

困境突破系列 4-與神立下彩虹之約

蔡維恩牧師

前言：「走出悲傷工作坊」

11/1（一）-11/3（三）高雄中會傳道部舉辦「走出悲傷工作坊」牧會咨商課程，並可取得認證資格。邀請許真老師主講。她是危機、哀傷與創傷輔導顧問，美國國際重大事件壓力基金會（ICISF）「危機事故壓力處理」認證講師。

「危機、悲傷、創傷輔導」的目標就是 讓傷痛的人得醫治，讓哀慟的人得安慰，讓軟弱的人得剛強，培育心靈關顧員，領人歸主（或從新回到主前）。人一生生命充滿了失落，悲傷之旅沒有選擇。人的一生中，不免會失去朋友與親人。工作、健康、財產、婚姻關係也往往不在掌控之中。每個失落都會帶來痛苦，擾亂原來的生活，我們對死亡並不陌生，但越親近的人過世，我們感受到的衝擊也越大。生命有可能傾斜，致使所有的期望都從你手中悄悄溜走，但你未曾想要的生活，卻也可能為你帶來一個出人意料充實美好的人生。悲傷的疼痛就像愛的喜樂，是生命的一部分，它也許就是愛所要付出的代價。

過程中，學員必須劃出「失去的時間軸」以及為逝者畫一張畫像，並用比喻形容自己痛苦。並鼓勵對自己對「內在小孩」的對話，並最後大家一齊禱告，學習交託給主，讓傷害成為祝福。

一、思考的焦點。

1. 我們遇見苦難時，是否領受主的同在與應許，是否記得上帝與我們立下彩虹之約？
2. 我們是否相信「大水過後有彩虹，苦難背後有賜福」？

參考經文：《耶四十六 27-28、創世紀九章 11-17 節》

耶 46:27 我的僕人雅各啊，不要懼怕！以色列啊，不要驚惶！因我要從遠方拯救你，從被擄到之地拯救你的後裔。雅各必回來，得享平靖安逸，無人使他害怕。

46:28 我的僕人雅各啊，不要懼怕！因我與你同在。我要將我所趕你到的那些國滅絕淨盡，卻不將你滅絕淨盡，倒要從寬懲治你，萬不能不罰你（不罰你：或譯以你為無罪）。這是耶和華說的。

創 9:11 我與你們立約，凡有血肉的，不再被洪水滅絕，也不再被洪水毀壞地了。」

9:12 神說：「我與你們並你們這裡的各樣活物所立的永約是有記號的。」

9:13 我把虹放在雲彩中，這就可作我與地立約的記號了。

9:14 我使雲彩蓋地的時候，必有虹現在雲彩中，

9:15 我便記念我與你們和各樣有血肉的活物所立的約，水就再不氾濫、毀壞一切有血肉的物了。

9:16 虹必現在雲彩中，我看見，就要記念我與地上各樣有血肉的活物所立的永約。」

9:17 神對挪亞說：「這就是我與地上一切有血肉之物立約的記號了。」

二、經文背景

【耶四十六 27~28】內容與耶利米書三十:10-11 重複，也是給被擄選民的安慰書。與以色列百姓的恢復有關。亦即，意指神必將為救贖以色列百姓而審判列國，猶大百姓切不可因被擄而喪膽。猶大應該認識到，自己被擄是公義之神施行審判的結果，受罰期間只需悔改。神原本是向埃及宣告審判，卻突然對以色列宣告了這些安慰之言，這是為了使被擄的百姓認識到，對列國的審判並非出於偶然，或是一般的歷史事件，而是神救贖以色列的計畫之一，從而促使百姓更加信靠神。

在苦難中，只有用「屬靈的眼光」才能看到上帝的心意，也知道在苦難中，最大的「逆轉勝」就是留在原地，清楚上帝的同在，不被困境所擊敗。若用人的眼光，根本無法理解。

創世記第 1 章記載，上帝從混沌之中創造了世界，而且是個美好

的世界，祂看所造的一切都甚好，祂滿意祂所造的世界。然而，最令祂痛心的是，人類竟活在自己的意念中，悖逆了創造主的美意，因而引發了洪水毀滅大地的審判事件。當人們用自己的欲念生活，上帝也會用自己的方法重整這個世界。

