

A photograph of a family of four—a mother, a father, and two young girls—gathered around a table, reading a book together. The scene is warmly lit, with a lamp in the background. The text is overlaid on the center of the image.

# 牧者真言： 应对事奉隐藏挑战

从家庭到教会的平衡艺术

# 序

我出生在一个三代牧师的家族。因此，当我被按立为全职牧师时，我以为自己已经了解事奉与家庭平衡的各种陷阱和挑战。当然，我们所有人——我的外祖父、我的父亲和我——在恩赐、事奉和经历方面都各不相同。

但是，我多么希望当时能有一个速成课程，有人能够坐下来与我开诚布公地交谈，给我指导和辅导，而不是让我在摸索中前进，在试错中学习。

我相信我们都知道圣经的教导和神学原理。但是，实用而有益的提醒正是这本小册子的目的（完整版本也已出版）。

我将这本小册子献给我家庭中的所有女性——我的外祖母、我的母亲，以及我的妻子——她们使牧养团队得以运作，她们使自己的孩子愿意再次回应成为牧师的呼召。

李道宏 2025.六月

本书将探讨现代牧者生活中最重要的几个方面：如何在谦卑与自信之间找到平衡，如何保持终身学习的心态，如何应对时代的挑战，如何经营婚姻关系，如何养育子女，以及如何在多重角色中寻找生活的平衡。这些话题虽然不同，但都指向一个共同主题：如何在不完美的世界中，以不完美的生命，忠实地回应神完美的呼召。

# 目錄

## 第一章：谦卑而自信——在神面前的真实身份

- 牧者身份认知的核心挑战
- 圣经中的身份定位
- 实践中的平衡艺术

## 第二章：终身学习者——持续成长的生命态度

- 学习心态的重要性
- 知识转化为智慧的过程
- 学习与事奉的平衡

## 第三章：时代的挑战——在现代社会中的传道人

- 现代社会对牧者的冲击
- 应对策略与智慧平衡
- 个人成长与时代适应

## 第四章：婚姻的经营——牧者家庭的核心关系

- 牧者婚姻的特殊挑战
- 配偶角色与需要
- 建立强健婚姻文化

## 第五章：子女的养育——在牧者家庭中成长的孩子

- 牧者子女的特殊处境
- 养育策略与支持系统
- 长期视角与希望

## 第六章：生活的艺术——在多重角色中寻找平衡

- 多重身份的平衡挑战
- 实践策略与工具运用
- 身心灵的全面健康

## 结语：恩典中的成长之路

## 实用附录



## 第一章：

# 谦卑而自信——在神面前的真实身份

### 开篇故事

年轻的李牧师刚从神学院毕业，满怀热忱地开始他的第一个牧职。神学院的三年训练让他对圣经有了深入的认识，对神学也有了系统的理解。然而，当他真正站在讲台上，面对着几十双期待的眼睛时，他却发现自己陷入了一个前所未有的困境。

讲台上，他需要以权威的口吻传讲神的话语，解答会众的疑问，给出人生的指导。但内心深处，他却充满了不安和自我怀疑。他质疑自己是否真的有资格站在这个位置上，是否真的有智慧来指导那些比他年长、比他有经验的会众。有时候，当他看到台下那些成功的企业家、资深的教师、经验丰富的父母时，他会想：“我这个刚毕业的年轻人，凭什么来教导他们人生的道理？”

更让他困扰的是，教会的长老们对他有着很高的期待。他们希望他既要有属灵的权威，能够在真理上坚定不移，又要保持谦卑的态度，不可骄傲自大。会众们也有类似的期待——他们希望牧师既是属灵的权威，又是谦卑的仆人。这种看似矛盾的期待，让李牧师感到无所适从。

有时候，他会过分谦卑，在讲道中频繁地说“我可能是错的”、“我还在学习”，结果会众反映说他缺乏权威性，让人感觉不够确定。而当他试图表现得更有自信时，又担心自己是否显得骄傲。这种内心的拉扯让他疲惫不堪，也影响了他的事奉效果。

# 核心问题与圣经亮光

## 核心问题

李牧师的困境并非个案，而是每个年轻牧者都会面临的核心挑战：如何在深度的谦卑和健康的自信之间找到平衡？这个问题的复杂性在于，它不是简单的中庸之道，不是在两个极端之间找一个中间点，而是要学会在同一个生命中同时体现这两种看似矛盾的品质。

真正的挑战在于理解谦卑和自信的本质。许多人误以为谦卑就是自我贬低，自信就是自我夸大。但圣经中的谦卑和自信都有着更深层的含义。真正的谦卑不是否认自己的价值或能力，而是正确地认识自己在神面前的位置。真正的自信也不是建立在自己的成就或能力上，而是建立在神的爱和呼召上。

这种平衡不是静态的，而是需要在每个情况中重新校准的动态过程。在不同的情境下，可能需要更多地表现出谦卑或自信。关键是要有智慧辨别什么时候需要什么，以及如何在保持内心平衡的同时做出适当的回应。

## 圣经亮光

要理解这种平衡，我们必须回到圣经，特别是基督的榜样。保罗在腓立比书第二章为我们描绘了一幅令人震撼的画面："你们当以基督耶稣的心为心：他本有神的形像，不以自己与神同等为强夺的；反倒虚己，取了奴仆的形像，成为人的样式；既有人的样子，就自己卑微，存心顺服，以至于死，且死在十字架上。"

这段经文向我们展示了真正谦卑的本质。基督的谦卑不是因为他缺乏能力或价值，恰恰相反，他拥有一切的权柄和荣耀。他的谦卑是一种有意识的选择，是将他人的需要置于自己的特权之上。这种谦卑不是软弱的表现，而是最大力量的体现。

基督在地上的事奉中完美地展现了这种平衡。他以权威教导人们，甚至说"我就是道路、真理、生命"这样绝对的话语，但同时他又洗门徒的脚，与罪人同席，温柔地对待那些被社会边缘化的人。他的权威不是建立在外在的地位或权力上，而是建立在他的品格、爱心和对父神的顺服上。

另一个重要的圣经真理是我们作为神儿女的身份。约翰一书三章一节告诉我们："你看父赐给我们是何等的慈爱，使我们得称为神的儿女；我们也真是他的儿女。"这个身份为我们提供了健康自信的根基。我们的价值不是建立在我们的表现、成就或他人的认可上，而是建立在神无条件的爱和接纳上。

当我们深刻理解自己是神所爱的孩子时，我们就不需要通过完美的表现来证明自己的价值，也不需要害怕失败会定义我们的身份。这种安全感释放我们去冒险、学习和成长，因为我们知道我们的根本价值不在于我们的表现。

# 实用原则

理解了圣经的教导，我们需要将这些真理转化为实际的生活原则。首先，我们必须学会区分真谦卑与假谦卑。假谦卑通常是一种表演，旨在获得他人的赞美或避免责任。它可能表现为过度的自我贬低，比如当别人称赞你的讲道时，你回答说“不，不，我讲得很差”。这种回应看似谦卑，实际上可能是在寻求更多的赞美，或者是因为不知道如何适当地接受称赞。

真正的谦卑是诚实地评估自己，既不高估也不低估。当别人称赞你的讲道时，真正谦卑的回应可能是：“谢谢你的鼓励。我很感恩神使用我来传达他的话语。”这样的回应承认了恩赐和努力，但将荣耀归给了神。

其次，我们必须理解谦卑不等于软弱。现代文化经常将这两者混淆，认为谦卑的人就是软弱、缺乏主见的人。但圣经中的谦卑是一种力量的表现，是有能力但选择不为自己的利益使用这种能力。摩西被称为“为人极其谦和，胜过世上的众人”，但他同时也是一个强有力的领袖，能够带领以色列人出埃及，在神面前为百姓代求。

在牧职中，这意味着我们可以在承认自己限制的同时仍然勇敢行动。比如，当面对一个你没有经验处理的牧养问题时，真正的谦卑不是说“我不知道该怎么办”然后逃避，而是说“这是一个复杂的情况，我需要寻求神的智慧和其他人的帮助，但我会和你一起面对这个挑战。”

第三，健康的自信必须建立在正确的根基上。世界教导我们将自信建立在我们的成就、能力或他人的认可上，但这种自信是不稳定的，因为这些外在因素都可能改变。圣经教导我们将自信建立在神的爱、我们的身份和他的呼召上。

这种自信让我们能够在面对批评时不会完全崩溃，在面对失败时不会失去方向，在面对成功时不会骄傲自大。因为我们知道我们的价值不是由这些外在的事物决定的，而是由神对我们的爱决定的。

# 实际应用

## 讲道中的平衡



谦卑而自信的牧者会以权威传讲神的话语，因为他知道这不是他自己的话，而是神的话。同时，他也会承认自己的限制，可能会说：“这段经文还有很多深度是我还在学习的，但我确信神今天要通过这段话对我们说话。”这样的表达既维护了神话语的权威，又显示了个人的谦卑。

## 面对批评



谦卑而自信的牧者会认真考虑批评的内容，看其中是否有值得学习的地方，但不会因为批评而完全质疑自己的呼召或价值。他可能会说：“谢谢你的反馈，我会认真考虑你的意见。如果我确实有需要改进的地方，我愿意学习和成长。”

## 牧养关怀



这种平衡表现为既有同理心又有指导性。当一个会众来寻求帮助时，谦卑而自信的牧者会认真倾听，承认这个人所面临的困难，但也会根据圣经的教导给出明确的指导。他不会因为谦卑而避免给出必要的劝勉，也不会因为自信而忽视这个人的感受和处境。

## 与同工合作



这种平衡让牧者能够既尊重他人的恩赐和意见，又在必要时坚持重要的原则。他会说：“我很重视你的想法，让我们一起寻求神的心意。”但如果涉及到重要的真理或原则问题，他也会坚定地说：“我理解你的观点，但我相信圣经在这个问题上的教导是清楚的。”

