

一：属天的盼望。

读圣经看异象的操练，就是看见天上的盼望。这个会帮助我们活出一个有盼望的人生。常常思想天上的事情，看到神的应许在基督里完成的，例如我是圣洁无瑕疵，我们得赎的人在宝座前敬拜赞美，看见主耶稣的圣洁，荣美，祂未来的荣耀降临。然后，运用信心，支取这一些神已经做好的，实现化在我们的生活中，成为圣洁，神所喜悦的新妇。

二：对追求属灵的恩赐的认知的提升

以前被教导的观念是对于追求恩赐不属灵，现在大大改观与提升了认知。才知道追求恩赐，有了恩赐就可以服事人造就人，多层面的去爱人帮助人。发展了预言，是帮助人更有盼望。

三：操练，脱去旧人，穿上新人。

在宣告中异像中操练，脱去愤怒，穿上温柔，谦卑。

歌罗西书查经的作业上我在操练上受益诸多，深埋在里面我根本不知道原来还有那么多的愤怒。

我很深层的饶恕了我妹妹，她以前动不动就拿我父母来压我，弄得我很窝火，很郁闷。

一次一次的操练脱掉我去对她的恨不饶恕，抱怨怪罪指责。穿上对她的爱温柔怜悯。

我们之间的关系变得很融洽了，她差不多有 10 年的时间住在我的房子里她从来不打扫的，马桶从来不刷的，一跟她说，她就很多理由推脱。我父母也出来干预，弄得是我生闷气很抑郁。

当把另一个房子过户给她后，她也能天天打扫了，她也没有那些之前的无理的理了。

我在异像中操练钉死老我，钉死愤怒，恨不饶恕指责。我发现我对她不一样了，我才现我都是在用我的方法要求别人跟我一样，弄得适地其反，我妹对我很抗拒。只要是我说的，她都反驳。

在一次次的操练后，我内心真的不怪她饶恕她了，我没有体会到我当时说话的语气。我们的关系变得很融洽了。她对我也不抗拒了。也接纳我了，她对我也有了温柔的言语，最近我发现她回来住时居然会主动打扫了，主动做饭了。

也因著我母亲健康的事，我跟神要了个印证，神真的给我了这个印证。我妹妹的慢性咽炎完全被医治。

因著我和我妹的关系的恢复，我们家里的属灵空气大大的改变，充满了和睦和爱温柔，我的母亲也非常的喜乐，我母亲现在每天都在家里赞美神。哈利路亚！

我也改变非常的大，饶恕之后，仇敌还会来控告，我会把它赶走。我的里面不会被它挑动而生气了。我里面有很多的温柔和爱。我的内心也充满了喜乐！我现在真的非常的喜乐！哈利路亚！

感谢赞美主，谢谢刘老师对我们所有的付出。愿慈爱的父神加倍的祝福刘老师。阿们！

也祝福每一位写歌罗西书的作业的同学都能得著属天的祝福，生命被医治被更新！阿们！