

# 傾聽我的心

當我悲傷難挨 訴不盡最深的悲哀  
親愛主 哦 我的主 懇求祢傾聽我的心

當我希望滿懷 道不出最美的期待  
親愛主 哦 我的主 求祢傾聽我的心

# 傾聽我的心

求祢聆聽我每一個心跳  
那是我最真誠最渴慕的祈禱

求祢聆聽我每一個心跳  
告訴我 祢什麼都明瞭

A photograph of a small, vibrant green seedling with two leaves and a thin stem, growing out of a crack in a dark, layered rock formation. The background is a blurred, light-colored, textured surface, possibly a wall or another part of the rock formation. The overall scene is a metaphor for growth and resilience.

# 生活三明治

工作,家庭,服事

# Before we start

- **馬可福音 四章 35-41**

- 當天黃昏，耶穌對門徒說：“我們渡到海那邊去吧。”
  - 門徒離開群眾，耶穌已經在船上，他們就載他過去，也有別的船和他同去。
  - 忽然起了狂風，波浪不斷地打進船來，艙裡積滿了水。
  - 耶穌卻在船尾靠著枕頭睡著了。門徒把他叫醒，對他說：“老師，我們要死了，你不管嗎？”
  - 耶穌起來，斥責了風，又對海說：“不要作聲！安靜吧！”風就停止，大大地平靜了。
  - 然後對他們說：“為甚麼這樣膽怯呢？你們怎麼沒有信心呢？”
  - 門徒非常懼怕，彼此說：“這到底是誰，連風和海都聽從他？”
- 
- **Do you believe? 自行腦補?**

# 生活三明治-壓力

- 壓力(馬太福音六章25-34)
- 看 (26節)
- *你們看天空的飛鳥：牠們不撒種，不收割，也不收進倉裡，你們的天父尚且養活牠們；難道你們不比牠們更寶貴嗎？*
- 看神的作為，別人的經歷，以往的體驗，你就會有信心仰望。

# 生活三明治-壓力

- 壓力(馬太福音六章25-34)
- 想 (28節)
- *何必為衣服憂慮呢？試想田野的百合花怎樣生長，它們不勞苦，也不紡織。*
- 思想神的想法，祂的信實、能力、愛，你與神的關係

# 生活三明治-壓力

- 壓力(馬太福音六章25-34)
- 相信 (30節)
- *田野的草，今天還在，明天就投進爐裡，神尚且這樣妝扮它們；小信的人哪，何況你們呢？*
- 確認自己的身份和地位，是神的兒女，比飛鳥與百合都貴重得多

Here comes the stress





# 生活三明治- 家庭

- 上 – 父母 – 以弗所書 6:1  
*你們作兒女的，要在主裡聽從父母，因為這是理所當然的*
- 中 – 婚姻- 哥林多前書 7:27  
*你已經有了妻子嗎？就不要想擺脫。你還沒有妻子嗎？就不要去找妻子。*
- 下 – 孩子 – 父母的角色:園丁

