



活出丰盛

(第三部)

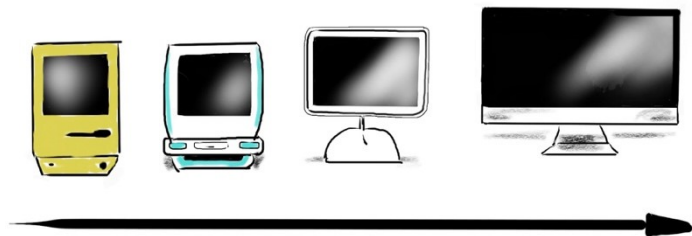
《活出丰盛》

第三部

目录

第 01 章-变化中生存	1
第 02 章-做好生命当中最重要的那件事	14
第 03 章-生活中的习惯	20
第 04 章-眼力	33
第 05 章-自律	40
第 06 章-读书	57
第 07 章-除去疲劳	76

第 01 章-变化中生存



这个世界一直都在变，你一定要在变化中寻求生存之道。

这个世界唯一不变的就是永远在变

生存是要有学问的，你不要以为随便活可以生存，随便活是很难生存的。因为什么都在改变，但唯一不改变的就是改变。有一位很有名的人说：“这个世界唯一不改变的就是永远都在变，”这是不变的。在杭州有一个人，他也是开士的，老惨了，因为在杭州买一个牌子要八十多万，但是因为 Uber 来了，降到二十万。这个世界突然 Uber 来了，的士司机生意减半，那是谁的错？那是变化的错，马云曾说：“有一千间实体店关门，关我什么事！”那是谁的错？那不是马云的错，那是变化的错，如果要怪就怪月亮。

今天要知道这个世界一直都在变化，你不变你怪谁呢？为什么让你怪月亮？因为那是历史发展的必然规律，像月亮一样在空中循环。所以我们今天必须了解事物发展的必然规律，一个人类的历史有历史发展的规律，整个变化有变化的发展规律，如果有人想拦阻历史的列车，他就会被历史的列车碾得粉身碎骨，你别以为你开出租车就可以逃得出变化带来的震撼吗？不管你是干什么的，你今天一定要承受一种冲击，这种冲击叫做变化。

学习在变化中生存

今天我告诉你，我是干啥的，我是带来变化的那个人，我希望我带来的变化冲击这个时代，我冲击这个时代，这个世界不会冲击我，如果我赶鬼，鬼不会来赶我，因为如果你怕鬼，鬼就不怕你，如果你不怕鬼，鬼就怕你，你要做什么样的人呢？

所以今天在变化里面生存是一个很要命的事情，很多人不知道这个世界一直在变化，我今天就提出一个挑战，我们当中有多少孩子的父母了解教育要在这个时代产生变化，孩子就一味地读书考大学，最后考完了找不到工作，因为在大学里沾染了很多恶习，整个时代在变化中，如果你不能够顺从历史发展的自然规律，你就会被历史的车轮碾得粉碎，这个时代唯一不改变的就是旧的教育体系要被新的完全的体系取代。

我小的时候是在教育改革的时候，那个教育改革是谁干的呢？是毛泽东干的，他说教育要革命，学制要缩短，现在想起来我那一代人特别的幸运，第一我没有赶到自然灾害，第二我没有赶上上山下乡，第三上大学免费，第四毕业以后学校负责分配工作。

但是弟兄姐妹一定要知道：这个世界一直都在变的，你在变化中一定要寻求生存之道，教会体系的改变，你能否有一种先知先觉的能力？其实今天傻子都知道教会体系出现

了问题，几年前刚来教会的孩子，没用的东西学一大堆，那你到底在干什么呢？那很多父母还是要把孩子推进去，就是认不清事物发展的本质！

信主解决很多的问题

今天我告诉大家，一个人如果有先知先觉的能力，预先知道教育体系在变革的当中，就像实体店，预先知道一个电商所产生的冲击和影响，他早做改变，谁会得着益处呢？他自己得着益处，不要坐在那硬扛着，不但教育被改变，电商和实体商都在变化，特别互联网，在我们所生活的这个时代所产生的冲击，远远还没有结束。

所以必须要有先知先觉，因为基督耶稣的信仰是先知先觉的信仰。2000 年，那时的我在做部门经理，我在祷告的时候，圣灵告诉我去研究 IT 的外包，叫做核心业务自己做，非核心业务外包，这都是外包的核心理念，那个时候我在想，我对外包这一行也没有了解过，我就把所有跟外包有关的资料拿出来研究，我研究了两年之后，我申请了一份工作那份工作面试的时候所问的都是 IT 外包的问题。如果等问到你，你再去准备，那真是非常不好意思，但是经过了两年的积累，就会研究的非常透彻，而且从中也得着了极大的益处。

所以基督耶稣的信仰能不能解决我们生活上的问题？肯定能，因为它是先知先觉的信仰，解决问题非常的奇妙，就看你相不相信，你要不要相信？这就是你的问题了，我们要知道好好信主不会耽误工作，因为它是先知先觉，《启示录》讲的都是未来的事，《圣经》里讲的都是预言，预言好比一盏明灯照亮我们的暗处。

你的未来能不能活好取决于你信主的态度

《启示录》讲的全是未来的事，圣经里面讲的都是先知的预言，将来会怎样。预言我们人生的明灯照亮我们的暗处，所以耶稣基督的信仰可以照亮你生命中的暗处。你有没有未来全在信主的态度上，有的人今天活得挺好，明天就没了。在这个世代的变幻当中，通常是三十年河东三十年河西。

在我那个年代，我来新加坡的时候，我的薪水立刻成为中国薪水的二十倍。在我们的那个年代，出国留学的人到了美国，如果你在高速公路上看一群在走，都是中国人。今天已经没有这样的事了，短短的二三十年的时间，中国的变化多大，世界的变化多大。今天你能否看见一种发展的趋势，你必须学习观察事物发展的趋势。

我们当中有一个姐妹，她以前在新加坡的科技局工作，

她的爸爸妈妈劝她继续留在那里好好工作，继续留在那里工作根本不可能有前途，为什么呢？因为那个趋势已经明显表现出来，哪一样东西会衰败，哪一样东西会兴盛，我们今天必须采取先知先觉的这种态度来看待未来。

我有一位好朋友，他在投资产业方面特别有眼光。他就问我，他说：老师，如果一个硬币投了五十次，全都是正面，第五十一次你猜它是正面还是反面？我差点猜反面，我说：“那你说呢？”他说：我猜还是正面，为什么还是正面，因为那是趋势，过去五十次是正面，第五十一还是正面，那是趋势；也可能硬币两面都一样，所以怎么扔都是一样，那就是趋势。

今天弟兄姐妹一定开始有先知先觉，然后开始观察这个世代发展的趋势，我毫不客气的说：接下来二十是中国迈向发达国家的二十年，过去的二三十年是中国向小康社会迈进的二三十年，有很多人不好看好中国。

那个大趋势已经明显地证明这个时代是我们中国人的时代，我幸亏是中国人。回到四千年前，四千年前的约瑟被卖到了埃及，后来做了埃及的宰相，因为神与他同在。如果约瑟买粮，你赶紧买粮；约瑟卖粮，你赶紧卖粮；那么你一定非常富有。

有的人会说：牧师，你怎么老讲这个，我不讲这个讲啥？你想过穷日子我不想过穷日子，人家都买你也抢，你就要小心；你别以为大家都在买粮你也买粮，那不是趋势；

趋势在谁手里，趋势在约瑟手里，所以你要小心；有的时候人被套进去就是这个意思，大家都在抢股票你也要抢，抢了之后你就被套进去了。

人口的数量决定了经济的问题

经济的问题大家一定要知道，怎么看经济的问题？我今天给大家分享一个如何投资的基本观念，如果你要想投资，我告诉你，经济是什么东西？经济就是人的问题，一群猪不可能形成经济，一群猴子也不可能形成经济，但是一群人在那里就形成了经济。

过去新加坡的二十年，为什么经济会增长？不是因为新加坡的经济，或者是科学技术；是因为新加坡引进了将近二百万的新移民，从三百万人口变成五百万，有二百万新来的人；那这二百万是不是要衣食住行，是不是要买房子；一下子就把经济推上去了；光这二百万额外的消费已经带来足够的增长，可能不一定是说一个本质的增长，光是人口带来的增长就足够支撑新加坡过去的二十年。

所以今天弟兄姐妹今天一定知道一件事情，如果你想投资的话，你观察那个地方的人口，经济的问题是一个人口的问题，人口的增加或者减少决定了那个地方的经济状况。新加坡因为内部的政治机制就是有点反对外来移民，虽然

政府还是在坚持，但是还是很大的政治压力。因为选举、大学等问题；所以就没有办法继续增加人口，没有办法继续增加人口就会产生一个问题，就是人口会停滞。任何一个停滞的东西它不能够发展，就会产生严重的问题。也就是说解决问题要靠发展，解决发展的问题还是要靠发展。

今天人口不再增加地方会不会有经济的发展？在中国的东北三省，黑龙江大概排全国倒数第一、第二；为什么排倒数第一、第二？因为全中国全是东北人，东北人变成在中国的新移民，到处都是东北人，在东北人口大量流失。去年我看到一个数据，每年有将近二百万人口离开东北，到南方，到中国各地。据说在这个威海有很多东北人，在海南有很多东北人，很多地方都有东北人，每年将近二百万。那东北的经济就会产生问题，如果你要买产业，千万不要在东北买产业，因为那个地方会产生很严重的问题。

所以我今天告诉大家，人口的问题决定了经济问题；新加坡、日本、韩国、美国、欧洲，人口会是怎样？经济的问题就会变得非常的明显，美国的硅谷为什么会发达？因为那地方吸引了很多国外的人才，全世界的 IT 的人才都往那里拥。所以你要开始看这个趋势。

开始训练自己的眼光、在变化中生存

第二个最重要的，你要开始看神在哪里做工。神在那里做工，那里就兴旺；那里兴旺那里人口就会增加，今天弟兄姐妹能不能开始训练自己的眼光，训练自己的眼光很重要。一个贫穷的人早点脱离贫穷，一个有钱的人早点进入财务自由是很重要。要训练自己的眼光，在变化当中生存。

任何一个变化都带来机会，不变化的人就会抱怨；如果你是一个抱怨的人，你不可能看到机会；因为在变化当中你发现根本跟不上变化，结果变化把你淹没了，因为变化是永恒的。圣经说：只要心思意念更新而变化，叫你们察验何为神的善良，纯全可喜悦的旨意。（《罗马书》12:2）

原来神故意创造了历史发展的规律和事物发展的规律，然后事物不断地在变化当中，让你可以察验何为神的善良、纯全可喜悦的旨意。如果你是一个掌握变化的人，你会居上不居下，做首不做尾。

破除僵化思维

我们想祝福这个世代，就把我们的书免费送出去，发现浙江人爱看书，爱看属灵书籍，也爱看关乎到这个世代变化的书籍，你看书摊上卖什么，就是这个地方的人喜欢

看什么，浙江这个地方有神的灵运行，神要祝福那里。心意更新而变化是一定要破除僵化，脑袋僵化是不可取的，如果你的父母的脑袋是僵化的，改变他们，破除他们里面僵化的体系，挑战他们僵化的态度，不管是谁都不喜欢僵化，共产党人也不喜欢僵化，你不要以为贪官给社会造成了很坏的影响，其实僵化的人给这个社会造成的影响更不好，如果回到邓小平推动改革开放那个时候，僵化的人是在拦阻，如果那些人不除去，中国是走不到今天的。

僵化教条是很要命的，小农思想，狭隘，贪图安逸和空谈都是很恶劣的，你要做个基督徒，就必须心意更新意念而变化，叫你查验何为神，善良，纯全和喜悦的旨意，因为神是让我们居上不居下，做首不做尾，事物都在发展变化中，你跟不上变化也就算了还要去拦阻，大家如果认同我的观念会对你们产生深远影响，看事物看本质，就会看到变化，如果这个世界唯一不变的是变化，那我们跟着一起变。

变化中抓住机会

关键是你的心思意念有没有更新，知识观念态度有没有更新，在所有的观念里我是最讨厌小农意识，一亩地，两头牛，老婆孩子热炕头，觉得活这么一辈子还挺好，结果还活不好，活着活着就成白毛女和杨白劳，小农意识不可

能推动世界发展，也不会有各人的发展和家族的发展，破除那一切，就是心思意念更新而变化，当破除这一切，你会在变化中抓住机会，能不能赢，全看抓住机会的能力了，现在这个世代机会很多，任何行业都在变化中产生机会，现在有阿里巴巴，微信，腾讯，这些以前都没有，有人说这二十年的变化相当于过去五千年的变化，变化中有机会，别人肌肉比你大，跑的比你快，那没有用，在那抱怨就是屌丝心态。

圣经上说力大的未必能赢，快跑的未必得胜，智慧的未必得粮食，明泽的未必得资产，凡事都在乎当时的机会。像马云，马化腾，李彦宏，其实他们不见得比有些人聪明，他们是抓住机会。善于在变化中生存，机会到处都是，机灵聪明很重要，教导教会里的弟兄姐妹学机灵，知道学习不断的在变化中抓机会，时刻警醒，那样的人很厉害，说不定我们中有人就成了二十年后的马云了，机会到处都是，不要抱怨负面，变化是很累，变化使你居上不居下，做首不做尾，为什么要反对神的话，神创造变化就是要爱祂的得益处。

我鼓励大家做泥鳅，不管是有水没水都能活，神创造的变化是机会，神让你居上不居下，做首不做尾。我喜欢用约瑟的故事激励大家，约瑟被卖到埃及做奴隶，是机会，只要是变化就有机会，在奴隶中找机会，你今天可能是苦苦生存，那有什么关系呢，末了你必看到神在你身上的工作，

