

第五課：你可以不用憂愁

信息簡介

你可能沒有意識到，但約翰福音中最著名的經文並不是3:16，而是14：1。在追思禮拜時，我們經常聽到“你們心裡不要憂愁。”希望能安慰心裡悲痛人。正如傅格森博士所指出的，這節經文經常被斷章取義地使用，因為人們沒有理解基督安慰人的基礎是什麼。諷刺的是，它的基礎是我們的救主為罪人所承受的以福音為中心的苦難。因此，在這一課中，我們會看到一般可以如何勸誡心裡憂愁的人，特別是像多馬這樣的悲觀主義者和腓力這樣自我中心的人。說到底，耶穌心裡憂愁是為了祂的門徒可以不用憂愁。

第五課：你可以不用憂愁

閱讀經文 約14：1-15； 約1：14, 17

學習目標

1. 明白耶穌為祂的羞辱感到憂愁，以至於我們在自己的憂愁中可以得到安慰。
2. 認識到耶穌是到天父那裡去的唯一途徑。
3. 知道耶穌在一切事情上都與祂的父認同。

經文（約14：1-15）

1. 「你們心裏不要憂愁；你們信神，也當信我。
2. 在我父的家裏有許多住處；若是沒有，我就早已告訴你們了。我去原是為你們預備地方去。
3. 我若去為你們預備了地方，就必再來接你們到我那裏去，我在哪裏，叫你們也在那裏。
4. 我往哪裏去，你們知道；那條路，你們也知道。」
5. 多馬對他說：「主啊，我們不知道你往哪裏去，怎麼知道那條路呢？」
6. 耶穌說：「我就是道路、真理、生命；若不藉著我，沒有人能到父那裏去。

經文（約14:1-15）

7. 你們若認識我，也就認識我的父。從今以後，你們認識他，並且已經看見他。」
8. 腓力對他說：「求主將父顯給我們看，我們就知足了。」
9. 耶穌對他說：「腓力，我與你們同在這樣長久，你還不認識我嗎？人看見了我，就是看見了父；你怎麼說『將父顯給我們看』呢？」
10. 我在父裏面，父在我裏面，你不信嗎？我對你們所說的話，不是憑著自己說的，乃是住在我裏面的父做他自己的事。

經文（約14：1-15）

11. 你們當信我，我在父裏面，父在我裏面；即或不信，也當因我所做的事信我。
12. 我實實在在地告訴你們，我所做的事，信我的人也要做，並且要做比這更大的事，因為我往父那裏去。
13. 你們奉我的名無論求甚麼，我必成就，叫父因兒子得榮耀。
14. 你們若奉我的名求甚麼，我必成就。」
15. 你們若愛我，就必遵守我的命令。

經文（約1：14, 17）

14. 道成了肉身，住在我們中間，充充滿滿地有恩典有真理。我們也見過他的榮光，正是父獨生子的榮光。
17. 律法本是藉着摩西傳的；恩典和真理都是由耶穌基督來的。

引言

信徒應該以這樣的眼光看問題，也不要忘記人性的軟弱。因為雖然在他們身上發生了改變，但他們並不是完美的，他們仍然需要基督，因為祂是道路、真理和生命，耶穌會把他們帶進天國，使他們坐在寶座上，為他們戴上生命的冠冕。幸福的人啊，如果沒有這位嚮導牽著他們的手，更準確地說，是把他們抱在懷裡，那麼他們就寸步難行。讓所有因基督而得益處的人記得自己曾經是怎樣的人，後來又是怎樣的人，並一直記得自己的軟弱和痛苦，保持這種記憶的鮮活，這樣他們就知道自己多麼需要基督，他們就能更好地仰望基督並尋求祂的幫助和供應，好因為基督的緣故將自己分別為聖。

•—John Brown of Wamphray (1610–1679)

課程大綱-1

A. 耶穌勸誡心裡憂愁的人。

1. 一顆憂愁的心會以好幾種不同的方式表現出來。

a. 當我們的靈裡焦慮（agitated），整個世界似乎就要崩潰的時候。

b. 當生活壓垮了我們，對環境失去控制的時候。

2. 在各種生活環境中，心裡沒有憂愁仍然是有可能的。

a. 它將我們與非基督徒區分開來。

b. 它是一種屬天的淡定之姿，標誌著我們是分別為聖的。

課程大綱-2

A. 耶穌勸誡心裡憂愁的人。

3. 憂愁的心揭示了潛在的問題。

a. 把困難看得太重

b. 把資源看得太少

4. 即使困難無法避免，但心裡憂愁是可以避免

a. 我們通過耶穌的得勝來戰勝困難（約16:33）。

b. 我們通過相信耶穌戰勝困難（可4:40）。

5. 我們不應該心裡憂愁。

a. 我們應該仰望基督作我們的避難所。

b. 我們應該仰望基督作我們的救主。

c. 我們應該牢記基督是通往天堂的道路。

課程大綱-3

B. 耶穌以福音為中心回應憂愁的多馬

1. 多馬不知道耶穌要往哪裡去，怎麼能知道那路呢？

2. 多馬是個悲觀主義者，沒有認清耶穌是的身分。

3. 回應：我就是往父那裡去的路（約14:6）。

a. 道路不在律法中，而是在律法所指向的那一位，因為前者是影兒，後者是恩典的現實（約1:14, 17; 來10:1）。

b. 只有在祂裡面，才有道路、真理和生命。

4. 我們的天父如果有其他途徑可以救我們，祂一定不會讓祂的愛子為我們死。

課程大綱-4

- C. 耶穌以福音為中心回應深受困擾的腓力
 - 1. 腓力想要的是見父，這就足夠了（約14:8）。
 - 2. 腓力是一個自給自足的操控者，總想繞開基督解決問題。
 - 3. 回應：凡見了我的，就是看見了父（約14:9）。
 - a. 這一位並不是父。
 - b. 但這一位是顯明父的。
 - 4. 透過耶穌，我們能夠稱上帝為我們的“天父”。

