



心意更新而變化

愛鄰台福教會2017年退修會

羅馬書 12:1-3

所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此事奉乃是理所當然的。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。我憑著所賜我的恩對你們各人說：不要看自己過於所當看的，要照著神所分給各人信心的大小，看得合乎中道。

心意更新而變化

一. 在這詭局多變的世界中，如何經歷靈裡更新？

--（更新變化的**目的地**）

二. 在這充滿試探的世界裡，如何成為得勝者？

--（更新變化的**過程**）

三. 在這自我膨脹的世代，如何成就神的旨意？

--（更新變化的**結果**）

(第一講)

在這詭局多變
的世界中，
如何經歷
靈裡的更新？

更新變化的目的地



哥林多後書 3:17-18

『主就是那靈；主的靈在那裡，
那裡就得以自由。我們眾人既然敞著臉
得以看見主的榮光，好像從鏡子裡返照，
就變成主的形狀，榮上加榮，
如同從主的靈變成的。』

一. 為什麼我們必須天天活在聖靈裡？

- 林後 3:14-17

但他們的心地剛硬，直到今日誦讀舊約的時候，這帕子還沒有揭去。

這帕子在基督裡已經廢去了。

然而直到今日，每逢誦讀摩西書的時候，帕子還在他們心上。

但他們的心幾時歸向主，帕子就幾時除去了。

主就是那靈；

主的靈在那裡，那裡就得以自由。

A. 聖靈使我們的心柔軟

- 約翰福音 16:8-11

祂既來了，就要叫世人為罪、為義、
為審判，自己責備自己。

- 為罪，是因他們不信我；
- 為義，是因我往父那裡去，
你們就不再見我；
- 為審判，是因這世界的王受了審判。

B. 聖靈使我們的意志得自由

- 林後 3:15-17

然而直到今日，

每逢誦讀摩西書的時候，帕子還在他們心上。但他們的心幾時歸向主，帕子就幾時除去了。

主就是那靈；

主的靈在那裡，那裡就得以自由。

a. 明白神真理的自由

- 約翰福音 16:12-13

我還有好些事要告訴你們，
但你們現在擔當不了（不能領會）。
只等真理的聖靈來了，他要引導你們
明白（原文作進入）一切的真理；
因為他不是憑自己說的，乃是把他所
聽見的都說出來，並要把將來的事
告訴你們。

b. 遵行神旨意的自由

- 羅馬書 7:21-25

我覺得有個律，就是我願意為善的時候，便有惡與我同在。因為按著我裡面的意思，我是喜歡神的律；但我覺得肢體中另有個律和我心中的律交戰，把我擄去，叫我附從那肢體中犯罪的律。我真是苦阿！誰能救我脫離這取死的身體呢？
感謝神，靠著我們的主耶穌基督就能脫離了。

這樣看來，我以內心順服神的律，
我肉體卻順服罪的律了。

C. 聖靈使我們的靈得更新

- 提多書 3:3-7

我們從前也是無知、不順服、受了迷惑、被各種私慾和逸樂所奴役，生活在惡毒和嫉妒之中，是可憎可惡的，並且互相仇視。然而，到了神我們的救主顯明他的恩慈和憐愛的時候，他就救了我們，並不是由於我們所行的義，而是照著他的憐憫，藉著重生的洗和聖靈的更新。聖靈就是神藉著我們的救主耶穌基督豐豐富富澆灌在我們身上的，使我們既然因著他的恩典得稱為義，就可以憑著永生的盼望成為後嗣。

二. 什麼是靈裡的更新？

- 歌羅西書 3:7-10 (現代中文譯本)

你們從前也曾經生活在這一類的欲望中，受它們的支配。但是，現在你們必須根絕這些事：不可再有忿怒、暴戾，和仇恨；不可說毀謗、污穢的話。不可彼此欺騙，

因為你們已經脫掉舊我和舊習慣，換上了新我。這新我，由創造主上帝按照自己的形像不斷地加以更新，能夠完全地認識他。

靈裡的更新包括三方面 (TBH)

