

《生命的福音》讲义

圣灵的果子（10）

节制（2）

亲爱的朋友、弟兄姊妹，今次我们探讨“圣灵的果子”系列——“节制”这个题目的第二部分。

看几段经文，包括以弗所书 2:1-3 节、路加福音 11:14-26 节，以及哥林多前书 9:23-27 节。

有些人听到别人说复活的大能，但他们心里想自己连节制的能力也没有。你说：“我希望改变这个社区、这个世界、也希望改变自己的邻舍、家庭和朋友。”当你这么说的时侯，复活的大能听来很不错。但是当你看着自己的生命，你发觉改变似乎没有发生。

在上个题目，我们开始探讨最后一个圣灵的果子——节制。我们讨论了节制的定义，也概述了整个主题。我会详细讲解节制的本质。如果我们连自我节制的能力也没有，说复活的大能有什么用呢？复活的大能有什么作用呢？

正如我们将会看到，当耶稣基督进入我们的生命，掌管我们的生命，把祂的能力赐给我们，我们就有节制了。马可福音第 5 章记载耶稣遇见一个被鬼附的人。耶稣进入那个人的生命，把污鬼赶走。多年来，人们只知道那个人常住在坟茔里，在山中喊叫，又用石头砍自己。众人都看到所发生的事。经文说：“他们来到耶稣那里，看见那被鬼附着的人，就是从前被群鬼所附的，坐着，穿上衣服，心里明白过来。”这就是复活的大能所带来的结果。节制也许不像别的果子那样显眼，但是当耶稣的复活大能进入一个人的生命，那个人便有节制了。那个从前被鬼附的人坐着，穿上衣服，心里明白过来，而不是像我们那样，常常衣衫不整、披头散发的到处乱跑、大叫大喊。

从表面看来，每个人都相当得体。但许多人都意识到自己的属灵生命也像那个被鬼附的人那样完全失控。我们从表面看来很有节制、整齐光鲜，但是内里却像那个被鬼附的人一样，迫切需要基督的大能进入我们的生命，以致我们可以坐在基督跟前，穿上衣服，心里明白过来。

在上个题目，我概述了节制这个主题，并在信息结束时简略地讲述了多个要点。今次，我会逐一详细说明。我们会看四段经文，并逐一讲解。

首先，我们看以弗所书 2:1-3 节。这段经文论到节制的问题。

你们死在过犯罪恶之中，他叫你们活过来。那时，你们在其中行事为人，随从今世的风俗，顺服空中掌权者的首领，就是现今在悖逆之子心中运行的邪灵。我们从前也都在他们中间，放纵肉体的私欲，随着肉体 and 心中所喜好的去行。

我们只读到这一节。

经文说：“我们从前也都在他们中间，放纵肉体的私欲，随着肉体 and 心中所喜好的去行。”在上个题目，我提到“私欲”这个词的希腊文（*thelēma*）是指肉体所发出的命令。我们从经文学习到一点，如果我们没有先根据圣经去明白何谓“肉体”，我们便无法学会节制。我经常提到这一点，因为这是十分重要的。

“肉体”是指整个人的扭曲，就是想要成为宇宙的中心。当你决定要自己来断定对与错，决定要自己作主，为自己的幸福而活，你就成为了自己生命的中心。你活得像神一样，因为圣经说我们只是应当为荣耀神而活。你应当为荣耀神而活，顺服神的旨意，并且让神来给你断定对与错。你可以为神而活，也可以成为自己的中心，为自己而活。“整个人的扭曲”这句话十分重要。圣经所说的“肉体”通常都不是指身体。至少当圣经说肉体与圣灵相争时，肉体不是指身体。肉体是整个人的扭曲，想要成为神，而不是被神掌管。创世记第3章记述了人的扭曲。那时，蛇对夏娃说：“你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神能知道善恶。”意思是如果你吃了分别善恶树的果子，就会像神一样，能断定对与错。

这是第一个试探，就是说：“你应该能够断定对与错。如果你吃这果子，如果你不听从神的话，如果你伸手去拿这果子吃，你就会成为神。”那时候，人的灵便扭转到方向，从此没有矫正过来。试想象一下自己是一根扭曲了的杆。神的灵好像一支小火炬，这支火炬放在你属灵生命中扭曲了的部分，使它慢慢软化。扭曲的部分慢慢软化，你的本质便可以回复笔直。事实上，我们可以把基督信仰看作一项重大的矫治工作，把扭曲了的部分矫正过来。

