

库里布雷克弟兄

《心意更新》研讨会

四活物24/7事工学习笔记

<https://4lc247.org/>

Mind Renewing

库里弟兄《心意更新》训练学习笔记

你心意更新与神的话对齐到一个程度 以至于是神的话左右你的日常生活

基督徒的心意更新，
是指将基督徒的心智，恢复到神起初定意人类该有的心理功能运行状态；
除去所有不属于「基督思想」的信息、模式、思维方式、态度和局限性，
修复基督徒的心思意念；
把一个基督徒属血气堕落的思想状态重新编程，
成为与基督的思想有同样的运作方式和同样功用的状态，
使基督徒的心智持续保持与基督的思想和谐并同步。

真理根基

【哥林多后书5:17】

若有人在基督里，他就是新造的人。旧事已过，看哪，一切都变成新的了。

【罗马书12:1-3】

所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。我借着所赐给我的恩典对你们各人说，不要看自己过于所当看的，乃要照着神所分给各人信心的度量，看得清明适度。

【哥林多前书2:16】

谁曾知道主的心思能教导祂？但我们是有了基督的心思了。

《心意更新》学习笔记 大纲目录

第一期：心意更新是一个过程（p.7）

- 一、心意更新是一个过程
- 二、心意更新的目标
- 三、心意更新讲座三段主要经文根据

第二期：心意更新是生命改变的唯一途径（p.13）

- 一、心意更新讲座序言
- 二、心意更新讲座第三段经文根据
- 三、心意更新的结果是明白神的旨意

第三期：人类思想功能和基督思想功能（p.20）

- 一、不要看过于我所当看到
- 二、我们与基督同作后嗣
- 三、人类思想的功能和基督思想的功能

第四期：心意更新四个基本原则（p.27）

- 一、时刻知识更新，保持在线联网
- 二、心意更新讲座的四个基本原则
- 三、这是真理，也是事实

第五期：心意更新让里面的真理出来（p.33）

- 一、心意更新的定义和目标
- 二、圣灵引导我们明白一切的真理
- 三、心意更新让里面的真理出来

第六期：心意更新是向神话语对齐的过程（p.40）

- 一、什么是基督徒的心意更新
- 二、从科学角度看灵魂体互动
- 三、心意更新的过程

第七期：心意更新是我们要主动做的（p.47）

- 一、什么不是心意更新
- 二、心意的灵需要更新
- 三、关于《心意更新》研讨会
- 四、心，和动机

第八期：集中注意力，深度思考（p.56）

- 一、你的大脑跟着你的思想
- 二、深度思考
- 三、纠缠原则

第九期：心意更新对付心怀二意 (p.62)

- 一、信来自灵，不信来自魂
- 二、神永远是「我是」
- 三、在各个领域应用心意更新的原则

第十期：运用权柄，宣告结果 (p.69)

- 一、神赋予人类管理这地的统治
- 二、除掉所有不信，宣告神的结果
- 三、神回应你的方式

第十一期：心意更新的一致性、经常性、重复性 (p.78)

- 一、心意更新的基本原则是被真理构成
- 二、疫苗重金属封闭和激活大脑部分区域
- 三、深度学习，专注一件事

第十二期：凭心意更新改变眼所看见 (p.84)

- 一、决定专注目标成全天才品质
- 二、改变思想说话成就第二天性
- 三、行使天国权柄成为天国模样

第十三期：基督思想的运行 (p.70)

- 一、非基督思想导致错失服侍良机
- 二、行在圣灵丰满里的基督思想
- 三、神经形成不是心意更新
- 四、基督思想的运行

第十四期：魂被灵训练与基督思想对齐 (p.97)

- 一、什么是天然人的思想
- 二、结合科学和圣经，谈灵魂体的互动
- 三、灵训练魂，通过魂影响身体

第十五期：攻倒思想中阻挡人认识神的坚固营垒 (p.103)

- 一、从圣经的角度来看我们的思想
- 二、教会理当向世界显明神的智慧
- 三、争战的兵器是用心思的领域

第十六期：灵的特征，大脑和思想的关系 (p.110)

- 一、你的灵有三种不同的特征
- 二、大脑的功能运作
- 三、大脑与思想的关系

第十七期：离开旧约的心意，进入新约的心意 (p.116)

- 一、大脑神经元创造记忆，增大记忆空间
- 二、旧约的心意：基于表现的系统
- 三、新约的心意：基于基督恩典的心意
- 四、肉体的心意

第十八期：属肉体的心意和属灵的心意 (p.122)

- 一、属肉体和属肉体的心意
- 二、属灵心意的假冒
- 三、属灵的心意

第十九期：脱下旧人，穿上新人 (p.129)

- 一、区别属灵的心意和属肉体的心意
- 二、脱去旧人，穿上新人
- 三、这新人在知识上渐渐更新

第二十期：真实和假冒 (p.137)

- 一、属灵的鉴别
- 二、假冒的福音
- 三、有能力驱而非被能力驱动

第二十一期：圣经的默想 (p.145)

- 一、心意更新培训实操演示
- 二、新约是圣灵的心、基督的心
- 三、真正的圣经默想

第二十二期：默想神的话 (p.151)

- 一、切切寻求，对神上瘾
- 二、思考，与默想对应
- 三、高标准、严要求

第二十三期：思想和思想的训练 (p.157)

- 一、心意更新培训督导跟进
- 二、思想
- 三、思想的训练

第二十四期：大脑和思想的运作 (p.163)

- 一、大脑和思想的关系及运作
- 二、保持大脑和思想活跃
- 三、神创造的美意

第二十五期：通过决定/思考/说出而改变身体 (p.169)

- 一、神经胶质细胞
- 二、通过思想和说话改变身体
- 三、培养自律，重塑习惯

第二十六期：健康的思想和有毒的思想 (p.176)

- 一、有毒的思想
- 二、属灵的诊断和治疗
- 三、健康的思想

第二十七期：思想和话语 (p.182)

- 一、思想和话语的果效
- 二、思想和话语的运用
- 三、重复是记忆之母

第二十八期：习惯、语气和专注 (p.189)

- 一、重复，养成习惯
- 二、话语的威力
- 三、专注

第二十九期：专注、目标和集中注意力 (p.195)

- 一、专注
- 二、目标
- 三、集中注意力

第三十期：门徒培训和心意更新 (p.202)

- 一、多任务处理
- 二、视觉化
- 三、沉浸式频谱

注一：本文纯属四活物事工个人对库里弟兄研讨会的学习笔记，不代表约翰雷克/库里弟兄事工

注二：约翰雷克事工官方网站 <https://www.jglm.org/>

注三：每课课后附有该课核心经文/ 问题讨论/ 真理宣告

注四：笔记经文选择：交叉参考圣经恢复本，和合本和英文钦定本

第一期：心意更新是一个过程

一、心意更新是一个过程

1、人会去做对自己很重要的事

有毒思想：我想要心意更新，但我做不到！

健康思想：冲破拦阻，人会去做任何对自己很重要的事。

2、心意更新需要多长时间？

3、属天医治为什么有效？

4、心意更新的过程

有毒思想：基督徒还是有内在医治和情感医治的问题

健康思想：作为新造的人，内在医治在人重生的时候已经完成，基督徒只需将之应用出来。

5、人生命改变唯一的方法是通过心意更新

有毒思想：期待自己的生命可以单单通过被人按手，祷告和属天医治而改变

健康思想：生命的转变来自内心；重生有灵内住和充满，要在生活中学习、明白和应用真理

二、心意更新的目标

1、人大脑被造可以通过说话改变生命

2、心意更新到跟神的话对齐

3、在每个领域以基督的思想思考

三、心意更新讲座的三段主要经文根据

1、第一段：我们是新造的人「林后5:17」

2、第二段：我们有基督的思想「林前2:16」

1) 耶稣行在圣灵的丰盛中

2) 耶稣的意愿与神的旨意对齐

3) 耶稣与父与圣灵完美是一

基督徒的心意更新是基督徒生活的重要部分。心意更新专题讲座可能是库里弟兄所有讲座中科学性最强的一个。他引入了一些科学统计数据，看这些天然世界的研究是如何理解心思意念的。但我们必须从神的话语中去看什么是基督徒心思意念的更新，以及心意更新带来的结果。

一、心意更新是一个过程

1、人会去做任何对自己很重要的事

有毒思想：我想要心意更新，但我做不到！

健康思想：冲破拦阻，人会去做任何对自己很重要的事。

心意更新不是在讲将来的某个时候突然发生的某件事，而是我们心思意念正在进行的逐步变化。所有人都已经开始心意更新。也许有相当一部分人会说「我想要心意更新，但我做不到！」这不是真的！实际情况也许是他们没有、或不愿意花功夫去做能真正使他们心意更新的事情。当人说自己做不到，只是因为受时间、工作等其它各样的事情限

制或干扰，说「我们什么能做，什么不能做，」说到底只是借口而已。从根本来讲，人可以并且会去做任何对自己很重要的事。总会有阻碍、总会有事情阻止你，但你会去做对你最重要的事。大多数人并不是说他们不能这样，是他们不愿去做必要的事。

2、心意更新需要多长时间？

教会中有个问题是人们在教堂里面呆得实在够久，他们来的时候带着一些问题，四十年后仍然拥有那些同样的问题。当他们去世时，他们会去天堂；但他们在地上的生活如同在地狱中。某些人似乎克服了他们的问题，而其它人没有。我开始留意那些能够克服他们问题之人的特征。我不相信、并从未相信神打算花四十年、五十年、六十年、甚至七十年，才能更新人的心思意念，我只是不知道它的细节。我不相信当人的心思意念非常接近更新完成的时候，就是人要离开世界的时候。但目前我们看到的就是这样，即使心思意念接近被更新了，时间也要花很久。

3、属天医治为什么有效？

我们开始学习属天医治，是在我第一个女儿生病期间。她去世之后，我们更加深入地学习神的医治。几年后，神将医治的真理显明给我。我问天父为什么DHT（属天医治训练课程英文简写 Divine Healing Training）有这么好的果效。它显然是圣经真理，但是什么让它如此有效？祂马上把我带到约翰福音第十五章7节，耶稣说「你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。」他说「我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能做什么。」于是我意识到属天医治训练之所以有效，是因为祂的生命在我们信徒身上流淌，是通过我们允许神的大能我们从我们身上流出来。我们开始研究新造的人并进入细节。我为之工作了很长一段时间，把所有发现的材料放在一起整理归纳，并仔细检查，确保它不会有错误的地方，然后我们开始把它呈现给公众。

4、心意更新的过程

有毒思想：基督徒还是有内在医治和情感医治的问题。

健康思想：作为新造的人，内在医治在人重生的时候已经完成，基督徒应该将之应用出来。

心意更新讲座更多倾向于大多数人所说的内在医治。它是关于你的情感医治，也许用情感这个词是最恰当的。但实际上，内在医治在你重生时就应该已经完成了，我们需要把它应用出来才会有变化。只有把你里面新造的人在实际生活中应用出来，耶稣的死才会给你带来平安。这就是心意更新的过程。很简单，事情就是这样发生的。在这个讲座你将能够看到如何做到这一点。

后续会有新造的人讲座和心意更新第二部分讲座。在这次讲座里，我会给你展示一些图表、数据、圣经关于心意更新的教导和必要性。甚至会告诉你具体该怎么做，我们一起来操练。你们回家以后，就知道应该如何实行了。心意更新第二部分的讲座是具体的模块式教学。那个讲座不会有很多讲课，我们将以分组，通过每个人自己学习模块的方式进行。我们不想走得太快，因为心意更新往往是一个缓慢的过程。我们将一次拿一个模块进行练习。通过练习，你会看到在你离开之前自己思想的改变。当你思想意念改变后，你的生命也在这个过程中发生转变。

5、生命改变唯一的方法是通过人的心意更新

有毒思想：期待自己的生命可以单单通过被人接手，祷告和属天医治而改变

健康思想：生命的转变来自内心；重生有灵内住和充满，要在生活中学习、明白和应用真理

生命改变的唯一方法是通过人的思想更新，这是唯一的途径。我们可以通过罗马书十二章1-2节看到这一点「所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。」你的生命改变不是通过某人给你接手，你的生命改变不是通过某人给你祷告。你的生命改变不是通过某人给你做医治的服事。我不是说这些不能改变你生活中的一些事情。如果有人接手在你身上，你得了医治，生活当然有改变。但这不是心意更新，不是生命的转变。**生命的转变来自内心，医治可以从外界而来。**

那么如何更新思想？除了重生、圣灵在你的里面、被圣灵充满之外，你要学习和明白真理，并应用到你生活中。这是最重要的事情，因为这关乎你生命如何改变。如果人们早知道这点，可能就不会在教会呆上四、五十年仍然在对付同样的问题。在我早期成长的教会里，我们认为心意更新唯一的方法，就是简单地承认宣告神的话。你一直在说，一直地说，希望将来有一个变化，当然的确会有渐渐的改变，但那变化是缓慢的，没有发生巨大的变化。我们接下来会讨论这个问题。

二、心意更新的目标

1、人大脑被造可以通过说话改变生命

我非常高兴看到，脑神经科专家叶医生能够将大脑科学方面的研究带入教会。它受到了世界各方教派的广泛好评。这真是太好了！它完成了一件首要的事情，它验证了一个圣经真理，就是我们的大脑被安排好要我们说神的话，做合神心意的事。**我们大脑被神安排好可以用我们自己的语言来改变我们的生命。**

当我第一次听到她说的这些话时，我的第一反应是「我打赌那些信心运动的人一定会很高兴」。但我发现他们中有一半的人并不买帐。他们只是呆在后面，成了问题的一部分。随着有关心意更新方面的科学研究的事实越来越多的出现，有更多的人意识到我们早期做的事情。尽管当时我们被抨击，其实我们的确已经走在了他们的前面。我们这样做是因为圣经这么说，而不是因为科学证明它很好。这就是信心。当人们必须看到科学证明才相信，你不是在走信心之路。科学不过是证实了神的话是正确的，这固然很好，**但神的话语并不需要证实，神的话语祂自己验证自己。**我们会在下面的课上谈论很多关于这方面的事情。

2、心思意念更新到跟神的话对齐

人的行动受意念决定，无论是已经更新的还是没有更新的。**你的心思意念，需要更新到与神的话对齐到一个程度，以至于是神的话决定你每天的行动；**在任何一个方面，如神的话决定你如何反应，那么至少在那一个点上，你的心思意念是更新了的。书店的自助类书籍是其中最大的部分，有很多关于如何改变你的人生的自助书籍，包括如何过更

好的生活；如何改变自己的思想意念；如何更加清晰地思考等等，所有这些信息的中心都是围绕心思意念，思想或大脑。思想和大脑是不一样的两个概念。我很多时候也需要纠正我自己。可以这样看待它们的关系：大脑是硬件，思想是软件。这是真正的关键。基督徒的心意更新不只是思想的不同，更是思考得正确。最重要的是我们的心思意念要更新到神要我们更新的程度。

3、在每个领域以基督的思想去思考

圣经和合本谈到「基督的心」，原文字面直译为「基督的思想、基督的意念」。就像以弗所书四章13节讲的「直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量。」我们要长成满有基督的身量，基督是我们的头，我们要长成像祂那样。我们知道这不是指我们长大身体变成和基督一样。我特别地将这个不同指出来。当我们成长像基督那样时，我们身体实际上看上去没有什么不同。当然我们可能看起来不同，因为我们更健康了。单就身体而言，身体不会改变那么多。真正会改变的归结为一点：**当你行在基督的意念中的时候，长成像基督这一概念已经在你的大脑中了，因为你是新造的人里。**

三、心意更新讲座的三段经文根据

心意更新的真理根基，我们要看三节经文：林后五章17节；林前二章16节；罗马书十二章1-3节。最主要的经文是哥林多后书五章17节，虽然它不是我们讲得最多的，但如果撤去这节经文，诚实地说，我们就是在这里浪费时间。我会告诉你，为什么我们把林后五章17节放在罗马书十二章2节前面。

1、第一段经文：我们是新造的人「林后5:17」

哥林多后书五章17节「若有人在基督里，他就是新造的人。」有一个翻译说「新造的人」是一个从来没有存在过的新的物种。**如果你不是新造的人，你就不能将你的心思意念更新到神的话语上**。请留意思考这个点，接下来我们会谈论很多有关灵、魂（心思）、体的联结。联结并不仅仅意味着你知道1+2，或者你知道1，2和3。我所说的是一个实际的身体上的联结。你的身体与你的魂有实实在在的联结，你的魂与你的灵也有实实在在的联结。你如果没有灵的重生，你就不能通过灵成为神的居所。你的灵必须重生，祂的灵在你里面是通过你的灵重生你。然后这个灵必须以某种方式与你的身体联结，因为没有灵的身体是死的。必须有个地方能将身体和灵联结起来。魂是在我们身体里，灵要与魂联结。魂基本上是把灵的信息传递给身体，反之亦然。它们都是互相关联的。**我们的灵将信息传给我们的魂，我们的魂将信息传给我们的身体**。我会用一个图把这些画出来。

第一个经文非常关键，你必须是一个新造的人，**没有新造的人就不可能有基督徒的心意更新**。你可以知道圣经，可以引用圣经，可以理解原则，并按原则生活，这都可行，但这些不会让你心意更新到神的话语的地步。只有当你的思想更新到神的话语时，你才能按照神的意念思考。我知道，在旧约中有几次神说「我的意念非同你们的意念，我的意念高于你们的意念；我的道路非同你们的道路。」但那是在旧约，不是你。

2、第二段经文：我们有基督的心思「林前2:16」

哥林多前书二章16节说「我们有基督的心（基督的心思意念 Mind of Christ），和合本翻译不够准确：谁曾知道主的心去教导祂呢？但我们是有了基督的心了。编者注」恢复本翻译「谁曾知道主的心思能教导祂？但我们是有了基督的心思了。」作为重生的人，都有基督的心在我们里面。我要提醒你的是，基督的心和圣灵的意念是一回事。当我们说圣灵的意念，也就是说基督的意念。我们说我们有基督的心，基督的心在我们重生时进入我们里面。祂的灵进入、内住在我们里面，所以祂的意念在我们里面。关键是我们如何进入祂的意念中，这是一个持续不断地过程。

1) 耶稣行在圣灵的丰盛中

许多人试图让神现出，让圣灵彰显。但在福音书里，没有任何地方在提起耶稣时，提到过属灵的恩赐，一次也没有。从来没有写过耶稣需要靠知识的言语行事。只说「耶稣知道。」为什么？因为他不需要知识的言语。他的意念就是圣灵的意念。圣灵藉着他彰显出来了吗？很显然。但那是靠着圣灵的丰盛行事，不是恩赐。也就是说那不是圣灵的突然爆发，或者说显现，好像在做什么不同的事。耶稣是靠着圣灵的丰盛行事；因为「祂知道」。

2) 耶稣的意愿与神的旨意对齐

耶稣行走在圣灵的丰盛中，意味着祂的思想必须与圣灵的思想完全相同。耶稣说「不是照我的意愿，而是照祢的意愿。」现在我们不是在谈论神的意愿；我们每个人、包括耶稣在内都有自己的意愿。神希望我们能像耶稣一样，将自己的意愿完全顺服在神的意愿里。心思意念更新的有效方法是将你的意愿与神的旨意对齐。你会开始按神的旨意行事，你甚至不会想到是不是神的旨意。看看耶稣在约翰福音十一章41节说什么，他站在拉撒路的坟墓前说「父啊！我感谢你！因你已经听我，我知道你常听我说。…」祂为什么这么说？答案就如他在约翰福音八章29节所说的「因为我常做令你喜悦的事。」

3) 耶稣与圣父圣灵完美是一

耶稣这样做因为祂有神的意念。神的意念在基督里面。父将信息传给圣灵，圣灵将信息传给基督，这之间是无缝的。这就是为什么你从没看到耶稣试图理解天父、圣灵的想法。我们称之为分辨的灵，或者是知识的言语，有时很难区分是哪一个属灵的恩赐。当你在圣灵的丰盛里行事，就不再是哪种属灵的恩赐，而只是圣灵。人们说「我们不是应该渴慕那最好的属灵恩赐，在圣灵里做这些事情吗？」须知道唯一描述属灵恩赐最多的书信是写给最属肉体的教会，而不最属灵的教会。行在恩赐中不会让你属灵或是更属灵，那只意味着你可能需要更多帮助，圣灵必须用这种方式显现来帮助属肉体的人。

《心意更新》第1期经文（共10节）

【约十五5,7】耶稣说「我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子；因为离了我，你们就不能做什么。」「你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求，就给你们成就。」

【罗十二1-3】所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

【林前二16】和合本翻译：谁曾知道主的心去教导祂呢？但我们是有了基督的心了。
恢复本翻译：谁曾知道主的心思能教导祂？但我们是有了基督的心思了。

【弗四13】直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量。

【林后五17】若有人在基督里，他就是新造的人。

【约十一41】父啊！我感谢你！因你已经听我，我知道你常听我说。...

【约八29】因为我常做令你喜悦的事。

《心意更新》第1课 讨论问题：

- 1、什么是真正的心意更新？《罗》12：2 告诉我们了什么？
- 2、我们每天时间有限，你是如何选着去做你所做的事情的？根据优先次序、难度、紧迫性还是你的兴趣？这是否在一定程度上反应出你跟神的关系？
- 3、属天医治为什么有效？内在情感医治如何解决？这与心意更新有什么关系？
- 4、思想和大脑的区别和关系如何？
- 5、灵、魂、体三者的关系是怎样的？
为什么新造的人是心意更新的基础？没有重生得救的人可以做到真正的心意更新吗？
- 6、耶稣为什么能行走在圣灵的丰盛里？
- 7、人们说我们不是应该渴慕最好的属灵恩赐吗？学了心意更新第1课，你如何理解属灵的恩赐？

《心意更新》第一/二期 真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我是一个新的创造，我已有基督的心，已有圣灵的意念，我的生命连于葡萄树，我要生命流露，我要心意更新，我要在短时间内心意更新，我的思想可以对齐神的话语，我不再被世界塑造，而是被神的话充满，我可以察验神良善美好的旨意。阿们。

第二期：心意更新是生命改变的唯一途径

一、心意更新讲座的内容

- 1、基督的思想和人的思想
- 2、神的意志与人的意志力
- 3、以神的命令和圣灵的大能改变人

二、心意更新讲座第三段经文根据「罗马书12:1-3」

- 1、保罗强烈的口气
- 2、从罗马书十二章1-2节看人的灵魂体

有毒思想：只将自己的灵献给神，而不愿魂更新；不要神插手身体，除非有病需要医治。
健康思想：神的救赎和旨意是我们灵魂体全然圣洁。

- 1) 灵 — 由圣灵所生的「弟兄们」
- 2) 体 — 献上为圣洁活祭的「身体」
- 3) 魂 — 不要让世界塑造了你的「思想」

- 3、心意更新是生命改变的唯一途径

三、心意更新的结果是明白神的旨意

- 1、神的旨意从「灵」发出；「魂」解释，「体」执行

有毒思想：源于远东神秘主义，我只想被圣灵引导。我试图让我的思想掏空，让圣灵充满我的思想。我只想跟随圣灵，不去想自己要做什么。如果需要去做，圣灵将会带领引导我。我要除去自我，除掉我所有的欲望，这样就只有神的意愿在我里面。

健康思想：相信神说祂要「给你心中所渴求；不管你向祂求什么，只要信是得着的就必得着」

- 2、同心合意，察验何为神的善良，纯全，可喜悦的旨意
- 3、神的旨意是把你创造为一个完美的新人

有毒思想：你的问题、你的疾病都是因为你灵里出了问题。

健康思想：有罪的你已死。你重生重造是按祂的完美形象，在灵里你被造是完美的

- 4、与耶稣的话对齐，成为主的门徒

一、心意更新讲座的内容

1、基督的思想和人的思想

心意更新训练是关于基督的思想、以及人的思想的讲座。我们两个都会学。在第一个心意更新讲座里，我们会较多了解人的心思意念，然后看它与基督的思想的不同，以及它们应该怎样相互作用。当你把不同的东西结合在一起看，你会看到很奇妙的事情。结合科学研究成果和圣经一起看，你会惊叹原来科学成果与圣经如此相符。我们要分享这两者如何一起工作。我说的两者，不单指科学和圣经，也包括基督的思想和人的思想。如果你还没有听过，有个好消息就是「你比你想像的要聪明得多！」当然除非你是青少年，那你就像自己想得那么聪明。

2、神的意志与人的意志力

我们的属天医治训练 DHT 和新造的人的讲座，彻底改变了教会对医治的事工。这个改变是在全球范围里的。看到这些改变真是很奇妙！我相信在接下来的一两年内，人们对心意更新的讲座会有完全相同的评价。因为一旦我们将模块发布出来，人们就可以开始照着付诸行动。你们在这里将要学习怎么做。大多数人只想知道「我该怎么做。」像节食计划中人们所说的「别告诉我该避免吃这个或那个，简简单单来份食物清单；我不需要知道来龙去脉，不用让我研究山核桃派怎么做，我只要能吃一块就行。...给我一份行动指南，我会按照计划去做。」这就是我们要做的。**我会给你一个实际的计划，你若付诸实践，你将能够看到改变。**

上期提到多年来我的观察，基督徒的心意更新进展缓慢。认真善良的基督徒参加「教会」多年、甚至数十年，生命没有从根本上改变。很多时候他们只是将自己改造成一个更好的人；很多人只是停止继续活在严重的罪行中，那些罪奴役他们，就像奴役非基督徒一样；有些人能通过决心和意志力做到不再犯一些罪，并脱离他们以前的世俗生活习惯。这里你们需要留意并记下「意志力」这个词。不久我们会就「意志力」做一些深入的教导，关于意志，我将解释你的意志和神的意志这些概念。很多人都知道这些，但我们将进行剖析，从神的话里看其真义，不单只是知道它们是什么，那还只是开始。如果我们不知道如何应用圣经里的信息，对我们也没什么益处。我们不仅仅告诉你们意志是什么，还要告诉你们应该如何使用意志力，如何应用出来。在很多情况下还能得到更多意志力，大多数人需要更多意志力。我们会很快讲到这一点。

3、以神的命令和圣灵的力量改变人

查尔斯·芬尼曾经说过「一定有某些特征和特质是基督徒有别于非基督徒的。一定有一些事情是我们基督徒藉着我们里面圣灵能力能做到，而那些里面没有圣灵能力的人是做不到的。如果我们认为那是一个不言而喻的事实，那么我们必须认识到，基督徒改变生命的能力应该有别于非基督徒。」

心意更新讲座材料是以神的命令和圣灵的力量来改变一个人作为依据。这个资料有一个简单的前提：**神命令我们改变，并为我们提供了方法和手段。**如果任何一个非基督徒可以做我们基督徒可以做的，那么我们就没有权力声称神的同在或支持。任何一个「心意更新培训计划」或其它什么「生命改变计划」，必须能产生结果，能自然彰显圣灵的同在和大能；而不是另一个所谓「自助」计划。我不会去书店，把所有「如何改变生命」的自助书整合编辑出一个讲座。我们要从神的话里找答案。当我拜读了叶博士和其它人的一些有关思想和大脑方面的资料，我惊叹于它们与神话语相符的程度。但我们有关心思意念的工作是直接从神的话语来的。**神的话是我们做工的基础和前提。**如我所说：有科学验证是一件好事，但即使没有这些科学验证，我们仍然会教导我们现在所说的。

二、心意更新讲座经文根据的第三段经文：「罗马书12:1-3」

第一期提到了第一段经文，林后五章17节：我们是新造的人；
第一期也提到第二段经文，林前二章16节：我们有基督的心思

现在我们来到第三段经文，罗马书十二章1至3节：我们必须心意更新而变化。

罗马书十二章1-3节「所以弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的，你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验（证明）何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。我凭着所赐我的恩对你们各人说：不要看自己过于所当看的，要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。」

1、绝对影响人生

罗马书12章1节「所以弟兄们，我以神的慈悲劝你们。」保罗说我「劝」你们，这是保罗试图传达一些让人去做事情时，口气最强的用语，「劝」字口气极为强。今天我们听起来不像那么强，是因为我们不习惯使用它。这个词的意思是你「渴望」或「情愿」做任何事情，就像「乞求」某人做这事，因为它是如此重要。不是只让你做某些，你不是要乞求某人带你去一个主题公园。保罗在这里所讲的，是绝对影响你的人生的事情，所以他说“我劝你们”。

2、从罗马书12章1-2节看人的灵、魂、体

有毒思想：只将自己的灵献给神，而不愿魂更新；不要神插手身体，除非有病需要医治。

健康思想：神的救赎和旨意是我们灵魂体全然圣洁。

1) 灵 — 由圣灵所生的「弟兄们」

保罗的信写给「弟兄们」，弟兄们是由圣灵所生的，有神的灵在他们里面，约翰福音三章6节「从肉身生的就是肉身；从灵生的就是灵。」他说「我劝你，弟兄们，」意思收信人是从圣灵所生、是弟兄，要想成为「弟兄」，他一定是从圣灵所重生。此处已经讲到「灵」的角度了，你可以在这画一条线并写上「由圣灵所生」。接着他说「以神的慈悲，」这自动与神的恩典联系起来。保罗马上就会提到恩典。在这里他劝从圣灵所生的人应该做的，是将身体献上，当作活祭。

2) 体 — 献上为圣洁活祭的「身体」

现在他带进了「身体」这个概念，说出一个重生的人应该如何对待自己的身体：身体应该当作活祭献给神「你要将身体献上，当作活祭，是圣洁的。」身体应该是圣洁的，你有一个灵，是圣洁的，由圣灵所重生。你的灵要圣洁，你的身体要圣洁，你的魂也要圣洁，你的灵、魂、体，都要成为圣洁纯全。就像帖撒罗尼迦前书告诉我们的「愿赐平安的神亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘！」我们的灵、魂、体都要成为圣洁。

保罗已经谈到「灵」，称他们为「弟兄」，是从圣灵生的。他又说将「身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。」神期待你保持身体圣洁不是不合理的，把你的身体交给神是很合理的。结合下一节经文，将「魂」也带进来，我们讲的是灵、魂、体全人全然成圣奉献给神。人们之所以有很多问题的原因之一，是他们试图只将他们的灵献给神，而不愿意「魂更新」；其余的，他们对神说：

「我不让你插手我的身体，除非我需要医治；我不让你插手我的魂。不要告诉我什么可以看，什么可以读什么可以听，我该如何正确说话」等。这些都跟你的魂有很大关系。

3) 魂 — 不要让世界塑造了你的「思想」

大多数人可能都知道这节经文，罗马书十二章2节「不要效法这个世界。」「效法」字面含有由外力被压入模具的意思。比如做玩具，先做一个模具，将塑料注入模具中，东西就被塑造成模具的样子。保罗在这里说，**不要让世界塑造了你。**

3、心意更新是生命改变的唯一途径

他已经谈了「灵」，谈了「体」，谈了「魂」。他是在说，不要让世界按其思考行事模式来塑造你，而是要心意更新而变化。这是圣经告诉你如何改变你生命的唯一圣经经文。没有别的方法！你不能通过向神祷告来改变你的心思意念。祂会说「我已经告诉你怎么做了，你就是 要照着做」。祂已经借着重生改变你的灵，你的灵重生了、被重造了、是新的了。但祂改变你的生活是通过你来更新你的思想。保罗说「心意更新而变化。」「变化」原文意思是让你里面的东西表达出来，在外面能彰显出来。他说不要让世界把你放进一个模具中塑造你，而是让你内在的东西在外面被看见；**让你内在、里面的人塑造你应该是谁。**我们在谈论新人，当你重生了，**你重生后，你就已按耶稣基督的形象被重造了，这使我们恢复了起初神造亚当的位置，神照自己的形象造人，神的形象又重新放回到我们基督徒身上。我们接受基督，实际上就是允许神来改变我们。**

三、心意更新的结果是明白神的旨意

当我们接受祂时，祂重造我们；祂已经把祂希望「我们成为谁」以及「如何成为」放入到我们的灵里。**作为基督徒，我们的余生就是如何成熟长大。其实就是从我们里面的「灵」，透过「魂」心思意念更新到一个程度，达到塑造我们外在的表现而产生变化。**

有毒思想：远东神秘主义，我只想被圣灵引导。我试图让我的思想掏空，让圣灵充满我的思想。我只想跟随圣灵，不去想自己要做什么。如果需要去做，圣灵将会带领我，引导我。我要除去自我，除掉我所有的欲望，这样就只有神的意愿在我里面。

健康思想：相信神说祂要「给你心中所渴求...不管你向祂求什么，只要信是得着的就必得着。」

1、神的旨意从「灵」发出；「魂」解释，「体」执行

当你重生时，你的灵得到了重造。但你的灵与你的身体没有直接接触。它必须经过魂。魂包括思想、情感、意志等各个方面。你的灵必须通过你的魂发送信息。然后你的魂告诉你的身体如何做。**当你的心思意念被更新与神的话语对齐时，你的魂就将从灵传来的信息传给身体，使你的身体行出该行的。**你的大脑是你身体的一部分，你的大脑是硬件，它让你的灵表达出来。大多数基督徒来到教会，他们认为应该把大脑掏出来，放在外面的挂帽子的架子上。当今我们面临的主要问题之一是，今天的教会允许东方哲学和宗教的影响渗入教会。因为世界已经采用了许多东方哲学，基督徒生活在这个世界上受其影响，将其带入教会。

于是，人们谈话时自动地将这些思想应用到神的话语上。因此，有很多远东神秘主义之类的已经完全渗入教会。甚至到一个地步，有人说「哦，我只想被圣灵引导。我试图让我的思想掏空，让圣灵充满我的思想。我只想跟随圣灵，不去想我要做什么；如果需要，圣灵将会带领我，引导我...」。这些没有一样是圣经说的。**神没重生你，让你变**

成一个没有意志，没有想法要求的木偶。事实上你经常听到基督徒说「我要除去自我，除掉我所有的欲望，这样就只有神的意愿在我里面。」这是佛教。佛教的基本宗旨之一就是消除人一切的欲望。那不是圣经。

神说祂要「给你心中所渴求。」「不管你向祂求什么，只要信是得着的就必得着。」基本上你相信祂，祂说你将拥有任何你想要的。祂没有说要除掉你的愿望，祂说使你的愿望成圣，使你和祂有同样的意愿。所以不是要你倒空思想，而是你用神的话充满你的思想。充满到一个程度，是如此满，以至于你都是按照神的话而行。有了这个基本认识后，让我们继续往下走。保罗说你们要「改变」。他告诉你改变的唯一方法是通过心意更新。他没有说「让我为你祷告，很神奇，你周围的事物会改变」。大多数和你相关的事情，不会因祈祷而改变。我知道这让很多人感到震惊。和你有关的事情的改变，需要你更新你的心思意念。大部分的时候，你「求神」并不能带来改变，祂已经告诉你该怎么做才能改变。这美妙之处就在于没有重生的人做不到这一点。他们花了一生的时间也无法产生真正的改变。他们试图通过心理学或其它方法学习如何抑制他们的欲望，但当你抑制相当长的一段时间后，它在其它地方又冒出来。神的做法是与此不同，祂重造了你，使你的心思意念更新，能够与你里面真正的你对齐。

2、同心合意，察验何为神的善良，纯全，可喜悦的旨意

心怀二意不只是在决定上犹豫不决，这是心怀二意的一种表现。真正的心怀二意是人重生了，心思意念却没有更新。圣灵的意念在你里面，基督的思想在你里面；你的意念在那里，你的渴望在那里；但你的魂还没有更新到你的灵要你行事的方式，这就产生了一个断层。最大程度相符的祷告是当你发现神的话是怎么说的，然后你的祷告与神的话相符。因为这是你的灵和你的魂之间有了共识。每当你这样做的时候，你就是凭信心而行。我保证你这样的祷告一定蒙应允。因为这样没有断层，没有心怀二意。如果你能找到另外一个也是这样的人，你们俩完全同心，事情会立刻成就。真的很奇妙！问题是找到这样的人不容易。因为大多数人，若重生了会有同样的意愿。但同时，很多时候他们的思想没有更新到与里面的圣灵对齐。

这个星期我们先要告诉你们应该怎么做。保罗说通过心意更新来改变。心意更新会产生什么作用？这样做能证明，就能产生证据，叫你们察验何为神的善良，纯全，可喜悦的旨意。不是神有三个旨意，祂的旨意只有一个；祂的旨意是善良、纯全、可喜悦的。我听到人们谈论「我生活在祂的崇高旨意中；虽然可能我没生活在神的纯全、完美的旨意中，但我应该还算是生活在祂善良的旨意中」。神是纯全完美的，没有某种程度的完美。唯有祂是完美的。如果祂接受了你行在祂善良、但不是纯全完美的旨意中，这会构成祂不完美。祂要保持完美，就只能接受完美。

3、神的旨意是把你创造为一个完美的新人

有毒思想：你的问题、你的疾病都是因为你灵里出了问题。

健康思想：有罪的你已死。你重生重造是按祂的完美形象，在灵里你被造是完美的。

出埃及记三十四章7节「为千万人存留慈爱，赦免罪孽、过犯，和罪恶，万不以有罪的为无罪，必追讨他的罪，自父及子，直到三、四代。」人们喜欢引用这里的经文讲述

关于世代咒诅之类的，直到第三和第四代。经上说神不会清除你的罪。罪是不可能清除的。这很重要。这就又带你回到新造的人。**不是你的罪被清除了，而是那个有罪的你死了。你是一个新造的人。**因为神不能接受一个有罪的人，也就是不完美的人。所以祂必须杀了你，重造你，使你在灵里成为纯全完美。这也再次证明了一些说法是错误的。

「你的问题、你的疾病都是因为你灵里出了问题。如果你犯罪，你的灵出了问题，这就是你的病的来源。」首先，如果你的灵有什么问题，那你还没有重生。因为你在祂里面是完全的。**你重生重造是按祂的形象，祂是完美的。在灵里你被造是完美的。**你的灵里没有什么会导致你的身体生病。当人们尝试解释疾病的来源是灵出了问题，这没有圣经根据。

你不能又传讲世代咒诅和疾病的灵里根源，同时又讲新造的人，它们相互矛盾，你无法这么做。这是一个颠覆性的认知，当我们谈新造的人，谈如何心意更新，归结为是要叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。**唯一可以证明察验神的旨意的方法是你心意更新。一个人的思想没有更新，就不能证明神的旨意。**我或许可以退一步说，如果你在某个领域的想法得到更新，你要可以在那个领域验证神的旨意。但问题是，如果你只在一个领域思想更新，其它领域未更新，你还是会自相矛盾。你在一个领域这么说，换个领域就不这么说，这就是为什么心意更新是如此重要。

4、与耶稣的话对齐，成为主的门徒

如何以最快的速度心意更新，而且确保是正确的方法？当我祷告时，启示就开始向我显明。我开始问神，我们该怎么做？我已经看到了真理，我已经准备好，但我们该怎么做？祂开始告诉我说，**其实你要讲的是如何成为真正的耶稣基督的门徒。**这我同意。然后祂说，这意味着你第一件要做的事是使他们成为门徒。耶稣说，如果你们在我里面，我的话也在你里面，你就是我的门徒。你就可以求你想要的。祂说一遍又一遍。如果你想心意更新，就要与神的话对齐；耶稣就是道，就是神的话成为肉身。我做的第一件事就是开始回到耶稣的话上。

我们将要执行的第一个模块就是「**更新我们的意念与耶稣的话对齐，并且告诉你该怎么做**」。这不仅仅是通览所有福音书，查看并引用祂说过的所有的话。我把这些话找出来开始研究，我惊奇地发现，耶稣讲的每一个领域，祂都做了七个陈述。我在这里就不一一列举每个领域了。每个主题领域有二十一个类别。每个类别有七个陈述。这些主题包含信心、医治、地狱、天堂等。你可以拿出耶稣的话的每一个主题，每个主题有二十一个类别，每个类别有七句经文，就是祂说的话。针对每一个主题，你将你的心思意念更新与之对齐。第一步，就是研究耶稣的话语的各个主题。我们将向你展示怎么做。

《心意更新》第2期经文

【罗十二1-3】 所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

【帖前五23】愿赐平安的神亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘

【出三四7】为千万人存留慈爱，赦免罪孽、过犯，和罪恶，万不以有罪的为无罪，必追讨他的罪，自父及子，直到三、四代。

《心意更新》第2课 讨论问题：

- 1、基督徒的生命改变，透过心意更新与“自助计划”有什么不同？你可以举出例子吗？
- 2、【帖前五:23】愿赐平安的神亲自使你们全然成圣。又愿你们的灵、与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘。这节经文里讲到我们要全然成圣，包括哪些方面的成圣？
- 3、《罗 12:2》「不要效法这个世界」，意思是不要让世界塑造了你。举例说明世界是如何塑造你的思考方式？你最近有哪些方面是要拒绝效法世界的？（或世界在哪方面还影响着你？）
- 4、《雅1:8》里讲到心怀二意。什么是心怀二意？什么是凭信心而行？如何操练拒绝心怀二意的心思？
- 5、为什么不能又传讲世代咒诅和疾病的灵里根源，同时又讲新造的人？
- 6、【罗12:2】不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。这节经文告诉我们，察验神旨意的方法是透过什么？

《心意更新》第一/二期 真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我是一个新的创造，我已有基督的心，已有圣灵的意念，我的生命连于葡萄树，我要生命流露，我要心意更新，我要在短时间内心意更新，我的思想可以对齐神的话语，我不再被世界塑造，而是被神的话充满，我可以察验神良善美好的旨意。阿们。

第三期：人类思想功能和基督思想功能

一、不要看过于我所当看的

有毒思想：我不生病，表示我有信心。他们生病，是因他们没信心。

健康思想：我们被告知的任何事情，任何信徒都能做到。

- 1、不轻看信心软弱的
- 2、不高看自己能做的

二、我们与基督同作后嗣

有毒思想：让我们把主的心思取过来放在心上。

健康思想：我们与基督同为神的后嗣，已经有基督的思想在我们里面。

我们拥有耶稣基督所拥有的

三、人类思想的功能和基督思想的功能

1、人类思想的功能

- 1) 堕落前的亚当头脑非凡
- 2) 犯罪后的亚当与神的思想切断
- 3) 人类思想的黑暗程度与明白神话语多少有关

有毒思想：不要谈论知识，知识叫人自高自大。

健康思想：读神的话来获得神的知识不会使人膨胀。让人膨胀的是原本在人里面的傲慢。

2、基督思想的功能

- 1) 神的话就是基督的思想，是灵、是生命
- 2) 重生就是与圣灵连接，与基督的思想「联网」
- 3) 与基督的思想一致，就能做基督所做的

罗马书十二章3节说「藉神给我的恩典，现在对每个人说，不要看自己过于所当看的。」令人惊叹的是，大部分人在处理任何类型的自尊问题时，表现出来的都是自卑。现在科学家甚至说「所谓自命不凡、或者说自视很高、甚至傲慢自负等等这些，几乎都是对其自卑的一种掩饰」。我可以看到其中有些道理。

一、不要看自己过于所当看的

保罗说「不要看自己过于所当看的。」他并没有说不要看自己过高，而是说不要高于所当看的。圣经里的话不是随便说说，而是「句句都是炼净的，」有原因才说。当我开始在书信中，越来越多地读到有关新造的人以及我们在基督里的身份时，我开始意识到，难怪保罗为什么要叫他们平静下来；因为，他们发现到神是如何说到关于新造人的一切。如果你真的没有神的灵，那你会看自己过于当看的。最快让你自视过高的，就是你看自己比别人更强。我不是在讲到处傲慢自大之类的，那很明显不是出于神的灵。但即使是今天在教会，你会看到有些人看自己比别人强，是因为觉得自己有「恩赐」或「恩膏」。不管是叫什么吧，在教会里他们把自己置于其它基督徒之上。现在重点讲讲这点。

有毒思想：我不生病，表示我有信心。他们生病，是因他们没信心。

健康思想：我们被告知的任何事情，任何信徒都能做到。

1、不轻看信心软弱的

「我圣灵充满，相信整本圣经，不像某某人... 或某某教派。」这是看自己过于所当看的想法。我不是在说某个团契或任何群体。只是经上说，**如果弟兄信心软弱，你不是因此而贬低他。你要分担他的重担，帮助他，使他的信心增加；**你给他信心，教导他应该要怎样有信心；你不会看不起他，并说「我有信心，而你没有...」。这是我成长阶段时所在的有些团契的问题之一。「如果你有病，这是因你小信。大家知道我不生病，表示我有信心。他们生病，是因他们没信心。」这是很大的问题，你认识的人都会这样认为。如果有人生病了，他们不会来教会祷告，他们躲起来。因为大家都知道他们没信心，大家都轻看他们。这让人很难真正成长。因为他们必须把这些藏起来。感谢神！我们不用这样。

2、不高看自己能做的

不要看自己过于所当看的，而是要清醒地思考。现在不但要清醒，而是让头脑更加清醒。很明显，我们不是在讲醉酒之类的不清醒。当保罗谈到头脑清醒时，他说的是理性地思考，准确性的思考，批判性的思考；不是批评挑剔，而是决定果断的，能够不傲慢的看待事物；行事合乎其道，看自己合乎中道，清醒地看。如果你真的明白真理，你就会清醒地看。

3节下半节「照着神所分给每个人信心的尺度。」「尺度」前的定冠词，在希腊原文中是没有的，所以没有说「信仰的大小」。这种信仰衡量的想法应该还是有的；这个词存在，但希腊语里没有它，因为不需要这个词。当时的人明白那里的语法。他是说「神给每人一种衡量、或者衡量信仰的方法」。其实有没有这个单词都不重要，**按「信心的尺度」来衡量的话，即使是最小的衡量标准也必按信成就：**马太十七章20节「你们若有信心，像一粒芥菜种，就是对这座山说：你从这边挪到那边，它也必挪去。」我们知道这并不是关于有多少信心。他是在说冷静地思考，清醒地看，准确地看。你要知道，你并不比人多些什么，这是在我们在DHT中讨论过的一件事。

我是在很多「恩膏」「恩赐」等这类教育中长大的，如果我接受了一点这种思想，那么自然会想「我有约翰雷克的恩膏，或者说我有这个恩赐」。我们在早期就明白了这个真理「不要看自己过于所当看的。」这是我们所教导属天医治的十五个秘密之一：不要认为自己比别人更重要，任何人都可以做你能做的事。如果每个人都能做你能做的事，你怎么能把自己看得更重要呢？我们每个人都不同，在基督里的身体里有不同的功用。底线是，我们被告知的任何事情，任何信徒都能做到。正因如此，我们不应该看自己过于他人。这很简单。

二、我们与基督同作后嗣，拥有基督所拥有的

有毒思想：让我们把主的心思取过来放在心上。

健康思想：我们是神的后嗣，与基督同为后嗣，已经有基督的思想在我们里面。

我们上一期提到林前二章16节「谁知道主的心思，就可以指示祂。」这是引用旧约中的经文。他接着说「**但我们有基督的心思。**」人们说：「让我们把主的心思放在心上。」

不！不是我们去把主的心思取过来，而是使用它。你不需要去取得它。如果你重生了，你已有基督的心，你不需要去获得才得到。让我给你们另一段经文来支持这个观点。

约翰一书四章17节「在审判的日子，我们可以放胆无惧，因为祂如何，我们在这世上也如何。」「我们也如何」是现在时态，是现在，在这世界。无论祂如何，我们现在、在这世界上也如何。经上还说，而不仅说...如果我们是有信心的人。「我们是神的后嗣，与基督同为后嗣，」意味着无论耶稣有什么，我们都有。这就是「同为后嗣」的意思。如果我们与耶稣同为后嗣，如果现在我们像祂一样，我们就不会有其他的心，只有基督的心思「基督的思想」。我们与基督是共同继承人，同为后嗣。我们有基督的心「基督的思想」。这是属灵的逻辑，同时也是经文，两者结合在一起看，永远是好的。

三、人类思想的功能和基督思想的功能

1、人类思想的功能

我们将会看到很多关于人类思想的事实。尤其盼望在这段时间，我能更准确地描述或定义人类思想的功能和基督思想的功能。这要有所区分，有很多东西要看。

1) 没有堕落之前的亚当头脑非凡

当亚当被造出来时，他很聪明，能够给所有动物命名。神说无论他叫它们什么，它们就将以此命名。祂没有说「让我来告诉你叫它什么。」亚当也没有问神「你想如何叫这个？」当它们出现时，他看着它们就命名，不管它是什么；那时叫什么，现在就叫什么。我个人并不将此立为一个教义，因它不是。没有人靠这得救。我个人认为亚当当时怎么称呼它们，就是它们今天所称的物种的名字，我相信是这样。这不仅仅说「这是一只狮子，那是一只老虎...」我相信，他实际上就是这样称呼的。在我们所说的老虎或狮子中，比方说一只狮子，我们称它为狮子，其它国家会有不同的名称，用不同的词，不是所有地方用词一样；但当你看到这些物种的特性时，不论在哪个国家，它们是一样的。亚当所说的那个名字，必须是整个人类都知道的名字，而不仅限于一个群体。当然，这不是我要讲的教义，只是对我来说比较说得通。堕落前的亚当头脑非凡，所以当他没有遵行神时，他的罪疚感就更大。因为「给予越多，要求也会越多。」如果亚当有如此非凡的大脑，他也当有如此多的理智，这就是为什么罪疚感如此强烈的原因。比较堕落之前的亚当，和堕落之后的亚当，人类的智力水平开始下降。

2) 堕落犯罪后的亚当与神的思想切断

我跟撒姆尔博士在一起时，他告诉我一件事。他去过很多国家，无论到哪里，他尽量去参观。他到英国时，在伦敦参观了英国自然历史博物馆。里面有些考古的东西，显示在亚伯拉罕时代，人们在迦勒底的生活。当亚伯拉罕离开迦勒底时，他们的房子里有热水和冷水供水系统。和当时相比。这可是个好地方。你是否意识到，直到19世纪末期，我们的房子里都没有热水和冷水，好长一段时间之后才有。那么为什么早期的迦勒底人就有了这些？我们大约在那两千年后才有？耶稣在的日子里没有。这显示了人类的智力随着时间推移而退化；一段时间后，人类的智力开始下降。亚当犯罪的时候，神说「在你犯罪的时候，你就会死去。」我们知道是他的灵死了，但他的身体并没有死。他在灵里死了，与

神的生命被切断了，这切断了通往思想的生命。所以是生命切断了。正因为如此，人们的知识从光明变成了黑暗。当你看「光明、黑暗」看「不要让你的光变暗」之类这些词时，...你就知道光可以变暗，这些字眼在灵里的层面都跟知识有关。

3) 人思想的黑暗程度与神的话语多少相关

有毒思想：不要谈论知识，知识叫人自高自大。

健康思想：读神的话来获得神的知识不会使人膨胀。让人膨胀的是原本在人里面的傲慢。

平时基督徒不喜欢谈论的一件事就是知识。五旬节派常说「知识叫人自高自大，唯有爱造就人。」是的，知识会使人膨胀 — 如果不是灵里的知识，或不是来自圣灵里的或者基督思想的知识。读神的话来获得神的知识，并不会使你膨胀。让你膨胀的是原本在你里面的傲慢。现在你学到了一点东西，就以为自己「了不起」了。不是知识本身膨胀，而是人本身里面的骄傲因知识而膨胀。我们在讲人的思想、基督的思想、圣灵的思想。我将向你们展示人的思想是如何退化到一个程度，到达临界点后，又如何开始增加的。当人的思想功能开始增加的时候，其增长是惊人的。人们称中世纪为黑暗时代，那个时候神的知识是世界上最不为人知的。黑暗时代直接跟神的话语多少有关。当神的话语从普通百姓手中夺去的时候，黑暗时代就开始了。你几时挪去神话语的光，黑暗就几时肆虐。我们将会看到很多事情就是这样发生的。然后是启蒙时代，文艺复兴时期，人们开始思考，令人惊异的启示开始出现。即使是今天看来，也是令人惊叹的。几个世纪以来，有伟大发现的科学家都是有信仰的人。他们是基督徒，不论认识基督信仰的程度如何，但他们都声称是他们的信仰，他们几乎都与神有直接的关系。他们的日记、传记之类令人惊叹。今天你在学校听不到这些，因为他们不喜欢归功于任何信仰。事实是，这些拥有惊人发现和发明的人大多是有信仰的人。

2、基督思想的功能

1) 神的话就是基督的思想，是灵、是生命

我刚开始研究医治时，曾联系了雷克博士的女儿和她的丈夫，他们帮我联系上了一百多个曾在雷克教会的人。其中一件事最引起我的注意，我与他们中间有些90多岁，甚至近100岁的人聊天时，他们竟然还记得并讲出当年事情发生的日期、地点、人名、家人，以及他们孩子的名字之类惊人的信息。尤其是今天，这个年龄的人有很多人记得很久以前的事，却不记得昨天发生的事，他们有短期记忆问题。我开始问他们一些其它的问题，我发现他们对昨天发生的和八十年前的事都记得很清楚。他们会准确告诉你，约翰雷克在哪一天讲了哪篇道；他们喜欢说当时发生的事情，其中很多细节都与情感有关。但最主要的是，他们每一个人，都说了一模一样的东西。你就可以看到，记忆如此强大，必定有更坚实的基础。我问他们是怎么记住这些东西的。他们说「当雷克博士讲道时，他曾经告诉我们要认识到一个事实，就是约翰福音六章六十三节，神的话语是灵和生命！他若讲神的道，灵与生命就必进入我们里面。不单进入我们的身体医治我们，而且进入我们的魂。神的话语会渗透到我们大脑的每一个细胞。因此，神的生命不仅在我们的灵里，也在我们的大脑里。正因为如此，我们就能记住。」

他们使用经文箴言十章7节「义人的纪念被称赞（字面直译义人的记忆蒙祝福）。」这节经文有几种不同的领受。但他们是这样应用的：他们是公义的，所以他们的记忆是蒙

祝福的。他们有很强的记忆力，我还没有找到和他们记忆力相同的一群人。所以我坚信雷克的话。我也找到雷克自己写的有关大脑的地方，这是多么令人惊奇的。...我说的还只是简单的介绍，我仍然想和你分享很多东西。我想告诉你们我们要讨论的方向。

差不多三十年前，我和他们交流，他们说：「雷克博士说，每当他说这些话，他们是灵和生命。所以，当我们连接时...，」他们没有使用那些确切的术语，这是我自己的用词。每当这个时候他们「就好像在倾听圣灵讲话。当他们与圣灵相连接的时候，就有源源不断的生命和信息流入。这不只是来自他所说的，如果他是靠圣灵而说的，那么那是来自圣灵的流动，而不仅仅是约翰雷克说的话。让我们举个例子：也许约翰雷克说十个字，但在这十个字里，圣灵说了一百个字。」

2) 重生就是与圣灵「联网」，接通基督的思想

当我开始看到「心意更新」，我意识到当我们讲神的灵，我们也讲到圣灵的思想，圣灵也有思想。如果我们与神的灵连接，也就是与神的思想连接，与基督的思想连接。当我们说连接，并不是说我们可以从神那里断开。

假设你在教堂里长大，却没有重生，你有灵，但你的灵因罪是死的，没有神的生命在你里面。我们知道是当人把自己的心交给基督，是灵、是神的话语说出来使人产生信心、使生命发生改变。他们与神联接在一起了。请注意，我们说他们与神联接了。在他们重生之前，他们能听到神的话，他们甚至可以理解，可以做到「我将以这种方式生活、我应该这样做、我应该爱人如己、我应该善待他人...。」即使是没有重生的人也可以知道这些。他们可以知道，并知道这是对的，并且到一个地步，他们可以按此生活。尽管他们总是达不到这些要求，但他们仍可以在某种程度上活出来。他们知道应该这样做，知道他们可以努力，并且在某些方面可以做到。但现在想想看，这是他们还没有与神的灵联结的样子。虽然他们尚未重生，也有这能力去知道、认识真理，并且遵循真理的到一个程度；但他们的灵依然没有改变。如果他们人的本性没有改变，他们将持续亏欠神的荣耀。

但现在当他们与神联结，他们就重生了。约翰福音十五章5节耶稣说「祂是葡萄树，我们是枝子。」耶稣是葡萄树，葡萄树长大了，然后有了我们这些树枝。我们有基督的生命的原因，是因为我们和葡萄树有联结；同样的生命在葡萄树中流动，会流到树枝。从农业和园艺角度转到科学角度来看，技术上的自然连接或必然结果是什么？看起来会像互联网。我小时候没有互联网。你了解什么，得买本书，或去图书馆。图书馆对我来说，是获得知识的神圣殿堂，所有你想知道的都在图书馆。你想知道什么，就去图书馆。我记得曾经有推销员到每家每户去推销百科全书系列，有整套的，可以每个月分期付款。每月支付一定数额，你会得到从A册到B册所有书，要花二十六个月的时间，才可以有一整套。但它就在那里。它是这样的形态被孤立起来。从这一点来说，图书馆被孤立了。我还记得我第一次上网时，即使在图书馆，也是一件完全不同的新事物。现在互联网变得越来越普遍，并且成了人们生活中的一部分。突然之间，你就不用再去图书馆了，因为你与互联网连接上了。你也许什么都不知道，但你有知道一切的渠道，只要动动指尖，你就可以上网读到它。任何主题你都能找出二十个不同的观点。你只是需要决定哪个看法是正确的，所以你依然要思考。

3) 与基督的思想一致，做基督所做的

与此类似的事情是，人类不能创造出任何不像他们自己的东西。人所创造的一切都是按照他的思维方式运作的。这些相机的功能，像人类眼睛的工作方式一样。它们聚焦，延长景深，它们工作的原理像人类的眼睛一样。因为人类用自己的思维方式创造了它们。如果人类用自己的思维方式创造了物品的功能，他们必须在逻辑上与人类的思维方式协调一致。我们可以推论出电脑功能的原理。电脑是如何运作的？你知道你为什么可以使用电脑吗？这是符合常识的。因为它是基于人类思维的运作方式。即使你从来没有碰过电脑。你可以坐下来，可能要花一些时间。你知道是大脑创造出了它，那么它的功能就像大脑，所以「我怎么想，电脑就是怎么运作的。」区别在于你比那台电脑聪明得多。目前，还没有一台电脑能做到人脑的十分之一。甚至一些电脑的用词，比如「记忆」，就是有关人类的用词，原理也是一样的。换句话说，**人类所创造的都是与人的思想一致的事物。**

我们是按照神的形象受造的。人类犯罪后，这种知识和这种联结就消失了。但现在，当我们重生时，我们重新连接了。我们又连上「网」了，也被称为圣灵。当你重新连上圣灵的互联网的时候，你整个思维方式、你的思想被造是和神的思维方式一致的。

人类堕落之前，亚当的思维是与上帝的思维一致。因为亚当是按照神的形象被造的。今天也是一样。你应该用基督的思想来思考。圣经说我们有基督的思想，并没有说我们有基督的大脑。基督的思想必须在基督的大脑里工作。基督的大脑必须能够运作，能够跟上基督的思想。现在你有了基督的思想，这意味着你的大脑必须能够像基督的思想运作方式运作。这有点像电脑升级，很多人依然试着在没有升级的情况下运行。但当你重生时你就得到升级了，你升级进入了基督的思想。**当你进入到基督的思想中，所有基督做的，你都可以做。**

《心意更新》第3期经文（10节）

【罗十二1-3】 所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。我凭着所赐我的恩对你们各人说：不要看自己过于所当看的；要照着神所分给各人信心的大小，看得合乎中道。

【太十七20】 你们若有信心，像一粒芥菜种，就是对这座山说：你从这边挪到那边”它也必挪去。

【哥林多前书2:16】 和合本： 谁曾知道主的心去教导祂呢？但我们是有了基督的心了。

恢复本翻译： 谁曾知道主的心思能教导祂？但我们是有了基督的心思了。

【罗八17】 既是儿女，便是后嗣，就是神的后嗣，和基督同作后嗣。如果我们和祂一同受苦，也必和祂一同得荣耀。

【约壹四17】 在审判的日子，我们可以放胆无惧，因为祂如何，我们在这世上也如何。

【约六63】 叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话就是灵，就是生命。

【箴十七】 义人的纪念被称赞；恶人的名字必朽烂。

【约十五5】 耶稣说：我是葡萄树，你们是枝子。

《心意更新》第3课讨论

1. 【罗12:3A】 我凭着所赐我的恩，对你们各人说：不要看自己过于所当看的。在这句经文中，「看自己过于所当看的」是指什么？你明白这句话的真理时如何处理自己和其他基督徒的关系？
2. 【太17:20】 耶稣对他们说：是因你们的不信。我实在告诉你们，你们若有信心像一粒芥菜种，就是对这座山说：你从这边挪到那边，它也必挪去；并且你们没有一件不能做的事了。你是如何看待你的信心的？当你说信心大或信心小的时候，你是以什么作为依据来说自己信心大或是小？
3. 【罗12:3B】 神所分给各人信心的大小，看得合乎理智。这里「看的合乎理智」你是怎么理解的？你认为是什么样的原因可以使你的信心增大？是相信神说的话吗？还是凭自己的眼见经历去决定是否相信？
4. 【约壹4:17】 这样，爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子坦然无惧。因为他如何，我们在这世上也如何。这里「他（耶稣）如何」的「如何」都包涵了哪些内容？
5. 现在我们和耶稣同为后嗣，做为继承者，你知道你拥有和耶稣一样的能力和权柄吗？你准备照着耶稣去做的，立刻就去做吗？还是要再等等看？如果你犹豫不决，那是什么拦阻了你这么做？

《心意更新》三/四期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我是新造的人，我看自己合乎中道，我有基督的思想，我的思想连于基督。我相信圣经，并相信我能活出圣经，我要用我的言语激活，我用我的行动激活，我的思想必要攻破一切坚固营垒。

第四期：科学事实印证心意更新真理

一、时刻知识更新，保持在线联网

- 1、随着末世的临近，知识会飞速增长
- 2、知识是你如何处理信息
- 3、人缺乏决断力，是因大脑神经元的连接有断点

二、心意更新讲座的四个基本原则

- 1、圣经是无误的神的话语
- 2、圣经真理是我们能相信并在生活中活出来的
- 3、你能完成圣经所说你能做、或吩咐你去做的事
- 4、基督徒的责任是站在该站的位置，并使之成为经历

三、科学事实印证心意更新真理

- 1、三种激活基因的方法
 - 1) 第一种方式是通过话语激活
 - 2) 第二种方式是通过行为激活
 - 3) 第三种方式是通过消极的「信」
- 2、想法作为记忆储存在神经元中
- 3、思想和话语都会创造神经结节
- 4、反圣经的想法最终成为坚固营垒
- 5、心意更新基于建立神话语的坚固台

一、时刻更新知识，保持在线联网

我们正在讲心思意念的更新。什么是基督的心思意念，什么是人的心思意念。上一期我们看到人在堕落之前，人和神有相同的心思意念，人可以与神沟通相交。上期也谈到人重生就好比与圣灵联网了，能够与基督的思想连接交通。你跟思维模式不同的人相交不了。我不能和两岁的孩子相交。我们可以一起玩得很开心，享受在一起的时光和乐趣，但没有切实的交流，没有真正的相交。如果想要有真正的相交，我们必须能够心意相通。

1、随着末世的临近，知识会飞速增长

没有堕落之前的亚当可以和神心思意念相通，但当亚当犯罪后，他的认知和头脑就昏暗了。经过了一段时间，知识不断减少，减少到一定程度就又会开始回升。其中一个主要的原因，就像神圣言所预言那样随着末世的临近，知识会飞速增长，但以理书十二章4节说「但以理啊，你要隐藏这话，封闭这书，直到末时。必有多人来往奔跑（或译：切心研究），知识就必增长。」书中谈到这知识封锁起来了，但一旦打开，知识会呈指数增长。知识呈指数增长，而且越来越快，这得到了科学的证明。我们将会发现，我们会看到快至一个程度，信息不断更新变化将成为一个常态。如今我们的生活被持续的新闻报道、手机提醒等不断涌来的信息所充斥；甚至人们无法看到手机时，就出现紊乱综合症，如果一定

时间不能查看手机，就开始抑郁；人们注意到在没有手机服务或够不着手机的地方，无论男女都出现了和产后抑郁几乎一样的症状。这样就变得严重了。

能够真正跟得上知识更新变化的唯一方法，是一直上网或保持在线状态。这是唯一能让你不断获取信息更新的方法。最终实现它的方式是在人身上有一个物理和生物上的啮合。换句话说，如果有机会做植入手术，使人不需要拿起手机，信息就会以声音的方式，甚至以图像方式等投影在你面前、让你看见，有很多人会全力以赴地去追求。事实上所有信息都正朝这个方向在持续不断地发展。这些与我们主题不太相关，却细思极恐，一面让人生惧，但一面也可以令人非常兴奋。如果你保持跟耶稣的连接，与祂同行，就是令人兴奋的。

2、知识是你如何处理信息

我刚才说我们正朝向知识不断增长的信息时代。与此同时，这也是令人生畏的部分，当你可以获取信息，却没有受过如何处理这些信息的逻辑训练，你会很容易被引导去做任何被告知的事。信息和知识快速增长，但我们必须区分信息和知识的不同。你可以获得了信息，但依然没有知识。知识使我们能把信息分类，就是让这些信息正确的组合在一起。所有的信息你都拥有了，你可以处理信息，做出合理或准确的决定。**信息就只是信息，知识是你如何处理信息。**我最近发现有个问题。我不知道在校学生在学校具体学些什么。最近听澳大利亚的朋友说，三十岁出头的成年人没有被教过如何写草书，从没被教过。现在大多数学校换成使用平板电脑或其他什么的。他们将会看到...。我这样说是根据启示而有的认识，并不是我发预言来让它发生。这些事将会发生，我并不是通过“说”而使这事发生，而是认识到这将要发生：你将会看到越来越多精神障碍，越来越少逻辑。**当你越没有逻辑，困惑就越多。**

3、人缺乏决断力，是因大脑神经元的连接有断点

你会看到，人们尽管已成年也不能做决定，要被指示才知道要做什么。**产生这个现象是因为他们大脑神经元的连接有断点。知识能够从这里走到那里，是通过一个神经元接上另一个神经元，他们是相连接的。当你打字，你的神经元之间并没有产生连接。书写使你的神经元中产生连接。当停止手写，神经元之间产生连接的能力一开始会减少，最终将停止。一旦停止，人们就没有能力做出决定。当你不能做决定的时候，就会依赖有人替你决定，事情就是这样。你将会看到越来越多孩子有精神问题。学校将更少关注学习，更多是应对精神障碍。**

二、心意更新讲座四项基本原则

1、圣经无疑是神的话

圣经是无误的神的话语：请写下「对」还是「错」。

2、圣经真理是我们能相信并能够活出来的

圣经的原文，根据上下文正确断句分解，不与其他经文相矛盾是真理，是我们能相信并在我们生活中活出来的：请写下「对」还是「错」

当你写的时候，可以写「正确」，也可以「是」，或「我同意」，都一样。你这样写的时候，你正在形成神经元之间的触点，将神话语的真理思想与你的思想联系起来。这会帮助你认识到神的话语是真实的。当你读到神的话语时，你已经有了那记忆、那想法，赞同「这是真的」。这就是为什么它是那么重要。我们在做一些小小的练习，帮助你在你的神经通路上建立连接。这是我们整个讲座都要做的，和我们之前所做的讲座都将不一样，甚至是与两年前的上一次不一样，因为我们又成长了。神给了我们更多信息和启示。随着我们继续，我们会把它们应用出来。

3、你能完成圣经上所说你能做，或吩咐你去做的事

圣经说，你能去做神吩咐你去做的事，这些都可以由你来完成。如果需要神的帮助或大能帮助，就可以期待祂的帮助和大能在我们需要的时候出现。请写下「对」还是「错」。「圣经说，你能去做神吩咐你去做的事，这些都可以由你来完成。」这是你首先必须决定要认同的。如果神命令说说「你可以做到」，你必须同意「我可以做到」。

但人通常进来的第一反应是「但是...，我做不了这事。」举个例子，你说「我医治不了病人。」这也算是事实，因为凭你自身你是不能医治病人；你只有和神的灵连接上，神的灵去做医治的工作。如果你里面有断点，你也许会说「我做不了这事」。如果你里面自动有这断点「我做不了这个，这是神在做的。」从这个意义上来说可能是正确的；但你若有这断点，你就永远不会带着你可以完成神旨意的想法去读神的话。所以你必须同意圣经上所说的。如果需要神的帮助或大能帮助，就可以期待祂的帮助和大能在我们需要的时候出现。也就是说，如果神让我做一件事，而我不能独立做到，祂就会赐给我能力去做。因为祂不会命令我去做一些我无法做到的事情。如果神命令我做，而我不能自己独立做到，神有责任提供做这件事的能力。你可以写下「正确」。

4、基督徒的责任就是站在该站的位置，并使之成为经历

圣经说，你现在所拥有的是可以被接受和相信的真理，即使事实看起来相互矛盾，因为事情可以在你里面发生，但外面却看不到。这就是「位置」和「经历」的区别。「经历」是你所经历到的；「位置」是你所拥有的，即使你没有经历到。基督徒的责任就是站在该站的位置并使之成为经历。你可以写下「正确」

三、科学事实与心意更新真理吻合

现在我们要进入讨论基因、染色体和神经元等等所有这些知识。我们讨论过如何从圣经的角度来看世代咒诅的概念。我想让你们认识到，这是真理，也是事实。这是真理，因为它来自圣经。这是事实，因为这是科学。我们身上有基因，有染色体，染色体是不同的。在很大程度上，人有几乎完全相同的表达基因。也就是说，有某些东西在你里面，但你从没体验到它们的存在，我们会说它们并没有被激活，或者说在休眠状态。激活基因有两种方法，也可以说是三种；第三种与前两种有关。

1、三种能激活基因的方法：话语、行为和「信」

在你里面已经有一些基因是活跃的。比如你说「我家里没有人患过癌症」，但让那癌细胞生长的基因在你身体里；不是在你的灵里，而是在你的身体里，它从未被激活，处于

休眠状态。也许你会说「在我的家族里，我们每一代人都有得癌症的，好像永远都不能幸免。」这基因也在你的体内，它可能已经或还没有被激活。有两种方式会激活该基因。

1) 第一种方式是通过话语来进行的。如果你说「我的父母得了癌症，所以我也可能会得癌症」，你就是正在激活那个基因。这意味着它会扩散，不是癌症、而是那个基因会在你的身体释放出来，从而产生一个有利于癌症的环境。如果你家里有人患某种类型的癌症，当你说癌症的时候，这种类型的癌症就会在你的头脑中。**你的大脑知道你做什么，你的身体也明白你的脑子里所想的。**因此这种类型的癌症更容易被激活。

2) 第二种方式是通过行为来进行的。**癌症基因通过按照你所说的去做而被激活。**你们当中有多少人听说过信心？信心是相信神说的话，并按照祂说的去做。但有人所做的是根据人的思想思考决定，而不是用基督的思想。你听到有人说「你听说了吗？某某得了癌症」；「真的吗？我不知道。」你听了，现在你说了，采取了行动。你的「行为」在演绎出某种「信」，而这实际上是恐惧。现在你在恐惧中行事，是消极的「信」。到目前为止所说的有道理吗？你是在用这个方式激活了本来还在休眠的癌症基因。

3) 第三种方式是通过消极的「信」。注意这里有三个部分，你先是口里说出来，然后就像那话是真的那样行出来。你口里说出来，并照此而行，是因为你相信那就是真的。问问自己为什么你会那样说，那是因为你信。当你这样说并这样做时，信就在那、并且被坚固了。我在这里想要展示的是「**信心是如何运用在消极的一面。**」

你可能会说「我才不相信我说的话会激活那个基因，和它有什么关系。」两件事：第一，如果你真的不相信你说的话会对身体有影响，那么我可以保证你还没重生。如果你不相信你的话可以改变你的身体，你也不会相信你的话可以改变你的灵。如果你的话没有改变你的灵，你仍然死在罪中。**你的话改变了你永恒的命运，这是你如何获得重生的方式。你相信、说出来、然后行动、这就是信。**如果你不是「相信，说出来，然后行动」，你就还没有重生。这在自然界中，也是完全一样的。

雅各书3章整章是在告诉我们，你可以用你的舌头改变、调动你的整个身体「**惟独舌头没有人能制伏，是不止息的恶物，满了害死人的毒气。**」你可能不喜欢这样的说法。如果你不喜欢，坦白说，那你可能是在用其消极的一面。但不论你喜欢与否，就像无论你喜欢地心引力与否，它都那样在运行。不论你信不信，科学已经证明，那是事实。

2、想法作为记忆，储存在你的脑神经元中

在你开口说之前，你必须已经有了一个想法。我非常感谢叶博士关于这方面的信息。我们能证明的一件事，就是「想法」其实是作为「记忆」储存在你的脑神经元中。正因为如此，「想法」实际上占据物理空间。从这种意义上来说，想法是事物，因为它占据了空间。这些想法开始占据你的大脑空间。下面，我会和经文联系起来讲。每次当你说什么，如果你可以看到你的大脑，那时你会看到一个小东西会变大。你说得越多，它就会长得越强壮，你在不断地强化它，于是那想法就变得越来越坚固了。很有趣，人们经常攻击说神话语的人，说出来就像是「**你以为你每次这样说，就会创造出一些东西来吗？**」事实是每

