

（共 5 课）

莱斯特桑姆尔：疲劳的咒诅 1

我想欢迎你来参加一系列非常特别的课程，帮助我们认识当今所生活的这个世界。

在这个世界上，有两种真理。一种是历史性的真理，它涉及曾经发生过的事情。例如，克里斯托弗·哥伦布曾经航海，发现了一片新的土地；亚伯拉罕·林肯曾经作为一位伟大的总统站出来，为这片土地带来和平。这些都属于历史性的真理。

但还有另一类真理，叫作与我们切身相关的真理，它关系到你自身的福祉。

因此，我们将在这些特别的课程中探讨与我们切身相关的真理。这一系列课程的主题是《疲劳的咒诅》。这个主题将涉及我们这一代的大

多数人，因为他们确实正在遭受一种叫作疲劳的困扰。这种疲劳并不会因为你睡了八个小时就消失。它是一种慢性的疲劳，一种长期持续的疲劳。

如今，我们有一些专门研究慢性疲劳的科学家，他们研究我们所说的慢性疲劳综合征，英文简称为 **CFS**，也就是“慢性疲劳综合征”。他们在实验室里花费了大量时间，数以千计的小时，试图分析这种使人衰弱的疲劳究竟是什么原因造成的。这种疲倦会使人精疲力竭、筋疲力尽。

最近公布的一些研究报告，可能会让普通人感到困惑，因为人们曾经相信的一些事情，如今已经不再相信了。

华盛顿州西雅图市华盛顿大学的医生们宣布，**EB 病毒（Epstein-Barr 病毒）**在慢性疲劳综合征中并没有发挥主要作用。

他们曾经研究这种 EB 病毒一段时间，并相信它与疲劳有着非常密切的关系。但现在，他们已经得出结论，认为它并没有人们原先认为的那么重要。

《美国医学会杂志》上刊登的一项研究指出，一些医学专家和科学家认为，慢性疲劳综合征是一种免疫系统疾病，甚至可能与艾滋病归为同一类疾病。

这会让你感到震惊。

艾滋病是获得性免疫缺陷综合征的简称。这些科学家认为，这种慢性疲劳障碍可能与这类疾病有关。我们希望事实并非如此，但这些都是大型医院的科学家们目前所提出的研究发现。

这些医学科学家认为，人体血液中的生命活动可能会以与艾滋病相似的方式受到破坏。人体维持生命和进行各种活动的能量会急剧下降，

降到极低的程度。于是，大脑就会向身体发出信号：“不要动，你实在太累了，根本动不了。”

所以，我们正在面对一个影响全世界各个国家数以百万计人口的问题。因为每一年，都会有更多的人陷入衰弱、疲惫的状态。

这种情况源于彻底的精疲力竭，医学界称之为慢性疲劳综合征，也就是 CFS。

我们能做些什么呢？尤其是当我们意识到，疲劳正在成为一种全球性的流行问题时，我们又该怎么办？

《美国新闻与世界报道》最近发表了一篇报道，指出日本人正承受着极其严重的压力，甚至有人因此精神崩溃，乃至自杀，发生了诸如此类的事情。

他们也遭遇了这种可怕的疲劳问题，却不知道该如何应对。医学似乎无法帮助他们解决这个问题，因此他们一直在苦苦挣扎。

但事实上，全世界都在与这个问题搏斗。疲劳正在全球蔓延，成为一种流行现象。

我们的世界已经疲惫不堪。数以百万计的人长期处于精疲力竭的状态，什么事情都做不了。许多人勉强熬到晚餐时间，然后就无精打采地瘫坐在电视机前，很快便睡着了。过了一会儿，他们被叫醒，然后被扶到床上睡觉。

面对我们社会中的这种问题，我们究竟该怎么办？这就是所谓的慢性疲劳。

今天的西方世界拥有先进的科学技术和各种实验室，医学界给人们提供了各种各样的药丸：红色的、蓝色的、粉红色的、绿色的药丸，试图帮助人们摆脱疲劳、倦怠和紧张。

我们这一代人已经失去了那种无限的能量来源，而这种能量原本是为了让我们能够完成自己想做的一切事情。

这一代人正在努力克服疲劳，以及这种可怕
的疾病所带来的后果，希望重新走上充满活力、
富有成效的人生道路。

你可能会说：“这都是老年人的问题。”

但你要知道，许多甚至还不到二十岁的人，也
会被这种疲劳击倒。他们疲惫得几乎什么都做
不了。

所以，这并不是年龄的问题。我们正在谈论的
是一种存在于我们社会中的状况，我们必须面
对它。现在正是我们面对这个问题的时候。神
希望我们面对它，我知道你们也希望我们正视
这个问题。

我们的医生正在竭尽全力寻找慢性疲劳的真
正原因。但到目前为止，他们还没有找到它的
根本原因，就像我们还没有完全弄清癌症的原
因，以及艾滋病某些发病机制的原因一样。

他们知道，有些疲劳确实是由合理的生理因素造成的，例如工作过度、饮食不当、缺乏适当的锻炼，以及休息不足。我们的休息时间并没有达到应有的要求。

因此，他们已经发现，确实存在一些造成疲劳的原因，但他们仍然无法找到所有问题背后的根本原因。

那么，我们该怎样治愈这种状况？怎样才能帮助你克服它？我们又怎样才能使你成为一个充满活力、充满生命力、喜乐和平安的人，使你拥有充足的力量，能够站起来做以前做不到的事情？

在世界历史的这个时刻，我们比以往任何时候都更需要能量，比以往任何时候都更需要生命力，也比以往任何时候都面临更多挑战。

愿神帮助我们拥有足够的力量来面对这些挑战！否则，我们就会成为这个地球上一个逐渐衰亡的文明。

一些医学科学家认为，我们这一代人患上慢性疲劳的深层原因在于情绪。他们认为，我们在处理自己的情绪系统时出了问题。我们稍后会讨论这一点。

另一些人甚至认为，疲劳的原因可能与属灵方面有关，也就是与人们的生活方式有关。

有些人犯下严重的罪行，陷入不道德的行为之中，结果变得非常疲惫，却不知道如何摆脱这种疲惫。

当然，也有人认为，这完全是生理方面的问题，可以通过处理身体状况来解决。这正是医生们正在研究的方向。他们忙得不可开交，竭尽全力，希望找到应对这种状况的方法。

后来，他们又提出，也许这是压力造成的。

有时候，压力会在人身上形成巨大的负担。我们总是觉得：“有很多事情必须做，我们必须把它完成，现在就必须完成！这件事一定要马上办好！”

可是，我们不知道该怎么办，也不知道怎样处理这种情况。

还有一些人认为，疲劳与抑郁有关。也许生命中发生了某些事情，使我们陷入悲伤。我们带着悲伤入睡，醒来时依然悲伤，整个人一直处于悲伤之中。

这种状况会使我们逐渐精疲力竭，以至于你想做的事情做不了，想去的地方也去不了。你疲惫得什么都不想做，即使睡了八个小时，也没有什么改善。醒来时，你仍然感到疲惫。

还有人认为，问题可能出在组织和安排事情的能力上，因为有些人的生活和工作完全陷入混乱。

有些人做事毫无条理。他们早上起床，不知道首先该做什么，也不知道第二步该做什么，更不知道第三步该做什么。

如果是我，我会把要做的事情写下来。假如我半夜醒来，我就会列出第二天早上要做的事情，以及每件事情什么时候开始做。第一件、第二件、第三件.....我会把它们安排清楚。

我确信，一个人对自己工作的态度缺乏条理，也会造成很大的问题。

我甚至为那些雇用这种人的人感到遗憾。他们整天翻动文件，在办公室里走来走去，看起来忙忙碌碌，却没有完成任何事情。

你看，他们认为，这种缺乏组织和安排的状况会影响一个人的身心状态，直到他陷入一种无法摆脱的疲惫之中。这就是一种难以应对的慢性疲劳。

还有一些医生提出了更进一步的看法。他们说，慢性疲劳有时是因为无聊造成的。

你什么事情都没有做，也没有什么事情可做。你就这样什么都不做，最后变得非常疲惫，甚至不知道该怎么办。

因此，他们会建议你起床行动起来，去医院探望病人，去养老院问候老人，去监狱探望人，也可以去关怀和祝福儿童之家里那些小孩子。他们认为，当你摆脱了无聊，你的疲惫也可能随之减轻。

当然，这些问题还是要交给医生去研究。

还有一些医生认为，这一切与我们人生的目标和关注点有关。

也许我们只是没有把人生的方向确定好。我们没有一个真正追求的目标，没有值得努力实现理想。

在这样的状态下，我们就会感到精疲力竭。疲劳仿佛一条河流，不断冲刷着我们，我们却不知道该怎么办。

我们疲惫不堪，手指动不了，脚趾动不了，连头都不想动。我们已经把自己带入了一种彻底耗尽的状态。

他们认为，这可能是因为我们人生的方向和关注点不正确。

老年人，尤其是寡妇，应该重新确定自己人生的方向，去为别人做一些有益的事情。

你会惊讶地发现，这样做会让你的感觉好得多。

但有时候，你每次和一些老人说话，他们都会说：“我累了，我很累，我实在太累了。”

这可能就是某些因素正在使他们感到疲惫。

还有一些医学专家希望研究冲突的问题，包括外在冲突和内在冲突。他们认为，这些冲突可能导致慢性疲劳。

这些冲突甚至可能逐渐控制你的生活，支配你的命运，最终真正毁掉你。

生活中的冲突就是如此。

“我不喜欢那边的吉姆叔叔。我也不喜欢那边的某某。我不喜欢那边的约翰叔叔。我受不了玛丽阿姨。我也不喜欢我的姐妹或母亲。”

结果，不知不觉间，你就积累了越来越多的冲突，而这些冲突最终使你精疲力竭。

这不是很令人惊讶吗？

如今，我们有数以百万计的人处于这种状态。是时候让你和我清醒过来，去祝福他们、帮助他们、坚固他们了。

我们必须采取行动。

当数以百万计的人几乎什么都做不了，陷入彻底疲惫的状态时，我们不能坐视不管。

有些人早上出门去上班时，已经疲惫得几乎没有任何精力；回到家时，情况也没有好多少。他们整个人都被耗尽了。

你问他：“你为什么这么累？”

他说：“我不知道自己为什么这么累。我已经吃了两片提神药，可是根本没有精神。”

这显然不是我们真正需要的。

你不需要靠药物来支撑自己的身体。因为即使某种药物能让你一个小时感觉好一些，你一天还有二十三个小时要过。你需要的是能够支撑你度过整整二十四小时的东西。

对于我们这些关心他人、不愿看到美国或整个世界继续陷入疲惫的人来说，有一件事已经非常明显：

这种具有毁灭性的疲劳综合征，正在使现代社会中许多原本美好的人陷入一种近乎死亡的状态。他们发现自己陷入了绝望，仿佛被蒙住了眼睛，根本不知道如何走出来。

他们仿佛被埋在坟墓里，自己无法爬出来。

他们需要帮助。

这就是这些课程的目的。

我们来到这里，是要帮助你们重新站起来，祝福你们，坚固你们，使你们脱离疲劳的困境，进入充满能量的状态，让神所赐的力量在你们里面涌流。

神创造了我们，祂也能够重新塑造我们。

无论你经历过什么，祂都能够医治你所遭遇的任何问题。

因此，你必须进入一个凭信心相信的地步：我们不能让这种状况成为人生的终点。

我们要打破这种捆绑，摧毁这种状况。

耶稣从死里复活时说：“天上地下所有的权柄都赐给我了。”

祂已经拥有一切权柄。

既然祂拥有这一切，我们就要使用它！你和我都要使用祂所赐的权柄。

耶稣所赐的生命和能量，不是很奇妙吗？

神的话语说：“因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量。”

然而，有些人无法支取这种力量。他们与神没有关系，所以无法支取从耶和华的喜乐而来的资源和能量。他们精疲力竭，却没有办法从中获得力量。

但神的话语告诉我们，耶和华的喜乐，也就是从神的宝座涌流出来的喜乐，能够成为你力量的活水。

神希望你喝这活水。祂希望你从这些困扰中得着医治。这正是我们现在要带给你们的信息。为了恢复活力，许多国家花费了数十亿美元，欧洲也是如此。

人们谈论如何恢复青春，渴望重新年轻起来。于是，维生素工厂日夜不停地生产大量的维生素药片。除了日常饮食之外，各种补充剂也在市场上大量销售。你可以在杂货店、药房以及各种商店买到它们，也可以通过电视订购。

