

如何面对压力？

马可福音 3:1-7

耶稣又进了会堂，在那里有一个人，枯干了一只手。众人窥探耶稣，在安息日医治不医治，意思是要控告耶稣。耶稣对那枯干一只手的人说：「起来，站在当中。」又问众人说：「在安息日行善行恶，救命害命，那样是可以的呢？」他们都不作声。耶稣怒目周围看他们，忧愁他们的心刚硬，就对那人说：「伸出手来，他把手一伸，手就复了原。法利赛人出去，同希律一党的人商议，怎样可以除灭耶稣。耶稣和门徒退到海边去，有许多人从加利利跟随他。」（可 3:1-7）

提摩太·鲁色特 (Tim Russert) 是一位杰出的新闻界泰斗，他将主持美国总统大选前的电视访问，名列今年世界最有影响力的一百人之一，他是他父亲引以为荣的儿子，是他儿子最好的朋友，是他妻子所爱的丈夫，他热衷于慈善事业，他的家乡纽约水牛城以他为荣，纽约州将有一条公路将以他命名，他拥有四十八个荣誉博士学位，他主持美国国家广播中心 NBC 周日媒体节目 Meet the Press 长达十六年。当他刚从梵蒂冈蒙罗马天主教教皇谒见，九天前，2008 年六月十三日下午两点半正在工作时因心脏病暴毙，享年五十八岁。布什总统伉俪亲临葬礼前夜的守灵，两位总统候选人并排参加在华盛顿圣三一天主堂为他举行的安葬弥撒。虽然许多人羡慕鲁色特的才华，和他的成就，但是随着年日的过去，这些人很快就会忘记他，他对新闻界的影响也将日渐褪色、减弱、而消失。在巨大的工作压力下，他的成就与果效虽然曾让许多人羡慕，但是却不能长远存留。

现在我们要来看一位永不被忘记的伟人，虽然两千年过去了，祂对全世界，全人类的影响却日益增强。祂背负了拯救堕落人类的重担，天天面临重大的压力，然而祂心灵的宁静和对人的热爱，正如午正的阳光，明亮地光照在人们的心田。祂从天上来到地上，为要拯救并服事我们这些死在罪恶过犯中的人，祂就是我们的主耶稣基督。

我们接受了救恩以后，神将事奉祂的特权赐给我们。事奉神是一件严肃的任务，服事世上在苦难中的人是基督徒的本分。但是事奉要经过严格的考验。正确的事奉动机非常重要，若非由爱主的根基而有的事奉不算真正的事奉。事奉主时会面临人的反对，事奉常常会遇见非常大的压力，若我们是为了爱主，我们就愿意坚持到底。在这恒忍的过程中，我们如何面对压力呢？马可福音第三章这一段经文借着耶稣所行的一个神迹，用一个实例来让我们知道耶稣如何主动地面对压力而不妥协？我们也可学习如何倚靠圣灵所赐的智能和信心来应付当前的需要，至终也能让我们经历神大能的保守与引领，使众人得益处。

一、采取主动

我们遇见难处不可逃避，必须要主动面对挑战。耶稣一出来传道时就面临法利赛人的攻击，他们时时窥探耶稣，在安息日是否医治病人，为了要控告祂。耶稣勇敢地面对这些挑战，祂带着门徒们，主动地进入犹太人的会堂，去接触这些法利赛人。祂知道法利赛人是看重传统的。不错，传统有很大的势力，承继传统是绝对稳当，通常会被人接纳，一般人也不会越轨。反传统容易出错，必然遭到批评、反对，也有被斗争的可能性。站在一群守传统的人面前公开地以爱心医治病人，需要很大的勇气。耶稣给我们留下很好的榜样，让我们学到如何能面对巨大的压力，在艰难中不妥协的基本功课。

安息日是神藉摩西所颁布的，十诫中的第四条诫命：「当纪念安息日，守为圣日。」(出 20:8) 一千五百年的律法规定犹太人当守安息日一定不会错的。问题不是守安息日是不是神的诫命，问题乃是犹太人并不知道耶稣要来与人立新约。当耶稣开始新约时代以圣灵的大能来事奉时，法利赛人却仍然停留在严守旧约时代规条的捆绑之下。犹太人严守律法的仪文，而废掉了律法的精意。不知道「字句是叫人死，精意叫人活。」(林后 3:6)，不知道「主就是那灵，主的灵在那里，那里就得以自由。」(林后 3:17)，不知道安息日是为人设立的，让人从重担和痛苦中得享安息，更不知道「耶稣就是安息日的主」。耶稣如何让人知道时代已经改变了呢？耶稣不是对犹太人讲一番大道理，耶稣也不是与法利赛人进行剧烈的争辩。耶稣乃是采取主动，借着实际的行动来宣告时代的变更。我们的事奉是法利赛人的事奉呢？还是在圣灵引导下的事奉？

二、倚靠圣灵

耶稣知道这是一个属灵的争战，必须靠圣灵的大能。其实每个人的一生都是天天面临各样的争战。撒但自古至今就是在试探诱惑人类，走背叛、堕落、犯罪的路，把人类导向阴间大道。因此，在属灵的争战中，我们必须有明确的目标和方向，必须倚靠圣灵，必须有神的话在心中，否则信徒不能胜过黑暗的势力。耶稣一切所作所为都是根据圣灵的引导，耶稣所说的话都是从灵而说，你我听得见圣灵的声音吗？让我们思想几个问题。

