

《献上今天》建立生活的基石

第9讲：身分认同

如果说到“身分”这个词，你会想到些什么呢？可能我们会想到一些我们在社会角色，比如学生、老师、银行职员、顾客、子女、父母……等等。但如果除去这些这些社会角色以外，我们还能够找到自己的身分吗？我想每个人都不希望自己的身分是由身分证上的一串数字和字母来代表的。我们的身分与我们每个人独特的品性有关，这关乎内在的品格也关乎外在的行为。了解自己的“身分”，其实是需要寻找一种“认同”，这种身分认同不仅是对于所处的群体的认同感，更是关于我们自己内心如何来认同自己的身分。如果我们不能够找到这一个合适的身分认同，或者对身分的认知和转化不能够适应，那么就很容易引起一种身分危机，使我们的身心生活都可能受到影响。

其实，很多情况下身分危机的出现其实也是一个常见的情况，当我们经历一些身体的变化或者生活事件的重大转变的时候，可能会有痛苦沮丧的情绪和寻求改变的渴望。例如青春期、更年期就较容易出现这样的身分危机。

另外，当我们的某一种角色的转化或者是在人际关系上有很多“失去”的时候，也会产生严重的幻灭感。例如，“失业”是失去了原本的的职业角色和身分；“失恋”也是一种关系的失去；“空巢”是父母在子女离开之后的一种父母角色失调的境况；财产的损失和身体疾病的困扰会影响我们在社会中的表现、能力和行为，所以也会带来身分危机。

当然，如果身分危机比较严重的话，那么杀伤力是非常强的。如果有一些较为严重的创伤经历，例如被性侵害或者虐待，这也会导致身分认同的一种严重混乱，严重的话会导致精神疾病，例如被害妄想症、人格分裂、以及一些人格障碍等等。

当我们处于身分危机之中时，我们内在外在都会受到冲击，某种程度上就像是一个健忘症患者一样，会不知道自己是谁，找不到回家的路。这是一种可怕的情境。如果你的内心充满着这样的恐惧，如果你不知道自己是谁或者不知道该做些什么，那么你只要了解一点就够了：神知道。祂知道所有问题的答案，并且也在等着你去问祂正确的答案是什么。

在陷入身分危机的时候，会有明显的内心情感冲突，出现沮丧、焦虑、自我怀疑、过分敏感、自卑等等的情绪；在外部的表现上，可能会有一些对抗性的态度和行为，缺乏做决定的能力或者冲动盲目地做出决定，无法委身也无法设立长期的目标，在人际关系上也会出现一些不健康的情况。

到底是什么引起了身分挣扎呢？

身分问题需要追根溯源，我们要知道“我是谁”，就要知道我们是生在哪个“家庭”。从灵性

上讲，我们每个人都是亚当的后裔，我们生在“亚当的家庭”里，在这里的人没有办法活出神要我们活出的样式，正如罗马书 5:12：“这就如罪是从一人入了世界，死又是从罪来的，于是死就临到众人，因为众人都犯了罪。”

但是，当我们真正成为基督徒的时候，我们就可以有一个新的身分，成为神的儿女，在基督里我们可以有一个属灵的新生命。当进入了基督的家庭中，拥有了新的身分，那么就可以选择依靠主来处理 and 面对每天的问题，培养出属基督的品格。

有一个关于鹰的小故事：从前有一只小鹰从自己的窝中掉进了一个火鸡群，火鸡群也收养了这只小鹰，教他一些生存的技能。但是当小鹰逐渐长大的时候，他们之间越来越不同，于是火鸡们都开始议论他格格不入的外表和行动，这让他越来越迷茫。有几次，小鹰抬头看到一些成年雄鹰盘旋在天际，他的内心充满向往，但是火鸡们都对他说：“你不应该像他们一样，天上有讨厌的秃鹰。”

有一天这只已经长大的鹰在森林笨重地行走觅食的时候，有个智慧的老猫头鹰看到他就过来问他：“你是谁？在干什么呢？”他回答说：“我是一只糟糕的火鸡，我已经很努力了，但是似乎还是什么也做不好。”于是老猫头鹰对他说：“你其实不知道你谁啊！你是一只鹰，但是你把自己当成一只火鸡！你原本应该在天上生活，你在地上永远不会快乐的。”这时候，鹰的眼睛被打开了，他知道了自己是谁，也有勇气去尝试，于是他展开翅膀寻找飞向天空的路，他不再回头，因为他知道了自己谁。

抓住应许，将灵魂的锚紧扣在基督的磐石上！

身分挣扎的危机就源于我们将自己的身分建基在“亚当家庭”中：认为自己的身分是取决于在这个世界上的角色和关系，取决于在这个世界上的成功。所以，要解决身分危机首先要从内心的观念入手：我们应该离开亚当的家庭，进入到基督的家中，明白到我们的身分不取决于在这个世上的角色和关系，而是建立在基督里面，也让基督住在我们里面，并且祂透过我们在做工，使我们的生命反映出神的形象。

歌罗西书 2:9-10：“因为神本性一切的丰盛都有形有体地居住在基督里面，你们在他里面也得了丰盛。他是各样执政掌权者的元首。”