

《与神同行》 当感到自卑时

人生一个很大的障碍，足以影响我们的成就，我们跟人的关系，生命真正的满足，就是我们对自我的看法，或者说感觉到自己是个怎样的人。这种自我的认识和感觉，可以是正面的，有帮助的；但同时也可可是毁灭性和伤害性的。有些人以为，我怎么看自己，这并不会造成任何分别，但事实并不是这样，它造成很大很大的不同。因为我们感到自己是怎样，我们的一生活出来就是怎样，我们不能做另一个人。我再说，我们感觉自己怎样，看自己是个怎样的人，我们活出来就是怎样的人，这就是我们要活出的人生，所以关系和影响是很大的。

因此，当人感到自卑的时候，这自卑感就会影响他生活的每一方面，影响他的工作，影响他的家庭，影响他的儿女，他的朋友，他所要完成的工作，他所要到的地方，总之，生活里所有事情，都会受到自卑感影响。事实上，自卑感是具有毁灭性的。这就是为什么我们要在这里分享神的能力怎样可以解决我们的自卑感，怎样帮助我们去掉心中的自卑。那就是说，当我们受自卑感所影响的时候，神的能力可以帮助我们胜过。

圣经里有不少经文都是论到自卑感的，我们要看的经文，是在弗 2:10，保罗在这里说：“我们原是他的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的。”

很多人一生都背着自卑感这个包袱，而甚至有些人不知道自己背着这包袱。由于背着这沉重的包袱，所以他们的一生，显得有很多的缺欠，也无法完成神渴望他们完成的事，他们的人生，也因为自卑感到无法获得成功。

我们先来看看自卑感这回事，然后看看神的能力怎样帮助我们得胜它。所谓“自卑感”，就是感觉自己不足，不如别人，达不到要求，而自卑感往往是在童年的时候形成的。然而，我们得知道，自卑感并不是与生俱来的，我们不能说，我一生下来就有这个毛病，就觉得自己不如别人，不是，自卑感乃是后天形成的，绝对不是与生俱来。孩子是在成长的过程中，感到或者说学会自卑。他们是在什么地方学会的呢？大部份孩子的自卑感，原来是从父母或者童年时期的一些成人学会的。

这是其中一个我们产生自卑的途径，另一个途径是来自比较。比方说，家里有兄弟姊妹的，他们会互相比较，他们也会想，不错，父母是疼爱我的，但我绝对不是他们的最爱，爸爸妈妈偏心。而有些时候，做父母的会不自觉的说：“你要是像你哥哥就好了”，这样说其实很不好，因为言下之意就是“你不如你哥哥，你达不到我的要求，你比较差。”

有些父母对孩子有很高的期望，希望孩子能够活出他们的理想来，达到他们的标准，因此给孩子很大的压力，甚至于在言词上表达出来，所谓望子成龙的心。这是有待考虑的。有的父母不但在言词上作表达，甚至在装扮上，也把将孩子装扮成公主或王子那样，但是他们却怎么样都不像。这是因为父母本身达不到这个理想，就把自己没有能够达成的理想投射在孩子身上，希望孩子为他们实现。有时父母不让孩子成长，希望他们一直处在孩子的阶段，这也是错的，这会让孩子在成长的过程里，无所适从，也会感到很的沮丧。

另一些父母，渴望孩子快快长大，快些可以帮忙家里，因此给孩子压力，常告诉他“我在这个年纪，已经怎样怎样了……。”用这样的话去激发孩子，哪知，常常适得其反，所谓“欲速则不达”。无论是批评或者是比较，结果都是一样，容易让孩子产生自卑感，觉得自己不如别人，无法达到父母的要求。

不过，导致孩子产生自卑感的，途径很多。比方说，孩子在身体上有些缺陷或残障，有些活动他们是一生都无法做得来的，像他们无法打球，或者是无法参加一些特别的体育项目，这也会让孩子产生自卑感，因为觉得自己不能做到，而他们也觉得自己的身体情况总是比别人差。自卑感大部份都是带有伤害性的，会伤害孩子的一生。如果一个人觉得自卑，这会影响到他跟人的交往，跟人建立正常的关系，也无法取得成功，有什么成就，总是觉得自己不行，不能达到要求，不管是生活的那一方面，他都感到不足，这其实是自卑感在作祟。

