

門徒訓練+概要

基督徒生活基要
研讀指南

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。

研讀指南目的是說明個人對特定的課程進行更深入的探索。本課程可與其他的門徒培訓基要課程教材，如影音資源等一起結合運用。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

關於本課程

日常生活中操練與神同在就是時刻警醒神參與我們生活中的各樣事物，不住與神交談幫助我們與神親近。

要讓你知道……

基督徒的操練有多種形式，比如：禁食、經文背誦、獨處、團契、敬拜。這些內容在此系列課程的其他單元講述。每一個主題都需要我們明白和留意神的同在。與神同在這個短語由 17 世紀名為勞倫斯的弟兄提出。他的書信集結成書，名為*與神同在*。他在每天繁雜的瑣事中與神時刻對話，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。

起步

1. 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？

2. 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

- ❖ **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，記錄有關與神同在的所學：

哥林多前書 3:16	
約翰一書 4:12-16	
詩篇 129:7-8	

的確令人難以置信——神選擇住在我們裡面，與我們同在，我們無法逃避神的無處不在。神願意我們親近祂。祂絕非遙不可及，也不是沒有人情味。祂願意住在我們裡面，成為我們生命的中心！

- ❖ **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。



- 考慮一下你今天做的事情（或者你打算要做的事情）。你將怎樣運用上述的任何一種方法更有效地提醒自己神的同在呢？

❖ **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。

- 閱讀路加福音 10:39-42 兩位婦女的故事：馬利亞和馬大。神更看重的是什麼？與祂一起度過的時間，還是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！

- 閱讀約翰福音 11:32-34。馬利亞向耶穌表達了自己的痛苦和憂愁。當馬利亞和馬大的兄弟拉撒路死後，耶穌為什麼哭泣？

馬利亞的話語和哭泣感動了耶穌的心。由於馬利亞視與耶穌的關係勝過生命中其他的東西，因此耶穌和馬利亞的關係非常親近。她不光為耶穌做事，或者憑藉耶穌的名成事，她還將自己的時間與耶穌分享。

後來，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。舊約聖經中的詩篇彙集了不同人物所寫的詩詞、歌、禱告。亞薩是其中一位詩篇作者。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。



➤ 閱讀詩篇 73。

- 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。

➤ 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？

❖ **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。

➤ 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。以利亞如何知道神的心意？

➤ 閱讀列王記上 17:8-24。神為以利亞做了什麼？這段時間期間，誰陪伴著以利亞、食物來源是什麼？

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	
馬太福音 28:20	
希伯來書 12:5	
羅馬書 8:38-39	
詩篇 32:4	

結論

- ❖ 我們要操練自己、提醒自己神與我們同在，並且每一天享受與神同在的樂趣。
- ❖ 我們操練與神同在：和神一起開始每一天、將平常瞬間變成神聖時刻、操練讚美敬拜神、關注神的作為。
- ❖ 聖經中的故事表明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。
- ❖ 我們可以通過思考神的話語、關注神在世上的作為更加明白神的意念。
- ❖ 只要我們等候神、視神為我們生命中的首位，祂定會指引我們，並且供給我們的所需。
- ❖ 當我們尋求神的同在、專心仰慕祂，我們便明白祂就在我們中間。



反思性問題

1. 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？

2. 操練與神同在怎樣更新你與周圍人的關係？

3. 本課程哪一部分最能帶給你慰藉？你學到了什麼新的知識？