

基督在你里面活

CHRIST LIVES IN YOU

江涌流牧师 著

基督在你里面活

江涌流牧师 著

书名 基督在你里面活

著者 江涌流牧师

经文 《圣经》和合本

版权所有。未经著者许可，不得以任何形式复制或传播。

前言

对基督的信，要把人带进属灵的真实。我们可以熟悉许多教义，知道耶稣是神的儿子，是基督，是人类的救赎主；然而，若这些认识没有成为生命的实际，我们仍然不能活出基督。真理不是供人辩论的知识，真理就是基督；认识真理，就是认识这位又真又活的救赎主，并让他在我们里面活出来。

我们与基督一同死在在十字架上，又一同从死里复活，使我们得着全新的生命。如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。这不是一句口号，也不是一种想象，而是必须进入新生命的实际。既然基督成了我们的生命，我们就当有基督的思想、眼光、话语，也当让圣灵充满、掌管并使用这个重价买赎回来的身体。

圣灵不是一种抽象的能力；圣灵是神，是活着的神。圣灵来为基督作见证，使基督复活生命的大能借着信的人显明出来。我们不能一面说身体是圣灵的殿，一面又把圣灵的同在只留在聚会和知识里。圣灵住在我们里面，也降在我们身上，使我们得着能力，活出救赎主的生命，成为基督复活的见证。

这些真理要进入可阅读、可默想、可亲自操练的生活。关于身体、圣灵的殿、复活大能、医治、神迹、信心和与主相交的每一个具体判断，都需要被认真领受。愿每一位读者不再只听见真理，而是真实地相信并活出来。

江涌流牧师

目录

前言	1
第一章 从知识进入属灵的真实	5
一、认识耶稣，更要认识基督	5
二、如今基督在我里面活	7
三、身体是圣灵的殿	8
四、将身体献上当作活祭	9
五、复活的大能运行在身体里	10
六、把真理操练到成为生命习惯	10
七、让圣灵充满身体的每一处	11
八、让圣灵洁净并更新身体	13
九、宣告身体得救并归主使用	13
第二章 神的话使人活出基督	15
一、神的话不是外在的行为准则	15
二、有宝贝放在瓦器里	16
三、基督已经成为我们的圣洁	17
四、不要让“不配”拦阻领受	18
五、把属灵操练变成一生的习惯	18
六、身体、健康与大能的具体实际	19
七、从外表虔诚进入生命真实	20
八、真正健康的教会必须大有能力	21
九、圣灵充满、方言与持续领受	22
十、救恩已经赦免，不再被不配辖制	23
十一、从头到脚都满有基督的生命	23
第三章 真理与圣灵的大能	25
一、圣灵来为基督作见证	25
二、既有铃铛，也有石榴	26
三、每个人都当活出使徒式的生命	27

四、渴慕、默想并安静在圣灵面前	28
五、不高举器皿，只彰显基督	29
六、生命的大能要进入日常生活	30
七、持续领受圣灵的充满	31
八、没有能力，就不能解决人的问题	31
九、把个人的时间给圣灵	32
十、神迹奇事应当进入日常接触	33
十一、得着能力以后更要有智慧	34
第四章 圣灵降在你们身上	35
一、主的灵在我身上	35
二、成为基督复活的见证	35
三、永生就是基督的生命	36
四、不再是我，乃是基督	37
五、每一个神的儿女都当领受能力	37
六、看重这圣洁尊贵的身体	38
七、以按手操练信心	39
八、在自己身上操练按手	40
九、像运动员和战士一样操练	40
十、成长不能变成对人的依附	41
十一、同样的圣灵、同样的生命、同样的事	42
第五章 默想基督，活出权柄	43
一、心眼必须被打开	43
二、默想耶稣所作的事	44
三、福音本是神的大能	44
四、成为复活基督的见证	45
五、对身体、环境和万物说话	46
六、信心讲说答案，不讲说问题	47
七、把神迹的意识带入生活细节	47

八、默想与宣告的操练	48
九、权柄和能力是一体的	49
十、生命需要像肌肉一样被训练	50
十一、信心就是相信口里的话必成	50
十二、对身体说生命的话	51
十三、成长的标准是活出基督	52
十四、把衣物和所接触的事物分别为圣	52
十五、搜集见证是为了更多认识基督	53
十六、生命成长比事工规模更重要	54
第六章 与又真又活的主同行	55
一、在真理中与圣灵同行	55
二、向主倾心吐意	56
三、信心不能被推给“主权”	57
四、爱是互动的关系	58
五、赞美、感恩与心灵互动	58
六、必须在真理中辨别诸灵	59
七、让主进入每一个生活领域	60
八、向着标杆直奔	61
九、主希望我们与他交心	62
十、要在主面前有清楚的要求	63
十一、对主说甜蜜的话	63
十二、用赞美宣告主是谁	64
十三、圣灵的引导进入家庭和工作	65
十四、平安是分辨属灵运行的重要记号	65
十五、人人都要进入超自然的生活	66
后记	67

第一章 从知识进入属灵的真实

一、认识耶稣，更要认识基督

属灵的真实，也是超自然的真实。唯有认识基督，才能进入这个真实；唯有认识救赎主，才能进入超自然的领域。生命中永远都是基督，永远都是救赎主。耶稣基督在十字架上所成就的，就是把我们的老旧人钉死；那个属世的我已经与他同钉十字架，如今我们得着了全新的生命，就是基督的生命。因此，我们全部的思想意识、全部的思维，都应当定睛基督。

“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 2:20）

我们透过神的话语进入真理，因为信道是从听道来的，听道是从基督的话来的。然而，认识若仍停留在头脑里，就只是知识。许多人一问都知道为什么信耶稣：因为耶稣是基督，是人类的救赎主。他们也知道基督是生命，却没有把这知识活出来。基督是神的心意；“基督”就是“弥赛亚”、受膏者。我们信耶稣，不只是知道“耶稣”这个名字，更要认识他是基督，认识他怎样满有权柄能力，认识他是救赎主，也认识他已经成为我们的生命。

我曾指出，许多人的属灵认识大约有百分之八十仍停留在知识领域：知道得很多，活出来的却很少。知识若没有成为身体、思想、话语和生活的实际，就不能给人真实的帮助。我们不是再增加一套关于基督的资料，乃是要让所认识的基督在里面真实地活出来。

旧约中虽然没有出现“耶稣”这个名字，却早已启示了“基督”，就是“弥赛亚”、受膏者。我们信耶稣，正因为耶稣就是神所应许的基督，是人类的救赎主，也是生命。只认识耶稣的名字，而不认识他作为基督的身份、使命、权柄和能力，仍然不能充分认识这位救赎主。

“可见，信道是从听道来的，听道是从基督的话来的。”（罗10:17）

这就像一个人认识一位朋友，知道他的姓名和家庭，却不知道他的身份、权柄、能力与使命。这样的认识还不完全。只知道耶稣，而不知道他是基督，不知道他的救赎、权柄和生命怎样在我们里面运行，也是不够的。一切权柄能力都借着他是基督彰显出来；我们既因他的复活得着基督的生命，就应当说基督的话，满有基督的思维，以基督的眼光面对世界。

我曾用“张老三”作比喻：你知道张老三是老张家的三儿子，也和他作朋友，却不知道他原来是一位大有权柄能力的重要人物，不知道他的身份和本领，那么你的认识仍然很有限。认识耶稣也是这样：只知道他的名字还不够，必须知道他是基督，是救赎主，是生命，是带着一切权柄能力的受膏者。

二、如今基督在我里面活

与基督合一的关系里，旧人已经死去，生命的中心只有基督。我们必须强烈地知道：基督如今就在我们里面活着。人类的救赎主、宇宙的大君王、万有的主宰、神的受膏者、真正的大祭司和先知，住在信他之人的里面。我们走路、说话、工作、休息，都要带着这个意识：他在我里面活着。

这种意识要具体到生活的每一个时刻：走路时，是基督在里面活；张口说话时，是基督在里面说出生命的话；躺下睡觉时，救赎主仍住在这个身体里面。基督不是只在聚会时与我们同在，也不是等我们想起他时才来到；他借着圣灵住在里面，是持续、真实、不能被生活割断的事实。

“神愿意叫他们知道，这奥秘在外邦人中有何等丰盛的荣耀，就是基督在你们心里成了有荣耀的盼望。”（西 1:27）

这生命不是聚会时才临到，睡觉时便离开；不是在口里承认，生活中却仍由旧人作主。基督在我里面活着，是每时每刻的事实。认识这件事，不是高举自己，乃是承认十字架已经结束旧人，复活的基督已经成为我的生命。我越确认这一点，就越不再表达自己，而要表达基督。

“因为你们已经死了，你们的生命与基督一同藏在神里面。基督是我们的生命，他显现的时候，你们也要与他一同显现在荣耀里。”（西 3:3-4）

许多人长期听道，却仍习惯说“我软弱”“我不能”“我没有能力”。若只把基督在里面当成一句道理，人仍会被旧的意识掌

管。属灵操练就是把真理带到心里、口里和身体上，无数次提醒自己：“如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。”这句话绝不能落空，绝不是空洞知识；它必须成为每天生活的真实。

三、身体是圣灵的殿

基督借着圣灵住在我们里面。我们的身体是圣灵的殿，是神的居所，也是基督生命、大能和真理彰显的器皿。既然身体是圣灵的殿，就不应只在概念上承认圣灵，而应当欢迎圣灵充满并掌管全人。

“岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。”（林前 6:19-20）

这个身体是主重价买赎回来的，是圣洁、尊贵、分别为圣的。头脑、眼睛、耳朵、舌头、心脏、肺、肝、肾、肠胃、骨骼、关节、神经和身体的每一个细胞，都是这个殿的一部分。必须具体看见：圣灵住在身体里，不是抽象地“在我里面”，乃是从头到脚、由里到外，全人都属于主。

“我亲爱的弟兄们，所以我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此侍奉乃是理所当然的。”（罗 12:1）

因此，我们可以把手按在自己身上，以信心宣告：“这身体是圣灵的殿；有主住在里面，有圣灵住在里面。我的身体是真理的居所、圣灵的居所、大能的居所、救赎主的居所。我的每

一个器官、每一个细胞都属于主，都要彰显基督的生命。”这不是求主从远处来到一个与他无关的地方，而是欢迎、领受并确认他已经住在自己的殿中。

四、将身体献上当作活祭

身体既是主重价买赎回来的，就不再属于旧人。我们要把身体献上当作活祭，由圣灵掌管、统领、调度和感动。我们的思想、话语、行动，都要让圣灵在里面运行。献上不是轻看身体，而是确认身体的尊贵归属：这身体属于救赎主，要成为他彰显生命、慈爱、恩典、权柄和大能的器皿。

献上身体，可以这样祷告：

亲爱的救主耶稣基督，感谢你重价买赎了我。这身体是你的身体，是圣灵的殿。我把身体献上当作活祭；从头到脚都属于你。求圣灵充满、拥有、掌管并使用这个身体，使我的思想、话语和行动都被你引导。我的头脑、眼睛、耳朵、舌头、心脏、肺、肝、肾、肠胃、骨骼、关节、神经和每一个细胞，都分别为圣，都要彰显基督生命的大能。

