

# 不要忧愁，当相信

黄甘霖牧师

复活后第四主日

约翰福音 14:1-6



# 约翰福音 14.1-14

1 你们心里不要忧愁；你们信上帝，也当信我。

2 在我父的家里有许多住处；

若是没有，我就早已告诉你们了。

我去原是为你们预备地方去。

3 我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到

我那里去，我在哪里，叫你们也在哪里。

# 今天的局势令人担忧

美国总统川普的高关税政策（影响世界经济问题）

俄罗斯与乌克兰的战争（影响世界粮食问题）

美国以色列对伊朗的战争（影响世界石油问题）

马六甲海峡的张力（影响世界的运输问题）

全球非法移民的问题（影响世界的局势）

AI 的爆发和发展（影响世界向未知的发展）

**AI換臉氾濫  
大叔可變「美女」**



**AI詐騙 | 深偽換臉冒認親友  
視像通話騙過百萬**



# 活在今天的时代里

我们面对着许多的挑战

我们真的不能完全 **100** 相信医生

其实好医生都会与病人沟通方案

AI 带来许多的帮助，也增加许多诈骗案

我们不能无知地活在这个时代中

以前不懂问 Google 现在就要问 AI 了



将洋漏的宴大场

吼!

我乃燕人张飞，  
天不怕，地不怕，  
只怕无仗可打!



张将军既然天不  
怕地不怕，那‘病’  
字你可怕否?



惊!



# 令人忧虑的是身体健康

闻癌色变、杀人无形的忧郁症、百日咳  
新冠病毒、心脏病问题、血管硬化阻塞问题  
皮肤病问题、老人痴呆症、最大杀手肺炎  
生蛇问题、脊椎骨软骨移位、风湿性关节炎  
青光眼、耳朵失聪、肝硬化、洗肾的问题

# 你们忧愁吗？不不不



这是我写的一首简单的歌词  
由 AI 编曲和演唱  
把今天的经文信息表达出来

忧愁 No No No

# 一，人生有许多愁烦的事

大家有没有发现，忧愁的事通常都是还没发生或者是不知不知道几时发生，因此有时是空担忧了

圣经常教导我们不要忧愁，耶稣赐给我们平安

犹太人的“平安”希伯来语为 Shalom (שלום)

这不只是一句问候语，而是附着着整个犹太文化和圣经中非常重要的神学！

# Shalom



不只是平平安安的祝福和问候！  
不只是和平共处无战事的憧憬！  
更是一种包括身体健康、内心满足、  
关系和谐及天人合一的“完好无缺”状态。  
当这问候出现的时候：象征着由上帝赐予、  
追求人与人及与神之间合一的福分。

