

【小組查經材料】

橫跨十代的信仰火炬（下）：從勞苦到安息，跨越洪水前夕的信仰火炬
（創 5:25-32）

第一時段：歡迎你來 (15 分鐘)

以簡單、輕鬆、活潑的遊戲，帶領組員熱烈參與，使大家的心思意念，離開繁忙、疲憊，並預備心來歸向神。【[破冰遊戲資料庫連結](#)】

第二時段：敬拜讚美 (20 分鐘)

以事先預備好的詩歌，帶領大家來到主的寶座前敬拜祂、瞻仰神的榮面、帶下神的榮耀同在。在敬拜裡，小組長帶領大家同聲開口為教會禱告。

【[YouTube 歌庫連結](#) 1.[宣召預備](#) 2.[感恩讚美](#) 3.[靈裡的敬拜](#) 4.[回應立志](#)】

第三時段：話語分享 (45 分鐘)

以分享討論應用神的話在每天生活裡

A. 回應主日信息 - 聚會前，請上網仔細重聽一次。

1. 上主日信息的中心思想是什麼？哪一句話，你的印象最深刻？
2. 聽完信息，你有何回應？或有什麼實際的行動呢？

B. 本週主題：橫跨十代的信仰火炬（下）～從勞苦到安息，跨越洪水前夕的信仰火炬

經文：創世紀 5:25-32

²⁸ 拉麥活到一百八十二歲，生了一個兒子，²⁹ 給他起名叫挪亞，說：「這個兒子必為我們的操作和手中的勞苦安慰我們。這操作勞苦是因為耶和華咒詛地。」（創 5:28-29）

《創世記》第五章最後一段（25-32 節）將我們帶入一個扣人心弦的「審判倒數」時刻。從第七代以諾生下「瑪土撒拉」起，歷史的鐘擺便開啟了公義的計時。我們看見第八代瑪土撒拉用人類史上最長的九百六十九年，詮釋了神對罪人最深長的忍耐；而他的兒子拉麥，則在土地受咒詛的極度勞苦中，憑藉著對始祖亞當原始啟示的記憶，為兒子挪亞呼求一份跨越審判的「安息與安慰」。而在下一章，我們將看見挪亞承載著父親的祈願，成為跨越審判、開啟新時代的領航者。

今天，讓我們從這場審判前的信仰接力中一同思想：在同樣充滿壓力、勞苦與不確定的世代裡，我們是否仍只是「僅僅生存」，還是願意轉向神所賜真正的安息與盼望？當時代的警鐘敲響，我們又該如何像這群始祖一樣，守住信仰的火炬，帶著永恆的盼望，活出跨越時代、跨越風暴的生命？

一、最長壽的始祖：審判前夕的活見證（創 5:25-27）

A. 第八代，瑪土撒拉：神漫長忍耐的活證人

「25 瑪土撒拉活到一百八十七歲，生了拉麥。26 瑪土撒拉生拉麥之後，又活了七百八十二年，並且生兒養女。27 瑪土撒拉共活了九百六十九歲就死了。」

- a. **名字的預警**：瑪土撒拉的名字「他死的時候審判將至」，是一個神對當代的警告，一個悔改的鐘聲。每一次被人呼喚名字，都在無聲地宣告：「審判的倒數正在進行」。根

據家譜年代表計算，瑪土撒拉在 187 歲生拉麥，拉麥在 182 歲生挪亞，而洪水發生在挪亞 600 歲那年（ $187 + 182 + 600 = 969$ ）。這證明瑪土撒拉去世的那一年，正是洪水爆發的那一年。因此，他的呼吸，就是世界審判的「倒數計時」。

