

基督里的真健康

TRUE HEALTH
IN CHRIST



江涌流牧师 著

基督里的真健康

江涌流牧师 著

认识基督 活出真理 彰显生命

目录

前言.....	3
第一章 神起初所造的健康身体.....	4
一、从律法转向基督里的真健康.....	4
二、按照神的形象和样式被造.....	5
三、爱 真理 圣洁 大能和永活的样式.....	6
四、被圣灵掌管并活出君王的生命.....	7
五、从生命树转向分别善恶树的后果.....	8
六、基督恢复全新的身体.....	9
第二章 身体是圣灵的殿.....	10
一、神的同在就是与基督联合.....	10
二、一切从基督领受.....	10
三、圣洁的国民和至圣的身体.....	11
四、基督成为我们的圣洁和救赎.....	12
五、成为基督骨中的骨肉中的肉.....	13
六、从主的灵变成主的形状.....	14
七、相信并活出至为圣洁的身体.....	14
第三章 圣灵在身体里运行复活大能.....	15
一、真理使身体得自由.....	15
二、基督是健康和生命的答案.....	15
三、在真理中被圣灵充满.....	16
四、永生和修复身体的复活大能.....	17
五、圣灵降临使身体得着能力.....	17
六、宝贝放在瓦器里.....	18
七、基督的永活生命住在里面.....	19
八、先领受生命再结出健康的果子.....	20
第四章 让神的话在身体里成为真实.....	21
一、身体已经从疾病和死亡中被赎回.....	21
二、昼夜思想关于基督的话.....	22
三、二十一天持续孕育神的话.....	23

四、亚伯拉罕和撒拉的身体返老还童.....	23
五、让心成为结实百倍的好土地.....	24
六、在心里装满基督并说出神的话.....	25
后记.....	27

前言

认识基督，必然带来对生命和身体的重新认识。耶稣基督已经借着十字架担当罪、咒诅、疾病和死亡，又从死里复活，把永活的生命赐给相信他的人。信徒与基督同死、同埋葬、同复活，得着神儿子的生命，也得着儿子的身份和产业。身体的救赎、全然健康、圣洁、大能和足享长寿，都包含在基督已经成就的救恩之中。

这些内容来自我多年服侍、查考经文和亲身经历。许多人把疾病看得很大，把基督里的生命看得很小；也有人在律法之下不断求神医治、求神同在，却没有认识基督已经住在里面，也没有凭信心领受他已经赐下的产业。真健康从认识基督开始，也在持续相信、默想和活出真理的过程中彰显。

四章内容从神起初创造人的样式展开，进入身体是圣灵的殿、与基督成为一体、圣灵与真理的运行、复活大能、身体更新和二十一天持续默想神话语的原则。这里所强调的不是抽象知识，而是信徒在身体上活出基督、在身子荣耀神的实际。每一位读者都可以定睛基督，相信他已经成就的救赎，让神的话在心里扎根，使基督里的真健康成为生命的果实。

江涌流牧师

第一章 神起初所造的健康身体

一、从律法转向基督里的真健康

认识基督，是进入真健康的起点。我多年服侍，看见许多人在认识基督以后，生命发生彻底翻转。他们过去认为只有少数人才会被神重用，也不敢相信自己能够行神迹、为病人祷告；后来却知道，基督住在每一个信徒里面，生命也在每一个信徒里面。人能够为家人、孩子和亲友祷告，使人得医治，并不是人能做什么，乃是救主耶稣基督在里面活着。

基督是道路、真理和生命。人借着祂来到父面前，得着真理，并在真理中胜过罪、世界和魔鬼的作为。神的话安定在天，永不改变。天地可以改变，真理仍然坚立。耶稣基督来到地上，把天国带到人中间，也开启了福音。旧约显明律法、定罪、刑罚、灾难和咒诅；基督来到以后，恩典和真理有形有体地显明出来。离开基督，人无法真正明白福音，也无法知道信耶稣、与主同行和认识基督究竟带来什么。

人在律法之下不能进入应许。以色列人从埃及到迦南，原本十一天的路程走了四十年，最终那一代人倒毙在旷野。迦南的葡萄园、橄榄园和流奶与蜜之地都已经预备好，他们却因不信和律法之下的生活没有得着。今天也是如此。人在律法之下不能蒙福，不能生出真正的信心，也不能承受产业。真正的迦南美地就是基督自己；信徒靠基督入门，也要继续住在基督里，不能转去倚靠律法。

律法之下的人面对已经预备好的福分，仍会把盼望推到遥远的将来。他知道应许，却没有力量进入；看见迦南，却仍在旷野流浪。信徒若靠基督入门，后来又离开基督去研究怎样凭行为达到标准，便从恩典中坠落。照原有的立场说，这种生活与基督的十字架为敌：十字架已经成就的，人仍想靠自己重新成就；基督已经赐下的，人仍以为必须靠律法换取。

天上的生活从认识基督开始。基督住在里面，信徒便不再靠肉体、人的智慧和旧有观念活着，而是让圣灵引导，表达已经安定在天上的真理。天地可以改变，神的话仍不改变。福音不是旧约中定罪、刑罚、灾难和咒诅的延续；福音的起头在耶稣基督，他把恩典和真理带到人中间，也把带进天国的实际。

认识基督不能停留在口头上。人可以不断述说耶稣多么爱我们、帮助我们、祝福我们、与我们同在，却仍然不知道这种帮助和同在怎样成为生命的实际。基督帮助我们，因为他成了我们的生命；他与我们同在，因为他的灵住在我们里面；他的力量成为我们的力量，因为他的生命已经成为我们的生命。信徒若离开基督，转去研究律法，便从恩典中坠落，失去天国生活的实际。

因此，基督里的真健康必须从基督来定义。信主以后，生命改变了，身体的命定也改变了。人需要知道自己在基督里得着怎样的身体、蒙福到什么程度，也要知道健康、圣洁、能力和长寿怎样成为已经赐下的产业。医治的方法可以有不同的侧重，如同不同的人接受不同的帮助；根基却只有一个，就是相信真理。人所信的若是真理，圣灵便照着真理运行，使基督已经成就的健康在身体上彰显。

我在多年服侍中积累了不同的医治方法。它们好像摆在病人面前的多种帮助，有的人在一种方法上容易相信，有的人在另一种方法上容易领受。方法可以丰富，真理的根基却不能改变。真正使人得医治的，不是某一种技巧本身，而是人所信的内容符合基督已经成就的事实，圣灵便照着真理运行。

面对疾病，人的眼目容易被症状、检查结果和过去的经历吸引。信心却定睛基督里的全新命定。无论肝脏、肾脏、心脏曾经有什么问题，也无论身体经历过什么手术，在神没有难成的事。信是所望之事的实底，是未见之事的确据。人先认识自己在救恩里得着怎样的身体，继而相信并领受，圣灵就把所信的真理彰显出来。这才是从真理而来的真健康。

二、按照神的形象和样式被造

要认识基督里的身体，必须回到神起初创造人的心意。创世记记载，神照着自己的形象和样式造男造女，又把管理海里的鱼、空中的鸟、地上的牲畜和全地的权柄交给人类（创 1:26-27）。神所造的人不是被环境支配的奴仆，而是管理全地的君王。人被造，是为在地上活出神的形象和样式。

神用地上的尘土造人，把生气吹在他的鼻孔里，他就成了有灵的活人（创 2:7）。尘土所造的身体原本没有生命，神的气息进入以后，神的灵在身体里运行，亚当便成为有灵的活人。神把他安置在伊甸园，使他修理、看守并治理。亚当的身体完全受灵掌管，他的肉体成为表达里面生命的器皿。他说话、判断、治理和行动，都从住在里面的灵而来。

亚当活出神的样式，不受今天肉体条件和距离的限制。他不需要靠今天的火车、飞机往来各地；他的意念能够知道各处发生的事，一句话也能处理远方的事务。他的身体不是生命的主人，而是发布命令、表达里面之灵的器皿。肉体受灵掌管，才是神起初所造“有灵的活人”的样式。

亚当给各种飞鸟、牲畜和走兽命名，显明他有惊人的智慧、判断力和记忆力。神把万物带到他面前，让他命名，也显明神对人的慈爱和托付。神造人不是让人终日受软弱、惧怕和疾病辖制，而是让人彰显智慧、能力和治理的权柄。人里面有神的灵，身体便成为神生命运行的居所。

地上的活物种类繁多，亚当为它们命名而不混乱、不重复，显明他的头脑在圣灵掌管之下，有超越今人想象的记忆、判断和创造能力。他不是被万物管理的人，而是代表神管理万物的君王。神已经把创造好的世界交给他，让他在爱中治理，也让他享受神所造的一切。

神说“我们要照着我们的形象、按着我们的样式造人”，这里显明圣父、圣子、圣灵的工作。神就是爱（约一 4:8），所以亚当被造有爱的样式，并在爱中治理世界。神凡事都能（太 19:26），所以人从神领受能力，能够完成神托付的治理。神的道就是真理（约 17:17），圣灵也是真理的圣灵，所以人被造要活出真理。神是圣洁的，所以人从神领受圣洁的生命。神大有能力，权柄统管万有（申 10:17；诗 103:19），所以人也在他的权柄之下管理全地。

