

《与神同行》 如何面对逆境

你怎样处理生命中最棘手的事呢？我所指的逆境，是那些令你感到痛楚，压力，心碎和无奈的事。它可能来自四面八方，或者是你家里面所存在的一些事，又或者是有关你的健康情况，又或者是你的工作和职业，你的孩子，你跟人的关系，又或者是你跟神的关系。不管是什么，它令你感到压力，感到紧张不安，感到疑惑，感到惧怕以及感到焦虑，你必须不停的去面对它，一再的要去处理同样的问题。

我想大部份人都希望能够把问题彻底解决，但事实上却是不能，道理很简单，因为我们现今所处的世界，是一个充满冲突，充满张力，充满愤怒，苦毒和仇恨的世界，它不但让我们的心灵备受压力，更现实的是它影响到我们的健康。然而这些问题却往往是避无可避的，所以问题是我们必须决定如何去面对和作出回应，如果我们的反应不正确，我们就会灰心丧气，我们就会觉得心灵受到打击，而我们的生命也因此而受到损毁。这实在是不能我们忽视的。

今天我们要来思想的题目就是，“怎样去面对逆境和困境”。我们要看的经文是腓 1 章，其实神在圣经中早就教导我们，怎样处顺境，以及怎样处逆境。神知道我们的人生不会只是顺境，只有快乐；祂知道我们必然会有逆境和忧愁。所以，除了懂得怎样在人生的顺境享受平安喜悦和快乐，也要懂得怎样行经幽谷，当一切都逆我们而来的时候，当我们感到置身黑暗的幽谷，前面看不见光明和出路的时候，又该如何自处，这些都是很重要的。

当一切都好像让人失望心碎，身心灵都感到伤痛，又或者是疲惫不堪的时候，我们要怎样再往前行呢？要怎样继续前进呢？这实在不是容易的事。别人的建议和意见，在我们听来也许只是空谈，根本摸不着边际，尤其是那些从来没有受过苦的人所说的，让人觉得只是在唱高调而已，虽然也许是安慰之言，但是对我们却起不了作用，因为像隔靴搔痒，总搔不着痒处，我们依然是落在忧愁的困境中。

但是弟兄姊妹，让我们不要忘记，神明白一切，神了解一切，祂在我们还没有出生以先，早已经认识我们，知道我们在那里，也了解我们的性情和一切。不但这样，神对我们的生命还怀有计划，诗人说“神向着我们的意念何等宝贵，其数何等众多。”所以如果我们要了解自己，要知道自己该怎样做，最好的方法就是多聆听神对我们说的话，好让我们更多认识神，也更多认识自己。

神绝不希望我们被困难所击倒。虽然身边的人也许不了解你，也许没有和你一样的遭遇，但是神却明白，因为祂知道一切。不管你是在忍受身体上的痛楚，又或者经历到事业上的失败，婚姻破裂，又或者受到不公平的对待，受到别人的出卖和诬捏，或者是别人的忽略和拒绝，这一切神都了解，祂能帮助，教导我们如何去度过这些痛苦和艰难的时刻。

到底圣经所提供的答案是什么呢？虽然圣经是许多人眼中的古书，但里面的原则却是亘古不变的，放诸四海皆准的。我们所处的环境虽然有变，但是真理和圣经的原则却是历久不变的，因为是不变的神的法则，而不是人的理论和想法。相信你还记得，腓立比书是保罗在罗马监狱里面写的一封书信，虽然根据圣经的记载，保罗并不是到狱中服刑，而是住在一间租来的屋子里。然而生活并不好过，除了有士兵日夜看守之外，保罗的行动也受到极大的限制，因为他是时刻被锁鍊锁着的，所以可以说是完全失去自由的一个囚犯。

可是，保罗在这样的环境底下，却写出心灵获得释放，享受着快乐和满足生活的秘诀。请我们看腓 1:12-20，保罗在这里说：“弟兄们，我愿意你们知道，我所遭遇的事，更是叫福音兴旺，以致我受的捆绑，在御营全军，和其余的人中，已经显明是为基督的缘故。并且那在主里的弟兄，多半因我受的捆绑，就笃信不疑，越发放胆传神的道，无所惧怕。有的传基督，是出于嫉妒分争，也有的是出于好意。这一等是出于爱心，知道我是为辩明福音设立的。那一等传基督，是出于结党，并不诚实，意思要加增我捆绑的苦楚。这有何妨呢？或是假意，或是真心，无论怎样，基督究竟被传开了。为此我就欢喜，并且还要欢喜。因为我知道这事借着你们的祈祷，和耶稣基督之灵的帮助，终必叫我得救。照着我所切慕所盼望的，没有一事叫我羞愧，只要凡事放胆，无论是生，是死，总叫基督在我身上照常显大。”

