

2026 年度主題

心意更新－生活篇

蕭旻奇牧師

2026-02-01

心意更新 RENEWING YOUR MIND

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。

Do not conform to the pattern of this world, but be transformed by **the renewing of your mind**.
Then you will be able to test and approve what God's will is—his good, pleasing and perfect will.

羅馬書 ROMANS 12:2

心意更新 – 生活篇

- 一、內在生活
- 二、家庭生活
- 三、教會生活
- 四、工作生活
- 五、享受生活



心意更新
RENEWING YOUR MIND

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。
Do not conform to the pattern of this world, but be transformed by the renewing of your mind.
Then you will be able to test and approve what God's will is—his good, pleasing and perfect will.

羅馬書 ROMANS 12:2

2026 教會主題 ANNUAL THEME

CBCWLA
BAPTIST CHURCH

一、內在生活

- 是一切「生活」的根基

- 羅12:2 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。
- 箴4:23 你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。

一、內在生活

- 基督信仰的「內在生活」

- 要以「與神的關係更新，生命被耶穌塑造」為核心。
 - 林後5:17 若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。
 - 詩42:11 我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？

一、內在生活

• 基督信仰的「內在生活」

- 要以「**與神的關係更新，生命被耶穌塑造**」為核心。
 - 林後5:17 若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。
 - 詩42:11 我的心哪，你為何**憂悶**？為何在我裡面**煩躁**？**應當仰望 神，因我還要稱讚他**。他是我臉上的光榮，是我的神。

一、內在生活

- **靈修** — 我的靈修生活還可以如何更新？

- 親近神，得安寧

- 可1:35 次日早晨，天未亮的時候，耶穌起來，到曠野地方去，在那裡禱告。

- 詩46:10 你們要休息，要**知道我是 神**！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。

一、內在生活

- 靈修 — 親近神，得安寧

☒ 時間

☒ 詩歌

☒ 經文

☒ 禱告

☐ 神要與我同在（我竟然不知道）

一、內在生活

• 讀經 — 我的讀經生活還可以如何更新？

• 讀整本聖經

• 豈可將神的話語，變成了廟裡的籤詩

- 來4:2 因為有福音傳給我們，像傳給他們一樣；**只是所聽見的道與他們無益，因為他們沒有信心與所聽見的道調和。**

• 還在為沒有讀完聖經，而感到虧欠？！這症狀多久了？



一、內在生活

• 讀經 — 我的讀經生活還可以如何更新？

• 要被聖經讀

- 來4:12 神的道是活潑的，是有功效的，比一切兩刃的劍更快，甚至魂與靈，骨節與骨髓，都能刺入、剖開，連心中的思念和主意都能辨明。
- 提後3:16 聖經都是 神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的， 17 叫屬 神的人得以完全，預備行各樣的善事。

一、內在生活

• 讀經 — 我的讀經生活還可以如何更新？

- 讀完進度、準備好查經材料、知道主日學要講什麼.....
- 不要忘記，讓聖經讀讀自己的心
 - **詩119:105 你的話是我腳前的燈，是我路上的光。**
- 哪怕是一段、一節、一句、一詞、一字...都好
- 聽見神要我認的罪、悔改的過犯；要道的歉、要饒恕的人；要放下的驕傲...，恭喜你！

一、內在生活

- **禱告** — 我的禱告生活還可以如何更新？
 - 謝飯禱告、睡前禱告.....
 - 身旁有基督徒在.....，帶領事奉時.....才禱告
 - 禱告的內容？

一、內在生活

- 禱告 — 我的禱告生活還可以如何更新？
 - 不再只是向神祈求，而是**尋求神的心意**！
 - 「神，我要什麼！」更新為「**神，這是你要的嗎？**」
- 太6:33 你們要先**求(SEEK)**他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。
- 羅12:2 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、內在生活