三、爱 真理 圣洁 大能和永活的样式

神的形象不是抽象观念，而要借着人的身体和生活表达出来。身体可以表达爱。一个孩子能够从父母的眼神、双手和拥抱中感受到爱；家庭中的人、身边的动物和所照料的万物，也会受到爱或怒气的影响。人长期活在愤怒、苦毒和争竞中，身体也会承受这种生命状态的结果。神起初给人的，是能够表达爱、释放爱并用爱治理的身体。

爱会借着眼神、声音、双手和整个身体流露。我喜欢依偎在母亲身旁，也喜欢与父亲拥抱，因为能够从他们的眼光和双手中感受到爱。人对花草、动物和家中的牲畜说慈爱的话，它们也会在这种环境中呈现不同的状态。相反，一个人长期没有爱，终日生气、责骂和争竞，身体也容易受到损害。身体原是表达神之爱的器皿，不能长期被与爱相反的生命状态占据。

我曾遇见一位研究气功的年轻人，后来他接受了耶稣。他告诉我，他过去的一位老师十分强调向人表达爱。有一次，一位顾客因购买的机器配件不能使用，打电话责骂并要求退货、索赔。那位老师让顾客来到面前，先安静听他说话，用眼神和态度表达爱，最后顾客的怒气平息，问题也得到解决。这个例子虽然来自属世的经历，而且不能代替从基督而来的爱，却使我更加看见：爱会借着人的身体、眼神、言语和态度流露出来。真正的爱源于基督，也把人带回生命的源头。

身体也是真理、圣洁、大能和智慧的样式。神没有把死亡放在亚当里面，放在他里面的是永活的生命。圣灵能够住在亚当里面，表明他的身体是圣洁的；神把治理全地的使命交给他，表明他里面有 大能和智慧。约伯记宣告，在神有智慧和能力，他有谋略和知识（伯 12:13）。耶稣又说，永活的父怎样差他来，他又因父活着，吃他肉的人也要因他活着（约 6:57）。永活、智慧、圣洁和能力，都包含在神起初创造人的样式里。

神的样式还包括凡事都能、统管万有和永远活着。神在天上立定宝座，他的权柄统管万有（诗 103:19）；神照着自己的样式造亚当，也把管理全地的权柄交给他。亚当里面没有死亡的力量，每

一个细胞都由永活的生命供应。无限的神住在有限的身体里，无限掌管有限，身体便进入不可限量的生命。这不能被缩减为一般意义上的“身心健康”。

耶稣基督的救赎，是把人恢复到神起初所定的生命样式。我们从真道而生，得着基督的生命，也就得着从神而来的爱、真理、圣洁、智慧和能力。律法只能要求人圣洁，却不能把圣洁的生命赐给人；基督亲自成为我们的圣洁，使人能够从生命里面活出圣洁。信徒不是凭老旧人的努力模仿神，而是让住在里面的基督彰显出来。

四、被圣灵掌管并活出君王的生命

身体是为圣灵而造的。一个气球装满普通空气，只会留在原地；装入氢气以后，里面的气体会把它带向高处。这个比喻使人看见，身体里面运行什么，身体就会显出什么样式。人被属世观念、惧怕和肉体掌管，就活出有限；人被圣灵掌管，就活出从神而来的生命、智慧和能力。

神的心意不是让身体偶尔受圣灵感动，而是让圣灵完全掌管身体。气球里面的气体决定它停留在地上还是升向高处；同样，身体里面运行的灵和话语，决定人所活出的样式。圣灵能够带领身体到神所要到的地方，也能使人的口发出君王的命令。王说的是治理、使万物降服和建立秩序的话，而不是不断重复疾病、软弱和失败。

君王要说君王的话，发出治理和使万物降服的命令。神造亚当，使他成为全地的管理者；今天，基督住在我们里面，也使我们在他的权柄中说真理的话。口不是用来反复述说疾病、软弱和失败的，而是用来表达里面的灵，宣告基督已经成就的事实。人的身体受圣灵掌管，言语便成为生命、信心和权柄的出口。

活出君王的生命也需要智慧和谋略。家庭的建造需要智慧，婚姻中的难题也需要从神而来的判断。有人只看见丈夫的缺点，反复忧愁并想要离婚，却没有思想怎样用智慧建造家庭。服侍同样需要谋略。我们每天从弟兄姐妹的需要中思想应该传讲什么，使人能够认识基督、活出基督。过去关于视力、头部疾病和肿瘤医治的内容帮助了许多人，也使我发现，有些人只想得到一次医治，却不知道在基督里究竟得着了怎样的身体。因此，更根本的工作是把真健康讲清楚，让人先认识身体的新命定。

智慧并非与信心分开。家庭怎样被建造、婚姻怎样被挽回、服侍怎样真正帮助人，都需要从神而来的谋略。视力恢复、头部疾病和肿瘤医治的具体内容能够给人帮助；更根本的问题却是，许多人只想处理一次疾病，却没有看见身体在基督里的整体命定。把身体的新样式讲清楚，正是从神领受智慧之后所作的安排。

在基督里，身体被命定为圣灵的殿，是圣洁、充满荣耀并且全然健康的。有人曾告诉我，我为疾病祷告时常常宣告身体圣洁，这与他过去听过的祷告不同。他也承认，这样的祷告带来了明显果效。

原因不在于一种特别的说法，而在于基督已经把身体定义为圣洁。人相信身体属于基督，是天上的圣洁标准，疾病、污秽和黑暗权势便不能继续站立。

我也带领人把注意力集中在基督的圣洁上，相信身体从头到脚都属于神。有时我会让人短暂屏住呼吸，使注意力集中；这个方法不是经文中的命令，而是我在服侍中总结的操练方式。操练的核心不是呼吸本身，而是相信：基督的圣洁已经赐下，身体是天国的圣洁标准，里面有永活的生命。人可以针对软弱的器官，持续相信并宣告它在基督里是圣洁、健康和充满生命的。

五、从生命树转向分别善恶树的后果

神把亚当安置在伊甸园，吩咐他修理看守。园中各样树上的果子都可以吃，只有分别善恶树上的果子不可吃，因为吃的日子必定死（创 2:15-17）。神给人自由意志，也把这唯一的命令交给亚当。后来神从亚当身上取下一条肋骨，造成夏娃，领她到亚当前面。夏娃是亚当骨中的骨、肉中的肉；夫妻二人成为一体，在神的同在中赤身露体并不羞耻（创 2:18-25）。

亚当有责任把神的话清楚教导给妻子，却没有带领她持续定睛生命树。蛇试探夏娃时，故意歪曲神的话，问神是否不许他们吃园中所有树上的果子。夏娃回答时又加上“不可摸”，并把“必定死”弱化为“免得死”。魔鬼随后直接否定神的话，说他们不一定死。人离开生命树，定睛分别善恶树，就开始以知识代替生命，以自己的判断代替神的话。

亚当可以被称为人类历史上第一个牧者，也是一位失败的牧者，因为他没有带领妻子持续注视生命树，只把注意力集中在“不可吃”的禁令上。他没有充分传讲生命树的丰盛，反而让分别善恶树成为思想中心。今天的服侍若只把人带到知识、规条和是非判断面前，也会重演同样的错误：人知道许多不可做的事，却没有从基督领受生命。

这种错误也会发生在教会里。服侍者若不把人带到基督这棵生命树前，反而只传讲规条、知识和是非，就会使人长期活在分别善恶和定罪之中。律法不断告诉人什么不可做，却不能把胜过罪的生命赐给人。人越定睛禁令，罪的诱惑反而越大；人定睛基督、领受生命，才有能力胜过罪。

亚当和夏娃吃了果子以后，眼睛明亮，开始靠肉体判断，也开始感到羞耻。他们用无花果树的叶子为自己编作裙子，想用人的办法遮盖罪，却没有流血，也没有真正的救赎。他们听见神的声音便躲藏，惧怕进入内心，神的同在也不再成为身体和环境中的实际。罪使人失去坦然面对神的生命，也使人的思想、身体、家庭和所处的地都落在咒诅之下（创 3:1-19）。

环境也会显出里面之灵的影响。我曾进入一个摆满偶像的家庭，房间被打扫得一尘不染，眼睛看起来甚至比医院还洁净，灵里却能感到污秽和不对劲。另一些家庭没有使用香水，进入其中却能感到清新。神的同在或失去神的同在，不只影响人的内心，也影响身体、家庭和环境。亚当犯罪以后“天起了凉风”，正显出整个生活环境已经改变。

犯罪以后，人也开始推卸责任。亚当把责任推给神所赐的女人，女人又把责任推给蛇。分别善恶和彼此定罪进入家庭，人便终日判断“你对我错”。这种思想延续到律法之下，使夫妻不能活出合一，也使人用定罪代替生命的建造。

