



惧怕人： 它是什么 以及如何 克服



JARED PRICE

惧怕人： 它是什么 以及如何克服



JARED PRICE

(贾里德 · 普莱斯)

目录

引言：奥林匹克运动会	4
第一部分：惧怕人	6
第二部分：敬畏神	13
第三部分：因降服而得胜	19
结语：并非总是金牌	24
注释	26



引言

世间鲜有赛事能像奥林匹克运动会带来的纯粹振奋那样吸引全球目光。来自世界各地的运动员严格自律，保持最佳的体能状态，在比赛中全力以赴，只为击败对手，赢得奥运金牌所带来的赞誉、荣耀与喝彩——这枚金牌象征着他们那一刻就是世界第一。

或许你听说过金牌得主李爱锐（Eric Liddell）的故事，他就是电影《烈火战车》中讲述的那位苏格兰短跑运动员。李爱锐出生于在中国服侍的一个宣教士家庭，靠着神的恩典，他在 20 世纪初的义和团运动中幸存下来。年少时，李爱锐便发现自己对跑步有着非凡的热爱与天赋。他经过多年的体能训练，最终成功参加了1924年巴黎奥运会。然而，当他得知自己参与的100米短跑项目安排在周日举行时，他选择退赛。在李爱锐看来，他只有两个选择：要么妥协安息日的信念，要么放弃参赛资格。

李爱锐遭到了队友、同胞以及国内外媒体的批评。就连当时尚未继位的威尔士亲王，也公开劝说他参赛。但李爱锐始终不为所动。面对巨大的压力与媒体的抨击，李爱锐选择荣耀神，而非屈从于对人的惧怕。

或许是出于他的声望，或是其卓越的天赋，奥委会最终为他提供了另一个选择。他可以参加400米项目。尽管他只有短短几周的时间备战这个项目，但好在比赛不在周日举行。令人难以置信的是，他成功晋级并闯入决赛。决赛当天清晨离开酒店时，团队的教练递给他一张纸条，上面写着：“尊荣神的，神必尊荣他。” 最终，他不仅赢得了金牌，还创下了47.6秒的奥运新纪录。

在电影《烈火战车》中，李爱锐的角色有这样一句台词：“是神使我跑得快，每当我奔跑时，我都能感受到他的喜悦。”

在我们的一生中，都会遇到像李爱锐那样的时刻。每个人都会面临这样的境遇，我们受试探要向惧人之心低头，妥协我们在真道上的信念。对人的惧怕可能成

为一种令人窒息、束手无策的压力，它将我们压垮，囚禁在罪恶的失败主义中，并耗尽我们对生命的热爱。这种惧人之心，源于一种思想，即认为某个人或某群人能够提供我们所需所求，而这些是神不能或不愿给予的。对人的恐惧，本质上是相信谎言，导致我们去敬拜受造之物，而不是敬拜造物的主。世俗书籍试图用心理学自助的方法来包扎由对人的恐惧造成的伤口，却收效甚微。胜过惧人之心的唯一途径，看似矛盾，却是通过降服——降服于那位已经得胜的主。

这份实践指南旨在帮助你识别并对抗对人的恐惧，并通过全然降服于耶稣基督的主权，让你生命中的喜乐得以丰盛。指南的前两部分将从圣经视角出发，探讨有罪的恐惧与敬虔的恐惧之间的区别。在第一部分，你将学会剖析自身的恐惧。在第二部分，你将认识到一种能驱除恐惧的敬畏。而在第三部分（也是最后一部分），你将明白，降服于基督并与他联合，你便能胜过对人的恐惧。

1

惧怕人

《剑桥词典》将惧怕定义为“当你因正在发生或可能发生的危险、痛苦或坏事感到害怕或担忧时，所产生的不愉快情绪或想法。”请注意，在这个定义中，惧怕要么是一种情绪（感受），要么是一种想法（信念）。但我认为，惧怕极少（即便存在）只是其中一种。每一种恐惧，都会在不同程度上受到我们所思所信的影响。

我记得有一天下班回家，打开车库门后，发现我两岁的孩子正站在厨房餐桌上，想要抓住餐厅的吊灯晃荡。那一瞬间，我瞳孔放大、心跳加速，赶紧冲过去把她抱下来，生怕她把吊灯拽下来砸到自己，或者从餐桌上晃掉下去。但令我意外的是，那一刻她毫无恐惧。她根本无法理解抓着吊灯晃荡可能会带来疼痛、伤害与危险。但我懂！我的大脑立刻判断出危险，我对她安全的担忧，促使我迅速采取行动救她。

我第一次从一架状态完好的飞机上跳伞时，也经历过这种恐惧的感受——情绪与信念交织在一起。我至今还记得，当 SC. 7空中货车运输机的后舱门降下，最初的气流涌入又涌出机舱时，那种感觉有多强烈。我站在那里，双腿发抖，凝视着下方1500英尺处的地面。这可不是自由落体那种模糊的失重快感（那种情况下你至少有一两分钟时间享受体验才开伞）。这是二战时期那种定点开伞式跳伞——一旦降落伞无法打开，我的身体不到12秒就会直接摔在地面上。我当然害怕，但我害怕的不只是这种风险。比起担心会被电线电死（安全简报中曾警告过这一点），我更害怕无法通过这个训练，让家人、朋友和队友失望。由此可见，对人的恐惧无疑是错综复杂且层层交织的。

当我们思考惧人之心时，重要的是要记住，我们所感受到的生理反应，比如双腿发抖、心跳加速，与我们所相信的有着内在关联。但恐惧往往不会一直停留在感受层面。经历恐惧后，自然会产生行动。这种行动通常被称为战斗或逃跑。无论选择哪种，我们的行动都会受到我们对该情境可能结果的信念的影响。

因此，对人的恐惧可以定义为：因相信某个人或某群人有能力给予或剥夺你认为自己所需所求之物，而产生的一种情绪；这种情绪会为了达成对你有利的结果而影响你的后续行动。

换句话说，爱德华·韦尔契（Edward Welch）所言：“惧怕人，就是把人放大了，而把神缩小了。”¹

圣经与人生经历教导我们，惧人之心通常可归为五类。我用“FEARS（惧怕）”这个词的缩写来帮助记忆：（F）财务（Finances）、（E）尴尬（Embarrassment）、（A）争执（Arguments）、（R）拒绝（Rejection）、（S）苦难（Suffering）。在每一类中，我们都会查考相关的圣经教导和具体例子，并促使我们去深入思考我们自身的恐惧。当你阅读时，不妨结合圣经中的描述与例子，反思自己的处境和人生经历，看看它们可能如何揭示出你与恐惧相关的信念。

