

第三天

十六

巴拿巴是谁？

第三天上午（一）

8:30~1000

工人的好榜样——巴拿巴

读经：徒 4:36~37，11:24，13:1~3

巴拿巴是一个有追求，有理想，有异象的宣教士，也具备教师、先知与使徒的恩赐与职分。他的人品与他的事奉都记载在圣经里，是我们学习的好榜样，唯愿我们今天都能作一个时代的巴拿巴。

一、他的名字：

1. 约瑟——徒 4:36——“增添”之意，参创 30:24
 - (1) 他的劝慰增添人 徒 11:23
 - (2) 他的教训增添人 徒 11:26
 - (3) 他的生命增添人 徒 11:24
2. 巴拿巴——徒 4:36 使徒称他为劝慰子——联络之意
 - (1) 他使扫罗与使徒联络 徒 9:26~27
 - (2) 他使扫罗与安提阿联络 徒 15:23~26
 - (3) 他使马可与保罗联络 徒 15:32~38；西 4:10
3. 他又是劝慰子——他的原名叫约瑟，后使徒给他改名叫巴拿巴（“劝慰子”的意思）
 - (1) 他的劝慰好——对忧伤痛苦者的劝慰
帖前 4:13~18，5:11（如同主对寡妇的劝慰，路 7:13）
 - (2) 他的劝戒好——对犯罪失败者的劝戒
参帖前 5:12；提后 2:15（如同主对犹大的劝戒）
 - (3) 他的劝导好——对想悔改而不知道怎样去行的人进行劝导
如施洗约翰对希律，参可 6:14~29
 - (4) 他的劝勉好——不是责备，而是说出一些叫人醒悟的话
徒 11:23
 - (5) 他的劝化好——罗 12:8
西 4:10，对失败者（马可）的劝化

二、出生的地方——居比路，徒 4:36。即现今的岛国塞浦路斯， 是地中海的第三大岛，此名有三个意思：

1. 公正之民——用在判断解决一件事或某一个人，不存偏心和成见
提前 5:21；林前 6:1，论断之意
2. 佳美之地——指人的心底善良、谦卑、温柔、洁净、怜恤
3. 满有爱心——指奉献、帮助、周济、关怀

三、他的家族

1. 利未支派的人——徒 4:36，联合之意，创 29:34
 - (1) 自己与神中间的联合 来 10:19~20
 - (2) 作神人中间的联合 西 1:28
 - (3) 作人与人中间的联合 太 5:8
2. 希腊籍犹太人——亚伦的后裔——祭司的职分
今天我们也是利未人，祭司的职分，彼前 2:9；启 1:6。也是神与人中间的中保。
请问我们今天所做的如何呢？

四、他的时代

是第一世纪与耶稣同一个时代，因五旬节时他就出场，参徒 4:36~37。挑起了历史最伟大的责任。今天我们所处的时代可叹，多少人眼睛迷糊，随世代潮流被世界同化。

五、与他相关人物

1. 保罗 徒 9:27，11:30，13:7，14:12~14、20
2. 马可 西 4:10

六、他的事奉

1. 对主：诚实单纯的爱，变卖田地，献上一切！徒 4:7。
例：宋尚杰，麦瑞夫“书：牧人的杖”。反例：亚拿尼亚。
2. 对教会：完全诚实忠心，关心教会！徒 11:22~26
 - (1) 为了教会的建立，自己忙中抽闲，不怕苦难，路途遥远的到大数去找扫罗，带他到安提阿走宣教之路。
 - (2) 为关心教会不怕自己衰微，约 3:30
保罗比他恩赐好，但他不嫉妒，他不打击人才，让保罗作上手，自己作下手，服从保罗一年多的时间，徒 11:25；也参 13:13
摩西——约书亚、迦勒。但很少提到他，他都在暗中事奉！

(3) 数次顺服教会差遣，徒 15:2~3

- 独往安提阿探望 徒 11:22~23
- 送捐银上耶京 徒 11:29~30
- 数次完成教会使命 徒 11:25
- 作建立教会治理工作 徒 11:25~26

