



詩歌書讀經#3
約伯記 11-20 章

Bible Reading Class 王文堂牧師

詩歌書：人生的智慧五篇

	書名	章數	人生的智慧	主題
1	約伯記	42	受苦篇	超越人生的苦難
2	詩篇	150	讚美篇	從人的世界到神的寶座
3	箴言	31	生活篇	以天上的智慧過地上的生活
4	傳道書	12	覺悟篇	從日光之下的空虛到日光之上的充實
5	雅歌	8	愛情篇	享受愛的人生

如何信耶穌？

- 信耶穌最重要的一件事，就是確定所信的對象。你必須確定自己是信耶穌，不是信宗教。是信基督，不是信基督教。耶穌才能救人，宗教不能。永生是在神的兒子裡，不是在宗教裡。信主的人有永生，信教的人沒有永生：
- 這見證就是神賜給我們永生；這永生也是在他兒子裡面。人有了神的兒子就有生命，沒有神的兒子就沒有生命。
(約翰一書5:11-12)

信教的人

信教的人是怎麼來的？聽了一個動人的見證，他說：我信了！唱了一首動人的詩歌，眼淚不知不覺流下來，他說：我信了！好心的基督徒勸他信教，他說：好。叫他受洗，他說，好。告訴他禮拜天來做禮拜，他說：好。

你問他：你重生了沒有？他說：甚麼是重生？那麼你得救了沒有？他說：我得救了。如何知道你得救了？因為牧師給我受洗了。後來遇到困難，禱告了一陣子也不見好轉，他說：神在哪裡？我不信了！像這樣子的「基督徒」不知有多少。

信教的人

有些從小在教會長大的人，沒有認罪悔改的經歷，沒有尋求真理的過程，沒有跟從耶穌的委身，只因熟悉基督教，問甚麼他都會，自然就受洗成為基督徒。他信主了嗎？沒有，他只是信教。得救了嗎？當然沒有。

問題何在？

問題何在？問題出在教會，出在傳福音的人。傳的人傳錯了，信的人就信錯了。傳的人不傳耶穌，信的人就不信耶穌。傳的人不傳十字架，信的人不信十字架。傳宗教，信宗教。傳健康與財富，信健康與財富。教會傳假福音，教會就有假信徒。

你聽聽那些「信主的見證」，有許多「教會很溫暖，弟兄姊妹很有愛心，神幫助我度過難關」的故事，但卻沒有悔改，沒有耶穌，沒有十字架。教會不忠於主的託付，不領人信主，只領人信教，種的是甚麼，收的是甚麼。

福音

聖經對福音有極清楚的定義，就是「耶穌基督，並他釘十字架」：世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀；神的兒子耶穌基督來到世上，擔當世人的罪，被釘死在十字架上，叫一切信他的都罪得赦免，因信稱義，不致滅亡，反得永生：

就是神的義，因信耶穌基督加給一切相信的人，並沒有分別。因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀；如今卻蒙神的恩典，因基督耶穌的救贖，就白白的稱義。（羅 3:22-24）

福音

福音有明確的對象：神的兒子耶穌基督。有明確的內容：耶穌基督並他釘十字架。有明確的接受過程：認罪悔改，相信耶穌，受浸歸主，跟從耶穌。福音不是「教會很好，教會很溫暖」，不是「信耶穌很好，心靈得到安慰」，不是「上帝很靈，禱告有求必應」，不是「聖靈恩膏你，賜你財富與健康」，不是「宗教勸人為善，有信仰總是好的」。沒有耶穌、沒有十字架、沒有認罪悔改的，不是福音！

那並不是福音！

我希奇你們這麼快離開那藉著基督之恩召你們的，去從別的「福音」。那並不是福音，不過有些人攪擾你們，要把基督的福音更改了。但無論是我們，是天上來的使者，若傳「福音」給你們，與我們所傳給你們的不同，他就應當被咒詛。（加1:6-8）

開始的三個步驟

- A. Admit 認罪
- B. Believe 相信
- C. Confess 宣告

- **Admit 認罪**：以謙卑的心，向神承認自己是一個罪人。
 - 因為世人都犯了罪，虧缺了神的榮耀。（羅3:23）
 - 日期滿了，神的國近了。你們當悔改，信福音！（可1:15）

