

序 言

我想透過這本書幫助剛信耶穌的朋友，掌握明白各種屬靈基要的概略，鼓勵他們屬靈成長，踏出學習作主門徒的第一步，與神建立關係，打好信仰根基。

全書共12章展現了一幅健康的屬靈生命成長路線圖：從掌握福音的真義：清楚得救（第1章）開始，進而藉著祈禱和靈修，與神建立關係（第2、3及4章），進而對付自己的罪，追求聖潔（第5章），以致過一個以神的話為中心的生活(第6及7章)。由神與個人縱線向度再進入人和人橫線向度：由教會群體內敬拜讚美和團契生活出發（第8及9章），繼而在教會之外為主作見證（第10章），最後以尋求神旨意帶領與及追求屬靈生命成長作結（第11及12章）。屬靈生命成長須下決心、付代價，肯實踐，天天與神溝通，才能建立與神親密關係，一站又一站，逐漸體會神給我們的豐盛和喜樂，邁向成熟的屬靈生命，永遠向前不停步。『信主三分鐘，成長十年功』，這是我深切的體會。

本書以聖經為依歸、內容實際及著重實踐。每章都提供相關經文、實踐良方建議、真實例子和故事，讓初信朋友能掌握屬靈基要的技巧，實際地應用所學在建立與神的關係上。

每章大致以『是什麼、為什麼、怎樣做和誰是好榜樣』的模式寫成，前兩者是認知層面的教導，後兩者則屬實踐層面的提議和激勵。由知的層面和行的實踐兩個向度建構每章的內容，表達基督信仰為知、情、行的結合，缺一不可。除此之外，每章在適當處，開設以下『特別專欄』：

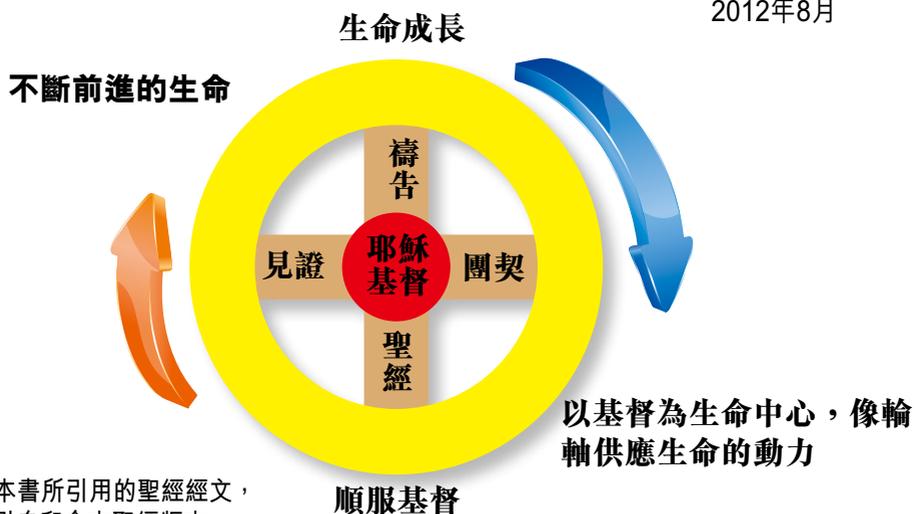
- **反省問題:** 與初信朋友互動，刺激反思反省，鼓勵活用所學，亦可作為初信栽培小組聚會時的討論問題；
- **生命故事:** 通過真實人物的經歷，激勵初信朋友成長，以發揮榜樣效應；
- **難題解答:** 解答初信朋友在成長中經常遇見的問題疑難，猶如初信屬靈基要快速查閱手冊，排難解困；
- **進深建議:** 進一步教導已具有一定基礎的初信朋友，深化就該專題的瞭解 (剛剛信耶穌的朋友可以暫時略過不讀)；及
- **延伸閱讀:** 提供精選合適書目，讓初信朋友按自己興趣和需要，繼續進一步研習。

謹將這書獻給所有曾經與我在信仰路同行的朋友，特別是國內的弟兄姊妹，謝謝你們伴我同走成長路。我禱願每一位讀者都能與神結連，活出豐盛的生命。

本人學力有限，錯誤難免，祈請指正賜教。

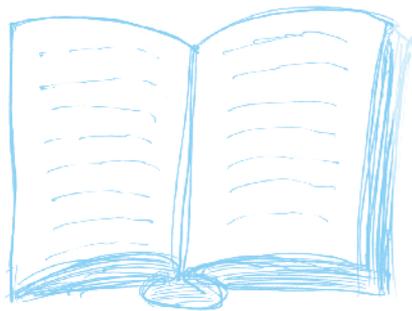
主內弱肢

2012年8月



註：本書所引用的聖經經文，引自和合本聖經版本。

目 錄



章數	章 題	頁
1	福音真義：清楚得救	4
2	與主交談：禱告(一)	12
3	與主交談：禱告(二)	19
4	與主親近：靈修生活	28
5	戰勝罪惡：聖潔生活	39
6	神的話語：聖經的權威	51
7	神的話語：多元學習	63
8	敬拜真神：崇拜與詩歌	75
9	教會生活：團契真義	83
10	為主作證：分享好消息	94
11	尋神旨意：人生引導	104
12	豐盛生命：不斷成長	113
	附錄：歸納式查經法示範	127

第一章

福音真義：清楚得救



第一章：福音真義：清楚得救

恭喜你，你已經接受福音，並相信耶穌是你唯一的救主，及願意以祂為一生的主，跟隨耶穌走人生路。你知道嗎？根據聖經的教導，一個罪人悔改，在天上的使者也會為他非常歡喜快樂呢（路加福音15：7）！這真是莫大的喜訊！

『凡接待他的、就是信他名的人、他就賜他們權柄、作神的孩子。』（約翰福音1：12）『我實實在在的告訴你們、那聽我話、又信差我來者的、就有永生、不至於定罪、是已經出死入生了。』（約翰福音5：24）

再次恭喜你，因為根據以上兩節聖經，你已經蒙赦免，得拯救，並且成為神的兒女，擁有新的生命和永遠的生命（永生），將來面對神的審判時，因著耶穌為你所流的寶血，不會被定罪，反而可以與神在天家永遠在一起。



反思：你決定當基督徒的一刻，是不是真心真意？有什麼感覺？感到平安平靜嗎？又或者感到如釋重負？還是緊張非常？

福音訊息的重點

讓我們先重溫福音的主要內容。福音原來的意思是**好消息**，核心內容如下：

- 我們**犯罪**，達不到神的標準而得罪神，自己偏行自己的路；
- 我們犯罪的後果嚴重：將來面臨神審判時，因自己的罪而被公義的神定罪，淪落**永死**的境地，永遠與神隔絕，無力自救；
- 就算倚靠善行、哲學和其他宗教，我們既不能解決罪的問題和逃過將來神的審判，亦不能與神恢復和好的關係，回到神身邊；
- 神因著對人的憐憫，所以差祂獨生子**耶穌**，**道成肉身**臨人間，**命捨十架成救恩**(拯救的恩典)，祂所流的寶血完全徹底地洗淨我們的罪污，洗得一乾二淨；
- 我們只要肯**悔改**(即回頭回轉)，向神**認罪**，並相信和接受耶穌為我們的**救主**，並以祂為**一生的主**，就可以與神恢復和好關係，並且享有永遠的生命(**永生**)；
- 相信了耶穌後，除了神給予我們聖潔的地位外，我們更擁有**新生命**，可以在**聖靈**引領下，倚靠神過**聖潔生活**，活出神應許我們豐盛的人生。

『這見證、就是 神賜給我們永生、這永生也是在他兒子裡面。人有了 神的兒子就有生命·沒有 神的兒子就沒有生命。我將這些話寫給你們信奉 神兒子之名的人、要叫你們知道自己有永生。』(約翰壹書5：11-13)

『我來了、是要叫羊〔或作人〕得生命、並且得的更豐盛。』(約翰福音10：10)

反省：請你回顧一下，你是在怎樣的情況下決定信耶穌？是什麼原因促使你信主？

回顧：或許在這裡，再重讀你當天的決志祈禱，會加深你對完整福音的印象：

「神啊，我承認自己是一個有罪的人，犯罪得罪了你。我知道你愛我，又相信你已藉著耶穌基督為我預備了救贖，並為我的罪釘十字架。我誠心接受耶穌基督為我的救主，求你照你所應許的，赦免我的罪，讓我重新可以成為你的兒女，與及賜給我新的生命。我又願意奉你為我生命的主，求你今後引導我的生命，一生緊緊地跟隨你和成長，永不偏離。奉耶穌基督的名禱告，阿們。」

信心和得救

福音中的得救，不是指肉體上的拯救，免除我們肉身的苦難和痛苦，而是指與神關係上的拯救。原本我們惡貫滿盈、罄竹難書，而神是聖潔的、公義的，神將來審判我們時，我們因自己的罪而被神定罪，淪落火湖，永遠受刑，與神隔絕（帖撒羅尼迦後書1：8-9）。但耶穌以無罪之軀，在十字架（古代羅馬處決死囚的刑具）代替我們受刑罰，使我們免受刑責和懲罰。『因基督也曾一次為罪受苦，就是義的代替不義的，為要引我們到神面前。』（彼得前書3：18）

人家送一份禮物給你，雖然是免費的，但你仍須伸出手，收下禮物。如



出一轍，神為我們世人預備這份寶貴救恩的禮物（即拯救恩典），我們需要付出真誠的信心，來表達願意接受這份饒恕和赦免，並且真誠地悔改認罪。

基督信仰的核心真理是，人單憑真誠信心，就可以得救，在神眼中『無罪釋放』（即因信稱義）。

任何善行和行為都絕不能為我們賺取救恩。聖經很清楚教導我們：『你們得救是本乎恩、也因著信、這並不是出於自己、乃是 神所賜的、也不是出於行為、免得有人自誇。』(以弗所書2：8、9) 得救單憑我們信心，不靠任何行為。如果要做到100分才能得救，這世界上根本沒有人合『資格』成為基督徒。假如要行善才能信主，那麼做多少善事才『足夠』使我們可以得救呢？

惟獨能付出信心的，不分種族、膚色、性別、年紀、社會地位、貧富，人人皆可以得到救恩，所以神是公平的，祂所要的是我們的真心(真誠信心)：『你若口裡認耶穌為主、心裡信 神叫他從死裡復活、就必得救。因為人心裡相信、就可以稱義、口裡承認、就可以得救。』(羅馬書10：9-10) 信心就是唯一通往得救的門，別無他途，沒有任何善行的門檻。

反思：你知道耶穌的名字的原來意思是什麼？就是『把我們從罪惡中拯救出來。』(馬太福音1：21)

得救的把握

在聖經裡所謂『外邦人』就是以色列人以外的人，這當然包括我們中國人。基督信仰除了上述的『因信稱義』外，就是『恩臨外邦』：人人憑真誠付出信心，就可得救，沒有民族之別，所以中國人也可以成為基督徒。耶穌還未降臨人間之前，稱為舊約時代，當時祇有以色列人和神有關係和交往，而以色列人誤以為祇有他們才是神的選民。但耶穌的寶血是為所有人流，每個人祇要憑信心，就可得救。

假如你今晚離世，你有得救把握可以得著永生嗎？只要你反省，你已真心認罪和悔改，並付出信心，就符合聖經得救的條件，你就已經得救了。

或許困惑你的是，信主之後沒有強烈感覺。請你記住不要單信感覺，因感覺會隨環境和心情而變化，搖擺不定，最重要是，如果你的信心紮根在寶貴的聖經得救應許，事實上你已經有永生、蒙拯救了。先有基於事實的信心，進而實踐和成長，感覺才會來。

反省：你對你已得救的經文，信得有多深？你對自己清楚得救的把握有多大？

清楚得救的表現

信主入門靠單純信心，但怎樣知道我們已進入救恩的門，清楚得救和已經與神恢復了和好關係呢？一葉便知秋，見雪便悉冬，通常來說，清楚得救的基督徒，應該逐漸有以下一項或多項的轉變：

- (1) 對自己所犯的罪愈來愈敏銳，漸漸願意捨棄舊日犯罪的生活；
- (2) 對屬靈事物和成長愈來愈感興趣，例如讀經、禱告、往教會聚會等；
- (3) 人生觀根據聖經而改變，漸漸從神的角度看人生；
- (4) 對人的愛心、對神的感謝愈來愈多；
- (5) 有經歷神的遭遇，例如禱告蒙神應允、經歷神的看顧等；
- (6) 對神的信心愈來愈強，喜樂平安愈來愈多。

反思：你察覺自己慢慢地有一些以上的改變嗎？如果有，再一次恭喜你！



成長故事

A弟兄在工作認識一位小姐，心裡十分喜歡她。在一次偶然的機會中，在A弟兄帶領下，這位小姐決志信主。弟兄興奮不得了，並且匆匆在一個月內，與這位小姐結婚。

出乎意料之外，A弟兄婚後很快就察覺問題嚴重，妻子不單不願意祈禱和讀聖經，連回教會聚會也提不起勁。細問之下，原來妻子的心仍偏向佛，而當天的『決志禱告』委實是糊糊塗塗，不知就裡，祇不過不想逆弟兄意，想儘快結婚吧。A弟兄十分懊悔，當初他的妻子所謂『相信』耶穌，原來是口裡承認，但心裡不信。

結果因信仰和價值觀迥異，弟兄和妻子衝突很多，影響彼此感情。非常可惜，不久，連A弟兄也很少回教會聚會，追求成長的心也淡下來。

反思：中國諺語說得好：『聽其言，觀其行。』信主入門靠信心，但是否真心相信和清楚得救，就需要用時間觀察對像有否生命的轉變來印證。令人惋惜的是，A弟兄和他妻子的故事十分普遍，所以我們須認清驗證自己是否清楚福音和得救，如果還有些疑惑，就要儘快找傳道人搞清楚。是不是渴求跟隨耶穌成長和改變，至為關鍵。請記住：『信主三分鐘，成長十年功。』

全新的開始

我們信了耶穌後，不是擁有『天堂通行證』就停下來，而是神想我們與祂聯繫連接，不斷成長，與祂建立親密的關係，以致活出豐盛的新生命。『若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過、都變成新的了。』（哥林多後書5：17）無論怎樣，信耶穌前種種舊事皆已經過去，你渴望人生有一個充滿盼望、豐盛和喜樂的新開始嗎？我們像重生一樣，重新做人，在基督裏（即在與耶穌緊密的關係裏）過新的生命！

如果你的答案是肯定的，那麼你須從今天開始，用心學習聖經和做主的門徒。基督徒的意思是以耶穌為主人和老師，一生跟隨祂，永不偏離。在繼後的11章，我會為你展現一幅幅初信信徒的健康成長藍圖。

結論

記得初信耶穌時，在一次聚會中，帶領的弟兄問我：『假如滿分是100分，到目前為止，你給自己的基督徒生命幾多分？』『我祇給自己3分。』我有點靦腆地回應。那位弟兄的鼓勵，深刻難忘：『不打緊，無



論你現在幾多分，評分是高還是低，神看我們最重要有進步，就算下次你給自己祇不過是4分，神一樣喜悅！』站在信仰起點的你，可有準備好起步開跑嗎？

我鼓勵你繼續讀下去，及後每一章都能幫助你與神建立關係。如果你能努力實踐每一章所學的，一定能打下穩固的信仰基礎，深深體會與神同行人生路的豐盛和喜樂。

行動：你可有躍躍欲試的心，渴想與神建立親密的關係，準備起飛！

延伸閱讀

吳主光《怎樣清楚得救》種籽出版社 2001年7月第十一版

陳終道《從初信到成長》宣道出版社2012年3月

韓彼得編《得救之道》江蘇省基督教兩會1991年8月

第二章

與主交談：禱告（一）



第二章：與主交談：禱告(一)



現代人不可沒有手提電話。假如你丟了你的手提電話，與別人斷了連繫，便茫然不知所措，混身不自在！

你可知接受了耶穌為你的救主後，你『心裡』已安裝了一部『手提電話』，不用買機、不需付台費和借助網絡，就可以隨時隨地直接和神溝通。

祈禱的定義

祈禱就是打開你的心窗，和神傾訴，向神傾吐你的心聲心事，抒情托意。我們將心裡的話告訴神，這就是祈禱。正如詩人大衛說：『你們眾民當時時倚靠他、在他面前傾心吐意，神是我們的避難所。』（詩篇62：8）

向神祈禱沒有任何『密碼』，亦不需要規定動作，無論躺著、站立或跪下，不論無聲地在心裡默禱，或輕聲低語的有聲祈禱，打開眼睛或閉上雙眼，全能的神都在聆聽。

唯一的祈禱指定『形式』是，在結束禱告時說：『奉主耶穌的名求，阿們』，因為我們通過耶穌來到神面前，而阿們是阿蘭文的音譯，意思是以上的祈禱是出於真誠，誠心祈求。耶穌亦是這樣教導我們：『向來你們沒有奉我的名求甚麼、如今你們求就必得著、叫你們的喜樂可以滿足。』（約翰福音16：24）

反思：你喜不喜歡和其他人聊天？如果喜歡，那麼你渴慕和神談地說天嗎？

祈禱的需要

神給予我們祈禱的權利，金錢也買不到，是信徒們的福份。神十分重視我們的禱告，並會回應我們：『應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裏、保守你們的心懷意念。』（腓立比書4：6-7）神絕不會輕看你禱求每一件小事！我們也可以透過禱告把所有憂慮卸給神，心靈變得輕省。何等榮幸，渺小的我們可以來到創天造地的主面前，與祂『電聯』。



我們要 and 神建立緊密的團契關係，祂是我們的天父，因此我們需要和父親溝通，像地上的孩子向天上的父親傾訴一般自然。另一方面，世上作父親的都想與兒女有共處的時間，我們的天父也一樣，祂渴想與我們**契合相交**（約翰壹書1:3）。

反思：你深信祈禱對你的屬靈生命成長是重要的嗎？

祈禱的內容

禱告可以涉及生活每一個層面，內容多樣化，不拘一格。但大體而言，我們向神禱告，內容可以包括以下4個層面：

		經文	重點
1	讚美	『所以你們禱告、要這樣說·我們在天上的父、願人都尊你的名為聖。』(馬太福音6：9)	稱頌讚美神的各樣特質和性情，例如帶領、創造、救贖、看顧等等，透過祈禱去敬拜神。
2	認罪	『我們若認自己的罪、神是信實的、是公義的、必要赦免我們的罪、洗淨我們一切的不義。』(約翰壹書1：9)	在神面前坦白承認自己得罪神、得罪人的地方，求神赦免和原諒，與及給予力量去勝過罪，改過自新。
3	感謝	『要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩，因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。』(帖撒羅尼迦前書5：16-18)	數算神在你生命的作為和給你的禮物，例如健康、拯救和幫助等，然後藉著祈禱，表達你對神的感謝。
4	祈求	『應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裡、保守你們的心懷意念。』(腓立比書4：6-7)	把你或其他人的需要帶到神面前，求神幫助和開路。同時，不單為自己，亦應為其他人禱告，表達關心和愛心。

我們可循以上4個方向禱告，但應平衡各方面的內容。如果禱告內容多為自己的事祈求，就不免流於自我中心，欠缺深度和廣度。

反思：讀到這裏，可有躍躍欲試的衝動，立即祈禱親近神，與神交談？

禱告的態度

我們禱告要**懷信心**，認定天上的父神正在傾聽我們每字每句的心聲，而不是對空氣說話。禱告亦是與神建立親密關係的重要途徑：『你們若常在我裏面、我的話也常在你們裏面、凡你們所願意的、祈求就給你們成就。』（約翰福音15：7）

而且，我們根據**神的旨意**和**聖經原則**來禱告，神就會按祂的心意來應允我們所祈求的事，這是聖經的應許。『我們若照祂的旨意求甚麼、祂就聽我們，這是我們向祂所存坦然無懼的心。既然知道祂聽我們一切所求的、就知道我們所求於祂的，無不得著。』（約翰壹書5：14-15）

難題解答

可能你正嘗試祈禱，但仍覺有點困難。以下一些建議的方法，希望能幫助你解決祈禱常見的疑難：

	問題	建議解決方法
1	我沒有需要禱告！	一個重生得救的基督徒，與神開始一段新的關係，會渴望神介入和參予他的生命，感到需要與神溝通，所以很自然地他會向神傾訴，從中得力量、安慰，學習倚靠神來過生活！
2	在教會禱告會當眾祈禱，覺得怪怪的，很難為情。	多點參加教會祈禱會，多些練習公開祈禱（公禱），就會習慣和自然一些。記著我們是向神禱告，弟兄姊妹鮮會批評其他信徒的公禱。神聽我們禱告的心聲，多過字面內容（馬太福音6：5-8）。
3	我禱告所用的詞藻不多，沒有美辭麗句，禱文有時又沒有組織結構。	禱告不在乎長短、咬文嚼字，遣詞造句，而在乎自然真誠，像與朋友交談，神聽得見我們禱告字句背後的心聲（撒母耳記上16：7）。
4	用飯前當著這樣多人面前謝飯祈禱，覺得很尷尬，怕給人取笑。	當人家問你謝飯祈些什麼時，你可以這樣打岔過去：『我感謝天父為我預備前面的食物，十分美味，色香味俱全！』透過謝飯祈禱感謝天父賜予美食。

5	祈禱時沒有太多話講，與神相對無言。	祈禱時不用太快開口，不用急，想一想祈禱內容，才開口慢慢講。可以先想身邊的人的需要和現在你的感受，才開始禱告。
6	神是全知的，在我們還未開口，祂應該早知我們會祈禱些什麼，這樣我們為什麼還要煞有其事去禱告，是否多此一舉？	像很多時孩子還未開口，父親早已知道他想要什麼，但父親仍很想聽到孩子的聲音，因為這代表一種親密關係，一份倚靠和感情。我們和神的關係也屬同一道理。
7	怎樣為一件事或某人而恆切禱告？	代禱源於對人的愛，對對象的愛愈大，思念他愈多，自然會把那人放在祈禱中，不自覺地會更多為他禱告，而且聖靈會教導我們，保羅給我們很好的榜樣（帖撒羅尼迦前書1：2-3、腓立比書1：3-4）。

提示：除了以上之外，還有其他關於祈禱的疑難嗎？如果有，你可以請教成熟弟兄姊妹的意見。

成長故事

B弟兄很愛祈禱，並培養成定時定點的祈禱習慣。每天他要用上兩小時乘公車上下班，但善用這段『空隙』來祈禱：在早上車程弟兄默想和欣賞神的作為，繼而祈禱感恩感謝神；在黃昏下班車程中，B弟兄默想神的屬性，接著祈禱讚美神。此外，每晚洗澡更是B弟兄與神溝通，「以靈相交，以禱相會」的親密時刻。

B弟兄經常為其他人禱告，且認為這是對人愛心的最好表達。愛愈多，動力愈大，禱告就愈勤力。B弟兄覺得在代禱中，像在靈裏與別人同行崎嶇路，同渡困難！當神後來應允他的代禱，代禱的問題漸現曙光時，他就興奮雀躍不已。

B弟兄生活中會遇上許多煩惱，但會透過禱告把問題化成讚美，從另一角度去看問題，從而找出路，更常常在禱告中經歷神給予的力量和安慰。

B弟兄也曾經歷過低潮，但在生命的困難時刻中，他仍堅持祈禱，對神不離不棄的確信成為此時有力的憑據：『神啊，我知道縱然前路坎坷，但我仍堅信你的同在，你在聖經裡寶貝的應許，使我相信你仍對我懷著美好的心意，祇是軟弱的我暫時看不透…』向神坦然的傾訴，陪伴他渡過許多生命的幽谷，走過歲月的滄桑……

