

每天工作當中，遇見無數的個案，因成長背景，個人的境遇及周遭的人事環境，引致精神情緒困擾，甚至作出輕生的行為。他們會說：「生活不愉快，我活得不開心，生無可戀.....」

。無論財富、學歷、事業成就如何，都不能保證讓人得到平安喜樂！香港是經濟富裕的城市，但人心卻得不到滿足快樂。不同的調查報告顯示香港人的快樂指數偏低。

基督徒的情況如何？有沒有比非基督徒更快樂？弟兄姊妹，你今天活得快樂嗎？早前參加教會的讀經營，道風山上的拱門兩旁有一對對聯：「寬路行人多並無真樂，窄門進者少內有永生」，真樂和永生相對，可見真樂十分重要。其實基督教信仰帶給我們的不只是永生，還有真樂。可惜，今天不少基督徒不像擁有真樂。在九種聖靈果子裏，喜樂是現今教會很需要卻又很缺少的果子。基督徒不喜樂，這實在是很大的諷刺，因為我們的信仰是大喜的信息。

腓立比書是充滿喜樂一詞的經卷，保羅屢次吩咐腓立比信徒要喜樂，表明喜樂不受外面的事物或環境左右，信徒可以在患難中仍然喜樂。事實上，喜樂是對生命的一種積極的了解和態度，在一切境遇中存着信心與盼望，認定全權的主在掌管，並以祂的榮美和恩典為歡喜快樂的因由。

弟兄姊妹，倘若今天你仍然承受着沉重的生活壓力，背負着學業、工作、家庭的擔子，而忘卻了我們是天父寶貴的兒女，主已賜給我們真正的喜樂。請定睛仰望父神、學習交托、心存感恩，與肢體彼此守望代禱。享受每天的生活，細味主愛的甘甜，今天就給自己及身邊人一個可愛的笑容吧☺

喜樂的心乃是良藥 (箴 17:22)