

4 你怎样才能行在圣灵之中

可传递的信息

目录

1. 奇历的体验
2. 你确被圣灵充满
3. 为属灵的争战作好准备
4. 了解作为神的孩子所拥有的源泉
5. 因信而活

自学指南

分组讨论问题

奇历的体验

在训练营营会的尾声中，有一个医生找到了我，喜乐与激动之情灌注了他的全身心。

“自从我学习了如何被圣灵充满以及怎样行在他的能力之中后，整个基督徒的生活对我来说，变成了一个奇妙的经历。”他说“现在我要让每一个人都能体验到这种与基督同在的奇妙经历。”



你想知道这个医生以及许多其他的基督徒的这种经历吗？你也会同样能够体验到这种在基督里的充实的，丰盛的，有目的的以及富有果实的生活！

如果你的灵性生活是失败的——也就是说没有力量，不结果实，你对有否真实的基督徒的生活感到疑惑，请不要失望！能有什么比基督给你的应许还大的东西呢？他应许给基督徒可以每日行在圣灵，也即耶稣基督之灵的能力之中，可以充分体验那种丰富多采的，有目的的奇妙生活。

这里有他的应许：

我实实在在的告诉你们，我所作的事，信我的人也要作；并且要作比这更大的事；因为我往父那里去。

你们奉我的名，无论求什么，我必成就，叫父因儿子得荣耀。

你们若奉我的名求什么，我必成就。（约翰福音 14:12-14）

当你凭信心理解和体验属灵的基本真理时，它就会带给你变革性的属灵的利益。这些已被证明的原则，有助于你稳定持久地与神同行，使你为救主的见证更加有效。

基督徒的生活，恰当地来说，既不复杂也不困难。事实上是非常简单的，不过践行而已。

但你若试图靠自己活出基督徒的生活来，却又那样困难，以致于无人能够达到。这种矛盾论的发生，乃是因为基督徒的生活是一种超然的生活。

以下我想和你分享一下四条极其重要的真理。这些对于理解基督徒生活的奇妙经历，无疑是具有十分重要的意义的。此外，我还要告诉你怎样去体验一种通过圣灵之力，与耶稣密切同行的，富有果实的日常生活。

你确被圣灵充满

圣经里最重要的真理之一，乃是我所称的有关“属灵的呼吸”这一信息。对这一真理的理解运用，大大地丰富了我的生活。我曾通过我们的作品以及各种培训、研究与数百万人分享过这一思想，其结果可谓是变革性的。

当你凭信行于圣灵之中，实行属灵的呼吸，你就不会再有灵性的失败。因为属灵的呼吸就象生理上的呼吸一样，是一个排出废气，吸进新鲜空气的过程。这种实践在信心的带领下，使你能够体验神的慈爱与赦免，并把与圣灵同行作为自己的生命之路。

从你接受基督作你生命的救主那一刻起，你就经历了属灵的新生。你成为神的一个孩子，你被圣灵所充满。神赦免了你的一切罪——过去的，现在的，以及将来的。神使你公义、圣洁，以便他能够接受你。因为基督牺牲在十字架上是为你而行的。神已经给了你过圣洁生活以及有效地为主作见证的能力。



SELF-DIRECTED LIFE
S - Self is on the throne
† - Christ Dethroned and not allowed to direct life
• - Interests are directed by self, often resulting in discord and frustration

但是，一般的基督徒并不明白属灵的呼吸实际上是信心的锻炼。结果处在情感的颠簸之中，一生动荡不定，以自我为中心。这种属世的基督徒的生活是贫瘠与烦恼的。

如果你的经验也是如此，属灵的呼吸能够使你摆脱这种情感的摇摆，进入到主耶稣所应许给你的基督徒的生活。他说：“我来了，是要叫人得生命，并且得的更丰盛。”（约翰福音 10:10）

属灵的呼吸作为是信心的锻炼，它能够使你继续体验神的慈爱与赦免，体验作为生命之路的圣灵的力量与指导。

如果你犯了故意违背神的罪行，属灵的呼吸告诉你，通过认罪进行“呼出”运动。神在约翰一书 1:9 应许我们：“我们若认自己的罪，神是信实的，是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们的一切不义。”在希腊文中，新约原版里的“认罪”意思是“同意”或“与…

一致”。这样的说法，至少涉及了三个方面。

第一，你承认自己的罪，尤其是在神的名义前承认是错的，是使他忧伤的。

第二，你承认通过基督在十字架为你的罪而死，神早已赦免了你。

第三，悔过，这意味着你应端正自己对罪的态度。圣灵之力将会使你改变自己的姿态和言行。你就不会再听从那属罪的旧本性，而是去做神让你去做的。



现在，通过信心吸取圣灵的完美，这叫作属灵的“吸入”。相信他能够指导你，给你力量，使你被“圣灵充满”。这意味着你要被圣灵持续不断地指导与授力。

根据神的应许，他听取并准予你按他的旨意而行的祷告。（约翰福音 5:14, 15）我鼓励你继续凭信心得取他的爱与赦免，与他时时保持密切的联系。

通过属灵的呼吸，你可以摆脱自己灵性生活的动荡不定，停止作为一个属世的或属肉体的基督徒，从而成为一个被圣灵充满的信徒。如果你进行属灵的呼吸——通过认罪进行呼出；通过信心吸取圣灵的完美，也即吸入，你就是一个被圣灵充满的基督徒了。

