

# 第五題：靈命餵養和成長之一

事奉成全研討會第二階段：導引靈命和屬靈追求正確的方向

第五題：靈命餵養和成長之一

## 一、禱告

### (一)甚麼是禱告

禱告是與神交談、向神祈求。一般基督徒以為「禱告只是向神求些東西」，因此只在他們有需要、有急難的時候，才肯到神面前來向祂禱告。其實，禱告更重要的一面，乃是跟神親近、和神說話、與神交通。禱告是人與神相親相近，經歷神同在的時刻。

禱告乃是靈命的呼吸。若不呼吸，人的身體就活不下去；同樣，我們信徒若不禱告，我們的靈命就會衰弱，終至窒息而死。所以我們若要維持靈命，就不能不禱告。並且像呼吸不能停止一樣，我們也要常常禱告。藉著禱告，我們與神相交而認識神；藉著禱告，我們也吸取神生命的豐富，使我們的靈命不只得以維持，並且越過越長進。

### (二)禱告是基督徒的基本權利

基督徒活在地球上有一個基本的權利，就是可以向神禱告。並不是所有的人都可以向神禱告，唯獨神的兒女才有禱告的特權。你一重生，神就給你一個基本的權利，就是你能向神禱告。

有人以為在主裡多年的基督徒，他們的禱告比剛信主的人有功效。但是，有一個很奇妙的事實，就是神喜歡聽初信的人的禱告。有時候，他們的一些禱告好像不太合理，別人認為恐怕神不會聽，但是神卻聽了，確確實實答應了他們的祈求。所以，剛信主的基督徒，應當好好把握這個良機，一信主就要到神面前來學習向祂禱告。

### (三)要劃出一定時間來禱告

有些基督徒抱怨他們太忙，沒有時間禱告。但是有句話說：「如果你忙得沒有時間禱告，你已經比神為你計劃的還要忙碌了。」所以每天撥出一部份時間，專門空出來藉著禱告與神交通。不要只是盡力找時間來禱告——要特地劃定時間。如果你想每天看情形，再把禱告的時間硬塞入你的時間表裡，你注定要失敗。

### (四)該如何禱告

禱告的問題，是最深的，又是最淺的。深到一個地步，人學了一生都學不好。可是，又淺到

一個地步，人一信主就能禱告，就能得著神的答應。

主禱文不是主自己的禱告，乃是主教導祂的門徒禱告(參路十一 1~4；太六 9~13)。但主的意思，不是要我們每次禱告時把那些話照念一遍，乃是要我們「這樣地禱告」(太六 9 原文)。主在此提供我們一個典型的禱告模式，使我們認識禱告的內容和先後次序：

**1.頌讚與敬拜：**「願人都尊你的名為聖。」神的名表明神的自己；尊神的名為聖，意即尊神為聖。一般信徒在禱告時，往往被自己的需要和願望所推動，所以一開始就向神求這、求那，卻忽略了所禱告的神。主在這裡教導我們，開始一個禱告最合適的方式是頌讚與敬拜。我們每一次來到神面前，必須用心靈和誠實，向祂獻上頌讚與敬拜(約四 23~24)。當我們這樣親近神自己，很自然地就被神的聖潔和尊貴所摸著，不但神的名在我們個人心裡被尊為聖，也願望人人都能尊為聖。

**2.順服與爭戰：**「願你的國降臨。」當我們在禱告中朝見神，體認到神是那樣的偉大，很自然的就心悅誠服地俯伏在神的權柄底下，何等甘願讓神在我們的心中作王掌權。如此順服的心願，使我們連想到今天的地上仍然滿了背叛，甚至在教會中也往往不尊重神的權柄。於是興起一個禱告：願神屬天的國度能降臨地上，願全地都能降服於神的管治、接受神的約束。這也是一個爭戰的禱告，因為神的國降臨在甚麼地方，仇敵魔鬼就得被趕出離開那個地方。

**3.同心與同工：**「願你的旨意行在地上，如同行在天上。」神的旨意在天上是通行無阻的，但是在地上並沒有完全通行。當人的心意和神的旨意還不一致時，神寧可等待，而不逕自執行。禱告就是讓神有機會把祂的旨意通到我們的裡面來，使我們明白祂的旨意，因而調整我們的心意，使之與神的旨意合而為一。當神兒女的心意和神的旨意一致時，他們的禱告也就是神旨意的發表，神是何等樂意垂聽這樣的禱告，使祂的旨意得著成就。如此，神的旨意由個人而眾人，由局部而漸漸擴大，終至通行在全地。

