

舉目向山

【社會改造】祈禱會

主題：為罪憂傷的福氣

吟詩：新《聖詩》418首〈心靈日頭，主，我所疼〉1、2節

禱讀：詩篇88篇

代禱：為正使你或你周遭陷入黑暗訝疑的影響力禱告。

吟詩：《泰澤頌讚之歌》28首〈耶穌基督〉（台語）

「耶穌基督，照光佇我內面。莫互訝疑抑黑暗對我講話。耶穌基督，照光佇我內面。互我的心常常迎接祢的疼。」

釋放禱告：

願你們的祈禱，上帝側耳聽見；讓活像死人般，被埋葬孤立隔絕、滑進黑暗深處的你，再起復活。舉起雙手，重新在遺忘之地述說祂的慈愛、從幽暗裡肯定祂的信實。從此，祂的烈怒不再漫過你身，祂的驚嚇不再把你剪除，你不再被黑暗捆鎖。

為了你們奉耶穌基督的名祈禱的緣故，上主記起祂的約；由於耶穌十字架上牲祭，祂回心轉意。於是，你們一呼求，上帝就垂聽，賜下安慰。靠耶穌的恩惠祈禱，阿們。

聖經：馬太福音5章4節（反覆默誦）

信息：為罪憂傷的福氣

影片：聯合國衛生組織為憂鬱症拍攝的黑狗短片

簡介：根據聯合國世界衛生組織估計，全球目前有2~4億人口正為憂鬱症所苦，亞洲至少約有5000萬個憂鬱症患者，且人數不斷上升。到2020年，憂鬱症將與心臟病成為影響人類生活甚巨的前兩大疾病。台灣地區憂鬱症盛行率約7.3%，換言之，目前台灣約150萬人罹患憂鬱症。台灣女性罹患憂鬱症機率是男性的2~3倍。根據研究顯示，女性憂鬱症罹患率達20~26%，幾乎是男性9~12%的兩倍。女性經常面臨生活壓力，容易比男性沮喪。

吟詩認罪：新《聖詩》326首〈心和平上帝聖子〉

代禱：

1.求上帝改變我們對憂鬱症與其他精神疾病的汙名化心態。

- 2.求上帝幫助學者專家發現更多的病理研究，共同尋得更好的憂鬱症治療方式。
- 3.每年可能有將近百萬人因憂鬱症選擇自殺，而憂鬱症是由於社會性、心理性、生物性等因素複雜交互作用所導致。因此，懇求上帝幫助我們，為罹患憂鬱症的高危險群，所面經濟壓力、失業、災難與衝突等情況，努力共同建立社會性的互助和尋求和解共生。
- 4.願教會團契能夠藉著耶穌基督的信仰，將其轉換成為憂鬱症患者的幫助，讓他們領受上帝的愛，哀慟得安慰。
- 5.為你周遭憂鬱症的朋友祝福：a.從求助醫生，得到心理與身體的治療；b.願多走出戶外運動、接觸人群；c.有好的生活習慣：規律、安定、喜樂。

禱讀：詩篇42篇11節

吟詩：天韻詩歌《弦外之音》〈我的心哪〉

「我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？我的心哪，當仰望神。祂用笑臉幫助我們！祂用笑臉幫助我們，祂用笑臉幫助我們，祂用笑臉幫助我們，是我的力量是我的神。」

默禱：個人安靜默禱後，可安靜離開。



◆這是一個黑暗的世界

當年高中查經班，帶領的長老分享馬太福音時，提醒我們注意，耶穌宣教的口號「悔改吧，因為天國快實現了！」是來自施洗約翰在曠野的宣告。耶穌似乎被這宣告震撼，接受約翰的洗禮，建立特別的關係；並在洗禮中經驗天父的話說：「我的愛子，我所喜愛的。」開始意識到自己獨特的身分與使命。

之後耶穌進到曠野，而施洗約翰遭希律王逮捕。馬太指出：「耶穌聽見約翰被關在監獄裡，就避開，到加利利去。」（4章12節，現代中文譯本）「避」，和合本常翻譯成「退」，這是馬太常用的字，有「離開回到……」的意思。這個字形容了，耶穌因施洗約翰被捕，帶著受傷的心情「退」到非希律統治的加利利去。

活在國民黨恐怖統治底下，帶領我們讀經的長老，很能理解「退」的心情，包括著類似台灣白色恐怖年代帶給台灣人驚恐。只是，耶穌的撤退，也許是為了延續這運動而退回到加利利。在此，馬太用了一節先知以賽亞的話來表達耶穌的態度：「西布倫地和拿弗他利地，沿海的路，約旦河的那邊，外邦人的加利利！住在黑暗中的人要看見大光；住在死蔭之地的人有光要照亮他們。」（4章15~16節）

緊接著耶穌就站出來與施洗約翰一同呼籲：「悔改吧，因為天國快實現了！」「天國」不是指一個死後去地方，而是一種態度與領受賜福的感動。在那裡沒有令人害怕而憂傷的權勢、沒有因情感失落而傷心到無法復原的程度、沒有失敗而不能再起的契機、沒有犯罪而得不到新生的機會。這「天國近了」，耶穌宣告「光」的信息，引導人得以脫出自身的黑暗，轉向。