B弟兄認為祈禱須用功學習，並在當中成長。年青時，一次教會出現問題，B弟兄很有負擔，主動組織了一個祈禱小組，定期為教會祈禱。有一次祈禱小組有特別安排：組員沒有在祈禱前花時間分享自己的代禱事項，反而集中以感恩為專題祈禱，印象深刻難忘，影響了B弟兄日後的祈禱生活。

提示：從以上的分享中，可見B弟兄很努力用功學習禱告，他的成長故事給你什麼激勵？你可有被他祈禱的心深深感染，從今天起用心學習禱告？

總結

『所以我們只管坦然無懼的、來到施恩的寶座前、為要得憐恤、蒙恩惠作隨時的幫助。』(希伯來書4：16) 藉著耶穌基督，我們今天才可以透過祈禱，來到神跟前（施恩的寶座前），所以我們更要珍惜寶貴這個可以與神溝通的機會。

願意我們一生當『祈禱學』的好學生，永遠學習祈禱，在祈禱中成長。

應用：最好的學習祈禱方法就是自己親自祈禱，現在就讓我們一起禱告…。

延伸閱讀

靖玫瑋《認識禱告》雲南省基督教協會 2003年

盛是鳳《祈禱的操練》浙江省基督教協會 2004年

第三章
與主交談：禱告(二)



第三章：與主交談：禱告(二)

你已經相信耶穌一段日子，有否已培養成穩定的祈禱習慣？可有經歷過神答允你的祈求嗎？

合神心意的禱告

怎樣的禱告方合神心意？我們不應單以神有否答允我們的祈求來衡量，更應從我們禱告的動機、態度和內容上，是否符合神心意去評估。

要祈禱合神心意，應有以下幾個先決條件。

首先是奠基在我們與神深厚的關係。如果我們經常與神契合，耶穌會按祂心意來回應我們所祈求的。在與基督親密關係裏(即在基督裏)禱告，實是祈禱的良方。耶穌清楚地教導我們，在耶穌裡的祈求是何等美好！『你們若常在我裏面、我的話也常在你們裏面、凡你們所願意的、祈求就給你們成就。』(約翰福音15：7)

其次，對神美善特質的認識和確信，是我們祈禱另一個重要基礎。『你們中間、誰有兒子求餅、反給他石頭呢，求魚、反給他蛇呢。你們雖然不好、尚且知道拿好東西給兒女、何況你們在天上的父、豈不更把好東西給求他的人麼。』(馬太福音7：9-11) 天父對我們常懷最好的心意，必定愛着我們，一定不會給我們壞東西，我們必須對此



深信不疑。當神沒有立即應允我們的禱告時，這個信心基礎和禱告的態度更形重要。

另外，我們要抱**對神的信心**去祈禱，絕不心懷二意，及疑惑懷疑，這是神不喜悅的。正如使徒雅各的教導：『只要憑著信心求、一點不疑惑，因為那疑惑的人、就像海中的波浪、被風吹動翻騰。這樣的人、不要想從主那裏得甚麼。』（雅各書1：6-7）徘徊在信靠和疑惑之間的禱告，飄來飄去，能從主那裏得甚麼呢？

再者，我們**應按照神的旨意**去祈禱，而以聖經為根據，我們就清楚和全面知道神的旨意。我們禱告，千萬不要偏離神旨意的『路軌』。『我們若照他的旨意求甚麼、他就聽我們，這是我們向他所存坦然無懼的心。』（約翰壹書5：14）如果禱告講謊話能矇騙過去、能成功偷別人的東西，或賭博贏錢，這樣能在神面前坦然無懼嗎？

所以，禱告的果效，不在改變神的心意而去得到你所想要的東西，而是讓你更親近神，明白祂的美意，學習倚靠和信任祂，這才是祈禱的真義。

反省：你的祈禱得神喜悅嗎？有多少禱告是合神心意？

禱告的真諦

從耶穌教導的主禱文（馬太福音6：9-13），我們知道祈禱最終目的是**尋求神心意**，以致我們可以**活出神旨意**。不是單求神滿足人在地上的需要，而是地上的人祈求天父旨意成就在地上。天國就是順服神作王，承認神掌權及順服祂的統治。

而且禱告不但是向神傾訴，而是**雙向交流**，我們學去聆聽神的聲音（透過聖經經文），從屬天的角度去改變和更新自己，這是順服神的不二法門。新約聖經有兩個例子，神沒有聽從耶穌和保羅的禱求（馬太福音26：36-44 哥林多後書12：7-10），所以我們需要從禱告中學習順服神的帶領和心意。

另外，祈禱不在乎外在；而在於我們的**內心**；不單在乎祈求的內容；而是在乎我們**與神的關係**；不著重我們祈禱的結果；而在於當中的**經歷**。

此外，我們要思考，禱告內容有否偏重某些方面而忽略別的。例如如果我們過份側重為自己的事祈禱，就需要多些為其他人代求禱告，就更討神的喜悅。

建立持久禱告的習慣



水無常形，禱告亦無常態，有時『無招勝有招』，更可以長短兼顧，動靜俱宜。學習祈禱，沒有比親自實踐更有效。正如西諺說：『實踐才臻善境』。

禱告的習慣按每次祈禱時間長短，可分為以下兩種：

首先是**隨時隨地的短祈禱**。我們經常處於禱告狀態，就日常生活碰到的人和事，即時禱告回應交托神（帖撒羅尼迦前書5：16-18），短促至幾秒的禱告即可。舉例當你給人無理取鬧，遭人謾罵時，你可以

這樣心中默默呼求：『神啊！求你幫我冷靜下來，不要讓我動怒，幫助我脫離眼前困境！』

另一種是**定時定點的長禱告**：找一個最適合你、最少打擾的時間，在一處舒適和安靜的地方，去作較長時間的禱告，向神盡訴心中情。有些弟兄姊妹祈禱可以長達1小時，並加入詩歌、默想經文和安靜等不同環節。通常為

時較長的禱告，較具質素和深度。『應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴 神。神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裏、保守你們的心懷意念。』(腓立比書4：6-7)

反思：你渴想建立持久禱告的習慣嗎？以上那一種禱告的習慣適合目前的你去學習？

改進禱告

你可有想過自己怎樣在禱告領域上再繼續進步。這需要自己痛下苦功學習，練習和實習。以下提供一些改進和深化祈禱的建議，期能收拋磚引玉之效。

- (i) 為使你的代禱內容更平衡，你可以運用**祈禱簿**或**祈禱表**，輪流和定期地為你所關心的固定對象祈禱。例如每週為父母信主和教會弟兄姊妹的靈性來祈禱，可參考本章末的代禱表；
- (ii) 多參加教會祈禱會，從其他『**祈禱好手**』學習，可以改進你的禱告，例如怎樣禱告可以詳細一些、胸襟可以廣闊一點和讚美神屬性可以多些等；
- (iii) 愈**熟悉聖經**，祈禱愈有力。聖經經文就是最好的禱文，你可以嘗試把你所熟悉和有感動的經文加進你的祈禱裡。舉腓立比書4：6-7 為例，你可以這樣祈禱：『神啊！你說過我們應該一無掛慮，但這刻我有許多憂慮纏繞我，例如……把我壓得喘不過氣來，我現在誠懇地來到你跟前，按照你應許，凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將我所要的告訴給你，你就會賜出人意外的平安給我、並在基督耶穌裡、保守我的心懷意念。感謝你，求你引導帶領以下的禱告……』；

- (iv) **讀經習慣**能幫助我們禱告，聖經有許多關於禱告的教導甚至乎出色的禱告，可給我們遵守、學效和跟隨。例如耶穌在客西馬尼園的禱告(馬太福音26：36-46)、保羅在以弗所書的禱告(以弗所書1：3-14)及耶穌教我們的主禱文(馬太福音6：9-13)。舊約的詩篇，與禱告的關係最密切，充滿了讚美，實是學習禱告的最好教材；
- (v) 把**禱告生活化**，讓祈禱的『手』延伸到生活每一個角落。舉例，你可以在足球球賽前為你觀賞球賽的學習而祈禱，在上班前為繁忙的工作祈禱，為自己的情緒起落而抒情吐意，為美食佳餚而感謝神，甚至乎為黃昏落日美景去讚美…。透過生活化的禱告，與神同行這條人生路，像良朋一樣，一起同工，在祈禱交托中，沒有一樣東西或生活角落，微小到一個程度令神覺得煩厭，所以即管放心放膽禱告好了；
- (vi) **合符聖經原則的禱告態度**能進深我們的禱告。**放膽釋懷**地祈禱，不要放棄，縱面臨困境仍然堅持，並懷確信：在困難當中除祈禱外別無他途。當你感覺不想禱告時，你就繼續禱告好了。對神**坦誠開放**是打開祈禱之門，進入祈禱殿堂的鑰匙；
- (vii) 我們要留意我們**祈禱的向度**。**祈禱深度的軸線**，指以神為中心和出發點；而**祈禱廣度的軸線**：以其他人為重心，少一點為自己、個人得失和外在事物祈禱的成份，更得神喜悅。例如，『神啊，求你憐憫中國人民，能接受福音，並歸信於你，更蒙你的祝福眷佑……』祈禱的向度表達如下：

禱告的深度：動機心態：以神為中心：讚美神屬性和感謝神作為 +
聆聽+順服神

禱告的廣度：祈禱內容：聖經 + 自己認罪（反省）+為其他人代求
+祈求

反思：你想繼續祈禱有進步，『精益求精』，達到與神『零距離』的境界嗎？

難題解答

很多弟兄姊妹祈禱，會遇上不同的困難，但如果在祈禱之前，多作一些預備工夫，會有助我們改善祈禱。以下一些建議方法，希望能給你提醒：

	問題	建議解決方法
1	禱告太注重自己，大多覺得沒有意義！	可以先唱詩歌及誦讀經文讚美神，再對應詩歌和經文禱告下去，把禱告重心由自己移向神。
2	禱告較膚淺、想更進深地禱告、想更多方面的禱告。	多查考聖經中的禱告，與及參考別人的禱文，一生謙卑地學習禱告。
3	禱告時有害怕，禱告時間太短！	禱告時不用急於出聲，釋懷一點，像與朋友傾訴那樣輕鬆自然，不用緊張，亦可求神用經文鎮定自己。
4	有時心裡有很多話想跟神說，但表達不出來，禱告有時太短，不專心。	
5	在禱告當中，有許多時候總覺得自己在外邊！心靈沒有完全的來到主面前，口禱心不禱！	很多方法可以使自己禱告專心，把心思意念集中在神。不必太介意禱告長與短，真心便可。如果有令你分心的東西出現在你腦海，你就從你分心的事開始你的禱告好了。舉例：『神啊，我知一會兒的球賽打擾我的禱告，求你幫我拿走球賽的影像，使我這一刻專心來到你的跟前，傾吐心意。』
6	禱告有時沒下文，軟弱時禱告沒力量！	
7	自我中心，流於形式，禱告時腦海像放電影，不穩定，質素時好時差！	
8	禱告有時早枯，也會有干擾！	有質素的禱告，要在身心靈三方面準備： (1) 在處於自己最好狀態的時間去禱告 (2) 閉上眼，數自己的呼吸次數 (3) 先唱一首自己喜歡的詩歌或運用經文去默想神的屬性 (4) 簡單地寫下代禱事項 (5) 把神禱告的應許放在禱告裏，例如腓立比書4：6-7、彼得前書5：7、馬太福音11：28
9	未能持續長時間禱告，有感動的禱告較少，內容常重複，變化不大，不夠深入，範疇較窄，禱告覺得無力，不知道如何禱告。想更深入、全面、有效果、有能力地祈禱。	
		禱告裏加上聖經經文，並且留有一段空間讓自己安靜和默想神，不必心急開始，可以在禱告中暫停下來去默想，徐疾有致。

成長故事

祈禱向來並非C姊妹的強項。一次教會崇拜，姊妹偶遇D姊妹。談起來時，發覺大家都有負擔用祈禱來服侍支持自己的基督徒群體。事後再聯絡E姊妹，三人一拍即合，組成代禱小組。

這三位姊妹很有恆心，逢星期六或周日下午或晚上，在C姊妹的家祈禱，聚會大約2個多小時。頭個多小時，姊妹們分享自己和事奉近況，與自己所服侍的基督徒群體的需要。之後大家跪在地上，逐一輪流開聲為事情禱告。與自己私禱有別，姊妹所祈禱的，只有很少『篇幅』涉及自己，反而主要集中在其他人身上。

對C姊妹而言，這個小組十分重要。一來操練自己有紀律定期代禱，二來可以在其他姊妹身上學習，原來為其他人代禱可以來得這樣細緻細膩。另外，每週為自己關心的基督徒群體祈禱，像與別人一起經歷事奉和人生困難時刻。感覺不是自己一個人孤軍作戰，而是有禱友良伴在旁同行，一齊經歷事奉的歡樂、掙扎和眼淚。

C姊妹在這個祈禱小組最大的學習是，學曉為神的國祈禱，擴闊了祈禱的眼界和胸襟，增加了愛神愛人的心。每次聚會完，靈性像充了電般飽滿高漲。這三位姊妹很有毅力，這個小組維持數年之久，風雨不改。每次大家都很熱切期望聚會時刻的來臨，踴躍地參加；每當聚會完結時，大家又很回味當中團契的甜蜜、代禱的同心、靈裡的默契……

應用：你羨慕這個祈禱成長小組嗎？快問問身邊的基督徒朋友，看看有沒有有心人，與你同行祈禱路。

結論：祈禱樂

願意你愛祈禱，像呼吸一樣自然，又可以樂在其中。神是你的最好朋友，可以無所不談，『何當共剪西窗燭，卻話巴山夜語時』。願意你日後更享受和熱愛祈禱，與神談天，『促膝夜談』，並且祈禱能更合符神的心意。

何等感動，原來不是我們單單向神禱告，耶穌每時每刻都在天父右邊為我們禱告呢！『凡靠著他(耶穌)進到 神面前的人、他都能拯救到底，因為他是長遠活著、替他們祈求。』(希伯來書7：25) 神的愛是何等長闊高深！

代禱表

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
週	代禱範疇	朋友甲	朋友乙	朋友丙	朋友丁	朋友戊
1	身體健康					
2	工作					
3	內心情緒					
4	人際關係					
5	屬靈生命					

延伸閱讀

《祈禱生活》中國基督教兩會信望愛小叢書第二輯2004年7月

《認識主禱文》中國基督教兩會信望愛小叢書第二輯2004年7月

第四章

與主親近：靈修生活



墮入愛河的，難免朝想夢思心裡喜歡的情人，巴不得天天在她身邊，一日不見，便如三秋沒見面般的失魂落魄。

同樣，剛信耶穌的你，對神可有懷著同樣渴慕的心，每天想到祂跟前來親近祂？與人建立關係關鍵在有否經常見面，好朋友經常會面，少見面就會疏遠。與神建立關係亦屬同一道理，所不同是用你的靈與神溝通和會面。

與神親近

靈修是你單獨與神相處和『約會』：每天劃定一段時間親近神，與神雙向溝通：既向神傾吐你的心聲心事，又聆聽和細嚼神的話。神藉著聖經由上而下地對你說話，你藉著禱告從下而上地向神傾訴。

靈修是信徒生活中十分重要的一環。不論多忙碌，與神相處的時間卻不能缺少。信徒要養成良好的靈修習慣，天天抽時間單獨與神相處。凡能每天保持和堅持貫徹實踐這項屬靈操練的信徒，屬靈生命自然會茁壯成長，反之屬靈生命和與神的關係就會停滯不前。

反思：你可有渴望從今天起開始做靈修，與神見面？

靈修的重要

我們要和神建立緊密的關係，祂是我們的天父，因此我們需要和祂溝通。另一方面，神極想與我們相交溝通(約翰壹書1:3)，世上作父親的都渴望與兒女有共處的時間，我們的天父也不例外。

在約翰福音15：1-8，耶穌運用了枝子和葡萄樹的比喻，帶出要與神建立

密切關係的重要。在這個比喻中，信徒好比葡萄樹上的枝子，因連結在葡萄樹(耶穌)上，得養份供應，因而多結果子。但如果信徒疏遠耶穌，不能與耶穌建立密切關係，就好像離開了葡萄樹幹的枝子，不能結果子，變得毫無用處。

除此之外，靈修還會為你帶來許多其他好處。你可以從中支取力量，去抵擋魔鬼的誘惑，免得犯罪跌倒。『務要謹守，警醒，因為你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞吃的人。』(彼得前書 5:8) 靈修使我們清醒，辨識魔鬼的攻擊，從而過一個聖潔不犯罪的生活。而更似基督的生命改變就是靈修的美好果效。



而且，你亦可以靜中得力，在當中學習倚靠和交托神，應付生活上種種的困難和壓力。『但那等候耶和華的、必從新得力、他們必如鷹展翅上騰、他們奔跑卻不困倦、行走卻不疲乏。』(以賽亞書40:31)

你亦可在這個安靜的靈修時刻領受神的指示和引導，更清楚神的心意，不致迷失。『你的話是我腳前的燈，是我路上的光。』(詩篇119:105) 神的話是我們的『車燈』，探照我們前面的人生路，亦是我們人生的衛星定位導航儀，指示我們應走的方向。

反思：你同意靈修對你的屬靈生命成長是十分重要的嗎？此確信是深植你心嗎？

靈修的方法

聖經經文和祈禱是靈修的重心，耶穌在枝子和葡萄樹的比喻已經清楚說明這點：『你們若常在我裏面、我的話也常在你們裡面、凡你們所願意的、祈求就給你們成就。』（約翰福音15：7）

我們鼓勵你用『菜肉飽』的方式去靈修：先禱告，然後讀聖經，最後以禱告結束。我以數學算式表達如下：

$$\text{靈修} = \text{祈禱} + \text{讀經} + \text{祈禱} \quad \rightarrow \quad \text{與神建立關係} + \text{生活應用}$$

(輸入) (輸出)

我把靈修的建議基本步驟，列舉如下：

分鐘	步驟	重點	菜肉飽比喻
1-2	祈禱	求聖靈打開你的心，引導你明白經文，和幫助你渴慕親近神。	外面的飽
10	讀聖經	<p>可先讀已選好的經文一兩遍，明白經文的大致意思。然後留意經文中那些部分對你特別有意思，作進一步思考。</p> <p>使徒行傳 21:8-10 記述保羅遇見主耶穌時提出的兩個問題，是不錯的方向幫助你思考經文：</p> <p>「主啊，你是誰？」— 想想經文讓你對神增加了甚麼認識？</p> <p>「主啊，我當做甚麼？」— 這段聖經提醒你甚麼？想想這段經文跟你的生活關係，與及該段經文提出甚麼生活的原則(包括內心的態度或外在的行為)。</p> <p>默想經文像透過鏡子看清自己的本相一樣，讓你領會神給你的教誨，如：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 有甚麼罪我要向神承認？ • 有甚麼惡事我要避免去做？ • 有甚麼榜樣或命令我要去跟從和遵守？ • 聖經有甚麼應許給我去記住？ <p>你可嘗試用筆在聖經上標示你認為重要的經文部份。把你靈修的收穫記在筆記簿裏，也是可考慮的做法。</p>	<p>菜肉飽裡的餡料</p> 

禱告
讀聖經
禱告

2-3	祈禱	回應你從經文所領受的，求神幫助你一日的生活，和祈求你所需要的，亦可以為其他人的需要祈禱。	外面的飽
-----	----	--	------

為方便你摘錄靈修所得，我設計了一個靈修表，放在附圖一，供你參考和使用。而附圖二是一個填寫這份靈修表的示範，讓你更清楚如何利用這個表格去記下你的靈修。請注意，這些工具為輔助你靈修而設，而靈修的重點是親近神，不要因使用這些工具而變為親近神的負累。縱然做靈修筆記有其好處，但有質素的靈修不一定要筆錄，它祇不過是其中一個輔助工具幫助你靈修，不一定人人適用。

應用：讀到這裏，可有躍躍欲試的感動，或蠢蠢欲動，想立即拿起聖經來靈修親近神？

靈修的計劃

與異性約會我們需要計劃，以珍惜相聚一刻，與神親近亦同出一理。為幫助我們建立持久的靈修習慣，我們同樣需要制訂一個靈修計劃，有規律地與神每天會面。

我們建議你從一個簡單易行的靈修計劃開始你的靈修生活：抱合宜的態度、選合適的時間、揀適當的地方，用合適的經文和工具，開展你的靈修旅程。

一個妥善和完整的靈修計劃應包括以下幾方面：

計劃細節	反省問題	建議
靈修時間	<p>每次大約用多少時間與主共處？</p> <p>在一天裏那段時間，和神見面最理想，最不會給其他事分心？</p>	<p>靈修時間長短不拘，一般每次大約10至20分鐘為宜。你應選擇精神狀態最好的時間，和神會面，有些人最好的時間是在早上，有些人則是晚上。同時，你要考慮生活作息的規律，務求能定時和定點，培養做靈修的習慣。</p>

靈修地點	何處是靈修的好地方？ 那處才是最合適你？	應選擇能讓你安靜和少受騷擾的地方，最好是固定地點，一經過就想起要做靈修。
靈修次數	一星期之中做多少次靈修才算理想？	應該天天親近神，沒有『失約』，以一週做足7次靈修為目標。
經文的選擇	應讀甚麼經文作為靈修的材料？該從那卷聖經開始？每次讀多少經節為宜？	初信朋友可從馬可福音開始，每日讀一章或半章，集中思考其中一兩節令你印象深刻的經文。自己親自直接默想經文比借助其他靈修輔助讀物為佳。
工具的選擇	除聖經之外，我應準備什麼基本工具去靈修？	我建議初信朋友可以拿著筆和間尺來靈修，用來標記你覺得重要的經節。喜歡書寫的人，可考慮寫簡單靈修筆記，甚至乎用一本冊子來紀錄靈修得著，方便日後翻閱。

應用：讀到這裏，可會想想怎樣制訂一個為你的處境和需要度身剪裁的靈修計劃，與及怎樣實際準備去做靈修，從而開始與神建立關係？



難題解答

或許你已實踐靈修好幾次，但仍遇上不少困難，至今仍未能穩定地靈修。我鼓勵你不要放棄，不用覺得失望、自責或內疚，反而要下定決心，衝破挫敗感，繼續努力和嘗試。以下是一些解決靈修常遇見困難的建議方法：

	問題	建議解決方法
1	靈修生活不穩定。紀律出了問題、沒有恆心做。	重新建立對靈修的信念。找成熟的弟兄姊妹監察，定期分享靈修得著和進展，甚至乎與他立約做靈修（請參考附圖三），並設立獎罰制度，藉此互相激勵。此外，沒有定時定點靈修，或是在未養成靈修習慣前已放棄，往往是未能培養靈修習慣的原因。
2	覺得靈修枯燥乏味，沒有什麼得著，不懂得做靈修技巧。	可以與成熟的弟兄姊妹一齊定期做靈修，與人分享靈修得著，亦可以從對方的靈修默想中學習做靈修的技巧。更可考慮找人批改你的靈修筆記，刺激自己更認真地去做。
3	靈修時不能集中精神，人在心不在，魂遊丈外。	為令你分心的事祈禱交托神，寫下靈修領受和靈修前唱一些自己喜愛的詩歌，可以幫助自己集中精神，來親近神。
4	靈修不論在數量和質素上欠理想，覺得充滿挫折感。	為增加自己的信心，可以揀自己喜愛的經文來靈修，經文愈短愈好。亦可考慮增加靈修的變化(可參考下段)。
5	太多突發事情，不能找固定的時間做靈修。	除事先計劃好的靈修時間外（例如臨睡前或早上上班前），另劃出後備時間做靈修，例如午飯時間，作為後補，減少錯過做靈修的機會。
6	生活太忙碌，找不到時間做靈修。	這是時間運用的優先次序的問題，如果你覺得重要的事情，一定能撥出時間去處理。所以如果你說找不到時間做靈修的話，反映你心裡並不真正相信做靈修對你是重要的，你值得花時間檢討和反省。『次日早晨、天未亮的時候、耶穌起來、到曠野地方去、在那裏禱告。』（馬可福音1：35）耶穌給我們的榜樣是我們愈忙碌愈需要親近神。

