臺灣福音工作全時間訓練

壯年成全班暨延伸訓練

2021 年冬季畢業聚會

畢業蒙恩見證

『惟獨認識神的子民，必剛強行事。』

（但十一 32 下）

目 錄

一、穿上新人，憑靈而行（陳正儀）..... 1

二、心思置於靈乃是生命平安（程余慧馨）..... 2

三、費時雖不多，喜樂已難言（林張佳琳）..... 3

四、最上算的人生（張賴楊淑惠）..... 4

五、贖回光陰得復興（古吳慧心）..... 5

六、作神福音勤奮的祭司（張翁傑俐）..... 6

七、失而又得，再受成全（蔡李貴圓）..... 7

八、家蘭馨香，白馬永騰（林永騰、林苗家蘭）..... 8~10

九、經歷基督身體的建造（陳俊華）..... 11

十、屬靈乃是身體的事（宋玉青）..... 12

十一、受扶托為建造（謝葉美靖）..... 13

十二、身體的配搭裡同被建造（高趙晨光）..... 14

十三、夫婦同負一軛，同受生命之恩（賴緯杰、賴張憶婕）... 15~17

十四、竹籃子打水（鄧金龍/延伸訓練）..... 18

十五、延伸賽程，生命再造（趙林貴美/延伸訓練）..... 19

十六、作一個有主時代價值的人（葉偉娟/延伸訓練）..... 20

壯年成全班學員

畢業蒙恩見證

穿上新人，憑靈而行

陳正儀

弟兄姊妹平安喜樂！我是竹東鎮召會陳正儀弟兄。加拉太書五章25節：『**我們若憑著靈活著，也就當憑著靈而行**。』

參訓以前，我配搭服事多年，算是老練的服事者。但是老練的結果，往往落到『只憑經驗，不憑著靈』。接招套招，成為習慣，所以倚靠主、尋求主的情形就不多。在真理追求上，雖然緊緊跟隨特會訓練信息，但總是缺少新鮮的渴慕。在家庭生活中，常常率性而活，缺少柔細的關愛。

在壯年班訓練中，課程和生活操練，無一不讓我被翻轉，被重新製作。晨禱午禱，加深我在靈裡與主的交通，漸漸得更新。豐富的課程綱要和教師的交通，使我寶貝主恢復中現有的真理，享受高峰真理的供應。寢室內務和各樣事務服事，使我經歷基督身體配搭的甜美。在豫訓課程中，教師說，生命需要靠規律而長大。壯年班規律又有規範的生活，使我有夠多的時間轉向靈，操練靈，憑靈活著，憑靈而行。我不僅喜樂地享受訓練，在真理上被構成，生命性格也有變化。所以這一年來，週末返家後—

活在調和靈裡的時間增多了，我學習顧惜並珍賞我的家人；

用鹽調和的嘉美言語變多了，我學習在家裡供應恩典和愛。

訓練使我『脫去舊人，穿上新人』，在生命新樣中生活行動。我姊妹非常驚訝訓練改變了我，她心生羨慕，立定心志，退休後也要來參加壯年班訓練。

感謝壯年班的成全！畢業後，我願意繼續照著訓練操練自己，實行神命定之路。我更樂意奉獻自己，配搭移民開展，栽種召會樹，擴展神的國度。

心思置於靈乃是生命平安

程余慧馨

弟兄姊妹平安喜樂，我是高雄市召會程余慧馨姊妹。羅馬書八章6節：『**因為心思置於肉體就是死，心思置於靈乃是生命平安。**』

參訓前，我在召會生活中雖然有追求、有享受，但缺乏對主的經歷，加上生活過得鬆散，很想要改變自己，贖回光陰。所以心生渴慕，願意參加訓練，盼望在真理和生命上有更多的認識和長進。

參訓後，訓練中心就像真理的大瀑布，不斷地澆灌分賜。我全心投入，筆記抄滿了神的經綸，開啟了我屬靈的胃口。藉著各樣的課程的幫助，調整我正確的研讀聖經，吸取、享受神的話。在『生命經歷與長大』課程中，教師說到，神是生命，那靈賜生命給我們必死的身體，所以我們要照著靈而行。我每個週末回到家就認真操練，連暑假期間也願意操練。一早就從深處呼求主名，禱讀主話。我深願像一棵樹，栽於溪水旁，沿河邊扎根，使我每天活在生命的光中。

訓練中有一天晚上，我突然接到弟兄的電話，說他即將面臨一個司法調查案件，甚至可能官司纏身，說完就憤而掛了電話。以往的我，很可能就會陷入憂慮而輾轉難眠。但現在的我，掌握了秘訣，藉著呼求主，心思置於靈，相信神必然看顧祂的兒女，我就安然入睡了。那一週回家後，我陪弟兄禱告，學習在為難的環境中禱告唱詩讚美神！女兒說我的生命好像有了改變，弟兄也說你一點都不擔心。感謝主！雖然現在環境還在，但是只要信，不要怕，神的同在乃是一切。

