



心境常青

周鳳美老師

浸信會呂明才中學

家長團契2015.3.23



傳道書3:12-13

我知道世人，莫強如終身
喜樂行善。並且人人吃喝，
在他一切勞碌中享福。
這也是 神的恩賜。

grace.

我生活的習慣與我心境常青的關係

1. 每天數算樂事（3件）
2. 在生活中為平凡的事情感恩
3. 樂於行善，以愛待人
4. 知足常樂，勿與人比較
5. 活在當下（印度宣教士）

昨天已過去，明天是個謎，今天是禮物

6. 寬恕別人（曼德拉）
7. 建立良好的家庭和人際關係
8. 增強應付壓力的能力
9. 活好今天，以神為樂
10. 選擇喜樂



究竟如何終身喜樂行善？

原則：

持之以久去實踐

中國共產黨新聞網

cpc.people.com.cn

實踐是檢驗真理的唯一標準

活著就是恩典

凡事
謝恩



Thanks
for everything!

不用與人比較

- God is Love
- God is Hope
- God is Everything
- 詩篇23篇

- 耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。

- 要知足，不用比較，常存感恩的心
- 不要憤怒



心境常青

選擇



心境常青的秘訣

1. 思想：積極和樂觀
2. 態度：感恩和知足
3. 生活：投入體驗
4. 方向：追求理想目標
5. 關係：經營愉快關係
6. 心靈：人生意義和靈性生活

(書目介紹)



結語

邁向喜樂心境常青
人生



HAPPY
LIFE
STRAIGHT AHEAD

