

神話 關於疼痛



聖經之路出版社

總統聲明

BibleWay Publishing是一家非營利聖經事工機構。其主要業務為網站和電子書。

國際聖經知識學院 (IBKI)的目標是讓所有對聖經有興趣的人都能學習聖經課程。

學習更多關於上帝及其旨意的知識。學生無需參加該學院即可獲得證書。

文憑課程。這些課程可以透過Zoom線上學習或在教室學習，也可以下載到電子設備上學習，或透過電子郵件發送。

印刷品，或供個人、團體或教會用於福音傳播事工。IBKI並非認證機構。

我們建議您研讀聖經，以確定這些課程或任何其他來源所述內容的準確性。

其他來源。國際聖經知識研究所 (IBKI)課程中呈現的「評註」是

筆者或編者的觀點。這些觀點常常會出現在音訊、視訊和印刷課程中，以及

例如聖經註釋，以及傳道者、牧師、神父和拉比的教導。

你應該始終核實所有這些評論、觀點和教義，因為尋求真相是你的責任。

明白並遵行神的旨意。

要檢驗任何教義的真偽，可以閱讀不同的聖經譯本，並查閱聖經字典和詞彙表。

學習生字或片語的意思。謹慎對待字典中的定義，因為字典提供的可能是...

從原始語言到現代用法，字詞和片語的意思。

詞語和短語的意思會隨著時間而改變。此外，多個希臘字可以翻譯成一個字。

這可能會扭曲原意。

願上帝引導你研讀祂的聖言聖經。

IBKI 允許出於非商業目的下載和複製其全部課程內容。

可以免費分享，但不得出售、修改或收取書籍或課程費用。

蘭道夫鄧恩，總裁

聯絡我們：info.IBKI.english@gmail.com

網址：thebiblewayonline.com/IBKI-English.html

關於疼痛的誤解

上帝關於痛苦的原則

這堂課是關於疼痛的迷思。我們這個社會對疼痛非常敏感。到處都是止痛藥的廣告。科技的發展讓我們從阿斯匹靈到泰諾，再到布洛芬、萘普生，現在市面上的止痛藥五花八門，我都不知道還有什麼了。覺得全世界的人都頭痛，不是嗎？

人生的一大事實就是，我們都會面臨問題，都會感受到痛苦。只要活著，痛苦就無法避免。你會經歷身體上的、情緒上的和精神上的痛苦。而這個世界也灌輸了我們各式各樣的迷思，告訴我們該如何面對這些痛苦。

這個世界基本上認為痛苦是件可怕的事，是你能經歷的最糟糕的事情。所以，避免就盡量避免，不要面對問題。這個世界會讓你相信兩大迷思：(a) 忽略它，它會自行消失；(b) 逃避它，喝點酒，吃點藥，或用其他東西麻痺自己。所有這些誤解在短期內都有其吸引力，但從長遠來看，它們往往會帶來巨大的痛苦。

著名心理學家斯科特·派克曾說：「由於害怕痛苦，我們幾乎所有人都會在某種程度上試圖逃避問題。我們拖延，希望問題會自行消失。我們忽視問題，假裝它們不存在。我們試圖擺脫問題，而不是忍受痛苦。」他總結道：「這種逃避問題及其帶來的情感痛苦的傾向，是人類精神疾病的主要根源。」你聽到了嗎？「逃避問題及其帶來的痛苦的傾向，是人類精神疾病的主要根源。」他說得對，事實上，上帝並不希望你忽視你的痛苦。他不希望你逃避痛苦。上帝希望你找到痛苦的根源，然後追根溯源，才能獲得真正的解脫。

疼痛就像汽車儀錶板上的警示燈。當警示燈亮起時，表示出了問題。你可以選擇視而不見，拿起錘子砸碎它；也可以選擇置之不理。但事實上，如果你夠明智，你會去找出問題的根源（或疼痛的根源）並加以解決。因此，人們常誤以為應該逃避疼痛、忽視疼痛、尋找逃避之法。但真相是，疼痛是上帝用來為我帶來福祉的工具。問題在於，我們往往不理解疼痛，也意識不到它最終能為我們的生活帶來哪些好處。

