



喜樂的生命

約翰福音初信靈修 3 1 日

目錄

序	P.1
栽培者勵語	P.2
出世紙	P.3
由初信到成長 (初信者的見證)	P.4
約翰福音簡介/初信須知	P.5
靈修步步曲	P.6
第一日至第七日	P.7
(約翰福音第一章至五章十八節)	
怎樣確定你是基督徒?	P.14
第八日至第二十一日	P.15
(約翰福音五章十九節至第十二章)	
怎樣讀聖經?	P.29
第二十二日至第三十一日	P.31
(約翰福音第十三章至第二十一章)	
附錄1: 四個屬靈的原則	P.41
附錄2: 你曾否發現被聖靈充滿的奇妙生命?	P.47

序

對每一位信耶穌的人來說，我們已經與這位生命的主建立了既生動又親密的關係。我們可以每一天與神親近，並且透過讀聖經、默想神的話語來認識祂。當我們認識神的時候，神的豐盛和神的性情就與我們有份了。

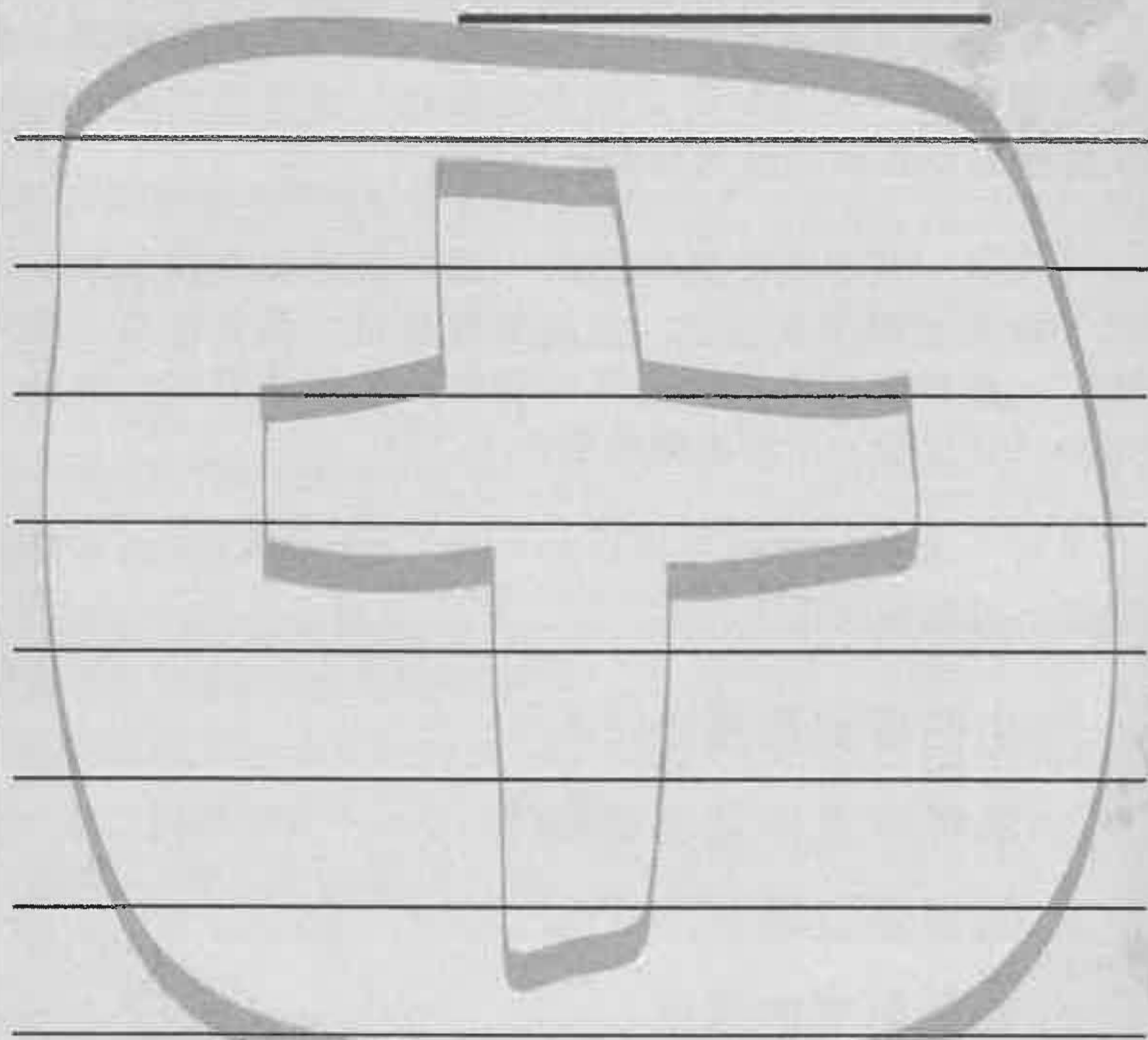
「喜樂」是每位認識神的人，因為親近神而擁有的一種特徵。這本小冊子有三十一天的靈修指引，為初信者「度身訂做」。願神使用這本小冊子，讓你開始體驗靈修的樂趣，使你能持之以恆，活出喜樂的生命。

