

灵性上成长



基督教基本原则

正如我们必须吃、呼吸和锻炼，身体才能成长；同样地，灵性上成长也有三个基本要素。

我们通过饮食来成长——阅读和研究神的话语和其他有助益的材料，是我们灵魂的食粮，是灵性生命和成长的必需品。“我（耶稣）对你们所说的话，就是灵，就是生命。”（约翰福音6：63）“我得着你（上帝）的话语，就当食物吃了。你的言语是我心中的欢喜快乐。”（耶利米书 15：16）



我们通过呼吸来成长 - - 人们称祷告为灵魂的气息。帖撒罗尼迦前书5章17节告诉我们要“不住的祷告”，而罗马书12章12节则告诉我们“祷告要恒切”。



我们通过锻炼来成长 - -
我们通过积极跟随耶稣的
脚踪， 尽力帮助有需要的人，
减轻别人的负担， 鼓励灰心沮丧的人，
来在灵性上锻炼。最重要的是，
如施洗者约翰那样， 我们能指引别人认识“上帝的羔羊，
他除去世人的罪孽！” (约翰福音1：29)



使徒保罗常把基督信徒的人生比作竞赛。他说：“既然我们有这么多见证人，像云彩一样围绕着我们，就应该排除一切的障碍和跟我们纠缠不休的罪，坚忍地奔跑在我们前头的路程。我们要注视耶稣，因为他是我们信心的创始者和完成者。”（希伯来书 12：1-2）



[www.freekidstor](http://www.freekidstor.com)