

憂慮

馬太福音 Matthews 24:24-34

- 馬太福音 Matthews 6:25 「所以我告訴你們，不要為生命憂慮吃什麼，喝什麼；為身體憂慮穿什麼。生命不勝於飲食嗎？身體不勝於衣裳嗎？」 Take no thought for your life.
針對信徒，這是一個命令。同樣地約翰福音 John14:1「你們心裡不要憂愁；你們信神，也當信我。」也是一個吩咐 (command)；Don't，是命令，不只是勸導而已，同樣地腓立比書 Philippians 4:6「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。」；彼得前書 1 Peter 5:7「你們要將一切的憂慮卸給神，因為他顧念你們。」都是命令，不是可有可無的勸說。如果我們違背就是犯罪，就得求主赦免，主我今天憂慮了，求主赦免。約翰壹書 1 John 1:9「我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」
- 我們得照顧家庭，否則比不信主的人還糟糕。
We need to draw the line between careful planning for our needs and the needs of our families and worry and care that is forbidden by the word of God.
- 憂慮是因我們承擔了一些責任我們處理不了放不下。此處主不是指我們本來應承擔的責任，是上帝付與我們的責任，它是指你承擔了別人，也就是上帝的責任，是你取代了上帝，承擔了祂的責任，我們實在擔不起。
- 在馬太福音 Matthews 6:25 耶穌說我們人因為兩件事造成我們憂慮。1) 物質上的事；2) 身體健康。
1) 如果人太在意這些事就會因為自己沒有擁有的造成挫折，不去想自己有的，只想自己沒有的。2) 生命健康如何保養延壽，想太多也實在沒有助益，只會憂心。
- ⇔ 針對這兩樣耶穌告訴我們
要有信心馬太福音 Matthews 6:26；上帝會照顧我們，上帝知道我們的需要；上帝能夠作到，上帝願承擔照顧我們的責任；看看上帝的應許。He keeps His words.
- ⇒ 要有信心，不要怕，但同時我們可以做的事
1. Celebrate God's goodness.
想到上帝的恩慈。腓立比書 Philippians 4:4 「你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。」
- 不要老是想到你人生一團糟，愈沉在問題就愈陷愈深。
詩篇 Psalms 121:2-3 「2 我的幫助從造天地的耶和華而來。3 他必不叫你的腳搖動；保護你的必不打盹！」
詩篇 Psalms 77:12 「我也要思想你的經營，默念你的作為。」
馬太福音 Matthews 14:28-30 「28 彼得說：主，如果是你，請叫我從水面上走到你那裡去。29 耶穌說：你來吧。彼得就從船上下去，在水面上走，要到耶穌那裡去；30 只因見風甚大，就害怕，將要沉下去，便喊著說：主啊，救我！」
2. Ask God to Help.
禱告求主幫助。腓立比書 Philippians 4:6 「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。」
馬太福音 Matthews 7:7 「你們祈求，就給你們；尋找，就尋見；叩門，就給你們開門。」
以賽亞書 Isaiah 62:6 「耶路撒冷啊，我在你城上設立守望的，他們晝夜必不靜默。呼籲耶和華的，你們不要歇息。」 "Put the Lord in remembrance of His promises, keep not silent."

以賽亞書 Isaiah 43:26 「你要提醒我，你我可以一同辯論；你可以將你的理陳明，自顯為義。」 "Put me in remembrance, let us contend together."

3. Leave your concern to God

交託給主，一項一項交給主

→ 用感恩的心、態度，交託給主，想想可以感恩的事

4. Meditate on good things.

腓立比書 Philippians 4:8 「弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。」

默想主的話，和正面的事。腓立比書 Philippians 4:8 「弟兄們，我還有未盡的話：凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念。」

=> 面對人生太多不確定的事，我們都會有憂慮，但我們可以不要陷在裏面。