

提要

在新約的亮光下，信徒的苦難有了更進一步的詮釋，即跟隨主捨己背十字架。這是主對所有信徒所發出的邀請：「於是叫眾人和門徒來，對他們說：若有人要跟從我，就當捨己，背起他的十字架來跟從我。(If anyone would come after me, he must deny himself and take up his cross and follow me.—NIV)」(可八 34)「捨己」即「否認棄絕自己(deny himself)」之意，「背起他的十字架」意指承受一切難堪的苦難，走上痛苦羞辱之路，爲了主名的緣故，遭受一切的逼迫和患難。(提後三 12)

保羅曾見證說：「但我斷不以別的誇口，只誇我們主耶穌基督的十字架，因這十字架、就我而論、世界已經釘在十字架上，就世界而論、我已經釘在十字架上。」(加六 14)在此，保羅將信徒的苦難更向前推進一步，不單是背十字架、承受羞辱、逼迫而已，更是釘在十字架上、接受死亡棄絕的挑戰。這並非比喻性的說法，而是真實的經歷。歷代聖徒前赴後繼爲主名受苦、受難、殉道的共同經驗，他們的血跡建立了今天基督的教會。親愛的，讓我們有份於主的受苦，勇敢承擔十字架的苦難。你今日的痛苦，明日將爲主開出美麗燦爛的花朵，在主裡所受的一切苦難，主都會記念。

默想

1. 基督的十字架乃是受苦(彼前二 21；四 13)、死亡(徒十 39)、羞辱(來十二 2)、譏誚(太廿七 39)、棄絕(彼前二 4)和捨己(加一 4；二 20)的標誌，這一切都成為跟隨主之人的榜樣。天路客阿，若你正陷在苦難中，不要灰心，那位走過各各他山路，釘在髑髏地的主，祂已經預先爲我們承擔過這一切，仰望祂，祂必賜力量給你。
2. 每一位屬靈的聖徒都是從苦難中走出來的。他們身上都曾背負過苦難的十字架，也刻劃著榮耀的傷痕。雖然曾經掛著眼淚，帶著愁苦，卻都靠著基督得勝有餘了。(羅八 35~37)十字架並沒有使他們倒下，反而幫助他們得著生命的冠冕。親愛的，為主受苦是信徒的特權，是主給你的恩典，讚美祂吧！

苦難的金言

1. 在最痛的試煉中，上帝常給你祂的最甜。——*Shan*

2. 上帝的恩典不能使我們逃避風浪，卻能使我們經過風浪。——

Richard Fuller

苦難的應許

1. 諸天哪，應當歡呼；大地阿，應當快樂；眾山哪，應當發聲歌唱。

因為耶和華已經安慰祂的百姓，也要憐恤祂困苦之民。（賽四十九 13）

2. 他為困苦和窮乏人伸冤，那時就得了福樂。認識我不在乎此麼？這是耶和華說的。（耶廿二 16）

3. 耶和華阿，求祢記念我如茵蔯和苦膽的困苦窘迫。（哀三 19）

苦難中的禱告

親愛的主阿，血氣之勇我承擔不起十字架，惟那芥菜籽般的信心，就能使我兌現上帝的應許、彰顯基督的生命。何等奇妙呀！奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 25 日 信徒的苦難（九）—— 成為安慰使者

經文：林後一 3~11

鑰節：我們在一切患難中，祂就安慰我們，叫我們能用上帝所賜的安慰，去安慰那遭各樣患難的人。（林後一 4）

參考經文：詩廿三 4；八十六 17；一一九 50，52，76；賽四十 1；五十一 12；六十六 13；太五 4；路二 25；羅十五 5；林後七 6

提要

今日的經文，讓我們看見「成為安慰使者」是信徒的苦難另一種目的。保羅勸勉哥林多的信徒說：「我們在一切患難中，祂就安慰我們，叫我們能用上帝所賜的安慰，去安慰那遭各樣患難的人。我們既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。我們受患難呢，是為叫你們得安慰得拯救，我們得安慰呢，也是為叫你們得安慰。這安慰能叫你們忍受我們所受的那樣苦楚。」（林一 4~6）何等奇妙！那位

使萬事互相効力的主，使用苦難成為信徒事奉主、服事人的能力。惟有親身經歷各樣痛徹心扉的苦難的人，方能對那些正在苦難的肢體，發出安慰的恩言來。親愛的，若你正陷入苦難中，珍惜它、把握它，讓它成為上帝的出口，去安慰和你同樣遭遇的人吧。

「安慰」原文「*paraklesis* (*par-ak'-lay-sis*)」之意，即「幫助和鼓勵」。這正是遭遇患難、身陷困境的人所最需要的。他們不需要批評、指責，也不需要你告訴他為什麼陷入患難，他們所需要的是安慰、扶持和鼓勵。親愛的讀者，在我們查考「苦難」這個主題時，惟願聖靈提醒我們，存著一顆謙卑憐憫的心，不管我們是安慰者或受安慰者，都當學習那位「發慈悲的父，賜各樣安慰的上帝。」（林前13）彼此相愛、扶持、安慰、鼓勵，在苦難中榮耀我們的主。

默想

1. 苦難的世界所需要的就是安慰。當西面看見嬰孩耶穌時就呼叫：「以色列的安慰者」（路二25）保羅也形容主是「賜忍耐安慰的上帝。」（羅十五5）「賜各樣安慰的上帝」（林後一4），「安慰喪氣之人的上帝」（林後七6），這些寶貴的應許將帶給所有在苦難中的信徒極大的盼望。

2. 古時上帝就藉著先知以賽亞說：「你們要安慰，安慰我的百姓。」（賽四十1）「惟有我，是安慰你們的。」（賽五十一12）可見上帝何等在乎祂的兒女，一直以來，祂藉著各種方法來安慰祂受苦的百姓，若不然，信徒將難以承受如此之痛。如今祂呼召我們成為安慰使者，透過經歷苦難去安慰苦難中的人。這是何等神聖的事奉！

苦難的金言

1. 耶穌基督未曾應許不遇風暴，但在風暴中祂是安全的倚靠。——*Richard Fuller*

2. 祂能使一個被痛苦、憂愁所壓傷的生命，變成一架彈出讚美的音樂來的古琴。祂能把地上的失敗變成天上的榮耀。——*J.R. Miller*

苦難的應許

1. 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為祢與我同在，祢的杖、

祢的竿，都安慰我。(詩廿三 4)

2. 求祢向我顯出恩待我的憑據，叫恨我的人看見，便羞愧，因為祢耶和華幫助我，安慰我。(詩八十六 17)

3. 求祢照著應許僕人的話，以慈愛安慰我。(詩一一九 76)

苦難中的禱告

親愛的主阿，當我俯首承認：祢的話語、祢的應許、祢的恩約，比我眼能見的一切更為實在和可靠。因此我不怕行經死蔭的道路、流淚的幽谷、滿佈荊棘的小徑了，因為祢都與我同在、同行。奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 26 日 信徒的苦難——(十) 見證的機會

經文：路廿一 10~13

鑰節：但這一切的事以先，人要下手拿住你們，逼迫你們，把你們交給會堂，並且收在監裡，又為我的名拉你們到君王諸侯面前。但這些事終必為你們的見證。(路廿一 12~13)

參考經文：徒五 41；羅八 31~39；林後二 14

提要

主在受難之前曾對門徒預告說：「但這一切的事以先，人要下手拿住你們，逼迫你們，把你們交給會堂，並且收在監裡，又為我的名拉你們到君王諸侯面前。但這些事終必為你們的見證。」(路廿一 12~13) 聖經呂振中版本譯為：「結果終必給你們以見證的機會」，而新譯本則譯為：「結果卻成了你們見證的機會」。信徒的苦難成為我們見證主的機會，因著信徒所受的苦難，外邦人將看見上帝的能力、同在、扶持和安慰的力量，在信徒身上所成就的大事。信徒得勝苦難，超越苦難的見證，流露出一不怨天尤人、謙卑感恩、坦然接受、存心忍耐、安慰祝福的生命。初代教會的信徒有極美的見證(徒五 41)，司提反就是最好的實例。(徒七 54~60)

保羅提出信徒在苦難中得勝的秘訣：「靠著愛我們的主、在這一

切的事上、已經得勝有餘了。」(羅八 37) 包括一切的患難、困苦、逼迫、飢餓、赤身露體、危險、刀劍。(羅八 35) 特別留意：「得勝有餘 (more than conquerors)」這個應許不只是「得勝」，而是「得勝有餘」，是超過我們所能想像的。信徒惟有在受試煉、逼迫的處境中，方能享受「得勝有餘」的喜樂。這是主給祂的兒女一個見證祂，高舉祂，榮耀祂的機會。親愛的，若你目前的苦難就在這層次上，那就仰起頭來，迎接即將來到的冠冕吧！

默想

1. 上帝允許我們進入的一切苦難，這是主所賜的機會，使我們能在祂裡面學習信靠祂的功課。當藉著這苦難在基督裡誇勝 (林後二 14) 來榮耀、讚美祂的名。天路客阿，勇敢地在苦難中顯出你是基督的見證人。
2. 即便是黑夜中將殘的燈火，主能再次將他挑旺起來；深谷中被壓傷的蘆葦，祂能再次使他恢復生機。所有在地上被人看似失敗、軟弱、傷心、破碎的靈魂，靠著主所賜的能力，在天上都將成為純淨、晶瑩、剔透的寶石。親愛的，不要小看你所遭遇的苦難，這是主給你為祂作見證的機會。

苦難的金言

1. 只要我們不去理會痛苦，立即負起上帝的使命來，光明就會隨之來到，我們也會剛強起來了。——J.R. Miller
2. 除了在患難中，沒有別的地方可以學習信心的功課。——*Days of Heaven upon Earth*

苦難的應許

1. 於是我牧養這將宰的群羊，就是群中最困苦的羊。我拿著兩根杖，一根我稱為榮美，一根我稱為聯索。這樣，我牧養了群羊。(亞十一 7)
2. 誰能使我們與基督的愛隔絕呢？難道是患難麼、是困苦麼、是逼迫麼、是飢餓麼、是赤身露體麼、是危險麼、是刀劍麼。(羅八 35)
3. 然而靠著愛我們的主，在這一切的事上，已經得勝有餘了。(羅八

苦難中的禱告

親愛的主阿，在各種挑戰、患難中堅定信靠祢的人，他們信心和作為令撒但的詭計難以得逞，牠處心積慮想要偷取祢兒女的信心。求祢堅固我的信心。奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 27 日 苦難的種類（一）—— 身、心、靈

經文：羅八 18-25

鑰節：因為受造之物服在虛空之下，不是自己願意，乃是因那叫他如此的。我們知道一切受造之物，一同歎息勞苦，直到如今。不但如此，就是我們這有聖靈初結果子的，也是自己心裡歎息，等候得著兒子的名分，乃是我們的身體得贖。（羅八 20，22）

參考經文：來十三 3

提要

苦難的種類繁多，其實不只人類有苦難，連萬物都有苦難，因為當罪入了這世界，破壞了原本上帝所創造的美好，影響所及是全面性的墜落。魔鬼掌控了地上的一切，肆虐糟蹋上帝所造的萬物，爲了要與上帝爲敵。保羅論到這樣的光景時說：「受造之物，切望等候上帝的眾子顯出來。因為受造之物服在虛空之下，不是自己願意，乃是因那叫他如此的。但受造之物仍然指望脫離敗壞的轄制，得享上帝兒女自由的榮耀。我們知道一切受造之物，一同歎息勞苦，直到如今。」（羅八 19-22）不錯，「一同嘆息勞苦」乃是所有受造之物共同的寫照。

人類的苦難比萬物來得更爲深廣，因為人是上帝特別按祂的形象和樣式所造（創一 26-27），人擁有身（flesh）、心（mind）、靈（spirit），除了血肉之驅的痛苦，還有心智精神的煩惱，更有靈魂無依漂泊的迷惘。這些層面相互影響，交錯連鎖，造成世人虛空嘆息、勞碌無靠、懼怕難安、愁苦絕望的困境，而這一切的起因都是因為罪使人

與上帝隔絕了。當上帝對亞當說：「因為你喫的日子必定死。」（創二 17）指的是不單是肉體上的死，更是靈魂與上帝的隔絕，這樣的痛苦不是其他受造物所能體會的；靈魂的虛空絕望是世人最難當的，因為和造他的主斷絕了關係，成了行屍走肉，只能活在敗壞之中，毫無盼望。除非回到上帝裡面，接受上帝為人類所預備的救贖，否則世人永無安寧之日。

默想

1. 奧古斯丁（Aurelius Augustinus 354~430）曾在他的懺悔錄（confessions）當中提到：「除非人安息在上帝裡面，否則永遠不得安息。」他指出了問題的關鍵所在。整本聖經所啟示的就是為了讓世人找到這條安息之路。只有那位創造了身心靈的上帝，才能修補恢復我們完美的生命，也惟有在祂裡面才能找著答案。

2. 苦難的問題複雜而難解，因為那把鑰匙是握在這位全能無限的上帝手中，只有祂能給你答案，也只有祂能安慰扶持、眷顧保護，使你越過每一個人生的苦難。

苦難的金言

1. 患難使我們更依靠上帝。——JE

2. 我們進入上帝的國，必須經歷許多艱難。——Dr. Jowett

苦難的應許

1. 我為基督的緣故，就以軟弱、凌辱、急難、逼迫、困苦，為可喜樂的。因我甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了。（林後十二 10）

2. 所以弟兄們，我們在一​​切困苦患難之中，因著你們的信心就得了安慰。（帖前三 7）

3. 我因沒有違棄那聖者的言語，就仍以此為安慰，在不止息的痛苦中，還可踊躍。（伯六 10）

苦難中的禱告

親愛的主阿，信心讓我一次又一次經歷祢所行的大事奇事；信心使我體會祢愛的細膩和無微不至；信心令我在百般的試煉中有大喜樂。奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 28 日 苦難的種類（二）—— 死亡

經文：創二 16~17；羅五 12；林前十五 55~57

鑰節：這就如罪是從一人入了世界，死又是從罪來的，於是死就臨到眾人，因為眾人都犯了罪。（羅五 12）

參考經文：申卅 39；撒下二 6；撒下十四 14；詩廿三 4；四十八 14；六十八 20；一一六 15；何十三 14；羅八 38~39；腓一 21，23；提後一 10；來二 14~15；啓廿一 4

