



一分鐘見證TM

簡易分享信仰

如果上帝每天只向你索取一分鐘，
你願意嗎？

有人向你分享信仰，你不覺得可喜樂嗎？若耶穌是答案，我們豈不更應在這破碎的世界中，積極將祂的解答與人分享？

「我？要分享我的信仰？」

是的——上帝揀選了你和我，作祂的大使、祂的聲音、祂跳動的心。為何如此？因為再沒有比你和我更能廣告祂那改變生命之愛的了！我們正是祂恩典的戰利品。

或許你心裡想：「傳福音太難了」，或「那是牧師的工作」；又或者你擔心別人會問一些難以回答的問題。

這些念頭與恐懼並非新鮮事。它們不過反映出我們自身不安全感的創造性思維與屬靈恐懼。上帝邀請所有基督徒分享自己的信仰故事。分享信仰不僅祝福聽者，也反過來祝福我們自己。何況，上帝賜下聖靈來幫助我們，因此我們絕非獨自完成此事。

讓我們決心關掉那不安的聲音，並求上帝賜我們能聽見祂憐憫之聲的耳朵！

我們人人都能做到。我們每個人都有自己的故事，而這「一分鐘見證」工具讓它變得有趣又容易。一位牧師在學習並應用這「一分鐘見證」工具後說：

「想不到我竟浪費了這麼多年沒有分享信仰。如今我可以每天帶著信心去分享。」

.....你也可以！



Tom Elie



邀請聖靈

「一分鐘見證」工具是一個簡易的輔助，幫助你分享耶穌那改變生命的 story。它只是一個工具，並非信息本身。我們的信心必須建立在聖靈的引導，以及祂「吸引萬人歸向祂」的能力上（約翰福音 12:32）。

耶穌常常主動接近陌生人——例如井邊的婦人、樹上的撒該，以及稅吏馬太。有時，祂先建立關係，然後才分享。但在每一個情況中，祂都迅速順服上帝的聲音，且總是被憐憫所驅動。

那麼，你何時、如何、與誰分享你的信仰呢？請以這個禱告開始每一天：

「主啊，我今天願意被祢使用！」

一分鐘見證

工具

徵求許可	頁
我可以問你一個問題嗎？	6
信主之前(B.C.)	
在我生命中曾有這樣一段時期，那時我.....	8
轉捩點(T.P.)	
後來有一天.....	
當我意識到耶穌為我的罪而死，我就.....	10
決志之後(A.D.)	
自从我認識耶穌以來，我.....	12
若我未曾遇見耶穌，我.....	14



徵求許可

因為上帝愛人，祂希望我們向人講述耶穌，無論對方是陌生人或朋友。以下是一個很好的開始方式：

徵求許可

當我們先徵求對方許可才分享自己的想法時，我們就是以尊重對待他們，他們的防備也會隨之放下。以下是幾個轉換話題的範例。——>

一分鐘見證

請用手指記住這五個簡單步驟！



(選一個問題，或自行撰寫。)

「我正在做一項作業，可以問你一個問題嗎？」

「發生在你身上最好的事是什麼？」

「我可以告訴你發生在我生命中最好的事嗎？」

「我知道這個世界有很多恐懼，我可以告訴你我是如何克服我的恐懼嗎？」

「在我今天離開之前，你有一分鐘聽我分享我的故事嗎？」

一分鐘見證

請用手指記住這五個簡單步驟！



信主之前

(B.C.)

要開始你的 B.C. 故事，請參見第 16 頁。

我們每個人都有在認識耶穌之前的故事。

這就是我們的「B.C.」時刻。回想你生命中一段感到空虛、不確定或破碎的時期。那就是你故事的起點。

描述你在認識耶穌之前那些罪性與破碎的習慣。

請以這句話開頭：
「在我生命中曾有這樣一段時期，那時我……」



也許你曾經孤單、驕傲，或缺乏人生目標。也許你擁有成功卻沒有意義，充滿罪惡感或焦慮。也許你對人生絕望、對上帝憤怒，或害怕死亡。這樣的例子不勝枚舉。

也許你在年輕時就將生命交託給基督，因而記不得具體的歸信時刻。但你很可能仍記得自己需要赦免、內心有罪惡感，並確信一定有一位上帝。

當你回想自己的 B.C. 歲月，你的故事便逐漸成形。請繼續在第 16 頁完成這句話。

請為以下句子寫下三個形容詞或短語：
「在我生命中曾有這樣一段時期，那時我……」

一分鐘見證

請用手指記住這五個簡單步驟！



轉捩點 (T.P.)

