



如何面對疲乏困倦

經文：賽40:27-31

引言：

人無論如何健壯，都會疲乏困倦，這是因人的體力精神有限，因神造人的身體是工作有時，休息有時。

一．疲乏的現象

- 1.不能再思想。
- 2.無力工作。
- 3.自認不如人。
- 4.自卑感。
- 5.疲乏是有時間性的。

二．為何神許可人疲乏困倦？

- 1.使人認識自己的有限性。
- 2.使人體會別人的疲倦困惑。
- 3.使人知道當節制，量力而為。

三．如何面對疲乏困倦？

- 1.承認人人都會疲乏困倦。
- 2.在疲乏時當休息，不要自責。
- 3.重新向神支取力量。
- 4.努力量力向前。

結論：

神的應許永遠可靠，祂必加力量，如鷹展翅上騰。所以在疲乏時，不要逞強，盡量消耗自己的體力，心力；乃要按時休息，調整自己的體力心力，這樣在疲乏之後，不至灰心喪志，乃是繼續倚靠神的話語，重新得力，去服事神。



作者：黃彼得牧師 Rev. Peter Wongso