3. 对弟兄：诚心真诚的爱

(1) 对保罗，徒 9:26~27

为福音看重人才，保罗能事奉成功与巴拿巴是分不开的。

(2) 对马可，徒 12:25；带领他，徒 15:37~38，徒 15:39；挽救他，为了马可失去保罗，后来也失去了马可，因为马可去帮助保罗，提后 4:11

七、他的属灵光景：徒 13:1~2，11:24

1. 虔诚事奉主——禁食祷告，徒 13:1~2，参路 2:25~38
2. 真心奉献主——徒 4:36~37，奉献是每一个信徒对教会、对神应尽的本分
3. 为人善良——11:24
4. 有属灵的眼光——看重保罗，器重人才不管别人对他误解如何。反例：扫罗追杀大卫
5. 有重要恩赐——劝勉坚固门徒，徒 13:43，14:20；高举基督，荣神益人，参徒 14:14~17

八、他的属灵职分

1. 是先知，徒 13:1；弗 4:11，例：以赛亚、以利亚、耶利米，指明前方道路
2. 是教师，徒 13:1，教导信徒明白真道
3. 是使徒，徒 13:1、4、42~44，15:35~37，竭力于传福音、拯救灵魂的事工

九、他的道路——是一条舍己奉献的道路，也是十字架的路。徒 13:50，14:5~7

最后巴拿巴被同族的弟兄用乱石打死（记在圣经外传）。

十、圣经对他的评价：徒 11:24

1. 是一个完全人：太 5:48；爱护属灵同工，对真理维护，竭力争辩，徒 15:2、12；加 2:1
2. 被圣灵充满：徒 4:36~37；弗 5:18
3. 大有信心：徒 11:24，14:20
 - (1) 有信心坚固信徒 徒 14:20~21
 - (2) 有信心建立教会 徒 14:23
 - (3) 对马可有信心 西 4:10

讨论

1. 经过学习巴拿巴这个人物，你心里感受如何？
2. 在你的事奉当中，谁是你的巴拿巴？怎样找出巴拿巴？
3. 经过学习如何成为一个巴拿巴，你愿意成为谁的巴拿巴？

十七

属灵同伴和 21712 说明（2选1）

第三天上午（二）

10:00~12:00

属灵同伴

在属灵的道路，我们都是天路客、同路人，道路上需要彼此搀拉，互相为伴。

一、从圣经上看我们的关系

1. 我们是基督的身体。（弗 1:23；林前 12:12~27）这是指出几个关系：
 - (1) 基督是头，我们是身体
 - (2) 我们是互相为肢体
 - (3) 我们要配搭
 - (4) 我们要彼此相顾
2. 我们是圣灵居住的殿。（弗 2:21~22；林前 3:16）这是指出几个方面：
 - (1) 我们是殿的组成部分
 - (2) 我们一同被建造
3. 我们是神的家。（提前 3:15；弗 3:14~16）

家是神的家，神为天父，我们是儿女，我们有同一个生命，我们要同心。
4. 我们是基督的精兵。（弗 6:13~17；启 19:11~16）我们争战的对象是撒但，我们争战的兵器是全副军装，我们的元帅是基督耶稣，我们是一个团体的一支队伍。

二、属灵同伴的重要

1. 两个人比一个人好。（传 4:9~12）

试例：传 4:4~12

活动：先读传 4:4~8，让每一个人独立伸手，在读 9~12 节时，把手放在对方的肩上。（彼此关怀造就的活动）

 - 筷子：一根和一捆筷子的比较（一根容易折断，一捆不易折断）
 - 游泳队的伙伴
2. 互建彼此的关系。

彼此相爱	（约 13:34）
彼此相顾	（林前 12:25）
彼此包容	（西 3:13）
彼此担当	（加 6:2）
彼此饶恕	（西 3:14）
彼此相助	（弗 4:16）
彼此接纳	（罗 15:7）
彼此服事	（彼 4:10）
彼此认罪	（雅 5:16）

3. 耶稣事工的榜样。(路 10:1)

