

门徒生活操练



2025年2月





©2025 Newton Life Church
For internal use only
T: 6252 4206
E: admin@newtonlifechurch.sg
W: newtonlifechurch.sg

目录

01 本月诗歌
祢的恩典

02 第1周
思念主的恩爱

06 第2周
向神献上感恩

10 第3周
得胜有余

14 第4周
为神真实的恩典感恩

本月诗歌

祢的恩典

https://www.youtube.com/watch?v=39RCOOh_6BY



第1周

思念主的恩爱

经文

腓立比书4章10-19节

- 10 我靠主大大地喜乐，因为你们思念我的心如今又发生；你们向来就思念我，只是没得机会。
- 11 我并不是因缺乏说这话；我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。
- 12 我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或**饱足**，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。
- 13 我靠着那加给我力量的，凡事都能做。
- 14 然而，你们和我同受患难原是美事。
- 15 腓立比人哪，你们也知道我初传福音离了马其顿的时候，论到授受的事，除了你们以外，并没有别的教会供给我。
- 16 就是我在帖撒罗尼迦，你们也一次两次地打发人供给我的需用。
- 17 我并不求什么馈送，所求的就是你们的果子渐渐增多，归在你们的帐上。
- 18 但我样样都有，并且有余。我**已经充足**，因我从以巴弗提受了你们的馈送，当作极美的香气，为 神所收纳、所喜悦的祭物。
- 19 我的 神必照他荣耀的丰富，在基督耶稣里，使你们一切所需用的**都充足**。

经文观察

1. 思念主的恩典不缺10-11

我们知道腓立比书是保罗在监狱写的，人虽在监狱心却是喜乐无比。为什么保罗可以大大喜乐？因为腓立比教会思念保罗，保罗不会孤单，有教会在思念他。另一方面保罗说：**我是靠主大大喜乐**。耶稣是活水的源头也是喜乐的源头。为主的名被下到监狱受苦，为主背起福音十架，可以如此为主名受苦是件美事，但愿主帮助我们可以操练靠主喜乐，不是靠物质、或靠好环境喜乐，要学习靠主喜乐。保罗的事奉有很多经历，11节：**我并不是因缺乏说这话、我无论在甚么景况、都可以知足、这是我已经学会了**。这节经文看见保罗的事奉真实经历，在信仰生活使命上多次、多年的操练，经历很多，每一次面对困难，人事问题，逼迫临到，物质的缺乏，都是一次新的学习，真实体验上帝的恩典不缺。

2. 思念主赐力胜环境12-14

保罗的宣教人生，所遇到的每一件事都是真实，一个事奉者面对生活最基本的需要：衣食住行。有时缺乏、有时富足，他都经历过。**12 我知道怎样处卑贱、也知道怎样处丰富、或饱足、或饥饿、或有余、或缺乏、随事随在、我都得了秘诀**。这真是了不起的事奉经历，所谓逆来顺受。宣教事奉难道人人都要面对如此的艰难吗？不。保罗当年蒙上帝呼召时，主耶稣早已经告诉他了要为主受苦。**我也要指示他，为我的名必须受许多的苦难。(徒9：16)**这些话都应验在保罗的身上。感谢上帝，保罗没有因为受苦离开宣教，反而他得胜，他怎样得胜？



13 我靠着那加给我力量的、凡事都能作。

14 然而你们和我同受患难、原是美事。腓立比的教会与保罗一同受苦，经历受苦生命灵修都会成长，基督信仰过去这两千年是在受苦中成长，基督徒的人生是走窄路，进窄门。耶稣说：个人要背起自己的十字架来跟随主。

3. 思念主爱丰富充足15-19

15节提到腓立比教会，在保罗的宣教事奉给保罗很多的援助，这是好事。但在保罗的心里盼望腓立比什么呢？他盼望腓立比教会可以为主多结果子，17节：**…所求的就是你们的果子渐渐增多…**。纽顿家人，我们今天有没有为主结果子？今年教会立会70周年，我们加入教会多少年？在这些年有为主结出果子吗？可能会问结什么果子？圣经中有很多不同的果子：圣灵的果子、福音的果子、悔改的果子、嘴唇的果子、赞美的果子等等。上帝赐给我们很多的恩典，**耶和華是我们的牧者，我不至缺乏**，是的我们一点都不缺乏。腓立比书这几节的经文提到一个字：就是知足、饱足、已经充足、都充足。感谢主，但愿主帮助我们，学习多多感恩，多多祝福人，多多结果子。

