

# 靈修與靈命

## 提後 3:16-17

聖經都是神所默示的（或作：凡神所默示的聖經），於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬神的人得以完全，預備行各樣的善事。

# 導言：

## 1) 羅12:2

不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。

2) 葛培理說：每早晨要用聖經來開始一日的生活；每晚上要讓聖經對你的心靈說智慧的話。

# I. 靈修的意義：

## A) 靈修的目的

### 1) 與神靈交：親近神，渴慕尋求神的面

~雅4:8

你們親近神，神就必親近你們。有罪的人哪，要潔淨你們的手！心懷二意的人哪，要清潔你們的心！

# I. 靈修的意義：

## A) 靈修的目的

### 1) 與神靈交：親近神，渴慕尋求神的面

#### ~詩 63:1-2

（大衛在猶大曠野的時候，作了這詩。）神啊，你是我的神，我要切切地尋求你，在乾旱疲乏無水之地，我渴想你；我的心切慕你。我在聖所中曾如此瞻仰你，為要見你的能力和你的榮耀。

# I. 靈修的意義：

## A) 靈修的目的

### 1) 與神靈交：親近神，渴慕尋求神的面

~詩 27:8

你說：你們當尋求我的面。那時我心向你說：  
耶和華啊，你的面我正要尋求。

# I. 靈修的意義：

## A) 靈修的目的

### 2) 支取靈糧;靈命成長

#### ~彼前 2:2

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，以致得救。

#### ~來 5:13-14

凡只能吃奶的都不熟練仁義的道理，因為他是嬰孩；惟獨長大成人的才能吃乾糧；他們的心竅習練得通達，就能分辨好歹了。

# I. 靈修的意義：

## A) 靈修的目的

### 3) 尋求神的旨意引導

**~詩 25:4-5**

耶和華啊，求你將你的道指示我，將你的路教訓我！求你以你的真理引導我，教訓我，因為你是救我的神。我終日等候你。

**~詩 119:105**

你的話是我腳前的燈，是我路上的光。

# I. 靈修的意義：

## B) 靈修的方法

### 1) 靈修讀經

#### ~提後 3:15

並且知道你是從小明白聖經，這聖經能使你因信基督耶穌，有得救的智慧。

#### ~腓 1:9-10

我所禱告的，就是要你們的愛心在知識和各樣見識上多而又多，使你們能分別是非（或作：喜愛那美好的事），作誠實無過的人，直到基督的日子；

I. 靈修的意義：

B) 靈修的方法

2) 靈修默想

~詩 1:1-2

不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想，這人便為有福！

I. 靈修的意義：

B) 靈修的方法

3) 靈修禱告

~詩 130:2

主啊，求你聽我的聲音！願你側耳聽我懇求的聲音！

I. 靈修的意義：

B) 靈修的方法

4) 靈修應用

~詩 111:10

敬畏耶和華是智慧的開端；凡遵行他命令的是聰明人。耶和華是永遠當讚美的！

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### A) 舊約榜樣的人物

#### 1) 摩西的榜樣

靈修：**詩119:15，147-148**

我要默想你的訓詞，看重你的道路。...我趁天未亮呼求；我仰望了你的言語。我趁夜更未換將眼睜開，爲要思想你的話語。

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### A) 舊約榜樣的人物

#### 1) 摩西的榜樣

靈命：**民 12:3**，**來 3:5**

摩西爲人極其謙和，勝過世上的眾人。

摩西爲僕人，在神的全家誠然盡忠，爲要證明將來必傳說的事。

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### A) 舊約榜樣的人物

#### 2) 大衛的榜樣

靈修：**詩 5:2-3**

我的王我的神啊，求你垂聽我呼求的聲音！因為我向你祈禱。耶和華啊，早晨你必聽我的聲音；早晨我必向你陳明我的心意，並要警醒！

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### A) 舊約榜樣的人物

#### 2) 大衛的榜樣

靈修：**詩 42:1-2**

神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。我的心渴想神，就是永生神；我幾時得朝見神呢？

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### A) 舊約榜樣的人物

#### 2) 大衛的榜樣

靈命：合乎神心意的人 [王上 3:6](#)

所羅門說：你僕人—我父親大衛用誠實、公義、正直的心行在你面前，你就向他大施恩典，又爲他存留大恩，賜他一個兒子坐在他的位上，正如今日一樣。

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### B) 新約榜樣的人物:主耶穌的榜樣

靈修：**可 1:35**

次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裡禱告。

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### B) 新約榜樣的人物:主耶穌的榜樣

靈命：柔和謙卑，愛心赦免 **太 11:29**

我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。

## II. 從聖經人物看靈修與靈命：

### C) 信徒靈命好的標幟

#### ~弗 4:2-3

凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心。

#### ~加 5:22-23

聖靈所結的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制。這樣的事沒有律法禁止。