



THE  
MENTORING  
PROJECT

# 危机中 信靠神： 人生崩塌时的信心



TAYLOR HARTLEY

(泰勒·哈特利)

危机中  
信靠神：人生崩塌时的信  
心



TAYLOR HARTLEY

(泰勒·哈特利)



# 目录

引言 .....	4
第一部分：哀哭 .....	6
第二部分：认识神 .....	10
第三部分：依靠神以及他人 .....	15
第四部分：用你的故事去爱别人 .....	19
结语: .....	22



# 引言

2025年2月3日，大约早上6点39分，我爸爸打电话来。他从来不在这个时候打电话。放在床头柜上的电话开始嗡嗡作响，我手忙脚乱地去摸，电话却滑到了地上。我赶紧从床上爬起来，在它转到语音信箱前伸手抓住电话，“嘿，爸，”我迷迷糊糊地说，“泰勒，我很遗憾地告诉你，奶奶今天早上过世了。”

我无法相信。肯定不是。死亡不会就这样发生，对吧？你应该提前收到警告。你应该有时间去准备迎接这全新的现实。对我来说，奶奶是我的英雄。她教会我如何热爱神的话语。她教会我故事的力量。她教会我如何倾听、去爱、去欢笑。我的奶奶是最好的，我之所以成为今天的我，很多都要感谢她。而她已经离开六个月了……

你觉得人的一生中会有多少次感觉生命支离破碎？回首过往，你觉得自己的人生中又有多少次感觉如此？对我而言，我想我能想起九次这样的经历。当然，这九次的痛苦程度并不相同。问题不在于生命究竟破碎了多少次，而在于感觉生命支离破碎了多少次。所以，对我来说是九次，第九次就是奶奶的离世。你呢？

有一次，我和我的牧师一起参加一个事工旅行。一天晚上吃过晚饭后，他提议我们玩一个以家族历史为主题的游戏。游戏以五年为单位，每一轮都要我们分享自己所了解的关于祖父生平的一切。第二天晚上，我们玩了同样的游戏，只不过这次我们记录的是父亲们的人生。我从中体会到：我的爷爷和爸爸一生中都经历了许多失去。我还发现，随着他们年龄的增长，这些失去似乎越来越频繁。在这个世界上，活得越久，生命向你索取的就越多。

你付出的是你的心。你深爱的家人离世。你渴望的机会被别人夺走。你永远不想经历的事情发生在你身上……或者发生在你爱的人身上。人生注定充满痛苦。你会感觉生命支离破碎。所以，你会经历多少次这样的痛苦

## 实践指南

呢？现实是……无论多少次，随着你活得越久，这个数字肯定会不断增长。你会接到电话、收到诊断结果或通知，然后你会感觉仿佛房间里的空气都消失；仿佛世间所有的美好都变成痛苦；仿佛太阳所能发出的所有光芒都黯淡。接下来你会怎么做呢？

这个问题的答案正是本指南的核心所在。在导师计划（**The Mentoring Project**），我们希望制作一些基于圣经原则的实践指南，帮助你应对人生中可能遇到的各种情况并掌握所需的生活技能。然而，在一本关于苦难的指南中，我必须提醒你，如果你不认识神，不了解他在人生最痛苦的经历中所扮演的角色，那我所说的任何关于如何应对苦难的内容都将毫无意义。因此，当你和你的导师/学员一起研读本指南时，是的，你可以询问该如何应对苦难。但更重要的是，要询问你的神是谁，以及他在耶稣里向你应许了什么。后一类问题的答案将比我对第一类问题的任何回答都更有价值。这两类问题的答案将相互关联，并贯穿于本指南的四个部分。我祷告，无论你是在经历今天的苦难，还是在为明天的苦难做准备，都能从中受益。

所以，当生命支离破碎时，我们该怎么办呢？

# 1

## 哀哭

### 1. 什么是哀哭？

“哀哭”一词在今天并不常用。事实上，我敢打赌，大多数人并不真正了解哀哭的含义。人们至多知道它与哪种情绪最相近——悲伤。但哀哭不仅仅是一种情绪；它更是一种行为。哀哭是将悲伤和痛苦表达出来并加以整理。它将情绪上的痛苦和折磨诉诸言语、加以梳理。诚然，这或许是对哀哭的一种抽象定义。毕竟，当你深陷痛苦之中时，你很少会想要整理或归纳任何东西，更不用说整理造成痛苦的根源了。

我们这里所说的整理，并非指整理杂乱无章的衣橱、食品储藏室或工具箱——至少不完全是那种整理。哀哭并不意味着你必须把每个起因都归类，再按轻重缓急逐一分析。相反，哀哭是通过倾吐来获得秩序。当你深入悲伤，以言语释放它——把悲伤的本质、你的感受都说出来时，哀哭便由此展开。

