

# 改變你的內在生命

## 小組教材

IDMC Australia

## 牧者的話

我們對生命小組的願景是，它們將成為建立表裡如一屬靈群體的地方。人們聚在一起，專注於靈命成熟和屬靈倍增。

在這無法舉辦多數人聚會的時期裡，《腓利門書》第2章第2節一直深深吸引著我。保羅在書信裡問候了腓利門、亞腓亞、亞基布和“在他們家裡的教會”。在家中聚會不是什麼新鮮事，這是初代教會的模式。

此生命小組教材系列是為你家中的教會設計的。我們刻意縮減小組人數，以便我們可以繼續有面對面的實體聚會，並創造一個環境，使這兩三對夫婦的小小組可以真正更深地彼此分享並共同成長。

所以讓我們選擇精心銳意，而不是方便為之。正如《希伯來書》第10章第25節所說，

“不要停止聚會，像那些停止慣了的人，要互相鼓勵，特別是你們知道主再來的日子近了。”

我們不再像從前一樣地運作生命小組。我們構建的小組架構是為了差派和成長，不是為了控制。教會正在不斷成長，我們需要每位成員都能成為充滿愛心的小組的一員。

如果你還沒加入小組，邀請你加入。

如果你的小組需要一位領袖，邀請你來帶領；又或是和你小組內其他人一同帶領。

歡迎你開放你的家給小組聚會。讓神成為我們的供應者，並給予我們恩典來服事祂。

我們誠摯邀請你加入這次的小組系列，教材來至IDMC學院第一學期的課程。讓我們成為表裡如一屬靈群體的一份子，並委身致力於自己的靈命成長。我們無法靠自己的力量有靈命成熟；甚至那些放置在你的生活周遭刺痛你的人，也可以塑造你。

IDMC 生命小組的使命宣言是

‘我們致力不斷成長為表裡如一、符合聖經的群體，  
在這裡一起共同實踐對真理的順服；  
達到靈命成熟和屬靈倍增的最終目的。’

# 引言

我們每個人都有大家都能看到的公開世界。我們親人可能看到的私密世界；還有只有上帝才能看到的內心世界。我們將在這個系列中探討的正是這個內在世界 - 我們自己的葡萄園。我們將學習如何評估我們的內在生命，如何掌管我們的內在生命，以及如何照顧我們的內在生命。

我們將一起討論和探索

- 什麼是內在生命？如何培養內在生命？
- 從內而外的門徒訓練是什麼？
- 靈命塑造的五個過程。
- 你如何與上帝建立深厚的親密關係？
- 你生活中必須應用的屬靈操練。
- 在這個繁忙的世界中，平衡地過符合聖經的生活。

我們的使命是成為精心銳意栽培「某確類」門訓者的教會！

但是在我們栽培別人之前，我們首先必須讓自己成為被基督親自栽培的門徒。

因此，我們必須要有：

1. 屬靈的行為導向
  - a. 以神為中心的導向
  - b. 符合聖經的世界觀和國度觀
2. 扎實的聖經基礎和強有力的禱告 (表裡如一)
  - a. 與神同在 (扎根於神的道)
  - b. 與神對齊 (被神的話掌管)
3. 每日降服於基督(破碎)
  - a. 安全感 (內心的平靜安穩 - 無需證明，無懼損失，無有遮掩)
  - b. 管家心態 (生活簡化，做事坦蕩)
4. 為祂的事工而努力
  - a. 帶著使命而活 (婚姻，事工，職場和宣教)
  - b. 憑信心行事 (珍惜神所預備的機緣和積極順服)

教會需要人人從內而外深刻理解門徒訓練並致力於成為「某確類」的門訓者。

成為表裡如一耶穌的門徒，並精心銳意地栽培某確類的門徒，是為神國度培養靈命成熟弟兄姐妹的屬靈之鑰。

“我要求任何尋求救贖的人首先學會獨處，這樣你們可以透過上帝眼光認清自己。很少有人能真正地了解自己。大多數人都會透過濾鏡看自己，但還有另外一個濾鏡，可以真實反映，卻很少有人看。根據上帝的道省察自己，仔細省察自己的狀況，省察內在和外在的罪過，並運用聖經中給我們的所有考驗，將是一種健康的操煉；但是幾乎沒有人如此行！”

