

如何與其他基督徒相處

我們這許多人、在基督裏成為一身、互相聯絡作肢體、也是如此。 (羅 12:5)

所以你們要棄絕謊言、各人與鄰舍說實話。因為我們是互相為肢體。 (弗 4:25)

核心觀念：基督徒之間關係是「互為肢體」，而不僅僅是群組成員的關係。

核心觀念：互為肢體

- 保羅說：信徒是「互為肢體」（羅 12:5）
- 信徒是「深度互相依存」：單靠自己，我們都不完整
- 弗 4:25：所以你們要棄絕謊言、各人與鄰舍說實話。因為我們是互相為肢體。這裡「不要說謊」不只是道德規條，說謊等於切斷肢體間連結。（說謊的言語、行為、思想）
- 保羅的邏輯：說謊=切斷肢體=傷害自己（像刺中要害）
- 新約書信裡大量「要彼此」的命令，都是把這個原則活出來

量化的關係

1. 關係會從「人」滑向「數據」
2. 會催生表演與假冒為善
3. 量化會把愛推向控制
4. 加劇比較與階級感
5. 會扭曲屬靈成長
6. 會造成牧養上的誤判

功能化的關係

1. 愛會變得有條件
2. 關係會變得很薄、很短
3. 會催生操控與情緒勒索
4. 會扭曲事奉動機
5. 群體開始變得不真實
6. 容易造成圈子化

量化的關係

- 關係會從「人」滑向「數據」

人會開始在乎看起來有沒有達標，而不是我有沒有真實地愛、聽、忍耐、說真話、饒恕。結果就是大家學會做「可被量化的行為」，卻避開那些最需要、但最難被量化的事，比如長期陪伴一個情緒反覆的人，或在衝突中學習修復關係。

- 會催生表演與假冒為善

只要有指標，就會有指標管理。於是有人就會開始用漂亮數字證明自己屬靈，有人則把軟弱藏起來，因為軟弱會拉低分數。這會讓群體更不敢認罪、更不敢求助，也更容易形成「表面很敬虔、內裡很孤單」的情況。

- 量化會把愛推向控制

當能用分數衡量別人的投入，就更容易拿它當作道德武器，例如指責他人做得不夠、還不夠不屬靈、對群體有虧欠等。這類話一出現，愛很快就變成壓迫或情緒勒索，甚至讓服事成為解脫情緒操控的工具。

量化的關係

- **會加劇比較與階級感**

數字天然會排序，排序會製造「強者組」與「弱者組」。教會可能不說，但大家心裡會知道誰是高分、誰是低分。結果是尊榮變成追捧強者、忽略軟弱；而新朋友或本來就不擅社交的人更容易被邊緣化。

- **會扭曲屬靈成長**

很多真正的成長是慢的、隱性的、甚至先變糟再變好（例如開始面對創傷、學習界線、學習饒恕）。量化系統會偏好快速、可見、上升曲線，於是人更不敢走那些必要但看起來「退步」的路。

- **會造成牧養上的誤判**

看見某人出席高、事奉多，就以為他狀態好。看見某人出席低、互動少，就以為他冷淡。實際上，可能前者正用忙碌逃避真實，後者正處在重壓或憂鬱，需要的是被理解與被扶持。數據很容易讓牧養人變成「管理人」。

功能化的關係

- 愛會變得有條件

當「我有用才有價值」成為關係的底層邏輯，人就會在有用時被熱情對待，沒用時被冷落。久了大家會學會用表現換接納，用產出換存在感，內心反而更不安全。

- 關係會變得很薄、很短

功能化的關係追求效率，不喜歡慢慢陪伴。有人病了、有情緒問題、需要長期照顧的時候，就容易被視為要付出的「成本太高」而被忽視。

- 會催生操控與情緒勒索

當我們需要他者來滿足我、支持和完成我們事工的時候，就更容易對他人進行屬靈標籤和道德言語綁架。被這樣對待的人常常會越服事越累，最後大部分是精力耗盡而離開。

功能化的關係

- **會扭曲事奉動機**

功能化關係中，通常「人」的優先級會被放在事工的後面。大家可能開始用「完成事工」來衡量一切，於是彼此更像攻克任務的同事，少了同哭同樂與彼此承擔。短期看起來有效率，長期卻會累積冷漠和內耗。

- **群體開始變得不真實**

因為功能化的關係需要讓自己保持「可用的狀態」，也就是需要長期維持穩定、要正向、要能幹。於是人更不敢承認軟弱。團契變成一群「表現良好的人」互相寒暄，卻很難有敞開和彼此的醫治。

