

# 悔改：心灵的转变

悔改（源自希腊语 metanoia，意为“改变心意”）是离弃罪恶、顺服神旨意的关键决定。它不仅仅是懊悔或悲伤，而是发自内心地委身于一种新的生活方式，并在生命中结出可见的果实。本研究探讨了圣经中关于悔改的呼召、悔改对得救的必要性以及悔改所带来的改变生命的力量。

## 1. 悔改带来救赎

经文：哥林多后书 7:10-11 “依着神的意思忧愁，就生出没有后悔的悔改来，以致得救；但世俗的忧愁是叫人死。你们看，这依着神的意思忧愁，在你们心里产生了怎样的果效：何等的殷勤，何等的自义，何等的警醒，何等的切切，何等的忧虑，何等的渴望，何等的殷勤，何等的渴望…

A. 属神的忧伤与属世的忧伤属神的忧伤源于对罪的深刻认识和渴望顺服神的旨意，从而带来真正的悔改和救恩。与之相反，属世的忧伤是肤浅的悔恨——通常是对后果而非罪本身感到懊悔——最终无法带来持久的改变，反而导致属灵的死亡。例如：想象一下你超速行驶被警察拦下。属世的忧伤是后悔被抓，很可能之后还会再次超速。属神的忧伤是对违法行为和危害他人安全的真诚悔恨，促使你承诺安全驾驶。补充经文：罗马书 6:23——“因为罪的工价乃是死；惟有神的恩赐，在我们的主基督耶稣里，乃是永生。”这强调了悔改的重要性：选择生命而非死亡。

B. 真正的悔改是可见且热忱的。悔改不仅仅是内心的转变，更是态度和行动上的热忱改变。它结出切实的果实——热忱、渴望和对公义的委身（哥林多后书 7:11）。补充经文：马太福音 3:8——“你们要结出果子来，与悔改的心相称。”这强调悔改必须带来生命的改变，这种改变要能被他人所察觉。

问题 1：你的行为是否发生过显著变化，以至于其他人注意到并说：“你怎么了？你不一样了？”是什么促使你发生这种变化？

## 2. 悔改是归向神

经文：使徒行传 3:19 “所以，你们当悔改归正，使你们的罪得以涂抹，这样，那安舒的日子必从主面前来到。”

A. 悔改带来更新悔改不是重担，而是解脱。归向神能洗净罪孽，带来属灵的更新和喜乐。这是一个全新的开始，修复我们与神的关系。补充经文：以赛亚书 1:18——耶和华说：“你们来，我们彼此辩论。你们的罪虽像朱红，必变成雪白。”这突显了悔改的洁净和修复的大能。

B. 悔改要以行动来证明经文：使徒行传 26:20——“我传道叫他们悔改归向神，又要用行为表明他们的悔改。”悔改是一个决定，它会带来生活方式的彻底改变。它不仅仅是言语或感觉，而是一种体现在我们生活方式中的委身——通过顺服、服侍和爱人如己。补充经文：路加福音 3:8-14——施洗约翰呼吁以具体的行动（与穷人分享、诚实、知足）来证明悔改，表明悔改是切实可行且可衡量的。

问题二：你是否渴望遵行神的旨意，还是需要别人的强迫？你生活中的哪些行为体现了你对神的归向？

## 3. 对罪的激进态度

经文：马太福音 5:29-30 “若你的右眼叫你跌倒，就剜出来丢掉……若你的右手叫你跌倒，就砍下来丢掉。”

A. 对罪的彻底厌恶耶稣用生动的比喻教导我们对罪零容忍。悔改需要果断地采取行动，除去一切使我们远离神的事物，无论代价多么高昂。世人或许可以“适度”容忍罪，但神呼召我们彻底地与罪决裂。补充经文：罗马书 8:13——“你们若顺从肉体活着，必要死；若靠着圣灵治死身体的恶行，必要活着。”这进一步强调了积极弃绝罪的必要性。

B. 热切追求神的旨意悔改不仅仅是避免犯罪（消极的），更是热切地追求神的旨意（积极的）。一颗悔改的心会积极研读圣经、参加敬拜、分享信仰并服侍他人。例如：想想一个悔改自己贪婪的人。他们不仅停止囤积，而且开始慷慨解囊，这反映出他们内心的改变。补充经文：歌罗西书 3:17——“无论做什么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名而行。”这表明，悔改能激励人过一种献身于荣耀神的生活。

问题 3：你是否像上帝那样对罪恶深恶痛绝？你是否需要果断地改正某些具体的罪行？问

题 4：你认为一个悔改的人会认真研读圣经、参加教会活动、分享信仰或服侍穷人吗？为什么？

## 4. 悔改，否则灭亡

经文：路加福音 13:5 “你们若不悔改，都要如此灭亡。”

耶稣严厉的警告将人类分为两类：悔改的人和灭亡的人。没有中间地带。悔改对于得救来说并非可有可无，而是至关重要。补充经文：彼得后书 3:9——“主所应许的尚未成就……乃是宽容你们，不愿有一人沉沦，乃愿人人都悔改。”这凸显了神渴望所有人悔改，以及祂耐心等候的决心。

