

An open book is shown from a top-down perspective, with its pages slightly curved. The book is the central focus, and the text is overlaid on it. The background is a dark, blurred gradient.

201課程：靈命成熟

單元六

建立感謝、讚美和敬拜的習慣

一、感謝

當我們談到敬拜和讚美的主題時，我們常常忘記另一個非常重要的要素：感謝！

感謝、讚美和敬拜是屬靈突破的三個重要關鍵。

藉由感謝，…我們認識神的美善。

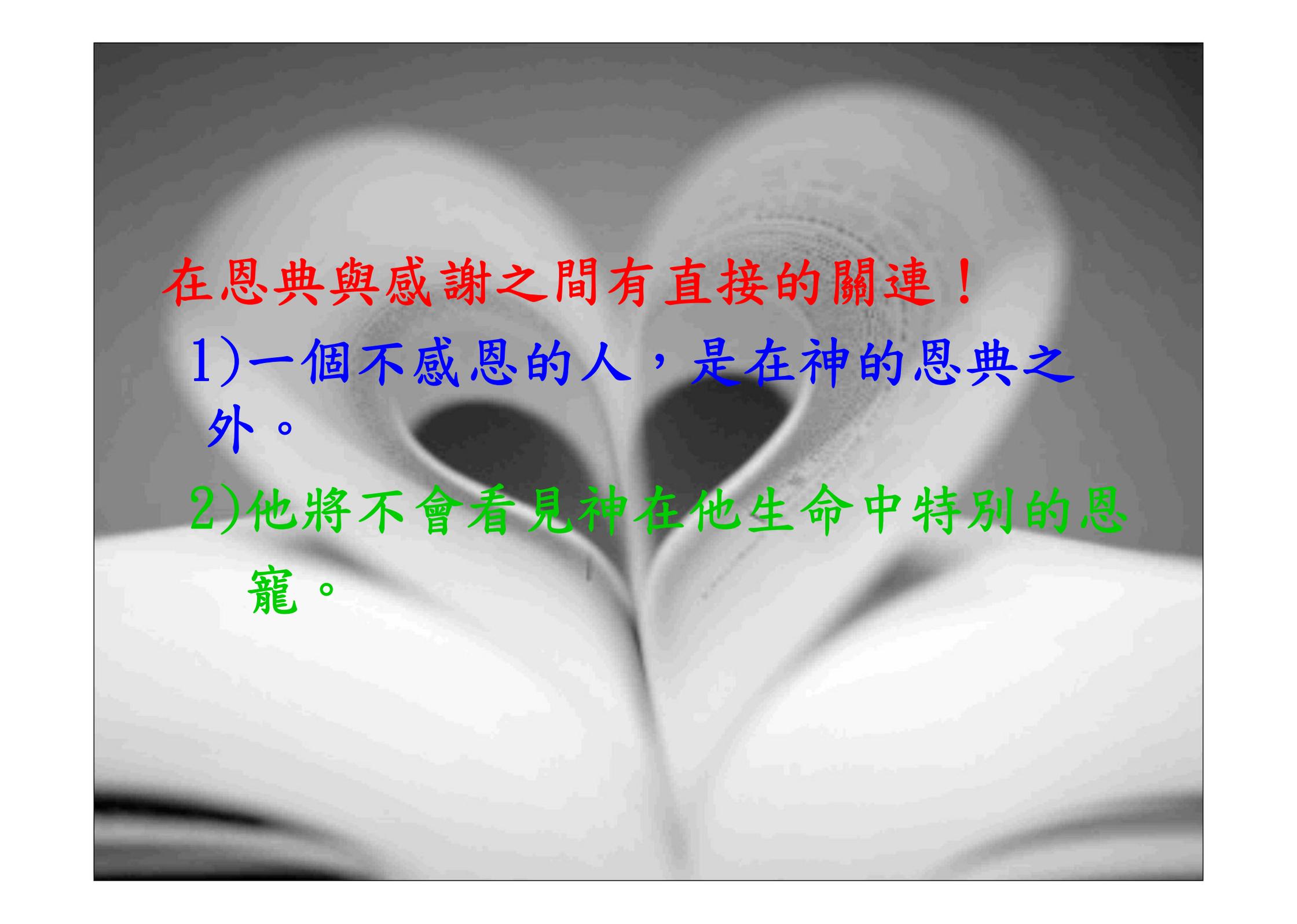
藉由讚美，…我們認識神的偉大。

藉由敬拜，…我們認識神的聖潔。

1. 感謝與恩典之間的關係

希伯來書12：28~29

因此，我們既然領受了不能震動的國，就應該感恩，照著神所喜悅的，用虔誠敬畏的心事奉祂；因為我們的神是烈火。

An open book is shown in a grayscale, slightly blurred style. The pages are visible, and the text is overlaid on the central part of the book. The text is in three colors: red, blue, and green.