- b. **最長壽的意義**：瑪土撒拉之所以成為世上最長壽的人（969 歲），是因為神對世人有著最深長的忍耐。他每多活一天，審判就被延後一天；他活著的每一天，都是神暫緩審判、給人悔改機會的明證；他活得越久，越顯明神的恩典何等豐富、忍耐何等長久。他的長壽顯明的，不只是長壽的奇蹟，更是神極深、極久的忍耐。
- c. **生子年齡的延遲**：瑪土撒拉生拉麥的年齡（187 歲），這在族譜中屬於極為罕見、幾乎是最晚生子的紀錄（除了雅列 162 歲，其餘多在 100 歲以下）。
- d. **審判前夕的「強壯者」**：瑪土撒拉給兒子起名「拉麥」，意思是「健壯的、有能力的」。他深知若下一代要在這審判前夕的敗壞世代中站立得穩，絕不能軟弱無能、隨波逐流。他盼望拉麥成為一位內心堅定、具備屬靈毅力的「大能者」，好承擔起保護家族、抵擋世俗風潮的重任。這提醒我們：當我們意識到世代越發黑暗、審判越發臨近，我們越要培育下一代成為屬靈的強壯者，好讓信仰的火炬在風暴中依然熾熱。
- e. **兩位「拉麥」的屬靈對決**：「塞特」後裔的拉麥 vs. 「該隱」後裔的拉麥。當時該隱的後裔「拉麥」正以暴力與兵器震懾世界。瑪土撒拉同樣為兒子取名「拉麥」，卻賦予了完全不同的生命內涵。這不是一份誇耀武力的強大，而是在土地受咒詛、生存極其勞苦的現實中，仍能按照從亞

當傳遞下來的應許，依靠神而來的生命韌性「活出強大」，成為一個可以在審判前夕「站立得住」的人。

f. 一生經歷了多次的「送別」：

他親眼看見前七代的離去：他在 243 歲時，送走了亞當（第一代）。他在 300 歲時，親眼見證父親以諾（第七代）被神取去，雖然不是死亡，卻是離別。隨後的三百年間，他陸續送走了塞特、以挪士、該南、瑪勒列、雅列（第二至六代）。到了他晚年時，他是世上唯一一位「聽過亞當親口說話」的活見證。

最沉痛的白髮人送黑髮人：這是家譜中最特殊的一點。通常家譜是「父親死了，兒子接棒」，但在瑪土撒拉這裡，他的兒子拉麥（第九代）在 777 歲去世時，瑪土撒拉已經 964 歲。這意味著，瑪土撒拉在去世前的最後五年，告別了自己的兒子。他是十代先祖中，唯一一位「看著下一代先走」的父親。

g. 信仰的定海神針：他是這十代先祖中，活到審判前夕的信仰火炬。他上連亞當，兩人重疊了 243 年，親耳聽過始祖講述伊甸園的故事；下接挪亞，看著挪亞出生，並在挪亞建造方舟的漫長歲月中，一直陪伴他直到最後一刻。在那個暴力橫行、全地敗壞的時代，瑪土撒拉作為最資深的長輩，成了挪亞最堅實的屬靈後盾，確保了從亞當而來的啟示不因黑暗而熄滅。

h. 小結：他的死代表洪水前時代的結束：瑪土撒拉在洪水元年才離世，這象徵著舊時代敬虔長輩的全面謝幕，也預示著審判與救贖的正式開啟。

討論問題：選一題分享

1. 【在「遲延」中看見恩典】：在你的生活中，是否正處於某種

「漫長的等待」或「對方遲遲不改」的挫折中（例如：家人的信仰、孩子的壞習慣、職場的瓶頸）？瑪土撒拉「活得越久，恩典留給人的時間就越多」這個視角，如何改變你對「遲延」的看法？請分享一個例子，說明你如何學習用神的「長久忍耐」來取代個人的焦慮與催促？

2. 【末世觀下的生活重心】：面對現今同樣充滿動盪與「下沉」的世代，瑪土撒拉那份「守望到最後一刻」的忠心帶給你什麼啟發？「審判終將來臨」這個覺知，如何幫助你重新排定生活的優先順序？當周圍的人都在隨波逐流時，你如何在平凡的日常中，像瑪土撒拉一樣，守住那份從神而來的使命與見證？？

二、 從勞苦到安息：跨越審判的信仰火炬（創 5:28-32）

A. 第九代，拉麥：在勞苦中呼求安慰

「28 拉麥活到一百八十二歲，生了一個兒子， 29 給他起名叫挪亞，說：「這個兒子必為我們的操作和手中的勞苦安慰我們。這操作勞苦是因為耶和華咒詛地。」 30 拉麥生挪亞之後，又活了五百九十五年，並且生兒養女。 31 拉麥共活了七百七十七歲就死了。」

- a. 拉麥的歲月：始終交織在父親瑪土撒拉「審判將至」的預言陰影，以及自己名字「成為強大」的神聖呼召之中，使他在全地敗壞、土地受咒詛的艱辛中，擁有足以守護信仰、不被罪惡吞噬的韌性。