耶稣打发门徒两个两个的出去，两个是同伴，互相帮助，照顾，关怀，互相约束，互相建立。两个也是一个事工的见证，两个是互相补充。

三、伙伴的事例。

1. 从婚姻看伙伴。(创 2:18~24)

百基拉和亚居拉：徒 18:2 互相，彼此关系是何等美好。

2. 大卫和约拿单。(撒上 18:1~4, 19:1~7, 20, 23:15~18); 参林前 15:33

3. 保罗的团队。第一次宣教旅程：保罗和巴拿巴

第二次宣教旅程：保罗和西拉

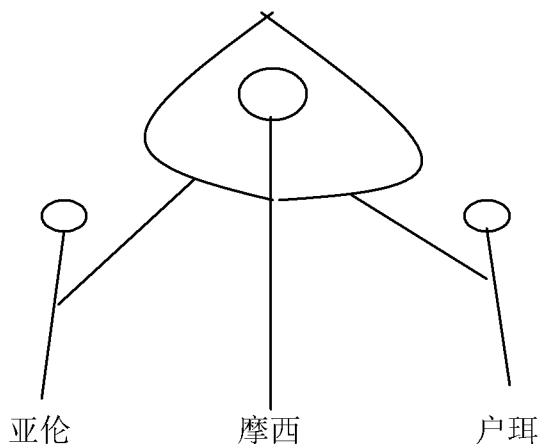
4. 摩西、亚伦、户珥。(出 17:8~13)

活动：角色扮演

邀请 3 个志愿者分别扮演摩西、亚伦和户珥

出 17:8~16 (**特别是 12 节**)

21712 活动 (2 人一起扶起 1 人的手儿)



21712 活动——第 2 卷 17 章 12 节——两个人扶起一个人的手祈祷！

- 如果我们的属灵同伴软弱跌倒，我们也要负部分的责任！
- “彼此”的关系很重要——少了“彼此”就变成不同的关系（单向的），像师傅与徒弟（保罗、提摩太）

十七**属灵同伴和 21712 说明**（2选1）

第三天上午（二）

10:00~12:00

21712**一、缺乏伙伴的危险**

只有少数仆人服侍主一直到底，因为每个仆人早晚要面对以下仆人容易受的五个试探。大多数的仆人进入这试探跌倒是因为缺乏伙伴。

1. 权柄败坏：扫罗被权柄败坏，因没有伙伴（撒 15）
2. 骄傲：希西家骄傲跌倒，因没有伙伴（王下 20）
3. 淫乱：所罗门跌倒，因没有伙伴（王上 11:1~6）
4. 贪心：犹大跌倒，因没有伙伴（太 26:14~16）
5. 忽略家人：因大卫很忙，可能忽略孩子，孩子被娇宠就毫无管束。大卫当时没有伙伴（撒下 13~15）

二、有伙伴的好处

1. 大卫与拿单：认罪（撒下 12:7~13；雅 5:19~20）
2. 迦勒与约书亚：不妥协（民 14:6）
3. 但以理与三个朋友：彼此代求（但 2:17~18；太 18:19~20）
4. 沙得拉、米煞、亚伯尼歌：不怕逼迫（但 3:16~18）
5. 瘫子与四个朋友：得医治（可 2:3~5）
6. 七十个人：传福音（路 10:1、17）
7. 耶稣与三个门徒：一同警醒（太 26:38~41）
8. 百基拉与亚居拉：一起教训（徒 18:26）
9. 保罗与巴拿巴：避免贪心与权柄败坏（徒 13:2，14:14）
10. 保罗与西拉：避免灰心（徒 16:25）；保罗知道他需要属灵伙伴（提后 4:9~11）

三、两个人比一个人好

1. 孤单人易感觉虚空（传 4:8）
2. 有伙伴的果效（传 4:9~12）
 - (1) 二人劳碌同得美好的果效（传 4:9）。
例：70 人两个两个被差出去传福音（路 10:1、17）
 - (2) 跌倒可以扶起（传 4:10）。例：大卫与拿单（撒下 12:7~13；雅 5:19~20）
 - (3) 暖和（传 4:11）。例：保罗与西拉（徒 16:25）
 - (4) 抵挡（传 4:12）。例：百基拉与亚居拉（徒 18:26）
 - (5) 不容易折断（传 4:12）。
例：加勒与约书亚，沙得拉、米煞、亚伯尼歌（但 3:16~18）
 - (6) 磨出刃来（箴 27:17）。例：保罗与巴拿巴（徒 13:2，14:14）
 - (7) 筷子：一根和一捆

