

- (詩篇 109:26)
- (詩篇 121:1-2)
- (希伯來書 13:6)

三種會特別尋求幫助的情況

1. 不知道該怎麼辦的時候
(約拿書 2:1-2)
2. 家裡出現難題的時候
家家有本難念的經
- 中國俗話
(馬太福音 15:25-26)
(馬太福音 15:27-28)
(馬可福音 9:22)
(馬可福音 9:23-24)
(路加福音 4:38-39)
3. 掙扎想得到屬靈自由的時候
(出埃及記 2:23)
(詩篇 107:10-12)
(詩篇 107:13-14)

不尋求幫助的七個理由

1. 我們不知道如何尋求
2. 我們覺得自己是唯一有這個問題的人
3. 我們害怕被拒絕
4. 我們不想面對事實 (否認)
5. 我們已經習慣自己解決
6. 我們心中有苦毒怨恨
(約伯記 36:13)
7. 我們太過驕傲

謙卑

俯伏低下，貼近地面，不驕傲自滿，將自己倒空

- (哈巴谷書 3:5-6)
- (歷代志下 7:13-14)
- (哥林多後書 3:5)

幫助我！