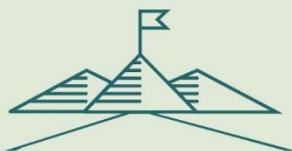




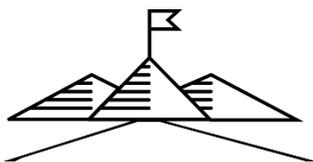
THE
MENTORING
PROJECT

谁是你的英雄？ 你为何追随他们？



THE CHRISTIAN
LINGUA TEAM

谁是你的英雄？
你为何追随他们？

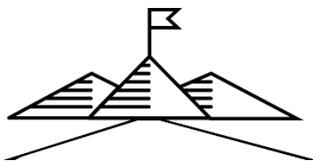


THE CHRISTIAN LINGUA TEAM

目录

引言.....	4
榜样的影响.....	5
耶稣——终极的英雄.....	11
在纷扰的世界跟随基督.....	17
成为他人的榜样.....	24
结语.....	30

谁是你的英雄？你为何追随他们？



引言

每个人都有钦佩的人，不管是运动员、音乐家、演员或者是某位家庭成员。人们钦佩他人有各种各样的原因，包括他们的才能、成就和魅力。不过你有没有花时间考虑过这个问题：我为什么钦佩这个人？

我们所敬仰的人带来的影响超出我们的想象。他们的原则、决定甚至行为都能塑造我们思考、说话，甚至行为的方式。这就是为什么我们在选择榜样时要格外谨慎。社会宣扬名声、权力和成功是终极目标，而作为基督徒，我们需要遵行不同的范式。

唯一完美的榜样就是耶稣。虽然我们可以有导师和榜样，但我们必须问自己：我所仰慕的人是让我离神更近，还是更远呢？让我们一起探索，看看跟随正确的英雄意味着什么，以及他们如何影响我们的信心。

1

榜样的影响

核心经文：哥林多前书 11:1

“你们该效法我，像我效法基督一样。”

英雄如何塑造我们的性格和决定

接受或拒绝这一观念都取决于我们，但现实是，我们的英雄会直接影响我们的生活方式。我们的父母、引路人、老师等人在许多方面影响着我们的价值观和信念。

还记得你小时候吗？你有位最喜欢的老师，或者是兄弟姐妹，甚至是朋友。我猜你也曾暗自模仿他们。你钦佩他们的打扮、说话方式，或者他们在业余时间做的事。其实这背后的原因很简单：我们钦佩的人会影响我们的生活方式选择。

信不信由你，这种行为在你长大后依旧存在。我们因各种理由所尊重的人与群体，仍在影响我们的所信与所行，有时甚至不自觉。这就是为什么我们应该时常反思：我们所钦佩的是谁？他们为社会带来了什么真正的改变？

榜样的力量

哥林多前书 11:1 说，保罗写道：*“你们该效法我，像我效法基督一样。”*他认识到，不应该让人们向他看齐，而是向耶稣看齐。保罗完全委身于神，这体现在他的生活方式中，他激励我们像他一样行。

这一节告诉我们，如果我们钦佩他人，就需要仔细挑选钦佩的对象。正直的人会鼓舞我们做正确的事。另一方面，如果我们因为某人的财富、权力或名气而钦佩他们，就可能会误入歧途。

每个榜样都会留下印记。问题是，我们想要在自己的生命中留下什么样的印记？

谁是你的英雄？你为何追随他们？

榜样影响我们的选择

回顾一下你所做出的决定：你解决问题的方式（不论问题大小）、你与人互动的方式，或者你为自己设定的里程碑——这些行为很可能都取决于你周围的人如何影响了你。

如果你有一位非常尊重的密友或家庭成员，他们友好、有耐心、慷慨，你就会尽力活出相同的特质。另一方面，如果你十分敬重的人比较自私或不诚实，你也会逐渐养成这样的态度。

这就是箴言 13:20 的意义所在，经文说：“与智慧人同行的必得智慧；和愚昧人作伴的必受亏损。”花点时间思考、反思一下你与谁相处最多，因为他们可能直接影响你的品格。

简单来说，我们追随某人是因为我们想要拥有他们的品格。所以我们必须问：我们所钦佩的人是让我们变得更智慧，还是让我们远离智慧？

文化影响如何塑造现实

我们每个人都能决定追随谁、追随什么。在这种情况下，社交媒体、电影、音乐和电视都把某些人标榜为榜样偶像，而其中一些人最终却与神的真理相悖。

世界非常重视自我标榜、财富、影响力和地位。我们所接受的教导是，一个人若想成功，就必须出人头地并赢得他人的尊重。然而，这并不是耶稣对我们的教导。马太福音 20:26，他说：“你们中间谁愿为大，就必作你们的用人。”

这并不是我们常听到的信息，对吗？耶稣并未呼召我们追求地位，而是呼召我们去服侍；并未呼召我们寻求认可，而是呼召我们谦卑地生活。人们往往容易让社交媒体定义自己的偶像，更倾向于塑造某种形象来获得接纳，而不是为内在的使命而活。这种观念印证了我所说的：将展现合神心意信念的人视为偶像，本身就与物质主义背道而驰。

