

## 经历神 — 在灵里

10 6 10 6 副

降 A 大调

4/4

5 | 3 3 3 2 3 | 4 3 2 1 | 2 2 2 2 1 | 7 -- 5 |  
 一 神之于人一切正常故事,全都在于灵里; 人  
 A<sup>b</sup> D<sup>b</sup> B<sup>b</sup>m D<sup>b</sup> E<sup>b</sup> A<sup>b</sup>  
 3 3 3 2 3 | 4 3 2 1 | 6 6 5 1·2 | 1 -- 0 |  
 须灵里摸着神灵本质,对神才有经历。  
 D<sup>b</sup> A<sup>b</sup> E<sup>b</sup> B<sup>b</sup>7 E<sup>b</sup>  
 4 6 1 - | 3 5 1 - | 2 2 2 2 1 | 7 -- 5 |  
 (副) 灵生灵, 灵拜灵, 以至灵充满我; 灵  
 A<sup>b</sup> D<sup>b</sup> B<sup>b</sup>m D<sup>b</sup> E<sup>b</sup> A<sup>b</sup>  
 3 3 3 2 3 | 4 3 2 1 | 6 6 5 1·2 | 1 -- ||  
 且成话,带着丰盛生命,流出活水江河。

- 二 神乃是灵,并且为人造灵, 要人以灵拜灵;  
 借此人能得着祂作生命, 以祂为人供应。
- 三 神乃是灵进入人的灵中, 叫人得着重生;  
 人就能在灵里与祂交通, 得享祂的丰盛。
- 四 神乃是灵充满、浇灌、滋润, 将我变化、更新;  
 直到能从我灵遍及全身, 浸透我的全人。
- 五 神乃是灵与我融洽、调和, 使我改变形状;  
 祂的成分在我一再加多, 直到能得显彰。
- 六 神的一切丰盛全在灵里, 给我经历、享受;  
 我须灵里时常将神呼吸, 才得享神所有。

## 每当我喊主耶稣

C 大调

3/4

5 | 3-3 | 2-1 | 3 5 - | 5 3 1 | 4-6 | i-6 | 5-- | 5- |  
 一、每 当 我 喊 主 耶 稣, 我 深 处 总 觉 发 烫;  
 F<sup>7</sup> C G<sup>7</sup> D<sup>7</sup> F<sup>7</sup> G<sup>7</sup>  
 6 7 | i-7 | i-6 | 5 3 - | 3-3 | 6-2 | 2-3 | 2-- | 2- |  
 祂 生 命 再 再 而 升 上, 在 我 里 面 成 长。  
 C G C G<sup>7</sup> F C  
 5 | 3-3 | 2-1 | 3 5 - | 5 3 1 | 4-6 | i-6 | 5-- | 5- |  
 请 来 同 喊 主 耶 稣, 这 喜 乐 地 上 无 双;  
 F<sup>7</sup> F<sup>7</sup> C A<sup>7</sup> D<sup>7</sup> G<sup>7</sup> C  
 6 7 | i-7 | 2-i | 3 5 - | 5-#5 | 6 7 i | 2-i | 1-- | i 0 ||  
 主 且 要 进 入 你 里 面, 作 你 生 命 供 你 享。

- 二、请来同喊主耶稣, 祂必使你得释放—  
 不管你的心多疏远, 或如野马脱缰。  
 只要简单地喊主, 不管你在何地方;  
 一呼喊立刻祂就来, 祂原近在你口旁。
- 三、呼喊我们的救主, 每次祂都必垂听。  
 何不来投靠祂胸怀, 重担立变轻盈!  
 祂是我们的山寨, 是喜乐、安息、力量;  
 只要你会尝便知道, 祂恩典真是无量。
- 四、上好乃是主自己, 等着你白白接受。  
 让我们向祂全敞开, 让祂生命拯救!  
 当祂再来的时候, 我们不惊惶失措,  
 并且要面见祂荣耀, 若一直让祂成熟。

