

在患难中跟随耶稣

司徒志坚牧师

在患难中跟随耶稣

司徒志坚牧师

Gospel Light Christian Church © 2023

目录

前言

1. 渴望与疑问 2
2. 单单敬畏上帝 4
3. 过失与罪责 6
4. 还有什么我能给的呢？ 9
5. 太不真实了 11
6. 安慰与盼望 13
7. 假想与权利 16
8. 另一个世界的微小认知 18
9. 经文和诗歌 20
10. 这趟旅程的关键经文 23
11. 献上感恩 25
12. 爱与婚姻 27
13. 因造成悲伤而痛苦 30
14. 社群和人际关系 32
15. 信心和医治 34
16. 过去和现在的试炼 37
17. 悲伤和怜悯 39
18. 掌控权与责任义务 41
19. 信心与不确定性 44
20. 上帝的爱与权能 46
21. 福音优先 48
22. 积极拥抱不美好 51
23. 定睛在耶稣身上 53
24. 爱: 包容与理解 55
25. 无法疏解的疼痛 58
26. 框架和认知 60
27. 追求健康 62

结语

引言

上帝所指定的意外之旅

2021年7月1日，我遭受了人生中最重大的打击。
当被转介到直肠科医生去看诊时，我不曾预期自己会身患重病。因此一开始，我对专科医生的解说完全无法理解，还以为自己只是得了痔疮。而事实是，我得了癌症。这诊断结果让我既震惊又哀伤，它沉痛又彻底地打乱了我的生活。

一场上帝所指定的意外之旅就此拉开序幕。

在得知癌症确诊的消息时，我前所未有的渴望抓住福音的真理和它赋予我的人生意义。我开始思考那些自己在过去40年的基督徒生涯，以及20年的圣经教导事工中，从未真正深入思考的问题。

我不得不在极度痛苦的煎熬中去直面永恒这个问题，它紧逼我的眉睫，令我无处可逃。许多的疑问自我内心深处涌现。我泪流满面，切切地在祷告中寻求上帝，渴望在祂的话语中找到答案。

这本书《在患难中跟随耶稣》，记录了上帝如何带领我走过这段充满磨难和痛苦的旅程。尽管每个人所受的苦难不同，心中的疑虑也不同，我的疑问与你的未必一样。但希望我在这本书里所分享的疑问和感悟能够与你共鸣，为你在生命的困境，痛楚甚至难以言喻的苦难中与上帝同行时，提供一点亮光。

愿上帝赐给我们的安慰和鼓励能够帮助我们，在生命的低谷中更好地跟随耶稣。让我们借着这错愕和痛苦的旅程，继续相信和爱上帝。我祈求上帝借着我所受的患难，让福音临到更多的人！

1. 渴望与疑问

什么？癌症？我？这怎么可能？我还年轻呢！况且我的家族里也从未有人得过癌症。虽然我不是健康发烧友，但我确定已竭尽所能地避免食用已知的致癌食物。之前医生不是说可能只是痔疮吗？当诊断结果展示在我眼前时，一连串的疑问和想法充斥在我的脑海中。我完全无法相信发生在自己身上的事。病情来得那么突然，使我一时间陷入了极度的痛苦中。

不知怎的，在攸关生死的危机中，某些渴望和期许变得格外清晰。例如，虽然我相信自己已经蒙恩得救，并且在天路上奔行；但我也清楚我还不想面对死亡。我单纯而深切的渴望是能够与我心爱的妻子白头到老、看着儿子们长大成人。我也想要继续事奉上帝，看见更多的灵魂得救！

但是，癌症有可能使所有的一切化成泡影。

天堂不是更好吗？你们不是还会团聚的吗？你不是有永恒的盼望吗？是的……但我的憧憬、我的梦、还有我的心愿呢？难道它们不重要吗？它们是否不该存在？我终于意识到，是这些渴想将我的心与恐惧焦虑捆绑在一起。它们虽好，但却不是生命的终极目标。上帝在我向祂呼求时告诉我：我的憧憬与渴望需要与上帝的荣耀接轨。上帝的荣耀才是我们永恒生命的终极目标。奇妙的是，在接受了这一点之后，我的心就有了平安和盼望。

不过下一秒，我忧伤的内心又充斥了愤慨和质疑。为何我要手洁心清地生活？为何我要敬畏上帝？如果正直地生活仍然会以痛苦告终、正常的渴望也会受挫，那么是不是手洁心清、是不是敬畏上帝又有何区别？上帝藉着《诗篇》23章3节，来回答我："祂使我的灵魂苏醒，为自己的名引导我走义路。"我必须行在上帝的公义中，不为我个人的喜悦、舒适、野心或幸福，乃是为了上帝的名。

是的，为上帝的名走义路，仍然是有意义的。实现我个人的追求与渴望，不是人生的终极目标。归根到底，走在上帝荣耀的义路才是最重要的。我需要一幅比实现个人梦想更远大的生活图景！

这是一段艰难的旅程。每每想起癌症以及因它而起的一切，便恍如泰山压顶，心里难有片刻宁静。我被自己的渴想囚困，被恐惧束缚；可同时我也想成为一个更好的，耶稣的追随者。我希望所发生的一切都有助于福音的兴旺。这是我在这趟上帝所命定的意外之旅中内心最深的渴望。

2. 单单敬畏上帝

2021年7月1日，我被诊断患有癌症。过后的三天，事情如旋风般席卷而来。确诊的第二天，我便被安排进行CT扫描，以进一步确认病情。同时，我也不得不艰难地把这个令人震惊和心碎的消息告诉家人和朋友。我决定接受转介到新加坡中央医院（SGH）看一位高级顾问医生。

许多人给我捎来了善意和安慰的话。有的人，给我讲述了一些癌症如何神迹式得到医治的例子、有的人，信誓旦旦地要我相信新加坡高水平的医疗技术。这些都非常实在和重要。但在内心深处，我知道，这场病最终的结果是由上帝的旨意来决定的。

2021年7月4日，一个周日的晚上，我和妻子正处于深切的哀伤之中。因为第二天，我们就要去见预约的高级顾问医生（我的外科手术医生），到时也会收到我的扫描报告。根据我的CT扫描结果，可以知道我的癌症到底有多严重。无法预想的结果让人忐忑不安。一想到妻子年纪轻轻就可能成为寡妇，我们俩一同流泪、哭泣祷告。我告诉上帝，这一切是如此痛苦，我真的无法明白，耶稣的宝贵十字架在这个时候，要如何向我们显明祂的爱。但我相信福音是真实的。我恳求祂在这样的时刻教导我们认识祂的爱。我们选择顺服在上帝的脚前，寻求祂的怜悯。

在眼泪和痛苦中，我们只愿意单单地敬畏上帝。唯独祂掌管生死。祂是阿拉法，祂是俄梅戛。复活在祂，生命也在祂。祂既命定我们所走的道路，我们就把自己交托于祂的怜悯和恩典之中。奇妙的是，尽管我们当时还不知道我的癌症有多严重，但当决定好要单单敬畏上帝之后，我们经历到了祂的平安和安慰。

回头看，我相信这是我在这段上帝所命定的旅程中的一个转捩点。我们期待并且感恩现今卓越的医疗技术，还有大家的安慰。但我们最终还是仰望上帝，愿祂的旨意得以成就。从那时起，我就一直提醒自己，我要敬畏上帝，而不是惧怕癌症。

第二天早上，我感受到上帝对我说：“你会好起来的。”这让我内心充满盼望。当然，我也希望能够好起来！但我觉得，这个我认为是从上帝而来的讯息，也有可能是出于我自己的意念。所以我告诉了妻子，让她记录下来。我的妻子在悲伤和恐惧中也感到了一丝安慰。那天一大早，我们就带着忐忑却又满怀希望的心去了新加坡中央医院。

在与我的外科医生会诊时，我们看见CT扫描显示患处有一个大肿瘤。但却没有明显的扩散，而且癌症标志物检测也属正常。这不是一个末期癌症的病例。当晚的结肠镜检查也证实了癌症没有扩散。我们大大地松了一口气！我们躲过了最坏的情况。感谢神的大怜悯！

前面的路已经设定。上帝已命定我的旅程；就是通过治疗完全地治愈。这段旅程将是艰难而痛苦的。手术对我的身体有一定的影响。治疗结束后，我或许有机会可以活下去。这已经是最好的结果了。

在过去的几天里，因着生命和未来的不确定，我的内心经历了强烈的不安和恐惧。但选择单单敬畏上帝，使我跟随主耶稣的心意更加坚定。

3. 过失与罪责

是因为我的罪孽吗？我是在为我的错误行为受罚吗？这是在为我的过犯而付出代价吗？

一天晚上，当我边走边祷告时，这些问题一个个涌上了心头。对于莫名而起的病情，一个标准、正常又符合圣经原则的反应是，去评估我得病是否是因为罪的缘故。即使是耶稣的跟随者也有可能被玷污或陷入罪中，自然也会招致上帝的管教。 我靠着《诗篇》139章向上帝祈祷：“上帝啊，求你监察我。”

病情带给我的强烈悲痛和哀伤，使这样的自省变得极其痛苦又悚然。我感觉好像有如同死亡般的黑暗正在降临。我想，那指控弟兄的可能也在工作。我感觉到自己正坠入一个恐惧和抑郁失控的无底洞。

而后，上帝的话语拯救了我。它提醒我，耶稣已在十字架上承担了我的罪孽。上帝不再记念我的罪孽。如同东离西多远，上帝也会把我的过犯如此地从我身上除去。这已经成了。我因为信而蒙恩得救。如今，在基督耶稣里的人就不被定罪了。

我的结论是什么呢？我离完美甚远；但无论我犯了什么已知的罪，我都已请求上帝的饶恕，以及耶稣宝血的洁净。我不能以疾病和痛苦来偿还我的罪过。因耶稣已偿付了一切。我不会因为罪而进一步受到惩罚。因耶稣已为我的罪受了惩罚。我虽有不足，但已被饶恕，不被定罪，免去了责罚。不是因为我做了什么，而是因为上帝的恩典，因为耶稣祂为我的罪而死在十字架上。

因此，我所经历的疾病、痛苦和折磨并不是因为我的罪。它是一个为成就上帝的荣耀而命定的，却不在我预期中的旅程。

我学会了必须慎重地检查自己的内心，看看有没有罪恶和内疚。这是必要的，但也必须是适度，并立足于圣经的真理上的。我因对疾病感到深切的哀伤与惧怕，导致自己在情感上变得十分脆弱。这也使我对脑海中浮现的任何指责都变得过于敏感。

我必须判断这些想法是否存在任何真实性，而不是在混沌的黑暗中反思。只要圣灵没有叫我愧疚，没有清楚地让我认罪，我就需要把目光集中在福音的客观真理上。我需要把自己从负面的情绪中抽离出来。

我被提醒，要在苦难中很好地跟随耶稣，需要在心思意念上不断受到上帝的话语指示和引导。我需要有意识地选择听从圣经的教导，而不是让自己的情感自我叫嚣。

这是一段艰难的旅程。
每每想起癌症以及因它而起的一切，
便恍如泰山压顶，
心里难有片刻宁静。
我被自己的渴想囚困，被恐惧束缚；
可同时我也想成为一个更好的，
耶稣的追随者。
我希望所发生的一切都有助于福音的兴旺。

4. 还有什么我能给的呢?

1748年，在乘坐灰狗号返回英国的途中，约翰·牛顿经历了一次灵命的翻转。这艘船在爱尔兰多尼戈尔海岸附近遭遇了严重的风暴，他醒来后发现船几乎要沉下去了。牛顿当下的反应是祷告祈求上帝的怜悯，之后风暴开始平息。在海上呆了四个星期后，灰狗号终于平安抵达了爱尔兰斯威利湖的港口。这段经历标志着牛顿信靠基督的开始。约翰 · 牛顿是著名赞美诗《奇异恩典》的作者。

这样的故事使我们感悟到，危机是人生重大的转折点。而事实也的确如此。我们还听说，有信徒因为经历了人生的风暴而从罪中悔改，有些则回应了上帝的呼召去事奉。因此，基督徒在面对危机时一般都会省察自己的内心，看看是否有罪需要悔改，或者是否需要对上帝的呼召作进一步的回应。在理想情况下，做出了相对的回应后，风暴就会停止，一切跟着好转。

所以当被确诊患上癌症时，我也问了自己同样的问题。但我却得到了不一样的答案。经过祷告和求问上帝之后，我确定自己没有因任何已知或未知的罪行需要忏悔。至于委身事奉的问题，我都已经毫无保留地，全心全职地服事上帝超过20年了。

坦白说，如果还有什么是祂要我交出来的，我也会很乐意地奉献给祂，好让这场癌症风暴结束！但我和妻子早已放弃了事业，也放弃了获得和积累财富的机会。我们献上了青春与黄金的岁月，以及这些年来事奉主需要我们献上的一切。

我还能给些什么呢?

在经过深入思考后，我意识到自己执着于这个问题是错的。当我们与上帝同行时，在某个层面上，祂自然要处理我们的罪和委身的问题。但这不是我们与祂关系的全部。如果我向上帝祈求的一切都是以“交换”为前提（比如我做了“A”，上帝就给我“B”），那么我与上帝的关系是否只是一场交易？如果我一直认为自己必须做什么或牺牲什么才能让上帝终止我的危机，那么祂的爱和恩典又如何彰显于我与祂的关系中呢?

我的回答是：“如果我们必须从给予的方向去思考，那么就把荣耀归于上帝。”在这一场生命的风暴中，把荣耀归给上帝，因为我信靠祂。在这场重病的危机中，把荣耀归给上帝，因为我爱祂。当无法奉献更多的时候，把荣耀献给上帝，因为祂爱你。

让上帝承载我的悲伤和痛苦，让上帝掌管我的疾病和治疗，让上帝在这段祂所命定的意外之旅中，带领着我去经历将要发生的一切。让祂在祂的慈爱和良善里，彰显祂的荣耀。当我面对生命中的这场风暴时，我想在祂的恩典和怜悯中安歇。当我觉得自己再没有什么能够奉献时，我要将荣耀归给祂!

