

**学习目的** ★ 通过学习十诫，我们明白爱上帝和爱人是一切律法的总纲。

第二单元  
诫命

5  
十诫

### 圣经金句

[马太福音]22章36-40节

“夫子，律法上的诫命，哪一条是最大的呢？”

耶稣对他说：“你要尽心、尽性、尽意爱主你的神。这是诫命中的第一，且是最大的。其次也相仿，就是要爱人如己。这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。”

### 圣经主题

[出埃及记]20章1-17节讲到：上帝赐下十诫是为了让我们按着他的心意生活。

### 教师默想

在西乃山上，上帝将十诫赐给摩西，并藉着摩西将十诫赐给以色列民。十诫是上帝赐下的所有律法的精要，其中对以色列人的信仰生活、道德品行、社会关系等方面提出了严格的要求。

上帝禁止以色列民敬拜任何假神；禁止以色列人为自己塑造偶像，更不可跪拜偶像；禁止以色列人随意提说、亵渎上帝的名；要求以色列人将安息日守为圣日，在这一天停止一切工作，专心敬拜、事奉上帝。这几条诫命告诉我们：上帝是忌邪的神，是恨恶罪孽、圣洁的神，上帝在人心中至高无尚的地位不容丝毫的轻慢。

上帝要求以色列人孝敬父母，尊重生命，持守圣洁，作诚实无伪的人，不贪恋他人的财物，这让我们看见上帝的良善和仁爱、上帝对每个人生命的爱和对每一个人的尊重。

十诫看上去似乎是对人外在行为的约束，但事实上，要想保守自己的心惟独敬

拜独一的真神，不偏离上帝的路；要想时刻尊上帝的名为圣，以敬畏的心面对上帝；要想歇下一天的工专心侍奉上帝，以信靠的心生活；要想按照上帝的方式对待他人，以温柔的心忍耐和顺服；每一个人都必须先在内心中做出明确的选择：我心尊主为大，我灵以我的救主为乐。（[路加福音]1章46节）



上帝爱我们，期望我们按照正确的方式生活，因此上帝赐下十诫指导我们的生命。当耶稣来到世上的时候，他再一次向我们阐明了十诫的精髓：“尽心、尽性、尽意，爱主你的神。……爱人如己。”（[马太福音]22章37-39节）

在带领学生学习本课真理之前，请你先认真思想并体会这段经文，期望上帝的诫命不仅成为你所知道的内容，成为你愿意遵行的命令，而且成为你生命中最有影响力、最基本的原则。只有当你以每日的点点滴滴活出上帝的话语的时候，你才能以自己的生命和美好的见证影响和带领身边的孩子。

### 教学点滴

这个年龄段的孩子开始打破常规，思考更深层面的问题，但是他们的理解能力和思维能力还没有完全成熟。因此您常常会在他们身上看见这样的矛盾：他们不希望被当作小孩子对待，但是他们的行为有时候却显得非常幼稚。您在带领他们讨论时，要鼓励他们多表达自己的看法和见解，在陈述观点和倾听其他人观点的过程中，孩子们的思维和理解能力也会得到很大的锻炼；此外，您陈述圣经真理时，注意要简洁、明了，切忌过于艰深或含混不清。

