

【聖經禱讀】

「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。

我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。」——以賽亞書 41:10

有時候，人生像陷入了一片灰暗的低谷。心裡失落、軟弱，甚至想要退縮，覺得前路沒有盼望。但請記住：神並沒有離開你。祂的應許是真實的——在你孤單的時候，祂是陪伴；在你軟弱的時候，祂是力量；在你想要放棄的時候，祂伸手將你再次拉起。

一顆種子被埋在黑暗的泥土裡，看似失落，但那正是它發芽成長的開始。你的沮喪與退縮，也可能是神正在預備你更新與成長的時刻。因此，不要急著否定自己，不要急著放棄前路。試著把眼光從自己轉向神，祂的話語會成為你腳前的燈，路上的光。

願你今天在灰心裡，重新聽見神的聲音：「孩子，不要害怕，我仍牽著你的手。」

【聖經禱讀】

親愛的天父，感謝祢！在祢的話語中對我說：「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。」

主啊，我的心有時會陷入灰暗，覺得軟弱無力，也常常想要退縮。但今天我再次宣告：祢沒有丟下我。祢是那位一直在身旁的神，祢是我跌倒時的力量，也是我徬徨時的安慰。

主啊，幫助我相信，即使我現在的處境像埋在黑暗泥土裡，這並不是結束，而是祢要使我重新發芽、成長的開始。求祢用祢的眼光取代我的眼光，讓我不被恐懼捆綁，卻能看見前面的光明和盼望。

親愛的主，今天我願意再次把手交給祢，因為祢應許牽著我走過每一步。感謝祢不離不棄，永遠愛我。孩子禱告乃奉靠主耶穌基督的聖名，阿們。

【聖經禱讀：吳淑玲 Deborah 牧師 分享】