洪水退去，挪亞向上帝獻祭，上帝的心意也改變了，決定不再因人的行為詛咒大地，即使人的心思邪惡。於是，上帝與挪亞家族和他的後代子孫，也和所有生物立約，並以彩虹為記，不再有洪水毀滅大地。上帝說：「當我看見彩虹在雲端出現，我就記得我與你們和地上所有生物所立永遠的約。」（創世記九章 16 節）彩虹之約是個慈愛的約，因為上帝不要求人們和所有生物付出什麼，祂都會記得祂所立永遠的約。

這就是耶利米書二十九:11「耶和華說：我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。」的重要意義。不管目前的苦難、壓力的原因是什麼？（是出於上帝管教或訓練、魔鬼的攻擊、自己罪行因果、不明原因等）。只要我們回到上帝面前，清楚上帝與我們所立彩虹的約，就能化解目前的危機，領受上帝化裝的祝福。

三、啟示：

（一）苦難是與主立約的契機

那場洪水之後，造物主作了一件令人不解的事——以雲中的彩虹來與人類立約。神說：「我與你們立約，凡有血肉的，不再被洪水滅絕，也不再有洪水毀壞地了。……我把虹放在雲彩中，這就可作我與地立約的記號了。」（創世記九：11、13）幾千年來神堅守著自己的誓言從未違背，造物主與人類的約也從未消失。人類欣賞著雨後美麗的彩虹，心情無比愉快，但沒有一個人真正了解「彩虹之約」背後造物主的心聲。今天，細心聆聽造物主的聲音，才知造物主對人類的愛與牽掛：神看到的不是他初衷要看到的，而是恰恰相反，神的心怎會不傷痛？所以在他流露他性情的同時，在表達他心情的同時，他作出一個決定，一個什麼樣的決定呢？就是以雲彩中的虹來與人立約，約定好神不再以洪水毀

滅人類，同時也告訴人神曾經用洪水滅過世，讓人永遠地記住神為什麼作這樣的事。所以神與人立約，也就是發誓告訴人記住神曾經作過這樣的事，告訴人神以後永遠不再以這樣的方式來毀滅世界。在這個『約』裡讓我們看到了神的心，看到了當神毀滅這個人類的時候，神的心是傷痛的。用人的語言來說，當神毀滅人類的時候與看到人類消失的時候，神的心在流淚、在滴血。」

彩虹之約，一個永不能磨滅的過去！承載著造物主對人類永恆的愛。時至今日，當你看著雨後的天空中依然掛起七彩繽紛的彩虹時，你是否明白了神當時的心情：神雖然恨惡這個邪惡敗壞的人類，但當神毀滅他親手造的人類時，神的心是痛的，是難以割捨的。神希望人類能活在神的祝福之中，活在神的看顧保守之中，而不是活在神的咒詛之下。上帝呈現的態度就是「完全的愛」與「無條件的愛」，只要我們願意回到上帝面前，就能隨時領受到上帝的愛。一個人在苦難壓力下，只要願意回到主面前，不管其苦難壓力原因是否是自我的錯誤（自作孽不可活）或是環境他人的不公義，上帝一定能幫我們度過危機。這樣的思想就是成功的思想，也是樂觀積極的思想。這就如小說家薩克萊曾說「播種思想，收割行動;播種行動，收割習慣;播種習慣，收割品格;播種品格，收割命運。」樂觀積極的思想，會結出品格的果子，而品格會左右我們的人生。

就研究調查，我們思想有百分八十被負面思考所佔據。魔鬼深知思想的重要性，想盡辦法將負面思想灌輸到我們的腦海裡，人們自然而然走向失敗和毀滅的結局，不費吹灰之力。出賣耶穌的加略人猶大就是最典型例子。「吃晚飯的時候，魔鬼已將賣耶穌的意思放在西門的兒子加略人猶大心裡。」（約翰福音十三章2節）。人們遇到壓力與苦難時，最直接的反應是將責任推向環境與他人，甚至是上帝身上，卻不知道回到上帝面前，領受到平安與愛的意念。所以以神的思想來充滿我們恐懼的心靈時，不可放任自己思想，就是成功的態度。

