

天路客的旅程(2)

我們一起走入天路客的心靈世界

焦慮

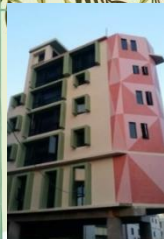
是一種危險的訊號，是一種憂慮、緊張、不安，使人產生危險將近的感覺。是刺激“人”去尋找幫助。

承上週“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。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。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。

聖經新約馬太福音六章34節『所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就穀了。』提出最建設性的教導，幫助人要發展何種特性來面對焦慮。**首先**，是將未來交給創造的神來為自己安排，就因我們不知明日將如何，未何要將明日會發生或不會發生的，提前放置今日來愁悶？**其次**，是把握現今，人之所以有明日是因先有今日，上帝對每個人都有神聖的安排，你的處境與能力祂豈會不知？天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裏，你們的天父尚且養活他。你們不比飛鳥貴重得多嗎？**第三**，人就是需要幫助，焦慮讓我們更能明白，我們是需要幫助的，誰才能幫助呢？真正的幫助就是那位創造神，且是獨一的神，成熟的體驗就是願意將你的憂慮卸在上帝面前。

我知道對於我們而言如此的說法很難讓你走入信心交託的領域，我也無法說服人必須按聖經所說執行，但我們必須誠實面對人生的焦慮，必須回到務實的生活，就是『信仰』。如果我們肯讓祂為我們除去衝突，除去不安全感，對戕害我們身心的內在焦慮和外在害怕來說，這才是最大的一劑解藥。(完)

恩信家訊



- 1.歡迎! 新朋友來到恩信教會，我們誠摯歡迎你。
 - 2.聖經神學課程“聖經中人論與罪論”於今天(5月03日)主日中午1300-1500上課，請會友預備心學習。
 - 3.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，目前僅剩下7位名額，會友請盡快邀請與推廣報名。(5月30日前僅需NT.3,700)
 - 4.暑期7月10-14日「金門烈嶼基督教會短宣與參訪」。預定5月10日召開第1次說明會
 - 5.兒童暑期營第二次籌備會議擬定五月10日主日愛筵後召開，請籌備同工“劉玉玫師母、陳嘉惠、劉又瑄、蕭伊婷、張洪寧、施興漢、林彥佐、林彥勳、陳雅慧、楊雯如、羅潔恩、黃翹庭”出席會議。
 - 6.2025(114)年奉獻收據上週(4月26日)已發送，若會友尚未領取(或有報稅需要)，請向財務同工或出納領取。
 - 7.義賣“雞蛋一盒6入NT.50、衛生紙一串NT.50(整箱10串NT.500)、龜甲萬醬油1000ml每瓶NT.50元、餅乾組合一組NT.100”會友請盡快購買。
 - 8.本月(五月)壽星“施麗莉5月22日、江力恆5月7日、蔡季瑄5月21日、林示安5月6日”祝生日蒙恩。
 - 9.今日愛筵由施麗莉姊妹和張洪靖弟兄一起預備，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.為兒童暑期營孩童的報名及活動推廣禱告。
- 2.為長者“朱金蘭女士、劉麗君女士、楊芙蓉女士”信主禱告。