当你滋生不信的态度，从心里反对相信约翰一书 1:9，哥林多前书 10:13 的应许时，你就会再次堕入属世的基督徒：

你们所遇见的试探，无非是人所能受的；神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。

只要你从心里忠实地进行属灵的呼吸，你就不会因为犯一次或数次、百次罪而被定为属肉体的人。但若拒绝属灵的呼吸，滋长出一种不信的态度，你就是一个属世的人了。

你现在就可以知道自己是否被圣灵充满。通过属灵的呼吸，你会经历一种充实的生活。你要经常保持与神交流，不要让罪过积累起来。

如果你试图依靠自己的努力，过出基督徒的生活，它就会变得复杂，多难，甚至是不可能实现的。但是当你请主耶稣指导你的生活；当你通过信心认识到与基督同被定在十字架以及复活的生命之路；当你行走在神的光明之中，行在圣灵的全能大力之下，主耶稣的丰盛生命，复活的力量就会在你里面流露出来。

我这样说，并不意味着行在圣灵之中的基督徒是没有困难的。生活中诸如疾病，丧失以及物质上的需求对所有的人都是一样的。但是，有许多的不幸是由于自身属世的，自私的行为造成的。属灵的人之所以能够免去大多数自为的困难，是因为面对问题，沉着冷静，满怀信心。他知道他可以从神那里得到对付逆境的办法。

这不仅仅就是一个肯定性的思维方式，我们之所以能够卸担于主耶稣，是因为他关怀我们。

（彼得一书 5:7）属灵的人从经验中知道神是信实的，主是问题的解决者。当他为我们承担一切时，这世间的所有艰难困苦，对我们来说，就变得不再是重不可忍了。

这就是使徒保罗从心里每时每刻所体验到的：

我已经与基督同钉十字架；现在活着的，不再是我，乃是基督在我里面活着；并且我如今在肉身活着，是因信神的儿子而活，他是爱我，为我舍己。（加拉太书 2:20）

有一个宝座，一个控制中心，在这里交叉着每个生命的智力、意志以及情感。占领这个宝座的不是自我，便是基督。请容我对此加以论述。

我愿尽可能地做长远的打算，特别是有关某些重要的事情。但是，偶尔我会因为忙于我们这个国际性的事工活动的细节，疏漏了某一关键项目。

两周前，在一个重要的会议上，我突然间意识到对一组印刷资料的需要，这材料对与会者来说是极其有利的。

我将这一急需告知了有关部门的负责人。他对我说：“先生，我们的任务已经排满了，在两周之内是根本无法完成的。”

我变得有些不耐烦了，难道我的同事看不到我们正在为赢得人的灵魂而争战吗？这意味着我们必须抓住每一机会，不能将我们的努力只限在八点到五点的工作日里。我很清楚地表明了自己的看法。

“但是，如果我们早得到一点通知……”，他表示异议。“这么大的任务，这么点儿的时间，是不可能做完的。写作，设计，打印，美工还有印刷等一系列的事呢！”

很明显，他不愿意和我分担这一任务。我开始强调自己的观点，“这可是一个重要的国际会议，”我提高了嗓门，“我们没有时间作‘通常的业务’。即便需要昼夜工作，你也要找时间完成这一任。”

我可以看出我的同事有些发愁。但是我想着，我们需要那些资料，不管怎么样，我们就是需要。

谈话后的一段时间里，我有几次都感到圣灵在告诫我。是的，即使是在为主工作这样的美好动机下，我们仍会跌跤的。在神的名义里，我得罪了一个亲爱的弟兄。我没有给他和他的工作人员以疑虑的机会，没有考虑到他们每日所面对的繁重任务，没有请他和我共同想一想完成任务的可能性，反而命令他无论如何要完成这个新任务。与此同时，却很少对他的部门的忘我的工作精神表示感谢。我在这件事上的反应与其说爱与理解和合作，莫如说是不耐心的。

事到如今，我必须选择自己的下一步做法。

一方面，我可以将此事置于脑后。不管怎么说，作为一个大组织的头，难道在必要的情况下没有权力严厉一些吗？难道最后（对全局有重要意义的国际大会）不会对这些方法（不惜一切完成任务）作个公正的评价吗？难道我同事的犹豫态度没有促成这一贵令的行使吗？

