**高山营 第50课** [**更深经历耶稣基督**](https://www.freefuyin.com/c/1) **2/12/2023**

**内在生活的流程
1. 认罪悔改, 2. 开口感谢, 3. 唱诗敬拜, 4. 祷读（背经）, 5.聊天, 6. 交托, 7. 代祷, 8. 为自己祷告**

**第一章 由浅入深(**[**更深经历耶稣基督**](https://www.freefuyin.com/c/1)**,盖恩夫人)**

**当你拿起这本书时，可能会觉得你不是那种能够更深经历耶稣基督的人。大多数的基督徒不晓得，他们是被主呼召与祂有更深的内在关系，就是进入基督的深处，正如我们被主呼召得着救恩一样。
当我提到『与耶稣基督有更深的内在关系』时，我的意思是什么呢？实际上非常简单：只要把你的心归向主，降服于祂，并表达你内心对祂的爱慕，你就能更深经历祂了。
记得保罗鼓励我们要『不住的祷告』（帖前5：17），主也要我们『儆醒祷告』（可13：33，37）。很明显的，这二节和其他的经文都教导我们要活在不住祷告的经历中，正如我们活在神的爱中一样。
主曾经说过：『我劝你们向我买火炼的金子，叫你富足。』（启3：18）亲爱的读者，你可以比你所想象的更容易得到这金子。本书的目的就是要带你探寻并进入这样的富足。

我在此邀请你：倘若你是口渴的，请来到这活水的泉源，不要浪费你宝贵的时间，去凿出破裂不能存水的池子。（约7：37；耶2：13）
凡是饥饿得不着满足的，请来，你必得饱足。
凡是贫乏的，请来。
凡是困苦的，请来。
凡有痛苦和重担压心头的，请来，你必得安慰。
凡有疾病需要医治的，请来。不要因病而踌躇，只管来到主跟前，让祂来看看你的疾病，你将会得医治。来吧！
亲爱神的孩子们，你的天父正向你张开慈爱的双手，在祂怀抱中吧！你们这些离群的羊，归回牧人这边来吧！这些罪人，来就近救主吧！
我特别要对那些单纯，以及那些未受教育，甚至目不识丁的人说一些话：不要认为你最不懂这住在基督里的经历，以及这单纯的祷告；也不要以为你离开与主有更深的经历甚远。实际上，主却特别拣选了你！你就是最适合认识祂的。因耶稣是呼召我们所有的人，所以不要以为你是被撇弃的。但我想有一群人是不包括在内，就是无心的人。所以在你未来之前，必须做一件事，就是先将你的心归向祂！
如果你不懂得如何将心归给主，本书将会使你领悟到将心归给主是怎么一回事，以及如何将这份礼物献给祂。
请问，你渴慕更深的认识主么？神已使这样的经历，这样与祂同行成为可能了。藉着祂所赐给我们的恩典，藉着祂的圣灵，这一切都成为可能了。当如何就近主，更深的认识祂呢？那秘诀就是祷告。但我所指的乃是一种特别的祷告。这种祷告很简单，却能带领我们进入完全与良善。而这二者只有在神里面才能寻到。这种祷告会使你从诸般罪恶中得释放，也是一种能赐你一切属神美德的祷告。
你知道么？唯一能使我们达到完全的地步，就是行在神面前。而唯一能使我们住在祂里面，与祂不间断相交的，就是藉着一种很特别的祷告。这种祷告能把你引进并停留在神面前，是一种可以在任何情况，任何地方，任何时间都能操练并经历的祷告。
真有这样的祷告么？真可以这样的经历基督么？
对，确实有这样的祷告！这种祷告决不会打扰你外面的活动或日常的生活。无论是君王，圣职人员，士兵，劳工，孩子，妇女，（贫富贵贱），甚至病人，每个人都可以来经历操练的。
让我再补充一下，这种祷告绝非从理性而来，而是源自心底，并非凭悟性或思想。从思想来的不足够，为什么？因你的思想是非常受限制的。思想一次只能专注一件事，但从心底里发出的祷告不会被思维打断！我甚至可以说没有一件事能打断这种单纯的祷告。
然而，有一样能拦阻这样祷告的，就是私欲。虽然如此，你仍有希望。因你一旦享受过主的同在并尝过祂爱的甘甜，就会发觉你的私欲对你再无吸引力；而且除祂以外，别无喜乐可言。
有人可能会觉得学习得很慢，不太能领会其中的要诀，甚至很不属灵。亲爱的读者，在宇宙中没有哪一件事比享受耶稣基督更容易！主对你比你对自己更实在！祂渴望将自己赐给你，比你要得着祂更甚！
那么怎样开始呢？你只需要做一件事：就是学习如何去寻求祂。当你找到寻求祂的途径，你就会发现亲近神，甚至比呼吸更自然更容易。
藉着这“单纯的祷告”，从心灵深处经历基督，你就可以倚靠神而活，比你现在靠呼吸生存更容易，更不被打扰。如果这是实在的，那么我问你一句话：“你不去祷告，岂不是得罪神？”是的，这是个罪。但当你学会怎样寻求耶稣基督，牢牢抓住祂时，就会发现这个方法实在太容易，你再也不会忽略与主亲近了。
所以让我们一起来学习这个简易祈祷法吧。**