# 长期的成长

培养这种谦卑而自信的平衡不是一夜之间就能达成的，而是一个终生的成长过程。这需要我们持续地在神面前省察自己的心态和动机，需要我们从神的话语中汲取智慧，也需要我们在实际的事奉中学习和操练。

重要的是要有一些具体的操练来帮助我们成长。每天的灵修时间应该包括对自己身份的确认和对神之爱的默想。定期的自我反省可以帮助我们识别骄傲或自卑的倾向。与信任的朋友或导师建立问责关系，让他们能够在偏离平衡时提醒我们。

同时，我们也要记住，这种平衡不是为了让我们看起来完美，而是为了让我们更有效地服务神和他人。当我们在谦卑和自信之间找到平衡时，我们就能够更真实地与人建立关系，更有效地传达神的爱，更有智慧地处理各种复杂的情况。

最终，这种平衡反映的是基督的性格。当我们越来越像基督时，我们就会自然地展现出这种谦卑而自信的品质。这不是我们努力表演出来的，而是圣灵在我们生命中工作的结果。因此，我们的目标不应该是完美地掌握这种平衡，而是持续地向基督学习，让他的生命在我们里面成长。



## 第二章：

# 终身学习者——持续成长的生命态度

### 开篇故事

王牧师牧会已有十年，这十年来教会稳定增长，从最初的三十多人发展到现在的一百多人。会众对他的讲道颇为满意，经常有人在聚会后表达感谢和鼓励。按照一般的标准，王牧师可以说是一个成功的牧者。然而，最近他开始感到一种隐隐的不安，一种难以名状的空虚感。

这种感觉最初出现在他准备讲道的时候。他发现自己越来越依赖过去的讲章和熟悉的解释，新鲜的洞察越来越少。虽然会众仍然给予正面的回应，但他自己知道，他的讲道内容似乎在重复，缺乏新的深度和活力。更让他担心的是，当面对一些新的挑战——比如年轻人对信仰的质疑、现代科技对教会的冲击、社会议题对信徒的困扰——他发现自己缺乏新鲜的洞察和有效的回应。

转折点出现在一次偶然的的机会。教会所在的城市举办了一个跨宗派的牧者研习会，王牧师原本不太想参加，觉得自己已经有足够的经验，不需要再学什么新东西。但在妻子的鼓励下，他还是去了。在那个研习会上，他听到了许多新的牧养理念和方法，接触到了一些他完全陌生的神学思考，也看到了其他牧者在面对现代挑战时的创新做法。

最震撼他的是一位年轻牧者的分享。这位牧者比王牧师年轻十岁，但他对圣经的洞察、对现代文化的理解、对牧养方法的创新，都让王牧师感到惊讶和羞愧。王牧师意识到，在过去的几年里，他虽然在重复着成功的模式，但实际上已经停止了真正的学习和成长。他开始明白一个令人不安的真理：在这个快速变化的世界里，停止学习就是开始退步。

# 核心问题与圣经亮光

## 核心问题

王牧师的经历提出了一个对所有牧者都至关重要的问题：如何在繁忙的牧职中保持学习和成长的心态？这个问题的复杂性在于，牧职本身就是一个需要大量时间和精力的工作，很容易让人陷入日常事务的忙碌中，而忽视了个人的学习和成长。

更深层的问题是，许多牧者在获得一定的成功后，会产生一种错误的安全感，认为自己已经掌握了足够的知识和技能，不再需要继续学习。这种心态在某种程度上是可以理解的——毕竟，神学院的训练、多年的事奉经验、会众的认可，都可能让人觉得自己已经"到达"了某个水平。

然而，这种想法忽视了几个重要的事实。首先，我们所服务的世界在不断变化，新的挑战 and 机会不断出现，需要我们有新的理解和回应。其次，神的话语虽然永恒不变，但我们对它的理解可以不断加深，新的洞察可以让我们的事奉更加有效。最后，作为神形象的承载者，我们被造来不断成长和学习，这是我们本性的一部分。

## 圣经亮光

圣经对学习和成长有着深刻的教导。歌罗西书三章十节告诉我们："穿上了新人。这新人在知识上渐渐更新，正如造他主的形像。"这节经文揭示了一个重要的真理：学习和成长不仅仅是职业发展的需要，更是属灵生命的表现。我们被造来反映神的形象，而神是无限智慧和知识的源泉。因此，追求知识和智慧是我们回应神呼召的一种方式。

更令人鼓舞的是使徒保罗的榜样。在腓立比书三章十二到十四节，保罗写道："这不是说我已经得着了，已经完全了；我乃是竭力追求，或者可以得着基督耶稣所以得着我的。弟兄们，我不是以为自己已经得着了；我只有一件事，就是忘记背后，努力面前的，向着标竿直跑，要得神在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。"

保罗的这段话特别有意义，因为他不是一个初信者或新手，而是一个成熟的使徒，已经建立了许多教会，写了许多书信，有着丰富的事奉经验。然而，他仍然承认自己"还没有得着"，仍然在"竭力追求"。这给我们一个重要的启示：属灵的成熟不是停止学习，而是更加渴慕学习；不是认为自己已经知道了一切，而是认识到还有更多需要学习的。

箴言书也充满了对智慧和学习的赞美。箴言一章五节说："使智慧人听见，增长学问，使聪明人得着智谋。"这节经文表明，即使是已经有智慧的人，也需要继续学习，增长学问。真正的智慧不是固步自封，而是保持开放的心态，愿意接受新的洞察和理解。

# 实用原则

基于这些圣经的教导，我们可以建立一些实用的原则来指导我们的终身学习。



首先，我们需要认识到学习的多元性。牧者的学习不应该局限于神学知识，虽然神学知识是基础和核心。一个有效的牧者需要对人性有深刻的理解，对文化有敏锐的洞察，对社会问题有thoughtful的回应。这意味着我们的学习应该包括心理学、社会学、文学、艺术、科学等各个领域。

这种多元化的学习不是为了炫耀博学，而是为了更好地理解我们所服务的人群，更有效地传达神的真理。当一个牧者对现代科技有一定了解时，他就能更好地与年轻人沟通；当他对心理学有基本认识时，他就能更有效地进行牧养关怀；当他对文学和艺术有欣赏能力时，他的讲道就会更加生动和有感染力。

其次，我们需要建立系统的学习方法。随意的、零散的学习虽然也有价值，但系统的学习更能带来深度的成长。这包括制定年度的阅读计划，参加正规的继续教育课程，参与专业的研习会和会议。

阅读是最基本也是最重要的学习方法。一个牧者应该制定平衡的阅读计划，包括神学经典、当代神学作品、牧养实务书籍、以及其他领域的优秀作品。重要的是要有计划性和持续性，而不是随兴趣随意阅读。

参加正式的教育课程也是很有价值的。许多神学院都提供继续教育课程，专门为在职牧者设计。这些课程不仅提供新的知识，也提供与其他牧者交流学习的机会。即使是攻读更高的学位，如果时间和条件允许，也是很好的学习方式。

第三，我们需要建立学习的关系网络。学习不仅仅是个人的活动，也是关系性的活动。与其他牧者的交流、与导师的学习、与不同背景人士的对话，都是重要的学习机会。

导师关系特别重要。每个牧者，无论多么有经验，都应该有自己的导师——那些在生命和事奉上更加成熟的人。同时，我们也应该成为其他人的导师，因为在教导他人的过程中，我们自己也会学到很多。

与不同背景的人建立关系也是重要的学习机会。与商界人士、教育工作者、医生、艺术家等不同职业的人交流，可以帮助我们了解不同的视角和挑战，丰富我们的理解和洞察。

# 知识转化为智慧

然而，学习的目标不仅仅是获得知识，更重要的是将知识转化为智慧，将理论转化为实践。这是许多牧者面临的挑战——他们可能读了很多书，参加了很多课程，但却不知道如何将学到的东西有效地应用到实际的牧养中。

知识转化为智慧需要反思和整合。我们需要定期反思我们所学的东西如何与我们的信仰和事奉相关，如何能够帮助我们更好地服务神和他人。这种反思不能只是头脑的活动，也需要在实际的事奉中进行试验和应用。

比如，当我们学习了新的辅导技巧时，我们需要在实际的牧养关怀中小心地尝试应用，观察效果，总结经验。当我们读到新的神学洞察时，我们需要思考如何将这些洞察融入我们的讲道和教导中，使会众能够受益。

整合也是很重要的。我们从不同来源学到的知识需要被整合成一个连贯的世界观和事奉哲学。这需要我们有意识地思考不同知识之间的关系，寻找共同的主题和原则。

## 克服学习的障碍



### 时间障碍

牧者的工作往往没有明确的界限，很容易被各种紧急的事务占满时间，而学习往往被视为“不紧急”的事情而被推迟。克服这个障碍需要我们重新认识学习的重要性。学习不是可有可无的额外活动，而是有效事奉的必要投资。就像农夫需要定期磨快他的工具一样，牧者需要定期更新他的知识和技能。



### 经济障碍

书籍、课程、会议都需要费用，而许多牧者的收入有限。这需要在预算中为学习留出专门的资金，也需要教会理解和支持牧者的继续教育。许多教会已经认识到这一点，在预算中包括牧者的继续教育费用。



### 心理障碍

一些牧者可能担心学习新的东西会挑战他们现有的信念或做法，或者担心承认自己还需要学习会显得不够专业。这些担心是可以理解的，但我们需要记住，真正的信心不怕接受挑战，真正的专业性体现在持续的学习和成长中。