**4.信靠與感恩：**「我們日用的飲食，今日賜給我們。」凡明白神的旨意、並願意為神而活的信徒，必然深切的體認：「我們生活、動作、存留，都在乎祂」(徒十七 28)。日用的飲食是人切身的需要，而神是創造並供應的源頭。為日用的飲食禱告，其含義一面是天天仰望、信靠神，另一面是餐餐飲水思源，向神表達由衷的感恩。

**5.認罪與對付：**「免我們的債，如同我們免了人的債。」欠債指虧欠人；欠神的債即虧欠了神。在信徒天天的生活中，或是犯罪，或是該作而沒作、該說而沒說，這些都是虧欠神的債，所以要在日常的禱告中向神認罪並對付，才能與神保持無間隔的相交(參約壹一 6~10)。而我們與神之間的交通關係，受我們與人彼此相處關係的影響；若我們不先從心裡赦免別人對我們的虧欠，就不能得到神的赦免(參太五 23~24)。

**6.求告與交託：**「不叫我們遇見試探，救我們脫離兇惡。」在我們的日常生活中，難免遭遇「那惡者」(「兇惡」的原文)的攻擊和試探。因此主教導我們，在我們日常的禱告中，消極方面要求神不叫我們遇見試探，積極方面要求神救我們脫離撒但的手。這是一個預防和求神保護的禱告。信徒不可自信到一個地步，以為任何試探都不怕，撒但無足懼；若非神的保守，斷沒有一個人能不受那惡者的害。因此我們要藉著禱告，用信心把自己交託在神的手中，求祂保全(參提後一 12)。

**7.讚美與阿們：**「因為國度、權柄、榮耀，全是你的，直到永遠。阿們。」這表明我們禱告的

根據和目的，也表明我們禱告的存心。既然國度和權柄永遠是屬乎神的，則神必能成全這個禱告；而我們禱告的目的，是要叫神得著榮耀(參約十四 13)；並且我們的禱告絕非有口無心，乃是表達「誠心所願」(「阿們」的原文字義)。

### (五)禱告要奉主的名

主耶穌說：「你們奉我的名，無論求甚麼，我必成就，叫父因兒子得榮耀。你們若奉我的名求甚麼，我必成就」(約十四 13~14)。奉主的名不是一個公式，在每一次禱告的結束時說：「奉耶穌的名求。」因為這個公式也常被人濫用，甚至求神使他們發不義之財。「奉主的名禱告」，是指按著基督的性情禱告，或者說如果耶穌處在我的情況，會如此禱告。禱告只有合乎耶穌基督的心，神才會答應。不要想叫神做任何基督不會去做的事。神不可能做任何違反祂本性的事。

### (六)禱告得著答應的條件

每一個基督徒都應當有常蒙神聽禱告的經歷。如果你作了多年的基督徒，難得有一、兩次神聽你禱告，或者根本神一次都沒有聽過你的禱告，這就證明你這一個人在神面前有了大毛病。

**1.要求：**聖經說：「你們得不著，是因為你們不求」(雅四 2)。所有的禱告，都應當在神面前真實的求。許多人禱告的行為是有的，但是並無所求，就是跪在那裡說一陣的話而已，並沒有說出求甚麼，實實在在等於沒有求；禱告空泛得很，也不痛、也不癢，神不必聽都行。

主說：「凡祈求的，就得著；尋找的，就尋見；叩門的，就給他開門」(太七 8)。尋找，就是在找一樣東西；叩門，不是隨意在那裡叩牆。你禱告，必須說出你要甚麼東西，不要包羅萬象的禱告一下，得著不得著又不在乎。好像神聽不聽你都是一樣，都無所謂，那麼你以後一遇見難處，再去禱告，就不行了。如果禱告是攏統的，而難處是專一的，那就沒有辦法解決難處。必須有專一的禱告，才能對付專一的難處。

**2.要一直的求：**就是繼續禱告，不可停止。聖經說：「要人常常禱告，不可灰心」(路十八 1)。這是說我們要一直求，一直禱告，禱告到有一天，神非作不可。應許不應許我不管，我要禱告到神非作不可。你如果真的要，就要一直求到神沒有辦法不聽你。

**3.不可妄求：**「你們求也得不著，是因為你們妄求」(雅四 3)。我們只能因著有需要而向神求，不能毫無理由、出乎範圍之外隨便的求。不可憑著自己的情慾、肉體，隨便的在那裡妄求我們所不需要的事物。不然的話，也是白白的禱告。許多時候，神所給我們的是「超過我們所求、所想」(弗三 20)的，但那是另外一件事。