- | | | |
|---|---|---|
| 7 | 我已中斷靈修習慣一段時間，我對聖經和靈修感覺陌生，怎樣才可以重新開始這個習慣？我對自己能重新建立靈修習慣絲毫沒有信心，害怕更再一次令自己失望！ | 為幫助自己恢復對做靈修的信心，你可以選一兩節自己喜愛的經文開始，亦可在靈修當中唱一兩首自己喜愛的詩歌，慢慢地回復對靈修的『胃口』，這樣會容易一點堅持繼續下去。 |
|---|---|---|

反思：你有沒有決心做好每一天的靈修？

進深靈修的建議

靈修不論在內容或形式上都可以有變化，絕對不刻板。除了菜肉飽外，我們還有其他不同成份組合的飽，以供選擇。為提高做靈修的趣味，你可以考慮採取以下的建議，增加變化。

- (a) 每次靈修後在該段經文中找一節經文，作為當日默想和背誦的金句。
- (b) 每次靈修後可把所得的領受告訴神，在祈禱中與神討論和分享。
- (c) 嘗試約一至兩位信徒在靈修時讀同一段的經文，靈修完後彼此分享，互相鼓勵。
- (d) 每次靈修時，可以集中一個專題，作簡短祈禱，例如感謝、讚美、工作、認罪、或為其他人的需要代禱等。
- (e) 在靈修前唱一些你喜歡的詩歌，安靜自己，帶領你的心靈去親近神，藉所唱的歌詞表達你對神的讚美、感謝和感情。

成長故事

來自陝西的D姊妹，她雖然信耶穌祇有短短3年光景，但在教會聖經老師教導和鼓勵下，成功地建立穩定的靈修習慣，並且樂在其中。

D姊妹在教會書室買了本小簿子，用來書寫靈修領受。她通常在晚上臨睡前親近神，非常享受這段靈修時刻，因可以在神面前安靜下來，作個人反

思反省，感覺平靜甜蜜。而且除能與神相交外，神經常提醒和指示她生命與生活要注意的地方，經歷神很多。

D姊妹先閱讀一段短經文，默想有感動的部份，思想與自己那刻的關係。並概略寫下點滴領受，所寫不多，大約5、6行，活像神對她說話一樣。然後禱告作結，除為自己的事外(包括婚姻的帶領)，亦有把其他人的需要交托神。整個靈修時間大約在半小時之內，但會簡單記下禱告事項。

基本上D姊妹天天靈修，很少中斷。如果那天沒有親近神，她會覺得焦急煩躁，疏遠了神，容易犯罪。每次翻閱靈修本子，感到無限滿足和豐盛，像是與神交談的真實紀錄，成為珍貴的歲月印記，實屬無價之寶。姊妹還定期把靈修本子給教會聖經老師批閱呢！

D姊妹能成功地建立穩定靈修習慣的秘訣是，她確信靈修對她和神建立關係是重要的，並有一顆渴慕神的心，肯委身付代價，給予做靈修極高的優先次序。

反思：顯而易見，靈修可以幫助D姊妹和神建立親密關係，以致屬靈生命邁向成熟。你羨慕她嗎？她的成長故事給你什麼啟發？快起來行動吧。

總結

『你們親近神，神就必親近你們。』（雅各書4：8）你可知耶穌每天等待你去和祂溝通和親近？千萬不要讓耶穌空等你一場！

願每天的靈修都成為神祝福你的時刻和你親近神的甜蜜時光，並且使你從中得力，更能生活裡迎風抗浪。

應用：你肯不肯下定決心，天天靈修親近神，與祂建立親密關係？

延伸閱讀

《靈修生活》中國基督教兩會信望愛小叢書第二輯2004年7月

『如何建立有意義的個人安靜時間』附錄於華理克：《華理克讀經法》上海三聯書店2011年3月

靈修表

姓名：

日期：	經文：
認罪	
感恩	
讀經默想	
禱告	
代禱	

附圖二

靈修表(示範)

姓名：

日期：

經文	馬太福音4：1-11
認罪	我昨天不應向媽媽發脾氣
感恩	神應允我的禱告，老闆沒有狠狠地怪責我工作上的錯失
讀經默想	耶穌對魔鬼的誘惑，態度十分堅決，沒有與魔鬼討價還價的餘地，並且三次運用神的話來抵擋魔鬼的誘惑。魔鬼的誘惑真是十分厲害，我經常犯罪發人家脾氣，我要學習耶穌，找一節經文對付我常常發脾氣的罪。
禱告	主啊，求你時刻提醒我不要發脾氣，得罪你，傷害人。我何等軟弱，求你赦免我的罪，寬恕我。今天工作很忙，求主給我智慧和力量應付。
代禱	我昨天向媽媽發脾氣，傷害了她的心，求主親自醫治她，安慰她。求主加添我信心和勇氣，今晚回家向媽媽道歉。

靈修立約書

每日做靈修記錄

A 三大原則	1	1
	2	2
1.你相信你要與神保持親密關係是重要的	3	3
	4	4
2.你需要預先計劃去使用靈修時間	5	5
	6	6
3.你需要有紀律去執行靈修計劃	7	7
	8	8
B 挑戰：每天靈修 15 分鐘	9	9
	10	10
C 立約內容	11	11
每天靈修的地點：	12	12
每天靈修的時間：	13	13
	14	14
我準備靈修的經文：	15	15
	16	16
每次我會讀多少節經文：	17	17
	18	18
在靈修時間裏我會：	19	19
— 先祈禱	20	20
	21	21
— 唱詩歌	22	22
	23	23
— 讀經	24	24
	25	25
— 用筆問下自己喜愛的經文	26	26
	27	27
— 默想經文	28	28
	29	29
— 寫靈修筆記	30	30
	31	
— 祈禱結束		
— 其他		
— 我的後備靈修時間是：	簽名：	_____
— 我的靈修監察者是：	日期：	_____
— 倘若我在__月份天天都做靈修，我會獎勵自己些甚麼：		

第五章 戰勝罪惡：聖潔生活



第五章：戰勝罪惡：聖潔生活

一晚你穿上新簇的晚裝前赴飲宴，但在途中，突然身邊有輛汽車急速駛過，所濺起的污水弄髒你白色晚裝，污漬處處，你會否氣個半死？

我們信了耶穌的，像『穿上神給我們的白衣』，但往往漫不經心，在有意和無意之間常常犯罪，『弄髒了那件白衣』。但我們會否像上述被弄污晚裝情況下那般痛心？神看見我們那件被弄污的白衣，又會有什麼感想？

罪的定義

按照聖經希臘文原本的意思，罪指**達不到神的標準**(俗稱『不達標』)。在神眼中，不但行差踏錯的**外在行為**是罪，連我們**心裏所想的**邪情惡念亦是罪。所以除顯而易見的行為外，其餘拜偶像、情慾，以致內心意念，包括嫉妒、仇恨、爭競、惱怒等，全皆是罪。

有位年青朋友請教一位信徒怎樣知道自己有罪。他答得很有智慧和巧妙：『你敢不敢將你昨天心裏所想的意念，燒錄製成影像碟片，然後公開播放給其他人觀看？』這位朋友立刻搖頭嘆氣，什麼是罪就不辯自明了。

神的心意是我們信徒不再犯罪，要過**聖潔無罪**的生活，踏上**成聖**(成為聖潔)的過程。『你們要聖潔、因為我耶和華你們的神是聖潔的。』(利未記 19:2) 聖潔原來希臘文的意思，就是從世界世俗裏分別出來，歸向真神。

反省：你犯了罪後有什麼感覺？麻木不仁還是懊悔不已？你最經常犯的是什麼罪？

犯罪的原因

促使信徒信了耶穌後仍屢屢犯罪，有三種源頭：內心私慾，外來魔鬼試探和世界的引誘。信徒內外遭夾擊，四面受敵，以致被罪擊倒。

『但各人被試探、乃是被自己的私慾牽引誘惑的。私慾既懷了胎、就生出罪來·罪既長成、就生出死來。』（雅各書1：14-15）正好描繪人犯罪的過程。『冰封三尺，非一日之寒。』自己的私慾和自我中心這個『犯罪基因』，促使我們為逞肉體一時之快，就去犯罪。例如發脾氣罵人、宣洩自己的怒氣，因貪心而偷人家東西或因妒忌而諷刺人。我們內裏的私慾，像十月懷胎『懷孕』，若不及時對付，就會愈演愈烈，以致失控，我們反被私慾控制。

『不要愛世界、和世界上的事。人若愛世界、愛父的心就不在他裡面了。因為凡世界上的事、就像肉體的情慾、眼目的情慾、並今生的驕傲、都不是從父來的、乃是從世界來的。這世界、和其上的情慾、都要過去·惟獨遵行 神旨意的、是永遠常存。』（約翰壹書2：15-17）另一種誘惑來自世界，被不屬神的世俗思想吸引、牽引和污染，走與跟隨神相反方向的路，被這個世俗的世界同化。例如金錢財富、名枷利鎖、社會地位、權力慾望、聲色犬馬、紙醉金迷等，俱俱拉扯我們離開神，繼而犯罪。

魔鬼撒但用世上榮華引誘和試探耶穌去跪拜他（馬太福音4：1-11）。同樣，今天魔鬼撒但經常尋找機會試探我們，使我們犯罪跌倒。『務要謹守、儆醒。因為你們的仇敵魔鬼、如同吼叫的獅子、



遍地遊行、尋找可吞吃的人。』（彼得前書5：8）。因此我們要時刻保持高度警覺，抵擋魔鬼撒但的試探。

『物先腐而後蟲生』，上述三個因素當中，以自己的私慾為『罪魁禍首』，撒但的試探和世界的牽引，挑動我們內裡的私慾，叫我們沉淪在罪海慾坑裏，永難自拔。我們絕不能把自己犯罪的責任全部推在魔鬼和世界上，我們內裏的『心魔』才是『頭號通緝犯』，我們豈能逃脫我們自己應有的責任呢？

反思：那些誘惑最經常困擾和纏繞你，揮之不去，擺脫不了？是自己的私慾、魔鬼試探還是世界的引誘？

犯罪的後果

我們犯罪不是『神不知鬼不覺』或者是不了了之，逃之夭夭。而事實上，罪惡會帶給我們很嚴重的後果，不可不察。

『耶和華的膀臂、並非縮短不能拯救，耳朵並非發沉，不能聽見，但你們的罪孽使你們與神隔絕、你們的罪惡使他掩面不聽你們。』（以賽亞書59：1-2）神極度恨惡我們犯罪。因此，犯罪會嚴重影響我們與神的關係，使我們和神疏遠及隔絕。

認識一位初信弟兄，信耶穌後頭半年，十分渴慕屬靈成長。豈知及後染上嗜賭惡習，經常賭博。因心中有愧面對神，原本辛苦建立的靈修祈禱讀經習慣，毀於一旦，完全沒有動力親近神，覺得自己離神很遠，在信仰上走回頭路。

其次，我們犯罪亦有永恆的後果。將來見主面，我們一生所行、心裏所想，一一呈現在神寶座前受嚴厲審判，而得報應。『因為我們眾人、必要在基督台前顯露出來、叫各人按著本身所行的、或善或惡受報。』（哥林多後書5：10）所以我們犯罪要付上永恆的代價，惹起『神怒天憤』，不能推卸，逃脫罪責。

『星星之火，可以燎原』，我們要及早發現和對付自己的罪，剷除罪根。不然的話，罪就會像癌細胞、擴散蔓延，一發不可收拾，最後演變成『絕症』。愈早對付罪，愈大機會得勝！

但我們怎樣才能『反敗為勝，打敗心魔』呢？

反思：你真的相信你犯罪會後果嚴重嗎？你信得有多深？

認罪：對付罪的首要步驟

信徒犯了罪應怎樣辦？神原來已安排了一道『逃生門』，讓我們可以與神復和：就是**向神認罪**，神便會按照祂在聖經的應許赦免原諒我們。『我們若說自己無罪、便是自欺、真理不在我們心裡了。我們若認自己的罪、神是信實的、是公義的、必要赦免我們的罪、洗淨我們一切的不義。我們若說自己沒有犯過罪、便是以神為說謊的、他的道也不在我們心裡了。』（約翰壹書1：8-10）認罪是處理罪的第一步，不承認自己犯罪就等於說謊，本身已經是罪。**先認罪，後得赦罪，然後再對付罪！**

反省：犯罪之後你有什麼感覺？你有經常向神認罪嗎？

赦罪的應許

赦罪的應許明確地寫在聖經裏。不是我們有什麼優點值得神赦免我們，而是神兌現在聖經裏給我們寶貴的應許，赦罪根源於**神的恩典**和對人的**憐憫**。神透過什麼來饒恕我們的過犯罪惡？就是耶穌在十字架為我們的罪釘死，代替我們死，為我們的罪付上代價，以致我們免受刑罰。

只要我們肯認罪和相信赦罪的應許，就能得神的赦免。『免除我們的罪債』的神既往不究，不追討我們的罪。我們就可以在『神的法院上』稱義，



縱有罪但卻蒙釋放，得拯救，獲赦免。

赦罪的背後，是神無盡的愛、無限的接納包容和無窮的饒恕。神永遠等待我們回頭悔改，無論我們犯的罪何等的大，祂的寶血，都可以完全洗淨我們的罪，沒有什麼罪大得不能被祂的血遮蓋和洗淨。因著神的饒恕，我們和神的關係可以復和與和好。無論如何，神總會給我們機會改過自新，關鍵在我們願不願意回頭，回到神懷抱裡，求祂寬恕原宥。基督信仰的精髓在神對人無限的饒恕，不定我們的罪，這才是福音的真義。

祇要我們深信聖經裏赦罪的應許，並且真誠向神悔改認罪，我們便可享平安，感安全，得釋放，因神已完全接納和赦免我們，不應太自責，反而從神得鼓勵，可以重新振作，改過自新，不用沉淪在自責和罪咎之淵。

行動：請你閉上眼睛，想3分鐘，還有甚麼仍未求神赦免的罪？如果有的話，請立即向神坦白承認，祈求和感謝祂的赦免。

認罪的態度和實踐

求神給我們敏銳的心，知悉我們犯罪。一如詩人大衛的禱告：『神啊，求你鑒察我，知道我的心思，試煉我，知道我的意念。看在我裏面有什麼惡行沒有，引導我走永生的道路。』（詩篇139：23-24）。最好每天靈修當中，有一段反省和認罪的時刻。省察己罪後，想一想後才慢慢開聲認罪。

向神認罪不應隨便、敷衍了事、馬馬虎虎，等閒視之。正確和合神心意

的認罪應包括以下各點：

(1) 為自己所犯的罪悲傷憂愁

『我要承認我的罪孽，我要因我的罪憂愁。』（詩篇38：18）態度真誠由衷，出於悔意和真心。

(2) 坦誠向神承認罪過，求憐憫

『遮掩自己罪過的、必不亨通，承認離棄罪過的、必蒙憐恤。』（箴言28：13）我們應對神坦白，毫不掩飾自己的罪（就算我們不認，神都知我們的罪），最好一一細數，認罪愈仔細，開放心裡黑暗禁區愈多，與神關係便愈近，愈得神悅納。

(3) 求神存憐憫的心，在基督裡饒恕我們

『並要以恩慈相待、存憐憫的心、彼此饒恕、正如 神在基督裏饒恕了你們一樣。』（以弗所書4：32）在祈禱中，我們可按神的憐憫屬性和赦罪的應許去祈求饒恕，這樣祈禱便會更有力。可以參考以下認罪禱告的例子：

『神啊，我見同事升職加薪，覺得不舒服，滿不是味兒。我內心是何等污穢，我又犯罪了。你是守約施慈愛的神，你是充滿憐憫的神，求你按在聖經給我寶貴的赦罪應許，赦免和饒恕我妒忌別人的罪。請你給我力量和提醒，我不要再妒忌別人了。感謝你的赦免。以上祈禱奉我救主耶穌的名求，阿們！』

基督徒不是不會犯罪，但卻肯勇於承認犯了罪。只要我們肯坦白向神認罪，神就會照祂的應許赦免我們，這是神給我們赦罪的確據。

反省：你有經常透過祈禱向神認罪嗎？你通常怎樣向神認罪？

赦罪應許的正確回應

有些信徒過度自責，以致不敢認罪。但另一些信徒走另一極端，經常輕率隨便向神認罪，因覺得神總會赦免，就放縱自己繼續犯罪。濫用神寶貴赦罪的應許，不單對不起耶穌，更虧負神的救恩。悔改除有口頭認罪的表達外，還應有悔改除罪的行為配合。濫用神赦罪『機制』的信徒，很令人懷疑他悔改態度的真誠和懇切有多深和真？

正因神賜給我們赦罪的保證，我們更應下定決心對付我們的罪，方為對神赦罪之恩的最好回報。

反省：你有沒有試過輕率濫用神赦罪的應許，而對自己持續犯罪掉以輕心？

其他對付罪的方法

面對自己的黑暗，有些基督徒束手無策，屢改屢犯，但有些則會積極勇敢對付。請你記住：聖經已給我們寶貴的得勝保證：『你們所遇見的試探、無非是人所能受的、神是信實的、必不叫你們受試探過於所能受的。在受試探的時候、總要給你們開一條出路、叫你們能忍受得住。』（哥林多前書10：13）受試探的出路在神：我們定必能忍受罪的誘惑，甚至打贏這場硬仗！

又請你牢牢記住：神已經給我們足夠資源和力量，去戰勝罪惡，問題是我們有沒有下定決心倚靠祂，對抗罪惡。讓我們檢查一下神給我們的『武器庫』，去迎抗甚至戰勝罪惡的攻擊：

(1) 神的話

耶穌面對魔鬼3次試探，全部用舊約經文抵抗，結果戰勝了魔鬼（馬太福音4：1-11）。針對自己經常犯的罪，我們應找對應的經文默想、背誦和實踐，這是最有效的武器。『青年人用甚麼潔淨他的行為呢，是要遵行你的

話。我將你的話藏在心裡、免得我得罪你。』（詩篇119篇9及11）

有位姊妹經常鬧情緒，發脾氣，她特地找一些關於教導控制怒氣的箴言經文，並且背誦，提醒自己，結果她的脾氣大有改善，更戲稱那些經文為『發脾氣經文』呢！有信徒一針見血地指出：『聖經使人離開罪惡，罪惡使人離開聖經。』因此認識和運用聖經非常重要！

(2) 逃避

經過反省檢討，我們找出自己通常的軟弱和弱點所在，其中一個方法對付自己的『死穴』，就是逃避，即是主動逃離容易誘惑我們犯罪的環境，這不失為一個有聖經智慧的辦法。例如自己好賭就不要單獨到賭博的地方，或者繞道遠離。誠如聖經的教導：『不可行惡人的路，不要走壞人的道。要躲避、不可經過，要轉身而去。』（箴言4：14-15）

另一方面，我們亦要小心選擇朋友。上述所提及染上賭錢惡習的弟兄，就是在損友『鼓勵』下，一同結伴到處『娛樂』，結果不能自拔。『近朱者赤，近墨者黑』，那些會引誘你犯罪的『朋友』，宜盡速疏遠。

(3) 弟兄姊妹的提醒監察

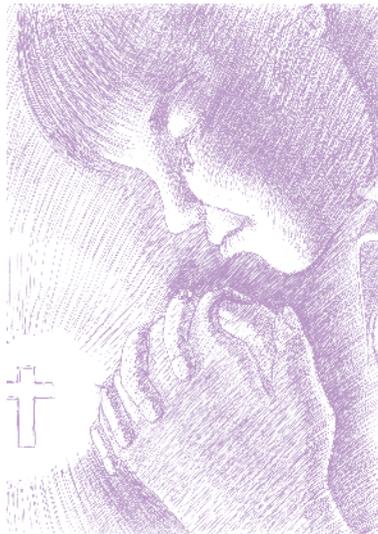
弟兄姊妹的提醒監察往往可以成為我們的『安全網』，保護我們免受誘惑攻擊，行錯踏差。『弟兄們、你們要謹慎、免得你們中間、或有人存著不信的惡心、把永生神離棄了，總要趁著還有今日、天天彼此相勸、免得你們中間、有人被罪迷惑、心裡就剛硬了。』（希伯來書3：12-13）一個人獨力難支，對付罪惡這個強敵有時需要動員弟兄姊妹幫忙，互相勸勉，利用集體力量來對付自己的『心魔』。

例如為避免自己一人躲在房間溜躑不良網頁或者過量玩網上遊戲，可以破斧沉舟，把電腦搬出大廳，讓家人監察自己使用電腦的情況。有位還未拍拖的弟兄對未婚主女同事『有點點心』，為恪守『信與不信不可同負一軛』（哥林多後書6：14-18）的真理，毅然把自己內心的掙扎，告訴給教會眾弟兄，接受定期監察，實行苦肉計，增加自己越軌過界的『代價』，這是很有

智慧的做法。最後這位弟兄戰勝了誘惑，揮慧劍，斷情絲。

積極屬靈成長，穿上新人

『就要脫去你們從前行為上的舊人·這舊人是因私慾的迷惑、漸漸變壞的·又要將你們的心志改換一新·並且穿上新人·這新人是照著 神的形像造的、有真理的仁義、和聖潔。』(以弗所書4：22-24) 成長中的信徒，應該能漸漸戰勝自己的罪。不單被動地逃避和抵擋誘惑，並且能積極地屬靈成長，以新的習慣代替過往犯罪行為，漸似基督，這樣就自然遠離罪惡。



有弟兄愛說粗話，但信主後把粗話戒掉，反而更多留意其他人的優點，多說欣賞鼓勵人的說話，叫人得益。如果能以有意義和光明的行為，取代以往的犯罪黑暗行為，我們便能自然地捨棄掉舊日罪中取樂的生活，不再對犯罪感興趣和吸引，反而追求另一些有意義的目標，這才是最積極、最徹底對付罪的良方。

反思：你下了決心運用以上各種武器去對付你的罪嗎？你有可信賴和成熟的弟兄姊妹在你身邊，與你一起對付罪嗎？

成長故事

E弟兄當了20年煙民。年少時，受不了朋輩的影響和誘惑，開始抽煙。除貪玩外，更覺得抽煙有型，最能表達自己獨立和反叛的性格。E弟兄每天抽煙兩包，即40支香煙。抽煙使E弟兄健康漸走下坡，人容易疲倦，需要經常抽煙提神。雖然幾次自己嘗試戒煙，但沒多久就受不住煙癮的誘惑，再度陷入『煙海』中。

信主後，E弟兄抽煙時漸覺不平安，甚至乎是一種罪，尤其當他讀到這節經文：『豈不知你們是 神的殿、 神的靈住在你們裏頭麼。若有人毀壞 神的殿、 神必要毀壞那人，因為 神的殿是聖的、這殿就是你們。』(哥林多前書3：16-17)。既然他已信了主，何忍自己的身體被香煙污染，弄髒『神的聖殿』？香煙一點也不香，反而有點臭……。

在其他弟兄鼓勵之下，E弟兄決定戒煙。開始時確實辛苦，煙癮輪番攻擊，要他走回頭路。但E弟兄不斷禱告，又經常默想上述兩節經文，求神給他堅定信心和決心去戒。終於在兩個月內成功地把煙癮戒掉，時至今天，半根香煙未抽過。

