

《献上今天》我爱背金句 太 6:25

本周金句：

“所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么、喝什么；为身体忧虑穿什么。生命胜于饮食么？身体胜于衣裳么？”（太 6:25）

背景：

太 6:25-34 主题是“不要忧虑”，主耶稣在太 6:19-24 提及“你的财宝在哪里，你的心也在哪里”（太 6:21），提醒门徒“一个人不能事奉两个主；不是恶这个、爱那个，就是重这个、轻那个。你们不能又事奉神，又事奉玛门”（太 6:24），接着才有太 6:25 的“所以我告诉你们，不要为生命忧虑”的教训。

“不要为生命忧虑”亦可翻译为“不要为明天忧虑”或“不要为生命忙碌”，主耶稣教训门徒不要忧虑，而是要先追求神的国和神的义，因为：

1. 神既赐人生命和身体，必照顾衣食这些小问题。（太 6:25）
2. 神既顾念飞鸟、花草，就必看顾更贵重的儿女。（太 6:26、28-30）
3. 为未来忧虑毫无帮助，但也不代表不需工作、不须照顾他人疾苦、不遇难处。（太 6:34）

圣经学者指出，这一段教训中显明，主耶稣所禁止与所要求的是什么？

1. 耶稣所禁止的是“忧虑”
也就是人试图掌控自己的生命，为自己筹划一切而失去谦卑仰望、信靠神的心，定睛于无定的钱财自然生出忧虑，失去喜乐平安。
2. 耶稣所要求的是“先求他的国和他的义”
也就是全然倚靠神，按着神的心意，接受神所给的一切，努力、殷勤尽上自己的本分，然后享受劳苦所得，每一天活在神的恩典中，“一天的难处一天当就够了”。

现代中文译本：“所以我告诉你们，不要为了生活上所需的饮食，或者身上所穿的衣服操心。难道生命不比饮食重要，身体不比衣服重要吗？”

吕振中译本：“故此我告诉你们，不要为你们的性命来忧虑，要吃什么、或喝什么；也不要为你们的身体来忧虑、要穿什么。性命不是胜于食物，而身体胜于饮食么？”

思考：试列举一些你常有或现在有的忧虑，你如何面对？有无解决方法？

经文解释：

1. 不要忧虑的理由

“忧虑”乃人之天性，因为人生不如意事十有八九，如何不忧虑？

“忧虑”有两重含意，可指：“焦虑、无谓的担心”，又或是“照顾、关切”。

也就是一个人所照顾、关切的，自然会牵动他的心情，自然产生焦虑甚至无谓的担心。而耶稣在此用“吃什么、穿什么”来阐述教训，因衣食是最基本的生活需要，是人最切实关心所在，所以人自然会为生活所需、食衣住行而忧虑，但忧虑有用吗？

圣经学者巴克莱指出忧虑没有一点好处，只有坏处：

a. 忧虑是无需、无用甚至是有害的。

忧虑不能影响过去，但它却能影响我们的现在和将来。圣经学者指出，忧虑会造成生命极大的伤害，不仅消耗精力也损害身体，如“喜乐的心乃是良药；忧伤的灵使骨枯干。”（箴 17:22）

b. 忧虑是盲目的

忧虑的人眼目只定睛在所关切的事物上，而无法看见神的作为。其实，神已透过大自然向人类阐明祂的慈爱和信实，看看飞鸟与花朵，人自然能明白上帝的丰富，进而学习仰望、倚赖上帝。