這堂課並非教你如何擺脫痛苦。除了死亡，沒有任何東西能做到這一點。它的目的是幫助我們理解痛苦。一旦我們了解痛苦背後的意義，就更容易應對它了。

曾經是運動員的各位一定還記得，無論你們從事什麼運動，都需要進行沒完沒了的訓練。你們會有體能訓練時間，排隊進行衝刺跑。

你覺得雙腿快要支撐不住，肺部快要爆炸，但你知道跑步的意義遠不止於此。它是為了完成一件更有意義的事。

上帝利用我們的痛苦來：

1. 激勵我。

他利用我的痛苦來激勵我行動。有些人害怕去看牙醫，只有比恐懼更劇烈的疼痛才能讓他們鼓起勇氣去。痛苦可以成為強大的動力。我喜歡一位智者說過的一句話：「我們不會在看到光明時改變，而是在感受到烈火時改變。」那時我們才會受到激勵去做出改變。酗酒者、吸毒者和藥物依賴者很少會在徹底崩潰之前尋求幫助。所謂徹底崩潰，是指他們在身體、情緒和精神上承受了足夠的痛苦，以至於這種痛苦超過了他們對毒品的渴望。他們會說：「我無法再這樣下去了。」只有這樣才能讓他們改變。

在《聖經》中，浪子的比喻就是一個經典的例子。浪子去找父親，說：「我要我應得的一切，而且要馬上拿到。」然後他拿著錢去了遙遠的地方，揮霍一空。聖經說他出去找工作，找到一份餵豬的工作。對一個猶太男孩來說，餵豬是件丟臉丟大的事，但他實在太餓了，恨不得把豬趕過來，和它們一起吃。飢餓的煎熬激勵了他。

2. 塑造我。

痛苦會像塑造黏土一樣塑造我，使我成為我需要成為的人。大衛說：「我受苦是有益的，為要使我學習你的律例。」（詩篇119:71）大衛說，痛苦是一種教導的工具。它使我們變得柔順。上帝使用痛苦不只是為了激勵我，讓我從零開始，祂更用痛苦來塑造我，教導我。這就像馬嘴裡的嚼子。你是騎馬的嗎？或是在農場裡養過馬或騾子嗎？你把嚼子套在馬嘴裡，就算最輕微的拉扯都會讓馬感到疼痛。這會讓馬朝某個方向走去。上帝使用痛苦的方式也是如此。有人說，上帝在我們快樂時輕聲細語，但在我們痛苦時，祂會大聲呼喊。

上帝是否曾在你痛苦的時候向你呼喊過？

亞里斯多德正確地指出，有些事情人類只能透過痛苦才能學到。

馬克吐溫用他那樸實無華的方式說過：「貓要是坐過一次熱爐子，以後就再也不敢坐熱爐子了。」當然，它也不會坐冷爐子。但重點是，被燙傷之後，他學會了喜歡那隻貓。有些事，只有被燙傷才能明白。

上帝是否曾經透過痛苦讓你注意到祂？我認識一些工作狂。上帝曾經透過胃潰瘍、心絞痛讓他們注意到祂。我也認識一些工作狂，上帝曾經透過情感上的痛苦讓他們注意到祂，例如他們的配偶對他們說：“我再也忍受不了了。”

有些人財務狀況過度緊張，負債累累，抵押了所有資產，患上了嚴重的「慾望症」。你知道結果會怎樣嗎？

他們吃了虧。如果他們還有一絲常識，就會從那次痛苦中學到教訓。你肯定不希望痛苦成為你全部教育的唯一或主要來源。你會...

如果真是那樣，你的生活將會極其痛苦。但人生中一些最深刻的領悟，只有經歷痛苦才能獲得。這些教訓的存在，是因為上帝愛你。他會激勵你，塑造你。

3. 來衡量我。

它幫助我們看清自己的心。例如，當我感到痛苦時，我的反應可以衡量我的信仰。我對痛苦的反應可以衡量我的奉獻。

我的成熟度體現在我如何面對痛苦。我的耐心也體現在我如何面對痛苦。你的問題以及它們所帶來的痛苦，是了解你內在世界的最佳方式之一。痛苦之所以是衡量你內心世界的最佳晴雨表之一，是因為當你身處痛苦之中時，你根本無法保持任何形象。

說實話，我們都會給人留下印象，不是嗎？當然，你也會。我們會給人具體的印象。

我們梳頭，我們刷牙。女士們，你們還要化妝。我們努力展現自己的社交形象。我們面帶微笑，與人愉快地交談。但如果你得了流感，在家待三天，看看這些事情對你來說還有多重要。你拖著疲憊的身體走進浴室，看著鏡子裡的自己，頂著一頭亂發，狼狽不堪，卻毫不在乎。病痛已經徹底剝奪了你的形象。

這不僅適用於身體層面，也適用於情感上的痛苦。人們常常起床、穿戴整齊去上班，他們豎起偽裝，但在偽裝之下，卻隱藏著個人問題、人際關係問題，或是罪惡開始侵蝕他們的生活。罪惡不再只是站穩腳跟，而是牢牢地控制他們的內心。隨著痛苦的加劇，遲早有一天，在別人面前，這些偽裝會崩塌。遲早有一天，這個人會崩潰，徹底垮掉。偽裝消失了，雖然這聽起來令人不快，但上帝說這並非壞事，因為你應該更專注於你的品格而非形象。痛苦考驗著品格。