感謝壯年班的訓練，將我變化。我願意照著神心所喜悅的，操練靈，活在調和的靈中，天天享受祂新鮮的同在，與祂是一。

費時雖不多，喜樂已難言

林張佳琳

弟兄姊妹平安喜樂，我是新竹市召會林張佳琳姊妹。雅歌書一章 2 節：『**願他用口與我親嘴！因你的愛情比酒更美。**』

我蒙恩得救多年，召會生活沒有中斷。每天早晨起床後，也會親近主，呼求主名或禱讀主話。但總是缺少與主情深親密的交通。日子久了就覺得：

召會生活好像例行公事，缺了活力，讓我心有餘而力不足；

聚會事奉成為責任義務，少了動力，讓我不喜樂而感疲憊。

來壯年班以後，這裡有許多操練禱告的時間。每天早晨 5:30 晨間禱告，午後 2:20 定時禱告，幫助我建立禱告習慣，與主也更為親近。曾經好幾次我跪在主面前，根本還沒有開口，主的靈就已經感動我。祂的愛和顧惜，使我熱淚盈眶；許多罣慮重擔，祂都一一撫平。我真是寶貝這樣的經歷，就如同雅各書四章 8 節所說的：『你們要親近神，神就必親近你們。』藉著仰望祂、瞻仰祂、讚美祂、感謝祂，常使我流連忘返。禱告結束，裡面享受神的豐富，飽嚐祂的甘甜；祂臉上的救恩，也變作了我臉上的救恩。

現在當我回到新竹，無論服事或牧養之前，我都學會向祂說：『主阿！感謝你，求你帶著我一同服事與牧養，叫我成為流通活水的管道。』

當我禱告與主同行時，我就從責任和義務中得了釋放；

當我把自己交給主時，我裡面就滿了喜樂甘甜和活力。

感謝壯年班的訓練，使我在禱告上受到更多的成全。畢業後，我願意繼續操練自己，堅定持續的禱告，不住的禱告，時時在靈裡禱告，在禱告上與神同工。

最上算的人生

張賴楊淑惠

大家好！我是台北市召會張賴楊淑惠姊妹。羅馬書八章 37 節：『**然而藉著那愛我們的，在這一切的事上，我們已經得勝有餘了**。』

我得救後過召會生活，已經三十六年。最近十年，我先後罹患二種癌症，開了三次刀。每一次手術的痛苦，都讓我刻骨銘心。

生病曾使我想要離開寶貝的主，

但雖有萬般煎熬，我終究不能放下祂的愛；

生病也使我更寶貝自己的生命，

但試過各種方法，我終究知道這些都不是。

當我一直尋求，這短暫的生命該如何傾注呢？主對我說，除祂以外，我還有誰呢？於是我放下一切，參加壯年班訓練。交出來！一切從頭來過。

在壯年班『福音成全』課程中，教師提到十九世紀西教士馬禮遜。他奉獻一生，翻譯中文聖經。雖然只帶了十個人得救，但他在病逝前滿有信心地說，百年後必結實百倍！這句話使我大受感動，

因為他傾倒短暫的一生，作了最有價值的事；

所以我願奉獻我的餘生，全心作神喜悅的事。

這一年訓練，我放下罣慮，一切全交給主。我週週出外傳福音，餧養人，週週主日申言。許多弟兄姊妹說，看不出我是有癌症的人，因為我天天都滿有活力。在我而言，似乎痛苦，卻不被困住；似乎憂愁，卻常常喜樂；似乎在死，看哪，我卻活著！

阿利路亞！壯年班訓練使我有新生的起頭，基督的大能使我向死誇勝！畢業後，我願意繼續參加延伸訓練，一生受祂成全，作合乎主用的器皿，建造基督的身體！

贖回光陰得復興

古吳慧心

大家好！我是台北市召會古吳慧心姊妹。哈該書三章 2 節：『**耶和華阿，求你在這些年間復興你的工作**。』

我在召會生活已有三十多年，但是漸漸感覺變得老舊，不冷不熱。雖然聚會服事都正常，實際上卻是困苦、可憐。禱告沒負擔，出訪沒動力，牧養沒供應。其中原因不外乎就是缺乏對主的渴慕，也缺少新鮮的享受和經歷。感謝主的憐憫和恩典，我報名今年春季班。期盼贖回光陰，付代價買火煉的金子，買眼藥，叫我富足，使我能看見。

