

耶稣

我灵魂的安息处

洛杉矶西区华语浸信会

# 经文

【太11:28】凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。

【太11:29】我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。

【太11:30】因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。”

o euismod lacinia at  
n odio euismod laci  
vitae. Ultricies lacu  
aretra massa massa  
'is eu non diam ph  
enim eu turpis.  
a. Eget magna fern  
us euismod quis viv  
usto.  
um faucibus vitae  
llam. Urna nec tinci  
inar proin. Amet co  
citudin nibh sit. Am  
nisi vitae suscipit.  
estas integer. Suspe  
placemat in egesta  
rna condimentum n  
purus ut faucibus p  
vitae auctor eu. Fac  
perdiet sed euismod  
rices in iaculis nunc  
ulputate ut pharetra  
tristique et egestas. E  
suada fames ac tu  
rect non curabitur  
tortor posuere ac  
quet sagittis id conse  
um.  
Iattis pellenesque id n  
im blandit volutpat mae  
e sodales ut etiam. Lec  
sit amet consecetur ad  
i tristisque. Sed velit dig  
ncidunt tortor aliquam  
egestas congue quisqu  
suspendisse potenti n  
as pulvinar. Eget arcu  
Nibh cras pulvinar ma  
i vitae. Nec dui nunc

# 神学院及教育学院



o euismod lacinia at  
n odio euismod laci  
vitae. Ultricies lacu  
aretra massa massa  
is eu non diam ph  
enim eu turpis.  
a. Eget magna fern  
us euismod quis viv  
usto.  
um faucibus vitae  
llam. Urna nec tinci  
inar proin. Amet co  
citudin nibh sit. Am  
nisi vitae suscipit.  
estas integer. Suspe  
placemat in egesta  
rna condimentum n  
vurus ut faucibus p  
vitae auctor eu. Fac  
perdiet sed euismod  
rices in iaculis nunc  
ulputate ut pharetra  
tristique et egestas. E  
suada fames ac tu  
reet non curabitur  
tortor posuere ac  
quet sagittis id conse  
um.  
Iattis pellenfisque id n  
im blandit volutpat mae  
e sodales ut etiam. Lec  
sit amet consectetur ac  
i tristique. Sed velit dig  
ncidunt tortor aliquam  
egestas congue quisqu  
suspendisse potenti n  
as pulvinar. Eget arcu  
Nibh cras pulvinar ma  
i vitae. Nec dui nunc

