

第一周 唱诗

周一 借著唱诗操练我们的灵

弗五 18 下 乃要在灵里被充满，用诗章、颂辞、灵歌，
~19 彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏，

林前十四 15 这却怎么样？我要用灵祷告，也要用心思祷告；我要用灵歌唱，也要用心思歌唱。

我惟一的负担，乃是让主给我们深刻的印象，作为寻求主的基督徒，我们必须领悟，我们与主之间关系的秘诀与奥秘，就在於操练我们的灵。我们必须敞开我们的灵、操练并运用灵。最能帮助我们操练灵的路乃是祷告，然而有时候唱诗更好。我们可以大声唱一些短诗，就如一首副歌；或者我们可以小声唱一些长的诗歌，就如一篇诗章。以弗所五章十九节与歌罗西三章十六节都题到诗章、颂辞和灵歌。就长度而言，诗章是最长的，颂辞是较短的，而灵歌是最短的，如同诗歌中的副歌。许多时候我们应当在聚会中用我们的灵、并从我们的灵中，唱出一首短的副歌。

我们各人都应该背一些副歌，好能随时在我们的灵里，并用我们的灵来唱。年轻人要运动的时候，经常打篮球、打棒球或踢足球，那是他们锻炼身体最好的路。然而，他们要打球，就需要一颗球。同样的，操练我们的灵，最好的路是唱诗歌；但我们需要一颗‘球’。我们里面需要有一些副歌，好使我们随时都能唱。然後，我们必须操练唱诗歌，不仅从我们的口，更从我们的灵，并在我们的灵里来唱。

最近，我们正准备编辑一本诗歌。主若愿意，如果祂兴起一些圣徒，写一些关于以弗所书的诗歌，或许一章写一首，那将是很好的。那麼当圣徒们来在一起的时候，就可以用这些诗歌唱整卷以弗所书。除此之外，如果有关于罗马八

章及歌罗西一章的诗歌，那将会很美妙。今天有很多基督徒唱旧约的诗篇，但是那达不到新约的标准。很少有人用新约的启示来写诗歌。

我们必须学习唱诗，因为我们越唱，就越从心思里出来，越忘掉我们的环境。我们越唱诗，就越在灵里，我们的灵也越敞开并释放。这不是我的观念或看法，这乃是圣灵的思想，也是使徒保罗的思想。在以弗所五章十八至十九节，保罗说我们要在灵里被充满，借著唱诗彼此对说。我们若用诗章、颂辞或灵歌彼此对说，我们的灵就得著操练，那灵就得以出来。我们不该以注重音乐的方式唱诗，乃该以属灵的方式来唱。我们应该忘掉音乐、节拍和押韵。我不是音乐家，也不是专业歌者，我不能唱得那麽好；然而，无论我唱得好不好，我都必须歌唱。我们必须学习借著唱诗来赞美主。我们需要诵读、研读、并且能背一些诗歌，这样我们就可以在街上或车上唱诗。这件事不仅启示在新约圣经里，也启示在旧约圣经里。在旧约里，当以色列人来在一起敬拜神的时候，他们在往锡安的路上唱诗。（诗一三三 1~3。）如果我们在赴会的途中，就在车上唱诗，聚会将会在诸天之上。我们必须学习借著唱诗，操练并敞开我们的灵。

主的定旨乃是要我们彰显祂。让我们忘掉一切其他的事，单单学习如何借著祷告、赞美和唱诗来操练我们的灵。我们若如此行，那灵，就是主自己，会自动从我们的灵里得著释放。这样，我们会天天长大，并借著我们心思的更新而被变化。（罗十二 2。）我们不是借著教训、道理或知识而长大，乃是借著操练灵。因此，我们必须学习如何操练我们的灵，使我们得以不断长大，经历、享受并有分於基督。我们若这样作，就会随时在祂里面。这就是住在主里面的意义。…我们必须学习借著祷告、赞美和唱诗，操练我们的灵。（灵的操练与灵的释放，第四篇。）

林前十四 26 弟兄们，这却怎么样？每逢你们聚在一起的时候，各人或有诗歌，或有教训，或有启示，或有方言，或有繙出来的话，凡事都当为建造。

我们要认识诗歌，必须先知道诗歌目录的一些重要点。首先，我们必须认识对三一神的颂赞和经历的一些诗歌。这里颂赞（blessing）一词，不是用以指三一神所赐给我们的好东西，而是指我们向祂所献上的赞美、颂赞。关于颂赞三一神的一首好诗是第三首『荣耀、荣耀归於圣父』；关于经历三一神的一首好诗是四百四十七首『何等奥妙，父、子、灵乃是一神』。我们也需要认识敬拜父和赞美主这两类的诗歌。

