

【分享時刻】請挑選 1-2 位組員準備的大自然圖片，並請他分享以他的觀點，如何從這大自然圖片去體會上帝的美。（或每個人都有準備的話，可以三個三個一組互相分享）

【疫情加油站】¹

疫情產生的生理變化：

1. 壓力感受:特別容易累或是全身無力。
2. 生理變化:特別容易頭痛、失眠、食慾改變。
3. 行為變化:動力變低、喝酒變多、減少原本有的宗教行為、或是什麼都不想做。
4. 情緒症狀:容易恐懼、悲傷、憤怒。

請分享這幾週來，你觀察自己出現的變化，並且提出與組員們一起禱告。

【詩篇 8. 1-9】一起來讚美神

- 1 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！你將你的榮耀彰顯於天。
 - 2 你因敵人的緣故，從嬰孩和吃奶的口中，建立了能力，使仇敵和報仇的閉口無言。
 - 3 我觀看你指頭所造的天，並你所陳設的月亮星宿，
 - 4 便說：人算甚麼，你竟顧念他！世人算甚麼，你竟眷顧他！
 - 5 你叫他比天使微小一點，並賜他榮耀尊貴為冠冕。
 - 6-8 你派他管理你手所造的，使萬物，就是一切的牛羊、田野的獸、空中的鳥、海裏的魚，凡經行海道的，都服在他的腳下。
 - 9 耶和華 - 我們的主啊，你的名在全地何其美！
- （帶領：帶領大家輪流念經文，不要只有看過）

【經文思考】

1. 你覺得以上經文在讚美神什麼？
2. 過去的經驗中，有沒有哪一次在大自然中，具體感受到神？請分享那一次的經驗。
3. 顧念且眷顧人的神，給了人什麼樣的特權？
4. 我覺得自己有價值嗎？為什麼認知到自己是被神創造，而且是比神微小一點的存在，這件事至關重要？

¹以上取自：黃峻賢心理師《心安事順疫情安穩手冊 20210522 V1.2》手冊資料。

【小結】²

我們只要靜下心來觀看神所創造的一切，就能明白祂美好的屬性。大衛看著神所創造的天空、月亮和星辰，深切地體會自己的渺小，同時，也感受到神的偉大。然而這位偉大的神，不只看顧微不足道的人，讓人得以管理祂所創造的一切（創 1：26-28），這些是多麼值得感恩的事情阿！讓我們向祂獻上感恩與讚美，藉著我們來更多彰顯神的榮耀。

禱告：讚美神創造的美好，也讚美神讓我們有祂創造我們的形象與樣式。

² 以上資料參考：推喇奴書房《清晨國度 2021.06》