

免费手册

罪疚、 羞耻与恩典

当过错需要悔改，
而灵魂需要修复

如今，那些在
基督耶稣里的人就
不被定罪了。

罗马书 8:1



面具背后 • 自由而活 • Free Angels

编辑版权

罪疚、羞耻与恩典

© 2026 Free Angels International. 保留所有权利。

本手册作为免费的教育、灵修与牧养资源编写。允许免费分发完整文件，前提是内容保持完整、不得修改、不得删除 Free Angels International 的标识，也不得用于商业销售。

未经 Free Angels International 事先书面授权，禁止单独出售本材料，也禁止对其进行改编、部分复制、纳入其他作品或用于任何商业用途。

本内容不能替代心理、医疗、专业牧养辅导，亦不能替代风险情境下的专业介入。若出现强烈痛苦、虐待、暴力、自伤风险、自杀念头或失去控制的情况，请寻求负责任且具专业资质的帮助。

FREE ANGELS INTERNATIONAL

网站: freeangelsinternational.org

WhatsApp: +44 7731 785774

电子邮箱: contato@freeangelsinternational.org

Instagram • Facebook • TikTok • YouTube: Free Angels International

在社交媒体上，请始终认准 Free Angels International 的官方名称与标志。

免费版 • 2026 年 7 月



释放 • 门训 • 教育 • 恢复 • 服侍

开始之前的一段牧者寄语

也许你是在一次跌倒之后打开这本手册。也许有一件事你已经承认并向上帝认罪，却仍像判决一样反复回到记忆中。你爱上帝，也渴望重新开始，却仍会问：恩典对我来说也真的足够吗？

圣经从不把罪看作小事。错误需要被真诚面对，需要悔改，并在可能的时候作出弥补。但福音也不容许控告取代十字架的位置。基督来，不只是让我们看见自己的跌倒；祂来是为了寻找、赦免、恢复我们，并教导我们走上一条新的道路。

彼得曾在自己以为最刚强的地方经历失败的痛苦。他否认耶稣，痛哭不已，也不得不面对关于自己的真相。然而，耶稣仍主动去寻找他。彼得的跌倒没有被忽略，却也没有成为最后的结论。基督恢复了彼得，并再次把使命托付给他。

如果你犯了错，仍有悔改的道路；如果你伤害了别人，就需要承担责任；如果你需要帮助，勇敢寻求帮助本身就是一种勇气。但这些步骤都不要求你活得仿佛基督的牺牲还不够。请慢慢阅读这些页面，真诚祷告，让上帝向你显明哪些需要认罪、弥补、交托与医治。

“如今，那些在基督耶稣里的人就不被定罪了。”

罗马书8:1

愿真理带来悔改，愿恩典带来恢复。

◆ 献给那些心里背负重担的人

这本手册是为这样的你而写：你也许知道什么叫犯错、悔改、承诺改变，却仍背负着一种难以解释的沉重。也许你已经很多次向上帝承认同一件事，但罪疚感仍不断回来。也许你口里说相信赦免，内心却仍把自己当作一个不可饶恕的人。

把我们带向悔改的罪疚，与把我们困在定罪中的羞耻，二者有着深刻的区别。健康的罪疚感指出哪些事情需要承认、认罪与修复；有毒的羞耻却攻击“我们是谁”，扭曲我们对上帝的认识，并试图把一次跌倒变成我们的身份。

这份材料不是为了淡化罪的严重性，也不是为了加重你已经背负的重担。它的目的，是帮助你在基督面前带着真理与盼望前行：有足够的真理，使你不再隐藏错误；也有足够的盼望，使你不因错误而毁掉自己。

上帝的恩典不是让人停留原地的借口。恩典是这样一个地方：悔改不再是绝望，而成为一条回家的路。

◆ 开始时要抓住的真理

罪疚可能会说：“回到上帝那里。”羞耻却说：“逃离上帝。”一个伴随着光，另一个却试图把你困在黑暗中。

◆ 开始之前：一项重要提醒

本手册可以帮助你理解罪疚、羞耻、悔改、定罪与恩典之间的区别。然而，当出现强烈痛苦、风险或复杂情况时，它不能替代牧养帮助、负责任的辅导、心理支持或医疗照护。

如果你出现死亡念头、自伤想法、极度绝望，正经历虐待或暴力，存在失控的强迫行为，或担心自己可能做出危险举动，请不要独自承受。请立即联系一位可信赖的人、负责任的成年人、成熟的教会领袖、紧急服务机构或医疗服务。

