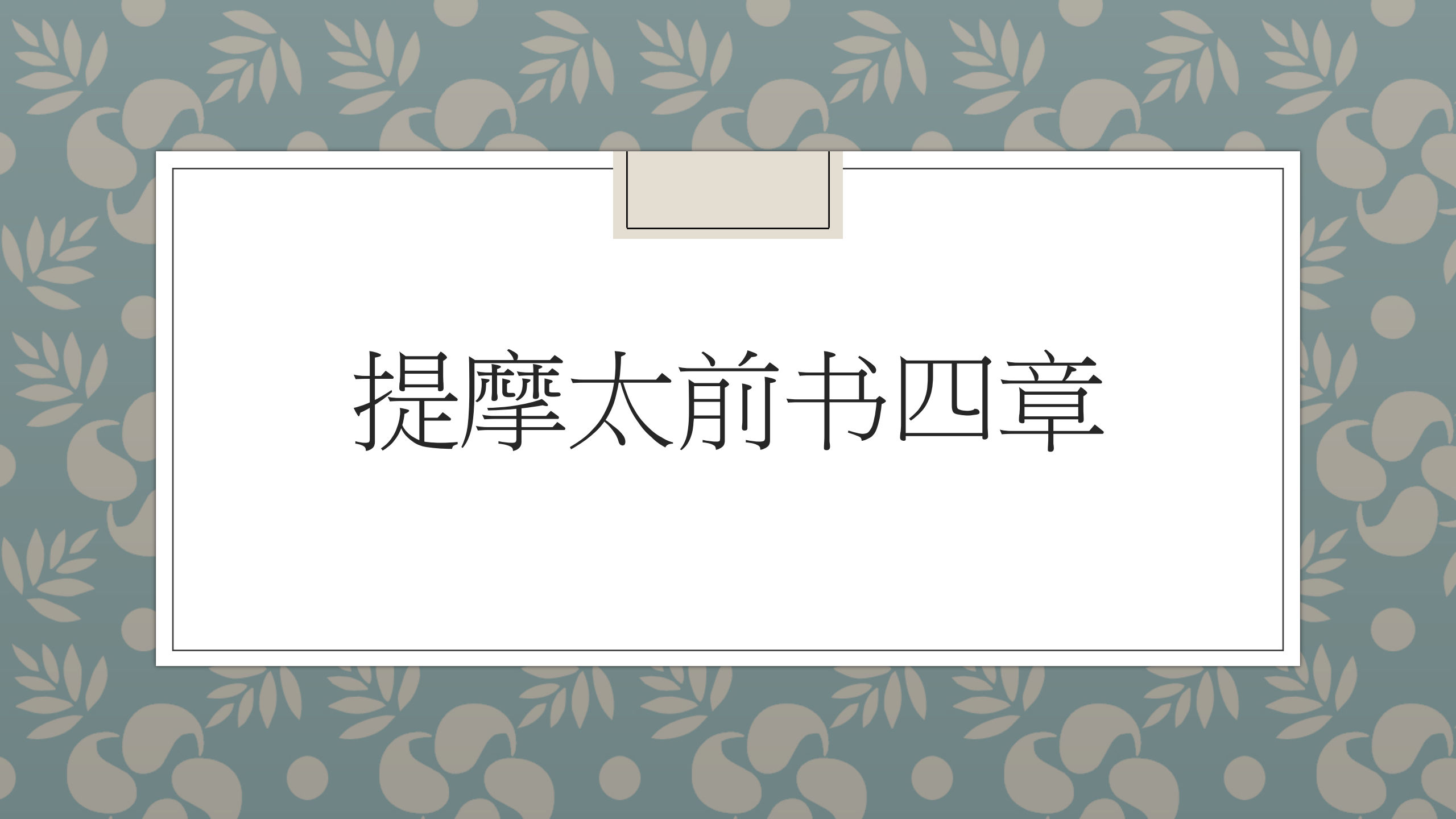




提摩太前书四章

四章分段

1. 在真道上的教导（1-5）
2. 基督的好执事（6-10）
3. 做信徒的榜样，殷勤服事（11-16）

1. 圣灵明说，在后来的时候，必有人离弃真道，听从那诱人的邪灵和鬼魔的道理。
2. 这是因为说谎之人的假冒；这等人的良心如同被热铁烙惯了一般。
3. 他们禁止嫁娶，又禁戒食物（或作：又叫人戒荤），就是神所造、叫那信而明白真道的人感谢着领受的。
4. 凡神所造的物都是好的，若感谢着领受，就没有一样可弃的，
5. 都因神的道和人的祈求成为圣洁了。

