

平安

将一切的忧虑卸给神

纽约时报最受欢迎的畅销书作者

乔依丝·迈尔

平 安

Joyce Meyer

目 录

第一章	你有平安吗?	1
第二章	怎样享有平安?	4
第三章	让平安带领你	7
第四章	什么是你平安的窃取者	10
第五章	为什么魔鬼要窃取你的平安?	13
第六章	如何面对试炼与试探?	20
第七章	生活在今天	25
第八章	祷告带给你平安	31

平 安

“……你们心里不要忧愁,也不要胆怯。”

——约翰福音 14 章 27

节

“……寻求和睦(和谐,远离恐惧、焦虑和内心冲突),一心追赶(不只渴慕与上帝、主内伙伴的和睦,以及内心的平安,而且还要追求、追赶!)。”

——彼得前书 3 章 11 节

我盼望这本有关平安的书能帮助你学会享受“神所赐出人意外的平安……”

——腓利比书 4 章 7 节

第一章

你有平安吗？

每一位获得重生的基督徒都应该过着充满平安的生活。耶稣在约翰福音 14 章 27 节这样说：

“我留下平安给你们；我将我的平安赐给你们，我所赐的，不象世人所赐的；你们心里不要忧愁，也不要胆怯。”

这是一节充满能力的经文。请连续读几遍，然后默想至少五分钟，直到这些话语，深入你心。

我们首先要知道耶稣所赐的平安是特殊的，不是这世界所能给予的，这世界给予的是什么呢？这世界给予的是一种平安的感觉，当事事如意的时候，你才会有这种感觉。然而，当每一件事都不如你所愿时，这种属世的平安就了无踪影了，那种精神上的焦虑立刻会把你

击倒。无论显赫还是卑微，无论顺境还是逆境，耶稣所赐的平安都将伴随你，他的平安就是你在暴风雨中的藏身之处。

事事顺心，是我们属世的头脑所能描绘的最佳境界！但是凭着属世的经验，我们知道这在真实的生活中是不可能发生的。作为一个基督徒，多年来我尝试以自己的信心去消除那些我不喜欢的和感觉不好的事，但最后只能让我灰心沮丧。因为当你想尽办法让你所希望的事发生时，但它们却没有发生，你就会灰心沮丧。在我有过几次亲身体验和神与我同在的经历后，我终于明白我需要的是凭信心得平安，并在安然中度过生活中的风暴和磨难。我需要禁止自己忙忙碌碌，因为如果不这样，~~但~~但会偷窃我的平安。

耶稣在约翰福音 14 章 27 节里说：“你心里不要忧愁。”越是阅读和思考这节经文，我就越发意识到我在自寻烦恼，要停止这一切。这节经文还说：“你们心里不要忧愁，也不要胆怯”。

在马可福音 4 章 40 节：“耶稣对他们说：‘为什么胆怯？你们还没有信心吗？’”，耶稣责备他的门徒缺乏信心，因为他们在暴风雨中失去了平安。耶稣自己没有失去平安，他在船尾睡着了，而他的门徒却陷入一片惊惶失措之中。

你怎样度过你生活中的暴风雨呢？你是不是也和耶稣一样在船尾享有平安呢？如果你没有平安，你就享受不了生活。

第二章

怎样享有平安？

想要拥有平安吗？除非你获得了“怎样享有平安”的建议。需求平安只是第一步。然而，如果我不从实践中与你来分享，你仍不知道怎样享有平安。

有一件事情让我受益匪浅，它使我开始过平安的生活。那就是，我意识到“努力做超越自我能力的事情”只能让人沮丧到极点。你是不是正在这样做？当你努力让一些事情发生的同时，是不是会感到灰心？上帝对任何事都有他完美的计划，因此你必须等候他的时间。

总而言之，你不可能提前或滞后让那些事发生。即使你在不当的时候让某些事发生，你决不会感到快活。要学会等候神，这会荣耀神，也会给你带来平安。

你是否在努力做一些力不可及的事？你

是否在努力改变你身边的人——你的配偶，你的孩子，你的朋友，或你的亲戚？人是不能改变人的，只有神能进入人的内心，然后使他或她想改变自己。如果我们从外面施加压力，提出要求，最后只能让人们心里丧失平安，到头来只是白费力气。我们不是因为守律法而被拣选的。人们需要自由，他们需要空间来活动。

