

今日 話事

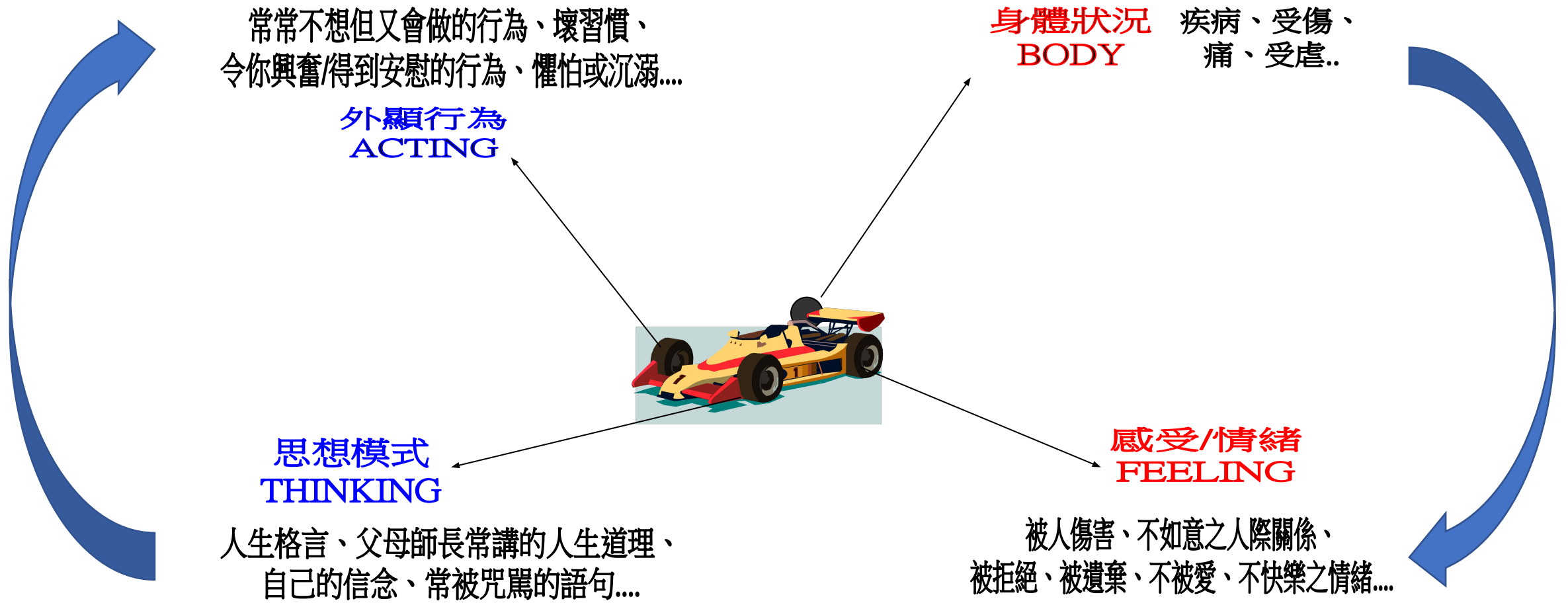
由我話事

林以諾博士

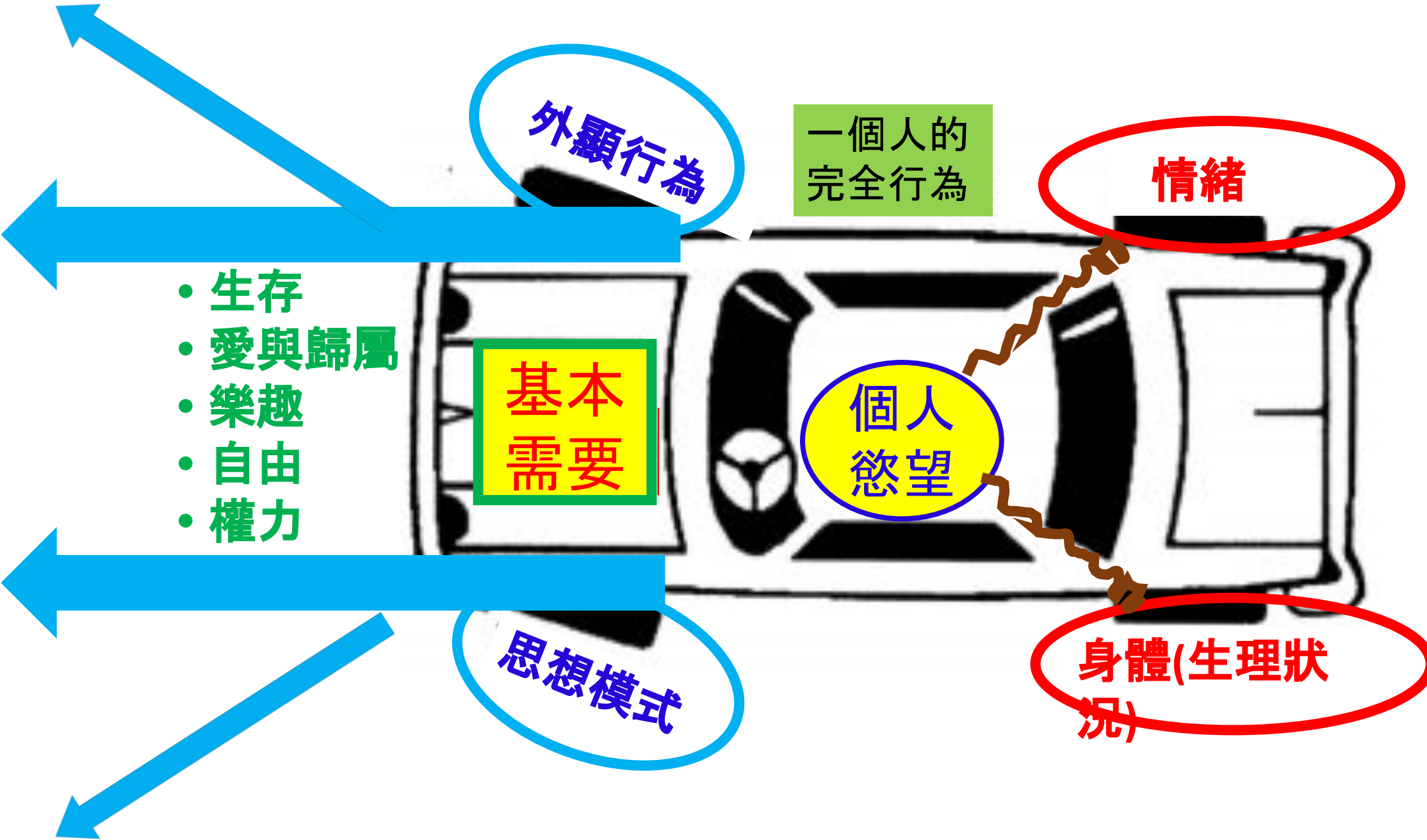
- 我們成長過程中，有一個重要任務，就是學習「由我話事」（做決定）和負責任。
- 現代許多小朋友的悲哀，也形成他們不開心的原因：從小到青年都是由父母話事，導致有決擇恐懼症，怕做錯決定。



了解自己~~~認識「完全行為」TOTAL BEHAVIOR (William Glasser)



多年已過去, 你是得著真正的改變? !



