



HS1108&版權所有

我要為祢的慈愛高興歡喜；因為祢見過我的困苦，知道我心中的艱難。
I will be glad and rejoice in your love,
for you saw my affliction and knew the anguish of my soul.

說出 內心話

(上)

在每個人心中，總有一些不吐不快的話語，這些話憋在心裡常常讓自己苦不堪言。有時候是一些無法分享的喜悅，或是不能明講的怨恨，及說不出口的愁苦。這就有如一灘死水，久了容易發臭、變質、腐敗，而這些積藏在心中的情緒也是如此，最後會敗壞人的全身。所以，每個人的內心話都該有適當的宣洩出口。

不過，在選擇什麼樣的場合或是向誰說出內心話，卻又是一大難題。因為這些話有可能說出來後，反而會傷害到自己，或是絆倒人，甚至可能會造成紛爭。所以，說與不說往往是一個非常難以抉擇的問題。

有時內心的難過，只是想找人說說自己的感受，若能直接獲得他人適切的安慰與分享，讓自己能夠轉換心境，那是最好不過的。但是，如果這些內心話是怕人知道的，最好只向神說，因為只有神不傳舌。祕密若說出來，那就再也不是祕密了，因此，忍耐等候神的旨意才是最好的選擇。

其實，不管內心話是以什麼方式表達，重點是要說得合宜，既造就自己，也造就別人。向人說也好，向神說也好，既然決定說出來，那就必須讓自己與別人都得到成長；是抱怨也好，是愁煩也好，相信可以讓這些壓力的「毛毛蟲」，最後因著神的賜福化為一隻隻的彩蝶。



HS1108©版權所有