提要

「死亡」從狹義來說，是人肉體上的終點。聖經告訴我們「死」是人類背叛上帝的結果（創二 16~17）。保羅說：「這就如罪是從一人入了世界，死又是從罪來的，於是死就臨到眾人，因為眾人都犯了罪。」（羅五 12）從廣義來說，「死亡」是那些不承認主名之人所難以逃避的審判，他們的靈魂與上帝隔離，這是永遠的痛苦；對於信徒而言，肉體的死亡，不過是暫時的沉睡（約十一 11；帖前四 14），當主再次降臨那日，所有信徒都將復活，永遠與主同在（約十九 25~27；帖前四 16）。

雖然如此，無論是親人、朋友或自己，面臨死亡，仍然是難以承受的痛苦與不捨。尤其是突如其來、不測的風暴所造成的死亡，總會叫人驚惶失措、令人痛徹心扉的。主的肩膀和胸懷永遠容得下祂心傷兒女的淚水。親愛的，在主那裡永遠有無比的安慰，因為祂已經為我們勝過死亡的權柄（提後一 10；來二 14~15；啓一 18）。詩篇告訴我們：「在耶和華眼中看聖民之死，極為寶貴。」（詩一一六 15）所有信徒都已藉著祂兒子的寶血得著救贖，因著十字架的功勞，有天堂作為他們的歸宿、有上帝在迎接他們。著名的美國佈道家慕迪（Dwight Lyman Moody 1837~1899）在他臨終前說：「這真是榮耀，地在退後，天在迫近，上帝在呼喚。」哦，天路客阿！對信徒而言，死亡乃是美好榮耀的一刻，因為天家就在眼前。哈利路亞！

默想

1. 上帝應許：「祂必作我們引路的，直到死時。(He will be our guide for ever. —RSV)」(詩四十八 14)「直到死時」可以譯為「超越死亡」，因為主不僅要引導我們直到死時，而且還要引導我們超越死亡，進入永恆。親愛的，若你正面臨死亡的威脅或陰影，不要懼怕靠主來勝過這一刻。

2. 大衛見證說：「我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為祢與我同在。祢的杖、祢的竿，都安慰我。」(詩廿三 4)對信徒而言，死亡只是個「陰影 (shadow)」因為主已除去它的實質，它的影子我們何需害怕呢？況且有主與我們「同在」的保證，我們大可微笑藉著它進入永恆。

苦難的金言

1. 受苦是有限制的，上帝能使你受苦，也能免去你受苦。——C. H. Spurgeon

2. 上帝將黑夜變白晝，一點也不難。祂能將黑雲密佈天空，也能很容易使天氣晴朗。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 我知道我的救贖主活著，末了必站立在地上。我這皮肉滅絕之後，我必在肉體之外得見上帝。(伯十九 25-26)

2. 我必救贖他們脫離陰間，救贖他們脫離死亡。死亡阿，你的災害在哪裡呢？陰間哪，你的毀滅在哪裡呢？在我眼前絕無後悔之事。(何十三 14)

3. 上帝要擦去他們一切的眼淚，不再有死亡、也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了。(啟廿一 4)

苦難中的禱告

親愛的主阿，「等候」是信心的彩筆，使生命的色彩繽紛起來。但初學「等候」苦不堪言，時常動搖信心，甚至消磨殆盡。因此，暗夜哭泣、眼淚汪汪，好像黑夜退不去似的。然而，確信「夜盡天自明」的人，何等自在有福！哦，小信的我，當耐心等待主，凡等候祢的必不羞愧。奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 29 日 苦難的種類（三）—— 疾病

經文：出十五 26；申七 15；廿八 27~28；伯一 6~21；詩四十一 3；一〇三 3

鑰節：我耶和華是醫治你的。（出十五 26）

參考經文：出廿三 25；詩一〇七 20；太八 17；約十一 4；雅五 15；啓廿二 2

提要

疾病、絕症可說是死亡之前導，是人生眾多苦難之最。因為它所傷害的，不只是肉體甚至心靈都會為之傷透、枯槁。它所影響的層面甚廣，不僅是病患個人，也會牽連家人朋友和他周遭的人。因此，人人聞病憂心，聞癌色變，那些重大罕見無法根治的疾病，是終生纏累，也常造成家庭經濟不甚負荷。這類疾病患者及家人，長期受著煎熬。病人無望，照護者也心疲力竭，一日復一日，讓絕望吞噬了靈魂。這般的苦難，上帝發出獨特的宣告：「因為我耶和華是醫治你的。」（出十五 26）這位「耶和華拉法（Jehovah-Rophe）」的上帝，是根除人類疾病的希望，惟有祂能使人的身心靈得著完全的醫治。

上帝確實有這樣的能力，但為何許多的聖徒像耶利米一樣的質問上帝：「我的痛苦，為何長久不止呢？」（耶十五 18）主在世上的時日，誠然行了許多神蹟、醫治了許多的疾病，但卻有更多的人並沒有得著這些恩典。為什麼呢？其中蘊含相當複雜的因素，包括上帝的主權、旨意及自然律、撒但的攻擊、因果的關係等等。親愛的，若你正在病痛之中，大衛的經歷，可以成為你的安慰：「他病重在榻，耶和華必扶持他，他在病中，祢必給他鋪床。」（詩四十一 3）「醫治」固然是極大的恩典，但「扶持」則是更大的恩典。正如「神蹟」需要大的信心，但「沒有神蹟」的時候，則需要更大的信心。哦，正在受苦的人哪！願你能擁有更大的信心，不論主的醫治是否臨到你，在你的病榻之中，主必賜下足夠的力量、扶持的恩典。相信祂

吧，因為祂在你身上，要完成祂更高的旨意。

默想

1. 古今中外有許多聖徒都陷在極重的疾病中，他們帶著上帝的大能，同時也背負著無法醫治的疾病在服事。就像保羅身上的那根刺，雖然痛苦難當，卻也享受主所賜夠用的恩典。「這根刺」成為幫助聖徒前行的拐杖，若是如此，就該為你的疾病獻上讚美。

2. 健康固然是上帝所賜的恩典，疾病何嘗不是上帝允許在你身上的恩典呢？許多主的僕人常將病榻化成榮耀上帝的講壇。

苦難的金言

1. 我們無論在黑暗的甬道中，無論在光明的天路中，我們的天父是一樣偃近我們的。——*Daily Devotional Commentary*

2. 上帝使祂的獨生愛子在苦難中得榮耀，照樣也使祂的衆兒女在患難中學習順服，得以進入榮耀。——*Tract*

苦難的應許

1. 祂赦免你的一切罪孽，醫治你的一切疾病。（詩一〇三 3）

2. 祂發命醫治他們，救他們脫離死亡。（詩一〇七 20）

3. 耶穌說：我去醫治他。（太八 7）

苦難中的禱告

親愛的主，永活的上帝阿，祢是我的牧者，我必不致缺乏。但有時疑惑黑影模糊了我信心的眼睛，看不見前導的牧人。恐懼不禁襲上心頭，祢便對我說：「我總不離棄你，直到我成全了向你所應許的。」奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 30 日 苦難的種類（四）—— 飢荒

經文：伯五 20，22；詩卅三 19；卅七 19；一〇五 16；可十三 8

鑰節：民要攻打民、國要攻打國，多處必有地震、饑荒，這都是災難的起頭。（可十三 8）

參考經文：王上十七 4；耶四十四 13；路廿一 11；羅八 35；啓六 8

提要

飢荒是聖經中提到的另一種苦難，或許這對我們目前的生活影響不大，但它卻是一直存在於這個世界的難題。目前世界上仍有許多地區的人瀕臨餓死的邊緣，尤其在第三世界中，每天都有大量的兒童因為營養不良而死亡。許多教會機構如世界展望會所推動的愛心麵包，以及聯合國糧食組織、紅十字會等，都盡量在幫助這些人。然而根據聖經的記載，當主再來之前，飢荒是無可避免的。（可十三8；路廿一11；啓六8）信徒當珍惜主所賜的日用飲食，存感恩的心領受，並且盡量去幫助那些缺乏的人。

從廣義的角度來看，飢荒不單指缺乏肉體上的食物，也是指缺乏屬靈的供應，以致人心靈上極度的虛空，這種飢荒更為嚴重，且普遍存在於現今世人之中。先知阿摩司曾預言語：「主耶和華說：日子將到，我必命飢荒降在地上。人飢餓非因無餅，乾渴非因無水，乃因不聽耶和華的話。」（摩八11）缺乏上帝話語的供應，會使人的心靈感到飢餓、乾渴。許多人包括信徒在內，心靈虛空、不知活著的意義和目的。撒但藉著外在肉體感官的刺激、和短暫今生的驕傲來滿足人虛空的心靈，其結果，使人更加虛空。惟有主的話、聖靈的運行、福音的大能，才可填滿飢渴的靈魂。天路客阿，多多傳講上帝的話語，讓我們重拾傳揚救恩的熱忱吧！

默想

1. 聖經中的飢荒有幾種不同的起因：糟蹋上帝的賜福（何二8~9；該一6）、缺乏雨水的滋潤（王上十七1；耶十四1~4；摩四7）、種子在地裡腐爛（珥一17）、蝗蟲或其他害蟲肆虐（申廿八28, 42；珥一4）、旱風及霉菌（摩四9；該二17）、仇敵的摧殘（申廿八33~51）等等，所有這一切，若不是上帝的恩惠，人類就必生活在缺乏之中。當珍惜上帝所賜的糧食，不可浪費，且要與需要的人分享。

2. 心靈的飢荒是更可怕的咒詛。信徒當靠主追求學習祂的話語，讓你的靈魂飽足。主應許：「耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。」（詩廿三1）

苦難的金言

1. 偉人並不是奢侈造成的，乃是苦難造成的。走盡荊棘路，能登異象山。。——*Auslin Phelps*

2. 上帝的精兵都是從苦難中得來的。——*Margaret Bottome*

苦難的應許

1. 祂必按時降秋雨春雨，在你們的地上，使你們可以收藏五穀、新酒、和油。(申十一 14)

2. 流淚撒種的，必歡呼收割。那帶種流淚出去的，必要歡歡樂樂的帶禾捆回來。(詩一二六 5~6)

3. 他們在急難的時候，不至羞愧。在饑荒的日子，必得飽足。(詩卅七 19)

苦難中的禱告

親愛的主阿，惟獨祢是我信心的聚焦所在，稍微一偏離，莫名的痛苦愁煩即刻湧現。主阿，求祢使我堅定注視著祢，眼中除了祢，不見一人。奉主耶穌基督聖名，阿們！

一月 31 日 苦難的種類 (五) —— 貧困

經文：撒二 7；路四 18；六 20；林後六 10；八 9；雅二 5

鑰節：耶穌舉目看著門徒說：你們貧窮的人有福了，因為上帝的國是你們的。(路六 20)

參考經文：賽廿五 4；約五 15；卅 3；卅四 28；詩九 18；十二 5；四十 17；七十 5；七十二 4, 12, 13；八十六 1；一一三 7；一四〇 12；箴十九 17；啓二 9；三 17

提要

貧困包括貧窮和困苦，可以指物質上的缺乏，也可以是心靈上的匱乏。先就物質上的範圍來談，導致貧窮的原因很多，有人生在窮困的家庭、有人因個性的懶散怠惰陷入一貧如洗（箴十 4；十九 15；廿三 20~21），也有人因著旦夕突來的重病、絕症、婚變、生意

破產、官司纏身...等等的變故而招致貧窮的，更甚的是債台高築終身負債；也有因為地震、戰爭.....等天災人禍而引起的貧困；然而極為特殊的少群，是自願性成為窮人，他們效法主，選擇簡單樸素過貧窮的生活，將多餘的奉獻在聖工上、或分給窮人。（太八 20；徒二 40~45；林後八 9；腓二 6）保羅勸勉提摩太說：「因為我們沒有帶甚麼到世上來，也不能帶甚麼去。只要有衣有食，就當知足。」（提前六 7~8）今天世界上仍有許多人生活在「貧窮界限」之下，這些人需要我們的幫助。但願我們能伸手協助受苦的人。（箴三 27）

再來，讓我們看另一種貧窮，就是心靈上的貧窮。對於信徒方面，指的是在主面前的虛心（賽六十六 2；太五 3；路六 20），這是自願性的，願意在主面前承認自己的一無所有、倒空自己，這樣的人是有福氣的，因為天國是他們的。然而對那些尚未信主的人而言，心靈上的貧窮，有時比物質上的貧窮更為可憐，因為他們心裡虛空、生命無根，生活在痛苦的深淵中。主來到世界上，就是要傳福音給這般的人（賽六十一；路四 18）。這也是信徒的責任，藉著主的救恩，使迷路的羊歸回天父的家。

默想

1. 對那些靠主而活的人都能有保羅同樣的經歷：「似乎憂愁，卻是常常快樂的；似乎貧窮，卻是叫許多人富足的；似乎一無所有，卻是樣樣都有的。」（林後六 10）信徒當存感恩的心，在一切境遇中靠主得勝。保羅見證說：「我並不是因缺乏說這話，我無論在甚麼景況，都可以知足，這是我已經學會了。我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富，或飽足、或飢餓、或有餘、或缺乏，隨事隨在，我都得了秘訣。我靠著那加給我力量的，凡事都能作。」（腓四 11~13）親愛的，不論你的光景如何，主永遠是你的倚靠。

2. 若你生活在富裕中，當感謝主，並儘量伸手去幫助需要的人；若你是在貧困中，讓主成為你缺乏中的豐富吧！

苦難的金言

1. 我們有一位上帝，是專門對付「不可能」的。在祂沒有「太難」。

——Andrew Muray

2. 你現在所受的苦難，上帝要在那裡教導你怎樣在絕望中抓住祂的施恩寶座。——A. B. Simpson

苦難的應許

1. 因為當強暴人催逼人的時候，如同暴風直吹牆壁，祢就作貧窮人的保障，作困乏人急難中的保障、作躲暴風之處、作避炎熱的陰涼。
(賽廿五 4)

2. 窮乏人必不永久被忘；困苦人的指望，必不永遠落空。(詩九 18)

3. 耶和華說：因為困苦人的冤屈和貧窮人的歎息，我現在要起來，把他安置在他所切慕的穩妥之地。(詩十二 5)

苦難中的禱告

親愛的主阿，那些不為自己留下絲毫的奉獻者，在萬事上都能知足。我知道祢是我供應的源頭，我全然仰賴祢。在祢那裡有不乾的泉、永流的江河；在祢那裡有恩典的永約。啊，知足的心，你裝滿了上帝無限量的恩福。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 1 日 苦難的種類 (六) —— 勞苦

經文：創三 1~21；五 29；詩九十 10；傳一 3；二 23, 26；三 10；四 8

鑰節：又對亞當說：你既聽從妻子的話，喫了我所吩咐你不可喫的那樹上的果子，地必為你的緣故受咒詛。你必終身勞苦，纔能從地裡得喫的。(創三 17)