当然，你所说的话会因悲伤的程度或类型而大相径庭。你是否曾经历过失去亲人或感受到如此巨大的悲伤，以至于你除了哭泣外别无他法？我经历过。有时，哀哭意味着倾诉一切。比如一连写上好几页日记，诉说心中的悲伤；又比如独自驾车几个小时，只有你与挡风玻璃相伴，却仍觉时间不够，倒不尽满心悲伤。

因此，哀哭是一种通过表达来释放悲伤的方式。它也借着引导方向带来秩序。我的意思是，哀哭往往伴随着对改变现状的渴望。“我真希望这一切从未发生过……”“我真希望我能让他回来……”“我真希望自己是另一种样子……”我想我们都曾说过类似“我希望”这样的话。我们为已经发生或未发生的事情感到悲伤，并希望事情能够有所不同。没有人教过我们这样做；这是一种本能。我们通常不需要刻意去哀哭；困境来临时，我们便自然发出哀哭。

### 2. 哀哭有何益处？

圣经中最贴切的哀哭例子之一出自约伯记。如果你在教会长大，你很可能听说过约伯的故事。从约伯记的前两章中，我们了解到约伯是一个有大家庭的富翁。更重要的是，约伯在神面前为人正直。他信靠神，所行的一切都为要侍奉神。然而，正是约伯的品格，使他遭受了难以想象的损失。在撒但的操控下，神允许约伯失去一切来证明约伯不会咒诅神。在考验中，约伯失去了他的家产与产业。更糟糕的是，一场突如其来的风暴摧毁了房屋，他的孩子们也因此丧命。神甚至允许撒但攻击约伯的身体，使他从头到脚长满毒疮，痛苦不堪。如果说有人的人生彻底支离破碎，那非约伯莫属。

面对如此巨大的损失，约伯作何反应？他默默地坐在地上整整七天七夜，他的朋友们只能望着他却不知该如何安慰他（伯2:13）。在默默忍受了一周的痛苦之后，约伯终于开口说话，而他所发出的哀诉令人不寒而栗。他说的第一句话是：“愿我生的那日和说怀了男胎的那夜都灭没”（伯3:1）。在同一段独白中，约伯后来问道：“我为何不出母胎而死？为何不出母腹绝气？”（伯3:11）。约伯又接着问道：“受患难的人为何有光赐给他呢？心中愁苦的人为何有生命赐给他呢？他们切望死，却不得死……”（伯3:20-21a）。

对约伯而言，一出生就死比长寿更好，因为那样他就能免受苦难。这并不意味着死亡普遍优于生命，而是说死亡优于约伯当时的生活——他的生活已经变得难以忍受。关于神、苦难和约伯，我们有太多可以探讨的，但现在，我们需要关注的是约伯的哀哭教导我们关于哀哭的普遍意义。

约伯的例子帮助我们认识到当生命支离破碎时，哀哭是应对困境的第一步。苦难会带来迷茫和混乱。无论我们如何努力用言语表达自己的感受，有时言语也无法完全概括一切。然而，言语可以帮助我们开始消化、理解，或者至少接受现实。就约伯而言，他沉默了一周才终于能够开口说话，而他所说的话也并非完全理性。请阅读约伯记第3章。他甚至希望自自然界的一切秩序都阻止他的出生！哀哭并不总是需要理智，因为哀哭并非过程的终点，而是起点。当你哀哭失去的一切，应对痛苦时，你并不想永远沉浸在哀伤之中。相反，你最终想要接受已经发生的一切，信靠主的护理，并通过你从自身苦难中学到的东西，帮助他人跟随耶稣。哀哭正是通往这一切的途径。

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

世界提供了许多逃避真诚哀哭的方法。一种是压抑痛苦，认为只要忽略它，痛苦最终就会消失。但时间并不能治愈所有伤痛，更难以将伤痛妥善地医治。就像骨折后不及时复位会导致跛行一样，压抑痛苦会给你的生活和信仰之路带来持续的困扰。

另一种逃避哀哭的方法是转移注意力，认为只要追求其他享乐或埋头工作，悲伤最终就会被压下去。这种做法同样会引出一连串的破碎。悲伤常如袭击者，可能毫无预兆地发起攻击。为了抵御悲伤，你往往在各种消遣中越陷越深，直到那些消遣反过来吞噬你。你只能暂时沉溺于毒品、性、赌博、疯狂购物、过度工作或其他任何消遣，终将被消遣与悲伤夹在中间。两者之中必有一方占上风。