**第二章 向前迈进**

 **对于那些要寻求认识耶稣基督的信徒，无论初信或信主多年的，首先让我介绍你亲近主的两个方法：
1）读祷经文
2）注视主或等候在主面前
读祷经文——这是一种独特的读祷方法，包括读经与祷告。你可以这样开始：翻开圣经，选择一段浅显实用的经文，然后来到主面前，安静且谦卑的亲近祂，在祂跟前读一小段你所选的经文，很仔细的读，全心领受，且慢慢反复的读，一面品尝，一面消化。
按照以往的习惯，你也许很快的读完一大段经文，也许你在寻找这段经文的重点。但以『读祷经文』来亲近主时，你不要很快读过去，要一节一节慢慢读，不要一段接一段读下去，除非你已经明白这一小段的精义是什么。然后按着所读的那段经文，把那些感动你的话化成祷告，直到你领会了那段经文的精义，完全吸尽其中的精髓为止，然后才很缓慢平静的读另一小段。你会希奇的发现，当你亲近主的时间结束时，你所读的经文很少，甚至可能不超过半页。
『读祷经文』不在乎你读了多少，乃在乎你怎样读。如果你很快读过去，必定获益甚微．就像一只蜜蜂仅仅飞过花朵的表面，是无法吸取到里面的花蜜。只有当你使用这新的方法，以祷告来成为读经的方式，你才能如同钻入花蕊深处的蜜蜂，采取内里深藏的花蜜。
当然有一种读经法是专为学者研究用的，但非此处所指，对于属灵的事，使用这种研究方式对你并无帮助！若你想要从圣经中获得任何蕴藏的益处，你必须照着我所描述的方式去做，要潜入你所读的神话语的深处，直到神的启示如同馨香之气向你散发开来为止。我确信你若能照此而行，渐渐就会经历到一种丰富的祷告，如生命活水从你灵的深处涌流出来。
注视主或等候在主面前——这是我先前提过的第二种亲近主的方法，虽然也是使用经文，但实际上不是在读经。
在这种追求与基督相遇的途径中，虽然也是使用经文，但其目的却全异于『读祷经文』。为了亲近主，你应另外安排时间，只是专一等候祂。
当你『读祷经文』时，你是在神的话语中寻求主。这时你所注意的，就是经文的内容。你的目的是要从神的话语里，获取一切亮光以认识主。

