

- (一) 詩歌: 《投靠》 曲、詞: 方文聰 · Worship Nations (International) Limited  
《逆是祝福》 曲、詞: 陳志傑 · jnX 音樂敬拜事工

## (二) 默想與禱告

### 聖言導引: 對苦難「另眼相看」

- 在艱難的現實中，希伯來書十二章 1 - 17 節「導引」我們怎樣堅忍下去。但要當苦難完全沒有發生過，是不可能的，「因為苦難是無法放下的」。要放下的是罪、苦澀、埋怨、惱怒等.....這些負面的、阻礙我們前進、妨礙我們堅持走下去的東西。(楊錫鏞·《回歸—聖言之導引》·2014·香港·證主·頁 27)

**個人祈禱:** 你正面對的苦難是甚麼? 是甚麼令你感到很難堅持下去?

### 一、怎樣看? 往外面看: 過來人的榜樣

所以，我們既然有這麼多的見證人，像雲彩圍繞著我們，就應該脫下各樣的拖累，和容易纏住我們的罪，以堅忍的心奔跑那擺在我們面前的賽程；專一注視耶穌，就是那位信心的創造者和完成者。他因為那擺在面前的喜樂，就忍受了十字架，輕看了羞辱，現在就坐在 神寶座的右邊。這位忍受罪人那樣頂撞的耶穌，你們要仔細思想，免得疲倦灰心。你們與罪惡鬥爭，還沒有對抗到流血的地步。

(來十二 1-4 · 新譯本)

- 他們飽嘗苦難，卻始終堅忍到底.....這些見證能激勵我們，像啦啦隊般支持我們繼續往前走，不輕言放棄，直至走完全程。這是我們可以做的第一件事。第二，還要看耶穌基督這個榜樣。(頁 28)
- 當我們往外看，看見在終點線的見證人和主耶穌的榜樣，就學了怎樣「輕看」這些苦難。在辛苦要堅持下去的賽跑中，他們是過來人，同樣經歷過、捱過、並且成功了，我們就知道可以像他們一樣堅持下去，跑完全程。(頁 27 - 28)

**個人祈禱：**你若正在堅持，經文說「你們要仔細思想，免得疲倦灰心」，「思想」這詞，有比較的意思。試試憶起一位雖經歷艱苦仍有美好見證的信徒；從他走過的一生，你有何發現？請為此向主祈求能「輕看」苦難。

## 二、怎樣看？往裏面看：神給你的操練

你們又忘記了那勸你們好像勸兒子的話，說：「我兒！你不可輕看主的管教，受責備的時候也不要灰心；因為主所愛的，他必管教，他又鞭打所收納的每一個兒子。」為了接受管教，你們要忍受，因為神待你們好像待兒子一樣；哪有兒子不受父親管教的呢？作兒子的都受過管教。如果你們沒有受管教，就是私生子，不是兒子了。（來十二 5-8·新譯本）

- 別以為苦難一定是神的刑罰，這幅圖畫中的「管教」二字其實應該譯為「操練」——不是懲罰、不是鞭打，而是鞭策.....經文提醒我們勿輕視這些苦難.....這樣苦難，成為主給我們的操練。當你看到自己受操練，你就可以看見自己的身份非常尊貴，因為天父愛你才操練你。（頁 29-30）

**思想：**「苦難並不是用來解釋的，而是該如何配合神的工作。」，今天所遭遇的是上帝對你的操練嗎？你對於自己是神兒女的身份，有什麼看法？

## 三、操練的果效：聖潔與平安

還有，肉身的父親管教我們，我們尚且敬重他們；何況那萬靈的父，我們不是更要順服他而得生嗎？肉身的父親照著自己的意思管教我們，只有短暫的日子；唯有神管教我們，是為著我們的好處，使我們在他的聖潔上有分。但是一切管教，在當時似乎不覺得快樂，反覺得痛苦；後來卻為那些經過這種操練的人，結出平安的果子來，就是義。所以，你們要把下垂的手和發軟的腿挺直起來；也要把你們所走的道路修直，使瘸子不至於扭腳，反而得到復原。（來十二 9-13·新譯本）

- 人被神操練時不會覺得快樂，之後卻會結出獨特的果子——平安，一種人解釋不了的平安。（頁 31）

- 越是軟弱，越要振作，因為神原來是這麼看重我們，祂要帶我們更上一層樓，這就是修剪的操練所帶來的正面影響。(頁 31)

**小組祈禱：**追求安康而竭力避免苦難；與經歷神在苦難的操練而得平安。二者你會如何選擇？你身邊的人又會怎樣選擇？請為你和你的組員祈禱。

#### 四、不輕看管教，就可輕看苦難

你們要竭力尋求與眾人和睦，並且要竭力追求聖潔。如果沒有聖潔，誰也不能見主。你們要小心，免得有人失去了 神的恩典；免得有苦根長起來纏繞你們，因而污染了許多人；又免得有人成為淫亂的和貪戀世俗的，好像以掃一樣，為了一點點食物，竟把自己長子的名分出賣了。你們知道，後來以掃想要承受祝福，卻被拒絕了；他雖然帶著眼淚尋求，還是沒有反悔的餘地。(來十二 14-17，新譯本)

- 寧願不要恩典也不肯吃苦，以掃便失去最寶貴的東西.....凡屬於祂的人，祂都將他分別出來，給他一個特別的計劃，就如祂給以掃長子的名分一樣。(頁 32-33)
- 原來，並不是做很多壞事才算是世俗，世俗是不珍惜神賜給你的聖潔身份，受一點兒苦並將之放棄。(頁 34)

**小組祈禱：**「世俗就只是不珍惜神賜的聖潔身份」。你的心態與以掃的世俗心態相近嗎？在困苦之中，你聽到經文對你個別的導引嗎？你的群體又應如何前行？請為你的群體和北宣家禱告。

**總結：**「面前的處境仍是困難重重的，難題不會立即便可解決，只要深信我們是主所愛的，我們就有力量堅忍下去。」(頁 34)

楊錫鏘牧師（人稱楊醫）曾為香港執業醫生，後蒙召修讀神學，畢業於加拿大維真神學院。1980 年加入中國神學研究院教授聖經原文，至 2013 年退休，此後仍教學及帶領經文默想。楊醫專長於聖經原文，尤其在創造神學的研究、召命與人生及聖言宣講上深具洞見。楊醫著有新舊約原文教科書共四冊，也著有《迎向苦難的呼召》及《回歸——聖言之導引》等七本書籍，他亦是 2005 年及 2009 年北宣冬令營的講員。楊醫於 2019 年中確診胰臟癌，在 2020 年 9 月 15 日安息主懷。