

溪邊的樹

2014年5月

谷區國語浸信會

每月通訊「溪邊的樹」

許牧師外出事奉，吩咐我代筆寫這個月的主題文章，並指示繼續推動「靈修樂」。

教會在今年初開始鼓勵弟兄姐妹每天固定的靈修，除了採用「靈命日糧」為靈修材料外，教牧同工輪流就當天的主題經文撰寫靈修心得，透過電子郵件發出。目前我們發出的收信人已超過四百位，包括本地與外地的弟兄姐妹。感謝主的恩典，弟兄姐妹對「靈修樂」的回應是積極的。有人表示信主多年都沒有靈修的習慣，現在開始建立。有人回應說看到教牧同工的分享，有所得益。為此，我們感謝讚美主。我希望還沒有參與的弟兄姐妹急起直追；已經參與的要繼續靠主恩，在靈裡進深。

保羅在羅馬書8:29-30為信徒屬靈生命的起點，進程和目標提供清晰的指示。「因為他預先所知道的人，就預先定下效法他兒子的模樣，使他兒子在許多弟兄中作長子。預先所定下的人又召他們來；所召來的人又稱他們為義；所稱為義的人又叫他們得榮耀。」神為我們所設定的生命藍圖是：在祂的預知和預定下被呼召，（接受呼召，認罪悔改），得救稱義，（活出以主耶穌為主的生活，生命成長），最後是得榮耀（變成主耶穌的模樣）。總而言之，神對我們的心意是要我們成為主耶穌基督的模樣。「效法他兒子的模樣」的原意不是要我們去效法，而是被形成（to be conformed to）主耶穌的模樣。神是預定我們成為主耶穌的模樣。我們固然是要去效法主耶穌；但經文的本意重點不是在我們的行動，而是神的心意，是神主動的作為。這是神在創世之前為我們定的旨意，在主耶穌基督再來時成就的。因此，我確信有一天我必定成為主耶穌的模樣。因此，我被激勵天天效法主耶穌。我也深知我在肉身的限制和罪性的纏繞下，無論我多努力，靠己力我是做不到的。但，感謝主，有了明顯的目標，我就努力向著標杆直跑。保羅說：「我們既藉著我主耶穌基督得與神和好，也就藉著他以神為樂。」（羅5:11）因此，我們每天要以神為樂作為生活的態度。這種以神為樂的態度要實踐在生活

的每一個層面：家庭，工作，學習，交友，事奉和休閒。做靈修的功夫更是要以神為樂。

我剛剛看完畢德生寫的「天路客的行囊 - 恆久專一的順服」；馬上進行第二次閱讀，希望能吸收和消化更多。畢德生出版超過三十多本書，其中以「The Message - The Bible in Contemporary Language 信息 - 當代語言的聖經」最為馳名。原來他是在寫「天路客」這本書後才發展出要寫「信息」。畢德生在「天路客」書中以他深刻獨到的眼光從「上行之詩：詩篇120-134篇」闡述基督徒要如何在這個充滿謊言，講求即時效應和與神為敵的社會文化中走天路。他提醒我們，我們在世上生活，要決定我們是觀光客還是天路客。作為天路客，我們就要以恆久專一的順服來走這條朝聖道路。

畢德生在結語寫出他牧會多年的心得。他說從一開始牧會就以「禱告讀經，讀經禱告」來牧養會眾；但發覺進展緩慢。於是他嘗試使用那些應許有速成果效的方法，卻發現「不過是攪亂了信徒的生活，妨礙了聖靈早就開始的工作。」於是，他又回到「禱告讀經，讀經禱告」。

他對讀者的忠告是：**緩慢地，富想像力地，虔誠禱告地和順服地閱讀聖經。**

親愛的弟兄姐妹，屬靈生命的成長沒有速成班。我們每一天藉著讀經、默想、禱告和寫靈修心得與神親近。我們不能靠意志力勉強自己去靈修。我們要靠神的恩典。但，同時，神的法則是：想得恩典，就要順服。有一句發人深省的話這樣說：「神常常依我們對祂愛慕的程度來賞賜禮物給我們；同時，依我們對祂恩典的合作程度來施恩。」與神合作就是順服。我們越順服，所得到的恩典就越多。