诗歌目录的另一个重要点，就是圣灵的充满。（中文诗歌本作圣灵的丰满—译注。）圣经启示圣灵的充满有两面--里面的充满，为著生命，以及外面的充溢，为著能力。希腊文 pleroo，浦利路，指里面的充满，而 pletho，浦利奏，指外面的充溢。

我们也需要认识关于与基督联合的诗歌。我觉得联合为一（identification）比联合（union）好。我们不仅与基督联合在一起；事实上，我们与基督乃是一。我们诗歌本里这一部分的诗歌，其中有好几首是宣道会的创始人宣信（A. B. Simpson）写的。宣信所写这许多更深、绝佳的诗歌，在今天宣道会的诗集里都找不到，但我们将这些诗歌都收录在我们的诗歌本里。

经历基督是诗歌目录中另一个重要的点。诗歌三百七十八首『何等生命！何等平安』和三百八十二首『荣耀基督，亲爱救主』是这一类中绝佳的诗歌。我们也需要认识关于内

里生命、召会、得救的证实、奉献、和试炼中的安慰这些重点的诗歌。

我们也需要认识关于属灵的争战、福音、聚会、荣耀的盼望、和终极的显出这些重点的诗歌。诗歌七百六十四首和七百六十三首是关于基督是荣耀的盼望的绝佳诗歌，七百六十八首是一首关于终极的显出非常好的诗歌。

我们需要被主兴起来认识诗歌。我劝我们大家读这本诗歌，并熟悉所有的诗歌。三、四十年前，我们在擘饼时非常严格。我们不让圣徒在擘饼时选与擘饼无关的诗歌。在擘饼聚会中，我们借著陈列主的死，纪念主自己。我们不是纪念祂的死，我们乃是借著展览，或陈列祂的死，而纪念祂的人位。在这意义上，擘饼聚会中所选并所用的诗歌，都必须在两大类之内：第一，擘饼聚会的诗歌必须是关于主的人位，并且该一直帮助人珍赏。第二，我们也需要一些诗歌表明祂的死。我们若能学习我们诗歌本里的诗歌，我们在选诗的事上，情况就会更好。

我盼望我们花时间研究诗歌。我们对诗歌的认识会帮助我们，并且对所有的聚会大有帮助。当圣徒在聚会中题了不合式的诗歌，我们真的很难调整或改正他们。我们有时可以这样作，但大体上这不是那么有益处。我盼望在各召会中一些领头的人，每周一次，每次十至十五分钟，说一些关于诗歌的事。这样，圣徒至终会得著一些帮助，聚会自然就被调整并得著丰富。（为著建造基督的身体讲说基督，第七章。）

弟兄姊妹们平日买些诗歌录音带回去，天天放诗歌来听。弟兄们开车，在车上放录音带；姊妹们作家事，一面放录音带，大家都学唱诗歌，来到聚会中要唱诗就容易多了。（小排聚会的关键，第六篇。）

第一周·周三 在家聚会和排聚会中唱诗歌

弗五 18 不要醉酒，醉酒使人放荡，乃要在灵里被充满，
~19 用诗章、颂辞、灵歌，彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏，

以弗所五章十八节说，『不要醉酒，醉酒使人放荡；却要在灵里被充满。』我们不要醉酒，但是要灵充满，要去唱！当我们被灵充满的时候，成於中，自然就显於外，我们就唱起来了。我是常常唱歌的，我每天散步的时候，边走边唱，唱诗是基督徒的专长。我是最不会唱，但是我最喜欢唱，常唱走调了…。

感谢赞美主，我们有很多好诗歌，比方今天早上我们唱的四百三十七首：

『宁捨世界，而要基督，因祂满足我情衷…』

这首歌是我在一九四七年写的，那一年我在上海开完特会，就到一个风景区去休息一天，那一天我在那里散步，随口哼个自来调，我自己在公园哼哼唱唱，第三节就这样出来了：

『世界虽大，我心虽小，大者难使小者足；小小之心所需所要，惟有基督能满足。』

现在请六十岁以上的年长弟兄姊妹站起来唱这一节。你们唱得太规律了，不要这麼规律，你们要像我唱得犯规，却把人的灵点起来。年长姊妹们都该到小排去唱，把小排里的人火都点起来。不要以为只有年轻人纔能点火，如果年长的人在排中安坐不动，你想小排聚会怎麼聚得起来呢？但是年长的若肯唱诗，你们一唱，聚会定规就活了。这一点请年长的人跟我学，不要太按规律唱，不按规矩唱反而更活了。

