





突破困境  
成为祝福





# 01 约瑟的选择

创  
50

<sup>20-21</sup> 从前你们的意思是要害我，但上帝的意思原是真的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。现在你们不要害怕，我必养活你们和你们的妇人孩子。于是约瑟用亲爱的话安慰他们。

# 02 亚伯拉罕的选择

创  
20

<sup>17-18</sup> 亚伯拉罕祷告上帝，上帝就医好了亚比米勒和他的妻子，并他的众女仆，他们便能生育。因耶和华为亚伯拉罕的妻子撒拉的缘故，已经使亚比米勒家中的妇人不能生育。

当我们从人的眼光看事情，我们会问神“为什么？”，但会使我们在困境中越陷越深；  
若是从神的眼光看，我们会知道“是为了什么？”，可以帮助我们突破困境，成为祝福。



**以下三个步骤会帮助  
我们成为祝福：**

# 01 思想的转变

罗  
12

<sup>2</sup> 你们不可追随世界的潮流，要随着思想的不断更新而改变，这样就能明辨上帝的旨意，知道什么是良善、纯全、蒙祂悦纳的。

**当你在最困难的时候，你通常会聚焦在一些什么想法上：**



**用神的话语更新你的心思  
意念、取代错误的想法**

上帝也没办法帮我了

没人能够理解我

太19

<sup>26</sup> 在人有所不能，在神凡事都能。

耶1

<sup>5</sup> 我还没有使你在母腹中成形，就认识你



我放弃了

这太难了

林后  
12

<sup>9</sup> 神的能力在人的软弱上  
显得完全

诗46

<sup>1</sup> 耶和华是我随时的帮助

**我就是没办法做到**

**太可怕了，  
我没办法越  
过个难关**

**腓4**

<sup>13</sup> 靠着那加添给我力量的，我凡事都能做！

**耶42**

<sup>11</sup> 不要惧怕，神与你同在！



# 02

# 靠近上帝

## 诗 5

<sup>1-3</sup> 耶和华啊，求你听我的祷告，顾念我的哀叹。我的王，我的上帝啊！求你垂听我的呼求，因为我只向你祈祷。耶和华啊！早晨你听我的祷告。早晨我到你面前祈求，切切等候。



<sup>28</sup> ‘所有劳苦困乏、背负重担的人啊，到我这里来吧！我要赐给你们安息。’



# 03

# 成为祝福

林后  
1

4-6 我们在一切患难中，他就安慰我们，叫我们能用神所赐的安慰去安慰那遭各样患难的人。我们既多受基督的苦楚，就靠基督多得安慰。我们受患难呢，是为叫你们得安慰，得拯救；我们得安慰呢，也是为叫你们得安慰；这安慰能叫你们忍受我们所受的那样苦楚。

**“当我病的最严重的时候，  
我对自己说，我要为那些  
需要的人写歌，好让他们  
能够度过这样的时期。”**

NightBirde

“当医生告诉我只剩2%生存下来的机会，对我来说2%生存率并不是0%，这2%是极具意义的，我想要让你们知道它多么的了不起。”

NightBirde



**“我们总不能等生活不再  
艰难了，才选择快乐。”**

NightBirde