

不要悲傷得像那些沒有指望的人一樣

任何一個人遇到人生極大的傷痛時，一定會有各方面的壓力，震撼，悲悼，疲憊，無助等等，因為這是感情和關係上的失落。神告訴我們這些悲傷憂鬱雖然是無法避免的，但是要有盼望，不要悲傷得像那些沒有指望的人一樣的！

那位失去先生的 B 太太在安葬先生，親人們又陸續回家之後，現在還不能忘記那段日子的煎熬；她準備休息一陣子，然後去醫院做義工；並且會開始讀聖經，好好的理解去認識神，她希望有天能幫助別人！B 用一首詩表示她現在的心情：

「我站在港口的海邊，看著一艘美麗的帆船，隨風揚帆駛向遠方，漸漸的從海平線上消失。.....在我的心中，永遠保有這些溫馨、美好的回憶，直到永遠。.....期盼有一天，這艘美麗的帆船在海平線上又出現了.....。」

當人在失去親愛的家人之後，常會有下列三種反應：

- 1) 失落現象，尤其是在忙碌完畢，孤單的時候。
- 2) 拒絕承認這事實或不相信發生在自己身上。
- 3) 抱怨、投訴或覺得不公平，情緒不穩定。

這位 B 太太多少都會經歷到上面這些反應，我已經選了些經文預備她的心，去面對這些可能會有的情緒。感謝神！B 太太已經有主耶穌在心中，這些反應都可用讀經和禱告來平息；因為我們的主耶穌基督的父神、就是發慈悲的父、也是賜各樣安慰的神；我們在一切患難中、他就安慰我們、叫我們能用 神所賜的安慰、去安慰那遭各樣患難的人！（林後 1:<sup>3-4</sup>）

願神賜福、安慰給遭各樣患難的人，成為他們的避難所，加增他們心中的力量，在他們患難中隨時的幫助他們；堅固他們，使他們成為可以安慰那遭各樣患難的人！阿門！