壯年班訓練是全面的，核心課程使我在真理認識上被更新；輔助課程和生活操練，在生命、事奉、性格、配搭上，多方成全我。每一週教師強力的傳輸供應，寶貴的經歷分享，使高峰真理漸漸在我裡面發出亮光，吸引我的珍賞和渴慕。

我一向性格鬆散，常常遲到。但是訓練生活規律嚴謹，使我儆醒起來，操練自己要『緊』要『準』。尤其我擔任小組長，不僅學習作榜樣，謙卑束腰，也要和同伴們一起生活、配搭、開展，開闊了我對基督身體的看見和寶愛。

在訓練裡，我最蒙恩的是建立個人禱告的生活。每個清晨、每天午後，我能更深的呼求主名，駐留在主面前，默想祂的言語。我一面瞻仰神的榮美，一面也為人代求代禱。

有時唱詩讚美，被主的話感動而喜樂流淚；

有時認罪悔改，被主的愛激勵而更新奉獻。

這一年訓練，無論隱密紮根的生活，或是真理的傳輸供應，都使我從深處被更新，得復興。

感謝壯年班的成全！畢業後，我願意竭力進入神聖啟示的高峰，過神人生活，照著神牧養，建造基督的身體，預備新婦，迎接主的再來！

作神福音勤奮的祭司

張翁傑俐

弟兄姊妹，大家好！我是新北市召會張翁傑俐姊妹。羅馬書 15 章 16 節上：『**使我為外邦人作基督耶穌的僕役，作神福音勤奮的祭司**。』

參加訓練以前，我和弟兄一直堅定持續牧養新人。陪著許多小羊長大、茁壯、成家、開區，甚至成為區負責，配搭服事。然而，在福音行動上，我雖然常常參加，但是負擔卻沒有那麼強。

我的心似乎是冷的，缺少迫切盼望罪人得救的愛；

我的靈似乎是死的，連發福音單張都要挑選對象。

來壯年班參訓後，在《福音成全》課程裏，教師交通自己的經歷，為福音花費、犧牲、對靈魂得救流淚禱告；教師也傳講幾個世紀以來西教士的慘烈殉道。這些活而真實的見證，當頭棒喝，敲醒了沉睡已久的我！主責備我說，『你以為「牧養」就可以交賬了嗎？你積欠了許多福音債，你應當一無差別的愛罪人。』

於是我向主悔改，眼淚如決堤一般。是的，神愛世人。所以，無論是流浪漢、拾荒老人、嚼檳榔的、衣衫不整的、面帶兇煞的、穿着藍白拖鞋的，我都熱切接觸他們。無論是市場買菜、上餐廳、看醫生、進便利商店、去髮廊，我逢人就發福音單張。訓練中的二個學期，我被分派到雲林二崙、桃園蘆竹福音開展，每一次我們都經歷那靈的充溢，迫切禱告，挨家挨戶叩訪，歡呼喜樂地收割。讚美主！

我操練自己向神癲狂，作神福音勤奮的祭司；

我找回對靈魂的熱愛，傳福音成了我的生活。

感謝壯年班的成全！使我重新點燃神的愛火，天天焚燒，燒掉卑情下品，燒出福音的負擔。畢業後，我要堅定持續實行神命定之路，建造基督的身體！

失而又得，再受成全

蔡李貴圓

大家好！我是新竹縣寶山鄉召會蔡李貴圓姊妹。彼得前書一章 2 節：『**就是照著父神的先見被揀選，藉著那靈得聖別，以致順從耶穌基督，並蒙祂血所灑的人：願恩典與平安，繁增的歸與你們**。』

我以前在召會生活中，從來沒想過要訓練，也不清楚壯年班是怎麼回事。但是日子飛逝，孩子們一個個長大，主也大大方方答應了我所要的三個應許，讓我實在沒有理由再閃躲。我終於在 2020 年春天報名參訓。

開訓後，豫訓課程讓我大得開啟。接著一週週的各種課程，三一神、神的經綸、神命定之路、性格與配搭、福音成全…，簡直讓我大開眼界。還有詩歌練唱，小組禱研背講、書報追求，我們天天泡透在屬天的『靈、話、唱、禱』裡。每天的日子，在地如同在天。連同伴們偶然有摩擦，也是神安排的課程之一，叫我們操練各種屬靈功課。我原本想，如果不適應，就趕快閃人。沒想到訓練生活讓我喜歡到不行，週週都迫不及待趕快回訓練中心。

2020 年夏天，我認真操練了二個月，操練簿寫得滿滿的，等著秋季班開訓。但是開訓前幾天，我弟兄賣了房子，買了新房。交代我處理各種搬遷事務後，他就飛回蘇州去工作。在萬般不捨之下，我只好倉促辦理休訓。

