

在基督里得自由

课程大纲里的作业完成后请发电邮给陈教授：chuckchanhk@163.com

耶稣对信他的犹太人说：「你们若常常遵守我的道，就真是我的门徒。你们必晓得真理，真理必叫你们得以自由。」（约 8:31-32）

「在基督里得自由」的课程并非可以使你完全地得到释放，真正能使你得着释放的是耶稣基督，以及你以「悔改」和「信心」回应神。这些步骤只是工具，帮助你将自己交在神的手中，并抵挡魔鬼（雅 4:7）。如此，你就可以在主里享受丰盛的生命，成就神在你身上的旨意。若你依照以下步骤而行，你会发现因着基督为我们死在十字架上，使我们获得自由的意义，并经历神所赐出人意外的平安，这平安会保守我们的心怀意念（腓 4:7）。



你不是介于两个近乎相等，却完全相反的属天超级敌对者之间的无助受害者；撒旦是欺骗者。唯有上帝是全能（无所不能），无所不在，且全知（无所不知）的。有时罪的真实与邪恶的存在，似乎比上帝的存在更真实，但这是撒旦的谎言之一。撒旦是被击败的敌人，我们是在基督里。真正认识上帝，以及我们在基督里的身份，是我们心理健康的最大因素。对上帝错误的认知，对自己身为上帝儿女的曲解，与误判撒旦的神格（将上帝的属性给了撒旦），是造成心理障碍的最大原因。



在你预备学习在基督里得自由时，必须牢记撒旦唯一的力量是谎言。一旦你识破它的谎言，撒旦的势力就瓦解了。这是你思想的战争。撒旦若能使你相信谎言，就能控制你的生活。但你可以拒绝让它控制你。若你是一个人学习以下步骤，请不要分心，注意在你心中任何的欺诈与恐惧的思想，例如，「这不会成功的」，「上帝不爱我」，「我一定会再落入性犯罪的陷阱中」，等等。这类想法根本就是谎言。除非你相信，它才能控制你，所以千万别信。

若你学习的同伴是牧师、辅导师或祷告伙伴（如果你生命中有严重的创伤，我们郑重建议你与他们一起学习），分享任何拦阻你做这样抉择的思想。一旦你拆穿谎言，撒旦的势力就瓦解了。你必须与协助你的人合作，分享你心中的感受。

了解我们思想争战的本质，我们就能有权柄除去一切的拦阻。可用下面的祷告与宣告作为学习的开始。若你独自学习，则需要改变一些人称代名词，如「我们」改为「我」等。

祷告

亲爱的天父：



我们知道你与我们同在，在这房间里，在我们的生命中。你是那唯一无所不知、无所不能、与无所不在的神。我们要倚靠你，因离开了耶稣基督，我们什么都不能做。我们相信天上地下一切的权柄都已经赐给了基督，因为我们在基督里，就能分享这项权柄，来训练门徒，使被掳的得自由。我们祈求你用圣灵充满我们，带领我们认识所有的真理。我们祈求你完全的保护与带领。奉耶稣的名祷告。阿们。

宣告

奉我们主耶稣基督的名与权柄，我们命令撒旦和所有的邪灵释放 _____ (名字)，使 _____ (名字) 得自由，来认识与选择顺服上帝的旨意。身为与基督同坐在天上的上帝儿女，我们捆绑主耶稣基督一切的仇敌，使其不能出声骚扰 _____ (名字) 聆听神的话语。我们要告诉撒旦与所有牠的邪恶使者，牠不能施加任何痛苦，或以任何方式拦阻上帝的旨意，成就在 _____ (名字) 身上。

撒旦的捆绑

人的思想是人的「控制台」，而撒旦控制人的方法就是透过散播谎话在我们的思想中。一旦我们思想的某部分相信了撒旦，那些部分就给撒旦占据了。

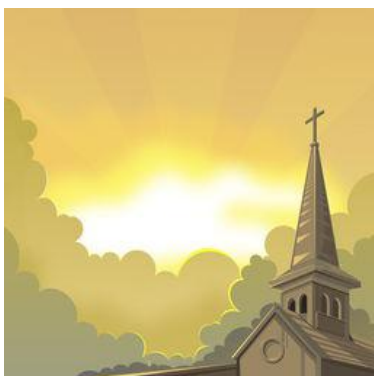
人的思想范围包括以下部分：

<p><u>对神</u></p> <p>我们如何看神： 神是爱，神是天父……</p> <p>神如何看我们： 我们得称义、我们是蒙神爱的…</p> <p>我们爱神吗？</p>	<p><u>对人际关系</u></p> <p>家庭关系、教会关系、同事关系</p> <p>合一与分争、骄傲与谦卑等关系…</p>
<p><u>对性的看法</u></p> <p>爱或私欲？性的目的……</p>	<p><u>对教会事奉</u></p> <p>倚靠肉体，抑或倚靠神？</p> <p>我们对属灵成长、教会成长等的理解。</p>

撒旦把谎言放在我某些方面的思想中，借以控制我们这些方面的思想。当人的思想有撒旦的谎言，撒旦就可在他心中散播强烈的意念，当人的思想充满谎言而非神的真理，他就会常常听到鬼魔的声音。

我们的脑袋有如一间充满房间的屋子，我们一旦接受一个谎言，撒旦就进驻一个房间。当人脑袋里的大多数「房间」都给撒旦的谎言所进驻，他就受制于魔鬼了。

「……你们必晓得**真理**，**真理**必叫你们得以自由。」他们回答说：「我们是亚伯拉罕的后裔，从来没有作过谁的奴仆，你怎么说：『你们必得以自由』呢？」耶稣回答说：「我实实在在地告诉你们，所有犯罪的，就是**罪的奴仆**，奴仆不能永远住在家里，儿子是永远住在家里……耶稣说：「倘若神是你们的父，你们就必爱我，因为我本是出于神，也是从神而来；并不是由着自己来，乃是他差我来。你们为甚么不明白我的话呢？无非是因你们**不能听我的道**。你们是出于你们的父**魔鬼**，你们父的私欲，你们偏要行！他从起初是杀人的，**不守真理**，因他**心里没有真理**；他**说谎**是出于自己，因他本来是**说谎**的，也是**说谎之人的父**！」



(约 8:32-44)

真理的带子保护我们，而我们对真理的信靠就是我们属灵的藤牌。最后，我们以圣灵的剑（能力）击败撒旦。

「因我们并不是与属血气的争战（原文是摔跤；下同），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。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**当作盾牌，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**。」（弗 6:12-17）

在新约，神把**真理**（律法）写在我们心上，以致我们的**心思意念**不会有谎话。

「不像我拉着他们祖宗的手，领他们出埃及的时候，与他们所立的约。因为他们不恒心守我的约，我也不理他们，」这是主说的。主又说：「那些日子以后，我与以色列家所立的约，乃是这样：我要将**我的律法**，放在他们里面，写在他们心上；我要作他们的神；他们要作我的子民。」（来 8:9-10）

成圣的过程是我们的**心思**被神的话更新。

「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，使其顺

服基督。」(林后 10:4-5)

「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。」(罗 12:2)

「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，若有甚么德行，若有甚么称赞，这些事你们都要思念。」(腓 4:8)

「神的道是活泼的，是有功效的，比一切两刃的剑更快，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。」(来 4:12)



真理，信心与感受

人人都活在自己的信念中，不论那些信念正确与否。而感受是源于人的信念。我们不应否定感受，因感受是实在的，反而是引致感受的信念有对错之分。所以，我们不能直接改变人的感受，但若可以改变人的信念，就能改变他的感受。例如，一个人在树林中看到一条蛇，他极其害怕，他的信念是，那是一条蛇，而这信念所带来的感受是恐惧。但后来他发现那原来只是一条粗树枝，他就放心了，不再惧怕。前后两个时间的分别在于他对眼前所见的事物的诠释，即他的信念，一旦他对事物有不同的诠释，他就有不同的感受。所以，当我们有任何感受，我们便要探究这是源于什么信念，然后处理那些信念，纠正那些信念，我们的感受就会自然改变过来。信心是指相信真理，让真理成为你的信念，并有所行动，这就是活在真理的意思，而你就会自然有相应的感受。而以往由于你相信了谎话，所以就活在谎话中，并有相应的负面感受。所以现在你若希望脱离这些感受，就必须以信心相信真理，活在真理中，就能有相应的正面感受，就是圣经所应许的平安喜乐。不要根据你现在的感受决定你的信念，因为是你的信念影响你的感受。反而，我们要认定神的话就是真理，所以我们就要相信，便会活在真理中，经历到祂所应许的美好感受。不然，你只会永远活在谎话中，不能经历神所应许美好的感受。

下面七个明确的步骤将协助你体验基督在十字架上为你买赎的全然自由与得胜。这些步骤可助你脱离各种捆绑，当你选择相信、认罪、饶恕、弃绝、与革除，就必能得到释放。没有人可以代你执行。你思想的战争，要靠你选择真理，才能得胜。

