

周五班 2019年10月18日 内在生活操练 1 林牧师

第一部分 00:00-00:30

我看到大家陆续地在加入，所以我想我们还是先有一点点安静的时间。因为我们都是很复杂，心思意念都很复杂，我们需要来到主的脚前，把自己定睛在祂身上。我们有一点安静的时间，让我们心思意念回转到基督。哈利路亚！

让我们的心安静，享受爱我们的主——今天晚上与我们同在。我们不只享受祂的爱、享受祂的同在，我们更是要享受在灵里面与我们的主有交通、有团契的关系。哈利路亚！哦，耶稣！

亲爱的主，我们要在这个时段，短短的一个半小时，我们要亲近在主祢的脚前。主啊，我们都是软弱的一群，我们需要跟主有更亲近、亲密的关系；因为有了主，我们才有真正的平安在我们的内心。当我们敞开我们的内心迎接主，把我们自己开更大的那一个门，能够让主同在的那个感动更深的时候，我们的内心才能够真正得享主同在的平安。愿主在这一段时间的交通，我们是彼此在身体里面的肢体，彼此一起成长。主啊，我们不是谁是能够来教谁什么，生命的功课，也不是用教几堂课就能得着，乃是要不断持续地连结在基督里；不住地被更新、被主来光照、对付我们自己，使我们生命才能够进深，能够与主同住同行。谢谢主耶稣！愿圣灵大大降临在我们各个不同的课室，不同的上课的地点。主啊，只有祢能作工，我们谁也不能作什么，愿圣灵大大的工作在我们今天这个课程的里面。谢谢主！赞美主！祷告奉主耶稣基督的名！阿们！

感谢主！昨天我们台湾的同工一个退休会结束，到最后要结束前，大家都彼此代祷，提出代祷的事项。我昨天有跟这些参加的同工说：“听周牧师的教导、听周牧师的课、还有看了周牧师这些书，（我这个是旧版的，有新版的比较漂亮。）让我觉得非常惶恐，因为周牧师讲的很够完整了，这个书也写得非常地完整，让我觉得有一点是说：哎哟，我不知道能教人家什么？我不知道能讲什么？真的是，昨天我就请大家为我祷告。

我相信，纵然我是很有限，但是圣灵是无限的，我们的主可是丰盛的主；纵然我不能说什么，但主圣灵却会在我们每一个家人的身上，作祂要自己要作的工。我想神要作的工，更大的工就是——生命的改变；神要作的工，就是让我们的生命越来越有耶稣基督的生命；让我们“不再是我，乃是主耶稣基督在我里面活着。”（参加 2:20）这是保罗非常美的一个教导。

我看周牧师这一本书，我是当成是我的教练本，教学跟操练的课本，教科书。我们从这本书一开始，周牧师提的几个很有意思的问题，这些问题也正是我们每一个被称为基督徒的生命，要去实实在在的去面对，很真实的去看看我们自己。

他在前言这个地方，他提了几个很有趣的问题，他说：“作基督徒本该是人生最快乐的事，为什么还有很多基督徒作得那么辛苦呢？基督徒的家庭本该是充满了爱的乐园，为什么还有那么多基督徒的家庭不和睦、不快乐、没有爱，夫妻时常吵架，甚至有些夫妻还在闹离婚呢？”这是周牧师提出这一些问号来，实在是很深让我们去反省。还有就是：“教会本来是一个最和睦、讲爱、谈爱的地方；应该教会是一个非常的合一、同心敬拜主的地方，但是好像教会有时候，也有一些不是教会该有的现象发生在教会里面，大家彼此不尊重，彼此伤害等等的事情。”

周牧师他这个书前言这里提到说：“这都是一些人际关系的问题，而不是所谓的信仰或者

是真理的问题。” 那么人际关系牵涉的是生命！ 生命好，人际关系一定会有一个程度，一个让人家另眼相看的程度。不是信仰，信仰我们都有；也不是真理，有很多基督徒是很懂真理的。那么不缺真理，不缺信仰的教导，最重要的还是，他后面讲了最基本的原因：“最基本的原因就是：不认识神，也不认识自己；不认识神不认识自己，不认识我们所信的基督，耶稣基督是谁，” 很重要的这一点来了，他说：“缺少与主有亲密生命的关系，” 如果我们没有跟神有一个亲密的生命的关系，“也不知道耶稣基督为我们作成的救恩是何等的完备无缺。” 所以，我们基督徒很多就是以为信了主，不知道跟基督要建立一个亲密的关系。这里提到说：“只知道去教会，热心参与服事；对自己的灵命的成长和追求更加更深的去认识神，这个重大的事情被忽略了。”

所以周牧师告诉我们说：“基督徒过内在生活是一个生命连结基督的生活。” 如果我们的生命连结在基督，我们没有钉死“老我”、“老自己”，我们活着还有很多自己的脾气，自己的这个拗，这个拗的个性，这个跟基督的亲密关系是一个拦阻，是拦阻了我们跟主有亲密关系。当我们愿意放下，当我们愿意改变，我们跟主的关系会越来越深。

周牧师这本书里面讲到“什么叫作内在生活？” 周牧师把它统归在三个点，而这三个点我想大家有这本书都知道，我现在讲的就是都是讲在书本里面的。如果你没有这一本书，我等一下我拿一个新版的，这个是新版的《基督徒的内在生活》。

