

生活操練實行表

召會_____區_____姓名_____弟兄/姊妹

自主後_____年__月__日至__月__日

	1.早起	2.呼求 主名	3.禱讀 主話	4.奉獻 愛主	5.讀經	6.禱告	7.早睡
主日	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週一	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週二	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週三	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週四	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週五	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
週六	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(以上每格兩分，以下三格每格四分。)

8.主日聚會

9.作見證/傳福音

10.申言

有作到者請打勾✓，並計算本週總分：()

(2009Fall)

得救的證實與快樂 — 生命改變

241

1 2 8 12 8 副 (英 309)

3 4 | 5 6 7 1 1 2 | 3 3 4 3 2 | 1 1 6

— 我生命有何等奇妙的大改變，自基督來

1 1 1 | 5 - 3 4 | 5 6 7 1 1 2 | 3 3 4 3

住在我心；神榮耀的光輝，照耀在我魂間，

3 | 3 2 2 #4 4 2 | 5 - 5 | 5 | 3 3 2 3 3 1

自基督來住在我心。副：自基督來住在我

3 - - 2 | 1 1 6 1 1 1 | 5 - - 3 4 | 5 6 7

心，自基督來住在我心；喜樂潮溢我

這個讀經網站，主要的目的就是幫助弟兄姊妹，特別是初信的，能夠完成這件事。因為讀聖經，跳著來讀很容易，選好的、喜歡的讀，或者心血來潮的讀某一卷書也很容易。但要按著次序來讀的話，就不太容易。晨興是習慣，讀聖經也是習慣。兩個時段最好分開，就是說，晨興是讀《晨興聖言》，那是為著享受的，為著叫你自己裏面得著供應的。然後，在一天中，分一段時間，好好地讀聖經。讀過聖經的人就知道，要時間定、地點定地讀經，這有助於我們養成習慣。而隨時隨地地讀，卻很容易就不讀了。要把整本聖經讀完好像是一個很大的工程。它比念莎士比亞還要厲害。但當你自己養成一個習慣，定時定點地讀經，你就會發現時間過得很快。用不了多久就把整本聖經都念完。主的話太寶貝了。主的話能改變你，能將你這個人重組、重新構成。所以我鼓勵你們都能夠立這個志向，有這個心願，對主說：「我願意，這次我把聖經好好地念完。」你念完以後，你就會發覺這本聖經裏面有很多很多寶貝。

第三點，一定要填操練表。有的人沒有交，或者是沒有持續交。我們不要求你每一項都填，這個其實是給你自己的提醒。你要交，就會打勾，你打勾的時候就提醒你明天再去做那件事。真正提醒你的是聖靈，這個填操練表只是用外面的方法來幫助你。就像一個人學走路就需要拐杖，到他真正會走了，就不需要拐杖了。有一天你養成了習慣，就不需要填表了。在沒有養成這個習慣以前，就要用這個操練表來協助你的屬靈生活。

第六課 基督所是的啟示

太十六 16 西門彼得回答說，你是基督，是活神的兒子。
約一 18 從來沒有人看見神，只有在父懷裏的獨生子，將祂表明出來。
約一 1 太初有話，話與神同在，話就是神。
約一 14 話成了肉體，支搭帳幕在我們中間，豐豐滿滿的有恩典有實際。
西二 9 因為神格一切的豐滿，都有形有體的居住在基督裏面，
來一 10 又說，主阿，你起初立了地的根基，諸天也是你手的工作；
西一 15 愛子是那不能看見之神的像，是一切受造之物的首生者。
來四 15 因我們並非有一位不能同情我們軟弱的大祭司，祂乃是在各方面受過試誘，與我們一樣，只是沒有罪。
羅八 3 律法因肉體而軟弱，有所不能的，神，既在罪之肉體的樣式裏，並為著罪，差來了自己的兒子，就在肉體中定罪了罪，
約三 14 摩西在曠野怎樣舉蛇，人子也必照樣被舉起來，
林前十五 45 下 …末後的亞當成了賜生命的靈。
弗三 17 上 使基督藉著信安家在你們心裏…
腓三 10 使我認識基督、並祂復活的大能、以及同祂受苦的交通，模成祂的死，