对财务的恐惧

使徒保罗写道：“贪财是万恶之根”（提前6:10）。对于那些我们认为掌控着我们经济保障的人，我们可能会产生极大的恐惧。对这些人的惧怕，或许能正向激励我们的工作表现，但也可能让我们沦为工作狂，或诱使我们为了讨好上级而放弃诚信。此外，我们也很容易将我们认为掌控着自己经济保障的人，或是那些拥有我们渴望的财务自由的人，奉为偶像。后一种恐惧，与其说是害怕别人会夺走什么，不如说是羡慕别人所拥有的。无论对方是你的直属上司、某个机构、投资者，还是有影响力的人脉，我们都很容易根据我们认为能最大程度增加或保障我们未来财务状况的想法，来调整自己的行为。

神知道我们会因财务问题陷入恐惧、忧虑与焦虑之中。耶稣在登山宝训中针对这一点教导说：“所以，不要忧虑说吃什么、喝什么、穿什么。这都是外邦人所求的。你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了”（太6:31-33）。当我们忘记神供应的大能时，视线往往首先聚焦在那些我们认为能提供自己迫切所需所求的人身上。

这种惧人之心，会让我们贪慕并渴望别人所拥有的。在路加福音12:13-21中，有人请求耶稣介入他的家庭纷争，命令他的兄弟把产业分给他。耶稣回应说：“人的生命不在乎家道丰富”（路12:15下）。接着，耶稣讲了一个故事：有一个人，田里的庄稼丰收，仓库都装不下了。他没有把多余的粮食分出去，反而计划建造更大的仓库来储存，好让自己以后能安逸度日、吃喝玩乐——基本

对人的恐惧

上就是美式退休生活（路12:16-19）。但神称这个人为无知的人，因为就在那夜，他的灵魂被取去，他所预备的一切，都要归了别人（路12:20-21）。

财务上的保障无法带来我们内心渴望的那种自由。相反，这种成就可能成为一种障碍，使我们用对物质财富的信靠，取代了对神的依赖和信靠。有一个富有的少年人来见耶稣，问他该做什么才能承受永生（太19:16）。耶稣告诉他要遵守诫命，少年人自豪地回答说，从少年时起他就遵守了这些诫命（太19:17-20）。但耶稣接着对他说，要去变卖所有的产业，分给穷人，然后来跟从他（太19:21）。听到这话，少年人就忧忧愁愁地走了。耶稣向这个少年人揭示了他真正的倚靠所在：他的钱财。对财务保障的恐惧，会让我们沉迷于物质——渴望别人所拥有的——从而错失眼前神为我们所预备的丰盛祝福。

对尴尬的恐惧

我们从小就知道害怕尴尬。无论是比喻意义上的出糗，还是字面意义上的窘迫，每个人都有过被别人嘲笑、讥讽的经历。尴尬会让我们感到孤独、无助、脆弱，觉得自己微不足道。根据我们经历尴尬的经验，我们可能会建立起强烈的心理防线和自我保护机制，避免再次经历同样的感受。这种惧人之心，会让我们变得懦弱，使我们说出尖锐的防御性话语，让我们自我孤立，或是诱使我们放弃自己的诚信，去取悦那些我们认为在社交圈中有影响力的人。

对尴尬的恐惧，往往源于我们文化中可接受与不可接受的标准。在一世紀，马利亚和约瑟订婚后，马利亚若未婚先孕，会是极大的羞耻。因此，约瑟得知马利亚怀孕后，就想要暗暗地把她休了（太1:19）。约瑟一方面不想被人指责妻子不忠，另一方面也希望通过悄悄休妻，避免马利亚遭受公开的羞辱。正因如此，耶和华的使者对他说：“不要怕，只管娶过你的妻子马利亚来”（太1:20）。因着顺服神，马利亚和约瑟都甘冒遭社会唾弃的巨大风险，毅然在她怀有耶稣的情况下继续保持婚约。

当我们向对尴尬的恐惧屈服时，我们也会影响到我们所带领的人。保罗在加拉太书2:11-14中描述了他与彼得的对质。在安提阿时，彼得一直在向外邦人传道，还与他们一同吃饭，而这种做法在一世紀的犹太人看来是可耻的。后来，有从雅各那里来的几个人，彼得就“因怕奉割礼的人”，就退去与外邦人隔开了。（加2:12）。因着彼得的恐惧，别的犹太信徒也都随伙装假，甚至包括巴拿巴（加2:13）。我们必须明白，我们的恐惧会深深影响身边的人——尤其是与我们最亲近的人。

害怕说出或做出让人尴尬的事，不仅会让我们悖逆神、陷入罪中，还会夺走我们极大的喜乐。我们常常因为害怕别人的看法或议论，而不敢分享自己的信仰，

不敢呼召他人相信福音。想想这背后的影响。我们宁愿让朋友和家人面临永恒的沉沦，也害怕因冒犯他们而感到尴尬。在这些时刻，我们选择了人的看法，胜过神的看法与命令。

对争执的恐惧

对有些人来说，一想到关系中的争执、分歧与对抗，就会产生极大的焦虑。那些害怕关系冲突的人，可能会试图回避、迎合他人，或是无视与别人的矛盾。无论是与家人、邻居、教会弟兄姊妹，还是职场伙伴发生冲突，都可能耗尽他们的心思、时间与精力。而且，如果他们回避问题的手段无法掩盖矛盾，那些害怕争论的人宁愿结束一段关系，也不愿去解决问题。这种恐惧的危险之处在于，它可能导致我们违背神的命令、陷入不作为的罪，并在为信仰辩护（护教）上出现属灵的萎缩。

扫罗因害怕以色列百姓的反对，违背了神的命令，最终被神废弃王位。在撒母耳记上15章中，神命令扫罗将亚玛力人及其所有财物，包括人和牲畜，全部灭尽（撒上15:3）。这条命令的深层含义我们另作讨论，但关键在于，当扫罗带领百姓击败亚玛力人后，却留下了亚玛力王亚甲和上好的牲畜与财物（撒上15:9）。当撒母耳质问扫罗为何违背神的话语时，扫罗回答说：“我有罪了，我因惧怕百姓，听从他们的话，就违背了耶和华的命令和你的言语”（撒上15:24）。百姓想要留下战利品，扫罗不愿因此引发百姓的不满与骚动，所以没有坚守神的命令，只是部分顺服，甚至还试图用部分的顺服为自己辩解（撒上15:20-21）。由此可见，害怕争执与对抗，会让我们在顺服神的命令上妥协。

