

# 一切忧虑都给神



肯尼信 著  
[KENNETH E. HAGIN]



# 一切忧虑卸给神

甘坚信

# 目 录

第一章 责任托付式祷告

第二章 忧虑的罪

第三章 没有起码的见识忧虑

第四章 对付焦虑

第五章 将你的问题从手中松掉

预 言

真实的经历，意义深远的书



索取属灵电子书籍

QQ : 290050111

微信 : zy18764718007

# 第一章

## 责任托付式祷告

以弗所书 6: 18——写给教会的经节——是在关于怎么祷告这个主题上我最喜爱的经节之一。

“靠着圣灵，随时多方祷告祈求，并要在此警醒不倦，为众圣徒祈求。”

另一种译文说的是“所有的祷告方式”，还有一种译文为“各种各样的祷告”。我们需要应该是各种各样的祷告，不仅仅是一种。圣经也指出祷告是有多种方式的。

一种就是“责任托付式的祷告”，也就是把你所有的忧虑都交托给神。关于这个问题我们的主要圣经一句是彼得前书 5: 7: “你们要将一切的忧虑卸给神，因

为他顾念你们。”这是出于《国王钦定本》的翻译。对于这尤为特别的经文我最喜欢的确是《释读圣经》中的翻译：“你们要将所有的挂虑——你们所有的焦虑，你们所有的担忧，你们所有的牵挂——一次性地卸给他，就此终了。因为他深切的爱护你们，关切地顾念你们。”

腓立比书 4: 6 包含了圣灵透过使徒保罗对祷告的所有指示，《国王钦定本圣经》译为：“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”，由于语言的变化，“应当一无挂虑”这句短语对身处 20 世纪的我们来说已不太明确了，有一种现代文译本译作：“对任何事情都不要心怀焦虑。”另有一处我更为喜欢的译文为：“凡事都不可烦躁不安和焦虑，倒要在每一件事情上用感谢的心祷告、祈求，让神知晓你们的一切需要。”

现在让我们回头去看马太福音的第六章：

25、所以我告诉你们，不要为生命忧虑吃什么，喝什么；为身体忧虑穿什么。生命胜于饮食吗？身体胜于衣裳吗？

26、你们看那天上的飞鸟，也不种，也不收，也不积蓄在仓里，你们的天父尚且养活它。你们不比飞鸟贵重的多吗？

27、你们哪一个能用思虑使寿数多加一刻，使身量多加一寸肘呢？

28、何必为衣裳忧虑呢？你想野地里的百合花，怎么长起来；它也不劳苦，也不纺线；

29、然而我告诉你们，就是所罗门极荣华的时候，他所穿戴的，还不如这花一朵呢！

30、你们这小信的人哪，野地里的草今天还在，明天就丢在炉里，神还给它这样的妆饰，何况你们呢？

31、所以，不要忧虑，说：吃什么？喝什么？穿什么？

32、这都是外邦人所求的，你们需用的这一切东西，你们的天父是知道的。

33、你们要先求他的国和他的义，这些东西都要加给你们了。

---

34、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。

不同的属灵法则操纵不同的祷告。如果你采用了管理适用的一种方式的祷告的法则，然后又试图把它们应用在其他祷告中，其结果必会导致混乱。所以我们需要学习，在特定的环境和情况下，所使用不同方式的祷告。

在环游全国的奋兴运动和聚会中，我们竭力将人们推入信心的领域；现在就信靠神，现在就得到答案。我们在他们的地区里仅作短暂的停留，通常不举行祷告聚会。为了最大可能性地帮助大多数人，我们尽力推动他们相信神、以致得到他们的个人需要，主要目的是在医治方面。

但是我们做的这种可快速指导并不是在信心与祷告这个主题上的最终道理。而且如果人们就此把它作为最终真理来接受的话，那么在生活中他们必会失望痛苦。因为我们强调的是信心的祷告，一些人他们有信心，但是是对我的信心，而不是在神里的信心。他们想要我为他们祷告，使他们自己能用信心去祷告。他们带着祷告的要求来到我这里。当然了，圣经的确是教导

我们要彼此祷告，也教导过我们要互相代求。但我们也需要确定哪一种方式的祷告会给一个具体出现的情况带来果效。

在一天的事奉结束之后，一位女士走过来对我说：“甘坚信弟兄，我想请你为我祷告。”

我回答说：“祷告什么？”

她惊讶的看着我说：“难道还需要我告诉你吗？”

我说：“是的，除非你清楚地告诉我，否则我不打算为你祷告。因为我不知道我们所要祷告的是什么。对一些我不知道的事我是不能相信的。并且，除非让我知道是不是我要赞成的事，否则我是不会赞同的。你的需求是什么？”

她开始哭起来。她说：“甘坚信弟兄，生活的重担——生活的挂虑，生活的担忧——简直重得使我承受不了了。我想求你为我祷告，让主为我做两件事中的一件：要么他给我带走其中一半，因为另一半我还能承受——只是担不起全部罢了；要么他给我恩典，使我能担负所有的重担。”

