

读经乐 2019

社体读经之旅



信心之人 忠之民

与约书亚同行的8周之旅

从9月8日至11月2日

为灵修 5x5: 每周5天, 每天5分钟

每天投入5分钟或更长的灵修时间, 阅读约书亚记中的一段经文并祈祷。

为探索 8x2x2: 8个2小时的聚会, 为期2个月

与你的《读经乐》小组一起查考一段经文, 探索更多有关上帝和祂子民的信息。

为作门徒 24x7x56: 每天24小时, 为期56天

默想上帝的话语并将其应用于你作为基督门徒的生活中!

而阅读

客旅指南

使用电子表格或纸质表格
细胞小组成员请向你的组长报名。



目录

前言	3
灵修指南	5
探索指南	6
作门徒指南.....	8
灵修材料	9
主日（额外）	9
周一.....	9
周二.....	10
周三.....	10
周四.....	11
周五.....	11
周六（额外）	12
门徒属灵日记表格	13

前言

亲爱的读经乐客旅，

这是我们第二轮的全教会读经运动。去年我们读全本新约，使我们对耶稣基督的生平事迹和新约教会的成立、发展有了概览性的认识。更重要的是，我们从中聆听到了天父上帝对我们个别以及整体的引导。那是一次蒙恩的旅程。

今年我们选择在庆祝盛港堂 19 周年感恩崇拜后，二度推行读经乐。这次的读经运动具有更深远的意义：

- 我们在盛港堂教会步入第 20 个年头的第一件事就是全教会齐心阅读圣经，以上帝的话语作为我们前进的指南。这意味着我们立志尊上帝为元帅，唯上帝的命令是从。

- 这是全体教会翻开新的一页，步入第三个十年的转捩点！

- 这次的读经乐，不仅是个人读经习惯的操练，也是分享读经心得以及回应主托付的小组建立。

- 我们以 40 天阅读《约书亚记》。我们祈求圣灵帮助我们，从以色列民进入迦南地的信心之旅中看见盛港堂这一代所需要参与的信心之旅。

《约书亚记》值得我们在这个关键时刻专心阅读、用心分享、尽心遵行。让我们一个也不落下，一起“过约旦河”，靠着上帝奇妙的作为得地为业！

主理牧师，
严家慧牧师上
2019 年 9 月

盛港堂亲爱的
弟兄姐妹和朋友们，

社体读经之旅，《读经乐》
(CBE)又来了！很多人从上一回中受益匪浅，我相信你会再次受益匪浅！确实，当我们花时间在上帝的话语中时，我们会发现自己在灵性上得到滋养和充满生命力。所以，我诚心邀请你加入我们，和教会全体同仁，一起完成**8周的阅读圣经之旅**。

去年，读经乐的阅读是广泛的。我们读完了新约。今年，读经乐是关于**灵性的深度**。我们将会阅读**约书亚书**。每天通过一个较短的经文段落，你将有时间藉着有引导性的提问，让上帝告诉你有关你生命的事。圣经阅读的目标最终是**灵性上的转化**。而且我们相信，如果你邀请上帝进入你的内心世界，你将会被彻底改变，从内至外。

当我们一起默想约书亚记时，愿我们都可以被转化，成为**信心之人，忠心之民**。让我们一起：

为**灵修**、
为**探索**、以及
为**作门徒而阅读**

平安
廖惠安牧师
读经乐指导牧师

为灵修

5x5: 每周5天, 每天5分钟

每天投入5分钟或更长的灵修时间, 阅读约书亚记中的一段经文并祈祷。

灵修指南

与 QT “安静的时刻” 一样, 灵修的目标是在我们活跃的生活同时, 全天关注上帝。

上帝以不同方式塑造了我们每个人。对一个人有用的东西不一定会对另一个人有用。因此, 你可以选择灵修的时间和长度。关键在于记住是对上帝的定期纪念, 而不是时间的长短。

以下是每次灵修中的要素:

1. 静默与静止

我们停止活动, 并安静下来与永生的上帝一起。每一次灵修都是在主面前以半分钟至 2 分钟的静默开始和结束。这起初很难。在这里给自己很多宽容。研究表明, 普通人只能承受 15 秒的沉默。

