

朱正中長老職場系列講座
突破職場關鍵：天國領導力

④

不斷學習與成長



免費提供使用，請勿翻印販售

基督徒成長法則

敬拜詩歌

禱告



靈修經文

以弗所書四章 13-16 節

¹³直等到我們眾人在真道上同歸於一，認識上帝的兒子，得以長大成人，滿有基督長成的身量，¹⁴使我們不再作小孩子，中了人的詭計和欺騙的法術，被一切異教之風搖動，飄來飄去，就隨從各樣的異端；¹⁵惟用愛心說誠實話，凡事長進，連於元首基督，¹⁶全身都靠祂聯絡得合式，百節各按各職，照著各體的功用彼此相助，便叫身體漸漸增長，在愛中建立自己。

主題信息

前言：耶穌是我們學習的目標

今天，在服事、工作中，我們真的需要常常學習，尤其是職場上變化多端，必須持有學習的心態。「直等到我們眾人在真道上同歸於一，認識上帝的兒子，得以長大成人，滿有基督長成的身量。」（以弗所書四：13）想想看，基督長成的身量是何等的智慧、成熟又豐盛的身量！若要長大像祂那樣，真的需要很多學習與不斷改進。這條路是很清楚的，是每個基督徒今天該有的心態。

「直等到……」是指學習的過程不是一蹴可幾，而是要花很多時間。約翰福音十三章 15 節：「我給你們作了榜樣，叫你們照著我向你們所做的去做。」這裡清楚地說明，我們學習的榜樣就是耶穌。羅馬書十二章 2 節：「不要效法這個世界，只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。」以及哥林多前書三章 6 節：「我栽種了，亞波羅澆灌了，惟有上帝叫他生長。」都是同樣的意思。

不斷學習成長的必要

1. 不成長，容易落入網路試探

在這變化快速的時代，不論是面對教會內日漸複雜的問題與需要，或外在快速變遷的環境所帶來的諸多誘惑，對我們而言都是很大的挑戰。尤其是魔鬼會利用這些來引誘與攻擊我們，所以我們真的要小心。

我的兒子以前在一家遊戲公司上班，他們公司設計的遊戲讓七、八歲小孩跟七、八十歲的老人都可以玩。一旦孩子愛上這些遊戲，可能一輩子都被牽著鼻子走，時間、精力都會耗在遊戲上。作為孩子的榜樣，我個人覺得為人父母者也要很小心，不要自己先迷上遊戲並被控制。網路上還有很多廣告的陷阱，尤其是一不小心點到色情廣告，其他不好的事情就會全都跟著來。這世界實在太多誘惑，所以我們必須成長，否則就會讓魔鬼在我們生命中作惡。

2. 加速學習、辨別真偽

最近一些與管理有關的雜誌中，「Agility」是常常不經意就出現的名詞，意思是快速學習。不單是要「學習」，還必須「快速學習」。因為新東西產生的速度太快，所以我們應對與學習的速度也必須夠快。

不僅如此，現今的資訊爆炸，有太多假訊息充斥在網路上，因此學校開始教導小孩「批判性思維」（Critical Thinking），幫助他們分辨對錯、真假。批判性思維在國外是非常受重視的一件事，就是「對任何事物的論點或者描述給予客觀分析以及評估，以便達到某種不同的結論」。許多人把重點放在「批判」二字，以為這種思維是在「挑錯」、找出他人不對的地方，其實並不正確。批判性思維的重點不在批判，而是學習以不同思想及角度來看事情。

例如，針對「電動汽車會為個人生活帶來更好的境界」這句話，老師會問孩子：「你同意嗎？」很多學生可能認為這是正確的。但老師又問孩子：「假設你的爸爸就在底特律汽車廠上班，這句話還正確嗎？」一旦電動汽車越來越多，傳統汽車公司就會沒生意，連帶地爸爸就會失去工作，孩子就會發現這句話可能有問題。老師可以透過批判性思維這種方式刺激學生思考，刺激他們以不同的角度看事情。