各种品牌、各种颜色、各种形式、各种包装的产品，应有尽有。

他们花费数十亿美元做广告，希望帮助人们恢复生命力和力量。

但他们做不到。

我的意思是，他们确实无法做到这一点。医生也会告诉你，他们无法仅仅依靠这些产品，就使人重新获得真正的生命力。

这充分说明，有多少男人、女人和年轻人正在与疲劳、倦怠和精疲力竭搏斗。

他们中的许多人非常认真，也非常努力地尝试各种方法，却仍然不知道该如何处理这个问题。

这些课程的目的，就是爱你、祝福你、帮助你，使你能够度过这段艰难的时期，并且借着神的大能得着自由。

我不想说这件事很可笑，但有一件事情确实很值得注意。

我们国家有一些大型制造商，专门生产供家庭和办公室使用的特殊椅子。这些椅子是为疲倦的人、劳累的人、精疲力竭的人设计的。

其中一家公司叫作 **Lazy Boy**。

可是，这些产品似乎只是在帮助你变得更加疲惫。你看，他们甚至把你称作一个“懒惰的男孩”。

你不是一个懒惰的男孩，你是一个需要帮助的人。你所需要的远不止一把椅子。

你需要生命，你需要能量，你需要从内在发生改变，让你里面的免疫系统发挥作用，帮助身体抵抗这种状况，使你重新恢复从前的生命状态。

那种像婴儿一样美好的生命，那种自然流露、充满喜乐的生命。

神能够把这样的生命赐给你。

你可能会感兴趣地知道，有些制造商甚至在椅子上安装了遥控按钮，可以把你从椅子上抬起来。

你甚至连站起来都没有力气了。

于是，你坐在那里，浑身颤抖，挪动着身体，接着还得按下另一个按钮，才能让椅子把你抬起来，使你能够离开椅子。

你本来不应该需要别人帮助才能从椅子上站起来。你应该能够跳起来、跑起来！

还有一些制造商生产特殊的床垫。你们肯定在电视上看过成千上万次了。

他们声称，这些床垫可以帮助你摆脱各种疲劳。

这些床垫似乎什么都能做：可以摇动、滚动、倾斜，可以向上升、向下降，还可以按摩你。

此外，还有各种特殊的袜子，可以穿在脚上帮助缓解疲劳，也有各种专门为疲惫的双脚设计的鞋子。

你看，人类可以制造供身体内部使用的药片，也可以制造供身体外部使用的 **Lazy Boy** 椅子，

还可以制造特殊的衣物，例如带有橡胶支撑的袜套，试图把肌肉固定住。

但这个问题比这些都要深得多。

它深入到你的血液之中。

这些医生已经注意到了这一点：问题深入到身体内部，涉及血液。

我们需要深入到你的内在，从根本上扭转这种状况，使你真正得着自由。

想想摩西这个人吧。

他一百二十岁的时候，仍然能够爬山。他没有电梯，也没有两个人站在两边扶着他、推着他往上走。他凭着自己的力量爬上了山。

他有一双明亮的眼睛，能够眺望应许之地，并且指出：“这一片属于这个支派，那一片属于另一个支派，那一片又属于另一个支派。”

他一百二十岁了，仍然充满活力！

我担心的是，我们太容易满足于现状了，没有以正确的方式奋力争取自己所需要的力量、勇气，以及成功人生所需要的一切。

我希望你们能够真正明白这一点。

人们在健康水疗中心花费数百万美元，甚至在电视上，你会看到一个年轻女人在那里上下跳跃，一边说：“你们只要像我这样跳上跳下，就会充满能量！”

这当然不是真的。

事实并非如此。你想怎么跳就怎么跳，真正的能量并不会因此而产生。

而且，我们当中有些人甚至疲惫得连去水疗中心的力气都没有。

疲劳已经成了我们生命中的主宰。

我们成了某种奇怪旋律的受害者，而这旋律就是那种不断缠住我们的疲劳综合征。

你能想象吗？所有医生加在一起，可能已经花费了数百万个小时来研究这个问题：为什么会发生这种情况？

为什么男人和女人必须成为自己疲惫身体的奴隶，以至于无法做事、无法发挥应有的能力，无法成为他们在生命中本来应该成为的人？

也许这是现代世界才出现的一种新状况，我们的祖先并不需要面对这样的问题。

但无论如何，有一件事我是确定的：你和我未必成为这种状况的受害者。

那么，疲劳究竟是什么？

英语中的 **fatigue** 一词来自拉丁语词根，就像我们语言中的许多词汇一样。它的意思是身体或情绪上的精疲力竭。

从这个词最初的含义来看，无论疲劳是身体造成的，还是情绪造成的，它所指的都是一种耗竭状态。

也就是说，力量不断流失，却无法得到补充。

当我们本来应该拥有能量时，能量却减少了。

在《韦伯斯特词典》中，疲劳被定义为一种达到精疲力竭程度的倦怠。

这个定义直接指出了问题的核心：疲劳就是达到精疲力竭程度的倦怠。

它还意味着虚弱到仿佛随时会倒下；也意味着身体的协调能力受到影响，甚至无法正常协调自己的动作。

它是一种疲倦，是反复出现的压力。

这种压力日复一日、日复一日地持续下去，直到把你彻底耗尽，仿佛连脚趾尖的最后一点力量都被榨干了。

它意味着缺乏精力，失去了对现实作出回应的能力。

好，就把刚才那个定义记下来：我们失去了对现实作出回应的能力。

疲劳可能是身体上的。我认为，有时候，这就是你们所说的“精疲力竭”。你们知道，这种情况正在牧师、律师、医生，以及从事创造性工作的人当中出现，还有那些长期从事同一份工作、工作时间过长的人，也会出现这种情况。

但疲劳往往不仅仅是身体上的问题，它比单纯的身体疲劳更加复杂。

它也可能涉及魂的层面，与人的思想、情绪和意志有关。

有一种严重的疲劳综合征，就像一种缓慢侵蚀人的疟疾一样，不会一下子夺去你所有的生命力，却会逐渐消耗你。

父啊，求你祝福我身边的邻舍和朋友，现在就帮助他们。

奉耶稣的名，我相信你会为他们成就这个神迹。

现在，请记住，我们有这套课程的录音带，也有录像带。我们希望你们能够取得这些资料，认真学习，因为这不是只听一次就能解决的问题。

我个人已经研究这个问题好几年了。是的，已经好几年了。

因为我看见这种状况正在我们的社会中蔓延，我知道现在是你和我得着自由的时候了。

屏幕上有我们的电话号码，也有你可以写信联系的地址。

我们希望你们采取行动，清醒过来，开始行动起来。

当你在至高神的恩膏和圣灵的带领下这样做时，你就能够打破那捆绑你的东西，摧毁那企图毁灭你的东西。

你就能够成为你自己想成为的人，成为神希望你成为的人，也成为你的家人希望你成为的人。

更重要的是，成为你自己真正渴望成为的人。

生命本来就可以充满生命力，可以充满喜乐，可以充满力量，也可以激励别人。

但你必须摆脱那种已经进入你生命、使你精疲力竭的可怕疲惫。

让我们战胜它，摧毁它！

喂养你的信心，让你的疑惑消亡。

我们下一集再见。愿神赐福给你！

莱斯特桑姆尔：疲劳的咒诅 2

我们将为你带来一套非常特别的课程，我个人将它命名为《疲劳的咒诅》。在接下来呈现给你的材料中，你会明白我们为什么把疲劳称为一种咒诅，因为它实际上正在吞噬这个世界上数以百万计的小时、数以百万计的日子。许多优秀的男人和女人都需要从这种状态中得着释放。

医学界正在竭尽全力寻找答案，却不断提出相互矛盾的报告。当他们说，这与艾滋病非常密切相关时，他们指的是你体内抵御疾病的综合征，也就是你的血液中抵抗疾病的机制已经失去了作用。这就是为什么你会患上他们所说的艾滋病。他们认为，这种情况也与血液系统中的某些东西失去作用有关。

医生为此开出各种各样的药物，各种各样的药片，但他们还没有找到治愈的方法。事实上，

他们甚至还没有找到病因，更不用说治愈的方法了。

所以，你我之间非常有必要以极大的敏感和关怀来谈论这个问题，看看我们能够做些什么来祝福你。因为有数以百万计的美好生命，正因为身体虚弱、没有能力去做事情而受到拖累。

有些妻子太疲倦了，疲倦到无法做一个好妻子，无法好好对待自己的丈夫。有些男人也无法做一个好丈夫。他只是精疲力竭地倒在床上，然后就睡着了。

因此，我们今天所生活的世界需要帮助。但首先，我们必须让一些信息进入自己的内心，然后才能开始这项健康方面的工作。

我们相信，神能够做成世上一切事情。没有任何问题大到祂无法解决，也没有任何悲伤大到祂无法担当。

所以，让我们一起来面对这个所谓的“疲劳的咒诅”。

我相信，慢性疲劳是临到人类的一种咒诅。当世界上每一个国家都有数以亿计的男人、女人和年轻人处于我们所说的“累得快要死了”的状态时，这就是一个严重的问题。

这种疲惫存在于各个种族的人群中。我曾经在世界上百一十个国家生活过，通过杂志等渠道，我也了解到各地的情况。我刚刚还读到一篇来自日本的文章。他们也累得精疲力竭。

你看，这并不是某一个种族特有的问题，也不是某一个国家特有的问题，而是与整个人类有关的问题。

这就是为什么你我必须认真面对这件事，看看我们能够做些什么。

我希望你能拿到这些课程的录音带和录像带，并且认真研读其中的内容。因为我向你分享的

这些材料，是我在过去十年或十二年里收集整理出来的，并不是偶然形成的。

我们一直在努力深入研究这个问题。

我自己并没有疲惫不堪的困扰。我是一个很特别的人，每天都精力充沛，能够做更多需要完成的事情。我真的希望你也能拥有这样的活力。

如果我能分享自己生命中的任何经验，使你的生活变得充满活力，我当然非常愿意这样做。

所以，无论太阳照耀到哪里，人们都可能感受到这种疲倦。没有哪个群体能够完全置身事外。

各个阶层的人都感到疲倦，各种职业的人都在承受持续不断的疲劳。从银行家到殡葬业者，人们都疲惫不堪。这是一种长期持续的状态，似乎永远不会消失。

在今天的社会中，我们发现牧师很疲倦，教会的牧者很疲倦，医生很疲倦，家庭主妇也很疲倦。数以百万计的人已经厌倦了疲倦本身。

有数以百万计的人想要摆脱这种状况。他们厌倦了总是疲惫不堪，他们想要重新拥有生命力。

如果他们正处于中年，就会把疲倦归咎于年龄；他们也会把它归咎于工作，或者其他各种原因。

但是，我们的社会中确实有数以百万计的疲惫之人。他们尝试了许多种药物，希望能够消除疲劳，让自己的生命重新焕发活力。

我非常同情那些早上必须服药才能起床的人。

其实，香烟也是类似的东西。尼古丁就像一颗提神药，试图让你早上能够振作起来。

有些人喝酒，试图借着喝酒让自己早上能够振作起来。这是因为他们内心感到精疲力竭，知

道自己需要某种东西，却还没有找到真正的解决办法。

而这正是我们要努力寻找的方向：找到解决办法，让你能够享受生命，享受生活。

我们所谈论的生命，是永恒的生命。当你越过约旦河那汹涌的河岸，进入永恒时，你并不会停止活着。你会继续活着，而且是在更丰富、更美好的程度上活着。

每一个人都需要从某个起点开始认识真理。

许多年前，我开始研究这个主题。当时，有一位男士来到我的教会聚会。他在一家电力公司工作。

每个星期天早上，讲道结束之后，我都会走到教会门口，与大家握手，感谢他们来参加聚会。

这位男士个子很高。他是那种爬上电线杆、从事电力工作的工人，接触的电力有数千瓦之高。

所以，每个星期天早上，我都会问他：“先生，你最近怎么样？”

他总是回答：“我很累，我精疲力竭，几乎快要死了。我甚至不知道自己还能不能吃得下午饭。我实在太累了。”

如果你连续几年听到一个人这样说，你就会开始留意这件事。

有一次，我握着他的手，问他：“你最近休过假吗？”

他回答：“休假反而更糟。等我回来时，比出去度假之前还要疲倦。”

我说：“哦，天哪！我真想看看你度假的时候到底做了什么。度假不应该让你变得更疲惫啊！你应该在阳光下休息，感受微风，爬几座小山。如果这样还不能让你恢复活力，那你一定需要别的帮助。”

