

罗马书

本系列课程全部选自罗马书，帮助学生怎样不以福音为耻。他们也会认识到，福音怎样使人脱离罪的捆绑，并赐下自由，使他们能够活出自己的信仰，同时顺服神的旨意。

第1课 不以福音为耻

本课挑战学生，让福音真正改变他们，并把有关信心和平安的真理应用在每天的生活中。

第2课 自由地活着

本课挑战学生认识到，他们蒙召是要得自由，挣脱罪的锁链，并把自己的生命顺服在耶稣之下。

第3课 行动！

本课的目标，是激励学生活出行动的生活，并明白：如果神学没有实践，就毫无用处。



© 2026 Kids Sunday School Place, Inc. Used by permission:
www.kidssundayschool.com

中文 © 2019-2026 羊之门 All rights reserved.
www.thedoorofsheep.com

第1课 不以福音为耻

课程目的

- 用简单、易懂的方式概述罗马书第1—5章。
- 挑战学生，让福音改变他们的生命。
- 帮助学生将有关信心与平安的真理应用到每天的生活中。

主题

信心、福音、平安

背诵经文

罗马书1:16-17

开始祷告(5-10分钟)

团队建造(5分钟)

一般讨论：

- 你做过最尴尬的一件事情是什么？
- 那件事发生之后，对你有什么影响？

（作为带领者，请事先准备一个自己尴尬的经历与学生分享。学生很喜欢知道带领他们的人也会犯错、也会闹笑话。）

课堂起头(10分钟)

今天我们的主题是 - 不以福音为耻。

一般讨论：

- 你认为“羞耻”是什么意思？
- 有没有什么事情、某个人，或某样东西，是你觉得羞于提起的？
- “羞耻”和“尴尬”有哪些相同之处？又有哪些不同？

圣经中“羞耻”这个词，与“尴尬”有相近的意思。因此，保罗在罗马书中所表达的是：他并不因站在耶稣这一边而感到羞愧。

当我们一起学习时，也请想一想：有没有什么时候，你因为心里感到羞于承认基督，而没有勇敢站出来？

深入学习(40分钟)

这一部分将更深入地查考圣经，并结合实际生活来应用。内容将围绕三个主题展开：

- 福音 (The Gospel)
- 信心 (Faith)
- 平安 (Peace)

让我们先来读罗马书中一段非常重要的经文。它可以说是整卷罗马书的主题经文。

读 罗马书 1:16-17**讨论问题：**

1. 保罗说自己不以什么为耻？（福音。）
2. 根据这段经文，福音是什么？（福音本是神的大能，要救一切相信的人。）
3. 谁可以得着救恩？（一切相信的人，无论是犹太人还是外邦人。）
4. 根据第17节，福音显明了什么？（神的义。）
5. 谁能够得着这义？（凭信心而活的人。）

刚才所读的，其实就是整卷罗马书的概要。如果要把这卷充满丰富神学内容的书浓缩成短短几句话，大概就是这两节经文。接下来，我们要进一步思想这些真理，并看看它们如何影响我们今天的生活。

-福音 (The Gospel)

首先，我们要来谈谈福音。

一般讨论：

- 不论你是否从小在教会长大，你大概都知道神是大有能力的。你认为神为什么是大有能力的？（提醒学生：这些问题不一定有标准答案，鼓励他们诚实分享自己的想法。）
- 神在哪些方面彰显了祂的大能？（例如：飓风、海啸、火山、神迹、新生命的诞生等。）
- 你认为，神为什么选择借着福音，而不是借着其他形式的大能，来拯救世人？
- 如果要你用一句话来概括福音，你会怎么说？

+++++

课堂活动（5分钟）

发给每位学生一张索引卡（index card）或一小张纸，以及一支笔。告诉全班，他们有**90秒**的时间，尝试用**一两句话**解释什么是福音。90秒结束后，请学生分享他们的答案。你可能会惊讶于他们所分享的内容是多么有见地！

一般讨论：

- 福音怎样改变了你的生命？
- 你曾看见福音怎样改变其他人的生命？
- 如果我们都不以福音为耻，福音会怎样改变我们的聚会？我们可以怎样让这种影响更多发生在我们中间？
- 如果你成为一个真正不以福音为耻的人，并且能够清楚表达你刚才写下的福音内容，它会怎样影响你周围的人？