寻求帮助不会削弱你的信心。很多时候，求助正是走出隐藏，并与上帝愿意恢复你的工作配合的一种方式。

◆ 这本手册只是第一步

慢慢读，诚实写，不戴面具地祷告。如果你意识到自己需要支持，就勇敢迈出下一步。

◆ 旅程地图

我们将走过七个简单的阶段。它们并不试图穷尽这个主题，而是为你打开一扇门，帮助你在上帝面前更深地认识自己的内心。

1. 当罪疚过于沉重——认清你正在背负的重量。
2. 带向生命的罪疚——理解悔改的作用。
3. 摧毁身份的羞耻——当错误变成自我定义。
4. 彼得与犹大——面对跌倒的两种不同回应。
5. 恩典不是犯罪的许可——而是回转与被改变的力量。
6. 如何接受赦免而不惩罚自己——走出自我定罪。
7. 重新开始的道路——认罪、修复、安息与继续前行。

◆ 总体任务

在阅读过程中，不要只问：“我做了什么？”也要问：“这件事正在把我带向哪里——基督，还是隐藏之处？”

1. 当罪疚过于沉重

并非所有重担都来自上帝

有些人活得仿佛上帝只赦免了他们一半。他们祷告、认罪、流泪、承诺会做得更好，甚至努力改变，却仍觉得自己还必须付出某种代价。问题不只是记得错误，而是把那段记忆变成了一纸永久的判决。

罪疚感可能出现在一次谎言、道德上的跌倒、愤怒爆发、再次复发、一句伤人的话、一个隐藏的念头，或一个伤害了别人的决定之后。有时候，它会唤醒我们的责任感；但当罪疚与羞耻和定罪混在一起时，它就不再把人引向悔改，而开始压垮心灵。

许多真诚的基督徒把沉重感误认为属灵。他们以为，只要自己痛苦得足够深，就能证明悔改是真实的。但圣经从未教导我们用情绪上的痛苦购买赦免。真正的悔改转向上帝；自我定罪却一直围绕着自己打转。

◆ 现实生活中的圣经

罗马书 8:1 并不是说“定罪少了一点”，也不是说“定罪减轻了”。经文宣告：在基督耶稣里的人不再被定罪。这并没有降低罪的严重性，而是宣告基督已经完全足够。

◆ 诚实自省

- ☐ 我曾经认罪，却仍继续在内心惩罚自己。
- ☐ 我曾以为自己必须更痛苦，才能证明悔改是真实的。
- ☐ 我曾很难相信上帝真的已经赦免我。
- ☐ 我曾把圣灵的责备与定罪混为一谈。
- ☐ 我曾把自己的跌倒当成最终身份。

✍ 旅程空间 — 第 1 阶段

◆ 任务 1 — 给重担命名

完成这句话：“我一直背负的重担是……”

然后回答：这个重担正在把我带向基督，还是让我远离祂？

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

主啊，求祢让我看见：呼唤我悔改的重担，与把我困在定罪中的重担有何不同。求祢把我带向基督，而不是绝望。奉耶稣的名，阿们。

2. 带向生命的罪疚

健康的罪疚感指向责任与恢复

罪疚感并不总是敌人。存在一种健康的罪疚感，它像警报一样提醒我们：有些东西破裂了，有些事情需要承认，有些罪需要认，有些关系或后果需要修复。这种罪疚不是为了毁灭你，而是为了唤醒良知。

当圣灵使人知罪时，祂不是要把我们推进绝望。祂显明真相，是为了把我们带到基督面前。圣灵的责备坚定，却不残酷；严肃，却不撒谎。祂让我们看见罪，却不会抹去盼望。

健康的罪疚感会带来成熟的问题：我做了什么？谁受到了伤害？我需要承认什么？有哪些可以弥补的地方？需要建立什么界限？我应当寻求怎样的帮助？它使我们走出否认，踏上承担责任的道路。