- b. 拉麥為兒子取名：「挪亞」，在希伯來文中的字根意為「安息」或「安慰」。他清楚指出命名的原因與信仰的動機：「這個兒子必為我們的操作和手中的勞苦安慰我們。這操作勞苦是因為耶和華咒詛地。」

- i. 清醒的屬靈辨明：拉麥展現出極其敏銳的屬靈覺察，他深刻意識到人類當前的艱辛並非受造的常

態，而是墮落後因罪而來的咒詛。這份對問題根源的清醒認知，極可能源於他與始祖亞當重疊的五十六年歲月中，曾親耳聽見亞當講述伊甸園中那場改變人類命運的事件，使他對「起初」與「如今」之間的斷裂有了極為深刻而具體的認識。

ii. **帶著盼望的先知宣告：**正因深知失去的榮耀，拉麥拒絕在絕望中沉淪。他在土地受咒詛的沉重現實中，選擇帶著信心宣告：這孩子必帶來「安息與安慰」。這是一句充滿能力的先知性預言，顯明了拉麥對時代現實的深刻理解，以及對神應許的堅定信靠。他的人生成為了一道光，在洪水前的黑暗與勞苦中，指引出一條通往神聖安息的道路。

c. **蒙恩早逝，審判前先行安息：**拉麥活到 777 歲就去世了，相較於其他動輒八九百歲的先祖，他是壽命最短、唯一一位壽命未滿 800 歲的人（被提的以諾例外）。這位一生渴望安慰的父親，在審判降臨前 5 年，被神親自接回那不再有勞苦與咒詛的永恆安息中。許多聖經學者認為，這是出於憐憫，使他能在審判臨到之前先行進入安息，免於親眼目睹全人類，包括他其他的兒女與親族，在洪水中滅亡的極大痛楚。

d. **家譜中的遺珠：**根據聖經的紀錄，瑪土撒拉和拉麥在生下繼承人後，都各自又活了數百年，「**並且生兒養女**」（創 5:26, 30）。這意味著挪亞當時擁有極其龐大的親族體系，包括無數的叔伯、兄弟姊妹與姪輩。然而，當洪水降臨時，進入方舟的僅有挪亞一家八口，其餘親族皆未進入，原因可歸納為以下幾點：

i. **信仰傳承的斷裂與漠視：**雖然他們出身於最敬虔的世家，曾親耳聽過亞當的見證、目睹過以諾的被

提，但在那罪惡蔓延的世代，多數親族選擇了與世俗聯姻、隨從情慾，而非與挪亞一同在方舟中尋求拯救。這份沉重的紀錄提醒我們，屬靈的遺產若不轉化為個人的信心，就無法在審判中成為救命的保障。最終，這些不信的親族在一百二十年的警告聲中，與那個不敬虔的世界一同消失在洪流之中。

ii. **神慈愛的「提前收納」**：其餘「生兒養女」的部分雖未詳列名字，但不代表其中沒有敬虔人。我們也可以大膽且合理地推論：在瑪土撒拉與拉麥長達數百年的教導下，家族中或許仍有少數較為敬虔的後裔。如同拉麥在審判前先行安息一樣，這些敬虔者可能在洪水降臨前就已自然死亡。如《以賽亞書》57:1 所言，神在禍患來到前將他們接走，使他們在勞苦中得享安息。

e. **小結**：拉麥雖然在洪水前五年先行安息，但他那份在黑暗中仰望安慰的火種，已成功燃燒在挪亞心中，成為挪亞跨越審判、開創新世界的生命力量。

B. 第十代，挪亞：承載父親的安息祈願，跨越審判的領航者

「**32 挪亞五百歲生了閃、含、雅弗。**」

a. 這段經文作為第五章家譜的壓軸，雖然僅用簡短的一節經文帶出挪亞與其三個兒子的名字，卻像是一首交響樂在進入高潮前的短暫停頓。

b. **漫長的等待**：「**五百歲**」的晚育。先祖們生子的年齡大多在 65 至 162 歲之間，而挪亞直到 500 歲才記錄下生子。在那個「地滿了強暴」與「神的兒子們」隨意挑選女子為妻的敗壞時代（創 6:1-4），挪亞這五百年的「空白」，極可能代表了一種極致的「分別為聖」與「忍耐等