「然後有一天……」

這就是萬事俱變的時刻。你的轉捩點，是你意識到耶穌是誰、以及祂為你成就了什麼的時刻。

也許有人向你傳講福音。也許你在艱難的季節中向上帝呼求，或以一種無法忽視的方式經歷了祂的愛。



以下是一個 T.P. 的範例：

「有一天，有人告訴我有一位真正愛我的上帝。這位上帝是親近的，而非遙遠的；祂邀請我永遠與祂同住天堂。但我有一個問題：天堂是完美的，而我並不完美，所以我無法進入。

但上帝為我開了一條路。祂差遣祂的兒子耶穌基督，為我的罪受死，償還罪的代價。當我意識到耶穌為我的罪受死並復活時，我便邀請祂成為我生命的領袖。」

你的轉捩點是什麼？

你是如何聽見關於耶穌的事？

你曾請求耶穌在你的生命中做什麼？

請將這寫在第 17 頁。

一分鐘見證

請用手指記住這五個簡單步驟！



決志之後

(A.D.)

要開始你的 A.D.
故事，請參見第
18 頁。

A.D. 的意思是
「決志之後」。

這是我們故事中最容易、也最有趣的部分，因為我們可以談論基督在我們生命中所帶來的正面改變。

你的思維有何轉變？你在面對壓力、人際關係或人生目標時，有何不同？

也許你經歷了新的平安、喜樂、新朋友、赦免，或天堂的應許！

請聚焦於對你而言真實且真誠的經歷。保持簡短、個人化。



請以這句話開始：
「自從我遇見耶穌，我...」

範例(A.D.)：
「自從我遇見耶穌，我有了新的目的、新的喜樂，並且確信我死後能進入天堂。」

請找出 三個形容詞，描述耶穌在您
生命中帶來的正面益處。

花點時間反思。
準備好後，請翻到第 18 頁寫下答案。



「如果我從未遇見耶穌，我...」

想像沒有認識耶穌的生活。那聽起來令人恐懼，不是嗎？您將不會擁有剛才在 A.D. 所描述的祝福。

讓我們以「如果我從未遇見耶穌」來結束您的故事。當您分享時，聽者會聽見您的心聲。有些人說，他們的生命會是空虛、無意義，或仍在尋找目的。其他人則說，他們可能會坐牢、吸毒、離婚，甚至死亡。

生命將會徹底不同。



完成後，請感謝聽者的聆聽。

據說一般人平均要聽到福音 七次 才會決志歸向基督。我們的直接目標不是立刻使人信主，而是透過見證 撒下種子。若有更多收穫，那是額外的恩典！

若對方願意，您可以回答他們的問題。但請避免陷入教義爭論。您故事的力量在於分享您的心。

就像那位瞎眼的人說：「我不太認識這位醫治我的人。我只知道我以前是瞎眼的，如今我能看見了。」（約翰福音 9:25）

請在第 19 頁寫下答案：
「如果我從未遇見耶穌，我...」



一分鐘見證

在基督之前
(B.C.)

完成這句話，並寫下三個形容詞或片語：

「在我生命中曾有一段時期...」

1. _____

2. _____

3. _____



一分鐘見證

轉捩點
(T.P.)

您的轉捩點是什麼？

1. 您是如何聽見耶穌的？

「然後有一天...」

2. 完成這句話：

「當我明白耶穌為我的罪而死，並且復活時，我邀請祂來...」



一分鐘見證

決志之後
(A.D.)

描述耶穌在您生命中帶來的正面益處。

「自從我遇見耶穌，我...」

1. _____

2. _____

3. _____



一分鐘見證

「如果我從未遇見
耶穌，我...」

沒有基督，您的生命會是什麼樣子？

「如果我從未遇見耶穌，我...」

最後說：
「謝謝你的聆聽。這位耶穌非常非常愛
你！」



更進一步...

在分享完 一分鐘見證 後，您可以問對方：

「那你呢？如果今晚你死了，你覺得自己能進天堂嗎？」

「你認為人要怎樣才能進天堂？」

「我可以告訴你聖經如何保證你能知道自己會進天堂嗎？」

若對方回答「可以」，就介紹 ‘1,2,3’。



承認 我承認自己犯了罪，而罪使我與聖潔的神隔絕。(羅馬書 3:23)

相信 我相信耶穌基督為赦免我的罪而死，並且復活，證明祂是唯一的真神。(羅馬書 10:9-10)

認罪 我認自己的罪，並邀請耶穌成為我生命的救主與主宰。(約翰一書 1:9)

若他們明白了這「1,2,3」，請問這個關鍵問題：
「今天，有什麼會阻止你完全將生命交給耶穌基督呢？」

若沒有阻礙，再問：

「在神的幫助下，你是否願意離開聖經所稱的『罪』，並每天跟隨耶穌？」



結束你的故事...

