

忍耐

暖身問題：

- 面對什麼樣的人或事是讓你很容易失去耐心的？

一、忍耐是什麼

在英文中，「忍耐」與「耐心」是同一個字：patience。而希臘文忍耐的意思是：「在不能避免的情況下，停留在困難的處境中。」而中文《辭海》的解釋是：「在受苦的情況下，勇敢忍受」或「在不利的情况下，維持冷靜的情緒。」

二、忍耐不是什麼

在討論聖經所說的忍耐之前，讓我們先來糾錯一下，看看錯誤忍耐的方式：

Q：聖經中的「忍耐」與「委屈求全」有什麼差別？

1、聖經所說的忍耐，不是委屈求全，很可憐的樣子

這樣的人，是因為沒有辦法所以只好苦澀地承受現狀，這看起來像是在忍耐，但是裡面是苦的、沒有信念的。他們認為現在是沒有意義的，巴不得早點脫離現況。這不是忍耐，是無奈。

Q：聖經中的「忍耐」和「臥薪嘗膽」有什麼差別？

2、聖經所說的忍耐，也不是臥薪嘗膽，忍辱負重的樣子

這樣的忍耐，雖然看起來已經比剛剛委曲求全的可憐樣子強很多了，因為他們還有點積極性，但還是有幾個問題：

- 這樣的忍耐裡面可能沒有愛。當然也許他們是為了所愛的人事物而忍耐，但也有可能這樣的忍耐中是充滿著仇恨，是以自我為中心的，很難有更大的愛。

- 臥薪嘗膽的電影都是演成功的結局，但真實生活卻常常是永遠都在到達彼岸之前的路上。所以，如果忍耐都必須要這樣逆轉勝的結局才有意義，那麼大部分人的忍耐可能永遠也等不到這樣的意義。

三、從聖經中看忍耐

聖經中有許多忍耐的例子，其中耶穌是最適合的，耶穌的忍耐，雖然是極度痛苦，但卻是有信念、有愛、心甘樂意的，也是很有意義的。

《腓立比書2:6-8》「他本有神的形像，不以自己與神同等為強奪的，反倒虛己，取了奴僕的形像，成為人的樣式。既有人的樣子，就自己卑微，存心順服，以至於死，且死在十字架上。」

Q：在這段經文中，你看到耶穌的生命如何展現忍耐？

1、在失望中依然不放棄

神藉著耶穌創造世界與人類，期許人反映祂的特質，但是人卻一次次地讓神失望。雖然如此，神還是一次次地給人機會，甚至讓耶穌道成肉身，承擔我們的罪過，在人跟神之間建立起不會毀壞的橋樑。

耶穌的門徒也常常讓他失望，然而耶穌就是不斷教導他們，以身作則地帶領他們愛人愛神。整本聖經都是神在不斷失望中不放棄我們的故事，如果神放棄了我們，我們現在就不會在這裡了。

2、在險惡中繼續行善

耶穌開始傳道，可是看熱鬧的多，跟隨的卻少；耶穌為耶路撒冷城的屬靈光景悲傷，甚至為此留下眼淚。面對這種情況，耶穌沒有容許自己的熱心冷卻下來或因而停止傳道。（路加福音19:41-44,47；馬可福音3:1-5）感謝神，他沒有因為反對者用各樣的惡來攻擊他，就退縮了，他存心忍耐繼續做對的事情。

3、受委屈卻不自憐

耶穌為著愛而來，但是人卻不領情，甚至背叛他、中傷他、霸凌他、被鞭打到皮開肉綻、被釘子刺入身體、在眾目睽睽之下他流血並忍受身體極大的痛苦。按著耶穌的能力與權柄，他大可以覺得自己太可憐、太委屈、何必如此，然後呼叫天使來使他脫身，但是他不要，因為神的愛本來就包含著會受到傷害，並且在傷害中繼續愛。他只有完整地經歷這一切，才能夠真正拯救我們。（約翰福音19:1-30）他不是為了自己忍耐，他是為了我們跟神的關係而忍耐，為了短暫軟弱的人類能夠與永恆聖潔的神和好而忍耐。

彼此分享：在你的生活中，你通常是用什麼樣的心態在忍耐？和聖經所期許的忍耐有何異同？

四、如何得著合神心意的忍耐？

《希伯來書12:1-3》 我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍著我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程，仰望為我們信心創始成終的耶穌。他因那擺在前面的喜樂，就輕看羞辱，忍受了十字架的苦難，便坐在神寶座的右邊。那忍受罪人這樣頂撞的，你們要思想，免得疲倦灰心。

忍耐不是出於你的性格、習慣，更不是靠意志力咬緊牙關硬撐，而是聖靈所結出來的果子，是因為我們與神有關係，讓他做我們生命的主，才會從內而外產生出來的品格。要得著屬神的忍耐，以下三步驟不可或缺：

- 正確的人設（脫去）：不用覺得我應該要一直保持在人生的高點，我們是徹底的罪人，若沒有神，我們什麼都沒有，也什麼都不是。

- 有盼望的終點（奔向）：神的應許永不失敗，她的兒女必定得勝，享受永遠的生命與快樂
- 想起耶穌的腳蹤（仰望）：你不孤單，地上的道路有主同行

作業

- 寫下來忍耐這個特質怎樣可以在你的職場、學校、家庭（任意擇一）裏，成為極有價值的幫助，在這個部分的日常生活中操練忍耐。