四、互建彼此关系

鼻子对呼吸很重要，属灵“鼻子”（彼此）对属灵的呼吸也很重要。

1. 彼此相顾（林前 12:25）
2. 彼此包容（西 3:13）
3. 彼此担当（加 6:2）
4. 彼此相助（弗 4:16）
5. 彼此服事（彼前 4:16）游泳时，最安全是找出游泳伙伴，彼此留意。

五、21712 出 17:8~16

1. 17:9 神的仗代表靠神的态度。
2. 17:11 摩西举手得胜，垂手失败，看仆人的重要性，祷告的重要性。
3. 17:12 亚伦、户珥帮助扶手，对摩西负责任。属灵伙伴对我们有责任。
4. 结果：约书亚得胜了。彼此扶手祷告是教会得胜的秘诀。
5. 21712：代表伙伴活动。我们都要找出属灵伙伴，维持属灵伙伴的关系。

十八

造就活动

第三天下午（一）

2:00~2:30

彼此“扶持信任”

道具：

不需要道具

目的：

教导我们需要互相扶持，需要彼此信任

注意事项：

1. 注意安全，会有一点点的危险性（确认保持适当的距离并都有力量扶持对方）
2. 也许要分性别，弟兄跟弟兄，姊妹跟姊妹

步骤说明：

1. 以 8 人为一小组，围一个圆圈，一个人站在圈内，其他外围的 7 个人肩并肩，面都朝内，双手档在胸前（做出好像要推东西的样子），双脚成弓箭步，一前一后这样站得比较稳
2. 站在圈内的那一个人闭上眼睛，他双手交叉贴在胸前，双脚并拢，膝盖不能弯，问大家：“你们都准备好了没有？”
3. 大家说：“好了！”
4. 他就说“开始！”闭上眼睛，自己自由选择一个方向倒下去
5. 外围小组的人就接住他并将他推来推去，但要“慢慢的推来推去”
6. 转个几圈，然后扶他站起来
7. 轮流让每一个人都能经历一次
8. 大家都玩过之后，就可以讨论一些思考问题

参考经文：

弗 4:1~6；加 6:1~3；腓 4:10~20

思考问题

1. 当你要依靠别人的时候，有什么样的感觉？
2. 当你的责任是要扶起别人的时候（如果你没有扶好，他就会倒在地上），你有什么样的感觉？
3. 这样的一个活动跟你目前的生活，你的朋友或同工群有什么相同之处？
4. 特别分享自己曾经受过别人怎样的帮助扶持，当你要跌倒的时候他们是怎样帮你和扶你起来的。
5. 在我们现有的同工当中，我们可以用什么实际具体的方式来扶持他？
6. 在我们现有的同工当中，我们可以用什么实际具体的方式来建立互相会得到扶持的信任？

十九

建立属灵同伴实际的方法和原则

第三天下午（二）

2:30~4:00

伙伴之间注重的是彼此之间的关系，一种积极的关系，密切的关系，属灵的关系，配搭的关系。

定义：

属灵同伴就是在同性的信徒当中，找一位（或几位）能彼此负责、彼此相助、互相代祷的同伴，定期联络和会面，为要一同长进，建立属灵生命！

一、如何寻找属灵同伴？

1. 祷告：求神预备
2. 积极主动的寻找
3. 观察：必须有一颗敏锐的心
4. 经常出现在对的地方（物以类聚）

二、寻找属灵同伴的障碍

1. 骄傲
2. 灰心
3. 惧怕
4. 不愿意认错悔改
5. 不愿意承认自己的软弱
6. 自己觉得不配

三、条件

1. 同心
2. 最好是同辈
3. 彼此属灵光景不要差太多
4. 彼此距离不要太远
5. 最好是同性的（弟兄或姊妹）

四、属灵同伴的本性和特质

1. 充满爱心 → 安慰他
2. 喜欢鼓励 → 适当地肯定他
3. 完全信任 → 分享重担
4. 尽力帮助 → 扶持他（当你跌倒时能即时扶持你）
5. 非常诚实 → 愿意用爱心责备
6. 乐意接纳 → 有耐心
7. 付出时间 → 随时愿意关怀
8. 与主沟通 → 一起祷告