+++++

让我们来玩一个词语联想。我说一句话，你们马上说出脑海中第一个想到的词。准备好了吗？「和朋友分享福音。」（让学生自由回答。）

认识到福音是神的大能，也是神拯救世界所使用的方法，这是一回事；但让福音真正改变我们，并愿意把福音分享给身边的人，则是另一回事。如果我们要成为不以福音为耻的人，这正是我们必须去做的。

这一周，我会联系你们，问问你们是否真正活出了不以福音为耻的生命。请留意寻找机会，让神的大能借着你们，在你的周围产生影响。

+++++

可选活动 (5分钟)

现在两人一组，彼此祷告。

祷告可以很简单，例如：

「神啊，求祢帮助_____成为一个不以福音为耻的人。阿们。」

(给学生一些时间，两人一组或三人一组彼此祷告。)

+++++

-信心 (Faith)

接下来，我们要来谈谈信心。

一般讨论：

- 很明显，信心在罗马书中占有非常重要的地位。你们猜，保罗在整卷罗马书中一共提到“信心”多少次？（共44次。）
- 那么，在我们现在学习的罗马书第1-5章中，又提到了多少次？（30次。）

信心是整卷罗马书的重要主题，尤其是在我们今天所学习的这些经文中。

再读 罗马书1:16-17

讨论问题：

1. 公义与信心之间有什么关系？（唯有借着信心，人才能得着神的义。）
2. 你认为“义人必因信得生”是什么意思？

你们当中有没有人使用的是研读版圣经？它有没有注明保罗所引用的“义人必因信得生”出自哪里？（答案：哈巴谷书2:4。）

读 哈巴谷书2:4

讨论问题：

1. 在这节经文中，与“因信而活”相反的是什么？（骄傲、自高自大，以及错误的欲望。）
2. 你认为，骄傲自大和充满邪恶欲望，哪一种更严重？（这没有标准答案，只是帮助学生思考。）
3. 保罗当时的读者会怎样理解“义人必因信得生”这句话？对他们来说，凭信心生活是什么样子？
4. 你们认识这样的人吗？他们其实很好，却因为这一点而非常骄傲，总觉得自己比别人更好。这样的态度，怎样违背了“义人必因信得生”这句话？
5. 你们认识这样的人吗？他们放纵私欲，只顾自己，待人很糟糕。这样的生活方式，又怎样违背了“义人必因信得生”这句话？

有些人总认为，只要自己够好，就可以得救。然而，圣经清楚告诉我们，得救并不是因为我们够好。事实上，一个人若总觉得自己很好，很容易落入另一种罪 - 骄傲，以为自己已经什么都明白、什么都做到了。其实，因为自己的善行而自高自大，与放纵自己过不道德的生活，同样都是罪。无论是看起来很“教会”，还是一点也不像“教会”的人，只要依靠自己的能力、自己的善行和自己的义，而不是依靠基督，就是忽略了一个事实：福音的大能，只会真实地临到那些凭着信心信靠耶稣的人，因为唯有祂才是真正完全公义的人。

读 罗马书4:18-25

(请学生闭上眼睛，专心聆听你诵读罗马书4:18-25。如果有需要，可以重复读两三遍，让他们安静默想。之后，再提出下面几个问题。)

讨论问题：

1. 这段经文中，最触动你的是什么？
2. 当你知道，只要信靠耶稣，无论过去做过什么错事，都可以因信被算为义，你有什么感受？

我们和亚伯拉罕拥有同样的应许。这不是一件很奇妙的事吗？这个应许属于一切“信那叫我们的主耶稣从死里复活之神的人。”正如罗马书4:25所说：“耶稣被交给，是为我们的过犯；复活，是为叫我们称义。”

-平安 (Peace)

最后，我们要来谈谈平安。

一般讨论：

- 你小时候最害怕什么？（请每位学生都分享一项，重新带动全组参与。）
- 小时候，当你害怕的时候，你会怎么做？（例如：害怕床底下有怪物，就跑到爸爸妈妈房间。）
- 今天，你最害怕的是什么？（鼓励他们更成熟、更深入地思考这个问题。）
- 现在，当你害怕的时候，你会投靠什么？

“平安”是一个不容易理解的词。从某种意义上来说，它意味着：在耶稣里面，我们得着了真正的安全与保护。

读 罗马书5:1-5

这段经文一开始用了一个词：“所以（Therefore）。”每当你在圣经中看到“所以”，都可以问自己：“这个‘所以’，是承接什么而来的？”因为它是一个连接词，表示保罗前面所说的一切，都直接引出了下面的内容。这也把我们带回到罗马书的主题经文 - 罗马书1:16-17。