但当你『注视主』或『等候在主面前』时，你是用完全不同的方式来到主面前。也许现在我需要与你分享在等候主时最大的难处，乃是与你心思有关的。人的心思最容易游荡离开主，所以当你坐在主面前注视祂时，要用经文来安静你的心思。
这方法其实很简单。起初先读一段经文，当你感觉到主的同在时，你所读的内容就不再是那么重要，因为经文已达到其目的了。它已经使你的心思安静下来，并已把你带到祂面前。
为要使你更清楚明白，让我描述怎样能很单纯的藉着注视主或等候主来到祂面前。首先你要拨出时间来亲近主，安静地来就近祂，把你的心转向神自己。怎么做呢？很简单，只要藉着信心来转向祂，相信你已经来到祂面前。然后就在主面前开始读一段经文。在读经时，轻轻地稍微停下来，目的是要使你的心思回到灵里，并且全神贯注定睛于内住的基督。
（要切记，你这样作不是要寻求明白你所读的，而是要将心思从外面的事物转到你内心的深处。你不是在学习或阅读，而是在那里经历主的同在！）
当你来到主面前时，要持守你的心一直与祂同在。怎么做呢？这也完全是凭着信心。是的，你能够藉着信将你的心持守在祂面前，一面等候祂，一面全神贯注在灵里。不要容许你的心思随意游荡，倘若你的心思开始游荡，只须再次把你的注意力转回内心的深处。这样你就会从游荡中得释放，不受外界任何干扰，而被带到神面前。
（你只能在你灵里遇见主，在你全人的隐密处；这是至圣所，也是祂的居所。主曾经应许与你同住（约14：23）。祂应许与那敬拜祂，遵行祂旨意的人相遇；主必会在你灵里与你相遇。圣•奥古斯丁曾经说过，在他初信主时，他曾枉费了许多年日在外面寻找那在他里面的主。）
当你的心往里面转向主，你就会意识到祂的同在。因你外面的感官已经沉静下来，所以能更敏锐的觉察到祂的同在。你的注意力不再受外面的事物或表层的思想所牵制。相反的，你的心思会完全被你所读的经文，和祂安静且甜蜜的同在所占有并触摸着。这不是说你要思考你所读的，乃是要让你所读的来喂养你。因着对主的爱，你可以运用意志力来保持你的心思安静在祂面前。
到了这阶段，你要让你的心思全然平静安息。
我当怎样描述下一步呢？在这与主同在平静安息的状态中，只要咀嚼咽下你所尝到的。起初好像有点困难，其实很简单，就好像你品尝美味的食物。除非你愿意把这食物咽下，否则不会得着任何的喂养。属灵的生命也是如此，在主同在的平静宁谧中，只要单纯的去吸取属灵生命的喂养。
如果有干扰该怎么办呢？
比方说，你的心思开始游荡。你本来被主的灵深深触摸着，但现在却分了心，这时你需要不断地把游荡的心思转向主。这是最容易战胜外来打扰的方法。
当你的心思游荡时，不要试着去转移你所思想的。如果你去注意这些思想，只会激起更多的意念。反之，你要放下这些思想，内心继续回转到主面前，此时，你不必去直接面对争战，却仍能战胜那游荡的心思。(用方言，或哈利路亚)
在结束本章之前，让我再提出一、二个重点：
论到神的启示，过去你读经的习惯可能是从一个主题跳到另一主题。但要明白并尽情享受神的启示里面所隐藏的奥秘，最好的方法乃是让神的启示深深铭刻在你心中。怎样进行呢？只要你在其中一直感到主的同在，就继续不断揣摸神话语中的启示。不要让你的心思很快的跳过去，而要停留在神所给你的启示中。只要你感到主的同在，就一直停留在其中。
这是一个新的尝试，你起初一定会发现自己的心思是如此的难以控制。为什么呢？因多年来我们的心思都习惯于随着己意驰骋游荡，而在此所论述的，可以帮助约束我们的心思。
事实上，当你的心思越习惯于转回到里面，这过程就越容易。
有两个原因使你的心思更易回转归向主：第一，是因心思经过多次的操练会养成一个新的习惯，就是常回转到灵的深处；第二，是因你有一位乐于施恩的主。
主最大的心愿是要向你启示祂自己。为此，祂赐你丰盛恩典，并使你经历和享受祂的同在。祂触摸你，而祂的触摸是如此甜美，使你前所未有地被吸引，进到心灵深处与祂相交。**

**内在生活的流程：
1. 认罪悔改, 2. 开口感谢, 3. 唱诗敬拜, 4. 祷读（背经）, 5.聊天, 6. 交托, 7. 代祷, 8. 为自己祷告**

**1. 认罪悔改: 包括任意妄為的罪,** **嘴唇不诘的罪，隱而未現的罪，所有得罪神，得罪人的地方。**

**2. 开口感谢: 所有想到的事情**

**3. 唱诗敬拜：10 -20 首诗歌**

**4. 祷读（背经）： 10-30 节圣经**

**5. 聊天：可以是任何事情**

**6. 交托：全部的重担**

**7. 代祷：所有的，有负担的人 （**用 照 片）

**8. 为自己祷告：所有的需要**

**從明天开始操練，至少30 分鈡，每天定時定點**

**下堂課分享心得**