今天我在这里是第一名的老人，我唱不好，但我唱得活。我请你们都不要装得像老弟兄、老姊妹，你们要放胆去唱。

我这么一唱，忧虑忘掉了，百病皆消。感谢主，给我们这麼多好诗歌。

弟兄姊妹，你们为什麼不唱呢？我们都要悔改，为著我们不唱诗、不赞美而悔改。我们不是都盼望聚会活麼？那为什麼光坐著等候，不唱唱诗歌呢？（小排聚会的关键，第三篇。）

现在我们要来看聚排聚会的路。…

我们需要在来聚会以前，很早就讲说并歌唱这些诗章、颂辞、和灵歌。甚至在我们家里，常常讲说并歌唱是很好的。作丈夫的可以说，『这是我见证，是我诗歌，赞美我救主…。』作妻子的可以响应著说，『终日欢乐。』（诗歌二六五首。）或者作妻子的说，『裂开幔子我已过，这里荣耀不败落。』作丈夫的接著回答，『阿利路亚！阿利路亚！我今在我王的面前过生活！』（诗歌四一六首。）我们若是在灵里被充满，就会有话要发表。小排聚会可能是晚上七点半开始，但若有一对夫妇在六点左右喫晚餐的时候开始唱诗，小排聚会就早已经开始了。这样的聚会在这对夫妇和别的圣徒一同开车去聚会时，可以一直的进行著。

当我到了聚会的地方，如果没有人先到，我不该静坐等别人来。我应当开始说话、祷告、或唱诗。…我们可以借著讲说、赞美并歌唱，很自然的开始排聚会。（神命定之路的操练与实行，第二十四篇。）

亮光与灵感：_____

第一周 · 周四 在召会的聚会中唱诗歌

启五 8 下 …四活物和二十四位长老，都俯伏在羔羊面前，
~9 …他们唱新歌，说，你配拿书卷，配揭开牠的七印，因为你曾被杀，用自己的血从各支派、各方言、各民族、各邦国中，买了人来归与神，
诗四五 8 你的衣服，都有没药、沉香、桂皮的香气；象牙宫中有丝絃乐器的声音，使你快乐。

我们在聚会中的唱诗非常短缺。我们需要花许多时间来唱诗。我在聚会中说话，或别人在说话，到了一个时候，你就可以开始唱诗。到了一个时候，你的灵被摸著，你在一种狂喜的境界里，你只要唱起诗来，全会衆就会响应。在启示录五章，我们读到基督升到天上时，四活物和二十四位长老唱新歌，说，‘你配…。’（9。）他们没有讲道，没有听信息，只是赞美，赞美，赞美！‘但愿颂赞、尊贵、荣耀、权能，都归与坐宝座的和羔羊，直到永永远远。四活物就说，阿们。’（13~14。）如果我们能有一个只为著赞美的聚会，那是何等的美好。这样的赞美会将你带入狂喜的境界；你会在三层天上，万有都在你的脚下。（如何聚会，第十二章。）

在本篇诗里，关于基督最重要的事，乃是祂死与复活的馨香；关于召会最重要的事，乃是在诗篇四十五篇八节，由丝弦乐器所预表的歌唱与赞美。使徒行传里早期的召会乃是这篇诗的应验。基督的死与复活在各地产生出许多地方召会，从那些召会中又产生出对主的歌唱与赞美。这使主喜乐。

众召会作为象牙宫，乃是出於基督的死而复活，且是在复活里。在这些居所中，必定时时都满了歌唱，有使主喜乐的音乐。（来二 12，弗五 19，西三 16。）因此，我们需要

歌唱。祷告比闲谈困难，就一面说，歌唱甚至更难。我们不在灵里的时候，不容易歌唱；但我们在灵里的时候，就很容易。我们越歌唱，就越在灵里。我们必须时时涌流、洋溢并歌唱。在我们的聚会中，歌唱应该多於交谈。

因著召会是在复活里，我们歌唱也必须是在复活里。有些人天生就喜欢唱歌；然而，我们却不该以天然或情感的方式唱诗歌。我们唱的时候，不该想著音乐，或试著以注重音乐的方式来唱，这会杀死唱诗。我们应该以属灵的方式来唱。我们在聚会前应该学一首新诗歌、背一些副歌和几节歌辞。如此一来，我们不必看诗歌本，就能从心中歌唱。我们若如此行，将会看见我们的聚会是何等的活泼、主动并积极。我们会是活的，并从字句和形式中得著释放。

