

对身体 说话

SPEAK TO YOUR BODY



江涌流牧师 著

对身体说话

江涌流牧师 著

目录

前言	1
第一章 身体属于耶稣基督	2
第二章 用神的话语对身体说话	3
第三章 将身体献上 欢迎圣灵充满	4
第四章 救恩里的身体与更新	6
第五章 攻克己身 叫身服我	7
第六章 身体分别为圣	8
后记	10

前言

身体是神赐给我们的宝贵礼物，也是圣灵的殿。我盼望读这本书的人，不只知道这句话，更在每天的生活里相信它、说出它、活出它。你在基督里已经开始全新的生活，身体也在主的救恩之中。

我传讲医治，盼望每一位弟兄姐妹都能认识基督在自己里面的大能，凭信心为自己和别人祷告。我更盼望你学会用神的话语对身体说话，把身体献给主，也用节制和智慧管理身体。圣灵的大能临到身体，生命就有了新的力量。

本书从“身体属于谁”讲起，写到神的话语、圣灵充满、身体的管理与分别为圣。愿你读的时候，心里不断兴起这样的宣告：我的身体是圣灵的殿，我的身体属于耶稣基督；主的生命正在我里面运行。就是现在！

江涌流牧师

第一章 身体属于耶稣基督

在基督里，我们每个人都可以过全新的生活。那是救赎主的生活，是不断得着力量、不断更新、全面蒙福兴盛的生活。健康也是这生活的一部分。我们不只要听见主医治人的见证，也要认识自己的身体在基督里有怎样的地位。

我讲道时满有这样的信心：神的话语进入你的身体，你的身体会改变！关键是你听见、领受，也要学会怎样释放神大有能力的话语，让它进到自己的身体里。这不是我一个人才能做的事。每一个神的儿女、每一个在基督里新造而认识真理的人，都能凭信心这样行动。

我不愿只作一个替病人祷告的牧师。我更要教你为病人祷告，教你大胆活出基督复活的生命，行他所差遣我们行的事。我愿意像教练一样帮助弟兄姐妹操练信心，长成满有基督的身量。你所领受的生命，是有属天权柄、能够表达基督大能的生命！

许多人为健康困惑。病得了医治，当然感谢主；身体仍受疾病困扰时，心里也会失望。我们所需要的，是回到神的话，重新认识自己的身体。圣经说：

“岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？”（林前 6:19）

圣灵从神而来，住在我们里面。经文说的是“身子”，我特别看重这一点：圣灵住在我们身体里面，这不是抽象的说法。既然身体是圣灵的殿，我们就要用整个身体彰显基督的荣耀。

使徒接着说，我们不是自己的人，因为我们是重价买来的，因此要在身子上荣耀神。（林前 6:19-20）我读这段经文，心里便有一个坚定的认识：身体的主权属于主。耶稣基督从死里复活，以重价买赎我们；我不是让疾病、惧怕和败坏在身体里作主的人。我将身体交给万王之王、万主之主，让圣灵在里面运行。

“岂不知你们的身子是基督的肢体吗？”（林前 6:15）

身体是基督的肢体，也是圣灵的殿。这两句话使我们明白，身体在救恩中何等宝贵。我们不轻看它，也不把它留给黑暗权势。旧人与基督同钉十字架，罪身失去辖制我们的权势。（罗 6:6）如今我要相信：我的身体属于主，我可以用身体服事他、荣耀他。

你可以开口对自己的身体说：“我的身体属于耶稣基督！这身体是圣灵的居所，主在我里面掌权。我的眼睛、我的耳朵、我的肾脏、我的胃和身体的每一个部分，都在救主的看顾之中。就在此刻，我的身体属于主！主耶稣从死里复活，赢得了我的身体；圣灵大大地住在我里面！”

这不是一句说过就忘的话。早晨起来，你可以这样宣告；身体软弱时，也继续这样宣告。让神的话在心里扎根，让身体听见你凭信心说的话。我们认识自己属谁，就能更加坚定地活出基督的生命。