- 司布真 Charles Spurgeon

# 第一堂：建立紮實的根基

## 觀看視頻!

視頻連結: <https://youtu.be/8-KwzC0c2Rk>

## 學習!

世界的價值觀重視外在的表徵，並不重視內在的實質。而這樣的世俗價值觀也滲入了教會之中。我們追求永恆生命，但我們往往忽略了內在生命。我們追求豐功偉業，但我們往往敗壞了真實生命。我們專注於能力發展，但我們往往忽略了品格發展。我們專注於擴展神的國度，但我們卻忘記了要常與君王同在。我們認為我們的呼召就是要擴展神的國度，但我們的首要呼召就是要與君王聯合。就像雅歌中的新娘一樣，我們照顧別人的葡萄園，但是我們卻忘記了自己的葡萄園。

他們使我看守葡萄園；我自己的葡萄園卻沒有看守。

雅歌 1:6 和合本

培養有深度的內在生命是一個漫長的過程，需要從我們生命的根本開始進行更新 - 用合乎聖經的眼角啟迪我們的世界觀，並將我們的核心價值觀轉換成國度的價值觀！

我們需要根據神的話語進行自我檢視，並將自己的心校準到神的心 - 就像屬靈的心臟手術一樣，使自己的心與上帝對齊。

在本堂課程中，我們將了解培養自己內在生命的聖經意義以及我們如何切實做到。我們要願意在上帝和弟兄姊妹們彼此之間真實地審視自己的內在生命，並致力於在這方面有所成長。

### 重點經文：馬太福音 7:24-29 當代譯本 (注意對比和相似之處)

24 「所以，凡聽了我的這些話就去行的人，就像聰明人把房子建在磐石上。25 任由風吹雨打、洪水沖擊，房子仍屹立不倒，因為它建基在磐石上。26 凡聽了我這些話不去行的，就像愚昧人把房子建在沙土上。27 遇到風吹雨打、洪水沖擊，房子就倒塌了，而且倒塌得很厲害。」

28 大家聽完耶穌這番教導，都很驚奇，29 因為祂教導他們時像位有權柄的人，不像他們的律法教師。

### 課程大綱：

對耶穌而言，生命中最重要的事情就是它的根基！

我們從這段經文中學到了三個深刻的功課：

## A. 聽到神的話和遵行神的話有很大的區別

「真理不能改變人的生命，只有「遵行真理」才能改變人的生命！」

- Rev Edmund Chan 曾金發牧師

「當我們聽到真道而不去遵行時，我們便完全失去了行出真理的能力。」

- C. S. Lewis 魯益師

## B. 你的根基並非顯而易見，但在危機時刻卻會暴露無疑

「當人們處於危機中時，他們經常質疑上帝的美善，反而不是相信上帝的美意！」

- Rev Paul Jeyachandran 傑保羅牧師

## C. 建立在神話語裡的生命最終將會屹立不搖

我們如何將生命建立在神的話語上？

1. 傾聽神的話語
2. 閱讀神的話語
3. 學習神的話語
4. 背誦神的話語
5. 默想神的話語
6. 宣告神的話語
7. 遵行神的話語

在生活中，我們傾向於被顯而易見和宏偉壯觀的事物所吸引。

我們以自我的影響力和成就來評斷自己並自以為豪。這就是我們所謂的表層建築，即容易被看到的事物。

**表層建築**代表的是我們生活，工作和事工中的外在成就。它是才幹和技能來構築的。只有在基礎建築牢固建立、內層建築合理佈局的提前下，表層建築才能持續。

**內層建築**代表了我們個人生活中需要護衛的領域，即與上帝，家人，朋友和社群相處的時間。它是建立在規律的行為中。若不合理安排，你的建築就會雜亂無章。

在沒有人看著的時候，我是誰，我做什麼，這就是我們生命的**基層建築**。這是一種敬拜的生命，帶著謙卑，智慧和堅忍在神面前敬虔度日。它建立在品格之上，需要有表裡如一，通過扎根於神的屬靈操練來完成。這是一生都要學習的功課，而且這才是重中之重。