你是否有这样的信心。

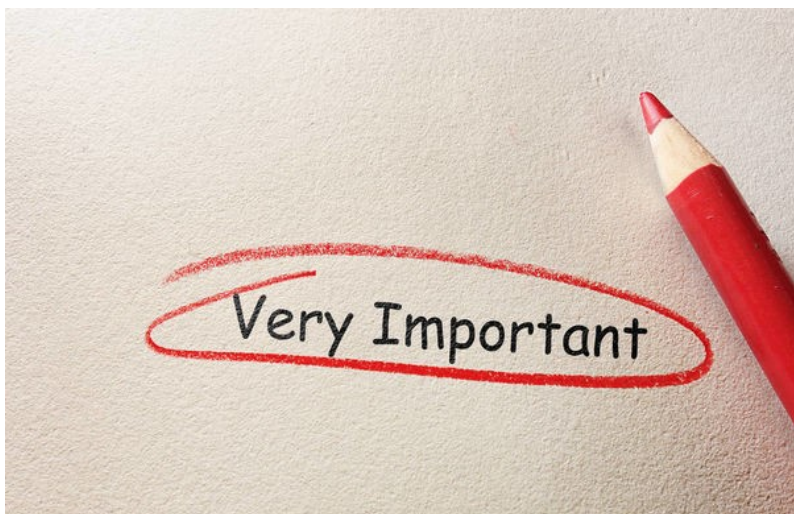
在变化中的生存之道，如果这个世界不变，那一直不变的干那是没问题，如果世界在变，第一第二到第四次工业革命，还会有更多，我们的神是很喜欢带来变化的神。我看到的机会有教育体系必须改革，我希望在变化当中创建新的教育体系，新的教育体系可以把人塑造成人才，我觉得很好，关键是改变现有的教育体系，不该学的不用学，要学的好好学，教育的本身是性格的塑造，马云的成功跟他上的大学没什么关系，是他的性格，如果教育可以塑造性格那就厉害了，性格的核心是信心，有信心就可以撑住，没有信心的人眼看就要挖到宝贝了放弃了那怪谁。

我过去二十年在教育行业工作，神给了极大的恩典，第一我在 IT 做的很好，我在我工作的范围内带动了很多创新，第二我工作的岗位都是好的教育学府，我对教育体系和教育方法有很深入的研究，我想这些落实到生活中，使人活出丰盛就从教育开始，塑造人的性格开始，我不再传递知识而是技能，比如学习的技能，分析的能力，在变化中抓住机会的能力，我不知道怎么训练，但我还在探索中。

有一个团队来探索培养在变化中生存，如果我们是创造改变的人，那我们就进到先知先觉里，我们是带来变化的人，是先知先觉的人，在教会中我也看到机会，将神的爱落到实处，付代价的服侍，如果你也要成为这样的人，那是何等的恩典。在创造一个新的典范教会更加合乎圣经，在变

化中生存，还能抓住机会，还可以去创造变化，推动变化，有先知先觉的能力，开启一个新的时代，开辟一个新的体系，这是我们教会的特色，也是我个人的特色，我喜欢原创的，我们唱的诗歌就是我们原创的，要恢复这样的生活方式在变化中生存，在变化中抓住机会，还可以创造一个变化影响这个世代，有先知先觉的能力，我想我们就是要成为这样的人。

第 02 章-做好生命当中最重要的那件事



顺序决定了事情的成败，顺序非常重要。先干重要的事，重要的是就是要命的事情。

第一：做事的顺序决定了人的成败

困惑的人会混乱，人需要从困惑里走出来。两个人下棋，一个人赢了，一个人输了。为什么呢？因为有一个人每一次都走最重要的一步，而另一个人不走。这就是赢家和输家的分别。有些人觉得，反正这些事都要做，那就行动起来，先干哪一件不重要。其实事实不是这样子，顺序决定了事情的成败，顺序非常重要。先干重要的事，重要的是就是要命的事情。

人一生的资源是有限的，不干重要的事情，导致回报低，还会带来严重的被动。我们常常处在工作的被动中，忙得焦头烂额。有个很重要的观念，横向的轴叫做重要，竖向的轴叫做紧急。又重要又紧急，就去做，不重要不紧急，就不用做；很重要但是不紧急，你要竭力安排出时间做；紧急不重要，去做但是不重要。我总结出个人规律：常常去做重要不紧急的事情。

要做计划，不做计划就不知道哪个东西重要，什么先做后做。为什么做了重要不紧急的事能解决很多问题呢？我们忙碌是技能不行的原因，再忙也没有效率。一个人如果忙碌要先解决技能、效率和创新的问题。那是很重要的，却不紧急。举个例子，我读书的速度比较慢，但是一天的工作量很大，我决定要锻炼我的阅读速度。我就买了很多书，操练我的阅读速度，结果工作效率倍增。

一个人忙碌一定是有问题的。今天我们处在一个拼创意的时代，创意可以颠覆以前的效率。一个忙碌的人一定不是一个聪明的人，今天一定要把事情分类。我们很多人看重的问题都不是重要的，我一路走来没什么资源，所以一路扑腾到了五十几岁。但是如果有一个名人给我指点一下，可以省了很多的路。

前一段时间，我喜欢跟一些厉害的人学习，了解他们读什么书，他们是那个行业的专家，就是站在别人的肩膀上，今天我们要学会聪明，就是利用资源。我再举个例子，一个爸爸做木工厂，他的儿子死活不要做他爸的木工厂，他爸爸已经开拓了一个市场，为什么不跟他爸爸做呢？他们要较一个劲，自己做。这些都不是聪明的人。活出丰盛，很多年轻人要追求要有这种体验。李斯年轻时在农村，看到厕所里的老鼠活得很惨，粮仓里的老鼠活得很滋润。同样的老鼠为什么有天差地别？因为所处的地方不一样。人生就好像下一盘棋，如果你总是在下重要的那一步，一定是赢家；如果你总下的是不重要的一步，很难赢。你的人生是你每一步选择的结果。

第二：基督徒最重要的一步是抓住神

对于一个基督徒而言，我很清楚我最重要的一步是抓住神，并不代表我什么事都不做。《圣经》上这么说：“你如果谨守遵行我的道，我就祝福你手所做的。”人生最重要的是避免咒诅，抓住祝福。尽管我没有很好的家庭背景，但是我有神，有先知先觉的能力。抓住最重要的事情可以抓住主动权。我们不能被事情牵着走，抓主动权就是抓先手。下棋也有先手的问题。永远掌握主动权，不要被动。如果你今天处在被动中，那么翻转被动要从做最重要的那件事开始。我养成了一个习惯-----很少在两点之前睡觉。因为常常被动就要翻转，不断地在一个被动变主动的过程中。

我觉得人一生中最重要的一件事。一个人培养他里面的能力是关键。比如我读书慢，处理电邮很慢，有时候焦头烂额。如果年轻时就解决了读书的速度问题，以后受益良多。提升自己的能力和效率是一个好习惯。创意这个东西非常厉害。因为我改了一个东西，回报是十倍。比如我在做软件开发的时候，有很多不对劲的地方，用户提出了一个需求，给程序员，给用户去看，用户要加这个那个，但是程序员说不行。写用户需求的人没想明白。改，过去的努力都白费了；不改，解决的问题又不太像样。我就提出了一个快速软件开发方法。我就把方法落实在我的工作中，各方面的问题快速消失，效率增加了很多倍，我为公司节约了大量软件开发成本。还有另外一个，针对巨无霸式的

软件，我设计了新的软件结构，可以随便改，不产生坍塌的问题。人把最重要的问题解决了，问题就消失了。

今天的教育应该没打到靶心。我们的教育是塑造人的性格和能力。建造人的性格，中心点：一个是信心，一个是做事。人透过做事情学习，是最有效的。为什么人经过很多年的教育，变成了一个“屌丝”？因为没有信心，信心是一个人性格的核心。这个信心的路是从先祖亚伯拉罕开启的，后来耶稣基督给它显明了，后来我把这个给传承下来。我里面有不妥协的信心，只要这件事我抓住了，我就要用信心敌挡直到完成。

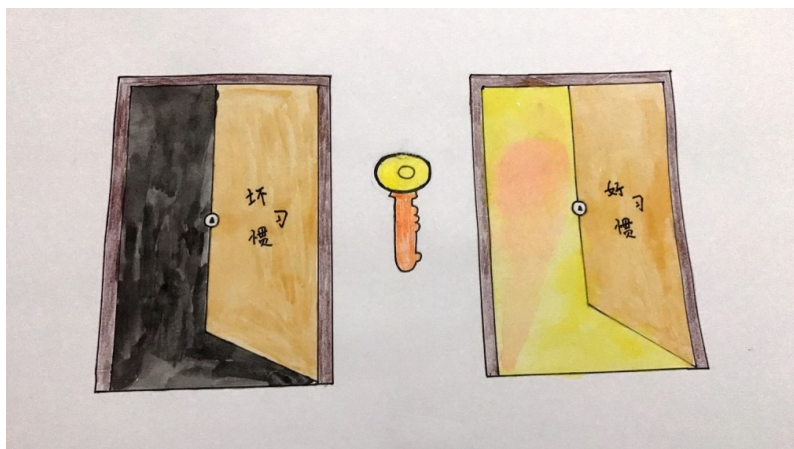
第三：如何抓住最重要的事情

要学习创新。我有一个梦想，软件可以大量释放我们在牧养、教导、学习上面的人力和物力。我会把人工智能植入到这种软件当中。我们今天处在工业 4.0 的年代，前几次的工业革命释放了人的体力，新一代的工业革命会释放人的脑力。教育最重要的事情是训练人的品格，一个人性格的核心是信心。

我发现：浮躁的人都趴下了，不浮躁的人，脚踏实地的人都起来了。提升自己的能力是很重要的。我们人一生当中，最重要的事情是什么呢？马斯洛五大需求，最高等

的是人的价值的体现。人的价值的体现是最重要的。梦想是一个很重要的事情。人为什么有吃有喝却不开心了呢？因为那是一个很低层次的需求。如果人自我价值的体现达到了，他应该是开心的。也就是，我们把人活着的本质抓住了，人活着的本质是开心喜乐。不再为基本的生活需要活着，但是也不会缺乏。成为别人的祝福，是体现我们自我价值的关键。人活着最重要的事是永生，没有永生今生全是虚空；第二重要的是喜乐。喜乐从成为别人的祝福来，我们就尽心服侍，把赚钱当成是次要的。如果人把赚钱当成他生命中最重要的事，那钱就会砸死。不要浮躁，浮躁是没搞清楚事情的优先级。

第 03 章-生活中的习惯



不管是好习惯还是坏习惯，人一生都被习惯控制着。

好习惯与坏习惯

习惯是很重要的一件事，人有很多的习惯，不管是好习惯还是坏习惯，人一生都被习惯控制着。曾经有一个人对我说：“牧师，我学习一会儿就特别累。”然后我问他，那做什么不累呢？他说我打电脑游戏就不累。那电脑游戏能干什么呢？电脑游戏什么也干不了，然后我就开始琢磨，为什么有些人打球就不累，打游戏就不累。像我学习就不累，工作也不累，但有些人一工作就累，学习就犯晕。

很多人在生活中养成了不同的习惯，有的人习惯于打电脑游戏，有的人习惯于学习，一个人养成什么样的习惯，那么这个习惯他就不会觉得累。比如一个人养成了每天 6:00 起床的习惯，养成了这个习惯以后，他早起就不觉得困难，但如果一个人习惯 12:00 起，那么要求他 6:00 起床就会非常困难，什么东西决定了一个人累不累呢？就是习惯，习惯决定了一个人一生的命运。

我已经到了五十知天命的年纪，我也养成了很多的习惯，但我身上的好习惯多过坏习惯。我从来不打电脑游戏，我从来都不打麻将，我也不爱玩，吃喝嫖赌样样不沾，让我喝的话，无论是五粮液，茅台，还是二锅头，对我来讲都差不多。

习惯这个东西太重要了，在教会中我都会抓住这些能够主宰你命运的东西讲给你来听，无论如何都要养成好习

惯，当人 60 岁以后，他会说一句话：我这一辈子啊，你这一辈子怎么样，都在乎你养成的习惯，你这辈子有什么习惯，就活成什么样。

人有好习惯，也有坏习惯，有坏习惯就活得好，有坏习惯就活的不好，这个道理很简单，比如有个人很懒惰，懒惰了一辈子，他看什么事都很犯愁，人懒惰看着活就多，勤劳看着活就少，懒惰的人看着活就犯愁，但是勤劳的人就能把他们都做好。

养成好习惯，弃绝坏习惯

后来我发现，懒惰实际上是一种灵，比如我为 LT 释放的时候，她里面的鬼说：其实 LT 不懒，她很勤快，但是我到她里面，她就变懒了。这件事很有意思，也就是说习惯和属灵的世界是紧密相关的，有些人懒，他想改变的时候很难，这就是被他里面的鬼辖制了，所以养成好的习惯，和你一辈子活出来的结果息息相关，养成好习惯是关键。

一个人如果有好习惯的话，他做那些事就不会觉得累，比如一个爱学习的人，他学习就不会觉得累，因为他有学习的习惯，一个人养成爱学习的习惯，他学习一辈子也就不会觉得累，因为很自然的，他就会学习了，但是如果没学习的习惯，你让他学习，那么就很难。

我们都知道，搞教育搞的最好的是犹太人，犹太这个民族没有文盲，他们从小就读《圣经》，至少是摩西五经，犹太人很爱学习，第二爱学习的民族是我们华人，我们今天这个时代，中国人到了美国以后学习都非常拔尖，因为我们养成了爱学习的习惯了，你如果不让他学习是很难的事。

我很爱工作，在我来牡丹江这一个多星期以来，我的习惯还没有调整好，牡丹江这个地方吃的，喝的都很好，冬天大家在屋子里面，几个人围在一起，再拿来一盘瓜子，大家边吃边聊，这个已经变成东北人的习惯。

如果你想练习说话，可以来东北，为什么东北会出小品？大家讲话每个人都好像小品专家一样，很有意思，冬天持续的时间很长，大家出门什么也干不了，所以就几个人围成一圈，一起闲聊，所以这些小品很多都是炕头上聊出来的，因为这里养成了聊天的习惯了，一代传一代。

有的人爱打电玩，因为打电玩已经成了习惯了，即使打通宵他也不会觉得累，但是干别的他就觉得累，有的人爱工作，他养成了习惯以后工作起来他就不觉的累，有的人爱做家务，做多了他就不觉得累，有的人爱创新，他习惯于创新之后，他做起来就不觉得累。