# 救主基督

降 A 大调 3/4

5 · 5 | 1 1 7 · 1 | 2 2

哦 主 耶 稣，救 主 基 督，

1 · 2 | 3 3 2 · 1 | 2 2

以 马 内 利，君 王 大 夫，

3 · 4 | 5 5 3 · 1 | 6 6

生 命 亮 光，活 水 食 粮，

2 · 4 | 5 - 7 | 1 -

赐 生 命 之 灵。

## 第一课 调和的灵与呼求主名

约四 24 神是灵；敬拜祂的，必须在灵和真实里敬拜。  
 约三 6 从肉体生的，就是肉体；从那灵生的，就是灵。  
 罗八 14，16 因为凡被神的灵引导的，都是神的儿子…那灵自己与我们的灵同证我们是神的儿女。  
 罗九 23~24 且要在那些蒙怜悯、早预备得荣耀的器皿上，彰显祂荣耀的丰富；这器皿就是我们这蒙祂所召的，不但从犹太人中，也从外邦人中，这有什么不可？  
 亚十二 1 下 铺张诸天、建立地基、造人里面之灵的耶和華…  
 林后四 7 我们有这宝贝在瓦器里，要显明这超越的能力，是属于神，不是出于我们。  
 林前十五 45 下 末后的亚当成了赐生命的灵。  
 林前六 17 但与主联合的，便是与主成为一灵。  
 提后一 6~7 为这缘故，我提醒你，将那借我按手，在你里面神的恩赐，再如火挑旺起来。因为神赐给我们的，不是胆怯的灵，乃是能力、爱、并清明自守的灵。  
 歌一 3 你的膏油馨香，你的名如同倒出来的香膏…  
 太一 21 她将要生一个儿子，你要给祂起名叫耶稣，因祂要亲自将祂的百姓从他们的罪里救出来。  
 罗十 12 下~13 众人同有一位主，祂对一切呼求祂的人是丰富的。因为「凡呼求主名的，就必得救。」  
 帖前五 16~19 要常常喜乐，不住地祷告，凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里对你们的旨意。不要销灭那灵。

壹 基督徒的生活在于灵：

- 一 我们灵的根源乃是神，人的灵是神特别造的，以完成神造天地的目的—约四 24，亚十二 1。
- 二 我们的灵是器皿，可以接触并盛装是灵的神—创一 26，二 7；林后四 7。
- 三 基督已经成为赐生命的灵，在我们的灵里作我们的生命和生命的供应—林前十五 45 下，六 17，提后一 6~7。

贰 我们需要操练灵，建立呼求主名的生活：

- 一 主的名，就是祂的人位，乃是包罗万有复合的灵—歌一 3：
  1. 耶稣：耶和華救主，耶和華救恩—太一 21。
  2. 基督：弥赛亚，神的受膏者—太一 16

## 第一周·第一天

### 祷读经节

约四 24

亚十二 1

罗八 16

神是灵；敬拜祂的，必须在灵和真实里敬拜。  
…（神）铺张诸天、建立地基、造人里面之灵…  
那灵自己与我们的灵同证我们是神的儿女。

### 晨兴喂养

#### 我们灵的根源乃是神

一个基督徒是有神调在他里面的人；所以，正常的基督徒生活，不是人单独在神之外的生活，乃是人服在神的管治下，受神支配，调和着神而有的一种生活。然而，人如何调着神生活呢？这位神乃是灵，这灵在我们得救时，进到我们灵里，什么时候我们在灵里，我们就遇着祂，因为祂和我们的灵已经调和，成为一灵。我们回到我们的灵里，也就是回到祂这灵里。我们整个基督徒的生活，都该是从这一个灵里所活出来的生活。

当我们得救时，所有救恩的故事，都发生在我们灵里。我们得救之后，在主面前生命的长进，也都是灵里的故事。所以，基督徒的长进，就是基督徒在灵里的长大。基督徒的生活、工作甚至祷告，都在于灵…没有灵，一切都是空的，都不过是知识和道理。（属灵的实际，二至三页。）

#### 人的灵是神特别造的，以完成神造天地的目的

人的灵是神特别造的，以完成神造天地的目的。…撒迦利亚十二章一节说，神铺张诸天，建立地基，造人里面的灵。撒迦利亚将三样东西摆在一起：天、地、人的灵。诸天是为着地，地是为着人，而人有灵是为着神。因此，人是神创造的中心，而人的中心是他的灵。（那灵同我们的灵，九至十页。）

#### 人的灵与天地并重

在神眼光中，宇宙间有三个大的东西：天、地、人。在宇宙中，神注意天，神注意地，神也注意人的灵。所以你不要轻看你自己；你里头有灵，你的灵与天、地并立。…因人的灵是装神的器皿。天