罪进入以后，夫妻关系从合一变成管辖，地长出荆棘和蒺藜，人要汗流满面才得糊口，身体最终归回尘土。今天，有些人引用“丈夫是妻子的头”要求妻子无条件顺服，甚至纵容暴力和错误，这仍然是律法之下的管辖。基督是教会的头，因为基督是真理。妻子顺服丈夫里面的真理，也要以帮助者的身份把真理带给丈夫；凡违背真理、伤害生命的事，不能用顺服作借口。

神用皮子给亚当和夏娃作衣服，预表流血和救赎。他又把他们赶出伊甸园，禁止罪人吃生命树的果子而在罪中永远活着。罪从一人进入世界，死又从罪而来，于是死临到众人（罗 5:12）。亚当生出的后裔都在罪中，第一个家庭很快发生该隐杀害亚伯的悲剧。世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀（罗 3:23）；人失去神的形象，也失去身体原有的圣洁、能力和永活。

六、基督恢复全新的身体

耶稣基督来到，把亚当所失去的重新恢复。他就是生命树，我们借着信与他联合，圣灵重新住在我们里面。老旧人与基督同钉十字架，罪身灭绝；我们又与他一同复活，得着全新的生命。这个因果关系必须完整：与基督同死、同埋葬、同复活，使我们得着新生命；有了神儿子的生命，就恢复儿子的身份；有了儿子的身份，就能承受神的产业。

身体也在救赎之中被重新定义。原来属罪、必死、软弱和污秽的身体，如今被称为圣灵的殿，是神用重价买赎回来的。基督已经担当刑罚、咒诅、疾病和死亡，把他的圣洁、生命、能力和荣耀赐给我们。因此，我们所得的真健康，不是世界所能定义的暂时状态，而是充满圣灵、带着永活力量、满有基督样式的健康。

信徒需要明确相信自己得着了全新的身体。这个身体是圣洁的、充满慈爱的、满有智慧和能力的，里面运行着胜过死亡的生命。魔鬼和疾病看见的，不应只是一个软弱的人，而应是从神生、基督住在里面、满有神形象和样式的人。身体献上作活祭，是圣洁、神所喜悦的；这不是人凭行为制造出来的圣洁，而是基督的生命已经赐下，信徒凭信心领受并活出来。

基督所恢复的，不是一个略有改善的旧身体，而是起初创造的样式：圣洁、慈爱、充满圣灵、满有智慧和能力，并且运行着永不死亡的力量。人走到哪里，圣洁和生命也彰显到哪里；人开口说话，黑暗权势便因里面基督的生命退去。全新的身体必须按这个具体意义来理解，不能被弱化为笼统的“更新”。

相信身体圣洁，也包括相信具体器官属于基督。肝脏、肾脏、心脏、肺、肠胃、眼睛、耳朵和每一个细胞，都在基督的救赎中有份。人可以定睛基督，宣告身体是天上的圣洁标准，是疾病、衰老和死亡不能辖制的身体。这样的信心不是自我暗示，而是承认基督已经成就的事实。人持续相信圣洁、生命和健康，身体便在圣灵的运行中发生改变，甚至经历返老还童。

我曾带领人闭上眼睛或安静下来，把注意力集中在身体的圣洁上，相信自己已经在天上，身体有从神而来的圣洁。有人暂时找不到感觉，就可以直接相信神是至为圣洁的，而我们从基督所得的身体也属于他的圣洁。持续这样相信，身体会发生改变；人若长久住在这样的信心里，就“有返老还童的危险”。这句话的重点非常明确：返老还童不是修辞，而是身体实际改变的命定。

第二章 身体是圣灵的殿

一、神的同在就是与基督联合

神的同在不是一位远方的神陪伴人在外面行走，而是神住在他所造的殿里，与人联合。亚当起初与神同在，表明他的身体受圣灵掌管。约书亚也因神的同在活出信心、智慧和治理的能力，带领以色列人进入应许之地。神说怎样与摩西同在，也必怎样与约书亚同在，使他平生的日子没有一人能在他面前站立得住。这种同在不是单纯的陪伴，而是神的生命、智慧、能力和权柄借着人彰显。

与神同在，就是被神拥有、被圣灵掌管，也让身体、思想、言语和行动都被神使用。人不能一面说神与自己同在，一面仍完全照自己的意思生活，遇到危急才呼喊主来帮助。神住在他所造的殿里，与人合一；他的生命成为人的生命，他的使命也借着人的身体继续完成。这才是同在的实质。

有些人把彼得在水面下沉时呼喊“主啊，救我”当作今天祷告的固定模式。那时耶稣还没有钉十字架、从死里复活，彼得也没有进入新约中与基督联合的实际。今天，信徒已经与主成为一灵，身体已经成为圣灵的殿。我们不再把主当作远方的帮助者，在危急时才呼喊他临到；我们相信他已经住在里面，也让身体、言语、思想和行动都被他使用。

人寻求长寿和属天健康，根本原因在于神住在身体里，人成为神生命的居所。神不住人手所造的殿，耶稣基督亲自建立了新约的圣殿，就是信徒的身体。神用真道生了我们，神儿子的灵住在我们里面。身体不再只是尘土的器皿，而是在真理和圣灵大能中被重新建造的殿。

旧约祭司必须借着祭牲的血经过洁净，才能进入神的圣所；这一切都指向耶稣基督的宝血。今天，基督已经洗净我们的罪，也把他的身体样式赐给我们。耶稣的身体是神的殿，我们的身体因与他联合，也成为同一位圣灵居住的殿。神怎样重视圣殿的圣洁，也怎样重视信徒身体的圣洁。

我常到医院探访病人，看见大医院、小医院都人满为患，心里深感惋惜。福音已经临到世界，身体也在救恩之中。人得着基督以后，若仍不知道身体是圣灵的殿，不知道神儿子的生命住在里面，就很难在身体上活出救恩。人一旦认识基督，也会重新认识自己：我们从神生，是神的儿女；我们得着神儿子的生命，身体也恢复神起初创造人的样式。

身体得赎与活出服侍的能力彼此关联。身体越像基督的身体一样圣洁、健康，圣灵越能自由彰显，人也越能充分做基督所做的事。殿越显出圣洁，荣耀和能力越明显。许多人忽略身体的救赎，以致服侍承受不必要的损失；人对新生命、新身体认识得越清楚，越能借着信心支取已经赐下的产业。

二、一切从基督领受

信徒所有属灵产业都从基督领受。信心、权柄、能力、恩典、爱和圣洁都不是老旧人自己产生的。我们爱，因为神先爱我们；我们有信心，因为基督是信心的创始成终者；我们能够圣洁，因为基督亲自成为我们的圣洁。离开基督，人不能无中生有，也不能靠律法的要求制造生命。

这种领受不是一次性的概念，而是每天从基督支取他的信心、权柄、能力、恩典、爱和圣洁。人持续一年相信身体属于基督、相信里面有他的圣洁与大能，信心就不再只是几句宣告，而会成为稳定的生命习惯。圣洁的大能也会从身体里流露，使人走进人群时显出与过去不同的样式。

律法之下的教导常常对病人说“你要有信心”，却没有告诉人信心从哪里来；又要求人爱和圣洁，却没有把基督讲清楚。人里面若没有从基督领受爱，就无法真实地爱；若没有得着圣洁的生命，就无法活出圣洁。神说“你们要圣洁，因为我是圣洁的”，不是叫人靠肉体达到神的标准，而是显明从神生的人领受了他的生命，也要活出与生命相称的样式。

基督里的真健康也是产业。信徒必须知道两件事：第一，在基督里已经得着什么；第二，在基督里能够做什么。健康不是属世环境赐给人的偶然状态，而是从灵界、从基督而来的产业。人知道产业已经赐下，才能相信、支取并活出来。人若连自己得着什么都不知道，就无法产生稳固的信心，也不能承受已经属于儿子的产业。

这两方面缺一不可。只知道身份和产业，却不知道在基督里能够做什么，信心就停在知识里；只想做有能力的事，却不知道能力、权柄和健康从哪里来，又会转向人的努力。信徒既要知道“我在基督里是谁、得着了什么”，也要知道“基督在我里面能够做什么”。属天健康正是儿子产业的一部分，是世界不能赐予、也不能夺去的健康。

身体得赎与服侍的能力彼此相关。身体越像耶稣基督的身体一样圣洁、健康，圣灵越能自由彰显，人也越能做基督所做的事。身体是圣灵的殿，殿越显出圣洁，神的荣耀和能力越显明。忽略身体，会使服侍受损；认识身体的新命定，会使人从疾病的辖制进入生命的供应。

三、圣洁的国民和至圣的身体

神对以色列人说，他们若听从他的话、遵守他的约，就要在万民中作属他的子民，归他作祭司的国度和圣洁的国民（出 19:5-6）。以色列人在律法之下不能完全遵守约，耶稣基督却替我们完全遵行律法，也使神一切的应许在他里面归给相信的人。今天，我们在基督里成为祭司的国度和圣洁的国民。