其次，肉体教导我们要透过敬拜别的东西来掌管自己的生命。肉体告诉我们如何掌管自己的生命，以及如何实现自我。每个人的肉体都有特定的形状。我们的肉体有不同的形状，而每个人的肉体都选择一些他们认为必须拥有的东西。肉体说：“你看到吗？如果你拥有这些东西，你就可以抬头面对自己，你就会有成就，然后你便可以实现自我。”肉体实际上驱使你去做事，使你出现一些强迫行为。肉体说：“如果你拥有这些东西，你就十分稳妥了。”

著名基督徒女作家贝碧琦（Becky Pippert）在她的著作《走进世界》（*Out of the Saltshaker*）中说：“控制我们的东西就是我们的主。”她的意思是，一个追求权力的人会说：“我不需要神，因为我知道如何取得权力。我知道如何在生命中获得成就，也知道如何得到影响力。如果你是基督徒，对你来说这只是精神支柱，但是我知道自己在做什么。”你为权力而活。如果你追求权力，你便会被权力所控制。寻求被接纳的人被他希望取悦的人所控制。如果你的肉体说：“你需要爱。你需要被接纳。你需要别人的称许。你需要别人爱你、觉得你很了不起。”你便会追求那些东西，你人生最大的目标就是建立关系。贝碧琦说：寻求被接纳的人被他希望取悦的人所控制。

我们无法自我节制。我们被我们生命中的主人所控制。既然耶稣是主，祂就是掌管一切的。耶稣拥有终极的大能。这没有讨价还价的余地。贝碧琦的话意味深长。肉体试图对你说：“为了掌管自己的生命，你可以靠自己而不是靠神去达至目标。你要追求这些东西。你要追求那些东西。”你打着掌管自己生命的旗号，却失去了自我节制。

你为了掌管自己的生命而沉溺于一些东西。事实上，贝碧琦说每个人都沉溺于一些东西。如果你以主耶稣作为你的主，你便可以自我节制。但是如果你以别的东西作为你的主，你便无法控制自己，而是沉溺于那些东西。你也许沉溺于某些情感、某个人，或者事业。是什么驱策一个人呢？是什么让一个人过于热爱自己的工作或者过于害怕自己的工作呢？是什么使一个人需要身体上的欢愉呢？是什么让一个人受到性爱、药物、时间、工作或事业所驱使呢？是什么驱动你前行呢？是肉体。肉体找着这些东西，说：“你必须拥有这些东西！”

除非我们的生命由主耶稣来掌管，否则我们都沉溺于一些东西。换句话说，实际上没有一个人是自己的主人。要么耶稣是你的主，要么别的东西是你的主。控制我们的东西就是我们的主人。保罗以另一个方式来说明这个道理。保罗说：“因为不知道神的义，想要立自己的义，就不服神的义了。律法的总结就是基督，使凡信他的都得着义。”

保罗说每个人都试图立自己的义。为什么？因为肉体让我们想要成为自己的神。我们想成为自己的神。我们说：“我不需要有人为我流血，也不需要有人为我钉十字架。我不需要宗教信仰。这一切我都不需要。我可以自己取得成就。”无论你决定以什么途径达至那个目标，你都是寻求自己的义。你建立自己的义，你沉溺于那些东西。肉体使你做出难以抑制的行为，因此，摆脱肉体的唯一方法就是福音。罗马书 10:4 节论到这福音：“律法的总结就是基督，使凡信他的都得着义。”

肉体对你说：“你不可以在这件事上失败！你不可以失去这个女人！你不可以失去这个男人！你不可以失去这份工作！你不可以错过这个机会！你必须拥有这些东西！”为什么？因为肉体说这就是你的义。肉体说你的生命没有价值。你必须回头过来，说：“肉体啊，闭嘴吧。我已经在基督里。我已经到了终点。我是属基督的。我已经蒙接纳了。”你知道什么时候叫你的肉体滚开？你对肉体说：“律法的总结就是基督，使凡信他的都得着义。”也就是说：“基督已经废除了这一切标准、一切努力、一切我用来寻求自己的义的途径。相反，基督就是律法的终结，好让所有信的人都得着义。”

