

# 13. 面對挫折

聚會日期\_\_\_\_\_

一、祈禱\_\_\_\_\_

二、值得感恩／欣賞的一件事\_\_\_\_\_

· 請團友為我代禱\_\_\_\_\_

## 三、人間的挫折

請✓出兩個你認為是最嚴重的挫折，並說明理由：

1. 面對信仰的要求，常存心有餘而力不足之感\_\_\_；
2. 事業失敗／考試失敗\_\_\_；
3. 被人冤枉，尤其被自己的好朋友誤會\_\_\_；
4. 大病一場後，健康差了，不能再承擔辛勞工作的壓力\_\_\_；
5. 眼看自己的好朋友遭遇困難而愛莫能助\_\_\_；
6. 見到世界上災難頻生，不禁懷疑天主是否睡著了\_\_\_；
7. 家庭變故／親人去世／家人失和\_\_\_；
8. 在教會內作義工困難重重，勞而無功\_\_\_，
9. 其他\_\_\_\_\_
10. 理由：\_\_\_\_\_

## 四、聖賢的挫折

請把下述人名，填進他們的遭遇中：

- A. 雅各伯和若望；B. 約伯；C. 亞巴郎；D. 耶穌；E. 司馬遷；  
F. 伯多祿；G. 孔子；H. 巴爾納伯；I. 保祿；J. 孫中山；K. 若瑟。
1. (谷 6:1-6)在本鄉傳道，不被接納\_\_\_。
  2. (谷 10:35-41)希望在主的光榮中，能坐在主的左右，但被責備\_\_\_。

3. (創 18:16-33; 19:24-25)熱誠地為一座城祈禱，該城仍不免被天火所焚\_\_\_。
  4. (約伯傳 1:13-22)無緣無故慘遭滅門之禍\_\_\_。
  5. (瑪 26:69-75)曾三次背主，慚愧得傷心痛哭\_\_\_。
  6. (論語)最心愛、最有前途的學生夭折，仰天長嘆說：「天喪予！天喪予！」\_\_\_。
  7. (史記)為朋友伸冤，卻招來皇帝的憤怒，慘受「宮刑」\_\_\_。
  8. (宗 17:15, 32)在雅典傳道，被人譏笑，他們說：「我們後來再聽你吧！」\_\_\_。
  9. (創 37:13, 28)被親兄弟嫉妒，像奴隸般被賣往埃及\_\_\_。
  10. (宗 15:37-39)與親愛的同工起了爭執，不得不分手，帶馬爾谷往賽普勒斯去\_\_\_。
  11. (近代史)一生為革命奔走，死時仍覺「革命尚未成功」\_\_\_。
- 看到聖賢曾受過的挫折，你有什麼感想？
- 

## 五、面對挫折

你遇到挫折時，有什麼反應？請✓出你最常有的三種反應，並加分享。

1. 不理它\_\_\_；
2. 遷怒於他人\_\_\_；
3. 悶悶不樂\_\_\_；
4. 無心工作／讀書\_\_\_；
5. 找人傾訴\_\_\_；
6. 祈禱求主除去困難\_\_\_；
7. 自我反省\_\_\_；
8. 灰心、失望、放棄\_\_\_；
9. 讓時間彌補創傷\_\_\_；
10. 「主啊，你要我學到什麼？」\_\_\_；
11. 郊遊、旅行、散心\_\_\_；
12. 分析挫折原因，留作以後參考\_\_\_；
13. 認為挫折是好事，堅強地忍受挫折\_\_\_；
14. 處之泰然，因為人生本來就非十全十美\_\_\_；

## 六、聖經的啟示

1. 希 12:5b-6 我兒，不要輕視上主的懲戒，也不要厭惡他的譴責，因為上主懲戒他所愛的，鞭打他所接管的每個兒子。
  2. 格後 4:17 因為我們這現時輕微的苦難，正分外無比地給我們造就永遠的光榮厚報。
  3. 伯前 4:12-13 親愛的，你們不要因為在你們中，有試探你們的烈火而驚異，好像遭遇了一件新奇的事；反而要喜歡，因為分受了基督的苦難。
  4. 格後 12:8-9a 關於這事，我曾三次求主使它脫離我；但主對我說：「有我的恩寵為你夠了，因為我的德能在軟弱中纔全顯出來。」
  5. 格後 12:10 為此，我為基督的緣故，喜歡在軟弱中，在凌辱中，在艱難中，在迫害中，在困苦中，因為我幾時軟弱，正是我有能力的時候。
  7. 參考：「天將降大任於斯人也，必先苦其心志、勞其筋骨」（孟子）  
「寶劍鋒由磨練出，梅花香自苦寒來。」  
「禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。」（老子）
  8. 分享：你認為上述聖經金句，哪一句最能幫助你戰勝挫折？
- 

## 七、中國的希望？

中國在近代史上是一個充滿災劫、苦難、挫折的國家。你對她的復興是失望呢？還是仍認為「苦難的中國有明天」？為什麼？

---

## 八、個人決志／團體行動

---

## 九、團體祈禱／信友禱文

為世界、教會、祖國、別人、自己而禱告。請寫下禱告要點：