以基督为人生重心的榜样带来的影响

理想的榜样是展现基督的爱、智慧和谦卑的人。例如：

- 帮助你信心增长的导师；
- 总是以智慧和仁慈说话的朋友；

实践指南

- 以极大的谦卑和智慧带领人的牧师或老师。

这些人以身作则，帮助我们活出信实、忍耐和爱，变得更像基督。他们帮助我们集中注意力集中在重要的事上——不是金钱、名望和权力，而是一切荣耀全能神的事。

这些榜样以顺服神的生活作示范，也激励我们更加亲近神。他们激励我们在属灵上成长，服侍他人，哪怕在艰难时刻也信靠神。

这并不代表他们完美。没有人类榜样是完美的。但当他们一心向着基督，他们的影响就会使我们更亲近神，而不是使我们远离神。

错误榜样的危害

尽管有些负面影响很明显，比如撒谎或否认神存在的人，但也有些人的影响更不易察觉。例如，不诚实或喜欢流言蜚语的朋友都会成为糟糕的榜样。

圣经哥林多前书 15:33 提醒我们：“*你们不要自欺，滥交是败坏善行。*”这意味着，哪怕是朋友的负面影响，都能让我们远离良善。

我们所钦佩的人会对我们产生深远的影响，我们仰慕的人会塑造我们的习惯、优先次序和态度。简单来说，糟糕的榜样会导致糟糕的品格。这引发了这样的问题：我的英雄是否激发了一个更属世界的我？他们是在帮助我在信心中成长，还是在引诱我妥协？

许多人想要跟随神，却容易与神渐行渐远，只是因为不良的榜样，却没有意识到后果。现实是，我们努力成为什么样的人，就会成为什么样的人。

我们需要留心自己所钦佩的人。如果我们的榜样不断追求物质、名望或任何满足自我欲望的东西，我们就注定会偏离最有价值的事物。但如果我们跟随爱神、服侍他人并正直为人的人，那些价值观就会在我们心中扎根。

分辨属世与属神的影响

几乎我们所做的每件事都受到世界的影响。社交媒体、电视节目、音乐，甚至我们来往的人都会影响我们。这进而鼓励了自我中心，从而导致物质主义和即时满足。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

世界将成功定义为拥有最多的金钱、名望和权力，颂扬那些只顾自我私欲、未曾思考神的人。这助长了自我中心的观念、骄傲的态度，以及将幸福与物质和名声联系起来。

约翰一书 2:15-16 警告我们：“不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。因为，凡世界上的事，就像肉体的情欲、眼目的情欲，并今生的骄傲，都不是从父来的，乃是从世界来的。”

这并不意味着我们不可以欣赏有才华的人，或通过努力赢得我们钦佩的人，而意味着我们需要留心谁在影响着我们。如果我们仰慕的人把信仰看得比名声更轻，把正直看得比金钱更轻，把圣洁看得比享乐更轻，那我们就可能正在追随着错误的人。

属神的影响：我们该追随谁

所谓属神的影响者，是生命指向基督的人。他们也许并不富有或有名，但他们的行为、话语和选择都反映出信心、智慧和谦卑。他们正直为人、服侍他人，不论做什么都把神放在首位。

箴言 13:20 说：“与智慧人同行的必得智慧，和愚昧人作伴的必受亏损。”当我们与爱神的人相处，我们就会从他们身上学习。我们会看到活出忍耐、仁慈和信实是什么样子。

属神的影响力并非来自完美之人，他们和其他人一样会犯错误。但区别在于，他们全心跟随基督。当他们失败时，就寻求赦免的方法；当他们成功时，就把荣耀归给神。他们的人生不是为了达成个人目标，而是为了更宏大的使命：在神的国中服侍。

这样的榜样会帮助我们在信心中成熟，也帮助我们成为神所想要我们成为的样子。

如何分辨区别

有时，想要判定一个人是属世还是属神的影响力也许会很难。如果一个人鼓吹过度的贪婪、不诚实或者自私，那我们就能很清楚地知道，他们的榜样并不有益。

实践指南

但有时我们很容易被误导。一个人也许看起来是优秀的榜样——也许他很友好，很慷慨，甚至很努力。但如果他们不认同神所重视的，那他们也会让我们误入歧途。

当你衡量身边也许会影响你的人时，请问自己以下这些问题：

- 此人是否帮助我更深入地与神同行？
- 他们的行为和言语是否展现了基督徒的原则？
- 他们是否更专注于自己的掌控力、权力和地位，而不是谦卑、正直和仁爱？
- 如果我跟随他们的引领，我最终会变得更像基督，还是更属世界？

我们所钦佩的事物甚至人都会在某种程度上改变我们的行为和思想。因此我们需要分析我们所钦佩的人，并且观察他们是否能带领我们走向智慧、真理和公义。

将我们的目光转向基督

归根结底，没有人类榜样是完美的，哪怕是最好的领袖和导师都会犯错误。这就是为什么耶稣应该成为我们终极的榜样。

希伯来书 12:2 说：“*仰望为我们信心创始成终的耶稣。*”

