

ND2-015：建立穩定的屬靈生活

一. 建立穩定的屬靈生活的目的

穩定且有效的屬靈生活是神兒女絕不可輕看或忽視的拳腳工夫。缺少穩定且有效的屬靈生活常常是神兒女生命軟弱、停止成長、以及與神關係疏遠的主因。特別這個時代主要的特徵與挑戰之一就是忙碌與膚淺，缺少穩定的屬靈生活變得極其普遍，成為今時代眾教會所面臨的嚴重危機。【思考問題：如何知道你目前的屬靈生活是穩定而且有效的？】

從積極的角度來看，能培養出穩定且有效的屬靈生活是太重要、太蒙福的屬靈操練。它所帶來的祝福不僅是一生之久，有增無減，而且也必然恩澤他人，成為眾人的祝福。例如：

- 1) 幫助屬靈生命得以健康地不住深根。與成長
 - 生命更豐盛，活得更像耶穌
- 2) 建立與神真實並深入的關係
 - 與主更親，愛主更深
- 3) 生活在神話語的規範中，行走在聖靈的能力中
 - 生活更得勝，事奉更有力
- 4) 成為神手中合用的器皿與神家的祝福

二. 擁有穩定屬靈生活的榜樣與挑戰

- 1) 主耶穌的榜樣—經常從忙碌中退到野地、海邊、或山上去禱告
 - 耶穌聽見了，就上船從那裏獨自退到野地裏去...(太 14:13)
 - 耶穌和門徒退到海邊去...(可 3:7) /祂既辭別了他們，就往山上去禱告...(可 6:46)
- 2) 但以理的榜樣—「穩行在高處」
 - 但以理知道這禁令蓋了玉璽，就到自己家裏（他樓上的窗戶開向耶路撒冷），一日三次，雙膝跪在他神面前，禱告感謝，與素常一樣。(但 6：10)
 - a) 「穩」的挑戰—與素常一樣
 - b) 「行」的挑戰—一日三次，窗戶開向耶路撒冷
 - c) 「高」的挑戰—跪在他神面前

【思考問題：這三項在你目前的屬靈生活中主要的挑戰是什麼？如何克服或成長？】

三. 如何建立穩定且有效的屬靈生活？

屬靈生命要能夠健康地長大成熟，必然會遇見許多的挑戰與仇敵的破壞。它不會憑空自然地發生，它需要我們用心來培養、保護、與持守的。任何神的兒女，在一重生得救之後，都應該盡快的建立起穩定、有效的靈修生活，培養良好的屬靈習慣。能有屬靈的同伴一起督促、扶持更是有福，也為神家立好愛主、追求主的家風。

- 1) 主求賜給我們專心愛主、不住長進的心志與能力

愛主、渴慕主、追求主...的心願在於我們，可以向神要，但能力在於神。主耶穌對一切想跟隨祂的人都要問一個問題：「你們要甚麼？」(約 1:35)

- 惟獨我的僕人迦勒，因他另有一個心志，專一跟從我，我就把他領進他所去過的那地；他的後裔也必得那地為業。(民 14:24)
- 神說：因為他專心愛我，我就要...(詩 91:14-16)
- 「主耶穌，我羨慕活在你面前！」

2) 用心培養良好的屬靈習慣

a) 好習慣必然會帶來累積、且不住增長的果效

- ...人種的是甚麼，收的也是甚麼 (加 6:7b) / 少種的少收，多種的多收 (林後 9:6)
- 「凡事長進，連於元首基督...」(弗 4:15b)

b) 「建立穩定的屬靈生活」是太值得培養的好習慣，終身受益無窮

8 「操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。」 9 這話是可信的，是十分可佩服的。(提前 4：8-9)

c) 訂出具體、可行的靈修計劃

例如：與家人、屬靈同伴、或小組組員一起，

- 確實執行自己的年度讀經計劃
- 過正常的教會生活，不漏掉教會各種聚會與提供的培訓
- 與屬靈同伴一起定期閱讀並分享某卷聖經、好的屬靈書籍、或信息
-

d) 要真實，防備落入表面與形式化

神所要得著的，是用心靈和誠實敬拜祂、愛祂的人。無論個人靈修、讀經、禱告、或是參加聚會，都要學習帶著新鮮的渴慕與愛，用簡單的信心，在神的同在中進行—這真是我們所羨慕、所捨不得丟棄、也不甘心被仇敵破壞的屬靈生活。

23 時候將到，如今就是了，那真正拜父的，要用心靈和誠實拜祂，因為父要這樣的人拜祂。 24 神是個靈，所以拜祂的必須用心靈和誠實拜祂。(約 4:23-24)

3) 珍惜願意一起追求主、愛主的屬靈同伴

- 你要逃避少年的私慾，同那清心禱告主的人追求公義、信德、仁愛... (提後 2：22)
- 9 兩個人總比一個人好，因為二人勞碌同得美好的果效。 10 若是跌倒，這人可以扶起他的同伴... 12 有人攻勝孤身一人，若有二人便能敵擋他；三股合成的繩子不容易折斷。(傳 4：9-12)
- 24 ...要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。 25 你們不可停止聚會，好像那些停止慣了的人，倒要彼此勸勉...(來 10:24-25)

我們務要認識耶和華，竭力追求認識祂。祂出現確如晨光；祂必臨到我們像甘雨，像滋潤田地的春雨。(何 6：3)