



归正福音教会(新加坡)

REFORMED EVANGELICAL CHURCH (SINGAPORE)

二零零八年第一季会刊

目录

牧师的话：每日读经计划.....	2
两年读经计划表.....	3
两年读经计划问与答.....	4
点点滴滴 ~ 照片回忆.....	6
称义、得救.....	7
我感恩——数算从上帝来的恩典.....	9
奇妙的爱——感谢上帝的爱，记念我的父亲.....	11
从使徒行传看信仰与家庭.....	14
浅谈「灵命操练」.....	17
第一季主日学课程.....	20
聚会表.....	21

牧师的话：每日读经计划

楼建华牧师

每日读经，原就是每一位基督徒，每天当作的「正经事业」；读经计划可以帮助弟兄姊妹们按部就班地一章、一卷往前进。现在，我们开始第二年、第一季的读经进度。大家只要锲而不舍，很快就能够把整本圣经读一遍。

深盼主基督耶稣在我们心中动了善功，使我们能够顺利完成读经计划；并使我们的教会成为一间勤读上帝话语的教会！

这一季我们专注在旧约的诗篇。诗篇伴随着我们每一天的读经生活，这不能不说是一个千载难逢的机会。

古人有话说，「诗言志」；这里的「志」，指的是一个人的心的「方向」，也就是他心里所向往的。换句话说，古代的诗人透过诗句，把自己心的「方向」写出来。孔子则说过：「诗可以兴，可以观，可以群，可以怨。迩之事父，远之事君。」把这句话翻成白话文来解说，它的意思是“诗可以激发人的心志，可以观察时政的得失，可以沟通大众的情志，可以舒畅个人的忧怨。就近处来说，可以运用其中的道理来事奉父母，就远处来说，可以用来服事君上。”这样，在自己文化的传统里读古代诗经、汉诗、唐诗等，我们不难发现诗人们所关切的，不外乎人际之间互动往来的感情，以及个人与自然之间的圆融和谐；涵盖了国事、家事与自己的心事。

在古希伯来信仰的传统下，纵观旧约诗篇里的内容，则带给我们截然不同的体会。诗人在上帝面前，向着这位至高的主宰发抒自己的感情，或是求、或是兴、或是怨、或是群，每一篇的主题都描绘着神人位格际的互动。让我们细细地读，慢慢地回味，品尝个中灵性的滋味，丰富自己灵性的感情！

谚语云：开卷有益。盼望弟兄姊妹们，都以读经为乐，在主的话语上长进。阿门！

两年读经计划表

第二年（2008）

日期	一月		二月		三月	
	圣经	章节	圣经	章节	圣经	章节
1	诗篇	51	诗篇	82	诗篇	110
2		52		83		111
3		53		84		112
4		54		85		113
5		55		86		114
6		56		87		115
7		57		88		116
8		58		89		117
9		59		90		118
10		60		91		119:1-8
11		61		92		119:9-16
12		62		93		119:17-24
13		63		94		119:25-32
14		64		95		119:33-40
15		65		96		119:41-48
16		66		97		119:49-56
17		67		98		119:57-64
18		68		99		119:65-72
19		69		100		119:73-80
20		70		101		119:81-88
21		71		102		119:89-96
22		72		103		119:97-104
23		73		104		119:105-112
24		74		105		119:113-120
25		75		106		119:121-128
26		76		107		119:129-136
27		77		108		119:137-144
28		78		109		119:145-152
29		79		-		119:153-160
30		80				119:161-168
31		81				119:169-176

两年读经计划问与答

十月、十一月、十二月答案揭晓：

10月7日 问：那位犹大国的王引诱犹大和耶路撒冷的居民行恶比耶和華在以色列人面前所灭的列国更甚，而后悔改蒙神赦免？

答：a) 亚哈斯 b) 亚哈谢 c) 亚玛谢 d) 亚撒 e) 约哈斯
f) 约阿斯 g) 约沙法 h) 约西亚 i) 希西家 j) 西底家
k) 乌西雅 **l) 玛拿西**