（二）苦難是化裝的祝福

「虹」的原文有「弓」的意思，是一種殺戮的武器；然而，在上帝的計畫中，它卻成了平安的記號、慈愛的記號、饒恕的記號。因為上帝不再為了人類的罪毀滅大地，上帝知道人的軟弱，體貼並憐憫人的過犯。就像十字架一樣，原本也是殘酷的刑具，卻因為耶穌為了世人的罪被打死在十字架上，三天後復活，十字架就變成了，罪得赦免的記號、重生的記號、愛與救贖的記號。

每當雨過天晴，天邊出現美麗的彩虹，總是能吸引你我的目光。或許，下一次再看到彩虹，我們除了讚嘆造物主奇妙的創造，也要記念上帝與這世界所立的慈愛之約。

「苦難，是化了妝的祝福。」雖然這句話非出自於聖經，而是出於科學家法拉第。法拉第在日記中寫道：「人生有苦難，有重擔，人性有邪惡，有欺凌，但是到後來這些都對我有益處，苦難竟是化了妝的祝福。人生在一連串不完美中，最後總是完美。」。法拉第是第一部馬達和發電機的發明者，同時在電磁、電機、化學、合金、土木工程等方面有重大貢獻的科學家，一輩子都在貧窮、被誤解、無子、喪失記憶的打擊中，卻活出快樂、堅強，甚至還不斷幫助許許多多的人。法拉第也是一位虔誠的基督徒，經常在倫敦桑地馬尼安教會證道，還2次被選為教會長老。他經常幫助窮苦、生病的人，甚至忘記自己也十分貧窮。有一次演講，會中有維多利亞女皇、皇室成員、教授、學者，法拉第講完後，聽眾報以熱烈掌聲，但是法拉第一直沒有出來致謝，原來他早已從後門溜走，因為他還要去為一位即將彌留的老太太讀聖經，陪他走完人生最後一段路。

一位堅定相信上帝彩虹之約，就能確信「苦難，是化了妝的祝福。」，因為大水過後有彩虹，苦難背後有上帝的祝福。這就是我們對上帝有「毫無保留」的信靠。這就是少年大衛挑戰歌利亞時，以大衛的條件根本打不贏歌利亞，但是大衛堅神與他同在，滿懷神必使他得勝的思想，所以最後就看到上帝滿滿的祝福。

(三) 苦難鍛煉「屬靈的肌肉」、開啟屬靈眼界

上帝與我們立了一個永遠的約，祂保證我們有追求祂應許的權利，但我們仍需自己去追求啊！如果我們拿曾極一時榮華的拿破崙與終身又聾又啞的海倫凱勒的一席話來做比較的話，我相信我們會知道該怎麼做。當拿破崙被放逐到聖赫勒拿之後，他說：「我的一生，連六天的幸福日子都未曾有過。」但在肉體上是世界最不幸之又聾又啞的海倫凱勒卻說：「我已感覺出人生是何等的美。」

我不知道我們對上帝所賜給我們一生的感覺是什麼？惟求全能的天父上帝幫助我們，走在祂永生的應許上。我們都盼望一生一帆風順，無災無病。這樣的人生，不知如何去面對挫折，也使我們對這位包羅萬有的基督，很少能主觀的享受、經歷並認識祂。面對「苦難與壓力」的態度，就是決定信仰的高度與深度，對於外邦人而言，苦難=苦毒，苦難有多少，苦毒就有多少。對基督徒而言，反而從苦難中領受到上帝的恩典，也知道上帝讓我們經歷苦難，就是要我們經歷上帝的安慰，好讓我們能夠用上帝的安慰來安慰受苦的人。所以我們的苦難成為見證。所以「我們既因信稱義、就藉著我們的主耶穌基督、得與神相和。我們又藉著他、因信得進入現在所站的這恩典中、並且歡歡喜喜盼望神的榮耀。不但如此、就是在患難中、也是歡歡喜喜的·因為知道患難生忍耐·忍耐生老練·老練生盼望·盼望不至於羞恥·因為所賜給我們的聖靈、將神的愛澆灌在我們心裡。」羅馬書五章 1-5 節。