c. 忧虑其实就是不信

忧虑并非来自外在环境，在同样环境下，有人可以保持心灵平静，但有人却烦躁不安甚至忧虑至死，为什么？秘诀在于是否认识人的有限，谦卑放下自我而学习仰望上帝、倚赖上帝？

所以使徒彼得勉励门徒“要将一切的忧虑卸给上帝，因为他顾念你们。”（彼前 5:7）

2. 不要忧虑的理由

“不要忧虑”的希腊原文意思是“被拉向四方八面”，非常形象生动。

当一个人忧虑时，他的内心被焦急、担忧、繁乱等情绪拉扯、撕碎，造成人身心灵极大的伤害，如箴言所说“人有疾病，心能忍耐；心灵忧伤，谁能承当呢？”（箴 18:14）

思考：你现在最关切的事情是什么事？你为这件事或人忧虑吗？有什么解决方法？

所以，耶稣在太 6:25-34 里，举出了七个面对忧虑、胜过忧虑的理由。

a. 上帝既赐给我们生命，我们就确信祂也会赐给我们维持生命的必需品。（太 6:25）

生命远比其它物质东西更宝贵，神已将最宝贵的赐给我们，岂会吝啬于将次要的东西赐给我们？

b. 上帝所造的飞鸟，不为无定的将来积存粮食，然而牠们的生命依然继续存在。（太 6:26）

要注意，耶稣并不是说飞鸟不工作，过雀鸟要殷勤捕食才能生存，但飞鸟不忧虑无定的饮食和环境。

而人对看不见的将来却竭力追求要看见，并企求在积存的财物中获得安全感能以对

抗不知的未来，这一切在雀鸟身上都找不到，人当向雀鸟学习！

c. 忧虑在任何事上都毫无作用。（太 6:27）

耶稣指出人的忧虑不能使人的身量、寿数增加，也就是没有一个人的忧虑，可以使他的身高多加一肘，这超乎人所能做的，同样人也不能靠忧虑增长一刻寿命。

耶稣用“身高、寿命”表明人的限制，具体指出忧虑毫无作用，只能徒增烦恼。

d. 神所造的花朵绽开之后就凋萎，却仍然无比美丽，何况人类是上帝的杰作，祂岂不更加珍惜。（太 6:28-30）

“野地的百合花”盛开一日就凋零，但它们的美丽胜过以色列最繁荣时期的君王——所罗门王的袍子，可惜这些美丽的花朵凋零后除了作燃料就别无他用。

上帝既给了生命如此短促的花朵，美丽的装饰，对于祂所珍爱的人类，岂不关心？岂不供应人类的基本的需要？

e. 忧虑是不认识上帝的人的特征，信靠上帝的人不应忧虑。（太 6:32）

忧虑的产生主要是不信靠上帝，只想要透过人自己的力量赚取一切、掌握一切，如同耶稣所说“财宝在哪里，心就在哪里”，自然产生忧虑。

但一个信靠天父上帝的人，相信天父的慈爱，即或有忧虑也能将忧虑卸给爱他的天父，深信上帝必会帮助他。

思考：数算神的恩典是胜过忧虑的妙方，请写下神给你的恩典，并为此感恩。

耶稣教导我们“不要忧虑”，有无实际的方法？

3. 不要忧虑的方法

a. 先求神的国和神的义

专一的遵行并接受上帝的旨意，按着神的心意而生活，是击败忧虑的良方。

使徒保罗说：

“你们要思念上面的事，不要思念地上的事。”（西 3:2）

“我只有件事，就是忘记背后，努力面前的，向着标竿直跑，要得上帝在基督耶稣里从上面召我来得的奖赏。”（腓 3:13-14）

雅各布也说：

“你们有话说：‘今天明天我们要往某城里去，在那里住一年，做买卖得利。’其实明天如何，你们还不知道。你们的生命是什么呢？你们原来是一片云雾，出现少时就不见了。你们只当说：‘主若愿意，我们就可以活着，也可以做这事，或做那事。’”（雅 4:13-15）

b. 一天的难处一天当就够了

犹太人有一句格言：

“不要为明天的恶忧虑，因你不知今日将会有有什么结果，也许你明日已不复存在，难道你要为一个不属于你的世界忧虑吗？”

如果我们只担当一天的生活，完成上帝所托付给我们的每一件事，就是活在今天，学习今日事、今日毕，那么我们也能安心到主前交账，不为未知的未来和可能不会发生的事而忧虑。

总结:

在太 6:25-34 中，主耶稣用三个关键词帮助我们掌握胜过忧虑：

1. 要有“信心”，信靠上帝会供应我们所需用的（太 6:30）
2. 要知道“天父”会照顾祂的儿女（太 6:32）
3. 要“先”寻求神的旨意（太 6:33）以此为人生最重要的事，叫神得着荣耀，倘若我们对天父有信心，先寻求祂的旨意，祂就会供应我们所需用的。

思考：今年，你有何计划？这些计划是否合乎神的心意？