10月14日 问：上帝是为了什么召我们？他的旨意，是要我们成为什么？

答：神召我们，本不是要我们沾染污秽，乃是要我们成为圣洁。（帖前四7）

10月21日 问：请比较以斯拉与尼希米在‘拔头发’的事件上相同与不同之处。（为什么拔、拔谁的、后果怎样等）。

答：**相同处**— 与异族通婚，对上帝不忠，悔改…；
不同处— 以斯拉乃自拔头发（拉九3）；
尼希米则拔人头发（尼十三25）

10月28日 问：以斯帖记和帖撒罗尼迦后书，教导的同样一个功课是什么？

答：要坚忍因主是信实的，要坚固保护属他的人脱离一切仇敌及恶者（参经文：斯九22；帖前三3）

11月4日 问：以下哪位不是与约伯对话的朋友？

答：1) 提幔人以利法 2) 书亚人比勒达
3) 哈律人以利加 4) 拿玛人琐法

11月11日 问：「谁用无知的言语使你的旨意隐藏呢？我所说的是我不明白的；这些事太奇妙，是我不知道的。」
以上这段话是谁的回答？所指何事？

答：约伯的回答（伯四十二3），指的是有关神的创造主权、全能全知等；以及他本身的认罪悔改。

11月18日问：保罗在提醒提摩太时，劝戒凡属神的人要追求……？
(美德)

答：公义、敬虔、信心、爱心、忍耐、温柔。

11月25日问：诗篇第7至13篇之中，哪几篇提到有关上帝是公义的审判者？

答：七11；九8；十5；十一7；十二3

12月2日问：「___比金子可羡慕，且比极多的精金可羡慕；比蜜甜，且比蜂房下滴的蜜甘甜。」究竟圣经形容什么如此宝贵？

答：诗篇十九7-10

12月9日问：请问主耶稣在十字架上所说的：「我的神、我的神！为什么离弃我？」，也出现在诗篇第几篇？

答：诗篇廿二篇

12月16日问：「你们要尝尝____，便知道他是美善；投靠他的人_____！耶和华的圣民哪，你们当_____，因敬畏他的_____。」

答：…主恩的滋味；……有福了；……敬畏他；……一无所缺。

12月23日问：请从诗篇31至41篇中，找出大卫在病痛中的祷告诗。

答：三十八篇，四十一篇。

12月30日问：「我的心哪，你为何忧闷？为何在我里面烦躁？应当仰望上帝…因我还要称赞他。」试从诗篇42至48篇中，找出以上经文章节。

答：诗42:5；诗42:11；诗43:5



点点滴滴 ~ 照片回忆

圣诞团聚 (23/12/2007)



登山远足 (01/01/2008)



称义、得救

楼建华牧师

经文：罗十 9-10、13

“你若口里认耶稣为主，心里信上帝叫祂从死里复活，就必得救。因为，人心里相信就可以称义，口里承认就可以得救。…凡求告主名的，就必得救。”

这三节经文都提到「得救」的事。很明显地，「得救」和经文里用到的三个主要的动词有关；它们是：「承认」、「相信」和「求告」。虽然是三个动词，却都有同一个意思，那就是「相信」。

「相信」必须具备认知、经验与立志三方面的要素。这是一个通过认知、经验等过程所产生出来具有意志性的决定和行动。在读这三节经文时，我们绝不能忽略这三个动词的受词，也就是说我们应当把读经的重点，摆在(a)所承认的**事实**，(b)所相信的**内容**，和(c)所求告的**对象**上。

「承认耶稣为主」，这句话里至少包含了两层意思：(1)耶稣是神；(2)接受耶稣是我们的主、我们的神。前者是指着耶稣的神性与身分说的。而接受祂成为我们的主，则是指着我们与耶稣的关系说的。认识到耶稣是神，这是头一步；同时我们得进一步接受祂成为我们的主。

我们也应追问：耶稣怎么会是主呢？为什么一个人会认耶稣为主呢？到底我们认祂是怎样的一位主？这是更深一层的问题了，也是与我们的信仰、与我们的得救，有直接关连的问题。保罗在这里引我们朝所相信的内容里去找答案。「信上帝叫耶稣从死里复活」，这是指着耶稣所成就的救赎工作说的。耶稣的死，是舍命作我们每个人的赎价，为的是涂抹我们的罪，洗净我们的良心(提前二 6；来九 14)，使我们靠着祂的血，得被称为义(罗五 9)；祂为我们这班罪人死，神爱我们的心，在此就显明了(罗五 8)。而耶稣从死里复活，更以大能

