



# 房 角 石

2016年3月12日

聖經故事：王上18：41-46；19：1-18  
註釋：《先知與君王》第12, 13章

## 山谷中的疑惑



Photo by Luis Guerra, Jr.

### 存心節

“耶和華說：“你出來站在山上，在我面前。”那時耶和華從那裏經過。”

（王上19:11）

### 聚光燈

“對於灰心的人有一道可靠的救治之方，——信靠，祈禱，工作。信心和行動所給予的保證和滿足必是與日俱增的。你是否受了試探而致焦慮杞憂或全然灰心呢？即使在最黑暗的日子，各種形勢似乎最拂逆的時候，不要懼怕。當信賴上帝。祂知道你的需要。祂具有一切的權柄。祂那無限的慈愛和憐憫是永不困倦的…祂決不會改變祂與凡愛祂之人所立的約。”（《先知與君王》第12章，第22段）

# 你的看法？

當你感覺傷心絕望之時，以下哪項對你有所幫助？

- 與某個朋友談心
- 獨自靜一靜
- 聽音樂
- 祈禱
- 看電視或電影
- 與父母、顧問、牧師或關心你的成年人談心
- 運動
- 為別人做些事情
- 其他：\_\_\_\_\_

## 你知道嗎？

靈性的高峰之後往往是靈性的低谷。你可以問一問那些從青少年生活營或青年聚會那種興奮的氣氛中回來的青年，看他們是如何處理每日生活中問題的。當你與其他基督徒在一起之時，歌唱讚美上帝，此種環境很容易讓你感覺快樂，興奮，並被聖靈充滿。三周之後，當你與父母交往時，當你處理功課時，以及面對同齡人的壓力時，你會發現自己陷入了灰心與絕望之中。

聖經並沒有應許上帝的子民永遠不會經歷傷心與絕望。先知以利亞在迦密山上戰勝那些敬拜巴力的假先知之後，他就陷入了傷心與絕望之中。但上帝並沒有丟棄他——當你遇到困境時，上帝也不會丟棄你。

## 走進故事

“亞哈將以利亞一切所行的，和他用刀殺眾先知的事都告訴耶洗別。耶洗別就差遣人去見以利亞，告訴他說：‘明日約在這時候，我若不使你的性命象那些人的性命一樣，願神明重重的降罰與我。’

以利亞見這光景就起來逃命，到了猶大的別是巴，將僕人留在那裏，自己在曠野走了一日的路程，來到一棵羅騰樹下（羅騰，小樹名，松類；下同），就坐在那裏求死，說：‘耶和華啊，罷了！求你取我的性命，因為我不勝於我的列祖。’他就躺在羅騰樹下，睡著了。

有一個天使拍他，說：‘起來吃吧！’他觀看，見頭旁有一瓶水與炭火燒的餅，他就吃了喝了，仍然躺下。

耶和華的使者第二次來拍他，說：‘起來吃吧！因為你當走的路甚遠。’他就起來吃了喝了，仗著這飲食的力，走了四十晝夜，到了上帝的山，就是何烈山。

他在那裏進了一個洞，就住在洞中。耶和華的話臨到他說：‘以利亞啊，你在這裏做甚麼？’

他說：‘我為耶和華萬軍之上帝大發熱心；因為以色列人背棄了你的約，毀壞了你的壇，用刀殺了你的先知，只剩下我一個人，他們還要尋索我的命。’

耶和華說：‘你出來站在山上，在我面前。’那時耶和華從那裏經過，在他面前有烈風大作，崩山碎石，耶和華卻不在風中；風後地震，耶和華卻不在其中；地震後有火，耶和華也不在火中；火後有微小的聲音。以利亞聽見，就用外衣蒙上臉，出來站在洞口。”

（王上19:1-13）

# 走出 故事

以利亞剛剛為上帝贏得了極大的勝利。隨後發生了甚麼事情，使以利亞感到灰心絕望？

---

---

---

---

你認為以利亞想死的願望是當真的嗎？加以解釋。

---

---

---

---

以利亞對天使說明他想死的念頭之後，天使立刻建議以利亞如何行？你認為這為甚麼是一個好的建議？

---

---

---

---

認真閱讀以利亞是如何回答上帝提出的問題的：“你在這裏作甚麼？”以利亞的回答說明他當時的感受如何？

---

---

---

---

為甚麼以利亞沒有在旋風、地震、以及火中聽到上帝的聲音？在以利亞的故事當中，上帝“微小的聲音（耳語）”有何重要意義？

---

---

---

---

你如何能最清楚地聽到上帝對你說話的聲音？

---

---

---

---

## 妙語連珠

“我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裏面有平安。在世上你們有苦難，但你們可以放心，我已經勝了世界。”（約16:33）

“凡仰望耶和華的人，你們都要壯膽，堅固你們的心！”（詩31:24）

“就是少年人也要疲乏困倦；強壯的也必全然跌倒。但那等候耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。”（賽40:30, 31）

“你不要害怕！因為我救贖了你。我曾提你的名召你，你是屬我的。你從水中經過，我必與你同在；你趟過江河，水必不漫過你；你從火中行過，必不被燒，火焰也不著在你身上。”（賽43:1, 2）