我个人受这书的教导影响，又听周牧师的分享，我自己知道自己的生命到底有多少的，怎么说呢？到底有多少斤两，自己就会越来越知道。以前不觉得，以前总觉得自己是蛮温柔的、蛮好的、是一个很好的人、又是一个基督徒、又作了牧师，那我一定是品格高尚，道德观很好

的人。但是，渐渐的学习操练过内在生活的时候，才渐渐发现自己生命中有好多要被破碎的。

今天早上我跟林师母去送孙子去上课——幼儿园上课。因为林师母她要画那个瓷杯（瓷的杯子，瓷器的杯子）需要调色盘，她就想说买那个可以叠在一起的烟灰缸。她问市场的那个老板说：“老板你有没有卖烟灰缸？”这个老板他没有就说没有，他竟然说：“现在抽烟都到处在罚钱，抽烟的人越来越少了，哪有什么烟灰缸好卖的？”而我心里面觉得：我给你买东西，你有，就说有；没有，就说没有，讲那么多，还一直讲、讲很多。我就跟林师母讲“好了，好了，不要跟他买，我们走吧。”后来林师母还是跟他买别的。但是走了之后，我自己心里面也就知道了，我为什么还有那么自己的脾气个性，人家几句话，说几句话，你就好像有一点不耐烦了。

我告诉各位：学习内在生活就是在操练这一点，有时候是很小很细微的，我们自己觉得理所当然了。他不卖，他没有，他讲了很多不适合的话，我们走开就算了。那后来自己想，林师母后来也跟我讲说：“你不是离开就好了，你不应该有那个感觉。”

所以这个过内在生活就是要在灵里面的，不是在外面的。外面的我们很容易受那个感觉，别人给你瞪个白眼，给你几句话了，那你就怎么样啊？你那个感觉就不舒服了，你觉得不跟这个人（说话）离开他，不想多跟他讲，那是好一点的；有的人可能都会跟他直接呛起来了，就对骂起来。那我们还好，我们就是离开。但是过内在生活的人不是离开就好，你心里面到底有没有被他的几句话挑出你的脾气、你的个性、你的不舒服呢？过内在生活是不能这样。

我们看周牧师把内在生活归到怎么样呢？归了三个“管”，三个重点。

第一个就是基督的内住。

我们常常听人家说：“圣灵充满、圣灵充满。”基督的内住就是圣灵，我们的生命被圣灵充满。因为我们在圣灵时代，我们就是圣灵充满浇灌，在占有了我们的生命的话，我们这个生命就有基督的生命了。如果我们没有让基督内住，或者是说让圣灵（充满），圣灵是那么的美、那么的圣善、公义、圣洁，圣灵的性情都是良善的，神却是那么爱的神，这个爱，我们生命被爱充满，那我们就是有基督，让人家从我们生命看到住在我们里面的基督了。

基督的内住第二就是要管理。

第三要活出来。

我想有书的人应该很多人应该很熟悉这本书，这本书我里面是写了又画，画了又写。因为不同时候再把它拿出来看一看，总是会有新发现。虽然看了几遍了，好多遍了，但是有时候再看的时候，我也觉得很新鲜——这本书的内容很新鲜。

所以，周牧师说要我来教，我真的蛮惶恐的，这书已经是非常的完整的。但是它不是你把它看完了，有这个书来我们就把它看了，读读，从第1页读到最后一页，“哦，我这本书我看过了，了解了。”我想不是这样。它是在你的生命经历不同的情境，在不同的情境不同的情节时候，不同的状态所遇到的事情回转。因为周牧师的体会是从我们的圣经而来的。

周牧师讲的神给我们两件非常宝贵的礼物是什么？第一个就是我们的圣经——神的话，第一个宝贵的礼物。第二个是什么？就是圣灵。而这两个宝贵的礼物是神给我们的。所以这书虽然我讲的是周牧师写的，但是其实周牧师的领受都是从圣经的领受来的。所以如果你没有这

本书，应该我给大家看新版的，新版比较漂亮，如果你没有这本书，我提议还有另外一本《安静等候神》，这两本书是我们经常要去翻的，当然周牧师还有别的书都是很值得（读的）。

我想从圣经里面我们来看一下为什么基督徒不快乐？为什么家庭不和谐没有爱？为什么教会彼此伤害不合一？这个教会跟那个教会也不合一？

一个基督徒要过内在生活，我们就要知道要认识神、要认识自己。我们来用这个《马太福音》的第五章，今天我可能就是用一节，这是讲“八福”。“八福”的第一个福是什么？我们可以看《马太福音》第五章的第3节，我们从圣经来了解，我们要过一个快乐的人，要怎样才能过一个快乐的人。在国际有一个团契叫作“基督徒从业人员全备福音团契”，它的简称叫做“全福会”。我以前在桃园也是全福会的一个成员，我们在（那里的时候），有一位长老他写了一首诗歌，那首诗歌就是说《我是快乐人》。哎呀，唱这首诗歌的时候，（那个全福会就是弟兄的没有姐妹的，姐妹没有不是针对姐妹，是针对弟兄传福音，针对弟兄建造生命的。）这些弟兄啊，唱起这首歌啊，又跳又唱又拍掌好快乐！我在想啊，基督徒很多是不快乐的，那我不知道我们这些弟兄在那边唱唱跳跳是真的内心快乐吗？如果你的生命是没有被对付的生命，你的快乐很可能就是一个虚假的外表的快乐，不是因为基督在我里面活着的那个快乐，不是我们因为被耶稣的圣灵所占满我们生命的平安所流露出来的快乐，只不过是虚假的。我看我们那些全福会的弟兄，哇，真是快乐，唱起歌来真的是蹦蹦跳跳好快乐的一群。感谢主，这是一个很美的画面，但愿这个画面不只是他们“全福会”的专利，真的不是，这是我们所有基督徒都应该有的专利。

