

CHRIS OYAKHILOME, D.Sc., D.D.



心灵的力量

FROM THE
BEST-SELLING AUTHOR OF
RHAPSODY OF REALITIES,
THE WORLD'S #1
DAILY DEVOTIONAL

借由心意的更新行在神圣卓越中，改变你的世界

心灵的力量

借由心意的更新行在神圣卓越中，
改变你的世界

CHRIS OYAKHILOME, D.Sc., D.D.

心灵的力量

...walk in divine excellence and transform your world through the power of a renewed mind

ISBN 978-978-51521-5-9

Copyright © 2016 LoveWorld Publishing Ministry of Believers' LoveWorld.

All rights reserved under International Copyright Law. Contents and/or cover may not be produced in whole or in part in any form without the express written permission of LoveWorld Publishing.

All scripture quotations are taken from the King James Version of the Bible unless otherwise indicated.

NIGERIA:

Christ Embassy
Plot 97, Durumi District
Abuja, Nigeria

LoveWorld Conference Center
Kudirat Abiola Way,
Oregon, Ikeja, Lagos
P.O. Box 13563 Ikeja, Lagos.
Tel: +234-8023324188,
+234-802 478 9892-3,
+234-8052464131

UNITED KINGDOM:

Believers' LoveWorld
Unit C2, Thamesview Business Centre
Barlow Way, Rainham
Essex, RM13 8BT
Tel: +44(0)170 855 6604

SOUTH AFRICA:

303 Pretoria Avenue
Cnr. Harley and Bram Fischer,
Randburg, Gauteng
South Africa.
Tel: + 27 11 3260 971;
+27 11 3260 972

CANADA:

Christ Embassy Int'l Office,
50 Weybright Court, Unit 43B
Toronto, ON MIS 5A8
Tel: +1 647-341-9091

CANADA:

600 Clayson North York,
Toronto, M9M 2H2, Canada
Tel/Fax: +1-416-746 5080

USA:

Christ Embassy Int'l Office,
200 E Arrowhead Drive
Suite W-3
Charlotte, NC 28213
Tel: +1-980-219-5150

USA:

Christ Embassy Houston,
8623 Hemlock Hill Drive
Houston, Texas. 77083
Tel: +1-281-759-5111;
+1-281-759-6218

*website: www.christembassy.org
email: cec@christembassy.org*

目录

序言：神所赐予的工具	5
第一章：更新你的心意：思维管理的概念	9
第二章：对心灵的理解	13
第三章：“这些事你们都要思念……”	31
第四章：正确使用你的心	41
第五章：属肉体的心 VS. 属灵的心	49
第六章：思想的力量	53
第七章：攻破坚固的营垒	65
第八章：处理消极的思想和情绪	75
第九章：“不要忧虑”	83
第十章：态度——你的心理倾向	91
第十一章：首先是内在的看见	101
第十二章：默想——你的创造时刻	111
第十三章：视万物为新！	125
结论：每日更新！	131





序言

神所赐予的工具

神在我们身上最大的心愿就是愿我们过一个得胜的生活，总是享受祂在基督耶稣里为我们存留的福分。但是大多数人难以过这样一个荣耀的人生，这是因为他们没有能力将神已经赐给他们恩典个人化。然而，神在祂的慈爱中已经为你装备了特殊的工具，帮助你得着这多重祝福的产业。这工具就是你的心！

神已经赐给我们不同奇妙的恩赐，它们有着各自不同的特殊功用。祂赐给我们口，让我们可以因此描绘人生的路途，承认我们的救恩，并享受其全部的益处（罗马书10:9-10）。保罗在**罗马书12:2**告诉我们神所赐给我们的奇妙恩赐之一，以及这恩赐的功用。他说：

“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。”

这是极为重要的启示。保罗藉着圣灵让我们知道，为了我们的变化，神已经将“心意”赐给我们了。“变化”的英语单词来自于希腊词汇“metamorphoo”，意思是：“从一个形式、状态、等级向其他形式、状态或等级的改变或变化。”

请想象一下，如果经文只是提到“……**只要变化**”，却没有提到要如何变化，我们就必然会困惑不解。感谢神将方法告诉了我们！祂说我们要心意更新而变化，不是借由我们的手机、车、服装、家或银行账户的更新而变化。你可以按照自己喜好更新这一切，但除非你的心意更新了，否则你就无法有任何变化。这是因为神已经将你的心意作成使你变化的工具。并且我们所说的这种变化是荣上加荣的变化，是把一个生活水准提升到更高层次、更好的状态中去，荣耀归于神！

你的心拥有无限的潜力，可以创造出一切你心所渴望的。当你使用你思维的能力时，就会为你带来无尽的可能性。没有什么是你不能实现的，也没有哪个高度是你无法在生命中达成的。

你的兴盛并不一定取决于你所居住的国家的地理位置或经济状况。你在生命中能够成为何等人主要取决于你的思想内容及思想品质，因你可以借着你的思维改变与你有关的一切。你可以借由你的心为自己的人生建立完美的架构和管理体系，最大限度地享受神所赐给你特别的生命。

然而，这一切的发生都必须建立在你知道如何使用所赐给你的心意的基础之上。换句话说，你思维的内容和品质必须足够丰富、积极，才能带来你所愿的一切。不能正确使用你的思维只会带来停滞和退化，但如果你想要一个改变，想要进入更大的荣耀、拥有更高水准、更高质量的生命，你就必须学会如何正确使用你的思维。

这就是神的灵藉着这本书，带领我帮助你发现、明白的事，使你可以有效利用你心灵的大能，

并以一个帮助你创造得胜、成功、生机勃勃的生命的方式引导你的心思意念。

1

更新你心意： 思维管理的概念

在你回归基督之后，神赐给你新的角度来思考祂自己、天堂、你自己、你的环境、你周边的世界以及生活的点点滴滴。祂赐给你新的信息，告诉你应该如何与他人建立联系。

这就是为什么圣经在罗马书12:2告诉我们“……只要心意更新而变化……”的原因。换句话说，就是“不要像世上其他的人，要心意更新而变化（变形、改变性质）”，改变你的思维方式，接受神的心思意念，把你的想法换成祂的想法，学会像祂那样思考、说话。

但是，除非你有正确的材料供你思想，你就无法像神一样思考。这材料就是祂的道。神的话语就是祂思维的词汇化。

神已经向我们显明，我们可以影响自己的思维方式，从而变得更多产、成功、兴盛。你能管理你的心意，生出卓越、伟大、成功和兴盛。这是你的

责任，是神期待你去行的。

圣经使我们明白我们对心灵的管理是何等重要，这不仅会决定我们的人格特点，而且也决定着

改变、改善、提升
你生命的途径是藉
着你心意的更新。

我们会有怎样的结果以及拥有怎样的生命质量。

罗马书12:1-2:

“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，你们如此侍奉，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。”

问题：你是否想要改变自己的生命？你是否想拥有更好的生命质量？保罗在这里藉着圣灵对你说，改变、改善、提升你生命的途径就是藉着你心意的更新。

我将这个属灵原则称为“思维管理”，就是指以神的道重构或重新编制你的思维（思维内容和进

程），使你对神、对他人、对世界并你自己的想法、感知和心态与神的道一致。

倘若神正在告诉你要心意更新而变化，这就意味着祂让你知道，你是那个促使这事发生的人。祂在指示你要如此行，因祂已经将这能力放在你的里面了。

你思故你在

今天的你是谁？答案是你心灵的运行。你的人格是你心中所想的、所作的外在表现。圣经说人心怎样思量，他为人就是怎样（箴言23:7）。你的生命并你个性的整合（你如何生活、所做的事、语言特征等）是你心灵的表现。

神已经向你显明你能够管理你的心。这意味着你能够影响你的心，改变其中的内容，而这个改变会在你的性格上以及你在生命中所获得的结果上显明出来。

增加你的价值

为了让你自己增值、获得更大的成功、提升你

的身份，扩大你的资产，管理你的思维是首要原则。有时，在某件事上你可能会在自己所知道的范围内尽了最大的努力，但却没有取得成功。你还能做什么呢？噢，为什么不开始进行思维管理呢？你能让你的心在这个情况上有不同的想法吗？你是否能进入到你的心理硬盘中，查看哪些文件需要被删除，哪些新的文件需要被下载、安装吗？

是的，你可以，你也应该这样做。通过对你的思维结构做出正确的改变，你可以让你的人生更幸福、更充实。

我们在这里所建立的是一个重点：你能够通过改变你的思维方式改变你的人生。例如：通过更新或管理你的心灵。

但在我们对心灵所含的内容以及如何使之更新的问题做更深的探究之前，让我们首先对心灵本身建立一个具体认识吧。

2

对心灵的理解

虽然人类的大脑一直在被探索和讨论，但论到对其的了解，无论是在实验室里，是通过什么科学实验，都还有待于人们去发现。确实，就算是世上最好的科学家、医生、历史学家或哲学家也无法给出对心灵的理解，因为他们对心灵最好的解释最多不过是猜测罢了。

这是因为心灵是不可触摸的、是灵的存在，只有神的道能将其阐明。

希伯来书4:12告诉我们说：

“神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃剑更快，甚至魂与灵、骨节与骨髓，都能刺入、剖开，连心中的思念和主意都能辨明。”

这是普通的头脑无法给你的，也是无法做到的。将魂与灵所知晓的内容分别出来需要藉着圣灵

的大能，得着神话语的启示。

因此，让我们以对心灵简单的定义来开始：

心灵是人类推理和思想的功能体系。

它具有想象、识别、欣赏的能力，负责处理感觉和情绪，其结果是态度和行为。

在这段定义中有几个关键词，首先是“思想”

思想是为了意义、推理、语言和表达，对图像的创造、回忆、回顾和处理。

意思就是说你可以为了意义而创造、回忆、回顾和处理图像。换句话说，你可以为所得的图像赋予意义。你还可以为推理、语言和表达的缘故对这些图像进行处理。这一切都在人的头脑中发生。

当你的双眼定睛在一幅画面之上，大脑就是会对这幅图进行解释，这样你才真正的看到它。如果你的大脑无法将之解释出来，那么无论你眼前是什么画对你来说都是毫无意义的。比如，如果有人给

你一本阿拉伯语的书让你读，而你的大脑并没有受训练认识阿拉伯语，那么你就无法辨别这些字母。首先你会惊讶的将是这些字的书写顺序竟然是自右到左！

在对这个课题的研究上——无论是在旧约还是新约——你会发现有若干个词汇用来指代心灵或它的活动，且它们之间是替换使用的。

有时，你会在一个圣经版本中读到一节经文中使用了“思想”这个词，而同样的词汇在另外一个圣经版本中则以“理智”这个词来进行表达。

你还会发现“头脑”、“魂”和“心”这几个词的互换使用。但头脑不是心，心也不是魂。

有些时候，“魂”、“心”、“隐藏在心里的人”和“灵”都会用来形容内心（就是构成人的灵与魂的）。

但这些都只是对内在的人的通用表达方式，你会在整本圣经中发现这些词被作为同义词来使用。并且它们只不过是和被用在表达心灵现象和活动的偌大同义词词群里的一小部分而已。因此，想要

更好地理解心灵，你就需要对人类有一个清楚的、以圣经为依据的定义和描述的认识。

外体和内心

首先，人类有两个本质：外体和内心。保罗在哥林多后书4:16将二者清晰地分别了出来：“所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。”

心灵是不可触摸的、是灵的存在，只有神的道能将其阐明。

他让我们知道有外体，也有内心。

外体就是物质的身体以及它的五官感觉（视觉、听觉、嗅觉、触觉、味觉）。

这些感官是他得以与环境联系的媒介。这就是为什么人类的身体能通过它的五官感觉来接受来自于这个世界的信息的原因。

然而，内心却是人的灵和魂（容纳人类思维、意志、情绪、理智和智力的）。他就是被圣经称之为“心中隐藏的人”的。他不能被肉体的眼睛看

见，因他是“人里面的人”。

我们每个人都是属灵的存在，我们的内心是真实的人住在物质的身体中。内心是那领受基督救恩的。当你相信、承认耶稣的主权时，重生的不是你的身体（你的外体），而是你的内心——就是你人的灵得以重生了。

你人的灵有属灵的感官，是借由你的魂和心灵发挥功用。这解释了为什么你的心灵如此大有能力、如此重要，皆因他是你的灵与身体的连接者。

心与灵的清晰画面

有时属灵的事物是难以沟通交流的，但圣经向我们显明，我们可以通过对身体的观察得以明白它。这是因为属灵的生出属肉体的。希伯来书11:3告诉我们：“……主世界是藉着神话造成的，这样，所看见的，并不是从显然之物造出来的。”

为了能够让你更好地理解我所说的内心是人类的灵与魂，外体则是人类的身体和感官的观点，我将对神经系统与魂之间做个对比：

**魂之于灵，就如同神经系统之于
身体。**

恰如神经系统是人类身体必要的构成部分，魂与人类的灵也是不可分割的，它属于人的灵，也是为了人的灵而运作。通过下面对魂与其相对应的身体部位，你能够看到更清晰的画面：

**魂之于灵，就如同神经系统之于
身体；而心之于魂，就如同大脑
之于神经系统。**

因此，这就意味着心是包含在魂里面，就如同大脑是中央神经系统的一部分一样。这就是为什么你可以看见（想象）、听见或感觉到自己心灵的原因。中央神经系统和身体的感官所能做的一切，实际上都是内心特质的反射。

所以，即便你无法在身体中找到心灵所在的位置，它却有去看、听、认知、解释。它存在于你的魂，是属灵的物质，惟有神能看见它。

人的大脑

《美国传统斯特德曼医学词典》（the American Heritage Stedman's Medical Dictionary）将大脑定义为：“身体活动的主要监管及控制中心，接受、解释感官刺激，向肌肉和身体器官传递信息。它还是意识、思想、记忆和情感的所在地。”

这是对大脑非常好的定义，但其中有一部分并不完全正确。意识、思想、记忆和情感的所在地并不存在于大脑之中。在医疗科学并其他领域中，人们知道即便在一个个体没有意识的情况下，他的大脑仍然可以充分发挥完全的功能。因此，意识并不存在于大脑。甚至记忆也不能说它是存在于大脑之中，因为真正的记忆是超过记录和处理信息的范围的。这种处理信息的功能——就是通常以说明、意义、语言和表达为目的的功能，不在于大脑的能力，而在于心灵的能力。

