引言：各位家人們，主日平安

當今天早晨我們醒來的時候，我們裡面要有一個期待和渴慕，今天無論我們面對的挑戰有多大，無論昨天經歷了怎麼樣困難，無論明天將要發生什麼樣的危機；但是我知道今天我是活在神的寶座下，不是活在曠野中，我的根基真實建立在耶穌基督的磐石上，永遠不要讓新聞的消息和人的聲音來影響你做正確的判斷；你的判斷是跟隨你內在的內部的消息，當我們與神親近/親密的時，內部的消息就會顯明；

所以無論你今天需要什麼樣的供應/什麼樣的幫助；只要我們來到主面前，因著信他就有會說不出來，滿有榮光的大喜樂;我們要被提醒；我的依靠，我的盼望不在這個世上；請期待一個好消息：你只是每天跟隨他、依靠他，仰望他—因為他是供應/幫助=我的神

題目：別讓憂慮-偷走你的今天　太 6：25-34

憂慮帶不走明天的難處，但能帶走今天的快樂

人都不喜歡憂慮，但每一個人都有憂慮，人要想沒有憂慮就必須不背【重擔】

【從聖經看有三類重擔】

1.【罪的重擔】

2.【憂慮的重擔】

3.【神聖的重擔】

憂慮的重擔:這也是最普遍,最能影響我們的生活的層面;因為他與我們最直接、最密切；我們每一天都在想=吃什麼，喝什麼，穿什麼，說什麼，做什麼？因此憂慮的重擔從此而來：所以人要想沒有憂慮必須卸下【重擔】

太 11:28 凡勞苦擔重擔的人、可以到我這裡來、我就使你們得安息。

所以主耶穌說

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。

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

一、不要憂慮、今天要喜樂

你最好的生活就在今天！憂愁不是神定意給我的生活、日子、人生=憂愁是會消耗你的力量和生命/重擔；

神在基督耶穌裡向你們所定的旨意；（常常喜樂、不住禱告、凡事謝恩）

喜樂：就是神的在耶穌基督的旨意-神希望你每一天是笑著過、唱著過、喜樂過、開開心心的過；這是神的旨意；神是真愛你的神，神定意要給你的日子/生活是喜樂的生活/日子/人生/=侍奉/工作

因為我的神是喜樂的神

詩 43:4 我就走到神的祭壇，到我最喜樂的神那裡. . .

詩 16:11 你必將生命的道路指示我。在你面前有滿足的喜樂；

所以我們所信的這位神，是喜樂的神-我們的神不是給人悲傷、憂愁、愁苦、恐懼、懼怕的神；神是喜樂的神，要給人喜樂的；

這是真神；這就是真正的信仰，這就是屬於你的信仰=信仰是喜樂，天堂是美好的；永恆是真實的；

因你有了耶穌，就會從靈裡/內心湧出喜樂的人生；基督徒是可以擁有喜樂/是可以活在喜樂中的。可以每天都喜樂；喜樂也是神定意給你的生活/日子；

為什麼喜樂對我們這麼重要？——喜樂是我的力量

尼 8:10 你們不要憂愁，因靠耶和華而得的喜樂是你們的力量。

憂愁不是你的力量，幫助，供應=喜樂才是你的力量

神在基督耶穌給我們喜樂的心，是一種力量；喜樂是力量。

喜樂是你身體力量-醫治的力量-喜樂使我們得享康健的身體

你除了信耶穌上天堂，信耶穌得到永生之外，在地上最重要的是什麼？健康

箴 17:22 喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾。

憂傷的靈使骨枯乾=造血的源頭會枯乾-血代表生命-憂傷會使你生命枯乾

喜樂的心乃是良藥；當基督徒天天喜樂就是在治療身體；可以提升我們身體的免疫力跟抵抗力；一個喜樂的人是可以讓你身體健康又長壽的人；

*不喜樂會造成（埋怨. 苦毒. 指責. 怨恨. 怒氣）使我們生命感到壓力，切斷神給我們祝福；你會被氣死. . .

埋怨，是心靈的癌症!

千萬不要讓「埋怨」的毀了你的生活，也不要讓埋怨在你生活中擴散:

一個人如果經常怨天尤人、批這評那，那麼，他的情緒很容易就會波及到旁人，甚至影響了整個群體中的氛圍/一個家庭的氛圍；甚至會傷害自己. . .

