

# 《以十架心跟隨耶穌》馬可福音 14:18–31

馬可帶領我們走進最後晚餐的房間，一個充滿張力的時刻：耶穌揭露有人要出賣祂；門徒卻逐一問：「是我嗎？」彼得和其他門徒更大聲宣告：「即使必須與你同死，我總不能不認你！」

這段經文讓我們看見人心的矛盾：我們有熱心，但不夠堅定；有承諾，但不夠持久；有願意跟隨的心，卻沒有面對考驗的能力。然而，耶穌沒有因門徒的軟弱而退後，反而在 v.28 宣告：「但我復活以後，要在你們以先往加利利去。」主的信實遠超過人的失信。

以下四組討論，將帶領我們思想：

- 我是否願意讓主揭露我生命的真實？
- 我是否常以為自己「撐得住」，卻沒有察覺自己的軟弱？
- 我是否單靠熱情與意志跟隨主？
- 主今日如何邀請我以「十架的心」再次跟隨祂？

願聖靈使用這幾組討論，讓我們更深認識自己，也更深依靠主。

---

## 小組討論 1：讓主照出真實的我 — 最後晚餐中的光照

經文／解釋：

在馬可福音 14:18–21，耶穌說：「你們中間有一個人要出賣「交出、出賣、放手交給敵人」我。」這字不單指背叛，更指「把關係交割」，象徵一種內心遠離的狀態。門徒聽後「一個一個地問：是我嗎？」顯示他們也知道自己可能軟弱。這段經文提醒我們：外在與主很「靠近」，不代表心真正緊貼祂。耶穌的揭露不是定罪，而是給人機會誠實面對自己。

整本聖經提醒：神喜悅「誠實的心」多於「宗教的外貌」（詩 51:6；賽 29:13）。主渴望我們在祂面前誠實，不隱藏、不掩飾。

應用重點：

讓主照明真實，是悔改與更新的第一步。

聚焦內容：

誠實是一種屬靈操練；假裝是屬靈生命停滯的開始。

分享問題：

1. 如果今日耶穌坐在你的小組裡，你最怕祂揭露你哪一部分的生命？
2. 在信仰生活中，你最容易「好似 OK，但其實唔係咁」的地方是什麼？
3. 有哪一件事，你心裡知道需要面對，但一直不敢處理？

禱告方向：

求主給我們勇氣，誠實面對自己的心，讓祂的光照帶來醫治。

---

## 小組討論 2：靠熱心跟隨，還是真正的倚靠？— 彼得的誤判

### 經文／解釋：

在馬可福音 14:27–31 耶穌說：「你們都要跌倒，「被絆倒、受試探而動搖」」。這字不是道德上的大罪，而是指被壓力、恐懼擊倒的軟弱。彼得的回應「我決不不認你！」裡的「不認」（「否認、完全切割關係」）很強烈，像是說「我絕不會離開你」。但耶穌指出彼得會三次這樣做，提醒我們：熱心與真力量不同；激情不能代替倚靠。

彼得滿有熱情地宣告：「即使眾人跌倒，我總不會！這是一句非常真誠的話，但卻是靠「自己的力量」說的。耶穌清楚指出他會三次不認主，表明：熱心不能替代倚靠，誠意不能抵抗試探。

全聖經都提醒我們「不要倚靠自己的聰明或力量」（箴 3:5；提前 1:12）。

### 應用重點：

屬靈生命不是靠熱情，而是靠倚靠。

### 聚焦內容：

真正的力量不是「我撐到」，而是「主扶我走」。

### 分享問題：

1. 你曾否像彼得一樣，以為自己撐得住，結果卻失敗？
2. 你認為「靠自己」跟「倚靠主」的最大差別是什麼？
3. 在哪一方面，你最容易靠「感覺、情緒、熱情」而不是主？

### 禱告方向：

求主教導我們每日倚靠祂，而非倚靠自己的熱心或能力。

---

## 小組討論 3：人的有限，主的信實 — 跌倒不是終點

### 經文／解釋：

耶穌在預告門徒跌倒後，立刻說：「我復活以後，要在你們以先往加利利去。」當中的「往」（「走在前面、帶領前行」），是一個牧羊人的字詞——牧羊人永遠走在羊群前面。意思是：門徒跌倒後，耶穌會主動走在前面帶他們回家。這顯示：人的失敗是真實的，但主的信實更真實；跌倒不是結束，祂已為我們預備重生之路。

