

團彥級 • 導師手冊

Guide Class

Teacher Guideline



使 用 說 明

1. 此團彥級作業本導師手冊應配合團彥級作業本使用，內容是參照全球總會出版之 **Guide Achievement Class, Curriculum Requirements and Developed Recourse 2013** 而定。
2. 在團彥級作業本內每項要求的右方皆有一方格「☐」，當會員完成該項目後，導師便可加上「✓」號作記錄。
3. 會員須要考取之榮譽證要求，已附加在附件裡，以便查閱。
4. 部分項目設有工作紙，導師可複印出來給會員使用，答案則在導師手冊之附件內。
5. 導師可以指導會員完成團彥級全部的要求，完成後安排會員參加升級典禮！
6. 此外，每名會員都應該有一本前鋒會記錄冊，以便會員自我審檢及作記錄。
7. 會員可以於每次參加露營、遠足、金波利大會或升級典禮後，將相關資料記錄在此冊內。為成長留下足跡！
8. 前鋒會記錄冊同時設有「個人榮譽證記錄表」，用來記錄會員考獲而非升級要求之其他榮譽證。此記錄有助於升級典禮後更新會員資料用。
9. 如對作業本或導師手冊有意見，請與港澳區會青年部聯絡。

目 錄

使用說明

關於前鋒會

使用說明

目 的	iii
前鋒會會歌	iv
前鋒會會徽	v
前鋒會會旗	vi
常規標準制服 (A 制服)	vii
制服上的各類徽章及配飾	viii
團彥級內容總表	ix
升級典禮安排	x
制服	xi

教學指引

基本資格	13
靈育訓練	17
服務外展	30
友誼發展	37
健康及體能訓練	56
組織及領袖發展	61
自然研究	63
戶外生活	65
自我增值	78

附加文件

附件一：靈育訓練 2 舊約聖所制度工作紙 答案	80
附件二：健康及體能訓練 2 非題測驗答案	82
附件三：健康及體能訓練 3 的榮譽證的內容	84
附件四：自然研究 2 的榮譽證的內容	86
附件五：4F 反思法	89



前鋒會

目 的

將末世福音在這一世代內傳遍天下。

格 言

基督的愛激勵我們。

團 約

靠上帝的恩典，我要作一個清潔、和藹、誠實的人，
謹守少年團規律；作主忠僕，為人良友。

團 規

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 我要每日遵守晨更 | 5. 我要學習禮貌順從 |
| 2. 我要凡事盡到本份 | 6. 我要殿中舉止恭敬 |
| 3. 我要細心照顧身體 | 7. 我要時刻心中歌頌 |
| 4. 我要心眼清明公正 | 8. 我要肩負上帝使命 |

前鋒會會歌

本曲由 Henry Bergh 於 1949 年創作，並於 1952 年獲得版權，現在已翻譯成多國語言，世界各地的前鋒會，皆以此作為他們用以激勵士氣、團結會員的會歌。

中文版

H.T.B. Henry T. Bergh

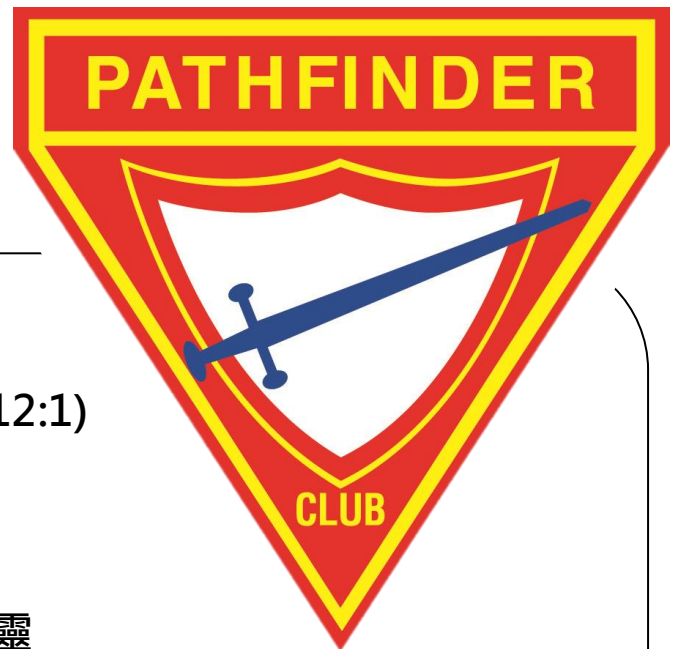
我前鋒會員多堅強 作主僕為人良友

忠心一路向前走 清潔和藹誠實

有信息要傳給世人 有真理釋放我們

我的救贖主基督復臨為你為我

前鋒會會徽



✓ 紅色(犧牲)

- 使我們記念基督。(約 3:16、羅 12:1)

✓ 三角形

- 上帝的完全 - 聖父、聖子、聖靈
- 教育的三大要素 (三腳架)
 - ..1 心智 - 手工藝及榮譽證
 - ..2 身體 - 露營，例會中會員互相激勵
 - ..3 靈性 - 佈道活動，見証分享

✓ 金黃色(尊貴) (啟 3:18)

- 量度的標準 - 前鋒會擁有青少年建立進入天國之堅強品格的崇高標準。

✓ 盾牌(保護)

- 上帝經常在聖經中描述自己為祂子民的保護。(創 15:1、弗 6:16)

✓ 白色(純潔)

- 在日常生活中，我們願意擁有基督純潔與公義的生命。(啟 3:5)

前鋒會會旗



✓ 藍色(忠心)

➤ 前鋒會的旨意是幫助教導我們

..1 對天父忠心

..2 對父母忠心

..3 對教會忠心

✓ 寶劍(聖經)

➤ 劍是用於戰爭中。要攻擊才能取勝。我們是在一場屬靈的戰爭中，上帝的话便成為我們的武器。

➤ 聖靈的寶劍就是上帝的道。(弗 6:17)

常規標準制服 (A 制服)

一般會員

男會員	女會員
按所屬地區(香港)指定之深綠色長袖恤衫	
按所屬地區(香港)指定之深綠色長褲	按所屬地區(香港)指定之深綠色裙褲
棗紅色絨質貝雷帽，配上前鋒會會章	
短髮	短髮 或 長髮並盤成髮髻
黑色領呔	
黃色三角領巾，並配上會員用巾圈	
黑色皮帶並配上會員皮帶扣	
無商標之黑色短襪	無商標之白色長襪
黑色平底光面綁帶皮鞋	

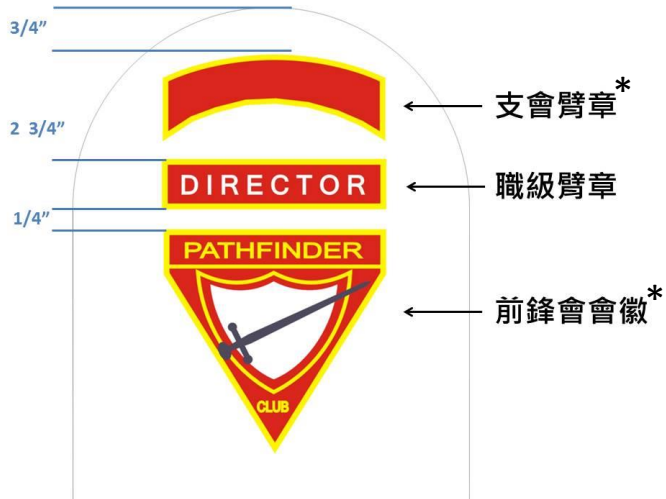
團師或以上之導師

男導師	女導師
按所屬地區(香港)指定之深綠色長袖恤衫 (高級領袖勳章(APLA): 白色長袖恤衫)	
按所屬地區(香港)指定之深綠色長褲 (高級領袖勳章(APLA): 墨綠色長褲)	按所屬地區(香港)指定之深綠色裙褲 (高級領袖勳章(APLA): 墨綠色 A 字裙)
棗紅色絨質貝雷帽，配上前鋒會會章	
短髮	短髮 或 長髮並盤成髮髻
黑色領呔	
黃色三角團師領巾，並配上團師用巾圈	
黑色皮帶並配上團師皮帶扣	
無商標之黑色短襪	無商標之白色長襪 (高級領袖勳章(APLA): 黑色長襪)
黑色平底光面綁帶皮鞋	

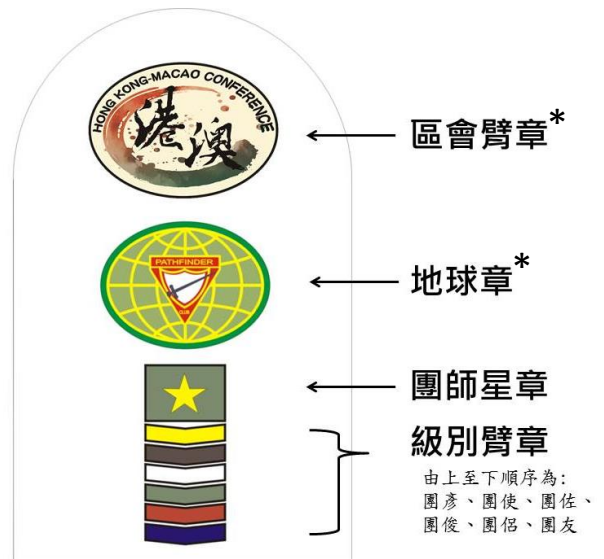
制服上的各類徽章及配飾

(除了基本徽章外，所有徽章均按獲得的資格或職級而佩戴)

右袖上的徽章位置

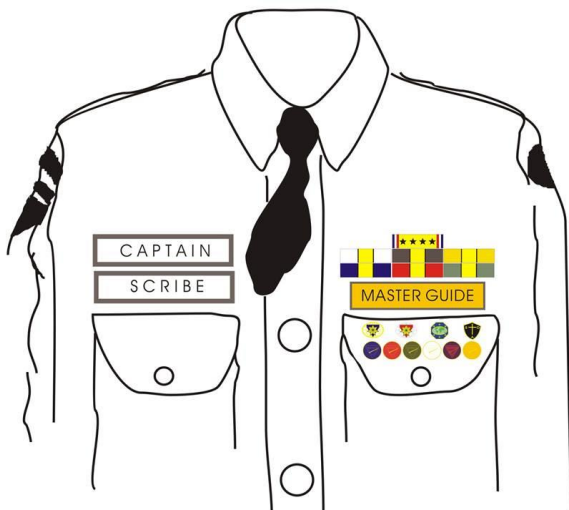


左袖上的徽章位置



* 每名會員必備的基本徽章。

袋口上的徽章位置



團 彥 級 內 容 總 表

基本資格	<ol style="list-style-type: none"> 1. 年滿 15 歲或就讀中學四年級。 2. 知道並明白復臨青年團之榮譽。 3. 前鋒會積極活躍之會員。 4. 從少年讀書計劃之書單中選讀一本書及一本關於該地方教會歷史的書。
靈育訓練	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論基督徒如何能擁有保羅在加拉太書中所述之屬靈恩賜。 2. 研習並討論舊約聖所制度如何指向耶穌的個人及十字架上的工作。 3. 閱讀並寫出三位復臨先賢的故事大綱，在前鋒會例會、青年團或安息日學崇拜時講述。 4. 考獲一張近期的背金句證書。
社區外展	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以小組(或個人)去幫助組織及參與下列其中一項： <ol style="list-style-type: none"> a. 探訪一個需要別人照顧的人 b. 幫助有急需的人或家庭 c. 任何由會長批准之助人計劃 2. 討論如何向少年人作見證並將討論所得的現實情況實踐出來。
友誼發展	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉小組或個人探討，檢視自己對下列其中兩項的態度： <ol style="list-style-type: none"> a. 職業選擇 b. 道德行為 c. 性及約會 d. 選擇配偶
健康及體能	<ol style="list-style-type: none"> 1. 為小學生舉行一次健康原則演示。 2. 完成下列其中一項： <ol style="list-style-type: none"> a. 寫一首詩或文章並投稿到教會其中一本健康或節制類雜誌 b. 以個人或小組籌備及參與一次「慢跑樂」或類似活動，討論和記錄有關的體能訓練預備活動 c. 閱讀懷愛倫著的《論飲食》第六章，並通過是非題測驗 3. 完成營養榮譽證或帶領體適能榮譽證。
組織及領袖發展	<ol style="list-style-type: none"> 1. 討論並詳細地繪畫分會或聯會的架構圖。 2. 出席前鋒會基本職員訓練班。 3. 為前鋒會/少年團之初級會員（團友-團俊）教導任何榮譽證最少兩項要求。
自然研究	<ol style="list-style-type: none"> 1. 閱讀《歷代願望》第七章中有關耶穌童年的故事，並藉與會員講述你在原始自然課（比喻）中的學習和觀察，來將耶穌的教育和事工與大自然教育聯繫起來。 2. 完成下列其中一個榮譽證： <ol style="list-style-type: none"> a. 生態學榮譽證 b. 環境保護榮譽證
戶外生活	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在野外露營兩晚，並討論露營所需的裝備。 2. 計劃並烹飪一餐三道菜色的營地膳食。 3. 完成一件扎作或繩索的製作。 4. 考獲一個可作為水上活動、運動、康樂或野外活動專章的榮譽證。
自我增值	<ol style="list-style-type: none"> 1. 考獲一個屬靈佈道、戶外工業、職業技能、健康及科學或家居工藝類的榮譽證。

升 級 典 禮 安 排

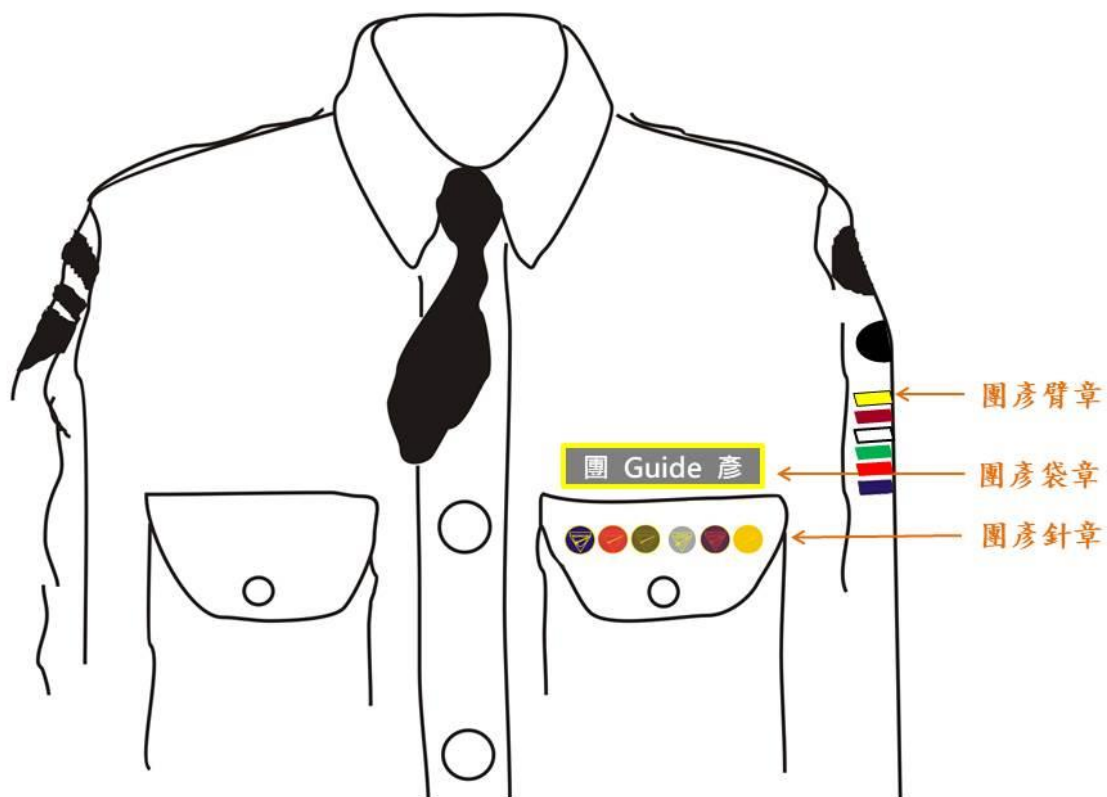
1. 會員須完成團彥級所有的要求，並檢查一下在作業本上每項要求的右方「□」內，是否已經加上「✓」，表示已經完成該項目，並將作業本交給所屬支會會長核實並簽署(作業本第 24 頁)。
2. 支會會長加以核實並簽署後，可交到港澳區會青年部覆核並簽署。
3. 支會可以自行擬定舉行升級典禮的日期、時間和地點後，於典禮舉行前最少一個月向團師委員會主席(港澳區會青年部幹事)提出申報，並邀請委員蒞臨主禮。
4. 升級典禮最少一個月前，向區會訂購所須物資。
5. 升級典禮後，請於網站上更新會員資料，如職級、技能、榮譽證等。



更新資料的網址：<http://youth.starone.com.hk/index.php/user/login>

制 服

恭喜你的會員將成為團彥級的會員，每名完成團彥級的會員可於制服上佩戴團彥針章、團彥臂章和團彥袋章，請按圖示指示會員戴上！





教學指引



基本資格

要求 1：年滿 15 歲或就讀中學四年級

說明

只須要年滿 15 歲或就讀中學四年級的會員即可。

完成方法

只須填上會員的出生年份和日期，並就讀的學校名稱和班別。



要求 2：知道並明白復臨青年團之榮譽

目標

使團彥級會員認識到行為的重要性，認識到榮耀基督耶穌的方式就是自己的好行為。

教學方法

1. 討論每一段復臨青年團之榮譽，並強調約言的重點。
2. 閱讀箴言 4:23 和告青年書第 270 頁第一段，並討論與復臨青年團之榮譽的關係。

復臨青年團之約言

青年諮詢會（Youth Advisory Council）於 1953 年首次提出復臨青年團之榮譽。這是基於懷愛倫於 1902 年所發表的聲明，內容收納於《教會證言》卷七，第 64 頁，同時可於《告青年書》，第 270 頁找到。內容如下：

男女青年們，你們要閱讀那些會帶給你真知識、並造福於全家的書籍。要堅定地說：我不願花寶貴的時間去閱讀那些無益於我，無助於我為別人服務的著作。我的時間和精力要用來獲得事奉上帝的資格。我要閉目不看虛浮罪惡的事。我的雙耳是主的，不聽仇敵狡猾的挑唆。我的聲音決不服從未受聖靈感化的意志。我的身體是聖靈的殿。我的所有精力都要用在有價值的事工上。」《教會證言》卷七，第 64 頁。

我的約言：

靠上帝的恩典和大能，我願意加入復臨青年團之榮譽，
以我所見的榮耀基督。
以我所聞的榮耀基督。
以我所行的榮耀基督。
以我的友誼榮耀基督。
以我所說的榮耀基督。
以我的身體為聖靈的殿來榮耀基督。

完成方法

複述及解釋復臨青年團之約言。





要求 3：前鋒會積極活躍之會員

說明

一名積極的成員應該：

- 出席率達 75%或以上
- 按時交會費

完成方法

每次例會都要點名，就可以計算出該年的出席率。

要求 4：從少年讀書計劃之書單中選讀一本書及一本關於該地方教會歷史的書

說明

以下之少年讀書計劃書單同時收錄於「前鋒會記錄手冊」之內。書單 Level 1 適合對基督教不甚了解之會員閱讀。Level 2 則適合對基督教有較深入了解之會員閱讀。會員可以按書單之建議到學校圖書館或區會時兆書室尋找有意閱讀的書本。

注意

在團友、團侶、團後、團佐及團使級閱讀過的書籍，不能於團彥級或其他級別重複使用。

完成方法

閱讀後，填寫讀後感/閱讀報告，內容包括書名、出版社、作者、內容概要和感想等。





少年讀書計劃

書單 Level 1 :