基督徒學習與成長的原則

1. 學習與成長是必備的心態

上帝已經將學習與成長放在我們的生命中，所以這是基督徒理所當然該具備的心態；若基督徒停滯不前，是不可接受的。現今的世代，我們不僅要學得多還要學得快，時間管理不是為了讓我們省下時間去打電玩、玩物喪志，而是要去學習。

舉一個實例。新冠肺炎流行之前，威脅到北美教會的，不是伊斯蘭教或其他信仰，而是旅遊！很多基督徒會告訴牧師：「很抱歉，這個月我要去阿拉斯加，下個月要去北歐旅遊，都排好了，所以不能服事。」魔鬼藉著這樣的喜好，讓我們把肉體的享受看得比任何事情都重要。所以我們要成長，要優先把服事放進我們的時間表，剩下的時間再來規劃其他事情。

任何成長與改變都需要力量，改變的方式有三種：「被動」、「主動」，還有「神動」。被動是說我們被環境推進，必須做一些事情。但被動不好，很累很辛苦，我們若化被動為主動，情勢就會改觀。不過這還不夠，我們要讓上帝在裡面感動、幫助、推動我們，成為我們源源不絕的動力，這才是最重要的。

2. 改變才能帶來學習與成長

學習與成長的契機是改變，改變的原則是先要知道「自己在哪裡？」。先知道我們自己的處境、位置在哪，然後設定我們要去的地方。當我們開始改變，從原有的位置前往另一個地方時，會有兩個力量（推、拉）支持我們前進。

一是拉力，因為我們要去一個好地方，這地方會吸引我們，但光有拉力還不夠。因為我們雖然想去，卻會遇到一個力量，像地心引力一樣拖著我們，不斷對我們的心說話：「改變生活很麻煩，不如不要改變。這樣不是很好嗎？安安靜靜地過日子！」原位置的拖力會抵銷拉力。這時我們必須自問：「如果我不改變，明年會落到什麼光景？後年會變成什麼樣子？」這樣，我們就會警覺到自己在走下坡，這種警覺就成了推動我們向前的力量。一推一拉之間，我們就步上改變的正軌，就會有所成長。

3. 是心態，也是習慣

學習與成長是一種心態，更是一種習慣。什麼是習慣？就是不需要思考就會做的事。沒有學習就不可能成長，學習、成長兩者交互作用，刺激我們不斷去學習與成長，並帶來無比的快樂。當我們感受到學習新事物的快樂、興奮，就會幫助我們喜歡持續地學習，養成學習的習慣。以下，我分享幾個幫助我們持續學習與成長的心態與習慣。

① 要謙卑

學習與成長必須具備的心態，首要是謙卑。若覺得自己什麼都知道，什麼都會，就會失去學習的動機。謙卑讓人專心，也讓我們保有很強的學習渴望。

② 學了就去用

從學習中去「行」出來，是成長的必要條件。如果不去行的話，就像看書，看過以後就忘了，沒什麼用；學了一定要去用。約翰福音十四章 21 節：「有了我的命令又遵守的，這人就是愛我的」。「行」是把我們腦袋中的知識轉化（Transform）成實際的行為（遵守），這是一個內化（Internalize）的改變。藉著行出來，行了多次，就能把知識從頭腦移到心裡，變成了自己習慣的一部分。

③ 年齡不是問題

學習不在乎「歲數年齡」，而是在乎「心理年齡」，七十歲的人照樣可以學習。人是從什麼時候開始老化的？伊莉莎白·布雷克本（Elizabeth Blackburn）在 2009 年得到諾貝爾醫學獎，她研究的題目就是「人怎麼會老？」但她研究的結論跟我們想的不一樣。我們一般認為，想要活得長久，最重要的是要注意飲食，要吃健康有機的食物。她研究的結果發現，一個人能否活得長久的因素中，飲食只佔 20%，而心態佔了 60%！

她將七十到八十歲之間的老人分成兩組。一組安排在很明亮通風的環境，給予他們所有的機會去學習新事物，想學什麼都讓他們學，並提供快樂的活動，每晚睡前還讓他們一起分享快樂的事。另一組則沒有這種待遇。一年之後檢測他們的血糖、血脂、三酸甘油酯，第一組人的所有指標都比標準值還好，第二組則沒有改善。所以可知道，人真正年輕的因素是在心態。

