

上帝的美麗

The Good and Beautiful God

愛上耶穌認識的父神

司傑恩 James Bryan Smith

# 改變的四大元素

1. 改寫腦中的故事 (changing the stories in our mind)
2. 採用新的方法 (engaging in new practices)
3. 與情況相同的人交流互動 (in reflection and dialogue with others who are on the same path)
4. 一切交託聖靈 (all under the leading of the Holy Spirit)

採用耶穌的觀點



聖靈

進行靈命操練

參與羣體活動

## 塑造靈命

在基督裡塑造靈命，是一連串漸進的取代過程…毀滅性的意念和想法，被耶穌自己的形像和意念所代。…在基督裡塑造靈命，最終將使我們的意念完全被祂的形像取代。

—— 魏樂德

## 第九章：怎麼醃黃瓜 (How to Make a Pickle)

1. 引言-生活中的匆忙
2. 錯誤的觀點
3. 耶穌的觀點
4. 怎樣醃黃瓜

## 第八章：怎麼醃黃瓜 (How to Make a Pickle)

1. 引言：司傑恩和他兒子雅各的故事
  - 在生活中的匆忙
2. 挑戰：如何活在當下，享受當下？
3. 基本的問題：什麼是“正確的生活態度”？

## 路加福音10:38-42

38. 他們繼續前行，耶穌進了一個村莊。有一個女人，名叫馬大，接他到自己家裏。
39. 她有一個妹妹，名叫馬利亞，（也）在主的腳前坐著聽他的道。
40. 馬大伺候的事多，心裏忙亂，進前來，說：「主啊，我的妹妹留下我一個人伺候，你不介意嗎？請吩咐她來幫助我。」

## 路加福音10:38-42

41. 主回答說：「馬大，馬大，你為許多的事操心煩惱，
42. 但是不可少的只有一件。馬利亞已經選擇了那上好 (good) 的福分，是沒有人能從她奪去的。」



## 馬大

1. 伺候的事多，心裏忙亂
2. 耶穌是客人，馬大心中第一要緊的事，就是讓祂受到最周全的招待。她出於愛心，為了使客人享受完美的招待，她沖進沖出，忙個不停，好像有千頭萬緒的事待做。
3. 因忙得心慌意亂，以至於忍耐不住，開始抱怨耶穌和馬利亞都不體貼她。“你不在意嗎？”

## 錯誤觀點：馬大的樣式最好

1. 有太多的事要做，卻沒有足夠的時間來完成。
2. 因承擔太多事務，或為錯誤的事情憂慮，而錯失最重要的事。

## 生活中的挑戰-對速度的要求

1. 開快車，喫素食
2. 想要破紀錄，縮短時間的距離
3. 消化自己的生命，濃縮自己的經歷，濃縮自己的思想
4. 速度反映出“靈敏，力量和成功”

》速度不是問題，我們對速度的熱愛才是問題所在。我們加快速度，使我們的生命更膚淺，更加失望沮喪。

## 生活中的挑戰-對速度的要求

1. 在講求節省時間的文化裡，我們覺得我們重視的東西被剝奪
2. 我們有效率，但沒有留下時間給自己，也沒有留下時間給彼此
3. 生活步調加快，使我們變得更沒耐性
4. 我們有更多“省時間”的產品，卻有更多的事情無法完成。

# 泰勒 (Frederick Wilson Taylor)

1. 科學管理原理 (The Principles of Scientific Management)
2. 系統地研究工作流程，提高生產效率的方法。通過分析，找到完成任務的最佳方式，可以使工作流程優化。這個方法將複雜的任務分解為更簡單的標準化步驟。
3. 明確劃分“管理（計劃）”和“勞動（執行）”的職責

## 泰勒 (Frederick Wilson Taylor)

4. 泰勒的理念為現代運營管理、質量控制和人力資源管理等領域奠定了基礎。他對效率、生產力和流程優化的重視成為製造業和工業工程中的基本原則。
5. 批評：泰勒主義將工人簡化為機器的齒輪，剝奪了自主性和創造力，導致了單調和非人性化的工作環境。

