

第 7 課 磐石出水

經 文 出埃及記17：1～7；民數記20：1～13

教學目標 透過摩西擊打磐石流出水的故事，教導學生即使自己處在不好的情緒，無論是灰心、難過或發怒，也要相信上帝的大能。

金 句 信心是藉著行為而達到完全的。（雅各書2：22·現代中文譯本2019版）
信心是因著行為才得以成全的。（雅各書2：22·和合本2010版）
信心通過行為才完整。（雅各書2：22·現代台語譯本）

詩 歌 〈祢必照顧我〉（華語詩歌），見教師本278頁；掛圖華8～9；CD華7。
〈祢必照顧我〉（台語詩歌），見教師本279頁；掛圖台11～12；CD台7。

分班課程

| 級別 | 單元一 信息複習 | 單元二 生活實踐 | 教具預備 |
|-----|----------|----------|------|
| 幼兒級 | 磐石出水 | 憤怒連連看 | 色筆 |
| 初小級 | 磐石出水 | 憤怒連連看 | 色筆 |
| 中小級 | 磐石出水 | 憤怒溫度計 | 聖經、筆 |
| 高小級 | 磐石出水 | 憤怒溫度計 | 聖經、筆 |



故事：磐石出水

情緒大考驗

各位同學平安！老師想先問大家在遇到下面情況時，會有什麼樣的情緒呢？「好朋友背叛你」、「有人把你心愛的東西用壞」、「老師或爸媽一直碎唸你」、「被強迫吃不喜歡的食物」（邀請學生表現情緒反應）。如果你的同學一直不停地跟你埋怨其他的人事物，或是一直提醒你應該怎麼做，不應該做什麼，你會有什麼樣的情緒感受呢？（讓學生分享）今天的故事就是提到因情緒而做出不合適行為的故事。讓我們一起來聽聽今天的故事！

以色列人因缺乏水源而試探、不相信上帝

（出示彩圖a）當摩西帶領以色列人離開埃及進到曠野，他們首先到了汛曠野，在那裡沒有水源，之後他們照著上帝的指示前往利非訂紮營，但在那邊依然沒有找到水源。在又累又渴的情況下，以色列人開始向摩西抱怨。摩西生氣地對以色列人說：「你們怎麼可以試探、不相信上帝呢？」各位同學，你們還記得以色列人在曠野的時候，上帝在白天和晚上用什麼引領他們嗎？（邀請學生回答）上帝用雲柱和火柱指引和保護他們，甚至降下嗎哪和鶴鶉給以色列人當作食物。但在口渴的時刻，他們卻質疑上帝沒有與他們同在，甚至要拿石頭打摩西。（出示彩圖b）面對民怨四起的摩西來到上帝的面前，上帝告訴摩西說：「你手裡要拿著擊打尼羅河水的杖，我要站在你面前，在何烈山的一塊磐石上。你擊打那磐石，就會有水流出來了。」摩西照著上帝的吩咐做，果真從磐石中流出水來，讓以色列人可以喝。就這樣，摩西解決了第一次的缺水危機。

摩西因憤怒而擊打磐石出水，非按照上帝的吩咐對磐石說話

（再次出示彩圖a）當摩西帶領以色列人到加低斯紮營的時候，以色列人又開始出現抱怨的聲音，這次同樣也是因為沒有水喝！各位同學，你們有曾經在大太陽底下運動，但卻沒有帶水的經驗嗎？是不是很口渴呢？當時的以色列人正處於那樣的情況，因此他們開始生氣地跟摩西說：「我們沒有水可以喝，都要被渴死了！難道你是想把我們和牲畜一起渴死嗎？早知道我們就待在埃及，那邊至少還有食物和水！」

受到眾人圍剿的摩西，瞬間感受到滿滿的壓力，因此他和哥哥亞倫來到上帝面前，求問上帝該怎麼做。上帝對摩西說：「把約櫃前面那根杖拿來。你和亞倫要集合全體會眾，在他們面前對磐石說話，水就會從磐石湧流出來。這樣，就可以讓人民和牲畜喝從磐石流出來的水。」

（出示彩圖c）當摩西面對百姓們對他的抱怨時，他再也忍不住生氣了！他和亞倫集合全體會眾到磐石面前。摩西对大家說：「你們這些叛徒聽著！我們該叫磐石流出水來給你們喝嗎？」接著，摩西就舉起杖，在敲打磐石兩下後，很大的一股水湧了出來，會眾和牲畜因此都有水喝了。

