

門徒訓練+概要

基督徒生活基要
帶領指南

基督徒的操練

第五課：操練與神同在

導論

本課程是門徒培訓基要裡基督徒的操練單元的一部分。這個單元系列介紹了基督徒生活的操練，包括禱告、聖經學習，以及將我們的思想和眼光關注到永恆的生命當中。本單元豐富的内容有助於激勵、更新靈命成熟的基督徒，也有益於初信者在真道上紮根、成長。本課程使用的材料易於實踐，同時涵蓋委身於神的生命在多方面進行靈命操練的内容。

對象

這些課程是針對初信者、願意重溫救恩基礎的人，以及那些預備教導別人如何操練信心的人。那些對基督教信仰感興趣並且堅持在每天的日常生活中實踐耶穌教導的人，也會從本課程中受益。

帶領指南說明組長預備課程，可同時和門徒培訓基要的其他材料一起結合運用。請訪問我們的網站 www.dechinese.org。

經文引用自中文聖經新標點和合本。允許使用。版權所有。

所有其他內容版權歸©2019 加拿大環球廣播所有，只要是為了傳福音並且不對所使用的材料收費，可以自由使用。查看更多許可證詳細資訊，請訪問 www.discipleshipessentials.org/licensing。



基督徒的操練

第五課：操練與神同在

目的

本課程旨在幫助組員們理解如何在日常生活中操練與神同在。

帶領指南

本課程講論關於與神同在的操練。如果你對此不太熟悉，可以查看有關其歷史背景故事。*與神同在*是 17 世紀勞倫斯弟兄的名著。他在每天繁雜的瑣事中與神時刻對話。他將自己的經歷寫成文字，勉勵基督徒時刻保持與神的交通、與神同在，備受基督徒推崇。與神同在需要不斷操練，有效說明靈命長進、生命更新。

開場

(選擇兩或三個問題)

- ❖ 什麼時候你最能感覺到神與你同在？是否有些時候你感覺神離你很遠？
- ❖ 你認為這個短語“與神同在的操練”是什麼意思？
- ❖ 思考你本人的基督徒生活方式。是否有些時候你只顧忙於服侍，而忽略單獨與神交流的時間？
- ❖ 你與哪些人在一起的時間最多？你在哪些方面越來越像他們？他們在哪些方面越來越像你？

研讀

從以下幾點來指導組員。

- ❖ **操練與神同在**：基督信仰的奧秘之一就是神住在我們裡面。祂來到我們的生命中，並且永遠與我們同在！儘管神是看不見的，但是我們可以通過操練體會到祂的同在，每天享受神同在的喜樂。查閱如下經文：



- 神選擇住在我們裡面（哥林多前書 3:16）！
- 神住在我們裡面（約翰一書 4:12-16）！
- 我們沒法躲避神的無處不在（詩篇 129:7-8）。

❖ **如何操練與神同在：**我們如何在生命中時時刻刻感知神的同在、分分秒秒與神同行？

- **和神一起開始每一天。**鼓勵自己以禱告開始新的一天，將你的一天交托給神。確保與神有單獨交流的時間。傾聽神、研修神、向神禱告。專心享受與神的時刻，不要匆忙結束。
- **將平常瞬間變成神聖時刻。**普通的一天中，若你正忙碌的事情無需百分之百的集中精力，那麼求神與你一起做這些事情。你可以邊做事邊與神交談，告訴神你的所思所想、默默地背誦經文、回憶神為你所成就的一切。
- **操練讚美敬拜神。**無論你每天的境況如何，學習操練讚美敬拜神。甚至在艱難困苦中、壓力無邊的時候（包括各樣小事情，比如壞天氣、交通阻塞、繁重工作，等等），都找到讚美神的理由，將你的注意力從周遭的難處中轉向神。
- **注意神的作為。**有些時候，由於心神不寧或者粗心大意，我們沒有注意到神對我們禱告的回應。我們甚至幻想神出現在面前回應禱告！請留心身邊的人，為他們禱告，包括街上的陌生人。務必注意神在我們生命中的所為。

❖ **認識神的心思：**經歷與神同在有益於幫助我們明白神的心意——祂所看重、所鍾愛的，這將使我們的心意更新、更符合神的意念。讓我們一起來看一則故事有關伯大尼的馬利亞，她是耶穌的一個門徒。