我们来看第3节，第3节说“虚心的人有福了，因为天国是他们的。”这里有谈到中文有

“虚心”，有个“心”字啊。在第8节还有一个“心”，祂说“清心的人有福了，因为他们必得见神。”这两个“心”是不一样的心。这里的这个“虚心”的“虚”字，我从原文找出来它的意义是什么？这个原文就是说“贫穷”、“乞丐”，这个应该就是“空”、“没有”；这个“心”，这里指的“心”讲到的是（我有记下来啊）讲到“圣灵、生命的气、气息、灵”等等。这个“虚心”比较讲的是灵魂体的“灵”。

我们都知道我们受造的人能够敬拜神是心灵。我们主在撒玛利亚井边对撒玛利亚妇人讲道的时候，讲了一句给我们一个分水岭——就是说“神是灵”，因为这是圣灵时代。我们说基督的内住就是讲“三位一体”圣灵的内住。神是灵，所以我们敬拜神，拜神就是要用诚实与心灵。我在这一节经文，周牧师常常讲，周牧师也讲到那个“拜”。“拜”字原文的意思是“乞讨、乞求”那种。当然一个形容不是很恰当，但是我可以讲啊，可以讲是希望大家能够包容，他就想说：我们养的那个狗对主人的那种期待、那种祈求。我们跟神之间敬拜神，其实是那一种祈求，希望跟神亲近祂、亲吻祂，连结于祂，这是周牧师讲的是这个。所以，这里讲到的是“灵”，这个“灵”就是我们的身心灵的“灵”。敬拜神是在灵的敬拜，是要在灵里面的敬拜，灵里面的很实际的拜神，来敬拜神。他的意思就是这个“拜”字也可以解为就是来讨喜欢——讨神的喜欢，讨神的爱。

我有孙子，我最能体会的就是孙子跟我的关系。特别跟我住在一起，两个没有跟我住，两个跟我住的，因为天天都生活在一起，可以从他们的身上看到他们对我这个阿公的期待——期待我抱，期待我背他们。走路出去散步，散步是要走路的，他竟然告诉我说：“阿公，我脚好酸哦。”哎，这就是我们心灵跟神之间的那种很微妙的关系。

我为什么提到这个“虚心的人有福了，”那么这个“心”，如果你是贫穷的，你是没有的，没有什么？什么贫穷呢？我们知道佛教他们讲的“贪、瞋、痴”七情六欲都要倒空。那么我们这里所讲的“虚心”也正是告诉我们这个灵要洁净。我们的灵如果掺杂、复杂就不是贫穷。

我们人啊，为什么不快乐呢？因为我们太丰富了，我们不是贫穷，我们灵里面太丰富了。一边要爱耶稣，爱耶稣却不是单单爱那可爱的耶稣自己，我们爱祂的什么？爱祂的恩典、爱祂的爱、爱祂的赏赐、爱祂听我们祷告、爱祂为我们成就我们所要的成就的啦。哎，不要以为这一些就不是，当然这不是错的，基督徒跟神求是对的，只是说我们是不是有一个健康的属灵生命来祈求。如果我们不是健康的属灵生命来跟神求这些，可能都是会落到我们自己想要的——我们自己的自私的，为我们自己想的利益的来跟神求的。那么这就是你太不贫穷了，你太丰富了，你那么多你还求神什么呢？你那么的丰富你还求神什么呢？

还有另一方面，就是我们的生命生下来经过自己家庭的环境、父母亲的生活习惯、父母亲的遗传，再来长大一点就是上学校。我那个孙子尤其是那个男的，我很担心，在家跟在教会我们苦口婆心告诉他：“你是耶稣所爱的小天使，你是天使要说好话、作好事、祝福人。”但是一到学校去学回来不一定是这样。他读的是天主教的还好，一般的幼儿园常常有一些不好的语言，不好的词汇带回家里面来。所以说我们这个心啊，我们的生命呀，除了被教育污染以外，社会也污染；整个文化气氛都把我们污染了，以至于我们这个心灵里面太参杂太复杂，（太多这些复杂的东西。）

