

心靈之旅導論—走過心靈的低谷

1. 人生之旅…

● 如果將我們的人生比擬做一個旅程，你覺得在這個旅程中，最重要的是什麼？

•

•

•

□ 我們通常會經歷那些很少與人分擔的心靈低潮？

•

● 這些相信耶穌、屬神的兒女，是否也會遇見逆境？是否也會有很難與人分擔的心靈低潮？

•

•

•

•

2. 詩篇…

▶ 詩篇與聖經其他書卷有什麼不同？

•

•

•

•

•

▶ 詩篇如何描述歷代神兒女的心路歷程？

•

•

•

3. 心靈之旅…

▶ 詩篇如何能幫助我們走過我們心靈的低潮？

•

•

•

•

4. 我們的回應…

☞ 從今天的分享，我們可以有什麼樣的回應？

- 讓我們不隱瞞我們自己的軟弱，願意坦誠的來到神面前，向神抒發我們心中的苦楚…。
- 讓我們學習詩篇的作者們，更多的相信神、倚靠神，讓神帶領我們走過心靈的低谷…。
- 讓我們因著走過心靈低谷，更能體恤、並幫助那些正走在心靈低谷的人…。

☞ 背誦經文：

- 神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時的幫助…。（詩篇：四十六1）