



看见，看不见的看见，是看见！



确认你的身份、
呼召与使命

Your Identity, Calling, and Mission

诚
挚
推
荐

- 黄子 文桥传播中心总干事
- 陈朝强 福音戒毒所“卫理凯胜之家生命塑造中心”监督/卫理公会退休牧师
- 冒怀庆 澳大利亚技术科学及工程院院士，获颁建国百年奖章
- 张和君 基督教法国波尔多宣道会牧师
- 林福春 基督教法国华人教会牧师
- 李栋良 宇宙光全人关怀机构总干事

李玮国 / 著



活出所是 确认你的身份、呼召与使命

出版编号: 【348】2025-05 ISBN: 978-967-2006-74-9

门徒培训系列

作者 : 李玮国
发行人 : 黄子
编辑 : 郑怡倩
校阅 : 彭慧芳
美术编辑 : 彭绍远
美术设计 : 叶小菡

出版 / 发行: **文桥传播中心有限公司**
THE BRIDGE COMMUNICATION SDN. BHD. (188423-M)
40, Lorong 6E/91, Taman Shamelin Perkasa, Batu 3½, Jalan Cheras,
56100 Kuala Lumpur, Malaysia.
Tel: 03-92864046 E-mail: admin@bridge.org.my
Website: www.bridge.org.my

承印: **LIAN BROTHERS ENTERPRISE SDN. BHD.**
30, 32 & 34, Jalan Nirwana 37, Taman Nirwana,
68000 Ampang, Selangor Darul Ehsan, Malaysia.
Tel: 03-92819333

2025年11月初版1,300本
版权所有 © 文桥传播中心有限公司 2025

BE WHO YOU ARE IN CHRIST
Your Identity, Calling, and Mission

by Lee, Weikuo
1st Edition, November 2025
COPYRIGHT © THE BRIDGE COMMUNICATION SDN. BHD. 2025

书本如有缺页、破损、倒装, 请寄回更换。

门徒训练 · 书类

耶稣对他们说：“来跟从我，我要叫你们得人如得鱼一样。”（太 4:19）

文桥文字事工缘起，是为破墙搭桥，成为教会与社会桥梁，使人同得福音好处。在资源有限的年代，因应教会需求，文桥多次邀请海内外讲员主讲《圣经》信息，并刊登各类神学信仰文章、专题，与教会共享主粮，辨析真伪，扎根成长。这些，可谓门徒训练的一部分，属于阶段性工作。

经长时间松土灌溉，并科技方便，如今本地华人教会的门训事工、课程、海内外资源，已极为丰富。信徒接触面更广阔，谦卑的基督跟随者常常自觉不足，渴望进深，预备自己警醒应对，实践大使命将遇的艰巨挑战。

《以弗所书》6 章 10-12 节，保罗勉励：“要靠着主，倚赖他的大能大力，作刚强的人。要穿戴神所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。因我们并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空属灵气的恶魔争战……”

门徒训练于今于未来更显重要，尤其真相错落、周遭对信仰愈而犀利挑剔的环境里，就是信徒、弟兄姐妹也多受误导。而门训旨在帮助人成为耶稣基督忠实的跟随者，一是坚守主耶稣教导，不随从流动不定的世界价值观；二是主动实践主吩咐，传正道、教导人学义，得人如得鱼。

《以弗所书》6章18-20节：“靠着圣灵，随时多方祷告祈求，并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求，也为我祈求，使我得着口才，能以放胆，开口讲明福音的奥秘，我为这福音的奥秘作了带锁链的使者，并使我照着当尽的本分放胆讲论。”

文桥首次出版门训书类、以主基督耶稣为核心，聚焦特定主题，帮助信徒知、行、情感合一，由内而外，依靠圣灵，多方为神已应许赐下的能力祷告，照“当尽的本分放胆讲论”——况且，神已为我们备妥一切所需。

编辑团队致力以更系统、更聚焦、层层递进方式，编辑此书，呈明内容，并提供实际可操作的指引。此书类适用于有心志跟随基督者，扎根真理，以信心仰望，从主得力践行所知，活出所是。

愿主使用本书，赐福大家。

文桥编辑室

目录

推荐序	01 身体力知行合一 / 黄子	1
	02 我有钱! / 陈朝强牧师	5
	03 李玮国的七得 / 冒怀庆博士	7
	04 一本关于如何“做人”的书 / 张和君牧师	11
	05 一位牧者、老师、仆人 / 林福春牧师	15
	06 定锚一生的问答 / 李栋良牧师 ——迈向全人丰盛的三个坐标	17
<hr/>		
前言		21
<hr/>		
单元 1	探索生命的意义	34
确认身份， 知道你是谁！	你很特别	36
	探索成长历程	42
	认识自己，迈向成功丰盛的人生	49
	我是谁?	52
	“不知道自己是谁”的危机	57
	创造者怎么看人? 人是什么?	66
	小黑鱼的故事	81
	人为什么要活着?	86
	再一次，我是谁?	89
	思考讨论 Q&A	91
	单元应用与操练	93

单元 2	最终我们要向谁“交账”？	96
奉献委身	人类基本需求 & 内在动机探索	101
——知道要讨	大脚丫舞者	112
谁的喜悦	心理学家对“我”的探索	118
	人的最深处是神的形象	127
	抽离生命需求的恶性循环	133
	从 4Q 活出成熟丰盛的生命	140
	“篮球之神”麦可·乔登	152
	思考讨论 Q&A	157
	单元应用与操练	159
<hr/>		
单元 3	最重要的事	162
有条不紊，	时间管理	167
知道你要	人性的需要	174
完成什么！	米达斯国王后悔了！	183
	我的生命故事	187
	是管家，不是主人	192
	他是我弟兄	200
	思考讨论 Q&A	203
	单元应用与操练	205

单元 4	人类的困扰	208
从“内省” 自我觉察， 迈向长大 成熟！ (上)	人类发展理论	215
	皮亚杰认知发展理论（二）	224
	EQ 情绪智商	229
	被遗忘的记忆	239
	思考讨论 Q&A	255
	单元应用与操练	256
<hr/>		
单元 5	内在誓言与心理按钮	260
从“内省” 自我觉察， 迈向长大 成熟！ (下)	情绪是什么？	267
	人生脚本——内在的小小孩	273
	终极目标：爱神与爱人如己	289
	结语：与神重新和好，活出美好丰盛	298
	思考讨论 Q&A	304
	单元应用与操练	305
<hr/>		
未说完 的话	一位奉献服事者的反思……	309



推荐序 01

身体力知行合一

古人常说，读圣贤书，所为何事？

听起来多么令人肃然起敬。打从隋唐开科取士，千年以来，那么多人读了圣贤书，一朝得志，平步青云，升官发财的过程中，还有多少人不在官场的游戏规则中，共同腐败、共同荣华富贵？或者尔虞我诈，斗个你死我活？明朝一大群宰相，连提拔他们的上司退隐之后，也要把人家弄个家破人亡。读圣贤书，一旦人在朝廷，恐怕比人在江湖更可怕。江湖总是一人做事一人当，官场的陷害株连可以几族以至门生故旧，还有根本不相干的无辜，否则又怎会有一杀数万人的大冤案呢？这肯定不是主张礼义廉耻、四维八德儒家的本意。

明朝大儒王阳明，自小胸怀大志，十五岁上书皇帝，请求给他数万兵去打蒙古人；十七岁改而立志当圣贤，他也成功当上儒家的圣贤，他最重要的观点——知行合一。他一生功业，或文或武，成就非凡，但他真的能知、行合一吗？这是许多人都打上问号的。



在那尚未经历现代科学发展的前现代，他以为只要格物就能穷理，如程颐的每日格一物，即能穷尽万物，就能知天理。年少的王阳明开启他的格物大业就是对着竹子静观三天三夜，不休不眠，风吹雨打也阻止不了。他那状元父亲，对着这特立独行的儿子，老鼠拉龟，全无办法，直到他病倒方休。王阳明的悟道，并非从这静观一无所得的非科学方法而得，而是被贬到贵州龙场，过上近乎原始人艰苦生活熬炼中，才体悟知行合一的道理。

