



如何持守神的醫治
與神同行是最有益於你的健康

「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為 神的善良、純全、可喜悅的旨意。」（羅馬書 12:2）

心意更新而變化～ 在人背棄神的恩典和旨意後，原本受人管轄的世界就落入謊言、缺乏和有限的轄制中。當耶穌把我們從這個咒詛之中救贖出來，這世界就重燃盼望。
這就是為什麼：

「受造之物切望等候 神的眾子顯出來。因為受造之物服在虛空之下，不是自己願意，乃是因那叫他如此的。但受造之物仍然指望 離敗壞的轄制，得享（“享”：原文作“入”） 神兒女自由的榮耀。我們知道一切受造之物一同嘆息、勞苦，直到如今。」（羅馬書 8:19-22）

神向我們和這個世界所懷的是善良、純全、可喜悅的旨意，他要看到這個世界恢復到起初創造時完全的樣式，他要使他的國度再次入侵這個世界的每一個角落。

經由心意更新變化和轉化世界，我們可以將 的善良純全、可喜悅的旨意彰顯在我們裡面和四周

為了實現心意更新而變化，進而轉化周圍的世界，我們需要在三個方面進行心意的更新，並開始從神國的角度來思考。

1. 我如何看神、 的計畫、我自己和我與世界的關係呢？

這關乎我們的靈、心智、情緒模式和信念

神和 的計劃：

- 神是良善的。
- 耶穌打開了天國的門；我們現在生活在敞開的天國里；我們自己就是敞開的天國。
當耶穌在十字架上說「成了！」，祂所付上完全的代價，就使我們可以得救恩、得醫治和得釋放
- 新約是一個更美的約，它讓我們體驗 的恩典。
神計畫讓我們對祂的愛和恩寵的經歷，可以不斷地加增
- 通過耶穌和聖靈，信徒的權柄得以在地上確立。

我是誰：

- 耶穌在我裡面成就的完全的善工＝義。（ 是我所能擁有最完全的義）
- 因著耶穌的救贖，我得救、得醫治、得釋放。
- 我是新造的人，舊事已過。

- 我的身份在基督裡面；我是皇族的兒女；我是被愛、被祝福，且倍受恩寵的。
- 我心充滿感恩。

我如何對待神，對待自己及他人：以信、望、愛、感恩、饒恕、慷慨、尊榮、誠實來對神、對自己與他人並且宣告真理。

***** Page 2*****

2. 如何看待自己的身體是聖靈居住的殿？

聖靈：使耶穌從死裡復活的那一位住在我裡面；祂愛我，我愛自己嗎？

我的醫治：

- 疾病和疼痛不是我的身份；我再也不會接受這種身份
- 因著耶穌的救恩，我得了醫治。

- 疾病的熟悉的靈是會說謊的；我不會因病症的重現而心生恐懼。
- 我對神的殿（我的身體），擁有天國的權柄。
- 我的焦點在於神已為我成就的和正在為我成就的，而不是還沒有成就的。
- 我選擇為神所成就的感恩。

醫療保健：你對治理神的殿（你的身體）負有主要責任；應當有智慧地選擇醫療保健方式。如果你有專業的醫療保健，務必請他們為你所經歷的醫治做檢口、鑑定。如果你有用藥，在徵得醫護人員的同意前，請勿擅自停藥。藥物對我們身體的化學結構有很大的影響，需謹慎地選擇服用或者停用。在醫治室，我們不會給予停藥的建議；這是你和醫生之間需要討論的。

飲食規律：什麼是健康飲食？選擇適合身體狀況的食物。盡量減少食用刺激性的、含化學合成劑的或使人上癮的食物。體重可能會是影響身體健康的一個問題，如：超重／過度飲食，瘦弱／飲食不足，暴飲暴食。當注重飲食的品質和多元。神創造食物是為了滋養我們的身體，我會為保守神的店的潔淨與健康而努力嗎？