2. 经文

这里要记住的重要一点是“少即是多。”如果可能的话, 慢慢阅读。咀嚼不同的单词或短语。如果上帝引导你停止在一节经文上, 那就这样做吧。要记住上帝在你里面所做的事, 不需要完成为每次灵修分配的所有内容! 让圣灵引导你。

3. 要思考的问题

每次灵修都以需要思考的问题结束。如果上帝用这些问题引导你走上非常不同的道路, 不要感到惊讶。如果没有帮助, 请随意跳过它们。

4. 祷告

你可能想要按照提供的祷文祷告, 或者只是采取祷文的方向而用你自己的话祈祷。同样的, 如果它们有用, 就使用它们。

而阅读

为探索

8x2x2: 8个2小时的聚会，为期2个月

与你的《读经乐》小组一起查考一段经文，探索更多有关上帝和祂子民的信息。

探索指南

小组指南

在最初的三到四个聚会中，一起阅读这五个指南。

1. 每个人都分享简短句子，而不是长篇大论。
2. 只关注这段经文的内容，而不是其他段落。
3. 只关注这个小组所看到的内容。
4. 给人们时间回应。静默是可以的。
5. 主持人应该促进讨论，而不是教学。

查经指南

前半个小时

分享

在开始查经前，每个人都分享：

- 你要感恩的事项
- 导致压力的事情
- 谁需要我们的帮助以及我们可以帮助的地方。

一起祷告。

回顾

（从第2次聚会开始）

- 复述上一次聚会的圣经故事。
- 因这个故事的缘故，你做了什么不同的事情？
- 你向谁说了，反应如何？

探索式查经

一个你能亲眼看看圣经怎么说的安全的地方

下一个小时

阅读并复述

- 各自安静的阅读，之后一起开声阅读
- 复述那段经文（凭记忆，合上圣经）
- 组员补充有遗漏的地方

阅读并观察

- 某一位组员再次开声朗读这段经文，其余组员留心听或看经文。
- 讨论这段经文有关上帝，耶稣或祂的计划的内容。

再次阅读并观察

- 某一位组员再次开声朗读这段经文，其余组员留心听或看经文。
- 讨论这段经文有关人类的内容。

最后半小时

我内心

- 根据这段查经，我做的不错的是什么？
- 我需要改变是什么？

还有谁？

- 谁需要听到这个故事，我该如何告诉他们？
- 我可以邀请谁来一起查经？

一起祷告

而阅读

为 作门徒

24x7x56: 每天 24 小时, 为期 56 天

默想上帝的话语并将其应用于你作为基督门徒的
生活中!

作门徒指南

《属灵日记》是塑造门徒的一个很好的工具。这是一个加深你与上帝关系的过程。

《属灵日记》通常会重复或偶尔的操练。有几个主要类别的日记：（1）生活日记和（2）查经/灵修日记。

生活日记。生活日记不仅仅是记录每日或某些日子发生的事情。作为一种属灵的操练，生命日记记录了上帝在生活中的互动。它正在承认祂在一段时间内的同在和作为。这种日记可以记录属灵上的见解，伸展，赞美，感谢，伤害等。这种日记有时可能包括圣经学习和祷告的见解，但生活记录往往会透过上帝与生命交叉的视角来审视。

查经/灵修日记。查经/灵修日记将从查经和祷告开始。作为一种属灵操练，灵修记录包括来自所阅读的经文段落的见解以及祈祷请求和领受的答案。以一种过于简化的方式，它正在倾听上帝在说什么，并通过日记在祷告中回应祂。日记通常包括问题，疑虑，个人应用的实现，承诺，甚至问责制。

日记内容通常包含经文参考和日期。写作往往会带来更深入的处理和见解。写作可以在以后进行审查，以识别灵命的进步或需求，并帮助保持委身。

每周至少尝试 1 次，持续两个月。许多给予它认真尝试的人会从日记的属灵操练中获得极大的属灵上的好处。

而 阅读

灵修材料

主日（额外）

经文：证道经文

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/>	1	8/9 证道经文
<input type="checkbox"/>	2	15/9 证道经文
<input type="checkbox"/>	3	22/9 证道经文
<input type="checkbox"/>	4	29/9 证道经文
<input type="checkbox"/>	5	6/10 证道经文
<input type="checkbox"/>	6	13/10 证道经文
<input type="checkbox"/>	7	20/10 证道经文
<input type="checkbox"/>	8	27/10 证道经文

