

门徒训练+概要

基要课程 领袖生活方式 第六课：自我管理

事工领袖要知道一个真正的领袖是所有人的仆人，所以他们如果没有照顾自己的精神、情感、身体或属灵的需要，那些他们所关心其需要的人可能很难听他们。我们如何能够帮助我们的领袖（或者我们如何帮助自己），即使在试图满足其他人的需要时，确保满足自己最重要的需要？

当一个人非常专注于通过个人事工服侍当地教会成员时，他或她可能得到狭窄的视野，也就是说他们只能看到他们正在做的工作和他们周围的需要，没有注意到他们个人的需要。如果他们的需要没有被看见，这些需要如何才能得到满足呢？

我们不要忘记主分别第七日出来，歇了祂一切的工，安息了。

很显然，你也需要确保自己休息和安静的需要得到满足。你怎么能做到这一点呢？

衡量你健康的每个方面：属灵、身体、心理和情绪。你一直在哪里感到软弱？

如果你的一位会众或你服侍的人来找你，疲惫而沉重，你会给他们什么建议？你会给他们什么辅导，帮助他们在继续服事主时得到他们所需要的休息和健康？

好的事工领袖期待服侍他们的会众，往往以牺牲他们的家庭、财务和个人健康为代价。承认自己在慢慢地被耗尽，或需要休息一下，可能会感到自私。当你身边有这么多合理的需要，当你知道如何去满足这些需要时，休息和考虑自己的需要会让人感到不负责任。圣经清楚地表明，我们应该把他人的需要放在我们自己的需要之前（腓立比书2:3-4），愿意为彼此舍命（约翰福音15:13）。然而，我们也被呼召要跟随基督的榜样并效法祂。显然，基督的生命的的特点是祂怜悯并服侍周围的人，满足他们的需要。然而，祂也确保自己花时间休息并单独祷告（马可福音1:35；马可福音6:31；路加福音9:10）。

我们不要忘记主分别第七日出来，歇了祂一切的工，安息了。很显然，你也需要确保自己休息和安静的需要得到满足。你怎么能做到这一点呢？

首先，评估你目前的需要。衡量你健康的每个方面：属灵、身体、心理和情绪。你一直在哪里感到软弱？如果你很难辨别，请在评估过程中寻求帮助。询问你的配偶、你的同事和你的守望伙伴，提醒你你所抱怨的事情、祈祷的事情，以及他们看到你不知所措的事情。思考这些事情可能是你需要得到满足的地方。

其次，为你如何满足这些需要设定可衡量的目标。不要分解为自我完善，并试图让自己对自己所完成的感觉良好。不，要更具体。如果你发现自己在属灵上软弱，而诱惑正在比平时更加强烈地抓住你的生命，那么设定一个能够帮助你克服这种诱惑的目标。也许你在打破一个习惯方面需要守望，或者你需要制定一个新的读经计划，来帮助你定睛在基督身上。无论解决方案是什么，确保实用方面可衡量和可实现。例如：你可以设定每周读经的章节数或每天祷告的时间长度。如果你在关系上很软弱，那么设定一个目标，确保你保留几个晚上在家里，或者与你的妻子安排定期的约会。开始，列出清单可能看起来并不真诚，但它实际上为你提供了可运作的框架，然后决定你是否在消耗你的健康。

第三，如果你的一位会众或你服侍的人来找你，疲惫而沉重，你会给他们什么建议？你会给他们什么辅导，帮助他们在继续服事主时得到他们所需要的休息和健康？无论你说什么，无论你怎么指导他们，很可能你也应该采取同样的建议。

最后，倚靠十字架。无论你的需要的性质如何，耶稣都能够满足。祂也曾凡事受过试探，与我们一样，只是祂没有犯罪。祂知道你正在经历什么，并且能够怜恤你。知道基督是我们完全的帮助，并且会给我们所有我们需要的来服事祂并依靠祂，这是多么大的释放。

什么会阻止你这样做呢？是骄傲吗？是依靠自己吗？如果你休息，是否认为没有你没人能活下去？把所有这一切都交给主，并向祂承认你希望在没有祂的情况下坚强。向祂承认你需要祂的安息。然后仰望等候，并因祂满足你的需要，装备你用祂的能力服侍祂的子民而欢喜快乐。

回顾所学

- 你需要通过评估你的个人需要并确保这些需要得到满足来管理你的生活。
- 休息和确保在获得充分的健康和力量的需要上寻求并不是自私的。如果你生病、疲倦，或者筋疲力尽，没有什么可以给予的东西，你将无法将他人的需要摆在你前面。相信主是你的内在力量，并利用祂所提供的休息时间来成为这种装备力量的一部分。
- 评估你的需要、制定目标、采纳属灵的建议，并倚靠十字架。这就是你如何管理你的个人生活，使你的事工生活不会受损。

你的观点

- 什么阻止你休息，并使你不能确保你不会过分强调事工超过你生活的其他方面？
- 目前，你最深的需要是什么？你正在采取措施满足这些需要吗？祷告求主帮助。
- 你生活中有谁可以与你并肩作战，并确保你得到你需要的安息、花时间祷告和更新？如果你生活中没有这样的人，求主给你一位朋友和一位鼓励者，帮助你很好地管理你的个人生活。

经文引用自中文圣经新标点和合本。允许使用。版权所有。

所有其他内容版权归©2019 加拿大环球广播所有，只要是为了传福音并且不对所使用的材料收费，可以自由使用。查看更多许可证详细信息，请访问

www.discipleshipessentials.org/licensing。