学习得自由步骤的过程中，记住只有出声与撒旦对质才能击败它。它看不透你的思想，更遑论服从你的思想。只有上帝完全了解你的心思。学习每一步骤时，你必须从内心顺服上帝，大声祷告抵挡魔鬼，用言语弃绝撒旦，认罪，与饶恕伤害你的人等。

你将接受一场严格的道德争战，以及对真理的坚实委身。若这些步骤均未涉及你的问题，照着这些步骤而行，对你而言也毫无损失。如果你是真诚的，唯一会发生的事是「神与你同在」。

第 1 步：拒绝假神，选择真神

追求在基督里自由的第一步，就是弃绝你之前或现在正投入的，由撒旦所驱使的非基督徒习俗和错误的宗教。性堕落与捆绑的许多根源都是来自错误的教导和异端。所以，你必须弃绝一切否定耶稣基督、违反圣经的指引，及要求秘密集会、敬拜，或立约的活动与团体。

为协助你评估你的属灵经历，开始进入此步骤时，应求上帝显明错误的教导与假宗教。



亲爱的天父，我求你引导我的心思意念，向我显明任何我在有意或无知的情况下，参与的祭拜、邪术、异教、与假师傅。奉主耶稣的名祷告，阿们。

使用以下的「灵界经历审核表」，回想你在各种情况下参与过的活动。这个审核表并未全部列入，但它可以引导你辨识非基督徒经历。可回想任何你曾参与过的活动。即使你曾因「无知」参与，或观看他人进行，都应记在表格中，加以弃绝，以免在无意中给撒旦留地步。

1. 你曾否拜过或契过其他的神、人物、物件？

- | | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 日莲正宗 | <input type="checkbox"/> 二郎神 | <input type="checkbox"/> 天上圣母 | <input type="checkbox"/> 地藏王 | <input type="checkbox"/> 观音 |
| <input type="checkbox"/> 月佬娘娘 | <input type="checkbox"/> 盂兰胜会 | <input type="checkbox"/> 阎罗王 | <input type="checkbox"/> 七姐 | <input type="checkbox"/> 后土 |
| <input type="checkbox"/> 天后 | <input type="checkbox"/> 黄大仙 | <input type="checkbox"/> 八仙 | <input type="checkbox"/> 城隍 | <input type="checkbox"/> 车公 |
| <input type="checkbox"/> 三茅真君 | <input type="checkbox"/> 候王 | <input type="checkbox"/> 土地 | <input type="checkbox"/> 大圣 | <input type="checkbox"/> 猪八怪 |
| <input type="checkbox"/> 门神 | <input type="checkbox"/> 游魂野鬼 | <input type="checkbox"/> 玉霞仙子 | <input type="checkbox"/> 四大天王 | <input type="checkbox"/> 黄帝 |
| <input type="checkbox"/> 灶君 | <input type="checkbox"/> 如来佛祖 | <input type="checkbox"/> 睡佛 | <input type="checkbox"/> 天师 | <input type="checkbox"/> 吴道子 |
| <input type="checkbox"/> 狐狸精 | <input type="checkbox"/> 财神 | <input type="checkbox"/> 十八罗汉 | <input type="checkbox"/> 巧圣先师 | <input type="checkbox"/> 妈祖 |
| <input type="checkbox"/> 文昌帝君 | <input type="checkbox"/> 神功戏 | <input type="checkbox"/> 天地 | <input type="checkbox"/> 保生大帝 | <input type="checkbox"/> 地主 |
| <input type="checkbox"/> 元始天尊 | <input type="checkbox"/> 注生娘娘 | <input type="checkbox"/> 潮洲祖师公 | <input type="checkbox"/> 摺金银衣纸 | <input type="checkbox"/> 天道五教 |
| <input type="checkbox"/> 太阳星君 | <input type="checkbox"/> 海神 | <input type="checkbox"/> 华光 | <input type="checkbox"/> 花神 | <input type="checkbox"/> 华陀 |
| <input type="checkbox"/> 紫姑 | <input type="checkbox"/> 祖先 | <input type="checkbox"/> 孔子 | <input type="checkbox"/> 牛鬼蛇神 | <input type="checkbox"/> 石头 |
| <input type="checkbox"/> 鲁班 | <input type="checkbox"/> 岳飞 | <input type="checkbox"/> 关公 | <input type="checkbox"/> 屈池公 | <input type="checkbox"/> 天神 |

其他：_____

2. 你病时曾否藉灵界力量得医治或得吉利(招吉或压胜物)？

- | | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 灵水、符水 | <input type="checkbox"/> 葫芦 | <input type="checkbox"/> 玉观音 | <input type="checkbox"/> 符 | <input type="checkbox"/> 用汉钱驱邪 |
| <input type="checkbox"/> 带佛金鍊 | <input type="checkbox"/> 带玉环 | <input type="checkbox"/> 陪葬物 | <input type="checkbox"/> 跨火盆 | <input type="checkbox"/> 打小人 |
| <input type="checkbox"/> 用符吸风 | <input type="checkbox"/> 用柚叶洗澡 | <input type="checkbox"/> 饮香炉灰水 | <input type="checkbox"/> 神油 | <input type="checkbox"/> 拜日角 |
| <input type="checkbox"/> 拾盂兰节的钱 | <input type="checkbox"/> 画符 | | | |

其他: _____

3. 你曾否想从其他力量得知未来或曾通灵(与死人沟通)?

- | | | | | |
|--------------------------------|------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 问米 | <input type="checkbox"/> 笔仙 | <input type="checkbox"/> 看星座 | <input type="checkbox"/> 称骨 | <input type="checkbox"/> 求签、解签 |
| <input type="checkbox"/> 算命 | <input type="checkbox"/> 看相 | <input type="checkbox"/> 碟仙 | <input type="checkbox"/> 看通胜 | <input type="checkbox"/> 看掌 |
| <input type="checkbox"/> 择杯 | <input type="checkbox"/> 信生肖 | <input type="checkbox"/> 看风水 | <input type="checkbox"/> 看三世书 | <input type="checkbox"/> 紫微斗数 |
| <input type="checkbox"/> 扑克牌算命 | <input type="checkbox"/> 银仙 | <input type="checkbox"/> 算日子改名 | | |

其他: _____

4. 你曾否做过以下?

- | | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 气功 | <input type="checkbox"/> 打坐 | <input type="checkbox"/> 看色情电影 | <input type="checkbox"/> 看色情刊物 | <input type="checkbox"/> 冥想 |
| <input type="checkbox"/> 神打 | <input type="checkbox"/> 念咒 | <input type="checkbox"/> 瑜伽 | <input type="checkbox"/> 超觉静坐 | <input type="checkbox"/> 吸毒 |
| <input type="checkbox"/> 催眠术 | <input type="checkbox"/> 秘密会社 | <input type="checkbox"/> 加入黑社会 | <input type="checkbox"/> 超渡 | <input type="checkbox"/> 出五禽 |
| <input type="checkbox"/> 大雁气功 | <input type="checkbox"/> 念佛经 | <input type="checkbox"/> 念道教经书 | | |

其他: _____

5. 你的父母或先人有否以服侍偶像为业: 做香 卖香烛纸扎
 庙祝 问米婆 看相、解签 超渡士/法师

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 占星预卜 | <input type="checkbox"/> 世界大同教 | <input type="checkbox"/> 黑、白道巫术 | <input type="checkbox"/> 血誓 |
| <input type="checkbox"/> 任意伤害自己 | <input type="checkbox"/> 回教 | <input type="checkbox"/> 基督教科学会 | <input type="checkbox"/> 异能 |
| <input type="checkbox"/> 印度教 | <input type="checkbox"/> 统一教 | <input type="checkbox"/> 阴阳眼 | <input type="checkbox"/> 通灵术 |
| <input type="checkbox"/> 耶和華见证人 | <input type="checkbox"/> 性精灵 | <input type="checkbox"/> 唯物论 | <input type="checkbox"/> 摩门教 |
| <input type="checkbox"/> 新纪元运动 | <input type="checkbox"/> 招灵 | <input type="checkbox"/> 纸牌占卜 | <input type="checkbox"/> 超觉静坐 |
| <input type="checkbox"/> 洗脑 | <input type="checkbox"/> 瑜珈 | | |

1. 你是否曾接受催眠, 参加新纪元运动, 超自然聚会, 或向灵媒、通灵者求救? 说明原因。
2. 你目前或过去是否有凭空想象出的朋友, 或邪灵, 提供你指示或陪伴你呢? 说明原因。
3. 是否不断地有干扰你的声音或是想法萦绕在你心中, 定你的罪, 是异于你所信与所感受的, 就好像是在你脑中不断对话? 请说明。
4. 你曾经历过哪些不寻常的灵界经验?
5. 你是否参加过任何形式的撒旦祭祀活动? 请说明它。