经文反思

- 1. 请我们再一次颂读这段经文，然后安静默想保罗学会了什么？我们反省属灵生命在信仰生活上有什么需要操练？**
- 2. 基督徒的生活就是一个活的见证人，未信的人在还没听到福音之前是先看见我们的行为，我们每天的生活有结果子吗？**



灵修日志和祷告

第2周

向神献上感恩

经文

历代志上 29章14-17节

- 14 「我算什么，我的民算什么，竟能如此乐意奉献？因为万物都从你而来，我们把从你而得的献给你。
- 15 我们在你面前是客旅，是寄居的，与我们列祖一样。我们在世的日子如影儿，不能长存。
- 16 耶和華—我们的 神啊，我们预备这许多材料，要为你的圣名建造殿宇，都是从你而来，都是属你的。
- 17 我的 神啊，我知道你察验人心，喜悦正直；我以正直的心乐意献上这一切物。现在我喜欢见你的民在这里都乐意奉献与你。

经文观察

在大卫生命即将结束时，大卫诚恳地称颂耶和华，同时也邀请百姓齐来赞美神，向神献上感恩的祷告。他的祷告一开始就先强调上帝作王掌权，一切所有的能力，统治和丰富都出于上帝。

大卫的这篇祷告浓缩了重要的神学内涵：他称颂以色列的神，高举神的伟大、权能、荣耀、得胜与威严，万有都属神！神掌管着万有！神的名字至高且荣耀！大卫和以色列百姓算得了什么？神竟接受他们的奉献。要知道世上的万有都源于神，所以，当我们向神奉献之时，我们不过是将神所丰丰富富赐予我们的，归还祂罢了。

与永生的神相比，大卫承认，他虽贵为君王，但也和其他任何人无异，不过是在世寄居的客旅。神是永恒不变的，而人的生命却短暂易逝。没有人能阻止死亡的来临（此处大卫的表述很像诗篇九十篇中的摩西）。因为万有都是源于神，而我们的生命又是如此短暂，所以人最智慧的行为无疑是将神所赐予我们的，交还予神，从而使我们的生命能有份于永恒。

大卫向神保证这一切奉献都是他与以色列民甘心乐意献上的，他们是存着欢喜诚实的心如此行的。大卫祷告以色列民能够常常心存感恩，乐于奉献，满怀喜乐，向神忠心。换句话说，大卫盼望以色列民能单单敬拜耶和华，而不是为了满足私欲而出卖信仰。



亲爱的纽顿家人，我们的神是慷慨与信实的供应者。每一件美好的事，包括物质上的成功和人性的仁慈作为，都是神的礼物。让我们铭记主恩典，回想上帝为我们所做的一切，以及祂厚赐给我们的一切，并以实际行动奉献和服事祂，以表达我们的敬拜、感谢，以及对祂的爱。

经文反思

1. 承认万物都属于上帝，怎样改变你对奉献的观点？
2. 在教会服侍神，我可以如何贡献自己的力量？



灵修日志和祷告

第3周

得胜有余

经文

罗马书 8章37-39节

37 然而，靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了。

38 因为我深信无论是死、是生，是天使、是掌权的，是有能的，是现在的事、是将来的事，

39 是高处的、是低处的，是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝；这爱是在我们的主基督耶稣里的。

经文观察

使徒保罗指出，我们这些上帝儿女在今生所经历的苦难，与我们将来的荣耀颇有关联。耶稣为我们舍命之后，仍在我们与罪恶的持续争战中扶持我们，使你我变得更像祂（罗马书8章31-32节）。虽然我们都会经历苦难和迫害，但上帝坚定不移的爱能帮助我们忍耐到底（33-34节）。

神没有应许我们不会遭遇苦难，因为我们需要经历苦难，灵命才能成熟（罗五3-5）。在罗马书八章28节“万事都互相效力”，是指神允许苦难临到，好让我们借着这些事变得更完全，使荣耀归于神。生活的苦难会帮助我们，而非伤害我们。我们忍受试炼是为神的缘故（罗八36），既然如此，神怎会离弃我们？当然不会。正好相反，我们经历生活的苦难，就会与神更加亲近。