門徒宣告「就算死都唔會離開主」，但在被捕的一刻就全逃了。然而耶穌已預告復活後會在加利利等門徒。這是一幅充滿盼望的圖畫：人會跌倒，但主的信實比人的軟弱更大。

這與聖經其他應許一致（提後 2:13：「我們不信，祂仍是信實的」）。

### 應用重點：

跌倒不是結束；主的信實永不止息。

### 聚焦內容：

主不是用失敗定罪門徒，而是用信實重新呼召他們。

### 分享問題：

1. 在你過去的信仰路上，有沒有一段你覺得「自己好失敗」的時期？
2. 神如何在你的失敗中顯出祂的信實？
3. 你認為主今日在「加利利」等你的是什麼？

### 禱告方向：

感謝主的信實，祈求心裡有勇氣再次回到祂面前。

---

## 小組討論 4：以十架心跟隨 — 每日的操練

### 經文／解釋：

「背起十架」是耶穌早在馬可福音 8:34 教導的呼召。「背起」（「舉起、承擔、負起」）表示不是短暫情緒激動，而是每天的選擇。十架象徵順服、犧牲與信靠。馬可 14 章顯示門徒願意，但能力不足；但耶穌在復活後再次呼召彼得，表明跟隨不是完美，而是每天重新揀選：靠自己會跌倒；靠恩典就能繼續前行。

耶穌呼召門徒並非靠自誇，而是背起十架（可 8:34）。馬可福音 14 章的場景提醒我們：跟隨耶穌不是「講到好大聲」，而是每日用十架的心行出來。十架代表：降服、信靠、忍耐、忠心。不是靠自己，而是靠主的恩典（加 2:20）。

### 應用重點：

以十架心跟隨，是每一天的選擇，不是一時的決定。

### 聚焦內容：

跟隨主不是「靠把口」，而是「靠恩典」。

### 分享問題：

1. 你覺得「十架心」對你而言最難的是什麼？
2. 在你的生活中，有哪一個實際行動可以幫助你「每日背起十架」？
3. 你願意如何在這星期具體實踐「以十架心跟隨耶穌」？

### 禱告方向：

求聖靈每天提醒我們，活出十架的心，倚靠恩典走主的道路。

---

# 帶領小組討論建議

## \*小組材料使用指南

### 1. 營造安全分享環境

- 專注聆聽(注意肢體/眼神), 避免打斷分享者
- 紿予充分沉默空間(建議每題停留10-20秒後再邀請回應)
- 嚴格遵守「不批評、不論斷」原則, 接納不同生命階段

### 2. 聖靈引導的討論流程

- ① 個人默想:先讓組員安靜1分鐘思考問題(可輕播背景敬拜音樂)
- ② 輪流分享:注意給予每個人合適分享時間
- ③ 聖靈感動暫停:若分享中出現以下情況可先暫停討論:
  - 明顯情緒波動(哽咽、長時間沉默)
  - 共同認同的迫切代禱需求
  - 認罪悔改(組員主動承認過犯)
- ④ 即時禱告:由組長或指定組員帶領不超過3分鐘的聚焦禱告

### 3. 組長注意事項

- ✓ 組長先簡短複習核心經文
- ✓ 按所提供的資料分享
- ✓ 嚴格遵守「不批評、不論斷」原則, 接納不同生命階段
- ✓ 專注聆聽(注意肢體/眼神), 避免打斷分享者
- ✗ 避免「說教式回應」
  - 「你不應該....」
  - 「你這樣想是不對的....」
  - 「我不同意你的說法....」
- ✗ 避免「建議式回應」改用「覆述式回應」:
  - 「我聽到你說(覆述對方分享內容)....」
  - 「你的表達是不是...?我有沒有聽錯你的意思？」
- ✗ 避免「教導式回應」, 改用「引導式提問」:
  - 「你覺得 神允許試探存在要我們經歷什麼？」
  - 「我們可以怎樣用愛心幫助這樣的人？」

### 4. 結束流程

- 最後10分鐘進行:
  - ① 每人1句感恩的話
  - ② 組長歸納「本週行動實踐方向」
  - ③ 彼此代禱(特別為「最掙扎的實踐項目」)

#### 附:緊急情況處理

若出現以下狀況請立即停止討論,由組長帶領禱告,有需要時可向牧者尋求幫助和指引

- 涉及異端教導傾向
- 成員間產生激烈衝突
- 過度暴露他人隱私

願聖靈藉此材料在小組當中運行,平衡真理教導與生命關顧,使小組成為「金燈臺」般的見證!