再读 罗马书1:16-17**讨论问题：**

1. 这两节经文中，什么能够带给我们真正的平安？（神的大能借着福音拯救一切相信的人；福音显明了神的义。）
2. 保罗在罗马书5:1说：“我们既因信称义，就借着我们的主耶稣基督得与神相和。”这句话对你来说意味着什么？
3. 在你的信仰生活中，你曾怎样经历与神和好的平安？

带领者提示：很可能有些学生还没有真正经历过这种平安。如果你的组里有人是这样，可以带着他们重新回到前面的基础问题：他们是否真正信靠了基督？他们是否曾让耶稣的福音改变自己的生命？他们是否已经把生命降服给神？这也可能成为聚会结束后，与他们一对一分享福音的很好机会。

如果你经历过神所赐的平安，你就知道，那是世界上最安全的地方。正如保罗在这里所说，这样的平安，使我们即使在患难中，也仍然能够喜乐，因为真正能够毁坏我们的，已经不存在了。

一般讨论：

- 你认为，成为基督徒之后，就不会再遇到任何困难了吗？
- 基督徒仍然会面对哪些患难和挑战？
- 既然你属于耶稣，你又是怎样继续忍耐、走过那些艰难时刻的？

把信心放在基督身上，并不表示所有的问题都会消失。你的父母仍然可能离婚；你的父亲仍然可能酗酒；你最好的朋友仍然可能背叛你。

平安，并不表示不会有争战；它只是表示，你不必害怕最终会失败。

读 罗马书15:13和16:20

平安来自神。祂就是赐平安的神。如果你真正想经历平安，就要尽可能亲近神。

讨论问题：

1. 今天学习罗马书这一部分之后，哪些地方最触动你？
2. 有哪一点是你现在仍在挣扎、需要付诸行动的？
3. 今天有什么事情，是我们可以为你祷告的？

结束祷告(2分钟)

请根据每位学生刚才分享的祷告事项，为他们逐一祷告，然后结束聚会。

第2课 自由地活着

课程目的

- 以简单、容易理解的方式概述罗马书第6-8章。
- 帮助学生认识到，他们蒙召是要活在真正的自由中。
- 鼓励学生挣脱罪的捆绑，把生命降服于耶稣。

主题

行为、重担、知足、忍耐、跟随耶稣、恩典、光明、拦阻、罪

背诵经文

罗马书6:18

开始祷告(5-10分钟)

团队建造(5分钟)

三个问题

(每个人都要回答下面三个问题，但不要花太多时间，因为今天还有很多内容要学习！)

- 这星期发生在你身上最棒的一件事是什么？
- 这星期你经历过最有趣、最好笑的一件事是什么？
- 这星期你做过最尴尬的一件事是什么？

课堂起头(10分钟)

创意活动（可选）

为小组里的每位学生准备一条塑料束线带（zip tie）。

在课程开始时，把每位学生的双手绑在身前。注意不要绑得太紧，以免弄痛他们，但也不要太松。让他们一直保持被绑的状态，直到课程后面“应用实践”部分，再借此说明“被捆绑”的含义。

深入学习(25分钟)

读 罗马书6:15-23

讨论问题：

1. 这些经文对你有什么提醒？
2. 根据第16节，你怎样知道自己是谁的奴仆？（你顺服谁，就是谁的奴仆。）
3. 第18节对你个人来说意味着什么？

事实上，无论是谁，每个人都在服事某一位主人。问题不是有没有主人，而是谁是我们的主人。

神是一位使人得自由的神。祂呼召我们进入自由。有意思的是，要真正得到自由，你必须成为一位奴仆，而耶稣基督必须成为你的主人。

一般讨论：

- 当你听到“奴仆”这个词时，你会想到什么？为什么这个词在今天的社会常常带着负面的意义？
- 为什么把自己降服于一位主人，会让人觉得难以接受？

- 为什么服事另一位主人，反而可能是真正的自由？
- 你曾在哪些方面经历过罪所带来的捆绑？

现在，我们把注意力放在一节非常值得背诵的经文上 - 第18节。请一位同学再读一次。

再读 罗马书6:18

讨论问题：

1. 自从你选择跟随耶稣以后，你在哪些方面经历了从罪中得自由？（当然，这个问题适用于已经信主的学生。）
2. 怎样才能成为"义的奴仆"？
3. "罪的奴仆"和"义的奴仆"，在行为上有什么不同？
4. 根据第18节，成为义的奴仆之前，必须先经历什么？（先从罪的奴役中得释放。）

