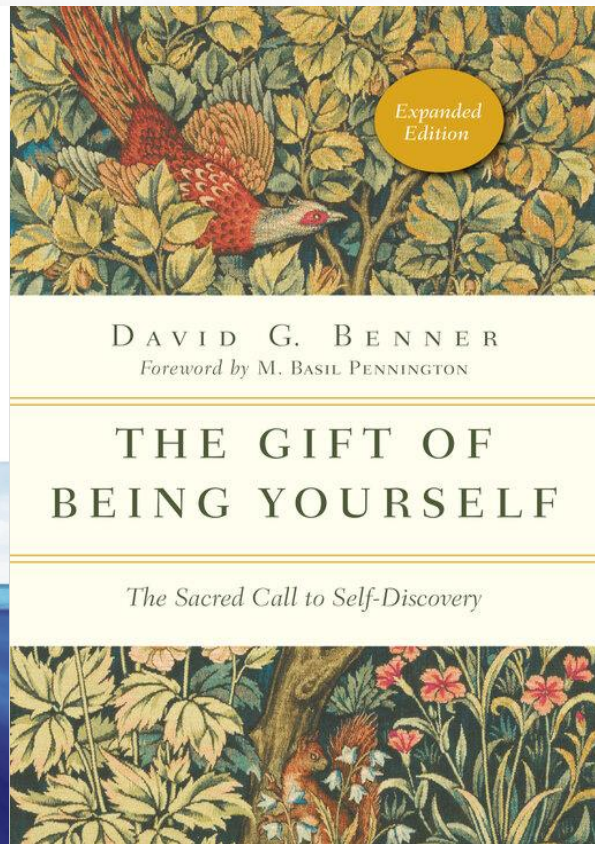
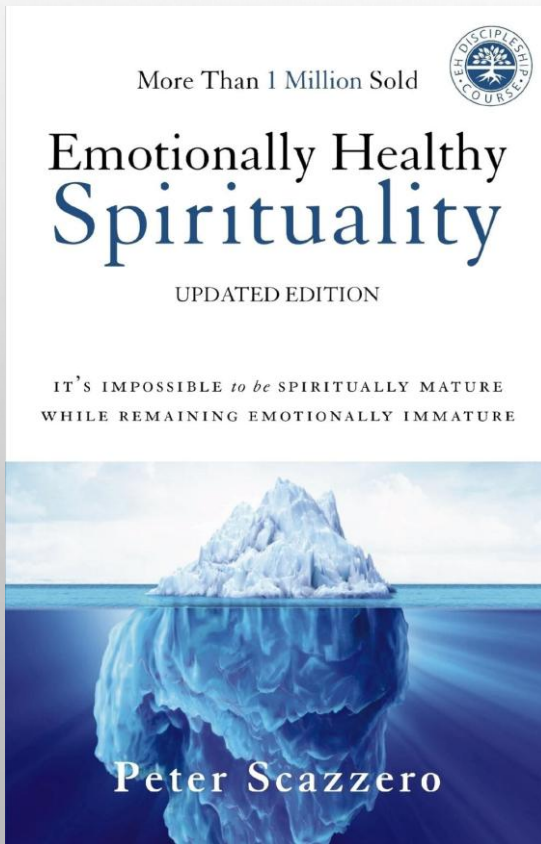


認識自己以致認識神



尤其方

2026.09

《門徒訓練與靈命塑造》主日學第11課

看得見的你和看不見的你



在水線之下到底有什麼事在發生？

認識自己的重要性

- 奧古斯丁：「主啊，應允我，讓我能夠認識我自己，好叫我能夠認識你」
- 艾克哈特 (MEISTER ECKHART)：「沒有人能夠認識神，除非他先認識他自己」
- 大德蘭：「幾乎所有靈命的問題都源自於缺乏自我了解」
- 加爾文：「我們的智慧，幾乎完全有兩部分組成：認識神以及認識我們自己，但這兩部分乃是許多環節連結而成，很難決定二者什麼是因，什麼是果」
- 但是，大部分人不認識自己，最少，不認識那位真實的自己

