

【01 性格操练申讲】

L 弟兄的性格操练，一共三十个字，头三个字叫做真、准、紧。真，是说你这个人要真诚、真实，就是我们平时讲的做人要真，你心里怎么想的就怎么说，主给你怎么带领，你就照主的带领，这是在主里面的一个性格操练。准，就是准时、准确，比如说，时间到了来聚会是准；你讲一件事情，这个事情是怎样就怎样，不要夸大，也不要缩小。“准”对于我们做人来说也是很重要的。紧，就是要紧起来，不要松垮垮的，我们的人生、做事情要紧起来，一天要有时间表，人生一段段时间要有规划。

再下面就是勤、大、细。勤，就是勤奋，做人要勤奋，追求要勤奋、服事主要勤奋、读圣经要勤奋，在教会里面，劳苦也要勤奋。大，就是你这个人不要小气，要大起来；细，就是不要粗，从小到大，老师天天教我们，不要粗心大意啊，我们考试的时候也是这样，这个字怎么写，少一横，扣一分，少一点，扣一分；做事情要细。

再往下，稳、忍、深。稳，就是不随便，稳定，不动，定住，不会变得飘来飘去。稳，就是非常稳定，做一件事持续下去。忍，就是忍耐，更是个美德了，忍耐是圣灵的果子（加五 22），忍耐也是个品格，小孩子就没有忍耐，大人是有忍耐的。深的反义词就是浅，深的意思就是要往深处去，我们做人不要浅啊，什么都摸一点，摸一点，属灵的事也是如此，不是摸一点，摸一点，要往深处去。

接下来，纯、正、静是一组。纯，就是干净、清洁。正的反义词是歪，正就是不偏不倚。静，就是安静，不要躁动。

下面一组叫作专、公、敞。专，就是专心，我们读小学的时候，老师也教我们，读书要专心啊，focus。公，就是不自私。敞，就是敞开，不关闭自己，我们要作一个敞开的人。

亲、热、就，这是讲到跟人之间的关系。亲，就是跟人之间有一种的亲，人觉得你可亲、可以接触。亲的反义词疏，不能让别人感觉你离得很远。热的反义词是冷，人如果见到你，摸到一个“冷”字就完了。就，是俯就的就，主耶稣道成肉身，就是“就”；诗歌里常常有，主啊，我来就你（诗歌 297、615、616 等）。就，是亲近、靠近的意思。这里的“就”，更是低就的“就”。

刚、柔、顺，刚是刚强。柔，是温柔。顺，就是顺服。苦、低、贫，苦的意思就是要会吃苦，我们的年轻人要会吃苦；低，就是你这个人不要高，不要给人感觉高高在上，要给人感觉谦卑、谦虚。贫的反义词就是富，意思是要操练贫穷，不是要操练富足。

恒、难、压，恒，就是恒心、持久的意思；难，是难为的意思；压，就是受压的意思，要活在一个压力的里面。

最后三个是明、厚、重，明，是明白的意思；厚，中国有一话叫做厚道，做人要厚道；重是庄重的意思，重的反义词是轻，不是作一个轻飘飘的人，是作一个重的人。

（未完待续 * 20240606 上周四信息 * 6-1）

【02 性格操练的实际】

真、准、紧、勤、大、细、稳、忍、深、纯、正、静、专、公、敞、亲、热、就、刚、柔、顺、苦、低、贫、恒、难、压、明、厚、重

这三十个字就是三十种性格的培养，这三十个点就像一个镜子，告诉你，一个服侍主爱主、追求主的人就应该活成这样子。这些点都要成为我们主动的操练，不要把它变成一个律法，太深地研究它，我怎样才能做得到？你如果真的这样做的话，你会发疯的，我们都是堕落的人。

但是这些东西要成为我们的一个镜子，一直提醒我们需要主，一直提醒我们要联于神，一直提醒我们要有圣灵在里面作主，也只有圣灵在我们里面作主了，主的生命从我们里面活出来了，这三十个点才能活得出来，

这些点都是主那神圣的素质、神圣的性情进到我们里面以后，然后从我们人性的美德再活出来的。我们这个人的性格、个性，有一部分是与生俱来的，有的人天生很急，有的人就是不急；有的人非常热心，有的人他就是很酷，很少笑的，很多东西没法改变，基因就是这样的，遗传来就是这样的。但是另外一部分，还有百分之七十是可以操练，是可以改变、可以养成、可以构成的，是主耶稣可以做工的。

所以弟兄姊妹，我们在座的每个人都有盼望，特别是年轻人，很有盼望，你不是就这样子的。有的人说，我这个就是马马虎虎的，对，你这个人马马虎虎是与生俱来的，你一辈子都是马虎的，改不了的（这部分只占百分之三十）。但是，你可以借着主、借着操练、借着活在主面前，借着让圣灵你里面作主，把另外的百分之七十给补上来，这百分之七十，就是认真的，就是紧的，就是细的，正好把你的百分之三十的马马虎虎给盖住。

