
战胜焦虑

将你的忧虑卸给神（下）



作者：约翰·麦克阿瑟（John MacArthur）

骄傲的人不能安息在神的至高主权下。当忧虑悄然而至，一个看重个人计划、看法和欲望过于其他一切的人将很难幸免。事实上，骄傲乃是为忧虑大开方便之门。

昨天，我们已经探讨过使徒彼得针对忧虑所开的药方：谦卑（彼前 5:5-7）。谦卑需要我们对那位顾念人的神持有极大的信心。如果我认为神不顾念我，我就不能在神的压力下谦卑下来，反之，如果我相信神会顾念我就能谦卑。

信心的根基在于上帝常常向我们显明他慈爱的看顾。当你能说出这样的话：“主啊，这太难了……我对此试炼无能为力，但是我将自己全然交托给你，因为我相信你看顾我。”不管你说得有多么勉强，你就是把忧虑卸给神了。

彼得在第 7 节所用的“卸给”一词被用来描述把某些东西抛向另一些东西，比如把一条毯子搭在驮载动物身上（如路 19:35）。放下你一切的忧虑——所有的不满、沮丧、绝望、质疑、痛苦和你正在经历的苦难，把它们全部抛给主。因着信心将这些交给那位真正顾念你的神。

哈拿就是这样一位伟大的见证人。她不能生育，这对古代的犹太妇女来说是一个极大的试炼。《撒母耳记上》告诉我们她是如何处理这一问题的。

哈拿心里愁苦，就痛痛哭泣，祈祷耶和华，许愿说：“万军之耶和华啊！你若垂顾婢女的苦情，眷念不忘婢女，赐我一个儿子，我必使他终身归与耶和华……”

哈拿在耶和华神面前不住地祈祷，以利定睛看她的嘴。原来哈拿心中默祷，只动嘴唇，不出声音，因此以利以为她喝醉了。以利对她说：“你要醉到几时呢？你不应该喝酒。”哈拿回答说：“主啊，不是这样，我是心里愁苦的妇人，清酒浓酒都没有喝，但在耶和华面前倾心吐意。不要将婢女看作不正经的女子；我因被人激动，愁苦太多，所以祈求到如今。”

以利说：“你可以平平安安地回去，愿以色列的神，允准你向他所求的。”哈拿说：“愿婢女在你眼前蒙恩。”于是妇人走去吃饭，面上再不带愁容了。（撒上 1:10-18）

她发生了什么事呢？为何她不再有愁容呢？她的处境没有被改变——她仍然没有孩子，但是当她把忧虑卸给神时她自己改变了。此后不久，神赐给她一个儿子撒母耳，长大后成为一位伟大的先知。神也另外赐给哈拿三个儿子和两个女儿。哈拿的经历证明：当你在神大能的手中谦卑下来，将你一切的忧虑卸给他慈爱的看顾时，他会在合适的时候高举你。

我认为，在彼得写下他的第一封书信时，心里肯定联想到了《诗篇》55:22，说：“你要把你的重担卸给耶和华，他必抚养你，他永不叫义人动摇。”

这并不是说我们的信心不会偶尔动摇。想想看，当祭司指责哈拿醉酒时她会做何感想？有时候当我们在承担那些看起来太重似乎难以承受的重担时，人们不仅对我们的感受麻木不仁，而且还加给我们更重的担子。但是，我们可以像哈拿一样谦恭面对自身处境，并借着向顾念我们的神祷告而得着救赎。

如果现在你需要不时地提醒自己神真的看顾你，请记住耶稣在登山宝训中的教导。主既然连野地里的百合花都慷慨给以妆饰，难道他会不给你衣服穿吗？主既然连飞鸟都信实地养活，难道他会不养活你吗？灵性的成熟始于以下基本原则：以谦卑的态度对待神和人，且相信神的看顾。

Copyright 2017, Grace to You, www.gty.org. All rights reserved. Used by permission.
This article originally appeared [here](#) at Grace to You.

进入 www.yanjingongju.com，浏览免费研经资源。