而且，神赐给我们能力胜过苦难（罗八37）。因耶稣基督让我们一再得胜！无论是生，是死；是现在的事，是将来的事，我们都不用惧怕，因为耶稣基督爱我们，赐给我们得胜。这不是一个有条件的应许：“你若如此行，神必使你得胜。”不，基督徒在基督里的稳固地位是一个既成事实，我们只要在基督里就可以宣告这个事实。什么也不能使你与基督的爱隔绝！相信这个事实，并因此而欢喜吧！

我们脱离审判，因为基督为我们死了，我们拥有了基督的义。我们脱离失败，因为基督的灵活在我们里面，我们有份于他的生命。我们脱离沮丧，因为基督还要再来，我们必有份于他的荣耀。我们



脱离恐惧，因为基督为我们代求，没有任何事物能使我们与祂的爱隔绝。

亲爱的纽顿家人，神若帮助我们，谁能敌挡我们呢？我们必能靠主得胜，并且得胜有余！

经文反思

1. 你是否曾因眼前的苦难，被压太重，力不能胜，而想要放弃？
2. 你曾在何时，因深信上帝的爱而坚持到底？



灵修日志和祷告

第4周

为神真实的恩典感恩

经文

提摩太后书1章12-17节

- 12 我感谢那给我力量的我们主基督耶稣，因他以我有忠心，派我服事他。
- 13 我从前是亵渎神的，逼迫人的，侮慢人的，然而我还蒙了怜悯，因我是不信、不明白的时候而做的。
- 14 并且我主的恩是格外丰盛，使我在基督耶稣里有信心和爱心。
- 15 “基督耶稣降世，为要拯救罪人。”这话是可信的，是十分可佩服的。在罪人中我是个罪魁。
- 16 然而我蒙了怜悯，是因耶稣基督要在我这罪魁身上显明他一切的忍耐，给后来信他得永生的人作榜样。
- 17 但愿尊贵、荣耀归与那不能朽坏、不能看见、永世的君王、独一的神，直到永永远远。阿们！

经文观察

「恩典」的定义，就是神原谅的爱使人免于审判，并且应许给有罪的及被定罪的人得到自由，又有今生和来生的祝福。这完全不是人所配得的，也不是人能作到的。保罗归感谢于主基督耶稣，因为神是恩典的来源。

神的恩典活生生的在保罗的心里，他在大马色路上戏剧性地遇到了复活的主。以前保罗是褻渎神的，逼迫人的，侮慢人的。褻渎神是因他违反十诫的前五诫，破坏了和神的关系；逼迫人、侮慢人是因他违反了十诫的后五诫，和人的关系是错误的。他逼迫教会，不但赞成司提反的死刑，还逼迫信徒说褻渎的话（徒26：11）。难怪亚拿尼亚和其他门徒见到归主后的保罗，都迟疑不敢接纳他（徒9：13、26）。

然而，像保罗这样残暴的人，神还是拯救他。保罗蒙了怜悯，怜悯使人从罪恶悲惨的情况下被拯救出来。保罗不是一个硬心肠的背道者，当神的亮光照射他的时候，他就立刻接受。他与其他法利赛人不同，那些人明明知道基督的教导和大能，仍然决意拒绝祂。希伯来书的作者描写，那些人虽已听见神的真理，却故意及决意地拒绝神，他们是不能够得到救恩的（来6：4～6，10：26～27），他们既不肯悔改，当然没有得救赎的希望。保罗是罪人中之罪魁，但他得到了赦免，因为他没有违背天上的异象（徒26：19），面对真理，他就立刻悔改接受。神的恩典有能力，足够拯救那最坏的罪人，只要他们愿意悔改。



亲爱的纽顿家人，你是否愿意接受这份从神而来的丰盛恩典？只要谦卑来到主基督耶稣面前悔改，神的恩典必临到你身上。因为在基督耶稣里有丰盛恩典，不仅带给人拯救，还一同给予你信心和爱心。

经文反思

1. 怎么做才能摆脱自身的软弱和败坏？
2. 你如何看见上帝在你生命中的工作？



灵修日志和祷告