在恩典與感謝之間有直接的關連！

1) 一個不感恩的人，是在神的恩典之外。

2) 他將不會看見神在他生命中特別的恩寵。

2. 四個感謝的理由

1) 感謝是從神來的命令

西3：17 感謝不是建議，而是命令！

凡你們所作的，無論是言語或行為，都要奉主耶穌的名，藉著祂感謝父神。

2. 四個感謝的理由

2) 感謝是聖靈內住的明確指標

弗5：18~20我們都需要被聖靈充滿。

18 不要醉酒，醉酒能使人放蕩亂性，卻要讓聖靈充滿。

19 應當用詩章、聖詩、靈歌，彼此呼應，口唱心和地讚美主。

20 凡事要奉我們主耶穌基督的名，常常感謝父 神，

An open book is shown in a grayscale, slightly blurred style. The pages are visible, and the text is overlaid on the center of the book. The text is in two colors: red and blue.

約三34注意：神給主耶穌的聖靈是沒有
限量的。

神所差來的那一位講 神的話，因為
神把聖靈無限地賜給祂。

A grayscale image of an open book, viewed from a slightly elevated angle. The pages are white, and the binding is visible in the center. The text is overlaid on the upper half of the book. The text is in a blue font, with the words "停止" and "漏掉" highlighted in pink. The text reads: "當我們停止獻上感謝，我們就開始讓神的靈漸漸從我們的生命中「漏掉」。"

當我們停止獻上感謝，我們就開始讓神的靈漸漸從我們的生命中「漏掉」。

2. 四個感謝的理由

3) 感謝是神對我們的旨意

帖前5：18

凡事謝恩；這就是神在基督耶穌裡給你們的旨意。

3) 感謝是神對我們的旨意

在所有事裡感謝神，
而不是為所有事感謝。

讓我們有戰爭，悲慘的死亡等，決不是神的旨意……

但是當我們在這些事裡，或是經歷這些事，

神期待我們有正確的態度＝去感謝！

2. 四個感謝的理由

4) 感謝也是將我們的祈求帶到神面前

腓4：6

「應當毫無憂慮，只要凡事藉著禱告和祈求，帶著感恩的心，把你們所要的告訴神。」



你應該在提出要求前
先向祂獻上感謝。

這代表我們對祂的信任，
我們禱告祂就垂聽成就。

2. 四個感謝的理由

1) 感謝是從神來的命令(西3：17)

2) 感謝是聖靈內住的明確指標(弗5：18~20)

3) 感謝是神對我們的旨意(帖前5：18)

4) 感謝也是將我們的祈求帶到神面前
(腓4：6)

3. 感謝的兩項重要功能：

1) 感謝為你打開來到神面前的路徑

到神面前的兩個入口：a. 門，b. 院

「應當充滿感恩進入祂的殿門，滿口讚美進入祂的院子；要感謝祂，稱頌祂的名。」

(詩100：4)



親近神的

第一步就是感謝…

第二步是讚美。

3. 感謝的兩項重要功能：

2) 感謝是打開神超自然能力的鑰匙

a. 十個癩瘋病患者的故事(路17：11~13，15~19)

十個癩瘋病患者都被潔淨了(肉體上)...

但是只有一個得救。

因為只有一個回來感謝。

但是這撒馬利亞人的感謝，

使他得著神完全的救贖：身體、魂與靈！

b. 餵飽五千人

唯一的食物...五餅二魚。

注意：耶穌並未祈求，祂所作的只是感謝。

「耶穌拿起餅來，祝謝了，就分給那坐著的人；

分魚也是這樣，都隨著他們所要的。

3. 感謝的兩項重要功能：

1) 感謝為你打開來到神面前的路徑

2) 感謝是打開神超自然能力的鑰匙



4. 不感謝的結果：

保羅提到三個不感謝的結果：

1) 不感謝帶來屬靈的退後（羅1：21）

「因為他們雖然知道神，卻不尊他為神，

也不感謝他，反而心思變為虛妄，愚頑的心就昏暗了。」

4. 不感謝的結果：

保羅提到三個不感謝的結果之二：

2) 不感謝導致發牢騷和抱怨（提後3：1~3）

「你應當知道，末後的日子必有艱難的時期來到。那時，人會專愛自己、貪愛錢財、自誇、高傲、褻瀆、悖逆父母、忘恩負義、不聖潔、沒有親情、不肯和解、惡言中傷、不能自律、橫蠻兇暴、不愛良善、…」

4. 不感謝的結果：

保羅提到三個不感謝的結果之三：

3) 不感謝是一種會毒害我們靈魂的態度

在曠野中以色列人抱怨，發怨言，神用凶惡的蛇處罰他們。(民21：4~9)

「你們也不可發怨言，像他們有些人那樣，就被那毀滅者所滅。」(林前10：10)

4. 不感謝的結果：

保羅提到三個不感謝的結果：

1) 不感謝帶來屬靈的退後 (羅1：21)

2) 不感謝導致發牢騷和抱怨 (提後3：1~3)

3) 不感謝是一種會毒害我們靈魂的態度
(民21：4~9)

二、讚美

讚美是親近神的第二步。

「耶和華本為大，在我們神的城中，在祂的聖山上，該受大讚美！」（詩48：1）

A grayscale image of an open book, viewed from a slightly elevated angle. The pages are spread out, and the central gutter is visible. The text is overlaid on the upper half of the image.

