

建造剛強的屬靈生命(七) 勝過己生命的秘訣

- 我們都期待在世寄居的日子可以建立剛強的生命，但有三件事企圖摧毀我們剛強的生命，使我們軟弱，它們就是肉體（己生命）、魔鬼和世界。
- 神造我們是靈、魂、體的組成，當神的救恩臨到我們，靈向神活過來，這在每個重生的神兒女身上已發生；肉體的復活要等到主再來時；而魂的生命，是神要一生做工在我們生命裡。
- 魔鬼利用世界的價值觀和誘惑激發我們的老我（舊人的慾望），以致我們貪圖世上的虛榮，甚至向罪妥協、遠離神。當中最厲害的是我們的老我。我們如何能從舊人中得釋放？

一、己生命的六個表現

（一）羞愧：「我所願意的善，我反不做；我所不願意的惡，我倒去做。（羅 7:19）」惡的原文就是罪。信主前，我們不覺得自己有罪，但當我們重生之後，良心在我們裡面啟動，才發現自己真是個罪人，產生羞愧的感，不敢面對神，以致心靈、生命軟弱。

（二）不受控制的思想：保羅說「但我覺得肢體中另有個律和我心中的律交戰，把我擄去，叫我附從那肢體中犯罪的律。（羅 7:23）」心，就是心竅、悟性，思想（魂生命）。保羅說，在我們裡面有個犯罪的律和我們思想爭戰，但犯罪的律總是得勝。就像以色列百姓雖離開埃及，但心仍在埃及，以致軟弱、悖逆、抱怨神，結果是倒斃曠野。我們得救了，如果我們的心常想埃及（世界），那我們就在黑暗裡，生命就軟弱。

（三）強迫症：保羅說，「因為我所做的，我自己不明白；我所願意的，我並不作；我所恨惡的，我倒去做。……我覺得有個律，就是我願意為善的時候，便有惡與我同在。因為按著我裡面的意思，我是喜歡神的律；但我覺得肢體中另有個律和我心中的律交戰，把我擄去，叫我附從那肢體中犯罪的律。我真是苦啊！誰能救我脫離這取死的身體呢？（羅 7:15,21-24）」保羅用肢體中犯罪的律來形容我們內心有個強制力，驅使、強迫我們去做不討神喜悅、甚至傷害自己的事（例如貪婪的先知巴蘭）。

（四）害怕：保羅說：「我真是苦啊！誰能救我脫離這取死的身體呢？（羅 7:24）」保羅的呼喊反映出他對自己無法脫離罪的轄制與面對罪的結局感到害怕，害怕會叫我們心靈軟弱（箴24:10）。害怕是仇敵用來攻擊我們的手段，叫我們心靈軟弱。

（五）絕望：保羅說：「我也知道在我裡頭，就是我肉體之中，沒有良善。因為，立志為善由得我，只是行出來由不得我。故此，我所願意的善，我反不做；我所不願意的惡，我倒去做。（羅 7:18-19）」保羅徹底否定自己可以成聖的可能性，對自己感到絕望。絕望，會使人不敢再往前；絕望，讓人感覺被神離棄了，以致沒勇氣活下去、無法活出神的命定。

（六）苦毒：雅各書 3:14「你們心裡若懷著苦毒的嫉妒和紛爭，就不可自誇，也不可說謊話抵擋真道。」苦毒跟嫉妒常連在一起，嫉妒會扭曲人性、破壞人際關係、生出怨恨苦毒。或著因著別人對我們的傷害，就生出苦毒來；另外，保羅也因著無法勝過罪、對自己負面的評價，心中生出苦毒來（羅 7:24、提前 1:13a、羅 7:18a）。

- 我們如何從己生命中得釋放？羅馬書 7:24「我真是苦啊！誰能救我脫離這取死的身體呢？」保羅用各樣努力都無法救自己，那誰能救我呢？保羅沒有問用什麼方法、計畫、課程、宗教可以救我，他說只有耶穌，藉著聖靈在我們裡面，能解決我們老我的問題。所以追求主、被聖靈充滿很重要。聖靈充滿是解決我們所有問題唯一的答案。

- 「如今，那些在基督耶穌裡的，就不定罪了。因為賜生命聖靈的律，在基督耶穌裡釋放了我，使我脫離罪和死的律了。（羅8:1-2）」耶穌升天之後，降下聖靈來充滿我們，叫我們可以得釋放。那我們如何藉著聖靈，叫我們從老我得著釋放？

二、勝過己生命的秘訣

（一）每天提醒自己耶穌為我們成就的事——面對羞愧：

1.我不再被定罪：

- 耶穌已成全祂的救恩在你我生命裡，羅馬書 8:1「如今，那些在基督耶穌裡的不定罪了。」罪叫我們羞恥、受審判，結局就是滅亡，但耶穌已為我們承擔一切罪債，我們不需一直活在被審判當中。主為我們成全的救恩，不但為過去的罪、現在的罪和以後會犯的罪，主都承擔了，所以我們不用再活在羞愧裡。我們只要繼續待在父家中，即使有軟弱、受責備，但不會失去身份地位。

