

天路客的旅程(1)

我們一起走入天路客的心靈世界

焦慮

是一種危險的訊號，
是一種憂慮、緊張、不安，使人產生危險將近的感覺。
是刺激“人”去尋找幫助。

焦慮與害怕是不同，害怕是個人能清楚意識到，並為具體的威脅所產生的一種情緒反應。而焦慮是屬心靈內在的，是現代人的重大疾病之一。

焦慮並非如同夏季的雷陣雨，來得快去得也快，而是徘徊不定，隱隱的醞釀，好比綿綿細雨，不斷將我們的心靈浸透。焦慮是我們心理發出的警報，警告我們要應付危險；也許是失去別人讚賞的威脅，或是害怕失去地位、權勢，或是失去愛的感覺以及不舒服的感覺，這一切都在人意識不到的情況下引起我們的焦慮，甚至真正的原因都不清楚。

焦慮影響自己的身心，進而讓周遭受到相當程度的衝擊，在心靈上直接反應於坐立不安、失眠、做惡夢，對於身體的作用包括心跳加快、血壓升高，情緒則比較容易激動、生氣，對他人產生攻擊行為常以爆發性怒氣或敵意表現出來。於是就會害怕無法掌握人生，注意力不能集中、思路混亂，以致產生恐慌、精神緊張，無法正常的生活，這也正是現代人最需面對與克服。

基本上我們的焦慮大都來自內心沒安全感，對世上的人沒有信任，對今日沒有把握、對未來沒有信心。(待續)



恩信家訊

- 1.歡迎! 新朋友來到恩信教會，我們誠摯歡迎你。
 - 2.教會春季一日遊於昨日四月25日蒙 神看顧順利平安。
 - 3.今天主日(四月26日)中午12:45召開例行性執事會議，請執事同工暨學習執事出席。請紀錄又瑄列席。
 - 4.聖經神學課程“聖經中人論與罪論”於下週(5月03日)主日上課，請會友準時上課。
 - 5.第十四屆兒童暑期營“墾丁天主教中心”日期7月01-04日，名額25位，費用NT.4,200(5月30日前僅需NT.3,700)，會友請盡快邀請與推廣報名(已經有十四位學童正式完成報名)。
 - 6.暑期「金門烈嶼基督教會短宣與參訪」，會友想參與此一短宣，請盡快向羅牧師報名。(報名截止日期4月26日)
 7. 2025(114)年奉獻收據於今日將發給會友，並請會友簽名領取。
 - 8.教會義賣“龜甲萬甘醇醬油1000ml每瓶NT.50元、餅乾組合一組NT.100”會友有需要可以購買。
 - 9.今日愛筵由永意弟兄和雅慧姊妹一起預備，會眾請留下來一起享用與交通分享。
- ※請羅牧師補充說明。



守望、禱告

- 1.四月22日(週三)至永安和國安國小發送兒童營DM，請為每份DM都能引導孩童願意報名參加暑期營禱告。
- 2.為一日遊末信主的親朋好友透過教會舉辦活動願意未來有機會進入教會認識基督福音。
- 3.為“朱金蘭女士、劉麗君女士、楊芙蓉女士、陳護元、林盛約先生”能認識主耶穌，信主禱告。
- 4.為傳道身體(腸躁症、腹瀉、眼力模糊)，願神保守平安。