

# 人生馬拉松

希伯來書 12:1-6

孫子兵法：『朝氣銳，晝氣墮，暮氣歸』

戰爭得勝的秘訣：不是在乎人多勢眾，最重要是能否堅持  
三個比喻來勉勵信徒：-

1) 來 12:1-2 人生如賽跑 (馬拉松賽跑)

要有目標,有鬥志

2) 來 12:3-4 人生如拳擊：『抵擋』- 打拳的情景

人生如打拳:被問題(家庭壓力,經濟壓力,人際關係,兒女問題,各種重擔.....)

一拳一拳打落來,人生好像一直捱打

3) 來 12:5-6 父親管教兒女

管教兒女是父親的責任

三個比喻有共同點：容易疲倦及好容易想放棄

『疲倦灰心』

『疲倦』：輾低,腳低昏迷

『灰心』：散晒

**來 12:12 你們要把下垂的手,發酸的腿,挺起來**

容易放棄的原因：-

1) 太多重擔

重擔：自卑

憎恨不饒恕

很多憂慮擔心(經濟,健康,兒女,工作,人際關係等等壓力.....)

2) 纏累的罪

『纏累』：指野生的籐,綁手綁腳,困擾住你

今日我們在思想上,行為上是否被很多慣性的罪纏住我們呢?

情慾,私慾,貪錢,驕傲或者權力問題;必須要靠著耶穌脫去除去這些罪

3) 沒有目標

跑步一定有目標,人生若沒有目標就容易會劫同放棄

今日不要再去逃避,而是去追求目標!!

### 三個能重拾鬥志和生命力的秘訣:-

#### 1) 支援系統

V1 有許多的見證人如同雲彩圍著我們

#### 2) 全心忍耐 (內心的忍耐)

『忍耐』：頂住;不退,不縮,不放棄, 等候曙光來到

三幅圖畫:-

1. 孕婦生產
2. 農夫耕種
3. 運動員自律訓練

『忍耐』：是上帝賜的,因為愛是恆久忍耐,有愛就能夠忍耐

#### 3) 來 12:2

『仰望』：焦點在耶穌身上

『創始成終』：航海的術語

信心：是所望之事的實底,未見之事的確據

總結：今日你是否心疲？

你是否帶著很多重擔和被罪纏住？

你有沒有支援系統？

你有沒有忍耐的生命力？