◆ 现实生活中的圣经

哥林多后书 7:10 提到一种“依着上帝的意思忧愁”，它会产生带向救恩的悔改。并非所有的忧伤都一样；从上帝而来的忧伤使人靠近祂、被改变，并结出生命。

◆ 诚实自省

- ☐ 我需要承认某个行为，不再为自己辩解。
- ☐ 我需要向某个人请求原谅。
- ☐ 如果可能，我需要修复已经被破坏的事。
- ☐ 我需要建立具体界限，避免再次走上同样的道路。
- ☐ 我需要与一个可信赖的人谈谈这件事。

✍️ 旅程空间 — 第 2 阶段

◆ 任务 2 — 把罪疚转化为责任

写下一个你需要承担责任，却不需要毁掉自己的领域。

然后写下一个小小的修复步骤或实际改变。

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

圣灵啊，求祢用爱使我面对真理。救我脱离否认，也脱离定罪。教导我以悔改、信心和顺服回应罪。奉耶稣的名，阿们。

3. 摧毁身份的羞耻

当“我犯了错”变成“我就是错误”

羞耻与罪疚不同。罪疚说：“我做错了事。”羞耻却说：“我这个人就是错的。”罪疚可以呼唤我们悔改；羞耻却试图说服我们：你太不配了，已经不能回头。

羞耻常常用绝对化的语言说话：“你总是把一切搞砸”“你永远不会改变”“上帝已经厌倦你了”“如果别人知道真相，就没人会接纳你”。它抓住生命故事中的一个章节，试图把它变成整本书的标题。这正是它危险的地方。

当羞耻占据主导时，一个人不只是为所做的事后悔，还会开始拒绝自己。他不再奔向上帝，而是躲藏；不再求助，而是孤立自己；不再认罪，而是假装；还没重新开始，就先选择放弃。

◆ 现实生活中的圣经

堕落之后，亚当和夏娃躲藏起来。羞耻让他们用叶子遮掩自己，并与上帝拉开距离。但上帝主动来寻找他们，问：“你在哪里？”恩典发出的第一道声音，是呼唤人走出隐藏。

◆ 诚实自省

- ☐ 我曾说“我是个失败者”，而不是“我这次失败了”。
- ☐ 我曾在犯错之后躲避上帝。
- ☐ 我曾害怕别人真正了解我。
- ☐ 我曾相信自己的跌倒比恩典更大。
- ☐ 我曾因为羞耻而不敢求助。

✍️ 旅程空间 — 第 3 阶段

◆ 任务 3 — 把事实与身份分开

写下：“发生的事情是.....”

然后写下：“但在基督里，这件事不能定义我的全部身份，因为.....”

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

天父，求祢打破羞耻的谎言。帮助我承认错误，却不把跌倒变成自己的身份。呼唤我走出隐藏。奉耶稣的名，阿们。

4. 彼得与犹大

面对跌倒的两种回应

彼得和犹大都经历了严重的失败。犹大出卖了耶稣，彼得否认了耶稣。两个人都知道直面自己跌倒、意识到自己做了可怕之事的痛苦。然而，跌倒之后，他们选择的方向却不同。

犹大沉入绝望。彼得也痛哭，但他的故事没有停在眼泪里。复活之后，耶稣去寻找他，恢复他的呼召，并再次把照顾群羊的责任托付给他：“喂养我的羊。”恩典没有抹去否认主的严重性，却也不让那次否认成为最后的话。

这个对比教给我们一件严肃的事：跌倒之后，我们不只要问“我做了什么？”，也要问“我现在要往哪里去？”羞耻把人推向孤立，恩典却呼唤人回到基督那里。

◆ 现实生活中的圣经

在约翰福音 21 章，耶稣不是通过公开羞辱来恢复彼得，而是藉着一次真实的相遇。基督触摸伤口，恢复爱，并把彼得重新带回服侍的道路。

◆ 诚实自省

- ☐ 当我犯错时，我往往想逃离上帝。
- ☐ 当我犯错时，我更多想着惩罚自己，而不是回到基督面前。
- ☐ 我很难相信上帝仍然能够使用我。
- ☐ 我需要学习在上帝面前流泪，却不放弃盼望。
- ☐ 我需要记得：恢复并不是假装什么都没发生。

