

末世信息系列

第六講 現在與基督同死同復活是什麼？

--讓生命重整再出發--

( 聽聽故事 )

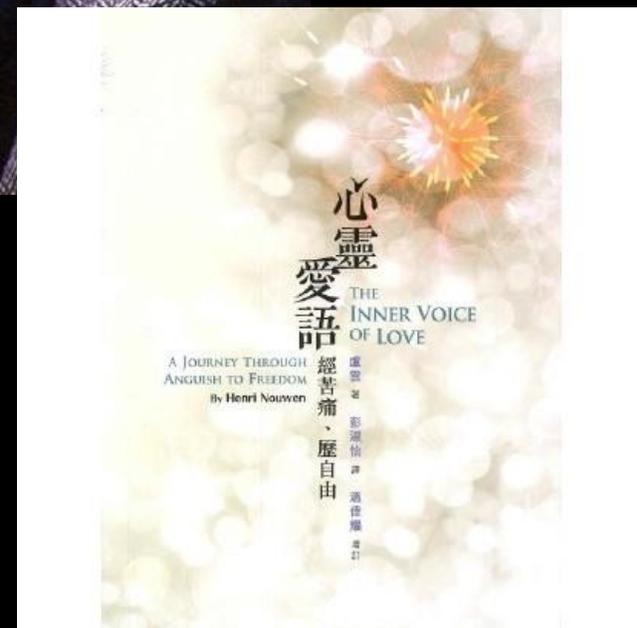
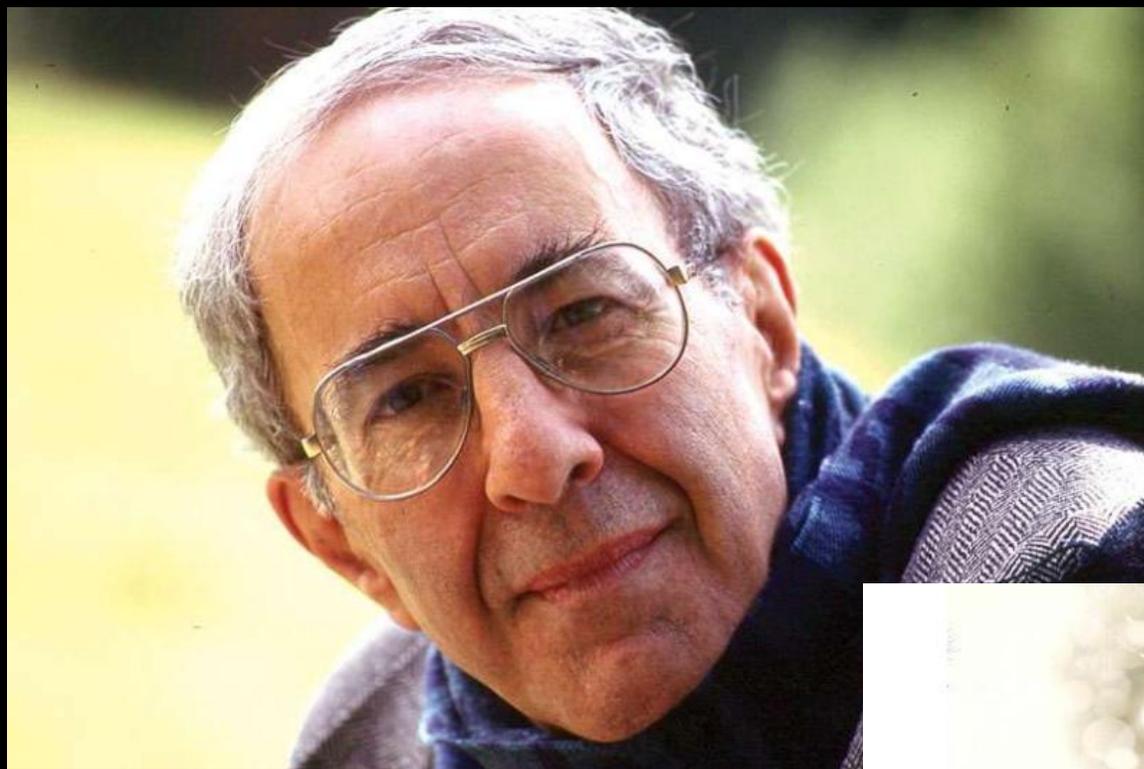
20201206