# 课堂前奏

★ 目标：  
认识规则是人生活中  
很重要的一部分。

**材料：**大纸、红、黄、蓝、绿色的水彩笔、硬币、糖果

**准备：**在大纸上画一个靶心，涂上一种颜色，然后以靶心为圆心画三个同心圆，分别涂上其他三种颜色。

## 过程：

1. 您将画好的大纸放在地上。请学生在距离靶子一米远的地方围成一圈。

2. 每人一枚硬币。请学生轮流向大纸扔硬币。他们的硬币落在哪个圆里，您就按照下面的提示提出相应的要求：

红色——像兔子一样跳五下

黄色——与每个人握手

绿色——得到一颗糖果

蓝色——原地踏步10秒钟

3. 重复游戏，并改变每种颜色对应的要求。每轮游戏开始时您都要大声宣布“新规则”。

4. 游戏结束后，每人得到一颗糖果作为奖励。然后您提出下面的问题，引导学生思考：

- 为什么我们做游戏需要规则？
- 除了做游戏需要制定规则外，还有哪些事情需要制定规则？为什么要制定规则？
- 如果没有规则，你认为会发生什么样的事情？

规则能够保护我们，让我们在公平、有序的环境中生活，帮助我们不受伤害，也不伤害别人。今天，我们要学习一些上帝在很久以前给以色列人订下的规则。

在每一轮游戏中，可以让学生用不同的方式扔硬币，比如：他们可以背对着大纸，从头顶扔，用左手扔，等等。

# 互动查经

**目标：**上帝赐下十诫，帮助我们按着他的心意生活。

**经文：**[出埃及记]20章1-17节

**材料：**圣经、大纸、笔

## 引言

什么样的规则是最公正、对人最有益处的？自由回答。我们在这个世界上生活，要受许多规则的限制，比如：宪法、交通法规、学校的校规、家中父母的规定，等等。这些法规和规定不是要限制我们的自由，而是要让我们在规则的保护下更好地生活。

今天，我们要学习上帝亲自赐给我们的律法——十诫。

## 查考

您带领学生朗读[出埃及记]20章1-17节，并根据下面提供的问题引导学生讨论。在开始学习之前，您可以带领学生反复朗读这段经文，并请几位志愿者解释其中的一些诫命，说说他们自己对这些诫命的理解，您可以把他们的理解写在大纸上，在本环节结束后，请学生再次说出自己的这些诫命的理解。

—

[出埃及记]20章1-7节

### 问题：

- 十诫是由谁赐下的？
- 上帝为什么要赐下十诫？
- 上帝的第一条诫命是什么？
- 请用你自己的话描述第一条诫命。
- 上帝的第二条诫命是什么？

- 人们为自己雕刻的偶像都是些什么？（上帝所创造的动物、植物、山川、河流等等；还有一些人们想象出来的、根本不存在的事物，如龙、凤、麒麟等等；再就是属世的一些物质财富。）
- 第二条诫命说如果人跪拜、事奉偶像，就是恨上帝。你对此有何理解？
- 上帝的第三条诫命是什么？
- 你认为“妄称耶和華的名”是一种怎样的行为？（例如：指着上帝的名起假誓——[利未记]19章12节；咒诅和亵渎上帝的名——[利未记]24章15-16节；随便轻率地提说上帝的名；等等。）
- 违反第三条诫命会带来怎样的后果？
- 上帝的第四条诫命是什么？
- “守为圣日”是什么意思？（将安息日这一天与其他的日子区别开来，人要在这一天放下手中一切的劳苦工作，得享安息，专心事奉上帝；在这一天，人的心中要专注于上帝。）
- 上帝命令以色列人守安息日的原因是什么？（安息日是上帝赐福的日子。上帝也是六天工作，第七天休息。）

## ★ 参考资料

1. 上帝用大能带领以色列人离开埃及为奴之地，并以吗哪和鹌鹑供应以色列人在旷野中的生活。当摩西带领以色列人走到西乃山时，上帝命令摩西上山领受律法。在西乃山上，上帝亲自将十诫写在石版上，由摩西带下山颁布给以色列百姓。

2. 安息日是从星期五的日落开始，一直到星期六的日落结束。安息日是上帝赐给以色列民的。在这一天，以色列人要有停止一切的工作，让儿女、仆婢、牲畜、客旅得享安息。并且，上帝藉着安息日提醒以色列人谨记上帝在以色列人身上的作为（[申命记]5章15节）。