如果这知行合一能让他成为圣贤，那“圣贤”也不见得境界有多高。虽然王阳明的道德学问，十分令人佩服。

其一，他的格物穷理，莫说五六百年前的知识量，无法穷尽，就算他格尽了，也不及今天知识总量的百亿份之一。没有人能格尽万物而知物理、天理。

其二，物理也好，天理也好，纵使真知天理，就能达到去人欲而存天理吗？知行合一，这不过是理想而已。把范围缩到很小很小，也毋须追求遥不可及，太高的理想境界，作个仰不愧于天，俯不怍于人的境界，尚且几希矣。因为凡夫俗子，莫不如保罗的天人之战：我所愿意的善，我不去作；我所不愿意的恶，我倒去行。想为善的人，几乎一辈子都在为此苦苦挣扎，或常常失败，或偶尔力不能胜而失败。

我们生逢社会结构不断转型，从农业时代、工业时代，一下子从互联网时代又说AI、AGI已从科幻小说变成现实了；GPT-5虽未达市场预期，但AGI研发的巨浪不会停止推进，知识的增长，不是几何级，是大爆炸级。个人的知，能知多少呢？

科技愈发展，我们越知道自己所知太少、不知太多。编写程序的工程师们，尚且被他们编写、研发出来，比他们更知、更能行的AI Agent

取代，世人对知，又何其浅陋寡少呢？

相对古代圣贤，我们所知更多。同一个天地万物，远比古人理解的更为复杂，虽千年万代智者格物也未能知其穷尽。我们所知自己，不知的是无穷无尽。生也有涯，而学也无涯，但还是应该如韩愈所言，术业有专攻。在有限的人生岁月，若不要虚掷光阴，还是要终身学习，在不同生命阶段，选择学习特定“新知”，以充实生活，丰富生命。

王阳明的知行合一，是我们的“知道”和“行道”。知“道”不易，行道也难；知行合一，许多人认为王阳明虽是圣人，并未完全“达道”。知道行道，虽然极难，但感谢主，我们虽然软弱，上主已赐下圣灵保惠师，只要靠着圣灵所赐的能力，我们还是能够行道。虽然不能保证每时每刻都能保持知行合一，只有见主面的那一刻，我们才能达到完全。至于这一生，我们只能竭力尽力，靠着那加给我们力量的去知行合一。

玮国兄曾经年少得志，年少轻狂。在人生得意的时刻，也曾赚到盆满钵满，就在他人生高光时刻，奶奶去世，极度哀伤，重新思考人生方向。后来，毅然放下那极美的锦绣“钱”程，回应主的召命，用他在商场上的专业才干，投身文字事工。这是他闻道、知道也去行道。他在宇宙光的事奉，产生的果效，有目共睹。离开宇宙光，并未停止事奉，而是重返校园，重新学习“新知”，融会真道，以继续行道、传道。

想当初，人届中年，他没什么积存，竟然还敢重返校园学习，再装备，以继续事奉。至于怎么事奉、在那事奉？并不知道。所知道的就是——信心之道。不知往哪里去，不知钱从哪来，所知道的就是以色列人脚踏下去，海水就分离，这也是许许多多门徒所经历过的。信心之道，就是不知道前路如何，但敢放心交托——然而，这也常是基督徒的套话、口头禅，大多停止在知识上或鼓励他人的话。玮国兄，至少在这人生的转折点，他能知行合一，凭信心踏下水。



玮国兄的学习领域是“人类发展与家庭教育”。

经过上世纪六十年代的性革命、同运、堕胎、未婚生子，婚姻家庭遭受如海啸的浩劫，在各国各地华人群体，更是方兴未艾。破碎婚姻、破碎家庭、未婚单亲离婚等等家庭，前所未有的涌现，基督徒亦未能幸免，构成极严重的社会、家庭问题。在洪水泛滥，危险四伏时刻，我们一方面必须警醒、谨慎，靠主站立；另一方面也当与肢体相互扶持。在这充满挑战世代，事奉者也必须与时并进，不断装备，学习新知。

玮国兄多年事奉，教内教外，所见所闻，并且与人互动，远比一般弟兄姐妹广泛深远。各种问题之棘手，应对、处理、解决，复杂困难，难以想象。用心事奉者必常感不足，书到用时方恨少。人情世故通达皆学问，玮国兄这方面的学问可谓丰富，但他重返校园再学习、装备的知识理论，从生理、心理、头脑等等的科学新知，融会他圣经、神学、牧养教会肢体的心得体会，再投入事奉，多年在国内、海外的实战，教学相长，这大量讲义再整理成书，促进信徒个人属灵成长，充实自己以面对婚姻、家庭、社会的挑战，以及完成福音使命，必然大有助益。

玮国兄知道也行道，但愿每位读者，也因此书，不停留在知道，同样靠着圣灵所赐的力量，行道。知行合一，荣神益人。

黃子
文桥传播中心总干事
2025年9月18日



推荐序 口2

我有钱！

泡一壶茶，闻着淡淡茶香，飘来片片记忆。

忘了哪一年，拜访台湾宇宙光，林哥边走边简介宇宙光大楼空间设计的意义。经过办公室时，也郑重介绍这是某某同工。由于长期订阅《宇宙光杂志》，许多只知其名，未见其人的终于见到，难免欣喜万分。但其中有个不知其名的，从座位站起来，彬彬有礼，面带笑容，伸出手，说：“我是李玮国！”那时，感觉已握住一个朋友！

又忘了过了多久，在砂拉越诗巫有个大型的基督教书展。有来自港台、西马的书局济济一堂。那个彬彬有礼的玮国也来了。之后，就常保持联系，而他也常受邀培训绘本讲员，我的二女儿心妮就是他的学生。

后来听说他离开宇宙光去开拓其他福音平台。每次问起，他总是说做一点点事工。直到看了《活出所是》作者介绍时，才知道他不但是多间教会机构的督导、顾问，而且是台湾爱人如己文创教育工作室创办人、国际全人生命教育事工 CEO 执行长等。原来开天辟地、开创事业的人，不一定是威武勇猛，豪气万千的人能做到的事；就是谦谦君子也可以开



一条路，打出一片天！

观其人，听其言，能知其行；读其书，思其文，能知其心。跟玮国的交往中，深深感受到他的心跳跃在他的文字中；他的文字活现在他的言行中。跟他交谈，如凉风吹拂心扉，心情舒畅，灵里得益，让人想起：“一句话说得合宜，就如金苹果在银网里”（箴 25:11）的智慧。

他的信仰是生命真实的经历。本是家里的经济脊梁，但中年放下工作去读书，随时有断粮的危机。谁知上帝却用意想不到的方式，为他预备了一切！真是事奉主、跟随主耶稣基督的人，就是经历神迹！现在他常说：“我有钱！”特地拿着培训的讲员费，奉献给“卫理凯胜之家生命塑造中心”。带我们去圆山大饭店享受大餐，跟他说：“太破费了！”他还是笑嘻嘻地说：“我有钱！”他是有心，所以有钱！

最喜欢他书中的小故事带出人生大道理。同时，全人教育理念——QQQQ 人生，不但开拓知识的视野，更是生命的突破，活出圆融的人生！因此，本书值得一读再读！

品茗茶香，品味送茶的人品；细嚼文字，领受写书的教导。

聊书数言。是为序！

陈朝强牧师
福音戒毒所“卫理凯胜之家生命塑造中心”监督
卫理公会退休牧师



推荐序 03

李玮国的七得

我认识李玮国老师已经十几年了，相处中总是亦师亦友。他在台湾，我在澳洲，见面多是在中国大陆各地。很高兴有机会阅读他的文稿，更进一步了解他的思维。

这本书是他对上半生人生观的写照——谦虚的表达，广阔的视野，以及深入浅出的专题内容。譬如从绘本主角“达利 B”问自己是谁，提供思考进路；又藉着慕安德烈“渴慕恩典与谦卑的态度”引出：谦卑是恩典生根的唯一土壤！（Humility is the only soil in which the graces root！
– Andrew Murray）

玮国照顾家庭的同时，仍凭强烈的信心求学，实在难能可贵！这使我想起墨尔本一位年长牧师，他从主任牧师职位退休后，成为原教会的“宣道牧师”。他退而不休，凭信心到东南亚各地宣道。据说，他能够完全适应七种“非常条件”，也就是“七得”：食得、睡得、讲得、飞得、行得、忍得与拉得。在极端不利的环境里，这些都是很现实的宣教条件。



然而，除了身体适应能力，神仆人的灵命与德行更为重要，正如玮国也引用了马斯洛的需求层次观，进一步解释。

尝试走那条路

除了生存与生活需求的“七得”，我们还当追求生命中的“七德”。德在古文里常与得字通，寓意“得道”者，“德道”也！“得”与“德”皆含“彳”——彳，行也；而德字右边乃“直心”，象征正直之心。然而，我们更需的是，“德性”加上“得行”。

