

学习目标 ★ 我可以用自己说出来的话帮助、鼓励别人。

第三单元
与人和睦

9 勒住自己的舌头

圣经金句

[以弗所书]4章25节-27节、29节、32节

所以你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话，因为我们是互相为肢体。生气却不要犯罪，不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。

污秽的言语，一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

圣经主题

要管住自己的舌头，说合宜的话。[雅各书]3章2-12节

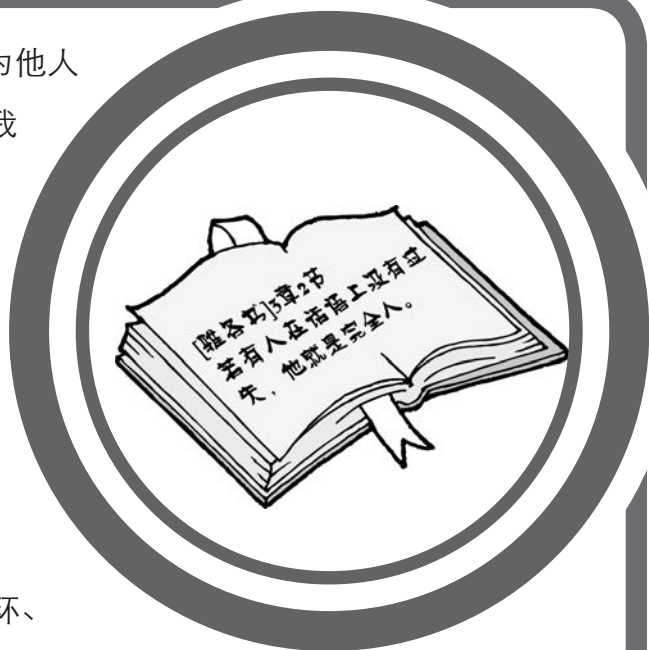
教师默想

俗话说：“良言一句三冬暖，恶语半片六月寒”。一句鼓励、安慰人的话可以温暖人心，一句恶言则会伤害人心。“一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。”（[箴言]25章11节）

在[雅各书]3章2-12节，使徒雅各专门谈到了言语过失的问题。他告诉我们：一个人如果能控制住舌头，不随意说话，他就能控制住自己其他的行为。其实，舌头只是人身上的一个器官，就像眼睛、双手一样，控制舌头为什么有这么大的功效呢？舌头上说出的话语是受人的心思意念掌管的，因此控制舌头就意味着控制我们的心思意念。

那么雅各为什么说控制住舌头，就可以控制全身呢？首先，舌头往往最先、最直接地表达了我们的心思意念，我们若想控制住舌头，就必须先掌管我们的心思意念；而一个能掌管自己心思意念的人，也就能够掌控自己的其他行为。其次，言语的作用是无形的，与身体上的伤害相比，心灵的伤害更加隐匿；要想控制言语不伤

害别人，就需要我们有一颗敏感细致、为他人着想的心，而这样一颗心必然会影响到我们所做的一切事情。最后，舌头就像一团小小的火焰，能挑起一场熊熊烈火；如果我们不谨慎自己的舌头，不在第一时间掌控自己的心思意念，那么我们很可能就会被自己的情绪、意念所掌控，最终失去理智，做出可怕的失控行为。



舌头虽小，其作用却像马嘴里的嚼环、船上的舵，能影响全身；舌头上的话语能给人带来祝福，传递美好的信息，也能使人陷入罪中；舌头上的话语点燃人生的希望，也能破坏我们身边的世界。舌头虽小，却最难控制，它表明我们的想法、态度，也是我们内在生命的体现；我们可以用舌头赞美上帝，也可以用舌头咒诅别人；可以用舌头造就人，也可以用舌头拆毁人。

上帝告诫我们要勒住自己的舌头，就是期望我们能够靠着“从上头而来的智慧”（[雅各书]3章17节），掌管自己的心思意念，用上帝赐给我们的仁慈和爱彼此相待，用上帝赐给我们的恩典和饶恕彼此忍耐，使我们成为那“用和平所栽种的义果”（[雅各书]3章18节）。

