

主日學《正向人生、逆境永存》最後一課的課題是《如何過凡事謝恩、常常喜樂的生活》，導師廖牧師帶領我們分享逆境。感謝祢給我勇氣，在小組分享環節安排我跟弟兄分享母親逝世的逆境，雖然有淚，但也能從中客觀地看到自己的成長——學懂找對的人，在合適的時間、地點訴說心中的苦，從中梳理內心複雜的情感和思緒。感謝祢安排我上這課，我正是在逆境中要數算主恩的學員，那刻就是處於內心有點兒激動的狀態，沒有逃避這傷痛，反而勇敢地帶淚述說這痛，讓眼淚成為釋放的工具，而不是嚇怕自己或他人的東西。

主呀，這樣的安排真的很重要，是祢給我機會去面對傷痛，與傷痛共存，給悲傷釋放，讓自己能在此刻確認自己也有勇敢的一面，欣賞一下自己的努力，建立信心——對祢的信心、對自己的信心和對弟兄姊妹的信心。主呀，原來我不再是昔日無自己的我，不再是那只有眼淚而不知道發生什麼事的我，而是有自己的我，承認自己是自己，而不再否認自己；知道傷痛不用逃避，因為祢與我同在，教曉我用口表達情緒，能在淚水中準確地表達內心的感受。

主呀，我看見這些年來的成長，是的，不容易，此刻淚盈滿眶就真實地反映了成長過程的艱辛，但重要的是，我不是孤單一人，而是有祢、有自己、有同行者，即同走天路的弟兄姊妹。即使沒有家人同住，但我有祢，永遠對我不離不棄的天父爸爸！天父爸爸多謝祢，是祢給我勇氣去面對傷痛，是祢給我機會在母親逝世周年日，在肢體中分享傷痛，點到即止，不多不少，不用太痛，觸及、知道、同理便足夠了。

主呀，沒有主日學之前三課的教導，大家或許不會知道如何成為創傷支持的群體，而該三課正為大家做好心理準備，一旦肢體有傷痛、面對逆境時可以如何與對方同行，學了，就在最後一課實踐。而作為學員的我，有幸有多重身分，既是在創傷中掙扎求存的人，又是渴望學習如何與面對逆境肢體同行的人，有機會把所學的實踐在自身的創傷經歷中，親嘗果效。願祢繼續醫治我，幫助我，指引我前行。

