

属灵生命库存清单：评估你的现状

自我省察是一个有价值 and 合乎圣经的操练。花些时间来反思神在以下的一些方面是如何的帮助你成长的。如果可以的话，也请问别人（特别是如果你是已婚的话，问你的配偶）以下的这些问题帮助你更客观地看自己。

“作为牧师，我们能做的最重要的事情就是——*我是谁*。”

毕德生(Eugene H. Peterson)

日常生活的步调

下面的这些叙述句中有哪些可以代表你的情况？不要过度分析，根据你的第一反应来选择。

充满能量—深感疲惫

充满能量，
被更新
惫不堪

“好的”疲惫，
适当的节奏

“危险”的疲惫
精神上(心灵)疲

能力没有完全发挥出来—太忙

生活&事工
有一点慢悠悠

都有平衡的;有时间休息
满但不是很忙

马不停蹄的
直到上床睡觉

跟神的亲密关系

- 你感觉到上帝正用什么方式在拉近你跟他更亲密的关系呢？
- 你每天花多少时间与神独处？有什么事情会分散你对神的注意力—是内在原因或者外部原因呢？

- 请描述一下你“在基督里”的一天（不单是指灵修，而是一天的生活都跟随耶稣）。
- 你如何借着圣灵在你的生命中经历到天父和圣子的爱？
- 我们不是在为耶稣工作。他活在我们里面，也通过我们活出他的生命。福音的大好信息如何的塑造你的生命呢？
- 你与神同行的生活中是在挣扎着要讨神的喜悦呢还是可以在他的爱里有平安？

祷告

- 祷告是一个人属灵成长的诊断表。你的祷告生活怎么样？在最近的几周神都对你说了什么？
- 安静—独处的时间，在神面前的安静和独处—是我们与神亲密并深入的同行的一个必不可缺的要素。对于安静和独处的时间你感觉舒服和自然吗？你是否定期的寻找时间来享受他的同在呢？在这个属灵操练上你想怎样成长呢？

喜悦并委身在认识和应用神的话语上

- 你是如何在与神话语的互动、对他话语的认识以及对话语的应用上长进呢？
- 在你学习和读神的话语时什么是让你很纠结的？怎么样会帮助你胜过这些挣扎和纠结呢？

关系：别人对你的认识是怎么样的呢

- 有什么你个人生命的品格是在人际关系的互动中不断的成熟的呢？
- 在什么样的的人际关系中或者环境中会使你的品格的缺点被显露出来呢？
- 什么样的环境会使你的品格受到挑战（让你陷入向罪妥协的试探中）？
- 你被呼召为谁忠心服事，牺牲地付出？

辅导/督导

我们没有一个人能独自前行。我们都需要别人在我们的生命中—不管是同辈、朋友还是那些在我们生命中扮演“辅导”角色的人。你们有没有这样的督导或者教练在你们的生命中，至少一个月见面一次在灵命塑造上面给你们一些引导呢？神通过这些人是如何祝福你的生命的？

逆境/苦难

神不是用痛苦来惩罚我们。他也不会医治我们所经历的每一个痛苦。他对我们的心总是充满爱和怜悯的。神会救赎我们的苦难，如同所有的生活情景，为了使我们更深的经历祂的爱。你目前的生命中正在经历哪些痛苦（情绪上的，属灵上的，身体上的，关系上的，等等）的呢？神如何邀请你在这些环境中仍旧与他同行并且在对他的爱有更深的认识呢？你是否感觉自己需要去“修理”这些问题吗，还是你很乐意的去跟神并且他人一起经历这些生命中的阶段？

反思：充满智慧的属灵操练

当你思想神正在你的生命中如何行事的时候有些什么观察呢？就是说，你感觉到你的生命中充满了令人兴奋的活力呢？还是“抓到什么就是什么”的状态呢？有什么是让你深深的受到鼓励的呢？你看到自己脆弱（或者破口）的部分是什么？花些时间来思想这些问题，也记录下来你的想法。诚实地面对自己及神，当我们完全诚实的时候才能让神在我们的生命中自由的运行和动工。有什么你心灵深处的愿望想要在祷告中跟神诉说呢？从“福音的大能”的角度来看，将你的想法写下来。换句话说，神总是那位主动者，而我们是回应者。这不是取决于我们；我们不是在做一个自救指南。所以，神正在向你发出什么样的邀请呢？你想要如何的回应他的邀请呢？

© 2018 Scott E. Shaum

tendingscatteredwool.com

你被授权可以使用这个材料，但请在使用时注明出处。(10/9/2018)

出处

原文作者：Scott E. Shaum, [Spiritual Life Inventory](#)

检自: <https://tendingscatteredwool.com/>

经许可使用。