耶稣教导我们要把神放在首位，活出充满爱和服侍的生命。他并没有追求金钱或名望，而是服侍并饶恕他的仇敌，并且在苦难中依然坚强。一旦我们开始定睛于基督，我们看待世界的方式就会彻底转变。我们不会再寻求成功，而是会寻找人生更深的意义。我们会逐渐明白什么才是真正的伟大，也会明白追求财富和崇高地位是没有意义的。真正的伟大是全心对神的委身。

想要选择正面影响，跟随耶稣并遵行他的道路，必须放在首位。

讨论：你最钦佩谁，为什么？

1. 谁鼓舞了你，你最珍视哪些特质？
2. 他们带来属天的影响，还是仅仅属世？
3. 你选择跟随的人如何影响了你的决定和行为？

谁是你的英雄？你为何追随他们？

4. 你能采取什么行动，为你身边的人带来更多属神的影响？

我们所追随和钦佩的人能够积极或消极地塑造我们的生命。这真的取决于我们，这就是为什么我们必须时刻警惕谁在影响着我们。

本周，请反思谁在鼓舞着你以及他们对你生命的影响。他们有没有可能正在带领你远离基督？如果答案是肯定的，那就暂停下来，追求属神的榜样。

毕竟，人不需要一生出名才能成为英雄。我们都应该追随和钦佩的是耶稣，因为他为我们牺牲了生命。

2

耶稣——终极的英雄

核心经文：希伯来书 12:2

“仰望为我们信心创始成终的耶稣。”

为什么耶稣是完美的榜样

每个人都有自己努力效法和仰慕的榜样。有些人钦佩运动员的自律、演员的天赋，或者知名企业家取得伟大的成就。但尽管有这样的影响力，他们也都有缺陷。他们会挣扎、会犯错误、也会像我们一样失败。毕竟，他们只是人类。

这就是为什么我们作为信徒，蒙召将目光转向耶稣。与其他任何人不同，耶稣是我们如何生活的完美榜样。他一生都没有犯罪、自私或者回避神对他的旨意。他并没有为了名望、世人的聚焦、权力或者财富而活。相反，他为了爱、真理和对父的顺服而活。

如果想要知道真正的伟大是什么样子，我们就不需要再寻找了。耶稣就是最伟大的英雄。他的生命教导我们如何荣耀神，他的牺牲教导我们如何活出自己的人生。

耶稣以谦卑带领

在世人的眼中，英雄往往是强大、富有、备受尊崇的。但耶稣向我们展现了完全不同的一面。他并没有寻求权力，而是降卑自己，服侍他人。

腓立比书 2:5-7 说：“你们当以基督耶稣的心为心。他本有神的形象，不以自己与神同等为强夺的；反倒虚己，取了奴仆的形象。”

虽然耶稣可以要求被敬拜和尊崇，但他还是选择了保持谦卑。他花时间亲近那些被社会排斥的人，医治生病的人，甚至为门徒洗脚。他从未要求过认可或寻求过地位——他只是去爱并服侍。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

这才是值得我们追随的英雄——一位把其他人放在自己之前的领袖。

耶稣行在爱与怜悯中

有许多人爱戴耶稣，这其中一个关键的原因就是他对人类的爱。他的怜悯并没有只停留在更容易看顾的人身上，他看顾被排斥的人、罪人，甚至是反对他的人。

想一想他是如何对待被其他人厌弃的人的。他对待税吏时非常包容、体谅，甚至和罪人一同吃饭。他还特意在井旁与撒马利亚妇人交谈，尽管其他人都不愿帮助她。他的爱满有恩典，充满饶恕，永不止息。

哪怕在十字架上饱受嘲弄和苦难时，他还是继续祷告，说：“父啊，赦免他们！因为他们所做的，他们不晓得”（路加福音 23:34）。

耶稣向我们展现了一个人能给出多少爱，哪怕是对不配得的人。我们需要为每个人树立正确的榜样。所以，试着像他一样去爱每个人吧。

耶稣勇敢地说出真理

除了爱人、顾念人外，他也同样讲述真理并且带着很大的勇气，毫不退缩地面对宗教领袖，纠正人们的过犯，并且直达问题的本质。

耶稣在说这话时完全确信：“我就是道路、真理、生命。若不借着我，没有人能到父那里去”（约翰福音 14:6）。但和其他许多人不同，耶稣并没有扭曲他的教义来让人们认可。他以爱和信心彰显真理，不多不少。

耶稣的跟随者应该展现为真理而战的勇气，不怕敌意和反对。这意味着甘愿走上困难的道路，不顾人们是否认可。真正的英雄会批判那些表面的理念，并勇敢宣告那些最棘手、最不合人意的真理。

耶稣展现了不可动摇的信心

耶稣并没有只是说到信心，而是活出了信心。他所做的一切都源自于对父完全的信靠。

他会在拣选门徒之前专门花时间祷告。在面对十字架之前，他在客西马尼园祷告，说：“然而，不要成就我的意思，只要成就你的意思”（路加福音 22:42）。在旷野中受试探时，他同样也持守神的话语。

