



从忧郁到喜乐



【C3心对心】 32从忧郁到喜乐

「喜乐的心，乃是良药；忧伤的灵，使骨枯干。」
(箴十七22)

1. 第一号文明病：忧郁症。
2. 《圣经》如何看待忧郁情绪？在我们痛苦、忧郁的情绪中，就给魔鬼留了地步，让牠有机可乘。
3. 从忧郁到喜乐：约伯从忧郁到喜乐的关键在于他说：「我从前风闻有你，现在亲眼看见你。因此我厌恶自己，在尘土和炉灰中懊悔。」（伯四十二5-6）
4. 喜乐的心乃是良药：这里指的是在主里的喜乐之心，带着欢愉事奉祂。你常操练与神同在吗？

箴言C3灵修

C3灵修
— CI-LING XIU —

真心话 时间

箴十七17-28

32 喜乐的心乃是良药



【真心话】 32喜乐的心乃是良药（箴十七17-28）

「朋友乃时常亲爱；弟兄为患难而生。...22 喜乐的心，乃是良药；忧伤的灵，使骨枯干。...25 愚昧子使父亲愁烦，使母亲忧苦。刑罚义人为不善；责打君子为不义。寡少言语的有知识；性情温良的有聪明。愚昧人若静默不言，也可算为智慧；闭口不说，也可算为聪明。」（箴十七17； 22； 25-28）

引言：今天的灵修经文（箴十七17-28），继续讲述，待人处事之道，，要敬畏神，离恶行善。主要有四个对比教训：1) 为人处世的教训（17-18节）：在患难之时，才能看到谁是你的朋友，轻易给他人作保乃是无知的人；2) 禁戒劝说的教训（19-20、26节）：争竞与自高的人是自取败坏，心存邪僻与舌弄是非必自取恶果，刑罚义人与责打君子是不仁不义；3) 原理原则的教训（21-23节、25节）：愚昧之子使父母愁苦，心灵的喜忧影响身体健康，行贿的会颠倒是非；4) 智愚对比的教训（24、27-28节）：明哲与愚昧眼见不同，静默寡言的人算是

他的智慧。愿我们都得着箴言的智慧，使我们的心常常喜乐，而不是忧愁。



箴言 寇绍恩短讲

32管不住自己的口舌之争，
人生里有太多的「早知道」！

【牧者短讲】32管不住自己的口舌之争，人生里有太多的「早知道」！（寇绍恩）

1. 一个愚昧的人，但是如果能够管得住自己的口，不乱说话，也算是智慧。管住自己的口有多困难。
2. 怎么样可以管住自己呢？关键在「我承认，我真的没有办法」，我需要《圣经》的话。「应该」的事情太多，做不到有什么用呢？《圣经》的话是真理。真理是带着能力的，我们需要的是能力。
3. 主！我承认我需要祢的帮助，请祢帮助我，经验《圣经》的话，真理带着能力，我需要祢的能力，成为我的帮助。听我的祷告，奉主的名求，阿们！



NO

为人处世的教训

一、为人处世的教训 (17-18节)

1. 朋友之间当彼此相爱，但这相爱是真是假，唯有在你患难的时候，你才能看的出来。主耶稣是我们最好的朋友，祂在我们还作罪人的时候，就为我们的罪而死。

2. 「爱」要有分辨力。若答应为朋友作担保，在他拖欠债项的时候为他清还，这不是真正的帮助他，他必须学习为他为人的信用负责，「爱」不是做一个「烂好人」，要衡量自己的能力。相对应的箴言：「我儿，你若为朋友作保，替外人击掌，你就被口中的话语缠住，被嘴里的言语捉住。」 (箴六1-2)



禁戒劝说的教训

二、**禁戒劝说的教训 (19-20、26节)**

1. 「高立家门」是自高自大、骄傲的表现，张开口说夸大、傲慢的话。骄傲会使人逐渐自我膨胀，自我提升，内在生命逐渐腐朽，灵命在骄傲里停滞不前。「谦卑带来灵里的健康，而灵里的骄傲是内在生命的腐朽。」

2. 「心存邪僻的」常是「舌弄是非的」。舌弄是非诽谤他人的，这类的人是灵性的畜类，等候被宰杀。这些人喜欢定罪他人，凭自己的喜好定人为恶为义。你们不要论断人，免得你们被论断，……你在什么事上论断人，就在什么事上定自己的罪。



原理原则的教训

三、原理原则的教训 (21-23节、25节)

1. 父母最大的悲哀，是有一个只为他们带来愁烦忧苦的孩子。「愚昧」是指思想和道德上的错误。「愚顽」是指灵性上与神关系的失落。人的罪性使人成为「愚昧」与「愚顽」的人。
2. 心灵若喜乐，生存的意志旺盛，身体也跟着健康，尤胜良药。喜乐是从神而来的恩典，我们当常常喜乐、不住的祷告、凡事谢恩。
3. 《圣经》告诉我们千万不要颠倒是非，行贿作恶，因为此非神之心意，亦不会带来好处，可能问题暂且解决，但最终我们仍要面对神的审判。



智愚对比的教训

四、智愚对比的教训（24、27-28节）

1. 明哲人是敬畏神的人，其解决问题的智慧就在眼前，因为有神藏在他生命里，神的话语于是成为他随时的帮助。愚昧人目中无人，心中远离神，自以为放眼地极，自能寻索到最好的方法来解决问题。

2. 《圣经》劝导那些不敬畏神的愚昧人，静默不言也可算为智慧。可惜，愚昧人就喜欢畅所欲言。

3. 在这是非颠倒的世代，一方面我们期盼愚昧人静默不言，另一方面我们希望基督徒在有需要时站起来大声疾呼，为信仰打那美好的胜仗。马丁路德就是其中一例。