

HOW PEOPLE CHANGE
FACILITATOR'S
GUIDE

人如何改变

在恩典中**经历蜕变**的喜乐



提姆·连恩 (TIMOTHY S. LANE)
保罗·区普 (PAUL DAVID TRIPP) / 著
黄玉卿 张燕 / 译

上海三联书店

HOW PEOPLE CHANGE
FACILITATOR'S
GUIDE

人如何改变

在恩典中经历蜕变的喜乐



提姆·连恩 (TIMOTHY S. LANE)

保罗·区普 (PAUL DAVID TRIPP) / 著

黄玉卿 张燕 / 译

上海三联书店

图书在版编目(CIP)数据

人如何改变/(美)连恩(Lane T. S.),区普(Tripp P. D.)著;
黄玉卿,张燕译. —上海:上海三联书店,2017. 7
ISBN 978-7-5426-5472-4

I. ①人… II. ①连…②区…③黄…④张… III. ①哲学—
通俗读物 IV. ①B-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 015904 号

人如何改变

著 者 / 提姆·连恩 保罗·区普

译 者 / 黄玉卿 张 燕

责任编辑 / 邱 红

特约编辑 / 黄允城

装帧设计 / 周周设计局

监 制 / 姚 军

责任校对 / 张大伟

出版发行 / 上海三联书店

(201199)中国上海市都市路 4855 号 2 座 10 楼

邮购电话 / 021-22895557

印 刷 / 上海叶大印务发展有限公司

版 次 / 2017 年 7 月第 1 版

印 次 / 2017 年 7 月第 1 次印刷

开 本 / 890 × 1240 1/32

字 数 / 300 千字

印 张 / 13.75

书 号 / ISBN 978-7-5426-5472-4/B·466

定 价 / 48.00 元

敬启读者,如发现本书有印装质量问题,请与印刷厂联系 021-66019858

How People Change

Copyright © 2006, 2008 by Timothy S. Lane & Paul David Tripp

This Chinese edition published by permission of New Growth Press,

Greensboro NC 24404 U.S.A. and Ambassadors Publishing,

Paradise, Pennsylvania U.S.A

中译稿由美国基督使者协会（AFC）授权使用

ALL RIGHTS RESERVED



谨将本书献给亲爱的

恭喜您即将踏上一场兴奋无比的旅程，
靠着耶稣基督的恩典与福音的大能，
解开生活中各样问题的症结，
经历奇妙蜕变与生命更新的喜乐！

您的挚友



致 谢

许多人已经走在前头,为撰写本书打下相当有利的基础。若失去了我们的朋友兼同事——大卫·鲍力生(David Pawlison)的领导、异象与远见,本书中绝大多数内容是不可能存在的。本书内容发展自大卫·鲍力生已经教导超过二十年的一门课程。身为作者,我们很荣幸享有优先选修这门课的特权:一个人在1984年(这门课刚开设时),另一个人在2000年。(我们不告诉你是在哪一年修课,免得你知道我们两人之中谁比较年长!)任何在本书中的优点,我们都归功于大卫·鲍力生;如果有什么不足,我们诚愿谦卑自省,归咎于我们自己。

另一项我们每天经历的好处是,我们处在一个充满福音,以及将福音应用在日常生活且常常论及的工作场合。我们拥有数不清的机会,在自己的生活或人际关系中,一起真实应用本书所谈论到的真理。就像在基督徒群体中的任何一位成员,我们做得并不完全;但是神仍然持守他的信实,而我们之间的互动与关系仍然友爱通畅。能够如此同工,一起在恩典中成长,竭诚感谢大卫、爱德华、比

尔、温斯顿、杰恩、约翰、麦克给予我们的友谊、鼓励和耐心。你们在我们的事工与生命中，产生了无以言表的影响。

再一次，我们要感谢苏·露思(Sue Lutz)对本书的贡献。她不仅是一位文思泉涌的文字工作者，她本身对福音的真理，也有相当深邃的理解与重视。因此，她是一位很有能力的指导者，更是提供很多帮助的董事，为我们书中所有的信息再三仔细推敲。你相信吗？就连这一篇短短的致谢，她的帮助也令它增色不少呢！

在制作过程方面，还要感谢 Punch 营销机构——琼·约翰逊(Joan Johnson)对我们寄予的信赖、金钱上的支持与鼓励。我们也要特别感谢瑞·伯纳特(Ray Burnette)为了我们的好处，向我们施展的热情、创意和关心。此外，我们心中也相当感激我们的出版社 New Growth Press；谢谢他们对这项计划的付出与委身。