当我们害怕卷入争执或艰难的对质对话时，很容易陷入不作为的罪——不去做神命令我们做的事。反过来，作为的罪是指故意去做神所禁止的事。耶稣命令说：“倘若你的弟兄得罪你，你就去，趁着只有他和你在一起的时候，指出他的错来。他若听你，你便得了你的弟兄”（太18:15）。这条命令十分明确。如果有人得罪你，你有责任去当面指出他的过错。对有些人来说，哪怕只是想到要去指出别人的罪（因这过程中可能会引发争执或分歧），都会感到恐惧。但回避这种对质，不仅是对犯错的弟兄缺乏爱心，更是一种不作为的罪——未能遵守耶稣的命令。保罗在向哥林多教会强调罪的严重性时，也重申了这一点（林前5:9-13）。他写道：“教内的人岂不是你们审判的吗？至于外人，有神审判他们。你们应当把那恶人从你们中间赶出去！”（林前5:12下-13）明知某些可能引发争执的不愉快对话是必须的，却因恐惧而回避，这很容易让我们陷入不作为的罪。

害怕争执的后果还有很多，其中之一便是在护教操练的萎缩。彼得写信给分散在各处的信徒说：“只要心里尊主基督为圣。有人问你们心中盼望的缘由，就

对人的恐惧

要常作准备，以温柔、敬畏的心回答各人”（彼前3:15）。彼得写这段话时，是在回应基督徒所承受的重大苦难，这是另一种恐惧，我们稍后会讨论。但即便身处苦难，彼得仍吩咐那些分散在各地的基督徒，要时刻预备，为他们对基督的信仰辩护。当我们害怕争执、对抗或分歧时，本能反应就是回避为信仰辩护。向对人的恐惧屈服，会阻碍我们的属灵成长，让我们无法预备好为心中的盼望作见证。

对拒绝的恐惧

如果说对尴尬的恐惧主要涉及社交圈，那么对拒绝的惧怕则涵盖职业与个人生活两大领域。无论你是职场人士、在校学生、企业家、退休人员、爱好者，还是全职妈妈，这些领域都是你投入最多时间、精力、努力与心思的地方。无论在哪个领域，没有人喜欢失败和被拒绝。但若你真的抱着怕被拒绝的心态，那很可能真的会遭遇拒绝！我们都渴望成功，希望收获工作出色的口碑。而害怕别人诋毁你的名声或看轻你，这种恐惧可能会迫使我们为了获得认可而违背神、迎合他人。

对拒绝的恐惧，往往就体现在同辈或职场压力上，这种压力会拦阻我们顺服神。住棚节期间，人们都在议论耶稣（约7:11-13）。有人说他是好人，也有人认为他是迷惑人的（约7:12）。但所有人都有一个共同点——他们不敢公开讲论，“因为怕犹太人”（约7:13）。后来约翰解释了人们害怕的原因：“因为犹太人已经商议定了，若有认耶稣是基督的，要把他赶出会堂”（约9:22）。宗教领袖利用将人排除在集体敬拜与团契之外这种拒绝手段，阻止人们认识、跟随并相信耶稣。即便在耶稣在耶路撒冷的最后一周，“官长中却有好些信他的，只因法利赛人的缘故，就不承认，恐怕被赶出会堂”（约12:42）。如今，这种因同辈或职场压力而不敢跟随耶稣的情况，依然存在。

讨好他人是害怕在个人或职业层面遭到拒绝的另一种表现。我们已经看到，扫罗王因害怕以色列百姓，不得不迎合他们的欲望（撒上15:24-25）。保罗在为自己的福音观点辩护时，向加拉太人发问：“我现在是要得人的心呢，还是要得神的心呢？我岂是讨人的喜欢吗？若仍旧讨人的喜欢，我就不是基督的仆人了”（加1:10）。当保罗劝勉奴仆要利用自己的身份荣耀基督时，他说不要像有些人那样讨人的喜欢，而是要从心里做工，荣耀神（弗6:6；西3:22-23）。当我们做事、行为和说话的动机，源于为了自身利益而迎合上级或下属时，就成了讨好他人。对拒绝的恐惧会让我们充满焦虑，不知不觉中，我们就成了周围人欲望的奴隶，而非顺服那位爱我们的神。

对苦难的恐惧

对苦难的恐惧是最广泛的一种恐惧，它既包括身体上的苦难，也包括心理上的

苦难。人是有罪的，会各自行各样的恶事。苦难的形式多种多样，从言语辱骂到身体折磨都有。有人会残忍地利用身体痛苦或恶毒言语胁迫他人按自己的意愿行事。虽然对苦难或死亡的恐惧未必都是罪，但害怕被人伤害这种恐惧，会扼杀我们的喜乐、让人变得胆怯、摧毁信心，还会将我们困在无声的抑郁之中。

亚伯兰在途经埃及时，曾经历过身体受苦的恐惧。他知道妻子撒莱容貌俊美，担心埃及人会因他是撒莱的丈夫而杀了他（创12:10-12）。对人的惧怕会影响我们的决定，也会显明我们的信心。亚伯兰的恐惧让他说了谎——称撒莱是自己的妹子。法老听闻撒莱的美貌后，就把礼物送给亚伯兰，并娶撒莱为妻。结果，神使法老和他的全家都遭受大灾（创12:13-17）。若不是神的干预，亚伯兰的恐惧很可能会导致撒莱永远成为法老的妻子。

对死亡与身体痛苦的恐惧并非小事。在橄榄山上，耶稣在被出卖的前一夜，向父祷告说：“父啊！你若愿意，就把这杯撤去！然而，不要成就我的意思，只要成就你的意思”（路22:42）。耶稣当时固然想到要承担因罪而来的神圣审判与忿怒，但从人的角度来说，他也一定想到了即将在十字架上承受的身体痛苦——英语当中的“*excruciating*”（极度痛苦的）一词，正源于罗马的十字架刑罚。作为医生，路加记载道：“耶稣极其伤痛，祷告更加恳切，汗珠如大血点滴在地上”（路 22:44）。这是一种被称为“血汗症”的生理现象，即血液从汗腺渗出。据称列奥纳多·达·芬奇也曾描述过士兵上战场前出现的类似情况。尽管耶稣的痛苦远超对身体苦难的恐惧，但这种恐惧无疑是其中的一部分。