在我婚姻生活的最初几年中，我曾尽力迫使大卫放弃打高尔夫球。我感到他打得太勤了，而我想要更多地和他在一起。我尝试了一切我所能想到的办法：给他脸色、狂怒、劝说、不和他说话，然而这一切无济于事，这让我一直不安。偶尔他会放弃不玩，但有趣的是，这即使是我想要的，我仍然没有平安。因为我以错误的方法得到我所想要的。如果你在努力强迫别人改变，你的内心就丧失了平安。

当你灵里得不到满足时，你是否非常不安？你是否努力去改变自己？圣灵已在你的生活中做这样的工作你必须配合他。他使你

渐进、完美、成熟。只靠自己就是在做无用之功。

你一定以为设法改变你不喜欢的是理所当然的，还是稍微现实一点吧！你这样做的成功率到底有多高？如果你不进入神的安息，不与生活中的其他人一起等候神的时间并信靠他，你的做法只会让自己变得沮丧并失去平安。

总之，如果你努力去行那些你根本办不到的事，你只会灰心丧气并远离平安。

第三章

让平安带领你

歌罗西书 3 章 15 节说到：“又要叫基督的平安在你们心里作主(你内心所有的疑问最终还是要用基督的准则来解决,你灵里的和谐就由此而来)……”

在球赛中,由裁判来判定你有没有出界。平安就是这样一位裁判:它评判某事是否存在于你生活的界限当中。

很多人没有平安,因为他们没有顺从上帝的旨意,而是只按自己的感觉和思维去行,从不顺服神的道,更不让平安来带领自己。在我的生活里,常常出现一些我想去做的事。这些事听起来很好,让人感觉也很好,甚至就是好事。然而,如果内心没有平安,我就学着不去理会它们,要让平安带领我。如果你内心没有平安,就不要买东西,尤其是大采购。无论你

多么想要，如果你不顺从圣灵的带领，你将会感到遗憾。

时常有人给我提供讲道的机会，并和我预定时间，我也希望去，但我没有平安。我也不清楚是什么原因，平安有时就是不在我的内心。我知道只要我接受了这样的一次邀请，那么我就会一直没有平安，而这种感觉就会成为我前行的阻力。

记得有一次预约是在我开始第一次旅行时。那时讲道的预约是很稀罕的，而且每两次讲道的时间又是相隔那么远。我当然想接受所有这样的邀请。当时德克萨斯州 间教会邀请我，我真是激动万分，所以马上就答应了。几个星期之后，每当我一想到这件事，我的内心就开始绞痛。后来这种感觉越来越强，我只知道赴约就会丧失平安。然而上帝并没有告诉我这是为什么。

我等啊等啊，最后不得不打电话告诉他们我要取消约定。我告诉他们，出于某些原因，我对此事没有信心，于是他们取消了这次约

定。

几周后，我得知我家乡的教会在一个周末将为教会的新建筑举行庆典，我必须得参加。在我单独服事之前，我一直是该教会的助理牧师。所以对我来说，和那里的人们一起参加这个活动是非常重要的。

为什么主没有直接告诉我后来所发生的事呢？出于某些原因，他做了这样的选择。神的道就是让我们跟随平安。很多时候，他只让你知道你是否在他的旨意当中。可能事情过后你才知道为什么，或者干脆什么也不知道。

如果你没有跟随神的带领，你决不会有平安的生活。

第四章

什么是你平安的窃取者？

人人都有自己烦心的事。撒但在用你的一生来研究你，可能它比你自已更了解你，它知道什么会让你受干扰。你自己必须清楚什么东西会干扰你，那么在面对它们的时候，要小心不要失去了平安。

每个人的平安窃取者都会是不一样的，那些能干扰我的事情对大卫就不起作用。例如，我喜欢安静，但那些噪音从不让他烦心。当我的一个女儿把她的录音机开到最大的音量，我那九岁的儿子也在地上和小狗摔跤时，他照样能读他的书。

我性格急躁，最恨拖拖拉拉。有时大卫在有限的时间内尽力做最多的事，我们不得不在最后一分钟才完成所有的事，简直十万火急。魔鬼对我这一点了如指掌，因此它常常利用这

一点来窃取我的平安。而大卫则完全相反，无论我们要飞往哪里，他总是要提前一小时到达机场；当他要去玩高尔夫球时，他也总是要提前赶到球场。如果魔鬼安排他迟到，他就失去平安了。我们非常不同，因此撒但就运用了不同的战术来对付我们。