開始的三個步驟

- A. Admit 認罪
- B. Believe 相信
- C. Confess 宣告

- **Believe 相信**：以信心接受耶穌為主，相信他因救贖你而被釘死在十字架上。
 - 就是神的義，因信耶穌基督加給一切相信的人，並沒有分別。（羅 3:22）
 - 凡接待他的，就是信他名的人，他就賜他們權柄，作神的兒女。（約 1:12）
 - 神愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不至滅亡，反得永生。（約 3:16）

開始的三個步驟

- A. Admit 認罪
- B. Believe 相信
- C. Confess 宣告

- **Confess 宣告**：決志信主，公開表明自己與基督的關係。
 - 你若口裡認耶穌為主，心裡信神叫他從死裡復活，就必得救。因為人心裡相信，就可以稱義；口裡承認，就可以得救。（羅 10:9-10）

認罪悔改，決志信主，受浸歸主，是開始的第一步。接著一生跟從耶穌！

Jan. 6, 2021

13

- We watched in horror as rioters breached the capitol and laid siege to the heart of our democracy. Congress, in session to certify the electoral result, was immediately evacuated for their safety. No one expected to see this, the mob scene, the anarchy. In a banana republic perhaps. But not here. Not in the United States. Not in the Capitol.
- Yesterday's event was universally denounced and condemned. As its fallout continue to unravel, one apparent casualty is the Christian church. Trump-supporters are bitter and disappointed. One person said she is not going back to her church because the election of Biden proves there is no God. She is not alone.

- Anti-Trump people are not coming to church either. In their views, the hypocrisy of the church is in full display as the evangelicals give their unwavering support to a crooked racist. Already hit hard by the pandemic, churches across the country are now facing a reckoning for their roles in this political upheaval.
- This is what happens when the church deviates from her calling to follow Jesus. It is time to repent. We have only one Lord and His name is Jesus. Back to the Bible. Follow Jesus. May the Lord have mercy on us.



認識讀經班 Bible Reading Class

讀經班的對象

1. 重生得救的基督徒
 2. 接受過水禮（浸禮或洗禮）
 3. 委身於讀完整本聖經
- 歡迎符合以上三個條件的人參加讀經班，請上網站留言
報名：biblereadingclass.com

讀經班的君子協定

榮譽制度，君子自重，對神誠實

三項務必遵守、不可妥協的規矩：

1. 每周讀完進度
2. 每周看完教學視頻
3. 每周做完隨堂測驗 (closed book)

讀經班的網站

- 讀經班的網址：
 - biblereadingclass.com
 - pastorwarrenwang.com
- 教學視頻、錄音、講義，每週六上午八時（洛杉磯時間）刊登。

讀經班的宗旨

1. 以基督為中心 Christ-Centered
2. 以聖經為根基 Bible-Based
3. 以宣道為顧念 Mission-Minded

讀經班的信念

1. 聖經是神的話語，基督徒信仰與生活的最高準則

- 聖經都是神所默示的（All Scripture is God-breathed）。（提後3:16）
- 你們蒙了重生，不是由於能壞的種子，乃是由於不能壞的種子，是藉著神活潑常存的道（the living and enduring word of God）。（彼前1:23）
- 神的道是活潑的，是有功效的（alive and active），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4:12）

讀經班的信念

2. 讀經的目的是跟從耶穌，在基督的救贖事工上有分

- 所以，你們要去，使萬民作我的門徒，奉父、子、聖靈的名給他們施浸。凡我所吩咐你們的，都教訓他們遵守（teaching them to obey everything I have commanded you）。（太28:19-20）
- 你們蒙召原是為此；因基督也為你們受過苦，給你們留下榜樣，叫你們跟隨他的腳蹤行。（彼前2:21）

讀經班的金句

- 聖經都是神所默示的，於教訓、督責、使人歸正、教導人學義都是有益的，叫屬神的人得以完全，預備行各樣的善事。（提後 3:16-17）
- All Scripture is God-breathed and is useful for teaching, rebuking, correcting and training in righteousness, so that the servant of God may be thoroughly equipped for every good work. (2 Tim. 3:16-17)

A man with a backpack is walking away from the viewer on a dirt path that leads towards a large wooden cross in a vast, green field. The scene is set at sunset or sunrise, with a bright sun low on the horizon, creating a golden glow and long shadows. The sky is filled with soft, colorful clouds. The overall mood is one of spiritual journey and hope.

