**20190221 发亮晨星（YY晨祷）**

**属灵操练3-2-3**

1. **新妇代祷团**

**孙师母：**

我们的平台，借着吴牧师的到来，要操练属灵体质。我们属灵体质使我们常常困在软弱当中。例如在夫妻之间的操练，但如果不是真正的认识，也是不容易的。我们凡事仰望耶稣，但如果不争战也没有结出果子来。当我们用特殊才干服事人，可能别人得着了，自己被弃绝也可能。所以在家庭当中操练属灵体质尤其重要。夫妻之间的操练尤为重要。我们真实地认识自己、降服下来可不可以。夫妻之间首先要认识自己。你自己有没有因为肉体、老我作王，使双方无法相爱。看到很多夫妻走近了以后也会有各自的模式。真正的家庭当中，操练属灵体质尤为重要。我们在各方面的操练都是属灵体质的操练。尤其在夫妻当中。让我们可以真实预备好。

这个平台真是预备被提的新妇，但也感受到有很多难度。神在特别看顾我们这个群体，但操练太少了。操练不容易，求神特别怜悯这个群体。每一样都要操练很长时间，有一样两样品格在我们里面生发出来就会造就很多很多人。感谢主！

1. **牧长团**

**1、周牧师：**

今天还是在回应吴牧师的特会，特别是在家庭当中操练认识自己。我自己就是在回顾吴牧师的信息的时候有一些总结，初步总结就是：属灵操练3-2-3。这个总结不是全面的，但可以成为起点，帮助我们消化信息

第一个3：是体魂灵的平衡。我们的操练不能集中在某一方面，要三方面照顾到。身体要操练，魂之心思、情感、意志要操练，灵是灵人等也要操练。各方面平衡。

第二：2是关闭和吸收要平衡。不能只是着重正面，也不能只着重负面。内在生活有两派：正面、负面。长期负面没有动力，长期正面不对付老我也没有。两派要平衡。

第三：3 指的是灵修初程、灵修中程、灵修目标。三个层次要分清楚。第一个层次对付的是世界的罪恶。第二个层次就是肉体老模式。第三个对付的是己和天然生命。己和天然的生命是把自己的基本需要、天然良善的部分都要对付掉。

也有不同的操练：初程就是时间，每天把时间摆上。在时间当中如果没有时间不要沮丧，有就是恩典。中程：奉献身体和魂。时间更加多一些。一个小时。到了第三个层次目标，就是爱，奉献爱。初程内容很简单，例如读经、赞美。这是举例，实际怎样操作求圣灵带领。中程：读经加上默想；赞美加上等候神。目标：随时随地转向神，目光和各层面。

这样的操练给我们一个指导。这样通过三个维度把吴牧师的内容放进去。例如体魂灵就涉及到思想、情感、意志。意志操练顺服、节制。体包括操练五官：眼目、舌头等。身体的操练与灵魂体的操练包括社群：家庭、教会（小组）、社区等。我们要对付世界的罪恶、肉体老模式以及己和天然生命，都有很多要对付。医治释放、属灵争战也都需要经历。可以看到，搭上一个框架，慢慢把这些灵修做起来。盼望从今天开始，每个家庭都操练起来。盼望2019年每个家庭都经历变水为酒的神迹。这是一个萌芽。

【诗1:1-6】不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐亵慢人的座位。惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福。他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所作的，尽都顺利。恶人并不是这样，乃像糠秕被风吹散。因此当审判的时候，恶人必站立不住，罪人在义人的会中，也是如此。因为耶和华知道义人的道路。恶人的道路，却必灭亡。

诗篇1就是灵修的总纲：两项原则都说得很好。我们看到诗篇当中：第一关门：世界与罪恶是本质与表象。表象很可爱、吸引人、很精彩。要关门。第二，正面就是吸收。昼夜思想，这个要求蛮高，就是吸收。好像一棵树栽在溪水旁。好像约翰福音15章，枝子连在葡萄树上。这是今生和来生蒙福的应许。