第二部分 00: 30-01: 00

(接上文) 太多这些复杂的东西，这个就是天国不会是你的。因为你会很痛苦，你脾气很拗，一事情摆不平、放不下；容易发脾气、暴躁；容易焦虑、焦急、容易.....。

我们最近在我们教会牧者等候神，不是这一个等候神，是另外一个联谊会——牧者联谊会，这是一个杨梅区的。我们这个区教会牧长同工聚在一起的时候，常常会有一个话题就是说：

“某某某是不是到你们教会去了？”，“哎呀，对对对，我有劝他回你教会，那他不回呀。”他们会有这种问题。这个基督徒他不只是去一个教会，我们杨梅十五六万人，但是教会有二十来个教会，每个教会他都走。为什么？因为他的个性——他不快乐。他在教会里面没有享受基督，他所享受的是这个牧师讲道不好；这个牧师今天做什么事情不对；这个长老怎么样；这个事工应该要作的没有做，不该做的作一堆，他整个生命都丰丰富富是这一些。他不是虚心，他不是贫穷的——灵里面贫穷，他灵里面太复杂了，批评论断，到一个教会又流过一个教会。我自己很庆幸说：“我们愿景教会是过内在生活的教会。”我们教会是在山坡上，不是在杨梅市区。所以会想到说：“来我们教会聚会的，大概这样的人大概不会来。”我看到我们这些牧者朋友很替他们难过，他们总是有这种会友流来流去，游来游去，好像吉普赛基督徒一样，觉得很替他们心里面难过。

基督徒为什么你不快乐呢？因为你太丰富——你的批评论断，你的生命充满了（这些）。

像我今天早上，其实我刚刚来的时候，我跟师母有一点点不舒服。为什么呢？因为本来我想说：哎呀，今天晚上要讲课，跟大家分享，我不敢说我是老师来讲课，要来分享。我就想说：去市场买一点菜，我们去市场主要并不是说去买菜，我们主要是去走路，杨梅市场走一圈下来，也是刻意去走路回来。我就想说：回来，我应该要到教会来安静，来等候神，看今天晚上（台

湾现在是晚上) 应该要分享什么? 但是林师母她家里面水管破了、淋风头坏了、喷水的马桶也坏了, 这个事情就是都在上帝的手。平常什么时候不坏, 在我需要有时间安静等候预备今天的课程的时候, 全部都坏了。都坏了, 不能(不处理这事), 过日子总是要过, 总是会修, 会弄, 知道是怎么去买材料, 这是我(的事), 没有别人, 我们就去买东西, 买的不合适, 又拿去换, 这一折腾就到一点多才吃午饭。两点多, 我就跟师母说: “我必须睡一觉, 很累了, 我要睡一觉。” 我刚睡下去, 不晓得是有睡多久, 我自己感觉是我才刚睡, 师母那个手机, 她在看一个重要讯息, 结果那个手机声音又弄的好大声, 把我吵醒了。哎呀, 我真的有点时间上给我是有压力的。今天晚上我真的不知道圣灵能够带我到什么程度来分享什么, 也是脑袋一片空白。你让我休息一下, 我都早上已经为你折腾了半天了, 我休息片刻, 你手机又把我吵起来了。我就跟她讲: “啊, 好了, 你这样子吵我, 我没有办法休息, 我要去教会了。” 我就坦白说: 我有一点点生气了。我就把东西搬, 搬, 搬弄好, 把要带的东西就带到教会来。师母就问我说: “啊, 你晚餐怎么办啊?” 我就说: “我很紧张晚上要分享, 你还跟我讲晚餐的事情。” 我挥挥手, 我就走了。

来到教会我安静, 我就在想这个过程, 今天要分享内在生活的操练, 我坦白说: 不是林牧师生命够资格来讲, 我不够资格。你看, 我跟师母发生这样的—一个没有很大冲突, 只是心里面的不舒服——这个就是内在生活要操练的地方。我来到这里, 我安静下来, 我觉得刚刚不应该, 不应该对师母有一点点不太好。自己心里面就觉得: 唉呀, 过内在生活真不容易, 很不容易, 很难的。

这就是灵里面有掺杂了, 有复杂了。

虚心的“虚”, 原文的意思是“乞讨、祈求”, 是个虚无, 是贫穷的, 灵里面的贫穷, 才能够让基督更深更多的内住。

我们今天早上在市场发生一件事情，虽然这都不是很严重的事，但是这里周牧师讲圣灵的管制、基督的内住。基督的内住，我跟周牧师跟了十二三年了，我不敢说基督内住有多棒，但是我总是有；管理，我来到这里，我安静下来想今天的早晨在市场以及下午跟林师母的事情，我就知道圣灵一直告诉我：这就是圣灵在管理我，让我知道说下次碰到了，我要更深的把自己连结在基督里面，要更深的贫穷我自己的灵，不要那么的复杂。

后面说“而且要活出来。”很多人很会讲道，很会说道理，但是，不一定生命跟生命是相等同的。所以，我很欣慰，很欣慰的就是因为周牧师他说他快 90 岁了，他说他的生命还在学功课。所以我在心里面：感谢主！我自己坐在这里想今天早上跟今天下午，我跟林师母、跟早上市场卖碗的老板的这个过程，我就很欣慰说：知道自己被圣灵提醒了，圣灵管制我了。但是还好就是说，我不会因为这样我就心里面懊悔、懊恼、就闷闷不乐，因为周牧师说：他还在学；那我当然，我当然还在学。感谢赞美主！

下面圣经说“因为天国是他们的，”（太 5:3 下）那么，“天国”我们不讲原文的东西了，我们就说这个“天国”，就是与神——内在基督、圣灵内住，我们跟与基督的那一种亲密的关系。跟主在灵里面的那一种交通，在灵里面跟基督有那一种卿卿我我的那一种甜美的灵里面的分享——这就是天国。