**4.要對付罪：**有的人，求是求了，也沒有妄求，可是神還是沒有聽他的禱告。那是因為有一個基本的攔阻，就是他與神之間有罪的攔阻。「我若心裡注重罪孽，主必不聽」(詩六十六 18)。一個人如果有明顯的、自己知道的罪在心裡注重，在心裡捨不得，在心裡留下，主必不聽他的禱告。主能體恤我們的軟弱，但是主不能任憑我們心裡注重罪孽。你即使在外表上脫離了所有的罪，可是在你心裡如果注重罪，捨不得、放不掉，那你禱告也沒有用，主必不聽你的禱告。

**5.在積極方面應當信：**信心是不可少的，一少，禱告就沒有用。主耶穌說：「凡你們禱告祈求

的，無論是甚麼，只要信是得著的，就必得著」(可十一 24)。這裡有兩個「得著」，一個是信心中的得著，一個是事實的得著。頭一個「得著」有的原文是「已得」，即事雖未實現，但在信心中乃如同已經實現；也有的原文是「現得」，意思是禱告到自己相信了，自己在信心中得到了。可見，出於信心的禱告，大有功效。

## 二、讀經

### (一)為甚麼需要讀經

聖經是每一個基督徒都應當查讀的，因為：

**1. 聖經是信徒靈命的糧食：**主耶穌說：「人活著，不是單靠食物，乃是靠神口裡所出的一切話」(太四 4)。人的肉身如何需要每天依靠食物，才能長大強健，照樣，信徒的靈命也需要每天依靠靈糧——神的話——才能長大成人。聖經就是神的話(參提後三 16；彼後一 21)，所以是信徒靈命的糧食。

使徒彼得說：「就要愛慕那純淨的靈奶，像才生的嬰孩愛慕奶一樣，叫你們因此漸長...」(彼前二 2)。剛蒙恩得救的信徒，必須天天讀經，好叫我們的靈命能更快地長大。先知耶利米說：「耶和華萬軍之神阿，我得著你的言語，就當食物吃了；你的言語，是我心中的歡喜快樂；因我是稱為你名下的人」(耶十五 16)。當信徒的靈命漸長，仍需每天吃乾糧(參來五 14)。聖經又是靈糧，多年蒙恩的信徒仍需讀經，方能維持靈命的存活。

**2. 聖經使信徒明白神的旨意：**詩人說：「你的言語一解開，就發出亮光，使愚人通達」(詩一百十九 130)；又說：「你的話是我腳前的燈，是我路上的光」(詩一百十九 105)。我們基督徒如果要行走主的道路，必須明白神的旨意。而聖經就是神的話，它會發出亮光，指引我們的腳步，照亮我們的前程，使我們行走在神的旨意中。

聖經給我們看見，神在已往的時候為我們作了多少事；也給我們看見，神在已往的時候曾如何帶領了人。我們要知道神為我們豫備的是多豐富、多廣闊，我們就非讀聖經不可；我們要知道神如何一步一步的帶領人，我們也非讀聖經不可。

**3. 聖經使信徒更深認識基督：**更多認識基督，才能愛慕而追求基督，也才能更多經歷祂的豐富。聖經說：「你們查考聖經，因你們以為內中有永生；給我作見證的就是這經」(約五 39)。聖經給我們見證基督，啟示基督。我們若能好好查讀聖經，必然對基督有更深切且充足的認識。

**4. 聖經使信徒能分辨真理：**聖經曾經記載初期教會的事蹟：「這地方的人，賢於帖撒羅尼迦的人，甘心領受這道，天天考查聖經，要曉得這道，是與不是」(徒十七 11)。當初在庇哩亞的教會，就是藉著查讀聖經，來分辨使徒所傳講的道理。今天在基督教中間，充滿了各種異端教訓，因此我們需要多多查讀聖經，以免往錯謬裡直奔。

**5. 聖經使信徒的信心堅固：**聖經說：「可見信道是從聽道來的，聽道是從基督的話來的」(羅十 17)。一個基督徒如果沒有信心，就不能得神的喜悅(來十一 6)。但聖經可以使人產生信心，因為信心是從基督的話來的。主的話一進到我們的裡面，立刻就產生信心。我們越多得著主的話語，信心