与身体疼痛相似，言语虐待、威胁和恶意也会引起极度的恐惧，使人感到羞耻、选择封闭自我、对他人缺乏或毫无信心与信任。这些言语造成的伤害，可能源于我们自身所犯的罪，也可能源于他人对我们所犯的罪。当我们陷入罪中时，那些冷酷无情的人可能会利用我们的过失，因我们的行为而羞辱、嘲讽我们。这也是雅各之所以写道“最小的火能点着最大的树林！舌头就是火，在我们百体中舌头是个罪恶的世界”的部分原因（雅3:5下-6）。那控告者撒但，最希望的就是让我们因自己的罪而感到羞耻和绝望（启12:10）。此外，他人对我们所犯的罪，也可能让我们产生对苦难的恐惧。或许你的父母曾总是怒气冲冲、大喊大叫，或是不断打击你、对你说刻薄的话；或许你有一个暴虐的老板，永远对你不满意，光是进办公室就让你感到恐惧，总在担心他下次何时会发脾气；又或许你的配偶虽不算残忍，却已多年未曾给过你一句称赞。若不经历生命的转变，对苦难的恐惧会将我们困在孤立、讨好他人与抑郁的牢笼中。

讨论与反思：

1. 你的财务目标是什么？写下你能想到的所有目标。再写下你所有的财务恐惧。这些恐惧与你的财务目标有何异同？这些恐惧反映出你是信靠神，还是信靠人？
2. 你对尴尬的恐惧可能会如何让你陷入罪中？这种恐惧又可能如何夺走你生命中的喜乐？若你不再害怕尴尬，你可能会去做或尝试哪些事？
3. 你在同辈或职场压力方面存在哪些挣扎？这些压力的来源是谁？你认为是什么原因让你对他们产生这样的看法？
4. 你发现自己不经意谈论自己的成就或成功的频率有多高？你是否认为，自己可能是出于渴望被认可，才陷入了自夸的骄傲中？你如何判断这一点？
5. 你在想讨好他人方面存在哪些挣扎？脑海中最先浮现的这类人是谁？他们在你生命中扮演着怎样的角色？

2

敬畏神

敬畏能驱散恐惧。

我依然记得我第一次参加海军为阵亡战友举行的葬礼。那天，在常年阳光明媚的加利福尼亚州圣地亚哥，却异常地乌云密布。我的一位战友身着整洁的海军白色制服，走上一个小讲台，讲台孤零零地立在巨大的美国国旗背景前，国旗在海风中庄严地飘扬。他说的话我已记不全，但结尾的祷告却至今萦绕在我心头。不幸的是，这句祷告我后来在类似的纪念仪式上常听到，竟也不知不觉就记下来了。那是一句简单却有力的祷告：

“主啊，愿我不辜负我的弟兄。”

史蒂文·普雷斯菲尔德（Steven Pressfield）在其短著《战士精神》（*The Warrior Ethos*）中，也引用了这句祷告。他在分析斯巴达战士文化时提出，对战场苦难与死亡的恐惧，会因对战友的爱驱散。他提到，在温泉关战役中，当最后一批斯巴达战士知道自己必死无疑时，第厄涅刻斯（Dienekes）对战友们说：“只为身边之人而战。他便是一切，一切都在他身上。”普雷斯菲尔德将这种能驱散恐惧的情感与信念称为“爱”——从圣经中我们可知，普雷斯菲尔德的说法有一定道理，但或许并非他所理解的层面。在希腊文化中，城邦（*Polis*）是安全与保障的核心，生活围绕城邦运转，人的力量也与城邦的实力息息相关。对于职业战士而言，保卫城邦是他们身份的意义。若被视为懦夫，或不愿为城邦奋战牺牲，那将是最羞耻、最屈辱的事，甚至比死亡更可怕。战士的祷告恰恰表明，其中固然有爱，但还有一种敬畏在驱散恐惧。在这里，便是不辜负弟兄的敬畏。

正如普雷斯菲尔德所言，圣经确实教导，爱能驱散恐惧。约翰一书4:18写道：“爱里没有惧怕，爱既完全，就把惧怕除去，因为惧怕里含着刑罚；惧怕的人在爱里未得完全。”神借着约翰所写的这封信明确告诉我们，完全的爱能驱散恐惧。但结合上下文可知，这里所说的恐惧是特指某一种。在这段经文之前，

约翰写道：“这样，爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子坦然无惧；因为他如何，我们在这世上也如何”（约一4:17）。神完全的爱所驱散的，是对末日审判的恐惧。我们在基督完全的爱中所拥有的地位，坚固了我们与他同得永生的盼望，从而驱散了对审判的恐惧。但这段经文并非指基督徒不会再经历任何惧怕。相反，圣经的教导是敬畏能驱散恐惧。具体来说，要正确认识神，就必须对神存有一种敬畏，这种敬畏是基于神的本性，也基于他的爱。

惧怕和敬畏的区别

要正确理解并克服对人的各种恐惧，我们需从恐惧的起源谈起。圣经中第一次提到恐惧，是亚当和夏娃犯罪后试图躲避神的时候（创3:10）。亚当和夏娃犯罪后，他们经历了前所未有的感受——一种对神不健康的惧怕。因神本为善且至圣，犯了罪的人类如今与神隔绝，迫切需要与神和好。而对神的敬畏，便是不完美的有罪受造物在面对完美圣洁的造物主时所产生的感受。爱德华·韦尔契认为，惧怕人，就是把人放大了，而把神缩小了。² 反之，对神的敬畏，是神很大，人很小。既然恐惧是情绪与信念的结合，那么我们对自己在神面前所处地位的信念，会直接影响我们对神的感受。