不要把悲伤压抑在心底。不要试图用其他事情分散注意力直到它消失。相反，要坦然地哀哭。

### 3. 神如何看待我们的哀哭？

朋友们，神邀请我们向他倾诉心中的哀哭。我们为自身的破碎以及周围的破碎而哀哭并不会吓到他或激怒他。相反，他如同慈父接纳受伤的孩子一般接纳我们。耶稣最美的教导之一便是：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息”（太11:28）。从某种意义上说，哀哭就蕴含在他“来”的邀请之中。你是否背负着难以承受的重担和悲伤？你应该来到耶稣面前。他不会放弃你，也不会将你拒之门外。相反，他必赐你安息。

可悲的是，许多基督徒误以为神不看重哀哭。但圣经中充满了哀哭的例子。其中有一整卷书就叫作耶利米哀歌！看看诗篇——几乎一半（大约65篇）都是向神倾诉的哀歌。

我认为原因有两个：一在个人层面，一在群体层面。就个人而言，基督徒可能觉得信靠神与因痛苦而发出的哀诉好像有些矛盾。“如果神掌管我生命中的每一个细节（他的确如此！），那我只需咬紧牙关、相信他美好的旨意，不必为眼前的痛苦沮丧！”是的，神大有主权。是的，神完全知道他允许我们受苦是为了成就什么。

但他掌管苦难，并不意味着当我们向他倾诉悲伤时，他会冷漠或失去耐心。大卫王在诗篇103篇中写道：“父亲怎样怜恤他的儿女，耶和华也怎样怜恤敬畏他的人！因为他知道我们的本体，思念我们不过是尘土”（诗

## 实践指南

103:13-14)。神或许知道我们的苦难最终意味着什么，但他也知道我们现在并不知道。他知道我们无法看清全貌。因此，他邀请我们向他哀诉，即便我们仍在为信心争战。所以，不要羞于向神哀诉。你因苦难而有的悲伤，并不与信心相悖。

我认为基督徒忘记哀哭的另一个原因，是教会忘记在主日哀哭。许多基督教的主日崇拜以非信徒为对象，或只停留在信仰的表面。结果就是，聚会气氛欢快热烈，却没有给哀哭留下任何空间。正如教会应当以祷告、诗歌来认罪、赞美神，也应当哀哭。在我所在的教会，我们常有哀诉的祷告，之后会唱一首诗歌，强调神是他子民的安慰者。渐渐地，借着聆听主日晨间带领祷告的弟兄姊妹，并与他们一同祷告，我学会了如何发出哀诉的祷告。如果你的教会忘了哀哭，其中的弟兄姊妹很可能也会忘记。

哀哭不仅是口头的倾诉，却也少不了口头的倾诉。哀哭是将我们的重担带到那位垂听并关爱我们的神面前。大卫在诗篇42篇中哀诉道：“我昼夜以眼泪当饮食；人不住地对我说：‘你的神在哪里呢？’我的心哪，你为何忧伤？为何在我里面烦躁？应当仰望神，因他笑脸帮助我，我还要称赞他”（诗42:3, 5）。哀哭提醒我们神是我们的救恩，他永不离弃我们。

### **问题反思：**

1. 你觉得哀哭难吗？为什么？
2. 哀哭如何帮助你在神面前处理悲伤？
3. 读一读诗篇第3、13、32、44篇。这些哀歌中有什么打动了你？
4. 你是否试过其他办法，比如忽略痛苦、转移注意力？效果如何？

## 2

# 认识神

所以，当生命似乎支离破碎时，我们应当哀哭。但我们也应当记住神是谁。神大有主权、是公义的神，也是救主。

### 1. 神大有主权

我十几岁刚开始跟随耶稣时，很难理解神如何能掌管一个充满罪恶与苦难的世界。说实话，我至今仍为此挣扎，只是挣扎的方式与从前不同。从前的我并不晓得神的至高主权遍布圣经各处。我想我当时可能以为圣经也和我一样，羞于谈论神的至高主权。毕竟，世上、生活中那么多可怕的事，我们怎能说神就是这一切背后的主宰呢？这些事情肯定都只是罪的结果，与神无关，对吗？嗯……可以说是，也可以说不是。

苦难的确是罪的结果。保罗在写给罗马人的信中说：“这就如罪是从一人入了世界，死又是从罪来的，于是死就临到众人，因为众人都犯了罪”（罗5:12）。因此，从某种意义上说，我们可以将人类的苦难（死亡的前兆）解释为人类行为的结果——即得罪神。