**经文解读：**

上帝将以色列人从万民中分别出来，拣选以色列人作他的子民，其中一个最重要的方式就是让以色列人敬拜独一的真神。因此，上帝禁止以色列人敬拜任何的外邦假神，命令他们要单单地事奉耶和華上帝，创造天地万物的真神。

那些叩拜假神的人，为自己雕刻了各种木头或石头的神像，并且他们还会叩拜一些虚无的假神。上帝禁止以色列人为自己雕刻偶像，因为上帝的至高和伟大，是人手

所做的任何东西都无法代替和代表的，并且这些有限的人造之物只会贬损上帝的圣洁。

上帝的名是神圣的、圣洁的，是值得尊崇和敬仰的。我们要在主日敬拜的时候大声赞美上帝的名，在生活中要以敬畏的心、圣洁的方式提及上帝的名。

二

## [出埃及记]20章12节

**问题：**

- 上帝的第五条诫命是什么？
- 这条诫命还带着一个怎样的应许？
- 你认为这句经文中的“孝敬父母”包含了哪些意思？（包括在态度上尊敬父母、在言语和行为上善待父母、在生活上供养和照顾父母，不要用言语和行为伤害父母。）
- 上帝的第六条诫命是什么？
- 你如何理解这条诫命？（这里指的是故意杀人。）
- 你认为还有哪些行为在上帝的眼中是与杀人同罪的？（请学生查考[约翰一书]3章15节）
- 上帝的第七条诫命是什么？
- 你如何理解这条诫命？（一切婚姻之外的性关系都是罪。）
- 上帝的第八条诫命是什么？
- 你如何理解这条诫命？（不可偷窃的不仅包括他人的钱财物品，也包括一些无形的财物，如研究成果、时间、精力等。）
- 上帝的第九条诫命是什么？
- 这句经文是什么意思？（要尊重他人的名声和荣誉，禁止对他人的品格或行为做虚假描述。）
- 我们要怎样遵守这条诫命？（要以公平、公正的方式谈论他人，弃绝一切的谎言、

欺骗，不要散布流言蜚语，不要用言语攻击他人。)

- 上帝的第十条诫命是什么？
- “贪恋”是什么意思？（对别人的财物存着邪恶的动机和欲望，想要通过不正当的方式据为己有。）
- 贪恋会带来哪些后果？（请学生查考[箴言书]1章19节；[提摩太前书]6章10节。）

### 经文解读：

“孝敬父母”这条诫命是圣经中第一条带应许的诫命（[以弗所书]6章2节）。在上帝的眼中，孝敬父母非常重要，因为上帝告诉我们：人若不爱身边看得见的人，怎么能爱那没有看见的神呢？（[约翰一书]4章20节）虽然有时我们不赞同父母说的话或做的事，但是我们不要在言语和行为上伤害他们，而是要存着尊敬、亲热的心对待他们。

### 总结：

当我们仔细地研读了这十条诫命后，我们发现上帝是如此爱我们，他盼望我们能够活出公义圣洁的生命，并让我们在这样的生命中得到最大的益处。

总结这十条诫命，可以归为两点：爱上帝、爱人。在[马太福音]22章37-40节中，耶稣说爱上帝、爱人这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。期望上帝透过这些诫命指引我们的人生，期望上帝的爱照亮我们的人生。



# 讨论天地

## ★ 目标：

如何在生活中遵  
行十诫，爱上帝  
和爱人。

### 过程：

学生分成两组，先请各组学生讨论，如何给十诫分段。然后，您提出下面前两个问题，引导学生总结十诫的内容。最后，您提出其他的问题，请两组轮流回答。

### 问题：

- 十诫中的哪几条诫命是关于爱上帝的？
- 十诫中的哪几条诫命是关于爱他人的？
- 阅读[马太福音]12章28-31节。耶稣是怎样总结这些命令的？
- 你可以用哪些方式表达对上帝的爱？（信靠上帝的话语；单单地敬拜上帝、侍奉上帝；常常感谢赞美上帝；每天花时间与上帝在一起，读经、祷告；按照上帝的话语而行；等等。）
- 你可以用哪些方式表达你对他人的爱？（友善地对待别人；即使你不同意父母的观点，仍然要尊重父母的意见；公平公正地对待他人；不贪恋他人的财物；等等。）
- 你可以怎样更好地遵行这些诫命？（每天读经、祷告，明白上帝的心意；常常祷告寻求上帝的帮助；与其他信主的人彼此提醒；等等。）