2019年末，妻子小琳与我到访西班牙，走那纪念西庇太儿子门徒雅各的朝圣之路。年纪大了，我们行路彳彳(chì)亍亍(chù)——走走停停。那路很长，我们走得很累，正好看到以前朝圣者与他安放鞋子的金雕塑。看起来这些“铁鞋”蛮重的，而当时的我们，鞋很轻。

近年，十字架下恩典满溢的生活里，我多次有机会分享，讲到“那朝圣者的孤独，与散居者的救赎”。这篇短序，就列出几段我特喜欢的经文，精神上与道德中的七得，与玮国共勉如下：

1. **得益处**：在与同工分享并见证神的爱里；与会友分工合作之中；致力福音广传的事上，大家都看到《圣经》的话语，乃是叫人彼此得益处。“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处。”（罗 8:28）
2. **得口才**：保罗开始宣道时讲话不清，但他的教导是要我们了解《圣经》奥秘，祈求神让我们学习放胆，能言善道。“也为我祈求、使我得着口才，能以放胆，开口讲明福音的奥秘。”（弗 6:19）
3. **得安慰**：从神而来福音的奥秘就是基督本身，宣教士除了口才，需把基督耶稣的信息，从悟性中有条有理地讲出来，这是灵命的操练。

“要叫他们的心得安慰，因爱心互相联络，以致丰丰足足在悟性中有充足的信心，使他们真知神的奥秘，就是基督。”（西 2:2）

4. 得新力：宣教士舟车劳顿，除了需要吃得够，睡得好，还需要那从上面来的能力，加以浇灌，随时准备好下一站的宣教。“但那等候耶和华的，必从新得力；他们必如鹰展翅上腾，他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”（赛 40:31）

5. 得秘诀：保罗在为人处事和困难中操练信心、逆境里克服困扰，都是必要的条件。“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富，或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”（腓 4:12）

6. 得生命的光：耶稣是世界的光，而我们这些“小基督”需要把蜡烛点起，自己在黑暗中看到光彩，就把这光源反照出来。“耶稣又对众人说：‘我是世界的光。跟从我的，就不在黑暗里走，必要得着生命的光。’”（约 8:12）

7. 得说合宜话：话语的传达是一项艺术，得体与否，需靠文化背景与《圣经》教导相互应对，所罗门在这方面有很好的教导，是《圣经》中十分有智慧的人物。“一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。”（箴 25:11）

“七得”与“七德”相通同义，但试问对我们而言，这“七得”容易吗？

德行之上的谦卑

16、17 世纪，耶稣会差来中国“宣教士”——利玛窦和同僚。利玛窦学贯中西，他与其他耶稣会的宣教士，曾把中国古籍翻译成拉丁文，其中或包括明朝文学家冯梦龙以道德为本的“三言”著作：《喻世明言》



《警世通言》《醒世恒言》。其宣教方式称“传衍”，意即扩充，如水分散（我曾在北京阜成门外看到他坟墓碑文上，明朝神宗皇帝称他为“衍教士”）。

冯梦龙的“三言”与使徒保罗书信常有相似之处——《警世通言》卷28有说：“踏破铁鞋无觅处，得来全不费功夫”！这是对恩典的明了。保罗在《以弗所书》2章8-9节说：“你们得救是本乎恩，也因着信。这并不是出于自己，乃是神所赐的；也不是出于行为，免得有人自夸。”

上文提及退休老牧师的“七得”，加上“德性的七得”，两者固然重要；然而，更需要学习的是“免得”，即“谦卑”，出于德行之上，也是慕安德烈与玮国所强调的。

我很喜欢玮国写他本人朝圣的道路，而每一位、每一代的基督徒，都应该是宣教者，或明代称之为“衍教士”。自古以来，衍教士们奔波不停，大概踏破了多双鞋子，常无觅处；但这不花功夫，白白得来的恩典、奇妙的恩典、来自上帝的恩典，想应该很够受用！

汉朝最早五言古诗十九首，首先“行行重行行，与君生别离”，再是“胡马依北风，越鸟巢南枝……”从古到今，“北风南枝”的宣教士“彳彳亍亍衍七得！”，就如经文说：“忘记背后，努力面前的”。本文所提，彳、亍、行、衍、得、德、不自夸，就是宣教士与基督徒信心的操练——“谦卑是恩典生根的唯一土壤！”

冒怀庆

澳大利亚技术科学及工程院院士

1999年获澳大利亚颁发“科技贡献奖”

2003年获授“澳大利亚建国百年奖章”

2025年9月30日



推荐序 04

一本关于如何“做人”的书

我与李玮国老师相识十多年，每年冬季都在法国“青年学生福音营”跨年营会合作。我们一起带领青少年，在生命建造上同心努力，有共同目标、使命。他对孩子们很有负担，教导孩子们如何“做人”，正如《圣经》所说：“教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。”（箴22:6）

李老师第一本心血结晶出版，我很荣幸受邀撰序。他以生命回应呼召，为主摆上，将人生最美好的壮年期献给神用，真是何等蒙福、美丽的见证。而本书内容，就是关于如何“做人”、活出所“是”。

《创世记》1章26-30节：“‘我们要照着我们的形象，按着我们的样式造人，使他们管理海里的鱼、空中的鸟……’神就赐福给他们，……神说：‘看哪，我将遍地上一切结种子的菜蔬……全赐给你们作食物。至于地上的走兽……并各样爬在地上有生命的物，我将青草赐给它们作食物。’”



从经文看见，神创造的主权、对人无私的大爱、信任与托付。人有神的形象及样式，神又赐福给人，把遍地所有的全赐给人作食物。神的创造显示，人和兽有别。然而，今天人在地上生活，却无法反映、彰显神的样式，因为受造者背逆、辜负了创造者——人已不知道如何“做人”。

本书从人生的发展阶段，循序渐进开展。从儿童、青少年、成人、进入婚姻、组建家庭、直到退休。其中，显示了“人”对爱的需求渴望，并神对人类发出“爱的呼唤”。李老师对传福音怀有强烈的迫切感，这都可以从他叙述自己的原生家庭、信主、生命改变等经历感受到。

本书内容丰富，结合了：灵魂的渴慕、生命的意义、成长的生理、心理、情感、人际关系、情绪、婚姻、人的罪、瘾、人的需求、原生家庭的探讨、文化、社会科学等。

阅读单元小节《将需求带到主面前》时，李老师温文儒雅、幽默风趣、帅气的样子在我面前出现。这段内容叙述，李老师打算进修“人类发展与家庭教育”专业课程，因此与太太沟通。过程中，夫妻俩互动良好。回想李老师曾教授的内容：亲子教养、夫妻关系、交友恋爱等等，当中提及“丈夫爱妻子，妻子顺服丈夫”（弗 5:33）的教导。他们的互动，正好展现了使徒保罗关于夫妻关系的原则，而师母顺服的表现，也是姐妹们学习的榜样。

职场上，李老师曾是一位成功的精英领导，他开拓、经营并管理数百家店。而加入“宇宙光”服事期间，他阅览群书，神开启他的属灵视野，使他明白并确认了自己的身份、神的呼召及使命，促使他勇敢放弃职场上一切成就，回应上帝。他深深感受到，过去在领导、执行、管理上的策略，以及所需建立并强化自己的一切，都来自于神。如今，他要“活出所是”，把生命完全献给主用。

当李老师知道了人生下半场要做什么，他勇敢放下一切，重新踏入校园，学习“人类发展与家庭教育专业”课程。神也大大地使用他，并为他预备了一切所需，包括学费。为此感恩。

来到单元小节《你很特别！》，我仿佛看到了李老师对着学员们上课的样子，表情十足，手脚并用。他的眼中带着盼望，好似看到神给他的异象。他认为，一个人若“不知道自己是谁”，就会遇见一系列的危险。因此，他欣喜看见学员们的生命改变，确认自己的身份、知道自己是谁。

此外，李老师阐述观点的方式独特且有根有据：

1. **绘本故事作教材。**这样的方式适用于各年龄层，故事蕴含智慧，而精美插画又能展现神创造之丰富美丽。绘本故事简单易明，让人更容易认识神、认识自己，取代了枯燥难懂的大道理。其中包括我喜爱的《田鼠阿佛》——小诗人田鼠阿佛，有超越其他田鼠的智慧，因为它知道自己是谁！读到《鞋子里的盐》，仿佛看到小麦可跳跃起来，将球空心破网，投篮得分！还有大脚丫贝琳达，跳出了何等优美的旋律。