保罗在弗 2:10 那里说：“我们原祂神的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的。”保罗在这里说什么呢？保罗说我们是神的工作。“工作”这个词，原文是“杰作”，原来我们是神伟大的杰作，而这是神在创世之前就预定好这样做的。

今天我们要从这节经文当中，思想三方面的真理，求主帮助我们，藉着祂的话语会帮助我们去除心中的自卑。要是我们信从神的话，适用在自己身上，它会给我们的人生带来截然不同的。

首先，要驱除自卑感，或者说医治自卑感，是要学习从神的角度去看自己。这当然有一个很重要的先决条件，就是你必须先相信接受耶稣做救主，然后学习从神的角度去看自己。到底神是怎样看的，我就从神的角度去看，接受神的看法成为我们自己的看法。神说我们是祂的杰作，那我们就承认自己是神的杰作。

也许有些人会说：“噢，我不会是神的杰作吧。”我们不能这么说，除非你说神在撒谎，神犯了错，神的创造有瑕疵，神的能力、智慧不够，不然的话，神说你是祂的杰作，你就是祂的杰作。也许我们一时之间不能接受这么伟大的形容，我们觉得自己不像，那是因为我们跟别人比较。但是要知道，神所造的每一个人都是独特的，我们在世界上是独一无二的，我们有自己的特点，是与众不同的。神造我们每一个人都是不同的，神不是把每个人都造成一样，祂造我们乃是每个都不一样的，所以不能作比较。你不能跟我相比，我也不能跟你相比，因为每个都是那样的独特。神不希望我们去模仿别人，因为我们是祂精心的杰作，是与众不同的。你是你，我是我，他是他。

那么，对于那些有残障和缺陷的人来说，他们是神的杰作又怎么解释呢？难道神也造一些有缺陷的人吗？不错，他们都是神所造的，当然也是神的杰作，神造他们是有目的的，也许他要经历比较艰难的路，但是神总有祂的目的在其中。既然神有祂的目的，我们不用质疑，我们也不能互相作比较，这是不公平的，也是不必要的。

我们是神的杰作，神造我们是有目的的。要是我们不知道神的心意和目的，而任由商业化和世俗的看法，影响我们对自己的看法，我们就会感到无限的烦恼和自卑，因为觉得自己总是不如别人，因为我们甘愿效法这个世界，是受着世俗的看法所缠绕着，而他们的理论和看法是不正确和不可取的。世俗人要比，要往上爬，要标新立异，要出人头地，这都是一般人的希望和看法，要是你不能出众，你就会被淘汰，因为现实就是这么残酷。

然而，我们得回到神的观点，我们肯定自己是神的杰作，因为圣经是这样说的，因此我们有非常重要的价值，这价值是没有人可以取代的。我们的价值，不在于我们的外貌，或者是我们所拥有的物质和金钱，乃是在于我们是神所造的，我们和神是有生命的关系的，所以我们根本不用理会身边的人，不必和别人比较，因为我们是独特的，不用比较。要摆脱自卑感，头一步要做的，是从神的角度去看自己和肯定自己的价值。

第二，要明白神对我们的爱，当我们明白神对我们的大爱的时候，我们的自卑感自然会消失。神有多爱我们呢？也许我们会明白神的大爱，也肯定神的确爱着我们，但或者这只是头脑上的认识和接受。但若是问你，你真的感受到神对你的爱吗？或者你会有不同的答案。

圣经告诉我们，神爱我们，甚至将祂的独生子耶稣赐给我们，为我们的罪死在十字架上。相信我们都听过主耶稣钉十字架的事，也许过去是把它当作故事来听，但是这故事是不是打动了你的心呢？还是你毫不在意，左耳入，右耳出，听不进去呢？神其实大可不必这样做，但祂这样做是为了你，为了我，因为祂要把我们从过犯和死亡中拯救出来，祂要释放我们，使我们获得自由。这样，我们才可以成为义人，可以跟神建立关系。

