

学习目的 ★ 我们的能力来自上帝，我们要依靠上帝行事。



圣经金句

[诗篇]138篇1-5节

我要一心称谢你，在诸神面前歌颂你。我要向你的圣殿下拜，为你的慈爱和诚实称赞你的名；因你使你的话显为大，过于你所应许的。我呼求的日子，你就应允我，鼓励我，使我心里有能力。耶和華啊，地上的君王都要称谢你，因他们听见了你口中的言语。他们要歌颂耶和華的作为，因耶和華大有荣耀。

圣经主题

[出埃及记]3章1节-4章17节讲述的是：上帝呼召摩西，并帮助摩西不再依靠自己，而是依靠上帝的能力。

教师默想

每一个人都是上帝奇妙的创造。从孕育的那一刻起，上帝所赐的生命就在温暖的母腹中隐蔽地生长发育，从简单到复杂，从单个细胞到成形的人体。谁知道这个奇妙的生命历程呢？唯有我们的造物主最清楚。

上帝创造了我们，他了解我们，也清楚我们的每一个生命历程。只有上帝能够这样完全、彻底地认识我们每一个人。除了上帝之外，谁都不可能这样了解我们，包括我们至亲至爱的父母和家人。上帝知道我们的优点，清楚我们的缺点；上帝了解我们的所思所行，从明明可见的行为、明明可听的话语，到那些隐而未现的意念、动机等，上帝都清楚。上帝洞察我们的一切，但是他依然按照我们本来的样子接纳我们、爱我们，信实地保守我们，作成为我们随时的帮助。

上帝不仅了解我们，也对我们每个人的一生定下了完美的计划。因为爱我们，上帝愿意让我们在喜乐和平安中度过在世的的生命；因为爱我们，上帝愿意让我们进

入他的国度，永远和他在一起；因为爱我们，上帝期待我们听从真理的带领，顺服在他的主权下，一生行走在义路。我们唯有以敬拜尊崇，回应这位深奥奇妙、智慧全能的上帝。

对于学生来说，上帝爱我们，按照我们本来的样子接纳我们，这是一个多么美好的信息呀！在缺点面前，我们不需要羞愧掩藏；在过失面前，我们不需要借口开脱；在能力不足的时候，我们也不需要懊恼和抱憾。在爱我们的上帝面前，我们只需要诚实地面对自己，承认自己的不足，然后祈求那全能的至高者赐下勇气、智慧和能力，帮助我们做好我们当做的事情。因为上帝了解我们，他知道我们最需要的是什么，也知道怎么样可以最好、最有效地帮助我们。

让我们信靠这位奇妙的造物主吧，因他爱我们，单单地爱我们本来的样子。让我们依靠上帝的大能，做我们当做的事！



教学点滴

五六年级的学生，渐渐走入青春期（尤其是女生，比男生较早熟些），他们开始寻求被人接纳以建立自尊心。这个年龄层的孩子，特别想要肯定自己，为了肯定自己，稳固自尊心，他们对自己要求特高，对别人也会特别地挑剔，因此他们很容易受到挫败，原因是他们达不到自己的期望，或别人他们过分挑剔。

课堂前奏



材料: 红色小纸片（每人十张）、绿色小纸片（每人十张）、10个纸袋

准备: 在每个纸袋外写一项任务（有容易完成的，有较难完成的，也有介于二者之间的）。例如：背一段经文、弹吉他、创作一首歌、画一幅山水画、给小狗洗澡、做十个俯卧撑、设计一个网页、投篮十次中七次、二十五秒内跑完100米、唱一首英文歌、玩电脑游戏、准时完成家庭作业，等等。

过程:

1.把纸袋依次放在地上或桌子上，请学生按次序走过纸袋，并读出纸袋上写的任务。

2.每读完一项任务，学生就要决定该项任务是困难的还是容易的；如果是困难的，就将一张红色的小纸片放进这个袋子里，如果是容易的，就放入绿色的小纸片。

3.每个人都投完纸片后，您倒出袋子里的彩色纸片，计算每一项任务所得的纸片，并记录在纸袋上。（您可以在学生的帮助下画出统计图表。）

4.您提出下面的问题，带领学生讨论：

- 哪一项任务大家普遍认为是最困难的？
- 哪一项任务大家普遍认为是最容易的？
- 哪些任务对有的人难，对有的人比较容易？为什么？
- 如果派你去完成一项你从来没有做过的事情，你愿意接受吗？你认为会很困难吗？为什么？
- 我们的一生中，都会遇到各种又难又有挑战性的任务，当面对这些任务时，我们应该怎么做呢？



在今天的学习中，我们要看看：我们可以怎样依靠上帝的大能，面对困难和挑战。

互动查经

目标：明白：我们要依靠上帝，相信上帝，而不要依靠自己。

经文：[出埃及记]3章1节-4章17节

材料：圣经

引言

很多时候，我们觉得自己不行，因为我们常常依靠自己的能力，而没有依靠上帝的大能。当我们更多地认识上帝，依靠上帝时，我们就可以靠着上帝的大能，面对各种困难和挑战。

查考

让学生独立查考[出埃及记]3章1节-4章17节的经文，每人阅读三遍。

把经文分成以下三个部分：[出埃及记]3章1-12节、[出埃及记]3章13-22节、[出埃及记]4章1-17节。把学生分成三组，每组分配一部分经文，各组在10分钟内，把向摩西提出的问题列出来，问题可以包括：上帝告诉摩西什么？摩西是怎样回答的？摩西看到了什么？摩西当时有什么样的感受？上帝怎样回应摩西？

然后，各组邀请两位志愿者，一个扮演记者，一个扮演摩西，进行“角色表演”，由记者向摩西提问。另外，为了帮助学生理解整体内容，各组还可以请一位志愿者作旁白，在提问前先介绍这一部分经文的大概内容。（为了让每个学生都有机会参与，可以在两个问题之后更换志愿者。）

最后，您根据下面的“经文解读”补充或进一步讲解经文。

—

[出埃及记]3章1-12节

问题：

- 摩西在何烈山看到了什么大异象？

- 上帝吩咐摩西做什么？为什么？
- 上帝怎样帮助摩西认识自己？
- 上帝说要带以色列人到哪里去？
- 在那里有哪些人居住？
- 上帝为什么让摩西去见法老？
- 你认为摩西对完成这项任务有信心吗？为什么？

★ 参考资料

“你所站之地是圣地”：上帝是圣洁的，因此上帝所在的地方也是圣洁的。虽然摩西可能天天从这里走过，但是现在上帝在这里，这里就成了“圣地”，而不是因为这个地方本身是圣洁的。

经文解读：

上帝用着火的荆棘吸引摩西，并吩咐摩西：“不要近前来”。上帝是圣洁的、公义的，而摩西是一个不洁的罪人，圣洁的上帝与不洁的人怎能在一起呢？因此不让摩西接近。

接着，上帝说：“我是你父亲的神，亚伯拉罕的神，以撒的神，雅各的神。”上帝是信实的，他不断坚立与亚伯拉罕、以撒和雅各所立的约。上帝听见了以色列人因受督工的管制所发的哀求声，上帝眷顾他们。现在上帝要带以色列人离开埃及，脱离埃及人的手。而摩西就是上帝拣选的，要完成这项使命的人。这项使命很难，看上去几乎不可能完成。

年轻时，摩西勇武冲动，曾把一个欺负同族人的埃及人打死，那时上帝没有呼召他；现在，摩西八十岁了，年纪老迈，早已没有了血气之勇，上帝却在这个时候呼召摩西，让他带领以色列人离开埃及。年轻时摩西或许可以凭着自己的能力带领以色列人起义，与法老抗争；现在年迈的摩西可以靠什么面对位高权重的法老呢？

从摩西的回答中，我们看出摩西对自己没有自信，他对自己能力和身份感到怀疑，这也正是四十年前他的族人对他的质疑：摩西在王宫里学了埃及人的一切学问，说话行事都有才能。但是，他并没有得到同族人的认同。

