



祝福你

Blessing

平安 喜樂 健康

親愛的朋友，你可以這樣向耶穌禱告：

親愛的耶穌，祢是樂意幫助我們的神，
求祢聽我的祈禱與呼求。

請祢給我力量，施恩幫助我面對疾病的痛苦，
減緩治療過程的不適，並得到醫治與安慰。

請祢陪伴我度過一切的困難與挑戰，
除去我的憂慮與重擔，

賜給我信心和喜樂，

使我的人生因為祢的愛而充滿盼望。

「親愛的主耶穌，

我願意接受祢成為我生命的主，
我相信祢是獨一的真神，是愛我的主。

求祢保護我、醫治我、拯救我，

求祢的恩手引領我，永不離開我。

奉耶穌基督的名禱告，阿們！」

（「阿們」的意思是誠心所願）

祝福你

平安 喜樂 健康 第9期 歡迎教會、醫院等團體索閱使用（自由奉獻）

- 發行單位 | 財團法人佳音廣播電台 ●頻道 | 台北FM90.9 · 宜蘭FM90.3 ●電話 | 02-23699050
- 地址 | 10662台北市大安區和平東路二段24號10樓 ●電郵 | service@goodnews.org.tw
- 網站 | www.goodnews.org.tw ●郵政劃撥 | 戶名：財團法人佳音廣播電台 · 帳號：18710941
- 2016年7月創刊 · 2017年3月出版 · 著作權由佳音廣播電台所有



佳音web app

我的心哪，你為何憂悶？為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因祂笑臉幫助我，我還要稱讚祂。（聖經）

走出憂鬱 活出新人生

劉紹祥是家中唯一的男孩，父母寄望甚高，成績務必名列前茅。讀明星國中排名全校第四十，仍得不到母親的肯定與鼓勵，使他心灰意冷；高中考上第四志願，母親不屑與憤怒的表情讓他自暴自棄。讀私校時被老師用藤條打罵，讓他的自信心越來越低落。

三十歲那年，他的博士資格考失敗、感情受挫，情緒低落沮喪，做什麼事都不快樂，人生好像走進黑洞中看不到方向。身體出現頻冒冷汗、做實驗時手會不由自主的發抖等症狀，得藉助運動、曬太陽、流汗等方式才能稍微解除不適；同時，常有自殺念頭，或聽到叫他去自殺的聲音…，經憂鬱診斷表才知道自己罹患了憂鬱症。



▲劉紹祥

生活一團亂，無求生慾望

發現自己不對勁時，他曾尋求親友的幫助，但是朋友不是不知道如何幫助他，就是對他避之唯恐不及。曾拿起刀子想割腕自殺，因為看見雙親的照片而放棄。那時生活一團亂，沒有胃口、沒有求生慾望，每天如行屍走肉不知往何處去。

某天，大學同學請他幫忙搬家，正好教會有位女傳道也來幫忙。女傳道看到高大卻精神渙散的他時說了一句話：「紹祥，今天主耶穌要我來找一個人，我想那個人就是你。」剎時間，他的眼淚不聽使喚的掉下來。「這樣好不好，我們每週一次到教會禱告？」他隨口說「好吧！」心裡卻出現「也許耶穌這次來找我了」的聲音。



▲年輕時期生活照

陪伴與鼓勵是復原動力

半年時間，他在傳道人面前把從小到大的挫敗、委屈一股腦兒的說出來，甚至拍桌子、大叫、痛哭流涕、怒目相向，傳道人陪伴的過程，讓他找到一線希望。

傳道人教他如何禱告、聽神的聲音。他照著做，感受神賜下超自然能力。為了戰勝自己，他邊流淚邊記錄每個禱告，心裡的壓力與創傷慢慢得到抒解。兩年中寫了四本禱告筆記本，頁頁都有淚水的痕跡。女傳道邀請他進入教會小組，小組長因為曾經罹患憂鬱症，能體會他的痛苦，因此對他很有耐心。不但回他打去的每通電話，還讓他到家裡家抽菸、聊天、發洩情緒。小組長的陪伴是幫助他復原的第二個恩人。



▲陳麗娟牧師（左）長期陪伴幫助他走出憂鬱

綻放生命，揮出漂亮的全壘打

耶穌及教會弟兄姊妹的愛，陪伴、安慰、醫治劉紹祥的創傷，他願意活出全新的自己。主動修補與母親的關係，吵架後會向母親道歉，兩、三次後，母親在對他發脾氣或責罵後也會致歉，這是過去未曾發生過的，他知道耶穌已經將愛放在親子間。劉紹祥說，耶穌的愛能改變人際關係，滿足人的需要、醫治人的傷痕與缺憾。過去自己好像是經常失誤的打擊手，當生命交給耶穌，跟隨祂的帶領，人生開始改變，充滿動力！

劉紹祥走出憂鬱陰霾後，完成博士學位，成家立業，擁有美滿的人生。

(本文節錄自2010年3月出版的「佳音廣播月刊」內容)



▲全家福