

一. 成為更新的人

1. 信耶穌：各位慕道友，新的一年你生命中最重要的事，就是接受耶穌成為你生命的主。當你謙卑的承認自己的汗穢有限，真心的說：主耶穌，請你來作我生命的主。當你與耶穌有一個生命的連接，那就是你生命最大的祝福！基督徒的父母應該認識到自己的有限，無法總是在孩子的身邊，新的一年將你的孩子帶到主的面前，讓孩子有主耶穌成為他們的主。

2. 更新的生命：①有屬靈的渴望：「不是以為已經得著了」（腓 3:13a）。當神的兒女以現狀為滿足時，就不會有更新和成長。在新的一年，我們求主讓我們看見自己的貧乏而有一種屬靈的渴慕，有更新成長的渴慕。②忘記背後努力面前（腓 3:13b）：我們需要學習忘記背後才能不斷有更新，我們生命的容器若是被過去所充滿，就無法承接新的祝福與恩典。聖經說：「手扶著犁向後看的，不配進神的國」，過去有失敗軟弱的，也有成功可誇的，但是這些都不應該成為更新成長的攔阻。

二. 說更新的言語

人的話語是有力量的，我們說出的話對自己、對他人都有影響力。箴言 18:21「生死在舌頭的權下」。新的一年讓我們學習更新我們的言語。

這世界讓我們習慣用批評、負面的詞句，甚至無論再好的事物都可以挑出問題來批評論斷一番。但是神的兒女應該與世人不同，我們是被更新的，因著看見神在掌權，我們可以正面看待許多人生中負面的事情。

我們不要效法這個世界，要更新我們的話語，更新我們的信心。我們人生都會遇到各種困難，不知該如何面對的時刻，讓我們以信心來面對，數算記錄上帝的美好，使我們有勇氣面對、勝過難處。

三. 有更新的心思

新的一年我們需要有更新的心思，學習與耶穌同心（腓 2:3-8）。耶穌的心思就是謙卑柔和，願意虛己。

世界都是要人滿足自己，以「自我」為中心而生活。災難是因為人心裡的傲慢、固執、貪婪和愚昧所造成。人的心中若充滿惡，就不可能說出好話，也不可能謙卑讓步的行為。今天世界上人與人的爭鬧，國與國的戰爭，都是「己」這個字。

虛己的一個表現就是，也顧別人的事（腓 2:4b）。耶穌說：我來不是要受人的服事，乃是要服事人（太 20:28）。更新我們的心思，也顧別人的事，學習去幫助有需要的人。

在新的一年，求主更新我們，忘記過去，放下自憐，更新改變，不再以自我為中心，學習像耶穌服事周圍有需要的人，成為上帝愛與恩典的管子，成為別人的祝福！

大綱：

一、跟隨是一個持續的過程

1. 跟隨不是期望
2. 非一日可及

二、跟隨是一個整體的面對

1. 對生活言
2. 對生命言

三、負主軛、學主樣式的跟隨

1. 基督的軛容易
2. 基督的軛輕省