- 詩篇 1:1-3

不從惡人的計謀(思想T)，不站罪人的道路
(行為B)，不坐褻慢人的座位(習慣H)，
「惟」喜愛(H)耶和華的律法(B)，晝夜思想
(T)，

這人便為有福！

他要像一棵樹栽在溪水旁，
按時候結果子，葉子也不枯乾。

凡他所做的盡都順利。

靈裡更新的三部分

1. 思想的更新

用神的想法來更新自己的想法

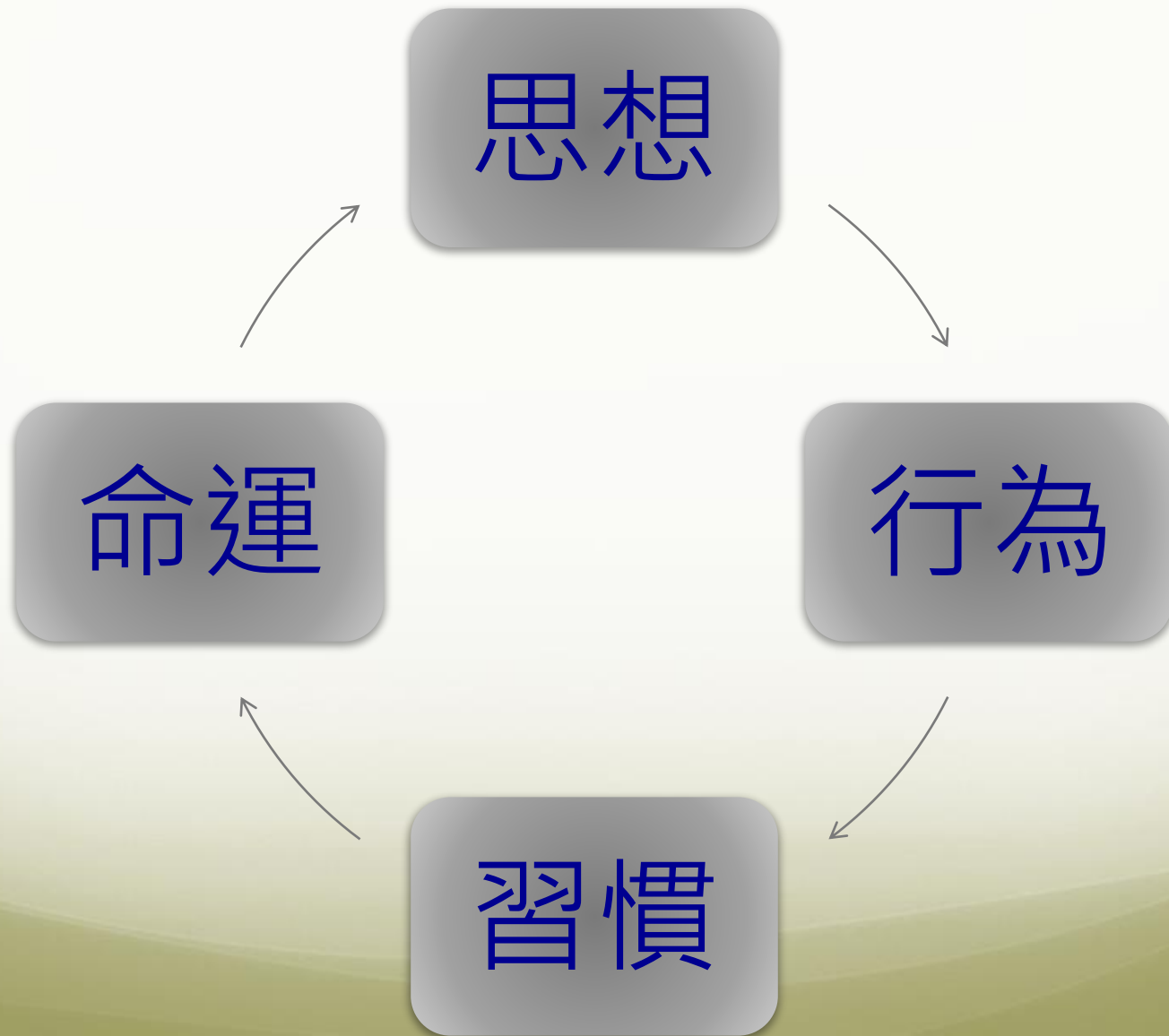
2. 行為的更新

用聖經的原則來更新自己的行為

3. 習慣的更新

培養出良好的屬靈習慣

靈裡更新如何改變你的命運？



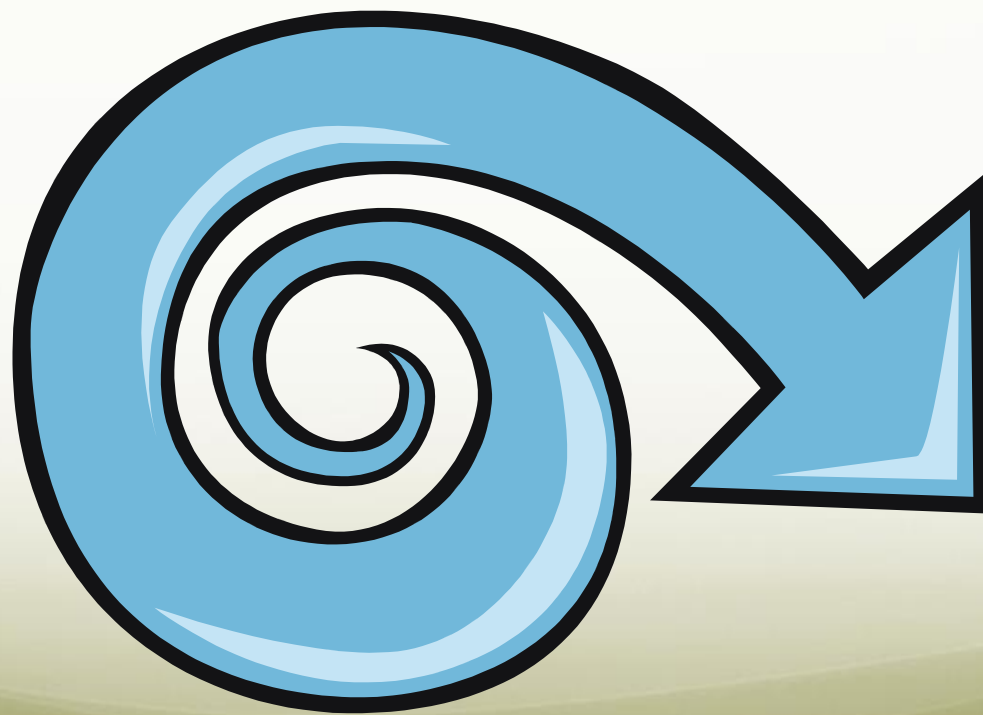
自我中心惡性循環的人生

- 不斷向內旋轉的向心圓



成為祝福善性循環的人生

- 不斷往外擴展的離心圓

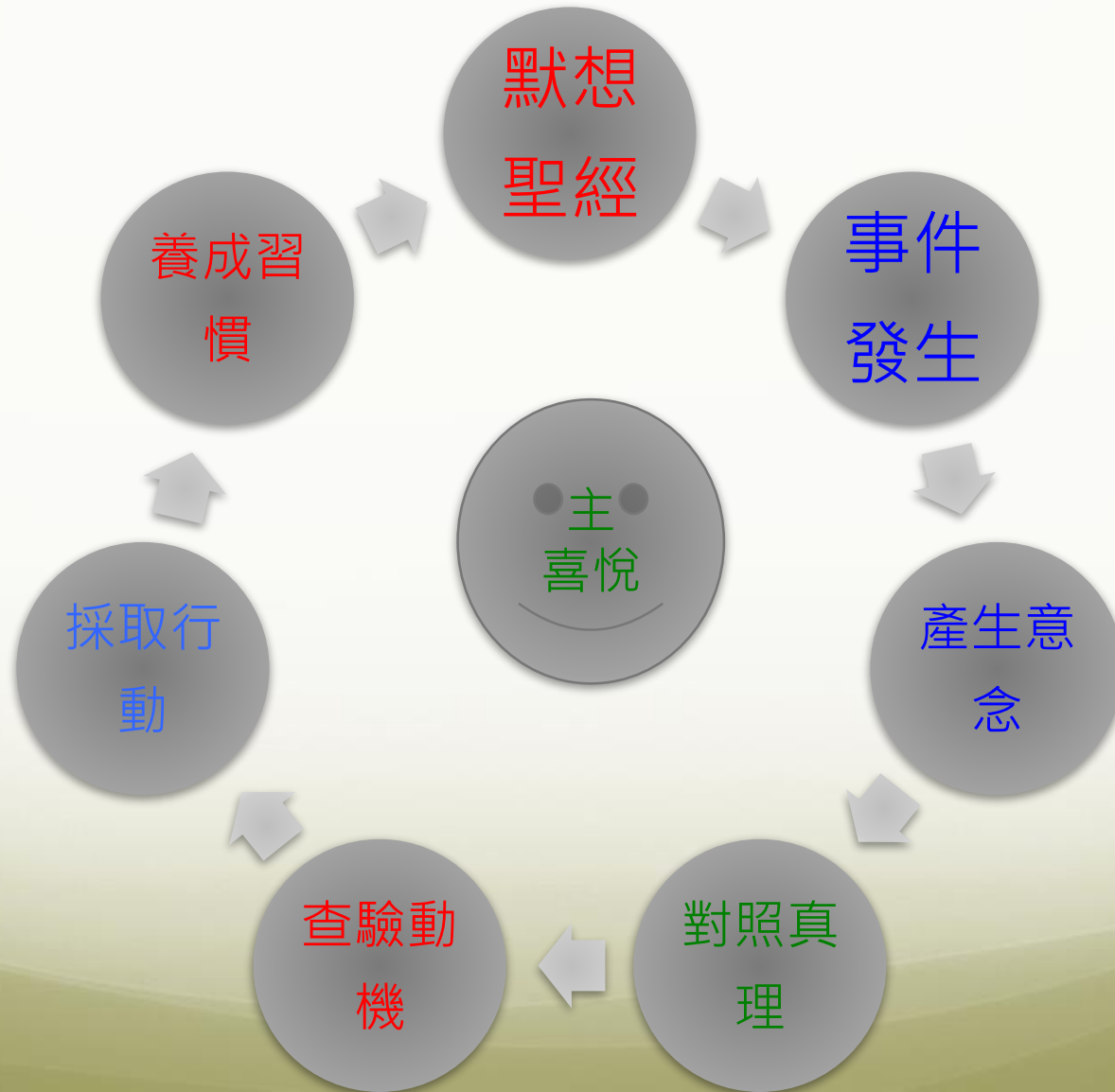


三. 如何經歷靈裡的更新？

- 羅馬書 12:2