这个高大、强壮、在电力公司工作的男人，后来去世了。他不是因为年老而死的，因为他当时并不老。他就这样离开了人世，而他一直深受疲劳的困扰。

我的这些研究笔记，就是从这件事开始的。

我当时想：“等一下！这是一个肌肉发达的男人，身材魁梧，爬上电线杆，从事涉及数千瓦电力的工作，可他却总是疲倦不堪、精疲力竭。”

于是，我开始用自己的方式仔细调查。

我想：“他是不是因为家庭生活而感到疲倦呢？”

我认为不是。他的妻子看起来非常爱他、非常忠于他。我相信她为他准备了最好的食物，也给予他最深厚的爱，因为她始终忠心地陪伴在他身边。

所以，我想，这应该不是家庭生活造成的。

那么，会不会是工作的问题呢？

我也不这么认为。他谈起爬电线杆、连接电线、穿着厚重的靴子、戴着厚厚的绝缘手套时，看起来似乎很喜欢自己的工作。

但是，这个男人让我开始认真思考。我告诉自己：“我必须弄清楚这件事。我必须了解这种疲惫综合征，并找到一种逆转它的方法。我希望能够帮助数以百万计的人摆脱这种状态。”

所以，让我们一起深入探讨这个问题。

我一开始研究时，曾经想过，有时候，人活在这个世界上，会背负各种重担。这些重担会遮蔽人的视线，让人看不清前方，逐渐失去盼望，最后陷入越来越深的困境。

但我随即对自己说：“等一下！只要你还活着，就仍然有盼望。这个世界并不是一个毫无盼望的世界，也不是一个毫无帮助的世界。”

所以，我不能沿着那条路走下去。我必须从另一个方向寻找答案。

后来，我想到了主耶稣的话。

祂说：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来。”这是《马太福音》十一章二十八节。

我说：“等一下，让我再想想这个在印第安纳州南本德的人。他的担子实在太重了。”

然后，耶稣接着说：“我就使你们得安息。”

我想：“也许这就是问题的根源。也许我们正在谈论的，是人与神之间的关系。”

我从来没有见过这个男人在宗教信仰方面表现出特别激动的情绪。他坐在教会里，像一个高大的巨人，头向后仰着。

我不会说他是在瞪着你看，但他的目光几乎一直定定地注视着你。

然而，他确实喜欢听讲道的内容，因为他会告诉你：“那真是一篇很好的讲道，我真的很喜欢。”

所以，他并不是以这种方式抗拒信息。

但是，这个人每次坐在福音聚会中时，都已经累得筋疲力尽。他说自己越来越疲倦，从来没有真正得到缓解。

他服用药物，公司也为他提供药物。但这些药物始终无法使他摆脱这种慢性疲劳综合征。

最后，他去世了。他就这样带着这种状态离开了。

然而，我相信主耶稣基督能够打破这种长期的疲劳状态。我们稍后必须进一步了解，祂究竟如何做到这一点。

有些人就像耶稣所讲的那个故事中的人一样。

你们知道，耶稣讲过十个童女的故事，其中五个是聪明的，五个是愚拙的。

那五个聪明的童女为迎接新郎准备了足够的油。但那五个愚拙的童女，灯里的油却快要烧尽了。

就在新郎即将到来的关键时刻，她们的灯油烧尽了。

今天，许多传道人也是如此。许多律师也是如此。

我见过一些精疲力竭的律师，也见过我们所在城市里一些精疲力竭的国会议员。

有些人曾经担任印第安纳州议会众议院的领导职务，甚至担任过众议院议长。可是后来，他们看起来就像街头的流浪汉一样。

他们唯一能说的就是：“我太累了，我实在太累了。”

这些人似乎已经耗尽了某种东西。他们没有油可以产生热量，没有力量可以发挥能力，也没有能力去行使权柄。他们已经被耗尽，却没有办法重新补充。

这正是让我深受触动的地方。

你们知道，在那个故事里，五个聪明的童女对愚拙的童女说：“你们自己到卖油的那里去买吧，我们的油不够你们用。”

这句话确实很真实。

我们所谈论的，不是借来的灵，也不是借来的祝福。我们谈论的是一种独特的关系：你拥有属于自己的恩膏，这恩膏直接临到你，而不是借来的，不是二手的，也不是从别人那里得来的。

你自己知道是怎样领受的，也知道怎样持守它。
这一点非常重要。

所以，我们看到，那些愚拙的童女在新郎来到的关键时刻，已经离开了现场，去寻找更新、寻找帮助、寻找光明、寻找燃料。

结果，她们错过了那个时刻。

朋友，你知道吗？如果你没有让自己的内在重新充满活力，你可能会错过人生中许多重要的事情。

如果你里面没有燃烧的力量，你就可能错过生命中最美好的事物。

而当你人生中最关键的时刻到来时，你不应该还在别的地方，试图重新积蓄力量。

愿神帮助你。

我相信这一点。

一辆汽车如果机油不足，或者燃料不足，它的所有气缸就无法正常工作。

假设一辆汽车有八个气缸，却只有四个气缸在运转，那么它就无法顺畅地行驶。

有些人看起来就像一辆本来应该有八个气缸正常运转的汽车，却只有四个气缸在工作。

还有些人原本应该像六缸发动机那样运转，却只有三个气缸在工作，另外三个完全没有发挥作用。

我们必须让自己整个人都运转起来。

我们必须找到一种方法，让自己里面每一分力量都能发挥作用，让我们的思想、情绪和意志协调一致，共同运作，使我们成为神所希望我们成为的人，也成为我们在耶稣里所渴望成为的人。

你可能会问：“这种力量的源头在哪里？”

在我看来，主耶稣基督在返回天家之前，曾经对祂的门徒说：“我要求父，父就另外赐给你们一位保惠师。”这位保惠师就是圣灵。

所以，我认为有一位我们可以倚靠的帮助者。

《使徒行传》一章八节说：“但圣灵降临在你们身上，你们就必得着能力；并要在耶路撒冷、犹太全地和撒马利亚，直到地极，作我的见证。”

这意味着能力、活力和生命在我们里面流动。

你看，耶稣留下了一位能够与人类沟通、并且能够在人里面做成某些事情的帮助者。

这些事情确实不是药物能够做到的，也不是单靠运动就能够做到的。

我相信，有一个力量的源头，我们可以从那里得到充足的供应，使我们的力量重新涌现出来。

我可能有一点狂热，但我相信，即使到了六十岁、七十岁，你仍然可以拥有年轻人的力量。

圣经里有一个名叫迦勒的人。当他八十五岁时，他说：“求你将耶和华那日应许我的这山地给我。”

他愿意去对付住在希伯仑的那些巨人，就是亚纳族人。他们身材高大，而这个年长的犹太人却说：“我要去赶走他们。”

他说，自己仍然像四十岁时一样强壮。

在我们今天所生活的世界里，你已经很难找到这样的人了。

你几乎找不到他们。

所以，他有一个力量的源头，而你我也必须接触这个源头。

他拥有一种生命力，你我必须去认识和明白。

他拥有一种力量，而这是我们每一天都需要的。

让我们认真投入这项探索，找到它！

在这末后的日子里，圣灵是恢复者。

祂说，祂要恢复被蝗虫、蝻子、蚂蚱和剪虫所吃掉的年岁。祂是那位使人恢复的神。

我相信，祂能够超自然地、超自然地除去这种慢性疲劳综合征。

我们全心相信，这种疲劳与一种名为“疲劳的咒诅”的状态有关，而我们不必一直活在这种咒诅之下。

我们可以成为得自由的男人、得自由的女人，拥有充足的精力，起来行动、工作、生活。

只要我们还活在这个地球上，就应该充满活力，行动敏捷，精神振奋。

我们可以做到！

我说过，你可以做到。

所以，让我们一起来寻找，你能够领受什么，使自己成为你所渴望成为的那个人。

有时候，我只需要睡十分钟，就可以醒来，然后再继续工作五六个小时。

神把那种力量倾倒在我里面，就像把机油注入气缸一样。

你看，如果让我在床上睡四五个小时，甚至六个小时，我就会受不了。

我开始踢被子，翻来覆去，感到浑身不舒服，不知道该怎么办。最后，我会从床上跳起来，因为我再也无法忍受继续躺在那里了。

你可能会问：“为什么？为什么会这样？”

因为我的里面有生命力。我有很多想要完成的事情，有很多想要写的书。

你看，我有太多事情想做，以至于我无法长时间待在同一个地方。

有时候，我睡的那六个小时是在凌晨两点结束的。于是，从凌晨两点到五点，我就继续工作，写各种各样的书，做各种不同的事情。

但是，我们可以从自己之外的源头获得这种力量。

不是靠化学物质，也不是靠吃各种不同的食物，而是借着从天而来的超自然祝福。

这位美好的三一神中的第三位格，就是圣灵。祂降临，赐给你能力，使你成为一个焕然一新的人。

祂使你能够拥有自己所需要的东西，实现自己所渴望的目标，得到让你在生命中感到喜乐与满足的事物。

我们希望你能拥有这一切，而且我们知道，神也希望你能得到这些。

祂能够完全恢复你所失去的一切。

所以，我们希望你领受这恩典。

祂能够赐给你今生所需要的活力和恩膏。

慢性疲劳可能给你带来各种奇怪的影响。

我们当中的一些人似乎一直活在跑步机上，进行着疯狂而忙碌的活动。

我们不停地转圈，一圈又一圈，一圈又一圈。

我们以为自己正在完成某些事情，但实际上，我们只是在泥潭里打转。

当我们回过头来仔细检视时，才发现自己其实什么也没有完成。

我们只是在原地空转，让自己越陷越深，无法脱身，也没有能力把别人拉出来，更没有能力去祝福其他人。

那么，是什么造成了这种情况呢？

有可能是焦虑。

焦虑会在你的身体系统中产生有害的影响。

圣经说：“应当一无挂虑。”

你可能会想：“我会失去工作，我会得癌症，我的汽车会坏掉，下个月我将无法支付账单。”

你可能任由焦虑发展成紧张，而紧张又可能逐渐转变成一种疲惫的状态，使你无法发挥应有的力量，无法去祝福别人，也无法祝福自己。

有时候，内疚感也是一个真正的敌人。

你可能会觉得：“我这一生没有取得多少成就。我厌倦了这种生活，也厌倦了那种处境。”

于是，你陷入我们所说的疯狂忙碌之中。

你做这件事，做那件事，又做另一件事，却不知道自己在做什么。

我见过这种情况很多次。

你会看到一个人不断地整理文件、翻动纸张，好像一直在忙碌，却没有真正完成什么。

我想让你知道，这些人身上可能存在着某些需要帮助的问题。

我们希望找出这些问题。

如果有什么东西出了严重的问题，使我们疲惫得几乎无法行动，那么我们就需要另一种生命：一种充满喜乐、平安、得胜和恩膏的生命，以及一位能够改变这一切的救主。

你可以改变这一切。

我期望自己能够一直积极行动，直到有一天进入天堂。

有时候，仅仅是因为你觉得自己想退休，就可能开始感到疲倦。

我相信，按人口比例来说，佛罗里达州南部的疲惫之人，可能比世界上其他任何地方都多。

他们搬到那里去退休，结果却厌倦了退休生活，不知道自己还能做些什么。

打地滚球这种活动，早就让他们感到厌倦了。说实话，这种活动本身也挺无聊的，只不过是把一块小圆木推向前方而已。

打高尔夫球也会让人烦恼，因为你总是无法把成绩打进一百分以内。你不断错过击球，不断推杆失误，最后连打高尔夫球也让你感到厌倦。

于是，你开始寻找生命的满足感。

我们当中的一些人不知道该做什么，于是就去一家豪华餐厅吃饭，一顿饭花掉三十、四十美元。

但这同样无法解决问题。

你仍然感到疲倦。

所以，我们必须问：究竟能做些什么，才能结束这种状况？

如果问题在于我们所谓的思维混乱，以及不知道如何运用神赐给我们的时间，那么我们就需要学习如何安排自己的生活。

我们不知道如何把手头上的事情一件件做完，不知道如何把每个细节处理好，直到任务真正完成。

结果，我们发现自己陷入了彻底的精疲力竭之中。

主要原因是，我们没有给予这些事情足够的关注，最终让自己的生活变得杂乱无章。

你可以约束自己的头脑，对自己说：“听着，我要告诉你一件事：你要走在正路上，你要做自己应该做的事。我是这里的负责人，你必须听从安排。”