生活作息：運動、走路、伸展筋骨、呼吸空氣，浸泡在聖靈裡，睡眠，宣告真理。

3. 我如何看待周圍的環境？

我的生活空間、工作和家庭：我每天都被神的愛與恩典充滿。我影響環境而不是被身邊的環境影響。我是敞開的天門，無論我去哪裡，都會將神的國度釋放到那裡。我裡面的光能驅散黑暗，盼望勝過灰心沮喪，愛勝過恐懼。

我的城市：我與喜愛寶貴信心的人聯結在一起，我們的轉化會影響城市，通過愛與尊榮的行動來影響城市

我的國家和世界：神對全世界有一個救贖和恢復的計劃。我是執行這計畫的一員。

***** Page 3*****

恩典, 是基要真理, 卻常常被誤解。

在 STRONG 版的希臘文字典裡面, “恩典”的定義是：作用於人心的神聖影響力以及人對此作出的回應。

它含有好處、恩寵、禮物、慷慨、愉悅、喜樂、賦予能力、感激和感恩等多重意義。希臘文的“恩典”, 其詞根意指喜樂、高興、歡欣和歡慶。

在 VINE'S 版的希臘文詞典裡, “恩典”一詞涵蓋了兩重意義, 首先暗示恩典這一行為的發生涉及施與受兩方, 其次定義了施與受雙方的特性。

施恩者：他滿有恩惠、美善和慈愛；他強調他的給予是無償、自由、慷慨、寬宏大量、普及眾人和自發性的。他定義了他的給予對於領受者來口, 是一個充滿愉快和喜樂的體驗。因此, 恩典是不需要通過負債、表現、行為或遵行律法等形式來賺取的。恩典是在權力、資源和能力等方面佔優勢的一方給予劣勢一方的饋贈。施予恩典的目的, 是讓領受者在領接受的過程中獲得愉快、喜樂、更自由和更成功的體驗, 並沒有附加任何條件。

領受者：他領受恩寵、心懷感恩。領受者行走在恩典中, 並發現恩典所賦予的自由、慷慨、寬宏大量的本質時, 他會經歷更多加增的恩寵、權力、資源和能力；他心中的歡欣快樂也會油然而升, 並不斷加增。我們越是認識恩典的口涵, 越將充滿感恩。並且, 這份感恩的回應, 將觸發施恩方施予更多的恩典。於是, 它是一個近似“上癮”的美好的良性循環！我們是被施恩者定位在不斷體驗成功經歷的、充滿喜悅的位置上。

- 恩典全關乎神——一位充滿美好旨意和良善品格的施恩者。（以弗所書 1 章）
- 恩典不僅是「無功受祿」, 且遠超越它。（以弗所書 2:4-10）
- 恩典是出於神的“使人具有能力”的權能, 但本質遠超越這層意義。（以弗所書 3:7, 8）
- 恩典在乎耶穌基督充充滿滿地有恩典、有真理。（約翰福音 1:14）。
- 恩典在乎於我們領受耶穌為我們付上的代價（馬太福音 8:16, 17；腓立比書 3:12）
- 施恩者樂見他的施恩對象接受恩典, 而不是拒口或浪費。（希伯來書 12:15）

Chinese WIGB

- 恩典是出於一個新的、更美的約。（希伯來書 8:6-13；9:14, 15）
- 恩典是出於神接納我們與耶穌同作後嗣。（羅馬書 8:15-17）
- 恩典是出於一位好父親如此愛他的兒子；他邀請我們一同進入這份愛中，一同享受他賜給愛子耶穌基督的一切。（約翰福音 17:20-26；羅馬書 8:28-32）

***** Page 4*****

身份，是基於神口我們是誰。

聖靈與我們的心同證我們是 神的兒女；既是兒女，便是後嗣，就是 神的後嗣，和基督同作後嗣。（羅馬書 8:16-17）

當我們重生後，我們重新回到神的國和神的家裡；在耶穌基督裡面成為新造的人。在神的國裡，沒有死亡。我們這新造的人是出於不能壞的種子，是藉著神活潑常存的道實現的（彼得前書 1:22-24），在這不能朽壞的種子裡沒有死亡。因著這一真理，我們不再受到死亡的轄制，「因為賜生命聖靈的律，在基督耶穌裡釋放了我，使我口離罪和死的律了」（羅馬書 8:2）。我們不必慢慢走向死亡，也不必因著年齡的增長而身體經歷病痛或衰敗。我們擁有通向神恩典的捷徑，它可以保守我們生命的健康和活力。「然而，那叫耶穌從死裡復活者的靈，若住在你們心裡，那叫基督耶穌從死裡復活的，也必藉著住在你們心裡的聖靈，使你們必死的身體又活過來。」（羅馬書 8:11）