我们不要一提到天国，神的国，就想到老远老远：哎呀，我还没有安息啊，我要安息才会到的那个天国。不是只讲那个天国，而是讲今天，此时、此刻。

当我在这里安静等候神，我今天一天我自己反省的时候，我其实我释放了，我知道我的生命更进步了，知道说以后我要更小心自己的生命。这个就是当自己的生命释放，我就放下来，好感恩！主啊，谢谢祢指导我，谢谢祢临在我的生命里面——这个就是在天国里面。

所以，一个虚心的人、没有掺杂与复杂的人，他就是在天国里面，在地如在天的生命。这生命好不好？这生命好美啊！我们需要的就是基督徒的内在生活。

操练什么呢？我们就是操练自己的生命。

盖恩夫人，我有提到说，我可能会看一下《与神联合》——盖恩夫人这一本书。这本书已经是绝版买不到了，在台湾是买不到了。这本书里面非常地美，它这里有几段话真的是提出来跟大家分享。这里有一段话她说：“一个基督徒向里面的中心靠的时候，必然会有某些事情会达到无伪的信心。”当我们知道基督内住的时候，我们的生命要向内靠，因为虚心的人就是向内靠的人。为什么呢？因为他没有自己了，脾气、旧造的人、老个性、老脾气、天然性情越没有。“越没有”就是越进入里面，靠里面，她说：“无论是外面的，或是里面的，全是出于神的手剥夺了。”

如果今天不发生早上的事情、我跟林师母的事情，我就不知道在我的生命里面仍然有掺杂，这一些不好的成分，这一些都是需要神在我们生命里面来把我们剥夺掉的。

盖恩夫人讲到说：“我们要学习弃绝自己。”她这么说，我实在没办法，因为它不容易读。我今天没有想去预备这本书里面的东西，她说：“基督徒是藉着在灵的深处与神碰见，而跟从主走一条命定的道路。”这句话很棒！很美！她说：“信徒就是藉着灵的深处碰见神，而跟从主走一个神命定的道路。”

过内在生活就是神所命定的道路。我们过内在生活更多的不是在外面的感觉，外面的气氛，外面的感官，而是在里面，靠近里面，流入里面，被里面的基督吸引你。

“耶稣基督就住在你里面。”周牧师讲过，周牧师一提到这一句话，他说：他整个人都要跳起来，兴奋了！那个“充满万有的，一切丰盛的主，就住在我里面了。”感谢主！

所以，盖恩夫人只是告诉我们：这是神的命定，要我们走这一条路了——要与神连结，要与基督连结。与基督连结，你必须作一件事——就是拒绝老我、老自己。

像一个会反省的人，有的人是不会反省的。那会反省的人，他的生命就提升了。每碰到一件事情，他有反省，他就提升了。为什么会有反省？这个反省的感动是来自于圣灵的工作。圣灵要在我们的生命里面彰显祂的工作，在我们生命里面被改造。感谢主！

这里讲到“生命要被剥夺，”要被剥夺。如果我们是一个比较容易焦虑的人的话，这个“焦虑”是蛮危险的，会让我们的脑部生理发生病变，那就到忧郁。所以，我们就要知道这个要被剥夺。这里说这个“剥夺”的意思——就是十字架的经历。基督徒要被剥夺就是十字架的经历。有一些人会容易焦虑，容易急躁，这个就是个性的问题。这个性的问题要被剥夺，这也是因为你是灵里面蛮复杂的，一件事情就让你坐立不安。

《安静等候神》那本书周牧师写的，是讲的说：“这个安静等候神会使我们的身体越健康。”一个忙碌的人，一个充满压力生活的人，身体会变化，越变是越不好，“三高”什么都会发生。

所以，虚心的人——与神同住的，我们在学习操练安静等候，就是那个最荣耀的时刻，就是在等候神的那一个安安静静的，那是最荣耀时刻的时候，我们的生命是都在被改造。等候神的时候，我常常告诉弟兄姐妹说：“你们去试试看哦，当你在等候神的时候，你的心，你的灵，是不是最柔软的时候？”很多人都承认：“对啊，那个时候是最柔软的，因为与主同在，

连结在基督里面，有一点教导的话语进来都会领受，都会虚心接受的。平常你要告诉我这样，我可能我不舒服、我会跟你反对、会跟你反驳，但是等候神的时候，那个荣耀的时刻，是神荣耀充满的时候，我们的心是最柔软，最容易被神来工作的时候。”

所以周牧师说内在生活的操练，内在生活的操练跟安静等候神是分不开的，这是不能分开的。很多生命被更新，都是在等候的时候。

等候神要养成是一个生活的习惯。这个生活的习惯，就是时时刻刻你都跟主连结在一起。有时候是手边在忙事情也是在等候神，等候神就会让我们的生命——生命被剥夺、被翻新。然后我们活出来的就是一个过内在生活的生命，活生生的活出来。所以，感谢主！

