

## 經歷靈性健康的更新

### 第六天

我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。

約翰一書 1:9

你是否一個需要別人把事情向你重覆說一遍、再一遍、又一遍的人？不知何故，他們就是覺得你沒有留心聽或只是在敷衍他們……我父親曾告訴過我：「你要保持車子機油的清潔，這樣，你的車子就能一直好好運作下去！」這真的是個很好的忠告！當機油不慎混入了污垢，就會漸漸磨損各樣零件，起初會減慢車子行駛的速度，再過不久，就會因過熱而故障，在繁忙的高速公路中突然拋錨。

幾個月後，父親總會再來問我，「怎樣？你有保持機油清潔嗎？如果你現在就做，你以後就不用受苦！這很易做呀！為甚麼不立刻把它做好？」我當然知道這是應該做的事……但是，你大概都已猜出故事的其餘部分了；我已記不起有多少次我因沒保持機油清潔和純淨而後悔，這段期間我要付出高昂的維修費用。

有時候我們就是不聽勸，以今天的經文為例：當使徒約翰寫這經文時，他一定很清楚，許多人已忘記了這個基本的真理，也許你也忘記了！

約翰說：「想想這話：一、承認你的罪，悔改回轉，就會被赦免。二、認罪回轉，你就會被神更新，在祂面前重新得到潔淨及公義。」這一切怎麼可能發生？全因為神是信實的，所以你在任何時候都可以信靠祂，並因為祂是公義公正的，所以祂有權把你所有，包括現在和未來，因犯罪而需要付上的罪債和代價一筆勾銷。

因此，如果你感到自己污穢… 承認及回轉吧；如果你感到累透了… 承認及回轉吧；如果你感到在忙碌的人生路上壓力極大，甚至在崩潰的邊緣… 承認及回轉吧；如果你想在生命中經歷神的祝福及祂恩手的帶領，請到神面前承認你需要祂及回轉歸向祂吧！至於你其他的一切事情，神自會處理。

**思、禱時間：**

我明白了甚麼？

我有甚麼想法？

我想怎樣做？

現在把這些都告訴神吧！