实践指南

哪怕在最艰难的时候，他也一直持守他对神的信靠。他完全托付，无论代价如何。

如果神的儿子耶稣都如此倚靠祷告和信心，我们不是更当如此吗？他教导我们，真正的力量并不来源于我们拥有多少，而是全心全意地倚靠神。

耶稣为我们牺牲了一切

英雄主义最伟大的举动就是牺牲。而没有人比耶稣做出过更大的牺牲。

他并没有只是医治、教导或者鼓舞，而是为我们的生活完全牺牲自己。他为我们付了罪的代价，这样我们的生命就能得自由。他经历了痛苦，这样我们就能得到救恩。

约翰福音 15:13 说：“人为朋友舍命，人的爱心没有比这个大的。”

耶稣就是这样做的，不仅是为了他的亲密朋友，更是为了每个人，包括你、我和整个世界。

这就是为什么他是终极的英雄。不是因为他行神迹或者聚集众人，而是因为他为了拯救我们放弃了一切。没有其他英雄，没有其他榜样，能和这样的爱相比。

定睛于耶稣

我们所钦佩的每个人都会有弱点。没有任何人能成为完美的英雄。可耶稣呢？他是唯一永远不会让我们失望的榜样。

这就是为什么希伯来书 12:2 说：“仰望为我们信心创始成终的耶稣。”他不仅是我们应该追随的唯一真正的领袖，也是唯一配得我们追随的人。

那么，就让我们努力效法耶稣。让我们跟随他谦卑、仁爱、信心、牺牲、真理的榜样。让我们像他爱人一般爱人，像他一样生活。

因为无论如何，他才是真正能让我们的生命变得更好的那一位。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

学习基督的谦卑、仁爱和顺服

跟随耶稣意味着努力变得像他，而不仅仅是相信他。他的一切，比如他生活的方式，他如何对待人，以及他如何顺服神，都是我们信仰的艰难现实的证明，是我们必须接受的。

实际上，活出耶稣一般的生命并不容易。自私才是引导大众的力量，而人们所看重的是自己能得到什么，而成功与名望永远都是他们的最终目标。相比之下，耶稣一生顺服神并且爱人。如果我们想要成为他的跟随者，那我们必须仰望他。

我们需要采取什么行动来实现这一点呢？我们如何能重走他的道路，并且实践在我们生命中呢？每一场旅程的开始都要学习，而在这一场旅程中，我们要专门学会三种品格，那就是爱，谦卑和顺服。

基督的谦卑：真正的伟大源自于服侍

如今没有人会操练谦卑。每个人都寻求赞美、被捧上神坛以及欣赏。在社交媒体上有许多人试图展现自己有多了不起，可耶稣却教导我们要活出不同的人生。

腓立比书 2:5-7 说：“你们当以基督耶稣的心为心。他本有神的形象，不以自己与神同等。”耶稣有充分的理由得到尊贵君王的待遇，可他反而选择降卑自己服侍他人。他为门徒洗脚，他与穷人和被排斥的人在一起，他从不利用自己的权柄高举自己，只是用来帮助他人。

这才是真正的谦卑。它并不是轻看自己，而是看重他人。它关乎于服侍他人而不是被人服侍，是把你所拥有的一切技能和机会发挥出最大的潜能。

我们如果想以服侍的心来跟随耶稣，就必须放下骄傲。真正的服侍并不显在众人眼前，而且不求回报。因为神的国度建立在谦卑的服侍上，真正的伟大就由此而生。

基督的爱：无限的爱

耶稣并没有只是宣讲爱，更是实践了爱。从他的话语到他所行的神迹，再到他的牺牲，一切都源于爱。

实践指南

但这并不是他爱的全貌。他爱罪人、破碎的人、被排斥的人，甚至被看作他仇敌的人。

想一想他是如何对待其他人排斥的人的。他医治了没有其他人愿意触碰的麻风病人；他赦免了行淫时被拿的妇人，尽管其他人都想定她的罪；他欢迎税吏和罪人，尽管其他人都回避他们。

哪怕在十字架上被嘲笑和折磨，他仍然展现出爱。在路加福音 23:34，他祷告说：“父啊，赦免他们！因为他们所做的，他们不晓得。”

这就是耶稣所拥有的爱。这样的爱，不计算人的恶、不怀怨恨，也不离弃最需要爱的人。

若想跟随耶稣，我们就需要拥有这样的爱。不仅是对我们的家人和朋友，更是对每个人，哪怕是让我们失望的人，哪怕是伤害过我们的人，哪怕是不值得我们爱的人。

因为真理是，我们之中没有人配得耶稣的爱，但他还是毫无保留地爱了我们。而现在，他在呼召我们也如此行。

基督的顺服：不计代价地跟随神

耶稣最令人敬佩的品质之一就是他对神的绝对顺服。他从没有为自己的得失做过任何事情，他所做的一切都是为了成全父的旨意。哪怕顺服意味着受难，他还是保持忠心。

在马太福音 26:39，他被钉十字架的前夜，耶稣在客西马尼园祷告：“我父啊！倘若可行，求你叫这杯离开我；然而，不要照我的意思，只要照你的意思。”

他知道苦痛即将来临，他知道自己将会承受的患难，但他还是选择了遵从神的计划，而不是他自己的舒适。

真正的顺服就是这样。是哪怕艰难也信靠神，是哪怕我们不完全理解也跟随他，是说：“神啊，我更信靠你，胜过信靠自己。”

有时，顺服意味着走出我们的舒适区；有时，意味着做出牺牲。但当我们顺服神时，就能相信他的计划永远比我们为自己所选择的一切都更伟大。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

