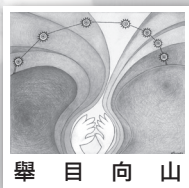


# 舉目向山

【培育上帝兒女】

## 祈禱會

主題：我的媽呀，快到這裡來



# 在主裡面 得到安歇

序曲奏樂上主降臨，靜候點燭安靜心：（願主耶穌基督的真光帶領引導，照亮我們的前程與道路）

聚集禮拜宣告報揚，同心來到主面前：詩篇16篇1~2節（可齊唸）

齊聲吟詩心門拍開，心靈誠實敬拜主：新《聖詩》31首〈天父疼咱世間眾人〉

祈禱懇求上主應允，感謝讚美與認罪：（台語）

疼世間眾人的天父上帝，感謝祢用無限的疼疼阮，互阮因為這款的疼，得到主耶穌基督救贖的恩典，對罪惡恰死亡的權勢得著釋放。願主耶穌基督光照阮的內心，互阮知罪來悔改。主啊！幫助阮，當阮悔改認罪了後，嘛恢復阮，互阮裡面有換新正直的神，目睷恰心思意念攏注目仔耶穌基督。奉主耶穌基督的聖名祈禱，阿們！

啟應應答立志實踐，作主門徒見證福音：新《聖詩》啟應文16篇

上主話語活命米糧，渴慕敬虔來領受：詩篇23篇1~3節

天頂信息牧者傳講，靈命更新齊奮興：在主裡面得到安歇

祈禱之時此時極好，聽道信道閣行道：（華語）

親愛的天父上帝，謝謝祢！在我們的生命成長過程中，為我們預備疼愛我們、照顧我們的人，這個人是我的母親、我的父親、我的阿公、阿嬤，或是曾經教導、養育過我的人，我都要為他們獻上感謝。願上帝賜福這些人，使他們的生命有滿足的平安和喜樂，也願上帝記念他們所做的一切，使他們一生一世都在耶和華的殿中。奉主耶穌基督聖名祈禱，阿們！

吟詩回應力上加力，生命回應主真理：天韻創作專輯之5，〈是愛〉

甘心奉獻主所歡喜，獻心獻金也獻工：新《聖詩》382首〈我的性命獻互祢〉

求主俯落聽阮公禱，應允成就兼開路：

- 1.為照顧我們的人（媽媽、爸爸、祖父母……）代禱，願上帝保守他們的身體健壯、靈魂興盛。
- 2.為培育我們信仰的人（主日學老師、團契輔導、小組長、教會長執、牧師……）代禱，願主擴張他們的服事境界，身心靈健壯，有清楚的異象，培育信徒靈命成長，一同傳揚福音。
- 3.為身為照顧者、培育者的自己祈禱，求上帝加添力量、智慧，幫助你來培育下一代。（最後，請用〈主禱文〉作結束禱告）

開嘴吟詩頌讚上主，上主仁愛無窮無盡：新《聖詩》399首〈願上主大仁愛〉

領受祝禱上主開路，三一真神永賜福：願主耶穌基督豐盛的恩惠，天父上帝豐富的慈愛，保惠師聖靈豐厚的充滿與相通，與你們眾人同在，從今時直到永永遠遠。阿們！

散會祝福平安返去，為主作鹽閣作光：請兄弟姊妹互相請安！



◎ 歐靜汝（壽山中會喜樂島教會牧師）  
詩篇23篇1~3節

### 何處是我安歇處？

「母親節快樂！」每年溫馨充滿愛的5月，是餐廳、百貨公司最忙碌的時期。但是對一個母親或家庭主要照顧者而言，似乎只有在這個感恩的日子裡，才些許感到快樂。母親或家庭主要照顧者（如單親爸爸、隔代教養的阿公、阿嬤……）要做的事很多，從日常起居的照顧，到陪伴與傾聽，常讓他們長時間處在忙碌、疲累與無力中。