确信完成上述表格后, 为每一参与项目认罪并弃绝, 无论是主动或被动的参与, 大声念出下述祷告文, 为名单中每一项分别祈祷:

主啊, 我承认曾参与_____活动。求你赦免我。
 现在我弃绝_____ (活动)。

若你曾与撒旦仪式或异端活动有牵连，(或因记忆中的干扰，严重恶梦，或性障碍或捆绑而怀疑过去曾参与)，你必须大声宣告下列的特殊弃绝申明。首先宣告弃绝黑暗国度栏中的项目，再确认光明国度栏的相对事项。按此方式逐项进行。

弃绝一切上帝让你想起来的撒旦/异教仪式、誓约与工作。有些曾受到邪教仪式虐待的人，以发展双重人格求生存。虽然如此，继续学习得自由步骤可协助你解决你能够想起来的所有问题。



重要的是必须先解决恶魔的营垒。最后必须激发每一种人格，而每个人都须解决各自的问题，在基督里合一。也许你需要有了解属灵争战冲突的人协助你完成这项工作，以防止你被错误的记忆所欺骗。只有耶稣可以医治破碎的心，使我们从奴役中被释放，成为完整的一个。

对参与邪教/异教仪式的特别弃绝

(中国人多数依靠拜偶像来解决他们人生中大小的事情，所以宣告以下每一项时要弃绝它们的名字。例如，奉主耶稣基督的名，我 _____ (自己的名字) 弃绝与观音、佛……立下的任何约定。)

黑暗的国度	光明的国度
1. 我弃绝与撒旦/偶像立下的任何约定。	我宣告自己的名字已写在羔羊的生命册上。
2. 我弃绝任何曾委身于撒旦/偶像的仪式。	我宣告我是基督的新妇。
3. 我弃绝一切和撒旦/偶像订下的盟约。	我宣告与基督立下新约。
4. 我弃绝我生命中所有源自撒旦/偶像的任务，包括有关责任、婚姻与孩子方面。	我宣告，并委身于认识和执行上帝的旨意，且只接受祂的指引。
5. 我弃绝所有被指派给予我指引的邪灵。	我宣告只接受圣灵的引导。
6. 我弃绝在撒旦/拜偶像仪式中流出的血。	我只相信主耶稣基督所流的血。
7. 我弃绝曾在邪教敬拜中吃的肉或血。	我凭信心只在领圣餐时吃喝象征耶稣身体与血的饼和杯。
8. 我弃绝一切指派给我认识撒旦教的监护人与撒旦教的父母。	我宣告上帝是我的父，圣灵是我立约的监护人。
9. 我弃绝任何使我归于撒旦的洗礼或宗教仪式。	我宣告我已受洗归入基督耶稣，如今我是在基督的国里。
10. 我弃绝一切代表撒旦宣告拥有我的祭祀。	我宣告唯有基督藉着祂的牺牲才能声称拥有我。我只属于祂。

第 2 步：拒绝谎言，选择真理

真理是神话语的启示，但是我们需要在内心回应真理(诗 51:6)。当大卫王活在谎言中时，他就承受莫大的痛苦，但大卫王最后发现相信真理的自由时，他写道：「凡心里没有诡诈……这人是蒙福的。」(诗 32:2)我们要弃绝谎言，用爱心说诚实话(弗 4:15, 25)。一个心智健康的人，能面对真实并且从焦虑中得着释放，这两个特质都显现在拒绝谎言，选择真理的基督徒性格中。

藉着大声念出下面的祷文，开始这重要的一步。不要让仇敌用：「这是没有用的」、「我希望我能够相信，但是我就是不能」，或是任何与你所宣告相反的谎言来控诉你。即使如此做十分困难，你仍必须作下面的祷告，并且阅读教义宣告。



亲爱的天父：

我知道你喜欢内心诚实的人，认识这项真理是得着自由的途径（约 8：32）。我承认我曾被谎言之父所欺骗（约 8：44），也被自己所欺骗（约壹 1:8）。我奉主耶稣基督的名祷告，求你藉着主耶稣的宝血和复活，斥责所有欺骗的灵。

因着信，我接受你进入我的生命之中，如今我与基督同坐天上（弗 2：6）。我承认，我有责任也有权柄抵挡魔鬼。当我如此做时，魔鬼必会离开我。现在我祈求圣灵引导我明白真理，并行在其中（约 16：13），我求你：「神啊！求你鉴察我，知道我的心思；试炼我，知道我的意念，看我里面有什么恶行没有，引导我走永生的道路。」（诗 139：23-24）

奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

现在，你已经活在基督里，并且得着神的饶恕。你永远不必再过谎言的生活，或是为「自我」做任何的防卫，基督是你的守护者。此刻你或许需要暂时停下来，思想撒旦欺骗的伎俩。除了假教师、假先知和欺骗的灵之外，你也会自欺。你会如何以下列方式欺骗自己或自我防卫呢？请从下列选项中勾选适合你的项目：

自欺

- 只是听道而不行道。（雅 1:22, 4:17）
- 说自己无罪。（约壹 1:8）
- 自以为是。（加 6:3）
- 自以为有智慧。（林前 3:18-19）
- 认为收的与种的会不同。（加 6:7）
- 认为不义的人也可以承受神的国。（林前 6:9）

认为自己不会因滥交损友而遭败坏。（林前 15:33）

自我防卫(自我保护而不信靠基督)

- 否认（有意识地或潜意识地否认自己的过错）
- 幻想（逃避现实）
- 情感抽离（抽离以避免遭拒绝）
- 倒退（回复到较不受威胁的时光）
- 转移（将自己受挫的情绪发泄他人身上）
- 投射（责怪他人）
- 合理化（为不好的行为找借口）

请为上述每一个你所勾选的事项大声祷告：

主耶稣啊！我同意我一直在 _____ 方面自欺/自我防卫，没有诚实地面对自己和现实。感谢你饶恕我。我将自己委身于认识并遵行你的真理。阿们。

恐惧与忧虑

人的感受是受制于人的信念的，而人的信念必须基于实况。既然我们相信主耶稣，我们就是委身给神，相信祂一切的话就是真理，就是实况。不论人相信与否，真理仍是真理，故此面对真理，我们不是问自己有什么感受才去相信，而是问这是否真理才去相信。反而是我们的信念改变我们的感受，我们不应让感受动摇我们对真理的判断。恐惧和忧虑这些感受都是由于我们相信了魔鬼的谎话，而质疑神的话。当你感到你头脑上知道以下右列的真理，但感受到的却是以下左列的情况，实际上你所相信的并非你一向所知道的真理，而是魔鬼在你思想上散播的谎话，所以你才会有负面的感受如恐惧和忧虑。记着「知道」与「相信」是两回事。知道了真理，要相信才能成为个人的信念，然后这信念才能使人有相应的感受（参太 7:24-27）。

有关我父神的谎话：	有关我父神的真理：
1. 遥远、冷眼旁观的	亲密、关怀我的（诗 139:1-18）
2. 不敏感、不关心我的需要	慈悲、怜悯的（诗 103:8-14）
3. 严厉、要求高的	接纳我、喜悦我和爱我的（罗 15:7；番 3:17）
4. 被动、冷酷的	温暖、可亲的（赛 40:11；何 11:3,4）
5. 缺席或太忙不能照顾我的	永远与我同在，并渴望与我一起的（来 13:5；耶 31:20；结 34:11-16）
6. 永远都对我所作的不满意，对我感到不耐烦或忿怒	忍耐和不轻易发怒的（出 34:6；彼后 3:9）
7. 吝啬、残酷或谩骂的	慈爱、温柔和保护我的（耶 31:3；赛 42:3；诗 18:2）

8. 试图把人生活中的所有情趣夺去的	可信靠的，愿意给予我丰盛生命的；祂的旨意是美好、完全和可接受的（哀 3:22；约 10:10；罗 12:1, 2）
9. 操控的	满有恩典和怜悯；祂容许我有失败的空间（来 4:15, 16；路 15:11-16）
10. 定罪或不饶恕的	有恻隐之心和愿意饶恕的；祂的心怀和膀臂总是向我敞开的（诗 130:1-4；路 15:17-24）
11. 吹毛求疵、难以讨好的或要求十全十美的	祂委身会助我成长，并会以我作为祂儿女有成长为荣（罗 8:28, 29；来 12:5-11；林后 7:4）

宣告

我弃绝有关我父神的谎话，认为神是 _____，我欢喜快乐地接受有关我父神的真理，相信神是 _____。我是神眼中的瞳人！（申 32:10）

祷文

亲爱的天父，我向你承认，我曾听从撒旦的吼叫，容让恐惧主宰我。我没有常常信靠你而行，反而聚焦于我自己的感觉和环境。感谢你饶恕我的不信。现在我弃绝恐惧的灵和肯定一项真理，就是你没有给我恐惧的灵，而是赐给我能力、爱和健康的心灵。主，请向我显明一直在操控我的一切恐惧，使我能弃绝这些恐惧，得自由去信靠你生活。我为着你给予我自由，靠信心而非恐惧而行，感谢你。奉耶稣大能的名求，阿们。（见林后 4:16-18；5:7；提后 1:7）