人在伊甸園落後，死亡就開始影響人類，咒詛也因著分別善惡樹的果子而臨到。當耶穌在客西馬尼園裡得勝之後，他被釘十字架，破除了咒詛，將一切相信他的人從咒詛、死亡和死亡的毒鉤釋放出來。（加拉太書 3:13）。耶穌為我們戰勝了疾病和死亡。我們得以享受醫治並保持健康的信心，是因著耶穌基督在十字架上為我們成就的工作。他已經為我們的得救、得醫治和得釋放附上了完全的代價。

得醫治和保持健康的信心，不是因著我們的行為，而在於耶穌在十字架上為我們成就的工作。祂為了我們的罪付了贖價，使我們可以與神和好，不是因為我們的做了什麼，是因為耶穌的成就。“神藉著耶穌基督使我們和他和好”（哥林多後書 5:18）。因為是耶穌成就的，我們可以確信這工是完全的、充分的、美好的，因著耶穌基督所付上的代價是完全的，我們無需再懷疑我們是否有資格站在神的面前；我們和基督，永生神的兒子同得口業；就是在耶穌基督裡得著全備的公義。這一救恩，讓我們更加謙卑和感恩，而不是陷入功勞主義和驕傲的試探裡。

因為耶穌在十字架上所成就的，我們可以充分地相信口為我們的罪和罪所造成的一切後果（尤其是與神隔口和死亡）付上了完全的代價。罪帶給我們死亡，耶穌的死和復活卻賜給我們各個層面

豐盛的新生命。他不僅救贖我們的靈與魂，也救贖我們的肉體，並且我們現有的新身份，也是建立在祂在十字架上已為我們成就的工作上。

“就如神從創立世界以前，在基督裡揀選了我們，使我們在他面前成為聖潔，無有瑕疵；又因愛我們，就按著自己的意旨所喜悅的，預定我們藉著耶穌基督得兒子的名分，使他榮耀的恩典得著稱讚；這恩典是他在愛子裡所賜給我們的。”（以弗所書 1:4-6）

***** Page 5 *****

感恩, 是我們對恩典的回應，也是我們經歷更多恩典的鑰匙。

STRONG 版的希臘詞典裡，“感恩”一詞的定義：倍受恩寵而心懷感恩，因此轉向神，敬拜他。

“感恩”是一個合成詞，和“恩典”有相同的詞根，意思是“享受恩惠--無償地享受一切美好的給予：資源、釋放、赦免、饒恕”。希臘文是“eucharistos”，在教會禮拜儀式中，表示領受神的聖餐。

領受聖餐時，我們在表達感恩；在感恩中，我們和神實現團契和交通。當我們因他給予的好處和、恩惠向他感恩時，我們就更加貼近他的心，連於祂的心意；祂的心意充滿祝福和應許！感恩之情使我們得以進入祂為我們預定的更豐盛的應許裡，而無需用人的各種方法來操控神為我們做更多。□預定我們可以享受□兒子配得的一切。這就是為什麼認識在基督裡作為神兒女的身份，對於我們領受他的祝福是如此的重要。

我們要培養感恩的心，常常關注神在我們身上和生活中的作為；這樣可以使我們預備進入□更多的恩典。例如：當我經歷到任何一點疼痛或者疾病減輕時，我就開始意識到這是祂的醫治，是祂為我所附上的贖價換來的；我就為我感受到的每一點醫治感謝他，並認定宣告每一點的好轉。相反，如果我的焦點集中在現存的疼痛或病症上，那麼我其實是在強調神尚未成就的事，而不是已成就的。當我們為祂已成就的事而心懷感恩時，我們會經歷到更多的醫治；你會發現，感恩越多，醫治越多。感恩就是這樣簡單地交織在經歷神的恩典中，因為神的心意是要我們與□相交；這是一個神與我們的互動互惠模式。