我认识一位全职事奉的朋友，最近我与他通电话，得知他情绪极度低落。他承认自己有自杀的念头，也承认自己在工作的时候表现得心情开朗，亲切友善，满口都是基督徒术语，但是在家里却充满忿怒，而且感到十分沮丧。他说：“我觉得自己一文不值。我觉得自己是个失败者。”原来这个朋友的事工发展并不理想，经过多年的努力也看不到什么果效。当我跟他倾谈的时候，我知道这是怎么回事。我们都面对同样的情况，只是我们以为这种情况不会发生在宗教事工上而已。你以为肉体不会把宗教变成一种强制的冲动。肉体说：你要在事业上取得成就，不管那事业是否与宗教有关……”肉体使你与那个偶像立约。在圣经中，每个神（无论是真神或假神）都总会给人祝福和咒诅。

你有没有注意到，申命记的结尾记述了以色列人与神立约，那位降临西乃山的伟大真神说：“你若谨守与我所立的约，祝福必临到你身上。”整章经文都述说各样的祝福。接着，神说：“你若不听从我的话，咒诅必临到你身上。”整章经文都在述说各样的咒诅。当你悖逆天上的真神，你会感到祂的咒诅，那就是罪疚感。你若坦诚面对，你必定知道自己与神隔绝。可是，肉体使你与各式各样的假神立约。当你遭遇失败的时候，这些假神便咒诅你。这位弟兄与假神立约，而这个假神就是在宗教事工上取得成就。他被这个假神咒诅。事实上，当我与他在电话上倾谈的时候，我可以听出那个假神正在透过这位弟兄自己的话来咒诅他。我很清楚明白这种情况。我只好对他说：“你知道这是怎么回事吗？”然后向他详细说明。我知道这个问题不是很快就可以轻易解决的。

肉体把基督信仰变成偶像，这是多么可怕的事。你的信仰和事工变成了偶像，这是很难对付的。这种情况可以发生在你身上，也可以发生在我身上。肉体就是那种强迫行为，缺乏节制的问题源自肉体。你希奇这些问题到底从何而来。人们说：“是因为我自卑。”稍后我会向你说明，这说法没错，但这只是肉体所带来表面上一个结果。很多人以为这就是根源所在，但事实并非如此。此外，肉体也辖制非信徒的生命。罗马书第 6 章说：“因为知道我们的旧人和他同钉十字架，使罪身灭绝，叫我们不再作罪的奴仆；……罪必不能作你们的主，因你们不在律法之下，乃在恩典之下。”

亲爱的朋友，我们是充满盼望的。接下来的信息会给你激励，请细心聆听，不然你会灰心失望。不要错过这一点！圣经说基督徒和非基督徒的分别，在于基督徒不再受罪辖制。这不是代表罪不存在，也不是意味着基督徒不再被罪影响，而是不再受罪辖制。辖制是指绝对的管理。

你怎知道自己在罪的绝对管治之下呢？当你不知道自己正在罪的绝对管治之下，你就是在罪的绝对管治之下了。如果我要使你在我辖制之下，我可以给你戴上手铐，你就在我辖制之下，对吗？你难以四处走动，我可以拉着你走。也许我可以在手铐上系一根绳，然后拉着你走。在这种情况下，你被我辖制，但是我也可以透过很多途径把你辖制。我可以把你打到不省人事，这样你甚至不知道自己在我的辖制之下。你毫无知觉，我可以把你拉到任何地方。我也可以用药物把你麻醉，然后我可以欺骗你，你就会跟着我走。

如果你不知道自己被辖制，如果你被洗脑、被麻醉，或者被击晕，你就完全被辖制了，因为你甚至不晓得要反抗。当你不知道自己被罪辖制的时候，你就可以判断自己被罪辖制了。当你开始说：“我的天啊，罪真的控制着我。我的骄傲控制着我。我的自我控制着我……”当你意识到这一点，这些东西便不再控制你了。它们不再完全把你控制。你可以抵抗罪，因为你知道发生了什么事。大卫常在诗篇中说：“我的罪孽追上了我。”但是他从来没有说：“我的罪孽胜过我。”你的罪可以追上你。你的罪可以把你击晕，也可以给你戴上手铐。你可能遇到很多困难，但是只要你知道自己遇到困难，你就不在辖制之下了。