你或許會說：「我是一個正直的人。」但當痛苦來臨時，你會發現自己是堅守真理，還是屈服於痛苦。你或許會宣稱：「我信仰基督。」但當痛苦來臨時，你會奔向你最堅定的信仰。真正的問題是：痛苦揭示了你怎樣的人生？當你身處困境時，你會展現出怎樣的一面？你是見風使舵的信徒，還是始終如一的信徒？

只要一切順利，以色列人就安然無恙；但當苦難來臨時，他們便屈服了。這就是他們為何在曠野漂流四十年，而未能進入應許之地的原因。上帝說：“你們要記住，耶和華你們的上帝怎樣領你們到曠野去，這四十年是要磨煉你們，試驗你們，要知道你們心裡怎樣。”

「你們願不願意遵守祂的誡命呢？」（申命記 8:2）當他們穿過分開的紅海，目睹埃及人戰敗之後，他們便因乾渴而開始抱怨。這乾渴的痛苦考驗著他們的心。神知道他們還沒準備好順服祂的誡命，也沒有準備好承擔一份需要經歷痛苦才能完成的承諾。在我的痛苦中，神也在考驗我。

4. 監視我。

上帝會利用我的痛苦來約束我，為我設定界限，確保我不會偏離正道太遠。例如，發燒是身體在告訴你可能某處感染了。喉嚨痛則表示有更深層的問題。但如果你從未出現過這些症狀，那麼這些問題可能已經惡化，甚至危及生命。上帝利用痛苦來監督我們，也讓我們能夠自我監督。

這方面的一個實際應用是痛苦的情緒。這些痛苦的情緒在告訴你，有些事情出了問題。當我長時間感到沮喪、怨恨且無法釋懷、敵意日益加深、極度恐懼，或者變得冷漠麻木，甚至說「一切都無所謂」時，這些痛苦的情緒都在告訴我，出了問題。它們就像是我們的晴雨表。

它們在提醒我們。我們應該去做個檢查。疼痛是一種保護我們的監測機制。

兩千年前，牧羊人如果發現羊或羔羊過於好鬥或桀驁不馴，就會打斷它們的腿。如今他們仍然這樣做。打斷腿後，他們會給羊打上夾板。那隻小羊幾乎動彈不得，只能勉強挪動幾步。我知道這聽起來很殘忍，但他們這樣做是為了保護它們。

有時候，上帝會在你的生命中設置一道屏障，防止你離羊群太遠。你或許會怨恨它，抗拒它，甚至詛咒它，但這都是因為上帝愛你。

你還記得約瑟的故事嗎？那是一個充滿痛苦的故事。他被兄弟們出賣，賣為奴隸。他來到一個陌生的地方，那裡的人們、語言和習俗都與他格格不入。他淪為奴隸，寄居在一個男人家裡，但他為人正直忠誠。在那裡，他被主人的妻子誣告，投入監獄，從此被遺忘。多年後，他重獲自由，憑藉上帝的奇妙眷顧，他成為了埃及的二把手。但即便如此，痛苦依然縈繞在他心頭。被家人拋棄的痛苦，持續了約二十年之久。

最後，他的兄弟們下來尋找食物，約瑟向他們表明了自己的身份，全家人都下來了。但在《創世記》的結尾，約瑟的父親雅各過世後，他所有的兄弟都擔心約瑟會報復他們。他要復仇。

約瑟說：「你們的意思是要害我，但神的意思原是好的。」你們的意思是要害我，但沒關係，神的意思是要成就好事。神一直在關注約瑟的一生。祂一直在看著他。神利用約瑟生命中的痛苦來激勵他、塑造他，並衡量他是否具備成就偉大的潛質。

你生活中總會遇到一些想要傷害你的人。我們每個人都會遇到這樣的人。他們可能... 他們可能在你小時候傷害過你，現在也可能正在傷害你，無論是身體上、情緒上或其他方面，這讓你很痛苦。但我要告訴你一個好消息：上帝對你說，我有一個計劃，我的旨意遠比這更偉大。他們或許想傷害你，但別擔心，我是你的上帝，我會為你安排好一切，讓你受益。

約瑟過世後，我們得知他有兩個兒子。一個名叫瑪拿西，另一個名叫以法蓮。我不知道你怎麼想，但我很喜歡名字的意思。瑪拿西的意思是“他使我忘記”，以法蓮的意思是“多產的”或“成功的”。