彼得 (PETER SCAZZERO) 的故事



- 起因：他太太說要在暑假到她母親家附近的海灘住一個月，他很不舒服

他能夠講出來的原因

- 神希望我們在一起，不要分開
- 這對別人是不好的見證，我是教會的牧師，我們一同蒙召
- 妻子不能在丈夫不同意的情況下作這樣的決定，不合聖經教導

他內心真正的原因

- 他不喜歡妻子在情感上拋棄他，因他還是個「受傷的孩子」
- 他擔心別人對他們家庭的看法
- 他擔心自己母親對他們的批評，以及自己家族的傳統

「虛假的我」的構成

- 大多數人在很小的時候就學會了照顧自己的需求和滿足感。它是我們滿足愛、生存、權力和控制等基本需求的策略。
- 起初，這往往表現為一個簡單的謊言——通常是否認自己做過某件事，漸漸，我們學會了包裝自己的藝術。我們學會了即使內心恐懼，也能表現得勇敢。我們也學會了用看似的愛掩蓋仇恨，等。簡而言之，我們學會如何以最佳狀態展現自我——這種狀態旨在給人留下好印象，並維護我們的自尊。
- 起初，我們戴上的面具反映了我們希望別人如何看待我們。然而，隨著時間的推移，它們逐漸反映了我們如何看待自己。但到了這個時候，我們已經混淆了面具和真實的自我。我們也就失去了對自己的了解。

關於「虛假的自我」

- 虛假自我的核心在於渴望維護某種自我形像。這是我們如何看待自己，以及我們希望別人如何看待我們、評價我們。
 - 我可能認為自己理性謹慎，這構成了我基本風格的核心
 - 或者，我最珍惜的特質可能是我的健康、智慧或幽默感
- 它成了一種幻覺，但我們已經習慣，以至不再意識到它的存在
- 揭開潛藏在我們內心深處的虛假的幻覺，需要徹底地面對真理
- 虛假的「我」其實不存在，面具後面是空的，神愛我們，但祂愛的，是那真實的「我」，不是我們憑自己創造出的「我」

狄馬喬（JOE DIMAGGIO）的故事

- 在上世紀的**50**年代，被定位為「現存最偉大的棒球好手」
- 一進公共場合，群眾會用如雷貫耳的掌聲來歡迎他，連在波士頓的一條隧道，也以他命名
- 與當時代最美麗的一位女仕：「瑪麗蓮夢露」結婚
- 他**83**歲離開世界，人發現他一切都是偽裝的面具，真實的他是自我中心，喜好競爭，貪得無厭，自私自利的男人，一生努力保衛他造出來的形象
- 沒有人知道他內心有什麼負面的感受，可能連他自己也不知道，但他的一生既是謊言也是悲劇

虛假自我與感覺

- 很多基督徒所受的教導是「感覺是不可靠的」，因此我們需要不理會它，以「真理」來蓋過它，可是感覺會自然出現
- 當別人顯示憤怒或怨恨的時候，我們很容易看得出來，但當我們自己經歷這些「困難的感覺」時，我們會企圖掩飾它
- 我們會發現有些人為自己的行為給出看似合理的理由，卻隱瞞了真正的原因，他們是為自己的行為找藉口
- 其實，否定自己明顯存在的感受，是一種自我欺騙。但我們很多時習慣了，以致它自然就成為我們的反應！