# 生活三明治- 工作

- 職場想一想 – 我的喜樂從何而來
- 基督徒的喜樂
- 從神而來



# 生活三明治- 工作

- 職場想一想 – 我的喜樂從何而來
- 工作得到的喜樂
- 財務自由 => 成就感
  
- 哪裡不同



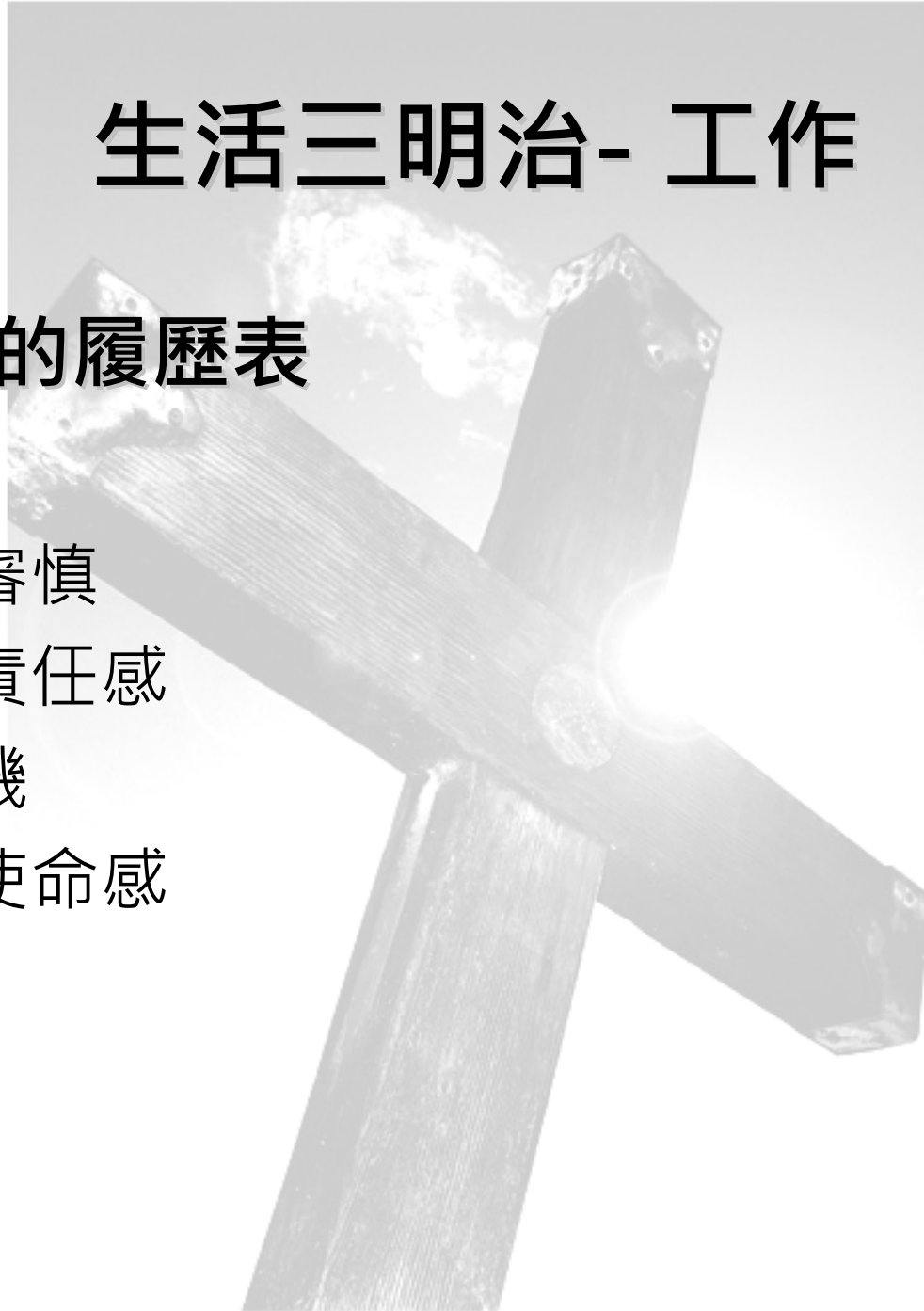
# 生活三明治- 工作

- 我的新同事 - 耶穌