我的意思是，我们需要以这样的态度来训练自己。

所以，你会看到办公室里有些人总是在削铅笔，不停地翻动文件，不断地开门、关门，打开文件柜又关上文件柜。

这些人可能正在试图寻找某种方式，希望自己能够做出有意义、有成就感的事情，摆脱眼前这种无效忙碌的状态。

你可以走过去，迅速地问他：“嘿，你累吗？”

他可能会回答：“我简直快要累死了！”

我们现在所谈论的，是充满活力的生活、喜乐的生活，以及如何对抗这种疲劳综合征。

这种综合征已经影响了数以百万计的美国人、英国人、法国人、德国人、日本人，以及世界各地的人们。

我们究竟能为此做些什么？

现代社会中是否存在某种有害因素，正在造成这种情况？问题究竟出在哪里？

如果我们能够做些什么来解决问题，使自己进入一种有成果的活动状态，而不是毫无成果地忙碌，我们就能够成为真正有所成就的人。

你本来就应该如此。

我们必须采取行动，停止那些表面上忙忙碌碌、实际上毫无意义的活动。因为这些活动既不能创造什么，也不能带来真正的成果。

我们需要接受训练。

事实上，从婴儿时期开始，我们就应该逐渐受到这样的训练：每一天都是一个挑战；每一天都有具体的责任需要履行；每一天，我们的生命都应该有所成就。

而且，每一天，我们都应该从各种形式的疲惫中得着释放，成为神所希望我们成为的人。

父啊，求你祝福我的邻舍，祝福我的朋友，也求你祝福那数以百万计、疲惫到不知道该怎么办的人。

我们要帮助这些人得着医治！

此刻正是大能救赎的时刻，正是伟大释放的时刻，正是使男人和女人得自由的时刻。

我奉主的名宣告：你里面那种使你精疲力竭的状态，现在就离开！

愿我们的主和从天而来的救主赐给你从未有过的精力、从未有过的力量，以及从未有过的生命力。

愿这一切进入你的里面！

现在，我希望你坐下来，订购这套课程的五盘录音带。这是第二课。请购买精心制作的录像版本。

你将成为一个焕然一新的人。你会看见自己仍然有盼望，仍然能够得胜，并且能够享受生命。

你可以成为神所希望你成为的人。

起来吧，不要坐下不动！

不要躺下！

向着你生命中的完全得胜迈步前进！

我希望你这样做，我恳求你这样做，奉耶稣的名。

今天能与你交谈，实在是一件非常美好的事。

第三课即将开始，我们希望到时候你一定会继续收看。

在那之前，请保持微笑，继续仰望上方，继续在神里面喜乐。

请记住这一点：

当你喂养自己的信心时，你就会把疑惑饿死。

让你的疑惑死去，让你的信心永远活着。

信心里面有得胜！

谢谢大家。我们还会再见。

莱斯特桑姆尔：疲劳的咒诅 3

现在又到了我们一同学习人生真理的时间。欢迎参加这次非常美好的查经学习。它将深入你生命的内在，赐福给你，使你得着力量，并帮助你。

多年来，我们一直在研究一个专题。我不太愿意把它称为一篇论文，因为它未必会成为一本书，但我们一直在编写一些非常特别的课程，题目叫作《疲劳的咒诅》。

我们之所以研究这个主题，是因为我们发现，有太多的人被疲劳压得喘不过气来。他们失去

了精力，整个人无精打采、闷闷不乐，生活中没有喜乐。

如今，科学家提出了一种他们称为“慢性疲劳综合征”的疾病。在医生的术语中，他们称之为 CFS。因此，即使有些人还不明白这是什么，医生们已经知道这种病症，他们称之为慢性疲劳综合征。

今天，我们当中有数以百万计的人，世界其他地方也有数以百万计的人，正在遭受一种他们的祖父母根本不知道的病症。这是一种新出现的现象，是地球上新出现的问题。人们正在努力寻找这种令人衰弱的疲劳究竟是由什么引起的，因为它实际上会把一个人整个生命中的力量都抽走。

我要向你们说明，这种情况如何深入你生命中坚实的内在部分，如何使你的属灵部分变得麻

木——如果你是一名基督徒的话——最终又如何影响你的身体。

这意味着，它是针对你整个人的全面敌人。它不只是身体的问题，也不只是魂的问题，而是整个人类所面临的问题。

我们希望你向神伸出手，向神呼求，求祂使你从这个可怕、艰难、企图毁灭你生命的事物中得着释放。因为它甚至可能永远毁掉你的属灵生命。

关于这种慢性疲劳综合征，就像我们在上一课中告诉你们的，美国华盛顿州西雅图市的华盛顿大学曾经宣布，爱泼斯坦—巴尔病毒在这种病症中并没有起到主要作用。

我们对此稍微做了一些研究。爱泼斯坦—巴尔病毒有可能导致某种鼻部癌症，因为它会侵蚀身体内部的组织，并在体内发挥作用。过去，

人们曾经认为，这种病毒可能与慢性疲劳综合征存在某种联系。

但是现在，医生们认为，他们可以确定还有其他原因。他们正在寻找那个真正的原因。

因此，你和我将继续深入探讨这个问题。我们希望能够讲解得足够透彻，让你看清这种病症的本质，以及它是如何摧毁一个人的。

当然，我不是医生，但我是神的人。作为神的人，我们不希望你任由这种事情摧毁你的生命。

在《美国医学会杂志》（JAMA）上，医生们指出，一些医学专家认为，慢性疲劳综合征及其相关病症已经被归入与艾滋病相同的类别。

艾滋病是获得性免疫缺陷综合征。它会影响人体的免疫系统，包括血液相关的防御机制。慢性疲劳综合征似乎也会攻击神在你出生时亲自放在你里面的那种内在生命能量，进而摧毁它。

结果，你的生命力逐渐消退，大脑不断向身体发出指令：“不要动！不要动！我太累了！”

认识到这一点之后，你和我可以从几个方面采取行动。

我们可以开始更多地阅读圣经，开始更多地祷告。我们也应该这样做。

像大卫这样的人曾经说过：“我靠着你的神冲入敌军，借着你的神跳过墙垣。”你知道，这就是能量！这就是精力！

你看，我曾经年轻，如今也老了。但我从未见过义人被撇下。大卫说过：“我从前年幼，现在年老。”

你不必因为年纪增长，就失去神放在你里面的力量。这种力量比你的身体更深入你的内在。

我见过一些人，他们的身体某种程度上瘫痪了，但弟兄，你知道吗？他们的内在仍然充满生命

力，而且他们仍然能够以非常美好的方式发挥作用。

圣经中有一些故事，真的令人振奋。我想在这里给你们讲一两个。

我们先来看《士师记》。

《士师记》第四章记载了神的子民与他们的敌人之间发生的一场大战。经文提到，西西拉是耶宾军队的一位大将，而耶宾是迦南的王。

西西拉在战场上逃跑了，因为他的战车被击毁。他逃进了一位妇女的帐棚，寻求庇护。

那位妇女看见他惊慌失措地跑来，便对他说：“进我的帐棚休息吧。”

于是，她让这个男人喝了奶，吃了一些饼。

然后，她拿起一根帐棚的橛子。那是一根大约这么长的钉子，一端磨得很尖，用来钉进地里，

把帐篷固定起来。战场上的帐篷大多是临时搭建的。

当这位大将睡着时，那女人拿起一把锤子，把那根帐篷的橛子砸进他的头里，直穿到另一边。他就这样死了。

后来，神的军队追赶上来，大声问道：“你们看见我们要追杀的那位将军了吗？”

她回答说：“你们不必再找他了。他就死在我的帐篷里。”

疲惫真是一件可怕的事！

那位将军本来应该花点时间恢复自己的体力。他应该找一棵树，在后面休息一下。他绝不应该走进那个女人的帐篷，更不应该走进一个敌方女人的帐篷。

他实在太累、太疲倦了，只吃了几口东西，喝了一点饮料，就倒下睡着了。

他的疲惫最终夺去了他的性命。他再也没有机会留在这个世界上了。

接下来，我们再来看另一个非常有意思的故事，记载在《列王纪上》第十三章。

在第十三章开头，神对一位神人说话，吩咐他去咒诅耶罗波安的祭坛。

神还特别告诉他：“你不可在那里吃饼，也不可在那里喝水。”

于是，这位神人去了那里，咒诅了那座祭坛。

当时发生了一场巨大的骚动，因为那座祭坛是污秽的，不属灵，充满了罪恶。

耶罗波安王非常愤怒，伸手想要抓住这位神人。但他的手臂立刻瘫痪了。

他恳求那位先知说：“求你医治我！求你不要让我一辈子都带着一条瘫痪的手臂！”

先知说：“好吧。”

于是，他为王祷告，神就医治了他。

接着，王说：“我想送你一份厚礼。请来和我一起吃饭吧！”

但是，神人说：“不，我不能这样做。我不能跟你回家，也不能在这个地方吃饼，因为神已经吩咐我，不可在这里吃东西。”

于是，他离开了那座城。

圣经接着说，那里住着一位老先知。我特别强调“老”这个字，因为那里有一位老先知。

这位老先知追赶上那位神人，对他说：“我刚刚领受了神的话，神要你回来，跟我一起吃饭。”

但是，经文说，他撒了谎。

对一个传道人来说，说谎可真不是一件小事！

于是，神人跟着他回去，在那位老先知的家里坐下吃饭。

就在他坐在那里时，耶和華的話臨到，說他將要死亡。

後來，這位神人離開城鎮，準備回家，却遇見一头獅子，被獅子殺死了。

這位先知就這樣死了。

你可能会問：“這一切究竟是怎么發生的？”

聖經在《列王紀上》第十三章第十四節說，他看見那位神人坐在一棵橡樹下。

神已經吩咐他不要停留在那里，而是要盡快回到自己的家中。

然而，他沒有堅決地繼續趕路，沒有立即順服神。他反而停了下來，坐在樹下。

弟兄，當你坐在那里說：“我累了，我太累了。”你就是在等待麻煩臨到。

做事一定要把事情做完！一定要把事情做完！不要做到一半就坐下來停下。

如果你这样做，你就可能丧命。

我曾经去过阿拉斯加，来到北极圈以北的一个小镇，名叫怀斯曼。我住在一位邮差家里。邮差每周乘飞机来两次，负责把邮件送到那里。我在两次送邮件的间隔期间住在那里。

那是二月份。

有一天，他问我：“你想去滑雪橇吗？”

我说：“想啊！”

他说：“我有两队狗，我驾驶一队，你驾驶另一队。我们去附近的另一个村庄，我要把一些邮件送过去。”

我说：“好啊！”

于是，我们穿上了厚厚的保暖衣物。

在他把两队狗套好、准备出发之前，他突然对我说：“先生，我必须告诉你一件事。

“在这条结冰的路上，你可能会感到非常疲倦。你不习惯用右腿推动雪橇。你看过那些人怎样用腿帮助雪橇犬前进，对吧？你可能会非常累。

“现在，我必须先警告你：你绝对不能坐下来。我们必须一直走到目的地，才能停下来。”

他说：“当你的衣服里面开始出汗时，事情就危险了。这里的气温是零下七十度，摄氏零下七十度！

“如果你在路边坐下来，五分钟之内，你就会变成一座冰雕，然后死去。因为零下七十度的低温会使你身上的汗水完全冻结，你肯定会丧命。

“所以，我必须事先告诉你，如果我看见你停下雪橇，或者看见你坐下来，我就会迅速跑回来。”

“我不会跟你客气。我会打你的头，扇你的脸，还会踢你的屁股！”

我说：“真的吗？”

他说：“你也要对我这样做。”

我说：“好吧，那你再多告诉我一些。”

他说：“这样做会救你的命。如果我能够让你心里产生某种强烈的情绪，比如愤怒，我就会转身跑回去，跳上自己的雪橇，对你喊：‘来追我！’

“这时候，你里面就会产生一股力量。你会立刻跳上雪橇，追着我跑。

“等我们到了目的地，到了那个小村庄的邮局，我再向你道歉。”

他说：“请你原谅我。但你会活下来。”

