

目錄

前言 以正確認知及力量面對挑戰 01

第一部分 基本而重要的認識

01 每個人都是按照上帝的形像而造	08
02 每個人都有身體和靈魂	14
03 提防你的試探	24
04 留意「看護者枯竭症」的預警	32

第二部分 能夠改變生命的實用策略

05 預備好，站穩，安靜在上帝面前	42
06 留意你的健康	50
07 探索你的心靈	56
08 成為上帝救贖的器皿	60
09 生活在一個社群中	68

附註 73

更新關懷輔導系列 74