書名	作者	出版社
1. 永恆的盼望	懷愛倫	時兆文化
2. 埋藏的財寶	懷愛倫	時兆文化
3. 蛻變的生命	懷愛倫	時兆文化
4. 不戰的勇士	法蘭西絲·杜斯	時兆文化
5. 希望的未來	馬可·芬尼	時兆文化
6. 全心全意信靠祢	傑瑞·湯姆斯	時兆文化
7. 黑夜中的明星	愛琳·蘭特麗	時兆文化
8. 寫給少男	謝理雅	時兆文化
9. 寫給少女	謝理雅	時兆文化
10. 恩典多奇異	楊腓力	校園書房
11. 何必上教會	楊腓力	校園書房
12. 排隊上天堂的 77 招	費伯里	校園書房
13. 行在水面上	奧伯格	校園書房
14. 生命成長 17 課	羅慶才	基道
15. 標杆人生	華理克	道聲出版社
16. 雅比斯的禱告	魏肯生	福音證主協會
17. 葡萄樹的秘密	許志超、蕭壽華	福音證主協會
18. 小組 DNA	吳庭樑	福音證主協會
19. 當男孩遇上女孩	約書亞·哈里斯	學園傳道會

書單 Level 2 :

書名	作者	出版社
1. 善惡的對決	懷愛倫	時兆文化
2. 告青年書	懷愛倫	時兆文化
3. 智慧的巨人	懷愛倫	時兆文化
4. 豐盛的葡萄園	懷愛倫	時兆文化
5. 懷愛倫的信仰旅程 / 基督徒經驗談	懷愛倫	時兆文化
6. 復臨運動的故事	懷愛倫	時兆文化
7. 樂活人生:幸福的 12 道處方		時兆文化
8. 界線-讓生命自在飛揚	江兒	時兆文化
9. 健康與福樂	馬可·芬尼	時兆文化
10. 走進懷愛倫的異象世界	喬治·賴特	時兆文化
11. 突破-原來這麼簡單	黃銀成	時兆文化
12. 山洞裡的富豪	道格·巴契勒	時兆文化





靈 育 訓 練

要求 1：討論基督徒如何能擁有保羅在加拉太書中所述之屬靈恩賜

目 標

學會認識聖靈的恩賜，並瞭解聖靈給每個人的恩賜是不同的；聖靈能促進人的靈命成長，而我們也要學會運用聖靈的恩賜去榮耀上帝。

教 學 方 法

方法一：閱讀寓言《國王的花園》，討論所有象徵詞語的寓意。請了解並探討以下字詞的含義：威廉的名字、門、鏡子、斧頭、燈籠、王子的承諾。

方法二：簡要論述「屬靈生命的成長」的意思。

方法三：解釋「聖靈的恩賜」和「聖靈的果子」有何異同。

完 成 方 法

參與討論。



團彥級 靈育訓練 1 – 屬靈恩賜(一)

閱讀寓言《國王的花園》，討論所有象徵詞語的寓意。請了解並探討以下字詞的含義：威廉的名字、門、鏡子、斧頭、燈籠、王子的承諾。

《國王的花園》

從前，有位非常有智慧、非常高貴的國王。一天，他選擇了一個美麗的地方用來建造一座房子一個花園和一個果園。國王親手施工，等到一切完備後，他用籬笆將房子圍了一圈，又用一把大鎖將房子的門鎖上。

接下來，國王在舉國上下尋找一位有資格住進這座房子的人。終於，他找到了一個名叫威廉的年輕人。他倆一起來到了這座房子，國王對威廉說：「現在你就是這座房子的主人了，它將由你保管。你要保持房子的清潔，還要負責打理果園。但是你一定要記得隨時將門緊鎖，除了我的家人，不能允許任何人踏入這座房子。如果你有任何需要，可以直接打我城堡的電話，我會立即派人將你所需要的都送到你手中。」……，然後，國王就走了。

威廉對現在擺在眼前的一切感到萬分地激動，他好奇地繞著房子參觀了許久，又到每個房間看了看，發現廚房的碗櫃中都裝滿了食物。直到下午，他才觀賞完了國王賜給自己所有的物產。這時他準備去打理果園了，正當他靠近籬笆的時候，忽然聽見了一個細微的聲音……

「不要……不要。」

威廉掃視四周，盡力分辨這聲音是從哪裡來的，但是眼前空無一人，他大聲回應「不要做什麼呀？」

「不要做國王分派你的一切工作！」那聲音回答道。接著，威廉看到了一個高大強壯的黑影站在距離房門很近的地方，威廉向那個高大的黑影走近了一點，想尋求他說那話的意思，「不要做國王給你的一切工，因為國王是一位暴君，他會強迫你做這做那，當果園豐收時，他就會拿走全部的果子，那時候你就只能被趕出去，獨自承受劇烈的痛苦！」

「哦」，威廉說，「但是我認為國王並不是那樣的人。」

「噢，他當然是那樣的人！」黑影回答道，「我已經觀察瞭解他很長的時間了，如果你讓我住進這座房子，我就來代替你做工，你可以舒舒服服地躺在陽臺上休息，只用看著我做事就行了！過不多時候，果園裡的果子就會成熟——那時候你也無須收割，只用坐享其成，而且想吃多少果子就吃多少。」

威廉終於被那黑影說服了，為他打開了房子的大門。

黑影確實沒說假話，他是個勤勞的人，而不是耍嘴皮子的滑頭！他懂得鋤地，也懂得栽種的技巧，不久，果園就要開花結果了。「威廉，快過來，我們先嘗嘗這些果子。」這些果子看起來嬌豔欲滴，仿佛閃爍著的鑽石，威廉恨不得馬上將它們都吃進嘴裡。



他首先吃了一個，確實美味！第二個味道更美，有點像芒果、鳳梨和熱情果混合在一起的味道。他每次都會吃很多果子，直到飽足才停止，並躺在陽台上。

突然有一天，他生病了，而且病得很嚴重，他發誓再也不吃哪些水果了。但是說來也奇怪，每當他病一小時以後，就會感到饑餓，又情不自禁地回到果園拿果子吃，它們如同威廉第一次吃的一樣美味，他不明白為什麼自己會因這些水果生病。當他吃完最後一口後的一分鐘內，那同樣的病痛又開始折磨他了！可憐的威廉，他只有一次一次、周而復始地吃、生病……一天又一天、一星期又一個星期、一個月又一個月……威廉極其厭惡這種生活，但是他已經無能為力了。

一天，他對黑影說「你能把這種果子的名稱告訴我嗎？」可黑影不告訴他，但在他無休止地纏累黑影幾星期後，他終於妥協了，他帶著威廉走進果園，依次告訴他每種果子的名稱，「看……我們把這種果子叫做「不潔淨」，這種叫做「虛偽」，這種叫做「大不敬」，這種是「偷盜」，這種叫做「憎恨」，「嫉妒」「惡念」「欺騙」……」

威廉不敢相信眼前的這一切，他瘋狂地跑進房間，第一次拿起了鏡子照著自己，驚訝地發現自己已經面目全非——以前的自己長得有點像國王，而如今卻和那個黑影長得有幾分相像了。他氣急敗壞地跑向柴棚，順手拿起自己心愛的斧頭，要去砍掉每一顆害他性命的果樹。但這時他才發現，由於自己很久沒有用過這把斧頭了，斧頭已經生鏽了，但是在斧柄上有一行字：「恪守決心」。

威廉被強烈的決心驅使，走進了果園，把每顆樹都砍斷了，手已開始起水泡並流血，而且腰酸背痛，但是看到一棵棵樹相繼倒下來，心裡也就暢快多了。終於，樹都被砍斷了，只是樹根還留在地裡！

第二天清晨，威廉起床後向窗外看去，他簡直不能相信自己的眼睛！那些被砍斷的果樹還和以前一樣的高大。

但是這時，威廉又感覺到餓了，他深知已經無法擺脫那些水果。威廉的心被傷透了——他又餓又累。這時的他是多麼恨惡那個黑影啊！

一天夜裡，威廉發現門外有一盞散發著溫暖光輝的提燈。他知道拿提燈的不是黑影，因為他還在房子裡面睡覺。威廉朝著提燈望去，他覺得提燈的那個人不像是國王，但是他長得有點像國王，或許他是王子吧，接著，他又朝大門走近了一點，發現王子身上有個令人毛骨悚然的東西，就在他掌燈的手上，有一道很可怕的傷疤，他又看到王子的頭上和臉上都留有傷疤，這時，王子開始說話了：「看哪，我站在門外叩門，若有聽見我聲音就開門的，我要進到他那裡去」。

王子的話音剛落，那個黑影就對威廉喊道「不要讓這個人進來！因為他會毀掉我一切的工！絕不要讓他進來！」

但王子所說的話卻讓威廉滿心歡喜，他毫不猶豫地為王子敞開大門，這時，黑影就出去了。





王子片刻都沒有耽擱，就急忙領著威廉下到果園，走進每棵果樹，只要王子抬起他的提燈，那棵樹就立即枯萎了，樹上的果子也都墜落下來，即使樹根還在地裡，它也不能長成原來的樣子了。

王子向威廉解釋道，「由於黑影的介入才使果園變成那樣，因此這段時間我們倆必須齊心協力打理這個果園。」他們花了很長一段時間來打理果園，因此，果園的氣氛很好。每當他們種植一棵樹的時候，王子就會對威廉說：「這棵樹叫做「仁愛」，這棵樹叫做「真理」，這棵叫做「喜樂」，「和平」，「忍耐」，「恩慈」，「良善」，「信實」，「溫柔」，「節制」，「公義」。」

威廉想告訴人們，這些果子都是美味的，更重要的是它們不會使人生病，不會使人有一點點疼痛！一段時間後，威廉的臉開始發生變化了，他又長得有點像國王了。

忽然，威廉又陷入了極度的恐懼之中，致使他的心又開始疼了起來。他把自己所恐懼的事情告訴了王子，「如果我失去你了，我該怎麼辦呢？」王子對他笑笑說：「威廉，我是絕不會離你而去的！」王子的確一直信守著他的諾言。



團彥級 靈育訓練 1 – 屬靈恩賜(二)

簡要論述「屬靈生命的成長」的意思。

《屬靈生命的成長》

世間萬物，無論是植物還是動物，都必須經歷它們的每一個成長階段，沒有什麼物種生下來就是成熟的。就拿嬰兒來說，他的生長需要時間、營養以及來自外界的幫助和照料。

屬靈生命也要經歷生長階段（彼得前書 2:2; 彼得後書 3:18; 以弗所書 4:15）。

我們可以把基督徒比作長在肥沃土地裡的一棵樹。這顆樹不停地派遣它的根出來，從地裡吸收營養。基督也用跟這差不多的方式來培育基督徒，使基督徒紮根在基督裡（以弗所書3:17; 歌羅西書 2:7; 羅馬書 6:5）。這時候，基督徒就會完全相信基督耶穌是他們的救主，相信基督耶穌為了他們的罪而死。當他們悔改並尋求上帝的憐憫時，就深信自己的罪已得赦免，如同樹被「移植」到了新的土壤裡，它能得到成分的營養。

在閱讀聖經的時候要禱告尋求上帝的幫助和智慧。基督徒不僅要理解上帝的應許和教導，也要在日常生活中活出上帝的話來。只有不斷地照著上帝的話去行，品格就會變得越來越像基督。

一個屬基督的人固然會犯錯、甚至犯罪，但是如果他相信上帝仍然愛他，並且會赦免他的一切過犯和罪孽，他就會馬上向基督悔改認罪（約翰一書1:9; 2:1），並得到饒恕。

一個長在邪惡的土壤裡的人，是不會成為真正的基督徒的，因為他不能憑著自己將根從罪惡的土壤裡拔掉，更不能憑著自己來擁有基督徒品格的剛毅和屬靈的成就；他專靠著自己的立功之法，從那邪惡的土壤裡吸收營養，而不仰賴基督的灌溉和培育，在面臨暴風驟雨的時候，他的就會被連根拔起。信心就如同樹根，我們靠著上帝的大能將它堅固在土壤中，這樣，信心就能結出豐盛肥美的果子。

上帝會賜予基督徒所求的一切，如赦免（約翰一書1:9）、一顆新心（以西結書18:31）、重生（約翰福音3:3, 5）、隨時的幫助（希伯來書4:16）、勝過試探引誘（哥林多前書10:13），靠著上帝的話去生活（馬太福音4:4）。只要接受了上帝給予的這些恩賜，我們就可以在基督裡成長。

團彥級 靈育訓練 1 – 屬靈恩賜(三)

解釋「聖靈的恩賜」和「聖靈的果子」有何異同。

《聖靈的恩賜和聖靈的果子》

這兩樣東西可以真正地幫助基督徒靠著聖靈的能力擁有教導及強化的信心，而選擇為基督而活。

聖靈還擁有一個很特別的能力，叫做「恩賜」。「恩賜」能給教會中的每一個人帶有能力及福分，從而使教會興旺發展，結出更多果子。在《哥林多前書》12章，以及《以弗所書》4章，都對屬靈的恩賜進行了描述。這兩處章節也提出，教會不僅需要發展，更要服務他人，因此，這就引伸出聖經中所記載到的「果子」，教會的每個成員都要結出生命的「果子」，就如同種在肥沃土壤裡的樹木能結出好果子一樣。

耶穌曾經對他的門徒說過：我是葡萄樹，你們是枝子（約翰福音15：5），耶穌還說過，信靠他的人就能結出豐盛的果子。那麼，什麼是果子呢？哪些是好果子呢？聽聽真果子有哪些吧！基督徒喜樂的生活會結出這些果子《加拉太書》5：22，23，告訴我們，聖靈所結的果子就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。

這些果子能在真正信靠基督，服從基督的旨意，愛基督以及遵守基督律法的人心中生長。



要求 2：研習並討論舊約聖所制度如何指向耶穌的個人及十架上的工作

目標

使團彥級的會員瞭解舊約時代的至聖所中的事工與耶穌的救贖以及祂的事工的聯繫。

教學方法

1. 有關聖所的詞彙

贖罪： 如果與關係親密的人發生了爭執，你會感到非常難受，這時候，你們之間就需要一個中保。而當事態好轉之後，心情不久舒暢了嗎？

在舊約中，上帝想向祂的子民證明祂會一直擔當那中保，不論祂的子民犯了多大的罪，只要獻上羊羔或者鴿子，罪就得赦免。每當猶太人的大祭司在至聖所為上帝的全體子民獻上祭物的時候，上帝和人類的中保就會在此觀看。這一天被稱為「贖罪日」——上帝與人同在的一天。

聖所： 你曾否感覺到你需要做回自己——離開壓力——能夠遠走高飛，然而這對於你來說現實嗎？在這個時候，你就得來到房間與上帝長談。

你曾否思考過，在耶穌為罪而死之前，人們在哪裡、向誰訴說心中的苦愁？那時，他們也不知道耶穌何時來到世上。

在舊約時代，上帝不僅告訴他們有一位救主將要來到這個世上，也向他們顯明了耶穌到來的所有意義。因此，上帝命令祂的子民建造一個地方，使上帝與人同在，向他們傳講耶穌來臨的信息。這個地方就叫做「聖所」，意思為聖殿。

在聖所內，人們向上帝所獻的祭物，預表耶穌在十字架上的死。在耶穌為我們的罪犧牲後，聖所就沒有存在的必要了。

可能你聽說過有的人把教堂叫做聖所，其實這兩種地方的用途是一樣的，都是供人們敬拜上帝、和宣講上帝的聖言的地方。如果你想更多地瞭解聖所，請閱讀出埃及記40章。

義人： 在亞當違背上帝、犯罪沉淪之後，他就不再是完美的被造物 and 一個義人了。

摩西在《創世記》15章中，記錄了上帝與亞伯蘭的對話。亞伯蘭深信上帝對他的應許，上帝就以此稱他為義。

信上帝的話的人就得被稱為義人，因此，成為義的唯一條件就是相信。

當耶穌第二次降臨的時候，就要呼召一切義人與祂同到天國。只有深信上帝的人才資格進入天國；一個靠著自己的努力討上帝喜悅的人，決不會被稱為義人。回應上帝的大愛和犧牲之情的人，就是義人。

辯護： 對於控告的申訴就是——辯護。





西門和馬太是一對要好的朋友。他們常常結伴同行，共同解決困難。但是他倆有一點很不同。西門從不撒謊或者欺騙人，而馬太覺得如果形勢所迫，這樣做是有必要的。

馬上就要交一份重要的作業了，而馬太還在耽擱時間，他覺得更重要的事情需要解決。就在作業到期的前一晚，馬太決定去找西門，不用說，西門明天要上交兩份作業。當這兩份類同的作業放在老師面前時，他倆都受到了老師的質問，馬太急忙大聲說：「我告訴過西門，叫他不要這樣做，但是，哎……我總不能讓朋友失望吧！」

如果你是西門，相信你會因此受到傷害和震驚。你最希望的是將自己的名字從所有控告中清除，但終究還是名譽掃地。

與控告劃清界限的方法可以歸納成一個詞——辯護

當撒旦譏謗耶穌、利用假見證控告耶穌的時候，祂的品格就引起了人們的質疑，祂的名譽也危在旦夕。但是耶穌的品格是絕不會被任何人所玷污的，通過上帝的獨生愛子顯示祂在十字架上的大愛、和耶穌的復臨，上帝的品格和名譽就會與控告相脫離，這就是基督藉著祂的死來成就救贖計劃的原因。

立約： 立約就如同合同。合同雙方要達成協議，促成交易成功，就得把各自的承諾執行到底，這樣雙方才能從交易中獲得利益。如果其中一方不能履行承諾——雙方便無利可圖。

在多年以前，上帝和亞伯拉罕也立下了這樣的約，只是上帝的「立約」被稱為應許。閱讀創世記17:2。

2. 討論以下問題：

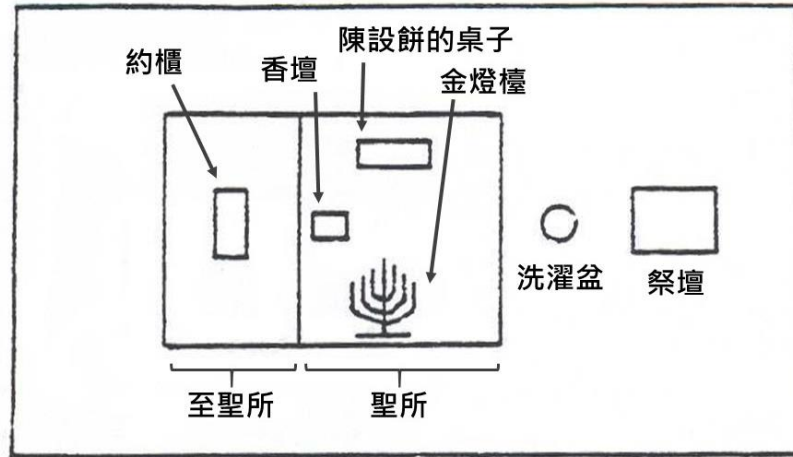
- a. 「耶穌在為我們預備天家，使我們進入天家」討論耶穌正在做什麼事情？這會對我們有什麼影響？
- b. 如果耶穌來到你身邊，對你說「嘿，我已經預備好了通往天國的路，如果你願意，可以跟隨我。」你會有什麼反應？
- c. 你認為上帝設立聖所和贖罪日的目的是什麼？
- d. 聖所只是為不順服的以色列人而設是過時的系統嗎？至聖所對於當今社會有什麼特殊的意義？
- e. 為什麼說並非所有人都被稱為義人？
- f. 聖所的贖罪祭有什麼深刻意義？是為了減少羊羔的數量嗎？請解釋。
- g. 「辯護」是什麼意思？上帝如何維護自己的子民？為什麼他還要試圖向我們證明祂所說的一切事——畢竟上帝是我們的王。
- h. 上帝常常與人類立約，祂與亞當立了約、與挪亞立了約，後來又與亞伯拉罕立了約。上帝分別與他們立了哪些約？立約的條款公平嗎？上帝對他們的要求太多嗎？這些約定適用於當今世界嗎？請解釋。



