

教牧辅导

认识自我(1)
为什么我总觉得自卑?

林诚牧师·罗加怡



安徽姊妹

在我的个性里，我是个内向自卑的人；但也有我的优点，就是在衣食住行和钱财方面，我没有过于着重。但发觉自我形象对待奉有影响。当我对自己有清楚的认识，使我在侍奉中，纵使别人把我所做的事，看作是毫无价值、毫无意义的，但我觉得我所做的，与世上一切的事相比，却是最有价值最有意义的。

其次，也让我明白在神的眼中，我是他的宝贝，是他所重看的，我要积极的去担当侍工。虽然，一方面我觉得自己不配，但是，另一方面我又觉得自己只有尽力去做才不辜负神的恩典。

我明白，我不过是神所使用的器皿而已，一切的能力都是出于神，而不是自己的能力。我要珍惜神所赐的恩赐，做个好管家，存谦卑顺服的心侍奉；并依靠主的力量，帮助我战胜肉体。我若把眼目放在自己身上，只会让自己侍奉的热心，随着与人相比的结果而变化；我要靠主，持之以恒的热心侍奉我的主。

每个人都会有不同的性格，而性格都有其优点或缺点所在。作为事奉工人，若能认识自己，发掘自己个性中的优点和缺点所在，加以发挥和改善，相信对事奉必有帮助，也能够擅用自己的优点，更好的为主所用。

谈到自卑的个性，什么是自卑？**自觉价值不如别人，以致不能按自己的本相来接纳自己。**人有自卑的原因可分为以下几方面：

一、**家庭的影响**：从小遭到父母或其他家人不断地批评、羞辱、拒绝与责骂，在过高过严，或过度保护和支配的情况下成长，缺少被赞赏、鼓励、支持。

二、**错误的思想观念**：就是我自己必须有什么成就或地位，才会被人赞赏和认同。人无法正确地看自己生命的真正价值。

三、**挫败的经历**：在各个生活处境中屡遭挫败或鄙视，就很容易认定自己是失败的人，觉得自己毫无用处，也无能力，影响在生活中没有站起来的力量。

归根究底，自卑感的源头是：**错误地用了世俗的成功标准看待自己。**我们如果被这些价值观牵着鼻子走，就会跌入自卑的深渊，无法自拔。自卑的个性对事奉也带来一定的影响。所以，我们也要对自己的个性，作一点反省检视，越能认识自己的性格，明白自己的优点和缺点，必能让自己在事奉方面，有更好的参与。

也不要被自卑的个性，影响自己失去信心，觉得自己没有用处，没有价值，不如人；像姊妹用新的眼光，重新从创造天地万物的神的眼光看自己，我们才能找到生命的真正价值，找到出路。

晨曦讲座

收听节目：<https://lpyy729.net/ds>

电邮：chenxi@liangyou.net

短信：13229966122（注明：晨曦）