

背誦經文



十二基石- 第一課 (下) - 對於年幼的孩子

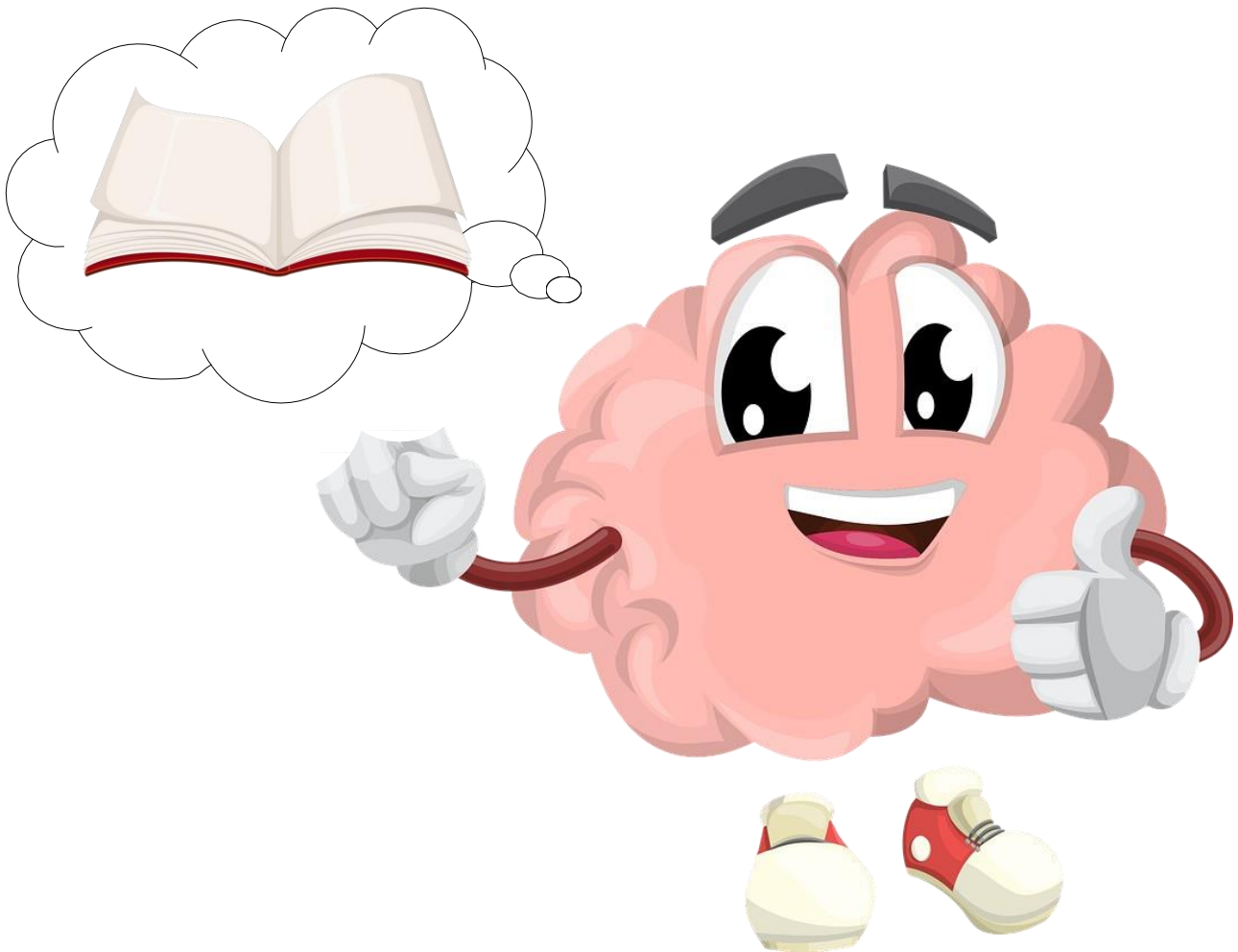
為什麼要背誦？

1. 給你靈性上的力量和鼓勵——在耶穌裡更新你的思想

人腦可與電腦的資料庫相比：不管是好是壞，它總會裝些東西在裡面。

耶穌以話語清洗了我們的靈，給了我們一些積極的東西來填滿它。

羅馬書12:2— 你們要隨著思想的不斷更新而改變，這樣就能明辨上帝的旨意，知道什麼是良善、純全、蒙祂悅納的。
詩篇37:31— 他心裡有上帝的律法，他的腳不至於滑倒。



