哀慟罪孽飢渴慕義的操練

主要的是自己的生命和品格的操練

**按著神的應許祈求。可11：24**所以我告訴你們，凡你們【現在】禱告祈求的，無論是什麼，只要信是【已經】得著的，【將來】就必得著

太 5:4 哀慟mourn的人有福了！因為他們必得安慰。（注意，安慰的不是我們的後悔，而是歸正）

因為你必定得到神的赦免和安慰，所以哀慟你個人的罪，願意悔改。我們雖然是重生了，罪得到赦免，但是自己清楚的知道，我們還是會常常心裡犯罪或者實際上的犯罪，因此哀慟自己的無能，需要耶穌基督的幫助，是的，耶穌會幫助我們，安慰我們，並且不會定我們的罪。

太 5:6 飢渴慕義的人有福了！因為他們必得飽足。（注意，飽足的不是個人的想法，而是神的道）

哀慟自己的罪，就是飢渴慕義的人，悲傷自己的罪，同時又是要耶穌的義降臨在他的身上，如此的人必得安慰，必得義的飽足！有耶穌基督的寶血潔淨遮蓋，罪得到赦免！我們心中的那一份公義公平的虧欠，在耶穌裡得到完全的滿足。是的，耶穌就是我的滿足。

操練：(如果可以，想像一個常常犯罪的對象)

1. 常常為自己的不斷的犯了同樣的罪來悔改，來哀慟，飢渴慕義的求耶穌來掌權，在我的心中作王，掌管我的生命，我就得到安慰，得到飽足。以第一項為基準的操練。林前 1:30但你們得在基督耶穌裡，是本乎神，神又使他成為我們的智慧、公義、聖潔、救贖

2. 淫亂的思想（哀慟，靈裡面砍斷肢體，轉眼看十字架上的耶穌，被神的愛充滿得到安慰）

3. 火爆怒氣恨人罵人等於殺人（哀慟，靈裡面要看到大會的審問，地獄的火在燃燒，轉眼看十字架上的耶穌，被神的愛充滿得到安慰）

4. 淫詞髒話粗話（哀慟，靈裡看到地獄的火被點燃（雅3），轉成溫柔的造就人的話，看十字架上的耶穌，被神的愛充滿得到安慰）

5. 賭博貪財（哀慟，靈裡面看到毒根的東西被砍掉，轉成思想天上的豐盛，轉眼看十字架上的耶穌，去除貪念，被神的愛充滿得到安慰）

6. 浪費時光在娛樂（哀慟，轉成積極的讀經禱告，轉眼看十字架上的耶穌，被神的愛充滿得到安慰）

7. 背信忘義（哀慟，思想主耶穌掛在十字架上，被神的愛充滿得到安慰）

8. 怠惰不服事神（哀慟，思想自己被腰斬，太24：51，轉眼看十字架上的耶穌，被神的愛充滿得到安慰）

9. 不饒恕（哀慟，思想主耶穌掛在十字架上，被神的愛充滿得到安慰）

10. 不敬虔（哀慟，思想主耶穌掛在十字架上，被神的愛充滿得到安慰）

11. 社會國家的不公義（哀慟，飢渴慕義，思想主耶穌掛在十字架上，被神的愛充滿得到安慰）

回應：對付罪，也可以透過讚美，敬拜與神親近。最主要的委身在主，讓耶穌成為我們的主，祂的品格，成為我們的。