在基督教事工当中，不一定有很多机会能让你撰写书籍出版，更何况是与你的朋友兼同事一起合作呢！对此，我们确实拥有其他人所没有的机会与殊荣。最后，更让我们相当惊讶的是，这个事工竟然让我们获得了赚钱的机会！三年前我们开始合作，为当地一间教会编撰门徒训练的教材；而这个门徒训练的教材，现在为本书奠下了基础。当时，我们根本不知道一起合作编写书籍的想法究竟能否成功；现在，我们很感谢这项事工真的达成了。因此，对我们能从这样的过程中成长，对彼此，我们都相当感激。

神一直使用我们的家庭，在很多地方，用不同方式不断地提醒我



们,我们是多么需要本书中所庆祝的“恩典”。仅将我们的感谢,献给我们的妻子——芭芭拉、卢埃拉,和我们的孩子——哈拿、提姆、凯瑟琳、本杰明,以及贾斯汀、伊桑、妮可、戴安娜。当身为丈夫与父亲的我们,在恩典中持续成长的时候,谢谢你们的耐心与包容。

当你阅读此书时,希望我们每日所需要的福音,对你来说,会越来越明晰,也越来越能抓住你的心。当我们来到这项事工的末了,我们相当明白,自己是多么需要这本书里所描绘出的福音。坦白说,能清楚解释一件事,并不表示你已经能够真正熟稔地实行出来,也不表示你对这件事真正完全掌握了。除非等到基督再来的日子,否则我们这两个罪人仍然需要神的恩典。我们感谢神,这就是他日日赐给我们的恩典与福音。

提姆·连恩

保罗·区普

2005年9月3日



推荐序

经历成长的喜乐

圣经用成千上万的文字记录了神的话语和作为。从字面上看，圣经中没有一幅照片、插图、地图或是表格。神的话语，除了文字还是文字。

然而，从另一个角度来说，你的圣经不仅是一本色彩鲜明的故事图集；同时也是一本情节生动曲折的生命记录，充满丰富的知觉与感受。神定意安排你用心灵的眼光去看见，就连照料及看管野地花朵的工作，神都亲自参与；你也会感受到，当王后以斯帖没有被亚哈随鲁王邀请却私闯王宫时的不安。当百姓欢呼“和散那”的时候，你的心会被喜乐触摸；当人们在十字架前嘲弄耶稣时，你的灵也会被悲痛刺伤。当你尝到烤饼的馨香、苹果的甜美、蜂蜜的甘醇，你能够开始想象，什么叫作神的智慧比“蜂房下滴的蜜还要甘甜”。当你闻到香气、香柏、刚出炉的面包、灯油以及血、火及烟熏的味道时，也会在其中学习与体会到什么叫作神的恩典与荣耀。当你来到新约，随着主耶稣一生的故事像折页般一页一页展开在你眼前时，你会身临其境

般感受到，从宗教领袖身上涌出的敌意，排山倒海而来。当耶稣基督被钉死在十字架上时，你似乎感受到门徒心中的惊恐和沮丧；而当他复活的清晨显现给门徒看时，他们心中难以言表的喜悦，你似乎也可以体会。

神所述说的故事，总是极富戏剧性的。他运用在地上每日可见的譬喻，来完成他的工作。无论是阅读神的话语，还是聆听他的教导，在你的脑海里，都会看见一幅幅移动的图画。所以，神的话语不仅会带来外在观念的冲击，亦会深深刻划在你内心。神说出圣洁且人人能听得懂的话语，目的不只是赐给你更多信息与知识，他的终极目标是要改变你的生命。

请试着比较以下圣经中的两个句子，看看它们会带给你什么感受。第一句：“神爱世人。”第二句：“我是好牧人，好牧人为羊舍命。”这两个声明都很真实，都在阐述同样一个真理。然而，这两种表达所产生的果效，却有程度上的不同。很显然，第二个声明比较能够抓住你的心，深深地印在你的脑海中，对你的行为产生影响。为什么呢？那是因为，第二个声明在述说的同时，用语言描绘出一幅生动的图画。

本书的两位作者，一位是提姆·连恩，另一位是保罗·区普。他们用本书来教导你应该怎样发挥基督徒生活的功效。这不只是一个理论，而是事实的陈述。所以，他们所教导的真理，语言生动，描写丰富，使读者有如看到一幅幅色彩艳丽的图画。提姆与保罗善用在