- **容易造成圈子化**

功能化會自然把人分類，靠近對我們有幫助的人，疏遠帶不來幫助的人。於是邊緣的人更邊緣，新人更難進入，教會變成幾個小圈圈，各自運作，彼此不再像一個身體。

討論題 1

既然聖經說我們是「彼此的肢體」，那在教會裡你覺得最常見的「切斷連結」方式是什麼（可以具體一些）？為什麼這等於在傷害自己？

（弗 4:25）所以你們要棄絕謊言、各人與鄰舍說實話。因為我們是互相為肢體。（謊言可以是思想上，謊言可以是行為上的，謊言也可以是言語上的等等。）

9 種建立群體的「彼此」操練

肯定彼此	彼此分享	彼此服事
1. 肯定恩賜與長處	4. 分享空間 / 時間 / 資源	7. 問責：認罪、勸戒、說真話
2. 肯定在基督裡同等重要	5. 分擔需要與重擔	8. 饒恕與和好：處理衝突
3. 可見的愛：聆聽、關懷	6. 分享信念 / 思想 / 靈性	9. 以對方益處為優先

Affirming: 肯定彼此 (3 類)

- 1) 肯定長處 / 恩賜:

羅 12:10「尊敬人」；雅 5:9「不要彼此埋怨」；羅 12:3–6「確認彼此恩賜」

- 2) 肯定同等重要:

羅 15:7「彼此接納」；林前 12:25「彼此同等關懷」；彼前 5:5「以謙卑束腰」；雅 2:1「不可偏待人」

- 3) 可見的愛與聆聽:

羅 16:16「彼此問安」；雅 1:19「快快地聽」；帖前 3:12「彼此相愛增長」

Sharing: 彼此分享 (3 類)

- 4) 分享空間 / 時間 / 資源:

羅 12:10「弟兄之愛」；帖前 5:15「彼此行善」；彼前 4:9「一同款待」

- 5) 分擔需要與重擔:

加 6:2「擔當彼此重擔」；帖前 5:11「彼此勸慰、建立」

- 6) 分享信念 / 思想 / 靈性:

羅 12:16「同心」；西 3:16「彼此教導」；林前 11:33「彼此等待」；弗 5:19「彼此歌頌」

Serving: 彼此服事 (3 類)

- 7) **問責 (accountability) :**

雅 5:16「彼此認罪、代禱」；羅 15:14「彼此勸戒」；來 3:13「天天勸勉」；弗 4:25「彼此說實話」

- 8) **饒恕與和好:**

弗 4:2「忍耐、包容」；弗 4:32「彼此饒恕」；加 5:26「不挑釁、不嫉妒」；羅 14:19「不彼此定罪」；雅 4:11「不毀謗」；太 5:23；18:15「重建關係」

- 9) **以對方益處為先:**

羅 14:19「彼此造就」；來 10:24「激發愛心善行」；加 5:13「互相服事」；羅 15:1-2「不求自己喜悅」

討論題 2 (9 類操練自我檢視)

在講義列的九類「彼此」的操練裡，你自己最強的一類是哪一個？最弱的一類是哪一個？各舉一個具體例子，並說出背後真正卡住你的原因是什麼。

羅馬書 12:9–16：愛的「骨架」

v.9 建立「愛的生活方式」，包含三個命令：

- 愛要真誠（棄絕謊言，不是在表演也不是表面的禮貌）
- 惡要厭惡（對罪與破壞保持敏感）
- 善要持守（持守那真正帶來生命的）

v.10–16：把愛拆成 3 組

A. 對人的態度	B. 與人的互動	C. 實際的行動
尊敬人、讓人感到被珍惜 (v.10)	同喜同哭、願意情感投入 (v.15)	與聖徒同用、一同款待 (v.13)
熱心不懈怠、靈裡火熱 (v.11)	同心、不自高 (v.16)	祝福逼迫你的人、不以惡報惡 (v.14)
忍耐盼望、恆切禱告 (v.12)	樂意與卑微者來往 (v.16)	

討論題 3

通常會走向哪一個極端：

- 1. 逃避型：我乾脆不靠近、不投入（保持安全距離）
 - 2. 用力型：我硬撐、硬扛，後來開始怨、開始控制、開始算帳
 - 最後：福音裡「我先被愛 / 被饒恕 / 被接納」這件事，怎樣幫我往前一步？

“我們彼此的團契，完全建立在基督為我們所做的事上。”

— 潘霍華

“基督徒走在一起，不靠共同背景，而靠同被耶穌所愛。”

— 卡森

- 屬靈的愛不走「掌控對方」那條路：把對方交給基督，讓對方在真道中得自由
- 第一個服事常常是「聆聽」：愛神始於聽祂的話，愛人也始於學會聽人
- 問責與認罪（雅 5:16）不為了羞辱；它讓人不再孤單，回到恩典裡

本週操練：選 2-3 件可以做的事

- 誠實的愛：在需要時，溫柔指出不對（羅 12:9）
- 把人當家人：讓人感到被尊重與被珍惜（羅 12:10）
- 慷慨的愛：用家、金錢、時間實際分享（羅 12:13）
- 不帶苦毒：不報復、不記恨（羅 12:14）
- 同理的愛：同喜同哭，願意投入（羅 12:15）
- 謙卑的愛：願意與不同的人同行（羅 12:16）