休訓這一年，我順服主量給我的環境，並且照著訓練過聖別生活。今年秋季班，我申請復訓，我盼望作一個敞開的器皿，讓神繼續製作我。這一個學期—

我每次上課都覺得是神親自在說話，我何等寶貝這失而又得的蒙恩機會；我常常在課堂上被感動到淚流不止，我何等享受這生命園子的活水供應；我再一次活在學員和輔訓的環繞裡，我何等珍賞這燦爛雲彩的激勵引導。

感謝主成全了我！我願一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰祂的榮美，向祂求問。並且全心全魂全心思並全力，愛祂事奉祂！

家蘭馨香，白馬永騰

林永騰、林苗家蘭

（**合**）弟兄姊妹們，喜樂平安！

（**永騰**）我是香港召會林永騰弟兄。

（**家蘭**）我是林苗家蘭姊妹。

（**家蘭**）二十幾年前，在一次特會中聖靈感動了我，我奉獻我們的家，有分歐洲開展工作。我也願意在五十五歲退休，全心全意服事主，緊緊跟隨召會帶領。

（**永騰**）2014 年初，我從美國職場退休，再到上海工作，之後被公司調派到香港。家蘭姊妹 2015 年 55 歲退休後，去美國參加壯年班訓練。我看見她生命性格有許多變化，對福音工作非常有負擔。她也常常鼓勵我退休後去台灣壯年班。

（**家蘭**）經過訓練，我養成一早起來禱告、晨興的生活，週週探訪人傳福音。多年來我也為永騰禱告，希望他不要太晚退休，好能參加訓練。裝備真理，作合乎主用的器皿，豫備好去歐洲開展。永騰雖然愛主，也有服事和追求，但沒有受訓練，總像是游擊隊一樣，在真理、禱告、餧養和福音上，欠缺完整的裝備。

（**永騰**）我一直都豫備自己，退休後好好花時間追求主。我不想參加訓練，因為不喜歡受約束，更不想作功課、背經節。我覺得我的召會生活和事奉都已經很好，不需要花時間去進修。所以我只想離開香港，移民到歐洲去開展。

（**家蘭**）香港二位同工弟兄和我們交通，並且祝福我們去台灣參加壯年班。永騰弟兄當時回答說『不要』。但是神知道我們的需要，祂把永騰所有的想法和道路都封閉了，『去台灣參加壯年班訓練』是神給他唯一的選擇。讚美主！永騰終於順服主的帶領，

我們就歡喜快樂的飛來台灣，參加訓練。

（合）『**你必將生命的道路指示我；在你面前有滿足的喜樂**。』（詩十六 11 上）

（**永騰**）訓練前，我並不瞭解壯年班，參訓後，我操練緊緊跟遒。每天過着聖別、受約束的生活。晨禱、午禱讓我建立與主親密的關係，活在神的亮光中。核心課程讓我有新的認識和看見，珍賞高峰真理。也讓我進入那些特別的名詞，『子化、聖化、經過過程、終極完成』，瞭解其中的屬靈意義。感謝主！這些真理的開啟和認識，使我得著裝備，知道如何餧養新人。

（**家蘭**）我是陪弟兄來參訓的，但因著我的『來』，使我再度成了蒙大恩的女子。我感受到教師們因著主的託付，巴不得全人向我們傾倒。在課堂上，我常常享受神七倍加強之靈的運行，在被聖靈感動而熱淚盈眶的眾姊妹當中，我只能歡呼，主阿！請看你的眾子，何等榮耀！

（合）『**惟獨認識神的子民，必剛強行事**。』（但十一 32 下）

（**永騰**）壯年班的福音開展更是畢生難忘的經歷，因為有神的同在和聖靈澆灌。我在馬路上發單張，在社區裡挨家挨戶叩門，探訪熟門；在福音聚會作見證，操練福音短講。我個性內向，怕接觸人。但是這些天然性格，在開展中一一都被翻掉。因為主要成全我，『逆著性，照著靈，否認已，活基督』。

（**家蘭**）福音開展應該是對永騰弟兄最大的挑戰，但我確實也看到了『在人不能，在神凡事都能』。這學期我們被分派到員林開展，當我看見永騰在馬路上傳福音，我非常喜樂。福音收網聚會時，他傳講福音信息，雖然是廣東國語，但是簡短有力，句句打動人的心，會後居然受浸了八個人，我更是歡呼讚美！