因此，对大脑恰当的定义应该是：它是身体活动的主要监管及控制中心，接受、解释感官刺激，向肌肉和身体器官传递信息。

尽管《美国传统斯特德曼医学词典》（the American Heritage Stedman's Medical Dictionary）超出了对大脑定义的范围，但它还是有一定道理的。它表明了意识、思想、记忆和情感是有一个所在地的。这是因为科学承认在心灵和大脑之间是有联系的，也就是在内心和外体之间是有联系的。但它并不知道如何将二者联系起来。

大脑既不是心也不是魂，它是身体的生理器官，而魂与心则是无形的。然而，为了获得最佳的意识、认知和表达，身体的中枢神经系统（脑和脊髓）却是与心灵相互协调、共同作用的。中枢神经系统和心灵，这两者是人类性格特征的最终负责部分。这就是心灵与大脑之间的联系，以及它们是如何协同工作的。

教育内在的人

心灵有从外在的人（外体）及其感官接收、处理信息的能力，也能从内在的人并他的属灵感官接收、处理信息。它是身体或外在的人与灵或内在的

人之间的连接者，从而赋予人真正的品格。心灵对人类的态度和行为负有最终责任。

世界上最好的教育是通过外体的感官感觉通告、改善、发展人的心。学校和大学所能取得的最远大、最优秀的成绩是：通过感官感觉教育人的心。但人具有比这更好、更超群出众的潜力，就是对内在之人，就是人的灵的教育。这将最终引致针对人心的教育。而这惟有通过领受、默想神的道方能实现。

内在的人（内心）惟有通过神的道才能被发现、被教育。你可以在**希伯来书4:12**看到这一点：

“神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃剑更快，甚至魂与灵、骨节与骨髓，都能刺入、剖开，连心中的思念和主意都能辨明。”

留意圣经说“甚至魂与灵……都能刺入、剖开”，这意味着神的道会进入我们性情的核心，将魂与灵区别、分离开来。惟有神的道能作成这事。神的道帮助我们发现内心。世上没有任何一间通过

感官感觉来育人心灵的学校可以做到这一点。在对人心灵的教育上，他们最好的成就是在感官领域中，而真正的人——就是人的灵——却需要不同的教育方式。

我绝不是轻视正规教育，因一个人越是得到好的教育，就越会在世界握有优势。当你对自己的环境、所居住的世界、其中的人有更好的认识时，你就比那些没有这些认识的人有优势。

大脑既不是心也不是魂，它是身体的生理器官，而魂与心灵是无形的。

现在请思考：若你的灵并你属灵的感官受到了教育，将会为你带来怎样的优势呢？这就是你在阅读属灵材料时——比如这本可以帮助你发现真正的自我，由内而外地提升生命质量的书籍时会得着的好处。

内心的关键教育已经通过被我称为“思维管理”的方式达成了，这就是保罗在**罗马书12:1-2**中所说的：

“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，你们如此侍奉，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。”

请留意他在第一节说：“……将身体献上”，这意味着你（自我）拥有你的身体。他让我们知道，人的灵魂有掌管外体的权利。因此，不要被你的身体控制，相反，要控制你的身体，将之作为活祭献给神。

接着他在第二节更进一步谈论到你灵的教育：“心意更新而变化”。

就如同一个人会因着对他的自然感官所受的教育而改变一样，你的内心也会因着对你属灵感官的教育而改变。

因此，不要效法这个世界。不要像世人那样活着、不要像他们那样思考问题，也不要从他们的观

点来看问题。相反，要通过心意的更新而改变、变化、转化。

不要说：“哦，神啊，提升我到更高的层次吧！”你在生命中从一个层次上到更美的荣耀之地是你自己的责任。你可以选择过一个更佳美、更荣耀的生命，祂在这里已经告诉了你怎样才能做到这一点：就是通过你心意的更新（有效地管理）。

对心、魂、头脑、思想工作的 更好的认识

让我给你看几处经文，你会发现这几节经文可以帮助你理解我们目前对心、魂、头脑和思想的讲述。

马太福音15:1-11:

“那时，有法利赛人和文士从耶路撒冷来见耶稣，说：‘你的门徒为什么犯古人的遗传呢？因为吃饭的时候，他们不洗手。’……耶稣就叫了众人来，对他们说：‘你们要听，也

要明白。入口的不能污秽人，出口的乃能污秽人。’ ”

文士和法利赛人控告耶稣的门徒不洗手吃饭的过错。要明白他们在这里所关心的可不是卫生问题，而是洁净的仪式。所以耶稣回答他们说：“入口的不能污秽人，出口的乃能污秽人。”后来，他的门徒们到祂面前，问祂这比喻的解释，因为他们不明白。

“耶稣说：‘你们到如今还不明白吗？岂不知凡入口的，是运到肚子里，又落在茅厕里吗？唯独出口的，是从心里发出来的，这才污秽人。因为从心里发出来的，有恶念、凶杀、奸淫、苟合、偷盗、妄证、谤讟，这都是污秽人的。至于不洗手吃饭，那却不污秽人。’ ”（马太福音15:16-20）

请留意耶稣在这里的用词。祂所说的“心”并不是指在我们胸腔里把血液压泵输送到身体各处的

器官，而是人的灵和魂（更确切地说，人的思想）。祂说恶念是从这里发出的。祂让我们知道恶念不是从物质身体（大脑）而出，而是从人的思想发出。

这是非常值得我们注意的！主帮助我们看见人的灵与物质身体之间的不同，以及人是如何被恶念污秽（毁坏、使之不洁）的，这恶念不是从这人的大脑生出，而是从他里面的人（他的心和思想）发出。

从心发出的想法有不同的种类——有好有坏，耶稣将一些思想归类为恶的，是因为它们在人的心里是被消极处理的。

现在让我们来阅读另一处圣经，**路加福音24:36-37**：

“正说话的时候，耶稣亲自站在他们当中，说：‘愿你们平安！’他们却惊慌害怕，以为所看见的是魂。”

这是发生在耶稣被钉十字架、复活之后的事。那时，门徒们挤在一个狭小的房间里，讨论过去几

天所发生的悲惨事件，不晓得耶稣是否真如一些人所报告的那样复活了。

正当他们谈论的时候，大门都紧紧关闭着，此时耶稣突然出现在他们中间。他们以为所见的是鬼魂，他们简直要吓死了！这时，耶稣对他们说：

***“你们为什么愁烦？为什么心里起疑
念呢？”（路加福音24:38）***

我希望你再次仔细地观察“心”这个词。请记住，我告诉过你“心”、“魂”、“头脑”在圣经中是可交换使用的。让我们来看看英文新国际版经文是如何翻译这节经文的：

***“你们为什么愁烦，为什么头脑里起
疑念呢？”（路加福音24:38，NIV直
译）***

在这个版本中，译员正确地使用了“头脑”（mind）一词替换了“心”（heart）。

耶稣从前告诉祂的门徒说自己将会从死里复活，而后有目击者看见被钉十字架的耶稣复活了，

门徒们虽然听见了消息，却仍心存疑虑。这之后人子自己在他们中间显明自己，但他们虽亲眼看见了祂，却仍然怀疑，想道：“这必然是祂的魂。”

耶稣回应他们的方式极为美好。祂的回应帮助我们明白疑念和头脑。祂对他们说：“为什么头脑起疑念（怀疑）呢？”，这让我们知道这类想法是从人的头脑中出来的。

在这里请观察人的头脑是怎样工作的吧。当耶稣对祂的门徒显现，他们以为自己所见的是魂，就被吓得魂不附体。这些人显然听说过恐怖可怕的鬼故事。他们必然听说过，鬼魂就是死人的灵魂没有进到安息，尽管这些灵魂已经跨进了灵的领域，却仍在世上游荡往来。

仅仅因为你没有见过鬼魂并不代表他们不存在。他们是真实存在的，有时我们的眼睛和耳朵会在属灵的领域被打开，能够在他们被带走以先，看见他们或听见他们的声音。

门徒们必然是知道鬼魂的真实存在的，但你知道，人们常常对自己所不明白的、或超出他们控制

范围的事物感到惧怕。在这个事件中，门徒们虽然以前从未看见过鬼，却对他们极为惧怕。除了所听说过的，他们并不知道鬼魂是什么。但此时，他们以为自己是看见了鬼，就吓得几乎要晕过去。

然而，他们所见的却并非鬼魂，而是主耶稣，就是那位他们在过去三年间所认识、亲密相交的。但此时主耶稣却很难说服他们自己不是鬼魂。祂说：“你们看我的手、我的脚，就知道实在是我了。摸我看看，魂无骨无肉，你们看，我是有的。”（路加福音24:39）

接着，为了向那些仍然怀疑的人进一步证明，祂问他们说：“你们这里有什么吃的没有？”，作为回答，“他们便给他一片烧鱼。他接过来，在她们面前吃了。”（路加福音24:41-43）

当他们见祂吃东西像寻常人一样，就明白了祂实在是那从死里复活的主。

惧怕是从何而来的？

耶稣的门徒们最开始为什么如此惧怕呢？他们

的惧怕是来自之前所接收到的有关鬼魂的错误、消极的信息。这些信息将惧怕传递到了他们的心里。惧怕是已经存在他们的心里的，而当耶稣向

你是你思想的反映。你的生命是你头脑内部运作的外在表现。

他们显现的时候，他们里面的“惧怕文件”就被打开，表现出恐惧的神色。

要明白这一点；凡我们所听见的（所领受的信息）会在我们里面或生出信心、或生出惧怕；它或生出软弱，或生出刚强。惧怕不是自己无端出现的，而是信息的产物。

我们将在下一章更深一步查看测量你思想特性和质量的基准。保罗在腓立比书4:8为我们列出了一份很美的列表，学习这份列表，让我们的思想符合神的标准是我们的责任。

3

“这些事你们都要思念……”

你要保守你心，它可不是开放领域

有些人的心就如同一块开放领域，任何人（或就此而言的任何动物）都可以跑到这里来，播撒有害的种子。当你这样让自己的心大敞四开的时候，就会有毫无价值的种子被播撒进来，并且生长。被圣经形容为土地的是你的灵，而非你的心。因为惟有通过你的心才能进入你的灵——你的心就是通往你的灵的大门，所以如果你的心没有首先允许的话，就没有什么能进到你的灵里。

这就是为什么主指示我们说：“你要保守你心，胜过保守一切，因一生的果效，是由心发出。”（箴言4:23）的原因。

这节经文中所使用的“保守”（keep）一词与

在创世记2:15中所使用的“看守”（keep）一词为同一个词：“*耶和华神将那人安置在伊甸园，使他修理看守*”。它不是在暗示要把伊甸园放在、或隔离到其他什么安全的地方，它实际上是指以一种保护的方式来照看它，保证它在任何外部的侵略者面前是安全的。

好消息圣经译本讲述地更为清晰。“*耶和华神将那人安置在伊甸园，使他耕作看守*。”“看守”（guard）一词隐含着军事内涵，暗示受保护免受攻击，或维护安全，免受危险。

你一定同意如果没有敌人或对手，就不需要对属于你的任何事物采取任何措施，免受攻击者的攻击。事实上，仇敌是存在的。而这就是为什么主指示你要保守或看守你心，胜过保守一切的原因。

我非常喜爱詹姆斯·莫法特（James Moffat）对箴言4:23-24的陈述。他在自己的译本中如此写道：“*看守最要紧的，是看守你的内心，使你可以活着、可以繁盛。隔绝一切恶念，摒弃任性的言语。*”

你是否听过有人说：“我被禁止加入团队”？这意味着此人遭到阻拦、封锁、不被允许加入团队，被团队拒之门外。圣经告诉你要如此保守你的心，禁止（不允许、拒之门外）一切与神的道不符的意念。

这样听起来，似乎恶念最初并非是从你里面发出来的，对吗？它简单地告诉我们有魔鬼在外面向我们的心（通过你的头脑）发送错误的念头。因此，你被告诫要禁止牠的恶念进来，驱逐牠一切荒谬任性的言语。

如果有人对你说与神的道不同的话，就要禁止这话进入你的脑海。不要迎合、不要迁就，也不要为它找理由。

圣经说你要保守你心，胜过保守一切，所以你必须承认神不会为你保守你自己的心。责任在你。但好消息是在这件事上你并非没有指望。你已经配备了“神的全副军装”（以弗所书6:11），你需要做的就是穿上它，永远别脱下来！穿戴着你的盔甲，你就能把一切抵挡神道的恶念阻拦在外，这恶

念试图攻击你的头脑（我们将在第七章中详尽充分地查看这个内容）。

神测量善的想法的标准

神不是单单指示我们在心门前安置守卫，禁止一切应该被禁止的而已。祂也向我们显示要如何守护我们的头脑，方法是藉着我们选择允许哪些想法通过。换句话说，祂不是仅仅告诉我们要更新我们的灵，却没有告诉我们要如何这样做。祂告诉我们要从头脑删除哪些文件夹，以及要下载哪些新的文件来代替它们。

如果有人对你说的话与神的道不同，就要禁止这话进入你的脑海。不要迎合、不要迁就，也不要为它找理由。

“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。”（腓立比书4:8）

这是多么了不起啊！它一下子显明了神用来衡量善意的想法的标准。它说你要专注在一切与真理（神的道）一致的事情上——就是有美德、可爱的、有美名的、可称赞的事上。也就是说，要让这些事占据你的思想，控制你的思维过程。

你在想什么？

请想象一下，如果这节经文掌控你的头脑的话，你将拥有怎样的人生？你听过多少次不真实的、或不诚实的、或不清洁的、或没有美名的事，又把这些事放在脑海里，思来想去？

或许你听到过、看见过、或经历过一些使你不愉快的事，这些事让你整夜辗转反侧，彻夜难眠。每次当你闭上双眼，你就看见那些负面的图画，再次感受那令人讨厌的经历，这只会使你更加恼火。为什么你要让自己如此担忧呢？把你的心从这自我造成的内部矛盾中释放出来吧。

为什么你要一直思想那些不真实的、不诚实的、不清洁的、不公义的事？既然这些事是不可爱

的、无德行的、不配得称赞的，那么为什么还要心里惦记呢？为什么要紧紧抓住那与不幸相连的事不放呢？你知道消极的想法会重新构造你的脸，让你看起来比实际的年龄衰老吗？这就是一些人看起来比他们原本的年龄老十岁的原因！