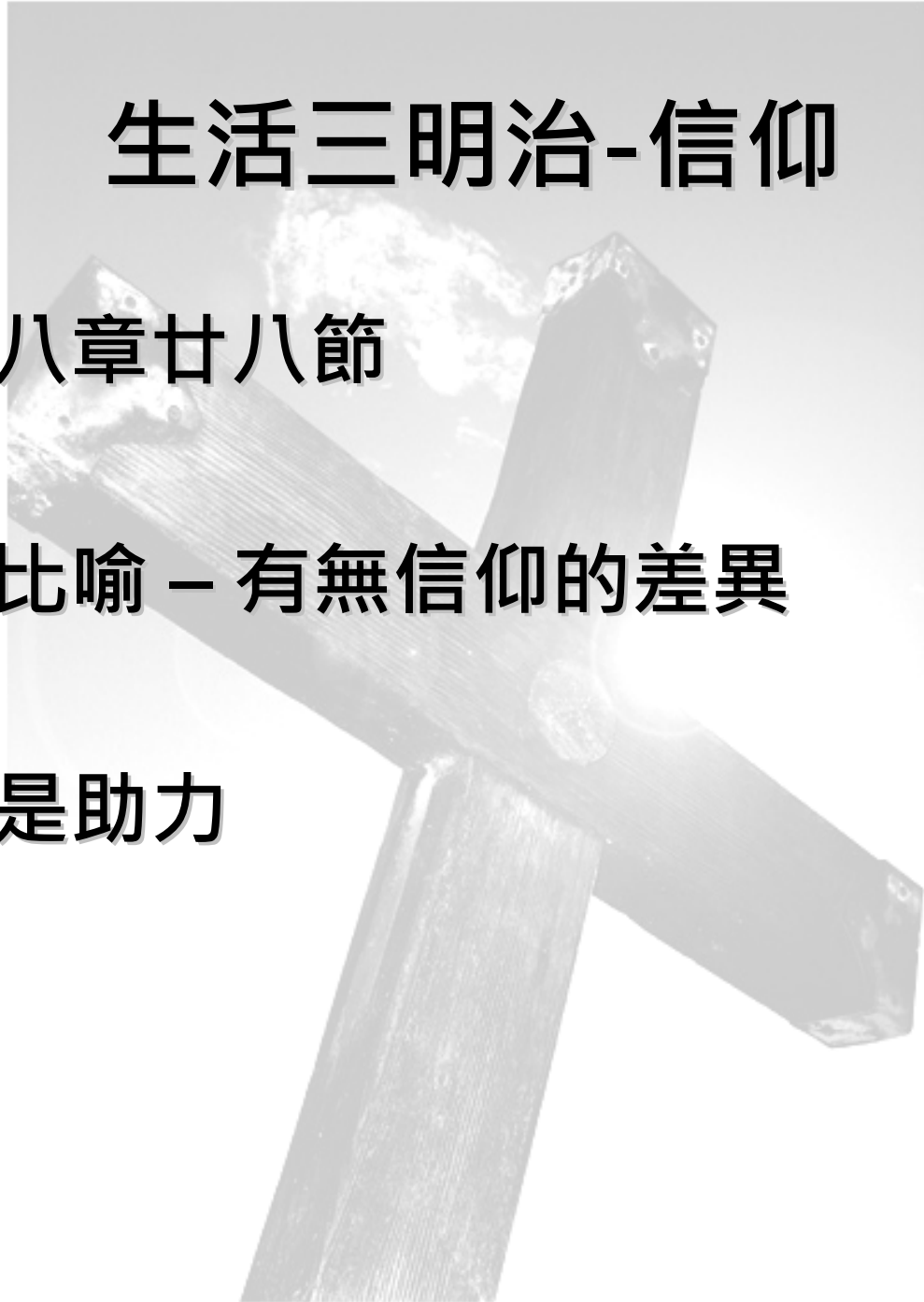
# 生活三明治- 工作

- 牧羊人的履歷表
- 積極而審慎
- 強烈的責任感
- 愛惜時機
- 強烈的使命感



# 生活三明治-信仰

- 羅馬書八章廿八節
- 信仰的比喻 – 有無信仰的差異
- 壓力還是助力



# 想一想

- 老闆:

我的火腿蛋三明治  
要去邊





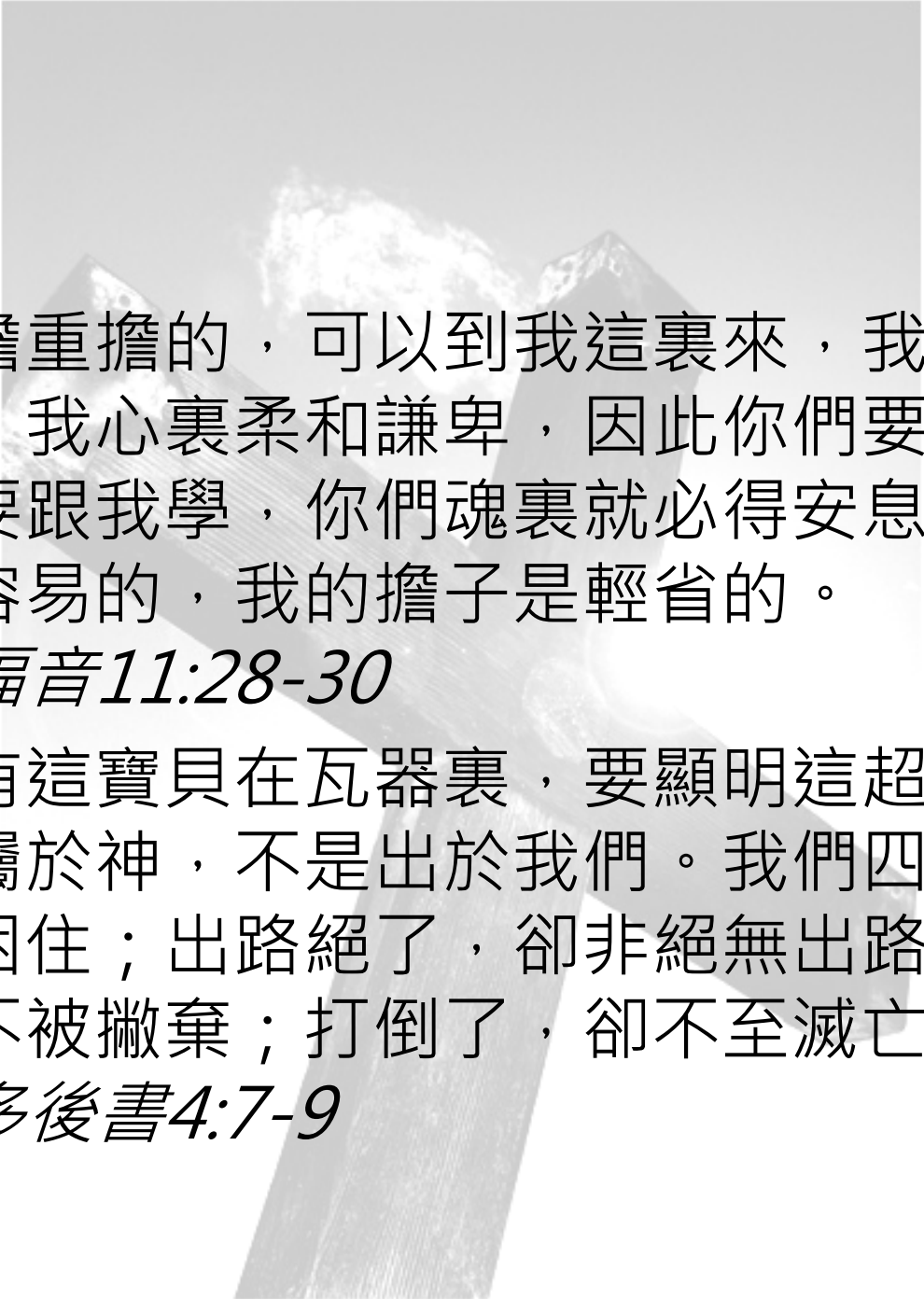


「你們的神說，你們要安慰，安慰我的百姓。」  
(聖經以賽亞書四十章 1 節)

- 安慰，供給安慰，這是那位先知所負的使命。世上充滿了需要安慰的人，可是如果你要做一個安慰使者，你自己必須受過訓練，否則不足勝任。這種訓練的代價極大；因為，你必須親身嘗過那種使人流淚流血的苦楚。這樣，你自己的生  
活就會變成一間病房，在那裡你可以學習安慰的藝術。

「你們的神說，你們要安慰，安慰我的百姓。」  
(聖經以賽亞書四十章 1 節)

- 你自己必須先受傷，當那位大醫師替你洗滌、消毒、抹膏、包紮創傷的時候，你就可學習初步的救護。你是不是正在希奇，為甚麼你目前會經過一陣特別的憂愁？等到十年以後，你才會明白。那時候你會遇見許多人受你從前所嘗過的痛苦。你可以見證你從前怎樣和他們同病、怎樣得著醫治；把病情說明了，照著神從前包紮你的方法敷上一點止痛油。那時候，你會明白為甚麼你從前受這許多的苦楚，你也會感謝神所給你的訓練和替你預先儲蓄在你生命中的經歷。——  
選 神安慰我們，不是要我們享受安慰，乃是要我們作安慰使者。—— 喬懷德 (Dr. Jowett)

- 
- 凡勞苦擔重擔的，可以到我這裏來，我必使你們得安息。我心裏柔和謙卑，因此你們要負我的軛，且要跟我學，你們魂裏就必得安息；因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。

- 馬太福音11:28-30

- 但我們有這寶貝在瓦器裏，要顯明這超越的能力，是屬於神，不是出於我們。我們四面受壓，卻不被困住；出路絕了，卻非絕無出路；遭逼迫，卻不被撇棄；打倒了，卻不至滅亡。

- 哥林多後書4:7-9