如果他不打你、不推你、不让你重新振作起来，你就可能活不下来。

他知道，继续前进、让生命持续运转，是多么重要。

不要疲倦，不要被重担压垮。如果你真的放弃前进，你就是在为自己的死亡签署判决书。

这就是我们这些课程所要讲的内容。

你们当中有些人，人生走到一半就停下来了；有些人觉得自己再也走不下去了。

当你坐下来不再前进时，你就像是坐到了自己的死亡餐桌前。

你可能在身体上死亡，也可能在属灵上死亡。

所以，我们从心底里希望你们不要像那位疲惫的先知一样，最终被狮子杀死。

他完全违背了神的吩咐。他不应该那样做，而且他自己也知道。他坐在树下，没有完成神交给他的事情，结果被狮子吞噬，丧失了性命。

那么，你能做什么呢？你能做什么呢？

让我告诉你一个故事。我希望你也能从中得到帮助。如果你没有经历过类似的事情，这个故事仍然值得你听一听。

我小时候住在美国南部的密西西比州和阿拉巴马州一带。

那时候，我们用木柴烧火，家里有一台老式的柴火炉。那种炉子做得非常漂亮，炉门上方的加热箱周围都有各种精美的图案，装饰得很华丽。

甚至连放木柴的木箱都不是随使用几块木板钉起来的，而是工厂制造的，外面也刻有精美的花纹。它就像一件家具一样，摆在炉子旁边。

每天都必须把木箱装满木柴。

小时候，家里负责装满木柴箱的人就是我。

所以，我放学回家后，会坐在客厅里，靠在椅背上休息。

我妈妈就会问：“莱斯特！”

我回答：“是的，妈妈。”

她问：“你把木柴箱装满了吗？”

我说：“还没有，妈妈。”

她就说：“那你为什么不去装满木柴箱？那是你的工作。”

我回答：“妈妈，我太累了！我实在太累了，简直快要死了！求求你，让我先坐五分钟，好不好？”

她说：“好吧，莱斯特。”

就在那时，邻居家的男孩在门外吹起口哨，喊道：“我们去踢足球吧！”

我立刻像个疯子一样冲出门，抓起足球，又踢又扔，还和他们扭成一团，玩了整整一个小时。我们玩得可开心了。

后来，他妈妈叫他回家，我也回到屋里，坐回原来的那张椅子上。

我妈妈又问：“莱斯特！”

我说：“是的，妈妈。”

她问：“你把木柴箱装满了吗？”

我回答：“没有，妈妈。我太累了，简直快要死了。我真的太累了！”

你们说，我当时真的累了吗？

没有。

我讨厌那个木柴箱，因为它意味着工作，而我不想工作。我只想玩。

我的精力多得不得了，仿佛都快从耳朵里冒出来了！但我不愿意把精力用在工作上，我只想踢足球。

现在，让我们来看看你们所说的疲劳究竟是怎么回事。

你可能坐在那里说：“我太累了，我不知道该怎么办。”

这时，一个朋友走过来对你说：“我们去佛蒙特州吧，去看看那里美丽的湖泊，顺便做点别的事情。”

你马上就说：“好啊！哇！太好了！”

可是，等一下，你不是说自己很累吗？

如果你不小心，就会相信一个谎言。

所以，我们必须进一步探讨，究竟是什么造成了这种所谓的“疲劳的咒诅”。

有时候，一位传道人会对我说：“弟兄，我真的精疲力竭了，我已经完全耗尽了。”

我听了就觉得很有意思。

我会问他：“你怎么会精疲力竭呢？你甚至还没有真正热起来啊！”

桑姆尔弟兄，我一直观察你的活动。你根本不可能在还没有热起来之前，就已经被耗尽了。根本不存在所谓的“精疲力竭”。

你说：“那究竟是什么问题？”

其实，你就像我当年面对那个木柴箱一样。

你不喜欢那份工作。你不喜欢讲道，不喜欢探访病人，不喜欢为人祷告，也不喜欢花很长时间研读资料、准备一篇讲章。

所以，你就说自己累了，甚至觉得神已经把你用尽了。

如果你在工作上也是这样，情况就完全一样。

你去上班，开始工作时就说：“我太累了，我太累了！”

我会问你：“你昨晚睡觉了吗？”

你说：“睡了。”

我就会说：“那你应该不至于这么累吧！”

但你也说不清楚自己为什么累。

这时候，另一个人走过来说：“嘿，今晚有一场大型派对！”

你一听，马上就兴奋起来：“哦，有很多漂亮女孩！天哪，我一定要去！”

于是，你穿上礼服，系好领结，精神抖擞地准备出门。

那么，刚才你为什么说自己很累，现在却不累了呢？

如果你无法发现自己正被这种事情欺骗，你可能永远无法摆脱目前的处境。

这意味着，你必须正视生活，认识事情的真实面貌，然后作出改变。

我发现，在我的办公室里，作为一名牧师，我有时会坐在那里很久，不断写东西、接电话、处理各种事务。

最后，我会说：“我累了。”

于是，我站起来，拿起外套，走进车里，开车出去。

经过前台时，我会问：“今天有多少人住院了？”

他们回答：“四个人。”

我就说：“好，我们走吧！”

当我去医院探访那些可怜的病人，为他们祷告之后，我感到无比喜乐，真的无比喜乐！

发生了什么事？

不过是换了一个环境而已！

有一次，我经历了一件真正特别的事情。

当时，我手里拿着一张纸，上面写着：“圣约瑟医院，406 号病房。”

于是，我开车来到圣约瑟医院，按下电梯按钮，却按错了楼层。我到了五楼，开始寻找所谓的“06 号病房”。

我找到了那个房间，却发现它是 506 号病房。

我根本没有注意到房间号码上的楼层差异，就直接走了进去，问道：“你今天感觉怎么样？”

躺在第一张病床上的男人说：“我感觉不太好。”

我说：“哦，我是来为你祷告的。”

他说：“那太好了，谢谢你，先生。”

于是，我开始向他引用一些经文，告诉他神如何爱那些患病的人，也告诉他神愿意赐力量给软弱的人。

他不断点头，认同我所说的一切。

这时，我看见旁边桌子上放着几支雪茄。

我说：“嘿，你看，这位先生还抽雪茄呢！”

随后，我继续完成了祷告。

祷告结束后，他看着我问：“你是谁？”

我说：“你是说，你不认识我吗？”

他说：“是的，我不知道你是谁。”

我就问：“那你谁？”

他说：“我是圣母大学的某某神父。”

我说：“真的吗？”

我低头看了看手中的纸条，问道：“请问，这里是几号病房？”

他说：“506 号。”

我说：“哦！原来我整整错过了一层楼！”

他说：“不，你没有错过任何东西。”

他告诉我，那天早晨吃过早餐之后，他就开始祷告。他说：“神啊，如果这座城市里有一个好人，如果这里有一个基督徒，请差派他到这个房间来为我祷告。我需要有人为我祷告。”

他说，几个小时之后，他所在组织的一位神父进来了，带给他两支大雪茄，放在桌上，说：

“等你休息好了，这里有一支好雪茄，你可以抽一抽。”

然后，那位神父从一本小小的黑色书册中读了一小段内容，就转身离开了。

他说：“我一点也没有感觉好转。”

他接着说：“当你走进这个房间时，我就想：‘这一次，终于有人能帮助我了！’但我当时还不知道你是谁。”

他说：“你并没有走错楼层。是神让你按下五楼的按钮，好让你来到我这里。现在，你可以去四楼了。”

于是，我下到四楼。

那里有一位病人，我刚走进门，他就说：“哦，桑姆尔博士，你好！我很高兴你来看我！”

你知道吗？人生中有时候只需要改变一下态度，就会发生变化。

我当时非常高兴，因为我找到了那位神父，也非常高兴，因为他曾经祷告，求神差派一位属神的人来帮助他。

而当我为他祷告结束时，他说：“我现在感觉太好了！我一点疼痛都没有了。我里面充满了满足感。谢谢你走错楼层，来到我这里！”

这就是神能够做的事情。

神能够在你的问题中占有一席之地，参与其中。

很多时候，你所需要的，正如我自己所需要的一样，只是换一个角度看事情，或者改变一下活动方式，转而去做的另一件事。

当我这样做时，生命就会发生改变。

我们希望你认真面对这个叫作“疲劳的咒诅”的问题。

我们希望你分析究竟是什么让你陷入这种状况，以及为什么你会一直处于这种状态。

然后，我希望你能够胜过它！我希望你得胜！

在下一次的查经中，我们将向你们讲解，这种疲劳会影响你里面哪些不同的部分。这样，你就能知道应该从哪里寻找答案，好让耶稣基督来释放你，使你得自由。

父啊，求你赐福给我的朋友，求你除去他们里面的悲伤和忧愁，除去这种可怕的疲劳，使他们不再整天疲倦不堪。

求你帮助他们去做自己喜欢的事情，帮助他们改变活动方式，使他们成为神所要他们成为的人。

我相信你必使他们得着释放。

我们盼望有成千上万的人，甚至数以万计的人，能够借着神的大能，从慢性疲劳的捆绑中得着释放。

我实在不相信单靠药物就能够治愈这种问题。当然，医生们也不认为药物能够彻底解决这个问题。

药物所带来的帮助，即使有，也只是暂时的。

让我们追查问题的根源，从根部切断它，使你能够从这种状况中重新站起来，得着自由。

因为有了疲劳，你就很难喜乐；你可能让自己的家人非常不快乐，也可能让与你一起工作的人感到非常不快乐。

这是我们必须面对和处理的问题。

这是一个全球性的问题，与地球上的某一个特定地区无关，而是涉及人类本身以及人性。

因此，我们将继续越来越深入地探讨这个主题，希望你下次还能回来参加我们的学习。

我们的下一课是第四课，也就是第四讲。我们希望你继续跟进学习。

现在，我们已经为这个专题准备好了这套精美的录影带，标题就是《疲劳的咒诅》。我们希望你尽快得到一份。

当你知道有成百上千万的人需要这些信息时，你就会希望自己能够找到一种方法，把这些信息传递给他们，让他们也能得到帮助。

所以，我们真诚地希望你能够获得这些信息，不要让疲劳咒诅你的生命，毁掉你原本能够成为的人。

无论先生们还是女士们，都请记住：年轻人也可能遭受这种问题。

你可能累得不知所措，因为你对自己的生活环境不满意，因为你所做的事情无法使你感到充实。

所以，你需要帮助、指导和关爱。

我们已经预备好要在这件事上祝福你、帮助你。

今天，你可以看到屏幕上显示的地址。请务必取得那些能够帮助你的资料，使你能够在这个重要的人生问题上得着祝福。

这样，你不仅可以使自己从疲劳中得着释放，也能够帮助别人认识到，有一个源头可以让他们得着帮助。

那里有一个源头，是从神而来的源头；那里有力量的源头，也有爱的源头，像太阳一样在天空中发出耀眼的光芒。

接上这个源头，领受祝福，得着满足，并领受你生命中所需要的一切美好事物。

请务必这样做。

最后，请记住，在我的教导课程中，我总是要告诉你们：

当你喂养自己的信心时，你就会把疑惑饿死。

在今天这一堂课中，你已经喂养了自己的信心。

现在，就让你的疑惑死去吧！

我们也正在与你一同经历这一切。我马上就会回来。

莱斯特桑姆尔：疲劳的咒诅 4

好了，进来吧，开始上课了。把那些无关的噪音都排除在外，好让你能够领受我们要讲的内容。我们正在讨论一件极有价值、极其重要的事情，我们称之为“疲劳的咒诅”。

疲惫不堪的基督徒，还有罪人，也都疲惫不堪、精疲力竭，不知道该向哪里求助，也不知道该怎么办。因此，我们要深入探讨这个主题，并且希望你能全心投入，与我们一起学习。

弗朗西丝·亨特是查尔斯·亨特的妻子。她是一位著名的作家，也许查尔斯同样如此。不过，

他们是一对非常特别的夫妇，走遍全国，开展一种非常独特的事工。

弗朗西丝曾经被疲倦和疲惫击倒，而且一直无法摆脱这种状况。她接下来要分享的，就是她的亲身经历。她是我们的好朋友，我们非常欣赏她。她会告诉我们，一个长期处于疲惫状态、疲倦不堪的人，究竟该如何处理这个问题。

弗朗西丝用自己的方式，把她的情况称为“精力滞后”。你知道，她总是在不合适的时候耗尽精力，而那时她应该完成的工作还没有完成。

弗朗西丝曾经拼命想要克服这种疲劳。医生给她开了各种维生素，她都服用了；她还吃甜食，希望借此补充精力。有时候，她甚至连续睡上好几个小时，甚至在床上躺两三天，以为这样就能恢复体力。