1. 听从神还是听从人？

听从人虽然可以暂时减少冲突，但众人的想法并不一定都正确，甚至有时是与神的旨意背道而驰。任何决定必须要以圣经的教导为根据，绝对不可倚靠人的聪明、才智、和经验。我们必须将听从神放在听从人之上(徒 4:19)，但是如果我们天天都在听人的话，很少聆听神所说的话，我们怎能听从神呢？这正是我们属灵生命不能成长的真正原因。我们生活中的挑战乃是在，是否能听见神的声音而且愿意跟随圣灵的引领。如何能听见神的声音呢？不读圣经、不祷告就不能听见神的声音，不清心不能听见神的声音，不谦卑听不见神的声音，不愿意顺服神的人也听不见神的声音，不遵守神诫命的人听不见神的声音。事奉神的人一定要听见神的声音，否则就犯了任意妄为的罪。一个想按神旨意事奉神的人一定要先听见神的声音。

2. 行善行恶？

虽然我们得救绝对不是靠行善，但是得救后如果没有结出行善的果子，我们就是自欺。耶稣提醒我们要行善，圣经中有许多要我们行善的经文：

- (1) 神的命令：「我们原是祂的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所豫备叫我们行的。」(弗 2:10)
- (2) 神的预备：「圣经都是神所默示的，于教训、督责、使人归正、教导人学义、都是有益的，叫属神的人得以完全，豫备行各样的善事。」(提后 3:16-17)
- (3) 神的成全：「但愿赐平安的神，就是凭永约之血使群羊的大牧人我主耶稣基督，从死里复活的神，在各样善事上，成全你们，叫你们遵行祂的旨意，又借着耶稣基督在你们心里行祂所喜悦的事，愿荣耀归给祂，直到永永远远。阿们！」(来 13:20-21)
- (4) 神的警告：「人若知道行善，却不去行，这就是他的罪了」。(雅 4:17)

- (5) 神的原則：「在耶和華你神所賜你的地上，無論那一座城里，你弟兄中若有一個窮人。你不可忍着心，攥着手，不幫補你窮乏的弟兄。總要向他鬆開手，照他所缺乏的借給他，補他的不足。(申 15:7-8)
- (6) 神的稱讚：「在約帕有一個女徒，名叫大比大，翻希利尼話，就是多加，她廣行善事，多施賑濟。」(徒 9:36)

3. 救命害命？

誰真正關心病人的痛苦呢？人都是專顧自己，以致眼瞎，看不見別人的痛苦。神見無人拯救，無人代求，甚為詫異，就用自己的膀臂施行拯救。(賽 59:16)

- (1) 人的責任：「人被拉到死地，你要解救，人將被殺，你須攔阻。你若說，這事我未曾知道，那衡量人心的，豈不明白麼，保守你命的，豈不知道麼，他豈不按各人所行的，報應各人麼？」(箴 24:10-12)
- (2) 立守望者：「倘若守望的人見刀劍臨到，不吹角，以致民不受警戒，刀劍來殺了他們中間的一個人，他雖然死在罪孽之中，我却要向守望的人討他喪命的罪。」(結 33:6)
- (3) 聖子執行：「人子來不是要滅人的性命，是要救人的性命。」(路 9:56)
- (4) 聖父旨意：「因為神差祂的儿子降世，不是要定世人的罪，乃是要叫世人因祂得救。」(約 3:17)
- (5) 聖靈更新：「他便救了我们，并不是因我们自己所行的义，乃是照他的怜悯，借着重生的洗，和圣灵的更新。(多 3:5)

三、舍己为人

因为事奉的目标，是要让别人得到永恒的益处，于是事奉的人必须要付出舍己的代价，必须去到人群中间，服事罪人，甘愿被众人弃绝。耶稣的事奉是针对人的需要，无论遇见任何艰难的环境，耶稣都能按照天父的旨意而行。这是顺服的事奉，是按照圣灵引导行的事奉。耶稣的慈心与法利赛人不顾病人的痛苦那刚硬的心有何等大的区别，无怪乎羔羊的愤怒要发作(可 3:5)。从马可福音这段经文中我们可学习耶稣的事奉。

1. 进入人群：耶稣进了犹太人聚集的会堂。(可 3:1)
2. 接触恶人：当众人窥探耶稣，为要控告耶稣时，耶稣并不退缩。(可 3:2)
3. 吩咐病人：对那枯干一只手的人说话，听见又相信的人就有福了。(可 3:3)
4. 教导众人：安息日医治病人是神所许可的，人必须悔改。(可 3:4)
5. 训练门徒：不惧怕人的反对，圣灵的医治就能立刻显出。(可 3:5)
6. 披露罪人：法利赛人和希律一党的人结盟要除灭耶稣，黑暗势力就曝光。(可 3:6)
7. 吸引多人：许多人跟随耶稣，你愿意付上代价跟随耶稣吗？(可 3:7)