

## 屬靈操練第四式

### 保守自己常在主裡面

在生活中片語禱告——目的是讓神的話貫串在日常生活當中——可從《在基督裡的地位》的經文開始。

做法是將神的話化成一言片語的禱文，並且積極認信這禱文，使神的話在你心裡生根，由頭腦進入心靈。

積極的認信這個操練的一個重要方向就是使你喜歡自己。喜歡自己的基礎就是以神的眼光看自己。如果你以神的眼光看自己，你必定能夠肯定自己在基督裡的身份價值，從而從心裡面喜歡自己。

撒旦是說謊之父，他最擅長於欺騙人，說你不可愛、失敗、無用、無價值。人好容易信了撒旦的謊話，只要你上當，你就失去自由，活不出作為神兒女那種豐盛。

一個人可以起飛，可以發揮，必先要答到人生一個大問題：我是誰（Identity）。

人一直尋找自己，不過，唯有你肯定自己在基督裡的身份和價值，你才能真正搵到自己。耶穌公開事奉之前，天父先肯定他的身份；魔鬼試探耶穌，也是不斷地打擊他的身份。一個人的身份價值是一個人安身立命的基礎，所以肯定自己在神裡面的身份非常重要。

身份是一種價值。很不幸，人類墮落後，我們的價值與我們的表現掛鉤，自我型像受到嚴重的破壞扭曲。今天不少基督徒只在頭腦上知道自己在神的眼中何等寶貴，但在內心深處仍未捉得緊，這就溝成了生命的黑洞，無法起飛，活不出神兒女應有的豐盛。

作屬靈父母的，就是要幫助自己的屬靈兒女肯定他們在神眼中的身份和價值。他們看不到天父，卻看到你，當你肯定他時，他就透過你感受到天父的肯定。你的肯定會建立他的身份價值。

同樣，你亦要訓練自己以神的眼光看自己，在基督裡面建立一個健康的自我形像，這樣，才能幫助別人建立健康的自我形像。

如何肯定自己在神裡面的身份價值，以致你能從心裡接納自己和喜歡自己呢？

我將十二句關於自己在基督裡的價值的經文送給大家，請你天天宣告。

- 西番雅書 3:17

耶和華你的神是施行拯救、大有能力的主！祂在你中間必因你歡欣喜樂，默然愛你，且因你喜樂而歡呼。

「默然愛你」在原來的意思是：神看著你，便有一種默默的滿足，你就是神偉大的藝術品，神見到你就會歡欣喜樂，非常雀躍。

將這節經文化為禱文，你可以這樣說：

「神見到我就滿足，開心得跳起來！」

- 歌 7:10

我屬我的良人，他也戀慕我。

不單我們需要神的愛，神亦尋求你的愛，神好似一個戀人一樣渴求你的愛。神渴求得到你的愛到甚麼地步呢？祂不惜犧牲在十字架上為了要贏得你的愛！至高無上的神竟然渴求你的愛，你好有價值呀！

將這節經文化為禱文，你可以這樣說：

「良人啊，我屬於你，你亦戀慕我。」

- 歌羅西書 1:22

但如今他藉著基督的肉身受死，叫你們與自己和好，都成了聖潔，沒有瑕疵，無可責備，把你們引到自己面前。

神看我們是「聖潔，沒有瑕疵，無可責備」的。神是透過耶穌的寶血來看我們，不是我們的表現。這是恩典。

將這節經文化為禱文，你可以這樣說：

「我是聖潔、無瑕疵、無可責備的，神看我甚好！」

- 弗 2:10

我們原是他的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，就是神所預備叫我們行的。

「工作」：原文是指「偉大的藝術品，一件精心傑作」。神要將我們塑造成祂的精心傑作，現在還未完成，但已存在祂的心中，因此祂看我們甚好。

將這節經文化為禱文，你可以這樣說：

「我是神的傑作，神喜悅我！」

- 約壹4:4

小子們哪，你們是屬神的，並且勝了他們；因為那在你們裡面的，比那在世界上的更大。

- 羅馬書 8:31

神若幫助我們，誰能敵擋我們呢？

第五及第六節的聖經意思是說：「神幫助我，沒有任何東西能夠敵擋我！」包括撒旦、任何人和環境都不能夠敵擋我。

將這兩節經文化為禱文，你可以這樣說：

「神幫助我，沒有任何東西夠敵擋我！」

- 腓立比書 4:19

我的神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。

一切所需用的，包括經濟、智慧聰明、機會…… 供應是從神榮耀的豐富來。因此不會缺乏。

- 羅馬書8:32

神既不愛惜自己的兒子，為我們眾人捨了，豈不也把萬物和他一同白白的賜給我們嗎？

神樂意將一切嘅豐盛賜俾你。

將這兩節經文化為禱文，你可以這樣說：

「神樂意將一切嘅豐盛賜俾我！」

- 以賽亞書 41:10

你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。

因為神是你的神。神必堅固你，幫助你。

- 羅馬書 8:37

然而，靠著愛我們的主，在這一切的事上已經得勝有餘了。

在一切的事上得勝，包括任何的考驗和打擊。不單只得勝，乃是得勝有餘呀。  
為何得勝有餘？靠著愛我們的主。

將這兩節經文化為禱文，你可以這樣說：

「神同在讓我不懼怕，神的愛使我得勝有餘！」

- 以賽亞書 40:31

但那等候（原文有「盼望」之意）耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。

連於神，一定有盼望，不會疲倦，勝過無奈。

- 耶利米書 29:11

耶和華說：我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。

意念，原文是計劃。在神裡面永遠有盼望。

將這兩節經文化為禱文，你可以這麼說：

「在神裡面，我充滿盼望。」