



## 第五篇：找回身分

### 主題經文

盜賊來，無非是要偷竊、殺害、毀壞。  
但我來是要羊得生命，並且得到豐盛的生命。  
——約翰福音 10:10 (當代譯本)

### 重點摘要

過去的經歷是偷走我們身分的小偷。它試圖定義我們、限制我們、剝奪我們的力量。但最主要的是，它偷走了我們應有的盼望、喜樂、平安和自信。我們的身分不應該由過去、情緒或他人的看法來決定，我們的身分是由我們的天父所定義的，祂的話語和應許定義了我們。

有一次的經歷幫助我不再依賴過去，而開始用神創造我的方式來定義自己。這一切開始於有非常多的人對我說，他們覺得我是個作家，或者我應該寫一本書。這讓我感到有點煩躁，因為即使這個想法很吸引人，我還是無法想像自己能寫書。我確信自己沒有能力或資格寫書。況且，即使我真的寫了，又有誰會讀呢？

但是當越來越多的人告訴我應該寫書，我就想，或許應該試試看。不過我明白一個原則：當你不相信自己是某種人的時候，就無法長久持續去做違背你信念的事情。所以在提筆之前，我開始宣告「我要寫書」。但經過幾年反覆嘗試，仍然沒有結果，於是我問神，為什麼做祂要我做的事這麼難？那時祂告訴我，要把宣告從「我要寫書」改成「我是作家」。這兩者的差別在於，一個宣告是關於行為，另一個則是關於身分。

起初我抗拒神，說：「那不是在撒謊嗎？」但神回應我：「真是這樣嗎，溫蒂？在蘋果樹還沒有結蘋果之前，稱它為蘋果樹是撒謊嗎？」頓時我恍然大悟。蘋果樹之所以被稱為蘋果樹，不是因為它已經結出了蘋果，而是因為它生來就具有結出蘋果的潛力。祂接下來說的話讓我更為震驚，神說，即使我在離世前沒有完成任何一本書，在天堂我仍會被視為作家，因為我們的身分不是由行為或情緒所創造和改變，而是由我們被造的目的決定。

### 討論題

- 在你的生活中，是否有像作者一樣有某個渴望達成但尚未實現的目標？是什麼原因使這個目標還未達成？
- 從「我希望成為/做到」轉變為「我就是」的身份認同，會如何影響你的努力和情緒狀態？
- 閱讀〈詩篇139：1-18〉，從這個經文中你發現上帝如何看待你？

### 一起禱告

邀請上帝介入你鍛鍊喜樂肌肉的過程，不聚焦在做得完美，而是專注在自己的進步！