你走进办公室，看见一些同事挤在一块，八卦另外一个同事，于是你拉过一张椅子加入了这场谈论。然后你想不通为什么自己会不开心，为什么会原地转圈，或者为什么会进一步退两步。这都是因为你一直在琢磨这些不好的信息！

神的道已经向你显明，作为神儿女的你应该思想哪些事。圣经说必须是那些诚实的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的、有德行的并可称赞的事。现在我们来看，你可能会听见一些貌似诚实的、或真实的事，然而却不是可爱的，或不是有美名的，不要思想这些事，因为它并没有达到神允许的想法的标准。

有些人喜欢把他们的思想建立在不配得称赞的新闻或消息上。更糟糕的是，他们还让别人加入到

他们中间，一起组成“暴躁小组”。你要拒绝成为他们的垃圾堆积场。

我相信你愿意过一个成功、精彩的人生，充满显著的成果和非凡的成就。想要做到这一点，你就不能有狭隘的思维。当你要做大事、想要得着一个世界时，只想

事实和真理是不同的。有些事可能是事实，但若与神的道不符，它就不是真理。

着无聊的琐事和世俗的事就会使你无法实现是你无法支付的代价。

神期望你怎样看待自己

或许，你正在经历一些健康方面的问题，又或者医生诊断你得了绝症。现在你烦恼不已，不知道面对这样的情况该做些什么。我愿你明白，在神的眼中，这样的诊断书并不是真实的，因神在祂的话语中显明了祂对你的供应，而这诊断书是与之不符的。这个情况并不符合神对真理的定义。因此，要拒绝细细思想这事。要奉耶稣的名拒绝它。不要心

里思量，也不要把它说出来。

医生鉴于自己的医德，可能会将事实告诉你，但神的道却是真理（约翰福音17:17）。事实和真理是不同的。有些事可能是事实，但若与神的道不符，它就不是真理。

圣经已经说过：“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”（哥林多后书5:17）这意味着，即便你患有先天性疾病，但现在你在基督里，就不再患有这病了，它已经是过去的事了。你现在是活在属天的健康中。因此，疾病或病症不再在你身上有踏脚之地了，赞美神！

神愿你意识到这一点，祂愿你这样看待自己。

你做不到！

可能你读到这里，心想：“但这不现实啊。”好吧，在我所居住的神的国度里这可是又真实又普通的事！请记住，神的道是“真理”，就是“事实”或“现实”的意思。所以，在我们的国度里有我们赖以生存的现实。我们不参与任何一种消极的

交流。多年以前，主对我说：“孩子，要从山顶上看。”这里是我的居所，可以确定的是，这里可不是用来堆放议论人的废话或如垃圾般一样的想法的垃圾场！

“……凡是……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。”（腓立比书4:8）神不是告诉我们要去做超出我们能力范围的事。我们是祂的儿女，而这是祂呼召我们进入的生命。如果祂说这些是我们应该思念的事，那么如若我们想要享受这生命中全备的好处，我们就做得到，也必须做到。

你如何使用自己的心是十分重要的。请记住，你是你心的表现，你在这世上拥有怎样的生命的质量不取决于你灵的运行质量，而在于你心的品格。你的心会使你或贫穷、或富足。它会将你放在荣耀和伟大的位置之上，也可以将你抛在苦难和羞耻的灰烬之中。选择荣耀，选择生命，选择正确使用你的心灵。



4

正确使用你的心

懂得怎样正确地使用自己的心是一件十分关键要紧的事，因为这是你到达内心所渴望的“更上一层楼”的门票。你必须要学会如何使用自己的心，其首要一点就是要专注在正确的事上。以赛亚书26:3说：

“坚心倚赖你的，你必保守他十分平安，因为他倚靠你。”

希伯来文对“十分平安”的翻译为“shalom, shalom”，在本质上意味着“亨通的平安”。主保守那坚心倚赖（专注、集中）祂的人有亨通的平安。这难道不奇妙吗？他的生命不仅仅是平安的，更是亨通的平安，赞美神！

“你必保守他十分平安”的意思是说，当你进入这个平安和兴盛的区域后，你会一直留在那里，你的生命也会一直留在其中，因为神把你留在那里。

“坚心倚赖你的，你必保守他十分平安……”

请注意经文并没有说：“……手脚坚固在你身上的”，而是说“坚心倚赖你的”。这是极有启发

你必须要学会如何使用自己的心，其首要一点就是要专注在正确的事上。

性的。神是再次告诉我们被称之为“心”的这个工具。如果你曾经求问过，想要知道你该做什么才能使神的大能为了你的益处而运行，并保守你平安、亨通，那么在这节经文中你就得着了你要的答案——坚心倚赖主！

尽心

你可能会想：“我要怎样坚心倚赖主呢？要怎样才能一直在亨通的平安中呢？”就这个问题，申命记6:5将一些非常具有启发性的内容告诉了我们：

“你要尽心、尽性、尽力爱耶和华你的神。”

摩西将从主所得的诫命传达给以色列百姓，指示他们要如何爱耶和华他们的神。其他的圣经译本使用“尽力量（strength）”来代替上文的“尽能力（might）”。比如，新国际圣经版本的翻译为：

**“你要尽心、尽性、尽力量
（strength）爱耶和华你的神。”
（申命记6:5，直译）**

你是否仔细考虑过这节经文？你是否想过既然爱是一种情感，并不需要通过体能表现出来，那么一个人要如何用尽他的全部能力或力量来爱主呢？

幸好，主耶稣把答案告诉了我们。在祂的一次讲论中，为了回应别人抛给祂的一个问题，祂从旧约中选择了同样的一节经文进行了简洁、清晰的解释：

“内中有一个人是律法师，要试探耶稣，就问他说：‘夫子，律法上的诫命，哪一条是最大的呢？’耶稣对他说：‘你要尽心、尽性、尽意，爱主你的神。’”（马太福音22:35-37）

在这里，主耶稣使用“尽意（mind）”来代替“尽力”一词，让我们知道尽力（或尽力量）爱祂与尽意爱祂是相同的。这意味着要让你的思想集中在一个特定的方向。这是你要尽心去做的。当你集中自己的思想时，就会帮助你引导自己的能量，将之聚焦在某件特定的事物或活动上。

因此，耶稣告诉我们该如何藉着将我们的思想集中在祂上来尽能力、尽力量来爱祂。

让我们再来看几节可以阐明这一点的经文：

历代志上22:19:

“现在你们应当立定心意，寻求耶和华你们的神，也当起来建造耶和华神的圣所，好将耶和华的约柜和供奉神的圣器皿，都搬进为耶和华名建造的殿里。”

以色列的王大卫年纪衰老，知道自己在世的日子已经所剩无几，就立他的儿子所罗门为王，又为他的生命的缘故将这重要的指示告诉他：“你们要立定心意，寻求耶和华你们的神。”

遵守申命记6:5的诫命的方法就是藉着立定心意，寻求耶和华来实现。

请记住，你是用心灵来创造、回忆和复习，用思想来处理图像的意义、推理、语言和表现。因此，大卫十分精确地对他的

当你集中自己的思想时，就会帮助你引导自己的能量，将之聚焦在某件特定的事物或活动上。

儿子说：“你们应当立定心意，寻求耶和华你们的神。”

我们来看一下他是如何在另外一节经文中对所罗门阐述同一个重点的：

“我儿所罗门哪，你当认识耶和华你父的神，诚心乐意地侍奉他；因为他鉴察众人的心，知道一切心思意念。你若寻求他，他必使你寻见；你若离弃他，他必永远丢弃你。”（历代志上28:9）

你当如何寻求神呢？答案是立定心意在祂身上。你寻求祂，不是因为祂失踪不见了，你想要找

到祂，是因为你想要把你的心、思想、情感都专注在祂身上。

罗马书8:5也讲到了同样的内容：

***“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。”***

随从肉体的人将他们的思想集中在肉体的事上（物质的、世俗的），但如果你是跟从神的，就会将你的心放在神和属神的事上。

你在控制自己的心！

把你的心集中在某件事或某个人身上是以你在控制自己的心的事实为先决条件的。这是你所阅读过、或听说过的最深奥的真理之一。你的心在你的控制之下，你必须明白这个真理，接受它、认同它，行为举止也要与之相符！

让我们再次查看罗马书8:5-6（英文圣经可参考NKJV）：

“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。”

这意味着把你的心专注在生命的普通层面上，就是属物质的、属世俗的事情上，会带来死亡。但如果你想要的是平安，你就要有属灵的心。换句话说，当你将心专注在属灵的事物上时，你就会有生命和平安。

你的灵有能力控制你的心。保罗让我们明白，我们可以从灵出发控制我们的心。你可以作决定，甘心乐意地把心放在属神的事情上，并控制你的属灵感官来配合这个决定。这个决定是由你的灵并你灵的工具——即：魂（你思想、意志和情感的所在）而作的，灵决定了他想要思考什么，而后把心专注在其上，开始思考揣摩。

你要思念神的道

现在你问说：“我要怎样专注在神和属灵的事上呢？”乃是通过专注你的心在神的道上！神的道

会显明什么是属灵的事物，并把这些事交给你。因为神的道是光（约翰福音1:1；约翰福音1:5），这光起到显明、定义的作用（以弗所书5:13）。

如果你把所在房间的灯光全部关掉的话，你的肉眼就什么都看不到了，因为眼睛需要光才能看见。你的属灵的眼睛同样需要神的光——就是祂的道——来

你的灵有能力控制你的心

将从祂而来的属灵的事物显给你看。

当我谈论要把你的心专注在“属灵的事物”上时，我所指的不是所有的属灵事物，因为撒但和牠的邪灵也是属灵的存在。有些人是在错误的方向上有“属灵的心”，但那不是神愿意你去作的。这里的上下文是“向神属灵的事”。所以，保罗不是仅仅告诉你要有属灵的心，而是要你向神有属灵的心。

5

属肉体的心 VS. 属灵的心

我们刚刚读到罗马书8:5讲到随从圣灵的人体贴圣灵的事。这也是你阅读本书的目的。你的注意力要放在属灵的事物上，就是关于神、神的儿子耶稣基督、圣灵并神的国度的事上。这就是为什么你要付出时间和注意力来学习和这本书类似的重要材料的原因。

有些基督徒对此毫无兴趣，在其他圣灵的追求也是一样兴趣缺缺。他们宁愿将他们的心和注意力放在那些更吸引肉体的属世的事物上。但保罗对这类人发出了强烈的警告，他在**罗马书8:6**说：

“体贴肉体的就是死。”

属肉体的心被训练只能分辨、感激、渴望那些属世的（肉体感觉的）事物，这些事是无法带来任何属灵益处的。它只关注地上的事，诸如感官的享受、放纵欲望，它致力于这个世界并这世界所追求的一切，

而非属灵的事。

保罗被圣灵感动，警告那些将自己的心（通过关注和情感）放在属肉体的事上的人是让自己落入属灵的死亡。他又将原因告诉我们：**“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。”**（罗马书8:7）

属肉体的心所思想的都是属世的事物，以及如何让自己满足。它不会考虑那些在基督里与神相关的属灵的事，也不会考虑讨神喜悦的事。神的道声明这样的心是对神怀有敌意的，因为它是不服神的律法，也是不能服。原因很简单：它不是受控于圣灵，而是受控于肉体或感觉。

保罗继续在**罗马书8:8**给出了发人深省的观点：

“而且属肉体的人不能得神的喜欢。”

你怎样过这一生？你是否跟从你的感觉并一切吸引你外体的事物而活着？如果你这样活着，你就无法得神的喜欢。然而，保罗并未在这里结束他的辩论。他接着这沉重的观点给出了极为重要、安慰人心的结

论：

“如果神的灵住在你们心里，你们就不属肉体，乃属圣灵了。人若没有基督的灵，就不是属基督的。”（罗马书8:9）

如果你已经重生了，那么你的灵就是向神活着的。你不是属肉体的，而是属灵的，因神的灵住在你里面。所以，你不是在肉体里活着，而是在基督里活着，且活出祂所赐给你的生命，赞美神！

你有谨守的心

为了学习正确使用你的心，你就必须意识到这个真理：你有谨守的心。保罗在提摩太后书1:7说：

“因为神赐给我们不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。”

想象一下，如果在你的整个成长岁月中，你的父母不断地告诉你，你有一颗谨守的心（sound mind：健全的心灵），而不是叫你“猪头”、“一无是处”

；想象一下，在每一次你做错了事，把事情搞砸了的时候，他们都以爱来纠正你，告诉你不要再犯同样的错误，因为你有一颗谨守的心。想象一下这将会为你的自信和自我形象的成长带来怎样的影响吧。

此时尚且为时不晚。你可以从今天开始告诉自己有一颗谨守的心。你只要不断地宣告：“我的头脑灵活，我是健全的。我的智慧过于常人，卓越不凡。”当你这样说话的时候，人们会说你骄傲、自吹自擂，但不要因此而停下。神没有赐给你惧怕的心，神所赐给你的乃是刚强、仁爱、谨守的心。这意味着你是大有能力的、仁爱的、心智健全的。当你将刚强、仁爱、谨守的心这三个品质放在一起的时候，结果就是卓越优秀。你是卓越的！

有些人虽然大有能力却缺乏仁爱；有些人虽然有仁爱却没有谨守的心。但你不是这样，这三样你全部都有，你是完全的！你拥有谨守的心，而你必须使用它来改变你的生命和你的世界。

6

思想的力量

你一定注意到了，我们一直在讨论思想。这是因为若非不断地参照让思想发生作用的材料，对于心灵这个课题就没有任何有意义的论述。

在第二章的内容中，我将思想定义为图画的创造、回忆、回顾和处理过程，目的在于赋予意义、理由、语言和表达。

跟随着我们对这个课题更进一步地探究，你会发现思想是**具有建设或毁灭可能性的心灵的图画，使用人类的情感运行，或在人类情感之中发挥作用**。换句话说，思想有能力影响你的情感。有些时候，思想是想象力，但还不止这些。思想是意识，是你的心基于想象、信息或刺激而形成的心理架构。