显明祂是上帝的儿子(罗一 4)，是神所立的主基督(徒二 36)，是生命的主(徒三 15)。祂的复活也把死废去，将那不能朽坏的生命彰显出来(提後一 10)，使我们这些信靠祂的人，都得着这永远的生命。

耶稣的复活成了我们信仰的凭据，也帮助我们认识耶稣是神。虽然以往也曾凭着外貌和耶稣在世上的出身来认祂，彷彿当年门徒在回答主自己所发出的问题时，所作的答覆一样，把祂当成是某位先知，某号人物(参看太十六 13-14)。但是如今不再这样认祂了。因为耶稣原就是神，是道成肉身的主。祂到世上来，为的是表明真神，把恩典和真理带给我们(约一 14-18)，同时祂取了人的样式，甘愿代我们死，以神的羔羊的身分在地上行走，寻找拯救我们这批丧失的人。

「神的羔羊」的身分是主耶稣在肉身里所启示出来的第一个身分(参看约一 29, 36)。这一位至高神的儿子竟然愿意为我们死在十字架上，以牺牲的身分来吸引我们归向祂(参考约十二 32)，试问：我们除了认祂是我们的救主之外，还能认祂是别的主吗？我们也只有求告祂的名——那超乎万名之上的名，才能靠着得救(参看徒四 12；腓二 9-10)。

这样看来，当我们蒙恩、受感动，以至于决志相信并接受耶稣基督是我们的救主时，我们就得救了。并且我们信耶稣是基督，是上帝的儿子，就因着求告祂的名得生命。上帝豫定我们得救，原是在万古之先、创世之前；却在我们存活在世的日子，照祂所定的时间，当日子满足的时候，这救恩就成就在我们的身上了。而这成全救恩的基础和程序，正不外乎先前点出来的那三个词语：「承认」、「相信」和「求告」。

若要问：我们怎么知道自己已经得救了呢？这一点可以从生命的改变与成长，灵命的追求与表现等方面来察验，是不是爱慕主的话？是不是恨恶罪恶？是不是追求圣洁？是不是照着主的吩咐，遵守圣礼，与主相交，与圣徒团契？是不是儆醒等候主的再来？这几样并不是得救的条件，却是圣灵在一位得救的人的生命里作工的最好的明证。

我感恩——数算从上帝来的恩典

俞耀伦弟兄

我感恩，上帝把我造成了人，让我在爱中出生；如果一切平安的话，也在家人和朋友的爱中消逝。不像动物，在弱肉强食的自然界中，作为捕食和被捕食者，为了生存只做两件事：杀戮和被杀戮。

我感恩，因为我是人。我不但具有最基本的学习能力，还有思考的能力；我可以学习并思考那本不属于我、却更超越我的事情。而且我不但可以学习和思考，还有行动的能力，可以让我做我必须做的事情，也可以让我做我应当做，以及一些我喜爱做的事。

我感恩，因为我有时间。这说明今天我还可以学一些、想一些、做一些事情来超越昨天的我。

我感恩，因为我处在这个高度发展、快速改变的时代。在日新月异的物质世界里，我不得不加速自己的思考与行动、丰富自己的生命，努力地跟上这个时代的前进步伐。我感谢上帝，让我处在一个充满危机的时代。我也有了一个小小的习惯，让我去反思、对比、联系这现世与过去和将来的时代。

我感恩，因为上帝把我放在了中国，成为一个中国人。生活在这个文明古国再次要崛起的艰难时期。虽然它不很发达，却是在进步当中。这里，还有世界上最多的人民，对于一个国家而言，这也是最大的财富。

我感恩，我虽然没有完美的外形，但四肢健全，感官正常。祂怜悯我，让我用健全的方式去体会这天父世界，并没有让我承受那与生俱来的残缺、与那没有办法体会的遗憾。

我为我的生活环境感恩。上帝没有让我成为纨绔子弟，只要祂的赐福，而不懂得施予；只要享乐，却不思前进；只管守成，而不必变化。也没有让我成为难民，经历那没有食物、天天内战、无法学习、没有机会的人间地狱。我虽然每天都不能顺心，但每天都算过得顺