研讀聖經，與神同行 一個屬靈的旅程

- 願你以敬虔的心研讀神的話語，行在祂的旨意當中！
- 願主的道興旺，主將得救的人加給教會！
- 願主賜福你讀經的日子！

讀經小組

- 請和幾位讀經班的弟兄姊妹，組成一個讀經小組，定期聚會，彼此鼓勵，彼此代禱。



約伯記 3-27 章：三輪對白

約伯和以利法、比勒達、瑣法之間的三輪對白

約伯記大綱

一、序曲：1-2章

二、主體：3-41章

1. 三輪對白（3-27章）

- 1) 第一輪對白：約伯與以利法，比勒達，瑣法
- 2) 第二輪對白：約伯與以利法，比勒達，瑣法
- 3) 第三輪對白：約伯與以利法，比勒達

2. 中場：智慧何處尋？（28章）

3. 三段獨白（29-41章）

- 1) 第一段獨白：約伯的訴冤
- 2) 第二段獨白：以利戶的「正義之聲」
- 3) 第三段獨白：神的宣告

三、尾聲：42章

第一輪對白

4a. 第三位朋友瑣法發言

神追討你，比你罪孽該得的還少！伯11章

- A. 約伯不肯認錯，滔滔不絕地為自己辯護。瑣法被激怒了！
於是他開口斥責約伯。伯11:2-6
- B. 瑣法一面高舉神。一面諷刺約伯。這種「安慰法」有效嗎？伯11:7-12
- C. 瑣法一面「鼓勵」約伯悔改，一面警告他「惡人」的下場。伯11:13-20

A. 約伯啊，願神攻擊你這個自以為義的人！其實神追討你的程度，遠比你所當得的還要少！伯 11:2-6

- 這許多的言語豈不該回答嗎？多嘴多舌的人豈可稱為義嗎？
- 你誇大的話豈能使人不作聲嗎？你戲笑的時候豈沒有人叫你害羞嗎？
- 你說：我的道理純全；我在你眼前潔淨。
- 惟願神說話；願他開口攻擊你，
- 並將智慧的奧秘指示你；他有諸般的智識。所以當知道神追討你比你罪孽該得的還少。

B. 約伯啊，神是何等偉大，豈是你所能測透的？算了，像你這種空虛的人，豈能有知識呢？伯 11:7-12

- 你考察就能測透神嗎？你豈能盡情測透全能者嗎？
- 他的智慧高於天，你還能做什麼？深於陰間，你還能知道什麼？其量比地長，比海寬。
- （話鋒一轉，箭頭指向約伯）他若經過，將人拘禁，招人受審，誰能阻擋他呢？
- 他本知道虛妄的人；人的罪孽，他雖不留意，還是無所不見。
- 空虛的人卻毫無知識；人生在世好像野驢的駒子。（空虛的人，豈能有見識呢？野驢的駒子，豈能變成人呢？）

C. 約伯啊，你若悔改，還會有好結果。否則的話，將會有更悲慘的結局等待你！伯 11:13-20

- 你若將心安正，又向主舉手；你手裡若有罪孽，就當遠遠的除掉，也不容非義住在你帳棚之中。
- 那時，你必仰起臉來毫無斑點；你也必堅固，無所懼怕。
- 你必忘記你的苦楚，就是想起也如流過去的水一樣。
- 你在世的日子要比正午更明，雖有黑暗仍像早晨。
- 你因有指望就必穩固，也必四圍巡查，坦然安息。
- 你躺臥，無人驚嚇，且有許多人向你求恩。
- **（話鋒又一轉）**但惡人的眼目必要失明。他們無路可逃；他們的指望就是氣絕。

第一輪對白

4b. 約伯回答瑣法

瑣法的話使約伯深受傷害，悲苦而冤屈的心情使他的話語轉為尖銳，為自己做了一次最長的答辯。伯12-14章

- A. 約伯反口相譏，伯12:1-6：別自以為聰明，我也有智慧！
- B. 約伯請自然界做見證，伯12:7-12：萬物的見證，和你們所說的相反
- C. 神以主權行作萬事，伯12:13-25：誰都不能抵擋神，他愛怎樣就怎樣，誰能和他講道理呢？