壹 認識基督：

- 一 主耶穌就是基督—約一 45，二十 31，徒二 36，太十六 16，西二 6。
- 二 基督的身位（祂的所是）：祂是神的兒子，也就是神（完整的神）；是人子，也就是人（完全的人）；是那靈；是創造主—來一 10，也是一切受造之物的首生者—西一 15，太十六 16，羅九 5，提前二 5，來二 14、17，林前十五 45 下，林後三 17 上。
- 三 基督的工作（祂的所作）：創造萬有；成為肉體；釘死；復活；成為賜生命的靈；升天；盡祂天上的職事；再來；設立千年國；完成新耶路撒冷—來一 10，約一 14，林前十五 45 下，

腓二 6~11，約十 17~18；來八 1~2；帖前四 16~17，啓二十 6，二一 2。

貳 基督安家在我們心裏—弗三 17：

- 一 基督今天乃是那靈，住在每一位重生的信徒裏面，賜我們生命—約三 6，羅八 10~12。
- 二 基督不僅住在我們靈裏，祂還要安家在我們心裏，浸透並擴展到我們全人—弗三 17。
- 三 我們需要追求認識基督—腓三 10。

很多關於奉獻的見證，讓人覺得他們是在犧牲，你若只看見他們犧牲，就會覺得別人能做得好，我做不到，就永遠沒有辦法達到。你若看見主的話，主在你身上若每一天都更多的佔有你，你就能夠做得好。就像人一被愛充滿，他就能夠做很多他平常不能做的事。愛是一個最大的能力。在世上是這樣，在我們追求主的事上也是一樣。

補充的話—關於持續的操練

到今天為止我們這個訓練聚會就進行了一半了，我裏面是很喜樂，因為看見你們大家每一位都有長進，這個就是我們開頭的時候說我們希望看見的，就是你們在屬靈追求的道路上能夠往前走一步。我仍要提醒你們不要忘記過去幾個禮拜我們所教導你們的，同時叮嚀你們需要的操練。這個操練不難做，但是這個操練你如果每天持之以恆的話，你這個基督徒的生活就在另外一個水平上，就在一個健康的水平上。

第一點，你一定要養成一個習慣，每天有一點的時間來親近主。那個一點的時間最好是早上的時間。雖然客觀看二十四小時都是差不多，無論早晚接觸主，主都在你的靈裏，但是人早上起來的時候總是一個新的開始。很重要的是，你的一天不是從世界的事上開始，也不是在自己的理性或者思想裏面開始，而是在主裏面開始。我看到你們填的操練表，就知道有的人有操練，有的人還需要鼓勵一下。但是總的來說還是不錯的，有一半人以上開始有這個操練，其餘的一半還沒有這樣做的人，我想說這個訓練就是為了幫助你們建立起這樣的生活，幫助你走上軌道。屬靈的生活是一個習慣，你這個舊人的生活也是一個習慣，所以聖經裏面說「要脫去舊人」，就是脫去舊人那個習慣的生活。譬如，有的老人家三十幾年來早上起來，就是要看報紙，之後一定要上茶樓去飲茶，若不做這兩件事他就不舒服。這個是習慣。我們要幫助你養成一個新的習慣，就是每天早上，時間長也好、短也好，你一定要來親近主，禱告，呼吸天上的空氣，呼吸屬靈的空氣。

第二點，我希望幫助你們開始有一個正常讀聖經的習慣。我聽了一個見證，你們有些人已經開始進入 Bible365，開始有次序地讀聖經。這很好，我希望你們能夠繼續保持住。我們花了一點功夫來做