6. 你若将这些事提醒弟兄们，便是基督耶稣的好执事，在真道的话语和你向来所服从的善道上得了教育。
7. 只是要弃绝那世俗的言语和老妇荒渺的话，在敬虔上操练自己。
8. 操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处，因有今生和来生的应许。
9. 这话是可信的，是十分可佩服的。
10. 我们劳苦努力，正是为此，因我们的指望在乎永生的神；他是万人的救主，更是信徒的救主。

11. 这些事，你要吩咐人，也要教导人。
12. 不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。
13. 你要以宣读、劝勉、教导为念，直等到我来。
14. 你不要轻忽所得的恩赐，就是从前藉着预言、在众长老按手的时候赐给你的。
15. 这些事你要殷勤去做，并要在此专心，使众人看出你的长进来。
16. 你要谨慎自己和自己的教训，要在这些事上恒心；因为这样行，又能救自己，又能救听你的人。

4:1 圣灵明说，在后来的时候，必有人离弃真道，听从那引诱人的邪灵和鬼魔的道理。

4:3 他们禁止嫁娶，又禁戒食物（或作：又叫人戒荤），就是神所造、叫那信而明白真道的人感谢着领受的。

4:4 凡神所造的物都是好的，若感谢着领受，就没有一样可弃的，

4:5 都因神的道和人的祈求成为圣洁了。

加 3:3： 你们既靠圣灵入门，如今还靠肉身成全吗？

徒11:9， 。 。 。 。 神所洁净的，你不可当作俗物。

罗14:17， 因为神的国不在乎吃喝，只在乎公义，和平，并圣灵中的喜乐。

4:8 操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处，因有今生和来生的应许。

- 敬虔：

- Godliness

- 敬畏 + 虔诚：敬畏神，渴慕神，专注于神，被神的爱吸引，圣洁的（godly）

Physical training

Vs.

The Practice of
Godliness

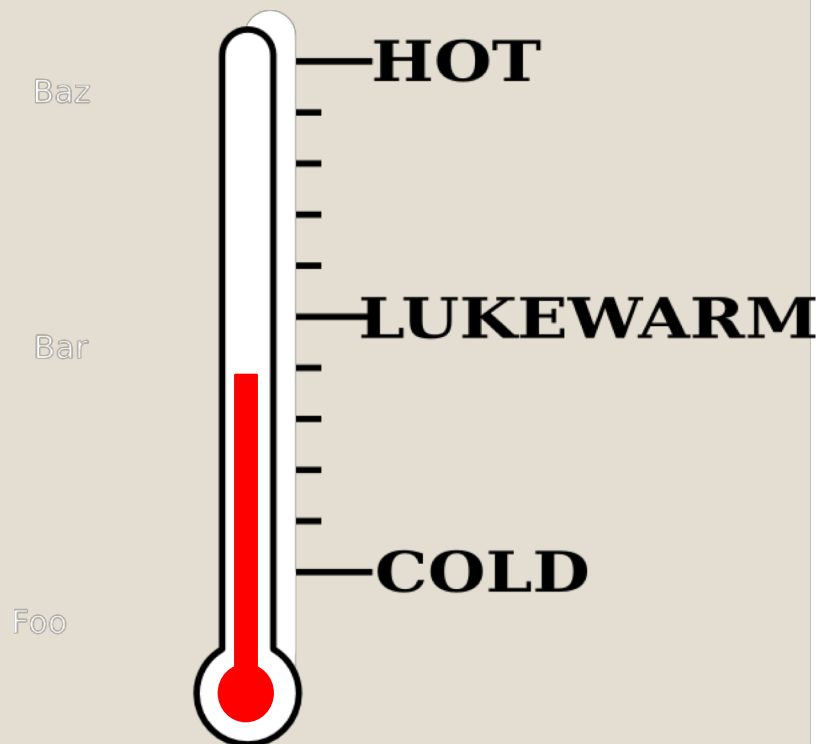
属灵的健康问题

（一）几个症状：

- 没有属灵的胃口，灵里低沉，
 - 不愿意读经
 - 不愿意祷告
- 好久不去或不愿意去教会，
- 不愿意参加聚会：查经聚会，祷告聚会，崇拜
- 不愿意事奉，奉献
- 沉迷于世界的享乐，对罪不敏感

