

# 晨兴的实行

**林后四 16** 所以我们不丧胆，反而我们外面的人虽然在毁坏，我们里面的人却日日在更新。

**诗一一九 147-148** 我趁天未亮呼求；我仰望了你的言语。我趁夜更未换，将眼睁开，为要默想你的话语。

**出三十四 2-3** 早晨以前你要预备好，到了早晨你要上西乃山，在山顶上站在我面前。谁也不可和你一同上去，遍山都不可有人，在山前也不可叫羊群牛群吃草。

**传四 9-10** 两个人总比一个人好，因为二人劳碌，可得美好的酬报；若是跌倒，一人可以扶起他的同伴。若是孤身跌倒，没有别人扶他起来，这人就有祸了！

## 壹．建立晨兴生活的益处

### 一、晨兴乃是每早晨叫我们里面的人得苏醒、碰见神并得着神。

为着配合这事，你们每天早晨最好能够早起；为要早起，就必须早睡。不能早睡，就难得早起。早起对基督徒有莫大的益处。每天当太阳升起的时候，就是我们起床和主交通的时候。我们要向主祷告：“主啊，谢谢你，又是一个新的起头，愿这一天是我人生中可纪念的一天。”我们这样一面在主面前有新的奉献，新的仰望，一面从主有新的领受，得着新的开启。有了这许多“新的，”结果，自然就带进一个复兴。这就是晨晨复兴，也就是保罗所说的，日日更新。这样的更新乃是发生在每天的清晨。我希望这件事在我们中间能好好实行。一早起来，就先与主有好的接触。不管别的事情多忙，多重要，都要等到和主接触之后再去作。*(当前的角声与当前的需要, 第四篇)*

### 二、晨晨复兴，这是基于神创造中自然的律，使我们天天得复兴。

我所说的复兴，不是指一般基督徒所认为的那种复兴：忽然来个什么举动，经过多少日子的祷告、禁食，然后有些不寻常的事发生，众人就都得了奋兴。我所说的复兴，乃是新约里所说的更新。林后四 16 说，“我们外面的人虽然在毁坏，我们里面的人却日日在更新。”更新就是复兴，每一天都更新，并且新而又新。我们今天所需要的，就是这种里面生命中的复兴，不是外面的一个举动或彰显。神给自然界也有这样的定律，不论是植物、动物、或人类，随着日头的升起，每一天都有新的起头，都是一次更新。我们基督徒的生活也是这样，每天早晨都该让主耶稣，我们的日头在我们里面升起，使我们得着更新。这就是我们所说的复兴。*(当前的角声与当前的需要, 第四篇)*

### 三、晨兴乃是借着操练灵、运用灵，让我们全人被更新。

操练灵的第一步——呼求主名

我们从人肉身的生命，可以找到一个定律，就是人这个物质的身体，在每天早晨都需要有一个复兴。我们早上起床之后，全身都需要一个复兴。我们需要洗脸，洗了脸之后，全人就都新鲜起来，如果在早上还能洗一个澡，促进血液循环，整个人就会焕然一新！这证明人的身体带每天早晨，都需要一次更新。早晨的时间眨眼即过，一个钟头很快就过去了，所以主的话说，『要赎回光阴。』（弗五 16。）

保罗在写三本提字书的时候，就有要人操练灵的意思。他在提前四章七节说，『并要操练自己以至于敬虔。』这里的操练，就像体操。我们要在日常生活中操练我们的灵，活出基督。保罗在提后一章七节说，『神赐给我们的，不是胆怯的灵，乃是能力、爱并清明自守的灵。』我们灵里的各部分，如同身体的各方面一样，乃是需要操练的。操练身体的方法很多，有的中国人打八段锦，有的打太极拳。西方人有的作韵律操，有的打高尔夫球，有的慢跑。而操练灵最简单的方法，就是呼喊主名。在已过这二十多，我们已经学会喊：『哦，主耶稣！』在我们中间人人会呼喊主名，这样呼喊是非常好，但这还不是祷告的正文，只是祷告的前奏。『哦，主耶稣阿！』下文呢？我们不能单喊主而不祷告，单有前奏，而没有主调。喊主之后，下面还有要向主说的话。我们可以向主说，『主耶稣阿，我爱你！我愿意为你活着！』操练灵的第一步，就是祷告，就是向主说话。

许多人祷告，很可能是在头脑里、在心思里。在心思里向主说话、祷告乃是在操练头脑。操练灵的祷告和操练头脑的祷告不一样。你呼喊主耶稣，向主说，我愿意更爱你，我愿意向你活着。你这样一祷告，灵就起来了，你说得越多，灵越高昂。可是要小心，不要说一说又转到头脑去；你一转到头脑，这就是个警告，好像马路灌的红灯，这时快快喊主耶稣，转到灵里，在灵里说话。所以祷告是操练灵的第一步。（*新路生机的实行，第四篇*）

