

靠主常常喜樂

腓 4:4 你們要靠主常常喜樂。我再說、你們要喜樂

箴 17:22 喜樂的心、乃是良藥。憂傷的靈、使骨枯乾。

下列喜樂的定義你最喜歡那一個?

1. 內心寧靜和諧所帶來的滿足感.
2. 外在事物一切如意時的心情.
3. 人所想望的都得到滿足的快感.
4. 雖然有些事物不盡順利,但內心仍靠信仰而歡欣.

哈 3:17~18 雖然無花果樹不發旺,葡萄樹不結果,橄欖樹也不效力,田地不出糧食,圈中絕了羊,棚內也沒牛;然而我要因耶和華歡欣,因救我的神喜樂.

不快樂的原因:

一是忘不了。忘不了過去的事，尤其是愁事煩事傷心事 諸如以前受過多少苦、感情上遭過什麼創傷,做過什麼後悔的事,某某人做了什麼對不起我的事等等。過去的事該忘就忘,該放就放.

二是想不開,是對現狀不滿意,心裡感覺不平衡. 這樣的人比較多 總覺得自己活著是受了委屈,全世界都欠自己的: 為什麼一樣幹活別人比我賺的錢多,為什麼同事都升職了我卻沒升,等等...有許多問不完的為什麼. 真正的道理是世上沒有絕對的公平,付出和回報不一定能成正比. 改變不了就坦然接受(If you can't beat them, join them),要靠 主喜樂 這才是對待現狀的正確態度。腓 2:3各人看別人比自己強

三是放不下: 杞人憂天, 總對將來擔憂 浪費大量的腦細胞去為將來構思悲劇結局 誰知道明天會怎麼樣呢 太 6:34 所以不要為明天憂慮. 因為明天自有明天的憂慮. 一天的難處一天當就夠了

投票: 讓你不快樂的事情

投票人數 753 人	人數	百分比
1. 該做好的事情沒做好	118	15.67%
2. 成績不理想	53	7.04%
3. 很努力卻依然失敗	226	30.01%
4. 得不到在意的人的注意	101	13.41%
5. 得不到想要的東西	30	3.98%
6. 常常討厭自己	122	16.20%
7. 總是輸給別人	56	7.44%
8. 其他 (在留言板分享)	47	6.24%

*寂寞,沒有知心朋友. *遭遇挫折,困難,如車禍,疾病等. *前途茫茫,找不到好工作,申請不到好學校 *家庭(父母子女或夫妻)關係不佳.

帖前 5:16~18 要常常喜樂;不住的禱告;凡事謝恩. 因為這是 神在基督耶穌裡向你們所定的旨意。