

基督徒生活基要 带领指南

与神的关系

第二课:与神建立个人的关系

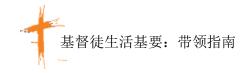
导论

本课是门徒训练概要与神的关系单元中的一部分。这一系列课程帮助我们认识自己和神之间的关系。这一课会从我们对自己在基督里身份的认识开始,这个身份就是我们成为了神的孩子。这个系列会关注神的属性,告诉我们,如何更好地学习祂的属性、认识祂,以及我们如何建立和祂之间亲密的关系。我们要认识在神眼中自己是谁,更加认识神是谁,好叫我们活出神定意要我们活出的人生。

对象

这些课程是针对初信者以及愿意重温救恩基础的人。预备传福音和门徒培训的人可以从讨论中获益。这些课程的设计,是假定参与的人都已决志跟随耶稣,想要进一步探索基督信仰。

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



与神的关系

第二课:与神建立个人的关系

目的

激励和装备每个基督 徒,藉着每日灵修建立 与神的关系

带领指南

本课程的中心在于培育灵修的生活。若与你的组员关系够紧密,可以跟他们分享你每日与神同行的点滴。可以跟他们分享你觉得很实用的方法,或对他们有用处的资源。如果你还没有固定时间与神交流,请仔细思想阻碍你的原因。这个荣耀神的行为会给你带来祝福,巩固属灵的生命。可将一年读经计划等材料发给组员,本教材最后两页也许对他们会有所帮助。

开场

(选择两或三个问题)

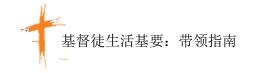
- ❖ 每日有固定播出时间来祈祷和读经吗?是在一天之中的什么时刻呢?灵修时你会做什么?
- ❖ 每天什么时候读经呢?怎么决定所该读的内容?你有读经的计划吗?
- ❖ 若没有每日固定读经的时间,愿不愿意有个开始呢?阻挠你养成这个习惯的原因是什么?
- ❖ 如果神无处不在,而祂的灵也与我们同在,为什么我们还是该抽出时间单独与祂共处呢?

研读

教导

❖ 与神的关系:与神牢不可破的关系始于对祂同在的渴慕。经历过分离后,人会迫不及待的想要与所爱的人重逢。虽然基督徒并没有与神隔绝,但为了神安排时间出来与祂独处,是会增加和强化我们对祂的爱。

www.dechinese.org 与神建立个人的关系 2



❖ 大卫王的例子

- ▶ 读诗篇 63。大卫王有让人觉得与神相会是一件苦差事吗?这个经文听起来是首情歌,但写作的对象却是神。
- ▶ 大卫花了许多时间与神相处,并且把这事列为人生的首要事项。他愈认识神就愈想花更多时间跟祂在一起。
- ▶ 就算大卫已坐上王的位子,他的心里明白神是他感到心满意足的泉源,是他的帮助与力量,也是他的避难所。
- ➤ 与神相交都不是我们每天最为重要的事。专家指出养成一个习惯要 21 天,不断重复做某件事会让难度降低,逐渐形成了习惯。愈花时间与神相处,就愈能蒙受福分。
- ❖ 圣经的例子: 圣经里许多属神的百姓在清晨早起与神相会,这并不是当今教会的发明,而是任何愿意更加认识神的人都会做的事。一起读以下的经文,思想这些早起去祈祷、敬拜和与主见面的例子:
 - **亚伯拉罕**: <u>创世记 19:27</u> 可以从这个榜样学到什么功课呢? 亚伯拉罕早起是有个特定的目的,他有个专门的地点来亲近主,而且他日复一日付诸行动。
 - ▶ **耶稣**: <u>马可福音 1:35</u> 耶稣远离一切喧嚣,去了一个安静的地方跟神交流。连耶稣都这么做,与神独处对我们当然有益处!

