

门徒训练+概要

基督徒生活基要 带领指南

基督徒的操练

第五课：操练与神同在

导论

本课程是门徒培训基要里基督徒的操练单元的一部分。这个单元系列介绍了基督徒生活的操练，包括祷告、圣经学习，以及将我们的思想和眼光关注到永恒的生命当中。本单元丰富的内容有助于激励、更新灵命成熟的基督徒，也有益于初信者在真道上扎根、成长。本课程使用的材料易于实践，同时涵盖委身于神的生命在多方面进行灵命操练的内容。

对象

这些课程是针对初信者、愿意重温救恩基础的人，以及那些预备教导别人如何操练信心的人。那些对基督教信仰感兴趣并且坚持在每天的日常生活中实践耶稣教导的人，也会从本课程中受益。

带领指南帮助组长预备课程，可同时和门徒培训基要的其他材料一起结合运用。请访问我们的网站 www.dechinese.org。



基督徒的操练

第五课：操练与神同在

目的

本课程旨在帮助组员们理解如何在日常生活中操练与神同在。

带领指南

本课程讲论关于与神同在的操练。如果你对此不太熟悉，可以查看有关其历史背景故事。《与神同在》是 17 世纪劳伦斯弟兄的名著。他在每天繁杂的琐事中与神时刻对话。他将自己的经历写成文字，勉励基督徒时刻保持与神的交通、与神同在，备受基督徒推崇。与神同在需要不断操练，有效帮助灵命长进、生命更新。

开场

(选择两或三个问题)

- ❖ 什么时候你最能感觉到神与你同在？是否有些时候你感觉神离你很远？
- ❖ 你认为这个短语“与神同在的操练”是什么意思？
- ❖ 思考你本人的基督徒生活方式。是否有些时候你只顾忙于服侍，而忽略单独与神交流的时间？
- ❖ 你与哪些人在一起的时间最多？你在哪些方面越来越像他们？他们在哪些方面越来越像你？

研读

从以下几点来指导组员。

- ❖ **操练与神同在：**基督信仰的奥秘之一就是神住在我们里面。祂来到我们的生命中，并且永远与我们同在！尽管神是看不见的，但是我们可以通过操练体会到祂的同在，每天享受神同在的喜乐。查阅如下经文：



- 神选择住在我们里面（哥林多前书 3:16）！
- 神住在我们里面（约翰一书 4:12-16）！
- 我们没法躲避神的无处不在（诗篇 129:7-8）。

❖ **如何操练与神同在：**我们如何在生命中时时刻刻感知神的同在、分分秒秒与神同行？

- **和神一起开始每一天。**鼓励自己以祷告开始新的一天，将你的一天交托给神。确保与神有单独交流的时间。倾听神、研修神、向神祷告。专心享受与神的时刻，不要匆忙结束。
- **将平常瞬间变成神圣时刻。**普通的一天中，若你正忙碌的事情无需百分之百的集中精力，那么求神与你一起做这些事情。你可以边做事边与神交谈，告诉神你的所思所想、默默地背诵经文、回忆神为你所成就的一切。
- **操练赞美敬拜神。**无论你每天的境况如何，学习操练赞美敬拜神。甚至在艰难困苦中、压力无边的时候（包括各样小事情，比如坏天气、交通阻塞、繁重工作，等等），都找到赞美神的理由，将你的注意力从周遭的难处中转向神。
- **注意神的作为。**有些时候，由于心神不宁或者粗心大意，我们没有注意到神对我们祷告的回应。我们甚至幻想神出现在面前回应祷告！请留心身边的人，为他们祷告，包括街上的陌生人。务必注意神在我们生命中的所为。

❖ **认识神的心思：**经历与神同在有益于帮助我们明白神的心意——祂所看重、所钟爱的，这将使我们的心意更新、更符合神的意念。让我们一起来看一则故事有关伯大尼的马利亚，她是耶稣的一个门徒。