我的心极力倾向她，我尽了全力来帮助她。我说：“姊妹，哪一种祷告我都做不到。那是不符合圣经的。你看，若那样的话，信心的祷告将不会运行，不会带来功效。事实上，只有唯一的一种祷告在这种情况下才会带来果效。那即是责任托付式的祷告。姊妹，这不是很好吗，你我已经得到答案了？”

她看上去惊喜交加。

我又说：“关于这个问题我有一个内在的信息（我指的是圣经里面的信息），”我接着谈下去：“神的话语极力准确地告诉我们，对于我们的担心，我们的牵挂和我们的焦虑，我们并不能做什么。”

我首先向她引用了《国王钦定本圣经》。我说道：“在彼得前书 5 章 7 节里，圣灵透过使徒保罗告诉我们，‘你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。’也即《释读本圣经》所说的，‘你们要将所有的挂虑——你们所有的焦虑，你们所有的担忧，你们所有的牵挂——一次性地卸给他，就此终了。因为他深切地爱护你们，关切地顾念你们。’”

我告诉她：“你不必每天都这样交流，只需要一次性地、终结性地交托掉。自那一时起，你就从担忧挂虑中得释放了。”

她抬起头来看着我，说：“你的心可真硬。你只是个硬心肠的人罢了！”

我尽我所能地让我的音调温良柔和：“亲爱的姊妹，我不是心肠刚硬。圣经不是我写的！我并非说此话的那一位。那是神的话语，神爱你。”

“是的”，她回答道，“但你根本就不懂我必须为何事而担心！”

我说：“亲爱的姊妹，我相信我是不知道你必须为何事担忧，但神知道——他知道每一件事——而且那是神的话语神是说，“你要将所有的挂虑——所有的焦虑，所有的担忧，所有的牵挂——一次性地卸给他，就此终了。”

她说：“我实在做不到。”

我说：“不，你能做到。神是公义、良善和美好的，他绝不会要求你做力所能及的事。”

就在我看来，似乎任何一个人在发现了圣经中的这节经文后都会无比高兴并且兴奋的接受它的。但这位姊妹却转过身去，走掉了，并说：“我不可能放弃我的担忧。”



## 第二章

# 忧虑的罪

忧虑的罪是我唯一耗费了巨大的工夫才除掉的罪。（这种宣告总是在人群中引起轩然大波，因为大多数人仍然具有这种罪，并且他们不想承认它是错误的。）

在对付撒谎这个问题上我从来没有碰到过麻烦。自从我重生以后，我就绝没再想过要撒谎。对这个罪我根本就没有任何问题，对其他的罪我也没有任何问题。但是，我却背负着忧虑的重担度过了最艰难困苦岁月。

你们知道我的故事。我于 1933 年 4 月 22 日一个星期六的晚上 7 点 40 分在得克萨斯州的米克厄城的北大学街 405 号南面的卧室里重生的。我从未有过一个身心健康发展的童年，我的大部分时间是在病床上度过的。

我所有的生活就是去浸信会主日学校与教会，因此我拥有一本圣经，每周我都要阅读如此多的章节以至于我都能说我读完了它们——但它们对我毫无意义。我自己认为，你并不是被用来理解圣经的。但就是在我获得重生后的第二天早晨，我让我的家人把圣经递给我。我仅看了封面上写的“圣经”两个字便得到了祝福。然后我又翻开看里面的内容，仅看了一下目录我便又得到了祝福。噢，当你重生以后，所有的一切都变得又真又新地活化在你面前！

还在假日圣经学校的时候，我们就已经学会了把圣经中的各部书唱出来，而且我们还能将这些头脑中的知识叽里呱啦地很快讲出来，但那对我们来说一点儿意义也没有。现在我重生了，我读着新旧约各部书的书名，归荣耀归主，当你用你的心灵和诚实去读它们的时候，它们就变得有意义了。只读读圣经中的书名，我就得到了祝福。

那时，医生警告我说：“你每一分钟都可能离开。”所以我认为，我要从新约开始，因为我的时间不多了。我要立刻进入到这里，找到属于我的东西。

我打开了马太福音，接着我祷告：“主啊，在我开始读你的话以前，我向你保证：我要和你立一个约，我将绝不怀疑我读到的你的话语中的任何成份；并且我要在读它理解它的同时，将它付诸行动。”

我进行到了马太 6 章，读到 34 节：“所以，不要为明天忧虑；因为明天自有明天的忧虑，一天的忧虑一天当就够了。”我读的是《新约全书》的单本，因为拿住它要轻省容易点儿。在那页的下面有一条小小的注解，让我查看腓立比书 4：6 “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。”又让我查看彼得前书 5：7：“你们要将一切的忧虑卸给神，因为他顾念你们。”不知谁写的这个注解却接着又解释：“神不想让你们为任何事情担忧或焦虑。”

我只是个仅 15 岁的青少年而已（而过几天才是我的 16 岁生日）。而你谈到担忧——从我还是个小孩子的时候，我就被教导担忧，我实实在在是个“担忧的疣”。你们知道“担忧的疣”是什么意思吗？我就是其中的一个。我的母亲和祖母可称得上“忧愁世界冠军”，而我就是从她们那里学到的担忧。