▶ 更多的例子

o **摩西**: 出埃及记 24:4; 出埃及记 34:4

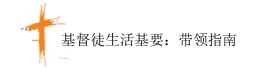
○ 约书亚: 约书亚记 6:12○ 哈拿: 撒母耳记上 1:19

o **约伯**: 约伯记 1:5

抹大拉的马利亚: 约翰福音 20:1

o **使徒们**: 使徒行传 5:21

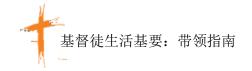
- ▶ 其他认同早起面见主的经文:
 - o 诗篇 5:3
 - o 诗篇 59:16
 - o 诗篇 63:1
- ❖ 每日宁静的时刻: 读圣经里的伟人经历时,都会发现他们一大早就起身跟主交流。固定与主相交的时间称之为灵修,或每日宁静的时刻,也可称为清晨守望或晨耕。不管如何称呼,这都是你一定要养成这个优良的习惯。



- ▶ 每日灵修时所发生的事?与神相处并没有特定的公式,也许每一天的经历都会不尽相同,内容可能也会有所变动,但是目标是与神接触。要记住关系的养成需要时间,所需要的是有颗投入的心,并且每天定时不间断。
- ▶ 下面所列出的是在灵修时可以做的几件事:
 - 静下心来:任何使你心有旁骛的东西都不应闯入,好让你能全神贯注,而 这也是神当得的对待。找个可以独自一人的地方,不然就面对墙壁减少分 心的机会,花点时间让身心都能安静下来。
 - o **读神的话**: 聆听神要从圣经中对你传递的讯息,伴随着默想的与探索的态度,问自己可以从这些经文学到什么功课?
 - o **读属灵的著作**:在灵修时也可以读基督徒作家的著作,可以是书籍、讲章 或短篇文章。然而要记住你自己要去读神的话,不能只读他人所写的作品。
 - o **赞美与祷告**: 求告神之前可以先为祂所赐的各样福分表示感谢。把许多我们习以为常的事点出来向祂感恩。赞美神因为祂是我们生命的主,祈求祂向你显明自己。对神诚实表达你的感受,把担忧和需要都带到祂面前。.
 - o **记录你的心得**:可以使用记事本把所祈求的事、神教导的功课、所回应的 祷告写下来。过了一阵子回头看神在这段日子所动的工,相信你会十分欢 欣鼓舞,这么做也会让你行走在灵修的正道上不至于偏离。
- ▶ 对我们的好处:神要让我们专注在真正要紧的事上,千万不要忙到连祷告的都不做!把一天的计划交托给神时,就会领受到祂的帮助、平安、同在,为的是要完成神所托付的事。
- ▶ **持之以恒**:每天腾出时间来祷告是很重要的事,并不一定要静静坐着。有的人在 散步的时候祷告,只要祷告的宗旨不变,地点是可以任意变更的。
- ▶ 重新整顿: 习惯的养成需要多次的重复,有时整个过程也许会很枯燥,觉得没有意义。如果在灵修时你发现读经时并没有在默想,口所说的并非心里所想的时候,可以换个地方、尝试别的方法或别的教材,重要的是与神的时光要真实有活力和意义。

本课程提供了读经的计划和方法,可以为组员们复印数分,对那些尚未在每天灵修的人也许会有很大的帮助。

www.dechinese.org 与神建立个人的关系 4



研讨

- ❖ 每日与神面对面的益处是什么?
- ❖ 那些事情会产生阻挠?如何克服?
- ❖ 怎样才不会让每天灵修的时光不至于一成不变?如何是这段关系更深入,更能跟神紧密结合,而不是把灵修当成一个活动?
- ❖ 如果有人对你说不用定期读经祷告就可以与神关系巩固,你会如何回答他呢?
- ❖ 上完这一课后,你的灵修生活会有所调整吗?

祷告

以祈祷结束本课程,感谢神池与每个人建立关系,愿意与我们相处。感谢池给了我们池的话语,并聆听我们的祷告。祷告每个组员的领袖生活都能开花结果,更加坚信要投入更多时间亲近主。感谢神当我们寻求池的时候与我们相会。

读经的计划和方法

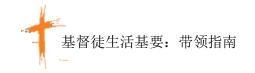
下面的几个要点可以在每日灵修时读经的时候使用。尝试新的方法来亲近神,从不同的视野来认识他。静下心来,在祷告中读神的话,所得到的奖赏就是更加亲近爱我们的神!