我們愈讚美神，就愈認識祂的偉大。

感謝和讚美都是偉大信心的建造者！

為進入神保護的牆內，
必須先經過讚美之門。

「在你的國中必不再聽見強暴的事，在你的境內，也不再聽到荒廢和毀壞的事；你必稱你的城牆為“拯救”，稱你的城門為“讚美”。」。

(賽60：18)

1. 七個關於讚美的聖經事實：

1) 讚美為主耶穌建立寶座」 (詩22：3)

2) 讚美帶我們進入神的勝利中(詩106：47)

3) 讚美是有聲的 (詩30：11~12)

4) 讚美是醫治沮喪的良藥(賽61：3)

5) 讚美是一種祭 (耶33：11)

6) 讚美是屬靈的武器 (詩8：2)

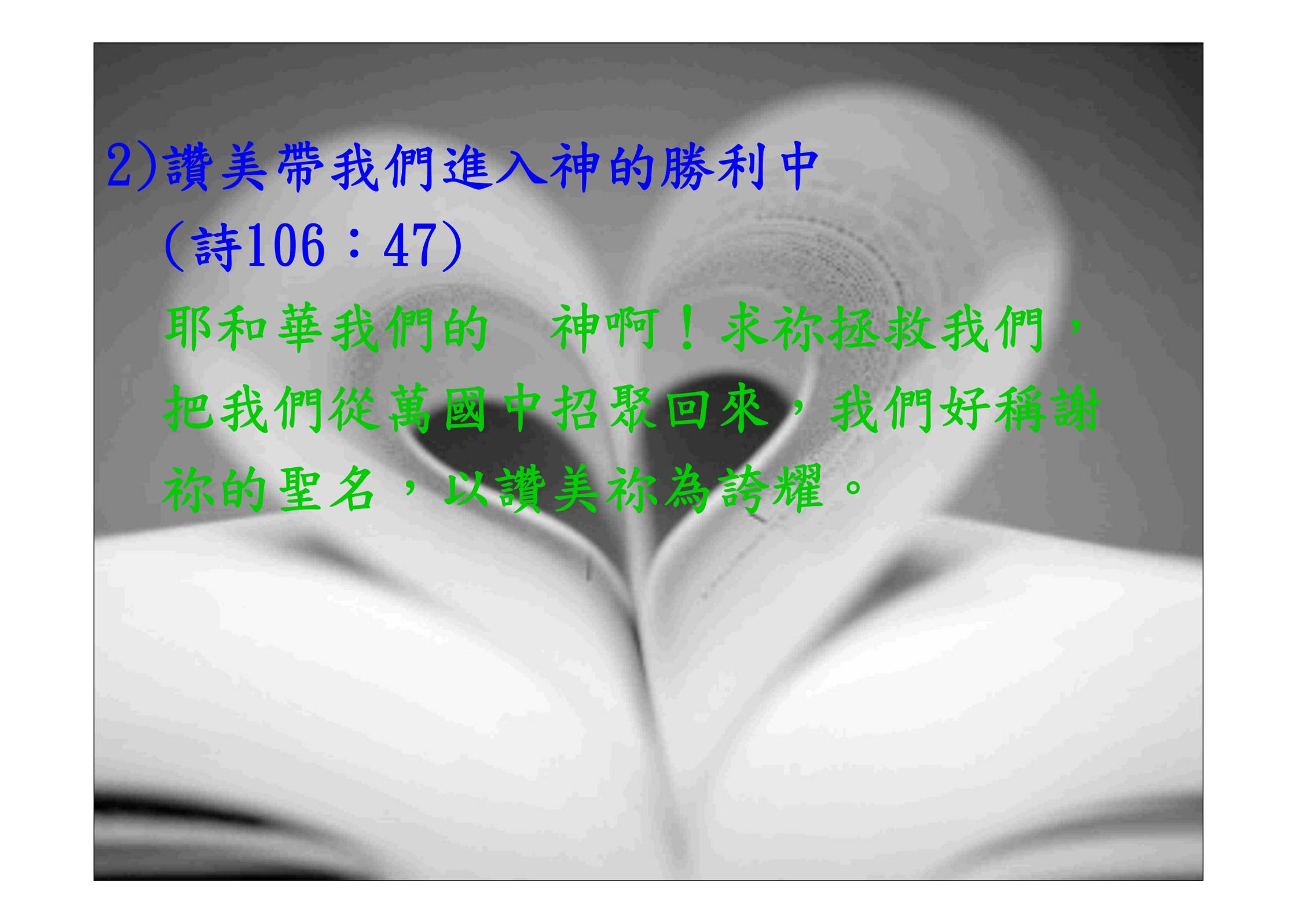
7) 讚美為神的超自然干預預備道路(詩50：23)

An open book is shown from a top-down perspective, with its pages slightly curved. The text is overlaid on the upper portion of the book. The background is a dark, blurred gradient.