在实际的牧职中，持续学习面临许多障碍。实际的解决方法包括在日程中专门安排学习时间，就像安排其他重要活动一样。可以是每天早晨的一小时阅读，每周的一个下午参加课程，每月的一天专门用于学习和反思。关键是要有计划性和持续性。

# 学习与家庭的平衡与长期视角

## 学习与家庭的平衡

对于有家庭的牧者来说，学习还需要与家庭责任平衡。这是一个实际的挑战，因为学习需要时间和精力，而家庭也需要时间和精力。

解决这个挑战需要智慧和沟通。首先，我们需要与配偶坦诚地讨论学习的重要性和必要性，争取家庭的理解和支持。我们也需要确保学习不会过分侵占家庭时间，要在个人成长和家庭责任之间找到平衡。

有时候，学习可以成为家庭活动的一部分。比如，与配偶一起参加某些课程或研习会，与孩子分享一些适合的学习内容，或者在家庭讨论中融入一些学习到的洞察。

最重要的是要记住，学习的目标是让我们成为更好的牧者、更好的丈夫/妻子、更好的父亲/母亲。如果学习阻碍了我们在这些角色中的表现，那就需要重新调整。

## 长期的视角

终身学习需要长期的视角和耐心。学习的效果往往不是立竿见影的，而是在长期的积累中逐渐显现。我们需要相信，今天的学习会在将来的某个时候发挥作用，即使现在还看不到明显的效果。

同时，我们也需要认识到，学习是一个永无止境的过程。我们永远不会达到一个点，可以说"现在我已经学够了"。这不应该让我们感到沮丧，而应该让我们感到兴奋，因为这意味着总有新的发现和成长等待着我们。

最终，终身学习的心态反映的是我们对神的认识。神是无限的，他的智慧和知识没有穷尽。当我们持续学习时，我们是在回应神的呼召，也是在更深地认识他。这种学习不仅让我们成为更有效的牧者，也让我们成为更成熟的基督徒。



## 第三章：

# 时代的挑战——在现代社会中的传道人

### 开篇故事

陈牧师今年三十五岁，牧会已有八年。最近，他越来越感到一种前所未有的压力和困惑。这种困惑不是来自神学上的疑问，也不是来自个人信仰的动摇，而是来自他所面对的现实环境的急剧变化。

就在上个月，教会的一位年轻同工突然提出辞职，理由是“感觉教会跟不上时代，无法回应现代人的真正需要”。这位同工是个很有恩赐的年轻人，他的离开让陈牧师深受打击。更让他困扰的是，最近几个月，教会的年轻人流失严重，特别是那些大学毕业后开始工作的年轻人，很多都不再定期参加聚会。

当陈牧师试图了解原因时，他听到了各种各样的声音。有人说教会的敬拜形式太传统，无法吸引年轻人；有人说讲道内容与现实生活脱节，无法回应现代人面临的实际问题；还有人说教会对社会议题的立场过于保守，让年轻人感到难以认同。

更复杂的是，陈牧师发现自己面对的不仅仅是教会内部的挑战，整个社会环境都在发生深刻的变化。网络时代的到来改变了人们获取信息的方式，社交媒体影响着人们的价值观和生活方式。世俗主义的兴起让宗教在公共领域的影响力日渐式微，多元主义的文化让绝对真理的概念受到质疑。

最让陈牧师感到困惑的是，他发现自己在这些变化面前显得有些无所适从。神学院的训练让他对圣经和神学有了扎实的基础，但似乎没有充分准备他面对这个快速变化的世界。他开始质疑自己的事奉方式是否还有效，甚至开始怀疑传统的牧职模式是否还能适应现代社会的需要。

有一天晚上，当他在书房里为下周的讲道做准备时，他停下来问自己一个问题：“在这个时代做传道人到底意味着什么？我们如何在保持信仰纯正的同时，有效地向现代人传达神的爱？”

# 核心问题

陈牧师的困惑反映了现代传道人面临的核心挑战：如何在一个快速变化、日益世俗化、价值观多元化的社会中有效地履行牧职？这个问题的复杂性在于，它不仅涉及方法和策略的调整，更涉及对传道人角色和使命的重新理解。

现代社会的变化是全方位的。科技的发展改变了人们的生活方式和思维方式，全球化带来了文化的多元化和价值观的相对化，后现代思潮质疑着传统的权威和绝对真理的概念。在这样的背景下，传统的牧职模式面临着前所未有的挑战。

首先是权威性的挑战。在传统社会中，牧师作为宗教权威，其话语具有相当的影响力。但在现代社会中，权威的概念本身受到质疑，人们更倾向于质疑而非盲从，更重视个人经验而非传统教导。这要求现代传道人重新思考如何建立和维持属灵权威。

其次是相关性的挑战。现代人面临的问题往往是前所未有的——网络成瘾、社交媒体焦虑、工作压力、环境危机、人工智能的伦理问题等等。传统的牧养方法和圣经解释是否能够有效地回应这些新的挑战，成为现代传道人必须面对的问题。

第三是竞争性的挑战。在信息爆炸的时代，人们有无数的选择来寻求人生的意义和指导。心理学、哲学、自助书籍、网络课程等等，都在某种程度上提供着传统上由宗教提供的功能。传道人需要思考如何在这个竞争激烈的"意义市场"中保持独特性和吸引力。

# 圣经亮光

面对这些挑战，我们需要回到圣经寻求指导。值得注意的是，圣经中的许多人物都曾面对过类似的挑战——在一个不信或敌对的环境中忠实地传达神的信息。

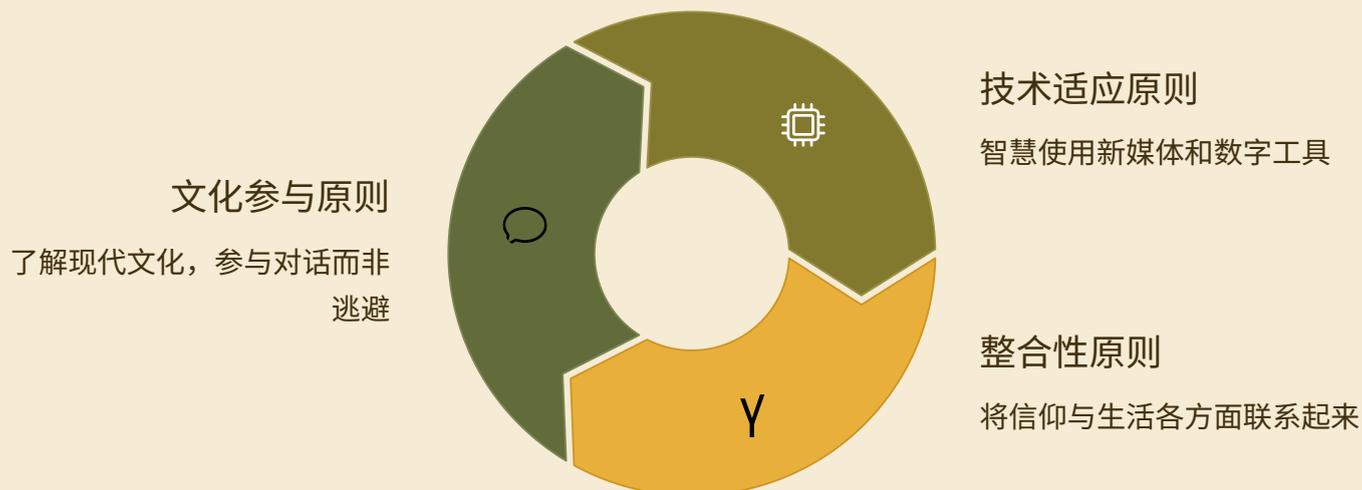
使徒保罗的经历特别具有启发性。当他来到雅典时，面对的是一个充满哲学思辨、宗教多元的文化环境。在亚略巴古的演讲中，保罗展现了如何在保持信息核心不变的同时，调整传达的方式和语言。他引用了希腊诗人的话，使用了雅典人熟悉的概念，但最终指向的仍然是基督的死而复活。

保罗在哥林多前书九章十九到二十三节中说："我虽是自由的，无人辖管；然而我甘心作了众人的仆人，为要多得人。向犹太人，我就作犹太人，为要得犹太人；向律法以下的人，我就作律法以下的人，为要得律法以下的人；向没有律法的人，我就作没有律法的人，为要得没有律法的人；向软弱的人，我就作软弱的人，为要得软弱的人。向什么样的人，我就作什么样的人。无论如何，总要救些人。凡我所行的，都是为福音的缘故，为要与人同得这福音的好处。"

这段经文为现代传道人提供了重要的原则：在方法上要有灵活性，但在目标上要有一致性。保罗愿意调整自己的方式来适应不同的听众，但他的核心信息——福音——始终不变。

另一个重要的圣经原则来自耶稣的教导。在马太福音十章十六节，耶稣说："我差你们去，如同羊进入狼群；所以你们要灵巧像蛇，驯良像鸽子。"这个教导特别适用于现代的处境。"灵巧像蛇"意味着我们需要智慧地理解和应对我们所处的环境，"驯良像鸽子"意味着我们要保持纯洁的动机和品格。

# 实用原则



基于这些圣经的教导，我们可以建立一些实用的原则来指导现代传道人的事奉。

首先是文化参与的原则。现代传道人不能选择逃避或对抗现代文化，而应该学会参与和对话。这意味着我们需要了解现代文化的特点、价值观和关切，理解现代人的思维方式和生活方式。只有当我们真正理解我们的听众时，我们才能有效地向他们传达神的信息。

这种文化参与不意味着妥协或同化，而是意味着智慧的互动。就像保罗在雅典一样，我们可以使用现代人熟悉的语言和概念，但要将它们指向永恒的真理。比如，当我们谈论心理健康时，我们可以承认现代心理学的洞察，但也要指出只有在与神的关系中才能找到真正的内心平安。

