

## 《献上今天》培灵会：全然献上

### 第3讲：常常喜乐平安

#### 新一年，我们实在需要常常喜乐

腓立比书 4:4：“你们要靠主常常喜乐。我再说，你们要喜乐。”神的旨意就是盼望祂的儿女能够荣耀祂，我们要是常常喜乐，就是让神得荣耀。

#### 如何能够喜乐？

靠主（在主里）常常喜乐，面对令人不喜乐的事情，比如生病、困难，我们在逆境当中，需要思念主的话，圣灵就加倍与我们同在。

知足常乐：即便一个人有钱，但想到有人比他更有钱就不快乐。人若追求神以外的满足是永远没法填满的。保罗在腓立比书 4:12 说：“我知道怎样处卑贱，也知道怎样处丰富；或饱足，或饥饿；或有余，或缺乏，随事随在，我都得了秘诀。”

保罗的秘诀：无论是富足、缺乏、顺境、逆境，他都能够知足。他学会了以基督为他的至宝、满足和快乐。

例子 1：罗马书 5:3，保罗说：“就是在患难中也是欢欢喜喜的；”保罗即使被囚，他仍是靠主常常喜乐，因为有主的同在，他就有力量，对将来的荣耀有盼望。

例子 2：小孩子追求的玩具，相比父亲的拥抱来说，是微不足道的。

#### 挂虑对人有很多害处

1. 心里充满挂虑，成了重担压在心头。
2. 令你缺少信心依靠神。
3. 导致心情烦躁，影响人际关系。
4. 影响身体健康，容易致癌。

箴言 17:22：“喜乐的心乃是良药；忧伤的灵使骨枯干。”圣经说喜乐的心就是良药，所以神叫我们常常喜乐；当然喜乐也是圣灵所结的果子，喜乐也是荣耀神的名。

#### 现今世人实在太多忧虑

马太福音 6:26，主耶稣说：“你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重得多吗？”

人很容易充满各样的忧虑，甚至为未来担忧，但主说一天的难处一天当就够了。

现在社会上忧郁症非常之普遍，有些人因为这个病而自寻短见。

我们基督徒要提防撒但，借忧虑来攻击、苦害我们的心。

## 如何能够一无挂虑？

腓立比书 4:6-7：“应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求，和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”

事情不论大小，凡事都需要祷告，一点点的挂虑都要告诉神。

恳求是带着迫切的祷告，也要带着感谢，比如在面对人生重大的难关或抉择时，交托给神，等候祂的指引。

要将忧虑卸给神；彼得前书 5:7：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。”

压在心头重担，可以借着祷告卸给神。若是祷告一次未能卸下，可以连续多次向神祷告交托，直到完全把忧虑卸下。好像保罗在哥林多后书 12:8 说：“为这事，我三次求过主，叫这刺离开我。”

例子 1：程长老事奉多年，当然会有忧虑，一旦心里有忧虑，我会随时把重担卸给神，就如今天我患了感冒、嗓子痛，我向神祷告求主给我够用的恩典，保守我的声音不受影响，能够好好服事，之后能有好的康复。

例子 2：前一阵子，我有机会为电视台拍一些专题。出发前太太患了严重流感，我忧虑她的病会感染到我，或会影响我的工作。我祷告以后，一切工作都十分顺利，神保守了我的身体和工作。我心中充满感恩！

## 总结

腓立比书 4:7：“神所赐、出人意外的平安必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”

祷告以后，环境虽然没有改变，但是我们的心境改变了，心中就有神同在的平安，因为圣灵加给我们力量去面对困难。

我们内心有了平安，就有喜乐。

蒙福之后，记得多赞美神，叫神的名得荣耀。