摩西讓情緒做主，而無法進入迦南地

各位同學，你們還記得上帝如何吩咐摩西讓磐石出水嗎？（讓學生回答）上帝要摩西用「說」的，但當下在生氣的摩西卻敲打了磐石，這樣的舉動讓上帝很生氣，因摩西讓憤怒的情緒控制了自己，以致於他沒有遵守上帝的命令。因此上帝對摩西和亞倫說：「因為你們在以色列人面前沒有足夠的信心承認我神聖的大能，你們不能領他們進入我應許賜給他們的土地。」

從剛剛的故事中，我們可以看見以色列人因為口渴而抱怨、質疑上帝的大能與同在，忘記了從離開埃及、紅海分開、有雲柱與火柱的帶領、在曠野中有食物和水可以喝，這都是上帝滿滿的恩典和憐憫。同學們，請你們想一想，有時候我們是不是也像以色列人一樣，在遇到困難時就忘記上帝的恩典呢？反觀摩西，當他遇到困難的時候並不是馬上對著以色列人大吼大叫，甚至為自己辯白，而是謙卑地到上帝面前尋求他的指引和幫忙，甚至在以色列人質疑且忘記上帝時，為上帝打抱不平。雖然摩西最後因為忍無可忍而沒有遵行上帝的吩咐，以至於被上帝責備、懲罰他不能進入迦南地，但這也讓我們看到上帝的原則，即便是自己所心愛的領袖，若無法遵守他的命令，上帝仍會親自管教。

學習抒發及控制自己的情緒

如果我們被情緒掌控，就很容易會傷害到別人或是無法遵守上帝的命令，因此我們要學習控管好自己的情緒，不讓情緒做我們的主人。一時的情緒或怒氣，有時會影響我們一生的服事，並且會讓人失去理智與判斷。摩西因為眾人不斷地埋怨，與壓抑許久的怒氣影響，而做出沒有遵照上帝吩咐的行為，讓他只能遙望迦南美地，為自己的錯誤付上代價。

（出示彩圖d）然而這並不是要我們像個木頭人或機器人一樣沒有任何情緒，而是當我們面對生氣、難過的情緒時，要懂得用正確的方式抒發情緒，不讓憤怒及激動的情緒引導我們說出不當的言語和做出不妥的行為。當我們生氣時，不要輕易做決定或是說出傷人

的話，可以先到旁邊沒有人的地方冷靜後再回應；又或是當有人想激怒我們時，可以試著先找機會離開現場，不要被對方的言語牽動；當有人對我們說出不友善的話語時，我們可以先在內心默數到20，讓自己冷靜後再表達自己當下的感受。若對方已經有暴力的行為或是出現自己無法負荷的行為時，記得一定要請求大人及身旁人的幫助喔！我們隨時都有可能會遇到讓自己產生負面情緒的事情，因此要經常到上帝的面前，祈求上帝賜給我們智慧來處理。另外也能和自己信任的老師或家人說一說自己真實的情緒，透過他們的傾聽及陪伴與安慰，讓情緒不被壓抑、累積，才不會導致最後的大爆發喔！盼望我們都能學習控制自己的情緒，也學習在不好的情緒中，仍然能夠以信心相信上帝的同在與大能。

祈禱

親愛的上帝，我們知道情緒是你所創造，求你幫助我們能夠學習控制自己的情緒，同時也願意將不好的心情交託在你的手中，使情緒不做我們的主人，而是你成為我們全人的主宰。小孩禱告，奉主耶穌的名求，阿們。

金句活動

信心是藉著行為而達到完全的。（雅各書2：22·現代中文譯本2019版）

活動說明

1. 請一位學生站在中間且將雙手放在胸前，其餘同學圍繞著該學生，準備接住中間的同學。
2. 接著請中間的人身體放輕鬆，閉上眼睛，任意往其中一個地方倒，接到該同學的人需輕輕推動他，讓他可以被接住。在活動進行時，大家要一同唸兩次本課金句，再換下一個人站在中間。
3. 活動過程中皆須有老師在身旁保護學生，且提醒學生不可以嬉笑的態度進行活動，因活動是有危險性的。

信心是藉著行為而達到完全的。（雅各書2：22）

信心是藉著行為而達到完全的。（雅各書2：22）