到底我们怎样才可以在充满挫折，充满焦虑，充满疑惑神的时刻中，依然得胜呢？我要跟弟兄姐妹分享三个原则，头一个原则就是，当困境临到你身上的时候，要把焦点集中在神身上，而不是在环境上。我再说一遍，困难来到的时候，要把焦点集中在神身上而不是在环境上。也许你会问，“我怎么能够置身在困境而把困难忘记呢？那是做不到的事，那只是唱高调而已。困难是那样的真实，我怎么能忘了呢？”请留意，我不是说“忘记”，我只是说不要注目在这些困难上，以及在我们所受的伤痛和误解上。当我们内心充满疑惑和惧怕的时候，不要把焦点放在这些事情上，倒要学习把焦点放在耶稣基督身上。

为什么要把焦点集中在耶稣基督的身上呢？因为当我们注视什么，凝望着什么，或者我们的焦点放在什么人或事物上的时候，这个人或事物就会管理我们的思想和心灵。所以凡是注目耶稣基督的，我们就自然会看重跟主之间的关系，自然会想到这位主为爱我们的缘故被钉在十字架上，祂是怎样赦免我的众罪，祂又是怎样居住在我里面，祂是怎样的无条件的爱着我，关心我，把我放在祂爱的深海洋里，不管我们能不能感受得到，事实就是这样。当我们把注意力集中在主身上的时候，我们就不再被环境所支配，而是更多的想到主的恩典和慈爱。

把焦点放在主的身上，意思就是当我们置身在困境里面的时候，耶稣基督就成为我们思想的核心和焦点，我们仰望祂的拯救，医治，供应，引导，关怀等等。所以，要学习在困境中凝望耶稣基督。当然我也明白，在困境中人自然会做的事，就是去看环境，去想困难和痛苦，因为谁的声音最大，谁就会赢得注意。要是我们感到真的很痛苦，我们的焦点就自然会落在所受的痛苦上，而我们所感受的痛苦只会因为我们凝望而加增。所以，要胜过困境，我们就必须把焦点放在主的身上，让祂成为我们思想的核心。因为认识“基督住在我们里面，祂是与我们一起共度的，祂爱我们，关怀我们”，我们就能够跨越困境而在困境中喜乐了。

保罗并不纯粹只是教导我们怎么怎么做，他乃是设身处地的经历过，他自己也是用这些原则去面对逆境的。我们要是不用这样的方法去面对，那我们所承受的逆境就会越来越大，而最终我们就会被困境所击败。保罗一生所受的痛，是少人能比得上，然而读保罗的书信，你却不曾见过他心存苦毒，也没有见过他有过想要报仇或者满怀愤怒的念头，又或者曾经怨天尤人。虽然他被囚禁，失去自由，无故的被当作囚犯，只是保罗并没有因此而气馁灰心，又或者自怨自艾，或者埋怨神，相反的他把许多宝贵的属灵功课和体验，与我们分享。

保罗到底怎样去面对临到他身上的逆境呢？就我们看腓 1:18，保罗在这里说：“这有何妨呢？或是假意，或是真心，无论怎样，基督究竟被传开了，为此我就欢喜，并且还要欢喜。” 2:18 又说：“你们也要照样喜乐，并且与我一同喜乐。” 3:1：“弟兄们，我还有话说，你们要靠主喜乐。” 经文就读到这里，然后，腓 4:1 开始又说：“我所亲爱所想念的弟兄们，你们就是我的喜乐，我的冠冕。” 腓 4:4 是我们所熟悉的，保罗说：“你们要靠主常常喜乐，

我再说，你们要喜乐。”