利。虽然不是最好，却也远离了最差；最可贵的是为我保留了拼搏的机会。

我为我受的教育感恩，不但教授我知识，还教导我要去思考。

我为我所上的学校感恩，特别是那段空白式的大学经历。祂让我上了中国最好的大学，却成为最差的学生。使我在失败中学会了很多在成功中学不到的东西。

我为我的家庭感恩。虽然它总有些残缺感，但是我也一直体会父爱母爱和家人的关怀。还好它并不完美，否则我只学会了承继却失去了方向，只学会当船员，却学不会做舵手。

我感恩，因为我有一个很好的妻子。她让我体会爱情的甜美，期待家庭的各种滋味。甚愿她的胸怀，使我时时知足；她的爱情，使我常常恋慕。

我感恩，因为上帝创造了爱情。如此的奇妙，如此的甜美，而又如此的痛苦。让体会过的人，我不用对你说；没有体会过的人，我无法对你说。

我感恩，因为上帝创造了性，把神经集中在最敏感的器官，如果好好地使用，就能得到最大的快乐；如果不好好地使用，就变成最大的诅咒。

我为那未知的未来感恩。因为我正一天天地老去，这样我才可以完整的体会那所有人都有的，却又只属于我一个人的唯一的经历，就是生命的过程。

我为生命而感恩，因为最开始有一半的我乃是从几亿大军中脱颖而出佼佼者。而你能看到我的这篇文章，概率更远远小于亿亿分之一。

最后，我要感恩我的时间有限。因为只有这样，我才去追问生命的意义、人生的价值。



奇妙的爱——感谢上帝的爱，记念我的父亲

吴晓峰弟兄

我的父亲是个好人，他聪明善良，又乐于助人。父亲得到了许多人的尊敬，在他的葬礼上有许多熟悉和陌生的面孔，哀悼他的离去。可是父亲短暂的一生却又坎坷崎岖：1958年，浙江老家连年灾荒，爷爷奶奶逃到江西求生，随后父亲出生，奶奶经常伤心地说父亲出生时饿得哭都哭不出声；父亲自幼聪颖好学，深受老师校长疼爱。可是家境贫寒，初中毕业后身为长子的父亲毅然决定弃学做工，培养四个叔叔姑姑学习；十七岁的父亲成了一名煤矿工人，带着火热的心为国家工作，全然不顾矿井里的危险和环境的恶劣，父亲的朋友说他常常受到劳动表彰；随着时间的流逝，苦日子慢慢地熬了过去。叔叔姑姑们都长大了，特别是大叔叔在父亲的鼓励和帮助下努力拼搏，学有成就，三十出头成了当时重庆建筑工程大学最年轻的教授，也为家里负担许多事情。父亲也有了一女一儿幸福的四口之家。父亲一直以这一切自豪，因为人的努力有了收获！艰苦的生活磨砺了父亲坚韧的性格，他是个彻底的无神论者。

可是生活喜爱捉弄人，1994年冬天一场大灾难来临。父亲工作的矿井煤层倒塌瓦斯突出，父亲与三名工人被封闭在煤井中。15个小时，在不断减少的氧气中他们濒临死亡，绝望的父亲咬破手指写下遗书。人，在无助的忧虑，井中的人和井外的人。幸运的是，事故发生15个小时后父亲和三名工友被成功解救。那时我只有十周岁，小学五年级，不懂许多事情，只记得亲友们放鞭炮欢庆，还有父亲脸上一丝庆幸与疲倦，现在只能从父亲的血写下的“遗书”里想象当时的情景。老基督徒外婆让小舅舅用红纸写了封信表示庆幸，里面提到劝家人信主，可是父亲说只相信自己，没有接受福音。

祸不单行。恶耗犹如晴天霹雳，1996年父亲胃病又犯了，可是医院检查出来的结果是中期胃癌，需要立即动手术。灾难像冬天里的寒霜，降在了本是温暖的家。父亲的胃被切除三分之二，随后又是化学治疗；母亲从早到晚地照料父亲，还要照顾我和姐姐。无助的人只是