“凡勞苦擔重擔的人可以到我這裏來，我就使你們得安息。”（太11:28）

## 名言錦囊

“這可能會使你驚訝，為使一個人能永遠屬祂，上帝需要的低谷要多於山頂；某些祂特別喜愛的人要比他人經歷更長更深的低谷…上帝希望他們能學會行走，因此必須撤去祂的手；只要有行走的願望，他們所經歷的跌倒也是蒙上帝喜悅的。”——C S 路易士，二十世紀英國作家，地獄來鴻。

## 安息日

請閱讀王上19：1-13。以利亞坐在羅滕樹下說了甚麼？

你認為此時的以利亞有何感受？

你生命中感覺最灰心絕望的時刻是甚麼時候？你認為自己的感受有沒有像以利亞在羅滕樹下時一樣絕望？

請列出上帝都對以利亞說了甚麼，作了甚麼，以便幫助他走出陰影：

回顧本課中“**你的看法**”。當你情緒低落時，甚麼事情給予了你最大的幫助？你認為在這樣的時刻，上帝會對你說甚麼？

## 星期日

請溫習“**走出故事**”中的問題並思考你的答案。以利亞剛剛為上帝贏得了巨大的勝利。然而，當王后耶洗別恐嚇以利亞之時，以利亞便不想活了。

靈性的高峰之後往往是靈性的低谷。我們既需要高也需要低，既需要山頂也需要低谷，以便使自己的靈性成長。以利亞通過這次經歷學得了上帝不會丟棄他，不會讓他孤單，上帝依然用微小的聲音向他說話。

## 星期一

上帝告訴以利亞站在山上，預備迎見上帝的臨格。以利亞已經在迦密山上經歷了一個驚人的神跡，然而，僅僅幾週之後，他需要站

在另一座山頂，再次面見上帝，以便使他恢復對上帝的信心。

當我們在基督徒的生活中經歷灰心絕望之時，我們可以用哪些方式重新站在上帝面前？請列出某些可以幫助你聽到上帝微小聲音的方法。

## 星期二

在課文“**聚光燈**”中，懷愛倫對那些灰心失望的基督徒有特別的指導：信靠，祈禱與工作。

信靠包括信靠上帝並曉得祂依然與我們同在，即使我們沒有感覺到祂的同在。我們的信心並不是建立在自己的情感之上，而是建立在聖經中諸多說明上帝是信實而且總是關懷我們的應許上。

祈禱乃是我們與上帝的交通。就像上帝用微小的聲音對先知以利亞講話一樣，祂也要在我們祈禱之時用微小的聲音說話。祈禱不僅僅是向上帝傾心吐意，祈禱還包括傾聽上帝對我們說話。

工作可以使我們擺脫自己的問題，並幫助我們關注他人的需要。為某人做一些善事可以幫助你振奮精神，擺脫鬱悶的心情。你能不能想到某些可以幫助人的善事，以便幫助自己的情緒有所好轉？

## 星期三

當我們灰心絕望時，上帝話語中的應許可以很好地鼓勵我們。溫習“**妙語連珠**”中的經文，並找出最鼓舞你的經文。將這節經文謄寫到一張卡片或者一張招貼紙上。你也可以用這節經文來裝飾某些照片或圖案。然後將其擺在某個吸引你注意力的地方，以便當你下次心情低落之時能再次鼓勵你。

## 星期四

現在我們可以將自己在本週所學到的內容彙集在一起，配製一個“處方”，以便你灰心絕望之時可以“服用”。在以下橫線上寫出你獨特的處方。

下一次我感到灰心絕望之時，我要與\_\_\_\_\_談心。  
我會聽\_\_\_\_\_。  
我會思考並復述這個聖經經文\_\_\_\_\_。

我會祈禱，懇求上帝\_\_\_\_\_。  
我會做三件自己喜歡並對自己有益的事情\_\_\_\_\_。  
我會為某個人做以下的事情：\_\_\_\_\_。

## 星期五

基督徒生活中的高低起伏，苦與樂，都屬於正常現象。但是有些時候我們可以明白是甚麼導致我們情緒低落，並在我們過度絕望之前開始從上帝那裏學得鼓勵。

以利亞的絕望是由於他害怕王后耶洗別的恐嚇，因為耶洗別揚言要殺死以利亞。恐懼這種情緒往往能給我們帶來消極的感受。其他的還有怒氣、嫉妒、孤獨、以及痛苦。

甚麼情形導致你灰心絕望？當你要產生消極的感覺之時，試圖用你在昨天配製的處方來治療。上帝有能力帶領你擺脫困難的時刻，並將你從低谷中重新帶到“山頂”。

## 本週閱讀\*

《先知與君王》第12,13章。

\* 懷愛倫著作託管委員會和太平洋出版聯合會已經為你進行了專門的現代化改編。訪問以下網站獲取更多資訊：  
[www.cornerstoneconnections.net](http://www.cornerstoneconnections.net) 堅持這項閱讀計劃，你將在一年之內至少讀完一本歷代之爭叢書。