

第 17 日：我的心哪，你要稱頌耶和華！

讀經：詩篇 103:1-22

我的心哪，你要稱頌耶和華，凡在我裡面的，也要稱頌他的聖名！我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記他的一切恩惠！（詩篇 103:1-2）

關係是雙方面的，一方愛，一方不愛，不能形成愛的關係。雙方都愛，才能形成愛的關係。神愛我們，但他給人自由意志，讓你自己決定是否要愛他。你愛神嗎？聖經說，基督徒對神的愛表現於二方面：一是「虔誠的敬拜」，二是「生活中的順服」。

1. 要向自己的心說話：持之以恆的敬拜生活並非靠情緒，乃是一個意志性的決定。「心」是情緒的來源，大衛對自己的心說：「我的心哪，你要稱頌耶和華！」（詩 103:1）人的心是世俗的，因此也經常是沮喪的，因此也就不願意稱頌神。如何才能稱頌神？不要讓情緒主宰你，而要主宰你的情緒。要養成對「心」說話的習慣：「我的心哪，你為何憂悶，為何在我裡面煩躁？應當仰望神，因我還要稱讚他！」（詩 42:11）。人心易變，情緒起伏，健康的心情乃是意志性的產物。當用你的意志向心說話：「我的心哪，你要稱頌耶和華！」
2. 要發出讚美的命令：一個人可以對自己的心下令麼？可以的，你可以主宰自己的心情。心是服從意志的，你叫它喜樂它就喜樂，你叫它讚美他就讚美。保羅說：「我是攻克己身，叫身服我。」（林前 9:27）讚美神不是一個「建議」，而是一個「命令」，我們的心需要每日都聽到這個命令。每日的清晨，你要吩咐自己的心去做它所當做的事：「我的心哪，你要稱頌耶和華，凡在我裡面的，也要稱頌他的聖名！」（詩 103:1）
3. 不要忘記神的恩惠：這篇美麗的詩篇，主要的內容是數算神的恩典：神赦免罪孽，醫治疾病，不輕易發怒，有豐盛的慈愛，用美物使你知足：「我的心哪，你要稱頌耶和華，不可忘記他的一切恩惠！」（詩篇 103:1-2）「感謝神」總是帶來正面的結果，使我們看清「神與我們同在」的事實，心中喜樂，不再憂慮。

禱告：親愛的主，我願對自己的心說話，時常稱頌你，數算你的恩典。

願主賜給你美好的一天！

王文堂牧師