主啊，你住在我里面，我也住在你里面。我的身体里外都满有你的生命，满有圣灵的大能。请你拿起这个身体来使用，借着它彰显你复活生命的大能，彰显你救赎的慈爱与恩典。一切荣耀都归给你。

五、复活的大能运行在身体里

耶稣基督从死里复活，不只给我们一个将来的盼望，也把复活的生命赐给了我们。那叫耶稣从死里复活者的灵住在我们里面，就要使我们必死的身体又活过来。复活的大能要进入身体的实际，使全人被更新。

“然而，叫耶稣从死里复活者的灵若住在你们心里，那叫基督耶稣从死里复活的，也必借着住在你们心里的圣灵，使你们必死的身体又活过来。”（罗 8:11）

因此，我们不能把身体仍旧定义为罪、软弱、疾病和衰败的身体。老我已经死去，罪的身体已经与基督同钉十字架；如今这复活的身体是圣灵的殿，有主住在里面，满有基督复活的生命。我们要相信那复活的大能运行在头脑、心脏、肺、肝、肾、肠胃、脊柱、腿、膝盖和身体每一处，使身体里外强壮有力，焕发基督生命的荣光。

这里的判断必须明确：基督已经赐下全新的生命，也赐下全新的身体；我们要相信、领受并活出，不是把它弱化成一种模糊的“心灵更新”。身体每一个器官、每一个细胞都在救赎与复活生命的范围里。我们要欢呼：这身体得蒙救赎，属于救赎主，被圣灵拥有并掌管，满有基督复活大能的荣耀。

六、把真理操练到成为生命习惯

属灵的事需要逐步认识，也需要反复操练。只讲不操练，只听不经历，真理便仍停留在知识里。要在行走、工作和休息

时不断默想基督住在里面，反复确认身体是圣灵的殿，直到心里确实相信，身体也经历改变。

这样的操练不能只作一次。要反复聆听、反复默想、反复宣告，直到确实相信基督在里面活着，直到对圣灵大能的同在有真实把握，也直到身体开始经历改变。属灵的认识需要一步一步进入；若只听过便放下，真理仍然容易停留在头脑里。

操练时可以把手按在头上或胸前，以信心说：

如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。我的身体是圣灵的殿，是主重价买赎回来的。圣灵住在我里面，复活的大能在我里面运行。我从头到脚、由里到外，都满有基督的生命；我的每一个器官、每一个细胞都属于主，都要活出圣洁、健康、能力和荣耀。亲爱的圣灵，请你更多地充满我、掌管我、使用我，使世界透过这个身体看见基督确实活着。

七、让圣灵充满身体的每一处

身体是圣灵的殿，不是一句只停留在头脑里的话。既然圣灵住在身体里，就要具体相信他充满身体的每一处。头发的每一个末梢、每一根汗毛、舌头、耳朵、眼睛、头脑、神经系统和血管，都在基督生命的范围里；心脏、肺、肝、胆、肾、胃、肠道、脊柱、胯关节、膝盖、腿和脚，也都属于救赎主。身体没有一部分仍旧留给旧人，也没有一个器官在圣灵之殿以外。

因此，可以逐一地对身体祷告：亲爱的圣灵，感谢你进到我的头脑，掌管我的脑细胞和脑血管，使我的思想敏锐，赐我

充足的智慧；感谢你进到我的耳朵，使我听得清楚、听得敏锐；感谢你进到我的眼睛，使眼睛满有生命的大能。我的舌头也充满基督的生命，口中要说出有信心、有权柄、有恩膏的话。

也可以对身体具体地说：“眼睛，你是有福的，你是圣灵之殿的一部分，你满有基督生命的大能；耳朵，你是有福的，你要敏锐地听见；舌头，你属于救赎主，要说出有信心、有权柄、有恩膏的话。”这样的宣告不是高举器官，乃是确认身体的每一部分都归给基督，都在圣灵掌管之下。

亲爱的圣灵，感谢你住在我的心脏、肺、肝、胆、肾和肠胃里。你掌管我的呼吸系统、消化系统、血液循环和神经系统。复活的大能运行在我的心脏里，使心脏大有能力；运行在肺里，使肺满有生命；运行在肝、胆和肾里，使每一个器官充满活力；运行在胃和肠道里，使身体里面一切运作都被你的生命更新。

亲爱的救主，感谢你住在我的骨头、脊柱、关节、腿、膝盖和脚里。我的身体从头直到脚趾，都属于你，都满有圣灵并大能。你充满身体的每一个末梢，每一个细胞都带着基督生命的大能和复活的大能。我的周身里外都满有你的生命，满有属天的荣耀。

圣灵，请你进到这身体里，进到你的圣殿里，进到这至圣所里；更多地在那里运行。这里本是属你的，是你用重价买赎、为自己预备的居所。我的心肠肺腑、每一个器官、每一个细胞都向你敞开，让复活的大能在里面自由运行。

这样的祷告不是把圣灵限制在某一个器官里，而是帮助心具体地相信：整个身体就是圣灵的殿。身体不再由旧人的意识掌管，要由圣灵拥有、统领、调度和使用。信心越具体，身体作为圣灵之殿的意识就越清楚。

八、让圣灵洁净并更新身体

圣灵住在身体里面，也要洁净身体。可以把手按在头上，相信圣灵洁净思想、头脑、脑细胞和脑血管；把手按在心脏、肺、胃、肝、胆、肾和身体软弱的地方，相信圣灵以大能洁净、更新并恢复。不是用人的力量医治自己，乃是相信圣灵在他的殿里运行。

可以宣告：“圣灵清理我的血管，洁净我的头脑和思想；圣灵充满我的心脏，使心脏大有能力；圣灵充满我的肺，使呼吸系统满有生命；圣灵掌管我的胃、肠道、肝、胆和肾，使这些器官完美运作。我的脊柱、骨头、关节和四肢都满有基督的生命。”

耶稣基督带着至高的权柄、属天的圣洁和复活的大能住在里面，所以身体的每一个细胞都是尊贵的，也是分别为圣的。身体里面有生命，不再被死亡定义；有圣灵的大能，不再被软弱定义；有基督的真理，不再被世界的判断定义。

九、宣告身体得救并归主使用

我们要向身体发出欢呼：这身体得救了，这身体属乎救赎主了，这身体被圣灵掌管和拥有了。心脏、肺、肝、肾和肠胃

因圣灵住在里面而充满活力；头脑、眼睛、耳朵和神经系统因基督的生命运行而大有能力。整个身体焕发基督生命的光彩，脸上满有基督复活荣耀的光。

身体已经全然献给主，就要让主拿起来使用。可以祷告：“救主耶稣基督，这身体是属你的。请你拿起这身体，大大使用；借着这身体彰显你的生命，借着这身体彰显你的权柄和大能。我的眼睛要看你所看的，我的耳朵要听你所说的，我的口要讲说你的话，我的手要作你所作的事，我的脚要走你所引导的道路。”

基督从死里复活生了我们，给了我们全新的生命，也给了我们全新的身体。这身体不只是在观念上“有所更新”，乃是从头到脚被基督的生命充满，成为圣灵的殿、真理的居所、大能的居所和救赎主的居所。我们反复地相信、默想和宣告，直到这真理成为身体与生活的实际。

第二章 神的话使人活出基督

一、神的话不是外在的行为准则

许多人把信仰停留在口头和知识上，把神的话只当作行为准则：神怎样说，我就怎样做，好显明自己是一个好人、虔诚的人、有信心的人。然而，神的话不只是外在规范；神的话要使我们活出基督，表达基督的生命。若没有基督的生命在里面，外表的虔诚仍不能显明新生命。

有人信主二十年、三十年，甚至四十年、五十年，仍未听见身体是圣灵的殿、圣灵要实际住在身体里并借着身体彰显基督的教导。人若不清楚基督住在里面，就不知道怎样欢迎圣灵充满，也不明白能力、启示和恩赐为何没有在生命中显明。信仰长期停留在口头和知识上，正是许多人不能活出基督的重要原因。

“太初有道，道与神同在，道就是神。这道太初与神同在。”

（约 1:1-2）

我们拥有基督的话语、拥有真理，不是为了表达自己多么好，乃是为了表达基督。神要我们活出来的是全新的生命。神的话就是生命的实际；当这话进入我们里面，不只是告诉旧人应该怎样作，而是使基督的生命从我们里面说话、行动、施行能力。

“我对你们所说的话就是灵，就是生命。”（约 6:63）

信仰若只是不断判断谁讲得对、谁讲得错，听了很多知识，却没有得着、没有活出来，就失去了价值。训练的目的，是让人一步一步习惯与基督合一，习惯让圣灵充满，习惯表达基督的生命，使救赎主生命的真实在每个人里面彰显。

二、有宝贝放在瓦器里

圣经说有宝贝放在瓦器里，为要显明莫大的能力。瓦器指向人的有限，宝贝却是住在里面的基督。许多人承认自己是瓦器，却没有强烈地知道宝贝住在里面；他们不断强调人的软弱，却忽略了基督的生命和圣灵的大能。

“我们有这宝贝放在瓦器里，要显明这莫大的能力是出于神，不是出于我们。”（林后 4:7）

圣灵是一位，却是没有限量的。圣灵降在耶稣身上没有限量；我们这个有限的身体，也应当尽可能多地被圣灵充满。越让圣灵充满，越能活出基督的生命；没有能力，常常是因为人没有领受、没有被装备，也没有养成与圣灵亲近的习惯。

“神所差来的就说神的话，因为神赐圣灵给他是没有限量的。”
（约 3:34）

我们需要每天与圣灵亲密相交，说：“亲爱的圣灵，感谢你住在我里面。请你更多地充满我，使我满有基督生命的荣耀。”这不是说有许多个圣灵，也不是把圣灵分割；乃是承认圣灵的丰满没有限量，而我们需要不断领受、不断被充满。

三、基督已经成为我们的圣洁

身体是圣灵的殿，也是圣洁的殿。我们之所以圣洁，不是因为旧人修养得更好，而是因为基督已经成为我们的圣洁、智慧、公义和救赎。神从创立世界以前在基督里拣选我们，使我们在祂面前成为圣洁，无有瑕疵。

“但你们得在基督耶稣里是本乎神，神又使他成为我们的智慧、公义、圣洁、救赎。”（林前 1:30）

“就如神从创立世界以前，在基督里拣选了我们，使我们在祂面前成为圣洁，无有瑕疵。”（弗 1:4）

教会一个很大的误区，就是得救以后仍不敢相信自己在基督里是圣洁的。若人一直把自己定义为污秽的，就很难过圣洁的生活，也很难发挥身体作为圣灵之殿的功用。我们要相信：这个身体是重价买赎回来的，是分别为圣的，是基督的圣洁成为我们的圣洁。

这个误区也会直接影响身体。人若不相信身体在基督里已经分别为圣，就难以相信圣灵要在每一个器官、每一个细胞里运行，也难以相信身体能够全然健康、足享长寿。身体作为圣灵之殿的功用不能只停留在神学名称上；圣灵要在里面运行，使器官有力、疾病逃走、身体不再被软弱定义。