现实生活中所发生的真人真事，来阐明神的恩典是如何在我们的生活中运作。事实上，在学习的过程中，你将一再受到邀请，将你自己的故事与学习的课程紧密连结，转化为个人的学习体验。

本书第三至十四章，使用一幅图画作为贯穿的主题（这张模式图及章节与蜕变系列“人如何改变”课程相互辉映）。这幅图画描绘出在干旱炎热的沙漠中生长的两棵不同的植物。一棵是没有果实的荆棘丛，长在干旱无水之地；另一棵则结满了果实，因为根部深植在活水泉源当中。我们的主，为我们舍弃他的生命；他就是我们生命活水的泉源。

此书的两作者，邀请我写序。原因是，他们引用了我在1980年起所教授的一门名为“合乎圣经的改变动力学”（Dynamics of Biblical Change）课程中所演绎的图示。两位作者都曾经是我的学生，现在又成为我非常尊敬的同事。在书中他们引用了我所演绎的图示，认为是我的功劳，并诚挚邀我写序，我感到非常荣幸。但我不能独享这项殊荣；因为图示不是我一人原创，而是我借由圣经在《耶利米书》第十七章所描绘的启示而来。我只不过是将它与现代生活结合起来，在基督徒的生命当中，转换成比较复杂的隐喻而已。我真诚希望读者在学习本书时，让这张模式图帮助你，将神的真理深深铭刻心中，并在日常生活中实践所学。

我们生活在一个充满各种教导和多样信息的世界。即使是在教会里，我们的耳畔也充斥着这样的声音：“听我的劝告吧！我是相当

重要的人物。我可以给你快乐、健康、金钱、知识、成功、爱情。”而事实上，只有其中极少一部分是重要且有帮助的；大部分的这些声音，却只是有如一股热风吹过而已。充其量，他们所提供的这些事物，并无法达成他们所预期的那般重要且对人有真实帮助；此外，更糟糕的是，他们所得到的，却是比先前更糟糕的光景。

至于在《人如何改变》这本书里，又是如何的呢？如果两位作者凭真理说诚实话；那么，你必须专注聆听，并且照着去行。一个人能否在智慧上不断成长，是关乎生死的问题，这实在太重要了。《箴言》三章 14 至 15 节：“得智慧胜过得银子，其利益强如精金，比珍珠宝贵；你一切所喜爱的，都不足与比较。”事实上，只有一件事情是更重要的，而这一件事就是认识神。在以下的经节中，神如此形容他自己的分量：

智慧人不要因他的智慧夸口，勇士不要因他的勇力夸口，财主不要因他的财物夸口。夸口的却因他有聪明，认识我是耶和华，又知道我喜悦在世上施行慈爱、公平和公义，以此夸口。这是耶和华说的。

（《耶利米书》九章 23~24 节）

《人如何改变》这本书，是以“神”为起始；所以，它亦避免了一般坊间所有自助类书籍里的重大缺失。一旦你意识到“原来，这一切



不是只关乎我,而是只关乎重新塑造我们的神”,你整个生命就会与过去完全不同——在这个世界上,与其他人一起更有主的样式;所以,让我们进入一个实践慈爱、公平与公义的群体。神说,“这才是我所喜悦的。”

大卫·鲍力生

2005年7月



译者序

委身于每日真实的悔改

如果我们内里诚实,在神话语的光照之下,我们对内心挣扎光景的悲叹,应该就像是保罗在《罗马书》七章 24 节中所描述的,“我真是苦啊!谁能救我脱离这取死的身體呢?”我常常在想,保罗如果生活在现代,套用了更接近我们日常生活中的用语,也许他真正想发出的叹息是:“我如何能改变呢?为什么我里头的罪性,就算我再怎样不愿意,却一再地让我做出不讨神喜悦的事呢?”所幸,在下一节当中,保罗随即给予了我们最宝贵以及最真实的解决路径——“感谢神!靠着我们的主耶稣基督就能脱离了。”(25 节)保罗深深知道在罪性之下,死亡的毒钩与耶稣基督为了从罪的辖制中救赎我们而在十字架上所付上的代价,两者之间的激烈争战。所以,他勉励信徒,唯有作了神的奴仆,才会有成圣的果子;唯有神的恩赐(恩典),在我们的主耶稣基督里,才有永生(参考《罗马书》六章 22~23 节)。