这个真理贯穿了罗马书第6、7、8章。

读 罗马书6:4-5, 6:8, 6:11, 6:14, 7:4, 7:6, 8:1-2, 8:5, 8:9, 8:13-14

讨论问题：

1. 为什么保罗要一再重复这个真理？
2. 你认为罗马人听懂了吗？他们真正明白了吗？你明白了吗？

我们很容易知道，自己应该属于正确的主人。耶稣不仅应该是我们的救主，也应该是我们的主。知道这一点之外，还有一个问题始终存在：

3. 怎样才能既脱离罪的捆绑，又完全属于基督，活出真正自由的生活？

应用 (20分钟)

如果你一开始进行了"束线带"活动，可以先问学生："你们的手腕现在感觉怎么样？"

欠神的债，并不是一种身体上的奴役。相反，对神忠心，使我们进入最有能力、最自由、最释放的位置。

可以这样来理解：

小时候，你很喜欢涂颜色，但常常会涂到线外面去——有些人现在可能还是会这样。后来，当你学会了界线，明白了限制、责任、自由之间的关系，你涂出来的图画就漂亮得多了。当然，你也可以完全不受限制地乱涂。但是，大家都会同意，最好看的图画，都是在界线里面完成的。

再举一个例子。假设你有一个年幼的孩子。孩子的学校旁边就是一条交通繁忙的公路，而操场正好位于学校建筑和马路之间。每天课间休息的时候，孩子们都会在那里玩。请问：你希望操场有围栏，还是没有围栏？

（顺便提一下，曾经有一项研究专门做过这个实验。没有围栏的时候，孩子们几乎都只敢靠近教学楼活动；后来建起围栏以后，孩子们反而敢在整个操场自由奔跑。虽然从技术上来说，他们受到更多限制，但实际上，他们体验到了更大的自由。）

要真正活出自由的生活，有几个原则值得记住。

活出被圣灵引导的生活

读 罗马书8:9**讨论问题：**

1. 你认为"受圣灵掌管"是什么意思？
2. 这和"受罪性掌管"有什么不同？
3. 你可以怎样更多地降服于圣灵？

以基督为中心**读 罗马书8:10****讨论问题：**

1. 基督住在你里面，会是什么样子？
2. 要让这件事真实发生，你需要做什么？还有什么没有交给主？
3. 为什么身体虽然必死，而生命仍然能够充满圣灵？
4. 为什么义能够带来生命？
5. 你认为生命来自你的义，还是来自基督的义？（帮助学生明白：拯救我们的是基督的义，不是我们的义 - 这正是福音的核心。）

记住复活**读 罗马书8:11****讨论问题：**

1. 耶稣的复活怎样改变了我们盼望的根基？
2. 是谁使基督从死人中复活？（神的灵。）
3. 是谁赐给我们生命？（神的灵。）
4. 知道那位使基督从死人中复活的圣灵，也正在帮助我们脱离罪的捆绑，这对你来说意味着什么？

因此，我们就更容易明白，为什么保罗在罗马书8:38-39会发出那样坚定的宣告。

创意活动结束（可选）

这时，把每位学生手腕上的束线带剪开，让他们亲身体会"得释放"的感觉。

结束祷告(2分钟)

请全体学生一起大声朗读几遍罗马书8:38-39，然后以祷告结束聚会。

第3课 行动!

课程目的

- 以简单、容易理解的方式概述罗马书第9-16章。
- 帮助学生认识到，没有实践的神学是毫无价值的。
- 鼓励学生活出积极行动的生活。

主题

行为、委身、忍耐、信心、果子、顺服、行为

背诵经文

雅各书2:26（虽然这节经文不是出自罗马书，却非常准确地概括了今天课程的主题："信心若没有行为就是死的。"）

开始祷告(5-10分钟)

团队建造(5分钟)

今天我们来玩一个游戏。它有点像"红灯、绿灯"，不过规则有一点变化。

- 当我说："Action!（开始行动！）"的时候，大家就开始动起来。
- 当我说："Cut!（停！）"的时候，大家必须立刻停止不动。

先我是导演。每一次喊"Cut"之后，姿势最有趣的人，就是下一位导演。由我来决定谁获胜。准备好了吗？开始吧！

课堂起头(10分钟)

一般讨论：

- 你喜欢活动，还是喜欢放松？
- 那么在信仰生活中呢？你比较喜欢安静地思想、读经、祷告，还是喜欢帮助别人、参与服事？
- 两种都没有错，不过，每一位基督徒是不是都应该有所行动呢？

深入学习(25分钟)