讨论：跟随耶稣如何改变你的人生？

1. 如果你像耶稣一样实践真正的谦卑，你认为你的人生会有怎样的改变？
2. 如果你接受耶稣的爱，你的生命将如何变得更好？
3. 你认为神最希望你在哪一件事上更加交托他呢？
4. 你能采取什么步骤来效法耶稣谦卑、爱人如己、顺服的榜样呢？

成为耶稣的跟随者不仅仅是相信他，更是效法他：操练谦卑而不是骄傲，行出爱而不是自私，顺服神而不是自我舒适。

社会对我们有很多期待。我们需要取得精彩的成绩、先爱自己，并且只看重与同样看重我们的人的关系。显然，这些都远远低于耶稣对我们的期待。

若想爱耶稣，我们就必须跟随他的脚踪，让一切因他而改变。

3

在纷扰的世界跟随基督

核心经文：罗马书 12:2

“不要效法这个世界，只要心意更新而变化，叫你们察验何为神的善良、纯全、可喜悦的旨意。”

当世界将我们拖远，我们必须定睛于基督

我们的生命中充满了纷扰，在人生的每个转角，总有事物试图夺走我们的注意力。

从社交媒体到娱乐、成功、关系等等，世界上充满了机会。我们总是困在其中，试图找到某些有价值的东西，值得钦佩的事物，以及要达到的目标。但如果不留神，我们最终会在意识不到的情况下追求错误的事物。

罗马书 12:2 告诉我们“不要效法这个世界。”我们需要留心自己允许谁以及什么事物影响着我们。是对神的信靠塑造了我们，还是我们在让世界决定自己的命运？

我们的挑战不仅在于远离罪，更是当我们的重心从基督身上转移时，我们能够察觉到征兆。当我们的开始渴望世上的成功而不是属灵的成长、娱乐而不是祷告、网络名人的言论而不是神的话语，那我们可能就会离他渐行渐远。

如果你想在这个物质主义的世界中一直定睛于基督，那你就需要开始意识到什么事物在把你拉远，并且学会保守你的心不受世上事物的影响。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

虚假偶像的危险

当我们想到“偶像”，我们会想到雕像或者古代的神祇。然而偶像在如今仍然存在，只不过形式不同了。

偶像指的是任何在我们心中能取代神位置的事物，不论是工作、婚姻、金钱、名气甚至个人幸福感。当一个人把自己的身份、目标或福祉建立在基督以外，那就成为了拜偶像。

出埃及记 20:3 说：“*除了我以外，你不可有别的神。*”这显然不只是一条关于拜偶像的命令，而更关键的在于，要确保没有事物也没有人能在我们的生命中取代神。

每个偶像或者偶像化的人物都无法带来满足。金钱会失去，成功会消逝，关系会让人失望，但神是不改变的。当我们把他放在首位，我们就是把自己的生命建立在永不失败的根基上。

那么我们如何知道某件事物是否变成了偶像呢？有一个很好的问题可以问：“如果没有这个，我的喜乐和信心还会在吗？”如果不会，那就是时候放下一切占据基督位置的事物，并且重新定睛于他了。

使我们分心的属世影响

世界一直向我们传递消息，告诉我们应该渴望什么以及我们该如何生活，它定义了成功，并且将幸福与财富、名望和追求自我满足联系在一起。可这些事物永远不会真正让人满足。

约翰一书 2:15 警告我们：“*不要爱世界和世界上的事。人若爱世界，爱父的心就不在他里面了。*”

你仍然可以享受人生，但这的确意味着我们必须留心我们最看重什么。

一些最大的干扰包括：

- **社交媒体与娱乐**——这些本身并不坏，但是当它们开始支配我们的生活，并且比神的话更多地影响我们的思想时，它们就成为问题了。
- **追求成功与认可**——大多数努力工作的人都会取得成果，这一点没有错。但当我们的价值与自己的成就相关联而不是与基督相关联时，我们常常会忘记什么才是最重要的。

实践指南

- **文化压力**——世界所宣扬的价值观常常与神的真理背道而驰。没有他的指引，我们就可能开始相信与他话语相矛盾的观念。

我们很容易掉入陷阱，盲目跟从大众。然而，作为基督的信徒，你应该活出不一样的生命，这意味着看重正确的决定而非流行的决定，看重永恒的而非暂时的。

如何走上耶稣的道路

在纷扰的世界中跟随耶稣需要主动的努力。我们不能只是随波逐流还期望与他亲近。我们需要专注于那些能坚固我们信心并且真正重要的事。

以下是一些跟随耶稣道路的方法：

用神的话语更新你的思想

罗马书 12:2 告诉我们要“*心意更新而变化。*”把时间用在经文上，是最有价值的投入。我们的心被我们的思想塑造。如果我们依赖世界的观念而不是神的真理，就只能学到世上的做法。

留心你所接触的一切带来的影响

腓立比书 4:8 说我们应当思念真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、可称赞的。这句话强调了一个重点，那就是不是我们所接触或听到的一切都对对我们有益。建议：选择支持你信仰而非动摇你信仰的媒体。

