

勞苦重擔者得安息

第二講

重建自我價值，生命得安息

太11章

20200719

蔡宇倫 傳道

- 28 凡勞苦擔重擔的人可以到我這裡來，我就使你們得安息。
- 29 我心裡柔和謙卑，你們當負我的軛，學我的樣式；這樣，你們心裡就必得享安息。
- 30 因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。

- 新漢語譯本

- 28 “凡是勞苦、擔負重擔的人，都到我這裏來吧，我要讓你們得到安息。
- 29 你們要負起我的軛，向我學習，因為我內心溫和謙卑；這樣你們就可給自己找到安息。(你們必得到-安息-你們的)
- 30 因為我的軛是合適的，我的擔子是輕省的。”

複習7/5：

• 得安息是應許

- 從耶穌要使你們得到安息→→你們自己必得到屬於你們自己的安息(放鬆，重新振作，復甦)

• 負主軛&學主樣式→得到屬於你們的安息

- 負主軛：從古希伯來象形文字看負軛
- 學主柔和謙卑的樣式：
 - 耶穌面對否定與質疑 (v.2-19)
 - 耶穌面對輕視與拒絕 (v.20-27)

勞苦擔重擔---自我價值的失落（罪的影響）

- **錯誤的自我價值 = 行為表現 + 他人的觀感或認同**
 - 謊言的迷惑
 - 失敗的人不配得被愛
 - 當我滿足別人的期待時我才被愛
 - 我一定要達到...才能肯定自己
 - 成功才帶來自我滿足
 - 謊言的困境
 - 不安全感，掌控，我一定要成功，
 - 謊言帶來的網綁：
 - 我必須要...（成功，考上國考...）

勞苦擔重擔---自我價值的失落（罪的影響）

- **錯誤的自我價值 = 行為表現 + 他人的觀感或認同**
 - 謊言的結果：
 - 愛的失落
 - 充滿挫敗感的人生，想變成他人
 - 愧疚，羞恥，自我論斷.....
 - 人際關係過於敏感或疏離退縮
 - 歸咎他人或環境
 - 破壞性的想法

- 我們不需以成功或討人喜歡來建立自尊與價值，神已經將這份價值放在我們生命之中（人有神的形象），無論我們生命中的失敗與他人的評價都不能改變這永恆的事實。

得屬於自己的安息---重建自我價值（救贖）

- 負主軛&學主樣式→得到屬於你們的安息
 - 負主的軛：接受福音而不是靠行律法
 - 脫離行為導向（靠表現）：行律法
 - 正確&健康的認同與依附
 - 這是神主權掌管暫時墮落的世界，人在其中生活
 - 學倚靠（主擔負大部份&自己擔小部分）
 - 被主約束是真自由，願意與主同行

得屬於自己的安息---重建自我價值（救贖）

- 負主軛&學主樣式 → 得到屬於你們的安息
 - 學主的樣式（參7/5）：以天國的原則而行
 - 柔和 vs 自我防衛
 - 謙卑 vs 自卑

結論：在受考驗時有安息與出路

- *30 因為我的軛是合適的，我的擔子是輕省的。*
- *13 你們所遇見的試探，無非是人所能受的。神是信實的，必不叫你們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住。（林前10:13）*
- 這不是心靈雞湯或正向思考，而是真實面對罪的影響及自己的軟弱與困境並且來到主耶穌面前在祂的恩典裡得**安息（放鬆，重新振作，復甦）**與出路。

問題與討論

- 1. 分享今天的收穫
- 2. 驅策你生命的動力是....? ex: 我一定要...
這帶給你什麼樣的壓力或負面的影響
- 3. 我曾經歷主耶穌在某事上幫助我，所以我現在比過去的自己更可以安息（放鬆，重新振作，復甦）面對當下的處境