外顯行為

一個人的
完全行為

情緒

- 生存
- 愛與歸屬
- 樂趣
- 自由
- 權力

基本
需要

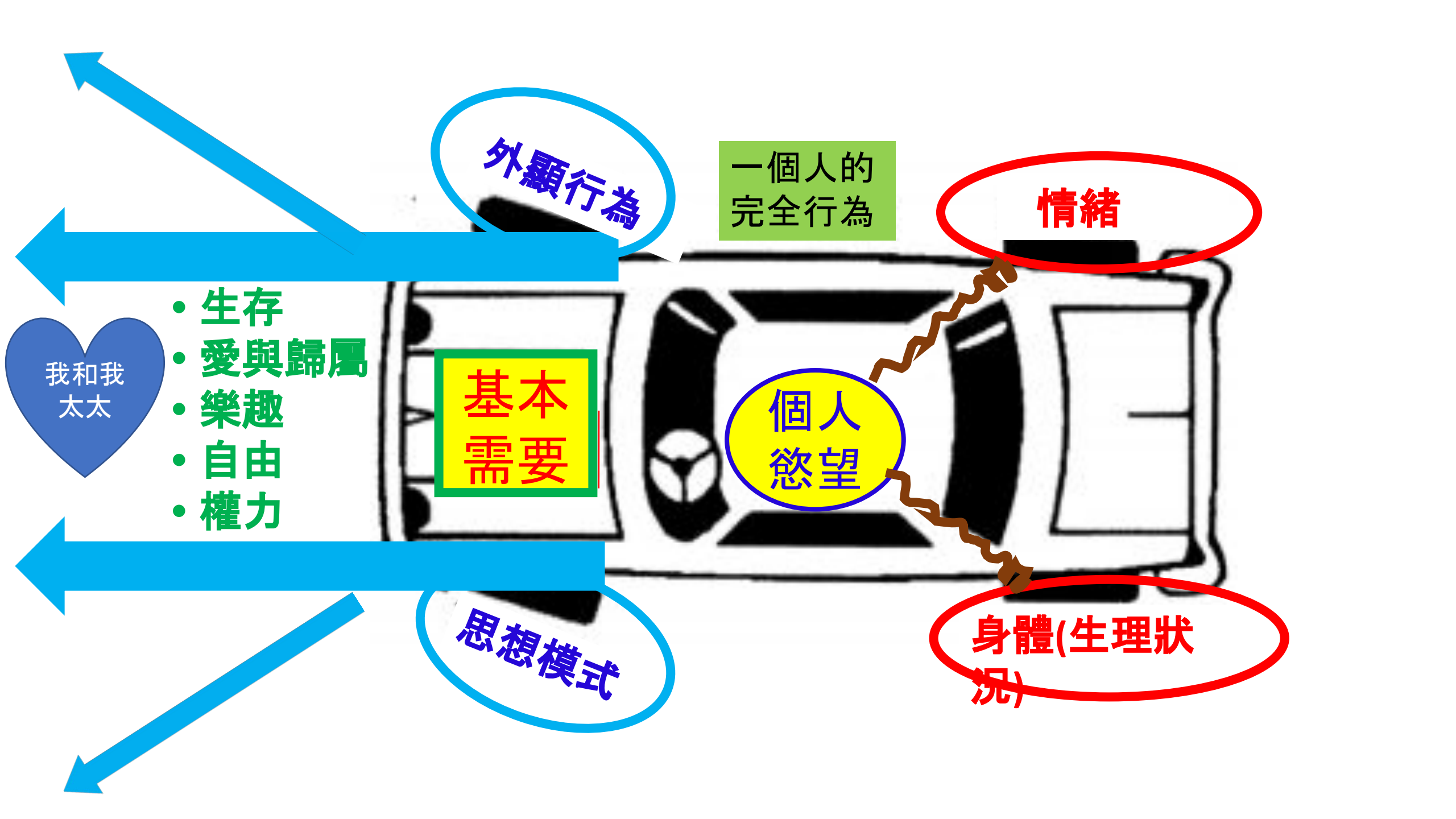
個人
慾望

身體(生理狀
況)

思想模式

- 男士的悲哀：我們結婚，以為自己可以逃離母親的「魔掌」，誰知又進入另一個女性的「魔掌」，若果生的是女兒，我們一生可能活在三個女性的掌控中。
- 男士若找小三，是以為自己可以掌控那女性，可悲的是，開始漸懂：
 - Control（控制）
 - Manipulate（操縱）
 - 的分別
 - 難怪上一代說：一生兒女債，半世老婆奴。

- 女士的可悲：
- 雙職的，全天候忙到透不過氣。
- 全職主婦，發現是打緊一份，無薪金，無假期的工作



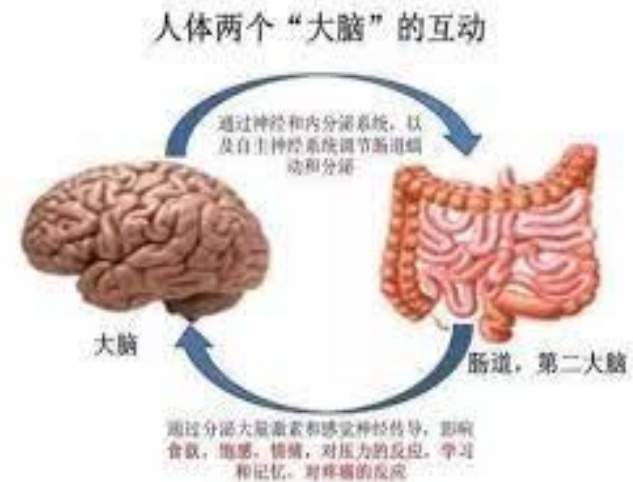
連吃甚麼？那麼簡單的事，也不一定由我話事

- 營養師及腸道專家梅根·羅西 (Dr. Megan Rossi) 說：「與身體其他器官不同的是，腸道可以獨立運作。它不需要聽從大腦指揮，可以自行發號施令。」
- 腸道竟是我們的第二大腦



