

# 《以弗所书》

---

- 基督与教会关系，教会角色和重要性
- 在基督里丰盛的恩典
- 如何过与蒙召相称的生活
- 6章，前3章： 上帝的拯救，在基督里何等丰富
- 4-6章： 过明白、合乎上帝旨意生活，活出基督里丰富

# 《以弗所书》

---

- 保罗领受救赎计划有系统地向信徒宣讲
- 述说上帝在基督里的宏伟计划和启示
- 被称为最深的教义书信、“保罗书信花冠”

# 恩赐与目的

---

- 有使徒，有先知，有传福音，有牧师和教师
- 为要成全圣徒，各尽其职，建立基督的身体

# 信徒的挑食、偏食

---

- 按世界标准、个人偏好、口味、主观审判
- 挑食、偏食： 诗歌、听讲道、崇拜评论员
- 没有得着，属灵生命不能成长，像小孩一样
- 失去认识基督的丰满

# 健康饮食



# 平衡膳食宝塔



中国居民平衡膳食宝塔是根据中国居民膳食指南结合中国居民的膳食结构特点设计的。它把平衡膳食的原则转化成各类食物的份量，并以直观的宝塔形式表现出来，便于群众理解和在日常生活中实行。

# 小孩子生命特征和倾向

不稳定

缺乏自制

对事情反应过度，缺乏克制，

不是喜欢就憎恶

观点容易偏激、极端、武断

容易被骗，天真、无知

不喜欢受教，不肯服管教

喜欢刺激、新鲜、变化

对事价值没有多大兴趣，只要新奇。

最大危险“中了人的诡计，和欺骗的法术”。

# 运用不同恩赐

---

- 在真理上扎根
- 爱是灵性成长的标记
- 恩赐的配搭

# 生命成長

---

- 经历上帝的爱，圣灵的引导和帮助，被爱安慰、医治、鼓励、成长
- 效法耶稣付出爱，爱神爱人，爱人如己，在服事中经历生命的成长

# 总结：四条建立基督身体的原则

---

共同成长，完成福音使命：

1. 连于元首基督，真理上说诚实话，凡事长进
2. 认识上帝儿子，满有基督长成的身量
3. 成全圣徒，各尽其职，在爱中建立自己
4. 在真道上同归于一，教会合一，抵挡异端