圣洁不是抽象地存在于灵魂某个角落，而要进入身体和生活。圣灵在里面运行，身体每一个器官、每一个细胞都应当充满活力、大有能力，不再被软弱定义。脸上要绽放神同在的荣

光，身体要活出健康、健壮与长寿的实际。这不是含糊的“内心平安”，乃是圣灵在身体里的真实运行。

四、不要让“不配”拦阻领受

有人认为自己不配被圣灵充满，总是纠结神有没有赦免自己的罪。救恩本身就包括赦免。一个已经得救、已经得着神儿子生命的人，在基督里配得领受圣灵的充满，因为这身体正是主重价买赎、要由圣灵居住和掌管的殿。

“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，洗净我们一切的不义。”（约壹 1:9）

因此，不要一直说“我不配”，也不要羡慕某个被称为有恩膏、有能力、被神重用的人。神拣选了你，基督为你死在十字架上，把你从黑暗的权势中救赎出来，并住在你里面；你当然是被神看重、被神使用的人。你所需要的，是与救主联结，与圣灵亲近，更多领受，并把大能活出来。

五、把属灵操练变成一生的习惯

属灵训练的目的，是养成“基督在我里面活”的习惯。每个人都要有强烈的意识：基督在我里面活着，我一生都要邀请圣灵充满，一生都要表达基督。许多基督徒信主多年，却没有过天天被圣灵充满、天天与主亲密相交的生活；听道时知道基督在里面，离开聚会又回到旧的思维。这样的生活需要被改变。

认识基督、亲近基督、晓得他复活的大能，不能令人感到枯燥。我们要珍惜每一次在真理中的学习，使一切真理成为真实。教会不能成长，往往是因为人不能认准生命，不知道什么叫生命。基督就是我们的生命；越认识他、亲近他、晓得他、活出他，生命就越成长。

“使我认识基督，晓得他复活的大能，并且晓得和他一同受苦，效法他的死，或者我也得以从死里复活。”（腓 3:10-11）

六、身体、健康与大能的具体实际

身体既是圣洁的殿，圣灵就要在其中运行。若人不相信身体在基督里是圣洁的，就不能充分活出圣灵之殿的功用，也不能充分活出健康、长寿和荣光。唯有圣灵在里面运行，每一个器官才能有力运作，疾病才要逃走，身体才不被软弱辖制。

这不是高举人的肉体，而是高举住在瓦器里的宝贝。我们不说“这个器皿自己有能力”，乃说“基督在里面有能力”。人若没有能力，就要更多地领受，不要到处寻找某个所谓有能力的人，却忽略自己具备活出基督大能的条件。基督住在里面，圣灵也住在里面；这瓦器本应显明莫大的能力。

我曾遇见一位将近八十岁的老牧师。他认真告诉我：“我腹中真的有圣灵，我能感受到圣灵就在里面运行。”我相信他所说的，因为这位老者大有能力。他不是谈论一个遥远的观念，而是确实感受到圣灵住在身体里面。这个见证使我更深看见：每个人都需要真实领受，并知道圣灵住在哪里——就在我们里面。

我遇见他时，他将近八十岁；若仍在世，如今已经九十岁左右。他告诉我，腹中“咕噜咕噜”的运行并不是肠道出了问题，而是自己确实感受到圣灵在里面。他用手碰到人，人便在能力中倒下。这个具体见证不能被缩减成一句“他很属灵”，重点正是圣灵实际住在身体里面，并借着身体显出能力。

操练时可以这样祷告：

亲爱的圣灵，我感谢你住在我里面。这个身体是圣洁的，是分别为圣的，是主重价买赎回来的。请你更多地充满我，洁净并掌管我的头脑、心脏、肺、肝、肾、肠胃、骨骼和每一个细胞。基督已经成为我的圣洁、公义、智慧和救赎；我不再被“不配”拦阻。我要活出住在瓦器里的宝贝，显明那出于神的莫大能力。

七、从外表虔诚进入生命真实

我们过去太注重外表的虔诚、外表的知识和聚会形式，却忽略了让圣灵住在身体里，忽略了基督生命的真实。讲道可以很多，知识也可以很多；若人只会判断这个讲得对、那个讲得不对，自己却没有得着，没有活出，就仍然没有进入生命。

属灵训练不是再增加一套知识，而是使人真实感受到圣灵住在里面，真实知道身体是他的殿，并让基督生命的大能里面彰显。那位将近八十岁的老牧师告诉我，他能感受到圣灵在腹中运行；他用手碰到人，人便在能力中倒下。无论人怎样解释感受，这位老者所见证的核心十分清楚：圣灵不是遥远的知识，乃是住在身体里的活神。

我们要开始全新的生活：让圣灵充满，让圣灵在身体里面运行；随时举手都有能力，开口说话带着恩膏。这样就不必一遇见问题、麻烦和疾病，便四处寻找某个“有能力的人”。基督已经住在我们里面，我们具备活出基督大能的一切条件。

八、真正健康的教会必须大有能力

世界上的知识很多，教导也很多，真正有能力的人却不多。一个健康、真正能够牧养人的教会，在真理里必须大有能力。圣经中的教会大有能力，门徒传福音时有神迹奇事随着；若教会习惯停留在知识里，信仰对现实生活就不能产生实际帮助。

这里的判断是严肃的：没有真理，生命没有根基；没有能力，人也不能帮助那些带着疾病、捆绑和难题来到面前的人。牧养不能只给人知识，却让人仍旧原样回去。没有能力是不允许牧养的；真正的牧养要把人带到基督面前，使他认识生命，得着圣灵的能力，并亲自活出基督。

如果信仰只有知识，没有真理成为生命，也没有能力解决现实中的疾病、捆绑和难题，那么这样的信仰对人的实际生活就毫无价值。人来到教会，不应只听见一套道理，仍带着原来的问题回去；他需要遇见又真又活的基督，认识住在里面的宝贝，也得着可以帮助别人的生命与能力。

身体若不被圣灵占有，就容易给黑暗权势留下位置；被邪灵占有会带来疾病和辖制，必须奉耶稣基督的名把邪灵赶出

去，身体才得自由、更加健康。因此，我们要让圣灵更多住在里面，让身体从头到脚都归给主，不给魔鬼留地步。

身体是圣灵的殿，我们是神圣洁的国度；宝贝放在瓦器里，正是要显明莫大的能力。如果瓦器始终没有显出宝贝的能力，就必须回到真理里省察：是否真正相信基督住在里面，是否让圣灵掌管，是否付出时间操练并领受。

“惟有你们是被拣选的族类，是有君尊的祭司，是圣洁的国度，是属神的子民，要叫你们宣扬那召你们出黑暗、入奇妙光明者的美德。”（彼前 2:9）

九、圣灵充满、方言与持续领受

被圣灵充满时，有人会说方言。不要限制圣灵，也不要因自己过去没有这样的经历就拒绝。方言不是高举自己的记号，也不能代替真理；它可以成为人与神在灵里交通的一种方式。我们要在真理中敞开，专一渴慕圣灵更多充满。

“说方言的，原不是对人说，乃是对神说，因为没有人听出来；然而，他在心灵里却是讲说各样的奥秘。”（林前 14:2）

圣灵已经住在里面，还要更多地充满、披戴在身上。可以持续祷告：“亲爱的圣灵，我需要你更多。请你进到我的里面，降在我的身上，厚厚地披戴我，使我满有大能和荣耀。我不限制你，也不拒绝你的工作；我要持续相信、持续领受。”

这里的“更多”不是说圣灵被分成许多份，乃是要我们更加完全地向他敞开，更加充分地让他掌管。我们一生都要有“基

督在我里面活”的强烈意识，一生都要邀请圣灵充满，一生都要活出基督。

十、救恩已经赦免，不再被不配辖制

有些人认为自己不配得圣灵，总在纠结神有没有赦免自己的罪。得救的人在基督里已经蒙赦免，救恩里面本来就包括赦免。身体是主重价买赎回来的，正是要被圣灵充满、掌管和使用。若人一直说自己不配，就会把已经赐下的恩典挡在意识之外。

我相信，在领受这些真理的人中要出现大有能力、能行神迹的人。这不是给少数人的预言，而是对每一个愿意进入属灵真实、相信圣灵住在里面之人的呼召。圣灵就是基督的灵，带着大能和荣耀披戴在我们身上；我们要大大相信，大大领受。

神拣选了我们，基督替我们死在十字架上，又把我们 from 黑暗的权势里救赎出来，住在我们里面。不要羡慕任何人，也不要让人把“被神重用”只贴在某个人身上。基督住在你里面，你就是神要使用的人；你需要与救主联结，与圣灵亲近，让里面的生命充分表达出来。

十一、从头到脚都满有基督的生命

基督的生命充满周身，连最小的一根汗毛也在复活大能的范围里。我们必须更加真实地认识基督的生命，与基督更加亲密，活出合一的生命关系。不要把时光耗费在争论和羡慕中，要更多亲近他、拥有他、表达他。

许多人只要祝福、恩典和帮助，却不愿意认识生命、活出基督；又想活出信心，却没有让基督成为生命的中心。这样的信心不是真实的信心。基督才是信心创始成终的主，也是一切祝福、恩典和能力的源头。我们所得的不是离开基督的好处，乃是基督自己成为我们的生命，并从里面活出信心。

“仰望为我们信心创始成终的耶稣。”（来 12:2）

这殿本是洁净、分别为圣并大有能力的，因为宝贝住在里面。若不活出大能，就是亏欠神所赐的生命；若不让宝贝在瓦器里充分显明，就不能彰显那莫大的能力。我们遇到疾病和难题，不必总想着找谁来帮助，而要知道基督已经使我们具备活出他生命的条件。

因此，要把一切真理变成真实，把真理带进身体、家庭和日常生活，活出来、彰显出来。我们是基督复活生命的见证，要充分地、大有能力地表达这生命，使基督更多地在这里面和外面彰显。

第三章 真理与圣灵的大能

一、圣灵来为基督作见证

救主耶稣基督从死里复活，生了我们；我们是在灵界、在圣灵里被生，得着了灵的生命，就是基督的生命。耶稣基督从死里复活、升上高天，圣灵就来带领我们、引导我们，把他所听见的告诉我们，并把将来的事启示我们。

“只等真理的圣灵来了，他要引导你们明白一切的真理；因为他不是凭自己说的，乃是把他所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。他要荣耀我，因为他要将受于我的告诉你们。”

（约 16:13-14）

圣灵来是表达基督、代表基督、为基督作见证。因此，认识圣灵不能离开认识基督。若不认识基督，就不能正确认识圣灵；若只讲圣灵的能力，却不表达基督，仍会偏离真理。使徒被圣灵充满以后，大有能力地活出基督，基督的生命便显现出来。今天基督的生命也要在我们里面显现，所以我们必须领受圣灵，与圣灵联结、团契，满有圣灵的大能。

圣灵不是一句“与我们同在”的知识。圣灵正与我们同在，正在我们的家里，也住在我们的身体里。我们需要更多领受，让他装备我们，使基督复活的大能显明出来：让死人复活，让瞎子看见，让瘸腿行走，让患麻风的得洁净。这些都是具体的生命果效，不能被弱化成笼统的“生命更好”。

圣灵在我们家里，基督也要在家中作王掌权。圣灵的同在不能只成为个人里面的一种感受，而要进入家庭关系、身体健康、日常决定和所面对的实际难题。越认识基督，越让圣灵充满，家中就越要显明救赎主的生命、权柄、平安和大能。