在想为什么这一切苦难会临到他们身上。父亲是坚强的，他接受了这一切，挑战了这一切，因为他知道自己是家庭的顶梁柱。在亲友的支持帮助下，癌魔看似退去，父亲渐渐恢复。由于不能继续煤矿工作，父亲一面照顾我和姐姐，一面在家中学习中药，和朋友开了个小诊所，生活又像初春般地好了起来。父亲看见身体无恙，我的成绩一直很优秀，认为是好的。1998年6月，我参加中学毕业考试，报考了当地最有名的重点高中。三个月的暑假来了，我应好友邀请去他家乡玩了一个星期。可回来时惊奇看到父亲又消瘦了，医院检查到癌细胞复发。癌魔突然袭击，速度像闪电一般！父亲越来越消瘦，最后竟不能进食，靠输液补充营养。父亲精神也差了，可能是疲累了，每天都开心。七月底，毕业考试成绩公布，班主任告诉我考上了重点高中，我拿着通知书告诉父亲。父亲欣慰地说：“以后能考上好大学，八字有一撇了。”久违了父亲的笑！可我多么想用这通知书换成父亲的健康啊！人，没有办法。

妈妈电话里告诉外公外婆父亲的情况。外婆一生难得出远门，外公和大舅舅，舅母从远方来看望父亲。可两星期后，外婆说也要来。妈妈怕外婆路上不方便，让姐姐把外婆接来。外婆心疼地看着皮包骨头的父亲，劝他信救主耶稣，并送本《圣经》放在父亲床头。父亲开始苦笑不回答，外婆说多了，父亲用力反驳道：“我不信鬼神，信了也好不起来！”父亲是个固执的人，也是无神论者。外婆多次努力没有结果，她把忧虑告诉了家里的教会，教会里的叔叔阿姨们一齐来我家为父亲祷告。他们到家后，父亲竟然从躺椅上坐起来赶他们出去，还对外婆说：“要是再这样，你也不要呆在我家！”不知道父亲为什么突然变得这么失礼，外婆和叔叔阿姨们解释让他们先离开了。

1998年8月23日傍晚，父亲打完吊针后觉得不舒服，盗了许多汗。外婆一边帮父亲擦汗，一边劝父亲向上帝认罪，祷告。外婆用她的浙江腔念到：“亲爱的主耶稣，我是一个罪人，请你拯救我……”。外婆念一句，父亲也接着重复……一家人绕着父亲和外婆，很惊奇父亲的举动。父亲跟着外婆念了半个小时，妈妈和外婆将

他扶进卧室休息，父亲一会就睡着了。随后我们也去休息了，外婆和姐姐在姐姐的房间，我则躺在客厅沙发上睡了。熟睡中突然听到妈妈大喊我们，说父亲快不行了。我一下跳起来跑进父亲卧室，父亲很用力地呼吸，右手伸向床角的《圣经》，抓住了，便停止了呼吸，眼角流出一颗泪珠……

父亲走了，是那么安详！在他生命的最后一刻，坚固的心终于向救主基督耶稣屈服了！上帝的爱是多么伟大，祂一直召唤着他的儿女，哪怕是最悖逆的，祂也用大爱召回！

后记：

上帝的爱是如此伟大！我的家人都接受了上帝作我们的救主，我的母亲于2004年7月27日受洗；我也于2007年11月4日受洗。

谨以此文感谢上帝的爱，记念我的父亲。希望众多的人不要在生命的最后一刻才认识接受我们的独一真神！。



从使徒行传看信仰与家庭

楼建华牧师

教会是永生上帝的家(提前三 15)；我们同蒙天召，都是以天父儿女的身份，住在祂的家里。透过初期教会发展的历史，也让我们留意到，这永生上帝的家与我们每一位信徒的家，也存在着微妙的关联。

使徒行传就记录了这一个阶段发展的经过。从教会成立这一方面来看，它也给了我们很有价值的例证，说明当时的教会——即基督的身体、永生上帝的家，其实就是由各个小小的家庭——指门徒们各自的家，汇集而成的一个属灵的大家庭。

家庭是社会中最小群体的单位，在上帝创造之初，就隐然存在于祂的心意中，因为圣经告诉我们，上帝并不只是造男造女就算了，而是透过所造的亚当、夏娃，经由婚姻的结合，二人成为一体，从夫妻关系开始，建立了第一个家庭。圣经里的也教训我们，夫妻乃一同承受生命之恩(彼前三 7)；上帝虽有灵的余力能造多人，但祂的本意原就是要从一本造出天下万族的人，也就是要人在家庭中得虔诚的後裔(玛二 15)。

