

克服問題

得勝步驟



十二基石課程 - 第十一課 (上)

課程第一部分：生命的起伏

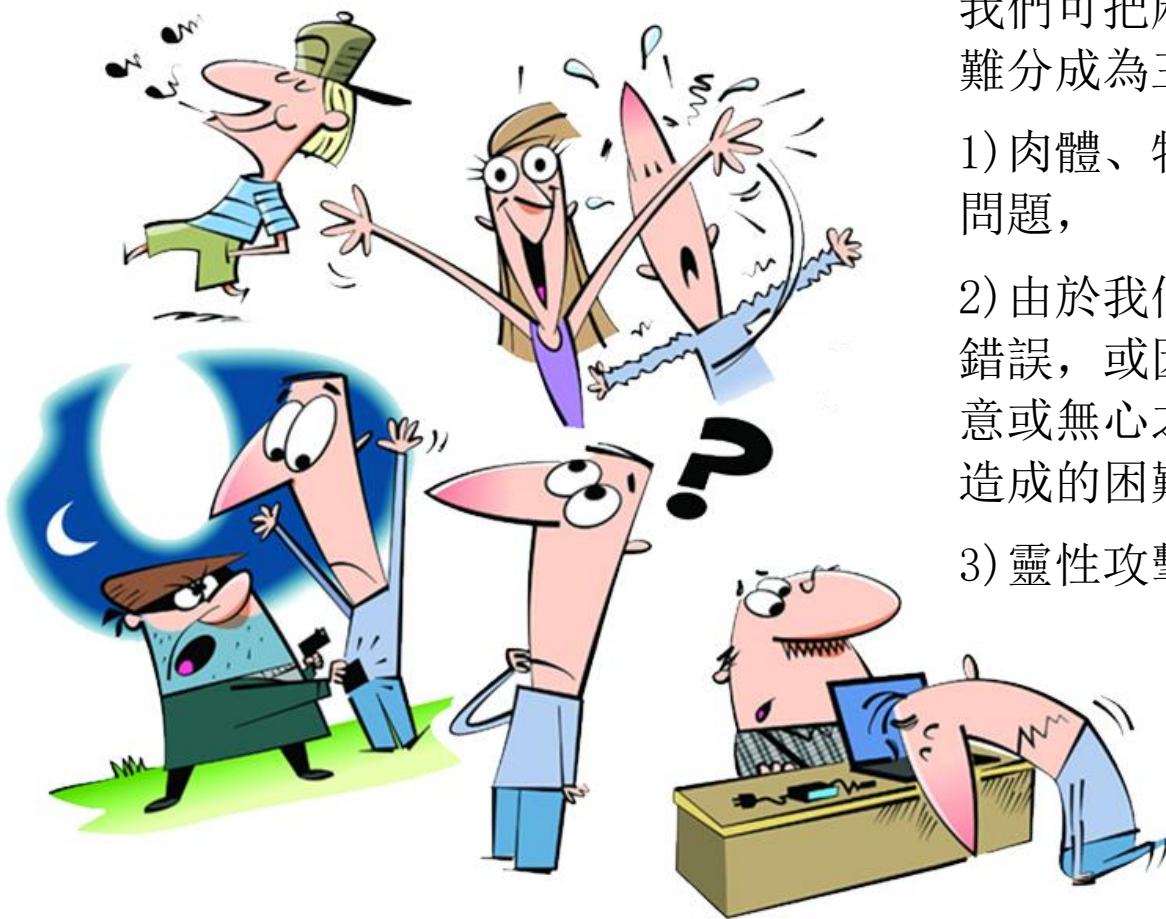
雖然上主想要我們快樂，有時並不那麼容易。有些人以為只要接受耶穌，就不再會有任何問題，事情就會很順利。但得救並不代表任何人得以免除任何問題和掙扎。