对神的敬畏基于神的良善与圣洁，这种敬畏既是极大的，也是令人战兢的。箴言1:7说：“敬畏耶和华是知识的开端，愚妄人藐视智慧和训诲。” 知识与智慧都是美好的，始于对神正确的敬畏，因为神本身就是完全且良善的。历代志上16:34写道：“应当称谢耶和华，因他本为善，他的慈爱永远长存！”诗篇86:11进一步强调了神的良善与我们对神的敬畏之间的关系：“耶和华啊，求你将你的道指教我，我要照你的真理行；求你使我专心敬畏你的名。”在这段经文中，教导、真理与敬畏都被归为以神为中心的美好事物。诗篇33:18更将神的爱与敬畏他的人联系起来：“耶和华的眼目看顾敬畏他的人和仰望他慈爱的人。” 尽管神极其良善，但我们仍会敬畏他，因为他是全然可畏的圣洁。

人在遇见神时，一贯的反应是恐惧战兢。先知以赛亚记载，他曾被引领到天军之中，站在神的面前。以赛亚这样描述自己的经历：“祸哉！我灭亡了！因为我是嘴唇不洁的人，又住在嘴唇不洁的民中，又因我眼见大君王万军之耶和华”（赛6:5）。当摩西求见神的荣耀时，耶和华回答说：“你不能看见我的面，因为人见我的面不能存活”（出33:20）。以西结记载，当他在异象中看见神的荣耀时，立刻俯伏在地（结1:28下）。我们本是有罪的，与神的完美形成鲜明对比，这便引发了对神的敬畏；而当我们想到神那无限的知识、同在与大能时，这种敬畏更会加深。

神主权属性的内在特质是全知——神知晓一切。神完全知晓万事万物，包括他自己（林前2:11）。他知晓一切实际存在的事与一切可能发生的事，他同时知

晓这一切（撒上23:11-13；王下13:19；赛42:8-9, 46:9-10；太11:21）。约翰一书3:20说：“神一切事没有不知道的。”大卫这样描述神的全知：“耶和华啊，你已经鉴察我，认识我。我坐下，我起来，你都晓得，你从远处知道我的意念”（诗139:1-2）。耶稣在迦拿的婚宴上行神迹时，约翰福音记载，因圣灵住在他里面，他洞悉人心：“有许多人看见他所行的神迹，就信了他的名。耶稣却不将自己交托他们，因为他知道万人”（约2:23-24）。在神的主权之下，他全然知晓万事，因此耶稣说，我们在天上的父，在我们求告之前就知道我们所需的（太6:8）。神的完全全知，再加上他的全在，更让我们对他生出敬畏。

神不仅全知一切实际与可能的事，还具有全在的属性——他无处不在，存在于所有空间与地方。神不受物理维度限制，因为“神是个灵”（约4:24）。作为宇宙的创造者，他不受宇宙的束缚。申命记10:14说：“看哪，天和天上的天，地和地上所有的，都属耶和华你的神。”但神的同在，并不意味着他在所有空间与地方的作为都相同。试看两处经文的对比：约翰福音14:23说神要与人同住；而以赛亚书59:2则说，因以色列人的罪，神与他们隔绝。尽管神在各处同等地临在，但他的同在可能带来祝福，也可能施行审判。因此，与神相近或与神远离，取决于在特定的空间、地方与时间里，神对他的受造物和创造的态度（耶23:23-25）。但无论如何，神始终完美地同在，充满所有空间，贯穿所有时间。

神的全知与全在，更由他无限的全能所补充——他无所不能。凡神所愿的，他都能成就；在他没有难成的事（创18:14；耶32:17）。保罗写道，神“能照着运行在我们心里的大力，充充足足地成就一切，超过我们所求所想的”（弗3:20）。当天使加百列向马利亚显现时，对她说“因为出于神的话，没有一句不带能力的”（路1:37）。神唯一不能做的，就是违背他自己的本性。因此，希伯来书的作者说：“神决不能说谎”（来6:18）。至于实现和成就他自己的旨意，没有任何事物能拦阻祂，祂必将成就（赛40:8, 55:11）。神的全能，再加上他的全在与全知，更显明我们的不完全与祂的完全之间有何等大的差距。

我们越是思想神的超越性，就越会因自己与神的不同本质而心生真切的敬畏，同时也会因他的慈爱而满有敬畏与惊叹。这份惊叹应促使我们敬拜神，称颂他的慈爱、恩典、忍耐与赦免。摩西上西奈山时，耶和华宣告自己的名说：“耶和华，耶和华，是有怜悯、有恩典的神，不轻易发怒，并有丰盛的慈爱和诚实，为千万人存留慈爱，赦免罪孽、过犯和罪恶”（出34:6-7）。先知在列举以色列人的罪孽和过犯后说：“耶和华必然等候，要施恩给你们，必然兴起，好怜悯你们，因为耶和华是公平的神。凡等候他的，都是有福的”（赛30:18）。而这份慈爱与公义的终极体现，便在耶稣基督钉十字架时达到顶峰。在十字架

对人的恐惧

上，“唯有基督在我们还做罪人的时候为我们死，神的爱就在此向我们显明了”（罗5:8）。凡是信耶稣基督为主的人，不再被定罪了（罗8:1）。

经历对神的敬畏，既是在他的超越性面前恐惧战兢，也是因他的仁慈而敬畏崇拜。

我们此前将“对人的恐惧”定义为：因相信某个人或某群人有能力给予或剥夺你认为自己所需所求之物，而产生的一种情绪；这种情绪会为了达成对你有利的结果而影响你的后续行动。简而言之，对人的恐惧就是害怕人。

相比之下，“对神正确的敬畏”是这样一种情绪：因相信神具有无限的超越性，拥有无限公义的权能（本可永远毁灭你），却仍施恩典，借着耶稣的代赎牺牲，愿意赦免你、供应你、赐你力量，并赐你永生的基业，而产生的情绪。看似矛盾的是，对神的敬畏，就是被神吸引。

当我们被神吸引，就不再害怕人。敬畏能驱散恐惧。对神正确的敬畏会让我们放下对人的恐惧，因为我们所相信的完全不同了。当我们正确认识到，唯有神能供应我们迫切的所需所求时，我们就不会再将权能归给人，而是归给神。因此，当我们被神吸引、对神存敬畏之心时，就会学着渴望遵行他的旨意——因为我们相信，这对我们来说才是真正最好的。