下列清单有助你认清撒旦用来使你不靠信心而行的一些恐惧。请从中选出合适于你的项目。写下圣灵让你想起的任何其他项目。然后，使用清单未所建议的方式，逐一大声弃绝这些恐惧。

谎话	真理
对死的恐惧	神应许我们死后有复活，因基督已胜过死亡（林后 15）。神已给我永生。事实上，永生早已开始了。
对撒旦的恐惧	耶稣在十架上早已打败了魔鬼。而我们既然已在基督里，就早已胜过了撒旦（约壹 2:14）。那在我里面的比那在世上的大（约壹 4:4）
对失败的恐惧	耶稣在十架上已为我胜了最重要的一役。我拥有永生！
对遭人拒绝或不被接纳的恐惧	神接纳我，我在基督里是新造的人。
对冲突的恐惧	神掌管一切的处境。靠着加给我力量的基督，我凡事都能作。

对成为或身为同性恋者的恐惧	神不想我们是同性恋的，祂会把我从中拯救出来(罗7:25)。
对经济难题的恐惧	神甚至连麻雀也顾念，我们身为祂的儿女，祂必然也顾念我们(路12:22-32)。
对心爱的人之死的恐惧	我们有复活的盼望，纵然他们会死去，但我们相信他日在天上我们会再相聚。
对无望和将来的恐惧	我是天上的国民(腓三:20)。我将会与基督一同作王。我们有活泼的盼望，知道有不朽的基业在天上为我们存留。(彼前1:3-4)
对失去救恩的恐惧	没有东西能使我们和主的爱隔绝(罗八:35-39)。我深信那在我心里动了善工的上帝，必成全我(腓:一6)。神叫信祂的，一个也不失落、在末日却叫他复活。(约6:39)
对犯上不能饶恕罪的恐惧	在基督里我们不再被定罪。
对不被神爱的恐惧	我是神的儿女，祂爱我如同爱耶稣一样。爱是永不止息的。(林前13:8)
对永不能爱或被人爱的恐惧	
对成为罪行的受害者的恐惧	我使从上帝生的，恶者无法害我(约壹五:18)。
对永远不能结婚的恐惧	纵然我是独身的，我仍可活得快乐，因神是赐喜乐和平安的。
对婚姻的恐惧	婚姻是神配合的，祂必祝福我的婚姻(太19:6)。
对神经错乱的恐惧	神掌管万有，祂透过圣灵赐予我平安和喜乐(加5:22)。
对痛苦和疾病的恐惧	万事都互相效力、叫爱神的人得益处(罗8:28)。
对特别的人(包括: _____)的恐惧	所以我们可以放胆说、『主是帮助我的、我必不惧怕，人能把我不怎么样呢。』(来13:6)
其他	

宣告

我弃绝(_____)的谎话，因神没给予我恐惧的灵。我宣告(_____)的真理。我选择信靠神而活，祂应许当我信靠祂而行，祂就保护我，供应我一切所需。(见提后1:7；诗27:1；太6:33,34)

我奉主耶稣的名，弃绝过往恐惧的经历_____ (看鬼片，曾遭受惊吓等)。



你弃绝所有你容让操控你的恐惧之后，请作以下祷告：

亲爱的天父，我感谢你因你是可信靠的。我们选择相信你，甚至当我的感受和环境令我感

到恐惧。你告诉我不用害怕，因你与我同在，不用慌 5 张，因你是我的神。你会加给我力量，帮助我，肯定以你公义的右手扶持我。我以信心奉我主耶稣的名祷告。阿们。（赛 41:10）

若多年来你一直生活在谎言中，选择依真理生活也许不是一件容易的事。你可能需要专业人士的协助，以排除你赖以生存的防卫机制。基督徒只需要一位守护者——耶稣，了解你已被赦免，并且已成为神的孩子。这能帮助你自由地面对现实，并宣告你对神的仰赖。

信心是按照圣经的教导回应真理，而且「相信真理」是一种抉择，当有人说：「我想要相信神，但我就是不能」时，他们就是在欺骗。你当然可以相信神，因为「信心」是「决心要做」，而不是「感觉喜欢做」。真理并不是因为我们相信才是真理，相反地，正因为是真理，所以我们才要相信。新纪元运动所标榜的「藉着我们所信的，我们创造真实」，正是扭曲真理的行径，我们无法用我们的心智创造真实。我们需要面对真实，关键在于你所相信的事物或对象。每个人都会相信一些事物，但是假如你所相信的不是真实的，那么你就无法凭着信心过着正确的生活。

从历史中，教会非常重视公开宣告自己的信仰，《使徒信经》和《尼西亚信经》已经被背诵了好几个世纪了，大声地诵读下面的教义，而且经常重复诵读以更新你的意念。假如在诵读教义时，你经历了困难，那表示你正受到欺骗或攻击，你要勇敢地承认自己对圣经的委身。

教义宣告

我承认只有一位又真又活的神(出 20:2-3)，就是三位一体的圣父、圣子及圣灵。唯有祂配得一切的尊贵、赞美及敬拜；祂是创造者、维护者，也是万物的起点与终点(启 4:11, 5:9-10, 22:13; 赛 43:1, 7, 21)。

（相信三一神。相信神是全能的，祂有能力助你胜过撒旦。这对于那些恐惧撒旦的人十分重要。）

我承认耶稣基督是弥赛亚，道成肉身住在我们中间(约 1:1, 14)。我相信祂来为要除灭撒旦的作为(约壹 3:8)，将一切执政的、掌权的邪灵掳来，显示给众人看，并战胜它们(西 2:15)。

（耶稣早已为我们打了胜仗，我们无须惧怕撒旦，这对于那些被撒旦谎话所捆绑的人十分重要。）

我相信天父爱我如同耶稣一样(约 17:23)，且证明了祂对我的爱，因我还作罪人的时候，基督为我死(罗 5:8)。祂救我脱离黑暗的权势，带领我进入祂的国度里。在祂里面我已被救赎，罪过得以赦免(西 1:13-14)。

（耶稣的死证明了神对我们的爱。对于那些感受不到爱的人来说是十分重要。）

我相信我现在是神的儿女(约壹 3:1-3)，与基督一同坐在天上作王(弗 2:6)。我相信我得救

是本乎恩，也因着信，并不是出于自己，乃是神所赐的，也不是出于行为(弗 2:8)。

(我们不用努力搏取别人的接纳，神已经使我们成为祂儿女，并与基督一同作王，这是出于神的恩典，而非靠行为。这对于那些自卑和努力获取别人认同的人相当重要。)

我选择倚靠主，倚赖祂的大能大力，作刚强的人(弗 6:10)。我不靠肉体(腓 3:3)，因为争战的兵器，本不是属血气的(林后 10:4)。我穿戴神的全副军装(弗 6:10-20)，且立志在信心上坚守，来抵挡恶者。

(对于那些尝试以自己力量克服罪的人十分重要。)

我相信离了基督，我什么都不能作(约 15:5)，所以我宣告要倚赖祂。我选择常在基督里，方能多结果子以荣耀神(约 15:8)。我向撒旦宣告耶稣是我的主(林前 12:3)，我拒绝任何来自撒旦的伪装礼物或作为。

(对于那些试图以自己力量去事奉神的人十分重要。)

我相信真理必叫我得自由(约 8:32)，而行走在光明中是相交的唯一途径(约壹 1:7)。因此，我藉着将所有的心意夺回，使其都顺服基督(林 10:5)，来抵挡撒旦的谎言。

(对于那些活在谎话的人十分重要，请指出所涉及的谎话。)

我宣告圣经是唯一有权威的标准(提后 3:15-16)。我选择在爱中说真理(弗 4:15)。

(对于那些活在谎话的人十分重要，请指出所涉及的谎话。)



我选择把身体献上作义的器皿，一个圣洁的活祭，且以神活泼的话更新心意，察验何为神的善良、纯全可喜悦的旨意(罗 6:13, 12:1-2)。

(向神的委身。)

我要脱去旧人和旧人的行为，穿上新人(西 3:9-10)，宣告自己在基督里是新造的人(林后 5:17)。

(对于那些有内疚和很难接纳自己的人十分重要。)

我相信天父会以祂的圣灵充满我(弗 5:18)，引导我明白一切的真理(约 16:13)，使我的生命充满能力，以致我能够胜过罪，不放纵肉体的情欲(加 5:16)。我将肉体钉在十字架上(加 5:24)，选择与圣灵同行。

我弃绝一切自私的目标，选择「爱」为最终目标(提前 1:5)。我选择顺服两项最大的命令：尽心、尽性、尽意爱主我的神，和爱人如己(太 22:37-39)。

(向神的委身。)

