

《与神同行》 放下重担

相信我们都非常熟悉生活的担子，要是让我们一个一个的来作见证，分享自己的经历，相信每一个人都可以具体的指出自己心中的重担，生活的重担，又或者指出令我们感到压力最大的事情是什么，是什么令我们有那种无法喘得过气来，感到灰心沮丧的感觉。它令我们举步维艰，也让我们觉得精力透支，耗尽一切的精力，弄至身心交瘁。我们会很不明白，作为一个属神的儿女，为什么神忍心看见我们处在这样的景况中，而不作任何事。无论如何，我要指出的，就是我们每一个人都明白何谓重担。

有时候，我们会觉得某件事对我们来说是一个压力，今天我们要来思想一下，我们所背负的重担，以及主耶稣可以怎样替我们背负。太 11 章记载，主耶稣和父神交谈完毕，就向群众发出了一个邀请，充满着慈爱和体谅，令每一个听见的人，都感到人生充满着希望和光明。我们要来看的，就是太 11:28-30，经文这样说：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。”

每个人都会为着不同的事而感到压力和重担，到底“重担”是什么呢？何谓重担呢？重担就是一种沉重的感觉，可以由很多事情而引起，但不管是什么原因，它能够使我们的的心灵感到一种沉重的负荷和感受的，就是重担了。“重担”可以成为鞭策我们去做某些事的动力，但也可以把我们推向沮丧和焦虑。那就是说，重担可以带来积极的结果，也可能带来消极的结果，这在于我们怎样去看重担，和处理重担。到底形成重担的原因是什么呢？是什么事能够使我们的生活感到压力和重担呢？

在这里我会分享到三类的重担，头一样的重担，是作先知的重担。这是什么意思呢？要知道，太 11 章所记载的，是主耶稣向当时的群众在说话，而当时的群众，大多数都是贫穷的，遭遇很多困苦的，而且其中有很多都是奴隶，所以人生非常的艰苦。主耶稣要将希望带给这些无助和绝望的人，让他们在困苦的人生中找到希望。而主耶稣的信息，显然是属于先知式的信息，把一些未来要发生的事，预先宣讲出来，叫群众明白和接受，藉此可以得着心灵的盼望。

主耶稣事实上是背负着旧约一些先知们的重担，像以赛亚，耶利米和以西结等，他们都曾经预言过弥赛亚的到来，而耶稣就是弥赛亚，祂来是要应验旧约先知们所论到祂的预言。当然，先知们的信息和预言是从神而来的，是神感动先知们写下这些信息来，让神的百姓获得心灵上的鼓舞和安慰的，这是一种作先知的重担，把从神领受的信息，神要先知所传的信息传讲出来，让人明白和接受。这不是一项简单的任务，而是沉重的负担，是内心深处的一种压力。作为先知，要是不尽上为神代言的职责，闭口不说，不把神托付他的信息传讲出来，他里面是无法获得安宁的。就好像先知耶利米书说“我不再提耶和華，也不再奉他的名讲论，我便心里觉得似乎有烧着的火闭塞在我骨中，我就含忍不住，不能自禁。”相关的经文，在耶 20:9。

今天，传扬福音的人，其实就正是背负着这种作先知的重担。我们怎样把福音传开，让人认识耶稣，相信接受祂的拯救，如何让福音深入人的心中，引起他们的反应呢？这是神所加给我们的一个担子，有时候会在心中形成非常沉重的感觉。所以，传扬福音，是神所加给人的一个重担，压在人身上，人必须将它释放出来，才可以轻松。这是头一种我所分享的“重担”。