3. 完成以下工作紙。

參考資料

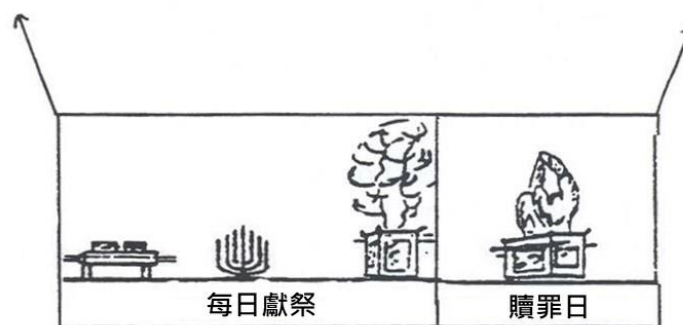
聖所擺設



猶太每年的節期與基督教時代



基督教時代



猶太每年的節期

完成方法

參與並完成活動。

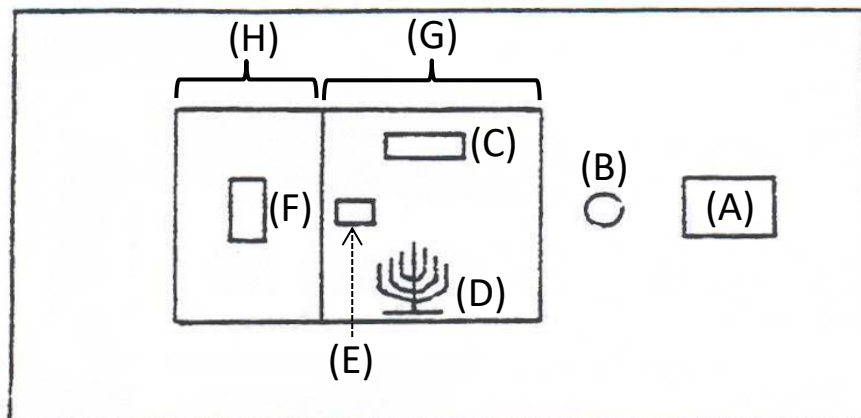
團彥級 靈育訓練 2 – 舊約聖所制度 工作紙

姓名：_____

一. 配對

<u>預表</u>		<u>耶穌</u>
a. 羔羊	◆	◆ 生命之水
b. 洗濯盆	◆	◆ 生命之糧
c. 燈檯	◆	◆ 中保的代求
d. 陳設餅	◆	◆ 我們的祭司
e. 香壇	◆	◆ 罪的遮蓋物
f. 祭司	◆	◆ 為罪犧牲
g. 施恩座	◆	◆ 世界的光

二. 請寫出各傢俱和地點的名稱





A.	B.	C.
D.	E.	F.
G.	H.	





團彥級 靈育訓練 2 – 聖所

姓名：_____

三. 請填上適當的英文字母。

開始			改變	5. _____		結束
	1. _____	2. _____		 	4. _____	
3. _____						

基督教時代

							
6. _____				7. _____			

猶太每年的節期

A. 基督在天上

B. 主後 31 年

C. 潔淨聖所

D. 主後 1844 年

E. 案卷打開了

F. 每日獻祭

G. 贖罪日



要求 3：閱讀並寫出三位復臨先賢的故事大綱，在前鋒會例會、青年團或安息日學崇拜時講述

目 標

將教會先賢的精神和使命的表現與領導者的公眾形象和態度的發展相結合。

教 學 方 法

可從書籍、期刊、影片等等媒介中獲取相關資料。也可直接訪問有關的長輩或他們的後代，瞭解快被遺忘的事件以及詳情，增加趣味性。這些故事適用於安息日學中任何年齡的學員，甚至可用於教會的兒童班。

如果有意考獲「基督徒演講榮譽證」的話，可參閱附件中的要求。

完 成 方 法

參與及實踐，並記錄於作業本上。



**要求 4. 考獲一張近期的背金句證書****目 標**

透過個人的參與，提供背誦金句的機會幫助屬靈生命成長。

你可以參考以下建議，背誦以下每個範疇裡的其中一節經文。

說 明

背誦以下每個範疇裡的其中一節經文

三. 教義
a. 馬太福音 24:24-27
b. 傳道書 9:5-6, 10
c. 希伯來書 4:14-16
d. 出埃及記 20:3-7
e. 其他

四. 禱告
a. 腓立比書 4:6,7
b. 以弗所書 3:20-21
c. 馬太福音 5:44
d. 其他

七. 應許/讚美
a. 詩篇 46
b. 腓立比書 4:13
c. 詩篇 55:22
d. 詩篇 95:6,7
e. 哥林多前書 10:13
f. 其他

一. 金句
a. 提摩太後書 3:15,16
b. 羅馬書 10:17
c. 但以理書 8:14
d. 約珥書 2
e. 其他

五. 關係
a. 使徒行傳 17:26,27
b. 彼得前書 4:10
c. 彼得前書 3:15
d. 哥林多前書 12:12
e. 其他

二. 救恩
a. 腓立比書 3:7-9
b. 以西結書 36:26,27
c. 約翰一書 5:11,12
d. 哥林多前書 5:7,8
e. 哥林多前書 6:19,20
f. 其他

六. 行為
a. 路加福音 12:15
b. 哥林多前書 10:31
c. 雅各書 4:7,8
d. 其他

教學方法

導師可於每次例會的靈修時間，分享一節經文並要求會員背誦，經文可以記錄在作業本裡。

完成方法

背誦經文





服 務 外 展

要求 1：以小組(或個人)去幫助組織及參與下列其中一項：

- a. 探訪一個需要別人照顧的人
- b. 幫助有急需的人或家庭
- c. 任何由會長批准之助人計劃

目 標

使每位團彥級會員獲得外展事工的經驗。

說 明

特別是在面對陌生人時，團彥級的會員可能不太願意獨自參與訪問或者「接納」需要幫助的人和家庭的活動。要詳細計劃外展活動，使會員分成小組團契，共同探望殘障人士和有需要的家庭，才能充分發揮外展事工的效用。經驗證明，除了安排青少年訪問自己認識的殘障人士之外，最好讓他們訪問兒科醫護機構。每個青少年必須提前做好準備為，一同體會身處不同場合中的「感覺」，這比引導個人或二人團隊進行訪問更加容易。接納有需要的家庭活動，並去照顧長者。

教 學 方 法

1. 可以針對以下對象進行探訪：
 - a. 同學。
 - b. 患病的兒童。
 - c. 長者。
2. 在「接納」有需要的家庭或個人時，要考慮以下幾個方面：
 - a. 為長者購買生活必需品。
 - b. 為殘障人士朗讀文章。
 - c. 探訪新會員。
3. 其他外展事工，可包括：
 - a. 為復臨教會之外之慈善機構組織舉行募捐（上門）或籌款活動（競步跑、馬拉松等）。
 - b. 探訪孤兒院、兒童之家等等。
 - c. 參考團佐級及團使級所舉行的相關活動。

完 成 方 法

參與討論與實踐，並完成作業本內的報告。





要求 2：討論如何向少年人作見證，並將討論所得的現實情況實踐出來

目標

幫助團彥級會員理解見證的含義，並發展向同齡群體作見證的潛能。

教學方法

閱讀下列資料，挑選重要的資訊傳達給成員，並鼓勵大家參與閱讀討論。

參考資料

I. 溝通

「年輕的基督徒們，我使你們在學校作我的見證人：你要聽我口中的話，警戒那些還未悔改歸向我的青少年。我對未悔改的青少年說，你必要死；你們若不開口警戒未悔改的青少年人，他們必死在罪孽之中，我卻要向你們討他們喪命的罪。你若警戒未悔改的青少年轉離他們所行的道，他們就不會死在罪孽之中，那你就盡了你的義務了。」

這段文字是根據以西結書 33:7-9 改寫的，選取這段經文的目的是使年輕的基督徒清楚地認識到自己的職責。我們的工作就是將赦罪的道和永生等貫穿於基督徒一生的主題與獲得屬靈勝利的職責聯繫起來。而上帝的話就已經清楚地定義了我們的職責。

為了使之年輕的基督徒獲得行動的動力，在這裡分配了一些工作。每一位得到重生的青少年都有進行與人溝通的任務，此任務可在學校內進行。作為一名基督徒，在這裡，要花費許多時間為上帝作見證。在這裡，有機會為主作見證的對象分為：

- 邊緣青年
- 小混混
- 結黨成員

本次任務所涉及到的邊緣青年群體人緣廣泛。

小混混一族屬於特殊的青少年群體，他們比邊緣人群更為人所熟知。因為他們常常混跡於各種團體、活動和其他班級中。他們的交友圈更加個人化。

結黨成員是青少年個人交友隊伍的中堅力量，它由關係親密的夥伴組成，他們總是在一起行動。我們的職責是必須向他們作見證。

需要與他們溝通的群體，是作見證的範圍——青少年的責任——這是以西結書 33:7 說的。

A. 溝通的方法和手段

沒有其他的溝通方法比作親身見證更有效的了。青少年與青少年對話，青少年面對青少年，這是合理也是符合聖經教訓的溝通方式。溝通需要有回應，才會有效。

「溝通」注意事項：

- a. **交談**：交談需要兩個當事人，一人是談話者，另一人是傾聽者。
- b. **有效性**：這指的是必須選擇適當的地點來進行雙方之間的溝通，這樣會使溝通結果更有效。在這裡建議兩種比較好的溝通地點，一種是「去吧！」，意思是非教會區域，另一種是「到我這裡來」。這個短語引用於聖經，意





思是到我這裡來，指私人邀請面談的地點。最好首選「去吧！」。

- c. **語言**：語言是溝通的工具，恰當的語言能成就一個成功的見證。要使用傾聽者容易理解的話語，切忌過多使用專業的宗教術語，因為有很多人不太懂得基督教，要用最通俗易懂的語言與別人交談。
- d. **理解**：要理解所溝通的個體，領會他說話的含義，不能一知半解。年輕的基督徒要充分瞭解對方的生活、行為、思想以及為人處世的方式。只有當對方被理解之後，他才會願意溝通。
- e. **接觸**：對於未能成功溝通的青少年要面對現實。基督徒要與世俗的人群隔絕，但不要從中隔離出來。妥協於人格標準或信念永遠不會接觸到人群的，與之隔離同樣不會成功。
- f. **投入**：對於未能與他人溝通的青少年，必須變得活力四射並且主動。建立友誼之橋是與人溝通的前提。

B. 耶穌所傳講的信息

基督耶穌所傳講的信息就是聖經中的福音，這福音是亙古不變的真理，它把從起初到如今所要發生的事都指示給我們了，人是無可反駁的。基督徒要做的就是去用自己的一生，傳講上帝的福音。上帝的福音不是珍貴的易碎物品，要求人們「輕拿輕放」，這福音是強韌不可摧毀的，上帝的兒子耶穌道成肉身來到這個罪惡的世界，又為這罪人甘心受死，就足以證明了福音的強大和奧妙。

C. 失敗的後果

喪失一人的生命是要付出高昂的代價的。一個基督徒若不履行聖經所分派的職責，必要承擔嚴重的後果。閱讀以西結書 33 章，若不常常談論上帝的福音，使不信之人脫離他們的道，他們就要死在罪中。我們總是懊悔錯失了一次次傳道的機會，因為那些失喪的靈沒能得到解救，因此，要把握生命的每一刻去傳講福音。別人接不接受福音都不重要，因為那是他們自己的選擇；重要的是他們是否真正聽見了福音，而這就在乎我們的工作了。我們年輕的基督徒應時刻做屬靈的勝利者，不斷將上帝賦予我們的偉大福音以生動的見證呈獻給失喪的青年們。

II. 見證的堅決條件

基督徒生命中最重要的活動之一就是作見證——作見證就是與其他人分享你對基督耶穌的信心。在作見證的時候耶穌會在見證者的心中做感動的工作，使你成熟的信仰成為行動。

首先選擇見證的對象，然後專心對一人作見證。必須排除心理上的障礙去接觸每一個人而不是某一個人。當你求告上帝為你選擇見證對象時，確保你的動機是純正的。問問自己，為什麼要做見證？是因為有人要求你必須作見證嗎？你有沒有責任感？你為你所選的對象即將成為教會或前鋒會的會員而感到焦慮嗎？你是誠摯地想讓你選定的目標與上帝建立關係嗎？請確保你的動機是出於愛-愛為世人受死的基督耶穌。在探討





見證計劃的藍圖之前，你對自己做過評估嗎？

保持對上帝的一顆忠誠熾熱的心，才能為上帝作見證。

A. 你是一個見證人

- a. 保持**平衡**是作見證的重點。
- b. 平衡包括：
 - **儀容**；保持儀容、服飾的乾淨整潔和大方的談吐是作見證的首要條件。個人外表要端莊也要保持謙卑和低調。
 - **思維敏捷**；時常保持清晰的思維和敏捷的頭腦。
 - **社會的接納**；不能將自己孤立與為上帝而接觸的青少年人群中。保持一個信念，那就是絕不要為了去接觸某個人而降低自己做人的標準和信念，也不要喪失參與集體活動的機會，使自己孤立。
 - **洞察人心**；學會洞察他人的心靈對於作見證是非常重要的，你會認識到在什麼時候或什麼地點講見證最有效；你也會瞭解在與人交談時應該什麼時候說話什麼時候沉默。因此，學會洞察人心對於溝通是必不可少的。
- c. 平衡的實際例子：
 - **積極的例子**；要選用積極的而不是消極的實例，向他人傳達具有積極意義的基督信仰。
 - **實際例子**；用事實證明基督教改變了你的行為和思想態度。要言行一致，如果基督化的生活對你的行為沒有改變，那麼你對別人做的見證也不足以讓人信服。
 - **鎖定目標**；是指要針對某一特定的目標人群作見證。
- d. 要善於溝通。
 - **通過生活**；你是如何生活的。
 - **通過嘴唇**；你口中的話。
 - **通過語言**；你用何種語言技巧。

B. 你的目標對象

- a. 目的與目標對象宣講你對上帝的信心。
- b. 要有計劃慢慢接近目標對象：與他同行、去瞭解他、與他建立友誼。
- c. 保持一顆正直的心，才能使見證成功。

C. 特別的計劃

建立密切關係	用心交往	傳講福音	等待綠燈	隨時準備跟進
--------	------	------	------	--------

- a. **建立密切的關係**；就是贏取友誼。請記住，他人的興趣和愛好是交流的關鍵。
- b. **用心交往**；用自己的實際生活經歷作為見證，就是在用心與他人交往。講見證不是靠嘴巴說教，而是講述實際的生活。切勿引用經文或高壓策略。你是在尋找一個傾聽者。（也許只有一次機會向某個人作出見證。而在校





園中，見證機會是長久性的)

- c. **傳講福音**；不要選擇空洞的說教方式，帶他到易於傾聽福音的地方去，用清晰簡潔的語言傳講福音，用詞不要超過別人的理解範圍。
- d. **等待綠燈**；見證必須具有「中性色彩」。如果我們的見證是在攻擊別人的信仰，也會使我們的信仰受到攻擊。要順從聖靈的感動來作見證，當傾聽者提出疑問時，聖靈就會給你亮起「綠燈」，你就知道如何對答。
- e. **隨時準備跟進**；見證的成敗不在乎傳講對象是否接受了基督，因為那是他們的選擇。如果你一步步地彰顯對基督的信心，或許他們就能成為基督徒，你就成功了。準備接受他人的選擇——隨時準備跟進。

D. 小心

- a. 不要使人反感。
- b. 不要爭辯。
- c. 不要表現消極的情緒。
- d. 不要怠惰。
- e. 不要攻擊他人的信仰。
- f. 不要使語言變得沉悶。
- g. 不要向他人的信仰妥協。

III. 見證計畫

A. 接近

要使目標對象建立對上帝的信心，就必須從各個方面瞭解他們。他們可分為四類：

- a. **體能型**：這類人喜好運動、賽車、騎馬。
- b. **智力型**：這類人喜好與智力有關的活動，如學習、瞭解身邊的世界等等。
- c. **社交型**：喜歡參與課外活動、社團等等。
- d. **屬靈型**：這類是常常去教堂聚會的初信者，但還不是虔誠的基督徒。

可能你的某些朋友屬於其中兩個類型——或許四種類型。選擇合適的方式去迎合他人的喜好，來建立溝通的橋樑。培養對他人愛好的興趣，融入他人的生活以及喜好，是作見證的基石。為基督而贏得友誼，首先要誠摯地關懷他人，對他人的生活感興趣。當你建立了友誼，就能將見證建立在相互理解相互信任的基礎之上。這些互動行為能使你接近他人。

B. 態度

當你想要獲得朋友的信心，並用你的生活來顯明基督耶穌時，你就能設想到包含於以下五種態度中的一個或者多個態度。細閱下文，就能明白他人態度的類型和反應，以此來決定下一步行動。

接受：「我相信。」這句話表明你的朋友聽到福音後，願意接受基督耶穌。但這也不能概括而論，很多青少年對於基督的第一反應是受感於見證者通過自身的





生活對福音的論證。

好奇；「你得給我點證據。」很多人有這樣真誠的好奇心。他們是真正地對基督教感興趣，很想更多地瞭解基督。

疑惑；有些年輕人因為父母的阻攔、異教背景以及其他外在影響，而不願意接受信仰。他們的回答常常是「可能吧。」疑惑也是拒絕接受信仰的主要原因，因此在與他們進行交流時應言辭謹慎。

冷漠；現在的年輕人的典型用語是「那又怎樣」，這是一種需要去應對強硬的態度，因此，要確保你的生活方式達到聖經對於見證者的要求。

拒絕；準備好面對諸如「去死吧！」這類言語，這種情況出現過，也會再出現。如果遇到了這樣的情況請不要灰心，要持續禱告，讓心靈度過這個尷尬的局面。

C. 你的行為

設計基督徒見證的藍圖

言語；就是你口中所說的話。作為一個年輕人，要適當地恪守「沉默是金」的原則。心裡所思所想的不要急於脫口而出，特別不要輕易作出誓言或傳講一些流言蜚語。

交談；在與非基督教信徒交談時要特別警醒。應謹慎言語，要時時體現出一個基督徒的責任心和意志力，不要讓別人拿住自己的把柄，來抨擊基督教。

愛心；用基督的愛來激勵我們的行為，完成偉大使命。查考哥林多後書 5:14。

聖靈；聖靈能感動我們的心，使我們的思想和行動都符合上帝的旨意。

信心；因為出於上帝的話，沒有一句不帶能力的（路加福音 1:37），你的信心就是出於上帝的話。

純全；你人生的準則應成為信仰的堅實無偽的證據，因此，一定要保持個人在各方面的純全性。

D. 障礙

別人必然會對你的行為產生反應，這是很自然的。不要感到驚奇。反應源自四個方面：

身體；有些信徒因信仰問題而進行人身攻擊，這種情況不常見，但確有發生。

精神；精神上的反映常在行為中表現出來。最常見的例子就是爭吵，他們總是認識不到贏了爭論就失掉了見證。（有些人甚至沒有準備好去贏得爭辯）因此，當別人有意或無意刺激你時，不要為此而反駁。

社交；這是常用的方式。如果你向別人作見證，他會用老練的社交手段回避你。

心靈；打破心靈障礙而唯一方法是籍著你的生活顯明真福音。有很多建立在真正的基督化生活中上的假福音的實例。以生活彰顯真基督是打破這一障礙的根本原因。

E. 信念

在通常情況下，你的原則不僅能夠打破諸多障礙，它最終也會籍著聖靈成為信





念。信念是通過以下兩種途徑鑄就而成的：

上帝的話語；上帝榮耀祂的話。不榮耀就不會產生信念。只有將上帝的話放在心中、與傳開來才會為著信念而持守準則。你就是媒介。

聖靈；鑄就信念的仲介。祂使你堅定生活，運用上帝的話，產生屬靈的信念。

F. 宣告

請記住，只要你向別人呈現基督的愛和他的救贖計畫，即使被拒絕了，你的見證也沒有失敗。接收或不接受基督是個人的選擇。如果你向朋友傳達和分享了你對基督的信念，不管他人的選擇，你就已經在見證上成功了。然而，你必須準備將福音輸入到願意接受耶穌基督之人的心中。如果你堅持作見證，就會有人回應。必須向你的朋友宣告以下三句話：

- a. 世人的性質（羅馬書 3:23）
- b. 上帝的恩賜（羅馬書 6:23）
- c. 我們當做什麼（羅馬書 10:9-10）
- d.