我特别容忍不了一个地方乱，那个地方乱我就一定要把他整理好，我很喜欢把东西收拾的干干净净的，把东西收拾的干净，规矩以后，我才能在这个地方开始工作，但

有的人就喜欢这种脏乱差的环境，在这种环境中，他也能忍受，我也不知道他要怎么活。所以我们今天一定要开始养成好的习惯，养成了好习惯，这个好习惯就成就你的命运，什么东西成了习惯以后就不觉的累。

我也感觉很奇怪，有些人从小学一年级一直到高中三年级，12 年的基础教育，4 年的大学教育，出来以后又读研究生，加起来 16 年占人生很大的比重，但就是没有养成学习的好习惯，这不是很遭罪吗？养成爱学习的习惯多好啊，养成了爱学习的习惯，学习对你来说就是一种享受。

所以我们从小就要养成好习惯，养成习惯是关键，该如何养成好习惯呢？其实习惯养成最重要的就是掰出来的，为什么小孩需要我们去管教，因为小孩儿的习惯需要你去掰出来，让他掰出来一个好习惯那就很棒啊，等他长大以后你就省了很多事。

如果一个小孩儿从小就打爹骂娘，那等他长大了肯定还会这样，东北有个老头，冻死了，他有 8 个孩子，谁都不知道，后来就有人问，这是老头的问题，还是孩子的问题？这孩子不是这个老头养的吗？你从小就没有让孩子养成好习惯，那他长大了能养成好习惯吗？所以这个孩子都是掰出来的。

立规矩

小孩的时候就要让他活在律法的管理之下，要给他立规矩，你要是不给他立规矩，等他长大就会给你立规矩，今天凡是有孩子的父母听我一句劝，要给孩子立规矩，让他养成好习惯，养成了好习惯，比如爱学习，爱工作，爱做家务，爱创新，养成好习惯了以后，那就解决问题啦，所以要给孩子管制，好习惯都是掰出来的。

我还发现一个问题，人到老的时候习惯难改，比如我的母亲，抽了 60 年的烟，打了 40 年的麻将，你要是让她改真的很困难，但是不要紧，她现在都改了，如果在小的时候你不养成好习惯，大了以后怎么办？有一个孩子的妈妈，这个孩子都 30 岁了，她妈给他煮饭，然后这个孩子说：什么饭啊？这么难吃，这是谁的问题呢？是妈妈的问题，妈妈从小惯出来的毛病。

我也一直劝，不要体贴肉体，因为体贴肉体孩子不就惯坏了吗？他爱吃就吃，不吃就饿着，我听说一个家庭，很有意思，这个孩子不吃饭，但是她从来都不在后面追着喂他，如果他不吃就不吃，大人都把饭吃完了，然后这个孩子说：妈妈，我要吃饭，然后妈妈就说：没有饭了，你就忍着吧。这样过了几次之后，这个小孩就明白如果吃饭的时候我不吃，等大家都吃完的时候就没有饭了，这样就给这个孩子立规矩了。

之前在新加坡的时候，一个孩子奶奶，抱着孙子来找我，这个孩子还很重，抱在怀里也不老实，那能受得了吗？50多岁的人，哪能受得了孩子这么折腾？然后我就一下子把孩子抓到怀里了，我把他带到一个小黑屋里面，告诉他站在那，我把他训了半天，当然我没有打他，后来从这个黑屋子里出来的时候，这个孩子和奶奶姥姥回家，走到巴士站，这个孩子就可以自己走了，而且还帮着他的奶奶提东西。

这样多好啊，你从小就要养成习惯，虽然这个孩子的奶奶后来有没有再惯着这个孩子我不清楚，但今天我一定要让我们教会这些做父母的，或者姥姥奶奶爷爷的知道一件事，如果你不给孩子立规矩就是在害这个孩子，因为你让这个孩子没有智慧，你让这个孩子不守规矩，等到他老了，你再改的话就可难了。

一个 50 岁的人你改正一下试试，一个孩子未来的命运都在他的习惯里面，克服旧习惯，养成新习惯，是我们做教会的关键的工作，所以我们教会的这些牧者，从牧区的领袖一直到小组长，你会发现他们都很严格，如果你不管那就是放纵。

我们教会是一个管理非常严格的教会，如果你不给他养成好习惯，你不去修理他，那么以后社会也会修理他，当这个社会修理孩子的时候，做父母的你要负起极大的责任，如果这个人在教会的里面，教会的牧者要负起极大的责任。

因为这个好习惯，一定是在教会中不断养成的，一个人养成了好习惯，他活着不会累，一个人养成不好的习惯，他活的很累，因为不好的习惯不能创造价值，不能创造价值就一定会活的很累，他要想做那些创造价值的事情就会很辛苦，如果让他的孩子活的兴盛，活的又不累，你就要让他养成好习惯。

信仰可以使人养成好习惯

信仰是一个人养成好习惯的一个有利的工具，中国这个世代是一个信仰缺失的世代，所有的人都会发现靠着自己的肉体养成好习惯太难了，但是靠着信仰养成好习惯就变的容易的多。比如，基督教的戒毒所的成功概率要比世俗上戒毒所的概率好的多，世俗上的戒毒所不能释放人里面的潜能，但是基督教的信仰可以释放人里面的潜能，当他的潜能彰显出来就会带来明显的效果，有了信仰就有了力量，有了灵里面的力量，就会有很大的能力，就可以养成好习惯。

一个人从小没有养成好习惯就很悲惨啊，如果在一个教会里面，你 30 岁的人就比一个 20 岁的人难一点，20 岁的人就比 10 岁的人难一点，所以我们这些做牧者的就会多挨一点累，我仔细的观察了一下，我们当中有很多 50 岁

的人，他们什么事也不干，如果不干事就会找事。

所以我在想，我们要发明一套东西，解决这些问题，马云把一大堆这些人变成了淘宝大妈，那我们能不能把这些人变成丰盛大妈？虽然这件事有点难，但是我就看到 YX, CX 这些人多好啊，今天我们教会面临很多的挑战，能否把这些人变成丰盛大妈，是我们研究的课题。

需要养成的好习惯

一定要养成学习的好习惯，从现在开始，我们各自的区牧，如果你们当中有一些 50 多岁的人，一定要告诉你们要学习些什么，千万别什么都不干，整天闲着，闲着没事就会识别善恶，识别善恶就会得病，得病然后就花钱，花钱然后又遭罪。

所以要养成学习的好习惯，比如做功课，然后汇报，要向你的牧者负责任，一定要去对付懒惰的问题，我们一定要对付自己身上的问题，多去做一些创造价值的事，要成为社会的创造成本。你生病去医院这不就成了社会的负担吗？而且也成为家庭的负担，一定要养成学习的习惯，了解淘宝怎么运作，开个淘宝店什么的，这些都可以啊，哪怕你去学习如何经营微商，都比什么事都不干强。

我们这个世代新生事物多啊，智能手机，微信，微博

多了。我妈妈 80 多岁了不还是在学习吗？前几天我还教她怎样用手机上 qq。还有就是养成自理的好习惯，我们当中有个孩子的妈妈，我说让你妈妈过来和你一起过呢？他说：不行，我妈如果来的话我爸没有人照顾。

我觉得很奇怪，难道你爸爸自己过不了？我觉得不能自理是一个坏习惯，喜欢干净是一个好习惯啊，把东西收拾干净多好啊，养成一个追求目标的好习惯，养成做计划的好习惯，设立优先级，养成一个观察的好习惯，常常眼观六路，耳听八方，养成一个忍耐刚强的好习惯，养成一个坚持的习惯，然后不断的提升自己。

人最满足的东西是什么？最让自己满足的就是自己的成长，如果不成长就会发现自己活的不太有意思，比如我妈妈，和其他同龄人相比，我妈妈就活的可好了，会用微信，会用 qq，我还能群视频，其他的老头老太太就会觉得哇，这个老太太好厉害。

人最大的喜乐来自你生命的成长，如果想成长，那就要不断的提升自己，现在 50 多岁的人依然很年轻，50 多岁的人不再定义为老年了，如果 75 岁算作退休，那么 50 岁的人还有 20 多年的工作时间，大家千万不要有这种很糟糕的心态，那个很糟糕的心态很要命，。

举个例子，比如说刚强壮胆，刚强是一个习惯，如果见到事情就妥协，那怎么可以呢？所以就开始坚持一把，然后发现没有什么事情发生，再遇到事情时也要刚强，时间

久了就养成刚强的习惯了嘛。

在生活中，早晨起来就计划一下，今天都要干什么，养成做计划的好习惯，养成观察的习惯，我们都要学习如何去观察，生活中很多东西都是有益的，比如 yx 来到牡丹江，肠胃就不太舒服，然后我妈说可以试试这个随便果，吃了以后就很有效果，然后我就想到，要买几盒给 pl 带去，但是如果你不观察，那么你里面就没这个想法。

要养成观察的习惯，这样不是很好吗？后来我才知道，这个东西是一个微商产品，这也是个机会啊，他们用微商产品做这个东西很好啊，我妈 80 多了，肠胃功能衰退，但是用了这个以后很见效啊，再上厕所的时候减少了很多困扰，这样就解决很多问题啊。

所以一定要观察，如果一个人会观察，那这个时代真的充满了机会，充满了赚钱的机会，充满了解决问题的机会，如果你长期的观察，长期的积累，那么就肯定活的很丰盛。

我要总结一下，学习的习惯，观察的习惯，做家务的习惯，自理的习惯，追求目标的习惯，计划的习惯，观察的习惯，忍耐的习惯，坚持的习惯，刚强的习惯，不积累堆压工作的习惯。

但有一些人说，我坚持不下去啊，那你能不能坚持一天，坚持了一天以后，那再坚持一天怎么样？你能坚持两天，那再坚持两天行不行？结果一坚持就坚持了一个星期，然后就养成了好习惯，我们千万不要以为这是一个很难的

事，如果你养成一个好习惯，你坚持三个星期就可以养成了。

假如你养成了一个早起的好习惯，每天定个闹钟，那你早晨到 6:00 就起床，久而久之，你就养成了这样早起的习惯，一旦养成习惯，他就不是个困难，当你坚持三个星期之后，你就不需要太坚持了，只需要你前三个星期坚持，后面就很简单了。

我在 30 多岁的时候养成了一个习惯，就是早晨起来去锻炼身体，每天都跑 5km，跑了 5km 我用了 40 分钟，这个速度很慢，然后从那天开始我每天早晨起来就锻炼 20 分钟，我跑 2km，三个月之后学校又组织跑 5km，后来我的速度就很快了，20 分钟我就能跑 5km，而且我还不累，轻轻松松就跑完了。

无论什么事，一旦养成了习惯就好办了，后来我还代表我们学校去参加了比赛，你能坚持一天，就告诉自己我能坚持一天，你能坚持一天就能坚持第二天，你能坚持第二天那么还能继续的坚持下去，只要告诉我自己坚持坚持，习惯就能养成了。

我们要养成好习惯，弃绝坏习惯，什么是好习惯，什么是坏习惯呢？好习惯有回报，但是坏习惯没有回报，魔鬼的工作就是让人建立坏习惯，比如打麻将，浪费时间，无所事事都是坏习惯，比如闲逛，任何不结果子的神都要砍掉，不但神要砍掉，我们都要砍掉。

我们要反思一下，你是否有这种不结果子的习惯？你 50 多岁，干啥不好，一定要在那呆着，呆来呆去就会有很多病，我们今天一定要改变，把坏习惯砍掉，改掉坏习惯就可以活出丰盛，我们也可以帮助大家，在 17 年建立爱的联结，在联结中建立好习惯，阿门！！

第 04 章-眼力



眼力代表机会，代表一个人的人品和品位

养成好习惯

生活习惯决定一个人的命运，虽然勤劳也不一定活得好，但是懒惰肯定活不好。习惯一旦养成，要改变它是非常痛苦的，所以人最好养成一个好习惯。养成好的习惯，做事情不会觉的得累也不会觉得辛苦，因为好的习惯就成了自然的事情。爱学习，学习成了习惯，学习就自然好。人养成了很多的习惯，其中一个就是眼力。

人需要被教育和训练

一个人讨人喜欢和讨人喜欢，是一个很重要的素质，训练人成为人人都喜欢的人那就成功了。人需要被教育，如何训练自己成为一个讨人喜欢的人呢？当看到一些你讨厌的人时，学会去对付你里面的那个感觉。什么东西都是训练出来的，只要他愿意，没有训练不了的东西，我做教育很多年，深知道，如果人是不可训练的，那教育就毫无意义了，人是需要被教育的。

为什么有的人讨人喜欢，有的人不讨人喜欢，这跟人眼睛看到的東西有关。如果看见的都是不好的，他是个令人讨厌的人，为什么呢？因为他识别善恶很严重。

有一天 HF 对我讲，有一种人，别人对他不好，他觉

得为什么对我不好？别人对他好，他又觉得自己不好。眼睛里看到的都是不好的，这叫眼力差。

一个人没有眼力劲很要命，所以要是你在我们当中做牧养的工作，当一个人来到你的牧区，你要效法我，把他牧养成一个可用的人才，成为一个讨人喜欢的人。怎么训练他？从他的眼睛开始。

一个人的眼光出了问题才会有这些问题，所以咱们都要改变这些思维理念。有些人改变的几率不高，可能骨子里就是那个样子，可还在努力的尝试，或许有一天会像愚公一样，讨了神的喜悦，神就派一个有力的天使把那人给改变过来了。

训练眼力很重要

训练人的眼力是件很重要的事，我常常举一个例子，台湾的颜长寿，是个管理学家，他曾经经营一些跨国酒店和企业。因为小时候家里非常穷只上到了小学，就出来打工，做些端茶倒水的工作。虽然只是小学毕业，但他的眼睛非常的敏锐，在七十年代很多东西都是通过发电报来联系的，他上班的公司很多人因此都要加班到很晚，于是他就发现了机会。

有天他对一个职员说你先回家休息，我来帮你发行不

行？那人就想这小孩多好，就教了他发电报，然后他就学会了，那人也就可以早点回家了。做了一段时间后，他就说你们都回家，我来给你们包了，我晚上反正也没事，那其他人就可以按时回家不用再加班了，这小伙子成了公司里最重要的人。有他在全公司人都能准时下班，每个人都喜欢他，才十二三岁的小孩很厉害。如果你从小这样训练孩子，那么他的文化不需要多高深。

