

我自小就有自卑感。而这自卑感大大影响了我的世界观和人际关系。当我面对挫折或不如意时候，我就会很容易陷入一个充满自责，内疚，和种种负面情绪的漩涡。虽然我早已认识主耶稣，但我不知道如何处理这些负面情绪。我也为此困扰了多年。

在 2017 年，西缅牧师来到我的教会分享耶稣要每个人都能得到释放和医治。他要给我们丰盛的生命。但我们必须弃绝一切不合上帝心意的情绪和罪。这是我十分渴慕的。我就在那个特会里学习了怎么来到上帝的面前认罪悔改。当我做了这个祷告后，我深深的感受到不曾有过的释放和自由。那段时间里，很多我曾熟记

(但已忘记) 的经文像洪水般涌入我的脑子里。我也忽然十分渴慕神的话语，并且觉得读圣经很轻松，也从圣经里得到很多启示和领悟。这跟往常完全不一样。

我的世界观从那个时候有了大大的改变。当我选择了丢弃一切捆绑我并阻止我成长的事情之后，神就在我情绪上开始做医治和翻新的工作。我的一个简单的决定，却 180 度改变了我的一切。感谢主！

现在的我跟神有个很密切的关系-我万分感激祂对我和我的家人的恩待。我也比以前更加有勇气跟别人分享祂的爱和祂国度的美好，因为我知道只有神能给每个人真正的内心平安。