“圣洁的国民”不能只解释为灵里的身份，而忽略身体。教会很少把“身体是圣洁的”讲得清楚，甚至讲医治时也没有告诉人身体应当怎样活出圣灵之殿的事实。基督的救赎涵盖整个人；生命圣洁，身体也要在这生命中显出圣洁。信徒天天住在基督这至圣所里，天天与神面对面，所活出的应当是真实的同在。

旧约的祭司必须经过洁净，大祭司一年一次进入至圣所；今天，信徒因耶稣的宝血得洁净，天天住在基督里，与神面对面。至圣所不再只是一处外在地点，身体本身成为神的居所。我们的圣洁是从生命和圣灵而来，是天国的圣洁。圣灵越在身体里彰显，身体越强健，生命也越显出长寿和能力。

出埃及记称神“至圣至荣，可颂可畏，施行奇事”，又说他凭慈爱领了所赎的百姓，凭能力引他们到了圣所（出 **15:11-13**）。神既把我们带进他的圣所，我们也要相信身体因基督成为至圣、至荣的居所。任何污秽不能与神的圣洁并存，疾病和黑暗权势也不能在基督的圣洁面前继续站立。

我曾持续思想身体的圣洁，明显感到身体轻松，走路也比从前轻快。进入人群时，我意识到身体因基督与过去不同。这不是夸耀自己，而是指着主夸口。圣洁和生命是医治中极其重要的真理。人越相信身体属于基督、是天国的圣洁标准，越能经历神迹奇事伴随。

旧约说：“你们要圣洁，因为我是圣洁的。”律法之下的人无法靠自己达到这个要求；基督已经把圣洁赐给我们，使我们在生命里胜过罪。身体的圣洁也不能妥协。我们所领受的是全然圣洁、毫无瑕疵的身体命定，从头到脚、每一个细胞和器官都属于基督。圣洁带着生命和大能，使人能够手按病人，叫病人得医治。

神把以色列人从埃及领出来，要作他们的神，所以吩咐他们圣洁，因为他是圣洁的（利 **11:44-45**）。律法提出圣洁的要求，却不能把圣洁的生命赐给人；基督亲自成为我们的圣洁，使身体从头到脚、每一个汗毛、细胞和器官都属于神。这样的圣洁带着大能，污秽和疾病一接触便要退去。人相信的时间就是圣灵运行的时间，医治不是推到遥远的以后。

圣洁不是软弱、被动的状态，而是不可侵犯、带着生命和权柄的实际。人能够手按病人使人得医治，也能够站在黑暗权势面前使邪灵停止逃跑、服在基督的权柄之下。让人惧怕的不是信徒天然的肉体，而是基督的生命和圣洁借着身体彰显。

四、基督成为我们的圣洁和救赎

保罗宣告，神使基督成为我们的智慧、公义、圣洁和救赎，使一切有血气的不能在神面前自夸（林前 1:29-31）。我们在基督里是本乎神，所得的一切也出于神。新的生命、圣洁的身体、信心和能力都从基督而来。因此，夸口的应当指着主夸口。

人的文字无法完全描绘基督生命的丰盛和完美。我们能够写下的，只是其中很小的一部分。老旧人与基督同钉十字架，旧人的一切不能成为新生命的来源；新的美德、健康和能力都从基督而来。人得着基督的生命，也就得着他生命中的一切。

有人称这样的教导为“灵恩派”或“成功神学”，用标签使人远离真理。我不接受这些人为的定罪。若真理使人从失败进入基督已经成就的得胜，它远胜过使人长期软弱、毫无能力和盼望的宗教生活。服侍主不是维护个人面子；过去讲错的地方需要承认并纠正，把人带到基督面前，使人得生命并且得更丰盛。

歌罗西书说，基督借着肉身受死，使我们与神和好，成为圣洁、没有瑕疵、无可责备的人（西 1:22）。这种圣洁不只涉及人的灵，也涉及基督救赎回来的一切。身体是圣灵的殿，不是人手所造的，乃是神亲自重造的。它像神起初所造的亚当一样，满有神的样式，也像复活的基督一样，属于生命和荣耀。

无论人过去犯过偷窃、说谎、淫乱、赌博、吸毒或其他罪，耶稣基督的宝血已经洗净一切。神不再用老旧人的过去定义我们。信徒应当相信自己在基督里已经成为圣洁，也相信身体因基督成为圣洁。污秽和疾病不能继续拥有合法地位，因为我们要活出基督身体的样式。

血漏的妇人摸耶稣的衣裳穗子，疾病立刻离开。基督的身体满有圣洁和能力，连衣裳都成为生命能力彰显的接触点。今天，我们的身体也是基督的肢体，要活出同样圣洁、大有能力的生命样式。信心不是重复一个名字，而是认识基督、相信他的生命已经住在里面。

五、成为基督骨中的骨肉中的肉

岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。（林前 6:19-20）

身体不是自己的，乃是神用独生爱子的生命重价买赎回来的。它是圣灵的殿，也是至圣所。旧约的圣殿是人手所造，今天的身体是神亲自建造；耶稣基督的身体是神的殿，我们的身体也因与他联合成为神的殿。耶稣一句话叫死人复活，病人摸他的衣裳得医治；彼得后来也活出这种生命，他的影子所到之处有人得医治。圣灵的殿本来就应当圣洁而大有能力。

亚当沉睡以后，神从他的肋旁取出一条肋骨，造成夏娃。亚当说，夏娃是他骨中的骨、肉中的肉。夏娃的身体出自亚当的身体，是亚当的肢体。耶稣在十字架上死后，兵丁没有打断他的腿，却用枪扎他的肋旁，随即有血和水流出来（约 19:32-34）。正如夏娃从亚当的肋旁而出，教会也因基督舍身流血而生。

我们是基督骨中的骨、肉中的肉，是他身体上的肢体。哥林多前书说，我们的身子是基督的肢体；与主联合的，便是与主成为一灵（林前 6:15-17）。与主成为一灵，也使我们的身体在联合中归属于他。基督的身体怎样圣洁、健康和大有能力，我们也要怎样相信自己的身体。

与娼妓联合的便成为一体；与主联合的便与主成为一灵。属灵的联合必然影响身体，因为身体受里面的灵掌管。信徒既是基督的肢体，就不能把基督的肢体交给污秽，也不能让淫乱和污秽的意念停留。我们属于基督，身体便要在与他合一的实际中显出他的圣洁。

耶稣曾指着自己的身体说：“你们拆毁这殿，我三日内要再建立起来。”他从死里复活，身体被生命重新建造。我们与他一同复活，身体也在同一个救赎中成为圣灵的殿。因此，身体不是孤立于救恩之外的肉体，而是基督的肢体，是他生命在地上继续彰显的器皿。

六、从主的灵变成主的形状

以弗所书教导信徒将心志改换一新，穿上照着神的形象所造、有真理的仁义和圣洁的新人（弗 4:23-24）。新人的生命照着神的形象被造，身体也要在更新中显出这种生命。思想改变，信心改变，身体所表达的样式也随之改变。

主就是那灵；主的灵在哪里，那里就得以自由。我们众人既然敞着脸得以看见主的荣光，好像从镜子里返照，就变成主的形状，荣上加荣，如同从主的灵变成的。（林后 3:17-18）

我们定睛基督，就像从镜子里看见主的荣光，并在圣灵的运行中变成主的形状。主的灵怎样圣洁，身体也要怎样圣洁；主的灵怎样充满荣耀，身体也要怎样显出荣耀；主的灵怎样大有能力，身体也要怎样成为能力运行的器皿。信徒越相信自己得着了主的样式，圣灵越把这真理彰显出来。

“变成主的形状”不是只改变抽象的品格，也包括身体显出主的荣光。脸色发黄、发暗、精神萎靡，不能被当作不可改变的常态；信徒到年老也应精力不衰残、神采奕奕。身体显出荣耀，富足和服侍才有承载的器皿。长寿与富贵相连，健康使已经赐下的福分在地上具有实际价值。

有时，人已经落在错误的健康观念中，却拒绝别人指出身体的软弱。指出问题若只是定罪，当然没有价值；若同时把真理和解决的道路带给人，就像医生发现病因以后给出医治。面对身体的现实不是接受疾病的定义，而是为了更清楚地用基督里的真实取代它。

一个蒙福的人，不只要拥有富足，也要拥有能够承载富足的健康身体。箴言所说的长寿与富贵彼此相连。身体若被疾病吞噬，许多祝福就失去实际意义。耶稣把身体献上，为要使我们得着全新的身体；我们若忽略身体的救赎，就没有完整领受他所成就的福分。

七、相信并活出至为圣洁的身体

信心要把灵里的事实带进看得见的身体。眼睛所见的身体可能仍有疾病，在基督里的真实却是全然健康、圣洁和充满生命。信徒持续相信基督的身体已经成为自己的生命样式，疾病的地位就不断被真理取代。信得着，就必得着；离开基督，满本圣经的应许也不能成为个人的实际。