（**永騰**）感謝主的帶領。去年我從世上的打拼退休，完成了第一個里程碑。今天我們一起畢業，完成了第二個里程碑。日後，我

更希望去歐洲開展，共創我們人生的第三個里程碑！

（**家蘭**）我們一同受訓練，一同蒙恩，禱告比以前更多，感情也更親密。這一年來，我們彼此激勵過神人生活，操練實行神命定之路，並且因真理而歡樂！

（**永騰**）感謝主！我們不再是為着自己，乃是為神榮耀的經綸而活！

（**家蘭**）地上最崇高的職業，就是花時間讓神注入，因神發光，將神照耀出來。

（**合**）主阿！我們在這裏，請差遣我們！

經歷基督身體的建造

陳俊華

大家好！我是台中市召會陳俊華弟兄。以弗所書四章16節：『**本於祂，全身藉着每一豐富供應的節，並藉着每一部分依其度量而有的功用，得以聯絡在一起，並結合在一起，便叫身體漸漸長大，以致在愛裏把自己建造起來**。』

在壯年班訓練中，每天最密切相關的，就是『基督的身體』。從寢室配搭、小組生活、專項服事，每一項都需要操練靈，竭力保守那靈的一，彼此建造。

壯年班每學期的福音開展，就是我們經歷基督身體最好的機會。十月底，我被分配到嘉義梅山鄉開展。從週三到週六，嘉義縣、市多處召會的聖徒，全力配搭。每天三個時段，一起拚上，叩遍梅山每個大街小巷。

但是，從週三到週五，只有一位新人受浸。在一位姊妹學員交通她迫切的心之後，全隊學員就立定心志，從週五開始，禁食禱告，一同拚到主面前去。為要向空中掌權的黑暗權勢爭戰，為主在梅山結出新果。

感謝主！藉著同心合意的禱告，主就顯出大能的作為。有兩位來配搭的姊妹，在賣場碰到一位女界福音朋友，熱心的粘著她們，當兩位姊妹說自己是來傳福音的，這位朋友便激動的表明，她正在找教會，想要信主。這位超級平安之子就在福音聚會後，受浸歸入主的名裡。

雖然連續禁食五餐，大家都身體虛軟，但是週六晚上福音聚會，無論得救見證，或是福音信息，聖靈運行毫無阻礙。最後在呼召時，福音朋友爭相要受浸，一次就結了六個果子。在這鄉鎮農村地方，真是前所未見。讚美主！

壯年班訓練，讓我經歷基督身體得勝的見證！畢業後，我要照著基督身體的榮耀異象，和聖徒們一同『懷著雄心大志，…要討主喜悅』，開展神的國度！

屬靈乃是身體的事

宋玉青

弟兄姊妹們好！我是台北市召會宋玉青姊妹。羅馬書十二章5節：**『我們這許多人，在基督裏是一個身體，並且各個互相作肢體，也是如此。』**

參訓前，我曾對人宣稱，我的召會生活很甜美，有個人真理的追求，也打開家服事青職，在配搭上游刃有餘。壯年班完全不在我的生涯規劃裏面。

是主的憐憫，調度萬有，讓我來壯年班受成全。從住宿的分配就暴露我是個缺少身體異象的人。主也讓我學習身體的配搭，加深我對基督身體的認識。

壯年班有各式各樣的編組，為要我們操練身體的配搭。每一項行動，都有特別的組合，每一次都要和熟悉的同伴打散，再重新適應新的，剛開始很不習慣，也不夠敞開。但是藉著『基督的身體』核心課程的開啟—

我學習順從身體的頭，在各種變動的組合中，憑靈而行憑靈而活；

我學習持定元首基督，作聯絡的筋供應的節，盡功用而建造身體。

第二學期期末申言考試，大家雖然很難聚在一起操練，但在上台應考時，我學習放下自己的罣慮，關心同作肢體的同伴們。我用『阿們』扶持並默默的為隊員們代禱，求主『加強弟兄們』、『加強姊妹們』。當我申言完畢回到隊伍時，旁邊的姊妹用她緊張冰冷的手，緊緊握住我，扶持我。我真是喜樂，因為我不是一個人獨自作戰，而是在建造的身體裡一同爭戰。沒有身體，我們就不是真正的屬靈；沒有身體，我們就不能真實的事奉。

一年壯年班，終生壯年班！訓練使我被更新，拔高基督身體的異象。畢業後，我願照著神心所喜悅的，操練作筋作節，聯絡結合，建造基督的身體！

樂受扶托為建造

謝葉美靖

各位弟兄姊妹，大家好！我是苗栗市召會謝葉美靖姊妹。希伯來書十章 24 節：『**且當彼此相顧，激發愛心，勉勵行善**。』

我蒙恩得救五十五年了，聚會事奉幾乎沒有中斷過。在服事人、幫助人的事上，我照著『施比受更為有福』的教導，一向不落人後。並且我認為，只有剛強的人纔能服事軟弱的人，所以我也不習慣接受別人的服事。

