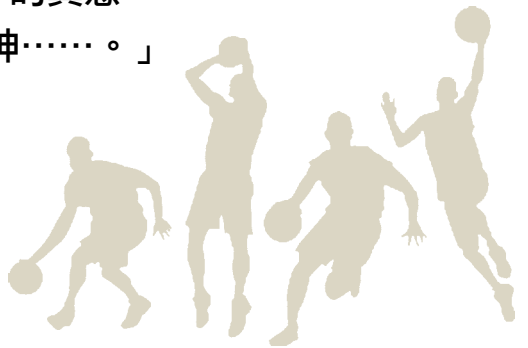


「失去先發位置教我學會勇氣；低潮期教我懂得謙卑的真意，第四戰的失誤讓我明白真正的成功，是更親密地愛神……。」

# 林書豪： 倚靠神 超越困境



過去這一年，林書豪曾面對三樣困境，在《林書豪 傳好球，一起加油！》特別節目中，他以「超越困境」為主題，坦言這些艱辛的經歷，讓他學習到三項寶貴的功課，是世上任何成就都學不到的。

文◎摘自林書豪講稿內容

## 第一門課：失去先發 獲得勇氣

**我**在休士頓的第一年過得非常艱辛，「林來瘋」的盛名使整個球季都像壓在我肩頭上的重擔，球季結束時，我對自己許下承諾：要拚命鍛鍊，成為更強的籃球員，這樣下個球季才不會像在休士頓的首個球季。

但在下個球季開始前，教練們跟我說先發控球後衛的位置尚未確定，這讓我深感氣餒，也讓我非常焦慮。我已拼命鍛鍊了五個月，並且我先前不曉得他們考慮不讓我先發。很多人不曉得，我從大學最後兩年與在 NBA 前四年，就深受賽前焦慮所苦。不管我做什麼，似乎都無法掙脫，我懼怕、痛恨比賽的日子，有時嚴重到比賽前一晚睡不著，比賽當天食不下嚥。在休士頓邁入第二年，我企圖要戰勝焦慮感，以為只要表現出眾，就不用擔心坐板凳；不用擔心活在「林來瘋」的陰影下；也不用應付眾人的批評。但是一旦無法先發，我的計畫立刻岌岌可危，也再次被焦慮感淹沒。

所以我跪在神的面前，向祂呼求，我說：「主啊，求祢幫助我。我無法再經歷一個糟糕的球季。我沒有力量度過這個困難，請祢幫助我！」接下來的兩週發生的事非常不可思議，聖經裡一共有 31,103 節經文，兩週內上帝使同一段經文，在不同處反覆出現六次，我深知這是神在對我說話！

神透過約書亞記一章 9 節：「我豈沒有吩咐你嗎？你當剛強壯膽！不要懼怕，也不要驚惶，因為你無論往哪裡去，耶和華你的神必與你同在。」我求主賜我力量面對失去先

發位置的情況；幫助我解決賽前的焦慮感。祂用這節經文回應我的禱告。祂一次又一次地告訴我，不要害怕，要剛強壯膽，走每一步都信靠祂。然而，祂回應我的禱告不是讓我重回先發，而是讓我有勇氣與平安坐在板凳上。你們知道當板凳球員最棒的部分是什麼嗎？之前困擾我六年的賽前焦慮感，終於離開了。

透過失去先發控衛這件事，神教導我，祂不一定總會救我脫離我不喜歡的環境，但是祂永遠陪我走過那些逆境，所以我學到的首項功課是超自然的勇氣。

## 第二門課：職涯低潮 謙卑自己敬拜神

球季的中段明星賽結束後，這段期間我表現得很糟，我覺得自己在場上一無是處。我有很棒的計畫卻事與願違，但是神再次展現祂的信實。

這段時期，神教導我兩個謙卑的寶貴功課：

1. 停止利用神：我在低潮時，禱告的內容都是我要什麼，或我覺得自己配得什麼，當沒看到成果，我就開始抱怨。我表現出一副神需要使用我的樣子，彷彿我理當表現優異，彷彿我配得祂的賜福，因為我覺得我忠心跟隨祂。

但最令我感到謙卑的時刻，是當我明白，神是創造者，我是受造的，神大可以不必使用我！我才發現重點不在於神可以為我做什麼，而是我能為神做什麼。這點帶出我學到謙卑的第二個層面，就是開始敬拜神。

2. 開始敬拜神：當時我太專注於我沒有的東西，我不見已擁有的。我想起兩年半前，我以為自己永遠不會再打 NBA，但後來我每晚都為季後賽球隊打球，我卻不感恩。



當時我的訓練員提醒我，馬太福音廿五章「才幹的比喻」，這個比喻告訴我們，我們無法選擇我們得到多少才幹，我們只能選擇如何管理我們所得到的。我學習到謙卑是在任何景況中，都喜樂活出該有的樣式，謙卑是使用我所擁有的來敬拜神、而非高舉自己。

透過生涯最糟的低潮，神教導我，謙卑就是敬拜祂；就是降服於神，將我最在乎的事都交託給祂；將生命交託信靠神，即使人生遭逢困境，即使事情不如意。

### 第三門課：關鍵一秒失誤 體會屬天成功

我在 NBA 季後賽第四戰犯了要命的失誤，使波特蘭拓荒者隊最終贏球。那大概是長久以來，我經歷過最難過的時刻，我在日記上寫道，「我從未這樣形容別的事，但這次季後賽經歷的感受，僅次於之前被球隊釋出時的失望感。」

但就在這夜，神教導我在休士頓所學到的最重要的功課，祂讓我看見，即使在我所有的「失敗」中，我其實一直是成功的。

是的，我在重要的季後賽比賽中犯了嚴重失誤；對，我不再是先發球員；我受歡迎的程度每下愈沉；我的數據連續兩年下降，但是神使用這些挫敗慢慢挪去在我心中的驕傲、自私的野心和自我中心，吸引我更靠近祂。那豈不是真實、真正的成功嗎？

### 從峰頂到谷底 學會寬闊與堅強

我曾分享過，「林來瘋」的成功經歷讓我深感空虛；從籃球的角度來看，現在的我看起來可能比我菜鳥那年更貧乏，但是在我心裡深知，我比之前更為富足。

如今我成為更剛強的基督徒，並且我更深刻地愛神，這些遠比當先發球員、低潮、季後賽失誤來得重要。即使有種種挫敗，即使一直有被交易的傳聞；即使我的背號給了別人，我仍然滿心喜樂、平安，超越當年「林來瘋」的成功。那是與神有更深關係的證據，那是真正的成功！🍎

我最近被交易到洛杉磯湖人隊。我無法承諾下個球季會很順利，雖然我極其渴望球季能夠完美，但我深信一件事，就是神的偉大與良善超過下一季會發生的任何事。

我也鼓勵你：

**為神而活，是邁向成功的唯一道路，無論你處於人生哪個階段。**

林書豪