从人的眼睛开始

从眼力开始训练人，干活累是累，但是解决了问题，也抓住了机会。所以兄弟姐妹千万不要比学历，要比能力，眼力和观察力。今天我们所处在的这个世界永远不会亏待有能力的人。

我曾经辅导过两个孩子，一个漂亮点，一个普通点。长得普通点的那个孩子，很有眼力，书架上的书乱了，椅子乱了，看到后都给悄悄整理好，没事还冲点咖啡放桌上，很有眼力劲。

后来这个小孩到了佩林家住，把她们家床单都给洗干净了。我很惊奇这种孩子不得了，能看到问题看到机会。看到后就落实，落实后就讨人喜欢。训练你的眼力会成为你的能力。

人是可以被训练的

人要被训练。有的人是天生的，有的人是后天的。天生的那感谢神，后天的可以训练，作为一个教育性的专家，我相信人是可以训练的。如果人是不可以训练的，教育就毫无意义。但如果人是可以训练的，教育就成为一个富国强兵的关键，任何一个大国的崛起，都是大量的投资科学教育。

喜欢或者不喜欢一个人，还真和长相没有太大关系，《圣经》里讲耶稣基督的时候是这样说的，他无佳形美容但是人人都喜爱（参《以赛亚书 3:2》）。

弟兄姐妹我们都要开始训练眼力，作为一个孩子的父母，训练一个孩子的眼力是很重要的，想办法让他把看到的事情给做了，会处事，会做人，这很重要。

如何在职场上训练眼力

我们当中有个姐妹很有意思，她从来不送礼，但她照样升职，你知道她怎么做的吗？她很有眼力劲，她跟领导一起去开会，比领导先到半个小时，看下位置的名牌，等领导到了便主动领着她到位置上，领导觉得她受到很高的待遇。

很多人也会说，这多会拍马屁，其实这不是拍马屁的事，这叫有眼力。职也升了以后领导要有什么重要的事就想着她，你送礼别人也许还看不起，有眼力劲儿的人多好，也不用送礼。所以从小就训练孩子的眼力，为什么我要讲这些故事给大家听，是让你知道训练孩子的眼力就是给他最好的祝福。

眼力就是机会

有一个老头很富有家财万贯，有两个儿子和财产，在他要死的时候，就呼唤他两个儿子，让他们骑着马到外面跑一圈回来。等大儿子回来后，就问他看见了什么，大儿子说：“我天天看这些东西，有什么好看的。”二儿子回来后，说：“我看见了小树林，可以砍下了干点什么，看见一个小池塘，可以用来养点鱼。”老头就说：“我要死了财产就是老二的。”老大不服气。他父亲说：“没看见的，就没有。”所以说眼力代表机会，代表一个人的人品和品位。

如果一个人什么也看不见，就什么也得不着，别人喜不喜欢你，就看你能不能为他创造价值。开始睁开你的眼睛，去看见机会，去训练你的专注力。训练人的眼力就从做家务开始，做家务虽然累却是有回报的。

哈佛大学的研究证明做家务能发现问题，发现机会。

开始训练孩子做家务，训练他的眼力，从讨人喜欢开始，先去讨爸爸妈妈的喜欢。从改变心态开始，从付出开始，要用心去做事，如果你没有眼力你可以去学，多去看别人怎么为人处事的。

《圣经》中也有提到，孩子撒母耳渐渐长大，耶和华与人越发喜爱他（参《撒母耳记上 2:26》）。人要正面思考，定义不去识别善恶，要机灵要知道事物的本质。一个人要有开阔的心胸，去积极的思考，有心灵的眼睛，那就厉害了！

第 05 章-自律



自律的定义就是自己自觉的守规律。一个自律的人是自由的。

自律与自由有关

自律的定义就是自己自觉的守规矩。一个自律的人是自由的。一个人自觉守规矩和被迫守规矩是完全不同的两回事。一个被迫守规矩的人叫做奴隶；一个自觉守规矩的人叫做自律。也就是说，一个人的自由，与他自觉的守规矩有关系。

这个世界不可能没有规矩，如果一个人没有规矩的去生活，他不可能生活的好。从这个角度来讲，自律是得自由的关键。

之前，我讲到的是：养成生活中的好习惯。习惯了就自然。养成自律的好习惯，就会有一个自觉的守规矩的习惯。这是我们生活当中，最重要的习惯。在我以前的同学中，有学习好的和学习不好的，那么差别在哪里呢？错误的误导是：有的人聪明，有的人不聪明。然而，有很多学习不好的人，却很聪明。问题就在于学习好的人，从小就有自律的好习惯。

今天，在我们中间的 ZX 姐妹，考试语数外都是满分。一个人学习好还是不好，就是能否自觉管理好自己，与智商没有任何关系。我小时候是个非常有自律的人，养成很好的习惯，那这种自律带来的结果就是我自己主动的好好学习，那么我的成绩就不错。

一个人能够自觉的遵守纪律，是一种操守，换句话说，

一个人的命运和自己管理自己的能力紧密相关。一个没有自律的人，就是：想做的不去做，不想做的倒去做。常常做自己不想做的，然后想做的又不去做。中国军队，之所以能够打败国民党的军队，就是因为中国军队的三大纪律八项注意。

其实，自觉的守纪律是非常重要的。一个自律的人，养成自律的习惯，他就不会觉得很累。一个自由的人会自己管理自己，一个奴隶除非用鞭子才能受管理。

自律可以释放人里面的力量

在我们现今的时代，是最讲究创新的，随着创新以及知识性经济的发展，旧的管理能力已经无法适应新的时代。如果要将一个人所拥有的创新和知识挖掘出来，就无法用资本家的方式，用鞭子解决，鞭子只能将人的体力释放出来。在卓别林电影的年代—摩登世界，就是当机械化发展到一定时候的时候，2秒钟拧一个螺丝，那个年代，可以用鞭子将人的体力释放出来，就像管理奴隶一样。

不是说奴隶的管理水平不高，管理奴隶的水平就要有管理奴隶的体系，就是泰勒的企业管理二法。经泰勒体系不断的发展，生产效率大幅提升。随着时间的推移，机器已经取代了人，就要挖掘人脑里的知识。整个的产业结构

都在改变，也就是说，到了那个时候，管理学要改变。后来，梅奥创新出了一套新的管理学，就是要大量的释放自由艺术，让员工可以自己好好的、自觉的管理自己。

我比较推崇这样的管理方式，我认为，你可以把他训练成自由人，一开始可以管的很严，然后逐渐成为自由人，可以自己管理自己，自觉的发挥自己的能力。也就是说，无论老板在场与否，他都能好好作工。

今天，我鼓励大家，养成一个自律的好习惯。无论是否安排工作，都要好好作工，不断的挖掘自己的潜能，然后将自己的潜能发挥的淋漓尽致。世界是很公平的，就算是你的老板不能赏识你的才干，这个社会一定会奖赏你，回报于你。

也就是说，当你自觉的去管理自己，自觉的做事情，会带来相当丰厚的回报。目光不要停留在公司老板上，要停留在整个的社会上，当你将来有丰富的经验和知识，很强的能力，然后你又是自觉自律的人，我保证你找工作不是问题，因为你已经积累了大量的履历和个人成就。问题的关键就是你有没有自律的能力。

这就是为什么，今天我们教会要训练这些，好让人得着神的恩典和奖赏。我们的神并不希望我们过穷日子，反而希望我们过的富足、丰盛。但是很多人的身上有恶习，所以他一直就过的是穷日子，问题出在这个人的身上。所以，如果今天你活得光景不好，听我一句劝，改造你自己，和别人

没有任何的关系。

自律可转化成热情

自己改造自己的自律能力，能不能坐下来读书，读一个小时，能读一个小时，就读三个小时，能读三个小时，能不能读一天。我一做起事来就会废寝忘食。当人做事习惯了，就会非常的投入，高度的投入，就会充满了热情。

凡事充满热情去学习的，不可能学习不好；凡事充满热情去作工的，不可能作工做不好；凡事充满热情做任何事情的，他不可能做的不好。因为他是自觉的在做。一个人活得好与不好，跟他的热情有直接关系。

人的本性里面，是有一团火的。商鞅，通过八年的时间，将秦国推到战国七雄的最强国。他著有《商君书》，书中谈到人本性的时候，说到：人本性里面有股力道，如果不把它释放出来，它便会成为迫害力。这就是人为什么会吸毒，强奸，抢银行等坏事，因为里面的力道不知道往哪使。

然而，一个好的管理者，或者一个教会好的牧师，他会将一个力道引导到转化上，然后变成生产力，可以创造价值，一旦创造了价值，他就成为有价值的人，社会就会回报他，他里面的力量就会进入到正确的循环。

某某人干了一件非常伟大的事，本来中国人民充满着智慧和能力，但是，大锅饭把人搞懒了，因此，他想到了，将人的力量释放出去，转化成生产力，就将人推到了经济里，创造价值，解决了经济问题。然而，虽然有了钱，可人里面的力量还是没有得到释放，结果人里面就有怨恨，抱怨，负面的问题。

教会要做什么呢？教会要让这些人，能够有自觉管理自己的能力，把能力释放出来，然后向你的目标去奔跑。那什么叫做自律呢？自律不是自己想做什么就做什么，而是向你目标奔跑的勇气和能力。

向着目标奔跑的能力和勇气叫自律

我小的时候我家里很穷的，我们那个年代有个说法叫“读好数理化，走遍全天下”，后来我真的读好了数理化。我那个时候真的是好好学习，我的自律性非常强。我拼命的想要把书读好，我初中二年级的时候把初中三年级的课本读了一遍，初中三年级的时候把高中的课本读了一遍，但是我还是按部就班的把高中读完了。

是什么驱使一个人能够做这件事呢？自律！你里面有一个目标，有一个梦想，然后你朝着这个目标奔跑。累不累？傻子都知道累呢！我跟你讲，很累的，是很疲倦，每

天学习是很累的一件事，但是我里面有一团火，我让我那团火朝着我的目标释放，然后即便成了一个自律的能力。

自律是什么呢？自律是在没有感觉的时候，仍然继续奔跑，“哎呀，我感觉好像不想学习啊，我真的很累啊，真的很想睡觉，读书真的很枯燥啊。”谁不枯燥？谁都枯燥，你读试试？做数学题，几何、三角函数……就那点玩意，折腾来折腾去折腾够呛，但是还是继续做。

自律是在没有感觉的时候，自律是在没有兴趣的时候，仍然坚持。我跟你讲，我做很多东西，是我自己没有兴趣的，我也不知道我对啥有兴趣，但是我身上有一个特点很有意思，我自己都觉得很惊讶，我做啥都没兴趣，你觉的奇怪嘛？打麻将-----抓一张打一张，然后糊了！我不理解有人打通宵，就那么几十张牌在那摸来摸去摸的挺兴奋，我倒觉的挺惊讶。

我抽烟也不上瘾，喝酒也不上瘾，我自己给我自己挂了个绰号叫“生活很闷的那一类”，因为对什么也没兴趣，其实我对学习也没什么兴趣，是我里面那种自律，我要求我自己朝着目标奔跑。

自律是什么呢？是感觉不好的时候仍然坚持，其实我常常感觉不好，从小长大的过程当中，感觉不好的时候真的很多，但是一个人如果有一个梦想，有一个目标，你可以朝着你的目标去奔跑，它能带来另外一种喜乐，这种喜乐叫满足的喜乐，当你把事情做成了，“哇，真的很好！”其

实做的过程一点也不好。

我遇到过过一个学生，他说“老师，我很想做多媒体。”我说：“好啊，那你喜欢做多媒体，你做一个网页出来给我看。”半年以后也没做出一个网页出来。“老师，我对多媒体又不感兴趣了。”为什么不感兴趣了？因为半年没做出来，就不感兴趣了。“那你对什么感兴趣呢”“我对赚钱感兴趣。”其实很多时候，一个人有兴趣这种感觉，这东西都是虚的假的，自律才是真的。坐在我身边这位，有读言情小说的兴趣，一读一天，然后沉浸在言情小说的角色里面，那她也是另类的自律，她很自觉的去做，但是达不到自己目标的时候就纠结了。

可是我不纠结，因为我一直管理着我自己的时间，好好的用在正常的事情上，我常常会达标，达到我自己的目标，就拿建立教会来说，那也是一种自律。我真的有资格夸耀一些东西，你想象一下，五年的时间天天一个人上班下班，你觉的怎么样？一个人的公司，一个人的教会。很不容易，如果没有一个很强的自律的能力-----就是带着异象和目标去奔跑的能力，你根本坚持不下去，但是我就是那种能坚持的。

那我在这整个过程当中，我受谁的影响比较多呢？我受我大学的一个老师影响多，我读大学时候的班主任，她老公德国留学回来被派到汉中那个地方开发原子弹，结果那个时候抓外国特务，就给丢到一个小黑屋里，那个小屋

没有窗口，只有一盏灯，一天二十四小时亮着，门那个地方挖了个小洞，打开看到有一碗饭就吃，有一碗饭就吃。就这样在这个房间不知道活了多少年，他只知道吃了多少碗饭，拿指甲在墙上划“正”字，到出来三年多，出来的时候在那个牢里三分之二的人变疯了，就是精神失常了，他仍然正常的活着，非常的有毅力。

我听了他的故事非常感慨，我说这个人虽然不是信主的人，但他是个了不起的人，他在屋子里做锻炼，自己跟自己说话，该干什么干什么。出来以后他干了一份什么工作呢？德国西门子在北京设立总公司的时候，他是第一位老总，这是很厉害的一个人的。

自律是管理自己、克服自己的能力

所以今天弟兄姐妹，我要告诉你们，自律是一种管理自己的能力，自律是克服你自己的能力。我告诉你们，顺着肉体就是死，顺从圣灵才是生命，平安，也就是说你顺着你那东西是不行的，顺着你那东西走没有路可走的。

所以我在服侍我们当中那些一整就顺着自己感觉跑的人，我告诉你我会无情的打击你，甚至把你打击走，我也不在乎，我无论如何要把你修理过来，变成一个有自律的人。那为什么要这样做的呢？没有自律这人就完蛋了啊。所以