新约之初，教会刚刚被设立，马上就记着“信的人都在一起住，凡物公用，并且卖了田产家业，照各人所需用的分给各人。他们天天同心合意恒切的在殿里，且在家中擘饼，存着欢喜诚实的心用饭。”(徒二 43-46；另参看徒四 32)这里圣经要对我们说的，并不是“一人得救，家庭中所有的成员也会自动得救”之意。一人得道，鸡犬升天，那是民间传统宗教信仰的说法，并不是我们基督教的教义。有人说得好，在上帝面前，没有孙子，全都是儿子。每一个人都必须亲自经历救恩，成为上帝的儿女；在得永生的道上，就算是家里最亲的人，也不可能替你代劳，让你坐享其成。

我相信，路加在使徒行传里，把这些事记录下来，为的是留给我们宝贵的例子，让我们看到当时初信主的门徒们，马上就把救恩、福音的信息与恩典带回家去，向着家里的人传，向他们作见证，在家人中结福音的果子。这些主的门徒才是真正抓住主心意的人。读使徒行传，往往令人生发羡慕之情，为什麼他们初信主，就能在家里擘饼，在家里举行敬拜聚会？其实这里面没有什麼秘密的窍门，我们要想和初期教会史上的那批信徒一样，举家敬拜上帝的话，就只有学习他们的榜样，自己得救了还不能算数，应当马上就把福音带回家去，在家人、朋友面前活出新生的样式，为主作见证。

路加又记录了几个实例，其一是百夫长哥尼流信主的经过。哥尼流派人去约帕找彼得的同时，就请了亲属密友(徒十 24)，等候彼得。他还只不过是蒙了指示，等候上帝所差派的福音使者的到来。在尚未亲身经历救赎的恩典之先，都已经邀集亲友、下属到他家中一块等候！的确，这给了我们一个很不寻常的特例。在徒十六 15，路加给我们的另一个例证，就是吕底亚信主的经过。这卖紫色布疋的妇人，素来敬畏上帝，她听见了保罗所传的道，主就开导她的心，叫她留心听保罗所讲的话。我相信她立刻就把家人找来，和她一块听保罗讲道。她和她一家信主之後，马上请保罗一行同工到她的家去住。读过这些描述，不难勾画出一幅图画，就是这些人聆听了福音的道，马上想到的，就是把福音也带给家人。

圣经的的确确给了我们一个极宝贵的应许，说“当信主耶稣，你和你一家都必得救。”(徒十六 31)你或许会觉得奇怪，这一节经文，好像就在告诉我们“一人得救，全家人也都自动得救啊！”其实不然，我们不要囫圇吞枣。应当留意路加在第 32 节里所记下来的话，说“他们(指保罗、西拉)就把主的道，讲给他(指禁卒)和他全家的人听。”禁卒并不是自己一个人听道，而是全家(属乎他的人)都一起听到主的道。

道与信的关联，不容忽视。一定是从听道之中，蒙主开导了心窍，以至于产生出信道之心，而所听的道，则必须是从基督的话而来

(罗十 17)。路加在腓立比的禁卒的身上，给了我们很完整的例子，一定是他自己听了主的道，受了感动，蒙了恩召，马上就领家人来听。家人的信主，仍须建立在听、信主的道之上；他们有机会信，就是因为你先听了，得救了，把这大好的信息也带给他们的缘故。这就是圣经上所说：“当信主耶稣，你和你一家都必得救”的本意。

这是一个带有动性的应许，要我们不是消极地坐着等，而是要积极地起而行，把福音真道带回家去，让家人也都有机会听闻福音真道。因为不这么作的话，圣经的应许又哪里能够印证在你和你的家人身上呢？

在我们自己的教会一属灵的家一起步成长之际，我愿勉励每一位弟兄姊妹，都记得这宝贵的应许，“当信主耶稣，你和你一家都必得救”；也存着约书亚的心志，“至于我和我家，我们必定事奉耶和华。”。



浅谈「灵命操练」

余育馨姐妹

在基督徒的信仰上，**灵命操练**对我而言——顾名思义，就是「**属灵生命的操守练习**」(Spiritual Discipline Practice)。

一个成熟并且想在属灵的事或上帝奥秘的知识上有**追求的基督徒**，在他(她)个人每天的生活里，须要「**刻意**」安排在某段时间中安静自己，研读、思想上帝的话语，并透过默想、祷告与上帝相交、倾诉。经过灵命操练，我们的生命可以靠着主渐渐得着改变，越来越有基督的样式，甚至到一个地步能影响其他生命(周围的人)。也就好比从一个属灵婴孩，慢慢长成在基督里的属灵人；从只是吃灵奶，到可以吃属灵的干粮。