要胜过它的诡计，是它设下陷阱让你不安的。

什么是你“平安的窃取者”？你列一份清单，然后和你的家人讨论。找出容易导致这些事发生的原因，并互相帮助，尽力避免这样的事发生。

大卫是个严肃的高尔夫球者。我打高尔夫球时，喜欢满场笑个不停。然而我也学会了一件事，那就是当我和大卫一起玩高尔夫球时，如果我大大咧咧，或者当他打了一个坏球时取笑他，都是非常不明智的。我们是在玩，但是我需要照顾他的感受，没有理由驱使他丧失平安！

当你长时间地和某人一起生活，你就会了

解他或她的弱点,就象了解你自己的弱点一样。我再说一遍,要努力地相互帮助,避免那些激怒对方的事。

大卫在对待我的弱点时就做得很好。当我在学习或休息时,他尽力保持安静。他常鼓励我好好休息,恢复精力。因为他知道如果我太累了,撒但就会来偷窃我的平安。加拉太书6章2节这样说:“你们各人的重担要相互担当,如此,就完全了基督的律法。”我们需要意识到我们都有许多弱点,并需要包容彼此的弱点及相互代祷。

第五章

为什么魔鬼要窃取你的平安？

我们知道：平安让我们紧随圣灵。也就是说，圣灵只在平安中作工，因此平安孕育着能力。我相信这就是为什么约翰福音 14 章 27 节告诉我们，从耶稣而来的律法就是平安。耶稣说“……我将我的平安赐给你们……”也就是说，他惟愿我们拥有他的平安。

如果你有一个弱点，但撒但却不能利用这个弱点使你深感不安，那么它就对你失去了能力。你的能力就是保持冷静、和平、信靠的态度，而魔鬼的能力就是使你恐惧不安。

当你发现自己遇到麻烦时，首先让自己安静下来，不要烦躁不安，中了魔鬼的诡计。如果你的情绪波动不宁，它就高兴了。通常，当一个人情绪激动时，他所做的第一件事就是出言不逊，让那魔鬼已经点燃的火焰烧得更旺。

雅各书 3 章 5—6 节：“这样，舌头在百体里也是最小的，却能说大话。看哪，最小的火能点着最大的树林。舌头就是火，在我们百体中，舌头是个罪恶的世界，能污秽全身，也能把生命的轮子点起来，并且是从地狱里点着的。”舌头是身体上微不足道的成员，但是它却能燃起一场大火。它是安置在我们众人之间那充满邪恶的世界，能污秽我们的全身，并且是从地狱里点着的火。从这节经文中，我们可以看出撒但就是想让我们失去自我控制的能力，而被它完全控制。记住魔鬼设下陷阱，让你不安。

你也许常注意到当你准备去教堂或查经时，魔鬼会加班加点地工作。许多年来，每逢星期日的早晨，我家就乱了套。在一周中，无论哪一天，我的孩子们都安分守己，但每逢星期日早晨，他们就撩打起来。噪音越大，扰乱也越大，我就变得烦躁不安（别忘了，我不喜欢吵闹）。

最后，我开始抱怨。大卫最讨厌抱怨，因

此过不了一会儿，他就会叫我停止抱怨，我就会对他大吼，孩子们随后大哭，因为他们的父母在吵架。

这时，家里的狗开始满屋乱跑，嘴里叼着不知谁的鞋。于是我就开始咆哮起来：“快点儿！我们要迟到了！”我肯定你能想象当时的场景。

当我看雅各书 3 章 18 节时，我明白为什么这样的事常常发生在我们要出去听道时。这节经文说：“并且使人和平的，是用和平所栽种的义果。”

也就是说，为了让神的道在我们的生命中生根结果，传道人自己就必需是和平的使者。同时，当我们听这道时，我们也应心平气和。

回顾一下你的生活，有多少次在你准备去听道之前，你的敌人成功地让你烦躁不安？记住留心它的时间表，小心不要中了它的诡计。哥林多后书 2 章 11 节说：“我们并非不晓得撒但的‘诡计’”。在雅各书中，“诡计”被称为“手段”。撒但应用欺骗的计谋引导我们误入歧

途。

让我们胜过魔鬼！

彼得前书 5 章 8 节说：“务要谨守，警醒；因为你们的仇敌魔鬼，如同吼叫的狮子，遍地游行，寻找可吞吃的人。”