我一直在绞尽脑汁在思考一件什么事呢？就是如何设计一个课程，可以训练人的自律，这是我很痛苦的一件事，对我来讲是一个新的课题，但是我觉的如果能够研究出这样一个课题，我会非常有满足感。

我告诉你们，整个教育体系的根基是性格的建造，然后第二层是能力的建造，根本不是知识。所以说一个人有了性格，他肯定会有能力，一个人有了能力，肯定会有知识，所以弟兄姐妹，今天都要开始养成一个自律的习惯，那么如何养成这个自律？这个我不一定回答的好，但是我琢磨来琢磨去，最重要的事就是让孩子学会敬畏，不知道自律你就让他敬畏。

所以在我们当中一些有精神疾病的人，或者你的牧者或者我，无论如何让你学习敬畏。为什么教会要树立一个这样的习惯呢？因为只有这样，那个人才会被造就。ZX来的时候，我就跟他讲，“你怕不怕你妈？”“怕。”怕他妈这件事就让他拿了两个一百分，为什么？因为他妈在墙上挂了一根大棍子。所以说一个小孩一旦学习了敬畏，他就不会再惧怕困难，他会勇往直前克服他学习上、自律上这些毛病。

以前 ZX 在电视前一站站一个小时，现在他敢嘛？他不敢，这是他自己的能力吗？不是，是那棍子的能力。所以我就在想，我怎么样才能够使弟兄姐妹学会敬畏？我知道很多人不知道什么叫敬畏，我曾经服侍一个精神病患者，

服侍这个患者的过程当中对我来说相当的不容易。他给我写了这么一封信，他说：“牧师，我很惧怕，我不敢听你讲话，都是在控告自己定罪和压力，不要打电话给我，我现在不想听任何东西。”如果他真有敬畏，他不会写这些东西给我。

后来我回复他说：“你要是不主动找我，我不会主动找你，你也不用担心，我不会打电话给你。你要么顺着自己的感觉继续痛苦一辈子，要么选择走出来胜过去，其实很简单，就是不顺着自己的感觉就可以了，你太喜欢顺着自己的感觉，这会害死你。我只说你的问题，要你改正，就是控告吗？就压力吗？你是不是真的有这些问题？如果有就改掉这些恶习，就算没人提醒你这些问题，你以为你会活出美好吗？你不会的，败坏你的就是这些恶习。”

我根本不在乎，我无论如何要让这些人学会敬畏，这种人他里面不知道敬畏任何人，他顺着自己的性子来，就会败坏自己。如果你不知道敬畏任何人，没有一个牧者配得你敬畏，你根本没有办法成长，如果你是一个有自律的人，怎么样你都能够成长，不需要敬畏也会成长，他会自觉的敬畏。如果一个人是没有自律的人，他就一定不知道敬畏谁。所以在咱们教会当中，你不要以为我会手软，我牧养不了的，我会直接干掉，交给社会，交给政府。

所以敬畏是关键，一个人一定要从自律开始训练自己，没有自律能力的开始学会敬畏。我小时候读书的时候听过六

个字，叫做“头悬梁，锥刺股”。头悬梁因为头发长，因为怕睡觉的时候打盹，把头发绑个绳挂在梁上，一打盹就赶紧读书，用撑鞋的锥子在后背上锥一下，就是敬畏，不好好学，他爸或他妈在后面拿锥子锥他，让他好好学，开始训练一定从敬畏开始。

从简单的事情入手一点一点地训练自律

自律是一种负责的能力，如果一个人没有负责的能力，那是严重的识别善恶，严重识别善恶到一定程度就是精神病。要开始这样训练，在训练的过程中，牧者也要训练，要了解他如果是一个很没有自律的人，那就从简单的着手，他做成了，迈上去一个台阶，很好，再迈一个，再迈一个。如果一下让他迈两米的台阶，他迈不上去，但 20 厘米的台阶他一定能迈得上去。所以，要从简单的，容易训练自律的地方入手，被牧养的人要学习汇报，如实地汇报。这个汇报有日汇报，周汇报，月汇报。

我们有些人汇报形式化，没实料，今天粘贴一个昨天的，后天粘贴一个今天的，最后一年下来只写了一个汇报，那有什么用？不具体！你要讲具体的事，汇报就是要讲具体的事，而不是汇报一个笼统的东西，如果一个人常常干一个笼统的事，我告诉你会发生什么事，他身上一定有龙

的灵的辖制，为什么？因为玩虚的。今天，能对付这些恶习，一定要做到：1. 要很属灵；2. 要很实在。汇报跟计划有关系，我计划要达成一个目标，自己常常衡量一下我所做的有没有达成我的目标，凡是没有达到目标的，你要开始学习自律。

要看到自己的进步，不要气馁

在做计划的时候要实际，你能不能专注一个小时？能专注一个小时就能专注 2 个小时，能专注 2 个小时就能专注 3 个小时，然后一步一步提升上去。自律从一个人的思想观念开始入手，一定要有一个正确的认识，很多人他看不到自己的进步，那是个恶习，你要看到自己的进步。因为你在很低的自律层次直接上到很高的自律层次，那是不可能的，你只有一步一步爬上去，爬山也是一步一步爬的，不是一下子飞上去的。今天，我们要在进步的过程中每天看到一点点，有的小孩吃了一顿饭，怎么还没长个儿呢？这听起来就和笑话似的，吃了一 year 也不一定长呀，吃好几年长了一大截。其实，今天看到的柯睿和昨天的一样高，没少吃，但是没长高。生命的成长是一点一点的，甚至是看不到的，自律的培养也是一点一点，甚至看不到自己的成长。有些时候你看得到自己的成长，然后过了很长一段时间一直

维持原来的状态，然后突然间又成长了一截，人长高也是这么长的，螃蟹也是这么长的。

如果你看到这么大一个螃蟹，它应该是脱了好几次壳了。所以，今天咱们训练自律不要气馁，你就从个人的生活习惯，从自己的学习，工作当中开始入手。我觉得“琢磨”这两个字大家回去以后仔细琢磨，琢磨就琢磨出门道来了，这个地方可以改进一下，那个地方可以改进一下，琢磨琢磨就琢磨出来了。自律其实可以从一个生活习惯入手，当这些人刚来的时候，每个房间的灰厚厚一层，今天进来的时候感觉很舒服了，卫生间原来一汪水在那里，我进去的时候都迈过去，要不然就踩到那汪水里了，还有头发，地上都是，我就开始一个一个训练。

gy 来了，我带你先做介绍，卫生间是这么这么用，用完了以后这么这么擦干净，每个人用完了都擦一遍，不费劲，但如果每个人都不自律，那不要命吗？这种习惯开始形成的时候你就会发现，其实你累了吗？你耽误什么事了吗？没耽误！但整体的环境就好很多。所以，我们从个人的生活习惯开始入手。军队为什么训练把行李、棉被叠得方方正正的？就在训练你的自律，自己管理自己的能力。有个自律的习惯可好了，自己管理自己，老板在与不在，都可以把事情做得规规矩矩的，当你养成这种习惯的时候你可厉害了！

挫折是训练自己性格最好的时候

学习呀，工作呀哪个层面突破一点就有一个成绩，在自律训练的过程中，最要命的是遇到挫折的时候。每个人都遇到过挫折，遇到挫折的时候开始对付自己里面的感觉，那个时候的感觉是个错觉，开始对付自己的情绪，开始对付自己的负面思想，开始对付自己的恶习。后来我发现这些精神病患者就是不愿意对付自己，如果他愿意对付自己，他立刻就走出来。XF 讲得很好，我走过的那条路就是对付自己。

今天，我们都要确切地知道，你的问题就是你自己，今天你活出来的光景跟别人一点关系也没有，都是你一步一步走过来的，如果都是你一步一步走过来的，就是你过去一步一步都没整对，你过去每一步都整对了你今天绝对不是这个光景。如果我们不对付自己，都是别人的问题，最后整来整去，都是月亮的问题，星星的问题，全都是问题，就自己不是问题。我告诉你，人一生的问题就是你自己，跟环境一点关系也没有。

因为《圣经》正好印证了这件事，就算是你正在做奴隶，那奴隶的身份也不能改变神在你生命中的旨意，奴隶不能拦阻你做埃及宰相，但是你自己却能拦阻你自己，如果约瑟他在做奴隶的时候开始负面，有这种错觉，这种很奇怪的感觉，这种恶习不断地彰显，完全放弃，就完蛋了。

做奴隶就把奴隶做穿，做牢就把牢底做穿，这一辈子就交待了。所以，遇到挫折的时候，一定不要先想都是别人的原因，开始操练自己的性格，遇到挫折的时候是最好训练自己性格的时候。

我想我有点资格讲这话，因为我是个挺有性格的人，五年的时间一个人进出办公室，一个人在那里办公，怎么办？也办了！有没有挫折的时候？有呀！强烈的挫折感，强烈的挫败感，挫败的时候怎么办？该哭就哭呗！该流泪流泪呗！流泪以后把毒素排出去，流泪是一种排毒功能。开始对付自己的恶习，自律真的很需要耐心，耐心是一种与自律相辅相成的能力。千万不要以为做了一天就会怎么样，什么东西做了一天都不会怎么样，吃了一顿饭就会长高，没有这回事，连续做很多很多天。

教会是操练性格的平台

雅各做了二十年才得着他当有的回报，前面十四年身无分文。所以，大家一定要有这种耐心，做了一件事，什么也没发生，能发生什么事？坚持了一天自律能发生什么事？什么事也不会发生，但是如果你继续一天一天坚持下去，你就厉害了！那就叫自律。所以，有时候偶尔败下阵来不要放弃，也就是说，要不断训练自己那种性格，在整个

过程中操练自己的性格，操练自己那种顽强的性格，教会会成为一个训练性格的平台。今天咱们必须说，我做这件事别的教会找不到着，因为是我自己原创的。

你说就你们教会行，别的教会都不行？行不行我不知道，但训练性格这件事是很多地方都没有的，但我知道，《圣经》里面，神就是这样训练以色列人的，我想，我做的应该是合乎《圣经》的。那些人就唱唱歌，讲篇道，然后就回家，什么性格训练？什么都没有。所以，今天弟兄姐妹，要开始重新收拾一下，你不断陶造自己，当你陶造自己的时候你就可以训练别人了，当你爬上三个台阶，那第一个台阶你就可以拉他一把，你爬上五个台阶，下面第三个台阶的你就可以拉他一把，你如果爬到山顶上，天父爱的花园的时候，下面的人你全都能拉上来，那是一个巨大无比的能力。

第 06 章-读书



读书是传承别人的知识，传承别人的经验，传承别人的学问，传承别人的性格，这很重要！

杭州是个人杰地灵的地方，这个地方的人爱读书。宋朝的一个诗人名叫黄庭坚，他拜在当时的杭州知府苏轼的名下，是苏门四学士之首，还曾经做过国子监的主管。他说过：“一日不读书，尘生其中；两日不读书，言语乏味；三日不读书，面目可憎”。也就是说，读书对一个人的影响是很深的。毛主席也曾经说过，“三天不学习，赶不上刘少奇”。

曾经有人问我，“牧师，我不会说话，我该怎么办？”这个不会说话，不是说他不会说中国话，而是说他言之无味，言语很乏味。有很多人说话很能扯，东啊西啊、玩啊乐啊，但是，说正事就没话了。也就是说他言语乏味是因为什么呢？因为他不读书。一个人不会说话，是因为不读书；不会做人，是因为不读书；不会做事，也是因为不读书。

基督信仰重视读书

读书这件事情最早是从我们的神开始的。圣经里面的摩西五经（注：摩西五经是指《创世记》、《出埃及记》、《利未记》，《民数记》和《申命记》）。那是三千五百年前就写了，比我们中国有文字记载要早得多。那个时候呢？摩西就在以色列人当中做了一次扫盲的活动，就是没有文盲。其实直到今天，以色列是一个非常奇特的民族。这个奇特的

地方就是这个国家没有文盲，每一个人都读书，至少读摩西五经。也就是说，读书这个事儿，是从圣经和圣经里这位神透过摩西开始的。读书，是从摩西开始的，教育也是从那时开始的。其实今天有一些很有名的大学，像哈佛大学，最开始都是由牧师建立的。也就是说，作为一个牧师，非常看重教育。也包括中国的清华大学，是庚子赔款建立的大学。那是一个清政府的战争赔款，赔完了以后，美国把自己得到的，主动返还中国，用这笔钱建立的清华大学。美国是建立在基督教信仰之上的国家。

我们今天一定要知道，基督教的信仰是非常注重学习的，也是非常注重教育的。如果做了一个基督徒不会读书是不行的，是不能被接受的一件事。所以今天咱们弟兄姐妹，能否在读书这件事上稍微用点心。这个不是别人，而是我们的神的旨意。一个人的无知是要命的，一个人的愚昧是和他的无知紧密相关的。也就是说你不知道就是不知道，那不是一条兴盛的路。

读书就是传承

为什么要读书呢？因为读书就是传承。你比如说上帝透过摩西写的书，你读了以后，你就知道上帝启示给人类的这些规律。如果我们不读书，我就坐在家这里的使劲儿

的想，无论如何也想不出来，是不是？再比如说牛顿发明的牛顿三定律，你坐在家里头想使劲想，也想不出来这牛顿三定律，你读一下不就完了吗？牛顿当年在家里好不容易想出来的，我们只要读一下就完了。像今天的微积分，都是牛顿那个年代整出来的。因为他要计算，就发明了很多数学的工具，今天咱们只要学就够了。

人类的知识需要传承。我发现很多的东西，只要把现有的知识能整明白了，就已经很厉害了。把现有的某一个行业里的知识你整明白了，就已经很厉害了；或者是把这个行业里的某一个小小的部分，你整明白了，就很厉害了。所以，今天我们弟兄姐妹都要开始学习读书。读书是传承别人的知识，传承别人的经验，传承别人的学问，传承别人的性格，这很重要！直到今天我都有一个读书的习惯。我读书读的不够快，我一年能读几十本书就不错了，但实际上应该读的更多。

知识是一辈子都学不完的。有一次，毛泽东带领他的军队去行军，行军累了中间要休息。休息的时候，毛泽东就坐在树下，打开一本书在那里读。一个小兵就问他，“主席，你都这么有学问了，为什么还要读？”然后毛主席说，学问太多了，我只知道一点点。毛主席只知道那么一点点就把中国给搞定了，多厉害！他那么有学问，都承认自己只知道一点点，还需要不断地读书，那我们就更没有资格说不要去读书。