二、既有铃铛，也有石榴

我曾去过一间不起眼的农村教会，却看见那里的人个个大有能力。他们为病人祷告，病人就好；聚会中有人在圣灵能力下倒下。我认真观察他们为什么这样有能力，发现他们每天聚会都迫切祷告：“圣灵啊，来充满我；我要你更多；我要更多圣灵降在我身上，进到我里面。”他们相信圣灵装备每一个人，也用这样的渴慕不断领受。

他们有圣灵的运行，却没有足够的真理，聚会有时显得缺少次序，所分享的真理也不充分。我因此下定决心：一定要让弟兄姐妹既有真理，又有生命；既有神的话，又有圣灵的大能。这就像旧约大祭司袍子底边的金铃铛和石榴：石榴使我想到了神话语丰富的生命，铃铛使我想到了圣灵运行的声音；两样都需要。

圣灵作事不受人的程序和形式限制，所以不能因为聚会没有完全照人的安排进行，就轻率否定圣灵的工作；然而，能力若离开真理，也会使人失去分辨，甚至把混乱当作属灵。人不能离开神的话，却声称自己单凭圣灵引导。圣灵是真理的灵，只见证基督；真正从圣灵来的带领，必与真理一致，也必把人带向基督。

“在袍子周围底边上，要用蓝色、紫色、朱红色线做石榴。在袍子周围的石榴中间要有金铃铛：一个金铃铛、一个石榴；一个金铃铛、一个石榴，在袍子周围的底边上。”（出 28:33-34）

只有能力而缺少真理，人容易失去分辨；只有知识而没有圣灵的大能，人又不能把基督活出来。真正的属灵生活，必须在真理中被圣灵充满，使能力受真理引导，也使真理成为可经历的生命。

三、每个人都当活出使徒式的生命

圣灵降在我们身上，基督的大能就显现出来。没有圣灵的大能，就没有办法充分活出基督的生命；没有圣灵降在身上，也难以体会生命的甘甜。许多人羡慕使徒的生活，实际上，我们既与基督一同复活，又领受圣灵的同在和大能，就开始进入使徒式的生活。

这里要作清楚区分：不是说每个人在恩赐和职分上都是使徒，而是说我们所得的基督、所得的生命、所得的真理与使徒所得的并无两样。耶稣说信的人必有神迹随着，并没有把这应许只限定给使徒。凡信的人，都应当领受圣灵，活出基督复活生命的大能。

因此，我们虽然在恩赐和职分上不一定是使徒，却已经开始进入使徒式的生命与生活。使徒所得的基督，与我们所得的是同一位基督；使徒所得的生命，与我们所得的是同一个生命；使徒所倚靠的真理和圣灵，也已经赐给信的人。我们不能用“我不是使徒”取消主对信的人所说的话。

“信的人必有神迹随着他们，就是奉我的名赶鬼；说新方言；手能拿蛇；若喝了什么毒物，也必不受害；手按病人，病人就必好了。”（可 16:17-18）

我们不可因遇见一个有能力的人，就认定只有他被神重用，而忽略自己也是神所爱、所拣选、所使用的人。恩赐不是少数人的特权，圣灵白白赐下，要让神的儿女表达基督。我们应当有得着更多圣灵的智慧、被圣灵充满的智慧、活出大能力的智慧。

四、渴慕、默想并安静在圣灵面前

圣灵降在耶稣身上没有限量，降在信的人身上也不是要我们停留在一点点经历里。我们要渴慕，让圣灵更多充满；要默想圣灵在家中、在身上、在里面；要在走路、躺卧和工作之时，对圣灵保持敏锐。与圣灵同工是全新的生活，需要训练，也需要时间。

我曾在睡前默想圣灵充满整个身体，睁着眼睛仍然默想，甚至在梦中也继续默想，能感受到全身被圣灵充满。梦中，我又为一个十四五岁的男孩祷告；他和母亲都受邪灵辖制，家中只有母子二人，没有人帮助，生活如同流浪。我相信神迹已经发生在他们身上。这个经历使我更加看重默想和代祷，不把属灵生活限制在清醒时的一段聚会里。

我们也要学习安静，保守自己的心，少在辩论上浪费时间，多在圣灵面前与他密切相交。约瑟没有复杂的社会关系，作奴隶、作囚犯时仍然出色，因为神的灵在他身上；大卫在被

家人忽略的时候与神同在，便大有能力；摩西在旷野四十年，与人群隔绝，却在神面前被预备，成为大有信心能力的领袖。

“有人靠车，有人靠马，但我们要提到耶和华我们神的名。”

（诗 20·7）

我们得胜不是靠车、靠马、靠人力，乃是靠耶和华的灵。给圣灵时间，拿出个人的时间与他同在。真理不但要讲，还要操练、经历；没有经历，真理就容易成为毫无价值的知识。

五、不高举器皿，只彰显基督

我曾认识一位弟兄，他极其渴慕圣灵充满，每天在家举手，迫切祷告，让圣灵充满他。他后来确实活出了大有能力的生命。然而，得着能力以后更需要智慧：不是我们自己有能力，乃是因为我们得着了基督的生命，圣灵降在我们身上，使复活的基督被表达出来。

这位弟兄的渴慕不是偶尔一次。他在家放着音乐，天天举手，反复向圣灵敞开，迫切到旁人看来仿佛“发疯”一般。他持续渴慕、持续领受，后来确实活出了大有能力的生命。这个见证所强调的不是模仿一种外在动作，乃是不要用冷淡和被动限制自己，要给圣灵时间，以持续的渴慕进入真实经历。

圣灵充满不是为了彰显某位牧师、弟兄或姐妹多么属灵、多么被神重用。我们已经死了，如今活着的是基督；一切神迹奇事不是器皿可夸口的成就，乃是住在里面的基督所作的。我们从圣经看见耶稣所作的，便照着他所作的去作；正如主看见父所作的，他也照样作。

“若是你的儿子求饼，反给他石头呢？求鱼，反给他蛇呢？你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他的人吗？”（太 7·9-11）

若有人赞美器皿，我们不要接受不合真理的高举。若要夸口，就当指着主夸口。真实的见证不是“这个人有能力”，而是“基督在这个人里面活着，圣灵为基督作见证”。

六、生命的大能要进入日常生活

有一位弟兄被圣灵充满到一个地步，他进入火车的一节车厢，那里的人便悔改哭泣。他没有先讲一篇道，只是圣灵强烈地与他同在，就带下悔改。这个见证使我反复思想：彼得、保罗的时代，信的人大有能力；到了今天，我们为什么甘愿软弱，不能活出基督的生命，也没有神迹奇事伴随？许多人渴望大能，却没有得着正确教导；没有正确教导，就没有正确信念，也不能活出真理。

我也听见医护人员活出信心的见证。一位作医生的姐妹，无论作什么都对病人说：“这药你吃了就好了。”另一位刚从医学院毕业的年轻姐妹，到她那里看病的人不多；每来一个病人，她先为病人祷告，也按手在输液瓶上，然后为病人输液。她相信圣灵的大能进入人的身体，并见证病人一个个好起来。这些见证不是把荣耀归给药物、手或器皿，而是说明信的人要在日常职业中与圣灵同工。

真正属灵的生活不是离开工作和家庭，而是使凡与我们接触的人因基督在里面而蒙福。我们的手、话语、脚步、影子、

眼睛和所到之地，都应当成为基督生命彰显的途径。我们要过让瞎子看见、瘸腿行走、麻风得洁净、肿瘤消失、死人复活的生活。

七、持续领受圣灵的充满

不要再祷告“主啊，求你与我同在”，仿佛他尚未来到。圣灵已经住在里面，因为身体是圣灵的殿；我们应当相信、感谢，并更多领受他的充满。我们可以这样祷告：

亲爱的圣灵，我需要你，我要你更多地充满我。谢谢你已经与我同在，已经住在我里面。请你降在我身上，进到我的身体里，使我从头到脚披戴属天的能力。我的思想、话语、手、脚、眼睛和影子，都要表达基督；一切锁链、疾病和咒诅都要断开，我要得着全然的自由。

我不高举自己，也不高举任何器皿。真理是住在我里面的基督有能力；圣灵来为基督作见证。求你使我能够帮助软弱的人，让人遇见我便遇见基督。我要给你时间，在安静中领受，在默想中敏锐，在日常生活里与你同行，活出基督复活大能的生命样式。

八、没有能力，就不能解决人的问题

许多人信主十年、二十年，连一个感冒也没有祷告好过；有人带着盼望来到教会，却没有得到实际帮助。这不是因为基督没有能力，也不是因为圣灵没有赐下，乃是我们没有从主和圣灵那里领受更多。没有领受，就无法活出来。

我们在争辩上浪费了许多时间，却没有安静自己、保守自己的心，也没有拿出时间与圣灵相交。属灵生活若没有能力，就不能真正解决人的问题；不能使被疾病、惧怕、黑暗和捆绑辖制的人得自由，也不能充分表达基督。

软弱常常来自没有真理、没有信心、没有被圣灵装备。人若得到正确装备，不但不再软弱，还能帮助别人，活出生命的大能。凡从神生、从圣灵生的人，按真理说不应当没有能力；那使基督从死里复活的大能，应当在我们身上极大彰显。

九、把个人的时间给圣灵

共同操练的时间有限，个人却有大量时间可以与圣灵同在。可以在睡前拿出一个小时、两个小时，甚至拿出一整夜的时间，安静地说：“圣灵，请你充满我。”我敢说，这样与圣灵同在，第二天不会使人失去工作的力量，反而使人重新得力、充满活力。关键在于愿不愿意付出时间，是否真心渴慕经历圣灵的同在。

作为牧者，我愿意付出，也愿意把自己摆上，带领神的儿女在属灵认识和属灵见识上更多认识基督、更多得着圣灵。然而，别人所付出的时间不能代替个人与圣灵相处。每个人都要亲自拿出时间，亲自渴慕、领受和经历，使所听见的真理成为自己的生命实际。

不要再把所有时间给世界，却只把极少的一点时间给主。要在走路、休息和睡前渴慕圣灵，对他敏锐，感受他的同在。

时间长了，就会知道圣灵怎样带领，甚至感觉他比世界上一切都更加真实。与圣灵同在、被圣灵充满，是极其幸福的生活。

可以祷告：“亲爱的圣灵，我要你更多。请你更多地充满我、装备我、使用我。我把时间给你，把身体给你，把思想和未来都给你。使我不再作软弱的人，乃作能够帮助人的人；使我满有基督复活大能的生命样式。”

十、神迹奇事应当进入日常接触

我们要相信神迹奇事伴随着自己的话语、手、身影、眼睛、脚步和脚掌所踏之地。圣灵白白地赐下，也要白白地领受。不要只在特别聚会中期待神迹，乃要在每天的工作、家庭和与人接触中，相信圣灵彰显基督。

医护人员的见证说明，职业可以成为与圣灵同工的地方。医生给病人药物时，以信心说：“这药你吃了就好了。”还有一位刚从医学院毕业的年轻姐妹；当时当地流行打吊针，因为人们觉得她年轻，到她那里看病的人很少。每来一个病人，她便先祷告，用手按在吊针的输液瓶上，再为病人输液；她见证“挂一个，好一个”，并相信圣灵的大能进入人的身体。神迹奇事无处不在，只要相信，凡与我们接触的人都可以因基督在我们里面而蒙福。

