

(4) 生命持續成長

在屬靈爭戰中，我們仗著耶穌並他的十字架已經得勝，但爭戰還沒結束。我想神讓我們繼續在爭戰中，是要我們的生命有更好的磨練，以致更成熟，更像基督。

羅馬書 12:1-5

¹所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此侍奉，乃是理所當然的。²不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。³我憑著所賜我的恩，對你們各人說：不要看自己過於所當看的，要照著神分給各人信心的大小，看得合乎中道。⁴正如我們一個身上有好些肢體，肢體也不都是一樣的用處。⁵我們這許多人，在基督裡成為一身，互相聯絡作肢體，也是如此。

壹、成長基礎——承認與接納「真正的我」

羅馬書 12:1

¹所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的；你們如此侍奉，乃是理所當然的。

成長的基礎是獻上，把自己整個人給神，把生命的主權交給神。這表示不再為滿足自我而活了。今天，我們獻給主的是什麼？很多人學法利賽人，自訂一套標準苦守，以為神會悅納。這樣，把「理想的我」誤以為是「真正的我」。

如一位熱心的信徒，以為只有自己熱心（理想的我）神才喜歡，所以如何辛苦還要服侍，其實，內心想著家庭和生活的需要，並且是不情願服侍的（真實的我）；過了一段時間，個人力量已經耗盡，沒辦法再撐著，結果，他便滿懷苦毒地放棄服侍。

又如一位信徒，不願意承認「真正的我」是軟弱、有瑕疵的，故別人給建議或提醒的時候，會否認，甚或生氣，堅持自己是「理想的我」。

「真正的我」可能連自己都慘不忍睹，但其實神完全知道，並已經接納了。我們可以放膽地獻上「真正的我」，而不是「虛偽的我」。

貳、個人成長

羅馬書 12:2

²不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為神的善良、純全、可喜悅的旨意。

一、認識自己

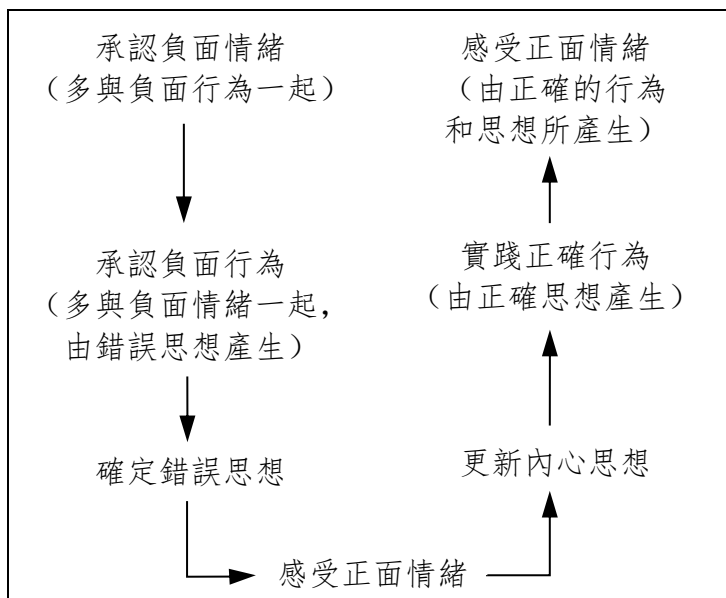
我們所定的「理想的我」不一定等於神為我們定「理想的我」；我們定的可能是一套標準，神對我們的計畫是效法耶穌基督，活出基督的生命。（羅馬書 8:28-30）

但「真實的我」卻是與神的目的差太遠，我們一生的目的就是去靠近神的目的，越來越像耶穌基督，所以我們一生是成聖和成長的過程。而這過程需要清楚我們的「理想的我」和「真正的我」，我們才知道成長的需要和方向，才有「心意更新而變化」。