所以我們要特別注意怎樣保有心理的年輕，而學習是維持心理年輕很好的方式。前不久我在電視上看到美國前總統卡特先生，他高齡九十五歲，每天還拿榔頭為無家可歸的人蓋房子，真是基督徒的好榜樣！

④ 力量、勇氣以及對自己的信心

學習需要從上帝來的力量，需要有走出舒適圈的勇氣。有一年我受邀去台南一個戒毒懲治所演講，很天真地準備了一些管理及領導的內容。可是等我到了現場一看，那些聽眾從脖子以下都是刺青，他們才沒興趣聽領導管理，他們的管理方式就是拳頭！我想：「完了！」我所準備的根本就不能用，怎麼辦？那天晚上實在難以成眠，凌晨三點就起來禱告。沒想到外面有一位弟兄也在禱告，我們跪在地上禱告兩個小時，上帝啟示了我演講的內容。

後來我又回到戒毒懲治所服事，我告訴他們：「明天要呼召了，呼召的意思是……，今晚我有一個請求：若你心裡覺得差不多是時候了，你願意接受這位真神，有一件事你要做，就是在祂面前悔改。」第二天早上，我那一組有個矮個子的組員，我看他眼睛充滿血絲，就知道他昨晚哭過。我問他昨晚睡得怎樣？他說：「老師你叫我們要悔改，但是我以前做了太多壞事！所以我從十二點鐘開始認罪禱告，一直到凌晨兩點還在悔改，幾乎都沒睡覺。」因為他們心裡準備好了，所以我一呼召他們就跑到講台前跪在地上。一班 59 個人，有 58 個人都跪在地上決志信主！我們當場一個個去為他們按手祝福禱告。我看到上帝的能力是何等浩大！這種情況我只能學習更加倚靠上帝，而非倚靠自己。

結語：學習需要上帝的引導

由於我們的時間有限，我們想要學的東西可能會很多，加上現在網路上各種工具

到處可見，我們要在禱告中求上帝引導我們學習。要學什麼？如何學習？學習後要做什么改變？我們也需要認知，學習的動力如果是從上帝而來，才會維持得久。如果只靠現實環境中的物質、金錢、職位的激勵，是無法持久的。羅馬書五章 3-4 節說：「患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望」，「老練」二字其實是指養成品格，學習要變成一種個人的品格，是要有動力並且持之以恆。（整理／黃哲生）

問題討論

1. 未來的五年到十年，你想成為怎樣的人？請在小組中分享。
2. 要成為這樣的人，你的推力與拉力是什麼？
3. 要成為這樣的人，你需要訂定什麼樣的學習與成長計畫？

禱讀經文

以弗所書四章 13-16 節

¹³直等到我們眾人在真道上同歸於一，認識上帝的兒子，得以長大成人，滿有基督長成的身量，¹⁴使我們不再作小孩子，中了人的詭計和欺騙的法術，被一切異教之風搖動，飄來飄去，就隨從各樣的異端；¹⁵惟用愛心說誠實話，凡事長進，連於元首基督，¹⁶全身都靠祂聯絡得合式，百節各按各職，照著各體的功用彼此相助，便叫身體漸漸增長，在愛中建立自己。

