

10.28
WEDNESDAY
約伯記
9:1-10:22

我厭煩自己的生命。我要傾吐我的哀怨；我要訴說內心的苦惱。（伯10:1）

找人傾吐訴說

約伯記第9與第10章是約伯對比勒達的回應。面對朋友的冷酷論調，約伯感到無比孤單與絕望。在這兩章中，約伯表達了對上帝權能的敬畏，但也喊出了他內心的困惑與掙扎：「你這樣殘酷，合理嗎？」（伯10:3）、「你為什麼追究我的罪？你為什麼尋察我的過失？」（伯10:6）

約伯沒有裝作很虔誠、很樂觀，而是把憤怒、沮喪與疑惑全部攤在上帝面前。真正的信仰不是不能哭，而是可以向上帝坦白你的傷痕。我們常被要求積極樂觀，但是面對考試砸了、被排擠或家庭問題時，戴起面具來強顏歡笑只會更累。

上帝不需要我們戴著完美的面具。你可以在祈禱中向祂抱怨、發洩，甚至問祂「為什麼」，祂是至高至大的上帝，承受得住你最真實的脆弱。雖然約伯記的敘事一開始，將約伯的苦難放在上帝與撒但的對話與試驗之中，但約伯本人並不知道這一切發生的原因。這也提醒我們，生活中許多困難往往是不請自來、莫名其妙的，這也提醒我們：有時我們不用急著給出原因、去檢討自己，而是可以先整理自己的情緒，先照顧好自己。

《約伯記釋讀：當好人遇上壞事》



出版社：基督教文藝

作者：哈洛德·庫希納 (Harold S. Kushner)

譯者：黃杰輝、阮雅瑜

簡介：作者是美國猶太教拉比與作家，長年關注苦難、信仰與人生意義。本書透過約伯記探問苦難、公義與上帝同在的難題。庫希納拉比結合聖經研究、個人苦難經驗與倫理反思，引導讀者重新思考：當人生失去掌控、善惡因果不再清晰時，信仰如何幫助我們承認有限，在難以理解的處境中仍持守盼望。

親愛的上帝，謝謝祢接納真實的我，
求祢使我在痛苦中勇敢傾訴，也學會照顧
自己。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。

