

## 週一嗎哪 午間查經分享祈禱會

2018-04-23  
By Jim Mathis

### 職場和安息日

很多人都掙扎於沒有足夠的時間將事情完成。老闆總是希望我們 24 小時待命。自營者想要有幾天，甚至是幾個小時喘息的時間都很困難。研究表示，如果我們不休息養精蓄銳，我們的生產力就會戲劇性地下滑。

在聖經創世記的故事裡，神在六天中創造了世界，在第七天祂休息。一週的第七天是安息日的概念甚至被納入十誡。耶穌也教導我們，遵守安息日的誡命不僅僅是在遵守規定，安息日是一個為人所創，能夠休息、反省和恢復的日子，也是一個能夠慢下腳步，享受神所創造美好世界的日子。

耶穌被釘十字架之後，祂在第三天復活。也因此第一代的基督徒開始慶祝復活節。幾個世紀以來，一週的第七天是安息日已經變成安息日是每一週的第一天。對我來說，其實是很令人困惑的。我們到底應該在星期六或是星期日休息？是不是月曆其實是標錯了？

不過最近我開始明白其實安息日是一週的第一天，也是最後一天。我們要尊重安息日。我的太太稱安息日為「真正的星期六」，是一個休息、反省、恢復、花時間和朋友相處、吃飯或是單單只是享受生活的時間。星期日則是榮耀耶穌基督以及紀念祂復活的日子，是把時間奉獻給神，如同奉獻初熟果子，以及開始新的一週的日子。

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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

---

星期六，是一週的第七天，也是休息的日子。星期日，是一週的第一天，也是崇拜神，重新得力的一天。利用假期去宣教，或是在他們的教會服事做義工的人，其實都知道星期日往往是最有壓力的日子，並不是休息的日子。雖然沒有工作上的責任，但是要把全家打理好準時上教堂，也是一件很不容易的事。

因為有這樣的概念，所以我自己經常在星期日的下午就開始著手下週的計畫，把我的行程表有次序地排好。這對我來說很合理，因為我知道星期六我已經休息過了，而星期日是每一週開始的第一天，也是把初熟果子獻給神的時候。從星期日開始就要開始工作到下個星期六(真正的安息日)，所以在星期日我要在心態上、身體上以及精神方面都做好準備。

我和我的太太這麼做，不代表每個人都要跟我們一樣。我們花時間好好地休息，也把星期日訂為正式崇拜的日子。如同耶穌所說的：*「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)

我們需要休息，讓我們能在身體、心裡上、情緒上和靈性上重新得力。關於這一點，我們的神，也是我們的好牧人在詩篇二十三篇告訴我們：*「耶和華是我的牧者，我必不致缺乏。他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。他使我的靈魂甦醒...。」*神要我們好好地休息，有熱情，預備好去做祂要我們做的事情或是迎向未來的挑戰。

*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。*

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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

### 分享討論

- 一、 當你聽到「安息日」，想到的第一件事是甚麼呢？
- 二、 把安息日看成是一個榮耀神的日子這個傳統，被很多人淡忘或是放棄了。你把安息日看成是休息的日嗎？如果是，你怎麼過安息日的？如果沒有，可以分享你的理由嗎？
- 三、 有些人認為十誡第四條說：遵守安息日(記得它，並且把它當成一個神聖的日子)，在二十一世紀的今天已經不適用了。對此，你有甚麼看法？
- 四、 人若是不休息，會有甚麼後果？你覺得訂一天為真正休息的日子(也許是週六)，隔天再崇拜，開始新的一週的工作，是個好主意嗎？

如想要閱讀更多關於這個主題的經文，請參考以下內容。

詩篇 37:7 你當默然倚靠耶和華，耐性等候他；不要因那道路通達的和那惡謀成就的心懷不平。

詩篇 37:25 我從前年幼，現在年老，卻未見過義人被棄，也未見過他的後裔討飯。

詩篇 37: 34 你當等候耶和華，遵守他的道，他就抬舉你，使你承受地土；惡人被剪除的時候，你必看見。

詩篇 46:10 你們要休息，要知道我是 神！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。

詩篇 116:7 我的心哪！你要仍歸安樂，因為耶和華用厚恩待你。

---

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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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

---

詩篇 127:2 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。

箴言 10:29 耶和華的道是正直人的保障，卻成了作孽人的敗壞。

箴言 14:26 敬畏耶和華的，大有倚靠；他的兒女也有避難所。

以西結書 34:15 主耶和華說：我必親自作我羊的牧人，使牠們得以躺臥。

希伯來書 4:8-11

4:8 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。

4:9 這樣看來，必另有一安息日的安息為 神的子民存留。

4:10 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。

4:11 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](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://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>

---