為何要持續學習？

敬拜詩歌

我以禱告來到祢跟前



靈修經文

約書亞記十四章 6-13 節

⁶那時，猶大人來到吉甲見約書亞，有基尼洗族耶孚尼的兒子迦勒對約書亞說：「耶和華在加低斯·巴尼亞指著我與你對神人摩西所說的話，你都知道了。⁷耶和華的僕人摩西從加低斯·巴尼亞打發我窺探這地，那時我正四十歲；我按著心意回報他。⁸然而，同我上去的眾弟兄使百姓的心消化；但我專心跟從耶和華——我的上帝。⁹當日摩西起誓說：『你腳所踏之地定要歸你和你的子孫永遠為業，因為你專心跟從耶和華——我的上帝。』¹⁰自從耶和華對摩西說這話的時候，耶和華照祂所應許的使我存活這四十五年；其間以色列人在曠野行走。看哪，現今我八十五歲了，¹¹我還是強壯，像摩西打發我去的那天一樣；無論是爭戰，是出入，我的力量那時如何，現在還是如何。¹²求你將耶和華那日應許我的這山地給我；那裡有亞納族人，並寬大堅固的城，你也曾聽見了。或者耶和華照祂所應許的與我同在，我就把他們趕出去。」¹³於是約書亞為耶孚尼的兒子迦勒祝福，將希伯崙給他為業。

主題信息

前言：會堂外的學習

今天談的學習不是在教堂裡，不是在家裡，而是在外面；基督徒一定要學會走在人群裡。

管理學中有一種「走動式管理」（Management by Walking Around），起初是由惠普（HP）的創辦人大衛·派克（David Packard）及威廉·惠爾（William Hewlett）共同建立的。他們認為花時間去各處走動，與人隨機交流以拉近彼此距離，是絕對正確的管理方法，他們稱之為 HP way。前 Yahoo 執行長梅莉莎·梅爾（Marissa Mayer）女士的辦公室，

位於年輕的企管碩士及工程師中間，跟英特爾（Intel）的 CEO 一樣。因為這些管理高科技的人深深理解到，他們必須活在這些年輕的工程師中間，而不是坐在獨立的辦公室裡發號施令。以我自己為例，我是做行銷的，每週一定去家樂福、好市多等賣場以及各便利商店，觀察消費者購物，每天都活在市場環境裡。

第一線接觸，是最真實寶貴的學習

今天，教會也要走出去，不是在舒服的會堂裡等人進來。我在超市中學到很多，有一次見識到真實的一幕：超市裡都有促銷員向顧客推銷產品，有一個大媽卻很不一樣。她看到一個人推車裡放兩瓶其他品牌的可樂，就一個箭步上前跟客人說：「這不是真的可樂！」硬把客人那兩瓶可樂拿出來放回貨架。顧客嚷著說平日就喝這個，兩人拉扯起來，最後那個大媽贏了，顧客放了兩瓶我們公司生產的可樂走人。我覺得這個銷售員真厲害，這才是真正好的銷售員。

所以我就回去跟公司報告，我們也要進用這種銷售員。我後來採用了末位淘汰制，只要推銷員連續六個月銷售都敬陪末座就解雇，改聘「大媽銷售員」。她們的熱情讓那些成績落後的銷售員產生壓力，這就是我在生活裡學到的，並應用在職場的管理上。

另外講一個例子，上海有一家五星級飯店，他們的資訊部請我幫忙檢視顧客的評價。令他們感到困惑的是，顧客的反應都是服務品質達 98 分，但這根本不可能！那麼，到底是什麼原因造成如此高的分數？有一天我早上六點就到飯店，看到一個顧客在退房，我趕快上前邀請：「我有五、六個關於飯店的問題想請教您，請您幫我填一下表格好嗎？」後來我才了解，因為顧客退房後都趕著去搭機，拿到問卷，根本無心回饋就直接勾選「極好」。後來我看到一個顧客看起來比較悠閒，就問他：「你有沒有時間？我請你喝杯咖啡。」他坐了下來，回答同樣的問題時，結果卻是跟我抱怨一大堆。我們自以為了解顧客，卻不見得真的了解，除非我們真正跟他們接觸，否則很難知道實況。

基督徒該學習成長的傳福音方式

1. 為新朋友創造歸屬感（客製化）

來到教會的新人是否會再來第二、三次，最關鍵的因素在於他們是否有歸屬感。我們要常常問自己，究竟怎樣的人會覺得自己屬於這裡？年輕人所要的歸屬感跟其他年齡層不一樣，所以我們問候他們的時候，可能就需要不一樣的方式；這就是客製化。現在的教會需要有彈性，跟過去說一不二的時代不同了。

