

中華基督教會錦江紀念禮拜堂

12/05/2019

〈欣賞 - 從自己開始〉

當我們在學習欣賞別人以前，我們必須要先學懂欣賞自己，除了是因為我們是上帝的傑作外，因為我們不能給予別人一些我們沒有的東西，即是說，我們不懂欣賞自己，我們便不懂打從心底地欣賞別人。因此，我們必須要先安靜下來，並且在上帝面前作個禱告，讓我們能有上帝的心懷和目光去看看自己，又求主讓我們可以持平地察看自己的一切。或許，當你想到一個欣賞自己的地方時，心裡可能出現另一個的聲音，說：「不是吧！你真的是這樣嗎？你不夠……。」此時，我們先安靜下來，先別批判自己。你只要有一點點你剛才欣賞的個性或氣質，也便值得欣賞了。只不過，既然你是感到有不足的話，我倒鼓勵你在這方面繼續努力及加強，讓你這個值得欣賞之處可祝福更多的人。

請花一些的時間，在以下的地方完成這個「欣賞工程 25」的練習，寫下你欣賞自己的 25 個的東西。當你完成了這練習，請不忘為這一些東西感謝上帝，也可找你的伴侶、親人、朋友、組員等分享當中的感受及領悟。

《欣賞工程 25》

1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.
11.	12.	13.	14.	15.
16.	17.	18.	19.	20.
21.	22.	23.	24.	25.

主僕
黃智敏