然而，从另一种意义上来说，我们必须承认神掌管包括罪和苦难的一切。要在此详尽阐述这一论断远远超出本文的范围。但我想提供两个证据来证实神确实掌管一切——包括罪和苦难。首先是耶稣的十字架。耶稣的十字架是为何而设？是要回应我们的罪。保罗在罗马书5章中再次明确指出，正如罪是从亚当进入世界（创3），生命也是借着基督在十字架上的生与死而来（罗5:19）。基督在十字架上的死并非神的备用计划，也不是因亚当犯罪才临时多出的补救。路加记载：“他既按着神的定旨、先见被交与人，你们就借着无法之人的手，把他钉在十字架上杀了”（徒2:23）。因此，在世界被建立之前，神就计划将他的独生子，主耶稣，献给罪人，这也就预设了罪会进入这世界。

第二，神的话语经常教导我们神掌管罪恶和苦难。这一点在约伯记中体现得尤为明显。众所周知，约伯失去他所知和所爱的一切后，他赞美神说：

## 实践指南

“我赤身出于母胎，也必赤身回归；赏赐的是耶和華，收取的也是耶和華……”（伯1:21）。但约伯啊，造成你所有苦难的难道不是撒但吗？约伯并不知道神与撒但之间那番对话，而正是那番对话招致了他的损失。然而，在整卷书中，约伯始终坚持要听到神的解释而不是撒但的解释。当神最终回应约伯的请求时，他欣然宣告他的主权遍及整个受造界，也包括死亡与撒但（参见伯38-41章中神的讲话）。约伯回应神对其苦难的主权时说：“我知道你万事都能做；你的旨意不能拦阻。谁用无知的言语使你的旨意隐藏呢？我所说的是我不明白的；这些事太奇妙，是我不知道的”（伯42:2-3）。约伯和神都没有回避这一事实：撒但唯受制于神。约伯的苦难和复原清楚地证明神掌管着人生中最艰难的境况。

这为什么重要？因为神的主权保证得胜。试想一下，如果你的人生支离破碎时神并未掌权其中……那谁该为你的灾难负责？谁最终认可你的试炼？你的试炼又符合神的什么计划？朋友啊，神既良善又至高掌权，正如约伯所承认，他的旨意不能拦阻。你不需要一个可以被击败的神。你不需要一个听命于他人的神。你需要的是一位伟大、大有主权，掌管万事成就其旨意的神。

### 2. 神是良善的

人们对君主制的担忧之一在于君主是善还是恶。恶王所掌握的绝对权力，对所有臣服于他的人来说都是危险的。神并非恶王。事实上，他毫无玷污。摩西论到神说：“他是磐石，他的作为完全；他所行的无不公平，是诚实无伪的神，又公义，又正直”（申32:4）。更重要的是：世上再无一位能与他相比。唯有神才能定义道德上的良善，因为唯有神是道德完美的。这在某种程度上也是我们说神是圣洁的意思。我们是在表达，神在道德上是完全的，而且，正如我们在上一节中所学到的，他拥有绝对的权柄。正因如此，我们无需惧怕神的主权——他绝不会滥用权柄做不义之事。

当你的生命支离破碎时，你或许会怀疑神是否在利用他的主权来加害你。朋友，神既大有主权又良善。他绝不作恶。你的苦难或许源于你的罪，或许源于他人的罪，但绝非源于神的罪，因为神不会犯罪。当你身陷困境，生命支离破碎时，你必须知道神是良善的。你或许最容易怀疑或否认这一点，但圣经却反复教导我们这一点。

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

我最近有机会向一位不可知论者分享福音。他曾信耶稣但后来背弃了信仰，因为他无法理解神为何允许旧约中出现这么多的死亡和流血。他举出的一个关键例子就是挪亚方舟的故事。“神怎么会用洪水淹没大地呢？世上那么多无辜的人啊！”我的朋友问道。我对他说：“佩里，问题就出在‘无辜’这个词上。世上没有无辜的人。与神不同，我们在道德上都有亏欠。我们不爱该爱的，却爱不该爱的。这件事之所以如此重要，是因为神是无限良善的。他不是部分正直，而是永远正直。而我们得罪了他。他对人类的审判是正确的，因为他是对的，而我们是错的。”我真希望佩里那天就信服了，可惜他并没有。

我和佩里，还有你，终有一天将站在这位道德完美的神面前为我们一生的所作所为交账。当你面对他的良善，知道自己远非良善时，你会怎么回答？为了免受神对你罪的审判，你必须依靠耶稣。要知道，神将他罪的愤怒倾倒在耶稣身上，为所有悔改归向他的人预备救赎。如果你依靠耶稣，你就不会面临审判，反而会领受神的良善，这良善在基督里是属于你的。

### 3. 神应许赐福给那些信靠耶稣的人

罗马书8:28经常被印在咖啡杯、钢笔和T恤上。这节经文广为流传，自有其道理。保罗在写给罗马人的信中说：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人”（罗8:28）。万事？！是的，所有的一切。包括那些让我感觉生活支离破碎的事吗？是的，甚至包括那些事情。神应许凡爱他的人他都会赐予天上的福分。他应许万事都要互相效力，叫爱他的人得益处。

