

冰山理論

人的思想好像冰山，十分之九都藏在看不見的水面下

多數人只用到他們腦的 10%

你要對自己思想負責，你的思想也決定了你的一生命運。

思想決定命運

小心你的思想，因為那會成為你的言語。

選擇你的言語，因為那會成為你的行為。

了解你的行為，因為那會成為你的習慣。

研究你的習慣，因為那會成為你的性格。

修練你的性格，因為那會成為你的命運。

為誰而活

你可以選擇活得勞苦愁煩，也可以選擇活得精彩萬分。

你可以選擇為別人而活，也可以選擇為自己而活，更可以選擇為神而活。。

你可以選擇消極退縮的活，也可以選擇得過且過的活，更可以選擇積極進取的活。

保守你的心

仇敵知道操控了你的思想，就操控了你的全人。

耶穌受魔鬼試探的例子

所以聖經說：保守你的心，勝於保守一切，因為一生的果效由心發出

了解思想的運作

人腦和電腦的比喻

人腦

意識 Conscious mind - use five sense 看、聽、味、嗅、接觸

感知，聯想，評估，決定

潛意識 Subconscious mind - home of our emotions 經驗、習慣、情緒

儲存所有過去的經驗，習慣，態度，成為真理

創造性潛意識 Creative subconscious mind 能量、創新

提供能量(energy)和全方位(overall direction for the rest of mind)

電腦

輸入 Input 處理 Process 儲存 Storage 輸出 Output

電腦有 Garbage In and garbage out，人腦也不例外

你要如何選擇，才能有思想觀念的突破？

一 選擇積極樂觀

非洲賣鞋子的例子

「人生不設限」作者 Nick 雖生來沒有四肢，卻成為激勵者

人生會有高山低谷，當苦難失望挫折來臨時，選擇積極樂觀與盼望，

拒絕讓你消沈的思想，相信上帝正在塑造你成為合神心意的器皿，要大大使用你

相信上帝必為你預備，有著更豐盛的人生等著你
那等候耶和華的，必要從新得力，如鷹展翅上騰
拒絕負面思想帶來的悲觀失望，接受積極正面思想帶來的樂觀盼望

二 選擇勇於嚐試

「人生不設限」作者 Nick 雖生來沒有四肢，卻勇於嚐試各種運動。

三 選擇不受環境限制

「暗室之后」作者蔡蘇娟臥床在暗室 60 年，卻帶領許多人信主。

四 選擇創造更新

以色列曾是聖經中的流奶與蜜之地，如今被譽為沙漠中的奇蹟。

五 選擇忍耐不放棄

愛迪生的例子

當別人看到的是困難和失望，我們看到的是機會與盼望
用我們的想像和意念來創造
當我們心意更新而變化時，上帝就要更新變化我們的生命

六 選擇負責不怪罪

約瑟十七歲被自己兄弟賣到埃及為奴隸，坐牢，終成埃及宰相。

接受批評，自我反省
努力做準備，不放棄每一個機會
不怕失敗挫折，當成下一次成功的墊腳石
對自己的一切負責，你有絕對的自由去選擇你想要過的日子。

訓練陽光化思想的方法

- 1 先改掉負面悲觀的思想
- 2 學會優雅的接受讚美
- 3 描寫思想好習慣
- 5 重複練習，耐心

總結

當別人看到的是困難和失望，我們看到的是機會與盼望
用我們的想像和意念來創造
你要對自己思想負責，你的思想也決定了
你的當我們心意更新而變化時，上帝就要更新變化我們的生命一生命運

作業

- 1 請描寫你希望你想要養成的思想好習慣
- 2 什麼潛意識你最想有所突破?
- 3 你會採取什麼樣的行動在思想觀念上突破?