G. 選擇

你會對他人選擇的基礎感興趣。

理智；就是對福音客觀的理解。他要清楚無誤地瞭解真實的福音。

情感；情感雖不是主導因素，但也具有不可忽視的地位。很多人都是憑藉情感來判斷事物，情感常常控制人的主觀性，愛一個人，是感性的，很大程度上是靠自己的情感來支配的。而情感也是善變的，因此，人的選擇性也是善變的。

意志；對於事實的接納，使人有了相信的念頭，這會壓倒個人對上帝的主觀意志，從而有可能接收基督。

確保完成以上計畫，能對你有用：

- 如果你承諾；約翰福音 20:21
- 如果你信靠；腓立比書 1:6
- 如果你的生活和諧；路加福音 2:52
- 上帝的行動；馬太福音 6:33

完成方法

參與討論，並記錄在作業本內。





友 誼 發 展

要求 1：藉小組或個人探討，檢視自己對下列其中兩項的態度

- a. 職業選擇
- b. 道德行為
- b. 性及約會
- d. 選擇配偶

完 成 方 法

選擇其中兩項，參與討論。

參 考 資 料

- a. 職業選擇

目 標

認識職業選擇的各要素，並思考個人能力與它們的關聯。

教 學 方 法

1. 熟悉接下來四頁中的內容。
2. 以有趣的方式向小組展示信息。
3. 邀請會員評估自己的興趣和能力，以選擇教會組織內外的職業。

討 論

如今有很多年輕人覺得沒有必要去找工作，有些人根本就不想工作，他們認為這個社會有義務養活他們，父母已經納稅很多年了，為什麼就不能得到一點回報呢？

有些人把一整年的時光都用在玩耍上，他們把這種生活為「自由人生」。那麼，讓我們看看相關的論述吧。

1. 上帝要求人類勞動

- 創世記 2:15 上帝使亞當管理看守伊甸園
- 創世記 3:23 亞當耕種土地
- 出埃及記 20:9 六日內要勞作
- 帖撒羅尼迦前書 4:1 親手做工
- 帖撒羅尼迦後書 3:10-12 不肯做工就不得吃飯
- 以賽亞書 65:22 親手勞動得來的必長久享用

預言之靈裡列出了十四章關於「勞動」的資料。在《告青年書》中專門針對青年人做出了相關論述。其中一段講到「唯有從良善和善行中才能獲得真正的幸福，那些衷心完成所指派之工的人，能夠得到最純潔、最崇高的喜樂。」(選自《告青年書》)





2. 工作能提供

A. 滿意度：沒有比這更令人滿意的了。

「上帝在天上為我們預備的住處，不比在地上為我們指定的工作地點更為明確。」（選自《告青年書》）

要到上帝所吩咐我們要去的處方，完成上帝所吩咐的工作。

B. 物質基礎：對於自己、朋友和家人。

當你結婚組織家庭之後，一份穩定的工作顯得尤為重要。導致家庭破碎的原因，很多是在於物質基礎不穩定或缺少豐厚的物質保障。即使是現在，那些實質性的物質同樣很重要，例如衣服、娛樂、交通工具等。

C. 服務：某些行業直接涉及到服務，如醫生、公務員、教師或其他類似職業。也有間接性的服務行業，提供給潛在的服務。請記住，基督的一生總是在服務於人。

3. 事業成功的要素：

- a. 清正廉潔——正直，真誠。
- b. 可靠——可信賴、守時、有責任心。
- c. 心智成熟——自制力強、公義、心理健康。
- d. 毅力——堅忍不拔、執著。
- e. 善於溝通——口頭及書面表達能力強。
- f. 工作態度——主動學習，喜愛工作，而不是為工作去工作，效忠領導。
- g. 儀表——整潔、穿著整潔、姿態端莊、有自信。
- h. 幽默感——講話不要太嚴肅，善於微笑，真誠謙虛。
- i. 幸福的家庭——擁有「對」的另一半。
- j. 善交益友，參加健康的業餘活動。
- k. 積極參與社區活動。

4. 我該如何選擇職業？

- a. 先問問自己，回答「我對哪方面的事物感興趣？」，如果你的思維暫時變得有點狹隘，可以看看以下哪一方面適合你：
 - 創意：如美術、設計、新聞業。
 - 服務類：如醫生、公務員、老師、社工。
 - 工業類：如機械、鉛工業。
- b. 根據自己的學歷程度選擇職業。當然，學歷越高，選擇範圍就越廣。
- c. 評估你的潛質：
 - 測試你的本能。
 - 向你的老師詢問你有哪些天賦才能。
 - 問問你的父母，你的性格如何。
- d. 為自己的職業生涯祈禱。
- e. 留意及詢問身邊人的職業。

5. 擇業指南——你可以選擇以下職業：

基督復臨安息日會的需要：

- 傳道人：如牧師、佈道士、青年領袖、部門幹事。
- 老師：中、小學教師。語言及人文學科的老師、數理和科學老師、體育課老師、音樂課老師。
- 文字佈道士。
- 會計師、秘書、接待員、文員、行政人員、時兆書室經理等。

醫療機構的需要：

- 醫生、護士、物理治療師、營養師、牙醫、化驗員、健康教育者、護理教育者、藥劑師、病理學家、前臺接待員、秘書。

出版社的需要：

- 編輯、行政、書記、校對、攝影師、設計師、機器操作員、倉務員、建築及器材維修員。

教育機構的需要：

- 教師、會計師、秘書、院長、維修工、業務經理、園藝師、飯堂管理員。

其他職業：

- 駕駛員、建築工人、商人、園藝家等。教堂物業需要看守員和維修工人。

6. 本會以外的職業

- a. 藝術性職業 - 與音樂、美術及設計有關的工作，需充分發揮自己的創作意念和想像力。以下是一些藝術性工作的例子：

編輯	合唱團指揮	作家	音樂家
平面造型設計師	園林設計師	時裝設計師	電視主持人
漫畫家	攝影師	建築師	電台主持人
插圖畫家	導演	唱片騎師	室內設計師

- b. 社會性職業 - 主要為一般市民提供各式各樣的服務，需要經常與人接觸，適合喜歡群體工作和性格開朗的人仕。

傳道人	臨床心理學家	護士	圖書館管理員
心理輔導員	傳譯員	家務助理員	學前教育教師
社會工作者	翻譯員	職業治療師	幼稚園教師
警察	配藥員	物理治療師	教練

- c. 企業性職業-工作範疇以策劃、管理、行政及一些商務專業工作為主，適合有領導能力、決斷力強和能在壓力中獨立工作的人仕。

採購員	侍應	房地產推銷代理	律師
理髮師	款待員	物料供應	律師助理
美容師	推銷部代理	採購主任	部門經理
財務服務	保險業推銷代理	零售從業員	人力資源主任



7. 總結

- 職業道路是上帝安排的。
- 勞動是崇高的且對身心有益的活動。
- 我們都要努力勞作。
- 不肯做工就不得吃飯。
- 健康的婚姻家庭能鞏固事業；勞動的宗旨是服務於人。
- 擇業指南。
- 在社會的不同行業都提供了相關的職位，並且，每天都有新興行業出現。

要記住，無論我們從事什麼工作，首先我們得成為一名基督徒——當我們成為了基督徒農民、基督徒科學家、基督徒打字員、基督徒老師、醫生和公務員……事業就會成功！

保羅說：「所以，你們或吃或喝，無論做什麼，都要為榮耀 神而行。（哥林多前書 10:31）」

b. 道德行為

目 標

使團彥級會員理解「道德」的含義，並學習區分它與習俗之間的差異，要認識到討上帝的喜悅在於恪守正確的，原則並非約定俗成的道德結構。

討 論

在討論道德行為這一話題之前，我們必須先將問題集中在傳遞道德價值的方式，以下是我們常用的兩個基本方式。

1. 當我們決定做一件事情之前，父母和長輩總要提醒可以做什麼，不可做什麼，給我們灌注了他們的道德價值標準。本來我們是要照著常理和邏輯來做事的，卻被嚴格的限制所束縛，就如同被圍了一圈柵欄，我們只能在狹小的範圍內活動。
2. 第二種，就是長輩傾注給我們的：道義責任，也就是是非觀念。它總在提醒著我們最基本的人格價值觀和社會道德價值觀。事實上，人都是有認知意識的，當我們在經歷各樣生活中，就已經形成了自己認為最好的價值判斷標準，當別人把不同自身的價值觀注射到腦海中時，兩個價值觀就會產生對抗，這時，我們的行為表現就是，不知如何抉擇。

作為基督徒，我們知道，**耶穌的一生就是我們最佳的道德價值標準**。在他的行為和教導中，已經明示了是非觀念。事實上，不同國家都有其特定的社會風俗，但是，上帝的道德原則從不與那些風俗魚龍混珠，它始終如一，並在每個時代、每個國家都具有最高、且最核心的道德價值。比如論到如何與上帝交往、如何對待身邊的人，路加福音 10:25-28 就已概括得很全面了，「要盡心、盡性、盡力、盡意愛主你的上帝，又要愛鄰舍如同自己。」

為要更深入地討論「愛」，耶穌就講述了「好撒瑪利亞人」的故事，這個撒瑪利





亞人冒著生命的危險救下了那位猶太人，而那兩個深知上帝律法的「非常虔誠的」信徒——一個祭司和一個利未人，卻見死不救，當他們遇見了危險的情形就全然忘記了上帝的旨意：愛鄰舍如同愛己。第六條誡命告誡我們不要殺人，其實它更引伸出了人生命的寶貴，任何人都不可輕易放棄一條生命，因這生命是上帝賜予的。

和撒瑪利亞人相同的決定的人，正如聖經所說，他是將上帝的律法「寫在心上了」。

《詩篇》的作者在 119 篇詳細地闡述了上帝的律法，其作者的道德價值觀不是來自世俗的責任感，而是來自上帝聖靈的光照，他體會到了遵守上帝律法的益處，並且渴望將上帝的律法瞭解得更加全備，因此，才會寫下那麼優美動人的詩篇。在新約中，保羅說：「那字句是叫人死，精意是叫人活。（哥林多後書 3:6）」上帝的律法就是愛，愛是沒有強迫性質的，當人們將這個真理埋藏到心田，就會行出愛來。因為那愛的動機是純正的，驅使我們遵守上帝的誡命，愛鄰舍如同自己。

道德不是數學，不能用理性教導使人學習到公式。我們需要在不斷的探究和體驗中行出道德，最終將其內化成為自己的品格，而不是分離的或是單個的存在。如果我們瞭解了這點，就不難理解為什麼從不偷盜的人最終成了一個小偷。然而，如果法律對人失去了效用，立刻就會有許多被稱作誠實的人撕去自己假冒的外衣。因為「柵欄」被移走，他們不自覺地越過了邊界。而「柵欄」卻不會約束真正誠實的人。

對照著上帝的律法，我們發現自己身上存在有許多罪性，就如同保羅在羅馬書 3:20 節所說的：「所以凡有血氣的，沒有一個因行律法能在 神面前稱義，因為律法本是叫人知罪。」

為團彥級會員講論這一章時，要引導他們注重將發展道德行為作為其一生所要完成的課題，而不要過多地探討罪行的可怕，因為這樣會使他們沉淪在罪責中。我們要致力於青年人的道德觀發展、並走向成熟、提升青年人的公義感、仁慈感和愛心。最重要的是使青年人永遠銘記：赦罪之源是我們的天父上帝。

縱觀世界上任何等群的人類，他們都是被自己所在的群體的制度束縛和強迫，從而順從。就如同一座「柵欄」把人們圍了起來。馬丁路德說：「法律不能改變人心，但能束縛人心。」因為男人和女人們常常表現出鐵石心腸，必須有法律對他們的強制約束。然而，當我們促進道德在年輕人心中的發展，就無需再依靠「柵欄」了，而且還要將真正的道德律令寫在他們的心上，上帝的聖靈才會軟化心田。

「你們要鼓勵兒女表現出愛上帝和彼此相愛的心。世間之所以有這麼多心腸剛硬的人，就是因為真愛已被人視為懦弱，並加以抑制和約束了。這些人所有優秀的本質，從小就受抑制，若沒有上帝慈愛的光融化他們冷酷無情的私心，他們的幸福就必永遠遭受摧殘。如果我們希望自己的兒女具有耶穌的慈愛精神和天使向我們所表示的同情，我們就必須鼓勵兒女們慷慨和仁愛的動機。」（《歷代願望》第五十六章）

「父母和教師當研究如何指導兒童的發展，而不以過度的管制來阻礙它。過分約束與毫無約束的害處相等。強迫兒童服從乃是一種嚴重的錯誤。心理的構成各有不同；強硬的手段也許可以獲得外表的服從，但結果卻使許多兒童背逆的決心更甚。即使父母都是在他所力求的管理上獲致了成功，但結果對於兒童也許同樣的有害。對於已達智力成熟年齡之人所有的教育，自然與訓練蠢笨無知的禽獸不同。對於牲畜，只要教它順服主人，因為主人就是他的思想、判斷和意志。有時人用這種方法來訓練兒童，





就不使他們變成了機械人。他們的思想，意志和良心，都在別人的控制之下。上帝的本旨並不要人受這樣的統治。凡消弱或摧殘個性的人，他們所負的責任，其結果必是不良的。兒童在權勢之下，也許會像受過良好訓練的兵士，但一旦中止其管束，品格上就必顯出缺少能力和堅毅來。青年人既從未學習自治，於是除了父母和教師的命令以外，就不知有何拘束了。一旦撤銷這種管束，他們就不知道怎樣去運用他的自由，反而往往甘於放縱而自取滅亡。」（選自《教育論》，懷愛倫）

「每一按照上帝形象被造的人，均具有天賦的與造物主相似的能力--個性，思想和行動的能力。凡在這種能力有所發展的人，都是擔負重任，在事業上作領袖，且能影響他人品格的人。真教育的任務就是要發展這種能力；要訓練青年作個有思想的人，不僅反映別人的思想而已。要引導學者不拘泥於學習人所講論著述的，乃要注意真理的根源，在那範圍廣大的自然與啟示中從事研究。要使他們多默想那些關於職責與命運等的重要事實，則他們的思想必因之擴大而且加強。」（選自《教育論》，懷愛倫）

「真教育並非將教訓勉強加諸未曾準備與不能受教的人；必須喚起智力，引起興趣。為此上帝準備了教學方法。那位創造心智並命定其規律之主，也為使其按照這些規律而發展有所準備。」（選自《教育論》，懷愛倫）

「那些只將基督教看成是道德準則的學生與真正懂得基督教教義，並和上帝建立了良好關係的學生顯得非常格格不入。」（選自《為什麼青年人拒絕信仰及其表現行為》R L. Dudley, 評論與通訊出版社）

你曾聽人說道過「不公平」嗎？相信你肯定聽過，但是你思考過這人說話的真正含義嗎？（例如：請求回應，當面臨不正確的結果時，他想得到利益等等）

人們常常說出類似的話，他們之所以這樣做是因為想在爭論中懇求支持者合理的認同。有趣的是，當聽到這樣的話時，人們很少去表示「這是公平的」，他們通常搬出藉口或理由來說明原因，如果不這樣做，會導致麻煩。

這說明，在每一個人群中，總有一種合理的行為方式，有時行為不那麼重要，比如是否得像美國人一樣，吃東西用叉子，或者像澳洲人用刀和叉。但在某些情況中，行為顯得重要得多。比如，學生是否應該作弊，或者在超市偷竊。在其他場合中，這類問題又模糊了一些，就像討論應該對一個殺人犯執行死刑還是將他終身監禁。

眾多因素會影響你如何來判斷各類情形，父母親的信念對你很重要。朋友的想法會影響你。在學校學的知識在任何方面都能使你形成信念。

我們想要討論一些話題，看看能否增強解決問題的意識，更加清楚地認識到有哪些原則指引我們做出對與錯的選擇。我們把這類話題叫做「道德問題」。

字典對道德的解釋就是「人們共同生活及其行為的準則和規範。」你是否用道德倫理在斷定是非呢？你的父母相信你有判斷是非的能力嗎？你在學校所學的知識能幫助你判斷是非嗎？

接下來，我們要討論的就是「習俗」（習慣或民俗）。習俗等不同於道德，也就是說它沒有特定的性質，它是社會在千百年來的發展中自覺形成的。有人把習俗定義為「傳統規範、方式和禮節」。你可能會認為，古時或現今時代有些習俗不符合道德倫理。例如，上個世紀的人們（甚至是基督徒）使用奴隸——那麼，你認為這是符合道德的嗎？我們應該明確，習俗並不能代表道德準繩，更不能告訴世人該如何作正直



無瑕疵的人；作為基督徒，我們應該深知上帝已將道德的標準明明白白地顯示給我們了，那就是上帝頒佈的「十誡」——要愛主愛人。

我們已經被施加了一種觀念，甚至在對最棘手的問題的選擇前也會使用它。舉個例子，將一隻身受重傷且無法恢復的動物殺死，是仁慈和正確的行為，但是少數人覺得對身處同樣情況的人類，也可以這樣處理。一個人能夠去偷竊藥物挽救一條生命或者治癒一個病人。那麼在面對這種兩難境地時，又該如何去行呢？

隨著年齡的增長，很多困難的決策需要去解決。聖經沒有告訴我們遇到具體情況的具體做法，因此，我們應該決定什麼信念是正確的，它為什麼是正確的。要依靠上帝所啟示的原則去選擇。

讓我們一起來研究十誡，看看我們是否能探索到隱藏在每條之下的原則，閱讀《出埃及記》20 章以及《先祖與先知》第 305-309 頁。

誡命一	除了我以外，你不可有別的神。	上帝是造物主、是我們生命的源泉，因此我們必須敬拜唯一的真神上帝。
誡命二	不可拜偶像。	所有偶像都是憑著人類的智慧和工藝製作出來的，不可敬拜它們。
誡命三	不可妄稱耶和華你神的名。	在任何情況下都不可干犯上帝的名。
誡命四	當紀念安息日守為聖日。	安息日是崇拜上帝、紀念上帝創造大工的神聖的一天。
誡命五	當孝敬父母。	孝敬父母是我們的責任和義務，當用實際行動來表現對父母的愛。有些人認為這句話與上帝的旨意背道而馳，他們的理論是：應當孝順上帝而不是父母。
誡命六	不可殺人。	生命是最可貴的，我們當竭盡全力保全每條生命。
誡命七	不可姦淫。	在與人的交往中應保持聖潔，正直和忠誠。
誡命八	不可偷盜。	在社會中的任何關係，如生意關係，雇傭關係，都不可覬覦他人的財產。
誡命九	不可作假見證。	在人際交往保持忠誠，不可相互傳講流言蜚語。
誡命十	不可貪念。	不要放縱自私的欲望，眷念屬於他人的物品。