- 禱告 — 我的禱告生活還可以如何更新？

- 不是要神使萬事互相效力，讓我得著自己所想要的
- 而是要**知道**神使萬事互相效力，**讓我更像耶穌的模樣**

- 羅8:28 我們曉得萬事都互相效力，叫愛 神的人得益處，就是按他旨意被召的人。 29 因為他預先所知道的人，就預先定下**效法他兒子的模樣**，使他兒子在許多弟兄中作長子。

一、內在生活

• 禱告 — 我的禱告生活還可以如何更新？

- 為著禱告蒙允的事獻上讚美，因我們的心更貼近了神的心。
- 為著禱告許久，仍未被成就的事，我們學習忍耐、學習等候，學習如何在這段時間調整我們的心懷意念！
- 藉著禱告，把心心念念的事，把焦躁不安的人，都交在神的手中！
- 直到內心感受到神大能膀臂讓我們攙扶時的那種力量，體會到神如山寨、避難所般給我們投靠時的那份安全感，我們才停止禱告！

一、內在生活

- 內在生活不是「為了討好神，我來做這些事」，而是「更認清我是個怎樣的人？是否願意聆聽神要向我說的話，並順服祂的旨意，讓祂來改變我。」
- 有幫助靈修讀經和禱告的**公式（方法）**
但是千萬不要成為例行的**公事（打卡）**
- 我們所信的神，是一位真神、活神，滿有改變大能的神，祂喜悅我們這麼做，但是希望藉此與我們有一個活潑的關係，常與我們同在、同行

二、家庭生活

- 家庭是很艱困的福音場域，也是最真實的門訓場域
 - 西3:18 你們作妻子的，當順服自己的丈夫，這在主裡面是相宜的。 19 你們作丈夫的，要愛你們的妻子，不可苦待她們。 20 你們作兒女的，要凡事聽從父母，因為這是主所喜悅的。 21 你們作父親的，不要惹兒女的氣，恐怕他們失了志氣。

二、家庭生活

- 家庭是很艱困的福音場域，也是最真實的門訓場域
 - 面對**父母**：操練**作主門徒**
 - 我要扎扎实實地作主門徒
 - 讓未信的家人親眼看到、親身感受到耶穌基督在我生命中的改變：主耶穌如何改變我的三觀、我的親子關係、我的夫妻關係，我對工作的態度，我在教會的事奉.....，特別是**我對父母親的關係**，用這樣的方式“傳”福音！

二、家庭生活

- 家庭是很艱困的福音場域，也是最真實的門訓場域
 - 面對**孩子**：操練**帶**主門徒
 - 我正在/已經扎扎實實地培育了「誰？」的門徒
 - 我如何按著聖經，孝敬我的父母
 - 我如何按著聖經，對待我的丈夫
 - 我如何按著聖經，對待我的妻子
 - 「栽」培？還是「災」培

二、家庭生活

- 家庭是很艱困的福音場域，也是最真實的門訓場域
 - 夫妻關係：操練**基督是主**
 - 「愛」並沒有丈夫想像的那麼簡單
 - 「順服」並沒有妻子想像的那麼難
 - **弗5:21** 又當存敬畏基督的心，彼此順服。
- 一個小家庭，足以影響鄰舍、整個社區、整個家族

二、家庭生活

• 家庭會傷人？



二、家庭生活

- 家庭會傷人？

- 天下無不是的父母.....
- 父母吃的鹽比我吃的飯多.....
- 我這麼做都是為你好.....
- 把你撫養成這麼大，容易嗎？

- 福音能救人！

- 使人知罪、認罪、悔罪，得著醫治、釋放與盼望

三、教會生活

• 是「一群人」的生活

20230326 詩班獻詩【We Are the Church 我們是教會】



三、教會生活

- 這「一群人」一起生活時會做的事

- **W**ORSHIP：敬拜主基督
- **I**NSTRUCT：教導主話語
- **F**ELLOWSHIP：享受主團契
- **E**VANGELISM：傳揚主福音