5. 太不真实了

一天傍晚，当我和妻子正在散步时，她突然感慨：“这太不真实了！”

我略加思考后回应说：“也许是因为我还没有出现疲惫、失去胃口、莫名的暴瘦以及其他症状吧。到目前为止，我只发生便血和排便习惯改变而已。可癌症肿瘤却是存在的，不医治的话，它就会恶化。”

过后，当我再仔细思索这段对话时，发现我们所以感觉这场重病不真实，是因为我们一般不会去深思或讨论关于疾病、苦难或死亡的问题。虽然我们知道这些都是真实存在的，但除非它发生在自己的身上，否则它们似乎就是那么遥远和不真实。而你，又是如何思考这些事情的呢?

自2020年开始肆虐的新冠病毒，造成上千万人的疾苦与死亡。妻子刚刚让我看的一篇报道；一位宣教士在一场空难中遇难，遗下了妻子和三个年幼的孩子。面对这些苦难时，我们该寻求怎样的答案？我们又该如何给予他们一个合理的解释?

如果我们说上帝是爱，就会引发下一个问题：“上帝为何对人类的苦难毫无作为？”若说上帝是至高的掌权者，又会让问题变得复杂矛盾。真理告诉我们：上帝是爱。祂是至高的掌权者。但祂也允许痛苦、损失和苦难的存在。要如何理解这一点，我们恰恰没有任何简易的答案、甚至有时候根本就没有答案。也许这就是为什么在《约伯记》里，约伯的苦难对某些人来说是恐怖的。在圣经中，上帝并没有直接回应约伯的提问， 而是让约伯明白，他所需要的。

唯一能确定的是，我们活在一个败坏的世界里，拥有一个破败的身体。痛苦、损失和苦难是活着的常态。而上帝爱我们，祂是至高的掌权者，祂不会总是解释祂为何允许苦难发生在我们的身上。因此，向上帝求问“为什么”是令人沮丧的。这个世界和这一生太复杂，我们无法理解上帝所有的作为。与其追究为什么，不如问“我该做什么？”也许更有益处。于是我问上帝：我需要学习和理解些什么才能更好地跟随耶稣?

死亡看起来那么遥远和不真实是因为，除非它来扣门，否则我们从不认真地思考它。而当它来的那一瞬间，往往带来了震惊和困扰。我有很多疑问，但我并不全都寻到答案。

我可以信靠上帝并且继续跟从祂、我可以仰望福音里所应许荣耀的盼望，即便在我感到极度痛苦、并且不明所以的光景下。或者，我也可以选择沉浸在混乱、怒气、失望和苦毒中，放任痛苦将我与爱我、为我舍弃生命的那位隔绝。

所以，死亡现在虽然似乎很不真实，但当它成为事实的时候，我们要小心选择回应的方式。因此，我们在苦难中依然可以好好地跟随耶稣。

6. 安慰与盼望

当这个出人意料的诊断报告出来时，非常讽刺地，我在死亡的理解上，又陷入了另一次挣扎。做了十多年的牧师，我也主持过不少葬礼仪式。这些仪式的目的就是希望通过圣经的话语，给失去亲人的家庭带来安慰。

现在，我成为那个可能要面临死亡的人，经文究竟能给我带来怎么样的安慰呢？讽刺的是，当我想要从经文中寻求安慰时，却一无所得！为什么？人们总认为死者的亲属失去了所爱，所以他们才是悲痛的人。而在主里离世的人是不需要安慰话语的，因为他们已经到了一个更好的地方。是这样吗？

虽然我可能将会要离世，但现在我还活着。而且想到将死，将要去天堂，我却并不感到高兴。需要澄清的是，我并非不相信与主同在的美好。我只是渴望和家人在一起。我要和妻子白头偕老。我要看着儿子们长大成人，结婚生子。我没想过这么快就要离开他们。一想到要离开他们，我的内心就充满了悲伤。

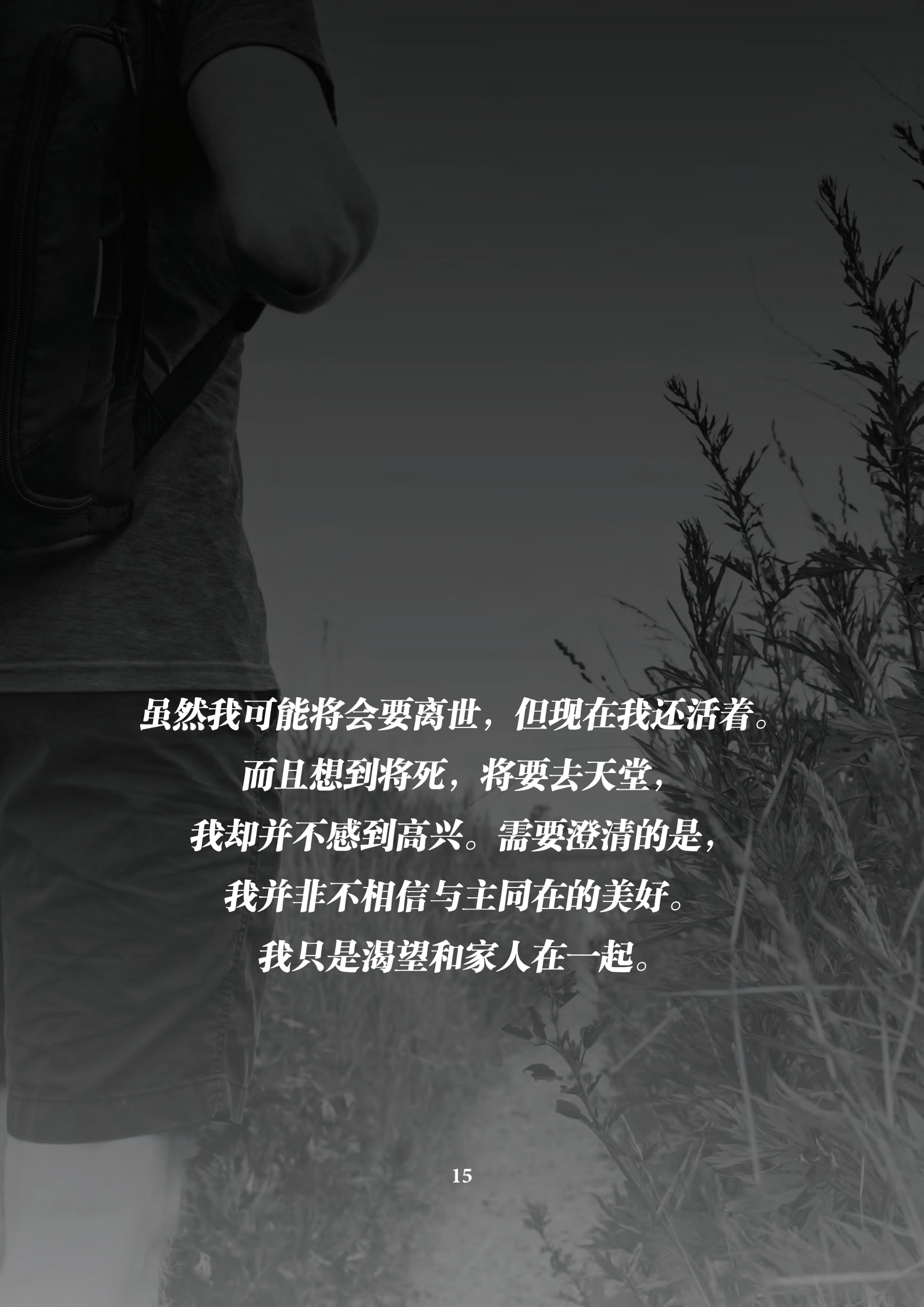
所以，我怀抱着能在死亡这件事上安慰信徒的圣经真理，却无法在我所熟悉和教导过的那些经文中为自己找到任何的安慰。这正是我现在的处境。我不得不退一步，认真地思考福音书中关于基督战胜死亡这件事，到底说了些什么。

胜利是借着耶稣的死和复活赢得的。那些信祂的人此刻就可以有永生的盼望。但这样的盼望并不能消除人在面对死亡时的悲痛。失去挚爱，人们会感到哀伤。即将离世的人也会因为将要辞别心爱的人而感到哀伤。

悲伤不会带走盼望。盼望也不能带走悲伤。即使在两者之间拉扯的张力当中，上帝也能让我们内心充满平安，甚至喜乐。可是下一个瞬间，我们的心仍可能被痛苦和哀伤所淹没。

我知道，尽管我在基督里有盼望，却因为无法承受与所爱之人的离别而哀伤。我也知道，因为耶稣基督的福音，我的哀伤与那没有基督盼望的人是不一样的。

在苦难中跟随耶稣，我心中同时承载着悲伤和盼望。两者的交织，以及相互拉扯的张力，都是这段旅程的一部分。



虽然我可能将会要离世，但现在我还活着。
而且想到将死，将要去天堂，
我却并不感到高兴。需要澄清的是，
我并非不相信与主同在的美好。
我只是渴望和家人在一起。

7. 假想与权利

可能面临死亡的消息令我震惊。患上癌症的诊断结果出人预料。死亡这么快临近，更是出乎我的意料之外。我们不是都知道，人总有一死吗？圣经不也清楚地说到死亡，并叫信徒为之做好预备吗？凭信心接受福音的我们，不是应该可以更加毫无畏惧地面对死亡吗？

但真的很讽刺，即便我知道自己总有一天会死，却不曾想它会是现在。为什么？有谁承诺我一生无虞直至终老？上帝有应许过祂的儿女都能活过耄耋之年吗？是什么让我认定自己一定会活着提取我的公积金储蓄？谁保证我可以活到安享退休的晚年？

我意识到，这些假想源于我们的现代生活。仗着医学进步，我们以为获得了保障。有了许多关于长寿的报告，我们以为自己有权享受黄金岁月。即使每天的新闻都在报道人们死于意外事故、疾病、犯罪及其它原因，我们却相信这些都是例外。

所以当死亡来叩门时，我们会感到震惊。为什么是我？为什么这么快？稍有不慎，我们还可能会陷入愤怒，甚至苦毒之中。真相是，没有谁承诺过我们能活多久。在这世上，死亡从不曾因科学、财富或信仰被除灭。危险就在于，因着自己的假想，我们就认为自己能享有健康和长寿的权利。

正如《雅各书》第4章所说：“你们的生命是什么呢 ？你们原来是一片云雾 ，出现少时就不见了。”无论是义人或恶人、富人或穷人、得救的或未得救的人、好基督徒或挂名的信徒、世故的都市人或淳朴的农民，都是如此。无论基于什么原因，如果你认为自己享有长寿的权利，那么在《雅各书》中指出，这就是“张狂夸口”。

《雅各书》中对这些错误的假想和权利提出的劝诫与指正是：“你们只当说：‘主若愿意，我们就可以活着，也可以做这事或做那事。……’”是的，我知道，这让人难以接受。我们每天都在为延年益寿、康乐安宁和身强体健而努力。这是好的基督徒管理意识。然而，忠于职守并未改变上帝不曾应许你我会活多久这个事实。能够健康地安享晚年是上帝的赐福，不是权利。

我终于意识到，如果我在潜意识有错误的认知，那么癌症和死亡的危机极可能使我远离上帝。我需要辨别和弃绝任何由这种毫无根据的假想所形成的权利感。如果我做到了，上帝或许会借由这次危机引导我，使我谦卑、陶造我，使我更好地跟随耶稣。

8. 另一个世界的微小认知

我从小在教会唱着赞美诗歌长大。

“在宇宙之外，神为信靠顺服他的人预备了一个地方。”

我在敬拜中唱过的几乎每一首诗歌，都会有一段尾声讲述今生结束后的美好生活。

在荣美的天宫，快乐无尽期，
在光明的美地，永远敬拜你；
戴上华丽冠冕，歌颂大主宰，
若我曾爱耶稣，如今更亲爱。

从事传道和圣经教导这些年，我对经文中讲述的永生以及福音的盼望十分熟悉。然而，当死亡可能要来敲叩我的生命之门时，我发现自己对死后世界的理解，不过是对“另一个世界的微小认知”。

“微小认知”，并不是说死后的世界不是真实确切地存在，而是说我们并不像我们自以为地，那么了解天堂或永生。为什么呢？因为我们只有今生的体验。我们在今生所认知的一切给我们带来更加巨大的回响。

虽然因为罪而败坏，但在这世上所经历的每一天依然给我们留下了许多珍贵的回忆。执子之手，共赏余晖，感受拂面的微风、品尝葡萄爆汁的甜美、听着孩子们的笑声，我们天生的渴望与憧憬离不开这些生活的体验。

相反的，我们却只能通过圣经去理解死后的世界。上帝的荣光透过书页向我们显现，通过圣灵将盼望与安慰嵌入我们心中。想要更好地跟随主耶稣行过死荫的幽谷，我们必须常常聆听好牧人的声音。上帝每天都通过圣经对我说话，祂坚定了我在福音里的盼望。除非我们能常常抓紧上帝的话语，否则这微小的认知将被这个世界的声音所淹没。

接下来的旅途，还有很多是我必须承受的：疾病与治疗带来的疼痛与苦楚、对前景的忐忑与恐惧，还有因可能会失去而深感忧伤与哀愁。如果我的知识和依傍来自这个世界，这些都可能让我陷入精神崩溃。因此我必须重新委身，认真对待另一个世界的微小认知。

9. 经文和诗歌

我的疗程在确诊后一个月内开始了。整个疗程预计持续一年。首先是通过放射治疗，辅以化疗和免疫疗法缩小肿瘤，之后再进行一个大手术切除肿瘤。手术之后还要完成一个化疗方案，清除肉眼看不见的癌细胞。

当所有的焦点都集中在我身体的治疗时，很容易使人忽略属灵生命的需要和滋养。我深信，我们必需通过读经和诗歌的敬拜与上帝稳健同行，才能维持灵命的健康。倘若欠缺自律的灵修生活，我如何能继续好好地跟随耶稣呢?