路 6:37 你們不要論斷人，就不被論斷；你們不要定人的罪，就不被定罪；你們要饒恕人，就必蒙饒恕；（“饒恕”原文作“釋放”）

男人有埋怨的情緒會毀掉事他的事業，女人有埋怨的情緒會毀掉她的家庭

所以你看看醫學專家說很多癌症，一切的疾病的問題：都是跟你情緒，跟你的憂愁有關係的。如果一旦你不開心，一直在耿耿於懷，一直在擔憂，口中常常抱怨、說苦毒. 指責. 怨恨. 怒氣. 最後會引來了很多的墜落問題，如果沒有喜樂就在苦毒

中。最後會失去神的福氣，毀了您的自己生活。

*特別現在病症中家人：喜樂的心可以幫助我們身體有力量。可以說明我們的細胞釋放能力勝過病毒的侵襲跟傷害。

聖經說：喜樂的心乃是良藥”有另一個翻譯是：愉悅的心深具療效”現代科學一再驗證聖經的真實性。現在正在生病、病症中的弟兄姐妹，牧師告訴你=疾病、病症最怕的就是喜樂的心/靈跟喜樂的力量。

例：在管理學中說=你如果想讓你家庭/團隊的成員，他的工作績效更高，家庭幸福指數更高，那麼你就想辦法讓他們開心起來。

動物學界裡面有一個專業的研究，而且已經得到了證實。

他們研究如何讓奶牛產奶量增加？

就是奶牛在開心狀態下，他的產奶量會增加百分之三十。所以你看到現在很多的牛奶廠給奶牛放音樂呀，然後還有人給他洗刷刷，還有人給他按摩，哇，那奶牛很開心，產奶量嘩嘩嘩就來了...

得出結論當人在開心狀態下，生產量/學習/工作的效率也會大量增加；

所以你想讓團隊的產量/家庭幸福指數增加，那麼你就想辦法讓他們開心起來。

尼 8:10 你們不要憂愁，因靠耶和華而得的喜樂是你們的力量。

喜樂的生命=表現-笑

箴 15:13 心中喜樂，面帶笑容；心裡憂愁，靈被損傷。

所以要記住要笑了，你笑的時候你就交朋友都比別人容易得多..不要覺得在教會笑是不屬靈-神是希望你喜樂/神是喜樂的神；

羅 14:17 因為神的國不在乎吃喝，只在乎公義、和平，並聖靈中的喜樂。

一個家庭幸福的指數-家庭中充滿歡笑聲音

一個團契幸福的指數-聚會中充滿歡笑聲音

二、不要憂慮、今天要相信

太 6:31 所以不要憂慮、說、吃甚麼、喝甚麼、穿甚麼。

太 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。

所以不要憂慮(說)：常常一個人說什麼，就代表他的信什麼？

所以不要憂慮(說)：憂慮不是基督徒該有的生活的，也不是神兒女該有的樣式/態度

因為你不相信神，不相信神的供應，不相信天父是愛你的，不相信主耶穌是你最大幫助/依靠；開始依靠自己僅僅抓住

例：宗教改革家馬丁路德；當他在宗教改革的時面對各方面的壓力，猶如“黑雲壓城城欲摧”般的境地，令他非常憂愁痛苦，幾乎無力自拔。但是他有一位非常賢德/聰明/智慧的妻子；有一天他的妻子穿著一身孝衣/麻衣，由外面進來。路德不解地問妻子：“你在給誰穿孝衣？”妻子答道：“基督耶穌真的死了”這讓路德非常驚訝，認真地說：“基督哪能死呢，他不是從死了復活了嗎”妻子很平靜地問路德：“那麼你為什麼還要如此愁苦呢？”

耶穌在太 6:25 講不要憂慮之前，太 6:24 講到了一個大前提，就是你生命中真正的主人是誰，是瑪門/金錢，還是上帝？

太 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。

*把你的憂慮交托給神；相信神的供應，相信天父是愛你的，相信主耶穌是你最大幫助；沒有問題大到耶穌不能解決；沒有疾病大到耶穌不能醫治；沒有缺乏大

到耶穌不能供應；問題不大. 耶穌最大

所以別讓憂慮-偷走你的今天信心，不要憂慮，要把我們的眼目轉向耶穌；他是我們唯一的依靠；常在神的愛中，仰望耶穌，不再是仰望問題、環境、那個人-因為看人會失望、看自己會絕望，看耶穌有盼望