操练我们的灵正确的路乃是祷告，但有时候唱诗歌比祷告更好。我们若试著在早晨唱诗歌，我们的灵就会得著操练。我们越唱，我们的灵就越得著释放并加强，我们的心思就越专注，我们的意志就越降服，我们的情感也越被洁净。合式的唱诗会拯救我们脱离天然的心思、情感和意志，这是从天然生命里得释放最好的路。我们的歌唱，试验我们是不是在灵里。我们若在灵里，就会不断的歌唱。甚至我们在开车的时候，也会有诗歌来赞美主。我们的歌唱和赞美对别人是强的见证，见证我们是基督徒。

卫斯理约翰和卫斯理查理天天都歌唱。我们只要每天歌唱半小时，我们的灵就会更刚强，召会的聚会也会更活、更有能力。聚会对人就有冲击力和影响力，因为聚会中不断有东西涌流并满溢出来。正如诗篇四十五篇所指明的，我们必须有这两样—涌出美辞和以丝弦音乐歌唱。我们若时时赞美、歌唱并洋溢，就能实化基督的死与复活，并被神充满成为真正的象牙宫。我们会有金，即神圣的性情，作到我们里面。（灵的操练与灵的释放，第二篇。）

第一周·周五 在日常生活中歌唱和颂咏

西三 16 当用各样的智慧，让基督的话丰丰富富的住在你们里面，用诗章、颂辞、灵歌，彼此教导，互相劝戒，心被恩感歌颂神；

弗五 18 下 …乃要在灵里被充满，用诗章、颂辞、灵歌，
~19 彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏，

（歌罗西）三章十六节说，”当用各样的智慧，让基督的话丰丰富富的住在你们里面，用诗章、颂辞、灵歌，彼此教导，互相劝戒，心被恩感歌颂神。””住”意为”安家”。在本节，”教导”、”劝戒”、”歌颂”形容”住”这动词，指明让基督的话住在我们里面的路，乃是借著教导、劝戒和歌颂。我们越教导、劝戒、歌颂，基督的话就越在我们里面安家。

以弗所五章十八至十九节说，”乃要在灵里被充满，用诗章、颂辞、灵歌，彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏。”这两节表明，我们的说话和唱诗不该是出自心思，乃该出自我们的心和灵。让基督的话安家在我们里面，并不在于用心思记忆，乃在于操练我们的灵。

歌罗西三章十六节和以弗所五章十八至十九节表明，我们的读经该成为我们的歌唱。享受读经最高的路乃是以自然的旋律唱出圣经的话。这是个甜美的经历。我们不该只是记忆圣经的话，我们应当歌唱这些话。

在早晨借著祷读和歌唱经节来喫主的话，会使我们整天都有健康的属灵新陈代谢，治死我们里面消极的事物，滋养我们里面的人，使其长大并得加力。过基督徒生活正确的路，乃是接触圣经的话，这话将神、基督、那灵、和神圣生命都具体化了。我们可以阅读、祷告、歌唱这话，以得著基督、祂的死、和祂滋养的复活的元素。结果，我们就会在主里并与主同行，

而一直经历被治死和得滋养，就是经历死和生命的运行。（林後四 12。）这就是基督徒生活。（健康的话，第八章。）

我们许多人多年读圣经，却不晓得我们能借著歌唱来接受神的话。你有否实行，不但借著读，也借著唱，来接受圣经节？基督徒受教导要查考圣经，研读圣经，却没有受教导要歌唱圣经。我们感谢主恢复祷读主话。现今我们必须往前到唱读神的话。我们需要借著歌唱，用各样的智慧，让基督的话丰丰富富的住在我们里面。这不是我的教导；这是使徒保罗在歌罗西三章十六节所给的嘱咐。

多年来我们一直读歌罗西书，却没有充分留意借著歌唱接受神的话。许多基督徒宣称自己合乎圣经，但他们没有完全合乎圣经，反而可能是流於形式和宗教。唱神的话的确是合乎圣经的。

我们不但应当在聚会中唱神的话，在我们的日常生活中更该如此。我们尤其应当在家里唱神的话。你独自在房间里或同别人在餐桌旁，要唱神的话。唱神的话是运用灵绝佳的路。祷告是运用灵，但歌唱更是运用灵绝佳的路。

