

你的朋友-痛苦

The image features a solid blue background with a gradient from light to dark. On the right side, there are several parallel white lines of varying lengths and thicknesses, extending diagonally from the top right towards the bottom left.

你的朋友-痛苦

痛苦定义： 患难、受苦、痛苦

约瑟

痛苦-被欺负、被卖、被陷害、被遗忘

约瑟给次子起名叫以法莲，因为他说：“神使我在受苦之地繁盛起来。”

结局：埃及首相、拯救家族、拯救以色列

使徒保罗

徒 9:16 我要指示他，为了我的名他必须受许多的苦。”

林后11: **23** 他们是基督的仆人吗？说句狂话，我更是。我受更多的劳苦，更多的坐监，受了过量的鞭打，常常有生命的危险。 **24** 我被犹太人打过五次，每次四十下减去一下， **25** 被棍打过三次，被石头打过一次，三次遇着船坏，在深海里飘了一昼一夜； **26** 多次行远路，遇着江河的危险、强盗的危险、同族的危险、外族的危险、城中的危险、旷野的危险、海上的危险、假弟兄的危险； **27** 劳碌辛苦，多次不得睡觉，又饥又渴，多次缺粮，赤身挨冷。

使徒保罗

结局：

1. 写了3/2的新约
2. 3次宣教到以色列以外
3. 把福音传给外邦人（你我）

耶稣基督

赛53:4 原来他担当了我们的病患，背负了我们的痛苦；我们却以为他受责打，被神击打和苦待了。

结局：

1. 胜过死亡、罪、阴间
2. 成立新约
3. 拯救世人
4. 坐在神宝座右边

当你跟耶稣说你生活很痛苦...



你的朋友 - 痛苦

你可以看到:

1. 在神旨意里有痛苦
2. 在痛苦里有神的旨意

试探

林前10:13 你们所遭受的试探，无非是人所遭受的。神是信实的，他不会让你们受试探过于你们所能受的；而且在你们受试探的时候，他会给你们开一条出路，使你们能忍受得住。

患难

林后1:8-9

弟兄们，我们不愿意你们不明白我们在亚细亚省所遭受的患难：我们所受的压力远远过于我们的承受能力，甚至连活下去的希望也没有了。’然而我们在自己里面已经承受了死亡的判决，好让我们不依靠自己，而依靠那使死人复活的神。

痛苦有什么好处？

如果恢复好

罗5: 3 不但这样，我们更以患难为荣；知道患难(受苦)产生忍耐， **4** 忍耐产生毅力，毅力产生盼望；

结局： 忍耐、毅力、盼望 – Level Up!

面对痛苦

如果没有好好面对痛苦：

- ▶ 拒绝帮助 – 我没有在受苦，我不需要你的帮助
- ▶ 半拒绝- 我在痛，但是不需要你的帮助
- ▶ 接受- 我在痛，我需要帮助

- ▶ 结局：我以后不会、我发誓、我从此不再相信...

面对痛苦

如果好好面对痛苦：

- ▶ 主是我的依靠
- ▶ 主是我的避难所
- ▶ 主的喜乐是我力量

- ▶ 结局：参考圣经诗篇...

想想你过去的患难、痛苦、受伤。

你是怎么样面对的？

痛苦出来后的结局是什么？

面对痛苦时3个绝招

绝招1： 祷告让神挪走痛苦

路22:42 “父啊，如果你愿意，就把这杯拿走！但不要成就我的意思，只要成就你的旨意。”

面对痛苦时3个绝招

▶绝招2：看到在神里更大的画面

创45:4”他们就上前去。约瑟说：“我就是被你们卖到埃及的弟弟约瑟。 **5** 现在你们不要因为把我卖到这里来，而自忧自责。这原是 神差派我在你们以先来这里，为要保全性命。 **6** 现在这地的饥荒已经有两年了，还有五年不能耕种，也没有收成。 **7** 神差派我在你们以先来这里，为要给你们在地上留下余种，大大施行拯救，保全你们的性命。 **8** 这样看来，差派我到这里来的，不是你们，而是 神。他立我作法老之父，作他全家之主，又作全埃及地的首相。

面对痛苦时3个绝招

绝招3：看到在画面里更大的神

林后 3-7³ 愿颂赞归于神——我们主耶稣基督的父！他是各样怜悯的父、一切安慰的神。⁴ 在我们一切的患难中，他安慰我们，使我们自己能用从神所受的安慰去安慰那些在各样患难中的人，⁵ 因为基督的苦难怎样充充满满临到我们，藉着基督，我们的安慰也照样充充满满。⁶ 我们如果受患难，是为了你们的安慰和救恩；我们如果受安慰，也是为了你们的安慰^[a]；这安慰有功效，使我们能忍耐与我们所受的同样苦难。⁷ 而且我们对你们的盼望是确定的，因为知道你们怎样在苦难中与我们有份，也怎样在安慰中与我们有份”

总结

罗8:18 我看现在的苦难，与将要向我们显出的荣耀，是无法相比的。