求神的恩典加倍在我們身上，使我們以祂為樂；並以恆久專一的順服和喜樂的心每天「禱告讀經，讀經禱告」來親近神。

主僕 **家銳**

【2014年度主題】

委身基督，歸屬教會，邁進社區

【年度經文】

**但聖靈降臨在你們身上，你們就必得著能力，
並要在耶路撒冷、猶太全地，
和撒瑪利亞，直到地極，作我的見證。**

（使徒行傳 1:8）

【五月份經文】

那些分散的人往各處去傳道。

（使徒行傳8:4）

[靈修樂]

我的靈修生活

于秀杰姐妹

自從教會推動靈修樂活動以來，弟兄姐妹都踴躍參與，教牧同工也精心的預備每日的靈糧。我這個向來懶散的人，也不好意思繼續消沉下去，而是邁開步伐，努力跟上樂靈修的隊伍。在此從以下這三個方面與大家分享我的靈修生活：

一、我的靈修方式和程序

我的靈修時間通常是在早晨9：30以後，家裡上班的，上學的都走了，時間、空間完全屬於我一個人，我的內心也是安靜的，這是我全然獻給主的最好時間。最近，由於身體莫名其妙的變化，常常在午夜兩點左右醒來，我就拿起身邊的手機電腦，開始我新的一天的靈修。謝謝教牧同工，考慮到像我這類人的需要，在時間上支持與配合。

可能是與我偏向感性的思維方式有關，我的每日靈修是從詩歌敬拜讚美開始。自從一年多以前開始斷斷續續的靈修以來，我自學成才，學會了多首優美的詩歌。雖然我對神全能和美善的屬性已深信不疑，但在唱詩敬拜中，頭腦中的這種認知再次被激活，對神的敬畏也油然而生，充滿身心靈全人，抬頭看看窗外的藍天和大地，就明白知道神的永能和神性，無可推諉。詩歌中神不離不棄的愛與信實，吸引我全然向神敞開，與造我的主面對面，不再在人的理性和經驗中猶疑徘徊。

然後我向神作一個簡短的禱告，求神賜下悟性和靈感，幫助我明確神的心意。在教會推動靈修樂之前，我是以詩篇做為我讀經的內容，現在則是跟著教牧讀每日分享的經文。上一季通過袁傳道的靈修實踐課程，學習到靈修時的讀經與查經有所不同，查經是建立在理性的基礎上，是知識性的（informational），而靈修時

的讀經，則超越了單純理性的範疇，是一種屬靈的生命汲取營養、補充活力的過程（transformational）。在靈讀中，默想與思考揉合在一起，細細品味神的話，省察自己的虧欠，尋求神的心意。

接下來我會讀一篇當日的《荒漠甘泉》或《日日與主同行》。作者融合了對神話語的體會和生活的見證，寫下情思凝結而成的精粹短文，常常讓我感受到心靈對話的共鳴和交融，彷彿穿越時空，與摯友促膝而談，何等快慰！

最後我以禱告結束一天的靈修。在禱告中，學習尋求神的心意，也學習為他人代禱。更在禱告中，求神賜智慧、敏銳與力量，規範導引，把靈修的心得，落實在生活實踐中，成為力量和喜樂的泉源。

二、靈修心得點滴

靈修時有所收穫，常常是點點滴滴的，與生活中的遭遇與需求有關，不大能夠成系統。最近一段時間，我在靈修中得到一個深刻的體認，就是基督教的人生觀，亦即人受造的目的，乃是為了一種關係：與神的縱向關係，以及與人的橫向關係；而其最終的目標就是榮神益人。相比之下，其他一切的宗教、倫理與哲學思想，都是以自我為中心，自我被放在各種不同的尺度與境界中盤算、營造。基督徒得神啟示，便得超然智慧，看穿了日光之下的虛空和人最真的需要。沒有人可以獨來獨往於天地之間，每個人都需要愛與被愛，每個人都需要在這樣愛的關係中互相依存。

