

克服问题

得胜步骤



十二柱石 - 第十一课 (上)

课程第一部分：生命的起伏

虽然上主想要我们快乐，有时并不那么容易。有些人以为只要接受耶稣，就不再会有任何问题，事情就会很顺利。但得救并不代表任何人得以免除任何问题和挣扎。

提摩太后书2:3-4—你要和我同受苦难，好像基督耶稣的精兵。
希伯来书 12:1-3 - 既然有这么多的见证人像云彩一般围绕着我们，我们就要放下一切重担，摆脱容易缠累我们的罪，以坚忍的心奔跑我们前面的赛程，定睛仰望为我们的信心创始成终的耶稣。祂为了摆在前面的喜乐，就轻看羞辱，忍受了十字架的痛苦，如今已坐在上帝宝座的右边。你们要思想忍受罪人如此顶撞的主，免得疲倦灰心。

问题的类型

我们可把麻烦或困难分成为三类：

- 1) 肉体、物质上的问题，
- 2) 由于我们本身的错误，或因别人有意或无心之行为所造成的困难，
- 3) 灵性攻击。



1. 肉体、物质上的问题

我们大多数人有时都会有些肉体上的弱点、限制或病痛，或也许我们短缺金钱或其他物质。

腓立比书 4:12 —我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富、或饱足、或有余、或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。

这是使徒保罗所写的，显而易见，他曾经历过肉体、物质上的困难。

2. 人性的弱点

罗马书7:18-19—我也知道，在我里头，就是我肉体之中，没有良善；因为立志为善由得我，只是行出来由不得我。故此，我所愿意的善，我反不作；我所不愿的恶，我倒去作。

希伯来书12:1b—让我们放下各样的重担，脱去容易缠累我们的罪，存心忍耐，奔那摆在我们前头的路程。

上主使我们每个人都与别人不同，他允许我们各有不完美之处——人性的弱点、脆弱及缺点，如自私、骄傲、懒惰和妒忌等；这些是“各样的重担和容易缠累我们的罪”，也是我们每天必须面对的战斗。

我们遭受的问题也可能是出于他人的行为，无论是有意还是无心的也好。例如，因公车未准时到达，而使你在赴一次上课时迟到了。或许某人借了一些东西却没有归还等。例子是数不胜数的。

3. 灵性上的攻击

外来的攻击也是常会发生的事。感谢上帝我们知道答案是什么

：信心！在本课程中我们稍后会谈论更多如何战胜魔鬼的诡计，但首先，总要记得我们已是得胜者：

哥林多前书15:57—感谢上帝，使我们借着我们的主耶稣基督得胜。

约翰一书 5:4 - 因为凡是从上帝生的人都能胜过世界，使我们得胜的是我们的信心。

没有无法忍受的考验

每个人都会遇到困难！不管我们面临来自灵性攻击的考验，还是与人性弱点或肉体、物质问题战斗，我们全都是有麻烦困难的！更别说因我们本身的错误，或是由于别人的过错而影响到我们等等。

不管你面临什么问题，总要记得，上主和你在一起，并能帮助你得胜！只要信靠祂、寻求他的帮助，生命中的考验是可以克服的。

“感谢上帝给了我这轮椅！”

赫伯特·戴维森博士曾拜访那位闻名的女诗人，也就是因她的杰作“大师的手”，而众所周知的玛拉·布鲁克斯·韦尔奇。当他要离开她的家时，女诗人轻轻拍了她的轮椅一下和说：“我感谢上帝给了我这轮椅！”想象一下吧，她竟然会因必须坐在轮椅上而充满感激呢！但在她使用轮椅以前，她的天赋并未被发掘。当时她并没有因为自己的缺陷感到怨恨，反而选择一种更好的生活模式，于是一个美好的职事为她打开新的祝福之门。她的诗曾造福很多人。

与耶稣更亲近

诗篇55:22—你要把你的重担卸给耶和华，他必支持抚养你；他永不叫义人动摇。

要记得，不管你面对什么样的麻烦，最终的结果可以使你与上主的关系比以前更密切和更好。当你遇到麻烦和向他求助时，他会回答！当你让他鼓励、引导和带领你时，他的与你同在将会是那么宝贵而真实。不管你经历过什么，他随时都会在你身旁帮助你、安慰你和使一切变得是有意义的。

希伯来书13:5—你们存心不可贪财；要以自己所有的为足。因为主曾说：我总不撇下你，也不丢弃你。

课程第二部分：步骤一：鉴定问题

就你的问题请问上主

我们当中任何人面对任何危机、困境、考验或匮乏情形时，不管麻烦、问题是什么，我们该做的第一件事是什么？抱怨吗？因事情没有如我们所希望的那样发生而感到不悦及忿怒吗？当然不是！当生命中事情出错时，无论你当时的感觉如何，时时想到上主，在不同事情上请问他，这么做是有好处的。