靈是我們接受神的器官，心是我們享受神的器官。我們要奉獻，就是要操練我們的心，在我們禱告的時候，要把我們的心轉向主。奉獻對我們的禱告是一個很好的幫助。當你不知道禱告什麼的時候，就最好把你自己再次奉獻給主。今天有很多基督徒說，奉獻就是神感動我，我才能奉獻。如果主不感動我，我就不會奉獻。或者說，奉獻是完全出乎主的，是主採取主動的。或者說藉著弟兄的交通，或者是藉著神話語的光照，或者是藉著一首詩歌感動我，那我就會奉獻。但是我暫用男女作一個比喻，如果一個女孩子說，我等著男的來感動我，來吸引我，我才向他反應。開頭的時候也許是可以這樣，但是如果彼此要建立一個愛的關係，那一定不是一方消極的，高高在上的說：「誰要得著我的心你就來吧，來感動我吧。」真正的愛是一個彼此的關係。在主那一方面，他已採取主動。是他走了第一步，而不是我們走了第一步。但是他走了第一步以後，我們需要跟著走第二步。我們的信是這樣，我們的愛也是這樣。我們信主，確實是主做的，一切都是主做的。但是我們也需要操練我們的靈。我們操練靈的時候，才會把主接受進來。我們愛主也是這樣，是主先愛了我們，但我們需要天天主動地把祭牲送到祭壇那裏去，天天我們把我們的心轉向主。聖經裏面說，我們的心什麼時候轉向主，帕子什麼時候就除去了。有的時候你早上起來，你不會覺得主可愛，但是你一禱告，或者一奉獻，你就覺得主可愛。以弗所書第三章說，基督是因為我們的信，安家在我们的心裏。之後又說，當祂安家在我们心裏面的時候，我們就能夠與眾聖徒一同明白基督的愛是何等的長、闊、高、深。我們起初的經歷就是信，進一步的經歷就是愛。這個愛，一方面來說是主來感動我們，一方面是藉著我們自己培養出來的。就如我們人的感情也是培養出來的一樣，在世界裏面是有「一見鍾情」，但是夫妻兩個愛到老，不是光靠著「一見鍾情」，而是彼此之間有愛的互動。我們屬靈的長大，一方面來說是生命的長大，一方面是愛的長大。愛在我們裏面完全，那我們就坦然無懼了。愛在我們裏面完全，就是說我們的心完全被主浸透了。所以，做一個基督徒是一個靈的經歷，也是一個心的經歷，就是你的心越過越被主得著。

禱讀經節

太一 21

她將要生一個兒子，你要給祂起名叫耶穌，因祂要親自將祂的百姓從他們的罪裏救出來。

羅九 5

基督……是在萬有之上，永遠受頌讚的神。

晨興餵養

基督是聖經的題目和中心，也是聖經從始至終主要的內容，更是我們信仰的實際；是我們每一個信入祂，蒙恩的人所必須透徹認識的。

基督的聖稱

基督成為肉體，成為人，天使命名耶穌。(太一 21。)耶穌等於希伯來文的約書亞，(民十三 16,)意即耶和華救恩，或耶和華救主，所以祂乃是我們的救主。基督的第二個名字，就是基督，(太一 16,)等於希伯來文的彌賽亞，(約一 41,)意即受膏者，說出祂是神的受膏者，為神用祂的靈所膏，來創造、救贖，以完成神永遠的計畫。耶穌和基督，是神所命名的。等人發現祂是神的時候，就稱祂為以馬內利，意即神與我們同在。(太一 23。)這啓示那作我們救主的耶穌，和那作神受膏者的基督，乃是神自己來與我們同在。

基督的身位

聖經清楚地啓示，基督就是神，是那在萬有之上，永遠受頌讚的完整的神。(羅九 5。)在前面我們已經看見神有父、子、靈的講究。父神、子神和靈神三者都是神，而且都是獨一的一位神。基督既是神，就不光是父神，也是子神，就是神的兒子。(約二十 31。)