我和妻子多年来一直祈求孩子，但神似乎没有回应。我们被诊断为“不明原因不孕”，这意味着，从医学上找不到我们不能生育的原因。然而，我们却一直没有孩子。

之后，有一天，妻子告诉我我们怀孕了。仿佛上天终于听见并回应了我们无数次的恳求。我们要建立家庭了。我们欢呼赞美主。我们告诉家人。我们搬家以便更好地迎接宝宝的到来。

几周后，我和妻子紧紧握着彼此的手，被告知噩耗：我们的宝宝没能活下来。她的手紧紧地攥着我的手，房间里的空气仿佛都凝固了。医生表示了慰问，然后退到一边给我们留出一些空间。门在他身后关上后，我妻子开

## 实践指南

始号啕大哭。即使现在回想起来，我依然会为失去那小生命而感到深深的悲痛。

我们的生命仿佛彻底支离破碎。我们的神在哪里？他曾应许一切都会好起来的。我们爱他，不是吗？我们一心侍奉他！难道他一直在戏弄我们吗？他听了我们的祷告，却故意拖延回答，是为了要制造悬念，好在几个月后可以先赐给我们再收回吗？这些都是我们一直在问自己的问题。这就是我们一直哀哭的悲痛。

我和妻子现在有五个孩子，都是我们在2023年收养的。他们非常可爱，我们无比幸福地成为他们的父母。回想起我们过去不孕和失去孩子的经历，我不禁要赞美主，因为虽然我当时并不知道他会如何安排一切，使我们（以及我们的孩子！）得益处，但神知道。他没有食言，而是信守了对我们的应许。他安排我们的生活与孩子们的生活交织在一起。他按照他的智慧，而不是我们自己的智慧，将我们的家庭团聚在一起。

如果你爱神并且按他的旨意蒙召，那他就亲自向你保证他会安排一切使你得益处。至于“益处”究竟是什么则由他来决定。但有一点你可以确信——神对你的良善，绝不限于让你与他同享永恒的喜乐。神应许要成就你今生的人生，使你最终与他同在永恒中。你的人生会支离破碎，也会尝到悲伤。但神必借此荣耀自己，并使你得益处。

彭柯丽（Corrie ten Boom）写了一首诗《我的人生如织锦》（My Life is But a Weaving）。我在面对苦难时重读她的诗句无数次。她写道：

*我的人生如织锦  
交织于我与神之间。  
我无法选择颜色  
他稳稳地织着。*

*他常常织入悲伤；  
而我，愚昧的骄傲  
忘记了他看到的是正面  
而我只看到背面*

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

直到织机停止运转  
梭子停止飞舞  
神才会展开画布  
揭示其中的缘由。

深色的线  
在织工灵巧的手中  
与金线和银线一样不可或缺  
在他精心设计的图案中  
他知道，他爱护，他关心；  
没有什么能使这真理黯然失色。  
他将最好的赐予那些  
将选择权交托给他的人。

### 问题反思：

1. 你愿意把选择权交托给那位大有主权、良善、施行拯救的神吗？
2. 知道神掌管着你所受的苦难，这对你坚忍到底有何帮助？
3. 苦难是否让你怀疑神的良善？为什么？
4. 知道神应许万事都互相效力叫你得益处，你从中得到怎样的安慰？

# 3

## 依靠神 以及他人

2025年1月，我父母的生活陷入支离破碎的光景。罪魁祸首是什么呢？一棵树砸在他们的房子上。我说的可不是一根小树枝，也不是一棵小树苗。那是一棵重达3万磅的橡树。所幸，它先砸到烟囱，才砸穿屋顶。承包商说如果它先砸到屋顶，房子就会裂开直接砸进地下室。即便如此，这棵树造成的损失目前也超过了25万美元。我父母已经离家六个月，仍不知道何时修缮完毕、可以回家。他们受了很多苦。

即使身处苦难中，看到他们依靠主、向弟兄姊妹求助，我深受鼓舞。生命中的这场试炼并没有使他们气馁，也没有让他们怀疑神的良善。事实上，他们更深入地倚靠神给他们的应许，也让他人成为基督的手脚来服侍他们。

在这一节里，我想和大家一起思考：当生命似乎支离破碎时，我们该如何依靠神与他人。

### 1. 依靠神的话语

耶稣的登山宝训可能是史上最著名的讲道。耶稣在讲道的结尾用两座房子打了个比喻：一座建在磐石上，另一座建在沙土上。两座房子都被“雨淋，水冲，风吹……”（太7:25, 27）。然而，那两座房子的结局却截然不同。建在磐石上的房子“没有倒塌”，反而在风暴中屹立不倒。那建在沙土上的房子，不仅倒塌，而且“倒塌得很大”（太7:27）。那么，哪一座是建在磐石上的房子？耶稣说，这房子代表那些“听见我这话就去行的……”（太7:24）。