五、重要的原则

1. 持守彼此之间的承诺，彼此了解和监督。
2. 必须保密。
3. 必须要坦白。
4. 彼此要建立一个“安全感”，可以很自在地分享。
5. 必须彼此信任——这要慢慢的建立。
6. 关系建立需要一个过程：(1) 相识；(2) 相知；(3) 相交。
7. 保持一颗“耐心”。
8. 当一个好的听众。
9. 体谅对方的需要，要有弹性的态度。

六、方法

1. 第一次最好有一段适应期，至少三个月，然后再作评估。
2. 找出能让彼此建立关系的活动。
3. 尽量一对一来分享（小组也可）。
4. 最好一周一次，建议每次最佳聚会的时间为一个小时。
5. 要留足够的时间一起祷告。
6. 每一个人分享的时间要均等平衡。

七、分享的态度

1. 要能完全开放（毫不遮掩的）坦诚地与对方分享。
2. 要尊重对方的感受，不轻看他的问题及他的人格。
3. 互相代求，同心合意一起祷告求神保守。
4. 彼此间没有任何利害关系，可放心大胆地分享，丝毫没有危险。
5. 所听到的事都能保密，不对外张扬。

八、注意事项

1. 神的爱能克服不同人的人格特性，但不勉强。
2. 要别人把你当成他的属灵同伴，自己就必须具备成为别人属灵同伴的本性和特质。
3. 如果你要找出一个属灵同伴，你必须冒一点险去信任并付出代价。
4. 你要有耐心，这种关系要慢慢的建立。
5. 话题要由浅入深，因为你必须先建立彼此的信任感。
6. 要有恒心坚持到底，不要太快放弃或灰心。
7. 要发挥属灵同伴的作用，用爱心监督彼此所谈好的人生目标。
8. 主要的目的是要使每一个人愈来愈像耶稣！

九、可以互相关心的项目

1. 祷告生活
2. 读经、研经的进度

3. 道德上的问题
4. 懒惰问题
5. 事奉方面的情况
6. 心里的光景（如：骄傲、苦毒、生气等）
7. 健康（如：运动、饮食、睡眠）
8. 曾经提出来的问题

十、彼此造就、互相代求的问题（供参考，除了这些问题之外也可以按需要另加）

1. 属灵生活

- (1) 你有没有刻意地安排一个固定的时间灵修（读经祷告），与神定期约会，亲近祂？
- (2) 你有没有感受到神在定你的罪？在哪些地方祂要你即刻认罪悔改？
- (3) 你是否觉得有在哪些地方软弱、跌倒，没有顺服神，甚至有“犯罪”的感觉？若有的话，你有没有认罪祷告，求神赦免你的罪，以及对别人所犯的错请求别人饶恕？
- (4) 你是否渴望在这些地方改变，过一个不一样的生活？
- (5) 你最近有没有参加教会的事奉？
- (6) 你有带别人信主吗？
- (7) 你每月有十分之一奉献吗？

2. 道德生活

- (1) 你有没有刻意地进入会使自己污秽的场所或接触色情资讯？
- (2) 你是否与他人，特别是异性有不正当的接触，不论是在生理上或心理上？
- (3) 你最近有没有看什么不该看的电视节目？
- (4) 你有个人不良嗜好吗？