但弗朗西丝说，以前别人来找她祷告，希望摆脱疲惫时，她总是告诉他们：“要进入神的话语中，神的话语会让你很快恢复精神。”

然而，当弗朗西丝自己进入神的话语中，并且连续睡上长达二十四小时，甚至四十八小时都不醒来时，她从医生那里得知，自己患上了一种严重的疾病；在她的情况中，这后来被确诊为糖尿病。

她长时间沉睡的那些时候，实际上处于糖尿病昏迷状态。

医生进一步向她解释，糖尿病是全世界第三大致命疾病，仅次于心脏病和癌症。

所以，当她终于发现并明白，吃甜食并不能解决问题，反而使病情恶化时，她就开始来到神面前，谦卑自己，开始祷告。

接着，她彻底改变了自己的饮食习惯。几周或几个月之后，弗朗西丝就不再疲惫不堪了。她

可以像她告诉我的那样对你说：“我现在精力充沛！”

有时候，我们需要知识，才能明白自己究竟出了什么问题；接着，我们需要科学来帮助我们；然后，我们还需要开始向神祷告，并且活出相应的生活方式。

现在，我知道，此刻我们正在与成千上万的人交谈。你们当中有许多人，可以说正承受着疲劳的咒诅。你们日夜疲惫不堪。

让我们来看看其中的一些原因。

有人告诉我们，内心过度焦虑可能是造成疲劳的一个真正原因。你可能为这件事担忧，又为那件事烦恼，结果整个人完全陷入不安之中。

你可能为一件事情忧虑不已，而那件事实际上永远都不会发生。过度焦虑会造成情绪上的耗竭。

圣经谈到过度忧虑的问题。你知道吗？你可能因为各种各样与你无关的问题，在情绪上把自己耗尽。你只是以为那些事情即将发生，但它们也许根本不会以你想象的方式发生。

你就像是一直依赖自己的情绪生活，仿佛发动机快要耗尽机油，汽缸因为没有足够的润滑而开始发出敲击声。

神的话语告诉我们，主耶稣在祂伟大的讲道中，也就是《马太福音》六章三十四节，说：

“所以，不要为明天忧虑。”

你知道，我相信神会供应我们所需要的一切。

我们今天承担了许多事工项目。我们刚刚寄出了一大笔款项，帮助尼加拉瓜。我们直到后来才知道，他们昨天才遭遇地震，所以根本来不及事先告诉大家，也来不及向大家请求帮助。

与此同时，我们也在帮助非洲、帮助欧洲、帮助亚洲。

每当出现需要时，我们就采取行动，而神会供应那项事工所需要的一切。为此，我们要向祂献上感谢。

但主耶稣说，不要为明天忧虑。

如果你总是在为那些可能永远不会遇到的难题提前搭桥，如果你为了某件可能根本不需要担心的事而熬夜到半夜，甚至睡不着觉，那么你就永远无法成为一个活得充实、能够引导他人生命的属灵领袖。

因此，耶稣希望你不要过度焦虑。

祂说，不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。

我发现这话确实是真实而且足够的。

许多人一直在担心十年以后会发生什么。他们想：“等我老了，会发生什么事呢？”

你也许根本不会活到那么老，你知道吗？

过度焦虑的状态，可能会彻底破坏神放在你里面的东西。

所以，不要让这种事情把你带进疲惫的境地，以至于你实际上活在咒诅之下。说到底，把这种情况带到你身上的，正是魔鬼。

我们当中有些人不只是过度焦虑，甚至还会更进一步，陷入不断忧虑的状态，以至于嘴里整天都在念叨这些事情。

“这个情况.....那个情况.....情况真糟糕.....真糟糕的情况.....”

这让我想起一个故事。

有一位卫理公会的牧师，在一个冬天的夜晚独自坐在壁炉前。他的妻子已经上床睡觉了，而他却在火炉前来回踱步，不断地说：

“哦，神啊，我们该怎么办？那间教会出了问题，那间教会也出了问题，这位传道人遇到了麻烦。哦，神啊，神啊，我该怎么办？”

他一直呻吟、叹息。他是这些教会的监督。

他又说：“这间教会里，执事也出了问题。布朗执事和史密斯执事彼此争吵。哦，问题真多！年轻人也没有做对的事。主啊，我究竟该怎么办？”

故事说，这位牧师一直坐在那里，直到午夜，仍然在神面前呻吟叹息，不知道自己究竟该怎么办。

当他听见时钟敲响十二点时，他说：“已经午夜了。”

这时，他听见神对他说：

“牧师，你为什么不去睡觉呢？剩下的这一整夜，我来替你操心吧！”

我想，这就是神对你们当中许多人的感受。

你们已经努力了那么久，或许现在该让祂替你们承担这些事情了。

如果你愿意找到一个地方，把那些重担放在耶稣的脚前，放在天父的脚前，你就会发现，那里有得胜的能力、能力的恩膏、荣耀和自由。

这一切都属于你。

你所要做的，就是说：“我接受，我宣告这是我的，我要活在其中。奉耶稣的名！”

忧虑意味着，你正在为一些自己并不了解的事情而陷入沮丧。你不知道明天会发生什么，也不知道后天会发生什么。

你却因为这些事情而沮丧，而这些事情本来应该交托在神的手中。

我自己也必须学习这样做。

我发现，到了早上八点，许多问题看起来都没有午夜时分那么严重。它们似乎在夜里缩小了。

忧虑并不能解决任何问题。你知道，如果忧虑真的有帮助，那倒是另一回事了；但事实上，忧虑从来没有为任何人解决过任何问题。

然而，这种被称为“忧虑”的状态，却可能带来疲劳的咒诅，使你疲惫不堪、精疲力竭、筋疲力尽，直到你完全不知道该怎么办，也不知道该向哪里求助。

所以，你必须从这种状态中得释放。

究竟是什么造成了你的疲劳？

有人说，如果你享受自己的工作，那么工作过度很少会真正造成疲劳。

但根据我辅导过的人的经历，我发现，问题往往出在某种内在冲突上。

有些男人甚至会因为岳母而生病。内在冲突！

“她总是干涉我的事情！”

算了吧，你需要一些帮助。无论如何，还是稍微爱她一点吧！

还有人说：“我工作中的老板实在太刻薄了！”

那就多爱他一点。明天带个苹果给他，或者带些糖果给他。主动对人友善，你就会有朋友。

内在冲突可以在你的思想中激烈地燃烧，也可以在你的身体里不断发作，把你整个人耗尽。

内在冲突与你的自杀倾向有关，而这正是我们下一课要深入讨论的内容。

这些冲突会让你疲惫到连解决问题的方法都找不到。你可以随意吃多少药片，但它们也无

法让你摆脱这种状态，因为我们现在所谈论的并不是身体方面的问题。

我们谈论的是内在运作的问题，是发生在你里面的事情。我们必须深入内心，才能处理它。

所以，我希望你能够说：

“桑姆尔弟兄，我做得到！我做得到！”

无论如何，主有一句话要赐给你。这句话记载在《马太福音》十一章二十八节。刚才我说错了，不是十二章，而是十一章二十八节：

“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。”

所以，如果你已经疲惫不堪，背负着沉重的重担，劳苦工作了太多小时，主说：“我就使你们得安息。”

“我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式。”

这个世界的轭有时候非常沉重。

悖逆也是一个沉重的轭。

酗酒是一个沉重的轭。

离婚也是一个沉重的轭。

你看，耶稣说：“你们当负我的轭，学我的样式。”

哦，这正是我们需要做的！

我们需要更深地认识耶稣。我们需要知道祂关心我们，祂爱我们，祂帮助我们，也医治我们。

祂说：“你们心里就必得享安息。”

这里所说的，是你魂里面的安息，也就是你魂的部分。我会在下一课中向你们讲解，你里面有三个部分，其中包括魂的部分。

耶稣说，祂的轭就是圣洁、纯洁、敬虔、平安和喜乐。

祂说：“我的轭是容易的，我的担子是轻省的。”

你从这里看见了什么？

祂能够赐给你精力，赐给你生命，把祂的力量放在你里面。这样，你就不必整天呻吟叹息，不必总是说：“我太累了！我不知道该怎么办！”

当我们研究“疲劳的咒诅”这个主题时，我回顾了自己在过去六十多年服事中的经历。

我发现，有些人过着一种模糊不清、没有异象的人生。他们不知道自己的目标是什么，也不知道靠着神的能力，自己将要成为什么、必须成为什么、能够成为什么。

你不知道下个星期会发生什么，也没有在建造什么，好让自己下个星期能够把屋顶盖上。

你不知道明年会发生什么，于是不断问：“这一切究竟该怎么办？”

我们把这种状态称为“没有焦点的人生”。

你知道吗？这种生活方式会带给你疲倦、劳累和疲劳。

如果你知道自己要做什么，并且开始去做，你就会感到充实。

但如果你只是在原地打转，不知道该做什么，不知道自己要去哪里，也不知道什么才是最好的选择，一会儿说“去那里”，一会儿又说“不，去这里”，接着又说“不，还是去那里”，直到你完全不知道该往哪个方向走，你就可能累到仿佛要死了一样。

我想告诉你们，有数以百万计的人，因为疲惫、劳累和精疲力竭而走向死亡。这些事情会彻底摧毁他们。

所以，今天我要你把自己的人生聚焦起来。

如果你不知道该做什么，那就先把焦点放在教会里。

去把教会打扫干净。

去擦一擦所有的长椅，把灰尘清除掉。

去院子里捡起那些孩子们扔下的易拉罐。

然后，问问别人还有什么事情需要你帮忙。

也许有一位年长的女士需要有人去探望。你可以说：“哦，我很愿意去！”

那就去探望她，扶持她、鼓励她。

如果你愿意去探望一个人，你就会发现，祝福别人会带给你喜乐，也会带给你平安。

当你开始祝福别人时，你自己的问题也会逐渐消散。

我记得有一次，战后不久，我在法国的一位牧师家里吃了受到污染的食物，结果病倒了。

战后的好几个月里，欧洲的食物都非常匮乏。他们告诉我们，当时人们甚至会在面包里掺入锯末，以增加面包的数量，卖给顾客。

那真是一个艰难的时期。

政府每个星期只允许你得到一个鸡蛋。

有一次，我在法国一座离巴黎很远的大城市鲁昂病倒了。我发起了高烧，从清晨开始就一直烧得很厉害。我的胃里翻江倒海，整个人坐在那里，不停地发抖、打寒战。

我不想上床睡觉，所以就坐在角落里，把一个大毯子盖在头上和身上，坐在那里跟神谈论我的情况。

你看，我是专程到那里去讲道的，结果却病得比我一生中任何时候都严重。

那位牧师非常担心。他甚至觉得，我可能会在他手上死去。

我的高烧实在太严重了，他完全不知道该怎么处理。

后来，到了教会聚会的时间，他对我说：“我先去参加聚会，结束后就回来。希望你能撑得住。”

我说：“等一下！谁说我不去教会了？我要去教会，而且我要讲道。”

他问：“你现在这个状况还能讲道吗？”

我说：“当然能！”

于是，我去了教会。

我知道自己需要医治，所以我讲了一篇关于医治的信息。

讲完之后，那位牧师却把事情做得有点过头了。

我刚讲完医治的信息，他就立刻宣布：

“桑姆尔弟兄愿意为你们所有生病的人按手祷告！”

当时现场有一千五百到一千八百人，其中有一千人走出来，排队让我为他们祷告。

我心想：“哦，我的神啊！这下我真的要死了！”

你知道，我当时发着高烧，光是讲完那篇道就已经非常困难了。我必须用双手抓住讲台的两边，才能让自己不至于倒下去。

我对旁边的人说：“请带我走到那条队伍前面。”

那条队伍从建筑物的一侧一直延伸到后面，再绕到建筑物的另一侧。

我必须为每一个人逐一祷告。

于是，我开始为第一个人祷告。我说：

“主耶稣基督是医治者。因祂受的鞭伤，我们得医治。领受神的生命，让祂的生命进入你里面！”

我不知道那个人得到了什么，但我自己却得了医治！

砰！医治临到了我，而且非常强烈！

我的整个身体都充满了力量。

我继续沿着队伍往前走，身上稍微出了些汗，但高烧已经退了。

我满心喜乐、满有祝福地为那些人每一个人祷告。

结束之后，牧师问我：“你现在可以吃晚饭了吗？”

我说：“可以！我饿了！”