討論下列問題或者案例：

- 想要別人如何對待你？



- 把你所尊敬和信賴之人的性格特徵寫出來，盡量描述詳細一點兒，而不只是舉例，如「他是一個公正的人」。
- 道德行為關乎對與錯的問題，請列舉一些屬乎道德範疇的行為，以及屬乎社會習俗的行為。
- 我們有哪些行為是屬於道德範疇的？例如：付錢，恪守承諾。
- 哪些道德行為是我們沒有做到的？比如疏於幫助生活有困難的人們或者聖經中的那個財主的行為，《路加福音》十二章，十六至二十一節。
- 我對其他成年人的決定付出過責任嗎？如果你回答「是」，請說明是在什麼情況中發生的。
- 「負責任」是什麼意思？（查考典解釋這個詞語的含義）。
- 人有義務對他/她自己負責任嗎？如果是這樣的話，那麼她/他又該如何做才能對自己公平呢？舉個例子，如果你對待他人如同對自己一樣，你是會表現出同情還是暴躁？

我們已經思考和討論過人作出決定的方式，以及我們判斷一個具體行為是對還是錯的原因。隨著時間的流逝，我們的思想也隨之發生了變化。由於閱歷和年齡的增長，我們能從不同的視角看待事物，或者是說我們所發現的新資訊改變了思考的方式。當我們試著去更多地認識到他人的需求時，上帝的旨意會與我們同在，我們就會有能力更好地達成自己的意圖，而且能夠更加地意識到我們該做的事。我們需要用一生的時光來發展這種能力。

任何年齡階段的成熟人，都試圖按著誠實、責任，以及造福於大眾的原則去做決定。上帝籍著祂服侍工作就顯明了我們日常生活的中的原則。正如幾千年前，摩西所說：「耶和華又吩咐我們遵循這一切律例，要敬畏耶和華我們的神，使我們常得好處，蒙祂保全我們的生命，像今日一樣。」（申命記 6：24）

案例分析一：

18歲的莎朗剛拿到駕駛執照，她的爸爸第一次允許把車借給她享用。因此，莎朗邀請了最好的朋友唐娜一起去兜風。

兩個女孩一邊開車一邊嘰嘰喳喳地說笑不停，在紅燈出現時，她沒有及時剎車，撞上了另一輛車，導致車鏡損壞——這將意味著莎朗再也不能向爸爸借車了。莎朗責難與她相撞的司機沒有在十字路口前減速才會撞車。

但是唐娜知道自己的言不由衷，她之所以能這樣大膽地說假話，是因為當時沒有旁觀者在場見證事情的經過。

那麼唐娜應不應該說出事發真相呢？但如果這樣做了，她不僅會喪失用車權，或許還會被警員扣押駕照。她應該為了維護友誼、為了講朋友義氣而去撒謊嗎？

案例分析二：

9歲的瑪利是位迷人的姑娘。一天，傑夫打電話邀請她星期六的晚上參加一場喬遷慶





宴，儘管她不喜歡傑夫但卻很愉快地接受了，因為她知道自己的心上人基思也會到場慶祝。

第二天晚上，基思電話邀請瑪利參加類似的宴會，而且時間也在星期六晚上，瑪利告訴他會在一個小時內回電。

瑪利應該拒絕傑夫的邀請嗎？

瑪利應該接受基思的邀請嗎？因為這個邀請意味著她能與基恩單獨約會

案例分析三：

艾瑪剛剛在「便宜牛仔」得到了一份工作，自從畢業後他已經有六個月沒有工作了。艾瑪來自一個大家庭，只因父母勤勞地做工才得養活這一個大家庭，所以這份工作對於艾瑪和他的家庭來說至關重要。

一天，艾瑪的一個朋友莉安將三件T恤帶進了試衣間，可她出來的時候，手裡只拿著一件，不用說，另外兩件肯定被她藏在了自己的衣服裡。接著，莉安就在櫃檯付了那一件衣服的錢。

艾瑪要求莉安把另外兩件T恤放回衣架，可是莉安說商店根本不缺這點小錢，沒有必要那麼做。

艾瑪應該犧牲友誼而向商店經理報案嗎？

艾瑪應該放任莉安的偷盜行為，而讓她一犯再犯嗎？要知道，如果被查明，艾瑪就會失去一份好工作。

c. 性與約會

目 標

說明青少年認識性的發展、將與異性建立關係作為成長的正常部分，以及上帝對他們生活的計劃。

討 論

◆ 介紹

今天我們討論的話題是性欲約會，我想你們會對這個話題產生興趣的。大多數年輕人都對身體上的變化感興趣，在生命中的這個時段，你們也會困惑於情感的變動。你們或許想要瞭解自己的目標是什麼。所有這些變化都是上帝計畫的一部分，幫助你選擇男女朋友，去取悅對方、結婚，直至成為父母。

◆ 上帝的創造

在創世之初，上帝造了男人和女人，並賦予了他們不同的體質和情感，目的是讓二者能夠完美地結合在一起生活和勞動——上帝認為祂的創造是好的。

◆ 成熟

男孩和女孩成熟的年齡階段不同，一般來說，女孩在 12 歲左右，其各方面





的發育都趨於成熟，而男孩的發育期則較晚。

- ◆ **男孩的發育**

青春期階段，身體發生著巨大的變化。就男孩兒而言，他們的體格迅速增長，肌肉日趨發達，聲音越來越渾厚，臉部和嘴唇上方也產生了毛髮。

- ◆ **女孩的發育**

女孩在青春期階段，身體特徵也在迅猛地發生變化。她們的身材輪廓漸漸清晰，就如同成熟的女人。可是很多女孩對於自己的改變顯得很茫然且不自信，應該讓他們明白不只是自己的體型發生了重大改變，別的女孩兒也是一樣的，因此，不要為此感到憂慮！

- ◆ **性衝動**

男生和女生在青春期階段不只是身體發生了改變，他們同時也感覺到了性的衝動和驅使。這股強有力的衝動感佔據了他們生活的一大部分。每個成年人都經歷過這個階段，因此，青少年需要向有經驗的成人請教如何克制內心的衝動感。

- ◆ **上帝的旨意**

人類所有的情緒和情感都是上帝給予的，上帝要求我們學會明智地將情感投入到婚姻關係中，也就是要學會克制情感，穩固婚姻關係。

由於情感的驅使，男人和女人相愛，結婚，共度家庭生活。

上帝還賦予人類有生殖的能力，使每一對夫妻都能給世界帶來新生命，新的生命是婚姻的保障。可見上帝的旨意是多麼的美妙，它總能給人類帶來幸福和喜樂。

- ◆ **女生的性衝動**

女生的性衝動沒有男生那般的強烈。女生常常幻想一些非常浪漫的情節，幻想某個男生深深地被自己吸引——常常沉溺於「白日做夢」。

女生渴望男生們喜歡自己、迷戀自己、愛慕自己。她們極其渴望尋找終身的伴侶，建立穩固的家庭，生孩子……因此他們總是努力地吸引男生的注意力，並刻意地與關注自己衣著和裝飾的男生交往。

- ◆ **男生的性衝動**

我們剛剛講到過，男生的衝動欲望比女生更加強烈，而且性意識更容易被喚醒。因為女生們總在以其自身的魅力來吸引男生，比如衣著，髮式和友好行為等等，這些都在激發著男孩子的性衝動。

- ◆ **電視廣告中的性暗示**

你會注意到，在廣告中為了成功地推銷某種商品，就會利用各種手段和方法





展現「性」，來吸引受眾的注意力。在商品經濟時代，商家們費盡心思地引導客戶購買他們的產品，他們拿「性」做廣告，是因為明白人們對「性」有極大的好奇心和衝動感。過早地涉及「性」，是與上帝的旨意背道而馳的，在婚前，基督徒應保持性的純潔，婚後要對婚姻保持忠誠。

- ◆ **聖經**

讓我們一起看看聖經中是如何談到「性」的，《馬太福音》五章八節說：「清心的人有福了！因為他們必得見神。」保羅說：「凡是真實的，可敬的，公義的，清潔的，可愛的，有美名的；若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。」《腓立比書》四章八節。

- ◆ **色情刊物**

色情刊物的宗旨是徹底刺激讀者的性衝動，它們與保羅所教導的——思念純潔的、可愛的相距甚遠。

閱讀色情刊物與雜誌時，你就會不自覺地將異性的身體思想成為一個低級的性目標，從而忘卻了人的身體是上帝用來放置祂的靈的聖殿。

- ◆ **情感的變化**

我們已經探討了許多關於性方面的話題了，那麼現在讓自己思考一下「情感」。情感是最敏感、最柔韌、最複雜的事物。情感包括生氣、害怕、擔憂、高興、悲傷、愛慕、厭惡、仇恨以及喜歡。青春期階段的情感變化尤為強烈，因為客觀因素的變化而使情感週期性地搖擺不定，有時興起，有時低落。而到了成熟階段，情感變化就會得到相對的穩定與和諧。

- ◆ **征服欲**

追尋除家人以外的情愛，是情感發展的正常部分。在以前，父母、兄弟姐妹佔據著你情感的大半部分。可能現在，你的情感集中於一位長者，或許是學校的老師，教會中對你感興趣的某個人，是個藝人，或者是個運動愛好者。你會參與一些群體——男生群體和女生群體。你會擁有和自己特別要好的同性朋友，這時的你非常具有佔有欲，當你看見要好的朋友與別人交談或者接觸時，會感到吃醋。你覺得這個人只應該是為自己所有的朋友。

- ◆ **轉移對異性的情感**

當你度過了青少年中期，就會發現，自己想要體驗溫暖親切，刺激和性吸引，迷戀，甚至愛慕許多身邊的異性的情感，到最終會遇見能使自己安定和結婚的人。

- ◆ **舉例**

博恩是一個典型的例子，他對不同類型的女生都產生過愛慕之情。下面我來



——介紹與他有過交往的女生。博恩與安娜認識了好些年。他們一起長大，倆人可謂是無話不談。上中學的時候，博恩常常騎自行車送安娜回家，倆人也牽過手但從未相互親吻過，因為博恩知道他倆的關係不屬於愛情範疇。

一天，博恩與蘇絲一起外出歸來後，蘇絲對博恩的感情發生了重大轉折，他覺得博恩很有男人味，很有英雄氣概；而博恩也從未體驗過這樣甜蜜的感覺，而這段感情馬上就無疾而終了。

第三個博恩戀上的女生與前兩個有所不同，她就是帕欣。當帕欣與博恩在教堂肩並肩地手拿同一本讚美詩唱歌時，就有一股暖流穿過博恩的心海，他決定約帕欣出去、並為她做一些能使她感動的事情。而帕欣對博恩也很好，她很想成為博恩生命中最重要的人。那麼，由此看來，博恩對三個女孩兒都分別產生了三種不同的感情：對於安娜是一種深厚的友情；對於蘇絲是一種異性之間相互吸引的感情；而對於帕欣感情更多的是來自愛情發出的短暫火花。

後來，他遇見了凱琳和慧詩，她們都很與眾不同。最後，慧詩為博恩帶來了更多愛的體驗，博恩想選擇她作為結婚對象。

你會發現每一個自己喜歡的人，對你特別地友善，因此，你不會用相同的方式去愛兩個人。然而，你不會同時選擇與安娜、蘇絲、帕欣、凱琳或慧詩結婚，因為在生命的這個階段你需要結交眾多朋友，參與男女混合集體的活動。這種青少年中期的集體約會方式可以避免雙人或者單身約會的缺陷。單身約會方式適用於青年中期的後階段。

◆ 發展社交能力——群體

在這個群體友誼時代，人們獲得了更多的機會發展社交能力，從而漸漸學會如何避免在異性面前表現出害羞和失態。如果你有意識地走進人群，並參與其中的談話與活動，就會與他人立刻建立友誼，而自信心也會隨之增長，從而滋生想結交更多年輕朋友的欲望。而很多年輕人因為太害羞而不願意參與群體活動，如果你注意到了某個人獨自站在角落裡，就請邀請他參與到你的群體活動中，這是建立他人自信心的最好方法。在社交中，當然還要注意講話技巧，也要寬容禮貌地待人等等，這些都是發展社交能力所要做的功課。

◆ 群體活動

學校或是教會都會舉辦群體交友活動，每個人可以參與設計不同種類的有意義的活動，例如燒烤會、野餐、戶外活動或體育競賽……也可以邀請朋友參加家庭晚會，如聽音樂、聊天、唱歌或表演比賽等活動。





- ◆ **嘲弄——家庭**

當你在家談論起自己喜歡的男生或是女生時，（因為你總在思念著自己喜歡的人，就會情不自禁地想對家人或朋友說起他/她）就要隨時準備受到兄弟姊妹對你進行嘲弄。他們會戲稱你為「瘋丫頭」或是「傻小子」一類的形容詞。不要在意他們的嘲弄，因為每個人在成長中都會有這樣的經歷。

- ◆ **社交能形成個體的獨立性**

在社交中，人會不自覺地發揮交際才幹和智慧的思維能力；社交能夠培養人具有主見和責任意識，使人更加獨立強幹，擁有更加健全的人格。

- ◆ **約會**

如果你實在不好意思約上你所心儀的女孩子，最好再同時叫上幾個不同類型的女孩與你們一起出行，比如害羞矜持型的、開朗外向的、熱心快腸的、唧唧喳喳的或是安靜嫺熟的。這樣，幾個人就一路上說說笑笑，談論各自的個性和愛好，就不會覺得尷尬了。

- ◆ **女生應嘗試更多的約會**

女生是否只能等待自己心儀的男生的邀約呢？是否該接受其他人的邀請？我認為女生應該試著與更多的異性接觸，有些人稱之為「櫥窗購物」約會法則。此約會方式能夠使你瞭解更多不同類型的異性，從而就有更多空間來選擇結婚的對象。

- ◆ **總結**

這的確是生命中激情四射的時光，當我們成年人再回首這段時光時，仍然對所有趣事都記憶猶新。請抓住這美好時光，因為它將一去不復返。



姓名：_____

討論關於性與約會的相關話題

A. 討論在哪個年齡階段才可開始約會。

- 13 歲以下 > 不准約會
- 13-15 歲 > 群體約會
- 16 歲以上 > 異性約會。

B. 建議約會活動——意在擴大興趣面。

C. 討論約會法則、指南、限制等等。

甲、 父母的參與

- 應該讓父母認識約會的對象嗎？
- 應該告訴父母約會地點和回家時間嗎？

乙、 約會的規矩與禮節

- 儀表要整潔
- 敲門，等待主人開門。不要按車喇叭。
- 男生負責開關車門。
- 不要談論前女友/男友。

丙、 討論約會限制事項

- 約會結束時間。
- 約會地點不可在娛樂場所。
- 停車地點。
- 個人的限制。例如接吻，接吻不是男孩的權利，也不應該是約會結束時的一種支付方式。



d. 選擇配偶

目 標

開始評估自己渴望將來的結婚對象所要擁有的特質，這會對一個成功的婚姻有幫助。

介 紹

你也許會奇怪，為什麼自己還未發育成熟，甚至沒有約會的對象，團彥級的課程就設置了「選擇終身伴侶」這個成年人的話題。你必須明白，選擇婚姻的另一半是每個人的終身大事，要早早地為婚姻做好準備。因而學習有效用的婚姻指南是對將來的生活有極大幫助的。

◆ 提前為婚姻做好準備

在一生中，積攢過對於婚姻對象的概念。如果你生長在一個父母親相敬如賓的家庭中，就已經學到了正確的婚姻概念。在父母親互相尊重的家庭中長大的孩子，渴望自己的婚姻關係也是如此。

如果想要瞭解你未來的家庭，就先觀察現在的家——你所生長的家庭會影響你將來所組建的家庭。

如果你是個女生，或許就已經從媽媽那兒學到了該如何為人母；而媽媽對待爸爸的方式，也同樣會影響你將來對待自己丈夫的方式。

反之，對於男生也是同樣的道理。你所看到的爸爸對待媽媽和孩子的方式，也會影響到你將來對待妻子與孩子的習慣。

如果現在的家庭對你的影響是良性的，那麼就不難處理將來的家庭事務。但如果現在的家庭存在著許多問題，那麼你將來的新家也會出現同樣的問題。

◆ 約會的目的

年輕人約會不是為了結婚或浪漫，而是為了發展人格特性。廣義來說，婚姻是以在約會的基礎上建立起來的，但是約會並不意味著雙方一定要結婚。

約會最終的結果是結婚——對的婚姻發生在對的時間。

早期的約會通常是由於大家都「有共同語言」，喜歡和一群人外出參加活動。這段時期過後，就開始有規律地和特定的人約會，從而關係會發展到「穩定」。在這一階段，就不會有興趣與其他人約會了。

過一段時間後，戀愛中的某個人的感情會冷卻，就會選擇分手。分手會使有心碎的感覺，特別是當一方還深愛著另一方的時候。但如果充分考慮著另一方的感受，這段關係就能在理智中完結。

在找到可以繼續去喜歡，繼續去愛慕的人之前，年輕人之間的關係通常很少保持「穩定」。

約會、穩定，都是愛情和認識某人的發展階段，隨之而來的是求婚、訂婚與結婚。





- ◆ **關係的嘗試與錯誤階段**

青少年正處於學習的階段，他們總在試圖探索哪種類型的異性是自己喜歡的。因此在婚姻前期，青年人處於「戀愛反復試驗」階段，在這一階段中，他們不斷地從不同的異性身上尋找優秀的、吸引人的特質，他人的獨有特質可以影響本人的行為和態度。

- ◆ **肉體吸引**

通常情況下，男生和女生是被對方迷人的特質所吸引，從而結識、再發展成情侶關係。但是被吸引的感覺並不是「愛」——只是虛浮的肉體的吸引，要發展成愛情還需相當長的時間。肉體的相互吸引使人一瞬間「墜入情網」，或「一見鍾情」，現今有很多流行歌曲都是在頌讚這種美妙的感情。必須得承認，這種吸引方式很重要，但是要記住婚姻大事也應建立在對方重要的品質上。

實際上，在選擇某人結婚之前，應與之建立良好的友誼。感情是培養而成的，而友誼需要被灌溉。

- ◆ **友誼**

通常情況下，婚姻是從好朋友的關係上發展、演變而成的；兩人在普通朋友階段漸漸地被對方吸引，從而發展為更深層次的戀愛關係。因此要悉心灌溉友誼的花朵，才能結出愛的果實。

- ◆ **年齡**

結合成戀人，也需要考慮對方的年齡層次，一般來說，女生比男生年紀要小一點。如果年紀差距在十幾、二十歲之間，就要認真考慮了，因為你不是在找另一個爸爸或者媽媽與你同度一生。

- ◆ **智慧**

在考慮對方是否能成為你的戀人時，應注意他或她是否在智慧地、有意識地貼近你的喜好。假如你喜歡博覽群書，而對方只喜歡看連環畫，你就要馬上意識到此人不適合做自己的戀人，因為他不在乎你的喜好。

要充滿戀愛的智慧，應閱覽眾多書籍，發展說話技巧。溝通是從心靈開始的，睿智的語言，能拉近雙方的距離。

- ◆ **背景**

如果你與戀人有著相同的社會背景，將來的婚姻就擁有了基本的保障。如果對方與你存在不同的文化與種族背景，應慎重考慮你們的關係。

- ◆ **宗教背景**

宗教背景在每個人的心靈中佔有不可磨滅的地位。因此在選擇戀愛對象時，應先問問自己，你與她/他有著同樣的信仰嗎？



◆ 健康

必須去瞭解戀愛對象的身體狀況，情緒和心智的健康狀況，還需瞭解對方的家族病史等等，一系列健康問題，以及對方的飲食和鍛煉情況，因為如果對方的健康狀況不佳，將會直接影響到你們的孩子。

然而也有必要瞭解對方的脾氣。他是否容易勃然大怒，或者動不動就垮著個臉靜靜地坐在一邊？他是個開朗的人或是憤世嫉俗的人？他是個放浪不羈的人或是個膽小怕事的人？是個多愁善感的人或是心理剛硬的人……