Z 弟兄也讲了，这个性格操练是面镜子，也是个促进，叫我们更多地觉得需要主，更多地依靠主，更多地活在主里面。你越操练，越发现自己不行，越操练，越发现自己够不上，所以，越操练，越依靠神，越操练，越觉得需要主，这不就好了嘛？

Z 弟兄一直在调整我们的观念，不要把这三十个点变成一个治死你的律法、变成字句，要变成生命，律法也是带你归向基督的，外面看好像是律法，你必须这样，必须那样，但是这些东西在我们操练的过程中，一直把我们带到基督里面去，没有主都做不成。

（未完待续 * 20240606 上周四信息 * 6-2）

【03 真】

真，就是灵，约翰福音四章 24 节，“神是灵，所以拜祂的，必须用心灵和诚实拜祂。”，“必须用心灵和诚实拜祂”，准确的翻译是“必须在灵和真实里敬拜”，神既然是灵，敬拜祂的，在灵里敬拜不就够了吗？为什么约翰讲的时候，还加一个，在真实里敬拜呢？这就是告诉你，灵和真实是在一起的，真实是从灵来的。

所以，真、准、紧的的第一个，真，就是从灵里面出来的。很多弟兄姊妹不知道什么叫灵，灵本来就看不见、摸不着，还讲不清楚。一般人到了真实里面，他就摸到他的灵了，真实和灵是在一起的。其实在每个人心里的最深处都需要神，任何人，只要摸到他心里的最深处，他就要摸到灵。

真，就是要有灵，罗马书三章 4 节，“...神是真实的，人都是虚谎的...”，“真”的反义词就是虚谎，真，就是要用灵。人都是虚谎的，我们在处世为人的时候、在教会生活里、在待人接物、做任何事的时候，要用灵，要注意你的灵，注意你的里面是怎么想的，这就叫真。

真，就是要会用你的灵，会摸你里面的感觉，今天神带领你做什么？今天神在你里面是怎么引导的？你看一件事的时候，问主，主啊，你觉得这件事怎么样？主啊，这件事我要怎么做？从人来的都是假的，从神来的才真的。

我们这个人有两个生命，一个生命是从神生的，一个生命，是撒但生的。撒但还有一个名字，叫作说谎的，约翰福音八章 44 节，“你们是出于你们的父魔鬼...因祂本来是说谎的，也是说谎之人的父。”所以每一个说谎的人，他的爸爸都叫撒但，意思是说，那个说谎的生命是从撒但来的。

操练“真”，就是操练从神的生命来活出、来待人、来接物、来行事、来说话，你从撒但、从自己的肉体里说出来的，那就是说谎的，就算你讲好话，都是说谎，因为撒但就是说谎之人的父，惟有神是真实的。你这个人活在灵里，才是一个真的人，不活在灵里，活在撒但的生命里，活在说谎之人的父里面，活出来就是假的。

所以弟兄姊妹，从第一个点，操练“真”来看，你就知道这三十个点不是世上的道德水准、好行为、好表现，这不是外面的要求，是里面的活出才有真实。这位真实的神住在你里面，你把这个活出来，那个才叫真。祂在你里面说什么话，你把那个话说出来，那个就是真话，因为只有神才是真实的。

真，就是要你联于源头——这位真实的神、住在你里面的神，你生活、行动、工作、说话、担忧，都要从这个源头出来，所以不管做什么事情，都要联于这位真实的神。我做这件事、我讲这句话、我有这个念头，是不是出于神？从神来的，真；从肉体来的，就是从撒但来的，就是从说谎之人的父来的，就是假。从你这个人的好心来的，也是假。

从“真”开始，就是从源头开始，从神开始，从灵开始，因为在你的灵里住着这位真实的神，你把这位真实的神给活出来、给代表出来、给见证出来，让这个真实的神在你里面掌管你的话语，掌管你的行动，掌管你的为人，掌管你的追求，掌管你的一生，哇，这就叫“真”，活出“真”来。

那从反面来讲，当你不“真”的时候，就是没有神了，要拼命讲假话来掩饰你自己，来装饰你自己，来为你很多行为开脱啊什么的，你就知道，哎，我没有神了，我跟里面那个真实的神断了联系，这个时候，你要赶紧回去，“主耶稣啊，主耶稣啊...”，赶紧联于葡萄树，赶紧联于神，赶紧联于灵，不联于神，不联于灵，不活在灵中，“真”是根本活不出来的，因为你这个人永远都是假的，怎么活都是假的，你是说谎之人的父撒但生的，撒但的生命住在你的魂、肉体里面。

(未完待续 * 20240606 上周四信息 * 6-3)