### 生活应用挑战：

十诫是我们信仰中最重要的诫命，也是我们生活中最重要的原则。请想一想在下一周你可以怎样实践哪几条诫命。给学生一些时间请他们默祷。然后，请一位志愿者结束祷告，祈求上帝帮助我们遵行上帝的命令，在生活中实践爱上帝和爱人。



## 游戏时光：粘粘球

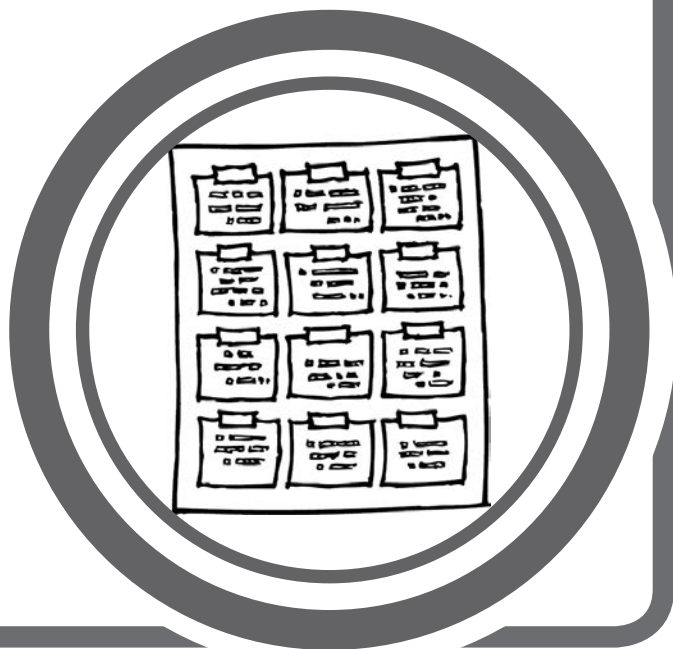
**材料：**圣经、卡片、铅笔、胶带、乒乓球、双面胶带

**准备：**带领学生把十诫写在卡片上，每张卡片上写一条诫命。再把耶稣总结的两条诫命——“爱上帝”和“爱他人”分别写在两张卡片上。然后，把写好的十二张卡片整齐地贴在墙上（如图所示）。

**过程：**

您将双面胶贴在乒乓球的表面，做成一个粘粘球。请学生在离卡片一米远的地方排队，轮流将粘粘球扔向卡片。

如果乒乓球粘在某张卡片上，就请扔球的学生读出这张卡片上的诫命，并说出一种遵守这个诫命的方法；如果乒乓球没有粘上，就请下一位学生扔球。如果时间允许，可以继续游戏。



# 手工制作：让世界更美好

**材料：**圣经、大纸、笔、水彩笔

**过程：**

想一想，如果每一个人都能够遵守十诫，像耶稣所说那样爱上帝、爱他人，那么这个世界将会在哪些方面变得更美好？自由回答。下面，我们就把这些美好的景象画出来，做成一张大海报。

将学生分成四组。每组一张大纸。请每组学生将他们想象的更美好的世界画在大纸上。然后，请各个小组轮流派代表发言，讲述当所有人都能够爱上帝、爱他人后，世界将会如何美好。

最后，请四个小组将他们的海报拼在一起，形成一张大海报，并将这张大海报贴在主日学的墙上。

