

# 化苦为甜的人生

【約 4:13~14】

張凱牧師



渥太華生命河靈糧堂  
Ottawa River of Life Christian Church

## 【約 4:13~14】

**13**耶穌回答說：凡喝這水的還要再渴；

**14**人若喝我所賜的水就永遠不渴。我所賜的水要在他裡頭成為泉源，直湧到永生。

化苦为甜的人生  
【約 4:13~14】

- 一、認識你乾渴困苦的原因
- 二、生命活水使我化苦為甜

幾樣情緒需要常常檢視：

- 1、不安和恐懼
- 2、仇恨和憤怒
- 3、挫折和絕望