

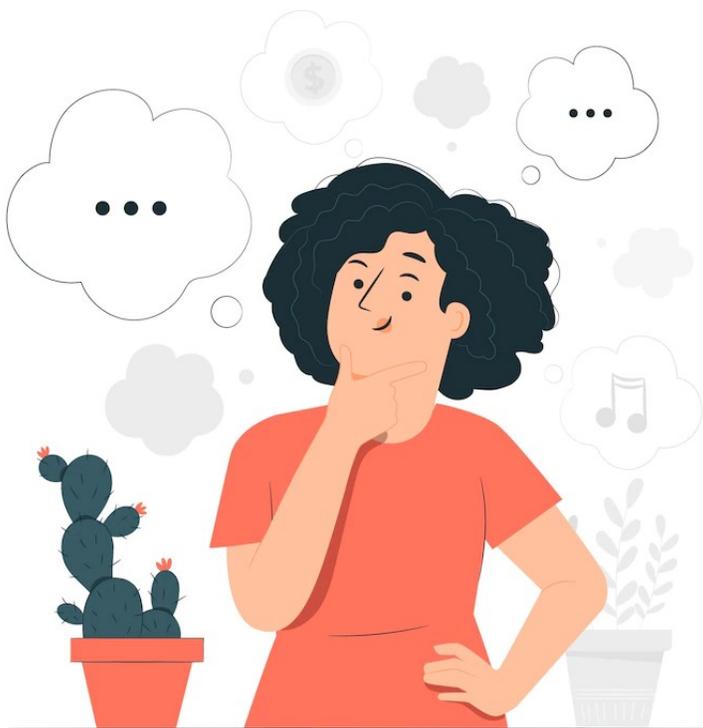
變化萬千的人生，讓你感到震驚不安嗎？

我比較喜歡穩定和有規律的生活，不是變化萬千、大起大落的生活；但我似乎無法避免後者。那令我感到不安。我怎樣才能學會應對不斷變化的情況，所以它們不會對我的世界造成如此大的衝擊？

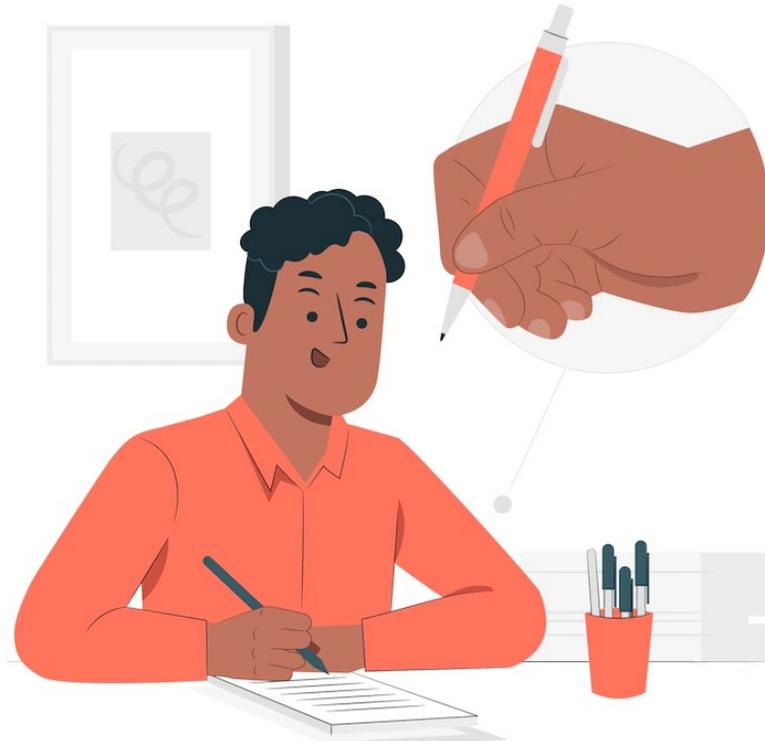
你說得對，改變是不可避免的。事實上，人生充滿了無止盡的跌宕起伏。一個人成長大約需要 20 年；成長為上帝期望我們成為的人，則需要一生的時間。



