

# 不要憂慮

經文：太 6:25-34

明天我就要去上海，然後到法國巴黎去傳道。那裏現在天氣很熱，我很憂慮。我們的生活中確有各樣的因素會影響我們，讓我們很快地生出憂慮來，我們的生命變得非常的沉重。今天我們先來看一段聖經（太 6:25-34），然後來看怎樣使我們自己活得輕鬆一點。

兩千年前耶穌傳道時發現跟前的門徒都心情沉重佈滿了憂愁。耶穌在這裏總結說，人生有三大憂慮：第一是為生命憂慮，想自己可以活多久，吃喝什麼；第二是為身體憂慮，如衣服等物質的東西；第三是為明天憂慮，是人類揮之不去的陰影。我們為自己，為兒女，為自己所愛的人，為周遭的人憂慮這三件事。大家不知道是否想過，這三件事情在動物身上從來不會存在。動物除了本能以外不會為這些東西煩惱。人類本來被造的時候不是現在這個樣子的，當時與神同行完全無憂無慮。但是從亞當夏娃不聽神的話而犯罪的時候，憂慮就開始了。因為神告訴他們吃了果子必定死，他們知道了結局，而人一旦知道結局就開始憂慮。而且他們發現他們上當以後，互相指責，憂慮生出埋怨。現在有很多統計數字表明老年癡呆症很普遍，我就開始憂慮，覺得自己常常忘記這忘記那，懷疑是不是有可能患老年癡呆症。其實這是很傻的。

人類自己的辦法是想換一個地方、改變地位來解決憂慮。大家可能注意到一個新聞：日本太子妃雅子本來是非常幸運的人現在卻患了憂鬱症。回到平民的家裏就好了，可是一到皇宮就舊病復發。我們從此看出地位、環境和物質都不能解決我們的憂慮。我還看到一個上海心理協會的報告，說上海有嚴重心理問題的人數達到 120 萬，嚇了我一大跳。上海人口一千三四百萬，差不多是十個裏面就有一個，這些人百分之八十是白領階層，是令人羨慕的一族。他們最明顯的問題就是憂慮。從憂慮開始發展到自殺，台灣每天有 178 人自殺，大陸自殺比例更高，15-34 歲的人佔了第一位，每年有二十幾萬人自殺，真是不能想象。亞當夏娃犯罪墮落以後不但自己陷入憂慮當中，而且整個人類跟了進去，為生命為身體為明天憂慮。

還有一條新聞。美國一位老太太本來是清潔工，中了樂透，拿到美國歷史上最高的獎金 2.9 億美元，但是她決定繼續作清潔工。她說仔細回想，讓我最快樂的是做清潔工，現在有錢很麻煩，很多人自告奮勇打電話來要為她做律師、CPA 等，開始替她憂慮了。我相信真正看透日光之上的、穿越日光的是她的真正的了解。我們人以爲的出路其實不是出路。

人為什麼會憂慮呢？耶穌基督提到七點原因，他說：“你們不比飛鳥貴重得多嗎？”意思是說你們憂慮因為不知道生命真正的價值。這價值不是能用吃喝穿戴地位環境所能衡量的，而我們人常以為地位，衣裝等決定人的價值，把人的價值跟外表連在一起。第二原因是不知道生命的源頭在哪裏，耶穌反復說“你們的天父”是在提醒我們生命的源頭就是天父。第三是我們不知道“天父是無所不知的”，而且是無所不能的。台福神學院的院長說過一個笑話：台南鄉下有一個人學會了開汽車，買了一輛汽車開回來，非常風光。他看到一位老媽媽挑著菜進城就邀請她上車。沒有想到老媽媽站在車上，肩上還是挑著菜，並且說，坐你的車已經很麻煩了，不能再讓菜給你添加重量。我們自己其實就是這樣像那位老媽媽，自以為不要給主添擔子，其實你的所有重量都在祂身上，我們整個生命的源頭就從祂而來。我們常常沒有信心，很多時候常常擔憂。我們的憂慮剛好表現自己的驕傲，似乎自己是無所不能的。我們其實不知道自己的有限，耶穌說：“你們那一個能用思慮使壽數多加一刻呢？”耶穌還說：“一天的難處一天當就穀了。”我們最多也就是能擔一天的難處了。最重要的是最後一點我們忘記了“要先求他的國和他的義”。我們陷在憂慮中的時候，什麼神的國、神的義都忘了。神的國就是神在萬民中掌權，神的義就是活出生命的品質來，把神的喜樂、良善、公義活出來。我們如果憂慮當然看不到神的國和神的義。基督信仰最吸引人的地方就是看到一群人無論在何等艱難困苦的情況下都有喜樂盼望。我們如果在憂慮中常常是浪費時間。