- **在日常工作中敬拜神：**通过阅读路加福音 10:39-42 中马利亚和马大的故事，我们学会神所看重的是与祂一起度过的时间，而非靠着祂的名成就的事情。
- 选择与神一起度过时间，马利亚更加了解神、更加亲近祂。为神做工并不能保证与神有亲密的关系，真正花时间与神在一起才是亲近神更好的方法！
- 当马利亚和马大的兄弟拉撒路死后，耶稣听到马利亚所言、见到她哭泣，祂就心里悲叹（约翰福音 11:32-34）。马利亚向耶稣表达了自己的痛苦和忧愁。
- 马利亚用昂贵的香膏抹耶稣的脚，表达对祂的敬拜和赞美。她了解耶稣的心意，知道神所关切的事情。这样的行为是敬拜、荣耀神最好的方式。



❖ **了解神的观点：**透过永恒的观点看待事情是操练与神同在的又一益处。

- **观点的更新：**亚萨是诗篇的作者。诗篇 73描述了神的话语如何更新人的心意，使我们透过神的观点更加明白世间发生的事情。
- 诗篇 73分为两部分：第一部分为亚萨埋怨欺压贫苦人而当道的富有者，第二部分为亚萨感谢赞美神、甘愿将自己的生命由神掌管。在这个过程中，到底是什么使亚萨的内心发生转变？
- 诗篇 73:17 写到：“等我进了神的圣所，思想他们的结局。”正是当亚萨来到神的面前，他才真正看清事情的真相。
- 当我们远离神的时候，我们思考问题的角度是有限的。

❖ **明白神的旨意：**明白神在我们生命中的旨意是我们本课中要讨论的最后一个益处。为了讨神的喜悦，我们必须成就祂在我们身上要彰显的旨意。有些时候神的愿望就是要我们在祂面前安静等候，有些时候要我们付诸行动。

- **困境中的勇气：**列王纪上 17:1-7 记载亚哈在位期间神兴起的先知以利亚。当王发誓要杀害所有耶和華众先知的时候，以利亚大胆讲论神的话语，展现了无比的勇气和对神坚定不移的信心。
- 列王纪上 17:8-24 记载以利亚明白神的心意，他遵从神而不是人。神将以利亚带到一个寄居处，给他食物。以利亚独处等候神。他知道自己要去的地方，也知道自己要做的事情，因为他专心仰望神。

❖ **神与我们同在：**神应许我们祂与我们同在，然而我们必须操练自己活出与神同在的生命。始终留意神的同在不是一件容易做到的事情，但是时刻警醒帮助我们祷告恒切、感恩不尽。你会发现你的内心充满感激和喜乐！请阅读以下经文，提醒自己神对我们的应许：

- 约书亚记 1:9 勇敢前进，神与你同在。
- 马太福音 28:20 神赐我们大能遵守祂的指令，祂与我们同在。
- 希伯来书 12:5 神与我们同在，祂帮助我们在祂的里面知足。
- 罗马书 8:38-39 没有任何事情可以将我们与神隔绝。
- 诗篇 32:4 神与我们同在，在我们痛苦无助、艰难万分之时，祂赐我们安慰。



探讨

- ❖ 在从事日常繁琐事务（打扫房间、做饭、交通阻塞、走路、任何形式的体力劳动，等等）的时候，如何操练与神同在呢？
- ❖ 如果你清晨与神独处、全天与祂交谈的话，你的一天会有怎样的不同？
- ❖ 你是否有过与亚萨同样的经历——看待问题的角度和态度发生了变化？神如何帮助我们从不同的角度看待我们的处境呢？
- ❖ 操练与神同在怎样更新你与周围人的关系？
- ❖ 本课程哪一部分最能带给你慰藉？你学到了什么新的知识？
- ❖ 从本系列课程基督徒的操练，你学习到什么？

祈祷

以祷告结束本课程。求神帮助组员们每天操练与神同在，将他们的眼目定睛于神。告诉神：“但是，我仍常与你同在；你紧握着我的右手。你要以你的训言引领我，以后还要接我到荣耀去。除你以外，在天上，我还有谁呢？除你以外，在地上，我也无所爱慕。我的肉身和我的内心虽然渐渐衰弱，神却永远是我心里的盘石，是我的业分”（诗篇 73:23-26）。