其次是技术适应的原则。现代技术不仅改变了人们的生活方式，也改变了信息传播的方式。现代传道人需要学会使用这些新的工具和平台。这不仅仅是技术技能的问题，更是事奉理念的问题。

网络直播、社交媒体、播客、视频制作等等，都成为现代牧职的重要工具。但使用这些工具需要智慧。我们需要思考如何在保持信息深度的同时适应现代人的注意力模式，如何在虚拟的环境中建立真实的关系，如何在信息泛滥的时代提供有价值的内容。

第三是整合性的原则。现代人的生活是整合的，他们不会将属灵生活与日常生活完全分开。因此，现代传道人需要能够将信仰与生活的各个方面联系起来——工作、家庭、娱乐、社会参与等等。

这要求我们对现代生活有深入的了解，也要求我们能够从圣经中找到对现代问题的回应。比如，当我们谈论工作时，我们不能只是重复传统的职业伦理，而要能够回应现代职场的具体挑战——工作与生活的平衡、职业发展的焦虑、人工智能对就业的影响等等。



## 具体的应对策略

### 讲道方面

现代传道人需要发展新的讲道风格和内容。传统的三点式讲道可能需要调整为更加互动和应用导向的形式。我们需要学会使用故事、比喻、视觉辅助等方法来吸引现代听众的注意力。更重要的是，我们的讲道内容需要直接回应现代人的实际问题和关切。

这不意味着我们要迎合听众的喜好，而是意味着我们要让永恒的真理与现实的生活产生连接。比如，当我们讲论神的主权时，我们可以联系现代人对控制和安全感的渴望；当我们讲论饶恕时，我们可以回应现代人在关系中面临的伤害和冲突。

### 牧养关怀方面

现代传道人需要发展新的关怀模式。传统的家访可能需要补充以电话关怀、视频通话、即时消息等方式。我们需要学会在数字时代建立和维持牧养关系。

同时，我们也需要对现代人的心理和情感需求有更深入的理解。现代人面临的孤独感、焦虑症、抑郁症等问题，需要我们有更专业的回应。这可能需要我们学习基本的心理学知识，或者与专业的心理健康工作者建立合作关系。

### 教会管理方面

现代传道人需要发展新的领导风格。传统的等级制管理可能需要调整为更加协作和参与式的模式。现代人，特别是年轻人，更重视参与和贡献的机会，而不仅仅是接受指导。

这要求我们学会授权和培养他人，学会在团队中工作，学会倾听和整合不同的意见。我们也需要学会使用现代的管理工具和方法，提高教会运作的效率和透明度。

# 保持平衡的智慧与个人成长

## 保持平衡的智慧

在适应现代社会的同时，现代传道人面临的最大挑战是如何保持平衡。一方面，我们需要足够开放和灵活来适应变化；另一方面，我们需要坚持不变的真理和原则。

这种平衡需要我们有清晰的区分：什么是可以改变的，什么是不能改变的。一般来说，方法和形式是可以改变的，但真理和原则是不能改变的。比如，我们可以改变音乐风格、聚会形式、传播媒介，但我们不能改变福音的核心内容、圣经的权威、基督的独特性。

这种区分不总是容易的，需要我们有深厚的神学基础和属灵的洞察力。我们需要不断地在圣经中寻求指导，也需要与其他成熟的基督徒讨论和交流。

另一个重要的平衡是在创新和传统之间。现代传道人不应该为了创新而创新，也不应该为了传统而拒绝一切改变。我们需要学会从传统中汲取智慧，同时勇敢地面对新的挑战。

## 个人的成长和准备

面对现代社会的挑战，传道人个人的成长和准备变得更加重要。我们需要比以往任何时候都更加注重个人的学习和发展。

首先，我们需要发展跨学科的知识。除了神学知识之外，我们还需要对心理学、社会学、文化研究、科技发展等领域有基本的了解。这不是要我们成为这些领域的专家，而是要我们能够与现代人进行有意义的对话。

其次，我们需要发展新的技能。数字技能、沟通技能、领导技能、跨文化技能等等，都成为现代牧职的必要装备。我们需要有意识地学习和发展这些技能。

最重要的是，我们需要保持属灵的敏锐性。在快速变化的环境中，我们更需要能够分辨神的声音，理解神的心意。这需要我们有深度的祷告生活、定期的灵修时间、与神亲密的关系。

## 长期的视角

最后，现代传道人需要有长期的视角。我们所面对的挑战不是短期的困难，而是时代性的转变。这种转变可能会持续几十年甚至更长时间。因此，我们需要有耐心和坚持，不能期望快速的解决方案。

同时，我们也需要记住，神的国度是永恒的，神的真理是不变的。无论外在的环境如何变化，神的爱、神的救恩、神的呼召都不会改变。我们的使命仍然是传扬福音，建立神的国度，牧养神的子民。

在这个过程中，我们可能会犯错误，可能会遇到挫折，但我们不应该因此而灰心。神会使用我们的努力，即使是不完美的努力，来成就他的旨意。重要的是我们要保持忠心，保持学习的心态，保持对神和对人的爱。



## 第四章：

# 婚姻的经营——牧者家庭的核心关系

### 开篇故事

林牧师和妻子美玲结婚已经十二年了。他们是在神学院认识的，当时都怀着火热的心志要服事神。美玲虽然没有选择全职事奉，但她全力支持丈夫的呼召，婚后一直在教会积极参与各种服事。在外人看来，他们是一对模范的牧者夫妇——林牧师在讲台上充满权柄地传讲神的话语，美玲在台下温柔地支持着丈夫的事奉，他们的家庭似乎是教会其他家庭的榜样。

然而，最近几个月，他们的婚姻关系出现了前所未有的紧张。问题的起因看似微不足道——教会正在筹备一个大型的福音聚会，林牧师投入了大量的时间和精力。他每天早出晚归，周末也经常有会议和预备工作。美玲起初是理解和支持的，但随着时间的推移，她开始感到被忽视和孤单。

转折点出现在一个周五的晚上。美玲精心准备了晚餐，希望和丈夫有一个安静的夜晚。但李牧师回到家后，匆匆吃完饭就又开始准备第二天的讲道。当美玲试图和他聊天时，他显得心不在焉，不断地看手机，回复教会同工的消息。

"你还记得我们是夫妻吗？"美玲终于忍不住问道。这句话像一道闪电，让李牧师突然意识到问题的严重性。他看着妻子眼中的泪水，第一次真正意识到，在他全身心投入教会事奉的同时，他最重要的关系——与妻子的关系——正在悄悄地受到损害。

那天晚上，他们进行了一次深入的对话。美玲表达了她的感受："我知道你的事奉很重要，我也愿意支持你。但我感觉自己像是一个单身母亲，独自承担着家庭的责任。我需要的不是你的时间表上的一个时段，而是你真正的关注和参与。"

李林牧师这才意识到，他虽然在教会里教导其他人如何建立美好的婚姻关系，但他自己的婚姻却在不知不觉中出现了问题。他开始思考一个深刻的问题：如何在忠实履行牧职的同时，也忠实地履行作为丈夫的责任？

# 核心问题与圣经亮光

## 核心问题

李牧师和美玲的经历揭示了牧者婚姻面临的核心挑战：如何在事奉神和爱配偶之间找到平衡？这个问题的复杂性在于，这两个呼召都是神圣的，都需要我们的全心投入，但它们对时间、精力和关注的要求往往会产生冲突。

牧者的婚姻面临着独特的压力。首先是时间的压力。牧职的性质决定了它经常需要在非常规时间进行——晚上的探访、周末的聚会、紧急的牧养需要。这种不规律的时间安排对婚姻关系造成了挑战。

其次是情感的压力。牧者在事奉中经常需要给予他人情感支持，倾听他人的问题，承担他人的重担。当他们回到家时，往往已经情感疲惫，很难再给配偶足够的情感关注。

第三是期待的压力。教会和社会对牧者家庭往往有很高的期待，认为他们应该是完美婚姻的典范。这种期待让牧者夫妇感到压力，有时甚至不敢承认或处理他们婚姻中的问题。

第四是角色的混淆。在许多情况下，牧者的配偶也深度参与教会事奉，这可能导致夫妻关系和同工关系的界限模糊，增加了关系的复杂性。

## 圣经亮光

面对这些挑战，我们需要回到圣经寻求指导。圣经对婚姻关系有着清晰而深刻的教导，这些教导对牧者的婚姻同样适用。

创世记二章二十四节告诉我们："因此，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。"这节经文确立了婚姻关系的优先性。"离开"意味着建立新的忠诚关系，"连合"意味着深度的结合，"一体"意味着完全的合一。这个原则对牧者同样适用——即使是神圣的事奉，也不应该取代婚姻关系的优先地位。

以弗所书五章二十五到三十三节为丈夫的角色提供了详细的指导："你们作丈夫的，要爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己。要用水藉着道把教会洗净，成为圣洁，可以献给自己，作个荣耀的教会，毫无玷污、皱纹等类的病，乃是圣洁没有瑕疵的。丈夫也当照样爱妻子，如同爱自己的身子；爱妻子便是爱自己了。"

这段经文为牧者丈夫提供了重要的洞察。基督对教会的爱是牺牲性的、滋养性的、保护性的。牧者丈夫被呼召以同样的方式爱妻子。有趣的是，这段经文使用了基督与教会的关系来比喻夫妻关系，这暗示着婚姻关系本身就是一种神圣的事奉。

提摩太前书三章四到五节在论述长老的资格时提到："好好管理自己的家，使儿女凡事端庄顺服。人若不知道管理自己的家，怎能照管神的教会呢？"这节经文清楚地表明，家庭关系的健康是教会领导力的基础，而不是可以为了教会事奉而牺牲的东西。