在基督裡增進與神並肢體的關係當中，我順從神的打碎、塑造。關係中是會產生摩擦的，因為始祖的墮落，使得人與人之間的關係失去了應有的和諧與美善。聖經上教導我們不可停止聚會，是要藉著教會生活，使我們更清楚地認識到自己屬靈生命的真相，學習接納、饒恕，看別人比自己強，磨去各人天然性情中不能榮神益

人的棱角，與肢體搭配合宜，建造基督的身體。

在日常生活當中，我也學習遵行主的教導，努力以行動來彰顯從神而來的愛。聖經上說「施比受有福」，天國的法則不同於世上的法則，當我為別人付出時間、勞力和金錢時，自己不但沒有因此變得貧乏，反而因為帶給別人的快樂和安慰，而感到滿足喜樂。梁燕城博士曾說：宗教信仰至終要超越理論和內心的境界，表現為一種愛心與憐憫的行動。上帝【道成肉身】，就是以愛臨到悲苦的人間，與人類一同經歷悲苦，分擔悲苦，並且改造悲苦。基督徒也應該【道成肉身】，屬靈生命源源流出的光與愛，見證真正的基督信仰。

三、靈修生活對我的幫助。

毋庸置疑，每日靈修會更新變化我們屬靈的生命，但生命的成長卻不是朝夕之功，而是一生的委身與操練。然而，內在品質的更新，也必能逐漸帶動外在行為的改變。

雖然已是重生得救的信徒，如果沒有每日的靈修生活，生命就不可能與主密切連結。過去我的生活常常在忙、盲、茫的圈子裡打轉，我是一個性急的人，再加上不喜歡購物（這裡指的是grocery shopping, 如果去mall裡shopping, 我還比較喜歡的😊）。記得有一次去Walmart購物，開車在外面兜了幾圈兒才找到泊車位，進去一看，但見人群熙來攘往，等著付賬的人排著長隊，一種煩躁的感覺即刻襲上心頭，於是我就開始眉心微蹙，腳下生風。這時我看到一對母女迎面走來，老媽媽撐著助步器行走。我看見了，卻似乎又視而不見，到了我們相距咫尺，必須有一方停下來讓一下的時候，我搶先一步的腳已經邁了出去。這時聽到老媽媽說：現在的年輕人不知為什麼這麼忙，而且又這麼無禮。我雖然已經與她擦肩而過，這句話卻結結實實的落入我的耳中。我羞愧的只想落荒而逃，暗自責怪自己為什麼不能停下來，讓一讓，如此急三火四，爭分奪秒，所為哪般呢？雖然我不是存心無禮，但起碼說明我對別人的軟

弱、不便，都缺少敏銳的同情和感同身受的憐憫。我想我那段時間一定是沒有好好靈修，心緒紊亂，才帶出這樣錯位的行為。

我們心思意念上的紊亂，只有到神的面前，求神梳理、調整。而每日靈修，是我們與神會面的最好途徑。與主密契相交的生命，儘管還是要面對外在嘈雜紛擾的環境，但內裡卻有一個安靜的中心，平靜安穩，不至輕易地被世俗和自己的血氣擄去。在日復一日，與家人零距離的相處當中，有時覺得自己的耐心被透支了（本來儲存就不多），再也溫柔不起來的時候，靠著聖靈的提醒和幫助，我可以選擇不說話，不能失蹤，但可以失聲（此時無聲勝有聲）。這絕不是出於我天然的性情，完全是靠主得勝（不敢誇口每次都做得到，靈修好的時候，成績就比較好）。一個經過神話語浸潤過的心靈所生發出的果效，在生活的每一個細微處都會流露出來，幫助我們在置身其內的關係中，彈奏出更多愛與和諧的音符。

