

### 《喜樂的秘訣》

有一次，在一所老人院內，來了一位新住客，第一次踏足這老人院時，她已臉帶笑容，等候護理人員帶她到自己的房間去。

護理人員對她說：「你稍等一下，我們便會帶你到自己的房間去。不過你不用擔心，你的房間是全院最好的一間，設備齊全，是我們精心設計安排的，我保證你看過一定滿意。」

老人家回答：「啊，不用看我已感到滿意了。」

護理員感到奇怪，問她說：「你還未看過自己房間的設計及安排，怎知感到滿意？」

老人家指著自己的心說：「我的安排在這裡。我早已在自己的內心及思想上有此安排；我要對入住老人院的事感到心滿意足，因為神與我一同入住這裡。」

自此至終，這位老人家都是整個老人院中最祥和喜樂的人。

聖經箴 4:23 說：「你要謹守你的心，勝過謹守一切，因為生命的泉源由此而出。」經文提醒我們，我們的力量是由心發出的，我們的心思意念，如何看事物，也影響我們的力量。

家庭治療大師沙維雅有一句名言：「問題不是問題；對應方法才是問題。」(Problem is not the problem, coping is the problem.)

喜樂的秘訣不在乎環境及自己所擁有的，乃在乎我們的心態及決定。

保羅在腓 4:4 也提醒信徒們「你們要靠主常常喜樂，我再說，你們要喜樂。」意思是無論我們的境況如何，我們都要知道，我們是活在主的大能及慈愛中，我們要倚靠主，在主的大能影響及幫助下，我們得著平安及能力過生活，並要以神為樂。

親愛的恩主，求祢充滿我們的心，讓我們時刻感應祢的同在，無論在任何境遇中，都能以祢為滿足，在生活中充滿正能量，活得祥和喜樂。奉主名求，阿們。