提摩太後書2:3-4—你要和我同受苦難，好像基督耶穌的精兵。
希伯來書 12:1-3 — 既然有這麼多見證人像雲彩一般圍繞著我們，我們就要放下一切重擔，擺脫容易纏累我們的罪，以堅忍的心奔跑我們前面的賽程，定睛仰望為我們的信心創始成終的耶穌。祂為了擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的痛苦，如今已坐在上帝寶座的右邊。你們要思想忍受罪人如此頂撞的主，免得疲倦灰心。

問題的類型

我們可把麻煩或困難分成為三類：

- 1) 肉體、物質上的問題，
- 2) 由於我們本身的錯誤，或因別人有意或無心之行為所造成的困難，
- 3) 靈性攻擊。



1. 肉體、物質上的問題

我們大多數人有時都會有些肉體上的弱點、限制或病痛，或也許我們短缺金錢或其他物質。

腓立比書 4:12 —我知道怎樣處卑賤，也知道怎樣處豐富、或飽足、或有餘、或缺乏，隨事隨在，我都得了秘訣。

這是使徒保羅所寫的，顯而易見，他曾經歷過肉體、物質上的困難。

2. 人性的弱點

羅馬書7:18-19—我也知道，在我裡頭，就是我肉體之中，沒有良善；因為立志為善由得我，只是行出來由不得我。故此，我所願意的善，我反不作；我所不願的惡，我倒去作。

上主使我們每個人都與別人不同，祂允許我們各有不完美之處——人性的弱點、脆弱及缺點，如自私、驕傲、懶惰和妒忌等；這些是「各樣的重擔和容易纏累我們的罪」，也是我們每天必須面對的戰鬥。

我們遭受的問題也可能是出於他人的行為，無論是有意還是無心的也好。例如，因公車未準時到達，而使你在赴一次重要的上課時遲到了。或許某人借了一些東西卻沒有歸還等。例子是數不勝數的。

3. 靈性上的攻擊

魔鬼嘗試利用阻礙你、令你沮喪來打敗你。感謝上帝我們知道答案是什麼：信心！在本課程中我們稍後會談論更多如何戰勝魔鬼的詭計，但首先，總要記得我們已是得勝者：

哥林多前書15:57—感謝上帝，使我們藉著我們的主耶穌基督得勝。

約翰一書 5:4 - 因為凡是從上帝生的人都能勝過世界，使我們得勝的是我們的信心。

沒有無法忍受的考驗

每個人都會遇到困難！不管我們面臨來自靈性攻擊的考驗，還是與人性弱點或肉體、物質問題戰鬥，我們全都是有麻煩困難的！更別說因我們本身的錯誤，或是由於別人的過錯而影響到我們等等。

不管你面臨什麼問題，總要記得，上主和你在一起，並能幫助你得勝！只要信靠祂、尋求祂的幫助，生命中的考驗是可以克服的。

「感謝上帝給了我這輪椅！」

赫伯特·戴維森博士曾拜訪那位聞名的女詩人，也就是因她的傑作「大師的手」，而眾所周知的瑪拉·布魯克斯·韋爾奇。當他要離開她的家時，女詩人輕輕拍了她的輪椅一下和說：「我感謝上帝給了我這輪椅！」想像一下吧，她竟然會因必須坐在輪椅上而充滿感激呢！但在她使用輪椅以前，她的天賦並未被發掘。當時她並沒有因為自己的缺陷感到怨恨，反而選擇一種更好的生活模式，於是一個美好的職事為她打開新的祝福之門。她的詩曾造福很多人。

與耶穌更親近

詩篇55:22—你要把你的重擔卸給耶和華，祂必支持撫養你；祂永不叫義人動搖。

要記得，不管你面對什麼樣的麻煩，最終極的結果可以使你與上主的關係比以前更密切和更好。當你遇到麻煩和向祂求助時，祂會回答！當你讓祂鼓勵、引導和帶領你時，祂的與你同在將會是那麼寶貴而真實。不管你經歷過什麼，祂隨時都會在你身旁幫助你、安慰你和使一切變得是有意義的。