这里有一个替换的法则：眼睛看见的可能是一个患病的身体，灵里的事实却是基督已经赐下全然健康、至为圣洁的身体。人持续相信属天的真实，疾病便逐渐失去位置，直到被基督的健康取代。这种信不是否认基督，而是承认基督；也不是靠人的意志制造结果，而是让圣灵把已经成就的事实显明出来。

这种信心可以具体落实到身体的各个部位。人可以宣告肝脏、肾脏、肺、肠胃、胳膊、腿和每一个器官都在基督里至为圣洁，充满荣耀和生命。至为圣洁意味着衰老、疾病和死亡不能拥有身体。持续相信基督的圣洁，也就是相信身体有返老还童、胜过衰老和足享长寿的命定。

宣告不能离开认识基督，也不能变成肉体的重复。我们的一切都被耶稣基督重新定义：身体是地上没有、天国所有的圣洁，是不可侵犯、毫无瑕疵、充满荣耀的圣洁。人从心里相信，圣灵就在身体里运行；人让基督的生命掌权，身体便越来越显出基督的样式。

第三章 圣灵在身体里运行复活大能

一、真理使身体得自由

基督里的健康必须建立在真理上。我们已经从疾病、死亡、咒诅和魔鬼的权下被救赎出来，不再属于这个世界。身体已经被耶稣基督重新定义，信徒必须知道自己所得的产业，才能在身体上荣耀神。若不知道身体应当怎样健康，疾病就会像歌利亚一样不断骂阵，使人终日不得安宁、精力衰败、痛苦加增。

耶稣已经担当我们当受的刑罚、鞭伤、疾病、痛苦、咒诅和死亡。基督徒的身体若长期与世人一样被疾病辖制，原因在于没有进入真理，仍活在律法和咒诅的思想中，也可能接触了不该接触的灵而不自知。救恩已经成就，身体却需要借着认识和相信进入这个事实。

我在服侍中看见，许多人没有专门求医治，只是在聆听真理的过程中，疾病便不知不觉离开。有人高血压恢复正常，有人前列腺问题消失，有人从死亡念头和邪灵压制中得自由。人来到聚会时无精打采，聆听一个小时以后脸上开始发光，身体也发生改变。我要强调的不是传讲者有多大能力，而是真理在人里面运行，使人得自由。

二〇一四年，我听见一位牧者分享自己的女婿患白血病，只因持续聆听另一位牧者所传的真理，白血病便离开了。当时这件事使我十分震动。后来，我也不断看见相似的事：人来到聚会时面无表情、身体无力，听见真理以后脸上开始发光；老人夜间因前列腺问题反复起床，在聆听过程中没有再去厕所，回家以后也恢复正常；一位总想结束生命的姐妹，在真理中脱离邪灵的压制；还有人在参加老年旅行团前检查身体，发现高血压已经恢复正常。

这些见证发生时，有的人甚至没有作专门的医治祷告，只是把所听见的真理相信进去。人里面有了关于基督和身体救赎的道，圣灵便在身体里运行。传讲这些事不是为了高举传讲者，而是为了证明真理使人得自由。教会不是一所只研究医治技术的学校，真正的根基仍是认识基督和领受真理。

许多人到处寻找有恩膏、有能力、讲医治的人，却不知道身体已经在基督里被重新命定。人知道身体被定义为圣洁、健康、长寿和充满能力，信心才有清楚的对象。人相信，圣灵就运行；圣灵运行，基督里已经预备的产业就成为身体上的真实。

二、基督是健康和生命的答案

有人问我平常读什么书、跟谁学习。我所能给出的答案是：圣灵是我的老师，圣经是我不断查考的根基，基督就是一切问题的答案。人认准基督，就不需要离开他到处寻找生命的秘诀。神的话永不改变，也就是生命；信徒追求生命，就要让神的话在身体和生活中成为实际。

耶稣在地上服侍时，大量时间用来医治病人。教会若从基督而生、基督又住在里面，就应当继续医治病人，做他所做的事。信徒越正确地认识耶稣，身体越被他的生命改变。离开他，我们不能做什么，也不能得着真正的健康和医治。他是新生命的标准，也是新身体的标准。

耶稣在地上服侍时，约有四分之三的时间与医治病人有关。一个从基督而生、基督又真实住在里面的教会，应当继续医治病人；若完全失去医治，就需要重新检验是否真正活出了基督。信徒从正确相信耶稣的第一天起，身体就开始改变，并且随着认识不断加深而越来越强壮。错误的信仰会把人从一个难处带进另一个难处，正确认识基督却把人带进生命。

神起初用尘土造人，把气息吹进亚当里面，使他成为有灵的活人。这说明身体离不开圣灵；圣灵在身体里运行，人才能健康、长寿并活出神的样式。亚当犯罪以后，失去神的同在，进入死亡的权下。耶稣基督再次把永生赐给我们。永生不是一个抽象名词，而是永远活着、永不朽坏的生命；基督自己就是永生，他住在我们里面，身体也要持续被真理和圣灵充满。

三、在真理中被圣灵充满

身体被圣灵充满极其重要，但圣灵充满必须建立在真理和基督之上。有些人把外在感觉等同于圣灵充满，也有人把说方言当作唯一证明，甚至用人为教导帮助人模仿、操练出一种声音。我亲眼见过一些人教导别人“开启方言”，让人跟着反复学习，最后形成习惯，却没有活出圣灵的能力。使徒行传所记载的次序，是人先被圣灵充满，随后按着圣灵所赐的口才说起别国的话；不是人先模仿一种声音，再把它称为圣灵充满。

我曾参加过一项培训，只介绍自己是“江弟兄”。带领者问我是否被圣灵充满，又宣称自己有“开启方言的恩赐”。这样的教导会使不会说方言的人跟着模仿，几次以后形成声音和习惯，便以为自己已经被圣灵充满，于是不再追求圣灵真实的掌管。我亲眼看见很多会说方言的人，生命中却没有能力、智慧和圣洁，这正说明人为开启不能代替圣灵充满。

说方言本身没有问题，人真实被圣灵充满以后说方言，是圣灵运行的结果。问题在于人为干预，把外在现象放在生命以前，使人停止追求基督和圣灵真实的充满。一个人若长期说方言，生命却没有智慧、能力、圣洁和基督的样式，就需要重新回到真理中检验自己的根基。

另一种误区是“倒空自己”。异教常用倒空思想的方法，基督徒却应当让里面充满神的话。人把真理都倒空，心思没有基督的话语，反而容易被谎言和邪灵欺骗。圣灵照着人对基督和神话语的信运行。我们越思想真理、相信真理，圣灵越在身体里彰显。相信“我的身体是圣灵的殿”“我得着基督的圣洁”，就是在真理中接受圣灵的充满。

有些人把属灵军装也变成外在动作，每天照着头、鼻子、胸口、腰和腿摸一遍，便以为穿上了神所赐的全副军装。外在动作不能代替真理在生命中的建造。无论说方言、穿军装还是追求某种感觉，都必须回到基督和神的话；离开真理，外在现象越多，混乱也可能越大。

圣灵是神，又在人的生命中显出不同的充满程度。圣灵降在耶稣身上是没有限量的；保罗也劝信徒要被圣灵充满。身体要不断让圣灵运行，让基督的生命、智慧和能力从里面彰显。这种充满不是离开圣经的感觉，而是真理成为生命。

四、永生和修复身体的复活大能

叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话就是灵，就是生命。（约 6:63）

神爱世人，把独生子赐给他们，叫一切信他的不至灭亡，反得永生（约 3:16）。神起初给亚当永活的生命，基督又把永生恢复给相信的人。这个生命有创造和修复的能力，也有使死人复活的大能。身体上的伤口本来就有一定的修复能力；当身体更多被圣灵充满，复活的大能运行，修复的能力也会更强。即使肢体残缺，复活的大能仍然是使无变为有、使缺失重新长出的能力。

复活大能不是只用来描述末后的复活，而是现在住在信徒里面的能力。手臂和腿若失去，复活大能仍是使肢体重新长出的能力；眼睛看不见、腿不能行走、身体已经死亡，同一个生命也有创造、修复和使死人起来的能力。身体普通的伤口能够自行愈合，已经显出修复能力的一部分；圣灵更完全地充满身体时，这种从生命而来的修复要更强烈地彰显。

耶稣从死里复活时，遍体鳞伤的身体在圣灵的大能中被修复。为病人祷告、使瞎眼看见、瘸腿行走、死人复活，都从同一生命的大能而来。耶稣所说的话是灵、是生命；人相信他的话，圣灵就照着话语运行。因此，真理和圣灵不能分开，圣灵永远为基督和真理作见证。

足享长寿也需要身体不断更新。有人只拿着长寿的应许反复宣告，身体却日渐衰败，也不知道怎样让圣灵在身体里运行。真正的长寿包括身体越来越强壮、充满活力，甚至像亚伯拉罕和撒拉一样返老还童。五十多岁的人可以恢复三十多岁的活力，八十多岁的人也可以越来越年轻。返老还童使身体具备足享长寿的实际条件。