敬畏神引导我们渴慕神的旨意

正确敬畏神会引导我们面对神的旨意。当我们认识神的本性后，就必须做出抉择，是接受他的统治，还是拒绝他的统治？没有其他选择。要么我否认神的统治，要么我俯伏在他脚前，降服于他的旨意。对于我们这些对神存正确敬畏的人来说，神的超越性与他的慈爱会呼召并促使我们调整自己的生命，去符合他的心意，因为我们相信，这样行对我们才是最好的。而这份好或许不会在今生显现，却会在将来的永生中成就。圣经中，多位被神吸引的圣徒所留下的感人故事，都印证了这一点。

但以理虽在巴比伦沦为俘虏，却从小就被神吸引。因坚定要遵行神的话语，他拒绝吃尼布甲尼撒王所预备的食物，也不喝王的酒（但1:8）。太监长本想拒绝但以理的请求，担心若但以理身体变得虚弱，王会降罪甚至杀了他（但1:10）。但神赐福给但以理，向他施恩。

后来，但以理的同胞沙得拉、米煞、亚伯尼歌也同样被神吸引，他们拒绝敬拜尼布甲尼撒王所立的金像，因此被定罪，要被扔进烈火的窑中烧死（但3:8-15）。王质问他们时，他们回答说：“尼布甲尼撒啊，这件事我们不必回答你。

即便如此，我们所侍奉的神能将我们从烈火的窑中救出来。王啊，他也必救我们脱离你的手。即或不然，王啊，你当知道：我们决不侍奉你的神，也不敬拜你所立的金像”（但3:16-18）。可见，他们向神的降服，驱散了对苦难与死亡的恐惧。他们承认，神才是掌管他们生命的真正权能者，即便神选择不拯救他们，他仍比任何人都配得敬拜。最终，神确实拯救了他们（但3:24-30）。

多年后，同样的故事在但以理身上重演。他因坚持向神祷告，被扔进狮子坑，但神施行神迹保全了他的性命（但6:1-28）。当我们被神吸引时，就会降服于神的旨意。

当面对歌利亚时，双方都认为他毫无胜算。在大卫之前，所有看见歌利亚的以色列人都因惧怕而逃跑（撒上17:24）。但大卫却回应说：“这未受割礼的非利士人是谁呢？竟敢向永生神的军队骂阵吗？”（撒上17:26下）。当扫罗找到大卫时，大卫对他说：“人都不必因那非利士人胆怯，你的仆人要去与那非利士人战斗……耶和华救我脱离狮子和熊的爪，也必救我脱离这非利士人的手”（撒上17:32，37）。即便对方是歌利亚这样令人畏惧的人，大卫也不胆怯，因他所敬畏的是神的大能。神拣选了这个受他吸引的少年人来宣告“争战的胜败全在乎耶和华”（撒上17:47）。神的大能远超世人的能力，即便只是一个牧羊少年，神也能借着他击败身经百战的巨人。

司提反在被处决前，向犹太人传讲耶稣基督的福音时，必定看到了人群脸上积聚的怒气。但当众人变得极度愤怒时，司提反却越发被神吸引，神向他显现异象，让他看见耶稣站在神的右边（徒7:54-56）。当他说出这异象时，众人就大声喊叫，捂着耳朵，冲向他（徒7:58）。他们把司提反推到城外，用石头打他。即使在这个时候，司提反仍然展现出对神旨意的降服，大声喊着说：“主啊，不要将这罪归于他们”（徒7:60）。对神正确的敬畏，会促使我们渴望遵行神的旨意，即便这意味着要经历痛苦与苦难。

希伯来书为我们记载了许多被神吸引的忠心见证人，他们如同云彩围绕着我们。我们大可以详细讲述亚伯拉罕顺服神的旨意，愿意将以撒献上；或是约瑟因哥哥们的背叛，在埃及被囚二十年，却仍顺服神的旨意；或是摩西和亚伦在埃及顺服神的旨意；又或是众先知各自的故事，他们都选择敬畏神，而非惧怕人。但这些故事都不及耶稣基督的福音，更能激励我们、赐我们力量去胜过恐惧。在第三部分，我们将探讨，我们与基督的联合如何使我们能降服于神的旨意，并使我们胜过对人的惧怕。

讨论与反思：

1. 当你思想神时，脑海中最先浮现的是什么？你认为自己敬畏神吗？为什么？

对人的恐惧

2. 你认为自己更常惧怕人，还是更常敬畏神？为什么这么认为？
3. 最近一次让你感到极大压力、忧虑或焦虑的事情是什么？这件事是因对人的恐惧引起的吗？如果是，属于哪一种恐惧？对神正确的敬畏如何能引导你的心归向真理？
4. 你对神的敬畏如何引导你降服于神的旨意？若没有，你认为是什么阻碍了你顺服？是否有某个特定领域让你难以或不愿交托给神？

3

因降服而得胜

对神正确的敬畏能驱散对人的恐惧，因为它会引导我们遵行神的旨意。那么，神的旨意是什么？首先，神愿万人得救（提前2:4）。当我们相信耶稣基督是我们生命的主时，圣经说，借着圣灵的内住，我们就与基督联合。耶稣这样描述：“人若爱我，就必遵守我的道，我父也必爱他，并且我们要到他那里去，与他同住……但保惠师，就是父因我的名所要差来的圣灵，他要将一切的事指教你们，并且要叫你们想起我对你们所说的一切话”（约14:23, 26）。当我们承认自己的罪，相信耶稣基督是主时，神就会赦免我们，并使我们与他的儿子联合（罗10:9）。要克服对人的恐惧，我们就必须降服于那位已然得胜的神。

若说对人的恐惧要通过降服于耶稣来攻克，你可能会觉得这话太过平淡。你或许会想：“这太简单了吧。难道没有更好的心理学方法，或是提升自尊的课程能帮我克服对人的恐惧吗？要是我长得更好看、考上名牌大学、买新衣服、与漂亮的人约会，或是找到一份体面高薪的工作，难道不会更有信心和勇气吗？”答案是否定的。那样做只会让你更深地陷入对人的惧怕中。没错，这个简单的答案恰恰是正确的。唯有通过降服于基督，我们才能胜过对人的恐惧。

保罗进一步论述了圣灵如何使我们与基督联合。他写道：

然而叫耶稣从死里复活者的灵若住在你们心里，那叫基督耶稣从死里复活的，也必借着住在你们心里的圣灵，使你们必死的身体又活过来……你们所受的不是奴仆的心，仍旧害怕；所受的乃是儿子的心，因此我们呼叫：“阿爸！父！”（罗8:11, 15）