希伯來書13:5—你們存心不可貪財；要以自己所有的為足。因為主曾說：我總不撇下你，也不丟棄你。

課程第二部分：步驟一：鑑定問題

就你的問題請問上主

我們當中任何人面對任何危機、困境、考驗或匱乏情形時，不管麻煩、問題是什麼，我們該做的第一件事是什麼？抱怨嗎？因事情沒有如我們所希望的那樣發生而感到不悅及忿怒嗎？當然不是！

當生命中事情出錯時，無論你當時的感覺如何，時時想到上主，在不同事情上請問祂，這麼做是有好處的。

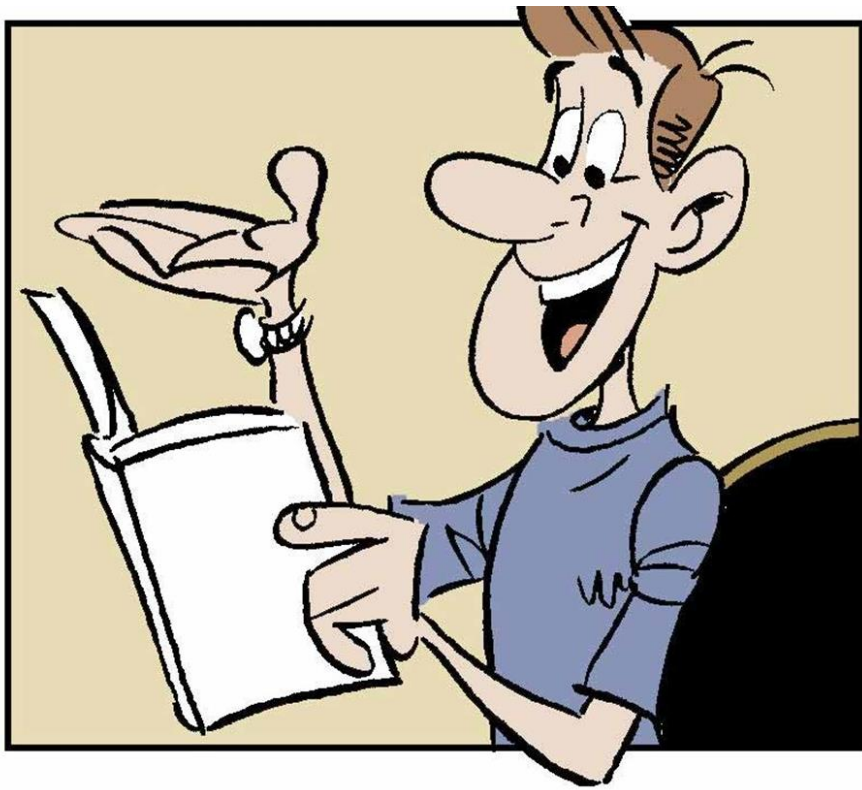
詩篇143:10—求您指教我遵行您的旨意，因您是我的上帝；您的靈本為善。求您引我到平坦之地。

閱讀上帝的話語

就你的問題，在上帝的話語中尋找你所需的商議及指導！請上主經由祂的話語對你說話。

提摩太後書3:16-17—聖經都是上帝所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬上帝的人得以完全，預備行各樣的善事。

詩篇119:105—您的話是我腳前的燈，是我路上的光。



在話語中尋找類似的情況或問題。從話語中汲取鼓勵。

認知靈性戰爭的存在

上帝、耶穌、善良的天使和已過世的聖者，不是靈性世界的唯一居住者！靈性世界也有陰暗的一面，其主人是魔鬼，也是我們的大敵，他也有助手，即權力較小之鬼魔和妖魔在為他做邪惡的事。魔鬼（希臘語：diabolos）是墮落的天使，他是上帝和人類最大的敵人。他正面反對上帝所代表或所想完成的一切。由伊甸園開始，魔鬼已曾試圖欺騙每個人。

以弗所書6:11-12—要穿戴上帝所賜的全副軍裝，就能抵擋魔鬼的詭計。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（靈性）屬靈氣的惡魔爭戰。

