跟主休息片刻

馬可福音六章 30－32 節
一九八六年七月十三日

有人說今天的世代是「忙」的世代。每個人都在忙，但是忙到最後卻不曉得忙什麼。「忙」這個字很有意思，拆開來看即是「心亡」，表示心死了、麻痺了，沒有活力。不只是現今社會忙碌，在耶穌的時代，耶穌和門徒也都很忙，有時他們忙到連吃飯的時間也沒有，耶穌看到這個危機，便對門徒說：「我們到偏僻的地方去休息片刻。」在我們的人生當中，上帝讓我們「休息」，不是指無事可做，而是要重新得力，跑更遠的路，也是我們工作的一部分。

不只大人忙，小孩也很忙。有一次聽到一位大約四、五年級的主日學學生對他的同伴訴苦說：「我累死了！禮拜一到禮拜六要上學、做功課，晚上要去補習，禮拜天我媽媽還要我去學畫畫、學電腦，學英文。學這個學那個，好累！」真的是很累！從孩提時代就感覺到累，長大成人後更是累。家庭主婦每天除了打掃內外，料理家事，還要忙著照顧先生、孩子；商人每天要趕三點半，又要擔心世界經濟情況不穩定，每天提心吊膽；公務員每天擠公車上下班，公式化的生活，事情也好像永遠做不完，也要憂愁所做的事情會有差錯；政治家更可憐，立法委員三年選一次，每次要花幾百萬元，還不一定選得上，選上之後也是每天有他們的煩惱和憂愁。

每個人生活在現今的社會，都是處在又忙又累、掛慮重重的狀態下，甚至有些聚會內容或事奉的態度有錯誤，也會覺得很累。我常在學期末時聽到有些團契的負責人說：「這學期真累，要關心這個、關心那個，還要分家、還要……真累！」當一個人感覺到累的時候，對心靈生活、信仰生活和肉體生活而言都是危機，如果我們不好好調適自己，便容易造成更大的傷害，而帶來大悲劇。

今天各醫院裏屬於精神和心理方面的病人越來越多，因為生活

上的「忙」成為人們的一種壓力，致使人們長期處在焦慮不安、緊張、疲乏的狀態之中。當時在耶穌的時代，門徒們也有這樣的危機，耶穌因此叫門徒和祂一起到偏僻的地方去休息片刻。身為基督徒，我們應該學習如何在日常生活中尋找與耶穌同在的片刻安息，如此我們才能重新檢討、調整自己，找到人生的意義與方向，並重新得力。如以賽亞書四十章 27−31 節所說：「雅各啊！你為何說，我的道路向耶和華隱藏？以色列啊！你為何言，我的冤屈上帝並不查問？你豈不曾知道嗎？你豈不曾聽見麼？永在的上帝耶和華、創造地極的主，並不疲乏，也不困倦，祂的智慧無法測度。疲乏的，祂賜能力；軟弱的，祂加力量，就是少年人也要疲乏困倦，強壯的也必全然跌倒，但那等候耶和華的，必重新得力，他們必如鷹展翅上騰，他們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏。」與主休息片刻對我們的信仰非常重要，但我們如何與主休息片刻呢？

一、馬太福音十一章 28 節，耶穌說：「凡勞苦擔重擔的人，可以到我這裏來，我就使你們得安息。」每個人在人生旅途中有不同的重擔，以致我們感覺疲乏困倦，但是上帝應許我們，親近祂便可得享安息。好比一個小孩子，當他在外面跑累了、被欺負、受委曲了，回到家總是躲進母親的懷裏，母親的安慰與鼓勵使一切不愉快都煙消雲散，並重新得著力量。我們在上帝的愛裏也是如此。所以保羅在腓立比書四章 4−7 節說：「你們要靠主常常喜樂。我再說，你們要喜樂。當叫眾人知道你們謙讓的心。主已近了，應當一無罣慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴上帝。上帝所賜出人意外的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。」我們應該將掛慮交在主的手裏，祂會賜出人意外的平安，並保守我們的心懷意念，使我們的人生有方向，不致跌倒、迷失，並且得到新的力量。唯有在主裏面，我們才能得到真正的休息、真正的安慰、真正的力量與幫助。

二、詩篇四十六篇 10 節說：「你們要休息（安靜），要知道我是上帝。」（新譯本為「要停止戰爭，承認我是上帝。」）當時因罪的緣故，有戰爭、有混亂，以色列百姓看到國家、民族遇到了大災難，心中著急不能平靜下來，無法得到力量，所以上帝要他們安靜下來，要他們將問題帶到耶和華的面前，而不是帶到外邦人面前，因只有依靠耶和華，才能安靜下來。我們在人生旅途中難免會遇到一些困難或災難，我們應該帶到上帝面前，在祂面前靜默，讓祂重新塑造我們，我們就能重新得力。

開車的人都知道，車子開了一段時間後，一定要送廠檢修保養，否則車子容易出毛病。基督徒星期天到教會作禮拜，就是進到上帝的工廠，整修我們的心靈、思想、生活和一切。若我們能從上帝的話語、聖靈的感動中重新得力，當我們禮拜完畢、走出教堂，就可成為新造的人。哥林多後書五章 17 節說：「若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」所以我們在「進廠」與耶穌休息片刻時，我們的心靈、思想、觀念會得到檢修，就可重新得力，重新奔跑前面的道路。

三、詩篇四十六篇 10 節，在另一翻譯本的意思是「你要在耶和華的面前順服，讓我來作你的上帝」。即我們要安靜在耶和華面前，順服神的旨意。在日常生活中，我們或許常遇見困難和不如意的事，而責問上帝：「為什麼？為什麼發生在我的身上？」這是我們用自己的眼光、想法來判斷所發生的事情，但如果我們安靜順服在神的面前，讓祂作我們的主宰，祂便要讓我們以神的眼光來看問題。保羅在相信基督以前，以自己的眼光看所發生的事，以為基督徒都違背了神，所以他逼迫教會，抓基督徒關入監獄。但當他在大馬色的途中遇見基督後，改變了他整個人生，他讓基督作他的上帝，正如詩篇中上帝所說：「讓我來作你的上帝。」有上帝的保守及帶領，就可使我們不致走偏差的道路，只要我們以信心將萬事交

託並順服祂。所以，保羅在羅馬書中說：「萬事都互相效力，叫愛上帝的人得益處。」

有時人越是在艱苦的環境中，越能體會上帝的恩典與慈愛，像約瑟便是一個例子。他小時候因受到父親特別的寵愛，而遭到哥哥們的嫉妒，被賣到埃及去，但是約瑟沒有改變他對上帝的信仰，神也與約瑟同在。約瑟安靜順服在神面前，讓神來作他的上帝，不管他是處於高的地位，或是被冤枉下在監獄，他都一樣順服神的旨意；後來他成為埃及的宰相，救了他的家人，也救了當時以色列人，使他們免於饑餓。

上帝在每位基督徒身上都有祂美好的旨意，只要我們以信心順服在神的面前時常禱告讀經，我們便能察覺。基督徒也同一般人一樣，會有煩惱、有痛苦、有失敗、有挫折，但不同的是，當遇到這些問題時，我們能夠聽見主耶穌的聲音說：「你和我一起休息片刻。」今天我們來到這裏，或許每個人心裏也都有不同的問題，但是主耶穌要和我們休息片刻，讓我們從神那裏得到的力量，成為新造的人。當我們踏出這個禮拜堂，上帝的靈要幫助我們走向更新的、更美好的人生旅程，一個更有意義與價值的生活！