

如何透過靈修 經歷聖靈

廖炳堂牧師©建道神學院 2023.7.23



1. 甚麼是「靈修」/「屬靈操練」？

1.1. 狹義：「每日」靈修

1.2. 廣義：所有操練敬虔的事(提前 4:8;¹ 彼後 1:4-8²)

2. 靈修的目標 = 「屬靈」的狀態 vs 「屬肉體」(林前 2:14, 3:1):³

¹ [提前 4：8] **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。

² [彼後 1：4-8] ⁴ 因此，他已將又寶貴、又極大的應許賜給我們，叫我們既脫離世上從情慾來的敗壞，就得與神的性情有分。⁵ 正因這緣故，你們要**分外地殷勤**。有了信心，又要加上德行；有了德行，又要加上知識；⁶ 有了知識，又要加上節制；有了節制，又要加上忍耐；有了忍耐，又要加上虔敬；⁷ 有了虔敬，又要加上愛弟兄的心；有了愛弟兄的心，又要加上愛眾人的心。⁸ 你們若充充足足地有這幾樣，就必使你們在認識我們的主耶穌基督上，不至於閒懶不結果子了。

³ [林前 2:14, 3:1] ¹⁴ 然而，屬血氣的人不領會神聖靈的事，反倒以為愚拙，並且不能知道，因為這些事惟有**屬靈**的人才能看透。...¹ 弟兄們，我從前對你們說話，不能把你們當作屬靈的，只得把你們當作**屬肉體**，在基督裡為嬰孩的。

2.1. 每日進深經歷與主愛的關係(可 12:30-31, Progressive Sanctification)⁴

= 赦恩就人與神關係重建(赦罪/更新/復和);

2.2. 因為罪(自我中心/自我作主), 雙方疏離隔絕敵對→復和→維繫與進深

(稱義→重生, 多[2:14, 3:5]⁵ /成聖)→靠聖靈達致與基督(在感情和意

向上) 融合(Union of Will, 腓 2:5)⁶ →預備將來大審判及和主永恆的團

契。

3. 靈修操練: 幫助信徒更好準備好自己, 接受神更豐盛的恩典, 更敏銳和

具体經歷聖靈的工作。

3.1. 主動的操練 = 殷勤使用「恩典的媒介」(means of grace, 徒 2:41-42;⁷

猶 20;⁸ = 神的道, 祈禱, 教會團契, 牧者幫助, 事奉等等);

3.2. 被動的操練 = 上帝也會使用我們的人生經歷和角色, 塑造信靠者的靈

性和品格(約 15:1-2;⁹ 林前 7:17-24;¹⁰ 彼前 4:19¹¹).

⁴ [可 12:30-31]³⁰ 你要盡心、盡性、盡意、盡力愛主你的神。³¹ 其次就是『要愛鄰如己。』沒有別的誠命比這兩條更大的了。

⁵ [多 2:14; 3:5]^{2:14} 他為我們捨了自己, 要贖我們脫離一切罪惡, 又潔淨我們, 特作自己的子民, 熱心為善...^{3:5} 他便救了我們, 並不是因我們自己所行的義, 乃是照他的憐憫, 藉著重生的洗和聖靈的更新。

⁶ [腓 2:5] 你們當以基督耶穌的心為心。

⁷ [徒 2:41 - 42]⁴¹...那一天, 門徒約添了三千人,⁴² 都恆心遵守使徒的教訓, 彼此交接, 擘餅, 祈禱。

⁸ [猶 20-21]²⁰ 親愛的弟兄啊, 你們卻要在至聖的真道上造就自己, 在聖靈裡禱告,²¹ 保守自己常在神的愛中, 仰望我們主耶穌基督的憐憫, 直到永生。

⁹ [約 15:1-2, 5]¹ 我是真葡萄樹, 我父是栽培的人。² 凡屬我不結果子的枝子, 他就剪去; 凡結果子的, 他就修理乾淨, 使枝子結果子更多。...⁵ 我是葡萄樹, 你們是枝子; 常在我裡面的, 我也常在他裡面, 這人就多結果子。因為離了我, 你們就不能做甚麼。

¹⁰ [林前 7: 17 - 24]¹⁷ 只要照主所分給各人的, 和神所召各人的而行。我吩咐各教會都是這樣。¹⁸ 有人已受割禮蒙召呢, 就不要廢割禮; 有人未受割禮蒙召呢, 就不要受割禮。¹⁹ 受割禮算不得甚麼, 不受割禮也算不得甚麼, 只要守神的誠命就是了。²⁰ 各人蒙召的時候是甚麼身分, 仍要守住這身分。²¹ 你是作奴隸蒙召的嗎? 不要因此憂慮。若能以自由, 就求自由更好。²² 因為作奴僕蒙召於主的, 就是主所釋放的人; 作自由之人蒙召的, 就是基督的奴僕。²³ 你們是重價買來的, 不要作人的奴僕。²⁴ 弟兄們, 你們各人蒙召的時候是甚麼身分, 仍要在神面前守住這身分。