当你说话，你都创造了一些东西，在你的神经元中创造了小结节，因为它必须为储存创建空间。每次你说话，你都在造出一些东西，你在为它们创造空间。

3、你的所想所说，都会创造神经结节

那个神经元上的结节原本不在那里。每当你脑子里有一个想法，你的大脑里就要有个地方来存放这个想法，于是就创建一个结节来存放那个记忆。每次你想什么、或说什么，你就会创造出一些结节，而且它们试图处于同一区域，这样更容易被访问到。例如你在学习医治，研究经文；与医治相关的知识会主要集中于一个区域，一般来说这些结节会在同一个区域结合在一起。如果你学习了圣经中的医治，然后又去书店看属世角度的医治的书，大脑就会把这些跟属世的医治相关结节放到另外一个地方，但它会将属圣经医治的相关的结节，通过一个突触来相连。再次，我得要用正确的术语来解释。但这能说的通吗？「属世的医治」被放在一处，会和另一处「属圣经的医治」相连。为什么不放在一起？因为一处存放的是属圣经的内容，而另一处属世的医治不是出于圣经，你的大脑不会把它归档于「圣经」，而是归档于「医治」。你会把「属世医治」和「圣经医治」联系在一起，这有道理吗？

4、反圣经的想法，最终成为坚固营垒

哥林多后书十章4节说「我们争战的武器不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒。」注意这里关键是攻破坚固营垒。这里坚固营垒是什么？它们是一些虚幻的想象，与神的话语不一致的想法。坚固营垒不是魔鬼，而是心思意念、教义、记忆等。你越多地思想这些反圣经的想法，你就越多创造新的结节；你每想一次，就创造出一新的结节。你把过去带到现在，然后以不同的方式重新归档。没有任何东西能回到过去的样子，现在有另一个想法附在上面。长久以往，你所做的就是为所有这些的想法创建了坚固堡垒。你想某件事越多，堡垒就越坚固，你越担心害怕.....。每个担心都是一个想法；每个想法都会产生一个结节；每个结节都像墙上的一块砖；很快你就有了一堵墙；再后成为一个叫做「担心」的坚固营垒，那也就是你大部分所呆的地方。当你有了这样思想的坚固营垒，它就需要神的能力来攻破。这就像电脑一样，你不能只是删除其中内容，你必须删除并添加其它东西进去。你必须用别的东西代替它。就像电脑文件一样总是存在那里，不能真的除去它。你需要的是改变文件中的内容。

5、建立神话语的坚固台

关键是要按神的话语去思考，这样你就能建立神话语的坚固台。箴言十八章10节「耶和華的名是堅固台，義人奔入，便得安穩。」如果你想要安穩，你必須通過思想、說出並行出神的話語，在你的思想里建立神话语的坚固台。基于我们刚讲的，你知道了就可以改变你的生活。这不是说仅有圣经好像还不够，而是科学。就像我以前常说的，科学只是在弄明白神如何做这一切。我们所做的，是从科学的角度向你们展示神已经说过的真理；就是用神的话语来攻下坚固的营垒，将人所有的心意夺回。我们将会讨论一种方法，我要教给你们如何将人所有的心意夺回。仅仅试图正确思考还不够，那些被攻破的思想需要被囚禁起来。我给你们一个提示，「被囚禁」意味着你必须有一种东西把它和其它东西隔离开来。如果这两者之间没有可以用来屏蔽隔离的东西，那它就不是被囚禁。阿们！

《心意更新》第4期经文（共4节）

【但十二4】但以理啊，你要隐藏这话，封闭这书，直到末时。必有多人来往奔跑（或译：切心研究），知识就必增长。

【雅三8】惟独舌头没有人能制伏，是不止息的恶物，满了害死人的毒气。

【林后十4】我们争战的武器不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒

【箴十八0】耶和華的名是坚固台，义人奔入，便得安稳。

《心意更新》第4课讨论问题：

- 1、信息与知识有什么不同？它们之间有什么关联？
- 2、人不能做正确的决定，是什么原因？
- 3、对于位置与经历两个概念，基督徒的责任是什么？
- 4、人体基因被激活的方式有哪两种？
- 5、我们是怎样获得重生的？
- 6、我们说话与想法之间有什么东西连接起来？
- 7、坚固营垒是什么？如何建立神话语的营垒？我们平时是如何对付坚固营垒的？

《心意更新》三/四期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我是新造的人，我看自己合乎中道，我有基督的思想，我的思想连于基督。我相信圣经，并相信我能活出圣经，我要用我的言语激活，我用我的行动激活，我的思想必要攻破一切坚固营垒。

第五期：心意更新的定义

一、心意更新的定义和目标

你应该长成一个状态，就是基督

二、圣灵引导我们明白一切的真理

1、你有责任知道真理，你有击败仇敌所需要的知识

有毒思想：你有你的真理，你的真理对你有好处；我坚持我的真理，我的真理对我有好处。

健康思想：真理只有一个。圣经说，圣灵的工作是带领我们进入一切的真理，不是部分真理。

2、你允许圣灵带你走多远，你就只能走多远

有毒思想：虚假的谦卑「我不想以为我拥有真理。」

健康思想：圣经说你有基督的心，基督的心拥有全部真理。

3、主的恩膏在凡事上教导你真理

4、真理活水是从你里面流出来的

三、心意更新让里面的真理出来

1、一切都在你的记忆中，圣灵引导你回忆

有毒思想：我的大脑有限，已经装满了，不能再学习了

健康思想：人的大脑有足够的内存空间来容纳三百万年的东西。

2、输入决定输出

3、当你决定相信祂能成就一切，你就有了启示

1) 圣灵通过启示使你知道超过你所求所想的

2) 圣灵通过先知帮助我知道如何扬长避短

3) 花时间与神独处连接回忆的碎片

4、必须心意更新，行在其中，生命改变

一、心意更新的定义和目标

基督徒的心意更新，是指将基督徒的心智，恢复到神起初定意人类该有的心理运行状态；心意更新除去所有不属于基督思想的信息、模式、思维方式、态度和局限性，修复基督徒的心思意念。当我们谈论心意更新时，很多人不认为更新有一个结止状态。我们必须意识到，如果我们没有一个看得到的目标，就达不到目标。人们认为成长应该是持续不断直到永恒。成长并不是一直不断，直到永恒。你应该是长成一个状态，这个状态就是基督。问题是从教会出来很多圣经里没有的东西，这些成为了限制。

二、圣灵引导我们明白一切的真理

有毒思想：你有你的真理，你的真理对你有好处；我坚持我的真理，我的真理对我有好处。

健康思想：真理只有一个。圣经说，圣灵的工作是带领我们进入一切的真理，不是部分真理。

当我们说这些时，人们并不相信。他们会读圣经，却说完全相反的话，讲道也是如此。我举一个例子：约翰福音十六章13节说「只等真理的圣灵来了，祂要引导你们明白（原文作进入）一切的真理；因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要

把将来的事告诉你们。」圣灵在祂来到时，真理的圣灵要带领、引导你们进入一切的真理。圣经是这么说的。现在看人们是怎么论及他们所相信的。我会去某个地方的教堂，走到某个地方坐下，跟某个人说话。我从没遇到过有人相信他们可以有一切的真理。他们会说「我不想冒犯你，你的真理可能与我的真理不同。我坚持我的真理，你有你的真理。你的真理对你有好处，但我的真理对我有好处。我们只要和平共处就好。我让你拥有你的真理，你也让我拥有我的真理。」老实说，这是受政治正确的影响，这不是圣经，**真理只有一个**。圣经说，**圣灵的工作是带领我们进入一切的真理，不是部分真理。圣灵不能带领你进入任何一个你不会相信、或是拒绝相信的真理。那叫拒绝知识。**

1、你有责任知道真理

正如何西阿4章6节所说的「我的民因无知识而灭亡。」并不是因为得不到知识，而是「你弃掉知识，我也必弃绝你。」祂用「弃绝」这个词的意思是「我已经在那儿给你了，但你不愿意接受。当你需要它的时候，却没有，因为你不接受，因此你就要被摧毁。」基本上每次你学的知识，就是你刚好需要的，但那知识恰恰也是你不愿意接受的。为什么会这样呢？有两个方面：

1) 神给我们打预防针：

一方面，神知道要发生的事情，祂知道并提醒如何让你预备好防御抵挡。

2) 防止仇敌来把道偷走：

另一方面，当你听到神的话，种一撒下，贼立即来偷那撒在你心里的神之道。无论你听到什么你需要的话，仇敌就要来偷走它。比如你听到天国关于医治的信息而没有领受，我说的没有领受是指你没有拥抱这个信息，因为你可以高兴地接受到了信息，却没有照着行。仇敌明天会来让你或你周围的人生病，牠就是这样试图从你心里偷走医治的信息。你说「我是相信属天医治的」，但你知道其实你还没有相信；你在思考，但你并没有相信，仇敌来了就将其偷走，等着你说「看吧！医治并不总是有效呀！」然后你放弃那个真理，心里说「我的猜想是对的，医治并不总是有效。」这就是你弃绝了知识。因此，仇敌将摧毁你。就是这么回事。你被摧毁，不是因为你没有办法得到知识。你随手可得圣经。你有责任知道圣经里说了什么。

圣经说，神不会让你承受任何考验，过于你所能承受的。无论是什么考验来临，你要深挖，并知道「不论什么，我都有能击败它的能力！」我现在只需回去搜索一下我学过的知识，找出什么适用于对付这个考验。神说我的考验不会超过我所能承受的，我能走过来并且击败它。如果你面临考验，你有击败它的所需要的知识。这意味着你必须照着做。

2、你允许圣灵带你走多远，你就只能走多远

有毒思想：虚假的谦卑「我不想以为我拥有真理。」

健康思想：圣经说你有基督的心，基督的心拥有全部真理。

问题是大多数人不相信圣灵将带领人进入一切真理。如果你不相信祂可以带领你进入一切真理，你就不相信你可以拥有全部真理。你允许祂带领你走多远，你就只能走多远。你不认为你可以拥有全部真理，猜猜会怎样？圣灵无法将一切真理给你。让我告诉你为什

么是这样。如果你不相信你可以拥有全部真理，许多人试图用这样的话作为应对措施或某种虚假的谦卑。「哦，你知道，我不想以为我拥有真理。」但圣经说，你本该有一切的真理。如果你不相信你在任何领域、所有领域上、拥有全部真理，老实说，你就不会相信你可以拥有基督的心。圣经说你有基督的心，基督的心拥有全部真理。

3、主的恩膏在凡事上教导你真理

让我以另一种方式向你表明。约翰一书2章20、27节说「你们从那圣者受了恩膏，并且知道这一切的事（或译：都有知识）」你们知道这一切的事，你不需要任何人教你。

「你们从主所受的恩膏常存在你们心里，并不用人教训你们，自有主的恩膏在凡事上教训你们。这恩膏是真的，不是假的；」圣灵的恩膏住在你里面，祂教你所有的东西；并且祂教导的是真理，不是谎言。你知道所有的事情，你只是不知道你知道。这就是我们有时候会有启示。

4、真理活水是从你里面流出来的

人们一定要清楚，在圣经中，特别是在新约中，从来没说神从天上掉下什么启示，而是说从你腹中流出活水的江河。约翰福音7章38节，圣灵活水「从你腹中流出来」而不是从天上掉下来。我们必须意识到，在你的灵里，你知道所有的事情，你只是不知道你知道。但你的灵知道，你的灵有基督的心。你的灵知道一切，你知道一切，因为祂在你里面。好比我可以说我知道一切：你如果想知道任何事情，就来问我，只要你一说，我就拿起我的手机上互联网。我不知道我知道所有的事情，但它们就在我指尖。我只是在讲人类的知识而已。你的灵也是同样的，你的灵里有基督的心；在你的灵里，你知道一切。所有的事情都在那里面。当你有知识的言语时，不是神从天上对你说话，不是那样的。祂从灵里对你说话，不是从天上掉下来；而是从你的灵到了你的魂，形成话语后，你说出来。因神与你同在。神说「我要在他们里面行走，在他们里面说话。」祂没有说我要对你讲话，而是在你里面讲话。

哇！你们都这么安静！你们都在思考，思考是一件好事！我越研究、越证明了我们教的新造的人是对的。我没有发现任何与我们教的《新造的人》，《属天医治 DHT》有矛盾的地方，它们相辅相成，神将这些事情在灵里完美地放在一起。这是因为我们接受祂带领我们的真理，我们接受祂说祂已经给了我们的真理。当你接受这些真理后，其他你所学的东西就必须与这些真理相符。

三、心意更新让里面的真理出来

1、一切都在你的记忆中，圣灵带你一起回忆

有毒思想：我的大脑有限，已经装满了，不能再学习了

健康思想：人的大脑有足够的内存空间来容纳三百万年的东西。

当你说知识的言语，知识的言语不是神将祂的话降下，而是从你的灵里出来的，是你里面已经知道的。我相信从你在母腹中受孕开始，不是从你出生开始，到现在，你所看到的、想到的、听到的、经历的、感觉到的，一切其实你都知道，都在你的记忆中。今天在来的路上，你路过了一些车或者有些车经过你，你可能没有专注看他们车牌照，但在你

的眼睛的余光中你看到了车牌照。你记得那些车牌号码。你说「不，我不记得。」不，你是记得的，你的问题是你能不能回忆起来了。记忆是它在那里，回忆是你需要的时候能想起来。你的问题不是记忆，你的问题是回想记起的能力。

如果我的电脑摔坏了，开关无法启动，但所有的内存都还在。我只是无法得到它。我必须把它带到知道如何开启它内存的人那里。我们人也是这样。我们的问题不是记忆。你知道你的大脑有足够的内存。它的储存量够你活三百万年。你曾听小孩子说「我大脑已经被塞满，不能再学习了。」这不正确。他们的大脑没有满。他们有足够的内存空间来容纳三百万年的东西。你就是有这么大的内存！你可以去沃尔玛或任何一个店去买硬盘，也就是外存储器。硬盘有 1GB、4GB 等。你的大脑储存量是三百万年。每个星期的储存量相当于三、四个这样的硬盘。想想看，如果你可以将硬盘插入你的大脑，把你所看到的一切都记录下来。一周后你架子上会有三个硬盘，一年后架子上就有一百五十个硬盘。这给你一个概念三百万年的存贮量是多大！你的大脑永远不会存满。所以你没有记忆的问题，问题是你能回忆起多少。我们真正需要的不是如何提高你的记忆力，而是如何提高回想记起的能力。

2、输入决定输出

圣灵就好像属天互联网。关于圣灵应该做什么，试想耶稣会怎么说呢？圣灵应该将你知道的东西回想出来。这是回想、记起，不是你的记忆。你要想记起，就必须先知道。要想知道，就必须输入。首先你要输入神的话，你必须输入耶稣的话。这是我们首先要做的模块之一。你必须要把祂所有的话都输入。圣经在那里，你可以读。当你读的时候，你常常遇到的问题是老想着这句话当时是怎么被教的。很多时候，人们加添东西在里面，他们会说这节圣经讲的是这个意思。当你读到某节经文的时候，你读到的不再是是经文真意，而是别人原来告诉你的意思。圣灵无法将那个意思回忆起来，因为那不是神的话。**圣灵只将能神的话耶稣的话回想起来。**如果圣灵只能把纯净的神的话回忆起来，那么，能回忆记起多少，就取决于你输入了多少纯净的神的话。如果你在教会里充斥的是各样评论或社交取笑，而不是神的教导，如果这就是你所全部输入的，圣灵就不能带给你太多能回忆起的东西。现在我带你们进一步伸展深入。

3、当你决定相信祂可以成就一切，你就有了启示

1) 圣灵通过启示使你知道超过你所求所想的

以弗所书3章20节「神能照着运行在我们心里的大力，充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。」圣灵能把你的记忆回想起来的是你已经知道的。因为那些知识已经在你的记忆中了，所以圣灵可以把它回想起来。如果你相信圣经，如果你决定相信，通过说话和相信，就能打开你里面那个经文的基因。如果你相信那经文说的，神有能力成就一切，超过我们所求所想的。那你就不仅仅局限于圣灵可以将你的记忆，你所知道的带回给你。现在你可以让祂做超越你所知道的。你插入圣灵互联网，你就会发现自己不再仅仅有你的记忆的那些 GB。**当你决定相信并表示祂可以成就一切，超过你所求所想的，你就有了启示。**启示的最终结果是你能思考你之前不知道的事。如果你们能够明白这一点，我都不想只在这里教课，我想拉把椅子，让我们坐在这里一起聊一聊。让我们深入地思考一下。我们还没有深入研究。我们只是在抓挠，甚至还没到表面。就像我们从空中俯拍大地，我们

甚至还没碰到它的表面。一旦你真的明白了这个，那启示将使你的思想能够在生活的每个领域思考得更快，更强，更准。

这么说吧，假如你是一个商人。你想做出正确的交易，而不是错误的交易。有时候你可能与错误的人做出正确的交易。你不想这么做。你也不想与对的人做错误的交易。现在想一想，圣灵是否知道他们是不是合适的人选，然后告诉你该跟谁打交道？祂会告诉你和这个人打交道，不和那个人打交道。明明是那个给我的条件更好，为什么是这个人？这个人会承诺并兑现他的条件，那个人不会。如果那个人不能兑现他的条件，条件再好有什么用。但如果这个人可以兑现他的条件，即使是最不划算的，却是使你能拿到的最好的交易。圣灵知道那个人。祂能告诉你该与谁打交道，祂可能不先告诉你为什么，因为那跟你无关。圣灵也许会说「你信任我吗？我不告诉你为什么，就是别去跟他交易。」你曾经看到过或有过这种人在身边吗？你内心想要喜欢他们，但就是没有发生。你应该喜欢的。他们具备天分、素质、才干、性格，一切都很好，但就是有某样东西阻止。我问圣灵这是怎么回事？祂说这不关你的事。之后你们两年没见，再次见到他时，你们瞬间成了朋友，他改变了，圣灵在他身上作工改变了他。

2) 圣灵通过先知帮助我知道如何扬长避短

我有一个朋友，很有趣，多年前我们第一次见面时，我向他解释有关某人的状况。他说「你认识的这个人，正在发生这个那个事情，原因是这样那样...。」毫无疑问他是个先知。他告诉我有关人们生活中的某些情况，以及他们为什么要做某些事情。当一个人是先知告诉你有关另一个人的内心工作，可以想象他可能也知道你内心的工作。也许他只是出于礼貌不说而已。过了好久，他也没说什么关于我的事情。后来我说「我们已经谈论过这个人、那个人，他们有哪些事情需要改变（我们谈论的并不是别人负面的坏话，只是一些情况我需要澄清）。但你从没告诉我，我需要改变什么。」他说「你从来没问过。」我说「好吧，我现在问了，你为什么还是没有告诉我，我该做那些改变呢？」他看看我说：「没有必要。」我说「什么意思？我知道我自己有的地方需要更正。」他说「是的，你有地方要改进，但你已在努力，你会改好的，我没必要说了。」我说「好的，没问题。但如果你看到我没改好，我给你许可，你要把问题指出来，不要等我来问你。」

随着我们友谊的发展，他向我指出了一些东西。我说「是的，我也知道这个问题，但我害怕改掉它。我觉得它可能和我性格的其它部分是连在一起的，我可以改变这个，却不想改变那个，那个部分是需要被保持不变的。人的个性是一体的，你改变一方面，整体就会改变。所以有些方面我害怕改掉。」他说「不，圣灵将保护这方面。相信祂，你向着那个方向前进，祂会在那里与你会合。祂会保护这一面。实际上，它会变得更强大，因为进入你的光不会被暗淡。」我觉得很有道理，茅塞顿开，所以我全力以赴，不再顾忌。

3) 花时间与神独处连接回忆的碎片

在过去长达十五年的时间里，我总是开会什么的，没休过假期，没有间断工作；我仍与神交谈，与神团契，和祂在一起，但我并没有拿出一段时间单单这样做。最近两年我开始这样做了，而且做得较频繁。实际上我每个月要抽出一周时间尽量不太参与事务，单单与神共度时光。我会去一个小木屋之类的地方，在那里呆两三天。虽然并不总是能花很多

时间，但只要我们能做到的时候，我都会这么做。老实说，把这段时间分别出来，经常让我能把许多碎片连起来。当我每次回来时，总会有些不同。我不是说我不同了，而是事情有了变化。这就是为什么我们对待一些东西有新的看法，特别是心意更新这个领域。早前神告诉我，因为我问过祂这该怎么办，那该怎么办，祂说「回到过去，重新开始做你早年做的，但现在没有继续做的一些事。」我回答说好，就列出了一些事情，开始做它们。正是这些事，使神能够让我们行动起来。

实际上，这些行动打开了启示的能力，使我们看到亮光。在这个过程中，我们在这些领域成长了很多。随着我们在世界的影响力越来越大，我们帮助人们成长的责任也越大。要做到这一点，我们不是仅仅根据已有的知识，而是从神的灵的启示带领我们去需要去的地方。这就是为什么我提到相信神可以带领我们进入一切真理。

4、必须心意更新，行在其中，生命改变

说实话，我没有必要提这个，除非神真是这样试图要推动教会身体进入一切真理。由于人们的思想的营垒，他们认为他们不可能有一切的真理。这便阻挡了圣灵，他们将不会获得知识。我们必须心意更新，我们可以知道一切真理。我们相信圣经所说「我们可以进入一切真理」。现在是时候了，我们实际上知道，我们知道并且要行在其中，我们的生命将会改变。现在是时候了，我们开始知道我们其实可以知道所有的事。知道神可以带我们进入一切的真理。你的灵有一定的容量，这容量不管你充入什么，它就在那里。但如果你相信你不可能拥有全部的真理，那么你所不相信的那个部分在属灵的容量里就占了空间，阻碍了真理的进入。这就是人所累积的传统，使神的话无效。我们必须努力、克服除掉自我，除掉错误的谦卑。错误的谦卑使我们说「哦，我不可能知道所有真理。」不！圣灵的工作是带领我们知道所有事情。如果我们重生，我们知道一切。就是这么简单，我们必须允许圣灵将我们还不知道的事情带出来。这样我们才能拥有一切的真理。

《心意更新》第5期经文

【约十六13】只等真理的圣灵来了，祂要引导你们明白（进入）一切的真理；因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。

【何四6】我的民因无知识而灭亡，你弃掉知识，我也必弃绝你。

【约壹二20】你们从那圣者受了恩膏，并且知道这一切的事（或译：都有知识）。

【约壹二27】你们从主所受的恩膏常存在你们心里，并不用人教训你们，自有主的恩膏在凡事上教训你们。这恩膏是真的，不是假的；你们要按这恩膏的教训住在主里面。

【弗三20】神能照着运行在我们心里的大力，充充足足地成就一切，超过我们所求所想的。

《心意更新》第5课讨论问题：

- 1、什么是真正的心意更新定义及功用？心意更新有没有完成时？
如何确认已经完成心意更新？
- 2、为什么说弃绝知识就是弃绝医治拯救？知道这一切后如何做？
- 3、记忆和回想记起（回忆）的关系如何？
如何建立自己属灵的搜索软件把圣灵给予我们的一切调取出来？
- 4、什么是启示及功用？现在说的先知与旧约的先知一样吗？
- 5、与神独处的重要性是什么？

《心意更新》五/六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我相信圣灵住在我里面，我决定被引导，我要明白进入一切真理，我要输入更多纯净的真理，让大脑思想更新提升，专注于基督，切实地操练，蜕变成基督的样式。阿们。

第六期：心意更新的过程

一、什么是基督徒的心意更新

二、从科学角度看灵魂体互动

- 1、思想和记忆，在大脑里占据空间：短期记忆和长期记忆
- 2、灵、魂、体的运作方式
 - 1) 思想 - 每次只能专注一件事
 - 2) 身体 - 往往是下意识的
 - 3) 灵里 - 可以一边方言祷告，一边做其他事情
- 3、大脑负载越重运转越快，扭转需要越长时间
- 4、把愿望变成意志，意志决定行动
 - 1) 改变想法，通常是接受新信息三天之后
 - 2) 第四天，你已经决定了「做」或「不做」

三、心意更新的过程

- 1、「效法」-「模成」
- 2、「变化」-「蜕变」
 - 1) 将你的光照在人前
 - 2) 在地上生命成长，完成使命
- 3、做出决定，制定计划，开始行动，达到目标
 - 第一，你必须有一个计划，在你离开之前，我们必须给你这个计划
 - 第二，你必须要知道过程。你可以有一个计划，但是你需要一个过程

一、基督徒的心意更新：

我们曾读过关于心意更新的定义：基督徒的心意更新，是指将基督徒的心智，恢复到神起初定意人类该有的心理运行状态；心意更新除去所有不属于基督思想的信息、模式、思维方式、态度和局限性，修复基督徒的心思意念；心意更新把一个基督徒属血气堕落的思想状态重新编程，成为与基督的思想有同样的运作方式和同样功用的状态，使基督徒的心智持续保持与基督的思想和谐并同步。这里讲基督徒的心意更新，我在这特别加上「基督徒」，只有基督徒的思想才有真正意义上的更新。这是我和叶博士关于心意更新的讨论之一。

二、从科学角度看灵魂体互动

叶博士认为心意更新与每天晚上在你睡觉的时候，大脑重新创造的神经胶质细胞相关。有一些特定的细胞在你的大脑中被重新创造。在这个过程中，我们必须记住两件事：第一，大脑不是思想。你可以说，思想是大脑的功能。第二，科学意义上「心意更新」的主要的过程用她描述的术语叫做「神经发生」。每天从晚上睡觉到早晨，你的大脑都在重

新生成新的神经元细胞。你的大脑在这段时间经历一个清扫垃圾的过程，任何不需要用的东西都被扫走。这是一个科学事实。

1、思想和记忆，在大脑里占有空间

短期记忆和长期记忆：当你学习过程中听到某件事，或收集信息时，假设这是你第一次听到它，这信息会伴随你一段时间。从技术上讲，它留在你短期记忆中。在短期记忆中。如果它在四十八小时内没有被强化到你的长期记忆中，它就会被燃烧、用作运行大脑的能量。不管你听到什么，你所听到的信息首先都是存在短期记忆里。它会在那里停留大约四十八小时。在四十八小时结束的时候，你已经做了选择和决定「这些信息不再有用、不再需要了？还是把它转移到长期记忆中。」如果被认为不需要了，它就会消失。

比方说你要去一家餐馆，有人告诉你地址，你要找到这地方，必须记住这地址。去了那餐馆，食物很糟糕，服务很糟糕。不管怎样，如果四十八小时之内，你决定不再回那家餐馆；或者甚至不再想那餐馆的地址，那地址就会在你大脑里消失，你不会记得，除非你再查一遍。当然，如果是食物很糟糕或服务很糟糕，你可能不会想要记住那家餐馆。你可能会说起那家餐馆，但不是它的地址。现在你有餐厅的名字，它会和糟糕的经历联系在一起。但如果有人问它在哪里，你将无法告诉他们地址。你不打算回去，所以不再被认为是必要记住的。但如果你打算回去，你会特意记住这地址，四十八小时内，它将从短期记忆转移到长期记忆。然而离你上次说起它时越久，它就被放在记忆越远的地方。随着你不断地放其他新的记忆，很快你就会忘记它了。它还在那里，你可以回想，除非你刻意去尝试回忆，否则你可能不会想起它。这只是其中的一个例子。我们现在知道**思想也算事物，它们占有空间。想法越多，事物越多，占用的空间越大。**

2、灵、魂、体的运作方式

1) 思想 - 每次只能专注一件事

当你在同一时间经历很多事时，你很容易就会明白，同时处理多个任务的概念是错误的。你不能一心多用，你不能同时做两件事。你大脑里发生的事情，你可以自如地快速切换，即使如此，严格来说，也不是一心多用，你每次只能专注做一件事。你可以很自如地快速转换。看起来你好像能同时做两件事，但实际上你一次只能专注在一件事上。以上结论有两种例外：一种是发生在灵的层面上，一种是发生在身体这一层面上。

2) 身体 - 往往是下意识的

你也许不知道，你的身体同时在做成千上万的事。在这么多的事情中，你可能只意识到其中二千个左右，也就是你身体所集中之处。当一个人站着，甚至是坐在椅子上时，你的身体不停地检查「你在哪？你是否需要调整或移动？你是否有点不平衡？是否要重新调整一下，要不然就有可能摔倒。」你坐在那里时，这些事情都在发生。同样，当你站着或走路时，你身体一直在分析和观察。所有这些事情正在发生，但有 98%甚至超过99.9%的情况，你都没有意识到。你的思想在一个时间只能专注一件事。这是在身体这一层面上。有成千上万的事情在发生，你在下意识思考这些事情，但并没有有意识地去思考。

3) 灵 - 可以一边方言祷告，一边做其它事情

另一方面，在灵的层面上。例如你可以一边阅读，一边方言祷告。为什么？因为这是两个不同的系统，一个是用你的思想，一个是你的灵。当你用方言祷告时，你的思想没有果效。你的思想没有参与，是你的灵在参与，你的灵被造就。这是你唯一可以同时做两件事的时候。一个在身体层面，很多事情在同时发生，你虽然没有意识到，但它正在内部进行。另一种是在灵的层面，你可以在灵里做一些事情，当你和一个人交谈的时候，同时神也在跟你讲话，你的灵里与神在交通；你与人打交道是在你的魂里。这也证明了灵不是魂。这是两个不同的操作系统。**心意更新是让你的思想与灵保持一致。**当你和那人说话时，你的灵同时与神对话，灵通过魂将灵里的真理给那个人，但灵和魂仍是分开的。

3、大脑负载越重运转越快，扭转需要越长时间

就象之前所说，你有很多事情在发生，你大脑不断地在计算，不是你的思想在做，而是你的大脑，是你的大脑在做计算。很多事情同时发生，充斥你的大脑。就好比一列载满货物的火车，似乎车厢很长，尤其在你等它经过时，似乎更长。他们把所有这些都装进了车厢里。装载越多，车厢越多，火车减速越慢，越需要更长的时间，绝对需要更长的时间才能停下来。很明显，它拐弯时不能做九十度转弯，一定缓慢。大约一年前出现了一种子弹火车，其行驶速度打破了陆地速度记录。当时大概是每小时374/英里。现在可能更快。问题是火车越快，负载超重，慢下来的时间就越长。例如在火车上看到前方铁轨上四分之一英里远的地方，有一辆汽车，但火车还是会撞上汽车。因为火车不能像汽车那样一下就停下来，它需要很长一段时间。负载越重，开得越快，放慢或停下来就需要越长时间。这是基本物理常识。

大脑也是完全一样。你的大脑里有很多东西。你生活中发生不同的事情越多，大脑活动越多。你的大脑基本上可以说是地球上运转最快的东西。它的运行速度比其他任何东西都快。一个人听道睡着，并不意味着是他们特别累、或者特别无聊，当然也可能是因为两者的缘故。你去教会很多年，更容易睡着。为什么？因为你听过的经文越多，当经文一说出来，或者一读到，你已经听过了；你的大脑持续不停寻找新的东西。当你听到你已听过的内容，在牧师读完那经文之前，你就会立即自动先完成那节经文，然后你的脑子就走在前面了，于是你瞬间会觉得无聊。很多时候，当然你就决定「我要去睡觉了」，然后就睡着了。你大脑里有很多事情在运转，它显然运行得很快。它慢下来需要更长的时间，因此需要更长的时间来扭转。

4、把愿望变为意志，意志决定行动

1) 改变想法，通常是接受新信息三天之后

改变想法，通常从你的思想转向开始，不是完全改变；改变大约是发生在自打接受新信息后的第三天。当我们开始做讲座的时候，我还不知道。但我现在能从物理上和经文中证明，三天是一个讲座的最佳时间。我不知道你们是否听过「十二使徒遗训 Didache」，是当时广泛传阅的十二使徒讲道集，不是经文，没有包含在圣经里，是当时早期基督徒众所周知，广为流传的启蒙信息。我不赞同里面讲的所有的内容，但相当不错。它的拼写是「Didache」，字面意思是“12”，指十二人的教导。

我给你们举两个例子。第一个例子，遗训上面写着「如果有巡回布道者来到镇上，来到你的城市，并且停留超过三天，教会（那个时间教会通常是在某个人家里聚会）会在三天之后，告诉那个人说他们支持你了（或者如果他们不想支持那个人），如果过了三天，那人还想多呆，就得找份工作。它就是这么教的。第二个例子，当我读到时，我想这需要被讲出来。如果有人来找你，似乎是假借着圣灵的名义要钱，他们就是假先知。不要服从他们，不要听他们的，要给他们做记号。看清楚，如果一个人借圣灵的名义要钱，这意味着他们是假先知。这就是说现在大约 90% 的基督教电视节目都属于这种情况。接受奉献是一回事，拉拢人奉献是另一回事：「让我们读诗篇第78篇，哦，我听到主说78块12分美金，你现在就把它寄出去，你就会在那一节圣经中得到突破。...」这是谎言，是假的，它不是来自神。你如果想扔钱，往别处仍，不要给说这样的话的人。你会发现，这样的人每年他们想要读更多诗篇，不久，他们就读到诗篇125、诗篇145.....。这就是他们书里的一些内容，真的很有趣，里面看起来没有违背圣经，与圣经一致，里面有很好的建议，但它并不是圣经。

2) 第四天，你已经决定了「做」或「不做」

你的大脑思想运转得很快，大脑转弯通常需要三天时间。当他们想要转变思想时，令人惊奇的是，大多数人是在第三天的时候退出。通常是在第三天结束时，在你学新信息的第四天早晨的时候，一般在第四天你已经做出了决定，你是否要做这件事还是不做。即使你说「哦，是的，这很好！我们会继续下去。」在你心里知道「我不会做的。」你可能想这么做，你口里可能说你真的想做。请注意是你「想做」，但你「要做」总是比「想做」要强烈。你必须把你的愿望变成意志。如果你不把愿望变成意志，你什么也不会去做。意志说到底是你去做。如果你没有这样做，还是因为你不愿意去做。如果你愿意去做，你会去做的。就是这么简单。

三、心意更新的过程

1、「效法」- 模成

心意更新把一个基督徒属血气堕落的思想状态重新编程，成为与基督的思想有同样的运作方式和同样功用的状态，使基督徒的心智持续保持与基督的思想和谐并同步。罗马书十二章3节「不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验（证明）何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。」我们被教导不要效法这个世界。「效法」圣经原文字典中编号 4964，希腊词「suschêmatizô G:4964」，来自于新约中的4862，是从4976衍生出来的。如果你想自己查一下，这是直接摘自希腊原文词典。「效法」的字面意思是与「时尚」相同。与时尚相同就意味着一些东西是模特，你把自己塑造得像那个模特。「效法这个世界」，就是说你将自己塑造成与世界的模式相同。钦定本译文是塑造成同样的形象，或与时尚相同。

2、「变化」- 蜕变

经文说「不要效法这个世界，而要心意更新而变化。」这里「变化」这个词，在新约希腊原文字典中是3339「改变形象」。就像我之前说过的「变形」，我们会再解释这个词。它的意思是从字面上或形象上「蜕变」。在钦定中译作「改变、变像、或变形。」

1) 将你的光照在人前

耶稣登山变像时，没有什么降落在祂身上，而是那在祂里面的被外界看到了。经上说我们像祂，我们是光明之子。神是光，你的灵是光。耶稣说「让你的光照耀，人们会看到你的好行为，将荣耀归给你在天上的父。」你的光就是你里面所充满的，它产生好行为。但好的行为不是你的光，好的行为来自你的光。你要意识到光是在你里面，如果我们的肉体没有挡住那光，如果我们能看到每个重生基督徒里面的光，这会很亮，比太阳还亮；因你里面的光，它会如此明亮。总有一天你的身体不会挡住那光，在你的里面的光就会被外面看到。在这个过程中，在你里面的光被外界完全看到之前，你会沿着耶稣的脚踪行，你会成熟到那一点。如果你在地球上呆得足够久，你将会成熟得看起来像耶稣，这意味着你可以到达那个点。你的成熟是在地上发生的，不是天上。你明白吗？让我来证实给你看。

2) 在地上生命成长，完成使命

我们通常所说以弗所书4章的五重执事，是为了让我们成长到耶稣的身量。你如果不相信你能在地上达到成熟，那么你就不相信这五重执事会达到他们的目的。神把他们放在地上来实现这个目的，必须在地上完成。我知道有关学校，天堂等等各种各样的说法。不管是什么，我都听过。但最重要的是，不管你是什么，就你所做的事、或责任、或影响而言，或者别的什么，当你的一生在地上停止，那就是你的结局。换句话说，你的工作是在地上完成的，不是去天上才完成。你成熟必须是在地上。没有魔鬼在天堂里被驱逐，如果你要赶鬼，你必须在地上做；在天堂没有疾病可以医治，如果你要医治病人，你得现在就做。你不要等待认为有更大的作为在天上。是会有但不会比地上更大。地上和天上有完全不同的目的，不同的伟大。我们在地上的目的是照亮这个世界，我们不需要在天上发光。我们必须意识到我们可以成长，在地上成熟到基督的身量，而不是等到我们到达天上。

很稀奇，很多人他们认为每个星期天都可以去教堂，就坐在长凳上，什么都不做，只是同意，然后回家。永远不读他们的圣经，不做其他的事，只要把耶稣当作他们的救主。他们一进入天堂，将会一下变得辉煌，将会在那里得到他们应该有的东西。要知道在地上的时候才是你继承的时候！这就是为什么耶稣死后又复活，以确保祂能在我们身上实现祂的旨意。我并不是说在天上没什么可做，是那个意思。耶稣说「趁着白日，我们必须做那差我来者的工，黑夜将到，就没有人能做工了。」祂指的是祂的死。在肉体死亡时，你的工作停止了。无论你要做什么将带给你奖赏的事，你必须现在就去。不要打算等将来，当你上天堂时，你还可以继续工作、在那里补上、得奖赏。不！事情不是这样的！你在这里的时候就做你要做的事！你必须决定你可以成长为基督的丰满。你可以像罗马书八章说的那样，作为神的儿子显现，像耶稣一样行走在地上。

3、做出决定，制定计划，开始行动，达到目标

我们改变不是因为祷告、预言、按手或其他什么做法，保罗接着说「没有我们的心意更新，我们就不能察验神的旨意。」我们必须决定而且执行让我们心意更新的过程。我之所以这么说，是因为我们在谈论改变你的思想。三天后我们的讲座就结束了。在这里，你们聚集在一起，你们收到很多信息，你要做出决定，你打算用它做什么。你是走后说「这很有趣，这是一个很好的讲座，我学到了一些东西。」还是你会说「好了，现在我知道我的方向，我知道我要做什么。」我将给你们一个计划，这样你就能说「我现在知道该怎么

做了。」如果你要退出，通常在第四天。大约有 80%- 85%的人在三天学完后不再继续。我是从科学的角度来看，你在三天内学到的东西，如果你在第四天的时候停止，你如果没有落实以下两件事，你很有可能不再继续。

第一，你必须有一个计划，在你离开之前，我们必须给你这个计划。

第二，你必须要知道过程。你可以有一个计划，但是你需要一个过程。

你需要知道该怎么做才能让它发生。我所看到的，是神向我们展示如何更新我们的思想，我坚信如果我们按照神指示怎么做的去做，你能知道你的目的地，这就是基督的心。

行走在灵性的丰满中，长成像耶稣一样。这是我对我们的目标，因那也是祂对你们的目标。我坚信，如果我们按照神指示我们的去做，我相信它会导致这样的结果。我相信这个结果应该在小于 2-3年的时间内发生。我已经教这个心意更新的讲座两次了。这是我第二次教。当我看到这个的时候，我知道神的灵说「我不希望你仅仅是一遍又一遍地教这个讲义。」它告诉你需要做什么，甚至如何去做。祂说「我想让你们做的是以不同的方式分享这些信息。」这就是为什么这次我们缩短每堂上课时间的原因之一。如果我们每堂课四十五分钟，我们三天里会有十八堂课。但我们这次用大约二十五分钟完成一堂课，在这三天里大约有三十节课，也就是每天大约有十节课。我们可以在十八节课里讲完讲义的内容；多出十二节课的时间，我们将能够实际操练我们学到的方法。所以这和仅仅是一个讲座就很不一样。我知道神说不希望你只是把它作为一个关于信息的讲座。祂说人们转变的唯一方式是通过心意更新。在他们离开这个讲座的时候，我希望这个过程已经开始了。

我过去教这个讲座的时候，我教他们、告诉他们该做什么，有点像说「希望你们喜欢这些信息，我希望你们能把它用起来。」但是这次为了确保火车转弯，我们将带你们一起看一些模块，并展示如何做。这样到了第三天整天，你们都已经在操练了。到第四天、第五天，你回家后不会再问我从哪里开始？你已经开始了。关键在于你愿意把它捡起来，继续用它。你的思想已经被更新到一个程度，随着你继续操练，它将呈指数增长。美妙之处是你知道你要去哪里。我刚刚告诉你目标是什么，就是有耶稣的样式。你知道我想要带你们去哪里。神会赐给老师或者牧者能力，让他们知道怎样分步训练，使你到达目的地。当你到达，回头看「哇！我是怎么这么快到达的！？」这就像走路，做运动一样。如果你只专注于锻炼，可能会显得很漫长。但如果你边锻炼，边跟人说话，也许你的锻炼是走路，但你边走边聊，不知不觉很快已经走了一英里。你会说「哇，这很快！」因为你注意力没有在那，没有定睛在单独每一步上。这就是我们想要做的，就是帮助你通过分解成小步骤来达到这个目的。当你到达那里，你甚至没有感觉到旅行的时间，但你会到达那里。这就是我们的目标。这就是我们这样做的原因。我得承认，这是完全不同的方式。我们在感受到一些东西，并努力确保它们能发挥作用。

《心意更新》第6期经文（共7节）

【罗十二1-3】 所以，弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此事奉乃是理所当然的。不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

【弗四11-13】 祂所赐的，有使徒，有先知，有传福音的，有牧师和教师，为要成全圣徒，各尽其职，建立基督的身体，直等到我们众人在真道上同归于一，认识神的儿子，得以长大成人，满有基督长成的身量。

【太五16】 你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。

《心意更新》第6课讨论问题：

- 1、只有基督徒的心意才能被更新，为什么？
请用生活中的小见证来说明你的心意是怎样被更新的？
- 2、信息是怎样从短期记忆转移到长期记忆中？
- 3、你对灵、魂、体在我们生命每个层面的工作是怎样认识理解的？
- 4、为什么你必须把你的愿望变成意志？
- 5、罗马书12章二节中，“效法、更新、变化、察验”这四个动词你是怎样领受的？
- 6、你对“我们现在的工作是在地上”怎样理解的？我们在地上工作的目标是什么？怎样去实现？

《心意更新》五/六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我相信圣灵住在我里面，我决定被引导，我要明白进入一切真理，我要输入更多纯净的真理，让大脑思想更新提升，专注于基督，切实地操练，蜕变成基督的样式。阿们。

第七期：心意更新是我们要主动做的

一、什么不是心意更新

- 1、神经发生不是基督徒的心意更新
- 2、神经发生是自动的；心意更新是你去做的
- 3、神经可塑性
 - 1) 当你思考时，在重塑你的大脑

错误思想：我天生就这样

科学解释：大脑连接思想；每次你思考都在重塑大脑

- 2) 通过人口里说出来，就能知道人的心

二、心意的灵需要更新

- 1、你心意的灵 - 心意的态度
- 2、如何更新心意的灵
 - 1) 专注、采取行动
 - 2) 系统、持续的重复
 - 3) 打破大脑的懒惰，常常保持新鲜
- 3、设置你的爱，思念上面的事
 - 1) 你成为你一直所看的
 - 2) 为人守望，却不是与之相交

错误思想：跟什么人相交没关系，因为我都没有真的留意

防卫措施：这是最糟的防卫，无异于全盘接受

- 4、清除所有与心意更新不一致的事！

三、关于《心意更新》研讨会

- 1、科学与真理：圣经是最终的权威
- 2、介绍《心意更新》研讨会
- 3、介绍《属天医治》研讨会
- 4、介绍《新造的人》研讨会

四、心，和动机

- 1、心里所充满的，口里就说出来

错误思想：一个人做什么不重要，最重要的是内心；你不可论断，因你不知道我的心

真理辩证：心里充满的，口里就说出来

- 2、爱神的就照神的话去做
 - 1) 爱不能凭空说话；2) 爱关乎行动
- 3、圣灵的果子：节制 - 自我管理
- 4、什么是圣灵的引导

一、什么不是心意更新

我相信你们已经听过这些术语了，像是神经可塑性 Neuro-plasticity等。

1、「神经发生」不是基督徒的心意更新

当我们很多人还是孩子的时候，我们被告知「人出生时就有的脑细胞数量，就是你一生所拥有的全部脑细胞。」商业广告有时演示人的大脑，诸如什么大脑在皱眉头、滋滋作响等之类的事，广告告诉你脑细胞被耗掉就没有了，用完了就没有了、再也回不来了，这是非常好的恐吓战术，但不是真的。消耗了的脑细胞再也回不来可能是真的，但科学研究发现，我们每天晚上睡觉时，都在重造新的细胞，这就是我和叶博士所讨论的内容。她说「我们谈论的是神经发生Neurogenesis。每天早上，当你的大脑重新产生这些新的神经元时，这就是圣经所说的心意更新」。但心意更新与基督徒有关，与非基督徒无关。所以发生在每个人身上的神经发生，不可能是心意更新。

2、神经发生是自动的；心意更新是你要去做的

另外，神经发生是自动发生的，从技术上讲，你对此做不了什么。圣经上说，我们应该心意更新，心意更新是我们要做的。这表明心意更新不是一个自动的过程。这两件事不可能是一样的。一个是自动的，一个不是。我们曾就此讨论过。不管怎样，我们讲了一点神经发生。

3、神经可塑性

错误思想：我天生就这样。

科学解释：大脑连接思想；每次你思考都在重塑大脑。

「神经可塑性」是一种大脑本性，这种本性允许大脑根据人一贯的思想、说话、和心态而产生身体性变化。「神经」与大脑有关；「可塑性」的意思是可塑的。也就是说，它可以被改革。这就回答了很多不同的问题，甚至包括人的某些生活方式等诸如此类的问题。人们会说「你不明白，我天生就是这样的。」不，这不是真的。不管你在想什么，你是在重新连接你的大脑到你所想的那个方向上。即使他们取出你的大脑分析，依然会看到它就像你所想那样被连接起来，因为大脑将思想连接起来。

1) 当你思考时，你的大脑在重塑

不管你想什么，每次你思考时，你在重塑你的大脑。这就是思想正确的事情是如此重要的原因。你会经常听到我反复强调这个。我原本因此而想说抱歉，但不是因为告诉你真相而觉抱歉。我们必须意识到，你说话不能不加思索，但这是在说另一件事.....

2) 通过人口里说出来，我们知道心里有什么

在你说话之前，你已经有了一些想法；当你有这个想法时，你是在有所思考。严格来说，你不能想着一件事，而说别的事，这样你会被弄糊涂。在马太福音十二章34节耶稣说「心里所充满的，口里就说出来。」通过说话，我们可以看到你心里有什么，也能知道你是如何重塑你大脑的。你是在说你里面的，而你说出它之前都有思考过。当你思考它时就创造了一个新的结节，会引起一个新的思路训练，一个新的神经连接。当你们看一些圣经，当你们开始查考经文，很多不同的经文会出现在你面前，让你有不同的思考。

二、心意的灵需要更新

我们谈论过心思意念里的坚固营垒等等。耶稣说「心里所充满的，口里就说出来。」通过人们口里所说的，我们就知道人心里有什么，如经上说的，有「人里面的知识」，还有「他里面的光变暗」等。

1、心意的灵 - 心意的态度

以弗所书4章23节，

恢复本圣经「而在你们心思的灵里得以更新」

和合本翻译「又要将你们的心志改换一新。」

KJV: 「And be renewed in the spirit of your mind」

圣经说我们必须心意更新，也说我们心意的灵要更新。「心意的灵更新」与「心意更新」不一样。心意的灵「心思的灵，思想的灵」，比较容易理解的说法是「你思想的态度」，你思想的态度需要更新。这样说吧，有人是乐观的，有人是悲观的，这些都是思想的态度。

2、如何更新心意的灵

1) 专注、采取行动

你可以通过专注于它来改变这种心态「心意的态度」。我盼望能把我想讲的全部都分享出来，但如果要这样的话，我们可能会要在这一个月，有很多这样的细节要讲。我们会尽可能讲多一些内容。在此之后，通常在几天之内，你应该会收到一封电子邮件，感谢你的到来，并会给你一个资料免费的网站链接。我在做一件事，按应有的方式创建程序，可使你的思想更新更容易。需要有书面的和音频的材料，有视频会很棒；我们可能会三方面都有「可视、可听、可阅读」。我们要做的是帮助你离开后继续前进。如果你愿意的话，稍后请举手告诉我们是否愿意。我们会给你这个链接，你可以继续，然后你会开始有规律的实习心意更新模块。这样你就能跟上；一旦你开始，就立刻采取行动，我们会帮你。

2) 系统、持续的重复

我们不会一次性给你全部，这不是解决问题的方法。大学考试前的临时抱佛脚，是短期记忆。你需要的是系统的、持续的重复，这是关键，「**重复是记忆之母**」。这是心意更新的基础。我们将告诉你如何做，不只是单纯的宣告。这是很多人「宣告」时出错之处：他们会就一件事一遍又一遍反复地说，这在一定程度上是很好的。但当你去到一个程度，它不再有影响。为什么？因为你的大脑总是在寻找最简单的方法做事，比如「或者我可以从那开始」等，你大脑会马上开始寻找减少思考能量的方法。当你做一些重复的事情时，你的大脑已经知道它要去哪里，会越过它到达它的终点，所以不需要消耗能量思考就能去到那里。

3) 打破大脑的懒惰，常常保持新鲜

你越多了解关于大脑的工作方式，以及思想是如何与大脑协同工作的，你就越惊叹。我们要做的不只是重复到某种程度。我们会告诉你到了什么程度就需要停下来，而不是在

二十四小时内全部做完。在此期间，基本上就是这个程度的工作原理。假设我研究医治，也许要研究讨论关于医治的经文，经文会告诉我们「医治是我们的」。我研究这些经文，然后我把它们变成了一种宣告，或者说确认；或者无论你怎么说，你在一段时间里将不断重复。然后我们会叫停，在医治真理的框架里换档，进入医治的另一面。比如你想研究在赎罪中的医治，继续查看研读那些经文，并开始应用。就像第一天一面，第二天另一面。然后第三天，你回到第一天。所以第一天，第二天，第三天实际上是再到第一天；第四天会回到第二天，第五天是第一天和第三天。它的发展方向会有一个过程。

人的大脑基本上是懒惰的，总想节约能量；你必须打破它来保持新鲜。这是我给你们展示相关性的原因之一。领圣餐非常棒，是人们应该经常做的一些事。人们常常每周都这么做，有的甚至是每天，我知道很多人都这么做，只要你能保持新鲜，这是一件好事。但如果你每天都做，很容易达到一个饱和点，成为一种仪式。你是人在心不在？还是你专注于它，并让它产生影响？这些都是我们将要讨论的：关于关注，关于你的注意力，关于真正的圣经默想是什么，还有怎么做。

3、设置你的爱，思念上面的事

歌罗西书三章2节「你们要思念上面的事，不要思念地上的事。」「思念上面的事」原文字义：将你的爱放在上面的事。并不是只是说「想想」，确实有说「要思想」，但也表明了是「你的感情所在」。爱和思想是有区别的，你可以思想一些事情却没有感情。其实你不会长时间思想某件事却不产生对它的喜爱，这是相辅相成的。

1) 你成为你一直所看的

有些无神论者为了推翻圣经，不断深挖圣经，最终得救了。为什么？首先，他们一直在看圣经，你不可能一直看某个东西而不产生感情，最终产生了感情，然后他们得救了。另一面，也有反面教材。曾经有一位牧师，我没见过本人，但听过很多。他因在新奥尔良酒吧事工而闻名，他去酒吧，叫人得救，令人惊叹。他把他们从那救出来，使他们与神同行。但过了一段时间，也就是几年之后，并非一夜之间，他最终走在了他们原来的路上。换句话说，他背弃了神，最后变成了酗酒者。为什么会这样？因为你变成了你一直所看的样式。

2) 为人守望，却不是与之相交

错误思想：跟什么人相交没关系，因为我都没有真的留意。

防卫措施：这是最糟的防卫，无异于全盘接受。

我们在这个世界上，但不属于这世界。约翰福音十七章14节「因为他们不属世界，正如我不属世界一样。」我们爱这世界的人，但不是爱这世界上的东西「约一 2:15-17」。我们是为人守望，为人见证，但我们不是与之相交。向人见证和与人相交是有区别的。我们不与黑暗相交。我明白我们要去接触人，这是必须要做的，我们不必害怕；真正得救的人不必害怕。与此同时，探望需要救恩的人，和进去看环境而把自己放进那里是有区别的。人们会说「没关系，因为我都没真的留意。」这是最糟的防卫，因你完全不设防，乃至全盘接受。

4、清除所有与你心意更新不一致的事

需要确保你在听什么、看什么。如果你不想心意更新，不想改变你的生活就无所谓，你听什么、看什么都没有关系。但如果你想让你的心意更新、想快速改变，那么你需要做的第一件事就是「**现在就把与你心意更新不一致的事全部清除掉！**」真正合乎圣经的心意更新的最终结果应是：活出耶稣基督的样式。

三、关于《心意更新训练研讨会》

1、科学与真理：圣经是最终的权威

在这个心意更新训练的研讨会上，我们将学习心意更新的神学、科学基础、和心意更新的过程。我们将会提到几位著名的神经物理学家的的工作，我把大脑工作的许多科学和技术方面留给他们，我会不时澄清一些他们使用的术语。我引用的大部分科学数据和他们的名字、论文、书籍都等可以在网上找到。目前来说，我很满意对我所宣扬和教导的东西有科学的验证。然而被科学研究证明为事实的东西，往往明天就会被证明是错误的。在某些领域，通过科学研究，可以帮助人们了解神是如何做到祂所说的。然而在另一些领域，科学还没有赶上圣经的正确性。我们相信圣经，然后等待科学的发展。

2、介绍《心意更新》研讨会

什么是心意更新？让我们再次声明：心意更新是将一个人的思想恢复到最初神所定义的功能和状态。也就是一个人一生，在方方面面一直以基督的心为心，以神的思想思考。真正合乎圣经的心意更新的最终结果应该是：基督徒的思想、反应、谈话、行动并所结出的果子，就像基督成就的、甚至更大的工作。

3、介绍《属天医治训练 DHT》研讨会

多年来，我周游世界，按照耶稣和他使徒的生活和侍奉，教导和训练人们实行属天医治。我们的训练被称为《属天医治培训 DHT》。数十万人接受了培训，创造了数以百万计的康复和奇迹，甚至越来越多死人复活的奇迹发生。这些奇迹不是通过所谓有「超级恩膏」或「超级恩赐」，或由获得「超级灵性程度」的「超级属灵」基督徒而完成。每天我都会收到来自普通男人女人的信件、电子邮件和电话，他们决定让神按祂想要的方式使用他们。他们之所以成为“荣誉的器皿”，是因为他们选择「把握神机」。他们决定按圣经的本意相信并接受神的话，他们愿意放弃人的传统和教导来换取神纯净的话语。

通常在参加约翰雷克事工JGLM会议并学习圣经所教导的关于属天医治的真理之后，他们开始明白，他们能够以如此简单而有效的方式进行治疗的真正原因，并不是因为他们发现了一些秘密的教导，而是因为他们开始像他们真正的自己一样行事。他们发现「**医治有效**」，因为他们开始走出去，做他们一直知道「**他们应该做的**」，并成为他们知道的「**他们是谁**。」因为神和他们在一起！他们开始像耶稣一样去做善事，治愈所有被魔鬼压制的人，因为神与他们同在！

4、介绍《新造的人》研讨会

在世界各地教导和培训男人、女人和儿童如何有效地进行属天医治后，我觉得自己

可以用全部余生来教授「DHT」，这将是一个很好的生活和工作；但我也知道，医治虽然非常重要，也是福音的一个重要方面，但它不是全部。我知道医治之所以变得如此简单容易，是因为「我知道谁住在我里面，祂总是在场、愿意并有能力治愈」

我早期的基督教生活是南方浸信会。我的「属灵DNA」中也有很多五旬节派，因为我的祖先之一是 J.罗斯韦尔弗劳尔，神召会的创始人之一。有些人甚至会称我为「浸信五旬宗」。当我开始认真研究关于医治的圣经时，我接触了一个完整的福音派牧师，他给了我、我的第一个肯尼思科普兰盒式磁带，和我的第一本肯扬的书「身份识别」，从此把我带入信仰话语事工的阵营《WOF - Word Of Faith》。我承认在《WOF》中存在着许多过激言行，但他们当时拥有最多对医治和基督徒身份认知的真理。我不宽恕过激言行，事实上，我一直对此大声疾呼。我的事工尽量杜绝不当言行。

我们的医治教学主要建立在消除WOF阵营的错误的基础上，填补我作为WOF传教士被教授的神学漏洞。我们教导的关于医治的大部分内容是被排除在外的东西，或者是被故意从某些神的将领们的布道和信息中拿走的部分。我知道，问题在于我们不了解「我们在基督里的所是」和「基督在我们里面的所是」。我们的确看到了奇妙的医治和惊人的神迹，然而上帝在我心中的呼唤是寻找我们与神结合的真理。我开始花越来越多时间在使徒书信上。我开始瞥见耶稣向保罗所揭示的「我们在基督里的身份」。在探索中，我祈祷并相信神希望保罗所得的全部启示将提供给我们这一代人。我开始窥见真相。当我花时间思想圣经时，就像站在船头寻找土地一样，随着我越来越接近，陆地的轮廓日益浮出水面，特征越来越明显；保罗的话越清楚，医治越容易。

当我祈祷如何分享我正在学到的东西时，一个基本结构出现了，这个结构成为了我们对「新造的人」的教导。《新造的人》研讨会和教导像闪电一样击中了基督的身体。瞬间人们可以看到圣经背后的权威。无论我们在哪里教《新造的人》，基督徒的生活都在被彻底改变。退后的基督徒，和那些爱神却离开了背道教会的基督徒，正在比任何「复兴运动」所能影响他们的，更快、更强大地复兴。我喜欢教导《属天医治》，但《新造的人》仍然是我最乐于服侍的话题。在我继续研习的过程中，我看到基督徒面临的头号问题不是他们生活中缺乏热情，甚至不是不能胜过罪。它又回到了问题的根本：不在于基督徒「缺乏信仰」，而在于他们有「太多的不信」。

四、心和动机 - 凭果子认树

1、心里所充满的，口里就说出来

错误思想：一个人做什么不重要，最重要的是内心；你不可论断，因你不知道我的心。

真理辩证：心里充满的，口里就说出来。

马可九17-29节，其中一个关键，有一些事你可以做，这有一件很酷的事，耶稣提到了心。整个教会、教会界，总是关注人内心的动机。不是说这不对，但这几乎是你今天到处可听到的「一个人做什么不重要，重要的是动机」。他们总是追溯到动机，动机。事实是我们通常不能总是准确地预测到一个人的动机，然后我们就会自动落入陷阱。人们会说「你不可论断，因你不知道我的心...」，所以基本上教会就不出声了。我们全部都是在讲心，然而却不能去判断一个人的内心。实际上你可以判断一个人的内心，因为可以根据

他们说的话来判断，因为「心里所充满的，口里就说出来。」如果出来的不是好果子，那么里面的就不是好的。就是这么简单，真的都不需要猜测。但是，尤其在政治正确的氛围下，现在甚至看这个都不正确，我想让你们思考这个。我盼望在接下来的几天里，你们在读经的时候，也能这样想。甚至在你自己读经的时候，请注意，耶稣提到了心；尤其是当祂跟法利赛人说话时，祂讲到了心。耶稣并不总是在跟人、普通人说话时提到心。但是有一次，祂确实讲到心，在约翰福音一章47节，说拿但业「是一个真以色列人，他心里是没有诡计的。」这显示了对心的知识，在此耶稣分辨了那人的灵。我们把它称为是圣灵的恩赐。

2、爱神的就照神的话去做

1) 不能凭话语测量

请注意耶稣所吩咐的每一个命令。祂给了两个：第一：尽心、尽性、尽力爱神；第二：爱你的邻舍如己。马太福音二十二章37节「这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。」注意这两个都是去爱。我想也就是「目标是去爱」。换句话说，你必须决定你是否爱。这些术语不是自动量化的，不是你可以自动测量的「哦，我确实爱神，全心全意地爱神！用我全部的心意、全部的力量！」这是按你的说法，我不知道。也许你说的是实话，也许不是。我不知道你的「全部」是多少；我不知道你是否有更多的心、更多的心思去爱神。我虽然不知道却不得不接受你的话。我想说的是，耶稣给出了这些术语，但你无法量化它们。你无法作出判断，因为没有办法定量。让我用讲方言来说吧，如果我用方言说就容易多了（库里打趣）。你可以看到，没有办法真正量化这个陈述，无法测量程度。

2) 爱关乎行为

耶稣只给出了这两条诫命，但祂所教导的绝大部分都与行动有关，与做有关。然而今天的教会已经把一切都变成了「做不重要，关键是你说你相信什么」。耶稣从没说过「你说你相信什么」，祂没有说「祈祷这个祷告」，这是别人提出来的。耶稣说，我怎么知道你是我的门徒？「你为什么称呼我‘主啊！主啊’，却不照我说的去做？...」就好像祂在假设你的心是对的，如果是的话，你会做祂吩咐要做的事。

3、那灵的果子：节制 - 自我管理

【加五22恢复本】但那灵的果子，就是爱、喜乐、和平、恒忍、恩慈、良善、信实、温柔、节制；（原文The Fruits of The Spirit, 不是 Holy Spirit）。

我们不是要评判人，但可以判断果子，果子是人行动的产物。有不同的果子种类。有圣灵的果子，就是那灵在你们生命里所结出的。那灵结出的果子中有「节制」。很多人都不知道「节制」是什么意思，它的字面意思是「自我控制」。圣经说「没有一种那灵的果子，是由圣灵所控制而产生的」。那灵的果子是「你能够控制自己」。我不是在讲我们所以为的「要被圣灵引导」。我是说我们这些基督徒，倾向于认为基督教信仰的终极目标是完全由圣灵带领或由圣灵控制。甚至圣灵本身，也不做工以致最终控制你。这是魔鬼所做的。圣灵的终极目标是给你祂的果子，以便你控制自己。当你控制自己的时候，我们会看见你的心里有什么。如果不用守规则，人们就会按他们内心而活。没有法律没有规则，你就会看见人里面有什么。如果人们不会因为那事惹上麻烦，那项法律就取消了。这说明

正确生活并不在他们心里。他们正确生活，只是不想因做错事而被抓。

基督教信仰的本质是，神改变了我们的本性。我们想要做正确的事，是因为义的美善。圣经说那灵的果子之一是自我控制。「自我控制」的意思是「自我管理」。你能够管理自己！你仔细想想，这和思想有关。你的思想更新到与神的话语对齐时，你可以更多地控制管理自己，这样就能更新思想。你所做的就是你允许圣灵去做祂所做的事。自我管理就是你知道什么是对的，你就去做。圣灵使你有能力去做！

4、什么是圣灵的引导

圣灵的引导并不像我们说的那样「我们只是让圣灵带领我们」。如果你是神的孩子，圣灵引导你。圣经说「**因为凡被神的灵引导的，都是神的儿子。**」**凡一直被圣灵引导的，都是神的孩子。**就这么简单。如果你是神的孩子，你是被圣灵引导的。但这引导并不是引导你去医治病人。根据罗马书八章，圣灵的引导是关于你净化自己，从你生命中清除一些东西，抑制肉体的行为。13节「**圣灵引导你去治死身体的恶行。**」当你更新你的思想，明白神的旨意，按神的旨意行事，你变成了能够自我管理。因为你的灵是属神的，你可以被信任管理你自己，你的奖赏就在于此。如果我们全部所要做的就只是说「圣灵，我把自己全然交给你，你控制我，得着我，我将做你想做的」；接着你相信祂听了自己的祷告，相信自己收到了祷告的答案，这是圣经原则「凡你所求的，你相信你得到了答案，就必得着」。「好了，我现在完成任务了；我不需要圣经了，因为圣灵带领我了...」。你看到这会歪到哪里去了吗？神赐给我们圣经，整本圣经贯穿着「做」和「不做」的事：「做这个，不要做那个；挑旺你里面的灵；更新你的思想」等，祂告诉我们要做所有这些，这不仅仅是说到我们被圣灵完全引导的程度。你被圣灵引导，也许都不知道是在被引导：当你决定「我不看这个」，你在被圣灵引导，因为你在治死你肉体的行为。你听到有人在背后说闲话，你说「我有事要去忙」然后你离开，这是被圣灵引导；但不是说「哦，我的手发热。我得要等着找一个人来祷告」。不，那是完全不同的东西。你不应该使你的手变热才去做。马可福音十六章已经都告诉你该做什么，怎么做。**你要去做祂已经吩咐你的事，你去照做就真是主的门徒了。**

《心意更新》第7期 经文（共14节）

【太十二34】毒蛇的种类！你们既是恶人，怎能说出好话来呢？因为心里所充满的，口里就说出来。

【以弗所书4章23节KJV】「And be renewed in the spirit of your mind」
恢复本「而在你们心思的灵里得以更新」和合本「又要将你们的心志改换一新」

【西三2】你们要思念上面的事，不要思念地上的事。

【约十七14】我已将祢的道赐给他们。世界又恨他们；他们不属世界，正如我不属世界一样。

【约壹二15-17】不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。因为，凡世界上的事，就像肉体的情欲、眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。这世界和其上的情欲都要过去，惟独遵行神旨意的，是永远常存。

【约一47】说拿但业「是一个真以色列人，他心里是没有诡计的。」

【太廿二40】这两条诫命是律法和先知一切道理的总纲。

【太七21-23】凡称呼我『主啊，主啊』的人不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人才能进去。当那日必有许多人对我说：『主啊，主啊，我们不是奉祢的名传道，奉祢的名赶鬼，奉祢的名行许多异能吗？』我就明明地告诉他们说：『我从来不认识你们，你们这些作恶的人，离开我去吧！』

【加五22】圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。这样的事没有律法禁止。

【罗八13】若靠着圣灵治死身体的恶行必要活着。因为凡被神的灵引导的都是神的儿子。

《心意更新》第7课讨论问题：

1. 有关神经可塑性，从科学的角度你有什么认识，这对你心意更新有什么帮助？
2. 《马太12:34b》给我们什么启示来认识了解他人的心意或者自己的心意是否更新？
3. 心意更新的基础或者关键是什么？具体如何应用？
4. 《西3:2》《约17:14》《约一2:15~17》启示你如何理解爱和思想？
5. 真正合乎圣经的心意更新的最终结果是什么？
6. 《马太22:37~40》给了我们什么命令？你如何去回应？
7. 《罗8:13、14》《加5:22、23》提到圣灵的果子“节制”你如何理解并实践？

《心意更新》七/八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我的生命已与基督相连，我爱慕属天的事，我决定快速更新心思的灵，更新思想意念，通过持续、专注地听、看、读、写、想，除去一切杂质，与主同频。阿们。

第八期：集中注意力，深度思考

一、大脑跟着思想

- 1、留意：被人引发注意
- 2、定睛：坚定地或认真地注视
 - 1) 定睛制造了一个联结
 - 2) 定睛是一种强烈的、全部投入的看
- 3、看：关心，或察觉

二、深度思考

- 1、专心思想、专注、集中精力
 - 1) 大脑好像在使劲排除干扰
 - 2) 不是随意，而是聚焦
 - 3) 要操练，这是你必须做的部分
- 2、隧道视觉
- 3、有意向地专注，仿佛去抓住
- 4、听：使劲的方向是信息传达的方向

三、纠缠原则

- 1、库里弟兄父母的纠缠见证
- 2、基督身体上的肢体彼此纠缠
- 3、白血病人得医治的血液纠缠
- 4、圣灵帮助你填补我说话的空白

一、你的大脑跟着你的思想

请记住这点：**你的思想、心意在哪里，你的大脑也跟着在哪里。**你说「我的心思流离不定」，这可能是真的，同时你的大脑也会跟着流离不定。所以要小心，不要让你的思想涣散。有些事情是如此简单，可能只有神才能想到。真的很神奇！人却总是倾向于让一切变得复杂。

有几件事，这些内容不在手册里，但在圣经里。我想给你们看一个关键的东西，你们从现在开始到讲座结束都需要练习使用。当我第一次意识到这些经文在说什么、以及怎么做的时候，我就开始应用它，结果让人吃惊。或许下节课我应该带我写下来的一些东西跟你们分享，是从医学的角度，我可以给你们讲讲。使徒行传第三章，你们有人可能已经听我教过这段经文，今天我想给你们看一些特别之处。三章1节开始「申初祷告的时候，彼得、约翰上圣殿去。有一个人（意思是：就是这个人），生来是瘸腿的，天天被人抬来，放在殿的一个门口，那门名叫美门，要求进殿的人周济。他看见彼得、约翰将要进殿，就求他们周济。彼得、约翰定睛看他；彼得说：『你看我们！』那人就留意看他们，指望得着什么。」他看到他们，他留意看他们，他是想要金钱上的帮助。仔细读，他们一开始没有得到他的注意，是彼得和约翰先跟他说话，他才留意到他们。

1、留意：被人引发注意

这是我们通常对「留意」这个词的用法，先有人引发注意，然后有人留意到。「留意某人说话」，是指某人在说话，然后你留意。「那人就留意看他们，」换句话说，他在人群中发现了他们。我们不知道那是多少人的群体，他们是不是流离在人群之外。但不管怎样，他发现了这两个人，彼得和约翰。「他留意到他们」，圣经说他「求他们周济」，他想问他们要钱。他并没有期待医治，他指望得着钱。

2、定睛：坚定地或认真地注视

三章4节「彼得、约翰定睛看他；彼得说：你看我们！」这是我想讲的重点。圣经这里为什么不直接说「彼得约翰正在看这个人」，或者「彼得约翰看见了这个人」。我们可以这样想，但圣经没有这样说。这里说「彼得约翰定睛看他。」「定睛」在什么东西上，是指与那个东西联结在一起。「定睛」这个词在原文字典中编号是816。很明显这是一个希腊词，它的意思是「作为整体中一个很小的部分」。

1) 定睛制造了一个联结

彼得约翰定睛看着他。换句话说，他们制造一个联结，使双方之间有了一种联系。本质上讲，他们制造了整体中的一部分，他们与那个人结合在一起。他们没有只是瞥了他一眼就走过去了「哦，这里有一个瘸脚的家伙。」他们没有只瞥一眼，彼得定睛在他的眼睛上。有一种翻译是「向某一方向延伸」。

2) 定睛是一种强烈的、全部投入的看

另一种翻译是「坚定地或认真地注视」。彼得约翰坚定地注视着他的眼睛，他们看着这个人。我这么说的原因，是这种定睛带着一种意图，我应该用一个比意图更贴切的词。当彼得约翰看着这个人的时候，这是一种强烈的、全部投入的看。这种看不是他就瞥他一眼，而是把注意力都集中在他身上。我甚至敢说，在那一刻，在他们眼里没有其他任何东西存在，只有那个人。彼得约翰定睛看着他，他们和他联结在一起。你可以在圣经中不同的地方多次看到这个词。有一处我记得是耶稣转身，坚定地向耶路撒冷走去。

3、看：关心，或察觉

彼得约翰定睛地看着他，他们说了什么？「彼得说『你看我们。』」「看」和「定睛」是不一样的词。「看」是常见的用法，其字面意思是「关心或察觉」。他说「看我们」，没有说「嗨，往这看」。他说「听着，关心这里，你要察觉」。换句话说，注意有些事情正在或即将发生，这是一个非常紧张的时刻。我想现在就分享一个本可以留到会议最后一天讲的步骤，我想让大家开始在这里学习的时候就开始应用。比如下雨、下雪、有冰，有暴风雪等天气开车时，尤其是下雨时，可能是一场暴雨，车里其他人可以做他们的事；如果是你开车，你会集中注意力，努力透过雨幕看清前方道路。有时可见距离可能更远些，但你一定目不转睛，密切注视前方。卡车司机经常会遇到一个问题，使得他们不得不戴眼镜。因为他们开车时，一直向前看不眨眼睛，眼睛就会变干，这种干眼症导致他们不得不戴眼镜。

二、深度思考

就像我们以前所说的，不是所有的疾病都是因为魔鬼在那里直接操作，有些是种收原则造成的，但魔鬼也是在幕后的。若不是因为魔鬼，疾病就不会出现在这个世界上。但我们不能责怪所有的事情都是魔鬼做的。当然，魔鬼做了牠对亚当夏娃所做的，才有了现在的结果。但这并不意味着，我们必须忍受牠。我们可以胜过这些，这就是耶稣来救赎我们的原因，使我们可以胜过亚当犯罪所导致的结果。