第二种的重担，就是主耶稣所指到的我们每天所背负着重担，那就是我们在每天的生活中所要面对和处理的事情。比方说，一个做生意的人，在工作上必然会感受到压力，他要在生意上作出重大的决定，有时候真的很不容易，有些人因此而弄得精神衰弱，又或者是患得患失。又比方说，一个做母亲的，她的压力也许就是怎样教好自己的儿女，怎样使孩子有正确的人生观，有高尚的品格和行为，懂得追求真善美的人生。这些都是作母亲的压力和重担。另外，人可能要面对的，是经济的压力，又或者是人际关系上的压力。无论如何，每一个人都有他不同性质，不同程度的压力，我们都背负着或多或少的压力生活。

而在此同时，神往往又会把重担放在人的心中，因此基督徒会有祷告上的担子。比方说，当有人请求你为某个肢体祷告，又或者你感受到有些朋友最近面临一些不幸的遭遇，需要你的代祷告，很自然的，你会感到祷告的压力和重担，你的心灵会比平日沉重，这是一种压力。你内心会和他们感受到类似的压力和紧张，所谓“感同身受”，你渴望和他们一起经历，并尽你的力量去帮助他们。神会把某些人的需要放在我们心中，然后感动我们去为别人代求。神实在会把担子放在人的心中，神会给作先知的人有重担，神也会把祷告的担子放在人心中。然而，有些重担，就是在日常生活中的担子，却是我们自己招来的，是我们自己造成的。

诗 55:22，有一个很奇妙的应许，经文说：“你要把你的重担卸给耶和华，祂必抚养你，祂永不叫义人动摇。”这里没有提说到重担的性质，它是概括指一切的重担，无论是什么，是哪一种类型的，我们都可以把它卸给耶和华神。不管我们所背负的，是神放我们心中，要我们去为祂做的，或是为别人做的，不论是代祷，或者是实际的帮助，又或者是一些重担，是我们在生活中遇上的，或困境或试炼，是神不期望我们遇见的，不是来自神，都没有分别，神都乐意帮助我们背负。

比方说，我们在生活上感到经济的压力，这其实不是神要我们背负的，但是我们一直就为着经济的缘故，而背着重担。不管我们所背的重担是什么，神所对我们说的都是一样，“把它交给我，卸下给我，让我替你背负。”

跟着我们来看诗 68 篇，这里又有另一个应许，跟主耶稣在太 11:29-30 所说的相似，主耶稣说：“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样你们心里就必得享平安。”不论我们的重担是什么，答案都是一样，交给主耶稣，让祂替我们背负。

而诗 68:19 说：“天天背负我们重担的主，就是拯救我们的神，是应当称颂的。”如果神每天为我们背负重担，我们还要担心什么呢？我们把重担交给神，这不是我们自己的意思，而是主诚意的邀请，因为祂知道我们背负重担的苦恼和难当，我们只要将重担卸在祂面前，祂就会背负，祂必抚养我们，这是多么有福气的事！只是我们今天看身边的人，看自己的情况，似乎我们依然是背着自己的重担度日，丝毫不像有人为我们背负重担那样。为什么呢？神不是已经应许替我们背负重担了吗？为什么我们还活得这么辛苦疲累呢？那是因为我们没有学会怎样去获得解脱。

神说祂天天背负我们的重担，没有一天是假期，是神不帮助和不作工的，而神也不会动摇，祂是那样的信实可靠，只要我们转向祂，只要我们把问题和重担卸下给祂，一切都可以获得解决。除非我们还不明白神的慈爱和苦心，除非我们还不知道可以将重担卸在祂的面前，不然的话，我们还担心什么呢？

到底问题出自那里呢？为什么许多基督徒，今天依然活在重压之下，无法轻轻松松的度日呢？要是我们来到神面前，我们对神说：“神啊，这就是我的重担，我如今放在你面前，求你为我背负，因为你应许过要帮助我，为我背负的，我不知道该如何去面对和处理这些令人头痛的事，我只能把它交给你，求你为我处理，求你为我背负，我只是将问题和重担交给你而已。”

