

講題：將憂慮重擔卸給上帝

經文：詩篇 55:22；彼得前書 5:7（經文用和合本修訂版）

(一) 憂慮是一種情緒反應

(二) 不少人是這樣處理憂慮的

- (1) 收起來：逃避
- (2) 發出來：埋怨；發洩；了斷

(三) 向軍人學習克服憂慮的方法

- (1) 全力承擔
- (2) 信任領袖
- (3) 個人信仰

彼得前書 5:7 「你們要將一切的憂慮卸給 神，因為祂顧念你們。」

祂怎樣顧念我們？使我們可克服憂慮？

現代中文譯本如此譯：「要把一切的憂慮卸給祂，因為祂關心你們。」

關心的原動力，就是愛心

(四) 我們所相信的上帝，祂怎樣關心我們，愛我們？

(1) 祂關心我們的生命

約 3:16 「神愛世人，甚至將祂獨一的兒子賜給他們，叫一切信祂的人不致滅亡，反得永生。」

約一 4:9 「神差祂獨一的兒子到世上來，使我們藉著祂得生命；由此神對我們的愛就顯明了。」

++ 聖誕節，受難節，復活節

(2) 祂關心我們的生活

太 6:25-34 和合本修訂版標題「不要憂慮」

太 6:31-32 「所以，不要憂慮，說：『我們吃甚麼？喝甚麼？穿甚麼？』這都是外邦人所求的。你們需要這一切東西，你們的天父都知道。」

詩 55:22 「你要把你的重擔卸給耶和華，祂必扶持你，祂永不叫義人動搖。」

(五) 克服憂慮，實際可做的事是甚麼？ 祈禱

腓立比書 4:6-7 「應當一無掛慮，只要凡事藉着禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴 神。神所賜那超越人所能了解的平安，必在基督耶穌裏，保守你們的心懷意念。」