我相信耶稣拥有天上地下一切的权柄(太 28:18)，也是各样执政、掌权者的元首(西 2:10)。我相信，由于我在基督里，是基督的身体；所以，撒旦和鬼魔都受制于我(弗 1:19-23)。因此我遵行神的命令，将自己交托给神，抵挡魔鬼(雅 4:7)。我奉主耶稣的名命令魔鬼离开我。

(对于那些不知道自己可以使用基督的权柄胜过鬼魔，和恐惧鬼魔的人十分重要。)

第 3 步：饶恕

我们需要饶恕他人，使我们可以从过去的经验中得着释放，防止撒旦趁机胜过我们(林后 2:10-11)。身为基督徒，我们应像天父一样有怜悯的心(路 6:36)。我们要彼此饶恕，正如神饶恕了我们(弗 4:31-32)。藉着下面的祷告，求神将那些你需要饶恕的人的名字，显示在你的心中。求神将那些你需要饶恕的人的名字，显示在你的心中。

亲爱的天父：



感谢你丰富的恩慈、宽容和耐心，我明白是你的恩慈领我悔改(罗 2:4)。我承认未曾以同样的忍耐与恩慈对待那些得罪我的人，反而心怀憎恨与厌恶。我祈求你让我在此自我反省的时刻，提醒我那些我未曾饶恕的人，使我原谅他们(太 18:35)。

我奉耶稣宝贵的名祈求，阿们。

记下浮现脑海中的人名：

在名单的最后加上「自己」。饶恕自己是接受上帝的洁净与赦免。

1. 很多人认为他们不能宽恕，因为他们以为宽恕就是忘记，可是，宽恕并非忘记，除非我们失忆，忘记实非易事。所以不要期望等待至你忘记人对你的伤害，才去宽恕。
2. 宽恕是不寻求报复、不再憎恨。不期望伤害你的人遭遇不幸。
3. 有很多人认为要等待他们的怒气平息(自己得到医治)，他们才能宽恕。可是，你不是得医治才宽恕，而是宽恕才得医治。你不宽恕，怒气和憎恨就永远不能平息。
4. 宽恕是神制止持续伤害之道。(有人说：「我不能宽恕他们，他们伤害了我！」我回应：「他们仍在伤害你呢！宽恕就能令你终止这痛楚！」)
5. 宽恕是为你自己的缘故作的，是要你自己得医治。你若要喜乐和平安，就要宽恕。
6. 宽恕是放过其他人，知道神仍然不会放过他们。神会管教、追究和惩罚。宽恕就是让神为你伸冤，让神追究。追究和惩罚是神的特权，并不是属于我们。
7. 宽恕是同意承受别人罪的后果。你为你所宽恕的罪付代价。你可能会认为，这并不公平，但无论如何，当人堕落之后，每个人都活在别人罪的结果之中，你活在别人罪的后果之中，同样，别人都活在你犯罪的后果之中，要在今世要求公平是不可能的，但我们相信神是公义的，在最后审判时，一切都会摆平的。
8. 宽恕时，要让神触及你情感的核心。你承认所感受的伤害和憎恨，才可从心底宽恕人。所触动的情感愈深，所得的医治就愈彻底。
9. 宽恕是意志的关口，是信心的表现，显明你相信神是公义的，唯有靠神的恩典才能作出这抉择。
10. 宽恕叫被掳的得释放，即被伤害者和伤害都获自由。两人之间不再有嫌隙，可重新建立关系。

现在你已准备好饶恕你名单上的人，使你在基督里得自由，而那些不再能控制你。为名单上的每一个人**大声**祷告：

主耶稣，我原谅 _____ (名字)的 _____ (明确说出所有的伤害，以及痛苦的记忆或感受)。我不再自己追究他对我造成的伤害，我交托给你去追究(处理 / 管教)，因深信你是公义的。

主耶稣，我过往 _____ (明确说出为何你不能接纳自己，以及内心的内疚或自卑等感受)。我现在接纳(或原谅)自己，因为你完完全全的接纳我、宽恕我。我在你里面是新造的人，旧事已过，都变成新的了。旧的我已经死了。

第 4 步：拒绝悖逆，选择顺服

我们活在一个叛逆的世代。许多人相信，批判掌权者是他们的权利。事实上，抵挡神以及祂设立的权柄，是给撒旦攻击我们的机会。当我们的主、我们的指挥官，要我们跟随祂时，祂不会领我们进入试探，而是领我们脱离魔鬼的手(参太 6:13)。

也许你因所敬重或所跟随的人使你失足，而反对权威人士。你因过去的经历，不信任或不

愿顺服其他领导者。根据圣经，我们对在上有权柄者有两项义务：为他们祷告和顺服他们。只有当他们要求我们做违反神的事，或是他们超越职权控制我们的时候，神才容许我们不顺服。按下面的祷词祷告：

亲爱的天父：

你曾说过，悖逆的罪与行邪术的罪相等，顽梗的罪与拜虚神和偶像的罪相同(参撒下 15:23)。我知道自己内心的悖逆，使我在行为和态度上得罪了你。求你赦免我的悖逆，藉着主耶稣基督所流的血，除去因我的不顺服而给邪灵留的地步。求你光照我所走的路，使我看清自己悖逆的程度。现在我选择接受顺服的灵和仆人的心。奉我主耶稣基督的名祷告，阿们。

顺服权柄是信心的行为，这表示你相信神会管理掌权者。神为着保护无辜的人免受凌虐而藉着政府订定法律，法律规定凌虐的事件应当被报导。许多时候，雇主、父母和丈夫违反了这些法律，面对这样的情境，你就必须向政府寻求保护。若是长期的家庭虐待，可能需要更进一步的辅导。至于，当属世的掌权者滥用他们的职权，要求你不顺服神，或是在影响你对神的委身时，你就必须选择顺服神而非人。

圣经教导我们要服从特定的权柄：

- 政府 (罗 13:1-7; 提前 2:1-4; 彼前 2:13-17)
- 父母 (弗 6:1-3)
- 丈夫 (彼前 3:1-4)
- 雇主 (彼前 2:18-23)
- 教会领袖 (来 13:17)
- 神 (但 9:5,9)

仔细检查上述每一项，并且藉着下面的祷告求神赦免你的不顺服：

主啊！我同意曾反叛_____ (名字或职位)。请赦免我的悖逆。如今我选择顺服，并遵从你的话语。奉主耶稣的名祷告，阿们。



第5步：拒绝骄傲、自卑，选择谦卑

骄傲是个杀手。骄傲说：「我办得到！我不需要神或任何人的帮助，我也可以脱离这混乱的局面。」但我们做不到！我们绝对需要神，也非常需要别人。保罗说：「我们这以神的灵敬拜，在基督耶稣里夸口，不靠着肉体的」（腓 3:3）。谦卑是适如其分的自信。我们应「靠着主，倚赖祂的大能大力作刚强的人」（弗 6:10）。雅各书 4:6-10 与彼得前书 5:1-10 说明了骄傲带来的属灵冲突。

用下面的祷告文表达你愿在神面前过谦卑的生活：

亲爱的天父：

你曾说过，骄傲在败坏之先，狂心在跌倒之前（箴 16:18）。我承认，过往我一直自我地生活，未能舍己，背起十字架来跟从你（太 16:24）。因此我在生命中给魔鬼留了地步。我曾相信可以凭自己的力量与机会成功，过得胜的生活。现在我承认我得罪了你，把个人的意志放在你之上，在生命中以自我为中心，而非以你为中心。我现在要弃绝自我为中心的生活，藉此把主耶稣基督的仇敌从我生命中完全除去。求你指引我，使我不做任何自私或虚荣的事，而是存心谦卑，看别人比自己强（腓 2:3）。使我能藉着爱心去服事他人，并对他人恭敬（参罗 12:10）。奉主耶稣的名祈求，阿们。



完成上述委身后，现在让神来告诉你生活中有骄傲的明确事项：

自卑与骄傲源自同一问题：同样尝试以己力肯定自己的价值，成功的便变成骄傲，失败的便变成自卑。

- 经常与人比较。
- 有强烈的欲望来完成自己的意念过于神的旨意。
- 依靠自己的力量与资源过于依靠神。
- 经常认为自己的主意或意见比别人好。
- 较注重操控他人而不是自制。
- 有时候认为自己比他人重要。
- 倾向于认为我没有需要。
- 很困难承自己的错误。
- 倾向于讨好人过于取悦神。
- 太过在乎得到自己应有的荣誉。
- 倾向于从学位、名誉和地位得到肯定。
- 常常以为自己较其他人谦卑。
- 自卑。
- 把自己看得过高的其他方面_____。

以上有那一些是真实描述你现在的的生活。开声作以下的祷告。

主啊！我承认我一直 _____，表现出我的骄傲及自卑。请你原谅我的骄傲，我如今选择谦卑自己，并将我的信靠放在你身上，不再放在自己身上。从此我按着自己在主里的身份—神的儿女—确立和肯定自己的价值。阿们！