因此，英国著名学者、作家及神学家鲁益师（C.S. Lewis）可以这么说：“如果你认为自己不自负，你就十分自负了。鲁益师的著作《反璞归真》（*Mere Christianity*）中有一章论到骄傲，他说只有基督徒知道自己骄傲。这是千真万确的，因为如果你说：“我并不骄傲。”你就是完全被骄傲辖制了。如果你说：“我并不自负。”你就极其自负。当你说：“我自负。”你便少一点自负。当你说：“我非常自负。”你便摆脱自负，不再被它辖制了。因此，你可以放心。

另一方面，有一点很可怕。当你成为信徒的时候，罪不再辖制你，哥林多前书 10:13 节说你可以不再犯罪，你知道这是什么意思吗？这意味着你总不会处于一个必然被罪管辖的境况。罪不再是你的君王。耶稣才是你的君王。罪仍然存在，而且势力强大，但是罪不再是你的君王了。哥林多前书 10:13 节说：“你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的；在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。”保罗说总有一条出路。然而，请谨记一点。

你可否告诉我以下哪种情况更危险？一只十分健康、完全没有受伤的母熊，还是一只遭枪击受重伤的母熊？哪一个更危险？我说受重伤的母熊，是指牠遭枪击后快要失血过多而死，但牠还是一息尚存。你必须谨记，从长远来看，一只受重伤的母熊将快要死亡，另一只母熊却不是这样的。从长远来看，你将要得胜，但暂时那受伤的母熊可能更凶险、更有恶意。事实上，在某程度上说，受伤的母熊比那只没有受伤的更强悍凶猛。当你成为基督徒，你的肉体便受致命重伤。圣灵刺穿了肉体的心，肉体转身过来对你说：“我不相信你这样对待我。”接着，肉体凶相毕露的追击着你。

当你成为了基督徒，你的罪，无论是骄傲、沉溺、恐惧、忿怒等，仍缠绕着你，这种情况并不罕见。即使你已经归信基督，你知道神的灵已进入你心里，你感到自己的生命从罪里得释放，并且开始改变，你感觉到生命在转化，但是通常过了一段时间后，你的老问题又回来了，而且似乎比以往更具威力。这种情况并不罕见。

我不知道为什么导师、主日学老师和牧者没有把这一点告诉弟兄姊妹！为什么保罗会写下罗马书第 7 章的内容？保罗在罗马书第 7 章说：“我觉得有个律，就是我愿意为善的时候，便有恶与我同在。因为按着我里面的意思，我是喜欢神的律；但我觉得肢体中另有个律和我心中的律交战，把我掳去，叫我附从那肢体中犯罪的律。”

保罗要说什么呢？他说：“按着我里面的意思，我是喜欢神的律。”只有基督徒可以这么说。然而，保罗说：“但我觉得肢体中另有个律和我心中的律交战。”他的意思是，那里还有很多游击战。我把敌人赶出我军大本营，但是他们躲藏在山林里，不断乱枪扫射，他们十分忿怒，因为他们知道自己战败了。他们处于绝望的境地，在许多方面都造成更大的伤害。他们变得更强硬、更忿怒、更致命，比他们失去力量之前更甚。”

这就是基督徒与肉体交战的情况。因此，基督徒在节制方面常常不断挣扎，因为他们的肉体被搅动，向他们反击，说：“你必须拥有这些东西！”基督徒必须明白，从长远来看，肉体不会得胜，但暂时它确实能够让你感到自己再一次被它辖制。请牢记这一点。如果你知道自己被辖制，或者你感到自己被辖制，你其实不是被辖制。如果你为了所遭遇的事而担忧，那么肉体还未真正把你击倒。你仍然可以作出抵抗。你确实作出抵抗。

清教徒神学家和作家约翰·欧文（John Owen）是历史上最伟大的作家之一。三百多年前，他在一本写给牧者的书中指出，牧养所涉及的问题只有两个。牧者时刻只是花时间去处理两件事。有人会问：“是哪两件事？牧者不会每天只是做两件事吧。”是的，确实如此。