約瑟給他的兩個兒子取名，因為他意識到，在他所經歷的一切痛苦中，上帝一直在默默地引導他，為他成就偉業做準備。他說：「上帝讓我忘記了那些痛苦，如今祂又使我成功，使我碩果累累。」朋友們，上帝也會利用你們所感受到的痛苦來引導你們走向偉大。但你們必須允許他這樣做。

5. 讓我成熟。

在春夏陽光明媚、萬事如意、生活美好的美好日子裡，人們當然可以在精神和情感上成長。順境中固然可以成長，但在靈魂的低潮時期，成長會更加深刻。低谷中的成長遠勝於高峰。這就是人性的本質。

多年來，無數經歷過低谷的人們告訴我：“過去一年失業的經歷讓我學到的東西比之前任何時候都多。”

有人說：「我從這場金融危機中學到的東西，比我以往任何方式都多。」談到失去摯愛之人，有人說：「經歷這一切之前，我不知道如何信靠上帝，而現在我明白了。」這些話都很有道理，因為恩典的確在寒冬中生長得最為茂盛。那時，上帝會使你成熟。

耶穌的兄弟說：「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 1:2-3）

他說，所有的堅持和所有的問題都共同作用，讓你變得成熟完整。痛苦是成長的代價！我們從小就聽過這句話，雖然老生常談，但確實如此。

沒錯，不經歷痛苦就沒有收穫。與世俗的觀念相反，通往美好人生並沒有五個簡單的步驟。

事實是，我們生活在一個想要得到產品卻不願意付出代價的時代。

我們想要的，是成熟、情緒穩定、成就感和滿足感、幸福和智慧。這是我們所有人都想要的，但我們不想付出代價。代價就是各種各樣的痛苦。沒有捷徑可走。

最讓你沮喪的事，正是上帝用來塑造你的事。使徒保羅說：「我肉體上有一根刺，我三次尋求主，說：『主啊，求你把這根刺從我身上挪去。』」（哥林多後書 12:7-10）我們不知道那根刺是什麼，我很高興我們不知道，因為我們能感同身受。但我知道刺的一點：它會帶來疼痛。我身上的每一根刺都讓我感到疼痛。它帶來痛苦。保羅雖然非常渴望擺脫刺的痛苦，但在上帝拒絕挪去這根刺之後，他總結說：“我因此才明白，我多麼需要耶穌基督的同在。”

你只有擁有耶穌基督之後，才會真正明白耶穌基督是你的一切所需。

《奇異恩典》第1247課

問題：

1. 你可以忽略大多數問題，它們會自行消失。

真的 _____ 錯誤的 _____

2. 上帝會利用痛苦來為人的生活帶來益處嗎？

真的 _____ 錯誤的 _____

3. 痛苦會激勵一些人採取行動

真的 _____ 錯誤的 _____

4. 痛苦是一種教育工具，因為它能促使人改變。

真的 _____ 錯誤的 _____

5. 疼痛能衡量人的內在嗎？

真的 _____ 錯誤的 _____

6. 痛苦的情緒是否在告訴你，有些事情已經失控了？

真的 _____ 錯誤的 _____



國際聖經知識學院

蘭道夫邵恩·總裁 - 羅伯托聖地亞哥·院長thebiblewayonline.com



課程一—上帝的信息

這一切是怎麼發生的？

神之人

基督 上帝的奧秘

關於神的神話

從生到死 凡人

計劃贖回

福音書的信息

課程二 順服基督

基督之前的時代

基督在世的時間

基督之後的時期

地球末日

是時候做決定了。

從死亡經十字架到生命

關於寬恕的迷思

受洗歸入基督

課程三—在基督裡的新生命

一個非人所造的王國

王國中的僕人

基督的第一原則

寡婦和其他有需要的人

靈奶

自由生活

苦難的神話

來自書信的訊息

要用心靈和誠實敬拜神。

聖經學者研究

聖經概要

聖經概要

類型與隱喻

課程 4 - 在基督裡成長

拿撒勒的耶穌

基督的生平

在基督裡聯合

關於痛苦的迷思：身

體、靈魂、精神—當你死後它們會去哪裡？

婚姻與離婚神的安息日

創世記之前的創造

希伯來書

第五課—在基督裡成長

從十字架中汲取的教訓

上帝的重建過程

有史以來最偉大的問題

在基督裡彼此扶持而活

活出精彩人生

現在和永遠的承諾

真正的男人是敬畏上帝的人

生命的美好箴言

第六課—成為聖經學者

影子、預表和預言

聖靈

丹尼爾

耶穌基督的啟示；聖經的沉默；公元

100年至1500年的教導與實踐；改

革還是復興；聖經的編纂與翻譯；當今教會的實踐—聖經還是傳統？

耶穌家譜圖表