

在人生的低谷中，仰望主

- 我們常常被提醒，要仰望主。什麼是「仰望主」、如何學習？
- 人生有高有低，而人在得勝、成功的高峰，較不容易倚靠神，專靠自己。但在低谷中，我們藉著讀經、禱告、親近神、多聚會來更認識神，這對我們是很大的祝福。
- 處於高峰的人並非都不愛主，只是因為忙碌而刪減許多給神的時間。末世會有許多的引誘吸引我們往外走，但我們是處世卻不屬世。當我們更認識神，在人生低谷中便不會覺得很痛苦，反而寶貴與主同在的過程，屬靈生命就更成長。
- 先知哈巴谷面對不效力的環境，仍因耶和華歡欣，因救他的神喜樂。保羅、西拉為服事受監禁，他們沒有抱怨、委屈，而是讚美神，鎖鏈就鬆開。我們無論處在任何環境，要操練定意要讚美神。在不好環境中仍然讚美神，這就是面對苦難的秘訣。
- 芬妮·克羅斯比是教會界偉大的盲眼詩人，一生寫了八千多首詩歌，他並非天生眼盲，是嬰幼兒時醫生誤診導致。她雖失去很多樂趣，但定意要把知足這個珍寶放在心中，她雖看不見，但愛主的火一直在她裡面燃燒，使她可以寫出許多美麗的詩歌。有人問她會不會希望沒有瞎？她說，「瞎眼的好處是將來第一個看到的臉孔就是耶穌」。
- 處在低谷中，人的習性都是喜歡抱怨。但神允許我們處在低谷中是為了熬煉我們，使我們可以更多經歷神，主說：「因為他專心愛我，我就要搭救他；因為他知道我的名，我要把他安置在高處。(詩91:14)」神在尋找那些不管處在任何環境中，仍專心愛主的人，就可以經歷到神的拯救。
- 當約拿因不順服，被吞到魚肚子裡時，他說：「我就想念耶和華」。這意思是，我就仰望神。約伯說：「人生在世必遇患難，如同火星飛騰。」人生一定會有大大小小層出不窮的艱難，當我們遇見患難，就要仰望我們的神。仰望神究竟是要仰望什麼？就是要學習思想神的名。

面對苦難的秘訣：思想神的名

- 我們在患難中，要學習思想神的名，神的名常提到神的屬性：

一、耶和華以勒：耶和華必預備

- 當你走在人生低谷中，要知道神會預備。當神試驗亞伯拉罕願否把所愛的兒子獻上？亞伯拉罕順服，天使就阻止亞伯拉罕的手不傷害以撒，表明上帝已看見你的心，並親自預備公山羊代替以撒獻為燔祭。神愛我們，當我們在低谷中，祂會為我們預備，我們就不擔心，神對我們是慷慨的。祂是慷慨的父親，當你需要，祂就是要來祝福、供應你。
- 哥林多前書十13「你們所遇見的試探，無非是人所能受的。神是信實的，必不叫你們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。」當你在低谷、試驗當中，一定是你能受得了的，你受不了的，主不會讓你經過。

- 神的祝福，不是用金錢多寡來衡量，以為富足就是祝福、貧窮就是神沒有祝福。耶穌講到財主跟拉撒路的故事，那個蹲在財主家門前乞討的拉撒路死後被天使接到亞伯拉罕懷中，財主卻在地獄受苦，也許你不是很豐富，但不代表神不愛你，神是憐恤我們的神。
- 詩篇一〇三13-14「父親怎樣憐恤他的兒女，耶和華也怎樣憐恤敬畏他的人！因為他知道我們的本體，思念我們不過是塵土。」我們需要有信心，不管我們處在什麼樣的低谷，神都愛我們，「神為愛祂的人所預備的，是眼睛未曾看見、耳朵未曾聽見、人心也未曾想到的。（林前二9）」我們禱告神以為我想要這個，但神其實要給我們是更好的。
- 在低谷中難免受折磨，但相信神，神的意念高過我們的意念，神的道路高過我們的道路。要相信在低谷中，神會供應我們。孤兒之父喬治慕勒起初想做佈道家，但神要他去開孤兒院，他定意不向人募款，單單倚靠神的供應，他說神是耶和華以勒的神，這一生他都沒有缺乏，神是孤兒的父親，祂親自照顧他們的需要（ex.神奇妙的供應早餐）。當我們在低谷中，不要自怨自艾，用信心、禱告來到神面前，神是我們的供應。

二、耶和華尼西：耶和華是我得勝的旌旗

- 人生有很多爭戰，我們需要跟肉體、慾望、己生命（驕傲、負面思想）來爭戰，我們自己打仗常軟弱疲憊，要知道主是為我爭戰得勝的神。
- 當毫無裝備與作戰經驗的以色列人要面對軍備精良、勇武善戰的亞瑪力人，在人來看毫無勝算。但摩西帶著亞倫、戶珥上山禱告，就帶來山下的得勝，所以亞倫、戶珥持續扶著摩西的手禱告，爭戰就大大得勝，摩西就在那裡為神築一座壇，叫耶和華尼西，意思是主為我們爭戰得勝。
- 亞瑪力人在聖經上象徵仇敵魔鬼，魔鬼常常攻擊我們，晝夜在神面前控告我們。但神為我們與魔鬼爭戰，詩篇五〇15說「並要在患難之日求告我；我必搭救你，你也要榮耀我。」我們在患難之日，不要只倚靠自己的經驗、背景打仗，我們最需要的是神的能力。所以要來求告神，就會經歷到神的拯救、可以為主作見證。我們如果只靠自己的智慧、聰明來處理問題，就不容易經歷神。（ex.一位殘障的網路家人靠主解決馬桶漏水問題）
- 如果我們遇到爭戰、挑釁，這不是從神來的，神會為你爭戰得勝！有位在印度宣教的宣教士特別對愛滋病患、妓女有負擔，要把福音傳給他們，他做的是對當地有幫助的事，但當地警察因被激進的印度教徒收買，經常來找碴，但這位宣教士沒有打退堂鼓，他不斷禱告呼求，所以神藉著他在當地建立了愛滋病患的醫院。今天神也在找這樣的大能勇士。
- 當法老追擊以色列人來到紅海邊，摩西安慰百姓「摩西對百姓說：不要懼怕，只管站住！看耶和華今天向你們所要施行的救恩。因為，你們今天所看見的埃及人必永遠不再看見了。耶和華必為你們爭戰；你們只管靜默，不要作聲。（出十四13-14）」雖然過程中搖搖晃晃、有點害怕，可以要相信主與我同在，主會為我爭戰。