教学点滴

孩子们渐渐长大，他们的社交范围也越来越大。不论他们身在何处，他们都需要一个积极的语言环境，以培养他们用合宜的话语与别人沟通的能力。因此，作为老师，您对他们的教导和帮助就显得尤为重要。您不但要教导他们学会如何依靠上帝所赐的智慧，说造就人的言语，而且您在与他们相处的过程中，也要为他们树立一个用爱心讲合宜话语的好榜样。

课堂前奏

★ 目标：

认识到我们说出的话
既能帮助别人也能伤害别人。

材料：笔、卡片、皮筋

准备：您制作几套“猜猜看”的游戏卡片，可以分为水果蔬菜类、体育用品类、家用电器类、日常用品类等；每个类别写出六种物品名称。写完后，按照类别将卡片分类扎在一起。

过程：

1.将学生分成两人小组。

2.请一个小组的两个人面对面地站在中间，相距两米左右。请他们选择一种类别，一个人负责描述，另一个人负责猜。

3.您站在负责猜的人后面，拿出一张卡片给负责描述的人和其他小组的人看。负责描述的人看到后，迅速开始向负责猜的人描述，描述时不能提到卡片上的字。猜出后换一张卡片，实在猜不出来时也可以请求换一张卡片。

4.各组用时一分钟。所有的小组都进行游戏后，您带领学生讨论下面的问题：

- 什么给你们的描述和猜测带来困难？为什么？
- 你认为怎样可以帮助你们更好地沟通？
- 如果人们不使用语言交流，那么会发生什么？
- 除了使用语言外，我们还可以用哪些方式表达自己的想法？（手势、表情、文字、图画等。）

语言是人与人之间最重要的交流工具。我们了解别人、寻求别人的帮助，或者让别人了解我们时，都需要用语言交流。但是，我们有没有想过：语言可以发挥两种完全不同的作用：我们可以用语言安慰、帮助别人，也可以用语言伤害别人。这是怎么回事呢？

在今天的课程中，我们将学习如何勒住自己的舌头，使自己不再说诅咒、恶毒的话，而是说合宜的、造就人的好话。

互动查经

目标：勒住自己的舌头，用我们的言语帮助别人。

经文：[雅各书]3章2-12节

材料：圣经、卡片

准备：您将下面的经节分别写在卡片上，一张写一个：[雅各书]3章2-6节、[雅各书]3章7-12节。

引言

在生活中，你是否曾被别人说的话所伤害？是否在语言上伤害过别人？自由回答。语言是我们彼此沟通、增进了解的工具，我们应当怎样使用好这个工具呢？

查考

您带领学生们朗读本课经文。将学生分成两组，每组发一张写有经节的卡片。请各组学生讨论这段经文的含义，并将讨论的结果记录下来，同时也可以将不明白的地方记录下来。然后，请各组轮流分享他们的观点并提出问题，您可以先请其他的小组帮助他们解释疑问，然后您利用下面列出的问题，并参考“经文解读”进行补充和讲解。

—

[雅各书]3章2-6节

★ 参考资料

完全人：在世上，除了耶稣以外没有完全人。耶稣降世为人，他是完全圣洁、美好、没有任何瑕疵的，他在言语行为上完全没有过失，没有犯过罪。

嚼环：勒在马口里的小铁链，与缰绳连在一起，骑马人通过拉紧和放松缰绳勒紧，控制嚼环，并借以控制马的行动。

舵：就像汽车的方向盘，是船体中控制航向的设备。

问题：

- 在这段经文中，作者告诉我们，完全人有什么样的特点？
- 你认为做到这一点容易吗？为什么？
- 你怎样理解“在言语上没有过失的人，就能勒住全身”这句话？
- 舌头有哪些功能？（品尝味道；进食；说话；等。）
- 在3-4节中，舌头被比作什么？你怎样理解这两个比喻？
- 在5-6节中，舌头又被比做什么？你怎样理解这两个比喻？
- 言语上的过失可以包括什么？（说尖刻不友好的话；撒谎；夸大其词；诽谤人；说谗言；夸口；等等。）