对于一个**没有属灵追求的基督徒**，形同所谓的「**挂名**」基督徒。单单想凭相信耶稣基督得永生，却不想知道或遵行更多有关上帝的吩咐；单单想得到上帝的祝福，却不愿扎根于神的话语上。虽然我们承认自己是基督徒，生命却因为缺乏主的榜样而无法流露出基督的馨香之气，成为永远长不大、不健康的属灵婴孩……在属灵的事上若没有追求，不但自己长不大，更糟糕的是，可能绊倒周围扎根不深的信徒或不信之人。这是何等可惜的事！求主怜悯！

要实践灵修、操练我们属灵的生命，就须要每天有一段**安静的时间**，来**敬拜、赞美、读经、默想**，向上帝**祷告呼求**。

1. **赞美**——就是在注意自己(认罪)之前，以神为中心。
(诗一一七 1-2 万国啊，你们都当赞美耶和华！万民哪，你们都当颂赞他！因为他向我们大施慈爱，耶和华的诚实存到永远。你们要赞美耶和华！)

赞美可以包括：承认上帝（三位一体）的完全属性——他的慈爱、怜悯、公义、信实……，将荣耀单单归给那万有的主宰。我们亦可藉轻唱诗歌的方式，来敬拜、加深对神的爱慕。因他本配得，当受大赞美！当在安静灵修的时候，用诗歌来赞美，你是否能感受到神临在所赐的平安？

2. **祷告**—通过认罪、恳求、代祷、感谢来与神亲近交通
(腓四 6)

因世人都犯了罪、亏缺了神的荣耀，当谦卑向圣洁的神承认自己一切所犯之错。求主耶稣的宝血遮盖，因他十架的大功我们得蒙拯救并被买赎，好让我们的赞美、歌颂能毫无拦阻地达到父神面前，蒙神悦纳。经主十架宝血的洗涤以后，我们为自己的祷告，为他人的提名代祷或恳切祈求也才能蒙垂听！另外，感谢神，我们的软弱有圣灵帮助，我们本不晓得当怎样祷告，只是圣灵亲自用说不出来的叹息替我们祷告（罗八 26）。所以，当抓紧神的应许——祈求圣灵保惠师的帮助。最后，以全心的感谢承认神的祝福。可以是近日所赐、过去的祝福，自己有健康平安、或自己在病痛软弱中仍蒙怜悯，物质上的祝福、心灵上的慰藉……要凡事相信、凡事谢恩！透过祷告，我们祈求父神亲自感动人心回转，主耶稣岂不应许我们可以期待看到一些顽固或难改变的事情？（太十九 26 「……在人这是不能的，在神凡事都能。」）

3. **读经**—利用一些对自己有帮助的读经灵修资料—安静默想，仔细倾听神的话，求圣灵保惠师的光照，藉神的话语了解他的心意——这是人对神的回应。神亦透过我们研读他的话，喂养我们，向我们启迪，

使我们明白他的心意。（提后三 16-17 圣经都是神所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。）

此外，读经不但能喂养人的灵性，使人有智慧、明理；亦是享受神的同在并他所赐的灵粮。神的话语有如明镜，能让我们反省全人的生活是否蒙神悦纳，保守自己警醒、遵行。（来四 12 神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃的剑更快，甚至魂与灵、骨节与骨髓，都能刺入、剖开，连心中的思念和主意都能辨明。）

以上纯属我个人的一些看法及分享。

对于个人灵命的操练：我认为它不仅仅是个人纪律的操练，更是要以神为整个的中心点，同时也必须服从在圣灵的带领下。其中圣灵带领的确据是平静、安祥、充满喜乐的。顺带提醒弟兄姐妹们：进入默想之时，务必谨慎小心，避免撒旦的介入！要奉主的名，捆绑一切不为神所悦纳的思想或从恶势力而来的控诉！因为「…凡你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；凡你们在地上所释放的，在天上也要释放。」太十八 18