1. 七個關於讚美的聖經事實：

1) 讚美為主耶穌建立寶座

「但祢是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的。」（詩22：3）



2)讚美帶我們進入神的勝利中

(詩106：47)

耶和華我們的 神啊！求祢拯救我們，
把我們從萬國中招聚回來，我們好稱謝
祢的聖名，以讚美祢為誇耀。



注意47節中的順序—
首先，感謝；接著，讚美！

3)讚美是有聲的 (詩30：11~12)

祢已經把我的悲哀變為舞蹈，把我的麻衣脫去，又給我穿上歡樂；

好讓我的靈(原文是榮耀)歌頌祢，永不停止。耶和華我的神啊！我要永遠稱讚祢。

A grayscale photograph of an open book, viewed from a top-down perspective. The pages are slightly curved, and the central gutter is visible. The text is overlaid in a bright red color, centered on the pages.

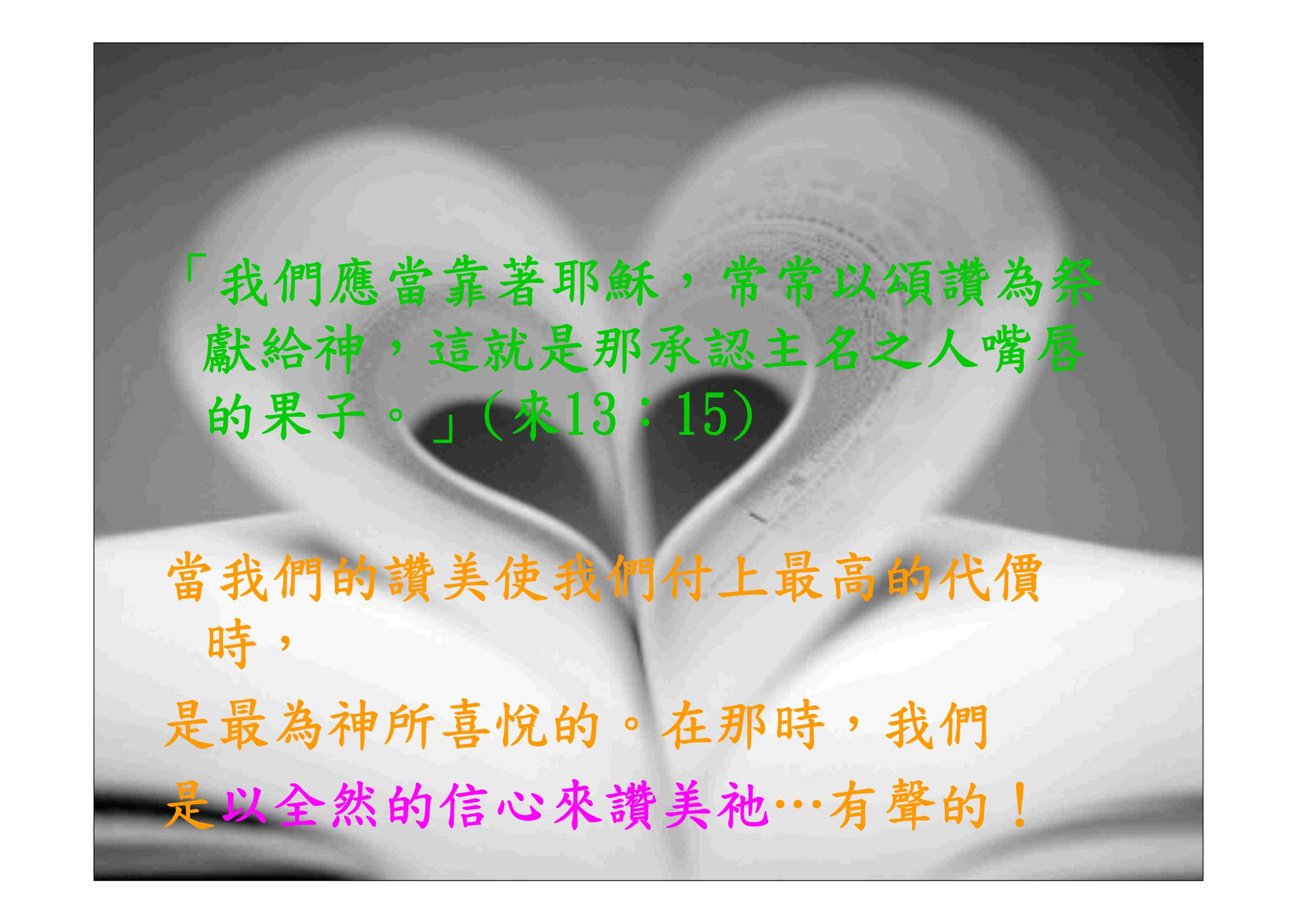
我們的榮耀就是我們的舌——
它是用來歌頌神的！

4)讚美是醫治沮喪的良藥(賽61：3)

為錫安悲哀的人穿上裝飾，賜給他們華冠代替灰塵，喜樂油代替悲哀，讚美衣代替沮喪的靈，他們必稱為公義的橡樹，是耶和華栽種的，好使他自已得著榮耀。

5)讚美是一種祭 (耶33：11)

歡喜和快樂的聲音，新郎和新婦的聲音；還要聽見那些帶著感恩祭到耶和華殿的人的聲音說：“你們要稱謝萬軍之耶和華，因為耶和華是至善的，他的慈愛永遠長存。”因為我必使這地被擄的歸回，像起初一樣。””這是耶和華說的。

An open book is shown in a grayscale, slightly blurred style. The pages are visible, and the text is overlaid on the book. The text is in various colors: green for the first part, orange for the second, and purple for the third.

「我們應當靠著耶穌，常常以頌讚為祭獻給神，這就是那承認主名之人嘴唇的果子。」(來13：15)