不要让那被吞吃的人！我告诫你们要小心。开始不安或气急败坏时，先停下来问你自己：“魔鬼将要做什么呢？如果我给这种坏情绪留余地，结果会怎样呢？”

以弗所书 4 章 26—27 节也教导我们不要烦躁不安，以免让魔鬼在我们的生命中找到据点。第 26 节这样说：“生气却不要犯罪，不可含怒到日落。”，也就是说：“不要一直烦躁不安”。

第 27 节说：“也不可给魔鬼留地步”。当你不安时，你就失去了喜乐；当你失去喜乐时，你就失去了力量。尼希米记 8 章 10 节说：“因靠耶和华而得的喜乐是你们的力量”。大卫在诗篇 42 篇 5 节对自己的灵魂这样说：“为何在我里面烦躁？……”以赛亚书 30 章 15 节说：

“你们得力在乎平静安稳……”我们由此可再次看到魔鬼想干扰我们的平静，为的是要偷窃我们的力量。

我从圣灵得知他就在平静中做工，而魔鬼会在骚乱中做工。顺从圣灵会为你的家，你的生意，你的教会及你的服事营造一种平安的气氛，当你这样做的时候，你就在荣耀神的道及神的灵，你将收割你顺服的果实。

记住，耶稣曾差遣他的七十个跟随者两个两个地出去传福音并且叫他们做了许多了不得的事：赶鬼、医治病人和讲道。他让他们进入一个城镇以后，就寻找住处，并对那里的人说平安，然后留在那里。如果没有人接待他们，他们就跺跺脚上的土，然后继续赶路（参看马太福音 10 章 1—11 节，17 节）。为什么呢？除非他们安居下来，否则他们的工作不会有能力。

我确信你已从这本书中得到了启示。尽你所能来操练你的自我控制能力吧，好让你始终身处平安。

在路加福音 22 章 46 节里,耶稣告诉我们要为不遇见试探而祈祷。他对他的门徒说:“你们为什么睡觉呢?起来祷告!免得入了迷惑。”在这样的时候,不要依靠你自己,或你自己的力量去与魔鬼对抗。每日祈祷,求神给你这样的恩惠去抵制魔鬼,阻止它夺取你的平安,让神加添你力量来帮助你。

记住,约翰福音 15 章 5 节说:“我是葡萄树,你们是枝子。常在我里面的,我也常在他里面,这人就多结果子;因为离了我,你们就不能作什么。”不要试图自己去行事,要寻求帮助!你可以靠着基督来做所有的事(腓立比书 4 章 13 节),我靠着那加给我力量的,凡事都能作。靠自己什么也不能作。在约翰福音 5 章 30 节“我凭着自己不能作什么,我怎么听见就怎么审判,我的审判也是公平的,因为我不求自己的意思,只求那差我来者的意思”,甚至耶稣说他凭自己也不能做什么。如果你想得到神的帮助,你得谦卑你自己。彼得前书 5 章 5 节说:“……神阻挡骄傲的人,赐恩给谦卑的

人。”我的结论就是，撒但想要窃走你的平安，因为它想偷窃你的力量，它希望你软弱和无能。但是我对你的鼓励是：“……你们要靠着主，依赖他的大能大力，作刚强的人”（以弗所书 6 章 10 节）。保持平和的心吧！

第六章

如何面对试炼与试探？

以弗所书 6 章 13 节说到：“所以，要拿起神所赐的全副军装，好在磨难的日子抵挡仇敌，并且成就了一切，还能站立得住。”什么才是“你们的立场”？以弗所书 2 章 6 节告诉我们，我们要站稳的立场就是在基督里。“站立”就是从希腊文“HISTEMI”翻译过来的，其中一个意思是“遵守、坚持”。在约翰福音 15 章 7 节中，与“遵守、坚持”相对应的是希腊文“MENO”，其中一个意思是“坚持”。耶稣说：“你们若常在我里面，我的话也常在你们里面，凡你们所愿意的，祈求就给你们成就”（约翰福音 15 章 7 节）。这里指站稳位置、立场能带来能力。

希伯来书 4 章说，当你停止挣扎和劳累（凭着信心和顺服）进入神的安息，你就会真正

的安静在他里面。面对试炼和试探时，神怎样带领你，你就怎样做，然后持守你在基督里的立场，留心神如何为你做工。圣经说：“……只管站住！看耶和華今天向你们所要施行的救恩”（出埃及记 14 章 13 节）。所有这些词语——持守、仍然、安息、坚持在基督里——都表达了同一个基本的意义：“不要失去你的平安！”