試探中勝過虛假

- 耶穌的「真我」：祂從水裡一上來，就看見天裂開了，聖靈彷彿鴿子降在他身上；又有聲音從天上來說：「你是我的愛子，我喜悅你」，（可1:10-11）
- 耶穌還沒有傳道，沒有行神蹟，沒有被釘在十字架上，天父的宣告，不在乎他有多少成就。祂沒有作什麼，神說：我喜悅你
- 我們需要同樣聽見神對我們的真我說：「我愛你，我喜悅你」。雖然我們是罪人，但我們是深深被愛的罪人，不因我們的情況而改變！
- 神在我們內心塑造：人格，思想，氣質，才能，恩賜，把它們編織成我們的「真我」

第一個試探：你有什麼成就？

- 「你若是神的兒子，可以吩咐這些石頭變成食物！」如果耶穌真的把石頭變成食物，有什麼問題？
- 三十年來，耶穌可以說是一事無成：沒有行過神跡，沒有發表過一些使人佩服的言論，沒有多少人跟隨祂
- 我們的文化對我們問同樣的問題：你有什麼成就？
 - 你如何證明自己是有出息的？
 - 在工作，家庭，學校，教會，我們都在尋找成就
- 當我們去努力尋求成就的時候，它就反過來擁有我們，使我們忘記天父賜給我們的「真我」，祂給我的使命，一生帶著「成功」的面具。

第二個試探：你擁有什麼

魔鬼又領他上了高山，霎時間把天下的萬國都指給他看，對他說：「這一切權柄、榮華我都要給你，因為這原是交付我的，我願意給誰就給誰。你若在我面前下拜，這都要歸你。」（路4:5-7）

- 這試探在告訴耶穌：你一無所有，沒有權柄，沒有祂周圍的人所擁有的一切，叫他們享受世上的繁華，你有什麼重要性？
- 這一切的「物」，都是屬於我的（耶穌沒有反駁牠），只要你拜我，這一切都給你。
- 什麼是「下拜」？就是你承認這些東西在你生命中的重要性，盡你的全力來得到它們！

第二個試探：你擁有什麼（2）

- 這世界向我們提出同樣的挑戰：你擁有什麼？
 - 物質上的擁有：錢財，房子，車子，生意，等
 - 叫人羨慕的身體（男女各有自己的標準），叫人羨慕的學位
 - 聰明的頭腦，別人沒有的天份
- 這些東西有很多是好的，但如果他們變成你崇拜的對象，如果你的「自我」變成了這些東西，它們就是你的「虛假自我」
- 我們必須聽得見天父對我們靈魂說的話：「你是我所深愛的，我喜悅你」，這就成為你最大的滿足，不再敬拜別的「物」
- 你真的相信天父會對你說這話嗎？

第三個試探：別人如何看我？

魔鬼又領他到耶路撒冷去，叫他站在殿頂上，對他說：「你若是神的兒子，可以從這裡跳下去！」（路4:9）

- 不知道魔鬼是不是真的和耶穌到聖殿，還是一個幻像，但這試探地點在耶路撒冷的殿頂上，如果耶穌真的跳下去，一定會有許多人看見，他們立刻對耶穌有不同的看法。
- 這試探的目的，是要耶穌注重別人對祂的尊重，甚至因祂有這樣的能力而相信祂！（這有什麼不好？）
- 這試探最大的問題，是魔鬼希望耶穌看重別人如何看祂，然後在祂以後的日子中，盡力去爭取別人對祂有正面的看法

第三個試探：別人如何看我？（2）

- 今天這個試探同樣應用在我們身上，我們所認識的人，有多少因這試探跌倒？
 - 政治家
 - 娛樂界：電影明星，歌星，運動健將
 - 社會上知名人士....
- 為了不要給人「看不起」，我們常常做一些不可思議的事情
- 當我們注重別人如何看我，我就會擺出一個虛假的我，給人看見
- 但神給我們的「真我」，是憑著祂的美善，也是給我們最好的結果

