

【聖經禱讀】

「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠。」(詩篇 103:2)

2025 年已近尾聲，生活的節奏似乎沒有因此慢下來，反而在結算、整理與告別中更顯匆忙。我們很容易記得這一年失去過什麼、沒能完成什麼，甚至反覆咀嚼那些令人遺憾的片段，卻忽略了神在日常中安靜卻真實的同在。

詩篇 103 篇不是對別人的提醒，而是詩人對自己說的話：「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠。」原來，感恩不是自然就會發生的事，而是一個需要刻意操練的選擇。選擇在疲憊中停下來，在混亂中回望，在信心中數算。

當我們慢慢回顧這一年，或許會發現，有些禱告沒有照我們期待的方式成就，有些路走得比想像中艱難，但就在那些不確定與低谷裡，神的手並沒有離開。祂的保守讓我們仍站立，祂的供應使我們沒有缺乏，祂的引導在迷惘時為我們留下一線光。

感恩，並不是否認痛苦，而是在痛苦之中承認神的信實。當我們開始數算恩典，心便被重新校準，從抱怨轉向敬拜，從焦慮轉向信靠。年底，不只是結束，更是一次邀請——邀請我們帶著感謝的心，預備迎向新的開始。「我的心哪，不可忘記祂的一切恩惠。」願這句話，成為我們跨進新一年前，最溫柔也最堅定的提醒。

【聖經禱讀】

親愛的阿爸天父，在這一年將近尾聲的時候，我們來到祢面前，願意慢下腳步，把心安靜下來。思想我們未完成的事、失去的片段、心中的遺憾，雖然不免牽動我們的情緒。主啊，赦免我們，因為我們太容易專注在缺乏上，卻忽略了祢在日常中真實的同在。

主，我們聽見詩人對自己說的話：「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記祂的一切恩惠。」今天，我們也願意對自己的心說這句話。求祢幫助我們，在疲憊中願意停下來，在混亂中選擇回望，用信心數算祢的恩典。

回顧這一年，我們承認，有些禱告沒有照我們期待的方式成就，有些路走得比想像中艱難。但主啊，我們也看見，在不確定與低谷裡，祢的手始終沒有離開。是祢的保守，使我們仍然站立；是祢的供應，使我們不至缺乏；是祢的引導，在迷惘時為我們留下一線光。

主啊，教導我們明白，感恩並不是否認痛苦，而是在痛苦之中承認祢的信實。當我們數算恩典，求祢重新校準我們的心，讓抱怨轉為敬拜，讓焦慮轉為信靠。在這一年的結尾，我們把一切交託給祢。謝謝祢一路的同行，也求祢帶領我們，用感謝的心，預備迎向新的開始。主啊，願我們的心不忘記祢的一切恩惠，直到新的一年，仍然緊緊跟隨祢。我們這樣禱告，乃奉主耶穌基督的名，阿們。

【聖經禱讀：吳淑玲 Deborah 牧師 分享】