腓立比书 1 章 28 节是圣经中最有力的经文之一，他把上面那句话的基本意思既响亮又清楚地表达出来了。他说：

“凡事不怕敌人的惊吓；这是证明他们沉沦，你们得救，都是出于神。”

这节经文简明扼要地陈述了这个意思。当你受到攻击时，就呆在平安里。他告诉我们魔鬼被击败了。如果它不能使你不安，它就不知该怎么办。它也确信我们将得到神的拯救，因为平安和静候的态度显示了你对神真正的信心。希伯来书 4 章中说，已经相信神的人可以进入神的安息。

当神致力于你的问题时，你只需朝前走，享受你的生活。我相信大多数人有一种模糊的概念：当你有问题时就不应当尽情享受。因为如果你不做任何事去解决问题，你最终还是痛苦万分。

过去几年中，我也常有许多这样的想法。当大卫和我遇到一些试探和问题时，他总是高高兴兴，让自己开开心心；而我总是苦恼并莫名其妙地用不可理喻地方式对待他，因为他不和我一道苦恼。

通常我们的挣扎出现在金钱方面。大卫在这方面表现出他超自然的信心，他总是说：“我们纳十分之一，我们需要慷慨的奉献。圣经上说：‘你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。’圣经上还说，神会满足我们的需要（腓立比书 4 章 19 节），所以为什么我还要担心呢？担心不可能带来金钱，从来就不可能。”

这就是大卫所“坚持”的。当神在致力解决问题的时候，大卫就继续他的路，并享受生活。我曾对他说：“大卫，这一切我都知道，但

你不能就这样什么也不做。”我希望他能做点什么。他会说：“那么，乔易丝，你希望我做些什么呢？”我说：“祷告！你应当祷告！”然后他会说：“我已做了，我祈求神来看顾这个问题，我祈求神向我显明他要我做的事。直到现在他没有向我显明任何事，因此我认为也没有什么事让我苦恼的。”

我内心深处知道大卫这样做是对的，然而有一种模模糊糊的东西让我坚持在遇到问题时，放弃轻松喜乐。几年以来，都是一个结果：每当我们遇到问题，大卫就祷告并在平安中等待；而我祷告却焦虑不安，我把自己弄得很痛苦。上帝的帮助也总在最后才显明。

感谢神，最后我意识到自己任何成就也没有。我所做的只是让我痛苦不堪，有可能还延误了上帝想要给我的答案。现在我在暴风雨中享受平安（参看马可福音 4 章 37—40 节）。

耶稣说：“我将这些事告诉你们，是要叫你们在我里面有平安。在世上你们有苦难；但你们可以放心，我已经胜了世界”（约翰福音 16

章 33 节)。圣经上也说试探一定会来;但是我们被告诫不要进入试探(约翰福音 8 章 13 节;哥林多前书 10 章 13 节;雅各书 1 章 12 节)。我的观点是,这一生我们总要遇见挑战和需要克服的事,但是在耶稣基督里,我们已经得胜了(罗马书 8 章 37 节)。

我们不只是得胜过的人,我们一直是稳操胜券的人。当然,你达不到能逾越每一个障碍的程度,但是你总能确信在基督里获胜,你一直是得胜的!

你当象保罗在腓立比书 4 章 11—12 节说的那样——他说他学会了无论在什么景况下都可以知足,无论是卑贱还是富足。如果不这样,你的生活将由一系列不断的不安组成。记住,如果魔鬼能以环境来控制你,它就会一直辖制你。然而你却可以选择在平安中行走,这是你的权力。

第七章

生活在今天

如果你担心明天的事，你就一定会失去平安。马太福音 6 章 34 节说：

“所以，不要为明天忧虑；因为明天自有明天的忧虑；一天的难处一天当就够了。”

我们大多数人当天就有足够的事要处理，因此无心去担心第二天会怎么样。上帝的恩惠总显明在当天，也就是说，第二天的恩惠要等到第二天才显明出来。

人们常担心那些决不会发生的事。那些“如果……就怎样？”的问题的确让人心烦。如果你满脑子都是“如果这样怎么办？”“如果那样怎么办？”的问题，千万要小心，有可能你会被它们引致焦虑。有些人担心得都害怕了，而