我刚开始病卧在床的时候，只有两个医生，最后增加到五个医生来负责我的病情。他们没有太多地告诉我，我到底出了什么事。当你变成一个残废无用之人的时候，你只能躺在那里，想象着世界上的一切都亏欠了你，错待了你。然后你自然而然地会去费心思量明天，因为很有可能明天你就不在这里了。但是我才对神许下了诺言：“我要将我所理解的你的话语实行出来。”圣经对我一直都是亮光、喜乐和祝福，但我一深入到马太福音中它就变得黑暗了，不再有喜乐，不再有祝福，不再有任何现实的意义。我停下来省察，我问自己，这究竟是怎么了！

马太福音继续地蹦出来。“你说过你要把你所读所理解的付诸行动的。”

“亲爱的主啊，”我说：“如果一个人必须照马太福音所说的去生活的话，我绝对办不到。我不可能没有忧虑地生活，它就犹如我的双手双脚一样，是我生命的一部分。”

我继续读经，但从中什么也得不到了。那是在 1933 年 4 月 23 日，直到 7 月 4 日我才从马太福音第六章中走出来。

如果给你的灵里不是带来喜乐的兴奋，继续读圣经便没有用处。你需要退回到一个地方，就是你放弃了在光明中行走的那处，重新开始在光明中行，而后圣经才会又成为你生命中的光亮和拯救。（你是知道在哪处妥协放弃的。）

有人会说：“不，我不知道。”

立刻停止撒谎吧，首先为你撒谎抵赖的罪悔改。我知道你是清楚的，因为我实在很像你。我也曾企图给自己找借口，但主没有听我，所以我不得不退回到马太福音中的第六章，回到正确的轨道上。接着又变得对我光明敞亮了。

我将永远不会忘记 1933 年 7 月 4 日，在那一整天里我给自己开了一个委屈伤心的派对，沉浸其中。我整整一天都在哭泣，我确信自己无能行出马太福音 6 章要我行的。

“主，”我埋怨到，“如果我们必须像那样——没有忧虑地生活——我宁愿现在就放弃掉。做为一个基督徒我永远也成功不了。”

我为自己感到难过，我不可能像圣经教导地那样去生活，除此之外，我还在走向死亡。所以我想把这一切都归咎于神。我说道：“主，你并没有公平良善地待我！现在我躺在这里，才 15 岁，却要死了一一医生这么说。你知道我是在残废不健全中苟活到现在，我的心脏因早产而完全毁坏变形。”

接着我说：“看看索安索（这是我给某个男孩起的名字，他和我同时上小学读一年级，就住在几个街区以外。），他总是穿着漂亮的衣服，口袋里装着钱，还有一个健康的身体一一但我知道他是怎么搞到钱的。”

“他们不该那么干一一那是违法的一一但他们在药店后面赌博，他则诱骗企图人去那里。他还只是个青少年一一这也是犯法的一一但他们夺走青少年的钱就像夺走成年人的钱一样快。不管他赢了多少，他总是交回所有的钱；因为他在为他们工作。而其他的男孩子则失去了所有的钱。他从来就不会输，是个骗子，就像人称他们那样。于是，也得到了钱，得到了衣服，得到了健康一一而我却从来没有像他那样富足！”

“你知道的，主，我一直就表现的很好。当然了，因为我残废了，我也做不了太多的错事。但我绝对没有他那么坏！”

我接着又说道：“这还有个索安索（这是我给另一个住在我们小镇另一头和我同上一一年级的男孩起的名字）。他有钱，有新衣服，他甚至还有一辆汽车！（弟兄们啊！在1933年，一个青少年拥有一辆汽车！在那段经济大萧条的日子里人们能有一辆自行车就很幸运了。）”

“还有，他开着崭新的汽车到处跑——但我知道他是怎么弄到他的钱的！他的哥哥是个非法酒贩子，他给他哥哥开车干事。但我也从来没有他那么富有！”

我继续跟主讲述这号人，并向他指出我既没贩酒，也没赌博，“而且你知道，”我告诉他，“我绝对没有这两个家伙中的任何一个那样坏。但我没有漂亮衣服，没有一点健康，而且我还不得不死去。你待他们——让他们那么富足——远远比待我好。噢，我真可怜！”这样我哭得更厉害凄惨了。

我继续说道：“现在我得救了——重生了——还必须放弃掉忧虑，但我知道对我来说是不可能的！”

我即将面临死亡，但我立刻为我的死担忧起来，我极想弄明白我到底病成什么样了。（感谢罗伯特医生，我所有医生中的一个。在大约一个月以后他终于过来坐在我床边，详尽地告诉了我我的病情和身体状况。）

如果我在这里宣讲的是反对烟草的信息，很多人必会跳上跳下地欢呼：“赞美神，这是对的，弟兄——快快讲它！”但是担忧的罪远远比吸食烟草的罪更严重。神不想让你被任何的习惯捆绑，但担忧的习惯比吸烟的习惯更坏！