參考經文：耶十二 13；哀一 3；太六 28；十一 28；路十二 27；羅八 22；林前十五 58；林後五 4；帖前一 3；五 12；提前四 10；啓二 3；十四 13

提要

人類的始祖犯罪後，上帝對亞當宣告：「……你必終身勞苦，纔能從地裡得喫的。」(創三 17) 這是世人勞苦的起源。神人摩西面對

轉瞬即逝的人生嘆息說：「我們一生的年日是七十歲，若是強壯可到八十歲，但其中所矜誇的，不過是勞苦愁煩，轉眼成空、我們便如飛而去。」（詩九十 10）最有智慧的所羅門王，享盡世上榮華富貴之後，也感嘆道：「……上帝叫世人所經練的，是極重的勞苦。……因為他日日憂慮，他的勞苦成為愁煩，連夜間心也不安，這也是虛空……我見上帝叫世人勞苦，使他們在其中受經練。」（傳一 13；二 23；三 10）這豈不是許多人共同的心聲嗎？

歷代以來，人常常被這極重的勞苦壓得透不過氣，只得嘆息哀傷，誠如羅馬書中提到的：「我們知道一切受造之物，一同歎息勞苦，直到如今。」（羅八 22）但聖經為我們指出解決要道，它是主親自的應許：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」

（太十一 28）基督來使我們能「脫離敗壞的轄制，得享上帝兒女自由的榮耀。」（羅八 21）並且脫下這使我們嘆息勞苦的帳棚，穿上主所賜的新生命（林五 4）。至終我們要見證說：「我想現在的苦楚，若比起將來要顯於我們的榮耀，就不足介意了。」（羅八 18）親愛的，若你仍生活在極重的勞苦之中，就來到這位施恩的主面前，懇求祂的釋放吧。

默想

1. 世上的勞苦，帶來的是憂傷痛苦，但在主裡的勞苦，卻是榮耀喜樂的。保羅勸勉信徒說：「所以我親愛的弟兄們，你們務要堅固不可搖動，常常竭力多作主工，因為知道你們的勞苦，在主裡面不是徒然的。」（林前十五 58）親愛的，那些為主而活之人的勞苦，決不徒然。他們必看見自己勞苦的功效，得著勞苦的獎賞。

2. 聖經中有些勞苦是主所喜悅的：「因愛心所受的勞苦」（帖前一 3）、「治理勸戒的勞苦」（帖五 12）、「傳福音的勞苦」（提前四 10）、「為主名的勞苦」（啟二 3），這些都是主所記念。人一生只能活一次，我們與其為世務勞苦，不如為主聖工勞苦。

苦難的金言

1. 大的信心必經大的試煉。——A. B. Simpson

2. 若不放我們在試煉中，我們絕不會知道我們自己有多少信心。——*Shan*

苦難的應許

1. 我聽見從天上有聲音說：你要寫下，從今以後，在主裡面而死的人有福了。聖靈說、是的：他們息了自己的勞苦，作工的果效也隨著他們。(啟十四 13)

2. 上帝要擦去他們一切的眼淚，不再有死亡、也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了。(啟廿一 4)

3. 求祢照著祢使我們受苦的日子，和我們遭難的年歲，叫我們喜樂。(詩九十 15)

苦難中的禱告

親愛的主阿，感謝祢，因為祢來了使信祢的人：「脫離敗壞的轄制，得享上帝兒女自由的榮耀。」如今，我為祢名的緣故所受的任何苦楚，比起將來極重無比的榮耀，實在不足以介意了。不但如此，忍受苦楚反倒是可喜愛的。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 2 日 苦難的種類（七）—— 重擔

經文：詩卅八 4；五十五 22；六十八 19；八十一 6；太十一 28~30

鑰節：凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。(太十一 28)

參考經文：太廿三 4；加六 2；來十二 1

提要

今日鑰節是主憐憫世人所發出的應許：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」(太十一 28)這應許何等寶貴！對於受苦受難、背負重擔的世人來說，是最大的福音。其實上帝對祂兒女的關懷和眷顧，是我們難以想像的。祂知道人的有限和軟弱，正如大衛的呼求：「耶和華阿，求祢不要在怒中責備我，不要在烈怒中懲罰我。我的罪孽高過我的頭，如同重擔叫我擔當不起。」(詩卅

八1，4）後來大衛見證說：「天天背負我們重擔的主，就是拯救我們的上帝，是應當稱頌的。」（詩六十八19）大衛經歷到上帝是天天爲他背負重擔的主，這是何等的安慰和鼓勵！在每一個沉重黑暗的日子裡，我們並不孤單，我們的主與我們同行，並且要替我們背負一切的重擔。

然而，從另外一個角度來看，信徒仍需背負各人的重擔，且要在教會中彼此擔當（加六5）。這正是主所說：「我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛、學我的樣式。這樣，你們心裡就必得享安息。因爲我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。」（太十一29~30）這是另一種的重擔，是信徒的十字架。因此行走天路，必須捨己、背十字架、忍受試煉。天路客阿！放下、脫去世上的重擔，但爲了主，爲了祂的國度，當輕看羞辱、忍受十字架的苦難，勇敢向前。（來十二1）

默想

1. 「沙灘上的腳印」這首小詩，描繪那受苦的信徒，猛然發現沙灘上竟然只剩一雙腳印，不禁孤單襲上心頭，但主向他解惑：「我親愛的孩子，我愛你，我決不會單獨留下你。當你在苦難、試煉中，你所看到那雙腳印，其實是我的，是我把你抱在懷中走過來的。」親愛的，主不僅背著我們，連我們一切的重擔都一起背負了。

2. 我們生命中所遭遇的一切苦難、重擔，都是經過化裝的祝福。主的肩膀是寬闊的，你只要來到祂跟前，將它卸給主，主必要供給你足夠的力量。

苦難的金言

1. 有了主的命令，雖然不能免去患難，然而主必拯救，只是時間的遲早罷了。——*Shan*

2. 輪船的力量在風浪中纔能彰顯得完全，基督的得勝在火般的試煉中纔能彰顯得完全。——*William Taylor*

苦難的應許

1. 你要把你的重擔卸給耶和華，祂必撫養你，祂永不叫義人動搖。（詩五十五22）

2. 上帝說，我使你的肩得脫重擔，你的手放下筐子。(詩八十一 6)

3. 因為各人必擔當自己的擔子。(加六 5)

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢是世界的光，跟從祢的，就不在黑暗裡走，必要得著生命的光。祢對信靠祢的人說：「在世上你們有苦難，但你們可以放心，我已經勝了世界。」但不信之人，被這世界的神弄瞎了心眼，不叫基督榮耀福音的光照著他們。哦，主阿，火熱我的心，能時常掛念失喪的靈魂。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 3 日 苦難中的種類（八）—— 意外

經文：伯一 13~22；箴十六 33；羅八 28

鑰節：我們曉得萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處，就是按祂旨意被召的人。(羅八 28)

參考經文：創四十五 4~15；路八 23~24

提要

前面我們提過從聖經的廣度來看、從上帝全知的屬性來說，在祂沒有任何意外之情事會發生的，但對有限的人類而言，那不測的風雲、旦夕的禍福，都是人不可預知的。聖經中亦有「偶然」、「或許」、「遭遇」等字眼，用來描述人所無法預料而發生的事。如約伯在平順之中「忽然」有人闖來奪去他的牛羊；他的兒女在宴樂之時，「不料」狂風颭來擊打，房屋倒塌，將他們壓死。這種人生的無常、意外災禍，總令人肝腸寸斷、難以承受。未信者常將此歸咎於「運氣」、「厄運」……等等，因此，四處尋求各種「解運」之道。但這些都只是事後心理上的療傷而已，不但無濟於事，甚至因與靈界交易，帶來更大的傷害。

信徒當如何面對生命中的意外禍患呢？今日的鑰節是最好的解答：「我們曉得萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處，就是按祂旨意被召的人。」(羅八 28)「萬事」包括所有「意外或不幸的事」，約

瑟深知這個道理，因此他能看見自己生命中不幸意外的背後所隱藏上帝更美的旨意、和祂掌管萬有的主權。他安慰那些出賣他，使他在埃及受盡各種苦楚的兄弟們說：「現在不要因為把我賣到這裡，自憂自恨，這是上帝差我在你們以先來，為要保全生命。……從前你們的意思是要害我，但上帝的意思原是好的，要保全許多人的性命，成就今日的光景。」（創四十五 5；五十 20）哦！親愛的，若你能在所遭遇的意外的不幸中看見上帝的旨意，那將是何等的安慰！

默想

1. *Horatio Gales Spafford* (1828~1888) 原是一位美國律師，1873 年他讓妻子和四個子女到歐洲渡假。不料，油輪發生意外沉沒在大海之中，四個孩子全被淹死，只有母親被救起。*Spafford* 得知消息後，說了一句話：「上帝的旨意成全……就是好的。」不久他寫下了一首廣為傳唱的聖詩「我心靈得安寧 (*It is well with my soul*)」，歌詞提到：「有時享平安如江河平又穩；有時遇悲傷似浪滾，不論何環境，我已蒙主引領，我心靈得安寧，得安寧。撒但雖來侵，衆試煉雖來臨，我有主保證在我心，基督已清楚，我境況無人助，就為我流寶血得救贖。……」親愛的，讓這首詩成為你的安慰吧。

2. 信徒在遭遇意外禍患時，若能靠主得勝，並深信主掌權、放心交託祂，祂必將出人意外的平安賜給你。（腓四 7）

苦難的金言

1. 上帝始終在祂的寶座上，祂能在一秒之內轉敗為勝，如果我們真信靠祂。——*Shan*

2. 高飛天空的驚鷹，從不掛慮牠將怎樣渡過江河。——*Shan*

苦難的應許

1. 耶和華阿，有這些事，祢還忍得住麼？祢仍靜默使我們深受苦難麼？（賽六十四 12）

2. 既是兒女，便是後嗣，就是上帝的後嗣，和基督同作後嗣。如果我們和祂一同受苦，也必和祂一同得榮耀。（羅八 17）

3. 上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意

念。(腓四7)

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢從灰塵裡抬舉貧寒人，從糞堆中提拔窮乏人，使他們與王子同坐，得著榮耀的座位。祢無限無量的恩惠遠遠超過我所能想像的，祢是無以倫比、慈悲、信實、憐憫的上帝。我要稱謝祢、讚美祢，永永遠遠稱頌祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月4日 苦難的種類（九）—— 恐懼

經文：伯三 25；九 28；十七 17；詩十四 5；五十三 5；箴一 26；三 25~26；廿九 25；賽八 12；路八 50；十二 32

鑰節：耶穌聽見就對他說：不要怕，只要信，你的女兒就必得救。（路八 50）

參考經文：創廿六 24；四十六 3；五十 19；出十四 13；申廿 3；卅一 8；詩廿七 3；卅四 4；四十六 3；五十六 4；王下六 16；代下廿 17；賽八 12；卅五 4；四十一 10，13；太十 28；來十三 6；約壹四 18；啓一 17；二 10

提要

「懼怕」是人生的另一個敵人，它屬於心靈的層次。許多人從幼時到老年，幾乎都生活在恐懼的陰影之中。從小事到大事，從個人日常生活到社會群體，四處潛藏著危機。令人心生恐懼的原因千百種，最主要的根源於沒有安全感，沒有絕對可靠的對象。聖經中有關恐懼的經文竟有五百多處，最特別的是，其中有三百多處是提到「不要怕，不要懼怕」等等類似的經文。你每一天都能從聖經中找到一節這類的應許經文鼓勵你不要懼怕。讀者可以使用大光網站（www.glorypress.com）中聖經研經的搜索功能找出這些經節，列印出來，讓上帝的話語成為你每天的幫助。

「恐懼」受到有形和無形的影響，一則受到現實環境有形的威脅，另則受到無形心理因素在想像中產生的恐懼。通常無形的恐懼

帶來心神不安、焦慮憂心、驚惶害怕等等。感謝主，賜給信徒許多勝過恐懼的應許：「不要懼怕，因為我與你同在」（創廿六 24；四十六 3；五十 19）有主同在，有主幫助，人能把我們怎麼樣呢？（來十三 6）親愛的，你是否活在恐懼之中呢？你生命的小舟是否正被試煉、憂傷、恐懼的波濤狂浪所衝擊呢？不要怕！主就在你的船上，祂必起來斥責風浪，讓你再次享受平靜（路八 23~24）。大衛見證說：「我懼怕的時候，要倚靠祢。」（詩五十六 3）只有「時時倚靠祂」，祂必作我們的避難所。（詩六十二 8）

默想

1. 本仁約翰所著的「天路歷程」書中「懼怕先生」可是個麻煩的人物，他是天路客所遇到的煩惱憂慮最多的一個。但願我們不要成為他的同路人，讓我們抬頭仰望主。（詩四十二 5，11；四十三 5）祂是我們的倚靠（詩五十六 3），是我們患難中隨時的幫助。（詩四十六 1；來四 16）

2. 另一個驅除懼怕的能力，就是基督所賜的愛。如同約翰告訴我們：「愛裡沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裡含有刑罰，懼怕的人在愛裡未得完全。」親愛的，讓基督的愛充滿在我們的生命，將祂的愛活出來，在每一個日子裡，你將享受祂所賜無懼無憂的平安。

苦難的金言

1. 悲音和哀調是必須的；有了它們，纔可以使你的音樂動聽。——

Macduff

2. 鮮少有人願意經受苦難，然而徹底的謙卑卻來自苦難。——*JE*

苦難的應許

1. 我曾尋求耶和華，祂就應允我，救我脫離了一切的恐懼。（詩卅四 4）

2. 我倚靠上帝，我要讚美祂的話，我倚靠上帝，必不懼怕，血氣之輩能把我怎麼樣呢？（詩五十六 4）

3. 摩西對百姓說：不要懼怕，只管站住。看耶和華今天向你們所要

施行的救恩，因為你們今天所看見的埃及人，必永遠不再看見了。（出十四 13）

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢知道，祢了解，我不過是個卑微渺小的人，軟弱的時候多，剛強的時候少。有時我禱告許久，沒得到祢的回應，內心憂急、焦慮、不安、煩躁，這時祢總輕聲說道：「你要休息，要知道我是上帝。」當我一進入安息，生命的平安就臨到了。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 5 日 苦難的種類（十）—— 憂慮