所以，对于我在大多数的情况下，都能够在早餐过后读圣经并记下灵修的感悟，我心中充满了感恩。然而有些时候，我也会因为身体太过虚弱，以致什么也做不了；一次是在大手术之后，另一次是在第二轮化疗的过程中。但无论怎样，只要体力开始恢复，我就喜乐地回到上帝面前领受祂的话语。

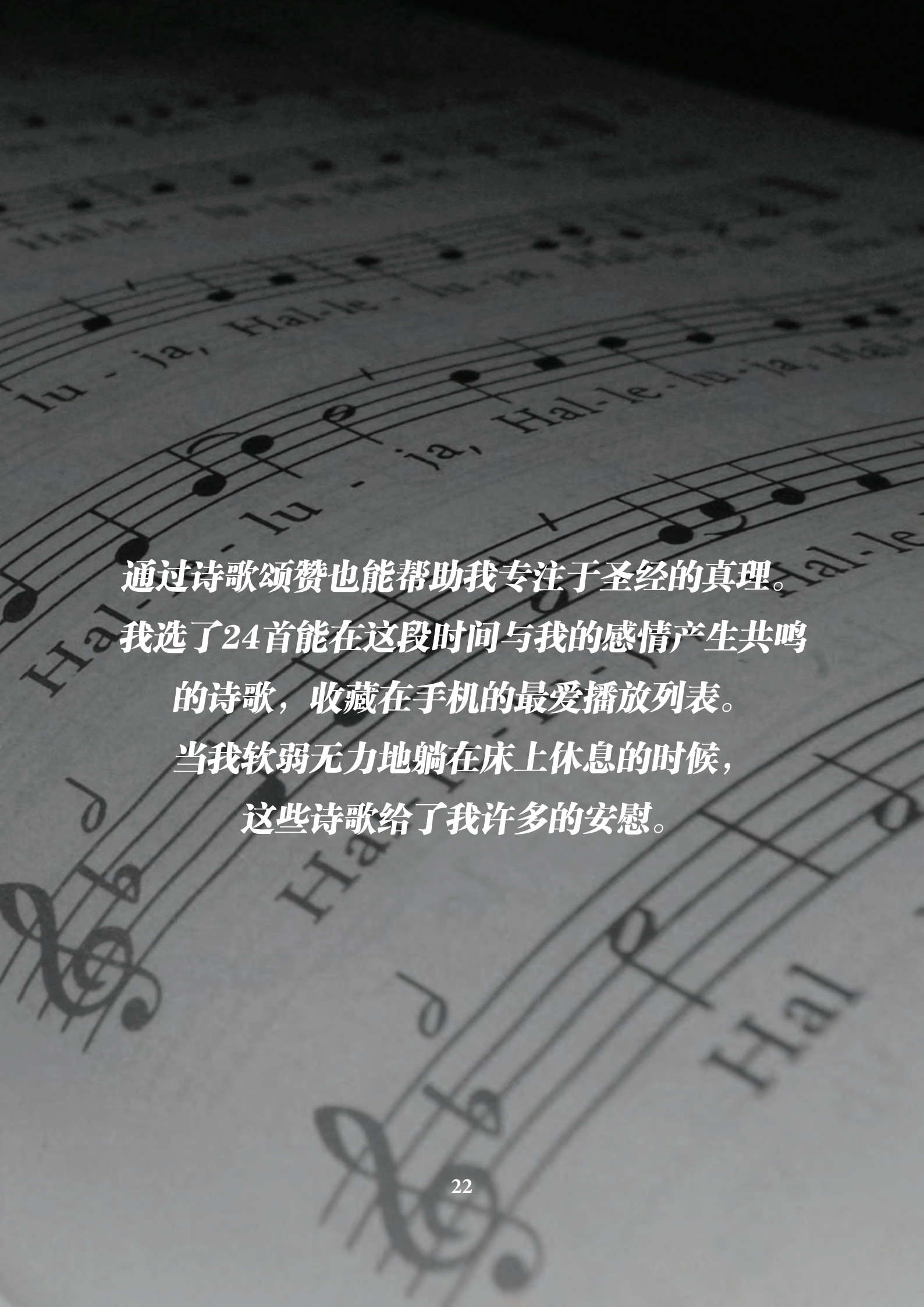
通过诗歌颂赞也能帮助我专注于圣经的真理。我选了24首能在这段时间与我的感情产生共鸣的诗歌，收藏在手机的最爱播放列表。当我软弱无力地躺在床上休息的时候，这些诗歌给了我许多的安慰。

每当我感到心烦意乱时，便在心里吟唱这些以圣经为蓝本的美妙诗歌，它们使我心中得力。与其任由思绪徘徊在黑暗的负面中，这些诗歌将我的注意力转向了上帝。

我和太太经常分享上帝在我们痛苦挣扎时赐给我们的话语。我分享了《诗篇》23章，《彼得前书》5章10节，《诗篇》103章等等。太太与我分享了《马太福音》10章29节到31节，还有《以赛亚书》30章18节。我们也经常见证彼此因为聆听某一首诗歌时，领受到上帝的教导而痛哭流泪。

借着经文和敬拜诗歌，我们来到上帝的面前。在这段艰难而充满挑战的旅程中，我们一次次经历着上帝的同在，祂给了我们平安、喜乐、安慰、力量和希望。

要在苦难中很好地跟随耶稣，就必须有意识和积极的让自己沉浸于圣经的真理中。我相信这能使我在跌宕起伏的人生旅途中与上帝同步。我们必须在圣经的滋养和安慰中寻求到继续追求灵魂福祉的道路。



通过诗歌颂赞也能帮助我专注于圣经的真理。
我选了24首能在这段时间与我的感情产生共鸣
的诗歌，收藏在手机的最爱播放列表。
当我软弱无力地躺在床上休息的时候，
这些诗歌给了我许多的安慰。

10. 这趟旅程的关键经文

我向上帝祈求一节经文，来坚固我对这趟旅程的信心。祷告了一段时间之后，上帝感动我，要我紧紧抓住《彼得前书》5章10节：“那赐一切恩典的上帝曾在基督里召了你们，得享祂永远的荣耀，在你们暂受苦难之后，必要亲自成全你们，坚固你们，赐力量给你们，建立你们。”

首先，我想知道“暂受苦难”是什么意思？我自然希望它是指生命中的短暂时光。但一篇解经注释却给了一个诚恳的答案：“从上帝的角度来看，一个人在这个世界上的时间非常短暂。因此，无论一个人感觉他的痛苦有多漫长或多强烈，与永恒的欢乐相比都是短暂的。”换句话说，圣经并没有应许“短暂”是以我们的今生去衡量的。有些人的苦难或将持续到死亡来临，直到被引入永恒。

下一个问题是，为何世上会有如此可怕又深重的“苦难”？我们也许认为善良又慈爱的上帝是不会让祂的孩子受苦的。但这并不是圣经所揭示的上帝。想一想我们的主耶稣、使徒们、古往今来许多为人熟知的基督徒，还有那些在你周围的人。作为一名基督徒、一名好的基督徒，一名信主多年的基督徒，或者是“属灵”的基督徒（你可以继续列出自己的描述或表述）都不能掩护你，或者豁免你的苦难。

那么与其追问为什么，我觉得不如问“是谁”在主宰我的苦难更加适切。在随着苦难席卷而来的风暴中，上帝作为“施予一切恩典的上帝”出现在场景之中。或许有人会认为个人的知识、经验、虔诚度或资源，能使他在苦难中赢得上帝的特别眷顾。但真相是，上帝是因着祂的恩典，在艰难时期向我们伸出援手。老实说，这使我在整个疗程中感到极为欣慰和安心。当我在疼痛、软弱中感觉自己不那么属灵，信心不那么坚定，也不是那么乐观积极的时候。我知道，上帝与我同在，不是因为我应得或配得。只因祂，是那位赐恩典的上帝。

一旦确定了苦难的根源是“谁”，我就可以往“什么”的方向去思考了。上帝想要做什么？上帝允许这场苦难的目的是什么？这些苦难应该导向何方？我们被清楚告知，上帝“在基督里召了你们，得享祂永远的荣耀”。换句话说，祂将完成祂救赎我们的计划。祂将通过所发生的事来揭示“祂在基督里永恒的荣耀”。祂要借着我们生活中的痛苦经历，向那些正在观望的人展示祂的身份，以及祂在我们这个世界的作为。

因此，在我的苦难中最重要的不是我得安慰，而是祂得荣耀。祂圣洁的荣耀、祂爱的荣耀、祂救恩的荣耀、这超越尘世存在的生命的荣耀。这一切的荣耀都在基督里。在这段苦难的旅程中，我仍然被呼召来跟随耶稣，以便其他人可以从发生在我身上的一切看到祂的恩典与荣耀。



11. 献上感恩

被诊断出患有癌症等危重疾病时，恐惧、愤怒、痛苦和沮丧似乎是被认可的反应。但我却在一本书中读到这样一段话：“即使患有癌症，即使在艰难的治疗周期中，即使在你感觉最黑暗和最恐惧的时刻，也要对你所拥有的一切心存感恩。为生命，为爱，为家人、为朋友，为大自然的壮丽，为上帝的存在，为所有的这些事情，都要心存感恩。为什么我对感恩的愈合力有如此强烈的感受？这是因为我看到感恩比其他任何单一行动都更显著、更迅速地改善了癌症患者的生命。”（格雷格·安德森《癌症：50件必做之事》）

作为耶稣的跟随者，这是一个重要的提醒。作为一名基督徒，我知道感恩是该有的心态。作为一名想要继续跟随耶稣的癌症患者，我不能以任何的借口允许自己不心怀感恩地与主前行。

为了把它付诸行动，我在晚祷的时候，以感谢上帝作为开始。如同那位见解精辟的作者所说：“我们忙碌于周而复始的预约与治疗、不适与绝望、恐惧与痛苦中，以至我们失去了焦点。我们不自觉地倾向于将癌症的旅程视为一条漫长而曲折、充满了坑坑洼洼的道路。这段旅程似乎没有什么是值得我们感恩的。这是错误和导向自我毁灭的思维。”

很多时候，我沮丧极了。有些日子，一切看来似乎暗淡无光。有的瞬间，未来甚至看着也是黑暗又绝望的。如果我祷告时，以祈求上帝满足我的需要和渴望作为开始，我根本不知道如何开口。把焦点集中于我希望改变的事情使我倍感无助和沮丧。

但当我以感恩作为祷告的起点时，我发现我的注意力开始转向一天当中可以感谢上帝的事情上。即使是一件小事，比如，感谢那天我可以吃得下一点东西，或者为凉爽的天气献上感恩。而感恩，使一切变得不一样了。

它使亮光进入我生命的黑暗角落，驱走了挥之不去的阴霾。它使我有能力为那些仍然有效的事情感谢上帝，而不是执拗地为着没有奏效的事情沉浸于哀伤之中。它帮助我将注意力集中在上帝要成就的事情上，即便我内心还为着自己身体的溃败而忧伤。

为了在漫长而艰难的癌症治疗过程中对抗错误和自我毁灭的思维，我每天都会在晚祷时向上帝献上感恩。带着感恩的心使我更加专注，使我保持着心灵的澄澈，使我持守在祂的喜乐和平安之中，继续跟随耶稣。



12. 爱与婚姻

生病期间，让我感觉最痛苦的其中一件事就是要与妻子诀别，把她单独留在人世间。

这种沉痛又恐惧的心理并不少见。美国牧师提摩太·凯勒在一次采访中谈到自己患上第四期胰腺癌时说：“我并非惧怕死亡，我害怕的是把妻子留下，这也是她最大的恐惧。这恐惧是极骇人的。”（提摩太·凯勒说他最大的恐惧不是死于癌症，而是与他的妻子诀别，引自《今日基督教》，2020年11月24日）

在面对自己患癌，同时死亡又可能随时降临，我经常陷入爱情和婚姻问题的角力之中。福音使人改变，变得更像耶稣，以期在人的身上重现上帝的形象。因此，丈夫受命要爱自己的妻子，如同基督爱教会一样。这些年，随着灵命的不断成长，我和妻子的感情也越加深厚绵长。