來壯年班訓練以後，我積極參與各種配搭，無論寢室內務整理、醫務專項服事、公共區域打掃、膳食服事，我都主動擺上，從不倚老賣老。有一天，我和全組姊妹們出外散步，一位姊妹主動攙扶我走路。當時我心裡想，她一定不知道我在家裡經常上下四樓，實在不需要攙扶。但是，我也想到『性格與配搭』課程中教師說的話，一個在配搭服事裡的人，不只把『時間』留出來給人，也要把『感覺』空出來為著人。我雖然體力搆得上，但我應該謙卑地接受其他肢體的服事，顧到身體，不讓身體擔憂。這樣一個小小的攙扶，使我深深蒙了光照

主藉著一位姊妹溫暖的手臂，翻轉了我多年來服事的觀念；

主藉著一個肢體溫馨的陪伴，擴大了我對基督身體的經歷。

從此以後，大家在各面主動的幫助，我都學習喜樂的接受。看到他們喜樂的服事我，我在喜樂中，更覺得自己變年輕了。

感謝壯年班的成全！我雖然八十一歲了，我仍要贖回光陰，繼續讓包羅萬有的基督，頂替我這個老舊天然的人。與弟兄姊妹們配搭建造，成為基督的新婦！

在身體的配搭裡同被建造

高趙晨光

弟兄姊妹，大家好！我是花蓮市召會高趙晨光姊妹。羅馬書十二章4~5節:『**正如我們一個身體上有好些肢體,但肢體不都有一樣的功用；我們這許多人，在基督裡是一個身體，並且各個互相作肢體，也是如此**。』

參訓以前，我在服事配搭上，常落在事務的忙碌裡，沒有喜樂，只有重擔，常常事倍功半。一些對人的餧養工作，也是虎頭蛇尾，無疾而終。因著沒有同心合意，就給撒但有機會來破壞身體的建造。

進入壯年班訓練以後，藉著『性格與配搭』課程，主來光照我，在配搭服事之前，需要先喫、喝、享受主。從祂得著生命供應，才能湧流生命，供應基督。因此我認罪悔改，承認以往所作的，全是木、草、禾稭，不僅容易被拆毀，自己也受到虧損。

訓練中，我配搭小組長服事，主在兩個學期給我不同的組員，她們的屬靈生命和生活操練，有著天壤之別。第一學期，我雖然又有愛又忍耐，盡心盡力服事，卻始終無法得到她們的認同。她們看到我，就像看到了律法、規條。

第二學期，我在主面前尋求，該如何與新的組員相處。我學習安靜等候，不再衝動行事。輔訓提醒我要多關心姊妹們課後的生活，我就花時間與姊妹們一同敞開交通，彼此關心，彼此牧養。之後我們在操練內務、飯食服事、環境整潔服事上，就顯出同心合意的光景，既是配搭，也是相調。我真是喜樂！

我們在相調中配搭，所有的服事就是生命的活出和基督的彰顯；

我們在配搭中相調，所有的服事就是基督生機身體實際的建造。

感謝壯年班的成全！使我看見基督身體的建造。我願意照著這個異象，更新奉獻，把一千兩擺出來，走生命的路，在同心合意的靈裏建造基督的身體。

夫婦同負一軛，同受生命之恩

賴緯杰、賴張憶婕

（合）大家好！

（**緯杰**）我是新北市召會四十五會所賴緯杰弟兄。

（**憶婕**）我是賴張憶婕姊妹。彼得前書三章 7 節：『**照樣，作丈夫的，要按情理與妻子同住，因為她是比你軟弱的器皿，是女性；**』

（**緯杰**）『**又要按她應得的分敬重她，因為她是與你一同承受生命之恩的，好叫你們的禱告不受攔阻**。』

（**憶婕**）去年我配搭全時間學員福音開展，有一天在福音茶會，當福音朋友考慮要不要受浸時，我在靈裏尋求主的話，主卻對我說：『壯年班、壯年班！』我跟弟兄說我要去壯年班，你要不要一起去。跨年禱告後，緯杰弟兄說，他感覺應該一起去。

（**緯杰**）憶婕姊妹常告訴我，在召會中不要憑天然能力和體力去服事。需要在神的話語上有追求，生命才會長大。去年青年班來開展，我看見這些受過成全的學員，話語滿有供應，有能力，有衝擊力，讓我心生渴慕，盼望能和他們一樣受成全。

（**憶婕**）當我為著各樣的需要到主面前求恩典時，主說：『還有一點力氣，能有一點服事，去訓練！』藉著主的說話，我的心志得以堅固。而緯杰弟兄在禱告時，他重新看見亞伯拉罕獻以撒的經歷，所以他願意放下工作，一同參訓。