有位媽媽分享：「放假日的時候，我的手沒有一時刻是乾的。」繁複的家事，總讓她們沒有充足的休息時間。也有媽媽說：「有時候，我好想一個人獨處，遠離家庭和孩子，放鬆一下。尤其是感到受傷、軟弱的時候。但是當我想這樣做時，卻發現我好可憐，因為不知能去哪裡休息？」媽媽們長時間投入照顧家庭，卻忘了留點時間和空間給自己，忘了自己也需要一個安歇處。

身為勞力又勞心的家庭照顧者，面對這樣的生活現實、生命耗竭的困境，實在不能坐視不管。若不能好好關照自己，怎能好好照顧家庭呢？多年前，流行一句話「別讓媽媽不開心」。的確，家庭照顧者在身心靈不佳的狀況下，受照顧的家人也會岌岌可危。

### 上帝是安歇之處

生活的忙亂為生命帶來虛空與孤單，混亂的生命則造成沒有盼望與方向的生活。要脫出這樣的困境，詩篇23篇1~3節是一帖良方：「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。祂使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。」上帝是供應者、保護者、引導者，這是詩人的確信，也要成為家庭照顧者的確信。人需要培養倚靠天父的心，當心靈有

個安歇之處，就可以重新得力，面對外在的風浪。虛空與孤單，都將因「耶和華是我的牧者，我必不缺乏」，得到從上帝而來的供應和滿足。

我們的心如何，力量也必如何！當心得安歇，就能充滿力量，每個媽媽都要因此高呼：「祂使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。」上帝的話語，就像綠草如茵的青草地。在上帝話語中安靜，就如詩人以撒·華滋所言：「在思想的祕密安靜中，我找到我的天堂——我的神在那裡。」是的，上帝所在的地方，就是人心的安歇之處。

### 繼續前行走向完全

安歇在上帝所在之處，得著寧靜和滿足，重新得力後，還是要繼續前行。詩篇23篇3節，詩人說：「祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。」上帝要恢復每一位母親的靈魂，悲痛時，祂要使她復興；罪惡時，祂要使她得聖潔；軟弱時，祂要使她得剛強。上帝引導每一位母親或是照顧者走在義路上，按著上帝慈愛的引領，走向成聖和完全。不單如此，上帝也引領媽媽們按著上帝的旨意養育、教導、陪伴孩子和照顧家人。因為生命的混亂處在無盼望、無方向的媽媽們，上帝要對妳們說：「我要為自己的名引導妳走義路。」

最後，要用一位母親的經歷再次鼓勵每一位母親或是照顧者：上帝是我們的牧者，在祂的保護引領中，在祂的話語大能中，順服的行在祂的旨意中，我們必會得著滿足的喜樂與平安！

一位媽媽道出自己的經歷：「孩子回到家哭著跟我說，他在學校被霸凌了！更可惡的是，霸凌他的同學的父母竟然在放學時，堵在校門口威脅他，要父母的電話。知道這件事，我非常生氣，當下立刻聯絡校方處理。然而，我知道這件事對我的影響，並沒有隨事件落幕而過去。當天深夜，我的心依然憤怒到無法入眠，彷彿就在黑不見底的幽谷中。對母親而言，那是一種極大的悲痛、憤怒與恐懼。就在我覺得快被吞吃時，我意識到必須將我的心放在上帝手中。我不斷禱告，祈求上帝擁抱我，保守我的心懷意念，使我的心安靜下來。那時，有一段經文在我心中出現：詩篇23篇。就在不斷複誦之下，我的靈平靜下來，我知道上帝會引領我，使我曉得用祂的方式教導並陪伴我的孩子，讓孩子明白如何回應霸凌這件事。爾後，我睡了一個好覺，有平安在我裡面。」

在母親節這天，用詩篇中的珍珠——23篇，送給每一位媽媽，因妳們的生命如珍珠般寶貴。❖