最近我读了房西苑写的《资本的游戏》。这本书是我的一个朋友推荐给我读的。他是专门做投资的，是一个很厉害的人。他推荐说这本书好，我就赶紧去买了一本。在书中我读到了很有意思的一句话，“当北京人都在骑自行车的时候，砸锅卖铁你也得买辆小汽车，以便跑在群众前面；可是当所有的北京人都开上小汽车的时候，你最好还是买辆自行车吧，这样仍可以跑在群众前面。”也就是说，他有一个“居上不居下、做首不做尾”的逻辑体系。我读了一下，觉得作者说的很实在又很形象。你如果让我自己坐在家里想，可我没做过投资这回事儿啊，那就读一下这本书，就觉得写得挺好。

让我们思考一下，有多少知识是我们自己发明的呢？其实几乎没有。你原创性的知识几乎是很小很小的一点点，大部分都是你学来的。人一生的知识其实都是学来的，自己创造的知识几乎是零，是微不足道的。

读书是活出丰盛的关键

读书可以让很多别人的知识，别人的经验都进到你的里面。你读了书之后就去实践，那就可以了。其实我过去有一个挣扎，除了圣经还要不要读别的东西？我挣扎了一段时间，我就得到了答案。这个答案还是要读。这个道理

也很简单，比如说，我是做 IT 的，IT 管理的知识我必须学，我不学我就做不了这个工作。圣经也要学，但是学的圣经不能取代 IT 的知识。如果你是编程的，你学了圣经还是要去学编程的知识；如果你是搞网站的，还是要去学搞网站的知识。

我们一辈子不能只读一本圣经。如果一辈子只读一本圣经，就算是他是个牧师，他也是一个很要命的牧师。因为它违背了神的原则，违背了神的教导。神的教导很清楚，你需要学习。就拿雅各来讲，雅各放羊很用心，他仔细观察了解。约瑟更厉害，约瑟把七年丰收的粮食全都给储藏起来了。那储藏不需要学习吗？他不需要了解储藏的知识吗？粮仓怎么建，怎么通风怎么透气？让粮食能存七年那是很厉害的。所以说今天弟兄姐妹，我们不能够僵化。比如说，但以理要做巴比伦的宰相，那他必须学习治理国家。

当然我们还是要知道，信靠神是关键，那是根基。但有了根基之后，我们还是需要学习。想要活出丰盛，一定要知道一件事。我们打好了根基之后，还是要在上面建造房子。建好房子之后还要在上面装修、装电器，这些功能就都弄好了，才能进去住人。如果这些都没有做好，那人就没有办法进去住。不要说别的，就如果冬天没有暖气这一件事就够要命的。

要养成读书的习惯不断地传承别人的经验

有一次我去面试，人家问我有多少年的经验，我开了一个玩笑，说我有五千年的经验。我是指我读过五千年前的书，我还读过四千年前、三千年前的书，那些人能干的工作我都能干。养成读书的习惯是很重要的。如果去一个地方去考察，你到了那个地方，先去看看那个地方的人喜欢看什么书。杭州人喜欢读书，他们对新知识的渴求超过一般人。比如说杭州那些卖房地产的人，他们非常喜欢听我们讲活出丰盛的这些东西。而到了另外一些地方，就发现他们不读书，也就只看看新闻联播，很多地方都是这样的。香港读的书，和杭州读的书不同。香港满街都是八卦杂志，乱七八糟这些东西。在杭州，就很多这些互联网啊，高科技啊，投资啊这些类的书。一个地方看什么书就代表了这个地方的文化。

我为什么鼓励大家去读书呢？其中一个原因就是因为你只有读书才能够传承。我可能这一辈子也不一定有机会，见到这个房西苑，但是我可以读他的书。像《投行笔记》，《Uber 共享改变世界》，我觉得这些书写得非常的好。我想激励大家去读书，这世界上的好东西多呀。

咱们中国人有一个传承，叫做“读万卷书，行万里路”。其实万里路行不行不要紧。你行了万里路就发现，所有的农村都一样，所有的城市都一样。进了百货商场，也不知道是在上海的百货商场，还是在新加坡的百货商场，那些品

牌都一样，卖的东西都一样，行不行万里路都不重要。重要的是你必须学习读书，因为这个世界在不断地往前走，但是你读的书你了解了，你就厉害了。

为什么我不太赞同今天的这个教育体系？因为今天的教育体系把孩子的时间全部给吃掉。孩子们除了考高考，什么也不会学什么也不会做，什么书也不读（当然也有很牛的人也会去读）。一股脑子就钻到那个不断的考试当中。但是如果是一个灵活聪明机警的人，那他一定是一个会学习读书的人。我小的时候我们家读书不多，但是我一个同学，她们家是书香世家，我就特别愿意去他们家，他们家的书特别多。我这个同学后来做了一个上市公司的老板，也非常厉害，因为他从小就读很多的书。

读了《Uber 共享改变世界》，看到里面讲的如何分享改变世界，你就明白，哦，原来是这样啊，是这么走过来的啊。也许将来有一天你也可以创建这样一个公司。可能你没有机会写红楼梦，也没有机会写西游记，但是你可以写一个自己的。有一本书，叫做《工业 4.0》。它写的正是今天正在发生的事，读了以后你就会被震撼。因为里面有很多的行业，有 97% 以上的可能被电脑取代，被高科技取代。如果你知道你正在从事这些即将被取代的行业，那你就会知道我要无论如何跳出来进入那些有潜能的行业。

比如说 Uber 这个软件，就把这些的士司机搞得很惨。以前你要的士的时候没有的士，你不要的士的时候，一堆

都来了。现在有了 Uber 了，的士司机着急了，“以前的工作挺好的，怎么就被一个学软件的人就把我的工作搞成这样了呢？”就是因为不读书不了解。如果常常了解，常常读书，你就会明白，这个东西不得了，那个东西不得了。读了《圣经》，你会预先知道将来要发生什么事情。像《资本的游戏》、《投行笔记》都是很好的书。我要列举的书还有很多，还有像《学习高手的三驾马车》这一类的书。这个世界有很多人把每个行业的学问都搞得很透彻，你只要把他传承下来，再把它落实在生活当中就好了。

读书使人会说话

读书会来带来什么呢？能使你学会说话。读书的人他会言之有物。你问我：“为什么牧师你总是能说有用的话？”，那是因为读的多。

读书可以让你抓到机会

读书会改变很多东西。有一个弟兄要找工作，他要找的工作，和他曾经做过的、他所了解的一点儿都不相干。然后他来找我：“牧师，我要找这方面的工作”，我说那你一定要读市场营销这本书。然后他就去读，一共二十多章他才读了两章，就有了一个面试的机会。面试的时候，他就把这两章的内容都讲了出来。他哪知道他这么一讲，人家就给他录取了。他凭什么拿到这份工作呢？就是因为

读了那本书。如果你要搞客服，你读一些客服的书；如果你要搞市场销售，你就读市场营销的书。读了书之后，你做事情就靠谱。

读书带来创新

你要学会说话，比如说面试，就要看你会不会说话。一说话全都是卖鸡蛋的，市场卖菜的，那种话有啥用啊，那种话能帮你找到什么工作？或者市场的闲谈，那茶余饭后的，比如说香港喝下午茶，东家长西家短的，那东西都没有什么太大用。但是，如果你是个读书的人，你里面会言之有物，所以今天咱们继续读书。

那有的人就问我：“牧师我怎么能够创新呢？”我跟你讲，创新的人都不是那种在家一直“创新呐、创新呐、创新呐、神呐，给我一个创新”，不是这样来的，没有人这么干。那创新是怎么来得呢？是从读书来的。读书的时候它会大幅度地刺激你的思维。比如说 YX 姐妹搞这个外展，她读市场营销的书，她说：“牧师，我读了这个让我想到一个办法怎么去做外展。”它就会刺激你的脑袋，你就会想到很多很好的主意，会刺激很多的想法。但是你不读书，你上哪整去是不是？你不读书你真的不知道，你不知道你不知道。当你读书的时候，你就知道你真的不知道了。如果你

真的知道什么东西你不知道，你就厉害了，就去把它吸收进来。那学习创新是从读书来的，你要不断地学习研究。

读书带来机会

我给大家举一个例子，我曾经有一段时间搞 IT，那里面有一个最时髦的课题叫做外包。外包这个东西啊，我就觉着这东西很有意思，结果有一天圣灵感动我让我去学外包，其实跟我没什么太大关系。结果我把跟外包有关的书都借回来了，十几本，挨个读。后来我做了一个笔记，差不多二十多页。后来我发现那书里头写的很多东西都是不对的，那我就把这些对的不对的都给它捋出来。捋出来，我就形成了我自己的一套外包管理体系。两年之后，正好就有一个工作机会面试，他问我的就是 IT 外包，我就把我的研究的成果拿出来，一下子就拿到那份工作。我说什么意思呢？就是这机会跟你读书紧密相关。如果你是个不读书的人，我鼓励你好好读书。书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。

一个人的能力在于自学的能力

我们以前有句话叫做“学好数理化，走遍全天下。”其实还真不一定，你有很多其他东西可以学。学习不是从听课来的，是从读书来的。很多人以为学习我得去上学啊，这是最要命的谎言。那有一次我觉着 HF 弟兄传承我的最多。他听了我讲的他就不怎么去上课，他去读书。他读啊读啊，一考也都过了，最后也拿了大学毕业证。他学的也不差，真的不会差。

可是另外一个女孩儿呢，她就非得去上学，非得去上课，结果老师就在上课的过程当中讲到写简历不能超过两页。有一天她就过来说“牧师，写简历不能超过两页。”我说谁教你的？她说在课堂里老师教的。我说你真是好的没学着坏的学，是不是两页一点关系也没有。如果你洋洋洒洒写的内容非常的夯实，慷慨激昂，你写一百页也没关系是不是，人家愿意读啊。你写的干巴巴的，那玩意儿谁愿意读啊。这年到这年我干这个，这年到这年我干这个，你干啥跟读简历的人一点关系也没有。但是如果你写简历写得洋洋洒洒的，写的老精彩了，你简直就是天上掉下来的人才。他读完了以后“喔，这个人我不面试我这一辈子都睡不着觉了。”那就来面试你了不是吗？

学习不是从上课听的，为什么我这么说？我曾经考察过，一个人天天上课然后不读书去考试，会过吗？不可能

过。还有一个人他也不上课，但他自己看书，把材料给他，看对材料，然后去考试，会不会过，他会过的。一个人的能力在哪里？在于自学的能力。你比如说这个人，走上工作岗位，有多少时间是有课给你上的？没有多少机会是要上课的。走上工作岗位就在工作岗位上扑腾扑腾学是不是，一边看一边学，一边学一边弄，那很多的东西从哪学的？都是自己学的。也就是说自学的能力是你的核心竞争力，读书的能力是你的核心竞争力。读书、学习是你的核心竞争力，一定要知道。如果你常常读书，那你就厉害了。

读书锻炼人抓问题的本质

最近 CW 弟兄在推一个“思维导图”，读完了以后，他把思维导图写出来。那写书的人怎么写你知道吗？写书的人先写一个“思维导图”：第一点几个小点，第二点几个小点，第三点几个小点，他先写这玩意儿，然后再去写书。他不可能是说一气呵成，都是先有了一个逻辑体系。当你读书，你把他那个东西读出来你就厉害了，你就抓住了本质，这就是学习和读书的好处。所以大家都要养成读书的习惯，你不读你真的不知道。

很多很牛的人，他写了一本书，我就很喜欢拿来读。比如《资本的游戏》，作者还讲了很多类似的话题，我觉得他

整的这东西非常好啊。书本上写着“产品运营叫做爬楼梯，资本运营是上电梯。前者一代致富，后者一夜致富。”我读了以后我的天哪，原来还有这样的事儿，我以前我上哪儿知道去，我是不知道这些事儿的。所以弟兄姐妹都开始养成学习的习惯，读书、学习、然后了解。那他把整个投资啊这些东西整得非常的清楚，所以他把这些企业的经营、资本运营、产品运营描述的相当不错。

读什么书

我想这个读书，就牵扯到一个读什么书。大家想知道啊，那你不能读香港那些八卦，那没啥用。读什么书呢？

1. 读专家介绍的书

如果你认识某一个行业，这个是专家，介绍你去读书，你就去读，读完了去落实。

2. 读经典的书

如果你搞外展，你搞市场营销，你一定要读最经典的市场营销的书，那样的书通常已经到了十几版、二十版了。因为它每两年一版，也就是说那本书在市场上已经三十年了。三十年，每两三年一版，也就是说它是那个行业的经

典。如果是那个行业的经典，你一定要好好读。

3. 读网上好评的书

4. 读新生事物的书

大家要了解一些新生事物，他虽然不是经典，但是个新生事物。

那这四点大家一定要去揣摩。我给大家说一个事，有一次一个弟兄他是搞某一个行业的，那我说你有没有读你这个行业的经典呢？哎呀没用，我说你咋知道没用呢？哎我读了。今天大家都要了解一件事，这圣经，你读了你发现有用吗？但是我讲给你以后你发现有用了吗？种什么收什么，经典都是非常有代表性的书，高度的概括那个行业的发展规律。你一读你不一定能够用得到，并不代表你用不到那东西不是经典，但是因为那是个经典所以你必须读。后来我们这个弟兄就去找，翻遍了找到两本，跑来告诉我牧师我找到这两本书，我一看这东西不是行业经典啊，这东西不行啊，我说你咋找的。他说我到图书馆去找。我说这么着我给你看，在我电脑上打亚马逊.com，进去一看那书，把那行业一艘，5颗星，4.5颗星，全都是很经典的书。然后一看它出版了第十版，第十二版，第十六版，一看就是他那个行业里的书，去读吧。读完了以后我就让他去写每一章后面的作业。每一章后面都有作业啊，因为这是个经典。所以读经典，读专家介绍，读网上好评，读新