只反复宣告“我必足享长寿”，却不知道怎样让神的话和圣灵进入身体，不能形成长寿的实际条件。身体日渐衰败，单凭喊破嗓子的宣告仍不能替代真理、生命和圣灵的运行。人要知道怎样昼夜思想神的话，让身体越来越强壮、有活力并持续更新；返老还童正是足享长寿不可被弱化的身体条件。

神国里美好事情的发生，都离不开真理、生命和圣灵。以色列人相信神应许迦南，却靠律法无法进入；今天，我们在基督里已经得着，应当凭信心领受。离开真理和圣灵，人无法把长寿的应许活出来；神的话在里面运行，身体才会发生持续改变。

五、圣灵降临使身体得着能力

耶稣说，圣灵降在门徒身上，他们就必得着能力，在耶路撒冷、犹太全地、撒马利亚直到地极作他的见证（徒 1:8）。这个见证首先是基督复活的见证：永活的生命住在信徒里面，胜过死亡和一切黑暗权势。圣灵住在我们里面，证明基督的生命已经赐下。

五旬节到了，门徒聚集在一处，忽然有响声从天上下来，好像一阵大风吹过，充满他们所在的屋子；又有舌头如火焰显现，分开落在各人头上。他们都被圣灵充满，按着圣灵所赐的口才说起别国的话。这不是人教出来的现象，而是圣灵掌管人的舌头、身体和生命。

马可楼上的一百二十人都被圣灵充满，也都得着从上头来的能力。他们说别国的话，不是有人先教会他们发音，而是圣灵直接赐下口才。真实的充满必然带来生命和身体的改变。人若长时间被圣灵充满，又知道怎样让圣灵洁净、更新身体，脸色会改变，身体会满有活力，里面的黑暗和疾病也会被生命赶出去。

圣灵的运行尊重人的相信。人相信圣灵在肝脏里运行、洁净肝脏，圣灵就照着信在肝脏中工作；人不相信，即使能力已经住在里面，也不会自动强迫人经历。神在这一点上像一位尊重人的绅士，总是照着人对真理的相信运行。信徒因此要明确相信圣灵怎样在每一个器官和细胞中运行。

身体既是圣灵的殿，就应当充满圣灵、荣耀、圣洁和能力。所罗门献殿时，神的荣耀充满圣殿，以至祭司不能站立供职。今天，神亲自住在我们的身体里，身体更应显出他的荣耀：全然健康、充满活力、足享长寿，没有衰老和衰残的辖制。每一个细胞、每一个器官都可以有从神而来的生命运行。

小子们哪，你们是属神的，并且胜了他们；因为那在你们里面的，比那在世界上的更大。（约一 4:4）

住在我们里面的，比魔鬼、疾病和死亡的力量都大。信徒需要知道、相信并让这能力彰显。我们不只自己健康，也要手按病人使人健康；不只自己脱离疾病，也要除灭魔鬼的作为。这才是基督里的真健康，也是身体作为圣灵之殿应有的样式。

六、宝贝放在瓦器里

我们有这宝贝放在瓦器里，要显明这莫大的能力，是出于神，不是出于我们。（林后 4:7）

身体是瓦器，基督是放在瓦器里的宝贝。莫大的能力已经住在里面，信徒所要做的是领受，不是继续求一位尚未赐下的基督。饭菜已经摆在桌上，人需要坐下领受；同样，神已经把基督和各样属灵福气赐给我们，我们相信并支取，能力就从瓦器里显明出来。

身体在神看来极其宝贵，是重价买赎回来的圣灵之殿。宗教有时教导人恨恶身体、对付“老肉体”，甚至用伤害身体的方法表示属灵。我认识一位姐妹，在大雪天跪在雪地里对付肉体，结果两个膝盖严重肿痛，连走路都困难，家庭也承受更大压力。这种做法没有尊重身体是圣灵的殿，也没有分清老旧人的罪性与神所救赎的身体。

那位姐妹所在的地方平时很少下雪，她认为机会难得，便跪在雪地里“对付老肉体”。后来双膝严重肿大，走路困难；丈夫又有肾病，家中还有几个孩子，整个家庭都受到影响。这样的结果说明，恨恶和伤害身体不是属灵。老旧人的罪性已经与基督同钉十字架，神重价买赎的身体却需要被尊重、保护并交给圣灵使用。

爱惜身体包括让神的话和圣灵在里面运行，也包括珍惜这个器皿。新鲜、有营养的食物比长期吃已经变坏的剩饭更能供应身体。我过去也有舍不得丢弃剩饭的习惯，后来发现吃新鲜食物以后身体更有力量，便在这件事上改变。神并不缺少供应，信徒不应为节省一点食物而损害身体。身体需要被保护，好让住在里面的基督继续彰显。

无限的神住在有限的身体里，里面的能力远超过人的想象。人因不认识基督而限制了他的彰显；若认识基督在里面，便知道自己的家、身体、事业和服侍都可以被真理建造。我们不应活得比世人更软弱，而要打破疾病和衰败的局面，使更多人也因基督的生命得健康。

我也曾因家人学习神学而担心：若学习的结果只是带回一套律法，却没有更深认识基督，就需要停下来重新检验。知识不能代替生命，神学训练也不能代替认识住在里面的基督。我们服侍的中心不是维持一套宗教体系，而是让人真正得着基督、活出基督。

七、基督的永活生命住在里面

神所赐的永生在他儿子里面；人有了神的儿子，就有生命，没有神的儿子就没有生命（约一 5:11-12）。耶稣基督是真神，也是永生（约一 5:20）。我们在基督里，也就在永生里。永生带着永不朽坏、永不衰残的力量，在身体里除灭魔鬼的作为，胜过疾病和死亡。

耶稣指着自己的身体说：“你们拆毁这殿，我三日内要再建立起来。”人拆毁他的身体，圣灵却使他从死里复活，所有创伤都在复活大能中被修复。今天，使耶稣从死里复活的灵也住在我们里面，同样能够医治、修复并更新身体。

犹太人以为耶稣所说的是用了四十六年建成的圣殿，耶稣所指的却是自己的身体（约 2:17-21）。他的身体在十字架上被破碎，第三天圣灵使他从死里复活；复活的大能进入已死的身體，遍体的创伤便被迅速修复，身体重新成为全然健康、满有荣耀的殿。今天，同一位使基督复活的圣灵也住在信徒里面。

保罗在路司得被犹太人用石头打，以为他死了，便拖到城外。门徒围着他，他却起来，第二天又同巴拿巴往特庇去（徒 14:19-20）。石头造成的创伤、骨头可能受到的损害和死亡状态，都没有胜过复活的大能。保罗后来渴望认识基督和他复活的大能，因为这种能力已经在他的身体上成为实际。

保罗不是被人抬到城外，而是在人认定他已经死亡以后被拖出去。石头的击打足以使身体遍体鳞伤，骨头也可能断裂；门徒围着他时，他却起来，第二天继续前往特庇。这不是一次轻微恢复，而是复活的大能当场修复身体。保罗所说“晓得他复活的大能”，不是抽象神学，而是身体亲身经历过的真实。

真正健康的身体，不只是没有症状，而是里面有永活的生命和复活的大能。信徒若不知道这些真理，生病以后仍会到处求人、求医治，无法面对一个肿瘤，更无法叫死人复活。彼得的影子和保罗的手巾都曾成为医治的接触点，表明基督的生命能够借着人的身体和物件彰显。我们也要相信，同一位圣灵住在里面。

八、先领受生命再结出健康的果子

许多人急于得到医治的结果，却忽略先从基督领受生命和真理。有人请求祷告时，若被劝先聆听真理，心里就不耐烦；若立刻得到几句祷告，反而高兴。神的话进入心里、扎根并结出果子，才是持久的医治。一次祷告可以成为帮助，生命的建造却不能被取代。

我能够感觉到，有些病人听见“先把真理听进去”便立刻不高兴，听见“现在为你祷告”却马上欢喜。他们看重立刻的结果，却轻忽产生果子的种子。祷告当然有价值，神的话进入心里、成为生命更为根本。真理扎根以后会不断结出健康的果子，使人不再每逢疾病便四处求人。

信徒要先相信永活的生命现在就在身体里，如同在耶稣基督里面一样。身体是圣灵的殿，是神荣耀充满的地方。人可以安静集中注意力，相信复活大能正在里面运行。我在服侍中有时会使用短暂屏住呼吸的方法，帮助人把注意力从环境转向真理；方法不是信心的根基，基督和他已经赐下的生命才是根基。

信心有领受、扎根和结果的过程。人先听见基督的真理，在心里相信，让圣灵运行，身体才逐渐结出健康、活力、圣洁和长寿的果子。忽略这个过程，只追求立刻的感觉，容易使人反复失望。领受基督，持续住在真理里，健康就从生命里面生长出来。