保罗的悲惨和不幸的际遇，实在不是我们能够想象的，可是在此同时，保罗却又和弟兄姐妹大谈喜乐之道，分享他喜乐的秘诀，就是靠主，保罗说他已经学会了怎样凡事知足。为什么保罗能够这样呢？保罗绝对不是超人，他不过像和我一样是个凡人而已，到底保罗凭什么能够在逆境中喜乐呢？原来保罗是把焦点放在主的身上，而不是在环境和困难上。他没有想那些伤害他和人，或者是那些临到他身上不公平的对待，保罗的焦点，乃是放在耶稣基督身上。

腓 1:15，保罗说：“有的传福音，是出于嫉妒分争；也有的是出于好意。”然后腓 1:17-18 他接着说：“那一等传基督，是出于结党，并不诚实，意思要加增我捆锁的苦处。这有何妨呢？或是假意，或是真心，无论怎样，基督究竟被传开了；为此我就欢喜，并且还要欢喜。”保罗的秘诀就是他焦点放在耶稣基督身上。或者你会说，“你不明白我所受的苦，是多么的深，我是多么的不幸，所受的是多么不公平待遇。”其实我们所受的苦程度怎样，根本没有分别。问题不在于困难和环境怎样，问题只在于我们有没有把焦点放在主的身上，藉此而获得力量，去度过难关。

来 13:5 里提到：“因为主曾说，我总不撇下你，也不丢弃你。”这不是说，“神在高天之上，用望远镜来追踪我们，看看我们到底在哪里”，不是这个意思。正确的事实是，祂就住在我們里面，祂的膀臂环绕着我们，与我們一起共度患难的时刻，祂要以祂的大爱来充满我们，覆庇我们。神的爱临到我们，或者说神爱我们，不等于我们这一生就没有困难和逆境，就可以不再受苦了，不是这样。

我们活在神的爱中，但却依然有苦难，有试炼，有各种各样的烦恼，保罗就是一个典型的例子。一个献身为主，舍弃一生的使徒，这样被主重用的一个人，但却无时无刻不是活在苦难和逆境之中。由此可见，这两样是毫无关连的事，神爱我们，但我们的人生一样可能备受苦难和痛楚。

所以，不论我们所遭遇的是什么，不要忘记把焦点放在主的身上，不要再看让人泄气和丧志的事情，停止再停留在那些让人心碎和痛苦的事。倒要把焦点放在主的身上，当我们这样做的时候，我们会发现痛苦会减轻，我们的心得着鼓励和安慰，我们的信心也会因此增加。为什么呢？因为这是神在圣经中所给我们的原则，我们要是依着原则去行，就必然会得到其中的好处，神会领我们经过并且带领我们得胜。

好，头一个原则就是把焦点和目光设定在主的身上，而不是环境上。第二个原则我们要来思想的，就是要把焦点放在神的权能上，而不是人的意愿上。我再说一遍，第二个原则就是要把焦点放在神的权能上，而不是人的意愿上。这是什么意思呢？神的权能是指着什么说的呢？圣经告诉我们，神在天上设立祂的宝座，而祂的权柄统管万有。神有绝对的主权，祂是管理着万事万物，以及全人类的，所有的事情都在祂的掌管之中，没有一样例外。

我们知道神为什么容让某些事临到我们身上吗？我们不知道。我们知道神作事的动机吗？不知道，只是我们相信神最深层的动机，是出于爱。我们明白神的时间，和作事的方式吗？也不知道，然而神的权能是表示出神有绝对的主权。所以，简单来说，当逆境来临的时候，我们是要注目在神的主权上，把焦点放在神的权能上，而不是放在自己的意愿上。我们之所以能够胜过苦难和跨越困境，是因为我们注目仰望神的主权，知道祂在掌管一切，不论我们所承受的是什么，都先有神允许。

所有临到神儿女们身上的事，都必先经过神的许可，所以神的允许就成为了我们最大的保障。换句话说，没有神的许可，没有任何事情可以发生在我们身上。神可以开始任何事，也可以停止任何事，一切都在神的掌握之中，我们要认识这点，也要注目在这一点上。我们活在今生，很多事物都是不可知的，我们不明白不理解，我们更不知道将来会怎样，明天会怎样。然而从神过往的作为中，从神作事的方式和原则中，我们知道神掌管一切，那就足够有余了。