¹¹ ¹⁹ 所以, 照上帝旨意受苦的人要一心為善, 將自己的靈魂交給那信實的造物主。

4. 什麼是「每日」靈修？→「每時每刻」的靈修！

4.1. 靈修：不是要完成的作業，而是關係的維繫和進深。

4.2. 每週循環：週末讀經，平日早上靈修。

4.3. 聖經的教導不是每日，而是時時刻刻記念上帝和祂的話語(詩 1:2),¹²

不住禱告(帖 5:16-18),¹³ 每日靈修是其中一個重要方法幫助我們達到這目標(0.5 vs 23.5 小時)。

4.4. 信心的衰減特性(Richard Baxter: "Declining principle of our faith")

4.5. 每日靈修中：聖經是工具，認真投入的個人化祈禱才是核心，目的認

定上帝仍在掌管世界，我們帶著主耶穌進入世界去生活和工作。

4.6. 要以「不住禱告」及其他方法，延續每早上靈修的醒覺→敏銳神同在

及介入：善念與惡念(詩 1:1)→ 不斷選擇愛主更多，在抉擇中成長，

(彼前 1:8;¹⁴ 加 5:6¹⁵)。

4.7. 靈修與事奉不可分割：愛心的操練//體會基督的心腸(腓 1:8)=Union of

will.¹⁶

¹² [詩 1:1-2]¹ 不從惡人的計謀，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位。² 惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想，這人便為有福！

¹³ [帖前 5:16-18]¹⁶ 要常常喜樂，¹⁷ 不住地禱告，¹⁸ 凡事謝恩，因為這是神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。= 不住地禱告→凡事謝恩→會常常喜樂

¹⁴ [彼前 1:8] 你們雖然沒有見過他，卻是愛他；如今雖不得看見，卻因信他就有說不出來、滿有榮光的大喜樂…

¹⁵ 加 5:6 原來在基督耶穌裡，受割禮不受割禮全無功效；惟獨使人生發仁愛的信心才有功效。

¹⁶ 腓 1:8 我體會基督耶穌的心腸，切切地想念你們眾人，這是神可以給我作見證的。



5. 小結:

5.1. 經歷聖靈(1): 從經文到生活處境(from Text to GOD, then to context) =

敏銳警醒, 更好準備自己, 向神開放, 更多及更深經歷主恩(彼前

4:19).¹⁷

5.2. 經歷聖靈(2): 生活處境到經文(from context to GOD, then to Text; 羅

8:28)¹⁸

A) 敏銳自己對事物之感受及反應: 善念? 惡念? (Biblical & personal)

B) 遭遇 = 神掌管歷史和個人大小事情: 太 10:29-30;¹⁹ 箴 16:33; ²⁰徒

17:26; ²¹亞述(賽 10:5-6)²²

¹⁷ 彼前 4:19 所以, 那照神旨意受苦的人要一心為善, 將自己靈魂交與那信實的造化之主。

¹⁸ 羅 8:28 我們曉得萬事都互相效力, 叫愛神的人得益處, 就是按他旨意被召的人。

¹⁹ [太 10:29-30][29]兩個麻雀不是賣一分銀子嗎? 若是你們的父不許, 一個也不能掉在地上; [30]就是你們的頭髮也都被數過了。

²⁰ [賽 10:5-6][5]亞述是我怒氣的棍, 手中拿我惱恨的杖。[6]我要打發他攻擊褻瀆的國民, 吩咐他攻擊我所惱怒的百姓, 搶財為擄物, 奪貨為掠物, 將他們踐踏, 像街上的泥土一樣。

²¹ [徒 17:26]他從一本造出萬族的人, 住在全地上, 並且預先定準他們的年限和所住的疆界, ...

²² [箴 16:33]籤放在懷裡, 定事由耶和華。

6. 屬靈經驗的規範性：聖靈的果子

6.1. 超自然或者神秘經歷，或者個別的恩賜：神主權下個別的=不可強求的

(林前 1:22; 約 20:29)

6.2. 聖靈的果子 = 勝過罪惡私慾，在屬靈美德上更新成長，追求完全的

愛，委身在付代價、以傳福音的事奉上：神應許給的有信徒的(信中有

愛 = 實踐神話語的能力及信靠神主權的安排)

7. 進深操練：

- 從個人成長歷程中發現和認定聖靈的工作 = 從屬靈的角度，回顧過去成長中愉快(和不愉快)的經驗(寫屬靈札記及自傳 = 記錄神在生命中的保守、帶領和供應，創 22:14 亞伯拉罕命名地方「耶和華以勒」)

8. 自由討論

進深閱讀：

廖炳堂「從感受經驗到經歷上帝」原載於《宣訊》214 期·2017 年 10 月，頁一。

<https://tinyurl.com/4v5ed3fh>

廖炳堂 (2015) 《靈修神學》第 2 版，建道 (教學版只供本科學生免費下載，不可轉

發):<https://drive.google.com/file/d/114uoquIpu9UF1LafZNOjTNmbYLTb3GxH/view?usp=sharing>;
(鼓勵同學自由奉獻給建道神學院: <https://bit.ly/356ZpF8>)

(完)