灵命需要不断的操练，以致能更进一步藉神的话语塑造自己，并建立自己与神、与人之间的美好关系。



教会的使命

<p>信仰归正、 生活虔敬、 主里相爱、 勇敢见证、 广传福音！</p>	<p><i>注解：</i> 在上帝至圣的真道上，建造信仰； 在基督耶稣的命令里，彼此相爱； 在真理圣灵的引导下，见证主名！</p>
	<p>倚靠上帝的能力、坚守上帝的启示、 随从圣灵的引导、活出所信的基督、 高举基督的十架、宣扬福音的大能！</p>

第一季主日学课程

成人主日学：选读主耶稣所讲的比喻及所行的神迹

日期	题目	负责人
06/01	主耶稣所讲的比喻— 撒种的比喻	楼牧师
13/01	主耶稣所讲的比喻— 市场上的孩童	许仰恩
20/01	主耶稣所行的神迹— 五饼二鱼/ 迦拿的婚宴	林奕经
27/01	主耶稣所讲的比喻— 才干的比喻	许仰恩
03/02	主耶稣所讲的比喻— 葡萄园的工人	楼牧师
10/02	休息— 农历新年	
17/02	主耶稣所行的神迹— 三个死人复活的神迹	林奕经
24/02	主耶稣所行的神迹— 治好鬼附的格拉森人	楼牧师
02/03	主耶稣所行的神迹— 枯干的无花果树	许仰恩
09/03	与主耶稣的对话— 尼哥德慕/ 撒玛利亚妇人	林奕经
16/03	与主耶稣的对话— 论到基督，你们的意见如何？	楼牧师
23/03	与主耶稣的对话— 与法利赛人的对话	许仰恩
30/03	与主耶稣的对话— 四个不同性格的使徒	林奕经

儿童主日学：道光主日学课程《天国宝训》

06/01	主耶稣的比喻— 宝藏与珍珠（太十三 44—46）
13/01	主耶稣的比喻— 国王的饶恕（太十八 21—35）
20/01	主耶稣的比喻— 骄傲与谦卑（路十四 7—11）
27/01	主耶稣的谈话— 飞鸟和野花（太六 25—34）
03/02	主耶稣的神迹— 十个大麻风（路十七 11—19）
10/02	休息— 农历新年
17/02	主耶稣的服事— 帮学生洗脚（约十三 3—17）
24/02	信徒的生活见证— 一根针— 丝线（徒九 36—42；太五 13—16）
02/03	主耶稣的比喻— 祷告不灰心（路十八 1—8）
09/03	主耶稣的比喻— 磐石与沙土（太七 24—27）
16/03	总复习
23/03	主耶稣的复活— 路上的奇遇（路廿四）— 复活节
30/03	休息

2008 年教会主题：做基督福音的使者



归正福音教会(新加坡) REFORMED EVANGELICAL CHURCH (SINGAPORE)

地址 Address : 315 Outram Road #07-06 Tan Boon Liat Building Singapore 169074

网址 URL : <http://www.reformedsg.org/>

电邮 email: admin@reformedsg.org

Pastor-in-charge: Rev. Dr. Lou Jiann-Hua

主理牧师 : 楼建华牧师 (9674 5544)

Administrator : Sister Eva Yee Yik Shing

行政同工 : 余育馨姐妹 (9640 5431)

聚会表

成人主日学 Adult Sunday School

华语 Mandarin 每周日 Sundays 0930 – 1030

儿童主日学 Children's Sunday School

华语 Mandarin 每周日 Sundays 0930 – 1030

主日崇拜 Sunday Worship Service

华语 Mandarin 每周日 Sundays 1100 – 1230

幼儿主日学 Toddler's Sunday School

华语 Mandarin 每周日 Sundays 1100 – 1230

圣诗班练习 Choir Practice

华语 Mandarin 每周日 Sundays 1330 – 1500

祷告会 Prayer Meeting

华语 Mandarin 每周四 Thursdays 1930 – 2100

查经班 Bible Study

华语 Mandarin 每周六 Saturdays 1330 – 1500

读书团契 Reading Fellowship

华语 Mandarin Alternate Saturdays 隔周六 1500 – 1630

派发单张 Flyers Distribution, 探访 Visitation

时间 Time : (另行安排 To be arranged) (请留意报告或通知)