我们要过让瞎子看见、瘸腿行走、麻风得洁净、肿瘤消失、死人复活的生活。不是等将来某一天成为特别人物以后才开始，而是从今天开始相信圣灵在身上，开始为身边的人祷告，开始让手、口和脚步成为基督施行祝福的器皿。

十一、得着能力以后更要有智慧

能力需要真理引导，也需要智慧使用。圣灵充满不是为了让人说“这个牧师有能力”“那个弟兄被神重用”，也不是为了制造个人崇拜。我们不接受这样的高举，因为一切能力都来自里面的基督。

得着能力以后，要更加谦卑、更加认识使命。圣灵降在身上，是为了表达基督复活的生命，不是彰显个人属灵。我们所作的，是从耶稣基督那里看见的；我们看见他在圣经中医治、释放、叫死人复活，今天也照着他所作的去作。

若同样信耶稣，彼得和保罗的时代大有能力，今天却甘愿一文不名、没有神迹奇事，这不是时代改变了，乃是人没有得到正确教导，没有建立正确信念。我们要重新被真理装备，知道基督仍然活着，圣灵仍然与信的人同在，神迹奇事仍要伴随福音。

第四章 圣灵降在你们身上

一、主的灵在我身上

耶稣在约旦河受洗以后，圣灵降在他身上，他便满有圣灵的能力，开始救赎的使命。今天我们要活出基督的生命，也必须像基督一样被圣灵充满。我们被圣灵充满，不是为了证明自己有多大的能力，也不是为了彰显某种恩赐；乃是因为我们已经得着基督的生命，要活出基督的生命样式。

“主的灵在我身上，因为他用膏膏我，叫我传福音给贫穷的人；差遣我报告：被掳的得释放，瞎眼的得看见，叫那受压制的得自由，报告神悦纳人的禧年。”（路 4:18-19）

圣灵怎样降在耶稣身上，也要降在信的人身上。主的灵在他身上，使他传福音、释放被掳的、使瞎眼的看见、叫受压制的得自由；同一位圣灵降在我们身上，也要使我们活出这样的生命果效。被圣灵充满的目的始终是彰显救赎主的生命大能，不是彰显你我。

二、成为基督复活的见证

主在升天以前告诉门徒，圣灵降临，他们就必得着能力，并要直到地极作他的见证。“作我的见证”不只是口头为一件历史事件作证，也包含成为基督生命的见证，让人看见得着生命与没有得着生命不一样。

“但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力；并要在耶路撒冷、犹太全地和撒玛利亚，直到地极，作我的见证。”（徒1:8）

我们要成为复活基督生命的见证。基督从死里复活，今天在我们里面活着；圣灵降在我们身上，使他的拯救、医治和释放借着 we 显明。被掳的要得释放，瞎眼的要看见，受压制的要自由；这些不是少数特殊人物才可拥有的经历，而是每一个得着基督生命的人应当领受并活出的生命样式。

三、永生就是基督的生命

许多人说信耶稣是为了得永生，却把永生理解成单纯“永远活着”。永生的核心是基督的生命；人若没有得着基督的生命，哪里有永生？认识永生，就是认识基督已经成为我们的生命，并让这生命在现今活出来。

“认识你独一的真神，并且认识你所差来的耶稣基督，这就是永生。”（约 17:3）

圣灵之所以降在我们身上，是因为我们得着了基督，基督已经成为我们的生命。若不认识生命，就不能活出生命；若只把永生推到将来，就不会在今天大胆活出基督的权柄和能力。我们被拣选，不是只等待离开世界，乃是在地上过属灵的生活、基督生命的生活、新生命的生活。

四、不再是我，乃是基督

我们无论到哪里，都要无数次告诉自己：“不再是我，乃是基督。”若仍由旧人作主，就不能成为世界和家人的祝福，也不能大胆行神迹。旧人已经与基督同钉十字架；我们得着了救赎主的生命，就应当说：“永远不再是我，乃是基督在我里面活着。”

我曾听见一个见证：一位大有能力的牧师为一个失去双腿的人接手，命令双腿长出来，双腿便渐渐长出。这个见证说明：基督在我们里面，我们得着的是基督的生命，不必把神迹看作与信徒无关的稀奇事。我们不能行，是因为尚未进入真理、尚未充分认识生命；不是因为基督的生命没有能力。

我们每天操练的目的，就是强化这意识：基督是我的生命，圣灵在我身上，我满有基督复活的大能。圣灵若在我们身上与在耶稣身上完全无关，我们就无法作耶稣所作的事；但主明明应许信他的人也要作他所作的事，并且要作更大的事。

“我实实在在地告诉你们，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。”（约 14:12）

五、每一个神的儿女都当领受能力

一间教会若没有有能力、有信心、能行神迹的人，怎能显明自己是基督的教会，是神所生、有生命的一群人？问题不在于神没有赐下，往往在于教导和真理出了问题。我们不是发起一场外在的宗教变革，乃是呼唤神的儿女进入真理，认识基督并领受圣灵。

不要说自己没有医治的恩赐，仿佛这句话便可以成为不活出基督的理由。把一切能力推给少数特别人物，是骄傲而错误的心思。神的儿子所活出的生命样式，应当是每个新造之人所追求、所领受的。我们缺少什么，就向神求什么；祈求就给，寻找就寻见，叩门就开门。

“你们祈求，就给你们；寻找，就寻见；叩门，就给你们开门。”（太 7:7）

软弱不是新生命应有的常态。圣灵怎样降在耶稣身上，也要怎样降在我们身上；从前的软弱要成为过去。我们要持续领受，直到每个人都能成为家人的保护和保障，成为更多人的祝福。

六、看重这圣洁尊贵的身体

我们常常忽略身体，却应当知道，每个人的身体都是圣灵的殿，是圣洁、尊贵、重价买赎回来的。身体软弱时，不但要被圣灵充满，也要按着真理对身体说话：“身体啊，你是圣洁的，你要足享长寿；你里面外面都大有能力，你是蒙大福的。”

“耶和华神是日头，是盾牌，要赐下恩惠和荣耀。他未尝留下一样好处不给那些行动正直的人。”（诗 84:11）

我们要格外看重身体，却不是依靠身体；我们看重的是这身体归给了谁、里面住着谁。邪恶、罪恶、疾病和残疾不能被当作圣殿理所当然的主人。信徒要大胆相信身体是圣灵的殿，相信基督的生命在其中运行，而不是被宗教不断告知“你不

能”。在基督里，耶稣所作的事，我们也要作；耶稣所拥有的生命，我们已经领受。

圣殿是属神的居所，邪恶、罪恶、疾病和残疾不能在其中拥有合法地位。今天若相信身体就是圣灵的殿，就要相信疾病不能继续占有这身体，黑暗权势也不能继续辖制。我们要奉耶稣基督的名拒绝一切不属于圣殿的事，让圣灵在他的殿中掌权。

七、以按手操练信心

可以用一个具体方法操练为病人按手：先把右手搭在自己的左肩，专一相信圣灵的大能借着手进入身体，洁净、医治并释放。有人会感到清凉，有人感到身体里面运行；即使没有感觉，也不是凭感觉，乃是凭信心。这样操练，是为了以后为病人按手时，不再陌生、惧怕或退缩。

可以把手按在肩上或头上祷告：

圣灵的大能进入这个身体，洁净、医治这个身体。奉耶稣基督的名，复活的生命运行在头脑、血管、心脏、肺、肝、肾、肠胃、骨骼和每一个软弱之处。这身体是圣灵的殿，是分别为圣的；一切软弱得释放，一切疾病离开。主啊，使我大有能力地见证基督复活，活出基督的生命。

按手在自己身上时圣灵怎样运行，按手在别人身上时，也要凭同样的信心相信圣灵运行。我们不是追求感觉，却可以学习辨认圣灵的工作；不是高举手的能力，乃是让基督借着他的肢体施行医治。

八、在自己身上操练按手

按手也需要操练。可以把双手按在头上，专一相信圣灵的大能进入头脑和身体，洁净头脑、脑血管和各样软弱。重点不是手上用多大力量，乃是心里相信。人在专一相信时，身体可能会自然用力，但不能把注意力放在人的用力上；真正运行的是圣灵的大能。

祷告时可以持续一分钟，把手稳稳按在头上，说：“奉耶稣基督的名，圣灵的大能进入我的头脑，洁净我的思想，医治我的脑血管；复活的大能进入我的身体，充满并更新我。”祷告以后，可以安静感受头脑和身体的变化。有的人会感到清爽，有的人会感到热、凉或里面运行；没有感觉，也仍然凭信心相信。

在自己身上操练，是为了知道怎样为病人祷告。圣灵怎样借着按手进入自己的身体，也能怎样借着按手进入病人的身体。我们既要操练圣灵更多降在身上、住在里面，也要操练为自己祷告，使自己在属灵的事上成熟。

九、像运动员和战士一样操练

要作主的工，就必须在属灵的事上锻炼自己。运动员需要不断训练，战士上战场以前也必须操练；属灵生命同样不能靠一时冲动。大卫若没有在旷野中与狮子和熊争战，怎能有勇气和信心面对歌利亚？过去的经历训练了他的信心，使他知道神怎样拯救，也知道自己可以靠神得胜。

“大卫又说：‘耶和華救我脱离狮子和熊的爪，也必救我脱离这非利士人的手。’”（撒下 17:37）

我们要不断经历神，不能只听别人的见证。每一次为自己祷告、为别人按手、相信圣灵运行，都是训练；每一次胜过惧怕、开口命令疾病离开，都是成长。属灵操练像肌肉一样，是一点一点练出来的，不是一下子就达到成熟。

十、成长不能变成对人的依附

牧养的目的不是把人控制在某位牧者周围，也不是使人依附某个被称为有能力的人。在基督里，只要人真正成长，就是最美好的；若以后能够一同服事、同工，当然更加美好。付出和陪伴的目的，是让每个人都活出基督，满有基督生命的样子，把一切荣耀归给主耶稣基督。

我没有与每个人单独建立联系，一方面是因为服事繁忙，另一方面更是不愿任何人在我这里被辖制。人若只能依靠一位牧者，离开他就不会祷告、不会领受、不会为病人按手，这不是真正的成长。牧养应当把人带到基督面前，使每个人都能直接与圣灵同行，亲自活出基督。

因此，不要让个人联系、身份和名声成为属灵成长的中心。中心永远是基督，是基督在每个神儿女里面活着。真正的牧者不是让人永远来找自己，乃是带领人认识住在里面的基督，学会亲近圣灵，能够亲自为病人祷告，亲自活出信心和能力。

十一、同样的圣灵、同样的生命、同样的事

耶稣是受膏者，“受膏者”就是基督。主的灵降在他身上，使他活出基督的生命，开始救赎的使命。今天我们得着了基督的生命，圣灵也同样降在我们身上；圣灵怎样在耶稣身上表达生命的大能，也要怎样在我们身上表达生命的大能。

同样的圣灵、同样的生命，就要作同样的事。我们在基督里可以得着更多、支取更多，成为大有能力、大有智慧的人。神没有把信徒留在只能观看耶稣作事的位置，而是把基督的生命赐给我们，又把圣灵赐下，使我们成为他的见证。

我们要持续宣告：“因我活着就是基督，圣灵大大充满我；同样的圣灵降在我身上，同样的生命在我里面活着，我要作主所作的事，见证基督复活的大能。”