約翰一章一節和十四節啓示，永遠的話（就是神）成了肉體來到人間。提前三章十六節也說：「大哉！敬虔的奧秘！……就是祂（神）顯現於肉體。」提前二章五節更清楚指出「那人基督耶穌。」這些經節都告訴我們，那是神的耶穌基督，成了肉體，來作一個有人身和人性的完全人。所以祂是神在肉體顯現，是神又是人，是神

禱讀經節

腓三 10 使我認識基督、並祂復活的大能、以及同祂受苦的交通，模成祂的死，

晨興餵養

要認識基督

我們首先必須要認識基督。在腓立比三章十節，保羅說到認識基督、並祂復活的大能、以及同祂受苦的交通，模成祂的死。認識基督不是一件簡單的事；我在這裏要提綱挈領的和你們交通到關於認識基督的四點。這是作同工或長老的人，所必須認識的一不僅要認識，並且要認識得透，還能向人傳講。我們在這裏所說的認識基督，不是普通的認識，乃是要特殊的認識。基督所是的豐富，是追測不盡的，(弗三 8，) 但其中最主要的，有以下四點，是我們必須特殊認識的。

一 祂是神而人者

第一，我們必須特殊的認識，基督是神而人者。我們不該以為這一點我們都知道了。我們需要一再受提醒：基督乃是神而人者；祂是神成為人，所以祂是神又是人。總括來說，祂乃是神人。

二 祂具有神人二性

第二，我們要認識，因著基督是神而人者，所以祂具有神人二性。也許有人說：「這一點我們也知道了。」我們可能是知道，卻不會傳講。關於基督的神人二性，我們必須有透徹的認識。

三 在祂的人性裏，祂藉著死完成了祂法理的救贖

第三，我們要認識，基督在祂的人性裏，藉著死完成了祂法理的救贖。要認識基督，我們必須清楚分辨，在祂的人性裏是一件事，在祂的神性裏又是一件事。關於基督的救贖，一般的說法是：「基督

禱讀經節

弗四 8 祂既升上高處(高天)，就擄掠了那些被擄的，將恩賜賜給人。

來八 1~2 祂已經坐在諸天之上至尊至大者寶座的右邊，作了聖所，就是真帳幕的執事。

晨興餵養

基督的工作(續)

基督從死人中復活之後，又升上高天。這是祂作為神受膏者所作的第五件大事，為我們完成下列二事。第一，基督在祂得勝的復活中，把我們這些從前被撒但和死亡所擄去的人，從撒但和死亡手中擄掠出來，帶到天上，使我們成為神給基督的恩賜，祂好當作恩賜賜給召會。(弗四 8。) 第二，基督的升天，也把我們這些信入祂，與祂聯合為一的人，帶到諸天界裏，得到屬天的地位，而能活在屬天的氣氛和情景中。(弗二 6。)

基督升到高天之後，就繼續進行祂在天上的職事。這是祂受神所膏所作的第六件大事，在天上不斷地為我們作下列四事：

(一) 作中保。(來八 6。) 基督在地上藉著祂的死，立了新約，(太二六 28，) 就升到天上，作這新約的中保，把這新約執行到信祂的人身上。

(二) 作執事。(來八 1~2。) 基督今天在天上，也作真帳幕裏的執事，把屬天的生命和神聖屬天的供應，服事給祂的信徒。

(三) 作大祭司。(來四 14。) 基督現今在天上，也作我們的大祭司，在神面前為我們代禱，使我們得救達於極點。(來七 24~26。)