2. **引述心理学资料，发掘人的问题。**例：美国心理学家加德纳（Gardner）提出的多元智能，说明每个人都是独一无二的。如同神所创造、有神形象的我们，也是独一无二的。而人生各种问题，也只有独一代神可以替我们解决。有关人类各种需求，李老师运用了萨提亚的“冰山理论”，即冰山下隐藏各种需要，是表面上看不到、却最可怕的。另外，李老师还解释了各种负面、中毒的自我形象；最终提醒，人要回到耶稣基督十字架救恩里，才能重新建立健康的自我形象，活出成熟且丰盛的生命！



李老师在人生下半场勇敢放下一切，选择服事神。神为他拓宽的属灵疆界，开阔他的视野，并使他服事横跨欧亚两大洲，许多教会机构成为合作伙伴，造就数不清的年轻人及家庭！

盼望神借此书帮助我们，知道如何“做人”——确认自己的身份、呼召与使命，并且“活出所是”！

张和君牧师
基督教法国波尔多宣道会



推荐序 05

一位牧者、老师、仆人

感谢神，在主里认识李玮国老师快十年了！

李老师是一位谦卑、和蔼的牧者。但凡弟兄姐妹需要帮忙，他一定不推辞。无论学生的个人或家庭问题，他都尽量安排时间，帮助学生成长。牧会期间，我也经常跟李老师交流想法，他总是很认真地给予建议、鼓励和肯定。

每年李老师来到欧洲，我们都请他提供小组长培训、门徒训练，以及婚姻家庭、亲子教育等课程。这些都是他的专长，他也毫无保留地把毕生所学传授给我们。他曾提及，如果自己的子女没有投身宣教，他愿意将资产留给那些能善用的人。李老师真是一位以神的国度为胸怀的牧者。

李老师也有为父的心肠。他的教导高举真理，而非个人经验。他的讲义从不吝啬给我们，他不会说：“你们不要外传”。他一直是以神国、门徒训练、生命改变为服事前提，从不计较个人得失。

李老师的经历非常激励人，因为他是一个被基督救赎的仆人，所以他会高举救恩。正是这救恩，使他在真理中得以恢复，享受自由。



他总是认为：我这样一个人，今天被神使用，何等感恩！都是神的恩典和神的怜悯。因此，他愿意用生命来为基督做见证。

李老师是生活俭朴的仆人。他穿着从不奢华，简朴过日子。吃的喝的，摆上什么，他就吃什么。

李老师人生历练丰富、学识广博，无论《圣经》知识或属灵见证，都是我们学习的榜样。李老师的生命、服事、待人处事，彰显了神所赐的生命、基督的样式。为此，我向神献上感恩！

林福春牧师
基督教法国华人教会



推荐序 06

定锚一生的问答 ——迈向全人丰盛的三个坐标

犹记得我在 1995 年八月初入宇宙光的场景。总干事林治平教授（林哥）面对新同工，总是连珠炮似地抛出三个问题：

- 一、“你为何要来宇宙光？是上帝呼召你来的吗？”
- 二、“宇宙光有时会发不出薪水，如果你确定是上帝呼召你来的，发不出薪水不要找宇宙光，请你去找上帝！”
- 三、“确认是上帝呼召你来的，又认同上帝赐给宇宙光的异象和使命，那么你就是宣教士。”

这三个问题，对初来乍到的新同工，往往如同重锤击心，甚至令人彷徨；但多年后回望，却发现它们为我们的一生定锚。它确立了我们的身份：我是被上帝拣选的，是祂亲自呼召进入这工场；它定义了我们要讨谁的喜悦：不只是主管或同工，而是那位呼召我的上帝，以及祂所托付要服事的人群；它指出了我们的使命：既然上帝呼召、上帝负责，我就要把自己交付给祂，成为祂的宣教士，忠心完成祂的托付。



作者李玮国弟兄早我几年来到宇宙光服事，当时他负责业务推广，我则在文字部做美术设计。我们因服事的密切合作，得以深知玮国的为人——待人亲切，办事精明，处理业务、人际往来都拿捏得宜，深受同工的喜爱。更重要的是，他在宇宙光十余年的服事，不仅把工作当职责，更成为他对呼召的回应。他深受林哥“全人理念”的塑造，看见生命是一个完整的蓝图——从“我是谁”出发，学习“讨谁的喜悦”，最后活出“忠心管家”的见证。

本书正是这样一份生命的整理与见证：

- 在“确立身份”中，他邀请我们回到创造主面前，重新认识“我是谁”，在基督里恢复尊贵奇妙的形象。
- 在“奉献委身”中，他提醒我们，不要落在吹毛求疵、明争暗斗的循环里，而是定睛于“讨天父的喜悦”。
- 在“良善管家”中，他引导我们实际操练，如何管理金钱、时间、恩赐，成为忠心良善、有见识的仆人。

值得一提的是，在第二和第三章中，玮国多次引用林哥所擘划的“全人理念图”，又名“活在关系中——活出美满圆融的人生图”。此图以四个等距面向画出正圆，强调人必须均衡发展，才不致扭曲。它结合《圣经》中耶稣基督的成长（智慧、身量、神与人喜爱祂的心，都一齐增长）；又融会华人儒家“天、人、物、我”的合一观；并以IQ（认识自我的智慧）、EQ（友爱他人的情感）、GQ（崇拜上帝的敬虔）、KQ（管理世界的关怀）四个“Q”来诠释现代人的整全追求。这幅图像，玮国在本书中应用在事奉者身上，也诠释得淋漓尽致。

我深信，当我们带着谦卑与渴慕翻开这本书，也必定会被提醒、被激励，再次回到最核心的呼召问题：我是谁？我要讨谁的喜悦？我要如何作良善管家？愿你在阅读的过程中，也能找回上帝给你的身份、喜悦与使命。这三个问题，将会像当年林哥问候新同工一样，深深刻划在我们心里，成为一生的坐标。

李栋良牧师
一位在宇宙光与你同行多年的弟兄
宇宙光全人关怀机构总干事





前言

必须满足的渴慕

信仰前辈慕安德烈（Andrew Murray）在《渴慕》这本书说：“每一个人内心的深处都存有一些无法忽视、否认或压抑的渴慕，一些必须满足的渴慕。无论我们是否意识到这点，每天早晨当我们迎接新的一天时，我们就要被自己里面的欲望所牵引着，那是一种想要寻求答案，不容延宕的欲望，这也是人与生俱来的渴慕。”

每一个人都希望自己有一个美好的人生结局——希望自己可以至终完善、终极完美。意思是：“当我们回顾人生的时候，想要自己是美好的、有价值的、是完善的。”这是我们每一个人内心深处的渴慕和需要，如果没有得着，我们的心，就不能得着满足。





就像这张照片，一场沙尘暴来了！突然之间，瞬息万变的沙尘把整个城市给淹没遮盖了！天地之间瞬间的黑暗铺天盖地临到，伸手不见五指！甚至连东南西北的方向在哪里都不知道……这突如其来的黑暗让人心生恐惧、害怕！

但是，你知道吗？就算这些外在环境的改变对人的影响是如此巨大，只要愿意等候些许时间，沙尘吹过之后，尘埃落定了……城市又会恢复原有的光明与美丽。然而，当人们内在所渴望的需要，不能被理解、无法被感知的时候，这种内心的痛楚、无依无靠，却是更加让人不知所措、迷惘困顿的。外在的环境可以暂时对一个人产生影响，却无法掩盖他内心真实存在的渴望与追求。

每一个人一生中，内心都会有一些所谓的渴慕和追求需要被满足。我们不希望人生是徒劳无功的；我们希望能活得有价值、有意义、有活力；我们盼望人生是快乐、美好、有价值的，这些都是人内心真实的需求与渴慕。

“问题”是恩典

慕安德烈继续说：“这些深埋在我们里面的渴慕，乃是上帝放在我们里面，以吸引我们进入祂的恩典和同在。我们唯有了解这些渴慕的源头为何，才能依照上帝的旨意来与这些渴慕合作。我们所渴慕的答案，都在于那位将渴慕放在我们里面的上帝，祂伟大的计划甚至深及我们情感的领域。”

在辅导陪伴现场，我们经常说一句话：“问题是恩典，以吸引我们寻找上帝。”很多人遇到问题以后，常常会以哀叹、抱怨、怨天尤人、呼天喊地，抱怨人生疾苦！述说内心的不满和困惑，甚至不时发出痛苦的呐喊。我经常听到有人在大街上大声吼叫，哀叹人生的无奈与无助，这是现代人共同的文明疾病，“想得，却不可得！”你可知晓，这是多么大的痛苦与磨难啊！