在戀愛和婚姻中，幽默感也很重要，一個小小的幽默詞語能夠為感情生活帶來不少的歡笑。

◆ 性格特質

婚姻是一項終生關係。因此在選擇終生伴侶時，應該為將來的五十年歲月做好準備。這不是一項簡單的事情。

如果與你生活的那個人忠誠、周到、友善而且體貼，你就不會在意他/她是高還是矮，胖還是瘦，帥氣還是平凡，聰慧還是平庸。

如果你的另一半是個自私的、虛偽的，毫無責任感的人，那麼你們的關係就必定會觸礁；不要告訴自己「結婚後，我會改變他的」，這類話只是個「美好的幻想」。

你會發現，當兩人陷入熱戀時，一方就會表現出不好的一面，但在外表上還是會表現出最佳的形象；但是當對方覺得再無必要保持外表的形象時，他的行為會變得更糟糕。

因此，必須考察結婚對象的素質。因為他們現今的行為就是將來十年、廿年、三十年之中的寫照。

要認識到，每一個人都會有缺點。你不可能找到一個完美的人和你結婚。因此，當認識到他不完美的地方，你能夠適應於他的生活嗎？要提前接受另一半的真實人品，不要期待著已結婚就能改造他。

◆ 愛

青年人總在問戀愛的知識。首先要知道，愛情是需要時間培養的；它不會產生於一瞬間。愛一個人意味著寬容地將她的喜好放在第一位。要更多地為對方著想。一個女孩非常在乎一個男孩，為了使他達到理想，她斷了與他外出遊玩的意念，目的是讓他呆在家裡準備考試。當他通過考試後，那個女孩得到了無比的自豪，因為這是屬於他倆的成就。

迷戀：迷戀通常被稱作「初戀」，是指對某人身上的強烈吸引力有感覺而對他的性格沒有真正的認識。迷戀和成熟的愛情有關聯，因為懵懂的感情一定會發展成為成熟的感情——如果穩定地發展感情，就會成熟。可是一個年輕人曾經說過：「和初戀結婚看起來美好，但這一定是悲慘生活的開始。」



三項測試：

1. **時間測試**——愛情的生長需要時間。
2. **適當地保持距離**——在與你的戀人分離數周或者數月後，你對他/她的感情依舊嗎？
3. **朋友關係**——你與她/他有共同特質嗎？如果在你們還是朋友關係時就相處得非常融洽，就說明愛情將要來臨。

◆ **朋友**

朋友之間喜愛在一起享受時光——一起散步、一起運動，一起訪友。然而，當你戀愛之後，你會在意你的另一半擁有其他的朋友嗎？你應該明白，人在任何人生階段都需要美好的友誼，即使在婚後也是這樣，因此，不要局限對方的交友圈，而且還要試圖使自己融入其中。

◆ **金錢問題**

許多家庭都是因為金錢問題而變得搖搖欲墜，因此必須瞭解未來的婚姻伴侶處理金錢時的態度和方式。要明白他或她是節省型的人，或是奢侈的人；他或她是經常出入各種名店或是容易滿足的人……

◆ **家庭背景**

必須全面瞭解未來伴侶的家庭情況，他或她自己及其兄弟姐妹是否孝敬父母；他或她在家是否是個勤快且任勞任怨的人；他是否在有意識地回報家庭的關愛，也就是說他/她是否感激家庭的養育之恩。

◆ **尋求建議**

準備結婚之前，一定要尋求父母、家人和朋友對於婚姻各方面的建議。因為旁觀者清，他們會為你提供明智的婚姻指南；當然最重要的是禱告，尋求上帝的指引。

◆ **成為「對」的人**

幸福的婚姻不是取決於「找到」對的人，而是「成為」對的人。定意成為我所要吸引之人所喜歡的類型。因此，從今天開始，就要成為一個讓更多人喜歡的友善的人，這樣就能從眾多的人中找到另一半。努力成為將來的結婚對象的意中人吧！

◆ **總結**

1. 認識到要提前為婚姻的到來做好準備。
2. 明白選擇終生伴侶的步驟以及拒絕的方式。
3. 明確地描述對將來結婚對象類型的觀念。
4. 要理解成為對的人與找到對的人同樣重要。



姓名：_____

討論關於選擇配偶的話題

1. 按照自己對另一半的期望排序 (1 至 12):

好相貌

有錢

有豪華轎車

有耐心

寬容

健康

受歡迎

信靠上帝

穿著時髦

謙遜

良好的家庭背景

勤勉刻苦

2. 你希望未來的另一半還應具有什麼特質？

3. 在戀愛時刻，年輕人應避免哪些行為？

4. 確立穩定關係的最佳時機？

5. 關係穩定的優勢。例如可以隨時結伴出行。

6. 關係穩定後還存在哪些弊端呢？例如雙方身心受到限制性太強，導致早婚的可能。

7. 戀人在分手後還能維繫朋友關係嗎？如何維繫？

8. 還有哪些可幫助年輕的男女進行相互瞭解，相互欣賞以及相互尊重的經驗？



健康及體能訓練

要求 1：為小學生舉行一次健康原則演示

說明

如果有許多團彥級會員參與，可以為他們呈現一個特別的健康計劃。如果只有一人參與，就組織多部分的簡短主題系列活動。

介紹的內容可以包括一個或多個主題：肉類、蔬菜、糖類、家族病史、鍛煉與保健、毒品、酒精飲品、香煙等等。

如想同時獲得節制榮譽證或營養榮譽證，必須完成榮譽證的其他要求。

教學方法

1. 給每一位團彥級會員派發有關健康的期刊或文章。
2. 要求團彥級會員就「健康」這主題發表簡要演講或書面報告。
3. 為團彥級會員提供充裕的時間探討健康的原則。鼓勵小組為各會員所呈現的資料提供意見。
4. 接下來是對各團彥級會員所闡述選擇健康生活的原因進行討論。
5. 如果有會員想建立自己的生活方式，就請他們各抒己見。
6. 下列的活動項目可作參考：
 - a. 烹飪示範
 - b. 烘烤麵包示範
 - c. 身體健康示範
 - d. 食品安全示範





要求 2：完成下列其中一項：

- a. 寫一首詩或文章並投稿到教會其中一本健康或節制類雜誌。
- b. 以個人或小組籌備及參與一次「慢跑樂」或類似活動，討論和記錄有關的體能訓練預備活動。
- c. 閱讀懷愛倫著的《論飲食》第六章，並通過是非題測驗。

目 標

使每個團彥級會員見證自己健康狀況的改變。

a. 詩歌或文章

- 鼓勵會員發揮寫作才能，努力完成這項要求。
- 挑選出最佳的詩歌或文章，並呈給區會青年部幹事。由其決定將哪些作品提交各類期刊雜誌的編輯。

完成方法

創作詩歌或文章。

b. 籌備一次「慢跑樂」或類似活動

1. 激發團隊的活動熱情。
2. 慎重挑選活動場所。
3. 將各個年齡層的人分組參與活動。
4. 展示團彥級會員在活動中的專長，並要求他們記錄活動日誌。
5. 在上衣或絲帶上注明活動贊助商的名稱。

完成方法

組織參與各項活動，作體能訓練報告。

c. 閱讀懷愛倫著的《論飲食》第六章，並通過是非題測驗

完成方法

答對最至少15題。



團彥級 健康及體能訓練 2 – 《論飲食》第六章

姓名：_____

請回答以下問題，以「✓」表示認同；以「×」表示不認同。

問 題	答 案
1. 過節制的生活能使人們順服上帝的恩典，從而與上帝的關係更加密切。	
2. 不良的生活習慣只能損壞身體，而對屬靈生命沒有影響。	
3. 節制對於我們來說並不那麼重要，因為人有權利過隨心所欲的生活。	
4. 當我們鼓起勇氣堅持說「不」時，撒但的能力也會變得毫無功效。	
5. 如果人真誠地向上帝求告幫助他戒煙，就會蒙應許。	
6. 上帝應許過，要使人擺脫各種試探誘惑。	
7. 有許多解決罪惡問題的方法。	
8. 如果意志力與決心背道而馳，將會一錯再錯。	
9. 因為上帝明白我們的罪性，所以祂不要求我們成為完全。	
10. 當垂頭喪氣的時候，禱告也沒有多大益處，等待一段時間心情就會好些。	
11. 在基督裡的平安能促進身體健康。	

團彥級 健康及體能訓練 2 – 《論飲食》第六章

姓名：_____

請回答以下問題，以「✓」表示認同；以「×」表示不認同。

問 題	答 案
12. 如果繼續放縱情欲，上帝就不會悅納我們的身體。	
13. 我們不能憑著自己勝過試探誘惑。	
14. 憑自己的努力能得勝。	
15. 人抵抗不了罪惡。	
16. 將自己的意志力與上帝的旨意聯合起來，可以克服一切壞習慣。	
17. 上帝願意傾聽每一個軟弱無力之人的求救。	
18. 輕視健康法則便會危及生命。	
19. 在伊甸園門外的人，是不能抵禦撒但誘惑的。	
20. 基督拒絕醫治帶疾病的人。	



要求 3：完成營養榮譽證或帶領體適能榮譽證

目 標

強調將健康理念付諸實踐的重要性。

教 學 方 法

充分利用各種材料和教師教授健康知識；可以邀請體育科老師或運動教練教授有關項目。
這兩個榮譽證的要求，請見附件。



組 織 及 領 袖 發 展

要求 1：討論並詳細地繪畫分會或聯會的架構圖

目 標

使團彥級會員深刻認識教會的架構和組織。

教 學 方 法

要求全班討論，並制定機構架構圖。

組織架構

把你所屬的教會與其他位於相同地理位置的復臨教會連在一起，包括區會。區會可能是一個洲、洲的一部分、島嶼、國家。

除了區會之外，也要介紹聯合會。它是由多個位於不同地理位置的區會組成。這些聯合會隸屬一個分會，而所有分會都是總會的分支。

完 成 方 法

參與學習討論及繪畫分會或聯會的架構圖。

要求 2：出席前鋒會基本職員訓練班

目 標

使每個團彥級會員將自己視為教會的行政管理人員，而不單是前鋒會的會員，經過學習與培訓，為以後成為一名真正的教會同工做準備。

教 學 方 法

一般而言，每年區會前鋒會事工幹事都會為新的前鋒會領袖及其團隊提供訓練課程。

課程為期10小時，內容包括前鋒會組織、規劃、見證、各種儀式、大自然活動、手工藝、露營、周年計劃等等。前鋒會基本職員訓練班是可用於發展職員訓練的其中一門課。





要求 3：為前鋒會之初級會員（團友-團俊）教導任何榮譽證最少兩項要求

目 標

這與組織及領袖發展要求2的目標相同，還需參與領袖發展實踐與強化前鋒會。

教 學 方 法

建議教授之榮譽證可以是貓科、犬科、哺乳動物、種子、初級游泳等等。導師應該監督並協助會員完成這項要求，不要使他們灰心喪氣，也不會養成不良習慣和不良結果。



自然研究

要求 1：閱讀《歷代願望》第七章中有關耶穌童年的故事，並藉與會員講述你在原始自然課(比喻)中的學習和觀察，來將耶穌的教育和事工與大自然教育聯繫起來。

說明

「當我們力圖藉天父的話認識他時，就必有天使來臨，使我們的心志堅強起來，我們的品格也必蒙陶冶成為高尚而純潔。我們就越發與我們的救主相似。我們看到自然界的宏大與美麗時，就能對上帝生出敬愛。每當我們在大自然中接觸無限的上帝而肅穆生畏時，我們的心靈就必因而振奮。藉著禱告與上帝溝通，我們的智力和道德得以發展。當我們思念屬靈的事時，我們屬靈的能力就必加強。」(《歷代願望》70.4)

耶和華是兩本書的作者——《聖經》與《大自然》。他寫給人類的第一本書既是《大自然》，耶和華在六天之內創造了世間萬物(詩篇 33:6, 9)；耶和華寫給人類的第二本書就是《聖經》，聖經撰寫時間跨越一千多年，各書的作者所處的時代及他們的身份地位都各不相同，有的是先知，有的是君王……他們都是被聖靈感動而寫作的(彼得後書 1:21)。這兩本偉大的著作的署名權為我們的創造者，它們是值得全人類都用其畢生的精力來研讀與默想的。

亞當與夏娃早在創世之初就擁有了《大自然》這本書，並由創世者親自指導閱讀。在這本書的每一頁中都生動地描繪了神奇的所造之物，它們向這兩個人類完全彰顯了上帝偉大的智慧與品格；亞當與夏娃天天都在研究上帝無比的大愛，上帝永生的公義，以及上帝永不變更的神性。世上再沒有哪一本教科書能比上帝的著作更加偉大、更加振奮人心的了！

而當亞當與夏娃犯罪之後，他們就再也沒有資格閱讀《大自然》的原版了。多年以後上帝的「課程」被慢慢修改了——但它仍然美麗——接著被一代又一代的人們流傳下去。直到撒旦將這本書惡意篡改之後，它才失去了原有的光亮，變得殘破不堪，但上帝並沒有立即恢復《大自然》的原貌，而是藉著他衷心的僕人——摩西，將上帝偉大的真理重新編制成了舉世皆知的《聖經》。

只有學習聖經，我們才能理解原版《大自然》中的每一個章節；只有隨從聖靈的指引，才能瞭解上帝與人類同行時所發出的應許、才能深刻理解上帝的救贖計畫。

正如剛才所說，《大自然》展現了一切被造之物的奇妙，那麼《聖經》同樣對大自然原有的模樣進行了生動詳細的描述，把這本偉大的書籍用這種方式傳承下去，是多麼壯麗的景象啊！

在本章中，對團彥級會員有兩項要求。第一，要求所有會員理解聖經的偉大主題：上帝是造物主、是君王、是審判者，更是救主也是人類最好的朋友。耶穌的一生充滿著祝福與憐憫，只要我們親近他、奉獻他、服務於人，就能從中得到無比的喜樂。第二，鼓勵會員向耶穌學習講授大自然課程的方法，學會利用大自然事物描繪上帝的美好品格以及他的救贖計畫。



要求 2：完成下列其中一個榮譽證：

- a. 生態榮譽證
- b. 環保榮譽證

目 標

使團彥級會員理解人與自然的相互依賴性，並認識到每個基督徒都有責任維護上帝所造之物。

教 學 方 法

這兩個榮譽證的要求，請見附件。



戶外生活

要求1：在野外露營二晚，並討論露營所需的裝備

目標

使團彥級會員親身體驗露營活動，發展戶外生存技能。

說明

露營活動與其他活動有著很大的區別，因為它需要參與者做好全方位的準備，包括攜帶各種所需工具、食物、帳篷以及衣物。需考慮兩個不同的露營的地點。

進行露營活動前，必須討論食物的組合及烹煮方法，才決定攜帶那些食物。

由小組自行決定露營地點，但要提前決定活動的集合時間與地點，並確認露營的實際地點。

你可能會選擇按照團彥級的方式露營。如果是這樣，那就要取消週六晚的營火活動，取而代之的是重新整理行裝並前往另一個露營地點，但不要在安息日進行。

教學方法

1. 示範正確的整理行裝技巧，並要求每位會員嘗試整理行裝，為露營做好充分預備。
2. 安排行山隊來作講座分享。
3. 重溫指南針的使用方法。
4. 重溫地形圖的使用方法，選用一份地形圖，策劃遠足路線及露營地點。
5. 回顧露營所需攜帶的衣物清單。衣物：上衣、褲、內衣、內褲、禦寒衣物、帽子、襪。盡量做到輕裝上陣；注意夏季溫度的變化。
6. 食物：盡量多帶些乾糧。罐頭食物較重，新鮮水果不易攜帶，最好用乾果替代。記住要「滿滿地去，空空地回。」

建議：自備乾豆、薯仔、洋蔥、紅蘿蔔、濃縮飲料(蔬菜、香菇、芹菜)；乾果--黃梅、梨子、棗子、葡萄乾；堅果--腰果、杏仁；奶粉、餅乾、阿華田；甜食--什錦布丁、什錦點心；灌裝沙拉油以及食油。也需攜帶實用的廚房用具和碗盤；制定功能表，接著稱食物的重量，再將行李分擔給各小組成員。將每個人的要求記錄成冊。

7. 溫複習遠足守則，知道迷路的時候該怎麼辦。
8. 一路上要保持寫記錄的習慣。走完一段路程後要趁思想還清晰活躍時完成遠足日誌，日誌和記錄中的描寫應該和實際遠足情況一樣有趣。
 - 基本資料：活動日期、時間、地點、天氣、參加者
 - 日誌內容：遠足目標、經歷的事情、路上所見所聞。例如經過的地形相貌、看到的樹木、灌木和花草、有趣的事、聚會活動等。



- 手繪圖：可以將所見所聞以手繪圖的方式記錄下來，例如各種地形、海洋、檢查站、營地等等。
- 裝備檢視：記錄裝備是否缺乏
- 起居飲食：記錄食物清單，預備將來作檢討。

透過日誌，我們可以了解會員所經歷的事和他們對本次活動的期望、反應和感想。

9. 建議活動：

星期五	安息日	星期日
前往第一露營地點	起床、個人靈修	起床、個人靈修
起營	早會	早會
接安息	早餐	早餐
晚餐	安息日學	自然類榮譽證
詩歌分享	崇拜	營地工藝
信息	午餐	升級要求
	自然類榮譽證	午餐
	送安息	收拾
	晚餐	
	收拾	

完成方法

參與遠足討論活動。





要求2：計劃並烹飪一餐三道菜色的營地膳食

目標

使團彥級會員於戶外能學會烹製營養餐食。

說明

這個項目適用於正規前鋒會露營或聯合露營活動。會員的菜單範圍很廣，幫助他們選擇均衡飲食的食物。

教學方法

溫習不同類型的生火技巧及反射爐的運用

組織烹飪比賽，看誰能製作出營養又美味的菜肴。

菜單建議：

第一道菜—蘑菇湯。

第二道菜—餃子、薯蓉、豆類、紅蘿蔔

第三道菜—飯和水果。

第一道菜—蕃茄薯仔湯

第二道菜—蔬菜、錫紙薯仔、豆類、紅蘿蔔

第三道菜—**奶油布丁**

完成方法

每人製作三道營地膳食。



要求3：完成一件扎作或繩索的製作

目標

培養團彥級會員戶外生活技能，使他們掌握使用繩索以及扎作設備的做法。學習使用扎作使戶外生活更舒適。

說明

這項要求是為了檢測課堂的學習情況以及提供有趣的活動。可以在例會時教授，但是青少年更願意在野外學習。青少年必須在實地活動之前掌握基本繩索的使用方法以及扎作技巧。

教學方法

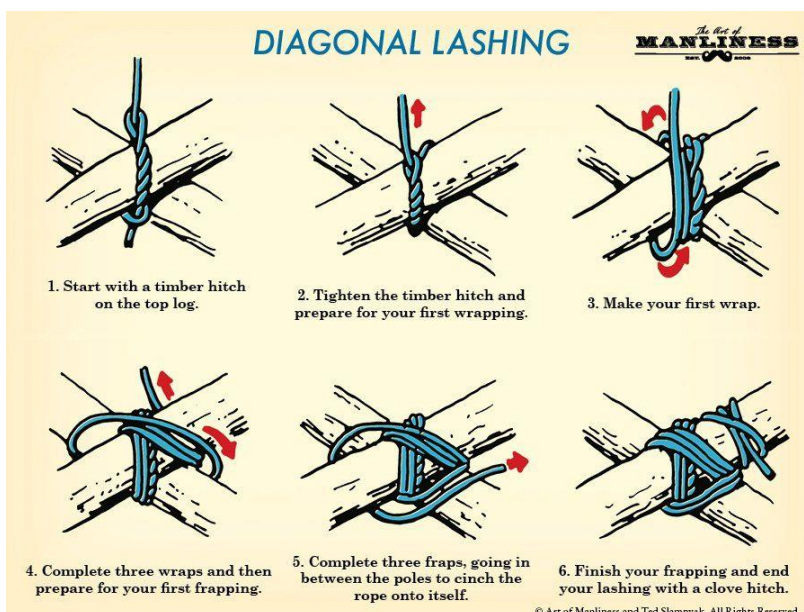
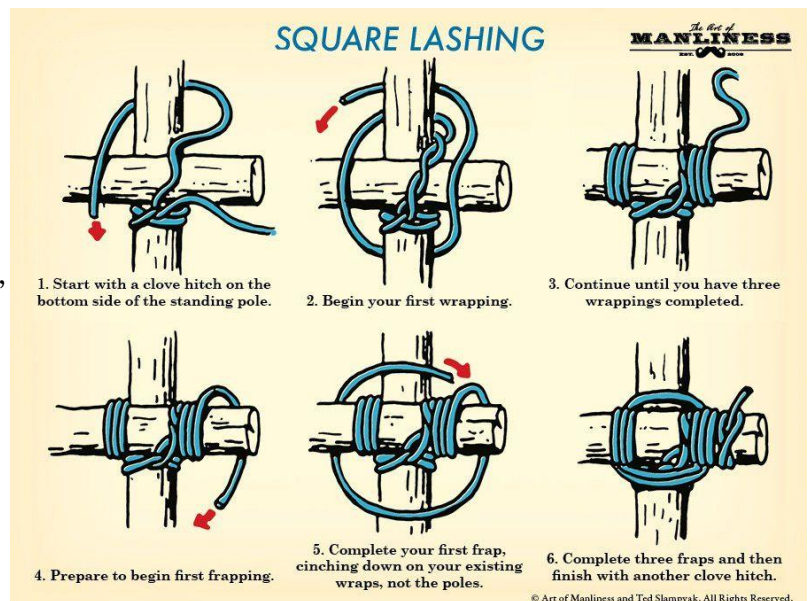
1. 導師演示
2. 學生觀察
3. 實際應用
 - 限制任務完成時間
 - 提供操作實物
 - 要求他們建造實際的項目，如桌子、橋、索道、淋浴間、瞭望台等等，為露營做準備。