因此，思想就是创造生成意义的一连串图片。你无法作无意义的思考，否则你就不是在思考。真正的

思考有创造力，会让人专心在图片流上，这图片流或有创造力、或富有意义，因此会发出信息。

思想是具有创造性或毁灭性可能的图画，是精力充沛的力量，能够控制人类的情感。

一个人的思想若被错误地使用，就会把他局限住，会拦阻他前进、成功的步伐。另一方面，他的思想也能够使他经历荣耀

的自由。圣经因此在腓立比书4:8劝勉我们惟要选择并思考那正确的意念。

我们有太多时候低估了思想的能力和可能性。除非你改变了思想，否则你就无法改变你的生命，无法改变你的状况，也就无法改变你的产业。你的生命将永远沿着你思想的方向行进；你的生命永远不会与你思想的特征相悖。

你是你思想的反射。你的生命是你心灵内部工作的外在彰显。这是懂得思想的重要性，明白如何正确使用思想是如此至关重要的原因。

你的想法从何而来？

现在，我相信你必然已经明白了心灵的潜能，懂得了开发你的思考进程、为自身描绘正确画面的重要性了。我确定现在你也已经知道了，如何有果效地引导你的思想符合神喜悦你的方式。

然而，你断不能不晓得有仇敌（魔鬼）不停地策划阴谋诡计，要从你抢夺神的祝福。圣经将牠描述为吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人（彼得前书 5:8）。牠试图动摇你的诡计之一，就是将各种各样的想法和图画植入你的心中。牠会误导你相信有害的想法，从而束缚你。这就是为什么你必须在接受、细想任何信息之前，首先分辨它的来源，以便不让任何错误的信息进入你的灵的原因。

你需要知道如何辨别你的想法，因为如果你不注意自己所处理的想法是来自哪里，不以

神的道来审查它们，那么这些思想就会将你引入歧途。

了解不同的思想来源

1. 你的个人推理：

这些想法基于你所获得的信息，来自于你自己。

每个使你憎恨、轻视他人、或使你行事抵挡神的计划的意念都是从魔鬼而来，而非从你自身而来。

很多时候，这些信息是以你所在环境中发生的事决定的：包括你在学校学到的、在报纸上读到的、从广播听到的、在电视上看到的、在互联网上浏览到的、

或从他人那里听到的。

2. 从神而来：

思想同样会从神而来临到你。有时，神会通过你的心让祂的意念与你相交，你的心乃是通往你灵的途径。

3. 从撒但而来：

在被允许的情况下，魔鬼能够将邪灵或负面的信息、意见和建议抛掷进你的心。牠带来的所有用来败

坏你心的意念会使你看不见神的真理，将你本应享有的荣耀生命掠夺净尽。这往往是凭借想象、图画和听不见的声音完成的（哥林多后书4:4）。

你可能会想知道“那么我要如何分辨我脑海中的想法呢？”我要如何才能知道应该接受哪些想法，不应该接受哪些想法呢？这很简单。

如果你已经重生了，圣经说你就拥有基督的心：“*谁曾知道主的心去教导他呢？但我们是有基督的心了。*”（哥林多前书2:16）尽管你以前有某种固定的思维方式，但现在你已经是神的儿女了，你的心已经被赋予能力，可以像祂一样思考。

在新造的人还未出现之前，神说：“*我的意念非同你们的意念，我的道路非同你们的道路。*”（以赛亚书55:8）。但如今你已经重生了，拥有祂的生命，是与祂的神圣性情有份的（彼得后书1:4），荣耀归于神！思想的路径只有一条，而如今你正是这条道路上——就是在基督里。

耶稣说：“*我就是道路、真理、生命。*”（约翰福音14:6）因此，每个与神、与人为美的意念皆是

天国而来，而神的天国是在你的心里运行。每个使你憎恨、轻视他人、或使你行事抵挡神的计划的意念都是从魔鬼而来，而非从你自身而来。当你发现自己所思考的意念阻碍、抵触神为你或为教会——就是祂的身体所指定的计划时，你要明白这些意念既不是从你而来，也不是从神而来，而是从魔鬼而来。当这样的意念出现在你脑海的时候，要立刻分辨、抵制它们。

EVERY THOUGHT THAT
MAKES YOU RESENT
OR DESPISE PEOPLE,
OR MAKES YOU WORK
AGAINST THE PURPOSES
OF GOD IS FROM THE
DEVIL, NOT FROM YOU.

你的意念基本上都是站在主的立场的。祂已经宣告你为美善，因此从你心里无法发出那些邪恶的、不健康的、消极的意念。

你要对自己的想法负责

圣经在**创世记6:5**记载神查看人的生命，他的生活方式以及他如何与他人相处，并且

“耶和华见人在地上罪恶很大，终日所思想的尽都是恶。”（创世记6:5）

在这里我希望你注意“思想”这个词。有些版本会将这个词译为“倾向”。换句话说，这节经文可以看作“人心的每个意念都只倾向于不断地作恶”。意思就是说人不断地想要思考、想象邪恶。罪恶频繁地进入他的心。因此主说：“我要将所造的人和走兽，并昆虫，以及空中的飞鸟，都从地上除灭，因为我造他们后悔了。”（创世记6:7）

神让人对自己的想法负责。否则，祂就不会对人宣告这个审判。

有人说：“你知道，这些消极的想法就这么出现在我的脑海里了，我也不知道怎么会出现这些想法。”神让你自己负责来处理这些意念。

请记住我们将“思想”定义为意象意义的创造、回想、回顾和处理。创造、回想、回顾、处理全部都取决于你自己。是否处理你所得到的画面的决定权在于你自己，如果你不对它们进行处理，获得其中的意义，那么它们就无法给予你任何意义。你必须为其赋予一个意义，正如门徒们在路加福音24:37赋予魂以意义一样（请回想第二章中的叙述）。

门徒们从未看见任何人被鬼魂攻击或毁灭，但他们因为听过这样的故事，对鬼魂的惧怕就进入了他们的心。所以，当他们看见耶稣——这位伤心之人的医治者，神的美善、神慈爱的显现时，他们就害怕，因为他们以为祂是鬼魂。

请想象一下如果耶稣没有说任何话来消除他们的恐惧会怎样？你想如果耶稣对他们皱眉的话会发生怎样的事？或许他们会昏过去，或许会因恐惧而猝死。那么有关鬼魂把他们杀了的新闻就会传遍每个角落，而事实上，他们却是死于恐惧。

因此，我们的心为我们所获得、处理的图像赋予意义、解释和推理。无论你的心中创造出什么，你都能够为其给出理由，并为其赋予可以表达的语言。

改变你的思维方式

我刚刚告诉你神要你为自己的思想负责。耶利米书17:9说：

“人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？”

除非一个人重生，否则这就是他内心状态的描述。难怪耶稣说你必须要重生，因为没有重生的自然人的心是坏到极处的。

以赛亚书55:7也说道：

***“恶人当离弃自己的道路，不义的人
当除掉自己的意念，归向耶和华，耶
和華就必怜恤他；当归向我们的神，
因为神必广行赦免。”***

这一切都显明出神让每个人都对自己的想法负责，甚至对那些不义的人、未得救的人也是如此。那么既然按照耶利米书17:9和创世记6:5-6所说，不义之人的心是坏到极处，每日思想的尽都是恶，那么他们应当为自己的状态做些什么呢？耶稣在约翰福音3:3将答案告诉了我们。祂说这样的人必须被重造，必须重生，得到新性情、新心才行。

但即便在人因为救恩的神迹立时得着了新心，他消极、邪恶的思想问题却是依然存在的。而尽管他有了新的性情，神仍旧让他对自己的想法负责。这就是为什么以赛亚书55:7如此说道：“恶人当离弃自己的

道路，不义的人当除掉自己的意念，归向耶和华，耶和华就必怜恤他；当归向我们的神，因为神必广行赦免。”换句话说，要改变你的思维方式。神让你对自己的想法负责。祂期待你改变自己的思维方式，与祂的道相符。

你的意念影响你周围的事物

你是否知道你的意念会对你周围的事物产生影响？这是因为意念会释放信号，这些信号会被你周围的事物以及与你接触的人接收到。

你可能有过这样的经历：某人在你想到他的时候突然出现在你面前、或给你打电话、发信息。亦或你可能正在思想某件特定的事，尽管你没有对任何人说起这件事，但你附近却有人开始思想同样的事，并且把这个想法说了出来。科学将之称为心灵感应，即：思想以超感官的方式，从一个人的心里传送到其他人心里。但如果你明白科学背后的属灵世界，你就会变得对自己的所允许的想法更加小心谨慎。

我不允许随便什么意念出现在自己的心中。如果

我不想在我附近的某人心里生成某个特定的想法的话，我就不会思想这样的意念，因为我知道我能够传播这些意念。

我们都在传播意念，有时我们会无意地将消极的意念传播到我们的环境里，导致这些意念反过来攻击我们。例如，你是否知道你的房间里有你所发出的意念？你房间里由物质材料制成的墙壁、家具、衣服等是有记忆力的，能接收并记住你所发出的信息，并且无论它们从你身上获得什么，都会一直将其保留在自身之上。这就是为什么你必须对那些出现在你脑海的意念小心谨慎的原因，为要让你不使那些你不希望发生的事情发生。

“不要怕”

你认为主为什么时常告诉我们“不要怕”？这是因为如果你允许惧怕的意念进入你的心，它们就会攻击你的心，拦阻神的大能向你流淌过来。

你必须管教你的心，以使你能够正确使用它。你要开始学习思想快乐的意念，对此进行操练，直到

你变得擅长这样的思想，乃至无论何时那些不适、挫败、愤怒、烦恼、苦毒……的消极想法出现时，你都能简单地拒绝这些想法，改变你的心。

你要改变自己的思维方式。以说正确的话、说感激的话、歌唱赞美神开始吧。

这就是你如何使用自己的心，让美好的事物朝着你的方向流动；阻止错误的、消极的、邪恶的事发生在你身边的方法。

7

攻破坚固的营垒

我们处于战争中！

目前为止，在我们的论述中所建立的关键点是：我们的言语和行为是借由我们的主要意念带领。如果你不控制、制止你的想法的话，你就会发现自己或说、或行糟糕可怕的事，是你无法想象的。这是因为魔鬼对你的心持续不断的攻击。牠总是寻隙攻击、玷污你的心，为要使你绝望，在属灵的事上毫无功用。

圣经告诉我们，我们正经历着一场正在进行中的属灵争战：

“因我们虽然在血气中行事，却不凭着血气争战。”（哥林多后书10:3）

“因我们并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽

暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战。”（以弗所书6:12）

但圣经同时也让我们知道，我们已经装备了能够确保我们得胜的属天武器：

“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。”（哥林多后书10:4-5）

在这里，你会发现保罗在谈论发生在人心中的事——坚固的营垒、各样的计谋、意念以及“自高之事”，从而表明我们的心乃是属灵争战的战场。

坚固的营垒、想象、意念和“自高之事”

保罗在哥林多后书10:4中的经文中所使用的“坚固的营垒”一词，并非在谈论一个强化的物质化结

构，也不是被魔鬼搅动起来抵挡你的外部力量。它所指的乃是与神的道相悖的主意、理论、想象、推理、信仰等，它们攻击、俘获人的心，让人以特定的方式思想、行动、作出回应，从而使他们无法享受自己在基督里的基业。

坚固的营垒也可能是产生于你的背景及成长过程的思维方式，在你心中所建立的想法。它们是由你所见、所听、所经历的事物，以及你在重生前后所形成的嗜好和性格所构成的。它们也可能是作为社会规范被人们认同并接纳的文化及传统信仰。但它们所作的全部却是拦阻从神而来的新的意念进入你的心中。

本质上来说，**坚固的营垒就是起到抑制作用的精神墙垣**，拦阻人在神的事上前进。

例如，有人认为“我是永远都不会成功的”，这是因为他的祖父和父亲都在他以前经历了失败。另一个人说：“每当有什么好事即将发生在我身上的时候，天就好像突然塌了下来，机会也从我眼前溜

STRONGHOLDS ARE
MENTAL WALLS
OF CONTAINMENT
THAT PREVENT
PEOPLE FROM
ADVANCING IN THE
THINGS OF GOD

走了”，而这正是他过往的经验。这些都是坚固的营垒！

保罗又谈到“自高之事”：

“*各样拦阻人认识神的那些自高之事一概攻破了……*”（哥林多后书10:）

这里所指的是被错误高举的伦理道德、宗教、哲学等体系，是由人类提出的，用以反对、否定神的知识。这些徒然的、毫无根据的意见、教条、心态、偏见、迷信和信仰，已经成为被竖立在人类心中的精神壁垒，用来抵挡神的知识。

但感谢神，祂用坚不可摧的盔甲坚固我们，使我们在面对撒但对人心的猛烈进攻时不受任何伤害。神的道向我们显明，我们已经从神装备了大有能力的武器，可以攻破每个意念，将魔鬼所呈现给我们的各样想象（计谋），各样拦阻人认识神的自高之事一概攻破，将人所有的心意夺回，使他顺服基督（道）。我们拿起武器，就能够使那些因撒但的操纵而被捆绑受束缚的人们得享自由，哈利路亚！

神的军装

我们被建立，加入对抗撒但力量的战争中（无论我们喜欢与否、知道与否）。并且因为这是一场属灵的争战，我们只能使用属灵的兵器与敌人作战。

在**以弗所书6:13-17**，保罗对我们那强大、坚不可摧的盔甲的不同组成部分进行了详细的说明。

“所以，要拿起神所赐的全副军装，好在磨难的日子抵挡仇敌，并且成就了一切，还能站立得住。所以要站稳了，用真理当作带子束腰，用公义当作护心镜遮胸，又用平安的福音当作预备走路的鞋穿在脚上。此外又拿着信德当作藤牌，可以灭尽那恶者一切的火箭。并戴上救恩的头盔，拿着圣灵的宝剑，就是神的道。”

因此，我们的盔甲的组成部分如下：

1. 真理的带子
2. 公义的护心镜

3. 预备走路的福音的鞋

4. 信心的藤牌

5. 救恩的头盔，以及

6. 圣灵的宝剑

当你仔细地查看这几样武器时，就会发现其中只有一样是攻击性武器——就是圣灵的宝剑，其他则均为对攻击进行防御的武器。

钦定版圣经对第16节的翻译可能存在些许的误导性。经文如此说：“此外 (*Above all*) 又拿着信德当作藤牌，可以灭尽那恶者一切的火箭”，这样看起来似乎在暗示信德的藤牌是基督徒军装的最终极也最重要的部分。由科尼比尔 (W. J. Conybeare) 就此提出了启发性评论：如果事实果真如此，那么信德的藤牌就会被列在最后面，但保罗在信德的藤牌之后继续提到了两件军装部件。（译注：“此外”英文为 *above all*，意为：首要的是，最重要的是）