耶穌基督的真我

- 耶穌雖從小就透過父母，知道自己的特別，但祂沒有因此就產生一種具有特權的行為，在親戚中自以為大
- 祂逐漸了解祂自己與神的特別關係，以愛來倚靠，順服父神
- 祂曾經問：「人說我是誰」，答案包括很多不同的角色，但耶穌不為他們的期望，而改變了祂在世上的使命
- 因此，祂叫很多人失望，包括祂的家人，門徒，群眾，宗教領袖，政治領袖，等
- 祂能夠清楚那真實的「我」，來自天父，也因著祂不斷地在獨處，禱告中與父神相遇

真我與虛假的我的分別

虛假的我	真實的我
1) 價值，安全感建基於我的本領，擁有和別人如何看我	價值，安全感來於我深深被神愛
2) 從神以外尋找喜樂，和自己的依戀	滿足建基於順服神，回應祂的呼召
3) 個人身份建立在自己創造出來的完美自己（希望別人這樣看自己）	身份建基於真實的我，並在基督裡的成長
4) 透過偽裝和練習獲得成就	以感恩和順服之心接受神的禮物
5) 透過努力和控制在維持自我	透過恩典維持自我
6) 擁抱幻象，試圖成為神	擁抱現實，視之為與神相遇，並被神轉變的地方

真我的呼召與職業

- 我們的真我不是靜止不變的，它不斷地指引我們如何過我們的生活，它也引導我們了解自己的呼召，以及這呼召帶來的職業
- 最底層的呼召，是神召我們成為一個人，也成為一個基督徒，人和基督徒最基本的特性：愛，群體，原諒，愛仇敵等的顯露
- 呼召遠比職業、工作更大——我們獨特的使命將基於我們的天賦和能力，我們內心
- 我們的使命以符合我們特質和獨特，來服事上帝和人類。基督徒的使命始終包含對上帝創造物和子民的關懷。它引領我們從以自我為中心走向自我犧牲的服事和管理

尋求我的呼召

- 我們的呼召是活出我們的生命，一個完全倚靠神又愛慕神旨意的人生。因此，我們常常在尋找呼召時與神摔跤！
- 上帝對你我的呼召，蘊藏很多基本的層面。我與生俱來的特質：性情、個性、能力、興趣和熱情，都告訴我們上帝的呼召。
- 我們在社群中發現我們的呼召。透過那些了解我們的人的幫助下，我們學會辨別自己的恩賜，找到我們真實的聲音和使命。
- 雖然神要我們快樂，但祂渴望賜給我們的，遠不止於直接追求快樂的膚淺感受。祂想賜給我們的，是在基督裡找到自我所帶來的深切喜樂

我的下一步

- 如果我們的身分是建基於真理，我們尋找的自我會是我們在神裡面獨特的，我們的呼召也是獨特的
- 了解我們特有的呼召是一個一生的過程，也會不斷地演變
- 如果你還是不清楚自己的呼召，你需要向神求祂把它顯露，你也可以從你過去的經驗，幫助你去了解自己的呼召
- 思想耶穌的人生，特別是祂開始的年代，祂12歲去聖殿，的受洗，被試探，在拿撒那宣告；來了解耶穌如何尋找祂的呼召。
- 嘗試為自己寫一個使命宣言，裡面包含多個「被呼召...」，然後與自己能夠信任的弟兄姊妹討論你的使命

一些你可以做的事

- 從獨處中注意你的內心：每天靈修的時間，容許你在神面前感覺情緒，衡量自己的感受：生氣，受傷，害怕等。求神顯露
- 找到值得信任的同伴：我們很多時會自我欺騙，以為我們所製造出來的形象就是真我，找尋老師，屬靈指導，成熟的朋友，等，請他們幫助我，發現我的性格，洞穿我的不一致
- 離開你的舒適區：向你虛假的自我死去，容許你真實的我顯現在別人的面前，是我們不習慣，又是一件恐怖的事，但我的真實自己，在愛中與神聯合，是我能夠給世界最大的禮物。
- 祈求勇氣：當你改變時，別人不一定接納，我們需要禱告，求神加添我們的力量，去做應該做的事