扎作繩結

四方編結(Square Lashing)

主要用來固定帆橫杆的每一個環節。

方法：在兩杆成十字形交叉時，先在直立之木杆上先作一雙套結，自下向上繞著橫方之木杆順序排列圍繞三次，再在兩杆交叉中間圍繞拉緊三次，用雙套結收緊繩端於橫杆上，如果繩子過長，可用半結將繩子全部收緊，再用雙套完結。繞時應注意繩圈順序排列。記住：“以雙套結開始，圍繞三次，收緊兩次，以雙套結結束”。



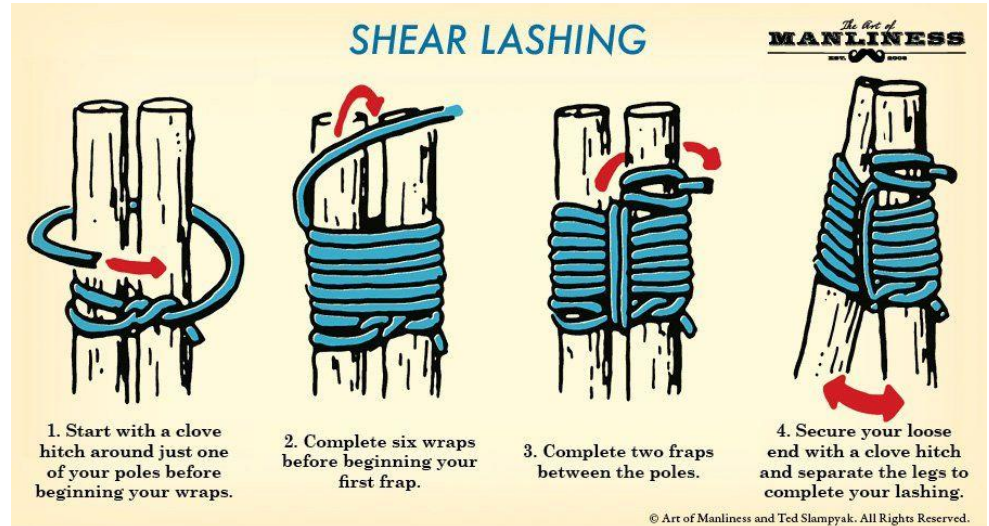
十字編結 (Diagonal Lashing)

將兩根帆橫杆交叉固定。它的方法在兩杆交叉時，先在交叉點上先作一曳木結，將繩自上而下在原交叉處順序圍繞拉緊三次，再將繩自左至右在兩杆交叉處又圍繞拉緊三次，繞時應該注意繩圈順序排列最後，在兩杆中間也要圍繞拉緊三次，用雙套結收緊繩，或用半結將過長之繩收緊。

展立結(Round or Shear Lashing)

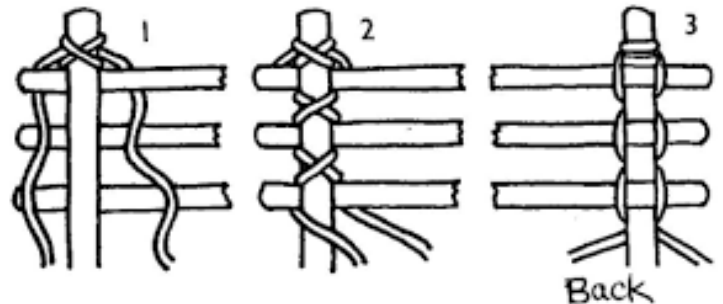
主要用途是連接兩杆並立，這結完成後，兩棍還可形成作交叉狀，不必平行相對。因此它往往用來作剪刀形的連接。先把兩棍平相對，並在其中一棍綁以一個雙套索，然後把所餘的繩頭部分向繩身相繞，接著把繩圍繞兩棍八、九次。完成上述步驟後，把繩身穿過兩棍中央的狹窄孔隙兩次。繞了兩圈之後，另一棍上捆以雙套索收尾。

注意：亦可將兩根沒收緊的繩子連接兩杆，合併成一杆。



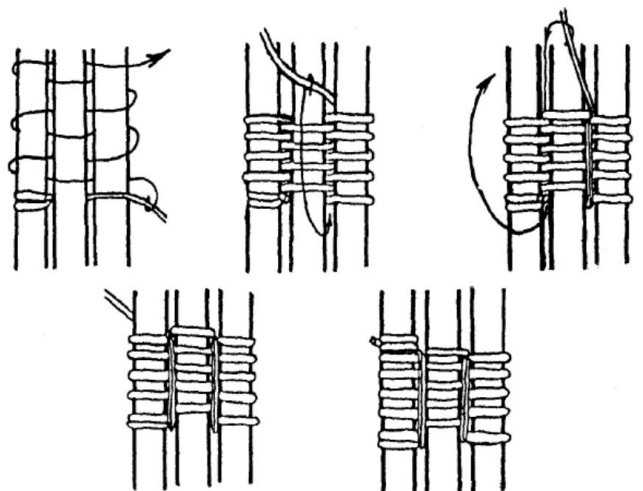
雙蛇形編結(Continuous Lashing or Double Snake Lashing)

與單蛇打法相似，但此編結以繩索兩端編結，比較省時快捷。適合製作枱面之用。



八字編結(Figure-of-eight Lashing)

這是將三根木棍做成三腳架的方法之一，此編結的名稱表示了它的編結方法，而且其結法簡單易學，可用來紮作三腳架。

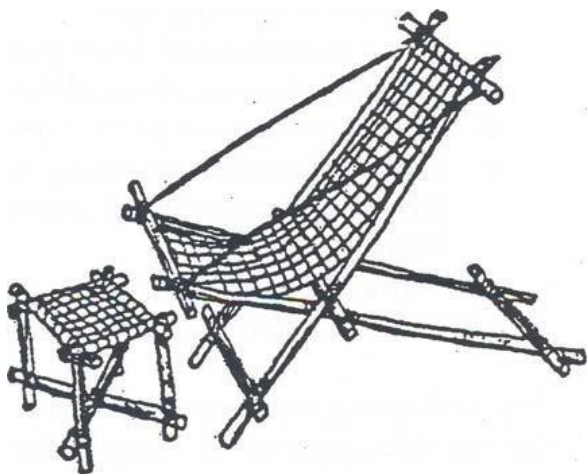
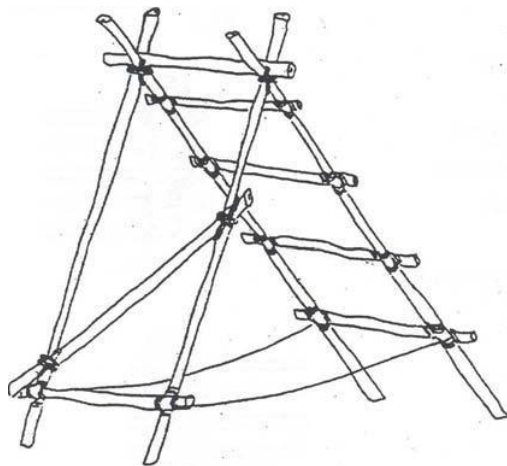


扎作項目

扎作可以充分發揮你的設計與創造才能，利用你手中的繩索和竹支能夠實現許多奇思妙想，即使是最現代的工程項目的基本構造原理也來自這最原始的方法。本章節為你提供了許多可以實現的扎作的構造技巧，希望可以激發你的創造靈感，最好不要原版複製。

梯子

做梯子需要很多繩子。用展立結固定支架部分，階梯部分運用四方編結來固定，還必須用兩條繩子分別將兩邊的梯腳連接起來，最後利用對角撐固定。

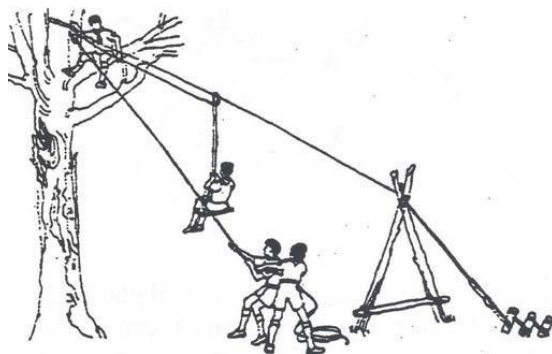


踏腳凳

製作踏腳凳同樣需要大量繩子。做一個舒適的凳子可不簡單！就拿折疊式躺椅來說，它的坐墊選材最好是繩子或者帆布，但要使坐墊變得鬆軟柔韌就需要花點功夫了。

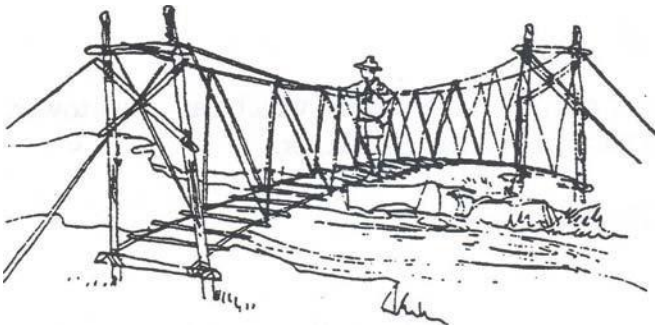
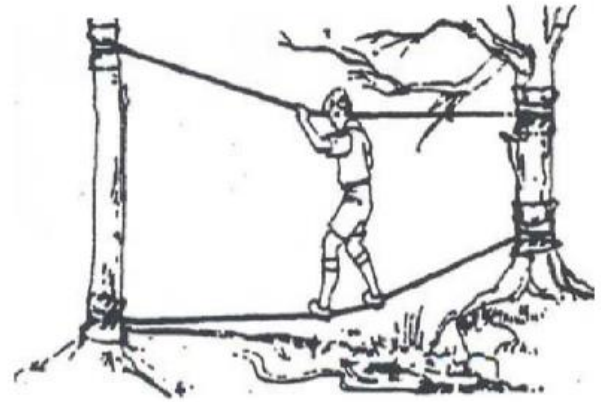
索道

索道包含四部分：起重三角架、錨地、月台以及單人座板。製作時，必須將起重三角架建得更高一些，不能使單人坐板觸及地面。在地面建立一個錨地，用來支撐三角架免塌陷而使繩索脫落。一定要記住，在樹枝和起重三角架等主要部位的編結必須是活結，方便拆卸。必須確保繩索品質良好，將潤滑油塗抹在滑輪上，以便它能夠自動的滑動；滑道長度至少是二十米，而且角度不能過於陡峭。



簡單的繩索橋

既是在兩根堅固的樹幹之間繫上兩條長繩。其中最困難的一道工序就是將繩子繫緊，因為如果繩結鬆弛，整條繩子將會下垂，這是性命攸關的時刻。必須一邊不斷地將繩子纏繞住樹幹，一邊打結，才能固定這一關鍵點。

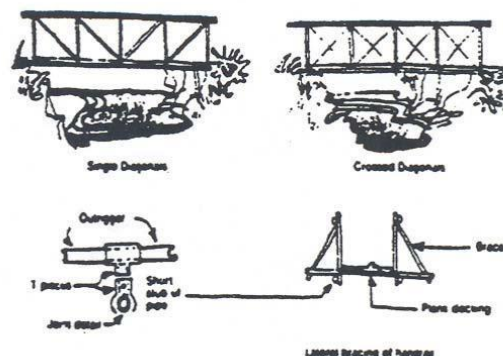
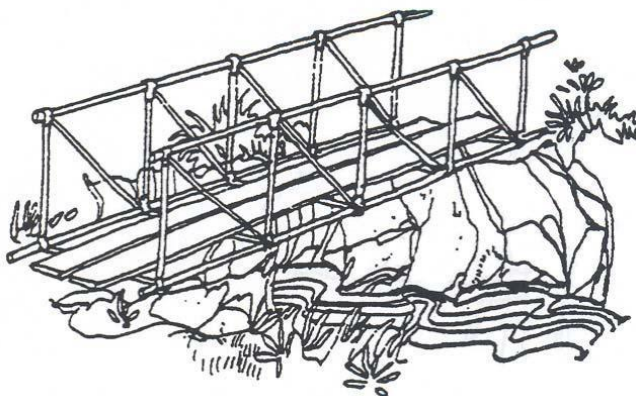


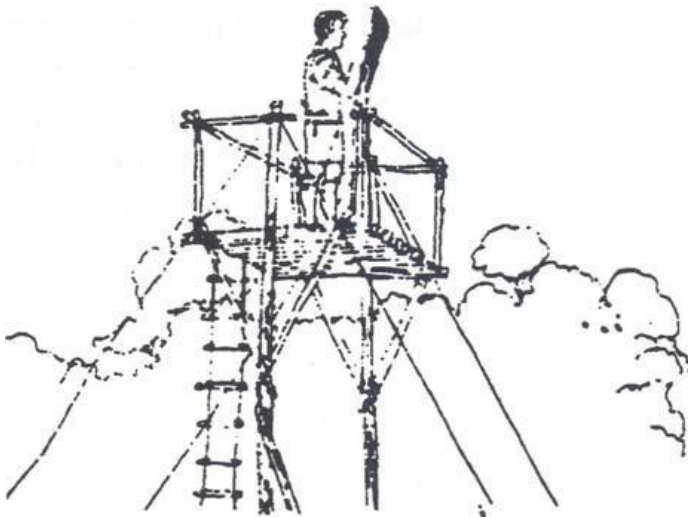
吊橋

建構吊橋的原理與世界上其他吊橋的相同。

格子橋

格子橋的選材可以是傳統的橫杆或鋼管，而後者所構造的格子橋經久耐用。如果選用橫杆作為主要材質，而整個格子橋的長度不超過六米的話，可用繩索捆紮固定；如果超過了這個長度，就必須用螺、栓固定。如選用鋼管作材料，用作固定的材質必須選用高品質的裝配零件。用來作為護欄對角線的鋼管，直徑應為 $25\text{mm} \pm 3\text{mm}$ ，它可防止護欄脫落。





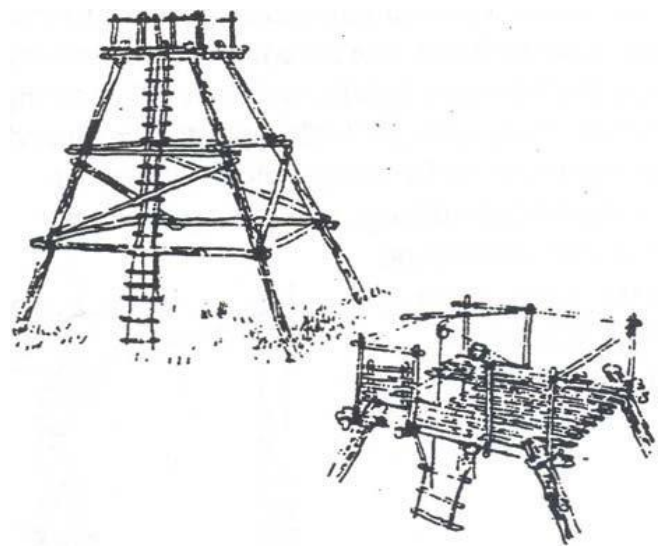
瞭望台

支撐瞭望台的橫杆必須長且結實。瞭望台可直接在地面製作，最關鍵的一點是將橫杆與瞭望台連接，連接孔的直徑應為 30-50 厘米。

運用大量繩子製作台底和繩梯，必須將繩梯的兩端分別牢牢地固定住台底以及地面，以便攀爬省力。

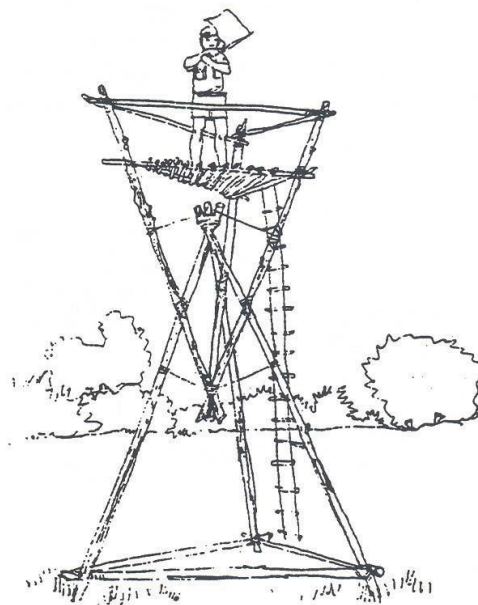
格子塔

格子塔具有廣泛的適用性，並可成為永久性建築物。和其他類似的建築物一樣，它也需要牢固的材料作為支撐。而之所以叫做「格子塔」，顧名思義，它所需用的支撐物繁多，一節一節搭建起來就如同格子的形狀。



金字塔

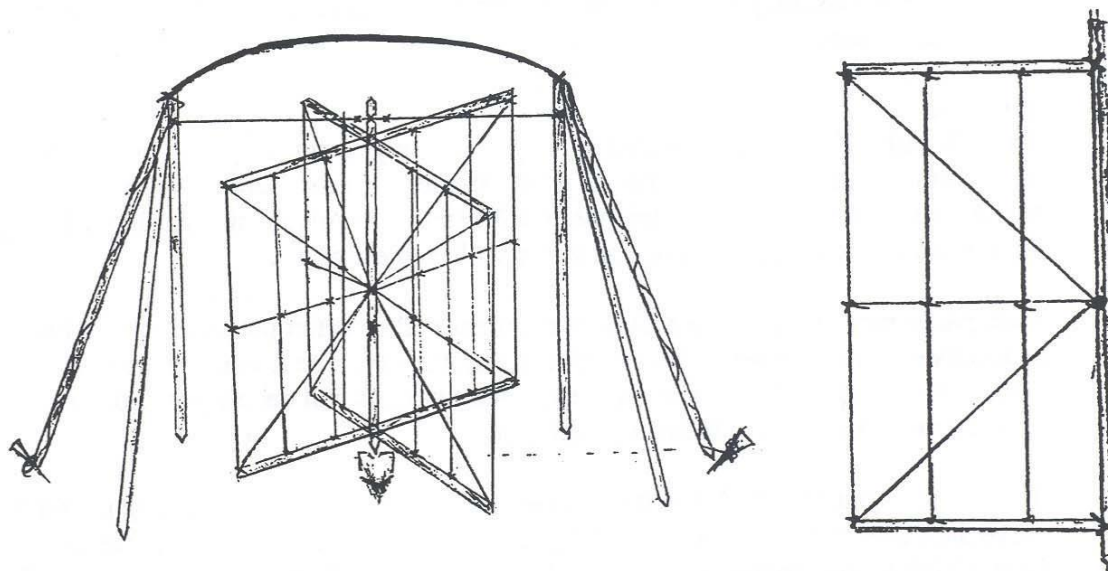
如圖所示，將兩個立錐體的關鍵點固定，就構成了「金字塔」，這是最簡單的製造方法。要注意的是，必須根據塔頂的高度來製作繩梯，最標準高度應為六米。



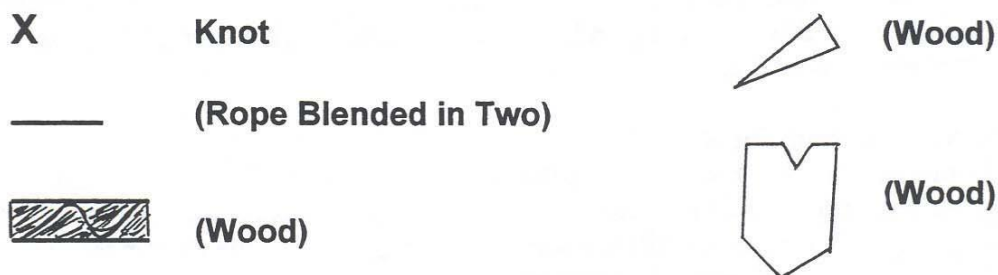
這種「終極高樓」攝於國際金波利大會，屬於巴西風格。

旋轉門

REVOLVING DOOR



Sketch of a revolving gate built by a Pathfinder club in Romania.