E弟兄覺得十分開心，因他深信神幫助他成功戒煙。戒煙後他的健康漸有改善，還慢慢培養做運動的習慣呢。

反思：從E弟兄戒煙的經歷，你得著什麼關於對付罪的鼓勵？倚靠神和聖經是對付罪的最厲害武器！

難題解答

	問題	建議解決方法
1	我們所有的罪神都知道，亦有永生和得救的應許，為什麼仍要我們認罪？	神想我們過聖潔的生活，不要再重蹈覆轍，而認罪就是對付罪的第一步。神著重我們的態度，認罪有助與神和好，重新恢復與神的關係。
2	我總是覺得我罪疚感重，自己不能接受自己，愧見神面。我連認罪的勇氣也沒有，我該怎樣辦？	沉重的罪疚感影響自己的情緒，這是可以理解的。人的感覺是真實的，但人除了感覺外，還有理性的一面。讀有關赦罪的經文，默想一下，相信能慢慢恢復對神的信心，衝破負面感覺的影響，漸能付出勇氣向神認罪。

3	我對認罪難於啟齒，不知如何遣句用詞，壓根兒不懂開口。	認罪祈禱最重要是出於真摯和自然真心，不用太著意怎樣遣詞造句。如果你仍想找個參考，可以讀大衛詩篇第51篇，犯罪後向神真誠地懺悔，感情真摯動人，感人肺腑。
---	----------------------------	---

結論

得勝罪惡的憑據是神和聖經，我們已手握『必勝秘笈』，問題在我們對付罪的決心、對神的信心和倚靠神的心有多強和多深？耶穌在世時也曾經歷過，所以能搭救陷在誘惑試探中的我們(希伯來書2：18)。只要我們**倚靠神**，我們實可以**得勝有餘**！

罪伏在我們的家門前，與我們零距離（創世記4：7），隨時向我們發動攻擊，所以我們要時刻儆醒，保持高度戒備，要知道『基督徒從來無高手』啊！要制伏罪，就要**揮寶劍**(神的話)，**除心魔**！下決心過討神喜悅的聖潔生活！

行動：請你反思自己經常犯的罪，並在聖經中尋找合適的武器，倚靠神，與罪決一死戰！



延伸閱讀

韋約翰《打美好的仗》學生福音團契出版社1984年11月

第六章

神的話語：聖經的權威



第六章：神的話語：聖經的權威

有沒有一本書影響你的一生，改變了你的人生？有些書癡，窮一生去研究經典文學作品。例如紅學專家，一生奉獻給研究曹雪芹的《紅樓夢》。近年興起金學，屬於專門研究金庸武俠小說世界的學科。可是，這個世界有沒有一本書永不過時，值得你一生去研讀和應用？

有，這本就是聖經。

反思：在未信耶穌之前，你覺得聖經是一本怎樣的書？你對聖經有什麼印象？

聖經的本質

聖經最特別奇妙之處，不在於它是全世界銷量最高的書，而在於它的獨特本質：惟一來自真神的書。惟有對聖經的本質有真正的理解和確信，人生方向才會正確，道路才不會走偏，行為才不會差錯。你信什麼就會深深影響你怎樣行。

首先是**聖經的權威**。『聖經都是 神所默示的、於教訓、督責、使人歸正、教導人學義、都是有益的，叫屬 神的人得以完全、預備行各樣的善事。』（提摩太後書3：16-17）聖經很清楚和明確地指出，聖經來自神。神透過先知和使徒寫下祂的信息，而聖經記載的就是神的話。

耶穌亦說：『叫人活著的乃是靈、肉體是無益的，我對你們所說的話、就是靈、就是生命。』（約翰福音6：63）祂所說的話**具生命力**，我們在聖經裏可以找到神，**與神溝通**。

其次是聖經的**永恆價值**。『草必枯乾、花必凋殘、惟有我們 神的話、

必永遠立定。』（以賽亞書40：8）聖經永不會變改和過時失效。這世界只有三種東西是永恆：神、人(因人可以有永生) 和神的話。『莫想我來要廢掉律法和先知，我來不是要廢掉、乃是要成全。我實在告訴你們、就是到天地都廢去了、律法的一點一畫也不能廢去、都要成全。』（馬太福音5：17-18）耶穌亦親自確定保證舊約的權威和永恆。由於永恆的東西就最具價值和珍貴，因此值得我們一生學習聖經。

另外聖經是**超自然的啟示**。『耶穌對他們說、這就是我從前與你們同在之時、所告訴你們的話、說、摩西的律法、先知的書、和詩篇上所記的、凡指著我的話、都必須應驗。』（路加福音24：44）舊約聖經多處預言，一一在耶穌身上應驗。聖經新舊約前呼而後應，渾然成為一體。

最後聖經是**神啟示的真理**。宇宙地球蘊藏無數知識和定律：地有地理、物有物理、數有數理、心有心理、音樂則有樂理。而人生有真理，則蘊藏在聖經裡(約翰福音8：31-32)。基督信仰的理性基礎在聖經。所以我們要服膺聖經的權威，視真理為真理，嚴肅認真地回應內裡的信息和挑戰，例如聖經指出我們的罪、神將來的審判和我們需要耶穌拯救等，這些真理顛撲不破。世界上祇有一個地方能找到真理，就是聖經。

反省：你相不相信聖經真真正正是神的話？

支持聖經真確性的證據

讀到這裡，你可能心裡狐疑：『你有什麼實質證據顯示聖經是來自神？有什麼證明耶穌真有其人，但亦是神？會不會有人心懷不軌，虛構偽造一本聖經來？』

支持聖經內容真確的證據，汗牛充棟，多不勝數。證據種類可以分為聖經之外的證據（**外證**）、聖經內容方面的證據（**內證**）、目擊耶穌事蹟的**證人**、聖經的**超自然證據**和聖經來源的**物證**等幾大類。我把最重要的客觀事

實證據放在下表（註）：

證據種類	證據	事實資料
外證	符合歷史記載	<p>非基督徒歷史學家亦有記載耶穌的事蹟，證明耶穌是歷史上真實的人物：</p> <p>(1) 塔西圖仕—羅馬著名歷史家。他在所編《年鑒》這樣寫：</p> <p>「為了清除謠言，尼祿王找了罪犯，而且重重懲罰他們。這些人叫做基督徒；這一個名詞是由於他們跟從了一名叫『基督』的人而來，這一羣人本來就有許多可憎的行為。基督是在提比流王朝的時候，由本丟彼拉多總督處死的。」</p> <p>(2) 約瑟弗—猶太史家在他的「猶太古史」中紀錄：</p> <p>「那個時候，有一位智者耶穌興起。他是一位行奇妙事情的人，也是一位教師，很多人接受他所講的真理；他吸引了一大羣人，包括猶太人和外邦人。他是基督，但被猶太人起訴，以致巡撫彼拉多將他定罪，把他釘在十字架上。3日後他再起來，向那一班屬他的人顯現。古時眾先知也預言這事及有關他的預言，直到今日，有一羣以他的名互相稱呼的基督徒仍然存在。」</p>
	抄本可靠性	<p>由於古代印刷術還未面世，古代的聖經是用人手一本一本抄下來流傳。我們怎樣肯定聖經現存版本是否和最初的原稿吻合？中間有沒有給人修改或杜撰偽造？這就要比較流傳下來的聖經抄本記錄接近與否。</p> <p>有兩個可信賴的測試：</p> <p>(1) 抄本數量。如果抄本愈多，而它們記錄在互相引證下仍十分接近，就愈可靠。</p> <p>(2) 現存抄本距離那文獻的原稿有多久。如果現存抄本的寫成時間距原稿愈近，可信性愈高。</p> <p>在這方面，聖經的來源極可靠，因為：</p> <p>(1) 它抄本數量極多，多為同時代的文件記錄；</p> <p>(2) 抄本距原稿的年代極接近；抄寫準確度極高。</p> <p>有關聖經抄本可靠性高的背景資料，可參考附表一。</p>

註：本表及附件資料撮寫自一份傳福音手冊

外證	抄本可靠性	原本舊約聖經初時只有西元後826年的希伯來文抄本，但在1947-56年發現的死海古卷，把抄本與原稿的成書年代距離拉近了1000年以上。其中包括詳細預言耶穌被釘十字架的以賽亞書，被證實介乎主前175年至主前225年之間的抄本，絕不可能是主耶穌升天後由後人根據事實寫下『預言』。
內證	聖經一致性	聖經共66卷，不同身份的作者多達40位，成書跨越的年代超過1600年，著書地點遍及歐洲、亞洲和非洲，書寫文字3種，但內容前後一貫，主題一致，沒有矛盾。背後實有一位超越時空地域，充滿無限智慧的『編輯』。
物證	考古學旁證	考古學學家發掘出許多聖經記載過的地方，例如畢士大池、所多瑪、蛾摩拉等。證明聖經所記載的事件，皆有客觀事實根據。
	與科學吻合	<p>科學的發展，證明了聖經許多的內容都與科學的發現相符，舉例如下。</p> <p>(1) 生物學的植物、動物：「各從其類」</p> <p>聖經說：一切的植物、動物都是「各從其類」的。聖經把植物分成3類：草類、菜類與果類(創世記1:12)。把動物分為6大類：飛鳥、魚類、牲畜、昆蟲、野獸和人類(創世記1:20-28)。今日植物學內的植物種類雖多，但都在這幾類之內。無論怎樣分門別類，也是「各從其類」，從來沒有一類植物跨界變成另一類植物。</p> <p>(2) 空氣有重量</p> <p>從前我們以為空氣是沒有重量的。但科學證明空氣是有重量的。其實聖經早就說：「要為風定輕重」(約伯記28:25)。風就是流動的空氣；風有重量，因為空氣有重量。</p>
證人	基督徒科學家	在17至19世紀世界最偉大的300位科學家中，有242位是信神的。在20世紀，英美法三國的科學家，當中90%都是基督徒。牛頓、愛迪生和愛因斯坦均為基督徒。
	耶穌的門徒	聖經作者宣稱聖經是神的話。『聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的。』(提摩太後書3：16)耶穌的門徒當時須冒生命危險，勇敢地向人作證耶穌復活的事實。從品格及生活的見證看，他們絕不會是說謊作假見證的人。當時信主者，傳福音的差不多等如送死，誰肯為謊話而死？他們說謊對自己毫無好處。

<p>超自然的證據</p>	<p>舊約預言耶穌事蹟應驗</p>	<p>舊約聖經中有超過300次以上論及彌賽亞(即救世主)的預言，均一一在耶穌身上應驗。例證見附表二。</p>
	<p>聖經預言實現</p>	<p>踏入 21 世紀，聖經提到末世的預言，均逐一應驗。請參看附表三。其中最重要的實現了的預言是以色列復國。</p> <p>舊約以賽亞先知在大約主前700年預言『當那日，主必二次伸手救回自己百姓中所餘剩的……他必向列國豎立大旗，招回以色列被趕散的人，又從地的四方聚集分散的猶太人。』(以賽亞書11：11-12)這裏指以色列人從“四方”歸回，且不會再離開。</p> <p>主前586年巴比倫人攻陷猶大國首都耶路撒冷，並且擄去國中領袖及居民。其後以色列人經歷2000多年亡國的苦痛和流離外地的漂泊歷史。許多猶太人在第二次世界大戰被納粹黨屠殺。奇蹟地，猶太人於1948年正式成立自治政府，以色列復國。一個民族可以在滅亡分散二千多年後再次復國，史無前例。但神卻使這預言實現，證明祂說話的真實。這個被喻為20世紀聖經預言實現的最大神蹟。</p>

反省：讀過以上的證據，你心裡會不會完全接受聖經的權威？可得出這個結論：聖經無可置疑是神的說話，千確萬真來自神，證據確鑿，它的來源和廣泛流傳本身就已經是一個神蹟！



聖經的功能和作用

我想沒有太多人會懷疑司馬遷是史記的作者，亦沒有人會懷疑史記所記載的歷史的準確程度。但是，史記與我們的生命有什麼關係呢？

同樣地，有些信徒縱然在理性上完全接納聖經的權威，但他們沒有把自己讀進去，與他們的生命連繫。抱這種態度看待聖經的人，不過是頭腦上認識神，鮮有生命上的跟從，更遑論把它作為行善的指引、經歷神的根據、與神溝通的媒介和解決生活生命問題的良方。

所以聖經與其他書本，千差萬別，因它與我們有**生命上的緊密關係**，同時能**改變我們的生命**，只要你肯打開你的心和去實踐。

挑戰：你有沒有信心、決心和勇氣去應用聖經？

以下一些例子，不單顯示聖經具多樣功能，而且顯示了聖經在一些信徒生命的軌跡，觸動人的生命：

功能	原則 (真實故事)	經文
認識神 賜予生命	很多朋友均是透過讀聖經，認識和相信耶穌，因而得豐盛的生命和永生。 (可參看以下成長故事)	『耶穌在門徒面前、另外行了許多神蹟、沒有記在這書上。但記這些事、要叫你們信耶穌是基督、是神的兒子，並且叫你們信了他、就可以因他的名得生命。』（約翰福音20：30-31）
預備行善	聖經使我們成熟，知道何為善，猶如一本行善的手冊，給我們依從。	『聖經都是神所默示的、於教訓、督責、使人歸正、教導人學義、都是有益的，叫屬神的人得以完全、預備行各樣的善事。』（提摩太後書3：16-17）

<p>生活指引</p>	<p>人生路崎嶇難走，很多時不知道究竟應向左走還是向右走。聖經有如我們人生的『定位系統』，神在適當時候通過『系統』給我們適當的訊息和指引。</p> <p>(有弟兄與其他信徒發生衝突，但他從羅馬書12：17-19得到指引，應以和睦為原則處理問題。)</p>	<p>「你的話是我腳前的燈、是我路上的光。」(詩119：105)</p> <p>(「不要以惡報惡、眾人以為美的事、要留心去作。若是能行、總要盡力與眾人和睦。親愛的弟兄、不要自己伸冤、寧可讓步、聽憑主怒·因為經上記著、『主說、伸冤在我·我必報應。』」(羅馬書12：17-19))</p>
<p>人生方向</p>	<p>聖經給予我們最正確和富意義的人生方向</p> <p>(有一位醫生信耶穌後最大的掙扎是究竟週日應不應開診，因為週日生意額最好。後來這位弟兄深信馬太福音6：33的應許，決定週日休息關門，回教會崇拜，結果生意額絲毫無損，還有增長呢！)</p>	<p>「你們要先求他的國、和他的義這些東西都要加給你們了。」(馬太福音6：33)</p>
<p>分辨是非，對付我們的罪</p>	<p>聖經告訴我們什麼是罪，列出神的準繩，亦指出我們的罪，使人離開罪惡。</p> <p>(有弟兄染上賭博惡習，但用馬太福音16：26，作為戒賭經文。)</p>	<p>「惟獨長大成人的、才能吃乾糧、他們的心竅、習練得通達、就能分辨好歹了。」(希伯來書5：14)</p> <p>(「人若賺得全世界、賠上自己的生命、有甚麼益處呢，人還能拿甚麼換生命呢。」(馬太福音16：26))</p>

給予力量，面對困境得安慰	在苦難困難中，神通過祂的話給我們無窮力量和安慰。 (有一位基督徒老闆，經營生意困難，公司數次面臨倒閉關門危機，但在絕境中，他經歷了約書亞記1：8-9，經文給他力量，再次靠主振作。)	「從前所寫的聖經、都是為教訓我們寫的、叫我們因聖經所生的忍耐和安慰、可以得著盼望。」(羅馬書15：4) (「只要剛強、大大壯膽、謹守遵行我僕人摩西所吩咐你的一切律法，不可偏離左右、使你無論往那裡去、都可以順利。這律法書不可離開你的口，總要晝夜思想、好使你謹守遵行這書上所寫的一切話，如此你的道路就可以亨通、凡事順利。」(約書亞記1：8-9)
生命訊息	神又真又活，往往透過聖經向我們傳遞生命訊息，對我們說話。 (有弟兄媽媽癌症復發，突然入醫院接受緊急治療。當弟兄在手術室外守候，讀到傳道書12：1-7，感觸湧上心頭，覺得神對他說話，媽媽這次要走世人要走的路了。)	「叫人活著的乃是靈、肉體是無益的，我對你們所說的話、就是靈、就是生命。」(約翰福音6：63) (「你趁著年幼、衰敗的日子尚未來到、就是你所說、我毫無喜樂的那些年日未曾臨近之先、當紀念造你的主，不要等到日頭、光明、月亮、星宿、變為黑暗、雨後雲彩反回、看守房屋的發顫、有力的屈身、……塵土仍歸於地、靈仍歸於賜靈的神。」(傳道書12：1-7))

如果你了解人生的本質，就要讀讀傳道書。欲認識救恩，非讀羅馬書不可。假如你想好好預備婚姻，以弗所書第5章、哥林多前書第7章就不要錯過了。神的話語與我們生命，息息相關，更是我們的食糧和生命，所以我們應活在神的話語裡。



反省：聖經與你的生活有什麼關係？有那節或那段經文與你有生命上的關係？

成長故事

F弟兄初時接觸基督信仰抗拒很大，『為什麼基督徒總是東緩西引聖經？聖經是不是可靠的？如果我能推翻聖經，就壓根兒不用考慮基督教了。』所以F弟兄打從聖經的真確性入手，開展信仰尋覓之旅。

後來有基督徒借了一本關於聖經真確性的書給他。有一晚，F弟兄略略把書一讀，當讀到一章關於舊約預言一一應驗在新約耶穌身上時，他愈翻書頁，心愈震驚。『怎麼會有樣多的舊約預言，細緻和準確地應驗？像翻不完的。要這麼多預言同時應驗，或然率低得近乎零，幾乎沒有可能。難道聖經是真的嗎？』

不久，F弟兄依照基督徒朋友的建議，讀新約羅馬書。當讀到羅馬書7：18，「我也知道、在我裡頭、就是我肉體之中、沒有良善，因為立志為善由得我、只是行出來由不得我。」F弟兄心頭一震：『聖經這麼厲害，只用短短一節經文，就把人內心靈慾的掙扎，描述得這樣剔透真實，這不正是古今中外許多文學作品的主題嗎？難道聖經背後的真正作者是神？』

這樣迎刃而解地解決了聖經真確性的障礙後，F弟兄很快就接受了耶穌為救主，成為基督徒。

反思：神十分奇妙，藉著聖經，帶領F弟兄轉向主。從F弟兄的故事，你得了什麼啟發？聖經的真確對你的人生和生命帶來什麼影響？

聖經：改變我們生命的書

若果沒有神的話，我們就無以為活，如果無聖經，我們無以為立。我們的信仰應確立和奠基在聖經的權威上。

不單如此，聖經更是一本**改變我們生命和人生**的書，並能賜予人**永生**，使人**與神相遇**，值得我們終生學習和實踐。就讓我們一生委身給主，勤讀聖經，活在神的話語裏，傾盡一生來查考和應用聖經！

行動：既然你已接納聖經的權威，就由今天開始，一生尋求、學習和實踐聖經！



延伸閱讀（關於聖經的真確性的詳細資料）：

麥道衛《新鐵證待判》宗教文化出版社2006年12月

L史特博《重審耶穌》海天書樓 2011年4月再版

蘇德慈《聖經研究入門》中國基督教協會神學教育委員會1990年11月

附表一 新約聖經和其他經典的可靠性的比較

作者 / 著作	原著寫成時期	現存最早抄本年代	抄本數目	相隔(年)	準確度
凱撒大帝	公元前100年	公元後900年	10	1000	89%
羅馬史家李維	公元前59年	公元後約800年	20	859	85%
羅馬史家塔西圖仕 (年鑒)	公元前100年	公元後約1100年	20	1000	87%
希臘史家希羅多德 (史記)	公元前480-425年	公元後900年	8	1380	85%
亞里斯多德	公元前384年	公元後1100年	5	1484	90%
荷馬	公元前860年	公元後約900年	643	1760	95%
易經	公元前660年	公元後900年	20?	1560	90%
新約聖經	公元後40-100年	公元後130-350年	+ 20000	50 ~ 300	99.9%+

附表二 耶穌 - 預言的應驗

舊約聖經中有超過300次以上論及彌賽亞(即救世主)的預言，均一一在耶穌身上應驗。例如：

預言內容	舊約聖經出處	預言年代	新約應驗
出於大衛家	耶利米書23:5	公元前626 - 586年	馬太福音1:1
為童女所生	以賽亞書7:14	公元前783 - 704年	馬太福音1:18
生於伯利恒城	彌迦書5:2	公元前732-722年	馬太福音2:1
以三十塊錢被賣	撒迦利亞書11:12	公元前520-516年	馬太福音26:15
與強盜同釘十字架	以賽亞書53:12	公元前783 - 704年	馬太福音27:38

以上五個預言，表明了耶穌的出生和受死在舊約中早有預言，並不是人為所能夠刻意使它應驗的。

附表三 聖經的預言吻合史實

事件	預言經文	預言年代	應驗年代
推羅滅亡	以西結書26:3-4, 12-14	公元前592 - 570年	公元前573年
亞述帝國的首都 尼尼微覆亡	拿鴻書1:8, 10	公元前661-612年	公元前612年
巴比倫亡國	以賽亞書13:19-21	公元前783 - 704年	公元前539年
以色列被分散、 復國	申命記28:64, 68 以賽亞書43:5, 6 耶利米書29:14	公元前783 - 704年 公元前626 - 586年	公元後70年 公元後1948年

第七章
神的話語：多元學習



第七章：神的話語：多元學習

如果要維持身體健康，我們必須要均衡飲食，從不同食物中，吸收各樣的營養，不能偏吃食物，更不可不吃。

同樣地初信的朋友須從多方面去吸收聖經的『養份』，不但要有紀律地學習神的話，更要持之以恆，以致靈命成長，更深認識神，活出神的話來。初信者像初生嬰孩，要熱切愛慕喝純淨的靈奶，靈命才能長大（彼得前書2：2）。

提示：你渴慕吃靈糧、吸收神的話，以致成長嗎？

學習神的話的重要性

聖經是從神默示而來的話語（提摩太后書3：16），不會過時，且具**永恆價值**。『草必枯乾、花必凋殘、惟有我們神的話、必永遠立定。』（以賽亞書40：8）連耶穌也親自證實聖經的永恆價值：『莫想我來要廢掉律法和先知，我來不是要廢掉、乃是要成全。我實在告訴你們、就是到天地都廢去了、律法的一點一畫也不能廢去、都要成全。』（馬太福音5：17-18）鑽石之所以價值連城，在其長久的價值，相比之下，永恆的聖經不應更值得我們窮一生追尋和學習嗎？

另一方面，神透過文字去啟示祂自己，聖經是神的真理的盛載體，因此惟有學習聖經



我們才能**真正認識**神。屬靈生命要成長，非透過學習神的話不可。多接觸神的話，更可以幫助我們與神建立密切關係（約翰福音15：7）。

若不定期學習神的話，我們靈命的健康一定會受影響。很多初信主的朋友，僅靠每個星期日回教會聽道來『學習』神的話，這不但被動，而且得來僅是二手資料，聚會過後便很快把聽回來的道忘記得一乾二淨。要**屬靈生命健康成長**，這實不足夠，長此以往下去會患上『屬靈營養不良』症，停留在屬靈嬰孩階段，不會長大。