从人的标准来看，我可以给自己找到置之不理的正当理由。但在心灵深处，由于圣灵不时地指出我的罪过，使我深感不安妥。如我保持不认罪的状态，尽管我为他的名而作工，也不会得到神的祝福。此外，我的几个同事也会由于我的无情态度而感痛心。

在另一方面，我可以以圣经作为行动指南，处理好这件事。在我力图为自己的行为找理由时，所表现的良心不安，实际上是圣灵在盘问我。我把自己所行的看作是强硬的领导方法，但在圣灵看来却是不耐心，不恰当地发怒之罪。

我知道，要想使神喜悦，就只有一个选择，即按照圣经的方法去做。于是我向神认了罪，得到了他的谅解。

然后是最难的部分。

我开车到我的同事以及他的工作人员的办公地点，请求他们的原谅。我们流泪，笑了，祈祷着，从心里感到神的爱在我们中间流动着。然后，我们就双方的共同需要找到了一条路——

—作为一个小组的成员，重新安排轻重缓急，按时完成任务！

让基督永居宝座，这就是基督徒的所有生活。当你明了如何行在圣灵的能力与指导之中，你就会照此去做。因为圣灵来的目的是为了彰显基督，使信徒能够过出一个圣洁的生活，为我们亲爱的救主作有效的见证。

如前所述，确定你被圣灵充满需牢记两个重要的词：命令和应许。命令一词在以弗所书 5:18 中：

……要被圣灵充满。

应许一词在约翰一书 5:14, 15:

我们若照他的旨意求什么，……就知道我们所求于他的无不得着。

在神的命令的权威下，要知道你是根据神的旨意祷告的，要求他来充满你，指导你，给你力量。因此，你可根据他的命令和应许而被充满，并得到能力。他会供给你要被充满的强烈愿望，并且相信他会充满你。

记住，如果你是一个信徒的话，圣灵就已经住在你的心里了。你不需要再次邀他进来。从你成为基督徒的那一刻起，你的身体便是神的殿。因此，你只需说，“我把自己的生命交给你。凭信心，我接受了你的充满与能力。”

继续不断地进行属灵的呼吸，无论何时，只要圣灵向你默示罪过，你就要认罪，作属灵的呼出。然后继续凭信心行走在圣灵的充满与指导之中，这就是属灵的吸入。有些基督徒对此的实行要比其他的基督徒更快一些，更经常一些。

不要依赖于情感。情感基于情形易变无常，因此在评价你和神的关系中是不可靠的。圣经的应许是不变的，神的话是你的权威，而不是你自己的情感。基督徒凭信心而活，相信神和他的话的信实。以下的火车图表对于描述事实、信心、情感间的关系是个很好的示例：



让我们将火车头部分称作“事实”——在神的话里发现他的应许这一事实。火车的燃料厢部分，我们称它为“信心”——你相信神和他的话。车厢部分，我们叫它为“情感”。燃料进入引擎，火车便能开动。若用车厢拉车头，不但徒劳，而且是可笑的。同理，作为一个

基督徒，不应该依靠情感去过圣灵充满的生活。而是把你的信心放在神的信实以及他的应许上。

情感好似车厢——虽说是重要的，却是用来跟随信从的生活。耶稣应许所有服从他的人说：

“有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。”（约翰福音 14:21）当你信从神的时候，你的情感与神的关系就会是健康的。因此，绝不要依赖感情或寻求情感经验。因为它会拒绝信心，而任何拒绝信心的行为都是罪。

总之，你可以知道，通过信被圣灵充满。相信神的命令和应许，你的生活就会有保障。

为属灵的争战作好准备

圣经说，有三种力在不时地向我们展开斗争，即属世的力，属肉体的力和邪恶的力。以下我们将对这三种力作一简要的分析。

1. 世俗

我从来没有见过任何一个爱世的人，被主重用。金钱与物质上的丰富并不是错误，但关键在于如何看轻这些东西。你应该把你的情感放在基督和他的国度上，而不是这属世的，物质性的东西。约翰一书 2:15-17 告诫我们：

不要爱世界，和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。因为凡世界上的事，就象肉体的情欲，眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。这世界，和其上的情欲，都要过去；惟独遵行神旨意的，是永远长存。

2. 肉体

神的话告诉了属灵的基督徒应该为争战作好准备。这种灵与肉的斗争将贯穿你的一生。在这个时世里，你绝不会免于诱惑的。加拉太书 5:17 说：

因为情欲和圣灵相争，圣灵和情欲相争；这两个是彼此相敌，使你们不能做所愿意做的。

所有的人，包括那些在基督里灵性成熟的人，都面对着诱惑，都具有犯罪的倾向。不同的是，在诱惑与罪之间，诱惑是去做一些违反神意之物的最初观念。这种始初观念，人人都有。

甚至我们的主也经历过诱惑。诱惑本身并不是罪，但当你沉沦于诱惑，并由此发展成贪欲，随之而来的多半是违背行为。

然而作为一种意志行为，当你让位于圣灵作你的生活指导，让他的能力面对这些诱惑时，这种冲突就会迎刃而解。加拉太书 5:16 说：

你们当顺着圣灵而行，就不放纵肉体的情欲了。

你如何这样做呢？在日常生活中，你只需认识到自己的弱点，无论什么诱惑，都求主去为你处理。当我遇到诱惑时，我常向神说，我隶属于他，我需要他的帮助。我求神用他的宝血洁净我的思想，用圣灵作指导，给我力量，不向那些诱惑妥协。