就越堅固。

**6.聖經是屬靈爭戰的利器：**聖經說：「拿著聖靈的寶劍，就是神的道」(弗六 17)。神的話乃是聖靈的寶劍。我們靠著讀經，可以勝過仇敵魔鬼，攻破牠堅固的營壘。

## (二)讀經需要花工夫

聖經是一本厲害的書，也是一本大的書。我們一生之中，即使把所有的時間都花在她裡面，也不過能摸著它的一部分而已。一個人如果想不花工夫就明白聖經，那是不可能的事。所以，每一個要認識神的人，都應當好好的查讀神的話。

## (三)知識路線的讀經法

讀經有兩條路線：一條是知識的路線，一條是生命的路線。基督徒應當兩線並重，不可認為聖經知識是屬於「分別善惡樹」的範疇，而加以輕視。聖經知識是我們領受神光照和供應的根基；我們越多認識聖經，才能越多領受神的光照和供應。知識路線的讀經法，其原則要領如下：

**1.熟悉全本聖經的概要內容：**要達到這個目標，便須按次序讀聖經，最好能夠至少每年讀完一遍聖經。切莫翻來翻去，隨意抽讀，以致有的地方，讀了又讀，而大部分卻從沒讀過。

**2.讀的時候細心去發現事實：**一個人在神的話語上能不能豐富，就是看他在神面前能找出多少事實。事實的發現越多，就越豐富。如果不能發現事實，只是囫圇吞棗的讀，結果就不知道是甚麼。一個會讀聖經的人，在神面前總是一個仔細的人，不是粗枝大葉的人，不是攪雜的人。聖經是一點一劃都不能更改的。神的話這樣說，就是這樣。神的話一說出來，你就該知道神著重的點是在那裡。有許多馬虎的人，聽人的話聽不準，讀神的話也讀不準；神的話著重在那裡，那一個竅在那裡，他們讀不出來。所以，你第一要學習找出事實來。

**3.要把所發現的事實存記心裡：**聖經說：「當用各樣的智慧，把基督的道理(話)，豐豐富富的存在心裡」(西三 16)。這裡的意思是說，我們要背熟、要記牢所發現的事實。當你清楚了神的話是怎樣說的，然後就要記住它，不能漏掉，不能含糊，否則就沒有用處。

**4.要做分析、綜合和比較：**或專卷研經，或專題研經，或特殊字詞研經；總要搜集材料，有系統地加以分析、綜合和比較。

## (四)生命路線的讀經法

生命的路線是注重靈命的享受和滋養，因此不像知識路線的讀法那樣使用心思和悟性，雖然多少需要用到我們的心思和悟性，但主要乃在於運用心靈與誠實(參約四 23~24)，仰望神藉著祂的靈，把祂的話向我們解開，使我們得蒙光照。

生命路線的讀法，可以選讀一些比較有滋養性的經文，且一次不宜讀太多，三至五節聖經便已足夠。一面讀經，一面默想，一面讚美，一面禱告；把讀經、默想、讚美和禱告調在一起。

**1.默想和禱告：**詩人說：「惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想(默想)，這人便為有福」(詩一 2)；又說：「願我口中的言語、心裡的意念(與『默想』同字)，在你面前蒙悅納」(詩十九 14)。

神的話裝進人的心靈裡，必須藉著默想來喚起其中所蘊含的屬靈能力，使之運行，才會帶來真正的祝福，並成就神發它去成就的事。心靈的默想意味著渴慕、接受、降服與愛。默想就是藉著祂自己的話把心轉向神，努力把神的話接植於我們的情感、意志和生命裡。

慕安得烈說：「進入真實默想的要素有三：(1)來到主面前，把自己交給祂；因為只有進入祂的同在和交通裡，神的話才發生功效。(2)要全然安息，停下智能的努力，安靜等候神的靈；在安靜默想中，信心得以運作，順服的心得以生發。(3)默想必須帶向禱告，照著在聖經上所看見、所接受的，明確地祈求並支取。默想的價值在於為禱告鋪路，使神的話得以解開，證明其大能。」

慕勒說：「我每天清早默想新約，在每一節聖經中尋求，要從它裡面得著祝福，使我自己的靈魂得著糧食。這樣默想幾分鐘之後，總是很快的、或多或少的轉向祈禱、認罪、感謝，或代禱，或懇求。只有在裡面的人藉著默想神的話而得著了滋養，在那裡遇見了神對我們說話，勉勵、安慰、教訓、降卑、責備我們之後，才是祈禱最好的時候。」