經文：詩卅九 2；六十九 29；箴十五 13；傳七 3；賽五 30；十四 3；十七 11；六十五 14；耶四十五 3；太廿六 22；彼前五 7

鑰節：你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為祂顧念你們。（彼前五 7）

參考經文：太六 34；約十四 1；腓四 6

提要

憂慮自古存在，今日現代人的「憂慮」問題日趨嚴重。聖經在這個主題上有深入的探討。憂慮常伴隨著傷心、愁苦、絕望、焦慮，淚流不止。約伯說：「我因愁苦而懼怕……我的眼睛因憂愁昏花……」（伯九 28；十七 7）大衛說：「我是困苦憂傷的……我晝夜以眼淚當飲食……」（詩六十九 29；四十二 3）然而上帝是使人脫離愁苦、煩惱的上帝（賽十四 3）主必擦去各人的眼淚（賽廿五 8；啓七 17；廿一 4），祂要將我們的哀哭變為跳舞，將我們的麻衣脫去給我們披上喜樂（詩卅 11）哦！親愛的，惟在主腳前，祂能收納我們的眼淚，惟有主的胸懷，能撫平我們的憂傷。祂告訴我們：「你們心裡不要憂愁，你們信上帝，也當信我。」（約十四 1）快將你的憂慮卸給祂，因祂顧念你。（彼前五 7）

保羅勉勵我們：「應當一無罣慮，只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基

督耶穌裡，保守你們的心懷意念。」(腓四 6~7) 信徒治療憂慮的良方，就是藉著禱告、祈求和感謝，將一切的憂慮交託給主。當你將主擺在你生命中的首位，憂慮自然就會消退。若主成為你生命的全部，祂必擔當我們一切的憂慮。哦，天路客阿！若你陷在憂慮之中，記得向主禱告，向祂發出讚美。

默想

1. 憂慮會侵蝕人的健康，也會損害人對上帝的信心。治療憂慮有效良藥就是禱告，信靠上帝的應許，會帶來屬靈的得勝。何不每天服用上帝的一帖應許良方，抓住它、支取它、使用它，就必能消除你的憂慮、焦急。
2. 要如何從聖經中找著這些應許？建議你使用大光所出版的「屬天聖經鑰句」，這本書按照其中的經文及見證能指引你，消除你的憂慮，使你得著幫助。主應許：「你們要將一切的憂慮卸給上帝，因為祂顧念你們。」(彼前五 7)

苦難的金言

1. 你現在在患難中間麼？你可以藉信心得到幫助。你現在快被仇敵打敗麼？你可以藉信心躲在大元帥背後。——C. H. Spurgeon
2. 聖經中最光榮的人物，都是先被磨碎、壓傷，然後纔成了他人的糧食。——Shan

苦難的應許

1. 壓傷的蘆葦，祂不折斷；將殘的燈火，祂不吹滅；祂憑真實將公理傳開。(賽四十二 3)
2. 又對他們說：你們去喫肥美的，喝甘甜的，有不能豫備的，就分給他，因為今日是我們主的聖日。你們不要憂愁，因靠耶和華而得的喜樂是你們的力量。(尼八 10)
3. 應當一無罣慮，只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念。(腓四 6~7)

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢是掌管明天的主，被祢量定的歲月，每一天都是祢所賞賜的。祢充足供應空氣、陽光、雨水，又使萬物生長。祢是一切的美好源頭，我不必擔心明日會如何，單單懷著感恩的心，一步一步跟著祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 6 日 苦難的種類（十一）—— 孤獨

經文：書一 5；申卅一 8；詩廿 16；六十八 6；一四一 8；來十三 5
鑰節：主耶和華阿，我的眼目仰望祢，我投靠祢，求祢不要將我撇得孤苦。（詩一四一 8）

參考經文：創廿六 24；詩廿二 11；太一 23；廿八 20

提要

「孤獨」也是一種嚴峻的苦難，它是人類面對孤單、寂寞、虛空、困苦、被棄的情境而生發的感覺，它常令人陷入絕望痛苦之中。大衛曾向主禱告如此說：「求祢轉向我，憐恤我，因為我是孤獨困苦。」（詩廿五 16）「主耶和華阿，我的眼目仰望祢，我投靠祢，求祢不要將我撇得孤苦。」（詩一四一 8）無論信徒或非信徒，一生的歲月中，孤單寂寞似乎如影隨形。那些未識主、信主，無主可靠之人，倘這般的人自我意志又薄弱，他往往會陷入消沉、酗酒、吸毒、精神官能症、心因性疾病等等網羅裡，甚至造成自殺的不幸後果。

然而對信徒而言，上帝賜給我們一項寶貴的應許：祂的名「以馬內利」，意即「上帝與我們同在」。從舊約到新約，上帝一直重複這個應許。祂對以撒、雅各、摩西、約書亞、大衛、約沙法、以色列民、門徒、保羅、歷代信徒……等等（創廿六 24；出三 12；書一 5；代上十一 9；代下廿 17；賽四十一 10；太一 23；廿八 20；徒十八 10）都一再宣講：「我必與你同在」，這是何等豐富的應許。不論感受如何，不論你身置何處，這個應許是無所不在的。主曾說：「我總不撇下你，也不丟棄你。」（申卅一 6；書一 5；來十三 5）這是主實實在在的保證，祂不僅是「外在」作我們的前導與後盾，（賽五十二 12；五十八 8）「內在」祂應許常住我們「裡面」，成為我們的依

靠和君王（約十四 17；十五 5，7）每當你感覺孤單困苦時，記得，祂就陪伴在你身旁，不曾離開過，只要你開口呼求，祂必安慰扶持。
默想

1. 孤單 (*aloneness*) 與寂寞 (*loneliness*) 是有所區別的，孤單意指孑然一身的狀態，與人或上帝分離的情境。然而許多聖徒都有獨處 (*aolilvdes*) 的經驗，因此他們能克服肉身孤單的難處，享受靈裡與主相處的豐富。寂寞則是一種被孤立和分離的感覺，它延伸出被反對、被排斥、被誤解、被遺棄的失落感。這是無法用物質或其他人為的方法能填補而得滿足的。惟有聖靈的餵養和供應、基督的愛充滿和扶持，才能使人脫離孤寂的痛苦。

2. 親愛的，主應許：「我總不撇下你，也不丟棄你。」（來十三 5）當仰望祂，依靠祂，接受祂，跟隨祂，祂是你最好的朋友。

苦難的金言

1. 上帝無論將我們放在甚麼地方，祂早已命定那地方的勝利，會賜給我們。——*Northcole Deck*

2. 你不能因著測度波浪得到勝利，也不能因著測量風力得到堅固，你應當仰起臉來專心仰望主。——*Shan*

苦難的應許

1. 耶和華的使者，在敬畏祂的人四圍安營，搭救他們。（詩卅四 7）

2. 我眼要看國中的誠實人，叫他們與我同住；行為完全的，他要伺候我。（詩一〇一 6）

3. 凡求告耶和華的，就是誠心求告祂的，耶和華便與他們相近。（詩一四五 18）

苦難中的禱告

親愛的主阿，夜是有福的，因為夜裡有星。照樣，在暗夜裡哭泣、悲傷、痛苦的人，也是有福的，因為他們能經歷祢的安慰、扶持和幫助。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 7 日 苦難的種類（十二）—— 受欺壓逼迫

經文：賽五十 6~7；五十三 3~9；耶十五 15；提後三 11~12；林後四 9；來十 33~34

鑰節：不但如此，凡立志在基督耶穌裡敬虔度日的，也都要受逼迫。（提後三 12）

參考經文：但三 25，28；太五 10；路六 22；羅八 35；彼前四 13，16

提要

對信徒而言受欺壓逼迫是最常見的苦難。他們爲了信仰和主名的緣故遭受凌辱和逼迫。（耶十五 15；提後三 11~12）歷世歷代殉道士的血，成爲教會成長生根的種子。聖經如此描述這些受欺壓逼迫者：「人打我的背，我任他打；人拔我腮頰的鬍鬚，我由他拔；人辱我吐我，我並不掩面。主耶和華必幫助我，所以我不抱愧，我硬著臉面好像堅石，我也知道我必不至蒙羞。」（賽五十 6~7）多少聖徒在火煉的試驗中，仍然得勝，使主得榮耀。有一現象，當信徒所受的欺壓越深、逼迫越劇，主的道越發廣傳，歸主的人越發增添，信心越發堅固。（徒五 14；十二 24；十六 5）這是撒但始料未及的，上帝使萬事互相効力，讓這些欺壓逼迫成爲榮耀祂的器皿。

感謝主！在這一切欺壓逼迫的背後，上帝仍然掌權。保羅見證說：「我們四面受敵，卻不被困住；心裡作難，卻不至失望；遭逼迫，卻不被丟棄；打倒了，卻不至死亡。」（林後四 8~9）「我……所遭遇的逼迫、苦難，我所忍受是何等的逼迫，但從這一切苦難中，主都把我救出來了。」（提後三 11）上帝絕不撇棄受迫害的聖徒，並且要拯救他們脫離苦難。親愛的，主的恩典永遠夠用，若你的苦難能成就上帝的榮耀，就接受它吧。主要保守拯救你，並賜你力量來勝過它。

默想

1. 主在登山寶訓中提到：「為義受逼迫的人有福了，因為天國是他們

的。人若因我辱罵你們、逼迫你們、捏造各樣壞話毀謗你們，你們就有福了。應當歡喜快樂，因為你們在天上的賞賜是大的，在你們以前的先知，人也是這樣逼迫他們。」（太五 10~12）為主受苦，是聖徒蒙福之道，不要拒絕這些因主而來的苦難，這是榮耀的事奉。

2.但以理的三個朋友在火窯中，另有一位與他們同在，祂的面貌「好像神子」（但三 25）。不錯，在每一個試煉中、苦難的火窯裡，主必與你同在，祂的恩典可以使你無所畏懼。

苦難的金言

1.沒有一件東西不能藉著祈禱求得，除非那件東西在上帝的旨意以外。——P. C. M.

2.在你無路可走的時候，上帝將給你開了天上的門。——Shan

苦難的應許

1.以致你們在恩賜上沒有一樣不及人的，等候我們的主耶穌基督顯現。（林前一 7）

2.因為你們蒙恩，不但得以順服基督，並要為他受苦。（腓一 29）

3.使我認識基督，曉得他復活的大能，並且曉得和他一同受苦，效法他的死。（腓三 10）

苦難中的禱告

親愛的主阿，愈惡劣的環境，生命力愈強。當四面無路時，我深信恩典的溪流，靠著揚聲讚美，就能不斷湧流。祢要在灰燼中，興起祢信心的兒女。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 8 日 苦難的種類（十三）—— 受辱罵凌辱

經文：詩五十七 3；六十九 7，9，19，20；賽五十一 7；路六 22；羅十五 3；彼前四 14

鑰節：那要吞我的人辱罵我的時候，上帝從天上必施恩救我，也必向我發出慈愛和誠實。（詩五十七 3）

參考經文：詩四十二 10；一〇二 8；耶十五 15；哀五 1；林後十二

提要

「受辱罵凌辱」是信徒所承受的另一種苦難。大衛在逃避掃羅追殺之時，藏在洞裡作了一首金詩，其中他提到：「上帝阿，求祢憐憫我、憐憫我，因為我的心投靠祢。我要投靠在祢翅膀的蔭下，等到災害過去。我要求告至高的上帝，就是為我成全諸事的上帝。那要吞我的人辱罵我的時候，上帝從天上必施恩救我，也必向我發出慈愛和誠實。」（詩五十七 1~3）你是否也正承受像大衛一樣的痛苦，不被接納、受人譏嘲、被人凌辱，快來投靠在主翅膀的蔭下，祂必施恩，向你發出慈愛和誠實，因為祂是為你成全諸事的主。

許多的信徒為了信仰，遭受羞辱、咒罵、蔑視、排斥。哦！天路客，這些若傷透你的心，不要為此憂愁（詩六十九 20），因為主已先為我們經歷承受了這一切，祂在十字架上，承受了一切羞辱和蔑視。祂應許：「人若因我辱罵你們，逼迫你們，捏造各樣壞話毀謗你們，你們就有福了。」（太五 11）切記！一切為主受苦的人，都是經過主特別揀選的人，是滿有福氣，被預定來承受獎賞的。保羅見證說：「我為基督的緣故，就以……凌辱……為可喜樂的；因我甚麼時候軟弱，甚麼時候就剛強了。」（林後十二 10）希伯來書的作者論到摩西的信心時說：「他看為基督受的凌辱，比埃及的財物更寶貴，因他想望所要得的賞賜。」（來十一 26）可見地上的財物相較於天上的賞賜，就微不足道了。親愛的，「不要怕人的辱罵，也不要因人的毀謗驚惶。」（賽五十一 7）當辱罵凌辱來的時候，不要覺得難過倒要歡喜，因你是有福的。

默想

1. 保羅引用大衛的詩勉勵信徒說：「因我為祢的殿心裡焦急，如同火燒，並且辱罵祢人的辱罵，都落在我身上。因為基督也不求自己的喜悅，如經上所記：『辱罵你人的辱罵，都落在我身上。』」（詩六十九 9；羅十五 3）為了讓信徒與主耶穌的捨己產生關連，我們當學像主面對羞辱時的態度，藉此讓我們能與主同受苦難。

2.「辱罵和凌辱」是信徒處在這個不信上帝世代必然的遭遇，洞悉撒但的詭計學習基督的態度，我們就可以坦然面對這個充滿敵意的世界，只要我們活在基督裡依靠祂，就沒有什麼可怕的了。

苦難的金言

1.上帝所愛受苦的孩子阿，只要你肯信靠、堅持，不允許仇敵來征服你，你是不可能失敗的。——*Taraci*

2.我們應當忍著暫時的痛楚，盼望未來收穫的豐富。——*Shan*

苦難的應許

1.這正是上帝公義判斷的明證，叫你們可算配得上帝的國，你們就是為這國受苦。(帖後一5)

2.你不要以給我們的主作見證為恥，也不要以我這為主被囚的為恥，總要按上帝的能力，與我為福音同受苦難。(提後一8)

3.你要和我同受苦難，好像基督耶穌的精兵。(提後二3)

苦難中的禱告

親愛的主阿，潺潺溪水聲多麼悅耳，瞧那凝著溪流的石頭使它發出美妙的聲音。哦，主阿，在我生命河裡，祢也巧妙為我安置障礙和困難，使我的生命之歌更為動聽。風雨儘管來吧，只要經過祢允許的，都能使我這棵栽在溪邊的樹，長得更高更壯！奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月9日 苦難的種類（十四）—— 戰爭