它们害怕的事又的确常发生。我们的确能从上帝那儿得到信心和平安，也能从魔鬼那儿得到恐惧。

不要为明天的事担忧，只相信天父是信实的就可以了。不管明天发生什么样的事，天父都掌管明天，他的恩典足够我们用的。不要把今天的恩典撇在一旁，而去担心明天会怎么样。如果我们只生活在今天的恩典中，那么我们在基督里的成就绝对会让我们自己惊奇不已。

当我开始教圣经大学课程时，我已学会了这个功课。在我家乡的教会里，我每周上一次课，在那里我是一个兼职牧师。当我有四个孩子和一份全职工作的时候，我有机会在教会里每周教三次圣经大学课程。我的确渴望更多地传授这“道”，现在一周三次课的机会终于来了。

然而，当我教课的时候，我也不得不学习和备课，有时，许多课程是深层次的查经，对我来说，尤其是在第一年，要深入挖掘这“道”。

所有的学习不得不在晚上进行，因为我的工作就在白天。我简直不相信自己有能力做到这些，但是我知道天父要让我做。

在经过多次祷告和深思后，我终于迈出脚步走向神，借着他去做我做不到的事。天父给我最深刻的印象是：“生活在今天，你就可以做了。”如果我一旦考虑明天，我立刻就会有麻烦，因为我立刻就看到自己所不能办到的事。然而，每天都生活在当天，没有什么完成不了的。天父给了我恩典，但不到那一天，我是得不到的。第二年，我感到轻松了许多，因为我所有的课程都已教过了。因此，我不需要再象前一年那样努力学习了。

除了传扬神的“道”以外，天父给了我这样的任务，主要还有两个原因：其一是如果生活在今天，靠着天父的恩典，我们能有许多成就，而我要得的就是有关这些的第一是体验；其二是让我经常把这种体验传给别人。我和大卫在外地周游时，我们常常在家庭聚会中除了传讲“生命之道”外，就传讲这种体验。天父是良

善的，他的方法总是完美的。

除了担忧明天以外，那些能够给人招致麻烦的还有后悔——生活在对昨日的后悔中。所有的人都会犯错误。对，我说的就是：“我们都会犯错误！”即使是那些你认为决不会做错事的人也会犯错误。圣经告诉我们（加拉太书6章5节）“因为各人必担当自己的担子。”我们都会做一些我们后悔去做的事，说一些我们会后悔的话。一旦说了做了，就不可再收回。

我已经学会不要为自己已经做过而现在又无能为力去收回的事而活着，因为我不要失去平安，我要相信天父会使一切都好起来。他的能力你知道，他能洁净我们的过犯。

有时我也对自己说过的一些话后悔，但我不总是担忧我是否触犯了别人，他们是否狂怒不已；相反，我祈求天父让他们知道我没有恶意，即使我对我所说的话后悔不已。我相信天父在他们心里做工，给我恩典。这样我就不会花上几天工夫仅仅担忧，然后看见那些我得罪的人就战战兢兢。

我们常常陷入对许多事情的后悔之中。大卫和我常出去吃饭，因为我们太忙。有时我们吃的饭食和服务都很糟糕，我们常会在离开那个餐馆后的几个小时内还在后悔去了这样的地方。天父告诉我们即使是后悔选错了餐馆也会偷走我们的平安。

记住，要享受平安，停止做那些你根本办不到的事情。一旦你已光顾了某家商店，并支付了钞票，后悔也不能收回那已经发生的事。

现在，我们朝有利于我们的方面去想；想想“所有到那里去的人都会要失望。我们不是得到祝福了吗？因为我们已经发现那地方不可去，我们再也不会在那里浪费我们的时光和钱财了。”

我家的墙上有一块匾，上面的字是这样的意思：如果你试图生活在过去，生活会变得艰难，耶稣没有说“我过去”是伟大的；如果你试图生活在未来，生活将变得艰难，耶稣没有说“我将来”是伟大的；如果你就生活在今天，生活将一切顺利，耶稣说“我现在就是”（约翰福

音 8 章 58 节)。无论你处于何种状况,神都与你同在,就在你的身边,只是要记住依靠他今天给予你的充足的恩典。

第八章

祷告带给你平安

腓立比书 4 章 6 至 7 节说：

“应当一无挂虑，只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。神所赐出人意外的平安，必在基督耶稣里保守你们的心怀意念。”