3. 以马内利：神与我们同在一太一 23。

二 呼求主名乃是享受主的路—罗十 12 下~13；林前一 2。

三 呼求主名就是用灵祷告，是我们属灵的深呼吸—帖前五 16~19。

四 天天呼求主名，在灵中生活行动—提后二 22；罗十 12 下~13。

是为着地；没有天，地就不能生存，地上的一切，如阳光、雨水都是得自于天。地是为着人；地上生产的一切东西（粮食、水、维他命），应付人的需要，叫人得以生存。人里头最宝贵的东西就是灵，人的灵是为着神的，是用来装神的。天为着地，地为着人，人为着神。…越宝贝的东西越奥秘。例如：电、生命、原子能，看不见，却是实际。在我们里头，最奥秘的东西就是灵。

### 用经历来领会灵的事

到底灵是怎么回事呢？头脑不易明白，只能用经历来领会。很多时候，一件事头脑想通了，很有道理，意志也很赞同，可是深处还有个东西…觉得不通。那个东西是个莫名其妙的东西，是我们没法说的，那就是灵的故事。再如人穷时，只觉需要衣、食、住，想怎样赚钱。等到发了财，生活样样都丰富，就…觉得深处虚空。除非到了有一天，呼求：「哦，主阿！」，里头才满足了。这需要不是身体的，不是心理的，乃是灵的，只有神才能满足这需要。从这需要证明我们里头有灵。

不要用头脑来想主，乃要用灵来呼求：「哦，主阿！」假使你的先生或太太，或者弟兄姊妹欺侮你，惹你生气，就激动了你的心思，一直想「岂有此理，他这样欺侮我，这还可以？」这时你的全人都给头脑霸占了，虽然祷告也摸不着主。所以我们必须学习怎样用灵接触主。主是灵，要接触这灵，我们必须用我们的灵。祂这灵就在我们的灵里，祂与我们的灵，灵灵相交，灵灵相调。（主的恢复一吃，十至十三页。）

### 灵感与享受：

---

---

---

---

---

---

---

---

## 第一周·第二天

### 祷读经节

创二 7

耶和華神用地上的尘土塑造人，將生命之氣吹在他鼻孔里，人就成了活的魂。

箴二十 27

人的靈是耶和華的燈…。

提后四 22

愿主与你的灵同在。愿恩典与你同在。

### 晨兴喂养

#### 我们的灵是器皿，可以接触并盛装是灵的神

圣经…启示我们，神乐意将祂自己调到人里面，这就是神创造人的目的。创世记告诉我们，神造人，是照着祂自己的形像，按着祂自己的样式；（创一 26；）…神所以将人造得和祂一模一样，就是为要把祂自己装到人里面。然而，神将自己装到人里面的过程并不简单，因为神太深奥了。神是个灵，人里面若没有灵，祂这个灵就不能装到人里面。圣经告诉我们，当神创造人的时候，不仅照着祂的形像造人，并且在人里面造了一个灵。（创二 7，亚十二 1。）何等奇妙，在人里面有一个受造的灵；而神本身是一个非受造的灵，并且这灵还是永远的灵。为着这非受造的灵，永远的灵，要进到我们人里面，神就为我们创造了一个灵。

#### 神是灵，敬拜祂的，必须在灵里

人里面有了灵，人的灵才能作器皿盛装祂，才能作一个机关接触祂。这个人的灵，接受神的灵，就能和祂的灵，灵灵相交，成为一个。人和神接触、发生关系，完全不在心思、情感、意志里；人接触神，和神发生关系，乃是在于灵。主耶稣说，神是灵，敬拜祂的，必须在灵里。（约四 24。）…因为神是灵，我们必须用灵才能接触祂。（属灵的实际，四五至四六页。）

在罗马九章二十一、二十三节，保罗告诉我们，神创造人，就是要产生、创造人作器皿，完成神的定旨。神创造人作器皿盛装祂，就像窑匠用泥作器皿盛装东西。（生命的基本功课，一四页。）