- D. 你們都是無用的醫生，伯**13:1-12**：閉嘴吧，這就算為你們的智慧！
- E. 請聽我說，伯**13:13-19**：我是冤枉的，就算到神面前，我也要爭辯到底！
- F. 向神訴求，伯**13:20-28**：神啊，我到底犯了什麼罪，你要這樣對我？
- G. 人的日子，又短又苦，伯**14:1-6**：我們是這麼的微不足道，生命又如此短暫，神啊，你何苦還管我們呢？Why don't you just leave us alone!
- H. 人生如花，並非如樹，伯**14:7-12**：枯樹尚可逢春，人則不能
- I. 人死後還能復活麼？我希望能！伯**14:13-17**：在我一切爭戰的日子，等待著那被釋放的時刻來到！
- J. 如今神卻將我從世上挪去，伯**14:18-22**：如同磐石挪開原處！

你們死亡，智慧也就滅沒了！

- 你們真是子民哪！你們死亡，智慧也就滅沒了。
- 但我也有聰明，與你們一樣，並非不及你們。你們所說的，誰不知道呢？
- 我這求告神、蒙他應允的人，竟成了朋友所譏笑的；公義完全人，竟受了人的譏笑。（伯12:2-4）

你且問走獸，走獸必指教你

- 你且問走獸，走獸必指教你；又問空中的飛鳥，飛鳥必告訴你；
- 或與地說話，地必指教你；海中的魚，也必向你說明。
- 這一切（公義的人受苦，強盜的帳棚興旺），誰不知道是耶和華的手做成的呢？
- 凡活物的生命和人類的氣息都在他手中。
- 耳朵豈不試驗言語，正如上膛嘗食物嗎？（你們有耳朵不會聽嗎？有味覺不會嚐味道嗎？）
- 年老的有智慧；壽高的有知識。（年紀這麼大卻沒有智慧嗎？壽數這麼高卻沒有知識嗎？）（伯12:7-12）

他廢棄忠信人的講論，奪去老年人的聰明

- 他把謀士剝衣擄去，又使審判官變成愚人。
- 他放鬆君王的綁，又用帶子捆他們的腰。
- 他把祭司剝衣擄去，又使有能的人傾敗。
- 他廢去忠信人的講論，又奪去老人的聰明。
- 他使君王蒙羞被辱，放鬆有力之人的腰帶。（伯 12:17-21）

閉嘴吧，這就算為你們的智慧！

- 這一切，我眼都見過；我耳都聽過，而且明白。
- 你們所知道的，我也知道，並非不及你們。
- 我真要對全能者說話；我願與神理論。
- 你們是編造謊言的，都是無用的醫生。
- 惟願你們全然不作聲；這就算為你們的智慧！（伯13:1-5）

請聽我說！

- 你們要細聽我的言語，使我所辯論的入你們的耳中。
- 我已陳明我的案，知道自己有義。
- 有誰與我爭論（有誰能證明我的不是），我就情願緘默不言，氣絕而亡。（伯 13:17-19）

神啊，請回答我！

- 惟有兩件不要向我施行，我就不躲開你的面：
- 就是把你的手縮回，遠離我身；又不使你的驚惶威嚇我。
- 這樣，你呼叫，我就回答；或是讓我說話，你回答我。
- 我的罪孽和罪過有多少呢？求你叫我知道我的過犯與罪愆！
(伯13:20-23)

人生苦短，多有患難

- **前一** 人為婦人所生，日子短少，多有患難；出來如花，又被割下，飛去如影，不能存留。
- **前二** 這樣的人你豈睜眼看他嗎？又叫我來受審嗎？
- **中** 誰能使潔淨之物出於污穢之中呢？無論誰也不能！
- **後一** 人的日子既然限定，他的月數在你那裡，你也派定他的界限，使他不能越過。
- **後二** 便求你轉眼不看他，使他得歇息，直等他像雇工人完畢他的日子。（伯14:1-6）

人不如樹

- **樹一** 樹若被砍下，還可指望發芽，嫩枝生長不息；
- **樹二** 其根雖然衰老在地裡，幹也死在土中，
- **樹三** 及至得了水氣，還要發芽，又長枝條，像新栽的樹一樣。
- **人一** 但人死亡而消滅；他氣絕，竟在何處呢？
- **人二** 海中的水絕盡，江河消散乾涸。
- **人三** 人也是如此，躺下不再起來，等到天沒有了，仍不得復醒，也不得從睡中喚醒。（伯 14:7-12）