新約聖經中的使徒保羅，有一根刺在他身上，保羅曾三次求主，叫這刺離開他。主對保羅說，我的恩典殼你用的，因為我的能力，是在人的軟弱上顯得完全。所以保羅極其喜歡誇他的軟弱，好叫基督的能力覆庇他。我們須經過多少次的軟弱失敗，才能認識自己的本相與缺欠，進而轉向這位因信進入我們裡面且一直與我們同在的恩主，來學習憑祂活著，並活出祂的生命。願我們不論處在怎樣的環境中，都能在祂裡面常常喜樂。因為雲上太陽，它總不改變！

四、自己的感受

在心理學上大概有二種方式，面對在苦難下的悲傷情境，一個是真實面對「傷痛的過去」，另一個是勇敢地「自信邁向未來」。真實面對「傷痛的過去」就有與「內在小孩」對話的概念。內在孩子的概念最初是由心理學家卡爾·榮格（Carl Jung）所討論，1940年首次出版《兒童原型心理學》（The Psychology of the Child Archetype）中，以 child within 指稱兒童原型，他研究自己內在住著孩子般的情感後而提出。榮格指出，正是我們每個人的內心世界影響我們所做的一切行為與決定。第一位正式使用「內在小孩」（inner child）的則是米西迪（Missildine），在1963年於《Your Inner Child of the Past》一書所提及。

而另一方法就是「自信邁向未來」，這是阿德勒心理學家的主張，他否定心理創傷論。過去弗洛伊德主張“過去發生的一切”造就現在一切的你，是完全“過去→現在”的因果關係；但阿德勒認為，你的生活模式，完全是你自己選擇的結果。與其他人、與以前發生過什麼，都無關。阿德勒心理學認為，應該追究的不是過去的原因，而是現在的目的。

自己透由「失去的時間軸」以及為逝者畫一張畫像，並用比喻形容自己痛苦時，自己發現自己不需要與過去「內在小孩」，因為已經沒有任何感受了。這就羅馬書八章所說「破碎老我，聖靈新我」重生的經歷。因為我們相信彩虹之約。

彩虹之約告訴我們：「神從未向人類隱秘，也從未躲藏，祂的心思、祂的意念、祂的語言與祂的作為對人類都是公開的，所以，只要人類想認識神便可通過各種途徑與方式達到了解神、認識神。」人類之所以一味地認為神有意迴避人類，認為神有意向人類隱藏，認為神並不想讓人了解認識，那是因為人類不知道誰為神，也不想了解神，更不關心造物主在想什麼，造物主說了什麼、作了什麼……其實，如果人只把閒暇空出來的時間用在關心、了解造物主的說話或作為之上，對造物主的心思與祂的心聲稍作留意，便不難發現造物主所思所想、所說所作都是公開的、

透明的，也不難發現造物主時刻都在人類中間，時刻與萬物與人類對話，天天都有新的作為。祂的實質、祂的性情在祂與人類對話的同時發表出來，祂的心思與意念在祂的作為中表露無遺，祂時刻都陪伴觀看著人類，祂用祂無聲的語言靜靜地告訴萬物告訴人類：我在天宇之上，我在萬物其間，我在守候，我在等待，我就在你的身邊.....祂的雙手溫暖有力，祂的腳步輕輕，祂的聲音柔美，祂的身影千迴百轉，環繞在人類身旁，祂的容顏佳美柔和，祂不曾離去，不曾消失，祂一直與人類朝夕相伴，形影相隨。」主不忍我們因在罪中受苦，用無條件的愛守護我們，期待我們回到主的面前，得到改變與力量。

