

- 林前9:25 凡較力爭勝的、諸事都有**節制**。他們不過是要得能壞的冠冕。我們卻是要得不能壞的冠冕。
- 26 所以我奔跑、不像無定向的。我鬥拳、不像打空氣的。
- 27 我是**攻克己身**、**叫身服我**。恐怕我傳福音給別人、自己反倒被棄絕了。

# 生命的成長

---

- **節制：**
  - 不任憑自己身體的感覺來做主！
- **我是攻克己身、叫身服我：**
  - **攻克己身：**不再被自己的負面思想、不爽的感覺、壞脾氣來左右我的行事為人
  - **叫身服我：**我的行事為人，要來順從我裡面 – 聖靈的聲音

# 真理的聖靈：我們的保惠師

---

- 約14:16 我要求父、父就另外賜給你們一位保惠師、叫他永遠與你們同在、
- 17 就是真理的聖靈、乃世人不能接受的。因為不見他、也不認識他。你們卻認識他。因他常與你們同在、也要在你們裡面。
- 18 我不撇下你們為孤兒、我必到你們這裡來。

- 約14:26 但保惠師、就是父因我的名所要差來的聖靈、他要將一切的事、指教你們、並且要叫你們想起我對你們所說的一切話
- 27 我留下平安給你們、我將我的平安賜給你們。我所賜的、不像世人所賜的。你們心裡不要憂愁、也不要膽怯

# 生命成長、進入真理

---

- 每天與聖靈相交、等候神、讀聖經
  - 禱告夥伴、家庭祭壇

# 生命成長、進入真理

---

- 聆聽聖靈的聲音，接受聖靈的管制
  - 引導我們進入真理，不繼續在謊言裡
  - 幫助我們從過去的經歷得醫治
  - 生命改變進入開始蒙受神的祝福、
  - 也能夠成為許多人祝福