2. 說見證要像說故事一樣

基督徒一定要學會講故事。有些人講見證，讓人聽不下去，既冗長又沒有重點。因此，作見證需要教導與訓練，每個人都要練習，不要隨便讓人上台講。要小心，上

帝的殿要擺上最好的器皿。

3. 針對人最迫切的需要來服事

帶領別人的人，如何實際幫助需要服事的人？我每週二中午會帶一群年輕人聚會，我是怎麼帶領他們進入信仰？我們這群服事的老師，一開始就詢問他們：「想不想學一些面試、演講的技巧？」他們當中有一位姊妹是腦神經領域的博士（現在連手機都要研究腦神經，因為他們要了解顧客握手機的觸覺如何），但她面試了幾家公司，都沒被錄取。我們請她介紹她所學的，結果她說完沒有人聽得懂，真是高深的學問！於是我們給她一樣功課：「想辦法把妳的學問讓大家都聽得懂，像講故事一樣有趣，也先練習跟家人說。」

練習幾次以後，她把內容做成簡報，用一些圖片表達，我們就稍微聽懂了。然後，我們再教她一些回答問題的技巧，下次的面試她果真錄取了。她回去跟朋友分享，還陸續帶了六個人來參加聚會，到現在每次聚會她都會來。我們給年輕人非常實際的幫助之後，再傳福音就會很容易。

不斷學習的五項優勢

人活著就離不開學習，只是快慢的差別，但學習意願是關鍵。以下是我們要持續不斷學習的五個理由。

1. **學習讓我們敢於面對未來**——學習是一種渴望，渴望越強，就越願意學習；而渴望是上帝所賜的。當我們學習得越多，就越能夠面對瞬息萬變的未來。
2. **學習成長絕不是只注重知識，更能夠挑起我們的好奇心、自信心、學習力，讓周邊的人同得益處**——這很重要，我們生命的改變不是求自己的益處，也不是要得別人的認可。這些都不重要，更重要的是我們能幫助他人。比如在家裡，為什麼我們總是無法跟家人傳福音？因為我們的行為太差了，我們言行不一，家人都看在眼裡，他們最了解我們。我們何時可以真正向家人傳福音？等我們能夠真正地坦然無懼面對家人，並有感動家人的言行時，他們很快就能夠信主。這一點需要我們誠實面對。
3. **學習讓我們更能克服逆境**——學習可以充實我們的能力、知識，這樣當我們面臨逆境時，也就更容易克服它。人生總是充滿逆境，不學習的人容易被打敗、無力再戰。
4. **持續學習，也就是累積個人的競爭力**——什麼是競爭力？就是我們達成的成果，別人很難模仿，而且競爭力是持續性的。中國為什麼這些年能夠突飛猛進？因為他們學會了全世界的技術。舉個例子，上海的磁浮列車由德國西門子公司建造，可是上海在兩年內學會了所有技術，還去幫別的國家用極低的價錢建造磁浮列車！

5. **學習可以強化大腦活力**——試著比較一個公車司機跟計程車司機，會發現一個有趣的結論：公車司機腦部動得沒有計程車司機那麼快，因為公車每天行駛固定路線，但計程車司機卻要依據客人需求規劃不同的路線，想辦法在最短的時間內抵達。規劃路線時，腦中的神經元有很多連結的刺激，每次有新的路線刺激時，神經元就產生新的連結，彼此交錯，使人的反應變得非常快。

人最怕的就是每天一成不變，當腦部的刺激減少導致神經元萎縮，連結越來越少，到最後老化。所以我們要去想新的東西，這是一個很好的訓練，在科學上也已經得到證實——我們越有變化，大腦就越有可塑性、反應就越快，而這些都是可塑造的。

聰明與努力的差異

《心態致勝：全新成功心理學》（*Mindset: The New Psychology of Success*）的作者杜維克博士（Dr. Carol Dweck）做了一項實驗。

第一回合，安排一群小學生回答一張簡單的試卷。考完以後，他將這些學生分為 A、B 兩組，研究人員告訴 A 組學生說：你們答得非常好，你們好聰明；跟 B 組學生說：你們做得很好，因為你們很努力，所以有好成果。兩者之間有什麼差別？一個是稱讚他們聰明，一個是稱讚他們努力。

