

门徒训练+概要

基督徒生活基要
研读指南

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。

研读指南目的是帮助个人对特定的课程进行更深入的探索。本课程可与其他的门徒培训基要课程教材，如影音资源等一起结合运用。请访问我们的网站 www.dechinese.org。

经文引用自中文圣经新标点和合本。允许使用。版权所有。

所有其他内容版权归©2019 加拿大环球广播所有，只要是为了传福音并且不对所使用的材料收费，可以自由使用。查看更多许可证详细信息，请访问 www.discipleshipessentials.org/licensing。



基督徒的操练

第五课：操练与神同在

关于本课程

日常生活中操练与神同在就是时刻警醒神参与我们生活中的各样事物，不住与神交谈帮助我们与神亲近。

要让你知道……

基督徒的操练有多种形式，比如：禁食、经文背诵、独处、团契、敬拜。这些内容在此系列课程的其他单元讲述。每一个主题都需要我们明白和留意神的同在。与神同在这个短语由 17 世纪名为劳伦斯的弟兄提出。他的书信集结成书，名为*与神同在*。他在每天繁杂的琐事中与神时刻对话，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。

起步

1. 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？

2. 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

- ❖ **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，记录有关与神同在的所学：

哥林多前书 3:16	
约翰一书 4:12-16	
诗篇 129:7-8	

的确令人难以置信——神选择住在我们里面，与我们同在，我们无法逃避神的无处不在。神愿意我们亲近祂。祂绝非遥不可及，也不是没有人情味。祂愿意住在我们里面，成为我们生命的中心！

- ❖ **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。



- 考虑一下你今天做的事情（或者你打算要做的事情）。你将怎样运用上述的任何一种方法更有效地提醒自己神的同在呢？

❖ **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。

- 阅读路加福音 10:39-42 两位妇女的故事：马利亚和马大。神更看重的是什么？与祂一起度过的时间，还是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！

- 阅读约翰福音 11:32-34。马利亚向耶稣表达了自己的痛苦和忧愁。当马利亚和马大的兄弟拉撒路死后，耶稣为什么哭泣？

马利亚的话语和哭泣感动了耶稣的心。由于马利亚视与耶稣的关系胜过生命中其他的东西，因此耶稣和马利亚的关系非常亲近。她不光为耶稣做事，或者凭借耶稣的名成事，她还将自己的时间与耶稣分享。

后来，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。旧约圣经中的诗篇汇集了不同人物所写的诗词、歌、祷告。亚萨是其中一位诗篇作者。[诗篇 73](#) 描述了神的话语如何更新人的心意，使得我们透过神的观点更加明白世间发生的事情。



➤ 阅读诗篇 73。

- 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。

➤ 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？神如何帮助我们不同的角度看待我们的处境呢？

❖ **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。

➤ 列王记上 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。以利亚如何知道神的心意？

➤ 阅读列王记上 17:8-24。神为以利亚做了什么？这段时间期间，谁陪伴着以利亚、食物来源是什么？

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	
马太福音 28:20	
希伯来书 12:5	
罗马书 8:38-39	
诗篇 32:4	

结论

- ❖ 我们要操练自己、提醒自己神与我们同在，并且每一天享受与神同在的乐趣。
- ❖ 我们操练与神同在：和神一起开始每一天、将平常瞬间变成神圣时刻、操练赞美敬拜神、关注神的作为。
- ❖ 圣经中的故事表明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。
- ❖ 我们可以通过思考神的话语、关注神在世上的作为更加明白神的意念。
- ❖ 只要我们等候神、视神为我们生命中的首位，祂定会指引我们，并且供给我们的所需。
- ❖ 当我们寻求神的同在、专心仰慕祂，我们便明白祂就在我们中间。



反思性问题

1. 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？

2. 操练与神同在怎样更新你与周围人的关系？

3. 本课程哪一部分最能带给你慰藉？你学到了什么新的知识？