

“胜过忧郁病症 (1)” (列王记上 17-19 章)

从忧郁病症的事实：来思考忧郁的课题

忧郁病的基本原因，不只是身体和精神上化学成分不平衡而已：

根除忧郁症的病况需要从属灵的原因上下手

I. 患有忧郁症的人对己、对人、对事是如何感受？

A. 忧郁症像是一个没有钥匙的笼子

B. 承认患有忧郁症，是得到医治的起步

II. 忧郁症的原因和治疗：先例 - 先知以利亚 (列王记上 17-19 章)

A. 背景

1. 以利亚宣告严重的旱灾

2. 迦密山：以利亚向巴力先知的挑战 - “耶和華是神！耶和華是神！”

3. 耶洗别的威胁：以利亚逃亡，和以利亚的崩溃… 求死

B. 以利亚落入忧郁病症状的原因

1. 感情上和体力上的枯竭

2. 狭窄的观点：“只有我单独一个”

3. 只看见目前的难处

C. 以利亚忧郁病症状的治疗

1. 身体上的休息和饮食

2. 找到可靠的资源和辅导，来发泄心底深处的意念：与神相遇

3. 认清忧郁症的根源所在：对自己的专注、以及缺少对神的信心、交托

4. 分配有意义的工作和指派伙伴同工

反思：不要容许压力变成焦虑和忧郁症… 与神相遇！

如果我们留心圣经对忧郁症的配方，那就有医治的盼望了！