获得意外的平安是一种绝妙的体验。当所有的事只会让你不安、惊慌、骚动和焦虑时，你却有一种难以名状的平安，这将会是多么美妙的体验。整个世界都在为这种平安感到饥渴。你花钱买不到，它不被出售。它是在耶稣里面。当你接受他作为你的上帝和你的救主，并学习和遵守他的原则时，你就得到了它。

交托的祷告是非常有力的，它能把你肩上的重担卸给耶稣。彼得前书 5 章 7 节说：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。”

圣经详解有关彼得前书 5 章 7 节的翻译是这样说的：

“你们要将一切挂虑的(一切不安,一切焦急,一切揪心,一次并全部)卸给神,因为他满有慈爱地顾念你们并密切关注你们。”

这是一种怎样的特权啊!许多基督徒从没有运用这项恩赐,即使它已经属于他们。

当你将一切挂虑卸给神时,你享受到平安了吗?“卸给”在英文中是“CAST”意思就是猛烈地“投掷”、“抛扔”。你这样做得越快越好,你通过祷告来做这些,把你的问题交托,因为他深爱着你,关切的顾念着你。只要圣灵提醒你已陷入焦虑或你已失去平安的时候,你就要马上祷告了。

魔鬼就惟愿你焦急,彼得前书 5 章 9 节说要“抵挡”魔鬼的“攻击”——这就意味着在攻击的开始就要立刻行动,不要等到它有机会对你开展几天的进攻。你拖延得越久,魔鬼控制你的能力就越强。那么想要获得释放就更难了。一旦你发现自己焦急起来,就立刻拒绝

它,把你的忧虑卸给神,改变你的思考模式。

当我刚刚学会“要把所担忧的卸给神”和“不要担忧”这条原则时,我才知道我以前的想法是错误的。我曾花上一整天的时间沉浸在想象中,所有的事也就回到我的脑海里。我记得我非常丧气,我对天父说:“人怎样才能不去思考一些事情呢?”你瞧,为了不担忧,就不能去思考问题。当你需要思考并采取行动时,你应乐观而不是悲观地思考。你可以客观地、现实地针对你的问题,但千万不要悲观。

我还清楚地记得,当我问耶稣:“我怎样才能不去想这个问题呢?”他对我说:“很简单,乔易丝,想想其他的事吧。”你瞧,当你不去想那些带有问题的事时,你就不会去想那些问题了。

腓立比书 4 章 6 节说,不要担忧,只需祷告。第 7 节应许了第 6 节中所做的事,你将获得出人意外的平安。8 节说到:

“弟兄们,我还有未尽的话:凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的;若

有什么德行,若有什么称赞,这些事你们都要思念。”

现在我就祈求神给你恩典,就是让圣灵的大能把这些原则运用到你的实际生活中,于是你就能得平安、祝福。我也祈求天父能使用你,随时求助他,并把尊贵和荣耀归于他。

通往永恒平安之路

相信圣经中提到耶稣所作的一切。相信他真的是神的儿子，由童女所生。他担当了人的罪。他为了我们牺牲了自己，死在十架上。他并没有停留在死亡的状态。他在坟墓里三天。期间，他到了阴间，打败了撒但。

他这么做都是心甘情愿的，因为他爱他的父（神），也因为神和耶稣太爱你和我，所以任何计划都在所不惜。只要能让我神的子民再度回来，重获自由，他们怎么都愿意。耶稣在十架上为我们的罪付出了代价。他死后被安葬。但是，正如神的应许所言，耶稣在第三天从死里复活。

十架上发生了什么事？

当耶稣被钉在十架上时，他就担当了我们的罪。神不能存在罪里。在耶稣担当我们罪的时候，他和父神的交流就断绝了（马太

福音27: 46)

就在耶稣感觉自己失去了父神同在的时刻，他担当了你和每个人的罪。他说：“我的神，我的神！为什么离弃我？”（见马太福音27: 46）。耶稣预计有这样的结果，然而离开父神光明同在的痛楚却远远超乎他的想象，致使他大声痛哭。他将自己的灵魂交给父神的手里，然后断了气。

除非你全心全意地相信耶稣替代了你，担当了你应得的惩罚，否则你不能上天堂。他担当了你所有的罪。他偿还了你欠的所有债。

他为你这么做是因为他爱你。约翰福音3: 16这么写道：

神爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。

耶稣为你而死。他为你的罪付上代价。神对耶稣信实。他答应过耶稣会做的事，他做了。他让他从死里复活。

他身体在坟墓里的三天里，他下到阴间。在第三天，他带着胜利从死里复活。

(使徒行传2: 27, 31)