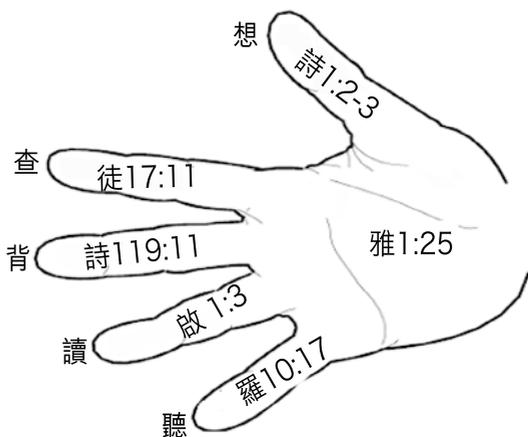
反思：你相信有多深：聖經是你一生最重要的書，值得你投資一生去學習和實踐？

學習神的話的方法：聖經手

在舊約時代，以色列人十分重視律法(神的話)，並且早已運用『**多媒體**』來學習：『以色列阿、你要聽。耶和華我們神是獨一的主。你要盡心、盡性、盡力、愛耶和華你的神。我今日所吩咐你的話、都要記在心上、也要殷勤教訓你的兒女、無論你坐在家裏、行在路上、躺下、起來、都要談論。也要繫在手上為記號、戴在額上為經文。又要寫在你房屋的門框上、並你的城門上。』（申命記6：4-9）

以色列人既要把神的話記在心上，又要在家庭裏以此來教育兒女，且經常與人談論律法，並把律法抄在近處遠方當眼的地方，常常閱讀，提醒自己。

以色列人這種**手、心、口、眼、耳並用的五官多元學習法**，很值得我們參考，不但學習態度



認真，而且手到、心到、口到、眼到和耳到工夫兼備，多方面、全方位吸收神的話，把經文深藏在心裏，深刻難忘。

同樣地，我們應循不同途徑，想方設法地學習聖經。一般來說，有以下五種方式學習聖經。這五種學習聖經方法，好比一隻手的五根手指，每根手指各司其職，才能好好地抓緊神的話。

(一) 聆聽

聆聽是最容易接觸聖經的方法。『可見信道是從聽道來的、聽道是從基督的話來的。』（羅馬書10：17）由於印刷術還未面世，初期教會大部份信徒是新約聖經書信的聽眾，而不是讀者，須耐心地聆聽別人把整封書信讀出來。『我指著主囑咐你們、要把這信念給眾弟兄聽。』（帖撒羅尼迦前書5：27）

在教會聚會中聽其他人解釋、教導和分享聖經，仍是今天許多初信主的弟兄姊妹最常用學習的方法。可是，由於我們的記憶力有限，聚會完結不久，便會忘記，誠如聖經說，『這人既不是聽了就忘……。』（雅各書1：25）由於聆聽聖經屬單向接收，不容易記得牢，所以在聖經手中份屬最軟弱無力的尾指。

為提高這種單向式學習的效果，初信者宜一邊聆聽，一邊用筆記下人家教導聖經的重點，並且事後溫習和細閱經文，以確定所聽的教導。耳到再加上手到工夫，方可提高這種方式的學習效果。

反思：你喜歡聽人講道嗎？怎樣才能聽道聽得更有效？

(二) 閱讀

真理藉文字傳遞，聖經由文句寫成，閱讀聖經是吸收聖經『養份』的重要一環。使徒約翰在啟示錄亦這樣提醒我們：『念(誦讀)這書上預言的、和那

些聽見又遵守其中所記載的、都是有福的，因為日期近了。』（啟示錄1：3）

讀經要有恆心，切忌祇有三分鐘熱度。目的在使初信者對整本聖經的內容有一個基本的理解和概略印象。初信朋友宜培養每天讀經習慣，撥出特定時間，順序讀聖經。自己讀經，主要運用眼到的工夫，份屬第一手親身經驗，印象較深刻，屬聖經手中的食指。

（三）背誦

把心愛的或重要的經文背下來，深藏在腦袋裏，是抓緊神話語的最好方法。『少年人用甚麼潔淨他的行為呢，是要遵行你的話。我將你的話藏在心裏、免得我得罪你。』（詩篇119：9、11）

背經令我們熟悉聖經，達到『手上雖無經，心中卻有經』的境界：可以隨時隨地默想和靈修經文，面對試探時又可成為對付我們的罪的最佳武器。亦可運用神的話來傳福音，成為傳福音的工具。

要記得牢經文，須不斷的複習，反覆背誦，積少成多。初信朋友適宜先背誦自己喜愛的經文，作為背誦聖經的歷程的起步點。



反思：你背了多少節經文？對你屬靈成長有什麼幫助？

（四）查考

相比其他聖經學習法，查考聖經最為嚴謹、深入和有效。重要性一如我們手掌中的無名指。

查考聖經須有系統，詳細和依從既定方法來查考，並用紙筆寫下對經文觀察、解釋、領受和應用。使徒行傳中描繪的底哩亞人是我們今天信徒學習查經的好榜樣：『這地方的人、賢於帖撒羅尼迦的人、甘心領受這道、天天



考查聖經、要曉得這道是與不是。』（使徒行傳17：11）他們熱愛聖經，自己天天親自考查舊約聖經，以察看所聽的道是否合符舊約聖經。

如果說讀經能建立我們對聖經認識的闊度，那麼查經就可以推深我們對經文的認識。教會倘若有查經聚會，就不要

錯過，先在家裏好好認真準備，眼、心、手並用，來發掘聖經真理，並作獨立思考。再在查經聚會時學習聖經，與其他信徒一同分享對經文的領受，這樣才能收最大的學習效果。

提示：你現在有沒有參加查考聖經聚會？得益大不大？要記住在家裏充份預備查經，才能有效率地在聚會裏學習。

(五) 默想

舊約詩篇詩人為我們『畫』了一幅默想經文的美麗圖畫：『惟喜愛耶和華的律法、晝夜思想、這人便為有福。他要像一棵樹栽在溪水旁、按時候結果子、葉子也不枯乾、凡他所作的、盡都順利。』（詩篇1：2-3）



默想原意是輕語，喃喃自語(詩篇1：2、創世記24：63)，即就一兩節經文不斷反覆集中深入思想，仔細思考，細味經文和投入當中意境，以致明白更深，最好能把領受寫下。默想經文能把經文深植入我們的心，屬心到工夫，非常有效地吸取聖經的『養份』，屬聖經手中力量最大的大姆指。

以上五種方法好比手的五隻手指，你若祇用一隻或兩隻手指去拿聖經，就很難能拿得穩，因不夠力而掉下來。但如果動用整隻聖經手，去拿聖經，

就非常穩妥。同樣，我們要用各種的方法來學習聖經，使神的話注入我們的生命。大拇指力量最大，但它仍需要與另外四隻手指配合，合在一起才可以牢牢地抓緊東西。

要屬靈健康成長，弟兄姊妹不能祇倚靠一種方法去學習聖經，而須多個方法並行。如果信徒祇靠每週日上午參加教會崇拜聽道，自己沒有下工夫讀經和查經，靈修生活又不穩定的話，他的靈命成長必定很慢。

『五式齊發』：五種方法的結合使用

以上簡介了五種學習聖經的方法，我們不是硬繃繃的單獨使用其中一種方法，而是靈活地把不同『招式』結合，配合變化，五式齊發，運用眼、耳、口、手和心五官來學習聖經。把不同學習聖經方法，組合成不同模式，來吸收聖經養份，以建立對聖經點、線、面的立體認識。

茲把聖經手五種不同方法，在不同場合的應用，用下表歸納和表達：

輸入方法	簡稱	聖經手中的對應部份	主要運用五官	應用場合			
				教會崇拜	查經聚會	個人靈修	個人讀經
聆聽	聽	尾指	耳	###	#		
閱讀	讀	食指	眼	#	#	#	###
背誦	背	中指	口、心		#	#	
查考	查	名指	手、心、眼		###		
默想	想	大拇指	心		##	###	

比重較多 # 比重較少

初信者有時會問：『靈修和讀經有什麼區別？』查實靈修較著重默想經文，通常集中兩三節，目的在與神溝通和建立關係。而讀經則較理性地閱讀聖經，以致知道聖經的大概內容，所涉及的經文篇幅亦較多。

難題解答

為了使初信朋友走上這條蒙福的學習聖經路，我把通常遇見的險阻列出來，並給予一些解決建議，好幫助你能衝破困難，奮勇向前：

	障礙險阻	建議克服困難的方法
1	對聖經不感興趣，覺得枯燥乏味。	聖經是神寫給我們的最佳人生指南，當你發現聖經與你人生，甚至乎日常生活息息相關，你就會燃起興趣的火焰去學習。例如，你可以在哥林多前書第7章和以弗所書第5章找到婚姻之道，亦可從腓立比書找到喜樂人生的鑰匙。
2	覺得聖經字太多，版面沉悶，密密麻麻。	你可以到屬靈書室購買你喜歡及能配合你閱讀習慣的聖經。事實上，現在許多新出版的聖經，印刷精美，排版靈活。除聖經經文外，還配上很多圖片、圖表和書卷簡介，甚至經文簡單解釋。此外，現在可以在網上或智能手機讀經，十分方便。『工欲善其事，必先利其器』，要開展漫長的學習聖經旅程，選擇合適你自己的裝備，就會有一個好開始。
3	自己缺乏紀律和恆心，不能堅持定期學習聖經。	要建立良好習慣，需要一段長時間，此乃人之常情。針對自己缺乏紀律的弱點，你可以向成熟可信賴的基督徒朋友求助，讓他成為你的聖經友伴，定期監察你學習聖經的進度，從旁協助你成長。參加查經聚會，與其他同行，定期查考聖經，也能幫助你培養和改善學習聖經的紀律。
4	自己懶惰，對聖經提不起興趣。	先檢討自己，是否真正明白福音和清楚得救。一個真正得救的基督徒，應對屬靈事物感興趣，並對聖經的『胃口』愈來愈大，追求屬靈長進。
5	自己平日很少閱讀，對文字不敏銳，吸收較慢。	你可嘗試把聖經分開不同時間讀，每次讀一點點，不用涉及太多經文。讀得慢不要緊，最重要是每天都有進展，向前邁進。

進深讀經

初信的弟兄姊妹應建立恆常讀經的習慣，但『聖經這樣厚，篇幅這樣多，究竟我應從那一卷書開始閱讀？』這是許多初信朋友的心聲。

我的提議是，初信朋友絕不適宜從舊約入手，應從新約馬可福音開始，順序一章一章讀下去，集中認識耶穌生平和言行。讀完四卷福音書，便可跟隨彼得和保羅等使徒的腳步，往外『宣教旅程』。飛過使徒行傳的『天空』後，便可著手接下來13卷保羅書信和9卷一般書信，概略地瞭解基督教教義，最後便『強攻』關於末世較艱深的啟示錄，完成第一次的新約旅程。

事實上，新約聖經共27卷260章，每日讀3章，3個月內就可以粗略地讀完新約一次。舊約聖經共39卷1189章，以每日讀3章的速度，大約9個月就可以把舊約閱讀過一遍。這樣初信者大概花一年時間就可把整本聖經讀完了。

雖然讀經目的在知其大略，不必亦無需強記當中內容，但我提供以下建議，去幫助你提高讀經質素：

- (a) 為免讀經時過目即忘，我建議初信者不單用眼讀經，還要借助手來『讀』：一邊眼讀，一邊用筆和間尺間下深刻經文。往往乾乾淨淨的不是最好的聖經，反而滿佈筆痕的才是我們最心愛的聖經本子。每次見人家拿著被劃得『體無完膚』的聖經，倍感親切。眼到再加上手到的讀經方式，方為上策。
- (b) 除間下自己印象深刻的經文外，初信者亦可以在讀完每章聖經後，揀自己最喜愛的一兩節經文，用筆記簿記錄下章節甚至簡單感受。這些手到工夫，在在可以加深自己對經文的印象。
- (c) 生活繁忙，要找時間定時『進食』聖經靈糧，並不容易。因此我們必須好好地利用平日空隙時間來閱讀聖經。我提議你經常帶聖經出外，在交通時間或等候別人時讀經。別小看這些零刻碎時的閱讀，聚沙可成塔，涓滴可成河。
- (d) 為監督自己的讀經進度與及避免自己疏懶，你可以利用讀經進度表，每讀完一章即劃下記號。當見到讀經進度表劃滿了記號，好像攀山者征服高山，回望山下景色，那份滿足感非筆墨可以形容！

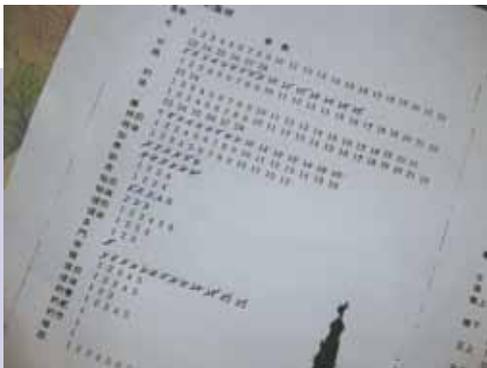
- (e) 初信者最好能自訂下**讀經目標**，找其他相熟信徒監察，每次定期見面可以撥少許時間簡略討論讀過的經文。如果要在3個月讀完新約有困難，可以把目標訂得寬一些，例如半年之內才完成。重要是持續不斷地在讀經路上前進。如果目標達到，容許自己買喜歡的東西來獎勵自己，『重賞之下，必有勇夫』。
- (f) 我是帶著一份**好奇**，開展第一次閱讀聖經的旅程，心渴想知道下一卷經文的內容，怎樣增加對神那一方面的認識。聖經由不同文體體裁寫成：敘事、書信、預言、詩歌、智慧文體、法律等，尤如旅行中見到不同地形的景色：高山、平原、草地、江河、山谷等，各種地形呈現不同美景，有著不同的特色和韻味，趣味盈然。這個讀經旅程何等豐富，把不同美景盡收眼底！

成長故事

G弟兄住得偏遠，每天都要花起碼40分鐘時間乘公車上班。他認為要建立吸收神的話的習慣，必須定時和定點，找一個可以安靜的地方和時間讀經。因此G弟兄利用在車上的時間來靈修和讀經。他每天早上7點多出門，在車上順序讀3章聖經，與及靈修當中一章經文。通常8時半到達工作地點，還有時間禱告和默想經文，並利用靈修簿寫下當中一節經文的得著領受和應用。9時正就開展新一天的工作。

這樣日子有功，把讀經、默想和靈修結合下，G弟兄通常一年內便完成閱讀整本聖經一次。信主十多年，他就讀經十多次了，因此對聖經十分熟悉。

G弟兄對耶穌生平特別感興趣，他花了3年時間，自發性地利用工餘時間去查考4卷福音書，並把4卷福音書的經文融匯貫通，再順序地建構耶穌的生平事蹟，還把查經領受寫成一本簡單的筆記。雖然自行的研究所費的工夫極多，但G弟兄收穫甚大，被耶穌的事奉態度深深打動。



G弟兄認為多元學習聖經得益甚大，而他多年來維持對聖經熱心追求的秘訣是，他深信聖經是一本很特別的書，每次研讀和閱讀都會帶來不同領受和得著，不會覺得重複和沉悶。聖經像一塊鏡子，每次查考聖經尤如照鏡，看出自己的問題，與自己生命關係密切，聖經可以幫助自己屬靈生命成長，過一個神所喜悅的聖潔生活。就是這一點，培養了G弟兄對吸收神的話的熱情，成為他一生追求的目標。

反思：G弟兄的成長故事給你什麼刺激和鼓勵？能激起你對神的話的熱愛，並下決心和苦功嗎？

實踐神的話

學習聖經的最終目的在應用聖經，改變我們生命，更似耶穌，把聖經實際應用在我們生命裏，按著聖經教導來生活。誠如雅各教導我們：『惟有詳細察看那全備使人自由之律法的、並且時常如此、這人既不是聽了就忘、乃是實在行出來、就在他所行的事上必然得福。』（雅各書1：25）

聖經手的掌心，就是活學活用聖經。如果沒有掌心維持聯繫五隻手指，這聖經手將手不成手，所以我們應手腳並用地學習聖經，才符合神的心意和得神的喜悅。

使徒保羅亦勸勉我們要多方運用我們的智慧和各樣的方法，好好地掌握神的話語：『當用各樣的智慧、把基督的道理、豐豐富富的存在心裏、用詩章、頌詞、靈歌、彼此教導、互相勸戒、心被恩感歌頌神。』（歌羅西書3：16）

願意我們千計百方，循不同途徑竭盡所能，去學習聖經。這樣，你不獨能體會聖經的豐盛和偉大，更能經歷屬靈生命的成長，以致生命的改變。

應用：道就是神的話。盼望你能專心和用心去學習神的話，並且均衡和持久地透過本章介紹的五種方法，來先學道、明道，然後活道和行道。



延伸閱讀

《透過舊約認識上帝》、《透過新約認識上帝》中國基督教兩會信望愛小叢書第一輯
2004年7月

華理克《華理克讀經法》上海三聯書店2011年3月

斯托得《認識聖經》中國基督教兩會出版社2008年9月

第八章

敬拜真神：崇拜與詩歌



第八章：敬拜真神：崇拜與詩歌

有一次，在某個教會的主日崇拜，在領聖餐時，幾百位信徒站起來，同唱詩歌『紀念恩主』，全首歌共六節，信徒們不用看歌詞，齊心用哭腔誦唱，如泣似訴。當時是我頭一次聽這首詩歌，感人肺腑，心中淌淚，場面難忘。

敬拜的真義

神是創造天地萬物的造物主，亦是為我們捨命救贖我們的救主，值得我們俯伏敬拜祂，將榮耀頌讚歸給祂。而根據新約最後一卷書啟示錄，將來在天家，我們信徒不斷敬拜祂(啟示錄5：6-14)。



透過敬拜，我們讚美神的屬性，例如創造、偉大、慈愛、公義、聖潔等；與及感謝神在我們身上的作為，例如垂聽應允我們的禱告，給我們隨時的幫助等。神完全配得我們的敬拜，而敬拜就是因著神的偉大屬性和作為，我們甘心樂意，作出發乎真心的回應，對神真情流露，猶如呼吸那麼自然。

信徒往教會集體崇拜，等於迎見神，與神相遇，因此應懷謙卑、恭敬恭聽的心，聆聽神的說話和教導，亦用歌聲禱語回應神，從而使生命改變，以致成長，認識神更深，經歷神更多的豐盛。

反思：你現在明白了崇拜的真義，與你之前所想的，有沒有分別？

敬拜的態度

敬拜和我們的屬靈生命，和其他屬靈的操練，關係非常密切。我們敬拜蒙神喜悅與否，與平日我們和神的關係，與及行事為人，一脈相承，存因果關係。如果平日我們疏遠神，很少讀經祈禱，更經常犯罪，週日在教會『人在但心不在』，這樣的崇拜肯定得不到神的喜悅和悅納。

我們往教會敬拜或在崇拜聚會開始之前，應作以下預備：

- (一) 在星期六晚早點上床休息，預備好要穿的端莊合宜的衣服，在主日出家門前在家先做好靈修祈禱，務求在**身、心、靈**三方面預備迎見神；
- (二) 在聚會前或在往教會途中，**心中默默數算近日神的恩典和作為**。我認識一位姊妹，在週日早上乘公車往教會聚會途中，在車上不斷唱詩，敬拜神始於公車上，不是踏進教會那一刻；
- (三) 抵達教會聚會前，不要祇顧與弟兄姊妹聊天，應關掉手提電話的響鬧裝置，然後在座位上藉讀經文、**認罪和禱告安靜自己**，務求進入敬拜狀態；
- (四) **早一些到達教會**，練唱聚會要唱的詩歌，既尊重神，又可使自己早一些熟練詩歌，幫助一會兒之後能更加投入敬拜。

神是個靈，因此耶穌教導我們敬拜最核心的是用**心靈**和**誠實**(原文指真理)，不在乎敬拜地點，而在於靈與靈相通，及按聖經真理去敬拜神(約翰福音4：19-24)。

反省：請你檢討一下，在預備敬拜時，在身、心、靈三方面仍然未做得足夠的地方。可有想過怎樣才可以預備得更充足一些，去迎見神呢？

敬拜的形式

基督教是多媒體的信仰，我們可以藉著多種不同的媒體去讚美神，包括詩歌、動作、禱告及聖經等。教會通常在星期天舉行崇拜，這天正是紀念耶穌死後第三天復活的一天。

一般而言，信徒集體往教會敬拜，身心靈全人投入，有以下形式：

	敬拜形式	敬拜方向	意義	經文
(一)	唱詩	下而上	藉詩歌頌讚敬拜神	詩篇150篇
(二)	祈禱	下而上	聚會前自己認罪和安靜祈禱，與及聚會後默禱回應神的道。亦參予崇拜主持人、牧師或傳道人敬拜讚美的公禱。	列王紀上8：22-53
(三)	講道	上而下	神藉牧師傳道人傳講聖經，把真理訊息教導信徒。	尼希米記8：1-18
(四)	聖餐	下而上	耶穌設立聖餐，藉酒和餅紀念祂的死。酒像徵耶穌為我們的罪所流出的寶血，餅代表了祂為我們掰開的身體。我們如此行為紀念耶穌的死，並思想與我們生命的關係，並表明祂的死，直到主再來。	哥林多前書11：23-26 路加福音22：14-23
(五)	奉獻	下而上	我們不可空手見神，應甘心樂意地，把原來屬於神的財物，奉獻回給神。	哥林多後書9：6-7 瑪拉基書3：8-10

反省：你渴望每週日回教會敬拜神嗎？參加教會敬拜，和缺席教會敬拜，對你來說有什麼分別？對你和神的關係有什麼影響？

詩歌的價值

基督教不啻為詩歌和音樂的信仰。無疑詩歌是我們最重要敬拜神的媒體和工具，表達我們向神的讚美和崇敬，傳情達意，感人動心莫過於詩歌，亦藉著許多不同的詩歌認識神和信仰。非常感謝神，為我們預備詩歌這樣豐富的寶藏，窮一生亦享用不完。



我們的古代文學瑰寶《詩經》中的毛詩序，正好點出詩歌的精髓：『詩者，志之所之也。在心為志，發言為詩。情動於中而形於言，言之不足故嗟歎之；嗟歎之不足故永歌之。永歌之不足，不知手之舞之，足之蹈之也。情發於聲，聲成文謂之音。』詩歌可以言志訴情，乃是最感人動心的載體，盛載我們內心踴躍奔流對神感恩讚美的驛動哀情。無詩歌難宣我們的敬拜心，讚頌情！自古皆然。

基督徒很多時候會唱詩歌：參加聚會前唱，可以預備心靈；在靈修禱告前唱，可以安靜自己，集中精神來親近神；失意灰心時，我們可以藉詩歌來鼓勵安慰自己；危急時可以透過詩歌來加添我們的信心，剛強鎮定自己，勇氣陡生。基督徒更可以用詩歌向未信主的朋友傳達神的愛，為有效的分享福音工具。

分享：你最喜歡那一首詩歌？可否分享之？這首詩歌最吸引你的地方在那裏？

唱詩歌應有的態度

信徒要認清，我們唱詩歌的對像是神，討神喜悅，**為神而唱**。我們要帶感情地去唱，更懷一顆**祈禱心**，願意把我們的歌聲化為祈禱。

神不單悅納我們外在的歌聲，更重要是我們內裏敬拜的心，**以心曲為祭獻予主**，才是唱詩歌的精髓靈魂。因此我們必須用心去唱詩歌，自己的心先被神的鴻恩感動（歌羅西書3：16），然後才能口唱心和（以弗所書5：19）。唱詩歌不應祇發乎口舌，而是用靈歌唱（哥林多前書14：15），不可本末倒置。