因此，康尼贝尔没有说“此外 (*above all*)”，而是说：“……**拿起** (*take up*) 遮挡你的信心的藤牌，可以灭尽那恶者一切的火箭。”（以弗所书6:16）

扩大版圣经将之译为：“举起所有[遮盖的]救恩之盾，就可以灭尽那恶者一切烧着的飞弹。”（直译）

在这个关于基督徒盔甲的教导中，保罗将之与罗马士兵的盔甲进行了比较。经文中的“藤牌”一词的希腊文为“thureos”，用来特指全副武装的罗马步兵所使用的盾牌。这是一种较大的椭圆形盾牌，长四英尺宽两点五英尺，不同于那种较小、圆形的盾牌。在古代战役中最危险的武器之一是火箭，这种火箭的箭头上缠有亚麻绳，上面蘸有沥青。浸满了沥青的亚麻绳点上火后，攻击者就将燃烧的箭矢射向敌人。为了对抗火箭的攻击，罗马士兵将自己完全藏在盾牌的后面或躲在盾牌后面，把盾牌迎向火箭，使火箭在盾牌的防御下熄灭。

保罗在这里是在说你信心的盾牌应该足够大、足够坚固，可以保护防卫你身体的每个部分，从而从一开始就避免那恶者的火箭穿透你盔甲的任何部分！

因此，要拿起你信心的盾牌把自己完全遮住，灭尽那恶者一切的火箭。这些火箭就是魔鬼对人的心

灵开火，它们会毁灭生命和家庭、摧毁贸易、引发战争、蹂躏各国。但因着你信心的盾牌，你就能够也应该灭尽仇敌向你射出的每一根火箭。

推翻争辩者的推理

哥林多后书10:4-5说：

“我争战的兵器，本不是属血气软弱的，乃是在神面前有能力，可以瓦解仇敌的坚固营垒，从而我可以推翻争辩者的推理，攻破各样拦阻人认识神的那些自高之事，又将人所有逆反的心意夺回，使他都顺服基督。”（科尼比尔Conybeare，直译）

你要使用什么来瓦解仇敌的坚固营垒？答案就是圣灵的宝剑——神的道！请记住，这可是我们整个军械库里唯一的攻击性武器。当你默想、轻喃、说出神话语的时候，那些基于你一生中所听到、相信的错误信息而形成的精神障碍就都将崩溃倒塌，如同耶利哥的城墙一般，荣耀归于神！

这就是我为什么喜欢教导、传讲神话语的缘故，因为当我这样行的时候，那些长久以来盘踞在人们心中的错误想法和理论，以及一切构建在人心中、社会里的不敬畏神的文化和传统都将分崩离析，这一切都无法抵挡神话语的大能！

那么那些争辩者的推理呢？同样也要使用圣灵的宝剑推翻它！撒但是争辩神道的。当神命令亚当不可吃反辨善恶树上的果子的时候，撒但（以蛇的形态）来到伊甸园中的夏娃面前，质疑神的话，夏娃因此上当受骗（创世记3:1-6）。牠今天仍重施同样的伎俩。

例如，神的道宣告说因耶稣所受的鞭伤，我们便得了医治（彼得前书2:24），但魔鬼会对你说：“拜托！你以为你真的得了医治？如果你真的得了医治，那么你为什么还会感觉到疼痛呢？”

你知道，牠会挑战神说过的话，借着牠那消极的推理和暗示欺骗你失去你的祝福。但你可以使用圣灵的宝剑把这一切都推翻，就像科尼比尔译本对以弗所书6:13的诠释一样：“……并且推翻了一切，还能站

立不动摇。”因此，你要坚定立场，坚决抵挡魔鬼，宣告神的道并你在基督里基业的主权。

穿戴好你的盔甲，魔鬼向你所投掷的任何武器都无法穿透它。拿着圣灵的宝剑，你就能攻击牠，拆毁牠的坚固营垒。荣耀归于神！

8

处理消极的思想和情绪

在我们对心灵的定义中曾说过它是负责处理感觉和情绪的部分。它特别指不同程度的喜爱、不满和热情。你或多或少都会对某人或某物心存喜爱，因此会有喜爱或不满。同样，你也能够热情于某人或某物，亦或热情于抵挡他们。这些都是心灵的产物。

不要制造忧虑和痛苦

尼希米记8:10:

“又对他们说：‘你们去吃肥美的，喝甘甜的，有不能预备的，就分给他；因为今日是我们主的圣日。你们不要忧愁，因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。’”

我希望你在这节经文中注意这个部分：“你们不要忧愁，因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。”英王钦定版中的“你们不要忧愁”的这个表达方式并不正确。在希伯来文原文中，被译为“忧愁”是希伯来词“awtsab”，意思是“雕刻、制造或塑成担忧、痛苦、疼痛、不快、悲恸、伤害”。因此，本质上来说，尼希米是在告诉以色列人“不要加工、制造或制作那些忧虑、痛苦、怒气、不快、悲恸或伤害的消极感觉和情绪，因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。”

此处尼希米有一个关注的焦点，他看以色列人是强壮的，不是软弱的；是成功的，不是失败的；是丰盛的，不是缺少的。所以，他告诉他们不要制造任何忧虑和痛苦的情感，因这些情感会让他们沮丧，会毁灭他们。

主的喜乐是你的力量，神想要你在祂赐给你的力量中强壮。否则，祂就无法使用你。请记住祂对约书亚所说的话：“只要刚强，大大壮胆”（约书亚记1:7），现在尼希米告诉我们这力量是在主的喜乐中。

这就是为什么如果撒但想要你触怒神的话，就会设法抢夺你的喜乐的原因。牠会设法使你不再喜乐，使你为了自己糟糕的感觉和情绪而埋怨周围的每个人。如果牠成功了，你就会发现自己不断地发怒、生气。因

总会有某人在某个地方冒犯你、伤害你、烦扰你。然后你就生出了“态度”。但真实发生的事其实是你属灵里的逐渐变弱，因你允许撒但盗走了本应该成为你力量的主的喜乐。

如果撒但想要你触怒神，牠会设法抢夺你的喜乐。

如果主说不要创造、制造、加工或制作痛苦、不快、悲恸和忧虑的话，那么祂就是在告诉你，让你知道除非你在自己的心里对这些情绪进行复制和加工，它们就无法在你身上产生任何影响或能力。

神对约书亚说：“你平生的日子，必无一人能在你面前站立得住。我怎样与摩西同在，也必照样与你同在，我必不撇下你，也不丢弃你。你当刚强壮胆！……只要刚强，大大壮胆。”（约书亚记1:5-7）

像约书亚一样，主也在吩咐你刚强，大大壮胆。

你是神公义的彰显，是祂明光的显明者，是祂荣耀的分发者……不要让撒但的特征通过你显出来。

但你要如何才能刚强呢？这力量是从主的喜乐而来，而这喜乐是以歌唱、笑声、舞蹈、言语和赞美表现出来的，同时也在你对主内弟兄姐妹说积极地、振奋人心的、鼓舞人的话，与他们相爱和睦中体现。要拒绝沉湎于痛苦、不快、忧虑以及所有这些消极的感觉和情绪中。

不要聚焦失败

不要让你自己聚焦在失败或那些给你制造麻烦的人身上。不要专注在他们消极、伤害人的或可憎恨的言语上。你是从神而生的，你拥有祂的性情。你是按照祂的形象被造的，你思想、行为都像祂一样。

你是神的儿女，是祂公义的彰显（提摩太后书 5:20），是祂明光的显明者、祂荣耀的分发者。因此，不要有任何消极的宣泄，不要让撒但的特征通过你显出来。

你可能断言某人是不受欢迎的，因为他们在你身上所作的错事而决定再也不与此人交谈。但这样的态度与神的性情是相悖的。在我们的国度里，我们是不树敌的。虽然他们可能会视我们为敌人，但我们却只与人交友。

圣经说：“惟有基督在我们还作罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了。”（罗马书5:8）要让你的态度像基督一样。不要等到惹怒你的人来向你道歉才原谅他，才重新与他交谈。而要举止像神，就是那位在罪人尚未认识祂就先就向他们显明自己的神。要对他人献出你的爱（关怀和关心），即便他们轻视你、对你不敬也应如此。让神的公义从你的灵表达出来，你就必永远喜乐。

以灵性回应，不以情绪回应

你周围的人可能会对事物进行消极且情绪化的回应，但你却必须学会以你的灵对事物做出回应。神愿祂的话存在你的灵里，掌控你的心。这就是保罗受圣灵的感动告诉我们：“又要将你们的心志改换一新”

(以弗所书4:23)的原因。

我们在罗马书12:2学习到如何藉着改变我们的心意而改变我们的生命：“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。”

当我作为一名年轻基督徒在教会成长的时候，这是我首先学习并背诵的经文之一。经文说心意更新是你的责任。同时请注意这节经文没有停止在告诉你要心意更新而变化的指示上，它继续更进一步让你知道，你要心意更新，察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。

请再慢慢地阅读、默想这节经文。这是神的道，意旨在你的生命中产生结果。

只展现你最好的一面

如果你因为自己表现出任何消极的情绪或态度而惊愕的话，就要速速地悔改、纠正自己。要说：“父啊，我不知道自己会这样急躁。从今天开始，我奉耶稣的名抵挡一切急躁。”如果你发现自己没有以爱来

作出回应，而是以恨意、怒气或苦毒来回应的话，你就要说：“父啊，奉主耶稣的名，我抵挡它，它在我身上没有能力。”

不要受到任何事物、任何人的影响，生成最坏的你。不要让自己表现出不敬畏神的品质。拒绝让你的生命成为邪恶表达自己的出口。这是我为什么会喜欢下面这首歌的歌词的缘故：

**“撒但在这地毫无权势，
祂在此地毫无权势，
因这居所是为主的同在而建成，
（祂）在此地毫无权势。”**

这是你歌唱的诗歌之一，这些歌曲会帮助你的生命行在正确的方向之上。你是主的居所，为祂的同在而建成。因此，撒但在你生命的任何领域都毫无权势。

如果你发现怒气在你里面沸腾，你就要说：“不！我是充满爱的！”然后对怒气说话：“怒气啊，你在我心里毫无权柄，因我是主的居所，是为祂的同在而建成的！”当你如此行的时候，神的爱就会涌出，充满你的心，荣耀归于神！



9

“不要忧虑”

使徒保罗在写给腓立比教会的书信中，让我们参与到独一无二的祝福并管理心灵的好处中来，他写道：

“应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”（腓立比书4:6-7）

“挂虑”一词译自希腊文“Merimnao”，意思是“忧虑”或“焦虑”。这就是为什么新英王钦定版圣经和其他几种圣经译本将腓立比书4:6译为“不要为任何事焦虑”的缘故。扩大版圣经对这节经文的翻译是：“不要因任何事烦躁或心怀焦虑之情……”（直译）。

各种想法无时无刻不出现在我们的脑海中。就在

你阅读这本书的时候，你的心（精神容纳系统）可能也在处理着无数的思想信号。你可能在思考广泛的主题和事物：比如昨天的事、明天的计划、待解决的办公室工作、一项商业贸易、你配偶的生日、孩子的足球训练、你做过的梦等。

各种意念无时无刻地在连串轰炸着你的心，但最终要决定、选择要凝思哪个意念是你的责任。你选择一个思想并反复思考其上的时候，很难说它会对你带来怎样的影响，在你身上作成什么事。

“忧虑”意味着把你心灵的重心放在某件事上，以这样的方式表达关切。很多时候它指的是引我们远离本应关注的焦点。这就是为什么我们在这里受劝诫，不要为那些分散我们注意力，使我们远离神的道为我们的心和头脑所带来的平安的事忧虑的原因。

主耶稣在**马太福音6:25-27**也赐给我们同样的命令：

“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它。你们不比飞鸟贵重得多吗？”

请注意“不要为……忧虑”这一句型，它是来自于同一个希腊字：“Merimnao”，在腓立比书4:6被翻译为“挂虑”一词。主耶稣问他们说：“你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻呢？（或作‘使身量多加一肘呢’）”？祂是在让他们知道“你不会因忧虑而变得更好。”

让我们继续阅读：

“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，神还给它这样的装饰，何况你们呢！所以不要忧虑说：‘吃什么？’

喝什么？穿什么？这都是外邦人所求的……’ ”（马太福音6:28-32）

这些是使人所关心、所追逐的。他们的整个存在都在乎吃什么？喝什么？穿什么？开什么车？花费什么等等。他们所关注的是拥有这一切，以便能够在这个世上快乐地活着。但主耶稣命令我们不要像他们一样，祂又将原因告诉了我们。祂说：

“……你们需用的一切东西，你们的天父是知道的。”（马太福音6:32）

换句话说，“不要为这些事担忧，因为你的父知道你需要他们，要像天空的飞鸟一样，它们从来都不为自己的食物忧虑，你天上的父总是喂养它们。”

之后，在下一节经文中，祂告诉我们，我们应该关注什么：

“你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。”（马太福音6:33）

这是你应该首先关注的，也是最重要的事：看见

神国度的建立、看见祂的义在世上显明出来。不要专注于为你自己的舒适、满足、享受和快乐作安排，要让神的国度成为你的焦点。这应该是你反复思量之事。耶利米说：“要心中追想耶路撒冷（象征神的国度和祂的统治）”（耶利米书51:50）。要让天国属灵的事成为你内心的重中之重。

以属灵方式思考，不以肉体方式思考

有些基督徒不以属灵方式思考，而总是以肉体方式思考。他们只思想自己的金钱、名誉、地位以及一切属世的事。他们总是担心别人怎么看待自己。奥斯本（T.L.Osborn）曾说，那些担心他人如何看待自己的人是他们最后见到的那人的奴隶。何等真实！这样的人因为试图取悦他人而身负重担。不要为了让自己在别人面前有面子而殚精竭虑，而要一心只为讨主的喜悦。

“忧虑”意味着把你心灵的重心放在某件事上，以这样的方式表达关切。

因此你应当一无挂虑，凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你所要的告诉神。你只需要告诉祂你的需要，祂极其伟大，知道一切有关你的生命、未来的一切。当你拥有了这样的心态，你就会明白无论为什么事忧虑都是毫无用处的。赞美神！