前面八章，保罗用了大量篇幅讲解深刻的神学真理。到了这里，罗马书开始有了一个转折。保罗开始说明：这些神学真理，应当怎样实践出来。

今天，我们不可能详细查考这八章所有内容，因此我们要集中思想：怎样把我们所相信关于神的真理，活出来，成为为神而活的生活。

在这一部分中，有几节经文相信大家都很熟悉。

读 罗马书12:1-2

讨论问题：

1. 这两节经文和为神而活有什么关系？（我们应当把自己完全献给神。）
2. 你认为"将身体献上，当作活祭"是什么意思？
3. 保罗提醒罗马人（也提醒我们）不要效法这个世界。你认为"这个世界的样式"指的是什么？

4. 我们怎样才能被改变？（借着心意更新而变化。）

现在，让我们来看一些保罗具体告诉我们该做和不该做的事情。

读 罗马书12:3-8

讨论问题：

1. 这段经文提到了哪些恩赐？（说预言、服事、教导等等。）
2. 神怎样赐下这些恩赐？（借着祂的恩典。）
3. 我们应当怎样运用这些恩赐？（殷勤、甘心、忠心等等。）

读 罗马书12:9-21

讨论问题：

1. 保罗告诉我们要做哪些事情？（恨恶罪恶、持守良善、彼此分享、祝福别人等等。）
2. 保罗告诉我们要不要做哪些事情？（咒诅别人、骄傲、自行报仇、被恶所胜等等。）

保罗后来还继续劝勉信徒做许多事情。现在，让我们一起来找找看。

（如果人数允许，可以把全班分成四个小组。每组阅读下面其中一段经文，把保罗吩咐罗马信徒要做的事情列出来。之后，全班再一起分享。）

- 罗马书13:1-14
- 罗马书14:1-15:13
- 罗马书15:14-33
- 罗马书16:1-27

讨论问题：

1. 保罗在这些经文中还有哪些教导？（顺服掌权者、彼此相爱、不作别人的绊脚石等等。）
2. 今天，我们可以怎样把这些教导实践出来？
3. 这些话听起来比较像建议，还是命令？为什么？

应用(20分钟)

整卷罗马书，无论在神学还是实践方面，都传达了一个非常清楚的信息。神已经向我们施下极大的恩典，救我们脱离自己，赐给我们真正的盼望。但这并不是叫我们像罗马书第6章所说的那样，“仍旧犯罪，叫恩典显多。”相反，神这样做，是为了让我们能够带着全新的目标和行动来生活。

不过，有一件事情非常重要：我们必须按照正确的顺序来阅读罗马书。我们千万不要以为：因为我们去做神要我们做的事情，所以神才拯救我们，才使我们称义。真正的顺序是：神先完成救恩，然后我们才怀着感恩的心，为祂而活。

（准备一根绳子，绑在一个物品上。什么东西都可以，例如帽子、一本书、杯垫，或教室里的其他物品。请一位学生上来协助示范。）

现在，请你拿着这根绳子，利用绳子，把这个物品推到教室另一边。注意，物品必须一直保持在你的前面，你只能推，不能拉。准备，开始！

（这几乎是不可能完成的任务。因为绳子是软的，根本推不动。不过还是让学生尝试一下。有些特别有创意的学生，也许能想出办法，但一定非常困难。）

好。现在，请你还是拿着绳子，不过这一次，把物品放在你的后面，用绳子拉着它走到教室另一边。准备，开始！

（如果绳子绑得够牢，这一次就会非常容易。感谢这位学生，也可以再请几位学生尝试第一项任务。）

你们看，真正推动整个过程前进的，其实是人。物品只是跟随着力量一起移动。罗马书也是一样。真正的能力，是神的福音。正如罗马书1:16所说："福音本是神的大能。"能力不是来自我们的行为。只有福音，才能使我们真正活出神所喜悦的生命。福音就像前面拉着我们的绳子，把我们带到神要我们去的地方。如果我们以为自己的行为能够救自己、使自己称义，那就好像刚才想用绳子去推那个物品一样，根本行不通。

一般讨论：

- 你曾经以为，是自己的行为使自己得救吗？那段时间，你心里是什么感受？
- 为什么保罗要按照这样的顺序来写罗马书？这对我们理解整卷书有什么帮助？
- 如果我们是出于感恩，而不是出于责任去顺服神，我们的态度会有什么不同？我们的行为又会有什么不同？

结束祷告(2分钟)

请大家重新回到刚才的小组。彼此代祷。求神使福音不断激励我们，不只是明白真理，更能够活出行动。