

喜樂的心乃是良藥

神要我們在任何情況都必須要靠主常常喜樂!確實喜樂太重要了，它直接影響到我們自己身心靈的健全，而且影響到周邊全家和兒女們：

1)喜樂的心、乃是良藥;因為喜樂的心可以解決許多心理上和情緒中的問題:「箴 17:22喜樂的心、乃是良藥·憂傷的靈、使骨枯乾。」

2)心中不喜樂、常常憂愁、會損傷靈命或是與神的關係:「箴 15:13 心中喜樂、面帶笑容·心裡憂愁、靈被損傷。」

但是世界上的喜樂，都是暫時性的；這些世界上從人事物或環境中所得的喜樂，不論是多麼的輝煌，遲早都會失去的；當你失去時，你也會失望，而且愈多的期望，你會有愈多的失望！如何靠主得到永恆的喜樂呢？腓利比書第四章啟示我們喜樂的密訣：

1) 早早活出謙讓的心：腓 4:5「當叫眾人知道你們謙讓的心。主已經近了。」這裡「謙讓的心」有謙虛、溫柔、忍耐之意！不喜樂常常是因為自高,或不看想別人比自己強；因為凡自高的必降為卑、自卑的必升為高；當你活出謙讓的心時，你已經將神的地位放在任何人事物之上，神必然會賜喜樂在你心中！但要早早活出「謙讓的心」，因主已經近了！

2) 真正永恆的喜樂是神所賜的:羅 5:5「盼望不至於羞恥·因為所賜給我們的聖靈、將 神的愛澆灌在我們心裡。…5:11不但如此、我們既藉著我主耶穌基督、得與 神和好、也就藉著他、以 神為樂。」因此、真正永恆的喜樂是神藉著聖靈、將 神的愛澆灌在我們心裡。也是藉著主耶穌基督、得與 神和好、因此就藉著主、以 神為樂。

3)「應當一無掛慮、只要凡事藉著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告訴 神。神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裡、保守你們的心懷意念。」(腓 4:6-7):愈多的禱告，便愈多的認識神，我們便愈能按照神的旨意而行；愈能按照神的旨意而行，心中必然會湧出滿足的喜樂！

求神幫助我們在祂的旨意中，靠主常常喜樂、而且神特別強調我們在任何情況都必須要喜樂。因為喜樂的心、乃是良藥，不但影響到自己身心靈的健全，而且影響到周邊全家和兒女們！這永恆的喜樂不是靠自己或人事物可以得到，乃是神所賜的！切記，靠耶和華而得的喜樂乃是我們生命和生活的力量！阿門！