要求 4：考獲一個可作為水上活動、運動、康樂或野外活動專章的榮譽證

目 標

增加會員對戶外生活的興趣，提高他們的戶外生存技能，使他們在戶外生活中產生成就感。

教 學 方 法

會員需要獲取一個從未獲取過，並可作為水上活動、運動、康樂或野外活動專章的榮譽證。
導師可以在港澳區會前鋒會會員註冊網頁下載榮譽證資料。

網址 <http://youth.starone.com.hk/index.php/user/login>



完 成 方 法

積極參加活動，並將獲考的榮譽證名稱記錄在前鋒會記錄冊內。



水上活動專章 要求

理念

水上活動專章是強調涉及水上活動的榮譽證。

注意

基本水上安全、初級游泳及進深游泳榮譽證是游泳的入門課程，因此未包含在這專章之內。

獲得以下其中七個榮譽證：

1. 獨木舟
2. 拯溺或進深拯溺
3. 中級游泳
4. 航導
5. 機動艇駕駛
6. 划艇
7. 航海
8. 潛水或進深潛水
9. 跳水
10. 游泳或進深游泳
11. 單板滑水
12. 滑水或進深滑水
13. 滑浪風帆

運動專章 要求

獲得以下其中七個榮譽證：

1. 射箭
2. 籃球
3. 洞穴探秘或進深洞穴探秘
4. 越野滑雪
5. 單車
6. 馬術和進深馬術
7. 體適能
8. 攀岩或進深攀岩
9. 滑雪
10. 足球
11. 田徑
12. 翻騰與平衡





康樂專章 要求

獲得以下其中七個榮譽證：

1. 背物法
2. 籃球
3. 單車
4. 步操
5. 遠足
6. 繩結
7. 定向越野
8. 戶外領導或進深戶外領導
9. 體適能
10. 足球
11. 田徑
12. 翻騰與平衡或進深翻騰與平衡

野外活動專章 要求

獲得以下其中七個榮譽證：

1. 背物法
2. 營地工藝
3. 露營技巧 IV
4. 可食野生植物
5. 生火及營地烹飪
6. 遠足
7. 繩結
8. 定向
9. 戶外領導或進深戶外領導
10. 先鋒
11. 野外領袖或進深野外領袖
12. 野外生活
13. 冬季露營





自我增值

要求 1：考獲一個屬靈佈道、戶外工業、職業技能、健康及科學或家居工藝類的榮譽證。

目標

擴大會員的興趣，並發展個人技能，增加他們的成就感。

教學方法

會員需要獲取一個從未獲取過的屬靈佈道、戶外工業、職業技能、健康及科學或家居工藝類的榮譽證。導師可以在港澳區會前鋒會會員註冊網頁下載榮譽證資料。

網址 <http://youth.starone.com.hk/index.php/user/login>



完成方法

積極參加活動，並將獲考的榮譽證名稱記錄在前鋒會記錄冊內。



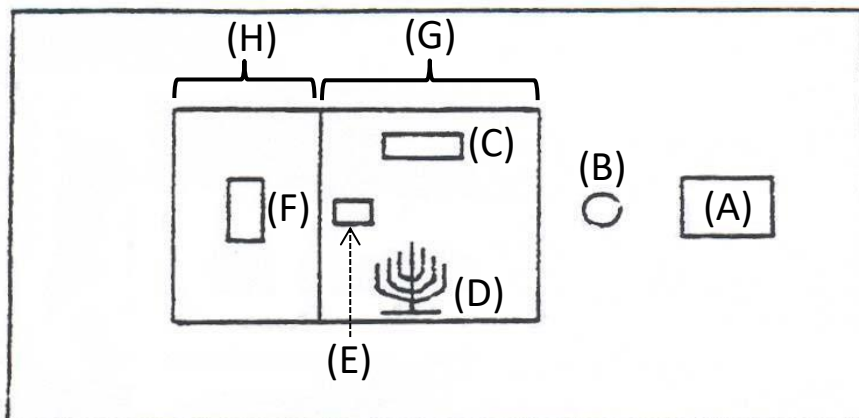
附 加 文 件

附件一：靈育訓練 2 舊約聖所制度工作紙 答案

一. 配對

預表		耶穌
h. 羔羊		生命之水
i. 洗濯盆		生命之糧
j. 燈檯		中保的代求
k. 陳設餅		我們的祭司
l. 香壇		罪的遮蓋物
m. 祭司		為罪犧牲
n. 施恩座		世界的光

二. 請寫出各傢俱和地點的名稱



A. 祭壇

B. 洗濯盆

C. 陳設餅

D. 七燈檯

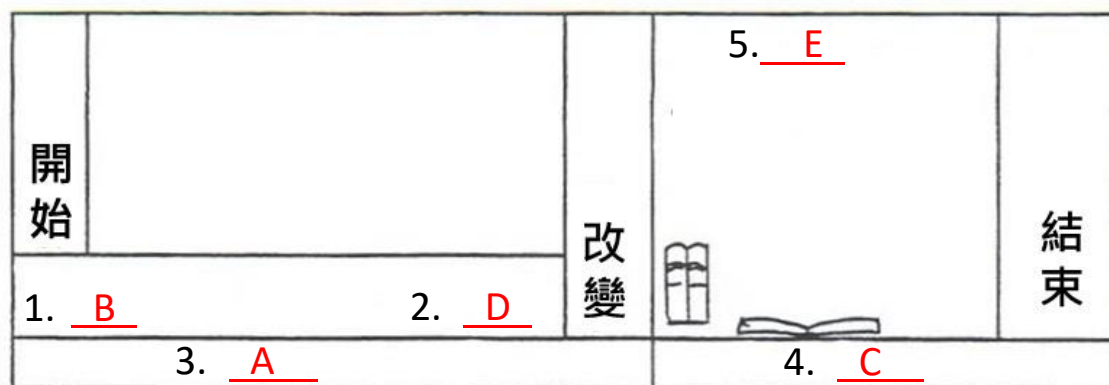
E. 香壇

F. 約櫃

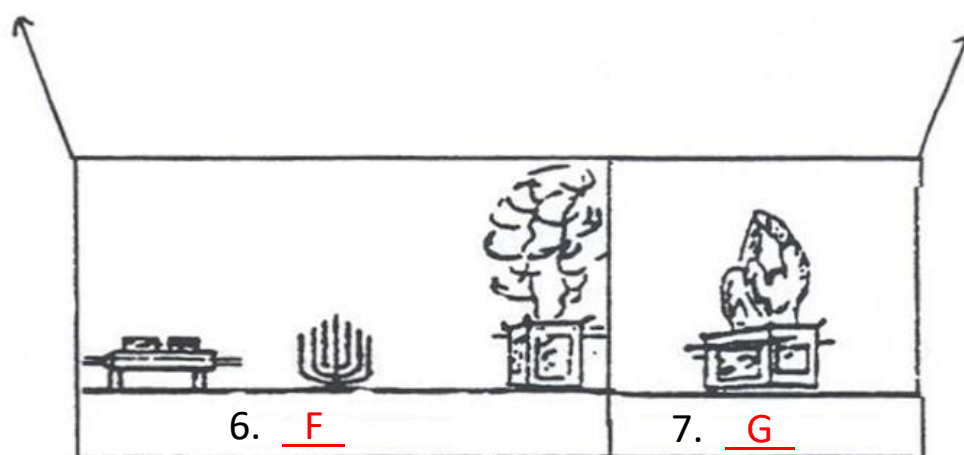
G. 聖所

H. 至聖所

三. 請填上適當的英文字母。



基督教時代



猶太每年的節期

A. 基督在天上

B. 主後 31 年

C. 潔淨聖所

D. 主後 1844 年

E. 案卷打開了

F. 每日獻祭

G. 贖罪日



附件二：健康及體能訓練 2 非題測驗答案

問題	答案	參考資料
1. 過節制的生活能使人們順服上帝的恩典，從而與上帝的關係更加密切。	是	第 102/1 頁
2. 不良的生活習慣只能損壞身體，而對屬靈生命沒有影響。	非	第 102/3 頁
3. 節制對於我們來說並不那麼重要，因為人有權利過隨心所欲的生活。	非	第 103/1 頁
4. 當我們鼓起勇氣堅持說「不」時，撒旦的能力也會變得毫無功效。	是	第 103/3 頁
5. 如果人真誠地向上帝求告幫助他戒煙，就會蒙應許。	是	第 104/1 頁
6. 上帝應許過，要使人擺脫各種試探誘惑。	是	第 105/4 頁
7. 有許多解決罪惡問題的方法。	非	第 106/2 頁
8. 如果意志力與決心背道而馳，將會一錯再錯。	是	第 106/2 頁
9. 因為上帝明白我們的罪性，所以他不要我們成為完全。	非	第 106/5 頁
10. 當垂頭喪氣的時候，禱告也沒有多大益處，等待一段時間心情就會好些。	非	第 107/4 頁
11. 在基督裡的平安能促進身體健康。	是	第 108/2 頁





問題	答案	參考資料
12.如果繼續放縱情欲，上帝就不會悅納我們的身體。	是	第 108/3 頁
13.我們不能憑著自己勝過試探誘惑。	是	第 109/1 頁
14.憑自己的努力能得勝。	非	第 111/1-2 頁
15.人抵抗不了罪惡。	非	第 112/0 頁
16.將自己的意志力與上帝的旨意聯合起來，可以克服一切壞習慣。	是	第 113/0 頁
17.上帝願意傾聽每一個軟弱無力之人的求救。	是	第 114/1 頁
18.輕視健康法則建會危及生命。	是	第 115/1 頁
19.在伊甸園門外的人，是不能抵禦撒旦誘惑的。	是	第 121/2 頁
20.基督拒絕醫治帶疾病的人。	非	第 121/3 頁



附件三：健康及體能訓練 3 的榮譽證的內容



營養榮譽證

1. 畫出食物金字塔，並以不同的方式來說明它的規範。列出每一組所要求攝取的相關食物種類。均衡的飲食為何如此重要？
2. 解釋下列各項的類別：
 - a. 蛋奶素食 (Lacto-ovo vegetarian)
 - b. 蛋素食 (Ovo vegetarian)
 - c. 全素食 (Vegan vegetarian)
3. 運用食物金字塔原則來擬定兩日菜單，至少要包含一餐營養均衡的蛋奶素食餐。
4. 以下這兩種維他命的另一個名稱叫什麼：
 - a. 維他命 B1
 - b. 維他命 B2
5. 列出下列各項營養素主要的食物來源是什麼：
 - a. 維他命 C
 - b. 維他命 A
 - c. 維他命 B1
 - d. 維他命 B2
 - e. 鐵質
 - f. 鈣質
6. 為什麼每天喝大量的水那麼重要？
7. 每天應該要喝多少水？
8. 請列出我們常見的三種疾病，是能以飲食來控制病情。
9. 全麥麵粉與白麵粉有何分別？哪一種麵粉的營養價值比較高？
10. RDA 是什麼意思？

體適能榮譽證



1. 列出身體健康的 10 種好處。
2. 知道下列各項如何幫助你平衡身體狀況：
 - a. 運動
 - b. 適當飲食
 - c. 穩定情緒
3. 定義下列各項運動：
 - a. 等長運動 (Isometric)
 - b. 等張運動 (Isotonic)
 - c. 等速運動 (Isokinetic)
 - d. 無氧運動 (Anaerobic)
 - e. 有氧運動 (Aerobic)
4. 清楚下列各項運動項目內的原則之意義：
 - a. 熱身運動
 - b. 有氧運動
 - c. 緩和運動 (cool down)
 - d. 柔軟體操 / 伸展運動 (Calisthenics)
5. 知道如何判斷你在休息及運動後的心跳率。
6. 清楚如要獲得有氧運動的最佳效果，你的最低心率(minimum heart rate)應是多少。
7. 使用第(4)項的四個步驟，進行有規律的運動計劃，至少每星期四次持續三個月，然後製作一個圖表：
 - a. 進行過的熱身運動
 - b. 進行過的有氧運動
 - c. 有氧運動的持續時間
 - d. 進行過的伸展運動

(在第(7)項每一次運動時間，保持靶心率至少達 20 分鐘)

附件四：自然研究 2 的榮譽證的內容



生態榮譽證

1. 製作一個淡水池生態系統(ecosystem)的圖，並貼動物剪紙在圖上。
2. 從本地挑選一種哺乳類動物、一種鳥類、一種爬蟲動物及一種兩棲動物，然後替每一種類的動物，製作一個生態金字塔(ecological pyramid)的圖表。
3. 清楚下列各名詞的意思：
 - a) 生態學 (ecology)
 - b) 群落 (community)
 - c) 食物鏈 (food chain)
 - d) 偏利共棲現象 (commensalism)
 - e) 生態演替 (ecological succession)
 - f) 浮游生物 (plankton)
 - g) 保護 (conservation)
 - h) 頂極群落 (climax community)
 - i) 優養化 (eutrophication)
 - j) 生物群落 (biome)
4. 進行仔細的野外視察，及在細閱圖書，了解本地環境一些細小動物的生境(habitat)。寫一份報告，一半關於你的野外視察，一半關於你閱讀圖書的內容，共約七千字。
5. 定義何為「生態系統」，並指出這系統賴以哪些基本的生物性及物理性因素來保持平衡。
6. 調查你所住社區的垃圾處理情況，了解平均每一個家庭每一天、每一週及每一年所製造多少垃圾，並指出它們可以怎樣被處理得更好。
7. 在一個月內，從報紙上查出最近的大城市每日空氣污染程度，然後在方格紙上畫出這個數據的曲線圖，並找出甚麼因素會導致這個曲線圖的最高點。
8. 列出 10 種你可以實踐的方法，以改善你的居住環境，並實行其中四種。
9. 找出一篇預言之靈的引文，及一段聖經中相關生態學的經文，然後解釋它們的相干性及日常的應用。



環境保護榮譽證

1. 生態學與環境保護有什麼差別？
2. 請寫出 500 字的文章，內容是關於人類不斷加增的污染如何威脅整個地球。
3. 湖泊或河川的「死」是什麼意思？你居住的地方或國家是否也有被類為「死」的湖泊或河川呢？
4. 在你的家鄉附近選擇一條小溪來進行調查。調查內容為下：

I. 純度的跡象

- a. 魚苗豐沛
- b. 水質清澈無臭味
- c. 沿岸的河水被岸邊生長的草植物所覆蓋
- d. 河水中長出少量的綠藻（淺綠色）
- e. 長出一些水生植物，像是香蒲，箭葉或梭魚植物。
- f. 河裡有烏龜的存在
- g. 河裡的石頭藏有蝦蟹
- h. 沙岸上長出越來越多的雜草，相對意指河流水位的穩定性

II. 河川惡化和死亡的跡象

- a. 長出大量的藍綠藻（深綠色）
- b. 河岸被暴雨產生的高水位所沖刷
- c. 水質產生腐爛的氣味
- d. 出現洗潔精的泡沫
- e. 河流沿岸邊的泥土或沙地上滲拌垃圾
- f. 河水夾帶著淤泥
- g. 沒有水生昆蟲和魚類的存在
- h. 出現未經處理的污水
- i. 水的表面上出現油污
- j. 河流沿岸的石頭下沒有螻蛄類或蛙類動物出現
- k. 商店或小工廠把他們的廢棄物倒入河流中



5. 假如你所調查的河流出現上述一些死亡的症狀，請您立刻做一些清理的工作。聯繫負責防污染的公家單位。大多數的人不會想到這些事，但如果可以喚起他們的意識，人們都會非常樂於共同協助改善。組織一群年輕人來協助你清理河邊的垃圾。尋找一些商家提供卡車或垃圾車來協助你發起這項運動。
6. 參觀市立或區立的垃圾場，看看他們如何處理這些廢棄物。了解以下內容：
 - a. 每天倒進幾噸垃圾？每年有幾噸？
 - b. 回收這些垃圾是為了要做什麼？
 - c. 有沒有什麼垃圾被拿去燒毀或是把所有的垃圾全都掩埋？
 - d. 你們家鄉的垃圾處理費每人，每年要付多少費用？
 - e. 你們家鄉如何處理廢棄汽車？
7. 參觀附近的一所污水處理廠。繪製一個流程圖，把這些液態和固態的廢棄物從進廠到出廠的過程記錄起來並標記清楚。它們變成了什麼些東西被送出？這些再生的東西有什麼是可以再使用的？
8. 如果可能的話，請參觀一所附近的淨水廠。畫出一個流程圖，把水從進廠到出廠分發到各家各店的整個處理過程都記錄起來。透過閱讀相關資料、以及訪問工程人員，確認在未來的水資源是否仍能滿足需求。
9. 閱讀一本與環境相關的書籍，例如卡森的著作「寂靜的春天」，並且寫一份報告。
10. 哪些是稀有物種和瀕臨絕種的物種？確認你們當地的地區為了保護這些物種投入了哪些工作與努力？你能做些什麼來幫助？
11. 請寫 300-500 字，把你的想法提出來。



附件五：4F 反思法

1. Fact (事實 / 經歷)

- (a) 回顧剛參與活動時的過程。(今天大家參與過什麼活動?)
- (b) 文章中 / 生活中的事實。(從文章中看到什麼?)
- (c) 其他人曾提出的論點或建議。

2. Feeling (感受)

- (a) 分享個人對自己、別人或文章的感受。
- (b) 你對事件的看法。
- (c) 你是否認同某些論點或事件?

3. Finding (領悟)

- (a) 從文章、討論或生活中，有什麼積極或有意義的啟示與教訓?
- (b) 如何從中更認識自己的性格?
- (c) 可用聖經金句回應。

4. Future (展望)

- (a) 從活動、生活或文章中獲得的領悟。
- (b) 如何融入往後的生活?
- (c) 你學了什麼東西可以在將來運用?
- (d) 你如何改善自己的不足?