有的弟兄姊妹多年生活在憂慮中，後來又得了癌症，但是生命卻得到了翻轉。我以前也說過洛克菲勒的故事，他生病卻查不出病因，後來學會了不再為活命禱告，他去傳福音，派單張，建立基金會。結果活到九十八歲。後來他寫書說自己人生有兩個五十年。第一個五十年活在為自己當中，越為自己越憂慮。

我們不了解生命的價值，不知道生命的源頭，不知道天父的無所不知，無所不能，不知道使用信心，不知道我們的有限，不知道我們有更重要的事情要做，這就是七個讓我們憂慮的原因。越憂慮越糟糕，越麻煩。

對基督徒來說，憂慮在四個方面得罪神。憂慮是一個罪，因為表明我們對神不信任，不愛，只靠自己，不接受神的全能，對神沒有信心。我想到我的父母在抗戰時期經歷了多少次千鈞一髮的境況，他們看到的是神的帶領，在十年勞改中看到許多高官自殺，卻沒有一個基督徒自殺的，如果沒有信心信仰做不到這一點。

我們應當把生命身體和明天都交在神的手上。羅馬書 8:28 說“萬事都互相效力，叫愛神的人得益處”這是多少基督徒從心裏都阿門的一句話。現在你在有限的時間裏或許沒有看見，但是如果你把它放到時空裏，你會看到神的話沒有一句不帶能力，沒有一句徒然反悔。我們需要把生命的順序調整。既然神的國神的義是最重要的，如果我們在有限的人生裏不以此為人生追求的目標，就會陷在自怨自艾之中、陷在思慮煩愁當中，生命活得顛倒。重要的事情應該放在第一位。神說：“要先求他的國和他的義。”這是一個命令。

我想起父親曾經說過，沒有一個傳道人是要飯的。我當時不理解，只覺得周圍的人都比我強。我們人總是看眼前，唯有神看將來。相信、敬畏、等候神的人不但他們蒙福，神還要賜福，直到千代。

最後我們要思想的是怎麼從憂慮裏出來呢？解決的藥方在哪裏呢？沒有別的，就是聖經講的兩個字：“喜樂。”唯有喜樂的心靈乃是良藥。怎麼喜樂：靠主。你看主，好像一面鏡子一樣，你看主就有喜樂。我常想有沒有一天我們把最愛的人換成主。我現在不管再累再辛苦，去看一看孩子一切的疲勞都沒有了，心底裏會有一種喜樂出來，看到照片也開心。另一個經歷是談戀愛。有沒有可能換成

主呢？保羅、彼得、約翰都有這樣的經驗。當我們喜樂不起來的時候，你就思想耶穌基督在你身上是何等的忍耐，給了你何等大的救恩，給了你何等大的榮耀和盼望。

另外帖前 5:16-18 說：“要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩。”原來喜樂跟禱告和謝恩連在一起。憂愁的時候，我們說：“主啊，我來到你的面前，我求告你，你的話大有能力，你在我身上的期望甚大，你在我身上的恩召長潤高深。”透過禱告你把主接到心裏邊，然後是謝恩，求神幫助我們看見我們已經有的。我很喜歡到醫院探訪，看到那些不能吃飯的就感謝主，我能夠吃飯，看到不能行走的我感謝主，你讓我可以自由地奔跑。看到神在我們每一個人身上的恩典。我們很多人走過人生，嘗過救恩的杯，更感謝神，若不是你的保守我焉能到如今？相信有你，就有我的子孫後代的一切。通過禱告讓我們心裏充滿感恩。

最後一點，喜樂和我們的盼望有關係。基督徒有盼望的心，主來的日子是讓基督徒歡欣鼓舞的日子，萬有都一同等候，宇宙間一切都要滿口稱頌主。主啊你把我們釋放了，把我們帶到一個不再有眼淚、不再有痛苦的新天新地。萬有的結局都在祂那裏，祂要來，祂也必來，祂也正在你我的門口。當我們想到這一點的時候，哪怕我們只有一天活的時間，我們也要說，主啊，幫助我讓我做你要我做最重要的事，免得主來的那一天，我們羞愧面對主。

神要我們擴張祂的國，活出神的義，把真正的喜樂帶進憂愁的人群裏，讓他們因著我們看見生命的主，我們生命的源頭。祂無所不能，無所不知，掌管一切。盼望這段聖經再一次提醒你我，讓我們活得不再一樣。