[人]这个器皿不是为着盛装牛奶或水，乃是为着盛装荣耀的神。所以保罗在九章二十三节说：「且要在那些蒙怜悯、早预备得荣耀的

器皿上，彰显祂荣耀的丰富。」…我们是瓦器，为着盛装神。当神进到我们里面时，我们就成了荣耀的器皿。

### 停下魂的活动从深处呼求主

我们若要在灵里接触神，有时候就需要把身体的活动停下来，也需要把魂的活动停下来，然后从你的深处呼喊神，呼求主耶稣，你里面立即就会明亮…这时候，我们就知道神的存在是一个实际。

### 要接触神，就必须用我们的灵

人不能用身体接触神，也不能用头脑思考接触神，因为神是灵。我们若要接触神，就必须用我们的灵，(约四 24,) 因为人的灵乃是人接触神的器官。正如收音机里的接收器，才是接收空中电波的机关。我们的神是创造宇宙万有的主，有一天祂成为肉体、成了人，名叫耶稣，活在地上三十三年半，然后在十字架上被钉死，流出宝血，赎了我们的罪，作了我们的救赎主；祂又从死里复活，成为赐生命的灵。这赐生命的灵是无所不在的，虽是眼不能见、手摸不着，人却能借着呼求祂的名而碰着祂。(罗十 8~9。)人一呼求主耶稣的名，就得到主耶稣，因为主的名就是主自己。并且人一呼求主的名，这灵就进到人的灵里面，使人重生得救。然后，主耶稣就在这人的灵里作他的生命和一切，并成为他里面真正的满足。(主观经历内住的基督，四六至四七、一一六、二二至二三页。)

### 灵感与享受：

---

---

---

---

---

---

---

---

## 第一周·第三天

### 祷读经节

林前十五 45 下 末后的亚当成了赐生命的灵。  
林前六 17 但与主联合的，便是与主成为一灵。  
提后一 6~7 …将…你里面神的恩赐，再如火挑旺起来。因为神赐给我们的，不是胆怯的灵，乃是能力、爱并清明自守的灵。

### 晨兴喂养

### 基督已经成为赐生命的灵， 在我们灵里作我们的生命和生命的供应

基督为要作我们的生命，就必须成为灵，祂也实在已经成了那灵。(林前十五 45 下。) 那位成为肉体，活在地上三十三年半，被钉在十字架上，并且从死里复活的耶稣，祂在复活里已经成了赐生命的灵。基督今天是灵，我们里面也有灵，所以我们能经历祂。主的灵和我们的灵，二灵相调，二灵相交。这就如同过电，只有金属品才能过电。若是我们犯了罪，我们与祂之间就有了绝缘体，过不了电。这时，我们必须在祂面前悔改，从我们灵里向祂敞开，向祂悔改认罪。这样就把罪的隔阂除去了，我们就立刻和主灵相通了，也就能再次经历祂在我们里面的拯救，主耶稣对我们就不再是道理，乃是实际。(主观经历内住的基督，七、十页。)

我们这样得着主之后，就需要常常说：「哦，主阿！」你不必研究这样呼喊是在灵里，还是不在灵里，你喊就是了。我们众人都有这样的经历，当我们痛哭、悔改、呼求主名的时候，我们里面总有一个感觉，觉得真好，觉得有主的同在；那就是三一神充满我们。这时，我们里面觉得，好像主耶稣就在我们眼前，好像我们就进到一种气氛中，觉得真是甜美、满足、舒畅。

### 早晨起来先呼求主的名

早晨一起来，最好不想别的事，只想主耶稣！这件事说起来容易，做起来不简单。因为我们都有许多事充满我们的心。虽然如此，我们还得操练。你先喊主的名再下床，和不喊主的名就下床不同。

你早上这样喊主，然后在这一整天，一直学习说主。没有人在你跟前，你就喊主耶稣；有人在你跟前，你就说主耶稣。结果你所呼吸的是主耶稣，所说的也是主耶稣，你定规被三一神，就是那灵充满。（关于生命与实行的信息上卷，八页。）

### 敞开口，敞开心，敞开灵

盼望你们从今天起就开始这样操练，从起床先喊主的名开始，一天之中不是喊主，就是说主。你一喊主的名，那灵就与你同在；你一说主的话，那灵更与你同在。罗马十二章十一节说，要灵里火热、发烧。你一早起来喊主，灵里就开始发烧；再多喊喊主，灵里就火热了。你再讲讲主耶稣，圣灵就在你里面充满你了。这是很平常的事，这应该是我们每一天正常的生活。（关于生命与实行的信息上册，八八至八九页。）