医生告诉我说，很多病人在医院里，精神病所里——已经死去的——不是被别的原因致死，只是因为忧虑。忧虑会杀死你。（烟草只有 50% 的可能杀死你，并让你在重死的时候身体发出臭味。但忧虑却会完全地杀死你。）

一旦你开始就人们的嗜好习惯宣讲信息的时候，他们便开始为自己感到委屈难过。他们认为神没有公平地待他们，传道人没有公平的待他们，这个世界没有公

平地待他们，他们的弟兄没有公平地待他们，没有一样事情是公平正直的。所以他们也给自己开了个委屈伤心的派对，就像我一样。1933年7月4日，那对我来说是一场什么样的争战啊！下午6点，妈妈又坐在我床边，试图安慰我。

我说：“妈妈，如果你只是想活下去，会不会需要有点帮助！我是说——只是想活下去？”

她说：“会的。”（那是这场战斗中50%的要素。）

我在我的内心深处做了一个小小的修整，然后我说：“好的，现在我已具备赢得这场战斗的要素中的50%了，我将把这部分放到一边去，而为另一个50%努力。”就在我说这话的一霎那，我里面仿佛有声音说道：“马太6章。”我明白他的意思了。

我翻回到马太6章读起来，在读完了34节后我说：“好了，主，原谅我，我要悔改，为我的忧虑悔改。而且在今天，我所经历过的生命中最长的一天，我向你保证，我绝不再担忧。今天我向你保证我绝不再气馁，在今天我向你保证我绝不再沮丧。”

感谢神——我没有——并且我也没有错过这个美好的机遇。因为我开始操练它是在我还是个青少年的时候。如果你在生命中越早开始就越容易；当你老迈之时就困难多了，因为你已在你的这条路上行走了多年。现在这门功课对我来说容易多了。刚开始很困难，但我始终拒绝担忧。

在那时我还不知道神的奇妙医治——我还没有读圣经读的那么深；我还没有读到马可福音 11: 23, 24, 所以我真的不知道自己会被医治。

我的身体还是那么糟，看起来我仍旧一天天地接近死亡。我不但还病卧在床，而且我每天还会遭遇三至五次心脏病突发。为我的心脏停下来之时我以为它再也不会跳动了。但我仍然会用我生命中的每一部分力量为存活下来而战斗。我床上的油漆已被磨掉了，直接露出光光的木板来，因为我在紧紧地抓住。为了呆在那个地方，如果是你，你也会抓住那里的每一件东西的。

就在一次心脏病突发途中，我突然放松了。我把一切都交托给了神，我无力地瘫倒在枕头上，说：“让它去吧。不管怎样，我已知道我的归宿了。”我就再也

没有恐惧了。我的心病仍然会突然发作，但它们搅扰不了我了，我已把忧虑卸给了主。

于是，我在那种方式中开始活了下来。我从来都没有读过任何一本关于这个题目的书；我只是在圣经中看到了它。

守約者

属灵丛书 阅读行动

717

柒月拾柒日 伍仟守約者

伍仟灵的觉醒 伍仟神的后嗣

在圣经中数字“7”代表完全，“17”在圣经中的开启是得胜，约瑟17岁穿彩衣，大卫在17章里打败歌利亚，诺亚方舟17号停在亚拉腊山上，“717”就是预表完全得胜和逆转！

近万章节属灵文章、几百本属灵书籍！系统化、针对性的指导推荐阅读！全年跟踪、推动属灵进程！伍仟个会员席位等你入座，前壹仟位会员，免一年会员费！发邮件到：[290050111@qq.com](mailto:290050111@qq.com) 索取简介及 报名表格

## 第三章

# 没有起码的见识忧虑

当你凭信心而行——当你做圣经所要你做事的时候——你在别人的眼里便成了个怪物，甚至在教会世界里。他们认为你有问题，因为你不会担忧。

在我得医治后，我开始为病人代祷，我用油膏抹人们。那样做在浸信会教徒中不大受欢迎。

我从来就没有被任命为浸信会传教士，尽管他们提出要正是任命我做这一圣职。在地方教会他们可以任命你。但事实上，这位牧师说道：“甘坚信，我们可以任命你，但有一个条件，如果你在医治这个问题上把音调调小一点点的话。如果你愿意，你大可以去讲一

点儿祷告和信心的信息，但只是要在医治这个问题上降低你的音调。”

我回答说：“我正计划着提高它的音调！”

在那以前我还没有公开地为任何人代祷过。我愿意在公共场合宣教，但更愿意在私下里为人祷告，接着我便计划开始公开地为他们祷告了。这样做的原因是我说了：“我正计划着提高它的音调。”

有件事我将永远不会忘记。当我告诉牧师我要那样做的时候，他说：“噢，忘掉它吧，必须忘掉它。”然后他走开了，并且就此离开了我。我也不记得我再见过他了。接下来，当然的，我受了圣灵的洗并且说出了方言，我有足够的确信我得了“团契交通的左脚”。

我来到了接受全备福音的人们中间。他们都受了圣灵的洗——他们说出了新方言——所以我确信他们全都具有幼嫩却蓬勃发展生长的翅膀。这使我颇花了点儿时间才发现原来那些并非是蓬勃生长的翅膀，那些只是向外戳出的肩胛骨而已。