第四章 让神的话在身体里成为真实

一、身体已经从疾病和死亡中被赎回

在基督里，身体有圣洁、大能、全然健康和足享长寿的命定。世界上的人几乎都在追求长寿，也想尽办法延缓衰老；基督却已经把永活的生命和身体得赎的福分赐给相信的人。信徒若到了五十岁、六十岁，便因看见亲友离世而开始思想自己何时离开，心里失去对身体和长寿的盼望，就还没有清楚认识基督已经成就的救赎。

基督里的身体命定远超过世人的期待。它不只是多活几年，也不只是暂时没有疾病，而是身体强壮、精力源源不绝、充满活力、不被衰老辖制，并且足享长寿。健康与长寿的根源在灵界。亚当犯罪把人带进死亡和咒诅；基督的救赎又把入彻底带出死亡、黑暗权势和疾病的归属，使人进入永生。

罪借着亚当进入世界，死亡、咒诅和疾病也进入人的身体。耶稣基督却替我们承受了身体当受的刑罚、疾病、痛苦、咒诅、羞辱和死亡审判。我们又与他一同复活，死亡、咒诅和疾病便不再属于我们。我们已经脱离世界、死亡和一切黑暗权势，进入永生，得着永活的新生命。这些事实已经在基督里成就，需要我们持续相信、持续领受，让它们在身体上成为实际。

神的话有两个重要特点：神怎样说，事情就是怎样；人怎样相信神的话，事情就怎样在生命中发生。基督已经把身体从魔鬼和黑暗权势下夺回，人若不相信，就仍会在旧有的辖制中生活。身体是圣灵的殿，是神的居所，是圣洁和荣耀的。人相信圣灵从上到下、从下到上在身体里运行，身体就被洁净、更新并充满生命。

从信主的第一天起，人就应当知道自己在基督里有一个全新的身体命定。疾病、残缺和愚昧无知不再属于这个身体；全然圣洁、全然健康、足享长寿、充满活力和精力源源不绝，才是基督对身体的重新定义。有人过去在教会多年，从未听见身体是圣洁的；当他开始相信肝脏、肾脏里面有生命和力量时，走路也轻快起来。这不是某位传讲者的能力，而是救主耶稣基督所赐的生命。

律法之下的生活总是求神医治、求神同在、求神可怜、求神赐下恩典；基督里的一切却已经赐给我们。身体成为圣灵的殿，不是求来的；基督的生命和做他所做之事的能力，也不是求来的，而是基督已经成就并赐下的应许。我们所要做的是相信和领受。真理如何圣洁，身体也当如何圣洁；真理如何永远存在，信徒也当在永活的生命中认识身体。

有些教导把疾病说成神的管教。人若相信疾病是神给的，便不敢抵挡，也不敢为得医治祷告。还有人认为神医治的时间没有到，好像神故意让人长期受疾病折磨。神不是这样的神。他是医治的神，

现在就医治，绝不拖延；耶稣已经担当一切疾病的痛苦，又从死里复活，胜过一切疾病。把魔鬼的作为说成神的作为，会使人失去抵挡疾病的信心。

足享长寿也是神的话。有人六十岁、七十岁便离开世界，旁人只赞叹他一生为主劳苦，却不再检验他是否活出了足享长寿的命定。早早离世不是神所喜悦的，也不是在身体上荣耀神。耶稣献上生命，不是让救恩只停留在灵魂得救，而是也让身体从疾病和死亡的权势中得赎。神话语的执事应当活出、表达并彰显神的话，在身体上显明全然健康、足享长寿、大有能力、充满活力和精力旺盛的样式。

人在地上领受了神的命定，就应当作神百般恩赐的好管家。若身体的救赎一直没有被活出来，便不能只用“为主劳苦”掩盖这一亏损。耶稣基督把自己的生命献上，使我们不只将来进入天国，也在今天得着足享长寿的身体。把身体排除在救恩之外，等于没有完整领受他所付出的代价。

我曾因身体不好走到绝望边缘，全家也一同承受煎熬。若那时有人把基督里的身体命定清楚讲明，我就会更早得着盼望。如今，神使我自己经历健康，也能带领人不断从健康进入健康。这不是人的功劳，而是救主耶稣基督的恩典。正因有过这样的经历，我更加看重每一个人的身体，也盼望人从起初就知道：身体已经被基督救赎，里面有永活的生命。

二、昼夜思想关于基督的话

身体有一个重要功用，就是思想神的话，让里面装满关于耶稣基督、神的应许和如何活出真理的内容。身体既是圣灵的殿，在基督里也是好土地。一生的果效由心发出；人里面装着什么，就会活出什么。里面若没有真理，只装着世界的哲学、故事、惧怕和忧虑，就很难结出蒙福、兴盛和健康的果实。

神对约书亚说，他要刚强壮胆，使百姓承受神应许的地；律法书不可离开他的口，总要昼夜思想，使他谨守遵行，这样道路就可以亨通，凡事顺利（书 1:6-8）。约书亚在旧约中谨守摩西所吩咐的律法；今天，我们要昼夜思想关于耶稣基督的话，在真理中认识并活出基督。神应许足享长寿，身体圣洁、全然健康，信徒就应当刚强壮胆地相信。

昼夜思想基督，就是让里面充满他的形象：圣洁、尊贵、荣耀、大能、凡事都能、使死人复活、创造并统管万有。提起耶稣基督，我们应当立刻知道，他就在里面；住在里面的比万有都大，也要透过我们做更大的事。人对基督的认识越清晰，心里越少被别的事物占据，身体就越能显出他的生命。

为了把关于身体圣洁的真理讲得更具体，我也写过专门的宣告词。曾有一年，我们传讲三百多场信息，写下四百多篇文章，为的是帮助更多人摆脱黑暗、律法、疾病和死亡的辖制。数量本身不是目的，真正的目的，是让人心不断被神的话充满，使人能够随时思想、相信并活出基督。

持续健康、健壮和圣洁的身体，需要持续被真理充满。人刚相信身体圣洁时可能很有果效，过几天却让思虑、属世意念、恼恨、纷争和自私进入，把神的话挤住，身体便不再像好土地。有些身体问题正与错误思想有关。人在葬礼或医院看见死亡便惧怕，也可能给魔鬼留下破口。保守自己的心，就是昼夜相信：基督在我里面，我的身体是圣洁的，他是我的生命；万王之王、万主之主住在里面，整个生命都属于他。

三、二十一天持续孕育神的话

信就是所望之事的实底，是未见之事的的确据。古人在这信上得了美好的证据。我们因着信，就知道诸世界是借神话造成的；这样，所看见的，并不是从显然之物造出来的。（来 11:1-3）

信是所盼望之事的实体，是未见之事的证明。人相信神的话，就是在心里接受属天的真实。有人到医院看见患同样疾病的人离世，便害怕自己会成为下一个；他所思想的是疾病和死亡。信徒里面却有基督的生命，带着复活、除灭疾病和胜过死亡的大能。我们与没有救恩的人不同，不能用别人的结局定义自己的身体。

思想也是孕育。母鸡把鸡蛋放在身下，连续二十一天守在窝里，到了时候，小鸡便被孵化出来。人也要让神的话在里面持续孕育，天天相信，不是相信两天便因暂时没有看见改变而放弃。二十一天的原则在于持续：昼夜思想，反复相信，让神的话在心里扎根，直到所信的成为生命中的真实。

我们应当思想：我的身体是健康、圣洁并且足享长寿的；我要怎样越来越有活力，怎样活出返老还童的生命样式。若心里只孕育检查报告，反复思想某个指标偏高或偏低，就会让疾病显得比住在里面的基督更大。诸世界既借着神的话造成，神的话也能在身体里成为真实。人持续相信，疾病便失去权势，生命开始彰显。

人可以继续思想：我要怎样拥有足够的体力参加马拉松，怎样挑战过去不敢想象的纪录，怎样使身体越来越年轻。这些思想不是离开基督追求人的成就，而是让里面孕育基督已经赐下的生命可能。若心里从未思想活力、强壮和返老还童，反而天天孕育检查报告、肿瘤大小和死亡结局，身体便很难显出真理所定义的新样式。

这种相信要落实到身体的具体部分。基督是头脑、眼睛、舌头、牙齿、耳朵、鼻子、肾脏和每一个器官的生命。基督住在肾脏里，肾脏里面就有生命；基督是牙齿的生命，牙齿就属于他的健康。永活的生命在里面，疾病和死亡就不能继续存留。真正持久、不衰败的健康，是眼目不昏花、精神不衰败，身体一直被生命更新，到了足享年日的时候才像熟透的果子安然落下。

信徒不能只羡慕别人有能力、有恩膏，却让自己一无所得。那位真正大有能力、大有权柄的基督已经住在里面，这才与我们有直接关系。身体不可被忽视，因为人在身体上活出基督，才是在身子上荣耀神。信心使已经赐下的产业成为经历，神的话充满内心，圣灵便照着真理运行。