【04 准】

第二个叫准，准就是受约束，今天晚上我们复习的时候，我就一直看时间，为什么看时间？我八点半要直播啊，这就叫准，这就叫受约束。做事情要准时，就需要受约束，像我现在身体不是太好，医生说你饮食要这样吃，什么多吃，什么少吃，什么不能吃，这个就叫准啊，随便打开都能吃，就是不准，不准就很自由，准就受约束。

约束是性格里面很要命的一个东西，加拉太书讲到圣灵的果子——节制，就是准，多少就多少，所以因着你要操练“准”，你这人就要受一点的约束。我们这个人需要受约束，人堕落以后，撒但的生命进到我们的里面去，我们这个人就变得野了，用圣经的话，就叫做放肆（箴廿九 18），放肆就是随便，爱干嘛干嘛，随便做什么都可以。

为什么要有教会生活呢？受约束，今天是周四晚上，我们约好了在一起读经，就是受约束了。如果没有受约束，谁能够好好的追求主啊？教会怎么能够被建造啊？

Z 弟兄这两天讲一段话，讲给同工们听，服事主的人要学会 overdo，他说，always overdo, to get the true do，他说，我这不一定是英文，但是这意义很重要，你们只要 get 它的意义就行了。就是我们全时间服事主的人总要 overdo，要比所要求的再多一点点，对自己要求的稍微再严一点点。比如说在“准”的基础上再多一点，已经受约束了，再多一点约束，这对我们很有益处。Always overdo，就是总要对自己要求比正常的要求再高一点点，to get the true do，就是慢慢做了以后，才能达到正常的水准，比如 8:30 到，8:25 就是 overdo，那最后 8:30 到就是 true do。

“准”就是要活在警醒的里面，现在我们每周六早上的祷告聚会是 9 点开始，平时的聚会都是 9:30 开始，祷告聚会为什么要 9 点呢？警醒，就是为了提醒大家，今天是祷告聚会，要特别地受点约束，要特别地活在警醒的里面，因为祷告需要警醒，很多事情都被打岔，祷告最容易被打岔；很多事情都会被忽略，祷告是最容易被忽略的；很多事情都可以被 cancel 掉，祷告是最容易被 cancel 的。祷告是最容易被省略的，偏偏祷告是最重要的，这是撒但的诡计，就是要你把最重要的给忽略掉；传福音也是如此，传福音是最重要的事情，但是传福音最容易被忽略，所以我们就要一直警醒，活在警醒的里面，才能守住这件事不被仇敌拿走。

“准”就是受约束，活在警醒的里面，时间要受约束，不能随便；话语要准，做事情也要准。在讲到说话准确的时候，Z弟兄举了一个很好的例子，他说有一次，有个姊妹慌慌张张地跑进会所说，哎呀，弟兄们，不得了啦，弟兄之家被烧啦，烧了这么大一个洞，那长老问她，到底多大的洞？呃，这么大！到底多大洞？呃，这么大！你再讲清楚到底多大？呃，呃，就这么大，弄半天，就这么一个小小的洞，说话要准确，不要夸大，也不要缩小，这是个操练。

Z弟兄讲这三十个点就是一面镜子来照我们，我们服事圣徒、服事教会，当你发现自己不够准的时候，你就知道，你大概离主很远了。你会发现，你不准的时候，大概约束少了，圣灵的果子少了，节制少了嘛，还有呢，我们这个人不够警醒。我们服事教会，就是在争战，就是跟仇敌打仗，你一放松，仇敌就有很多机会搅扰，仇敌有很多机会攻击你。所以服侍主，要很警醒，那警醒表现哪里？准，这三十个点都是很要命的，不是随便写的。“准”是个美德，叫我们服侍主、爱主、追求主有果效。

（未完待续 * 20240606 上周四信息 * 6-4）

【05 紧】

第三个讲到紧，“紧”的反义词就是松，松垮垮的，一松就杂。Z弟兄前几天帮助一个弟兄，Z弟兄听完他分享，就说，你这个人太杂，关心的事太多了，关心的事太多就说明你这个人不够紧，放松了。放松就是这个脑子的门开的很大，四面八方的门都可以，什么东西都进来，新闻也进来，小道也进来，好坏、是非、稀里哗啦，什么都进来，什么都注意。什么都注意，那当你在为主说话的时候，你想讲这个点，结果旁边那么多点都出来搅扰，讲了半天，这个要命的点被混到这里面去，没了，Z弟兄说了一个词，叫做洗。

你讲这件事的时候，再讲一些杂七杂八、周边的东西，结果把最要命的东西给洗掉了的，这就叫杂，什么原因呢？就是松了。我们这个人对目标、对焦点、对基督、对教会、对你里面的负担抓的不够紧，松了，我们服事主的果效就受打岔。