具體「理想的我」是需要通過認識神的話才能知道。但要知道「真正的我」，卻比較困難，因為我們會自動隱藏或欺騙自己，以避免內心承受不了。

二、更新變化

認識「真正的我」的最好方法是從心中的負面情緒開始，找到產生這些情緒的最根本想法，以神的話糾正，然後按聖經的真理應用，把真理內化，並享受正面的感受。



三、承認負面情緒與行為

正如我們胃疼，便知道胃或食物有問題，情緒是人內心的指示器，反映內心的思想習慣。當我們有負面情緒，如：忿怒，焦慮和沮喪，可能是我們的思想習慣有問題。

所以，當我們有這樣的情緒時，需要問自己：我為什麼有這個情緒？

| | |
|----|-------|
| 忿怒 | 目標被阻撓 |
| 焦慮 | 目標不明確 |
| 沮喪 | 目標不可能 |

情緒又往往能左右意志的決定，並產生非理性的行為。有時候我們有了行動，才發覺自己有情緒。

1. 確定錯誤思想並以神的話糾正

我們需要一直問：為什麼有這個情緒？為什麼有這個想法？直到最後，就是我們內心最根本的想法，也是導致該情緒的罪根本原因。我們需要以神的話來評估對錯。

幾乎所有錯誤的思想，都是想在神以外得滿足。如：當我的意見被否決，我會很生氣，因為我覺得被拒絕，不被接納和重視；但其實意見被接納與否，不會影響神對我們的接納和重視。

2. 實踐正確行為並感受正面情緒

當我們思想被更新了，我們對同樣的事有不同的看法和反應，我們就要實踐新的、正確的思路，喜樂、滿足等正面的情緒便會隨之而來。

如果需要饒恕接納的，就饒恕接納；如果需要道歉的，就要去請求原諒。這樣，我們才能健康地成長。

參、群體成長

羅馬書 12:3-5

³我憑著所賜我的恩，對你們各人說：不要看自己過於所當看的，要照著神分給各人信心的大小，看得合乎中道。⁴正如我們一個身上有好些肢體，肢體也不都是一樣的用處。⁵我們這許多人，在基督裡成為一身，互相聯絡作肢體，也是如此。

我們被造是群體生活的，神的設計不是讓人獨自生活和工作的。不同的人在群體中發揮不同的功用。而在同工或相處的過程，因著我們都不完全，摩擦是少不了，摩擦使我們更認識別人和自己，但摩擦需要在坦誠和相愛的環境中才能使人成長，否則只帶來紛爭。

肆、摘要與應用

成長的基礎是獻上，把自己整個人給神，把生命的主權交給神。這表示不再為滿足自我而活了。今天，我們獻給主的是什麼？很多人學法利賽人，自訂一套標準苦守，以為神會悅納。這樣，把「理想的我」誤以為是「真正的我」。我們所定的「理想的我」不一定等於神為我們定「理想的我」；我們定的可能是一套標準，神對我們的計畫是效法耶穌基督，活出基督的生命。「真正的我」可能連自己都慘不忍睹，但其實神完全知道，並已經接納了。我們可以放膽地獻上「真正的我」，而不是「虛偽的我」。

一、應用的原則

- 我們一生的目的就是去靠近神的目的，越來越像耶穌基督，所以我們一生是成聖和成長的過程。而這過程需要清楚我們的「理想的我」和「真正的我」，我們才知道成長的需要和方向，才有「心意更新而變化」。
- 認識「真正的我」的最好方法是從心中的負面情緒開始，找到產生這些情緒的最根本想法，以神的話糾正，然後按聖經的真理應用，把真理內化，並享受正面的感受。
- 我們被造是群體生活的，神的設計不是讓人獨自生活和工作的。不同的人在群體中發揮不同的功用。

二、應用的行動

- 成長的兩個關鍵：誠實地反省自己，誠實相愛的群體。
- 我們有經常誠實地反省自己？
- 我們有投入到誠實相愛的群體嗎？大家有否用愛心說誠實話？