属灵原则以及必然的结果

我希望你能注意到腓立比书4:6-7的劝诫伴随着一个应许：

“应当一无挂虑，只要凡事藉着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”

这里讲到神所赐出人意外的平安会保守你的心怀意念。这是属灵的原则，每当你如此行的时候就必然得到所确保的结果。要明白和那些物理定律——引力、电力、力学、磁力等定律一样，属灵定律也是存在的。当你明白了属灵定律，将之付诸行动时，它就必然产生相应的结果，如同物理定律一样。

此处的原则就是当你不为任何事忧虑，而是将之藉着祷告、祈求和感谢告诉神的时候，所得到的结果就是：神的平安必会保守你的心思和意念。

神的道就是神的智慧，是祂的意念披戴上词汇的外衣。当你学习藉着思想神的道来思想祂的意念的时候，你就会到达一个地步，可以毫不费力就拥有超自然的生活。现在，你可以明白为什么耶稣对我们说“应当一无挂虑”了。这是因为无论发生什么事，都会有属灵定律使你胜过它。即便当困难袭来，你的心

不要为了让自己在别人面前有面子而殚精竭虑，而要一心只为讨主的喜悦。

里感到重重压力也是一样，你要说：“不，我奉耶稣的名拒绝担忧或焦虑！我宣告、承认我是成功的，荣耀归于神！”

一个充满平安、毫无焦虑的心灵和头脑，就是按照神的道所指示你的方法来管理你的心灵所得到的最大益处之一。



10 态度——你的心理倾向

在我们之前的章节中，我们定义了“心灵”、“思想”和“大脑”。并且在讨论大脑的部分，我特别强调了大脑是如何与心灵一切运作，为他/她带来个体不同的性格的。

我希望且相信你已经从迄今为止所读到的内容中有所学习，你所学到的内容是与你有益的。

现在，让我们来看心灵的定义中的另外一个关键词：“态度”。

请记住，心灵是人类推理和思想的能力。它有想象、认知、感谢的能力，负责处理感觉和情绪，从而引发态度的生成。

我们刚刚讨论了感觉和情绪的处理，现在让我们来看处理的结果——态度。

态度是以我们的感觉、情绪、信仰或推理的心理过程决定的行为倾向。

这意味着你要对你自己的态度负责，即：对你的行为、姿态、行走、言谈、回应等负责任。

人类的信息处理中心

现在，你必然已经明白了心灵是人类的信息处理中心。在我们对大脑的定义中，我们说过它是调节和控制身体行动的主要中枢，接收、解释感官冲动，将信息传递给肌肉和身体器官。

在我们更深一步地研究心灵之前，我愿你可以铭记大脑的定义，你会发现这二者的工作十分相似，除了其中一个是属灵的，而另一个是属身体的以外。

心灵是人类的信息处理中心。它收集并处理人类外体通过神经系统以及人类内心属灵感官（人的灵魂）所获得的一切信息。人类心灵对信息的处理以及最终解释决定人类的行为或态度。

这就是你的态度或积极或消极的原因。一切都是从你的心灵以及你如何处理所接收的信息而来。

你未必总是需要对信息的获取方式负责，但要拿这些信息做些什么却必然是你的责任，也就是你如何处理这些信息，为之采取怎样的举动。这才是十分重要的。

那么，你是如何处理所获得的信息的呢？今天，我们谈论原油、金子、钻石，以及地表之下所有种类的宝贵物质，并通过对它们的处理而得着的一切美好的物质。但你是否知道，今天有些国家正走在石油、金子和钻石之上却一无所得？这是因为他们不知道如何对它们进行加工处理的缘故。

人的心也是如此。如果你不学习如何处理你的思想并内心的丰富矿脉，你就无法从中受益，这将会反映出你生命的质量。你必须作出非常重要的选择，通过对你心灵的殷勤管理，从你的灵得着最好的结果。

一个激动人心的事实

心灵的内容和操作进程是可管理的，这是激动人心的事实。这意味着心灵可以被重组或重新编程。

你重生的时候，是从神而生，你身上有祂的生命和性情。这意味着你拥有美好卓越的灵，因“与主联

合的，便是与主成为一灵。”（哥林多前书6:17）然而，拥有这卓越的灵并不意味着你是行在卓越中。但你是能够行在卓越中的，这正是本书所传达的信息的初衷。

你未必总是需要对信息的获取方式负责，但要拿这些信息做些什么却必然是你的责任，

你知道，你灵里最美好、最杰出的部分是通过你的心表达出来的。让我们联系这一点，阅读一些经文。

箴言4:23说：

“你要保守你心，胜过保守一切，因为一生的果效，是由心发出。”

同样的经文，在新国际版圣经中被译作：

“你要保守你心，高于一切，因它是生命的源泉。”（直译）

你要殷勤保守你心——高于一切，极尽所能——因它是生命的源泉。

现在，请回想你的头脑是通往你心的门户。因此，如果你要保守你的心，那么你就最好从保守你的

头脑开始！这就是这节经文在告诉你的——你要看守你的头脑、你的思想和你的思考过程。

而后圣经在第24-25说道：

“你要除掉邪僻的口，弃绝乖谬的嘴。你的眼目要向前正看，你的眼睛当向前直观。”

此处的“邪僻”一词所指的是偏离、背离。因此，换句话说就是：“不要偏离你的演讲或谈论，让你的眼睛向前正看。”

当神赐给你关乎你生命的道时，这道是关乎你的工作、家庭、婚姻、子女、经济并其他方面的——你不可失去祂的指导。不要在言语上犯错，不要出离神指着你说过的话的范围说话。要讲论祂的道，向前正看。这就是所罗门所说“拒绝偏离！”的意思。

得以知道我们灵魂里最美好的事物是通过我们的头脑表明出来是何等美妙啊！

心意更新

预备你的心荣耀神的首先且最重要的方面是它的

更新。这是你在学习正确使用你的心时必须首先去作的事。

圣经在**罗马书12:2**说道：

“不要效法这个世界（这个时代），[仿效其表面的、肤浅的习俗]只要[整个]心意[被新的理念和新的态度]更新而变化（改变），叫你们[自己]察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意，以及善良、纯全[你在祂的眼中]可喜悦的事物。”（扩大版圣经直译）

THE EXCITING REALITY
OF THE MIND IS THAT
ITS CONTENTS AND
PROCESSES CAN BE
MANAGED.

你必须持有新的理念和态度，藉着你整个心意的更新而改变。这是你心灵的彻底翻修，而非只是某个领域或方面的改变。而这不是一夜之间就能完成的，乃是你必须下意识地、不断去作的事。保罗在哥林多后书4:16说过他的内心是“一天新似一天”。在你身上也应如此，你的内心应该一天天地改变、变化、更

新。

我告诉过你有关心灵的一个激动人心的事实是它的内容和操作进程是可管理的，可重组或可重新编程的。这正是保罗在此处说“你要心意更新”所谈论的内容。

你心灵的内容和操作进程必须更新。这是繁重却值得的操练，想要有效达到这一点的唯一强有力的工具就是神的话语。

#1) 歌罗西书3:9-10:

“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，正如造他主的形象。”

这里所讲的是你心中所承载的内容的更新。你的头脑必须领受新的知识，以替代你先前拥有的感官知识，或那些与任何主题相关的属地的智慧。这新知识是圣灵的“epignosis”，就是认识神的新知识。

去领受新知识吧。藉着神的道和圣灵的力量学习属灵的真理。用各样的智慧和属灵的悟性，让神的道

丰丰富富地住在你的里面。

请观察上述两个重要的因素：

- 移除，丢弃或删除旧的信息
- 藉着神的道和圣灵接收新的信息和知识

#2) 以弗所书4:21-23

“如果你们听过他的道，领了他的教，学了他的真理，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。”

“在心志上”改换一新所指的是你心中的“品格或态度”改换一新。

请看同一节经文在扩大版圣经中的译文：“……**将你们的心志不断地改换一新[新鲜的心理和属灵态度]**”。

新国际版圣经的翻译为：“……**你们的心志要焕然一新。**”

这意味着会有一个新的操作进程，一个看待问题的新方式，一个新的观点。请记住，是你的感觉和情

绪的心理思维过程导致了态度的生成。因此，为了能够拥有一个新的态度，你就必须有一个新的过程，藉着圣灵的大能和神的道来处理你的思想、感觉和情绪。你必须开始从神的观点来看事情。当你这样作的时候，你的态度就会改变，与你处理思想的新方法一致。



11

首先是内在的看见

无论你想要在生命中实现什么，你必须从你的内在，也就是你的心首先看见它、得着它。例如，如果你想成为一名出色的进球足球运动员，你就必须首先想象自己夺球、控球、向着对方的防守运球。你必须看见自己接近他们的球门，击败守门员，射门成功。你必须在进入球场之前就看见、想象、沉思这个画面。否则，你就会很难从中胜出。

同样，如果你是一名律师，你就必须看见自己在法庭与发言，场上的法官、其他律师以及整个法庭都在聆听你陈述自己的案子，他们都被你吸引。你必须在进入法庭之间先看见、听见自己提出这些不可辩驳的论据。这一切都是始于你心中的画面！

你在生命中想要得着什么？总要针对你想要的在心中构建正确的图画。

作为一名基督徒，你能为自己成就的美好的事情之一，就是在你的心中将你想在生命中得到的事物构建出来。当你激活自己信心的眼睛，超越你此时的视野，想象自己活出神在这世上为你预备的最好的生活时，就必然从中得益。

神创造我们从来都不是为了让我们受苦、或度过一个勉强过得去的平凡人生。祂创造我们是为了让我们在生命中的各个方面都优秀突出、繁荣兴盛。然而，除非你开始以这样的方式看自己——看自己是在丰富、完美的健康、得胜、成功中活着，否则你就很难有这样的经历。你必须首先预想自己是活在这个领域中，活在神的心愿中才行。

你的未来是神的历史

罗马书4:17:

“亚伯拉罕所信的，是那叫死人复活、使无变有的神，他在主面前作我们世人的父。如经上所记：我已经立你作多国的父。（他在此处所说的“

你”指亚伯拉罕)”

请回想神对亚伯拉罕说：“……你的名不再叫亚伯兰，要叫亚伯拉罕，因为我已立你作多国的父。”

（创世记17:5）。那时亚伯拉罕尚且膝下无子，并且从自然生理的角度来说是不不可能生育的，因为他已经年老，他的妻子又是不孕的。因此，当神对他说：“我已经立你作多国的父”时，祂是使无变为有。换句话说，在神的眼中，亚伯拉罕的未来就是已经发生了的历史！

神将他的名字改为亚伯拉罕，为要反映出他的新身份，这个身份是与他生命的异象相符的，对神来说，这是一个必然的定论。神不需要再做些什么使其发生，而亚伯拉罕却需要意识到神对他生命的想法和计划，使自己的心与之相一致。

亚伯拉罕接受了他的新名字，开始向他人介绍自己为“亚伯拉罕——多国之父”。但悬而未决的问题是：子孙在哪儿？他要如何与神在他生命中的这个异象相联系？要如何才能抓住神所赐给他的呢？

我们的主是何等良善、何等荣耀啊！祂知道亚伯拉罕很难与这个异象产生联系，而且因为没有人能教

导他，神就向他发慈爱，教导他如何运行自己的信心并想象的力量。

用心灵的眼睛看

在**创世记13:14-15**主教导亚伯拉罕关于他心灵（想象力）力量的强有力原则：

***“……从你所在的地方，你举目向东
西南北观看，凡你所看见的一切地，
我都要赐给你和你的后裔，直到永
远。”***

请仔细阅读这段经文，抓住神在这里教导亚伯拉罕的内容。祂对他说：“从你所在之地，向东南西北观看，凡你所看见的一切地，我都赐给你和你的后裔，直到永远！”

神是在告诉亚伯拉罕不要用有限的肉体的视力去看，而要用那无限的心灵的眼睛去看。这就是为什么祂告诉他要待在一个点上，从这个点观看全地的原因。当我们在下一节经文中读到神对他说的话时，这一点就显得愈发清晰了：

“你起来，纵横走遍这地，因为我必把这地赐给你。”（创世记13:17）

这绝对是值得注意的！神告诉亚伯拉罕站在一个点上，从这个点向东西南北观看，他所看见的全地都是他和他的后裔的，直到永远。现在，祂告诉他起来，纵横走遍他所看见的全地！

让我们做个假设，亚伯拉罕是用自己肉体的眼睛观看目光所能及的全地。而现在神竟然告诉他要纵横走遍这全地？做到这一点对亚伯拉罕来说是几乎不可能的。

神是在简单地对亚伯拉罕说：“儿子，用你的心去看”。你猜怎样？亚伯拉罕看见了全世界，得着了全地，一点儿都没遗漏！

你可以在阅读**罗马书4:13**明白这一点：

“因为神应许亚伯拉罕和他后裔必得承受世界，不是因律法，还是因信而得的义。”

你看见了吗？神应许亚伯拉罕将他所看见的一切都赐给他。亚伯拉罕看见了整个世界，神完成了这协

议的最后部分，将全地都赐给了他。亚伯拉罕就是如此继承了世界！

但神必须告诉亚伯拉罕如何藉着使用心灵的力量实现这一点。

帮助自己看见异象

现在，让我们回到亚伯拉罕如何将自己与神在他身上的“多国之父”的异象相联系的问题上来。你还记得神在创世记13:14-17教导他如何使用自己的心灵并将心中所愿的具体化吗？然而，在得着后裔的问题上，亚伯拉罕似乎无法看见这个景象。

尽管神之前已经告诉他说：“*我也要使你的后裔如同地上的尘沙那样多，人若能数算地上的尘沙，才能数算你的后裔*”（创世记13:16），亚伯拉罕却没有抓住这个异象，没有从这个特别的预言中看到其中的画面。神知道他需要一些东西来帮助亚伯拉罕看见这个异象，因此，在幔利平原的一个温暖的晚上，祂告诉他走出帐篷，仰望星空，数点天上的众星。亚伯拉罕抬头望天，开始数算，但天上的星星太过繁多，是他无法数算的。

接下来神对他说：“你的后裔也将如此”。那一瞬间是觉醒的时刻。圣经告诉我们说，亚伯拉罕信神。他之所以相信，是因为他的心中有画面的形成。那天晚上，他简直在夜空看见有一张张小脸在那些星星上向他闪耀。

神通过告诉亚伯拉罕抬头观看群星，看自己是否能数得清这些星星来帮助亚伯拉罕看见他的异象。对你来说十分重要的就是帮助自己看见异象，使这异象在你的脑海中愈发清晰可见。藉着专注你的心在某件事物上，坚固、增强你的异象会使你凡事都能做。

异象的三个领域

你拥有异象的三个工具或三种途径：

1. 灵的眼睛
2. 身体的眼睛
3. 心灵的眼睛

1. 灵的眼睛

你灵的眼睛能看见什么不是在我们的控制之下，乃是在神的控制之下。你不能说：“现在，我想看看

属灵的领域。”不，你做不到，因为看见这个领域是神的工作。祂决定让某件事物显现在你的灵里，或打开你灵的眼睛看见属灵的领域。

IT'S IMPORTANT
THAT YOU HELP YOUR
VISION SO IT BECOMES
CLEARER TO YOUR
MIND.