不但这样，神还差圣灵来，居住在我们心中，使我们能够作成祂要我们作成的事。耶稣基督为我们死了，这件事所表明的，是神对我们极深的爱，同时也反应出我们在神眼中是极贵重的，是有价值的，是祂所看重的，因为神竟然愿意将祂的独生爱子赐给我们。

神到底爱我们有多少呢？相信我们无法回答，主耶稣在约 14:21 那里说：“有了我的命令又遵守的，这人就是爱我的；爱我的必蒙我父爱他，我也要爱他，并且要向他显现。” 23 节，主耶稣又说“人若爱我，就必遵守我的道，我父也必爱他，并且我们要到那里去，与祂同住。”

神爱我们，并且乐意与我们同住，这是神爱我们的表现。约 15:9，主耶稣又说：“我爱你们，正如父爱我一样；你们要常在我的爱里。”神怎样爱我们呢？看看神怎样爱主耶稣，就可以知道神怎样爱我们了。神爱我们，一如祂爱主耶稣一样，这是多么伟大的爱。

父神爱耶稣，圣父爱圣子，这爱是无限的爱，是完全的爱，创世以前，太初就存在。现在主耶稣告诉我们，父怎样爱祂，祂也怎样爱我们，因此我们可以住在神的爱中，因为我们与主的关系是合一的。我们领受了主的生命，我们住在祂里面，而祂也藉着圣灵住在我们里面，这种关系是最密切的。我们不但是神所造的，我们同时也是神所爱的。从我们决志相信接受耶稣做救主的那一刻，我们就作了神的儿女。圣经约 1:12 说：“凡接待祂的，就是信祂名的人；祂就赐他们权柄，作神的儿女。”

试问任何一个做母亲的，要是她现在怀了二胎，你会认为她希望第二个生出来的孩子要比第一个弱吗？会比第一个差吗？当然不会，绝对不会，在母亲的心目中，每一个孩子都是完美无瑕的，她要将最好的给她每一个的儿女。今天，我们是神的儿女，神又怎么会要我们成为较弱的呢？绝对不会。神保证祂爱我们，主耶稣也说：“父怎样爱祂，祂也照样爱我们”，所以我们只管一生一世住在神的爱中。

神既然愿意毫无保留的，把祂的独生爱子赐给我们，为我们死；难道祂心里的意念是要做我们作一个感到自己毫无价值的自卑的人吗？绝对不是。我们原是祂的“杰作”，在基督耶稣里所造成的，是神所看重，是神所爱的。约 15:10 主耶稣说：“你们若遵守我的命令，就常在我的爱里，正如我遵守了我父的命令，常在祂的爱里。”

跟着我们看同一卷圣经的 17 章，约 17 章，主耶稣和门徒分离之前的祷告，23 节主耶稣说：“我在他们里面，你在我里面，使他们完完全全的合而为一，叫世人知道你差了我来，也知道你爱他们如同爱我一样。”

主耶稣要表达些什么呢？祂是告诉我们，神爱我们一如祂爱主耶稣一样。主耶稣祂是完全的，完美的。同样，圣父爱圣子，也爱一切在祂里面的。

同一章的 24 节说，约 17:24，主耶稣说：“父阿，我在那里，愿你所赐给我的人，也同我在那里，叫他们看见你所赐给我的荣耀，因为创立世界以前，你已经爱我了。”

先是主耶稣说，“我爱你们，一如父神爱我。”后来祂又说：“父爱你们正如祂爱我一样，而父爱我是在创立世界以前已经爱祂了。”一位圣洁，公义，满有权能的父居然爱我们，而且乐意住在我们里面，祂爱我们一如祂爱祂的独生儿子主耶稣那样，祂又怎么会让我们感到自卑呢？那是不可能的。