親愛的弟兄姐妹，現在我們是否生活在各種的困境中，在我們的生命中，是否常常因為所遇到的困境，讓自己失去生命的焦點。因為困境，讓埋怨成為生命的咒詛。在半夜，自己偷偷的流眼淚，想要找到一條出路，但是卻不知道下一步該怎樣走出去？在人的生活中，最可怕的就是出現悲觀及消極的心態，不相信上帝在困境中依然與我們同在，不相信祂會指示我們該走的路。親愛的弟兄姐妹，不要讓這樣的思想充滿我們的心，不要常常埋怨，讓自己陷入負面的思想，或是受人惡意的言論影響。要相信上帝永遠不會拋棄我們。提摩太後書二章 13 節，說：「如果我們失信，祂依然信實可靠，因為祂不違背自己。」。上帝是信實的，祂所立的約是永遠不會改變的。詩篇講：「祂的怒氣轉眼消逝；祂的恩惠永不休止」（詩三十:5a）。

我們的神用許多見證告訴我們：

苦難的背後是祂的祝福！

沒有苦難，你便不知道上帝的力量有多大；

沒有困難，你很可能繼續自我中心的過生活；

沒有艱難，你也許無法經歷耶和華的神蹟奇事；

沒有磨練，你或許一輩子都在原地打轉無法擴張；

沒有失望，怎麼知道永恆不變的盼望就在上帝裡面！

一首詩歌「雲上太陽」：

無論是住在美麗的高山，或是躺臥在陰暗的幽谷；

當你抬起頭，你將會發現，主已為你我而預備。

雲上太陽，它總不改變，雖然小雨灑在臉上，

雲上太陽，它總不改變，哈！它不改變。

五、結論

。親愛的弟兄姊妹，我們的人生難免遇上洪水，但是心裡彩虹仍在，洪水將不能摧毀我們的信仰，把我們捲走，只要我們願意活在彩虹之下信靠祂。這彩虹之約，是永恆不變，永遠生效，所以我們心裡要常存盼望！每一道彩虹都提醒我們，特別是我們內心裡那道彩虹，上帝是守約的上帝。就像我們眼前看見的十字架，提醒我們上帝在苦難中安慰人。現在我們所遭受這短暫的痛苦要為我們帶來無可比擬的永久榮耀，就像那彩虹的光芒。這個記號提醒我們也會像挪亞一家人一樣，得到新的生命。一切活在彩虹這恩典之約底下的生命，都要活出彩虹的色彩，重現起初創造天地之美，如同上帝的榮光。但願一切的榮耀、頌讚都歸於這位信實、守約施慈愛的上帝！如此我們才能有正確的態度面對苦難與壓力。「大水過後有彩虹，苦難背後有祝福」，這就是成功思想的關鍵態度。

討論題綱：

1. 為了讓神的應許成就在我們生命中，你做了那些預備？
2. 在絕望時，你如何繼續抱持正面的思想？

代禱事項：

1. 求聖靈光照我，讓我每天反省自己，不再失信於上帝與人。
2. 求聖靈幫助我，願意學習說到做到，作一個信守承諾、表裡一致的基督徒。

祈禱文：

親愛的上帝，謝謝祢揀選我，讓我的生命有機會被祢修剪、被祢使用。但很多時候，我知道自己雖然自稱是基督徒，卻做了許多有辱祢名的錯誤決定，以至於得罪了祢、傷害了人、也讓自己很不好受！求上帝幫助我，帶我遠離過去那個不好的我；求聖靈更新我，激勵我重新回應彩虹的恩典之約；求耶穌基督的愛澆灌我，讓我學習說到做到，作一個信守承諾、表裡一致的基督徒。奉主耶穌的名禱告，阿們。

行動參考方案：

1. 回想一下自己曾在上帝面前立下什麼志願或約定，有否履行？若還沒做到，請一一列出來，持續為此禱告，求主幫助你。
2. 領受「彩虹之約」與人分享上帝的心情，讓人知道何謂真正上帝的愛。