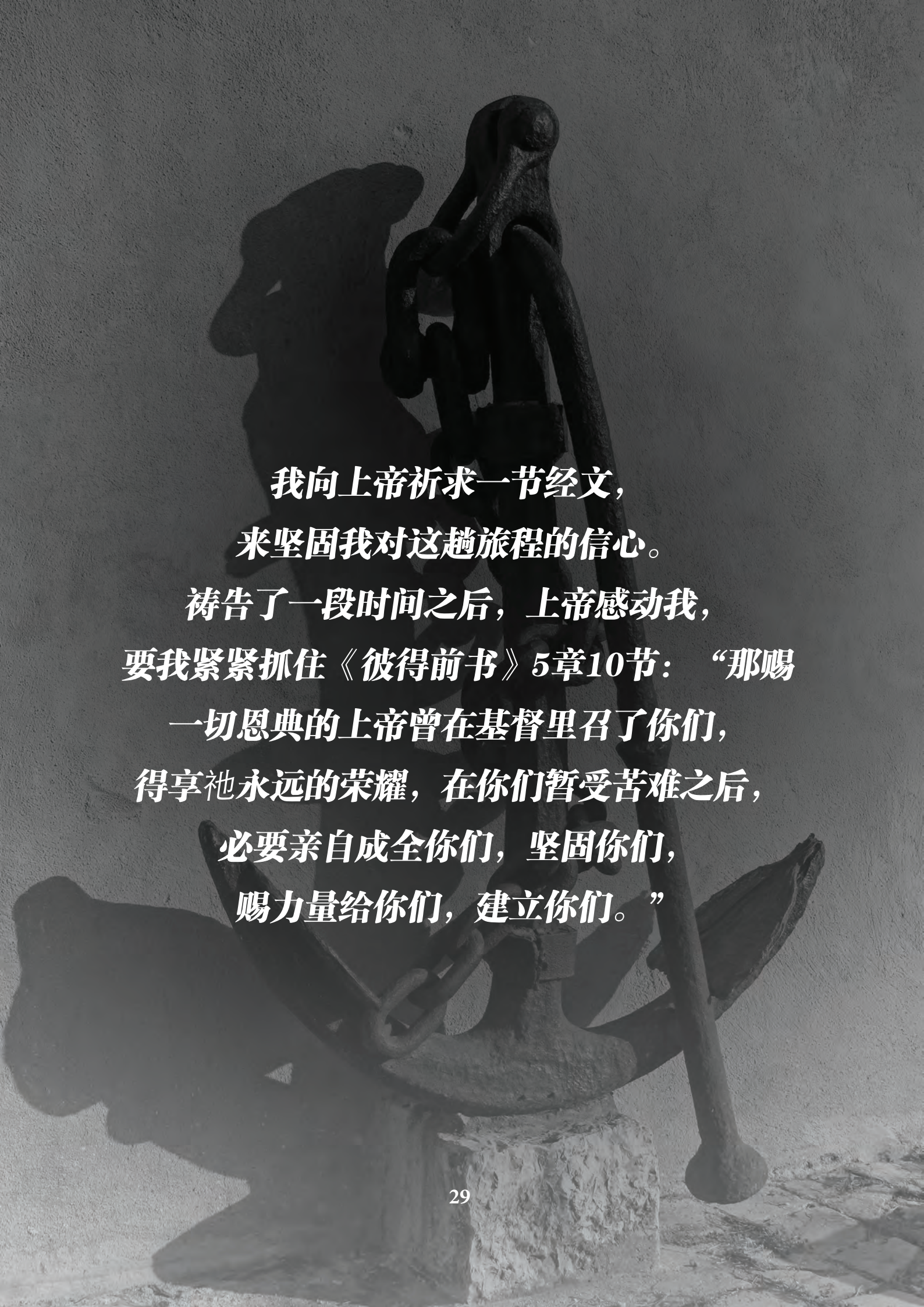
我经常被这几个问题所困扰：是否我们相爱数十载，只为眼睁睁地看着我们珍视、亲密、无可替代的婚姻关系，最终被死亡残忍地摧毁？在面对死亡终将残酷地把我们分离，生命的交融与延展是否使我们变得更加脆弱？是否活得年岁大一些就能减轻这种生离死别之痛？

年近半百的我，想到将要与妻子永别，禁不住悲从中来，泪流不止。提摩太·凯勒牧师在古稀之年，对这“骇人的恐惧”也有着同样的感受。我深深地质疑，随着年岁增长，与伴侣的婚姻关系愈加亲密，在面对伴侣的离世时，痛苦其实愈加强烈。

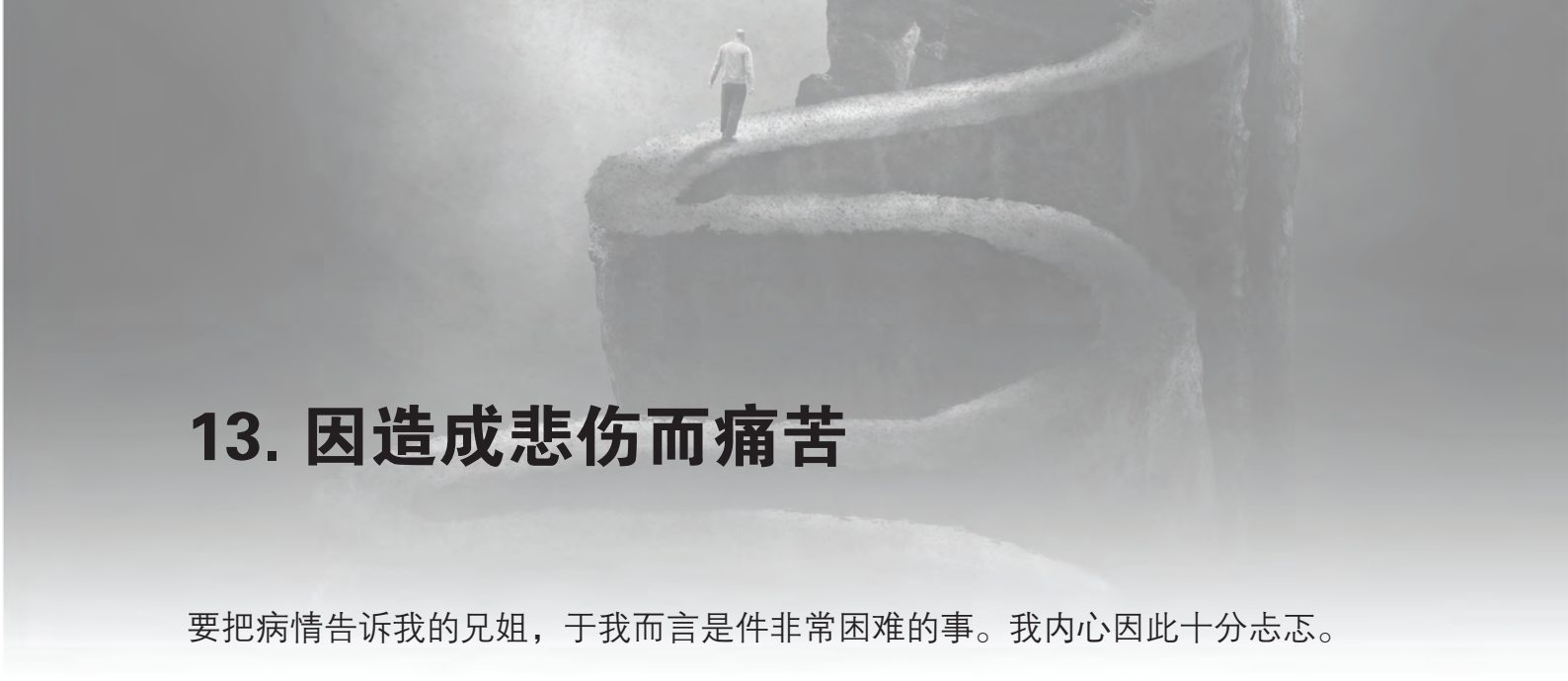
当死亡来拆散我们的婚姻，带走我们的伴侣时，我们该怎么做才能保护自己避免陷入这种痛苦和绝望之中呢？那些处在冷战、毫无情感交集的婚姻关系里的夫妻，是否就不会陷入如此痛苦的境地呢？难道我们要爱得有所保留，才能减轻与伴侣诀别时的痛苦吗？这些想法都与神将爱子无私奉献，以及基督在十架上为我们舍身的真爱背道而驰。

诚然，我也无法为以上的问题交出答案。身为耶稣的跟随者，我不能停止成长，并活出爱的生命。上帝给丈夫和妻子的诫命是彼此相爱，我自会尊崇上帝要我们彼此相爱的诫命，不会为了自我保护而退缩。当面临生离死别所带来的沉痛哀伤时，我该怎么做呢？我只能向上帝寻求安慰、医治和指引。

即便死亡来扣门是那样地令人悲痛欲绝，但是婚姻中彼此相爱的诫命不曾改变。在婚姻里坚持不懈地追求爱，极需勇气。然而，当你意识到内心的忧伤变得越加复杂难言时，你其实更加顺服上帝了。



我向上帝祈求一节经文，
来坚固我对这趟旅程的信心。
祷告了一段时间之后，上帝感动我，
要我紧紧抓住《彼得前书》5章10节：“那赐
一切恩典的上帝曾在基督里召了你们，
得享祂永远的荣耀，在你们暂受苦难之后，
必要亲自成全你们，坚固你们，
赐力量给你们，建立你们。”



13. 因造成悲伤而痛苦

要把病情告诉我的兄姐，于我而言是件非常困难的事。我内心因此十分忐忑。

我来自一个大家庭。有两个哥哥和四个姐姐。我是家中最小的孩子。我的父母都已经过世了。我和最大的姐姐相差了19岁。我们手足之间既不疏远，也不亲密。这些年来，我们一直努力地维系着良好的关系。对于一个大家庭来说，这也算是不容易了。

我最不愿意做的事，就是给他们捎去坏消息。我不想惊吓到他们，也不想将忧伤带给他们。为此，我怀着惶恐与忐忑，分别给他们发送了WhatsApp信息。他们的回应几乎是即刻的；字里行间表达了震惊、关切、悲痛和不愿置信。当我读着他们的回复时，泪水开始溃堤。

家人之间之所以有别于其他关系，就在于无论这些年发生过什么，我们内心深处都会有一种因着血脉相连而特有的亲情归属。他们的爱和支持深深地感动着我。可同时，我也为自己给他们带来的悲伤深感愧疚。要告诉他们我得了癌症，实非易事。也许，这就是为什么有些人会选择隐瞒家人，直到消息被无意泄露。现在回头想想，我很庆幸自己对他们坦诚相告。

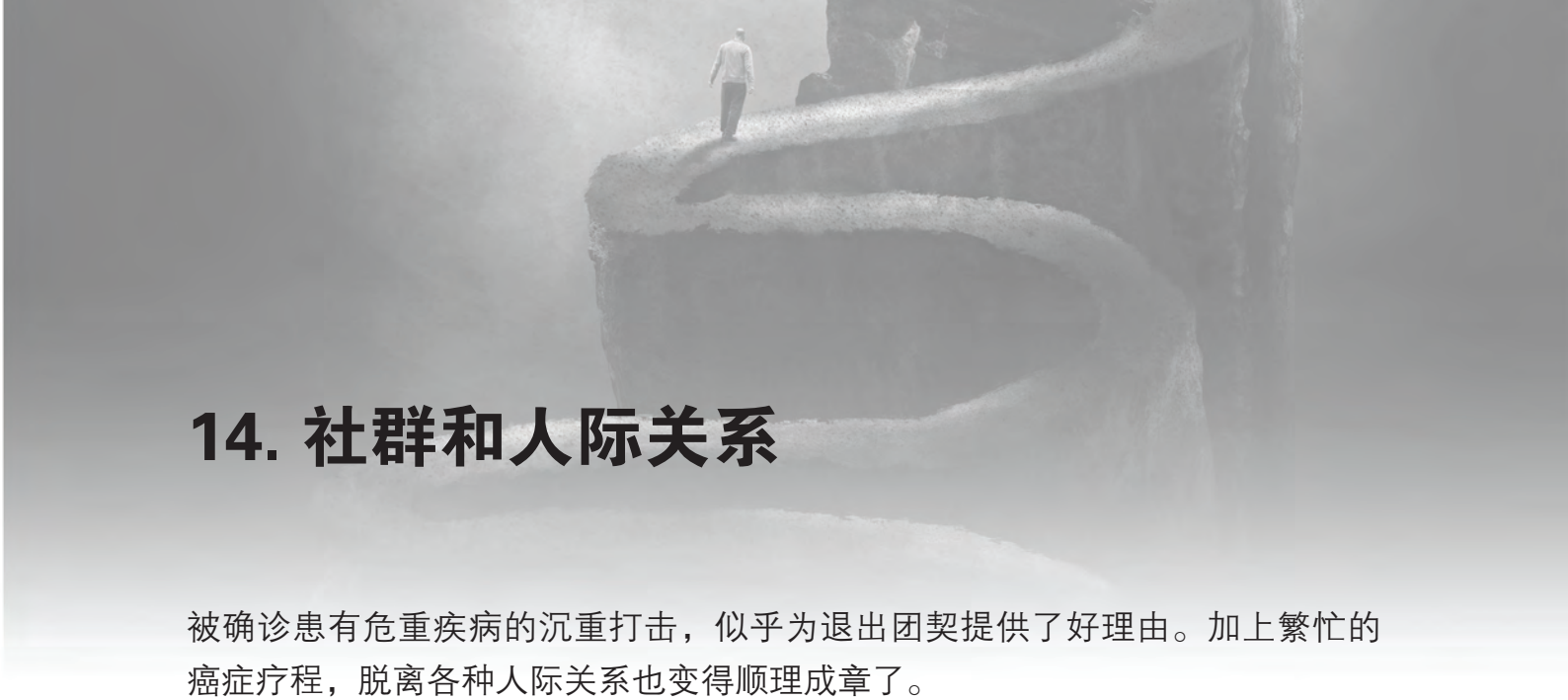
我的病成了家人的凝聚点，使我们更频繁地聚在一起。碍于新冠肺炎疫情，我们大多只能在线上视频见面。我会告诉他们我的治疗进展，同时也分享我内心对于上帝这一路的带领、供给和赐福的感恩。他们则关心我的身体、精神还有情绪的状况。这无疑让我有机会分享我如何靠着信仰、信心，面对这场重病。

我的兄姐并非全都是基督徒，而上帝却借着这场病为我开启了一扇机会之门，让我为耶稣做见证。我可以毫无保留地、持续自由地分享我的想法和感受，包括上帝对我的教导，以及祂如何供应我的需要。我感恩有这样的机会传福音。

另外，神还做了一件事：在我治疗的期间，三个姐姐一起为我预备膳食。这是她们一贯身体力行的爱和关心的表达方式。当她们带着营养的家常饭菜过来看我的时侯，我也格外珍惜与她们短暂交流的时光。

总而言之，如果说这一切拉近了我和兄姐之间的关系，也实不为过。我们畅谈生命和健康，我们分享彼此内心深处的渴望和想法。如果我当时为了避免带给他们伤痛而隐瞒病情，恐怕就会错过让他们参与我这段经历的机会。也或许，会让他们在与我接触时感觉尴尬。