神所赐给我们的灵，是我们必须挑旺的。我们必须挑旺我们的灵。…你若要你的灵挑旺起来，就必须敞开口，敞开心，敞开灵。你必须敞开你全人的这三层，你必须用口说：「哦，主耶稣。」然后你还必须更深地用口、用心、用灵来说：「哦，主耶稣。」这是从深处敞开你的灵。火就会烧起来。你如果下沉，就应当从你的深处操练你的灵，一再地呼求：「哦，主耶稣。」这样，你就会高昂起来。

### 建立操练灵的习惯

我们必须建立操练灵的习惯…借着说「哦，主」而呼求主，乃是操练灵的习惯。你早上起来若立即说：「哦，主」，这会有很大的不同。你早上起来如果什么也不说，你可能有例行公事的祷告，却没有真正地摸着主；这是因为你没有操练灵。我们必须建立说「哦，主」的习惯。当我们说「哦，主」的时候，我们就摸着主。这是操练灵的习惯。

有时候我们可能在艰难的光景中。我们可能病了，或者失业了。那时，我们应当操练我们的灵。我们应当勉强自己说：「哦，主耶稣」。「操练」这个辞含示勉强。操练总是一件勉强的事。当奥林匹克运动员为着练习或竞赛操练自己时，他们必须有刚强的意志。他们勉强自己操练。我们基督徒若要刚强并要在主里长大，就必须勉强自己用我们的灵。（那灵同我们的灵，九十至九一、八八页。）

## 第一周·第四天

### 祷读经节

林前一 2 下

在基督耶稣里被圣别，蒙召的圣徒，同着所有在各处呼求我们主耶稣基督之名的人；祂是他们的，也是我们的。

罗十 12 下

众人同有一位主，祂对一切呼求祂的人是丰富的。

### 晨兴喂养

#### 呼求主名乃是享受主的路

保罗告诉提摩太：「你要逃避青年人的私欲，同那清心呼求主的人，竭力追求公义、信、爱、和平。」（提后二 22。）这里我们看见，呼求主名在执行神经纶的事上有确定的地位。我们要执行神新约的经纶，就需要不断地呼求主名。我们不仅该个别地呼求，也该同那清心呼求主的人一起呼求祂。（使徒行传生命读经，六四六页。）

呼求主是圣经的作法，这定然不是我们发明的。呼求主不是新约的新作法，乃是开始于人类的第三代以挪士，（创四 26，）接着还有其它许多人。（见徒二 21 注 1。）

如果我们读旧约，从创世记四章到以赛亚十二章，就会找出呼求主名的方式。以赛亚特别指明，我们需要喜乐地呼求主：「…所以你们必从救恩的泉源欢然取水。在那日，你们要说：『当称谢耶和华，呼求神的名，将祂所行的传扬在万民中，提说神的名已被尊崇…』」（赛十二 3~4，另译。）我们欢乐地呼求主名，便从救恩的泉源取水。

#### 呼求主名是以听得见的声音呼求祂

使徒行传二章二十一节的「呼求」这辞，原文是…以听得见的声音呼叫，甚至像司提反一样大声呼喊。（七 59~60。）从这点我们看见，呼求主名是以听得见的声音呼求祂。这不是我们所发明的教训或作法，这是合乎圣经的事实。如果你研读新约圣经恢复本关于「呼求」的批注，（徒二 21 注 1，）你会看见这作法多么合乎圣经。呼求主完全是根据旧约和新约的启示…这是主的话和我们经历中的事实。我鼓励你们试试看。（使徒行传生命读经，一二五至一二六页。）

哥林多前书告诉我们，蒙召的圣徒就是呼求主名的人，呼求主名的人就是圣徒。这些圣徒总其大成来说就是召会。所以我们的身份，我们的地位就是蒙召的圣徒，也就是呼求主名的人。保罗说，基督「…是他们的；也是我们的。」（林前一2。）意思就是说，基督乃是一切呼求祂名之人的分。到了九节就说，这位神呼召我们进入祂儿子耶稣基督的交通里，也就是进入基督的享受里。神呼召我们来，就是要叫我们有分于基督的享受，而这享受的路就是呼求主名…我们是蒙召的圣徒，我们也是呼求主名的人。我们蒙召就是来呼求主名。