当一个人能从创造主那里得到智慧和启示，认识自己独一无二的价值，就会有一个全新不一样的眼光看待自己：“问题是恩典，以吸引我们寻找至高者上帝。”因为，只有创造主，才能解答人们生命中难以回答的疑惑，才能找到生命终极的价值与答案。

人们是没有办法解决自己所有问题的。人的问题，自己无法面对、无法解释时，《圣经·马太福音》却说：“在人不能，但神凡事都能。”这



是真的吗？只有在信仰中亲身经历过的人，才能享受理解这份恩典，祝福你成为一个有福的人！相信创造主是全能者的，就是有福的人！

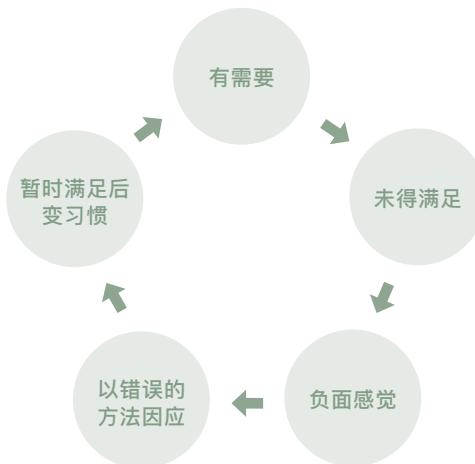
人生所经历的事情，没有偶然，有一位朋友曾经说：“把人生中的‘事故’，活成‘故事’。”啊，好有感觉！——多么温润、美好的生命状态！他的意思是，“我们的心中是有盼望的。”我们知道，我们遭遇的每一件事情都非偶然，都是全能创造者的计划，都有祂的美意。创造主上帝透过整本《圣经》不断地向我们说话，透过圣灵保惠师不断地启示着我们。每一位真实遇见过神的人、领受过祂恩典与美善的，他都可以不断地经历享受三位一体真神的同在和美好！也因这样的恩典和美善，我们可以慢慢地学会，完全地降服在创造主的面前，完全地相信祂、信靠祂、仰赖祂，相信祂一切的安排，都是最美好的！

将需求带到主面前

慕安德烈最后说：“渴慕是一种痛心，是灵里的一种空洞，它发出呐喊，需要被填满。渴慕既不是‘动词’也不是‘名词’，而是两者的结合，跨越了‘情感与心理需要’两者之间的间隙；它是一种无形的感觉，时起时落；但同时，它也是一个具体的事，无法以理性分析，也无法忽视或解除，如果没有妥善处理渴慕的需求，它将会操控我们。”

人们最典型的一个生命状态就是：我们内心有需要 → 没有得到满足 → 产生负面的感觉和感受 → 习惯性地用熟悉的方法、人有限的方法解决满足需要（或称：使用一个暂时因应的技巧或方法满足内心的需求）。结果呢？有果效吗？会得到改变吗？很可惜！这些努力通常都是无效的 → 最后还形成错误的模式和习惯，虚耗一生。

需求满足的恶性循环历程



资料来源：宇宙光全人关怀机构

这些错误的模式和因应问题的方法，最多只能带来一个短暂的抚慰作用，除非你把真实内在的需要，带到全能创造主的面前，学习相信并经历祂的同在和充满，祂会带领你去经历祂的真实，以至经历神迹奇事般的改变。

超乎所求所想

我印象非常深刻，2007年，我准备去学习人类发展与家庭教育专业。那个时候，经过多年人生方向的探寻，我终于知道，我人生的下半场要做些什么！那一年我43岁……

我和太太说：“我想要去学习‘人类发展与家庭教育’专业。”



太太说：“那是什么？你要去学习的内容和领域是什么？为什么要读这个专业？以后可以做些什么？这和你过去所从事的工作和服事好像没有什么关系？”

“我也不知道！但是，经过这么多年的工作和服事经验，我知道它对我来说非常重要。”

太太又问了我一个问题：“那你读完了以后要做什么？”

“我也不知道！”

后来她又问了一个很关键的问题……

“但是，我们家里没有钱！请你想一想，女儿现在读大学、儿子读高中，我们家里只有一份收入，如果你再去读书，家里就要喝西北风了！”

我和太太说：“前几年妈妈过世的时候，有送给我们一笔小小的遗产，可不可以动用那笔钱去读书呢？”

太太说：“好啊！但是，家里没有钱的时候，你就得回来赚钱养家……”

经过几次深度沟通后，43岁的我，终于在2007年3月1日，非常开心地回到学校开始上学。

开学第一天踏进校门，春天的早晨，鸟语花香、舒爽宜人，人到中年居然还能再次回到校园学习，人生夫复何求啊！真是幸福无比！

早上，指导教授来了！

“同学们，告诉你们一个好消息！有个基金会全额捐助了你们的学费！”

有个教会基金会，去年12月收到一家科技公司巨额的捐款。这家科技公司在2006年赚了很多钱，经过董事会评估后，决定捐助大额款项给教会基金会，推动社会公益服务工作。这是教会基金会成立几十年来，收到最大一笔单项捐款。

但是，才过了一个月，国税局就来了！国税局说：“我们怀疑你们涉嫌洗钱，如果六个月内没有提出捐款合理的使用计划，政府要全额没收捐款，同时还要处以高额罚款。”

从那一天开始，基金会董事长就到处问：“哪里需要钱？”“你们需要钱吗？”结果，第一个就问到我的指导教授，她是基金会家庭教育事工的特聘顾问。

教授说：“有啊！我们系所即将有二十几位全职事奉的同工要来学校读书，他们需要钱缴交学费。”教授就告诉他一年多少钱，这些学费他们全包了！

上学第一天，居然有人捐献了全额学费。吓死我也！几乎惊讶过度。经过了三秒钟，理性大脑恢复正常运作，心想：“学费有着落了！那生活费在哪里呢？”

课程结束后，教授来找我说：“我有个事情和你商量一下……有个机构想邀请你去担任出版营销顾问。”

我心里很慌张！“老师，我没有当过顾问耶！”

她说：“没问题！你过去在基督教出版产业里面所立下的营运业绩大家都看见了！”（补充说明：到目前为止，之前所创下的销售纪录还没有人超越。）



我心里偷偷地想：不知道当顾问有没有收入？

教授非常理解我的需要。她说：“是有顾问费的！”

粮草已足！我就这么快快乐乐地，认真读了三年的书。

创造主所预备的，是超乎你我所求所想的。

如果我们没有经历过祂的真实与美善，我们如何相信这位是又真又活、又全能圣洁的创造者呢！如果经历过，我们就会知道祂是真实可信靠的。这些真实经历，是外在的环境所没有办法改变的，也是无法遮盖隐藏的。事实上，在我们内心深处，是有许许多多的期待与渴慕需要被满足。

一个人，一生的成长过程中，只有透过创造主上帝的眼光慢慢地认识自己的独特性和价值，他才会生发出智慧来，否则，他就难以理解“我是谁？”“我有用、有价值吗？”“我可以完成什么？”

人心中的七种渴慕

慕安德烈详细地描述了人心中的七种渴慕，我们若不寻得，就不能满足！

一、渴慕能被神所享受

- 渴慕被上帝寻回（路 15:4-5）
- 渴慕被至高者认识（撒上 16:7）
- 渴慕从过去被控告、拒绝与羞愧的乌云中释放出来（耶 31:3）

二、渴慕有惊奇向往的对象

- 渴慕参透万事、窥探未来奥秘（林前 2:9–10）
- 渴慕寻得真神、敬拜真神（诗 27:4）
- 渴慕成为上帝所差遣的使者（赛 61:1–3）

三、对美丽的渴慕

- 渴慕健康美丽、有价值（彼前 3:3–4）
- 渴慕身心灵都强壮（腓 3:21）
- 渴慕享受终极荣耀、得奖赏（林后 4:16–18）

四、“为大”的渴慕

- 渴慕“为大”、人生得胜（启 3:21）
- 渴慕纯真、回转像小孩（太 18:4）
- 渴慕谦卑、敬虔度日（太 20:26–27）

五、渴慕不带羞耻的亲密关系

- 渴慕和人有深度的亲密关系（创 2:23–25）
- 渴慕没有阻拦、障碍、畏惧的生命状态（来 10:19、22）
- 渴慕被无条件地接纳与被爱（诗 139:1–5、13–16）