你呢？你会把生命建立在什么之上？选择的确无穷无尽。你可以把生命建立在金钱、名誉、权力、声望、技能、家庭、性，或其他各种各样的东西

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

上；也可以把生命建立在神话语的磐石上。耶稣毫不含糊地指出，如果你选择前者，你就是“愚昧的人”（太7:26）。这是为什么呢？

要知道，我刚才列举的那些选择，以及我没提到、而你可能想补充的，都有一个共同点——它们都是短暂的。好吧，应该说是两个共同点——它们短暂而且最终都无法满足你内心深处的渴望。然而神的话语却不在此列。以赛亚写道：“草必枯干，花必凋残，因为耶和華的气吹在其上；百姓诚然是草。草必枯干，花必凋残；唯有我们神的话必永远立定”（赛40:7-8）。与这些选项不同，神的话语是永恒的。

神的话语也能全然满足你。耶利米写道：“夸口的却因他有聪明，认识我是耶和華，又知道我喜悦在世上施行慈爱、公平和公义，以此夸口。这是耶和華说的”（耶9:24）。你的财富、产业或影响力都不值得夸耀。与认识神、了解神的价值相比，它们都显得微不足道。你如何才能更深地认识、了解神呢？就要花时间研读他的话。

你若不习惯读神的话语，我建议我每天至少抽出十五分钟时间读几章。阅读时，问问自己：所读的内容与神、与你自己、与你身边的人有什么关联。问问自己，你所读的内容如何应用到你的生活中。若对某些内容的含义有疑问，就把它们记下来，再请教你的牧师或导师。没有什么比花时间研读神的话语更有价值了。当你的生命支离破碎时，你会发现你若花时间学习并遵行神的话语，你就会像那把房子建在磐石上的聪明人一样屹立不倒。

### 2. 祈求神的帮助

我最近带领我的小组查考雅各书。虽然我读神的话语已经很久了，但雅各论如何祷告时那份大胆直言，仍然打动我。他在雅各书4:2告诉我们：

“你们得不着，是因为你们不求。”然后在雅各书5:16又写道：“义人祈祷所发的力量是大有功效的。”换句话说？祷告实在是件大事。

当你感觉生活即将支离破碎时，你应该祷告。我知道这听起来很简单，但我是认真的。你需要祷告求神的帮助。大卫写道：“我在急难中求告耶和華，向我的神呼求。他从殿中听了我的声音；我在他面前的呼求入了他的耳中”（诗18:6）。你的呼求也必达到他的耳中。所以当你身处困境时，呼求神的帮助。以下是一些你可以向他祈求的事：

- 愿神因你的苦难得荣耀。

## 实践指南

- 愿神借着你的苦难坚固你的信心。
- 愿别人看见你的信心，也信靠你的神。
- 愿你拥有智慧能妥善处理摆在你面前的各种抉择。
- 愿神早日救你脱离苦难。

### 3. 依靠神的子民

还记得我父母家被树砸到的遭遇吗？在那场试炼中最令人鼓舞的一点就是教会的弟兄姊妹们始终如一地关爱他们。有人为他们提供住处、食物、礼品卡，帮忙清理房屋，还有维修经费。更重要的是，有人与他们分享经文并为他们祷告。帮助源源不断地涌来。

你是否委身于一间弟兄姊妹都关心你身心安康的教会？若没有，你就需要加入这样的教会。基督徒的生活本就不是一个人过的。不信的话，去读读使徒书信，问问自己：一个人要如何遵守神一切的诫命？“要彼此同心”（罗12:16）。“该彼此劝慰，互相建立”（帖前5:11）。“各人要照所得的恩赐彼此服侍”（彼前4:10）。圣经论基督徒生活的教导，本就预设你是与他人一同活出来的。当你经历苦难时，你才会真正意识到他人对你的灵命有多重要。

我记得自己曾因罪受苦。罪的后果极其严重，也正是藉由这些后果我才真正认识到自己错得有多离谱。在那段悲伤的日子里，我遇到了一位名叫朱尼尔（Junior）的七十八岁朋友。我们相识时朱尼尔已经信主多年。虽然他不太喜欢阅读古老的神学书籍，但他却真诚地向我活出基督的爱。他亲近我，帮我料理家务，在我悲伤时陪伴我，鼓励我把困境带到主面前祷告。朱尼尔是我的榜样，从他身上我看见了神对我的爱。每个人都需要一位像朱尼尔这样的人。事实上，每个人都需要一间到处是“朱尼尔”的教会——弟兄姊妹彼此留心，想方设法鼓励对方坚持前行。

