

在高山長途健行，必然操練意志力。我體驗，有清楚的目標，又是心中渴望的，當身體疲憊時，意志力會舒緩它。其次，行程有計畫，行前有鍛鍊，在身體抗拒前行時，意志力還是會佔上風。今晚，我的禱告，求主幫助我發掘更多的意志力。

在高山長途健行，意志力是體力不可或缺的幫手，因它會轉化體力為毅力，也會激發你找出自己的節奏，來強化毅力的持久性；陡上坡、上坡、緩上坡，各有節奏；平坡也有其節奏；陡下坡、下坡、緩下坡，也各有節奏。今晚，我的禱告，求主幫助我更多發掘，在順境、逆境，在失敗、成就，在健康、生病，都有屬自己的呼召，並在往前向上的路上，展現其所屬節奏。

ABC之行，以我平常的體能，是不可行的，只有激發意志力之後，才可行。所以，參加ABC，目的並不在ABC，而是藉著挑戰體能極限，來尋求思維與自信心的突破，進而應用並展現現在人生下半場的呼召。明天就要前進ABC，但更準確的說，明天將更多累積突破的動能。今晚，我的禱告，要先感恩，再求豐富的心靈成長！

一個在山中心裡遇見造物主的弟兄
偉仁
(摘自Himalaya 2011/11/18禱告日記)



信友嘉言

君王不能享受人間之樂，只能享受排場。

／康來昌 摘自《莎士比亞》

中華基督教長老會信友堂

台北市大安區羅斯福路三段269巷5號

電話：2363-1035

傳真：2363-3343

agape@hfpchurch.org.tw

Hsin-Yi Friendship Presbyterian Church

No.5, Lane 269, Sec. 3, Roosevelt Rd., Da-an District,
Taipei City 10647, Taiwan (R.O.C.)

國內郵資已付
台北郵局
台北第13支
許可證
北台字第8883號

雜誌類

無法投遞請退回

行政院新聞局登記證

局版台第9560號

台灣郵政北字第4299號

執照登記為雜誌交寄

<地址更改請通知教會>

2012
2
FEBRUARY

信友通訊

中華基督教長老會信友堂
Hsin-Yi Friendship Presbyterian Church
www.hfpchurch.org.tw

以禱告建造主的家