第6步：拒绝恶习，迎向自由

得自由的下一步是处理习惯性的罪。那些落在「犯罪—悔改— 犯罪—悔改」之中的人，需要遵行雅各书 5:16 的指示：「你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。义人祈祷所发的力量是大有功效的。」找一位愿意用祷告托住你，又值得你信任的义人。其他人或许只需要约翰壹书 1:9 的保证：「我们若自己的罪，神是信实的、是公义的，必要赦免我们的罪，洗净我们一切的不义。」悔改不是说：「对不起」，而是「我过去做错了」。无论你是需要其他人的帮助，或只是需要向神交代，均可作以下的祷告：

亲爱的天父：

你告诉我们要披戴主耶稣基督，不要为肉体安排去放纵私欲(罗 13:14)。我承认我顺从肉体的私欲，这私欲是与灵魂争战的(彼前 2:11)。我感谢你，因在基督里，我的罪已蒙赦免，但因我违背了你的律法，使仇敌有机会在我的肉体中争战(罗 6:12-13；弗 4:27；雅 4:1；彼前 5:8)。我来到你的面前，承认这些罪，并求你洁净(约壹 1:9)，使我能脱离罪的捆绑。现求你光照我，使我知道在那些地方违背了你的道德教训，令圣灵担忧。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

肉体的行为有许多种，以下所提及的都是源自于加拉太书 5:19-21。勾选那些在你心中所显示，任何你一直挣扎的项目，然后以下面的祷告为每一项认罪。

我们的责任就是：不让我们的身体成为不义的器皿，不容许罪辖制我们的肉体(参罗6:12-13)。假如你正在或是一直与情欲的罪搏斗(例如：淫秽的作品、手淫、杂交等等)，或是在婚姻中性生活有困难，请照着下面祷告：

主啊！我求你在我心中显明每一个以我身体作为不义器皿的行为。奉主耶稣的名祷告，阿们。

请注意：同性恋、饮食失调、虐待、堕胎、自杀倾向、完美主义和恐惧都会在「为特别的问题祷告」中处理。

- | | | | |
|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 偷窃 | <input type="checkbox"/> 说谎 | <input type="checkbox"/> 打架 | <input type="checkbox"/> 嫉妒 |
| <input type="checkbox"/> 埋怨 | <input type="checkbox"/> 大发脾气 | <input type="checkbox"/> 批评 | <input type="checkbox"/> 放纵 |
| <input type="checkbox"/> 欺骗 | <input type="checkbox"/> 说闲话 | <input type="checkbox"/> 纷争 | <input type="checkbox"/> 赌博 |
| <input type="checkbox"/> 论断 | <input type="checkbox"/> 操控 | <input type="checkbox"/> 拖延 | <input type="checkbox"/> 咒诅 |
| <input type="checkbox"/> 贪婪 | <input type="checkbox"/> 懒惰 | <input type="checkbox"/> 发假誓 | |
- 淫邪：偷窥、看色情刊物/影带/电影/光盘/小说/网页、婚前性行为、过份的亲密行为、婚外情、同性恋行为、扭曲和强迫性行为、肛交、性幻想、自慰加性幻想、以器具自慰、嫖妓、扭曲的性行为(兽交、性虐待、异性装扮癖、异性转化欲)、恋童癖、强暴、性侵犯儿童、乱伦、性骚扰、堕胎、性精灵等。

其他：_____

亲爱的天父：

我感谢你在基督里赦免我的罪，我曾经随着肉体而行，因此，曾因_____犯罪。我奉主耶稣基督的名弃绝_____。感谢你洗净我所有的不义，我祈求你，使我能与圣灵同行不再放纵肉体的私欲。奉主耶稣的名祷告，阿们。

当主在你心中显示每一个「不当的使用你的身体放纵情欲」时，无论是别人对你做的一强暴、乱伦或是其他的性虐待，或是你自愿的，都要弃绝：

主啊：我弃绝和_____ (对方的姓名)所发生的_____ (具体事情)，求你赦免和击断捆绑。

若因所犯的罪仍感内疚的人可作以下的祷告：

主耶稣，我过往_____ (明确说出内心的内疚或自卑等感受)。我现在接纳(或原谅)自己，因为你完完全全的接纳我、宽恕我。我在你里面是新造的人，旧事已过，都变成新的了。旧的我已经死了。

若在性方面有挣扎的人，最好的支持就是向配偶坦白道出自己过往或现在于这方面的软弱和挣

扎，并求对方饶恕和替自己守望，并可作以下的祷告：

主耶稣，求你让我能有勇气向配偶道出自己在性方面的软弱和挣扎，使我能挣脱在性方面的捆绑。

现在藉着祷告将你的身体奉献给主：

主啊：

我弃绝所有将身体作不义器皿的事，求你击断撒旦藉那些事件所建立的一切捆绑。我为我曾参与那些事件认罪。如今我将我的身体献上当作活祭，是圣洁，且为你所喜悦的。我将性只保留给婚姻。我弃绝撒旦的谎言一指我的身体不洁净，或因着过去的性经验，我的身体已经污染或不被接受的谎言。主啊，我感谢你，你已经完全洗净我并饶恕我，你爱我，并且无条件地接纳我，因此我可以接纳我自己。我选择如此做，以接纳我自己和被洁净的身体。奉主耶稣的名祷告，阿们。



为特别的问题祷告

同性恋

主啊：

我的身份不是同性恋者，而是神的儿女，只是遭受同性恋的试探。我弃绝你把我或其他任何人创造成同性恋的谎言，我确定你明确地禁止同性恋行为。我接纳自己是神的儿女，宣告你创造的我是_____（性别）。我弃绝任何使我与他人建立不正常关系的撒旦捆绑。我宣告自己可按着你的计划，与异性建立关系。祷告奉耶稣的名，阿们。

堕胎

主啊：

我承认自己没有负起你托付给我的照顾新生命的工作，求你赦免我。我选择接受你的赦免，以饶恕我自己，现在我把那个孩子献给你，在永恒中交由你照顾。祷告奉耶稣的名。阿们。

自杀倾向

主啊：

我弃绝死亡才能得到平安与自由的谎言。我弃绝自杀的想法或任何我曾做过结束自己生命的尝试，或是任何自我伤害的方法。撒旦是个贼，它来是为了偷盗、杀害、与毁灭。我选择在基督里的生命，因祂来是要叫人得生命，并且得的更丰盛。我选择依照你对我的

信任，做生命的好管家。奉主耶稣的名祷告，阿们。

饮食失调或自残

主啊：

我弃绝「我的价值取决于身体外在的美丽、体重和身材」的谎言。我弃绝害我自己，藉由呕吐、使用泻剂或是让自己飢饿，作为洁净邪恶的自己或改变外表的方法。我宣告只有主耶稣基督的宝血可以洗净我的罪。我接受因为我所相信的谎言和滥用身体而犯罪的事实，但是，我弃绝「我是恶魔或我的身体是邪恶的」谎言。我的身体是圣灵的殿，我属于你。主！我接受你的爱和你对我的接纳。奉主耶稣的名祷告，阿们。

药物的滥用

主啊：

我承认我曾为了享乐，或是面对困境时逃避现实，而滥用物质(酒精、烟草、食物、药物或毒品等)，因此导致我身体的毁坏，伤害我心智的正常运作，消灭我心中圣灵的感动。我祈求你饶恕我，我弃绝生命中任何因误用药品或食物，与邪灵的接触或影响。我将我的忧虑卸给爱我的主耶稣。我永不再将自己降服在物质的滥用，而是降服圣灵之下。我求你，天父，用你的圣灵充满我。奉主耶稣的名祷告，阿们。

工作狂和完美主义

主啊：

我弃绝「我的自我价值取决于我的能力表现」的谎言，我宣告真理是：「我是你的孩子，我因此找到自己的身份和价值」。我弃绝寻求他人的认同和接纳。我选择相信，我已经在基督里被认同和接纳。因为基督为我死且为我复活，我选择相信真理：「我已蒙拯救，不是因着义的行为，而是因着你的怜悯」。我选择相信，我不再活在律法的咒诅之下，因为基督已为我成为咒诅。我在基督里接受生命的恩典，并且选择住在祂里面。我弃绝活在律法下追求完美。天父，藉着你的恩典，我选择从今天起，因着你说的真理以圣灵的力量，凭信心而行。奉主耶稣的名祷告，阿们。

恐惧

主啊：

我承认你是我生命中唯一敬畏的神，是唯一无所不在、全知的神，是唯一可以驱逐所有恐惧的神。你是我的避难所，你并没有给我属灵的恐惧，你给我的是属灵的力量、爱和管教。我承认，我一直不相信你，以致于使得对「人」和「死亡」的恐惧辖制我的生命。如今我弃绝对其他事物的恐惧，单单敬拜你，我祈求你以圣灵充满我，使我得以勇敢地活着，见证你的真理。奉主耶稣的名祷告，阿们。