所以主耶穌：呼天喚地、撕裂心腸三次用命令告訴我們，不要憂慮

*不要為生命憂慮、吃甚麼、喝甚麼；不要為身體憂慮穿甚麼·

*不要憂慮、說、吃甚麼、喝甚麼、穿甚麼。

*不要為明天憂慮

① 你們看那天上的飛鳥、也不種、也不收、也不積蓄在倉裡、你們的天父尚且養活他·你們不比飛鳥貴重得多麼。

② 你想野地裡的百合花、怎麼長起來、他也不勞苦、也不紡線·

③ 野地裡的草、今天還在、明天就丟在爐裡、神還給他這樣的妝飾、何況你們呢。

路 12:6 五個麻雀不是賣二分銀子嗎？但在　神面前，一個也不忘記；

路 12:7 就是你們的頭髮，也都被數過了。不要懼怕，你們比許多麻雀還貴重！

XXX 不要懼怕，我比麻雀貴重 XXX 不要憂慮，天父養活我 XXX

所以別讓憂慮-偷走你的今天信心 -不要憂慮、要相信，信靠

什麼是相信？相信是一份關係/而且是雙方信任的關係，而且這一切祝福都是從一個親密的關係開始；

例：走鋼絲的大師

每一年他都會有一次精彩絕倫的表演；因此都會有很多的粉絲，觀眾，甚至新聞

媒體現場報導；這一次他將從清水斷崖這一頭走到另外一頭；下麵是波濤洶湧，驚濤駭浪，氣吞山河的海潮，滔天巨浪，氣勢磅礴。

大師說：你們相信我可以從這頭走到那頭嗎？我們相信

大師說：你們相信我可以騎機車從這個頭到那頭嗎？我們相信

大師說：你們相信我可以背著一個人從這個頭走到那頭嗎？我們相信，那你們誰原意上來配合我完成這個表演. . . 下面鴉雀無聲，一片死寂；就在大家你看我，我看你的時候，有一個小孩子，說我願意. . . 當表演結束之後，記者就找到這個小朋友——你為什麼敢讓他背著你過清水斷崖？小朋友回答：他是我爸爸

真正信心/相信是建立在一個親密的關係

你要知道這位神，是你的阿爸父

馬太 6:9 所以，你們禱告要這樣說：我們在天上的父：願人都尊禰的名為聖。

阿爸父希伯來文：源泉，源頭：泉源就是起初之地. 這個就是生命/供應/能力的起源；所有看的見看不見. 都是從起初而來.

耶穌說當你禱告. 你說阿爸父. 就代表你有泉源. 源頭. 你是有供應的

你相信天父養活麻雀，他必定養活．你們比飛鳥貴重得多。

關於信心/相信，他是建立在一個親密的關係，是雙方信任的的關係；

你需要信靠神=也需要成為神所信任的人

很多的時候，我們以為神是要讓我們這一生成為一個信靠他的一個人，我們還以為這就是神最終的心意，就是神最終的目的；其實神最終的心意：神不只是要我們成為一個更多去信靠他，而是可以成為一個讓神信任的人。

出 16:35 以色列人吃嗎哪共四十年，直到進了有人居住之地，就是迦南的境界。

所以在曠野以色列人吃嗎哪共四十年，每一天神都使他的嗎哪從天上降下來，每一天早晨以色列人起來的時候，他們都要去信靠神，在那一天神會供應給他們所有的需要。所以在曠野的四十年，神要幫助以色列人成為一個每一天都可以信靠他的人。

*這只是第一步而已*神不是只將他們停留在曠野/這邊，神最終的目的是要這群以色列人從曠野進到迦南美地=應許之地-承受產業；

神要把迦南美地產業交個他們，神希望以色列人得到產業之後，當你擁有了這些財產/產業，你是否可以成為神所信任的人；進入迦南地神最終希望我們每一個人都能成為被神所信任的一群人。

我們很多時候我們還以為約書亞和迦勒能進入到應許之地，能承受這麼多的產業，是因為他們相信神. . . 不只是，而是他們已經成為被神信任的人；因為神相信他們、神信任他們。所以不要憂慮、我們在信心裡更向前，成為相信靠神的人，也要成為神所信任的人。