1、专心思想、专注、集中精力

再次感谢叶博士，我提到她，比我上次教这个课程的时候要多。她谈到深度思考。

「深度思考」的说法有很多种，比如专心思想、专注、集中精力，这些词都是一个意思。如果你要集中精力，你就要学会如何排除其它事在外，而专注于一件事。如果你要在这方面得到很好的练习，就是有个孩子。这是一个很好的操练，你将会学习如何集中注意力，屏蔽那些无关的事。孩子们需要帮助，孩子不停地找你。在这过程中，你学会了如何集中精力。

1) 大脑好像使劲排除干扰

听起来有些奇怪，但集中精力有身体上的反应感觉，就像是你在使劲，就像你的大脑使劲想得到它，你很想知道它。我的意思是，你把注意力集中在一个焦点上，排除无关的人，其他任何事情都是干扰。你在努力排除其他干扰，你非常专注，甚至在你的脸上能看到那种表情，感觉你的大脑在使劲，就像肌肉紧张一样。

2) 不是随意，而是聚焦

专注，集中注意力，就是使徒行传三章4节经文中所说「定睛」的意思。它不是随意的，而是有一个集中注焦。当我开始意识到这一点时，我发现在医治服侍中，我必须集中注意力。也就是说，我必须专注在我面前的这个人。如果我在为这个人祷告，出于某种原因，我仍在思考我为前面一个人的祷告。我最好还是回到上一个人那里。因为我想的，所祷告的任何内容都回到他身上，而不是我面前的这个人。能够用你的意志排除任何其他，而只专注于你面前这个人非常重要。

3) 要操练，这是你必须做的部分

深度思考不会自然发生，**圣灵不会替你做，这是你必须操练的部分。**当你把注意力集中在一个人身上，很多时候其他事情也同时在进行，会来打搅你。「不，别问我这个，别管我，别打搅我」，只有这个人，你明白吗？只是这个人。很多情况都是这样的，需要这种程度的注意力集中。我现在讲这个的原因是，因为我想让你们在今天、明天学习的过程中，尽可能多地操练这种专注。这不是不可能，但一开始真的很难持续地做到。你的思想会不断地进出、涣散不定。当你进入，你是在努力集中你的注意力，就像你想要努力得到它。**你专注越多，你得到越多。**

2、隧道视觉

假如你处在一个生命受威胁的环境中，有人拿枪指着你，或用刀逼你，或不不论任何其他类似这种情况。生命受威胁到一个程度，**因为要生存，立即你就能进入专注状态，这个叫做「隧道视觉」**。很多时候警察要训练不去进入这个状态，因为这是一种很自然的反应。所以对于警察来说，训练的一部分就是不能进入那个隧道视觉。有些时候你需要它，有些时候你不需要它。当你需要它时，就是你必须生存下来的时候，你会很容易、不假思索地集中注意力。这就是为什么有时这样也会很危险。因为如果你注意力很集中，你眼睛只盯着正前方，旁边的东西看不到。敌人可能在你面前，你因为过于专注在另一点上，反而没有看见他们。最糟糕的是，如果在前方二十英尺处，再偏离正前方十英尺，你没有看到在那里有个人正在开火。这就是战争中误伤自己人的火力有时发生的原因。他们是如此专注，他们很快地移动射击。有个人就在那里，他却没看到。

你可以通过操练在必需情况下进入专注状态。但在必需情况下你要小心使用。在必需的情况下，你无法控制；你要做的是操练，能够选择去关注，几乎进入隧道视觉。但在得到隧道视觉的同时，你也要训练能意识到旁边的事物。你没有看到，但你能意识到。正因如此，你可以集中注意力。例如，在这个讲座中，很明显，你们朝这个方向看，我并不想让你们把注意力集中在我身上，我想让你专注于你所听到的。从技术上讲，你是否睁着眼睛都不重要，你可以坐在那里闭着眼睛。很多时候当我听音频时，有时周围有很多事在发生，导致有些信息漏掉了。这就是为什么你不会看到我在讲道时，有人坐在我后面，否则当他们移动，跷腿，四处张望时，会给前面的会众带来干扰，所以我身后什么都没有。如果有也十分简单，看过就了事，精力能马上集中回来。这种安排都是有目的的。

3、有意向地专注，仿佛去抓住

在接下来的两天里，我希望你们在不同的时间练习，在看和听两方面都要操练。有意向地专注，仿佛去抓住，但不要为某种东西抓。举个例子，如果你来这里，你需要医治，不要为医治去听信息，要专心抓到那释放出来的信息。如果你专去抓医治的信息，信息就会转向这个方向。圣灵知道你需要什么，圣灵将会对此做出反应。这就是为什么每个属天医治训练 DHT 都不同，每个心意更新讲座也不同。因为有不同的人在那抓不同的信息，圣灵的回应也不同。圣灵不关心录音，或是什么系列讲座。祂只看到人，想帮助人，所以祂就会朝那个方向带领信息。当你有意向地看时，你专注在眼睛上，你的耳朵也调整进入。这里有一个声音之外的方面。声音，有点讲到量子物理学，它实际上有自己的形状，是个实体。你可以用眼睛来传达，你知道我在说什么。每个父母都对他们的孩子做过这样的事，在某些情况下，可能他们不能说任何话，只给孩子一个眼神。这就是我所说的那种「看」，专注地看，有意把其他的东西都排除在外。

4、听：使劲的方向是信息传达的方向

另一件需要练习的事情，如果你愿意，你可以闭上眼睛，有意识地把注意力专注在你的耳朵上。关键是就好像你在使劲。不是使劲去听见，因为你听见后就不再使劲了。你使劲不是要听到，而是要得到信息所传达的意思。你如果使劲的方向是信息传达的方向，你得到实际上比你听到的要多。当你了解到这一点，并且开始操练，你会看到基督的肢体是相互联结的。如果我们其中一个变得强壮，我们整体都会变得更强壮。

三、纠缠原则

这方面有太多的东西可讲。其中之一就是所谓的量子纠缠，以前称之为理论，现在称之为概念。从技术上讲，它现在是一个概念。所谓理论是指还未被证明。现在它已经被证明了，就成为原则或概念。过去人们称它为纠缠理论，现在我们称它为纠缠原则或概念。圣经比人类早很久就已经讨论过这个。纠缠原则说的是两件事，可以在身体和魂里、或灵里紧密联系在一起，它们是相互纠缠的。正因为如此，发生在一方的事情，另一方也会经历到。我们都听过这样的故事。双胞胎，其中一个发生了什么事，另外一个在不可能的情况下，里面却能感受到有什么地方不对。

1、库里弟兄父母的见证

这种情况也会发生在像父母和孩子之间。我知道我的母亲就是这样。我父亲是一名警察，他有两次被枪击中，有几次被送去医院；有各种各样的事情发生：爆胎、警车或私人车被撞，警察追赶等等。在那段时间里，每一次警察来家里，把我们带到医院的时候，他们一般都不先打电话，他们会直接来到你的家门口，因为他们不知道你会怎样反应。越是问题严重，他们越会赶到你家里。他们会来到你的门前，敲门说「你需要和我们一起去医院。」每一次，至少十几次甚至更多。我父亲大多数时候是在夜晚工作，所以出事总是在发生在凌晨二点、三、四点钟。每次他们上门来找我们的时候，我妈妈和我已经坐在客厅里，穿戴整齐，准备出发。因为我的母亲会被惊醒，然后叫醒我「库里起床，穿好衣服，你爸爸出事了...」我记得这些事情。这个「纠缠」是真实的。

2、基督身体上的肢体彼此纠缠

圣经说我们是相联结的，我们都是肢体的一部分。正因为如此，我们被纠缠在一起。我们这种在基督身体里的纠缠，尽管我不愿意这么说，有时可能是在一个肤浅的层面上。它可能不过是一个相同姓氏的家庭，但彼此之间却没有任何关系。与此同时，我们彼此越了解，联系就越多。比如，我可能没有直接见过你。但你在电视上看过我。你们看过我的视频，不论怎么说，我在你的生活扮演了一个角色。我影响你生活的程度越多，我们就纠缠在一起越多。我可能都不知道，从技术上讲，我可能没有感觉到，你可能比我感受到的更多。因为是你在看我，而不是我在看你，这样说得通吗？因为你专注地听，你就是有意地建立了联结。你可能没想到要和库里弟兄在灵里建立联结，但事实却如此发生了。你看得越多，就越容易学他的言谈举止，学他使用的语言和一些词汇。谁影响你，你就会从他那里学这些东西。这是因为镜像神经元在你里面，你看到什么就成为什么；并且，你在听就会制造那个联结。

3、白血病人得医治的血液纠缠

这个纠缠现象不仅被圣经所证实，在科学界里也被证实。有一个研究案例，有个人做了一个测试，被诊断出患有要么是 HIV，要么是白血病。我记不太清了，都和血液有关。他们采集了血样，进行了测试。在血液测试中显示了这个人患有这种疾病。这是发生在纽约州的一家医院。你们可以很容易查到，那是一家天主教医院，它的名字叫圣灵医院。他们允许人们进来探访病人，在那个人的病房里祷告。医生抽血检验，验血结果证明那个人得了这种病。他们让人进到病房祷告，这不是他们特意安排的。但他们发现，当人们走进

房间开始为这个人祷告时，医治在这个人身上彰显出来。人们看到了，于是就告诉医生「你们需要再检查一次，刚才有些事情发生了。」他们就采血，这一次的血样证明没有这种疾病。他们又取回这个人之前证明有疾病的血液样本，因为他们想与现在没有疾病的血液样本比较。结果发现之前的含有疾病的血液样本也变得正常了。为什么？纠缠原则。抽出的血液是身体的一部分，身体得到医治了，血液也在那里得到医治。这已经被一次次地证明，我就知道两个具体案例。

4、圣灵帮助你填补我说话的空白

这个我们连在一起的纠缠概念，我们需要意识到圣经不是说说而已，我们都是肢体的一部分，当一个人受苦，我们都受苦。因为我们在基督里有着同样的血。当我们有意识地看，集中精力地听，我们会联结在一起。这意味着，圣灵与我分享的信息，即使我没有说出来，你也会得到它。在我说的话中有空白，你将能够填补空白，因为我知道那空白里的内容，但没有时间说。但如果你有意向地联结，你可以把空白的内容填进去。这就是基督的心。这是一个你需要有意地去思考的问题。

《心意更新》第8期经文

【徒行三1-4】申初祷告的时候，彼得、约翰上圣殿去。有一个人（这个人），生来是瘸腿的，天天被人抬来，放在殿的一个门口，那门名叫美门，要求进殿的人周济。他看见彼得、约翰将要进殿，就求他们周济。彼得、约翰定睛看他；彼得说：『你看我们！』那人就留意看他们，指望得着什么。

《心意更新》第8课讨论问题

- 1、徒三4「那人就留意看他们，指望得着什么。」这句经文你有留意过吗？「留意」的意思是？
- 2、徒三4「彼得、约翰定睛看他；彼得说：你看我们！」。定睛的意思是什么？它与一般的“看”有什么区别？你经常操练这个动作吗？谈谈你的体会。
- 3、什么是纠缠原则？请分享一些发生在家人或者兄弟姐妹之间的见证。
- 4、我们有可能知道圣灵启示给某人、但他没有说出来的信息吗？你有这方面的体会吗？
- 5、你为人医治祷告时专心或者不专心，对医治的结果有影响吗？试分享。
- 6、你认为圣灵给你的启示有哪些表现形式？请分享你的见证。

《心意更新》七/八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我的生命已与基督相连，我爱慕属天的事，我决定快速更新心思的灵，更新思想意念，通过持续、专注地听、看、读、写、想，除去一切杂质，与主同频。阿们。

第九期：心意更新胜过心怀二意

一、信来自灵，不信来自魂

- 1、深度读经，圣灵会带你回忆真理
- 2、神已经给了，心怀二意的人却得不到

1) 神已将一切关于生命和敬虔的事赐给我们

错误思想：神的医治还没完成在自己身上，自己必须做点什么要神做出来

真理辩证：神无法给他们已经给过的。你可以接受祂已经给的，但神不能再给

2) 祂在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气

3、选择相信，选择接受，今天就是那日子

错误思想：要是我得医治就太好了，当医治发生，我就能跑能跳，做我现在不能做的

真理辩证：信心的关键是现在，医治早已完成。今日就是那日

二、神永远是「我是」

- 1、什么是心怀二意？
- 2、我知道是神做的，我荣耀祂
- 3、有小群余民会坚定跟随耶稣

三、在各个领域应用心意更新的原则

- 1、默想神的话，行走在圣灵里
- 2、不是没有信心，而是有太多的不信
 - 1) 不信来自人的传统 - 去了有错误教导的教会
 - 2) 不信来自听信了魔鬼的话
- 3、撒旦，退我后边去！

一、信来自灵，不信来自魂

马可福音九章18-29节「众人中间有一个人回答说：“夫子，我带了我的儿子到你这里来，他被哑巴鬼附着。无论在那里，鬼捉弄他，把他摔倒，他就口中流沫，咬牙切齿，身体枯干。我请过你的门徒把鬼赶出去，他们却是不能。”耶稣说：“噯！不信的世代啊（注意，这里说不信），我在你们这里要到几时呢？我忍耐你们要到几时呢？把他带到我这里来吧。”他们就带了他来。他一见耶稣，鬼便叫他重重的抽疯，倒在地上，翻来覆去，口中流沫。耶稣问他父亲说：“他得这病有多少日子呢？”回答说：“从小的时候。鬼屡次把他扔在火里、水里，要灭他。你若能做什么，求你怜悯我们，帮助我们。”耶稣对他说：“你若能信，在信的人，凡事都能。”孩子的父亲立时喊着说（有古卷：立时流泪地喊着说）“我信！但我信不足（或译：不信），求主帮助！”（请注意“信”和“不信”。信和不信是不能同时放在一起。这两者不可能同时占领完全相同的地方。）耶稣看见众人都跑上来，就斥责那污鬼说：“你这聋哑的鬼，我吩咐你从他里头出来，再不要进去！”那鬼喊叫，使孩子大大的抽了一阵疯，就出来了。孩子好像死了一般。以致众人多半说：“他是死了。”但耶稣拉着他的手，扶他起来，他就站起来了。耶稣进了屋子，门徒就暗暗的问他说：“我们

为什么不能赶出他去呢？”耶稣说：“非用祷告禁食，这一类的鬼总不能出来（或作：不能赶他出来）。」通常是在这个地方我们会有一些讨论。

如果你已经听过我以前关于这段的讲道，你知道我对此的见解。但现在我想继续往下讲，如果以后我们可以回来，我再回过头来解决你们的困惑。通常情况下，今天的基督徒不是没有信心，而是有太多的不信。你「有信心」但又「不信」是怎么回事？**信心是来自灵，而不是魂。不信来自魂。所以这样你会出现怎样的结果？成为心怀二意的人。**我们之前讲过，如果你的魂与你的灵一致，祷告的就能得到。如果你心怀二意，你就得不着。雅各书一章7至8节说「心怀二意的人，不要想从主那里得什么。」请仔细听，这一点在很多领域都非常重要。

1、深度读经，圣灵会带你回忆真理

圣经说，别让那个心怀二意的人认为 he 可以从主那里得什么。认真读圣经里的每一个字是如此重要。从你打算专心看神的话的那个时刻，你应该一直像这样读圣经。有时候我们读圣经，我不是说为了娱乐，但却是比较轻松地阅读，你只是在阅读，想了解情况、获取信息，但不是试图挖出些东西。尽管这些时候，圣灵也可以向你启示。但有时候你需要研究经文，你专心凝视那一页面上的字。就像我们谈到过的，你在那里使劲，像是要从经文里挖出什么东西。听着，当你这么做的时候，不要变得奇怪，你不会挖出本来不在那里的东西。不要试图寻找不在那里的东西。你集中精力，努力地专注圣经中的那些字是怎么说的，意思是什么。

你还记得我前面曾说过，人类制造的每一样东西都是基于人的思想。人所造的东西跟人的思考很像，工作原理一样的。比如 Xerox 牌复印机。复印机的工作原理是发出强烈的光，极化墨盒里的碳粉，导致碳粉在原版有字的地方粘到复印纸上。你现在做的跟复印机的工作原理完全相同。那个复印机复印的原理跟你的眼睛到大脑思考方式一样。你专心注视书本上的话，产生某种极化，使它印在你的大脑。如果你只是瞥了一眼，那些话在你脑子里不会印得很牢。但如果你集中精力注视那话语，如此强烈，真的很难描述。就像你非常想要那个东西，它就会深深地印在你的大脑里。你也许会说，我生活中没有理由这么想要神的话。马太福音四章4节神说「人活着不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。」每个人都应想要神的每一句话。神的话在你里面印下得越多，圣灵就能带给你更多的回忆。所以这是非常重要的。

2、神已经给了，心怀二意的人却得不到

圣经说，心怀二意的人不要想从主那里得什么。很多人被教导这句话的意思是神不会给心怀二意的人任何东西。这不是经文所说的。它没有说神不给，而是说心怀二意的得不到。我可以站在这里整天手里拿着二十美元的钞票说，谁想要它就拿走。但是如果没人起来拿，尽管我想给出去，他们还是没有得到。如果我说的真的，那么它必须与我以前说过的一切保持一致。如果我今天说的与我在 DHT 里教导的相矛盾，那么其中之一一定是错的。当我们谈论这个，你一定要认识到它的重要性。这里没有说神不会给，而是说心怀二意的人不会得到。

1) 神已将一切关于生命和敬虔的事赐给我们

错误思想：神的医治还没完成在自己身上，自己必须做点什么要神做出来。

真理辩证：神无法给他们已经给过的。你可以接受祂已经给的，但神不能再给。

人问为什么？「库里，你是不是太较真了！在这里抠字眼，会不会就是神没有给他，所以那个人就没有得到。」不是！为什么？经文说「**神已将一切关于生命和敬虔的事赐给了我们。**」如果神已经给了，那祂就不可能不给。不是关于神是否给，而是在于那个人是否接受。大多数教会没有让神做任何事情，每个星期天他们在那里尖叫、呼喊、跳舞、跑动，什么都做。他们不断要求神给他们祂已经给了的东西。**神无法给他们已经给过的。你可以接受祂已经给的，但神不能再给。甚至是圣灵，神也已经赐给我们。**使徒行传里讲的都是接受圣灵，而不是求神赐给圣灵。当讲到神赐给圣灵时，都是指五旬节那天，因为在那天神将圣灵赐下。

2) 祂在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气

我说这些的原因是你必须意识到它的重要性。如果你知道这个，你会意识到这将是崭新的一天。你会意识到如果我简单地相信，就没有什么是不可能的。为什么？因为神都已经给了。就像说店里在给你一个购物大礼包，你尽可以进到店里拿东西。「这个礼包持续多久？」「想要多久都行。」「这真是太好了！」但是礼包在那里，已经都被付过钱了。你不受限制想拿多少都行。

你知道我在说什么吗？**只要我决定接受，就可以得到！神已经将祂天上各样属灵的福气都赐给了我们。**祂已经完成了。你将会看到或者你可能已经注意到，在新约圣经里记载的神的行为都是过去式。祂已经给了，祂已经赐福了，祂已经医治了。大多数人得不到的原因，是他们一直试图求祂已经完成的事，而不是相信祂已经做完了。当你相信祂其实完成了，这对你来说很容易接收它。**但如果你一直在思考祂还没有为你做：「我现在必须想办法让祂去做。」**这样的话你永远不会收到。

3、选择相信，选择接受，今天就是那日子

错误思想：要是我得医治就太好了，当医治发生，我就能跑能跳，做我现在不能做的。

真理辩证：信心的关键是现在，医治早已完成。今日就是那日。

有很多人相信医治却总是得不到医治。因为他们从不选择相信祂实际上已经将医治给他了。**祂已经完成了。因祂的鞭伤，你已经得了医治；而不是因祂的鞭伤，你将要得到医治。**所以关键是要跳过现在。这是信心的关键。**信心的关键就是能够不凭眼见，看到你未来的样子。**每当你行在神的话语中，相信你得到了祂已经给了你的，你现在就这样做，医治现在就发生在你身上。你现在进入信心，你现在蒙福。问题是人们常常展望未来，希望有一天将要发生「要是我得医治就太好了，我就能跑能跳，能做我现在不能做的。当医治发生了，我就能做这些事了。」**信心的关键是今天就是得救的日子。今天就是那日。**你相信的那一刻，你的身体改变了。你必须意识到这就和你如何得救一样。你相信神赐给救恩，耶稣已经为此付出了代价。你所要做的就是相信并接受。接受这份救恩意味着你必须看到祂呼召你要得救。在你说「是的」那一刻，你就站在了得救的位置上，也就是现在。

二、神永远是「我是」

在神里面永远是现在，祂永远是「我是」，祂不是「我将要成为」。祂不是将成为耶和華醫治的神，祂就是耶和華醫治的神。我是醫治的神，而不是「我將成為」醫治的神，或「我曾經是」醫治的神。你一定要明白這一點。

1、什么是心怀二意？

相信神將要做，靈里知道神已經做成，這是不一致的，是心懷二意了，當我們回到這一點，這就是為什麼說「心懷二意的人不要想從主那里得什麼。」因為心懷二意的人相信他還沒有收到。他相信神將要做。但在他的靈里，他知道神已經做成了。因為在他里面的是基督的心。基督的心知道神已經做成了。所以，有聲音告訴你祂將要做，又有聲音告訴他神已經做成了。這是不一致的，他心懷二意了。

2、我知道是神做的，我榮耀祂

我確認你們已經意識到了我所說的一切，和我以前教過的是一致的。這是我知道的。你們可能將其歸功於因為庫里花了很多時間學習和禱告，我不知道你把它歸功於什麼，但我知道這些信息、講座，是神把它們組織在一起的。我知道這不是我做的，它們放在一起太完美了，人無法做到。它們之間不相互矛盾。如果是人發起的，就會有矛盾的地方，你總是看到修訂版的書籍。越是暢銷的書，你就會看到著者需要修訂他們的書。我們從來沒有修改過任何講座或任何手冊內容。我們所做的就是在手冊里添加更多，使手冊更詳細。但我們從不需要改變或收回，對此表示歉意。我們從來沒有做過。據我所知，這基本上是聞所未聞的。這就證明了它是從神來的。這就是為什麼我如此堅持。

老實說，如果我以為是我做的，我什麼也不會說。「哦，你知道嗎？庫里很聰明。」那根本不重要。**我知道那是神做的，我榮耀祂。**所以就有了這些信息講座。實際上這是我們第一次沒把預言部分放進手冊，因為沒必要。如果你有其他講座的手冊、里面有預言部分，回去有空閱讀一下，尤其是西蒙·斯圖爾特（Simeon Stewart）的預言。他詳細介紹了神如何打算帶出啟示，和一些祂多年來一起希望帶出來、並即將出來的東西。有時候我禱告學習閱讀時看到了一些東西，我說「好吧，請等一等。神，你在把它推給我，你需要證明給我；我不要只是兩三處經文，我要200處經文，我必須證明它。」於是經文就開始涌出來了，我就開始從上下文中串起來看；即使在我休息的時候，儘管是短暫休息，我就根據我的思考整理所有經文，這就是我回到辦公室休息時所做的事；拿出筆記本電腦，通過學習聖經，查找經文。我走出辦公室再回到這裡上課，人就像被點燃了一樣，總覺得還不夠。你會聽到一些我正在談論的神要我帶出來的東西。

3、有小群余民會堅定跟隨耶穌

靈界發生了一些事，我不知道該怎麼表達，但基於聖靈的態度，神已經厭倦了。神厭倦了教會緩慢的進步。祂說「我在向前走，就好像在說云彩在移動，你要跟著走，否則就被拋在後面。」祂不再等待。我敢肯定將會有一小群余民緊緊跟隨祂。總有余民會說「云彩在移動，我就跟著它動，不在乎要去哪裡，但我会跟着走。」我告訴你，事情正在迅速加快，很多東西已經顯露，老實說對我來說很難跟上它，我不得不做筆記，甚至昨晚試圖

睡觉时。晚上我通常把手机放在离我很近的地方，因为晚上经常收到电话祷告请求，我不想跑到另一个房间，所以手机就一直放在身边。如果半夜突然想到了什么，哦，赶紧把笔和纸带过来，但转念一想，我的手机就在这，于是我在手机记录本上做笔记和备忘录。启示不断地流出，尽管我当时想要睡觉，但它就是不停地涌出来。当我记完后，完成！躺下不到三分钟睡着了；在闹钟响的五分钟前就又醒来，开始新的一天。通常都是这样。

三、在各个领域应用心意更新的原则

我真希望我的同工扎克（Zack）在这儿。他第一次听我教的心意更新，就照着做了。我和他有一些这方面的交流。他是我们在波特兰教会的一名牧师，现在正在欧洲旅行。他去年结婚了，与他结婚的女孩来自白俄罗斯，所以他有很多时间在白俄罗斯和其他地方。他开始将他在心意更新里学到的原理应用到每个领域。包括他谈到如何设置闹钟叫早。你必须做某些事情，然后如何不依赖闹钟叫醒你，在闹钟响之前就醒来。你的灵一直知道是几点钟，他知道何时需要唤醒你，你可以受自己的灵控制。实际上是你的灵控制着你的魂，唤醒了你的魂，你就能够在需要时醒来，不管有没有闹铃。他就是这样做的。

1、默想神的话，行走在圣灵里

合乎圣经地默想神的话不是在早上起床时。听我把话讲完，将闪电般运转的大脑慢下来，不要试图猜测我还没讲出来的内容。我们认为早晨醒来时，要学习神的话，或者灵修等等；然后晚上有时间的话，我会做这个或那个。从技术上讲，这样并不是合乎圣经的。从技术上讲，这不是你的一天。你的一天不是从早晨到晚上。根据创世纪，从晚上到早晨是一天。你在晚上睡觉之前做的事，早晨醒来再做一遍，它就在你的大脑中锁定了，因为你的灵和你的魂整晚都在思考。我从不做噩梦，如果我的梦不是和平的或充满活力的，就是一个警告。我会分析它，我不做坏梦，我没有不好的梦。我有时候做警告的梦，即使那样，也不是可怕的事情。这不是关于解梦的讲座，但心意更新也需要你能在一定程度上了解你的梦，有时里面有圣灵的言语。真是很神奇！因为心意更新在很大程度上，就是学习行在圣灵里。关键是使你的思想跟灵对齐。这方面就先说到这里。让我把下面的讲完。

2、不是没有信心，而是有太多的不信

这里的问题常常在于基督徒不是没有信心。如果你是重生的基督徒，你有足够的信心去得到神提供给你的一切，是一切！问题不是你没有足够的信心，是你有太多的不信。不信是从哪里来的？好吧，我们可以很快地针对不信这个问题讲一讲。

1) 不信来自人的传统 - 去了有错误教导的教会

我们可以看看两个地方：耶稣说因为你们的传统使神的话无效，这是不信的第一层。你必须去教会才能得到这种传统，作为一个基督徒，你的不信大部分来自去了有错误教导的教会。就是这么简单。你去了错误的教会，听了错误的教导，你相信了错误的东西。当你相信了错误的东西，你就有了不信。所以这很重要：

第一，你要知道教会在讲什么道，是不是对的；第二，你也要知道你的孩子听到的是什么。确定你的孩子听到的是神的话，这一点至关重要。他们不是在被保姆照看。你的孩

子总是有问题，你将不断地追着他们灭火。我们已经看到教会里的传统对人的影响。那是在教会里。

2) 不信来自听信了魔鬼的话

但主要的不信来自于...，这么说吧，信是怎么来的？罗马书十章17节「**信道是从听道来的，听道是从神的话来的。**」如果信是来自于听神的话，那么不信就是来自听人的话，或者说我们可以说魔鬼的话。你必须意识到，没有更新的心思意念是和魔鬼的意念相同。因为它是属肉体的，不是属灵的。因为是属肉体的，它就注定死亡。就这么简单。

3、撒旦，退我后边去！

马太十六章22到23节，当耶稣说祂要被钉十字架，彼得告诉耶稣说「不，这事必不临到你身上。」耶稣对彼得说「撒旦，退我后边去。」祂没有说「彼得，退我后边去。」注意到祂称他为撒旦，因为彼得按照人的思想思考。凡属肉体的人，思考像撒旦一样。唯一让属肉体的人不做什么事的，是因为他害怕做了以后的后果；一个属肉体的人，如果他认为自己可以逃掉后果，他就会去做。真正的关键是我们必须意识到，人的思想是撒旦的思想。耶稣只说了两种思想：撒旦的思想，神的思想。祂甚至都没有包括人。因为人是墙头草，要么倒向这边，要么倒向那边。人不是中立的。每一个信息的来源要么来自神，要么来自魔鬼。人没有直接来自人自己的信息的。如果人是中立的，耶稣就不必死。人永远不可能中立，他在重生之前属于撒旦，耶稣必须死。没有中立的人「这是从我来的？是从神来的？是从魔鬼来的？」你这么想已经全部搞糟了。要么从神来，要么从魔鬼来，只是通过你做媒介发表出来。

你要么听到神的话要么听到魔鬼的话。如果信是从听神的话而来，恐惧怀疑和不信就是从听撒旦的话而来。如果你花大部分时间听人的话，你将会变成不信。一个人不可能每晚坐在电视机前一个小时，两个小时，三个小时，四个小时，不变成不信。尤其是关于医治。各种类型的医药、手术、康复，不断地用不信来轰炸你，告诉你有一个人类的答案。日复一日这样看，你知道会怎样。

我再给你们讲一个前几天有人寄给我的统计数来激励你们。据统计有钱人花不到每天一个小时看电视，一天不到一个小时，大多数人花不超过十五分钟。你可以十五分钟内获得全部你需要的新闻。富人花每天不超过一个小时看电视，但收入较低的，25%的人每天花三到四个小时看电视。大多数人看电视是为了逃避。我不是说看电视会让你破产，但情况是你不会通过看电视来获得财富。大多数因为懒惰，找借口逃避现实。

《心意更新》第9期经文

【可九18-29】众人中间有一个人回答说：“夫子，我带了我的儿子到你这里来，他被哑巴鬼附着。无论在那里，鬼捉弄他，把他摔倒，他就口中流沫，咬牙切齿，身体枯干。我请过你的门徒把鬼赶出去，他们却是不能。”耶稣说：“噯！不信的世代啊，我在你们这里要到几时呢？我忍耐你们要到几时呢？把他带到我这里来吧。”他们就带了他来。他一见

耶稣，鬼便叫他重重的抽疯，倒在地上，翻来覆去，口中流沫。耶稣问他父亲说：“他得这病有多少日子呢？”回答说：“从小的时候。鬼屡次把他扔在火里、水里，要灭他。你若能做什么，求你怜悯我们，帮助我们。”耶稣对他说：“你若能信，在信的人，凡事都能。”孩子的父亲立时喊着说：“我信！但我信不足（或译：不信），求主帮助！”耶稣看见众人都跑上来，就斥责那污鬼说：“你这聋哑的鬼，我吩咐你从他里头出来，再不要进去！”那鬼喊叫，使孩子大大的抽了一阵疯，就出来了。孩子好像死了一般。以致众人多半说：“他是死了。”但耶稣拉着他的手，扶他起来，他就站起来了。耶稣进了屋子，门徒就暗暗的问他说：“我们为什么不能赶出他去呢？”耶稣说：“非用祷告禁食，这一类的鬼总不能出来（或作：不能赶他出来）。”

【雅一7-8】只要凭着信心求，一点不疑惑；因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。这样的人不要想从主那里得什么。心怀二意的人，在他一切所行的路上都没有定见。

【太四4】耶稣却回答说：“经上记着说：人活着，不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。”

【太十六22-23】彼得就拉着他，劝他说：“主啊，万不可如此！这事必不临到你身上。”耶稣转过来，对彼得说：“撒但，退我后边去吧！你是绊我脚的；因为你体贴神的意思，只体贴人的意思。”

【罗马十17】可见，信道是从听道来的，听道是从基督的话来的。

【弗一3】愿颂赞归与我们主耶稣基督的父神！祂在基督里曾赐给我们天上各样属灵的福气。

《心意更新》第9课讨论问题

- 1、信徒不是没有信心，而是有太多的不信。为什么？
- 2、怎样研读圣经才是魂更新与灵一致的呢？
- 3、“心怀二意的人不要想从主那里得什么”是神不给吗？为什么？
- 4、《心意更新》手册是圣灵启示的吗？怎么证明？
- 5、如何合乎圣经地默想神的话？
- 6、“听从魔鬼的话”是指哪些话？
- 7、信心来自哪里？不信的来自哪里？

《心意更新》九/十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：父已将一切关乎生命和敬虔的事赐给我了，我要一心一意与神的话对齐，我的思想、起居、时间管理都与灵对齐，我确信并宣告美好的结果，一切问题必须离开，我决不在神的应许上动摇。阿们。

第十期：运用权柄，宣告结果

一、神赋予人类管理这地的统治权

1、耶稣基督是从神给我们的智慧

错误思想：不知道自己有多少信心，是否有足够信心；不知道自己是否够好，是否配得

真理辩证：不是关于去获取什么；我们已经有祂的灵，祂的思想，我们有祂的智慧

2、耶稣代表神，照人所求的成全

3、信心在于明白权柄，发出命令

4、神说「关于我手的工作，你们可以吩咐我」

5、一直宣告最终结果

二、除掉所有不信，宣告神的结果

1、魔鬼针对的是你里面神所栽种的道

1) 仇敌只能偷走你听了、却没有明白的神的道

2) 必须知道神的道如何在我们里面运行

2、耶稣所做的一切是为我们得生命与祝福

3、把住你的口只说最终结果

三、神回应你的方式

1、神按你谈论祂的方式对待你

错误思想：神啊，你为什么让这事发生

真理辩证：神说不是我，是你为什么让这事发生？地我已经交给你

2、神按你所称呼祂的成就

错误思想：神啊，你为什么不能医治我

真理辩证：神按你如何看待祂、称呼祂那样成就

3、神按你所信的成就

4、神按你的需要和你如何满足他人的需要满足你

5、用基督的平安做仲裁

一、神赋予人类管理这地的统治权

1、耶稣基督是从神给我们的智慧

错误思想：不知道自己有多少信心，是否有足够信心；不知道自己是否够好，是否配得。

真理辩证：不是关于去获取什么；我们已经有祂的灵，祂的思想，我们有祂的智慧。

雅各书一章5至8节「你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的神，主就必赐给他。只要凭着信心求，一点不疑惑。因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。这样的人不要想从主那里得什么。心怀二意的人，在他一切所行的路上，都没有定见。」我们之前讲过，雅各书是一本基督徒生活的基础读物。基督徒如何生活的方方面面都可以在这本书里找到。作为一个例证，就是在五章14到15节说到「如果你们中间有人生病了，他就该请教会的长老来。他们可以用信心祷告，用油抹他。出于信心的祷告就必医治病人，拯救病人。主必叫他起来，他若犯了罪，也必蒙赦免。」这很明显是

在教一个人，不是告诉他们应该有信心、应该医治自己，没有讲任何类似这样的话。你可以看出这是在对一个新基督徒讲话。如果你看整本书，比如说它教你如何与人相处，这是一个属灵成熟的基督徒已经知道的事情。一个属灵成熟的基督徒已经知道雅各书中所教导的。

使徒保罗在哥林多前书一章30节说「耶稣基督……成了从神给我们的智慧、公义、圣洁和救赎。」这里一开始就说，**祂已成为我们的智慧，是我们的智慧。所以我们有智慧，因为祂在我们里面。**我们有祂的灵，祂的思想。我们有祂的智慧。雅各书说「如果一个人缺乏智慧，就让他求问神。」然而神已经把一切都给了我们。这里再次证明雅各书是写给全新的基督徒。他们不知道如何获取他们已经拥有的、神的智慧。他们需要被引导进入智慧，神要教他们。这显明了不同之处。从这种意义上说，雅各书是一个完全不同类型的书卷。大多数人认为你必须达到某种程度才能遇见神，祂才能帮助你。这就是为什么人们有「我不知道自己有多少信心，是否有足够的信心，」这类关于「要得到」之类的说话；或者「我不知道我是否够好，我是否配得」等等；都是跟「要得到」有关的想法。我们必须意识到这不是关于去获取什么。神通过各卷福音书给我们看耶稣如何应对各种情况。

2、耶稣代表神，总是照人所求的成全

几年前我写了一本手册叫《新约中的医治》。我查找了整本新约，从【马太福音】到【启示录】，从中找出所有发生的医治记载，仔细讲解了每一个医治，教了很长一段时间。如果你把新约里所有的医治例子都找出来。你会发现，每次耶稣医治一个人，祂总是完全照他们所求去做，祂总是照他们求的成全了。让我换一种说法，**不论对方的信心是大还是小，耶稣总是照人的本相接受他。**祂从来没有说过「你就要达到了。你回去，等你有点信心再回来，我就可以帮助你。」祂从来没有这样说话。令人惊奇的是，当你看到提及犹太人来找祂的时候，他们总是说「请来我家，来为我祷告。」「来我家为我女儿按手祷告。」每次人们这样要求祂去家里，祂就过去。

3、信心在于明白权柄，发出命令

百夫长是个罗马人而非犹太人。马太福音八章当百夫长来到祂面前说：「我家里有个仆人病得很严重。耶稣说『我过去医治他』」为什么？因为祂习惯去人家里。百夫长说「不，不。」百夫长实际上阻止祂去，并说「你不需要去。我不配你亲自到舍下。但我知道权柄，只要你发句话，它就会成就。你只要说句话就能成就了。」「因为我在人的权下，知道什么是权柄。我对这人说『去』，他就去；我对那人说『来』，他就来；对我的仆人说，『你做这事』，他就去做。所以，我知道你命令疾病离开，我的仆人就必好了，它就会服从你，因为我知道权柄。」耶稣听后就希奇，哇，一个罗马人，甚至不是以色列人，有我所见过的最大的信心。这本身就很神奇！注意到耶稣就没有亲自过去。祂没有说「不行，我必须亲手，我必须摸到他。」祂没有这么说。

祂说「就照你所相信的给你成全了。」这并不是意味着你得医治的程度与你相信的程度相关，不是的，这里说的是你说出来的是你心里相信的。「**因为心里所充满的，口里就说出来。**」你既然说我命令他痊愈就能使他痊愈，那就照着你说的成就了。祂从没有说过「仆人，你被医治了！」耶稣说「照你所相信的给你成全了，我答应了你的请求。」这就

是为什么权柄是如此重要。如果你不明白权柄，你就永远不能行在信心中。就这么简单。只要你在乞求哭求，你就不是行在信心里。**信心发出命令，它不是命令神，是命令疾病。**现在，如果你确实命令了神，猜猜会怎样？也没什么呀！哇！你们现在都很安静。

4、神说「关于我手的工作，你们可以吩咐我」

以赛亚书四十五章11节，神说「**关于我手的工作，你们可以吩咐我。**」这是神说的：「你告诉我你想让我做什么，你想要什么。」哇！抱歉！我脑子里突然冒出了在威斯康辛发生的事，我正在站在自己的旁边看自己在讲道。我们要意识到，神赋予了人类管理这地的统治权。创世记一章26节「神说，你们要管理这海里的鱼、空中的鸟、地上的牲畜和全地，并地上所爬的一切昆虫。」诗篇一一五章16节「天，是耶和華的天；地，祂却给了世人。」诗篇八章4到8节「人算什么，你竟顾念他？世人算什么，你竟眷顾他？**你将万物都服在他的脚下。你派他管理你手所造的。**」然后，神说「关于我手的工作，你们可以吩咐我。」为什么？因为是人、是你生活在地球上，你来发出命令。就像钦定版马太福音十六章19节中所翻译的「**凡你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑。**」祂没有说「我在天上捆绑的，在地上也要捆绑。」祂说无论你在地上捆绑什么，天上都会同意，就会在天上捆绑。

可以这么说，你允许什么，神就允许什么；你禁止什么，神就禁止什么。无论什么神都会支持你。神就是这么说的「我会支持你。你在地球上代表我，地球是你的，你可以对它讲话吩咐它。」然后，我们在罗马书八章18节至25节中看到「全地所有受造之物一同叹息，都在等待着神的众子显现。」神说我在等待看谁最先苏醒过来，我在等着看谁会出现，谁会作为神的儿子显现出来，谁会开始命令来完成该去做的事情。他们要进入权柄，宣告最终的结果。

5、一直宣告最终结果

人们问我该怎么祷告？**我的回答是：一直宣告最终结果。**让我来告诉你，你不是在事情变糟时才宣告最后的结果，你要一直宣告最后的结果。如果是件好事，你宣告好的结果会让事情好上加好。我们要看的是所不见的，而不是所见的。太多的人只会看所见的，如果你看你所见的，依据你所见的改变你说的话，那么魔鬼就牵着你的鼻子走，魔鬼就会点火，让你去追着他跑，试着把火扑灭。但如果你能越过眼睛所看见的，总是宣告最终的结果，魔鬼就没有办法了。雅各书三章6节说**恶者就是利用你的舌头来点火的。**我说的这些不过是将圣经的话用普通的英语说了出来。

在上一讲中我们讲到纠缠理论。其实是我几年前讲过的《属灵物理学》里提到的一个概念。我们讨论了肢体、器官等如何通过属灵物理方式长了回来。我刚才在课间休息时查看了一下，大堂外的书店里有一些这方面的书籍。你们有兴趣的可以看一下。我想强调的是我们写的《关于方言》这本书。这本关于方言的书，我们可能收到的反馈比我们写的其他任何书都多。据我所知，市面上能找到的每一本关于方言的书，我都读过了。到目前为止，这本书是关于方言的最完整的一部书。你们可以查验一下。这本书是我们的《方言的多样性》讲座内容的一部分，但涉及了更多细节，为什么说方言？如何说方言？什么时候

说等各个方面，它涵盖了几乎所有的一切。我们从那些将其付诸实践的人们那里得到了很多很好的反馈。

二、心意更新是除掉所有的不信

心意更新是除掉所有的不信，这样你们就不会心怀二意，能够行在单纯的信心中。这正是我们在做的。要想拥有心意更新，就意味着我们承认我们思想中有一些东西是不应该在那里的；我们需要知道那些东西是什么。就像关于 DHT 属天医治讲座，三天后，在很大程度上，你的思想在属天医治和运用神的大能方面将得到更新。这就是这个讲座的作用和目的。**你要把神的话装进来，真理进来，不信就被赶出去。**

1、魔鬼针对的是你里面神所栽种的道

耶稣在马可福音四章和马太福音十三章，谈到了一个关于撒种的比喻。如果你去查看就会发现，它并不是关于播种者、而更多是关于种下的种子和栽种的土壤。它讨论了四种不同的土壤。其中一个说的是人听了道，立刻欢喜领受。因为他们没有根，当太阳升起来的时候，就被酷热烤死了。耶稣不是说因为他们没有根在神里面，而是说他们自己没有根。从字面上这是什么意思呢？我不久之后会深入分享这个。

我们被教导要在爱中扎根，在基督里扎根。我们需要认识到，这种扎根意味着我们向前走是因着神对我们的爱；如果没有这爱，神的话大部分都不能运行。刚才经文中告诉我们这些种子成长，当日头出来的时候，就是指因神的道遭受了逼迫。**魔鬼与你为敌并不是因为你个人，而是因为你所拥有的神的道。牠针对的是你听到的话。**如果你看马可福音四章7节、18-19节和马太福音十三章7节、22节，那里讲人听了道，因为有世上的思虑，就把道挤住了。思虑就是干扰。世上的干扰使你定睛在干扰上，而不是神的话上，所以听的道就被挤住了。基本上就是将道饿死了。因你太忙于那些让你分心的事，而不是神的话。

1) 仇敌只能偷走你没有明白的神的道

这里有两个关键，我之前说过，魔鬼来偷走撒在你心里的道。你必须意识到，魔鬼并不能就是来偷走任何你所听到的。马太福音和马可福音都说到，所播种的种子就是天国的道。你们首先听的是天国的道，它告诉你们在耶稣带来的天国里如何生活和运作。任何你听到的来自圣经的、来自天国的真理，如果你不明白，就会被仇敌偷走。这里就是这么说的。**如果你不明白，就会被仇敌偷走。**因此你里面神的话是否能被仇敌偷走的决定性因素是「你是否明白神的话」。这就是为什么在箴言中神告诉所罗门，你要求的是明白神的智慧。明白不仅仅是听到后认为，哦，知道了。不在乎你听到了多少，而是你明白多少。

箴言十四章8节「**通达人的智慧在乎明白己道。**」比如，我知道如果我打开开关，这里就会有灯光。但是这并不意味着我明白电；也不代表你就能在你的房子里排电线，除非你买了很好的家庭火灾保险（玩笑）。现在我知道的还不只是按开关，如果我打开灯，灯不亮，我就会检查一下有没有跳闸，仅此而已，除此之外，我都不懂了。所以我不能说懂电。如果我懂电的原理，我就应该知道如何运用它，而不必担心触电身亡，或者其他事故的发生。因为我懂电。那么我不懂电的原理，我知道它有用，我只知道我会的那些操作，但不能说真的懂电，只是了解一些基本常识。

2、明白神的道如何在我们里面运行

若要明白神国的道到不被偷走的地步，就必须知道怎样运用这些原则。知道如何在神国的道里发挥功效，使之成为一种生活常态。这就好像去国外做生意一样。如果去国外做生意，我必须了解所在国的系统，如果我不知道的话，可能会错失一切。你必须知道这些原则，并知道它们是如何正确运作的。神国的道就是神的话语。要这话在我们里面运行，使仇敌不能偷走，我们就必须明白神的话，我必须明白它是如何运作的，是与我有益的。

2、耶稣所做的一切是为我们得生命与祝福

不管你是否相信耶稣所做的一切；祂为我们所做的是为了我们的益处。可以看以赛亚书赛书五十三章，祂所做的一切都是为了我们。这并不能使我们成为宇宙的中心。但是我们却是知道神支持我们。圣经说得很清楚，申命记三十章19节「我今日呼天唤地向你作见证，我将生死、祸福陈明在你面前，所以你要拣选生命。」是不是很奇妙？祂在那里直接告诉祂想要我们选择什么。这里不是有四件事情：生、死、祸、福。而是只有两件事就是生命和祝福，和与之相对的死亡和诅咒。约翰福音十章10节「盗贼来，无非要偷窃、杀害、毁坏。」另一面，祂说「我来了，是要叫你们得生命，并且得的更丰盛。」这是两个对立面，生与死，祝福与诅咒。

如果神不想我们得生命，被祝福，第一，祂不需要做任何事，我们就已经被诅咒了，我们已经死了。祂参与了人类的存在，就证明了祂对人美好的愿望。耶利米书二十九章11节「我知道我向你们所怀的意念，是赐平安的意念，不是降灾祸的意念。」这是我们心意更新的第一件事，就是我们心思意念的态度应该不认为神是可怕的；也就是不要以为祂来找你麻烦。如果祂真想找你，你是无处可藏的。如果祂是想来找你的，你就会被祂找到。神来找你不是降灾祸，祂来找你是要你亲近祂。祂并不是要来杀你。如果祂真的要杀你，你早就不在这里了。我们需要改变我们的想法。

令人惊奇的是，心理学家通过研究表明，那些认为神跟他们作对的人，更有可能生病、或过早死亡，或产生精神问题。而那些相信神是帮助他们、而不是与他们作对的人，他们更倾向于有更好的人际关系及健康的身体，他们的病假也更少。这是令人惊叹的。我们甚至没有说他们必须是得救的人。我们说的那些人是他们可能并不认为自己是得救的。他们只是想神没有在追着我不放，祂不是要杀我。只是有这样程度的想法，就能让他们生活得更好。

3、把住你的口只说最终结果

桑姆尔博士曾对我们说，有些人因为太固执，意志太强，鬼就无法附身。他说他们已经是属恶魔的了，就算他们没有重生，他们也可以不被恶魔附身；他说他采访过一些人，是得释放的巫医。他跟他们有一些对话。巫医说「是的，我并不需要服从魔鬼。我可以随时退出。」桑姆尔问「任何时候吗？你总是服从吗？」巫医说，「不，有很多时候，我没有做魔鬼让我做的事。」桑姆尔问「那将会怎样？」巫医回答到「魔鬼会开始大声尖叫，以至于我听不到别人在跟我说什么。魔鬼试图通过尖叫让我来服从牠。我只能听到牠的尖叫，什么别的声音都听不见。这几乎把我逼疯了。牠会一直尖叫，直到最后我按牠的意思去做。但即使就是这样，我其实还是可以选择不去做。当然因为职业的原因，最终还是选

择去照着做了。」这说明魔鬼并不能强迫你做任何事；牠试图通过你用你的嘴巴和牠一起工作。

听着，大部分时间，魔鬼甚至不能让你生病。如果你把住你的口，拒绝说「这让我生病。我害怕得要死。」你不说这类的话，就不会给魔鬼留下可乘之机。根据圣经，我们跟神沟通不必太具体，你只要说出最终你要的结果，然后让神用祂想用的方式来完成。不需要说具体该怎么办，就只需说出最终结果。「祂让万事互相效力。」如果你越具体，祂在成就这件事上所能帮助到的人就越少。为什么？因为祂必须满足你所提出的所有要求。如果你说得不具体，祂就能在这个过程中祝福很多人。所以有时候说得不具体会更好。

我知道，有时候，你的确需要对某些事有特定的要求，但你不需要总是那么具体。记住，神不是很看重技术的那一位。当神想要有「光」时，祂没有进入技术细节里，祂就说「要有光」，砰！光就出现了。祂不需要进入细节，祂不需要说出光速，或者其他的什么东西，因为那只是光的一部分。神对付的是概括性普遍性的事情，而魔鬼对付的是具体的事情。为什么？因为你嘴里说的话是你的网罗。

三、神回应你的方式

1、神按你谈论祂的方式对待你

错误思想：神啊，你为什么让这事发生。

真理辩证：神说不是我，是你为什么让这事发生？地我已经交给你了。

回去读民数记13到14章，你会发现一个真理：神会照着你说出来的那样回应。这就是祂对以色列人所做的。民数记14章1至3节，他们说「神啊！巴不得我们早死在埃及地。你把我们带到这里来，是想杀了我们、我们的孩子和妻子。」这真是太糟糕了！民数记13章31至33节，其中十个探子从应许之地回来说：「哦，这太可怕了！那应许之地的确很美，而且那地食物也很丰富，但那里的居民都像巨人，在他们的眼中，我们就像蚱蜢一样。」注意，他们说「在那些巨人眼中，我们就像蚱蜢一样。」然后说到「因为如此，我们看我们自己也像蚱蜢。」他们的问题是如何看待自己的问题，而不是对方是巨人。他们说，那里的城邑坚固，我们不能上去攻击那民。

神说，你们带回的是恶信，事情将照着你们说的发生。我送出去十二个探子，另有两个是约书亚和迦勒。那十个探子在应许之地搜寻了四十天，他们回来后说，我们攻不下那地，他们太强大了。但约书亚和迦勒却不同。圣经没有记载约书亚说什么，迦勒说「我们立刻上去得那地吧！我们足能得胜！」这是在他四十岁的时候。后来他八十五岁之时「他说我仍然像当年一样能干」。换句话说「在我八十五岁的时候我仍然像四十岁的时候一样。让我们上去得那地！」约书亚十四6-12节。然后神告诉说「你们说的关于我的话，你们私下耳语关于我的话，我听到了。这的确就是我要为你做的。你说你会死在旷野里，结果会怎样？你就会死在旷野里。所有二十岁以上的人都将死在旷野中。我不会让你们的孩子承担你们的罪。你们的孩子可以进入应许之地，但你们不会。你们窥探应许之地一日就顶在旷野中一年，四十天，也就是四十年，你们将会在这旷野中死去。这是你们说的，我会这样做。我对待你们就像你说我的那样。」民十四28「你们告诉他们，耶和華说：

我指着我的永生起誓，我必要照你们达到我耳中的话待你们。」这并不是说神杀了他们。神想说的是：祂不能为你做比你说祂能做到的更多。

你说「神啊！你为什么要让这发生？」神说「不是我。」你说「也许你没有做，但你让它发生了。」神说「**我没有让它发生，是你为什么要让它发生。我把这个世界给了你。现在是你在管理这个世界，不是我。如果你想让我帮你解决问题，告诉我，我会将我的能力赐给你，让你来解决这个难题。但如果你做的只是站在那里抱怨，结果就是你说什么，你得到的就是什么。**」

2、神按你所称呼祂的成就

错误思想：神啊，你为什么不医治我。

真理辩证：神按你如何看待祂、称呼祂那样成就。

耶稣在马可福音十一章23节重申了这一点。这个原则在多样时候都适用。所以你必须**要学习一件事是：你如何谈论神**。神已经说过了，这是我想让你们说的，我想让你知道我是耶和華以勒，耶和華必预备的神「创 22:14」。我想那样对你们，你们要如此称呼我。当我们说耶和華以勒，我们听到的是希伯来语的名字，神听到的是我们的话，我们的神为我们预备；这是他们说的「耶和華啊！我们的神啊！你是我们的供应者。」祂说「这就是我想对你们所是的。」神说「我想成为耶和華拉法，医治你的神（出25:26）。」但如果你说「神啊，你为什么不医治我？」神说「你这么说，我又能怎样呢？」祂没法为你做你没有说的事。**但当你按祂所是的称呼祂，你对祂这样说，祂就是这样的神，祂就按照你称呼祂的成就。**很奇妙！那些说我不相信这些话的人，知道吗？这些人是被显现出来的。因为你就是那个总是需要帮助的人。

3、神按你所信的成就

我希望到现在你们都已经比较了解我了。有一天，我们在威斯康辛，我回答了一些相关问题。他们问我关于在财政和金钱上的立场是什么。我说，我考虑的第一件事是，我告诉我的家人和我的同工，**我们从不按金钱来做决定，我们按神的旨意做决定。**如果我们发现神的旨意，我们就朝那个方向做。如果需要钱才能做，神会供应。我们做决定不是说「如果我们没有足够的钱，我们就不去做了」。我们不是那样做。我告诉人们我的哲学非常简单，就像一条船在海上，不管海有多深，船都浮在水上。我不在乎船底和海底之间的深度是一千英尺，还是十英尺，当海水变得很浅，这都没关系，船还是可以浮起。不管你得到的是一千美元还是十美元，如果资金还能运转就好。**这就是我看待一切问题的方式，只要我们还能浮起来就好。**只要能到下一个布道的目的地，只要我能帮助支持传教士，建立圣经学校，我就去做了。

我的需要已得到满足，我已经很多年没有为我的需要来祷告了。因为我不想花时间和神交谈我的需要，祂知道我的需要，祂是我的供应者。祂照着在基督里丰盛的荣耀满足我所有的需要。所以我不和祂说这些。我预期祂会满足我的需要。祂没说你乞求我，我才供应你。我相信祂的话，祂就会这么做。所以我不用再跟祂求。这种生活方式很好，很简单。压力跟我没关系。跟其他人或事有关，但与我无关。为什么？神满足我的需要。

4、神按你的需要和你如何满足他人的需要满足你

我发现当我把别人的需要当作我自己的需要，当我这样做的时候，他们的需求就会得到满足，因为神通过我流淌出来。与此相同的是，你必须学会你拥有多少并不重要。富有的人并不是那些钱最多的人，因为钱可能一天之内就分文不值。富有的人是那些知道只要他们有需要，他们就祷告神，神就会供给。这才是真正的富有，没有人能夺走。所以，我在天上积攒财宝。这是什么意思呢？意思是我天上的财宝不是物质的，是我对神的信任。我可以相信祂能满足我的需要吗？每一天，我更相信祂。

5、用基督的平安做仲裁

因为这个，我们看到了神的更多作为。这跟心意更新有什么关系？太有关系了！这并不是说我在这方面已经完全更新，但至少向着这个目标更近，肯定比以前更新了很多。这是一件好事。你可能会说「我不知道我是否愿意投入这么多时间在心意更新上。」让我来告诉你，心意更新带来的平安，值得你在这个过程中的每一分钟的投入。确定有平安，你的思想更新得越多，你越能把你的注意力放在祂身上，祂就让你保持完美的平安。这是一种很好的生活方式。阿门！

《心意更新》第10期经文

【雅一5-8】你们中间若有缺少智慧的，应当求那厚赐与众人，也不斥责人的神，主就必赐给他。只要凭着信心求，一点不疑惑。因为那疑惑的人，就像海中的波浪，被风吹动翻腾。这样的人，不要想从主那里得什么。心怀二意的人，在他一切所行的路上，都没有定见。

【雅五14-15】 如果你们中间有人生病了，他就该请教会的长老来。他们可以用信心祷告，用油抹他。出于信心的祷告就必医治病人，拯救病人。主必叫他起来，他若犯了罪，也必蒙赦免。

【林前一30】 但你们得在基督耶稣里是本乎神，神又使祂成为我们的智慧、公义、圣洁、救赎。

【箴十四8】 通达人的智慧在乎明白己道；愚昧人的愚妄乃是诡诈（或译：自叹）。

【太八5-9】 你不需要去。我不配你亲自到舍下。但我知道权柄，如果你发话，它就会成就。你命令疾病离开，它就会服从你，仆人就好了，因为我知道权柄。

【太八10-13】 祂说“就照你所相信的给你成全了”。

【太十二34】 因为心里所充满的，口里就说出来。

【赛四五11】 关于我手的工作，你们可以吩咐我。

【创一26】 神说，你们要管理这海里的鱼、空中的鸟、地上的牲畜和全地，并地上所爬的一切昆虫。

【诗一一五16】 天，是耶和華的天；地，祂却给了世人。

【诗八4-8】 人算什么，你竟顾念他？世人算什么，你竟眷顾他？你将万物都服在他的脚下。你派他管理你手所造的。

【太十六19】 凡你在地上所捆绑的，在天上也要捆绑。

【罗八18-25】 全地，所有受造之物一同叹息，都在等待着神的众子显现。

【申三十15】 我今日呼天唤地向你作见证，我将生死、祸福陈明在你面前，所以你要拣选生命”。

【约十10】 盗贼来，无非要偷窃、杀害、毁坏。另一面，祂说，我来了，是要叫你们得生命，并且得的更丰盛。

【耶二九11】 我知道我向你们所怀的意念，是赐平安的意念，不是降灾祸的意念。

【民十四1-3】神啊！巴不得我们早死在埃及地。你把我们带到这里来，是想杀了我们，我们的孩子和妻子。这真是太糟糕了！

【民十三31-33】这太可怕了！那应许之地的确很美，而且那地食物也很丰富，但那里的居民都像巨人，在他们的眼中，我们就像蚱蜢一样，那里的城邑坚固，我们不能上去攻击那民」。神说，你们带回的是恶信。

【书十四6-12】但迦勒说，“我们立刻上去得那地吧！我们足能得胜！在我85岁的时候我仍然像40岁的时候一样。让我们上去得那地！”

【民十四28】你们告诉他们，耶和华说：“我指着我的永生起誓，我必要照你们达到我耳中的话待你们。”

【出十五26】又说：『你若留意听耶和华——你神的话，又行我眼中看为正的事，留心听我的诫命，守我一切的律例，我就不将所加与埃及人的疾病加在你身上，因为我——耶和华是医治你的。』

【创廿二14】亚伯拉罕给那地方起名叫『耶和华以勒』（就是耶和华必预备的意思），直到今日人还说：『在耶和华的山上必有预备。』

《心意更新》第10课讨论问题

- 1、影响我们不能从神那里得到帮助的最大障碍是什么？
- 2、神在地上赋予人什么样的权柄？
- 3、神在等候什么样的人来执行祂所赐给他们的权柄？
- 4、当你用眼见来看问题的时候，你会遇到什么样的麻烦？
- 5、心意更新是什么意思？
- 6、神的道怎么从你心中被偷走的？
- 7、我们怎么做可以使我们所听的道不被偷走？
- 8、天国的运作原则有哪几个？你希望能做出什么样的决定？

《心意更新》九/十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：父已将一切关乎生命和敬虔的事赐给我了，我要一心一意与神的话对齐，我的思想、起居、时间管理都与灵对齐，我确信并宣告美好的结果，一切问题必须离开，我决不在神的应许上动摇。阿们。

第十一期：心意更新的一致性、经常性、重复性

一、心意更新的基本原则是被真理构成

- 1、大脑充满真理，用正确覆盖错误的
- 2、不断重复，成为长期记忆
- 3、与神的话语一致原则适用每个方面

二、激活大脑被关闭的区域

- 1、疫苗中的重金属关闭和开启了大脑的某些机制
- 2、同时激活了某些原本被抑制的天赋
- 3、结合圣经研究科学，教会将有突破

三、深度学习，专注一件事

- 1、不必思维换挡，持续进深三级跳
 - 第一级：接触医治信息介绍
 - 第二级：开始相信和接受
 - 第三级：实际应用，机械化运作
- 2、一次专注一门课，行之有效
- 3、心意更新有三个主要方面：
一致性，经常性，重复性，加上约束力

一、心意更新的基本原则是被真理构成

上一期讲了心意更新是除去所有的不信，这样你就不会心怀二意，可以完全凭信心而行。我们已经跟大家讲了真正的心意更新是什么，我现在要读这里的下一部分：DHT是思想在医治和大能方面的更新，至少有一定程度的更新。人们第一次听到DHT时通常会感到震惊。信息量太大，以致于他们根本无法吸收。这就是为什么大多数人会一遍又一遍反复听DHT。我遇到过有些人听过上百遍，他们依然说，每次听都有新的得着。在我听来，那证明这就是神的话。神的话正是会这样，所以DHT与神的话是一致的。

1、让大脑充满真理，用正确的覆盖错误的

下一部分说，你必须让你大脑充满真理，用正确的信息覆盖错误的信息。基督徒被教导了如此之多错误的东西，而且是如此之久，以致于错误的教导已经成了他们思想的坚固营垒。他们的灵知道新的信息是正确的，但他们的头脑不断提醒他们之前所被教导的。归根结底，不是你对医治知道得还不够，而是你知道错误的东西太多。换句话说，当真理进入你里面，也就是神的话进来，驱除不信。你有更多神的话语，在上下文按主题准确分解的神的话语，更多的不信就会被驱逐出去。

不信不只是不相信，不信是相信错误的东西。耶稣对那些没有信心的人真的没有太大问题。祂虽然不喜欢，但并没有像对待那些有错误教导的法利赛人那样，你有看到其中的

差异吗？有些人什么都不知道，他们以为自己没有足够的信心，无论如何，耶稣总是帮助他们。即使他们认为自己没有足够的信心，耶稣总是帮助他们。当他们确实没信心时，耶稣会像待彼得那样，当彼得行走水面下沉时，耶稣依然伸手救他。但对于法利赛人，耶稣对他们就严厉多了。因为他们有的是错误的信息，并且传播错误信息，用错误的信息感染其他人。

2、不断重复，成为长期记忆

前面我们讲了「什么是心意更新」，也讲一些「什么不是心意更新」。现在继续讲「什么不是」。我们将讨论称为神经可塑性的科学发现。我们已经讲了一点点。神经可塑性是大脑的一种特质，它允许大脑根据一个人一贯的思想、言语和思维模式发生身体上的改变。我们要讨论的另一个科学概念是神经发生。我们已讲了其中一些，再讲一次并不是因为我忘记了昨天已经讲过。尤其在《心意更新》讲座系列，你会发现我们常常会回顾。因为这就是使之成为「长期记忆」的做法，重复至关重要。对于这方面，我研究了很多，特别最近五年，甚至涉及这些内容的其他领域。当你讨论其中任何内容，你若讨论心意更新，你就要讲医治，很明显会涉及到医治，你真的不能把这些完全分开，而且你不想这样做。你真正想要的是每个方面都与其他相合。当你这样时，这就是真的完全心意更新。

3、与神的话语一致：这个原则适用每个方面

原则就是与神的话一致，与神的话语的原则一致。你可以把这原则应用到每个方面；适用于医治的原则，同样也适用于预言、恩赐、财务或任何方面。同样的原则会以完全一样的方式发挥功效。你不必知道很多东西，你所需要的就是基本原则。如果我们知道基本原则、并且知道可以将其应用于每个方面，那么你会成长得很快。你实际上将能够除了圣灵之外，不需要他人引导而应用它。

专注于基督的思想，这是一个循序渐进的过程，我们将深入讨论大脑是如何分析事物的，但我们想要强调的是基督的思想。我们将解释人脑的运作以及你的思想是如何在其中运作的。专注于基督的思想，那是我们要进入的思想。但要进入基督的思想中运行，我们必须更新我们的思想。当我们思想得到更新，我们将在基督的思想里运作，这是一个循序渐进的过程，并不难。大多数人之所以做不到，是因为他们没有心思一遍遍地重复做一件事。大多数人感到无聊。你在各个方面都可以看到这点，尤其是类似自闭症之类的情况。

二、关于自闭症

几年前有一部电影「雨人」，就社交技能来说，他一点也没有，是真的不行，他无法与人交流。但说到智力，他是出类拔萃的。我不知道你们是否知道，最近，疾病控制中心在他们的网站上，承认造成儿童自闭症的一个决定性因素是接种疫苗。这是大多数有自闭症孩子的父母已经知道了有一段时间的事，你可以追踪出来。

1、疫苗中的重金属，关闭和开启了大脑的某些机制

你观察这些儿童，尤其是在光谱监测中发现，主要是因为疫苗中的重金属影响了大脑。疾控中心最近报告称，59名儿童中就有1名患有自闭症，或者说有自闭症症状。我不喜欢任何形式的标签。一旦你给某人或某事贴上标签，他们就倾向于停留在那状态。叶博

士谈到了她是如何治疗那些有脑损伤的病人。在他们发现神经可塑性之前，他们所能做的就是教病人如何弥补，用病人其他方面弥补他们在这方面的不足。自闭症主要是因为疫苗中的重金属影响了大脑。它进入大脑和整个身体。重金属进入大脑，实际上关闭了一些东西，但它也打开了其他一些东西，导致了先前已关闭的区域开始运作。

2、同时激活了某些原本被抑制的天赋

当我们说打开了某些人脑中以前关闭的区域，我们可以说是激活了它。实际上是导致了先前已关闭的区域开始运作起来。自闭症是因为缺乏社交能力而以此命名。因他们的行为以及他们所做的事情可以看到其与众不同，大多数不会那样。很多人不知道的是，尽管接种疫苗造成了很大的伤害，我不是对其轻描淡写，这样的事不应该发生，我看到过孩子们发生了这事后所经历的；接种疫苗后开始发生在他们身上的事很可怕。但与此同时他们大脑的平常不运作的一部分区域，打开正常运作了。

导致了自闭症是有害的，需要被修复。我不是要掩盖任何这些。缺乏社交互动能力是不对的，这需要被修复。但如果大脑其他部分被激活了，使他们在某些领域看起来像是天才。如果那是正常的呢？如果他们大脑被激活的那一部分，它一直就在那里，但被疫苗接种意外地被解锁打开了。再次，我不是为疫苗接种辩护，但我想说的是，如果那个打开激活发生，这是一个事实，是的，疫苗中的重金属是造成那「打开、激活」的原因，使这些能力出现。我知道这是一个事实。疾病控制中心实际确认重金属打开了大脑某些区域，也关闭了某些区域。这对社交有负面影响，但却允许了天赋开始正常工作。这意味着正常情况下天赋方面被抑制了，这被称为黑暗。想像一下，再说一次，我不是在推广任何类型的疫苗接种，这种交换不值得。但如果他们在更大程度上运用他们的脑力呢？情况似乎就是这样。现在正在发生的事情。

3、结合圣经研究科学，教会将有突破

我正在做的一些研究，是全面的研究。因为我不接受捐赠或政府机构的限制，我是独立的，不用被人告诉我什么可以看，什么不能报道等等之类的。我什么资料都能涉及，并且我是通过神圣言的过滤器来看。因此有一些东西，我真的相信，教会以及我自己都即将在这些方面看到一些突破。特别是在这方面。三十年前，我已经给我的员工看过一些文书工作，现在已经超过四十年了。有人邀请我讲道之前，那时，他们通常让我不要讲道，那时没有人会听，我很多时候都是坐着，写信息，观察事物。我写下了圣经学校的大纲，所有我们今天正在做的事，所有这些都是四十年前写的。大约二十年后才得以实现。我四十年前写下的所有东西现在都在运作了、现在都在运行了。那时我一直对科学很感兴趣，但从来没有把科学和这结合起来。回头看自己所写的这些东西，显然，是判断并确定自己是否是受圣灵引导的很好的方式。回头看有时比往前看会更容易判断。

三、深度学习，专注学习一件事

那时我写下的圣经学校课程，没有照常规学校的做法，就是你们来了后，参加所有这些课程，从一个班到另一个班。相反，我们每周完成一门课程，我们将只专注于那一门课程，不看任何其他东西。我们一次只专注一个课程，我那时不知道。但根据现在的科学，

尤其是一些叶博士所做的研究资料，这就是他们现在通常所建议的所谓「深度学习」，就是只学习一件事，并专注于此。

1、思维不必换挡，持续进深三级跳

当你从一门课程转到另一门，你的思维要变，没法深入思考。在一节四十五或五十分钟的课里，只能想得那么深。但是如果你持续一整周、每天整天都在学习一个课程，那么你就不必思维换挡了。你头脑会一直在那主题上，随着每一堂课，你会越来越深入。你不会离开那主题，反而越来越深。这很难量化，但我大概来看，当你的学习达到三级时，也就是启示开始的时候。我不能真正定义一个级别去到什么水平。

第一级就像是介绍：这是我们正在谈论的，我要转换我的思维到这上面来。在谈医治吗，好，我开始转到医治上来。总体来说，我同意医治依然对现在有效。这是非常表层的级别。

第二级开始相信并接受：你开始知道你可以实际医治服事他人。有信心，对我是可能的；神通过我运用恩赐出来，是可能的；甚至通过命令来做医治服事，这也是可能的。这是第二级。

第三级与实际应用有关：通常不会仅在教室学习就可以达到。你可以学很多，但信息和知识不同，知识是已被综合的信息。第三级与实际应用有关。换一种说法，当你在医治方面到了第三级，你实际上是...。如果有人问这是怎么发生功效的？你实际上可以说这是机械化运作，这就是第三级。

一旦达到机械化水平，那就是启示开始的时候。在此之前，仅仅是信息。信息是填鸭式，你需要被喂养信息。大部分人没有到那层面，他们开始看到有效，就停在那。大多数人的医治效果停在腿长出来和疼痛消失，这是第二级。四肢长出来，器官被替换，这算是三级、四级、五级。我的概念里基本上还没定义七级和七级以上的水平，这些定义是任意的，同时也是适宜的。如果我们要讲这个，我们可以讲这些不同的方面，这就是我们这样做的原因。

2、一次专注一门课，行之有效

所有这些我说的重点是，多年前我里面就知道，但我那时不知道我知道，一次学一个课程并深入该课程是对的。三十年后，我们开始第一次圣经学校时，在科罗拉多州丹佛，我们就是以这种方式进行教学。在那过程中，我们看到了令人惊叹的学习速度，因为你不必转换思维。人们实际上可以对每一个主题有深刻的思考。这还有很多其他好处。我不是在这推广圣经学校。即使我们确实相信这样的教学，并且我们或多或少成为有最多从其他圣经学校毕业后，又过来继续学习的学员。他们来到这里，读圣经学校，我们实际上使他们进入了事工，那就是我们的工作，是我们所致力。我们的任务是尽快将一支高效的工人队伍送入禾场。

3、心意更新有三个主要方面：一致性，经常性，重复性，加上约束

现在，让我们看看这个。我们已经谈论过神经发生，谈论过神经可塑性。我真的想花更多的时间，我们课程最后快结束时，我将会有时间能谈论这个。但我要给你，你可以写下来。不一定是跟这里有关的内容，但适用于各处，掌握这个绝对是好事。还有很多其他内容，我们会都讲到。如果没有学习其它必要的课程，你可能在属天医治实行中进程缓慢。但如果没有心意更新这三个操练，就行不通。

我之所以提到自闭症之类，是因为其中一个关键部分，你在自闭症会看到的主要属性之一，是他们有能力沉迷，对某事物达到痴迷的程度。他们痴迷的对象可以改变，但无论是什么，若沉迷、就沉迷进去。他们是如此专注，你跟他们讲话他们都听不到。因为他们沉浸在其中，高度集中。当我提到自闭症，我要说的是他们的专注能力。因为没有找到更合适的词，所以用「痴迷」这词，这词通常是负面的。假设是正面的，是好的，如果没有告诉这是自闭症现象，你会说「哇！那是我所想要的。我希望能够那样。」再次，我不是说你应该说「让神把我造成自闭症。」我不是那个意思。我要说的是，从这角度来看，基督的思想可以通过你的大脑发挥功效。

我们可以从很多方面来讲这个。现在的电视节目在短时间转换，而且经常被商业广告打断。电视节目其目的不是娱乐你，是卖东西给你。他们其实是打断广告，插入节目。节目是为了让你继续观看。他们知道大部分人被吸引看节目时，就可以开始加入更多广告，而你仍然会坐在那里，你是热水中的青蛙。他们将不断增加广告，直到90%广告，10%电视节目，你还会继续观看节目。现在有专做广告的电视频道，其中之一是大家熟悉的家庭购物频道。整个电视频道上看到的都是这之类的。