# 实用原则



基于这些圣经教导，我们可以建立一些实用的原则来指导牧者的婚姻经营。

首先是优先次序的原则。虽然事奉神是我们的首要呼召，但这并不意味着教会事务应该总是优先于家庭关系。实际上，健康的婚姻关系本身就是对神的事奉。当我们忠实地爱我们的配偶时，我们就是在活出福音的真理，为他人提供基督之爱的见证。

这个原则需要我们重新思考什么是真正的事奉。事奉不仅仅是在教会里做的事情，也包括在家里做的事情。当我们花时间陪伴配偶、倾听他们的心声、关心他们的需要时，我们同样是在事奉神。

其次是沟通的原则。健康的婚姻关系建立在开放、诚实、持续的沟通基础上。对于牧者夫妇来说，这种沟通尤其重要，因为他们面临着独特的压力和挑战。

有效的沟通需要时间和空间。牧者夫妇需要定期安排专门的时间来交流，不仅仅是关于日常事务的交流，更是关于感受、梦想、担忧的深度交流。这种交流不能被其他事务打断，需要双方的全心投入。

沟通也需要技巧。牧者虽然在讲道和教导方面有经验，但这并不意味着他们自然就擅长与配偶的私人沟通。夫妻间的沟通需要更多的倾听、理解和同理心，而不是教导和指正。

第三是界限的原则。牧者需要学会在教会事奉和家庭生活之间建立健康的界限。这不是说要完全分离这两个领域，而是要确保每个领域都得到适当的关注。

建立界限可能意味着设定特定的家庭时间，在这些时间里不处理教会事务。可能意味着在家里设立一个不谈论教会问题的区域或时间。也可能意味着学会说“不”，拒绝一些不必要的教会活动，为家庭留出时间。

# 具体的实践策略



## 时间管理

牧者需要像安排教会活动一样认真地安排家庭时间。这意味着在日程表上为配偶和家庭留出专门的时间，并且将这些时间视为不可取消的约会。可能是每周的约会之夜，可能是每天的晚餐时间，也可能是每月的短途旅行。

重要的是要确保这些时间的质量。仅仅是身体在场是不够的，心理和情感的在场同样重要。这意味着在家庭时间里要放下手机，不查看邮件，不思考教会的问题，而是全心全意地与配偶互动。



## 情感投入

牧者需要学会在不同的角色之间转换。当他们在教会时，他们是牧师；当他们在家时，他们是丈夫或妻子。这种角色转换需要有意识的努力和练习。

一个有用的方法是建立转换的仪式。比如，在回家的路上花几分钟时间祷告，求神帮助自己从牧师的角色转换到丈夫的角色。或者在进门前花一点时间整理心情，准备全心全意地与家人互动。



## 决策制定

牧者需要让配偶参与到重要决策中来。这不仅仅是出于尊重，也是因为配偶往往能提供不同的视角和智慧。特别是那些会影响家庭生活的教会决策，更需要夫妻双方的共同讨论和决定。

# 处理冲突和挑战

即使有了这些原则和策略，牧者的婚姻仍然会面临冲突和挑战。重要的是要学会健康地处理这些冲突。



## 承认冲突的正常性

每个婚姻都会有冲突，牧者的婚姻也不例外。问题不在于是否有冲突，而在于如何处理冲突。健康的冲突处理可以加深夫妻间的理解和亲密关系。



## 学会寻求帮助

许多牧者因为面子或角色的考虑，不愿意承认他们的婚姻有问题，更不愿意寻求帮助。但实际上，寻求专业的婚姻辅导或与信任的朋友交流，往往是解决问题的有效途径。



## 保持长期的视角

婚姻是一个长期的旅程，会有起伏和挑战。重要的是要记住最初的承诺和爱，相信通过努力和神的恩典，困难是可以克服的。

## 配偶的角色和需要

在讨论牧者婚姻时，我们不能忽视配偶的角色和需要。牧者的配偶往往承担着独特的压力和挑战。

### 找到自己的身份和呼召

许多牧者配偶感到自己被定义为“牧师的妻子”或“牧师的丈夫”，而不是独立的个体。他们需要发现和发展自己的恩赐和呼召，无论是在教会内还是在教会外。

### 获得适当的支持和关怀

牧者配偶经常需要独自处理家庭事务，承担额外的责任，但他们的贡献往往被忽视。教会和牧者本人都需要认识到配偶的重要性，给予他们应有的支持和感谢。

### 建立自己的朋友圈和支持网络

由于牧者家庭的特殊地位，配偶有时很难建立真正的友谊关系。他们需要有意识地寻找和培养能够提供真实支持和理解的朋友关系。

# 建立强健的婚姻文化与长期视角

## 建立强健的婚姻文化

最终，牧者需要在自己的家庭中建立强健的婚姻文化。这种文化不仅影响他们自己的关系，也为教会中的其他夫妇提供榜样。

这种文化包括对彼此的尊重和欣赏，包括对婚姻关系的持续投资，包括在困难时期的相互支持。它也包括对孩子们展示健康的夫妻关系模式，让他们从小就能看到什么是真正的爱和承诺。

建立这种文化需要时间和努力，但它的影响是深远的。当一个牧者家庭展现出真实而健康的婚姻关系时，它不仅为其他家庭提供了榜样，也为福音的真实性提供了有力的见证。毕竟，如果我们所传讲的爱和饶恕不能在我们最亲密的关系中体现出来，那么我们的信息就失去了说服力。

同时，这种婚姻文化也需要包容不完美。真实的婚姻关系包括挣扎、失败和成长。当牧者夫妇能够诚实地面对自己的不完美，并且展示出如何在困难中依靠神的恩典时，这反而能够给其他夫妇更大的鼓励 and 希望。

## 长期的视角和成长

牧者的婚姻经营需要长期的视角。婚姻不是一个目标，而是一个旅程。在这个旅程中，夫妻双方都会成长和改变，他们的关系也会经历不同的季节。

在事奉的早期，夫妻可能需要更多地关注建立稳固的关系基础，学习如何在事奉和家庭之间平衡。在事奉的中期，他们可能需要应对更大的责任和压力，学习如何在忙碌中保持亲密。在事奉的后期，他们可能需要重新定义他们的关系，为退休后的生活做准备。

每个阶段都有其独特的挑战和机会。重要的是要保持开放的心态，愿意学习和调整。也要记住，神的恩典足够我们在每个阶段使用，他的爱能够更新和恢复任何受损的关系。

最终，牧者婚姻的目标不仅仅是个人的幸福，更是为了神的荣耀。当一对牧者夫妇能够在他们的婚姻中活出基督的爱时，他们就是在为神的国度作见证，为福音的真实性提供证据。这是一个神圣的呼召，值得我们付出最大的努力和投资。



## 第五章：

# 子女的养育——在牧者家庭中成长的孩子

### 开篇故事

张牧师的儿子小明今年十六岁，正值青春期的叛逆阶段。最近几个月，小明的行为让张牧师和妻子越来越担心。他不再愿意参加教会的聚会，对父亲的讲道表现出明显的不耐烦，甚至在家里公开质疑一些基本的信仰原则。

问题的爆发点出现在一个周日的早晨。当张牧师催促小明准备去教会时，小明突然爆发了："我不想去！我厌倦了假装虔诚，厌倦了做完美牧师的完美儿子！"这句话像一把刀刺进了张牧师的心。

那天晚上，张牧师在书房里反思这个问题。他想起小明小时候是多么可爱和顺从，总是乖乖地坐在教会的第一排，认真地听爸爸讲道。教会的人都夸奖小明是个好孩子，是牧师家庭的骄傲。但现在，这个曾经让他骄傲的儿子却成了他最大的担忧。

张牧师开始质疑自己作为父亲的能力。他在教会里教导其他父母如何养育敬虔的孩子，但他自己的孩子却在远离信仰。他开始思考一系列深刻的问题：是不是因为他把太多时间投入在教会事奉上，而忽视了对儿子的陪伴？是不是因为他对儿子的期待过高，给了他太大的压力？还是因为他没有找到合适的方式来传递信仰给下一代？

更让他困扰的是，他意识到小明的反应可能不仅仅是青春期的叛逆，而是对整个牧师家庭生活方式的质疑。小明从小就生活在众人的注视下，被期待要比其他孩子更加完美。他没有犯错的自由，没有普通孩子的隐私，甚至连他的信仰都被认为是理所当然的。

张牧师开始明白，养育牧师家庭的孩子面临着独特的挑战。这些孩子不仅要应对普通孩子成长中的所有问题，还要承担额外的期待和压力。他们的行为被放大镜检视，他们的信仰被视为父母事奉成功的标志。在这种环境下，如何帮助他们建立真实而持久的信仰，成为了一个复杂而紧迫的问题。

# 核心问题与圣经亮光

## 核心问题

张牧师面临的困境揭示了牧者家庭子女养育的核心挑战：如何在满足教会和社会期待的同时，养育出心理健康、信仰真实的孩子？这个问题的复杂性在于，它涉及多重身份的平衡——孩子既是牧师的子女，也是独立的个体；既是教会的一部分，也需要自己的成长空间。

牧师家庭的孩子面临着独特的压力。首先是期待的压力。教会成员和社区往往对牧师的孩子有更高的道德和行为期待，认为他们应该是其他孩子的榜样。这种期待可能让孩子感到窒息，觉得自己没有犯错或探索的自由。

其次是身份的困惑。牧师的孩子经常不确定别人是因为他们自己而喜欢他们，还是因为他们父母的身份。这可能导致他们对自己真实价值的怀疑，也可能让他们在建立真实友谊关系时遇到困难。