三. 不要憂慮、今天要禱告

太 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。

不要為生命憂慮、不要為身體憂慮．不要為明天憂慮

耶穌說：先求他的國、和他的義這些東西都要加給你們了。

不要憂慮、今天要禱告；

腓 4:6 應當一無掛慮、只要凡事借著禱告、祈求、和感謝、將你們所要的告神。

腓 4:7 神所賜出人意外的平安、必在基督耶穌裡、保守你們的心懷意念。

沒有弱的基督徒，沒有缺乏基督徒/只有不禱告的基督徒。基督徒不是弱，只是

需要起來禱告。

例：上海利未建堂

在我這一次 6 月底從臺灣回大陸，心裡其實一直有一個很重大擔子/負擔，為了這個重擔我也非常憂慮、常常憂慮=也是我這次回去大陸一定要完成的事工；

在疫情過後 2023 年，上帝在我心 裡給了我一個很大的呼召和使命：

你們要上山取木料，建造我的殿（該 1:8）

當我得到這個感動和呼召後，又興奮又高興，同時也很憂慮，憂慮到我晚上都睡不著. . . 凌晨了還在翻來覆去、輾轉反側、甚至持續了很長一段時間。

為什麼會憂慮和害怕？

因為這個呼召和感動對當時在疫情剛剛過去的教會和我來說太困難，教會本身現在在經濟上就有很大缺乏；教會又沒有存款，也沒有提前預留建殿經費。現在不是建堂的時期，要去建堂，絕對不可能完成；

直到 2023 年 9 月在教會的一次禱告夜中，這個呼召和感動再一次出現：你們要上山取木料建造這殿. . . 我就在禱告非常糾結/掙扎中，直到最後，我對天父說：我順服. . . 當我說出這句話的時候，我的眼淚在那一刻奪框而出…

接著，我就找到教會的核心領袖和長執們，交通分享：我們需要買一個作為教會，我們需要建造一個屬靈的家。按理來說他們都會反對；結果教會的核心領袖們都說： “牧師，我們支持，我 們順服。他們的回應，真的讓我再次感動，也真感受到我們的神，真的是一位奇妙大能的神，其實祂早 都已經預備好了！

因此從 2023 年底開始，教會推動《建堂勇士計畫—愛我的家》。這一路走來，有許多令人感動、甚至讓我們流淚的故事。

在建堂募款的過程中，有弟兄姐妹為了建堂去撿礦泉水瓶/紙箱，把一點一點積攢下來的錢奉獻給神；有人為了建堂主動減少自己的生活費用一半，把原本可以用在自己身上的錢拿出來奉獻；甚至有人為了支援建堂，每天只吃一餐，將省下來的錢獻給神的家。也有人為這個建堂事工，自發組建了禁食禱告小組；

感謝神！截至 2026 年 8 月，建堂委員會已經收到建堂專項奉獻約 177 萬元人民幣。這 177 萬元的背後，是無數弟兄姐妹的禱告、眼淚、犧牲和信心。

經過教會領袖同工門和長執們持續的禱告，我們決定將利未教會未來的建堂中心設立在昆山花橋；這裡位於各牧區相對中心的位置，未來可以更方便地開展同工培訓、領袖裝備、門徒訓練以及教會的發展。

首先，我們考慮是購買目前花橋牧區現在主日聚會所使用的場地。有 500 平米；當時房東告訴我們，他當初買入的價格大約是每平方米 7000 元，總價接近 420 萬元。但因為房東自己也是基督徒，又知道這個場地是教會要購買，他願意以每平方米約 6000 元的價格賣給我們，總價大約 330 萬元，加上稅將近 350 萬。對我們來說，這已經是一個很大的恩典。

