

6.22
THURSDAY
詩篇
30

上主啊，我頌讚你，因為你救了我，不容許仇敵向我誇耀。上主——我的上帝啊，我向你求助，你就醫治了我。你把我從陰間救拔出來；你使我不至於淪入冥府。上主忠貞的子民哪，要頌讚上主；你們要感謝至聖者的作為。他的怒氣轉眼消逝；他的恩惠永不休止。夜裡眼淚汪汪，朝來喜氣洋洋。我安穩自在地說：我永不至於動搖。（詩30:1-6）

得拯救與醫治

詩人用文字表述人一生之短暫，不過就片刻轉眼之間。面對永恆的上帝，我們只能在祂裡面得著安慰，上主的恩典乃一生之久，換句話說是足夠人一生的年歲。上主的恩典不會是廉價的恩典，不會只是滿足一時開心的慾望。

要安慰難過的朋友，我們常常會說：「別哭了」、「節哀」、「開心一點」，但其實強迫停止哭泣、不許表現悲傷，並不是處理哀傷好辦法，因為痛苦與失落感，不會因為我們停止哭泣而消失，唯有真的處理照顧這些創傷與感受。而詩篇中，信靠上主的人將心中的傷痛和憂慮將託給上主，這使他破涕為笑，從不安轉為平安。

信仰生命的寶貴之處，就如同保羅的秘訣，在卑賤、患難、飽足或富裕都能知足，因為信靠上主。主的同在就是我們生命最好的安慰，也因上主使我們的生命得拯救與醫治，我們也有能力陪伴他人度過創痛，將愛與溫暖傳遞給需要的人。

土敘大地震 教會全力支援



土耳其和敘利亞於當地2月6日凌晨發生芮氏規模7.8強震，根據路透社截至20日的統計，死亡人數已超過4萬7000人。搜救人員在倒塌建築中尋找生還者的同時，各教會團體也於地震發生後馬上出動評估災區需求，並提供救命物資給在地震中失去一切的家庭。（全文報導請至TCNN閱讀）

使我得拯救和醫治的上主，我願也將
愛與溫暖傳遞給需要的人。奉主耶穌基督
的名祈禱，阿們。