问题 5：你是否按照圣经的教导悔改了？如果是，你是什么时候悔改的？注意：像“昨天”或“最近”这样的回答比“小时候”或“很久以前”更能反映出真正的悔改。如有需要，请重读相关经文，以更清楚地理解悔改的窄路（马太福音 7:13-14）。探究他们的生活以及他们所敬仰的宗教人士的生活。如果一个人没有悔改，为什么要接纳他为真正的门徒呢？补充经文：马太福音 7:21——“凡称呼我‘主啊，主啊’的人，不能都进天国；惟独遵行我天父旨意的人，才能进去。”这强调了真正的悔改与顺服的信心是一致的。

问题 6：你认识多少真正悔改的人？注意：如果有人认为大多数教会成员或他们“以前教会”的人都悔改了，他们可能没理解我的意思。要澄清悔改是罕见的，需要教导和问责（使徒行传 26:20）。反复解释，直到他们明白为止。

## 5. 关于悔改的更多见解

- 悔改是一项影响深远的决定：悔改是内心的转变，它可以在瞬间发生，却能带来终身的改变。随着基督徒灵命的成长，他们对罪的认识可能会加深，但这并不意味着他们最初的悔改是无效的。（希伯来书 6:1——“我们应当离开道理的开端……不必再立悔改的根基。”）
- 单凭诚意是不够的：悔改需要意识到自己的罪，而不仅仅是了解圣经或有良好的意愿。（约翰一书 1:8-10——认识并认罪是获得赦免的必要条件。）
- 非基督徒与悔改：虽然罕见，但有些非基督徒可能会表现出悔改的迹象（例如，离弃某些特定的罪）。然而，若没有对基督的委身和传福音，他们很可能并未真正悔

改。(约翰福音 14:15——“你们若爱我，就必遵守我的命令。”)

- 期待生命改变：圣灵感动人，生命改变往往在受洗前就开始了。然而，持久的圣洁是出于神的大能，而非单凭人的努力。(加拉太书 5:22-23——圣灵在悔改的生命中结出果子。)

## 悔改二：克服自义

自以为义——认为自己“足够好”而无需彻底改变——会阻碍真正的悔改。本节主要探讨那些难以认识到自己是罪人的人，这在宗教人士中是一个普遍存在的问题。

关键经文和要点：

- 路加福音 3:7-14——施洗约翰斥责宗教骄傲，呼吁人们结出实际的果实（例如慷慨、诚实）。悔改需要谦卑和行动。
- 路加福音 5:31-32——“我来本不是召义人悔改，乃是召罪人悔改。”耶稣的目标是那些认识到自己需要救赎的人，而不是那些自以为是的人。
- 路加福音 7:29-30——法利赛人拒绝悔改和洗礼，背弃了神的旨意。自以为义浪费了人的潜能。
- 路加福音 7:36-50——罪妇的爱和感恩与法利赛人的自义形成鲜明对比。认识到自己“迷失”会激发我们的虔诚。
- 路加福音 18:9-14——税吏谦卑地恳求怜悯，而非法利赛人的自夸，才是使人称义的原因。补充经文：罗马书 3:23-24——“世人都犯了罪，亏缺了神的荣耀；如今却蒙神的恩典，就白白地称义。”这使人站在了同一起跑线上，瓦解了自以为义的观念。

问：你对自己良善的品格有信心吗？还是你认为自己是需要上帝恩典的罪人？这会如何影响你的日常选择？

## 悔改三：富有的少年官与撒该

这项研究对比了两个男人对耶稣的反应，阐明了悔改的核心。

经文：

- 路加福音 18:18-27（富有的少年官）——一个看似正义的人，却拒绝放弃他的财富。

- 路加福音 19:1-10（撒该）——一个被鄙视的罪人，却欣然悔改并做出赔偿。

比较：

- 相似之处：两人都富有且名声显赫，并且都谦卑地寻求耶稣（统治者跪下，撒该爬上树）。两人都需要悔改，尤其是在财富方面。
- 区别：官长紧紧抓住他的“神”（金钱），悲伤地离去；而撒该迅速悔改，承诺慷慨解囊，并做出补偿（路加福音 19:8；参哥林多后书 7:10）。“不太可能”的门徒（撒该）得救了，而“理所当然”的门徒（官长）却失败了。补充经文：马可福音 10:21 ——耶稣呼召官长“变卖一切”，表明悔改需要完全降服。

结论：门徒们对耶稣要求的彻底悔改感到震惊（马可福音 10:24-26），但上帝应许那些完全降服的人将获得丰盛的祝福（马可福音 10:29-30——“今世百倍……来世永生”）。

问题：你对耶稣的反应更像那位富有的少年官还是撒该？你需要放弃什么才能彻底悔改？

## 结论：呼召人们喜乐地悔改

悔改是通往救恩、得享安息和生命更新的门径。这是一个彻底而热忱的决定，要离弃罪恶，追求神的旨意，结出荣耀神的果子。正如使徒行传 3:19 所应许的，悔改带来“安息的日子”，使人与神的关系得以恢复。要喜乐地接受这呼召，因为神的恩典会赋予你力量，使你活出真门徒的生命！最后经文：诗篇 51:10-12——“神啊，求你为我造清洁的心，使我里面重新有正直的灵……求你使我重得救恩之乐。”