第二章 用神的话语对身体说话

箴言说，得着神话语的人，就得了生命，也得了“医全体的良药”。（箴 4:22）神的话不能只停在纸上，也不能只停在耳边。我们不能让神的话语在那里闲着！你听见了，就要相信；相信了，就对着身体说出来，让神的话语释放到有需要的地方。神的话语带着能力，叫我们在身体软弱的时候仍然认定：救赎主住在我里面，他的生命正在运行。

耶稣说，盗贼来是要偷窃、杀害、毁坏；他来却是要人得生命，并且得的更丰盛。（约 10:10）我看见身体遭受疾病侵扰，器官软弱、失去活力，甚至出现堵塞、僵硬和肿瘤，就更要起来抵挡黑暗权势。在属灵争战中，我认出魔鬼要侵扰有病的器官，破坏神放在身体里面的力量。我要奉主的名赶逐仇敌，宣告器官恢复活力。我不让疾病来定义身体；我以基督的生命来定义身体，奉主的名对疾病说话，宣告它离开。

人的身体会衰弱，年纪渐长时更容易感到体力不如从前；年轻人也并非永远强壮。正因如此，我们需要不断领受神的话和圣灵的大能。神用话语创造天地万物；种子能够发芽，身体的器官能够运行，都显明他创造的能力。我相信主也能使软弱的器官重新得力，激活失去活力的地方。我讲医治时特别强调“激活”：圣灵的大能进入软弱的细胞，使细胞得着力量，器官重新运行。每一个细胞、每一个器官，都可以成为我们祷告和宣告的地方。

你可以把手按在身体软弱的部位，或为病人按手祷告，然后开口说：“奉耶稣基督的名，疾病离开！软弱的器官，重新得力！我的身体是圣灵的殿，神的大能在这里运行。”你也可以为背部、胸口、腹部或其他有需要的地方祷告，清楚地对身体说神的话。身体的哪个部分需要帮助，就为哪个部分宣告主的生命。你可以说：“奉耶稣基督的名，这软弱的地方得洁净，疾病出去；神的话语和圣灵的大能进来，叫身体重新得力！”

魔鬼想夺走人的力量；基督的生命却胜过黑暗。我奉耶稣基督的名命令侵扰身体的鬼离开，吩咐一切破坏的力量退去，也把荣耀归给救主。你不必等别人替你开口：你自己就可以对身体说话，为自己的器官祝福，凭信心欢迎圣灵的工作。

这就是我要教大家的操练。牧师可以按手祷告，弟兄姐妹也可以凭信心为自己和家人祷告。一个人学会用神的话语说话，就不再只看见疾病的名字，也看见那位胜过疾病的主。对身体说：“你是基督的肢体，是圣灵的殿。你的力量从主而来；你要活出神所赐的生命！”

第三章 将身体献上 欢迎圣灵充满

保罗劝我们将身体献上，当作活祭，是圣洁的、神所喜悦的。（罗12:1）身体既然属于主，就要献给主。献上身体，意思是让圣灵掌管我们的思想、行为和生活；也让身体成为服事人、荣耀基督的器皿。

圣经又说要远避淫行，因为这罪是得罪自己的身子。（林前 6:18）我们的身体是圣灵的殿，便要格外保守它。让里面充满神的话语，拒绝邪淫的思想和行为；让神的灵在生活中自由运行。这不是只顾外表洁净，而是从心思、行动到身体，都归给救赎主。

现在就用信心来祷告：“亲爱的圣灵，我欢迎你充满我。我的身体已经献给主；我的眼睛、耳朵、胃、肾脏，连同从头顶到脚趾的每一个部分，都交在你的手中。奉耶稣基督的名，圣灵的大能运行在我里面。就是现在！”

再对身体说：“身体啊，你属于万王之王、万主之主！你是圣灵的殿，是救赎主的居所。你要彰显基督的生命，不再受黑暗权势辖制。软弱的地方重新得力，失去活力的地方重新活过来。就是现在！”

我常用“充满”来形容这样的生活：更多让圣灵掌管，更多意识到他住在身体里面，更多凭信心领受他的能力。你可以为自己的胃祷告，也可以为肾脏、眼睛和耳朵祷告。身体每一个部分都在主面前。说出具体的部位，是相信主的大能可以临到那里。我把身体献作活祭，也让它浸泡在圣灵的大能里；从头到脚，从眼睛、耳朵直到内脏，每一个部分都领受圣灵的能力。