神必然会垂听这样的祷告，因为这是神的心意，是神的应许。然而，怎样才能够使这样的祷告成真呢？关键其实是在于信心。我们必须信神，相信神会照祂所说的去成就，相信祂的信实和可靠，然后我们才会对神有积极的态度和回应。神说要背负我的重担，我就不用忧虑。为什么我还要背负着神说祂乐意背负的重担呢？为什么我们不让神来背负我们根本担不起的担子呢？我们根本用不着自己去操心，因为神就早应许过要看顾和帮助我们。因此，只要信靠神，带着单纯的信心来到神面前，把重担卸下，我们就可以享受轻松和平安。

好，还有第三种的重担我要提及的，就是罪的重担。我们来看一些经文，论到罪担对人的影响。这是罪的重担，是被定罪的重担，是罪疚感的重担，是自我定罪的重担，因为罪在我们生命中所引起的重担。诗 32 篇作了一个非常贴切的描述，讲到人对付罪之后的心境，以及不对付罪之时的情况。若是我们保留罪，将会怎样；若是我们对付清理了，那又怎样。我们不是只看看它的描述，因为它所描绘的，都是十分真实的。大卫在诗 32:1-4 这样说：“得赦免其过，遮盖其罪的，这人是有福的。凡心里没有诡诈，耶和华不算为有罪的，这人是有福的。我闭口不认罪的时候，因终日唉哼，而骨头枯干。黑夜白日，你的手在我身上沉重，我的精液耗尽，如同夏天的干旱。”这里说，得赦免其过，遮盖其罪的，这人是有福的，我们的罪凭什么可以得着赦免和遮盖呢？是靠着耶稣基督的宝血。

当神不再计算我们的罪，不再记念我们的罪的时候，那是最有福的人。神之所以不照我们的过犯待我们，没有照着我们当受的报应待我们的时候，不是因为我们作了什么，而是因为耶稣基督用祂的宝血将我们所有的罪都洗净。跟着大卫说，“我闭口不认罪的时候，因终日唉哼，而骨头枯干”，罪是会影响我们的身体健康的。大卫说“黑夜白日，你的手在我身上沉重，我的精液耗尽，如同夏天的干旱。”

让我们来思想一下，大卫在这里描写到罪，罪的沉重，罪的担子，它会令我们的身体受损，这是个事实，有不少的疾病，它的根源是来自内心。罪使人的力量枯干，再没有力量去面对人生，罪是一个破坏的力量，能够摧毁人的一生。罪能够破坏我们的家庭，破坏我们跟人的关系，破坏一切。罪是具有破坏力量的，对我们的身体会造成极大的伤害。一个人要是天天背着这样重的担子生活，是很痛苦的，是背不下去的。罪会沉重到把人压死，圣经多处有提到罪对人的伤害和破坏。

诗 38:1-4 这样说：“耶和华阿，求你不要在怒中责备我，不要在烈怒中惩罚我。因为你的箭射入我身，你的手压住我。因你的恼怒，我的肉无一完全；因我的罪过，我的骨头也不安宁。我的罪孽高过我的头，如同重担叫我担当不起。”你知道神为什么不愿意我们活在罪中吗？这是因为罪的担子实在太重了，是我们担当不起的，而它所带来的影响，足以令我们的生理，心理，情感，叫我们的理智和灵性都受到损害。神不希望我们活在罪中，因为罪会破坏我们跟神之间的关系，叫我们失去跟神的联系，活在黑暗之中。

因此，当人拒绝承认自己的罪，拒绝悔改，拒绝对付罪的时候，他们的景况是可怜的，是绝望的。圣经明说，罪能够使人的骨头枯干，罪叫人的身心灵都无法有正常的发展。尽管我们可以作很多理性上的分析和辩驳，认为罪没有什么大不了，但实际上却不然，当人叛逆神，活在罪中的时候，他的人生就了无意义，就发不出光采。

