

# 属灵操练基本功 导言

陈德俊

约翰福音 15:4-8

<sup>4</sup>你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不常在葡萄树上，自己就不能结果子；你们若不常在我里面，也是这样。

<sup>5</sup>我是葡萄树，你们是枝子；常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子。因为离了我，你们就不能做甚么。

<sup>6</sup>人若不常在我里面，就像枝子丢在外面枯干，人拾起来扔在火里烧了。

<sup>7</sup>你们若常在我里面，我的话也常在你们里面；凡你们所愿意的，祈求就给你们成就。

<sup>8</sup>你们多结果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。

一个信了耶稣的人，有没有可能不在主里面？

有！你有可能不在主里面，所以圣经才三番四次提醒我们要常在主里面；所以圣经才说：因为离了我，你们就不能做甚么；所以圣经才说：人若不常在我里面，就像枝子丢在外面枯干，人拾起来扔在火里烧了。你是有可能不在主里面的，以致你生活和事奉都无力量。所以非常重要你要保守自己常在主里面。

康约珥博士访问了全世界其中八间增长最快的细胞小组教会，研究的结果就是：小组增长的关键是组长有没有用时间与神亲近。每天用九十分钟或以上时间来灵修的组长，小组的增长是每天用不足半小时灵修的组长的两倍。

增长是我们同神关系的自然结果。小组如是，个人如是。只要我们同神的关系好，增长是自然的结果。

操练的目的就是保守你常在主里面，如此，你的生命就扎实，能为神多结果子。我们需要装备自己，在江湖中，活出基督的同在。一种强烈神同在的意识会转化我们的人生，使我们能操之在我，而不是受制环境，不断对环境作出反应。乃是将环境所发生的一切回归中心点，再由中心点出返来，中心点就是基督，出来的就不会是血气的反应，而是行出基督的心意。这就是操之在我的人生。

神与我们神的同在的意识越强烈，越能操之在我，生命越似基督。问题是，我们是否强烈意识到神的同在，将神同在的客观事实变成我们主观的经历呢？

神同在是客观的事实，但我们是否无论在任处境，都强烈意识到神的同在，是两回事。

这需要操练。操练到神同在成为我们的实时反应。操练到无论在甚么处境，无论遇到甚么试探，都实时意识到神的同在。「操练就是将基本的东西成为习惯。」

做什么都好，要成功必须由根基做上去。基本功很重要，因为是根基。是根决定果。向下扎根，才能向上结果。基建立之后，你日后才可以在这基础上继续发展上去。

五个基本的操练方向，称为五式属灵基本功。

二千年来基督教的灵修传统可分为四个部分，分别是罗马天主教、更正教、灵恩派和对一般人较为陌生的东正教。

天主教—婚姻形象的灵修操练—浪漫温馨的爱情

更正教—父亲形象的灵修操练—顺命的儿女

灵恩派—母亲形象的灵修操练—忘忧主怀中

东正教—知己形象的灵修操练—尽在不言中

五式属灵基本功系将基督教属灵操练的四大传统简化和修改而成的。

1. 每天清晨赞美（每天五分钟）—灵恩派
2. 每天感恩等候神（每天五分钟感恩及享受神）—天主教
3. 每天灵修至少七分钟—更正派
4. 保守自己常在主里面：
  - a) 积极认信—可从《喜欢自己》的经文开始（每天三分钟）—灵恩派
  - b) 在生活中词组祷告—东正教
5. 聆听神的声音，有实习。写聆听神声音的扎记，每周一次，给你们的导师。—灵恩派，天主教及东正教的融合

在这学年，五式都要操练，到你五式都掌握以后，你将五式融会贯通，然后根据你自己的性格，选一两式最适合你来进深发展上去，成为你最杀食的基本功。