(四) 作辯護者。(約壹二 1~2。) 今天基督在天上，也在公義的神面前，作我們的辯護者。我們得救以後，若犯了罪，

禱讀經節

林前三 16
弗三 17

豈不知你們是神的殿，神的靈住在你們裏面嗎？
使基督藉著信安家在你們心裏。

晨興餵養

基督安家在我們心裏

以弗所三章八節保羅說，他要把基督那測不透的豐富傳給我們。按字面看來，這句話似乎很淺顯，但要懂得什麼叫作基督那測不透的豐富，卻不是那麼容易。這句話的意思乃是說基督的豐富是無法測量的，因為這非常深奧，不是人的話所能述盡說竭的，所以保羅只好用闊長高深四個量度來述說基督的所是。基督是闊，基督是長，基督是高，基督也是深；基督是闊長高深。宇宙的闊長高深是無限量的，這就是基督的量度。中文和合版聖經把三章十八節翻作「…基督的愛，是何等闊長高深」是不對的。按著希臘原文，這裏的闊長高深不是形容基督的愛，而是基督自己。

在十七節保羅又說：「使基督…住在你們心裏」。當基督住在我們心裏，把我們全人充滿並浸透之後，我們就有能力和眾聖徒一同領略什麼是基督的闊長高深。這裏的「住」字，在希臘原文是個複合字，原意是名詞的「家」(oikos)，當作動詞用，加上字首「卡他」(kata)。「卡他」的意思就是往下牢牢地扎根。所以這個「住」字很合乎中文的「安家」一詞。因此我們把十七節翻作「使基督…安家在你們心裏」。不僅是住，而是安家。

我常常應邀到各地去帶領特別聚會，每到一個地方，弟兄姊妹都很熱誠地接待我，要我住在他們家裏，且要我把他們的家當作自己的家，我也儘量照著他們的善意作，但每一次我都作不到，總是覺得安不了家。只有當我回到自己家裏，把行李一放，我才覺得真正是安家了。

我們不僅要讓基督住在我們心裏，我們更要讓基督深深地安家在我們心裏。基督怎樣安家在我們心裏？保羅為此在父面前禱告。

禱讀經節

林後三 17

...主就是那靈，主的靈在那裏，那裏就有自由。
林前十五 45 下 末後的亞當成了賜生命的靈。

晨興餵養

聖經給我們看見，主耶穌就是神，祂為著成功神的目的，採取了兩大步。第一大步就是成為肉體，作了一個實際的人，有血有肉，可以作我們的救贖主，為我們贖罪。之後，祂在復活裏有了第二大步，就是成了賜生命的靈。現在我們所信的主耶穌，不僅是成為肉體的一位，更是死而復活的一位。我們所信的乃是成為肉體，流血贖罪，死而復活，分賜生命的主耶穌。我們一信入祂，第一，我們的罪就得了赦免，我們就蒙了救贖。第二，祂就進到我們裏面。這不僅是個道理，這乃是我們的經歷。你一悔改認罪，禱告，相信主耶穌，你裏面不僅有了平安，你也憑著這個赦免得了赦免，使你和神之間的問題得著了解決。然後，你會覺得，有一位進到了你裏面。

主的確進到了你裏面。但主若不是靈，怎能進到你裏面？今天還有人說，基督乃是在天上，不在我們裏面；祂太大了，人裏面太小了，裝不下祂。所以他們說，不是主在我們裏面，乃是祂有一個代表，就是聖靈，在我們裏面代表祂。這實在是曲解聖經。聖經沒有一處說，聖靈作主耶穌的代表。聖經乃是說，主就是那靈。並且歷代以來，許多有價值的屬靈著作都明言，一說到基督徒的經歷，基督和聖靈就是一個。

現在我們看見，主耶穌就是神。祂成為肉體，是為著成功救贖；祂死而復活，是為著分賜生命，好把祂自己作到我們裏面來。不管神學怎麼錯誤，今天人讀經怎麼忽略，事實上每一個悔改認罪，相信主耶穌，求告祂名的人，都有主在他們裏面。這是誰也不能否認的。這位主在我們裏面；不是有一位代表，乃是祂自己在我們裏面。主耶穌是從天降下，仍舊在天的人子。(約三 13。)不要說祂死而復活，連祂在肉身裏的時候，也是在地如同在天。