這就是上主做了以下許諾之原因：

以賽亞59:19b—當仇敵好像急流的洪水沖來時，耶和華之靈氣會驅逐他。

路加福音10:19—我已經給你們權柄，可以踐踏蛇和蠍子，又勝過仇敵一切的能力，斷沒有什麼能害你們。

祂也警告我們：

以弗所書 4:27—也不可給魔鬼留地步。

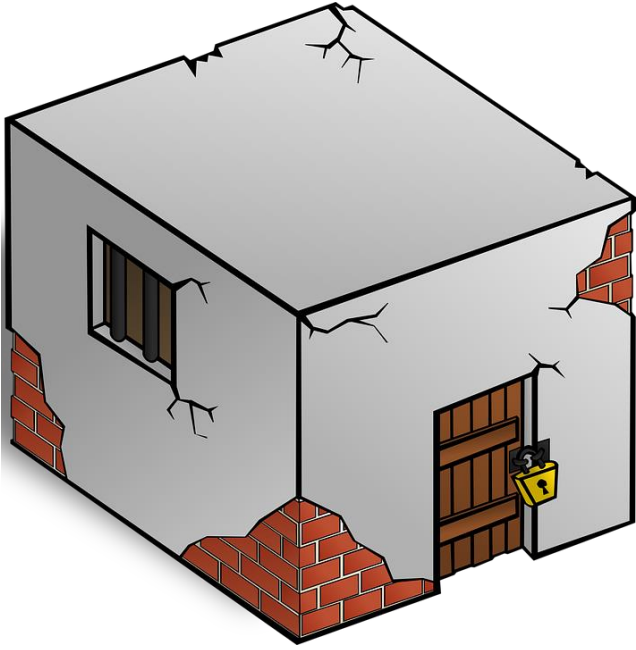
彼得前書5:8-9a—務要謹守、警醒；因為你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地遊行，尋找可吞吃的人。你們要用堅固的信心抵擋他。

耶穌的誘惑

耶穌被帶到沙漠裡並受魔鬼誘惑。甚至祂的身體也曾容許受到魔鬼控制一小段時間。但祂在被攻擊時從未屈服，並用上帝的話抵抗敵人，直到敵人看見耶穌不會放棄，於是便不再攻擊祂了。

馬太福音4:1-11—當時耶穌被聖靈引到曠野，受魔鬼的試探。祂禁食四十晝夜，後來就餓了。那試探的人進前來，對祂說：「你若是上帝的兒子，可以吩咐這些石頭變成食物。」耶穌卻回答說：「經上記著說：『人活著，不是單靠食物，乃是靠上帝口裡所出的一切話。』」魔鬼就帶祂進了聖城，叫祂站在殿頂上，對祂說：「你若是上帝的兒子，可以跳下去。因為經上記著說：『主要為你吩咐祂的天使者用手托著你，免得你的腳碰在石頭上。』」耶穌對他說：「經上又記著說：『不可試探主你的上帝。』」魔鬼又帶祂上了一座最高的山，將世上的萬國與萬國的榮華都指給祂看。對祂說：「你若俯伏拜我，我就把這一切都賜給你。」耶穌說：「撒但，退去吧！因為經上記著說：『當拜主你的上帝，單要事奉祂。』」於是魔鬼離了耶穌，有天使來伺候祂。

請注意耶穌如何以聖言來反擊，「經上記著說」！



不要讓魔鬼騙了你！

加拿大卑詩省貧困的礦工和移民，在從事移除被廢棄的阿加堡裡的木材、電器設備和鉛管時，有驚人的發現。在拆除監獄時，他們發現厚重的門上加了強大的鎖，窗戶上有兩英吋厚的鋼條，但監獄的牆只是由黏土和紙做成的牆板，特別上過漆以使它看來像是用鐵做成的。甚至不須如在橄欖

