

第1週 那呼召 啟程 □1 The Call - 本週我們將聚焦在耶穌呼召門徒的那時刻，和在他公開服事中，他們的一些經歷與遭遇。最後，我們將從中找出何謂跟隨耶穌的真諦。

- 第1天 那代價· 6 The Cost
- 第2天 不要邀請耶穌進入你的心· 10
- 第3天 明白救恩· 15 Understanding Salvation
- 第4天 一個新造的人 □20 A New Creation
- 第5天 訓練 使人作門徒· 25 Making Disciples

第2週 被更新 □31 Be Transformed - 要跟從基督就是要在祂透過真理來更新我們的心思和意志中**被模造成祂**的樣式。我們迎合祂，我們遷就祂；至終，我們順服祂為我們的主。

- 第1天 被聯合於與基督聯合 □36 United with Christ
- 第2天 耶穌改變一切· 41
- 第3天 從裡到外· 46
- 第4天 連於神的話· 52 Abide in God's Word
- 第5天 個人門徒訓練計畫：讓以真理充滿你的心思 □57 Fill your mind with truth

第3週 以神為樂 □63 Delight in God - 根據愛德華茲，信心應該加深感性。在理智上對神的認識，自然地也必須地會引起在感性中對神的愛慕。換句話說，我們若能降服在神的主權下，也應該會以父神為樂。

- 第1天 我們的父· 68
- 第2天 耶穌滿足我們的滿足慾望 □73 Jesus satisfies our desires
- 第3天 耶穌提供真正的快樂· 78 Jesus offers real pleasure
- 第4天 檢視再思基督徒的生命 □82 Examining the Christian life
- 第5天 個人門徒訓練計畫：如何加深點燃你對愛神的愛心 □87 How to fuel your affection for God

第4週 神對你生命的旨意 · 93 God's will for your life - 為什麼？既然「得人如得魚」是神給每個基督徒生命的主要優先，為什麼只有極少數基督徒這麼做？會不會是我們根本誤解了神創造人的主要目的？會不會，其結果是，我們完全坐失了神原本為我們安排的最大喜樂之一？

- 第1天 認識神· 97
- 第2天 使領人作主門徒· 101 Making Disciples
- 第3天 我們的保證· 106
- 第4天 我們的能力· 110
- 第5天 個人門徒訓練計畫：怎樣成為作見證· 115 How to be a witness

第5週 教會 · 121 The Church - 歸向基督就是成為祂教會的一部分。當男男女女向自己死而在基督裡活時，神將之擺在一起，成為信心(屬靈)家中的弟兄姐妹。這基督徒團體會經常地一起敬拜，無私地彼此服事，恩慈地彼此守望，慷慨地彼此給予，憐憫地彼此照顧。

- 第1天 現代的錯誤的觀念· 126 Modern Misconceptions
- 第2天 什麼是教會？· 130
- 第3天 教會的紀律· 135
- 第4天 教會的會籍· 140
- 第5天 個人門徒訓練計畫：怎樣成為教會會友· 145

第6週 我們的使命 · 151 Our Mission - 當神的子民願意禱告、謙卑、單純、刻意地使人做門徒時，誰能想像或衡量會發生什麼事？倘若所有跟隨基督的人真的開始去得人，又將如何？神就是要用這樣的方法，把祂深不可測的恩典傳給萬民，把祂至尊至大的榮耀彰顯於地。神就是要祂的兒女過這樣的人生—在將祂的榮耀傳給世上的每個族群中，我們去享受祂的恩典。那麼你呢？當我們一起完成此研討後，你要什麼呢？

- 第1天 確信基督的權柄· 156
- 第2天 遵守基督的命令· 160
- 第3天 倚靠基督的同在· 165 Depend on the presence of Christ
- 第4天 個人門徒訓練計畫：怎樣使一小撮基督徒成為使領人作主門徒的人· 170
- 第5天 個人門徒訓練計畫：如何在萬民中傳揚神的榮耀· 175