第五章 默想基督，活出权柄

一、心眼必须被打开

基督在我们里面活，是真真实实的；然而，我们需要养成活出基督的习惯。若不活出基督，就不叫活出生命。许多人不知道基督在里面活的奥秘，所以没有力量、信心和能力。问题不在于生命没有赐下，乃在于人的心眼没有打开，没有看见自己得着了怎样的生命。

“并且照明你们心中的眼睛，使你们知道他的恩召有何等指望；他在圣徒中得的基业有何等丰盛的荣耀；并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。”（弗 1:18-20）

若你确信自己在基督里是新造的人，确信得着新生命，确信如今是神的儿子，就不要把这身份弱化为一句称呼。神的儿子能作神所作的事；基督使死人复活、瞎子看见、缺少的肢体长出、各样疾病消失。我们需要被带到主面前，进入他所作之事的场景；只讲知识不够，心必须向超自然的真实打开。

“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”（林后 5:17）

人说“我不能”，常常是因为心没有打开，里面没有基督的形象。知识可以堆积，宗教生活也可以继续，但心若没有被复

活的基督占有，人仍不敢相信、不敢行动。属灵训练就是让基督成形在我们里面。

二、默想耶稣所作的事

门徒跟随耶稣多年，亲眼看见五饼二鱼喂饱五千人，看见彼得在水面上行走，看见耶稣一句话平静风浪。他们知道这位救赎主大有能力。今天，我们也要反复默想圣经中的基督：默想他一句话让拉撒路从死里复活，一句话使百夫长的仆人得医治，一句话叫瞎子巴底买看见，也默想风浪、无花果树、枯干的手和五饼二鱼怎样顺服他的话。

“耶稣对她说：‘复活在我，生命也在我。信我的人虽然死了，也必复活。’”（约 11:25）

“百夫长回答说：‘主啊，你到我舍下，我不敢当；只要你说一句话，我的仆人就必好了。’”（太 8:8）

默想不是空想，而是让神话语中的画面占有心。若脑海里没有基督的形象，基督没有成形在里面，就难以活出来。人可以听遍世界各地的讲道，看见别人医病、赶鬼、行神迹，唯独自己不能；改变的方法不是羡慕别人，而是每天默想基督，认识他怎样作事，并相信他要借着我们作他所作的事，而且作更大的事。

三、福音本是神的大能

人没有能力，一个根本原因是不认识福音。福音本是神的大能；福音不是一个抽象体系，福音就是基督，就是生命，而

基督又是真理。出于神的话没有一句不带能力；神的话带着成就的大能，说有就有，命立就立。

“我不以福音为耻；这福音本是神的大能，要救一切相信的。”

（罗 1:16）

“因为出于神的话，没有一句不带能力的。”（路 1:37）

耶稣对枯干的手说“伸出来”，那手一伸便复了原。神的话不是报告环境，而是向环境发布命令。我们要被神的话训练，面对一切挑战都持守充足的信心：我的口代表基督说话；从基督生命里出来的话必有能力，神的话必在生命中发生。

四、成为复活基督的见证

圣灵降在我们身上，我们就成为基督复活的见证。这里“成为”指向生命本质的改变，如同碳经过高温成为钻石，毛毛虫经过蜕变成为蝴蝶。我们不是只用口讲基督复活，乃是活着成为复活基督生命的见证。

在家里，我们要让家人看见生命已经改变：如今活着的是复活的基督，他在里面大有能力、大有权柄。我们的身体是基督的肢体，是重价买赎、全然圣洁、大有能力的。我们的手就是基督借以工作的手，口就是他借以说话的口，眼睛就是他借以看人的眼睛，脚就是他借以行走的脚。

“你们就是基督的身子，并且各自作肢体。”（林前 12:27）

得着生命和没有得着生命，不能没有区别。得着生命的人要过大能、蒙福、兴盛的生活；没有生命的人才被软弱、罪和

黑暗辖制。我们要向世界证明基督活着，证明救赎主已经生了我们，证明生命是大有能力、大有权柄的。

五、对身体、环境和万物说话

在我们里面的基督统管万有，带着统管万有的权柄能力。耶稣对风、海、无花果树、枯干的手和五饼二鱼说话，也教导人对山说话。今天，我们要学习对身体、家庭环境和黑暗权势说话，命令不合真理的事离开，命令神的美好发生。

“我实在告诉你们，无论何人对这座山说：‘你挪开此地，投在海里！’他若心里不疑惑，只信他所说的必成，就必给他成了。”

（可 11:23）

头发缺少的，可以按手在头上，奉耶稣基督的名命令头发生长；身体有疾病的，可以命令疾病消失；也可以凭信心对身体说“返老还童”。一遍不行，就继续说，不被眼前环境动摇。“返老还童”是明确、具体的生命实际，不是含糊的“更新”。

我曾遇见一个心理学家，他颈部生了一个东西，按医学的判断可能是恶性的。他不是基督徒，却懂得命令邪灵离开，后来颈部恢复健康。人的层面尚且可以经历这样的结果，何况今天我们活着就是基督，得着的是统管万有的生命？我们不能继续以“不能”定义自己。

我们可以对身体说话，也可以对家庭和环境说话。心里若对家庭环境产生不好的预感，要命令黑暗权势离开，不让惧怕掌管；面对病人，可以命令疾病离开；面对缺失的肢体，也要

大胆命令长出来。任何一个人都不是我们的标准，唯有耶稣基督是生命的标准。

六、信心讲说答案，不讲说问题

百夫长一相信，耶稣就作成，他的仆人便好了。今天，我们虽然肉眼看不见耶稣，却在灵里相信他仍然活着、仍然作事。我相信我的家人都在经历健康，耶稣基督使他们返老还童、青春常驻、充满活力和智慧，家中老少都满有恩惠、恩典和祝福。

许多基督徒满嘴都是问题，这不是基督的生活，也不是新生命的生活。新生命讲说在基督里的答案，讲说在真理里蒙福的实际；我们所讲说的、所相信的，要成为生命中的真实。不能完全被神的话占有，环境一来，心里便失去力量；基督面对风浪，却用一句话使风和海都平静。

大卫面对歌利亚时，没有被整个国家的环境吓跑，反而迎难而上。他是英雄，因为他认识与自己同在的神。今天，我们拥有坐在至高之处、统管万有、使万民屈膝的生命，就不应继续活在胆怯中。我们要刚强壮胆，讲说答案，迎着困难向前。

“你来攻击我，是靠着刀枪和铜戟；我来攻击你，是靠着万军之耶和華的名。”（撒下 17:45）

七、把神迹的意识带入生活细节

血漏的妇人摸着耶稣的衣裳穗子就得医治。我们也要相信，连与我们接触的衣物都可以成为圣灵能力运行的媒介。我

孩子还小时，洗过的衣服我会按手祷告，要确保他穿的衣服上有圣灵的大能；我相信谁与他同桌都要蒙福。这使我想到保罗的手巾或围裙放在病人身上，疾病便退去，邪灵也出去。

“甚至有人从保罗身上拿手巾或围裙放在病人身上，病就退了，恶鬼也出去了。”（徒 19:12）

我也特意搜集神迹的见证，为要更多认识基督。有一位神父告诉我，一位圣徒看见有人从几十米高的脚手架掉下，便指着他说“停住”，那人竟停在空中。另有见证说，一位非洲牧师讲道时遭持枪暴乱者威胁；牧师从台上走下，指着那人命令他消失，那人便不见了，枪掉在地上。这些见证强调：不是器皿伟大，乃是里面的基督大有权柄。

我们要让生命不断成长。只追求医治和神迹，却不认识基督，时间久了就会失去力量；认识生命、认识基督，便会一生向着标杆直奔，越发成长，越发有力量、能力和神迹奇事。我们看重的不是聚会人数，也不是服事的忙碌，而是有人真实成长，基督真实得着人。

八、默想与宣告的操练

每天拿出时间，翻看耶稣当年所作的事，让这些画面在心里播放：拉撒路从坟墓里出来，百夫长的仆人得医治，巴底买睁开眼睛，风浪止息，枯干的手复原，五饼二鱼喂饱众人。然后对自己说：

耶稣是基督，是救赎主；今天他在我里面活着。我是基督复活生命的见证，是他的肢体。我的口要说基督的话，我的手

要作基督所作的事。我对疾病、缺乏、黑暗和拦阻说话，它们必须顺服基督的权柄。我的身体得更新、返老还童，家人健康、青春常驻、充满活力和智慧。我要用信心的话使美好发生，使千万人因基督在我里面而蒙福。

九、权柄和能力是一体的

我们必须认识里面神儿子的权柄和能力。权柄与能力是一体的：有能力，才能彰显权柄；有权柄，才能释放大能。这一切都是生命的彰显。神就是爱，神就是能力，神就是圣洁，神就是义，神就是尊贵；离开神，人的圣洁、尊贵和能力都不能与他的生命相比。

因此，行神迹的根基不是“我能作什么”，乃是“我里面的基督能作什么”。我们不是基督，却得着了基督的生命；按着新生命说，我们活着就是基督在里面活。若仍把一切放在人的本领上，就会落入骄傲或自卑；看见里面的基督，就知道能力来自生命。

遇见一只枯干的手时，要像主一样说：“伸出手来。”说这话时，心里已经看见全然健康的样子，相信话怎样说，结果就怎样成就。信心不是等眼睛看见以后才承认，而是在说话时已经看见神话语的答案。

“耶稣对那人说：‘伸出手来！’他把手一伸，手就复了原，和那只手一样。”（太 12:13）

十、生命需要像肌肉一样被训练

活出基督不是一句话、两句话的事。身体的肌肉需要一点一点训练，生命的信心、权柄和能力也要一点一点操练。不能只因某次聚会感到一点能力，就认为已经完全；领受得还不够，活出来的也还不够，我们要继续学习怎样把基督活出来。

门徒跟随耶稣大约三年，亲眼看见他行神迹：五饼二鱼喂饱五千人，彼得在水面上行走，风浪听从耶稣的话而平静。他们不是只听见一个理论，而是在每天跟随中反复看见救赎主的能力。今天我们也要让心从捆绑里释放，进入超自然的真实，连行神迹的胆量和思想都要被建立起来。

若只知道信耶稣可以得永生，却把永生理解为“永远存在”，仍没有真正认识信仰。永生就是基督的生命；得着基督的生命，才有永生。许多人尚未真正踏进生命的门槛，就开始讲论许多道理。我们要作竭力追求的一群人，真正认识基督并活出他的生命。

十一、信心就是相信口里的话必成

面对一切挑战，信心应当是充足的信心。信心的实际是：我代表基督活着，从基督生命里说出的话必成；神的话必在生命中发生，我必活出基督生命的大能。这样的信心不是人的任性，而是被神的话训练以后，照着基督的生命说话。

人的年日一天天过去，即使我们正在经历返老还童，世上的时间仍然宝贵。世界日益败坏，有许多人需要被带进光明，

进入基督、荣耀和真理的生活。我们不能虚度日子，要让每一天都成为活出基督、帮助别人的机会。

圣灵降在身上，我们便成为复活基督的见证。“成为”不是只得到一个名称，而是生命本质发生改变。如同碳经过高温成为钻石，毛毛虫经过蜕变成为蝴蝶，新生命也使我们成为复活基督的见证。这种改变必须在家庭和日常生活中被人看见。

