

經文：詩篇 103:1-2, 帖撒羅尼迦前書 5:16-18

一. 感恩讓我們有正面的生活態度

感恩應當是基督徒生命中的特質，感恩讓我們在困境中仍然可以正面、積極、喜樂的來面對。聖經說凡事謝恩，就是大事感恩，小事也要感恩。大的事情危難得拯救，我們比較容易感恩，但小的事情我們也要學習來感恩。凡事也包括好的事與不好的事，好的事感恩很自然，但碰到不順利的事我們也可以感恩，是因為感恩幫助我們學習用正面的態度去看待我們所遭遇的事。感恩沒有改變環境，感恩使我們更靠近神，與神同在，因而改變我們的生活態度，而生活態度的改變使我們勝過環境。

二. 感恩使我們有不同的眼光

一個常會感謝神也對人感謝的人，他會有不一樣的眼光。感謝欣賞別人的優點是需要練習的，學習用感恩的眼光去稱讚、肯定、扶持別人。

一個知足的人容易感恩，不知足的人常有怨言，不懂珍惜，他的眼光被自己的感覺所轄制。學習數算你已經有的，你發現你的生命會有很多的改變。感恩知足的心是我們生命中極大的祝福。

聖經說，凡事謝恩。我們能感恩，是因為我們把眼光放在神的身上。我們是感謝神，不是感謝壞事，我們感謝神，因為神是美好的。我們的感謝是立基在神掌權，因為知道萬事都互相效力，要叫愛神的人得益處。

三. 感恩祝福/豐富我們的生命

1. **得勝**：感恩是我們屬靈的武器。當我們信耶穌以後，我們就會走在一條屬靈爭戰的路上。撒但想盡辦法驚嚇我們，讓我們擔憂懼怕，心裡軟弱。但是我們有一個屬靈的武器就是感恩，我們一數算主的恩典，就是高舉上帝，讓神掌權，讓撒但敗潰蒙羞。在困境中數算主的恩典，就是宣告我們的信心，知道神仍然掌權，而使我們的生命可以得勝。

2. **得醫治/完全**：很多時候我們心靈裡有許多疾病，貪婪、自私、驕傲，感恩的心讓我們可以清除那些壞細胞。真正的感恩是願意分享給予。當我們學會給予，願意去分享，我們的生命就真正的得著醫治跟完全了。

3. **喜樂**：感恩是擁有喜樂生活的秘訣。感謝不只是對施予者好，對接受者更好。一個喜樂感恩的心，對我們心靈身體的健康有絕對的影響。4. **謙卑**：一個感恩的生命是謙卑的，因為他知道他所有的都是神的恩典。神太大了，人看不見神，但是透過我們的感謝，讓神在我們身上就彰顯出來，可以讓人看見神。感恩尊神為大，感謝讓神得榮耀。

四. 為永恆生命感恩

詩篇 103 篇的中心思想是感謝神的赦罪之恩。赦罪之恩是所有恩典的基石，當我們得到赦罪之後，我們這條人生的路才是一個蒙福的路，才開始經歷到真正的恩典。假如你沒有經歷赦罪的恩典，其它的恩典都是暫時的，不是真正的恩典。讓我們為所擁有的感恩，更為我們所得到的赦罪和永恆的盼望而感恩。讓我們常常喜樂，不住地禱告，凡事謝恩！