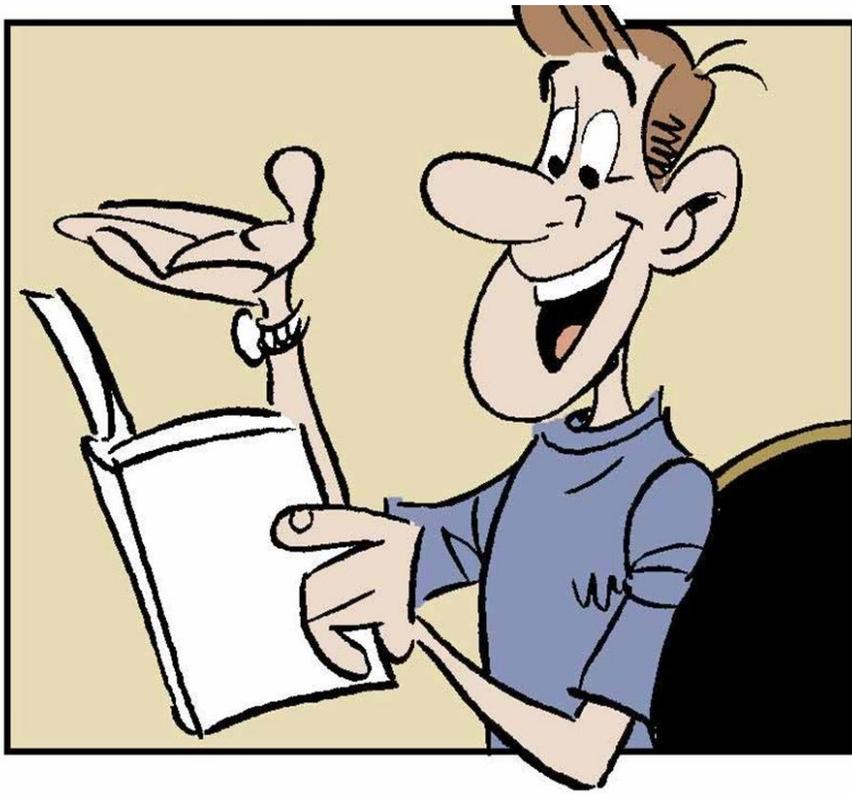
诗篇143:10—求您指教我遵行您的旨意，因您是我的上帝；您的灵本为善。求您引我到平坦之地。

阅读上帝的话语

就你的问题，在上帝的话语中寻找你所需的商议及指导！请上主经由他的话语对你说话。

提摩太后书3:16-17—圣经都是上帝所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义都是有益的，叫属上帝的人得以完全，预备行各样的善事。

诗篇119:105—您的话是我脚前的灯，是我路上的光。



在话语中寻找类似的情况或问题。从话语中汲取鼓励。

认知灵性战争的存在

上帝、耶稣、善良的天使和已过世的圣者，不是灵性世界的唯一居住者！灵性世界也有阴暗的一面，其主人是魔鬼，也是我们的大敌，他也有助手，即权力较小之鬼魔和妖魔在为他做邪恶的事。魔鬼（希腊语：diabolos）是堕落的天使，他是上帝和人类最大的敌人。他正面反对上帝所代表或所想完成的一切。由伊甸园开始，魔鬼已曾试图欺骗每个人。

以弗所书6:11-12—要穿戴上帝所赐的全副军装，就能抵挡魔鬼的诡计。因我们并不是与属血气的争战，乃是与那些执政的、掌权的、管辖这幽暗世界的，以及天空（灵性）属灵气的恶魔争战。