十二、对身体说生命的话

既然基督在里面大有权柄，就可以对身体说话。头发缺少，可以命令头发生长；身体有疾病，可以命令疾病消失；身体衰老，可以不断宣告返老还童。一次没有看见变化，就继续说，不向环境屈服。生命的话要成为每天的生活方式。

耶稣对风说话，对海说话，对无花果树说话，对枯干的手说话，也教导人对山说话。我们也可以对家庭环境和黑暗权势说话。心里若感受到某种不好的压制，就命令黑暗离开；面对缺少的肢体，也要奉耶稣基督的名命令长出来。基督的生命能够调度、掌管万有，一切都必须顺服他的权柄。

我相信家中老少都在经历健康、返老还童、青春常驻、充满活力和智慧；他们身上满有神的恩惠、恩典和祝福。新生命不反复讲问题，乃讲说在基督里的答案；不让环境的声音占据心，乃让神的话完全占有思想。

十三、成长的标准是活出基督

成长的标志不是单单成为世人眼中的好人。世界上有许多好人，但基督徒成长的标志，是越来越活出基督：越来越有爱、智慧、信心、权柄和能力，越来越有神迹奇事伴随，越来越能使人因自己蒙福。

耶稣医治病人，因为他是基督，是救赎主，是弥赛亚。今天他在我们里面活，我们又是他复活的见证，就要向世界证明基督活着，证明生命是怎样的。生命是大能的，是大有权柄的；得着生命的人所过的，应当是大能、蒙福、兴盛的生活。

生命成长也表现在面对环境的态度上。大卫遇见歌利亚，不是抱怨“为什么遇到这件事”，也没有被吓跑，而是迎难而上。今天我们得着统管万有、坐在至高之处的生命，就当活得胜和刚强壮胆，不再让问题决定自己的言语和行动。

若已经白白得着这样有能力、有权柄、充满荣耀的生命，生活却仍旧一塌糊涂，就不能安于现状。人不能懒惰地拥有生命，却不操练生命；要作有智慧的人，让口中不断释放信心和大能的话，使家庭与生活重新在基督的大能里被建造，也使千万人因基督在我们里面而蒙福。

十四、把衣物和所接触的事物分别为圣

血漏妇人摸耶稣衣裳的穗子便得医治；保罗身上的手巾或围裙放在病人身上，疾病也退去。我们可以相信，基督的生命不只借着口和手彰显，也能使与我们接触的衣物成为祝福的媒介。

孩子还小时，他洗过的衣服，我会接手祷告，要确保他穿的衣服上有圣灵的大能。我相信与他接触、同桌的人都要蒙福。这样的操练不是把衣物当作偶像，而是相信圣灵的能力能够借着属基督的人和所分别为圣的物品运行。

我们也要把家、工作场所和日常使用的事物交给主，使所到之处都充满圣灵的同在。属灵的真实不只发生在特别聚会里，而要进入最普通的生活细节。

十五、搜集见证是为了更多认识基督

我喜欢搜集神迹的见证，因为知道自己对基督的认识还不够，需要竭力认识他。有神父告诉我，一位圣徒经过建筑工地，看见有人从几十米高的脚手架跌落，便指着那人命令“停住”，那人就停在空中。这个见证使我看见，住在人里面的基督大有权柄。

另有见证说，非洲一位牧师讲道时，暴乱者拿枪闯入威胁他。牧师从台上走下，指着那人命令他消失，那人便不见了，枪掉在地上。见证的重点不是某位牧师伟大，而是里面的基督远超过地上的黑暗权势。

若环境一来便吓得失去信心，说明我们还没有充分认识里面的基督。在我们里面的比地上的更大，比魔鬼和一切黑暗权势更大。基督的大能和权柄远超过人的想象；若不操练、不使用，基督在里面的生命就不能充分彰显。

十六、生命成长比事工规模更重要

聚集十个人、一百个人或一万人，讲一篇信息所付出的时间相近；真正有价值的，是有人因真理成长。只要有一个人认真领受、开始活出基督，付出就有价值。基督得着了人，我们也就得着了真正的果效。

整天讲神迹、医治和大能，若人不认识基督，仍然没有根基；即使一时能行一些神迹，时间久了也可能失去力量。认识生命、认识基督，人才会一生继续成长，直到离开世界仍然向着标杆直奔。

我曾看见，在持续教导真理以后，起初不断传来的各样问题明显减少，后来听见的更多是生命成长和蒙福的见证。这说明真正的成长会在生活果效中显明：人开始学习基督、活出基督，不再只把问题交给牧者处理。服事最宝贵的果效，不是聚集多少人，乃是基督真正得着了人。

越发成长，就越发有力量、能力和神迹奇事。有人会被带到不同国家，也有人会召开大型医治聚会，让世界透过他们认识生命、认识基督、认识神的儿子。这样的果效不是个人野心，乃是基督生命不断成长和彰显的结果。

第六章 与又真又活的主同行

一、在真理中与圣灵同行

圣灵住在我们里面，就是基督住在我们里面；与圣灵同行，也是与基督同行。圣灵只见证基督，只见证真理。因此，我们必须认识基督，才能正确地与圣灵同工。若单单渴慕圣灵的同在，却忽略活出真理，即使有能力也没有价值；只有在真理里，才能更好地与圣灵同工。

基督住在我们里面，就要充满全人。我们的眼睛是基督借以观看的眼睛，鼻子、手、脚乃至每一根汗毛都在基督生命的范围里。这样的表达不是把人高举成基督，而是强调身体已经成为他的器皿，不能把“基督在我里面”缩小为与身体和生活无关的抽象概念。

圣灵不是一种没有位格的能力。圣灵是神，是活着的神，所以我们可以对圣灵说话，也要习惯聆听他。有人听道以后对我说，自己过去一直以为圣灵只是能力，如今才知道圣灵是神。认识这一点，属灵生活就从知识转向真实的关系。

我曾连续数月带领这样的操练，后来有弟兄姐妹和牧者告诉我，他们到那时才真正感觉自己得着了生命，才体会与主合一、基督在里面活的真实；有人信主二十年、三十年，过去仍觉得属灵生命遥远，后来才发现属灵生命可以如此贴近身体和日常生活。这样的反馈使我更加确信，真理必须被带进实际关系，不能只停留在讲台和知识里。

二、向主倾心吐意

有什么知心话、难题和需要，都可以跟主说。迦南妇人向主呼求，巴底买也把需要告诉主，他们都得着答案。我们向主说话，因为他是主，是大主宰，是无所不能的。这个世界若没有满足需要的答案，神也能感动有能力的人，为我们预备和创造。

“有一个迦南妇人从那地方出来，喊着说：‘主啊，大卫的子孙，可怜我！我女儿被鬼附得甚苦。’”（太 15:22）

“他听见是拿撒勒的耶稣，就喊着说：‘大卫的子孙耶稣啊，可怜我吧！’”（可 10:47）

倾心吐意，就是把心交给主，在合一里把真实需要告诉他。与主同在的生活，是生命连接的生活、合一的生活、无话不谈的生活。跟主说话，要相信主一定能帮助，必有答案，必有美好的答案；不是随口说完，心里却认为不会成就。

祷告也需要安静。很多人的祷告除了认罪就是不停地求，心却没有安静在主面前，没有像马利亚坐在主脚前听他说话。开始时也许不习惯，时间久了，就会熟悉主对我们说话、表达、揭示和启示的方式。说完以后要安静，或先安静、感受主的同在，再开口，确保心与主在一起。

“马利亚在耶稣脚前坐着听他的道。”（路 10:39）

三、信心不能被推给“主权”

一切可以对主说，也必须带着信心说。有人为病人祷告没有看见结果，便说“主权在主手里”；这种说法若被用来取消信心、祷告和属灵争战，就是不懂信心。若凡事都用一句“主权”结束，我们为何还要祷告、相信神的话、进入属灵争战？

神看我们如何相信他的话。我们与主倾心吐意，是因为与主联合的，便与主成为一灵；耶稣基督从死里复活，把我们在他的生命里，所以我们可以面对面、心贴心地与主说话。说出需要以后，就相信必有答案；若心里根本不信有答案，就应先让神的话建立信心。

“所以，我们只管坦然无惧地来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠，作随时的帮助。”（来 4:16）

来到主面前，就是为得怜恤、蒙恩惠、得随时帮助。主是一切的答案，在他没有难成的事。要把未来、家庭、工作、关系和需要都带到他面前，也相信他给正确的人、正确的带领和美好的答案。

即使人的需要超过自己所能看见的资源，也不要因此认定没有答案。主能够感动世上有能力的人，也能够感动许多人共同付出，为我们预备原来没有的道路和条件。向主倾心吐意以后，要相信他不受眼前环境限制，能够使需要得到真实而具体的供应。

四、爱是互动的关系

跟主说话，还要表达爱意。马利亚坐在耶稣脚前，显出对主深深的爱恋；我们与主也应当有这种最亲密的关系。我每天与师母散步，手牵着手，享受爱的甜蜜；何况与爱我们的救主同行，与为我们受死舍命、看我们为宝为尊的主同在，更应当享受爱的甜蜜。

我刚信主时曾问一位牧师：“我能不能对主说‘我爱你’？”他回答：“你怎么能说你爱主呢？只能说主爱我们。”我感到这很尴尬，因为爱是互动的关系。若我们每天只享受主的爱，却不对主说“我爱你”，就不像真实的爱。救赎主值得我们表达爱，每个人都要对主说爱的言语。

“我们爱，因为神先爱我们。”（约壹 4:19）

救赎主的情感最丰富。拉撒路死了，耶稣来到马利亚和马大的家，耶稣哭了。这位有丰富情感的主今天就在我们中间。我们可以在早晨说：“主啊，我爱你；谢谢你与我同在。我愿意住在你的怀里，相信自己正住在你的爱里。我有些话要对你说。”越向主表达爱，就越对主和圣灵敏锐，因为神就是爱。

“耶稣哭了。”（约 11:35）

五、赞美、感恩与心灵互动

我们也要对主说赞美和感恩的话：“主啊，我赞美你。谢谢你从万人中拣选我，赐我全新的生命，差圣灵住在我里面。谢谢你在我里面活，使我重新得力，带着属天的权柄、能力和信

心，让我活出你的生命。你是使死人复活、使无变为有的神，是使我战胜仇敌、得胜有余的神。”

与主互动不拘泥于固定形式。可以倾心吐意，可以说甜蜜的爱语，可以赞美、感恩、唱诗、跳舞、唱灵歌；关键是活在与神亲密、合一、同在、互动的关系里。若缺少互动，遇到难题便容易陷入孤独，也不敏锐于神的引导。

许多人遇到问题便陷入孤独，不是因为主没有同在，而是因为从未被教导怎样与主说话、怎样与主互动。属灵关系长期没有交流，信仰便容易变得枯燥，心也会不断追问主为何不带领、不启示。持续与主说话、安静聆听、在生活中回应他，好像堵塞的管道被疏通，人会越来越敏锐地经历他的带领和帮助。