为祷告预留时间

每天都专门留出祷告时间，这是主动保持与神联结的一个可靠方法。祷告不仅仅是为了祈求，更是要将它作为一个机会，让神塑造你的心思和决定。安排固定的时间与神交谈将有助于确保世上的纷扰不会动摇我们。

与志同道合的信徒相处

与信徒相处能帮助人信心更坚固。这样做能让人更专心于自己与基督的关系。我们所交往的人，就是我们会成为的人。正如箴言 27:17 所说：“*铁磨铁，磨出刃来，朋友相感也是如此。*”

谁是你的英雄？你为何追随他们？

重新把目光转向天上的事

把神放在首位，让他帮你看清一切。你会意识到自己正在追求属世的东西，也许看上去很吸引人，但总会让人感觉不满足。正如马太福音 6:33 所说：“你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。”真正的满足来自于追求神，而不是世界。

保持以基督为中心的实践方法

让基督时刻成为我们生命的中心说起来容易做起来难。每个人都有责任和让人分心的事，让我们极易长时间想不起神。

如前面所说，让基督时刻成为我们生命的中心需要我们主动的努力。我们总是可以做出一些小的、日常的決定帮助我们与神保持联结，哪怕是在生活让我们忙得不可开交的时候。可问题是，我们如何确保能够与神拥有活跃、健康的关系，而不是额外的负担，或者只在礼拜日才想起来。

答案比你想象的简单。在你的日常生活中重点进行能帮助你把重心转向神的实践步骤。

与神开始一天

我们醒来后做的第一件事意义重大。想象一下，如果早晨的第一件事是看手机，滑动浏览社交媒体，然后查看让你思绪纷乱的电子邮件。如果我们反而花些时间专注于神，会怎样呢？把我们的重心从一切转向神，能帮助我们以正确的角度看待一切。

不要担心这代表着你必须在起床前祷告几个小时。哪怕花一点点时间亲近神，都有可能让你的一天变得更好。只是为新的一天感谢他或者读一小段圣经，都能帮助你以正确的方式开启一天。

在一天的开始想到神，能激励我们活在当下，而不是只专注于完成待办事项。

常在神的话语里

神的话告诉了我们自己身份的本质，以及我们为何要如此行。当人不再思考自己生命的真理，他们就会与基督的本质渐行渐远。社交媒体、

实践指南

新闻甚至娱乐的声音在世上不断回响。如果我们不谨慎，我们就可能迷失在这些声音中，忘记神的声音。

在马太福音 4:4，主说：“人活着不是单靠食物，乃是靠神口里所出的一切话。”他是对的。正如我们的身体需要食物，我们的灵魂也需要得到属灵的滋养。

研读圣经不应该成为需要完成的任务，而是应该成为聆听神的目标。他对于我们生命的心意、智慧和引领唯有借着他的话才会倾注进我们的心里。常在他的话语中，不论经文看起来有多微小，都会让我们的重心转向生命中真正有意义的部分。

让祷告成为对话而不是惯例

人在一天中有特定的祷告时间，包括我自己：在饭前、在教会或者在向神寻求帮助的时候。尽管看上去随意，但这些特定的时间会给人一种错误的安全感，以为祷告已经完成了。人可能在信仰的旅程中变得注重惯例，忘记与神关系的美好本质。

想象一下，你只和自己的挚友每周说五分钟话。这感觉不太像友情，对吗？对与神的关系，同样如此。他渴望我们一整天都与他说话，而不是只在安排好的时候。

选择属神的影响

我们最常接触的人若不看重我们所看重的，我们就很容易远离神。如果我们不留心自己的内心，我们就很容易不知不觉远离神。

我们不该完全拒绝与非信徒的来往，但是寻找能帮助我们信仰得以成长的人显得更为重要。

这可以是：

- 参与一个小组或查经班。
- 寻找能在属灵上引导你的导师。
- 与能激励你在与基督的同行之路上得到更多成长的朋友来往。
- 看重耶稣的人能坚固我们的信仰并让我们不偏离正途。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

弱点：过度在意分心之物

干扰会从中性变为负面，起初只是微小的现象，逐渐侵占我们的生活，最终将耶稣边缘化或者挤到次要位置。

想一想有什么能消磨时间：手机上的社交媒体、工作、学习、个人目标或者特定的娱乐形式。这些都不是罪，但它们并不能帮助我们亲近神。

希伯来书 12:1 说：“当放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程。”

这需要我们辨别什么让我们远离基督，什么改变了我们的计划和我们觉得必要的事。若想与耶稣保持亲近，我们也许需要主动放弃一些干扰。

带着目标生活

有目的地行事是保持专注于基督的最佳方式之一，而把我们的日常生活看作对神伟大计划的贡献必然有帮助。

工作不仅是赚取收入的途径，也是借着我们的工作来服侍神的机会。

关系并不仅限于彼此交往，也为我们带来彰显神的爱的机会。

问题和挑战并不是阻碍或挫折，而是坚固我们信仰的机会。

如圣经中歌罗西书 3:17 所说：“无论做什么，或说话或行事，都要奉主耶稣的名，借着感谢父神。”

