

Jesus LifeStyle

活出耶穌風格

第二課

醫治釋放 DIY



信了耶穌很久

仍常常 **跌倒**，**軟弱**，**沉溺在壞習慣中**



# 1 下定決心，靠主得勝



你真的想痊癒嗎？離開你的 安舒區！

(約翰福音 5：5-8)

在那裏有一個人，病了三十八年。耶穌看見他躺着，知道他病了許久，就問他說：“**你要痊癒嗎？**”

病人回答說：“先生，水動的時候，**沒有人把我放在池子裏**，我正去的時候，就**有別人比我先下去。**”

耶穌對他說：“**起來，拿你的褥子走吧！**”  
那人立刻痊癒，就拿起褥子來走了。

( 腓立比書 4 : 13 )

我靠著那加給我力量的，凡事都能做。

---

( 耶利米書 17 : 7 - 8 )

倚靠耶和華，以耶和華為可靠的，那人有福了！

他必像樹栽於水旁，在河邊紮根，  
炎熱來到，並不懼怕，葉子仍必青翠，  
在乾旱之年毫無掛慮，而且結果不止。

## 2 找屬靈導師或友伴，與你同行及為你守望

在屬靈成長的道路上，必須有導師或友伴與你同行  
為你守望代禱，可以給你安慰，鼓勵及肯定

千萬不要做**獨行俠**

(馬可福音 2 : 3 - 5)

有人帶著一個**癱子**來見耶穌，是**用四個人抬來的**。  
因為人多，不得近前，就把耶穌所在的房子，拆了房頂，  
既拆通了，就把癱子連所躺臥的褥子都縋下來。  
耶穌見他們的信心，就對癱子說：“小子，你的罪赦了。”

( 馬可福音 2 : 11-12 )

我吩咐你，起來！拿你的褥子回家去罷。  
那人就起來，立刻拿著褥子，當眾人面前出去了，  
以致眾人都驚奇，歸榮耀與神，說：  
我們從來沒有見過這樣的事！

---

( 希伯來書 10 : 24 )

又要彼此相顧，激發愛心，勉勵行善。

### 3 先親近神，與神建立親密的關係

關係的建立，是必須花時間的  
**更何況是建立親密的關係呢**

---

(雅各書 4 : 8)

**你們親近神，神就必親近你們。**

(約翰福音 15 : 5)

我是葡萄樹，你們是枝子；  
常在我裏面的，我也常在他裏面，這人就多結果子。  
因為離了我，你們就不能做什麼。

( 路加福音 10 : 41 )

馬大！馬大！

你為許多的事思慮煩擾，

但是不可少的只有一件，

馬利亞已經選擇那上好的福分，

是不能奪去的。



4 操練安靜等候神，聆聽神的聲音  
順從聖靈的感動，記錄下來

( 以賽亞書 40 : 31 )

但那等候耶和華的必重新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。

---

( 耶利米哀歌 3 : 25 )

凡等候耶和華，心裏尋求他的，耶和華必施恩給他。

---

( 以賽亞書 30 : 18 )

耶和華必然等候，要施恩給你們；必然興起，好憐憫你們。因為耶和華是公平的上帝；凡等候他的都是有福的！

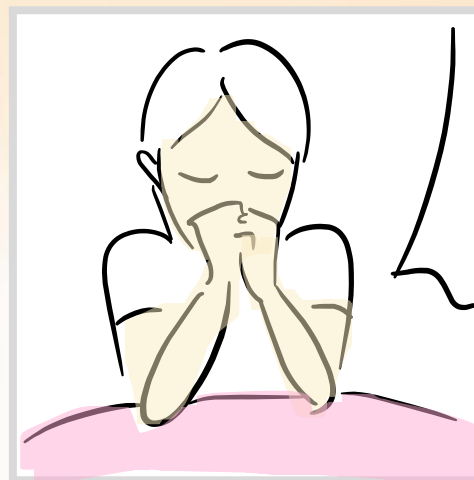
1. 預備合適的環境及  
預備自己的心



2. 同神傾偈交談  
傾心吐意



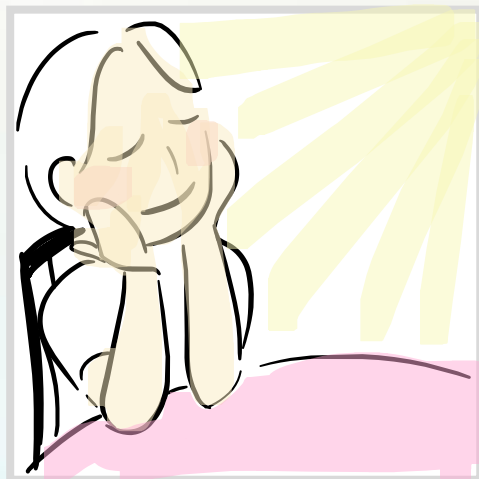
3. 認罪，祈求  
交託，談心



4. 敬拜讚美



5. 歇力進入安息



6. 進入安息,全然等候



7. 將領受，得著  
反省，記錄下來



# 5 不斷默想及宣告神的話語

( 路加福音 1 : 37 )

因為，出於上帝的話，沒有一句不帶能力的。

---

( 約翰福音 6 : 63 )

叫人活著的乃是靈，肉體是無益的。  
我對你們所說的話就是靈，就是生命。

---

( 約書亞記 1 : 8 )

這律法書不可離開你的口，總要晝夜思想，好使你謹守遵行這書上所寫的一切話。如此，你的道路就可以亨通，凡事順利。

# 6 帶著信心以行動活出來

在現實生活中面對的挑戰靠主得勝

( 希伯來書 11 : 6 )

人非有信，就不能得神的喜悅；因為到神面前來的人必須信有神，且信他賞賜那尋求他的人。

---

( 哥林多後書 5 : 7 )

因我們行事為人是憑著信心，不是憑著眼見。

---

( 雅各書 2 : 26 )

身體沒有靈魂是死的，信心沒有行為也是死的。

# 7 課後操練

---

- 找屬靈友伴或導師，與你**同行及為你守望**
- **每星期最少 2 次，不少於 30 分鐘**操練**安靜等候神**
- 將操練安靜等候神的得著，用**信心行動應用在日常生活中**
- 預備下一次課堂**分享**得著及領受，或遇上的困難及問題





啓動屬靈恩賜 · 行在奧秘當中

[www.flyhigh.hk](http://www.flyhigh.hk)



展翅高飛事工  
subscribers

訂閱



歡迎訂閱我們的 YouTube 頻道 和 按下小鈴鐺  
接收最新上載教導影片的通知