但问题是,在我们属地的生活当中,恩典这个看似明确却又抽象的真理,究竟如何在我们这些蒙恩的罪人身上彰显,以至于真实

地让我们身边周围的人亲眼见证神恩典的大能与我们的改变呢？《人如何改变》这本书，将为您逐一开启“神如何运用他的恩典来改变我们”的成圣过程。

多年来，从担任圣经辅导讲员（婚姻、单身、单亲等营会）、教会主日学老师（教导蜕变系列“人如何改变”、婚姻、言语等课程）以及辅导协谈的经验，我有幸参与到许多人的生命历程当中。由于弟兄姊妹的信赖，在人们有声、无声的呐喊里（当然也包括我自己），我常常听到内心最迫切的声音，不是夫妻之间的指责与攻击，不是亲子之间的抱怨与操控，不是上司与下属的辖制与控诉，也不是单身或单亲的渴望与无奈……而是心底最深处所发出的疑惑与挣扎：“我究竟如何改变现在的局面？”许多人忽略了自己本身在人生各场景中所扮演的角色、责任与影响，以至于常常以为，只要更换一个环境（国家、教会、小组、公司、住处、学校等），改换一种关系（进入婚姻关系、断绝亲子关系、离婚、从此你我井水不犯河水等），或是抱持更天真的想法（但在婚姻中，却是我们常犯的错误）——只要给予我们难题的人改变了，我们就能解决摆在我们眼前的难处。我们认定，只要我们能将外在所发生的事情或与事件相关的人物，竭尽所能地掌握在自己的手中，我们就能确保一生平安稳妥、事事如意；但是，我们却常常忽略神借由智慧书的警戒：

你要保守你的心，胜过保守一切，因为一生的果效，是



由心发出。

(《箴言》四章 23 节)

人不制伏自己的心,好像毁坏的城邑没有墙垣。

(《箴言》二十五章 28 节)

神赐予人真自由的恩典,起始于人心的改变。这也是为什么人在一开始初信主之时,正如在《哥林多后书》五章 17 节中所形容的:在基督里,我们已经成为新造的人!他的能力及应许能改变我们,使我们越来越像他,成为认识他、爱他、荣耀他的人。这个能成为新造之人的关键,就在于神所赐的新心。所以,人(神要我们先着重于我们自己本身)之所以能产生持久且真实的改变,不是只从上教会的次数、在教会或基督教机构担任的服事职衔、圣经熟稔程度、对教会或事工的奉献多寡、短宣的次数等,就能造成人生命真正的成长与改变。

这些外在的表现与寻求,虽是神命定我们与基督、与神的子民相交的方法,但是从恩典的角度来说,基督徒的生命并不限于这些活动。换句话说,这些活动只是恩典的“途径”,如果我们将这些外在的表现与寻求变为“目的”(唯独以这些活动来衡量个人灵命的成熟与否),主耶稣基督就不需要降世,他在十字架上所成就的救赎与同在的恩典,就无法真实临到与改变我们。

根据这本书，两位作者为教会设计了一系列门徒训练的课程。这个门徒训练课程，其中一项宝贵之处，在于“蜕变系列”(Transformation Series)中三门课程的顺序安排。点——第一门课程《人如何改变》是基督救赎他所爱的子民的起点。他期望从基督徒个人实际经验基督如何借着他的恩典来改变自己，以及在生活中活出基督的样式之后，成为能被救赎主使用的器皿，以帮助他人更新生命。线——第二门课程《如何帮人改变》，已从个人单一点，延伸到两人以上的线。在第二门课程中，我们将学习神在圣经中所教导的智慧、圣灵的引导与警戒，能更实际地帮助他人改变，并装备自己在关怀事工中有效运作。当人与人之间真正建立起相爱、有意义的连结之后，教会或属神的群体就进入到面——第三门课程《改变你的人际关系》。第三门课程所推动的异象与宗旨——装备教会熟稔地以基督为中心的助人方式，以至于让教会成为人心医治的殿堂，在生命中遇见困境时之首选。

在教会或小组中，依照这三门“蜕变系列”课程所安排的顺序来做门徒训练，是非常重要的。虽然本书《人如何改变》的内容，在表面上只占课程中的第一门；但是，它不仅仅是一项学习的方法，这样的顺序，其实是将圣经中救赎的真理如何实践在每日生活当中，逐一展现在我们眼前。所以，《人如何改变》其实为我们在成圣过程中，奠定了相当重要的基础。每一位信主的子民在受洗的时候，第一个被问及的一定是：“你承认自己是一个罪人吗？”神在属灵生命起