什么叫紧呢？就是不放松，不要杂，不被任何别的事物打岔。真、准、紧这三件事为什么放在一起呢？因为“紧”最重要，紧才能真，紧才能准，紧是为着前面两个，我们这个人的时间要紧起来。你安排事情的时候，把 schedule 摆出来，你的生活是紧的，一直注意自己是不是有主的，你这个人不就“真”了吗？有主，“真”不就出来了吗？一直注意自己是不是活在主面前，是不是警醒的，你不就“准”了吗？就不自由、不散漫了，所以这个“紧”很重要。

Z弟兄教导年轻人，特别全时间的要学习做日程表，把一天的时间分成十个段落，一周有七天，你就有七十个时段，画个表出来，七十个时段，每一个时段做什么，可以做很多事，这就叫紧。

我建议全时间的弟兄姊妹们去操练这三十个点，每个点都要变成一个镜子，每个点都要变成对自己的一个要求，把你带到主里面去，把你带到源头里去，把你带到灵里去。不然的话，我们这个人就变成一个漏洞百出的人，很多神的祝福、神的恩典、神的带领、神的说话到我们这个身上以后，漏光光了。我们不是服事主嘛，要把这些带给人、到人面前的时候，这些东西都漏的差不多了，你还拿什么给人？

这次 Z 弟兄看到在座这么多年轻人爱主、有热心，也有心愿，脑子也聪明，一个个逻辑清楚，说话、口才...都叫人羡慕，我都很羡慕。Z 弟兄看到他们就想，哎呀，你们这班人，这些东西要是没能活出来，这些东西要是没有受约束，就是漏洞百出啊，再好的才、再好的本领、再多的祝福，当你拿到人面前去的时候，都漏光光的。神给你一整盆好东西，你端到人面前去的时候，这个东西被你的“松”漏光了，那个东西被你的“不准”漏光了，那个被你的“不真”漏光了，那我们还有什么给别人的？把这三十个点读读，最好背一背，变成我们的一个镜子，变成我们的一个鼓励，变成我们的一个督促。

(未完待续 * 20240606 上周四信息 * 6-5)

【06 勤】

勤、大、细，勤就是勤奋的意思。罗马书十五章 16 节原文，“使我为外邦人作基督耶稣的仆役，作神福音勤奋的祭司...”勤奋就是劳苦，保罗传福音，不管得时不得时，都传福音（提后四 2），就是勤奋的福音祭司。不管得时不得时，我都传福音，不管外邦人还是犹太人，我都欠他们的债（罗一 14）。各层各乡，犹太外邦都传福音，这叫勤奋，这是我们服事主的一个美德。

刚开始全时间服事的年轻的同工们，特别要学习这个，我们在神的家里面全时间服事，我们在教会里面学习做祭司，就是要勤奋。你刚得救一年两年三年，刚全时间服事一年两年三年，还很年幼，说供应人、给人启示，都还谈不上，连勤奋再没有，那你还有什么可以给人的呢？

勤奋这件事非常重要，勤奋是从主来的，是主在里面催促，圣灵在里面加力而有的结果。所以弟兄姊妹，你如果这段时间服事主，觉得自己不够勤奋，你就知道有问题了。勤奋是一个美德，追求主、爱主、服侍主，要做一个勤奋的人。总要问自己，我还能不能再往前一点？我还能不能再多做一点？

腓立比三章 13-14：“...忘记背后，努力面前的，向着标竿直跑...，这里“竭力”的意思就是逼迫，我一定要，主，你不给我，我就是，这就叫勤奋。盼望我们在座的彼此鼓励，都作一个勤奋的人，作祭司，勤奋；追求主，勤奋；服事主，勤奋；读经，勤奋；聚会、祷告...勤奋。

关于勤奋，还有一处经节，箴言六章 6-11 节，“懒惰人哪，你去察看蚂蚁的动作就可得智慧。蚂蚁没有元帅，没有官长，没有君王，尚且在夏天预备食物，在收割时聚敛粮食。懒惰人哪，你要睡到几时呢？你何时睡醒呢？再睡片时，打盹片时，抱着手躺卧片时，你的贫穷就必如强盗速来，你的缺乏仿佛拿兵器的人来到。”我们追求主、

服事主，包括我们做人，都要学习像蚂蚁一样，你看看蚂蚁就知道，你会得智慧。

“仿佛拿兵器的人来到”，就是撒但来了。撒但攻击了，你的属灵就不可能丰富，当然这个贫穷讲物质，也是讲属灵的，我们今天从属灵看，原则完全一样。

这三十个点，每一个点都非常丰富，每个点都是引我们归向基督，每个点都是鼓励我们把神圣的属性成为人性的美德活出来，每一个都是镜子，每一点都是对我们的一个激励，盼望每个弟兄姊妹都注意这些点，并且操练起来。

（上周四信息分享完毕 * 20240606 周四信息 * 6-6）