

# 敬拜

## 暖身問題

對你而言，敬拜是什麼呢？分享一下吧！

## 一、什麼是敬拜？

「崇拜」或「敬拜」一詞是從“weorthscipe”這個古典英文字而來，亦即現在的“worship”一字；這詞原有「配得的」之意。換句話說，基督徒的敬拜，乃是將神當得之榮耀、稱讚、尊榮等歸給祂的意思。

信徒的敬拜不單單是主觀的經歷，更是對一個客觀事實的公布：神配得一切的頌讚與榮耀。

當門徒經歷過罪得赦免的平安，以及主救贖並聖靈重生的恩典後，我們會很自然地流露對神之愛的回應，將祂配得到的尊貴、榮耀和頌讚歸給祂，同時也渴望完全融化在祂裡面。既然如此，門徒的敬拜應該是隨時隨地、無時無刻的。另外，聖經也提到集體的敬拜。這種敬拜是以每個門徒個人每時每刻的敬拜生活做開始，但卻不是個人敬拜能夠取代的。還有，「敬拜」也可以譯為「事奉」〈羅12:1〉。其實，二者是不可分割的。

「敬拜」可以說是包括了內心態度（敬畏、崇敬、尊重）與外表動作（俯伏、讚美、事奉）兩方面，是基督徒全人（心思、情感、意志、肢體）對神的所是、所言、所為的反應。

## 二、為什麼敬拜？

### 1. 敬拜，因為神配得

〈啟 4:9-11〉「每當這些活物把榮耀、尊貴、感謝，獻給坐在寶座上、活到永永遠遠的那一位的時候，二十四位長老就俯伏在坐寶座的那一位面前，敬拜那位活到永永遠遠的，又把自己的冠冕放在寶座前，說：“我們的主，我們的神，你是配得榮耀、尊貴、權能，因為你創造了萬有，萬有是藉著你的旨意而存在，而被創造的。」（新漢語譯本）

這段經文描述了天上敬拜的景象，正如二十四位長老所說，我們敬拜，因為上帝「配得」，祂是一切的「主」；因為承認神是一切存在的源頭和目的，祂必接受「榮耀、尊貴、權柄」。（詩 29:1-2）

所有服事都要過去，惟獨敬拜不會過去；敬拜讓地上的教會擁有天上國度的景象！

### 2. 敬拜，為了朝見神

〈詩 27:4〉「有一件事，我曾求耶和華，我仍要尋求：就是一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰祂的榮美，在祂的殿裏求問。」

我們來敬拜，是為了朝見神。我們來，為要定睛在祂身上，重新感受祂的同在，瞻仰祂的榮美，尋求祂對我們一生的旨意。我們來，是為了表達我們對祂的愛，用敬拜更新我們的生命。我們來，是為了讓我們再次充電，為祂而活（感謝和讚美是靈命的解毒劑）。我們來，是做活祭，將自己獻給祂。

彼此分享：1、你喜歡的一首詩歌及原因。2、以上敬拜的意義，你有過什麼體會呢？

## 三、如何敬拜？

我們教會常用的敬拜方式，如果從形式上分，可以有以下幾種：

### 1. 單一敬拜與複合式敬拜

- 單一敬拜：其實敬拜並沒有那麼複雜，單單唱詩歌、禱告讚美神、念詩篇……都是一種敬拜。
- 複合式敬拜：但我們很常用的，還是複合式敬拜。比如先讀一些經文，再唱詩歌，再禱告讚美神。次序不一定，也可以交叉重複進行。

### 2. 個人的敬拜與集體的敬拜

- 個人敬拜：每個基督徒都應當建立自己單獨跟神的關係，我們鼓勵你每天早晨都來親近神，用敬拜開始新的一天。每天早起至少30分鐘，以禱告唱詩歌敬拜神，你的一天都交托在神的手上，你會發現

這一天都充滿喜樂和平安。我們教會有《三十天禱告手冊》和《四十天敬拜手札》，與此相關類別的書也不難找到。

- 集體敬拜：新約時代的門徒不單單是在安息日守禮拜，而是「天天恆切的在殿裡，且在家中」敬拜〈徒2：46〉。可見敬拜已經成了他們的生活。我們也需要積極建立屬靈同伴的支持關係，求神幫助我們透過團契關係在靈性上更加更新。在團契中，積極參與分享、討論和回應，會讓小組的敬拜更有內涵。我們可以透過彼此的禱告，把眼光更加定睛在主身上，更加定睛在真理身上。鼓勵你積極參與小組的敬拜禱告會和教會不定期舉辦的全人醫治禱告會、各樣禱告會、福音音樂會……敬拜的時間。