✍️ 旅程空间 — 第 4 阶段

◆ 任务 4 — 选择方向

跌倒之后，我通常会走向哪一条路：隐藏、自我辩解、绝望、认罪、求助，还是修复？
此刻，基督正在呼唤我走向哪个方向？

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

耶稣啊，当我跌倒时，求祢不要让我逃远。恢复我回转的勇气，使我愿意认罪、接受恩典，并继续与祢同行。奉耶稣的名，阿们。

5. 恩典不是犯罪的许可

赦免人的恩典也教导人

有些人害怕谈论恩典，因为担心这样会把罪看轻。但圣经中的恩典从不降低圣洁的标准。它既释放我们脱离定罪，也释放我们脱离奴役。恩典不是说：“继续保持现在的样子。”而是说：“起来吧，基督足以赦免你，也足以改变你。”

廉价的恩典忽略真理；定罪则忽略十字架。基督的恩典把真理与怜悯结合在一起。它承认罪的严重性，却拒绝把最后的话交给罪疚。

当我们真正深入理解恩典时，它不会带来属灵上的松懈，反而会生出爱、感恩、谦卑和顺服的渴望。出于恐惧的顺服也许一时显得很有力量，但从爱里生出的顺服会扎下更深的根。

◆ 现实生活中的圣经

提多书 2:11-12 把上帝的恩典描绘为既拯救人、也教导人的恩典。那临到我们的同一份恩典，也教导我们弃绝毁灭性的道路，并以节制、公义、敬虔的方式生活。

◆ 诚实自省

- ☐ 我害怕接受恩典，因为担心这样会减轻我的责任感。
- ☐ 我曾更多出于恐惧，而不是出于爱去顺服。
- ☐ 我需要明白：恩典不是借口，而是恢复的力量。
- ☐ 我需要停止把定罪当作属灵生活的燃料。
- ☐ 我愿学习一种从基督的爱里生出的顺服。

✍️ 旅程空间 — 第 5 阶段

◆ 任务 5 — 重写你的动机

完成这句话：“我不想只是因为害怕被拒绝而改变。靠着上帝的恩典，我愿意改变，因为.....”

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

主啊，求祢救我脱离放纵，也脱离定罪。教导我接受那赦免、教导、恢复，并在我里面塑造基督品格的恩典。奉耶稣的名，阿们。

6. 如何接受赦免而不惩罚自己

即使你的良心需要时间才能安静，基督仍然足够

许多人向上帝认了罪，却仍试图用自我惩罚来“补足”赦免。他们在脑海里一遍遍重演跌倒，拒绝喜乐，远离祷告，逃避团契，并相信自己必须一直难过，才能证明态度足够认真。

但悲伤不能拯救人，基督能。耶稣的宝血不需要用数周的自我定罪来补充。当上帝赦免时，祂不是假装罪从未发生；祂是在悔改的罪人身上施行基督已经完全成就的工作。

有时候，良心需要一段时间才能真正安静。在那些时刻，我们需要回到上帝的话语，而不是回到控告。我们要学会对自己说：“我已经认罪，我愿意悔改，我会承担责任，但我不会活得仿佛基督还不够。”

◆ 现实生活中的圣经

约翰一书 1:9 说，如果我们承认自己的罪，上帝是信实、公义的，必赦免我们并洁净我们。赦免的根基不是我们感觉有多强烈，而是在基督里上帝的信实与公义。

◆ 诚实自省

- ☐ 我曾把自我惩罚误认为悔改。
- ☐ 我曾以为太快接受赦免，就表示自己不够认真。
- ☐ 我在认罪之后仍很难真正安息。
- ☐ 我需要学习更多信靠上帝的话，而不是自己的感觉。
- ☐ 我需要把赦免当作礼物来领受，而不是当作必须赚取的报酬。