### 你一喊「哦，主耶稣！」祂就来了

有一件事…非常重要，就是主的名和主的灵。主的名是耶稣，主的灵就是主的自己，就是主的人位。我们都有一个名字，每一个名字都有一个人位，就是我们这个人…耶稣是主的名字，圣灵是主的人位…我一喊主的名字，圣灵就来了。弟兄姊妹，你以为主耶稣是虚有其名的么？主耶稣是实在的，所以你一喊，祂就来了，因为祂就是圣灵。你不要以为呼喊主名是一件小事，主耶稣是喊不得的，你一喊「哦，主耶稣！」祂就来了。

圣经不光说我们要祷告，圣经也说我们要呼求。你一说主耶稣，圣灵就在这里了。圣灵是活的耶稣，圣灵是显示的耶稣，圣灵是来到你跟前的耶稣。你呼喊偶像的名，一点不灵，因为它没有那个东西，你怎样喊，菩萨也不来。但是我们的主耶稣是又真又活的神，祂是又真又活的灵，祂这灵也是包罗万有的灵。你需要救赎么？祂里头有。你需要能力么？祂里头有。你需要生命么？祂里头有。你需要圣洁、忍耐么？祂里头有。你缺少什么，祂就供应什么。（主的恢复一吃，十八至二十页。）

### 主对一切呼求祂名的人是丰富的

罗马十章十二节说，主对一切呼求祂的人是丰富的。享受主丰富的路就是呼求祂。主不但是丰富的，还是亲近便利的，因为祂是赐生命的灵。（林前十五45下。）祂既是灵，就是无所不在的，我们可以随时随地呼求祂的名。我们一呼求祂，祂是灵，立即临到我们，我们就享受祂的丰富。（呼求主的名，十六页。）

### 祷读经节

帖前五 16~19 要常常喜乐，不住地祷告，凡事谢恩；因为这是神在基督耶稣里对你们的旨意。不要销灭那灵。  
约六 57 活的父怎样差我来，我又因父活着，照样，那吃我的人，也要因我活着。

### 晨兴喂养

### 呼求主名就是运用灵祷告，是我们属灵的呼吸

在帖前五章十七节，保罗吩咐我们要不住地祷告。不住地祷告是什么意思？我们每天也许吃好几餐，一天中也多次喝水，但没有人能不住地吃喝。然而，我们确实不住地呼吸。保罗嘱咐我们不住地祷告，含示不住地祷告就像呼吸。但我们的祷告如何能成为我们属灵的呼吸？我们如何能将祷告转为呼吸？这样作的路就是呼求主的名。我们需要不断呼求主耶稣。这就是不住地呼吸，不住地祷告的路。因为我们不习惯这样作，所以我们需要一直实行呼求主的名。活着就是呼吸。就属灵一面而言，呼吸就是呼求主名并祷告。借着呼求主耶稣的名，我们就吸入那灵。

### 借着呼求主的名享受祂

我们只要借着呼求主的名，就可在我们灵里享受主。你知道为什么我们呼求主就享受祂？我们这样享受主，因为我们借着呼求主，自然而然就运用了我们的灵。例如，即使我无意操练我的腿与脚，但每当我走路的时候，自然就操练了我的腿与脚。同样，每当我们从里面深处呼求主，自然而然就运用了我们的灵。无论何时何地，我们都可借着呼求主的名，享受基督的丰富。我们这样呼求主，就凭着灵而行。呼求主也击败我们里面消极的事物。

假定一位已婚的年轻姊妹有脾气的难处。她真渴望作个好妻子、好母亲，她厌恶自己的脾气。然而，她无法胜过脾气。多年前，我不知道如何劝告受脾气难处困扰的人，现在我知道解除这困扰最好的路就是运用灵呼求主的名。我们借着这样呼求主，就吸入征服我

们脾气的属灵元素。在我五十多年的经历，并与组织的基督教不同的各面接触过以后，我得了结论：享受主最好的路乃是呼求祂。

人应当因我们呼求主耶稣的名而认出我们是基督徒。我们知道这是第一世纪信徒的标记，因为大数的扫罗由大祭司得着权柄，去捆绑一切呼求主名的人。呼求主耶稣的名也应当是今天信徒的标记。召会人尤其应当让人知道他们是呼求主的人。