牧养涉及两个问题。第一，牧者时刻尝试说服那些被罪辖制却不自知的人，使他们相信自己确实被罪辖制。第二，他尝试说服那些不是被罪辖制却以为自己是被罪辖制的人，让他们知道他们其实不是被罪辖制。牧者时刻只是做这两件事。

看看路加福音第 11 章。那里有一个关乎节制的问题。让我给你们展示一个虚假的解决方法。我们如何对付肉体、强制冲动行为，以及那驱策我们的力量呢？以下是一个虚假的解决方法。那是错误的做法，但有时看看错误的做法能够让我们更加明白正确的做法。路加福音 11:14 节记载了耶稣与那些指控祂靠鬼王赶鬼的宗教领袖之间的有趣争论。经文说：耶稣赶出一个叫人哑吧的鬼，鬼出去了，哑吧就说出话来；众人都希奇。内中却有人说：他是靠着鬼王别西卜赶鬼。又有人试探耶稣，向他求从天上来的神迹。他晓得他们的意念，便对他们说：凡一国自相纷争，就成为荒场；凡一家自相纷争，就必败落。若撒但自相纷争，他的国怎能站得住呢？因为你们说我是靠着别西卜赶鬼。我若靠着别西卜赶鬼，你们的子弟赶鬼又靠着谁呢？这样，他们就要断定你们的是非。我若靠着神的能力赶鬼，这就是神的国临到你们了。壮士披挂整齐，看守自己的住宅，他所有的都平安无事；但有一个比他更壮的来，胜过他，就夺去他所倚靠的盔甲兵器，又分了他的赃。不与我相合的，就是敌我的；不同我收聚的，就是分散的。污鬼离了人身，就在无水之地过来过去，寻求安歇之处；既寻不着，便说：我要回到我所出来的屋里去。到了，就看见里面打扫干净，修饰好了，便去另带了七个比自己更恶的鬼来，都进去住在那里。那人末后的景况比先前更不好了。

这段经文是不是很有趣呢？经文要说什么？耶稣谈到一个用来解决节制问题的虚假方法，就是运用意志力。耶稣说：意志力只能暂时发挥作用，最终你的景况比先前更糟。我读出整段经文是要让大家知道，耶稣正在宣告，当祂掌管一个人的生命时，魔鬼在那人身上的影响便会消失。有人争辩说：“耶稣，你是靠撒但的能力赶鬼。”耶稣说：“这说法合理吗？撒但的工作是增加在人身上的势力，他为什么会将鬼从人身上赶出来呢？这意味着撒但自相纷争。别胡扯了。撒但不会这样行事的。一国自相纷争必站立不住。撒但不会这样做。”耶稣转过身来，说：“当我带着神国的能力来临，我便灭绝魔鬼的势力。”

总而言之，当你看圣经的时候，你时刻看到魔鬼对人的影响是透过肉体发生的。你再三看到类似的经文。保罗在以弗所书第 4 章说：“不可含怒到日落。”不可含怒到日落。不可苦毒，也不可怨恨。接着，保罗说：“也不可给魔鬼留地步。”提摩太前书第 3 章说：“初入教的不可作监督，恐怕他自高自大，就落在魔鬼所受的刑罚里。”

想一想，魔鬼在你身上无处立足。试想象魔鬼是一个登山者。魔鬼试图进入你的灵。你的忿怒、骄傲和肉体，就是魔鬼唯一的立足点。阻止魔鬼占据你生命的方法，就是找出这些立足点。这些立足点是什么呢？一般来说，福音是解决问题的答案。唯有福音可以削弱肉体。当你忘记神的恩典，忘记了自己是单靠恩典得救，肉体便开始再次引发你的强制冲动行为。当你忘记了你归向基督全是藉着神的恩典，你感觉到肉体的强制冲动正在引发，随着肉体的驱使，你给魔鬼留地步，魔鬼便进来搅扰你的生命。

魔鬼就像我的孩子一样，当他们看到某处一团糟，他们便进去把它弄得更糟！他们看到某处一团糟，便说：“这太棒了！我们可以进去，把它弄得更糟！”魔鬼就是这样在肉体中运行。耶稣基督带来福音，除去那些立足点，这是阻止魔鬼占据你生命的方法。

