

「連結基督」進度表

第 1 週	引言和 接種活的道(1)
第 2 週	接種活的道(2)
第 3 週	順聖靈而行
第 4 週	更新我心意
第 5 週	柔順我的心
第 6 週	饒恕得釋放
第 7 週	順從神主權
第 8 週	全心信靠神
第 9 週	講造就的話
第 10 週	安靜等候神
第 11a 週	預備迎見神
第 11b 週	經歷神管會
第 12 週	見證神作為
第 13 週	邁向標竿跑



基礎班 L0-003

第 4 課 更新我心意



本課的目標

- 提醒我們建立屬神理念及價值觀的重要性
- 操練默想和禱讀,追求聖靈的帶領,建造積極屬神的思想
- 藉著眾人的分享體驗,彼此鼓勵改變舊有的錯誤理念

教義概要

- 基督徒生命能以得勝的關鍵在於心思意念的更新
- 靠著神話語及聖靈來拆毀我們生命中的堅固營壘
- 每天默想聖經、警覺聖靈的感動來過更新的生活

衡量指標

- 週圍與我一起的人都說我有美好的改變
- 現今思量及抉擇的方式跟以前都不同了

具體行動

- 小組裡彼此守望,代禱,持續宣告「我在基督裡的地位」
- 請為下週的屬靈操練作紀錄;下次聚會時彼此交代。
 - 每天讀經__章
 - 禱告__分鐘
 - 參加小組
 - 家庭祭壇
 - 十一奉獻
 - 作見證/與人和好

姓名：_____

具體行動： 每週填寫之屬靈操練紀錄、於門訓/守望時彼此交代

本週作業報表	a 日期 時間	b 內容 形式	c 守望對象 福音對象	d 結果 或備註	e 下次時間 /補課日期
家庭祭壇					
每日之聲					
讀經/作記錄					
用手冊禱告					
守望/關懷人					
傳福音/見證					
什一奉獻					

2 引言

- 在我們日常的生活，我們接觸不同的人，聽到不同的聲音，看到不同的影片，每天會有很多不同的思想進入我們的頭腦中。我們自己也有很多不同的人生經歷，我們的父母，我們的朋友，都在影響我們的思考方式和價值理念。
- 當我們沮喪的時候，我們的心裡正在想什麼？例如：我們是否常對自己說：「我沒有用，沒有人喜歡我。」、「不管我怎麼努力，我老是失敗。」、「神為什麼總是愛他，都不愛我。」在**箴言23:7**說：「因為他心怎樣思量，他為人就是怎樣…」意即我們怎麼思想，就會成為什麼樣的人。
- 我們這蒙恩得救的人，雖然在基督裡是一個新造的人，但我們的心思意念，還未完全更新，需要藉著天天不斷地接種神的話語，與聖靈同行，才能心意更新而變化，使新生命漸漸長大成人，滿有基督成長的身量。



A. 為什麼要更新心意

1. 人未信主前的心意是屬世界的，有違屬神的理念

「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良，純全可喜悅的旨意。」(**羅12:2**)

「這世界和其上的情慾都要過去，唯獨遵行神旨意的，是永遠常存。」(**約一2:17**)

世界上一切攔阻人認識神和愛神的思想理念，都是魔鬼撒但放在我們心思意念中的堅固營壘。這些屬世的價值觀念隱藏在今世的哲學倫理、文化風俗、音樂電影及各種媒介中，潛移默化地影響我們的心態和意識。