第二輪對白

1a. 以利法發言，伯15章

- A. 約伯啊，你是罪人說罪話，伯15:1-6：是誰在這兒風言風語？
- B. 別搞錯了，你並非一位智者，伯15:7-10：我們這兒還有比你年紀更大的（更有經驗，更有智慧的）！
- C. 我們好言相向，你卻惡語回報？伯15:11-13：而且我們說話，是替神說話。
- D. 罪人怎可在神面前自義呢？伯15:14-16：約伯啊，你就是一個自義的罪人！
- E. 惡人的下場，伯15:17-35：惡有惡報，其理必然；你既遭報，就是惡人。

用東風充滿肚腹

- 提幔人以利法回答說：
- 智慧人豈可用虛空的知識回答，用東風充滿肚腹呢？
- 他豈可用無益的話，和無濟於事的言語理論呢？
- 你是廢棄敬畏的意，在神面前阻止敬虔的心。
- 你的罪孽指教你的口；你選用詭詐人的舌頭。
- 你自己的口定你有罪，並非是我；你自己的嘴見證你的不是。（伯 15:1-6）

惡人之歌一，作者以利法

- 惡人一生之日劬勞痛苦；強暴人一生的年數也是如此。
- 驚嚇的聲音常在他耳中；在平安時，搶奪的必臨到他那裡……
- 他不得富足，財物不得常存，產業在地上也不加增。
- 他不得出離黑暗。火焰要將他的枝子燒乾；因神口中的氣，他要滅亡……
- 原來不敬虔之輩必無生育；受賄賂之人的帳棚必被火燒。
- 他們所懷的是毒害，所生的是罪孽；心裡所預備的是詭詐。
(伯15:20-35)

第二輪對白

1b. 約伯回答，伯16-17章

- A. 你們是無用的安慰者，伯16:1-5：你們的長篇大論，我越聽越煩
- B. 其實我知道，我是落在了神的手中，伯16:6-14：你們只是神處罰我的工具
- C. 我雖無辜，但是我認了，伯16:15-17：我宣布投降
- D. 雖然今生已無指望，可是將來在天上神會還我清白，伯16:18-22：在天上我有我的見證

- E. 主啊，你雖擊打我，可是只有你能洗刷我的冤屈，伯
17:1-2：除你以外，誰肯為我作保呢？**
- F. 但如今，神卻叫那些自以為義的人來羞辱我，伯17:6-9：
他們吐唾沫在我臉上**
- G. 我已絕望，我將離世，伯17:10-16：我只盼望陰間為我的
房屋，黑暗為我的住所**

你們安慰人，反叫人愁煩

- 約伯回答說：
- 這樣的話我聽了許多；你們安慰人，反叫人愁煩。
- 虛空的言語有窮盡嗎？有什麼話惹動你回答呢？
- 我也能說你們那樣的話；你們若處在我的境遇，我也會聯絡言語攻擊你們，又能向你們搖頭。
- 但我必用口堅固你們，用嘴消解你們的憂愁。（伯16:1-5）

在天上 有我的見證

- 地啊，不要遮蓋我的血！不要阻擋我的哀求！
- 現今，在天有我的見證，在上 有我的中保。
- 我的朋友譏誚我，我卻向神眼淚汪汪。
- 願人得與神辯白，如同人與朋友辯白一樣；
- 因為再過幾年，我必走那往而不返之路。（伯16:18-22）

義人最後的堅持

- 神使我作了民中的笑談；他們也吐唾沫在我臉上。
- 我的眼睛因憂愁昏花；我的百體好像影兒。
- 正直人因此必驚奇；無辜的人要興起攻擊不敬虔之輩。
- 然而，義人要持守所行的道；手潔的人要力上加力。（伯 17:6-9）

第二輪對白

2a. 比勒達發言，伯18章

- A. 斥責約伯，伯18:1-4：你這個以自我為中心的傢伙，還不住嘴嗎？
- B. 惡人的下場，伯18:5-21：義人絕對不會受苦，惡人絕對不會發達。你既然受苦，必定是個惡人。