球賽上阻截對方隊員那麼有力地在牆上敲打，便可撞破牆板。但沒有人試過，因為無人認為是可能之事。

很多基督教徒也是恐懼的囚犯，但你反擊時，卻會發現這些恐懼不堪一擊。撒但無法傷害一個上帝的孩子，但他喜愛在一位信徒的道路上，放些紙糊的障礙物，使信徒認為自己在上主旨意的方向上沒有任何進步。當我們以信心去推開它時，我們就會自由了。

承擔你該付的責任

即使有些事直接上來說可能不是你的錯，但你仍須為你的情況負起責任，設法找到解決辦法。不論問題是誰造成的，責怪別人的無法解決問題的。把精神集中在尋找解決辦法上，而不是彼此責怪。不要太快下判斷與責怪別人！

馬太福音7:3-5—為什麼看見你弟兄眼中有刺，卻不想自己眼中有梁木呢？你自己眼中有梁木，怎能對你弟兄說，容我去掉你眼中的刺呢？你這假冒偽善的人！先去掉自己眼中的梁木，然後才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。

任何繼續把自己的問題歸咎別人的人，在靈性上是無法有所成長和進步的！你必須親身承擔責任。

即使你覺得你沒有錯，但除非你原諒別人，並與他們和解，否則你也不會有任何進步的。

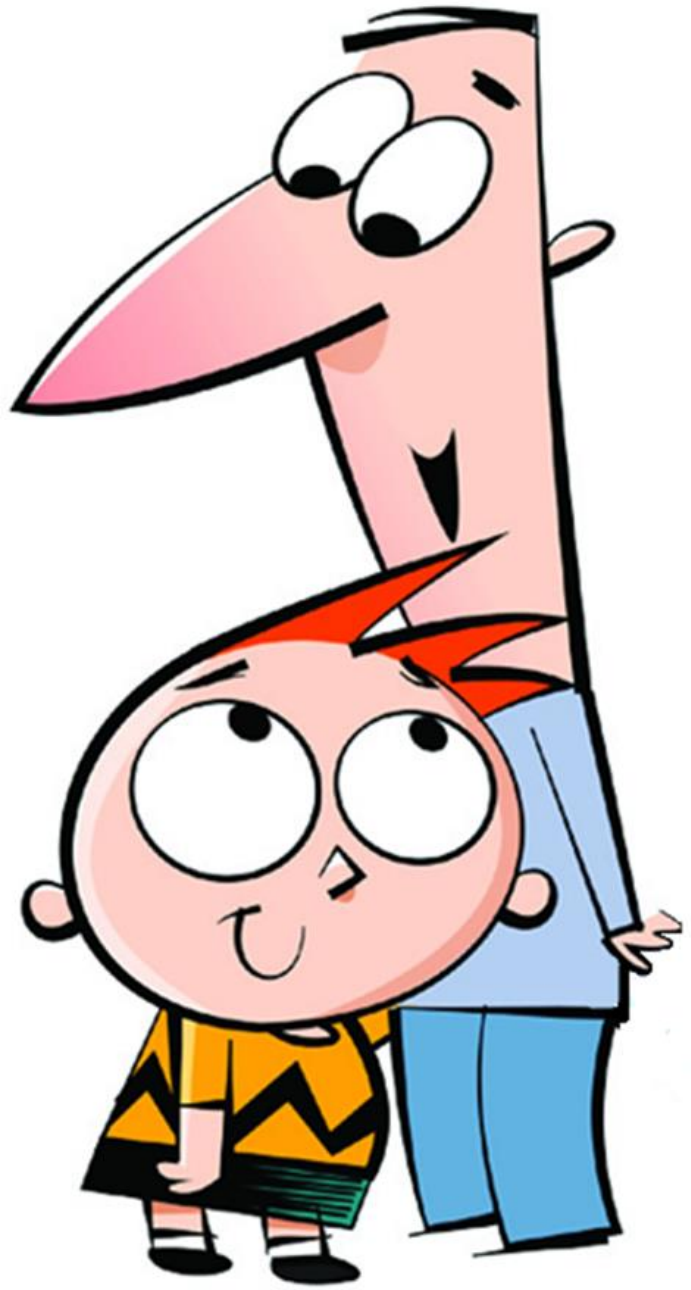
馬太福音 6:14 - 如果你們饒恕別人的過犯，你們的天父也必饒恕你們的過犯。

尋求屬神的商議。請別人與你一起禱告。

人們常常有這種態度，「我想靠自己解決我所有的問題，靠自己得到勝利。」但有時想靠自己解決一些問題可能會很難。你越擔心，想的越多，你就有越多，你就有可能会感到越混乱。