我想大部分人都不愿意把坏消息和伤痛带给别人。但我发现，对于家人来说，坦白是重要的。上帝要借着发生在我生命中的事向我的家人传福音。无论他们是否接受这份邀请，他们理应是优先的。我得邀请他们进来。



14. 社群和人际关系

被确诊患有危重疾病的沉重打击，似乎为退出团契提供了好理由。加上繁忙的癌症疗程，脱离各种人际关系也变得顺理成章了。

这也许有悖常理，但我认为在患病中继续建立人际关系，甚至开始新的团契，是很重要的。人际关系是我们经历生老病死的核心。我发现在我的疗程中投入时间和精力与支持我的社群彼此团契，是有意义且有益处的。

我很感激教会的同工为我开设了一个祷告跟进小组的群聊。通过群聊与支持我、关心我，为我祈祷的基督徒弟兄姐妹分享我的需求、治疗的进展和里程碑，使我感到鼓舞和振奋。

在治疗开始的前半年，趁着身体还未有过多对治疗的反应，我继续参加每周五与同工团队的灵修和祷告聚会。星期六下午，我会与我的门徒训练小组组员会面、分享和祷告。星期三晚上，我也会参加教会的祷告会。

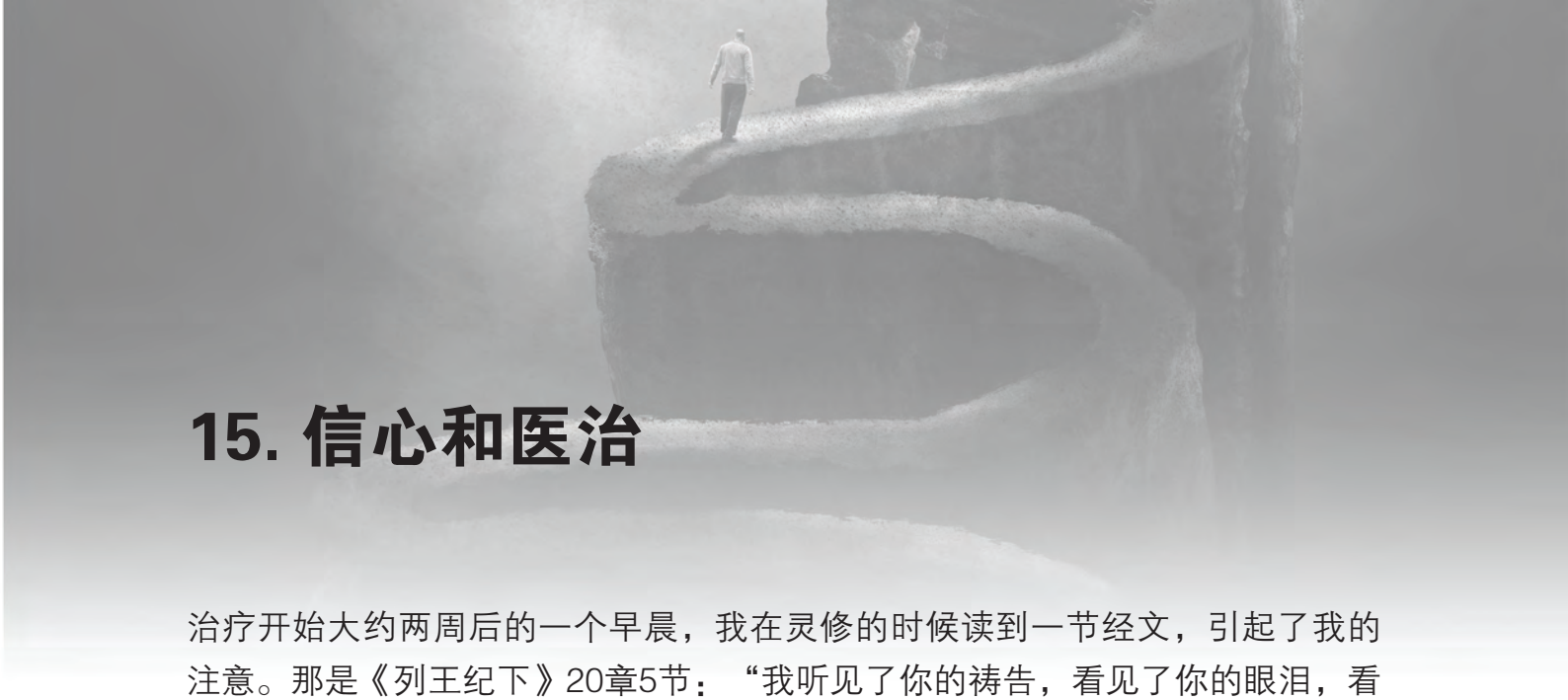
鉴于新冠疫情的限制，这些聚会与会议都是以网络视讯进行。如此也恰好降低了我感染新冠或者一般感冒的风险，避免延误我本来就很紧迫的疗程。尽管网络视讯不是最理想的，但它却是我与社群保持紧密联系的重要管道。

由于兄姐们都很挂念我，于是我也开始定期通过网络视讯与他们联系，分享我治疗的最新情况和进展。我的三个姐姐相约一起为我做饭，并且每周两次给我送饭。我很珍惜她们来送饭的机会与她们短暂的交谈。

做完一场大手术后，我得了肠梗阻，身体也变得十分虚弱。紧接着，化疗的疗程在我手术康复后的一个月内启动了。身体的状况在接下来的半年里，都不允许我继续出席那些视讯会议。然而，如果情况许可，我还是会尽力追求与人的联系。

但在渴望与人联系的同时，我也意识到：癌症幸存者应努力追求能给予扶持和滋养的人际关系，同时也务必要把那些不良的关系暂时放下。为什么呢？因为不良的关系会产生有害的压力，降低我们应对癌症治疗的能力和耐受力。那些不良的关系可以稍后再找时间改善，但不必要在癌症治疗的阶段。

我发现社群和人际关系给了我重要的支持和滋养，使我能够在治疗过程中稳健地前行。那些关心我、帮助我，并为我祈祷的人鼓舞着我继续跟随耶稣。



15. 信心和医治

治疗开始大约两周后的一个早晨，我在灵修的时候读到一节经文，引起了我的注意。那是《列王纪下》20章5节：“我听见了你的祷告，看见了你的眼泪，看哪，我必医治你。”

这是上帝给希西家的回答。这会是祂对我患癌的回应吗？我不知道。这是显示我缺乏信心？我不这么认为。

在福音书中，许多人来寻求耶稣的医治。有人对祂说：“如果你能，就医治我。”耶稣回应他们的时候，责备他们缺乏信心。有人对祂说：“如果你肯，就医治我。” 耶稣以怜悯的心医治他们，并没有责备他们。

差别在哪里呢？“如果你能”是质疑上帝医治的能力。“如果你愿意”是不确定上帝医治的意愿。前者是对祂的能力缺乏信心。后者是对祂旨意的顺服。

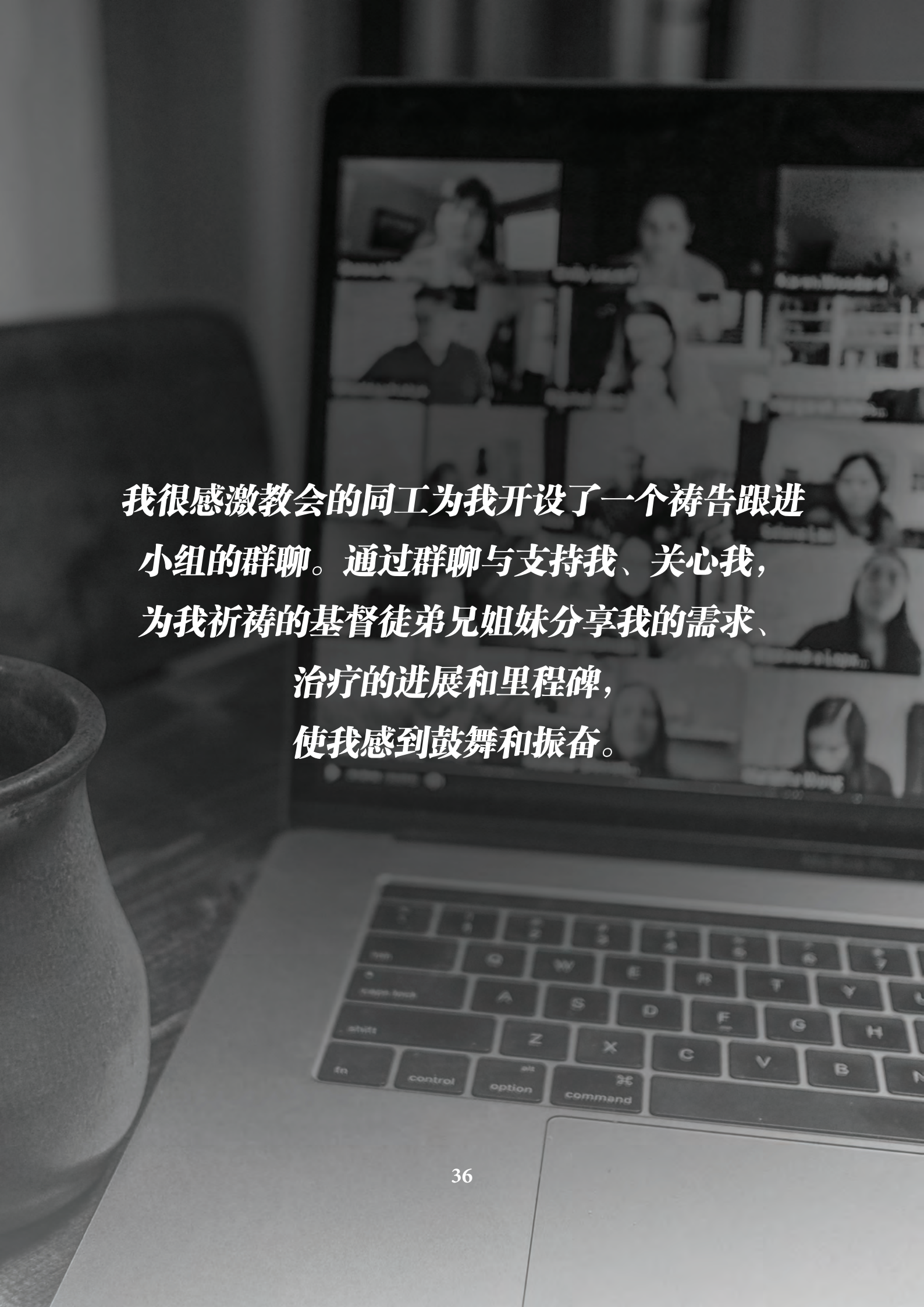
我不认为我该怀疑上帝主宰医治的大能。但我也不应该擅自臆测祂的旨意，认为祂会治愈我的癌症。我虽相信上帝可以，但我不确定祂是否愿意。所以我在信心的顺服中向上帝呼求：“如果你肯，求你医治我。”

回看希西家，我还可以信什么？再读《列王纪下》20章5节，我相信上帝已垂听我的祷告。也相信上帝已看见了我的眼泪。在这段上帝所命定的意外之旅中，这是极大的安慰和鼓励。

我相信上帝能医治我，并给我许多美好的年岁。我知道祂听见，也看见我的痛苦和哀伤。我可以期待祂的回答，等侯祂对我说：“看哪，我必医治你。”至于上帝是否选择医治我，却不是我凭着坚定的信心就能够去揣测的。

今天，人们在信心和得医治的事上似乎存在着很多困惑。人们的假定是，只要有信心，你就能得着医治。如果没有得着医治，就是你没有足够的信心。这无疑给已经遭受疾病折磨的人加添了沉重的压力。假如你没有痊愈，那肯定是你的错!

这种关于信心和医治的思维和教导是有所缺欠的，因为这是在假定，上帝因着你的信心必然会医治你。这只是真理的其中一个面向。我对上帝医治的大能有信心，我也相信祂的旨意是最美好的。然而，凭靠我对上帝的信心，不表示祂一定要如我所愿。我们对上帝大能的信心，必须包括顺服祂旨意的信心。有了这样的信心，我就能更好地在苦难中跟随耶稣。



我很感激教会的同工为我开设了一个祷告跟进
小组的群聊。通过群聊与支持我、关心我，
为我祈祷的基督徒弟兄姐妹分享我的需求、
治疗的进展和里程碑，
使我感到鼓舞和振奋。



16. 过去和现在的试炼

我曾在20多年前看过一个视频。当时我还未结婚。视频内容是一对年轻的广东籍马来西亚基督徒夫妻的见证。那位丈夫在结婚后不久，就被诊断出患了鼻癌。对他和新婚的妻子来说，这是一段有着福音的盼望却又充满了哀伤的旅程。在他离世之前，夫妻俩为耶稣做了勇敢而有力的见证。