每一个人都遭受逆境和苦难，其实是我们并不察觉，并不留意，也不明白的。多少时候，神将我们从危难中拯救出来，保护我们，我们也未察觉得到。既然神有绝对的权能，我们只要把焦点放在神的权能上，我们就可以超越苦痛。为什么注目仰望神的权能，就会有这样的效果呢？这是因为神爱我们是无条件的，所以当祂掌管我们的生命的时候，祂必然会把好的赐给我们，必然会为我们最大的利益和好处设想。今天我们在地上所遇见的一切，所承受的一切，原来全都经过神的过滤，是先由神批准了才临到我们身上的，所以没有一样是偶然或是没有经过神许可而发生的。而且圣经告诉我们，“万事互相效力，叫爱神的人得益处，就是按祂旨意被召的人。”无论发生什么事，神都有能力叫万事为我们效力，叫我们从其中获得益处。既然这样，我们还有什么需要忧虑或者挂心的呢？

多少时候，我们无法面对逆境，是因为我们靠自己有限的力量去面对，所以感到乏力。我们觉得绝望，是因为我们以错误的态度去回应。只要我们回头仰望神，呼求神的救助，放下心中的苦毒，仇恨，疑惑，怨恨，顺服在神的安排下，谦卑服在神大能的手下，我们自然会得胜。不然的话，所有负面的情绪就会占据我们的心，苦难和逆境就会牢牢的抓着我们，叫我们陷在绝望和愁苦之中。只要我们把焦点放对，只要我们从神的角度去看苦难我们自然晓得，不论任何环境，我们所经历的，都有神美好的安排，祂是那位主宰一切的神。

最后第三个原则我要分享的，就是我们要把焦点放在正面的结果上，而不是放在个人的痛苦上。我再说一遍，我们要把焦点放在将要达到的正面的结果上，而不是放在个人的痛苦上。虽然也许没有人知道我们所受的痛苦是多么的深，多么艰难，但是神知道。神绝对知道我们所受的试探和试炼，但是神却不会把我们不能忍受的加在我们身上。圣经说，“你们所遇见的试探，无非是人所能受的。神是信实的，必不叫你们受试探过于所能受的，在受试探的时候，总要给你们开一条出路，叫你们能忍受得住。”神要在适当的时候，拯救我们，坚固我们，建立我们，加力量给我们。神许可的苦楚总是暂时的，不要以为连神也不明白，其实神是明白我们的，只要我们耐心等待祂，我们就能够学会祂要我们学习的功课。祂是那赐诸般恩典的神，向我们所怀的总是赐平安的意念。

多少时候，我们只着在意别人是怎样伤害我们，是怎样的对我不好，却忘记了原来神在主宰一切，在别人的行动之上有神的允许，而神正藉此机会来让我们经历祂的爱和能力。所以，要学习把焦点放在主的身上，而不是我们所受的伤害和痛苦上。要注视神的权能而不是那伤害我们的人，要留心正面的结果，寻找我们在这时刻中可以获得的益处。神要透过这些逆境来模造我们，建立我们的品格，让我们在经历苦难和逆境之后，变得更像祂，更有祂的荣美。千万不要中了魔鬼的诡计，落在忧郁和自哀自怜中。

基督徒的人生，是信心的人生，我们所走的是一条信心的路，神要我们摆脱看环境和看自己的习惯，转而仰望祂，专一注视祂。人生有许多十字路口，有时候我们觉得难以取舍和选择，似乎各有其优点和缺点，有的是负面的，有的是正面的，但是我们要专一信靠神，深信祂奇妙的指引，祂要带领我们走在正确的路上。亲爱的弟兄姐妹，在新的一年里，到底我们

要心存苦毒和怨恨的过活，像世人一样呢？还是我们把自己交托给神，信靠神的掌管和引领呢？让我们顺服在神面前，全心相信祂的慈爱和恩典，神要在我们一切的逆境中工作，让我们获得生命中最美好的福气，只要我们全然顺服祂，把生命交给祂，让祂全权管理。

要是我们需要安慰，相信诗 31:14-17 诗人的祷告是最美的安慰，诗人说：“耶和华阿，我仍旧倚靠你，我说你是我的神。我终身的事在你手中，求你救我脱离仇敌的手，和那些逼迫我的人。求你使你的脸光照仆人，凭你的慈爱拯救我。耶和华阿，求你叫我不至羞愧，因为我曾呼吁你，求你使恶人羞愧，使他们在阴间缄默无声。”下面 19 节继续说：“敬畏你投靠你的人，你为他们所积存的，在世人面前所施行的恩惠，是何等大呢？”