

1.25

THURSDAY

出埃及記

23:10-19

「六年中，你要耕種田地，收聚產物。但在第七年，你要讓土地歇息，不可收割土地所出產的。讓窮人吃那些產物，把剩下的給野獸吃。你的葡萄園和橄欖園也得照樣辦理。「要工作六天。第七天不可工作，讓你的奴隸和替你做工的外僑，甚至你的牲畜，都能夠休息。」（出23:10-12）

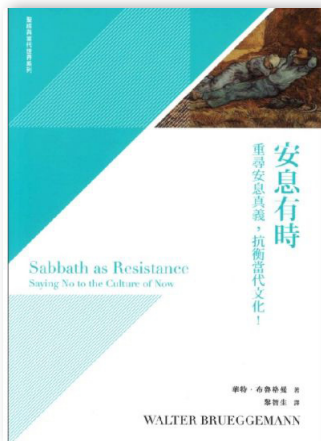
休息

你知道上主很看重「休息」嗎？在繁碌的生活裡，休息好像會被視為怠惰、浪費時間，但其實在上主的法則裡，休息不僅是必要的，而且是被「規定」的。出埃及記中，上主也向以色列人民頒布休息的法律。而休息的概念更來自上主的創世工作：上主花了6天進行創造，第7天就休息。

上主看重休息，因為祂滿有憐憫，祂不要人們只顧勞碌，因為生命與土地都需要休息，一味經營和榨取只會換來枯竭。祂也不要人只顧著累積自身財富，而不顧他人死活，因此強調休息時，要把資源留給窮人，剩下來的給動物。

很多人都會覺得資源積攢越多越好，甚至怕自己擁有的都比別人少，這樣一來，焦慮、嫉妒、過勞、過度開發，各種問題都來了。因此，上主規定的休息，更深遠的意義是要人不被恐懼和慾望挾制。懂得知足，懂得照顧別人和照顧自己，懂得生態與環境的永續，這樣才是真正蒙福。我們都需要好好休息的信心！

《安息有時：重尋安息真義，抗衡當代文化》



作者：華特·布魯格曼 (Walter Brueggemann)

出版社：基督教文藝出版社

簡介：安息日只是一連串禁令，還是能夠顛覆主流價值觀、為人帶來釋放的神聖時刻？在今天，當我們面對壓迫和焦慮，周遭的文化不斷要求我們擁有更多、成就更多，安息日的操練和實踐能夠幫助我們重整生命，為我們提供有別主流文化的另類選擇，使我們專注當下的生命，與他人建立互相守望的鄰舍關係，共同步向上帝懷中無盡的平安之境。（簡介全文請掃描QRCode）



賜人安息的主，求祢使我不僅勤奮，也要懂得休息，擁有健康平衡的身心。奉主耶穌基督的名祈禱，阿們。