耶稣这样教训了众人之后便转过身来，讲述一个奇怪的故事。耶稣说：“污鬼离了人身，就在无水之地过来过去，寻求安歇之处；既寻不着，便说：我要回到我所出来的屋里去。到了，就看见里面打扫干净，修饰好了，便去另带了七个比自己更恶的鬼来，都进去住在那里。那人末后的景况比先前更不好了。”

耶稣要说什么呢？祂要说明拯救人脱离邪恶势力的不只是道德更新。道德更新意味着你洁净自己的生命。你整理自己的生命，使自己变得品行端正，但是你没有让耶稣进入生命中。魔鬼被赶走了。我们不知道魔鬼是怎么被赶出去的。魔鬼离开了，也许是因为那个努力要整理自己生命的人把他赶走，并对他说：“我不想你在这里。我要整理自己的生命。”但是那个人没有让超自然的力量进入他的生命。他没有让耶稣进入生命中，因此，当污鬼回到那里，便说：“这是一个欢聚的好地方。”然后进到那里。

耶稣要指出，道德更新实际上可以令你更深陷肉体之中。举例说，让我引述美国女作家奥康纳（Flannery O'Connor）的话。她剖析一个在其短篇小说《智血》（*Wise Blood*）中的人物，说：“这个人心里有一个深沉幽暗、寂静无声的信念，令他相信逃避耶稣的最佳途径是避免犯罪。这是十分精妙的见解。你知道为什么这么多人避免犯罪？因为这样他们就可以逃避耶稣。他们道德高尚、生活端正，于是他们轻看别人，他们不用每天求耶稣基督怜悯他们。一个人可以洁净自己的生命，却使自己越来越受肉体控制。

对于一般辅导方法，令我最担心的是，每当我读一些讲解人们吸毒或酗酒成因的书籍时，它们总是说那些人因为自卑而憎恨自己。好吧，这说法就目前的状况而言是没错的，但是它并不长久坚立，因为我们无法达到肉体为我们所定下的标准，肉体便咒诅我们，我们当然因此感到自卑。有什么解决方法呢？当我接受辅导时，我得到一个解决方法。辅导员问：“你擅长什么？你有什么专长可以令你自我感觉良好？他们说：“你喜欢跑步吗？你要做的就是花几年时间去接受训练，然后参加马拉松赛跑。你不需要取得奖项，只需要完成赛事，这样你便知道你为自己做了一些令自己感觉良好的事。”

完成马拉松赛事可以暂时令你感觉好一点。如果你恰巧定了一个你暂时可以达到的标准，你当然感觉好一点，也许有一段时间你不再酗酒。但是你知道从长远来看，这样做实际上使你更骄傲，更受制于肉体，比以往更甚。肉体正在祝福你，因为你定下了一个你能达到的标准，因为某些原因你达到标准，但这是无可避免的。有些人避免犯罪是为了逃避耶稣。对一些人来说，他们的宗教信仰并不是值得骄傲的事。我知道有些人经常因自己的罪而鞭打自己，说：“啊，我真的很坏，我不知道为什么耶稣会爱我。”他们实际上也是向肉体让步。他们越来越深陷肉体之中。

让我引述英国著名圣诗诗人约翰·牛顿（John Newton）的话。约翰·牛顿回信给一位牧者。约翰·牛顿是英国圣公会牧师，有一位牧者写信给他，说：“我满身罪恶，我每天都跪下来祷告三小时，也认罪悔改。我不知道神如何处理我这个怪物。神为什么会与我同工呢？祂为什么会接纳我呢？”约翰·牛顿并不认为这么说是属灵的表现。他认为这个人正在赶走一些污鬼，却敞开自己让更恶的鬼进去。约翰·牛顿回信给他，说：“撒但把自己化作光明的天使。有时候撒但教导我们学习谦卑。虽然我希望自己谦卑，却不想在这所学校学习。撒但说我们是邪恶、卑劣的受造物，他所提出的前提也许是真的……。”

撒但没有说我们并不是邪恶的。当然，约翰·牛顿知道圣经是这么说的！我们是邪恶、卑劣的受造物！你认为这是心理有问题的表现吗？请仔细看看。福音不是这么说的。是的，我们是邪恶、卑劣的受造物。这些前提是真实的，但是撒但“……从这些前提得出可怕的结论，并教导我们应该因此质疑基督的权能和信实。