经文解读：

这节经文告诉我们，人如果在言语上没有过失，他就是完全人，就是像主耶稣那样圣洁、无瑕疵、毫无罪过的人。但是，世人没有一个能达到这样的标准。因为人常常不能控制自己的舌头，不在言语上犯罪。一个人如果能够在话语上没有过失，就能控制住自身的其他一切行为。小小的舌头为什么会有如此大的影响力呢？

舌头上说出来的话，是我们内心思想最直接的反应，我们要想在言语上没有过失，就要掌控我们的心思意念，使我们在心思意念上没有过失；而一个在心思意念上没有过失的人，就可以做到在其他方面没有过失。在这个意义上说，小小的舌头可以影响全身，就像小小的嚼环能控制高头大马，小小的船舵能转动大船一样。我们口里所说的话反应了我们的心思意念，我们的心思意念又影响到我们的行为，因此，掌控自己的思想，勒住自己的舌头是非常重要的。

“舌头就是火”：如果我们不能在每一句言语上谨慎、小心，就意味着我们没有谨守每一个心思意念；而每一次的轻忽和放松，都有可能给自己和别人带来更大、更多的损害。

二

[雅各书]3章7-12节

问题：

- 你认为人怎样制伏各种走兽、飞禽、昆虫、水族？（这些动物可以被驯化、听从人

的命令。例如狮、虎、熊、鹦鹉、蛇、海豚、鲸鱼等，都可以经过一定的训练，进行各种表演。)

- 为什么没有人能制伏舌头？（因为没有人能完全做到在自己的心思意念上没有过失。）
- “满了害死人的毒气”是什么意思？（人用舌头说出伤害人的话；人用舌头说出错误的教导；人用舌头挑起争端；等等。）
- 在9-10节中，作者说我们用舌头做哪两件完全相反的事情？
- 这样做是应当的吗？为什么？
- 你见过这样的事例吗？请举例说明。
- 在9-12节中，作者用什么比喻说明我们用同一个舌头做完全相反的两件事？
- 你怎样理解这几个比喻？

经文解读：

舌头虽小，却最难控制。人可以借助各种工具和手段，制伏和驯服各种动物，但是却没有用什么工具制服自己的舌头，因为要制服舌头，就要先掌控自己的心思意念。

舌头的威力比猛兽更大、更具破坏性，因为猛兽只能伤害人的肉体，而恶言恶语可以刺伤人的心灵。

舌头是我们表达心声的工具，是我们生命的真实流露。我们不能用口赞美上帝，又用口咒诅他人。因为当我们从心底里发出对上帝的赞美时，我们也应当尊重和爱惜上帝所创造的人。

我们要勒住舌头，要在言语上没有过失，就要将我们的心意定睛在上帝身上，让上帝的话语引导我们的心思意念。

总结：

人在许多事情上都会有过失，而一个能在言语上没有过失的人，就可以在其他事情上没有过失。这看上去似乎非常简单：只要谨慎管好自己的舌头，不随意说有过错的话，就可以作一个完全人了。但实际上没有那么简单，要想在言语上没有过失，不是要说得天衣无缝，也不是要变得一言不发，而是要先改变我们的心思意念，使我们在心思意念上不犯罪，这样我们才能做到在言语上没有过失。

当耶稣基督进入我们的身体后，我们的生命就开始发生变化，我们的心思意念也会被上帝改变，我们也就可以依靠上帝的能力勒住自己的舌头了。

讨论天地

★ 目标：
我们如何在生活中
勒住自己的舌头。

材料：圣经、纸、笔

过程：

请学生回想：你曾经被别人用言语伤害的一件事。请学生尽可能详细地写出事情的过程，写完事情的经过后，请学生写出当时自己的感受，鼓励学生细致地描述自己的感受，例如：我感到非常生气，我觉得他不尊重我……。 (您要告诉学生：他们所写的内容可以不给其他人看。)