六、渴慕能够全心全意

- 渴慕有能力完成人生目标与任务（太 22:37–40）
- 渴慕了解自己人生终极的价值（腓 3:7–8）
- 渴慕了解受苦/苦难的意义（罗 8:18）



- 渴慕被纪念、被高举 / 表扬 (歌 8:6-7)

七、渴慕成就深远地影响

- 渴慕终极完善的人生结局 (太 25:21)
- 渴慕做对的事情 (太 28:19)
- 渴慕良善、怜悯 (太 10:42)
- 渴慕功成名就 (太 19:27-30)

属灵前辈慕安德烈最后总结：“我们对神的渴慕，乃是上帝赐给我们的礼物。虽然神赐给我们身体上的快乐、情感上的快乐、心智上的快乐，然而最深层的快乐乃是属灵上的快乐。”

一个人不能仅仅认识三一上帝，更重要的是，还要经历祂的真实，我们才能得到真正的渴慕和满足；否则，我们只会用错误的方法去因应内在需求，暂时满足了，结果却是虚耗一生的空虚，看不见，也找不着生命中真正的价值和意义。

看见看不见的“看见”

使徒保罗曾说：“我想现在的苦楚，若比起将来要显于我们的荣耀，就不足介意了。受造之物切望等候神的众子显出来。因为受造之物服在虚空之下，不是自己愿意，乃是因那叫他如此的。但受造之物仍然指望脱离败坏的辖制，得享神儿女自由的荣耀。

“我们知道一切受造之物一同叹息、劳苦，直到如今。不但如此，就是我们这有圣灵初结果子的，也是自己心里叹息，等候得着儿子的名分，

乃是我们的身体得赎。我们得救是在乎盼望；只是所见的盼望不是盼望，谁还盼望他所见的呢？但你们若盼望那所不见的，就必忍耐等候。”（罗8:18-25）

简单地说：“我们要学会看见，那看不见的，看见。”

你能藉由信心的眼光，看见，那看不见的、将来的荣耀吗？我们所等候的，虽是眼睛所不能看见，却是明明可知的，以至于我们愿意等候——等候上帝所预备将来的荣耀和永恒的国度，向我们显现。

这是每一个人在成长的过程，必需学习的功课——看见，那看不见的实存与永恒。全能者创造主，从来没有改变过祂起初创造天地的心意，祂依然透过《圣经》向我们述说：“神不断地在寻找人。”祂所有一切的工作，最重要的只有一件事情，就是“找到你！找到你！找到你！”——找到每一个人，这是神永恒计划中最重要的工作。

神何等盼望我们每一个人，都能恢复那原有受造尊荣的形象，和祂一起管理一切创造的美好。那是神美善的心意，也是神美丽的计划，天父上帝正在邀请你和祂一起管理、享受这份创造的美好！

每个人都要学会“看见，那看不见的，看见。”你，看见了吗？



01

确认身份， 知道你是谁！

- 人是谁？生命的价值在哪里？
- 有哪些事情，是你愿意为之生、
为之死的追求？

01

探索生命的意义

我们通常习惯于用他人的眼光看待自己的价值，而未深切地探索自我内在的需要、价值和认识自己。所以这样的议题，总是需要花很多时间，在自我的内心中反复思考、寻找答案。

过去在教会爱的群体中，事奉服务了三十几年，内心累积了一些深度的感知、感触和感动……我发现一个耶稣基督的信仰追随者、一个基督信仰的朝圣者，即或他认识了创造天地万物的主宰，依然无法过上一个真实美好的生活，活出创造主所期待我们活出的真实且丰盛的生命面貌，那是因为我们内心有很多问题并没有被深度地探寻和解决。

上帝的独生爱子耶稣基督透过道成肉身的形象，向我们展现了受造者美好的榜样，祂说：

- “我是世界的光。跟从我的，就不在黑暗里走，必要得着生命的光。”（约 8:12）
- “我是门。”（约 10:9）
- “我就是道路、真理、生命。”（约 14:6）
- “我是好牧人。”（约 10:11）
- “我是神的儿子。”（约 10:36）

从《圣经》的宏大叙事中看见，上帝按照自己的形象造人，要派他们管理这个世界，世界万物都服在神的权柄之下，如今天父上帝把管理世界万物的权柄交托给人——天上的飞鸟、地上的走兽、海里的鱼，以及一切所有的受造之物。我们需要确认、确信自己受造的独特身份与价值，明白我是按照上帝荣耀的形象被造的，是尊贵的、独一无二的人，和祂一起管理诸世界万物，这是上帝永恒的心意和计划。



02

你很特别！

神说：“我们要照着我们的形象，按着我们的样式造人，使他们管理海里的鱼、空中的鸟、地上的牲畜和全地，并地上所爬的一切昆虫。”神就照着自己的形象造人，乃是照着祂的形象造男造女。

神就赐福给他们……事就这样成了。

神看着一切所造的都甚好。

——参《创世记》1:26-28、30-31

我受造奇妙，这世界上的人没有谁像谁，我们都是独一无二的。

人的独特性来自于上帝尊荣的形象。在未受造以先，天父上帝已经将这份奇妙安置在我们身上。我们按照命定，在活着的每一天，将上帝的丰盛密码活出来，何其美好！

生命的受造是多么奇妙！我们从现代人类发展科学和医学相关研究结果知道，人从一出生就具有独特的基本气质形态。按照医学的研究分析，人类的基本气质形态大约有 5000 种。

一个生命在母腹中孕育、受滋养，诞生之后，就会开始受到原生家庭的影响，家庭成为幼儿初期社会化孕育的基地，从此奠定了幼儿生命的性格特质基础。之后，再随着生活范围和生活经历不断扩展，更加倍增地造就出一个人独一性的生命特质。这种倍增式的、独特性的发展，最终发展出来的结果是“每一个人都不一样，每一个人都是独一无二的！”虽然这小小的地球上居住了 80 亿人口，却没有任何一个人和别人是一模一样的，就连同卵双胞胎也没有完全一样的，总是会有性格、兴趣、爱好、生理和心理发展快慢上的差异存在。



《你很特别》

作者：陆可铎 (Max Lucado)

内容简述：

微美克村木匠伊莱，雕刻了一群小木头人。有的高挑，有的矮小，有的鼻子大，有的眼睛圆；他们都长得不一样。

每一个微美克人都有金星星贴纸和灰点点贴纸，他们经常互相贴贴纸，例如：有才能、学问好的人，就会被贴上金星星；然而，那些什么都不会的人，就只有得灰点点的份了……

他们当中有个叫“胖哥”的，他也希望得到金星星。于是，他努力模仿别



人，想要展示一点才能，却总以失败收场。结果，反而累积了更多灰点点。

渐渐地，他因为灰点点太多，就不想出门了。他深怕又做出什么傻事，别人会再给他贴一个灰点点。他变得自卑，就是出门，也只跟有很多灰点点的人在一起，这样他才好过一些。

直到有天，胖哥遇见了露西亚，一个很不一样的微美克人。她的身上没有灰点点，也没有金星星贴纸。胖哥十分羡慕，他也不想要任何贴纸记号。露西亚告诉胖哥，做法很简单，只要他每天去找木匠伊莱，跟他谈心说话就可以了。

胖哥很疑惑，伊莱肯见他吗？可是，微美克人彼此追逐，争相为别人贴贴纸，“这是不对的！”他心里这么认为。最终，胖哥鼓起勇气去见伊莱。

胖哥来到伊莱的工作室，里面所有东西都好大，连凳子都跟他一样高。这时，他身后传来一把温和的声音：“胖哥！真高兴看到你。”正是那位高大、满脸胡子的木匠——伊莱。

胖哥很惊异，木匠竟然知道他的名字。“当然啰！你是我造的啊！”木匠回答他。伊莱看见胖哥身上的灰点点，若有所思。胖哥想要解释，自己真的很努力了……但木匠却说：

“孩子，你不用在我面前为自己辩护，我不在乎别的微美克人怎么想……我不在乎，你也不应该在乎……胖哥，重要的是我怎么想，我觉得你很特别……因为你是我创造的。”

其实，伊莱天天都盼着胖哥到来。他耐心解释，露西亚身上之所以没有贴纸，是因为她决定把创造者的想法，看得比别人更重要。而只有

在乎贴纸的时候，贴纸才贴得住。胖哥只要越相信伊莱的爱，就越不会在乎那些贴纸了。

从那天起，伊莱让他记住一件事：每天都可以到他那里，听见自己被深爱的提醒。伊莱告诉他，他很特别，“因为我创造了你，我从不失误。”