三、耶和華沙龍：耶和華是我們的平安

- 主是我們的平安、是守護我們的神。我們無法說服自己來得平安，我們之所以平安是因為耶穌有能力保護你，平安不是什麼事都沒有，而是主會保護我們在一切攻擊中平安無事。
- 我們要常宣告說：「我要論到耶和華說：他是我的避難所，是我的山寨，是我的神，是我所倚靠的。（詩九一2）」當不好環境臨到，我們要常常宣告主是我們的醫治、平安，不要常常呼慘。

- 約翰·麥斯威爾在他的著作《轉敗為勝》中講到一位羅傑克勞福的故事，這人在母親懷他產檢時，發現他四肢有殘缺，醫生建議自然流產，但父母敬畏神，還是把孩子生下來，在基督信仰裡認真養育這孩子，當他長大成人後成了著名的顧問、演說家。他說，殘障這事是只有自己允許時才會成立。所以我們之所以沒有平安，因為我們繼續看環境、不斷抱怨、活在負面中。我們要學習在一切環境中仰望神、讚美神，我們的心就容易降服於神，有個能聽的耳、受教的心。
- 司布真牧師全職服事之前，有段時間陷在一個綑綁、罪惡裡，他說：「我想改變，可是我裡面好像有個魔鬼；當我想放棄，我又發現裡面有十個魔鬼。」他在一個大風雪天去教會時，有位弟兄勇敢上台用以賽亞書經文證道說：「地極的人，都當仰望我，就必得救！」當他指著司布真宣告這經文，司布真整個靈魂甦醒過來，罪擔都脫落。
- 我們平常要操練安靜在神面前，單單仰望神、享受神的同在；漸漸地，你在生活中、工作中、或是走路，就會很自然地回到裡面仰望耶穌，每時每刻都能經歷到主的平安、喜樂。
- 19世紀英國霍亂大流行，司布真牧師也被感染，他心裡很懼怕，當他經過一個店家，看到外面貼著一段經文「耶和華是我的避難所；你已將至高者當你的居所，禍患必不臨到你，災害也不接近你的帳棚。（詩九一9-10）」他就抓住神的應許宣告、禱告，他突然感覺到整個人很熱，感受到神的力量，他就得痊癒。神不僅給我們心靈的平安、身體也會得平安、家中也會有平安。

四、耶和華羅以：耶和華是我們的牧者

- 主是我們的好牧者，我們必不致缺乏，主知道你一切的需要，在死蔭幽谷中祂會帶領你。我們常常迷路、找不到方向、不知如何作決定、甚至因著人的話受傷。我們的神是好牧者，祂會安慰我們、鼓勵我們。
- 神是我們的好牧者，牧者的工作就是照顧羊群，關懷受傷的、扶持軟弱的、潔淨攪擾的負面聲音、引導我們走對的路、保護我們不遭遇仇敵的攻擊。當我們懼怕的時候，要來倚靠主，祂會改變我們的人生。
- 我們的信仰是我們與主的關係，任何時刻學習一步步跟隨主，祂是我的好牧者，我必不致缺乏，我雖行過死蔭幽谷，也不怕遭害，祂領我們在可安歇的水邊、引導我們走義路，我們就一直被建造在耶穌的裡面，生命就越來越成長、越像耶穌！
- 不論順境或逆境，要常常仰望神，神愛我們，祂為我們預備的都超乎我們所求所想，主會幫助我們因著更認識神，生命愈發成長茁壯！

【問題與討論】

- 1.請分享你生命中的低谷，你是怎麼面對、經過的？（信主與未信之時，作個比較，心態上有何差別）
- 2.我們更多認識神的屬性、更多仰望神是使我們勝過苦難的秘訣，但人為何常常自己想辦法、自己做決定？你覺得攔阻人倚靠神的問題點有哪些？如何得勝？
- 3.在耶和華的名中，你經歷最多、最有領受的是哪個？請分享你的見證故事！
- 4.聖經中被神使用的人，很少沒有經歷患難的，他們是如何倚靠神？請分享你印象最深刻的聖經人物。
- 5.本次信息，讓你最得激勵、得幫助的是哪部分？

【神的工——禱告時間】

1. 請為今天新來的朋友祝福禱告，並請每位組員自由提出你的代禱事項。
2. 求主幫助、提醒我們，在遇見患難時，要來求告神、倚靠神；主啊，祢應許說，我們求告祢、祢必要搭救我們。我們要經歷祢的平安、醫治、豐盛、保護，我們也要見證祢的作為、榮耀祢的名。
3. 求主幫助我們操練隨時回到裡面仰望神，不論在順境或逆境，讓仰望主成為我們的習慣，是我們時時刻刻的經歷，求主在患難中與我們同在，使我們生命因著神被改變、得以長大成熟。
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。