我们抱怨自己毫无价值，虽然这些埋怨若是出于对罪的厌恶也并非坏事，但是当我们细心观察这些抱怨，我们发现它们往往充满着固执己见、自以为义、不信、骄傲和缺乏忍耐，这一切跟我们所抱怨最邪恶的事相比也不相上下。你轻看自己，这是对的；但是你也轻看救主的位格、祂所成就的事，以及祂的应许，这肯定是错的。”难道你看不见有许多没有耶稣在当中的道德更新吗？那只是意志力，那种意志力实际上使人远离耶稣，深陷肉体之中，受肉体控制。你不可以为了自己而节制。为了克服自卑而参加马拉松赛跑，以致你可以控制自己不再滥用药物，这只是为了自己而节制。

最后，你给自己一个新主人，就是自己的骄傲。你摆脱小小的奴役，却进入更大的奴役中，那是更属灵、更难以察觉的奴役。你不是为了自己而节制。事实上，只有当你不单单追求自己的事时，节制才会出现。

第三，我们看看保罗在哥林多前书 9:23-27 节所说的话。

凡我所行的，都是为福音的缘故，为要与人同得这福音的好处。岂不知在场上赛跑的都跑，但得奖赏的只有一人？你们也当这样跑，好叫你们得着奖赏。凡较力争胜的，诸事都有节制，他们不过是要得能坏的冠冕；我们却是要得不能坏的冠冕。

你看到吗？这就是节制。接着，第 26-27 节：

所以，我奔跑不像无定向的；我斗拳不像打空气的。我是攻克己身，叫身服我，恐怕我传福音给别人，自己反被弃绝了。如果节制不是意志力，什么才是真正的节制呢？经文展示了真正的节制。我在上个题目已概述过这一点，现在让我详细说明。节制是选择先处理重要的事，而不是紧急的事。这就是节制了。最重要的事就是常常讨神喜悦。紧急的事就是取悦自己，在神以外寻求喜乐。因此，节制可分为两部分。

第一是展望重要的事情，就是讨神喜悦。请注意保罗如何不断地想到他的冠冕和奖赏。保罗说得真好。让我来详细说明。在上个题目，我提到使你有节制的是你的眼界。我们提到音频与视频之间的分别。视频景象活现在眼前意味着你接受了真理并加以想象。想象力能够让你接受抽象的真理，把它变成有形有体的景象，并活现在眼前。

举例说，现在我需要思想如何节食。每年春天我总是节食成功，减轻体重，但到了秋天体重又回复了。情况总是这样。我节食的方式是这样的。当我站在我很想吃的东西面前，我能否节制取决于我看到什么。如果我碰巧经过一个地方看到一面全身镜，我感到很讨厌。

当你从镜中看到自己，或更糟的是，有人把你的照片送给你，你心里说：“我现在真是这个模样吗？”你知道自己的模样，但现在它活现在你眼前，你看到自己的模样。当你经过冰淇淋店的时候，你看见一张巨型的冰淇淋海报。冰淇淋店知道你清楚知道吃冰淇淋会使你发胖，但是他们希望那图像比你的认知更具影响力。

你知道自己很胖，你听到这声音，同时你又看到冰淇淋的海报，这次是声音加上影像。或者你比较幸运，碰巧看到自己的照片，相中的你突出了大肚子，同时你又知道冰淇淋很美味，这次冰淇淋只是声效，肥胖是声效再加上影像。你会根据你有声音有影像的选择的去行。你看到什么便会做什么。

让我们认真的想一想。下次当你受试探想要发生不当的性关系，你知道如果你好像在录像带中看到自己很孤单，看到跟对方在一起的感觉是多么美好，看到对方是多么美丽，是你心目中最美的人，同时你又只是在录音带中听到有声音说：“不可奸淫”，你会选择与那个人发生关系。这就是保罗在圣经中的教导。如果你想要在性方面有节制，你要让经文如录像带活现在你眼前，例如哥林多前书 6:19-20 节说：“你们不是自己的人；因为你们是重价买来的。”想一想约翰福音第 2 章所记载的事。耶稣基督进到圣殿，圣殿是天父的居所，耶稣看到那些兑换银钱的人，便把他们赶出去。为什么？因为耶稣为了洁净天父的居所而心里焦急，如同火烧。