第三是隐私的缺失。牧师家庭往往生活在公众的视野中，孩子的行为和选择容易成为教会讨论的话题。这种缺乏隐私的环境可能让孩子感到压抑，渴望逃离。

第四是信仰的压力。牧师的孩子从小就被假设是基督徒，他们的信仰选择往往被视为理所当然。但真正的信仰需要个人的选择和经历，这种假设可能阻碍他们建立真实的信仰关系。

## 圣经亮光

面对这些挑战，我们需要回到圣经寻求智慧。圣经中有许多关于子女养育的教导，这些教导对牧师家庭同样适用。

申命记六章四到九节提供了基础的原则："以色列啊，你要听！耶和华—我们神是独一无二的主。你要尽心、尽性、尽力爱耶和华—你的神。我今日所吩咐你的话都要记在心上，也要殷勤教训你的儿女。无论你坐在家，行在路上，躺下，起来，都要谈论。也要系在手上为记号，戴在额上为经文；又要写在你房屋的门框上，并你的城门上。"

这段经文强调了信仰传承的自然性和生活化。信仰教育不应该是正式的、分离的活动，而应该融入日常生活的每个方面。对牧师家庭来说，这意味着信仰传递不应该只发生在教会或正式的家庭崇拜中，而应该在日常的对话、决策和互动中自然地流露出来。

箴言二十二章六节告诉我们："教养孩童，使他走当行的道，就是到老他也不偏离。"这节经文中的"当行的道"在希伯来文中有"按照他的方式"的含义，暗示着教育应该考虑每个孩子的独特性格和恩赐。这对牧师父母来说是一个重要的提醒——不要试图将所有孩子塑造成同一个模式，而要发现和培养每个孩子的独特之处。

以弗所书六章四节对父亲提出了具体的指导："你们作父亲的，不要惹儿女的气，只要照着主的教训和警戒养育他们。"这节经文特别提到不要"惹儿女的气"，这在现代心理学中被理解为不要通过不合理的期待、严厉的批评或忽视来伤害孩子的心理。

# 实用原则

1

## 个体性原则

尊重每个孩子的独特性格和恩赐

2

## 真实性原则

展示真实的信仰生活而非完美表演

☯

## 平衡性原则

在多重角色间找到平衡

基于这些圣经教导，我们可以建立一些实用的原则来指导牧师家庭的子女养育。

首先是个体性的原则。每个孩子都是独特的个体，有自己的性格、恩赐和成长节奏。牧师父母需要抵制将孩子标准化的诱惑，无论是教会的期待还是自己的期待。这意味着要花时间了解每个孩子的特点，发现他们的兴趣和才能，并相应地调整教育方法。

这个原则也意味着要给孩子选择的自由。虽然我们希望孩子接受我们的信仰和价值观，但我们不能强迫他们。真正的信仰必须是个人的选择，而不是外在的强加。我们的责任是提供良好的榜样和教导，但最终的决定权在孩子自己。

其次是真实性的原则。牧师家庭的孩子需要看到真实的信仰生活，而不是完美的表演。这意味着父母要在适当的时候承认自己的错误和挣扎，让孩子看到信仰是如何在不完美的人生中发挥作用的。

真实性也意味着要创造安全的环境，让孩子可以表达疑问和困惑，而不必担心被批评或拒绝。青少年时期的信仰质疑是正常的成长过程，父母应该将其视为帮助孩子建立更深信仰的机会，而不是威胁。

第三是平衡性的原则。牧师父母需要在多个角色之间找到平衡——既是牧师也是父亲/母亲，既要满足教会的需要也要满足家庭的需要。这种平衡不是静态的，需要在不同的情况下进行调整。

有时候，这可能意味着要对教会说“不”，为了参加孩子的重要活动而推掉一些教会事务。有时候，这可能意味着要帮助孩子理解父母工作的重要性，培养他们的理解和支持。关键是要确保孩子感到被重视和被爱，知道他们在父母心中的重要位置。

# 具体的养育策略



2

3

## 创造高质量的家庭时间

在日常生活中，牧师父母需要创造高质量的家庭时间。这不仅仅是数量的问题，更是质量的问题。即使时间有限，也要确保这些时间是专注和有意义的。可能是每天晚上的睡前故事时间，可能是周末的家庭活动，也可能是简单的一起吃饭时间。

重要的是在这些时间里要全心全意地与孩子互动，放下手机和工作，真正地倾听他们的想法和感受。孩子需要感到他们比任何教会事务都重要，至少在某些时刻是这样。

## 融入生活的信仰教育

在信仰教育方面，牧师父母需要超越正式的宗教教育，将信仰融入生活的方方面面。这可能意味着在面对困难时与孩子一起祷告，在做决定时解释圣经原则如何指导我们的选择，在日常对话中自然地分享神的爱和恩典。

同时，也要给孩子提问和探索的空间。当孩子提出困难的问题时，不要急于给出标准答案，而要与他们一起寻求答案。这种探索的过程往往比答案本身更有价值，因为它教会孩子如何独立思考和寻求真理。

## 建立健康的友谊关系

在社交方面，牧师父母需要帮助孩子建立健康的友谊关系。这可能意味着鼓励他们参加学校或社区的活动，而不仅仅是教会的活动。也可能意味着邀请他们的朋友到家里来，创造一个开放和欢迎的环境。

重要的是要帮助孩子理解，他们的价值不在于他们的父母是谁，而在于他们自己是谁。这需要父母有意识地培养孩子的独立性和自信心，鼓励他们发展自己的兴趣和才能。

# 处理特殊挑战



## 公众压力的处理

当孩子因为父母的身份而受到额外关注时，父母需要帮助他们学会应对。这可能包括教导他们如何回应不合理的期待，如何处理来自教会成员的批评或建议，如何在公众场合保持适当的行为而不失去自己的个性。



## 信仰危机的处理

许多牧师家庭的孩子在青少年时期会经历信仰危机，质疑他们从小接受的信仰。父母需要将此视为正常的成长过程，而不是失败的标志。重要的是要保持开放的对话，提供支持而不是压力，相信神会在他们的生命中工作。



## 身份认同的帮助

牧师的孩子需要帮助来建立健康的身份认同，既为父母的事奉感到骄傲，又不被这种身份所束缚。这需要父母帮助他们发现自己的独特恩赐和呼召，无论是在教会内还是在其他领域。

# 建立支持系统与长期视角

## 建立支持系统

牧师家庭的子女养育不应该是孤立的努力。建立强大的支持系统对孩子的健康成长至关重要。

这个支持系统首先包括教会社区。理想情况下，教会应该成为牧师家庭孩子的扩展家庭，提供额外的关爱和支持。但这需要教会成员有正确的理解和态度，将牧师的孩子视为普通的孩子，而不是特殊的展品。

支持系统也包括其他牧师家庭。与面临类似挑战的家庭建立联系，可以为孩子提供理解和支持的环境。牧师孩子的聚会或营会可以让他们意识到自己并不孤单，其他人也面临着类似的挑战。

专业的帮助也可能是必要的。如果孩子面临严重的心理或行为问题，寻求专业的辅导或治疗是明智的选择。牧师父母不应该因为面子或角色的考虑而拒绝寻求帮助。

## 长期的视角和希望

最后，牧师父母需要保持长期的视角和希望。子女养育是一个长期的过程，会有起伏和挑战。重要的是要记住，我们的责任是忠实地履行父母的职责，但最终的结果在神的手中。

许多牧师家庭的孩子在经历了青少年时期的挣扎后，最终会回到信仰，甚至成为更强的信徒。他们在牧师家庭中的成长经历，虽然带来了挑战，但也给了他们独特的洞察和经历，可能成为他们将来事奉的宝贵资源。

重要的是要相信神的恩典和主权。即使我们犯了错误，即使我们的孩子选择了不同的道路，神的爱和恩典仍然在工作。我们的盼望不在于我们完美的养育，而在于神对我们和我们孩子的完美的爱。



## 第六章： 生活的艺术——在多重角色中寻找平衡

### 开篇故事

周牧师站在浴室的镜子前，看着镜中疲惫的自己。早晨六点，他已经醒了一个小时，脑子里不断转动着今天需要处理的事情：上午要为一位病重的会友祷告，下午有长执会议讨论教会扩建的事宜，晚上要参加儿子的家长会，回家后还要准备明天的查经内容。而这只是这一周的一个普通日子。

最近几个月，周牧师越来越感到力不从心。作为一个有着两百多人的教会的主任牧师，他需要承担讲道、牧养、行政、对外联络等多重责任。作为两个孩子的父亲，他需要参与孩子的教育和成长。作为丈夫，他需要维护与妻子的关系。作为儿子，他需要照顾年迈的父母。每一个角色都很重要，每一个都需要时间和精力投入。

问题是，一天只有二十四小时，而他感觉自己需要四十八小时才能勉强应付所有的责任。更糟糕的是，他发现在每个角色中都无法做到最好。在教会里，他总是匆匆忙忙，没有足够的时间深入牧养每个需要关怀的人。在家里，他经常心不在焉，即使身体在场，心思却还在教会的事务上。

转折点出现在上个月的一个晚上。当他又一次因为紧急的教会事务而错过了女儿的钢琴演出后，妻子终于忍不住了：“你知道吗？有时候我觉得我们就像是你的事奉清单上的一个项目，而不是你最爱的家人。”这句话让周牧师深深震撼，他意识到自己虽然在努力平衡各种角色，但实际上却在每个角色中都在失败。

那天晚上，他在书房里思考了很久。他开始意识到，问题不仅仅是时间管理的问题，更是生活哲学的问题。他一直以为平衡就是给每个角色分配相等的时间，但现在他开始怀疑这种理解是否正确。也许真正的平衡不是数学上的平均分配，而是一种更深层的整合和协调。

# 核心问题与圣经亮光

## 核心问题

周牧师的困境揭示了现代牧者面临的一个核心挑战：如何在多重角色和责任中找到真正的平衡？这个问题的复杂性在于，现代牧者不仅要履行传统的牧职责任，还要应对现代社会对个人生活的各种要求。

