

面對生命的憤怒

I. 破冰：當你面對一些憤怒的事，你會有以下哪些反應？（答案可多於一項）

1. 向神發脾氣	
2. 向自己或別人發脾氣	
3. 寧願死，也不願意接受	
4. 看聖經尋求神的話	
5. 祈禱問神有什麼心意	
6. 尋求其他方法改變眼前的事實	
7. 其他	

II. 經文：約拿書 四：1-11

A. 約拿書 四：1-4

¹約拿對這事非常不高興，並且發起怒來，²就向耶和華禱告，說：“耶和華啊！我還在本國的時候，不是這樣說過嗎？我知道你是有恩典有憐憫的神，不輕易發怒，並且有豐盛的慈愛，轉意不降災禍，所以我才急忙逃往他施去。³耶和華啊！現在求你取去我的性命吧，因為我死了比活著還好。”⁴耶和華回答說：“你這樣發怒對不對呢？”

Q1: 約拿對「這事非常不高興」這一句，在原文中可翻譯為「這，約拿認為是惡的，是大惡」（參NET 譯本對於此節的注釋）。請問約拿認為「大惡」是指什麼？[觀察]

Q2: 約拿起初逃跑躲避上主的原因是什麼？[觀察]

Q3: 承接上題，你猜約拿發怒的背後原因是什麼？[討論]（請嘗試以列王紀下14:23-27支持你的論點）

B. 約拿書 四：5-11

⁵約拿出了城，在城東坐下；他在那裡搭了一座棚，坐在棚蔭之下，要看看那城究竟怎樣。⁶耶和華神安排一棵蓖麻，使它長起來高過約拿，成了陰影遮蓋他的頭，免他受苦；約拿因這棵蓖麻，就大大歡暢。⁷次日黎明的時候，神安排一條蟲子，蛀蝕這棵蓖麻，蓖麻就枯槁了。⁸日出的時候，神又安排炎熱的東風。烈日曬在約拿的頭上，以致

發昏，他就為自己求死，說：“我死了比活著還好。”⁹ 神問約拿：“你因這棵蓖麻這樣發怒，對不對呢？”約拿說：“我發怒以至於死都是對的。”¹⁰ 耶和華說：“這棵蓖麻，不是你栽種的，也不是你使它長大的，一夜長成，一夜死去，你尚且愛惜它，¹¹ 何況這尼尼微大城，其中不曉得分辨左右手的有十二萬多人，並且有許多牲畜，我怎能不愛惜呢？”

Q4: 上主安排哪三樣東西教導約拿？ [觀察]

Q5: 承接上題，你猜上主安排以上三樣東西有什麼目的？ [討論]

Q6: 根據上主和約拿的對答，你認為上主和約拿所關心的分別是什麼？ [討論]

Q7: 約拿書是以開放式的結局為結束，並沒有記載約拿已明白上主的心意。你若是約拿，還會繼續憤怒嗎？為什麼？ [分享]

Q8: 你認為約拿從「發怒」一事上要學什麼功課？¹ [討論]

Q9: 你從約拿「發怒」一事所學的功課又是什麼？ [分享]

III. 請大家為生命需要學習回應的地方，彼此禱告。

¹ 作為一種診斷的工具，憤怒極為有用。當憤怒在你我的心中湧現，就像一個訊號代表有些事情不對勁。從診斷的角度來看，憤怒幾乎總是無誤的，我們因而學到應該相信自己的怒氣。另外，憤怒往往帶有道德，或是精神上的強度，很有說服力：當我們生氣，我們知道自己正在處理某些重要、而且很有意義的事情。然而，憤怒無法告訴我們，問題是在我們裏面還是外面。一般來說，我們都假定問題，不在我們身上：是因為我們的配偶、孩子、甚至是上帝犯錯的緣故我們才這麼生氣。這也是約拿所做的，他跟上帝爭論。可是，只要我們仔細爬梳憤怒的根源，往往就會發現，問題出在我們裏面。