經文：太廿四3~8；可十三7~8；弗六10~17

鑰節：因我們並不是與屬血氣的爭戰，乃是與那些執政的、掌權的、管轄這幽暗世界的，以及天空屬靈氣的惡魔爭戰。(弗六12)

參考經文：賽五十五17~25；徒十36；加五22；弗二17；四3；西一20；雅三18

提要

戰爭是人類墮落、罪入了世界所造成的後果。從物界到靈界，

善惡兩種勢力不斷地互相抗衡。舊約中記載各種大小小戰役，甚至有人將耶和華看為是戰神，但這是偏頗的觀點。上帝介入人類的戰爭，有時是彰顯上帝的公義和聖潔；有時是執行審判罪惡的手段；有時是展現祂的能力，對祂子民的拯救和保護。不可諱言戰爭是極其恐怖的，它不但摧毀破壞、滿目瘡痍，家破人亡、顛沛流離，遍地斷臂殘肢、血流成河，駭人景象，觸目驚心。「戰爭」可謂是人類最大規模苦難的造因。

根據聖經的記載，直到耶穌第二次再來，世上的爭戰是不會止息的。主論到這事說：「你們也要聽見打仗和打仗的風聲，總不要驚慌，因為這些事是必須有的，只是末期還沒有到。民要攻打民、國要攻打國，多處必有饑荒，地震。」（太廿四 6~7）而這只是「災難的起頭」（太廿四 8）。可見戰爭是不可避免的，也無法消弭，除非那位「和平之子」再次降臨，才會帶來人類真正永久的和平。（賽六十五 17~25；啓廿一 1~5）信徒要如何看待這事呢？活在新約時代中的我們，聖經鼓勵我們要「傳和平的福音」（徒十 36；弗二 17）、要「結和平的果子」（加五 22）、要「用和平彼此聯絡」（弗四 3）、要「用和平所栽種的義果」來使人和平（雅三 18），因為基督已經在十字架上流血成就了和平，藉著祂，使萬有重新與上帝和好了（西一 20），主為我們修補那遭「起初的亞當」所破壞人和上帝之間的關係。

默想

1. 親愛的，讓我們能像聖法蘭西斯（*St. Francis of Assisi* 1182~1226）禱告說：「使我作祢和平之子，在憎恨之處播下祢的愛，在傷痕之處播下祢寬恕，在懷疑之處播下信心，在絕望之處播下祢盼望，在幽暗之處播下祢光明，在憂愁之處播下喜樂，在赦免時我們便蒙赦免，在捨去時我們便有所得。迎接死亡時，我們便進入永生。哦，主阿！使我少為自己求，少求受安慰，但求安慰人；少求被瞭解，但求瞭解人；少求愛但求全心付出愛。」求主讓我們作一個和平之子吧。

2. 面對靈界的惡者，保羅勉勵信徒要穿戴上帝所賜的全副軍裝（弗

六 10~17)，這屬靈的爭戰，是每位信徒都當儆醒面對的。

苦難的金言

1. 凡是上帝親手繫在我們肩頭上的重擔，無論怎樣沉重，都是可喜愛的。——*F.W. Faber*

2. 主有時延遲祂的救助，為著要試煉我們的信心，催促我們的祈禱。在祂沒有「太遲了」的事情。——*Mc Laren*

苦難的應許

1. 你要和我同受苦難，好像基督耶穌的精兵。(提後二 3)

2. 我為這福音受苦難，甚至被捆綁，像犯人一樣，然而上帝的道，卻不被捆綁。(提後二 9)

3. 你卻要凡事謹慎，忍受苦難，作傳道的工夫，盡你的職份。(提後四 5)

苦難中的禱告

親愛的主阿，惟獨祢話語的能力可減輕苦難之人的痛苦和重擔，求祢賜下生命的力量，使他的心甦醒過來，才能相信、接受祢的愛。因那夾雜著懷疑、消沉、猜測的信心是無用的，需要祢來復活它。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 10 日 苦難的種類（十五）—— 自然界災害

經文：太廿四 3~44；可十三 1~37

鑰節：這都是災難的起頭。民要攻打民、國要攻打國、多處必有地震、饑荒，這都是災難的起頭。(太廿四 8；可十三 8)

參考經文：詩十八 18；箴一 27；廿四 22

提要

「自然界的災難」是人類面臨的另一個大苦難。原本上帝所創造美好的地球，因著罪入了世界，連帶受到咒詛轄制（創三 17~18；羅八 20~21），加上人心的貪婪自私，肆意破壞周遭的環境，引起自然界的反撲，造成氣候的巨變，以致風災、水災、旱災、蟲災等.....

變本加厲地出現在世界各地區，造成生命財產巨大的損失，使許多人陷入極大的痛苦之中。不但如此，全球各處的地震愈來愈頻繁、嚴重，還有各種新型的傳染病（瘟疫）不斷爆發，死亡和受災的人急劇增加，這正應驗了主的預言：「.....多處必有飢荒地震，這都是災難的起頭。....因為那時必有大災難，從世界的起頭直到如今。沒有這樣的災難，後來也必沒有。」（太廿四 7，8，21）

面對這些自然界災害，是無可避免的。聖經教導信徒當「儆醒禱告」（太廿六 41；可十三 33；十四 38；彼前四 7）、「儆醒等候」（可十三 35；十四 34；太廿四 42；廿五 13）、「儆醒感恩」（西四 2）、「儆醒謹守」（帖前五 6）、「儆醒看守」（啓十六 15），使我們能像大衛見證說：「我遭遇災難的日子.....耶和華是我的倚靠。」（詩十八 18）。聖經應許：「堅心倚賴祢的，祢必保守他十分平安，因為他倚靠祢。」（賽廿六 3）祂必成為我們的避風所，和避暴雨的隱密處，又像河流在乾旱之地，像大磐石的影子在疲乏之地（賽卅二 2）。親愛的，在患難臨到之日，主是我們的避風所、隱密處、大磐石，在祂裡面，必享十分的平安。

默想

1. 對於無法預料也無法抗拒的自然界災難，我們只能求主保守，並且倚靠祂。主應許祂必保守我們十分平安，在任何情況下都可呼求祂，因為祂是我們患難中隨時的幫助。（詩四十六 1；來四 16）
2. 聖經勉勵我們當儆醒等候禱告、謹守、感恩、看守，隨時預備自己迎見主的再臨。在一切的災難發生之前，力盡己任，做好本分的準備，如此，主的保守看顧必臨到我們身上。

苦難的金言

1. 得到了上帝一句確實的應許，你就當絲毫不疑、完完全全地信任祂，因為你不僅有一句確實的話，你且有一位信實的主。——J.B. Figgis
2. 我們若不喝主所喝的杯，受主所受的苦，就不能享受救助人的那種人生最高的喜樂。——Shan

苦難的應許

1. 堅心倚賴祢的，祢必保守他十分平安，因為他倚靠祢。(賽廿六 3)
2. 上帝是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助。(詩四十六 1)
3. 所以我們只管坦然無懼的，來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠作隨時的幫助。(來四 16)

苦難中的禱告

親愛的主阿，不論黑夜如何深重，信心的禱告祢必垂聽，我終究會得勝的。我不逃避試煉，因它與我有益，雖然被錘鍊受痛苦，卻能使我信心長大成熟。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 11 日 苦難的種類（十六）—— 世界末日

經文：彼後三 8~13

鑰節：切切仰望上帝的日子來到，在那日天被火燒就銷化了，有形質的都要被烈火鎔化。(彼後三 12)

參考經文：珥二 2；摩八 9；番一 15；亞十四 4，6，13

提要

世界末日是人類所恐懼的，也是聖經所預告的。彼得描述末日的情況說：「但主的日子要像賊來到一樣。那日天必大有響聲廢去，有形質的都要被烈火銷化，地和其上的物都要燒盡了。這一切既然都要如此銷化，你們為人該當怎樣聖潔，怎樣敬虔，切切仰望上帝的日子來到。在那日天被火燒就銷化了，有形質的都要被烈火鎔化。」(彼後三 10~12) 但末日對信徒而言，卻是蒙釋放得自由之日。彼得也說：「但我們照祂的應許，盼望新天新地，有義居在其中。」(彼後三 13)

依據聖經的觀點，世界末日對不信的人來說，是可怕審判之日；但對信徒來說，卻是主來迎接我們的日子。保羅論到末日說：「因為主必親自從天降臨，有呼叫的聲音、和天使長的聲音，又有上帝的

號吹響，那在基督裡死了的人必先復活。以後我們這活著還存留的人，必和他們一同被提到雲裡，在空中與主相遇。這樣，我們就要和主永遠同在。」（帖前四 16~17）這是何等的盼望！親愛的，到那日，上帝要擦去我們一切的眼淚，不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過了，一切都被主更新了（啓廿一 4~5），那是我們得贖的日子，是一切苦難終結之日，我們將永遠與主同住。祂要作我們的上帝，我們要作祂的子民（啓廿一 3）。惟願我們能如此禱告：「主阿，我願祢來。」（啓廿二 20）

默想

1. 世界末日也是主的第二次降臨。這個主題在聖經中佔很重要的地位，必需更詳細、更全面、更有系統的查考。主若許可，將來我們或許能就此主題更進一步的研讀。這是一個很重要的應許，是一切苦難的結束。它對信徒而言，是個充滿盼望的日子。讓我們期待這日快快來臨。

2. 彼得告訴我們：「主所應許的尚未成就，有人以為祂是耽延，其實不是耽延，乃是寬容你們，不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。」（彼後三 9）信徒的重責大任，當把握機會廣傳福音、搶救靈魂，免得救恩的門關上時，還有許多人在沉淪之中。

苦難的金言

1. 在祂愛的陽光下等候會叫我們漸漸成熟，在試煉的黑雲下等候也是如此。——*Andrew Murray*

2. 上帝要從我們生活的黑點裡編出一首美麗和諧的音樂來。——*C.H.P.*

苦難的應許

1. 因基督也曾一次為罪受苦〔受苦有古卷作受死〕，就是義的代替不義的，為要引我們到上帝面前。按著肉體說祂被治死，按著靈性說祂復活了。（彼前三 18）

2. 倒要歡喜，因為你們是與基督一同受苦，使你們在祂榮耀顯現的時候，也可以歡喜快樂。（彼前四 13）

3. 若為作基督徒受苦，卻不要羞恥，倒要因這名歸榮耀給上帝。(彼前四 16)

苦難中的禱告

親愛的主阿，經驗祢的話語愈多，信靠祢愈深；親近祢愈多，與祢愈親密。主阿，惟願我全人都能尊榮祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 12 日 面對苦難（一）—— 向主眼淚汪汪

經文：伯十六 18~22；王下廿 1~7

鑰節：我的朋友譏誚我，我卻向上帝眼淚汪汪。(伯十六 20)

參考經文：詩六 6；卅九 12；四十二 3；五十六 8；一二六 5；賽廿五 8；路七 38，44；來五 7；啓七 17

提要

信徒面對苦難時各有不同的反應，但每一種真心的表達，都是主所了解和同情的。因為這條路是祂親自經歷過、感受過的，因此祂非常能體會我們的處境。聖經中許多主的僕人面對苦難時常哭倒在主面前。聖經描述約伯在痛苦中「向上帝眼淚汪汪」(伯十六 20)；大衛自述：「我因唉哼而困乏，我每夜流淚，把床榻漂起，把褥子溼透。」(詩六 6)；希西家王得知自己患了必死之病，在上帝面前痛哭(王下廿 1~2)；那位有罪的女人用眼淚溼了耶穌的腳(路七 38)。他們共同的是毫不掩飾，將心中的苦痛藉著眼淚傾倒在主面前，聖經應許：「他們在一切苦難中，祂也同受苦難，並且祂面前的使者拯救他們，祂以慈愛和憐憫救贖他們。」(賽六十三 9) 親愛的，不必壓抑，不必故作堅強，儘管將你心中的痛苦、委屈、傾倒出來吧！好好在主面前痛哭一場，你將會得著祂的安慰。

主不輕看人的眼淚(王下廿 5；賽卅八 5)，主也必擦去各人臉上的眼淚(賽廿五 8 啓七 17；廿一 4)。主對那位拿因城失去獨生子的寡婦說：「不要哭」(路七 13)；主看見拉撒路的姊妹馬利亞俯伏在

祂腳前哭泣，並看見與她同來的猶太人也哭。聖經記錄了一句最短、最甜美、最深切的經文：「耶穌哭了」（約十一 32~35）。哦！天地的主、造我們的父，祂深切了解與同情我們遭遇的一切。天路客阿！祂在乎你每一滴淚水，祂了解你所受的痛苦，祂同情你所有的委曲。

默想

1. 有句話說：「眼淚是上帝給受苦者最好的禮物。」有些痛苦和心傷的情緒是難以言喻、無從宣洩的，上帝將「眼淚」這特殊的禮物賞賜給人，使人在苦難中得以有一個出口。從聖經的記載，我們看見許多聖徒都是淚眼汪汪的，最典型的是哀哭的先知耶利米。基督徒無需強迫壓抑自己的愁苦，在主面前痛痛哭泣，這是另一種真心實意的祈禱。

2. 大衛禱告說：「我幾次流離，您都記數。求您把我眼淚裝在祢的皮袋裡，這不都記在祢冊子上麼。」（詩五十六 8）不錯，上帝在乎我們每一滴眼淚，祂決不會忘記祂流淚的兒女，祂會伸出手來將你抱入懷中。

苦難的金言

1. 我們所遭遇的試煉是上帝給我們的好機會，我們卻常常將它當作障礙。——A. B. Simpson

2. 你當在黑暗中仰賴主，用不移的信心敬愛祂；這樣，你就會得到新的力量。——J. R. Macduff

苦難的應許

1. 你回去告訴我民的君希西家，說：耶和華你祖大衛的上帝，如此說：我聽見了你的禱告，看見了你的眼淚。我必醫治你，到第三日，你必上到耶和華的殿。（王下廿 5）

2. 祂已經吞滅死亡直到永遠，主耶和華必擦去各人臉上的眼淚，又除掉普天下祂百姓的羞辱，因為這是耶和華說的。（賽廿五 8）

3. 因為寶座中的羔羊必牧養他們，領他們到生命水的泉源；上帝也必擦去他們一切的眼淚。（啟七 17）

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢統管萬有，治理全地、萬國，人類的歷史祢干預其中，祢是亙古常存永活的上帝。當我孤單的時候祢安慰我、與我同在。我要完全信靠祢，在最黑暗的時刻愈加信賴祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 13 日 面度苦難（二）—— 時時倚靠祂