### 3. 廣義的敬拜

- 就如前文所說，基督徒的整個生命都可以視作敬拜！我們的敬拜應該是隨時隨地、無時無刻的！我們是否在日常生活中活出基督的樣式，榮耀神的名？
- 我們可以透過靈修、禱告、敬拜，成為以讚美生活的人。

彼此分享：你喜歡敬拜嗎？有遇到什麼樣的困難嗎？

## 四、參與敬拜時應有什麼態度？

### 1. 潔淨自己

〈來 12:14b〉提到「非聖潔沒有人能見主」；〈羅 12:1〉「所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。」

每一次我們的敬拜，都是把自己當做最好的祭獻上。因此，我們希望藉著禱告省思自己的生命，求主鑒察我的動機，不是求自己榮耀，更不是發洩情緒。

### 2. 以神為中心

〈約 4:24〉「真誠敬拜的人要以靈以真理敬拜父，因為父正尋找這樣敬拜祂的人。」（新漢語譯本）。

以靈、以真理敬拜他：「靈」的原文是 pneuma (spirit)，「真理」的原文是 aletheia (truth)，都是指向神，也就是說，敬拜應當「以神為中心」。門徒要「在靈裡」敬拜祂，求聖靈的引導；「在真理裡」敬拜祂，我們的敬拜必須符合真理的教導，就是說我們必須常常檢查我們敬拜的動機，事奉、聽道及奉獻時的態度，看看是否合乎神的旨意。

### 3. 有和好的關係

〈太 5:23-24〉提到獻祭前應先向弟兄和好，也就是說，神希望我們先好好面對關係，才來向祂敬拜。

### 4. 信靠神

〈來 11:4〉在亞伯和該隱的故事中，可以看見神喜悅我們用亞伯的態度，是以對神的信靠來敬拜祂。

## 五、分享與討論

（不是一定要帶的，提供參考，可穿插在課程中或結束後彼此分享）

1. 分享你喜歡的詩篇及原因
2. 你有在困難中感謝讚美的經驗嗎？你能這樣做的原因和果效是什麼？

## 六、回家作業

1. 練習：嘗試個人敬拜的操練
2. 思考與討論：如何在生活中展現基督的樣式，活出感謝、讚美的生命？

## 七、附錄

### 1. 參考和引用書目：

- 《樂在敬拜的生活》。唐慕華。校園書房出版社。2019。
- 《讚美手札》華倫·麥爾、路得·麥爾，校園出版社。
- 《敬拜新視野》。艾榮恩。校園書房出版社。2004。

### 2. 敬拜手札：[https://www.tcocdaan.com/?page\\_id=3169](https://www.tcocdaan.com/?page_id=3169)



### 3. 姐妹A的個人敬拜操練分享

我是一位臨床醫護人員，二十年的門徒，以下是我操練個人敬拜方式的分享。我有自己的臨床工作，但我仍堅持每天花時間操練敬拜神。我已經堅持快兩年了，而在這樣堅持敬拜神，神的恩典及能力完全大大傾福於我。

#### I. 清早起床

清早起床的敬拜品質絕對比較好，就像耶穌也是選擇清早去山上禱告。我每天清晨5~6點自然醒，你問我為何可以每天這麼早起床？相信我，晚上少滑一點手機，少操煩一些事，逼自己早點上床，你也可以清早起床。

#### II. 敬拜地點：絕對不用去山上或戶外，只要你有心，自己家裡選擇一個不被打擾的空間，就是一個很棒敬拜神的殿堂。

#### III. 唱詩歌敬拜神

除了常唱的古典詩歌，我也嘗試唱很多新歌來敬拜神。我會讓自己用心沈浸在詩歌的旋律及歌詞當中，讓自己的靈單單享受在敬拜讚

美神。有時我會穿插默禱，回應神給的感動、與神說話。

### IV. 唸詩篇讚美神

我會選擇一篇詩篇，沒有任何目的的，單單讚美神的偉大與榮美，單單感謝祂是我的拯救、我的高台、我的避難所....。在單單讚美/感謝神當中，我的靈大大喜樂，因為知道我有一位堅固靠山，而祂是那麼的全能全知。

心得：透過每天堅持如此敬拜神，在一天的開始，單單與神同在、跟神花時間；我的靈非常享受並生出喜樂。也在接下來紛亂、忙碌的一天當中，生出奇妙的能力與能量。

## 八、下一課需預習的經文

### 「異性交友」

- 彼得前書 1:13-16、5:8
- 列王記上 11:1-4
- 哥林多後書 6:14-18

### 「婚姻」

- 創世記 2:7、18、21-25
- 哥林多前書 11:3
- 以弗所書 5:23、25
- 彼得前書 3:7
- 箴言 31:11-12
- 哥林多前書 13:4-8
- 希伯來書 13:4