

週一嗎哪 午間查經分享祈禱會

2017-12-11
By Jim Mathis

職場和安息日

我們很多人都覺得工作時間不夠用，有些老闆還會希望員工 24 小時待命。自己當老闆的人更是很難離開自己的工作幾天，甚至是幾個小時都很難，因為我們覺得事情太多，工作做不完。但是只有工作沒有休息是要付出代價的。

研究報告顯示，如果不找時間休息，養精蓄銳，生產力會戲劇性地下降。有一個很實用的諺語說：工欲善其事，必先利其器，就算我們的工作不是伐木，但是大原則是一樣的。我得到工作上很多新的點子，都是在放假的時候，或是下班的時候，因為只有在那個時候我才有時間從一些不同領域的事務中，得到新鮮的點子。

這需要離開我們的工作一些時間，也許是放個假。聖經甚至告訴我們放假是有神聖的意義的。

在聖經創世記當中，神在六天內創造了天地，第七天休息。工作六天，休息一天的概念，在神給摩西的十誡裡面也有提到：**「當記念安息日，守為聖日。六日要勞碌做你一切的工，但第七日是向耶和華—你 神當守的安息日。這一日你和你的兒女、僕婢、牲畜，並你城裏寄居的客旅，無論何工都不可做；因為六日之內，耶和華造天、地、海，和其中的萬物，第七日便安息，所以耶和華賜福與安息日，定為聖日。」**(出埃及記 20 章 8-11 節)。

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪

午間查經分享祈禱會

耶穌之後澄清了安息日的誡命，教導我們尊重安息日並不只是遵守命令而已，安息日是為人所設定的。在這一天人可以休息、反省以及休養，在安息日人們可以放慢腳步享受神所創造的世界。又對他們說：「*安息日是為人設立的，人不是為安息日設立的*」。(馬可福音 2 章 27 節)。

幾個世紀以來，原本基督徒所守的安息日，在日曆上從每週的第七天變成每週的第一天，這使我感到困擾，因為我不知道到底是應該在每週的第七天或是第一天休息。一開始我想，大概是日曆標錯了吧！不過，最近我開始覺得安息日是第七天也是第一天，因為我們要尊重安息日是休息的日子。我的太太認為安息日是星期六，在這一天，我們要休息、要恢復精神、要花時間和朋友聚聚、享用一頓放鬆的餐點，或者就是享受活著的感覺。而週日就是榮耀耶穌以及紀念祂復活的日子，這一天就是一週的開始，把一週開始的前幾個小時獻給神，像是獻上初熟的果子一樣。

週六是一週的第七天，也是休息的日子。週日則是每週的第一天，是敬拜神開始一週生活的第一天。對某些人來說，這聽起來也許太激進了，但是對跟隨耶穌的人來說，這是對我們是否相信神和祂的供應的一個考驗。如同詩篇 127 篇 2 節向我們所保證的：「*你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。*」

實際上來說，我自己也是在週日的下午或晚上開始計畫下一週的計畫，或者為週一做準備。對我來說，週六已經休息過了，所以我把週日的頭幾個小時獻上給神，這

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪 午間查經分享祈禱會

是再自然不過的事了。然後，就開始一週的工作，直到週六。真正的安息日是用來休息，讓身心靈三方面都預備好，再開始新的一週。

吉姆·馬提斯在堪薩斯州陸路公園市經營一家照相館。他的專長是商業和影劇界人像。他也經營一所攝影學校。他曾是一家咖啡店的經理，也曾是 CBMC 在堪薩斯州堪薩斯市和密蘇里州堪薩斯市的執行主任。

分享討論

第一、工作再忙，你通常都能得到充分的休息嗎？你會如何避免工作塞滿一週七天，無時無刻都在工作？

第二、你覺得要如何在自己的工作生活中，實行文章中提到真正的安息日作息？

第三、你同意神要我們守安息日，並不是要我們遵守一個困難的規定，而是要保證我們能得到必要的休息嗎？請分享你的答案。

第四、如果你是必須在週六和週日工作的人，例如醫生、警察或是餐廳的員工等等，你要如何確保自己也有安息日？

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪

午間查經分享祈禱會

如想要閱讀更多關於這個主題的經文，請參考以下內容。

出埃及記 23 章 10-12 節

- 10 「六年你要耕種田地，收藏土產，
 11 只是第七年要叫地歇息，不耕不種，使你民中的窮人有吃的；他們所剩下的，野獸可以吃。你的葡萄園和橄欖園也要照樣辦理。
 12 「六日你要做工，第七日要安息，使牛、驢可以歇息，並使你婢女的兒子和寄居的都可以舒暢。

出埃及記 31 章 14-16 節

- 14 所以你們要守安息日，以為聖日。凡干犯這日的，必要把他治死；凡在這日做工的，必從民中剪除。
 15 六日要做工，但第七日是安息聖日，是向耶和華守為聖的。凡在安息日做工的，必要把他治死。』
 16 故此，以色列人要世代代守安息日為永遠的約。

箴言 3 章 24 節

- 24 你躺下，必不懼怕；你躺臥，睡得香甜。

傳道書 2 章 23 節

- 23 因為他日日憂慮，他的勞苦成為愁煩，連夜間心也不安。這也是虛空。

傳道書 5 章 12 節

- 12 勞碌的人不拘吃多吃少，睡得香甜；富足人的豐滿卻不容他睡覺。

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪

午間查經分享祈禱會

希伯來書 4 章 4-11 節

- 4 論到第七日，有一處說，「到第七日神就歇了他一切的工。」
- 5 又有一處說：「他們斷不可進入我的安息！」
- 6 既有必進安息的人，那先前聽見福音的，因為不信從，不得進去。
- 7 所以過了多年，就在大衛的書上，又限定一日，如以上所引的說：「你們今日若聽他的話，就不可硬著心。」
- 8 若是約書亞已叫他們享了安息，後來神就不再提別的日子了。
- 9 這樣看來，必另有一安息日的安息為神的子民存留。
- 10 因為那進入安息的，乃是歇了自己的工，正如神歇了他的工一樣。
- 11 所以，我們務必竭力進入那安息，免得有人學那不信從的樣子跌倒了。

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>