“亲爱的圣灵，这身体属于你。我将身体献上，从头到脚都归给你。我的双手要服事病人，我的双脚要走进需要帮助的人中间，我的身体要荣耀耶稣基督。大大地充满我，大大地运行在我里面。我的身体浸泡在圣灵里，我不断领受、不断领受；每一个器官都满有圣灵的能力。我领受基督的生命，也用这个身体活出他的生命。就是现在，阿们！”

你可以每天这样祷告。神的话语进入心里，信心借着口中的宣告表达出来；你向主献上身体，也在平常生活中照着这个认识行动。这是我所说全新的健康生活方式：救赎主在我里面，我的身体为他的荣耀而活。

第四章 救恩里的身体与更新

我们要不断用神的话重新认识身体。世界会按年龄、病名和身体的限制给人下定义；我却要从救恩来看自己。神按自己的形象造人；我看见仇敌嫉妒这形象，想夺取并破坏人的身体。耶稣基督却以重价买赎我们，身体因此何等珍贵！既是主买回来的，我就要相信身体可以得更新、得力量、足享长寿，长久服事主，彰显他的荣耀。

我常听见病人的痛苦，心里想帮助更多人，却无法替每个人单独祷告。因此我更加迫切地传讲真理，让你自己学会信、学会说、学会为身体祷告。有的人只盼着别人替他祷告，却很少听道，不知道怎样凭信心认识自己的身体。我鼓励每个人持续学习真理，活出真理。别人可以为你祷告，你自己也要知道：我的身体在救恩里，我的身体属于基督，圣灵住在我里面。

我们需要让这认识进入日常生活。早晨醒来，为身体祝福；发现疲倦和软弱时，向圣灵敞开；看见某个器官需要帮助，就奉主的名祷告。你所做的，不是反复寻找一个能代替你相信的人，而是亲自相信住在你里面的主。

我期待身体不断更新、返老还童！你的里面要满有圣灵的大能；每一个器官、每一个细胞都要领受这能力。我要宣告圣灵的大能充满身体，使软弱的地方重新得力，使身体恢复年轻的活力。你可以这样说：“我在基督里得着全新的生命；我的身体也在救恩之中。圣灵的大能运行在我的器官里，软弱的地方得着力量，我一天比一天更敢相信主的恢复。”

有人从饮食、环境和人际关系中寻找使身体强健的方法。这些方面值得用智慧管理；我们还有更宝贵的认识：身体是圣灵的殿。保养身体，不只是照顾外在需要，也要让真理引领心思，让圣灵掌管生活。虔诚是宝贵的，虔诚要有真理；爱也是宝贵的，爱要有智慧。帮助病人不能只靠热心，还要用神的话使人认识基督在自己里面的生命。认识了自己基督里的身份，身体的管理才有清楚的方向。

我愿意每个听道的人都起来行动。身体软弱，不必只陷在担忧里；你可以听神的话、说神的话、为自己祷告，也可以请弟兄姐妹同行祷告。让信心从耳朵进入心里，又从口中说出来。你的身体不是被遗忘的地方，它是圣灵的殿。

第五章 攻克己身 叫身服我

圣经把信徒的生活比作赛跑。赛跑的人为了奖赏训练自己。

“凡较力争胜的，诸事都有节制。”（林前 9:25）

运动员知道什么时候训练、什么时候休息，怎样饮食、怎样安排生活。我们为着服事主，也要有目标、有节制地管理身体。

保罗接着说，他奔跑不像无定向，斗拳不像打空气；他攻克己身，叫身服他，免得传福音给别人，自己反被弃绝。（林前 9:26-27）这句话给我很深的提醒。我奔跑要有方向，打拳要打出重拳，不向空气乱挥；我要让身体服从在基督里的新生命，不被一时的欲望牵着走。我们管理身体，是为了更长久地服事神，更充分地活出基督的荣耀。

该安静时安静，该活动时活动；该休息时休息，该训练时训练。吃什么、喝什么，怎样安排时间，都需要智慧和节制。保守身体，也要保守心思，远避伤害身体、得罪主的行为。我们的生活有方向，因为这身体已经献给主。