生事物，就是读这些书。那还有一个，不是说哪个行业你都读，跟你自己相关的行业你一定要读。

如何读书

读书有两种读法，一种叫做快速地读，什么叫做快速地读呢？就是啪一页页这么翻，有的时候甚至跳过三页五页都没关系。另外一种叫精读。一般的读物要快读，快读是要让你快速地收集信息。经典是让你总结规律。但是如果你快读你发现这个东西是一个很经典的东西，你就要好好读。所以弟兄姐妹都要学会读书，跟你相关的一定要好好读。

遇到读不懂的书的时候怎么办？

其实后来我还发现一件事，不是所有的书都是好书，有的书读完了一头雾水，我给大家举一个例子，直到今天还有人在干这个事。前段时间我们有一个弟兄跟一个新人这么沟通，那个新人来了以后，他问他“你知道三位一体的真神吗？”他说我不知道，“这你都不知道啊。那你要不要读啊。”我不要读。然后那个新人就退群了。其实三位一体

的真神这本书我真读过，我读完了以后一头雾水，他也没说清楚。不是因为我读不清楚，你读了也不是因为你读不清楚，是因为那个作者本身他就没写清楚。如果一个人没写清楚那你读你肯定读不清楚。你要能读清楚那就奇怪了。所以读了以后没读懂不要怕，多半的可能是那本书是个烂书。

前一段时间我跟 YX 姐妹读一本书，我就在那儿翻，我读了以后我不知道他在说啥，我说 YX 这不是一本好书。牧师讲道也是，你在底下听，听完了以后鼓掌，我说你为什么鼓掌，因为我没听懂。哇这牧师老厉害了，他讲的都是我听不懂的。那不是厉害的。厉害的人是把复杂的事儿给弄简单，不是把简单的事儿给弄复杂了，那不叫厉害。所以弟兄姐妹，你读书也好听什么也好，要学会听那个一听就明白的。其实这就是要做选择。书写的不好跟你一点关系也没有，那就换一本能读的。那如果这本书是行业经典，你读不懂问题不在那书是在你，那不可能闲着没事书出了十几版吧，然后你就要学会在那儿慢慢地消化。

最早我去做 IT 的时候我真的是什么也不懂，但是我懂得读书啊，我精明就精明在这儿了。结果我逮着一本非常经典的网络的还是英文写的，结果英文也不怎么样，知识也不怎么样，那读起来老费劲了。一边查字典一边读，但是我知道那东西是个经典。我读到一个什么东西呢？就是 OSI Seven Layer，叫做 OSSI 7 层次理论你想我读了多少

遍，书都黑了，我终于弄明白了，后来我成为非常厉害的网络工程师，就是从那儿开始，因为我抓住了那个事物的本质。之后很多东西就迎刃而解，一般的人比不上，因为我把那个根基打得很牢。所以读经典选择去攻克。

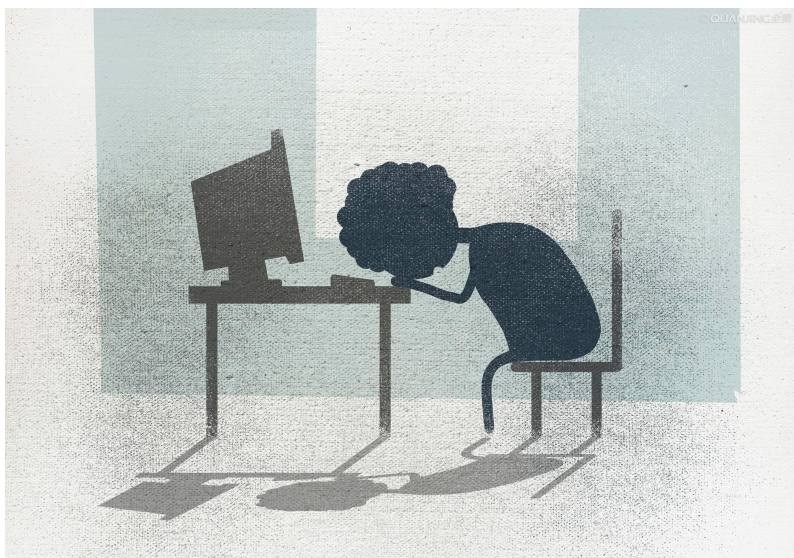
养成主动读书的习惯

还有一种什么问题呢？就是一读书就想睡觉，这样的人特别多。他有两种可能，第一种可能就是他有辖制，可以祷告破除；第二种就是坏习惯，有坏习惯的我告诉你，强迫自己建立好习惯。就算你有辖制你也可以强迫自己建立好习惯。因为习惯久了就成辖制，辖制就没办法自己从那里出来。所以为什么一读书就想睡觉，后来我研究这事儿，我研究明白了，因为你读书的时候你脑袋空空，你就被动地在读，你能不能够主动地在读。这本书在讲什么？它现在在讲什么问题？这个问题是不是我关心的问题？它怎么解决这个问题？你肯定睡不着觉。

总结

开始建立学习读书的好习惯。你在生活当中一定遇到问题，如果你遇到了问题你就开始去寻找答案，寻找答案在哪里，在书里或者在网上，电子书也可以。所以今天咱们弟兄姐妹不要愚昧，不要无知，开始积极主动地摄取知识。如果你里面有那种渴望，你里面开始有那种渴望你要解决一种问题，比如像 YX 带领的外展团队，那是个很挑战的工作，我们医治释放的团队也是很挑战的工作。医治释放的团队面临的挑战更大，因为市场上现有的医治释放的书对他们已经不好使了，那如果这样的话干脆你写一本书。我对《创世记》查经，市场上现有的查经我都不买，我读了以后我都不满意，我写了一本，对不对，那你就写一本。你读了《红楼梦》你不满意，你自己写一个《红楼梦2》，你不就厉害了。所以就是建立一个读书学习的好习惯，然后不断的塑造自己学习的能力，不断塑造自己的核心竞争力，你一定会非常的厉害。

第 07 章-除去疲劳



千万不要以为休息可以解决问题。

疲劳会影响工作

上一期讲读书，读书读久了就会累，有的人说一读书就会困，读《圣经》就困，这就是克服疲劳的问题。当然有些疲劳是属灵的辖制，但有些疲劳是另外一种。一个人总是疲劳你想他能干什么事，干一点事就疲劳那他就什么都干不好，什么都干不好怎么活出丰盛？干不好就算了，还乐哉优哉的活着。干不好就会纠结，一纠结就会生病，生病了以后就会更纠结，更生病更纠结然后就死了，这一辈子就是疲劳的一生。我们就要思考你要不要过疲劳的一生呢？

今天我们讲一个很重要的课题-----克服疲劳的问题。其实从某种程度上讲我好像不太有资格讲克服疲劳，其中的原因是因为我从来不觉得疲劳，因为我是一个工作狂。我一干活就忘了喝水吃饭，干得起劲，我特别喜欢干活，所以我就不觉得疲。我觉得我还有点资格讲。为什么呢？因为我是一个成功克服疲劳的人。

疲劳是一种负面的感觉，需要克服

人疲劳不疲劳是个感觉，感觉是个很有意思的问题。比如说感觉不好，我们都有感觉不好的时候，感觉不好的时候你做什么，就决定了你继续活在感觉好的里面还是感觉

不好的里面。那我是个典型喜欢克服疲劳的人，喜欢克服各种负面的感觉。比如纠结、沮丧、难受...。最近有个网络用语：蓝瘦香菇（难受想哭）。我觉得这词离我挺远的，因为我难受的时候我不“香菇”，我不太喜欢“香菇”这事，我喜欢做事。

其实你会发现这世界很多人有精神病的体质，他识别善恶也非常严重，但是他为什么没有精神病呢？或者说没有发作成严重精神病的问题呢？因为他勤劳。所以今天弟兄姐妹今天我们开始了解一件事，爱干活，喜欢克服疲劳能解决很多问题。但有些精神病他就是疲劳。他疲劳了就顺着疲劳，然后开始懒，懒完了更加疲劳。更加疲劳就更懒，更懒就更干不好事，干不好事纠结，纠结完更懒，然后就得上身体上的疾病或者精神上的疾病。

在2月份我去台湾的时候我遇到一个人，他就经常疲劳，疲劳到什么程度呢？疲劳到脑积水。后来我和这个人交往了一段时间后，因为我要服侍他，我就觉得要和他讲这个疲劳的问题。他里面有个观念：我疲劳啊，我应该休息啊；我休息了就应该能解决我疲劳的问题啊。可是我休息了还是疲劳，疲劳了又休息，再休息完了再疲劳，他就没办法走出来，后来他前一段时间得了一种病，就是脑积水。

然后我仔细思考了这事，疲劳从头脑里释放出来的。你有没有发现人的感觉都是经过大脑处理后感觉到的。因为我是学控制系统的，控制系统有个中央处理器，就所有的信

息传感器都传到中央处理器，中央处理器处理了才知道发生了什么事。如果人的神经断掉的话他就没有感觉了，你比如说人手的神经断了手就没有感觉了，放在炉子上烫也没有感觉。因为有神经才会有感觉。所以疼和不疼是脑子里产生的，那疲倦也是一样的。

假疲劳需要积极主动地克服

后来我发现常常疲倦的人容易得跟脑袋有关的病，跟脑袋有关的病就很要命。所以我在服侍这个人的时候，我说你需要的不是休息，因为他的休息就是什么都不干就是睡觉，这不是最好的办法。我们人解决疲劳有两种：一种是真的疲劳，一种是假疲劳，假疲劳是什么感觉呢？就是休息了也不好，越休息越累。

我们可以做个实验你一天睡十个小时发现浑身发酸，再睡两个小时浑身还是发酸，越睡越酸。可是你睡 5, 6 个小时后起来发现，哇！真精神！有些是真疲劳有些是假疲劳。假疲劳是休息过量，然后他还认定需要休息的话那就是谎言。所以真疲劳是真需要休息，假疲劳需要的是去抵挡去主动克服这种假疲劳的感觉。假疲劳的感觉就是需要做事，而且要做不同的事。

如果你是假疲劳的人，要学习积极主动的克服疲劳。为

什么我说我有资格讲克服疲劳，因为我是一个积极主动做事的人，我做事我就克服疲劳。你知道我前一段时间做了什么事吗？我们教会的书整啊整，没整出来，那是差不多两年前。两年前没整出来以后我就逼他们，他们就给了我一个很烂的 PDF 的文件，我就把它们打印出来。打印出来以后呢我就切成 42 开切成 32 开。

然后我就发明了木工的夹具，我为什么要做木工的夹具，不是我觉得需要我做装订，是因为我疲劳了，脑袋疲劳了以后我就喜欢找事干。所以你一旦看到我拿个锯在做，我是在解决疲劳的问题。我是个喜欢干事的人，我们教会里面墙上的洞都是我钻的，把电风扇该装的都装了。我看见哪里脏了就拿扫把扫一下，拖把拖一下，我是在解决一个疲劳的问题。我见缝插针把这事都干了，但我还维持整个生活环境非常好。我是一个生活习惯非常好的人。我受不了乱，不喜欢东西乱。为什么我喜欢把这些整干净，因为我在解决我疲劳的问题。

积极主动是解决疲劳问题的关键。我很喜欢读书，但是读书很累。你假设读一个小时擦十分钟地，再读一个小时再去擦地，你会发现活也干了还不累。我就特别反对那种我累了就去睡觉，这是一种很坏的习惯。所以很累了就睡觉这不是解决问题的办法。什么问题累了就去睡觉它是体贴肉体。

有时候我看到一些精神病一睡就睡十个小时，然后他

和我说他失眠。所以为什么我不失眠？其中一个原因就是我很需要睡觉，但是我把它撑到那个地步我躺下就睡。你如果是用积极主动地方式去克服你的疲劳，你的睡眠量会非常的好，然后你不容易得精神疾病，体贴肉体的人他陷在休息的谎言里。

有一个台湾的姐妹她是一个大教会的大牧师。我在台湾的时候，我听见一个牧师讲了这么一段话：这个教会的牧师他教会有几万人，然后她就安排她礼拜一要休息，她礼拜一要休息如果礼拜一什么人打电话给她她就会说你知不知道今日是什么日子吗？是我休息的日子。如果老婆打给我我儿子要死了，她肯定你知道今天是什么日子也就不会说这话。我想跟大家讲的是千万不要以为休息可以解决问题。

也许我是一个工作狂，所以我也不知道什么叫做累。我过去这些年从 20 多岁到现在，几乎没一天休息，我没休息过一天，我不活的挺好的嘛。那你为什么不累呢？因为我有积极主动的克服疲劳的习惯。做点木工，做点体力活，扫扫地，擦擦地，烫烫衣服，我干很多活。但是我不累，为什么？因为我会干这个活的时候让那个休息，干那个活的时候我让这个休息，有时候我肌肉累了我读书，读书的时候我累了用肌肉克服头脑的疲劳。你想这人能不活出丰盛吗？肯定活出丰盛。

对假疲劳的人做事是最好的休息

所以今天我们千万要知道懒人多病。就算是同样两个人一样程度的识别善恶，一个勤劳一个懒惰，那勤劳的不得精神病，懒惰的得精神病。所以今天你要知道识别善恶是问题，但是懒惰或者被动的休息、体贴肉体问题更严重。疲劳是我们今天要克服的问题。对于假疲劳的人做事是最好的休息。

比如说我们人大脑就分左大脑右大脑，逻辑思维累了之后，你去整形象思维，逻辑大脑就休息了；比如说你做数学做累了你画画，画画画累了然后你做数学。做这边的时候那边休息，那边累了这边休息。很有意思。我告诉大家一个观念，这个世上有出息的人都很厉害，邓小平、康熙皇帝、雍正皇帝、乾隆皇帝，这些人或者中国那些将帅，他们睡觉都是很少的人。

那为什么他睡觉很少呢？尤其像邓小平睡觉很少，他可以活九十七岁你不觉得奇怪吗？又抽烟又喝酒习惯很不好，常熬夜夜里也不睡觉，一打打麻将打到很晚，他怎么能活那么久？因为他掌握了积极主动休息的习惯。所以今天我们一定要克服这种假疲劳的心思意念。这个假疲劳的心思意念是很恶劣的心思意念，什么叫假疲劳？它是另外一种东西的疲劳，那你们有没有这种状况，就是你做一个你不喜欢做的事很容易疲劳。你做一个喜欢做的事不容易疲劳。