（**緯杰**）訓練前，我們經營一家窗簾店。我每天忙於工作，也在召會中配搭服事。但是這些外面的忙碌，使我忽略了姊妹的感受，也顧不到她在配搭上的需要。夫妻關係不像親人，反倒像是室友。

（**憶婕**）緯杰通常一天就是說四句話，早上『我出門了』，晚上『我回來了』，『我去洗澡』，『我去睡覺了』。家庭生活就是我和兩個孩子，所以我非常不喜樂，常常自憐自艾。兩個孩子外出讀大學後，兩人的關係更冷淡，我就打定主意去旅行。後來，因為緯杰工

作時手部燙傷，我匆忙回到家裡。但是關係仍舊冷淡疏遠。

（**緯杰**）在召會生活中，我最擔心有人說，我是一個好弟兄，我為他們作了什麼事。因為憶婕回家就會說，你只會對別人好，都不關心我跟孩子。我自己想一想，還真的是這樣，並且也沒有建立好的生活榜樣。

（**憶婕**）因為緯杰在外面的好人緣，當我和他不愉快的時候，那些稱讚他的話就讓我很受壓，因為我在家裡完全感覺不到他的溫柔。然而，主一路陪伴我，用慈繩愛索牽引著我。

祂要我往沒藥山和乳香岡去，直等到天亮，黑影飛去的時候；

當我和緯杰同去壯年班訓練，天終於亮了，黑影從我心飛去。

（**緯杰**）參訓後，每一次往返的路上，我們都分享這一週的種種新鮮事，有歡笑也有淚水，真是喜樂。有一次憶婕說，她們同組姊妹，都在為自己的弟兄來參訓而迫切代禱。聽了以後，我們一起哭了。不知不覺間，我們拉近了距離，我們恢復了甜美的交通。

（**憶婕**）每一週返班前，緯杰會先把我的白襯衫細細地熨燙過，我們在車上一同練唱詩歌，分享課程的亮光。週末回家後，雖然工作依然忙碌，但是我們一起禱告，一同晨興。我漸漸珍賞緯杰裡面的新造，也阿們他為聖徒擺上的心意。

訓練的亮光，幫助我們有相同的看見和負擔；

訓練的變化，使我們一起活在神聖的歷史裡。

（**緯杰**）在上下學期兩次福音開展中，我們一同前往馬祖、桃園兩地傳福音。在勞苦爭戰的過程中，我們互相扶持，和全隊學員一同打拚。這一生，我們從沒有過這麼同心合意，同靈同魂。

（**憶婕**）壯年班訓練使我真正得救，因為我看見神的經綸，認識基督身體建造的需要。所以我調整自己，全人轉向主，放下以往的糾結，學習和弟兄作活力伴，一起配搭服事。因為以家為單位，才有完整的服事。

（**緯杰**）夫婦同負一軛，同受生命之恩。

（**憶婕**）我們彼此成為最佳的幫助者，也成為屬靈的生死夥伴。

（**合**）畢業後，我們要一同奔跑屬天賽程，配搭建造，豫備新婦，迎接主的再來！

延伸訓練學員

畢業蒙恩見證

竹籃子打水

鄧金龍(延伸訓練)

弟兄姊妹，平安喜樂！我是台北市召會鄧金龍弟兄。以弗所書五章 26 節：『**好聖化召會，藉著話中之水的洗滌潔淨召會**。』

2020 年冬季，我從壯年班畢業。因為渴慕繼續被主製作，盼望更多在真理上有認識、有裝備，所以報名參加延伸訓練。從畢業的那一天開始，我在神聖歷史中展開新的階段。我緊緊跟隨，週週操練屬靈生活、福音牧養，按部就班追求《李常受文集》，一年十本。

這段期間，每天我都分別一些時間專特閱讀文集，這是我以前做不到的。以前我看書報，看沒幾個字就想睡覺，不太能讀那麼多字的書，更何況文集每一本都是那麼厚。但就是因為長時間泡透在主的話裡，我發現，主的話和真理漸漸構成在我裡面。所以我現在無論是帶領聚會，或是福音短講、聚會申言，都比以往有內容，有話可說，言之有物。在牧養人的時候，對於聖經的領會越來越有亮光，越發覺得主的話更為甘甜，也有比較多的看見可以供應人。

這一年延伸訓練的追求，每天接觸主的話，真像是竹籃子打水，使我藉著話中之水的洗滌，得潔淨，被聖別。我姊妹說，他發現我有改變，不僅柔軟穩重很多，並且願意謙卑，順服聖徒的交通。雖然我自己覺得生命性格還有很多問題，但是我願意更多被主的話和真理來構成，繼續受成全，繼續有變化。

