

背诵经文



十二柱石: 第一课 (下) - 对于年幼的孩子

为什么要背诵？

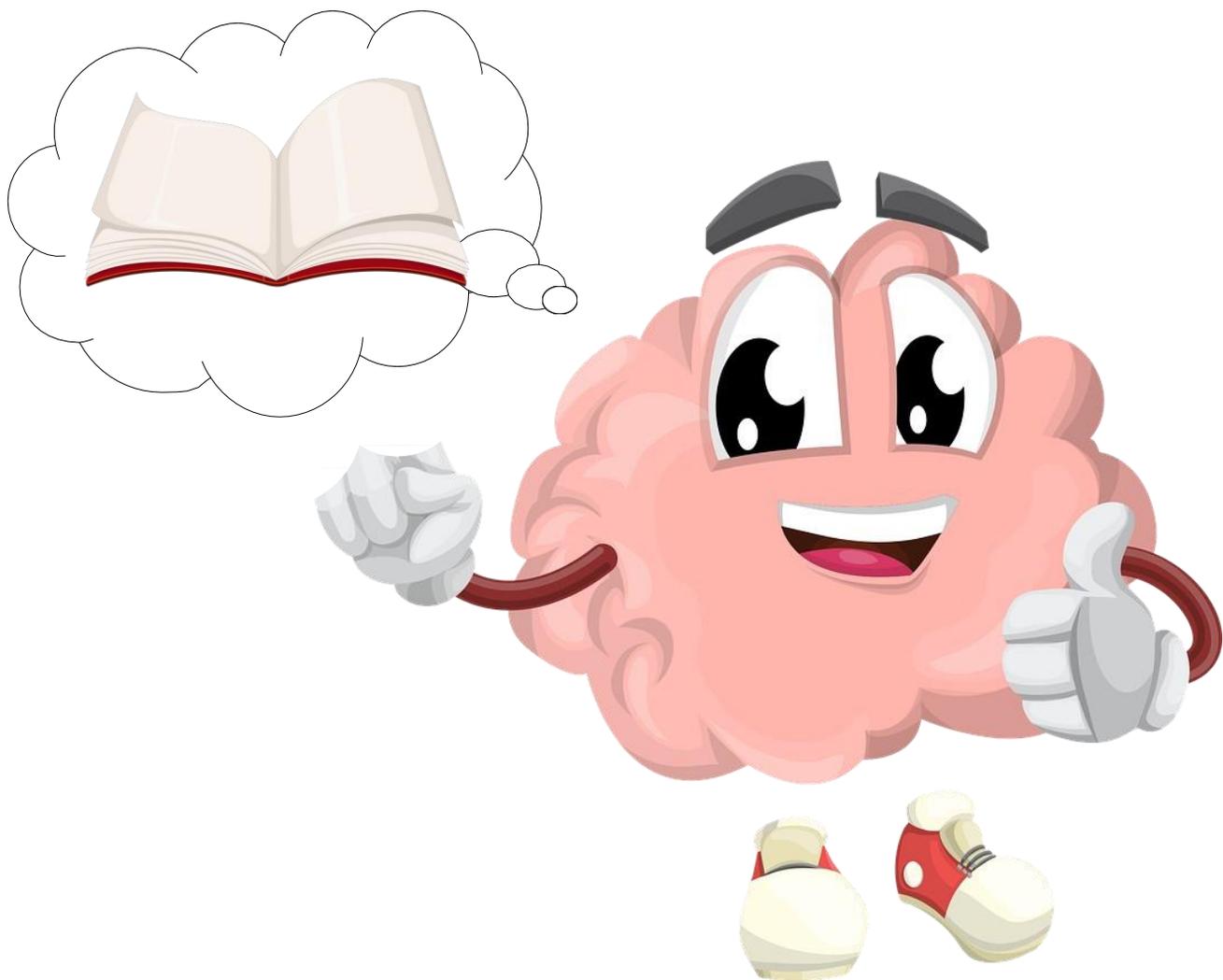
1. 给你灵性上的力量和鼓励

人脑可与计算机的数据库相比：不管是好是坏，它总会装些东西在里面。

耶稣，借着他的话语，清洗了我们的灵，给了我们一些积极的东西来填满它。

罗马书12:2a—你们要随着思想的不断更新而改变

诗篇37:31—他心里有上帝的律法；他的脚不至于滑倒



2. 上帝会通过你学过的话语来对你说话

上主使我们想起背诵过的经文，来这样和我们说话。

约翰福音14:26—但是那慰助者，就是父亲因我的名要差来的圣灵，会把一切的事指示你们，并且使你们记起我对你们所说的一切话。

上帝比谁都更熟悉自己的书，当你需要时，他会通过圣灵让你回想起相关的经文。



3. 帮助你与别人分享上帝的话语

知道一些明确的段落和经文，有助于我们与别人分享我们的信仰：

彼得前书3:15b—常常作好准备，去回答那些问你们为什么怀有盼望的人。



4. 你的信心生活的武器

希伯来书4:12—上帝的话活泼有效，比双刃的剑还要锋利

上帝把他的话语给了我们作为灵性武器，去对付缠绕着我们的战斗。我们必须努力背诵和运用它。



课程第二部分：如何背诵



- 记忆可以像肌肉一样去锻炼

使用得愈多，它就变得愈强壮；不使用，就会变得虚弱。

- 愈专心，愈容易背诵

找一个安静、不会分心的地方，会有很大的帮助。



- 视觉、听觉和动作

大部份人对他们所看过的记得最清楚；但有些人对他们所听过的记得最清楚；还有些人则是对他们实际做过行动的记得最清楚。你可以通过使用这三种身体机能来增强记忆。例如，借着阅读，你就在使用视觉。若把要背诵的大声说出来，你不但听见了，还在用嘴把它说出来。然后，把要背诵的经文写下来，通常效果会最好。