3. 邪恶

撒旦是仇敌，这是没有错的。我们需要作好准备和他作斗争。我们要对他的狡猾多变警觉起来，并对他力图打击和破坏我们存以戒心。彼得一书 5:8,9 说：

务要谨守，儆醒；因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人；你们要用坚固的信心抵挡他，因为知道你们在世上的众弟兄，也是经历这样的苦难。有一天，一位年轻的事工人员对我说：“我害怕撒旦。”

我说：“如果你坚持以自我为中心的生活，你会怕撒旦的。但是你如果愿意让基督指导你的生活，你就可以无所畏惧了。因为圣经说：“那在你们里面的，比那在世界上的更大。”（约翰一书 4:4）

“撒旦早在两千年前就被打败了”，我解释道，“当基督将先知的预言一一应验，为我们的罪死在十字架时起。尽管撒旦对人有着很大的影响力，但他的力只能是在神所允许的范围内。

这就是使徒们为什么在极大的迫害之下，仍能向全能，全力的神祈祷，‘成就你手和你意旨所预定必有的事’。”（使徒行传 4:28）

我的事工朋友碰巧住在一个拥有世界最大的动物园之一的城市。我问他：“你的城市怎样处理狮子呢？”

他答道：“我们把它们关在笼子里。”

我说：“这就和神对付撒旦一样。在动物园里，隔着笼子看狮子，它在那里不停地走动，但却伤不着你。即使你走近一些，只要小心，它就伤不到你。但是你如果进到笼中，狮子就会吞掉你。只要在笼外，你就无需害怕。

同样，只要你依赖基督，而不是你个人的力量，你就用不着担心。记住：除了神在他的智慧中允许撒旦有的以外，撒旦是无力的。”

使徒保罗告诫我们：“要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。因我们并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的，掌权的，管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战。”（以弗所书 6:11, 12）

尽管撒旦以及暗势力是危险的敌人，你需时时警惕，但用不着害怕。如果你的生命是在基督的统治之下，如果你继续凭信从之心行在圣灵的力量之中，哪怕撒旦极尽欺骗诱惑之手段，你也无需害怕。记住，圣经说：“因为那在你们里面的，比那在世界上的更大。”假如你是属世的基督徒，你最好对你的个人生活，家庭以及教会所出现的问题有所准备。世上没有再比一个人生活在神的完美旨意之外，过着属世的，或属肉体的生活更为危险和易受攻击的了。

了解作为神的孩子所拥有的源泉

如果你愿意行于圣灵的充满和能力之中，你需要认识你的灵源。你需要知道怎样汲取那取之不尽的神的慈爱、智慧、力量、赦免以及丰富的恩典之源。

不花时间，或说充裕的时间与主接近，学习他的话语（祷告和个人学习），要想生机勃勃地走在圣灵之中是不可能的。你必须注意听他的话，照他的指示安排你的日常活动，并为基督作见证。

由于多年来与成千上万的基督徒们共同工作，使我总结出这样的经验来：离开一个出于顺服和被圣灵充满的生活，不能恰当地处理圣经学习，祷告和为基督作见证的关系，是不可能享受基督给我们的充实丰盛的生活的。神号召我们不仅要自己体验与基督同在的奇妙经历，也要将这一好消息分享给他人。

在此，请注意：你成为属灵的人，体验神的能力，把此作为生活之路，这全都是凭信的结果。圣经清楚地教导我们：“义人必因信得生”（罗马书 1:17）。“人非有信，就不能得神的喜悦”（希伯来书 11:6）。实行属灵的规范和活动是信心的结果。圣经学习，祷告和见证以及信服都是至关重要的，但它们都是信心生活的产物，而不是信心的方法。尽管你的信心随着理解圣经，看到了神的信实而在不断增长着。

保罗说：“我还有末了的话，你们要靠着主，依赖他的大能大力，作刚强的人。”（以弗所书 6:10）耶稣基督，作为神的有形形象，在他里面满载着完美的神性之体。他掌握着天上地下的所有权柄。当我们通过对基督的信而成为神的孩子时，他就住在我们里面了。