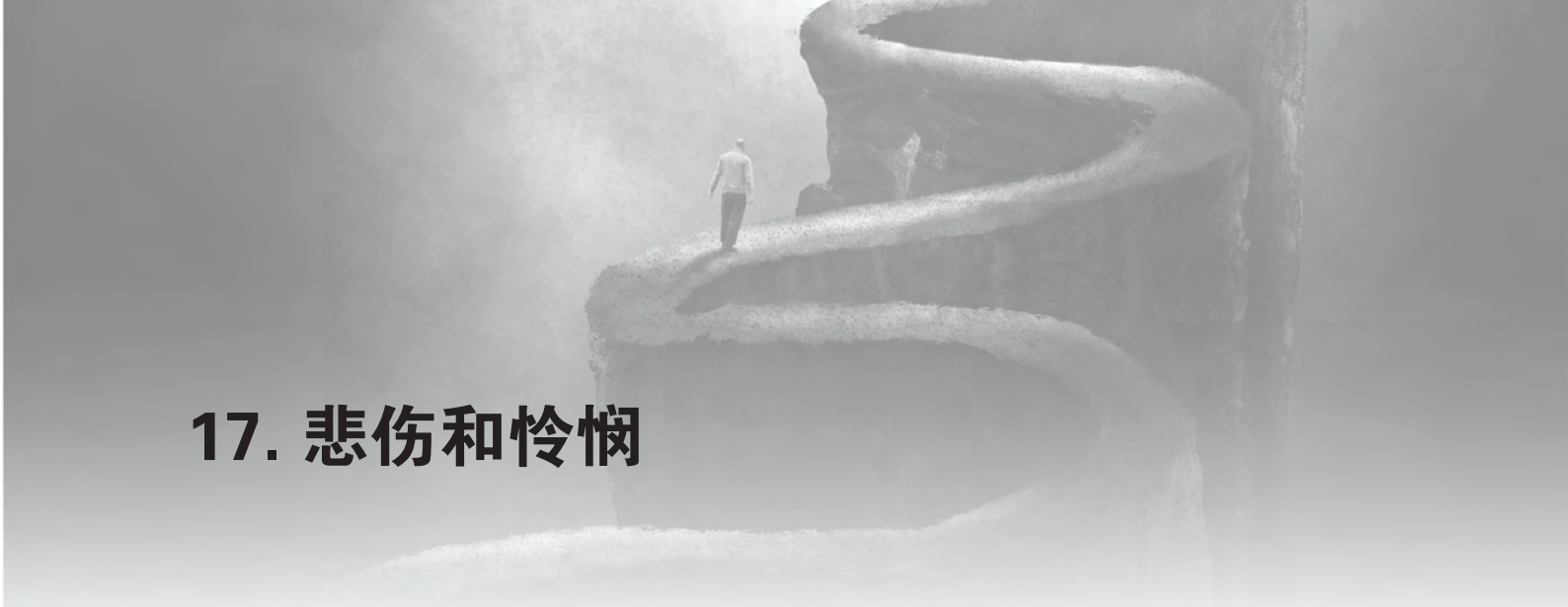
后来，我结婚了。我是基督徒，也是广东人。我一度非常害怕自己结婚以后会患癌和死亡。发生在他们身上的事非但没有激发我的信心，反而让我内心充满恐惧。甚至在祷告的时候，为了这个问题不止一次和上帝争辩。

然而《哥林多前书》10章13节使我内心得到了平安：“你们所受的考验无非是人所能承受得了的。上帝是信实的，祂不会让你们遭受无法承受的考验，在受考验的时候，总会给你们开一条路，让你们能受得了”我相信上帝跟我说的是：“别担心。我允许他们为我的名受苦，因为他们能够忍受。你不能。这超出了你的能力。所以不要高估了自己！”

我认识到，上帝给我们试炼不是为了让我们陷入罪和失败之中，而是为了把我们的得胜和信心提升到一个新的高度。当然，什么是“超出你能力的”，什么是你“能够忍受的”，并不依据你的想法或感受来决定。事实上，我们也不知道如何判断。连使徒保罗都觉得他遭遇的苦难“因受到无法忍受的压力，甚至连活命的指望都没有了”（《哥林多后书》1章8节）。但是上帝知道，祂是信实的，祂会在祂的智慧和爱中，按照祂美善的旨意行事。

所以，我们不能把这节经文当作应许，认为事情会按着我们自己的判断发生。若是这样，当生命的试炼看似太艰难，而悲伤压倒我们的时侯，我们就会理所当然地陷入对上帝的愤怒和失望之中。反之，这节经文给我们启示了一个真理——上帝会借着我们的试炼来成就祂的旨意。即使感觉苦难把我们压得喘不过气，我们知道，靠着祂的恩典，我们能忍受得住。

20多年后的今天，我被确诊患癌。说实话，我并未觉得自己能够承受。但我相信，上帝不会允许这件事把我推向罪恶和溃败之中。我相信，祂知道什么是超出我能力的。我相信，祂的恩典够我用。虽然，我对上帝信实的信心，不会免除我在癌症治疗中经历痛苦、挣扎、不确定、恐惧和绝望。但这份坚信，使我在试炼中拥有平安和力量继续地跟随耶稣。



17. 悲伤和怜悯

我们在《以赛亚书》53章3节中读到耶稣，祂被形容为“多受痛苦，常经忧患”。有些人可能会把耶稣想象成一个整天愁眉苦脸的人，而且每天都是如此。耶稣真的是这样一副痛苦和抑郁的嘴脸吗？其实我们的救主道成肉身时是个完美的人，而且得到上帝和人越来愈多的喜爱。但同时，祂也理解悲伤、熟知喜乐。祂在情感上是平衡的。

什么是“常经忧患”呢？这是指耶稣在祂的一生中经历了各种忧伤和悲痛。这是从经验获得的认知。我通过癌症的治疗体验到这样的悲伤。对它有了浅薄的认识。

哀伤源于痛苦的历练。当经历过许多痛苦之后，你就会明了各种不同的哀伤。自确诊以来，我的身体在不同时期经历了剧烈的、长期的、无法缓解的疼痛。我的精神和情绪也因恐惧、前景不明和各种损伤饱受煎熬。

哀伤往往随着痛苦的消退而平息。我并没有一直处于伤痛之中。我也有丰富而真实的喜乐，比如，当上帝让我在完成一个阶段性的治疗后，获得了有效的成果。当我虚弱的身体从治疗的折腾中，得到了释放和休息；那便是岁月静好了。甚至有些时刻，兴奋与活力使我感觉自己可以再次拥有生命。在那些时候，悲伤几乎是被遗忘的。了解悲伤并不表示要一直注视着它。

悲伤能让我们变得更有恻隐之心。随着不断地经历悲伤和痛苦，我发现自己的内心有了一些变化。感觉自己的恻隐之心更容易被触动。当我和妻子一起看电影或电视剧时，剧情里悲伤和失落的场景很容易引起我的共鸣，使我感到鼻酸甚至落泪。我似乎能更快地理解别人的痛苦，并且对他们的悲伤产生更深刻的共鸣。

因此，当圣经把耶稣描述成一个常经忧患的人时，我不会想象祂是一副愁眉不展的样子。我明白这其实是表示耶稣更加能够理解我的痛苦，且与我的悲伤有更深的共鸣。当祂的身体为我而“破碎”时，祂经历过身体剧烈的疼痛，祂明白什么是伤痛。当我迈出微弱的一步，跟随祂踏上这段旅程时，祂会以真诚的怜悯注视着我，这让我感到欣慰。



18. 掌控权与责任义务

为了专注于治疗，我不得不放弃掌控权。这是令我感到艰难且痛苦的事情之一。在现代思维中，掌控权的概念往往是负面的。它与微观管理、支配欲，甚至是暴政有关。为了更准确地表达我的意思，我这里指的是助我履行责任义务的能力。

我的意思是什么呢？我想掌控力量，在睡前锁上门窗。我想履行我作为一家之主的责任义务，以保障家人的安全。我想掌控自己的健康，在下着大雨的清晨，有能力把儿子送到地铁站。我想履行作为父亲的责任义务，保护孩子们的福祉。清单上还有许多诸如此类的事项，而我却失去了掌控各种状况的能力。这让我感到悲伤。我因自己无法为所爱的人做简单而基本的事情而痛苦挣扎。

但我也意识到，我必须放下这些掌控权和责任义务，专注于我的治疗。我必须停止愧疚与自责。我必须相信上帝会照顾好我一直在做的这些事情。我必须让妻子和孩子们接过担子，让他们自己去做我想为他们做的事。说实话，这真不容易，但却是必要的。否则，我就会耽误自己的疗程，造成更大的缺失。

在刚开始接受治疗时，我仍然可以做一些事情。但随着治疗力度的加强，我的身体变得愈加虚弱，行动的选择也越来越受到限制。我不得不继续放手，继续按照治疗的节奏前进。放下掌控的欲望，让我的心绪从无益的焦虑不安中解脱出来。放下急欲履行责任义务的渴望，使我的身体得到了适当的休息，治疗的效果也更好。

记得在完成大手术之后，我的外科医生来看了我。他见我虚弱的样子，亲切和善地说：“这是一个休息的季节”。这让我想起了《传道书》3章1节到3节：

“凡事都有定期，
天下每一事务都有定时。
生有时，死有时；
栽种有时，拔出有时；
杀戮有时，医治有时；
拆毁有时，建造有时；”

我明白了，要在这个命定的旅程继续与上帝前行，我必须放手。不是因为我背弃了我的责任与义务，也不是因为我要逃避，更不是因为我不关心这些事情。而是因为在这个特定的季节，我的生命需要改变。无论我多么希望一切可以维持原状，但执着不肯放手只会阻碍我，使我无法很好地跟随耶稣。

为了专注于治疗，我不得不放弃掌控权。
这是令我感到艰难且痛苦的事情之一。
在现代思维中，掌控权的概念往往是负面的。
它与微观管理、支配欲，甚至是暴政有关。
为了更准确地表达我的意思，
我这里指的是助我履行责任义务的能力。



19. 信心与不确定性

我们惯于在生活中寻找安全感。任何不确定都会使我们焦虑和恐惧。而患上癌症，却意味着你得活在不确定之中。我的外科医生经常对我说：“只有时间会告诉我们结果。”癌症的困难和痛苦的挑战之一就是：活在不确定之中。

首先，每个治疗阶段的结果都包含着不确定。肿瘤对放疗、化疗和免疫治疗会有什么反应？CT扫描的结果怎么样？手术成功了吗？细胞组织的检测报告如何？组织边缘是否还有残留的微小癌细胞？我的身体对这一系列的治疗会如何反应？

其次，即使完成一年的治疗后，也不表示我已经完全摆脱癌症。医生告诉我，癌症治疗结束后的前三年会有很高的复发风险。即使身体在癌症治疗结束后已经没有癌细胞，他们仍然需要对我进行追踪观察五年。我的外科医生说他会对我追踪观察十年，因为他曾看过一些在第七年才复发的病例。

一边经历着所发生的一切，一边努力地去消化这些信息，我意识到这些不确定因素，要么会把我推入恐惧的深渊，要么会推动我凭着信心而活。如果我坚持要去抓住我想要的安全感，恐惧就会将我淹没。相反的，如果我让这些不确定因素成为我抓紧上帝旨意和安全感的助力，我的信心就会得到坚固。

不确定自己未来五年是否还活着的好处是，我会更加珍惜上帝赐给我的每一天。它敦促我去思考和选择更有意义的生活。每一天所享受着的生命，都会使我更清晰，更明确，也更有目标地去追求与上帝同在的永恒里更重要的事。

《希伯来书》11章8节告诉我们：“因着信，亚伯拉罕蒙召的时候就遵命出去，往将来要承受为基业的地方去；他出去的时候还不知往哪里去。”我们是否能够在不清楚前行的方向时，依然怀着信心顺服神？亚伯拉罕做到了。他心里是否有过挣扎和困惑？当然有，我们在创世记中读到，亚伯拉罕也是有疑惑的。然而，如果那是上帝为我们指定的道路，即使是在不确定之中，我们仍然可以凭信心而活。

经历癌症、接受治疗、与癌症共存并不容易。这个过程带来的所有不确定性，可能会将我的安全感夺走。但事情未必如此。我可以选择生活在恐惧和沮丧中，或者选择凭着信心专注于上帝。后者实际上是基督徒应该有的样子。癌症，成了我依靠跟随上帝更大的动力。



20. 上帝的爱与权能

既然上帝是全能的，为什么祂不医治？为什么祂不除去祂所爱之人的痛苦？当爱与大能的逻辑联系，被放置到治愈病痛的诉求上，似乎就变得非常有说服力。受痛苦折磨的人强烈渴望结束痛苦的夙愿，使这种逻辑思维变得令人无法舍弃。

而当上帝没有按照我们的意愿行事时，我们对上帝的信心就会遭受极大的挑战。这是否表示上帝的大能不够完全？还是因为祂不够仁慈？为什么祂不解除我的痛苦？没有获得解答令我们倍感压抑。我曾经为此苦苦挣扎，但有一位作家对此提供了宝贵的见解。

杨腓力（Philip Yancey）在其中一本著作中解释了为什么上帝允许义人约伯受苦："撒旦的指控是，约伯爱上帝只因为'上帝在约伯的四周筑起篱笆保护他'。这是对上帝品格的攻击，暗指上帝本身不值得被爱戴；像约伯这样虔诚的人之所以追随上帝，只因为被上帝的好处"收买"了。因此，当所有信仰的支撑被挪去后，约伯的回应即可证明或反驳撒旦的挑衅。"（《有话问苍天》）

这样的视角将我们对苦难的认知扩大，超越了我们对安逸与康复的诉求。关键问题在于上帝是否真的值得我们信任与爱戴。如果我们对上帝的信心只是源于祂的保守和医治，那我们怎么知道我们是真的爱祂，或者只是爱祂所赐的祝福？我们怎么能说上帝是真正值得我们爱戴的呢？

在同一本书中，杨腓力这样写道："上帝要我们自由地选择去爱祂，即使该选

择包含了苦难。因为我们相信祂，忠诚于祂。不是因为自己美好的感觉和所得的回报。即便我们有许多理由强烈地否定上帝，祂还是要我们像约伯一样坚定不移地信靠祂。我相信，这就是《约伯记》的核心信息。”

关于权能的问题，杨腓力在另一本书中强调：“权能可以成就任何事，但最重要的，它无法掌控爱。《出埃及记》中的十灾，显示出上帝的权能是超越法老的。但《民数记》中记载的十次重大叛乱，也说明上帝至高的权能无法实现上帝的心愿，使祂的子民对祂产生爱戴和信任。无论上帝如何展现自己的至高能力，都无法让众人信任和跟随祂。”（《无语问上帝》）

我们也许认为，奇迹又快速的治愈是上帝权能与爱的标记。当然，祂确实会医治。但上帝不会总是医治。祂也不会总是为子女消除苦难。在与上帝的关系中，问题不仅仅在于上帝是否爱我们，也在于我们是否爱上帝，是否真正地爱祂。问题在于，即使上帝不回应我们急切的渴求，我们是否依然信任、爱戴祂和敬拜祂。

我明白了，即使上帝有治愈的大能，即使祂如此爱我，甚至差遣耶稣为我的罪钉死在十字架上，祂仍然会让我受苦。祂可能会选择不消除我的痛苦。当祂这样做时，我便有机会了解自己是否仍然信任祂。而当我选择依然信任祂时，我便可以告诉别人，我的上帝是值得我爱戴和敬拜的。作为耶稣的追随者，我有一个宝贵的机会为耶稣作见证。我可以指引别人去认识一个值得我为之生、为之死的人，而那人不是我自己。



21. 福音优先

我的大手术顺利地完成。细胞组织检验的报告非常好，显微镜检测没有发现癌细胞。我的身体对放射化疗的反应接近最完美的预期，肿瘤缩小到类似一个小溃疡的大小。

可是我的康复却出现了并发症。虽然不至于严重到需要进行手术，但是过程却漫长而痛苦。我在手术之后发生了肠梗阻。由于肠子没有蠕动，我根本无法进食。

手术后的第四天，我开始呕吐。星期天，我的外科医生来巡诊，他想在我身上的造口插入管子促进排泄。可是他没有尺寸适合的管子。第二天，肠胃科的护士来为我进行了相关的医疗程序，我身上的造口开始大量排出秽物。我和医生都感到非常振奋!