现代牧者通常需要同时扮演多个角色：属灵领袖、教师、辅导员、行政管理者、公共关系专家、丈夫/妻子、父亲/母亲、儿子/女儿、朋友、社区成员等等。每个角色都有其独特的要求和期待，而这些要求往往会相互冲突。

传统的时间管理方法往往假设我们可以将生活分割成不同的区块，为每个角色分配特定的时间。但实际上，生活是整合的，各个角色之间相互影响，不能简单地分割。更重要的是，不同的角色在不同的时期可能需要不同程度的关注，这需要动态的调整而不是静态的分配。

另一个挑战是内在的整合。许多牧者发现自己在不同的角色中表现出不同的人格，这可能导致内在的分裂和疲惫。真正的平衡需要的不仅仅是外在的时间分配，更需要内在的整合和一致性。

## 圣经亮光

面对这些挑战，我们需要从圣经中寻求智慧。圣经虽然没有直接讨论现代的时间管理问题，但它提供了关于生活优先次序和整合的重要原则。

耶稣在马太福音六章三十三节中说："你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。"这节经文提供了一个重要的原则：优先次序的重要性。真正的平衡不是给每件事相等的关注，而是根据永恒的价值来确定优先次序。

有趣的是，耶稣自己也面临着多重角色的挑战。他是老师、医治者、朋友、儿子，同时也需要时间祷告和独处。福音书记录了他如何处理这些不同的需求。有时候他会拒绝某些要求，为了更重要的事情（马可福音1:35-38）。有时候他会调整计划来回应紧急的需要（马可福音6:30-34）。但他总是保持与父神的关系作为中心。

传道书三章一到八节告诉我们："凡事都有定期，天下万务都有定时。生有时，死有时；栽种有时，拔出所栽种的也有时..."这段经文提醒我们，生活有其自然的节奏和季节。不同的时期可能需要不同的关注重点，这是正常的，不需要感到内疚。

保罗在腓立比书四章十一到十三节中分享了他学到的秘诀："我并不是因缺乏说这话；我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。我靠着那加给我力量的，凡事都能做。"保罗的秘诀不是完美的控制，而是在各种情况下的适应和依靠神的力量。

# 实用原则



基于这些圣经教导，我们可以建立一些实用的原则来指导牧者的生活平衡。

首先是价值导向的原则。真正的平衡不是时间的平均分配，而是根据价值和重要性来分配资源。这需要我们清楚地了解什么是最重要的，什么是次要的。对基督徒来说，这个价值体系应该以神的国度和旨意为中心。

这个原则意味着我们需要定期评估我们的活动和承诺，问自己：这些事情是否符合神对我生命的呼召？它们是否有助于实现神的国度的目标？如果答案是否定的，我们可能需要考虑减少或取消这些活动。

其次是季节性的原则。生活有其自然的节奏和季节，不同的时期可能需要不同的关注重点。比如，当孩子还小的时候，家庭可能需要更多的关注。当教会面临重大挑战时，事奉可能需要额外的投入。当父母年老生病时，照顾他们可能成为优先事项。

理解这种季节性可以帮助我们减少内疚感，也可以帮助我们做出明智的决定。重要的是要与家人和同工沟通这些季节性的调整，争取他们的理解和支持。

第三是整合性的原则。与其试图将生活分割成不同的区块，不如寻求将不同的角色和责任整合起来。这可能意味着寻找能够同时满足多个角色需求的活动，也可能意味着在一个角色中体现其他角色的价值。

比如，与家人一起参与教会的服务活动，既可以满足事奉的需要，也可以增进家庭关系。在牧养他人时分享自己作为父亲或丈夫的经验，既可以提供有价值的指导，也可以整合个人经验和牧职责任。

# 具体的实践策略

## 学会说“不”

在时间管理方面，牧者需要学会说“不”。这可能是最困难但也是最重要的技能之一。每一个“是”都意味着对其他事情的“不”。因此，我们需要谨慎地选择我们的承诺，确保它们与我们的核心价值和呼召一致。

学会说“不”需要勇气和智慧。我们需要发展礼貌但坚定的拒绝技巧，也需要帮助他人理解我们的限制。有时候，我们可以建议其他人来承担某些责任，或者提供替代的解决方案。

## 管理精力

在精力管理方面，牧者需要认识到精力比时间更重要。我们可能有时间做某件事，但如果没有精力，质量就会很差。因此，我们需要学会管理我们的精力，确保在最重要的事情上有最好的状态。

这可能意味着要识别我们的精力高峰期和低谷期，将最重要的任务安排在高峰期。也可能意味着要学会恢复精力的方法，如适当的休息、运动、娱乐等。

## 投资关键关系

在关系管理方面，牧者需要投资于关键的关系。虽然我们不能与每个人都保持深度的关系，但我们需要确保与最重要的人——配偶、孩子、核心同工——保持健康的关系。

这需要我们有意识地为这些关系留出高质量的时间，不仅仅是数量，更重要的是质量。在与家人在一起时，要全心全意地在场，放下工作的思虑。在与同工合作时，要真诚地倾听和沟通。



# 处理内疚和完美主义

在寻求平衡的过程中，许多牧者会面临内疚和完美主义的挑战。内疚感往往来自于无法在每个角色中都做到完美，或者因为选择了一个角色而忽视了另一个角色。完美主义则驱使我们试图在所有方面都达到不现实的标准。

## 处理内疚与价值感

处理内疚感需要我们重新理解什么是成功。成功不是在每个角色中都达到完美，而是忠实地回应神在每个季节对我们的呼召。有时候，忠实可能意味着承认我们的限制，接受我们不能做所有事情的现实。

重要的是要记住，我们的价值不在于我们的表现，而在于神对我们的爱。即使我们在某些方面失败了，神的恩典仍然足够。这种认识可以释放我们从完美主义的束缚中出来，让我们能够更自由地做选择。

## 应对完美主义

处理完美主义需要我们学会接受“足够好”。在某些情况下，80%的努力可能已经足够，而不需要追求100%的完美。这样可以为其他重要的事情留出时间和精力。

同时，我们也需要学会从错误中学习，而不是被错误所定义。每个人都会犯错，包括牧者。重要的是要从错误中学习，调整我们的方法，而不是因为错误而放弃努力。

## 建立支持系统

寻求生活平衡不应该是孤独的努力。建立强大的支持系统对于维持健康的生活平衡至关重要。

这个支持系统首先包括家庭。配偶和孩子不仅仅是我们需要照顾的对象，也可以成为我们的支持者和帮助者。开放的沟通可以帮助家庭成员理解牧者面临的挑战，也可以让他们参与到解决方案中来。

支持系统也包括教会的同工团队。有效的团队合作可以分担责任，让每个人都能专注于自己的恩赐和呼召。这需要牧者学会授权和信任他人，也需要培养和发展其他人的能力。

外部的支持网络也很重要。这可能包括其他牧者、属灵导师、专业的辅导员等。有时候，外部的视角可以帮助我们看到我们自己看不到的盲点，也可以提供我们需要的鼓励和指导。

# 技术和工具的运用

## 技术的明智使用

现代技术可以成为帮助牧者寻求生活平衡的有用工具。日程管理软件可以帮助我们更好地安排时间，确保重要的事情不被遗忘。通讯工具可以提高效率，减少不必要的会议和旅行。

但是，技术也可能成为负担。如果不加控制，电子邮件、社交媒体、即时消息等可能会侵占我们的个人时间，模糊工作和生活的界限。因此，我们需要学会明智地使用技术，设定界限和规则。

比如，可以设定特定的时间检查和回复邮件，而不是随时都在线。可以在家庭时间关闭工作相关的通知。可以使用自动回复功能来管理他人的期待。

## 身体和心理健康

生活平衡不仅仅是时间和活动的平衡，也包括身体和心理的健康。牧者往往忽视自己的身体需要，认为属灵的事务比身体的需要更重要。但实际上，身体的健康直接影响我们在各个角色中的表现。

保持身体健康需要规律的运动、健康的饮食、充足的睡眠。这些看似简单的事情，对于忙碌的牧者来说往往是挑战。但它们是维持长期有效事奉的必要投资。

心理健康同样重要。牧者经常承受很大的情感压力，需要有健康的方式来处理这些压力。这可能包括定期的休假、爱好的培养、友谊的维持等。有时候，专业的心理帮助也可能是必要的。

# 属灵的根基与长期视角

## 属灵的根基

最终，真正的生活平衡必须建立在坚实的属灵根基上。这意味着要保持与神的亲密关系，定期从他那里汲取力量和智慧。

个人的灵修时间不应该被视为可有可无的奢侈品，而应该被视为维持生活平衡的必要条件。在与神的关系中，我们可以找到我们真正的身份和价值，也可以得到我们需要的力量和指导。

祷告不仅仅是请求神的帮助，也是与神对话，寻求他的心意。在祷告中，我们可以将我们的担忧和挑战交给神，也可以聆听他对我们生活的指导。

读经可以为我们提供智慧和视角，帮助我们从神的角度看待我们的生活和挑战。圣经中的原则和例子可以指导我们的决策，也可以给我们鼓励和希望。

## 长期的视角和调整

生活平衡不是一个一次性达成的目标，而是一个持续的过程。随着生活环境的变化、责任的增减、年龄的增长，我们需要不断地调整我们的方法和策略。

重要的是要保持灵活性和学习的心态。当某种方法不再有效时，要勇于尝试新的方法。当新的挑战出现时，要寻求新的解决方案。

同时，也要保持长期的视角。有些不平衡可能是暂时的，是特定季节的需要。不要因为短期的不平衡而过度焦虑，但也不要因为长期的不平衡而麻木不仁。

最终，生活平衡的目标不是为了我们自己的舒适，而是为了更有效地服务神和他人。当我们的生活是平衡和健康的时候，我们就能够更好地履行神给我们的各种呼召，也能够成为他人的祝福和榜样。

