

屬靈健康評估/ 標竿人生健康評估



連結於神的家

在與他人的團契中，我正逐步加深我對神的認識及與祂的關係。

- 我在與人分享及表現愛的能力上正不斷地成長。
我樂意與人分享我真實的需要及尋求別人的代禱和支持。
我以建設性的方式處理衝突並願意饒恕得罪我的人。

剛起步 成長中 成熟

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

連結總分 _____



學習基督樣式

透過固定的讀經和禱告（靈命操練的習慣），我和神的關係正逐步增長。

我的生命流露更多耶穌基督的屬性（仁愛、喜樂、和平、忍耐、良善、節制等）。

我避免以一些會上癮的行為（食物、電視、忙碌及其他）來滿足自己的需要。
我花時間與一位樂於看見並挑戰我靈命成長的基督徒（屬靈夥伴）相處。

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5

學習總分 _____



發展特色服事

我已經發現並進一步發展神給我的特色來服事他人。
我為自己能有服事神及他人的機會而經常向神禱告。
我在教會或社區中有固定（每月一次或更多）的服事。
藉著分擔小組的一些角色或責任，我是其中參與服事的一分子。

1 2 3 4 5
1 2 3 4 5
1 2 3 4 5
1 2 3 4 5

發展總分 _____



分享人生使命

我與未信者建立關係，並禱告求神給我機會與他們分享神的愛。

我花時間與另一個需要個別認識神的人或群體相處。
我經常邀請不屬於任何教會或非信徒的朋友來參與我的教會或小組。

我為神可以在跨文化宣教上使用我及我們的小組而禱告及學習。

剛起步 成長中 成熟

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

分享總分 _____



降服討神喜悅

我在每日的生活中更多經歷神的同在和大能。
我忠心地出席小組及主日的聚會來敬拜神。

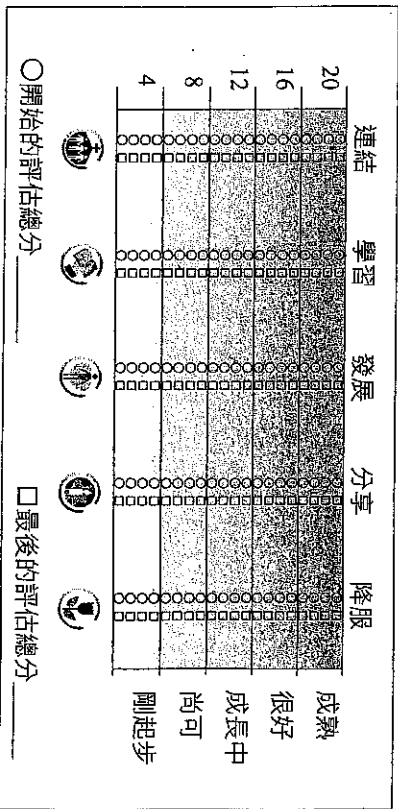
透過將我生命中的每一部分（健康、抉擇、財務、人際關係、未來等）降服於神，我尋求討神的喜悅。

我接受我所不能改變的事情，並為神所給我的生命感恩。

1 2 3 4 5
1 2 3 4 5
1 2 3 4 5

降服總分 _____

將每一目的的總分加起來，並標示於下列圖表中。三十天後重新評估一次。記得在接下來的三十天中決定好你的屬靈夥伴及你渴望有所成長的領域。



成熟
很好
成長中
尚可
剛起步