但这导致了人们的注意力时间减少。以前是减少到三十分钟，因为以前节目时间是三十分钟。现在甚至更少了，老实说，大约三到四分钟。因为习惯了观看三到四分钟，然后休息一下，休息时是商业广告时间。如果你有注意到，现在广告时间比你实际观看的节目更长，其目的是潜意识洗脑，这是目的。但问题是，这使你无法集中注意力。这使得你如果要集中，那将不得不要为之努力。而大多数人不知道如何着手。下期回来，我将跟大家分享基本存在于每个天才里的四样东西。令人惊讶的是，你拥有所有这四样东西。这些行为是你可以做的事。我之前告诉你们三件事，我将告诉你们那四样。前三件事，简单来说，并不一定要按此顺序。

第一，一致性：必须持续，持续一天不是一致性，一致性需要时间。

第二，经常性：持续性是你坚持做多久；经常性代表频率，是你这样做的次数。

第三，重复性：频率和一致性，这两者可能会随着重复出现，但必须要重复。

这三件事至关重要，没有这些就没有心意更新。你必须能够保持一致、保持频率，和重复性，这意味着你必须要有约束；约束应该放在这个教材，只有约束才会有频率和一致性。为什么你们许多人成为健身馆会员后，却极少人进健身馆？因为没有约束，就缺乏持续性。但你可以培养这些特征。我会告诉大家如何做。现在让大家稍作休息，把这些东西写下来并谈论它们。休息期间，如果你不需要做别的事情，就请坐下，集中注意力，回顾课程，做笔记，并温习这些笔记。

《心意更新》第11课讨论问题

标题：属灵大能的彰显源于对基督思想的专注度（痴迷程度）

1、不信有哪两种基本表现形式？

耶稣基督如何对待这两种基本表现形式的？

这对我们正确理解神的话语有什么指导意义？

2、神话语的基本原则是什么？

知道并运用基本原则，对我们的生命产生什么样的根本影响？

3、什么样的更新范畴不是属灵的心意更新？举例说明！

4、随着对基督思想专注度的深入，属天医治的能力分几级？

各级怎么划分的？你认为自己现在出于几级？

5、心意更新必须具备哪三个基本方面？

对我们属灵生活的帮助如何？

这些做法与靠行为夸胜有什么不同？

《心意更新》十一/十二期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我有真理的圣灵，我要持续地、经常地、重复地充满一切真理，驱除一切不信。我专注真理，激活真理，走进启示，活出真理，我有天才品质，我必改变，直到与灵对齐。阿们。

第十二期：凭心意更新改变眼所能见

一、决定专注目标成全天才品质

- 1、每个人的天分都是基督之光的一部分
- 2、天才具有很强的目标感和专注力
- 3、设定目标决心培养天才品质

二、改变思想说话成就第二天性

- 1、思想和讲说符合圣经的话
 - 1) 胜过负面思想和说话
 - 2) 灵机械性执行体说出的话
- 2、停止抱怨，宣告预期结果
- 3、与技能匹配的特定性格
 - 1) 对后果抱有执念- 信心
 - 2) 痴迷真相 - 带进启示
 - 3) 苦练基本功 - 三性

三、行使天国权柄成为天国的模样

- 1、三性加上自律，信息成为知识
- 2、三性加上自律，成就无比荣耀
- 3、发命令改变一切眼见之事

上一期我讲到要和大家分享一些简单的基本知识。我们已经讨论了心意更新必需的三个特点：**一致性、经常性、和重复性。**

一、决定专注目标成全天才品质

1、每个人的天分都是基督之光的一部分

我们在研究中发现了一个普遍存在的事情，并与基督教界和学术界的认识一致。就是天才的潜能就在每个人身上。是现在已经就有了。这就是我最开始说的，你远比自己以为的更聪明。严格来说，天才的潜能会表现在某些特定领域。本质上，每个生在上的人都有神的火花，这不能让他们重生，但能让他们活下去。耶稣是为世上所有人生的，有光从耶稣发出【约1:3-4】。**每个人身上的天才，都是那光的一部分。**有些人用各样的方法把天才挖掘出更多，但没有人能有基督的心，即「基督的思想」，并用基督的心意行事，除非他有神的生命在里面，也就是重生，与神重新连接【约壹五12】。有个尚未解决的问题：天赋或天才是先天就有的还是后天获得的？也就是天才是天性还是培养的区别。先天就有：可能是从父母遗传，也可能不是。但是是在出生时就具备的。后天获得：是指在出生后得到，长大后才有。

2、天才具有很强的目标感和专注力

天才是先天或是后天，或是两样都有？英国埃克赛特大学的迈克霍姆斯教授认为，遗传的作用被夸大了。换句话说，他认为科学家们过度强调遗传基因的作用。他说，他发现通常天才都具有这些共同品质：

第一，他们有很强的目的感。

第二，他们有达成目标的强大动力。

第三，长时间专注的能力。

第四，天才有能力抵制干扰，集中精力实现特定目标。

如果这是天才的基本要素，你就明白为什么世界的灵想把你的专注力降到最低。换句话说，他们想要把你变笨，并使你一直笨着。我注意到教会作为一个整体，很少设定目标。背后原因是「被圣灵引导」的讲法被滥用了。人们不认为圣灵引导和目标设定可以共存。约翰福音十六章13节，耶稣说「圣灵要把将来的事告诉我们，」这样我们就能定下计划。神制定计划，祂在耶利米书二十九章11节说「我知道我向你所定的计划。」没有实际目标，就不能称之为计划。没有目标，就不能衡量，就不是计划。如果不能衡量，就不是目标。

3、设立目标，决定培养天才品质

目标设定是在神的计划中的。耶稣说「你们要往普天下去，传福音给万民听。」这是一个目标。我们怎么知道有没有达成目标？当我们进入世界，传福音给万民的时候，这可以衡量。我没有说这个目标并不大，对我们个人很大，但对团体就并不大。我们作为基督的身体一起来就能做成，只有一个人可能完成不了所有。但祂不是对一个人说，而是对基督整个身体说。这不是说大家光坐在一起，自己不做，让别人来。每个人都有自己的角色。霍姆斯教授讲到基因对个性形成的影响，他的主张是有实证的，即我们并非生来就是大有成就的天才。但有些人生来就有能力做到这点，这跟前进的内在动力有关。我可以讲很多成功的例子，这些人一开始很懒散，没有目标、没有动力、什么都没有。后来他们找到了动力，完成了伟大的事业。这表明，**即使你天生没有这些品质，你可以下定决心去培养。**

二、改变思想说话成就第二天性

要是音量能决定重要性，我恨不得大喊大叫，好让你知道：你生活中的任何事，包括你身上任何部分，都是能改变的！

1、思想和讲说符合圣经的话

你必须开始说符合圣经的话语，这一点怎么强调都不为过，非常多的其他方面也是如此。我们已经讲过「话语」。要改变你生活和身体，首先也是最重要的，就是做出决定改变它，相信它能改变，决定去改变它，再采用必要的步骤改变，通常从「话语」开始。应该说，改变先从思想开始，然后就有话语，讲话是第二步。你必须开始说这些符合圣经的话语。

1) 胜过负面思想和说话

问题是我们已经这样按步骤做了，大多数时候说话还是负面的。我做过一些研究，还不够做成案例分析。在过去二十年的医治服侍中，虽没有具体数据，但大多数情况，最突出的一点，是那些因自身免疫系统疾病来找我的人，还有身体某个部分有癌症的人，男女都会这样，我注意到主要是女性，她们更关心自己的身体，正因此如此，女性更容易讨厌自己身体的某个部分，她们总是负面地讲到那个部分，通常在那个部分就有了癌症。为什么？因为你讨厌它，常常说它有多差多糟。

2) 灵机械性执行体所说的话

你的灵就像一台电脑，它未必按照「嗯，你是这个意思」或是「你不是这个意思」；它所听到的就是「我希望我的身体没有那个(部分)」，就开始对抗这个部分，让它离开。这就让仇敌有机会可乘攻击身体的这个部分，因为你已经在负面地说它了。如果我们用圣经的话说，就是你已经诅咒它，命令它去死。我见过太多了。我已经为成千上万人单独祷告过，看得太多了，所以怎么强调这个都不为过。男人有所不同，一般来讲，看待自己的身体也是这样，只是不讲出来，随便糊弄一下。如果你不留意，疾病还是会在那。

2、停止抱怨，宣告预期结果

你身体的任何部分都能改变，用你的话语改变它。如果有你不喜欢的部分，不要诅咒它，要改变它。怎么改变？讲出你想要的结果。每次你想说身体某部分的坏话时，就要说神怎么说，它是被祝福的，它是对的，好的。**无论怎样，说出你想要它成为的样子，这才是该说的。**大多数人思想的灵，即心志还没有更新。许多基督徒思想的灵是属世的，是负面讽刺的，讲话暗讽，有双关涵义等等。什么话都说得出口，正因如此，抱怨变得很正常。神常警戒以色列人闭上你的嘴，不要抱怨，别发怨言。可是人们常常这样。不是说女性就一定比男性更多抱怨，而是一般来说，女性比男性更倾向表达自己。当你表达自己，如果思想的灵没有更新，表达出来的就会是属世的灵。当你用属世的灵这样做，就会有掌控、抱怨、诅咒在你身体上。所以改变你的言语很重要。这不仅仅是科学方面。

3、培养特定性格

大家听过马尔科姆·格拉德威尔吗？他写了《引爆点》、《异类》，《眨眼之间》也很棒，讲到思而不想，和这里有点像。他在这方面做过惊人的研究，还搜集材料写了一篇《物理天才》。听好，马尔科姆·格拉德威尔想找出天才的成因。他举出三位天才：

第一位：是个杰出的神经外科医生查理·威尔逊

第二位：冰球运动员格·格雷茨基

第三位：大提琴家马友友

这些人在他们的领域都是天才，他称之为物理性天才。为什么？神经外科医生必须非常细致地做每件事。冰球运动员韦恩·格雷茨基能惊人地预判将要发生的。他常说「我的焦点不是在冰球现在的位置，而是冰球要去的地方。」就像他在大脑里先想好了，真是这样，他能先看到球要去哪，太天才了，能预知未来。他也发现大提琴家马友友在音乐演奏

方面有绝佳天资。他发现，光靠技术分析或技能无法在繁重的体力任务上成就伟大。光有身体技能不行。如果没有合适的性格，这些技能并无用处，技能要有特定的性格来匹配。

1) 有信心 - 对结果抱有执念

他讲了相符的性格的概念，对失败的可能性与后果有切实的执念，人要对这些可能性抱有执念。这叫什么？就是信心。如果你对这些可能性有执念，就是信心。你要知道可能失败的后果，可能性越大，后果越严重，这人越痴迷。

2) 痴迷真相 - 带来启示

就我自己来说，我不自称为天才，但有这些方面比得上这些人。女儿死后，我开始学习医治，痴迷其中。这就是为什么我找到了，因为我为此痴迷，神就给我启示，我就越挖越深。我不满意当时的答案，因为我失去了一个孩子，我知道还有其他人，他们所爱的人正在死去。我在圣经中看到这种可能性，耶稣医治了所有人。我也看到过如果失败，后果会很严重，有人会死。这是两种极端。这就是我面临的，让我痴迷于寻找真相，门就这么打开了。

3) 苦练基本功 - 生成第二天性

格拉德威尔发现三位天才都投入额外时间练习基本技能。他们是各自领域的佼佼者，不练花哨的，都是一遍又一遍苦练基本功。天才与平庸的分界线，区别之所在就是每天不间断做同一件事的能力。不会因此乏味，还能专注、持续下去。不是只靠学习，每个人都能靠学习做更伟大的事。天才有这种能回到基础的能力，一遍遍做这些小事，每个领域都是这样。要是你学过属天医治，你就听我讲过，那不是花哨的东西。

我教武术时，从没见过有人跳旋转回踢在街上打赢，这根本不可能。他们打赢对手后可能会这样来一下作为炫耀，再来个后空翻。但我注意到每个伟大的斗士总是用相同的战术。相同的战术每次都能赢，是因为他练习再练习，练到炉火纯青，他总能把自己调到合适的位置使用这招。这样他就能专注。拳王阿里有种倚绳战术，他能在半空来回移动，击中对手。李小龙经常看阿里拳击赛的录像，学会了阿里的步法，加上他自己的步法、还有他的兄弟彼得练击剑的步法。他就把阿里的步法和击剑的步法结合起来。拳王阿里的步法能快速移动，击剑的步法让他一秒内移动10到12英尺长。这叫冲撞，能缩小差距，也叫入侵。当你面对对手，迅速攻入，他就不能防守，无法脱身。李小龙这么训练，我们的武术也这么教。我们不练花哨的，只是八到十样重复教，一遍遍反复练习。我读过李小龙的一件事，就连他坐着看电视，不是因为他喜欢看，而是他有个拳击袋，他会坐那不停打那个沙袋，每次电视画面一变，就换下个动作，把这当成提醒他移动的刺激物，他就越来越敏捷。我不想讲太多，但最重要是他有这个能力。

我们的技术也是从他来的。我是跟李小龙的三个徒弟训练的，就是第一批在他底下受训、认证的人。我受他们训练，李小龙教的就这样传递下来。我们发现一件事，李小龙个头很小，拳头的力气也小。增强力量的唯一方法就是在拳头上加速加量。为了增加力量，他不能只用胳膊去打，而是让整个身体动起来，用全身来打，用140磅的体重去打。这意味着他必须在脚触地前打完。当他移动，他会在脚触地前打完。因为一触地力量就往下；而当你向前进攻，就冲向对方的身体。如果你在向前冲时，同时打出去，那么你的力

量是加倍出去的。算好时机，他们一动你就动，在他们动的时候就击中他们。你的冲击力加上你的体重，力量增加了一倍。这是机械式运作原理。

很有趣，我们过去常把它叫做科学斗殴法，我们分析这些动作。肌肉强大就有力量。李小龙比大多数人男人更强壮，他开发了肌腱的力量。肌腱比肌肉大概强壮二十五到三十五倍。肌腱把所有东西稳固地连在一起。举重只能练肌肉，练肌腱力量的办法就是所谓的等长运动。你要在这点上用手抵住墙，尽你所能、按压一段时间，然后移出四分之一英寸再做一次；再移出四分之一英寸做一次，重复直到伸直，因为肌腱只能在那个位置得到力量。你必须加强肌腱的每一个部分来获得力量，这要花上连续数小时的练习。大多数人不肯这么做，他们只想进来玩点花哨的，跳跳舞，他们光想这样，却不知道这些都很表面，看着不错，但赢不了。能赢的都是靠基本功，科学已经证明这点。人之所以能发挥神赐下的天赋，是因为他们集中专注，练习小而基础、渐进的事，自我受益。他们不是一上来就做完所有事，而是把事情拆分成小部分。精深钻研，重复做一万次，再取出另一部分，做上一万次，不断重复。这些都做完后，就成了第二天性。当这成了第二天性，你就得到了，天赋就出来了。这是能训练出来的。

三、行使天国权柄成为天国模样

1、三性加上自律，信息成为知识

习惯成自然。大多数人没有开发出来，因为他们觉得不必要每天做同样的事。正如我们在圣经学校和属天医治里教的，怎样行在权柄里，给你七件事，如果每天都作，你就行在能力里，每天倍增。大多数人做不到每天坚持，做了一段时间，但没有一致性，经常性和重复性。你要有自律才能做到，不这么做的话，你学到的只是信息，不会成为知识。

2、三性加上自律，成就无比荣耀

哥林多后书四章15节「凡事都是为你们，好叫恩惠因人多越发加增，感谢格外显多，以致荣耀归与神。」16节「所以我们不丧胆，外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。」这是说内心在增长，你的内心就是你的灵。你的内心受造是完美的。不需要再有新的加进去，而是每天都被完美保守。因为你与神相连，祂的生命每天流入。「我们这至暂至轻的苦楚。」至轻的苦楚，就是我们讲到的要「一致性、经常性、重复性」操练，我们把这看成是苦楚。虽然不好玩，却是必须的；「要为我们成就极重无比永远的荣耀。」

3、发命令改变一切眼见之事

现在来看第18节，这就是我们要读的，唯一能使之对你有效的「原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的。因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。」「暂时的」此处用词是古英语，「临时」的意思。听到吗？所见的是暂时的。来，跟我一起读「所见的是暂时的，所不见的是永远的。」我们有暂时的和永恒的东西。你们看不见永恒的事，但你们看得见暂时的事。「暂时的」意思是会改变的。要是你能看到它，它就能改变，因为它是暂时的，不属于永恒不变的。如果你看到自己身上有什么不喜欢的东西，这是能改变的。我告诉你，有这么一代人，我相信可以是我们，会领受这番话，相信、而且如此行，会看到改变发生。我们会是作为神的众子显现出来的这一代人，像耶稣那样说话行事。改

变我们的身体到一个地步，没有疼痛没有疾病，行在属天健康里，改变一切需要改变的。要是我们能改变自己的身体，生命中什么都能改变。只要它是暂时的就能改变。就你的身体来说，除神以外，没有人比你自己有更多的权柄。你对你的身体有权柄，你可以吩咐他该做什么，吩咐你的身体改变。不要讨厌它，要解决它，改变它，吩咐它，不是照你看到的，而是照它该有的样子。

《心意更新》第12期经文

【约一3】万物是借着祂造的；凡被造的，没有一样不是借着祂造的。生命在祂里头；这生命就是人的光。

【约壹五12】人有了神的儿子就有生命，没有神的儿子就没有生命。

【约十六13】只等真理的圣灵来了，祂要引导你们明白（原文作进入）一切的真理；因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。

【耶二十九11】耶和華说：我知道我向你们所怀的意念是赐平安的意念，不是降灾祸的意念，要叫你们末后有指望。

【林后四15-18】凡事都是为你们，好叫恩惠因人多越发加增，感谢格外显多，以致荣耀归与神。所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。我们这至暂至轻的苦楚，要为我们成就极重无比、永远的荣耀。原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。

《心意更新》第12课讨论问题

- 1.天才的潜能表现在特定领域的一些品质，如极强的目标感，强大的目标驱动力，专注的能力，和抗干扰的能力等品质中，你认为你有这些品质中的哪几项？如果有弱项需要在哪些方面加强？
- 2.如果你想改变你生活中的一些事情，在庫里的教导中，他认为你需要具备哪些必要的条件？另外，什么是最想改变的？
- 3.在你的生活中，如果你想完成一件重要的事情，在遇到困难时，你是否能持之以恒地去完成？如果你能完成，你依靠的是什么？如果你不能完成，原因又是什么？
- 4.在【哥林多后书4:16】“所以，我们不灰心。外面的人虽然毁坏，里面的人却一天新似一天。”这节经文中，你是怎么理解“里面的人却一天新似一天”的？在你生活中，你更在乎“外面的人”还是“里面的”
- 5.在【哥林多后书4:18】“原来我们不是顾念所见的，乃是顾念所不见的；因为所见的是暂时的，所不见的是永远的。”在这节经文中，你同意经文中“暂时”都是会改变的吗？它包括你的身体吗？你有权柄去改变你的身体吗？当你想去改变的时候，你是如何做的？

《心意更新》十一/十二期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：

我有真理的圣灵，我要持续地、经常地、重复地充满一切真理，驱除一切不信。我专注真理，激活真理，走进启示，活出真理，我有天才品质，我必改变，直到与灵对齐。阿们。

第十三期：基督思想的运行

一、非基督思想导致错失服侍良机

- 1、不明白自己在基督里的身份
- 2、怀疑自己，不习惯突破
- 3、害怕做错，不愿担责任

二、行在圣灵丰满里的基督思想

- 1、更新到基督的思想成为领导者
- 2、圣灵说话通过我们的魂表现
- 3、照着神的话解释、察验和判断

三、神经形成不是心意更新

- 1、神经形成是大脑再造新神经元的过程
- 2、神经形成是非自主行为
- 3、心意更新是奉命执行的自主行为

四、基督思想的运行

- 1、基督的思想就是圣经的人格化，道成肉身
- 2、基督的思想在你们里面运行，你就能
 - 1) 在你的生命行出基督的心思、计划和目标
 - 2) 在每个情形中自发地像耶稣一样回应
 - 3) 行在爱里，每时每刻爱神爱人
 - 4) 完全运行在神的智慧里
 - 5) 有神的智慧和知识，任何时候都能运行
 - 6) 不接受任何缺乏或失败的可能性
 - 7) 基督的思想满怀信望爱，不思量有没有信心
 - 8) 不会摇摆于信心和怀疑
 - 9) 更新成为神的话，以穿戴并显出基督

一、非基督思想导致错失服侍良机

1、不明白自己在基督里的身份

人没有进入神的大能和事工中的主要原因，是他们还停留在自己的思想中。「我不知道我怎么才能做到」；他们不明白，就会问，「不明白为什么神要用我？我不明白祂干嘛这样？我老是搞砸，干过这事儿那事儿...」等等。人们常常倾向于轻看自己，而不是高看自己。我们要想让人进入神的大能，头一件事就是让他们明白自己在基督里的身份。我们之前讲过：为什么「属天医治」能这么奏效，因为我们是「新造的人」。

凯瑟琳·库尔曼，被神大大使用的人，她自己见证说「我不是神的第一选择。」几乎每次讲道她都这么说。很多次她见证，神找过好几位男性，要他们来做她现在的事工。这些

人拒绝神，没有去做，她就对神说，好。她说现在能明白为什么他们拒绝神，「因为这让我付上了一切。」她常常讲「自己已经死了，还要保持死的状态」。我其实是在转述，如果你读过她的书，看过她的节目，你就会明白。

2、怀疑自己，不习惯突破

我认识一些人，我们一起长大。他们就在我身边，明白圣经，生活很好。他们超过我太多，非常熟悉圣经，引用圣经比我强太多；他们有天赋、有口才，每个领域都远远超过我。然而现在他们中间 90% 的人甚至都没有参与事工。有很多次，事工机会就在眼前，但是他们一遇到困难就退出了，因为不太习惯冲破难关。

差不多从一开始，当我还是个孩子，我就得努力克服一切困难。我个头小，必须学会反应快速。因为我总是需要更大力量，所以我得学会变速度为力量，就算是那一块，我也要克服许多困难。当我把我的生命献给神，我也要做一样的事。这里有讲员更优秀，更有恩赐。我总是愿意说「好，你来讲吧。」但不同的是，有件事我注意到，他们总是揣测自己。他们和我谈过神给他们的一些看见，在我看来简直是太棒太好了。可他们说「如果这是真的，怎么别人没讲呢？」相信我，过去我也有同样的想法。但我和他们的不同在于，我知道这是真的，你能在我生活的很多其他方面都能看到这点，我的想法是「总要有人第一个去做，总得有个人出来做点什么。」

3、害怕做错了，害怕担责任

回头看所有伟大发明。我们现在生活的伟大发明，包括电，这些发明家没什么学位，但几乎每个都大有信心。你知道他们相信什么？「神能告诉我。神能让我看见，为什么不能是我？」既然神不偏待人【徒十34；罗二11】，那么为什么祂不会跟我说？这些发明家不会想「神干嘛用我？」而是想「为什么不能是我？」「我也许不是最好的，但还有比我更差的。要是神爱人，我愿意帮助人，神大可以用我帮助别人。」我一直有这样的心态；这些发明家也有类似的心态。那些我认识的人，本该站在最前线，可是他们没有。他们没做到，是因为这种「神干嘛用我？」「我做错了怎么办？」的心态。到一个时刻，你必须明白，就算自己做错了、教错了...「视频讲课在这儿有留白...」

作为教师，你是有责任的。雅各书三章1节说「不要多人作师傅，因为晓得我们要受更重的判断。」你做教师会被更严厉地要求。这就是我特别小心，确保我分享出来的都是对的。这不仅是我要做得对，而是我不想误导人，所以我一直都很小心。有一些我看见的东西，直到我验证过，不然我不会讲。我本来可以早点讲，但没有这么做，因为我想确保这些是对的。有很多人，像是凯瑟琳·库尔曼，神先去找了一些人，他们都拒绝了，只有她答应下来。这是同一回事。

二、基督的思想行走在圣灵的丰满里

几乎人类每个领域，但凡你能说出来的，比如科技，我们都看到了巨大的进步。我们探索了太空，也探索了海洋，这方面还能有更多探索；比起海洋，我们更了解太空。我坚信，下一个信息大爆炸或者说大进步，有人相信说会是灵里，这没错。但不仅仅只是在灵里，而是灵与魂和基督的思想合一。

1、更新思想到基督的思想，成为各个领域的领导者

作为基督徒，我们要来做领头的。世界做不了，他们没有基督的思想「和合本林前二章16节「基督的思想」译文是「基督的心」。我相信，要是基督徒能领会我们这里教的心意更新，当基督的思想在我们身上更正常地运行，基督徒有能力成为科技领域、甚至每个领域的领导者。他们里头有基督的思想，因为「一切智慧知识都藏在祂里面。」

我不想用「进入」圣灵这个词，我们不是进入，耶稣没有「进入」圣灵，祂是行走在圣灵的丰满之中。要是说「进入」基督的思想，我们看到的是「进入」恩赐。有恩赐的经节，我们进入恩赐，从恩赐出来。我们不只是「进入」基督的思想，我们是要住在里面、行在其中，活出来，活出圣灵的丰满。要想真正进入圣灵的丰满，办法只有一个，我们的思想更新到基督的思想，好叫圣灵的丰满不受阻碍流入我们的魂。

2、圣灵的说话必须通过我们的魂来表现

要知道，哪怕在教会，神不会直接从灵进到身体，祂做每件事都是先进入魂里。在旧约，要是先知讲的没有成就，会被石头打死【申18:20-22】。他们的工作就是听到神的话然后照样讲出来。要是你没照样讲出来，或是讲了没有成就，他们就知道你没有听到神，或是在撒谎，就把你当假先知杀了。新约教我们的，不是有人讲了，没有成就，就用石头打死。而是但凡有人说了先知性的话，我们就要察验这话。为什么我们要察验先知性的话？因为圣灵不再只是祂说、然后我们跟着重复。过去圣灵降在旧约的先知身上，现在圣灵不是降在我们身上，而是在我们里面。圣灵与我们的灵联合，林前六章17节「与主联合的，便是与主成为一灵。」祂的灵与我们的灵联合，成为一灵，完全合一。只要神一说话，就会藉着我们的魂表达出来。神在灵里告诉我们的事，我们必须通过魂组织语言，再讲出来。

问题是旧约的先知绕过了魂。以赛亚不知道这点，当他写基督降临，他讲到了第一次和第二次降临【参赛七1-12；六十一1-11】。他不能区分这两样，因为他也不知道。他只是把自己看到的全部讲出来。听起来就像两次降临是一起的，所以你要仔细区分，这是第一次，那是第二次。旧约先知自己没有办法区分，因为圣灵降在他们身上，他们就是照着自己听到看到的讲。这取决于他们是哪类先知，是宣告神的晓谕？还是先见型的。新约，圣灵是在我们里面。圣灵必须通过我们的魂。我们要用思想组织话语来讲神说了什么，我们要运用话语。如果要组织言语，必须要通过魂。先知性话语在我们的灵里成形，但必须通过我们的魂。如果你的思想里有人的传统，那么当话语出来，会因你所受教导的背景而有损。这就是为什么我们要察验这些话。

3、照着神的话解释、察验、和判断

我们要能分辨，就像拿着属灵的手术刀，分辨这是属灵的，那是属肉体的；这是属灵的，那是属魂的。有人会和你讲一些话。有人对我说过预言，我知道他们说的话不对。他们之所以用那些词，是因受那营会影响，那营会就是这样用词的。因为我认识神的话，听到时就能做出判断。我不是在评判对错，我的判断就像把话翻译出来，算是另一种察验。我听他们说话就能明白，他们用这样的词，像是「双倍膏抹」或哪种「特别的恩膏」之类的用词，那些用词显出他们在营会是怎么被教导和训练的。我知道那些词的意思，也知道

他们想说什么，所以我必须照着神的话来解，而不是照着那个营会的教导。当你去到不同的教会，要是有人对你说预言，你必须要有能力分辨他们所在的是哪种营会，他们的思维模式常常会在一定程度上因那些教导而受损。你要有能力清除被损坏的部分，使之纯粹。我们现在活在新约里，神的灵住在我们里面。圣灵不是从我们外面降临到我们身上。而是从我们里面出来。

三、神经形成不是心意更新

在第七期谈过什么不是基督徒的心意更新。关于「神经形成 Neurogenesis」：这里讲到「你出生时有一定量的脑细胞，如果受损死了，不会再长出来。」过去是这么教的，现在我们知道这不对。他们可能不会照原样长回来，但每早晨有新的出来，旧的不管什么原因损伤了，就会有新的长出来取代它。这发生在每早晨你睡觉时的某一段时间里。有意思的是，当你锻炼，你不是在增强肌肉，而在破坏它。你把它撕裂，肌肉就变大了，其实就是疤痕组织增加了。它会复原，变得更强更好。奇妙的是，不管你是早上或晚上锻炼，当时肌肉不会增长；而是在撕裂后，到第二天早上、通常是三、四点钟你睡着的时候，突然之间肌肉会快速自我修复。那就是实际的增长。所以增长其实看不到，会经历到，就在睡觉的时候。就像你去做手术，他们让你睡着然后给你开刀。同样身体修复是在你休息的时候，不是锻炼的时候。我们可以讨论这里面含有很多属灵的事。

1、神经形成：从大脑中生成、补充、再造新神经元的过程

这里讲到「神经的形成」：神经元的生成，就是神经元从神经干细胞和祖细胞中产生的过程，在产前发育期最为活跃。神经形成负责为生长中的大脑提供神经元。神经形成就是从大脑中生成、补充、再造新神经元的过程。有一点需要指出，当一个孩子出生，他们的脑细胞会在头两年死掉一半。他们出生时的脑细胞有两倍多，一半会在两岁时死去，这能帮你更了解两岁的孩子。我不会叫他们「可怕的两岁」，但大多数人都这么叫。现在你就知道为什么，因为他们失去了一半的思想，能理解了吧？

2、神经形成不是圣经意义上的心意更新

用新神经元或脑细胞补充大脑，不是圣经意义上的心意更新。神以奇妙大能设计出我们的大脑，让我们能持续学习，一直到死，你的大脑怎么填都不会满。

3、心意更新是领受命令，自愿去做

根据罗马书12章2节，心意更新是一个命令。你决定要不要去做，这是出于自愿。你是受命去做，要是你不主动去做就不会发生。因为你能选择做或不做，这表明心意更新不是神经形成。因为你的身体能自主神经形成，不需要你主动做什么。因此，神经形成不是自主行为，也不是心意更新。

四、什么是基督的思想？

1、基督的思想就是圣经的人格化

基督的思想就是圣经的人格化，耶稣就是成了肉身的道。

2、你有基督的思想，要基督的思想在你们里面运行，你就

- 1) 有基督的心思、计划、目标，如同是你自己的，完全在你的生命中行出来
- 2) 让基督的思想完全运行，就是在每个情形中自发地像耶稣一样回应
- 3) 让基督的思想完全在你里面并透过你运行，就是行在爱里，每时每刻爱神爱人
我不是让你粗鲁，也不是说你要一直有礼貌。耶稣一直都是对的，但不总是有礼貌，今天点到为止，你懂的。

4) 基督的思想是完全运行在神的智慧里

当你完全运行在神的智慧里，这说明你行在基督的思想里。基督的思想有神的知识、智慧，任何时候都在运行。你有所有神的知识「一切智慧知识都在祂里面藏着。」祂里面有一切，祂进到你里面。祂的一切智慧知识因着都在祂里面、就进到你里面。要是你不懂就没法用。有的时候你摆上自己服侍别人，你相信圣灵能服侍那人，圣灵能把里头的智慧知识取出来，带给你面前的这个人。这样的事发生时，我们通常称之为「知识的言语，智慧的言语，或是先知性话语」。是圣灵让它出来的。

我再反复强调一下，圣灵不是它从天而降，祂就在你里面。约翰福音七章38至39节「从他腹中要流出活水的江河，耶稣这话是指着信他之人要受圣灵说的。那时还没有赐下圣灵来，因为耶稣尚未得着荣耀。」从你的腹中流出江河，江河是复数，不是一条河，而是很多河。活水就是圣灵，是你已经拥有了的。这里的圣灵不是讲你得救时的样子，因为是从你流出来，不是流进你里面。不是像有人理解为耶稣在讲得救。没错，要受圣灵就一定要得救，你要先得救。祂讲的这个行动，指的不是你得救，而是圣灵长住在你里面。祂说「当真理的圣灵来，你们必要认识祂。」约翰福音十四章17节「你们却认识祂，因祂常与你们同在，也要在你们里面。」就像韩国的赵牧师，今年早些时候我去了他的教会，很令人惊叹。我没见到他，但我去了教堂，里面是空的，本来不能进，有人把门打开让我们进去。我很欣赏他讲的，他说「他一直在找神，要找到神的住址。他在圣经里找，在教会里找，去了各种不同的地方。最后他在圣经里发现，**神的住址就是我们，祂藉着圣灵住在我们里面。**圣经说「我们是神的殿，神藉着圣灵住在我们里面，我们里面的灵就是神居住的所在。」

我们还可以用量子力学来解释连接、具体发生了些什么、我们如何能与祂连接。你也可以讲到超弦理论，类似这些，我们怎样连接，怎样和全世界每个人连接。在这个世界上有两种方式可以连接到每一个人。第一，你和每个人都有连接。就算他们没有重生，你也与他们连接，因为人性里有种连接。所以我可以就在这为一个没重生的人祷告；不需要先通到天堂再到下面，好像卫星通讯，打个电话，上面接收了再下来，不是这样。而是直接到他们那里，因为你与他们直接连接，因为人性互通。要是他们重生了，我们就有了两个连接，更加强大，甚至可以更快。赵牧师说他发现神的住址就是我们。基督的思想在你里面，神的智慧和知识在你里面。问题是如果你不这么想，如果你觉得这些恩赐只是偶尔才会彰显出来，这就是你能得到的。你只能得到自己相信的。看到这些事，我被深深震撼。很多时候，科学并不认同基督教。但当基督教是对的，教义是对的，很奇妙，科学能认同基督教；科学甚至支持真基督教，并不支持宗教狂热，不支持教堂实体，却会支持基督教

信仰。当你有正确的教义，很容易看到这种关联，灵里就能明白。因为神创造地球，创造法则，创造了所有一切。唯一的区别是：神创造的是好的，可我们只能看到堕落后的样子。

5) 基督的思想有神的智慧和知识，任何时候都能运行。

什么意思？你们所有人都能说预言，任何时候都行，你必须知道你能行，这叫信心。当你知道你能行，你就能实行出来，包括所有事。所有神的知识都在耶稣里面，神的力量随时都能用。这也是属天医治的基础。我们意识到，我们可以随时地服侍别人，不用靠禁食提高大能。然后释放出来，我们能一直行在大能里。

6) 基督的思想不接受任何缺乏或失败的可能性。

你明白这点就什么都通了。你再也不用怀疑自己信心不够，我是信徒，怎么可能信心不足？根本不可能！作为信徒，我信什么我就得什么。

7) 基督的思想不再思量有没有信心。信心、爱心、信靠都是基督的思想必备的。

8) 基督的思想不会摇摆于信心和怀疑。

要是你怀疑自己信心够不够，那就是疑惑。你这么想的那一刻就是没有信心。所以别再疑惑，定下心来，不要疑惑。有一些人我只要想到他们就会生气。有人会问「你是不是没有原谅，还没有饶恕？」我不是在说自己认识的人，我讲的是有些事，有些情形；看了新闻，留意到一些事，有人讲到一些事「谁对那个孩子干了什么，要是我想到了，恨不得给监狱打电话。让我来做这件事吧。」你会有这样的时刻。为什么？因为旧人冒出来了。我以前的生活有过不光彩，我要归荣耀给神，因为神的功劳，我和过去比完全不一样了，我很愿意讲出去，我会说这是我曾经的样子。因为神的荣耀，祂造了现在的我，和过去不一样了。有人会说「我认识你，四五十年前你做了这个、那个」。我会说没错，我曾做这事，那是真的，但我不一样了，我很高兴。因为我现在变了，我不否认自己做过。但是那个人死了。因为神的荣耀，祂造了现在的我，和过去不一样了。同样，有些过去的事只要我一想到，要是我允许自己去想那些，我就会生气、陷在血气里。我可以告诉你，我和妻子失去了我们拥有的一切，有四次，失去了一切。我们失去了婚礼的照片，孩子小时候的照片，只能从亲戚那找。没时间都讲出来，反正就是我们失去了一切。我们经历过四次，我可以回头来看。有一次是因为一个人导致我们失去了全部婚礼的照片，孩子的照片，是有个人造成的。我一想到当时的情景，马上就生气，血压上升心跳加快，因为思想又回到那时候。我怎么办？我选择不去想，我不允许我的心到那里。要是有人激我去那，我得马上意识到。只要我发现我会往那儿去，谈话要往那儿去，我会立刻说「抱歉，没法奉陪」。为什么？因为现在要把一个人找出来太容易了，我不想找人算帐。我不是说那人死了，我说我自己，我已经死了。你明白我为什么这么说吗？我讲这个，是因为你可以做选择，在信心和怀疑之间做选择。行在信心里，不要允许你的心怀疑，千万不要往那去。每当你一往那去，马上停下，掉头回去。对自己说「不」！我选择相信神！万一呢？不！在信心里没有万一。因为我的信心在神里面，在神没有万一。

神自有永有的。告诉祂你需要什么，需要多少钱，神是耶和華以勒。有人会说「你不懂，这不一样。我需要的是医治这个人的大能。」那你走运了，如果你要这样讲的话，为

什么？因为我刚好有耶和拉法。你以为你有足够的大能来做那医治吗？我根本不觉得我有，但祂有！我与祂连上，祂流过我，从我里面流出来，不用我自己担心。我甚至不让我的心去到那，怀疑我自己够不够。我有祂的丰盛，祂的丰盛能搞定一切。只要我看见，我就能说，只要我说出来；我在地上释放的，天上也要释放；我在地上捆绑的是什么，天上也要捆绑什么《马太十八18》。我说了什么，神就同意；就是我们讲的「天堂一同意。地狱就遵命。」你是唯一能控制你思想的人。你可以决定坚持信心，不让你的心落入怀疑或不信，千万别往那去。

9) 你们有基督的思想，但你们的心意要更新为神的话，好叫你们披戴基督，让基督显现出来，因为实际是祂在你们里面。「第九点在视频第14期一开头」

《心意更新》第13期经文

【雅三1】不要多人作师傅，因为晓得我们要受更重的判断。

【林前二16】谁曾知道主的心去教导祂呢？但我们是有了基督的心了。

【林前三16-17】岂不知你们是神的殿，神的灵住在你们里头吗？若有人毁坏神的殿，神必要毁坏那人；因为神的殿是圣的，这殿就是你们。

【林前六17】但与主联合的，便是与主成为一灵。

【林前六19】岂不知你们的身子就是圣灵的殿吗？这圣灵是从神而来，住在你们里头的并且你们不是自己的人；

【约七38-39】从他腹中要流出活水的江河，耶稣这话是指着信他之人要受圣灵说的。那时还没有赐下圣灵来，因为耶稣尚未得着荣耀。」

【约十四17】就是真理的圣灵，乃世人不能接受的；因为不见祂，也不认识祂。你们却认识祂，因祂常与你们同在，也要在你们里面。

【太十八18】我实在告诉你们，凡你们在地上所捆绑的，在天上也要捆绑；凡你们在地上所释放的，在天上也要释放。

【申十八20-22】若有先知擅敢托我的名说我所未曾吩咐他说的话，或是奉别神的名说话那先知就必治死。”你心里若说：“耶和拉所未曾吩咐的话，我们怎能知道呢？”先知托耶和拉的名说话，所说的若不成就，也无效验，这就是耶和拉所未曾吩咐的，是那先知擅自说的，你不要怕他。』

《心意更新》第13课 讨论问题

1、人没有进入神的大能中的主要原因？

评估一下你的现状，你通常会在哪些方面认为自己不行、做不了？

2、让人进入神的大能，最重要的事是什么？

你开始在这个方面心意更新了吗？你是怎么做的（怎么更新）？你有怎样的变化？

3、旧约的先知说话与新约先知性话语有何不同？明白这一点，对你有何帮助？

4、你在服侍中，经历过用知识的言语、智慧的言语、先知性话语服侍人吗？

你是如何发挥出这些恩赐的？

5、基督的思想是什么？（三大方面）

第十四期：魂被灵训练与神的话对齐

一、什么是天然人的思想

- 1、人的思想就是撒旦的思想
- 2、被冒犯，表示行在不饶恕中
- 3、情绪属魂，需要被灵统治

二、结合科学和圣经谈灵、魂、体的互动

- 1、有关大脑的几个事实
- 2、训练魂对齐灵，灵通过魂表达
- 3、回归并照着神的话行在圣灵里
- 4、魂主要通过情绪和压力影响体

三、灵训练魂，通过魂影响身体

- 1、通过培训，建立圣经的坚固台
- 2、了解人的节能模式，去伪存真
- 3、通过训练思想，忘记背后
- 4、努力面前，门徒训练保持自由
- 5、摒弃想象，切断惧怕

一、什么是天然人的思想

马太福音十六章20-23节「当下，耶稣嘱咐门徒，不可对人说他是基督。从此耶稣才指示门徒，他必须上耶路撒冷去，受长老、祭司长、文士许多的苦，并且被杀，第三日复活。彼得就拉着他，对他说『主啊，万不可如此，这事必不临到你身上。』耶稣转过来，对彼得说『撒但，退我后边去吧！你是绊我脚的，因为你不体贴神的意思，只体贴人的意思。』」

1、人的思想就是撒旦的思想

我们讲过，这里表明天然人的思想就是撒旦的思想，这很清楚。这里还说「你是绊我脚的。」这里我现在很快地讲一下，我们不久之后会分享这个主题。你们会听到关于这方面的完整教导，现在我们不会讲太多。但我们要明白，马太十八章7节耶稣说「绊倒人的事是免不了的。」换句话说，会有绊倒人的事，避不开的，「但那绊倒人的有祸了。」关键是你不应该绊倒人。

2、被冒犯，表示行在不饶恕中

对基督徒来说，最重要的不是去冒犯绊倒人而是不被绊倒：「被冒犯但没被冒犯到，不生气」。不可思议的是，我们常常看到人们被冒犯，他们会走开、生气、做出一些事，总之他们会被冒犯。问题是，当你被冒犯到，你是行在不饶恕中。光讲「你要饶恕，不要这样那样」是一回事，这没问题。但是被冒犯是把不饶恕放在心里。换句话说，一旦你被

冒犯了，是你做出决定不去饶恕。基督徒显然不应该这样。耶稣对我们强调的是不要被人绊倒「即冒犯」。当祂讲到被绊倒，祂讲的是不信的人做一些让你被冒犯的事。祂讲这话的目的是「真正要紧的不是人们对你做了什么，而是你怎样回应。」因为你不能控制别人做什么，但你能控制你的反应。你的反应常常是基于你的情绪。这就是为什么我们要学会「不是扼杀情绪让它消失；而是学会在任何时候都要完全控制住情绪。」

3、情绪属魂，需要被灵统治

以弗所书四章26节保罗说「生气却不要犯罪。」换句话说，因为公义而生气便是可以的；但他也说「不可含怒到日落。」意思是不要让它留在心里，不管是什么，去解决去面对。有人冒犯你，你就去找你的弟兄解决；是你冒犯了别人，你也要去解决。处理起来会花上点时间，但不应该超过一天。不管你是被冒犯还是冒犯人了，不管什么原因，不要一直持续到日落。换句话说，你去解决；总会有事发生，但你能控制好自己的情绪。你不要被冒犯到、或冒犯人、或是让冒犯留在你心里。要是你让冒犯留下。那是因为你没有控制好情绪。你的情绪是在魂里，要是你没控制好你魂里的情绪，说明你的灵没有控制魂。正确的次序是灵、魂、体。身体听魂的，魂是听灵的。要是情绪想怎样就怎样，说明灵没有在统治，这就说明没有认耶稣为主。

二、结合科学和圣经，谈灵、魂、体的互动

1、有关大脑的几个事实

我们来谈谈大脑，这是第一部分，以后还会讲到很多次。人类大脑平均重约三磅，有一百万亿个神经元。当新生儿出生时，大约有二百万亿个神经元；当你过了两岁以后，大脑的神经元只有一百万亿个了，会有一百万亿神经元死了或是消失。在人的一生中，人们最浪费生命的时间段是在两到五岁之间。这段时间完全在你，你能决定一个人的命运，就在两岁到五岁之间。我不一定要给这个建议。要是你在这个时候学习外语是很明智的。要是法语、西班牙语不是你的母语，你能弄到法语、西班牙语圣经太好了。换句话说，如果你有这些，在你孩子睡觉时播放就非常好。有些事我们没时间多讲，但当你学两三种或更多语言时，你的智力会提升很多。因为这能重塑你的大脑，让你思考得更快；变化你的思维，这样做会让你受益。孩童时候，我也是一样，不管我学什么，我在家就会放一整天，以前大多数放的是卡带。不管我手上做什么，我会放卡带，就能一直听讲道，或是播放圣经。感谢神，我们现在有 CD 和 MP3，不用再放一大堆卡带，老是插进去再取出来，我们家一直都是这么做的。这能持续喂养我们的魂，并没喂养灵。

2、灵训练魂、通过魂表达

你的灵已经完全了，你不用去喂养灵。我们的很多想法需要改变。要是你留意一下书店里卖的书，我们读的很多东西都在讲训练人的灵，用不同方式来训练。其实你的灵不用训练，是你的灵训练你的魂，你的魂需要训练。你的魂直接连于肉体，当圣经讲到肉体，不总是指身体，而是你属肉体的心思。你必须确保你的魂是被灵训练。你要训练自己在某方面的思考，让你自己与灵对齐，这样灵就能通过你的魂表达出来。但是如果你的魂说一种话，你的灵说另一种话，我指的不是语言。要是你的魂和灵各说各话，它们就会因方向不一致而堵塞。我们的需要是让它们合一，就能完全畅通。我们继续回来讲大脑。我告诉

你，我知道神在做什么，因为我研究了很多这些领域。我把它叫做「活在灵里，行在圣灵里」。什么叫行在圣灵里？就是进入属灵的领域。这个讲座里会有很多这样的内容，我尽量贴近手册来讲。因为这些领受就在我里面，现在离我很近，很容易就出来。我们过去教过一些课。叫做属灵学校。我相信以后会有更多，因为我们想要教导怎样行在圣灵里。

3、回归并照着神说的行在圣灵里

很多人都想进入这个领域，同时不要显得很怪异。很多时候，人们进入属灵的领域就会变得很怪异。这是因为「行在圣灵里」的主内教导信息不多。如果你想进入这领域，最后你就不得不找上其他宗教的属世材料，比如新纪元这些。他们想弄进来一些东西，把它们神圣化。但有些东西是不能神圣化的，你必须回到神的话语，照着神所说的，行在圣灵里。不要试着用别的方法解决，像是「内在医治」训练，他们就是这么做的。他们用人的方式，想要把它神圣化，带到教会来解决问题，但这是人的心理学，Theophostic「另一种内在医治类型的辅导」也是一样，还是不管用。我们要认识到神有圣经心理学，也有圣经哲学。我们要回到圣经，找出真理，照此而行。而不是跟随世界，用世界的办法解决问题。我们要从真正认识我们的那位「耶稣」开始，不要去找世界，它不认识我们，不理解我们。

4、魂主要通过情绪和压力影响体

你的大脑有一百万亿个神经元，任何时候你的大脑都会有四千亿个动作，但不管哪个时刻，我们只能留意到大约二千个，我甚至可以讲只是在潜意识里留意到，因为在你意识里，你不会留意到现在有两千件事在自己里面。但在潜意识里，这些事正在进行。只要我还记得，我会在课程里提到这个。我想要来向大家展示魂与体的连接。

魂可以影响体：比如我可以借讲故事来表达一个意思，但你在听的过程中会笑。我也可以讲另一个故事，来阐述一个原则，但你在听的时候会哭。那是因为你的情绪会影响你的身体，能让你的嘴闭上，也能让你流出泪来。你的魂和你的身体器官、生理机能是相连的。你一兴奋或一生气，血压会升高、心跳会加速、呼吸会很急。发生这些事，是因为你的情绪能影响身体。这就是为什么你一定要能控制自己的情绪，必须这样。一定程度的压力是好的，它们被划为压力，但其实是有意识的程度。如果意识太过，超过好的层面进到坏的，就成了负面压力伤害你的身体。情绪或精神上的压力能被用来帮助你专注，也能用来伤害你的器官。这显明思想与身体之间相连。

三、灵训练魂，通过魂影响身体

1、通过培训，建立圣经的坚固台

当这个课程结束，我有个计划，要不断地进行训练和教导，像是一些电子简报。你可以注册一下，里面有很多我们要讲到的，只是课上没机会讲。我们希望能把要教的内容每周一次发出去，好让你们继续往下学。一般要花上二十一天才能改掉或养成一个习惯。三天时间只能带你们入门，三到四天之内，你自己来决定要不要继续。第五天，第六天，第七天，我们来确保你得到需要的，要是你愿意，就能继续下去。但是你要花上二十一天来改掉或养成一个习惯。要建立一种生活方式，至少需要三个周期的二十一天，一共六十三

天，你就进入这种生活方式，那么就内化在你里面了。一年之内，你实际可以做十七轮的二十一天周期。

这就是我们心意更新要做的，我们的生命小组也要学习这些。每个月你们会学习圣经和圣经原则，同时你们会照着主题来操练心意更新，这样你就能继续。一个主题结束后，我们就有另一个准备好的，让你马上进入新的主题。再下一个主题就又回到两个月前的主题。就是一边学习新的主题，一边回顾以前的主题。我们会把这些都列出来，你就能打下很扎实的基础，越来越巩固。大家已知道「坚固营垒」的真正定义。我们想要做的就是在你的头脑中建立圣经的「坚固营垒」。因为如果你有圣经的坚固台，当魔鬼想要把牠的负面坚固营垒带进来时，就会难很多。这就是我们的目标，我想要努力把它做成。

6、了解人的节能模式，去伪存真

回到讲义，在任何时刻，都会有二千个动作，一百万亿个神经元活动。一百万亿个神经元，每个都能长出七万个分支，就是一百万亿乘以七万。这就是你现在能有的一个个想法的数量，这是个很大的数字。在你的灵、魂、体里面，都有一个不会关上的调节器。能量调低是为了节约能耗。在技术领域，所有的设备里都能看到节能模式，这些是按照人的身体大脑运作设计出来的。我们现在看到的每样东西都是人的大脑造出来的。

如果我在白板上写了一些字，你会明白意思。但那是因为你一看到那些字，你会把它们翻译成图片。你不是用字思考，是用图片思考；是整体连起来看，而不是单个的字。这就是为什么你需要三百万年的记忆空间。因为图片、视频比数字格式、文字、音频更占空间。你能在一个磁盘上存放很多 MP3 音频，但是如果把视频存在盘上就很有限，视频比音频更占内存。同样的道理，因为人用图片思考，所以需要更大的记忆内存空间。大脑从来不会真正入睡，它只是能量下降，让有必要的功能开着。人醒着的时候一直在收集信息、想法；睡着时大脑对信息进行分类、并决定去留。换句话说，用一段时间以后，四十八小时后可能就没了；四十八小时后要么继续留用，要么就没了。四十八小时内，不管什么想法、记忆，要是它不被当作有价值的留下来，就被当作能量消耗掉，完全消失。

从你出生前还在子宫里到现在的一切经历，全都记录在你的大脑里。理论上，你能回忆起过去每一分钟，每一天。你回忆不起来的原因是你回想那个片刻还不够多，长不出足够的分支，像大海捞针一样找不到。你电脑里文件越多，找东西花上的时间就越长；文件越少，找起来越快。大脑也是一样，你对某件事的思考越多，因为你想到它、讲到它，你的记忆都在提取这个想法，它就变大长出分支，占用越大空间；你的记忆占了越大容量，越容易找到，因为它变成更大的文件。你的大脑就是这样运作的。这就是为什么有些事比其他事更容易记。要是有些事你有一阵子没想过了，分支就会变小变少。你每天一天到晚都在想这个，你就会有更多分支，回想或记忆就容易。连古代哲学家也这么说过，箴言二十三章7「人心里怎样思量，为人就是怎样。」心里怎样思量，你心里怎么想的，你就成为怎样的人，就是你每天想到最多的。换句话说，要是我跟着你、和你说话，观察你怎样说话行事，我就能知道你一整天在想什么，因为你为人就是那样。

3、通过训练思想忘记背后

说回来，那些「活在过去」的人持续在过去的事上长出新的分支，就是说他们没有让旧事过去，而是不断拉回来、加上新分支。因此过去对他们来说从来没有过去，因为他们一直带着它往前走。叶博士 Dr.Caroline Leaf 讲到大脑时，展示了两个大脑：男人的大脑、女人的大脑，还有他们的区别。通常情况下女性比男性更倾向活在过去。对她们来说过去从没过去，还很鲜活。她们一直提起，反复回到过去，因此她们使过去常保新鲜，就很容易活在过去。你对一件事想得越多，就越容易记住。要是你常常提起，就是常常把它摆在最前面。每次你这么做的，都是在给想法加上分支。正因为如此，很容易就找回过去，这就成了每天生活的一部分。对男人来说，你们二十年前做了些事，哪知道这事不是发生在二十年前；对女人的大脑来说，它发生在刚刚提起的时候。你不是二十年前做错了，是现在做错了，因为就在昨天你还提起这事。女人哪，你们需要基督的思想。其实我们都一样，我们不能活在过去，要活在当下。不活在当下的人，比起活在当下的人更倾向有情绪、心理问题和身体疾病。这就是为什么让有些东西消失这么重要。

4、努力面前，门徒训练保持自由

我已经看过一些信息，讲到医治阿茨海默症和老年痴呆这两个疾病。我们在医治阿茨海默氏症和其它痴呆症上取得了很大成功，让人恢复正常。很多时候都是通过祷告布，借着它，我们已经看到了很大的果效。问题是，有时人要花上十到十五年才终于意识到「我需要帮助」，然后就找人祷告，他们就得了医治。但之后他们又回到原来的十到十五年的旧模式中，又回到导致他们变成那样的状态中，没有改变。所以我们要做的不仅要让他们得自由，而是训练他们做门徒，持守自由，这就是门徒训练要做的。

现在我要宣布一些事。但请了解，现在这还只是我心里、我脑子里的一个想法。我有一个目标，现在还没法给出具体时间，但我在尽最大努力、尽快完成。这会需要很多的帮助，需要有人来到这里志愿帮忙。我看到了这个需要，我想要尽快，具体日程还没定，但希望能尽快。就像我们有「统治圣经学校」，「医治学校」，有「属天医治训练」，「新造的人」；我想要建一个长期的机构，是有关建立稳定的情绪的地方。你可以在这里帮助人建立稳定的情绪，也就是情感医治，给他们门徒训练，进入稳定的情绪状态，向人展示怎样进入基督的心「思想」。周一到周五，或者周一到周四，这样每天上课，接受训练，全套都有，带你去到圣经所说你该达到的程度。同时，也训练来上课的人，有能力帮助以后进来的人。这会是一个中心，人们能进来，得到情绪、心理健康，通过训练，领受健康还有基督的心。怎样才能把心意更新活出来，这意味着我们要每天领受心意更新的学习。你们有些人不能来现场的，我希望这会有直播。这样即使你在家也能学到一些，尽管和现场不太一样，还是有帮助的。虽然我们实际的互动，但你会得到信息。但凡我们全程训练人能做到的，你也可以。这会涵盖灵、魂、体，每一个方面都会有，就是说会全方位涵盖。现在没时间讲，不过这就是我的计划。

5、摒弃想象，切断惧怕

对未来的惧怕是与过去的思想相联结的。惧怕会把过去负面的事、和未来模糊不定的时刻连在一起。你可能需要把这些多读几遍才能消化，这些是需要被摒弃的想象。这是想象，你想到过去曾发生的，想象以后也会这样发生。你都不知道会怎么样，很多人担心一

些从来不会发生的事；因为它永远不会成形，只是你觉得会发生。回想过去，在哪天哪个时候发生过；然后你就说「我很肯定，未来什么时候一定会发生。」你都还不知道什么时候，糟糕的是，如果有一个具体日期，那天过去以后你就能放下心来，说还好没发生。可是很多时候你就是把它推到另一天，其实你也定不好哪天。你的大脑之所以有这么多的东西，因为你是用图片思考。这就是为什么你的大脑必须要有这么大容量给图片，这就是为什么记忆这么真实。因为你不是用文字思考，是用图片，重新活在里面。

《心意更新》第14期经文

【马太十六20-23】当下，耶稣嘱咐门徒，不可对人说他是基督。从此耶稣才指示门徒，他必须上耶路撒冷去，受长老、祭司、文士许多的苦，并且被杀，第三日复活。彼得就拉着他，对他说『主啊，万不可如此，这事必不临到你身上。』耶稣转过来，对彼得说『撒但，退我后边去吧！你是绊我脚的，因为你体贴神的意思，只体贴人的意思。』

【太十八7】绊倒人的事是免不了的，但那绊倒人的有祸了。

【弗四26】生气却不要犯罪，不可含怒到日落。

【箴二三7】人心里怎样思量，为人就是怎样。

《心意更新》第14课的讨论问题

- 1、天然人的意思就是魔鬼撒但的心意。你在生活中，在遇到一些事情要处理的时候。你用什么标准判断什么是人的意思和什么是神的意思的？
当你判断出来，你是如何能做到：你没有体贴人的意思，而是体贴了神的意思的？
- 2、我们是否明白或理解什么是绊倒人的事情？
我们知道“这事是免不了的”，如果发生了，我们如何补救？请举例，
- 3、你是否明白灵，魂，体这三者之间的关系？如何操练让你的魂的部分去与神的话语对齐的？特别是当你觉得被冒犯的时候。你是如何做的？如果有人冒犯，你却没有让自己被冒犯到，是什么样的情况让你没有被冒犯到？请举例。
- 4、如何成为一个活在现在的人，而不是一个活在过去的人？你是否被过去一些负面的情绪抓住？你清楚怎么做吗？就是把这些“过去负面”的清理掉。如何理解人心里怎样思量，为人就是怎样？
- 5、当你明白二十一天才能改掉或建立一个新的习惯时，你是否打算使用这个方法来帮助自己心意更新？如果是，你打算怎么做？

《心意更新》十三/十四期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我有基督的心，我有基督的思想，我要住在圣灵的丰满中，我的思想接受灵的统治，接受真理的统治，继而统治身体和习惯，我是新造的人，必活出心意更新样式。阿们。

第十五期：攻倒思想中阻挡人认识神的坚固营垒

一、从圣经角度看我们的思想

- 1、看自己 - 读经要承上启下，看清语境
- 2、看基督 - 照着基督永在的样式来认祂
- 3、看逼迫 - 受攻击，跨越宗教界限，坚守圣经

二、教会理应当向世界显明神的智慧

- 1、争战的兵器，是神要透过你带出能力
- 2、这个世界从教会里的火中得到热量
- 3、世界正试图去做教会要做的事

三、争战的兵器是用在心思的领域

- 1、不是用来攻下执政的，它在我们脚下
- 2、显现为神的儿子，消除魔鬼的作为
- 3、不惧宗教，活出经文不偏左右
- 4、与禧年同步，期待预言成就在我们这一代
- 5、争战对象是在我们的思想里
- 6、更新到神的「正常」

我们一直在看两件事：大脑的科学与大脑的功能，也就是思想，还有心意更新。但我们要从圣经的角度来看，不仅是科学的一面。

一、从圣经角度看我们的思想

1、看自己 - 读经要承上启下，看清语境

从圣经的角度来看，林后十章3节我们「虽然在血气中行事，却不凭着血气争战。」人常会犯的错误，是读经时把一切混为一谈，你得联系上下文明白在说什么。罗马书八章和加拉太书保罗曾说「我们行事不该靠肉体，而要靠圣灵。」但他在这里说「我们虽然在血气中行事，」这并不矛盾，因语境不同。当他说「不要靠肉体行事，要靠圣灵行事」是指你的态度，跟人说话的态度，行事为人等等这些。当他说「我们虽然在血气中行事，我们不凭着血气争战」是指这个身体。虽然我们在这个血肉之躯里，却不凭着血气争战。

2、看基督 - 照着基督永在的样式来认祂

很奇妙，圣经哥林多后书五章16节甚至说「我们虽然认过基督，如今不再凭外貌(肉体)认祂了。」但很多人还是想凭外貌「肉体」来认基督。他们看祂是在上十字架前，不是复活之后，我们总是通过福音书认识祂。但我们必须明白，当你在福音书里看耶稣时，唯一的原因是你想知道你该如何行事。不凭外貌认神，就像说「哦那是耶稣，神成了肉身」。不，你要看祂是与神联合的人。祂是我们的榜样。我们甚至不完全认识祂，因为祂现在不是原来那样了。希伯来书十三章8节说「耶稣基督昨日、今日、直到永远都是一样

的。」那指的是祂的本质；祂是谁、祂的态度、祂的性格、都是不变的。不同的是，祂现在高升，有更大的能力，比以前能力更大。

最棒的是在马太福音二十八章18节，耶稣说「所有的权柄都赐给我了。」这是在祂复活之后说的。所有的权柄都赐给祂了，我们进入祂所有的权柄，我们进入祂复活的能力，不是祂在地上的能力。所以当你看到约翰福音十四章12节「祂在地上所做的，我们也要做，而且要做更大的事。」这意味着同样的事我们要做得更快。做事更快，我不是说更大能力只意味着更快，这只是其中一点。我们要照祂永在的样式来认识祂，不是照祂曾在地时的样子；是说「祂如何，我们也如何。约壹 四17」

3、看逼迫 - 承受攻击，跨越宗教，坚守圣经

若你们听过「新造的人」或其他系列，你们可能已听我讲过，神在推动我们，祂在催我们进到圣经里。但我们要进到圣经里，活在圣经里，你将必须要跨越宗教界限。当你这样做，你必须接受宗教人士的攻击，说你这不好那不好；或者「你当自己是谁啊」等等。你得要承受些攻击。你要能够说「经上说...」就像这里说的「我们虽在血气中行，却不凭血气争战。」人们讲的那些话完全影响不到你，管他们说什么。人们常说的一句话是，何必管别人说什么，他们又不付你房租。我猜或者他们确实付你房租，或许你要听他的。但老实说，这有点像「你和我有什么相干？」「你对我没什么可说的，我只听神，我只跟随神。」

当我清晰知道圣经说的我要这样做，我为什么要听你这些负面的话，或你的任何类似说法？神会支持的，当我去做时，「神迹奇事就会伴随。」我表明自己被神认可。做工不必羞耻。只要我清楚这个，不用担心别人说什么。你必须能够别人说什么影响不到你。桑姆尔博士曾对我们说过，别人的头是你寄放快乐最糟糕的地方。我今天就不去多说多少人的头有多糟糕了。

二、教会理当向世界显明神的智慧

1、争战的兵器是神透过你带出大能

林后十章4节「我们争战的兵器本不是属血气的，不是属肉体的，乃是在神面前有大能。」换句话说，我们的兵器是神的兵器、神赐下的能力。你的兵器不是你能做什么，而是神透过你能做什么。这兵器能带出祂的能力，不是你的能力。

2、世界从教会里的火中得到热量

回到二十世纪，二、三十年代，这很奇妙，你不是要通过世界来看神在做什么，但有时你可以在世界中看到；哪怕世界自己也有所领会。这已经有一段时间了，许多热门影片都与超能力有关。如果这发生在世界上，你认为灵界发生了什么？如果世界都能领会，你认为神要传达给教会的是什么？我要用的比喻，是这个世界从教会里的火中得到热量。在教会里有神的火，世界能感受得到。他们只是在吸收热量，因为他们不受限制，他们跑在教会的前面。因为教会有宗教的限制，所以神赐下的启示，人们害怕踏进去。但是魔鬼听到了。神将启示赐给牧师，牧师说出来，但人们不敢踏进去。魔鬼本来不知道，魔鬼听到了牧师传讲才知道「我知道了神接下来的方向，我们来做。」于是牠就进入了神的运动。

圣经上说，教会理应向世界显明神的智慧。以弗所书三章10节，它说「一切执政掌权的都要藉着教会得知神的智慧。」教会理应行在其间。执政掌权的、所有这些，甚至是世界上的人，应该是他们因着教会带出神的智慧，从而看见神的智慧。然而教会通常比世界落后二十年，这是个问题。教会应当不断前进，让世界拾起我们的碎渣，跟着一起跑。我们难道不应该像是约翰福音十七章14节说「我在世界上，但我不属世界。」不，你是不属世界，但你在世界里面。如果你不在里面，你就不是盐了。我们在世上要作盐作光。马太五章13至15节「你们是世上的盐...，你们是世上的光...。」

3、世界正试图去做教会应该做的事

我们可以看到，二、三十年代，你会看到神的智慧循环在教会。祂四处行走，把东西带来，想看看人们能不能领会、运用。如果没有，祂会说「好的，你们不想进入应许之地也罢，在沙漠流浪，在旷野流浪四十年。我要试试下一代，看他们会不会用。」

在1920、1930年代，所有基督徒作家，那些对今天仍有影响力的牧师，他们在领受神的智慧中前行，当时他们没有别的词汇可以用，他们就试着纯粹用圣经词汇。但是当你使用圣经词汇，人们听了一遍又一遍，居然不会让人震惊到一个地步，不会「哦，我们应该进到里头。」他们只以为这道我听过了，我听过了，我听过了，我听过了。新造的人，新的物种，我都听过了...。然而有些人，像 E.W.肯扬、约翰·雷克，他们开始领悟到神的灵所教导的，并开始传讲，肯扬甚至使用了术语，实际上约翰·雷克也是。肯扬先提出「神正在造超人」，这是在教会说的。远远早于希特勒之前。教会却没有用起来。怎么回事？这些术语进到了世界里。世界的灵捡起它来。突然间，你发现希特勒在宣讲这个。但他没有宣扬天国，他讲的是一个民族，一个国家他们该做什么。他们做的正是圣经说不要做的。他们高抬自己，不是去传道，而是去传播仇恨。

这就是世界得到的。希特勒是一位布道家。你看过布永康布道吗？再看希特勒讲话，调低音量，太神奇了；我是说他们的动作完全一致。不同的只是，我不会说他们是不同的信息，但来源肯定不同。你看到，这些人进入这些，希特勒开始宣讲超人，雅利安人种。本该是教会领受后说。我们确实有超能力，就是圣灵的能力。是的，我们能知道本不知道的语言，我们能说本不会说的语言，那是超能力。我们得到所有一切。现在它又回来了，我们开始在电影里看到，从几个不同领域都能看到。比方新出的电影类似《复仇联盟》这些，你可以在电影里看到超能力；他们都有超能力，但这些制造出来的明显是幻想。老实说，现在幻想，以后就会成真。

就像现在我们有了手机。还记得《星际迷航》里面就有私人交流工具，机器响一声，你就可以开始对话。现在我们有了手机。回头看很多东西，在电影里他们当时有的，我们今天也有。更有在自然层面，共有的层面到处都是。有过几部电影，人吃了药，突然间变得很聪明，释放出他们本来就有的潜能。几年前就有这种电影。有部电影就是讲这个的。还有部电影讲到一个女人，人们弄混她的大脑。她当时从事冒险工作后来变成了一台电脑或类似什么的，我不知道整个故事。但无论如何太神奇了。世界想做的是结合计算机、科技与生物学，造出生物技术的实体。然后有了所谓的人工智能。所有这些你能看出世界有多想要得到它，但他们毫无把握。有部电影讲人吃药后变聪明的。现在他们有了这药。药

就在那，可以出售，有些人已经在用了，是被测试过的。你在电影里看到的，通常在现实里是实验室里的研究工作。

现在我们要意识到，回过头来看，本该是发生在教会里的。除了我们基督徒，没有人能连于基督的思想；而基督的思想更好。信不信由你，强过史蒂夫乔布斯、比尔盖茨，强过现在所有人。很明显，不管你同意与否，史蒂夫乔布斯在很短时间里改变了世界。现在每个人都得有手机，一定要伸手可及，不然就会抑郁等等，还会焦虑。我们必须明白世界正发生重大转变。世界正试图做教会要做的事情。我想说的是，我们这周以后要学的是，要知道，我对我讲给你们的东西非常小心，非常小心！事实上，有时人们会问，你能把出处给我吗？我可以，但我不会，为什么？因这是那人提到的唯一好的东西。我不给出处，不然你们就会跟随那个人，就会搞砸。我没有编造。我是说我有参考资料，我做研究，我进到这个领域。但是我不会将所有的东西分享给你。有些我会，但有些我不会。因为我知道他们灵里怎样、要往哪里去。对我来说，如果你想要，你只要去查，大多数时候你都能找到。我找到了，如果我能找到，你也可以。我没有用你找不到的东西。要是你真的很想要自己去找，但我不会帮你搞砸，好吗？就这么简单。

三、争战的兵器是用在心思的领域

哥林多后书十章4节「我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒。」我们的兵器是用来攻破坚固的营垒。这是第一个目的，我们很快会看到更多。我们争战的兵器是用在心思的领域，不是用来攻破执政的。圣经没有提到我们要攻破执政的。人们以为营垒是执政的，不对。营垒指的是人的传统，错误的教义，错误的教导，错误的想法，错误的态度。这些东西积累起来，拦阻你接受神的话。

1、不是用来攻下执政的，它在我们脚下

我们不能攻下执政的，是因为你不在他们之下。我们可以攻下营垒，因为我们有属神的兵器。营垒是在我们的大脑里，我们能攻下来，它们在我们里面。但我们无法攻下执政的是因为我们不在执政的底下。我们坐在执政的之上，所以你不是拉下他们，而是把它们推下去，因为它们在你脚下。希伯来书二章8节即使我们「视万物都服在祂的脚下，我们还不见万物都服祂。」换句话说，法律上已经被宣布一切都被打败了，万物服在祂的脚下。但万物还没有降服到自愿在祂脚下服从于祂。

2、显现为神的儿子，消除魔鬼的作为

经上说「祂坐下，等祂的仇敌作祂的脚凳。」罗马书十六章20节「赐平安的神，快要将撒但践踏在你们脚下。」在你们脚下，祂不会践踏撒但在别人脚下。你是基督的身体，你是脚、手、嘴巴，祂是头，祂是掌权的，祂决定方向，但所有工作都是通过我们完成的。如果有什么能把万物服在祂的脚下，就是我们使万物服在祂脚下。祂在等我们去做。经上说祂坐下了。祂还没回来，祂还在等，这意味着我们有工作要做。你要显现为神的儿子才能作成这事，就像祂一样。祂怎样践踏蛇和蝎子？作为神的儿子。约翰一书三章8节「神的儿子显现出来，为要除灭魔鬼的作为。」阿们！这是我一直在说的。

3、不惧宗教，活出经文不偏左右

我有张海报，放在一个地方，我本想把它放在这，写着「作你自己需要勇气！」为什么？因为你必须跨越人、宗教、魔鬼，所有这些要立的各种障碍。跨越宗教的界限需要勇气，但我们要确保的是...，注意，在圣经里，路边不会只有一条沟。总是有两条沟，往往一个太左，一个太右。我们要做的是保持在路中间，不要去任何一边，哪边都不去。以赛亚书三十章21节「你或向左或向右，你必听见后边有声音说：**这是正路，要行在其。**」这意味着我们要迈出步伐，比前人走得更远，作为神显现的儿子行事《约壹三8》；作真正新造的人《林后五17》；在基督里完全《来十14》；叫神一切所充满的充满我们《弗一23；三19》；明白神的旨意《弗五17》。你知道我说的都是圣经，我只是引用经文。我们要活出所有这些经文。太神奇了！我们正处在一个时间点，所有经文要在一个时间集一人身上得以成全。

4、与禧年同步，期待预言成就在我们这一代

昨天我刚读到人们的禧年，应该是2017年到2018年。因为犹太历，他们的年是我们年的一半。不管什么时候，你来看，如果2017年是犹太禧年，首先他们不确定到底什么时候，他们只是猜测，已经缩小了范围。从2017年算起回算，回去五十年，再回去五十年，这就是我所做的。我坐下，拿了一个计算器，从2017年开始算，减五十年，再减五十年，每五十年就是禧年。如果你看这些时间段，所有大事都发生在禧年。以色列的六日战争，他们夺回耶路撒冷，暂时夺回半个，一半在约旦和以色列之间。回头看都很神奇。甚至艾伦比到耶路撒冷，把耶路撒冷从土耳其人解救出来。所有这些事情都发生在禧年。我提这个是因为当你看禧年，这段时间总会发生一些事情。如果现在是禧年，肯定会有重大转变。我们看到承认耶路撒冷为以色列首都，这是件大事。我们应期待看到四周开始有别的事发生。

不管自然界发生什么，要知道灵界也有事发生。复原正在发生。我们看到这段时间，所有这些圣经预言，圣经里还没有应验的就是预言。不管有没有说是主说的，还是一个预言。我们正处在时间的交叉口，如果我们想当成就预言的一代，我们会看到有大事发生。最棒的是我们知道，背后有神的灵把我们推到这个方向。祂付上一切代价让事情发生。祂现在就在等我们加快步伐。我坚信就在我们这一代，我们能做成。我们讲的每件事，新造的人，行事像耶稣，成就所有经文；与此同时我们心意要完全更新。如果心意不更新，你就什么都做不了。因此，如果我们要完全活出新造的人，就必须完全做真正合乎圣经的心意更新。这个过程就是我们现在讨论的。