胜过恶习与试探的方法：

真理一：明白邪情私欲永远不能满足。好像吸毒一样，毒瘾只会愈来愈深。参罗7:14-15。因这是自我满足的追求，有违神创造性的设计，神创造性是要夫妇彼

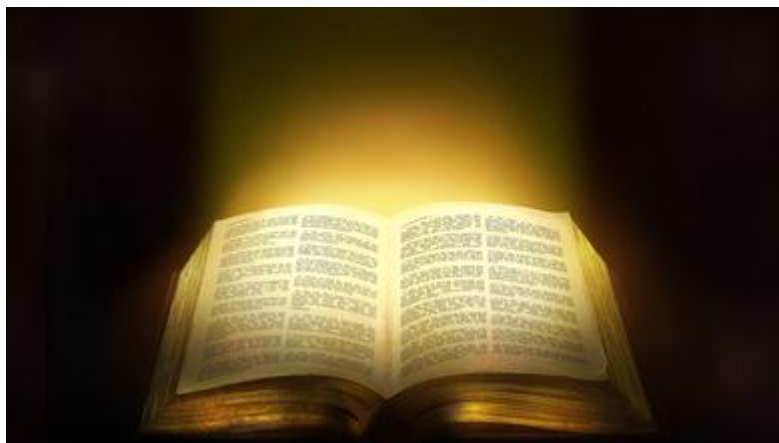
此满足，表达对配偶的爱。

真理二：当我们享受与神的关系，就不会需要以情欲满足自己。

真理三：不论你重覆犯罪多少次，当你悔改认罪时，神都会宽恕你。倘若仍然感到有罪疚感，就并非来自神的，而是来自魔鬼的。而当人感到自己是洁净，就不会那么容易再次跌倒犯罪。甚至我们若一天犯罪七十个七次，神仍会宽恕我们。

真理四：当我们彼此认罪，彼此祈祷支持，就会得到医治。参雅 5:16, 19-20。

真理五：要逃避和弃绝所有不洁的思想，因所有捆绑和罪恶都始于思想（参雅各书 1:14, 15），所以要思念美好的事（参腓立比书 4:8）。



第 7 步：弃绝祖先的不良影响及诅咒

「默认」是被动地让步或不经认可的同意，追求自由的最后一步是弃绝你祖先所犯的罪，和任何你身上的诅咒。在十诫中，神说「不可为自己雕刻偶像；也不可做甚么形像彷彿上天、下地和地底下、水中的百物，不可跪拜那些像；也不可侍奉它，因为我耶和华你的神，是忌邪的神。恨我的，我必追讨他的罪，自父及子，直到三、四代。」（出 20:4-5）

如果没有宣告你在基督里的新灵命、弃绝邪灵的控制，邪灵的影响是可以从这一代传到下一代的。你不必为了祖先的罪而有罪恶感，但因为他们的罪，撒旦可接近你的家人。不可否认有许多问题来自遗传或不良的生活环境。以上三种情况都可造成个人的犯罪。此外，受撒旦欺骗的人可能会诅咒你。在基督里，你有所有的权柄与所需的保护，对抗所谓的咒诅或邪恶的攻击。

为走出过去的阴影，请先读下列的宣告，并自行祷告，使你清楚知道你要宣告和祈求的是什么。然后宣告你在基督里的身份与保护，要谦卑地在神的面前祷告，并大声宣告。

宣告

我如今在这里弃绝所有我祖先的罪和邪恶，并声明与其断绝关系，包括 _____（例如：拜祖先……）。如同一个人从黑暗世界中被释放，进入神子的国度一般，我放弃所有祖先们流传下来所有属撒旦的工作。如同一个人被钉死在十字架上，并与耶稣基督同复活，和基督同坐天上宝座，我弃绝所有撒旦在我身上所做的一切，

我彻销撒旦及其信徒在我身上所施的每一个诅咒。我向撒旦和所有来自撒旦的力量宣告，当基督为我的罪死在十字架上，祂已经为我受咒诅(加 3:13)。撒旦可能曾藉一些方法声称拥有我，我拒绝这一切方法。我已经归属主耶稣基督，祂以宝血救赎我。撒旦可能曾藉血祭声称拥有我，我弃绝这一切血祭。我宣告自己已经永远完全归属并委身于主耶稣基督。靠着我在基督里的权柄，我命令所有邪灵，以及在我里面或周遭与主耶稣为敌的灵离开我。从现在起，我将自己委身给天父，遵行祂的真理。



祷告

亲爱的天父：

因着主耶稣基督的宝血将我赎回，我以你儿女的身份来到你面前。你是宇宙的主宰，我生命中的主，我将自己的身体当作活祭，献给你作为义的器皿，用我的身体荣耀你。如今我祈求你，用你的圣灵充满我。求你更新我的意念，以证明你的旨意是良善、纯全、可喜悦的。我如此做，是奉主耶稣基督的名及权柄祷告，阿们。

一旦你藉着上述的七个步骤确保你的自由，数日或数月之后，你会发现撒旦的影响力试图要重新进入你的生命中。有一位妇人说她在得自由两天后，听到一个邪灵对她说：「我回来了。」于是她大声地宣告：「不！你不能。」邪灵的攻击立刻停止。

一次的胜利并不代表赢得争战，自由是需要持续的。在完成上述的七个步骤之后，一位兴高采烈的女士问：「我会永远自由吗？」我告诉她只要与神保持正确的关系，她就能保有自由。我鼓励她：「即使你失足跌倒，你知道如何藉神重新回到正路。」

一位曾遭受严重暴行的受害者，举了个例子说：「这就像被迫与一个丑陋的陌生人在我家玩游戏。我一直输，不想要玩了，但这个陌生人不肯。最后我打电话报警(更有权势的人)，他们来把陌生人赶走了。他再敲门想进来时，我认得他的声音，所以不准他进来。」

这实在是一个在基督里得自由的好例子。我们呼求基督—最有权柄的神—祂就把敌人赶出我们的生命。明白这个真理，就能站立得稳来抵挡魔鬼。你需要寻找好的基督徒朋友/群体，按时读经与祷告。神爱你，而且永远不会抛弃你。

自由是需要维持的，在持续的争战中，你已经赢了一场非常重要的战役。只要你选择真理，靠着主的大能大力站立得住，你就拥有真正的自由。假如新的记忆浮现，察觉你曾相信或经历非基督徒的经验或是谎言，就必弃绝它们并且选择真理。有些人认为再次经历前述的七个步骤是很有帮助的，当你如此做时，你必须非常谨慎地阅读那些教导。

为了鼓励你有更深入的研究，可阅读《逃避试探》、《击开捆绑》或《重燃盼望》。此外，为了持续你的自由，有以下的建议：

1. 投入基督徒群体之中，使你得以行在光明中，并且在爱里说诚实话。
2. 每天读圣经。背诵重要的经句。也许你可以每天读教义宣言，并查考经句。
3. 让你的每个思想顺服基督，担负起思想的责任。拒绝谎言，选择真理，并且在基督里站立得稳。
4. 不要偏离！你的思想很容易懒散，回到旧有的习惯和思考模式。与一位信任的朋友分享你的争战。你需要至少一位并肩作战的朋友。
5. 别期望他人会帮你打仗。旁人可以协助，但不能为你思考、祷告、读经、或选择真理。
6. 继续寻求你在基督里的身份和价值感。更新你的意念，相信你的被接纳、安全感、与价值是在基督里的真理。在接下来的数周，每天早晚大声诵读步骤 2 的教义宣告(并且参阅其中所列的参考经节)。
7. 立志每日祷告。可以下列祷告词经常凭信心祷告。

每日的祷告

亲爱的天父：

我尊崇你是我的救主。我知道你时刻与我同在。你是那唯一全能且全知的神。在你的道路上充满了慈爱与关怀。我爱你，感谢你使我与基督合一，灵命活在祂里面。我选择不爱世界，将肉体与所有的情欲钉死在十字架上。

为我现在活在基督里的生命感谢你，求你用圣灵充满我，使我得以过脱离罪的生活。我宣告自己倚靠你，立志抵挡撒旦，和它的一切谎言。我选择相信真理，绝不气馁。你是一切盼望的神，我相信只要我按你的话语行，你必满足我一切的需要。我凭信心说自己可藉着坚固我的主耶稣，过负责任的生活。



现在我立志对抗撒旦，命令它和它的邪灵离开我。我穿戴神的全副军装。将身体献上当作活祭，以神的话语更新我的心怀意念，证实神善良、纯全且可喜悦的旨意。

祷告祈求是奉主耶稣基督宝贵的名。阿们。

睡前的祷告

主啊：

感谢你，使我能进入你的家中，在基督里赐下天上一切属灵的祝福。感谢你赐下这段在睡眠中更新的时间。我接受它为你给你儿女完美计划的一部分，相信在我的睡梦中，你必保守我的意念与身体。经过一整天默想你和你的真理，我选择在我入睡时，继续让这些思想留在心中。我将自己献给你，求你保护我在入睡时不受到撒旦的攻击。我相信你是我的磐石、山寨与安歇处。 祷告奉主耶稣基督的名。阿们。