周牧师在他的这个书里面有提到几件事情：有一件事情就是在 115 页里，周牧师的书写道说“正如耶稣在十字架上所说‘成了’。因此，作者一直要我们注视耶稣，并看见耶稣为我们所完成的救恩，是何等的全备，而且是一劳永逸的。《希伯来书》二章 3 节下说：‘我们若忽略这么大的救恩。怎能逃罪（自食其果）呢？’”“逃罪”周牧师把它括弧——就是自食其果。所以他讲的是“作者一直要我们注视耶稣。”这个作者就是《希伯来书》的作者。“《希伯来书》的作者，在解释旧约预表时，一再把我们指到新约的实体——耶稣基督的跟前；就是从外面带着我们转入到里面，从律法的字句转到精义或者是圣灵的里面，从一切所见之人、事、物转到看不见而又住在我们里面的耶稣的身上。”

最近有姐妹问我一件事说：最近教会有一些的流行，或者是水流好了。我是觉得比较像是一种流行，教会会有一个（流行）引到教会里面，大家就学着作，不是坏事情，只要对教会，对基督徒有帮助，对教会走向健康有帮助都是好的，没有什么不好的。就像我们读圣经，

有人讲究这样读，有人讲究那样读，只要你这个开卷有益，怎么读都有益的。不是一定要怎么样子读才叫有益，怎么样读就是没有益处的。那这个姐妹问的这个问题，我一直在思索，现在很多都在回头走到教会旧约的节期、旧约的时令节期的里面，在重复从旧约里面去演绎在实际的教会里面。这个我不能说这是好的，也不能说这是坏的，因为我没有去经历，我不知道。

但是我知道耶稣基督这里面，这里面《希伯来书》、周牧师讲的，他说：“旧约是预表，”旧约所有的节期各方面都是在预表什么？都预表在耶稣基督里。主来，“律法一点一滴都不能废去，”（参太 5：18）这个是我们必须要学习的。因为我们这样传承这一个信仰，一直传承过来的我们不能否认掉的。

主来的时候有几个事情、几个话在提醒我们——旧约是预表耶稣基督。耶稣基督在新约把旧约活出来、成就出来。祂说：“我来不是废掉律法，乃是要成全律法。”（参太 5:17）我们可以看到很多，特别是从《马太福音》第五章后面讲的很多，这个都是在讲到旧约的律法怎么成全的。“你要爱你的仇敌，不要恨你的弟兄。”（参太 5:21-26）这个恨弟兄就是杀人了，“十诫”的等等这些都是在告诉我们，耶稣基督来要我们一个新的敬拜神。

我们在《希伯来书》也提到要给我们一个新的安息日。这个特别——如今拜神要用心灵与诚实。那在旧约不是，旧约一定要带着你的牲口来到祭司那边，祭司为你献祭等等这些如今不存在了。如今不存在了，因为耶稣基督祂在十字架上说“成了”、断气、至圣所幔子裂开了。

（参太 27:50,51）这些都已经是一个旧约所预表的新约，耶稣基督把它显明出来。把它具体的呈现出给我们了。

所以，要不要跟着流行？我没有什么意见。但是我们要从圣经里面，特别耶稣基督来的时

候告诉我们——敬拜神的,在这个撒玛利亚井边,帮我们作了一个分水岭,从那边作了一个分水岭了,让我们清清楚楚的知道,如今耶稣来的这个圣灵时代,我们要怎么样子来敬拜神、跟随主。更重要的就是——主也交待我们要学祂的样式,这是生命的功课。

生命之道是一个很重要的,最重要的还是要进入到里面的。这里说一再把我们指到新约的实体。所以,基督已经来了——这是实体的;祂走了差圣灵来了——这也是实体的。这是我们要过的基督徒的生活,这是真实的生活。祂来《约翰福音》书说:“要住在我们里面,永远与我们同在”(参约 14:16)——这是实体的,这是具体的。就是不再从外面的活动了,不再是要在外面去看。特别有很多教会的活动都很注重氛围、气氛;注重气氛,注重模式,不这样就不祝福,不是这样的。

主要我们生命虚心,连结在基督这是第一重要,而是最重要,也是唯一最重要。因为盖恩夫人讲说:“这是一场命定。”我们知道神一直就是在呼召我们:“来跟从我,”(参太 4:19; 8:22; 9:9; 10:38; 19:21 等);“你在哪里?”(参创 3:9)祂意思就是要我们进入跟祂的同在。

周牧师这里也提到说“是从律法的字句转到精义。”如果我们读律法书(读旧约),有一些特别是《利未记》、《民数记》,有很多我们真的没有办法明白,不知道这些圣经读了怎么使我们的生命跟圣经去连结?我们怎么去读到圣经的精义里面?所以我常举(例)说,我们在读《利未记》的时候,有一些献祭这个都在预表,也都是在提到我们的生命跟献祭的过程有关系、有关联。

我现在因为查考太多,比较有印象的就是:献燔祭的时候(有很多例子,我只举个例子,我这个也讲过很多次)——他要切块,那么跟今天有关系。“他要切块,”“切块”这里是指要

献的，没有一点（存留），燔祭是完全的献上。那我们怎么去体会字句的经义呢？

第三部分 01: 00--结束

（那我们怎么去体会字句的经义呢？）“切块”，献番祭跟现在这个年代的我们有什么关联呢？“切块”，很像就是在讲到我们，一块你爱发脾气；一块你喜欢批评；一块你喜欢论断；另外一块是你喜欢发脾气；另外一块是你很骄傲。这一些统统都要烧掉献给神，不要在我们身上再存留了。这个就是清空我们自己的，倒空了我们自己了。所以，这是我举个例子。