5、争战对象是在我们的思想里

林后十章4节「我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固营垒。」争战对象是在我们的思想里，我们必须有所攻破，攻破各样计谋「各样计谋，原文直译：想象」。由此可知，想象是其中一个问题。「各样拦阻人认识神的那些自高之事，」我们不能接受任何说「圣经讲的不是真的」这种思维。每个人生来是罪人，每个人都需要得救。这意味着不管你是怎么出生的，不是注定要那样活，对吗？我不是在说好说歹。我只是说，要是有人说「没办法，我生来就这样。」我的答案总是一样「没错，我生来也是罪人，我也不得不被救。所以要得救，你不必那样活。」基于这个事实，事情是这

样的，如果做研究，观察一个人的大脑结构，他们会发现，可能会说，那个人大脑连接是那樣的。但那个人的大脑并不是生来就这样。那个人出生后，通过他们的思考会使其大脑重新连接。

6、更新到神的「正常」

另一种改造大脑的方式是看东西。这就是为什么人们会在每部电影里都看到有另类生活方式，现在几乎每个电视节目里都有。为什么？因为好莱坞要想改变你的想法，就要引入这个，你就会继续看。通过看，你让你的大脑重新连接来适应它。这就是目的。广告也用这个方法，因为他们想要生意更好。他们想确保不会冒犯任何人，而从每个群体中吸引人。所以你会看到同一个产品，针对不同群体的不同广告。他们关心的不是群体，他们只想要卖东西。好莱坞在推动一项议程「编者认为是在说同性恋议程」，他们这样做目的是为了让你习惯它，会被认为是正常的。事实是，「正常」是神话语里所说的正常。正常就是每样东西繁衍、各从其类。繁衍不是领养，这有区别。但问题是每个人都有要被释放的地方。神的能力可以释放任何人。不管是什么，不是针对这个人、针对那个人。不，在世界各地，耶稣是每个人的救主。祂能释放任何人自由过正常生活，是神说的正常。阿们！

《心意更新》第15期经文

【林后十3-5】因为我们虽然在血气中行事，却不凭着血气争战。我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋，各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。

【林后五16】所以，我们从今以后，不凭着外貌（原文是肉体；本节同）认人了。虽然凭着外貌认过基督，如今却不再这样认祂了。

【来十三8】耶稣基督昨日、今日、一直到永远，是一样的。

【太廿八18】耶稣进前来，对他们说：『天上地下所有的权柄都赐给我了。』

【约十四12】我实实在在地告诉你们，我所做的事，信我的人也要做，并且要做比这更大的事，因为我往父那里去。

【约壹四17】这样，爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子坦然无惧。因为祂如何，我们在这世上也如何。

【弗三10】为要借着教会使天上执政的、掌权的，现在得知神百般的智慧。

【太五13-15】你们是世上的盐。盐若失了味，怎能叫它再咸呢？以后无用，不过丢在外面，被人践踏了。你们是世上的光。城造在山上是不能隐藏的。人点灯，不放在斗底下，是放在灯台上，就照亮一家的人。

【约壹三8】犯罪的是属魔鬼，因为魔鬼从起初就犯罪。神的儿子显现出来，为要除灭魔鬼的作为。

【赛三十21】你或向左或向右，你必听见后边有声音说：『这是正路，要行在其间。』

【诗一百一1】耶和華对我主说：祢坐在我的右边，等我使祢仇敌作祢的脚凳。

【可十二36】大卫被圣灵感动，说：主对我主说：祢坐在我的右边，等我使祢仇敌作祢的脚凳。

【来一13】所有天使，神从来对哪一个说：你坐在我的右边，等我使你仇敌作你的脚凳

【来十13】从此，等候祂仇敌成了祂的脚凳。

《心意更新》第15课讨论问题

1、林后章16节「所以，我们从今以后，不凭着外貌（原文是肉体）认人了。虽然凭着外貌认过基督，如今却不再这样认祂了。」

在这段经文中凭肉体认识基督是怎样的基督？凭圣灵认识基督又是怎样的基督？

2、来十三章8节「耶稣基督昨日、今日、一直到永远是一样的」中「一样」具体指的是什么？你是怎样理解？「祂如何，我们也如何？」今天你又是如何做工的？

3、争战的双方是谁，争战的兵器是什么，要用在哪里？请举例说明。

4、当你「进到圣经，活在圣经」面临攻击逼迫的时候，应该用怎样的态度来回应？在教会里和教会外是一样的回应吗？

5、本课中「世界正试图去做教会要做的事」

世界想要做什么？神要通过教会向世界显明的是什么？

6、「耶稣是每个人的救主，释放任何人自由，过正常的生活」
请你描述“正常的生活”是怎样的生活？

《心意更新》十五/十六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我在神面前有能力，我是新造的灵，我是刚强、仁爱、谨守的灵，我要活出这样的大能、爱与自律，我不凭肉体争战，我不断建造真理的坚固台，将所有心意夺回归顺基督。阿们。

第十六期：灵的特征，大脑和思想的关系

一、灵有三种不同的特征

- 1、「胆怯」：不是恐惧，而是怯懦
- 2、「能力」：行神迹的能力
- 3、「爱」：Agape 神的爱，完全付出，给出自己
- 4、「清明自守」：自律、自我控制、节制
- 5、灵的这些特征帮助我们心意更新

二、大脑的功能运作

- 1、大脑运转速度受周围组织液浓稠度影响
 - 1) 食物影响大脑组织液质量
 - 2) 运动影响大脑组织液质量
 - 3) 从小做起贵在坚持
- 3、大脑足够聪明，变道取长补短

三、大脑与思想的关系

- 1、大脑好比电脑的硬件，心思就像软件
- 2、操作系统不断更新，功能更齐全
- 3、重生后必须进入新约思维：即基督的思想

我们看思想和大脑的区别。先来读提摩太后书一章7节：我听过各种讲法。

和合本翻译：「因为神赐给我们不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。」

恢复本翻译：「因为神赐给我们的不是胆怯的灵，乃是能力、爱、并清明自守的灵」

编者注，原文「心」的翻译应该是「灵」

一、灵有三种不同的特征

1、「胆怯」：不是恐惧，而是怯懦

神赐给我们不是胆怯的灵，意思是祂没有这样做。「神赐给我们不是胆怯的灵。」这里的「胆怯」原文不是phobos，像是我们说的 phobia 恐惧症。希腊原文指的是「怯懦」。所以这指的不是恐惧。而是怯懦。

2、「能力」：行神迹的能力

祂赐给我们不是胆怯的灵，而是能力的灵。「刚强-能力」是一个常见词，《史特朗经文汇编》编号是“1411”，是“dunamis”这个词，和使徒行传1章8节中的「能力」是同一个词。「但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力。」神赐给我们不是胆怯怯懦的灵，而是能力的灵。我们什么时候领受能力的灵？就是当我们受圣灵的时候，当神的灵住在我们里面的时候。这里保罗重点要表达的是，他在和提摩太讲话，带他回看「要知道你有什么。」他讲的不是能力的灵有时降临在你身上。他说「你要谨记，神赐给你的不是怯懦的灵，祂赐给你能力的灵、行神迹的能力。」「dunamis」这个词是指行神迹的能力。这

不单是能力。而是行神迹的能力。这是神的能力，从圣灵来的。我们必须牢记，不是神现在马上做什么来赐它给我们。假如你现在去医院服侍某人，你一进去，神就降在你身上，你就能帮助人。倘若是如此，那么若你在走廊里遇到某人，祂就帮不到你了。我们必须清掉这种思维，行事像耶稣，认定祂总是和我们在一起。

3、「爱」：Agape 神的爱，完全付出，给出自己

没有哪个时刻祂不是和我们在一起的。没有哪个时刻我们做不了当做的事。祂没有给我们胆怯的灵，乃是行神迹的能力与神的爱。「Agape」，正如我们听过的，这是神的爱。爱是带有属性的。我们在哥林多前书十三章就能读到。「Agape」的特点之一在于这种爱付出时不求回报。这远远超出只是给予不求回报，这意味着完全付出，给出自己。不是就是给钱、或是别的东西。人通常都是这么错误认为的。而是完全给出自己，不顾对方怎样回应。如果你爱你就会作见证，不怕人们可能不想听，不怕被拒绝，不管会有怎样的回应，只要给得正确就行。这就是「Agape」的定义。

如果你行在爱里，你就会行出给予的爱。不管有什么需要都给出去，治病、赶鬼、拯救、钱、衣服，不管是什么，「Agape」的爱就会给出去。不管需要什么，「Agape」的爱满足一切需要。最棒的是你里面的灵能满足一切需要。这就是为什么腓立比书四章13节我们说「我靠着那加给我力量的，凡事都能作。」靠着那给我们力量的，没有一个需要我们无法满足。祂怎样在灵里加你力量？藉着祂的灵。以弗所书6章10节「要靠着主，倚靠祂的大能大力做刚强的人。」意思是无论你遇到什么情况，你都能解决。不是因为你，而是因着住在你里面的那位。「那在你们里面的，比那在世界上的更大《约一 4:4》。」这些经文彼此相合，表达同一个意思，神赐给我们，不是胆怯的灵。这意味着我们是勇敢的，因为「义人胆壮像狮子《箴言 28:1》。」我们不怕懦，我们是勇敢的。有人说可我觉得自己不勇敢，要知道这与感觉无关。只要你行事勇敢，勇敢就会被彰显出来。还有很多可以讨论，我们一会再说。

4、「清明自守」：自律、自我控制、节制

祂赐给我们刚强能力，行神迹的能力；给予的爱，不求回报，还有谨守的心。「谨守的心 - 清明自守的灵」这个词在《史特朗经文汇编》的编号是“4995”。希腊原文字义里包含思维清晰，也包括情绪稳定。这个词的实际意思囊括思维清晰、情绪稳定等一切。「sophronismos」实际上是指自律、自我控制、节制。神赐给我们不是胆怯的灵，是行事正确的能力。能力的灵、爱的灵，付出不求回报，还有谨守节制自律的灵。你有那个灵，那个灵就是圣灵。不是分开各种不同的灵，因为这里他给出了对比：这一句的语法表明，有怯懦的灵；也有能力、仁爱、谨守的灵三者结合在一起。是有胆怯的灵、也有刚强、仁爱、谨守的灵。能力，不求回报的爱，和谨守自制代表你的灵有三种不同的特征。

5、灵的这些特征帮助我们专注集中注意力

你不是只有能力、只有仁爱、或只有谨守的心。你有一个灵，里面包含能力、仁爱、和谨守。当圣灵进入你里面，你就有这一切。你拥有这一切，它们住在你的灵里。这样讲来非常抽象。换个角度来看，就是说圣灵、就是神重新创造了你的灵。祂在你里面造了一个新灵，这样祂就能住在你里面。神能住在你里面，是因为圣灵住在你里面。当圣灵进来，

就把这些都带进来了。我之前讲到耶稣，当耶稣进来，祂把一切都带进来。我知道这是很抽象，我过去也没有讲过。圣灵，可以这样打个比方来解释：就像当祂搬进来，祂翻新房子好住进去。祂翻新的办法之一就是在墙上挂照片，这些照片就是刚强、仁爱、谨守的灵。祂一进来就挂上了，这是你灵的一部分，祂住在你里面，祂的灵住在你的灵里面。你的灵就是祂的房子。如果说你的灵就是祂的房子，假如祂要装饰祂的房子，就会按着祂的特性来装饰。这些特性就是刚强、仁爱、谨守的灵。我讲这个的原因是这直接关系到心意更新。第一点，祂赐给你节制自律的灵，重点在于专注、注意力集中。「谨守」指的是人的心思，心思稳定，情绪稳定，所有这些组成一个节制自律的人。

二、大脑的功能运作

思想与大脑有什么区别？大脑是中枢神经系统的指挥中心，就像你电脑的中央处理器。信息是由感官收集，储存在大脑的电磁功能里。你的大脑像电磁一样运作。这就是为什么它位于大脑周围的组织液中，因为那是最好的导电电解液。现在我们要触及到一个领域，虽然我很不喜欢谈这个，我们还是得来讨论。不管我在专业层面上解释得是否完美，你需要知道这些知识。我不会隐藏它们，我会照着我知道的讲出来。

1、大脑运转速度受周围组织液浓稠度影响

大脑功能很大一部分是在大脑外部的组织液进行的，然后从外到里。它在外边迅速移动，进入大脑里面的神经元。组织液是要让大脑尽可能快地运作，从自然角度来说就是尽其所能让大脑清晰。

1) 食物影响大脑组织液质量

大脑周围的组织液必须是越干净清楚越好。要到达这个目的，大部分取决于你吃什么。你的饮食决定组织液的流动性如何。换句话说，你吃的越差，组织液越粘稠；越粘稠电流越慢。你可能想不到会在心意更新课上听到这个。组织液越清洁，导电性、流动性越强，都是一个意思；组织液越清洁，甚至越稀薄，流动性越好，电流越快，你大脑里的电磁场运作越快。有些吃的能让你头昏脑胀，有些让你变得清晰和专注。对身体的其他部分也一样，它与血液里的构成有关。血液中有几个组成部分，你吃的东西会进入血液、成为其中的一部分，它能让血液变得很粘，或是很薄，这全部基于你吃的是什么。就我个人而言，我用可口可乐把血管里面的都烧掉，烧光后血液就能很稀薄，血流通畅。大家都知道我用可乐洗掉一切...。不说了，别跟人提这个。我们以后还会再讲，尤其以后的培训还会再讲这方面的话题。因为有很多东西，即使在我自己的生活中，我也在改变自己。实话实说而已。我现在还行，我不打算戒可乐，尽管有人为此代祷。行了，赶紧停下，那是巫术，完全违背我意愿。我不要吃蔬菜、我可以喝，我可以喝蔬菜。但我不要吃，没错，要是我必须嚼，它们不会过到这喉管。但我可以喝，我几乎什么都能喝，这些年通过喝可乐证明了这点。但在过去两周，我其实减到了每天一瓶可乐。这就是我要减少的，大多时候只喝水(鼓掌)。你们好爱我，太爱我了。

我也开始了大多数人讲的间歇性禁食，一天一顿饭。通常比较晚，是在下午或晚上。如果有像这样的聚会的话，通常就是吃午餐。就算这样，我也不会吃大过手掌的东西。有道理！把手掌大的食物往上堆起来，我早该想到的！我们该跑去 Dagwoods(美式餐馆)点

菜，太好了！说真的，在过去的两周里，差不多都是鸡肉、火鸡，类似这些，量很少，而且简单。除了考虑营养，这些尽量简单，不去想我要吃什么。吃饭其实超级耗时。我们基督徒很多聚会都是围绕吃的。如果我们聚会时不用吃那么多，我们会有更多交流。

2) 运动影响大脑组织液质量

这只是一些变化。因为多年前，我老是工作，常常要出差、开车。等回到旅馆就不想锻炼了，每天开车都要14、15个钟头。我几乎没有锻炼，吃的还有可乐一样不落。要是你慢下来，有些东西会追上你，特别是肚子就凸得很明显。我一停下来，它就动个不停，所以我决定要减掉它。我一直坚持做一些运动，算不上剧烈。人们在节食或类似的事上失败，原因之一就是想要带来极大的转变，转变来得太快，没有形成一种生活方式。所以关键在于慢慢转变，这完全违背我的本性。我的性格比较极端，所以我很难沉住气。但我在改，重新开始一些我过去常做的运动项目。不管开了多少次车，我的太太还是会笑我。因为现在每次我去加油，不管加多少钱，我都站在泵后做深蹲。我开始做深蹲，同时我的车在加油。有次从威斯康辛回来，一天之内我就做了127次深蹲。你大概就明白我花了127美元才回到这里，它就是这么显示的。当记录了多少深蹲，我也知道自己花了多少钱。我不确定以后会不会继续这样记录了。就是从小事开始，照着能做的一点点加进来，就能坚持下去。人们会去健身房，然后就不去了。因为他们下了决心要做这做那，像是新年立志等等。但第一个星期就坚持不下去了。

3) 从小做起，贵在坚持

一般来说，要从小的改变做起，一步步增加。为的是要进步，不是为了完美。如果你哪天错过了，不管什么原因，第二天再来。你只要不断重复。神不想你被定罪，一样的道理。你们很多人一开始会自责，不用这样。不要给自己定罪，重新开始，继续努力，原谅自己，然后继续前进。这完全不是我要讲的。不管怎样，我实话告诉你，过去两个礼拜，比起之前至少10、15年，我舒服多了，精力更充沛，睡眠更好。我在闹钟响前起床，我觉得很好。到最后我肯定能完全戒掉可乐，但这不会成为律法。不是说假如我喝了可乐就是犯了罪、就要下地狱，不会的。相信我，要是你出国，国外总有些地方会让你不想喝任何水龙头里出来的东西。你会想要一些瓶装的合格品，那时可乐就变成了好东西。但也要适度。通通都要适度。有一次我一整年都在戒可乐，从12月31号到第二年的12月31号，掉了30磅，我就知道这些肉都是哪来的了。然后第二天，新年的1月1号我喝又上了。我只要每隔一年间歇性禁食一次，这样就没问题了。

其实你吃进什么影响一切。我告诉我太太，说我需要让人知道我为什么这么做。不解释的话万一被人听成我刚戒了可乐，人们会想他这是怎么了，发生什么事了，肯定身体出问题了。不是，这是一个选择。我告诉你，我身体很好，自我感觉也很好。我每天都在锻炼，完全没病。我选择不同的饮食和生活方式，不是因为哪里出问题了。完全不是，我也不是担心有任何问题发生，也不是为了预防疾病，只是为了感觉更好。我讲道很长，站上8个小时、承重150磅会比160或170磅轻松很多；我应该回到曾经打拳击时的体重，过去差不多145磅，这大概要花上四年。说真的，我希望几个月就能达成。因为我和很多人打交道，每天的行程都没有规律，所以我必须解决这个问题。很多事我必须处理，我必须确保我的锻炼方式不是固定在某个地方。没有健身房，没有特定的设备，都是力量训练，

用下拉力带，开车时抓一下手柄。我有一些重量器械，车里有哑铃，路上开车时就有机会用到。做完全深蹲。上车时，腿都抬不起来跨到车里。刚开始时，我觉得自己老了，一天不如一天。但是你知道我以为这会让我感觉舒服，但是没有，比之前感觉更糟，因为我一动全身都痛。算了不说了，回到正题。

2、大脑足够聪明，变道取长补短

神经可塑性已经证实，如果大脑某个功能的主要负责区域坏了，大脑能将特定的操作和功能重新发送到其他区域。这很神奇，因为通常认为特定领域只负责特定工作。假设大脑的某部分受损，你的大脑足够聪明，可以变道，你还是能做同样的事情，是靠大脑的另一部分来做。有证据表明，如果一个人生来有残疾，或是以后变得残疾，比如一个人生来看不见，身体的其他部分肯定没办法看，但是听力会增强，补偿这方面的缺失，就能一起运作，让人照常生活。他的耳朵就像声纳能分辨出墙有多近。就像你我，如果我们留心的话也能知道离墙的距离，只是我们没有意识到。如果这事关乎我们能否存活，我们能更快地认出来。与此相同，当有人靠近时，我们都能感觉到。如果有人在我们后面靠近，只要我们没有专注于别的，留心周围的环境，我们都能感觉到。

三、大脑和思想的区别

1、大脑好比电脑的硬件，心思就像软件

大脑可以被比作电脑中的硬件，心思就是软件。而且就像我说的，请原谅这样简单的类比。要是具体说来，每一个都要被拎出来细讲。我只想给你们一个大致概念。在某些圈子里，信息被视为软件。我倾向于把大脑看成硬件，把心思看作软件，这是按照大脑运作系统的特性来说的。

2、操作系统不断更新，功能更齐全

你可以使用不同的操作系统操作。比如说大多数电脑能用 Windows 操作系统，但现在有了更新的 Windows 操作系统。很多人还记得老版 Windows 3.0 版，但现在已经更新了，已经有 Windows 8。我有一个 Mac，也有一台电脑，两台轮着用。当我看到 Windows 不断更新，我更新到 Windows 8 就不再更新了。我不需要更高版本，已经够好够用。我的圣经学习软件在电脑上还能用就可以。要是有人用 Windows 3.0 来运行今天的许多应用程序，他们肯定会失望，因为已经更新了。

3、重生后必须进入新约思维：即基督的思想

一样的道理，当你重生的时候，就意味着要更新，要在基督的思想里运作。但大多数人没有这样。基督的思想其实就是新约思维，旧约是堕落的天然人的思维。很多人重生后仍然在旧约思想里，那是堕落的思想。我们必须意识到这点。旧约的功用是要把我们带入新约。新约思维本当是基督的思想。很多时候教会组织是为了与旧约思维对齐，很多人想要在教会重建新犹太主义。我们应该超越它。我们既不是犹太人也不是希腊人。以弗所书四章6节说，神是「超乎众人之上，贯乎众人之中，也住在众人之内。」阿们！我们都是新造的人！

《心意更新》第16期经文

【提后一7】和合本翻译：因为神赐给我们不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。
恢复本翻译：因为神赐给我们的不是胆怯的灵，乃是能力、爱、并清明自守的灵。

【徒一8】但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力。

【腓四13】我靠着那加给我力量的，凡事都能作。

【弗六10】要靠着主，倚赖祂的大能大力做刚强的人。

【约壹四4】那在你们里面的，比那在世界上的更大。

【箴言二八1】因为义人胆壮像狮子。

【弗四6】一神，就是众人的父，超乎众人之上，贯乎众人之中，也住在众人之内。

《心意更新》第16课讨论问题

- 1、《提后1:7》提到“胆怯的心”和“能力、爱、清明自守的灵”，你如何理解这句经文？课程的讲解对你在心意更新方面有哪些帮助？
- 2，根据《提后1:7》、《腓4:13》、《弗6:10》、《约一4:4》这几节经文，如何理解我们里面的灵能满足一切需要？对你今后行在爱里有何帮助？
- 3，“谨守的心”对应圣灵的哪种果子？你认为是否重要？如何训练自己更新到结出果子？
- 4，课程提到饮食会对大脑和思维运作产生影响。你如何看待这个问题？请举例分享生活中的应用。
- 5，心思和大脑的区别是什么？当一个人重生时，思维要做什么转换？为什么？

《心意更新》十五/十六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我在神面前有能力，我是新造的灵，我是刚强、仁爱、谨守的灵，我要活出这样的大能、爱与自律，我不凭肉体争战，我不断建造真理的坚固台，将所有心意夺回归顺基督。阿们。

第十七期：离开旧约心意，进入新约心意

一、大脑神经元创造记忆，增大记忆空间

- 1、大脑可以分辨你是还在研究，还是已经领受
- 2、一旦接受：第一打开记忆空间，第二快速扩展空间
- 3、大脑的镜像思维：一边从全景到细节，一边从细节到全景

二、旧约心意：基于律法表现

- 1、基于旧约的心意，达不到新约的果效
- 2、胡萝卜加大棒，永远不够
- 3、旧约是用来将天然人导向基督

三、新约心意：基于基督恩典

- 1、恩典是神加给我们能力，使我们能超越自我
- 2、恩典心意就是国度心意：神的国就在我们里面
- 3、和志同道合的基督徒团契相交，同心合力成就大事

四、肉体的思想

- 1、受感觉、环境影响，被世界的法则引导
- 2、与未得救的天然人没有分别
- 3、常在惧怕的基础上做决定

一、大脑神经元创造记忆，增大记忆空间

1、大脑可以分辨你是在研究，还是已经领受

上期我们讲到心思和大脑的区别。我们讲过大脑像硬件，心思像软件。之前说过，再说一遍，就是心思跑到哪里，大脑就会跟到哪里；不管你让你的心思跑去哪里，大脑就会跟去那里。也就是说，只要你的心思开始游荡，你的大脑就重新连接，和心思的位置保持一致。这意味着什么？我不想你听到后害怕地以为「别做这类调查研究，以免接受某种教义，我可不想我的大脑有那种连接。」不是这样的。大脑可以分辨你是在调查研究，还是已经接受相信了。当你调查研究，大脑神经元会创造记忆。创造记忆的过程其实比你接受相信某事更慢。背后的科学原理是当你做调查，你的大脑在增大记忆空间，你会记得自己看什么。但你的大脑也能分辨你是在调查，还是真的相信。

2、一旦接受：第一打开记忆空间，第二快速扩展空间

如果你是在调查，那就是还没相信。因此它会减慢速度。但一旦你接受了，它就长得飞快。如果你在做调查，然后想「我已有了足够的研究、阅读，我认同这个了。」那么从这时起，不管你再读什么相关内容就会加速，整个过程变快，因你认同了。大多数人很难把握到这点。本来不该这样，特别是有信仰的人，但他们倾向于这样。有信仰的人若心意

还没更新，就会照着以前经验形成的逻辑行事。你不能总是这样，因过去你的思考可能不合逻辑。你可能会认为你是、实际上没有。

其实量子力学在你的大脑活动比在生活其它方面都要多。一旦你打开它们，速度就会加快。这很简单，记住，**第一，你打开它们；第二，加快速度。**记住这两样，其实你也在创造新的神经元，就是脑神经胶质细胞，正是这些细胞使大脑的两个半球连接在一起；通过神经胶质连接，信息从一边传到另一边。

3、大脑的镜像思维：一边从全景到细节，一边从细节到全景

你不是靠左脑或右脑思考，像我们想的那样。以为如果你是左撇子，就靠右脑思考；如果右手便利，就是左脑思考。这只是部分正确，但不全对。就像不是一划开血就干了，血会一直流的。实际上，你的两边大脑就像一模一样的镜子，有一样的信息，只是镜像不同。所谓镜像，就是成像不同，实质一样。你可以想像一下。大脑的一边从很大的全景开始，从大到小缩到细节。大脑另一边从细节开始，走向全景。这就是为什么你能相信自己对某件事的记忆。

比如你去大峡谷，你从大脑的一边去看，取了全景，再到细节。先看到全景，再注意到有只鸟在树杈上，这就是从全景再到细节。如果你在分析一整年的开销，在看你的支票簿，或是银行帐单，就会从细节再到全局。也许你先看一下余额，再一笔笔细看。即使这样，你还是会从全局再到细节。如果你专注来看细节，就是先顾好细节，再让它汇成全部。当你在看细节，就是想弄明白它怎样汇成全部。这也和你大脑的另一边相关。可以从全局到细节，或从细节到全局。如果把这两个放在一起，从细节到全局，就像等边三角形。在大脑另一边，是从全局到细节，我这边看是这样，从你的方向看正相反。如果你把这两个等边三角形放一起，从你的遥控器或别的上面来看，看起来就像快进按钮。这两个三角形看起来是一样的，朝着同一个方向。但是一个走这边、一个走那边。从大到小、或是从小到大。看起来就像两个等边三角形在快进。不用画出来，你知道快进什么样。你的大脑就是这样，总是试着在弄明白，它是能记忆的。

比如在英语里我们通常会说「去给我拿本红书吧。」我会先说「红色」再说「书」，你就会去找。但西班牙就会说「把书给我，红的。」看到区别了吧。你到我的图书馆，全景就是所有书，你会从所有书里找红色的书，你只会去找红色的书。这就是你的思维，两边都能看，但你的思维会这样看。你两边的大脑是一样的，只是运作不一样，从大到小或是从小到大。这就是你能记住的，也许靠着细节你能记住更多。女性更倾向于注重细节。这就是为什么在某些领域她们比男性更擅长，因为她们更注重细节。通常男性受到激励才会关注细节，比如想保住工作，最好留心细节。这种激励就很奏效，所以才会有激励机制。我们讲到男人的大脑，女人的大脑，其实运作起来大致相同，只是一边比另一边用得更多。不管怎样，先讲到这，以后再讲。

二、旧约心意：表现律法表现

我们一直在讲心思和大脑，还有大脑怎样运作。大脑有一个不一样的操作系统。我们当用的操作系统来自新约，就是基督的思想。但大多数人还是在旧约或没有更新的系统中

运作。如果你用的是过时的操作系统，你无法得到想要的结果。基督徒用旧约思维的操作系统，想要得到新约的果效，使用起来将会非常失望，因为缺乏新约的成果。

1、基于旧约的心意，达不到新约的果效

旧约是一种基于表现的系统。全部都是做这个、不要做那个，完全基于表现，所以称为律法。在新约里，我们要用新约思维运作，就是基督的思想。基督的思想不是基于律法的思想，也不是基于律法的系统。不是基于表现，而是基于恩典。基督徒知道他们应该要有些果效，却没有得到，你能看出为什么他们没有得到应有的结果？因为他们是按着旧约思维在运作，用的是旧约系统。

2、胡萝卜加大棒，永远不够

若你没得到该有的果效，你的第一直觉是更努力一点，禁食更多，祷告更多，做更多以得更多。教会的老生常谈就是更多祷告、更多去爱、更用力。他们就是这样定义爱，爱就要努力；如果你不够努力，如果你不告诉神你有多爱祂，你就不够努力，那么你就没有全心全意爱神。这个系统其实就是胡萝卜加大棒。本质上，就是他们拿着萝卜说「你想要更多吗？那就做更多。」你想要更多？还有更多、永远都有更多，总会有更多的事要做，要得到最新的，做最新的事，读最新的书，要有新的恩膏，不管是什么，总会有更多。若没看到该有的结果，你就主动去做更多的事，这本身证明你是在旧约思维里。这就是为什么我说，绝大多数的基督徒和教会仍然在旧约思维下运作。他们可能重生了，因为他们信耶稣，相信耶稣所做的，相信祂死里复活，该做的都做了。他们在这新系统里，老实说，若没有重生，旧系统对他们会更有作用些。至少他们在从前的系统下还能运作。

3、旧约是用来将自然人导向基督

很多人只是在教会里，但没有重生。当你重生，就要在不同的操作系统下运行，不能继续用旧的系统。这就是为什么「多给谁，就向谁多取。」当你改变操作系统，你必须改变做事方式。但大多数人从不改变做事的方式。要知道，没得救的人没有接受恩典，他们没有接受。他们会想「我想要得救，但是我的生活太糟了。我得先洗心换面才能得救。」他们照什么运作？就是旧约，完全基于表现。即使他们没有重生也这么想。为什么？因为旧约不是给重生的人，是用来将自然人导向基督。

三、新约心意：基于基督恩典

这是我们作为基督徒最主要要转换的，必须要有基督的思想；完全基于恩典的思想，就是基于国度的思想；没有国度思想就没有恩典思想。

1、恩典是神加给我们能力，使我们能超越自我

问题在于今天我们很多人在教导恩典，却没有教导国度。行在国度里却不明白什么是国度。他们以为恩典就是「不管我做什么都没有关系。」这不是恩典，恩典是神加给我们能力，使我们能超越自我而活。这就是保罗对提多说的。我们说这不是基于表现，但不是说你的表现并不重要。你的表现是很重要，但对神来说，你得救与否不是基于行为，你入门与你的表现无关。入门后你的生命一切在里面，那么不是基于你的表现，而是关乎你的

顺服，凭信心行事。再说一次，这系统不是基于表现。基于表现的系统总是会说「一定还有更多，要得、要学、要做。」这是一种很幼稚的看法。因为没有更多了，神把自己给了我们，不需要别的了；我们需要的是更多经历，更多成长和活出来。但不需要拥有更多，因为祂已将万物给了我们。

问题在于人拥有万物，但没有经历过；因为没有经历过，就不认为自己有。举个例子来说，有人送我生日礼物，是我喜欢的餐厅礼品卡，我把它放在钱包里，和别的卡放在一起，我几乎不用这些卡。过了一段时间，我忘了它在那里。虽然有人为我的饭买过单，已经是我的了，就在我钱包里，因为我忘了。所以若你不知道你有什么你就用不了。照这样看，若神把万物和自己给了我们，我之所以忘记是因为我没有见过。要是哪天我把钱包里的东西都翻出来，我就会看到，然后说「我们拿去付饭钱。」但是因为看不见，就想不起来，我拥有它，但对我也没好处，我去了很多地方吃了很多，却没有用到这些卡，因为我忘了。同样，神的神能已将一切关乎生命和虔敬的事赐给我们，祂给了我们，我们有了。就因为我们没看见，看不见就想不到，我们不知道自己已经得到。怎么办？我们只能求神。神就说「抱歉，我已经把一切都给你了，不能再给了。」信心就是照神说的去信，明白祂已经把万物赐给我们。对神说「谢谢你，你是耶和華以勒，我感谢你！」你的需要就得满足了，就是要迈出那一步。看起来很简单，确实是这样。

2、恩典心意就是国度心意：神的国就在我们里面

要是你觉得「这也太简单了，肯定不止这样。」当心，这就是基于行为的旧约心态。新约心意就是「国度是我的，我的父愿意把国赐给我。」我有神的国度，在哪？「看哪，神的国就在你心里。」我有神的国，这个国在我里面。首先，这是看不见的，要是不加注意，就不会在我们心里；它不会离开基督的心，但它会离开人的心。心里没有、眼里也就看不到。然后忽然就会觉得「我需要更多，还需要更多。」事实是你还没有安息在你知道所拥有的里面，以致于你无法看见你想要看见的丰盛。另外，你要确保你想从神那里得到的正是祂要给的。如果你看过关于耶稣或摩西的电影，我保证你会有不切实际的期待。我说不切实际不是说要求过高，因为你不可能对神要求过高。但你会有不现实的期待，就是说你的看法脱离实际。你会对神抱有不切实际的期望。不是说神不能充充足足成就一切，超过我们所求所想。祂绝对可以，但祂不会越过自己的本性行事。我们有时候会说「为什么神做事要这么久？」神会说「不是你等我太久，我是在等你相信。」有时你以为你信，其实你没有；你信一个程式，你以为会照着程式来。什么是程式？就是基于表现的旧约思维。如果我做ABC，我会得到D，这就是基于表现。你不能照着程式来，你要明白国度原则，不一定是国度程式，你明白区别吗？必须改变思维。

3、和志同道合的基督徒团契相交，同心合力成就大事

我告诉你好消息，你周围看看，这里坐得很满，这是件好事，有几个原因。第一，我们能在休息时互相认识，交换名字。这意味着当你回家，你能说出10到20个人名。你可能不知道每个人的名字、电话号码或邮件，但你能认识10-20个人，然后说「嘿，让我们保持联系，来谈谈这个。回去以后，我下周给你打电话，讨论一下课上学到的。」有人会说「我干嘛要这么做，又不认识他们。」除非你下周给他们打电话，不然你永远不认识。但是你应该了解你的肢体，打电话给十个人，你就能成长，因为每个人都会听到和你不一

样的内容。大家就能常常谈起，很快你就会说「对，哇！我记得这点还有那点」。你就能懂得比课上听到的还多。这对你有好处，你会发现这点很重要。我们讲过约翰雷克，这是他能力的秘诀。秘诀之一是和志同道合的基督徒团契相交。你这周在这里学习，大概就是三百人中的一个，他们都是听我当面教导的，很多人毕业出去了，大家都知道。但你听出去的人分享，从中吸收，要是你已经照做，你会发现这大有不同，一样的原则却更加深入、更多启示，把更多的聚在一起，就会互相印证。

与志同道合的基督徒团契相交很重要。这意味着你会找到深深吸引的人。神会把你们带向两种人：一种与你一拍即合，另一种被大大使用和你作对。两种人你都需要，当你们互相吸引，你们会分享交流这些，生命就会成长。当你回去，你可能只想和这些一起上课的人待在一起。特别是有真知识、想活在这里面的人。举个例子，上一课我们讲过，这次我不打算讲太多。我不信节食，节食是在浪费时间。这只是短期出成效的快速解决法，不会长久。我相信的是营养均衡的饮食，做你该长期坚持做下去的，是一种生活方式，而不是节食。要是你什么都吃，就算不上节食。也有一些特定的节食，大多数特定的节食并不奏效。你来这里听到这些课，回去后你需要和人谈论这个。不仅仅是一两天，而是从现在开始你一直去分享。回到节食，如果你节食，但你的配偶不节食就完了，你会坚持不住。阿摩斯三章3节「二人若不同心，岂能同行呢？」你们至少下定决心、一起做事。

学习神的话语也是一样，你的决心要和目标达成一致。决心和目标达成一致，你就能走得很远。有句非洲谚语说「如果你想走得快，一个人走；如果你想走得远，和人一起走。」你需要二人同心一起做事。要知道同心的人越多、能成就越大的事。从自然角度来看，你的支持团队越大，你越有可能坚持住，达成起初的目标。这就是为什么如果你打算做什么，告诉所有人。如果你想节食减肥却不公开，很可能不会管用。要是你失败，必须承担后果，这就是背后的原理。所以你必须把它公开化。一样的道理，当你回去，你需要继续联系别人。要么在这里联系上，或是 Skype，或网上通话，一起谈谈、团契相交、继续讲论。要是你们订了电子简报，你们都会看到。你们可以一起读，继续跟进，彼此交流。重要的是让这成为一种生活方式，不然它只是临时解决法，难以长久维持。世界不间断地做工，让你的心意不要更新。仅仅三十或四十五分钟的主日讲道不能让你心意更新，你需要每时每刻都在更新。可能会有人反对，但你能够进入那种生活方式。在课程结束之前，我会教你怎样进入那种生活方式。最后这里讲到心意必须更新，按照新的操作系统，就是新约来运作。

四、什么是属肉体的心意

1、受感觉、环境影响，被世界的法则引导

属肉体的心意就是以自然或肉体为导向的心意。自然人的心意与属肉体的心意是一回事。属肉体的心意受感觉、环境影响，被世界的法则引导。一个人可以去教堂，读圣经，背诵甚至引用圣经，然而心思仍然属肉体；这也是宗教思维模式，属肉体的人会说他们相信圣经，然而他们的行为表明他们仍像世俗的人一样思考和行动。

2、与未得救的自然人没有分别

属肉体的基督徒行事与未得救的自然人没有分别，几乎没有什么不同。当两者没有不同，人们就想出一个恩典的概念，以此解释自己的生活方式不一定要和这个世界不一样。属肉体的人做决定和未得救的人没有分别。如果未得救的人有道德标准，甚至很难将他们和属肉体的基督徒区别开来。

3、常在惧怕的基础上做决定

属肉体的人常常是在惧怕的基础上做决定，他们会用智慧来解释他们的行为，把那些委身基督徒生活方式的说成是狂热的。他们所依赖的智慧其实就是雅各书三章15节所定义的「这样的智慧不是从上头来的，乃是属地的，属情欲的，属鬼魔的。」当他们说「弟兄，要有智慧。」这通常讲的是妥协。他们讲的智慧不是属神的，不是从神而来，是属魔鬼的，属世的，完全基于感官。

《心意更新》第17期经文

【摩三3】二人若不同心，岂能同行呢？

【雅三15】这样的智慧不是从上头来的，乃是属地的，属情欲的，属鬼魔的。

【路十七21】人也不得说：“看哪，在这里！看哪，在那里！”因为神的国就在你们心里（心里或作中间）。』

【路廿二29】我将国赐给你们，正如我父赐给我一样。

《心意更新》第17课讨论问题

- 1、人左右脑工作的相同之处和不同之处是什么？
- 2、什么是旧约的思维？旧约的思维是不是毫无用处呢？
- 3、什么是新约思维？你是活在新约思维中还是旧约思维中？试分享一些见证。
- 4、为什么团契相交要成为我们基督徒的一种生活方式？你从中受了哪些益处？
- 5、属肉体的心意有哪些特点？
- 6、属肉体的人依赖的是一种什么样的智慧？重生的人依赖的又是一种什么样的智慧？有圣经依据吗？

《心意更新》十七/十八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我相信圣经真理，我既会细节默想，也会全局思考，我的思想运行新约思维，就是基督的思想，不惧怕、不凭感觉、不看器皿，我参与团契，带领团契，操练敬虔，习练通达。阿们。

第十八期：属肉体的心意和属灵的心意

一、属肉体和属肉体的心意

- 1、属肉体的在惧怕中行事
- 2、属肉体的看重器皿、多过看重器皿给出的信息
 - 1) 误解信息，关于女人讲道
 - 2) 拉帮结派，嫉妒纷争
 - 3) 库里弟兄的见证
- 3、属肉体的条例，是给长不大的孩子

二、属灵心意的假冒

- 1、新世纪哲学：我很属灵，但我不属宗教
 - 1) 宗教的圣经意义：敬拜
 - 2) 所谓平静情绪是属魂的，是假冒属灵
 - 3) 关于瑜伽
- 2、过分「属灵」，没有分辨力，小心被鬼附

三、属灵的心意

- 1、不一定已经成熟，但一定在成熟的路上
- 2、认定圣经真理，并按照真理行动
 - 1) 瑜伽是泛神论
 - 2) 唯有自有永有的神，能让我们有份于神的神性
 - 3) 你们要完全，不为堕落找借口
- 3、属灵的心意在任何情况下都选择相信圣经
- 4、属灵的心意是被操练过、受过训练、是被约束的
 - 1) 分辨纹身
 - 2) 为孩子警醒，保护好孩子

一、属肉体和属肉体的心意

1、属肉体的，在惧怕中行事

我们接着上节课剩下的部分。上节课我们讲到神的智慧，还有人怎样进入神的智慧。当我们讲到智慧，我们说到属肉体的人常常在惧怕的基础上做决定，因为他们的思维模式就是这样的，你能看出来，人在惧怕里行事，就是行在旧约里。旧约是惧怕的盟约。很多时候人很怕做出一些事，他们害怕神会对他生气，但这不是神想要我们过的生活方式，神愿意我们活在平安里，认识到我们是与祂连接、并享受其中，没有惧怕，没有胆怯。「坦然无惧来到施恩宝座，作随时的帮助。」但活在惧怕里就不能这样。

2、属肉体的看重器皿、多过看重器皿给出的信息

雅各书三章15节「这样的智慧不是从上头来的，乃是属地的、属情欲的、属鬼魔的。」现在我们通常听到的「情欲」这个词和性有关。情欲在圣经里不是这个意思，指的

是五官感受，与情绪感受等有关，指的就是这些感觉。雅各书三章15至16节「乃是属地的属情欲的，属鬼魔的，在何处有嫉妒，纷争，就在何处有扰乱和各式各样的坏事。」雅各书三章17节「唯独从上头来的智慧，先是清洁，」如果你的智慧是属神的，一定会是清洁的，完全不受污染，「后是和平温良柔顺，满有怜悯，多结善果，没有偏见，没有假冒。」如果你直接翻到哥林多前书三章一节，保罗在说「弟兄们，我从前对你们说话，不能把你们当作属灵的，只得把你们当作属肉体...」我们在这里能看见明显的区别，到一个程度，甚至当保罗与他们面对面，他不能把他们当属灵的人来说话，意思就是他不得不改变和他们的讲话方式。保罗就说，我所写的你们要来读，我写的和给众教会的一样，就是说不管他去到哪里，都是传一样的信息，不是给教会这个信息，然后再去另一处教会分享另一个信息，它给每个教会的信息都一样。但这不是说教会在不同时期会没有不同的问题要处理。

1) 误解信息，关于女人讲道

我们在保罗写给哥林多的信里看到这点，他在那封信里提到人们现在所谓的「女人问题」。「妇女是否参与事工」，人们把哥林多教会的问题置于全体教会，不该这样。我们教会也会遇到有人来拜访。那天上午轮到我的儿媳妇讲道，她一开口，有一位男士就起来走出去，打电话给我说，我不敢相信你让一个女人讲道，他说要是再有这种事情.....。其实他打进来是想约时间和我见面坐下来谈，后来我们确实见面了，坐下来谈。他说我不敢相信，要是你再这样我就不来了。我就说「好，你需要我帮你找另外一间教会吗？」他就说「你不明白，我来是想帮忙。」我说「没错，可你没帮上忙。」加拉太书三章28节讲到「不分男女」对吧？我明白圣经要求的。完全明白。圣经讲到不要让女人瞎管人，可如果把女人安排在讲道的位置，就不是她在瞎管，相反当你不许她讲道，是你成了瞎管的，因为你在否决她的位置，这还能讲到很多，可以专题讲。

2) 拉帮结派，嫉妒纷争

我怎么判断你是否属肉体，你看到的是外在的器皿，没有去看器皿里出来的信息。这就是保罗在林前三章1到3节说的，他说「弟兄们，我从前对你们说话，不能把你们当作属灵的，只得把你们当作属肉体、在基督里为婴孩的。我是用奶喂你们，没有用干粮喂你们。那时你们不能吃，就是如今还是不能。你们仍是属肉体的，因为在你们中间有嫉妒、纷争，这岂不是属乎肉体、照着世人的样子行吗？」保罗怎么知道的？「因为在你们中间有嫉妒纷争，这岂不是属乎肉体照着世人的样子行吗？有说我是属保罗的，有说我是属亚波罗的，这岂不是你们和世人一样吗？」你能看出他们是属肉体的，因为比起信息，他们更看重器皿。有人说我就是不喜欢他，我更喜欢那个人。好，要是你喜欢这位多过那位，最好是因为信息更好。如果是因为看中信息才更喜欢某人，这没问题。不要因为外在就特别不喜欢谁。

3) 库里弟兄的见证

老实说，我自己刚开始学的时候，我有一些问题，但我实在不知道答案，我就使劲方言祷告，想要问神，就是得不到答案。神就说「你要听这个人。」我就说自己不想，不想听她的。他就说「他们有你要的答案。」我说「没有，你才有答案。」他就说「对，我借着他们说话，你要听他们。」我就是不肯，因为是某位女性。其实我并不介意那是一位女

性，我从小到大见的都是女传道，我妈妈就是女传道，我不介意女传道。实际上在五旬节派中约翰雷克事工，大家都知道我们不分男女，要是你有能力就让你上，我们不管别的。赵镛基牧师说，「要是你想建立教会，就打发一个女人去，她能搞定。因为她会请男人帮忙，男人会做任何她开口让他做的。」常有人提醒我，男人是头，女人是脖子，脖子想去哪儿就把头转到哪儿。我们要明白，不管什么时候，如果你关注的是器皿，就像保罗这里说的，你喜欢这人多过那人，就是属肉体的。所以我就去听那人讲道，这跟她是女性没有关系，其实是因为她说话的声音，我实在受不了那讲话的频率和音调，我就硬着头皮听，坐在那里记笔记，非常专注，因为我想赶快得到答案。不过从那以后我就克服了，不去管音调声音，甚至讲道方式。要知道讲道有各种方式，有些人讲的让我比较难接受。

我是在权威型的家庭长大，我父亲是警察，他很有意思的一点是，只要他不高兴，他不会大叫，反而更安静。为什么？因为他知道权威感是怎么回事。我也知道不需要大喊大叫，当我和太太打算要孩子，我们一早就决定不乱发脾气，不对孩子大喊大叫，他们越闹我就越安静，他们就越是靠近我来听，等它们靠近了我就可以修理他们了。有些工作的老板特别凶悍，很不好，他们谁都骂，以为只有这样骂，别人才能听进去，遇到这种工作我就辞职了，转身走人；你一骂我，我就走人。你不需要骂人。如果你不知道怎么用平和的语气说出来，你都不知道该怎么好好表达，我才不会听。如果你吼我，可以接受，我在军队待过，我可以接受被骂，你可以站在我面前骂我，别想我能有什么反应，我只会站在那。如果我只能站那儿，我接受被骂，要是我能走开，我就走。如果你对我动手，那就完全是另一回事了。没有得到本人同意，没有人可以碰另一个人，就是这么简单。我可以接受被骂，除非我能离开，要是我能走，我就会走开的。对我来说，要是你站在讲台上面对我说负面的话，我才不听，这不是我领受神话语的方式，就这么回事。我不需要被人吼，如果你能好好解释，我会听的，但你不能大喊大叫。我喜欢五旬节派中的教导，我喜欢人跑动、大喊，很享受这种时间。我能理解他们讲道就是这样，我知道这是从哪来的，怎么开始的。我能理解，这是为了激发情绪，我完全理解，但我上教会不是为了激发情绪，我上教会是为了学习神的话，并且应用出来，所以比起传道我更看重教导，我就这么做的，所以我不会去那种老是在吼的教会，他对我没什么帮助。如果你就是这么领受，那很好，没问题，我只是不明白你怎么会上这来。这里完全不一样。我最后想说的是，我们不能看重器皿，多过看重信息，要是你这样，说明你是属肉体的，就是这么简单。

3、属肉体的条例，是给长不大的孩子

希伯来书九章10节，讲到属肉体的条例不能让你变得属灵，只会让你属肉体，因为这是一个属肉体的条例，是给长不大的小孩子；要想长大，你需要圣灵。旧约那会儿还没有赐下圣灵，这就完全不一样了。

二、属灵心意的假冒

1、新世纪哲学：我很属灵，但我不属宗教

我们前面讲过属肉体的思想基于惧怕和感观行事，让我们来看属灵的思想。在今天的世界上，很多话语被随意滥用，丢失了原本真正的含义。在最近的调查中，很多人反映他们是属灵的，但不属宗教。他们讲的属灵与宗教有不同含义，很多基督徒都持相同看法。

1) 宗教的圣经意义：敬拜

宗教一词有很负面的含义，我承认我们需要区分无生命的宗教和真正的宗教信仰。雅各在雅各书一章 27节说「清洁没有玷污的虔诚，就是看顾在患难中的孤儿寡妇。」此处「虔诚」原文直译为「宗教」，他说的不是要远离宗教，宗教这个词实际的含义是敬拜，在于你怎么做，但很多时候我们用宗教这个词，意思是仪式性的或常规性的带不出生命，徒有虚表而已。但是圣经讲到「属灵」不是这么说的，这里提到这个，反映出「新纪元哲学」潜入了教会。圣经里宗教这个词是很正面的，指的就是敬拜，正因教会给世界展现的基督是一副动辄就批评的形象，宗教性和宗教信仰就一起被看成动辄批评、给人定罪的标准，我们自己也有责任。对吧？

2) 所谓平静情绪是属魂的，是假冒属灵

现在普遍受到接纳的词是「属灵」，常指一个人有兴趣自我发展。这里改一下，发展生活中的精神情绪方面，通常包括一些操练，能平静他们，把人带到一个境界让他们感觉到平安。所以很多人想到属灵指的就是平安。属灵并非平安的意思，其实这不是属灵，而是属魂的。这很重要。人们这里讲的属灵，其实是属魂。很多人会说人们常讲到体与魂，省略掉灵的部分，因为不知道人的灵，他们知道魂、知道体，但是不知道灵的层面，他们也不能明白，因为他们的灵是死的，与神隔绝，直到重生。当人重生，你就与神连接，如果你没与神连接，你就理解不了，这就让你属肉体。这里注意一下，这些操练让人平静下来，让人以为到达平安的境界，这不是属灵而是属魂的，其实是假冒的。故意设计好，让人不要与天父建立真正的关系。

3) 关于瑜伽

有个很不好的现象，你能看到很多城市都有，甚至我回家的路上，和我住的地方也不是很近，有个叫做基督门徒的教堂。在他们外面摆的牌子上，他们就宣传每周四上午免费开放瑜伽课。你就明白他们绝对不懂什么叫做属灵。要是你明白属灵，你不会去练瑜伽，因为瑜伽的意思是与神同为一轭，这指的不是耶和华神，不是圣经的神，指的是印度神。

2、过分「属灵」，小心被鬼附

还有一点，很多人想要属灵，是说他们想跟随某种在世人看来「但凡属灵就是好的，不错啊，如果你是属灵的人，很不错...」他们没有办法分辨。但我们要明白，最糟糕的就是你属灵却没有和神连接，因为你会被鬼附。你这样的操练会引来魔鬼。

三、什么是属灵的心意

1、不一定已经成熟，但一定在成熟的路上

一个有属灵心意的人，不一定有完全成熟的基督徒心意，但他肯定正在走向成熟。但是他可能尚未完全成熟。一个心意更新的人是一个属灵的人。但是一个属灵的人，可能并不完全有更新的心意。你看到这里的区别了吗？

2、认定圣经真理，并按照真理行动

有属灵心意的基督徒看圣经是真实的、并按圣经行事，有属灵心意的基督徒就会这样做。属灵的心意意味着在任何环境，即使世界现象与圣经相反，也会选择相信圣经、笃信不疑。不是只是口里说相信，而是照着圣经行出来，活出真正的生命。

1) 瑜伽是泛神论

回头再讲瑜伽，我先回到之前的一点，然后再往下说，你会开始看到一点，其实那是假冒的，可能你接触过，特别是瑜伽，有个关键词叫「namaste合十礼」，实际含义就是「我里面的神，认出你里面的神」，带出的意思就是万物有灵，就是泛神论，什么都是神。你是神我是神，树是神石头是神，什么都是神。很明显，这是个错误信仰，世界和世上假宗教系统在推动人去认识到神性住在他们里面，不是让他们成为具有神性，而是神性自然而然就住在他们里面。

2) 唯有自有永有的神，能让我们有份于神的神性

我讲到「不是让他们成为具有神性」，我们说的神性，通常指的是那自有永有的，不需要依靠别的来供应生命，这只有神才行，没有人能这样。我们都不是自有的，也不是我们生命的源头或供给，神才是源头。我们能在神的性情上有份，我们是这样被教导的，知道该怎么做才能在神的性情上有份。要是我告诉别人他和他爸爸脾气一样，只要你一跟他讲话，你就知道他爸什么样。在神的性情上有份，就是这个意思。不是说你成了神，而是说你有了神的特质，以至于你说话做事生活都像祂一样，没有玷污、完全圣洁。

3) 你们要完全，不要为堕落找借口

你知道有多不可思议，很多基督徒会去敌对圣经，他们的汽车保险杠贴上写的是「我不完美，但我被饶恕了。」那是在夸耀自己堕落的本性。你会说「不，我是基督徒，我被饶恕了，虽然我还不完美。」但是马太福音五章48节说「你们要完全，如同你们的天父是完全的。」完全，直译为完美。希伯来书十章14节说「因为他一次献祭，便叫那得以成圣的人永远完全。」所以你不能贴一些像这样的可爱贴纸。你知道为什么人们要贴那种贴纸？这样一来你就有借口了「当我乱来超你车的时候，请读我的贴纸，我不完美。」但你是让人家知道你是基督徒，这样还不如上面什么都不贴。要是你这么开车，这绝对让人很讨厌。你得用一张贴纸在你犯事前先道歉，你需要的不是贴纸。说真的，要是你实在需要贴上什么，放点别的，我不跟你贴哪个宗教的，只要贴个别的宗教的，这样人家就以为是他们干的。

3、属灵的心意在任何情况下都选择相信圣经

属灵的心意，在任何环境下，即使现实世界情况与圣经相反，仍然选择相信圣经。

4、属灵的心意是被操练过的、受过训练、是被约束的

属灵的心意是被操练过的、受过训练、是被约束的；能分辨、能够在对错之间作出选择，这是能操练的。圣经讲过我们怎样训练自己的感觉，希伯来书五章六章都讲过，五章14节「他们的心窍习练得通达就能分辨好歹了。」习练的意思就是你要操练，换句话说来

说：要是你是属灵的，这是因为你操练真基督教信仰到一个程度，你能分辨好歹，你不需要从神那里的话，你直接就能分辨出来。

1) 分辨纹身

举个例子，我去一个地方，开车经过一个城市，在城市一些地方你能看出一些东西，比如要是你在停车场看见「每周付款」，那是城市里很特别的地方，只有一些地区才有。如果你看到很多自助洗衣房，通常你会在同一个地方看见「支票兑现服务点」，你会在城市的某个地方看到，通常这不会是经济比较好的区，这都是在经济比较差的区才有的。你还会看见别的，通常是在经济最差的区，你会看到刺青店、按摩店、还有卖成人片的店，通常都是这样。现在很多时候他们也想潜入其他的区域，叫成别的好听名字，像是婚姻的事，类似这种。如果你婚姻是这样，你需要辅导，我们来谈谈，我们得把问题解决了。好了，为什么那些区域会有这些东西？说实话，一般来说刺青不便宜。我没查过价格也没问过，我不是反对这东西，很多次我差点要去做了，但是不觉得有这个需要。我看到有人很年轻就有刺青，当他们老了就变形了。不管怎样，我先说到这儿，我决定了不去纹身。你会发现当情况变差，你能分辨出原因，只要看看周围都是什么，因为他自己会显明出来。

2) 为孩子警醒，保护好孩子

做家长的，如果你有孩子，特别是小孩子，你在世上头号大事就是保护好你的孩子，不要让不该靠近的人过来，你要帮他们挑选朋友。有人会说根本做不到，相信我，你可以让任何人走开。问我，我绝对知道。我养了三个女儿，有两个长大了，还有一个儿子。我为了两个女儿赶走好多人，警告他们再也别想靠近。有这么个男孩，他爱瑞贝卡爱得发狂，一直在我们家门口转来转去，像一只被她发现并带回家的小狗一样在我们家门口徘徊。那个男孩一直想瑞卡出来说话。我看到就说「你得回家了。」他说「我在这里是想见到瑞贝卡。」我就说「别想了。」但他就是想动我，求我让他们说话。我就说「用不着。」他就一直想联系上瑞贝卡。我就跟他说「你可以停止了，这是不可能的。」男孩就问「是她本人说的吗？」我说「没必要，我替她说的。」我说「她不必说什么，我这么说都是为了她。」他说「你怎么知道她不会喜欢我？」我说「因为我不喜欢你。」我告诉他「如果她真的喜欢你，我会让她很不舒服的。为啥？因为她不会喜欢你。」他说「这是不对的。」我说「听着，我已经教我的孩子们要与比她们更好的结婚。你没有那么好。所以她不会和你交流。如果她不想和你结婚，她也没有理由和你联系。所以你得离开我家大门。他说「这不公平。」我说「如果每个人都这么想呢，世界会变得更美好。这就是为什么会这样。」我说「如果你知道自己唯一的选择，就是要娶比你更好的，并且让嫁你的人更好，你就会改变你的生命。」我知道一些他喜欢的东西。我说「所以你只需要离开。你需要找别人。」希望他们的父母不要这样教育孩子。他消失了大约十年，或者更久以后，我们再次遇到他，还是在那个地区。他开始跟我们说话，他说「我完全明白了，我当时搞砸了。」我说「你现在还是搞砸了。别想再混进来，太晚了。」我想说的作为家长，你要小心你的孩子和谁做伴，和谁一起玩；不是那些来你家的人，而是你不在场时，他们和谁一起。他们知道有些人你不会同意，当他们以为你不在场，你就要挑这些时间现身。为了确保你的孩子在那里，也确保其他不该来的不会来。好了，这不是一个家长会，我们还是回来，我会把考特尼叫上来，她会帮你们做些事。我们一会儿就回来。你们有学到什么吗？太好了，我自己教得很开心。

《心意更新》第18期经文

【雅三16-18】在何处有嫉妒、纷争，就在何处有扰乱和各样的坏事。惟独从上头来的智慧，先是清洁，后是和平，温良柔顺，满有怜悯，多结善果，没有偏见，没有假冒。惟独从上头来的智慧，先是清洁，后是和平，温良柔顺，满有怜悯，多结善果，没有偏见，没有假冒。并且使人和平的，是用和平所栽种的义果。

【来九10】这些事，连那饮食和诸般洗濯的规矩，都不过是属肉体的条例，命定到振兴的时候为止。

【林前三1-3】弟兄们，我从前对你们说话，不能把你们当作属灵的，只得把你们当作属肉体，在基督里为婴孩的。我是用奶喂你们，没有用饭喂你们。那时你们不能吃，就是如今还是不能。你们仍是属肉体的，因为在你们中间有嫉妒、纷争，这岂不是属乎肉体、照着世人的样子行吗？

【加三28】并不分犹太人、希腊人，自主的、为奴的，或男或女，因为你们在基督耶稣里都成为一了。

【太五48】所以，你们要完全，像你们的天父完全一样。

【来十14】因为祂一次献祭，便叫那得以成圣的人永远完全。

【来五14】惟独长大成人的才能吃干粮；他们的心窍习练得通达，就能分辨好歹了。

《心意更新》第18课讨论问题

- 1、爱里没有惧怕；爱既完全，就把惧怕除去。因为惧怕里含着刑罚，惧怕的人在爱里未得完全。我们爱，因为神先爱我们。(约翰一书4:18-19 和合本)根据这节经文，你认为人惧怕的原因是什么？惧怕的根源是出于旧约还是新约？当你有惧怕的时候，你是怎样克服它的？请举例！
- 2、属肉体的智慧和属灵的智慧有何不同？
- 3、我们该怎样判断一个人是属肉体的还是不是？
- 4、无生命的宗教和真正的宗教信仰的特征是什么？
- 5、属灵的思维意味着什么？它的来源出处在哪里？
- 6什么是在神的性情上有份？这意味着你需要做出怎样的调整？

《心意更新》十七/十八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我相信圣经真理，我既会细节默想，也会全局思考，我的思想运行新约思维，就是基督的思想，不惧怕、不凭感觉、不看器皿，我参与团契，带领团契，操练敬虔，习练通达。阿们。

第十九期：脱下旧人，穿上新人

一、区别属灵心意和属肉体心意

- 1、属灵的心意没有紧张和恐惧
- 2、属肉体的心意敌挡神
- 3、属肉体的心意不能服神属灵的律法
- 4、爱人的就完全了律法

二、脱去旧人，穿上新人

- 1、不仅心意更新，还要更新心意的灵
- 2、新人有真理的仁义和圣洁
 - 1) 新人有神形象和样式
 - 2) 不给魔鬼留地步

错误思想：生病的时候引用这节经文，说自己「给魔鬼留了地步」

健康思想：发怒到一定程度就犯罪给魔鬼留下了位置- 给予地方、给予领土、给予敌人土地

3、脱去旧人、和旧人的行为

错误思想：犯罪时说「不要担心你所做的，一切都在恩典之下。」

健康思想：正因这事，愤怒才会降临到那些悖逆之子身上。神说要「把这个治死」！

- 1) 已经弃绝一些事，还要弃绝一切事

错误思想：这不适用于我，我不是一个悖逆之子，我是基督徒。

健康思想：如果你正在做这些事情，你就是一个悖逆之子，因为你没有顺服，仍要承担后果

- 2) 弃绝污秽的言语

三、新人在知识上渐渐更新

- 1、教会汇集神的智慧、表达神主权和能力
- 2、否认祂的话，就是否认基督
- 3、这就是你的生活方式
 - 1) 行这样事的必不能承受神的国
 - 2) 我爱你爱到足以告诉你真相
 - 3) 九种态度显示你是什么样的人

一、区别属灵的心意和属肉体的心意

1、属灵的心意没有紧张和恐惧

上一期我们讨论了什么是属灵的心意，讲了拥有属灵心意、以及属灵心意是如何运作的。属灵的心意选择在任何情况下都按圣经真理、只说神在那环境说的话。如果你只说这些，我向你保证，你会有属灵的心意。没有可能你说的每句话都符合神的话，却仍然不属灵。我说的不是只会引用圣经之类的，而是说事实上这就是你的生活。现在继续上一期讲属灵心意：

一个属灵人不会被任何教训之风摇动、飘来飘去，

一个属灵人不受环境、条件，或事件的影响，只是持续与神同行。

一个属灵的基督徒是不会紧张或害怕的。

说到这里，我必须补充一点，这是一个事实，你可以是属灵的基督徒，却被攻击了，你感觉到一些东西，但那不是你的本性，是你被攻击了。区别在于如果这是你本性，那么你日常生活的常态基本上就是那个样子；但是当你被攻击时，会是很特别的经历，你可以意识到那是不正常的。当你能意识到不同寻常，这表明你至少在那领域是属灵的。这表明你意识到「好吧，有些事情必须要做，我需要与之争战；但无论如何，要照神的话去做。」换句话说就是「好吧，首先，我思想的是神，祂保守我在完全的平安里，所以紧张必须消失。」如果还有恐惧，那么你要对付恐惧。下面是一个默想的主题，一个值得你昼夜思考的问题，结合下面的经文：一个有属灵心意的基督徒有可能死于疾病和病痛吗？

2、属肉体的心意敌挡神

罗马书八章5至7节「因为随从肉体的人，体贴肉体的事；随从圣灵的人，体贴圣灵的事。体贴肉体的就是死，体贴圣灵的乃是生命、平安。原来体贴肉体的就是与神为仇，因为不服神的律法，也是不能服；」体贴肉体的不能服从神的律法。

现在看这个，我想强调两点：

第一，属肉体的心意是敌挡神的，在本质上是与神为敌，因为不服神的律法。

第二，属肉体的心意也是不能服神的律法。

这里所说的是「神的律法」，不是指「摩西的律法」，如果是摩西的律法让我们称它为摩西律法，摩西是在说神的律法。现在我们必须认识到摩西的律法是好的。在律法里，如果你完全遵行了摩西的律法，这就是神希望你生活的方式。但问题是没有人完全能行出摩西的律法。所以我们需要帮助。我们需要重生。因为我们曾是属肉体的心意，现在我们应该要心意更新。当你还是一个属肉体的人，甚至作为一个属肉体的基督徒，圣经说你仍然对神充满敌意。属肉体的是敌对神的，就是敌挡神，它不受神律法的约束。

3、属肉体的心意不能服神属灵的律法

神的律法告诉我们，我们应该服从神的律法，但是它不服从律法，也不能服从神的律法。因为他是属肉体的；这意味着神的律法是属灵的。你的心意与神为敌，与神相争对抗。他说「不服神的律法」，这告诉我们，我们应该服从神的律法。哇，你们变得安静了。经上说「不服神的律法，也是不能服」。为什么？因为他是属肉体的。这意味着神的律法是属灵的，你明白了吗？神的律法的问题不是神的律法，而是你不能遵守它。这就是问题的所在。

4、爱人的就完全了律法

然后耶稣来了，给了我们生命，现在当我们行走在其中，是什么成全了律法？是爱。你们若完全地行走在爱中，就会成全神的所有律法。就这么简单。你们若这样行，神的律法在我们信圣经的人身上就完全了。我们怎么能做到呢？因为基督的爱在我们心中，我们藉着基督已经有了神的爱住在我们里面。如果我们有那住在我们里面的爱，那么我们会一直过着爱的生活。如果我们一直生活在爱中，我们就永远不会违反法律，这是不是很简单？但是现在有人谈到律法，就好像是一件可怕的事，果然如此的话，神就是那个可怕事情的源头。为什么？因为约翰一书三章4到6节明明说到「凡犯罪的，就是违背律法；违背律法就是罪。你们知道主曾显现，是要除掉人的罪，在他并没有罪。凡住在他

里面的就不犯罪。」这显明自己对基督的需要。法律赋予我们，是为了向我们展示我们的需要，而不是为了向我们展示「你们没有达到我的标准。」**神的律法是神的标准。**你猜怎么着？神的律法仍然是神的标准。但是现在祂把祂的圣灵给了你，这样你就可以做到祂要我们做的了。我们并不是先列个清单，照着清单去做，这不是重点。现在我不需要一个清单，因为我有神的灵在我里面。我要遵行律法，即使我不知道那里有律法，是因为祂的神性在我的里面，让我行出祂想让我行出的。这难道不是世界上最简单的事情吗？如果你想把它作为一个关于恩典的论述，那就这样吧。因为这就是我刚才所说的。

二、脱去旧人，穿上新人

1、不仅心意更新，还要更新心意的灵

我们的生活如何改变？我们知道罗马书十二章1节「弟兄们，我以神的慈悲劝你们，将身体献上，当作活祭，是圣洁的，是神所喜悦的；你们如此侍奉乃是理所当然的。」我们已经讨论过了，我不打算深入。第2节「不要效法这个世界，只要心意更新而变化，」我们知道，我们的生活改变是通过心意更新。「叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。」你们可以看到以弗所书四章22节说「你们要脱去...」是谁脱去？是你们。「**你们要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；又要将你们的心意的灵改换一新。**」请注意，**心意的灵改换一新也是属于脱去从前旧人的一部分。在心意更新以前，你不能脱去旧人。你不仅要在心意上得到更新，还要在心意的灵上得到更新。**你必须超越，因为有很多人可以引用圣经，但是他们心意的态度、他们的心意仍然是败坏的，这通常是你看到的讲审判的宗教基督徒，因为他们心意的态度有问题。当参加宗教仪式，或站在葬礼前，他们的整个目标就是告诉人们：「因为他们不认识神而要下地狱。」神从来没有呼召任何人去做那样的事工。我们被称为劝人与神和好的职事，不是审判和定罪职事。那是旧约。而我们活在新约，一个人不能说凡事正确。我只是想说，如果你被神呼召，你是被召去把人引到神面前。审判和定罪并不能把任何人吸引到神面前。是神的恩慈和良善引人悔改。阿们？我们应该因我们对神和人的爱而被人知晓，第一要爱神，第二要爱人。如果你把爱人放在第一，爱神放在第二，那么你就会做任何人想要你做的事情，并且顺从人。如果你先爱神，然后爱人，你就会做神想要你做的事情，并且尊重人。你必须保持对的秩序。

2、新人有真理的仁义和圣洁

以弗所书四章24节接着说「**并且你穿上了新人！**」现在我们来看这新人「**这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。**」这是钦定版的翻译，读起来拗口。因为它的语序与现在不同。我们可以说，你们穿上了新人，这新人是照着神的形像，按真理的仁义和圣洁被造的。

1) 回归神起初的心意，新人有神形象和样式

这就是我们今天用我们的语言说这句话的方式。我们可能会说，我们被重新创造了，我们的新人被重造，成了有真理的仁义和圣洁，我们被重塑成了这样的形象。现在请注意这个新人是在样式和形象上与神一样，这是神在创世记第一章开始所描述的。神在创世记

开始，第一章的目的，就是这个按着神的形象和样式新造的人。如今神正在努力让我们回到那里。

2) 不给魔鬼留地步

错误思想：生病的时候引用这节经文，说自己「给魔鬼留了地步」

健康思想：发怒到一定程度就犯罪给魔鬼留下了位置- 给予地方、给予领土、给予敌人土地

以弗所书四章25至26节「我们要各人与邻舍说实话，因为我们是互相为肢体。如果我们生气了，不要犯罪；不可含怒到日落。」每个人都有一个可以执行的诫命。我在寻找今天可以执行的诫命。这就是我今天的诫命。我要是生气了，还有一个细节「不可犯罪，不含怒到日落，不可给魔鬼留地步。」这里讲到了罪。当发怒到一定程度，我们就犯罪，就给魔鬼留下了位置。这意味着给予地方、给予领土、给予敌人土地。我现在注意到了，这很有趣，每个人在生病的时候都会引用这节经文。这里并没有提到生病，实际上长时间的愤怒会给身体带来压力，导致身体开始颤抖。这不是一个专业术语，但这就是它真正的作用。如果你一直处于一种高度紧张的感觉，一个愤怒的状态，长久以往就会出现问題。

3、脱去旧人、和旧人的行为

1) 已经弃绝一些事，还要弃绝一切事

错误思想：犯罪时说「不要担心你所做的，一切都在恩典之下。」

健康思想：正因这事，愤怒才会降临到那些悖逆之子身上。神说要「把这个治死」！

歌罗西书三章5节「所以，要治死你们在地上的肢体。」那意味着治死你们的肢体。如果是牧师，我们必须区分「肢体」在这里的意思。我们想知道你要治死哪些「肢体」？让他们去「死」？「地上」是指哪？里面有我们的肢体吗？不，他在这里给了我们一个细节。他说「治死这个，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪（贪婪与拜偶像一样）。」追求外表上的正确是一种偶像崇拜，这里是指人内心隐藏的。「贪婪」的完整定义中包括嫉妒，嫉妒是贪婪定义的一部分。贪婪这与拜偶像一样「因这些事，神的忿怒必临到那悖逆之子身上。」这是使徒保罗写给歌罗西的教会的信，是在复活之后，也就是给现在的，他说「现在」。他没有说「不要担心你所做的，一切都在恩典之下。」他没那么说！他说「把这个治死」，不要这样做。他说「正因这事，愤怒才会降临到那些悖逆之子身上。」这里并没有说因为他们不接受耶稣。不，他们信了，他们已经在歌罗西的教会，这正是你们看到的。他没有说是「因为他们不认识耶稣，他们不接受耶稣」。不，这里说神的愤怒会降临到这些人身上，降临到那些悖逆之子身上，因为他们正在做这些事。

错误思想：「这不适用于我，我不是一个悖逆之子，我是基督徒。」

健康思想：如果你正在做这些事情，你就是一个悖逆之子，因为你没有顺服。仍要承担后果。

你也许会说「这不适用于我，我不是一个悖逆之子，我是基督徒。」但你的行为仍然会带来后果。如果你正在做这些事情，你就是一个悖逆之子，因为你没有顺服。我不在乎你怎么称呼自己、你称自己是什么人。**你必须意识到你的生活方式与你悔改的心相称。魔鬼才不在乎你怎么称呼你自己，牠们寻找的是你如何行动。你做了什么？你如何生活为人？他们会精准地找到你的弱点。魔鬼不会因为听到你自称为基督徒就不知道该怎么办，别以为他们会说「哦，他说他是基督徒，所以我不会去惹他。」不，他们说「他是这么说**