經文：詩六十二 1~12

鑰節：你們眾民當時時倚靠祂，在祂面前傾心吐意，上帝是我們的避難所。（詩六十二 8）

參考經文：王下十八 5；伯十三 15；賽廿六 4；得二 12；亞十 12

提要

大衛許多親身的經歷，為後世信徒留下如何面對苦難的秘訣。今日鑰節提到：「你們眾民當時時倚靠祂，在祂面前傾心吐意，上帝是我們的避難所。」（詩六十二 8）英文 NIV 是：「Trust in him at all times, O people; pour out your hearts to him, for God is our refuge.」這裡強調在一切境遇中，每時每刻都要信靠主，要將你的心傾倒給祂，也就是將全人歸屬祂，藏在祂為你預備的船上，祂要為你掌舵與你同在。當你遭遇試煉、苦難、絕望時，將你的苦情告訴祂，相信祂能扶持、幫助你，賜力量給你渡過每一個難關。

「倚靠、信靠」的英文是「Trust」，若你將「T」拿掉，只剩下「rust（鐵銹）」了。可見信徒的生命中，若失去對主的信靠，整個生命很快就會生銹腐蝕，動彈不得了。在苦難中「倚靠」更是不可少的，先知以賽亞說：「你們當倚靠耶和華直到永遠，因為耶和華是永久的磐石。」（賽廿六 4）約伯見證說：「祂雖殺我，我仍要信靠祂（直譯：Though he slay me, yet will I trust in him:—KJV）」（伯十三 15）。主不但是我們的避難所，祂也是我們的磐石。有主在我們的船上，祂絕不會讓我們迷航。我們若安息在祂的應許中，必然穩妥可靠；即使風浪再大，波濤驚駭，祂必保守我們安渡彼岸。

默想

1. 我們不需要單獨面對苦難，因為主是我們的千古保障，祂應許用慈愛環繞我們（詩卅二 10）、保守我們十分平安（賽廿五 3）、成全我們所交託給祂的（詩卅七 5）、祂要為我們的幫助和盾牌（詩一一五 11）、祂要救護我們（但三 28）。親愛的，記住祂是你在苦難中唯一的倚靠。

2. 面對苦難，最深的痛苦，是無依無靠、無人安慰、無路可走、完全無助的絕望。切記，要倚靠上帝，因為「倚靠耶和華的人，好像錫安山，永不動搖。」（詩一二五 1）即使再大的患難都不能真正傷害你，因為你生命的根是紮在主耶穌基督裡的。

苦難的金言

1. 英雄是在痛苦熾熱的鐵砧上錘煉出來的，惟有考驗才能培養傑出的勇氣。——Shan

2. 大地怎樣需要黑雲與日光，我們也同樣需要悲傷與歡樂。——Shan

苦難的應許

1. 惡人必多受苦楚，惟獨倚靠耶和華的，必有慈愛四面環繞他。（詩卅二 10）

2. 當將你的事交託耶和華，並倚靠祂，祂就必成全。（詩卅七 5）

3. 你們敬畏耶和華的，要倚靠耶和華，祂是你們的幫助，和你們的盾牌。（詩一一五 11）

苦難中的禱告

親愛的主阿，當我的心鎮靜的時候，能聽見祢的聲音，祢是我的力量和盼望。祢是真光，眾光之源，永遠常存。主阿，我要專心跟從祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 14 日 面對苦難（三）—— 患難之日求告祢

經文：詩八十六 1~17

鑰節：我在患難之日要求告祢，因為祢必應允我。（詩八十六 7）

參考經文：撒下廿二 7；詩廿八 1；五十 15；九十一 15；一一八 5；一二〇 1；拿二 2

提要

「禱告」是面對苦難的要訣之一。今日鑰節是大衛的祈禱：「我在患難之日要求告祢，因為祢必應允我。」（詩八十六 7）這是大衛面對苦難時的第一個反應，祂見證說：「我在急難中求告耶和華，向我的上帝呼求，祂從殿中聽了我的聲音，我的呼求入了祂的耳中。」

（撒下廿二 7）大衛深深明白，離了上帝他就沒有活路了，他迫切地禱告：「耶和華阿，我要求告祢，我的磐石阿！不要向我緘默，倘若祢向我閉口，我就如將死的人一樣。」（詩廿八 1）大衛在每一次苦難中，無論大小，都藉著求告主，上帝的幫助、拯救、扶持、安慰就必臨到，使他能安渡每一個艱困的時刻。親愛的，將你的苦情帶到上帝施恩寶座前，向祂求告吧，祂必應允你。

哈拿因為不能生育，心裡愁苦，就痛痛哭泣祈禱耶和華（撒上一 10），上帝顧念哈拿，使她懷孕生下了撒母耳（撒上一 19~20）。可見人的苦情是上帝所顧念的，人的求告是上帝所垂聽的。先知約拿因違背上帝的命令，被丟入海中，吞入魚腹中三日三夜（拿一 17），他在魚腹中禱告上帝說：「我遭遇患難求告耶和華，祢就應允我，從陰間的深處呼求，祢就俯聽我的聲音。」（拿二 2）哦，每位受苦的人，不管你的苦難多麼大，你的痛苦多麼深，即使在魚腹中、在陰間的深處，只要你願意求告主的名，主的應允必然臨到，祂必將你的性命從坑中救出來（拿二 6）。

默想

1. 先知耶利米發出恩言說：「成就的是耶和華，造作為要建立的也是耶和華。耶和華是祂的名，祂如此說：你求告我，我就應允你，並將你所不知道，又大又難的事，指示你。」（耶卅三 2~3）今天你所遇到是何等的難題和苦痛，憑這著應許，只要你求告祂，祂就必應允你，在祂沒有難成的事。

2. 希伯來書的作者宣告說：「所以我們只管坦然無懼的，來到施恩的

寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠作隨時的幫助。」(來四 16) 親愛的，「求告」是將我們的苦難帶到上帝的施恩寶座的唯一途徑。

苦難的金言

1. 你要堅信到底，上帝對於已經應許過的東西，怎能說「不」呢？

——C. H. Spurgeon

2. 上帝並不把患難看作困難而是看作機會。——Shan

苦難的應許

1. 主阿，求祢憐憫我，因我終日求告祢。(詩八十六 3)

2. 耶和華阿，求祢留心聽我的禱告，垂聽我懇求的聲音。(詩八十六 6)

3. 求祢向我顯出恩待我的憑據，叫恨我的人看見，便羞愧，因為祢耶和華幫助我、安慰我。(詩八十六 17)

苦難中的禱告

親愛的主阿，有時我在苦悶的黑暗中，摸索前行，看不見前面的牧者，心裡焦急起來，祢微聲對我說：「孩子，我正和你同行，我必不撇下你，也不丟棄你。」啊，祢的話的確是我腳前的燈、路上的光，它照明了我心中的黑暗。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 15 日 面對苦難 (四) —— 眼目單仰望祢

經文：代下廿 1~30

鑰節：我們的上帝阿，祢不懲罰他們麼？因為我們無力抵擋這來攻擊我們的大軍，我們也不知道怎樣行，我們的眼目，單仰望祢。(代下廿 12)

參考經文：伯五 8；詩廿五 1, 15；卅一 24；卅三 18；四十二 5；一一九 114；一四三 8；羅四 20；來十二 2；猶一 21

提要

面對人生的苦難和危機，「仰望」上帝，能使我們抽離苦難和危機的問題，而聚焦於上帝，惟祂能解決一切的苦難和危機。今日的

經文記載猶大王在一次面臨國家生死存亡之際，面對來勢洶洶的亞蘭大軍，猶大國根本無抵抗之力，約沙法王驚惶懼怕，定意尋求耶和華，在猶大全地宣告禁食，並向上帝禱告說：「我們的上帝阿，祢不懲罰他們麼？因為我們無力抵擋這來攻擊我們的大軍，我們也不知道怎樣行，我們的眼目，單仰望祢。（We do not know what to do, but our eyes are upon you.）」（代下廿 12）不錯，當我們驚惶失措時，最穩妥的辦法，就是單單仰望上帝，將你的問題交給祂，祂是你隨時的幫助。

大衛最懂得仰望上帝，他說：「耶和華阿，我的心仰望祢。……我的眼目時常仰望耶和華，因為祢必將我的腳從網裡拉出來。」（詩廿五 1，15）「凡仰望耶和華的人，你們都要壯膽，堅固你們的心。」（詩卅一 24）「求祢使我清晨得聽祢慈愛之言，因我倚靠祢。求祢使我知道當行的路，因我的心仰望祢。」（詩一四三 8）哦！天路客，當時常仰望上帝，在每一個艱難的時刻，主必指引你當行的路，並且使你不至滑跌。上帝應許那些仰望祂的人，必蒙看顧、幫助和保護（詩卅三 18；四十二 5；一一九 14）。不要怕迎面而來的苦難，也不要定睛於這些苦難，應該轉眼仰望上帝。

默想

1. 保羅論到亞伯拉罕漫長的等候，以及他在困境中的表現：「他在無可指望的時候，因信仍有指望，……並且仰望上帝的應許，總沒有因不信，心裡起疑惑，反倒因信，心裡得堅固，將榮耀歸給上帝。且滿心相信，上帝所應許的必能作成。」（羅四 18，20~21）親愛的，在一切苦難中，什麼都可以失去，惟獨對上帝的信心不可失去，當憑信心仰望上帝。

2. 希伯來書的作者勉勵我們，當「仰望為我們信心創始成終的耶穌」。仰望主是面對苦難的良方，信心軟弱時，更當仰望祂，祂必賜給你從天而來的信心。

苦難的金言

1. 撒但給我們的一切襲擊，不但無力傷害我們，並且在半路上都已

經變成祝福了。——H. W. S.

2. 人生最甜蜜的歡樂，都是憂傷的果子。。——F. W. Robertson

苦難的應許

1. 至於我，我必仰望上帝，把我的事情託付祂。(伯五 8)
2. 耶和華的眼目，看顧敬畏祂的人，和仰望祂慈愛的人。(詩卅三 18)
3. 我的心哪，祢為何憂悶，為何在我裡面煩躁，應當仰望上帝，因祂笑臉幫助我，我還要稱讚祂。(詩四十二 5)

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢非但不擲去保羅身上的刺，祢反而使用了那根刺。歷世歷代的聖徒，祢也未取走他們身上所背的十字架，然而祢卻賜給他們足夠的力量擔得起它。如今的我，祢要我憑信心和愛心前進，從我所經過的一切痛苦和眼淚中，祢找出美麗的珍珠來。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 16 日 面對苦難（五）—— 因苦難學了順從

經文：來五 7~10

鑰節：祂雖然為兒子，還是因所受的苦難學了順從。(來五 8)

參考經文：太六 10；廿六 39；可十四 35~36；路廿二 42~44；腓二 5~11；來十二 1~2

提要

基督為我們立下了以「順服」面對苦難的榜樣。希伯來書提到：「祂雖然為兒子，還是因所受的苦難學了順從。(Although he was a Son, he learned obedience through what he suffered.—RSV)」上帝命定基督為世人受死，祂順從了(腓二 8)。祂在十字架的苦難中完全順服，祂親身經歷了，信徒順從上帝所遭受苦難的代價。(賽五十 4~6；來十二 2) 這是何等寶貴的功課！每一個苦難的背後，都有上帝更高的旨意，惟有順從，才能使上帝的旨意成全在我們身上。

苦難本身是痛苦難受的，就連主都曾在客西馬尼園禱告上帝

說：「我父阿，倘若可行，求祢叫這杯離開我。」（太廿六 39）這十字架的苦杯的確是難以承受的重，但是主接著說：「然而不要照我的意思，只要照祢的意思。」完全的順從、完全的獻上，帶來完全的救贖、完全的榮耀。保羅也曾三次求主挪去他身上的那根刺，但至終他順從上帝，在上帝夠用的恩典中，他經歷了軟弱、凌辱、急難、逼迫和困苦喜樂（林後十二 7~10）。親愛的，苦難是彰顯上帝恩典的途徑，是榮耀上帝的方式，在苦難中順從，才能經歷主為你預備的福份。惟願我們能在每一個境遇中，順從主的安排，跟隨主的帶領，祂必引導我們行過死蔭的幽谷，躺臥在青草地上，領我們到可安歇的水邊。我的心哪，順從祂吧！

默想

1. 要在苦難中學會順從雖然不容易，卻是必須的。因為順從是對上帝主權完全降服，不只是尊重上帝的旨意，更是承認上帝的安排無誤，相信上帝的引導最好。我們在苦難中若能學會順從的功課，那屬靈的生命和屬天的信心，必然不斷成長了。
2. 主禱文中提到：「願祢的國降臨。願祢的旨意行在地上，如同行在天上。」（太六 10）透過每個信徒的實踐，絕對順從的生命才能使祂的旨意成全在我們身上，運行在地上，如同在天上。天路客阿，當學習順從。

苦難的金言

1. 勝利就在不動中、靜候中得到的。這要比活動艱難千倍。——J. R. Miller
 2. 我們在黑暗中攀登狹窄的絕壁時，上帝獨自引導我們。——Shan
- ### 苦難的應許

1. 你們當以基督耶穌的心為心。（腓二 5）
2. 我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程。（來十二 1）
3. 仰望為我們信心創始成終的耶穌〔或作仰望那將真道創始成終的

耶穌]，祂因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在上帝寶座的右邊。(來十二2)

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢教導我：稱謝讚美是我的事奉，天天背負我重擔的是祢。我的意念中不得存有催促、疑惑、埋怨、質問……等的思緒，以免從我身上使祢所得的榮耀有瑕疵。主阿，我深深愛慕祢。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 17 日 面對苦難（六）—— 謙卑人的心願

經文：詩十 1~18

鑰節：耶和華阿，謙卑人的心願，祢早已知道，祢必豫備他們的心，也必側耳聽他們的祈求。(詩十 17)

參考經文：伯廿二 29；詩廿五 9；七十六 8；一四七 6；箴廿二 4；賽廿九 19；五十七 15；六十一 1；彌六 8；太十一 29；徒廿 19；雅四 6；彼前三 8

提要

面對苦難的另一個重要心態，就是謙卑。惟有謙卑的人才學會順從，也惟有謙卑的心才能承認需要上帝。今日的鑰節提到：「耶和華阿，謙卑人的心願，祢早已知道，祢必豫備他們的心，也必側耳聽他們的祈求。」(詩十 17) 很多時候，苦難會使人陷入憤恨苦毒之中，抱怨別人、對上帝生氣……等等，當心阿！這正好中了撒但的詭計。因為牠的目的就是要使你離棄上帝，這時惟有謙卑自己，才能得著安息的心，才能真正看清楚自己的光景，才能承認自己的無能，才肯接受上帝的幫助和安慰。