人本身并无力量，人必须全身心地依靠我们的主，通过他的圣灵而发出的复活之力。曾是学院里的年轻人，而后又成为实业者，我惯于自信的生活，常常为自己能够独立完成的事业而感到骄傲。我曾相信，人可以做任何事，只要不怕艰难困苦，都能达到自己的目的。在这方面，我有一定程度的成功经验。后来，当我成为一个基督徒后，新的生活哲学与我以前的人生观恰恰相反。新的生活即信赖神的能力取代了自我努力的生活。

现在我意识到出过基督徒的生活是何等地艰难，个人的力量是多么地单薄。同时我也意识到在基督里我又变得十分强壮。正如保罗所说：“我靠着那加给我力量的，凡事都能做。”（腓立比书 4:13）

在约翰福音 15:4,5 中，主耶稣曾着重指出，从他身上汲取力量：

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，自己就不能结子；你们若不常在我里面，也是这样。

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，你们就不能作什么。

依靠个人的力量是无助的，灵性生活会是软弱的，没有成果的；即使你是一个基督徒，如果你试图过出自我努力的生活来，就好象是从葡萄树上砍下来的枝子一样。但你若在基督里，他的话就会在你里面给你以无限的生命力，使你能够过出为主作见证的生活来。

耶稣曾在约翰福音 15:8 中解释了作为富有成果的见证人及其重要性：“你们多结果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。”

我本人并没有引领过任何人归向基督，不仅现在没有，而且将来也不会有。尽管我有为许多人祈祷的特权，通过我的见证，他们接受了基督。但这新生的给予是圣灵的工作。因此我不能为收获大而沾沾自喜，也不能因无成果而垂头丧气。结果的工作是圣灵的责任，是

他通过我来作工，而使人们的生活发生变化，产生果实。我的任务就是相信神，服从神。有一首相信与服从的圣歌，很好地表达了这一点：

当我们与主同行，在他话语里的光明，

何等的荣耀贯穿了我们的路程。

当我们照他的美意去做，他就赐给我们和平，

并与信从他的人同在共行。

神所期待的是你的可用性，你的信任与服从。成功的见证不过是在圣灵之力中共享福音。

至于结果如何，在于神。保罗曾这样记载：

知道他向我们这信的人所显的能力，是何等浩大，就是照他在基督身上，所运行的大能大力，使他从死里复活，叫他在天上坐在自己的右边，远超过一切执政的；掌权的；有能的；主治的；和一切有名的；不但是今世的，连来世的也都超过了；又将万有服在他的脚下，使他为教会作万有之首；教会是他的身体，是那充满万有者所充满的。（以弗所书 1:19-23）

主耶稣曾赋予使徒到普天下去传福音的使命，并应许说，他总是与他们同在。耶稣并没说，：

到世界各地去吧，祝你们好运。”而是说：“我就常与你们同在，直到世界的末了。”（马太福音 28:18-20）***



我们的救主，即你所事奉的神是无所不在的！他就是圣经所说的：

爱子是那不能看见之神的像，是首生的，在一切被造的以先；因为万有都是靠他造的，无论是天上的，地上的，能看见的，不能看见的，或是有位的，主治的，执政的，掌权的，一概都是借着他造的，又是为他造的…。

因为父喜欢叫一切的丰盛，在他里面居住。…所积蓄的一切智慧知识，都在他里面藏着。…你们要谨慎，恐怕有人用他的理学，和虚空的妄言，不照着基督，乃照人间的遗传，和世上的小学，就把你们掳去；因为神本性一切的丰盛，都有形有体的居住在基督里面；你们在他里面也得了丰盛。他是各样执政掌权者的元首。（歌罗西书 1:15, 16, 19; 2:3, 8-10）

如果你有了基督，你就有了你所要的一切。因为保罗在写给歌罗西教会的信中是这样说的：

你在他的里面是完整的。你需要爱吗？我们的主耶稣基督便是那爱的化身。你需要喜乐吗？

他就是喜乐。你需要平安吗？基督就是那和平之君。你需要忍耐吗？基督便是忍耐。你需要智慧吗？基督就是那智慧。

你需要物质上的财富以便更好地事奉基督吗？在基督里你可以得到这些。他拥有千山上的牲畜。他应许过我们，他会满足我们的需要。基督教是讲基督，你在他里面是完备的，他提供你的一切需要。

我们要仔细研究罗马书，特别是前八章。它可以带给那些追求真理的人们以变革性的影响。

在罗马书 6 章中着重指出以下四项真理：

1. 我们不再生活在罪的控制之下：

你那属罪的旧品性以和他同钉十字架；那种向罪的欲望已受到粉碎性的打击。所以你的爱罪之体不再受罪的控制，不再是罪的奴隶了；因为向罪死，使你脱离了它的诱惑及控制。

2. 对神活

你属罪的旧品性已死，对罪不再有反应。带替而来的是对神而活的新品性。

3. 我们必须将自己彻底的交给神

不要让你身体的任何一个部分成为软弱致罪的工，要把自己全部交给神（你的每一部分）。因为你从死里复活，你要成为神手中的工具，为他的美意所用。

4. 我们必须服从神

你有没有意识到你可以选择自己的主人呢？你可以选择罪（与死亡）或者顺服（与清偿）。无论你选择哪一个，都意味着你将自己交给对方，他就是你的主人，而你则是他的奴隶。

有一天，我和我的妻子沃乃特以及我们的两个儿子涉水穿过约斯麦特公园的小溪。因为岩石有些滑，我紧抓着五岁的布莱德的手，以免他滑倒。果不然在一块石头上，布莱德失去了平衡，要不是我紧紧抓住他，使他重新站稳，他就会因滑倒而受伤的。过后，我们继续散步。

