

A close-up photograph of a brown leather basketball with black lines, resting on a polished wooden basketball court floor. The lighting is dramatic, highlighting the texture of the ball and the grain of the wood.

人生下半场

第九课 建立缓冲区

吴文

《人生下半场》课程表

日期	课次	课程主题	Leader
6/05/22	1	重新出发-对成功的再定义	Gary
6/12/22	2	冲破阻碍1	吴文
6/19/22	3	冲破阻碍2	吴文
6/26/22	4	准备启程1	Gary
7/03/22		Break	
7/10/22	5	邢承中弟兄 分享	南海
7/17/22	6	准备启程2	Gary
7/24/22	7	寻找你的方向1	南海
7/31/22	8	寻找你的方向2	南海
8/07/22	9	建立缓冲区	吴文
8/14/22	10	找到你的命定之处1	Gary
8/21/22	11	找到你的命定之处2	Gary
8/28/22	12	陈昆华弟兄 分享	吴文

扩充你生命的容量去追随呼召

既自由又专注



What are you doing with what God has given you so far?

内容安排

- 实例分析
- 圣经根基
- 分组讨论与分享 - 30min



实例 – Rosaline Cook

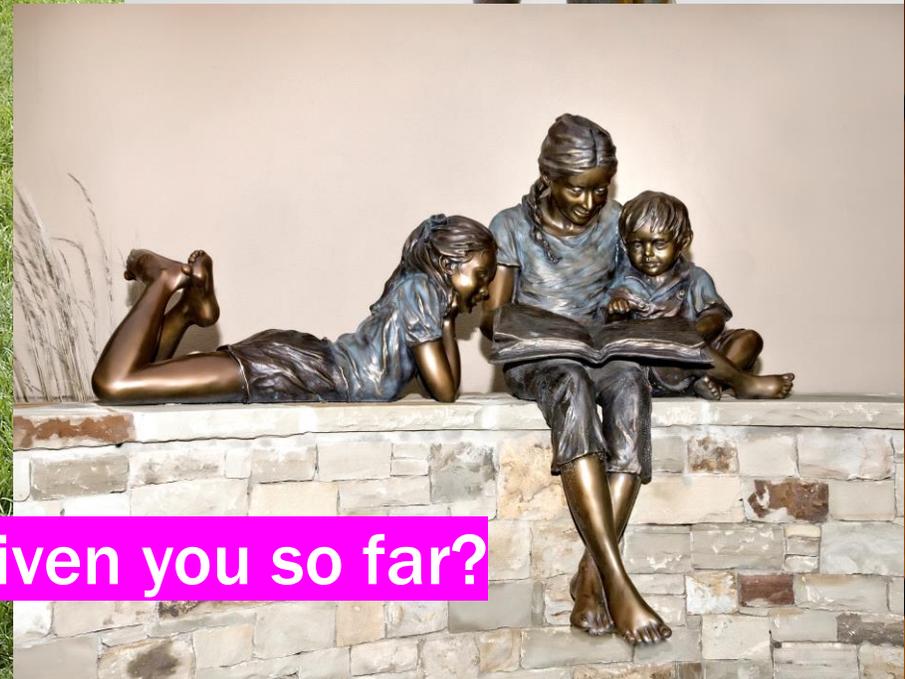
- 盲人教师，家庭主妇，社区服务
- 雕塑：从嗜好到呼召。。。
- **Good vs. Best!**

“You are made in God’s image. He’s your creator, and when you use the gifts of His image, that gives Him pleasure.”

