

# 不要憂慮

經文：馬太福音六：24-34

鄭文選牧師

## 【引言】

弟兄姊妹平安。今天的講道題目是不要憂慮，為什麼講這個主題呢？首先，是因為這也是今年聖誕晚會的主題—不為明天憂慮。其次，是因為將臨期第二週的主題是平安，也就是勝過憂慮，剛剛我們點燃的第二支將臨花環蠟燭—信心之燭，則是勝過憂慮的關鍵。

請問你常為什麼事情憂慮？我在神學院認識一對學長夫妻，有一次聊天他們說他們結婚幾十年從不吵架。我們幾個學弟妹為此感到萬分驚訝，沒想到他們竟問：「有什麼可以吵？」我們其他人異口同聲地回答：「什麼都可以吵啊。」同樣地，什麼事情都可以憂慮。昨天聯合報頭版刊載，台灣 2012 年度代表字票選的結果，得票最高的就是「憂！」推薦此字的中研院副院長指出，末日預言、國際情勢、歐債危機、貧富差距、薪資倒退、物價上揚、朝野族群對立、台灣競爭力落後、等，都是造成台灣人憂慮的原因。

問題是憂慮有沒有用？我們都知道憂慮沒有用，反而常帶來許多負面的影響。但問題是如何能夠不憂慮呢？今天，我們要透過這段經文學習如何能夠不要憂慮。

我們先一起禱告。

## 【本文】

### 一、不要為衣食憂慮

我們用以下的圖形一步一步來思想一下耶穌這裡的教導。

生命—飲食 ↔ 壽命—飛鳥（養活）

身體—衣服 ↔ 美麗—百合（裝飾）

首先，耶穌問我們：是生命重要還是飲食重要？當然是生命。是身體重要還是衣服重要？當然是身體（v. 25）。這裡耶穌是「以大喻小」，教導我們應該把重要的當成重要的。

其次，耶穌說：天上的飛鳥也不種也不收，也不積蓄在倉裡，天父尚且養活他。何況是我們呢（v. 26）。野地上的百合，也不勞苦也不紡線，神還讓她比所羅門穿戴得還漂亮，何況是我們呢（v. 28-30）這裡耶穌則是以小喻大。然後太六：27「你們哪一個能用思慮使壽數多加一刻呢（或譯：你們哪一個能用思慮使身量多加一肘呢）？」如果是前面的翻譯，就是跟前面飛鳥的比喻連在一起，如果是後面的翻譯，就是和後面百合花的比喻連在一起。但總之，耶穌要強調的就是，憂慮沒有用，憂慮不能改變

事情；既然憂慮沒有用，何必繼續憂慮呢？一起說：「憂慮沒辦法改變事情，所以我要停止憂慮。」

講到這裡，大家有沒有發現耶穌這兩組比喻之間的關係？飲食是和壽命有關，衣服是和美麗有關。後面這一組比喻，也就是關於壽命和美麗這部分，神會負責。因為我們比飛鳥貴重，天父一定會養活我們。我們也比百合花貴重，那所羅門和我們誰貴重？我們？真的？所羅門？這裡不是在比這個，不是在比我們和所羅門，而是在比百合花和所羅門穿戴的金銀冠冕、華美衣服，百合花比那些更美麗。意思是說，神創造裝飾的，比人穿戴的榮華更美麗。因此「不要為你是否美麗和帥氣憂慮，神創造的你的身體是最美麗的。」我們每天洗臉照鏡子的時候，要看著鏡子說：多麼美麗的臉龐啊！多麼帥氣的模樣啊！每天洗澡的時候，要看著自己的身體說，上帝造得多麼美啊！美麗這部分，上帝會負責，耶穌說百合花的生命如此短暫，神都還給他這樣的妝飾，何況我們呢？和左右的姐妹說：「妳比百合花更美麗。」