- 紐約市哥倫比亞長老會醫療中心 (Columbia-Presbyterian Medical Center) 的麥可·葛森 (Michael Gershon) 介紹說：「腸道向大腦發送的大量信息，都會影響我們的幸福感——我們甚至都意識不到。」
- 無論是轉換心情、做出決策還是採取行動，你頭頂的那個大腦，都不是你身上唯一一個進行思考的部件。有那麼一個不順心的早晨，你上班遲到了，錯過了一個關鍵的會議，現在你的BOSS對你十分生氣。所以你在午餐時直接走過甜品區，直奔那些特別甜膩的食物。你控制不住自己——在我們倍感壓力時，大腦會鼓勵我們尋找「慰藉食物」

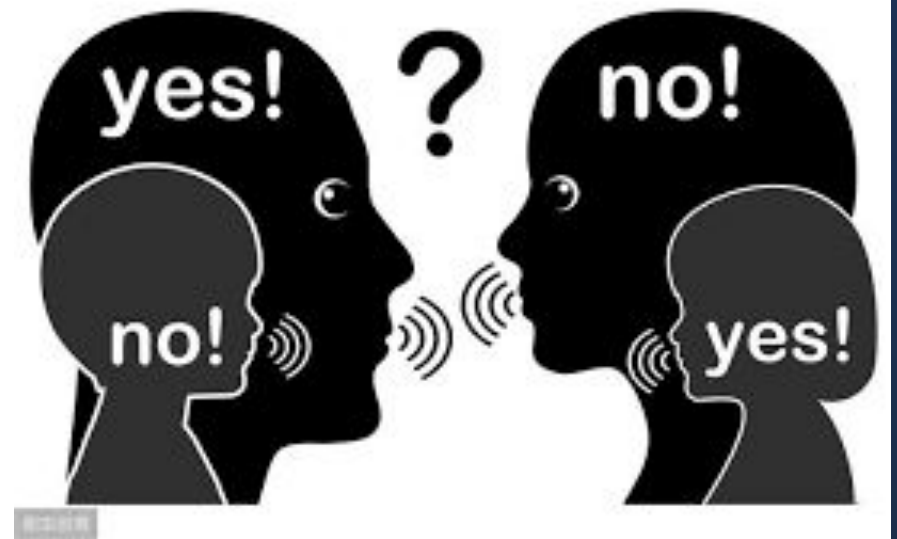
- 情緒 --- 腸道 (互相影響), 大腦 (決定要吃甚麼)



- 我們不開心，可能是因為，
我們做錯決定
- 是因為，我們要負做錯決定
的後果
- 有一些人：逃避決定
- 有一些人：推卸責任
- 有一些人：占卜，風水



- 我所願意的善，我不去做；我所不願意的惡，我反而去做。如果我去做我不願意做的，就不是我做的，而是住在我裏面的罪做的。我覺得有個律，就是我願意行善的時候，就有惡纏著我。因為，按著我裏面的人，我喜歡神的律，但我看出肢體中另有個律和我內心的律交戰，把我擄去，使我附從那肢體中罪的律。我真苦啊！誰能救我脫離這必死的身體呢？感謝神，靠著我們的主耶穌基督就能！（羅 7:19-24）



事奉

敬拜

改變的決心+行動

更新的生命

情緒

- 生存
- 愛與歸屬
- 樂趣
- 自由
- 權力

基本需要

個人
聖靈
作導航
GPS

身體(生理狀況)

聖經(神的話)
屬天的價值觀

學習

傳揚

外顯行為

思想模式



福音：信主的人，得著真正的自由

- 「主就是那靈，主的靈在那裡，那裡就得以自由。」(林後 3:17)
- 「基督釋放了我們，叫我們得以自由。」(加 5:1上)
- 「你們必曉得真理，真理必叫你們得以自由。。。所以天父的兒子若叫你們自由，你們就真自由了。」(約 8:32, 36)

