

讲题：活出超凡的喜乐

经文：哈巴谷书 3:17-18

---

1. 请面带笑容，一起宣读箴言 15:13 七次。

箴言 15:13 心中喜乐，面带笑容；

心里忧愁，灵被损伤。

2. 为何婴孩每日平均笑 400 次，成人却是每日平均笑 7 次呢？

3. 如何化解现实的忧愁，选择灵里的喜乐？