这就是上主做了以下许诺之原因：

以赛亚59:19b—当仇敌好像急流的洪水冲来时，耶和華之靈氣會驅逐他。

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

他也警告我們：

以弗所書 4:27—也不可給魔鬼留地步。

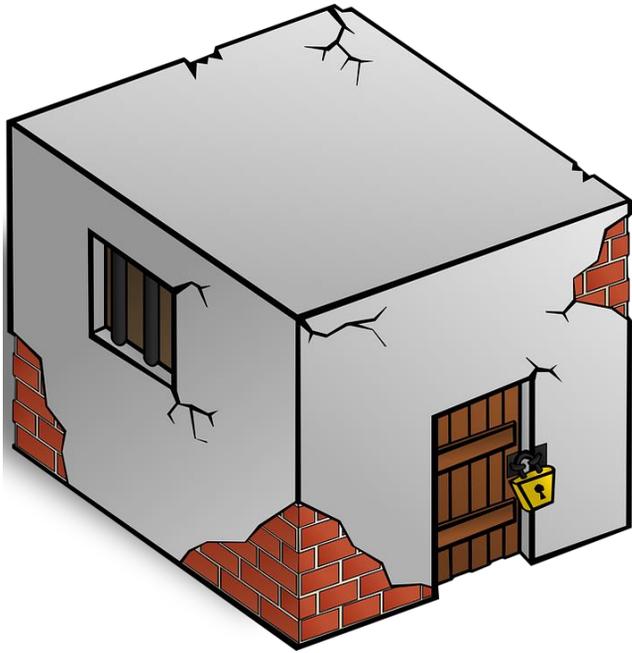
彼得前書5:8-9a—務要謹守、警醒；因為你們的仇敵魔鬼，如同吼叫的獅子，遍地游行，尋找可吞吃的人。你們要用堅固的信心抵擋他。

耶穌的誘惑

耶穌被帶到沙漠里并受魔鬼誘惑。甚至他的身體也曾容許受到魔鬼控制一小段時間。但他在被攻擊時從未屈服，并用上帝的話抵抗敵人，直到敵人看見耶穌不會放棄，于是便不再攻擊他了。

馬太福音4:1-11—當時耶穌被聖靈引到曠野，受魔鬼的試探。他禁食四十晝夜，後來就餓了。那試探的人進前來，對他說：“你若是上帝的兒子，可以吩咐這些石頭變成食物。”耶穌却回答說：“經上記着說：‘人活着，不是單靠食物，乃是靠上帝口里所出的一切話。’”魔鬼就帶他進了聖城，叫他站在殿頂上，對他說：“你若是上帝的兒子，可以跳下去。因為經上記着說：‘主要為你吩咐他的天使者用手托着你，免得你的腳碰在石頭上。’”耶穌對他說：“經上又記着說：‘不可試探主你的上帝。’”魔鬼又帶他上了一座最高的山，將世上的萬國與萬國的榮華都指給他看。對他說：“你若俯伏拜我，我就把這一切都賜給你。”耶穌說：“撒但，退去吧！因為經上記着說：‘當拜主你的上帝，單要事奉他。’”于是魔鬼離了耶穌，有天使來伺候他。

请注意耶稣如何以圣言来反击，“经上記着说”！



不要让魔鬼骗了你！

加拿大卑诗省贫困的矿工和移民，在从事移除被废弃的阿加堡里的木材、电器设备和铅管时，有惊人的发现。在拆除监狱时，他们发现厚重的门上加了强大的锁，窗户上有两英吋厚的钢条，但监狱的墙只是由粘土和纸做成的墙板，特别上过漆以使它看来像是用铁做成的。甚至不须如在橄

榄球赛上阻截对方队员那么有力地在墙上敲打，便可撞破墙板。但没有人试过，因为无人认为是可能之事。

很多基督教徒也是恐惧的囚犯，但你反击时，却会发现这些恐惧不堪一击。撒但无法伤害一个上帝的孩子，但他喜爱在一位信徒的道路上，放些纸糊的障碍物，使信徒认为自己在上主旨意的方向上没有任何进步。当我们以信心去推开它时，我们就会自由了。

承担你该付的责任

即使有些事直接上来说可能不是你的错，但你仍须为你的情况负起责任，设法找到解决办法。不论问题是谁造成的，责怪别人的无法解决问题的。把精神集中在寻找解决办法上，而不是彼此责怪。不要太快下判断与责怪别人！

马太福音7:3-5—为什么看见你弟兄眼中有刺，却不想自己眼中有梁木呢？你自己眼中有梁木，怎能对你弟兄说，容我去掉你眼中的刺呢？你这假冒伪善的人！先去掉自己眼中的梁木，然后才能