三、教會生活

• 這「一群人」一起生活時給人的印象？



三、教會生活

- 這「一群人」一起生活時給人的印象？



三、教會生活

- 這「一群人」一起生活時給人的印象？



三、教會生活

• 這「一群人」最特殊的身份與權柄

- 太16:18 我還告訴你，你是彼得，我要把我的教會建造在這磐石上；陰間的權柄 { 門 }，不能勝過他。
- 太18:17 若是不聽他們，就告訴教會；若是不聽教會，就看他像外邦人和稅吏一樣。 18 我實在告訴你們，凡你們在地上所捆綁的，在天上也要捆綁；凡你們在地上所釋放的，在天上也要釋放。

三、教會生活

- 這「一群人」最特殊的身份與權柄



- 我的「教會觀」要如何更新？如何「看、待」教會

四、工作生活

- 面對工作的基本觀念

- 神的心意乃是賜福！

- 創1:28 神就**賜福**給他們，又對他們說：「要生養眾多，遍滿地面，**治理這地**，也要**管理**海裡的魚、空中的鳥，和地上各樣行動的活物。」

四、工作生活

- 面對工作的基本觀念

- 神的心意乃是賜福！

- 創2:15 耶和華 神將那人安置在伊甸園，使他修理，看守。

- 創2:19 耶和華 神用土所造成的野地各樣走獸和空中各樣飛鳥都帶到那人面前，看他叫什麼。那人怎樣叫各樣的活物，那就是牠的名字。

四、工作生活

- 面對工作的基本觀念

- 豈可為懶散找藉口？

- 帖前 4:11 又要立志作安靜人，辦自己的事，親手做工，正如我們從前所吩咐你們的， 12 叫你們可以向外人行事端正，自己也就沒有什麼缺乏了。
- 帖後 3:10 我們在你們那裡的時候，曾吩咐你們說，若有人不肯做工，就不可吃飯。 11 因我們聽說，在你們中間有人不按規矩而行，什麼工都不做，反倒專管閒事。 12 我們靠主耶穌基督吩咐、勸戒這樣的人，要安靜做工，吃自己的飯。

四、工作生活

- 面對工作的基本觀念

- 神仍做事直到如今！

- 來1:3 他是 神榮耀所發的光輝，是 神本體的真像，常用他權能的命令托住萬有。他洗淨了人的罪，就坐在高天至大者的右邊。
- 約5:17 耶穌就對他們說：「我父做事直到如今，我也做事。」

- 神要藉著我們的「工作」，在你我生命中「工作」

四、工作生活

- 面對工作的心意更新

- 全新的呼召與使命 IT'S A CALLING, NOT JUST WORKING

1. 福音的呼召：我是屬基督的

- 林前1:9 神是信實的，你們原是被他所召，好與他兒子——我們的主耶穌基督一同得分。

四、工作生活

- 面對工作的心意更新

- 全新的呼召與使命 IT'S A CALLING, NOT JUST WORKING

- 1. 福音的呼召：我是屬基督的

- 2. **事奉的呼召：事奉召我的主**

- 西3:23 無論做什麼，都要從心裡做，像是給主做的，不是給人做的， 24 因你們知道從主那裡必得著基業為賞賜；你們所事奉的乃是主基督。

四、工作生活

- 面對工作的心意更新

- 全新的呼召與使命 IT'S A CALLING, NOT JUST WORKING

- 1. 福音的呼召：我是屬基督的

- 2. 事奉的呼召：事奉召我的主

- 3. **職場的呼召：活出呼召之處**

- 彼前2:9 惟有你們是被揀選的族類，是有君尊的祭司，是聖潔的國度，是屬 神的子民，要叫你們宣揚那召你們出黑暗入奇妙光明者的美德。

四、工作生活

- 面對工作的心意更新

- 全新的呼召與使命 IT'S A CALLING, NOT JUST WORKING

- 1. 福音的呼召：我是屬基督的

- 2. 事奉的呼召：事奉召我的主

- 3. 職場的呼召：活出呼召之處

- 在教會學習服事，是每一個人最好的職前訓練！

五、享受生活

- 享受好生活：這本是神的美意

- 耶29:11 耶和華說：我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。
- 羅8:32 神既不愛惜自己的兒子，為我們眾人捨了，豈不也把萬物和他一同白白地賜給我們嗎？

五、享受生活

- 生活好享受：相信耶穌的應許

- 約10:10 盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊**得生命，並且得的更豐盛**。
- 太11:29 我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們**心裡就必得享安息**。 30 因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。

五、享受生活

• 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 遠離神
- 只靠自己不要神
- 想要躲避神
- 對神失了信心.....