我接受了一间全备福音教会来牧养，成为全备福音教会圈中新的一员，但我并不知道除我以外没人愿意担

任这间教会的牧师。这是个“麻烦困难”的教会，但神告诉我要接受它。我猜想原因可能是因为他知道我不会为它担忧。

在那段日子里，有一个惯例，就是每个月的第一个星期一牧师们都要聚在一起交通团契。我去的时候总是发现所有的牧师排成一排，谈得火热。他们总爱问我：“这场争战进行得怎么样了？”我匆匆而过，回答说：“伙计们，我没什么可担心的。”他们站在那里，眨巴眨巴眼睛，彼此论说道：“我不相信他连起码的担忧意识也没有！”

其中我的一个邻里的牧师告诉他们：“我知道他们在担忧。他牧养的是这个教区里最刚硬顽固的教会。他有着这样那样数不清的问题。”（他对我教会中问题的了解掌握比我还多！）

每个星期天早晨我走上讲台传道，受着向肉体血气屈服的试探引诱。我觉得我首先就想从那帮执事们开始，把他们一个接一个地弄来，剥了他们的皮，用盐腌了，然后挂到教堂的墙上；接下来从主日学校的监督们开始，到所有的主日学校教室，也是先剥皮，用盐腌了，再挂到教堂的另一面墙上。

但每当我受到这种试探的时候，我就翻到哥林多前书 13 章去宣讲爱，或者翻到启示录 21 和 22 章去讲天堂的主题。

在我牧养那间教会的第一年里，我花了大部分时间来传讲爱和天国。传讲爱和天国所带来的结果是令人惊异的。当你能让每个人彼此相爱并且举头专注天上的事，混乱的局面就会被整顿的非常好了。

我祷告说：“主啊，我知道有些话应该说，但我不知道怎么说；我也知道有些事应该做，但我不知道怎么做。我开始做牧养事工之时仅是个见习生。我想做得正确，我想传道，我想善待每一个人，视他们都一样，我想去看望病人——然后我想把剩下的一切都交给你，因为这是我的挂虑，而你说过你把你一切的忧虑卸给你。”

当我把一切交托给他的时候，所发生的事情令人震惊。我们开始连续不断地复兴了！我是指，每个星期！每个星期我们都有人得救，都有人受圣灵的洗，都有人得医治。神如此地祝福我们以致我离开这间教会的时候，40 名牧师都想申请得到它。（而当初我接任的时候，没有一个人愿意。）

这不是我做的；我把我一切的忧虑都抛给了他。但那并不意味着我没有做我的那部分工。我也研读经文，我也准备讲章，等等。但是担忧的那部分——焦虑的那部分——我把它交付给了主，我没有背负它。

教区牧师住宅就在教堂隔壁，有些人会顺道停下来告诉我发生的事。我会回答他们：“我不打算为此担心。我实实在在地告诉你：如果教堂起火了，烧倒了，并且是在我夜间睡觉的时候，你也不要叫醒我。就让它烧吧，我们会建一间更大的教会的。”

“如果执事之间在教会前院拳脚相加地打成一团，也不要到教区住宅来打搅我。就让他们打个痛快吧。在他们结束以后，我会为他们祷告，帮助他们与神和好。我不会失掉一眨眼的瞌睡，也不会为此错过一顿饭食。（我当然也会在神的带领下禁食的。）我把这一切都交给神去处理。”

如果你不跟主承诺约定把你所有的担忧和焦虑卸给他，那么这种时刻将到来；就是你所有的祷告，所有为教会的祷告，通过收音机和电视媒介做的宣教事工，以及你能为每个其他的人做的代祷，都将付之东流，徒劳无功。只要你自己牢牢地持守在那些事情上，当

他们全都熬过来以后，你就会被证明你在刚开始的地方是正确的——你要把所有的一切都交付给主。

最后，那些嘲笑我的每一个牧师都来跟我说：“你得到了答案，我们没有；我们的妻子都有神经衰弱，你的妻子没有；我们不得不从事工中退休或者休息一两年，你却继续向前。”

有一个年龄才 39 岁的同工，他感觉身体非常不好。最后他的妻子对他说：“我相信你应该看在我和我们的女儿的份上去看看医生，这至少能知道你到底出什么毛病了。”（那个时候，五旬灵恩派的牧师只独一无二的信神的医治而不去看医生。）

于是他去了医生那里。待他检查完之后，医生对他说：“就病症而论你并没有什么毛病，但你已把自己的精力都耗尽了。你才 39 岁，你身体却有 90 岁。”（朋友们，90 岁的人是不会有太多的日子活下去的！）

“让我来告诉你你做了些什么吧，”医生继续说道，“你把教会中每一个人的包袱都背在了自己的身上——他们所有的重担——他们所有的忧虑。你每顿饭都在吃这些问题，你带着这些问题睡觉，你谈论的

是它们，你背负的是他们。”