四、亚伯拉罕和撒拉的身体返老还童

希伯来书十一章记载，亚伯拉罕因信蒙召，便遵命出去，往将来要得为业的地方；出去的时候，还不知道往哪里去。他离开迦勒底的吾珥、本地、本家和父家，在应许之地作客，等候那座有根基、由神经营建造的城（来 11:8-10）。他因相信神的话离开原来的生活，正如我们脱离世界的辖制，进入基督和救恩之中。

撒拉已经过了生育的岁数，仍因信得着怀孕的能力，因为她以应许她的神为可信。她不是相信一两天，而是在长久等候中继续相信。一个仿佛已死的人，因此生出子孙，如同天上的星和海边的沙那样众多（来 11:11-12）。怀孕生子不仅是环境的改变，也是身体的改变；撒拉的身体返老还童，恢复了生育能力。

亚伯拉罕所得的后裔被形容为天上的星和海边的沙。天上的星指向后来接受基督、进入救恩的人；海边的沙指向尚未接受耶稣基督作救主的人。无论怎样理解这幅图画，经文所强调的核心仍是：神从一个仿佛已死的人生出众多后裔，撒拉也在过了生育年龄以后因信恢复身体功能。返老还童正是应许在身体上的具体彰显。

撒拉活到一百二十七岁，亚伯拉罕活到一百七十五岁，以撒活到一百八十岁。他们足享长寿，身体也经历更新。亚伯拉罕和撒拉并不比今天在基督里的人更有特权；他们因信进入应许，我们也因信与基督联合，得着身体蒙救赎的产业。既然我们已经离开世界，不再属于这个世界，而是神家里的人，就不应容让身体长期衰败，而要相信基督使身体全然健康、返老还童并足享长寿。

五、让心成为结实百倍的好土地

耶稣在撒种的比喻中说明，人听见天国的道理却不明白，恶者便把撒在心里的夺去，这就是撒在路旁的。撒在石头地上的，是人听见道当下欢喜，心里却没有根；一旦为道遭受患难或逼迫，立刻跌倒。撒在荆棘里的，是人听见道以后，被世上的思虑和钱财的迷惑挤住，不能结实。撒在好土地上的，是人听见就明白，后来结实，有一百倍、六十倍、三十倍（太 13:16-23）。

我在服侍中多次遇见这样的人：听见真理时十分欢喜，称赞所听见的内容，过一段时间便离开；一年半载以后，患病了，又回来请求祷告。看见人受苦，我心里惋惜，也愿意帮助，因为基督的心肠

不丢弃软弱的人；但若人从起初就让真理扎根，许多疾病和无助原本可以避免。一次感动不能代替长期扎根。

世上的思虑和钱财也会把道挤住。有人一只脚想过属灵的生活，一只脚又被属世的生活牵引，甚至把直销、传销和产品功效带进教会，用神的爱和信实作推销的幌子。我几年前因家庭经济需要，也曾跟着人卖过一些东西，后来发现这样做不对，便停止了。我愿意承认这段经历，也提醒人：真正的医治和生命从基督而来，不能让产品和钱财占据真理的位置。

我也见过一位弟兄，听道时把内容认真记录下来，装满了厚厚的帆布袋。他不是听过便忘，而是反复思想，让道在心里运行。他身体健康，满面红光，显出认真领受所结的果子。好土地就是听见、明白、清楚知道、吸收并使神的话成为自己的生命。身体、家庭和婚姻所结的果子，都与里面长期思想和相信的内容有关。

忍耐和坚持是结实的过程。人不能相信两天，见暂时没有果效便说神的话无用。真理还没有掌管身体、生命和生活，就要继续相信，直到神的话成为力量，能够活出来并彰显出来。身体是圣灵的殿，信徒有责任让它充满真理、生命和大能，在身子上的荣耀神。

有人听见真理时当下欢喜，却在患难、逼迫或别的信息出现时很快离开，说明道还没有在心里生根。也有人同时追求基督和钱财，被直销、传销、产品功效和经济压力占据，最终让荆棘挤住了道。好土地的标志不只是听见时感动，而是愿意长期明白、记录、思想和实行，直到三十倍、六十倍、一百倍的果实真实出现。

六、在心里装满基督并说出神的话

岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的；并且你们不是自己的人，因为你们是重价买来的。所以，要在你们的身子上荣耀神。（林前 6:19-20）

旧约圣殿的约柜里有法版，表明神的殿有真理。今天，身体是圣灵的殿，里面也必须有真理。早晨起来、晚上躺下、走路和工作间隙，都可以默想神的话、敬拜和赞美，用各样智慧把真理种进心里，使好土地结实百倍。健康首先是神的话在里面所结的果子。人要省察：里面有没有关于健康的真理，是否已经思想、相信、领受并认定。

为了让神的话更自然地进入心里，也可以把真理写成诗歌，在敬拜和赞美中反复唱出来。文字、宣告和歌曲都是种植真理的方式；它们的价值不在形式，而在于让人记住基督、昼夜思想基督。心里装满真理，嘴里才会自然说出真理，身体也会结出从生命而来的健康果实。

聚会的目的不是完成一次宗教活动，而是得着喂养、进入真理并活出来。我曾与一位弟兄到附近教会聚会，满怀喜悦进去，不久却困倦睡着；醒来看看，周围许多人也在睡。若聚会不能使人认识基

督、生命成长，便失去了应有的意义。信徒聚集，是要让神的话成为生命，使人蒙福、兴盛，并在身体上活出基督。

保罗所传的福音和耶稣基督，是永古隐藏、如今显明的奥秘；这奥秘借众先知的书指示万国，使人信服真道（罗 16:25-27）。基督就是神的奥秘，也是神本体的真像。我们看见他，就看见父；他是救赎主，也是生命。人若仍在律法之下，只会求主帮助、可怜、同在和赐下，就没有从已经住在里面的基督领受。信徒要传讲基督、认识基督、从他得着，并长成他的样式。

神的话说有就有，人心里相信，也要从口里说出来。我记得一位家人谈到自己的孩子陷入抑郁。他听过真理以后，相信孩子会因自己的信和话语改变，便每天宣告：“我的孩子属于耶稣基督，是圣洁、智慧、聪明的，有美好的未来。”后来孩子完全改变。神的话像种子进入好土地，扎根以后结出果实；里面若没有神的道，就难以结出健康、智慧、蒙福和兴盛的果子。

人的话语既可以建造，也可以拆毁。想让丈夫改变，却天天批评、指责、抱怨，甚至反复说他的身体、工作和前途不好，只会使家庭继续承受这些负面话语的影响。尊荣、鼓励并用神的话祝福丈夫和家人，才是在家庭中播种生命。信徒要让口成为真理的出口，相信所说的神的话会在家庭中发生。

心里不能任凭思虑、烦恼、诡诈、攀比、不饶恕和苦毒生长。想起别人便恼恨，或终日与别人比较，都会挤住神的话。住在我们里面的是万王之王，又有神的祝福，没有必要用肉体 and 属世的标准与人攀比。凡拦阻人认识基督的意念，都要从心里赶出去，让口昼夜讲说神的话。

话语也影响家庭。妻子若希望丈夫改变，却终日批评、指责和抱怨，只会让伤害继续加深。尊重、鼓励、祝福丈夫和家人，是让神的话在家庭中运行。人要保守心成为好土地，把苦毒、攀比和别人造成的伤害除去，不让这些事影响属灵道路和身体。健康的身体活在天国的真实中，里面运行神的话，口里说出真理，生命也彰显真理。

基督里的真健康离不开真理，也是神的话在身体里运行的结果。我们不靠属世哲学、心灵鸡汤或人的成功故事建立信心，只定睛耶稣基督。越认识他，越从他领受，越昼夜思想并相信他的话，圣灵越在身体里彰显圣洁、健康、大能、活力、返老还童和足享长寿的生命。

后记

基督里的真健康，不只是身体暂时没有症状，而是基督的生命在身体里成为实际。耶稣已经担当罪、刑罚、疾病、咒诅和死亡；我们与他同死、同埋葬、同复活，得着全新的生命，恢复神儿子的身份，并承受儿子的产业。身体是圣灵的殿，是基督的肢体，也是神用重价买赎回来的器皿。

信心从认识基督而来。人在律法之下不能蒙福，不能生出真正的信心，也不能承受产业；在基督里，一切应许已经赐下。我们不是向一位遥远的神求同在、求生命、求医治，而是相信基督已经住在里面，相信他已经把圣洁、健康、能力和永生赐下，并从他领受。

神的话需要在人心里持续孕育。正如母鸡连续二十一天孵蛋，信徒也要每天思想、相信、讲说并活出关于基督的话，不让检查报告、惧怕、律法的定罪和属世思虑挤住真理。二十一天不是一种机械期限，而是持续相信的具体操练：让神的话扎根，直到它成为生命，结出身体健康的果实。

愿每一位读者都清楚看见，自己在基督里得着的是全新的身体，是圣洁、全然健康、满有能力、精力旺盛、足享长寿并且不断返老还童的身体。定睛基督，领受他已经成就的一切，让圣灵照着真理运行，也让身体成为神荣耀的见证。

江涌流牧师