大衛面對安逸

- 親近神
- 常常倚靠神
- 緊緊抓住神
- 高舉神的名.....

大衛面對戰役

是好？是壞？

五、享受生活

- 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 只在乎神，置個人死生於度外！

- 林後4:7 我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力是出於神，不是出於我們。 8 我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望； 9 遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。 10 身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。 11 因為我們這活著的人是常為耶穌被交於死地，使耶穌的生在我們這必死的身上顯明出來。 12 這樣看來，死是在我們身上發動，生卻在你們身上發動。

五、享受生活

- 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 考驗一點沒少，但「卻不...」！

- 林後4:7 我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力是出於 神，不是出於我們。 8 我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望； 9 遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。 10 身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。 11 因為我們這活著的人是常為耶穌被交於死地，使耶穌的生在我們這必死的身上顯明出來。 12 這樣看來，死是在我們身上發動，生卻在你們身上發動。

五、享受生活

- 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 面對生活考驗的秘訣：**共負主軛**

- 林後4:7 我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力是出於 神，不是出於我們。 8 我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望； 9 遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。 **10 身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。** 11 因為我們這活著的人是常為耶穌被交於死地，使耶穌的生在我們這必死的身上顯明出來。 12 這樣看來，死是在我們身上發動，生卻在你們身上發動。

五、享受生活

- 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 面對生活考驗的秘訣：**共負主軛**

- 林後4:7 我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力是出於 神，不是出於我們。 8 我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望； 9 遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。 10 身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。 11 因為我們這活著的人是常為耶穌被交於死地，使耶穌的生在我們這必死的身上顯明出來。 12 這樣看來，死是在我們身上發動，生卻在你們身上發動。

五、享受生活

- 好享受生活：面對生活考驗的心意更新

- 面對生活考驗的秘訣：**共負主軛**

- 林後4:7 我們有這寶貝放在瓦器裡，要顯明這莫大的能力是出於 神，不是出於我們。 8 我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望； 9 遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。 10 身上常帶著耶穌的死，使耶穌的生也顯明在我們身上。 11 因為我們這活著的人是常為耶穌被交於死地，使耶穌的生在我們這必死的身上顯明出來。 12 這樣看來，死是在我們身上發動，生卻在你們身上發動。

心意更新 – 生活篇

- 一、內在生活
- 二、家庭生活
- 三、教會生活
- 四、工作生活
- 五、享受生活



心意更新
RENEWING YOUR MIND

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。
Do not conform to the pattern of this world, but be transformed by the renewing of your mind.
Then you will be able to test and approve what God's will is—his good, pleasing and perfect will.

羅馬書 ROMANS 12:2

2026 教會主題
ANNUAL THEME



如何成為一位基督徒 How to become a Christian

- **Admit 認罪**：以謙卑的心，向神承認自己是一個罪人。
 - 因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀 (羅 3:23)
- **Believe 相信**：以信心接受耶穌為主，相信他因救贖你而被釘死在十字架上，且三日後從死裡復活。
 - 就是神的義，因信耶穌基督加給一切相信的人，並沒有分別(羅 3:22)
- **Confess 宣告**：決志信主，公開表明自己與基督的關係。
 - 你若口裡認耶穌為主，心裡信神叫他從死裡復活，就必得救。因為人心裡相信，就可以稱義；口裡承認，就可以得救。(羅 10:9-10)



決志之後 After you made the decision...

1. 接受浸禮，歸入基督的名下
2. 將主日分別為聖，敬拜神
3. 研讀聖經，使靈命得著餵養
4. 過團契生活，彼此相愛