✍️ 旅程空间 — 第 6 阶段

◆ 任务 6 — 操练领受

大声以约翰一书 1:9 祷告。然后写下：“因为上帝是信实、公义的，所以我可以……”
这一周里，每当控告再次出现，就重复这项真理。

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

基督啊，帮助我安息在祢已经完全成就的工作中。教导我认真认罪，也凭信心领受赦免。愿我的良心被祢的恩典洗净。奉耶稣的名，阿们。

7. 一条重新开始的道路

认罪、修复、安息与继续前行

重新开始不是假装什么都没有发生。重新开始，是把跌倒带到上帝面前，承担责任，在可能的情况下寻求修复，接受恩典，并朝着新的方向继续前行。

有些跌倒需要的，是向上帝真诚认罪并作出实际改变；有些还需要向某个人请求原谅；另一些则需要建立界限、接受问责、寻求辅导、牧养陪伴或专业帮助。智慧，就是分辨爱在此刻要求我们作出怎样的回应。

基督徒的重新开始不是靠一时的兴奋推动，而是靠恒忍支撑。也许你仍要面对后果，也许仍需重建信任，也许仍要处理触发因素与旧有模式。但在基督里，后果不等于定罪；过程也不代表恩典缺席。

◆ 现实生活中的圣经

腓立比书 1:6 提醒我们：那在我们里面动了善工的，必继续成全这工。基督徒的盼望不在于我们立刻变得完美，而在于上帝的信实——祂仍在持续工作。

◆ 诚实自省

- ☐ 我需要在上帝面前承认一件事。
- ☐ 我需要向某个人请求原谅。
- ☐ 如果可能并且安全，我需要修复某件事。
- ☐ 我需要建立一个具体的界限。
- ☐ 我需要寻求帮助，不再独自承受。
- ☐ 在继续成长的过程中，我需要安息在恩典里。

✍ 旅程空间 — 第7阶段

◆ 任务7 — 我的重新开始计划

写下三个简单步骤：1) 一项认罪；2) 一次修复或一个界限；3) 一个持续实践。

这个阶段让我看见了自己什么？

上帝正在邀请我以怎样的悔改、修复或信靠来回应？

我需要带在心里的一个圣经真理：

◆ 简短祷告

天父，求祢带领我的重新开始。让我既不逃避责任，也不逃离恩典。赐我谦卑去修复，赐我勇气去改变，也赐我信心继续前行。奉耶稣的名，阿们。

◆ 7 天实践：走出定罪，行在恩典中

把这项实践当作一个简单的延续，不要把这七天变成另一套衡量表现的律法。它们只是轨道，帮助你的心在基督面前更真实地前行。

◆ 第 1 天 — 给重担命名

写下你一直背负的罪疚或羞耻，并在祷告中把它交给上帝。

◆ 第 2 天 — 阅读罗马书 8:1

重复这句话：“在基督里，定罪没有最后的话语权。”

◆ 第 3 天 — 分清罪疚与羞耻

写下一句健康罪疚感会说的话，再写下一句有毒羞耻会说的话，然后用圣经真理回应它们。

◆ 第 4 天 — 真诚认罪

不要躲藏，真实地对上帝说话。如有需要，去找一位可信赖的人。

◆ 第 5 天 — 迈出修复的一步

请求原谅，纠正一件事，或建立一个具体界限。

◆ 第 6 天 — 凭信心接受赦免

阅读约翰一书 1:9，并为上帝的信实写一段感恩祷告。

◆ 第 7 天 — 选择继续前行

确定一项你要持续的实践：真实祷告、接受问责、安息、辅导或圣经学习。

◆ 最后的祷告

主耶稣，我真实地来到祢面前。我承认，许多时候我把悔改和自我定罪混为一谈。我曾试图用内心的痛苦去偿还那些只有祢的十字架才能解决的事。今天我向祢承认我的罪、我的逃避、我的自我辩解，也承认我在接受赦免这件事上的困难。

求祢教我分辨：什么是带向生命的罪疚，什么是把我困在黑暗中的羞耻。赐我勇气承担责任，却不摧毁自己的身份；赐我谦卑去请求原谅、尽力修复，并在需要的时候寻求帮助。

感谢祢，因为祢的恩典从不降低圣洁。它呼唤我进入新的生命。愿我不把赦免当作继续不改变的借口，也不把跌倒当作逃离祢的理由。求祢洁净我的良心，恢复我的盼望，并在我里面塑造一颗因爱而顺服的心。