思考问题：与上帝的爱有关

1. 我是否将这一天的某一部分分别开来思考上帝的完全和怜悯？
2. 我是否努力使这一天成为属天的安息，神圣的对待属天的爱？
3. 我是否将没有用于祷告，读经和默想的时间，用于必要性的工作和怜悯上？

祷告：

我的父啊，我的上帝，我在祢手中。我可以因为这样而凡事欢喜快乐。和我一起做祢眼中看为好的事。让我单单全心全意地爱祢……

周一

经文：灵修

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/>	1	9/9 1:1-5
<input type="checkbox"/>	2	16/9 2:1-14
<input type="checkbox"/>	3	23/9 5:1-15
<input type="checkbox"/>	4	30/9 8:1-9
<input type="checkbox"/>	5	7/10 10:1-15
<input type="checkbox"/>	6	14/10 12:1-24
<input type="checkbox"/>	7	21/10 17:1-17
<input type="checkbox"/>	8	28/10 22:1-20

思考问题：与爱邻舍有关

1. 除了不昧着我珍贵的良心以外，我对为了取悦或服务我的邻居有何心意？
2. 我是否与他人同哀伤也同快乐？
3. 我有没有在认为他人犯错时（琐事），让他人有机会解释？

祷告：

最伟大和光荣的主上帝，让祢对我的毫无保留和温柔的爱，使我对我的邻居的爱也殷勤和温柔。让我和平也愿意和解；容易原谅，并乐于以善报恶。让我像祢一样，总是仁慈和善良，总是良善和温柔，总是谦卑和长久的受苦……

周二

经文：灵修

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/> 1	10/9	1:6-9
<input type="checkbox"/> 2	17/9	2:15-24
<input type="checkbox"/> 3	24/9	6:1-21
<input type="checkbox"/> 4	1/10	8:10-23
<input type="checkbox"/> 5	8/10	10:16-28
<input type="checkbox"/> 6	15/10	13:1-33
<input type="checkbox"/> 7	22/10	18:1-10; 19:49-51
<input type="checkbox"/> 8	29/10	22:21-34

思考问题：与谦卑有关

1. 为了得到人的赞美，我说过或做过什么吗？
2. 我是否希望得到人的赞美？我是否乐在其中呢？
3. 我曾鄙视任何人的建议吗？

祷告：

厚赐一切美好食物和完美恩赐的那一位，如果在任何时候，祢乐意用我的手工作，教导我从他人的工作中辨别出我该负责的部分，并将祢赐下的一切献上给祢。地上所有的一切善事都是祢的作为，让我永远把所有的荣耀归给祢……

周三

经文：灵修

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/> 1	11/9	1:10-15
<input type="checkbox"/> 2	18/9	3:1-17
<input type="checkbox"/> 3	25/9	6:22-27
<input type="checkbox"/> 4	2/10	8:24-35
<input type="checkbox"/> 5	9/10	10:29-43
<input type="checkbox"/> 6	16/10	14:1-15
<input type="checkbox"/> 7	23/10	20:1-9
<input type="checkbox"/> 8	30/10	23:1-16

思考问题：与治死(舍己)有关

1. 我做了什么只是因为令人愉快的事呢？
2. 我是否设计了人为的借口来避免舍己？
3. 我是否曾在所有人的反对下，交出意愿，接纳他们的意愿，除非这与上帝的荣耀息息相关？

祷告：

我的主、我的上帝，我知道除非我和祢一起同死，否则我不能与祢一切同复活。求祢通过我的舍己，和“天天背起我的十字架”的行动，赐我力量，让我可以将我的老我钉在十字架上，彻底摧毁一切的罪恶。赐予我恩典，使我“治死在地上的肢体”，以及与我腐败的性情有关的作为和情感……

周四

经文：灵修

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/>	1 12/9	1:16-18
<input type="checkbox"/>	2 19/9	4:1-13
<input type="checkbox"/>	3 26/9	7:1-15
<input type="checkbox"/>	4 3/10	9:1-15
<input type="checkbox"/>	5 10/10	11:1-15
<input type="checkbox"/>	6 17/10	15:13-19, 63
<input type="checkbox"/>	7 24/10	21:1-3, 8, 43-45
<input type="checkbox"/>	8 31/10	24:1-13

思考问题：与顺从和温柔有关

1. 我是否已尽力单单顺从上帝的旨意？
2. 无论我说什么或做过什么，我是否都尽力开朗，温和，彬彬有礼？
3. 我是否曾用严肃的表情，口吻或手势说了什么，特别是在信仰方面？

祷告：

我的主、我的上帝，祢看到了我的内心，我的欲望也无法向祢隐藏。上帝，父，子，圣灵啊，我的创造主，救赎主和使我成圣的主，我完全放下自己：愿我不再为自己服务，而是为祢活出我生命的每一天。...