『當用詩章、頌詞、靈歌、彼此對說、口唱心和的讚美主。』（以弗所書5：19）正好點出唱詩歌應有合神心意的態度。

反思：唱詩歌和唱卡拉OK，態度上有什麼分別？

如何享受現代詩歌

在中國的教會，信徒聚會多數會唱讚美詩、或小敏的迦南詩選1000首，而來自臺灣的讚美之泉也有很多不錯的作品。以前聽詩歌要靠盒帶或碟片，但現在網上詩歌資源豐富，在中國福音文藝網，輸入詩歌名稱就可以聽得到，十分方便。

以下提供一些實際的方法，讓你可以更享受詩歌：

- (a) 先瞭解詩歌內容，一邊唱，**一邊默想神的屬性和作為**；
- (b) 不一定唱出來，間中可以閉上眼，**專心聆聽**，別有一番韻味；
- (c) 一些**簡單的身體動作**可以幫助我們更投入詩歌的頌唱，例如閉目、有節奏的拍手、站立等；
- (d) 搜集自己喜歡的詩歌，放進資料夾，**自編詩集**；
- (e) **背誦詩歌**，可以隨時唱，敬拜神，甚至乎修改部分歌詞，讓自己更好表達敬拜之情，亦成為自己呈獻予主的祭物；
- (f) 在祈禱、讀經及靈修之前唱詩歌，**預備心靈**，集中精神；

- (g) 有感動負擔的話，可以參加教會詩班，用歌聲來事奉神；
- (h) 有些經文詩歌，歌詞全是聖經經文，再配上優美的音符，藉唱這些詩歌去學習聖經，例如『我向高山舉目』源於詩篇121篇，而『耶和華是我的牧者』由詩篇23篇改編過來。

難題解答

作為初信的信徒，你或許在崇拜上會遇上一些疑難，以下的建議希望能給你一點幫助：

	問題	建議解決方法
1	我覺得去教會敬拜有時沒有什麼特別的得著或者感動，十分平淡。	這是偏差和誤解的想法。敬拜應從神的角度出發，最重要不是信徒得著多少，感覺如何，而是神有否得到當得的榮耀。我們不應自我中心，追求在崇拜中有強烈感覺。
2	信耶穌之前我通常會較遲起床，很難建立每週日都回教會崇拜的習慣。	有些教會週日有多場崇拜，你可以選擇最合適的時間參加，配合你的時間安排，亦可以考慮相約熟絡的弟兄姊妹一同參加教會崇拜，有同行者相伴會比較容易建立習慣。
3	聽講道時容易打瞌睡，難集中精神，對講道經文不明白。	用筆摘錄講道的要點，精神會比較容易集中，亦可記下講道不理解的地方，聚會後向其他信徒請教。
4	很多詩歌我是頭一次聽，人家唱時，我跟不上，既捉不穩旋律，甚至壓根兒不懂得唱，我覺得挺難為情。	這不必太介懷，就算資深的信徒也未必首首詩歌都懂得唱。你可以先聽其他信徒唱，但留心意會詩歌內容，藉此機會默想神的屬性和作為，人家口唱，我則心和(以弗所書5：19)。
5	我不大理解為什麼每一次我們需要全體站立一同背誦主禱文，會不會有點機械化、儀式化？	主禱文是耶穌教導我們祈禱的範例，焦點在天國，順服在天父的管治之下。站立最能表達我們對神的崇敬，背誦主禱文能再一次提醒我們天國子民的身份，把我們的人生方向再聚焦校正在神身上。

- | | |
|--|---|
| 6. 我們現在在網上都可以聽講道和詩歌，在這樣的情況下，我們還需要回教會敬拜嗎？ | 舊約以色列人一同集體到聖殿敬拜神，神透過以弗所書表達祂對教會的心意(以弗所書4：1-16)。因此在教會現場，一同與其他信徒敬拜神，一呼一應，與及聚會後和其他信徒的相交團契，這些都不是透過螢幕光幕另一端的講道和詩歌所能比擬和代替的。 |
|--|---|

在地若天的敬拜

參予教會的集體敬拜，在地若天，預演將來天上大敬拜的景象，一窺天家的榮美。集體敬拜不單把我們的焦點校向天上，使我們輕看地上的得失，在靈性上更因神的話而『充電』、更新和觸動，以致我們可以更有力地走下去。

行動：願意你更多參予和投入教會崇拜，在當中遇見神，經歷神更多！



第九章
教會生活：團契真義



第九章：教會生活：團契真義

朋友對你重要嗎？你最要好的朋友是誰？是如何相識和交往？

我們在不同處境之下會結識不同朋友：在學校時我們有同學、工作時我們有同事，打球時我們有球友。那麼信主之後，你可有在教會結交到好朋友？有需要時，你會找基督徒朋友還是其他朋友幫忙和傾訴？

反省：你覺得你的基督徒朋友與其他朋友有什麼分別？

教會的定義

教會是一群彼此有生命關係的基督徒群體。而在新約聖經教會一詞的原來意思是一班由神呼召出來的人，聚在一起。在神眼中，教會非關乎建築物大小或外貌雄偉與否，而是以信徒彼此交往和關係為重心，達致團結有默契(團契)的境界。

神的心意想教會信徒建立生命關係，緊密如手足。所以，聖經教導我們教會屬於主耶穌基督，與祂連結，基督是頭，而教會就是基督的身體(以弗所書4：11-16)，我們信徒是基督身體上的不同的肢體(羅馬書12：3-8)。不但如此，肢體之間彼此諧協配合，互相照顧，如果一位肢體受苦，所有的肢體就一同受苦，無分彼此(哥林多前書12：14-26)。

基督徒群體獨特之處

『這樣、你們不再作外人、和客旅、是與聖徒同國、是 神家裏的人了。』(以弗所書2：19)在基督徒群體裏有一班人有著同一生命，擁有屬神兒女的身份，在神的統治(國度)下，成為一家人。在這個群體裏，我們可以作屬靈溝通、學習聖經、一起祈禱，互相安慰和鼓勵，這是別的群體所不

能提供的。一個人踏上信仰旅程，會很容易跌倒或放棄，但有友伴同路，彼此抵勵，分享分擔，走這段路頓覺容易得多（傳道書4：9-12）。只有在教會才找到這種屬靈分享、提醒和教導。



要瞭解一個人，看看他的朋友便可知一二。『近朱者赤、近墨者黑』，至理名言，我們深受我們身邊朋友的影響。『三人行必有我師』，信徒可以在教會找到許多益友良師，在他們身上可以學習基督徒生命應有的樣式，他們亦是我們敬虔生活的好榜樣。

『弟兄們、你們要謹慎、免得你們中間、或有人存著不信的惡心、把永生神離棄了，總要趁著還有今日、天天彼此相勸、免得你們中間、有人被罪迷惑、心裏就剛硬了。』（希伯來書3：12-13）基督徒群體更可以互相規勸監察，對付我們的罪，互勉共勵，過討神喜悅的聖潔生活。

反思：當你遭遇困難時，能時常得到弟兄姊妹的幫助、鼓勵和安慰嗎？

尋找適合自己的教會

選擇適合自己的教會十分重要，先決條件是信仰純正，注重聖經教導及實踐。如果該教會信仰偏離聖經教導，或者屬於那些異端，就要『敬而遠之』，免得受壞影響。一般而言，規模大的教會資源會豐富一些，但由於弟兄姊妹人數多，需較長時間建立關係；規模小一點的教會資源及不上大教會，但卻較容易去建立緊密的人際關係。

另外，最理想的是那間教會有你相熟的基督徒朋友，他們可以成為你的

『橋樑』，助你一把融入新的群體。離家不太遠，交通出入方便，能節省交通時間這個地理因素亦需要考慮，客觀上有利更多投入教會生活。

如果自己對參加那一間教會所掌握的資料不多，可以走一走捷徑，請教資深的信徒朋友，聽聽他們的意見，讓他們介紹適合自己的教會。如果你能跟隨帶你信耶穌的基督徒朋友，參加同一間教會聚會，那就最好不過了。

當你一選定適合自己的教會，就應專心全情投入，培養對弟兄姊妹的感情，不要輕率地離開教會。經常轉換教會聚會，並不健康，亦無益處。

行動：你在找尋合適自己的教會有沒有遇上困難？你現在有穩定地參加基督徒群體聚會嗎？有那一個團契或查經小組可供你選擇參加？

教會的不同聚會

教會由上而下神人縱向關係，與及人與人橫向關係交織而成。配合不同功能，教會舉行不同形式的聚會，常見的有：

向度(重點)	經文	不同形式的聚會	方向或向度
人與人橫向 對內關係 (團契)	『又要彼此相顧，激發愛心勉勵行善，你們不可停止聚會……』(希伯來書10：24-25)	參加小組或團契聚會、互相服侍、祈禱會、交誼、探訪等	
上而下神人 縱向 (教導)	『他所賜的有使徒、有先知、有傳福音的，有牧師和教師，為要成全聖徒、各盡其職、建立基督的身體…、得以長大成人、滿有基督長成的身量…凡事長進、連於元首基督』(以弗所書4：11-16)	查考聖經、參加主日學、培訓栽培班、其他各式訓練等	

下而上神人 縱向 (敬拜)	『你們要讚美耶和華、向耶和華唱新歌、在聖民的會中讚美他。』(詩篇149：1)	敬拜讚美神、參加詩班 (詳情見第八章)	
人與人橫向 對外關係 (服侍)	『所以你們要去、使萬民作我的門徒、奉父子聖靈的名、給他們施洗·凡我所吩咐你們的、都教訓他們遵守，我就常與你們同在、直到世界的末了。』(馬太福音28：19-20)	分享福音，對外服侍、社會服務等	

反思：你最喜歡參加以上那一項教會聚會？可有什麼障礙你可以為弟兄姊妹付出更多愛心和時間？

團契的精髓

團契指我們和其他基督徒朋友良好和緊密的關係。而以上許多教會橫向聚會，目的在孕育信徒間緊密團契和愛的關係。『又要彼此相顧、激發愛心、勉勵行善。你們不可停止聚會、好像那些停止慣了的人、倒要彼此勸勉，既知道那日子臨近、就更當如此。』（希伯來書10：24-25）聖經教導我們，應與其他基督徒朋友經常聚在一起，互相學習、服侍和交往，進深友誼。

如果我們孤單一人，走這一條信仰路，這並不是神原來的心意。相反祂十分重視信徒間彼此的關係，期望我們有**同一信仰良伴**，**同心同行**。有靈性友伴同行信仰路多麼美好！

團契精髓在**分享分擔**，分擔大家重擔，分享彼此生命，一同學習和實踐聖經，互相扶持守望。我們既要作一個細心有耐性的聆聽者，細聽弟兄姊妹(在教會信徒的統稱)的心聲心事；又要開放表白你自己，讓自己給其他人

深入認識和瞭解，接受別人的幫助。所以我很鼓勵你加入教會，與其他基督徒朋友一齊成長。

信徒應在以下三個層面有不同程度參與教會生活，加深弟兄姊妹的團契關係：

- (1) 宏觀：群體(周日教會崇拜、其他教會聚會)；
- (2) 宏觀：聚會點 (或團契小組)；
- (3) 微觀：個人(個別關心、接觸或見面)。

反省：你享受和喜歡與弟兄姊妹一起嗎？與你其他朋友社交聚會有什麼不同？

交友之道

『我賜給你們一條新命令、乃是叫你們彼此相愛、我怎樣愛你們、你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心、眾人因此就認出你們是我的門徒了。』（約翰福音13：34-35）耶穌要我們學去彼此相愛，而愛就是基督徒群體的標誌。

團契互助，尤如團隊隊工可以發揮更大作用。一根箭易折斷，但一束箭連在一起，就不容易折斷(傳道書4：9-12)。所以弟兄姊妹不要各自為政，各家自掃門前雪，反而應視他們為你的家人，發揮團隊效應，比個別單打獨鬥的力量總和更大。

友誼成長，一分耕耘，一分收穫。同樣地，在教會的土壤上，需要大家努力用『愛心』澆灌，用『時間』施肥，用『接納包容』修剪打理，團契之花的種子才可以漸漸萌芽、茁壯成長，直到花開燦爛的一天。

另一方面，結交基督徒朋友有如儲蓄金錢，在『團契銀行』開了個戶口，儲蓄朋友，點滴友誼在心頭，皆涓涓存入『帳戶』，用愛心和苦心經營，日子有功，基督徒朋友便愈來愈多，豐富你的生命。

以下列出一些促進信徒間團契友誼的建議，幫助你投入教會生活：

- (1) 如果你細心觀察別人，**主動服待其他人的需要**，就可以拉近與人的距離。我認識一位弟兄媽媽過身，教會弟兄姊妹主動幫忙，辦理後事，減輕了弟兄重擔，在這困難的時刻，窩心暖意湧上心頭；
- (2) 相交態度應是**信任、開放、坦誠和主動**。對人關心出於真情，不是好奇八掛。例如給情緒低落的弟兄姊妹一個溫暖問候的短訊，就像及時雨那樣寶貴；
- (3) 贏取別人友誼須付代價，**投資你的愛心**在其他弟兄姊妹身上。自我中心是基督徒群體大忌，不要讓弟兄姊妹感孤單，例如主動邀請較文靜和內向的肢體一同為其他人祈禱，是一個很不錯的破冰方法；
- (4) 教會聚會前後是關心和認識弟兄姊妹的黃金時刻，要在教會活動中實踐愛，所以在聚會前不妨早一點到，聚會後遲一點走，爭取機會交流。多一些與有心交往，共同長進的同性肢體私下接觸、會有很大幫助。我認識兩位教會弟兄大約每兩個月見面，傾心吐意，並一起祈禱，互相支持，這個習慣維持數年之久呢！
- (5) 互相幫助，彼此成為大家可動用的資源，自己亦成為其他人的資源，例如有基督徒朋友開放自己的家給其他人聚會，又免費替有需要的信徒子女教導學校功課、二話不說地幫助信徒搬屋，振臂一呼，一呼則『百應』……這幅互助互愛的圖畫何等美麗！
- (6) 如果自己性格較內向，可以學習講一些**促進與其他人溝通的說話**，容易打開話匣子，亦可表達你的關懷。例如『你現在心情怎樣？』、『你現時有什麼煩惱？』、『近來工作忙嗎？』、『有什麼地方我可以為你祈禱？』；及
- (7) 除要學說**愛的言語**外，我們亦要**學習聆聽**，在適當時候回應對方，鼓勵對方繼續分享。給對方足夠空間分享，不要太快下定論，或給人意見或解決方案。如果太快打斷對方分享，下次休想他會向你透露心聲。

反思：你經常有為弟兄姊妹禱告嗎？你曾如何付出努力改進和弟兄姊妹的團契互助關係？你懂得關心別人嗎？你願意讓別人關心你嗎？

難題解答

	障礙困難	建議克服困難的方法
1.	我剛剛信主，但生活很忙，不能每個週日回教會聚會。	回教會聚會的習慣需要慢慢建立。或許開始時先訂下較低目標，例如一個月兩次回教會崇拜，然後逐步增加，慢慢適應教會生活。當你體會參加聚會的得著時，往回教會聚會紀律問題便會不復存在。
2.	我覺得教會環境陌生，不容易適應，與其他人毫不熟稔，很難打開話匣子。	初信朋友覺得教會環境陌生，這是正常和普遍的。一如初初處身在其他不熟悉的環境，我們需要一段時間熟習，最重要是逐漸有進步，可以從關心其他弟兄姊妹的現時需要或瞭解對方的工作或興趣打開話題。
3.	我自己性格內向，為人低調，很難與人在短時期混熟。	由熟絡的基督徒朋友引薦和協助下，會較容易打進教會人際關係的圈子。只要懷著一顆倚靠神和對弟兄姊妹開放的心，我們便能經歷神改善自己性格上的缺陷，逐步和其他人建立團契關係。
4.	我參加的教會聚會人數雖多，但流動性大，很難與他們熟絡，沒有多大歸屬感。	可以嘗試選擇與個別一兩位較投契或者較熱情外向活躍的弟兄姊妹，建立深入關係，逐步建立友誼網絡。多一些教會聚會以外的接觸，幫助甚大。歸屬感須長時間建立，不能一蹴即至。

5.	我怕分享自己，不知人家怎樣看我，影響我的形象，又怕給人傳開去，所以在聚會中我還是沉默是金好了。	不習慣分享自己是可以理解的。你可以選擇你最信任的弟兄姊妹，逐步開放自己。請你記住，開放分享自己是拉近與別人距離的良方。另外，由資深的肢體先主動分享他自己，細心聆聽人家分享，先作榜樣，亦可帶動教會分享風氣。
6.	我參加的教會很多專業人士，非富則貴，而我只個普通的低層文員，壓根兒在背景、話題、興趣、平日消費上與他們格格不入，有時很難與他們溝通，會感到自卑，自慚形穢，所以聚會完後我會立刻走，留下來覺得混身不自在！	根據雅各書2：1-7的教導，教會上下不應憑外貌待人，對人應一視同仁，無分彼此。另外，我們應注目多一些我們共通的地方：我們同樣是蒙耶穌拯救的罪人，同屬同一位神的兒女，這個共通之處，比地上短暫的區別差異更重要。有需要時要尋求別人幫助理，減少對人家的偏見和意見。
7.	我很怕教會內部的是是非非，分黨分派。	神不喜悅教會分黨分派，『凡事不可結黨、不可貪圖虛浮的榮耀，只要存心謙卑、各人看別人比自己強。各人不要單顧自己的事、也要顧別人的事。』（腓立比書2：3-4）。如果問題嚴重到影響弟兄姊妹間的關係，就需要教牧同工協助調停。若果效果不彰，也許你要祈禱是否需要離開，到別處聚會。
8.	君子之交淡如水，楚河漢界各不需。	教會是我們學習實踐愛的地方，學去與不同背景性格的弟兄姊妹融合相處，在當中磨練我們的愛心。如果抱這樣的態度，是神不喜悅的，亦會錯過團契生活的甜蜜。切實彼此幫助，互相關心，是最好打破人與人之間的冰牆的方法。

反思：你與其他基督徒朋友的關係有進步嗎？誰是你最要好的基督徒朋友？怎樣維持你們的團契互助關係？

成長故事

J弟兄文化水平甚高，人生閱歷豐富，人到中年才信耶穌。在朋友介紹下，參加一間教會聚會。除週日上午出席教會崇拜外，還抽空參加週六下午的教會聚會。

起初J弟兄覺得並不容易適應教會生活，一來相熟朋友不多，中年人不容易打開心窗分享自己；二來教會姊妹居多，溝通有點障礙，在聚會時總不是味兒。雖然如此，J弟兄仍盡力堅持參加聚會，默默付出，投入教會生活。

在教會一段日子後，機會終於來了。J弟兄十分喜歡讀聖經，並且有心鑽研。在偶然機會下，他得悉教會原來有一班弟兄，定期在教會聚會之前一同查考學習聖經。J弟兄毛遂自薦下參加他們查經。他發現與這班弟兄十分投契，每次查經得著甚多，非常喜樂。透過這個聚會，逐漸與弟兄們熟落，有助他投入教會生活，這個小組成為J弟兄融入教會的重要橋樑，最後他還在這間教會接受浸禮。

K弟兄回憶他初信時，團契關係對他幫助極大。他既可以從其他人身上學習聖經和真理，亦可以分享自己的感受，在愛的團契中彼此豐富生命。人人社交能力不同，但每位信徒皆需要學習與不同背景的弟兄姊妹相處，開放自己，花心思，用愛心建立團契關係。在弟兄姊妹的人生關鍵時刻出席支持，例如婚禮、洗禮、畢業禮等，對人際關係的建立，裨益甚大。

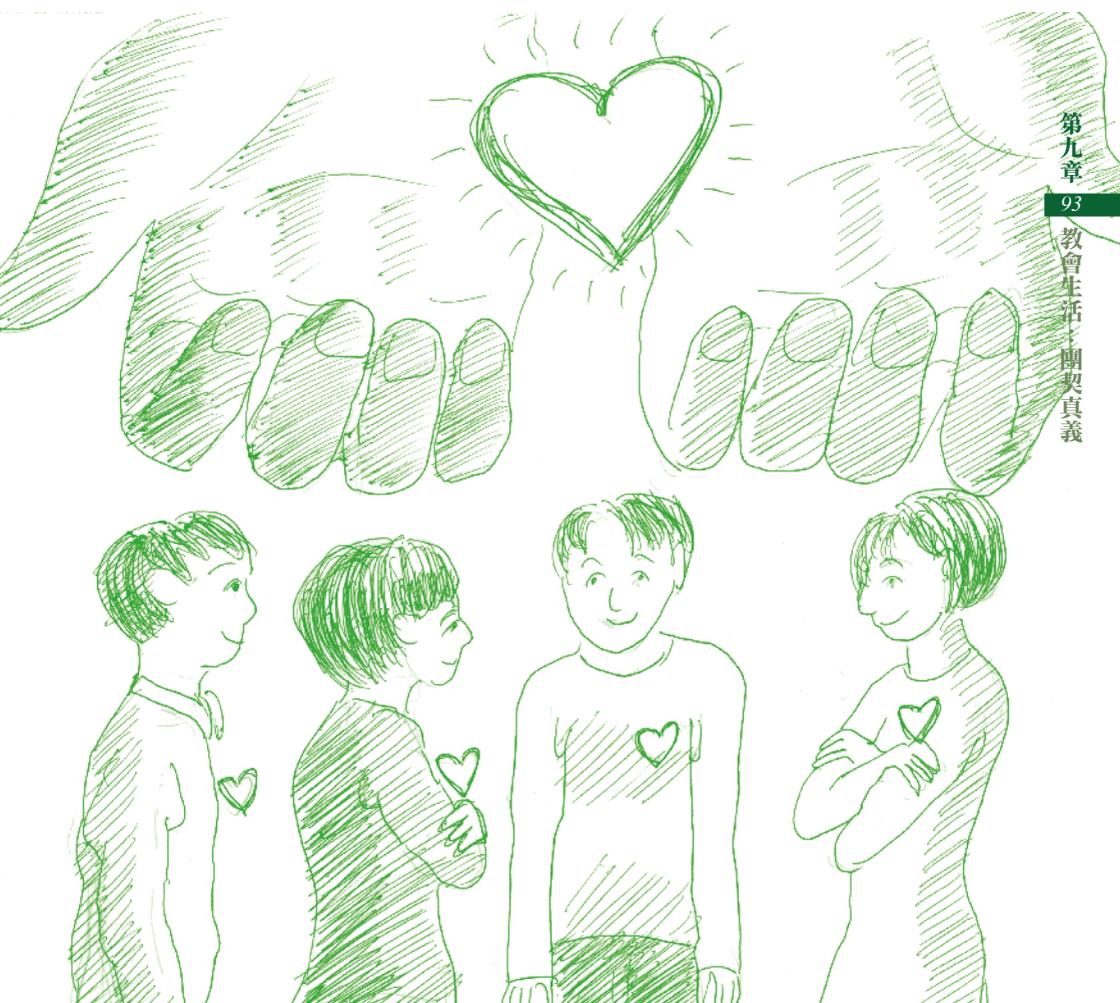
K弟兄信主多年，經歷了團契的甜蜜溫馨。他父親過身時，很多久未見面的弟兄姊妹均出席了安息禮拜，教他意外，深感神的愛。肢體為他慶祝生日、彼此代禱、病榻中的問候，甚至乎物質的支持，解決實際生活難題等，幕幕情景，幾十年以來仍在腦海中蕩漾，永誌難忘。

反思：假如因各種原因，沒有基督徒在你身邊，你的基督徒生活將會變成怎樣？

教會的精髓：愛

教會最吸引人之處，就是愛！鼓勵你早日找到合適教會，並積極參加教會各項活動，投入教會生活。願教會成為你的屬靈之家，當中找到愛、溫暖、鼓勵……與其他信徒成為一家人，情如手足，親如親人。