布莱德抬起头来，脸上带着感激的神情说：“爸爸，我真高兴你救了我。”一闪念间，好象神在对我说话，我抬起头来，对他说：

“天父啊，我真高兴你救了我。多少次，是你的手把我抓牢，免得我滑倒！”啊，基督徒的生活真是美好，是多么的振奋人心！它为那些服从神，并让他指导生活的人们提供了奇妙的经历。这些人时时刻刻，天天如此，让神“抓牢他们的手”。

这种个人与基督，即与我们的救主、我们的朋友间同行共在的亲密关系就是基督教。它不是肉体的奋斗，挣扎，劳动以及严厉的纪律生活。然而一般的基督徒，他们被错误的信息所用，以为这就是基督徒的特点。如果你愿意行在圣灵之中，你需要使自己明白，作为神的孩子所拥有的源泉。这样的话，你就可以象使徒保罗一样地说：“我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”

因信而活

行在圣灵之中意味着过出有信心生活。（希伯来书 11:6;加拉太书 3:11）神造就了我们，使我们有能力体验各种感情。感谢神使我们拥有这些。但是人不应该依赖这些感情去证实自己与主耶稣同行的关系。有效的情感只是信从的副产品和

结果。当情感在我们的生活占位时，神并不期望这些情感经验高于我们对他话语的信心。寻求情感上的经验，拒绝凭信心而行的命令，实则上是对神的冒犯。因此，在你与基督的关系中，你应把情感置于适当的地位上。

约翰福音 14:21 指出，服从基督是具有情感经验的最有效的方法。顺服的最大行为之一是在圣灵之力下，向他人为主作见证。即然他来的目的是为寻找并拯救失丧者，他给了你为他作见证的使命，因此也就没有再比这更能取悦于神了。如果你想要有一个有效的，

有生机的，激动人心的经验，即意识到与主同在的情感经验，那么，你就应从现在起把向他人为主作见证作为你的生活之路。

要行在圣灵之中，你必须根据神的应许，相信他的完善性。信心总是针对一定的对象而言。

我们的信心对象是神，信心的基础是他的话语。神早已向我们证明了他的信实性。在他的话语里包含了许多的应许，迄今，没有一个基督徒发现任何一个应许不是真的。神所说的，你可以拿生命作押，你知道他是绝对不会在你身上落空他的应许的。

在罗马书 8:28 中，保罗这样记载着：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。”你相信神的这一应许吗？如果是的话，从逻辑上讲你就承认了神在帖撒罗尼迦前书 5:18 中的命令的理由：“凡事谢恩；因为这是神在耶稣基督里向你们所定的旨意。”

当你因丧失了亲人而心痛欲裂之时，你学会了去说：“感谢你，主”吗？当你的肉体处于疼痛难忍之时，你感谢过神吗？当你接到了断交信呢？金融挫折呢？考试不及格呢？找不到工作呢？从宗教上或种族上遭到歧视呢？所有这一切，你感谢神吗？

也许你会说，只有傻瓜才在如此的情况下感谢神呢。不对，如果你真的知道“万事都互相效力，叫爱神的人得益处”的话。如果神令你凡事谢恩，那一定是有其理由的。我所学到的最重要的一课，就是说“谢谢你”，即便是在不好的情形下。

在我没有发现这点以前，我通常因事情走向我的相反意向，而失去耐心。如果有必要的话，关着的门，强行打开。如果打不开的话，就破门而入。我总是对内紧张，对外不耐心。现在我看到，这是多么的傻呀。不幸的是由于我们自己的不耐心，批评，不周到而伤害了许多的弟兄。当基督徒照此为人行事时，整个基督之体都受损。

但是神为你制定了更好的计划，你可以放松自身了。当整个世界在你的周围走向崩溃，你知道这是由于你的神的至高无上与无所不能。整个世界都在他的手中。你可以相信他，他爱你，并应许你为你而战。

因为神爱你，所以他令你将所有的挂念都卸给他。他曾亲身临世，为你负起罪担。他等待着祝福你，使用你。但你如果忧虑重重，满腹疑心，他就不会使你蒙福受用。如果你怨天尤人，挑剔批评，你同样不会得到他的祝福与使用。

