

一·破冰時間, 打開話題:(15分鐘) 二·敬拜:(20分鐘) 三·神的話與小組討論:(45分鐘)

【活出精彩的人生 4】

復活節就是答案

【前言】

- ◎ 希伯來書 12:1 「我們既有這許多的見證人, 如同雲彩圍著我們, 就當放下各樣的重擔, 脫去容易纏累我們的罪, 存心忍耐, 奔那擺在我們前頭的路程。」人生就像長程馬拉松, 曾經歷很多痛苦的過程, 而得勝秘訣是: 仰望為我們信心創始成終的耶穌。
- ◎ 在人類歷史上, 耶穌基督活得最精彩, 沒有人比得過祂。所以我們要向主學習, 看祂怎樣活出精彩人生, 祂也幫助你我活出精彩的生命來。

【內容】

- ◎ 復活節證明耶穌是完全的人, 也是完全的神。耶穌帶著肉身復活之後, 在地上待了四十天之久, 顯現給許多人看, 四福音書的 4 位作者都活在耶穌復活的時代, 他們作見證: 耶穌是真神, 耶穌應許賜復活生命給相信祂的人。
- ◎ 彼得前書 2:21 「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, 叫你們跟隨祂的腳蹤行。」我們要從主耶穌最後三天所經歷的事來學習怎樣面對人生的困難、問題跟疑惑, 最後如何從不好環境進入平安喜樂的光景裡。

主耶穌最後的三天, 是我們一生的寫照與過程。

猶太人的時間: 從下午六點到隔天下午六點, 是一天。

- 週五是受苦的一天 (耶穌被出賣、死亡)。
- 週六是憂傷、懷疑、充滿困惑的一天 (耶穌在墳墓裡, 門徒困惑無助)。
- 星期天是喜樂、得勝的日子 (耶穌復活)。

我們生命的過程也是如此, 會經過痛苦、懷疑再到喜樂。所以我們不要一直活在痛苦的星期五, 會走過星期六的困惑, 然後到禮拜天的得勝。在這過程, 我們可以問自己三個問題:

一、在痛苦的日子 (星期五) 當做什麼?

主耶穌在星期五承受了什麼樣的痛苦?

- 肉體上的痛苦: 十字架是最痛苦的刑罰。耶穌受鞭打 (九頭鞭抽下去足以血肉橫飛), 被打到半死, 還要背起十字架走到髑髏地被釘十字架。被釘的人不會立刻死, 而是慢慢痛苦到死。
- 精神上的痛苦: 十字架是羞辱人的刑罰。這是給最壞的惡徒執行死刑的方式, 它貶低人性尊嚴, 全身衣服被剝光公開示眾; 耶穌一天裡, 嘗盡被拒絕、被出賣、遭背叛、受羞辱。
- 靈性上的痛苦: 無罪的耶穌為世人的罪成了代罪羔羊, 因世人的罪都在祂身上, 神必須離棄祂。被神棄絕, 對神的兒子而言, 是靈裡最大的傷害與痛苦。這種痛苦沒有人可以承擔。

- ◎ 因耶穌所受的苦，比我們還厲害、沈重，所以祂能體諒、同情我們的處境，因祂也嘗過苦味，能明白我們所經過的痛苦。「因我們的大祭司並非不能體恤我們的軟弱。祂也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是祂沒有犯罪。(希 4:15)」；「祂自己既然被試探而受苦，就能搭救被試探的人。(希 2:18)」 這個過程，耶穌怎麼得勝？

(一) 找朋友幫助 (太 26:36-39)

1. 神子需要朋友，跟你我一樣。經歷極大痛苦時，神沒叫我們獨立承擔痛苦，他把朋友安排在我們周圍，也把我們安排在別人周圍。因我們彼此需要。
2. 耶穌對朋友非常敞開，沒有隱瞞。祂說出內心真實的感受。我很憂傷、憂傷的快死……
 - 有人曾訪問諾貝爾和平獎得主、也是少數自納粹集中營存活的埃利·維瑟爾說：被關進集中營，很少人能存活，而你是怎麼活下來？他說：「我活著，是因為上帝和朋友。」要成為別人可信任、信靠的朋友。但人畢竟有限，但神可以，祂凡事都能。

(二) 尋求神的幫助——藉著禱告尋找神幫助

馬可福音 14:35-36：「他就稍往前走，俯伏在地，禱告說：倘若可行，便叫那時候過去。他說：阿爸！父阿！在你凡事都能；求你將這杯撤去。然而，不要從我的意思，只要從你的意思。」