- **在日常工作中敬拜神：**通過閱讀路加福音 10:39-42 中馬利亞和馬大的故事，我們學會神所看重的是與祂一起度過的時間，而非靠著祂的名成就的事情。
- 選擇與神一起度過時間，馬利亞更加瞭解神、更加親近祂。為神做工並不能保證與神有親密的關係，真正花時間與神在一起才是親近神更好的方法！
- 當馬利亞和馬大的兄弟拉撒路死後，耶穌聽到馬利亞所言、見到她哭泣，祂就心裡悲歎（約翰福音 11:32-34）。馬利亞向耶穌表達了自己的痛苦和憂愁。
- 馬利亞用昂貴的香膏抹耶穌的腳，表達對祂的敬拜和讚美。她瞭解耶穌的心意，知道神所關切的事情。這樣的行為是敬拜、榮耀神最好的方式。



❖ **瞭解神的觀點：**透過永恆的觀點看待事情是操練與神同在的又一益處。

- **觀點的更新：**亞薩是詩篇的作者。詩篇 73描述了神的話語如何更新人的心意，使得我們透過神的觀點更加明白世間發生的事情。
- 詩篇 73 分為兩部分：第一部分為亞薩埋怨欺壓貧苦人而當道的富有者，第二部分為亞薩感謝讚美神、甘願將自己的生命由神掌管。在這個過程中，到底是什麼使亞薩的內心發生轉變？
- 詩篇 73:17 寫到：“等我進了神的聖所，思想他們的結局。”正是當亞薩來到神的面前，他才真正看清事情的真相。
- 當我們遠離神的時候，我們思考問題的角度是有限的。

❖ **明白神的旨意：**明白神在我們生命中的旨意是我們本課中要討論的最後一個益處。為了討神的喜悅，我們必須成就祂在我們身上要彰顯的旨意。有些時候神的願望就是要我們在祂面前安靜等候，有些時候要我們付諸行動。

- **困境中的勇氣：**列王記上 17:1-7 記載亞哈在位期間神興起的先知以利亞。當王發誓要殺害所有耶和華眾先知的時候，以利亞大膽講論神的話語，展現了無比的勇氣和對神堅定不移的信心。
- 列王記上 17:8-24 記載以利亞明白神的心意，他遵從神而不是人。神將以利亞帶到一個寄居處，給他食物。以利亞獨處等候神。他知道自己要去的地方，也知道自己要做的事情，因為他專心仰望神。

❖ **神與我們同在：**神應許我們祂與我們同在，然而我們必須操練自己活出與神同在的生命。始終留意神的同在不是一件容易做到的事情，但是時刻警醒幫助我們禱告恆切、感恩不盡。你會發現你的內心充滿感激和喜樂！請閱讀以下經文，提醒自己神對我們的應許：

- 約書亞記 1:9 勇敢前進，神與你同在。
- 馬太福音 28:20 神賜我們大能遵守祂的指令，祂與我們同在。
- 希伯來書 12:5 神與我們同在，祂幫助我們在祂的裡面知足。
- 羅馬書 8:38-39 沒有任何事情可以將我們與神隔絕。
- 詩篇 32:4 神與我們同在，在我們痛苦無助、艱難萬分之時，祂賜我們安慰。



探討

- ❖ 在從事日常繁瑣事務（打掃房間、做飯、交通阻塞、走路、任何形式的體力勞動，等等）的時候，如何操練與神同在呢？
- ❖ 如果你清晨與神獨處、全天與祂交談的話，你的一天會有怎樣的的不同？
- ❖ 你是否有過與亞薩同樣的經歷——看待問題的角度和態度發生了變化？神如何幫助我們從不同的角度看待我們的處境呢？
- ❖ 操練與神同在怎樣更新你與周圍人的關係？
- ❖ 本課程哪一部分最能帶給你慰藉？你學到了什麼新的知識？
- ❖ 從本系列課程基督徒的操練，你學習到什麼？

祈禱

以禱告結束本課程。求神幫助組員們每天操練與神同在，將他們的眼目定睛于神。告訴神：“但是，我仍常與你同在；你緊握著我的右手。你要以你的訓言引領我，以後還要接我到榮耀去。除你以外，在天上，我還有誰呢？除你以外，在地上，我也無所愛慕。我的肉身和我的內心雖然漸漸衰弱，神卻永遠是我心裡的磐石，是我的業分”（詩篇 73:23-26）。