“是的，那正是我所做的。”这个牧师回答。

“那好吧，”医生说：“如果你放弃掉你的牧养事工去休息，也许你还能多活几年。”

感谢神，一次偶然的机会我和他相聚在一起，教导他怎样信靠神，并且使他得了医治。若干年后我在一本教会刊物上读到他在 75 岁的时候从他的牧师职位上退休了，但他仍然在宣教传道。荣耀归主！当年他 39 岁的时候，医生说他快要死了。

我学会了在主的力量庇护中行走，并把所有的忧虑卸给他。

“你们要将所有的挂虑——你们所有的焦虑，你们所有的担忧，你们所有的牵挂——一次性地卸给他，就此終了。因为他深切地爱护你们，关切地顾念你们。”

《释读本圣经》帮助我们更深刻地去理解这段经文。

当你把所有交托给他的时候，你便不再有任何担忧了。他接管了这一切担忧，然后你就可以说：“我从忧虑中释放了，”甚至尽管从属世界的角度来看它还在那里。因为不是你在担着那重负了，是他。

我们习惯唱这么一首歌，歌词写着：“把你们的重担交给主，留在他那里。”大多数人的问题在于，他们来到祭坛前，或者任何一个地方祈求祷告，把他们的重担很好地交给了主，告诉他这一切——然后当他们的祷告的地方起身站起来的时候，他们又把他们的担子重新拾起来！

这可以帮助你想像一下，你们的重担尤如一个 100 磅的面粉袋。人们把它放在自己的背上，从祷告的地方一路背回家。不！把它放在那儿！就放在那里！“你们要将一切的挂虑……一次性地卸给他，就此终了。”那段经文如此说。所以我拒绝、抵制担忧。（当然了，当你不担忧的时候，你就成了一个怪物。）

曾经有一次我在口袋里摸索着钥匙，准备打开住宅的房门，同时怀里抱着我的儿子肯。我的妻子抱着帕茜，她当时还只是个婴孩。（肯更大点儿，更重点儿。）

奥丽莎说道：“如果两个孩子和我突然就在这门廊里倒地死掉，我想你也不会忧虑的。”

我回答说：“是这样的，我要在那时忧虑就成了傻子了，难道不是吗？那会非常愚蠢的。”（主清楚明白

地说：“你们哪一个能用忧虑使寿数多加一刻呢？”  
马太福音 6：27。）我会非常关切地，但我不会为此忧虑。

奥丽莎最后终于学会了不去忧虑。一次我听见她跟另一个牧师的妻子说：“啊，我终于懂得它是很有功效的。我不去忧虑了。”其实，恰恰在那时我们的生活中，我俩谈论着麻烦和需要，它们堆积得都没过我们的膝盖了！但她一直没有担忧，因为她已经学会了把那些忧虑卸给主。

我们可以做到这样——我们能够把我们的忧虑卸给他——因为他说过要那样做。他不会不公义，他不会告诉你或我去做一些我们做不了的事，那样是不公义的。

## 第四章

# 对付焦虑

很容易地就会发现，为什么有的人的祷告不总是带来功效。他们要你为他们祷告信心的祷告和在祷告中得胜——但他们也要抓住他们的忧虑不放。

你留意过腓立比书第 4 章吗？让我们再来看看它，在这里有指示和教导。为什么不在祷告上领受神的教导呢？难道你不相信神知道你和他自己谈论的是什么呢？

腓 4: 6: 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。

那是出自《国王钦定本圣经》，今天我们不谈论那种翻译。今天我们要说的是：“在任何事上都不要焦虑，”或是“凡事都不可焦躁不安和焦虑。”

请留意这是对祷告的教导指示。主说要做的第一件事情是什么？对付掉你的焦虑；对付掉你的担忧。这就是首先要做的事，并且那也是主给我除掉的第一件事。那个时候我对圣经的掌握还没有那么多，但神的灵却引领我与他的话语一致。

所以，首先做这件事，然后再祷告。

要实行这段经文中的第二部分是很容易的（“只要凡事借着祷告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神。”）但如果没有第一部分这第二部分便不会有功效（“应当一无挂虑”这是第一步。）

你明白了吗？主要我们做的第一件事是：“凡事都不可焦躁不安和焦虑。”首先你要完成这第一步工作。

当你把神的话语带给人们的时候，一些人会出来指控你心肠坚硬。但是，想帮助人并不是心硬的表现呀。

有一次我在得克萨斯南部举行一个聚会，一位信仰全备福音的牧师通过另一个牧师联系我，问我是否可以和他面谈一次。我知道他，他正陷在许多麻烦困境中，所以我说：“告诉他开我这里，我想和他谈一谈。”

于是他来到那个城镇，告诉我他的许多问题。其中一件就是，他被人控告了，单请律师就会花掉很多很多钱。困难象山似地对堆在他面前。他是如此地紧张担忧，以致他几天吃不下东西。因为他担忧，急躁的满是焦虑，他的胃猛跳不止。他的胃甚至连一点水都承受不了，在晚上他也不能入睡。所有冲他来的一切他都必须面对，他充满了焦虑。他想让我给他祷告，使他能有祷告的信心来清除掉所有的问题。