27. 我可以得著不能朽壞，不能玷污，不能衰殘的基業。(彼前 1:4)
28. 我是神家裡的人，是天國的子民。(弗 2:19)
29. 在審判的日子，我坦然無懼，因為祂愛我。(約一 4:17)
30. 我是從神生的，那惡者也無法害我。(約一 5:18)
31. 我是蒙召，被揀選，有忠心。(啓 17:14)
32. 因為我是屬基督的，祂賜給我天上各樣屬靈的福氣。(弗 1:3)
33. 我是主的門徒，因為我有愛人的心。(約 13:35)
34. 我是世上的光和鹽，因為祂住在我裡面。(太 5:13-14)
35. 我裡面有神的義，因為祂住在我裡面。(林後 5:21)
36. 我與神的性情有分，因為我認識祂。(彼後 1:4)
37. 神在萬古之先，以聖召召我。(提後 1:9)
38. 我是基督的使者，勸別人與神和好。(林後 5:20)
39. 我是神手中的工作，為要叫我行善，就是祂所預備叫我行的。(弗 2:10)
40. 我是祂眼中的瞳人。(詩 17:8)
41. 祂親身擔當了我的罪，因祂受的鞭傷，我便得醫治。(彼前 2:24)
42. 聖靈在我裡面工作，我越來越像主，變成主的形狀。(林後 3:18)
43. 我有基督的心。(林前 2:16)
44. 我可以來到主耶穌施恩的寶座前，得憐憫，蒙恩惠作隨時的幫助。(來 4:16)
45. 我在基督裡的得勝，使我勝過這世界。(約一 5:4)
46. 神所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守我的心懷意念。(腓 4:7)
47. 耶穌已經給我權柄，可以勝過仇敵一切的能力，斷沒有什麼能害我。(路 10:19)
48. 賜生命聖靈的律，在基督耶穌已拯救我，使我脫離罪和死的律了。(羅 8:2)
49. 我相信主基督耶穌已拯救我，我相信當我遵祂而行，祂必天天幫助我。(西 2:6)
50. 我靠著那加給我力量的，凡事都能作。(腓 4:13)
51. 我是為神所愛的。(羅 1:7)
52. 祢是我的主，我的好處不在祢以外。(詩 16:2)

6 我在基督裡的地位

神的話語如此說：

1. 我是神的孩子，因為我重生是由不能壞的種子，是藉著神常存的道。(彼前 1:23)
2. 我藉愛子耶穌的血，得蒙救贖，過犯已得赦免。(弗 1:7)
3. 因為我在基督裡，我是新造的人。(林後 5:17)
4. 我的身子是聖靈的殿。(林前 6:19)
5. 神已經救我脫離黑暗的權勢，把我遷到祂愛子的國裡。(西 1:13)
6. 基督已經贖我脫離律法的咒詛。(加 3:13)
7. 我是有福的，因為我是以信為本的人。(加 3:9)
8. 耶和華必使我作首不作尾，居上不居下。(申 28:13-14)
9. 神使我在祂面前成為聖潔，無有瑕疵。(弗 1:4)
10. 我蒙神揀選，得享祂的愛。(西 3:12)
11. 在主耶穌再來的日子，我是無可責備的。(林前 1:8)
12. 我屬於基督耶穌，靠著祂的血，得以與祂親近。(弗 2:13)
13. 身為神的孩子，我信靠耶穌來幫助我，使我可以順從祂，勝過罪與邪情私慾。(約一 5:4)
14. 當我曉得真理，真理必叫我得以自由。(約 8:32)
15. 我靠著主，倚賴祂的大能大力，作剛強的人。(弗 6:10)
16. 當我成為基督徒，我就從罪裡得了釋放。(羅 6:22)
17. 我靠著耶穌，在這一切的事上，已經得勝有餘了。(羅 8:37)
18. 我和基督同作後裔。(羅 8:17)
19. 我已經受了所應許的聖靈為印記。(弗 1:13)
20. 耶穌使我被神接納，因祂賜我得生命，使我成為公義、聖潔。(林前 1:30)
21. 神接納我，因為我屬於耶穌。(弗 1:4)
22. 有了基督，我就有了一切。我在祂面前得以完全。(西 2:10)
23. 我已經與基督同釘十字架。現在活著的，不再是我，乃是基督在我裡面活著。(加 2:20)
24. 因基督為我所成就的，我與祂一同坐在天上。(弗 2:6)
25. 因我在基督耶穌裡，就不再被定罪了。(羅 8:1)
26. 藉著基督為我所作的，使我已經與神和好了。(林後 5:18)