又願你能享受更多團契之樂，結交更多靈性知己，進深你們在基督裏的團契關係，彼此相濡以沫，從中體會神的愛更深！



第十章
為主作見証：分享好消息



第十章：為主作證：分享好消息

與協助公安調查，擔任證人相似，我們信了耶穌，要『挺身而出』，當上耶穌的『見證人』，向其他人如實報導你所認識的耶穌。信徒不應隱藏自己，反而要積極地向別人分享我們信耶穌的事實。我們活像穿上制服的員工，『披戴』了『工作單位』的形象，一舉一動、一言一行，都代表了耶穌。

見證主的定義

廣義而言，見證主就是向別人表明你是基督徒，因信耶穌成為神的兒女。並通過你本身的經歷和你的生命行為，讓其他未信耶穌的朋友家人，認識耶穌，使神得榮耀。

『但聖靈降臨在你們身上、你們就必得著能力，並要在耶路撒冷、猶太全地、和撒瑪利亞、直到地極、作我的見證。』（使徒行傳1：8）神要我們無時無刻、何處何地都作祂的見證人，承認自己基督徒身份，毫不含糊。

如果我們在人面前拒絕認耶穌是我們的主，後果堪虞！因為耶穌說過：『凡在人面前認我的、我在我天上的父面前、也必認他。凡在人面前不認我的、我在我天上的父面前、也必不認他。』（馬太福音10：32-33）我們在人面前不認耶穌，耶穌將來也不認我們，自食其果！

見證主的動力

我們要向其他人介紹耶穌，帶他們來到神面前，叫人認識耶穌。為主作見證是神給我們的命令，對方的反應或對福音有興趣與否，我們負責不來，亦在我們控制範圍之外，但神要我們在這方面忠心，努力不懈。

基督徒既身為福音訊息的載體，更是福音的大使，以身、心、言、行傳揚福音訊息。透過我們的生命讓人見到在我們背後的是怎樣的神。與眾不同，生活有力，生命有愛，這才是基督徒的樣式，這樣我們才能吸引別人進一步認識耶穌！



另一方面，除了實踐神給我們的使命外，見證主應從『其他人利益』的觀點和動機出發。你認識了福音的好處，也想跟其他人分享，使他也同嘗福音的好處。我們的生命因耶穌改變，神已拯救了我們，照亮我們的生命，你是否願意為神點燃你自己的生命蠟燭，照亮黑漆漆的世界？如果更多的生命蠟燭燃亮，形成燈海，照遍四方，驅走世間的黑暗，這是多麼美好！

反省：為什麼神十分重視我們要在其他人面前承認祂是我們的主？

不同種類的見證

就見證的形式而論，見證主可以分為**直接用口述**和**間接以身傳**兩大類。

耶穌到了一處名為格拉森的地方，醫治一個被污鬼附著的病人。之後，耶穌『對他說、你回家去、到你的親屬那裏、將主為你所作的、是何等大的事、是怎樣憐憫你、都告訴他們。那人就走了、在低加波利、傳揚耶穌為他作了何等大的事、眾人就都希奇。』（馬可福音5：19-20）這就是口述見證，直接向人宣揚神在你身上奇妙的作為，與及你經歷神的真實故事。

我們不單要向人承認耶穌是我們的主，更要告訴人家神如何改變我們，我們怎樣經歷祂的慈愛、大能和信實，與及神怎樣參予我們的生命。訴說自

己的真實故事和經歷，使神得榮耀！

另一方面，除用口述，直接向人家介紹主外，我們更可以自然流露神的愛，以身分享見證和愛的訊息！『你們的光也當這樣照在人前、叫他們看見你們的好行為、便將榮耀歸給你們在天上的父。』（馬太福音5：16）我們像一束光，以愛心善行照耀世界。藉我們的行為和生命傳達耶穌是怎樣的神，讓人在我們身上看見神，像是『無言』的言語表達，吸引人去追尋信仰。

就見證的內容而言，可分為**得救見證**及**生活見證**兩類。前者講述你怎樣相信耶穌及之後的生命改變；後者分享我們如何在日常生活中經歷神，例如神應允我們禱告，給予我們安慰和平安等。隨著我們屬靈長進和經歷，這種見證故事會愈來愈多和豐富。

關於見證的內容和形式種類，可參看圖一。

撰寫得救見證

有一次，耶穌治好了天生盲眼的病人，使他重見光明。後來，這位原本的瞎子，向其他人述說耶穌怎樣改變他：『他(耶穌)是個罪人不是、我不知道，有一件事我知道，從前我是眼瞎的、如今能看見了。』（約翰福音9：25）因此得救見證包括三部份：**信主前的境況**、**信主的經過**和**信主後的改變**。

為更好的預備為主作見證，我提議你寫下你的得救見證，然後找機會向別人分享。我們要常作準備，隨時隨地為主作見證，而講述個人得救的經歷是十分有力的見證主的方法（彼得前書3：15）。

當你撰寫你的得救見證時，有幾個地方值得注意：

- (1) 精簡地寫下要點便可，不用長篇大論，務求在三至五分鐘內講畢，分享具效率；
- (2) 見證重點在耶穌在你身上的作為，儘量用『我』第一身陳述；

- (3) 可在適當地方引用一兩節聖經經文，加強見證的力量；
- (4) 撰寫得救見證最重要原則是真實，千萬不要誇張失實，切忌浮誇，作假見證既欺騙人，又得罪神；及
- (5) 向別人分享得救見證時態度宜謙卑坦誠，把你的真實遭遇和經歷娓娓道來，但不要講得太長，或者誇誇而談，否則效果適得其反！

為協助你組織你的得救見證，我把得救見證的建議格式放在圖二，以供你參考。

行動：環顧你身邊的家人、朋友，你最想首先為主作見證的是誰？你計劃怎樣開始，何時行動？

難題解答

	問題疑難	建議解決方法
(1)	很難向家人開口說我週日回教會聚會，向家人透露我已信耶穌就更難於啟齒。	一個較自然的方法是先放本聖經在家裏的當眼處，祈禱求神給你自然的機會向家人表白信仰。萬事起頭難，但根據很多基督徒的經驗，愈早向家人表白，愈早覺得釋然和自然，如釋重擔。
(2)	我不習慣在家裏讀聖經和祈禱，我怕給家人看見和聽到。	這主要是心理障礙，祈禱求神給你勇氣和信心去做。只要你肯試一次衝破內心樊籬，在家裏讀聖經和祈禱，就可以把疑難迎刃而解。家人問起，你可以『順水推舟』，說是為家人的福祉而祈禱（這當然須是真實的）。
(3)	我很怕在人面前謝飯，很難為情，怕給家人問長道短，混身不自在。	你可以祈禱，求神給你力量和膽量去面對這個場面。有了開始就會慢慢適應和習慣，衝破心理關口。如果有人問你為什麼謝飯，你可以這樣說笑打岔過去：『我剛才多謝天父，因為桌上的食物色香味俱全！』一石二鳥，利用這個機會進一步見證主。

- | | |
|---|--|
| (4) 我不習慣向人講見證，怕尷尬，亦不喜歡向陌生人表白自己，分享自己的過去。 | 講見證時應把重心放在耶穌身上，而非自己：因為耶穌愛我，所以我很樂意向其他人介紹祂！讓神得榮耀和人得益處。第一次向人講見證，可以和其他信徒一起，減輕自己的壓力，分擔你的緊張。 |
|---|--|

反省：你在見證主這方面稱職和忠心嗎？曾遇上什麼困難？未準備好還是未接受訓練？

成長故事：得救見證例子

這次輪到我分享我的成長故事。

信耶穌之前

我中學時代專注讀書，以考入大學為目標，付出無窮心力去應付考試。當時有同學帶我去教會，但由於短視，不大肯去思索人生問題，所以感動不大，亦無追求信仰的心。間中課餘我和基督徒同學討論信仰問題，但他「說服」不了我。困惑我腦海多年的問題是，信徒所講全以聖經為依歸，但聖經的權威又建立在甚麼之上？

神怎樣帶領我信主

我考入大學，功課擔子輕，給我不少空間發展，包括人生意義的尋索，而且我開始思索：「為何我要生存？存在到底有什麼意義？」當時運用從大學學回來的批判思考，來反覆檢視我當時所抱的理想和價值觀時，我發現當時所抱的絕非終極意義，理想及價值觀一下子崩潰下來。個人理念危機下，頓覺失落，十分痛苦，如大海中的浮萍，四處無岸，何以為依？

為尋找那終極答案，我開始主動找基督徒談信仰，問他們為什麼接受基督信仰，為什麼這是終極意義？他們為何及如何信主？基督信仰是否可行，是否可以落實為可靠的人生座標？經過幾次傾談，我似漸漸「軟化」了。在他們鼓勵下，開始找一些書讀，「千載懸疑」和「信仰的邏輯」兩本書對我幫助甚大，我已不能否定聖經的權威，為日後信主奠下理性基礎。其中一位

舊同學介紹我讀羅馬書，當讀到七章十八節：『我也知道在我裡頭，就是我肉體之中，沒有良善。因為立志為善由得我，只是行出來由不得我。』「見」到人良心與情慾交戰的情景，甚有感應共鳴，亦承認自己內心常有類似的掙扎。當時心中驚歎；誰人對人性有如斯驚人的洞察力，能看穿人內心良善與罪惡的爭鬥，除非是神。

輾轉之間我在一次教會聚會後決志信主，當時有點戰戰兢兢，不知如何是好，因為經過半年多的尋覓掙扎，終於下了決定，縱然信心還是很小的，所知亦不多。

神大能怎樣改變我

信仰給我影響很大，神大大改變了我，這些轉變是逐漸的、逐步的。

(1) 主動欣賞世界的視角

信主帶給我一個懂得主動欣賞生命的視角，改變了我以前稍為悲觀灰色的人生觀。信主後，頓覺這世界美麗許多，嘗試去感覺從小處或大自然裏欣賞神奇妙的作為，與及珍惜生命中所體驗的種種真、善、美。更感受到神的愛不單在十字架上彰顯，而是每天每刻都環繞著我，愛我愛得無微不至。我從未試過對生命有如此豐盛滿足的詮釋，人也比以前快樂。因此更懂得去欣賞、珍惜、享受、感謝神給我的一切。

(2) 提高對罪的觸覺

在聖靈提醒下，信主後我顯然對罪的觸覺提高了。若不透過讀聖經，竟不發覺自己犯這樣多罪：自私，自我中心，包容和忍耐不足，愛心不夠。自知自己善妒的缺點，而妒忌和器量窄淺帶給我不少痛苦，但神時常有提醒，縱然我到了今天仍未能全然倚靠神而剋勝妒忌，但起碼我比以往醒察，也有了改善。

(3) 人生找到方向和目標

信仰使我知道永恆價值和終極意義何在，追求神、跟隨神、事奉神方為人應邁進的方向，我不用再在十字路口徘徊，因我深知我應向何處去，人生亦顯得積極。因我深信，我所作的，包括與神相交，讀經禱告，分享福音，栽培肢體，有崗位或無崗位的事奉，全部都具永恆價值，且為神看重。因著神的大愛，我亦願意能將自己一生奉獻回應神的深情。信仰使我人生的方向舵為之一轉，保羅在腓立比書3:13-16節的金句更時刻提醒我。

(4) 神緊緊的帶領我

信仰使我們罪人與神在生命上相觸，這幾年更深深感受到神緊緊的帶領我。由禱告蒙應允，從經文經歷神，到禱告、靈修、唱詩崇拜時與神親近，實在覺得神與我有關係，神並沒有遺棄我，反而時刻在我身邊來幫助我，安慰我，憐憫我。聖經上確實記載神與我同在的應許（馬太福音18:21、以賽亞書41:10、雅各書4:8）！神真的容讓我去經歷祂！

分享生命

在我們生命和生活去見證主，反映神在我們身上的作為和榮耀，這是何等榮幸和光榮的任務！我們竟可以當上耶穌在地上的代表，『穿上』耶穌的制服，展現在人前，分享我們的生命！

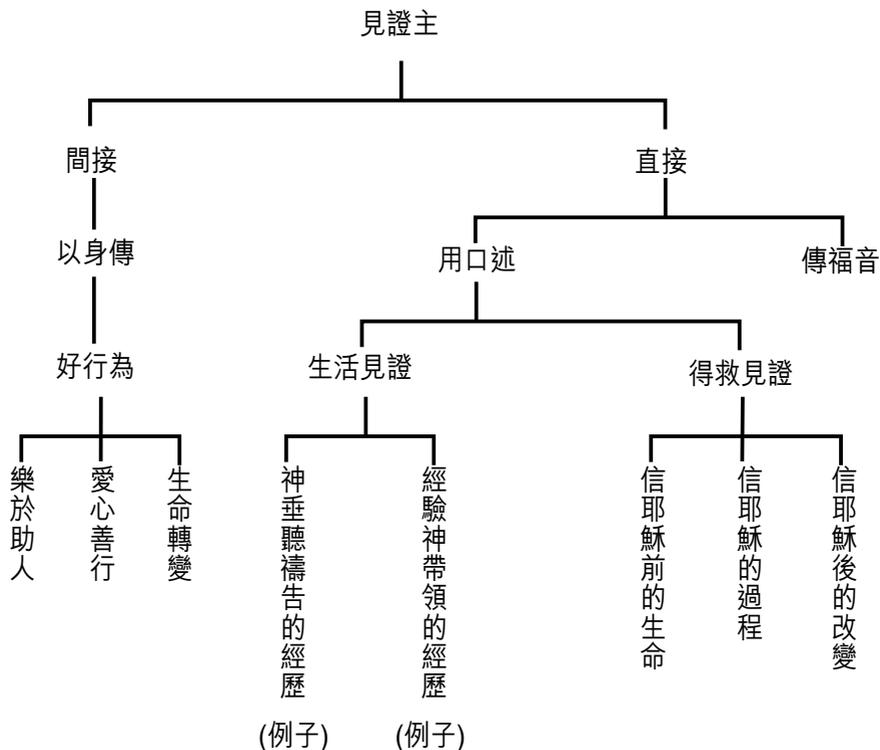


行動：你是否一位忠心神 的見證人？現在讓我們一起向其他人勇敢和興奮地見證主，分享我們的奇妙故事！

延伸閱讀

《個人佈道：得人漁夫》

見證主的不同種類和形式



我的得救見證

(一) 信主之前

我的背景（家庭、朋友、教育、興趣）是	
我是這樣的一個人	
那時我認為人生最重要的是	
我對耶穌的態度是	

(二) 信主過程

我開始察覺需要信仰是因為（聚會、朋友、事情、媒介）	
我認識我生命之中（我自己、與人關係、神）	
福音訊息使我	
我知道耶穌基督是	
當時我的掙扎是	
但我作了這樣的決定，因為	

(三) 信主之後

我頓時覺得	
之後我的轉變（與人關係、價值觀、習慣）	
我正開始做	
雖然我仍要克服	
當時掙扎是	
但是我相信	

第十一章

尋神旨意：人生引導



第十一章：尋神旨意：人生引導

現代很多汽車都安裝了GPS 電子導航系統，內藏地圖，祇要選擇好目的地，跟隨系統的指示，就可以順利地駛抵目的地。我們的人生何嘗不需要這種『電子導航系統』，指引我們神的旨意，以致活在神的帶領計劃之下？

神的旨意的類別

神對世界、世人甚至每一位信徒都有其心意和計劃，這便是神的旨意了。一般而言，神的旨意可分以下三大種類：

神旨意的種類	對象	例子	經文
彰顯神的權能	宇宙世界萬物	宇宙創造、世界運行、萬物結局、世人救恩計劃	希伯來書1：3 彼得後書3：10
道德	人類	生活、道德層面、行事為人，例如饒恕、愛人如己等	帖撒羅尼迦前書5：16-22
個別特殊	每一位信徒	神在每一位信徒一生的帶領	箴言3：5-6

本章針對第三種神的旨意。神已經給我們足夠的智慧，去處理生活細節（例如今晚應弄什麼菜、應買什麼日常用品等），祇要我們繼續保持與神密切的關係，就不用特別花心力去尋求這方面的神的旨意。但是，在人生很多轉捩點，諸如工作、戀愛婚姻、搬遷、人生方向、家庭等人生大事，認真的信徒會特別努力尋求神的帶領，以免走岔路，誤入歧途或者走了冤枉路。

引導我們人生的神

我們尋求神旨意的憑據是神引導人的屬性。『你要專心仰賴耶和華、不可倚靠自己的聰明，在你一切所行的事上、都要認定他、他必指引你的路。』(箴言3：5-6)



神不單是為我們的罪釘十字架的救主，祂更是願意引導和帶領我們一生的神。神在我們的一生已經訂下獨特及美好的計劃，並樂意向我們顯明祂的旨意和帶領，引領我們前行。能活出神在我們身上的計劃是最美好的，但我們須跟從聖經和一些屬靈原則，去尋找神在我們一生的帶領和旨意。

舉一個舊約例子。神帶領以色列人離開為奴之地埃及，進入曠野，步向應許之地迦南。在40年的旅途中，神在天上用火柱雲柱引導以色列人進退：雲彩在那兒停住，以色列人就在那裏安營；早晨雲彩在會幕收上去，以色列人就起行，從無間斷(民數記9：15-23)。同樣地，神在我們生命途程預備了『火柱雲柱』，成為可靠的人生路標，引導我們前進。

反思：你渴不渴想尋找神在你身上的旨意？你知不知神想你下一步怎樣行？

尋求神旨意的基石：聖經

聖經是我們尋找神旨意最重要的根據，因為神所有一般和最重要的旨意全都記載在聖經裏。當到達人生關口，思考神的引導時，我們第一個問題要問：聖經給我在這件事上有什麼原則？不符合聖經原則的做法和想法，一定不是神的心意。一位任職會計文員的姊妹，老闆要她造假帳，這完全違反聖經要我們誠實不說謊的原則，所以姊妹二話不說，堅決地拒絕。再者，出於

貪婪而挺而走險，犯搶劫或盜竊罪，這一定不會是神的心意。

所以，要掌握和敏銳神的帶領，必須深入認識聖經，可以說我們手上的聖經基本上是神給我們的屬靈定位儀或導航系統，是我們生活和人生的最高和首要指引。聖經中**直接的命令**可以給予我們清晰的人生指引，但倘若要考慮的事情沒有有關直接聖經命令作指引時，我們可以根據以下兩項聖經原則考量，才作決定：

聖經原則	反省問題	經文
榮耀神的原則	我這樣做能否榮耀神？	哥林多前書10：31
愛的原則	我這樣做是否行在愛中，能為別人帶來益處？	哥林多前書10：23-24 以弗所書5：2

反省：你熟悉聖經嗎？你對神透過聖經給你人生指引是否深信不疑？

尋求神旨意的其他原則

我們信徒雖然看不見神，但仍然可以接收神所發的『訊號』，從而『聽』到祂的慈聲呼喚，與及『見』到祂手所指給我們前行的方向。連同聖經的教導，尋求神旨意共有8個原則，亦可分**內心**和**外在因素**兩大類，表列如下：

	類別	原則	說明	經文
1	外	聖經的教導	預備所作的決定和行為，應符合聖經的教導，最少沒有違背聖經原則。	約翰福音 14：21
2	內	自己的禱告	就所要作的決定，誠心和認真禱告，聆聽神的聲音。所牽涉的事情愈重大，所需要禱告等候的時間愈長。	馬太福音 26：39
3	內	聖靈感動	倘若禱告的方向合符神心意，必定能在禱告中，經歷從聖靈而來的感動，並且信念越來越堅定，不會忽是忽非，朝秦暮楚。	哥林多後書13：14

4	內	平安感覺	經過長時間禱告後，看看內心平安感覺是不是愈來愈強烈。如果心裏欠缺平安，這或許是來自神攔阻的訊號。	腓立比書 4：6-7
5	內	恰當動機	必須時常檢查自己的內心，有否不良的動機，出於惡念的一定不符合神的旨意。	詩篇139： 23-24
6	外	環境帶領	如果符合神的心意，神會開路，容讓客觀環境改變和轉變來配合。	詩篇127： 1-2
7	外	屬靈長者意見	屬靈長者屬靈生命成熟，屬靈經驗豐富，更敏銳神的帶領，因此他們的意見很多時具參考價值，十分寶貴。	箴言15： 22
8	外	其他弟兄姊妹的代禱	請求其他弟兄姊妹為你代禱。如果合神心意，神會把同樣的意念和感動放在不同信徒的心中，同感一靈。	馬太福音 18：19

反思：你真的深信神在你身上有最美好的計劃，並且引導帶領你一生？你有試過運用以上的屬靈原則來尋找神的旨意嗎？如果有，請分享你的經驗。



尋求神旨意的先決條件

運用以上8種原則去尋求神心意時，還有幾個重要地方須多加留意，不然就有『捉錯用神』之虞：

- (一) 以上各項原則和考慮因素要**平衡**，不應太偏重某一兩個原則，就莽然下決定。例如單憑心中有平安感覺便斷定合神心意，容易流於主觀，武斷，風險甚高。**各方面的因素須配合兼顧**，方為謹慎的上策，中國名諺所云：『天時、地利，人和』；
- (二) 尋求神旨意須要**多方驗證**(羅馬書12：2)，尤其牽涉重大事情，因此不能愴悴，匆匆忙忙下決定。例如要短時間之內分清內裏的是聖靈感動還是屬肉體的衝動，一點也不容易。雖然所花的考慮時間長不一定帶來更符合神旨意的決定，但我們應給予**適當的時間**讓聖靈動工，和透過主觀和客觀的因素來**印證神的帶領**；
- (三) 很多信徒獨斷獨行，多憑直覺衝動做事，更祇憑一己的感覺，鮮會**諮詢別人的意見**。錯過神透過屬靈長者給予我們的保護，結果往往焦頭爛額。某程度來說，把自己關注的事情公開，讓成熟信徒為你代禱，給予你敬虔的意見，是神給你的「安全剎車系統」。舉例很多弟兄姊妹臨到結婚前最後一刻，才告之教會，在這種情況底下，牧者又怎能作婚前輔導，給予寶貴意見？這些婚姻多以失敗收場，叫人可惜；
- (四) 單單知悉神的旨意不夠，我們還需要有一顆**願意順服神的心**(羅馬書12：1 加拉太書2；20)。打個比喻，未信主前我坐在司機位駕駛我的『人生小轎車』，但信主後我須把主權交上，讓出司機座位，由耶穌來駕駛；
- (五) 我們要經常**保養心靈**的屬靈定位儀或導航系統，不會因『故障』影響我們接收神的訊號。所以，**與神保持親密關係**，就能時刻敏感神的帶領，不容易踏錯步，走彎路。反過來說，如果靈性陷低潮，時間又緊迫，所作的決定是否合神的心意，風險更大。

難題解答

作為初信者，你或許在尋找神的帶領上會遇上困難，以下建議的希望能給你一些幫助：

	問題	建議解決方法
1	基督徒可以做生意嗎？	神容許信徒做生意，但須按照聖經原則來幹。很多弟兄覺得打工沒出色，所以常想做生意，來深圳『為了人民幣，為了出人頭地』，想早日五子(房子、妻子、兒子、鈔票子、車子)登科，動機不良，輕率魯莽做生意，往往虧本而回。
2	尋求神旨意與求神問卜有什麼分別？	神是又真又活的神，我們可以與神溝通，對神有認識，既可以經歷聖靈工作，又有聖經客觀指引。所以這與中國民間傳統迷信式的求神問卜，有天淵之別，雲泥之判。
3	在緊急的情況下要下決定，怎樣夠時間尋求神旨意？	做錯決定，往往很難回頭。所以如果情況容許的話，應儘量拖延，爭取時間運用上述各種屬靈原則去尋求神帶領，事情發展盡在神掌握當中。在緊急的情況下所做的決定，往往出於人意，日後可能會後悔。
4	怎樣去區分來自聖靈的感動、還是出於人意的衝動？	來自聖靈的感動，除必須符合聖經外，通常會持久，不受環境心情影響，聖靈的感動亦會愈來愈強烈和肯定。而衝動來得快，去得也快，亦受制於環境和心情。