相信他这么做是为了你

用心相信。你的头脑将无法理解我告诉你的这些事，但是用你的心去相信。聆听你心灵的声音。

罗马书10: 9写道你若口里承认耶稣是主，心里信神叫他从死里复活，就必得救。

这个时候，要是你决定相信我所告诉你的，你也愿意接受耶稣，你就需要说：“我相信耶稣是神的儿子。我相信他为我而死。我相信神叫他从死里复活。”

罗马书10: 10写道“人心里相信，就可以称义”。“称义”的意思就是当作他从未犯过罪；意表了被洁净，与神和好。只有相信耶稣和他所做的一切才能使你称义。

不管行多少善事也无法让你与神和好。单单去教堂也不会使你称义。你必须凭信心称义；而后，善行（如上教堂）将随着你心意的改变而至。首先，心得正。你必须用你

的心，你的魂去相信。

罗马书10: 10还补充，要口里承认就可以“肯定”得救。“肯定”意思是“确立”。口里说出心里所相信的就能保证它是属于你的。就像是把它定下来了。

概 括

要重生（约翰福音3: 3），或得救，你必须相信：

- 神存在（创世纪1: 1；希伯来书11: 6）。

- 耶稣是神的儿子，由童女生，成了肉身（马太福音1: 18, 23）。

- 耶稣是神，是三位一体真神之一（歌罗西书2；希伯来书1: 5-8）。

- 他带着肉身来到世上来帮助世人（约翰福音1: 1, 4；路加福音4: 8-12）。

- 他担当了你所有的罪，用自己的身体背负它们到十架上（以赛亚书53: 4-5；哥林

多后书5: 21)。

- 他为你的罪而死 (希伯来书2: 9)。
- 神让他从死里复活 (路加福音24: 1-7; 使徒行传2: 32)。
- 如今, 他在天上坐在父神的右边 (希伯来书10: 12)。
- 凡相信的人都能得到他 (罗马书10: 13; 约翰福音1: 12)。
- 他会带着能力和圣灵的同在住在你的心灵里, 使你在神面前重新得生命 (罗马书8: 14-16)。

这就是接受耶稣为你救主的意义

如果你相信这些事, 你就可以:

- 开始承认你是罪人, 需要一个救主 (罗马书3: 23-24)。
- 向神认罪 (约翰一书1: 9)。
- 带着悔改的态度—即愿意脱离你的罪并为神活出你的新生命 (使徒行传3: 19)。

让我们祷告

雅各书4：2写道你们得不着，是因为你们不求。请求耶稣进入你的心里；请求他赦免你的罪。他会赦免你，而且他还会住在你的心里。你的心会在神面前活过来。这里有一个祷告的样板，但是我鼓励你用你自己的方式向神倾诉你的心声。

父神，我相信耶稣基督是你的儿子，是这世界的救主。我相信他为了我死在十架上，担当了我所有的罪。我相信耶稣从死里复活，如今坐在你的右边。我需要你，耶稣。我凭信心接受你。赦免我的罪，拯救我，住在我心里。我要重生。

如果你诚心作了这个祷告：

恭喜你！

你已经接受耶稣为你的救主。

你是个新造的人。（哥林多后书5：17）

你已与神和好。（罗马书5：1）

特别说明：接受耶稣为你个人的救主不表示你必须和神有个激动的经历。你也许会有些特殊的感受，但也可能没有。许多人曾表示有被洁净或解脱的感觉——一种卸下重担的感受。我劝勉你谨记圣经从来也没有告诉我们要将我们的信心建立在感觉上。你也不需要记得你接受耶稣的特定时间。

你只需要知道，在你心里你已经接受他作为你的救主了。



把你的困难交托于上帝，祂必赐下
喜乐和平安加给你！

你是不是希望能行难成的事？你是不是辛苦地想要改变你身边的人？你是不是因为属灵生命不够成熟而不满意？你是不是掌握不到平安？

如果你失去平安，你就无法享受生活。现在乔依丝·迈尔要指示你如何天天过硬生活，并且在风雨中寻找格外的平安。她会教你如何：

- 等候上帝所赐的完美时机
- 胜过那搅扰你，抢夺你平安的人
- 获得能力维持平静和信任的态度
- 把你的注意力集中在今天的恩典而不在明天的忧虑
- 发现在凡事上天父白白给你的格外平安。你预备好领受吗？