- 凡事謝恩，因為這是 神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。（帖撒羅尼迦前書 5:18）
- 你們要靠主常常喜樂。我再□，你們要喜樂。應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴 神。神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。（腓立比書 4:4, 6-7）

- 他進入一個村子，有十個長大麻風的，迎面而來，遠遠地站著，高聲說：“耶穌，夫子，可憐我們吧！”耶穌看見，就對他們說：“你們去，把身體給祭司察看。”他們去的時候就潔淨了。內中有一個見自己已經好了，就回來大聲歸榮耀與神，又俯伏在耶穌面前感謝他。這人是撒瑪利亞人。耶穌曰：“潔淨了的不是十個人嗎？那九個在哪裡呢？除了這外族人，再沒有別人回來歸榮耀與神嗎？”就對那人曰：“起來，走吧！你的信救（這個詞的希臘文是 SOZO：從死亡中被拯救，得恢復，得完全；領受全備的救恩、醫治和釋放）了你了。”（路加福音 17:12-19）

“因為他們雖然知道神，卻不當作神榮耀他，也不感謝他。他們的思念變為虛妄，無知的心就昏暗了”（羅馬書 1:21）。

***** Page 6 *****

健康！是神賜給每個孩子的禮物，就像拯救；接受與否的決定卻在於我們。

“親愛的兄弟啊，我願你凡事興盛，身體健壯，正如你的靈魂興盛一樣”。（約翰三書 2 章）

當我們認識到自己在基督裡面確立的身份和神所賜予我們的恩典，我們就滿懷感恩。繼而，我們當意識到，我們可以改變環境，而不再被動地接受環境的影響。領悟這層意識，在我們經歷神的醫治後，變得尤為重要。因為很久以來，我們自己、家人和朋友已經習慣了我們是處於生病或疼痛狀態。當我們得醫治後，家裡的氛圍很可能沒有立刻轉變過來，特別是對你的身份的認同。疾病和疼痛不是你的身份。我們是否可以營造一個健康的生活環境，周圍人是否可以彼此鼓勵，信心充滿，對我們尤為重要。盜賊來是要口盜、殺害和毀滅。仇敵會籍著熟悉的靈通過謊言和恐懼來攻擊我們。熟悉的靈會用舊有的病症的返回來對我們撒謊，我們不要因著仇敵藉著疾病症狀的反覆而心生恐懼，而是要堅定地站立在神已經醫治了我的真理上竭力抵擋牠。每天帶著感恩的心，為自己的身體、家庭、經濟宣告真理，你會看到美好的果效！

我們如何在思想、言語和關係上做健康的選擇，我們也當在飲食、鍛煉和作息上這樣行。這對我們全人健康非常關鍵。重點是不要因著懼怕而選擇，而是真正找到適合自己的方式。體重是健康管理的重要因素之一。如果體重過重，又存在心臟、呼吸、膝蓋、口踝等問題，當神因著口的良善醫治了我，我就當調整生活中的那些陳舊的不良的選擇，來持守他的醫治。很多疾病，如過敏、糖尿病，都會受到飲食的影響。當神醫治了你，你就更加應該學習哪些食物是有益的，哪些食物是有害的。比如，眾所周知的，大量攝入糖分、化學合成劑、深加工食品，以及油膩食品，會對我們的身體口生很多的負作用，那我們就當不吃或盡量少吃。

我們被造是為了愛與被愛。我們的身體需要呼吸乾淨的空氣，飲用新鮮的水，並保持適量的運動、休息和睡眠。這些都是我們維持健康生活的基礎。相反，焦慮、壓力、謊言和恐懼，會奪去我們的喜樂、平安和健康。我們當保持心意更新而變化，在身體、心靈、情緒各方面持續地作出新的、良好的選擇。

Chinese WIGB

願你健康，充滿盼望，經歷神的恩典，活出新的身份，享受豐盛的生命！