惡人之歌二，作者比勒達

- 惡人的亮光必要熄滅；他的火焰必不照耀。
- 他帳棚中的亮光要變為黑暗；他以上的燈也必熄滅。
- 他堅強的腳步必見狹窄；自己的計謀必將他絆倒。
- 因為他被自己的腳陷入網中，走在纏人的網羅上……

- 他的力量必因飢餓衰敗；禍患要在他旁邊等候。
- 他本身的肢體要被吞吃；死亡的長子要吞吃他的肢體……
- 在本民中必無子無孫；在寄居之地也無一人存留。
- 以後來的要驚奇他的日子，好像以前去的受了驚駭。
- 不義之人的住處總是這樣；此乃不認識神之人的地步。
(伯18:5-21)

第二輪對白

2b. 約伯回答，伯19章

- A. 你們還要折磨我多久，伯19:1-5
- B. 我是有冤無處訴，因為攻擊我的乃是神，伯19:7-17
- C. 我現在是「友叛親離」，伯19:13-20
- D. 可憐可憐我吧，朋友們，伯19:21-22
- E. 末後仍有指望，伯19:23-27：**我知道我的救贖主活著！**
- F. 你們要將我置之於死地，小心自己受報應！伯19:28-29

神啊，我委屈！

- 我因委屈呼叫，卻不蒙應允；我呼求，卻不得公斷。
- 神用籬笆攔住我的道路，使我不得經過；又使我的路徑黑暗。
- 他剝去我的榮光，摘去我頭上的冠冕。
- 他在四圍攻擊我，我便歸於死亡，將我的指望如樹拔出來。
(伯19:7-10)

朋友們，可憐我吧！

- 我朋友啊，可憐我！可憐我！因為神的手攻擊我。
- 你們為什麼彷彿神逼迫我，吃我的肉還以為不足呢？（伯 19:21-22）

我知道我的救贖主活著！

- 惟願我的言語現在寫上，都記錄在書上；
- 用鐵筆鐫刻，用鉛灌在磐石上，直存到永遠。
- 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神。（伯19:23-26）

第二輪對白

3a. 瑣法發言，伯20章

- A. 我忍不住了，我非說不可，伯20:1-3：
- B. 惡人就算發達，也是暫時的，伯20:5-11：約伯啊，你就是暫時發達。
- C. 惡人都是「先甜後苦」，伯20:12-19：約伯啊，你就是這樣。
- D. 神必處罰惡人，伯20:20-29：約伯啊，你就是惡人！

惡人之歌三，作者瑣法

- 你豈不知亙古以來，自從人生在地，
- 惡人誇勝是暫時的，不敬虔人的喜樂不過轉眼之間嗎？
- 他的尊榮雖達到天上，頭雖頂到雲中，
- 終必滅亡，像自己的糞一樣；素來見他的人要說：他在那裡呢？

- 他吞了財寶，還要吐出；神要從他腹中掏出來。
- 他必吸飲虺蛇的毒氣；蝮蛇的舌頭也必殺他。
- 流奶與蜜之河，他不得再見。
- 他勞碌得來的要賠還，不得享用；不能照所得的財貨歡樂……
- 天要顯明他的罪孽；地要興起攻擊他。
- 他的家產必然過去；神發怒的日子，他的貨物都要消滅。
- 這是惡人從神所得的分，是神為他所定的產業。（伯20:4-29）

Reflection Point

從實用的角度來面對人生的苦難

受苦是人類的共同經驗

- 你隨意找一群人，問他們：「誰從來沒有痛苦過？請舉手！」我想大概不會有人舉手。「受苦」是人類的共同經驗，找一個從未痛苦過的人，就和找一個從未生病過的人同樣困難。
- 約伯記的主題之一是「受苦」，可從兩個不同的角度來接觸：
 - 第一，從哲學的角度來探討「為何會有苦難？」
 - 第二，從實用的角度來學習「如何面對苦難？」
- 歷代以來有許多聰明的哲學家 and 神學家想要解答「為何會有苦難？」這個難題，至今未有一個能令所有人滿意的答案。我想從實用的角度來接觸「受苦」這個題目，以下是根據聖經的教導，從「受苦者」和「安慰者」兩方面來學習：