胖哥走出工作室时，心里开始产生一种确信：伊莱的话也许是真的。这时，一个灰点点就掉了下来。



- ① 胖哥和其他木头人有什么不一样？
- ② 胖哥为什么会被贴上很多灰点点？
- ③ 怎样的木头人才能被贴上金星星？
- ④ 通常你会被贴上金星星还是灰点点？哪一种星星比较多？
- ⑤ 胖哥在微美克村遇见一个特别的木头人，她有什么不一样的地方？
- ⑥ 胖哥最后是怎么改变的？他做了什么事情才让灰点点开始掉下来？

上帝创造世界时，刻意安排相对性与多元性，如此一来，“人与人相互比较”变得毫无意义；真正重要的是，能不能认知每一项事物的独特性，彼此欣赏和接纳。要学会这个功课其实并不容易，因为人们害怕在比较中屈于劣势，若是在身体中显得特异，更会让他们惴惴不安。所以



我们看见许许多多的人盲目从众，在意他人对自己的评断，忙着迎合他人，反而失去对自己应有的肯定和信心，甚至无法接纳自己。

书中那个其貌不扬的胖哥，正是许多人刻意压抑、不敢外显的心理投射的角色，也是许多对自我价值认知薄弱的人，绝佳的写照。胖哥因为在意别人给他的各种负面评价，任凭大家把灰色的贴纸贴在他身上，所以变得非常消沉、自卑和孤立。他忽略了创造者赋予他的特质，也否定了自己存在的意义。

这个故事提供一个重新思考自我价值的动力，帮助人们明白不必在意别人的评断，也不要对他人做出武断性的评价；认识、欣赏和接纳自己独一无二的特质，才是最重要的事。（《图画书的生命花园》刘清彦 2003）

“每一个人都是独一无二的，你很特别，你不是失误的作品！

你是创造主完美的作品！这个独特性是因为上帝的爱所创造的。”

我第一次听这样的话语时，我说：“啥？！像我长这个样子，像贡丸、鱼丸、白白嫩嫩的肉丸……有什么不一样？！”从小很多人说我白胖可爱！但是，从来没有人告诉我：“你是独一无二的、你很特别、你是完美的作品。”当我第一次听这些话语，我吓到了！当你听到这样的话时，你会不会也像我一样地反应？

你是独一无二、你很特别、你是完美的作品……这是千真万确、不容改变的事实。从上帝的眼光来看，在你受造的时候，你就已经成为一个独一无二完美受造的人。虽然在你成长环境中，面对很多人、事、物

错误地看待你的受造价值，但是你的独特性从来没有被改变过。创造者上帝一个最深的计划，就是要祝福你！帮助你成为独一无二的人，恢复起初受造尊荣的形象，活出天父上帝的荣耀，因为你我都是按照神的形象被创造的，这份独特性是因为上帝的爱所造作的，这是上帝永恒的计划和心意。

一个人在成长过程中，渐渐地认识自己受造的独特性，他会开始生发出智慧，领受呼召、完成使命，走向上帝所命定永恒的计划。如果他不能理解自我受造的独特性和意义——**我是谁？我有用、有价值吗？我可以完成什么？**最终他只会虚耗一生，走向灭亡的结局！但认识上帝的人，却是不一样的！



我是谁？

我有用、有价值吗？

我可以做什么？

大卫的诗

我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。

我要称谢你，因我受造奇妙可畏；你的作为奇妙，这是我心深知道的。

我在暗中受造，在地的深处被联络；那时，我的形体并不向你隐藏。

我未成形的体质，你的眼早已看见了；

你所定的日子，我尚未度一日，你都写在你的册上了。

神啊！你的意念向我何等宝贵！其数何等众多！

我若数点，比海沙更多；我睡醒的时候，仍和你同在。

——《诗篇》139篇 13-18节

每一个独特生命成长的历程，都会不断“蜕变”而长大成熟。这个过程会有“生理层面”和“心理层面”的发展，而生命蜕变的过程，也是生命探索的过程。每一个生命必然会去探索、认识“我是谁？”“我有用、有价值吗？”“我值得被爱、被珍惜吗？”“我有什么能力？”“我可以做什么？”“我生命的终极价值和意义又是什么？”——我们称这个人一生第一个自我探索时期为“个别脉络”阶段的发展。（图1）

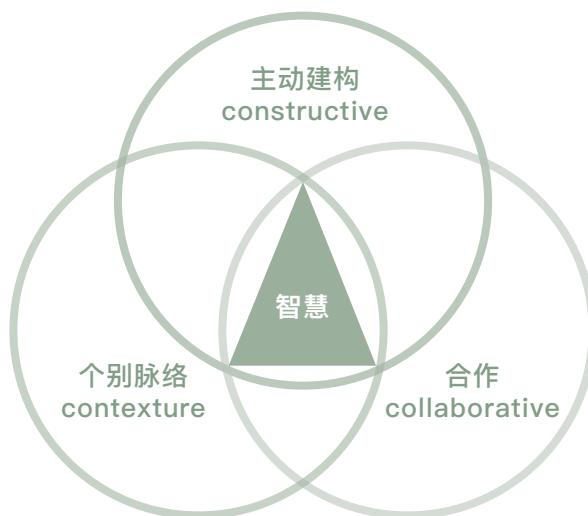


图1：发展任务
(资料来源：“遇见生命花园”微信公众号)

生命成长的历程，就是不断地探索并认识自己的过程。每一个人都有“灵”的活人，这个有灵魂体的生命，会去探索生命存在的价值与意义。而每一个生命的探索经历都是独一无二的，值得重视并珍惜，因为生命不能重来，也不会重来。除非上帝对你有独特的计划，不然，每一个人都要经过这些生命发展的历程，渐渐长大成熟。



个别脉络的发展阶段：0-6岁

我，
是独一无二的？

0-6岁幼儿时期是人生命发展最重要的时期。个体天生的气质形态，加上原生家庭在教养、教育模式影响下，大脑神经元的连结和修剪，儿童发展出影响其一生的自我价值与情绪、情感模式。而且，这种独特性的情绪、情感模式的发展，大概在儿童四岁左右时就已定型，“情绪与情感模式视窗”主动关闭，以后很难再改变。

这个阶段的教养模式和亲子情感关系模式即“依附关系”，也会成为青少年时期的“人际关系模式”，同时还会持续发展成为成年时期的“爱情模式”——这是情感模式发展的三部曲（图2）。亲子间建立的“依附关系”模式，会成为一个人看待自己价值的重要来源，并成为与人互动和应对的人际关系模式、爱情模式，可见家庭教养模式和亲子情感关系模式，对一个人的影响是一生之久！

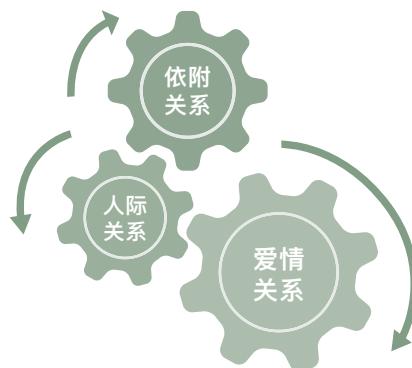


图2：情感模式三部曲
(资料来源：“遇见生命花园”微信公众号)

家庭，是生命孕育最重要的基地。生命的发展脉络会从“个别脉络”的独特性开始探索，原生家庭中亲子依附关系模式、教养模式（图3），在有形、无形中形塑，并影响人的一生，奠定其独特的性格特质。

在父母的教养模式中，愿意鼓励孩子多做尝试的，多半会养育出能力较强、主动积极的孩子，我们称这种教育方法为“赋能”的教养模式。而父母教养模式中，经常干预、限制、责骂、嫌隙、说他没有用的，多半会养育出自我价值感低落、被动消极、缺乏学习动机的孩子，这类的孩子经常在青少年时期误入歧途，我们称这种教育方法为“失能”的教养模式。父母与孩子的关系在每一天的生活中堆垒，这些教养模式也会渐渐形塑孩子生命中的自我形象——父母如何看待孩子、养育孩子，就会成为孩子如何看待自己的自我认知和价值观。