1. 求问神圣经要传递的信息

默想神的话最容易的办法就是读圣经,可以每天读一段。然后问自己一些重要的问题。把答案写在祷告记事本里,重要的读经的品质,不是读的数量。一步一步地把圣经读进生命中,思想背后的含义。可以提出以下的几个问题:

- o 有诫命需要遵守吗?
- o 有应许需要宣告吗?
- o 有没有该避开的罪恶?
- o 有必须要学习的功课吗?
- o 有没有新发掘的真理?

www.dechinese.org 与神建立个人的关系 5



2. 在诗篇中发现神

每天都选一篇诗篇来读,读完后把神的属性与特质(对神的描述)找出来。答案可能就在经文或隐喻之中。把这些特质记录下来,好好去思想,并向神祷告献上感谢,并思想这些发现

3. 用自己的话来诠释

这个方法帮助你从个人的角度去明白圣经。首先选择几段,也可以是一个章节、一篇诗篇或几节经文来解释,然后 把它分成几个小部分。可以忽略标示第几节的数字,一句一句的来,然后用你自己的话把每个句子的含义写下来。你可以给每句经文提出三个解释,这么做是可行的!明白经文的意义,每天都勤奋操练解经,反思你的所学,将对神、对自己、对基督徒生命的认识记录下来,可以从这些经文开始:

罗马书 5-6 哥林多后书 4 诗篇 1

罗马书 12 以弗所书 2 诗篇 23

马太福音 5-7 约翰一书 帖撒罗尼迦前书 4-5

4. 寻求耶稣

有时在读经的时候很容易就被一个细节给纠缠住,没有注意到所读的内容。有个方法可以帮你更更认识耶稣、更全神专注于祂。首先是读马可福音,先略读一遍,直到你看到章节上的标题有耶稣的出现为止(绝大多数的经文都会有!)。把这个故事读一遍,在这个过程中将焦点锁定在耶稣本身,看主的做为、祂的做法、祂的为人、为什么祂会如此行动和发言?群众对祂的反应等等。把这段经文教导给你的耶稣写下来,思想该如何耶稣的榜样,还有耶稣在对你说的话。

5. 让神的话深入你心

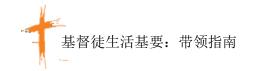
有没有后悔过自己没有牢记以前听过的某段经文?突然间'浮现'在脑海的某段经文有没有带给你安慰?诗篇的作者说 "我将你的话藏在心里,免得我得罪你"(诗篇 119:11).

学习将神的话深藏在心中是个受用无穷的好习惯。神的话语大有威力,能改变每个人的生命,不过首先你需要让祂的话入你的心! 设定目标把祂的话牢牢记住,开始时可以每周先记住几段,找出可以帮助你记忆的方法,可以重复把经文抄录下来,也可以反复背诵。不然就是先列出几个字来提示自己,再把整段经文背出来。有的人喜欢配上音乐,把经文歌唱出来。把经文抄在小卡片上随身携带阅读也是很有帮助的方法。

记得要复习所记住的经文,思想它们对你生命的意义!可以参考下面的几段经文,将他们熟记在心。

救恩: 罗马书 5:8; 罗马书 6:23; 罗马书 10:9,10; 罗马书 6:6; 以弗所书 2:8-9; 以赛亚书 59:2; 使徒行传 4:12

神的引导: 箴言 3:5,6; 诗篇 16:11; 诗篇 119:31-33; 以赛亚书 42:16; 以赛亚书 30:21; 以 赛亚书 58:11; 诗篇 143:10; 约翰福音 16:13; 罗马书 8:28



神的应许: 但以理书 9:9; 哥林多前书 2:9; 历代志下 7:14; 耶利米书 29:13; 诗篇 37:4; 以 赛亚书 41:10; 希伯来书 13:5; 马太福音 7:7,8; 雅各书 1:17

抵挡试探: 马太福音 26: 41; 哥林多前书 10:13; 雅各书 4:7-8; 帖撒罗尼迦前书 3:3; 希伯来书 2:18

基督徒生命: 希伯来书 12:2,3; 申命记 31:6; 加拉太书 5:22-23, 腓利比书 4:6; 罗马书 10: 13-15; 提摩太前书 4:12; 约翰一书 3:23; 提摩太后书 1:7; 提多书 2: 11-14; 罗马书 8:9; 弥迦书 6:8

较长的经文: 诗篇 1; 诗篇 23; 诗篇 25: 1-15; 诗篇 100; 哥林多前书 13; 罗马书 12; 约翰 一书。