彼得勉勵眾人說：「……要以謙卑束腰、彼此順服，因為上帝阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。所以你們要自卑，服在上帝大能的手下，到了時候祂必叫你們升高。」(彼前五 5~6) 一切的遭遇都是經過上帝所允許的，能自卑服在上帝大能的手下，接受祂所為你所

安排的，並且相信祂的保守和看顧，如此才能在苦難中遇見主，先知以賽亞宣告：「因為那至高至上、永遠長存，名為聖者的如此說：我住在至高至聖的所在，也與心靈痛悔謙卑的人同居，要使謙卑人的靈甦醒，也使痛悔人的心甦醒。」（賽五十七 15）「心靈痛悔」意指「心靈被壓碎」，而上帝要與那些心靈被壓碎、經歷極大苦難的謙卑之人同在，並且要甦醒他們的心靈，使他們在苦難中能仰望那位至高至上、永遠長存的磐石，這是何等的應許！

默想

1. 法國有一句格言說：「謙卑乃是上帝要我們向祂獻祭的那座祭壇。」在苦難中信徒能在謙卑的祭壇上獻上自己，成為實踐上帝旨意的馨香之祭，以此來稱頌讚美榮耀祂。

2. 「祂本有上帝的形像，不以自己與上帝同等為強奪的；反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式。既有人的樣子，就自己卑微、存心順服，以至於死，且死在十字架上。」（腓二 6~8）主為我們立下最好的榜樣，虛己卑微、順服至死，成全上帝的旨意、榮耀上帝。

苦難的金言

1. 如果你想走出你的困難狹窄的處境，出路是在頂上。你必須向上走，纔能得到釋放。——*Shan*

2. 許多時候，信心的腳步似乎牽引我們進入了黑暗和災禍，但是上帝開了路，夜半變成了黎明。——*Days of Heaven upon Earth*

苦難的應許

1. 祂必按公平引領謙卑人，將祂的道教訓他們。（詩廿五 9）

2. 耶和華扶持謙卑人，將惡人傾覆於地。（詩一四七 6）

3. 謙卑人，必因耶和華增添歡喜；人間貧窮的，必因以色列的聖者快樂。（賽廿九 19）

苦難中的禱告

親愛的主阿，人非有信，就不能得祢的喜悅。我要堅心倚靠祢，把自己完全交託祢。雖然有時禱告，祢遲遲未回應，但我深信：祢是永不誤事的上帝。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 18 日 面對苦難（七）—— 等候從新得力

經文：詩四十 1~17；賽四十 27~31

鑰節：但那等候耶和華的，必從新得力，他們必如鷹展翅上騰，他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。（賽四十 31）

參考經文：創四十九 18；詩廿五 5；廿七 14；卅三 20；卅七 7；六十二 1，5；一三〇 5~6；賽廿五 9；卅三 2；哀三 25~26；彌七 7；羅八 25；加五 5

提要

「等候」是信徒面對苦難最不容易的功課。大衛曾多次向主呼喊：「我心也大大的驚惶。耶和華阿，祢要到幾時纔救我呢？」（詩六 3）「耶和華阿，祢忘記我要到幾時呢？要到永遠麼？祢掩面不顧我要到幾時呢？」（詩十三 1）「主阿，祢看著不理，要到幾時呢？求祢救我的靈魂，脫離他們的殘害，救我的生命，脫離少壯獅子。」（詩卅五 17）這些話是深陷極深苦難無法自拔之人的吶喊。相信主必然聽見，也看見我們的苦情，祂只是要祂的兒女再等候片時，因為祂知道什麼時刻、什麼樣的火候對我們最好。當祂將我們從烈火中取出，我們就能像精金般的閃亮了。

以賽亞宣告說：「但那等候耶和華的，必從新得力，他們必如鷹展翅上騰，他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」（賽四十 31）老鷹在山谷徘徊，牠熟諳天候，需等熱氣流下降才能順勢展翅上騰，沖高翱翔在空中。受苦的人哪，你也當明白等候是必須的，為要讓你行走奔跑從新得力。大衛見證說：「我曾耐性等候耶和華，祂垂聽我的呼求。祂從禍坑裡，從淤泥中，把我拉上來，使我的腳立在磐石上，使我腳步穩當。祂使我口唱新歌，就是讚美我們上帝的話。許多人必看見而懼怕，並要倚靠耶和華。」（詩四十 1~3）哦！天路客，耐心等候主的時刻到來，你終會得見祂的榮耀。

默想

1. 對陷入苦難中的信徒而言，等候是困難的；尤其是漫長的等候，

更是難上加難。甚至有些苦難必需直到今世結束，在永恆中才看清主美好的旨意。哦，親愛的，不要焦急，不論今生永世，上帝必與我們同在，我們並不孤單。等候再漫長，與永恆相較，只是瞬間。信靠祂吧！將自己交託給祂，祂必成全關乎你的事。

2. 面對苦難，等候的功課是必需操練的。在等候中存著盼望，像那些大有信心的聖徒，等候使他們的生命臻於完全，也測驗出他們對主的信有多大，對主的愛有多深。

苦難的金言

1. 若沒有祢引導，我就無法走完充滿艱險誘惑的世路。——C. H. Spurgeon

2. 人生的路難免起伏變化，但無論遇禍遇福，無論順境逆境，無論貧富貴賤，這一切都有上帝的美意。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 要等候耶和華，當壯膽，堅固你的心。我再說，要等候耶和華。（詩廿七 14）

2. 我們的心向來等候耶和華，祂是我們的幫助，我們的盾牌。（詩卅三 20）

3. 上帝阿，祢是我的上帝，我要切切的尋求祢。在乾旱疲乏無水之地，我渴想祢，我的心切慕祢。（詩六十三 1）

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢的名是超乎萬名之上的名，叫一切在天上的、地上的、和地底下的，因耶穌的名，無不屈膝。凡相信祢名的人，祢就賜他們權柄，作上帝的兒女。哦，主阿，這是何等的恩典！我一生中任何遭遇，只要是出於祢的旨意，我都欣然接受。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 19 日 面對苦難（八）—— 患難中要忍耐

經文：羅五 3；十二 12；十五 5；雅一 3~4；五 7~11；彼前二 20

鑰節：在指望中要喜樂，在患難中要忍耐，禱告要恆切。（羅十二 12）

參考經文：詩卅七 7；太廿四 13；林後一 6；西一 11；帖後一 4；提後三 11；四 5；來六 15；十一 27；十二 2

提要

今日鑰節中提到：「.....在患難中要忍耐.....。」（羅十二 12）

「忍耐」可說是「等候」的孿生兄弟，是信徒面對苦難的良方。在逆境和患難中忍耐，它是幫助我們勝過苦難的利器。大衛在苦難中勉勵自己說：「你當默然倚靠耶和華、耐性等候他。」（詩卅七 7）保羅也勸勉提摩太說：「你卻要凡事謹慎，忍受苦難，作傳道的工夫，盡你的職份。」（提後四 5）希伯來書教導我們說：「我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程。」（來十二 1）可見「忍耐」是穿過苦難、得勝苦難、超越苦難的要訣。

保羅論「愛」的篇章提到四個「凡事」，其中之一「凡事忍耐」（林前十三 7）。「忍耐」是表達愛的一種能力，這種能力是來自上帝所賜的，故保羅稱上帝是「賜忍耐、安慰的上帝」（羅十五 5）；「忍耐」是聖靈所結果子（加五 22）。主是我們忍耐的榜樣：「.....祂因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在上帝寶座的右邊。」（來十二 2）由此可見，「在患難中要忍耐」是我們經歷苦難時所必須承受的。親愛的，你正在苦難之中嗎？讓我們仰望為我們的信心創始成終的主，在忍耐的道路上，祂必陪伴我們走過每一個痛苦的日子。

默想

1. 「忍耐」能承受上帝的「應許」。希伯來書的作者教導：「總要效法那些憑信心和忍耐承受應許的人。」（來六 12）；「你們必須忍耐，使你們行完了上帝的旨意，就可以得著所應許的。」（來十 36）；「亞伯拉罕既恆久忍耐，就得了所應許的。」（來六 15）親愛的，在每個「苦難」的背後都有上帝的「應許」，而「忍耐」正是打開它的鑰匙。

2.「忍耐生老練，老練生盼望。」(羅五4)何等奇妙！原來「忍耐」必須在試煉和患難中鍛練出來。惟有不斷遭受打擊，才能生出忍耐來。忍耐意味著對上帝甘心的順服、以及默然的倚靠。哦，天路客，你明白為何受苦了吧。

苦難的金言

- 1.你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂。——聖經
- 2.「一宿雖有哭泣」，但有什麼關係？「早晨便必歡呼。」——C. H. Spurgeon

苦難的應許

- 1.照祂榮耀的權能，得以在各樣的力上加力，好叫你們凡事歡歡喜喜的忍耐寬容。(西一11)
- 2.甚至我們在上帝的各教會裡為你們誇口，都因你們在所受的一切逼迫患難中，仍舊存忍耐和信心。(帖後一4)
- 3.但願賜忍耐安慰的上帝，叫你們彼此同心，效法基督耶穌。(羅十五5)

苦難中的禱告

親愛的主阿，我明白祢加給我的困難和障礙，為要操練我的信心。如保羅不斷經歷困難、痛苦、危險，使他學到「我的恩典夠你用的」這寶貴應許的真諦。如今，每當我遭遇難處，這應許同樣讓我受用不盡。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月20日 面對苦難(九)——盼望從祂而來

經文：詩六十二 1~8；七十一 5，14；一一九 49；一四七 11；耶十七 13

鑰節：我的心哪，你當默默無聲，專等候上帝，因為我的盼望是從祂而來。(詩六十二5)

參考經文：羅五 2，4~5；八 24~25；十五 4，13，24；林前十三 7；林後一 7；加五 5；弗一 12；腓一 20；西一 5，23，27；帖前一 3；

二 19；五 8；帖後二 16；提前一 1；多一 2；二 13；三 7；門一 22；來三 6；彼前一 3，13，21；三 15；彼後三 13~14

提要

「盼望」隨著等候和忍耐而來，是承受應許的前導，是信心的表達，是信徒在面對苦難時，能堅持到底的動力。當時羅馬教會的信徒在苦難中，保羅勉勵他們說：「.....就是在患難中，也是歡歡喜喜的。因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於羞恥.....。」（羅五 3~5）；「我們得救是在乎盼望。」（羅八 24）；「.....叫我們因.....所生的忍耐和安慰，可以得著盼望。.....但願使人有盼望的上帝，因信，將諸般的喜樂平安，充滿你們的心，使你們藉著聖靈的能力，大有盼望。」（羅十五 4，13）親愛的，這些話正是為你而寫的，若心存盼望，再大的苦難都能成為喜樂，因為我們的上帝是使人有盼望的上帝，也是賜人盼望的上帝，因為祂就是你的盼望。

大衛在苦難中呼喊說：「我的心哪，你當默默無聲，專等候上帝，因為我的盼望是從祂而來。」（詩六十二 5）他兩次見證說：「惟獨祂是我的磐石，我的拯救，祂是我的高臺，我必不很動搖。惟獨祂是我的磐石、我的拯救；祂是我的高臺，我必不動搖。」（詩六十二 2，6）不單如此，他進一步宣告：「我的拯救、我的榮耀，都在乎上帝。我力量的磐石，我的避難所，都在乎上帝。」（詩六十二 7）這是何等的信心！何等的盼望！這也是每位天路客在面對苦難時，應有的宣告，應有的盼望，應有的讚美。

默想

1. 「盼望」成為苦難中信徒重要的支撐，因有盼望才能等候，因有盼望才能忍耐。這盼望並非海市蜃樓、虛無飄渺的，而是建立在上帝永遠信實、可靠的應許之上。親愛的，讓我們心存盼望，在苦難中遇見上帝，看見那將要到來的榮耀。
2. 「我的盼望是從祂而來。」（詩六十二 5）；如同「救恩是從祂而來」（詩六十二 1）；保羅稱祂為「使人有盼望的上帝」（羅十五 13）。惟

獨上帝是我們盼望的根源，因為祂是我們的磐石，我們的拯救，我們的高臺，我們的榮耀，我們的避難所。惟祂是我們的盼望。

苦難的金言

1. 人生有苦難，但在耶穌裡有平安。——C. H. Spurgeon
2. 即使我們現在落在煎熬折磨、患難困苦當中，我們仍要學習忍耐，直到主說：「夠了！」的那一天。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 主耶和華阿，祢是我所盼望的，從我年幼祢是我所倚靠的。（詩七十一 5）
2. 我卻要常常盼望，並要越發讚美祢。（詩七十一 14）
3. 耶和華喜愛敬畏，和盼望祂慈愛的人。（詩一四七 11）

苦難中的禱告

親愛的主阿，祢舉起眾海島好像極微之物，祢當然背負得動我一切的重擔。主阿，全然相信祢所應許的，是最穩妥不過的了；因為祢的話語，在任何情況下都是可靠的。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 21 日 面對苦難（十）—— 受苦遭難成為喜樂

經文：詩九十 1~17；雅一 2

鑰節：求祢照著祢使我們受苦的日子，和我們遭難的年歲，叫我們喜樂。（詩九十 15）

參考經文：太五 12；約十六 22；羅十五 31；林後十二 10；彼前四 13

提要

神人摩西對上帝有一個特別的禱告：「求祢照著祢使我們受苦的日子，和我們遭難的年歲，叫我們喜樂。」（詩九十 15）摩西將兩相迥異的情境和元素並論，「我們遭難的年歲，叫我們喜樂。」兩者原本天差地遠，但摩西卻深切體會那位使無變有，凡事都能的上帝，能將我們受苦的日子、遭難的年歲，都變成我們的喜樂，這是何等

特殊的詮釋。然而這卻是歷代聖徒共通的經歷和見證，也是信徒超越苦難之後的一種感受。

主肉身的兄弟使徒雅各曾勸勉：「我的弟兄們，你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂。」（雅一2）保羅也見證說：「我為基督的緣故，就以軟弱、凌辱、急難、逼迫、困苦，為可喜樂的。」（林後十二10）主也說：「人若因我辱罵你們，逼迫你們，捏造各樣壞話毀謗你們，你們就有福了。應當歡喜快樂，因為你們在天上的賞賜是大的。在你們以前的先知，人也是這樣逼迫他們。」（太五11~12）使徒彼得也有相同的看見：「親愛的弟兄阿，有火煉的試驗臨到你們，不要以為奇怪，倒要歡喜；因為你們是與基督一同受苦，使你們在祂榮耀顯現的時候，也可以歡喜快樂。」（彼前四12~13）歷代以來，這些見證和勉勵，如同雲彩一般圍繞著我們，鼓勵我們，安慰我們，使一切在苦難中的信徒能預見，在苦難之後所要呈現的，是何等寶貴的應許。苦難是短暫的，喜樂則是永恆的。