2.在我裡面有了新生命：

- 我們重生得救後有了新的生命，是可以勝過罪的生命。聖靈重生了我們，把祂的生命、力量放在我們裡面，讓我們有力量可以活出不再羞愧的生命，律法只能改變人的外表、但改變不了人的心，「俗語說得真不錯：狗所吐的，他轉過來又吃；豬洗淨了又回到泥裡去滾；這話在他們身上正合式。（彼後2:22）」外面弄乾淨了，但裡面沒有改變，是沒用的。
- 約翰牛頓原是狂妄的無神論者、是冷血的奴隸販子，但因著耶穌救恩，生命完全改變，成為廢黑奴法案的啟蒙者，他晚年說：「我不是我應該是的我，我不是我喜歡的我，我不是我希望的我，可是因著耶穌基督的救恩，我已經不是以前的我。藉著神的恩典，我成為新造的人。」

（二）求聖靈賜給我更美好的思想——面對不受控制的思想：

- 箴言 23:7a「因為他心怎樣思量，他為人就是怎樣。」一個人怎麼思想，表現出來就怎樣。但我們很難改變、很難控制我們的思想，就像以色列人出埃及了，心還是想著埃及，我們也是，仍無法控制自己，還是愛世界。保羅提醒我們：「隨從肉體的人體貼肉體的事，隨從聖靈的人體貼聖靈的事。體貼肉體的，就是死；體貼聖靈的，乃是生命、平安。（羅8:6）」體貼原文意思是思想。我們唯一方法就是禱告，求聖靈充滿我們，使我們可以思想聖靈的事，生命得平安、剛強。
- 當排斥、抵擋的手段都無法約束、控制我們思想時，就用取代原則，就是用聖靈的思想來取代。你可以決定讓撒但把試探的思想放在我們心裡，或者求聖靈把啟示放在我們思想裡。聖靈是我們的保惠師、幫助者，當我們無法約束思想，可以求聖靈再來充滿我們，保羅說：「弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。（腓4:8）」當我們正面思想，生命就得以剛強。

（三）我有新的能力拒絕強迫症——面對強迫症

- 我們裡面好像有個律，勉強我去做我不想做的，我如何勝過？保羅說，「體貼肉體的，就是與神為仇；因為不服神的律法，也是不能服，而且屬肉體的人不能得神的喜歡。（羅8:7-8）」屬肉體的思想是抵擋神的，他不願、也沒有能力服神的律法，屬肉體的人，神不喜悅。
- 我們若試圖用自己的力量、意志去勝過，總會失敗（保羅嘗試過了）。我們只能呼求聖靈！加拉太書 5:16「我說，你們當順著聖靈而行，就不放縱肉體的情慾了。」我們順從聖靈、體貼聖靈，就不放縱肉體的情慾。放縱就是去實行、去滿足，順從聖靈，就不會去滿足肉體情慾。
- 時下流行一種說法：跟著你的心走、跟著感覺走。但我們的心所想的、我們的天性、老我不見得都好，所以一個成熟的人不會這樣做，他會做對的事。羅馬書 8:9「如果神的靈住在你們心裡，你們就不屬肉體，乃屬聖靈了。」聖靈在我們裡面作王掌權，就不被肉體掌控。

(四) 當我害怕時，轉向向思想神——面對害怕

- 我們轉向神、呼求聖靈在我們裡面，就可以從害怕中得釋放。保羅說：「因為凡被神的靈引導的，都是神的兒子。你們所受的，不是奴僕的心，仍舊害怕；所受的，乃是兒子的心，因此我們呼叫：阿爸！父！聖靈與我們的心同證我們是神的兒女。（羅8:14-16）」奴僕的心會害怕，但神把兒子的心給我們。我們是祂的兒女，祂會看顧我們。
- 提摩太後書 1:7「因為神賜給我們，不是膽怯的心，乃是剛強、仁愛、謹守的心。」聖靈會叫我們不害怕、會充滿愛、充滿能力，並且有節制。