## 對教會的影響

1. 許多基督徒把生命缺乏留白歸咎於教會裏面有太多的服事。有些弟兄姐妹因有能力就被要求加入更多的教會委員會來協助教會的事工。他們忙到極點就垮了。
2. 聖經中有許多要求人勤勞工作的勸告。但神並沒有呼召我們要過度事奉。我們自己會這麼去做，是因為採信了功成名就比自己身心健康的觀點。

## 美國人的一天是如何度過的（1967的資料）

1. 花45分鐘通勤
2. 被打斷，甘擾73次
3. 收到600個廣告訊息
4. 看四小時電視



## 耶穌的觀點：馬利亞的選擇比較好

41. 主回答說：「馬大，馬大，你為許多的事操心煩惱，

42. 但是不可少的只有一件。馬利亞已經選擇了那**上好 (good)**的福分，是沒有人能從她奪去的。」

耶穌溫柔地回斥馬大，因為耶穌兩次叫了她名字。他這麼做是因為馬大不應該被嚴厲斥責。她的用意是好的，想好好服事客人。

## 耶穌的觀點：馬利亞的選擇比較好

1. 耶穌告訴馬大：不可少的事只有一件。那件事就是聽耶穌說話。但世界卻想盡辦法要我們遠離這件重要的事。
2. 馬大的選擇是好的，但馬利亞的選擇更好：耶穌在她家裏，與耶穌同在是她所能做的最重要的事。
3. 服事本身並不是壞事，但不總是最好的事。聆聽耶穌的次序必須放在優先。

## 平衡的生活-敬拜與工作

**Faithful to my Lord's commands, I still want to  
choose the better part;  
Serve with careful Martha's hands,  
And loving Mary's heart. – Charles Wesley**

**What we do **with** Christ is far more important  
than what we **do** for Christ. 我們與基督的相處遠  
比我們為基督所做的事情更重要。**

## 耶穌的步調

1. 耶穌獨自避靜靈修。他的生活隨時活出一個完美的律動，他不趕時間，也不倉促行事。
2. 在安靜，孤獨，與天父的單獨相處中，耶穌的身分更加確立；這就是他能在默想和行動中保持平衡的祕訣。
3. 我們這些“有基督住在我們裏面的人”要花時間在神面前安靜，休息，默想，就能重新得力，能以智慧行事。

## 硬着心腸除去匆忙

1. 魏樂德 (Dallas Willard) 對奧伯格 (John Ortberg) 的建議：硬着心腸除去生活中的匆忙。
2. 當我們不匆忙，我們就能活在當下的一切榮耀之中-這包括與神同在。
3. 榮格：匆忙不是從魔鬼來的，它就是魔鬼。一旦匆忙，我們就無法體會最豐盛的生命。

## 靈命的成長

1. 我們要放慢腳步使靈性得以成長，也要明白靈命成長是一個漸進的過程；醃黃瓜就是一個很貼切的類比，來描述我們長大成爲門徒的過程。黃瓜必須浸在鹽水裡約六個星期，才能成爲醃黃瓜。
2. 我們要花上足夠的時間才能有生命的改變。從將錯誤的觀點除去，用耶穌的觀點來取代，就可以幫助我們改變。聖靈也會幫助我們。

## 靈命的成長

3. 要有信心，相信在基督裡的新生命正要成長
4. “我深信那在你們裏面動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子。（腓1:6）”
5. “因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。但忍耐也當成功，使你們成全，完備，毫無缺欠（雅1:3-4）”



## 靈命操練-放慢腳步

1. 走路走慢一點，開車開慢一點。
2. 延長用餐的時間，與人聊天，並享受食物帶來的祝福。
3. 騰出一個小時讓自己當一隻樹獺。緩緩地移動。刻意用很慢的速度做每件事。
4. 找出一天為慢慢來的一天。慢慢喫早餐。將影音媒體關掉。出去散散步，好好欣賞週遭的情景-譬如日落，孩子在公園的玩耍。



## 靈命操練-放慢腳步

似乎大多數的信徒都無法覺察和面對一個無可改變的事實：神並不急着要讓基督徒的生命快速成長，祂在永恆中動工，也為永恆動工。

**Quote from “The Green Letters:  
Principles of Spiritual Growth. Chapter  
2- Time. 麥爾斯-史丹佛(Miles J  
Stanford, 1914-1999)**