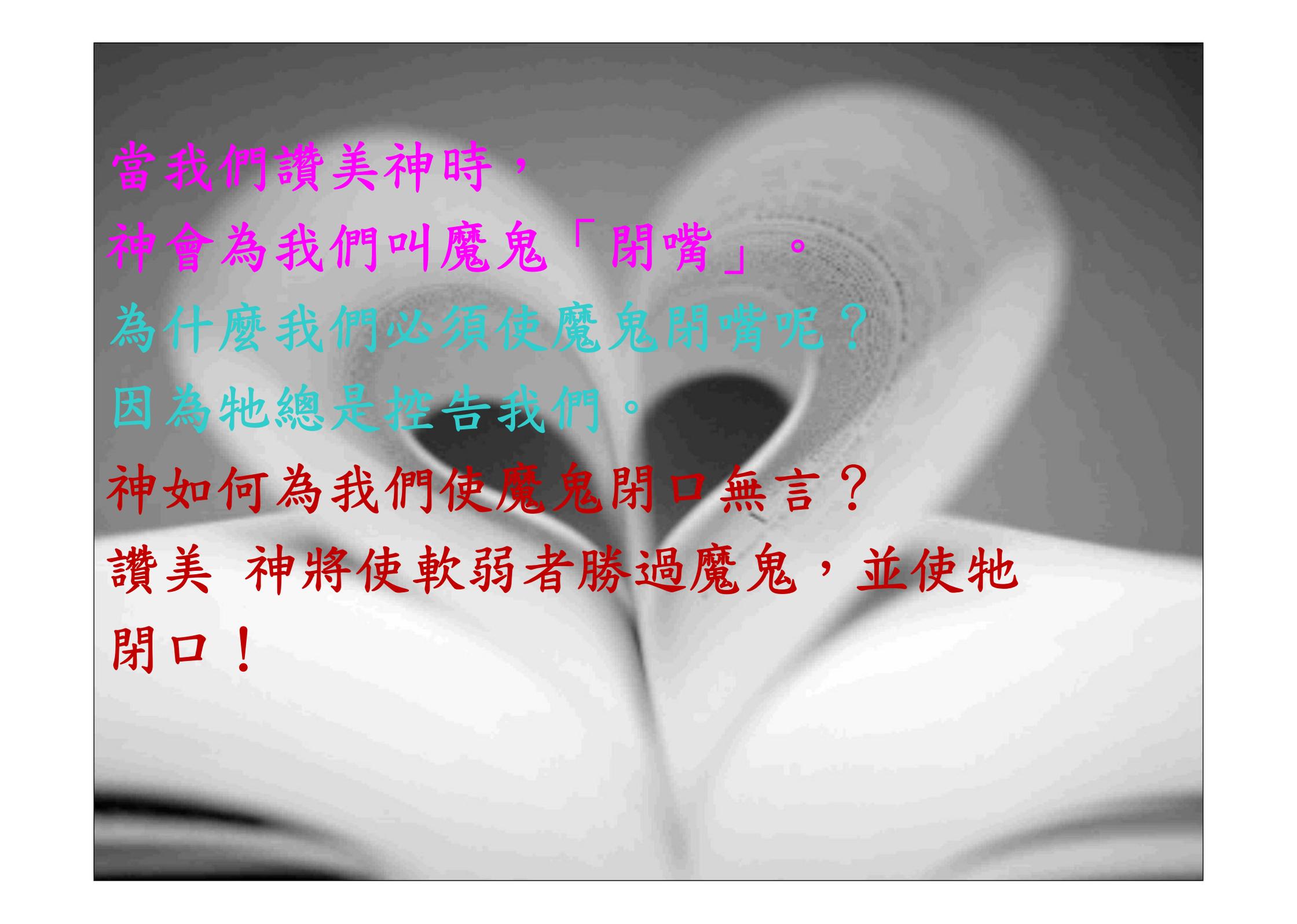
當我們的讚美使我們付上最高的代價時，

是最為神所喜悅的。在那時，我們