另外，本冊還有幾篇很好的文章，都是基督教的基本信仰須知，鼓勵你閱讀：

1. 由初信到成長
2. 怎樣確定你是基督徒?
3. 怎樣讀聖經?
4. 四個屬靈的原則
5. 你曾否發現被聖靈充滿的奇妙生命

栽培者勵語

給主所寶貴的：



♥ 主內，

屬靈出世紙

我願意接受耶穌基督作
我的救主和生命的主，
並願意在人生路上跟隨
主，學習作主門徒。

簽名：

日期：

由初信到成長

記得當初踏進大學校門的時候，心中充滿很多理想。感謝神！讓我在大學生活開始前認識祂，在祂的帶領下，我的大學生活不致迷失。

我在香港大學一個很美麗的地方——月明泉信主。當時我剛打完疫苗針，有兩位學園傳道會同工向我分享福音，我便決志信主。信主後，我心中很平安，回想起來也覺得十分奇妙。

信主以後，我繼續追求我想要的東西：住宿舍、參加不同的屬會、補習賺錢等等。我的生命並沒有太大的改變，因為不知道我和這位救主能有更深入的關係。在我的生活中並沒有主，我靠自己的力量應付每天的困難，憑自己有限的智慧，解決問題。我依然有很多煩惱，不懂得怎樣面對。

那時，領我信主的姊妹給我做栽培，其中談及靈修和讀經。後來那位姊妹約我一起靈修，我開始認識甚麼叫靈修及怎樣在靈修中認識神更多。當然，整個學習過程很漫長，我到現在還在學習，但那時是個很好的開始。現在當我有心事或有不懂解決的事，都會嘗試交託給神，因此煩惱減少了很多。

當時，我很樂意參加基督教聚會，因為跟弟兄姊妹相交是很快樂的事。我也很自然地加入了「學園」的查經小組。其他組員和我都是讀同一科，大家能明白彼此的境況。很多時候，即使未能幫上甚麼忙，但在彼此代禱中，我真的感受到主內大家庭的溫暖。有時候彼此鼓勵、關心和支持，較實際的幫助來得重要。

總括來說，真的很感謝神！祂和我一同面對大學生活中的困難，並賜我一同成長的友伴。若不是神，我的生活一定滿是愁煩。也很感謝引領我成長的弟兄姊妹，包括我的組長和我一同成長的組員。

麥育菁

約翰福音簡介

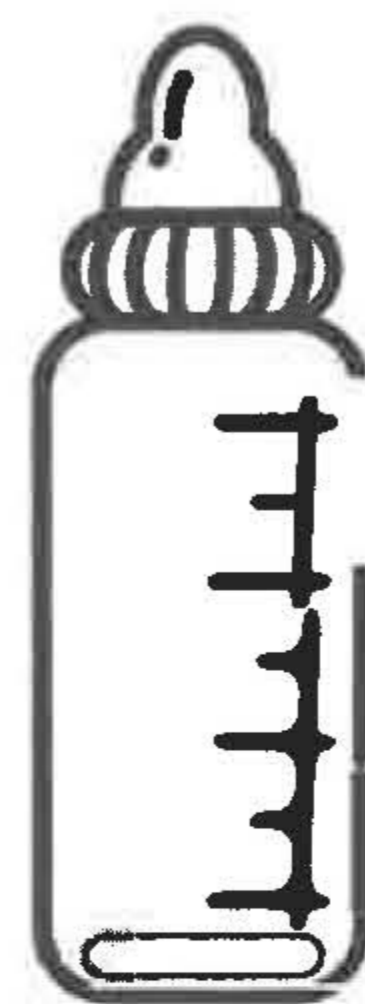
《約翰福音》的作者是耶穌十二門徒之一，他蒙聖靈的感動，寫成約翰福音。他寫此書的目的：

「但記這些事，要叫你們信耶穌是基督，是神的兒子，並且叫你們信了他，就可以因他的名得生命。」(約翰福音 20：31)