的，这是他的生活方式，我们可以通过这扇门进去。」事实上他们试图到处利用人们的这些弱点。歌罗西书三章7节「当你们在这些事中活着的时候，也曾这样行过。」「这些事」是指第五节的内容，就是淫乱、污秽、邪情、恶欲和贪婪的行为。注意他用的是过去式，他说这些不是你正在做的，现在你把这些都弃绝了；要知道如果你是一个基督徒，你就会弃绝这些。我知道我在反复重复。

2) 弃绝污秽的言语

你要明白如果你是一个基督徒，你就会弃绝这些，然后他说，事实上要把「这一切」、就是那些8节中所列举的事也弃绝掉：「但现在你们要弃绝这一切的事，以及恼恨、忿怒、恶毒（或译：阴毒）、毁谤，并口中污秽的言语。」建议在「污秽的言语」下面着重画上下划线，现在我们必须记住的是污秽的言语。我们怎么定义污秽的言语并不重要，重要的是保罗如何定义它。污秽的言语：是任何与神话语不一致的话语；任何不属生命和不属灵的话语；甚至可以包括那些在文化中被普遍认为没什么大不了的事情。

你知道，我从来都不是一个说脏话的人，即使在我成长阶段，尤其是在我把生命献给基督之前，要我说脏话，你真得要把我逼到极限。根据我的所学和所理解，如果你不得不通过说脏话来表达自己的观点，那是因为你的词汇量非常有限。我宁愿用我知道的话，然后等在你走开后去查一查，才发现我的用词已经把你切碎。这就是我使用字典的目的，就是找到那些人们不懂的词，「话里藏刀」把他们切碎。我不喜欢呆在有说脏话的地方，尤其是男女都在一起的时候。问题是现在大家都说，在公共场合也能听到。我对人们说话的方式感到惊讶，甚至是书，书店里书的标题是最下流的字眼，我很震惊，它们却是畅销书，就像是在展示「哦，我很酷，我打破了这些规范」这不酷，这是词汇有限，这说的是污秽的言语。如果我在这样的地方，虽然我真的不喜欢它。我宁愿听到别人说脏话，也不愿听到别人说「我生病了」或者「我想死了去。」因为这比仅仅说脏话更糟糕，除非你是在咒骂某人；如果你诅咒人，这是最恶劣的。显然在这样的事上他们是妄称神的名，为什么是妄称呢，因为神并不是咒诅人的。你需要意识到，我们在这里谈论的是，当人们使用这些污秽的言语，邪恶的言语互相沟通时，所有这些都与神的话语相违背，都是与神的话为敌的。老实说，这些是与神的知识为敌的那些自高之事，是我们必须要攻破、俘虏囚禁的事。这都是些自高自大反对神的知识，是我们必须拆除的、也是我们必须禁止的东西。

三、这新人在知识上渐渐更新

假设你现在已经这么做了，歌罗西书三章9到10节，既然你说你是基督徒，就「不要彼此说谎；因你们已经脱去旧人和旧人的行为，穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。」他的意思是你这么做了，你就是已经把旧人的行为脱去，穿上了新人；这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形象。这一节经文，你可以默想很长时间，它会如此大能，在这里说「我穿上新人。」现在你穿上这个新人，这新人在知识上已更新了，钦定版直译「你里面的新人，在知识上已被更新了。」这个新人有神的知识，在知识上已被更新，正如造他主的形象，也就是神。他要表达的是「听着，你是一个新的创造，你是一个全新的人，在这个新你里面的信息是神的知识。」现在我们要把在我们里面神的知识转化出来，让他出来发挥作用，意味着我们必须把神的知识身体力行的行出来。

1、教会汇集神的智慧、表达神的主权和能力

正如我以前所说的，教会是汇聚了神的智慧、表达主权和能力的地方，列强都需要向教会学习智慧。但如果我们像世人一样说话，事情就不是这样子了。如果我们持续否认神所说的，他说「如果你在人前不认我，我在父面前也不认你。」

2、否认祂的话，就是否认基督

当经文说「如果你否认我，我将在我父面前否认你。」这里面包涵很多，你需要花点时间研究一下，讲到「否认基督」，有很多层次。当然，有「不相信祂，就下地狱」之类的。这是显而易见的否认。否认祂所说的话也是否认祂，因为祂是成了肉身的道，祂所说的话是祂的一部分。如果你否认祂所说的话，你就是在否认祂。所以你需要知道祂说了什么，学习圣经说的，说经上说的话，不是否认，而是同意。另一方面，你否认祂，那么祂否认你，我不是告诉你你要你害怕，而是因为你需要意识到这一点。你需要意识到，如果你因否认祂的话而否认祂；祂否认你并不意味着祂会说「哦，父啊，我不认识他，让他下地狱吧。」不是这样。如果你否认祂关于医治的话语，那么你在这里所说的话将会在那里得到支持。我昨天提到了第13个要点「神必照你们指着祂所说的话待你们」。如果你否认耶稣的话，并且说他不再医治了。那么耶稣说「父亲，他不再相信你医治了。所以你不必担心治愈他，因为他不相信这一点。」你明白我的意思吗？如果你否认祂的话，祂会否认你，这是祂说的。我没这么说，这不是我写的。他说「你拒绝我。我会拒绝你。」「否认祂」有不同的程度或范围。

3、这就是你的生活方式

1) 行这样事的必不能承受神的国

我们继续前进。看看什么是真实的，什么是假冒的。任何东西都有对真品的仿造，我们必须以神的智慧为智慧，而不是成为那些仿冒者的猎物。很多、并且已经有很多仿冒者在灵界显现，目的都是为了把我们的视线从耶稣身上转移到别的事情上。倪柝声专门写了一本关于伪造属灵的书叫做《魂的潜势力》。在魂的领域，在心意上，我们必须有更敏锐的分辨力。加拉太书警告我们肉体的行为，特别指出巫术是肉体的工作，因此是魂的工作。巫术不是属灵的，它是属魂的，它出自于魂，因为它来自于肉体。加拉太书五章19至21节：「肉体的工作是显而易见的，就是奸淫、污秽、邪荡，拜偶像，巫术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、嫉妒、醉酒、荒宴等类。我从前告诉你们，现在又告诉你们，行这样事的人必不能承受神的国。」圣经也说，不只是做某些事的人会下地狱。我换了一种说法，但差别不大：不仅是那些做了的人，也包括那些参与、那些享受他们所做事情的人。你知道Jim Cammisa 吗？他在《耶稣受难记》中扮演了基督。他在好莱坞，有些角色他是不考虑演的，他说「我永远不会演裸戏，我不会那样做。」他结了婚，他说「你不能说在电视上演淫乱就不是淫乱。你在表演并不意味着你没有做这件事，你实际上是在做这件事，我不会那么做。」但如果你看这样的电影，并从中获得乐趣，那跟你犯了那罪是一样的，你以看那场景为乐就有罪了。这就是圣经所说的，如果你以它为乐，你就和做这件事的人犯了一样的罪。圣经说，你们若行这些事，就不能承受神的国。就是这么简单。

2) 我爱你爱到足以告诉你真相

听着，神告诉我开始与人分享祂爱灵魂的心。我应该开始并经常说「我爱你爱到足以告诉你真相。不管你喜不喜欢，不管你愿不愿意，不管你是否听。我还是要告诉你真相，因为我爱你，我想看到你得胜。我不打算退缩。」即便最后我讲道时只有我的家人在听，即便那是我唯一能要求来的人。**要吃真材实料的坐到前排来，就得这样。**如果注定我讲道的地方，人少到只有几个人，那又如何，无论付出什么代价，我都要传讲真理。当年我在工作的时候开始这份服侍。如果我需要找个工作，我可以去找份别的工作。我不依赖某份工作而活，无论我做什么，神都会照顾我。在我面前有多少人并不重要，我爱你爱到足以告诉你真相。就是这么简单。

3) 九种态度显示你是什么样的人

加拉太书五章21-23节「我从前告诉你们，现在又告诉你们，行这样事的人必不能承受神的国。圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。这样的事没有律法禁止。」圣灵的果实有九种，圣灵也有九种恩赐。这里有九种的态度。九种态度告诉你，你要成为什么样的人。这就是你的生活方式。当你生活在这9种态度中，你就会有属灵的彰显或者说九种恩赐，因为圣灵的九个果子，也必在你们的生命中显明出来。这三者一起工作，意味深长。圣灵所结的果子，就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。这样的事没有律法禁止。你想做多少就做多少。所有这些都是没有限制的。现在许多被吹捧的传道人，有各种很属灵的彰显，其实是属肉体情欲的行为，也就是巫术。

我们可能明天再谈一点点。有人说我们将陷入经济危机。我不知道在想什么。如果您正在考虑与我们合作，并希望支持我们的使命，请访问 JGLM.org/partners。所得收入将用于支付电视广播的费用和我们在世界各地的传教工作。

《心意更新》第19期经文

【罗八5-7】那些随从肉体的人，思念肉体的那些事；但那些随从灵的人，思念灵的那些事，体贴肉体的就是死，体贴圣灵的乃是生命平安，原来体贴肉体的，就是与神为仇，因为不服神的律法，也是不能服。

【罗十二2】不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

【弗四22-24】和合本翻译就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的；又要将你们的心志改换一新，并且穿上新人；这新人是照着神的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

恢复本翻译在从前的生活样式上，脱去了旧人，这旧人是照着那迷惑的情欲败坏的；而在你们心思的灵里得以更新，并且穿上了新人，这新人是照着神，在那实际的义和圣中所创造的。

【西三5-11】所以，要治死你们在地上的肢体，就如淫乱、污秽、邪情、恶欲，和贪婪（贪婪就与拜偶像一样）。因这些事，神的忿怒必临到那悖逆之子。当你们在这些事中活着的时候，也曾这样行过。但现在你们要弃绝这一切的事，以及恼恨、忿怒、恶毒（阴

毒)、毁谤,并口中污秽的言语。不要彼此说谎;因你们已经脱去旧人和旧人的行为,穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新,正如造他主的形像。在此并不分希腊人、犹太人,受割礼的、未受割礼的,化外人、西古提人,为奴的、自主的,惟有基督是包括一切,又住在各人之内。

【加519】情欲的事都是显而易见的,就如奸淫、污秽、邪荡、拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端、嫉妒(有古卷在此有“凶杀”二字)、醉酒、荒宴等类。我从前告诉你们,现在又告诉你们,行这样事的人必不能承受神的国。

【加522】圣灵所结的果子,就是仁爱、喜乐、和平、忍耐、恩慈、良善、信实、温柔、节制。这样的事没有律法禁止。

【罗十三8】凡事都不可亏欠人,惟有彼此相爱,要常以为亏欠,爱人的就完全了律法。

【太十33】凡在人面前不认我的,我在我诸天之上的父面前,也必不认他。

《心意更新》第19课 讨论问题

- 1、今天分享到当你被攻击时,你需要如何做?
你有过经历攻击得胜的见证吗?你是如何得胜的?
- 2、爱神、爱人对的次序是什么?怎么判断你将哪个放在第一位?
你会常常在意人的眼光超过神的旨意吗?
- 3、当你生气时,你的最初反应是什么?接下来你会怎么处理?
- 4、保罗所定义口中污秽的言语与我们以前的认知有何不同?这对你有何提醒?
- 5、否认基督指什么?你否认他,他也否认你怎么理解?
- 6、我们生活方式发生改变的关键是什么?与我们的哪些认知有关?

《心意更新》十九/二十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告:我原是按神的形象被造,我重生恢复为新造的人,我脱去旧人、治死肉体,弃绝污秽的言语,我行在灵里,分辨诸灵、凡事察验在知识上渐渐更新,持续与神同行,活出成熟生命。阿们。

第二十期：真实和假冒

一、教会属灵的鉴别

- 1、辨别诸灵，保持平衡
- 2、灵界带动物物质界
- 3、造势和操纵
- 4、借巫术导致人情感化
- 5、离弃真理陷入属肉体

二、世上假冒的福音

- 1、打坐
- 2、佛教
- 3、安东尼·罗宾的《无限潜力》
- 4、心灵科学
- 5、拿破仑·希尔《思考致富》
- 6、玛丽安·威廉姆森《奇迹课程》
- 7、诺曼·文森特·皮尔《积极思考的力量》
- 8、神经语言程序设计
- 9、基督教科学
- 10、新世纪

三、有能力驱而非被能力驱动

- 1、我们已经与基督联合
- 2、我们已经拥有了一切
 - 1) 你的重生是完整的
 - 2) 教会的需要是门徒培训
 - 3) 真正的成熟是行道
- 3、是热心而非渴望
- 4、你已经被呼召要出去

一、属灵的鉴别

1、辨别诸灵，保持平衡

上一期我们谈到了一些事，关于真实和假冒。圣经告诉我们要「察验自己」，确保我们是在信仰中。它也告诉我们「一切的灵，你们不可都信，总要试验 ...。」我们需要意识到这点。现在没有时间深入讨论，我们正朝着一个特定的方向前进。但是大多数基督徒并不知道如何分辨诸灵。我们很快就会讲到这一点，人们需要知道如何察验。路加福音提到一点，当我们去到一座城，寻找当得平安的人，当我们去到那里，我们说「愿这一家平安，」要是人子在那，要是神子住在那里，要是祂的平安在那里，要是祂的灵在

那里，我们的平安就留在那里，不然，就归于我们了。很多人都不知道怎样将平安给出去，也不知道平安是否归回我们，他们在灵里不够敏锐，不知道怎样行。这就是我在今年从神领受的命令，把这些事带进教导里来，在课程里教人怎样行在圣灵里，教人清楚明白这都意味着什么。

多年来，我们只能让它维持在表面上，就是说在顶部只有很薄的一层，因为我们接触到的人很多，我们要确保他们受到训练，你不需要接受深入的教导来服侍人。但是如果你要行在圣灵里，知道这些事，并且确保安全，你就得知道怎么有敏锐的灵做这些事。我不是说我已经在这方面通通完善了，老实说我想帮助人，给人一个别人不肯给他们的机会；就因为这样，即使有人警告我「别相信某人；不要让这个人靠近」等，我都没有听进去；结果后来就受到伤害。这伤害了我的感情，已经过去了。我要从中学习。回头来看，有时我得说自己可能不会再犯同样的错误了。**但同时，行在圣灵和爱里，也意味着容易受到伤害；你给别人一个机会，但不希望其他人因为另一个人做的一些事而付出代价。所以我们要有所平衡，给别人机会，同时也要保障安全。**

2、灵界带动物物质界

举个例子，我们的大卫·霍根弟兄，每次我跟他说话，有些事他会公开讲；有些事我们谈得比较深，比如关于他们在哪，怎么彼此联络的。在他服侍的地方，有各种危险、还有逼迫，他们不能像我们一样做讲座宣传。基本上他只能告诉大家去祷告、在圣灵里祷告；你在圣灵里祷告，祂会告诉你去哪里：这就是我们要去的地方，我们在那里聚会。要是你没有圣灵，你就没办法过来，我们不做宣传聚会在哪里，我们只是聚在一起，要是你祷告，祂会告诉你，要是祂不告诉你，你不知道怎么听到祂的声音，你就不能参加了。他们就是这么做的。这是为了确保安全，保护他们免受不必要的逼迫。这就是很具体地行在圣灵里。但大多数人不会这么做，他们的日常生活中没有那么多危险；但我告诉你，这种日子很快会结束。你要注意一些事，你要知道灵界和物质界里在发生什么，因为灵界带动物物质界。我们以后还会讲这个教导。

3、造势和操纵

现今很多的现象被来用来吹捧某些牧师，作为他们灵性提升的证据，其实不过出于血气，也就是属于巫术。现在我特别要说的是有人读书剽窃的事，我再讲具体点，不想有人听不懂，我在电视上见过他们。我亲眼目睹他们和保镖一起逛书店，我看到他们去了自助书架，拿起一本书来读，我当时站得太远看不清楚具体标题，那人就站在那，保镖在旁边，拿起书拍了几页，因为他不想买这本书。可能是不想让书名出现在他的消费卡上，或是不想有人知道他读过这本书；反正他就这么做了。我看到那人把书放回去，他们走了以后，我走过去拿起那本书。那本书很特别，我很容易就知道是哪本书，不会弄错，那本书是关于如何举行会议。他是个牧者。我翻开那本书，看到他在学习如何在会议中造势。就在我遇见他不久之后，我在电视上看到了他。事实上，这本书中还有一些其他方面的内容，因为我想看看我是否能看到他们在拍什么。有不同的章节。但其中一个是关于如何重塑自己。我再次见到他的时候，他的衣服已经换了，发型也变了，一切都变了。这种训练如今在一些圣经学校很流行，他们也教你这一套。我希望他们只是被蒙蔽。如果你在敬拜学校，他们会教你如何带领敬拜；他们会告诉你如何与人打交道。

他们会告诉你如何有个好的开始并如何发展。如果一个人开始兴奋起来，那么他们就会以此助势，他们知道周围的人也会开始加入他们....。这就像群体催眠，他们会这么做，开始很快，渐渐变慢，因为他们要把你引到一个方向上来，有些背后是有原因的，有些我能理解。一旦你是用音乐触动情绪，为了得到一些东西，时机一到，你就推人要求奉献，这就有问题了。如果你说，这就是我们需要做的，那就是我们要去做的，这说明现在你没有操纵它，你在让人知道这是什么。但是每当你有意把某人带到某个他们不知道你要带他们去的地方时，那就是操纵。没有必要这样。

4、借巫术导致人情感化

我们现在教会里做了很多初代教会没有做的事。要是没有这一套，你就没有教堂。这是因为我们非常属肉体，如此依赖情感，以致我们倚靠这些推动情绪的东西，带出我们所谓的聚会，这种聚会一点都不像圣经讲的，所以我们要回头来省察。当你开始做这种事，它就进入了巫术的领域；你开始想要操纵人的情绪，导致人情感化。听好，神造我们有情感，这是人的一部分，是祂赐的，祂希望我们用我们的情感来荣耀祂，祂不想要有人利用我们的情感，与我们为敌，让我们去做他们想我们做的事，这是有区别的。这就是为什么在许多医治事工中，我们甚至没有音乐。耶稣没有靠音乐，他还是干得很出色。但是现在有人可能会期待一些事，我们需要明白沃尔玛里面不是这样的，超市里不是这样的，我们要去掉那些让人注意力分散的东西，特别是如果它让我们觉得我们的服侍离不开它时。你参加过 DHT，或你听说过，它不是新的。我们必须确定我们不是在使用巫术。

5、离弃真理陷入属肉体

保罗在加拉太书说加拉太人是属肉体的，他们和哥林多人一样是属肉体的。他告诉了他们原因，可以这么说，因为他们离弃了他们起初的爱、离弃了真道；他们又回到寺庙礼拜、回到了仪式仪文而不是与神同行；歌罗西人也是这样，歌罗西人开始敬拜天使还有别的，就是所谓的融合主义，他们把一堆不同的信念和思想混合一起，形成一种使徒保罗无法认同的基督教。保罗告诉他们有人带他们偏离真道，以此警告他们。这在过去发生过，这就是为什么我说这些话。要知道提后三章16节说「圣经于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的。」很多时候这个部分被忽略了，我们不纠正不督责，我们没有警告人。保罗在歌罗西书一章28节说我们要「劝诫各人，教导各人，要把各人在基督里完完全全地引到神面前。」要是你听的讲道只说你有多棒，你就没有受到劝诫，没有被教导要警醒度日；要自己省察，这都是圣经说的。我之所以尽自己能力讲这么多是因为讲得还不够，我们必须讲给人听。

二、世上假冒的福音

在教会以外也有许多假冒的所谓福音好消息，那些不是福音、不是真理，而是以伪装的信息试图获得所谓的平安、丰盛、幸福等等。在这里，我可以给你一些例子：

1、打坐，超然静坐

这是假福音，它们承诺平安，承诺神所有的祝福，却没有与神连接。

2、佛教：是另一个虚假的福音。

3、安东尼·罗宾《无限潜力 Unlimited power by Tony Robbins》

他带来其它一些东西，令人惊奇的是，如果你读过或听过安东尼·罗宾，他教的大部分内容都与圣经原则类似，但是圣经原则减去耶稣就是虚假的福音，这很危险。

4、心灵科学 (Science of Mind)：又一个虚假的福音。

5、拿破仑·希尔《思考致富 Think and Grow Rich by Napoleon Hill》

再说一次我没有说这些人是邪恶的，用心险恶，我只是说，在很多情况下，最危险的是那些最接近圣经，却剔除耶稣的，这就是本质。问题的本质在于他们明白法则，很多法则都非常正确精准。相信我，当你把耶稣和圣灵、圣洁生活剔除出去，我们很容易把注意力集中在一些法则上，这些都会奏效，因为法则就是这样。绝对奏效，他们之所以奏效，是为了让你在错的事上越来越麻木，叫你继续走下去，当你走到这条路的尽头，结局会很糟。

6、玛丽安·威廉姆森《奇迹课程 Course in Miracles with Marianne Williamson》

甚至从这些的许多的分支继续派生出分支的新枝。其中有另外一个叫《秘诀》。这个秘诀背后的思想，令人惊讶的竟然是取自圣经。然而它是教你如何简单地运用没有耶稣的属灵的法则。也就是说这就是它如此危险的原因。它本质上与种收原则有关——你播种了那些，你就会收获你所期待的那些东西。你会得到像那样的东西。

7、诺曼·文森特·皮尔《积极思考的力量 Norman Vincent Peale》

至少在一定程度上他是位牧师。福音会让你有积极的想法，想法变得积极，但是思考积极或积极的思考并不是福音，我们还能继续说下去，我们需要明白，不管什么时候，当你传讲的全是好的，但你不警告人可能的危险，或是你让没有重生的人以为他们能得到只属于重生之人的神的祝福，你是在给他们一种虚假的安全感，你要对他们去的方向负责。我们必须分辨，每次我们讲的时候都要留意，我首先假定你已经重生了。但是如果你还没有重生，这是你需要做的。我们总是需要提到这点，并讲清楚。即使我们认为他们已经重生了，我们还是需要确保人们还有机会来确认他们是否真的已经重生了。因为或许如果你发现了你还没有重生。也许你以为你曾经重生了，但是实际你并没有重生：可能有人告诉过你一些什么，祷告一下，握握手，就说你没事了，不用担心别的，如果你就是这么信的，我们真得谈谈。因为圣经没有这么说，**圣经说的是要「认耶稣为主」**，你认祂是主；**这跟在空白处打个勾挂起来，是有区别的。**

8、神经语言程序设计 (neurolinguistic programming)

换汤不换药，神经语言程序学 (neurolinguistic programming, NLP) 的原理非常有效。托尼·罗宾斯做的部分工作就是取用神经语言程序设计，或多或少都有使用它，以利于让它更容易被接受。他们的基本情况基本如此。其中有些部分还可以，是好的。再次我要说，问题就是它背后的理念，以及他们在剔除耶稣的情况下而得出来的原则。

9、基督教科学

我一直说所有的邪教都起了好名字。我希望他们用别的名字。他们确实起了这名字，我真想立刻取用这个名字，这是个好名字，只是教义太烂。

10、新世纪运动

新思想、新纪元，它们之所以很危险，是因为他们离圣经原则非常近，但是不讲耶稣、不讲罪。这么说吧，他们不讲只有基督的血才能将人从罪中得赎。

三、我们是有能力驱动，不是被能力驱动

很多人花时间规划假期比规划生活还多，你是你生命交响乐的指挥，神已经给了你乐谱，但许多人只想来一个即兴演奏。莎士比亚说世界是一个舞台，我们是演员。我们是演员不是算盘珠，要采取主动，不要被动；**我们要有能力驱动，不是被能力驱动。**

1、我们已经与基督联合了

你知道我要说的，有人会问，那圣灵呢？在这个意义上，圣灵不驱使人。若你按照耶稣所说的去做，你必须记住，耶稣那时主要是对未重生的人说话。要是你来读在这些情形下发生什么事，你读的是没有重生的人在做什么。你可以从罗马书开始读使徒书信，还有使徒行传提到的一些，我们必须明白，我们是与祂联合的。几乎所有基督教教义主要在说「祂在这，我却在那；没错，我接受了祂，可你知道，我们还没有联合在一起。」我们必须意识到**我们是祂「骨中的骨，肉中的肉，」我们与祂紧紧相连。**我们与祂这么紧密，以至于祂在通往大马士革的路上拦下使徒保罗的时候，祂说「扫罗，扫罗，你为什么逼迫我？」祂没有说，你为什么逼迫我的百姓？祂没有说你为什么逼迫教会？祂说，你为什么逼迫我？耶稣说，如果「**他们在你身上作这些事，就是作在我身上。**」祂就是这样看待我们的。无论何时，当你看到你自己是与祂联合的，你就会看到你生活中的重大变化。在你周围也一样，你会看到你运作的权能大大地增加。使我们与神联合就是耶稣降临这个世界的主要目的。为了让我们与神联合，祂必须赎回我们；这意味着把我们买回来，带回到原先未堕落前的位置，我们现在就在这个地位里。它的美妙之处在于，我们不只是回到以前的位置，我们处在一个更好的位置，因为之前是在亚当里，就是首先的亚当，之后是末后的亚当，末后的亚当好过首先的亚当。

2、我们已经拥有了一切

1) 你不仅仅是被洗净了，你被重新创造了，你的重生是完整的

我们要记住，这是很多人发生短路的点。你必须意识到，耶稣在十字架上成就的，比起亚当在园里所做的，更好更强，如果耶稣做的并没有比亚当在园里做的更好更强，那我们的堕落就强过我们的高升，这有道理吗？！换句话说，大多数人认为亚当在园中造成的毁灭太过严重，就算耶稣挂在十字架上也不能弥补。你可以通过他们所教的、所听的来判断：「耶稣为我们每个人做的最伟大的事就是拯救我们」，这是我们都知道的，但我们也要明白，**当你得救，你不仅是被洗干净了，你是被重新创造了。**如果你没有被重新创造，你就没有得救，祂不是把你在罪中一次次救拔出来，而是把你从罪里脱开，祂重新创造了你，当祂重新创造你，祂对你的重新创造好过你在亚当里的失败。但很多

人不相信。你可能会问「有谁不信？我怎么不知道。」很多基督徒不信耶稣在祂的复活里成就的，我说的不只是在十字架上，而是祂的复活，因为他们不信祂的复活成就的，所以就不能信重生。他们不信这大过亚当造成的毁坏。

2) 教会的需要不是解决问题，而是门徒培训

我之所以这么说，是因为一般来说，他们服侍的不是没有重生的人，我讲的是基督徒牧师、传道等人，他们服侍的不是没有重生的人。我没有说他们不这样做，我在说当他们设计方案时，他们的计划是针对基督徒的。具体说来，他们针对的是基督徒，告诉你「我们要解决你的问题。」这种计划的问题在于你不能做耶稣已经做过的事，你需要的不是解决问题，你需要的是门徒培训，耶稣就是这样告诉我们的。但大多数情况下，外面那些计划不是基于门徒培训，而是为了找出你的问题。解决方式就是加给你更多，或是他们告诉你还需要更多，你还需要一个新的恩膏，一个新的恩赐，你需要一个新的祝福，你需要从神领受更多，你还需要一些东西；神没法再把自己更多给你，祂已经把自己完全给了你，祂已经赐给你天上各样属灵的福气，祂已经给了你一切，一切关乎生命和虔敬的事，你不需要得到更多。你必须明白，你已经重生了，在祂里面完全了。现在不是你要得到更多，就像婴儿一样，我常用这个比喻，当一个婴儿出生，你做的头一件事就是每样都数一数，看一下，两只胳膊，两只手，两条腿，两只耳朵，你就会说，他是完整的，太好了，他虽然还不成熟，但他一出生就是完整的。听好，要是他生来不完整，他没办法自然变得完整，不管你出生时有什么，这都是你的；当你重生，你的重生是完整的。注意，你是完整的，但还不够成熟，成熟意味着你要学习运用你生来就有的东西。

3) 真正的成熟是行道

你怎么知道孩子在长大？当他们开始用两条腿行走，不再地上四脚爬对吗？这就是成熟的过程，没有完全成熟，但是在成熟的过程中。真正的成熟就是知道怎么行事，运用生来就有的东西。但是教会一直让基督徒去求更多，总是告诉你「你一定饿了，你一定渴了」但是耶稣说的是，没错你饿了、你渴了，你到我这里来「到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴。」如果你饥渴慕义，就必得饱足；你一旦饱足就不会饿了，祂是和没有重生的人说的，人们需要到一个地步，能领受重生，被祂充满。现在你重生了，你要学习怎样活出这个新的生命，基督徒的生活就是这样。

3、饥渴让你只看到自己；热心把你引到耶稣，转向世界

问题在于太多的人被告知他们应该渴了，应该饿了，每个礼拜天都要准备好跪在讲台前，向神大叫哭求他们有多渴。问题是如果他们不饿不渴，为什么要让他们这样？他们被教导自己是又饥又渴；事实上他们所经历的是对主的热心。最糟糕的是，把饥渴和热心弄混，把热心当成是饥渴。混淆这两样的问题在于，要是人告诉你，你是又饥又渴，意思就是，你需要被填满。你就等在那里，想要被填满；但如果你被告知其实这是你对神有热心，这样一来你会说「我对神有热心，太好了！」让我来教你怎么做，然后你就会照着去做，你就有热心去做你该做的事。又饥又渴说的是要等在那里被填满；热心说的是教我怎么做，我要去做。你看到区别了吗？又饥又渴让你只看到自己，热心把你的注意力转到耶稣，祂关注的是全世界。

饥渴使你的注意力集中在自己身上。

热爱将你的注意力转移到耶稣关注的世界上。

祂关注的不是工人，祂说的不是坐在这里好好学，等你学会之前什么都别干。祂说的是「等在这里直到你受圣灵的洗，然后往普天下去，传福音给万民听，医病赶鬼，使死人复活，做比我所做的更大的事」对吗？要是你被告知你是又饥又渴，你哪都不会去，只看到自己，不会觉得自己得到的已经足够，这对牧师来讲，能很好地保住工作；但这对神的国并不好。对神国有利的是，传道人努力工作直到做成，再去别的地方，找到新的群体，又努力工作直到做成。这就是我们应该做的。这就是为什么祂打发我们去，不是让我们坐着。我们这里是教会、也是一个培训中心，我不是整天光坐着保住饭碗，我没有从教会拿一分钱，我不从教会拿报酬或别的。最重要的是我教导人出去，我自己也去，去到全世界，你们也去到全世界，神会带你去。

4、你已经被呼召要出去

用一个牧师的话说就是「神会带你到你从未想象过的地方」。因为祂想让你去。这非常奇妙，今天教会的一个问题在于人们认为要有特殊呼召才能做宣教士，其实你不需要一个特别的呼召才能出去；你是领受大使命出去。如果说你需要一个特别的呼召，你要有一个特别的呼召留下来，因为你已经被呼召要出去。明白吗，你不需要一个特别的呼召才能出去，你需要一个特别的呼召才能留下来，因为你已经被呼召出去了。很多人以为他们要坐下来一直等，直到有特别的事发生，但是没人知道该发生什么，只是觉得要留下来。因为你待得越久，传道人的待遇越好。遗憾的是，有很多牧师，我知道有人是把布道当成职业，他们已经在作计划退休了，我没有退休计划，我没有在圣经里看到退休，不是吗？要知道，我打算一直工作，直到一百岁，或一百二十岁，要是我在禾场倒了，在我倒下的地方把我埋葬，不用花钱把我带回这里，就让我在那插上旗，你接过来继续服侍，反正我也不会在哪里。我们要感谢我们的同工和朋友，感谢他们使今天的广播成为可能。

《心意更新》第20期经文

【路加十5-6】无论进哪一家，先要说『愿这一家平安！』那里若有当得平安的人（平安之子），你们所求的平安就必临到那家；不然，就归与你们了。

【约壹四1】亲爱的弟兄啊，一切的灵，你们不可都信，总要试验那些灵是出于神的不是，因为世上有许多假先知已经出来了。

【林前十一28】人应当自己省察，然后吃这饼、喝这杯。

【提后三16】圣经都是神所默示的（或译：凡神所默示的圣经），于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，

【提后三17】叫属神的人得以完全，预备行各样的善事。

【西一28】我们传扬祂，是用诸般的智慧，劝戒各人，教导各人，要把各人在基督里完完全全地引到神面前。

【太廿五40】王要回答说：“我实在告诉你们，这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了。”

【创二23】那人说：这是我骨中的骨，肉中的肉，可以称她为『女人』，因为她是从『男人』身上取出来的。

【徒九4】他就仆倒在地，听见有声音对他说：『扫罗！扫罗！你为什么逼迫我？』

【约六35】耶稣说：『我就是生命的粮。到我这里来的，必定不饿；信我的，永远不渴

《心意更新》第20课 讨论问题：

- 1、如何在灵里行走，做到既爱人又保障安全？有这方面见证吗？请分享！
- 2、神给我们情感，是希望我们用情感来赞美祂。神并不期望我们用情绪来操控他人，如何理解用情绪操控别人？你是否有过用情绪操控他人或被他人操控的经历？请描述。
- 3、你，或者你知道的其他人，接触过假福音吗？它们对人产生怎样的影响？基督教福音让你有积极的想法，这与世界里的积极思考，心灵鸡汤有什么不同？请分享你的看法。
- 4、耶稣来到世上的主要目的是让我们与神联合，当你看自己是与祂联合的，你或周围经历了怎样的变化？有见证分享吗？
- 5、有时你发现面对处在困境的弟兄姊妹，你也许不能替他们解决问题，但是你会怎样服侍到他们呢？请分享。
- 6、人被告知饥渴和对主有热情，这两者有何不同？

《心意更新》十九/二十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我原是按神的形象被造，我重生恢复为新造的人，我脱去旧人、治死肉体，弃绝污秽的言语，我行在灵里，分辨诸灵、凡事察验在知识上渐渐更新，持续与神同行，活出成熟生命。阿们。

你领受了圣灵的洗，必得着能力，并要直到地极，做我的见证
向所有受造之物传道、医治病人、叫死人复活、赶鬼
做我所做的每一件事，并且做得更大

第二十一期：心意更新实操和圣经的默想

一、心意更新实操演示

- 1、心意更新培训 30天实操计划
- 2、从全景到细节，从细节到全景的学习方法
- 3、复习巩固，让信息成为你的一部分

二、心意更新实操纪律

- 1、操练自律听从灵
- 2、由圣经进入里面基督的心
- 3、坚持一直做正确的事

三、真正的圣经默想

- 1、默想的定义
- 2、思想神的话语是蒙福的路
- 3、对神上瘾

一、心意更新实操演示

我们在讲心意更新，已经提供了很多信息。下面我们会深入来谈实际的应用，具体该怎么实行，教你进入一些步骤。

1、心意更新培训 30天实操计划

我们以前说过，人的大脑运作两边相似，互相辉映，两半大脑一边从整体到细节，一边从细节到整体。现在我们正在做的，是带大家进入根据这些科学原理创建的实习模块，每个过程要持续一个月。一般来说养成或改掉一个习惯需要二十一天。让我们拆开来看：第一，你需要三到四天的时间才能开始转变，在那之后你就在上路了，这只是起步。大家通常都知道，养成或打破习惯不是真正的心意更新，它会带来一些改变，这是一个过程，你可以做到，你会开始心意更新，并在二十一天内让你的心意极大更新。但是有太多的人尝试做了二十一天后停下来，转去做其它的事情。我们不打算只做二十一天，这是有原因的。我们实际上要以三十天为一个单元。二十一天后，你需要八到九天甚至十天时间来回顾、巩固并整合过去二十一天的学习。这就是你真正要达成的；就像你有十天用来创建整合自己的模板；你大概有二十一天来学习吸收，接下来用十天的时间活出来，我们认为这至关重要。这不是说我们来解决这个，再到下一个；解决那个，再到下一个。因为这样一来对你并不真实，你没有脚踏实地的感觉。我们想确保你至少有十天按照主题或模板活出来。

2、从全景到细节，从细节到全景的学习方法

我们接下来要看一个模板，其实有二十一个这样的模板，够我们可以花一段时间来学习。举例来说，第一个最重要的是耶稣的话。耶稣的话是什么？这是很大的图景，意味

着我们要把从全景看到细节，同时也从细节看到全景。当我们说我们要学习耶稣的话，这是一幅很大的图景，但是细节呢？全景只作用于大脑的一侧；大脑的另一边是细节，讲到细节，你要把它们汇合在一起，就像拼图，你有全部的碎片，把碎片拼在一起，放进大的图景，就能看到全景。比如我们会有一个模块，关于耶稣怎样讲到信心；怎样讲到惧怕；祂关于这些说了什么等，我们要具体来看，每个主题都自成一个模板。这样你就能吸收进去，成为自己的一部分，这样你就有基督的心在你里头运行。

3、复习巩固，让信息成为你的一部分

我们还会给你们一些练习，帮助巩固这些东西，让信息成为你们的一部分。它们已经在你的灵里面，但我们要让基督的心运行在你的大脑里、在你的心意里，这就是我们要做的，大概会是二十一天，基本上就是信息和应用。还有十天，我把它叫做活在里面。你不一定是在学习，而是你在复习回顾。复习的意思是你已经知道，现在你要调节自己好去适应，把它们融汇到自己身上，这样的好处就是可以将练习分为两部分：晚上和早晨，一部分是书面文字，还有一部分是音频；文字和音频会一起进行。我们这样制作，让你在开车上班的路上就能听，大概一般会是七分钟左右，每天七分钟；只要每天两次七分钟，就能完成，很奇妙吧？我们要做的是每天晚上七分钟和早上七分钟做同一件事。第二天会有另一个内容，晚上先花上7分钟来听，隔天早上再花7分钟来听。你这两天听的并不完全一样，给你的东西略有不同，一个是从全景到细节，另一个是细节到全景，这样你两边同时进行。通常最好的时间是在你晚上睡觉前，然后就是你早上醒来以后；你也可以在开车的时候做这些事，你开车上下班时可以听它。

我的建议是，当你花时间吸收，你要来应用我们讲过的步骤。就是我们提过、专门讲过的，我们所做的就是人们说的深度思考、专注思考：你要在晚上这么做，你来设置一段时间，七到十分钟，你可以花上七分钟，要是你做了两次，就是十四分钟，这比情景喜剧要短，要是你愿意，可以晚上做两次，当然你做一次也没问题。当晚做完再睡，第二天早上你起床以后再做一遍，七或十四分钟，看你需要。其实你可以整天听，你可以一遍又一遍地放，你做得越多，效果越好。七分钟和十四分钟是最低要求。

二、心意更新实操纪律

当我们讲到默想，我们讲的是圣经的默想，不是冥想或禅坐，或是别的。我们讲到是圣经的默想，昨天说的，我再讲一遍，我们昨天讲到这里就结束了。很多人花时间规划假期比规划生活还多。你的生命是一首交响乐，你就是指挥，神已经给了你乐谱，但许多人只想来一场即兴演奏。莎士比亚说世界是一个舞台，我们是演员。没错，我们是行动派，要采取主动，不要被动反应。神已经把祂想要你活出来的生命剧本给了你，不要自己做主或即兴发挥。照剧本来活很简单，一点不难。

1、操练自律听从灵

提摩太后书一章7节「因为神赐给我们不是胆怯的灵，乃是能力、爱、并清明自守的灵。恢复本」这在希腊语怎么说？神没有给我们怯懦的灵，而是能力，爱的能力，不求回报。神还给了我们清晰的思想，也就是有纪律的，和有自我控制的健全的思想，自律和节制。这就是希腊原文的意思，这就是祂给我们的灵。你没有节制，神的灵在你里面

不起作用。神不会逼你做事，祂会影响你，试着让你愿意与祂同工；要是你同意祂的，你就与祂联合，做祂要你做的。这意味着节制。不管什么时候当你开始做一些不应该的事，或是你不想操练节制或自律，这时你必须意识到你没有在听神的灵。

2、由圣经进入里面基督的心

现在来看哥林多前书2章16节「谁曾知道主的心，去教导他呢？但我们是**有基督的心了。**」我们已经有基督的心。我们不需要去得到它，不用等以后才能有，现在就有；也许到有一天你终于能进入它，要是你没有进入，这不是神的错，是你的错。你需要认识到，基督的心在你重生时就在你里面。要是你想知道你里面基督的心是什么，你唯一要做的就是打开新约，就这么简单，因为新约是圣灵的心，是基督的心，我们心意更新到要像基督，如果我们的**心意被更新像基督，就是照着祂的心意来运行、行事，就这么简单。**有人会说，我不知道神的心意。这说明你不懂圣经，你明白圣经，你就知道神的心意，就是这么简单。

3、坚持一直做正确的事

在我长大过程中，尤其是信心话语运动（Word Of Faith : WOF），他们是当时几乎唯一有医治果效的团体；就算这样，也就是10%或11%的治愈率，但这已经好过其他团体了。当我寻求医治的时候，很自然就会去参与他们的团契。当我在那个领域学习医治时，我注意到一件事，他们不断强调宣告神的话，这是他们最被攻击的。另一个更被攻击的就是过度强调金钱，这我同意，确实强调太多了。但我们要意识到，我在这个过程中长大，从中有所学习。严格来说，他们不是真正的心意更新，但他们完全照着自己知道的去做了，他们在心意更新这方面，比谁都更加接近圣经真理。没有人这样做，其他人做的就是背诵经文，记住经文并不是心意更新。但我所认识的信心话语运动里的人，他们正朝着这个目标前进。好消息是，在回到圣经这点上，他们做得非常好；那就是关注圣经在说什么，他们总是会把你带回圣经。问题是，他们过后就会一直说「好，你现在得认罪了。」当一些律法的东西进来，你甚至不能宣称你需要医治的祷告或别的。这就过头了，这是不对的，不该这样。你要做的就是**把不对的改过来，继续前进。**

他们做得很对的地方，就是善于让你承认神的话、说出神的话、承认你不应该说任何反对神工作的话。我惊奇的发现，他们正是在帮助训练遵守纪律。为什么？因为**最好的自律就是学会控制你的舌头**，他们在控制舌头上非常坚决。所以他们有很多优秀品质，像是自律，节制。他们教导宣告神的话。该有的他们都有了，只是没有把它真正放在一起，坚持到底。关键在于你坚持下去，坚持做一样的事，坚持做正确的事。如果你一直坚持做错的事，不会让你更接近自由或真理，或是去到神想让你去的任何地方。你要把这些碎片拼起来。他们的品质很好，但这些没有被拼在一起。这就是我们要来看的。他们会说、默想神的话，他们确实有准确的定义。但他们不明白大脑是怎样与圣经协作，产生出果效。这就是我们要解决的问题之一：确保人们知道怎么去做。让我们来看看真正的圣经默想。

三、真正的圣经默想

1、默想的定义

约书亚记一章8节「这律法书不可离开你的口。」这是英王钦定本，意思就是「要不停说神的话，讲到不可离开你的口。」你天然的反应会是，别让它从我嘴里说出来，是说不该讲出来吗？不，这里的意思是要不停说出来。「不可」用今天的词来说就是，**任何时候都不要让神的话离开你的口。**你里面要一直有神的话，所有时间都是。这里讲到「这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。」要是你这样做，就会有这样的事发生，你就会谨守遵行这书上所写的一切话。如果你一直讲神的话，你就能做到神让你做的一切；如果你每天昼夜思想祂的话，就能做祂所吩咐的事。

「如此，你的道路就可以亨通，凡事顺利。」谁会让你凡事顺利？是你，你让你的道路可以亨通；是谁让你的道路亨通？是你自己。怎么做到的？昼夜思想神的话。这样你就能凡事顺利。这两件事要是你没有的话，你不能怪神。如果你没有亨通，如果你没有凡事顺利，这是因为你没有思想神的话。「神啊，你为什么不让我亨通？」祂会说「我没有阻止你思想神的话。」我们必须意识到有些事该我们做，有些事该神做。约书亚书1章9节「我岂没有吩咐你吗？」这里的语气很强烈，是神吩咐我们去做。「你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶，因为你无论往哪里去，耶和华你的神必与你同在。」这是一个很好的应许。这就是你要昼夜思想的，马上去做。这里的「思想」，因为是旧约，明显是希伯来语，《史特朗经文汇编》里的编号1897，我把它写在这，这是“hagah”，字面意思是轻声默念、思考。轻声默念，意思就是压低声音几乎像呼吸一样。英王钦定本的翻译是想象、思想、哀悼、喃喃自语，咆哮。很有意思，低语是悄声，喃喃自语是轻声，咆哮是大声，同一个词，翻译却不同。它还有其他意思：去讲，去学，交谈，说出。这就是这个词现在被翻出的所有意思，我们一会来看。你可以在在这两条画上下划线，两件事：喃喃自语和咆哮。喃喃自语是轻声，吼叫当然就是大声。轻声和大声，记住这两件事，我们一会再来讲。

2、思想神的话语是蒙福的路

诗篇一章1节2节「不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！」如果你要被祝福，你就要昼夜思想神的话。听好，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！这什么意思？呢喃，默念，思考，说出来，轻声地说，大声地说；讲出来，说出来，昼夜思想。昼夜就是全部时间，准确说就是白天和黑夜，至少两次。不只这样。3节「他要像一棵树，栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干，凡他所做的，尽都顺利。」我们已经看到的两处经文，约书亚书和大卫的诗，时间相隔很远，他们都讲到思想神的话会带出果效，这两处都事关你的兴盛。兴盛不全是物质的兴盛，是说你会在神想要你做的事上成功。我们甚至可以说**真正的兴盛是在神希望你做的事上取得成功。**要是你能明白这个，你就能明白我是怎么想的。当然你不见得想知道。上面也讲到「你们必蒙福，凡你们手所摸的，也必蒙福。」这两个是一起的，换句话说，凡你经手的都被祝福，还说「凡祂交给你的都兴盛成功。」有些人会说，不管我把手放哪都会被祝福？没错。如果你思想神的话，你就不

会把手放在错误的东西上，你会把手放在神想交给你的事上，它就会被祝福。这里说的你和祂不分开。

安东尼·罗宾和所有提倡自我帮助者所谓的成功、动力，等等的说法，就是从这些经文来的，他们采纳了这些原则、应用出来；但是他们把做神让你做的事给剔出来了。人本主义也是这样，最糟的是他们甚至会越界，让你以为凡你想要的都是神想给你的。很多时候你会听到这样的说法。比如你打开电视，你会听到传道人一直都这么说，一直都会听到这些，就像是「追随你心里的梦想」。其实应该是追随你心里神放下的梦想，不要只追随你心里的梦想，因为你的梦想可能是错的。现在的讲道主要就是「不管你想做什么，神会在背后支持你，做你想做的」；基本上「祂就在那里，在你的生活里不出声，祂只是在那里，为你想要的东西提供能力」。这绝对是人本主义甚至超出人本主义，让神和受造物交换位置，神做受造物的仆人；而不是受造物做神的仆人。这要纠正。

3、对神上瘾

现在来看诗篇第63篇「神啊，你是我的神，我要切切地寻求你！每天极早，我要切切地寻求你！在干旱疲乏无水之地，我渴想你，我的心切慕你。」注意大卫所处的情形。我现在也要承认，就像我们之前讲到新约，如果我们饥渴慕义，我们来找耶稣，祂会以祂的义充满我们；如果我们来找祂，我们不会再挨饿了。我们要把这两样结合起来。很奇妙的是，你的大脑天生就会，第一，人天生就会爱。这是天生的，除非你受到训练才会抑制爱，你得重塑你的大脑才不会主动去爱。你观察一个孩子，他们看到有人受伤会主动上前查问「你还好吗？」他们自动就会这样，你不需要告诉他们这样做，就在他们里头，直到他们被教导「不行，不要和陌生人说话。」我不是说你不该教他们培养这种意识，我只是说在他们里头就会这样。另一方面就是，你不仅生来就会爱，奇妙的是，你天生就会对神上瘾。事实就是这样，世俗心理学不会说这是对神上瘾，他们会说每个人里面都有崇拜的东西，这是天生的对神上瘾，这是一种上瘾。这就是为什么这里说「我要切切寻求你，我的心切慕你。」这就是上瘾。

换句话说，每天早上我渴望你、切慕你、我渴想你。当你的肉体渴望某样东西，这就是上瘾，这是一种瘾。这里讲到「在干旱疲乏无水之地，我渴想你，我的心切慕你。我在圣所中曾如此瞻仰你，为要见你的能力和你的荣耀。因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。我还活的时候要这样称颂你，我要奉你的名举手。」这里讲到怎样敬拜祂，怎样每早晨寻求祂。这是你每天早上该做的事。这里要注意，他讲到极早，清晨最好的事就是学会奉献你的时间。这不意味着你把这个时间给出去以后，其它时间你只做自己想做的。这意味着你专门分出一段时间给神，然后这天其余时间你和祂一起同行，但是你要做的头一件事就是在清晨极早的时候把时间分出来，先来做这件事，把初熟的果子献给神。要是你献上初熟之物，一天结束的时候，你也会专注于神，默想祂的话。我告诉你，你的睡眠会大大改变，变得更好。梦魇没了，噩梦没了，失眠这些都没了。神想让你好好睡觉，当你睡觉祂就能来找你。祂想要你进入深睡眠，这样祂就能和你交通，他会绕过你的魂。因为你的心思在睡觉时会关闭、能量下降；其实不是关闭而是能量下降。当你的魂入睡，祂就能来找你了。阿们！太好了！

《心意更新》第21期经文

【书一8-9】这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。如此，你的道路就可以亨通，凡事顺利。我岂没有吩咐你吗？你当刚强壮胆！不要惧怕，也不要惊惶，因为你无论往哪里去，耶和华——你的神必与你同在。

【诗一1-3】不从恶人的计谋，不站罪人的道路，不坐褻慢人的座位，惟喜爱耶和华的律法，昼夜思想，这人便为有福！他要像一棵树栽在溪水旁，按时候结果子，叶子也不枯干。凡他所做的尽都顺利。

【诗六十三1-4】神啊，祢是我的神，我要切切地寻求祢，在干旱疲乏无水之地，我渴想祢；我的心切慕祢我在圣所中曾如此瞻仰祢，为要见祢的能力和祢的荣耀。因祢的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞祢。我还活的时候要这样称颂祢；我要奉祢的名举手。

【提后一7】因为神赐给我们不是胆怯的灵，乃是能力、爱、并清明自守的灵。

《心意更新》第21课讨论问题

- 1 有关今天默想或操练的课程，你有什么心得？
- 2 根据诗篇1:1-3，什么是有福的人？还有哪些益处？
- 3 你觉得你是凡事顺利的吗？如果你所做的常常不顺利，听了今天的课，你认为今后要如何改进？
- 4 你是否经历过因默想经文而得到从神来的鼓励或帮助？请分享
- 5 你认为背诵经文，宣告经文，和默想经文的区别在那里？它们彼此之间有什么关联？对心意更新有什么果效？
- 6 根据库里在诗篇63的教导，每天读经的时间最好在何时？为什么？你的读经习惯是什么时候？

詩篇63 神啊，你是我的神，我要切切地尋求你（英文直译：我会尽早寻求祢），在乾旱疲乏無水之地，我（的肉體）渴想你；我的心切慕你。

《心意更新》二十一/二十二期真理宣告

奉耶穌基督的名宣告：主的慈愛比生命更好，我的心切慕主，我从晚到早思想主，白日黑夜默想主的训词，看重主的道路，我所做的尽都亨通，我享大平安，什么都不能使我绊脚。阿们

第二十二期：默想神的话

一、切切寻求，对神上瘾

- 1、朝思暮想神的话
- 2、有意用神的话充满心思
- 3、看重神的道路

二、思考，与默想对应

- 1、我们被命令与自己说话
- 2、自律性宣告/思想/沉思
- 3、顾念我的心思，不思想邪恶

三、高标准，严要求

- 1、一天七次赞美神
- 2、神的话使我们满有平安，不被冒犯
- 3、习惯成自然

一、切切寻求，对神上瘾

1、朝思暮想，从早到晚默想神的话

上一期开始讲默想神的话，读了诗篇63篇。我们回来再读一遍，明白主要章节的意思。诗篇63篇1-6节「神啊，你是我的神，我要切切地寻求你！每天极早，我要切切地寻求你！在干旱疲乏无水之地，我渴想你，我的心切慕你。我在圣所中曾如此瞻仰你，为要见你的能力和你的荣耀。因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。我还活的时候要这样称颂你，我要奉你的名举手。我在床上記念你，在夜更的时候思想你，我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要以欢乐的嘴唇赞美你。」他说他如何在清晨极早寻求神，这些都是他所做的一部分。

史密斯·威格尔斯沃思就是每天这样开始他的一天。「我在床上記念你，在夜更的时候思想你，我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要以欢乐的嘴唇赞美你。」他向我们表明他在一天的开始和结束都在默想神的话，从早晨到夜晚，晚间他是这样结束的。7节「因为你曾帮助我，我就在你翅膀的荫下欢呼。」这表明他从早晨到夜晚是怎样过的。他的一整天都是在敬拜神，与神相交。「因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你，我还活的时候要这样称颂你，我要奉你的名举手。」这都是早上的事，他一整天都是这样。但这是指他早上做的，他的一天这样开始，然后他结束了他的一天，也是在默想神的话。诗篇77:12「我要默想你一切所行的，思想你的作为。」我要自己思想，对我自己说，也对别人说，会一直在我嘴里。

2、代入所有默想的定义，有意用神的话充满你的心思

首先，这需要自律和节制才能做到。但你也要知道，你在新约中也会看到这样讲，如

果我们受命去做，基本原则是什么？如果神命令我们去做，祂会加力量让我们做成。注意他说「我要默想你一切所行的，思想你的作为。」要记住，每次我们看到「默想」这个词，你就要这样去看，「我要喃喃自语，跟自己说，我要思想，住在里面」，把所有默想的定义都代入进去，这里默想的所有含义就是我们该做的。这里讲的不是你坐下两腿交叉，低声哼唱，不是这个意思。这样做是有目的的，当你默想，你不是在放空，你不是在逃避你的想法，清空你的大脑，你是有意用神的话充满你的心思。放空对佛教徒或别人管用，当他们冥想，他们就要放空大脑，因为他们的大脑里都是垃圾，他们需要清空大脑。但是他们得用神的话来取代。

3、看重神的道路，正确的积极性

诗篇 119:15「我要默想你的训词，看重你的道路。」他默想神的训词以后，就会看重神的道路。要是你不默想祂的训词，你很有可能不会看重祂的道路，你需要一遍遍地明白。他说「我要来默想这些事，我要来想，默想，低声说，讲出来」，这种生活方式就是不断在讲神说的话。如果你能这样做，你里面就会生出积极的心态，确实会这样。但不要只是为了得到积极心态这样做。你会说「我们何必要这么做，我的心态已经很积极了。」不，你需要这样，你要有正确的积极性，不是那种自助型的积极性，不然某个点上你会失望的，神从不会令人失望。

二、思考，与默想对应

1、我们被命令与自己说话

在旧约里，这是希伯来词 7878，对应默想这个词。默想对应的另一个词就是 siach，就是思考，与自己对话，我们被命令要和自己说话。可能你和我一样，还小的时候会听别人说，只有疯子才和自己说话。那些对自己说神的话的人，他们才不是疯子。有一天有个人和我谈话，他说「你这样不会觉得孤单吗？」意思是说「你这边没有多少人。」我心想开玩笑吗，我身边一直很多人。然后他又跟我讲到一些他们服侍上发生的事，讲到他们在服侍时确实会遇到一些人，与他们打交道其实是在浪费时间。这么说吧，就是讲一些傻话，根本不重要的事。那个人说「你知道吗，要是我想有一个有深度的谈话，我只能跟自己说」。我想说，你得多出去走走见识一下。好了，不管怎么样，这里我把剩下的读完。与自己对话，大声说出来。和自己说话，意思就是大声说出来，还有小声嘀咕，它被翻译成对话，抱怨。要是你想抱怨，只要向神抱怨，别跟人抱怨，你的抱怨要往上走，不是往下。

2、自律性宣告/思想/沉思

宣告，思想，沉思 (muse)，就是针对某事思考的意思；祷告，说出来，对谈。如果说沉思 (muse) 这个词的意思是思考，当你把 a 加进一个词的时候，就是不要，娱乐 (amuse) 的意思就是不要思考，对吧，你可以查一下，娱乐就是这个意思。这不是它的用法，但就是这个词的真正含义。娱乐，就是不要思考。这就是为什么娱乐片、看电影都很有趣，因为你去到那里就不用思考，大多时间是为了逃避。我不能理解，我不想逃避我的生活，我的生活很好，神祝福我。我这样生活，这样思想，这样说话，做这些事，我不想逃避。我花了好多年才走上正确的路，我不想走偏了。

诗篇119:148「我趁夜更未换将眼睁开，为要思想你的话语。」这里出现 prevent 这个词。这是一个古英语单词，我们一般会用这个词“precede”，或者我们这样说，我的眼睛先于 precede 夜更。换句话说，在夜更换前，我一直醒着。这就是基本的翻译，字面意思就是「我可以默想你的话」，换句话说，在夜晚结束之前我还醒着，为了默想你的话。他就是这样开始新的一天。我整夜睁开眼睛，为要默想你的话语。这是另一种讲法，另一种翻译。这里的关键是，大卫在这说「我提前做了」。换句话说：「我不需要被叫去做，我主动去做，我不断往前。」所以他说「我不需要有人催我。」思想 7878，和默想是同一个词。诗篇 119:62「我因你公义的典章，半夜必起来称谢你。」到了半夜，大家都在睡觉。天黑了以后，大部分人都去睡觉了。但是在这里他说「我必起来」。半夜我可能躺在床上，但是我要起来，为了感谢祂，为了喜乐，为了感谢神公义的典章，这要付出努力，需要自律。

我刚结婚的时候在教武术，有一些培训，我会记得那天我做了多少运动，要是我没有完成自己设定的要求，就算我上床了，很多时候我都会说「我还没有做仰卧起坐。」我就会起床来做，因为我需要自律。你需要自律，不仅是健身；不仅是在属灵上，身体也是一样。不仅是身体上，属灵上也一样。

3、顾念我心思，不去思想邪恶

诗篇5章1节起「耶和華啊，求你留心听我的言语，顾念我的心思。」换句话说，想想我在想什么。这个讲法很不错，顾念我的心思。「我的王我的神啊，求你垂听我呼求的声音，因为我向你祈祷。耶和華啊，早晨你必听我的声音，」听到吗？你会在早上听到我的声音，「早晨我必向你陈明我的心意，并要警醒。因为你不是喜悦恶事的神，恶人不能与你同居。」他在说什么？他说我会在早上做这件事，我要向你大声呼求，顾念我的心思。他已经告诉我们这一切，都发生在早上，他说「听我的言语，思想我的默想」他在说什么？我早上默想，聆听我的默想，听我的声音，听我对你说什么，听我口中所出的话。然后他说，「因为你是神，你不是喜悦恶事的神」。换句话说，他在说不去思想邪恶。他说的是我一起床就决心思想你的话，这样一天之中就不会有邪恶在我里面。这都是保护，涉及很多方面。

诗篇 119:160-164「你话的总纲是真实；你一切公义的典章是永远长存。首领无故地逼迫我，但我的心畏惧你的言语。我喜爱你的话，好像人得了许多掳物。谎话是我所恨恶所憎嫌的；惟你的律法是我所爱的。我因你公义的典章一天七次赞美你。」这是另一个关键，整个旧约你都会看到；新约本身未必提到数字，但你必须记住在新约里，希伯来人还是希伯来人，他们的大多数做法被承继下来。这不仅仅是大卫做的，这是大多数希伯来人做的。一天七次，他们会停下来感谢神的祝福；主要感谢祂赐下话语。要记得，祂的话在当时他们是看不到的，不像我们现在都能看到，是被保存在会堂的卷轴里，你要到那才能读到。

三、高标准，严要求

我们也要记住，当说到默想，他们会去背，对孩子来说，他们要记住整个《妥拉》。想想看，圣经头五本书，我们也叫做摩西五经，他们必须去背，这样才能被接纳进入成

人社会，他们就是这样受训的。他们要记住它，主要因为他们是一个听觉文明的民族，而不是书面的或文学性的文明，所以他们必须记住它。再说一次，重点在于，他们要求每个孩子都能背圣经。他们做到了，因为他们这样被要求。现在一个状况是，我们今天的教会和世界不挑战青少年，我们想让他轻松。但他们会说，我并不想要轻省；我想被挑战。他们想要挑战这是他们想要的，他们想付出一些努力。不是努力得救进天堂，而是他们想自己去尝试一些事。但我们的要求很低，当你要求很低时，你得到的结果很低。你要提高要求。

几年前，我读到一篇文章，有人问摩门教会的带领「你怎么做到能让所有摩门教徒中89%或90%的青少年花两年时间在宣教禾场？」答案很简单，他说「我们这样要求。」他们听到的就是，这是被要求的。要是我们听到一个青少年说他在考虑不去做，每个人的反应都是震惊。为什么？因为这是要求。当他们从学校毕业，先去宣教禾场两年，才能上大学，他们就是这样被要求。但是基督徒们，我们可能会这样祷告「神啊，呼召我的孩子去宣教吧！」从来就没说宣教需要呼召；我们受命是去宣教，不用呼召。要是你想，你可以和神争辩要留下来，但是不需要呼召就能去，不是吗？你要决定好自己会待多久。但我告诉大家，要是你从来没有出过国，你需要出去看看真正的基督教什么样，你会在外面发现，这些人只能靠信心生活。他们不是每个角落都有医院、医生、银行。这些角落是用来拜假神的。我还记得，当我第一次去非洲，他们告诉我「库里弟兄，在这里我们只能信神，不然就死了。」我就很惊讶，要知道我们在这里的祝福，很多方面都成了我们的诅咒，因为我们已经习惯了倚靠别的东西，我们需要提高我们的要求。

1、一天七次赞美神

他说「一天七次。」对你来说，设下钟表并不难，就像我说的，我们有些带领也这样做了。特别是你的手机几乎总在身边，在特定时间设七个闹铃在你手机里，你来决定什么时候，不需要每次时间都一样长，完全由你决定，一天之中设七个闹铃提醒你自己「我要停下来，就是来赞美神。」我告诉你，有人会说「万一不方便呢？万一这里不合适，我刚好在哪工作呢？」

穆斯林信徒的委身：让我告诉你，我当时在纽约，经过纽约市，当时交通堵塞，我开始正要进城，路上塞了，主要都是出租车，每次到一定时间，大约一半的人停下来，走出去。就是说，把车停在一边就不走了，把车停好，绕着他们的车子，把垫子拿出来，跪在人行道上，就在车子旁边，朝向麦加祷告，他们根本不在乎，甚至影响了交通，哪怕灯都变了，大家在按喇叭，他们根本不去注意，因为他们委身信仰。这就是为什么他们为自己的信仰赢来很多人，比基督徒为自己的真信仰赢来的人更多。因为他们更加委身，他们更自律。当然我不得不承认，他们这样做很多都是出于恐惧；但同时，他们的做法也吸引很多人。为什么很多人这么激进，因为他们自律，他们受到挑战。这就是青少年在寻找的，他们在找能为之拼搏的理想，可是教会没有提供。这就是我们要努力的方向，全教会都要这样。总会有一些余民，但这必须是全教会。我们必须给出挑战，我们必须设定标准。不是设立圣经以外的标准，我们按照圣经来设标准。这是关键。要是你越界了，你就成了律法主义。当你照着圣经设标准，你就行在神的训词里。他说「我要一天七次赞美神。」

2、满有平安，不被冒犯

诗篇 119:165「爱你律法的人有大平安，什么都不能使他们绊脚。」同样的意思，如果你爱神的律法，你会去默想祂的话；如果你默想，会有大平安，没有什么会绊倒你。这样说来，我们基督徒都能行出来，不会被绊倒。有人说「他冒犯了我，我被冒犯了。」对这种人该说你得长大了，你是把指头指向冒犯你的人。猜耶稣怎么说「绊倒人（冒犯）的事是免不了的。」不要被冒犯，你不能掌控人对你做什么，你只能控制你的反应。不要被冒犯，要是你被冒犯了，你接受了伤害，这会伤到你，不会伤到他们，会伤到你，他们没事，十年过去，你还记着这个伤痛。

提摩太前书四11起，保罗对他门徒说「这些事你要吩咐人，也要教导人。不可叫人小看你看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都做信徒的榜样。你要以宣读、劝勉、教导为念，直等到我来。你不要轻忽所得的恩赐，就是从前借着预言，在众长老按手的时候赐给你的。这些事你要殷勤去做。」默想什么？他讲的一切话，照着去做。要注意，保罗讲的一部分是教义，默想教义，默想这些事，并要在此专心。英语是 wholly，完全的意思。并要在此专心，使众人看出你的长进来。注意这里长进、亨通都是从默想来的。使众人看出你的长进来。这里的词是 3191，这里的「默想」意思就是：要照顾好，在大脑里运转，想象，思考，或翻译成，想象，沉思。16节「你要谨慎自己和自己的教训，要在这些事上恒心，因为这样行，又能救自己，又能救听你的人。」再一次，默想神的话。

3、学习记录，习惯成自然

我想给你们这个练习，你要开始做这件事，很明显，这里讲到每个晚上，这就是你回到家要做的。每个晚上，讲一些宣告词，也许可以从《承认在你里面的（Acknowledge What is In You）》开始。你把它拿出来，从中间取出一些内容，专注去读，照我教的方法，大声读出来，把每个词着重读出来，我们一会就会这样读，思想明天你怎样成就它们。你这是在做什么？你在提前调适好自己。你每天下午能做最好的事之一，如果你有一份工作，甚至在你的日常生活中，你要有两个不同的记事本或日记，你要持续跟进：一个给你的工作，一个给你的生活。这两本，在一天结束，你要把明天要做的事写下来，先都写下来，再照优先顺序重新编号写一遍，不要光写，要照次序重写一遍。这样你就可以来看，知道说，这是我要做的，花点时间仔细看下，在你做的事上，你调适好自己，这样到明天你就会照着次序去做；在你的生活中也要这样，我为什么要说这些？你做了很多这样的事，要想生命改变，你得读神的话，借着读神的话，你的心意就能变化更新，你就知道当怎样行事。

大多数人想的只是我的一天过完了。但那正是你该用来提升自己的时刻，你来读神的话。当你早上醒来，要是可以，慢慢醒过来，不要用那种很嘈杂的闹铃，有人说，这就是我要的，每个人不一样，建议用渐渐加强的闹铃，刚开始声音很轻，越来越响，从这样开始，渐渐地，你就不需要闹铃，你会醒来。躺在床上，慢慢醒来，很多时间你就看着闹钟响，对我来说，这就像一个游戏。你知道，如果醒来，我不会醒了三十分钟等闹铃停下，我会躺着等闹铃停了再起来，我还躺着就先来思想神的话，但我看着时间，我想要在闹铃停下的前一秒摁下它，这是一个游戏，我想要胜过它，我想要把握好时机，

不要匆忙，你可能需要早点醒过来，可能比平常早五分钟，不要从床上跳起来，留意你第一个念头，要是睡前你默想神的话，每天最早的念头常常是神的念头，换句话说，当你醒过来，告诉你，在我生活里很多时候，当我早上醒来，神对我说话，重点是，祂讲到一半我才发现，意思就是，祂已经在和我说话了，当我醒来，我才意识到祂在和我说话，但祂已经在灵里对我说话了，因为祂在灵里交通，祂不会与你的魂交通，祂与你的灵交通。当你醒来，你才发现祂在和你说话，你会发现祂已经在和你说话了，祂在和真实的你、就是你的灵说话，然后你就自觉地留意到。奇妙的是，你可以在床边放下一些纸笔，不是平板电脑或手机，你能把自己想的输入进去，必须用笔和纸写出来，因为当你写出来，它就留在你里面，你就能记住神在你睡梦中说的话，阿门！

《心意更新》第22期经文

【诗六三1-7】神啊，你是我的神，我要切切地寻求你！英王钦定本是说极早寻求你，意思是每天极早寻求神，在干旱疲乏无水之地，我渴想你，我的心切慕你。我在圣所中曾如此瞻仰你，为要见你的能力和你的荣耀。因你的慈爱比生命更好，我的嘴唇要颂赞你。我还活的时候要这样称颂你，我要奉你的名举手。我在床上記念你，在夜更的时候思想你，我的心就像饱足了骨髓肥油，我也要欢乐的嘴唇赞美你。因为你曾帮助我，我就在你翅膀的荫下欢呼。

【诗七七12】我要默想你一切所行的，思想你的作为。

【诗一一九15】我要默想你的训词，看重你的道路。

【诗一一九148】我趁夜更未换将眼睁开，为要思想你的话语。

【诗篇一一九62】我因你公义的典章，半夜必起来称谢你。

【诗五1-4】耶和華啊，求你留心听我的言语，顾念我的心思。我的王我的神啊，求你垂听我呼求的声音，因为我向你祈祷。耶和華啊，早晨你必听我的声音，早晨我必向你陈明我的心意，并要警醒。因为你不是喜悦恶事的神，恶人不能与你同居。

【诗一一九160-164】你话的总纲是真实；你一切公义的典章是永远长存。首领无故地逼迫我，但我的心畏惧你的言语。我喜爱你的话，好像人得了许多掳物。谎话是我所恨恶所憎嫌的；惟你的律法是我所爱的。我因你公义的典章一天七次赞美你。

【诗篇一一九165】爱你律法的人有大平安，什么都不能使他们绊脚。

【提前四11-16】这些事你要吩咐人，也要教导人。不可叫人小看你年轻，总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都做信徒的榜样。你要以宣读、劝勉、教导为念，直等到我来。你不要轻忽所得的恩赐，就是从前借着预言，在众长老按手的时候赐给你的。这些事你要殷勤去做。你要谨慎自和自己的教训，要在这些事上恒心，因为这样行，又能救自己，又能救听你的人。

《心意更新》第22课 讨论问题

1. 为什么要默想？默想的定义？默想的目的性？
2. 不正确理解的默想的结果？举例？
3. 没有默想神的话语的危害性？
4. 通过学习课程你如何认识自律的属灵生活？谈谈自己的看法？
5. 过自律而规范属灵生活的标准是什么？如何避免成为教条的法利赛人？
6. 怎样不被冒犯？如何通过自律生活确认内在真实的你？

第二十三期：思想和思想的训练

一、心意更新培训督导跟进

- 1、每日宣告词
- 2、留意早晨醒来时神的启示
- 3、每日评估表

二、思想

- 1、我们受命驾驭我们的思想
- 2、大脑储存思想，思想作决定
- 3、思想需要被训练，有自律

三、思想的训练

- 1、信心的盾牌
- 2、受教者的舌头
- 3、教导是二度学习
 - 1) 最快最好的方法是宣扬
 - 2) 同质翻译
- 4、口口相传的门徒培训模式
- 5、思想结合感观强化记忆

一、心意更新培训督导跟进

我们在讨论心意更新，我们来看一些你能做的实际练习，以促进心意更新。在我讲之前，我们会说到一些模板，我们会给在上课的所有人发一封邮件，把心意更新的课程发给你们，确保你们收到链接，以后还能再听，我们会讲到你们回去以后该如何去做，后续跟进非常重要。不仅是现在听到这个，后续也要持续进行，来保证一致性，希望你能做到。

1、每日宣告词

我们之前说过，用一些神的话来宣告，你用一些经文，把它们变成第一人称，我们展示过怎么做，我们用《承认在你里面的》这个小册子来做，小册子里配套还有一张 CD，就是从经文来的宣告，你可以跟着它们来，在车里播放，你去听，跟着说，到哪你都能带着，不管什么时候。

2、留意早晨醒来时神给你的启示

就像我们上节课结尾说的，当你早晨醒来，试着慢慢醒过来，不要用那些刺耳的警铃似的闹铃，你可能需要早一点起床，大约提早五分钟左右。不要马上从床上跳起来，而是花点时间去留意你的那些最早出现的念头。我认为我得到的启示中最好的一些，就是当我早上醒来时、最早的那些念头，甚至在我开始思想神正在说什么之前。倒不是我听到了祂的声音，听到了祂在说什么，你能分辨出其中的差别。我会仔细倾听。不管什么时候，如

果你留意到你的念头或是神说的话，你把它们写下来，就像日记那样。其实我们做了这种本子帮你记录，还附上时间，方便查阅。

3、每日评估表

实际上就是每日评估表，有些预设项目，我们一会来看。你把这些记下来，你的第一个念头，你的梦。很多人做梦，但不记得自己的梦。当你开始留意，有些事你记得，有些你不需要记得。有些是我们说的梦到披萨，就像前天晚上吃了太多披萨，做了些怪梦，我们说的不是这种，我们说属神的梦。你越默想神的话，神越会给你好梦。祂会在你的梦中向你显现一些事，甚至有时是警示，要预先知道一些事，神会向你说一些很奇妙的事，你要准确地把它们写下来。记住，你一醒来就把这些记下来，照你记得的完全写下来，现在也许不是解读的时候。先按你记得的写下来，这样就能照原汁原味。然后有必要时，你可以求神帮助解梦。但不要先来解梦，因为你会倾向于先入为主。先要准确地把它写下来。