（二）处方：

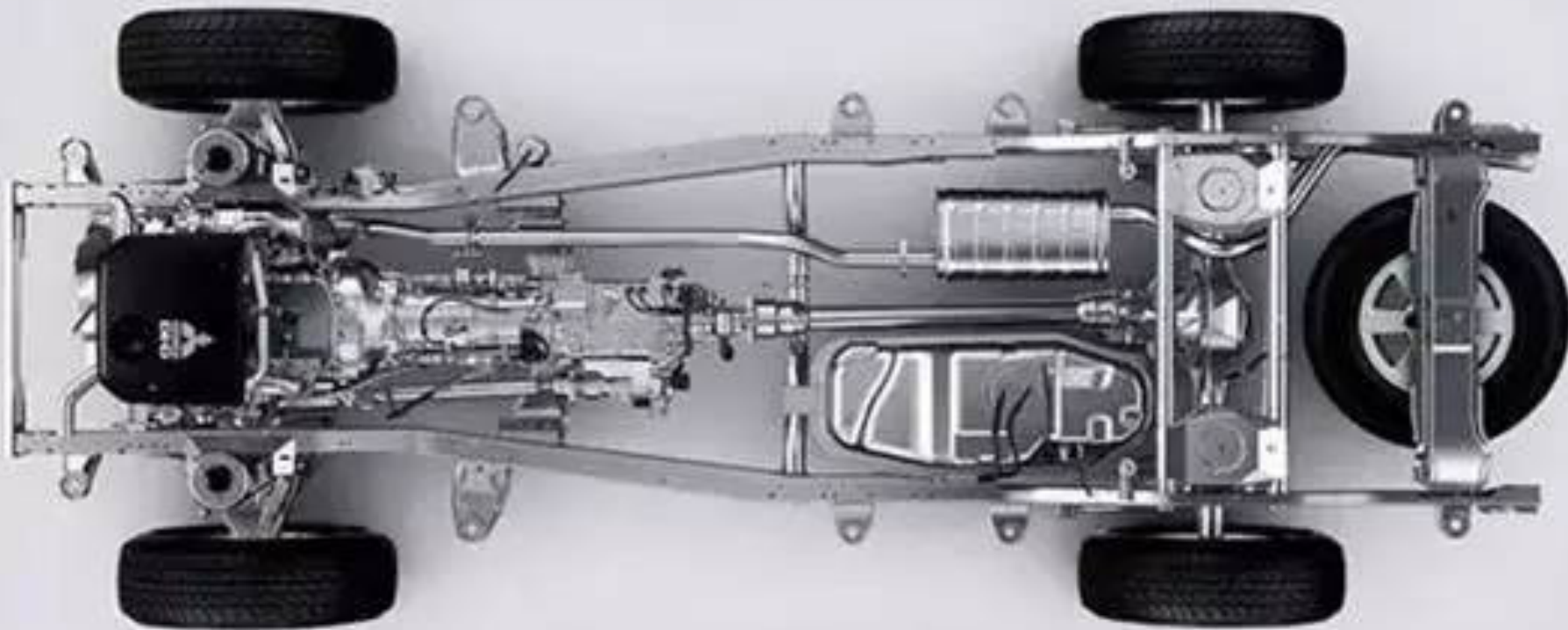
- 开始敬虔生活的操练：来到神的面前，认罪，悔改，祷告



健康的属灵生活：

读经

祷告



聚会

事奉

屬靈的操練

SPIRITUAL EXERCISE

倪柝聲著 江守道選輯



1.活祭

2.美好的见证

3.一同聚会

4.不再是我乃是基督

5.荣耀神的生活

6.彼此相爱

操练身体和敬虔的对比

	操练身体	敬虔生活的操练
形式	外在的	内在的
有效期	今生	今生和来生
目的	身体健康，延年益寿	灵里健康，把握住今生和来生的应许
果效	体态健美，富有活力	仁爱，喜乐，和平，忍耐，恩慈，良善，信实，

年轻人成为教会的领袖及榜样

（一）不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。

年轻人的特点：

- 没有人生阅历，经验
- 容易冲动，犯错
- 辈分小，没有地位和话

?