在我们教会，我们借着一份盟约来培育这样的关怀。盟约虽然古老，却极有力地提醒着我们每一个人彼此间的委身。每次领受圣餐和参加教会成员大会之前，我们都会重申这份盟约。以下是盟约的节选：

我们将以弟兄之爱彼此相待，如同基督徒教会成员应有的风范；我们将彼此关爱，互相守望，并在必要时彼此劝勉、恳求。

我们将不停止聚会，也不忽略为自己和他人祷告。

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

我们将努力在主的教导和劝诫下，以纯洁而充满爱的榜样，引导我们所照管的人，并寻求家人和朋友的救恩。

我们将为彼此的幸福而欢喜，并以温柔和同情心，努力分担彼此的重担和忧伤。

你的教会或许没有盟约，但你们应当彼此立约和委身。当你身处困境时，你需要一间信徒全心全意支持你的教会。所以，无论你现在正经历苦难还是即将面临下一轮的挑战，都要在一个健康的教会中依靠神的子民。通常我们正是借着神的子民才能最真切地感受到神的同在并领受他的帮助。

### **问题反思：**

1. 你最近读神话语的情况如何？你是否难以理解它的意义？你对神的认识以及他对你的期望是否更加深入？
2. 神的话语如何在试炼和苦难中给你带来安慰？
3. 你的祷告时间是怎样的？你是否容易分心？若是，请与你的导师谈谈，思考如何在这项属灵操练上有所长进。
4. 你目前与教会的关系如何？你如何才能更有意识地去爱教会的弟兄姊妹？
5. 当你受苦时，你曾如何看见神的子民同心聚集、来照顾你？

## 4

# 用你的故事去爱别人

我曾遇到一位名叫蒂娜（Tina）的女士。蒂娜从小就在虐待和遗弃中长大。她的母亲患有精神分裂症，经常需要住院治疗，蒂娜和兄弟们只能靠自己挣扎度日。蒂娜从未见过自己的生父，却把哥哥的父亲视为亲生父亲般敬爱——直到她十岁那年，那人也弃家而去。在十岁到十八岁之间，蒂娜记得自己辗转于十几个寄养家庭，等待着母亲出院。最令人痛心的是，她曾先后遭一名警长、警长之子以及自己牧师的性侵。

她的故事让我痛心不已，热泪盈眶。怎么会有人如此残忍地对待一个孩子？蒙神恩典，蒂娜十二岁那年便听见并相信了福音。尽管从那时起直到她长大成人、离开家乡，她都饱受苦难，但她始终信靠耶稣，深信他必拯救她。成年之后，蒂娜辅导并关怀过无数与她境遇相仿的女性。我曾听她说：“我深感自己配受如此多的苦难，从而得以帮助许多境遇相仿的人。”这真是神恩典何等奇妙的见证。

### 1. 神借我们的悲伤使他人得益

不知你是否想过，神会怎样使用你的故事去帮助那些遭遇与你相似苦难的人？你的故事也许与蒂娜的经历不尽相同，但正如蒂娜一样，神也愿借着你的故事去帮助他人。我曾听一位牧师说过，神从不浪费我们的痛苦。我深以为然。神确实借着我们的痛苦使我们得益处，让我们更像耶稣。与此同时，他也会借着我们的痛苦，帮助他人透过自身的苦难成长，变得更像耶稣。

保罗写信给哥林多教会说：“愿颂赞归与我们的主耶稣基督的父神，就是发慈悲的父，赐各样安慰的神。我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人”（林后1:3-4）。你是否注意到我们既受苦又得安慰，从而得以安慰那些受苦的人？这种联系向我们显明三点：1. 神是赐安慰的神。2. 神会安慰受苦的人。3. 神与他子

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心

民的关系何等亲密，以致他能借着一个受苦的女儿，把安慰传递给另一个受苦的女儿。

你渴慕为神所用吗？那就以自己的苦难去帮助其他受苦的人，用神所赐给你的安慰去安慰他人。具体而言，或是向受苦之人提供建议与鼓励；但更多时候，是陪伴那些人生支离破碎的人，告诉他们你爱他们，并竭尽所能地委身，为他们祷告、照料他们。

### 2. 寻求在苦难中荣耀神

这一点似乎有悖常理。因祝福而荣耀神？不难理解；因苦难而荣耀神？就没那么容易了。来看雅各书。雅各当日写信给一些正在受苦的基督徒，教导他们该如何面对苦难。他说道：“我的弟兄们，你们落在百般试炼中，都要以为大喜乐”（雅1:2）。都要以为大喜乐？苦难怎会带来喜乐？雅各写道：“因为知道你们的信心经过试验，就生忍耐。但忍耐也当成功，使你们成全、完备，毫无缺欠”（雅1:3-4）。苦难塑造我们效法基督，而效法基督才是最宝贵的。