前些日子，有位年轻的女士来到我们的总部受训。在一次信息会后，她来咨询，眼泪汪汪地向我诉说了她最好的朋友死在一次偶然的事故中。她俩是从订婚晚会上回来，一辆对面开来的车，穿过了中线，迫使她开到路旁，结果撞向一个电线杆。

在这一悲剧的上面，又复加了她的内疚心理。她觉得要不是她开车，也许她的朋友就死不了，她的心都快碎了。

“我怎么办呢？”她恳求道。

几个月过去了，她曾找过精神病学者，心理学家，牧师，以及许多的心理咨询部。她说：

“如果你不能够帮助我，我就会疯的。”

我问她是不是一个基督徒，讨论了一会儿，她说：“是的”。

我们阅读了罗马书 8:28，然后我问她：“你相信万事都互相效力，叫爱神的人得益处吗？”

她说：“是的，我相信。”

然后我们又翻到帖撒罗尼迦前书 5:18，她读道：“凡事谢恩；这是神在基督耶稣里向你们所定的旨意。”

我问她：“自从你失去了自己的亲爱者后，你谢过神吗？”她有些惊呆了，几乎不敢相信她的耳朵。她用疑狐的眼光看着我：“这样的悲伤体验，我怎能谢神呢？”

“你信不信神呢？”我问。

“是的，我相信神。”她坚持说。

“那为什么不能向他证明这一点呢？”我问道，“我知道，这是很难的。在一开始也许看起来有些可笑。但你愿意祈祷并告诉神说你相信他，并且凡事都谢恩，即使是在你心痛欲裂的情况下。”

我们一起跪着，她在泪声中祈祷：“神啊，我不明白为什么我最亲爱的朋友死去了，但是我知道，我可以信任你，我心里对你说，谢谢你。”

当她说：“谢谢你”，她是在对神说，“我将相信你”。圣经指出：人非有信，就不能得神的喜悦。（希伯来书11:6）而展示这种信心的最好方法则是说：“谢谢你”。也许你以为你对神不满，因为你丧失了亲人，你的继承权，你的金钱，你的事业或者你的健康。你也许会这样问：“神为什么会这样对待我？”但神说：“凡事谢恩”。

翌日清晨，这位年轻的女士来到我的办公室，欢欣雀跃地说：“自出事起，昨晚是第一次我没有服药而熟睡的夜晚。今天早晨，当我醒来时，我的心充满了对神的感恩和赞美。我真觉得难以理解，但我明白，这和你教我说‘谢谢你，神’有关。”

象类似的事情，我可以给你举出上百的例子来。这些基督徒的生活，由于学会在一切事上谢恩而被转变。

几年前，为购买箭头泉作为我们事工的总部，我们急需五十万美元，这决定着我们的普世性事工前途的命运。由于技术方面的问题，我们的金融前景日趋衰落，几乎处于毫无希望的地步。整个事工队伍眼看就要解体，我个人的名誉也会在动摇之中。

当我的一个朋友告诉我说，那已经答应给我们的资金不再属于我们了的时候，我跪倒在地说：“主啊，我怎么办呢？”我翻开了圣经，寻求帮助和保障。圣经说，万事都互相效力，叫爱神的人得益处。没有信心，就无法使神喜悦。义人因信而生。我读着神的命令，凡事谢恩。

于是，我不顾所发生的情况，首先感谢神。在泪声中，我谢他的智慧和慈爱。他比我们更清楚怎样处理眼下的混乱情形，从而使我们的问题能够得到奇迹般的解决。

就在我跪倒谢恩而不是沮丧之时，神给了我真正的保障，奇迹是会要发生的。果真，不到十天，神就提供了难以置信的解决方法——一个真正的奇迹。他再次证明了，只要我们相信他，他就绝不会使我们的信任落空。

生活中最大的特权是学会相信神，学会怎样凭信而行。我仍处在学习之中，并且对此充满信心。那就是终有一天，我能够无限地信任神，而不仅仅限于那些我现在能够相信的。要知道，每时每刻都能与众王之首同行，这对我们而言，是一个多么好的机会啊！

多年来，我都坚持这样做。即每天晚上，阅读圣经，深思主的特性与信实。整夜间，即使在睡梦中，仍在想着基督。早晨醒来时，我的第一个念头便是他。

通常在早起时，我心怀感激，口吟赞美诗：“主啊，我感谢你，因为我属于你；我感谢你，

因为你在我心中；我感谢你，因为你赦免了我的罪；我感谢你，因为我是你的孩子。“就在这新的一天开始之时，我请你占领我的全部时间与身体。让我的心中所爱，口中所言，脑中所思，都由你来作主。我感谢你曾应许，通过我做比你在世之时更加伟大的事业。凭着信，我承认你在我生活中的伟大、力量、权威。今天，我请你在我里面，并通过我做一切你所期望的事。”尽管每日的祷辞有所不同，但我的信奉却永不改变。

