

# 心意更新六招

**6 ways to renew your mind**

## 《箴言4:23》（和合本）

---

你要保守你心，勝過保守一切。  
因為一生的果效，是由心發出。

## 《弗4:22-24》（新漢語）

---

就是要除掉舊人，這舊人屬於你們過去的生活方式，順從著迷惑人心的私慾，日漸腐化；又要在心思意念上更新，並要穿上新人。這新人是照著神的形像創造的，有從真理而來的公義和聖潔。

# 《弗4:22-24》（新漢語）

---

“在心思意念上更新”

在原文是：

“ananeousthai de tō pneumati tou noos  
humōn”

直譯：在你們思想的靈裡面更新（動詞）。

## 《羅12:2》（新漢語譯本）

---

不要效法這個時代，反而要藉著心意更新，讓自己被改變過來，使你們可以察驗什麼是神的旨意，即什麼是那美善的、神所喜歡的、完全的事。

## 《羅12:2》（新漢語譯本）

---

藉著心意更新，讓自己被改變過來  
可以直譯：

“透過思想的更新(名詞)而變化(蛻變)。”

■ ① *SELECT* idea that fire you.

「選擇」激勵你的“意念”。

■ (賽 *Isa.7:15-16*)

- ② REJECT any voice that puts you down.

「拒絕」一切使你沮喪的“聲音”。

- (箴 Proverb 5:7; 6:16-19)



■ ③ *INJECT* ideas that lift you.

「注入」提升你的“思想”。

■ (加 Gal. 6:7,8; 太 Matt. 4:4; 詩 Psa. 1:1)

■ ④ COLLECT God's best energy.

「支取」上帝最强的“能力”

■ (腓 Phil.4:13)

■ ⑤ *PROJECT your dreams.*

「投射」你的“夢想” (理想)

■ (太 Matt.20:32-33)

■ 耶穌問：“要我為你們做什麼？”

■ 他們答：“打開我們的眼睛！”

■ ⑥ EXPECT faith result.

「期望」信心的“果效”。

■ (來 Heb. 11:1)