二、思想

现在我们稍微讲一下思想。每一个记忆都是一个想法，每一个想法都变成了记忆。你觉得我有这样的想法，现在没了，其实不是没了，只是被归档了，它还在那里留四十八小时，然后你来决定让它去哪儿。要么进入长期记忆，要么作为大脑能量被消耗。每个想法或记忆在你的大脑里，就像树上的枝干一样，我们说的不是你大脑里有树，我们说的是神经元、树突这些。要想对记忆和想法有更深入研究，我强烈推荐叶卡洛琳博士的书，这方面她讲到很多，非常好的细节，会给你一些图片等等。

1、我们受命驾驭思想

我们受命掌控我们的思想，这是一个命令。你可以在马太福音六章25-31节找到；你可以在马太福音十章19节找到；马可福音十三章11节，路加福音十二章22节，你可以一一来。我们也被吩咐要是它们没有和神的话对齐，就要把它们攻破，夺回。哥林多后书十章4节「我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋、各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使它都顺服基督；」万事开头难，因为很多这样那样的想法，天马行空般闪现在你的脑海里。你要抓住每一个不对的念头，让它囚禁起来。这需要付出努力，但是值得。事实上这不关乎你是否选择去做，你是受命去做。你习练越多，越容易做；很快你就可以不假思索的去做了。我说不假思索，是说不用有意识地去想。想法可以被形象化地比作一棵树，有主干和许多枝丫，这些分支可以多达七万个分支越多，就有越多空间或内存被占用。思想或记忆占据的空间越大，可发觉的思想和记忆就越多。这些分枝繁茂的思想树是由称为神经元的细胞组成的。神经元是用电可以激活的细胞，这就意味着你可以用电流刺激这些细胞。很多时候有医生和一些人会用电流激发你记住一些他们要你记住的内容。这不一定是自愿的，但是他们可以做到，可能把你当作实验小老鼠什么的。他们把这些东西放上，当他们发送这个电脉冲，你会有这些想法，你会想那是什么？事实上，电脉冲穿过那个思想、记忆，把它带出来，因为它接收到一个电脉冲。

2、大脑储存思想，思想作决定

我昨晚在做一些更深入的研究。有这样一台机器，他们会在这个东西上安装电极，然后就可以监控发生了什么。随后他们故意引入电脉冲。它可以产生几种不同的效果。他们提到最多的另外两件事。一个是它有助于减轻疼痛，这大概是一种电击，使得处理疼痛的那些神经元被牵引过去，而不是处理疼痛本身。相当于疼痛信号没被相应的神经元处理，就好像疼痛消失了；经过一段时间的训练，你就学会如何利用这种方式去控制或是说管理疼痛。另一个是这种治疗还对患有常见抑郁症的患者产生了影响。在利用这种方案控制疼痛的时候，人们发现控制疼痛的特定的脉冲电会影响目标区域之外的某个特定区域的脑叶。这是因为脉冲电会通过与之相连的神经元进行传递，进而影响临近的另一部分大脑区域。当这种情况发生时，针对这部分寻求疼痛控制的抑郁症患者，人们注意到神奇的事发生了，他们的抑郁症也在逐渐好转。原来是因为脉冲影响到了另一部分负责处理抑郁的大脑区域。他们针对这个发现测试了一些设备，现在这种方法已经成为一种较为常见的应对疼痛及抑郁症的疗法，我认为前景可期。这个设备像椅子一样，需要治疗的人坐上去去就可以开始治疗了，还是挺不错的。这个实验展示的是大脑本身的特点，不是思想。**大脑是储存思想和记忆的地方，思想进入到里面运用它们。你必须意识到是思想在决定。**

3、思想需要被训练，有自律

有时候一些想法会跑进我们里面，我们以为只是一时兴起。但实际上并非如此。这种情况通常来说只会有两种原因，可能是其中之一，也有可能两种原因都有。

原因之一，是你的思想不受约束，缺乏自制。

当你脑中的思想不受控制的漂来漂去，尤其是一些你很不愿意去想的思想，这就是一个思想未受训练的结果；这说明你没有在该思维领域里操练节制。

原因之二，你的思想是仇敌唯一能击中你的地方，他会向你发射一些想法。

要是你老是被很多想法轰炸，那只是缺乏自律。但你要分辨，如果是仇敌试图把某个想法射向你，它进到了你的脑海，你会思考那个想法从哪里来的。仔细想想，要是你在琢磨某个想法的来龙去脉，就证实这个想法不是从你自己来的。因为不管它什么时候进来，你在考究这个想法。假如仇敌把这些想法成功的射向你，归根到底，还是回到了第一种原因，就是你的思想未受训练。**这就再次证实，你的心思缺乏自律。**

三、训练思想

1、信心的盾牌

你有信心作盾牌，能灭尽恶者一切的火箭。这些火箭并不是指实际引起你疼痛的那些东西；火箭主要是指从魔鬼而来的思想。你的属灵盾牌，能灭尽恶者一切的火箭。牠可以发动进攻，但你能熄灭它。在你的心思里建立神话语的坚固台，保守自己不受攻击；到一个地步，它无法对你产生任何影响。你会到一个程度，当某个想法想进来，你会辨认出它来。当你认出来以后，第一个念头就是「魔鬼，你太蠢了，暴露得太明显了」；或是说「你真是蠢透了，到现在你还不明白那不管用，我才不会照做。」如此99%的情况都能藉着你操练你的心思解决掉。

2、受教者的舌头

操练你心思最速成的办法就是约束你的舌头。马太福音12:34「心里所充满的，口里就说出来。」开口之前，你的话先经过你的思想，管好舌头是关键。就像我们之前所说，你收到的信息都是某种形式的思想。例如我正在讲出我的思想，你听到了我的这个思想，然后放在你的思想中停留一会，你的思想决定是接受还是拒绝这个思想、或者暂时存放一段时间。坚固这种想法的方法之一就是说出来，在我们这种上课的情形下很难去做，但我们注意到一件事，这件事让我很兴奋。这么说吧，你听了这个教导，你会想「哦对，有道理，在属灵上能说通；虽然在逻辑上或物质界未必说通，但它属灵上说得通，和神的话能对齐。对我有帮助」。然后你自己经历这个事情，你就想「对，我经历了这个；没错，我理解了。」你有了它，随后你会发现那实际上是一种启示。这是属灵的真理，是启示，它还没有被实践。神想让它被操练，所以祂赐下启示，神通常会这样作。

3、教导是二度学习

1) 领悟和记忆最快最好的方法就是宣扬它

神不会给那些不愿分享的人很多启示。要是你不分享神给你的东西，祂往往不会给你那么多，祂的目的是要传扬出去，这就是为什么祂要给，祂想把它传播出去。**如果这对您有益，对人人都有益**；如果这对大家没好处，对您也不好。有一件事我们开始在做，在我们做生命小组培训时，你们当中有多少人在这？有一些门徒培训，生命小组培训，大家还记得吗？有天晚上当我讲到，我出国的时候，这事不一定都在国外；就是去国外的时候我有翻译，我注意到一件事，就是翻译能领悟我的信息，好过很多坐在那里听的人；我意识到他们被挑旺比很多人都早，是因为他们说出来了。我把事情联系到一起就明白了，能领悟这个的最快方法就是去宣扬它，要是你去宣扬它，你就能领悟。

2) 同质翻译

现在很多时候，他们说教学是第二次学习。如果你真的想学习它，那就去教导它，那是你真正学会它的时候。我在做生命小组培训、门徒培训的时候，发明了一个术语，犯不着惊讶，在这次的课程里我就发明了一两个。我发明了一个术语叫做「同质翻译」。如果有人替我翻译，通常我说英语，然后他们说西班牙语、法语、俄语或别的语言；同质翻译意味着我说英语，他们也说英语。这是同质的，同一个语言，我用英语说出来，他们用英语照样说出来，首先我能确定他们讲得是不是对的。很多时候要是他们说别的语言，我发现自己根本不知道他们在说什么。作同质翻译时，我自己站在讲台上，叫两、三个人上来给我翻译，从英语翻成英语，花大约三分钟翻给大家，很短的时间，为了让他们适应一下。每次我讲给说外语的人听时，我有一个翻译，我的讲道方式就要变，我得放慢速度，我必须要构思想法，一段段说出来，这样翻译才能听明白，他们再用自己的语言组织好表达出去。他们这样做的时候，我就构思下一个想法。一般来说，我讲给说外语的人听时，出来的信息更强，更直接，更整齐有序，因为我有时间去思考。的确有时候我的灵感可能因此被打岔，因为有时神的启示正借着圣灵涌流出，漫过我；尽管如此，祂还是帮助我重新组织信息，我在传讲的时候，圣灵与我同工。但是我发现，同质翻译的时候没有一个人能做到完全准确。他们所要做的就是一个字一个字地重复我的话，然而没有一个人做到这一点。然后我意识到「天呐，我的主啊，那些翻译用别的语言会说出什么？」如果人们不

能把英语说成英语，何况当它从英语变成俄语或者其他什么语言的时候呢，得有多糟？大家只能信神，祂知道怎样向人传达祂的话。

4、口口相传的门徒培训模式

门徒训练正是这种情形，保罗知道他可以将提摩太或者提多单独留在那些教会。因为保罗确信他们肯定会准确的传讲保罗所传讲的信息。不是因为他们已经逐字逐句地记住了。他们已经吸收并活出了他的信息。现在我保证他们说的是短语，他们逐字逐句地说，我肯定他们一字不差地引用了他的话；并且同时他们能针对当时众人的景况来传讲。保罗说，无论我去哪，我都说一样的话；他就离开了提摩太和提多这些人，他们就讲出了一样的话。我很肯定，很多次每当保罗讲道，他们就会坐在那，他们的口中重复同样的话。他们不知道别的，他们不是一个文字普及的国家，是一个口口相传的国家，他们习惯了重复原话。我们在今天很多教会还能见到，牧师在敬拜、讲道时说一些话，听众就回应，你甚至能见到这些被记录下来；牧师怎么说，听众就照葫芦画瓢，就这样一来一回，反反复复。说着完全相同的事情。很多时候他们记录下来的也是完全一样的东西。现在很多灵恩派教会就像我们刚说的那样，他们说「好，照我的话重复。」大家就会重复一遍，希望是完全照着原话说的，这么做的原因是为了确保他们能听进去。显然这样的讲道会花很长时间。想象当这课程开始的时候，我讲的每一句话，大家都要重复一遍，从头到尾全程如此。你所做的一切就是在重复我说的话。我说的一切你都说了。想象一下，虽然不是写在手册上的每一项，但是我读的所有东西。我说的每一句话，当你离开这里的时候，你会自动地知道、并且记住至少 60%。如果不这样做，你要么得做非常好的笔记，要么只能记住 10%，因为你只是在倾听。如果你做了很好的笔记，可以提高一点记忆水平。但是你笔记做得好，只能作为你得到信息的原因之一。

5、思想结合感观，可以强化记忆

昨天我们谈论了一点关于某些类型的讲道对我不起作用。不是我贬低别人，其实大部分是我喜欢的。这其中有个很好的原因。当你能够将一种情绪附加在某个意念上时，你就强化了这个意念的记忆。你有没有长大后回到小学去拜访的经验？当我们走进校园、步上走廊那一刹那，所有的回忆蜂拥而入，好像我们又回到孩子的时候，过去的面孔一一浮现眼前。你马上身历其境，教室、餐厅，你对每个地方每个位置了若指掌。嗅觉通常最先触及记忆的感官。真不知这些学校是怎么三、四十年保持同样味道的，你一闻到这个味道，从前的记忆就立刻浮现脑海，一切触手可及。说不定你看到了一个奖杯，你马上想起了奖杯后的故事，因为这个奖杯上记录了你过去的各种情绪。所以，如果你能将五种感官其一与某个意念或记忆连接在一起，这段记忆就会变得更加深刻，事后更容易记忆犹新。有些时候，甚至你偶然听到一首20年再没听过的老歌，居然能够倒背如流，前奏乍起，你就知道接下来的音乐，不知不觉跟著哼唱完整首歌。事实上你的记忆真的可以有这么好，它能记住所有这些细节。它以一种模式记住音符、告诉你这是什么。正是这个原因，手机上有了音乐雷达的应用。你想听个什么歌，就点一下音乐雷达，很快就可以听到了。这个应用程序是由一个有思想的人创造的，一切都是照着人思维的模式创造的。制造它的是人。一切都是按照这种方式进行的。阿门！我们下一期会接着讨论我们的思想，结束一些关于思想的讨论。我们就停到这里。如果你正在考虑与我们合作，愿意支持我们的使命，访问 JGLM.org/partners。所得收入将用于支付电视广播费用和我们在世界各地的传教工作。

《心意更新》第23期经文

【林后十4-5】我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在神面前有能力，可以攻破坚固的营垒，将各样的计谋、各样拦阻人认识神的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使它都顺服基督；

【太六25-31】所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么，喝什么；为身体忧虑穿什么。生命胜于饮食吗？身体胜于衣裳吗？你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活牠。你们不比飞鸟贵重得多吗？你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻呢(或译：使身量多加一肘呢)？何必为衣裳忧虑呢？你想野地里的百合花怎么长起来；它也不劳苦，也不纺线。然而我告诉你们，就是所罗门极荣华的时候，他所穿戴的，还不如这花一朵呢。你们这小信的人哪！野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，神还给它这样的妆饰，何况你们呢！所以，不要忧虑说，吃什么？喝什么？穿什么？

【太十19】你们被交的时候，不要思虑怎样说话，或说什么话。到那时候，必赐给你们当说的话；

【可十三11】人把你们拉去交官的时候，不要预先思虑说什么；到那时候，赐给你们什么话；你们就说什么因为说话的不是你们，乃是圣灵。

【路十二22】耶稣又对门徒说：所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么，为身体忧虑穿什么；

《心意更新》第23课 讨论问题

- 1, 我们在心意更新的实操过程中，我们可以付出哪些实际行动的操练？
- 2, 我们平时有做异梦的经历吗？有记录梦的习惯吗？我们如何记录一个从神来的异梦？
- 3, 我们的思想有哪两种情况？分享一下
- 4, 训练思想的捷径是什么？
- 5, 我们如何能得到神更多的启示？
- 6, 门徒训练要做好最直接的方式是什么？
- 7, 同质翻译与同声翻译有何区别？哪一种更能准确传达分享者所要表达的意思？
- 8, 我们有过情绪附加意念强化意念的记忆经历吗？分享一下各人有这个经历给自己带来何种感受？

《心意更新》二十三/二十四期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我受命训练我的大脑和思想，持续宣告、阅读、分享主的话；持续纯正，持续专注，持续思考，持续全情，直到内化，直到成为神的意念。阿们。

第二十四期：大脑和思想的运作

一、大脑和思想的关系及运作

- 1、思想是大脑的功能
- 2、大脑是思想的器官
- 3、思考就是信息输入，阅读是最好的输入方式

二、保持大脑和思想活跃

- 1、思考越多，关注越多，信息越稳固，理解越深
- 2、关注一个特定的主题，掌握原则，融会贯通
- 3、三点一线，以真理判断目标
- 4、有思想纪律，避免分心
- 5、为什么总是学习真理却不明白真理
- 6、专注于集中注意力上
- 7、默想示范，操练宣告

三、神创造的美意

- 1、思考越集中越长久，思想树上的记忆树枝依附越强
- 2、大脑的清道夫：神经胶质细胞
- 3、深呼吸有益于思想清晰度

一、大脑和思想的运作方式

1、思想记忆树

我们一直在谈论思想。思想类似于一棵有树干的树。它可以生长多达70000个分支。你的大脑里有大约100万亿个思想记忆树。神经物理学家们对这个数字争论不休，说实际上只有大约87万亿个神经元。是不是很可怕？你错过了13万亿，仍然有87万亿。100万亿的思想记忆树，可以容纳大约300万年的记忆空间。这应该会让大多数电脑用户兴奋。没有人的大脑曾经在一个神经元的两端充满过。有一些分支叫做神经树突，作为大脑的档案管理员，通过五官接收和整合信息。然后接收到的信息被转化成电脉冲，通过神经元之间称为突触的微小化学间隙传输，形成相互连接的神经回路。这就是这一切的运作方式。

2、大脑左右半脑双重拷贝信息，将信息自行分类

大脑比人们通常认为的更具协同性和同步性。通常情况下，人们并不是只用左脑或右脑，而是在不断地同时使用大脑的两个部分，大脑的两个半球相互交流。我们接下来要讲的内容真的很激动人心。那就是无论何时何地，你都可以做些事情，从实际上提高你的智力。大脑实际上复制了所有的想法，并将它们分别存储在两边，对所有的输入信息进行双重拷贝。大脑的两边以相反的方式记录信息。左脑处理从细节开始的信息，然后向全面方向发展。我们一直在讨论这个问题，只是我还没仔细谈到大脑的每边具体都做些什么。右

脑处理完全相同的信息，只是方向相反，从全面到细节，这可以让你以最适用于当前情况的方式找到存储在你大脑中的信息。大脑被设计成允许你对信息进行分类的运作方式。就像一个硬币分类器，信息进去，被摇晃起来转动一圈，然后就落入正确的区域。你让头脑运转的时间越长，意思就是专注于一个特定主题的时间越长，就有越多的信息分拣出来，你就能更好地理解这些信息，更好地吸收和应用它们。

3、思考就是信息输入，阅读是最好的输入方式

当你开始思考的时候，信息就开始输入。现在人们会有不同的学习方式来输入信息。有些人喜欢通过看视频来学习，有些人喜欢通过阅读来学习，有些人喜欢通过聆听来学习。每个人都有自己不同的学习方式。但总的来说，目前最好的学习方式是阅读。如果你看视频，信息会很快过去；听音频，信息也会很快过去。因为你没有办法追踪它们，除非你返回去再听一遍或再看一遍，但是它就是会流逝。它没有被固化或者没有内化。但是如果是一本书，那么在任何既定的时间，你都可以把你的手指放在一个地方，然后去看另一个地方，可以相互对比，你可以同时看到两个地方。当你这样作，你实际上是在你的大脑中把两个地方连接起来。所以下次你想到其中一个地方，就会联想到另一个地方。这是一个自然的反应。因此，阅读是目前为止学习或吸收信息的最佳方式。因为当你读完之后，你能够看到这些信息，并把它们整合起来。你还可以记住它们的位置。你实际上可以得到一个清单列表。对于那些喜欢通过听音频来学习的人来说，听对他们会很好。但如果他们既听音频又读文字，那就更好了。因为现在你加入了其他感官的输入。不过到目前为止，最好的方法还是阅读。因为如果你需要的话，你还可以写下来。你可以汲取并过滤信息，就像硬币分拣机一样。你可以把这些信息过滤、提炼成你需要的样子；美妙之处在于你可以把一条信息，用两种方式表达，或书写下来。一幅大图，一幅细图，现在你可以把这两边联合起来，信息更强大。

二、使大脑和思想保持活跃

正如我们所说的，你让机器保持运转，当信息进来，机器就会运转，这就是我所说的你要让你的大脑和思维保持活跃。

1、思考越多，关注越多，信息越稳固，理解越深

你的心思正在检查储存在你大脑中的信息。当你思考得越多，从不同的角度分析，这些联系就会越牢固。使徒行传第三章时，彼得约翰用眼专注看那瘸子，并说看着我们。这不仅仅是一瞥。这意味着你很专注，你几乎像是用尽你的眼睛去看它。观看事物的时间越长，方式越多，就越容易记起来，越容易回想。大脑是可以像硬币分类器一样，对信息进行分类。通过专注于一个特定的主题，你让机器的运转时间越长，信息的排序越多，能更多的理解这些信息，并在必要时加以利用。

2、关注一个特定的主题，掌握原则，融会贯通

事情是这样的，尤其是圣经。这在大多数地方都存在。但是曾经有一种游戏被淘汰了。它的名字叫做六度分隔理论。和任何一个陌生人之间所间隔的不会超五个人，也就是说，最多通过六个人你就能够认识任何一个陌生人。当你看到它的时候，你会觉得很神

奇。如果我们列出圣经中的每一个话题。每一个主题内容应该都能够彼此连接起来，只要是符合圣经的主题内容，都是能够连在一起的。这件事的好处是，你可以专注于一个话题。如果你专注于一个话题，你看着那个话题，进入那个话题，并完全分析那个话题。你同样可以触及到其他所有的话题。因为所有其他的话题也都是相互关联的。一次又一次，这要追溯到我们在属天医治 DHT 和新造的人中所教的，原则都是一样的。因为整本圣经中都是一样的。同样的道理，如果你在学习医治，就像我们在属天医治DHT中教导医治一样，你也可以学习如何发预言，学习如何使用属灵恩赐。因为这都是一样的道理。如果你接受这些原则并运用它们，你将在DHT中学到的原则运用到属灵恩赐中，你将会使用其他属灵恩赐。所以它是全面的。

犹太人有一种说法，如果你救了一条生命，你就拯救了世界。为什么？因为这一个生命是与世界相连的。所以如果你知道一件事，如果你真正知道这一件事，例如如果你真正理解医治，你就理解其他的一切，你就能理解圣经。如果同样的原则起作用，那就意味着它在不同的领域是相同的。你不需要知道那么多，只要知道一件事。你就可以知道其他的一切，因为其他的一切都以同样的方式运作。这样你就不用每个话题都研究一遍了。你只需要确保一个主题是正确的。这是什么意思？这意味着，圣经中每个话题按上下文正确地分析。你对不同的话题可能有不同的理解。但是如果你不能根据圣经准确地理解它，那么它就不适用于所有其他的事情。

3、三点一线，以真理判断目标

这是一个内在的确据，神的话已经放在了你里面。因此你就能确定你听到的是真理。我以前说过，这就像用枪瞄准一样，如果你只有一个点，可能不会那么准确；若你有两个点，就可能击中你的目标；如果你有一个放大镜准星，那就万无一失了。你知道一个真理的话题，那么你就知道整个圣经，就可以着眼于任何东西，因为你已经有了这些指引。真理就是真理，在他没有转动的影儿，没有程度的高低，这就是真理。一旦你对其感到模糊，那他就不再是真理了。

如果我知道一个真理，而且确信它是真理，那么这个真理应该在每一个领域都是不变的真理。这就是我向来判断它是否是真理的方法。那么如果我已经拥有了这一个真理，又有了那一个真理，还拥有了另一个真理，现在这里有三个真理并列对齐，通过这三个真理就可以明确的判断出我是否瞄准了目标。所以任何不能与这二个或三个真理相对齐的，我就知道是不对的。所以我不需要什么都知道，我只需要知道两三个真理。如果我知道两三个真理，那么所有的事情都必须向其看齐。这两三条真理能代表圣经在其他面都是正确的。这样我就不必知道所有的事了。所以关键点是，你要离开机械的思维，意味着你要自己去思考。

4、有思想纪律，避免分心

大多数人没有思想的纪律，也没有一个足够有纪律的头脑，能够在任何一段时间内集中注意力。他们试图集中注意力，但是非常快就失去了注意力，因为有其他一些想法来很快会夺走了他们的注意力。对于大多数人来说，要不分心非常困难，每件事都是相互配合的，每件事都在吸引你的注意力。每一点信息，他们都想让你买这个、买那个。所以这是

商业广告，一切都在进行，这些信息不断地吸引你的注意力。任何时候你的注意力一直都在被很多东西吸引着。如果你的注意力不断的被不一样的事情吸引，那意味着你处在持续的分心状态里。如果你处于持续的分心状态，你就不会处于专注状态。那些做出改变世界的发现的人，是那些能够集中注意力，排除一切其他事情的人。这些人通常被称为痴迷者。人们有时会说他们疯了。人们认为他们是在浪费时间，但是他们不停地深究，最后得到了真相。

5、为什么总是学习真理却不明白真理

圣经上说，人们总是在学习，但从来没有得到真理。如果你总是在学习，却不明白真理，这至少是两件事中的一件。

第一：你不想知道真理。如果你寻找真理，「赐真理给寻求真理的人」是神的目标。

第二：你不遵行你们所发现的真理。

你必须决定的事情之一就是「耶稣是主、圣经所说的都是正确的」。我会相信它所说的，即使我不明白它所说的是什么。如果我选择相信它所说的，想要理解它，那么圣灵就有责任帮助我理解，不仅仅是真实的，而是真正地给予我们理解。比如当他们谈论耶稣智慧的灵时，本是指神的灵，然而人们被告知要向神求智慧；我们却是被告知「耶稣基督已经成了我们的智慧，公义和救赎。」我们已经可以使用这些智慧。就像是连接到圣灵的互联网上，你可以支取所有这些信息。

6、专注于集中注意力上

当我们谈论保持这台机器运转时，你保持它运转的方式，就如你专注在集中你的注意力上。但是大多数人，例如，如果你试图集中注意力，但是有一个干扰实际上吸引你分心了，在去除干扰后最少需要花15分钟时间才能平复。这就是为什么干扰的东西要尽可能的被消除。当你开始学习、注视学习，当我们注视神，你必须能够使自己隔离出来，去一个没有干扰的地方；电话在另一个房间，要学习就要集中注意力。我用电脑学习圣经，只是因为它的布局，知道它是如何工作的，很容易复制粘贴我需要移动的内容。正因如此，我有一台iPad、一部手机、一台MacBook，还有一台While PC。这是我用过的最好的东芝机器。他们不再生产了。但它是一个非常好的机器。我有它已经五年了。让我现在还在用的唯一原因是在电脑上学习圣经。我现在还在用它。每当我去工作的时候，我都会把其他的事情抛在脑后。我关闭互联网，甚至不想查看邮件；排除分心的一切可能性。我没有别的任何东西能让我分心。我会只带着我的电脑版圣经，这样我可以专注于它。在我们家里有一个房间，差不多是我的办公室。如果我真的想完成一些工作，我不会在那里工作。我会去厨房的桌子或者类似的地方，那里没有会吸引我的任何东西。

当我开始写一本书的时候，我会去某个旅馆开个房间，那是我最有效率的地方。就在那儿呆一个星期，只管写就是了。对我来说，通常这样做效果最好。在佛罗里达那边，在较高的位置开个房间，打开门窗让风吹进来，窗外是海洋，没有任何干扰或者其他任何事情。但是无论何时，如果只是完成工作，我需要一点白噪音帮助我保持自我意识。当你开车停车，在汽车旅馆、停车场之类的地方，总会有人四处走动什么的。我需要保护自己的意识。夜深人静时如果我听到有噪音发生，我会去查看。我睡得很浅，我的孩子们过去常常进来我的房间拿车钥匙之类的东西，他们以为我睡着了；当我儿子蹑手蹑脚地走进来，

当他伸出手时必会被我逮个正着。但对我来说，轻睡眠等于安全警觉。所以我必须要有白(背景)噪音，通常我会随身携带一部电影或其它我很熟悉的东西，这样我就不必去思考它也不用去听它。我已经在脑海里非常熟悉，一边放着它就可以隔绝其他的噪音，我可以集中精力在写作上。你必须能够集中注意力，专注，能够深入地思考某件事。

7、默想示范，操练宣告

我们之前谈过有关低声自言自语之类的默想。《新造的人》第六章是「承认你在耶稣基督里已经拥有的」。我们知道那些都是关于我们自己的陈述，所以我们就宣告。每次这样做的时候，我们是在不断重复这个信息。如果一句话有五个单词，我们就说五遍，每次轮换大声强调某个词，这就让这句话从全局到细节，再从细节到全局都吸收进我们的脑子里。你们在跟着我说的时侯，有时侯你会听到我提醒大家说的时侯要认真，要表达出你真的这样相信；换句话说，说出这些话就是向你脑子里输入了一些东西。我的音量会越来越大；随着音量的增大，我至少也会参与一些情绪。如果我能让你在说话的时候带着感情，这是另一种帮助你记住它的方式。我在做什么？想象一下，如果我让你非常大声、非常强烈地说「我」拥有神的平安，我「得到了」耶稣给我的平安；我有「耶稣」的平安了。现在想象一下，下次你与人有了争执，你很大声带有强烈的情感地说，我拥有了神的「平安」。你觉得它会如何？这就是我要做的，这个宣告会让你冷静下来，你会不自觉地记住这句话，即使你不是有意记住，记忆也会存在，因为它已经与情感相连。如果我能让你先感受到愤怒的情绪，然后说出来「我拥有了神的平安」，那么下一次你感受到愤怒的情绪时，这个想法就会出现，它会帮助你平静下来。这些都与心意更新有关。

三、神创造的美意

神创造了我们，让人的大脑和思想能够如此运作，祂创造了我们来运作。当我说祂创造了，是说祂知道亚当会堕落，祂知道我们会以堕落者的身份行动；因此祂必须以一种能够实际运行出来的方式创造我们的大脑，这样才能使我们真正进入神的平安。祂知道我们需要什么，所以祂如此精心设计，提前做好准备。

1、思考越集中越长久，思想树上的记忆树枝越强壮

你的注意力越集中，对任何主题的思考越集中，记忆空间就越大，空间就是大量的信息；根据思想像个树的例子，就是信息思维记忆树枝变得越强壮。我们专注于一个想法、记忆或信息的时间越长，树枝就会越强地附着在树干上。这意味着，如果你对信息漫不经心，它虽然会存在于记忆中，它也会一直存在，但要唤起那个记忆会难些；那个记忆更像是一根枝条而不是一根树枝，并且很可能在48小时内被剪除和遗忘。

2、大脑的清道夫：神经胶质细胞

很快地看这一部分，进入神经胶质细胞。胶质细胞是大脑两半球之间的白色细胞。有胼胝体，几乎可以看到白色。它们不是真的像软骨，但是看起来像软骨，它看起来有点像一个硬塑料。神经胶质细胞的数量大约是神经元的50倍；那就是100万亿神经元的50倍。是的，这是一个很大的数字，没有什么比你的大脑更大的了。神经胶质细胞是支持细胞。它们为大脑神经元提供营养和氧气。神经胶质细胞也是大脑的清道夫，清除所有不必要的

杂质。为了让神经胶质细胞能够最有效地完成工作，你必须为他们提供三样东西

- 一，提供适当的大脑营养；
- 二，提供适当比率的氧气；
- 三，提供好的、有用的、干净的信息，和正确的思想。

这是你必须要做的三件事。在亚当堕落之前，地球上是有有一片天蓬遮盖着。你可能会说，大气的气压使得氧气更加浓缩。正因为如此，人体内的氧气含量更高，这意味着大脑中的氧气含量更高，这意味着他能够更清晰、更聪明地思考问题。自从堕落开始，那个天蓬就倒塌了。恐龙的肺部非常非常的小，人堕落后，那层天蓬倒塌造成气压的改变，使空气中的氧气含量急剧下降，导致了恐龙不能生存下去了。因为它的肺部，只有当气压达到一定的程度、足够的氧气，它的肺才能正常工作；一旦大气压力发生变化，它的肺部供养不足，就无力支撑那个庞大的身体，最后窒息而死。这显示了氧气含量的变化。

3、深呼吸有益于思想的清晰度

如果大脑有适当的氧气，思想清晰度就会提高。现在有氧气咖啡馆，去那里真的会呼吸到氧气，是纯氧，应该给你更清晰的思路等。深呼吸可以很简单地做到这一点。大多数人呼吸不够深。他们用肺上面的10%呼吸，以致肺底部大量陈旧的东西永远无法排出。几乎所有在历史上有杰出成就的人，他们日常习惯之一就是每天至十次深呼吸。我的意思是用隔膜呼吸，做到足够深呼吸，就是呼出所有陈旧的气体，吸入新的空气。只需这样做就会影响你的整个身体、你的大脑、你的思考、你的健康以及其它一切。

《心意更新》第24课 讨论问题

1. 请阐述不同的学习方式带来的不同果效，并对于你今后的学习有什么帮助？
2. 学习了“六度分割理论”，你要怎样去实践？
3. 判断真理的原则是什么？请举出违背真理原则的事例。
4. 为什么会分心？分心的危害是什么？
5. 为什么有的人总是在学习，却不知道真理？即使发现真理却不去遵行的原因是什么？
6. 你是如何操练专注做事的？

《心意更新》二十三/二十四期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：

我受命训练我的大脑和思想，持续宣告、阅读、分享主的话；

持续纯正，持续专注，持续思考，持续全情，直到内化，直到成为神的意念。

阿们。

第二十五期：通过决定/思考/说出而改变身体

一、神经胶质细胞

- 1、神奇妙的造物
- 2、胼胝体及有效运行的条件
 - 1) 适当的营养
 - 2) 适当比率的氧气混合物
 - 3) 准确干净的信息
- 3、神经发生，和人体细胞的更新
 - 1) 健康的食物
 - 2) 休息和锻炼
- 4、神经胶质细胞的功用
 - 1) 天才的秘密 - 大脑里异常大量神经胶质细胞
 - 2) 神经胶质细胞影响信息的传递速度和纯净度

二、通过思想和说话改变身体

- 1、通过思想决定和说话能增产人体最复杂的脑细胞
- 2、人自己可以选择思考更快更聪明
- 3、你的身体里没有什么是你不能改变的

三、培养自律，重塑习惯

- 1、你塑造习惯，习惯塑造你
- 2、改变习惯需要一致性，经常性，重复性
 - 1) 口头公开承诺
 - 2) 作出书面计划
- 3、网上信息全方位涵盖灵魂体
- 4、神必须用你的身体来做事
- 5、凭信培养自律，发展意志力
- 6、一对一门徒训练

一、神经胶质细胞 (Glial Cells)

神经胶质细胞构成大脑的胼胝体，位于大脑的中心，把两个脑半球连接在一起。

1、神奇妙的造物

有件事很有趣，关于神的某些造物，我不知道是不是适用于所有领域。我学习武术时，中医中药是我们必修的一门课。我在学习中草药各种用处的早期，也曾比较和研究了美国当地、包括一些北美印第安人的草药。在中草药里，人参被当作一味基础药引。因为它的根看起来很像人的身体，所以被叫做人参；按照中国人的理念，不管什么东西，如果外形看起来像身体的某一个部分，它就会对那个部分有益。人参看起来像一个人体，就应

该对人所有部位都有好处，有利于平衡人体内所有事物，所以被中草药广泛应用。探究这些观点，其中不无道理，再次声明，我并不是说这个理论在所有领域都成立。德州的山核桃，还有一般的核桃，它们里面的油脂成分，像肉桂一样，被公认为有益于大脑健康，你来看核桃以及同类产品被造的模样，它们看起来就像人的大脑。

有趣的是，我好多年前不知道这个，我会自然而然被某些食物吸引，一些我个人喜欢但不知道为什么喜欢的东西，当然这与口味有关，比如我总是喜欢吃甘草之类的东西，喜欢吃肉桂，特别喜欢肉桂吐司、以及其他任何有肉桂的食物。很有趣，因为我曾经历选择性进食，才发现我的身体渴望这些食物，因为人的身体知道自己需要什么。事实上，有一个关于在校小男孩的故事，是众所周知的。他经常吃掉铅笔上的橡皮，他们一直认为这个孩子有问题。后来发现橡皮擦本身某些元素正是他的身体所缺乏的，他的身体渴望它，他的身体自己知道它渴望什么，所以他不断地吃铅笔上的橡皮。它显示了事物之间如何相互联系。

2、胼胝体

如果您观察山核桃或胡桃，它们的两瓣仅在一个位置连接，剩下的部分是分开的。只有一个小部分将它们放在一起。如果你把它们整体取出，然后把两瓣分开。那部分断面就类似位于人类大脑顶部的胼胝体。胼胝体由神经胶质细胞构成，通常被描绘成一种白色、有弹性、相对柔软的物质；它有许多小孔，这种结构可以允许从一端快速传输信息到另一端，它是由胶质细胞组成的，这种结构很重要。因为第一，我们一开始说过，胶质细胞帮助清除垃圾，就是任何不被吸收的信息；这些信息停留48个小时后，会作为能量被消耗掉、被清除出去。要让神经胶质细胞最高效地工作，你要提供它们三样东西：

- 1) 适当的营养
- 2) 适当比率的氧气混合物
- 3) 准确干净的信息

有些东西会给大脑带来营养，吃了就会进入大脑，而不是身体的其他部位；它自然会被吸收到那里，这些东西是大脑需要的。讲到干净的信息，就是不用调整，不用修正，没有被扭曲的信息；我们讨论的是正确的，纯净的，对的信息；你可以直接摄入，无需过滤就可以吸收。正如我们所说，有益于胼胝体的信息是好的、干净的信息。里面没有任何掺杂，是正确没有腐败的信息。**这就是神的话。**注意，这也和恰当的想法有关。叶博士 Dr.Caroline Leaf把不恰当的想法称作有毒思想，这个词很准确。这种话你讲得越多，毒性越强，到一个程度它会带来实际的伤害。

3、神经发生 (neurogenesis) 和人体细胞的更新

神经发生，就是新神经元的诞生。神经胶质细胞有助于新神经元的诞生。哥林多后书四章16节「所以我们不丧胆，外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。」我们知道的主要部分，是人体细胞的更新。人体细胞在大约七年的时间内再生，你的整个身体基本上都有新的细胞，每个细胞都是前一个细胞的复制品。通常情况下，复制品比原件要差，细胞一般在更换时就会退化。现在这种情况可以在很大程度上逆转。要想逆转，你需要这几样，未必是全盘逆转，但我个人相信你能完全逆转绝大部分。

1) 健康的食物

你需要的第一样，显然是正确的营养，要让你的身体得到最好的营养，但不要过量。特别是美国，我们是吃得最多却又最营养不良的。这意味着我们吃的食物几乎没什么营养价值。你需要营养丰富的食物，这样你不用丢弃很多东西，你的身体就不至于花掉很多能量来消化吸收。最好是分成小份，快速分解吸收，不用担心过多剩余。暴食对你有害，残余食物会在你体内变成毒素或有毒物质。很显然你最好尽可能吃干净的食物。

2) 休息和锻炼

你需要正确的营养，也需要休息和锻炼。我讲的不是身体，而是大脑。每天花三十分钟去散步，会让你的大脑恢复活力；很明显，这对你的身体也有好处。锻炼会让你的大脑恢复活力，就像重新启动一样。当你开始运动，我讲的不是高强度的锻炼，不是不行，主要目的是为了让全身动起来。我们注定要动起来，不能一天到晚老是坐着，得动起来；你动得越多，所有器官运作越好。我想这就是告诉你的器官「嘿，我还活着，你得好好做事，所以你不能整天坐着」；否则你的身体、器官可能会想「这人是不是死了，都六小时没动弹了」。

4、神经胶质细胞的功用

神经发生就是新神经元的诞生。重点是神经胶质细胞帮助了这一过程。

1) 天才的秘密 - 大脑里异常大量神经胶质细胞

大多数人都知道爱因斯坦是个天才，但也许不知道他的大脑在他死后被解剖了。令人惊讶的是，他的大脑比一般的大脑要轻；他的大脑没有更大，其实更轻，实际上比一般的大脑要小；他们还注意到，他的大脑包含了异常大量的胶质细胞。他没有更多的脑细胞，但他有更多的胶质细胞，他们照此推测，这能让他的的大脑转得更快，因为神经胶质细胞在两边大脑都有交流，所以他在两个大脑之间有更多的沟通渠道，不是他有了更多的信息，或是大脑更聪明，只是转得更快，让他能更快思考，更快地得出结论，而且比一般人被干扰的更少。

2) 神经胶质细胞影响信息的传递速度和纯净度

神经胶质细胞让信息更快地传递，从而思维运作更干净、更有效。这也意味着，这么说吧，很多与大脑相关的事都像军规二十二条一样，来回绕圈子，会是因为这个而导致那个，然后那个产生了这个，就像一个闭路回旋。在这个意义上，他能思考更快。注意，他也有一个干净的思想过程，这表示他能更好地集中注意力，能更好地专注；因为他能更专注，他大脑更清洁、信息传递更快。他的大脑运作清洁，大脑两个半球交流更快，他就能更好地专注。所以我们可以说这就是一个闭路循环。好处在于，一旦运转起来，它只会加速。要是他再活五十年，真不可想象还有多少成就。真的是很令人惊奇，当氧气和营养提高，这有可能让爱因斯坦能更全面、有创造性地思考。换句话说，你有越多的神经胶质细胞，你就有越多氧气，脑细胞本身就能吸收更多营养，运转更快。仔细听好，**神经胶质细胞在你的思维过程中非常重要，比神经元更重要。**

二、通过思想和说话改变身体

1、通过思想决定和说话能增产人体最复杂的脑细胞

关于大脑运作起源，有一个令人兴奋的发现。神经物理学家现在知道大脑的物质，比如神经胶质细胞或神经元，可以通过你自己决定增加、来增加这些物质的产量。你可以每天花几分钟思想并大声说出来你要增加这些细胞，他们就能被生产出来更多。他们证明了什么？他们证明了每天你只要简单地花上几分钟，通过思考、决定、并说出你要更多的神经细胞，你的身体就能产生更多的神经细胞。这可能是在实际操作最重要的概念。这是一个人你自己就能决定你的智力水平。

2、人可以自己选择要思考更快更聪明

你可以选择你想要思考什么，因为你在思考这些细胞，这些新细胞每天早上在你睡觉的时候通过神经生成，它们就在那里，完全崭新的，他们已经准备好，随你决定去哪里，按照你想的，要是你想变聪明；这里的聪明，不是说你变聪明，而是你思考更快，运用脑细胞更高效，怎么做？就是单单下定决心要变聪明，决心产出更多的胶质细胞。要是你在想「我想要生成一些新的胶质细胞」，你就说出来。注意一定要是每天花上几分钟来说；我们会把它和之前讲过的七分钟连在一起，成为里头的一部分，里面会有经文、耶稣的话、我们讨论过的这些话题。我们或者培训一开始、或是结束前、或者两者都有，我们都会这样宣告「我决定要生成更多新的脑细胞，我决定要生成新的胶质细胞；我决定思考更快，更清楚，更聪明。」当你这么做，它会开始生成这些细胞，这是完全真实的，这是事实，已经被证实了，这是科学的。

3、你的身体里没有什么是你不能改变的

我们回到之前讲的第一件事，课程一开始就强调过的。我坚定相信雅各书三章，马可福音十一章23节，箴言四章12节，等许许多多经文。在你的身体里没有什么是你不能改变的，它就证明了这一点如果你靠思考能生成脑细胞，它证明了思维是从心思而不是大脑来的。如果你能生成脑细胞，它们是你体内最复杂精深的细胞，如果你只用思想、决定、说出来，就能生成它们；那么在你身体里没有哪个部位是不能靠决定、思想、说出来进行改变。如果你只是这样做，就能在体内生成更多最复杂精深的细胞，那么改变你身体里其它那些并不精深复杂的部分，不就更快更容易吗？！

三、培养自律，重塑习惯

1、你塑造了习惯，习观在塑造你

你的身体会降服于你，你不是你的身体，但很多人都让自己的身体掌控他们。你这样做是因为你在一开始就养成了习惯，从一开始，你创造了习惯，你训练你的身体按照习惯来运作，本该作你仆人的，现在成了你的主人，因为一开始你塑造了习惯，现在这些习惯正在塑造你的生活；这就是为什么你建立正确、适当、必要的习惯这么重要，阿们！

2、改变习惯需要一致性，经常性，重复性

没有哪个习惯是你不能改的，大家都知道，改变需要什么？一致性、经常性、重复性。这就是我们现在要做到的，这就是为什么它如此重要。我个人认为这套课程，从某种意义上说，这是最重要的，它不仅仅是信息，这个信息会帮助你改变，让你所需要的其他事情发生。这不是那种你进来一听了之的课程。很重要的是，从这开始，在你上完课离开之前，实在说就是今天，不是明天，今天你需要做出决定照着来做，当你决定要来做时，你需要确保做好这几样：

第一，口头公开承诺、承认你要来做这件事。

第二，你需要清楚写下你要做的事。

在这个点上，可能你所知道的，就是自己要继续下去，把课全部上完。最重要的就是一致性。也就是说，你需要收到邮件来帮助你更好进深。达成目标的最好办法就是使你每天都收到一封相关邮件。一天没看就算了，如果两三天没看，很快就不再坚持了；我们也可以七天的内容每周单发一次，也许会有人一天之内读完七篇，其它时候都不看。重要的不是突击学习，而是一致性，你在养成一种新的习惯。我们计划把这些整合起来，成立一个网站，把东西全放到网上，我们想让人们来用，上网就能看到视频，听到音频，还有模板你可以用等等，很多已经在进行中了，但真正的是你必须做出决定，因为要是你不照做的话，这样做对我们没有任何好处，所以我们尽量让它变得简单。但同时，说真的，归结到底，还是在于你有没有认真去做，这就意味着你每天都要打开邮件，读完要实践，照做，跟着项目来，三十天后你肯定会有重大的变化。更别说六十天后，九十天后，到一个程度，你甚至不用故意去做，它应该成为你的一部分。我们一开始就讲到，我们替你做好一切，但我们也会让你知道怎样自己来做，如果哪个领域是你想了解的，你可以去看。但在这里，我们把这些整合到一起，都在网上，现在我们不确定它看起来会怎么样，能不能好好运作，但过去几年里面，神一直在带领我去做。

3、网上信息全方位涵盖灵魂体

灵、魂、体是完整的，我们不能只看这部分、那部分。我们会在网站上全方位教导灵、魂、体。在魂的部分，我们会涉及心意更新，任何有关魂的领域，包括情感、智力等；在灵的层面，我们会讲到经文，圣经中怎么讲到人的灵，人是谁？灵怎样运作；身体层面，我们会涉及身体的属天医治。还有就是我们有一个好朋友从澳大利亚搬过来，我们经常一起出行，他是个私人教练，我们甚至还考虑在这里开家健身房，让这边教会的人能来运动等等。他会来讲解身体的部分，关于运动，营养，所有的都在这个网站里，点击进来，会有视频、练习等等，还会有问答，网上会有个交流区，我们可以在里面交流，在特定时间互动交流，所有你有关灵、魂、体的问题都会在上面得到解答，都在一个地方，我们必须全面对待，不能分解开来只顾一面，这就是我们要做的。

4、神必须用你的身体来做事

回到刚才讲的，当你决定你可以这样提高生产，就是单单下定决心要提升产量，

放在思想里，每天花几分钟说出来，简单说来，人人都能藉着思考和说出来，让自己更聪明，我想说，这听起来就像马可福音十一章23节，只信你所说的，你就得着了。我们总是把它限制在灵的层面，要知道，你的身体是属灵的，神创造了它，祂的心意是让你的灵来做主，带领你，做成祂要你做的，要是你的身体出了状况，神就不能藉着它完成祂的旨意，所以祂必须动用你的身体来做事。

我们来看一下马可福音十一章23节「他若心里不疑惑，只信他所说的必成，就必给他成了。」按照雅各书三章「你能调动全身到各个方向，」如果你的身体有病，你可以用你的舌头帮助调动方向，这个我们都能理解。我之前说过，遗憾的是，多年来人们一直在宣扬话语的属灵层面，可是人听了以后会说，我才不信呢；可是一等科学证实了，人就开始说「你注意到吗，你看见吗，我要开始做这个、做那个……」你信科学多过你相信圣经。这就是问题所在，如果我们相信圣经，很多人都信，如果教会相信圣经，他们会比科学更超前，科学将不得不承认这一点。但是因为大部分教会没有这样做，科学也没什么可说的。

5、训练自律，发展出意志力

你可以决定变得更聪明，你可以决定改变你的身体，你可以决定做一切，你只要说出这些就能改变你的身体。会有人说「不久前，其实我自己也这样想过，要知道我还年轻的时候，我有这种意志力，我能这样做，可以自律，要知道我觉得再也没有那种意志力了，我没办法那么自律」。然后我意识到，不是你有没有意志力，是你要发展出意志力，你训练自己要自律。当你参军的时候，你没有自律，但很快会培养出来，为什么？因为会有人紧紧盯着你逼你做到。话说回来，其实教会知道这一点，耶稣更知道，这就是为什么祂说，使人做门徒，为什么？因为带门徒的人会紧紧盯着门徒，对他们说，要这样做，这样活，这样说，不要这么说，要说这个，不许这样想，这就是带门徒的人应该做的。

6、一对一门徒训练

耶稣知道这一点，只是教会已经偏离了，对我们来说好像是遥远的历史。大概一年半以前，神开始很认真地教导我们门徒培训，祂说「你去到全世界教导人，人们照着去做，但是你要专注来训练门徒，你已经有门徒在做这件事，但是你没有专注于门徒培训，要是你专门来做门徒培训，一切都会开始改变」。在过去，我们只是把神的话像种子一样撒出去，谁能领受就得到了，但现在我们要关注在一对一服侍：「你真得到了吗，你听进去了吗？你明白了吗，要是没有，我会努力用你能明白的方式讲给你听」。我要做的不仅仅是讲道，我要的是门徒培训。人越多越难做。就算如此，这是我们的信念。

你们可能听过，在德州有一个说法，差不多南方都是，我们常常这么说「嘎吱响的轮子先上油」。世界各地都会有人告诉我他们要来，我要过来，如果我来了，我能做这个吗？我就说，很好啊，要是你来了，就来找我，对方就会说，我想知道，要是我来了，会有这个那个吗，说实在，这些我都不会回，因为90%的人说他们要来，从来没来过，所以我不会浪费时间答话。

如果你是认真的，你就来，你一来，我就知道你是认真的，到那时候，我们就能谈建立关系，或是门徒培训，因为这样一来我们就知道你有多重视。你怎样成长，我不会比你更上心，这不可能，我没有时间去追逐周围的人，要是你想从我们这里得到什么，你自己要去追求。要是你给我发信息发邮件，我会去读，会去看，未必每次都回，如果显示已读，说明我读过了，不是我没去看了，而是我正忙，也可能是我在找信息好回复你，回答你等等。请理解我，给我一点恩典，给我一些时间，因为我挺忙的，忙着帮助人们成长；如果你想要成长，我们盼望你能成长；如果你想过来帮忙，我们希望这能实现。但我们也要能够做到，这是一个过程；但是如果你带着错误的期望过来，你生气离开的时候不能怪我，

你过来这里的期待应该是，参与、团契、相交，一起外展活动；要是你想的是等你搬过来，我们俩每天 23 个小时出去玩，你就能到处跟着我，这不可能。你会拖我后腿，那样我就慢下来。我不会慢下来，要是你可以跑得一样快，太好了，我保障我们会很投契。可是要是你过来只想展现自己，不可能，我不会只绕着你转。不要到这里来，以为自己是中心，说实在，我们会做的第一件事就是让你这种念头死掉；如果你能活下来太好了。有些人生气走掉，悉听尊便。无论什么，你能得到什么不在于我，这全然在于神。

《心意更新》第25期经文

【林后四16】所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。

【可十一23】我实在告诉你们，无论何人对这座山说：“你挪开此地，投在海里！”他若心里不疑惑，只信他所说的必成，就必给他成了。

【雅三3】我们若把嚼环放在马嘴里，叫它顺服，就能调动它的全身。

《心意更新》第25课 讨论问题

- 1、爱因斯坦的脑中，比一般人多了很多甚么细胞？这个细胞的作用是甚么？
- 2、科学实验证实：有3个步骤可以增加脑神经胶质细胞，请问是哪3个步骤？
- 3、您要怎样变成“比爱因斯坦更聪明”？今天知道了以后，拟定一个可达成的执行计划！
- 4、在您生活中，可否举一些实例，是藉着“说”而造成巨大改变的？
- 5、圣经中，可否找到一些例子，是藉着“说”使神迹发生的？
- 6、为了让大脑能够最有效的工作，你必须给它哪三样东西？

《心意更新》二十五/二十六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我决定倍增我的脑神经胶质细胞，我必持续、高频、重复地思想神纯正的话语，我塑造健康思想，塑造正确习惯，在灵、魂、体全方位建立防御系统，活出新造的人。阿们。

第二十六期：健康的思想和有毒的思想

一、有毒的思想

- 1、有毒的思想，阻止大脑正确思考
- 2、有毒思想导致大脑失常，被称为精神病
 - 1) 一级压力：正常压力，也叫意识
 - 2) 长期处于二、三级压力下是有害的
- 3、魔鬼用有毒的思想使你处于压力之下

二、属灵的诊断和治疗

- 1、属灵透视阿兹海默症
- 2、医病？还是赶鬼？最终的结果是这人要恢复正常
- 3、方言祷告提高整体免疫

三、健康的思想

- 1、有毒思想对人的扭曲，与负面话语运作程度有关
- 2、健康思想借着默想神的话运行
- 3、健康思想和健康话语，保持你在健康里，在事奉中
- 4、用真理建立坚固人成为前哨要塞
- 5、神的思想成为神的话，神的话是医全体的良药

一、有毒的思想

思想有两种：有毒的思想和健康的思想。我用「有毒的思想」这个词，是借用了叶博士 (Dr. Caroline Leaf) 的讲法，如果你用过她的术语，很大程度就会认同并沿用她的这种说法和定义。有毒的思想就是错误、不恰当的想法，产生化学物质，限制大脑中必要的电化学过程的自由流动。

1、有毒的思想，妨碍大脑正确思考

当你思想里存在有毒的想法，或任何有悖神话语的想法，它实际上会限制你大脑中化学物质的流动，让你无法正确思考。实际上我自己验证过，并为此深感奇妙。严格说来，如果你大脑里没有适当的化学物质按它该有的状态自由流动，可以说你就有精神疾病。每次你的想法有悖于神的话，结果就会如此。为什么会这样，因为**神创造了我们，祂创造我们的大脑以特定方式运作，我们是照着祂的形象造的。**

当你买了一辆车，他们会告诉你，你只能往车里加这种特定的汽油。他们把车载诊断系统装进去，确保一切正常运行；无论在哪，这个系统都能告诉你车子有没有按照设计正常运作，特别是在智能方面有没有正常运行。

2、有毒思想导致大脑失常，被称为精神病

这是科学家所证实的，假如大脑没有按预期的方式运作；如果你的思想与健康和无压力生活背道而驰，他们甚至将其称为精神性疾病。说到压力，我说的是二级和三级压力；一级压力，对我们的存活是有必要的；

1) 一级压力：正常压力，也叫意识

一级压力其实是正常的压力，我们真的应该换个叫法；医生把它叫做压力，更好的词是，严格说来，这应该叫做意识。有这样一种程度的意识，医生之所以叫它压力，因为他们看到的是脑波里一定范围的失调；如果你从这里开始，把它推向极端，你就会崩溃，精神或身体上的崩溃等等。他们看的是你要有完美的脑波。所谓完美就是完全没有讯号输入，我不明白他们怎么会说这是完美，也许以后我能明白。不管怎样，一旦你意识到周围的情况，比方你坐在有点摇晃的椅子上，你注意到的那瞬间，就有了一定的压力；你意识到椅子有问题，可能会散架，螺丝可能会掉下来，你会摔在地上。你会意识到，这是一种压力。**健康的压力不会伤到你。**

2) 长期处于二、三级压力下是有害的

但是当你把它升到二级和三级，你的身体就发生转变，开始释放毒素到你体内。这很神奇，本质上它在你里面引发是「对抗」还是「逃跑」症状 (fight or flight 症状)。里面不断被提醒「得做好准备。要么去处理；要么就避开。」这也会释放出化学物质，如果你在期间受伤、但没有感觉到，也许逃过一劫。这种压力虽然在当下是有益的，长期的话就会有有害；如果你长期处在这种压力下，这就像你体内的一种酸性物质，开始伤害你，而不是帮助你。

3、魔鬼用有毒的思想使你处于压力之下

在这些层面上，我们甚至没有在这点上提到魔鬼。魔鬼参与其中的方式其实很简单。打个比方。假设有个贼来你家，打碎了一扇窗户；被发现后他就跑开了，没准你吓到他，或是别人吓到他，总之他离开了。但你还是会有比较大的压力，因为你的房子受到损害；你会处在一定程度的压力下，直到你的窗户修好，不然别的贼也可以进来。很简单的类比。一样的道理，魔鬼不需要打你、掐你、捅你，他所要做的就是让你同意他的想法，反对神的话。他在你心中营造一个情形，引导你思想的走向，他自己就走开了；他已经把窗户打破了，你会活在更高压力下，直到你把窗户修好。

二、属灵的诊断和治疗

一般来说，医生不会看见魔鬼，准确的说法是他们不能用机器看见魔鬼，他们看到的只是雪地上的脚印；证明魔鬼在那。他们只是不知道这叫魔鬼，他们有证据表明确实有破坏或别的。仇敌就在那，他想要破坏，但是他们没有看到他。我们可以看到他。

1、属灵的透视 - 阿兹海默症

我读了一些医学文献，他们讲到老年痴呆，特别是阿兹海默症，还有帕金森症等等，谈到这些疾病是如何发展的，有哪些不同的因素造成影响。他们用不同阶段区分阿兹海默

症：在一开始的阶段，可能的状况包括方向障碍、说话迟疑、忘词。一开始你可能觉得没什么大不了，很自然地，通常不会当回事「嗯，要知道，他们老了，没什么大不了，不就是记性不好，忘掉几个词。」我们是基督徒，不需要到一定年龄就不得不接受什么，这都是胡说，老年痴呆症、阿兹海默症和年龄没关系；严格说来，这跟你的染色体末端有关，或者它受到了什么伤害；要么这完全是从魔鬼来的。第二阶段，你会注意到患者情绪的变化，你会看到情绪爆发。看到一些令人惊讶的地方，他们不会变得更温顺，而是变得更有攻击性，不表示一定有伤害造成。一开始可能有一些易怒的情绪，因为有一种恐惧进到他们里面，他们发现自己开始忘事，这让他们很害怕，就会有一些易怒的情绪，可能会对谁脾气发作。就算当时没有病势，他们已经在想这件事，它在那儿了；你开始担心。到一个程度，这些东西就打开了，像电灯开关一样，一开一关，这里面就有魔鬼的工作了，到一个点，这是属魔鬼的，不只是身体上的。我不是说你需要扫描查看伤势，我只是说，仇敌利用了这个破口，把它放大。

2、医病？还是赶鬼？最终的结果是这人要恢复正常

重点来了，当我和一些基督徒讲话，他们会问「这是一种病，需要治疗？还是出于魔鬼，要把它赶出去？」说到底，这不重要，就像耶稣说的「或说你的罪赦了，或说起来行走」。你说什么不重要，说到底，如果你的罪赦了，你就好了，那就行了。你说什么不重要，重点不在这人是病了、还是被鬼附了。是说「疾病得医治」，或是「魔鬼出去」。为什么？因为最终的结果就是，这人要恢复正常。如果你说「得医治！」是魔鬼带来的他们要得医治，魔鬼必须被赶出去。不在于你一定要这么说，只是说它必须出去。如果你命令他们得医治，或者，要是你知道这里面有魔鬼，你就吩咐它出去，它离开后，这个状况就解决了。另一方面，你要意识到，如果有魔鬼在里头，它会带给身体伤害，你可以把魔鬼赶出去。当你把鬼赶出去，立刻会有部分症状好转过来；有哪些部分？就是邪灵做成的部分。另一部分是魔鬼造成的伤害，那个部分需要被医治。这就是为什么有时候，有必要的話，你可能需要祷告两次。我没说一定要这样，你可以相信全备的结果，这个东西完全消失，人被完全医治，你可以一次做成，不需要把它分开来。

但我不是说，你这么做是为了好玩，或是别的。你面对的是一个人的生命，你可以边做边评估。如果你需要进一步做些事来加强或补充，可以接着去做，这是一种常见的做事方式。最基本的就是，不管 30 秒后或一分钟后，他们最终得到医治，这才是最重要的。你受伤害的程度与种收原则有关。根据种收原则，有些事是你自己造成的，这让仇敌有机可乘，但这不会给他们权柄。你要知道，我们的仇敌，魔鬼不需要权柄，他是一个强盗，强盗没有权柄，他们不需要权柄，魔鬼有能力，但没有权柄，你没有给他权柄。但是因为你自已种什么就收什么；照着你自己做的，牠可以借机伤害，乘虚而入，利用裂缝，让你盔甲上的裂缝变大。

3、方言祷告提高整体免疫力

你可以从一些领域开始做起，确保你做好该做的，来强化你的属灵、精神/情绪、还有身体上的免疫功能。要想增强你属灵的免疫系统，头等速成法就是方言祷告。它不一定会直接影响到情绪和精神，但你会看到一个整体的改变，换句话说，你做这个的时候，属灵免疫系统会飞速增长，身体免疫系统每三十分钟方言祷告就会增长 30%。第三点其实处

在中间，与魂有关，魂并没有直接连结或受到影响，就像我们说的，身体和灵的重合会影响到魂，你的心理免疫系统也会提升。通过方言祷告，医生已经证实，科学也证实了这一点，通过植入电极，观察人们的免疫系统，让他们方言祷告，再检查他们的免疫系统，**每三十分钟，你用方言祈祷，通常在二十四小时内，你的免疫系统增加了30%。**你的身体免疫系统增加30%，这说明了什么？你至少每天要方言祷告九十分钟，或是一小时二十分钟。如果你这样做，你的身体免疫系统会提高90%，达到120%以上。当你的身体免疫系统超过120%，你能给出去很多也不用担心，因你不需要超过100%，如果你有超出100%免疫力。就算你生病了，额外的免疫力也能保护好你，这些都是通过方言祷告提升上去的。

三、健康的思想

健康的想法恰恰相反，它们促进了大脑中必要的电化学的产生和自由流动。

1、有毒思想对人的扭曲，与负面话语运作程度有关

当有毒的思想进来，它们会引发有毒的化学物质，存在大脑里，影响你能调动的记忆的质量。你越是想到有毒的想法，可以这么说，就像机器卡住动不了，你越难调动所有想法，不仅仅是原来的有毒的想法。而且，它往往会减缓思考过程的速度，换句话说，它会减慢思维的速度。任何记忆都有可能被扭曲，变得不准确，要是你听到一个人一直说与圣经相反或不与圣经一致的话，你不要相信他们的记忆，关于他们怎样记事情，讲述事情怎样发生的，因为他们已经建立起有毒的思想，无法清晰地思考。当这种情况发生，你会发现不管他们经历什么，描述些什么，这些事都会因他们内心的态度受到影响。你去跟一个人说话，哇，我们差点出事，感谢神，祂保护我们。那人却说，告诉你吧「疯子哪都有，看我妈就知道，总是打击我。」然后没完没了说下去，他在做什么？他只看消极的一面，不是荣耀神的那一面。明白我意思吗？他们习惯性地把它讲成负面的，要是他们一直这样下去，他们就会到一个程度，只待在家里。因为他们开始建立营垒，「外面很危险，每次我出去总会被杀掉，我不能去那」其实就是惧怕。这个过程的快慢和进深，取决于他们说了多少，在负面影响下，一致性，经常性，重复性，和正面的运作方式完全一样。事实上它在负面运行更快，因为我们生活的世界就是这样的氛围。

2、健康思想借着默想神的话运行

当你思想神的话、在组织成话语之前，其实就是祂的想法，你就是在想健康的想法。约翰福音六章63节，这是耶稣说的「叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话就是灵，就是生命。」箴言四章20节说「我儿，要留心听我的言词，侧耳听我的话语，都不可离你的眼目。」我们看约书亚记就知道「这些话不可离开我们的口，我们也不能让它们离开我们的眼睛。」我们应该读这些话，思想这些话，任何时候都要这样。你是用图片思考的，你可能在阅读这些话；但你是用图片来思考的。回到20节「都不可离你的眼目，要存记在你心中。因为得着他的，就得了生命，又得了医全体的良药。」当你读到「医全体的良药，」你立刻看到的就是健康的自己，因为你用图片思考；当讲到「全体」，你会自动地联想到自己，你一边读一边默想，喃喃自语，一遍又一遍地说。你在做什么？一致性，经常性，重复性，这进到你里面，你就会看见这是「医全体的良药」，

完整说来就是「得着他的，就了生命，又得了医全体的良药」你看到的，你脑中浮想出来的，就是你的生命，你健康的身体。当你开始说出来，其实你就是培养出自律，你开始在你的脑海中看到这个真理，信心开始在你身上起作用，你不会看到自己生病；就算你身体出一些状况，你依然持守你里面所看见的。因为信心定睛在所不见的，而不是所见的。

3、健康思想和健康话语，保持你在健康里、在事奉中

这样你自己踏进信心里，不用别人帮你进来。别人可以治好你的病。但如果你不改变这一点，你很快就会回到原来的状态。几乎半数的人，很多时候有人给他们祷告了、得医治了，非常兴奋，在他们离开停车场前，魔鬼回来了，用病痛打击他，那人马上就说「看吧，我就知道医治没用，」这个病立马就回来，说「谢谢你打开门请我进来。」你必须训练自己，在这种情况下发生之前就要改变你的话语，因为那时你正在打一场硬仗，要是你的话语还没改过来，你在攻打的不只是仇敌，还有你自己，要努力改变自己的话语。

我最大的盼望、也是最牵动我伤感的，是当我出行、服侍、教导、和人说话时，听到人问「你上礼拜去哪了？」对方说「我刚刚埋葬了我的孩子...；我一个月前刚刚埋葬了我的爱人...，」要么就是「六个月前.....，」不管是什么。然后他们会说「你去哪了？当时怎么没有这些课程？」这让我很伤心，因为这些信息应该流传在外的，每个人都应该宣扬这些，因为这是神的话，传道人要传讲这些。我听到了以后就很伤心，因为我知道要是我们早点过来，也许.....。正因为这样，我最大的愿望是在人遭遇难处前先找上他们，把这个信息传出去。有人说「我很健康，我不需要医治的教导，」他们会待在家里。但是如果下次你生病了，你会需要什么？你还需要知道怎样站立，这样你就能抵挡疾病；不~~只~~让疾病远离，你还要进到属天健康里。要是我能在你健康的时候传给你，我们就能建立防御系统，你不用再生病了，这会好上太多。

4、用真理建立坚固人、成为前哨要塞

要是我能把这个信息传给健康的人，建立在他们里面，我们就会看见疾病没了，然后我们以这个为起点，传递出去，把人类的疾病彻底清除。到那时我们有了防御保障，我们可以出去使人得自由，然后训练他们做门徒，可以是一对一，或是一对多。我说把他们从仇敌的营垒里拉出来，其实这取决于人们有没有重生，我的意思是被俘的人不见得就是没有重生；但他们生病了，需要帮助。如果他们是需要帮助的病人，他们不是仇敌，可能只是战俘。要是我们能让一群人这样行事，这会很了不起，一旦他们得建立、得坚固，那就是前哨，是要塞，教会大楼就是堡垒。他们从那里出去做该做的事，这就是我的目标。我最大的愿望，是人们在有需要之前传给他们。我们需要快点。

5、神的思想成为神的话，神的话是医全体的良药

继续读箴言四章22-23节「因为得着他的，就得了生命，又得了医全体的良药。你要保守你心，因为一生的果效是由心发出。」看到了吗，保守你的心。马可七章15节耶稣说：「从外面进去的不能污秽人，惟有从里面出来的乃能污秽人。」「所以你要保守你心，你要除掉邪僻的口。」邪僻的口就是说坏话的意思，要注意这里说到，你要除掉邪僻的口，就在保守你心之后。你怎么保守自己的心？就是要除掉邪僻的口，为什么？这个东西怎么从你里面生出来，成了邪僻的？疾病是怎么从你里面来的？因着你的话，它就这

样进来，烂在里面，长出来，然后就出来了。如果你想保守你的心，就要保守你的口，也要弃绝乖谬的嘴。神的思想变成了祂的话，祂的话就是祂的思想，一直思想祂的想法，祂的话语，定睛在祂里面，让这些不断从你的口中出来，让祂的话成为你的话。

以赛亚书二十六章3节「坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。」那时我在学习神的话，不间断地学，要让神的话进到我里面。那时我还没全时间传道，我告诉我的一个朋友「我相信我的目标是，我要让足够的话语进到我里面。当我讲道的时候，除了圣经，我不想说别的，就是圣经，圣经，圣经。没有多余的圣经注释，有用到注释的话就像『这个词在希腊语中是这个意思』，然后就这样讲道，不附加有过多注释。」我们对是否可能进行了反复的讨论。我知道这是可能的，但他争论的点是「这就是为什么神把教师放在教会里，把先知放在教会里，圣灵的感动不一样。」对，但圣经彼得前书四章11节说「若有讲道的，要按着神的圣言讲。」所以凡我们说的都应该是圣经。我指的不是我站在那里只是引用英王钦定本，一句连着一句，不是这个意思，而是会用我们日常说的话，让人容易理解，但它仍然应该全是圣经，阿们！这样你就知道你所说的是圣灵和生命，如果这是生命、是圣灵，是神的话，那就能医治全身，是医全体的良药。阿们！

《心意更新》第26课经文

【约六63】叫人活着的乃是灵，肉体是无益的。我对你们所说的话就是灵，就是生命。

【箴四20-24】我儿，要留心听我的言词，侧耳听我的话语，都不可离你的眼目，要存记在你心中。因为得着它的，就得了生命，又得了医全体的良药。你要保守你心，胜过保守一切（或译：你要切切保守你心），因为一生的果效是由心发出。你要除掉邪僻的口，弃绝乖谬的嘴。

【可七15】从外面进去的不能污秽人，惟有从里面出来的乃能污秽人

【彼前四11】若有讲道的，要按着神的圣言讲；若有服事人的，要按着神所赐的力量服事，叫神在凡事上因耶稣基督得荣耀。原来荣耀、权能都是祂的，直到永永远远。阿们！

【赛二十六3】坚心倚赖祂的，祂必保守他十分平安，因为他倚靠祂。

《心意更新》第26课 讨论问题:

1. 什么是有毒的思想？有毒的思想对人大脑的运作和生活有哪些危害？
2. 魔鬼是怎样入侵人的身体，使人产生压力的？
3. 我们为别人医病和赶鬼做的祷告有不同吗？你通常是怎么做的？
4. 如何操练健康的思想？
5. 在你还健康的时候，你可以做什么来建立你对疾病的防御系统？这对世界会产生怎样的影响？
6. 你该怎样做才能保守自己的心？

《心意更新》二十五/二十六期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我决定倍增我的脑神经胶质细胞，我必持续、高频、重复地思想神纯正的话语，我塑造健康思想，塑造正确习惯，在灵、魂、体全方位建立防御系统，活出新造的人。阿们。

第二十七期：思想和话语

一、思想和话语的果效

- 1、思念神的话 / 强化健康思想
- 2、根据圣经 / 说什么就得什么
- 3、鼓励自己 / 成为你所想所说
- 4、对别人给予的评价有鉴别力
- 5、撒种祝福，收获祝福
- 6、保守己心，管住舌头

二、思想和话语的运作

- 1、最佳防御，公开表态
- 2、正面鼓励，积极心态
- 3、七岁之前，多学外语
- 4、说话曝露内心
- 5、话语影响人的行为模式
- 6、说你想要的，称无为有

三、重复

- 1、重复是记忆之母
- 2、确保你能正确地重塑大脑
- 3、纠错是为帮助人更愿意进步

一、思想和说话的果效

我们前面讲了思想，有毒的思想，和健康的思想，以及它们各自如何影响你的大脑。要记住你的思想去哪里，你的大脑就跟到哪里。无论什么时候，无论你想的是什么，每次你想完了以后，你的脑子就和想以前不一样，再也没有可能回到原样。它会在原来思想的基础上加上你刚有的想法，成为一个新思想。就算是旧的想法也走了样，因为新的想法被加进了旧的思想。

1、思念神的话 / 强化健康思想

我们刚刚读过以赛亚书二十六章3节「坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。」腓立比书四章8节，这是最广为人知的「弟兄们，我还有未尽的话，凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。」这样你就知道该想什么了。有什么与「这些事」完全匹配？就是神的话，阿们！你可以选择健康的思想，说健康的话语；你可以选择不健康的、或是叶博士说的有毒的想法，说不健康的话，有毒的话。不管你选择健康的想法和话，或是有毒的想法和话，你里面先前健康或有毒的想法和说法就会加强。

2、根据圣经相信说什么就得什么

听来很简单，但有时候说些硬话是必要的。我们要切记，当我们对人对己说话时，你需要确保你对人对己所说的话，都是按照圣经、供应真理的。以弗所四章29节「污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。」你无论对人还是对己，都要说美善的话；你對自己说话不应该比对别人更糟；你不要理解为「我已经把人说得一无是处，我再糟糕也不会比他更糟」不是这个意思。我说的是，你不要口不择言，你对人对己总要说良善的话。我们得控制好舌头，因为我们说过，不管人想到哪里，大脑就跟到哪里，一般来说，思想是跟着舌头的，通常说话之前都会先过过脑子。然而大部分人的对话最终都落在罪中，因为大部分的人因为词汇匮乏没有办法支撑那么长的对话，最终不可避免的开始讲脏话。这就是为什么我在和别人一对一说话时，我总是留意倾听，不用多久，一旦对方开始谈论垃圾话语，我就立马转身走人。有人会问，这样不无聊吗，你讲什么都讲到圣经。怎么会呢？要是你这么想，你认识圣经还不够深，神的话是激动人心的，要是你明白神为你做的，祂现在给你的，不是你将要得到什么；要发生的事想想就够满足了，看看你现在拥有的，光这点就要整天述说感恩不尽了。我们要记住，和别人和自己说话的时候，如果你相信圣经，你必须相信马可福音十一章24节「**无论是什么，只要信是得着的，就必得着。**」你对人对己想什么、说什么，你得的也是一样。你对自己先要有积极健康的想法，然后说积极健康的话，你就会提升、与你话语的高度匹配。

