

# 我要如何败部复活

## How Can I Rebound From Failure



**路5：1**耶稣站在革尼撒勒湖边，众人拥挤他，要听神的道。2他见有两只船湾在湖边。打鱼的人却离开船，洗网去了。3有一只船，是西门的，耶稣就上去，请他把船撑开，稍微离岸，就坐下，从船上教训众人。4讲完了，对西门说，把船开到水深之处，下网打鱼。5西门说，夫子，我们整夜劳力，并没有打着什么。但依从你的话，我就下网。6他们下了网，就圈住许多鱼，网险些裂开。

7便招呼那只船上的同伴来帮助。他们就来把鱼装满了两只船，甚至船要沉下去。8西门彼得看见，就俯伏在耶稣膝前，说，主阿，离开我，我是个罪人。9他和一切同在的人，都惊讶这一网所打的鱼。10他的伙伴西庇太的儿子，雅各，约翰，也是这样。耶稣对西门说，不要怕，从今以后，你要得人。11他们把两只船拢了岸，就撇下所有的跟从了耶稣。

# 祈祷/Prayer



**9**我们经过的日子，**都在你震怒之下**。我们度尽的年岁好像一声叹息。

**10**我们一生的年日是七十岁。若是强壮可到八十岁。但其中所矜夸的，不过是**劳苦愁烦**。转眼成空，我们便如飞而去。

**诗90： 9-10**

# 目 录

## CONTENTS



[译者序]	5
[前 言]	9
第一章 我要如何对付压力? - 榜样人物: 耶稣	13
第二章 我要如何败部复活? - 榜样人物: 彼得	27
第三章 我要如何胜过忧郁? - 榜样人物: 以利亚	39
第四章 我要如何与众不同? - 榜样人物: 雅比斯	55
第五章 我要如何平心静气? - 榜样人物: 摩西	67
第六章 我要如何处理沮丧? - 榜样人物: 尼希米	81

第四章 我要如何与众不同? - 榜样人物: 雅比斯	55
第五章 我要如何平心静气? - 榜样人物: 摩西	67
第六章 我要如何处理沮丧? - 榜样人物: 尼希米	81
第七章 我要如何克服困难? - 榜样人物: 约沙法	95
第八章 我要如何掌握危机? - 榜样人物: 保罗	107
第九章 我要如何面对改变? - 榜样人物: 雅各	121
第十章 我要如何突破困境? - 榜样人物: 参孙	133
第十一章 我要如何排解孤单? - 榜样人物: 保罗	143
第十二章 我要如何逢凶化吉? - 榜样人物: 约瑟	157



# 我要如何对付压力

- 1、**确认身份：知道你是谁**
- 2、**奉献委身：知道你要讨谁喜悦**
- 3、**有条不紊：知道你要完成什么**
- 4、**专心一意：一次专注一件事**
- 5、**勇于授权：不要什么事都自己做**
- 6、**深思默想：养成个人祷告习惯**
- 7、**休闲娱乐：拿出时间享受人生**
- 8、**更新变化：将你的压力交给耶稣**

## **第二课：如何从失败中复原**



# 一、简述故事内容



## 二、人生中的“事与愿违”

### 问题思考：

**在过去的生活中，你是否也有过类似彼得的经历？如果有，请问你是怎么在伤害/打击中重新刚强起来的？**

# 三、人生中“失败”复原的“秘诀”

## 两次下网打鱼的异同

### 相同之处

- 1、打鱼的地方：同一个的湖
- 2、打鱼的工具：同样的船和网
- 3、打鱼的方法：下网
- 4、打鱼的人：彼得和他的同伴

### 不同之处

- 1、耶稣与门徒同在船上
- 2、有耶稣的指示
- 3、“但依从你的话”

# 1、人生中享有神的同在

**3有一只船，是西门的，耶稣就上去，请他把船撑开，稍微离岸，就坐下，从船上教训众人。**

## 2、与神的计划合作

4讲完了，对西门说，把船开到水深之处，下网打鱼。

### 3、期待神的应许

5西门说，夫子，我们整夜劳力，并没有打着什么。但依从你的话，我就下网。

## 四、在生活中起作用

## **五、与耶稣合作，再试一次**



## 六、思想化为行动

- 1、你可以籍着小组查经或使用像《经文汇编》这样的圣经辅助工具，针对生活上一个特定的问题，找出圣经中论及这类问题的应许。
- 2、什么是你的“船”，可以让神用来作为他工作的平台？