因为罪担会将人压着，叫人喘不过气来，多少时候，身体的毛病也会由此而产生，不是真的官能上有毛病，实际上是由罪而引起和影响的。怎样可以从这低落的光景中出来呢？有什么良药妙方呢？其实很简单，不必到药房买药，也不必去看医生，只要谦卑的来到神面前，承认罪过，彻底悔改，那就是了。神的医治就在我们认罪的那个时刻就开始，你将会得到彻底的医治，真正有效的医治。我们必须对症下药，找到问题的根源，然后才可以获得真正的医治，不是只治标而不治本，乃是将一切问题都解决，是治根的方法。

如果是作神仆人的，怎样可以卸下重担，从重压中得到解脱呢？很容易的方法，就是抓住神的应许，仰望祂，信靠祂。至于日常生活上的重担，怎样去解脱呢？怎样做呢？方法也很简单，把它交给神，神会替我们背负，我们就获得轻省。罪的担子，一如我们刚才所说的，只有神才能够替我们担当，所以我们必须凭信心来到神面前来，求祂的赦免和洁净。

我们再来看一些经文，请看赛 53 章，4 到 6 节，经文这里说：“祂诚然担当我们的忧患，背负我们的痛苦，我们却以为祂受责罚，被神击打苦待了。那知祂为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因祂受的刑罚，我们得平安；因祂受的鞭伤，我们得医治。我们都如羊走迷，各人偏行己路，耶和華使我们众人的罪孽，都归在祂身上。”

有一件事我要提醒弟兄姐妹的，就是只有神才是我们的出路，不论我们所背负重担，是哪一种性质的重担，答案都没有分别，同样是在主里面获得解脱。要是神有信息要你传讲，要你做祂的出口，你不能吩咐别人替你传，你必须亲自去传讲，亲身见证，才可以将内心负担除去。若是生活上的担子，我们也不要指望有别人可以替我们完全背负，而我们也无力去背负别人生活上的各种担子，因为各人都有自己的担子，我们只能分担，一起去面对，但却无法代别人去担，所以唯一的方法，是带到神面前来，祂会替我们全然背负。而罪的担子就更不用说了，只有主耶稣基督才可以除去我们的罪，只有祂的宝血才可以使我们的罪担真的除去。

我们若是不把罪担卸给主，我们就得自己背负，那是我们无法担得起的重担。所以我们唯一要做的，是来到主面前，向祂承认罪过，我们悔改，愿意回到正路上，接受主的赦免，因为主耶稣在十字架上早已背负了我们的罪孽，我们唯一要做的，是用信心去接受主的拯救和赦免。主耶稣为我们的罪，作了挽回祭，祂为我们死在十字架上，流出宝血，是为了洗净我们一切的罪孽和污秽，我们为什么还要自己去面对罪和背负这难背的担子呢？

很多人回顾过去，想到自己从前所犯的罪，内心会充满罪疚感，无法原谅自己。而这种罪疚感，其实是一个很重的包袱，足以伤害和毁灭一个人，让人感到痛苦和羞耻。罪能够使人身心交瘁，叫人感到人生枯干，只有一个方法可以叫人永远离开罪的缠绕和重压，就是相信接受耶稣的赦免，认识耶稣在十字架上，祂是背负了我们一生所犯的每一样罪。

还记得主耶稣在十字架上大声喊叫说：“我的神，我的神，为什么离弃我”吗？主耶稣在背负着人类的罪孽的时候，神尚且掩面不看祂，使耶稣有被遗弃的感觉，这感觉是耶稣最痛苦的时刻，比起肉身和精神所受的苦，被神离弃是有过之而无不及。我们若是背负罪，也会与神分隔，内心的痛苦是必然的。

神希望我们能够对付罪，以致获得平安和喜乐。大卫在犯罪之后，经历到罪对他的折磨和苦害，他承认闭口不认罪的时候，是终日唉哼，骨头枯干，他的精液耗尽，如同夏天的干旱。但是当他愿意承认罪过和悔改的时候，奇妙的事就发生，神就洁净他，洗净他的内心，使他重新体会到幸福的感觉。