3、在主里鼓励自己，成为所想所说

大卫曾需要自我鼓励。如果大卫有错误的自我形象，他没办法鼓励自己。大卫没有走到一个角落对自己说「你这蠢货，老是搞砸，这些人来你村庄干了这些事，你自己上哪了都不知道，真不敢相信我这么蠢，我不明白为什么老搞砸。」大卫可没这么说。他跨出自己，他必须回去，战事正吃紧，他必须记住神说的话，在主里鼓励自己「神啊，你创造了我，是你膏了我，你膏我做下一个王，在你前面，我所行的都是正直。我要是真搞砸了，我立刻悔改；神啊，我只是做你叫我做的事，我照做了；我不明白为什么会发生这些事，但我知道这一点，你看我是正直的。我知道这些事发生，不是因为你想惩罚我；要是你想惩罚我，我会受到惩罚，而不是别的什么人来惩罚我。」明白吗？他里面要有确据。「神啊，你呼召了我，神啊，你说过，我是你眼中的瞳仁；神啊，你说过我是合你心意的人，这都是你说的，我相信你，这些人现在想杀我，说了很多关于我的坏话，但我不信他们，我只信你。」大卫就是这样在主里鼓励自己。你要学习怎样鼓励自己，因为你不见得总是有啦啦队，你必须学会在主里鼓励自己。你会变成你所想所说的。事实上，是你过去如何看待自己、如何讲说自己，造就了今天的你，恰如其分。

4、对别人给予的评价有鉴别力

你可能会复述别人对你的评价，但除非你相信他们所说的，他们的话不应该影响到你。罗马书三章3节保罗说过「难道他们的不信就废掉神的信吗？」会让我们的信心没有果效吗？不会，别人的话对你没有影响，直到你自己相信了。当你年幼的时候，人们对你有各种评价；你不懂得拒绝，就全盘接受，因为他们是权威人士等等。这其中可能有你需要撤销的东西，你要回头来看神怎样评价你。但你要意识到，当你是一个成年人，你知道你可以选择接受什么，拒绝什么，你知道这点以后，除非你允许，否则没人能左右你。你

必须作出选择，有时候你「悬而不决」，就相当于默认，你纵容了他们说的话。有时候你只是不想争执，就选择了妥协，对吧？我不是说你应该吵起来，你至少应该走开。

5、播种祝福，收获祝福

这样做之前，先祝福对方。圣经说「咒诅你的，要给他们祝福。」在你离开前，你先祝福对方，当你祝福对方，他们讲的话就无效了。不是教你口是心非。我的意思是，有时候你得咬紧牙关祝福别人，不是那么自然就讲出祝福的话，你需要意识，当你祝福他们，当你祝福别人，你自己不可能不被祝福到。因为你在撒种，你会收割的；你是在播种自己的丰收，而不是收获别人的成果。

6、保守己心，管住舌头

一旦你相信了人的话，开始思考他们的话，把他们关于你的话讲给自己，他们的话就成了你的话；你就接受了你所信的，就这样说到自己。所以你要保守自己的心。我们被教导保守自己的心，就是要保守自己的口，**「但你要保守自己的心，」**耶稣说**「你们所听的要留心，你们用什么量器量给人，也必用什么量器量给你们，」**你要学会留心听，要是你注意到有些谈话开始去到某个方向，要么停下，要么走开，因为要是你参与其中，到一点就会已经和他们一起进来了，但在那之前，你仍然可以走开，把错的东西留在那。但是一旦你加入，开始讲不对的话，就算你自己停下来，你已经加入了谈话；现在你必须退出。就得说「要知道，说真的，我们实在不该说这个，如果你对那人有意见，直接找他过来，他们在这的时候我们再来说，你给别人一个机会讲清楚。」得把自己退出来。但是如果你同意他们，然后再走开，你就没有从这里脱离。切记，我们都是连在一起的，这种联系主要是关系，关系越牢固，联系越紧密；当你和一个人建立联系，你和他们谈话，你就和他们建立了更强的联系或关系，所以你要断开这个，远远走开；你想做就可以做到及时走开，对神说「父啊，对不起，我不该参与进来，我现在走开」。这是亡羊补牢，你可以这样做，这样更简单。

二、思想和话语的运用

1、最佳防御，公开表态

区别在于你是否为下一次设好防御工事。保守自己不做这种事的最好防卫，就是一旦你公开承认了，你就能公开拒绝了。基本上公开承认只是有损颜面而已，要知道，一旦你告诉别人「这是在干嘛，这是说闲话，不符合圣经，我不打算参与进来，谢谢你，别把你的垃圾丢到我耳朵里。」可能当时让你自己或对方很尴尬，但我保证，他们不会再到你耳边说这种话了，他们会找其他人当垃圾桶。把垃圾倒掉，这是值得的，没错，没准他们四处找人八卦你。好，被我说中了吧，这样你就应验了路加福音六章26里讲的「人都说你们好的时候，你们就有祸了！」他们说的不是你的好话，你就满足了圣经所论及的。

2、正面鼓励，积极心态

有些父母会对孩子们讲很负面的话，我说的是两个孩子，两个或两个以上，一个选择相信父母对他说的话，就成了那样；另一个人听到了同样的话，但决心不信他们，然后亲身证明父母的评价是错的。我要告诉你，我很被祝福，就算在我从小长大的时候，我父亲

没有得救，他酗酒，要是有人诊断他，会被诊断为酒鬼，因为他经常一天到晚喝酒。但是我告诉你，这么多年来，我在父母家中长大，我从来没有听过他们咒骂我，说我很蠢，说我不成事，他们从来没告诉我我做不成什么事，他们从来没说「库里，别这么做，你肯定做不成，别妄想了。」一切都是，不管我当时想干什么，他们都会说「好，那你去证明自己吧，要是你去追求，去研究，证明自己，你能行的。」这就是我听到的，我相信那是神帮我安排了人生路，因为他们总是不断提醒我，在某种程度上，就像家里会这么说「要知道，你不会表现得像那些孩子，你不会做那些事，」我会说「怎么不会？」他们就说「因为你是我们的孩子，我们有自己的名声，你别想毁了它。说到底，这确实管用，我不至于说自己什么坏事都没干过。我做了很多，但有些事我没做，而且有意思的是，我真做过的事，我不想被抓到；我做过的，我知道要是我被抓到了，会让我父亲看起来很糟，而不是我。我不否认有过叛逆期，至少在我人生某个阶段，但同时我也受到一些限制，因为我母亲带我从小读经，我知道什么是对的，它就在我心里，在我里面。」

3、七岁之前，多学外语

我昨天和我女儿说到，我们讨论每个时间段，对于孩子来说，什么年纪他们能做什么事。要知道在一岁和两岁，直到四岁，他们就能运用语言，可以与人交谈，讲出完整的句子。也谈到外语，如果一个孩子七岁前没有学习外语，他们就不能像母语那样学到外语的语法。换句话说，要是他们学外语，一个孩子能同时学习四、五种外语，不会混淆，他们做得到，要是他们七岁以后再学，把外语学得像母语的能力就下降了，要是他们七岁以后再学外语，你可以看出他们是后来学的，这不是他们的母语，要是他们在七岁前学会这门语言，你不会看出来这不是他们的母语，这就显示了它的重要性，这也说明你能尽早让孩子学外语，可能未必做到流利，但至少，要是你让他们学几种不同的语言，最起码他们可以进行对话，知道日常用语，以后他们再学起来，他们就能像母语一样开始说，就是因为他们七岁前打下了基础。从四岁到七岁，有三年时间，你可以让一个孩子在这三年里学会八到十二种语言，让他们流利地说任何一种语言，他们以后可以继续练习，他们会掌握同样的语法水平，不会有人看出来这不是他们的母语，如果你有四到七岁的孩子，话说到这份上，不妨试试。

4、说话曝露内心

你怎么讲别人的，别人也会怎样对你。这就是种什么，收什么。很多时候，一个人怎样评价他人，自己就成了那样，因为多数时候他们脑子里想的就是这些。举个例子，法利赛人对耶稣的评价都是他们自己在做的事，因为他们犯了这罪，影响了他们对祂的看法。他们讲到祂，其实暴露了他们的内心，显出他们是什么样的人。他们一直都说，祂违背了安息日，其实是他们违背安息日。凡他们指责祂的，自己却在做。其实很多人就是这样，区别在于，很多人藏得很好，除非你在他们身边够久。这就是为什么教会能这么虚伪，因为你待在教会人士身边通常不会超过一周一两个小时，戴上面具隐藏自己一两个小时并不难，但当你身处其中，与人团契相交，和人交谈，参与到他们的生活里，要想隐藏是很困难的。

5、话语影响人的行为模式

当世人评论别人时，还有一个很稀奇的现象，当你总是对某人说消极、不健康的有毒话语，你怎样说到那人，那人就会变成你说的样子。要是你一直说这个人的坏话，有人这样讲他时，你就附和「对，他们是骗子。」当你一直这样说到别人，就算你没有当着他们面说，他们就会这样对待你。要是你讲到他们「天呐他们可真讨厌，他们特别不友好。」当你一直这样说到他们，稀奇的是，因为你这样，说来就是，让人很反感，当他们和你接触，他们感觉到的就是消极的一面，他们就开始避开你，他们会说「你看，我和别人都说得上话。」握握手，互相调笑；看到你的时候就，很冷淡地问「还好吧。」你就会说「看吧，我就跟你说过。」别人就会说「可是他们不是对人人都这样，就是对你而已。」你就说「那就说明他们心里就是这样，他们对人很假。」

6、说你想要的，称无为有

其实不是你种什么，就收什么。要是你这么说，并不代表人人都这样，就是对你自己而已，为什么？因为你是唯一这么说的，好好想想，举个例子，如果你一直说某些人态度不好，他们就会对你态度很差，就算他们对别人都不这样。你说什么，你就得什么，重要的是说你想要的，而不是说你有的，你称那些还没成就的事就像它已经成就一样，一直都要这样。

三、重复

还有几分钟时间，我们要来谈重复。大部分内容都会放到之前讲过的网站上，专门放在心意更新的那一栏，到那去找就行，其中每个领域里面，我们都会先放上这个，让你形成想法，更加进深，给你提供相关练习，我们在这看到的只是开始。

1、重复是记忆之母

第一个就是重复性，有句老话说，重复是记忆之母，这是真的，每重复一次，它就带出旧的记忆，加上新的，被放在你记忆里最靠前的地方，正如我们已经看到的，思想正确的想法很重要，就是健康的想法，重复其实是重塑你大脑回路的一部分，每次你重复，你创造的不仅仅是另一个记忆，而是在强化，创造更强的记忆或想法，每次你重复，你就更容易记住，下次一样的情形就能提醒自己，大家能明白吗？就是把它放在最靠前的位置。我们可以这样做个类比，有段时间过时了，现在又回来了，就是黑胶唱片，在我长大的时候，当时是这样，八个曲目出来的时候，简直太棒了，摁下按钮就能换首曲目，然后我们有了卡带，以后当然又有了CD这些，我们从黑胶唱片到CD，对我来说，其实是后退了一步，因为它们很容易被损坏，就像黑胶唱片一样，卡带其实也容易受损，但比较起来，还是保护得挺好，我喜欢卡带的地方是，你把它们取出来，换个播放器，它们就会从先前的地方开始，CD就不行，我就说说而已。现在我们又有了黑胶唱片，当你打开黑胶唱片的时候，你要很小心，因为有可能会刮伤它。

2、确保你能正确地重塑大脑

想到重塑大脑，就像黑胶唱片一样。播放唱片的时候，有针压落下去，就在这个凹槽里播放，针压会播放任何凹槽里的东西。但是你也可以把针压下这样刮过来，你就在唱片

上创建了一个新的凹槽，每次唱片转动的时候，就会一下子刮过来。每当你想到有毒的想法就是这样，你是在大脑里面印刻新的凹槽，从好的东西一下刮过去，直接刮到旧的、坏的东西或记忆里面，直接进到里头。你越是这样，想得越多，越是深深刻下凹槽，很快，它变得非常深，几乎改不了。你要做的就是确保你能正确地重塑大脑，这意味着，每次当它刮到凹槽里的那个点，你得把它保持在轨道上，让它穿过去直到你创造一个新的凹槽，它就能继续下去，比坏的凹槽来的更深，大家能明白吗？如果你有一个习惯，你想到的就是「你知道吗，告诉你，我也不明白怎么回事，每次一到流感，我总是第一个被传上。」你猜呢，这就是坏的凹槽，不是吗，是你把它刻在里面，要改变这点，你必须改变这个认识，认定神的话，转过来说「你知道吗，神的话是生命，是医全体的良药，我要撑住，让祂的话在我里面，我住在祂里面，祂的话也住在我里面，求什么就得什么，我已经祷告过了，我不会得病，我活得好好的，我会有健康，因为祂的话是生命，是医全体的良药，我要得生命。千人万人得瘟疫，这灾却不得临近我，我住在这里，我的灵住在祂的身体里，灾祸就不会靠近这里，也不会到我家来。」你也可以说别的，但你得重新调好那个凹槽。你得改变它，这需要自律，它不会一夜之间发生。

3、纠正是为帮助人更愿意进步

你要和那些会鼓励你的人在一起，他们能提升你。当你说得不对，他们能纠正你。但是，这在于怎样纠正，因为你的纠正可能会造成叛逆，让人走到反方向，故意做错事，或是干脆躲开你，这样你再也不能影响他们的生活。你的纠正要让人更愿意进步，不是干脆放弃，你要懂得怎样纠正，对你来说，要让你能接受别人的纠正，说明你信任他们，就是这个意思，你相信他们讲的是正确的，做的是正确的，他们是为了帮助你。但这不意味着你要接受任何人的纠正，一些人是为了纠正而纠正，你不会从他们那里得到应有的纠正。但有一些人你可以从他们那里得到纠正，你可以去找他们说「嘿，要是你听到我说错话，说了不该说的，让我知道，提醒我一下。」就算是这里的同工，我们试过了，打算以后常常这样，不是指责「哦，你搞砸了。」而是这样打个响指「你不该这么说。」对方就说「是，你说得对。」我们会去纠正，因为我们彼此相爱，我们希望所有人都满有基督长成的身量。要知道，这不是「说对的话，别说错话」，不是这样，我们想让人成长。我们想要他们成为能成为的人，因为他们想成为应该成为的人，这是我们这样做的唯一原因，要是他们不在乎，我们何必在乎呢？他们要是不在乎，我们在这工作就是对他们白做工，他们回到家只会讲些别的，这不会有什么好处，我们一起同工，这意味着你要信任别人。阿们！

《心意更新》第27期经文

【赛二十六3】坚心倚赖祢的，祢必保守他十分平安，因为他倚靠祢。

【腓四8】弟兄们，我还有未尽的话：凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。

【罗十五2】我们各人务要叫邻舍喜悦，使他得益处，建立德行。

【弗四29】污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。

【可十一23-24】我实在告诉你们，无论何人对这座山说：你挪开此地，投在海里！他若心里不疑惑，只信他所说的必成，就必给他成了。所以我告诉你们，凡你们祷告祈求的，无论是什么，只要信是得着的，就必得着。

《心意更新》第27 课的讨论问题

- 1、以弗所书4：29 污秽的言语，一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。与健康的思想有什么关系？今天的学习你有什么新的领悟，对你随事说造就人的话有什么帮助？
- 2、从这课的学习中，我们看到大卫艰难时靠着主，在主里自我鼓励，对你有何启发和应用？你是如何在主里自我鼓励的？请分享。
- 3、你会成为你所思想、所说的人，是因为你曾怎样说自己，怎样看待自己。现在的你是否与你曾经所思所说的人一样呢？请分享。这提醒我们未来如何做呢？
- 4、你如何处理别人对你的不当评价？如何防御陷入错误的谈论中？学习这课后，有什么新的得着，请分享。

《心意更新》二十七/二十八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我坚心倚赖我的神，我重复、专注、内化神的话，我的思想持续更新，我对人只说美善的话，只说祝福的话，只说神的应许，我如箭射敌、百发百中，撤销一切咒诅的报告。阿们。

第二十八期：习惯、语气和专注

一、重复，养成习惯

- 1、培养习惯：思想和说话同步
- 2、营垒就是我们最相信的东西
 - 1) 你可以选择自己思想的内容
 - 2) 你将成为你所看到
- 3、近朱者赤，近墨者黑

二、话语的威力

- 1、勒住舌头
- 2、树立军威，语气不容置疑
- 3、你的话进到灵界，击中目标

三、专注

- 1、自律里面的品格塑造了习惯
- 2、专注是重复之母，集中注意力的基石
- 2、禁食的秘密，专注神
- 3、一次专注于吸收领会一门课

一、重复成为习惯（继续第二十七期第三个主题）

1、培养习惯：思想和说话同步

你越多花时间在一個想法和一個說法上，那件事對你就越容易，越接近形成習慣。如果你想讓神的話成為你生活中的一個習慣，你就要想神話語的思想，你要去想它說的是什麼，你得說出來。要思想，也要說出來。當然，要是它適用於任何情況，把它行出來，這樣你就能很快養成這個習慣。

2、積極一面的營壘：營壘就是我們最相信的東西

我們總是偏向以消極的心態和方式講到「營壘」這個詞，這樣講是沒錯。嚴格說來，正如我們已經說過的，營壘也可以是一個積極的、有建設性的思維模式。營壘就是我們最相信的東西，和對錯沒有關係。記住這一點，你自己能作決定。

1) 你可以選擇自己思想的内容，没人能强迫你

要是你从这个课程和别的培训中有所学习，其中有一样是最重要的：你不是受害者。你不是遗传基因的受害者，你不是家族的受害者或是别的。也许你还没有得胜，但你不是受害者。至少神看你就是这样，你可能没看到生命中的得胜。但有一件事很肯定，你不是受害者。你现在可能不是胜利者，生活里还没看见，但你绝对是能选择的，你可以选择你的未来会是怎样，你可以选择你想什么。只要是你不肯想、不肯说的，没有人能强逼你。

2) 不管你看什么，要确保那些内容是你想要成为的

你看某样东西越多，你那样说话的方式就越多。所以不管你看什么，要确保那些内容是你想成为的样式。你的朋友会影响到你，你读的书会影响到你，它涉及到你所接触到的不同的事物。比如倪柝声教导了很多好东西。但是如果你读倪柝声的书，你得按他是肯扬 E.W. Kenyon 追逐者的那部分来看。因为倪柝声懂得很多东西，他与神有着深厚的亲密关系。但他确实是，我不是说他不知道这件事，我也不是说他没做过，但是他从来没有能够真正地说清楚公义不是定罪。他的大多数教导，如果你没有好好留心，没有很好的基于你是在基督里神的公义这个事实，你就会陷入被定罪。他非常了不起，是属神的人，在监狱里领受神的启示，有很深刻的教导，他很了不起。我只是想说，不是任何时候人人都能领受所有的光。你必须弄清楚你想从谁那里得到光明。有一些特定的人。有些著名的牧师在活出良好生活这方面很棒。活出良好的基督徒生活，良好的道德生活，他们在这方面很优秀，但很可能他们无法让你得医治。如果你听他们的教导，如果你一辈子在他们的门下受教，可能永远不会有机会使人复活或知道如何使人复活。因为他们不懂。另一个例子，在圣安东尼奥有一个人，讲到领导力这些领域，他非常了不起，这是很好的东西，但你不能指望让他医治你，如果你去那得到医治，多半因为是圣灵恩赐的运行而不是信心的运作，因为他没有在这方面受到启示，至少上次我听他讲道还没被开启。

3、近朱者赤，近墨者黑

有些人对有些事非常丰富，你可以去找他们，听他们说。但是要清楚，如果你听他们听多了，你讲话肯定也会跟他们很像，你会越来越像他们，甚至包括你看不到的特征，你也跟着学会，因为你会锻炼出他们那样的思维模式，你也会开始做一些他们才会做的事，这是你自己根本不会察觉的，除非你花时间观察过他们一段时间。因为心理模式会产生身体行为。大家知道，我跟过萨姆尔牧师，直到今天我还是很尊敬他，感觉他就像属灵的父亲。不管什么时候我都很尊敬他，我有很多他的 DVD，我会定期看一些他的 DVD，花上一个礼拜，每天晚上至少一两个小时。我干嘛这么做？不是说我没听过，我听过他说的，他讲的我全听过。我不会听到什么新的，也不是要从他的教导中学什么。我正在做的就是受他的影响。在某种意义上，可以这么说，我想确保我没有让任何东西溜走，不是在教学中，因为有些事情我会礼貌地反对他，特别是在治疗和诸如此类的事情上。但是当我看他的影片时，我从他那里得到的不是教义。我从他那里得到的是他在基督里是谁，他知道他在基督里是谁。从他说话的方式就可以看出来。现在我的许多习惯都来自于他。甚至我的很多说话方式，在很大程度上，都和他一样。在某些时候，你可以看出这几乎是一种非特意或有意识的行为，我有意无意的就有了那种行为模式。你可以明显的察觉出来。我会像他那样，身子向前倾、开始倚靠在讲坛上等等，有样学样。

我几乎有甘坚信的所有信息，有一些 DVD。我在办公室里有一台电视机和 DVD 机。当我在这里工作的时候，我会放一些这样的东西。我听过肯尼的信息。它们没有提出任何新的东西。我已经听过了，没什么惊奇。但我还是把它放上去，播放它。我同意他们所有人，并不意味着我同意他们所说的一切。但问题是，如果我一周每天来这里，从周一到周五一直听甘坚信的信息。然后在周日早上，我会表现得像他一样，讲道时来回走动。现在我告诉你们，我觉得我需要改变一些事情，有一些东西可以放下。是的，我意识到我想摆脱它，我不得不开始改变一些东西。我开始意识到我现在这样做是为了更好。我不得不放

弃一些事情，因为我变得太像他了。你听什么，你听谁，你也跟着有这些习性。你和什么朋友在一起也是一样道理。

很奇妙，我去南非的时候，待了差不多一个月，我回来的时候，你问我什么，我都会用那种南非口语回答「好的」。我没打算这样，当经常呆在那地方，这些特定的词语就会开始牢牢地印在你的脑海里。有时需要小心，因为有时一种语言中的词语在另一种语言中是不同的意思。我开始注意到当我在某种环境，我就会用某种口音说话，就像是当我去乌克兰和俄罗斯周围时，我注意到闲聊的时候我会说得唯妙唯俏。特别是当你听一些东西或者花很多时间和他们交谈的时候，你就会按照这些语言方式说话。你会打破你原有的说话方式，按照这些思路潜移默化。这就是为什么选择自己要跟谁在一起很重要。你一旦接受某种语言，采用了这种语言，你就采用了这种思维模式。当你采用这种思维模式时，你就会变成那样。这不是猜测，这不是理论，这是事实。不要侥幸地以为，我是属灵的，我是基督徒，它不会影响我。那是自欺欺人。你会被影响，你会被迫去倾听。你听什么看到什么就会成为什么。你必须要小心，因为你会接受同样的观念、同样的道德观，以及你所看到的、所听到的一切。我注意到有些基督徒，我听到他们说了一些话，你听了不好的音乐。为什么？因为某些词出现在他们的言谈中，那只会出现在那种音乐中，这可不好。

二、话语的威力

1、勒住舌头

我很难与口无遮拦的人一起共事。我有个最要好的朋友，三十多年了。他有段时间帮我做过事，我解雇了他三次。我爱他，只是他耗掉我两间教会，差点要了一个女人的命。我们曾一起做工，一起去一家餐厅服侍。一个女人有纤维肌痛，还有别的病，病了很多很多年，想要自杀。有人听过一些见证，就请我们去。我们在餐厅就面对面坐着聊了起来。我的朋友，我理解他想干嘛，他想要帮忙，他在讲一个妇女怎么得医治的的见证。但是这个见证是她过了非常久才得了医治，差不多十八年。他就这样一直说一直说，...有天耶稣走进这个女人的房间，治好了她，她就从轮椅上起来，.....这个故事的结尾非常棒。但这不是那个女人要听到的。她听着听着就在桌子上哭起来，说「我撑不下去了，我等不了十八年，我没办法坚持。」她说「我要回家去，今晚就自杀。」整个过程他讲个不停，我坐在旁边暗暗踢他，想让他闭嘴。因为我看到这些话怎样消极地影响这个女人。你得明白，任何时候你进到一个领域，有人带你进到一个领域，你有权柄，你要很小心自己说什么，不能拿这些开玩笑，不然会搞砸别人的生命。你得知道怎么讲出真理，要知道对方从神那里需要得什么，你也要相信神会藉着你倾倒出来。所以当时我不得不把立刻叫停，跟他们说，看这里，我们要让你得医治，我们现在就要做成，不用等到周六，我们现在就行。

2、树立军威，语气不容置疑

她说这里吗？我说没错，就在这，就是现在。她问怎么做？这个病不能留。我就开始吩咐这个病离开，让她握住我的手，她握住我的手，我就说「就是现在，所有的病都要离开，没有别的可能。」我学的萨姆尔牧师模式，就这样自动出来了。我说「魔鬼，我告诉你，你在欺骗这个女人，你骗了她，但她不会自杀，她的命是基督的，属于祂的；她没权

力自杀，你更没这权力，你现在就离开她。」当我们离开那里的时候，她在微笑，她说所有的疼痛都离开了。

你要意识到你说话的语气和方式。一样的话用不同的语气，会产生不同的效果。我可以就站在那里慢声细语地说「你有主权，你在基督里有权柄，你在基督里有能力。」对有些人来说，他能通过这种说话得着；但因为你们很多人长时间来一直被教导「只要神愿意祂就会去做」，你不会认为这跟你有关系。**所以我得站出来说，我要做的就是用我的话击中那个营垒，我得把它攻破，用我的话让它瓦解。**而不是用这样的话去「好，现在你有能力咯」；「我现在告诉你哦，你现在有耶稣的能力。」不是这种打法，你得发射出去。我不是在大喊大叫，我不是用喉咙发出声来，我不是用嘴唇讲出来，我是从我的灵射出来。当我开口说话，我的话要击中要害。你要有特定方式投射出你的权柄、能力；这和心理学没关系，这涉及到把灵释放出来，我的话就给了他们生命。你开口的时候，和对方说「你有主权，你有主权，要去击打！」不能软绵绵地说说而已。不行，这样没有效力。**你要学会击中那个东西，这意味着你要很直接。**要是你语调平缓，你不过在揣测，你得明白，我不是在揣测。我去过全世界，我做成了，我知道你也能做成。就因为这样，我能用我的话击打，进到你里面，这样你自然就不能拒绝，除非你很叛逆，宁肯不信。**我们要能够，你得学会，像军队说的「军威」。**

3、你的话进到灵界，击中目标

魔鬼都是吃软怕硬的，牠能从你说话的语气，走路的姿势，和你眼睛的目光知道你是谁。你可以很友善很亲和，我没说不行，我只是说你得意识到，**任何时候你开口说话，你不是在揣测，不是说说而已，你的话进到灵界，击中那东西的命门，你的话比他们里面的更强，因为那在你里面的更大；道成了肉身在我里面，我的话比医生的话更强，我的话告诉你「你会活，因为我的话是神的话」**因为我把祂的话放进嘴里，就因为这样，我能这么说。我能撤销医生的话，医生诅咒你，但我会祝福你！看出区别吗？但是你光来这儿看我做是不够的，你要来做！你自己要领受，需要的时候自己去击打。

三、专注

我们继续往下讲，这里的关键是，要确保我们深信的是正确健康的。无论对错，我们最深信不疑的就是我们的营垒。我们得确保我们所信的是正确健康的。现在世界上的人倾向于认为基督徒是疯狂的，因为不停在说神的话。这是个让你知道自己走在正道上的好办法。圣经说，世界不认识耶稣，也就不认识你，要是世界认识你，说明你不在耶稣的正道上。世人打传销电话或上健身课前，都能背段咒语或誓词，却说我们疯了。

1、自律里面的品格，塑造了习惯

重复应该就是你心意更新的头等关键，要尽可能反复练习，到一个地步，把它变成一个强大的习惯。有人会说「要是这成了习惯，在习惯里还需要品格吗？」**是自律里面的品格塑造了习惯，只要这个习惯是常态的自律，品格会延续下去，从一开始你得约束自己去做，约束自己直到它变成一个习惯，当它成为一种习惯后，你不会失去品格，你得到品格。因为你约束自己形成了习惯。值得好好想想。**

2、专注：是重复之母，是集中注意力的基石

下一个：专注。记住所有这些都放到我讲过的网站上，你可以进去看、深入研究。其实这里每一点我都能开个讲座，关于重复，专注和注意力集中，所有这些，每一个都能开个讲座，我们会在这些方面有大量教导，网上和线下都会教。专注，另一个心意更新的关键。我们已经提过了，这很重要，**有专注才能一再重复。专注是一种专注的能力，把其他都排除在外，任何一切，它是注意力集中的基石。**当我们开办圣经学校，就是主权圣经学院，我们根据专注的重要性设计课程，让每个学生一次专注一门主题，集中学习相关信息，我们讲过这点。我们在做什么？就是重复。我知道藉着这样做，到第三天会有知识借着启示涌现出来，一般需要三天。

3、禁食的秘密：专注神

这就是为什么禁食一般都超过三天，通常有五天、七天、十天；除非你打算四十天禁食，通常五到十天就够了，能让你领受应时的启示。前三天基本什么都不会发生；你会来敬拜神，和神花时间，要是你单单专注在这上面，每天你都能美好地与神相交。放下一切与祂在一起三天，到第三天启示就会开始涌流，到第四、五天，直到第十天，不间断地涌流，你和神的关系就会进入全新的领域。这很有益，一般是要到三天以后。很多时候头三天通常最辛苦，除非是超自然的，完全由神发起。有人 would 问什么叫做神发起的？你会突然发现就是不饿，心里想着过一会就去，但你还留在那里，二十四个小时、三十六个小时过去了。没错你喝了点水，甚至喝了点别的，因为你想到的不是禁食；神发起了这次禁食，然后你就意识到自己已经三十六个小时、四十八个小时没吃东西了。这很奇怪，你可能会觉得这算不上禁食，因为我喝了可乐或者别的。不，它还是禁食，只不过神发起了，你参与神、顺服神，进到禁食的里面，不知不觉与神一起渐入佳境。**禁食的关键是你专注和神花时间**，要是你看重的只是多久不吃东西，这样禁食就是白费了，你不能专注在这，要专注的是你和神在一起的时间，不是你多久不吃东西对吗？你不能看着神指着表说「二十三个半个小时了，马上就到点了。」要么就说「四十八个小时了，很不错了吧，很快我会得到奖励。」有人就是这样。

3、一次专注于吸收领会一门课

专注吸收领会一门课，强过传统学校里每四十五到五十分钟不同课程轮换。以前课上获得的信息能充分吸收，能给后续的知识提供可用信息。这意味着，如果你能够一次一周专注一门课，那么无论何时你学习第三周的课程，你已经有足够的第一周和第二周被消化吸收了的信息。这些信息实际上会在第三周出现。现在你们看到的是一幅更大的图景，而不是我们同时教你们三件事。这就是为什么当你进入这个领域，你有这份专注，能排除这段时间里一切不相干的东西。禁食也是一样，很多人禁食的时候专注在具体问题，你禁食的目的应该是要专注神。**当你专注神，你的光就会发现，你的医治要速速发明**，以赛亚书五十八章8节。但你不要专注在这些，这都是附加的结果，从属天医治的角度来看应该是这样，要是你生病了，当然你不该生病。但如果你病了，你要做的就是，在找我为你祷告前，不管怎样我都会为你祷告，但你来之前，你要先来分辨，这是因为种收原则？还是被攻击了？意料之中还是意料之外？不管发生什么，要是你能明白为什么会有这事，比方你发现或多或少是因为种什么收什么。在某种意义上是长期以来饮食不当，就算我喝可乐，

以前我经常喝，我喝得太过甚至饱和，到一个点可乐都不好喝了，为什么？因为我喝够了然后我就稍微停下、完全不喝，这样就，不至于饱和。

一样的道理，在你来之前，如果是因为种收的关系，你可以花上几天，取决于你的问题有多严重。如果你有正确的禁食，你将消除或终结大约 85% 的身体问题，就是通过禁食，大多数情况下，禁食能让你脱离疾病。再说一遍，你得知道问题出在哪，因为在某些情况下，禁食可能有害。所以你得知道问题在哪。要是你能分辨，原因在于吃了太多错的东西，或是花太多时间在错的事上，那你就花时间禁食，这能解决问题。你甚至不用找我给你祷告，这是你要做的第一件事。等做完这些事以后，要是你还是需要帮助，请一定过来。等你来了，我不会问有没有禁食，不管谁来我们都会给他祷告，我想说的是，禁食能消除疾病，可能你来之前就没了。阿们！

《心意更新》第28章经文

【赛五十八6-8】我所拣选的禁食不是要松开凶恶的绳，解下轭上的索，使被欺压的得自由折断一切的轭吗？不是要把你的饼分给饥饿的人，将飘流的穷人接到你家中，见赤身的给他衣服遮体，顾恤自己的骨肉而不掩藏吗？这样，你的光就必发现如早晨的光；你所得的医治要速速发明。你的公义必在你前面行；耶和华的荣光必作你的后盾。

《心意更新》第28课 讨论问题

- 1、你想养成怎样的好习惯？学习了今天的课程后，你打算如何快速养成这个习惯呢？
- 2、什么是“营垒”？它与习惯有什么不同？华人文化容易有的营垒有哪些？
- 3、你平时都看些什么？（电视、手机、书籍、谁的讲道……）关于哪方面的比较多？这些对你产生怎样的影响？

《心意更新》二十七/二十八期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我坚心倚赖我的神，我重复、专注、内化神的话，我的思想持续更新，我对人只说美善的话，只说祝福的话，只说神的应许，我如箭射敌、百发百中，撤销一切咒诅的报告。阿们。

第二十九期：专注、目标和集中注意力

一、专注 (Focus)

- 1、专注信息
- 2、专注操练意志
- 3、专注爱

二、目标 (Goal)

- 1、神有目标，圣灵负责把将来的事告诉我们
- 2、所谓「跟随圣灵」的迷思
- 3、借着信，不是凭感觉
- 4、达到目标要有毅力有恒心
- 5、直接为结果祷告
- 6、目标督导练习簿
- 7、深渊与深渊响应
- 8、祂想使用你，远远超过你想被使用

三、集中注意力 (Concentration)

- 1、广告和电视电影被设计获取人的注意力
- 2、虚心的人有福了

一、专注 (继续第二十八期第三个主题)

1、专注信息

我们仍然在谈论专注。我们还会讲到其他领域。现在回到手册专注主题的后面部分：在之前的任何一门课程中获得的信息都会被很好地吸收，然后在此基础上建立其他后续知识。圣经正确的教导是不自相矛盾的，所以我知道每一门理解了的课程都会使下一门课程更容易理解和记住。能够在任何给定的时刻集中意志，允许圣灵的力量以一种强烈的激光般的方式被释放。当你决定集中注意力时，你需要能够立即集中注意力。

2、专注操练意志

我以前说过我们会教导类似像人的意志，神的意志。每个个体都有意志，有些合适，有些不合适。但我们要学会怎样运用我们的意志，锻炼出我们的意志，不见得就是意志力。而是训练我们的心来明白神的心意，让我们的心意和他的心意对齐。这需要操练，但它已经在你里面了。这我们讲过，提后一章7节「因为神赐我们的不是胆怯的灵，而是能力、爱和清明自守的灵。」

3、专注爱

还有 agape 爱，不管是大家排队等候医治，还是在外面的人群里，很重要的是你要专注在你面前的这个人，不要让你的注意力或信心分散了，把自己四处散开，留意身边每一

个人，就没有办法专注。要知道一般说来你不能同时服侍所有人。你要专注在这个时刻这个情形。

二、目标

1、神有目标，圣灵负责把将来的事告诉我们

要是你和基督徒提目标，对方一般会告诉你，比方说「我不设目标，我就是跟随圣灵的带领。」事实上「圣灵会把将来的事告诉我们。」这就是一个目标。每个讲出来的预言都是神的目标。神有目标，祂的目标就是做成一些事，祂藉着先知性宣告让人知道祂的心意、祂的目标，这样人们就能够知道祂的目标。约翰福音十六章13节「只等真理的圣灵来了，祂要引导你们明白一切的真理，因为祂不是凭自己说的，乃是把祂所听见的都说出来，并要把将来的事告诉你们。」祂会告诉你们「将来的事」，我们常常倾向于认为就是有些不同的事会发生，有这有那会发生。但也有可能是「将来的事」，在说你被预定行出一些很好的事，祂会把这些事告诉你，如果你留心，在所有事上都认定祂。

2、所谓「跟随圣灵」的迷思

在所有事上都认定祂，意思是说，你做什么，你去哪都认定祂。你怎么训练出来，要知道，人会说一些很表面的话，他们讲一些听起来很属灵、很合教义的话「好，我们就来跟随圣灵」什么意思？你怎么跟随圣灵？对方说「就是让祂感动我。」我问「祂怎么感动你？」一旦你接着问下去，他们很快就到一个死胡同里。他们会说「其实我不知道。」那不就是说了等于白说。你只是想听起来属灵而已，类似「我们要来等候神」这些话，说白了，就是在鸽子的翅膀上。但很多时候人们讲这些话，你可以跟着问下去，他们也不清楚有些话到底什么意思。就像之前我们讲过，这不是信心。任何人、哪怕无神论者都能说「要是有神，如果有神的话，祂什么都能做。」你说神能做任何事，你和无神论者没什么不一样；说神什么都能做不需要信心。

3、借着信，不是凭感觉

信心指的是，神能做成这件事，就是现在。区别就在这。无神论者不会这样，他们不会说神能做成，就是现在。我们要认识到，我们会讲这些很宽泛的大话，因为没人想认准一个结果，当你只认准一个，人就开始想要远离，想要脱离干系。我们要认识到，祂能把这些事告诉我们，但你要知道祂怎么来做？祂会怎么做？你怎么知道你做了神让你做的事？你怎样才能知道？有人会说「我能感觉到。」不可能，你不会就这么感觉到。

有这样一个人，那会儿我还没有全职传道，我们已经往那个方向去，还没到而已。有人让我和他一起去医院，给一个人祷告，我就和他一起去。我们到了以后，祷告、交托给神，我们两个都像人们说的，把灵释放出来，感谢神，事情成了，这就成了。我们就回家了。两小时后我接到电话，那人死了，我很惊讶。我家门口有条小道，我绕着小道，开始边走边祷告，什么回应都没有。我就问神「神啊我把灵释放出来，我认为事情已经成了，所以我就没再祷告了。」没有任何回应，我就说「啊，神啊到底是怎么了？」我没听到神说什么，什么都没说，让我觉得非常挫败。然后就有人让我去讲道，去北卡讲道。我和那里的人说话，他们就告诉我，最近有这个事那个事发生。我说我求问神，但祂从来不告诉

我发生了什么，也从来不告诉我为什么会这样。正当我这样和他们说的时候，祂就回话了。其实这个时间祂找你说话是最糟的，因为你就只能说，大家，我们先暂停一下，我需要和神说会话，我就站在那，告诉祂发生了什么事，告诉祂那个人死了，我就站那惊叹。大家就看着我，就像是「怎么了，发生什么了？」我就说神刚刚说话了，祂告诉我怎么回事，祂告诉我当那人死了，我应该从医治转到让死人复活，我得转道，继续跟进。只是我当时没做到，他一死我就放弃了。

4、达到目标要有毅力有恒心

那个功课的学习改变了我的一切，因为就是那个时候我们学到要有毅力恒心，我们借此学到仇敌会在神已经给你的事上做手脚。当我们释放出来后，突然之间那人就死了，那个时候我们还不知道。后来发现他死是因为医生进来给了他药，他死于药物过敏。他其实已经被医治了。我们给他祷告他就得医治了，他不是在我们给他祷告的事上死的。我告诉你这种事。我们见过无数次，这就是为什么当我去医院服侍人，或是在别的情形下，我就会告诉他们，我会来负责，我会来跟进，但是一旦我祷告了，我不会告诉他们停药或是什么，我不会和他们说这些，没有必要，神能医治，和药没关系。但我会对他们这么说，一旦我给他们祷告，你不要让他们改什么，不要让他们用什么新药、新东西、新疗法，不要有什么变动。因为仇敌想杀掉他们，会做出不一样的事来。

很奇妙，我不想和其他人一样讲政治口号。我会告诉你，我是德州人，我有枪。问题在这，大家都想禁枪，未必人人都想，是有些人想禁枪。其实第一个要禁的就是医生，每年有990人被杀与枪支有关，在某些情形下甚至还有警察参与；但是每年有超过二十五万人死于医疗事故，用错药、还有不同原因，错误疗法等等；因为医疗事故，二十五万人死了。但是没有人站在医院门口抗议，这背后是政治操纵，他们根本不关心那些被杀的人们不是吗？我心里很不平，我给艾波特州长写过信，要我来给他的政绩打分就是C。我写给他，你还想当总统？你知道，没有美国，德州也能活；但是美国离了德州就不行，这不只是一个德州特色，这是事实。德州的经济在全球排到第十一，另外只有十个国家的经济超过德州。世界上现在有超过两百个国家，我们的情况非常好。几乎美国要做的所有事都要经过德州，经过我们的海岸。说实在，我们可以抽上很不错的关税，要是我们想的话。我想讲回来，大家知道，按人头算，德州普莱诺(Plano)每人拥有的枪支数，比全美其他城市都多，可能我一搬进来，这数字就飙涨。你不会听到治安不好，因为人不敢抢劫，清楚人们家里可能有枪，就是这么回事。我不知道人有没有注意到外面的标识「这不是无枪地带」。但我们会要求你，如果你必须要用到武器，请带着好的动机去用。

5、直接为结果祷告

我们讲到「圣灵要把将来的事告诉你们」，祂不会用突然的变动让你受惊，祂甚至会把几年后的事显给你，我可以告诉你很多这样的事。不要说祂显给你的事，要么今天要么明天就会发生，可能会是几年以后的事。想想神对约瑟做的，约瑟花了好久才明白神显给他的事，神告诉你什么，不见得明天就会发生。来看哈巴谷书二章2-3节「祂对我说，将这默示明明地写在版上，使读的人容易读。因为这默示有一定的日期，快要应验，并不虚谎。虽然迟延，还要等候，因为必然临到，不再迟延。」一定会来的，阿们！

神从起初就有非常清楚的计划，全都定好了，在创世之初祂就把一切都计划好了。祂知道情况会怎样发生，祂知道该怎么做。如果有需要，祂能更改事情解决事情。以赛亚书四十六章9-10节「你们要追念上古的事、因为我是神、并无别神、我是神、再没有能我比的。我从起初指明末后的事、从古时言明未成的事、说、我的筹算必立定、凡我所喜悦的、我必成就。」神在这里讲到自己的特质「从起初指明末后的事。」祂说自己有一个计划，我现在告诉你会怎么样，我有一个蓝图，所有事都会照着我的心意发生。这不意味着祂负责做每件事，而是如有必要，祂就会调控更改。但是我们知道起初，我们知道终局。这就是为什么我告诉所有人，总是要为结局祷告，你想知道怎样祷告吗？为结局祷告！信心从一开始就能看到结果，宣告结果，并不动摇。这里讲到「我从起初指明末后的事、从古时言明未成的事、说、我的筹算必立定、凡我所喜悦的、我必成就。」这样我们就能安息，就有确据。

6、目标督导练习簿

歌罗西书一章25-27节，保罗讲到「我照神为你们所赐我的职分作了教会的执事，要把神的道理传得全备。这道理就是历世历代所隐藏的奥秘，但如今向他的圣徒显明了。神愿意叫他们知道，这奥秘在外邦人中有何等丰盛的荣耀，就是基督在你们心里成了有荣耀的盼望。」每个信徒都应该为他们的家庭、健康、经济设立目标，还有他们对神心意的顺服，每个领域都要这样，要从这一点开始。

现在我们到了做练习册的阶段，要对目标有更深理解，外面有许多资源，关于这个方面有很多不错的资料。上次我在非洲，有人给我一个像日记一样的本子，内容非常好，完全贴合。他有一些很好的东西，但你需要花上一些时间，在本子上记下你的长期目标、短期目标，记下一个特定的目标，一个特定的事。内容就是我在这里要做什么，我一生要做什么，达到神把我放在这里的目的。不是要你泛泛的写上「我要长成耶稣的样式」，我们知道这是我们共有的，我们都要长成耶稣的样式。但祂也有让人去做的事。有一些具体的事情。

比如罗马书12章讲到恩赐，像我们说的激励性恩赐，人们在某些方面受到激励，这也涉及到你在做的事。但要记住，神没有分赐任何人激励性恩赐，仅限于某个小事，某个时间，某个地方。换句话说，祂可能把你放在那里，你的激励性恩赐可能是帮忙、是服侍或施舍，不管什么，可能是你的激励性恩赐，但祂对你的呼召不仅限于这个地方、只这一件事。换句话说，那可能是你的起点，但是和别的一样，如果这是活的，它会长大，长得很快，你不见得到哪儿都做一样的事，但是随着时间过去，会到一个程度，你应该要教导别人，你可以照着你的激励性恩赐教导别人，特别是如果他们也有同样的激励性恩赐。你可以开一个讲座，关于施舍，或关于服事。要承认，听众可能不会多到溢到屋顶，但是有激励性恩赐的人会来听，因为这会触动他们的心，让他们认识自己是谁。我们做过这样一件事，很早以前，关于圣灵九种恩赐。我做了试验，我做的就是用九种恩赐。我很肯定结果会怎样，确实很精准。我拿来九个海报板，我也没把它弄得很好看，没有打印出来，我没有去打印，只是手写，我不擅长艺术，连数目字都写得不好，我拿来海报板，每个海报板上写上一个恩赐，智慧的言语、知识的言语、信心、行异能、说方言、翻方言，我把每一个都写在海报板上，然后我取过海报板，放在教会的墙上。当人们进来，当时人不多，可能

三十来人，当人们进来，我告诉他们晚上聚会 七点开始，六点半开门。所以大家六点半就来了，我不在那，要是我在，他们就会来找我说话。我待在另一个房间直到七点差三分。当我一进来，我马上注意到，我发现每个海报板前面都站着两三个人，在那里讨论那个恩赐。

7、深渊与深渊响应

我这么做的原因是，我跟随一些从圣灵来的教导，祂说讲到这些恩赐，你会发现站在那些海报板前面、讲到那些恩赐的人，他们里面运行的就是对应的恩赐，他们很自然就会领受，很多人会这样。我问他们你有用这个恩赐吗？他们说没有啊；我说但你很感兴趣，他们说是。我会给他们看一些要点；讲到一些特质，我会讲到当神赐下这些恩赐，领受的人会有哪些特质。他们会说「对，那就是我」。就是诗篇四十二篇7节的「深渊与深渊响应，」这说明你会被有些东西吸引。你被吸引，甚至未必是你被吸引，而是腓立比书二章13的「你们立志行事都是神在你们心里运行，为要成就他的美意。」部分原因是祂在吸引你，好让你在这个恩赐上被训练。所以，你来学心意更新，部分原因是神在灵里吸引你来，让你心意被更新。你就能进入祂为你预备的东西，到现在为止，你想要进入，但无法进入；就像用头撞砖墙。我说的不是每个人，但是有一些人试着想来，但拦阻你的就是心意更新的部分。你的心意还没有足够被更新，好让神在这个领域大大使用你。像是你想要被使用一样。

8、祂想使用你，远远超过你想被使用

相信我，无论怎样想被神使用，远远不及神想使用你的程度。祂想使用你，远远超过你想被使用。阿们！这会是你的突破，对很多人来说，一旦他们学会这个，神就能推动他们进到这些别的领域。因为你要让你的心意更新，这样才能运行在这个领域。你的生命不会改变，直到你的心意被更新。生命被改变不见得就是重生，开始成长，生命被改变，意味着进入神给你预备的。阿们！

9、长期目标和短期目标的标

我们继续往下讲，你需要花时间把这填好，长期目标，短期目标。短期目标要是你该做的步骤，让你达成长期目标，很简单吧，就是把它拆分，把长期目标分成小部分，是你在神的帮助下能做成的。要是你写下长期目标，你来看然后想着我明天就能做，那目标还不够大，那不是神要给你的计划，祂给你的计划，我可以保证，计划大到要是祂一次全给你看了，你可能就会跑出去大叫「不要，不要，不要！」因为你不想听，会很吓人。为什么？因为你会觉得自己要来做成。但你要意识到，所有你要做的就是甘心顺从。阿们！这难道不是世界上最简单的事吗？很简单对吧。

三、集中注意力 (Concentration)

1、广告和电视电影被设计获取人的注意力

注意力集中的能力在过去五十年里一直都被腐蚀，很多医生把这个能力的丧失完全归咎于电视和电子游戏。广告被设计来获取你的注意力，每个画面的变动都在获取注意力，为了引起你注意，继续看下去，广告一直在改变拍摄角度；电影电视也是这样被设计，为

了让你一直看下去，每几秒就换个场景。你越是潦草看某个话题的表面，而不是专注深入研究一个课题，大脑里能建立的思维就越少。问题在这，要是你只是浏览表面，不去深入看任何一样东西，下次你听见了自然会说「我知道」。其实你不知道，你只知道一点，你所知道的不够深入。

举个例子，凡我们去的地方，不肯来学属天医治的一号人物就是五旬节宗的人，那些带头做医治的人，他们不会来，因为他们认为自己知道。有趣的是，

他们会说「我们懂医治怎么回事。」

我们问「你会来听这个课吗？」；回答「不会。」

我们问「为什么？」；答「因为我们知道。我们已经懂怎么回事。」

我们问「真的吗？你见过有多少人在你手上得医治？」

答「嗯，我不出去给病人祷告，我不记得上次有多少。」

问「有多少人在你的五旬宗教会得医治？」；答「我们一直给人祷告。」

问「有多少回来得到医治？」；答「我不知道啊。」

2、虚心的人有福了

重点是要是你害怕来学，是因为你已经知道结果但不想要这个结果。我们要认识到，这就是不肯来学的一号人物，因为他们一辈子听的都是医治。你知道谁会来学吗？非灵恩派的，新灵恩派的，或是灵恩派的小组，他们会说我们想来了解更多、想要更有效，就是这些人。还有一些是个人，是真的想进入神的里面，他们受到吸引，受到呼召，他们想要预备自己。

就我自己来说，我大部分时间都在教会。我说的不是年数，而是每一天，我常常在教会，要是聚会，不用我来带，而旁边有教会我能去，我肯定去。因为在我里面我想要和神的百姓一起，和他们待在一起，我未必同意所有他们讲的，但我爱神的百姓，因为他们里面有神的灵，我就会去和他们相交。我一直去一个教会，他们讲的话我一句听不懂，他们说的是别的语言，但我能感受到灵在那里，我很享受待在那里，哪怕我听不懂讲道、敬拜，什么都听不懂。就在达拉斯，我去过印度教会，那里很棒，我很喜欢那个文化，我甚至喜欢他们的衣服，做事风格，我很喜欢。这很好，因为神呼召我们去全世界，到这些文化里去，我喜欢，是件好事。

《心意更新》第29课经文

【约十六13】只等真理的灵来了，他要引导你们进入一切真理。他不是凭着自己说话，而是把他听见的都说出来，并且要把将来的事告诉你们。

【来二2-3】那借着天使所传的话、既是确定的、凡干犯悖逆的、都受了该受的报应我们若忽略这么大的救恩、怎能逃罪呢。这救恩起先是主亲自讲的、后来是听见的人给我们证实了。

【赛四六9-10】你们要追念上古的事、因为我是神、并无别神、我是神、再没有能比我的。我从起初指明末后的事、从古时言明未成的事、说、我的筹算必立定、凡我所喜悦的、我必成就。

【西一25-27】我照神为你们所赐我的职分、作了教会的执事、要把神的道理传得全备。这道理就是历世历代所隐藏的奥秘、但如今向他的圣徒显明了。神愿意叫他们知道、这奥秘在外邦人中有何等丰盛的荣耀。就是基督在你们心里成了有荣耀的盼望。

【哈二2-3】他对我说、将这默示明明的写在版上、使读的人容易读。〔或作随跑随读〕因为这默示有一定的日期、快要应验、并不虚谎。虽然迟延、还要等候。因为必然临到、不再迟延。

《心意更新》第29课 讨论问题

- 1、在生活中哪些方面 你是有计划有目标的（例如金钱管理，教育工作，假期等）？请分享一下你的经验。
- 2、你是否有一件想完成的事 但一直没有达到？其原因是什么？
- 3、有关属灵各方面的操练， 你是否有一个明确的目标是你最想达成的？
- 4、哪一种恩赐是你现在服事的动力？

罗马书 12:6-8 照着所赐给我们的恩典，我们得了不同的恩赐：或申言，就当照着信心的程度申言；或服事，就当忠于服事；或作教导的，就当忠于教导；或作劝勉的，就当忠于劝勉；分授的，就当单纯；带领的，就当殷勤；怜悯人的，就当甘心乐意。

《心意更新》二十九/三十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我决定顺从圣灵、设定目标、专注目标、分解目标、实现目标，全心、全意、全情与神的话对齐，与基督的心意对齐，我受训也训练门徒，我教导也活出真理，众人必从我看到耶稣的生命。阿们。

第三十期：门徒培训与心意更新

一、多任务处理 (Multi Taskink)

- 1、原则上，多任务处理并不存在
- 2、阅读的同时，可以方言祷告
- 3、实质是无法专注，制造混乱

二、视觉化 (Visualization)

- 1、人类在图片中思考
- 2、同一张照片，根据各人感观有不同的解读
- 3、大脑记忆容量是三百万年

三、沉浸式频谱 (Immersion Spectrum)

- 1、学习的最好方法是沉浸式
- 2、时间地域和人影响心意更新过程
- 3、不同教会影响心意更新过程
- 4、三到五人生命小组
- 5、边做边学式门徒培训
 - 1) 教会普遍的门训有速度缺乏深度
 - 2) 门训需要装备全备的福音
 - 3) 应该从希腊式转为希伯来式
- 6、教会的目的在于训练和差派
- 7、密集高效训练 /成为耶稣精兵
- 8、委身 --做耶稣门徒的代价

最后一课，我们很快要结束了。我们讲过专注，讲过藉着专注来心意更新，这都需要自律，重点在于你能专注其中。我们为了让你们专注在这上面，就专门建立一个网站，让你能专注在上面学，你所要做的就是上这个网站，继续跟进。记住，你不能分心，你要做一件事，专注在上面，直到它成为你的一部分，然后转到下一件事。当你正确理解专注，你能做的比粗浅地理解四、五件事更多。专注，注意力集中，排除一切，专注这些。讲到专注和注意力集中，这两样非常相似，稍有区别，但很相似。

一、多任务处理 (Multi Tasking)

1、多任务处理不存在

同时执行多项任务根本不可能。多项任务同时执行，这个概念已经渗透到我们现代生活的每个领域。真正的多项任务，同时执行根本不存在，同时做两件事，根本不可能。

2、阅读的同时，可以方言祷告

我之前讲过，除非是你阅读的时候说方言。就算这样，也不是真正的多任务处理，因为大脑并没有同时做这两件事，大脑做一件事，灵做另一件事。就算这样，也不是真正的多任务处理。既然灵和魂都是你的一部分，我们会说，这是唯一一处，勉强算得上的。

3、实质是无法专注，制造混乱

在同一时间里，没有人有能力集中注意力或专注两件事，很多人能很熟练地将注意力从一件事转到另一件事上，但这依然是一段时间内只专注一件事。事实是，一个人越是看起来能同时处理多个任务，他们就越是粗浅地理解一个内容或主题。你在多任务处理方面做得越好，你实际得到的东西越少。要是人们知道真相，他们会很迟疑，是否要吹嘘自己擅长多任务技能；人们事实上承认自己是无法长时间专注任何事。你应该能集中注意力。这是一样的道理，当你试图同时进行多项任务时，你实际上是在试图变得三心二意。这就是你在做的。这不是你想要发展的技能。问题是，特别是当你同时看两个不同的东西，如果它们有很大的不同或者相互矛盾，你就是在制造混乱，而这混乱不是来自神的。

二、视觉化 (Visualization)

视觉化，我们会有相关视频，提供给你一些练习，在这些领域上你就有事可做了。

1、人类在图片中思考

每个人是都视觉化的，不管他们承认与否，甚至不管他们知道与否，他们都在视觉化。人类在图片中思考，人们能立即把听到的单词翻成图片。当你想要站起来的时候，你会自然而然地想象自己站起来的样子。一般来说，即使在你做这件事之前，你是不会想太多，它发生得很快。正如我所说，一张照片胜过千言万语。现在让我来解释一下。当你打开相册，看到一张图片时，你不仅仅是看到了图片，你立刻就会想起与图片相关的所有事情。你不只是看到一张方形照片，你记得当时周围的一切，你在哪里，他们在哪里，你在拍什么照片。有更多的图片在暗示你的记忆，它拉回所有其他的信息。你马上就会想起那张照片里的所有事情，那天你在哪里，你和谁在一起，甚至照片拍摄地附近有什么，尽管照片里没有。如果你决定和一个不在场的人谈论这张照片，你试着把他们填进去，让他们跟上进度，这就是我们谈论正在发生的事情和你在照片中看不到的事情的方式。你花费大部分时间谈论的是围绕着图片中你看不到的东西。描述这个场景可能需要一千个词，或者更多。你看到一张图片真的胜过千言万语。

2、同一张照片，根据各人感观不同的解读

这就是为什么我们受造用图片来思考，而不是记录下一千个词或更多，你只记录一张图片，一千来个词就被编入图片里，但是只有你或其他在场的人才能解码。即使那人跟你在一起，他们可能会有一组完全不同的一千字来描述照片，基于他们当时很独特的个人观点：当你看到照片，大家都很开心；另一个人和你在一起，整趟旅途都在生病，对他们来说回忆起来会完全不一样。我知道这已经很多了。

3、你的记忆是三百万年

额外再加一点，每一微秒，你清醒时四处来看，你就像电影一样在记录图片，这是事实，就像拍电影，每一秒你都在拍摄上千帧画面。你在拍摄成千张图，每张图里都有成千个词。现在你明白为什么你需要三百万年的记忆，你的记忆是三百万年。要是你把图片换成词，它会被扩展到三个亿。这样就更多了。

三、沉浸式频谱 (Immersion Spectrum)

我们来看下被我叫做「沉浸式频谱」的东西。我从来没听过这个词，我听过诸如浸入式和完全沉浸式这些说法，所以我特此声明，我发明了这个术语。

1、学习的最好方法是沉浸式

人们可以通过很多方式学习，人们普遍认为学习任何东西的最好方法就是沉浸式，全身心投入、专门完全沉浸进去。这是好些语言学习机构的教学基础，语言就是这样学的。

2、时间、地域和人影响心意更新过程

在人们更新他们的心意与神的话语对齐的过程中，遇到的一个大难题是时间，或地域的限制。大多数人所从事的工作要么占用了他们大量的时间，要么他们住得离能够帮助他们更快心意更新的人太远。这又回到了问题的核心。显然我不会说得太深入，我们可以稍后再补充。这就是门徒训练的意义所在。这是其中一个原因，你们已经听我在很多方面提到门徒训练。但是这也是魔鬼之所以试图阻止人们接受门徒训练的原因之一，因为如果教会真的按照它应该的方式来运作门徒训练，这件事就会发展得又快又强，以至于它会变得非常普及。同样的道理也适用于我们的心意更新。这个练习会花上大量时间，花时间做什么？「一致性、经常性、重复性。」做这些事情需要花上时间。光一小时，你没办法拥有一致性，这不是一致性，做这些事情需要花上时间。还有一个问题，你来我们这上研讨课时，一起培训的人听到你说圣牛，他们就会更正你、帮助你。但是当你回到家，你周围的人，他们可能不仅帮不到你，反而敌对你。就像是你回到原来的教会，谁知道他们会怎么说，谁知道他们在想什么。

3、不同教会影响心意更新过程

我们要记住，当我们讲到心意更新，要让心意更新实际发生，你一定要听真理。要是你上教会，你不可能每周一小时来心意更新。要是你去的地方，讲的90%都不合圣经，那个教会只教导10%神的话，在那一小时里面，你只得到10%的真理和90%人的理论，这样你离心意更新就更远了。要让心意更新实际发生，第一点，一定要有真理来让你心意更新；第二点，一定要有一个密集的时间。一般来说，要是你想从别人那里有所领受，你要让他们培训你、与你一起做。门徒培训很重要，你要有人和你一起同心行事，即使是普遍性的门徒培训。

4、三到五人生命小组

耶稣有十二门徒，其实另外还有七十人。曾经有一大群人跟着祂，后来退出了。再看保罗，我们从来没看到有记录说保罗有七十个门徒，甚至连十二个都没有，我们知道的是

一些特定的人，像是提摩太，提多，西拉等这些特定的人，但我们没有看到哪个人带领大量门徒。令人惊奇的是，在美军和其他军队里，美军非常擅长做研究，他们在不断摸索和研究中发现，一个人最多只能督导十二个人。很奇妙，我是说这是你能承担的最多数，带领十二门徒，这就是美军发现的。于是他们开始改编队伍，每队十二个人；后来他们发觉理想数字在五到七人之间，少于五个就更完美了。你来看军方有这个发现后做了什么，他们开始把十二个人的小队拆分成每三到四人一组的活力小组，这样每队就有三到四个活力小组。活力小组通常按照任务被拆分，差不多三到四人一组。他们意识到最好的训练方法和团队协作，大概人数是三到四个，要能同心共事，最多只能到十二个人。除此之外，你需要有人在小组之间进行协调，否则小组之间就不能很好地协同工作。许多特种作战部队和团体都照此运作。这样你就知道冲着你过来的人越多，他们受到的训练越少，这是普遍的共识。

这表明我们要门徒培训。提到门徒培训，有人会想「我得先找到十二个人才能开始门徒培训」。其实不然，你可以从一个开始，再来一个，他们未必全部同步前进。我们现在做的一件事是专门针对生命小组做门徒培训。我们的生命小组通常有十到十二人，最多十五人。根据我们所学的心意更新，我们重新编排了所有计划，配合达到心意更新。我们从生命小组里得到的一切都会随之调整，层层深入的学习。生命小组可以很快进步，三个月内就能翻倍。我们通过这些课程有了学习经验，能让生命小组跟上这些学习，你跟得越紧，进步越快。我们要记住，这不会偏离我们在讲的。

5、门徒培训

1) 教会普遍的门训有速度缺乏深度

耶稣没有来设立一个静止的教会，祂开始了一场宣教运动。你今天看到的大多数的门徒训练，特别是任何计划和想法，不同的方式，各种运动，门徒训练运动等等，正在世界各地发生，有很多，他们的行动非常迅速。这是好的，因为我们希望行动迅速。但问题在于他们行动迅速的原因，是因为他们教导的不是全备福音。换句话说，不够全面。现在几乎所有与门徒训练有关的活动都是由全世界的浸信会教会发起的。如果你使用浸信会的信息，这个信息可以很快传播，因为它并不深入。他们没有那么多的额外资源。我没有贬低他们。我感谢神，他们在那里行动。他们的行动看起来范围很大，速度很快但不是很深。我希望他们能让信徒们更深入。

2) 门训需要装备全备的福音

当他们说他们在门徒训练时，我的问题是，他们对门徒的定义是什么？如果只是有人说「我接受耶稣的牺牲，我就是基督徒」；好。下一个，让我们问问你「你相信耶稣吗，你相信你已经死了吗？」你信，好的，你进去了；我们去找下一个；.....这不是门徒训练。关键是我们必须能够培训门徒。在过去的两年或更长的时间里，我们一直在关注如何以一种能让教会快速行动的方式来做门徒训练，在迅速推进的同时，每个快速成长的人也能持续进深。在行动时，你们必须意识到，我们有一个完整的或者全备的福音，它虽然有几个部分，但它并不是那么复杂或者牵涉太多，以至于它不能在人的生活中迅速传播和发挥作用。

3) 希伯来式门训 - 边做边学

我们犯了一个错误，就是我们采用了希腊教学法，而不是希伯来教学法。耶稣是希伯来人，祂运用的是希伯来式门徒训练的方法。也就是说，一个人可以接受尽可能多人的训练。换句话说，希腊的教学方法就是尽可能多的聚集人，尽可能多的教他们；他们不会出去，直到他们知道这一切。但是耶稣的方法、希伯来的方法是门徒培训，边做边学。现在的问题不是数字的问题，很简单，神希望每个信徒都这样做，你训练领袖去领导他人，以此类推，一直繁殖倍增，这是神的计划。

反之，当你传递出的信息是「人们必须要坐下来，学完一切才能离开」，这就是现在特别是灵恩教会搞砸的地方；神学可以非常深奥，他们认为出去之前要学会一切。事实是就算我站在这里把一切教完，等到出去，你还是会发现自己什么都不知道。信息都在这里了，我全教给你，你猜怎么着？你还是说不知道。为什么？因为你不是通过听来学习，你是在实践中学习。最糟糕的是，到了想做的时候，你啥也想不起来了。这就是为什么实践比学习更重要的原因。记得我们一开始，我给你们说过的一些天才，那些在他们所做的事上，如何展现出天赋的一个共同点，其中一个关键是他们花了大量时间来练习。他们把那些特定技能拆分成小块，一遍遍不停练习，关键不是学完了再出去，而是学习一部分，去做；回来，再学另一部分，把它加到之前学的里面，再去做。你是藉着做来成长，不只是听课而已。教会就是这么搞砸的。大多数的事工都不希望你出去。因为他们害怕你会带着钱去别的地方。他们希望你呆在原地，他们总是告诉你，你还没有准备好去做一些事情。他们更倾向于约束你，而不是装备你、然后把你送出去。

6、教会的目的在于训练和差派

这就是为什么我们需要改变我们用来称呼教会的术语。教会这个词不是指教堂。耶稣说到教会这个词从来就不是「教会」。教会在希腊语中是 Ekklesia，字面意思就是我们之前提到过的「一个地区的管理委员会」。我们应该在教会的名称上做改变，不是叫某某「教会」，应该被称为某某「培训中心」。因为教会的目的在于训练和差派。在我个人看来，如果你在两年、三年或四年间，在同个地方看到同样的人，我知道我们被教导要聚在一起，我们想要有家人作伴等等这些，我能理解；但老实说，我们要在两年内训练人，他们要被差派出去，做一些事，在另一个领域工作，类似这些。不应该是我们同一群人，在同个地方呆上五年、十年或十五年做同样的事，通常是啥也没做。教会要长大，到外面去。重点是训练人，差派他们出去，这就是为什么教会要成为圣经学校，培训中心，但不应该是社交俱乐部，人们非常紧密相交，就是不肯跨出大门。

几年前有部讲银行劫匪的电影，里面有个场景，这个银行抢劫犯很厉害，没被抓过。大家问他，你是怎么做到从不失手的？为什么你总能及时脱身？那人就说「很简单，生活中不要有任何东西，是你30秒内离开不了的」。要是你离不开它，它会阻碍你。把这应用到基督教，我们自己看下自己，生活里不要有任何东西是我们离开不了的：我的房子对我不算什么，我的财产对我不算什么，但很多人不能在30秒内离开他们的教会，因为这对他来说太重要了。我敢保证从来没听哪个主任牧师这么说过；我会这么说，我更宁愿你成长起来多过你只是来这。我想成为榜样，我也往外走，一直出去，我总是会去到别的地方，我想给你当榜样。没错，我不只是坐在这写写书教教课。

7、密集高效训练 /成为耶稣精兵

说易不易，我们受到命令，我们需要服从。心意更新需要花上大量时间的努力。这就是为什么人们不能在教会心意更新，一周一两次，每次二十到四十五分钟的讲道剂量无法让人做到心意更新。我们这个项目很简单，但不容易。大多数人没有足够的意志力在最短时间最高效地心意更新。可以很快，但大多数人不会这样做。到最后只能把它拆分，这仍是可行的。但是你听好，如果你把它拆分，这比你想象的要花上更久的时间。也许你只计算时间「我们在这个培训花了这么多时间，花在这里一些，花在那里一些」。但你没有计算当你不在培训期间，你未更新的心意对你已经更新的心意可能拖后腿的时间，所以分散开来要花的时间比你想象的要长。

正如布朗斯维尔复兴学院和圣火宣教高等学校的迈克尔布朗博士曾经告诉我的那样，没有人是因为适合参军而参军，这说法对我有革命性意义，每个参军的人都得经过新兵训练营。新兵训练营是一段沉浸在军事生涯里的密集性训练，没有捷径。要想在军事上有高效，需要彻底的在精神和身体上改变。没错，你可以去一个预留区，花一个周末或一个月来做。你得有几周最基本的训练，这就是我们说的密集的浸入，你不仅仅是参军，你成为一名士兵，或海军，或是别的，你发展成为军队，培养出军事能力。简单说来，你开始看自己是一名士兵。顺便说一下，我们也被这样教导，成为精兵，**「忍受苦难，做耶稣基督的精兵。」**你完全变了，到一个程度，比起你认识的人，你和不认识的其他士兵更合拍。等你经历过来，你和你的团队、甚至中队更合拍等等；等你回到家，你不再适应从前那伙人了。哪怕是家人，你都融不进去了。如果你留心观察，很大程度上，基督教就是这样。举个例子，要是你加入国民警卫队，你会经历十二周基本训练。完全沉浸，能最好最快地进行心意更新。大多数人不能或不愿这样完全沉浸。

8、委身 -做耶稣门徒的代价

委身很可能是在医治病人的事工中达到圣经果效的一个最关键要素。当我提到沉浸式频谱时，我指的是一个人需要多长时间才能在承诺、委身和沉浸的程度上获得心意更新而变化。你沉浸其中的程度越多，心思更新需要的时间越少。沉浸越少，达到心思更新的时间就越多，这是个由你来操盘的交易。请明白我理解人们所面临的限制。然而处在完全相同的情况下，总有人决定了什么对他们来说是最重要的事情。

委身是早期基督教最重要的部分，已经在现代基督教里消失了。马太福音四章18节起讲到「耶稣在加利利海边行走，看见弟兄二人，就是那称呼彼得的西门和他兄弟安得烈，在海里撒网；他们本是打鱼的。耶稣对他们说：来跟从我！我要叫你们得人如得鱼一样。他们就立刻舍了网，跟从了他。从那里往前走，又看见弟兄二人，就是西庇太的儿子雅各和他兄弟约翰，同他们的父亲西庇太在船上补网，耶稣就招呼他们。他们立刻舍了船，别了父亲，跟从了耶稣。」这儿我不想听起来好像他们不知道耶稣是谁，他就那么走过去说「嘿，跟我走吧。」他们就说好，跳起来跟着走了，这一点也不聪明。耶稣说「要计算代价。」你要意识到，在耶稣呼召他们前，已经和他们见过面，打过六个月的交道；他们见过祂，听过祂，认识祂；但是祂一呼召「来跟从我吧。」他们就来了，这不是他们第一次见到祂，只是当祂呼召，他们不是说，让我想想；的确有人这样做，可我们连他们的名字都不知道。但那些照祂话去做的人，我们知道他们是谁，他们成了世上最广为人知的人。

马可福音一章也讲到一样的事，经文相似。路加福音第五章，又一次记录了他们怎么来的，他们立即离开，做该做的事。我提这些的原因是我想让你们思考，说到底，你因对耶稣基督的委身付上了多少代价？你付出多少？我说的不是像名声这些，我是说你做出了什么改变？我讲的不只是活出来。有人会说「嗯，我戒酒了」；「为了跟随耶稣，我戒了毒瘾。」这样就能跟随耶稣，你不伟大吗，太伟大了，你为耶稣放弃酒精！哇，多大的牺牲啊，你不再伤害你的肝脏，这样你就能跟随耶稣，你能这样牺牲真够伟大的。要知道，放弃那些伤害自己的东西，我们没有可夸耀的，不是吗？换句话说，我们做出放弃！你放弃了什么？！我们得知道，做门徒要付代价。我们就讲到这，晚上给大家看一些东西，我们一起来做，真叫人兴奋！

《心意更新》第30课经文

【太四18】耶稣在加利利海边行走，看见弟兄二人，就是那称呼彼得的西门和他兄弟安得烈，在海里撒网；他们本是打鱼的。

【路十四28】你们哪一个要盖一座楼，不先坐下算计花费，能盖成不能呢？

【提后二3-4】你要和我同受苦难，好像基督耶稣的精兵。凡在军中当兵的，不将世务缠身，好叫那招他当兵的人喜悦。

《心意更新》第30课讨论问题

- 1、当你明白库里在《心意更新》教导的“专注”时，你准备如何应用到你的心意更新当中？有哪些具体的措施？
- 2、在你的生活中，是否有过沉浸式学习的经历？如果有的话，你是否尝试应用到学习神的话语当中？如果没有的话，你是否打算尝试这么做？
- 3、当你听了库里关于门徒训练的教导后，你是否有意识去训练自己也这么做？你打算采取什么样的措施？
- 4、你是否意识到做主的门徒是要付上代价的？当你决心跟随主，做祂的门徒，是否愿意付上代价？在你的生活中，有没有为了遵守神的话，做了付上代价的事，请举例。

《心意更新》二十九/三十期真理宣告

奉耶稣基督的名宣告：我决定顺从圣灵、设定目标、专注目标、分解目标、实现目标，全心、全意、全情与神的话对齐，与基督的心意对齐，我受训也训练门徒，我教导也活出真理，众人必从我看到耶稣的生命。阿们。