那个星期，我开始能够慢慢地进食，医生也准备安排我在星期五出院。但星期四吃过午饭后，我开始感到腹胀，造口也不再有秽物排出。医生建议先观察等待，让我的肠道自行蠕动。

但医生所说的并没有发生。

反之，那天傍晚，我感觉非常的不适，连晚餐时也失去了胃口。于是我沿着病房的走廊散步，希望肠子能活动起来，可惜一点作用也没有。我不能睡。不能坐。也不能躺下。那是一个黑暗而痛苦的夜晚。

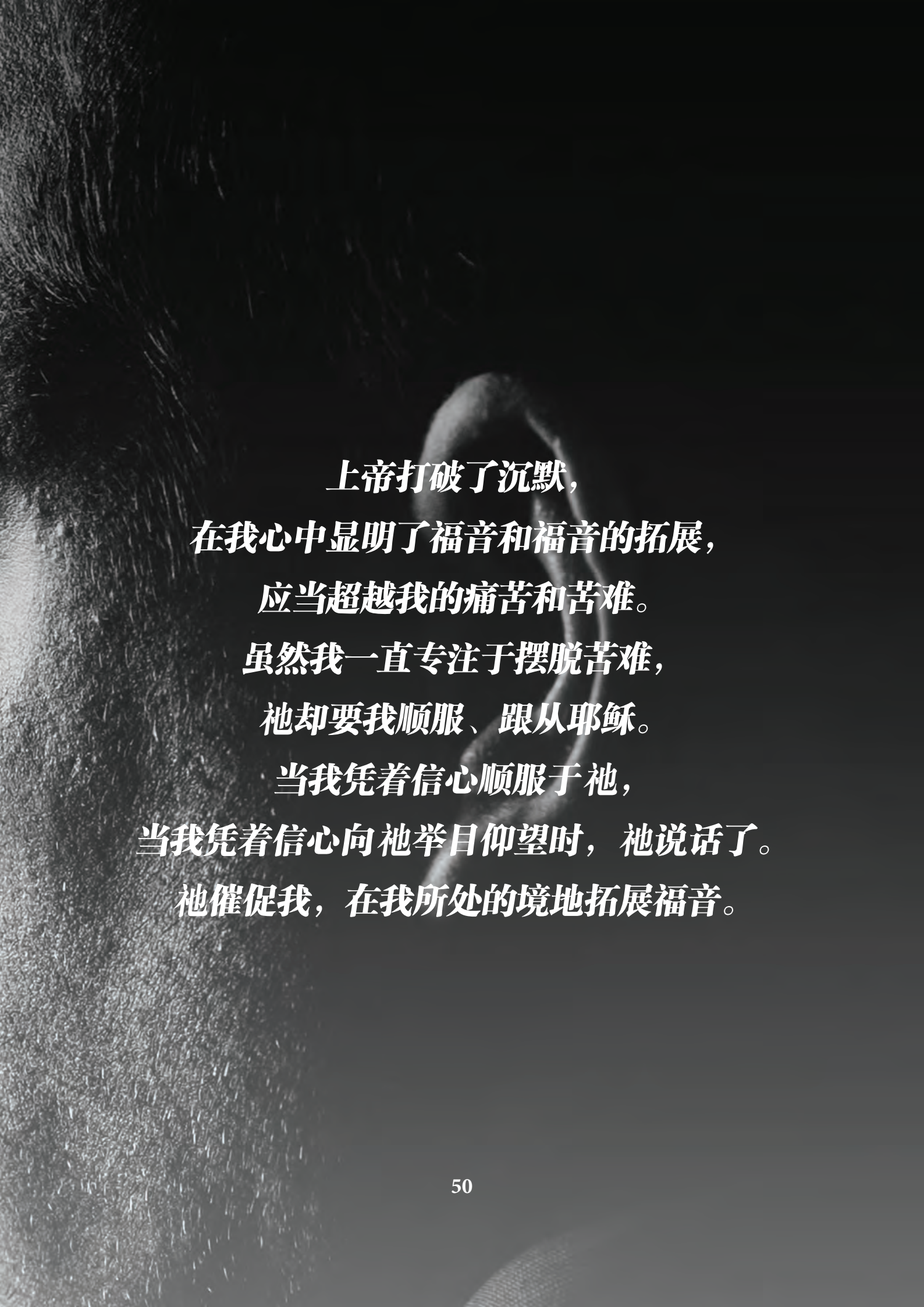
我向上帝祷告、哭泣、呼求，希望祂解除我的痛苦，让我的肠子可以活动，使我的病情有所突破。可是上帝似乎沉默了。红海没有为我分开，我的苦痛无法获得解脱。紧张、痛苦和不适排山倒海地向我推压，使我绝望。我感觉自己活不下去，却也死不了。在那个漫长而黑暗的夜晚，我坠入了痛苦的深渊。

在身体的折磨痛苦中，我决定起来敬拜和赞美上帝。我用约伯的话向主呼求："即使祂杀了我，我仍会信靠祂。"在极度的痛苦中，我背诵着主耶稣在主祷文的教导："愿你的旨意行在地上，如同行在天上。愿你的国降临。"我选择将上帝的旨意和心意放在我所经历的一切之上。

我清楚地记得，当时，祂对我说："向你的邻舍传福音。"在过去的九天里，我的病房还住着另一个病人。我们彼此很友好。上帝感动我的心，要我告诉他我是基督徒，并开启一些属灵的交谈，看看进展如何。

上帝打破了沉默，在我心中显明了福音和福音的拓展，应当超越我的痛苦和苦难。虽然我一直专注于摆脱苦难，祂却要我顺服、跟从耶稣。当我凭着信心顺服于祂，当我凭着信心向祂举目仰望时，祂说话了。祂催促我，在我所处的境地拓展福音。

上帝在那个漫长而黑暗的夜晚教导我的功课，使我学会谦卑并且心存感恩。即使我在痛苦中一心寻求解脱，上帝仍然指明：福音优先。在每一个生命的经历中成就上帝的旨意，高于一切。由始至终，祂的旨意都是要我们追随耶稣的教导去扩展福音，这与《使徒行传》所记载的一样，也和圣灵在我心中的引导相交呼应。



上帝打破了沉默，
在我心中显明了福音和福音的拓展，
应当超越我的痛苦和苦难。
虽然我一直专注于摆脱苦难，
祂却要我顺服、跟从耶稣。
当我凭着信心顺服于祂，
当我凭着信心向祂举目仰望时，祂说话了。
祂催促我，在我所处的境地拓展福音。



22. 积极拥抱不美好

在那个漫长而黑暗的夜晚，上帝教会了我另一个重要的功课，使我成为一个更好的耶稣的追随者。

对于恢复健康这件事，我竭力做到一丝不苟。我尊崇医生的吩咐，努力按照他们的建议去执行。我仔细地向他们反馈我的症状，好让他们更准确地评估我的病情和进展。我希望避免任何不必要和痛苦的结果。

这就是我住院期间所做的事情。医生让我走路。我就走路。他们建议我只吃半份餐食，并且慢慢地吃。我就盯着墙上的时钟吃饭，并且少吃。为免身体脱水，他们鼓励我多喝水，并且慢慢地喝。我就慢慢地喝水，仔细地测量，以确保达标。

不需要太多的想象都能理解，我在那个漫长又痛苦的夜晚是多么地沮丧和灰心。我已经做了所有该做的事，也格外仔细地向医生汇报了我的病况，但痛苦折磨依旧是如此漫长、无望缓解。然而，其实还有一个应对绝望的处方。

上帝教导我，要我积极地去拥抱人生的不美好。即使我认为所做的一切都是正确的，当事情往坏的方向发展时，我也不能屈服于愤怒与绝望。

这是一些我必须承认的生命现实。

1. 即使我们努力地把每件事都做得正确又妥贴，生活还是会向我们抛出许多的弧形球。

2. 即使我祷告并相信上帝，仍然有信心遭受考验的时候，仍然有须要忍受痛苦和压力的时候。

3. 尝试以我现有的知识和行动来控制或改变某些情况，只会引发更多的压力和挫折感。

4. 所以，我们必须继续凭着信心让祂引领我们，使我们谦卑顺服于祂的旨意之中。

5. 这持续地给我带来平安、喜乐和盼望，即使我的疼痛和磨难还在持续。

这是我在那个凌晨三点学会的功课。

凌晨五点，我坐在轮椅上被送去接受X光检查。六点，医生来告诉我，他们发现我的胃很胀，而肠子也没有动静。为了解决这些状况，他们需要通过我的鼻子插入管子，把我胃里的东西抽出来。

管子从鼻腔插入让人非常不舒服，可当时的我已经不再关心，也不再害怕了。医疗程序完成后，他们从我的胃里抽出了700毫升的积存物。我被告知，这是一般正常时候，胃里积存物的7倍。随着多余的积存物被清除，我的痛苦也终于得到疏解。这使我联想到二战期间，当日本士兵用灌水的方式折磨战俘时，那一定比这更加痛苦。

确定我的肠梗阻情况未能缓解后，医生无法如期地让我出院。为了促成我的肠胃蠕动，我身上插着两根管子；一根从鼻子插入，另一根管子重新插入我的造口，以抽取秽物。经过之前那个漫长而黑暗的夜晚之后，我的肠道在接下来的一周终于开始动了起来。而我，也已经两个星期没有吃东西了。

我清醒地意识到，上帝是多么认真地回应我想要成为耶稣更好的追随者，想要福音拓展的祷告。祂会竭力帮助我学习。这些功课是刻骨铭心的。



23. 定睛在耶稣身上

癌症治疗初期，放疗和化疗、伴随着每一次疗程结束后剧烈的疼痛，过程非常煎熬。这种煎熬在我做完一场伴随肠梗阻并发症的大手术后并未结束，我因此在医院住了17天，身体也变得异常虚弱。然后，我还需要进行一整套造口和化疗的治疗方案，这极大地限制了我的自由，也降低了我的生活质量。

在接下来的日子，我开始阅读和研究与造口还纳后恢复情况相关的资料。而我所读到的信息令人倍感沮丧。摆在我眼前的医学名词是“低位前切除综合征”（ Lower Anterior Resection Syndrome，简称 LARS ）。这是指一般直肠被切除的患者，在造口还纳后将会持续出现排便功能紊乱的情况。

一些学术研究发现，这类临时性造口患者的生活质量未必比永久性造口患者的更好。有着“低位前切除综合征”（ 简称 LARS ）的患者将在很长时间内，或甚至终生面临便频、便急、肛门不自觉漏液漏便、气便失禁、排便困难等症状。

这些信息使我陷入恐惧和沮丧之中。自从被诊断患上癌症，我已经承受了许多难以想象的痛苦。现在，我连面对治疗结束后的生活都无法有所期待了。

然而，上帝却教导我如何更好地跟随耶稣。的确，前景并不光明。的确，我已经历了很长时间的困难和痛苦。但这并不表示我要让这些令人惧怕的事主宰我的人生。

相反地，我必须定睛在耶稣身上，坚持不懈地在祂给我“规定的赛程”中努力奔跑。我需要把目光从这些困难上移开。我需要把目光从对未来的未知和恐惧中移开。我需要定睛在耶稣身上，才能继续跟随祂。

我感谢上帝，因祂充满力量的话语穿透了我的恐惧和沮丧，将我的注意力重新引导到耶稣身上。我感谢上帝，因祂的真理驱散了阴霾，为我的灵魂带来了光明。“如果面对苦难有秘诀，“一位作家这样写道：“心灵必须得到滋养，才能摆脱肉体的束缚。”基督教信仰并不总是为肉体的需要提供帮助，但它为心灵提供了丰足的滋养。我们有盼望能在将来拥有完美的身体，可我们也有丰盛的恩典，现在就能让灵魂日日更新。

为了很好地跟随耶稣，我们必须专注于灵命的日日更新，而不能只专注于身体的康复。当人的内在，心灵，被上帝话语的真理滋养时，即使是在疼痛和苦难中，或者是身体软弱的时候，我们依然可以为上帝而活。正如《希伯来书》12章1和2节提醒我们的：“以坚忍的心奔那摆在我们前头的路程，仰望我们信心的创始成终者耶稣”这就是我如何好好跟随耶稣的秘诀。



24. 爱：包容与理解

也许大家会认为，癌症患者理所应当地就是爱的受馈者。的确，我很感恩有许多人，以不同的方式来表达他们对我的爱。然而，我也意识到在这段旅程中所经历的磨难，不该成为我不行使爱的借口。癌症患者也可以继续成为爱的施予者。