一、受苦者

1. 受苦而不犯罪

- 約伯受了很大的苦，但他並未犯罪。聖經說：「在这一切的事上約伯並不犯罪，也不以神為愚妄」（伯1:22）。受苦是撒但工作的良機，受苦之時人心激動，許多平時堅守的信念開始動搖。撒但的目的是要人「棄掉神」（他必當面棄掉你，伯1:11），並因棄掉神而犯罪。基督徒受苦的時候需要提高警覺，求神賜給力量，像約伯那樣地「持守純正」（伯2:3），得以勝過撒但的試探，受苦而不犯罪。

一、受苦者

2. 勝過自憐的情緒

- 人在受苦的時候很容易陷於自憐的情緒，滿腦子都是自己的痛苦和委屈，久久無法自拔。約伯無辜但卻受苦，自憐的情緒更加強烈。自憐只會使受苦的時間拖長，拖久了就變為沮喪（depression），很難從中出來。勝過自憐最好的方法是轉移目標，對我們基督徒來說，就是去讚美神。自憐是看自己，讚美是看神。看自己沒有出路，看神才有出路。
- 人在自憐的時候並不想讚美神，但你要用意志力勝過情緒，向自己的心發命令：「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚他。他是我臉上的光榮，是我的神。」（詩42:11）

一、受苦者

3. 自我省察

- 自我省察就是在神面前謙卑下來，求神光照，看自己是否犯了罪。約伯朋友的理論並非全錯，許多時候「苦難」其實是「苦果」。雖然約伯受苦不是因為犯罪，有些人卻是。「人種的是什麼，收的也是什麼」（加6:7），即使有約伯這樣的例外，這個原則還是可以普遍應用的。
- 省察之後，若發現自己有罪，就當向神悔改。若自覺無罪，就求神使我勝過自憐的情緒，相信神有他的美意，以信心接受這次的經歷。打擊使人強大，這次的經歷將增強你的屬靈體能，成為以後的助力。

一、受苦者

4. 平時的靈命培養

- 約伯受苦而不犯罪，持守心的純正，顯示出他平時靈命培養的工夫。約伯平時就「敬畏神，遠離惡事」（伯1:1），神人關係有深厚的底子，對於突發的災難才具有抵擋的能力，否則他是擋不住的。
- 我們也一樣。你若平時敬畏神，培養與神的關係，就能勝過生活中許多的挑戰。如何培養神人關係？最有效的方法是研讀並默想神的話語，使你能夠從神的眼光來看事情：「惟喜愛耶和華的律法，晝夜思想，這人便為有福！他要像一棵樹栽在溪水旁，按時候結果子，葉子也不枯乾。凡他所做的盡都順利。」（詩1:2-3）

一、受苦者

5. 向前看，不要向後看

- 受苦時的自然傾向是向後看：懷念過去的日子，為自己的損失難過，為自己的過錯後悔。如果一直向後看，你很難走出苦難的陰影。
- 一旦處理過自己的心情，就當以積極的態度向前看，相信神的美意，自己經過苦難之後會變得更加堅強：「我的弟兄們，你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂；因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。但忍耐也當成功，使你們成全完備，毫無缺欠。」（雅各書1:2-4）。
- 不但如此，我們還相信神在前面有美好的預備：「那先前忍耐的人，我們稱他們是有福的。你們聽見過約伯的忍耐，也知道主給他的結局，明顯主是滿心憐憫，大有慈悲。」（雅各書5:11）

二、 安慰者

1. 安慰者的盼望與任務

- A. 安慰者的盼望：盼望和任務不同，任務是你這次探訪所要達成的目標，盼望是你對遭難者日後光景的展望。一般來說安慰者的盼望是「當事人從苦難的陰影中振作起來，以積極的態度面對人生」。達成這個盼望需要神的參與，而且需要時間。根據這樣的認知，安慰者當避免「一次成功」的觀念，要將受苦者恢復的過程交給神。除了探訪和勸勉之外，還要時常為對方祈禱。