然而你若按照圣经所建议的去做，并让他人帮助你背负那些负担，你也许能得到帮助和更快把问题解决。

*箴言11:14 - 无智谋，民就败落；谋士多，人便安居。
箴言19:20 - 你要听劝教，受训悔，使你终久有智慧。
箴言27:9b - 朋友诚实的劝教，也是如此甘美。*



第一步驟簡略摘要：鑑定問題

我們已討論過第一步驟。現在簡略複習一下我們可怎樣診斷我們的問題，並找出錯誤實際上出在哪裡。

1. 就你的問題請問上主。
2. 閱讀話語。在上帝的話語裡尋找類似的情況或問題，以找出其解決辦法。讓話語引導你；同時讓它鼓勵你和潔淨你。
3. 認知靈性戰爭的存在。總是要記得上主的力量比敵人大得多。務要抵擋魔鬼，他就必會逃離。
4. 如你想獲得進步，為你自己的行為承擔責任是必要的！不要責怪別人。把精神集中在尋求解決辦法上，而不是彼此責怪。
5. 尋求屬神的商議。請別人與你一起祈禱。

課程第三部分：第二步驟：尋找解決辦法

當你遇到任何問題時，你第一件要做的事就是向上主請求幫助！請求祂，相信祂能夠並願意幫助你！

撒母耳記下22:7—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。

詩篇34:4—我曾尋求耶和華，祂就應允我，救我脫離了一切的恐懼。

詩篇50:15—並要在患難之日求告我；我必搭救你，你也要榮耀我。

希伯來書4:16—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。

運用祂的力量！

一個小男孩正非常艱難地嘗試舉起一個重物。他父親進入房間

並注意到兒子的問題，因而問他：「你已盡全力了嗎？」

「是啊，當然，」男孩不耐煩的說。

「你沒有，」父親回答：「你還沒請我幫你啊。」

採取明確立場來面對克服你的問題。別放棄！

一旦認知你有問題，並已承認它，你便必須採取明確立場來克服它。

上主會忠信地回答禱告並做祂的那部份。然而你也必須做你的那部份，即努力放棄和「脫去」（改正）舊有的負面模式和壞習慣。祂的話語說：

以弗所書4:22-24—就要脫去你們從前行為上的舊人，這舊人是因私慾的迷惑漸漸變壞的，又要將你們的心志改換一新，並且穿上新人；這新人是照著上帝的形像造的，有真理的仁義和聖潔。

哥林多後書10:3-5—因為我們雖然在血氣中行事，卻不憑著血氣爭戰。我們爭戰的兵器本不是屬血氣的，乃是在上帝面前有能力，可以攻破堅固的營壘。將各樣的計謀，各樣攔阻人認識上帝的那些自高之事，一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。

你不太可能在一天之內就克服這類習慣，這經常需要一點時間。但你若做你的那部份，上主一定會做祂的那部份，而你是會得勝的！所以，別放棄！

加拉太書 6:9—我們行善，不可喪志；若不灰心，到了時候就要收成。

箴言24:16a—因為義人雖七次跌倒，仍必興起。

「去察看螞蟻！」

「去察看螞蟻的動作，就可得智慧。」
(箴言6:6)



有位國王常與朋友談起他早期生活的軼事。「我曾被迫在一座毀壞的建築物裡躲避敵人的追捕，我單獨在那裡待了好幾個小時，」他說：「為了使自己不去想無望的情況，我專注去看一隻背著比其本身還大的玉米粒、往上爬的螞蟻。我仍記得這隻螞蟻為完成目標所付出的努力。玉米粒掉落地上69次；但這隻螞蟻仍堅持下去，到第70次牠終於到達牆頂了！這個情景給了我當時所需的勇氣，和一個我永不會忘記的功課。」