蔡宇倫 傳道

# 介紹一本曾陪伴我走過至暗時刻的書

盧雲 ( Henri  
Nouwen, 1932 –  
1996 )

〈心靈愛語〉是盧雲在一九八八年靈命最低潮、心靈憂傷、信心盡失的半年中，每天與兩位靈性導師會談後，寫下的私人日記。盧雲是靈修學及心理輔導大師，他這些心靈掙扎的記錄，含蘊著深邃沈思與痛苦煉盡後的精粹！



溫偉耀牧師增定版

## 一.自我篇，有五大類

- 我的心情煩躁，有莫名的情緒和憤怒
- 我有揮不掉，忘不了的傷痕
- 自卑，我一點也不可愛，我只是這世上的一堆廢料
- 對自己失望，我不能接受自己竟是如此的脆弱，如此不能承受痛苦
- 我太疲倦了，我已經力不從心，無法自拔，我要放棄了

## 二.人際關係篇，有三大類

- 孤單，誰能明白我的心
- 周遭的人群，他們對我的疏離、批評、傷害
- 我在應該是最親切的關係中受創傷

## 三.靈命永恆篇，有三大類

- 身軀的折磨，病痛和死亡陰影
- 我的神隱退了，我懷疑祂的愛
- 我嚮往更進深的屬靈體驗

# 摘取一段（1）

## • 心靈的呼喊：

- 難過、孤單的感覺像波濤一樣襲來，我受傷的心怎樣找到真正的安慰？

## • 盧雲的沈思：

- “與神同在”，過進深的靈性生活。相信神住在你裡面，生命從那裡湧流。道成肉身的福音，就是神已把你從一切捆綁中釋放出來，且在你裡面創造一個與祂同在的空間。連結於祂，就能活出屬神兒女的自由，展現活潑的生命力。

- 盧雲說：“你逃避的時候，你的寂寞並非真的消除了，你只不過暫時將它從你的意識趕走而已。倘若你停留在寂寞之中，你的感受只會更趨強，最終墮進沮喪裡。”
- 怎麼辦？盧雲認為，這裡要作的屬靈功夫“並非逃避你的寂寞，亦非任由你自己在其中消沉，而是要尋找它的根源……但當你可以設法確定這些感受是從哪裡來，它們將會失去部分控制你的力量。”
- 這樣的探索，“能夠引導你發掘自己的美善。你寂寞的痛苦可能源於你最深底的召命。你將會發現你的寂寞是與你要完全為神而活的呼召連繫在一起的。故此，你的孤寂可能是向你揭示你獨特恩賜的另一面。只要當你在自己心靈最深處，體會其真實，會發現自己的寂寞不單是可以忍受的，而且更是豐饒的。當初好像只有痛苦的一切，將會變成一種感覺。雖然痛苦依然，但卻為你開拓了一條對神的愛有更深體會的道路。”

## 摘取一段（2）

### • 心靈的呼喊

- 我不滿意自己，軟弱與失敗使我灰心，我實在不可愛，且一無是處。

### • 盧雲的沈思：

- “接納”且面對自己的寂寞或缺憾。在你最軟弱、最真實之處，有耶穌同行。讓那個焦慮、不完美的自我回家，信任無條件愛你那位能陪伴你繼續成長。

# 現在與基督同死同復活是什麼？

- 先說不是什麼 ~ ~ ~

- 不是 一直剛強勇敢到底，不是 不會跌到軟弱，  
不是 用信心一直宣告，不是 能力增強.....

- 與基督同死同復活是 ~ ~ ( 我的詮釋 )

- 面對生命至暗時刻，可能是孤單，自卑，憂慮懼怕，絕望，各樣痛苦...等 ( 對罪影響力的覺察 )
- 在至暗中渴望與神的愛與光的相遇，而神使那個使我痛苦絕望的我死去，一個能愛我自己的新我活過來。( 經歷不定罪與接納自己的軟弱 )

# 操練經歷死而復活的歷程

- 邀請神參與你的目標，參與你的挫折故事，參與你的心情，參與你的改變重整，然後一起再出發。
- 這樣你會怎麼禱告 ~ ~ ~

# 分享

- 1. 今天的收穫.....
- 2. 可以分享讀過哪一本書或經文幫助你走過你生命某個黑暗的時刻.....
- 3. 若你覺得你還在黑暗/往死亡或絕望而去，接下來你可以用什麼聖經的原則來採取行動，或做些什麼幫助自己改變/走向光明/復活