二、 安慰者

1. 安慰者的盼望與任務

B. 安慰者的任務：安慰者的任務是「**表達同情，帶來盼望**」。

- 1) 表達同情：同情，就是聖經所說的「與哀哭的人同哭」（羅12:15），是一種感情上的認同和表達。「與哀哭的人」是一種認同，是「心理上的設身處地」，將自己放到對方的情況來設想。「同哭」是一種表達，雖然不一定是陪著他哭，但必定是藉著適當的言語和行動來表達出你對受苦者的關心。
- 2) 帶來盼望：受苦者有時會陷入心理的死胡同，就是所謂的「萬念俱灰」，對人生不再存著盼望。此時安慰者要帶來光明的信息，藉著聖經的話語和生活的實例，幫助他從苦難中轉移目光，使他看到只要靠主，日後必有盼望。

二、 安慰者

2. 要真誠

- 你去安慰人的時候，真誠比技巧重要。安慰者必須帶著一顆真心而去，絕對不可虛情假意，口是心非。聖經上說：「若有一個肢體受苦，所有的肢體就一同受苦」（林前12:26）。當向主祈禱，使我們能體會他人的感受，以真心安慰人。

3. 要聆聽

- 你去安慰別人的時候，「會聽」比「會說」更重要。安慰者必須是一位好聽眾，絕對不可打斷別人，搶著說話。除非他不願意說，那時你才說些鼓勵安慰的話。若對方願意訴說心聲，你就好好地聽。對他來說，這是一種治療；對你來說，這是一個瞭解對方的機會。

二、 安慰者

4. 避免成見和批評

- A. 避免成見：約伯的朋友來安慰他（伯2:11），非但沒有「雪中送炭」，反倒「雪上加霜」，不是因為他們缺乏善意，而是因為他們心存成見。你去安慰人的時候，當避免「**約伯之友的錯誤**」。先不要做任何假設，不要用你的成見來審判他。你的角色是安慰者，不是審判官。要站穩自己的立場，否則就無法完成「表達同情，帶來盼望」的任務。
- B. 避免批評：約伯的朋友認定約伯犯了罪，約伯卻堅持自己是無辜的，他們極為不滿，因此就批評他、責備他、攻擊他。安慰者去批評受苦者是「自毀目標 defeat the purpose」，不能帶來安慰，只會增加痛苦。除非對方像大衛那樣犯了明顯的罪，而你像先知拿單一樣，神賦予你責備對方的使命，否則就不要開口批評。

二、 安慰者

5. 給予肯定

- A. 肯定受苦者的情緒：約伯受苦之時經歷到痛苦、沮喪、憤怒等不同的情緒。我們去安慰人，必須肯定他的情緒。他生氣就是生氣，他沮喪就是沮喪。不要對他說：「你不應該生氣」，或「你不應該沮喪」。這樣說就是否定他的感覺，使他感到你並不同情他。
- B. 肯定神的慈愛與信實：受苦的人往往會懷疑神，甚至埋怨神。在這種情況之下，安慰者要幫助他肯定神。要肯定神是慈愛的，所發生的一切都有神的美意。要肯定神的信實，不會不顧他的兒女。若對方一時難以接受，你仍要在他面前肯定神，因為這些話以後會成為他的幫助。

二、 安慰者

6. 安慰者的心理預備

- A. 你可能會被拒絕：你去安慰人，對方未必會接受。他若對你冷淡，聽不進你說的話，甚或對你不禮貌，那時千萬不可洩氣。聖經說：「我們行善不可喪志，若不灰心，到了時候就要收成」（加6:9）。安慰者必須有恆心，不可「中途變節」，本來是要去安慰人的，後來反倒跟人吵起來。即使遭到拒絕，仍要以慈愛的態度對待他，讓神繼續在他的心中作工。

二、 安慰者

6. 安慰者的心理預備

- B. 不要急，這會花時間：受苦的人需要時間恢復，你去看他，他多半不會立刻好起來。就連手指頭割破了一個小傷口都需要時間癒合，何況受苦者在心理上受到巨大的創傷？不要著急，不要有「一次成功」的打算。不要因為沒有立刻看到效果而感到沮喪，要給他時間。

二、 安慰者

6. 安慰者的心理預備

- C. 除你以外，神還會使用別人：神的工作往往是團隊事工，一件事情的作成是多人努力的成果。保羅說：「我栽種了，亞波羅澆灌了，惟有神叫他生長。」（林前3:6）以這樣的原則來看安慰的事工，我們只需要做好自己份內的工作，不要在乎誰的安慰對那人最有幫助，因為一切都在乎神。