# **目录**

**第一讲：单身与身份认同**

**第二讲：单身的恩赐与自由**

**第三讲：单身基督徒的关系**

**第四讲：孤独与知足**

**第五讲：单身论坛**

**第六讲：恋爱关系导论**

**第七讲：恋爱的发展阶段**

**第八讲：亲密关系与督责**

**第九讲：约会聊什么**

**第十讲：怎样算合适？**

**第十一讲：“来电”和相配**

**第十二讲：常见的错误**

**第十三讲：恋爱论坛**

**核心课程：单身与恋爱2.0**

# **第四讲：孤独与知足**

# **导论**

1. **什么是你生命的中心？神的话语还是你的偶像？**
2. **在你单身的时候，你如何和这些偶像争战？**
3. **作为一个单身成年人，你是否常常感到孤独和挣扎？你怎么解决？**
4. **如何在单身生活中知足？**

# **神的话和你的偶像**

**罗马书1:25**

**他们将神的真实变为虚谎，去敬拜事奉受造之物，不敬奉那造物的主。主乃是可称颂的，直到永远。阿们。**

**单身基督徒可能会有哪些偶像呢？**

* **独立**
* **时间和金钱**
* **你的职业**
* **性满足**
* **旅游与探险**
* **孩子**
* **婚姻**
* **自己**

# **婚姻**

1. **是谎言将神所造的美好事物变成偶像的。**
2. **要区分一个好的、合神心意的愿望和一个自我中心的欲望。**
3. **不要把不确定的事情当作生活的中心，而是将确定的事情当作生活的中心。**

# **孤独**

**申命记31:8**

**耶和华必在你前面行。他必与你同在，必不撇下你，也不丢弃你。不要惧怕，也不要惊惶。**

**以赛亚书41:10**

**你不要害怕，因为我与你同在。不要惊惶，因为我是你的神。我必坚固你，我必帮助你，我必用我公义的右手扶持你。**

**诗篇46:1**

**神是我们的避难所，是我们的力量，是我们在患难中随时的帮助。**

**约翰福音14:18**

**我不撇下你们为孤儿，我必到你们这里来。**

**启示录21:5**

**坐宝座的说，看哪，我将一切都更新了。又说，你要写上。因这些话是可信的，是真实的。**

# **知足**

**腓立比书4:10-20**

**我靠主大大的喜乐，因为你们思念我的心，如今又发生。你们向来就思念我，只是没有机会。我并不是因缺乏说这话，我无论在什么景况，都可以知足，这是我已经学会了。我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富，或饱足，或饥饿，或有馀，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。我靠着那加给我力量的，凡事都能作。**

**然而你们和我同受患难，原是美事。腓立比人哪，你们也知道我初传福音，离了马其顿的时候，论到授受的事，除了你们以外，并没有别的教会供给我。就是我在帖撒罗尼迦，你们也一次两次的，打发人供给我的需用。我并不求什么馈送，所求的就是你们的果子渐渐增多，归在你们的账上。但我样样都有，并且有馀。我已经充足，因我从以巴弗提受了你们的馈送，当作极美的香气，为神所收纳所喜悦的祭物。我的神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的都充足。愿荣耀归给我们的父神，直到永永远远。阿们。**