从那以后，那场疾病再也没有影响过我。

分享你所拥有的东西，是一个极大的奥秘。如果你愿意这样做，它也能为你带来祝福。

当时，我的生命是有明确焦点的。

我本来可以待在家里，但我没有那样做。

我去那座大城市讲道。战前我就曾在那里讲过道。我去那里不是为了坐在角落里，把毯子盖在头上。

当牧师说：“等聚会结束后，我再来看你”时，
我回答：“不，你不会这样做的！我要去讲道。”

当我顺服神、去做自己应该做的事情时，我就得到了医治。

我做了自己应该做的事情，神就完成了其余的部分。

如今，那一切都已经过去了。

对你来说也是一样。如果我们能够帮助你把注意力转向别人，你就会发现，医治会临到你，而这种疲劳也会逐渐消失。

导致疲劳的原因还有很多，其中一种，我可能会称之为“人生方向错位”。

你内心明明觉得神要你成为一名医生，结果你却成了一名律师。

你明明觉得神要你成为一名宣教士，结果你却成了一名商人。

这就是人生方向错位。

一个充实的人生，是指你正行走在全能神为你安排的计划之中，做着与你整个人的生命相契合的事情。

你内心深处会有这样的感受：“这就是神要我做的事。”

为什么不省察一下自己的内心，问问自己：

“我是否正在过着自己应该过、必须过的生活？我是否正在过着一个方向错位的人生？

我是否没有走在正确的方向上，没有去做神真正要我做的事情？”

有一次，一位年轻人走到我面前。他来自加拿大，对我说：

“我是一名银行家，非常富有。我在银行工作，拥有很多财富。但神呼召我成为一名宣教士。我告诉神，我愿意在余生供养你，给你一份很

好的薪水，而我自己就留在这里继续做银行工作。”

我对他说：

“孩子，神的街道铺着十二英寸厚的纯金。你以为祂会缺少什么吗？如果神告诉你要成为一名宣教士，那么这件事就比全世界所有的财富都重要。我命令你去做宣教士！”

你不能过着一个方向错位的人生，却还指望自己快乐。

你知道，如果神真的像他说的那样，已经呼召他成为一名宣教士，那么全世界所有银行里的钱，也无法改变神对他的呼召。

因此，神希望你活出祂为你安排的生命。

而方向错位的人生会伴随着一种内疚感，这种内疚感就会带来我们正在讨论的疲劳。

当你意识到自己没有达到本来应该达到的状态，当你逃避自己本来应该做的事情时，你里面就会发生一些变化。

你会开始对自己说：

“我想让你知道，我并不是神希望我成为的那种人。我对此感到非常、非常不快乐。”

有时候，改变本身也会造成疲劳。

例如，老板突然走进来，对你说：“你明天必须搬到丹佛去。我们需要你到那里工作。”

于是，你必须带着全家搬家，把孩子们也带上，搬到一千英里之外的另一个地方。

也许过了三四个月，老板又告诉你：

“我们这里不再需要你了，但是我们真的很需要你到北卡罗来纳州！”

砰！你就这样又被调到了另一个地方。

我们有时候无法正确地面对这些改变，也无法让自己内在的生命适应这些变化。于是，我们开始感到疲倦，疲倦到完全不知道该怎么办。

那么，你可以怎么做呢？

《玛拉基书》三章六节说：

“因我耶和华是不改变的。”

我是耶和华，我不改变。

因此，你要紧紧抓住那位永不改变的神。

在新约《雅各书》一章十七节中，经文说：

“各样美善的恩赐和各样全备的赏赐都是从上头来的，从众光之父那里降下来的；在他并没有改变，也没有转动的影儿。”

祂始终如一，从不改变。

所以，你可以转向祂，因为祂永远在那里。

祂是你生命中的北极星，永远不会离开。祂会一直在那里，继续赐福给你，继续扶持你。

这样，你就不会活在咒诅之下。

我曾经在世界各地生活和服事过，所以我要简短地告诉你们这一点：魔鬼会把沮丧带到人的生命中。

我曾经在外国遇到一些巫医，他们沮丧得不知所措。

我也曾在这个国家遇到一些自称撒但教徒的人，他们同样陷入极深的沮丧之中，不知道该怎么办。

他们发现，巫术无法使他们的人生得到满足，也无法给他们想要的东西。

他们转向了撒但，而在这样做之后，他们变得疲惫不堪、精疲力竭。是魔鬼造成了这一切，因为他们去玩弄了不该碰的东西。

那么，你该怎么办？

你要斥责魔鬼，转离魔鬼，转而事奉那位永活的救主。

这正是我们希望你去做的事。

关于“疲劳的咒诅”，我们至少有五堂这样的课程。

我们也许无法完全按照你所期待的方式，准确地说出你需要听到的每一句话，但你会逐渐明白其中的要点：你不应该一生疲惫不堪、精疲力竭，直到死亡的那一天。

你可以充满活力地离开这个世界。

不，你不必在临终前花上六个月的时间，一点一点地衰弱下去，最后才慢慢死去，仿佛要花六个月才能走到生命的尽头。

你可以像摩西一样，也可以像迦勒一样。

你不必被疲劳压垮。神能够赐给你力量，直到你上天堂的那一天。

你甚至不必因为生病而死。当你在地上的年日结束时，你可以回到天上的家。

无论如何，我希望你取得这套录音带。这套课程共有五讲，都叫作《疲劳的咒诅》。

我们希望深入探讨这个问题，从根本上帮助你，使你从疲惫和疲劳中重新站起来。

当你疲惫到一定程度时，你可能需要别人帮助你摆脱这种状态。你可能需要有人为你祷告，斥责那种压制你的力量，使你得着释放。

神愿意为你这样做。祂希望你相信这一点。

所以，屏幕上有我的地址，请把它写下来，给我写信。

屏幕上也有关于这些录像带的资料。你可以自己观看，也可以给你的孩子看，或者给你身边的朋友看。

你要知道，我们所处的是一个疲惫的世界，一个精疲力竭的世界。数以百万计的人正在遭受疲劳综合征的折磨，他们需要借着神的大能得着释放，领受新的生命，得到得胜。

不要让魔鬼把那些不应该临到你的东西带给你身上。

所以，要把这些信息领受下来，好好保存，并且活出来。

我们下一课再见。谢谢大家！

莱斯特桑姆尔：疲劳的咒诅 5

亲爱的朋友，欢迎你！很高兴见到你，愿神大大赐福给你。

在这一系列的信息中，我们一直在探讨“疲劳的咒诅”。今天是第五讲。当然，我们是在自己的电视台录制这些信息的，所以摄像机已经

为你录下了这一切。你可以得到这些录像，就像你在电视上看到的那样，在自己家里观看，也可以寄给其他人。如果有人正受到那种可怕的疲倦和劳累的折磨，无法摆脱，你就可以借此成为他们的祝福。

这套资料一共有五讲，也就是说，这些录像带里有五堂课程。我们希望你能拥有它们。

在这一讲中，我们不仅要辨认什么是疲劳，还要向你说明，疲劳是如何影响你整个生命的。你有灵、魂和身体。你可以在《帖撒罗尼迦前书》第五章第二十三节读到这一点。经文说：“愿赐平安的神亲自使你们全然成圣！又愿你们的灵与魂与身子得蒙保守，在我主耶稣基督降临的时候，完全无可指摘。”这里说的是整个灵、魂和身体。

所以，疲劳这个问题可以征服你的灵。你可能会问：“我的灵是什么？”你的灵，就是你重生

之后的本性，是你得救时所领受的，是你里面开始活过来的生命。

保罗在《以弗所书》第二章说，你们从前死在过犯罪恶之中，神叫你们活过来。你看，你的灵就是神放在你里面的生命。但这生命也可能受到疲倦的污染，因为你的讲道、祷告和歌唱都与灵有关。

我曾听过一些人在教会里唱诗，他们唱出来的声音几乎成了一种褻渎。他们只是机械地唱着，疲倦得不知所措，一直打着哈欠。

神希望赐给你力量和活力。生命本来就充满丰富的能量。我第一次看到尼亚加拉大瀑布时，告诉你，我里面充满了力量，感觉自己简直可以飞起来！当我看见那么多水从那里倾泻而下时，我告诉你，我领受了圣灵所赐的能量！

你知道吗？神希望你充满活力。祂不希望你软弱，不希望你忧伤，也不希望你疲惫不堪，以

至于疲劳综合征一直笼罩着你的生活。神不希望这样。这种情况也可能侵袭你的灵。

《罗马书》十四章十七节说，神的国在乎公义、和平并圣灵中的喜乐。疲劳可能夺走你的喜乐，除去你的平安，甚至损害你与神的关系。这属于你的灵的领域，也就是你里面深处的部分。神不希望这些事情拦阻你，使你无法在祂里面领受丰盛的祝福。

除了灵以外，你还有魂。神创造了你，使你成为一个有魂的活人。圣经说，神创造了人，人就成了有灵的活魂。

你的魂与我们所说的亚当堕落之后的人性有非常密切的关系。当亚当离开伊甸园时，他已经得罪了神，与神的关系也因此破裂了。神曾说，他吃了那分别善恶树上的果子，就必定死。然而，他并没有在身体上立刻死亡，他又活了九百三十年。

他的魂也没有死，因为他仍然拥有魂的所有功能，包括心思、情感和意志。但是，他与神的关系死了。他再也不能像从前那样看见神了。天使把他赶出了伊甸园，他再也没有与神同行。他虽然听过神的声音，但他与神的属灵关系已经破裂了。

这就是你的灵。

亚当走出伊甸园时，仍然拥有魂。魂由心思、情感和意志组成。

我相信，在前面某一讲中，我已经告诉过你，神希望作你灵的王，也希望你的灵作你身体的王。祂要在你的灵里掌权，而你的灵应当管理你的魂和身体。

这一点非常重要，确实非常重要。

所以，大部分的忧伤都来自我们所谓的魂的部分。在魂里面，你有心思、智力、大脑、思考、计算和评估的能力。

魔鬼希望攻击你魂的这个部分。没有经过你的大脑，它就无法把这种疲劳带给你身上。那些信息必须经过你的大脑。你会不断听见里面的声音说：“你累了，你累了，你累了，你累了，你累了，你累了，你累了。”

你明白吗？所以，你必须让自己的大脑和心思与基督、与神，以及你与神同行的经历保持联系。但魔鬼会在这个地方发动攻击。

因为魔鬼希望你的魂作王。当你的心思成了王，这就成了一个问题。这也是我们国家今天面临的问题。许多人说：“我学过这个，我学过那个，我还学过其他东西。”他们相信自己所学到的一切，于是，心思就成了他们生命的王。

但是，你的心思并不是你生命的王，你的灵才是你生命的王。你的心思是仆人，是用来服事的。它不应当成为统治你生命的主宰。

因此，我们希望你知道，你可能在自己的心思里制造出这种疲劳，最终甚至完全毁掉自己。你必须洁净自己的心思，除去这些东西，才能得着自由。

此外，这种疲劳问题，也就是疲劳综合征，还可能来自你的情感领域。

在情感方面，你有各种感受。人类的情感可以产生数不清的感受，可能有上百万种。没有人真正计算过，一个人究竟能够产生多少种情感。

在这个领域里，你有各种感受。你会说：“我有这种感觉，我有那种感觉，我还有另一种感觉。我感觉很好，我感觉不好，我感到难过。”你看，在这个领域里，你可以有数不清、上百万种不同的感受。

你可能因此变得疲劳，因为这是属于魂的部分，而魂是比较软弱的部分。

你里面最强大的部分是你的灵，是你与神的关系，因为耶和华的喜乐是你的力量。

所以，在你的灵里面，有从神而来的生命源头不断涌流。这正是使你成为神所希望你成为的那种人的原因。

神希望你胜过一切试图拦阻你成为祂所要你成为的人的事物。

除了感受之外，还有另一个广阔的世界，那就是欲望的世界。

一个女人可能非常渴望得到一件漂亮的衣服，却因为买不到而难过得生病。一个男人可能非常渴望拥有一辆新汽车。如果他得不到，就会觉得浑身不自在，内心感到悲伤、沮丧。

所以，欲望这件事也可能把疲倦、劳累和疲劳带进你的生活。

也许你靠自己无法摆脱它。你可能需要有人为你祷告，需要帮助，需要一位指导你的人，需要有人帮助你除去那东西。

因此，你会发现，这种持续不断的疲倦可能在你里面运行，无论是在我们所说的灵的领域，还是在魂的领域。

你的灵应当作王，你的魂应当作仆人。但是，如果你不让魂作仆人，魔鬼就希望你的魂成为你的神。

它希望你靠自己的心思生活，希望你靠自己的智力生活。你会说：“我知道这个，我知道那个，我还知道其他东西。”