有些人服用营养品、保健品，或借助生活中的其他资源照顾身体，我并不反对。神创造了世界，给我们许多美好的事物；我们可以怀着感恩和智慧使用。与此同时，我要说：最好的乃是圣灵住在我们里面！身体满有圣灵的大能，不只自己得力量，也能伸出手为病人祷告，帮助别人认识救主。

亚伯拉罕足享长寿，也为亚比米勒和他家中的妇人祷告，使他们能够生育。（创 20:17；创 25:8）我读到这里，想到身体得力量，可以继续祝福别

人。我们也要爱惜自己的身体，把时间和精力用在主所托付的事上。口中称颂主，行动也表达主。我不满足于嘴上说主多么好，回到家却只能躺在床上；我要专心恢复身体的活力，过有规律、有力量的生活，让身体也荣耀神。

所以，向着标杆奔跑吧！我不漫无目的地挥拳，也不任由身体懒散。我的身体要服从新生命，服从圣灵的引导。我愿用节制和智慧管理身体，使它成为服事人、传讲福音、荣耀基督的器皿。

第六章 身体分别为圣

我听见不少弟兄姐妹分享医治见证。有一位弟兄姐妹为孩子的鼻炎祷告，分享说孩子的鼻炎好了；还有一人原本耳背，并非完全失聪。听道时，耳内忽然有一阵响动，随后他说耳朵的毛病好了。这些见证使我更加确信，也盼望每个神的儿女都认识：主可以借着你的祷告，也能在你听道的时候工作。

不要只高举某位牧师。医治的能力属于耶稣基督；圣灵住在信他的人里面，弟兄姐妹也可以与圣灵同工。你为自己的家人祷告，为病人按手，把所听见的真理说出来；我满怀信心地说，你手按病人，病人得医治，基督的荣耀就在日常生活中彰显。

你的身体已经分别为圣。你在基督里与他同死、同复活，身体便要归给他。走在路上可以说，躺在床上也可以说：“我的身体是圣洁的，是圣灵的殿；圣灵住在我里面。从头到脚，我属于耶稣基督。”这是信心的话，也是每天可以活出来的生活。从头到脚，我的身体已经分别为圣；我的每一个细胞都属于主，圣灵的大能正在里面运行。

我相信创造的主住在我们里面，也大胆期待身体得着恢复。我宣告：缺少的牙齿长出来，头发重新生长，受损的器官得着修复；即使是缺失的器官，我也相信主能使它重新长出来。我坚定相信，身体可以返老还童！我继续欢迎圣灵在每一个细胞里运行，期待身体重新充满活力。

现在，把手放在自己身上，对身体说：“我的身体是圣灵的殿！圣灵的大能从头到脚充满我，我的眼睛、耳朵、胃、肾脏和每一个器官都属于主。奉耶稣基督的名，疾病离开，力量回来，身体得着更新！我为病人祷告，也看见主的大能借着我的服事运行。亲爱的圣灵，更多地充满我，进到我身体的每一个部分。这个身体完全属于救主，完全属于救主！就是现在！”

听道之后，就照着所信的去行。用真理照顾心思，用节制管理身体，用祷告扶持家人，用双手服事病人。你的身体是分别为圣的，是救赎主所买赎的，是圣灵居住的殿。对身体说话，让它听见你所相信的主；在身体上荣耀他，在生活中表达他。

后记

这本书所传讲的，是一个可以天天实践的认识：身体属于耶稣基督，是圣灵的殿。你可以用神的话语对身体说话，欢迎圣灵运行，也以节制和智慧管理身体。主的救恩与今天的生活有关，与你的身体有关。

我盼望你合上书以后，仍然开口宣告：“我的身体属于主，我的身体分别为圣；圣灵的大能在我里面运行。”你为自己祷告，也为家人和病人祷告；你照顾身体，也用身体服事主。救赎主的大能进入生活，信心就有了具体的行动。

奉耶稣基督的名，我宣告：你的身体重新得力，你的生命不断更新，你以整个身体荣耀基督。就是现在！

江涌流牧师