奉耶稣的名，阿们。

◆ 继续这段旅程

这本手册是一扇入口。如果它触动了你的心，也许上帝正在呼唤你进入一段更深的旅程：认识自己、得着医治、接受门训并经历恢复。

在 **Free Angels** 的资源中，你可以沿着彼此互补的道路继续前行。《超越面具》项目帮助你理解人格模式、内在动机、伤口、心灵区域，以及在基督里被改变的道路。人格测试会生成个人化结果，指出你的倾向、成长领域、情绪与属灵健康区域、行动按钮，以及一份实际的 30 天计划。

除了测试与个人报告，这套资源还提供人格类型总指南，以及针对每一种人格类型设计的练习手册。这些手册会进一步探讨行为模式、恩赐、试探、品格美德、人际关系、压力反应、恢复之路，以及帮助你在上帝面前活得更真实的具体实践。

如果你的挣扎更多与反复习惯、复发、强迫行为、罪疚和不断跌倒的循环有关，《迈向自由的 10 个步骤》可以帮助你建立一条实际的恢复路径。如果你是年轻人，或正在陪伴年轻人，《活出自由》以及《父母、导师与领袖指南》则提供更有针对性的关怀路径、容易理解的语言和实际操练。

◆ 建议的下一步

完成《超越面具》人格测试，在祷告中阅读你的个人报告，并选择一本对应的练习手册来深化这段旅程。自由常常从这里开始：我们停止戴着面具生活，允许基督不仅处理我们的行为，也触及我们的动机、伤口与恐惧。

◆ 联系方式与下一步

如需领取材料、了解这套资源的更新，或与我们交流下一步，请通过以下官方渠道联系我们。

最新联系方式

WhatsApp: +44 7731 785774

电子邮箱: contato@freeangelsinternational.org

网站: freeangelsinternational.org

Instagram 和 Facebook: Free Angels International

如需查看其他官方渠道与最新材料，请始终以 *Free Angels International* 官方网站为准。

◆ 最后的话

罪疚可以把你带回天父面前；羞耻却试图让你远离祂。要学会分辨二者的不同。

在基督里，你不必否认罪，也不必被罪压垮。你可以认罪、接受赦免、尽力修复、寻求帮助，并继续成长。关于你生命故事的最后一句话，不属于控告，而属于那位为使万物更新而死又复活的主。



一本帮助人 恢复、得鼓励 并走向盼望 的书



如果你或你所爱的人正在经历挣扎、情感上的伤痛或艰难时刻，这本书是带着祷告、关怀和使命预备的。



《活出自由》邀请你与基督同行，走向恢复、自由和内心的医治。



本书语言易懂，以圣经为根基，并提供实际应用，向真实需要真实盼望的年轻人说话。



你不必独自前行。在基督里，仍然有新的开始、安慰和方向。



索取你的书

并了解更多。



触动人心的
信息



带来盼望的
话语



贴近现实
生活的应用



通往医治与
恢复的道路



来自基督
的自由



电子邮箱: contato@freeangelsinternational.org



WhatsApp: +447731785774



网站: freeangelsinternational.org

上帝改变生命故事，
写下新的开始。



超越面具

— ✦ —
一段蜕变之旅



人格测试

—— 自我认知、真理与在基督里的成长 ——

完成测试后，你将获得：



一份详细的个性化报告



人格类型总指南



与你人格类型对应的练习手册



实用的圣经引导

为什么这很重要？



帮助你了解自己的动机、
优势与弱点。



识别情绪模式与需要
修复的领域。



改善人际关系与决策能力。



在基督里更真实、更平衡、
更自由地成长。

扫码加入



Instagram:
[instagram.com/freeangelsinternational](https://www.instagram.com/freeangelsinternational)