你要明白，当神把你安置在这地上的时候，祂让你的灵通过你外在的人——你的身体来发挥功能。即便是灵，也需要一个物质身体在地上活动。只要你在这里，你就无法选择让你的灵脱离身体发挥功能。否则你就是非法滞留在世上的。

因此你要从你的灵直接作的事都必须通过圣灵去作。祂会向你彰显祂自己，在属灵的领域与你相交，这是不涉及你身体的。这意味着你灵的眼睛只能看见神向你显明的事物。你无法靠自己使用你灵的眼睛。这就是为什么有些事物是你一直想见却没有看见的原因。这只是因为你无法靠自己“睁开灵的眼睛”。

以弗所书1:17-18:

“求我们主耶稣基督的神，荣耀的父，将那赐人智慧和启示的灵赏给你们，使你们真知道他。并且照明你们

心中的眼睛，使你们知道他的恩召有何等指望，他在圣徒中得的基业有何等丰盛的荣耀。”

你还会在使徒行传2:17看到扩大版圣经将异象成为“蒙神授予的景象”。然而，你是可以随意使用另外两双眼睛的。神将它们赐给你，让你可以自己选择使用：何时、怎样使用它们全都取决于你自己。

2. 身体的眼睛

你身体的眼睛就是长在脸上的肉体的眼睛。你可以选择随时使用它们。只要睁开眼睛，你就能看见周围的事物了。

然而，你借着这双眼睛所能看见的视野和景象是有限的。它们只能看见那在物理领域已经存在的事物，不能看见无形的事物。正是因为这一点，所以你心灵的眼睛就变得十分重要了。

3. 心灵的眼睛

你心灵的眼睛是创造性的眼睛。在精神领域中，我们能够创造凡我们想要看见的。你肉体的眼睛只能

看见已经存在的以及物质界的事物，它们无法无中生有。然而，你心灵的眼睛却能够生出你想要在物质界看到的事物。

在我所著的《**重造你的世界**》一书中，我教导你的想象力就是你创造力。神将想象的能力作为一件礼物赐给我们，为要帮助我们创造一个想要在其中生活的世界。如果你不喜欢现在的生活，你可以改变它。神已经将工具（你的心灵）和让改变发生的能力赐给了你。

这个能力是神所赐的。使用你的心，你就可以选择自己想看的。只看见存在于物质界的事物是活在生命的较低平面中，那里是很多人的所在之地。但如果你重生了，你就拥有神的性情，神愿你提升你的视野，看见那所不能见的。

12

默想——你的创造时刻

从你的心灵生发信心

现在让我们来谈一下如何展示你心灵的眼睛所看到或预想的。创造不是停在对某件事物的想象而已。在看见某物之后，你还必须要创造它、塑造它。

让我们按照神自己的提升去行吧。圣经说：

“神说：‘我们要照着我们的形像，按着我们的样式造人，使他们管理海里的鱼、空中的鸟，和地上各样行动的活物。’神就照着自己的形像造人，乃是照着他的形像造男造女。”

（创世记1:26-27）

“耶和华神用地上的尘土造人，将生气吹在他鼻孔里，他就成了有灵的活人，名叫亚当。”（创世记2:6）

你要明白神在这里所作的事：首先，在创世记1:26-27祂从灵里造人，接下来在创世记2:7，祂以地上的尘土使人得以构成，是按照祂从灵里所造之人的样式。

我认为这应该会花费一些时间。你说：“但神在第六天造人啊”，是的，但不要忘记在神一日如千年，千年如一日（彼得后书3:8）。这是因为祂是住在永恒之中。因此，神以自己的形象和样式造人，祂将这甚好的造物称之为“人”。

现在，有一个形象、一个异象是你想要展示出来的。请记住，你的想象力是你创造力，凡你所想象的，就能将之创造出来。因此，想象对你来说是非常重要的。这是你必须学会为自己作的事情。

但，很多人对异象的误解是：他们本应该自己创造异象，但他们却在等待神将之赐给他们。有些异象是神显明在你灵里的，你对这些异象是没有任何影响的（请回想灵的眼睛）。但同时，还有些异象是你必须在你的心中创造出来的。当神赐给你祂的道，是关乎任何一件事物的，你就有权利让其生发结果，它的创造是始于你的心。

你的独处时间

这就是为什么对你来说拥有个人时间让你的心灵工作如此重要了。我将这样的时间称为“创造时刻”。我们多么需要这样独处的时间啊，在这样的时间里，我们不是想象自己如何报复那些得罪我们的人。有些人利用自己的独处时间思想这些令人不快的画面，结果就在自己的人生中创造了所有错误的事物。然后，他们转过身来纳闷这些问题是从哪儿来的。

你应该使用自己的独处时间将你心所愿的创造出来。当一个消极的画面在你心中浮现的时候，要阻止它，并以正确的画面取而代之。

真实的默想是创造

应许之子以撒，从他的父亲亚伯拉罕学到了一些东西。圣经告诉我们他是有很深属灵生命的人，他常常默想。一次，亚伯拉罕让他的仆人去为以撒寻一个女子为妻，当他带着以撒的妻子归回的时候，他们发现他在默想（创世记24:63-64）。他学到了默想的能力，知道默想的时刻就是创造的时刻。

真实的默想是创造，但是并没有多少人学会使用他们的默想时刻进行创造。

一般来说，“默想”的意思是“让某人聚焦在某事上；反省或深思；在心中计划或设计。”然而，在圣经（约书亚记1:8），被译为“思想”（默想）一词的希伯来文却是“hagah”，意思是“沉思、低喃、咆哮”。这显明了默想的三个阶段或层次。由此可知，默想不只是指深思、反省或反省某事，它还意味着低声轻喃，说出来，或对你自己大声呼喊出来。换句话说，你在某事上专心，将之说出来。你所作的是让你的全人接纳某个特定的真理。

我们可以看见，以撒已经学会了神对他父亲的教导。他知道要拿他的思想和时间做些什么。当所有人都因为经济的衰变，逃离基拉耳，去往埃及的时候，主在他的一次默想中向他显现，对他说：“你不要像其他人那样收拾行李下埃及去，要住在这地，我必将一切赐给你。”（创世记26：2-3）

尽管那地经历大饥荒，以撒仍然留了下来。而无论他在哪里挖井，那里就涌出水来。当其他人的谷物歉收时，他却繁荣昌盛（创世记26:12-25）。圣经说

他日增月盛，成了大富户，在那地昌大，以致于非利士人都嫉妒他（创世记26:12-14）。他是一个极为富足的人，而他是藉着默想神的应许创造这一切的。

你的默想时刻就是
你的创造时刻。

雅各的创造性想象力

雅各也从他的父亲以撒雅各学到了同样的真理。他发现了默想的能力，知道了如何使用自己的心灵来创造他所心所愿的。这就是为什么尽管多年以来他在自己的舅舅拉班的手下受尽苦难，却最终极其昌盛的缘故。

在我们看雅各是如何做到这一点之前，让我们首先为他这非凡的故事描述它的背景。他爱拉班的小女儿拉结，想娶她为妻。拉班表示同意，但雅各必须在娶拉结为妻之前服侍他七年。这段时间以后，拉班却食言违背了他们的协议，骗他娶了他的女儿利亚。

但雅各太想娶拉结了，拉班知道这一点，就对此加以利用。他向雅各提出另一个建议：“你再为拉结服侍我七年”（创世记29:27）。雅各同意了，就又

服侍拉班七年。在他最终娶拉结为妻之前，雅各一共服侍他十四年。

雅各继续服侍拉班。在这段时间，拉班十次更改他的工价，不是增加而是减少！我的意思是说，

这人就是一个卑鄙的、欺诈的老板！有一天，雅各去见拉班，说：“舅舅，我该走了。我的妻子生了孩子，我们的家庭越来越大了。在我们成为你和这地的麻烦之前，我们最好现在就离开。”

请阅读拉班的回答：“……我若在你眼前蒙恩，请你仍与我同住，因为我已算定，耶和华赐福给我是为你的缘故……请你定你的工价，我就给你。”（创世记30:27-28）

雅各同意再留下来一阵子服侍拉班。拉班对他说：“你想要多少工价，我都给你。”但雅各看穿了他的障眼法，更改他十次工价的这个人如今让他定自己的工价。他已经受够了拉班的欺诈，所以他回答说：“什么你也不必给我，只有一件事你若应承，我

你应该使用自己的独处时间将你心所愿的创造出来。当一个消极的画面在你心中浮现的时候，要阻止它，并以正确的画面取而代之。

便仍旧牧放你的羊群。”（创世记30:31）

这是雅各的要求，从这里开始我们看到他创造性的思想开始运作：拉班和他的儿子们将羊群中一切有点的、有斑的、有条纹都分别出去，只留下纯色的羊只。如果羊群中有带点的、带斑的、带条纹的小羊出生，就都归给雅各为他作拉班牧羊人的工价。

雅各和拉班都知道发生这种情况的几率是非常小的。但拉班这个欺诈的老板非常喜欢这个合约。现在他不需要再欺骗雅各了，他觉得雅各用自己定下的这个荒谬的交易欺骗了自己。

拉班和他的儿子们立即将雅各羊群中一切有点的、有斑的、有纹的都挑出来，将纯色的羊群留下，又离开雅各有三天的路程。现在他们等着看雅各的好戏，看他如何拥有自己的牲畜，供养自己的家庭。

让我们来看雅各是如何做的。

雅各如何以他的想象力创造财富

“雅各拿杨树、杏树、枫树的嫩枝，

**将皮剥成白纹，使枝子露出白的来，
将剥了皮的枝子，对着羊群，插在饮
羊的水沟里和水槽里，羊来喝的时候
牝牡配合。”（创世记30:37-38）**

请仔细查看雅各在这里所作的事。他并非像有些人想的那样，在这里举行什么仪式，他乃是在帮助自己的异象，就好像神藉着让亚伯拉罕数点众星来帮助亚伯拉罕的异象一样。

雅各拿杨树、榛子树和栗子树的枝子，他在这些枝子上作标记，使它们看起来像有条纹的、有点的和有斑的羊只身体的图案。

接下来，他将这些枝子插在羊群饮水的地方，羊来喝水的时候子就在这里牝牡配合。因为他是在帮助自己的异象，看到有点的、有斑的、有纹的羊羔生出来，他认为如果羊群在那些枝子前交配的话，事情就会成了。他因此在此事上专心致志。

这就是如何帮助你的异象的方法——你要默想，一直到你的整个思想都沉浸在你想要看见的异象里。这就是为什么当你在自己的内室想要默想，但眼前却一无所有的时候，会比较难有所看见的原因。

在朝向你异象的方向上，从阅读圣经或其他材料开始。我告诉人说：“如果你想要有一个富有成效的禁食，就在禁食期间找些书来读吧，这能让你的思想高度集中。”如果你说自己在禁食或默想，而你却没有任何专注点，那么你的心就不会创造任何画面出来。这是你必须学习的。

雅各明白这一点，他知道我们所看见的并非从那显然之物所创造的（希伯来书11:3）。现在让我们回到他的故事：

“将剥了皮的枝子，对着羊群，插在饮羊的水沟里和水槽里，羊来喝的时候牝牡配合。羊对着枝子配合，就生下有纹的、有点的、有斑的来。”

策略奏效了！那些纯色的牲畜真地生下了有纹的、有斑的和有点的羊羔！

现在让我们来看雅各接下来作了什么：

“雅各把羊羔分出来，使拉班的羊与这有纹的和黑色的羊相对，把自己的羊另放一处，不叫他的和拉班的羊混

杂。到羊群肥壮配合的时候，雅各就把枝子插在水沟里，使羊对着枝子配合。只是到羊瘦弱配合的时候就不插枝子。这样，瘦弱的就归拉班，肥壮的就归雅各。”（创世记30:40-42）

这难道不神奇吗？我告诉你雅各可不是在举行什么仪式。最初，他将剥出白纹的枝子放在羊群前，这样，羊在交配的时候看到枝子，就生出有这枝子图案的羊羔来。但现在他不再需要枝子了，这一次，他把有点的、有斑的和有纹的小羊羔放在成年羊前，这样当羊交配的时候，就生出与它们所看见的小羊羔一样花色的羊羔出来。

“到羊群肥壮配合的时候，雅各就把枝子插在水沟里，使羊对着枝子配合。只是到羊瘦弱的时候就不插枝子。这样，瘦弱的就归拉班，肥壮的就归雅各。”（创世记30:41-42）

不要以为雅各是在欺骗拉班，他所作的事帮助自己的异象，确保得到最好的收获。因此，这样，每当

强壮的羊在水沟边交配的时候，他就把枝子插在水沟里，使它们可以生出有纹的、有点的和有斑的羊羔。而当他留意到瘦弱的羊只交配的时候，就把枝子挪去，使它们可以生出普通纯色的羊羔。

雅各所作的是使用他的想象力——即他的创造力。你可以在心中创造出想要的图画。这是你必须不断自己选择去作的事。

默想直到你的整个思想沉浸在你想要看见的异象里。

不要问：“除非有异象临到我，否则我就看不到异象。”不，在你什么都没有作的情况下临到你的异象是在你灵里的异象，把它留给神吧。事实是，可能你在这个世上一次灵的异象都没有见到过，但如果你创造出神给你能力去创造的异象，这就不应拦阻你选择作一个成功的人。