(五) 聚焦在長遠的而非短期的——面對絕望

- 地上很多事讓我們沒有盼望，所以我們要養成注意長遠而非短暫的習慣，哈佛大學曾做了一個有名的研究，他們發現，一個人若有比較長遠的思想，就比較容易成功；但如果一個人比較短視，只注意眼前的事情，就容易失敗。
- 人生很短，主提醒我們要思想永恆的事，生命就會剛強，就不會被目前的小事情攪擾而痛苦、傷心、絕望。羅馬書 8:17-18「既是兒女，便是後嗣，就是神的後嗣，和基督同作後嗣。如果我們和他一同受苦，也必和他一同得榮耀。我想，現在的苦楚若比起將來要顯於我們的榮耀就不足介意了。」我們現在就要常常思想將來永恆的榮耀，現在的苦楚就不值得去介意。
- 有一天我們都要回天家，將來我們會得到多少賞賜，就在乎我們在地上付出多少，我們在地上與主一同受苦，在永恆裡就和祂一同得榮耀。聖經上的信心英雄也是如此，「這些人都是存著信心死的，並沒有得著所應許的；卻從遠處望見，且歡喜迎接，又承認自己在世上是客旅，是寄居的。……他們卻羨慕一個更美的家鄉，就是在天上的。所以神被稱為他們的神，並不以為恥，因為他已經給他們預備了一座城。（來11:13-16）」主耶穌也是「他因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在神寶座的右邊。（來12:2）」主看見將有無數人因祂得拯救，就輕看地上所受的苦。」神熬煉我們、是要塑造我們生命，叫我們傳福音使更多人領受祝福。

(六) 提醒自己，神是好神，祂仍祝福——面對苦毒

- 如何面對生命中因嫉妒、或傷害、或自我貶抑而來的苦毒？我們藉著聖靈要思想，神是位好神，祂仍在掌權，因著罪，所有受造物都活在痛苦虛空、沮喪中，「但受造之物仍然指望脫離敗壞的轄制，得享（享：原文是入）神兒女自由的榮耀。……不但如此，就是我們這有聖靈初結果子的，也是自己心裡歎息，等候得著兒子的名分，乃是我們的身體得贖。（羅8:21,23）」
- 我們雖得救了，但裡面仍一無良善，我們仍期待得到救贖，因這世界、因罪所帶來的痛苦會引發苦毒，而苦毒會破壞我們的生命。但我們要思想神是位好神，他要救我們從苦毒中出來。祂藉著聖靈為我們禱告，「況且我們的軟弱有聖靈幫助，我們本不曉得當怎樣禱告，只是聖靈親自用說不出來的歎息替我們禱告。（羅8:26）」我們太苦了，不知怎麼禱告，但聖靈用一種無法用言語形容，是一種最深刻的感受為我們禱告，「鑒察人心的，曉得聖靈的意思，因為聖靈照著神的旨意替聖徒祈求。（羅8:27）」聖靈認識我們，知道我們真實的情況，祂為我們真實的需要禱告。
- 神也使萬事為我們效力，羅馬書 8:28「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按祂旨意被召的人。」萬事包括那些讓我們心生苦毒的事，神可以使用來為我們效力、叫我們得幫助；仇敵想逼迫我們，叫我們活在苦毒中，但神要救我們從苦毒中出來，祂要我們得釋放，把我們所需要的賜給我們，神都願意把祂兒子賜給我們，那還有什麼事是神不願意給的？主愛我們，藉著聖靈，可以解決我們一切問題、叫我們得釋放。

【問題與討論】

- 1.我們的己生命，是造成生命軟弱最大的問題，在你生命裡，有哪些己生命造成你的軟弱、痛苦？你如何靠主得勝？或是你仍受捆綁、可以提出讓大家為你禱告。
- 2.己生命的表現，除了這六點之外，你還想到有哪些？這些（包括本次的六點）會帶來什麼樣的麻煩、問題跟痛苦？
- 3.聖經中許多人物，神也把他們的己生命攤開在世人面前，其中有哪些人讓你印象最深刻？他們的問題是什麼？神如何帶領他們？他們的生命給你怎樣的省思？
- 4.勝過己生命的秘訣是什麼？聖經中，有哪些經文給你很大的提醒、幫助？
- 5.在這次信息中，你覺得哪個信息反覆一直出現？這次的信息哪個點最摸著你的心？

【神的工——禱告時間】

1. 請為今天新來的朋友祝福禱告，並請每位組員自由提出你的代禱事項。
2. 懇求聖靈幫助我們，攻克己身，叫身服我，使我們不會在永恆裡被撇棄；也求聖靈幫助我們治服己心，好叫我們生命的城邑穩固，不會被世界和撒但利用欺騙，生命得以在主裡得堅固。
3. 求聖靈幫助我們更多追求主、被聖靈充滿，讓神的靈豐滿住在我們裡面，作王掌權，讓我們全都順服聖靈的帶領，體貼聖靈、不體貼肉體；更多思想永恆、不定睛在短暫的世俗上，使我們生命能一步步邁向成熟，使用我們的生命成為別人的祝福！
4. 求主賜福每個小組（從學生至成人小組），興起更多主的工人，為主發光，成為神話語的出口，將人完完全的引到神的面前，使小組生養眾多，神的榮耀祝福更多的充滿每個小組。