生命故事：尋求神旨意的例子

L姊妹標梅已過，年過30，仍然嫁杏無期。孤身一人從河南家鄉來深圳打工，節日時難免感到有點孤單感觸，形單隻影。對婚姻大事感受到壓力，一方面父母家人經常『真情關懷』，相親介紹；另一方面教會其他已婚姊妹不斷『溫馨提示』，叫人不勝其煩，內外交困。

L姊妹十分長進，並決定在人生大事上積極尋求神帶領，且深信神為她預備的配偶才是最好的，帶來幸福的婚姻。這幾年來有許多『機會』，但全部都是沒有基督信仰的『外邦人』，雖然有些人在各方面的條件很不錯，但L姊妹堅持信與不信不能同負一軛的分別為聖的聖經原則（哥林多後書6：14-18），不為所動，斷然拒絕。

另一方面，L姊妹常常為自己的婚姻禱告，求神預備她的心和愛主的弟兄。姊妹十分好學，經常參加教會聚會，熱心事奉，參予詩班，帶領慕道洗禮班。L姊妹一直有閱讀關於戀愛和婚姻的屬靈書籍，裝備自己，亦謙卑地與成熟姊妹商量將來的婚姻，並一同禱告，尋求神心意。這些皆豐富了她單身的生活，絕不顧影自憐。

過了兩年，神終於開了通達的門，L姊妹在教會結識了一位江西弟兄，彼此觀察，安靜等候神的引領，亦有諮詢屬靈長者意見。弟兄雖然在外表和經濟的條件算不上突出，年紀亦較大，但同樣是愛主積極屬靈長進。L姊妹患病時，弟兄天天清早為姊妹煲藥，並踏單車送藥往姊妹處，令姊妹感動非常，良藥苦口，但卻甜上心頭。

經過兩年交往，接受教會傳道人婚前輔導後，兩人確定神的帶領，對方是神為自己預備的配偶，既有天時，復有地利和人和的印證帶領。終於在教堂結婚，一生一世走在一起，建立基督化的家庭。

反省：L姊妹運用各項屬靈原則尋找『意中人』（合神心意的婚姻伴侶），她的故事給你什麼關於尋求神旨意的啟迪？

人生導航儀

聖經和聖靈就是神給我們最好和可靠的人生導航儀，啟動這個導航儀，我們便不會迷路誤途，並邁向豐盛的應許之地。願意我們一生活在神的旨意當中，永不偏離航道。

行動：此時此刻你需要在那方面尋求神的帶領？你怎樣活用和實踐這章所教導的屬靈原則？



延伸閱讀

季劍虹等：《要明白主的旨意》金陵協和神學院1996年7月

《如何認識神的旨意》中國基督教兩會信望愛小叢書第二輯2004年7月

第十二章

豐盛生命：不斷成長



第十二章：豐盛生命：不斷成長

你信耶穌已有好一段日子，如果稱初信耶穌的朋友是屬靈嬰孩，你可有定時吃『靈奶』，『屬靈』身體可有長大，靈命可是茁壯？

你滿意你的屬靈長進的速度嗎？我們來到這本書的尾聲，讓我們一起來檢討你的進展吧！並一同前瞻，展翅高飛。

反省：你想不想繼續不斷成長？願不願為此付上代價？決心有多大？

屬靈生命成長

『你們既然接受了主基督耶穌、就當遵他而行，在他裏面生根建造、信心堅固、正如你們所領的教訓、感謝的心也更增長了。』(歌羅西書2：6-7) 信耶穌不是拿了『天堂通行證』便算，神想我們的屬靈生命繼續成長，邁向成熟，像一顆健康的樹不斷生長，對神的信心和感謝與日俱增。

神的心意想我們與祂愈來愈親近，更多地活出神的話，生命內外有轉變，在性情品格上愈來愈像耶穌。

在信仰長途的跑道，永遠向前，因不前進就退後、落後。我們要進步成長，與神建立親密關係，才能結出生命豐盛的碩果，果實纍纍(約翰福音15：7-8、詩篇1：2-3)。與神建立親密關係，能為我們屬靈生命成長打穩了基礎。如同建房子，首先必要打好地基，如果地基不牢固，蓋上去的房屋就會不安全。

反思：信仰的路是永遠向前，永不停步。你渴不渴想屬靈生命成長？願不願意付上代價？屬靈生命成長的動力在那裏？

『營養不良』的惡果

『看你們學習的工夫、本該作師傅、誰知還得有人將 神聖言小學的開端、另教導你們、並且成了那必須吃奶、不能吃乾糧的人。凡祇能吃奶的、都不熟練仁義的道理、因為他是嬰孩。』（希伯來書5：12-13）希伯來書作者指責當時有些信徒，雖然接受信仰有一段日子，但無心成長，只能餵之以奶，不能吃乾糧，硬長不大。已屆中學生的年紀，卻只能教小學生教材，進度落後。

同樣地，如果我們懶惰，不努力長進，不吃靈糧，就永遠長不大，祇能長期吃奶，當屬靈嬰孩，永遠停留在需要別人餵養的地步，這是神不喜歡的，亦錯過神給我們豐盛的生命。久而久之，輕則像耶穌教導撒種比喻中落在荊棘裡的種子，被世上的事纏累，結不出果子（馬太福音13：7、22），靈命停滯不前；重則與神疏遠，走回頭路，面臨信仰崩潰邊緣，愈來愈模糊是否清楚得救。

有些信徒信主後生命仍然一團糟，對屬靈事物漠不關心，不感興趣，一竅不通或一知半解，繼續沉溺在罪海慾潮，不能自拔，生活一塌糊塗，得過且過，混混噩噩過日子。我們應以此為鑒戒，不要重蹈他們的覆轍。

反省：為什麼神重視我們屬靈生命的成長？上述歌羅西書2：6-7和希伯來書5：12-13所描繪的兩篇不同的圖畫，那一幅較接近你目前的屬靈生命情況？



屬靈生命成長的『測試劑』

落葉便是秋，遇雪便知冬。同出一理，成長中的基督徒應有內外樣式，讓我們可以看得見或感受得到，屬靈的外表應有實質的屬靈內在支持，包括：

外表行為	<ol style="list-style-type: none"> (1) 是否有穩定的靈修祈禱習慣？ (2) 有沒有培養成讀經的習慣，定期查考聖經？ (3) 是否有經常出席教會聚會，與弟兄姊妹有美好的團契和交流生活？ (4) 有否向別人分享福音，樂意見證主？ (5) 有沒有經常服侍人，施以援手，以愛心相待？ (6) 有沒有決心對付自己的罪？勝過罪惡的經歷？ (7) 是否愈來愈多感恩，愈來愈少抱怨？
內裏特質	<ol style="list-style-type: none"> (1) 對罪愈來愈敏感，經常向神認罪悔改。 (2) 愈來愈渴慕屬靈事物，興趣愈來愈大。 (3) 愈來愈渴想親近神，參加教會聚會。 (4) 愈來愈有愛心和謙卑。 (5) 對神信心愈來愈強，懷疑愈來愈少。 (6) 人生觀有否漸漸改變，以神的事為念？

另一個測試屬靈生命成長的指標是，自己內裏是不是越來越像耶穌，聖靈果子愈結愈多（加拉太書5：22-23），即愈來愈似神的性情，例如良善、信實、溫柔、慈愛等。



屬靈生命成長的樣式：生命輪

屬靈基要指信徒一些屬靈生命的基本操練，以建立與神關係，認識神的真理和旨意，並遵守聖經教導，倚靠神而活。這些屬靈操練包括讀聖經、祈禱，與其他信徒相交，作見證分享福音、服侍等。我們不是靠實行這些基要得救，但須藉此使我們的屬靈生命成長和強壯，這些屬靈基要的作用可用『生命輪』來表達。

生命輪是一個比喻工具，把各樣不同的屬靈基要組織起來，並表達它們之間的相互關係及所帶出的果效。它清楚反映長進中的基督徒，應在各個屬靈生命基要上均衡成長，沒有偏廢。

以耶穌為我們生命中心，是生命輪的動力來源，亦是我們基督徒的成長推動力(哥林多後書5：13-15)，肯願意順服神的態度使我們的生命輪順暢地向前滾動。學習聖經和祈禱使信徒和神能建立親密的關係，以致能透過信徒與主內肢體建立團契關係，並向其他人分享福音。日子有功，生命便有果效，活出以基督為中心的生活，順服跟隨神，以致榮耀祂。

一個正常運作的生命輪，應由以下6個不同部份組成，每部份像徵我們與神關係的不同層面，亦與本書前11章緊扣相連：

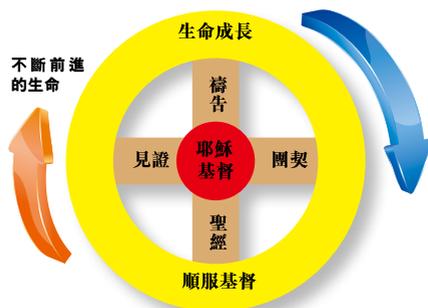
組件	代表	比作	經文	與本書其他章的關係(章數)
車輪	順服神的生命	胎面是否順滑，以致生命輪前進時是否暢順。輪胎越堅厚闊大，便越能輾過攔阻的石頭(生命裡各種挑戰和障礙)	『有了我的命令又遵守的、這人就是愛我的、愛我的必蒙我父愛他、我也要愛他、並且要向他顯現。』 (約翰福音14：21)	(5) 戰勝罪惡：聖潔生活 (11) 尋神旨意：人生引導 (12) 豐盛生命：不斷成長

輪軸	以基督為中心的生命	驅動生命輪前進的動力所在	『我已經與基督同釘十字架·現在活著的、不再是我、乃是基督在我裡面活著·並且我如今在肉身活著、是因信神的兒子而活、他是愛我、為我捨己。』(加拉太書2：20)	(1) 福音真義：清楚得救 (8) 敬拜真神：崇拜與詩歌
輪輻(上)	祈禱	上下神人垂直關係	『應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴神。神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裡、保守你們的心懷意念。』(腓立比書4：6-7)	(2) 與主交談：禱告(一) (3) 與主交談：禱告(二)
輪輻(下)	學習神的話		『聖經都是神所默示的、於教訓、督責、使人歸正、教導人學義、都是有益的·叫屬神的人得以完全、預備行各樣的善事。』(提摩太後書3：16-17)	(4) 與主親近：靈修 (6) 神的話語：聖經的權威 (7) 神的話語：多元學習

<p>輪輻 (右)</p>	<p>建立團契關係 (對內)</p>	<p>平面人際水平關係</p>	<p>『又要彼此相顧、激發愛心、勉勵行善。你們不可停止聚會、好像那些停止慣了的人、倒要彼此勸勉·既知道那日子臨近、就更當如此。』 (希伯來書10：24-25)</p>	<p>(9) 教會生活：團契真義</p>
<p>輪輻 (左)</p>	<p>向未信主的親友見證主(對外)</p>		<p>『我不以福音為恥，這福音本是神的大能、要救一切相信的、先是猶太人、後是希利尼人。』(羅馬書1：16)</p>	<p>(10) 為主作證：分享好消息</p>

如果祈禱靈修這些屬靈基要做得欠理想，自己很少順服神，輪輻便殘破不堪，破爛不已，嚴重影響生命輪的運行，寸步難行。像輪軸為車輪提供動力，我們的生命應以基督為中心，讓祂作生命的主，而四條輪輻就是基本的屬靈操練，把基督的動力傳送給你的生命，向前推進。這樣生命便能紮實成長，順服基督，穩步前進。

行動：試用紙筆劃劃你目前的生命輪的模樣，反省自己那些地方要針對性地改善和補救？



屬靈生命成長的障礙

在信仰長征中，不會事事順境遂意，必會遇上許多險阻困難，風風雨雨。我們要小心留意會絆倒我們的障礙：自己無心成長，被世界的事牽引拉扯、自己的惰性等。名利(Glory)、金錢(Gold)、男女感情(Guy or Girl)等『3G』是基督徒的致命傷，更要格外提防。犯罪的誘惑極大，罪像癌細胞會擴散，侵蝕我們與神的關係，嚴重者可引致靈性死亡，與神斷絕關係，連自己是否清楚得救，也沒有把握。

在人生不同的階段，例如談戀愛、結婚、就業或生孩子等，我們會遇上不同的難題。在這種情況底下，如何維持屬靈成長的動力？我想祇有把我們的信仰深深在聖經教導、屬靈經歷和實踐經驗裏紮根，我們的生命輪才能繼續奮勇向前邁進。



反省：請你想想目前有什麼外在和內裡的障礙纏繞，妨礙你的屬靈成長？你打算採取什麼實際行動和步驟，使你破障排難地繼續長進？

成長故事

人到中年的M弟兄來自福建，到深圳打工逾十年，一家三口分隔三地：太太在東莞工作，兒子留在福建發展。

M弟兄健康長期欠佳，出於好奇，亦想嘗試找人生的靠倚，所以在去年12月的一個星期天早上，到家附近的教會聚會。結果該教會個人佈道組的弟兄帶領他相信耶穌。

M弟兄一直以來心靈空虛，覺得人生無意義，但信耶穌後他像找到人生寶藏那麼興奮。M弟兄對信仰很認真，心裡火熱，想更多認識神。所以，他在工餘花很多時間讀聖經。第一次讀聖經，有許多不明白的地方，但M弟兄謙虛學習，抄下讀經時遇上問題，回教會向其他信徒請教。信主6個月內，略讀過新舊約聖經3次，很多聖經疑難都已經解決，而且愈讀愈有味道。

不單如此，年輕時曾當解放軍的M弟兄紀律性強，信主沒多久便培養了親近神的習慣：每朝6時多起床，觀看和聆聽福音詩歌碟片，然後祈禱20多分鐘，包括求神保守他當天工作順利和家人平安。每週日風雨不改，參加教會早堂崇拜。有空時更會讀一些適合初信程度的屬靈書，渴慕成長，明白信仰和聖經更深。

M弟兄抽煙抽了30多年，信主後倚靠神逐漸減少抽煙，雖然還未完全戒掉，但比起以前已經有長足進步。縱然還未有機會參予教會服侍，但M弟兄經常發電話福音訊息，給他的太太、兒子和朋友，分享信仰的喜樂和豐盛。

信主兩個月後M弟兄參加教會慕道班，一週一次，維期三個月。在清楚福音下，更在教會接受洗禮，見證耶穌奇妙的作為！

反省：信主三分鐘，栽培十年功。M弟兄肯付代價追求和成長，用心對付自己的罪，努力為主作見證。他的故事，給你什麼啟發和刺激？如何鼓勵你奮勇向前？

結論：向著標竿直跑

本書勾勒了一幅成長的基督徒的屬靈成長路線圖。往事已過不可追，我鼓勵你無論目前的光景如何，從今天努力向前，學習過以神和神的話語為中心的生活。

願意保羅『祇有一件事』的精神，能激發你專心和決心追求屬靈成長，向著目標(標竿)直跑：『弟兄們、我不是以為自己已經得著了，我祇有一件事、就是忘記背後努力面前的、向著標竿直跑、要得

神在基督耶穌裏從上面召我來得的獎賞。』(腓立比書3：14-15) 在屬靈成長的長征中，毅然向前踏步前行。



反思：試做做附件二及三的檢討，作為閱讀本書的反省總結，『望聞問切』，為自己現在的屬靈生命健康把脈。並針對自己的弱點，製訂計劃，想方設法改善。

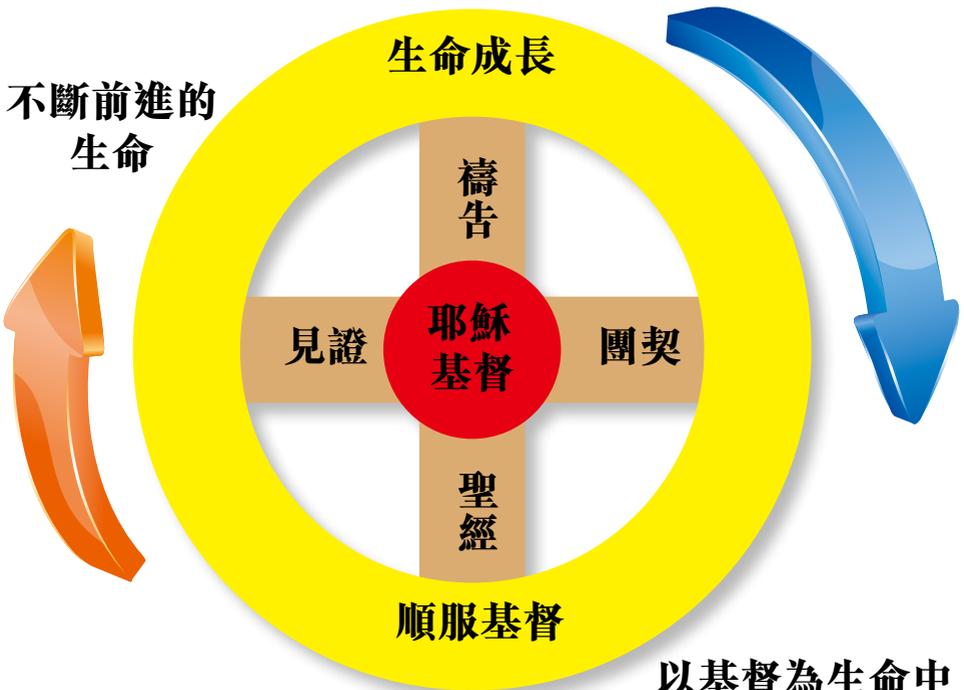
延伸閱讀

曹聖潔編：《基督徒的靈命與生活》中國基督教兩會出版2004年6月

華理克：《標竿人生》上海三聯書店2010年2月

包智敏：《艾潔信箱：基督徒信仰與生活難題解答》中國基督教兩會出版2007年4月

生命輪 屬靈生命的成長



以基督為生命中心，像輪軸供應生命的動力

靈命成長調查表

請你忠實地評估自己的靈命，從而檢視自己的靈命是否健康成長。請圈出以下合適的選擇。

	非常不同意	很不同意	頗不同意	頗同意	很同意	非常同意
你有穩定的個人靈修讀經生活	1	2	3	4	5	6
你定期參與教會團契或聚會	1	2	3	4	5	6
你常常參加教會崇拜	1	2	3	4	5	6
你參與教會祈禱會或與其他弟兄姊妹一起祈禱	1	2	3	4	5	6
你經常參與查經聚會或栽培訓練班，學習聖經	1	2	3	4	5	6
你定期奉獻金錢予教會	1	2	3	4	5	6
你有美好的生活見證，時常經歷神	1	2	3	4	5	6
你樂於與別人分享和見證主	1	2	3	4	5	6
你有個人追求屬靈生命成長的目標和計劃	1	2	3	4	5	6

	非常不同意	很不同意	頗不同意	頗同意	很同意	非常同意
你穩定地關心和參與教會事工	1	2	3	4	5	6
你享受與弟兄姊妹們的交流相處	1	2	3	4	5	6
你經常祈禱尋求神的帶領	1	2	3	4	5	6
你常關懷教會其他信徒，並與他們分享愛心	1	2	3	4	5	6
你渴望回到教會敬拜神	1	2	3	4	5	6
你願意聽道，並把道實踐於生活之中	1	2	3	4	5	6
你關心愛護家人，有固定時間與家人相處	1	2	3	4	5	6
你有對付罪的決心，追求過聖潔生活	1	2	3	4	5	6
你有勝過罪惡的經歷	1	2	3	4	5	6
你對平日生活時間運用感到滿意	1	2	3	4	5	6

豐盛生命的成長：初信成長檢查清單

章	題目	檢討進展情況	反省自己要計劃進步的地方
1	福音真義：清楚得救		
2	與主交談：禱告(一)		
3	與主交談：禱告(二)		
4	與主親近：靈修生活		
5	戰勝罪惡：聖潔生活		
6	神的話語：聖經的權威		
7	神的話語：多元學習		
8	敬拜真神：崇拜與詩歌		
9	教會生活：團契真義		
10	為主作證：分享好消息		
11	尋神旨意：人生引導		
12	豐盛生命：不斷成長		

歸納式查經法

經文：

日期：

觀察(眼到：客觀事實)	解釋(心想：主觀領受)	個人應用(腳行：具體實際，實踐所學)
何人： 何時： 何處： 何事： 為何： 體裁： 背景：（上下文、歷史文化風俗） 分段：	主題： 屬靈教導： 鑰節或重要字詞： 不明白的地方： 反省問題： 默想所得：	以下其中一項： (1) 命令教訓去遵守 (2) 要避免去犯的罪 (3) 正面人物作榜樣學習 (4) 負面人物例子作鑒戒 (5) 神的應許或屬性作確據
神的作為或性格： 人的作為或性格： 其他觀察：		

歸納式查經法

經文：太12：9-14

日期：

<p>觀察(眼到)：客觀事實)</p>	<p>解釋(心想)：主觀領受)</p>	<p>個人應用(腳行)：具體實際，實踐所學)</p>
<p>何人：耶穌、病人、法利賽人</p> <p>何時：安息日白天</p> <p>何處：會堂</p> <p>何事：耶穌用神蹟治癒一隻手枯乾的病人</p> <p>為何：耶穌看人比規條、幸(財富)重要</p> <p>體裁：敘事體</p> <p>背景：(上下文、歷史文化風俗) 當時猶太人教導人在安息日想方設法 營救掉在深坑的羊是容許的。</p> <p>分段：12：9-10 背景：法利賽人心懷不動</p> <p>12：11-12 耶穌教導</p> <p>12：13 耶穌醫治</p> <p>12：14 法利賽人陰謀</p> <p>神的作為或性格：</p> <p>人類主義：看人比規條、羊重要(11-12)</p> <p>用比喻和比較方式去作教導(11-12)</p> <p>愛心：替法利賽人心硬憂愁(可3：5)</p> <p>醫治大能：出口不用出手(13)</p> <p>人的作為或性格：</p> <p>付上自己努力，回應耶穌命令，配合耶穌醫治方成事(順服)</p> <p>其他觀察：</p> <p>法利賽人</p> <p>心懷不動想陷害耶穌(10)</p>	<p>主題：耶穌看重服侍人的需要，而不是硬繃繃律法的要求</p> <p>屬靈教導：神的教導+人的順服=改變 (11&12) (13a) (13b)</p> <p>鑰節或重要字詞：12:11-12</p> <p>不明白的地方：</p> <p>反省問題：我有沒有地方想按聖經的原則改變？ 把不可能變為可能？</p> <p>默想所得：神蹟就是神改變我們，但人要付出努力方成。我書房 桌子太亂，我謹可14：15有點不安，我想我亂放棄 西的習慣是神不喜悅的，我要改變。</p>	<p>以下其中一項：</p> <p>(1) 命令教訓去遵守</p> <p>(2) 要避免去犯的罪</p> <p>(3) 正面人物作榜樣學習 我要學那病人倚靠神，決心在30.4.2009 前把桌子收拾好，並要訂下書桌整理系統</p> <p>(4) 負面人物例子作警戒</p> <p>(5) 神的應許或屬性作確據</p>