第二回合，他安排兩份不同程度的試卷，一份較難，另一份還是一樣簡單。問 A 組的學生選哪一份？絕大多數都選了容易的試卷。B 組學生，則多半選擇較難的試卷。為什麼？因為那些被稱讚聰明的學生很怕被人看為不聰明，被稱讚很努力的學生卻想：「若我努力的話，照樣可以做到。」兩者之間就有很大的區別了。

第三回合，安排了一份中學生程度的試卷，對小學生而言更難了。被稱讚聰明的 A 組就很害怕，甚至放棄作答，因為他們害怕考不好而被視為不聰明。但 B 組卻加倍專心作答，想盡一切辦法來解決問題，因為他們已被肯定，只要努力就會做得好。

第四回合，給了跟第一份考卷程度相似的考卷。做完後發現，A 組的成績下降 20%，B 組的學生成績卻成長 30%。這告訴我們什麼？今天我們的教育方法可能都錯了！我們常常稱讚孩子的聰明，這個很危險，因為聰明是天生的，不可能改變。你什麼時候知道你不聰明？到國中高中就知道了，你只能怪誰？怪父母，因為那大部分是遺傳的，但是你的努力不足能怪誰？只能怪自己。

固定型心態和成長型心態

本書也提到，一般人的學習主要可分為兩個不同的心態：一個是固定型心態（Fixed Mindset），另一個是成長型心態（Growth Mindset）。成長型心態的人面對任何事、在任

何時間都會問自己：「我可以從中學到什麼？」所以我要勉勵大家，千萬記得要有成長型的心態，尤其在教育孩子時，如果培養他擁有成長型的心態，你就不需要擔心，因為他自己會不斷學習。如果你的孩子覺得：「噢，我不能改變，我已經定型了……」這樣問題就大了！因為對於別人的意見回饋，固定型心態的人常常會覺得那是負面的，並否定自我；然而，成長型的人會覺得別人的回饋非常寶貴，能幫助他看見自己的盲點，是自我改進的開始。

有人會說：「我是菜鳥，我不行的」、「我從小就不會溝通……」，這些話顯示他是固定型心態的人。摩西不就是這樣？當上帝差遣他去跟法老王溝通時，他跟上帝說：「我拙口笨舌。」他沒想到上帝可以賜人口才。所以基督徒不該是固定型心態，一定要是成長型心態。為什麼有人會保持固定型心態？因為已經待慣舒適圈，缺乏勇氣面對挑戰，且他周圍多半是這樣的人，因為人以類聚。只看眼前短暫的付出，持短線心態，卻看不到遠處的收成，缺乏信心，就不敢冒險了。

結語：隨時開始，勇於「走出去」

從上述學習的理由與優點來看，不斷學習與成長是基督徒應該養成的習慣。由於是習慣，所以我們隨時都可以重新開始。而且，我們也需要對環境、他人的行為反應，有敏銳的觀察能力。我們要勇於走出去，因為許多人的進步，就是藉由每天與人相處而不斷學習與改進。（整理／黃哲生）

問題討論

1. 今天上帝有讓你看見什麼人的需要嗎？你可以怎樣幫助他們？
2. 你有固定型心態嗎？請清點一下並寫下來，作為改變的依據。
3. 為了不斷學習與成長，你需要建立的成長型心態是什麼？請分享。

禱讀經文

腓立比書三章 12-16 節

¹²這不是說我已經得著了，已經完全了；我乃是竭力追求，或者可以得著基督耶穌所以得著我的（所以得著我的：或譯所要我得的）。¹³弟兄們，我不是以為自己已經得著了；我只有一件事，就是忘記背後，努力面前的，¹⁴向著標竿直跑，要得上帝在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。¹⁵所以我們中間，凡是完全人總要存這樣的心；若在什麼事上存別樣的心，上帝也必以此指示你們。¹⁶然而，我們到了什麼地步，就當照著什麼地步行。