我意识到，在我能让我的祷告发生功效之前，我必须对付掉他的焦虑。我也给他同样的经文，和给你们的一样，鼓励他卸掉所有的挂念，焦急，担忧和牵挂，交给神，然后再带着他的问题到主面前祷告。

他说：“主为什么不倾听我的祷告？我祷告，祷告，还是祷告。我做了我所知道的每一件事，但我仍不能得到解脱。”他充满着焦虑和惧怕，那又是为什么。

我开始告诉他圣经所说的是什么。接着这位重生了的，被圣灵充满了的，说方言的，信靠圣经的，相信神奇妙医治的，相信神迹奇事的，有着福音全备装备的牧师对我说：“是的，没有一个人有你那么大的信心。”

我回答说：“亲爱的弟兄，这不是信心的问题。你得到的圣经和我所得到的一样。我不是在向你讲述一些我没有行过的事。我不想夸大你的问题，但让我来告诉你我曾经所面对过的一些问题吧……”然后我告诉他——它们比他所正面对的问题糟糕多了。

他开始变得温和了。他问道：“你做了什么？”（他看到了我的问题比他原来所想像的还严重十倍。）

我回答说：“我从来没有错过一顿饭，我从来没有错过一眨眼皮的瞌睡。我告诉你我做了什么吧……”在当时《释读本圣经》已出版了，所以我从中把这些经节读给了他听。

我告诉他：“我从我的床上下下来，把这些经节向主读出来。我对他说：“看啊主，你在这里告诉我说：“凡事都不可焦躁不安和焦虑”，我也不会那样去行，我打算做你所教导我做的。你说过，“只要凡事借着祷

告、祈求和感谢，将你们所要的告诉神，”所以我把这个问题呈到你面前来了，并把它交付给你。现在我要感谢你给我的答案然后去睡觉。现在你已接管它，你在我睡觉的时候做你的工吧。”

“你是不是说那样做很容易就给你带来果效了？”这位宣教士问到。

“不是的，”我说，“我没有说那样做是容易的。刚开始的时候我会在午夜醒过来，那个问题又来袭击我了。我会开始想它，然后我便不能入睡了。所以我从床上下来，双膝跪下，打开我的圣经，把它读给主我自己听。”

“我会说，‘主啊，现在的问题是，我不准备又重新拾起它，但魔鬼正企图把它带回给我。他把那个麻烦的图像带到我眼前，但这是你的问题了。你继续为此做工吧，我现在要准备回去睡觉了。’”

我对那个传道人说：“在前一两天里我有过一些痛苦争战，但我已经把它交到神的手中了，我安息了，然后他解决了所有的问题。”

接着这个传道人问道——（你应该知道他是明白圣经的功绩的，因为他是个相信全备福音的人）——“那会对我有用吗？”

我回答说：“那当然对你有用了。”

“那好吧，”他说道，“我会做的，我自己会去行出来的。”

后来我见到他时，他承认道：“噢，我经过了一个激烈的争战。我不能入睡，但我从床上下来了三次，读你给我的那些经文——我知道他们就在圣经里，但我从来就没有在我的生活中把它们行出来——然后我说道：“主啊，这是属于你的，我要把它交托给你。”最后，我终于入睡了。

“第二天晚上，”他接着说，“做起来更容易一点了。到了第三天晚上仿佛一阵微风掠过，再过了这天晚上以后我可以吃东西了，可以睡觉了，并且我的胃也不再猛烈跳动了。接着 10 天之后，他们就诉讼案件找到我说：‘案子被撤消了，事情也得到了解决，每件事都很顺利。’我想，亲爱的主啊！那件诉讼案几乎将

我至死，但是就在我把它交托给你的时候，你只用几天便解决了。哈利路亚！”

大声地对主说：“他是我们的重担背负者。”

现在再将他个人化：“他是我的重担背负者，他知晓我的一切，他背负我的重担，我将重负交付给他。哈利路亚！”

几年以前，我们在图沙市刚开始建立瑞玛圣经训练中心，有四座大楼正在施工中。这使大量的现金流失，我们陷入了经济困境中。碰到这样的事情，是更有理由不得不担心了。也许有人会那样，但是我拒绝那样。

一位牧师朋友和他的妻子来这里参观。我们驱车带着他们绕了整个区域一圈，指给他们看我们正在修建的是什么，我记得他对我说：“噢，弟兄！噢，弟兄！我知道你一定正背负着沉重的负担！”

“不，”我说，“我根本就没有任何重荷。我不挂虑，不担心，不焦急，没有负荷，也没有重担，哈利路亚！”

我没有告诉他当时我们正处在举步维艰的困境中；后来也一点没有向他提起过。为什么？因为我已经将它交托给主了。主照料这一切，他会在此做工的。

相反地，我告诉这位牧师：“关于这件事我实实在在地告诉你，就算它倒闭了，泡汤了，我也不会受到一点干扰。一开始我就不想做它，我不想建什么学校。我正沉浸在外出环游宣教的事工中，非常欢喜投入，从一个奋兴运动到另一个奋兴运动，从一次集会到另一次集会。我正在事工的巅峰，然后主来了，打破了我的正常生活。我从来就没想过建立任何训练中心，我一个也不想，但主却说：‘去做。’”