呼求主名就像呼吸，是一件简单的事。但我们若从呼吸「毕业」，我们就无法活下去。照样，我们若停止呼求主的名，在属灵上我们也无法活下去。生命最需要的事往往是最简单的。要维持生命，有什么比呼吸更需要呢？然而，呼吸十分简单。呼吸与作菜不同，不需要许多劳苦。同样，呼求主耶稣的名何等简单！…哦，我们何等需要呼求主耶稣，使我们享受祂作我们的恩典，并且…凭着灵而行。我鼓励你们借着呼求主耶稣，作属灵的呼吸。我们借着呼求主，就享受祂。因此，让我们在我們的靈里享受基督，好凭着灵而行。

### **建立起呼求主名的习惯**

祷告是属灵的呼吸。我们都知道，我们要活着，就必须呼吸。无论我们在哪里，都能借着呼求主名而有属灵的呼吸。无论我们作什么，我们都能终日借着呼吸主的名来接触祂。我们进行清晨的例行工作时，能呼求主耶稣。我们也许发现，我们料理实际的事务时，有三十分钟呼求主耶稣的名。我们若操练，就会建立起呼求主名的习惯。(加拉太书生命读经。)

借着呼求主的名而不住地祷告，就是活祂。借着呼求主，我们自动地以祂为我们的生命，并且自然而然地活祂。我们若祷告，就不会凭自己，离开基督作事。反之，借着不住地祷告，我们会活基督。(腓立比书生命读经，三五三至三五五页。)

### **呼求主名乃是属灵的深呼吸**

我们在主面前的呼求就是属灵的呼吸，并且是深呼吸。我们每天操练深呼吸，身体必定健康。在属灵上也是这样，灵里的深呼吸使我们刚强，灵里的深呼吸使我们发烧，灵里的深呼吸使我们癫狂。

所有属灵的事，常可用物质来象征。在灵里享受主，就如同身体把空气吸到里面一样。你的身体怎样借着呼吸，把新鲜空气吸到里头，你的灵也同样借着呼求主名，把主吸到里头。我信到了今天，我们每一个都会有这个经历。无论什么时候我们只要真向主敞开，呼求主的名，那时候我们的里面就充满了主同在的感觉。你越呼求就越得到主的供应，越呼求就越被主充满。主是万有的主！主一进入到我们里面来，凡我们一切所需要的祂都是。祂是我们一切的需要，祂应付我们一切的需要。(主的恢复一吃，二三、二六至二七页。)

### **灵感与享受：**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### 祷读经节

提后二 22

你要逃避青年人的私欲，同那清心呼求主的人，竭力追求公义、信、爱、和平。

罗十 12~13

因为犹太人和希利尼人并没有分别，众人同有一位主，祂对一切呼求祂的人是丰富的。因为「凡呼求主名的，就必得救。」

### 晨兴喂养

#### 被相信并呼求的基督

罗马九章二十一、二十三节告诉我们，在神的拣选之下，我们蒙召的人已被作成蒙怜悯得尊贵、得荣耀的器皿。然而，我们仍必须领悟，这样的器皿本身是虚空的。器皿需要内容。…我们需要被充满。被充满的路见于罗马十章。每个器皿都有口。若没有口，就不是器皿。锤子、刀子、斧子这样的工具没有口。然而，我们是器皿；作为器皿，我们有口。你知道你为什么有口？你被造有口，乃是为要被基督的丰富充满。我们的口被造，是为着呼求主耶稣的名。主是如此丰富！祂对一切呼求祂的人是丰富的。诗篇里有一节说：「你要大大张口，我就给你充满。」（八一 10。）我们是有口的虚空器皿，该大大张口，好使我们被主的丰富充满…圣经清楚启示呼求主是有分于并享受主的路。

呼求主与仅仅向祂祷告不同。「呼求」原文的意思是呼吁人、呼叫人的名字。虽然我们可能默默地祷告主，但呼求主需要我们向祂呼喊，以听得见的方式呼叫祂。创世记四章二十六节的「求告」，原文第一个意思是「呼喊」或「呼叫」…不但如此，约珥书二章三十二节，西番雅三章九节，和撒迦利亚十三章九节，都预言人要呼求主的名。

