

# 精讀主話

### 彼前二：2-3

「就要愛慕那純淨的靈奶、像纔生的嬰孩愛慕奶一樣、叫你們因此漸長、以致得救。你們若嘗過主恩的滋味、就必如此。」

嬰孩出生後，最急切需要的，不是教訓他該作甚麼，或改良他的行為，使他服務別人，乃是用奶餵他，使他健康、強壯有力能成長，不致軟弱委縮。照樣，我們重生得救後，最急切的不是研究道理，辨明異端，或立時為主作工，乃先要得著靈奶的滋養，好使我們屬靈的生命能正常長大。否則，便會瀕臨夭折和死亡。

示範二：再翻到(羅八 1)「如今那些在基督耶穌裡的、就不定罪了。」

你又禱告說，『主阿！沒有定罪了。哦，主阿！現今…沒有定罪了。阿們。現今。哦，主阿！現今。阿們！現今…沒有定罪了。讚美主！阿利路亞！沒有定罪了…。』

### 總結：

初期操練禱讀，或許你不太習慣，或未見明顯的得益，但你必須持續操練，以誠實和渴慕的心，把主的話每天讀入靈裏，讀入心中，假以時日，你必從中得著極大的餵養，和被主的話改變，成為更有基督生命的人！研經不是不重要，只是找另一個時間吧！

### 實習：自己來嘗試禱讀

詩篇十六 5-8〔大衛金詩。〕

16:5 耶和華是我的產業、是我杯中的分。我所得的你為我持守。

16:6 用繩量給我的地界、坐落在佳美之處。我的產業實在美好。

16:7 我必稱頌那指教我的耶和華。我的心腸在夜間也警戒我。

16:8 我將耶和華常擺在我面前。因他在我右邊、我便不至搖動。

### 提摩太前書二 4-6

2:4 他願意萬人得救、明白真道。

2:5 因為只有一位 神、在 神和人中間、只有一位中保、乃是降世為人的基督耶穌。

2:6 他捨自己作萬人的贖價。到了時候、這事必證明出來。

### 腓立比書四 4-7

4:4 你們要靠主常常喜樂。我再說、你們要喜樂。

4:5 當叫眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。

4:6 應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴 神。

4:7 神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裡、保守你們的心懷意念。

## 雙人禱讀的步驟：

- 第 1 輪：兩人輪流直接讀經文一次，一人負責讀一節。目的是先讀順及初步了解經文內容。
- 第 2 輪：兩人再輪流讀一次，這次注入個人的情感，注意一些特別詞句。目的是更有情感地去領會神的話語。
- 第 3 輪：兩人再輪流讀一次，這次將一些特別詞句重複誦讀，也可將字句口詞化。目的是以重複誦讀及口詞化來拉近個人心靈與神的話語的距離，讓心靈與聖靈互動。
- 第 4 輪：兩人再輪流讀一次，這次可以個人禱告的形式誦讀，以其他的相關的經文加入禱告裡，也可以該節經文為核心，加入個人的領受來擴充禱告的內容，但切記不要過長，而且，可以接著之前的經文來豐富該節經文。目的是將主的話深深地刻在心板上，而且一邊禱告一邊靈修，一邊背經一邊接受新的亮光。
- 第 5 輪：彼此分享在禱讀當中的最深刻的領受、聖靈的啟發、內心的得著、新的亮光。目的是彼此激勵及互勉，讓主的話成為我們腳前的燈及路上的光。
- 第 6 輪：就第 5 輪分享，彼此的領受、啟發、得著、亮光來為對方禱告。目的是求神的話在我們的生活及生命中產生效用。
- 第 7 輪：兩人再輪流讀一次，這次以宣告的形式為所屬的校園及青少年禱告。目的是以主的話成為聖靈的寶劍，有力地攻破屬靈營壘。

## 禱讀操練 (看看就這樣簡單的禱告。)

示範一：翻到(約一 1)「太初有道、道與 神同在、道就是 神。」然後眼睛看著『太初...』，從內心深處禱告說，『哦，主，太初！主，讚美你，太初有話。雖然我不知道話是甚麼，但是有話。主，我讚美你！太初！阿利路亞！太初。主阿！太初有話，話與神同在，話就是神。』

## 聖經的本質和功用

「聖經都是神所默示的」(提後三 16)。「默示」一詞在原文有「神的呼出」(God-breathed)的意思，因此，聖經的本質也是靈(因為神是個靈，所以祂呼出的，也是靈)！這樣，主耶穌說，聖經不僅是思想、道理、教訓，更是靈！「我對你們所說的話就是靈，就是生命」(約六 63)。因此，每逢讀經，我們都是在接觸神自己！神的話裏卻充滿了生命，即使我們不能明白某段經文，但藉著禱讀，我們仍可吸收其中滋養我們生命的養份。