这是周牧师说，这是圣经的话，不是周牧师的话，“字句也要转到精意里面、跟圣灵或者是圣灵的里面。”如果我们读这些经文，没有让圣灵来工作，我们所读的字句还是字句，还是个历史的过程。过去律法时代献祭的一个流程，只不过如此，跟你生命有什么关系，可能我们就连接不起来，这就是停留在字句里面，感谢主！

祂要我们从看得见的人事物里，转到看不见而又住在我们里面的耶稣基督的身上。这好重要！如果我们一直留在外面，我们外面是容易受感觉的，容易受影响的，容易被影响。所以，我们要进入到里面。今天我讲到盖恩夫人，她也是要我们“被住在灵深处的那一位吸引我们，好像吸铁一样，吸引我们进去。”有耶稣同在多美！

我们这一次在石门山的龙潭的附近，同工的退休会里面很享受，享受耶稣的同在，享受圣灵自己带那个聚会。我们当然赖牧师是主要的这个聚会的领头人，但是，总领头可是圣灵。过去我们退休会的经验就是：分配谁来讲道、谁来分享、谁来见证、谁来领个诗歌。这次没有了，我们完全没有了，我们就是静下来，让那宝贝的圣灵自己来感动。周牧师讲的：“圣灵临到哪

一位，那一位就是受感带聚会、分享、祷告、或者诗歌。”我们这一次，我们真是尽享在圣灵的同在的里面。感谢主！求主帮助我们能够更深的去体会。

刚刚我讲到教会，有人走了一个教会又一个教会。地面上你找不到一个教会是全备又完整的，她不是有这一方面的好，就有那一方面的不好，每个教会都一样。你为什么那么深刻地、刻骨铭心地受不了，而且想要改变教会？我告诉你，周牧师(这个是在 95 页)他讲了他一个的过程：“起先我只是懵懵懂懂，根本不晓得什么叫做安静等候神。只知道下班回家以后，身体感觉疲乏劳累，自然就走进房间，独自坐下来安静休息。我总是把圣经摊开，边看边休息。有时坐着，有时跪下，有时想要祷告，但不知说什么，心里充满了疑问。”周牧师说：“因为我们刚离开头一个教会不久，现在又离开第二个教会，所以对教会、对前面的道路心中有一大堆的问题，又无处可去，无人可问，心里满了疑惑、挫折很伤痛。我乃是在这种错综复杂、烦乱，很无所是从的心里退到神面前来的。当时，我并不懂得这就是安静等候神，也是我内在生活的开始。”

这一段话，也是在告诉我们：你到这个教会看到这个教会这么多的缺点；你到另外一个教会又看到另外一个教会不同的缺点一大堆。这里周牧师作了一件很重要的事就是——“退到神面前”这一点。所以，我们到教会里面没有办法满足的。因为如果你太强了，你太有许多自己的意念跟想法，一点也不虚心，那么你对那个教会多批评多论断，一定的事情。所以，我们到一个教会，一定要在这个教会里面看见耶稣基督；而不是去看见这个不好、那个不好、哪里不好。我们教会曾经离开六个家庭，他们也觉得我们有很多优点很好，但是，有很多很多是他们觉得不好，所以，他们要离开，我很体会。这个就是我们自己太多自己的感觉，抓太紧。这些感觉怎么不能够交给主呢？不能够躲的像周牧师一样，他就是安静退到神的面前来，然后，

他就开始知道一个内在生活就开始了。

周牧师说内在生活的开始是什么意思呢？是改变他自己。看不好的、看不顺眼的，改变自己；不要有那种想法、态度、观念、感觉，他就是开始过内在生活。哈利路亚！我个人觉得很庆幸碰到周牧师。我是第二代基督徒，我母亲，我亲生母亲那一边是第七代的基督徒。但是，我活着的，我过得基督徒的生活，我曾经讲一篇道就是“圣经里面讲的基督徒是什么？”圣经里面的基督徒“门徒被称为基督徒是从安提阿起始。”（参使 11:26）我就问了弟兄姐妹：“你觉得你是基督徒吗？”大家都说：“是。”那么我再问：“基督徒是怎么样来的？”没有人回答的出来，我说刚刚圣经不是大家都念过了吗？但是，没有人讲过答案。我就提醒他们，基督徒之前是作什么的？他们就知道是作门徒，先作门徒，再作基督徒。不是你信而受洗就做基督徒了。信而受洗要怎样样？要归入基督的死。才会跟基督一同复活，这个死是很重要的。所以，我们过内在的生活，就是要归入基督的死，如果不死你不会成长，如果你仍然有这么多的一一自己觉得应该是那样，自己觉得应该那样，觉得教会应该是这样，教会应该那样。我告诉你，你到别的教会还是一样有这个问题。所以我们就是怎么样？要作门徒，要先做门徒才配作基督徒。