我以前服侍一个打游戏的小伙子，可以打通宵，你不觉得很奇怪吗？读书十分钟他就疲倦了，然后打电脑游戏一通宵他也不疲倦。这不是很有意思啊。他真的疲倦了吗？没有。是厌倦。他不是疲倦是厌倦，一个人做他所厌倦的事很容易疲劳疲倦，要解决一个什么问题呢？人疲劳实际上是一种厌倦，厌倦是从做这个事被挫败，做也做不进去就被干掉了，然后就反映出疲劳，然后就睡觉。所以起来再弄，又被挫败，实际上挫败或者是厌倦是产生疲劳很重要的问题。

第一：操练自己积极主动的做事

人身体疲劳是我们里面的心思意念要管理，能否把你所做的事情变成你的兴趣是关键。有段时间我从一个工程师提成一个管理人员。管理人员是什么人请假，什么人值班，什么人买东西开的发票，每样都要审核可麻烦了。我还是比较喜欢做我的工程师，解决技术问题，其他什么也用不管。可是你也不能老做工程师啊，你得当官啊。是不是，人跟钱不能过不去啊。我觉的不是我喜欢做那分工，不是我喜欢当官，是我喜欢那份薪水啊。

我要管那几十个人，不是管那几十个人享受，是你管几十号人，你的薪水在他们上面。后来因为我干那活干的很厌倦。坐在那个桌子上我一干那活我就看着头大，但是我有一个意志力。我用我里面的心思意念，主动的照着我所要的来设定，一旦你对一个东西有兴趣了以后，你做东

西不累，喜欢做。如果一个学生小学六年，中学六年，大学四年，一共十四年，再读三年研究生就是十七年。一辈子得要读多少书呀，然后那你不喜欢读，你不会厌倦吗？你肯定会疲倦。

第二：抓住事情的本质

你比如学数学，做一道错一道你肯定会烦；做一道不会做，做两道不会做，做三道不会做，你肯定烦，还得解决挫败的问题。解决挫败的问题因为你开始对这事情有兴趣以后，然后你开始攻克，一攻克你就发现事物的发展规律，知道规律后你就喜欢了。兴趣是个假的，大家要知道兴趣不是天生的。是个假象。摸到事物发展的规律你就克服挫败感，克服了挫败感，就解决了你得心思意念里面不喜欢这个东西的毛病，靠着主动管理你的意念，做事情凡事兴盛，所以今天我们一定要养成这种习惯。

我鼓励大家养成不断探索挖掘事物内在规律的习惯。比如说做客服有客服的规律，你如果做了客服这里面的奥秘全都知道，一到你这全都解决，别人不一定解决；做销售，很难处理的客户到你手里也很顺利的完成，变成好客户；然后每个顾客都喜欢你。大家一定要在学习不要在挫败当中被挫败，有一种得胜的性格，养成一种习惯就很难疲倦。

第三：有热情是解决问题、克服疲劳的关键

一个人为什么不疲倦？我最近快装修装成迷了，我每天在做研究。我让 CW 弟兄买了一套工具，电锯、电钻等等，我要搭一个实体的模型，研究这个设计到底行的通行不通，我很有兴趣解决这个问题。当你有那股劲就把答案给找到。今天上午我在准备讲稿，我准备不下去了，我脑袋里装的全是吸风系统。你说这里头装了一个冷气机吹的哪受的了啊。如果不装里头那冷气哪来呢？我就在那里做研究啊，如果装一个厕所里的排风扇，跟救火车似的很响就没办法工作，所以必须要解决。后来就找到一个吸风机特别便宜。这样你会疲倦吗？不会疲倦。要克服疲倦要透过什么呢？要透过对事物的了解。

做事情要有热情是解决问题的关键。在我们那个年代中央电视台春晚的初期阶段很有意思。结果他们请一个人叫费翔的唱了一首《冬天里的一把火》知道吗？如果知道这首歌就是我这个年龄的人。人活着要有热情，里面要有这一把火才行。我有一个大姐我挺佩服她的，她做什么事都充满了热情。像做微商，充满了热情见人就讲，去滑雪场跟我妈站那里随便拍张照发微博朋友圈，充满了热情啊。

热情是解决问题、克服疲劳的关键。为什么我不得脑积损？二十多年没休息没得脑积损我没累坏了为什么？我里面充满了那把火，那把火就在那里燃烧着，你知道我们做那个虚拟背景需要一块绿布摄影棚全是我做的。当你心里

有一把火的时候，你会变得年轻。热情是解决问题的关键。如果你想要把这事做成得充满热情。

我最近在研究教会里的小组长牧养成功和不成功的，有的人牧养很成功，有的人牧养不成功。有一些已经离开了教会，因为他真的不太适合。后来我发现了原因，这原因就是热情。你里面有热情讲话也就不一样，解决问题的态度也全都不一样，你里面像一团火一样充满了热情的服侍会感染人，人一靠近你整个热情被点燃起来了。

最近 L 弟兄和我讲了一件事，他说鬼怕热啊。我说你怎么知道？他说我做实验呀。他说他到桑拿房里蒸一蒸，一边蒸一边祷告，哇！鬼就出去了。我就说这是他的一个实验，我想这是热情。热情是一种情感，一个人靠着情感做事会享受，一个人不带着情感做事就做不了。

你做一个客服，你充满热情，那打的字都不一样。你充满热情，打字也有热情，对人家的问题要有兴趣，那样你讲的话都不一样。所以人为什么喜欢写爱情故事，全世界各个民族都有罗密欧与朱丽叶。中国叫梁山伯与祝英台，因为他是爱情故事。爱情故事里头流露的就是人类对爱情情感的渴望。一个人里面的情感如果死了，他就死了，所以疲倦是从你里面没有充满热情开始的；如果你里头有一种热情，你很难疲倦。

第三：效率也是非常关键的因素

没有热情没有情感就活不出丰盛，活不出兴盛。热情是关键，第二个关键的要素啊。我讲几个关键要素：效率是关键。

我们一群人都住在一起，我就给他们做了一个示范，我做饭五分钟，十分钟做完了，你知道我怎么做吗？我给大家介绍下我做饭的秘诀，我很追求效率的啊，把香肠一切往碗里一放，把菜又倒里面，菜我之前都炒好了，辣酱往里面一放，啪就放在锅里三分钟解决，电一通开始蒸；然后另一个锅揭开把那馒头往里面一放盖子一扣；然后另外一个锅放点水放点菜放点料煮汤。煮面，最多十多分钟。如果我十多分钟给大家煮完了饭，你觉得做饭会是我的负担吗？

所以我们一定要知道追求效率很关键，今天互联网之所以可以成功是因为他解决了一个效率问题。第一次工业革命解决了效率问题；第二次工业革命解决了效率问题；第三次工业革命解决了效率问题；第四次工业革命解决了效率问题。为什么淘宝网他能够做事这么厉害，因为效率高。

马云干了一件非常伟大的事，效率是关键。大家一定要知道不断的提升效率你就不再疲劳。我从工程师变成管理经理的过程当中，我解决了一个效率的问题，我做的快，半小时处理完问题，然后做我有兴趣的事，然后半小时处理了那么多问题，我自己都觉得我厉害。如果你墨迹墨迹一

天，然后后面的东西排一大堆在那里堆着，然后等你处理，你会抓狂的。

当你做什么都追求效率你不容易疲劳，为什么人疲劳是因为他墨迹。有次我在讲道的时候讲洗碗，我洗碗特别快，我不断追求效率，从桌子上捡下来的都是很油的，如果我把碗直接放水池里，全都是油，你不是自己给自己找事吗？上次我洗个苹果那个姐妹看着就很奇怪，拿肥皂刷洗，那苹果上有油啊，我拿肥皂洗完了以后，有点肥皂味没关系。追求效率啊。所以你不克服疲劳那怎么办，通过效率克服疲劳、通过热情克服疲劳，然后除去虚假的谎言，克服疲劳。

第四：创新是人生当中的调味料

创新可以提升效率十倍，十个小时活一下子干完了，那效率很厉害。我是一个常常创新的人，我给大家讲个最典型的例子：有的人一个礼拜打扫一次卫生；有的人一个月打扫一次卫生，手一摸哪里都是黏糊糊的，你要整一栋的话累死人啊，我不这么干。我洗完脸我就把我的水池给擦干；，厕所也是我用完了就冲干净；我冲凉房用完了，把地拖干净，一分钟，全都一分钟，这就是创新。

克服疲劳有很多的关键因素。我的车是白色的，结果两个月以后车顶上都是黑色的，然后我拿洗车的东西肥皂沫洗也洗不掉。我就开到日产的公司里去，结果老板找了

一个员工拿了个牛奶一样的东西倒在上面，一下子全掉了，干净了。我一直在不断的创新，在创新当中解决问题。

这个世代没有创新不行的。你不创新你怎么可能不疲劳呢？你一旦创新可爽了，你一直不断创新，你的脑袋在运转的速度跟那效率倍增。我们的神是做新事的神。我很惊讶有一些教会，几十年都不变样。你会发现我们教会在不断创新，每一次的提升，每一次的创新，都是带来兴奋和满足的。

一个人带来不断的兴奋和满足就要不断的思考。我觉的创新可以有另外一种创新，你录小视屏该怎么录？大家听过单田芳讲的《三国演义》吗？开头人家讲的就气势磅礴，“三十功名尘与土，八千里路云和月，莫等闲白了少年头。”今天各个省政府都在讲创新，高新技术产业，都是在讲创新。创新很重要。

如果你疲劳的时候，不管真疲劳还是假疲劳，用热情、用心、用效率、用创新去解决问题，之后才是休息。所以我们一定要有兴趣。一个人疲劳就离疾病不远了，是因为他解决疲劳的方式是好好休息。所以积极主动的做事情。有很多人喜欢用消极的方式解决问题，要用积极主动的办法解决问题。信心只有积极主动地才是，被动的不是。主动地休息，肯定比被动的休息好；做事积极主动的做事肯定比消极被动的做事好。如果你是个积极主动做事的人那你肯定兴盛。

人一生当中就像下一盘棋，你总要走那个先手，先手就是掌握主动性。学习积极主动地学习，积极主动地思考肯定比消极被动的好。今天弟兄姐妹你坐在这里听课，是消极被动的听还是积极主动地听？你如果拿本书来读，不断的做笔记写然后再录一个小视频，讲清楚，那你就厉害啦！做一个积极主动有热情的人，肯定比做消极被动的人好。

系列书单

◆ 新书推荐 ◆



专心侍奉神 （上部）- 《约书亚记》01-11章

专心侍奉神 （下部）- 《约书亚记》12-24章

认清虚空的人生 - 《传道书》（第2版）

始于信以至于信（上部）- 《罗马书》（第2版）01-08章

始于信以至于信（下部）- 《罗马书》（第2版）08-16章



竭力进到完全（上部）- 《希伯来书》01-09章

竭力进到完全（下部）- 《希伯来书》10-13章

建立得胜教会的启示（上部）- 《启示录》01-11章

建立得胜教会的启示（下部）- 《启示录》12-22章

你们要称为耶和华的祭司（上部）- 《以赛亚书》01-20章

你们要称为耶和华的祭司（中部）- 《以赛亚书》21-40章

你们要称为耶和华的祭司（下部）- 《以赛亚书》42-66章

✧ 最实用课程 ✧ 建造信仰根基，释放属天能力



得着恩典 - 《101课程》

得着命定（上部）- 《201课程》

得着命定（下部）- 《201课程》

像耶稣一样做医治释放 - 《医治释放课程》

《灵界的故事》

《华人命定神学理念》

✧ 全球网络特会 ✧ 从寻求到得着命定



《全球网络圣经研习会》

《全球医治释放研讨会》

《教会的牧养》

《得胜教会的启示》

《得着命定，成为祝福》

最受欢迎NO.1

◆ 《创世记》查经四部曲 ◆



不信是人类问题的根源 - 《创世记》1-11章
 开辟信心之路的亚伯拉罕和以撒 - 《创世记》12-26章
 传承信心之路的雅各 - 《创世记》27-36章
 实践信心之路的约瑟 - 《创世记》37-50章

最受欢迎NO.2

◆ 活出丰盛系列 ◆



《活出丰盛》
第一部：

不要爱面子；创新；
 压力管理；不是销售也要学习做销售；
 提升工作效率；

《活出丰盛》
第二部：

时间管理；观察力；
 遇见工作中的机会；
 从困惑中走出来；
 机会与拐点；
 诚信；判断力；

《活出丰盛》
第三部：

在变化中生存；
 眼力；自律；读书；
 除去疲劳；生活中的习惯；
 做好生命中最重要的那件事；

◆ 现有全部查经书籍 ◆



亲眼看见你 - 《约伯记》
认清虚空的人生 - 《传道书》（第1版）

属灵的人看透万事 - 《哥林多前书》
属灵的人看透万事 - 《哥林多后书》

祝福和咒诅（上部）- 《申命记》01-15章
祝福和咒诅（下部）- 《申命记》18-34章

能打仗的才算数（上部）- 《民数记》01-12章
能打仗的才算数（中部）- 《民数记》13-24章
能打仗的才算数（下部）- 《民数记》25-36章

好牧人为羊舍命（上部）- 《约翰福音》01-11章
好牧人为羊舍命（下部）- 《约翰福音》12-21章

◆ 现有全部查经书籍 ◆



纯正的福音 - 《加拉太书》

危机中的拯救 - 《以斯帖记》

一边争战，一边建造 - 《尼希米记》

恢复以神为中心的生活 - 《以斯拉记》

这福音本是神的大能 - 《罗马书》（第1版）

荣耀的教会/建立信主的逻辑体系 - 《以弗所书》/《腓立比书》

你们就必得着能力（上部）- 《使徒行传》01-13章

你们就必得着能力（下部）- 《使徒行传》14-28章

君尊的祭司-《撒母耳记上》

君王大卫（上部）- 《撒母耳记下》01-12章

君王大卫（下部）- 《撒母耳记下》13-24章

行耶和华中看为正的（上部）- 《列王纪上》

行耶和华中看为正的（下部）- 《列王纪下》01-15章

行耶和华中看为正的（下部）- 《列王纪下》16-25章

信的人必有神迹奇事随着（上部）- 《马可福音》01-08章

信的人必有神迹奇事随着（下部）- 《马可福音》09-16章