

主題查經(18)：心意更新

根據醫學研究，許多疾病是因不良的情緒、飲食習慣，和生活作息引起。基督徒成為新造的人，身體靈魂都成為聖潔，從過去漸漸朽壞的景況，回到神起初造人，身體靈魂都健康的樣式。然而，許多基督徒非但沒有身心靈健康，反而處在舊有的景況，是因為他們重生得救之後，仍然按著舊有的生活方式，隨從世俗觀念和私慾。就如一個被治癒的病人，再回到從前不良的生活習性，以致又弄壞了身子。我們追求全人的健康，不僅身體要保養顧惜，更緊要的是心志改換一新，一舉一動都有新生的樣式。這樣，才能得著豐盛生命，過一個健康的基督徒生活。

【經文閱讀】

如果你們聽過祂的道，領了祂的教，學了祂的真理，就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私慾的迷惑漸漸變壞的。又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人；這新人是照著神的形像造的，有真理的仁義和聖潔。(弗 4:21-24)

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。(羅馬書 12:1-2)

【問題討論】

1. 基督徒追求全人健康，要從哪裡開始做起？〔自由討論〕

2. 舊人的生命是什麼樣子？與新人有何不同？(弗 4:17-20; 2:2-3; 林前 6:9-11)

(弗 4:17-20) 所以我說，且在主裏確實的說，你們行事，不要再像外邦人存虛妄的心行事。他們心地昏昧，與神所賜的生命隔絕了，都因自己無知，心裏剛硬；良心既然喪盡，就放縱私慾，貪行種種的污穢。

(弗 2:2-3) 那時，你們在其中行事為人，隨從今世的風俗，順服空中掌權者的首領，就是現今在悖逆之子心中運行的邪靈。我們從前也都在他們中間，放縱肉體的私慾，隨著肉體和心中所喜好的去行，本為可怒之子，和別人一樣。

(林前 6:9-11) 你們豈不知不義的人不能承受神的國麼？不要自欺，無論是淫亂的、拜偶像的、姦淫的、作嬰童的、親男色的、偷竊的、貪婪的、醉酒的、辱辱的、勒索的、都不能承受神的國。你們中間也有人從前是這樣。但如今你們奉主耶穌基督的名，並藉著我們神的靈，已經洗淨、成聖稱義了。

3. 基督徒成為新造的人，生命是由外而內，還是由內而外改變？

(太 12:33-35; 23:26; 可 7:20-23; 約一 3:9; 箴 4:23)

(太 12:33-35) 你們或以為樹好，果子也好；樹壞，果子也壞。因為看果子，就可以知道樹。毒蛇的種類，你們既是惡人，怎能說出好話來呢？因為心裏所充滿的，口裏就說出來。善人從他心裏所存的善，就發出善來；惡人從他心裏所存的惡，就發出惡來。

(太 23:26) 你這瞎眼的法利賽人，先洗淨杯盤的裏面，好叫外面也乾淨了。

(可 7:20-23) 又說：「從人裏面出來的，那纔能污穢人。因為從裏面，就是從人心裏發出惡念、苟合、偷盜、兇殺、姦淫、貪婪、邪惡、詭詐、淫蕩、嫉妒、謗讟、驕傲、狂妄。這一切的惡，都是從裏面出來，且能污穢人。」

(約一 3:9) 凡從神生的，就不犯罪，因神的道存在他心裏。他也不能犯罪，因為他是神生的。

(箴 4:23) 你要保守你心，勝過保守一切；因為一生的果效，是由心發出。

4. 若基督徒仍是舊人，沒有更新變化，將如何？(彼後 2:20-22; 加 5:17-21)

(彼後 2:20-22) 倘若他們因認識主救主耶穌基督，得以脫離世上的污穢，後來又在其中被纏住制服，他們末後的景況就比先前更不好了。他們曉得義路，竟背棄了傳給他們的聖命，倒不如不曉得為妙。俗語說得真不錯，狗所吐的後來他轉過來又喫；豬洗淨了又回到泥裏去輓，這話在他們身上正合式。

