

郑子民牧师患胆结石，前不久动了手术；罗文辉老师又患肾结石，执笔时已经入院，也要动手术；《生命的四季》的乐意姊妹，早进入长期化疗。这一年，大家忙碌奔波的事奉，身体衰残是自然的结果，请为他们的康复继续代祷。我们都要互勉，珍惜健康、保养身体，才能有持久和优质的事奉。良院的学员也有许多是中年人，在家庭、工作和教会都会消耗许多体力，甚至过度劳累而健康受损，注重健康和定期的身体检查，成为事奉不可少的基础之一了。身体重要，灵命也重要；有健康的身体而无良好的灵性，结果，福音不会传开，教会也不能增长。保罗说：“操练身体，益处还少；惟独敬虔，凡事都有益处，因有今生和来生的应许。”（提前 4:8）当年我读神学时，有一课是“灵命健康检查”，这是我们要定期作的，若发现有毛病的部分，需要立刻诊治处理。下面是我略作修正后的检查项目，请以祷告的心一一测试。

测试前：要先认定你里面的灵命和存在的重要价值，请读两节经文：

求他按着他丰盛的荣耀，借着他的灵，叫你们心里的力量刚强起来，（弗 3:16）“心里的力量”英文圣经翻译为“里面的人”（inner being）。

所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。（林后 4:16）

“内心”也可译为“里面的人”，都是指属灵的生命。

### 一、脉搏：与神的沟通

每次祷告后，你是否怀疑神有否垂听你的祈祷？

当你祷告时，你是否体验过神透过圣经提醒你一些事情？

### 二、体温：与神的亲密

你是否常常感受到神的同在？

你是否渴慕神的爱和神的公义？

### 三、心跳：事奉能力

每一次事奉，你是否体会是基督的能力加在你身上，否则你自己不一定如此？

在你不太情愿做，但凭信心顺服后，有没有经历平安和喜乐？

### 四、听觉：对圣灵敏锐度

你在聚会、听广播、与人谈话，或任何时候，有没有体验圣灵的提醒？

你在听道、听见证或读圣经时，有没有觉得扎心？

## 五、视力：前瞻和光暗

你对今后的日子和自己的生活会与事奉，有没有期望？

你能看到福音广传、信徒建立和教会增长的前景吗？

## 六、胃肠：消化力

你对圣经的阅读和查考，是否感到甘甜有趣？

你对阅读属灵材料和听好的讲道，是否不断渴慕？

## 七、排泄：新陈代谢

别人施加在你身上的痛苦，你是否能够交托给主？

遇到不如意的事情，你是否能透过不同的管道加以处理而忘掉？

## 八、活动：生活习惯

你有定期的灵修习惯吗？

你有祷告小组，定期交通祷告吗？

你有定期的聚会与事奉吗？

应该作的事，你能按圣经原则去实行吗？

## 九、病历：长期带病

内心问题：你有事情长期困扰你，但不知怎样解决吗？

往事问题：你有以前的事情，想起时，会觉得伤痛，但如今仍然没有解决，或不能忘掉吗？

以上共九项，二十个问题。每个问题的回答最好的情况得 10 分，到最差是 1 分时，若你每一个回答都在 5 分或以下，则你的属灵生命的健康是有严重问题，要治疗和悔改并立志更新。请你以平静的心，祷告的态度，好好作自我反省。新约圣经提醒我们“要自己省察”（林前 11:28），而“省察”也可翻译作“察验”（弗 5:10，帖前 5:21，加 6:4，罗 12:2）、“分别是非”（腓 1:10，罗 2:18）、“试验”（林前 3:13，林后 8:8、13:5）等。在一年结束，又迎接新的一年之际，与其说些惯常的祝贺，不如再以下面这几节经文，勉励你作好灵命健康检查。主耶稣不也说，有病的人需要医生（可 2:17），而他就是灵命的大医生吗？！

各人应当察验自己的行为……（加 6:4）但要凡事察验，善美的要持守，（帖前 5:21）总要察验何为主所喜悦的事。（弗 5:10）。

使你们能分别是非（或作：喜爱那美好的事），作诚实无过的人，直到基督的日子。

祝你在这样的基础上，好好装备自己！