不要效法（ conform ）這個世界，
只要心意更新而變化（ be transformed ），
叫你們察驗（ test and approve ）何為神
的
善良、純全、可喜悅的旨意。

A. 為自己打造一個靈裡更新的环境



A large, full-canopied tree with green leaves and many red fruits stands in the center of a grassy field. The ground is dark brown soil, and the sky is a clear blue with some light clouds. The tree's roots are visible in the soil.

B. 明白靈裡更新的過程

1. 靈裡重生 (*Be Reborn in your Spirit*) 樹根
2. 思想重建 (*Rebuild your Thoughts*) 樹幹
3. 情緒重整 (*Refocus your Emotions*) 樹葉
4. 目標重定 (*Redirect your Goals*) 樹果
5. 生命重製 (*Reproduce your Life in others*) 樹苗

c. 隨時校正自己

- 腓立比書 4:8-9

弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有甚麼德行，若有甚麼稱讚，這些事你們都要**思念**。你們在我身上所學習的，所領受的，所聽見的，所看見的，這些事你們都要**去行**，賜平安的神就必與你們**同在**。

小組討論題綱

1. 這是一個多變的時代，我們被迫每天都要學習改變，在你的生活中，哪些是必須改變的，哪些是不能改變的，請分享之。
2. 『不要效法（ Conform ）這個世界，只要心意更新而變化(Transformed)』，請分享這兩個有什麼不同？
3. 請分享你信主之後，如何經歷在聖靈裡的更新？