- 作品：赞美生命和创造者；追寻梦想；表现内在的喜乐，力量和尊严！
- 神听祷告！祂大能的手引导并成就祂旨意

什么带给你最大的快乐？这如何能为主所用？





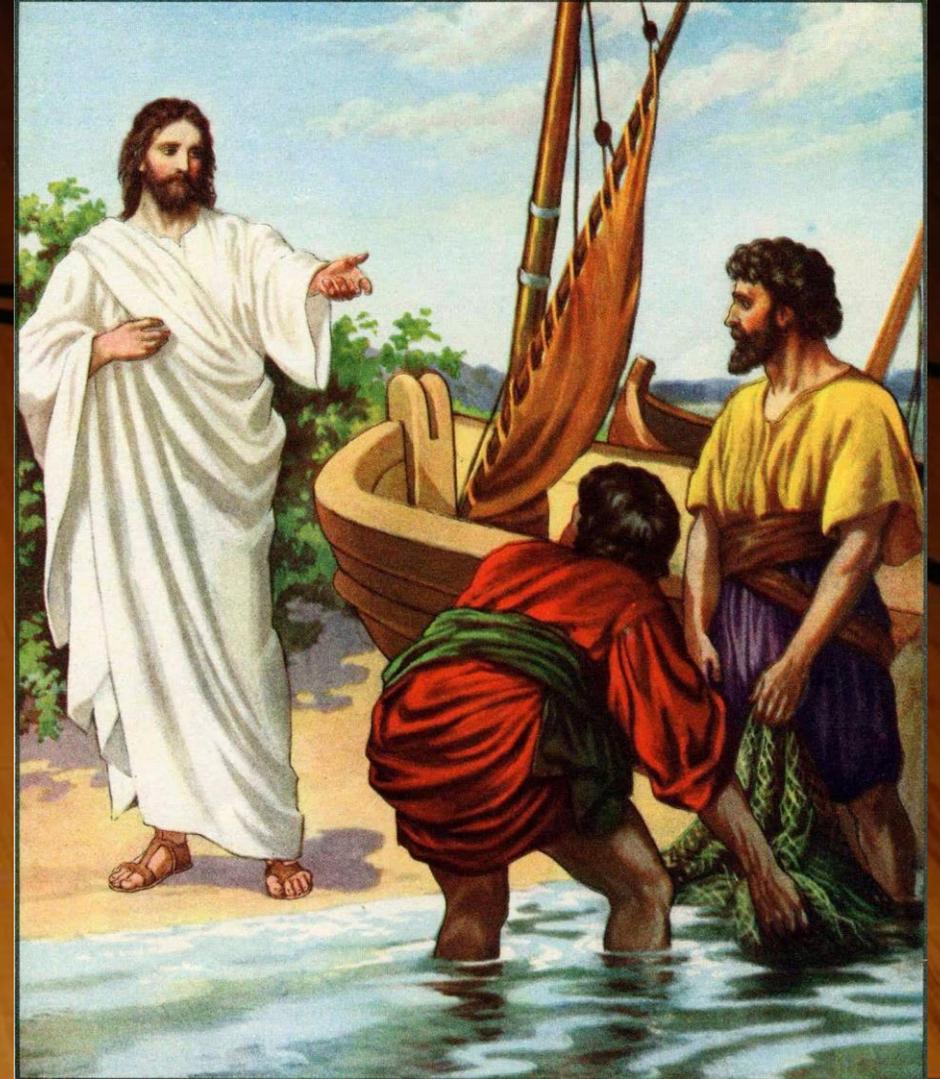
What are you doing with what God has given you so far?

圣经根基 - 马太福音 4:18-20 (1)

18耶稣在加利利海边行走的时候，看见兄弟二人，就是名叫彼得的西门和他的弟弟安得烈，正在把网撒到海里去；他们是渔夫。19耶稣就对他们说：“来跟从我，我要使你们作**得人的渔夫**。”20他们**立刻**撒下网，**跟从**了他。

耶稣的呼召到底意味着什么？ Good vs. Best

彼得是永远离开打鱼了吗？



圣经根基 - 路加福音5:1-11 (2)

¹耶稣站在革尼撒勒湖边，众人拥挤他，要听神的道。²他看见两只船停在湖边，渔夫离开船洗网去了。³他上了西门的那一只船，请他撑开，离岸不远，就坐下，从船上教导众人。⁴讲完了，就对西门说：“把船开到水深的地方，下网打鱼！”⁵西门说：“主啊，我们整夜劳苦，毫无所得，不过，我愿照你的话下网。”⁶他们下了网，就圈住很多鱼，网几乎裂开，⁷就招呼另外那只船上的同伴来帮助，他们就来把两只船装满，甚至船要下沉。⁸西门·彼得看见这种情景，就俯伏在耶稣膝前，说：“主啊，离开我，因为我是个罪人。”

圣经根基 – 路加福音5:1-11 (3)

9 他和跟他在一起的人，因这网所打的鱼，都十分惊骇。 10 西门的伙伴，西庇太的儿子雅各、约翰也是这样。耶稣对西门说：“**不要怕！**从今以后，你要作**得人的渔夫**了。” 11 他们把两只船拢了岸，**撒下一切，跟从**了耶稣。



