

## 晚堂～講道概要

日期：2020年4月4日

講題：走出情緒幽谷

講員：羅翠雲傳道

經文：詩篇四十二 1-11, 四十三 1-5

引言：抗疫、抗逆

內容：逆境中尋找神

### 1. 心靈低落中尋找神 (詩四十二 1-5)

◆ 過去日子不再

### 2. 水深火熱中尋找神 (詩四十二 6-11)

◆ 現在處境不妙

### 3. 專心一意對準神 (詩四十三 1-5)

◆ 向神傾訴

◆ 喜樂稱謝

總結：在心靈低落、困境重重之下，神仍與我同在。

應用：如何紓解負面情緒：

◆ 檢視情緒，自我傾訴。

◆ 向神傾訴，向神求告。

## 詩篇四十二 1-11

### 可拉後裔的詩。交給聖詠團長

- 第1節 神啊，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。
- 第2節 我的心渴想神，就是永生神，我幾時得朝見神呢？
- 第3節 我晝夜以眼淚當食物，人不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」
- 第4節 我從前與眾人同往，領他們到神的殿裏，大家用歡呼稱頌的聲音守節；我追想這些事，我的心極其悲傷。
- 第5節 **我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，**
- 第6節 我的神。我的心在我裏面憂悶，所以我從約旦地，從黑門嶺，從米薩山記念你。
- 第7節 你的瀑布發聲，深淵就與深淵響應，你的波浪洪濤漫過我身。
- 第8節 白晝，耶和華必施慈愛；黑夜，我要歌頌祈禱賜我生命的神。
- 第9節 我要對神—我的磐石說：「你為何忘記我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？」
- 第10節 我的敵人辱罵我，好像敲碎我的骨頭，他們不住地對我說：「你的神在哪裏呢？」
- 第11節 **我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。**

## 詩篇四十三 1-5

- 第1節 神啊，求你為我伸冤，向不虔誠的國為我辯護；求你救我脫離詭詐不義的人。
- 第2節 你是作我保障的神，為何丟棄我呢？我為何因仇敵的欺壓時常哀痛呢？
- 第3節 求你發出你的亮光和信實，好引導我，帶我到你的聖山，到你的居所！
- 第4節 我就走到神的祭壇，到賜我喜樂的神那裏。神，我的神啊，我要彈琴稱謝你！
- 第5節 **我的心哪，你為何憂悶？為何在我裏面煩躁？應當仰望神，我還要稱謝他，我當面的拯救，我的神。**