可是，當時建堂委員會最後總收到的奉獻只有 177 萬元。

我們買不起。怎麼辦？禱告–「禱告，不是去做一件大事，因為禱告本身就是最大的事情」

我就召集教會核心牧者和領袖們在一起禱告。同心合意來到神面前，求神親自為祂的教會開路。**就在我們禱告後第二天的時候，神奇妙地動工了。**

有一位同工薛峰打電話告訴我們：就在我們現在聚會場地的隔壁，同樣是將近 500 平方米的一個場地，現在房東願意以 **166 萬元**的價格賣出給我們。

1. 我當時的回答是：你讓他把房產拿出來給你看一下，是不是真的

2. 問問他能不能在優惠一些，最後 163 萬成交，加上稅總價 173 萬多成交；

全款買下

當我們經歷過這些的時候，心裡只有一個感歎：

我們的神真是又真又活的神！祂真的聽禱告神！為自己的教會做了大事！

原本將近 350 萬元的，我們根本無法承擔；現在只要 170 萬元，幾乎是原來計畫的一半！是這個地方不可以有價格；最低最低也要 300 萬

後面我就抓緊約房東過戶，感謝神，經過各項手續，我們終於正式簽約並完成購買。

當早期我為建堂這件事情來到神面前禱告的時候，我心裡面有一個很深的禱告：

1. “主啊，不要讓教會背著貸款過日子，不然會攔住你很多事工；

2. “主啊，我們不只是需要一個屬靈的家。

主啊，可不可以給利未教會一個機會，讓我們的教會成為其他中國教會的祝福？

有沒有一些教會比我們更需要？

主啊，如果可以，求你讓我們不只是被祝福，也成為祝福。”

所以，我們盼望未來所盼望購買的地方，不只是利未教會自己的聚會場所，更能夠成為祝福中國教會、祝福眾教會、祝福這個世代的五大中心。

我們所建堂的地方，未來能成為中國的五大中心：

1、音樂敬拜中心；2、門徒訓練中心；3、禱告侍奉中心；4、差傳宣教中心

5、網路牧養中心

太 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。

求：不單是祈求=而是追求、尋求，心裡渴慕，願意付代價去得到；

神讓我們先看重屬靈，永恆的，並且願意去追求、尋求，心裡渴慕，願意付代價；

不要每一天都看我吃什麼，我穿什麼，我有什麼，我有多少？

而是願意在禱告中付上代價，看到神的國需要什麼？我有什麼可以奉獻給他？

人生最高的價值呢？要有屬天的、屬靈的和屬 神的目標，因此，你可以得著 神和人公認最高的獎賞和價值！這也會使你不在憂慮——你就會越來越像耶穌，不是受人服侍，而是要服侍人，並且捨命...

先求他的國、和他的義，創造了永恆非凡價值；

例：在中國大陸利未教會-有十幾位（新一代）年輕的全職的傳道人，他們願意放棄對世界的追求，即使面對中國現在政治的逼迫，經濟的壓力，環境艱難，教會處在內憂外患當中，但是他們依然願意為神的國、和神的義付代價，擺上自己；家人們這不代表我們沒有懼怕/沒有掙扎/沒有疲憊，而是在一次又一次的禱告中，仍然選擇回應神的呼召。

因為我們知道，服侍從來不只是順境中的選擇，更是艱難中的委身。

只要神的呼召還在，只要教會仍然需要牧養，只要還有靈魂需要福音，他們就願意靠著神的恩典，繼續走在這條服侍的道路上。

「我們不是因為環境容易才選擇服侍，而是因為神的呼召，才願意在不容易的環境中繼續忠心。」

也許我們不能改變環境，但我們願意在環境中忠心；也許我們看不清前面的道路，但我們始終相信那位呼召他們的主。

我們也懇請大家繼續為我們代禱：

第一、請為後續裝修工程禱告。

求神繼續供應一切裝修所需要的資源，預計 82 萬。雖然我們現在沒有這個費用，但是我們憑著信心開始施工裝修；盼望儘快來完成落實這五大中心，能祝福更多的教會；

第二：請為大陸利未教會和年輕牧者禱告求神保守供應他們所需用的，使用他們有信心，有力量，有盼望，雖然在著艱難的環境中，繼續推動神國的事工；

所以不要憂慮

太 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。

弟兄姐妹，耶穌說不要為明天憂慮，並不是告訴我們明天一定沒有難處。

祂明明說，一天的難處一天當就夠了。

這表示跟隨耶穌的人也會有難處，也會有壓力，也會有不知道該怎麼辦的時候。

但是我們的盼望不在於明天一定會發生什麼，而在於無論明天發生什麼，我們都屬於那位愛我們的天父。

今天也許你的家庭還有重擔，你的身體還有病痛，你的工作還有壓力，你服事的道路仍然充滿挑戰。

但是請你記得，天父知道，天父看顧，天父沒有忘記你。

所以，別讓明天的憂慮偷走今天的喜樂，別讓眼前的困難奪走你對天父的信靠，也別讓生活的重擔使你忘記神國的使命。

今天仍然喜樂，今天繼續信靠，今天忠心跟隨耶穌。因為我們的明天，掌握在天父的手中。