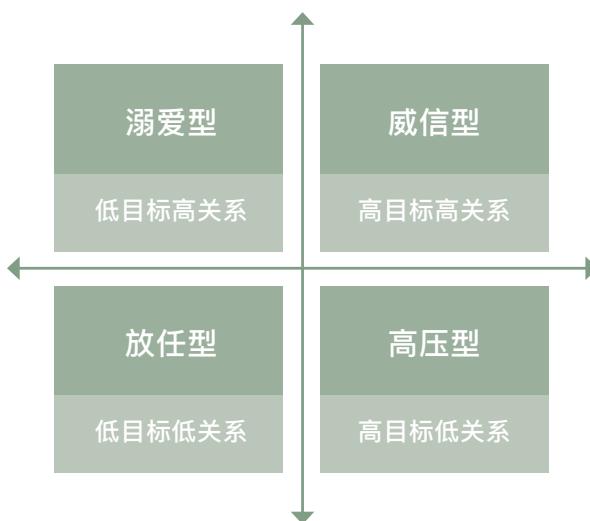


图 3：教养模式
(资料来源：“遇见生命花园”微信公众号)



主动建构的发展阶段：6-12岁

当人成长到了6-12岁儿童时期，正式进入自我能力拓展的阶段，这个阶段被称为“主动建构”（图1）。学龄阶段的儿童在学校进行多元课程学习：德、智、体、群、美；语文、数学、历史、地理、自然科学、生活伦理（素质教育）、健康教育；外加体育、音乐、美术、手作各项才艺与身体动态智慧发展的相关学习，学习内容丰富多彩，孩子也应接不暇、分身乏术！学龄阶段的儿童在学习经历中，得到越多“成功经验”，对所学的科目就越产生兴趣与乐趣；孩童经历的“失败经验”越多，对所学习的科目就越失去信心。

儿童在经历了“主动建构”阶段的成功或失败后，不断地在自我信心与困难挑战中堆垒经验、突破难关，形成“有效学习”（图4）；并且在学习如何与同侪相互合作的经验中，发展出彼此尊重、彼此欣赏的人际关系和人际网络。成功者愈发建构成功经验、高峰经验，失败者则在失败经历中颓废萎靡、失去平衡，找不到自我的价值和重要性。这些能力的建构和发展，不但需要时间，还需要教导者耐心的陪伴与引导，才能让孩子渐渐长大成熟，成为一个“全人成长、满有智慧”的人（图1）。

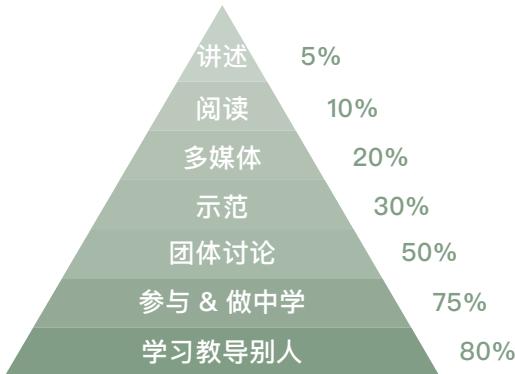


图 4：有效学习
(资料来源：“遇见生命花园”微信公众号)

合作关系的发展阶段：13-28岁

到了 13-28 岁，是一个人发展变化最快速的阶段，现代世界受社会经济与科技快速发展影响，10-12 岁儿童就已经提早进入青少年前期。这个阶段的孩子以每 2-3 年一跳跃的速度成长“蜕变”，同时，大脑开始大量分泌荷尔蒙，“性生理”特征越发明显，并且开始关注自我的外在形象和异性同侪关系，重视友伴关系胜于亲子关系。

最明显的典型特征就是“自我中心”，常常让家人觉得青春期阶段的孩子自私、自我，只关注自己而忽略家人。其实，这些看似负面的外在行为，却是青少年阶段正在进行关键“蜕变”的表现——他必须先经历“集中化”自我内在、外在的整合，才能完成发展任务。青少年经历这些成长历程的蜕变之后，才能渐进认识真正的自己。自我探索的过程充满挑战和困惑，也充满许多危险与变量！



青少年阶段，身体生理快速发展，“生理成长”超越“心理成长”，心理心智尚未成熟，身体却长大了！加上大脑大量受到荷尔蒙分泌影响，常常无法妥善控制自己的情绪，做出匪夷所思的行为和决定，令父母气馁、愤怒；青少年自己也觉得，不知为什么、莫名其妙地不断闯祸！

这些典型成长现象，被社会大众广泛地称为“青少年叛逆期/狂飙期”。这是青少年阶段必经的过程，父母应当放宽心、学习同理、学习享受这段奇妙的旅程；父母也需放手，让青少年学习为自己所做的决定负责任，完成“去中心化”的生命发展任务，并且怀抱信心，孩子总有一天会长大，也一定会渐渐迈向成熟的！

青少年阶段也是开始发展同侪关系和两性关系的关键时刻，透过“同质型合作关系”（例如：同龄、同学共同合作经验）或“异质性合作经验”（例如：跨年龄、混龄合作学习，或与成人共同协作学习等），跨越了儿童时期以同龄学习为主的学习经验，进而提升自我能力的关键时刻。虽然这个阶段“失败经验”多于“成功经验”，却是拓展自我能力和经验的契机，离开“舒适圈”（安全学习环境），迈向“勇气区”（不安全的学习环境或相对不安全的环境），挑战自我、拓展生命领域，在爱与合作关系中学习成长，迈向幸福的人生。

04

认识自己， 迈向成功丰盛的人生

美国心理学家加德纳（Howard Gardner, 1983）提出的多元智能（图5）框架中，人的智力结构由九种智力要素组成：（维基百科）

- 言语——语言智力指的是人对语言的掌握和灵活运用的能力；
- 逻辑——数理智力指的是对逻辑结构关系的理解、推理、思维表达的能力；
- 视觉——空间智力指的是人对色彩、形状、空间位置等要素的准确感受和表达的能力；
- 音乐——节奏智力指的是个人感受、辨别、记忆、表达音乐的能力；



- **身体**——运动智力指的是人身体的协调、平衡能力，以及用身体表达思想、情感的能力和动手的能力；
- **人际**——交往智力指的是对他人的表情、说话、手势动作的敏感程度，以及对此作出有效反应的能力；
- **内省**——个人反省智力指的是个体认识、洞察和内省自身的能力；
- **自然**——自然观察智力指的是人们辨别生物，以及对自然世界的其它特征敏感的能力；
- **存在**——存在智力指的是陈述、思考有关生与死、身体与心理世界的最终命运等的倾向性。

关于智力的性质，加德纳认为，每个人都同时拥有相对独立的九种智力，这九种智力在每个人身上以不同方式、不同程度进行组合，使得每个人的智力各具特点，这就是智力的差异性。就智力发展程度而言，智力发展的水平完全受教育和环境影响甚至制约。加德纳认为，在正常条件下，只要有适当的外界刺激和个体本身的努力，每个个体都能发展并加强自己的任何一种智力。

加德纳还认为，由于每个人的智力都有独特的表现方式，而每种智力都有多种表现方式，所以，我们很难找到一个适用于所有人的统一标准，来评价一个人聪明或成功与否。

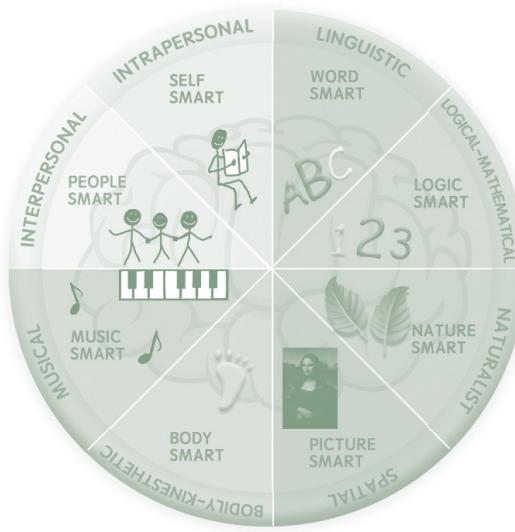


图 5：多元智能
(资料来源：“遇见生命花园”微信公众号)

教育的根本目的，不仅在教导和传递知识，更重要的是激发情操，并塑造健全的人格，让一个人能活出真实且丰盛的生命，所以教育就是生命的培育。生命教育是要帮助每个人探究生命的本质，并且去认识生命的源头，从最根本的地方得到能力，由内在产生实践的信心和力量。
(林治平教授 / 台湾)

每个人都是独一无二的，都具有独特的多元智能学习模式。父母、教师能引导孩子正确地使用这些智慧，每个人都会发展出某些特别发达的智能，并倾向用这些智能模式继续进行学习，将其独特的智慧发展到相当高的水平。父母和教师要用孩子喜欢的智能模式，帮助孩子更有效地学习，帮助孩子认识自己独一无二的价值，迈向成功丰盛的人生！