彼得内心惧怕什么？

对未来的不确定性！

在你下半场的发现之旅中，神让你放手的可能性会是什么？

缓冲区的困境

➤ 缓冲区：超过所需之余量

- 应对意外情况的预备
- 休息与耗尽之间的空隙
- 自由呼吸与窒息之间的空间
- 我们自己和我们的极限之间的余地

➤ 目的

- 着意整理生活，思考下半场，投资平衡机会
- 若没有余额，绝无可能给出！

➤ 缓冲区的四个方面

○ 体能

- ✓ 每天/每周日常之余，剩余多少体力？
- ✓ 需改变什么才能有体力服务他人？

○ 情感

- ✓ 每天/每周/每月，在你的世界之外，你还有心力去关心他人的需要，鼓励别人，影响生命领人归主吗？
- ✓ 什么活动使你精力旺盛？筋疲力尽？怎么改？

○ 财务

- ✓ 每月你有余钱帮助别人吗？
- ✓ 你计划如何开源节流？

○ 灵命

- ✓ 上帝的爱和恩典如何从你心中满溢到你周遭的人？
- ✓ 你有没有注意到他人的需要？
- ✓ 有没有人告诉过你，你把基督的同在带到他们的生命中？



如何建立缓冲区？

- 评价余量：体能，情感，财务，灵命
 - 从1到10打分（10最大余量）
 - 集中精力改进其中最弱的两项
- 价值最小的事情：坚决舍去

- 最重要的事情：想方设法**交叠**去做
 - 列表：不可协商的事情
 - 指南：个人使命宣言
 - 经验：5个例子
- 自由经纪，合法协商，争取双赢
- 哪里是财务终点？=》多少是够？

舍去低价值活动

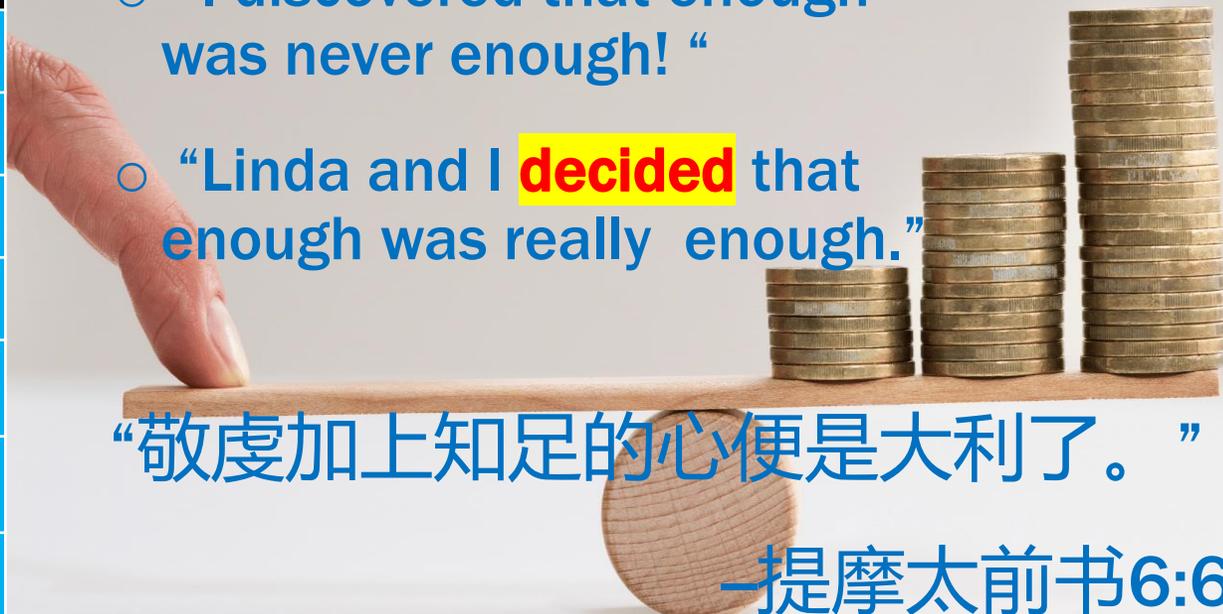
活动	影响	热情	义务	成长	总计
养花	5	5	1	3	14
教课	5	5	4	5	19
门训	5	5	4	5	19
关怀	3	5	2	2	12
带查经	3	5	3	3	14
管家	5	4	5	3	17

○ “I discovered that enough was never enough!”

○ “Linda and I **decided** that enough was really enough.”

“敬虔加上知足的心便是大利了。”

—提摩太前书6:6



小组讨论与分享

- 为了实现你的呼召，在时间，金钱或能力等方面，你创建缓冲区的下一步可能是什么？
- 是什么原因触发你要设法建立缓冲区？假如你没有负责任地建立缓冲区，你会面临什么危险？
- 你是否已经意识到可以减少的时间和能量的流失？你如何计划在接下来的日子里减少流失？
- 你需要协商改变你的专业生涯吗？若是，你将如何去做？

What are you doing with what God has given you so far?