### 操练灵的第二步——祷读主话

不仅新约的圣徒呼求主名，就是在古代，旧约的诗人也同样呼求主。大卫在诗篇一百十九篇一百四十七节说，『我趁天未亮呼求，我仰望了你的言语。』这里所说的呼，就是向主呼喊：『哦，主阿！』这里所说的求，就是祷告，向主诉说。向主呼喊并向主诉说，就叫作呼求。我们不能光呼而没有求；不能光喊主，而不对主诉说。对主的诉说，越长越好。向主呼喊加上向主诉说，就像人的深呼吸一样。你把里面的说出来，那就是你的呼；你把从主来的恩典吸进去，那就是你的吸。我们呼出碳气，同时吸入从神来的氧气。在这样的循环中，不知不觉的，我们里面就清洁了，全人也就健康了。

在呼求后，大卫说，『我仰望你的言语。』在仰望主的说话的时候，我们最好不要说话，免得打岔主的说话。大卫又说，『我趁夜更未换将眼睁开，为要思想你的话语。』这给我们看见，在旧约圣徒的经历里，有祷告，有仰望主的话，也有思想主的话。今天我们这些在新约时代的圣徒，得着主话最便捷的路，不在思想主的

话，乃在祷读主的话。因为思想容易使人把主的话接受到头脑去，落在心思里。但祷读主话里面带着呼求，人就很容易把主的话，自动的、自然的化为祷告。

比方说，今天早晨你读到创世记一章一节：『起初神创造天地。』若是你思想这七个字，你会想，甚么是起初？起初就是起头，那甚么时候是起的头？这就是思想主的话。若是我们把这七个字作祷读，你说，『主阿，起初，主阿，起初。没有你就没有起头，有了你就有开始。』你这样向主诉说，你的灵里立刻满了感觉：『主阿，但愿我的订婚是你来起头，我的结婚也是你来起头，我将来成家是你起头，我生养孩子也是你来起头...』接着，你就读『神创造，』你向主说，『神阿，不是想像，也止是理想、幻想，乃是创造，只有你能创造，我们不能创造，我们最多只能製造。』

如果你真尝到祷读的味道，你就会宝贝圣经里的每一句话。若是我有时间，创世记一章一节，我就能祷读一天。我们越祷就越有味道，神阿，你创造了天，我们没有办法创造天，今天我们却享受了天。天上的月亮、星宿、太阳，你创造得太好了。你不只创造天，你还创造了地，地上的万物都是你所造的！这样的祷读，就把主的话和我们的灵完全调在一起了。这就叫我们的灵大得操练。（*新路生机的实行，第四篇*）

## 贰．晨兴的两方面

### 一、个人的晨兴

主在出埃及三十四章二至三节对摩西的嘱咐，表明我们都需要有一段时间单独接触主，我们都需要私下与主相会。在单独与主同在的时间里，我们不该带着任何的人、事、物。清晨我们到主面前去，应该单独去见祂，甚至必须把我们的丈夫或妻子留下。有些弟兄无论往那里去，都习惯带着妻子同去。这种习惯很好；然而，到了在山顶上与主相会的时间，弟兄就该将妻子留在山脚下。我们这样与主相会，必须将一切人、事、物尽都忘掉。忘掉你的财产、教育、职业、前途。不要带着任何的人、事、物，要单独去见主。（*出埃及记生命读经，二二四九至二二五〇页。*）

我们在团体生活中，尤其是年轻人，许多人都没有个人祷告的时间，他们只有团体的祷告。我承认个人祷告的时间无法顶替团体的时间。如果你自己不直接或私下去遇见主，你和主之间的关系就不够实际，无法细致。（*生命信息上册，一八页。*）

### 二、团体的晨兴

我们可以用电话和所接触的人有十分钟的晨兴。一个人可以排在早上六点十五分，下一个人可以排在六点半，再下一个人可以排在六点四十五分。早上一小时之内，就可以接触三个人。你可以每天早上接触同样的三个人，与他们一同祷读，与他们有交通，并与他们一同简单的享受主。在三个月之内，你可以接触同一个人至少八十次。

在这种持续的接触三个月之后，这些人就能为着主的权益被得着。（*长老训练第十一册*，八六至八七页。）

### **(一) 建立晨兴小组的益处**

- 1、 小组晨兴帮助我们操练殷勤，使我们养成坚定持续的性格
- 2、 与人约定晨兴生活，借彼此的激励扶持可以使晨兴生活走得长久。
- 3、 借每日团体晨兴，培养属灵默契，成为活力同伴，一同为主权益争战。

### **(二) 晨兴小组的操练**

- 1、 堆加灵感：
  - a. 重读、重读、活读、化祷，将主的话磨碾、臼捣、锅煮，成为可享受的饼。
  - b. 堆加、跟随前一位圣徒的灵感，继续加深、加强对主话的祷读。  
例：「因为我们是神的同工，你们是神的耕地，神的建筑。」(林前三 9)
- 2、 经历应用：
  - a. 活读化祷，应用到自己或同伴身上，操练彼此对说，互相鼓励，彼此加强。  
例：「神救了我们，以圣召召了我们，不是按我们的行为，乃是按祂自己的定旨和恩典；这恩典是历世之前，在基督耶稣里赐给我们的，」(提后一 9)
  - b. 结束前的分享除了祷读后即时的灵感，最好能带到实行与应用，成为扎实的饼，作为一天持续的享受；结束前可为彼此的需要祷告，成为建造的活力同伴。