曉士頓西區基督教會

動盪中的安穩(粵)

詩篇系列 6-14-2026

詩46:1-11 潘主恩牧師

A. 當環境動盪時，神是我的避難所（1-3）

B. 當處境危險時，神仍然與我同在（4-7）

C. 當我心焦慮時，神要我安靜交托（8-11）

重點：當我們願意放鬆自己，靜默等候在神面前，即使身處人生的風浪之中、被焦慮與不安環繞，仍能深深體會神的同在與看顧，並在祂的保守中得著平安。

個人回應/默想：

- 當讀到經文「地雖改變，山雖搖動到海心」，你聯想到目前生活中最擔心或最失控的「動盪」是什麼？
- 回顧過去，神曾在你的生命或環境中解決衝突、平息風波嗎？這如何鼓勵你面對未來的挑戰？
- 第10節說「你們要休息，要知道我是神」。對你而言，在當下的處境中最難做到「休息」(放手、停止掙扎)的部分是什麼？

曉士頓西區基督教會

動盪中的安穩 (粵)

詩篇系列 6-14-2026

詩46:1-11 潘主恩牧師

A. 當 _____時，神是我的 _____ （1-3）

B. 當 _____時，神仍然 _____ （4-7）

C. 當 _____時，神要我 _____ （8-11）

重點：當我們願意放鬆自己，靜默等候在神面前，即使身處人生的風浪之中、被焦慮與不安環繞，仍能深深體會神的同在與看顧，並在祂的保守中得著平安。

個人回應/默想：

- 當讀到經文「地雖改變，山雖搖動到海心」，你聯想到目前生活中最擔心或最失控的「動盪」是什麼？
- 回顧過去，神曾在你的生命或環境中解決衝突、平息風波嗎？這如何鼓勵你面對未來的挑戰？
- 第10節說「你們要休息，要知道我是神」。對你而言，在當下的處境中最難做到「休息」(放手、停止掙扎)的部分是什麼？