在这个过程中，我们需要记住神的恩典和主权。即使我们的努力不完美，即使我们有时候失败，神仍然爱我们，仍然使用我们。我们的盼望不在于我们完美的平衡，而在于神完美的恩典。这种认识可以给我们自由去尝试、去学习、去成长，而不必被完美主义的重担所压垮。

# 结语：恩典中的成长之路

当我们走到这本书的结尾时，我们已经一起探讨了现代牧者生活中最重要的几个方面：如何在谦卑与自信之间找到平衡，如何保持终身学习的心态，如何应对时代的挑战，如何经营婚姻关系，如何养育子女，以及如何在多重角色中寻找生活的平衡。

这些话题看似不同，但它们都指向一个共同的主题：如何在不完美的世界中，以不完美的生命，忠实地回应神完美的呼召。这是每个牧者都要面对的根本挑战，也是每个基督徒都要学习的人生功课。

在这个过程中，我们必须记住一个重要的真理：我们的价值和身份不在于我们的表现，而在于神对我们的爱。这种认识是我们一切努力的基础，也是我们在失败时的安慰。当我们深深地扎根在神的爱中时，我们就有自由去冒险、去学习、去成长，而不必被完美主义的重担所压垮。

牧职是一个特殊的呼召，但它不是一个超人的呼召。神呼召的是有血有肉的人，有限制、有软弱、有需要的人。他不是要我们成为完美的超人，而是要我们在他的恩典中不断成长，在服务他人的过程中也经历他的爱和能力。

这种成长是终生的过程。我们永远不会达到一个点，可以说“现在我已经完全掌握了牧职的艺术”。每个新的挑战都是学习的机会，每个失败都是成长的契机，每个成功都是神恩典的见证。

在这个成长的过程中，我们不是孤独的。我们有神的同在和引导，有圣经的智慧和原则，有圣灵的能力和安慰。我们也有信仰群体的支持，有其他牧者的经验分享，有家人朋友的理解和鼓励。

最重要的是，我们有盼望。这个盼望不是建立在我们的能力上，而是建立在神的信实上。他开始了这个工作，他也必定会完成这个工作。他呼召了我们，他也会装备我们。他爱我们，也会通过我们去爱他人。

愿每一位读到这本书的牧者都能在神的恩典中找到力量，在他的爱中找到安息，在他的呼召中找到方向。愿我们都能成为神手中有用的器皿，在这个需要盼望的世界中传递他的爱和真理。

愿神祝福每一个忠心服务他的仆人，愿他的恩典在我们的软弱中显得完全。阿们。

"我们有这宝贝放在瓦器里，要显明这莫大的能力是出于神，不是出于我们。"（哥林多后书4:7）

# 附录：实用资源和工具

## 附录A：自我评估问卷

### 谦卑与自信平衡评估

请诚实地回答以下问题，用1-5分评分（1=从不，5=总是）：

#### 谦卑方面：

1. 我能够承认自己的错误和限制 \\\\_
2. 我愿意向他人学习，包括比我年轻或经验少的人 \\\\_
3. 我能够接受建设性的批评而不感到防御 \\\\_
4. 我在成功时会将荣耀归给神 \\\\_
5. 我能够为他人的成功感到真正的喜悦 \\\\_

#### 自信方面：

1. 我相信神已经装备我来履行他的呼召 \\\\_
2. 我能够在困难面前坚持神的真理 \\\\_
3. 我在做决定时不会过度依赖他人的认可 \\\\_
4. 我能够在压力下保持内心的平静 \\\\_
5. 我相信神会使用我的恩赐来祝福他人 \\\\_

#### 反思问题：

- 在哪些方面我需要更多的谦卑？
- 在哪些方面我需要更多的自信？
- 我如何能够在这两者之间找到更好的平衡？

# 生活平衡评估

请评估你在以下各个领域的满意度（1-10分）：

1. 与神的关系 \\\
2. 婚姻关系（如适用） \\\
3. 亲子关系（如适用） \\\
4. 教会事奉 \\\
5. 个人健康 \\\
6. 友谊关系 \\\
7. 个人成长和学习 \\\
8. 休息和娱乐 \\\

反思问题：

- 哪些领域需要更多的关注？
- 哪些领域可能占用了过多的时间和精力？
- 我需要做出哪些调整来改善整体的平衡？

## 附录B：实用工具和模板

### 每日灵修计划模板

早晨时光（建议30-45分钟）：

- 安静等候（5分钟）
- 读经（15-20分钟）
- 默想和应用（10分钟）
- 祷告（10分钟）

晚间反思（建议15-20分钟）：

- 回顾一天的经历
- 感恩的事项（至少3件）
- 需要悔改的地方
- 明天的祷告事项

# 家庭时间规划表

## 每日家庭时间

- 早餐时间对话
- 晚餐时间分享
- 睡前祷告/故事时间

## 每周家庭活动

- 周五晚上：家庭电影夜
- 周六上午：户外活动
- 周日下午：家庭游戏时间

## 每月特别活动

- 家庭郊游
- 夫妻约会夜
- 孩子个别谈话时间

## 学习成长计划

### 年度阅读计划：

- 神学类书籍：\\_\\_\\_本
- 牧养实务书籍：\\_\\_\\_本
- 传记类书籍：\\_\\_\\_本
- 其他领域书籍：\\_\\_\\_本

### 技能发展目标：

- 今年要学习的新技能：
- 要参加的课程或研习会：
- 要发展的恩赐：

### 导师关系：

- 我的导师：
- 我要指导的人：
- 定期交流的频率：

# 附录C：危机应对指南

## 婚姻关系危机

### 警告信号：

- 沟通频率明显减少
- 经常因小事争吵
- 情感距离感增加
- 亲密关系受影响

### 立即行动：

1. 停下来，诚实面对问题
2. 安排专门时间深度对话
3. 寻求专业婚姻辅导
4. 暂时减少非必要的事奉活动

## 子女行为问题

### 常见问题：

- 拒绝参加教会活动
- 公开质疑信仰
- 行为叛逆或退缩
- 学业或社交问题

### 应对策略：

1. 保持冷静，避免过度反应
2. 增加高质量的陪伴时间
3. 创造安全的对话环境
4. 必要时寻求专业帮助

## 事奉倦怠

### 症状识别：

- 对事奉失去热情
- 身体或情感疲惫
- 容易愤怒或沮丧
- 想要逃避责任

### 恢复步骤：

1. 承认问题的存在
2. 安排充分的休息时间
3. 重新评估优先次序
4. 寻求属灵导师的指导



## 附录D：推荐资源

### 必读书籍

- 《效法基督》- 托马斯·肯培
- 《与神同行》- 亨利·布莱克比
- 《属灵操练礼赞》- 理查德·福斯特

### 牧养实务类

- 《牧者的心》- 约翰·克里索斯托
- 《危险的呼召》- 保罗·区普
- 《忠心的牧者》- 提摩太·凯勒

### 婚姻家庭类

- 《婚姻的意义》- 提摩太·凯勒
- 《以恩典为中心的育儿》- 保罗·区普
- 《牧师家庭》- 克雷格·巴恩斯

### 在线资源

#### 网站：

- 九标志事工 (9marks.org)
- 福音联盟 (thegospelcoalition.org)
- 渴慕神 (desiringgod.org)

#### 播客：

- "牧者谈话" (Pastor's Talk)
- "领导力播客" (Leadership Podcast)
- "家庭生活今日" (FamilyLife Today)

### 培训机构

#### 神学教育：

- 各地神学院的继续教育课程
- 在线神学课程平台
- 牧者研习会和退修会

#### 专业发展：

- 领导力培训机构
- 辅导技能培训
- 沟通技巧工作坊

# 附录E：祷告指南

## 每日祷告要点

为个人祷告：

- 求神保守我的心思意念
- 求神赐给我智慧和力量
- 求神帮助我保持谦卑的心
- 求神使用我成为他人的祝福

为家庭祷告：

- 为配偶的身心灵健康祷告
- 为孩子的成长和信仰祷告
- 为家庭关系的和谐祷告
- 为家庭在神国度中的使命祷告

为事奉祷告：

- 为教会的合一和成长祷告
- 为会众的属灵需要祷告
- 为同工团队的配搭祷告
- 为传福音的果效祷告

# 特殊情况的祷告

面临重大决定时：

"天父，求你赐给我智慧，让我能够明白你的心意。帮助我不依靠自己的聪明，而是在你的话语中寻求指引。愿你的旨意成就，而不是我的意思。"

感到疲惫时：

"主啊，你知道我的软弱和疲惫。求你成为我的力量，让我能够在你的里面得到安息。帮助我记住，我的帮助从造天地的耶和华而来。"

面对批评时：

"神啊，求你帮助我以正确的心态面对批评。让我能够从中学习有益的功课，也让我不会被不公正的指责所伤害。求你保守我的心，让我能够以爱回应。"

为孩子担心时：

"慈爱的父神，我将我的孩子交托在你手中。求你保护他们，引导他们，让他们能够认识你的爱。帮助我做一个好父亲/母亲，也让我相信你对他们的计划是美好的。"

结语

这些资源和工具旨在帮助牧者在日常生活中实践本书所讨论的原则。但请记住，没有任何工具或方法能够替代与神的个人关系。最重要的是要在圣灵的引导下，根据自己的具体情况来应用这些资源。

愿神使用这些实用的工具来帮助每一位牧者更好地平衡生活的各个方面，在他的恩典中不断成长，成为神国度里忠心而有效的仆人。

愿主的恩典与每一位读者同在。阿们。