然而，你的智力受到你读过的、看过的和听过的东西的限制，仅此而已。

所以，你绝不能把自己永恒的命运交托给这样一个有限的领域。

接着，魔鬼会说：“现在，你要思考。用你的心思去思考、思考、思考、思考。”

但思考本身也可能把你带进疲劳的问题之中。没错，你的思考可能把你带进疲劳的领域，使你彻底崩溃，因为你的心思没有与全能的神及祂能力的源头连接起来。

所以，我们希望你与祂连接。

接下来，我们再看看第二个领域。我们不会在这里深入展开，只是让你知道，这是一个需要留意的领域，你必须明白它与你的关系。

在情感这个领域里，我们有感受，也有欲望。你可能渴望得到某样东西，却因为得不到而极度失望，于是变得忧伤。

然后，你开始疲倦，开始劳累，最后不得不躺在床上。你受不了了，你明白吗？

不仅如此，你还有情绪和心境的起伏。在这个领域里，你的情绪会把你带到高处，也会把你带到低处。那时，你根本没有活在神里面。

一个情绪多变的人，今天可能与明天完全不同。我们正在努力向你说明，魔鬼希望把你推入疲劳的状态。

它会利用你好的部分，也就是你的灵；或者利用你魂的部分，也就是你里面的部分，让你变得情绪化、喜怒无常。

你看，在情绪方面，我们常常过分依赖自己的感受。

有一天，我在史密斯·维格斯沃思的家里。我说：“每次我来见你，你看起来都这么好。你已经八十岁了，可是每次我来，你看起来都和上次见面时一模一样。我不太明白，你怎么总是感觉这么好？”

他把我带到了浴室。他说：“我想让你知道，我从来不会问史密斯·维格斯沃思感觉怎么样。”

我说：“为什么？可是，你就是史密斯·维格斯沃思啊！你现在竟然告诉我，史密斯·维格斯沃思从来不问史密斯·维格斯沃思，史密斯·维格斯沃思感觉怎么样？”

你明白吗？如果你要靠自己的感觉生活，我可以向你保证，你一定会活得疲惫不堪。

那么，你可能会问：“我们应当怎样生活？”

我们应当靠神的气息生活。

我问维格斯沃思：“那么，你每天早晨怎样起床？”

他说：“我会从床上跳起来，在房间里跳舞十分钟。”

他已经八十多岁了，却说：“我会在房间里跳舞十分钟，赞美神赐给我的生命，赞美祂的爱，赞美祂每天在我生命中所做的一切。我非常喜乐，因为我可以与耶稣一起开始新的一天。”

接着，他说：“然后，我洗澡、穿衣服、下楼、读神的话语、祷告，之后，我就预备好去祝福那些来到我面前的人。”

你看，他并没有过着情绪起伏不定的生活。

大多数人都是活在情绪之中。如果他们喜欢某件事，就觉得自己心情很好；如果他们不喜欢，就觉得心情很差。

但如果你这样生活，就会让自己陷入疲倦、劳累，以及无法应付的处境之中。

你可能会说：“主啊，我应付不了！”

但神能够赐给你力量。神能够在灵的领域里赐给你力量，而你的灵本来就应当作你生命的王。

我这里所说的“灵”，并不是指神的圣灵，而是指人的灵，也就是你重生之后的灵。

当我重生得救时，我成为了一个不同的人。我开始有不同的思想。

有一次，在我的一个复兴聚会中，我问一个人，他是否愿意前来把自己的心交给耶稣。他说愿意。于是，他走到前面，我亲自与他一起祷告，他把自己的心交给了主。

他站起来说：“我可以作一个简短的见证吗？”

我说：“可以，我想应该可以。”

他转过身来，说：“我以前认为你是世界上最刻薄的人。现在，你在我眼里却成了世界上最好的人。我以前一点也不喜欢你。我认为你是我见过最吝啬的人。但是现在，我已经不再那样看你了。”

他伸手指向附近的一些邻居。

你看，那些邻居并没有改变，改变的是他。他已经重生得救了。他用不同的眼光看人，用不同的耳朵听人说话。

从前，他看着住在附近的人，心里会想：“天哪，我真希望自己能搬离这个地方！”可是，在重生之后，他竟然在这些人身上看见了新的东西。

你知道重生为他带来了什么吗？重生给他带来了极大的喜乐和满足，除去了他的疲倦和劳累。

所以，我想向你提出一个建议：如果你愿意更加亲近神，把自己的重担卸给主耶稣基督，你的生命就会有所改变。

有些年长的妇女，因为丈夫去世而悲伤。她们发誓说，自己的丈夫是世界上最好的人，是一位非常好的基督徒。

那么，你到底为什么要这样悲伤呢？

你的悲伤是自私的。你只是希望还有一个人可以免费服事你，希望还有一个人可以给你东西。

你看，你实际上并不是在为他悲伤，而是在为自己悲伤。你关注的是自己。看看你自己，就会发现其中的自私。要把那种自私除掉。

如果我们的亲人先于我们离世，就当赞美神！我们一直在传讲这个信息：他们离开这里，去到天堂；我们也会离开这里，永远与神同住。很快，我们所有人都会在那里相聚。

这是何等美好的事啊！

我们应当好好地为主而活。至于死亡，你必须相信这一点。我全心全意相信。无论是我离世，还是别人离世，我都要继续保持对神一如既往的态度。奉耶稣的名，阿们。

我们的魂有三个部分，是从亚当那里承接而来的，需要被更新、从罪中得拯救，并且不断进入神里面。

第一个部分是你的心思，包括你的智力、大脑、思考能力、评估能力等等。

第二个部分是你里面那个极其广阔、极其特别的领域——情感。

你的情感既可能毁灭你，也可能成为你生命中的祝福。它们可以带给你喜乐，也可以让你经历人间地狱。

所以，你必须管束自己的情感，包括与你的感受、欲望、情绪以及许多其他事情有关的情感。

第三个部分，是你魂里面的意志。

大多数人并没有认真研究过意志。你们应当研究这些内容，可以读我的《全人》这本书，也应当读我的《人的意志》这本书。

耶稣基督在客西马尼园里，最后向父神表达的就是祂的意志。祂说：“不要成就我的意思，只要成就你的意思。”

你的大脑可以说：“我要去芝加哥。”

你的情感也许会说：“好啊！”

但你的意志可以说：“今天不行，你哪儿也不去。”

于是，你就不会去了。

我们需要研究人的意志所具有的力量和能力。因为当魔鬼攻击你的意志时，它就能把疲劳带进你的生命，而且那疲劳会强大得像一匹马一样。它能够毁掉你里面所有美好的东西，使你的意志无法正常发挥作用。

有时候，你的意志在某件事上不能发挥作用；另一些时候，在另一件事上也不能发挥作用。你的意志没有建立在神里面，也没有建立在真理里面。

因此，你的意志必须受到正确的引导。

因为你生命中所有作决定的因素，都存在于你的意志之中。你是借着意志来接受救恩的，也是借着意志成为基督徒的。

你看，你的意志里面还包含着作出选择的能力，以及你表达自己的能力。

看看浪子吧。

他离开了父亲的家，挥霍掉所有的钱，最后落得住在猪圈里的下场。

他原本住在一个富裕的家里，住在一个美丽的地方，有舒适的床和洁白的床单；可是现在，他竟然发现自己与猪住在一起，和猪一同吃东西。

首先，他的身体告诉他：“我不喜欢猪！我不喜欢和猪住在一起！”

这就是他的身体对这件事的反应。

接着，他的魂开始发挥作用，他的心思开始运作。他说：“我想，我要离开这里。”

于是，他开始爬过篱笆。

然后，他的感受说：“再见了，猪！我再也不会回到这里来了！”

接着，他的意志说：“出发吧！主啊，你把他们扶起来，我就把他们放下去。”他就这样充满力量地行动起来。

你看见了吗？你里面的各个部分是如何彼此协调、共同运作的？

这需要你整个内在生命共同参与，而其中最有力量的，就是你的意志能力。

神把这种能力赐给了我们，祂不会把它夺走。

有些人会问：“神为什么不杀死希特勒？”

但不知什么原因，神没有这样做。你是一个人，你拥有意志的能力。你是一个人，是一个具有

永恒价值的受造者。神赐给你爱或恨的能力，你必须自己作出决定。

这就是意志的领域。

当你决定要做某件事时，你就是在运用自己的意志。意志是你里面最强大的力量，而你的意志需要受到约束。

因为它可能把你带到错误的人群中，带到酗酒的人群中，带到沉溺于变态行为的人群中，或带到吸毒的人群中。

所以，你的意志必须受到全能神大能的约束，使你能够说：“我不打算继续活在那样的领域里。我不打算成为那样的人。我要让神的大能改变我。”

这就是“疲劳的咒诅”所涉及的领域。

这种东西就是从你里面这些部分产生的，它在里面滋生、在里面成长。如果你无法发现这一点，就永远无法真正处理它。

你看，疲倦是从你的内在产生的。

那么，你的身体又如何呢？

你的身体是你这个人的第三个部分。实际上，你的身体就像一个仆人。如果你的心思说：“往那边走！”你的身体就会啪嗒啪嗒地朝那个方向走去。

你的身体让我想起一只贵宾犬。

一个富裕的家庭可以花好几百美元买一只贵宾犬。他们可以替它修剪毛发、给它的脚趾甲涂上颜色，再在它脖子上戴上一条金链子。

但是，如果他们把这只狗放到前院，而镇上最穷的乞丐从旁边经过，浑身散发着臭味，他看见那只小狗，就从口袋里掏出一块肮脏的汉堡

肉——那是他从垃圾堆里捡来的——然后对小狗说：“小狗，来看看这个！来吧，小狗！”

那只小狗就会摇着尾巴，跟着方圆一百英里之内最肮脏的流浪汉走。

你可能会问：“为什么？”

因为它是一个受身体欲望支配的动物，是一个受肚腹支配的动物。它跟随自己肚腹的欲望。

所以，当我们谈到你的身体时，你里面的情况就会显明在外面。

如果神在你里面，你的手就会这样表现；如果魔鬼在你里面，同一只手就会那样表现。你明白吗？

因此，身体只是对你内在的真实情况作出反应。

如果你里面是一个邪恶的人，你的眼睛就充满淫念；如果你里面是圣洁的，你根本不会用淫乱的眼光看人。你会看见那是一个美好的人。

我正在努力告诉你，怎样才能摆脱你目前的困境——摆脱疲倦、劳累、忧伤，以及那种会毁掉你生命的慢性疲劳综合征。

这与刚才讲到的三个部分有关。

它与你的身体有关。你的身体必须行得正、做得对、活得正直。

它与你的魂有关。魂里面有三个主要的功能，就是心思、情感和意志。

它也与你里面的灵有关。你的灵要在重生之后才真正活过来。没有一个罪人的灵是活过来的。他们里面的灵仍然是死的；他们只有魂和身体。但是，一个与天堂相连、与神相连的人，里面就有三个部分在运作。

他的灵活过来了，这就称为重生。

正如保罗在《以弗所书》中所说，你们从前是死的，如今却活过来了。

你看，《罗马书》第六章说，我们若与基督同死、同埋葬，也必与祂一同复活。

所以，在神里面有生命，在基督里面有生命，而你也可以让这生命存在于你里面。

感谢你在这一系列的信息中与我们一同学习。我们希望这些信息已经激发了你里面美好的心思，使你决心不再整天愁眉苦脸，不再让自己的魂充满苦涩，也不再让自己的心破碎。

耶稣能够医治破碎的心。无论疲倦以什么形式临到你身上，新的生命、新的活力、新的恩膏和荣耀，都可以临到你。

你要伸手去领受，让神真正赐福给你。奉耶稣的名，阿们。

神希望这样做，祂已经预备好了，祂也愿意这样做。你愿意让祂成就吗？

我们的世界正在被疲倦吞噬。让我们制止这一切，让我们里面有生命，让永生神的灵住在我们里面，让我们里面有行动的力量，使我们能够敏捷地行动，带着极大的恩膏和丰富的祝福向前迈进。

我真心感谢你在这些学习中与我们相伴。我们会继续不断地为你带来其他学习内容。

所以，我们希望你继续仰望神，继续信靠神，继续相信自己是得胜者，而不是失败者。

在我们下次再与你相见之前，请继续喂养你的信心，让你的疑惑饿死。让它们死去！

谢谢你。

（系列完）