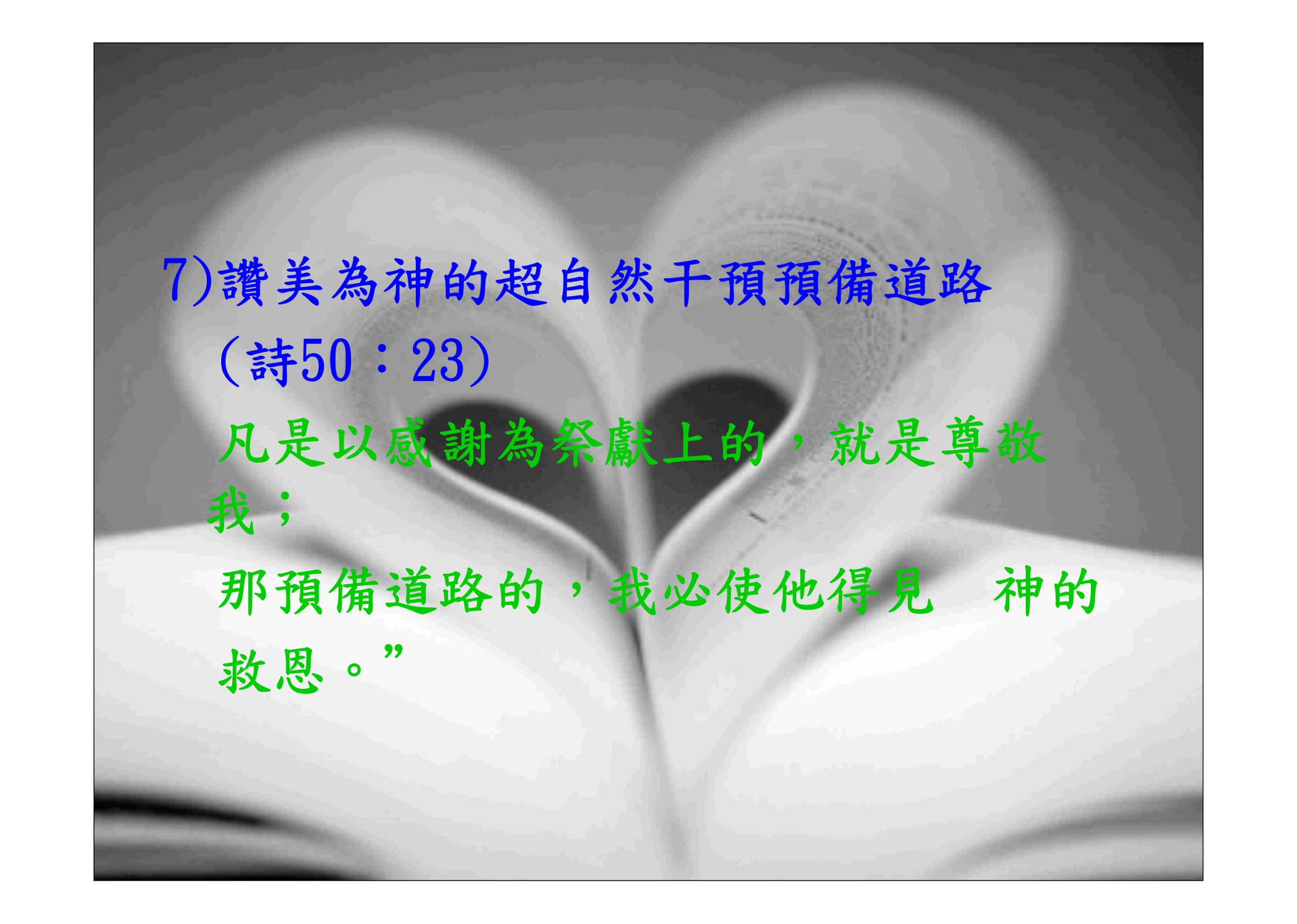
是以全然的信心來讚美祂…有聲的！

6)讚美是屬靈的武器 (詩8：2)