2. 及早更新、好能爭戰得勝

我們的心思就是爭戰的所在——正如保羅說：「我們爭戰的兵器，本不是屬血氣的。乃是在神面前有能力，可以攻破堅固的營壘，將各樣的計謀，各樣攔阻人認識神的那些自高之事一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。」(林後10:4-5)

這裡的堅固營壘：就是指撒但建造在人生命中的思想方式與價值理念，也就是撒但與爪牙邪靈在人身上工作的大本營。

堅固營壘就是：

- 一些我們認為是「真」的東西，但其實是「不真」的。
 - 我們錯誤的思想方式，本身是一個謊言，使我們無法悔改。
 - 一些先入為主的觀念使我們變得主觀、不易領受真道。
 - 如果我們要有得勝的生活，這些堅固營壘需要先被拆毀。
- 要是沒有處理好這些堅固的營壘，結果就是我們很易落入以下的狀況中：
- 知道自己活在罪中，但卻不以為然。
 - 明知是罪，卻不願意去對付。
 - 願意去對付罪，卻無能為力。

3. 試探臨到我們的心思時，我們能辨識真理、抗拒迷惑

保羅說：「我只怕你們的心或偏於邪，失去那向基督所存純一清潔的心，就像蛇用詭詐誘惑了夏娃一樣。」(林後11:3)

夏娃的心是無罪的。但她的心思接受撒但的謊言，以致犯罪。所以我們要保守我們的心思，常被神的話語充滿，好用真理抵擋撒但的各樣誘惑。

A. 為什麼要更新心意

- ▶ 以前之心意有違屬神的理念
- ▶ 更新的心意助我們爭戰得勝
- ▶ 特別是辨識真理、抗拒虛謊

4 B. 什麼是更新心意

1. 更(換、改)：

a. 扭轉任何不屬神的意念，例如：

- 沒有人愛我，我是沒用的人。
- 人人都這樣做，我也可以做。
- 神不公平，我再怎麼努力也是沒有用。
- 我是問題人物。
- 我不屬於這個教會，我是局外人。
- 我要把我自己孤立起來，免受傷害。
- 神要我受苦，神不醫治我了。

b. 除去生命中的堅固營壘

- 魔鬼不但播下虛謊不合真理的意念、更讓它沈澱到人的內心成爲一種確信；
- 或是塑造成爲一種脾氣、連帶負面效應的個性

2. 新：

- 配合神的話語引介出來、另一套思維、言行及做人處世的準則。
- 藉由教會小組生活或門徒訓練等，感化和建造的新習慣和生活方式。

3. 心意：

- 主耶穌不是提供我們一套新的哲學而已，祂更透過自己之生命榜樣帶起一種新的生活型態。只是任何行動的背後，都有其主導的理念。
- 所以在基督徒的信仰中，起點是思想觀念之正確、加上生活體驗帶來情感的回應，引動心志上對愛慕與事奉基督之委身。
- 因此，心意便包含了心思、情意和委身決志的綜合部份。

分組討論：

請每人分享你過去有哪些意念是違反聖經的教導，如今已被主更新？你生命中最大的堅固營壘是什麼？

B. 什麼要是更新心意

- ▶ 扭轉任何不屬神的意念
- ▶ 除去生命中的堅固營壘
- ▶ 帶起一種新的生活型態

C. 如何更新心意

1. 不住的禱告：求主顯明我們生命中有哪些堅固的營壘
2. 在聖靈光照有錯時，馬上認罪悔改 (約一1:9)
3. 棄絕一切錯誤、負面的心思 (弗4:30)
4. 建造正面積極的思想 (腓4:8)
5. 每天默想主的話：可以先禱讀，再用以下的問題來省察自己：
 - 這段聖經在說什麼？
 - 這段聖經教導我哪些真理？
 - 我有哪些觀念跟聖經不符合，需要更新？
 - 我有順服主的話嗎？
6. 時刻儆醒與聖靈同行：一步步跟隨

C. 如何更新心意

- ▶ 禱告聖靈之光照
- ▶ 棄絕負面的心思
- ▶ 建造積極的思想
- ▶ 思想聖經及聖靈

回家作業：請每天宣告

「我在基督裡的地位」。