默想

1. 聖經中所提到的喜樂並不是指屬世肉體的快感，那不過是曇花一現；而是指靈裡生命深層地與基督聯合那種滿足的喜樂。它是人不能奪去，是永恆的喜樂。信徒喜樂的極致是在於親眼見主，就像約伯一樣（伯四十二5）。信徒在苦難中能享受上帝的同在、扶持、安慰、擁抱、恩惠、慈愛、幫助、拯救、眷顧、保護……等等這正是喜樂的源頭。

2. 喜樂是一種得勝的宣告和流露。信徒若能在苦難中喜樂，撒但就無能為力了。

苦難的金言

1. 朋友，在患難日，更能顯示出信仰的價值，以及倚靠主的榮耀盼望。——C. H. Spurgeon

2. 若你覺得仇敵當前，無力招架，讓耶穌做你的盾牌。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 我要因你歡喜快樂。至高者阿，我要歌頌你的名。(詩九2)
2. 因你耶和華藉著你的作為叫我高興，我要因你手的工作歡呼。(詩九十二4)
3. 耶和華果然為我們行了大事，我們就歡喜。(詩一二六3)

苦難中的禱告

親愛的主阿，「苦難」就像提煉寶礦的烈火，經過窯中的火煉，精金就能閃閃發出耀眼的金光。不拒絕那經過你允許的每一個環境、每一個試煉，每一個患難，且享受其中的互相効力，其生命定然是豐盛無比的。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月22日 面對苦難（十一）—— 凡事謝恩成全主旨

經文：詩五十 14，23；腓四 6~7；帖前五 16~18

鑰節：凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裡向你們所定的旨意。(帖前五 18)

參考經文：詩一一六 17；拿二 9；林前十五 57；林後二 14；九 15；弗五 20

提要

「要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩，因為這是上帝在基督耶穌裡向你們所定的旨意。」(帖前五 16~18) 保羅教導這寶貴的真理，也是屬靈的律。當信徒面對苦難能積應用、信靠上帝的應許，屬靈的爭戰就必得勝。哦，親愛的，你發現這能力的秘訣了嗎？「凡事謝恩」能使我們在苦難中，完成上帝在基督裡向我們所定的旨意，在無可感謝的時候，大膽獻上感謝，在不能感謝的時候，憑信心獻上感謝。這感謝的禱告，將帶著能力直達上帝寶座面前，震碎撒但的詭計。

保羅又說：「應當一無罣慮，只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裡，保守你們的心懷意念。」(腓四 6~7) 保羅並非說你一禱告、感

謝，你的難處就迎刃而解，而是當你獻上感謝的祭，上帝會「賜給」你意外的平安，並且在主裡面「保守」你的心懷意念。「苦難」之所以可怕，在於苦難所帶來的恐懼、焦慮、不安和絕望。保羅證實：開口感謝讚美，就會得著意外的平安，心懷意念主必要保守。哦，親愛的，學習將你的問題向主傾吐，並且為此獻上感謝，主必使你得勝苦難，賜你足夠的恩典安然度過苦難。

默想

1. 先知約拿被吞在大魚腹中，三日三夜，當他宣告說：「但我必用感謝的聲音獻祭與祢，我所許的願，我必償還。救恩出於耶和華。耶和華吩咐魚，魚就把約拿吐在旱地上。」（拿二 9~10）約拿結束魚腹中的患難之日，正是他獻上感謝的祭之時。「感謝」能成全主的旨意。
2. 多數的人陷入苦難的第一個反應，就是問為什麼？接著是一連串的焦急、恐懼、徬徨、不知所措，進而怨天尤人，陷在苦毒之中。如此一來，就愈發深陷痛苦深淵無法自拔。聖經教導我們，當為你的苦難向上帝獻上感謝之祭，這樣就能得著祂所賜的平安，進而勝過苦難。

苦難的金言

1. 你的禱告，你的痛悔，你的眼淚——這一切若沒有耶穌的參與，皆屬枉然。——C. H. Spurgeon
2. 我們受的苦楚，不過是短暫的，所背的十字架，不過是一時的，因為過不久，我們就要進到永恆，得著那榮耀的冠冕。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 感謝上帝，常帥領我們在基督裡誇勝，並藉著我們在各處顯揚那因認識基督而有的香氣。（林後二 14）
2. 感謝上帝，因祂有說不盡的恩賜。（林後九 15）
3. 凡事要奉我們主耶穌基督的名，常常感謝父上帝。（弗五 20）

苦難中的禱告

親愛的主阿，「苦難」使信心進深，有如汽油使汽車行駛。人在

安逸、舒適中，委實不如在困苦、患難中，更懂得上帝愛的豐富、甘甜和完全。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 23 日 面對苦難（十二）—— 藏在祂的隱密處

經文：詩廿七 1~14；詩卅二 7；一一九 114

鑰節：因為我遭遇患難，祂必暗暗地保守我。在祂亭子裡，把我藏在祂帳幕的隱密處，將我高舉在磐石上。（詩廿七 5）

參考經文：賽四 6；詩十七 8；卅一 20；西三 3

提要

面對苦難最可靠的，就是藏身在主的裡面。大衛深深體會箇中道理，他說：「因為我遭遇患難，祂必暗暗地保守我；在祂亭子裡，把我藏在祂帳幕的隱密處，將我高舉在磐石上。」（詩廿七 5）「祢是我藏身之處，祢必保佑我脫離苦難，以得救的樂歌，四面環繞我。」

（詩卅二 7）這是多麼甜美的經歷，那些曾經躲過空襲的人，都深刻明白找著避難所是多麼重要。在人生風暴中，信徒落入試煉、苦難之中，最需要的莫過於一個藏身之處。惟上帝是永久的磐石，在祂裡面才有生命平安，以及安全的隱密處。（賽廿六 3~4；腓四 7）

以賽亞曾預言到那日「必有亭子，白日可以得蔭避暑，也可以作為藏身之處，躲避狂風暴雨。」（賽四 6）這「處所」指的正是主自己，大衛在患難中祈禱：「求祢保護我，如同保護眼中的瞳人，將我隱藏在祢翅膀的蔭下。」（詩十七 8）還有何處能比主翅膀蔭下更安全呢？

新約保羅延伸詮釋這項真理，他說：「因為你們已經死了，你們的生命與基督一同藏在上帝裡面。」（西三 3）一個信徒若沒有經歷死亡的過程，沒有與基督同釘十字架的經歷，沒有捨己重生的生命，就無法與基督一同藏在上帝的裡面。可見藏在祂的隱密處，乃是一種生命的體會，一種與主生命的連結合一。親愛的，只有在苦難中，你才能體會如何藏身在基督裡。

默想

1. 藏身在主裡的人，能經歷上帝保守的手在你身上，能體會那環繞在你四面，藉著聖靈臨到你的喜樂和平安。即使身處黑暗裡，上帝卻要作你的光（彌七8），讓你看清前面的道路，看見在那遙遠之處，上帝預備的福。

2. 雖然今日的鑰節是大衛親身經歷，是他心領神會的，它是一個實實在在的應許。凡在苦難中的人，上帝都能成為他們的隱密處和藏身之所。只要你就近祂，信靠祂，呼求祂，祂必保守你，拯救你。

苦難的金言

1. 若沒有苦難、衝突，你的潛能就迸發不出來，上帝的恩典也彰顯不出來。——C. H. Spurgeon

2. 你現在正落入大試煉中，要格外喜樂，因為上帝看你配得上這考驗，而且要賜你夠用的恩典。——C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 祂從高天伸手抓住我，把我從大水中拉上來。（撒下廿二17）

2. 義人呼求，耶和華聽見了，便救他們脫離一切患難。（詩卅四17）

3. 你從水中經過，我必與你同在；你邊過江河，水必不漫過你；你從火中行過，必不被燒，火燄也不着在你身上。（賽四十三2）

苦難中的禱告

親愛的主阿，那些在這個世界為祢受苦的人，有何介意呢？將來在新天新地祢要叫他們在上帝國裡掌權。何等榮耀呀！奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月24日 認識苦難（一）—— 義人多有苦難

經文：詩卅四1~22

鑰節：義人多有苦難，但耶和華救他脫離這一切。（詩卅四19）

參考經文：申十六3；詩一一九75；賽四十五7

提要

整本聖經記載與苦難相關的經文超過二千多節，可謂是一本「苦難者」的專書，其中論及種種苦難、上帝如何在苦難中施以幫助、扶持等等寶貴的信息和應許。若要全面認識苦難的問題，最好的方法就是直接查考聖經原文相關的字詞，並對照不同版本的翻譯，將會有更多的啟發及亮光。讓我們耐心地檢拾這些散落在聖經各處的寶石。聖靈將透過它來向你說話，使你在苦難中得著安慰，在痛苦的荒漠中，得著湧出的甘泉，滋潤你的心腸。

大衛曾在極深的苦難中見證說：「義人多有苦難，但耶和華救他脫離這一切。」（詩卅四 19）信徒的苦難不同於一般人，信徒受苦隱藏著上帝更高的旨意，若能明白就能甘心受苦。哦，正在患難痛苦中的上帝兒女：「凡仰望祂的，便有光榮。他們的臉，必不蒙羞。我這困苦人呼求，耶和華便垂聽，救我脫離一切患難。耶和華的使者，在敬畏祂的人四圍安營，搭救他們。你們要嘗嘗主恩的滋味，便知道祂是美善，投靠祂的人有福了。」（詩卅四 5~8）這些應許是賜給所有受苦中的信徒。惟願祂的話能成為我們生命的力量，陪伴我們行過苦難的幽徑。

默想

1. 苦難是上帝旨意的一部份，是使信徒成長的餅和水（申十六 3；賽卅 20），透過這艱難的餅和困苦的水，我們將會在其中親眼見主（伯四十二 5），這是信徒遭遇苦難最大的奧秘。親愛的，若你能窺透其中的關連性，你必向主獻上感恩的祭，讚美祂在苦難中揀選了你，使你成為精金。

2. 「上帝的道是活潑的、是有功效的，比一切兩刃的劍更快，甚至魂與靈、骨節與骨髓、都能刺入剖開，連心中的思念和主意，都能辨明。」（來四 12）惟願藉著這樣的查考，讓上帝的話進入你生命之中，成為你苦難中的能力，幫助你面對它、得勝它、享受它、超越它。

苦難的金言

1. 無論遭遇苦難逆境，或走在平坦大道，都要使我們更親近耶穌。

——C. H. Spurgeon

2. 在苦難中的朋友，別害怕煩惱重擔，因為你既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。C. H. Spurgeon

苦難的應許

1. 我曾尋求耶和華，祂就應允我，救我脫離了一切的恐懼。(詩卅四 4)

2. 耶和華阿，我知道祢的判語是公義的；祢使我受苦，是以誠實待我。(詩一一九 75)

3. 主雖以艱難給你當餅，以困苦給你當水，你的教師卻不再隱藏，你眼必看見你的教師。(賽卅 20)

苦難中的禱告

親愛的主阿，在晴空中信靠，相較於在風浪中信靠容易得多，但若不放我在試煉中，我絕不會知道愛祢有多深？信祢有多少？主阿，我如果不能分秒活在祢裡面，藉著聖靈的能力與祢同行，我就得不到滿足。一切事物對我而言，便毫無意義了。奉主耶穌基督聖名，阿們！

二月 25 日 認識苦難 (二) —— 患難的日子

經文：創四十八 16；代上四 10；詩廿七 5；四十九 5

鑰節：因為我遭遇患難，祂必暗暗地保守我在祂亭子裡，把我藏在祂帳幕的隱密處，將我高舉在磐石上。(詩廿七 5)

參考經文：詩卅七 19；七十一 20；八十八 3；一〇七 26, 39；傳七 14；賽卅八 15；耶二 27~28；哀一 21

提要

舊約聖經中與「苦難」相關的字彙很多，第一個有關苦難的原文字「ra' (rah) —HB7451」是個名詞，其義涵：「罪惡、危難、苦難、傷害、災禍、逆境、錯誤等」，中文和合本譯為：「患難」(創四十八 16；代上四 10；詩廿七 5；四十九 5) 之外，也譯為「苦難、

災難、急難、受苦、災禍、苦害、苦楚、禍患、受害、愁苦、憂傷等」此字在聖經中使用得相當廣泛。人生中大部份的逆境、挫折都含括在其中，從各種不同翻譯就能更深入了解「患難」的真諦了。由於相關經文相當多，每一節都極其實貴，讀者可使用大光福音網站（www.glorypress.com）聖經查詢功能，可表列出來研讀。

雅各稱上帝為「救贖我脫離一切患難的那使者」（創四十八 16）；雅比斯求告上帝說：「甚願祢賜福與我，擴張我的境界，常與我同在，保佑我不遭患難、不受艱苦。」上帝就應允他所求的。（代上四 10）；大衛則見證：上帝在他遭遇患難時保守他，並將他藏在隱密處（詩廿七 5），因此他說：「在患難的日子……我何必懼怕。」（詩四十九 5）；所羅門王則提醒世人：「遇亨通的日子，你當喜樂。遭患難的日子，你當思想……」（傳七 14）；耶利米眼見猶太人不願悔改，大聲呼喊說：「耶和華阿，求祢觀看，因為我在急難中，我心腸擾亂，我心在我裡面翻轉。……聽見我歎息的有人，安慰我的卻無人。我的仇敵，都聽見我所遭的患難。……」（哀一 21）這些經文讓我們看見各人面對苦難，各有不同的面向。唯一相同之處，就是他們都向上帝祈求、禱告。親愛的，患難之日臨到時，切記向上帝求告，祂必應允你，祂必保守、扶持、幫助你，不要懼怕！

默想

1. 「患難」是人生的必然，因此當「患難的日子」臨到時，各人要如何面對和反應，端看祂與主之間的關係如何了。人若能在亨通的日子，就有危機意識，做好準備，當患難之日來到時，就不致慌亂而惶惶不安。當時刻親近主，倚靠祂，愛祂，服事、跟隨祂。與祂建立親密的關係。

2. 上帝永遠是我們的藏身之處，是我們的拯救和幫助。不要懼怕任何患難的臨到，祂應許保護、救贖你脫離一切的患難。

苦難的金言

1. 我們的眼淚不會白流，我們的血汗不會白費，這至暫至輕的苦楚轉瞬即逝，天家已然在望，這短短的一生，只不過是通往永生之門