- ◎ 我們可學習耶穌在客西馬尼園的禱告：

1. 確認神的能力（阿爸父，在祢凡事都能）。
2. 表達你的期待（說出要幫你解決的問題：把杯撤去）。要存盼望、坦白說出來。
3. 獻上你的信靠（相信神的旨意是最好的）。主比我們更認識、更了解我們，我們可以告訴神我們的期待，但照神的意思，不照我們的意思。「耶和華說：我的意念非同你們的意念；我的道路非同你們的道路。天怎樣高過地，照樣，我的道路高過你們的道路；我的意念高過你們的意念。」（賽 55:8-9）

二、在困惑的日子（星期六）應當做什麼？

- ◎ 對門徒來說，耶穌上十字架比天塌了還可怕，他們原本盼望祂作王，但祂居然死了。（不是鐵釘讓神的兒子下不來，是神的愛，讓神的兒子不下來。是祂自己甘心捨命。）我們是否也陷在困惑的星期六，幻想破滅、充滿困惑、不知該往哪去？前途是什麼？
- ◎ 其實，耶穌早已事先提醒門徒，「今晚，牧人會被擊打，你們為我的緣故都要跌倒。」（太 26:31）遇到這樣大的痛苦、困惑，會使我們遠離神？還是更靠近神？在乎我們的選擇。
- ◎ 天父的旨意不會出錯，困惑時的祕訣是：抓住神的應許。否則會沒盼望、沒路走。（約翰福音 16:16, 20-21：等不多時，你們就不得見我；再等不多時，你們還要見我。……我實實在在的告訴你們，你們將要痛哭、哀號，世人倒要喜樂；你們將要憂愁，然而你們的憂愁要變為喜樂。
- ◎ 要知道，當我們受苦時，神也與我同受苦難（賽 63:9）。
- ◎ 痛苦是神的安排，有一天我們會明白，明白之後就喜樂了！神給了我們七千多個應許，每個困難都有神的話、神的應許，我們抓住，就不再害怕、困惑。
- ◎ 羅馬書 8:28 「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按他旨意被召的人。」

三、如何進入喜樂的星期日？

- ◎ 耶穌復活後，向眾人顯現，釘祂十字架的人也看見了，這是歷史事實，給門徒帶來極大盼望。耶穌基督的福音在 300 年後顛覆了羅馬帝國，因為主復活，門徒不再害怕、充滿神的大能到處傳揚福音。

(一) 依靠耶穌的能力：

- ◎ 約翰福音 11:25-26 「耶穌對他說：復活在我，生命也在我。信我的人雖然死了，也必復活，凡活著信我的人必永遠不死。你信這話嗎？」主復活帶來永恆的盼望；死亡，不是生命的結束，我們最終的目的是榮耀天堂。
- ◎ 以弗所書 1:19-20 「並知道他向我們這信的人所顯的能力是何等浩大，就是照他在基督身上所運行的大能大力，使他從死裡復活，叫他在天上坐在自己的右邊。」
- ◎ 約翰福音 16:23b-24 「我實實在在的告訴你們，你們若向父求什麼，他必因我的名賜給你們。向來你們沒有奉我的名求什麼，如今你們求，就必得著，叫你們的喜樂可以滿足。」
- ◎ 約翰福音 16:33 「我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。」保羅也是倚靠復活的大能，幫助他可以度過這生。
- ◎ 活出精彩生命的關鍵是「復活節」。

【小組討論與分享】

1. 在你生命中，曾經歷過痛苦的星期五？你怎麼經過？這次信息給你什麼樣的提醒與學習。
2. 你曾陷入困惑、懷疑裡、甚至失去方向嗎？這時，該怎麼辦？你是否有見證、或聽過類似的見證，可以跟大家分享。
3. 轉憂為喜、化苦為甜，是倚靠神的百姓後來會得到的獎賞。你曾經歷過嗎？或是你能想到哪位聖經人物或現代聖徒的榜樣？
4. 對於耶穌所受的苦難，得到最大的安慰是？哪句聖經話語最摸著你的心？
5. 複習一下，從耶穌在客西馬尼園的禱告中，我們學到什麼？

【神的工——禱告時間】

1. 請為今天新來的朋友祝福禱告，並請每位組員自由的提出你的代禱事項。
2. 求神幫助我們從各樣的痛苦、疑惑裡轉向神，定睛在神的應許上，使我們凡事倚靠神的幫助，經歷生命的風暴。
3. 求神幫助我們不要停留在「失事」現場，靠著神的恩典繼續往前走，經歷復活與得勝！
4. 求主賜福每個小組（從學生至成人小組），興起更多主的工人，為主發光，成為神話語的出口，將人完完全的引到神的面前，使小組生養眾多，神的榮耀祝福更多的充滿每個小組。
5. 求神祝福新一季的敞開小組，各小家都能靠著神的恩典與智慧，結滿福音的果子，求主將得救人數每週加添給每個團契、小組。