3. 健康生活

- (1) 你是否有足够的休息？
- (2) 你是否有好的睡眠质量？
- (3) 你有没有经常锻炼身体？

4. 家庭生活

- (1) 你最近有没有在家发怒？
- (2) 你最近有没有忽略家庭的需要？
- (3) 你家庭夫妻关系好吗？

5. 一般问题

- (1) 最近你心中所面临的困难、挑战是什么？
- (2) 你最近有没有对一些事情拖延？
- (3) 你上次说的某件坏事离开了吗？
- (4) 你以上所回答的答案，有没有对我说谎或有所隐瞒？

十九

建立属灵同伴实际的方法和原则

第三天下午（二）

2:30~4:00

（参考补充资料）

如何寻找属灵同伴

一、有这个必要吗？

问句：“我们需要一个属灵同伴吗？” → 如果觉得没有这种需要的话就不会想去找

问句：你想为什么我们都需要一个属灵同伴（一个巴拿巴）？（回答）

二、需要的答案：

因为我们面临的危机和试探甚大，我们都需要一个巴拿巴——属灵同伴

1. 圣经的原则

- 传4:9~12 “两个人总比一个人好……”；“三股合成的绳子，不容易折断。”

道具：绳子（3条合成的绳子）

2. 争战的原则

别忘了，我们正面临着属灵争战！

三、如何寻找属灵同伴？

1. **问句：**也许我们知道我们都需要一个属灵同伴，但如何找到这样的一个人？

2. 祷告

- 约壹5:14~15 我们若照他的旨意求什么，他就听我们，这是我们向他所存坦然无惧的心；¹⁵既然知道他听我们一切所求的，就知道我们所求于他的，无不得着。
- 约16:24 向来你们没有奉我的名求什么，如今你们求，就必得着，叫你们的喜乐可以满足。

我们没有，是因为没有求

神赐给我们很多应许！

→ 所以必须向神求祂的指引

活动：祷告时间：实际地为寻得一个属灵同伴祷告

3. 寻找

神不会帮我们作我们自己该作的

积极主动的寻找

如果神为我预备好了，需要我主动去拿

例证：如果太太为我预备好了食物，我需要到餐桌上去拿
要清楚知道你找的是什么

没有目标的搜寻，将徒劳无功，白忙一场！

活动：先请 2 个人到房间外等候，然后一一的请他们进来。

请第一个人去把“它”拿过来给我。（因为不晓得“它”是什么东西，所以很难做到。）

请第二个人去把“某某东西”拿过来给我，但这次把“它”描述得很清楚，因此就容易多了。

4. 观察

必须有一颗敏锐的心

基督徒是不一样的（与众不同）——显而易见的

例子：第一次看到某人的感动

必须学习别人

5. 选对

必须常常出现在对的地方（物以类聚）

四、同伴的本性和特质

活动：分小组讨论属灵同伴的本性和特质

例证：大卫和约拿单

1. 充满爱心

他们彼此相爱

- 撒上18:1、3 大卫对扫罗说完了话，约拿单的心与大卫的心深相契合；约拿单爱大卫，如同爱自己的性命。……³约拿单爱大卫如同爱自己的性命，就与他结盟。

大卫悲痛因约拿单死了

- 撒下1:26 我兄约拿单哪，我为你悲伤！我甚喜悦你，你向我发的爱情奇妙非常，过于妇女的爱情！

2. 喜欢鼓励、关怀

扫罗想要杀害大卫时，约拿单就来帮助大卫

- 撒上23:16 扫罗的儿子约拿单起身，往那树林里去见大卫，使他倚靠神得以坚固，对他说：“不要惧怕，我父扫罗的手必不加害于你；你必作以色列的王，我也作你的宰相，这事我父扫罗知道了。”

同伴不是酒肉朋友

3. 完全信任

- 撒上20:4 约拿单对大卫说：“你心里所求的，我必为你成就。”

4. 尽力帮助

- 撒上20:4 约拿单对大卫说：“你心里所求的，我必为你成就。”

5. 非常诚实

不作评断，但愿意纠正对方缺点（如果对方愿意接受的话）

- 加6:1~2 弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人，就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。²你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。

6. 乐意接纳

- 加6:1~2 弟兄们，若有人偶然被过犯所胜，你们属灵的人，就当用温柔的心把他挽回过来；又当自己小心，恐怕也被引诱。²你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。