互动时间久了，还会进入心灵的互动。讲道时不一定能同时开口对主说话，心却可以与主交通；这时，口里讲出的可能正是听众所需要的，也会有知识的言语、智慧的言语和预言性的劝勉。无论医治、真理还是其他恩赐运行，前提都是救赎主的爱，使人感受到神爱他。

六、必须在真理中辨别诸灵

与主和圣灵互动时，也必须辨别诸灵。凡带来惧怕、担忧、混乱、虚假高举并偏离基督的，不可轻易归给圣灵。我们不能因为某人在聚会中反应强烈、翻滚、喊叫、说预言，就立刻认定他被圣灵充满；有些表现可能来自邪灵，若缺少真理，

就会把鬼的彰显误认为圣灵的工作，甚至高举这样的人，给教会带来混乱。

“亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。”（约壹 4:1）

我曾在聚会中看见有人被当作会说预言的“先知”，圣灵运行时他身体反应强烈；我辨认出那是邪灵彰显，赶逐以后便显明出来。另一次，在别人家中聚会，一位从国外回来的姐妹在赞美祷告时不断发笑，牧师以为她被圣灵充满；我却看出她受邪灵辖制。后来她到处胡乱说预言，实践证明了这个判断。

灵恩是好的；被圣灵充满、说方言、翻方言、医病、赶鬼、行异能，都有圣经根据。但能力必须在真理中运行。真正圣灵强烈的同在带来平安，不带来邪恶和混乱。灵界复杂，真理却使我们能够分辨；在真理中与圣灵相交，便能甜蜜、平安并越发满有能力。

“因为神赐给我们的，不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。”（提后 1:7）

七、让主进入每一个生活领域

与主同行，生命真正的成长便由主亲自带领、启示和说话。我们一面听真理的教导，一面被圣灵带领，生活就会丰富：治理家庭有启示，与丈夫、妻子、孩子相处有启示；理财、工作、服事有启示；读圣经有亮光。我们会真实感到，自己与又真又活的救赎主同在。

罗得跟随亚伯拉罕，也成为富有的人；一群欠债、窘迫、心里苦恼的人跟随大卫，后来成为勇士。今天我们与主同在，更不可能永远没有改变。主的同在要进入家庭、关系、财务、工作、服事、读经和身体，使我们在各方面活出基督。

“凡受神的灵引导的，都是神的儿子。”（罗 8:14）

这六章的目的，是带领人迈出属灵生活的第一步：真正与圣灵同在，真正与主同在，真正活出基督的生命，长成满有基督的身量。没有人可以宣称自己在今世已经完全代表基督；若有人这样说，就是错误的。我们的道路仍长，却要竭力追求，让基督的生命在自己里面最大限度地彰显。

八、向着标杆直奔

圣灵降在我们身上，是为了彰显基督拯救和医治的大能。生命是谁的生命？是基督的生命。生命里出来的话语，就有大能，就有事情发生；因为神说有就有，命立就立。我们还有许多领域需要认识主，也需要在操练中不断成长。

“直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量。”（弗 4:13）

“向着标杆直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的赏。”（腓 3:14）

愿中国有一批属天的英雄、大能的勇士被训练出来，带着基督生命的权柄能力，到处彰显基督、活出基督。我们不是高举一个完全人，乃是每个人都向着标杆直奔；不是停留在听道，乃是让基督在身体、家庭、工作和服事中真实地活。

可以用以下祷告结束每天的操练：

亲爱的主耶稣基督，你是又真又活的救赎主。谢谢你已经与我同在，住在我里面，也使我住在你里面。我把心向你敞开，把需要、未来、家庭和一切隐秘的话都告诉你；我相信你必有答案，必作随时的帮助。

主啊，我爱你，我赞美你，我感谢你。愿圣灵引导我明白真理，也赐我分辨诸灵的智慧。使我在爱、平安、刚强和谨守中与你同行，在每一个生活领域活出基督。如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着；我要向着标杆直奔，让人遇见我便遇见基督。

九、主希望我们与他交心

有许多事情可以对人说，也有一些隐秘不能对外说，只能放在心里；这些都可以告诉主。主虽然知道一切，仍然希望我们与他交心、无所不谈。父母愿意儿女来到身边说话，救赎主也珍惜我们与他相交。没有我们的回应，主也会孤独；所以我们要学习主动跟他说话，不把关系变成单方面的接受。

说完以后要安静，也可以先在神面前安静，感受主的同在，然后再说。必须确保心与主在一起，知道面对的是又真又活、正在我们里面的主。走路时可以与主说话，休息时可以与主说话；日常生活的每一个时刻都能成为与主同行的时刻。

可以告诉主对未来的规划，感谢他给启示、帮助建造家庭、带领我们不至失脚，使凡事顺利、大得平安、日增月盛；

也可以把当天的需要告诉他，相信他把正确的人、有能力帮助的人带到身边。与主无话不谈，正是合一关系的实际。

十、要在主面前有清楚的要求

不能在神面前没有要求。来到主面前，不是漫无目的地说话，而是清楚知道自己需要什么，并相信主能够成就。可以求智慧、能力、医治、家庭建造、工作的带领，也可以把未来的具体计划交给主。祷告若没有信心的期待，就容易变成宗教语言。

要有准备地跟主说话：说出需要以后，相信必有答案；讲说未来以后，相信圣灵必有引导。神的话已经告诉我们，可以坦然无惧来到施恩宝座前，得怜恤、蒙恩惠、得随时的帮助。主不是把人留在没有答案的等待中，他自己就是答案。

这也说明，祷告不能一味把责任推给所谓“主权”。神把话赐给我们，要我们相信；又让我们祷告、争战、抵挡魔鬼。若祷告没有看见果效，就要回到真理里建立信心，而不是用“主权”取消神已经赐下的话。

十一、对主说甜蜜的话

爱是互动的。每天都可以对主说：“主啊，我爱你，我的心想念你；我的心属于你。感谢你把我看为宝为尊，感谢你为我受死舍命。与你在一起何等甜蜜，在你的爱里何等美好。”这些不是矫饰的语言，乃是生命与生命之间真实的情感交流。

主是情感丰富的主。拉撒路死了，耶稣看见马利亚和众人哭泣，他也哭了。主不是冷漠的能力，也不是只有命令的主宰；他有爱、有怜悯、有眼泪，也愿意听我们的心声。我们越向主表达爱，就越对他的爱和圣灵的同在敏锐。

早晨醒来，可以先对主说：“主啊，我爱你；谢谢你与我同在。我愿意被你拥抱，也愿意安息在你的怀里。请把你的爱倾倒在我身上，我相信自己正住在你的爱里。”爱的话语使心柔软，也使属灵关系真实。

十二、用赞美宣告主是谁

赞美不是笼统地说几句好话，而是具体宣告主是谁、作了什么。可以说：“谢谢你从万人中拣选我，赐我全新的生命；谢谢你差圣灵住在我里面，使我重新得力；谢谢你带着属天的权柄、能力和信心住在我里面，让我活出你的生命。”

也可以宣告：“你是使死人复活、使无变为有的神；你在凡事上祝福、帮助我，使我战胜仇敌、得胜有余；你赐给我全新的身体，也赐给我财富和尊荣；我的家中满了你的荣耀。”这样的赞美把目光从环境转向救赎主，使信心不断被建立。

与主互动的方式可以非常丰富：倾心吐意、爱的言语、赞美、感恩、唱诗、跳舞、唱灵歌，都可以成为相交。形式不是中心，中心是在亲密、合一和同在中与又真又活的主同行。

十三、圣灵的引导进入家庭和工作

被圣灵带领，生活就不再单调。治理家庭有启示，与丈夫、妻子和孩子相处有启示；理财和工作有启示，帮助别人、作主的工有启示，读圣经也有亮光。属灵生活不是离开现实，而是让主亲自进入现实生活的每一个领域。

人的真正成长，不只是听牧师讲道，乃是主亲自带领、启示和说话。外在教导帮助我们认识真理，里面的圣灵则把真理变成每天的方向。当人习惯与主互动，就会越来越敏锐，知道什么时候说话、怎样行动，也知道怎样把爱带给身边的人。

讲道和服事时，心也可以与主互动。口在讲道，心却与主相连；这样，神可以借着口说出听众需要的话，赐下知识的言语、智慧的言语和预言性的劝勉。所有恩赐运行的中心仍是爱，让人感受到神爱他，然后在爱中得医治、得真理、得帮助。

十四、平安是分辨属灵运行的重要记号

圣灵强烈运行时，人可能倒在能力中，却是平安的，不带来邪恶和混乱。若一个表现使聚会陷入持续混乱，使人高举自己、胡乱说预言、制造惧怕和辖制，就要谨慎分辨。不能因为动作强烈、声音很大，就认定一定来自圣灵。

灵恩本身是好的：被圣灵充满、说方言、翻方言、医病、赶鬼、行异能，都有其属灵价值；问题在于是否有真理、是否彰显基督、是否结出平安和爱的果子。真理使复杂的灵界变得清楚，使人能在甜蜜、平安和大能中与主同行。

若在与圣灵相交时感到明显不对，或身体出现邪恶、混乱的彰显，就要奉耶稣基督的名命令魔鬼离开。不能惧怕，也不能因不懂分辨就把一切拒绝；要在真理里察验诸灵，让圣灵真正掌权。

十五、人人都要进入超自然的生活

基督才是生命。当生命从里面说出话语，就有大能，就有事情发生；神说有就有，命立就立。我们所得的不是只能应付宗教活动的生命，而是属天、超自然、能够彰显拯救和医治大能的生命。

每个人都应当过超自然的生活，让人看见我们就看见基督。成长没有限量，却没有人可以宣称自己已经完全长成、完全代表基督；这样的宣称必然错误。我们要一直竭力追求，让基督的生命在自己里面更多彰显。

我要看见一批属天的英雄、大能的勇士被训练出来，带着基督生命的权柄能力，到处彰显基督、活出基督。这不是高举少数属灵名人，而是每一个神的儿女都认识基督、领受圣灵、在自己的家庭和生活中成为复活生命的见证。

后记

属灵生命不能只靠一次听见，也不能只靠一时感动。真理要成为思想，成为话语，成为身体和日常生活的实际；圣灵的同在也要从聚会延伸到家庭、工作、行走与休息之中。认识基督，是一生的道路；活出基督，也是一生不断成长的操练。

愿读者牢牢记住这条主线：旧人已经与基督同钉十字架；基督从死里复活，使我们得着全新的生命；这生命使我们成为神的儿女，身体成为圣灵的殿；圣灵住在里面，也降在身上，使我们得着能力，成为复活基督的见证。这里的每一步都不能被拆开，也不能被弱化。

不要再把已经赐下的恩典当作尚未赐下，只在远处祈求；要相信基督已经作成、已经赐下，并在信心中领受。不要再把能力只归给少数人；要认识住在瓦器里的宝贝。不要只讲神的话，却不活出基督；也不要只追求能力，却离开真理。既有神的话，又有圣灵的大能，才能使生命稳妥、丰盛并不断彰显救赎主。

愿我们每天都能真诚地说：如今活着的不再是我，乃是基督在我里面活着。愿圣灵充满并掌管这个重价买赎的身体，使复活的大能运行在每一个器官、每一个细胞；愿我们的口、手、脚、眼睛和所到之处，都成为基督生命的见证；愿家庭、工作、服事和身体，都显出这位又真又活之主的荣耀。

江涌流牧师