相對於美麗和妝飾比較是女生的憂慮，養家活口就比較是男生的問題。耶穌向我們保證，天上的飛鳥表面上生活缺乏保障，卻蒙神養活，所以我們不需要為日用的飲食憂慮。我不曉得我們當中有沒有人，真的經驗過下一頓飯沒有著落的困境？在耶穌那時代，有許多佃農和臨時工，真的會有一餐沒一餐。如果他們看到我們的經濟狀況，卻還在為金錢憂慮，大概很難想像。另外一方面，如果我們當中真的有弟兄姊妹，你個人或家庭連吃喝都有問題，請來找我，我有責任，教會也有責任，不能讓你們餓著肚子，神負責的其中一種方式是透過教會肢體的彼此扶持。總之，關於養活壽命和妝飾美麗這部分，上帝說祂會負責，所以我們不要為衣食憂慮。

至於前面那一組，就是關於飲食和衣服這部分，耶穌教導我們不要過於著重。因為一直著重這部分，就會變成事奉瑪門。太六：24「一個人不能事奉兩個主；不是惡這個、愛那個，就是重這個、輕那個。你們不能又事奉神，又事奉瑪門（瑪門：財利的意思）。」如果一直想著要飲食要更享受，衣著要更時尚，你就不知不覺被引導去事奉瑪門。

諾貝爾獎提名人 Gobran 修女曾說：高貴不是來自外在衣著，而是出自內在生命。耶穌也說：生命勝於飲食，生命還有更重要的事，就是追求神的國和神的義。而且耶穌再次保證，當我們將神的國和神的義放在生命的優先，生活中一切需用的飲食衣服、壽命美麗，神都會加給我們，我們不需要為衣食憂慮。一起來念太六：31-33「31 所以，不要憂慮說，吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？32 這都是外邦人所求的，你們需用的這一切東西，你們的天父是知道的。33 你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」

剛剛我們提到，歐債危機、貧富差距、薪資倒退、物價上揚，這些使台灣人憂慮的問題其實都跟金錢有關。親愛的弟兄姊妹，這些問題也都衝擊著我們，但基督徒可以不憂慮。為什麼呢？複習一下這段經文所說不要為衣食憂慮的理由：1. 憂慮也沒有用。2. 神會負責我們的衣食。3. 為衣食憂慮會導致事奉瑪門。4. 生命還有更重要的事：追求神的國和神的義。

但是，我們不光是為衣食憂慮，還有好多其他的事也讓我們憂慮，所以耶穌最後將祂的教導擴大到不要為任何事憂慮。我們一起念太六：34「所以，不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」

## 二、不要為明天憂慮

不要為任何明天以後才會發生的事情憂慮，什麼都不要憂慮。

你知道嗎？就算求神的國和神的義也可能憂慮。聖誕晚會的同工們，我們辦「不為明天憂慮」為主題的聖誕晚會，如果我們自己在過程中充滿了憂慮，就太諷刺了。我們告訴人家天降恩福—因為耶穌誕生，所以我們可以不為明天憂慮，只要相信耶穌，你就可以天天有平安，不為明天憂慮。然後我們一直憂慮詩歌還沒練，舞蹈還沒排，分享見證的人還沒找齊，邀請的朋友還沒答應，當晚會不會下雨，有一堆事讓我們憂慮，這樣會不會很奇怪？但我要說，為這些事憂慮的人是因為愛神愛教會、愛人愛靈魂，很多人不為這些事憂慮，因為不關心。但是耶穌要我們就算求神的國和神的義，也不要憂慮。為什麼呢？路十二：31-32「31 你們只要求他的國，這些東西就必加給你們了。32 你們這小群，不要懼怕，因為你們的父樂意把國賜給你們。」因為天父樂意把國賜給我們，所以我們不需要憂慮懼怕。

