

5.6

MONDAY

詩篇

62

你們攻擊一個人，要到幾時？他不過像一堵傾斜的牆、將倒的籬。你們一心一意要把他從高位拉下來；你們喜歡撒謊。你們口說祝福的話，心裡卻詛咒他。我安靜等候上帝；他是我唯一的希望。只有他保護我，拯救我；他是我的堡壘，我不至於慘敗。我的拯救和光榮都在上帝；他是我堅固的堡壘，是我的避難所。我的子民哪，你們要時常信靠上帝。你們要向他傾吐心意，因為他是我們的避難所。（詩62:3-8）

傾吐我的心

詩篇62篇，詩人安靜等候上主的拯救，宣告上主是他的堡壘、避難所與唯一的希望。儘管他感受到敵人要攻擊他，把他從高位拉下來，他仍然不以惡報惡，而是相信上主必按每一個人的行為賞賜與報應。

我們可能都曾經歷被誤會、被責備、被說閒話、被欺騙、被霸凌的窘境，明明自己沒有做錯什麼事，卻無來由地被攻擊。這時，信靠上帝就是很重要的功課。這不是消極的心態，或是讓我們乖乖被欺負，而是深信我們存在的價值不會被敵人摧毀，因此我們有勇氣面對這些惡意。

信靠上主，帶來的行動是傾吐心意，意味著把我們的心倒出來給主。將自己最真實的煩惱、憂愁、難受，甚至是隨之而來的憤怒、挫折與報復心，都交託給祂。當我們面對自己內心的黑暗，回到上主面前，我們就能獲得真正的安寧。

福至心靈 看見內在需求



人類內在的心靈世界，蘊含了多元且複雜生命經驗，深切影響著每一個人的情緒、觀點與行動。在人際關係疏離的現代社會裡，身心狀態更成為許多人不願輕易啟齒的難言之隱。本期新聞專題以三峽教會如何送別與會友情感深厚的舊禮拜堂做為起點，探索靈性關懷與內在需求議題，認識自我察覺的重要，成為面對生命難題時的幫助。（全文報導請至TCNN閱讀）

看顧我的上主，我願在困境中等候祢的救恩。求祢成為我的堡壘，使我不被敵人的攻擊動搖。擁有平安與力量。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。