简单来说，你在背诵时愈投入，你就背得愈好。

• 背诵是一种劳动！

背诵确实需要决心和自我约束。让把话语藏在心中这件事，变成你一生的习惯吧！一旦成为习惯，就容易多了。



课程第三部分：背诵经文的建议

热衷于背诵，确实很好。但作为动力来说，热情还不够，因感觉可能不会持久，也不可靠。做事情的热情常常会朝来夕去——而缺乏热情的时候居多！我们所需的动机应基于事实，而不是感觉。

我们决定背诵的事实依据有那些呢？

■上帝的话语告诉我们要把话语藏在心中。

■上帝的话语帮助我们与上主的灵性关系。

■上帝的话语会帮助我们帮助别人。

诗篇1:1-2—这样的人才算真正有福.....他只爱慕上主的律法〔话语〕，日夜默诵不倦。

复习

如果你打算背诵很多章节的话，你就需要一个系统的复习计划。如没有一个定期复习的计划和办法，你就会忘记。

■你可以把背诵的经文写在一个小而结实的笔记本上。不管你去哪里，如你都能把它带在身边的话，当你在等人或在旅行时，你就随时可以拿出来复习。

■你可以在笔记本上把你背诵了的经文出处和开头几个字写下来，用于复习。

例如：

约翰福音1:12凡接受他的

约翰福音3:3人若不重生

约翰福音3:16上帝爱世人

约翰福音3:36信子的人

上主，我们因你的话语及你话语的力量而感谢你。请帮助我们忠信地去背诵你的话语，以便我们可以为自己和他人的好处来引用它们。

选择要背诵的章节

- [喂养我的小羊 1 & 2](#)
- [喂养我的小羊 3 & 4](#)
- [喂养我的小羊 5 & 6](#)
 - [诗篇 19](#)
 - [诗篇 23](#)
 - [诗篇 91](#)
 - [诗篇 121](#)
 - [主禱文](#)
- [约翰福音 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