

靈命四層操練

第一層	得救層 (在基督裏)	第一課 重生
		第二課 了結以往
第二層	復興層 在基督裏生根建造 住在基督裏 (若得救雖一信即到此層)	第三課 奉獻
		第四課 對付罪
		第五課 對付世界
		第六課 對付良心
		第七課 順服恩膏教訓
		第八課 明白神旨意的奧秘
第三層	十架層 披戴基督 基督在我裏面活 (基督掌權在心裏)	第九課 對付肉體
		第十課 對付老自己
		第十一課 對付天然
		第十二課 接受聖靈管制
		第十三課 對付靈
		第十四課 被聖靈充滿
第四層	長成層 基督成形 我活著就是基督 (進入屬靈爭戰、得榮耀)	第十五課 認識身體
		第十六課 認識升天
		第十七課 一同掌權
		第十八課 屬靈爭戰
		第十九課 得勝生活
		第二十課 滿有基督的身量

為什麼要追求靈命操練

基督徒的必修課

Richard J. Foster 在「屬靈操練的禮贊」書中有一段形容基督徒面對「靈命操練」這個題目時的情景：「我們面對一塊陡起的狹小的巖石，兩邊都是峭壁懸崖。右邊的深穀是因為人為努力去追求義所帶來的道德的破產。左邊的深穀是由於缺少人為的努力所帶來的道德的破產。在那陡起的巖石上有一條小徑，就是靈性生命的操練。」意思是說人若要自我修練達到義的境界，就會掉入右邊的懸崖；而人若自己完全不做事，只等著主來，心想反正都是主的預定，那麼又會掉入另一邊的懸崖。而這當中的羊腸小道就是我們要學習的靈命操練課程。

免費而不廉價的恩典

我們信主的確據是基督的救恩，這救恩是白白賜給我們的（羅 5:17）。不僅如此，這救恩還是早就預定好的（弗 1:4-5）。那麼是否表示我們就等著主來揀選，信主後就等著神來改變呢？當然不是！若是如此，保羅就不必一再地教導提摩太要在敬虔上操練自己（提前 4:7），以及追求公義、敬虔、信心、愛心、忍耐、溫柔（提前 6:11）等德性了。主的兄弟雅各看到門徒缺乏操練，因此勉勵門徒要行道，不要單單聽道（雅 1:22）。主耶穌自己更是要我們把信仰融入生命當中（約 5:39-40）。可見我們平常聽道，上主日學是不夠的，還要學習操練我們的靈命，將從神領受的道理實踐出來。從許多門徒的見證中我們知道，恩賜是越用越有、越操練越純熟，生命是越操練越健壯的。

靈命操練對教會的意義

為什麼有些教會有難處？大多是因為屬靈的生命幼稚，好像小孩子天天吵吵鬧鬧，吵了又好，好了又吵。教會若不追求生命的操練，傳福音、講臺、財物、事奉配搭都會有難處。倘若教會一致追求生命的進深，福音廣傳、肢體建造、團隊事奉都是自然產生，不需要勉強的。

靈命操練對個人的意義

神隨著他的意志創造了我們，如同陶匠捏陶，可以捏出貴重或是卑賤的器皿。但卑賤的器皿卻可以操練成為貴重的器皿（提後 2:19-22）。弟兄姊妹，你是否願意成為聖潔，合乎主用，預備行各樣的善事呢？詩篇 42:7 說，深淵就與深淵相應。也許在你生命的隱密處，你曾聽到一種聲音，號召你進入更深、更

完美的生命裏面去。若是，讓我們一起來學習靈命的操練吧。

不過操練之前請有一個正確的觀念，就是不可以將操練律法化。當我的生命到達某一個地步，我們相信這是 神的作為，不是我們的修練，就應該放下我們迫切要改變他人的熱心，由自己生命的改變成為見證，成為別人的祝福。

靈命操練課程說明

靈命四層操練的課程是取材自劉東崑牧師整理賓路易師母的靈命四層的講義而來。分成得救層、復興層、十架層、以及長成層。每層再分不同主題來進行操練。適合願意追求生命長進的基督徒，不論信主的時間有多長，都可以來操練。課程不僅是信仰的理論基礎，更是將信仰落實在我們生命的練習。歡迎大家一起來操練，預備 神再來的日子。