我努力让每天始于跪拜，作为承认他是主人的规范行为。我寻求每天之始都使我行在他的全能之中。对于信主的人而言，等待他们的将会是多么奇妙的历程呢！

总之，请让我来提醒你，如果你愿意时时，日日行在圣灵的全能之中，你就必须：

1. 保证你在神的命令的基础上，凭信而被圣灵充满。领认他的应许，并照他的旨意所求，他就会听到并答应你的请求。

2. 为灵与肉，与世，与恶之战作好准备。

3. 作为神的孩子，明晓你的资源。你必须从主的身上得取力量，生活在他的里面。

4. 凭信而活。每日从主那里汲取力量、智慧、能力以及爱心。凡事谢恩。

为什么作为一个基督徒就应每时每刻地行在圣灵的充满与指导之下，并把此作为生活之路呢？这里有几条重要的原因：为了使神喜悦，敬仰他。因为他乐意与他的孩子们有密切的联系；为了享受与主以及其他人在的那种更加充实的，丰富的奇妙生活；为了更加有效地为主作见证。

为基督作见证是感恩的象征，是服从主的行为，是行于圣灵之中的自然结果。

既然每个基督徒都受命为主作见证，因此，我们就应时时注意不去做任何违背他或不服从圣灵指导的事。

当你行在圣灵之中，忠实地运用属灵的呼吸这一变革性的原理时，你就会成为在神恩沐浴之下的，富有成果的众使徒中的一员。神就会用你去工作，去计划，去祈祷，去为基督作见证。进而帮助完成主赋予我们这一代的神圣使命。

自学指南

1. 以下的人员是怎样表示他们行在圣灵之中的？
 - a. 保罗 — 使徒行传 18:4-11(见腓立比书)
 - b. 彼得 — 使徒行传 3:1-26(见使徒行传 4:13)
 - c. 司提反 — 使徒行传 6:8-15(见使徒行传 7:51-60)
2. 把你的牵挂卸给神是什么意思？你怎样做到这一点呢？
3. 约翰福音 15:1-8 中所喻的葡萄树与枝子，在你的基督徒的生活中意味着什么？
4. 你怎样描写健康的灵命生活，即属灵的呼吸的作用呢？（见罗马书 14:23;约翰一书 1:9;哥林多前书 10:13;以弗所书 5:18;约翰一书 5:14, 15)
5. 在约翰一书 2:1-6 中，神应许了你一些什么？
6. 请列出你生活中的任何领域，自我仍占领着宝座，并列岀耶稣所占领的领域。本周你将采取什么样的具体步骤，使耶稣基督控制那些自我占领的宝座呢？
7. 对于属世的，属肉体的，属邪恶的势力，以弗所书 6:11-18 告诉你应用什么样的装备防卫自己呢？
8. 以下章节就祷告在信徒生活中的作用都说了些什么？
 - a. 希伯来书 4:15, 16
 - b. 雅各书 5:16
 - c. 撒母耳记上 12:23
 - d. 雅各书 1:5
9. 你怎样才能体验到“丰盛的基督徒的生活”呢？“丰盛”是在说你的生活中将没有奋斗与艰辛吗？请解释。
10. 当你信任神时，以下章节应许了你一些什么？
 - a. 约伯记 12:9, 10.
 - b. 诗篇 16:1, 1.
 - c. 传道书 2:24-26
 - d. 以赛亚书 40:10, 11
 - e. 以赛亚书 41:10.
11. 在信心的生活中，情感占什么样的地位？如果你将情感置于信心之上，将会导致什么样的结果呢？
12. 以下章节对感恩是怎样说的？如果你没有“凡事谢恩”，你的生活结果将会是什么样的呢？
 - a. 帖撒罗尼迦前书 5:18
 - b. 腓立比书 4:11
 - c. 诗篇 95:2
 - d. 腓立比书 4:6
13. 罗马书 8:28 怎样在你的生活中具有实际意义？不运用这一原理的结果会是什么？
14. 约翰福音 14:21 对于如何服从基督之行说了些什么？

分组讨论问题

1. 将近来个人如何运用属灵的呼吸举例说明。它是如何帮助你与神同行的？
2. 从小就教育子女有关属灵的呼吸这一原理，将会有什么样的益处？你如何将这一原理落实在你的家庭中？属灵的呼吸将会怎样改变你的家庭气氛？（如有此方面的体验）
3. 在你的小组里，举例说明你在生活的某些方面，把寻求感情放在寻求对神话语的信心之上。
4. 圣经说，对于基督徒而言，诱惑来自于属世的，属肉体的，属邪恶的势力。请就这些 诱因在今天的文化里是如何体现的作讨论。
5. 联系自身的生活，举一例说明你在清楚的意识神提供了你的所需。你如何谢他呢？
6. 针对培养赞美神的习惯，想出一些具体的方法来。这种赞美的习惯会怎样有利于你的 基督徒之行的？