問題思考

1. 在追思禮拜中使用“你們心裡不要憂愁”（約14:1）通常是在沒有考慮上下文的情況下使用的。
 - a. 對
 - b. 錯
2. 憂愁的心主要表明靈裡的憂鬱。
 - a. 對
 - b. 錯

問題思考

3. 哪段經文教導我們要通過耶穌的得勝來戰勝心裡的憂愁？
- a. 約翰福音14:9
 - b. 馬可福音4:40
 - c. 約翰福音16:33
 - d. 約翰福音14:6

問題思考

4. 哪段經文教導我們要通過相信耶穌來克服心裡的不安？
- a. 約翰福音14:9
 - b. 馬可福音4:40
 - c. 約翰福音16:33
 - d. 約翰福音14:6

問題思考

5. 哪段經文教導多馬需要認識到只有耶穌才是通往父神的道路？
- a. 約翰福音14:9
 - b. 馬可福音4:40
 - c. 約翰福音16:33
 - d. 約翰福音14:6

問題思考

6. 哪段經文教導腓力需要認識到，凡看見子的人就是看見了父？
- a. 約翰福音14:9
 - b. 馬可福音4:40
 - c. 約翰福音16:33
 - d. 約翰福音14:6

問題思考

7. 憂愁的根本問題是：
- a. 把我們的考驗看得太大
 - b. 把我們的資源看得太少
 - c. 認為我們的決心太軟弱
 - d. a和b都是
 - e. b和c都是

經文研習-1

1. 彼得前書三章14節呼籲人在面對逼迫時要有勇氣，很明顯彼得明白了他被呼召不要憂愁。在彼得前書三章15節中，他認為心裡不要懼怕的關鍵是什麼？
2. 從本課和對約翰福音一章14、17節和希伯來書十章1節的思考，說明“律法本是借著摩西傳的；恩典和真理都由耶穌基督來的”這一觀點為什麼容易被誤解？請用像對孩子解釋那樣的方式簡單解釋這個觀點的含義。

經文研習-2

3. 約翰福音14:6回答了多馬關於“道路”的問題，因此這節經文聚焦於只有耶穌才是通往上帝的路。“耶穌是通往天父唯一的道路，因為只有祂是真理和生命”，這句話中，一起出現的“真理”和“生命”這兩個詞更好地支撐了道路的意義。結合這句話、結合先前學的課程，以及你知道的約翰福音的所有知識，討論耶穌，也就是“我是”（I am）的那一位，是如何使用“真理”和“生命”來強化自己是“道路”的這個角色的。請參考約翰福音一章、五章、六章的見證。（約1:4、14、17；5:21、24、26；6:40、47-48、63、68）。

問題討論-1

1. 當我們說“因為耶穌心裡憂愁，使我們因此可以不用憂愁”時，為什麼要注意不要把我們的“憂愁”都看作是與耶穌高度相關的？
2. 不管你信不信，在我們這個多元化的社會裡，許多自稱是福音派的人都很容易接受這樣的觀點：基督徒、猶太人、穆斯林、印度教徒和佛教徒都是在向同一位上帝祈禱。用耶穌的話來回應這種想法：“我就是道路、真理和生命。若不借著我，沒有人能到父那裡去。”這句話如何反駁“所有人拜的都是同一位神”這樣的觀點？

問題討論-2

3. 關於上述耶穌排他性的主張，傅格森博士提到，如果我們的天父能找到其他的“途徑”來救我們，祂一定不會讓祂的獨生愛子死在十字架上。那麼，諸如“你有你的方式，我有我的”這一類後現代的回應是如何打臉上帝的話的？你會如何充滿恩典地回應這一類主張？

應用-1

1. 聚焦於耶穌忍受憂愁的心，如何可以幫助我們解決我們自己心裡的憂愁和困擾？在回答這個問題時，請思想傅格森博士的觀察，即憂愁的心是將試驗看得太大，而將上帝的資源看得太小。
2. 為什麼我們必須不斷地提醒自己約翰福音十四章6節的真理？時常默想“道路”、“真理”和“生命”這三個詞會對我們有什麼幫助？

應用-2

3. 本著約翰一書3:1節的精神，“看父賜給我們何等的慈愛，使我們得稱為神的兒女”，請默想，通過耶穌我們可以把神當作我們的天父，這有多麼奇妙。我們如果在基督裡，我們就屬天父，天父愛我們如同愛祂的兒女。這一點會如何影響我們在禱告中以“我們在天上的父”開頭來親近上帝（太6:9-13）？

進深學習

1. R.C. Sproul, The Prayer of the Lord
2. R.C. Sproul, Who Is Jesus?
3. Sinclair B. Ferguson, In Christ Alone