看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。

任何继续把自己的问题归咎别人的人，在灵性上是无法有所成长和进步的！你必须亲身承担责任。

即使你觉得你没有错，但除非你原谅别人，并与他们和解，否则你也不会有任何进步的。

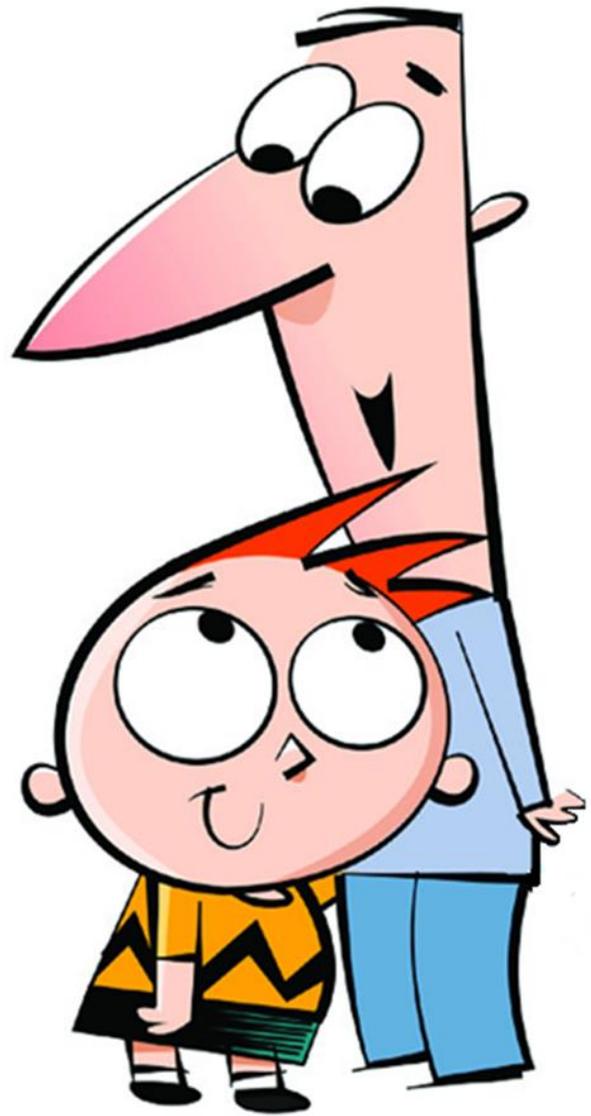
马太福音 6:14 - 如果你们饶恕别人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯。

请别人与你一起祷告。

人们常常有这种态度，“我想靠自己解决我所有的问题，靠自己得到胜利。”但有时想靠自己解决一些问题可能会很难。你越担心，想的

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。



第一步骤简略摘要：鉴定问题

我们已讨论过第一步骤。现在简略复习一下我们可怎样诊断我们的问题，并找出错误实际上出在哪里。

1. 就你的问题请问上主。
2. 阅读话语。在上帝的话语里寻找类似的情况或问题，以找出其解决办法。让话语引导你；同时让它鼓励你和洁净你。
3. 认知灵性战争的存在。总是要记得上主的力量比敌人大得多。务要抵挡魔鬼，他就必会逃离。
4. 如你想获得进步，为你自己的行为承担责任是必要的！不要责怪别人。把精神集中在寻求解决办法上，而不是彼此责怪。
5. 寻求属神的商议。请别人与你一起祈祷。

课程第三部分：步骤二：寻找解决办法

当你遇到任何问题时，你第一件要做的事就是向上主请求帮助！请求他，相信他能够并愿意帮助你！

撒母耳记下22:7—我在急难中求告耶和华，向我的上帝呼求；他从殿中听了我的声音，我的呼求入了他的耳中。

诗篇34:4—我曾寻求耶和华，他就应允我，救我脱离了一切的恐惧。

诗篇50:15—并要在患难之日求告我；我必搭救你，你也要荣耀我。

希伯来书4:16—所以，我们只管坦然无惧的来到施恩的宝座前，为要得怜恤、蒙恩惠，作随时的帮助。

运用他的力量！

一个小男孩正非常艰难地尝试举起一个重物。他父亲进入房间

并注意到儿子的问题，因而问他：“你已尽全力了吗？”

“是啊，当然，”男孩不耐烦的说。

“你没有，”父亲回答：“你还没请我帮你啊。”

采取明确立场来面对克服你的问题。别放弃！

一旦认知你有问题，并已承认它，你便必须采取明确立场来克服它。

上主会忠信地回答祷告并做他的那部份。然而你也必须做你的那部份，即努力放弃和“脱去”（改正）旧有的负面模式和坏习惯。他的话语说：

以弗所书4:22-24—就要脱去你们从前行为上的旧人，这旧人是因私欲的迷惑渐渐变坏的，又要将你们的心志改换一新，并且穿上新人；这新人是照着上帝的形像造的，有真理的仁义和圣洁。

哥林多后书10:3-5—因为我们虽然在血气中行事，却不凭着血气争战。我们争战的兵器本不是属血气的，乃是在上帝面前有能力，可以攻破坚固的营垒。将各样的计谋，各样拦阻人认识上帝的那些自高之事，一概攻破了，又将人所有的心意夺回，使他都顺服基督。

