

健全属灵生命的基本原則（帖撒罗尼迦前书 5:16-22） 11.30.2025

1.要常常喜乐-無論發生什麼，在患难中也不例外，每一天，从不间断。罗马书5:3;雅各书 1:2

喜乐源头 - 喜乐來自内心，有盼望就会喜乐，常常喜乐的标记和基督徒坚定的盼望是联系在一起。

不能喜乐- 没有依靠主，盼望的对象错了就不能常常喜乐 腓立比3:1, 腓立比 4:4

重获喜乐 - 把目光转向主，关注在耶稣基督和祂的应许，信靠神的怜悯信实，才能够常常喜乐。所以必须每天读圣经，抓住神的应许。哈巴谷书3:17-19;哥林多後書 1:20;约翰福音 16:24;箴言17:22

2.不住禱告-随时随地，经常，恆切，儆醒，竭力，持續不斷，凡事，多方面，不重复，有信心。

哥罗西书 1:3;路加福音 18:1-8;以弗所书 6:18;哥罗西书4:2;腓立比书4:6;

马太福音6:7

不住禱告原因 - 有信心，与神关系好，就会不住禱告，强调保持和神亲密的交通

没有不住禱告 - 忙碌，怀疑，不信，懒惰，罪的捆绑，靠自己，缺乏对神属性的理解。

操练不住禱告 - 多花时间独处，默想安静，与神建立关系，越爱神，越想与主讲话，回想神的作为，信心增加 罗马书8:32;路加福音11:10-11;提多书 1:2

3.凡事謝恩 - 無論在任何情況下，不问遭际苦乐，环境顺逆，谦卑用神的眼光看事情

感恩的时候 - 满足所拥有的，深知神的赐于不是理所当然的，是神的恩典。感谢灵命增长，信心堅固 歌罗西书2:7;歌罗西书3:15

操练凡事谢恩 - 知道自己是神所爱的，数算主恩，留心注意神的手，如何带领，引导，保护，还有神安排分秒不差的时机，感谢被爱和有爱的对象。提摩太前书4:4;歌罗西书4:2

4.不要消滅聖靈的感動（不要抑制，忽略）以弗所书4:30;以弗所书5:18;加拉太书5:16

5.不要藐視先知的講論（轻视，拒絕）希伯來書 13:17;但要凡事察驗（檢查），善美的要持守（紧握不放）使徒行传17:10

6.各樣的惡事要禁戒不做（避免陷入誘惑的情況，拒絕，自律不作）

帖撒羅尼迦前书 1:3在神我們的父面前，不住地記念你們因信心所作的工夫，因愛心所受的勞苦，因盼望我們主耶穌基督所存的忍耐。

讨论问题

1.六个建立健全属灵生命的基本原則，那一个(或者几个)你在实践？如何做到？有秘诀吗？

2.那一个你需要操练，难处在哪里？