感謝延伸班訓練，使我被主的愛所困迫，駐留在祂面前，泡透在神聖話語的供應裡。讚美主！延伸訓練沒有期限，我願一生追求主，讓這生命水流，在我裡面湧流再湧流；讓神聖的真理，在我裡面構成再構成。延伸訓練直到主再來！

延伸賽程，生命再造

趙林貴美(延伸訓練)

弟兄姊妹，大家好！我是新竹市召會趙林貴美姊妹。以弗所書一章 17 節：『願我們主耶穌基督的神，榮耀的父，賜給你們智慧和啟示的靈，使你們充分的認識祂。』

2017 年九月，我受浸六個月，就去壯年班參加訓練。訓練生活真是『一年抵十年』，不僅是初信成全，也是新路成全，加速我生命長大。畢業後，我照著訓練所成全的，過召會生活，聚會服事。但是總覺得裝備不足，還需要更多的成全，更多的造就。所以我邀約中壯追求的同伴們，一同參加延伸訓練。

延伸訓練最大的挑戰是閱讀《李常受文集》，全套一百三十八冊，訓練一年要讀十冊。因為我已經七十五歲了，召會生活也緊湊。所以，

剛開始的時候，我常常望書興歎，因為不知道哪一天纔讀得完；

讀完一冊以後，我也常掩卷興歎，因為不知道怎麼寫心得報告。

但是服事者幫助我，要用壯年班訓練『書卷獎』的精神去讀，按部就班，竭力追求。我的腦筋豁然開朗，於是學習定時定量，每天專心讀卅八頁，並且操練性格三十點的『勤、穩、恆、忍』，幫助我堅定持續讀下去。

我雖然受浸才四年，但是延伸訓練的追求，一點一滴供應我，使我天天在心思的靈裡更新變化。尤其每次返班時，不僅有同伴的報告分享，堆加豐富。更有教師現場的傳輸供應，真教我靈裡得著飽足和享受。也讓我在召會生活裡，更能關心不俊美的肢體；在向人傳講福音、家聚會牧養人的時候，也更有豐富的話語供應人，幫助人。

我真是喜樂！壯年班成全了我，延伸班再造了我。畢業後，我願意繼續追求，奔跑屬天的賽程。主阿！願愛你的人，如日頭出現，光輝烈烈！

作一個有主時代價值的人

葉偉娟(延伸訓練)

弟兄姊妹，平安喜樂！我是香港召會葉偉娟姊妹。腓立比書三章13、14節：『**弟兄們，我不是以為自己已經取得了，我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿竭力追求**。』

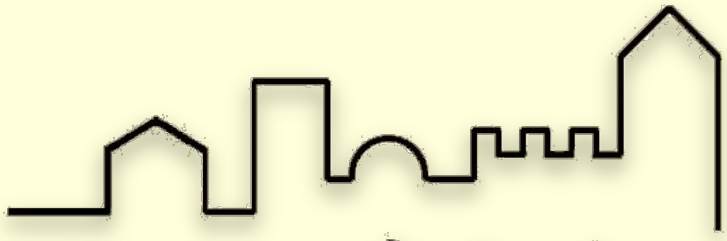
2016年夏季，我從壯年班畢業，覺得可以鬆一口氣。沒想要再參加另一個長時間的訓練。2019年延伸訓練開辦後，我有一個活力同伴報名。她參加後很蒙恩，因為大量閱讀《李常受文集》，所以聚會申言很豐富，令我羨慕。她一直邀我參加，我不為所動，因為我很害怕看很多的書，作很多功課。但是這位姊妹一直繼續參加，現在已經到第三年了。

2020年冬季畢業聚會，一位延伸訓練姊妹的見證，讓我大受感動。她的職業是Taxi司機，但是她竭力用各種時間追求。那一天最後，教師勉勵所有學員說，我們的訓練應該要延伸到主回來。終於，在聖靈催促下，我答應主的呼召，參加延伸訓練。

訓練最有特色的是，每天有計劃有份量的讀《李常受文集》。當我按照進度來讀的時候，我對這些話就很有享受。特別在書寫心得報告時，經過默想，再到書寫，使我更能消化吸收這些職事話語的豐富。

這一年來，我屬靈的胃口開始轉變，以前我會貪愛屬世的事物。但是現在我被屬靈書報、職事文集所吸引，越讀越愛讀。真的很奇妙，每天定時定量的追求，使我變豐富了；追求主的話越多，真理就越多作進來，小排和主日申言就越豐富。

感謝延伸班訓練，對我追求真理的幫助很大。我向主立定心志，不要只完成一年訓練，我更盼望一直延伸到主再來！求主成全我的心願。感謝讚美主！



活出並作出新耶路撒冷