——證明耶穌是神的身份。

此外，書中記載耶穌以不同的比喻形容自己，如光、生命的糧、好牧人……讓我們更全面地認識這位真神。

初信須知/成長的要素



禱告(與天父傾談)

讀經(聽天父心聲)

相交生活(與其他「弟兄姊妹」相處)

傳福音(把耶穌介紹給未相信的朋友)

「就要愛慕那純淨的靈奶，像才生的嬰孩愛慕奶一樣，叫你們因此漸長，以致得救。」(彼得前書 2：2)

靈修步步曲

靈修是你和創造天地萬物又滿有慈愛的主宰親近的時候。在每一天的開始，我們的天父藉着聖經向我們說話，引領我們走一天的路程……

靈修步步曲

1. 環境與材料

找一處舒適安靜的地方，帶備聖經、筆、靈修筆記簿等。

2. 安靜祈禱

「恩主啊，求你開我的眼睛，使我看出你話語中的奇妙！」

3. 敬拜讚美

唱一兩首詩歌讚美神

4. 讀聖經

專心閱讀一段聖經一至三次

5. 思想

使用靈修材料中的觀察和默想問題，思想及回答，並寫在筆記簿上。

6. 應用

「我今日要如何實踐神話語的教導？」具體地思想，並嘗試實踐。

7. 禱告

感謝神的話語指引你的生活，又求神加添你力量去實踐所學。



第一日

賜生命的神



讀經：約翰福音第一章1-28節

默想重點：約翰福音第一章1-14節

觀察和默想問題：

1. 根據第5節和第9節，為甚麼世界上的人不認識耶穌，也不接待祂？
2. 綜合第1至14節，你看到耶穌有哪些身份？
3. 你有沒有接待耶穌，請祂進入你的生命？當你接待耶穌以後，你與神的關係有何改變？

經文註釋：

1. 太初（1節）：世界被造以前。
2. 道、光、真光（1, 4, 9節）：指成為肉身的救主耶穌。
3. 黑暗（5節）：指罪或生活在罪中的人。

應用：

1. 感謝耶穌為我們生在世上，帶着恩典和真理住在我們中間。
2. 作兒女的當孝順父母，更何況作天父的兒女，豈不更應討神喜悅麼？試計劃每天靈修的時間，並更多認識神。

禱告：

主耶穌啊，多謝你成為肉身住在我們中間，並賜下充充滿滿的恩典和真理。多謝天父接納我成為你的兒女，我願每天更多認識你！奉主名求，阿們。

第二日



門徒信主

讀經：約翰福音第一章29-51節

默想重點：約翰福音第一章43-51節

觀察和默想問題：

1. 當腓力向拿但業介紹耶穌是救主時，拿但業有何反應？為甚麼？
2. 你曾因人的出身、背景或其他而輕看他嗎？
3. 耶穌說了甚麼使拿但業信他？這話有何特別？藉此你對耶穌有何認識？

經文註釋：

1. 神的羔羊（29節）：指成為肉身的救主耶穌，祂來成為世人的代罪羔羊。
2. 聖靈（32節）：神的其中一個位格，與聖父和聖子同等。神只有一位，但神卻有三個位格。（如水就是水，但卻有三種形態一樣。）
3. 拉比（38節）：指宗教上的老師（教師）。
4. 彌賽亞（41節）：指救世主。

應用：

1. 學習從這星期起，不再單憑人的背景和外貌判斷人。
2. 更多認識耶穌，並學習更多信靠祂。

禱告：

主耶穌啊，你是全知全能的神，我要讚美你。又因你愛我，呼召我成為天父的兒女和你的門徒，我多謝你。求你讓我繼續每天認識你。奉主名求，阿們。

第三日



第一個神蹟

讀經：約翰福音第二章1-25節

默想重點：約翰福音第二章1-12節

觀察和默想問題：

1. 在筵席中，耶穌的母親向他說甚麼？她又向僕人說甚麼？她用意何在？她對耶穌有何獨特的認識？
2. 後來，耶穌做了甚麼事？當僕人按耶穌的吩咐去做，發生了甚麼事？
3. 這件事表明耶穌有甚麼能力？你認為耶穌的身份是甚麼？

經文註釋：

「婦人，我與你何干？」（4節）：是猶太人的慣用語，指「母親，為甚麼不讓我來作決定？」此話在當時並沒有不尊重的意思。

應用：

若耶穌是真神，你願意學習僕人一樣，聽從祂的吩咐，在現今世代成就神的心意嗎？

禱告：

主耶穌啊，你是全地的主宰，我的生命是你所賜的，我要稱謝你。我要一心學習聽從你，因你是我的救主，是愛我的神！奉主名求，阿們。