因你仇敵的緣故，你從小孩和嬰兒的口中，得著了讚美（“得著了讚美”或譯：“建立了能力”），使仇敵和報仇的無話可說。



當我們讚美神時，
神會為我們叫魔鬼「閉嘴」。
為什麼我們必須使魔鬼閉嘴呢？
因為牠總是控告我們。
神如何為我們使魔鬼閉口無言？
讚美 神將使軟弱者勝過魔鬼，並使牠
閉口！



7)讚美為神的超自然干預預備道路
(詩50：23)

凡是以感謝為祭獻上的，就是尊敬我；

那預備道路的，我必使他得見 神的救恩。”

a. 約沙法藉著讚美得到超自然的勝利。

(代下20：22)

「眾人方唱歌讚美的時候，耶和華就派伏兵擊殺那來攻擊猶大人的亞捫人、摩押人，和西珥山人，他們就被打敗了。」

那獻上讚美的人為神預備救恩的道路。

b. 保羅和西拉藉著讚美被神奇蹟似地救出來。(徒16：25~26)

約在半夜，保羅和西拉祈禱歌頌神，囚犯們都側耳聽著。

忽然發生了大地震，以致監牢的地基都搖動起來，所有的監門立刻開了，囚犯的鎖鍊都鬆了。

1. 七個關於讚美的聖經事實：

- 1) 讚美為主耶穌建立寶座」 (詩22：3)
- 2) 讚美帶我們進入神的勝利中(詩106：47)
- 3) 讚美是有聲的 (詩30：11~12)
- 4) 讚美是醫治沮喪的良藥(賽61：3)
- 5) 讚美是一種祭 (耶33：11)
- 6) 讚美是屬靈的武器 (詩8：2)
- 7) 讚美為神的超自然干預預備道路(詩50：23)

2. 我們應如何讚美神？

我們必須全心讚美神。(詩111：1)

你們要讚美耶和華。在正直人的議會
中和大會裡，我要全心稱謝耶和華。

大衛的例子：撒下6：20~22

大衛回去要給自己的家人祝福。掃羅的女兒米甲出來迎見大衛，說：“以色列王今天多麼榮耀啊！他今天竟在眾臣僕的婢女眼前，赤身露體，就像一個卑賤的人無恥地露體一樣。”

大衛對米甲說：“我是在耶和華面前跳舞；耶和華揀選了我，使我高過你父親和他的全家，立我作耶和華的子民以色列的領袖，所以我要在耶和華面前跳舞作樂。

我還要比今天這樣更卑賤，我要自視卑微。至於你所說的那些婢女，她們倒要尊重我。”

出自聖經的讚美神的具體方法：

1) 歌唱 (詩9：2、11)

「我要因祢快樂歡欣；至高者啊！我要歌頌祢的名。……你們要歌頌住在錫安的耶和華，要在萬民中傳揚祂的作為。」

2) 呼喊和拍手 (詩47：1)

「萬民哪！你們都要鼓掌，要向神歡聲呼喊！」

出自聖經的讚美神的具體方法：

3) 舉手(詩63：4)

「我要一生稱頌你，我要奉你的名舉手禱告。」

4) 招手(賽13：2)

「你要在光禿的山上豎起旗幟，向眾人揚聲揮手，叫他們進入權貴的門。」

5) 跳舞(詩149：3)

「願他們一邊跳舞，一邊讚美祂的名，擊鼓彈琴歌頌祂！」

出自聖經的讚美神的具體方法：

6) 跳躍和旋轉(撒下6：16)

「耶和華的約櫃運進大衛城的時候，掃羅的女兒米甲從窗戶往外觀看，看見大衛王在耶和華面前跳躍舞蹈，心裡就鄙視他。」

7) 演奏樂器(詩150：3~5)

「要吹角讚美祂，要鼓瑟彈琴讚美祂。
要擊鼓跳舞讚美祂，要彈奏絲弦的樂器和吹簫讚美祂。要用聲音洪亮的鈸讚美祂！
要用聲音鏗鏘的鈸讚美祂！」

出自聖經的讚美神的具體方法：

- 1) 歌唱 (詩9：2、11)
- 2) 呼喊和拍手 (詩47：1)
- 3) 舉手 (詩63：4)
- 4) 招手 (賽13：2)
- 5) 跳舞 (詩149：3)
- 6) 跳躍和旋轉 (撒下6：16)
- 7) 演奏樂器 (詩150：3~5)

3. 誰要讚美神？

詩148篇給我們一張列有應當讚美神的
29種不同的人 and 神的創造的清單。

事實上，**只有一種人不能讚美神**—死人。

「死人不能讚美耶和華…」(詩115：17)