**2、孙牧师：**

周爸的总结给我们指明了方向，知道从哪些方面填充。后面需要每个人都要发挥创造力，跟随神的带领，在框架里面充实内容，总结成可以在生活简单可行的实操menu。各人到神面前寻求，大家可以做个有心人，将自己的实操结合自己在哪些方面哪些的实操，在G12或一些场合，汇总成实操手册。感恩神给我们这么好的属灵父亲周爸，藉着他的教导恩赐，及时给我们总结指导。

我个人在实操方面比较缺乏，首先我自己具有小儿子性格特点，需要在纪律方面有些约束性的操练。实操非常必要，从小事要落实。例如早起、按时睡觉、控制眼门、耳门等。就像少年孩子参加军队训练，从基本做起。现在人们生活中物质条件丰裕，缺失吃苦，我们这个群体中处于初程的人还很多，需要检出适合自己的一两项，开始操练。操练中发现自己真的不行，差距很大，起点很低，但感谢神，我们可以呼求神，帮助我们。

**3、刘牧师：**

吴牧师的到来，让我们能更具体地来思想自己生命所处的状态，我们的里面也会产生很大的震动，看到走得胜新妇的路，我们的身量确实太有限了。

今天牧者这样的总结和分享，对我们会有很大的帮助，将带领我们进入实际的操练。要从心里来呼求神的怜悯，相信神有恩典，会帮助我们，神知道我们内心的动机和生命的本相，只要我们有愿意的心，远离试探和罪恶，来到祂的面前，肯付代价，不靠自己，借着牧者的领受和带领，委身在教会的群体中，以谦卑的心，紧紧地跟随，当里面有不平安的时候要及时回转向神，进到实际的操作里，花时间付代价，操练敬虔，与神同在，认真的思想，安静下来，相信圣灵会提醒我们，会洁净我们的心。

2019年神有带领，让我们改变眼光，经历使水変酒。诗篇第一篇是总纲，借着进入每一节实际的操练，相信神就有恩典，从夫妻、家庭开始，不断地让我们操练下去，这是一生的功课，通过走十字架的道路，使我们更像耶稣。我们要端正态度，向着标杆来持守和奔跑。感谢主！

**4、张传道**

牧长们都在分享要实际操练了，这是神放在我们心里的目标。昨天G12分享，吴牧师的PPT回顾，让我们能有方法的来进行灵修亲近神。今天，周爸总结分享了一个灵修的323层次，跟周爸的天国福音的323结构很契合。操练敬虔323， 体魂灵，关门和吸收，三类得胜者。

灵程的不同层次，用三卷圣经来对应非常恰当，初级是对应箴言，是告诉我们处事的真理，靠意志远离罪，中级对应诗篇，就进入到每天赞美主，凡事寻求神，高级是雅歌，跟神就进入到了亲密爱人的关系。

吴牧师的特会后，我就开始操练跟孩子们背圣经，一同学习神的话语。诗篇131篇是第一篇背诵的，里面说的重大奇妙测不透的事，就是所谓的“大事和美妙无比的好事”，都不能来影响我或吸引我，因为我单单仰望我的神，只有神值得我定睛在他身上。吴牧师教导的劳伦斯弟兄灵修箴言非常值得我们反复学习操练。这些亲近神的小贴士包括：“选择想起神，在一天当中不断停下来，操练想起神，相信神就在等着与我亲近，对神说爱的语言，不断操练和努力。”“离开与神交通而思念琐碎的小事是很愚蠢的！我们的成圣不在乎我们做的工作是什么，乃在乎我们是否为神而工作！”

求神帮助我们不要空想天堂和地狱的事，而是从一点一滴做起来铺设通往天堂的阶梯，堵住去往地狱的入口。

**5、邓牧师：**

今天没有分享