

經歷心思意念的更新

第十五天

堅心倚賴你的，你必保守他十分平安，因為他倚靠你。

以賽亞書 26:3

你今天感到十分之平安嗎？我知道有時我會胡思亂想，甚麼都會想、就是感受不到平安，這時我便不能清晰思考任何事，我會想到一些可能發生的事，又或對已發生的事，一想到它會帶來的後果，便感到焦慮，我會不能自制地想像到所有的負面可能，無論我做甚麼，都好像無法控制自己的思想，我確實沒有了從神來的「完全的平安」。這經歷似曾相識嗎？

聖經解釋了當中的原因：因為我們的心思意念沒有「安定」在神裡面，所以便得不到完全的平安。這節經文中的「心」字，希伯來文的意思並非指邏輯、理性及解決難題的思維，反之，這字有想像的意思，正是我們這種想像力導致我們失去平安。

唯一能解決這問題的辦法，就是將心思意念安定專注於神：你要捉住自己的胡思亂想，扼著它的頸不放，把它交給神。聖經提到，「將各樣的計謀，各樣攔阻人認識神的那些自高之事，一概攻破了，又將人所有的心意奪回，使他都順服基督。」(哥林多後書 10:5) 將你的擔憂透過禱告帶到神的面前，然後將你的焦點放回神身上，只要倚靠祂，捉緊祂，相信祂，祂就會賜你平安的心，當你得到這份心思的平安，你的邏輯思維、理性及解難能力就能正常運作。

當你的心思安定專注於神，神就能修復安定你的心思。

思、禱時間:

我明白了甚麼？

我有甚麼想法？

我想怎樣做？

現在把這些都告訴神吧！