上帝给他的回答是：“我必与你同在；你将百姓从埃及领出来之后，你们必在这山上侍奉我，这就是我打发你去的证据。”上帝赐给摩西权柄，同时也赐给他能力带领以色列人离开埃及。

问题：

- 上帝如何说自己的名字？
- 这些名字有什么样的含义？
- 上帝让摩西和谁一起去见法老？
- 上帝说法老的反应将是怎么样的？
- 上帝说怎样才会让以色列人离开埃及？
- 上帝说以色列人离开埃及时是什么样的？

经文解读：

摩西听到上帝的呼召，但是他不知道该怎么完成这个看似不可能完成的任务。一方面，摩西要面对曾经质疑过他的那些以色列同胞；另一方面，摩西要面对凶残、恶毒的埃及法老。摩西怎么能做到这些呢？年迈的摩西看不到一点希望。

上帝知道摩西的担心，但是上帝期望摩西从“依靠自我”的状态中走出来，进入“依靠上帝”的状态，让他注目上帝、信靠上帝。上帝把将要发生的事情告诉摩西，是希望摩西明白：一切尽在上帝的掌握之中，摩西现在要做的是听从上帝的命令，按照上帝说的做。

上帝知道这项任务对摩西来说非常困难，但是上帝应许与摩西同在。

★ 参考资料

1. **希伯来人：**“希伯来”意思是“过来、渡过河、属于希伯的”。亚伯兰原来住在幼发拉底河的东边，上帝呼召他带着家人渡过大河，来到迦南地，因此被称为“希伯来人”。这个称呼第一次出现在[创世记]14章13节，后来也用来称呼以色列人（参见[创世记]39章14节、17节）。

2. **“我是自有永有的”：**按照原文希伯来文直译是：我是我所是，这表明上帝就是那位超越空间、超越时间的，是不依赖于任何其他存在而存在的神；这是上帝的一个重要属性。“耶和华”来自希伯来文Yahweh，原形是四个希伯来子音字母YHWH，意思就是“自有永有”。



[出埃及记]4章1-17节

问题：

- 摩西按照上帝命令，把杖扔在地上后发生了什么事？
- 摩西把手放在怀里后发生了什么事？
- 上帝吩咐摩西把河水倒在旱地上，发生了什么事？
- 你认为上帝为什么让摩西做这三件事？
- 摩西又说到自己哪些方面的不足？
- 上帝说谁可以帮助摩西向以色列人说话？

经文解读：

在很短的时间内，摩西经历了两次神迹：身边的杖变成了蛇，自己的手得了大麻风病又复原。藉着这样的神迹，上帝要帮助摩西明白：他现在唯一要做的是顺服上帝，听从上帝的命令。

摩西还是不能完全依靠上帝，因为他认为要完成这件事需要人的伶牙俐齿。他提出自己是拙口笨舌，不善言辞的。于是，上帝再一次提醒摩西：人的一切能力都来自于上帝，摩西现在需要做的就是信靠上帝。

然而，摩西依然不愿意接受这项任务，他祈求上帝使用别人。于是，上帝让摩西的哥哥亚伦与摩西一起。亚伦很有口才，但是摩西将会看到口才不能改变人心，只有上帝的权能才能改变人心。

总结：

上帝对摩西的一生有美好的计划，从摩西的出生到被法老女儿收养（[出埃及记]1章22节-2章10节），再到呼召摩西带领以色列人出埃及，这一切的事情都由上帝掌管。

对于摩西来说完成这样的任务是非常困难的，摩西说“我是什么人”（[出埃及记]3章11节），并且提到埃及法老的势力（[出埃及记]3章19）和以色列同胞不会相信他的话（[出埃及记]4章1节），直至摩西说自己拙口笨舌，能力不足（[出埃及记]4章10节）。上帝愿意使用摩西，一步一步帮助摩西确信：上帝与他同在，上帝将带领他完成这项艰巨的任务。