当我们用这样的态度对待日常生活时，基督就不会再只是我们生命中的一个小角落，而是我们一切行动的根基。

讨论：是什么阻碍了我们与基督同在？

1. 你生命中有哪些活动或事情让你无法把时间花在耶稣同在上？
2. 你能采取什么行动确保基督成为你日常活动中的首位？
3. 你需要减少或者剔除什么行为、与谁的来往甚至什么事情来保持属灵健康？
4. 你本周能采取什么小措施来帮助自己感到与基督更亲近？

实践指南

在做出日常决策时时刻以基督为中心，并不是为了完美，而是要做出选择，在每一刻和每一件事中都把他放在首位。

确保本周花些时间问自己，是什么在试图夺走你的注意力。然后，把范围缩小到你可以采取的一个措施，将你的重心放在真正重要的事上。别忘了，我们离基督越近，我们就越能成为他所期望的样子。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

4

成为他人的榜样

核心经文：马太福音 5:16

“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”

借着日常的行动引导他人归向耶稣

我们甚至意识不到，我们每个人都以某种方式影响着他人。我们的行为、话语和行动都是为别人指引方向的最简单方式，不论是指向耶稣还是远离他。

花点时间思考一下那些对你生命带来重大影响的人。你很可能想起的是好友、老师或者父母。他们让你看到了什么是正确的，而不是非要驱使你遵循一堆规则。他们以行动证明了自己的话。

我们可以成为那样的榜样，而正是耶稣呼召我们如此行。他在马太福音 5:16 说：*“你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。”*

这节经文是在说我们日常生活中的活动应该能够让我们彰显神的爱、恩典和真理，让人与他更近。

现在的问题是，我们如何做到呢？我们在生活中要采取什么措施来确保他人会努力靠近耶稣呢？

让你的光照耀

成为别人生命中的正面影响，不代表你必须完美无瑕，只意味着你随时都在。

人们会观察我们如何应对挑战，如何与他人相处以及我们实际的行为。如果我们自称是耶稣的跟随者，但却与世上其他人生活得没有任何区别，那我们的行动就变得没有意义。

实践指南

让你的光照耀意味着：

- 即使没有人在看，也要持守坚定的道德原则。
- 不要选择自私，而是要舍己。
- 即使你的信仰现在不符合潮流，也要忠心持守。

虽然人们也许不会关注你，但他们会关注你的生活。你的行动就是你的见证。

以正直生活

正直是在人前和人后都是同一个样子，是选择做正确的事，而不是容易的事。

箴言 11:3 说：“*正直人的纯正必引导自己，奸诈人的乖僻必毁灭自己。*”这意味着如果你行事诚实，就会蒙福，而如果你狡诈，就会受苦。

如果你行出诚实、始终如一和忠心，人们就会学会信任你。他们会意识到你不仅是嘴上说自己的信仰，更是每天都活出信仰。这种真诚在向人们见证我们所侍奉的神时会带来改变生命的影响。

想要跟随耶稣，却过着不诚实的生活、说闲话和背弃自己原则的生活会让见证这一切的人感到困惑。他们会不再相信我们吗？这说不准，但活出充满真诚、谦卑和忠心的人生能让我们成为基督的缩影。

像耶稣般爱人

成为榜样的最佳方式是像耶稣一样爱他人，并且设身处地为他人着想。

耶稣爱那些不容易爱的人，这就是为什么他关心罪人、被排斥的人甚至他的仇敌。他的爱不仅仅是饶恕、怜悯的爱，也是忍耐的爱。

如约翰福音 13:34-35 所说：“*我赐给你们一条新命令，乃是叫你们彼此相爱。我怎样爱你们，你们也要怎样相爱。你们若有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。*”

如果你想要带领别人来到基督面前，那你就需要像他一样爱他们，也就是无条件地爱每一个人，哪怕他们不配得。

言语无法完全表达我们的爱，但我们的行动可以。向他人展现恩慈能让他们渐渐意识到基督的爱。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

以谦卑来带领

许多人认为成为领袖或榜样意味着要掌握主导、居首位、或者一切胸有成竹。但是耶稣却向我们展现了不同的一面。

保罗在腓立比书 2:3-4 写道：“凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀，只要存心谦卑，各人看别人比自己强。各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。”

耶稣以谦卑带领。他没有要求关注或尊重，只是单单地服侍。他服侍他的门徒，甚至洗他们的脚。他总是确保以他人为先，最终为我们献上了生命。

若想带领人来到基督面前，以身作则是很重要的。这意味着少说话多倾听，让自己退居其次，并且在有机会时去服侍，不论什么时间或地点。

将信仰付诸行动

并不是每个人都会听讲道，并不是每个人都会读经，但是每个人都会看到你生活的方式。

你的生命可能是某人一生中唯一看到的耶稣的样式。

这不代表你需要变得完美，只是代表你需要真实。人们看重的是真实的信仰，而不是一场表演。这样的人在遇到真心爱神、信靠他并且跟随他的人时，会格外留心。

彼得前书 3:15，“只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就要常做准备，以温柔、敬畏的心回答各人。”

当你活出充满喜乐、平安和信心的生命，人们就会开始问是什么让你成为了现在的样子。这样的人会给你机会说起耶稣，不仅是用言语，更是用你的生命。

引导并激励下一代

不论我们有没有意识到，我们都会带来影响。有人在观察我们的生活方式、我们如何应对困难，以及我们如何对待他人。对许多人，特别是年轻一代来说，我们的行动比我们的言语更响亮。