「人活著不是單靠食物，乃是靠神口裏所出的一切話。」(太四 4)從神口裏所出的一切話，是滋養我們的「靈糧」，我們必須充份吸取這食物才能健康、活潑地成長！「你的言語，在我上堂何等甘美，在我口中比蜜更甜。」(詩 119: 103)

聖經不單使我們知道神的愛，更是把神分賜到我們裏面。聖經的功用，不單把神啟示給我們，也是把神的生命分賜給我們，是靈裏的「瑪哪」，即生命的糧食。因此，當我們讀經，不應單求頭腦明白多一點知識，乃要吸取一些神生命的質素進我們裏面，成為我們的生命的一部份，如同食物，喫了便成為身體的一部份般。但聖經不只是知識樹，更是生命樹！就是我們得救多年，把整本聖經讀得滾瓜爛熟，但是我們仍須每天讀經，不是單為了明白其中意思，乃如營養學家或烹飪專家仍需每天吃飯一樣。

耶利米說，『我得著你的言語，就當食物喫了。』(耶十五 16)。這意思是他把神的話接受到裏面，消化它，使它成為自己的一部分。主耶穌把自己比作筵席，來給我們喫喝，祂說祂是活水供我們喝(約四)，又是生命的糧給我們喫(約六)，而且，我們都飲於一位聖靈(林前十二)。感謝主，我們可以喫祂、喝祂、享受祂，藉此，祂就供應我們，並滿足我們一切得需要！

## 如何喫主？

一般人的觀念，總是認為聖經是一本教訓和道理的書，因此，每逢讀經，總是存心要知道或明白些甚麼知識。但（彼前二 2-3）清楚告訴我們「藉著純淨的靈奶」嘗主，聖經是說要「嘗主」，不是「研究主」，當我們喫這靈奶「禱讀主的話」時，我們就能嘗祂了！因此，主的話不只是給我們學習和研究，乃是給我們品嚐、吸收和滋養和享受的！然而，很少人懂得把主的話當作食物接受到靈裏。

## 何謂禱讀？

「禱讀」不是要絞腦汁、分析和解經，乃是簡單用神的話來禱告。只一面看聖經，一面開口依照聖經的話禱告。你會發現，全本聖經就是一本禱告的書，你能打開聖經，便能禱告。

「禱讀神的話」就是以禱告來讀神的話，也就是說，簡單用神的話來禱告。因為，「禱告」與「神的話」是分不開的（約十五 7；弗六 17b-18；…）！

## 禱讀的好處：

1. 化為生命：禱讀它，吸收它、享受它、遵行它，我們生命才能有喜樂、剛強和彰顯基督！
2. 幫助背經：把神的話語化為生命，對聖經內容有更深的印象。
3. 同步進行：讀經、靈修、禱告，非常省時。

## 如何禱讀？

**必須用靈：**要牢牢記著：神的話是靈，所以我們必須用靈來接觸神的話。用頭腦是查考聖經，用靈才是享受聖經。

**直讀直禱：**不需要閉起眼睛來禱讀。盡可注視著神的話。不需要運用你的心思，擠出什麼話語。就是直接用神的話來禱告。尤其起初操練時，愈是直讀直禱，愈易用靈。

**多說阿們：**當禱讀時，必須從心靈深處阿們神的話。

**與人同讀：**個人禱讀固然可以享受神的話，但與弟兄姐妹同讀，就顯得更豐富了。

**神的心意：**靈糧是供給整個身體，而非單一肢體的。正如人喫飯，不會只為一隻腳而喫，腳也不能自己喫飯，乃是藉著身體喫入，為叫整個身體得益。因此，禱讀最好能與弟兄姐妹一同讀。

## 單人禱讀的步驟：

- 第 1 輪：直接讀經文一次；目的是先讀順及初步了解經文內容。
- 第 2 輪：注入個人的情感再讀一次，注意一些特別詞句；目的是更有情感地去領會神的話語。
- 第 3 輪：這次將一些特別詞句重複誦讀，也可將字句口語化。目的是以重複誦讀及口語化來拉近個人心靈與神的話語的距離，讓心靈與聖靈互動。
- 第 4 輪：這次可以個人禱告的形式誦讀，也可加入其他的相關經文在讀告裡，也可以該節經文為核心，加入個人的領受來擴充禱告的內容，但切記不要過長，而且，可以接著之前的經文來豐富該節經文。目的是將主的話深深地刻在心板上，而且一邊禱告一邊靈修，一邊背經一邊接受新的亮光。

## 團體禱讀（快短真接「四字訣」）

1. 《快》不是思考，要用心感覺，不須等待、不要遲疑或考慮，快讀快禱。
2. 《短》把一個短句或一個詞禱讀透，才繼續讀下去。忌作文章。
3. 《真》從心禱告，不需修飾或堆砌，心口一致，被靈帶動。
4. 《接》彼此相接相加，眾人構成一個和諧的禱告，不要停頓，要讓你的靈釋放，甚至超越了一些要點，完全隨從聖靈的感動，自己的靈與主的話融合為一！