

## 超越憂慮的喜樂

### 腓立比書四 4 ~ 7

一、喜樂如同屬靈顯示器，反映我們屬靈生命的狀況。

每個人的個性不同，環境不一樣。是不是個性決定了我們的笑容？是不是環境決定了我們的心態？常常喜樂是否有秘訣？

二、**要靠主**「你們要靠主常常喜樂，我再說，你們要喜樂。」（4節）

- 「要」是我們--甘心的順服是我們的選擇，是我們有決心的表現。
- 「靠主」原文是 In The Lord! 「在主裡面」這句話不單說出了喜樂的根源—喜樂是從主來的，更說出了我們與主的關係。
- 我們越親近主就越有喜樂，我們與主的關係越深，我們的喜樂也就越深，也越能不受環境的影響，這就是保羅所說的：「不但如此，就是在患難中，也是歡歡喜喜的。」（羅 5:3）

三、**要謙讓(gentleness)**「當叫眾人知道你們謙讓的心，主已經近了。」（5節）

- 靠主是與主的關係，謙讓是與人的關係。與人的關係不好，也會影響我們的喜樂。
- 我們今天的痛苦，大部份不是物質上的痛苦，大部份的痛苦都是人際關係的，親情、友情之間的問題，這裡告訴我們一個有效的方法，就是謙讓的心
- 人與人之間會發生衝突，是因互不謙讓。一方若能謙讓，則可大事化小事，小事化無事。

四、**要禱告**「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告……」（6節）

- 不住的禱告是支持我們能維持常常喜樂的動力，保持與神正常關係。
- 我們應一直禱告到掛慮和重擔可以交託給主
- 「禱告」就是把你的掛慮跟耶穌講，直接跟祂講，不要隱藏

五、**要祈求**「凡事藉著……祈求……。」（6節）

祈求(supplication)指我們向神求某一方面的生活的需要。「我們日用的飲食，今日賜給我們。」

（太六 11）「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。」（詩二十三 1）

六、**要感謝**「凡事…感谢。」（6節）

凡事謝恩，表示信任神的一切安排。「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按他旨意被召的人。」（羅 八 28）

七、**要傾訴**「將你們所要的告訴神。」（6節）

「因我們的大祭司非不能體恤我們的軟弱。他也曾凡事受過試探，與我們一樣，只是他沒有犯罪。所以，我們只管坦然無懼的來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠，作隨時的幫助。」（來四 15~16）

八、**神的保守和恩典**：「必在基督裡，保守你們的心懷意念。」（7節）

有時候我們想不要憂愁，但卻常常憂愁；我們想要喜樂，卻不能喜樂。在基督裡，主保守我們的心懷意念，我們可以勝過憂慮而喜樂。