紧迫的癌症疗程，让我们的生活承受了相当大的压力。新冠疫情又添加了额外的限制。出于安全的考量，除了必要的活动，我的家人都不敢外出。连外出用餐也成了奢求。社交生活以及和外界的接触都受到很大的制约。

起初，为了确保我不受干扰，家人都以积极的心态互相配合。然而，当情况日复一日，周而复始地持续，我的家人也开始有了负面的情绪。在一次家庭会议中，当我们讨论着如何应对新一轮新冠疫情的发展形势，一些苛刻的话语突然冲我脱口而出。我当时既震惊又受伤。

原本我可以在痛苦的情绪中退缩，以癌症患者的身份去逃避所面临的处境。然后，理所当然地把问题归咎于家人对我缺乏爱心。但当我退一步去反思时，开始意识到我所爱的人也正在经历一段非常艰难的时期。因为新冠疫情以及家有癌症患者，已剥夺了他们的自由。

作为一名癌症患者，我无法通过实际的行动来表达我对他们的爱，但我认识到上帝要我通过包容和理解来表达我的爱。是的，我正处于病痛折磨的软弱之中，他们应该满足我的需要。我相信他们也确实想这么做。但这个过程对他们来说并不容易。所以，焦躁的情绪便难免失控。

《哥林多前书》13章7节 提醒我们：“凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。“这对于护理癌症患者的人来说非常真确。反之，亦然；癌症患者也该如此奔赴他所爱的人。我不能期望大家在每一种情况下，说的每一句话或每一个动作都完美地表达“爱”。他们已经尽了力。可他们会感觉疲累，他们也会犯错。与其允许自己生气、受伤或感觉心烦意乱，我其实也可以更好地爱他们。

我明白了，要在苦难中很好地跟随耶稣，就必须继续学习如何以包容和理解来爱他人。这可能不是短时间内容易做到的事，但让爱的能力增长是非常必要的。

为了很好地跟随耶稣，
我们必须专注于灵命的日日更新，
而不能只专注于身体的康复。
当人的内在，心灵，被上帝话语的真理滋养时，
即使是在疼痛和苦难中，
或者是身体软弱的时候，
我们依然可以为上帝而活。
正如《希伯来书》12章1和2节提醒我们的：
“以坚忍的心奔那摆在我们前头的路程，
仰望我们信心的创始成终者耶稣”
这就是我如何好好跟随耶稣的秘诀。





25. 无法疏解的疼痛

在癌症治疗的过程中，我并非一直都在疼痛中度过。然而有的时候，我会经历极度剧烈的疼痛。每当放射治疗结束后，我就有持续约一周的时间，感受到治疗的部位传来阵阵尖锐的剧痛。另一次是在手术后，肠梗阻引发了连续18个小时的极度不适。在整个化疗过程中，这种无法缓解的疼痛经历变得规律且不断地重复。

我在这里想回答的问题是：在面对无法缓解的疼痛时，我做了些什么？我们大部分人都是不喜欢疼痛的。我们都会本能地避开它。作为基督徒，我们会立即祷告以期得到缓解。但是，如果上帝没有立即回应祷告，我们该怎么做呢？以下是我学习到的一些功课。

1. 忍耐。老实说，我认为除了忍耐，有时也没有其它任何办法。在你尝试了所有医学上可能消除和减轻疼痛的方法之后，你只能等着它消失。我曾感到沮丧和难过。我也曾感到焦虑和愤怒。但无论如何，身体上的疼痛都不会因为我的情绪反应而消失。与此同时，极端的负面情绪会导致更坏的局面。它们会导致你做出徒劳无益的事情。它们也会使你在需要做决定的时候无法正确的回应。我不知道具体原因。也许只是因为我们的身体需要时间来恢复，或者上帝自有祂为你捎来帮助的时间。在那之前，我只能坚持下去，耐心等待。所以，只有忍耐。

2. 改变你专注的焦点。我假定，作为一个信徒，你会通过你的神学网络来理解这种无法缓解的痛苦。你会寻求圣经的应许，以获得力量和安慰。你会祷告又祷告，呼求上帝医治和解救你的苦难。你做了一切属灵上的努力，想把像山一样的痛苦挪走，可它却还在那里……痛苦没有得到缓解。此时你能做什么？我学会了必须改变我的注意力。出于天性，我自然会专注于自己的痛苦，并恳求上帝把它消除。但是，当祂没有立即为我解除痛苦时，我只得转变注意力，祈求上帝向我显明，祂要我从痛苦中学习什么功课。我转而祈求祂的旨意得以成就。在痛苦无望中顺服上帝需要信心。而它也带来了超越理解的平安。所以，改变你专注的焦点。

3. 献上感恩。当经历着无休止的疼痛时，我似乎无法避免产生消极的想法。我们的情绪为身体的持续疼痛付上代价，使精神陷入深渊而无法自拔。我很快就发现自己漂浮在黑暗和压抑的苦海中。其实我并不需要这样。我学会了通过感恩来停止这种情绪的折磨。无论经历多少的痛苦，我发现自己仍然还有一些事情可以感激和感谢上帝。在痛苦无法缓解的时候，催促自己找出真正值得感恩的事情，几乎成了我的习惯。每一次，当我献上感恩之后，就能看到乌云背后射出的一丝银光。所以，要感恩。

承受持续的疼痛从来都不是件容易的事。疼痛就是疼痛。无论你对它有什么想法，或者以前经历过多少疼痛。我从未如此习惯它的存在，以至于能够轻待它。我只是在疼痛当中学会了更好地与它相处。同时发现了一些可以使我成为更好更坚强的耶稣跟随者，可做的事情。我希望这些想法也能对你有所帮助。



26. 框架和认知

癌症改变了我生活中的某些现实。我如何理解和看待这些变化决定了我会如何思考和生活。乔·里格尼（Joe Rigney）在渴望上帝（Desiring God）网站上发表的一篇文章《我们告诉自己的故事，质疑我们如何构建现实》（The Stories We Tell Ourselves, Questioning How We Frame Reality – 发表于2022年3月12日）帮助了我。他称之为 "框架”。

以下是他对“框架”的解释和定义：

“让我们来谈谈框架问题。这里说的不是房屋建筑中的框架，而是我们感知现实的方式。框架指的是我们怎样看事物。尤其是作为人类的我们，看事物时往往不仅只是看；而是解读事物。比如你看到一只熊，你看到的不只是熊；你把熊看作危险。当你看到日落，你看到的不只是日落；你把日落看成美。这就是我说的框架。它是我们对事物的解读。

不只是视觉，我们的其他感官也是如此。苍蝇的嗡嗡声是恼人的。孩子的笑声使人欢愉。闻到饼干的香气令人愉悦。品尝蜂蜜觉得它美好。所以，框架是与我们回应现实，以及回应现实与我们的关系时，所做的直接和快速的判断相关。”

反思和评估我们如何框定发生在我们身上的事情是很重要的。我如何看待癌症和它带来的变化将决定它的意义、现实以及它与我的关系。例如，我可以把癌症看作是我的生命、未来、幸福甚至是属灵事工的破坏者。那是假设我只从自己的角度来认知这个事件，并根据我的渴望和设想来解读它。或者，我也可以把癌症看作是一个意料之外，但却是上帝为了在我的生命中成就祂旨意的一个特定的旅程。

框架是我们看待变化，以及与它相关的现实的思考和回应。框架是我们对改变生命的现实附加何种价值的判断。事实上，框架并不是静态的。我本能地认为，癌症是发生在我身上最糟糕的事情。但随着时间的推移，我开始为它附加积极的价值，因为我开始看到上帝可能想通过它做些什么。

要改变框架，我不能只坚持自己的看法和感受。我必须让医学事实来引导我对这些变化的理解。我还必须允许圣经的真理来指引我对这些变化的评估。在过程中，我必须辨识任何不准确、不符合圣经教导的设想，然后将它们改变。

要坦然接受癌症对我的身体造成的损伤以及它所导致的变化，并非易事。但是在以圣经为原则的框架下，我想以上帝的视角来看待所发生的事情。我想为它附加世俗与永恒相一致的价值和意义。正确的框架能助我在痛苦和失落中继续跟随耶稣。

27. 追求健康

关于这段上帝所命定、出人意料的旅程，我已经分享了许多想法和反思。我们对生命的认知以及看待生命的态度，影响我们对待痛苦和折磨的方式。更重要的，这也是我们如何跟随耶稣的关键。到目前为止，我所分享的，大多是我对圣经真理的思考和回应。但我还在这段旅程中，学到了另一件关于抗癌过程中追求健康的事情。

要在抗癌过程中追求健康，基本前提是，除了接受治疗（放疗、手术、化疗），我还需要通过良好的饮食和锻炼来帮助身体复原。这也意味着，我必须认真负责地考量如何追求身体健康这件事。我相信这是好好跟随耶稣应有的态度之一。我们的身体是圣灵的殿。当身体状况不好的时候，我将其视为上帝给我们发出的警钟。让我们省察和评估需要做出哪些的相应改变，好让健康得以恢复，或甚至变得比之前更加好。

基督徒很可能会非常专注于属灵方面的追求，却忽视了为上帝而活也有现实肉体的要求。为了更好地跟随耶稣，我决定要管理好饮食和锻炼。为了确保身体在对抗癌症时可以获得最好的营养和支持，自被诊断患上癌症以来，我重新审视了自己原来的饮食习惯，并做了彻底的改变。我还制定了一套新的每日锻炼方案，在整个治疗过程中，可以风雨无阻地坚持锻炼身体。

我认为照顾好神所赐的身体是基督徒的基本职责。除了求医之外，这也是我应尽的责任之一。那么，无论结果如何，将来我都可以无愧地说，在抗癌过程中，我已竭尽所能。对我而言，这使跟随耶稣的概念变得更明晰、更平衡、更全面。因为，在生命的每一分寸，我都不曾疏懒于寻求祂的荣耀。我都想要在各个方面做到好好地跟随耶稣。

在癌症治疗期间，我发现许多与我接触的人，都对健康问题十分关心和感兴趣。我在饮食和锻炼方面付出的努力，不只消除了其他基督徒的疑虑。追求健康的话题也让我有机会引起非信徒的共鸣，借此向他们见证上帝对我的带领，同时也建立起他们对我信仰的认同。我认为这有助于我与他们分享上帝在其它方面给我的教导。

所以我又学习到，要在苦难中好好地跟随耶稣，我还必须照顾好生命中现实的需要。我需要给予自己的身体应有的照顾。忽视身体的健康既不是负责任基督徒的态度，也不是理性的见证。

结语

这一段上帝所命定的，意料之外的旅程，带领我经历了癌症和治疗的痛苦。你所经历的痛苦可能与我的不同，但我希望我的想法和反思，仍然可以给您带来安慰和帮助。

一个我们都必须面对的真相是，我们今生的肉体不是永恒的。当身体衰残败坏，痛苦也不可避免地随之而来。这可能是由于疾病、意外或衰老所致。如果我们生存的目的和安全感，仅仅是与我们身体的健康联结在一起，这种痛苦的折磨就会显得毫无意义，甚至令人崩溃。

我相信我们需要另一个焦点，正如圣经在《哥林多后书》4章16节到18节说："所以，我们不丧胆。虽然我们外在的人日渐朽坏，内在的人却日日更新。我们这短暂而轻微的苦楚要为我们成就极重、无比、永远的荣耀。因为我们不是顾念看得见的，而是顾念看不见的；原来看得见的是暂时的，看不见的才是永远的。"

为了不丧失信心，我们需要定睛注视那些无形却永恒的事物。这也是圣经中耶稣基督的福音所说的。那是一个超越了今生的生命，一个超越了这世界的家乡。在那里，我们与那位荣耀超越一切的上帝同在。当我们凭着信心接受圣经的教导时，我们就抓住了这个最终得救的盼望。

那么，就算身体不再像以前那样好，我们也能生活得更好。当我们忍受着身体日渐衰残的痛苦时，我们里面的人依旧能够一天比一天更新。我祷告这就是你在痛苦中所追求的。愿我所写的对你能在苦难中跟随耶稣有所帮助。

福 音 之 光 基 督 教 会

我们的异象：一个使徒行传式的教会

我们立志成为像使徒行传中那样的教会

他们是被圣灵充满，
恒心遵守使徒的教训，
愿献身衷心服侍，
传福音拯救灵魂，属灵，
坚守真理且大有果效。

我们的使命：引导世世代代进入生命蜕变的基督关系中

圣经告诉我们上帝为了祂自己而造人，人的心里渴望认识上帝并且敬拜祂。因此，我们只有在上帝那里才能安息。
我们福音之光教会的使命就是“引导世世代代进入生命蜕变的基督关系中”。

这就是我们教会所提倡的“引导世世代代进入生命蜕变的基督关系中”

1. 生命的蜕变 – 我们的目标不仅是传达信息，而是要生命的转变
2. 带领方面 – 每个耶稣的门徒都应该带领还没信主的朋友来到耶稣面前。我们自己没有办法改变生命，但是我们可以带领他们来到耶稣面前
3. 留传 – 福音之光教会存在的目的是把福音一代代地传下去直到耶稣再来。

gospellight.sg

在患难中跟随耶稣

生活会向我们抛掷弧形球，即使是竭尽所能顺服上帝旨意的基督徒也无可避免。当苦难像一道闪电划过清澈湛蓝的天际，突然降临，是什么让我们依然可以很好地跟随耶稣？这本书记录了志坚牧师在获知患癌后的想法和省思。《在患难中跟随耶稣》为那些在苦难中的人提供勉励，指引和安慰。

作者简介

司徒志坚是福音之光基督教会的牧师。他自2000年开始全职事奉，并到中国教导圣经多年。自2006年起在本地的教会带领中文部会众。他已婚，与妻子育有两个儿子。

Gospel Light Christian Church © 2023 All rights reserved.

GOSPEL LIGHT