“告诉你我是怎么对主说的吧。我非常坦白率直地跟他说话，我没有用‘宗教’的词藻跟他谈话。不管怎么说，我认为他了解我们。我就是很坦白地告诉他，因为他是我的父亲。”

“我对他说，‘主啊，不管怎么我不想建这所学校，它不是我的计划也不是我的想法。我不想做，而且我还是不想做，但你说要去做它。我们做的是你所要我们做的事，我就准备把它交托给你吧。’”

它不要想搅扰我，给我添麻烦——我将一点儿也不会难为情——如果我们将它关闭了。它不要想使我尴尬，我是不会尴尬的。我把它交托给你，如果它不成功，你知道我会做什么吗？我将走遍全美国去谈论你，我会告诉他们是你不够本事开这学校的。

“‘就这么定了吧。你掌管它，我仍然不会错过一顿饭，不会错过一眨眼的瞌睡的。’”

接着我告诉这位牧师：“我每晚睡得很香，每天也吃得很好，与此同时他在那个工程上做工。这样那样地他成功地把它建立起来了！你能够看到那就是！”

## 第五章

# 将你的问题从手中松掉

不可避免的，你将陷入生活的诸多困境中，你不可能在布满鲜花的温床上轻松地度过你的一生，生活危机会临到我们每一个人。其区别就在我们是否明白神的话语；我们是否知道神的灵；我们是否懂得正确祷告。

你们中的有些人正抓在担忧和焦虑上，你们仍然在烦躁不安。事实上，你们所做的已远超过了烦躁不安，你们正把自己焖在锅中象菜一样的“炖”，而其他可能已把自己用焦虑、担忧和牵挂煮熟了。

神要你们做的是交托给他。不，我没有说那是容易的，尤其是如果你们已长时间地处在忧虑的习惯中。你要

---

以信心的习惯取而代之，只需要把担忧的习惯放到神的手中。

说：“主啊，我正把它放到你的手中，我打算把这一切都交托给你。我拒绝再去焦躁不安，我拒绝再去担忧挂虑，我拒绝再被忧心忡忡所充满，我决绝再为这件事去过度地忧伤。你说过要把一切都卸给你，因为你爱我；你深情地爱护着我，关切地顾念着我，为此我献上感恩。”

“它在你的手中了，主。从这一刻起它就在你的手中了。靠着你我安息了。谢谢你，主。”

是的，在你晚上上床睡觉之后魔鬼会把这忧虑的图像又带回你的头脑中。你该怎么办呢？开始大声嘲笑他！说：“是的，魔鬼，你把那画面又带回来了，但我不会为此担忧的。我交托给主了，所以我在睡觉时，他正在这件事上动工。哈哈。”说完就睡觉去。你们务要把所听到的道实行出来，不要听过就算，那就成了自己欺骗自己。（雅各书 1：22）

有那么些人，接受了医治的大能，但仍然没有得到一一原因就是他们仍然攫住疾病，痛苦和身体所处的症状

不放。放掉它！从手中放掉它！放弃对他的紧紧攫住，让它走，然后只要靠在耶稣身上。紧紧倒在他的身上，在那里大声地说：“耶稣这里。”（原文为这样，不知道是否需要加一个“在”）

我们的经文这样说：“他深情地爱护着你。”你看，他爱你。是的，他真正地爱你，他非常地爱你。就是你。他爱你，他爱你。“他深情地爱护你，关切地顾念你。”

他在观望，他在呵护，他将看到你。只要放松，然后倒在他的臂膀中。荣耀归给神，他将接住你。

在他的里面，放松，安息；你将发现你的重担、不适都消失了。

# 预 言

你们看啊，神的道即神的话语，不只为一个人做工带来果效。

它被记录下来也不只为了一个人的益处；神的话语属于所有的人。

把它的话语视为适合你的特别信息，以一颗良善、仁爱、给予的心接受下来；

来自你的父亲，

用到你自己身上。

用孩子般的单纯将它行出来。

你必将看到每一次它都生发出果效。

## 真实的经历，意义深远的书

基督徒难免会陷在现代社会的忙碌中，他们繁忙地做着属世或教会的工作。家庭生活、日常生活的任务即生活中的挂虑有时几乎重得难以忍受。

甘坚信牧师以他经典的，充满爱的布道《一切忧虑卸给神》回答了您的有关问题，这本书已出版了。

本书中甜美的大有恩膏的信息好像圣经中“基列的香膏”一样沁人心脾，抚平你心中的忧虑，增添在天路上的前行的力量。

《一切忧虑卸给神》远超过一本书所能表达的意义；它是真实的经历——长期以来祝福了无数的读者的经历。他们写信讲述他们读了此书后生命的改变，身体得医治，生活重担被带走了。因为他们都听从了甘牧师充满幽默的，从生活中来的建议。（朋友，如果你认识一些“忧虑世界冠军”，请介绍给他们，本书正是为他们而写的。）