

# 不要忧虑

圣经告诉我们：不要忧虑

忧虑：成为人很大的问题，世人和基督徒都会忧虑，为工作，为健康，为子女，为前途，主要的原因是对未来没有把握，或者贪求今生的利益，或者对一件事情太专注，放不下，到后来，忧虑成为辖治和捆绑

忧虑的害处

(1) 伤害身体 (2) 消耗精力 (3) 降低效率 (4) 减低对神的信靠

忧愁和忧虑是不一样的

[2Co 7:8](#)

我先前写信叫你们忧愁。我后来虽然懊悔、如今却不懊悔。因我知道那信叫你们忧愁、不过是暂时的。

马太福音

6:19 不要為自己積攢財寶在地上、地上有蟲子咬、能銹壞、也有賊挖窟窿來偷。

6:20 只要積攢財寶在天上、天上沒有蟲子咬、不能銹壞、也沒有賊挖窟窿來偷。

6:21 因為你的財寶在那裏、你的心也在那裏。

6:24 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。（瑪門是財利的意思）

6:25 所以我告訴你們、不要為生命憂慮、吃甚麼、喝甚麼。為身體憂慮穿甚麼。生命不勝於飲食麼、身體不勝於衣裳麼。

6:26 你們看那天上的飛鳥、也不種、也不收、也不積蓄在倉裏、你們的天父尚且養活他。你們不比飛鳥貴重得多麼。

6:27 你們那一個能用思慮、使壽數多加一刻呢。（或作使身量多加一肘呢）

6:28 何必為衣裳憂慮呢。你想野地裏的百合花、怎麼長起來、他也不勞苦、也不紡線。

6:29 然而我告訴你們、就是所羅門極榮華的時候、他所穿戴的、還不如這花一朵呢。

6:30 你們這小信的人哪、野地裏的草、今天還在、明天就丟在爐裏、神還給他這樣的妝飾、何況你們呢。

6:31 所以不要憂慮、說、吃甚麼、喝甚麼、穿甚麼。

6:32 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。

6:33 你們要先求他的國、和他的義這些東西都要加給你們了。

6:34 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。

忧虑的来源来自亚当犯罪后的的咒诅，极重的劳苦，包括身体和内心

基督徒也深受影响

神是问题的解决

[Pro 10:22](#) 耶和华所赐的福、使人富足、并不加上忧虑。

[Mat 11:28](#) 凡劳苦担重担的人、可以到我这里来、我就使你们得安息。

[Phl 4:6](#) 应当一无挂虑、只要凡事借着祷告、祈求、和感谢、将你们所要的告诉神。

关键是：相信神，依靠神  
是不容易的功课  
神作神的事，人作人的事