讨论天地

★ 目标：
明白：我们的能力
是从上帝而来的。

材料：小纸片、圣经

过程：

您先带领学生学习[诗篇]138章1-5节，学生一起朗读三遍。接着请学生把自己最大的长处和短处写在一张纸片。上帝创造了我们，知道我们所有的长处和短处。当我们能力不足时，我们可以向上帝呼求，上帝就会帮助我们，鼓励我们，赐给我们力量。

每人发三张小纸片，请学生在纸上分别写出三件对自己来说很困难、几乎无法完成的事。您提出第一个问题后，请志愿者轮流读出纸片的内容。

在纸片的背面，学生写出摩西对自己没有自信而提出的三项理由（提醒学生查考[出埃及记]3章11节、4章1节、4章10节），然后您提出第二个问题。最后，您提出第三个问题带领学生展开讨论。

问题：

- 你曾经遇到过哪些必须面对的困难和挑战？（有一门课非常难；和有些同学很难相处；被别人拒绝；被同学嘲笑；和老师关系不好；无意中冒犯了老师；等等。）
- 上帝呼召摩西，让他承担起带领以色列人的任务时，摩西有哪些反应？
- 这一课告诉我们：上帝与摩西同在，当摩西觉得自己不行的时候，上帝赐给他能力带领以色列人。当我们遇到困难或很难做到的事情时，我们可以怎样做？

上帝爱我们，接纳我们，并且在在我们还是罪人的时候，就为救赎我们死在十字架上。[诗篇]138篇1-5节告诉我们：上帝以慈爱对我们，无论我们的能力如何；上帝是信实的，当我们向他呼求时，他就赐给我们力量，甚至超过我们所求。

上帝应许与我们同在，因此我们有勇气面对困难，不逃避、不惧怕，因为我们知道上帝会作我们随时的帮助。

生活应用挑战：

在这一周中，你在哪些方面需要上帝赐给你能力？给学生一点时间思考，并写在纸上。然后邀请几位志愿者分享自己的回答。最后以祷告结束，祈求上帝帮助学生信靠上帝的大能，勇敢地面对困难。

游戏时光：我的帮助

材料：小纸片（20张）、粉笔

准备：在地上划两条长10米的直线，两线相距约6米。在20张纸片上分别写一些动作（例如：弹吉他、写作业、看球赛、吃饭、睡觉等等），每张写一个，把纸片分成两摞。

过程：

1. 学生分成两组，分别站在两条直线后。每组拿10张纸片。

2. 游戏开始：第一组组员一起走出两线之间距离第二组两米远的地方，第一组请一位志愿者到第二组中抽一张纸片，请志愿者表演纸片上写的动作，由第二组猜是什么动作，要求第二组集体商量30秒；如果第二组猜对了，第一组就迅速往线后退，同时第二组迅速冲上去抓第一组的人，抓到谁，谁就成为第二组的组员，但是不能抓退到线后的人。

3. 第二组继续这样游戏，直到某一组的人都抓光或者纸片上写的动作都表演完了。

4. 我们每个人都会遇到各种各样的困难和挑战，有时候我们自己可以解决，有时候我们自己不能解决，就像猜动作一样，我们需要大家彼此帮助。

[诗篇]121篇中作者问道：“我的帮助从何而来？”

我们的帮助都是从创造天地的耶和华而来。上帝以各种方式帮助我们，就像他帮助摩西一样。

摩西靠自己是无法带领以色列人离开埃及的，但是上帝与摩西同在，上帝施展大能，帮助摩西带领以色列人离开埃及。



手工制作：经文拼图

材料：一张旧报纸、水彩笔

准备：把报纸分成21块拼图片，将[诗篇]138篇3节的经文分别写在拼图片上，字写得大一些，一块写一个字。

过程：

- 1.请学生参照[诗篇]138篇3节的经文，将拼图片拼在一起。
- 2.学生背诵[诗篇]138篇3节。
- 3.您采取不同的方式检查背诵情况：男生组背，女生组挑错；两人小组互相背；学生站成一排，一人说一句；等等。

如果学生较多，超过10人，就分组进行上面的游戏，最后在小组间进行一场经文背诵比赛。