毫无疑问，这实行在早期的圣徒中间很普遍…旧约的圣徒天天呼求主，（诗八八 9，）并且一生呼求祂。（一一六 2。）我们如何？我们更应当实行这事，「出于清洁的心」，（提后二 22，直译，）并用「清洁的嘴唇」，（番三 9，另译，）呼求主。我们若实行这事，必定会有

分于主的丰富，并享受这些丰富。呼求主不但是为着得救，也是为着享受主同祂一切的丰富。

祂在复活里成了我们可喝的赐生命之灵。（林前十五 45，十二 13。）喝祂这赐生命之灵的路，就是呼求祂的名。因此，十二章三节指明，我们若说「主耶稣」，我们就立刻在灵里。说「主耶稣」，就是呼求主的名。耶稣是主的名，那灵是祂的人位。我们呼求主的名，就得着主的人位。我们呼喊「主耶稣」时，就得着那灵。这样呼求主名以接受那灵，不但是属灵的呼吸，也是属灵的喝。我们呼求主的名，就吸入祂作生命的气，并喝祂作生命的水。诗歌六十五首第二节说：

可颂耶稣、大能救主，我所需要在你名；

只要呼吸耶稣这名，就是饮于你生命。

（罗马书生命读经第二十三篇。）

#### 呼求主经历祂亲密的同在

呼求主乃是实际，因为我们呼求主便摸着主。保罗在有关呼求的经文里说：「这话与你相近，就在你口里，也在你心里。」（罗十 8。）这里的「话」就等于主。因此，这话是近的，就是说主是近的。每当我们呼求主名，我们就经历祂的相近，经历祂亲密的同在。

我们怎么知道主与我们相近？是借着呼求主知道的。…倘若我们…呼求祂的名几遍，就会觉得祂是近的。我们若继续呼求，就会了解祂不仅是近的，甚至就在我们里面。我们越呼求主，祂就越成为我们的享受。借着呼求祂，祂也成为我们在各种处境中的平安、安息、安慰与解答。这不仅仅是道理或肤浅的教训，乃是给我们经历的真理。（使徒行传生命读经，六一四至六一七页。）

#### 天天、时时来实行呼求主名

呼求主名不仅仅是一个道理，它非常的实际。我们需要天天、时时来实行。我们绝不该停止这样属灵的呼吸。盼望更多主的百姓，尤其是初信的，能够开始实行呼求主。今天许多的基督徒已经发现，借着呼求主名，他们能够认识祂，被带进复活的大能里，经历祂自然的拯救，并且能够与祂合一行动。不论在什么景况，在什么时间，



**附加资料二**  
**呼求主名/祷告**  
**实行指引**

- 尽量 定时间 - 分别专一的时间  
定地点 - 分别出特定地点
- 三样器官需要同时运用
  1. 用口
  2. 用心
  3. 用灵
- 每天以五分钟开始
- 从床上，在未起床前，先开始呼求
- 呼求时
  1. 将心思放在主名的意义上
  2. 说出主的丰富的所是，为这些丰富赞美感谢  
例：「主啊，祢是救主。赞美祢是『救主』，祢拯救我脱离罪恶，脱离魔鬼，脱离世界，脱离自己，祢是拯救我的救主，祢从前拯救了我，今天还要拯救我，在各种环境中拯救我……」
  3. 操练有声呼求，用口，可大声或小声
  4. 「呼出」你的所是，告诉主你的光景，你的愿望，你的难处，你的心声，你的需要
  5. 每次呼求，先不要用自己的话，而单用灵、用口、用心呼求主的名，品尝消化祂的名的丰富
  6. 呼求十次之后，一有感觉就将感觉化作祷告。若没有感觉，则继续呼求
  7. 呼求时心思集中在主的名上，以声音帮助，同时不断学习用灵，开头不知何谓灵，则尽量从全人深处呼求
  8. 通常呼求十次后主会给你一点感觉，但有时也许不会立刻有感觉
- 日中在做一些不涉及他人的、不必费思的杂务(如扫地、洗碗、洗脸等)时，可边作边呼求
- 遇有难处时专一呼求并祷告

- 呼求时，思想中心由「己」转至「主」。原来「己」是坐标，是地球，思想像卫星围着地球转。今借「火箭」脱离「地球」轨道，进入另一轨道，围绕「主」自己，以祂为中心，为坐标