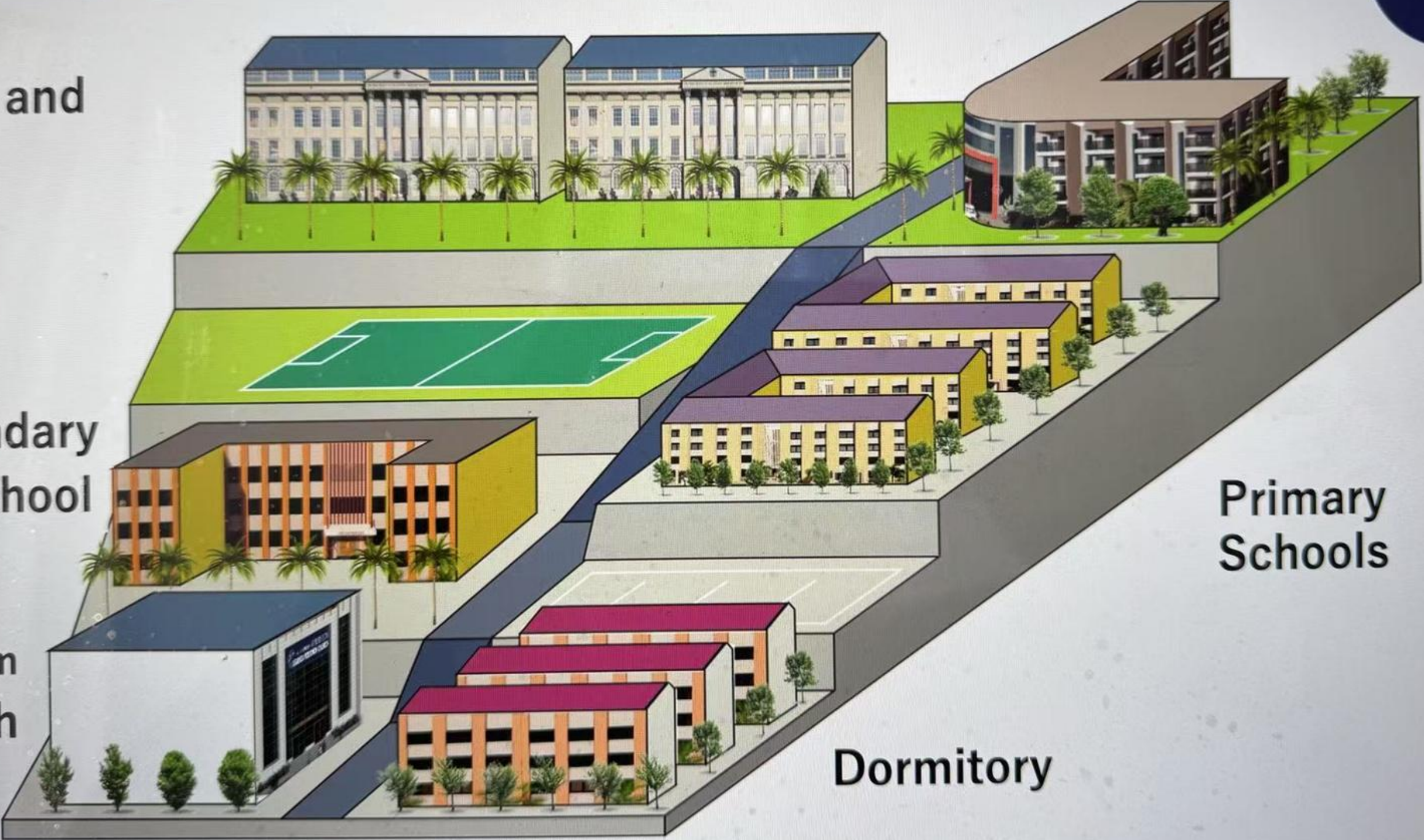
# 非洲宣教中心

Mission Center

DTS center

36

Theology and



o euismod lacinia at  
n odio euismod laci  
vitae. Ultricies lacu  
aretra massa massa  
is eu non diam ph  
enim eu turpis.  
a. Eget magna fern  
us euismod quis viv  
usto.  
um faucibus vitae  
llam. Urna nec tinci  
inar proin. Amet co  
citudin nibh sit. An  
nisi vitae suscipit.  
estas integer. Suspe  
placemat in egesta  
rna condimentum n  
vurus ut faucibus p  
vitae auctor eu. Fac  
perdiet sed euismod  
rices in iaculis nunc  
ulputate ut pharetra  
tristique et egestas. E  
suada fames ac tur  
reet non curabitur  
tortor posuere ac  
quet sagittis id conse  
um.  
Iattis pellenesque id n  
im blandit volutpat mae  
e sodales ut etiam. Lec  
sit amet consectetur ad  
i tristique. Sed velit dig  
ncidunt tortor aliquam  
egestas congue quisqu  
suspendisse potenti m  
as pulvinar. Eget arcu  
Nibh cras pulvinar ma  
i vitae. Nec dui nunc

# 门徒训练中心



o euismod lacinia at  
n odio euismod laci  
vitae. Ultricies lacu  
aretra massa massa  
is eu non diam ph  
enim eu turpis.  
a. Eget magna fern  
us euismod quis viv  
usto.  
um faucibus vitae  
llam. Urna nec tinci  
inar proin. Amet co  
citudin nibh sit. Am  
nisi vitae suscipit.  
estas integer. Suspe  
placemat in egesta  
rna condimentum n  
vurus ut faucibus p  
vitae auctor eu. Fac  
perdiet sed euismod  
rices in iaculis nunc  
ulputate ut pharetra  
tristique et egestas. E  
suada fames ac tur  
reet non curabitur  
tortor posuere ac  
quet sagittis id conse  
um.  
Iattis pellenesque id n  
im blandit volutpat mae  
e sodales ut etiam. Lec  
sit amet consectetur ad  
i tristique. Sed velit dig  
ncidunt tortor aliquam  
egestas congue quisqu  
suspendisse potenti n  
as pulvinar. Eget arcu  
Nibh cras pulvinar ma  
i vitae. Nec dui nunc

# 需要安息的这时代



洛杉矶大火



西藏地震

# 需要安息的当代人

当代大多数人都处在筋疲力尽的状态。其症状就是不知什么缘故容易恼火，身心无力，精疲力竭，没有动力，想逃到某个地方安静一段时间。因为当代社会，事实上，生活的担子很重，职场生活，家庭生活，服侍生活，生活场景就像俄乌战场一样。



安息是神的旨意，

安息是神的智慧，

安息是神的恩赐。

*euismod lacinia at quis risus sed vulputate odio. Sed  
euismod lacinia at quis. Ut tellus elementum  
vicies la sed turpis tincidunt id aliquet  
ies mi quis. Magna fermentum  
Eget sit amet tellus cras  
ne et leo duis ut diam  
eu non diam phasel-  
us sit amet dictum*