我们若真渴望被活的话浸透，使我们活基督，就需要跟随保罗在歌罗西三章十六节所提倡的实行。这就是说，我们必须让基督的话丰丰富富的住在我们里面，不是单单凭著来自心思的知识，乃是凭著来自我们灵的各种智慧，包括歌唱和颂咏。哦，我们需要歌唱并颂咏神的话！歌唱神的话比读神的话更好，颂咏神的话又比歌唱神的话更好。颂咏神的话包括默想这话，并享受这话。我们颂咏神的话时，就思想这话，默想这话，并享受这话，因此给这话更多的机会浸透我们。

我们若只读神的话，我们所读的那段话就不太有机会深入我们里面，并浸透我们这人。但我们若歌唱神的话，特别是颂咏这话，就将我们全人更完全的向话敞开，并给这话机会深入我们，并浸透我们。（腓立比书生命读经，第四十篇。）

第一周·周六 操练祷、唱、颂咏主的话、感谢

西三 16 当用各样的智慧，让基督的话丰丰富富的住在你
~17 们里面，用诗章、颂辞、灵歌，彼此教导，互相
劝戒，心被恩感歌颂神；凡你们所作的，无论是
什麼，或说话，或行事，都要在主耶稣的名里，
借著祂感谢父神。

以弗所五章十八至十九节是与歌罗西三章十六节平行的。在这两节里保罗说，”不要醉酒，醉酒使人放荡，乃要在灵里被充满，用诗章、颂辞、灵歌，彼此对说，从心中向主歌唱、颂咏。”请注意在歌罗西三章十六节保罗告诉我们，让基督的话丰丰富富的住在我们里面，但在以弗所五章十八节他告诉我们，要在灵里被充满。我们将两处经文放在一起，就看见我们应当在灵里被基督的话充满。这两段话有相同的目标—我们应当使我们的灵被主的话充满。

我们可将我们的灵比作需要汽油的汽车，并将话，圣经，比作加油站。我们觉得虚空时，就该来到话这里被充满。在话里有属灵汽油无穷无尽的供应。汲取这”汽油”到我们里面的路，乃是借著歌唱并颂咏主的话。我们若这样被充满，必然会用诗章、颂辞、灵歌，彼此对说。我们也会发现，歌唱并颂咏主的话比祷读主的话更高。

我们越歌唱并颂咏神的话，就越会得拯救脱离宗教的影响，就是那使我们在形式上来聚会的影响。让我们建立天天歌唱主话的习惯。然後我们的聚会就不会流於形式。聚会不会成为一种表演，反而会满了我们日常生活的展览。我们在召会聚会中所展览的，将是我们每天生活的内容。我们尤其要在聚会中歌唱，因为我们每天都歌唱主的话。

关于歌唱神的话，我主要的负担不是使聚会得以丰富，乃是使我们被活的话所浸透。我们要借著接受神的话，有分

於那灵全备的供应，并享受基督的丰富。

已往我失去许多被主话浸透的机会，因为我不懂得唱主的话。我花了许多时间研读、查考圣经，把好几本圣经写满了註解，但我不晓得我能歌唱或颂咏主的话。读以弗所二章是一回事，祷读这话是另一回事。但我要再强调，歌唱主的话比祷读更好。…我相信我们越歌唱并颂咏主的话，我们就越被基督的元素洗涤并浸透。（腓立比书生命读经，第四十篇。）

我不希望你们把这些话只当作一篇信息来领受。这不是道理。你们若不操练，你们就会白费许多时间，也会把这个成全训练浪费了。你们都要去操练。不要祷告别的，只要祷告主的话。我盼望我们都能把加拉太书、以弗所书、腓立比书、和歌罗西书都祷过，而且还要唱过。然後你还要颂赞，这里不需要太多的调子，你可以自己谱调，或是不成调也可以。接下去，你会发现你是很甜美、很刚强的把神圣的素质接受到你里面。最後，还要为这些话感谢。倘若我们肯操练把这些话拿来祷、拿来唱、拿来颂赞、拿来感谢，我们的教会生活就要大大的拔高。

这些都是很实在的话。现在我还要把这些话重複一次，这些话真是值得一说再说的。首先，我们的神巴望我们活祂。第二，祂是那灵。第三，祂是话。最後，祂盼望我们用祷、唱、颂赞、感谢，在灵里领受祂的话，把祂自己接受到我们里面。我们都能见证说，每当我们在灵里祷告时，我们就得著了我们所需要的光、生命、爱、圣洁以及一切神圣的素质。我们唱的时候，就能彀细细思想主的话，而且，还不光是思考，更是有享受。所以，最好的路就是唱；再进一步就是颂赞，颂赞能把你带进更高的享受里。至於感谢，就是总结。所以，你必须祷、必须唱、必须颂赞、必须向神发出感谢。（成全训练信息，第十七篇。）