

從休息到安息

從創世記看現代職場的偶像崇拜

- 經文：創世記 2：1-3
- 講員：席文峰 傳道





從今以後，在主裏死去的人有福了。」
聖靈說：「是的，他們要從自己的勞苦
中得**安息**，因為工作的成果永隨著他
們。」（啓14:13）

瘋狂獻祭的心血，換來急診室地板上的劇痛與嘔吐

錯誤的信念

以為在職場拼盡全力、比非信徒更努力，就是「為主作見證」。

失控的代價

將工作奉為偶像，擠壓靈修與聚會，最終導致嚴重的腎結石與微創手術。

工作永遠不會愛你

資本社會只需要你的產值；一旦跟不上節奏，
作廢品無情拋棄。它只會壓榨你，永遠給不了你安息。

KPI Chart



真正的安息， 不是耗盡體力後的癱軟

你是在「休息」，還是只在「停工」？

七天的原文句子，中英直譯文共列：

1:5	יום אחד	一天	day one
1:8	יום שני	二天	a second day
1:13	יום שלישי	三天	a third day
1:19	יום רביעי	四天	a fourth day
1:23	יום חמישי	五天	a fifth day
1:31	יום הששי	第六天	the sixth day
2:2	ביום השביעי	第七天	the seventh day

创2:1-3

- 1天和地，以及萬象都完成了。2到第七日，上帝已經完成了造物之工，就在第七日安息了，歇了他所做一切的工。3上帝賜福給第七日，將它分別為聖，因為在這日，上帝安息了，歇了他所做一切創造的工。



真正的安息，建立在神 「已經完成」的工作上

創造地極的主，不疲乏也不困倦（賽40:28）。

神在第七日安息，不是因為累了，而是如同畫家完成曠世鉅作後，退後一步，充滿喜悅與滿足地欣賞祂的創造。

安息，完全是神的工作成就的。



休息與安息的本質區別

休息 (נוח)

- 關乎身體
- 為了恢復體力
- 人的本能

安息 (שבת)

- 關乎靈魂
- 慶祝工作的完成
- 神的屬性

- 出20:8 當記念安息日，守為聖日。9 六日要勞碌**做你一切的工**，10 但第七日是向耶和華——你的上帝當守的安息日。這一日你和你的兒女、奴僕、婢女、牲畜，以及你城裏寄居的客旅，**都不可做任何的工**。11 因為六日之內，耶和華造天、地、海和其中的萬物，第七日就**安息**了；所以耶和華賜福與安息日，定為聖日。

安息日是一項刻意的屬靈操練， 為要扭轉我們的生存焦慮



香港人最怕「手停口停」，以為不工作就沒有生存資格。
但神將第七天「分別為聖」歸給耶和華，是為了提醒我們：

**我們每一天，都活在神的工作和安息之中。
你的生存，是由神的工作為你托底！**

- 那時，耶穌說：「……28凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。29我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，向我學習；這樣，你們的心靈就必得安息。30因為我的軛是容易的，我的擔子是輕省的。(太11:28-30)





柔和謙卑， 順服引導

卸下驕傲與自我證明。

只有一顆柔軟願意被引導的心，
才能真正活在耶穌的安息當中。

基督的工成就安息

- 来4:9這樣看來，**另有一安息日的安息為上帝的子民保留著**。10因為那些進入安息的，也是歇了自己的工作，正如上帝歇了他的工作一樣。11所以，**我們務必竭力進入那安息**，免得有人學了**不順從**而跌倒了。



成了



真正的安息，在於看見「成了」

你的價值，早被基督的寶血買贖。靈魂終於可以放心地歇了那企圖自我證明的工。



獻祭

為了維持「席總」的地位與榮耀，
獻祭了時間、健康與靈修，深信
自己是在職場「為主做見證」。



崩潰

突發的腎結石，痛到嘔吐。
在醫院，護士的一句「24床」，
瞬間擊碎了所有職場的驕傲。



醒悟

高速運轉的社會是無情的。
一旦你失去貢獻健康的健康，
就會立刻被拋棄。

「那一刻我才醒悟：工作這個假老闆要的是我的命；而唯有創造我的主，在無條件地愛著我！」



無論教會面對怎麼樣的挑戰
No matter what challenges the church faces,

你正在負誰的轡？



世界的轡 (沉重)

老闆是市場環境

鞭子是 KPI

條件是無休止的產出



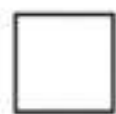
基督的轡 (輕省)

引導者是耶穌

基礎是十架福音

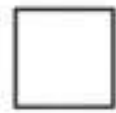
恩典是無條件的愛

檢視內心：靈性診斷清單



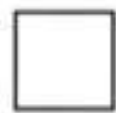
我是在「休息」還是在「安息」？

真正的安息不是體力耗盡後的癱軟滑手機，而是看見神工作成就後產生的滿足感。



我的工作是否已經成為「偶像」？

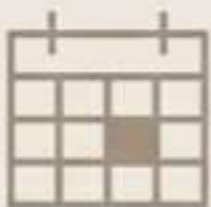
當我覺得沒有自己工作就無法運轉，或為了績效不斷壓榨與神親近的時間時，我正陷於西西弗斯式的徒勞。



我是否正負著「世界的軛」？

我是否常因為跟不上社會的產值節奏而感到焦慮恐懼？我願意放下這份沉重，轉向神嗎？

活出安息門徒的三大實踐



1. 建立「安息」的屬靈操練

刻意分別為聖。每週劃出一天，不只是為了身體休息，更是提醒自己：我的一生是活在神的工作與安息之中。



2. 主動「歸回」並負主的軛

當壓力大到無法呼吸時，刻意按下暫停。從依靠自己的作為，轉向以柔和謙卑的心順服耶穌的引導。



3. 在福音中尋找終極身分

拒絕社會的優勝劣汰價值觀。每天提醒自己：我的價值在於擁有神的形象與基督的救贖，而非社會績效。