最后一点我要提到的，我们必须明白神对我们的期望。我们说，要摆脱自卑感的困扰，先是要从神的角度去看自己，然后是明白神对我们的爱，最后是要明白神对我们的期望。要是我们往这三方面去努力，我们就可以彻底的摆脱自卑感。那么，到底神对我们有什么期望呢？

首先，神知道我们有被造完全的潜能，但是靠自己，没有办法达到完全。神对亚伯拉罕说，“我是全能的神，你要在我面前作完全的人。”主耶稣基督说，“所以你们要完全，像你们的天父完全一样。”神造我们是完全的，这不是说，我们靠自己就可以达到完全，而是说在本质上，我们是完全的。而神要我们有完全的动机，活在祂面前，追求像祂。

但是神同时知道作为一个人会有的软弱。所以神不是以“量”的标准来要求我们，而是看我们的内里的生命。当我们发现自己达不到的时候，我们就知道，我们需要祂，必需祂的恩典，需要祂的同在，需要主所加的力量。

我们如果感到不需要神，只要靠着自己的行为、成就就足以取悦神，肯定是失败的。像许多法利赛人以遵行律法为他们的夸口，而不明白律法的赐下是使人知罪，法律的赐下如同训蒙的师傅，领我们到基督那里去，依靠他，仰望他。他们对神的期望，完全误解了。他们一面奉行宗教的规条，献上千千的牛羊、万万的油河，一面犯罪得罪神。他们用嘴唇尊敬神，心却远离祂。

弟兄姐妹，神不是这样期待我们，神乃是按我们的本相来接纳我们。每一次当我们犯了错而来到神面前的时候，神都明白我们的心境，知道我们的情况，祂都乐意赦免，因为耶稣已经为我们的罪死在十字架上，祂所流的宝血有永久洗罪的功效。因此，我们不必感到自卑，不必觉得自己达不到标准而觉得没有用，因为神也没有这样期待和要求我们。

到底神期望我们什么呢？其实神对我们的期望很简单，就是神期望我们一生信靠祂，以及一生跟从祂。我再说，神对我们有两个期望，祂希望我们一生信靠祂，以及一生跟从祂。就是这么简单，神对我们要求的是存谦卑的心与祂同行。

也许你会问：神不期望我们爱祂吗？那是因为如果我们信靠祂，我们就会爱祂，如果我们跟从祂，那是因为我们爱祂。信靠，跟从，爱可以说是一个三角形的关系，是一起的。你若不信，就不会求，也不会跟从，也不会爱。所以，神只希望我们能够信靠祂，以及跟从祂，那就够了。不在于我们有没有钱，外表怎么样，有没有地位，有没有权势，也不管我们是否感到自卑，神对我们都是一样，没有分别。

要知道，自卑感乃是我们个人的一种选择和决定，我们是接受自己是不如别人呢？还是我们认定这是个谎言，真实情况不是这样，因为神不是这样看我们。不论我们过去怎样，我们经历过什么，只要我们今天认定自己在神里面的价值，神是多么的爱我们，看重我们，我们就可以摆脱自卑感的困扰。

我们要感谢神，因为祂爱我们，祂不嫌弃我们，祂愿意给我们最好的，而且祂是按我们的本相来接纳我们的，我们就可以安心的跟从祂，信靠祂，活在祂的爱中，并且让神的杰作可以让祂得着荣耀。

每当我们感到自卑的时候，让我们都记得，我们是神的儿女，而我们是活在神的恩典和爱里。约壹 5:11-15 说：“这见证，就是神赐给我们永生，这永生也是在祂儿子里面。人有了神的儿子，就有生命；没有神的儿子，就没有生命。我将这些话写给你们信奉神儿子之名的人，要叫你们知道自己有永生。我们若照祂的旨意求什么，祂就听我们，这是我们向祂所存坦然无惧的心。既然知道祂听我们一切所求的，就知道我们所求于祂的，无不得着。”

弟兄姐妹，主若帮助我们，谁能抵挡我们，人能把我们怎么样呢？靠着爱我们的主，我们凡事都能，并且得胜有余了。