(加 5:17-21) 情慾的事都是顯而易見的，就如姦淫、污穢、邪蕩、拜偶像、邪術、仇恨、爭競、忌恨、惱怒、結黨、紛爭、異端、嫉妒、醉酒、荒宴等類，我從前告訴你們，現在又告訴你們，行這樣事的人，必不能承受神的國。

5. 如何心意更新而變化？(西 3:2-10; 弗 4:25-32)

(西 3:2-4) 你們要思念上面的事，不要思念地上的事。因為你們已經死了，你們的生命與基督一同藏在神裏面。基督是我們的生命，祂顯現的時候，你們也要與祂一同顯現在榮耀裏。

(西 3:5-10) 所以要治死你們在地上的肢體，就如淫亂、污穢、邪情、惡慾、和貪婪、貪婪就與拜偶像一樣。因這些事，神的忿怒必臨到那悖逆之子。當你們在這些事中活著的時候，也曾這樣行過。但現在你們要棄絕這一切的事，以及惱恨、忿怒、惡毒、毀謗、並口中污穢的言語。不要彼此說謊，因你們已經脫去舊人和舊人的行為，穿上了新人；這新人在知識上漸漸更新，正如造他主的形像。

(弗 4:25-32) 所以你們要棄絕謊言，各人與鄰舍說實話，因為我們是互相為肢體。生氣卻不要犯罪，不可含怒到日

落，也不可給魔鬼留地步。從前偷竊的，不要再偷；總要勞力，親手作正經事，就可有餘，分給那缺少的人。污穢的言語，一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處。不要叫神的聖靈擔憂，你們原是受了祂的印記，等候得贖的日子來到。一切苦毒、惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗、並一切的惡毒，都當從你們中間除掉，並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裏饒恕了你們一樣。

6. 給神的奉獻怎樣才蒙神悅納？(弗 5:1-2; 來 10:5-7; 彌 6:6-8; 詩 19:14; 51:16-17)

(弗 5:1-2) 所以你們該效法神，好像蒙慈愛的兒女一樣；也要憑愛心行事，正如基督愛我們，為我們捨了自己，當作馨香的供物和祭物，獻與神。

(來 10:5-7) 所以基督到世上來的時候，就說：「神阿，祭物和禮物是你不願意的，你曾給我豫備了身體。燔祭和贖罪祭是你不喜歡的，那時我說：『神阿，我來了為要照你的旨意行，我的事在經卷上已經記載了。』」

(詩 51:16-17) 你本不喜愛祭物，若喜愛，我就獻上；燔祭你也不喜悅。神所要的祭，就是憂傷的靈。神阿，憂傷痛悔的心，你必不輕看。

(彌 6:6-8) 我朝見耶和華，在至高神面前跪拜，當獻上甚麼呢？豈可獻一歲的牛犢為燔祭麼？耶和華豈喜悅千千的公羊，或是萬萬的油河麼？我豈可為自己的罪過，獻我的長子麼？為心中的罪惡獻我身所生的麼？世人哪，耶和華已指示你何為善，祂向你所要的是甚麼呢？只要你行公義、好憐憫、存謙卑的心與你的神同行。

(詩 19:14) 耶和華我的磐石，我的救贖主阿，願我口中的言語，心裏的意念，在你面前蒙悅納。

【結論】

心意更新不是一天能做成的，這是一場屬靈爭戰，不是得勝，就是被擄。必須在日常生活中，不斷地讓神來掌管我們的思想意念，靠著聖靈和神的道，才能攻破我們思想意念中堅固的營壘和拗韌的毒根，並清除我們心中陳年的傷口和累積的罪污。使我們雖活在世界，受到各樣的環境影響和艱苦患難，但我們的心靈卻是健壯的。即便外體雖然毀壞，但內心卻一天新似一天，愈來愈有神的樣式，充滿從神來的喜樂平安、慈愛憐憫，和公義聖潔，在凡事上榮神益人。

【分享與應用】

1. 請分享各人成為基督徒後，克服哪些舊有的不良習性，而成為新造的人。

2. 試列舉哪些未被更新的思想觀念，對個人身、心、靈健康造成不良的影響？