若他們回答「願意」，請邀請他們用剛學到的「1,2,3」或《救恩詩》(第 25 頁)作一個真誠的禱告。

當他們禱告完，請恭喜他們，並指引三件事：

1. 每天讀聖經
2. 每天禱告
3. 每週參加一間相信聖經的教會

交換電子郵件與電話，並在 24 小時內再次聯絡，向他們表達祝賀。

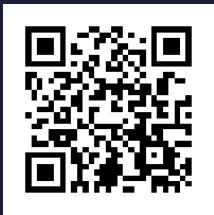


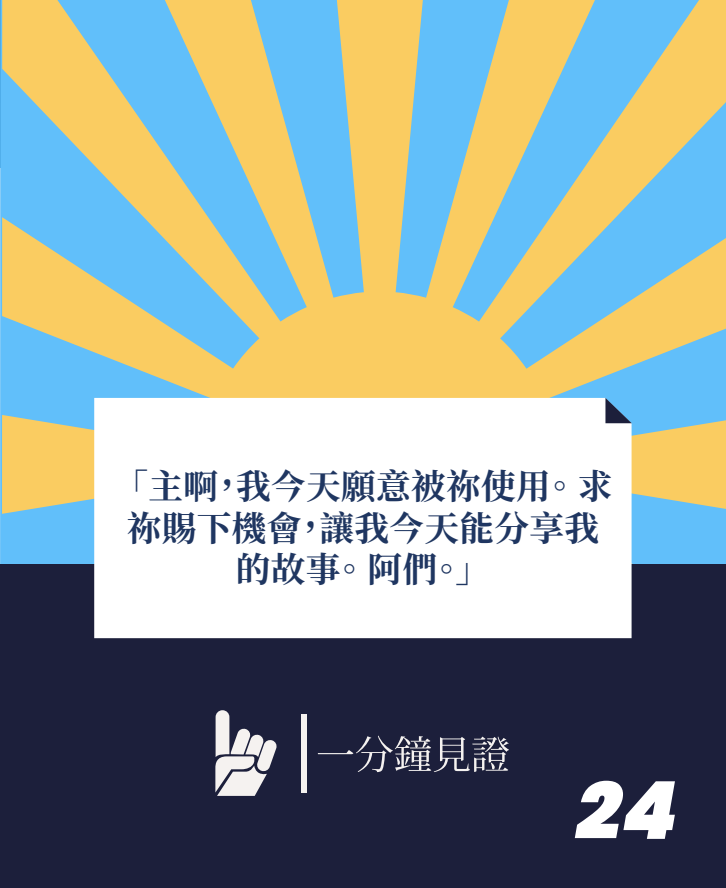
當您打電話給他們時，請：

- 請他們讀 約翰福音 3:16-17 給您聽，並問他們這段經文對他們意味著什麼。
- 問他們您可以如何為他們禱告。
- 邀請他們與您一同去教會或小組。

這是您可以給他們的後續網站：

cantonese.frostygrapes.com





「主啊，我今天願意被祢使用。求祢賜下機會，讓我今天能分享我的故事。阿們。」



一分鐘見證

24



一分鐘見證

救贖之詩

是祢犧牲被懸十架上
高升遠遠再拯救失喪
原諒我此刻軟弱和罪
好比摯友 也使我景仰
基督請充當我主，請改變我心意方向
永遠也為神而活，請牽引我一生獻上

聆聽詩歌：

ONEMINUTEWITNESS.ORG



《救贖之詩》作者：

Matt 與 Sherry McPherson. © 2004
The Salvation Poem Foundation, Inc.
版權所有。

WWW.THESALVATIONPOEM.COM

25



訓練者技巧 (第一部分)

1. 引入憐憫

引用馬太福音 9:36。

2. 給予 1 分鐘記憶幫

助學員記住「五根手指」(第 5 頁)。

3. 訓練一分鐘見證™

逐一講解每根手指：

- 朗讀該手指的教材頁面。
- 分享您自己的例子或見證。
- 請學員寫下他們的回應，並給予 1 分鐘安靜思考。
- 訪問 3 位學員，聆聽他們的答案。
- 與同伴練習分享。

4. **示範完整故事** 分享您完整的一分鐘見證™ 作為範例。

5. **同伴分享** 請每位學員與同伴分享完整的故事。

6. 交換同伴

再次練習，與新的同伴分享。

7. 更進一步

一起閱讀第 20–21 頁。



8. 訓練應用 — 提問三個問題：

- a. 有多少人明白一分鐘見證？
- b. 有多少人能在課程外使用這工具？
- c. 我們應該何時開始使用？明年？下個月？還是現在？

9. 指導應用

「我們現在一起出去...」

- a. 每人至少要與 4 人分享。
- b. 在指定時間回來。

(建議 60–75 分鐘，視公共場所距離而定。)

10. 回來後

請 3 位學員分享他們最喜愛的故事。

11. 21 天挑戰 邀請學員承諾與同伴連續分享 21 天。

使用教材背面的 QR 碼登記成為 約定大使

12. 下一步 邀請學員下個月帶朋友來參加訓練。



一分鐘見證



請在線寫下您的故事，並立即分享！

ONEMINUTEWITNESS.ORG

成為約定大使，
加入我們的部落格，並在
OASISGIFTS.ORG 發現免費禮物！

書籍、音樂與工具，
激勵您的見證！



PO BOX 58
CHAMPLIN, MN
55316 USA

如需訂購
一分鐘見證™

小冊子，請造訪：
oasisworldministries.org
或電郵：info@oasiswm.org

© 2009, 2025 修訂版, Oasis World Ministries。
作者: Tom Elie 與 Oasis World Ministries。版權
所有。未經書面許可，不得以任何形式更改或複製
本冊子。

版本: 19.6 UDT CANTONESE.

28