待」。他在半個世紀的歲月中，拒絕隨從當時墮落的雜婚風氣，寧可忍受「無後」的孤寂與社會壓力，也不願將就而導致自己的後裔陷入罪惡的洪流。

- c. 「**閃**」的意思就是「名字」、「聲譽」。這是一個身份的宣告與命定的記號。在聖經語境中，這通常指代「耶和華的名」。挪亞深知審判已臨近，世界的敗壞難以挽回，他為長子取名為「閃」，盼望他能擁有「敬虔之人的聲譽」，成為承載「神榮耀與名聲的族裔」。因為真正的名聲與榮耀，不在於人眼中的成功與權勢，而在於是否與神的名有份。閃是敬虔線路的直接繼承者。雖然他在名單中不一定是長子（有些解經家根據創 10:21 認為雅弗才是長子），但他被列在首位，是因為救贖的應許將從他這一脈延續。閃成為希伯來人（以色列人）的祖先。後來神被稱為「閃的神」（創 9:26），而彌賽亞耶穌基督正是從閃的後裔中降生。
- d. 「**含**」源於字根「溫暖」或「炎熱」。挪亞給他取名「含」，願他「像火一般燃燒，熱情地面對生命。」可惜的是，從後來的歷史軌跡來看，「含」似乎偏離了父親起初的期待。洪水之後，含的負面形象逐漸浮現，特別是在挪亞醉酒事件中，他的不當行為導致咒詛臨到。這部分，我們將在後文中進一步探討。
- e. 「**雅弗**」源於字根「擴張」或「開啟」。當挪亞為雅弗命名時，也許他在信心中期待，願這個孩子在經歷審判過後，仍能經歷神恩典中的「擴張」，從個人生命的擴張，到家族中敬虔血脈的延續，回應神起初創造人時所賜「生養眾多、遍滿全地」的命定與祝福
- f. **小結**：這看似平淡的介紹，實則埋下了翻轉歷史的伏筆。在第五章的家譜敘事結束後，聖經隨即轉入人類文明極度

敗壞的慘痛背景，並將焦點全然對準挪亞，這位在全地毀滅之際，獨自在神面前蒙恩的義人。關於挪亞如何建造方舟、如何在那場毀滅性的洪水中保全生命，以及他與三個兒子如何開啟洪水後的新世界，聖經在接下來的第六至九章中，將有更為波瀾壯闊且詳盡的生命記載。這份家譜的終點，正是另一段偉大救贖史詩的起點。

討論問題：選一題分享

3. **【傳承「安息」的視野】**：現代家長常因社會壓力，期許孩子要「贏在起步」、「強大競爭」。拉麥卻是期許孩子成為一個「帶來安慰與安息的人」。如果你要為自己的孩子（或屬靈後輩）定下一個「信仰的關鍵字」，那會是什麼？你正在如何透過日常的言談（如拉麥講述亞當的故事），將這份跨越世代的屬靈遺產與安息的盼望，傳遞給他們？
4. **跨越時空的信仰共鳴**：在亞當後代的描述中，哪一代始祖的特質或名字含義最令你印象深刻？這份跨越千年的生命紀錄，對你現今的處境有什麼樣的啟發或安慰？

禱告：

親愛的天父，感謝祢藉著這段橫跨十代的家譜，讓我們看見即使在黑暗下沉、洪水審判前夕的世代中，祢的恩典、忍耐與信實從未中斷；從瑪土撒拉漫長的歲月中，我們看見祢深長的寬容與憐憫，從拉麥在勞苦中的呼求裡，我們聽見人心深處對安息最真實的渴望，而在挪亞的生命中，我們更看見祢為人預備跨越審判、進入新時代的盼望。主啊，當我們也活在充滿壓力、重擔與不確定的世代中，求祢使我們不被環境吞沒，不向現實低頭，反而緊緊守住祢所賜的信仰火炬，在人生的勞苦與嘆息中，仍深深扎根於祢所應許的平安與安息；也求祢使我們不只成為領受恩典的人，更成為傳遞信仰火炬的人，讓這份跨越世代的信心見證，繼續在家庭、下一代與身邊的人中延續，直到那日進入祢永遠的榮耀與安息。奉主耶穌基督的聖名禱告，阿們。

第四時段：禱告服事（10分鐘）

可以兩三個人成為一個禱告小組，（1）為教會異象與近期活動禱告，（2）為彼此的需要禱告，（3）為慕道友提名禱告。