7. 付出时间

需要很多的时间，不一定很方便

8. 与主沟通

腓 1:3~6: 我们应该经常彼此谈论，一同来到神的面前彼此代祷并与神同行。

→ 祷告、研经、等等

9. 其他

→ 扶持（当你跌倒时能及时扶持你）

→ 鼓励

→ 安慰

→ 一起祷告

→ 分享重担

→ ……

五、建议

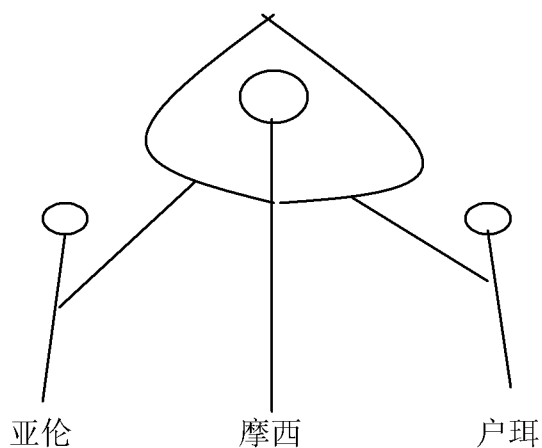
1. 神的爱能克服不同人的人格特性，但不勉强（所以不要因为个性或背景不同马上拒绝对方）；朋友、同工、同伴：同一个人不一定能同时扮演这三个角色。
2. 最好是同性的。
如果是异性，有一种危机，很容易发展出异性之间的亲密关系。
3. 如果你要某人把你当成他的属灵同伴，你就必须要有符合一个属灵同伴的本性和特质。
4. 如果你要找出一个同伴，你必须冒一点险。有福同享，有难同担。

活动：角色扮演

邀请 3 个志愿者分别扮演摩西、亚伦和户珥

出 17:8~16（特别是 12 节）

21712 活动（2 人一起扶起 1 人的手儿）



21712 活动——第 2 卷 17 章 12 节——两个人扶起一个人的手祈祷！

- 如果我们的属灵同伴软弱跌倒，我们也要负部分的责任！
- “彼此”的关系很重要——少了“彼此”就变成不同的关系（单向的），像师傅与徒弟（保罗、提摩太）

二十

造就活动

第三天晚上

6:30~8:00

你是“世界的光”

道具：

每一组准备一根蜡烛、打火机或火柴。

目的：

彼此鼓励，用正面的话来鼓励别人。

注意事项：

1. 分小组，要看有多少时间可以玩？可以分 8 个人一组或大家一起玩，时间不长就分 8 个人为一小组来玩。
2. 每一组都要准备一根蜡烛、打火机或火柴（如果没有蜡烛，就用手电筒或能代表光的东西来代替蜡烛）。
3. 必须讲正面的话来鼓励对方。
4. 每一个人至少都要拿到蜡烛一次。

步骤说明：

1. 最好以 8 人为一组，或全体一起玩，围一个圆圈。
2. 由一人先把蜡烛点燃，把房间的灯关掉，可以制造一些气氛，然后拿蜡烛者在心中选出这组的某一人，不讲出他的名字，说出你对他的感恩及欣赏的事（至少要 1~2 点）。
3. 然后把蜡烛传递给他（这象征他为主发光）。
4. 依此传递下去（不能重复），每一个人都要拿到过蜡烛。
5. 当每一个人都拿到过蜡烛后，开始分享思考问题。

参考经文：

太 5:14~16；约壹 1:5；约 8:12；弗 5:8~16

思考问题

1. 你参加这样子的活动有什么感觉？
2. 你鼓励对方时，你有什么样的感觉？
3. 当你接受别人的鼓励和称赞的时候有什么样的感觉？
4. 联想一下，在我们日常生活当中，你鼓励对方或接受别人的鼓励的情景，跟这个游戏有何相同之处？
5. 你觉得鼓励别人或接受别人的鼓励，哪一个比较难？为什么？
6. 当别人鼓励你称赞你的时候，有没有骄傲的危机？