关于苦难与效法基督的关系，我们还可以再深入一层。基督职事向我们展现的核心标记，便是他代替我们受苦、舍命。请留意保罗怎样把基督的苦难与自己的苦难相连，以及他如何看见这两种苦难都在成就神子民共同的益处。他写信给歌罗西人说：“现在我为你们受苦，倒觉欢乐……”听起来不正像雅各所说的吗？“……并且为基督的身体，就是为教会，要在我肉身上补满基督患难的缺欠”（西1:24）。“补满……缺欠”并非暗示基督的苦难不够。相反，保罗认为自己是基督的同工，参与基督建造教会的事工。而基督与保罗所担负的这项事工，与苦难有着独特的关联。

这项事工不仅是基督和保罗的，也是你和我的。我们在受苦时，往往向内退缩，把目光聚焦在自身的痛楚上。平心而论，这样的倾向也有其价值。毕竟，我以哀哭一章作为这本指南的开篇。然而，为了参与基督和保罗为造就教会而受苦的事工，你就必须走出自我，为他人着想。若你不习惯在自身困境中关顾他人，我鼓励你从今天就开始。

我记得得知我们失去孩子后没几天，有一个下午我与祖母长谈。她满怀慈怜地鼓励我思想：我和瑞秋可以如何借着苦难去祝福他人。她甚至建议我们去祝福教会里的另一对夫妇——那对夫妇正处在我们所盼望的光景里，满心期待孩子的降生。起初，我敷衍了事。“好的，奶奶，谢谢！”那一

## 实践指南

周后，我见到了朋友达伦（Darren）。达伦和他的妻子克丽丝特尔（Krystal）在我们教会已有十余年，交游甚广。然而，见我们是新来的，达伦和克丽丝特尔便邀请我和妻子到他们家吃晚饭。当我们开车经过395号公路大桥进入弗吉尼亚州，准备去阿灵顿一家汉堡店时，克丽丝特尔告诉我们他们即将迎来第一个宝宝。接着她又告诉我们预产期。我的心一下子沉了下去——她的孕周，恰好与瑞秋当时本该有的孕周一致。

尽管我当时很想下车，但我相信瑞秋比我更想离开。那天晚上剩下的时间还算平静。他们不知道我们失去孩子，我们也没提起这件事。回到公寓后，我以为那晚只是个意外，心想我们以后会在别处结交朋友。然而没过多久，达伦又联系我，想再约出来聚聚。我并不想去。但我脑海中浮现出奶奶的话，于是答应了。此后的六个月里，我们与达伦、克丽丝特尔成了挚友。他们非常慷慨地让我们参与到一同迎接儿子萨姆（Sam）的筹备。现在，萨姆就像我和瑞秋的侄子一样。我难以言喻尽述主通过达伦和克丽丝特尔对我们所做的一切，即便我们也曾竭力善待他们。

朋友，如果主允许苦难临到你，他必定有超越你自身的缘由。神愿意使用你，是何等的祝福！既然如此，就当在他使用你时，将荣耀归给他。与保罗一同在苦难中欢喜，因为苦难是为了造就基督的身体。也当听从雅各的劝勉，在苦难中满心喜乐，因为一切苦难都不会白受。

### **问题反思：**

1. 你所受的苦、基督所受的苦，以及你生命中其他基督徒所受的苦，彼此之间有何关联？
2. 你可曾察觉，主是否正引导你去鼓励或陪伴某位正经历试炼的人？
3. 你可以从哪里起步，为神允许你经历的苦难而将荣耀归给他？
4. 关于以自己的故事爱他人，你可以与导师/门徒分享哪些祷告事项？

## 危机中依靠神：人生崩塌时的信心



### 结语：

你若活得够久，终会经历支离破碎的时刻。你会经历艰难困苦，你会遭遇失败，你会受伤，你会跌倒。好消息是：神在耶稣和他的子民中为你预备了坚忍到底所需的一切。所以，向他发出哀哭吧。更多认识神的品格，让他的品格指引你面对苦难。依靠神和他的子民。最后，要爱那些同受苦难的人。



泰勒·哈特利 (Taylor Hartley) 现任华盛顿特区 9Marks 的编辑主任。他与妻子瑞秋 (Rachel) 育有一子，名叫博德 (Bode)。泰勒毕业于南方浸信会神学院，获得道学硕士学位 (M.Div.)，目前正在英国伦敦神学院攻读神学硕士学位 (Th.M.)。