做信徒的榜样：

- 言语
- 行为
- 爱心
- 信心
- 清洁

年轻人成为领袖及榜样

（二）忠于神所托付的职事

1. 神的话语上的服事

- 宣读（圣经）
- 劝勉（过敬虔的生活）
- 教导（传福音，完备的救恩，得救的道理）

2. 要按所赐的恩赐来服事

4:14 你不要轻忽所得的恩赐，就是从前藉着预言、在众长老按手的时候赐给你的。

3. 殷勤去作，专心，长进，恒心

4. 谨慎自己和自己的教学

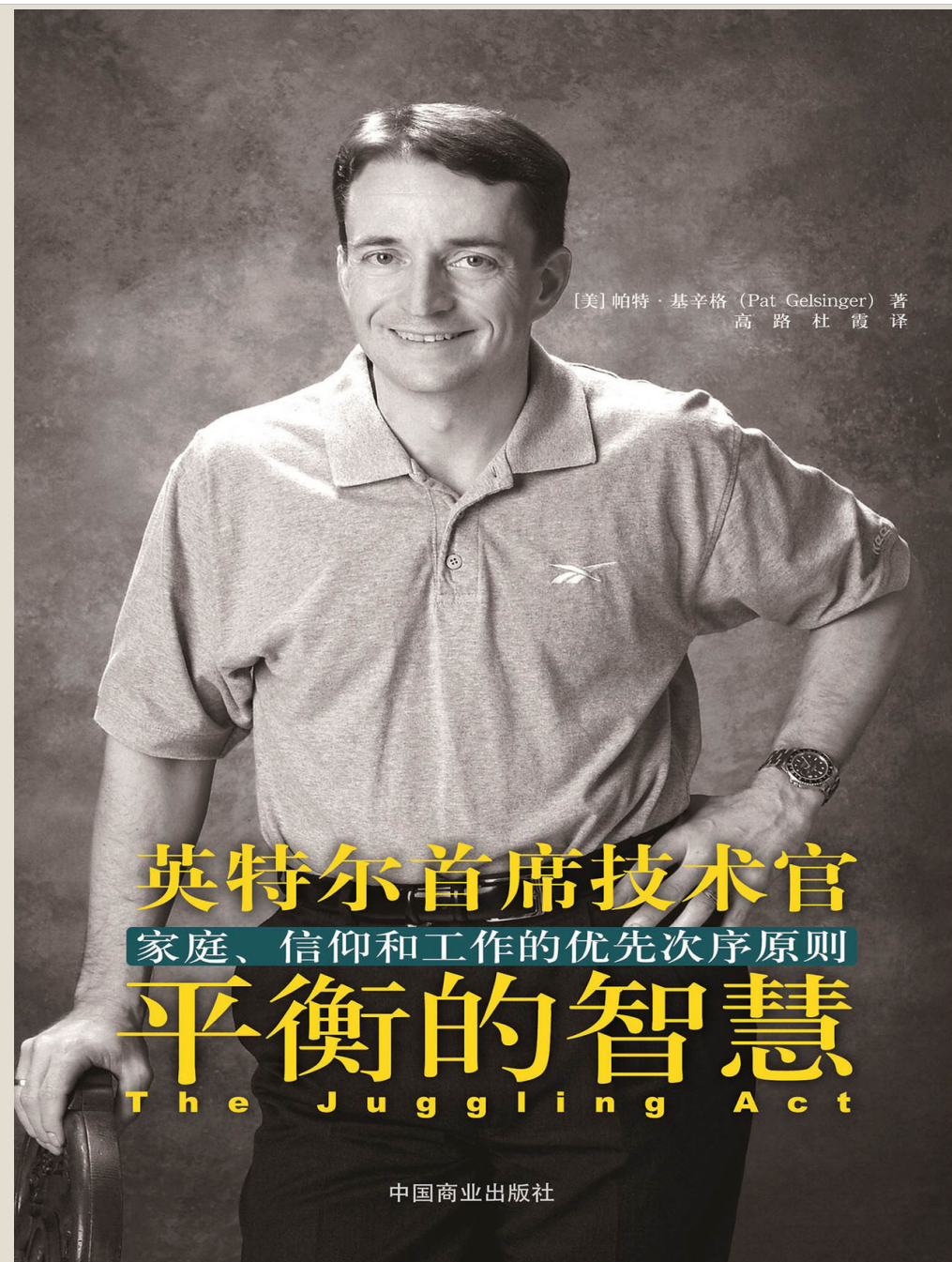
帕特·基辛格的见证

生活的优先次序：

- 信仰第一
- 家庭其次
- 工作第三

生活的目标：

- 教会的好同工（长老），
- 家庭中的好丈夫，好父亲，
- 工作上的role model



[美] 帕特·基辛格 (Pat Gelsinger) 著
高路杜霞 译

英特尔首席技术官

家庭、信仰和工作的优先次序原则

平衡的智慧

The Juggling Act

中国商业出版社

道德准则——我矢志不移的立场，用以衡量我行为的道德准则。我将做到——

- 1、 无论做什么，都要从心里做。（《哥罗西书》3：23）
- 2、 照现在所行的，更加勉励。（《帖撒罗尼迦前书》4：1）
- 3、 听从圣灵引导的方向。（《约翰福音》14：26）
- 4、 热心激励他人。（《哥林多后书》9：2）
- 5、 照基督教的准则生活。做任何事都要尽力遵循基督的伦理和我自己的道德准则。（《罗马书》2：7、8）
- 6、 开放、诚实和慷慨。（《哥林多后书》9：11）
- 7、 说话、做事谨慎。（《雅各书》1：26）
- 8、 经常、仔细的听从他人的劝诫。（《箴言》15：22）
- 9、 永远不满足于现状，身体力行地求变。（《罗马书》15：20）
- 10、 在工作和生活各方面尽力帮助周围的人、软弱的人。（《帖撒罗尼迦前书》5：14）