实践指南

下一代在寻找指引。他们在寻找不是只会嘴上说信仰，而是真正活出信仰的榜样。他们需要看到在现实生活中真正把跟随基督实践出来意味着什么。这就是引导发挥作用的时候。

引导并不意味着对一切都了如指掌或者变得完美，而是与人同行，分享你的经历，并指引他们认识耶稣。重要的是要真实，展现恩典，给予鼓励。是要投入到他人的信仰之路中。

那么我们该如何引导并激励下一代，真正带来改变呢？

活出榜样

引导他人的最有力方法之一很简单，只需要活出你的信仰。人们也许不会忘记你说出了什么，但是他们会记得你如何生活。

在哥林多前书 11:1，保罗写道：“你们该效法我，像我效法基督一样。”引导就该是这个样子，不是为了指引人向我们看齐，而是借着我们的日常生活指引他们向耶稣看齐。

你不需要成为牧师或者老师才能成为表率。每段对话、每个小小的善举、每个坚守信仰的决定都很重要。当年轻的信徒看到你做出荣耀神的选择时，哪怕这选择很难做，也能鼓励他们同样去做。

乐意倾听并且随时都在

有时引导并不只是要说正确的话，而是要陪伴。人们需要的不只是建议，也需要真正倾听他们的人。

年轻一代正面临着以前从未存在的挑战：社交媒体上不断的攀比、对于身份的迷茫以及达到不现实的标准压力。许多人感到迷失、孤独或者对自己的信仰不确定。

这就是为什么你随时的陪伴能带来巨大的改变。当对方知道他们可以不必畏惧批判来到你面前时，他们就更能敞开自己。他们需要安全的空间去问棘手的问题，与疑惑斗争，并且处理生活中的挑战。

倾听并不意味着你需要解答所有的问题。有时，只是知道有人在关心，就足以为人带来鼓舞和盼望。

谁是你的英雄？你为何追随他们？

鼓励信仰的成长

一个好的导师不仅会给出建议，也会帮助他人成长。这意味着要鼓励他们养成属灵的习惯，比如读圣经、花时间祷告，以及参与属神的群体。

希伯来书 10:24 说：“又要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。”

我们并不是注定要单独踏上这场信仰之旅。我们需要有人来敦促我们，推动我们前行，并且在忘记时提醒我们神的真理。引导的本质正是如此：帮助他人基督里扎根，这样他们的信仰就能成长得更坚固。

做到这一点不一定很复杂。有时很简单，比如：

- 与挣扎的人一同祷告。
- 分享鼓舞你的圣经经文。
- 关心询问对方与神同行的路进展如何。

这些小小的举措能为一个人的信仰带来巨大的影响。

分享你的挣扎和见证

对于成为榜样的其中一个最大的误解是你必须要完美。但事实是，真实比假装无可挑剔能产生更大的影响。

年轻的信徒需要知道，挣扎是信仰很正常的一部分。他们需要听到人向他们讲述神如何在艰难的时刻作工、如何供应，以及如何带来医治。

诗篇 107:2 写道：“愿耶和华的赎民说这话。”

你的见证，不论是战胜恐惧、学会信靠神还是在信仰中成长，都能鼓励其他人继续前行。这会提醒他们，神是信实的，哪怕人生很艰难。

分享你的挣扎并不代表你软弱，而是会让人更容易与你产生共鸣。这会让他人看到，跟随基督并不是为了完美，而是要在任何阶段都信靠他。

敦促并鼓舞他人勇敢面对

一个优秀的导师并不只是会帮助他人成长，也会督促他们勇敢接受对自己的呼召。

实践指南

我们需要提醒年轻的信徒，他们的人生是有目的的，神对他们的生命有计划，以及他们能够带来改变。有时他们只需要有人对他们说：“我相信你。我看到神正在与你同工。坚持下去。”

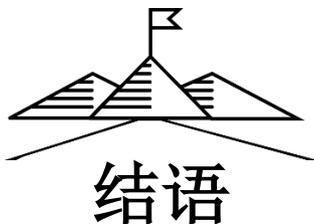
鼓励是有能力的。它能给人凭着信迈出去、去服侍、去带领，并且相信神对他们生命的计划的信心。

引导就是如此：帮助人看见神放在他们里面的潜能，并且推动他们去实现。

讨论：你如何能够成为他人的属神榜样？

1. 你的生命中有谁是属神的导师，他们如何影响了你？
2. 你认为你的生命中有哪些方面很好地反映了基督？有哪些方面还需要成长？
3. 你能如何为年轻的信徒主动投入心力？
4. 你本周能采取什么措施在他人与神同行的路上鼓舞并激励对方？

谁是你的英雄？你为何追随他们？



虽然我们也许会钦佩其他人，但毋庸置疑的是，没有榜样是完美的。这就是为什么以耶稣为榜样跟随他永远都会是最理智的选择。你将会从这段关系中获得真正的目标和智慧，以及带领他人走向神的生命。总之，要留心你所追随的人，因为行动会带来结果。



CHRISTIAN LINGUA 团队是全球最大的基督教翻译机构，为全球的
视频、音频和媒体项目提供翻译和配音服务。