最後，我願以教牧同工每日靈修分享的一篇禱告，結束我的分享：

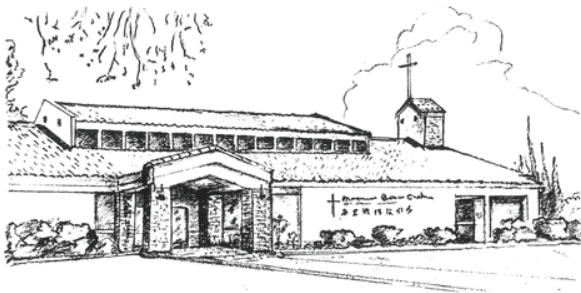
主啊，讓我每天都渴慕閱讀你的話語，
幫助我將你的話語深藏心底，
免得我偏離你的真理；
餵養我的生命，
並教導我更認識你，
明白你對我的旨意。

請弟兄姐妹踴躍投稿！

稿件可投至圖書室外面的稿箱，
或 email: newsletter@mbscfv.org

所有刊登文稿，須經本刊同工編輯、修訂。
感謝大家不吝賜稿，分享主恩、見證主名。
願榮耀歸給神！

委身基督 - 歸屬教會 - 邁進社區



谷區國語浸信會

Mandarin Baptist Church of San Fernando Valley

9124 Zelzah Ave.

Northridge, CA 91325

Tel: (818) 727-2220 • Fax: (818) 727-2222

www.mbcsv.org

靈修樂心得分享

黃建梅姐妹

在靈修樂活動推出之前，我是沒有靈修習慣的人，我的靈修生活是屬於三天打魚，兩天曬網的那種。因為沒有固定的靈修生活，我的靈命一直沒什麼增長，靈魂空虛，心裡有千斤重擔，不知如何卸下。雖然信主一年多了，但是我並沒有把我的生命、把我的心完全交托給我們的主，老我依然在掌控我的生命、掌控我的心懷意念，跟沒信主前那樣，我的心孤獨，我的靈空虛，我感到軟弱無力，每當我遇到困難、挫折和風浪時，我就害怕要倒下。

過去我屬靈操練的範圍很有限，主要是來自參加主日學、主日崇拜和團契。每次聽到西區弟兄姐妹靈修的分享，我就像一個學生，聽他們講的那麼好，那麼生動，我打心底的佩服他們，也從中學習不少，受益匪淺。所以我很喜歡參加團契。

靈修樂活動推出後，有了靈修樂作嚮導，我就按照牧者的引領，打開聖經，把每一天選出的章節仔細研讀，並且摘錄下喜愛的經文，有空的時候，常拿出來再看，好把主的話記在心裡。全年讀經，因為章節比較長，不是每一天都會看，但有時間還是努力趕上。

靈修樂裡的短文和禱告對我幫助很大，解決我過去靈修的瓶頸。這之前我不懂靈修，不知道從現實生活去體會主的話語，去看主的作為，

或者用主的話語去分析問題，解決問題，所以常常碰到讀不懂的經文，我就放棄。

禱告，也是困擾我的事情，看到弟兄姐妹禱告滔滔不絕，真是羨慕。但是每當輪到自己禱告的時候，就不知道要說什麼，仿佛靈裡枯乾，沒有活水流出來，那滋味真是不好受。有了靈修樂裡的禱告做指導，我以牧者們的禱告作為範本，練習和神說話。

靈修樂對我而言，好像是牧者精心為我設計的綜合維生素，通過吸收這個維生素，我的生命開始有了微妙的改變。我雖仍有憂愁，但是我的內心卻是喜樂的；我雖依然流著淚水，但是我心中開始有了盼望。我專心等候，相信主會施恩於我，擦乾我的眼淚。我雖仍然軟弱，但是我不再害怕倒下，因為我知道有主的同在，他會攙扶我的手，不離不棄。

感謝主藉著靈修樂天天賜下話語！感謝牧者每一天與我分享他們靈修樂的心得！願主與我們眾弟兄姐妹同在，保守我們的心懷意念，阿門！

「在關係中得祝福」特會

講員：蔡耀明宣教士

週五 (5/30) 晚上 7:30~9:00;

週六 (5/31) 早上 9:30~12:00;

主日崇拜 (6/1) 早上 11:15~12:30