**2.藉著禱告吃喝神的話：**生命路線的讀經法，絕對不能缺少禱告。但這時的禱告，卻又稍微不同於平時。這時，我們須要把所讀到的經文，直接當作禱告的話，或把默想神的話所產生的感覺或感動，化作禱告的話。如此，神的話就成為我們靈命的供應。

#### (五)讀經的實行方法

讀聖經既然有兩種不同的路線，因此，最好分別在兩段不同的時間來查讀。根據絕大多數會讀經的人所給我們的見證，最好把生命路線讀經放在每天清早起來的時候，而把知識路線讀經放在下午或晚上。如果可能，要豫備兩本聖經。生命路線讀經用的一本，應當一個字都不寫，一個記號都不畫。知識路線讀經用另外一本，可以把所看見的東西寫進去，寫字也好，畫記號也好。

#### (六)讀聖經的態度

人在神面前要把聖經讀得好，有兩個基本的條件：一個就是方法要對；方法若是錯了，就會事倍功半。另一個條件就是讀經的人要對，意即讀經時的心態要對；若是讀經的人態度錯了，即使他們所用的方法是多麼的好，也不會有甚麼果效。

**1.心要敞開：**聖經說：「我們眾人既然敞著臉，得以看見主的榮光...」(林後三 18)。聖經是神的話，裡面充滿了神的光，但神的光只能照亮向祂敞開的人。人向神若不是敞開的，就沒有法子得著神的光。

**2.單一的要神：**主耶穌說：「一個人不能事奉兩個主；不是惡這個愛那個，就是重這個輕那個」(太六 24)。三心兩意的人不能讀好聖經；我們心裡一面要神，一面又要神之外的一些好處時，我們的心眼就會迷糊，也就無法讀出聖經裡面的光。

**3.存心順服神：**主耶穌又說：「人若立志遵著祂的旨意行，就必曉得這教訓...」(約七 17)。這裡的意思是說：人立志順從神的旨意，是知道神的教訓的先決條件。聖經中的真理和啟示，只有立志遵行神旨意的人才能看見。

## (附錄五)探討正確的「讀禱」或「禱讀」

### (一)「讀禱」或「禱讀」的由來

自從教會有史以來，基督信仰的前驅者，早就發現讀經與禱告彼此具有密切的關係。「你們若常在我裡面，我的話也常在你們裡面，凡你們所願意的，祈求就給你們成就」(約十五 7)。這表示神的話有助於我們的禱告。而「字句是叫人死，靈是叫人活」(林後三 6 原文)。這表示我們若要進入那藏在字句裡面的靈，就必須借助於禱告。如此，讀讀禱禱，讀經受感動而付諸禱告；禱禱讀讀，禱告得聖靈引領而進入神話語中的真理(參約十六 13)。讀經與禱告，相輔相成，何樂而不為？！

### (二)錯誤的「讀禱」或「禱讀」

近年來，有人錯誤的帶領所謂的「讀禱」與「禱讀」，今將其錯誤明列如下：

(1)「讀禱」團體化：原本讀禱的方法較適用於個人靈修的場合，如今竟變成聚會時大家一起讀禱；

(2)「讀禱」公開化：原本讀禱的對象是神和自己的心靈，如今竟變成重複朗讀給別人聽；(3)

「讀禱」人的話：原本讀禱的內容是聖經上神的話，如今竟變成宣讀詩歌的歌詞。

### (三)錯誤所引起的副作用

前述錯誤的教導和實行的結果，顯然產生了一些不良的副作用：

(1)許多人在聚會中只會宣讀經文和歌詞，以其代替禱告，久而久之，好多人竟不會禱告；

(2)許多人誤以為只要在聚會中開口宣讀，就算是參與聚會的活動，結果雖然開口的人多，卻沒有屬靈的份量；

(3)聚會中只求熱鬧，結果誤以為魂的活動，就是心靈與誠實的敬拜，以致「宣讀」和靈恩派的「說方言」殊途同歸。

### (四)勿濫用「讀禱」或「禱讀」

「讀禱」固然有助於靈修，但切莫將它流於形式化。在屬靈的追求中，無論在個人場合或在聚會場合，仍不可忽略正常「嘴唇的果子」，就是以感謝和讚美為祭獻給神(參來十三 15)。切莫讓「宣讀」取代了該有的「禱告」。

—— 黃迦勒「事奉成全訓練綱目」