WhatsApp:
chat.whatsapp.com/JOMNhH2RJzE9RVKj6j3qAU

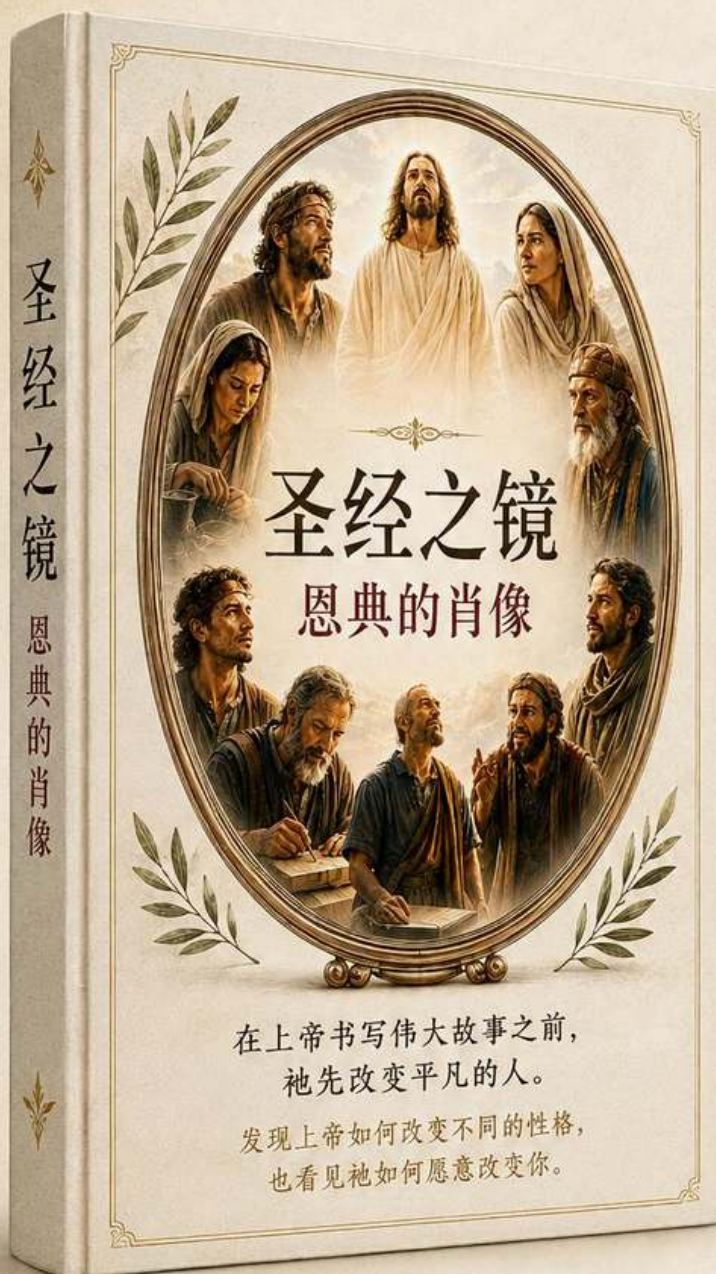


Free Angels International

✦ 开始完整测试 ✦

圣经之镜

恩典的肖像



在上帝书写伟大故事之前，
祂先改变平凡的人。

发现上帝如何改变不同的性格，
也看见祂如何愿意改变你。

继续 这段旅程

也来了解这本书
《圣经之镜——恩典的肖像》

如果这本小册子触动了你的心，那么下一本书会使你的属灵旅程更加深入。在《圣经之镜——恩典的肖像》中，你将看见上帝如何把平凡的人转变为祂恩典活生生的见证。

通过观察不同的圣经人物在真实生活、人际关系和信仰群体中的处境，读者能够学习辨识心灵模式、认识内在伤口、分辨恩赐，并看见上帝的恩典如何在教会生活中具体地运行。

为什么这本书如此宝贵？

- 帮助把自我认知与圣经真理实际连接起来
- 丰富门徒训练、小组分享和牧养谈话
- 展现恩典如何转化不同性格的人
- 坚固教会群体中的基督徒生活

这是一本造就人心的读物，适合那些渴望更理解他人、
在恩典中成长，并在基督的身体里更有智慧地服事的人。

**FREE
ANGELS**
INTERNATIONAL

发现上帝的恩典如何显明在真实人物的
故事中——也显明在你的生命里。



WhatsApp: +44 7584 475915



网站: freeangelsinternational.org



邮箱: contato@freeangelsinternational.org



扫码访问网站