要正面積極

腓立比書 4:8—弟兄們，我還有未盡的話，凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。

當你進入一間黑暗的房间時，你不會嘗試去把黑暗趕出房間。你會讓光進入，而光就把黑暗趕走了！用上帝話語之光充滿你的心思意念，黑暗就會逃離。消除誘惑、負面消極想法的方法就是去思想好的事情、屬神的事。這是為何以賽亞曾說過：

以賽亞26:3—堅心倚賴您的，您必保守他十分平安，因為他倚靠您。

一個正面積極的觀點

一所著名的學院裡，有位年輕學生必須用撐拐支撐著才能四處走動。他擁有不平常之友好和樂觀的態度，因此贏得同班同學深厚的尊敬。有一天一個同學問他殘廢的原因。「小兒麻痺症，」他簡要地回答，不想進一步詳細說明他的困難。

「遭遇那樣的不幸，你怎麼還能如此快樂地面對世界呢？」他的同學問他。

「噢，」年輕人微笑的回答：「這疾病從未傷及我的心靈。」



**讚美上帝。保持
愉悅之心態！**

一個人不管其處境如何，貧窮或富有，都能滿足的話，這個人就學會世上最寶貴的功課之一了。

腓立比書4:11—我並不是因缺乏說這話，我無論在什麼景況都可以知足，這是我已經學會了。

提摩太前書6:6—然而敬虔加上知足的心便是大利了。

我們全都需要學習數算我們的祝福！上主要我們去思想正面積極的事，而不要去想所有魔鬼嘗試要我們去注意的那些負面消極、試煉、懷疑和懼怕的事。想想你的很多祝福吧！

當約拿最後呼喊出「救恩出於耶和華！」的讚詞時，吞下他的鯨魚無法忍受，於是就把他吐出來了！

約拿2:9-10—我必用感謝的聲音獻祭於你；我所許的願，我必償還。救恩出於耶和華。耶和華吩咐魚，魚就把約拿吐到旱地上。

第二步驟簡略摘要：尋找解決辦法

讓我們複習一下怎樣找到解決辦法。

1. 禱告和請求上主幫助。請祂解決問題。有時，我們沒有得到答案，是因為我們沒有請求！
2. 採取明確的立場來面對克服你的問題。然後，別放棄！有時如果你試圖克服一個壞習慣，建立一個新的、更好的習慣，需花點時間。一路上也會遭到考驗。但要繼續下去！勝利屬於那些堅忍不撓的人。
3. 思想正面積極的想法。將你的心思意念充滿了好的事物，就不會有空間容得下懷疑及氣餒了。
4. 讚美上主。保持愉悅之心態！勝利經常與讚美是同路人。



生命的季節

來自耶穌的愛

當你跌入谷底，夢想落空，當你努力營造的一切都破滅時，你很容易會感到絕望。那時你必須記得，上帝為一個特定的目的而創造了你，而這個目的不只是一次性的；它是多方面，且是錯綜複雜的。只要你活在這世上，生命裡就會有更多你可以完成的事情，更多你註定要成就的事情，而且總會有更多你需要學習的事情。

一條路的盡頭，並不表示是所有道路的盡頭。正如四季隨著其週期來而又去一樣；同樣地，成功或挫折、成就或失望，興高采烈或低落的情緒，也會來來去去。現在你可能處於人生週期的低谷，但這不會永遠持續下去。

你越快來到我面前，與我分享你所有的擔憂顧慮，你就會越快獲得新的鼓舞靈感和人生目的。最好的事情可能就正在人生道路上的轉角處，但如果你停留在目前的處境，你就永遠無法體驗那些好事情。請握住我的手，讓我帶你進入一個充滿成就和滿足感的新季節吧！