写完后，请学生思考：为什么这些言语会伤害你？你是否用言语伤害过别人？请几位志愿者分享他们的回答。您提出下面的问题，引导学生讨论我们如何在言语上没有过失。

问题：

- 在生活中，我们在言语上所犯的罪有哪些？（背后谈论他人；说谎；与父母顶嘴；对别人说不友善的话；夸大其词；散播谣言；说违心的话；等等。）
- 你认为我们怎样才能勒住自己的舌头？（记住上帝的话语和诫命；祈求圣灵帮助我们顺服上帝的话语；听从圣灵的引导；当我们自己不能控制的时候，祈求耶稣帮助我们掌控自己的心思；等等。）
- 阅读[以弗所书]4章29节。“勒住自己的舌头”的人应当怎样做？
- “勒住自己的舌头”的人，在生活中会有哪些表现？（听从父母、老师的教导，在言语上、态度上尊重父母、老师；安慰伤心的人；鼓励灰心的人；说诚实话，不说虚假伪善的话；不说难听的话；不与他人争吵；不散播流言蜚语；等等。）
- 当我们在言语上犯了罪时，我们应该怎么做？（祷告祈求上帝的饶恕；向我们伤害的人道歉，求得谅解；祈求耶稣帮助我们下次不要犯这样的罪；等等。）

我们说出来的每一句话，看上去是用舌头说出来的，但其实掌控舌头的是我们的思想和意念。当我们心里有抱怨、嫉恨时，我们的言语就会表露出来；当我们的心里充满了喜悦和欢欣时，我们也可以用话语表达。因此，我们要谨慎我们的想法和态度，使我们在言语上减少过失。

生活应用挑战：

您带领学生针对他们写的自己受伤害的事情进行祷告，帮助学生体会：在祷告中向上帝坦露自己的内心；我们越愿意向上帝表露内心，就越能经历和体会到上帝的眷顾和慈爱。

祷告的内容大致如下：主耶稣，我曾经受到过伤害，……（这里请学生默祷，说出自己曾经受到伤害的那件事），那时，我很难过，我感到……（这里请学生默祷，尽可能详细地描述自己当时的感受）。最后，您可以祷告：主耶稣，我希望不再受到这样的伤害，我也不希望自己在言语上伤害别人，求你掌管我的心思意念，帮助我勒住舌头，不说难听的话，只说帮助人、对别人有益处的话。

游戏时光：快乐的交换

材料：圣经、卡片、笔

准备：

您在小卡片上写出一些需要勒住自己舌头的情况，例如：别人讥笑你长得太矮时；爸爸要求你打扫卫生时；弟弟把你最喜欢的物品弄坏时；有人嘲笑你是基督徒时；你听见朋友在背后议论他人时；在公车上有人踩了你的脚，却没有道歉时；别人非常伤心需要安慰时；别人很灰心需要鼓励时；别人向你抱怨、发牢骚时；等等。每张卡片写一种情况。

过程：

每人发一张卡片。您播放一首赞美诗，请学生在教室里随意走到，并且一边走一边与别人交换卡片。音乐停止后，学生要迅速坐下来，最后一个坐下的学生，要读出卡片上的情况，并请另外一位学生说出在这种情况下应当怎样说。（注：可以和别人商量后回答。）

时间允许，重复游戏，直到卡片上的内容都已经讨论过了。

可以请最后坐下的学生把卡片上的情况表演出来。



手工制作：造就人的图画

材料：圣经、纸、彩笔、橡皮泥、丝带

过程：

圣经教导我们要勒住自己的舌头。“勒住舌头”的意思就是不说难听的言语、不说谎话，不说损害别人的话，常常说造就人的话。“造就人的话”包括赞美、鼓励、诚实的话语，这些话可以使人得到安慰和帮助。下面，我们看看可以向谁说造就人的话。

请学生思考他们可以向以下哪个对象说造就人的话：爸爸、妈妈、老师、牧师、唱诗班的人、班里的同学等。

每个学生选定一个对象后，就可以用提供的手工材料制作一幅图画了。他们可以用橡皮泥捏出一些漂亮的图形：心形、花、草、星星、月亮等等，贴在纸上，然后在四周写出一些造就人的话：“感谢您对我的爱！”、“谢谢您帮助我练习唱歌！”、“您很辛苦，请多休息。”、“感谢上帝让你和我作好朋友。”、“你是一个非常细心的人。”、“下一次你一定会做得更棒！”、“失败没有关系，你可以从头再来，我相信你！”，等等。

最后，学生将图画卷起来，用丝带扎好。在适当的时候，请他们将画送给选定的对象。