门徒是什么意思？耶稣告诉说：“你们要背起你们自己的十字架，要来跟从我。”（参路 9:23）要天天背起十字架，就是天天要钉死。

我感谢主！今天我再一次钉死自己一次。但我不敢保证，我的生命就已经没了，也许明天又碰到另外不同的事情又来挑战我了。所以要连结在基督是重要！连结在里面的那个耶稣基督是很重要的！求主帮助我们真正的进入到与主连结的生命，不是停留在外面的生命，不是停留在感觉的生命。

这个时候愿圣灵大大的在我们当中，让我们知道内在生活就是与神连结的生活，与基督有一个亲密关系的生活，就是有一个祷告的生活。我们总以为祷告有一个地点，有一段时间，其实祷告是不定时的，不定地点的。你一直连结在基督里面在灵里面的对话，这就是一个祷告的生活。

最美的生活就是跟主卿卿我我的。耶稣是我们的主，祂有一切的丰盛，一切的丰富，所有一切的权柄都在祂。祂说我们是祂所爱的，我们跟祂有“思爱成病”的那种感情，那个爱情，那么我们就能够有很美的生命。因为谈恋爱的时候，初恋的时候啊，对方说什么你都好了。如果我们跟我们的主保持在那起初的爱，那个起初的爱就是那个恋爱的起初的初恋的那个滋味啊，耶稣要我们怎么样，我们都会说：“好！”我不知道大家觉得呢？

感谢主！我们或许有一点安静的时间。主在这里！我说主在这里，也就是在你那里，无论你是在哪个国度，主都与你同在！祂都与我们同在！祂爱我们！祂恨不得我们常常跟祂有那种亲密的关系。我们要让主的爱萦绕我们，或者说我们要让基督自己萦绕我们！祂自己来萦绕我们！让我们的生命充充足足的被祂占有，我们不要再被自己的感觉占有，我们不要再被自己的习惯占有，我们也不要再被我们的个性，我们旧造的脾气来占有我们！我们需要的是在灵里面空无一物，虚有自己，只单单有基督！单单有主！我们当中若你有什么发生在你生命有关的，你就告诉主说：“主啊，谢谢祢通过圣灵光照并且来管制，好让我们能够活出主祢自己来，让我们内在的生命就像那金子被熬炼过的。”我们过内在生活不是因为讲究道德，讲究伦理，我们所讲究的乃是主基督内住在我们生命中，让我们从耶稣基督为源头而活出来。祂是我们的源头，祂不只是我们生命的源头，也是我们侍奉的源头；也是我们生命改变的源头。我们不是为了道德观念，为了伦理的观念，乃是因为主耶稣基督在我里面活着。赞美主！

有一首诗歌就是《雅歌》这里面提到：

主啊，祢吸引我，

我就快跑随你，

我心深深与主密契。

虽然南方吹来，

虽然北风兴起，

却溢出我园中香气。

副歌说：

我主全然美丽，

我主满我心意。

主，祢属我，

主，我也属祢。

众水不能熄灭，

大水不能淹没，

我必，我必爱主到底！

这里提到说：主吸引，我们就快跑跟随。如果主的吸引，而我们自己却充满了很多的自己，一点也不单纯的话，我们很难跟随。“我心深深与主密契，”这是很深的功课。刚刚我们看周牧师那个书说到：“让我们从外面转到里面。”我们要跟看得见的、具体的产生关联很容易；但是我们要跟那看不见的，但祂却是实际的、具体的，很多人很难。我们基督的信仰就是信！因为你摸不着，你看不见，除非你心灵与祂连结，就很难知道祂在这里，祂与你同在，甚至安静中对你说话，或者是你在灵里面跟祂卿卿我我的谈交通。

感谢主，我来唱这首诗歌。

唱诗《雅歌》。

副歌说“我主全然美丽，我主满我心意。”

亲爱的家人，主满你心意吗？你能在灵里面体会我们的主是全然美丽吗？我们灵里面若能如此的体会，我们岂会不爱祂？要知道祂就是爱我们，我们纵然黑，祂还是爱我们，祂说我们秀美。所以祂对我们的爱，是没有，没有任何条件，就是爱我们！如果我们不晓得在灵里面来回馈、反刍我去爱祂，那真是很可惜。

哦！耶稣！主啊！祢来改变我们，改变我们的生命。这是最大的奇迹，再没有比生命改变更大的奇迹了！因为我们人都顽固，我们人总是转来转去，都转回头了。好像那愚昧人行事，转来转去，一直在绕着他自己的性情，凭着自己的个性，都没有改变。《箴言》讲的比较严厉的，也比较，我们是觉得不太...怎么说呢，它说“如狗吃它所吐出来的东西，愚昧人行事就是

如此。”(参箴 26:11) 当然把我们比喻为狗是不恰当的, 我们到底是受造的人, 这只是《箴言》有这么一句话。但愿我们都在基督连结同在中, 生命被耶稣基督占有我们。哈利路亚! 哈利路亚!

《箴言》那一句话很像是这么说“愚昧人作愚昧事, 行了又行, 如狗转过来吃它所吐的。”

主啊, 我们是祢所造的, 按照祢的形象造的。我们是高高被主捧在手里面的, 我们是属于祢的, 因为祢属于我们。我们又是君尊的祭司, 赞美主! 赞美主, 谢谢主, 今天这一段时间的同在, 圣灵在我们当中运行感动, 我们要将一切的荣耀颂赞都归给祢, 奉主耶稣基督的名祷告。阿们。