周五

经文：灵修

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/>	1 13/9	休息
<input type="checkbox"/>	2 20/9	4:14-24
<input type="checkbox"/>	3 27/9	7:16-26
<input type="checkbox"/>	4 4/10	9:16-27
<input type="checkbox"/>	5 11/10	11:16-23
<input type="checkbox"/>	6 18/10	16:1-10
<input type="checkbox"/>	7 25/10	休息
<input type="checkbox"/>	8 1/11	24:14-33

思考问题：与治死(禁食)有关

1. 我是否不仅没有做过我热衷的事，而是做了相反的事呢？
2. 我是否接受无法避免的不方便，作为上帝为我选择，让我学习治死的途径？
3. 在对基督所受的苦难和我自己的罪恶有了生动的感觉之后，我是否已经分别出一些时间出来奋发图强呢？

祷告：

父上帝啊，祢不会为了要毁灭我而创造了我，求祢怜悯我。噢，圣子上帝，祢知道父的旨意，祢来到世上拯救我，怜悯我。圣灵上帝，自从祢把圣洁的思想吹进我里面以来，我还是经常犯错，求祢怜悯我。...

周六（额外）

经文：休息

周	日期	约书亚记
<input type="checkbox"/> 1	14/9	休息
<input type="checkbox"/> 2	21/9	休息
<input type="checkbox"/> 3	29/9	休息
<input type="checkbox"/> 4	5/10	休息
<input type="checkbox"/> 5	12/10	休息
<input type="checkbox"/> 6	19/10	休息
<input type="checkbox"/> 7	26/10	休息
<input type="checkbox"/> 8	2/11	休息

思考问题：与感恩有关

1. 我是否已经保留一些时间来为上帝过去一周的赐福献上感恩？
2. 为了对上帝的赐福有更明智回应，我是否认真而刻意地思考过上帝施恩的情境？
3. 我是否认为对上帝所赐的福分都有更大的爱的义务，也因此要去过更严格的圣洁生活？

祷告：

慈悲怜悯的天父，接受我对祢保护我的最卑微的感谢。哦，继续祢对我的慈爱，带我进入祢的保护中。让祢的圣天使看顾我，保护我免受邪恶的人和邪灵的攻击。让我得安息吧，但不要在罪中睡觉。让我更加能够服侍祢。向我吹进圣洁的思想的主，求祢怜悯我……

门徒 属灵 日记 表格

门徒的属灵日记

日期： _____

经文： _____

圣经故事里：

- 这段经文提出哪些有关上帝，耶稣或祂的计划的內容。
- 这段经文提出哪些有关人类的內容。

我内心：

- 根据这段经文，我做得不错的是什么？
- 我需要改变的是什么？

还有谁？

- 谁需要听到这个故事？我该如何告诉他们？
- 我可以邀请谁来一起查经？

祷告（赞美、同意/认罪，祈求）

- 我对上帝所说/期望的回应是什么？

委身（同意，委身改变）

- 我愿意做祂要我做的事吗？

顺服（问责，几天后回来看看）

- 因着我在上帝的话语中与祂相遇以及我对祂所作的承诺，我做了什么？

门徒的属灵日记

日期： _____

经文： _____

圣经故事里：

- 这段经文提出哪些有关上帝，耶稣或祂的计划的內容。

- 这段经文提出哪些有关人类的内容。

我内心：

- 根据这段经文，我做得不错的是什么？

- 我需要改变的是什么？

还有谁？

- 谁需要听到这个故事？我该如何告诉他们？

- 我可以邀请谁来一起查经？

祷告（赞美、同意/认罪，祈求）

- 我对上帝所说/期望的回应是什么？

委身（同意，委身改变）

- 我愿意做祂要我做的事吗？

顺服（问责，几天后回来看看）

- 因着我在上帝的话语中与祂相遇以及我对祂所作的承诺，我做了什么？