同樣地，我們會為兒女、為事業、為人際關係、、、等等的事情而憂慮，但如果我們將對這些事情的期待，調整為合乎神的國和神的義，就可以將這些事情都包括在求神的國和神的義中間，例如：憂慮兒女的未來，你就將兒女獻給神，求神的國降臨在他們身上，掌管他們；憂慮事業，你就將事業獻給神，在工作職場中遵行神公義的法則；憂慮人際關係，就將彼此的關係仰望神，決定愛與饒恕。然後這些事都變成了在求神的國和神的義，而天父樂意將國賜給我們，我們就不用憂慮和懼怕了。

事實上，耶穌沒有應許我們生活沒有艱難，不需要努力，祂說一天的難處一天當就夠了，可就得生活是會有難處要擔當的，但是耶穌的確應許我們不需要憂慮。過往我們的習慣是有難處就憂慮，但我們可以學習將憂慮化為默想，將憂慮化為禱告。太六：30 耶穌指出我們憂慮的關鍵是因為缺乏信心，「你們這小信的人哪！野地裡的草今天還在，明天就丟在爐裡，神還給它這樣的妝飾，何況你們呢！」沒有信心的人，即使聽到耶穌說「天上的飛鳥天父尚且養活，何況是我們呢？」也會回答：「可是我吃的比飛鳥多啊！」憂慮主要來自對超過自己控制範圍的狀況缺乏信心、感到不安，而禱告和默想則可以提升我們的信心，勝過憂慮。

默想就是反覆思想神的話。憂慮其實是負面的默想，只要你會憂慮，你就會默想。憂慮的時候，你反覆思想讓你擔心的事，默想的時候，你反覆思想神的話。但憂慮事情不會改變，默想則會使你的信心提升，然後你可以用神的話語和應許禱告，經歷神樂意將國賜給你。

腓四：6-7 說到當我們將憂慮化為禱告的時候，就會經歷神所賜、出人意外的平安，「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。7 神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。」

我們教會明年的目標是「建立讀經的文化，塑造禱告的生命。」我們使用詩篇每日靈修，學習詩人怎樣將人生各樣的處境都帶到神面前、向神禱告，藉此塑造禱告的生命。我們也要繼續速讀聖經，並且會在主日愛宴後，教導聖經各書卷的背景和重要主題，帮助大家更加讀得懂聖經。如果大家都跟著教會訂定的計畫，每日讀經、靈修、禱告，學習將憂慮化為默想、將憂慮化為禱告，一定會勝過憂慮，經歷先求神的國和神的義，神將一切所需賜給我們的豐盛平安。。

## 【結論】

弟兄姊妹，你最近正為了什麼事情憂慮嗎？我下面列出幾段經文，你可以挑任何一段與你的憂慮有關的來默想，然後化為禱告。當然你也可以就用今天講道這段經文來默想：

詩卅一：15「我終身的事在你手中；求你救我脫離仇敵的手和那些逼迫我的人。」

詩卅七：3-5「3 你當倚靠耶和華而行善，住在地上，以他的信實為糧；4 又要以耶和華為樂，他就將你心裡所求的賜給你。5 當將你的事交託耶和華，並倚靠他，他就必成全。」

詩九十四：19「我心裡多憂多疑，你安慰我，就使我歡樂。」

腓四：19「我的 神必照他榮耀的豐富，在基督耶穌裡，使你們一切所需用的都充足。」

賽四十：29, 31「疲乏的，他賜能力；軟弱的，他加力量。等候耶和華的必從新得力。他們必如鷹展翅上騰；他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」

只要我們養成默想經文的習慣，抓住上帝的應許禱告，並且將關注點放在追求神的國和神的義，必定會更多經歷到不憂慮的自由以及上帝豐富的供應。 卍

### 基督教台灣信義會台北蒙恩堂

地點：臺北市松山區光復南路 32 巷 3 號

傳道人：鄭文選牧師

網址：[http:// www.gnglc.org.tw](http://www.gnglc.org.tw)

電話：2570-0564

傳真：2570-0565

E-mail：[gngchurch@so-net.net.tw](mailto:gngchurch@so-net.net.tw)