我們真正的力量藏在於基層建築，在那看不見的地基裡面。沒有深厚而堅固的基層建築，就無法支撐內層建築。表層建築也無法上升至更高的高度。

## 總結

- 表層建築建立在能力之上， 關乎於傑出成就
- 內層建築建立在行為之上， 關乎於反覆實踐
- 基層建築建立在品格之上， 關乎於表裡如一

當我們照管好生命的深度時， 神就會拓展我們工作和事工的廣度

## 反思!

你生命的根基為何? 你的生命是建立在什麼基礎之上?

要回答這個問題， 請花一些時間思考以下五個問題：

1. 我們如何追尋真理？
2. 我們如何思考和體會真理？
3. 我們如何行出真理？
4. 我們如何被真理潔淨？
5. 我們如何傳遞真理？

讓我們下決心建立堅實的生命根基！

## 討論!

世界上最高的建築， 迪拜的哈利法塔（Burj Khalifa）樓高2700英尺（822米）， 高約半英里。 它有160層， 是紐約帝國大廈的兩倍。 它擁有世界上最快的電梯， 該電梯以每小時40英里（64公里/小時）的速度昇降。 哈利法塔（Burj Khalifa）還擁有世界上最高的戶外觀察台（在第124層）和世界上最高的游泳池（在第76層）。 但是， 這座龐大建築穩定的秘訣是在地底下的根基。 在建築開始興起之前， 工人花了一年時間挖掘和澆築支撐該建築的大型地基。 該地基包含約58,900立方碼（45,032平方米）的混凝土， 重逾110,000噸。 此建築物牢固， 是因為地基牢固。

Q: 請一起讀馬太福音 7:24-29。 耶穌說：「凡聽了我的這些話就去行的人， 就像聰明人把房子建在磐石上。」 你認為耶穌說這句話的意思是什麼？

Q：在我們生活中， 什麼是我們要刻意建造的好的內層建築和基層建築？

Q: 要在基岩上蓋房子， 我們必須挖的比表層土壤更深。 有哪些因素干擾我們無法將生命建立在堅固基礎之上？

Q: 找出你生命中的一個建立在沙土上而不是磐石上的薄弱根基？

Q: 討論依靠神的話語中建立堅實基礎的實用方法

Q: 你希望與你的小組一起，在整個學習系列中共同致力於鞏固自己的根基嗎？

Q: 反思一分鐘，寫下你想在接下來的兩週內要執行的一些具體作為。與您的小組分享，並一起禱告。

## 課後作業

### 挑戰!

SOAP是一種以實際方式應用所閱讀內容的讀經方法。SOAP就是：

**S: Scripture** 聖經經文 - 你親自寫下經文。你會感到驚訝的是，你只要花一些時間放慢腳步，然後寫出正在閱讀的內容，神就會向你顯明！

**O: Observation** 觀察 - 您在閱讀的經文中看到了什麼？經文的對象是誰？有重複的單詞嗎？你對那些字最有印象？

**A: Application** 應用 - 這是將神的道應用在實際生活中的時候。上帝今天對我說什麼？我該如何將剛剛閱讀的內容應用到自己的個人生活中？我需要做那些改變？我需要採取什麼行動嗎？

**P: Prayer** 禱告 - 用神的話語來禱告。如果祂在這段時間裡用祂的話語向你啟示了一些東西，請為此祈禱。如果祂揭示了你生活中的某些罪過，請為之認罪。

請給自己預備一本日記。可以是日記本或電子日記。重要的是，每天都留出時間閱讀聖經，並花時間浸泡在他的話語裡。為自己設定一個目標，至少在下一次小組之前每天紀錄一條日記。準備好來分享您的經驗，以及上帝如何通過您的日記對您說話。

### 背誦!

所以，凡聽了我的這些話就去行的人，就像聰明人把房子建在磐石上。  
(馬太福音 7:24 當代譯本)