居住在非基督徒环境中的祷告

天父：

我感谢你，为这个我可以居住休息的地方。求你使我的房间(或房间中属于我的部分)成为圣灵里平安的地方。我弃绝对家人/室友的假神或邪灵效忠，并弃绝撒旦基于过去所有人或我自己的行为，对此房间所作的宣告。根我身为神儿女的身份，和拥有天地间一切权柄的基督的共同继承人，我命令所有邪灵离开这个地方，永不再回来。天父，我祈求你，在我居住于此的时间里，派守护天使保护我。

祷告奉主耶稣基督的名求。阿们。

在基督里我被接纳

- ✓ 我是神的儿女 (约 1:12)
- ✓ 神爱我们如同耶稣一样 (约 17:23)
- ✓ 我是耶稣基督的朋友 (约 15:15)
- ✓ 我是重价买来的，我属于神 (林前 6:19-20)
- ✓ 我与主合而为一，与祂成为一灵 (林前 6:17)
- ✓ 我是基督身体的肢体 (林前 12:27)
- ✓ 藉着圣灵，我得以直接来到神面前 (弗 2:18)
- ✓ 我得以称义 (罗 5:1)

- ✓ 我已蒙救赎，所有的罪都得到赦免（西 1:14）
- ✓ 在基督里我成为完全（西 2:10）
- ✓ 我是一个圣徒（弗 1:1）

在基督里我是安全的

- ✓ 我不再被定罪（罗 8:1-2）
- ✓ 我不受任何控告（罗 8:31-34）
- ✓ 在基督里我是新造的人（林后 5:17）
- ✓ 我确信万事都互相效力（罗 8:28）
- ✓ 我不能与神的爱隔绝（罗 8:35-39）
- ✓ 神已坚固我、膏我、用印印我（林后 1:21-22）
- ✓ 我与基督一同藏在神里面（西 3:3）
- ✓ 我深信那在我心里动工的神，必成全我（腓 1:6）
- ✓ 我是天上的国民（腓 3:20）
- ✓ 神给我的不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心（提后 1:7）
- ✓ 我需要时，必能得怜恤、蒙恩惠（来 4:16）
- ✓ 我是从神生的，恶者无法害我（约壹 5:18）

在基督里我是有价值的

- ✓ 我是世上的盐与光（太 5:13-14）
- ✓ 我是葡萄树的枝子，主耶稣生命的管道（约 15:1, 5）
- ✓ 我被神拣选，并被分派去结果子（约 15:16）
- ✓ 我是基督的见证人（徒 1:8）
- ✓ 我是神的殿（林前 3:16）
- ✓ 我是神的和平使者（林后 5:17-21）
- ✓ 我是神的同工（林后 6:1，林前 3:9）
- ✓ 我与基督一同坐在天上作王（弗 2:6）
- ✓ 我是神的工作（弗 2:10）
- ✓ 我可以放胆无惧，笃信不疑地来到神面前（弗 3:12）
- ✓ 靠着加给我力量的基督，我凡事都能做（腓 4:13）

个人机密审核表

姓名：_____

一、个人资料

加入教会日期：

信主日期：

学历：

职业：

婚姻情况：未婚 / 已婚 / 曾离婚

二、家庭背景

1. 宗教

- A. 据你所知，你父母、祖父母或曾祖父母曾否参与任何异教、异端或秘密团体？
请参阅「灵界经历审核表」，然后说明所参与的事。
- B. 简述你父母的信仰：_____

2. 婚姻

- A. 你的父母目前的婚姻关系？ 良好 / 维持 / 离婚 。请解释。
- B. 在你生命最初的十二年，你的家中是否一片和睦与安宁？
- C. 你父亲是否一家之主，或者是由母亲作一家之主？请解释。
- D. 你父亲怎样对待你的母亲？
- E. 据你所知，你的父母或祖父母是否有过婚外情？

3. 道德风气

在你生命最初的十八年，你会怎样形容你家中的道德气氛？

	太松	放松	中等	严格	太严
衣着	5	4	3	2	1
性	5	4	3	2	1
恋爱	5	4	3	2	1
电影	5	4	3	2	1
音乐	5	4	3	2	1
自由意志	5	4	3	2	1
饮酒	5	4	3	2	1
吸烟	5	4	3	2	1
赴教会聚会	5	4	3	2	1

4. 健康

- A. 你家里的成员有无任何癖好(如醉酒、吸毒等)?
- B. 家里的成员是否有任何精神病历?
- C. 在你家中, 是否有任何下列的疾病(请圈起来)?
 肺病 心脏病 糖尿病 癌症
 溃疡 腺问题 其他:
- D. 你会怎样形容你家人所关心的事项:
 - a. 食物
 - b. 运动
 - c. 休息

5. 个人健康状况

A. 生理:

- a. 描述你的饮食习惯 (即爱吃零食、定时用餐或否、饮食平衡等)。
- b. 你是否有任何难以抑制的癖好或需求 (糖果、药物、酒类、食物等)?
- c. 你目前是否因体弱或心理因素而服药?
- d. 你有睡眠的问题吗? 你是否常有重现的恶梦或干扰?
- e. 你目前的工作是否可以有固定的休息和松弛的时间?
- f. 你是被领养的吗?
- g. 你曾否遭受体罚或性侵犯? 请解释。

B. 心理:

- a. 你过去或现在可有为下列所举的事项挣扎 (请圈起来)?
 白日梦 情欲的念头 自卑 忧虑 怀疑 头晕 头痛
 无安全感 扰人的思想 强迫性的思想 幻想 亵渎思想
- b. 你是否浪费时间希望或幻想你是另外一个人? 你是否想自己活在另一个时期、地点或不同的情况?
- c. 你每周用多少时间看电视?
 写下你最喜爱的五个节目:
- d. 你每周用多少时间阅读? 基本上, 你所看的是那一类的书籍(报纸、杂志、书本等)?
- e. 你认为自己是乐观还是悲观(你对人或事的看法常偏向好或坏)?
- f. 你曾否以为自己正在「分裂」? 你目前是否担心这个可能性? 请解释。
- g. 你有否时常灵修? 在什么地方和在什么时候, 以及到什么程度?
- h. 你是否感觉在心里祷告很不容易? 请解释。
- i. 当你参加教会崇拜或其他基督教事工时, 你是否受到污秽念头、嫉妒, 或其他思想上的侵扰?
- j. 你常听音乐吗? 你最喜欢那一类的音乐?

C. 情感：

- a. 以下所列的情绪，那一样你曾觉得难以控制，或者你目前正感到难以克服？
(请圈起来)

挫折	忿怒	忧虑	孤单
无用	沮丧	憎恨	悲伤
对死的恐惧	对失常的恐惧		
对自杀的恐惧	对伤害爱人的恐惧		
对_____的恐惧			

- b. 你认为以上的情绪，那一样是有罪的？为什么？

- c. 关于你的情绪，无论是积极或消极，那一样形容你最恰当(请圈出来)？

- ✧ 很容易流露出来
- ✧ 只流露一部份的情绪
- ✧ 有压抑情绪的倾向
- ✧ 不流露心中的感受是最安全的
- ✧ 很容易知道它们的出现，却有所保留
- ✧ 既然我不能信任我的情感，我就有忽视感受的趋势
- ✧ 在意识或潜意中否认它们，处理情绪是头痛的事

- d. 你目前是否有一个你可以在情绪上信任的人(也就是你可以向他表白心中对自己生命和他人的感受)？

- e. 我们在神面前流露真实的情绪有多重要？你是否感觉你是如此？请解释。

D. 属灵的背景：

- a. 如果你今晚去世，你想你将在那里过你的永恒呢？

- b. 你若今晚死了，站在天父的面前，而祂问你：「你是凭什么进入天堂？」你会怎样回答呢？

- c. 约翰壹书 5:11-12 说：「神赐给我们永生，这永生也在祂儿子里面。人有了神的儿子就有生命，没有神的儿子就没有生命。」

i. 你有神的儿子在你生命里吗？

ii. 你在什么时候接受主耶稣(约 1:12)？

iii. 你怎么知道你已接受了祂？

- d. 你对自己的得救是否存着怀疑的心？

- e. 你目前是否与其他的信徒享受团契生活？若有，何时何地？

- f. 你是否服于一家教导圣经的地方教会的权柄下？

- g. 你是否经常以你的时间、才干及金钱支持教会？若无，为什么？

「我在他们里面，你在我里面，使他们完完全全地合而为一，叫世人知道你差了我来，也知道你爱他们如同爱我一样。」(约 17:23)

「若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。」(林后 5:17)