在写给加拉太各教会的另一封信中，保罗写道：“我已经与基督同钉十字架，现在活着的不再是我，乃是基督在我里面活着”（加2:20）。在与基督的联合中，我们领受了基督的能力，他曾面对并攻克了对人的恐惧。

在与基督的联合中，我们要通过持续降服于基督来胜过惧怕。即便在监狱中，

保罗仍能写道：“我想，现在的苦楚若比起将来要显于我们的荣耀，就不足介意了”（罗8:18）。我们可以坦然面对任何境遇，因我们晓得“万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人……谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难吗？是困苦吗？是逼迫吗？是饥饿吗？是赤身露体吗？是危险吗？是刀剑吗？”（罗8:28, 35）答案显而易见：没有任何事物能做到！没有任何事物能使我们与基督的联合隔绝，能使住在我里面的圣灵离开，或是使我们与神的永恒居所隔绝。因此，“靠着爱我们的主，在这一切的事上已经得胜有余了”（罗8:37）。我们唯有通过降服于基督，才能胜过恐惧。

这在实际生活中该如何体现呢？当我面对人的恐惧时，降服于耶稣又能如何帮我战胜恐惧？在接下来的几段中，我们将简要探讨降服于基督如何改变我们对所需所求的认知。这绝非简单的心态转变或视角调整，而是成为一个新造的人——越来越像基督。要记住，我们的恐惧源于我们认为某些人能提供我们所需所求。因此，要胜过恐惧，我们就必须被改变，成为基督所期望的样式。

战胜对财务的恐惧

当我们降服于基督时，他会改变我们对财务需求与欲望的看法。耶稣提醒我们：

不要为自己积攒财宝在地上，地上有虫子咬，能锈坏，也有贼挖窟窿来偷。
只要积攒财宝在天上，天上没有虫子咬，不能锈坏，也没有贼挖窟窿来偷。
因为你的财宝在哪里，你的心也在哪里（太6:19-21）。

接着，耶稣从神的属性出发安慰众人，神是全知的，早已知道我们所需的一切；神也是全能的，必能供应我们所需（太6:25-33）。但我们对财务不安的恐惧，问题往往不在于需要，而在于欲望。

降服于耶稣，会让我们的渴望从地上的欲望转变为属天的渴望。这并不意味着我们在财务上不再需要规划，不再储蓄或是停止审慎投资。而是说，我们要重新调整对财务的认知，使其与耶稣的教导一致。耶稣说，施比受更为有福（徒20:35），也说，一个人不能又侍奉神，又侍奉玛门（太6:24）。无论我们的财务状况是好是坏，这都是神所赐的礼物，为要荣耀他。当我们的财务观念与基督的教导对齐时，那种害怕影响自己财务状况的人的恐惧，就会渐渐消散。

简而言之，耶稣会改变你的欲望。你不再会认为，必须拥有带泳池的大宅院才能获得幸福；不再会认为，必须拥有最新、最豪华的轿车、卡车或 SUV 才能找到喜乐；也不再会认为，必须有丰厚的退休金才能无忧地安享晚年。你会从财富能带来喜乐的谎言中得释放，也会从只有某些人能为你提供财富的恐惧捆绑中得释放。因为你知道并相信，你真正的财富在于耶稣基督本身，他已为你

预备了天家，为你存留了永恒的基业。这种信念远非知足常乐所能概括，它是一种降服，相信耶稣的话是真实的，相信唯有神（而非人）拥有无限的能力与知识，能供应我们真正所需的一切。

战胜对尴尬的恐惧

当我们降服于基督时，他就成为我们生命中最重要的关系。耶稣说：“人到我这里来，若不爱我胜过爱自己的父母、妻子、儿女、弟兄、姐妹和自己的性命，就不能做我的门徒”（路14:26）。与基督联合，意味着我们要降服于他，让他作主掌管一切其他关系，甚至在我们的生命中掌权。要通过基督胜过恐惧，我们就必须活在基督里——必须预备好为他舍弃一切（路14:33）。此时，在意他人对自己的看法的恐惧，会被更在意耶稣对自己的看法所取代、所超越。

当基督在我们心中掌权时，我们就能通过只为一位观众而活来胜过对尴尬的恐惧。我们可以像保罗那样说：“我不以福音为耻”，因为耶稣就是我们的生命（罗1:16）！人们或许会说伤人的话，或许会嘲笑我们，或许我们的朋友会因此减少。但我们在耶稣基督里的身份告诉我们：我们被神完全地、无条件地爱着，并被接纳为神的儿女。神因他的慈爱，赦免了我们的罪，选择在基督里饶恕我们。耶稣已为我们预备了天家，我们拥有稳固的永恒基业。想到这一点，我们就不再害怕他人对我们的看法或议论——无论是当面的还是背后的——因为我们是为君王耶稣而活。

战胜对争执的恐惧

当我们降服于耶稣时，我们就能带着爱心与信心去面对争执、分歧与冲突。当涉及到为信仰辩护的对质时，耶稣吩咐门徒：“你们被交的时候，不要思虑怎样说话或说什么话，到那时候必赐给你们当说的话；因为不是你们自己说的，乃是你们父的灵在你们里头说的”（太10:19-20）。神会在我们需要时，赐给我们所需要的一切。我们的任务就是专心为耶稣而活，毫无羞愧。

对于信仰讨论之外的属世事务，信徒在争执、分歧或冲突中的成功，不在于结果如何，而在于过程如何。我们的目标是，用爱心说话，体谅对方的立场，盼望对方得益处，先服侍他人再考虑自己，最终通过爱人如己来荣耀耶稣。耶稣用这句话表达了这一点：“有人强逼你走一里路，你就同他走二里”（太5:41）。这并不意味着基督徒要放弃自己的立场，迎合他人的欲望而任人践踏，而是说我们要用不同的眼光看待冲突。因为爱，我们不会放任自称是基督徒的人继续犯罪；因为爱，我们会愿意回应非信徒关于生命、神与圣经的难题。我们对争执的恐惧，会被我们与基督的联合、以及渴望荣耀和尊崇他名的心愿所战胜。

战胜对拒绝的恐惧

当我们降服于基督时，我们就蒙接纳进入神完美的家庭中。耶稣在马可福音3:35中说：“凡遵行神旨意的人，就是我的弟兄、姐妹和母亲了。”当你与基督联合时，神就是你的父，天家就是你的居所，教会就是你的家人。没有任何事物能使我们与基督耶稣里神的爱隔绝。当我们定睛于讨救主喜悦时，我们就战胜了讨好或取悦人的试探。我们也得了释放，能像基督爱我们那样，丰盛且无条件地去爱人。