馬太福音5章4節

◎謝懷安（壽山中會新生教會牧師）

為罪憂傷的福氣

為著宣揚天國的福音，耶穌在特定的區域加利利遍走，做兩件事：「在各地方的會堂裡教導人，宣講天國的福音，治好民間各樣的疾病。」耶穌藉著話語與醫治的力量幫助人民，藉著光改變黑暗。

◆「哀慟」的人，有福了

面對黑暗中的人，耶穌的佈道充滿力量。祂宣告：「哀慟的人有福了！因為他們必得安慰。」「哀慟」是生活中我們必須面對的負面情緒，因這世界的黑暗權勢正威脅我們，而我們也承受莫名的壓力，進而被煽惑，感受到情緒的洶湧波動。我們總不明白，「倒楣的為什麼是我？」「為什麼努力的人還會失敗？」「為什麼我時運不濟？」「為什麼好人總是遇見厄運？」……人生有太多「為什麼」，每個人總是帶「為什麼」在走人生的道路，它有如一道黑暗陰影籠罩「我」。

廣播人華勒斯在一本由安雪佛所撰《如何在他們憂鬱時生存》的書序中，描述這黑暗陰影說：「很難讓別人了解，深沉的憂鬱是如何讓人感受到絕望、失落、無力與陰鬱，那就像在漫長的甬道盡頭卻沒有一絲光亮。」聯合國衛生組織為則稱這「黑暗籠罩的感覺」好像是一隻伴隨在你身旁的「黑狗」，且以此為概念拍攝一支短片，鼓勵人勇敢去理解、面對、就醫，這21世紀威脅人類健康的三種疾病之二的「憂鬱症」。

你覺得「情緒低落、內心憂傷、時常感到厭倦感」是一種病嗎？你在乎它嗎？有時候，當你肉體生病時，你會非常在乎，想盡辦法找尋醫治。然而，你心哀傷時，你可在乎？我們常以為那不會要人命，但是這樣嗎？不，事實上，它總是會讓你哀「慟」到奪你命。

馬太福音書中，耶穌醫治的故事，馬太的敘述，都不

是只有肉體得醫治。當耶穌醫治一個人，同時都會對他的靈魂說話，邀請他悔改，並給予可安息的歸宿。得不到醫治，憂愁回去的人，常是那保護、隱藏自己的靈魂的人。「哀慟的人有福了」？不，哀慟的人不會是有福的人。有福的是那些理解自己正在哀慟中，又願意尋求幫助的人，他才可以從耶穌「必得安慰」，擁有力量，回去擁抱他生命的黑暗。

◆為罪惡傷悲的人，多麼有福啊

現代中文譯本不只將它認定在「哀慟」，且廣義譯為「為罪惡傷悲」，強調「罪」是哀慟原因。在猶太人的觀念中，人的一切苦難來自人的罪惡，包括生病都是罪的記號；當一個人願意為罪懺悔、悲傷時，也就是上帝赦罪的時刻。因此，當我們認罪的同時，我們也開始在轉向，表明不願再繼續活在自我痛苦的漩渦中。

詩篇51篇17節，禱告的詩人認為：「上帝所要的祭就是憂傷的靈；憂傷痛悔的心，祂必不輕看。」傳遞著，當我們接受生命中的黑暗面，不試圖去問沒有解答的「為什麼」，而是問我們如何面對哀慟時，我們就不會再以「為什麼是我」的態度去探詢，而是帶著憂傷的靈來到上帝的祭壇前，上帝就會賜予我們面對不幸的勇氣，領受從祂而來的安慰，為哀慟找到一條出路。

一位罹癌患者，初期治療時，夫婦倆很用心注重養生、認真治療，生活以此為中心打轉，生活的悲喜隨著病況的起落上下。當身體越嚴重，夫婦倆心靈被病痛的捆綁也越緊縮。罹癌的先生在閱讀中得著新領受，從「有些悲傷治療者認為：夫妻關係良好的人雖然會有比較沉重的傷痛，但是也會比較容易接受現實，面對生死，重新振作也會比較快！」意識到在病痛中哀慟的不只是他，還有太太。從此，他不再追尋痊癒，而開始以妻子為中心彼此陪伴，期待能為妻子留下一段美好回憶。在他還能有力支撐著時，我與他坐在海港望著夕陽，他問我怎麼做？我這個幾乎不主動邀請人洗禮的牧師，對他說：「來洗禮，把你放在上帝的手中，把你的太太放在教會的陪伴中吧！」

馬克吐溫說：「你人生最重要的兩天，一天是你出生的那一天，另一天是你得知你為何出生的那一天。」你的出生，不是你能決定的，就像許多生命的哀慟，都不是你要的選擇。但是，當你領受到「哀慟」也有上帝的賜福時，你就可以學會怎麼選擇，讓你的哀慟能夠成為力量，祝福他人。耶穌生平的第一個挑戰，是祂要面對失去約翰的哀慟。但是，耶穌雖然「避」，卻沒有停滯在哀傷與遺憾中，而是勇敢繼承了上帝交付施洗約翰的使命，用生命去發光，讓「住在黑暗中的人看見大光；住在死蔭之地的人有光要照亮他們。」❖