2. 上帝會以你學過的話語來對你說話

上主使我們想起背誦過的經文，來這樣和我們說話。

約翰福音14:26—但是那慰助者，就是父親因我的名要差來的聖靈，會把一切的事指示你們，並且使你們記起我對你們所說的一切話。

上帝比誰都更熟悉自己的書，當你需要時，祂會通過聖靈讓你回想起相關的經文。



3. 幫助你與別人分享上帝的話語

知道一些明確的段落和經文，有助於我們與別人分享我們的信仰：

彼得前書3:15b — 常常作好準備，去回答那些問你們為什麼懷有盼望的人。



4. 你的信心生活的武器

希伯來書4:12——上帝的話活潑有效，比雙刃的劍還要鋒利，連靈和魂

上帝把祂的話語給了我們作為靈性武器，去對付纏繞著我們的戰鬥。我們必須努力背誦和運用話語。



課程第二部分：如何背誦



- 你能夠像鍛煉肌肉那樣地來鍛煉記憶力

你越是使用記憶力，記憶力就會越強；你要是不怎麼使用它的話，它就會減弱。

- 越是專心，就越容易記住

找一個安靜而不會使你分心的地方，會大大地幫助你去背誦。



- 視覺、聽覺和動作

大多數人能夠極其清楚地記住所看到的事物。然而，其他一些人卻能夠極其清楚地記住所聽到的東西。還有另一些人則能夠極其清楚地記住所做過的動作。憑藉這三種方法，你能增強自己的記憶力。比如說通過閱讀，你在使用自己的視覺。你若高聲朗誦你背誦了的章節，就能聽到它。再加上你在用自己的嘴巴把它說出來。此外，你要是能把自己所記住的章節默寫出來的話，就更能加強你的記憶。



• 你需要下功夫去背誦！

背誦需要你下定某種程度的決心和具有某種程度的自我紀律。你得下工夫才行！你要不斷地重複、重複、重複、再重複！通常，最好的方式是去逐句地背誦一段章節。背誦的法則就是重複、重複、再重複！



課程第三部分：有關背誦經文的建議

熱衷於背誦，確實很好。但作為動力來說，熱情還不夠，因感覺可能不會持久，也不可靠。做事的熱情常常會朝來夕去，而缺乏熱情的時候居多！我們所需的動機應基於事實，而不是感覺。

我們決定背誦的事實依據有那些呢？

■ 上帝的話語告訴我們要把話語藏在心中。

■ 上帝的話語幫助我們與上主的靈性關係。

■ 上帝的話語會幫助我們去幫助別人。

詩篇1:1-2—這樣的人才算真正有福……他只愛慕上主的律法（話語），日夜默誦不倦。

複習

如果你打算背誦很多章節的話，你就需要一個系統的複習計畫。如沒有一個定期複習的計畫和方法，你就會忘記背過了的章節。

■你可以把背誦了的經文寫在一個小而結實的筆記本上。不管你去那裡，如你都能把它帶在身邊的話，當你在等人或在旅行時，你就隨時可以拿出來複習。

■你可以在筆記本上把你背誦了的經文出處和開頭幾個字寫下來，用於複習。



例如：

約翰福音1:12凡接受祂的

約翰福音3:3人若不重生

約翰福音3:16上帝愛世人

約翰福音3:36信子的人

上主，我們因您的話語及其大能而感謝您。請幫助我們忠信有恒地背誦您的話語，所以我們可以為自己和他人的好處來引用它們。

選擇要背誦的章節

- [餵養我的羊 1 & 2](#)
- [餵養我的羊 3 & 4](#)
- [餵養我的羊 5 & 6](#)
 - [詩篇 8](#)
 - [詩篇 19](#)
 - [詩篇 23](#)
 - [詩篇 91](#)
 - [詩篇 100](#)
 - [主禱文](#)
- [約翰福音 3:1-8; 14-17](#)

www.freekidstories.org

Text adapted from the original 12 Foundations Stones classes

Image credits:

Page 1: starline via Freepik/brgfx via Freepik/designed by Freepik

Page 2: Pixabay/brgfx via Freepik

Page 3-4: Designed by Freepik/brgfx via Freepik

Page 5: Designed by Freepik

Pages 6: Brgfx via Freepik

Page 7: background flooring by kjpargeter; day and night background by Macrovector via Freepik. Other images designed by brgfx via Freepik.

Page 8: Freepik