不是从显然之物而来

拉班和他的儿子们无法理解雅各是怎样获得那么多有斑的、有点的和有纹的羊的，他本应该一只都得不到的。他们指责他是从他们的羊群中偷了去，因

此，他觉得有必要对他的妻子——拉班的女儿说出实行，告诉她们他是如何做到的。

创世记31:10-12:

“羊配合的时候，我梦中举目一看，见跳母羊的公羊都是有纹的、有点的、有花斑的。神的使者在那梦中呼叫我说：‘雅各！’我说：‘我在这里。’他说：‘你举目观看，跳母羊的公羊都是有纹的、有点的、有花斑的，凡拉班向你所作的，我都看见了。’”

如果你说自己在禁食或默想，而你却没有任何专注点，那么你的心就不会创造任何画面出来。

在这里，雅各将事情的属灵面告诉他的妻子。他告诉她们，自己是如何一直看到一个异象的，在这个异象中，本应该交配生出纯色羊羔的羊群却生出了有纹的、有花斑的和有点的羊羔。请注意，他没有说：“我在一个梦里看见自己举目观看”，如果是这样，那就意味着他睡着后做了个梦。但他说：“我举

目观看，在梦中看见”，这里所说的是他在完全清醒的情况下所创造的一个异象。当你也像这样观看时，神就告诉你：“儿子，女儿，你必得着！”我们所看见的不是从显然之物造出来的（希伯来书11:3）。



13

视万物为新！

在哥林多后书5:17，保罗说道：
“若有人在基督里，他就是新造的人，（看哪！）旧事已过，都变成新的了。”（译注：“看哪！”为英文直译，这个词并未体现在中文圣经中）

此处有个十分有力量的词，我希望大家一起来学习：就是“看哪！（Behold）”这个词的意思是“看”。保罗藉着圣灵，说：“看，万物都变成新的了！”不是很多基督徒知道他们需要看见万物都变成新的了。

这是一个命令，是圣灵的指示。祂对你说：“看！”你在看什么呢？有些人说：“自从我重生以来，并没有事情改变。”但这不是圣经所说的。圣经乃是说：“看，万物都变成新的了！”如果你没有视

万物为新的，那么你就是在看错误的事物。如今是时候该对你自己说：“不，这不是我应该看的。万物都已经变成新的了！”

现在你要开始在这崭新的光中看待你自己。不要再以自然界或你与生俱来的缺点来看待你自己了；虽然你地上的家庭可能饱受不幸的折磨，但不要再视自己为这不幸的折磨对象了。现在你已经属于一个新的家庭了——就是神的家（以弗所书3:14-15）。如今，要看万物都已经变成新的了！

如果你没有视万物为新的，那么你就是在看错误的事物。

请记住，你必须帮助自己看见异象。这是我们从亚伯拉罕、以撒、雅各身上所学到的。主曾经使用众星帮助亚伯拉罕看见异象。雅各使用木头上的标记来帮助他看见异象。要找到正确的图画来帮助你看见异象，并让它们一直在你的面前出现。要持守那些控制你的灵和你的心的心专注在正确方向上的事物。

在对的场所

这就是为什么你要去真正的教会接触神道的真理如此重要的缘故。当人们去错误的地方时，他们的异象就被篡改，他们会开始看见错误的东西，因为他们没有受到神道的教导。神的道赐给你正确的画面和异象。这就是为什么说神的道是祂的镜子，是反射出你在祂心中的真实形象的。

你看见什么是很重要的。我任职为牧师已经超过三十年了，偶尔会有人时不时地想要告诉牧师们发生在教会中的一些事是不对的。他们以为牧师不是很清楚正在发生什么事。但事实上他们才是不晓得正在发生什么事的人，因为他们正在观看一些错误的事物。然而，牧师却一直保守自己专注在神显示给他的事上。

约书亚与耶利哥城墙

那么，作为一名牧师、或商人、或父母、或学生的你想看见什么呢？如果你一直看向那些充满消极思想的人所显示给你的事物上的话，你就只能得到消极

的结果。让你的焦点放在主显示给你的事上吧。就这一点而言，我们在约书亚的生命中看见一个非常具有启示性的事件。

“耶利哥的城门因为以色列人就关得严紧，无人出入。耶和華曉諭約書亞說：‘看哪，我已經把耶利哥和耶利哥的王，並大能的勇士，都交在你手中。’”（約書亞記6:1-2）

那时，耶利哥之战尚未打响，战火尚未燃起。约书亚只是在主对他说话的时候才计划

攻打耶利哥：“……看哪，我已經把耶利哥和耶利哥的王，並大能的勇士，都交在你手中。”（約書亞記6:2）

但耶利哥的城门仍然固若金汤，整个城市处于禁闭防范模式，因为以色列人的缘故无人出入。然而主却对约书亚说：“看哪，我已經把耶利哥和耶利哥的王，並大能的勇士，都交在你手中。”

在这里，神对约书亚的第一个指示十分简单：“看啊！”这意味着约书亚要想要攻占耶利

哥，就必须在内里首先“看见”这一场面。他必

须使用他的想象力。如果他没有看见神已经将这地赐给了他，他就永远不会攻占这城。

今天这大有能力的原则仍然适用，神已经为你成就了什么事并不重要，重要的是你必须通过“看见”来占有它！

拥有描绘我们心中所愿的正确的精神画面对我们来说是何等重要啊！你要明白：**你的异象有多大你的祝福就有多大！**换句话说，你的异象能覆盖多大范围决定了你的所得将有多少。

今天你在自己的事业、业务、家庭、经济、事工、学业……上看见什么了呢？如果你不喜欢事情的走向或取得的进步，那么原因就是

你没有看。现在是你应该看的时候了！

现在是你的定时

你能看见什么？你的心能走多远？我记得多年以前在我们的一场医治特会中，我曾经

神已经为你成就了什么事并不重要，你必须首先从心里“看见”它！

过一次非比寻常的事。有一个年轻女孩儿坐在轮

椅上，她因为无法行走被带到我的面前。当我接手在她身上，为她祷告的时候，我注意到她在活动她的四肢，仿佛在为自己的冲刺做准备一样。我一说“得医治！”她就跑了出去！那时，我马上抓住了她，因为我在她身上的事工还没有结束。

你可能不明白：“这样的事是怎么发生的呢？”那个孩子那一天在她的心中描绘了一幅自己奔跑的画面。对她来说，那是她改变的定时，什么都无法阻止她得医治。她已经想象出力量涌向她的四肢的画面，她可以看见自己再次奔跑起来，就好像那些与她同岁的孩子们一样。你猜怎样？那正是她所得到的。那一天她得着了医治，再一次开始行走、奔跑起来，赞美神！



结论

每日更新!

你心灵的品格

哥林多后书4:16:

“所以，我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。”

当保罗发出这个声明的时候，他并非在给予教会一般性评论。在上下文中学习这段经文，

你就会明白他是特别指着他自己以及那些在人生中也与他一道经历了这一点的人而说的。

他让哥林多的圣徒知道这是应该发生在神儿女身上的事，因为这就是发生在他自己身上的事。

可能不是每个基督徒都能说自己的内心是一天新似一天的。但保罗说他是内心一天新似一天的，荣耀归于神！你应该每天经历内心的更新。即便你的外体可能在变老，你却应该每一天藉着神的道更新自己的内心。我会告诉你如何做到这一点：

以弗所书4:23-24说，

**“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象造
的，有真理的仁义和圣洁。”**

这里所说的你的“心志”指的是你心灵的品格，因此，你心志的更新就是指对你内心的

教育。一个人通过入读优秀的学校、阅读合适的书籍，就会因他所获取的信息和启蒙而形成新的品格。

出生在一个偏远的小山村，对外面的世界一无所知男孩能够成为一个国家的国务卿，或总理、或国家总统，这是因为他接受了教育，塑造了与那个来自小村落的笨拙小伙子截然不同的品格。

在个人训练和发展上，你的首要专注点应该是你的内心。当你的灵得到了正确的训练，你就能看见、听见你应该看见或听见的。

与之相同，你的内心能够受教育形成一个新的品格，就像以弗所书4:24所说的那样，是照着神的形象造的，有真理的仁义和圣洁，荣耀归于神！

成为神造你的样式

现在你知道你应该成为何等人了，就要开始以神的道训练、培育你的内心，使你成为你应当在基督里成为的那等人。作为神的儿女，在个人训练和发展上，你的首要专注点应该是你的内心。当你的灵得到了正确的训练，你就能看见、听见你应该看见或听见的。

这是很重要的，因为基本上你的视觉和听觉就是你的信息来源。如果你没有清晰地看见，你就会得到错误的画面；而如果你没有正确地听，你就会得到错误的信息。但当你看见、听见你应该看见、听见的，你就会拥有正确的画面和信息，能明白你究竟是谁，并成为你应该成为的那等人。

歌罗西书3:9-10:

“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，正如造他主的形象。”

这段经文与我们刚刚在以弗所书4:24所读到的内

容相仿。我们像神，并且基督的真像是在我们的灵里。我们有祂的生命和性情，因为祂如何，我们在这世上也如何（约翰一书4:17）。并且当我们的心和思想按照祂的形象（祂的道）在知识上渐渐更新的时候，我们就形成了祂的品格，在我们的思想、言语、行为、做事方法和习性上更像祂。

改变你的世界！

“穿上了新人，这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形象。”（歌罗西书3:10）

这节经文告诉我们一些有关神的性情十分具有启示性的真理，即祂是创造者。并且既然

祂造了我们的灵像祂一样，祂就期待我们也成为创造者。这意味着祂愿你使事情发生，改变你的世界。

世上有很多神的孩子已经做了一些前所未有、又大又新的事。甚至你可能就是其中的一员，但你所能做的远不止这些。当你学会使用你的心，让放置在你

灵里的东西发挥积极的作用时，你就会惊讶于自己的能力，惊讶于你竟然能作成那么多事。

在你里面有数不尽的潜力存放。当耶稣说“在信的人，凡事都能”的时候，祂并非在说谎。祂知道祂把什么放在了我们里面。

祂所赐给我们的是何等的生命啊！默想这个真理，用你心中创造性的眼睛来看吧。主让我告诉你如何使用祂所赐给你的。要记住，祂赐给你心灵，是有能力的，可以看见肉眼所看不见的。除非你用这双眼睛先看见，否则你就无法将之创造出来。所以，下定决心使用它们吧。

有太多事情会发生在这末后的日子里，神的道向我们所显现的荣耀之事会发生，但这一

切只会发生在那些使用神恩赐的人身上。我们要使用我们心灵的眼睛观看，将你心所愿的创造出来！

因此，要看见自己不断进步，为神作大事。用你心灵的眼睛去看，专注在你想要看见的

SEE WITH THE EYES
OF YOUR MIND...
IF YOU CAN SEE IT,
YOU CAN AND WILL
HAVE IT.

事物之上。如果你能看见，你就能够、也必将得着它。

学以致用

如果有不同的图画扭曲了你所看见的，你就要拒绝它。如果你看见自己失败，就要对哪

个画面说不！要保守你心灵的眼睛聚焦在与神所说关乎你的道一致的事物上。我已经将如何藉着异象提升你的生命，带来卓越结果的方法告诉你了。要使用你异象的能力在你的工作、业务、事工、家庭、健康、经济并一切关乎你的事上创造你心所愿的。

我相信你已经有所学习，并且阅读这本书的时候想到一些人。现在是时候开始使用你所

To contact the author write:

Pastor Chris Oyakhilome:

United Kingdom:

Believers' LoveWorld
 Unit C2, Thamesview Business Centre
 Barlow Way, Rainham
 Essex, RM13 8BT
 Tel: +44(0)170 855 6604

South Africa:

303 Pretoria Avenue
 Cnr. Harley and Bram Fischer,
 Randburg, Gauteng
 South Africa.
 Tel: + 27 11 3260 971; +27 11 3260 972

Nigeria:

Christ Embassy
 Plot 97, Durumi District
 Abuja.

LoveWorld Conference Center
 Kudirat Abiola Way,
 Oregun, Ikeja, Lagos
 Tel: +234-8023324188,
 +234-802 478 9892-3, +234-8052464131

Please include your testimony or help received from
 this book when you write.

Your prayer requests are also welcome.



运行你心灵的力量，成为神愿你成为的人！

当你运行你心灵的大能之时，你所能成就的就是无限的，并且绝对没有什么能限制你推动自己上升的高度。

在《心灵的力量》一书中，克雷斯牧师揭示了心灵是一个属灵的实体，它最大的潜能惟有通过神的道对人类灵的教育才能触及，而这最终将影响人的心。在阅读本书的过程中，你会在几个要点上发现基本事实：

- 更新你心意：思维管理的概念
- 思想的力量
- 攻破坚固的营垒
- 处理消极的思想和情绪
- 态度——你的心理倾向
- 默想——你的创造时刻……并其它更多内容。

神在你身上的梦是让你完全得着祂所赐多重祝福的产业，你的心是至关重要的工具。祂赐给你心灵，是为了让你得着祂的供应。这个适时的经典为你敞开了通往拥有无尽可能性的领域的大门，帮助你探索心灵的无限潜能。所以，准备好改变你的思维结构吧，要有卓越的品格，就是神计划你成为的那等人所拥有的。

克雷斯·欧亚克西姆

理学博士及神学博士。为信徒爱世界股份有限公司Believers' LoveWorld Inc.（亦称为：基督特使团 Christ Embassy）会长，基督特使团是一个动态的、多元的、环球事工。作为一名牧师、教士、医治传道人、电视节目主持人、畅销书作家的克雷斯牧师热情于以神的同在接触世人这一神圣使命超过三十年，帮助数百万人在神的道中经历得胜、有意义的生命。

他是一名多产的作家，是《话语的实际》的作者。《话语的实际》为世界第一的每日灵修书籍，每月在世界范围内以超过660种语言出版，全球销量超过5亿份。除此之外，他还作有其他30余本著作。

克雷斯牧师是在线祷告网络的先锋（yookos.com/pastorchrislive），通过这个网络，全世界

的基督徒都被调动起来进行祷告和代祷；他也是“神迹的气氛”的主持人，这个节目将神的属天同在直接带入你的家。他电视事工的范围通过爱世界卫星电视网络遍及世界，为全球观众提供质化的基督徒节目。

世界闻名的医治学校是克雷斯牧师的事工，彰显耶稣基督的医治工作，帮助很多人通过圣灵恩赐的运行领受了医治。