第一層 得救層 —— 因信稱義、受洗歸入基督

第一課 重生

主說：你們必須重生，若不重生，就不能見 神的國；
不是從水和靈生的，不能進 神的國。

一、何謂重生

1. 從靈生（約 3:3-6）。尼哥底母是猶太人的官，也是老師，就宗教而言，他是前輩，但是他沒有真正重生，為什麼？因為他不明白 神的救贖大功。他「夜裏」見耶穌，不敢承認自己的迷惑。他相信有「神」，而且這個「神」可以行神跡，有權柄勢力，可以差派師傅的。但是這個「神」卻和他沒有直接的關係。耶穌看出他的真正問題，直接挑戰他是否重生？耶穌說，人若不是從水和聖靈生的，就不能進 神的國，你是否已經從水中起來，承認基督是你個人的救主？但是水的洗還不夠，你要從聖靈重生。
2. 從 神生（約 1:13）。有人受洗是因為家人朋友的關係，有的基督徒是因為喜歡教會裏的人而來聚會，這都不是直接和 神的關係。我們是從 神生的，都是 神的兒子。在 神人的關係中是沒有孫子的。

二、為何必須重生

1. 因為有罪：我們的生命受了罪律的敗壞（耶 17:9）說，人心比萬物都詭詐，人是最會偽裝的動物，不論穿著或是言談舉止，愈多受教育就愈會隱藏。羅 7:14-18 說，人心中仍有良知，所以內心會爭戰，我所願意的我不去做，我所恨惡的我倒去做。靠我們自己的修行是不能改變我們的本質的（耶 13:23）。請問一杯污水如何潔淨？
2. 因為要有永遠的生命：從有人類以來人都在尋找不死的生命，只能靠輪回找到一個循環的生命，但是真的有一個永遠的國度，是我們這有限的生命無法進入的，所以必須重生。有了永遠的生命才能作 神的後嗣，承受永遠的基業。
3. 因為要有聖潔的生命才能進 神國：非聖潔沒有人能見主（希 12:14）。

三、如何重生

1. 從 神的話：從真道生（雅 1:18），人聽 神的話或讀 神的話，就被聖靈

感動（紮心的道[使 2:37]），叫人看見自己敗壞，為罪、為義自己責備自己（約 16:8）。

2. 聖靈的引導：當人覺罪悔改時，聖靈開大眼睛認識主十架救恩而接受主、承認主（林前 12:3）。
3. 基督復活的靈：人接受主時，復活的主（基督的靈）進入人靈裏，人就重生了（彼前 1:3）。

四、重生的結果

1. 成為新造的人（林後 5:17）
2. 成為神的兒女（約 1:12）
3. 與主成為一靈（林前 6:17）

五、重生的光景

1. 重生前
 - 1) 性情是敗壞的（耶 17:9），詭詐、彎曲、犯罪、愛世界、屬血氣、欺善怕惡。
 - 2) 心向神剛硬，與神為敵（結 36:26；西 1:21）。
 - 3) 靈死在過犯罪惡中，不能興神通，不領會屬靈的事，邪靈運行。
 - 4) 與神的生命隔絕了（弗 4:18）。
2. 重生時
 - 1) 蒙光照知罪；
 - 2) 心靈痛悔自責；
 - 3) 仰望十架救恩；
 - 4) 靈魂蘇醒靠主。
3. 重生後
 - 1) 因靈活了、明白屬靈的事；
 - 2) 性情改變；
 - 3) 石心變肉心，容易受感動；
 - 4) 與神交通喜樂充足；
 - 5) 有了神的生命，剛強、光明、飽足、活潑、安息……

六、有見證

1. 性情改變；
2. 愛好嗜好改變；
3. 觀念；
4. 為人；
5. 行為；

6. 一切生活；
7. 追求；
8. 揀選；
9. 靈各方面……

七、重生的所得

1. 神的本性；
2. 神的性情；
3. 復活的大能；
4. 生命的律；
5. 新心；
6. 新靈；
7. 得著基督兒子的身份；
8. 生命冊有名。