詩148篇

- 1 你們要讚美耶和華。你們要從天上讚美耶和華，在高天讚美祂。
- 2 祂的眾使者啊！你們要讚美祂；祂的眾軍啊！你們也要讚美祂。
- 3 太陽和月亮啊！你們要讚美祂；光亮的星星啊！你們都要讚美祂。
- 4 天上的天啊！你們要讚美祂。天上的水啊！你們要讚美祂。
- 5 願這一切都讚美耶和華的名，因為祂一發令，它們就都造成。
- 6 祂把它們立定，直到永永遠遠；祂立了定律，永不廢去。
- 7 你們要從地上讚美耶和華。海怪和一切深海，

8 火和冰雹，雪和雲霧，執行祂命令的狂風，

9 大山和一切小山，果樹和一切香柏樹，

10 野獸和一切牲畜，爬行動物和飛鳥，

11 地上的君王和萬族的人民，領袖和地上所有的
審判官，

12 少男和少女，老年人和孩童，

13 願這一切都讚美耶和華的名，因為獨有祂的名
被尊崇，祂的榮耀超越天地。

14 祂使自己子民的角得以高舉，祂所有的聖民，
就是和祂接近的以色列人，都讚美祂。你們要讚
美耶和華。

三、敬拜

1. 聖經中敬拜的具體態度

聖經中的敬拜不只是用心，在聖經中它表達出的是態度：

1) 高舉雙手，手掌向上

(詩63：4)

我要一生稱頌祢，我要奉祢的名舉手禱告。

1. 聖經中敬拜的具體態度(和合本)

2) 低頭下拜

「百姓就信了。以色列人聽見耶和華眷顧他們，鑒察他們的困苦，就低頭下拜。」（出4：31）

「來呀，我們要屈身敬拜，在造我們的耶和華面前跪下。」（詩95：6）

3) 跪下敬拜

在我們的敬拜中非常重要的部份。

「來呀，我們要屈身敬拜，在造我們的耶和華面前跪下。」（詩95：6）

An open book is shown from a top-down perspective, with its pages slightly curved. The text is overlaid on the left page. The background is a dark, textured surface.

4) 在神面前俯伏(啟11：6)

「在神面前，坐在自己位上的二十四位長老，就面伏於地，敬拜神…」

An open book is shown in a grayscale, slightly blurred style. The pages are visible, and the text is overlaid on the left side of the book. The background is dark, making the white pages stand out.

1. 聖經中敬拜的具體態度

1) 舉手敬拜

2) 低頭下拜

3) 跪下敬拜

4) 俯伏敬拜

2. 屬靈敬拜的聖經範例

1) 天國裡的天使(賽6：1~3)

1 烏西雅王去世那年，我看見主坐在高高的寶座上，他的衣裳垂下，充滿聖殿。

2 在他上面有撒拉弗侍立，各有六個翅膀；用兩個翅膀遮臉，兩個翅膀遮腳，兩個翅膀飛翔。

3 他們彼此高呼著說：“聖哉！聖哉！聖哉！萬軍之耶和華！他的榮光充滿全地。”

2) 詩篇中的進程

在詩篇95篇中我們看見進入敬拜的美好的程序。

- 1 來吧，我們來向耶和華歌唱，向拯救我們的磐石歡呼。
- 2 我們要來到祂面前稱謝祂，用詩歌向祂歡呼。
- 3 因為耶和華是偉大的神，是超越眾神的大君王。
- 4 地的深處在祂手中，山的高峰也都屬祂。
- 5 海洋屬祂，因為是祂創造的，陸地也是祂的手造成的。
- 6 來吧，我們來俯伏敬拜，在造我們的耶和華面前跪下。
- 7 因為祂是我們的 神，我們是祂草場上的子民，是祂手下的羊群。如果你們今天聽從祂的聲音，
- 8 就不要硬著心，好像在米利巴，就是在曠野的瑪撒的日子一樣。

a. 感謝和讚美(詩95：2)

「我們要來到祂面前稱謝他，用詩歌向祂歡呼！」

詩95：3因為我們想要認識祂的偉大。

詩95：4~5因為我們視祂為大能的創造者。

b. 敬拜(詩95：6)

「來吧，我們來俯伏敬拜，在造我們的耶和華面前跪下。」

3) 耶穌的話

「然而時候將到，現在就是了，那藉著靈按真理敬拜父的，才是真正敬拜的人；因為父在尋找這樣敬拜祂的人。」（約4：23）

我們看見一位大能的神尋找敬拜祂的人。

「神是靈，敬拜祂的必須藉著靈按真理敬拜祂。」
（約4：24）

在敬拜中，
我們的靈與神的聖靈直接發生關係。

體 魂

靈

感謝和讚美

敬拜

- a. 我們必須在靈裡敬拜—這就是為什麼我們必須被聖靈充滿。
- b. 我們必須在真理中敬拜—在誠實中，並且用真誠。