你不太可能在一天之内就克服这类习惯，这经常需要一点时间。但你若做你的那部份，上主一定会做他的那部份，而你是会得胜的！所以，别放弃！

加拉太书 6:9—我们行善，不可丧志；若不灰心，到了时候就要收成。

箴言24:16a—因为义人虽七次跌倒，仍必兴起。

“去察看蚂蚁！”

“去察看蚂蚁的动作，就可得智慧。”
(箴言6:6)



有位国王常与朋友谈起他早期生活的轶事。“我曾被迫在一座毁坏的建筑物里躲避敌人的追捕，我单独在那里待了好几个小时，”他说：“为了使自己去想无望的情况，我专注去看一只背着比其本身还大的玉米粒、往上爬的蚂蚁。我仍记得这只蚂蚁为完成目标所付出的努力。玉米粒掉落地上69次；但这只蚂蚁仍坚持下去，到第70次牠终于到达墙顶了！这个情景给了我当时所需的勇气，和一个我永不会忘记的功课。”

要正面积极

腓立比书 4:8—弟兄们，我还有未尽的话，凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的，若有什么德行，若有什么称赞，这些事你们都要思念。

当你进入一间黑暗的房间时，你不会尝试去把黑暗赶出房间。你会让光进入，而光就把黑暗赶走了！用上帝话语之光充满你的心思意念，黑暗就会逃离。消除诱惑、负面消极想法的方法就是去想好的事情、属神的事。这是为何以赛亚曾说过：

以赛亚26:3—坚心倚赖您的，您必保守他十分平安，因为他倚靠您。

一个正面积极的观点

一所著名的学院里，有位年轻学生必须用撑拐支撑着才能四处走动。他拥有不平常之友好和乐观的态度，因此赢得同班同学深厚的尊敬。有一天一个同学问他残废的原因。“小儿麻痹症，”他简要地回答，不想进一步详细说明他的困难。

“遭遇那样的不幸，你怎么还能如此快乐地面对世界呢？”他的同学问他。

“噢，”年轻人微笑的回答：“这疾病从未伤及我的心灵。”



赞美上帝。保持愉悦之心态！

一个人不管其处境如何，贫穷或富有，都能满足的话，这个人就学会世上最宝贵的功课之一了。

腓立比书4:11—我

并不是因缺乏说这话，我无论在什么景况都可以知足，这是我已经学会了。

提摩太前书6:6—然而敬虔加上知足的心便是大利了。

我们全都需要学习数算我们的祝福！上主要我们去思想正面积极的事，而不要去想所有魔鬼尝试要我们去注意的那些负面消极、试炼、怀疑和惧怕的事。想想你的很多祝福吧！

当约拿最后呼喊出“救恩出于耶和华！”的赞词时，吞下他的鲸鱼无法忍受，于是就把他吐出来了！

约拿2:9-10—我必用感谢的声音献祭于你；我所许的愿，我必偿还。救恩出于耶和华。耶和华吩咐鱼，鱼就把约拿吐到旱地上。

第二步骤简略摘要：寻找解决办法

让我们复习一下怎样找到解决办法。

1. 祷告和请求上主帮助。请他解决问题。有时，我们没有得到答案，是因为我们没有请求！
2. 采取明确的立场来面对克服你的问题。然后，别放弃！有时如果你试图克服一个坏习惯，建立一个新的、更好的习惯，需花点时间。一路上也会遭到考验。但要继续下去！胜利属于那些坚忍不挠的人。
3. 思想正面积极的想法。将你的心思意念充满了好的事物，就不会有空间容得下怀疑及气馁了。
4. 赞美上主。保持愉悦之心态！胜利经常与赞美是同路人。



人生四季

耶稣的爱的话语

当你跌入谷底，梦想落空，当你努力营造的一切都破灭时，你很容易会感到绝望。那时你必须记得，上帝为一个特定的目的而创造了你。这个目的不只是一次性的，而是多方多面，且是错综复杂的。只要你活在这世上，生命里就会有更多你能完成的事情，更多你注定要成就的事情，而且总会有更多你需要学习的事情。

一条路的尽头，并不表示是所有道路的尽头。正如四季随着其周期来而又去一样；同样地，成功或挫折，成就或失望，兴高采烈或低落的情绪，也会来来去去。现在你可能处于人生周期的低谷，可这不会永远持续下去。

你越快来到我面前，与我分享你所有的担忧顾虑，你就会越快获得新的鼓舞灵感和人生目的。最好的事情可能就正在人生道路上的转角处，可如果你停留在目前的处境，你就永远无法体验那些好事情。握住我的手，让我带你进入一个充满成就和满足感的新季节吧！