*ncorper sit amet  
mper feugiat nibh  
ing elit duis tris-  
t mauris nunc  
la fames ac  
h mauris.  
At*



# 人是需要安息的存在

我们生活在一个以绩效为导向的社会。

工业革命前，人们以家庭为单位生活，生产。

工作革命后，人们的工作观是“以报酬作为薪资对价的工作”观念。人们为了效益压榨自己，为了表现牺牲自己。

# 安息日是非常重要的生活原则

安息日是暂停反思的时刻。

安息日是尽情享受的时刻。

安息日是彼此分享的时刻。

安息日是敬拜上帝的时刻。

安息日是我们充电的时刻。

# 耶稣向我们发出了邀请

【太11:28】凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。

“劳苦”原文是kopiao，疲乏，困倦的意思。

“担重担”原文是phortizo，使载重，承担背负的意思。

我们生活的社会称为“疲劳社会”。人类被简化为“高性能机器”。

“过度提高绩效会导致灵魂的僵化。”（韩秉哲教授）

第一，回应耶稣的邀请时，  
能够享受安息。

我们怎样  
才能领受  
安息呢？



## 我们怎样才能领受安息呢？

第一，回应耶稣的邀请时，  
能够享受安息。

如今耶稣也知道我们这些现代人如同埃及法老统治下的希伯来奴隶一样，过着不知疲倦、不停劳作的奴隶生活。所以向我们发出了享受安息生活的邀请。

今天就是向我们每一位散发请帖的日子，“凡劳苦担重担的人，可以到我这里来，我就使你们得安息。”让我们积极回应主的邀请来到主这里享受安息。

## 我们怎样才能领受安息呢？

## 第二，将重担交托给神时，能够享受安息。

我们不能遵守安息日的原因是我们不相信神会供应我们的需要。这是因为我们不能相信神的应许：如果我们按照他的命令安息，他就会供应我们当天所需的东西。

当我们把重担交托给神时，我们就能安息。要想安息，首先要放下沉重的包袱。正如一个搬运重物的人必须先放下它才能安息。

## 我们怎样才能领受安息呢？

### 第三，安静等候在神前时，能够享受安息。

一个懂得等候神面前等候的人，才是智慧的人。等候意味着将我们的忧虑、关注和事情本身都托付给神。

如果我们等候在神面前，神就会作工。神告诉我们要安静并耐心等待。

**【诗37:7】你当默然倚靠耶和华，耐性等候他。不要因那道路通达的和那恶谋成就的心怀不平。**

我们怎样  
才能领受  
安息呢？

第四，效法耶稣的样式时，  
能够享受安息。

【太11:29】我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。学习非常重要。学谁的样式，更为重要。

【腓2:5】你们当以基督耶稣的心为心。



# 学习耶稣的样式

## 1. 学习耶稣柔和的心。

【太11:29】我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式，这样，你们心里就必得享安息。  
柔和的心是就是温柔的心。心要有温度。一颗冷漠的心是危险的。

## 2. 学习耶稣谦卑的心。

谦卑的心是一颗放下贪婪的心，是一颗自给自足的心。这是一种对他人的尊重的心，是一种非竞争性的心。这是一颗不紧张的心。骄傲的人心里没有安息。

### 3. 学习耶稣负轭的样式。

轭必须完美贴合牛的身体。  
这是因为携带不太合适的轭是相当累和不舒服的，牛很容易受伤。

“轭”原文是zugos，连接，特别是用轭连起来的意思。两只牛并排驮着轭，驮着重物。

小牛负着轭，但不需要用力。因为大牛用尽了全力然而，小牛通过与大牛套上一轭的过程，为未来做准备。你会长出肌肉。

**负耶稣的轭，意味着与耶稣同行，与耶稣联合。**

当你与耶稣联合时，你就会从耶稣那里得到一切。生活中的问题就是供给问题。

# 圣奥古斯丁



“我们心中有一个空间，只有上帝才能填满，除非上帝用神的话语，神的灵才能填满这个空间。”

# 西西弗斯神话



无尽痛苦的惩罚。赋予人类的沉重负担和辛劳，就像西西弗斯神话中的主角。无论多么热心，劳苦，重担永远不会结束。

# 退到耶稣那里与耶稣连接

【诗23:1】（大卫的诗  
。）耶和华是我的牧者  
，我必不至缺乏。

【诗23:2】他使我躺卧  
在青草地上，领我在可  
安歇的水边；



# 结语

第一，回应耶稣的邀请时，能够享受安息

第二，将重担交托给神时，能够享受安息

第三，安静等候在神前时，能够享受安息

第四，效法耶稣的样式时，能够享受安息

（效法耶稣柔和、谦卑、负轭的样式）