- 11、 不追求个人的荣耀，而是荣耀主，赞美周围的人。（《罗马书》15：5、6）
- 12、 不要过于执着，但做每件事都要严肃认真，不断感受主的保佑。（《雅各书》4：13—15）

目标——我要完成的事，我的目标。我将——

- 1、 使我的婚姻生活成为遵循经文教义的典范。白头偕老，帮助妻子成长。帮助她履行家庭的职责，定期和她约会，永远珍视她。
- 2、 让我的四个孩子都对信奉基督作出个人承诺，通过洗礼向众人展示他们的新生命。积极引导他们有更成熟的属灵生命。
- 3、 引导他人信仰基督，或者帮助他人坚定信仰，人数要超过100人。
- 4、 为我的孩子、孙辈和曾孙辈写本书，讲述在我生活中蒙主教导的见证。
- 5、 为我的雇主创造大量财富。
- 6、 成为英特尔公司的总裁。在这个过程中坚守我的价值观和道德观。
- 7、 成为教会的长老。
- 8、 拿出越来越多的所得用于慈善活动：教会、礼拜和其他基督教团体。
- 9、 为妻子、孩子和孙子们提供财务支持。
- 10、 孩子们小的时候要拿出一定的时间认真陪伴他们。平均来说，每周要花10个小时和他们在一起。

- 11、 参观访问50多个国家，开拓世界观，加深我对主所有孩子的情。
- 12、 帮助其他基督徒在专业领域和事业上取得成功。
- 13、 不断学习上帝的教导。我每天都要颂读经文，每年至少两次通读圣经。
- 14、 背诵经文。每年至少背10节。
- 15、 坚持阅读。每年至少阅读5本有重要意义的书。
- 16、 坚持学习。每年至少学习一门新课题、一项运动，开拓一个新领域或者学会一门新技艺。
- 17、 继续教学。每年至少教一个班级。
- 18、 至少熟练掌握一门外语。
- 19、 每周至少禁食一天，为灵命的健康和孩子得到庇佑祷告。
- 20、 定期锻炼身体，每周至少三次。
- 21、 领导每周的查经活动。