遭到世人拒绝，不是你需要害怕的事——而是你本就该预料到的事！正如耶稣在他的大祭司祷告中所说：“我已将你的道赐给他们。世界又恨他们，因为他们不属世界，正如我不属世界一样”（约17:14）。当我们与耶稣联合时，就脱离了世界的辖制，“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”（约一2:16）。我们在教会中建立关系，因为我们知道自己与世界毫无共同之处。当我们降服于基督，且我们对蒙接纳的渴望在他里面得到满足时，来自同辈或职场同事的压力就会消散。

战胜对苦难的恐惧

当我们降服于基督时，我们会将苦难视为变得更像基督的途径。保罗常谈到这一点，他说：“我为他已经丢弃万事，看做粪土，为要得着基督”（腓3:8）。彼得甚至告诉我们要预料到会经历苦难：“亲爱的弟兄啊，有火炼的试验临到你们，不要以为奇怪，似乎是遭遇非常的事；倒要欢喜，因为你们是与基督一同受苦，使你们在他荣耀显现的时候，也可以欢喜快乐”（彼前4:12-13）。既然耶稣曾经历苦难，我们也该预料到自己会经历苦难。这并不会让受苦变得愉快，但会让苦难变得可承受，因为我们知道，我们正在变得更像他。与基督的联合，会让我们的爱慕从渴望舒适转向渴望像基督。

我们不应刻意寻求苦难，但也不应为苦难的临到而惊讶。重要的是要记住，保罗和彼得所说的苦难，是因与基督联合而经历的苦难。如果我们因犯罪、违法或做出不明智的决定而经历痛苦，这种痛苦不应被视为与基督同受的苦难，它更应被视为一种管教。但对苦难的恐惧，不应阻止我们遵行基督的旨意。因为如果我们将自己的欲望、抱负和生命都降服于基督，就该预料到，我们会在某种程度上经历与他相似的苦难。

讨论与反思：

1. 回想第一部分中你写下的财务目标。你认为这些目标反映出你已降服于基督，并渴望积攒天上的财宝吗？为什么？
2. 回顾第一部分中你对尴尬的恐惧。你与基督的联合如何帮助你克服并战胜

这些恐惧？你对尴尬的恐惧是否曾阻止你向他人传福音？求神为你提供机会去战胜那种恐惧。

3. 你目前是否因不想陷入争执或分歧，而刻意回避某个人？你认为该如何向这个人显明基督向你所显的爱？
4. 耶稣对你的接纳，如何影响你去爱那些你曾想取悦的人的能力？爱他们与讨好他们有何不同？
5. 你目前是否正经历任何苦难？你认为这苦难的原因是什么？若是因基督徒身份而受苦，这如何使你变得更像基督？你是否曾因害怕痛苦或苦难而选择不做某些事？降服于基督如何改变你处理那件事的方式？



结语

李爱锐因着降服于基督，战胜了对人的恐惧——而他依然赢得了奥运赛事的胜利。但胜过对人的恐惧，并非总能带来桂冠和金牌。

1937年，距离李爱锐那场传奇赛事仅过去数年，一位年轻的德国牧师出版了一本德语著作，书名为*Nachfolge*，意为“追随”。在这本书中，这位年轻牧师探讨了廉价的恩典与无价的恩典之间的区别。

廉价的恩典，是宣讲赦免却不要求悔改，施行洗礼却没有教会纪律，举行圣餐却无需认罪。廉价的恩典是没有门徒操练的恩典，是没有十字架的恩典，是没有道成肉身、活在世间的耶稣基督的恩典……而无价的恩典是藏在田里的珍宝；人为得着它，甘愿变卖所有……它是耶稣基督的呼召，门徒听见这呼召，便撇下渔网，跟随他而去。

这本书的作者就是迪特里希·潘霍华（Dietrich Bonhoeffer），该书出版时，他已被柏林大学解除系统神学教职。不久后，他在德国为认信教会创办的地下神学院被盖世太保（Gestapo）发现，神学院遭关闭，约27名牧师与学生被捕。随着局势愈发紧张，1939年出现了一个机会，他可以前往纽约协和神学院任教，从而逃离欧洲即将到来的苦难。潘霍华接受了这个机会——但随即就后悔了。他被降服于基督的呼召所深深打动，认为自己蒙召要像基督那样经历苦难。两周后，他返回了德国。

如今潘霍华的这本书以《作门徒的代价》（*The Cost of Discipleship*）之名广为人知，书中的名句“当基督呼召一个人时，他是叫他来舍命”更是流传甚广。

1943年4月5日，潘霍华最终被捕。在讲完他的最后一次讲道后，他俯身对另一名囚犯说：“这就是结局，但对我不过是生命的开始。”

多年后，一位参与行刑的德国医生写道：“在我从医近五十年的生涯，我几乎从未见过有人如此完全顺服神的旨意而走向死亡。”

潘霍华被神所吸引，通过降服于基督，战胜了对人的恐惧。他之所以能平静且坚定地面对肉体的死亡，是因为他已经向自己死，已经与基督同钉十字架，他的生命不再属于自己，而是属于基督。



注释

1. Edward T. Welch, *When People Are Big and God Is Small: Overcoming Peer Pressure, Codependency, and the Fear of Man* (P&R Publishing), 1997.
2. Edward T. Welch, *When People Are Big and God Is Small: Overcoming Peer Pressure, Codependency, and the Fear of Man* (P&R Publishing), 1997.



贾里德·普莱斯毕业于肯塔基州路易斯维尔市的美南浸信会神学院，获教育事工博士学位。他目前与妻子珍妮尔（Janelle）及四个女儿玛吉（Maggie）、奥黛丽（Audrey）、艾玛（Emma）和埃莉（Ellie）一同居住在加利福尼亚州圣地亚哥。贾里德现为美国海军少校，同时担任圣地亚哥多克萨教会（Doxa Church）牧师。他著有 *SOLD: Marks of a True Disciple* 一书，并创办了网站 marksofadisciple.com。加入海军前，贾里德曾在印第安纳州西菲尔德市的基石圣经教会（Cornerstone Bible Church）担任青少年牧师。