现在耶稣基督住在哪里？祂住在你里面。现在耶稣为了洁净你的生命而心里焦急，如同火烧。如果你是基督徒，耶稣便坐在你心里的宝座上，对吗？耶稣在你里面，看到你一切的心思意念、所作所为。耶稣坐在那里，你知道祂的眼目清洁，无法忍受罪孽。你给耶稣看到什么呢？你不是属于自己的，你是重价买来的！

我正在做什么呢？我正在向自己传福音。我向你们传福音，但是你们必须向自己传福音。你们要如录像带一般看到福音。你们要让那奖赏和冠冕活现在眼前。你们要展望所追求的事。

第二，当紧急的事情出现时，你要运用想象力。这是很难做到的。对一些人来说，性是一个大难题！性的试探是一个重大的问题。现在你也许感到那种感觉如录像带一样活现在眼前。你心里想：“是的，我不是自己的人，我是重价买来的。耶稣看到什么呢？我让祂看到什么呢？耶稣基督死在十字架上，所以我不可以这样做。我若这样做就是把祂的血泼向祂的脸。”这是生动逼真的描述，不是吗？也许有人会说我在危言耸听，但这是生动逼真的描述。我是根据圣经去宣讲。你能否继续运用你的想象力？节制就是这样来的。你知道当紧急的事情出现时要如何自我节制吗？是透过纪律。

首先，你必须像保罗一样认识神的话语。我在上个题目提到这一点。使徒行传第 23 章记载保罗在全公会的人面前受审。大祭司吩咐人打他的嘴。接着保罗转过身来开口说话，目的是要荣耀神，却有强烈的欲望要斥责大祭司。保罗说：“你这粉饰的墙，神要打你！”马上有人对保罗说：“你这样跟大祭司说话吗？”保罗转过身来，忽然想起出埃及记 22:28 节：“经上记着说：不可毁谤你百姓的官长。”他的意思是：“我感到很抱歉。圣经告诉我们，无论那个人如何可耻，他拥有尊贵的职份，我不可毁谤百姓的官长。”保罗熟悉神的话语，他忿怒的时候想到神的话语。神的话语突然活现在他眼前，他把怒气止住了。

你和我无法止住怒气，因为我们不熟悉神的话语。大多数人没有读过出埃及记 22:28 节，更别说可以随时说出这节经文，藉此止住怒气！（我自己也是直至探讨这个题目时才第一次读到这节经文。）要得着这种运用经文的能力，你需要纪律，也要研读圣经。你要把从圣经学到的真理写下来随身携带，也需要朋友的帮助。

当古罗马的凯撒凯旋回到罗马的时候，他们会带着所有的奴隶和战利品进城，……你知道他们通常会做什么吗？他们会雇用一个奴隶坐在马车上，靠近凯撒身旁。当凯撒进城，众人高呼“凯撒万岁，凯撒万岁”的时候，那个奴隶的工作就是在凯撒身旁低声地说：“请谨记，你只是一个凡人，将来也会死去。”

你身边有这样的人吗？圣经说：“总要趁着还有今日，天天彼此相劝，免得你们中间有人被罪迷惑，心里就刚硬了。”你愿意让人这样劝告你吗？你愿意让成熟的弟兄姊妹靠近你，察看你的罪、你肉体的所作所为吗？他们能否让神的道给你带来影响呢？你有为此祷告吗？

自我节制的能力在你的控制之下。因此，保罗得出这个结论：“所以，我奔跑不像无定向的；我斗拳不像打空气的。我是攻克己身，叫身服我，恐怕我传福音给别人，自己反被弃绝了……”保罗知道，你和我都知道，不管外面看来有多好，内在的自我节制才是你真正需要掌控的。

首先，你必须将生命的主权交给神。其次，你要认识神的道。最后，你要让别人为你守望。你必须认清内体用来驱使你的方式，并让别人为你守望。

在下个题目，我们会讨论试探。我们会探讨试探的本质、试探的不同阶段、试探如何出现，以及一些例子。

我们一同祷告。

亲爱的天父，求祢帮助我们将生命的主权交给祢，让祢来掌管我们的生命，使我们不再受肉体控制，也不再追求自我，而是为荣耀神而活。求祢帮助我们好好学习祢的道，认识祢的真理，并让弟兄姊妹为我们守望。祷告奉主耶稣基督的名求。阿们。