各個層面的關係，都在不斷發展。世界性問題——如經濟、政治和環境，都在影響著我們。我們無法逃避變化，但我們可以學會去充分利用它們。以下是一些方法：



識別問題。將你可以操控的事情與你無法掌控的事情分開，並將所有事情交託給上帝，因為祂是終極掌控萬事的人。



了解問題。區分實際生活方面和情感方面的事情，並逐一處理每件事情。把它們混在一起來處理，或許看來太難以解決，但當你分開來逐一處理它們時，你通常是能夠解決它們的。



保持開放的心態。到目前為止，你一直在做的事情或你做事的方式，可能還不錯；但可能有更好的選項讓你去做事。



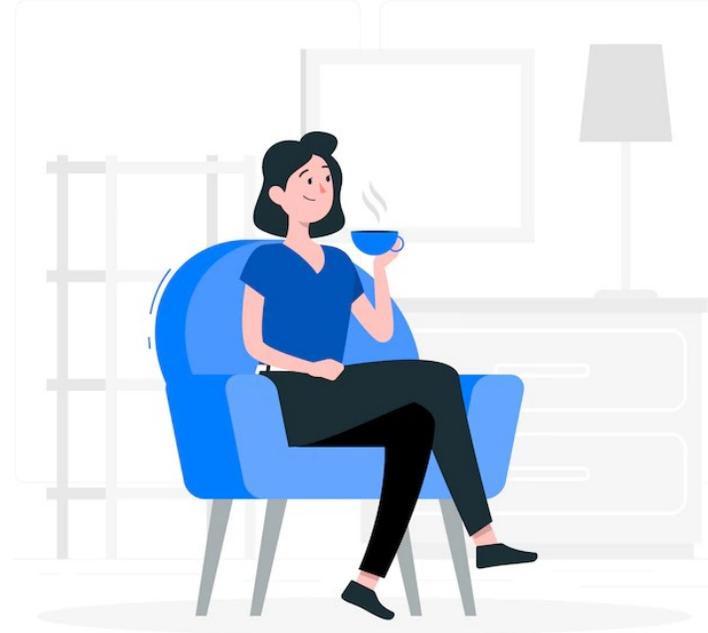
尋求上帝的幫助。情況可能會壓倒你，但上帝不會被它壓倒。



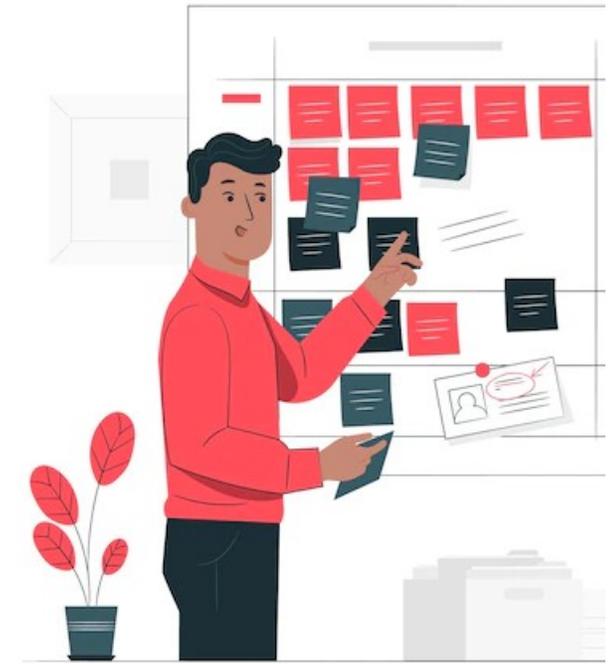
保持積極的態度。專注於機會，而不是障礙。



尋找並給予支持。你很可能不是唯一被改變所影響的人，與他人溝通，並找出讓事情對每個人都可受益的方法。



要有耐心。進步通常是一個三步驟過程——往後退一步、向前進兩步。



做長遠的打算。「那在你們心裡動了善工的 [上帝]，必成全這工作。」
(腓立比書 1：6)

為改變的時刻禱告

天父，您創造的萬物持續在變化——季節和時節的循環不斷在運行。請幫助我像它們那樣靈活變通，不要害怕放棄我舒適的習慣和慣例，以發現新的事物。與其躲在熟悉的安全地帶，請幫助我敢於冒險進入新的領域。請幫助我不要停滯不前，而是要進步並繼續成長。最重要的是，請幫助我以您希望我改變的方式改變，所以這麼一來，我可以成為您知道我能成為的人。