# 有人问：以色列为何如此好战？

其实，以色列是一个多民族国家，其人口结构主要由犹太人和阿拉伯人组成；他们都是公民而犹太群体内部中也非常多元（来自各地）

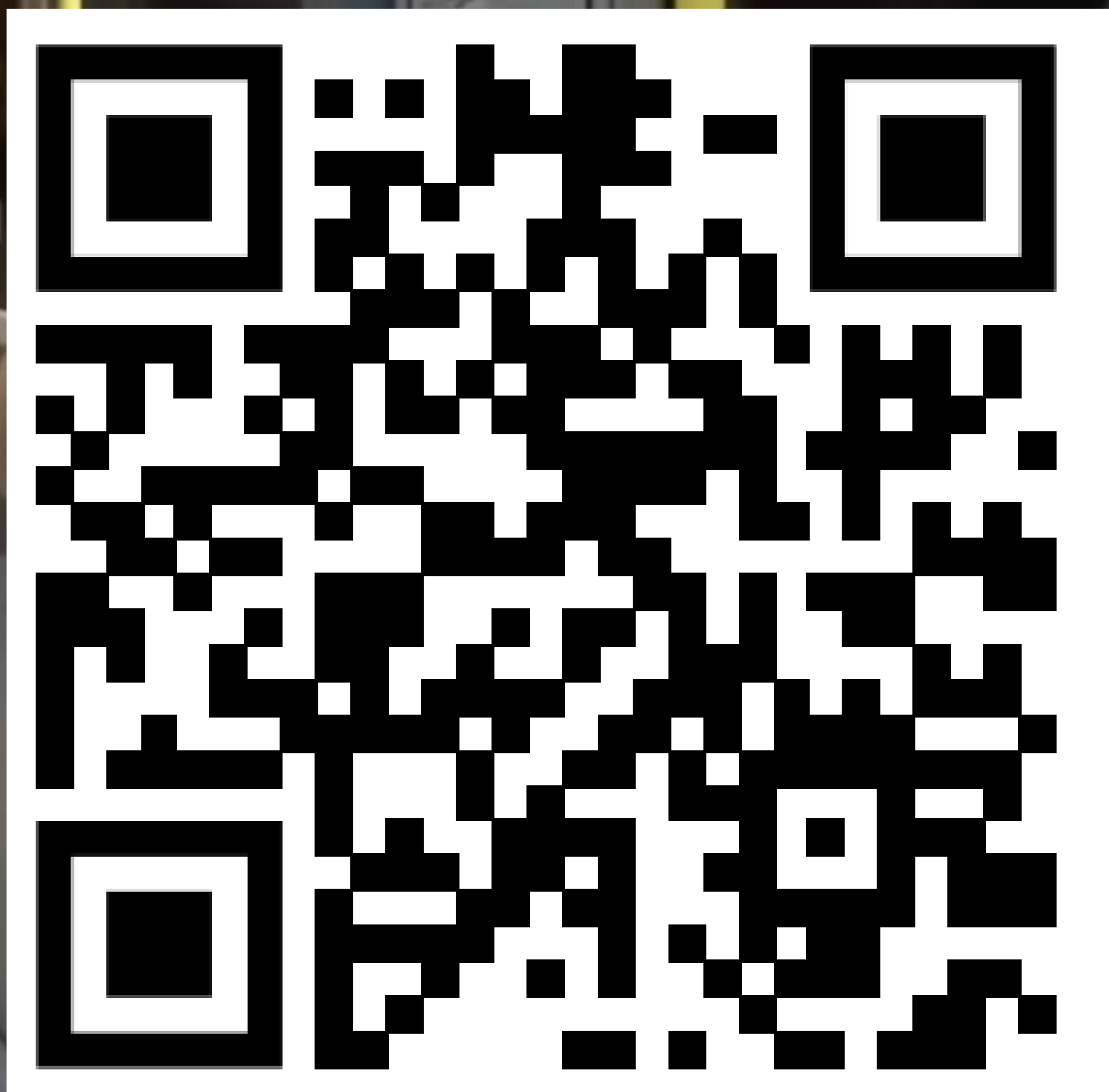
阿拉伯人占人口的20%或更多

信仰也非常多元化（不同的犹太教教派、基督教教派、伊斯兰教教派和其他宗教教派）



# 在战火中的以色列国

## 警鈴響了！



# 当时的处境：门徒们很忧愁

于是耶稣对他们说：不要忧愁！

因为主耶稣基督说：已经预备一切了！

耶稣说：我在哪里，叫你们也在哪里。

其实，这才是基督徒的天堂！

我们不要把天堂看作是物质世界的东西



富有的  
家庭不和

这是什么  
吵死人了！

这是什么态度！



贫穷的家庭  
贫穷的喜悦

哈哈！  
真好玩！

谢谢  
爸爸妈妈！

哈哈！  
真好玩！

哈哈！  
真好玩！

わはは！  
ははは！

# 潘秀琼：家家有本难念的经

人人想过好光阴，家家有本难念的经，  
有几对好夫妻呀，有几个好家庭。

人人想过好光阴，家家有本难念的经，  
有的是没金钱呀，有的是没感情。

无钱有感情，穷有穷开心，  
有钱没感情呀，富有富伤心。



# 圣经：希伯来书

希伯来书 11:16

其实他们所羡慕的是一个更美的，就是在天上的家乡。所以，上帝并不因他们称祂为上帝而觉得羞耻，因为祂已经为他们预备了一座城。

这段圣经表答许多敬虔的先人

虽然在世上各有不同的生活和家庭

# 我们都是凡人

人每天都很累，所以叫人类。  
为什么叫凡人，做人就是烦。  
烦人，整天烦别人也烦自己。  
每天我们都有着不同心烦的事，  
活着，就是解决一个又一个心烦的事。  
世界越是进步，并没有让心烦的事少一些。



## 二，我们当对抗忧愁

人生的忧愁源于追求物质的局限、人的离散、生离死别、求而不得；以及得偿所愿后的空虚。

忧愁常导致精神减耗与疾病，  
是人生普遍的心理负荷。

这样我们怎样解除这些问题呢？

其实这些都是内在心理的问题，而不是外在的问题！

因此，我们就看到每个人对问题的反应都会不一样

# 解决忧愁的方法

我们应当认清真正的问题所在  
当我们搞不清楚真实状况，  
很多时候就有无知的忧愁  
认清后我们要考虑到怎样去面对  
不要让忧愁的情绪来控制我们  
忧愁使我们的志气消沉，  
导致我们忧郁灰心和失望



# 忧愁，情绪的一种

那么就让我们去战胜它！

第一步：学习微笑！因为，一笑泯恩仇

第二步：学会感恩的心和感恩的祷告

第三步：学习活在当下，现在我想要做什么？

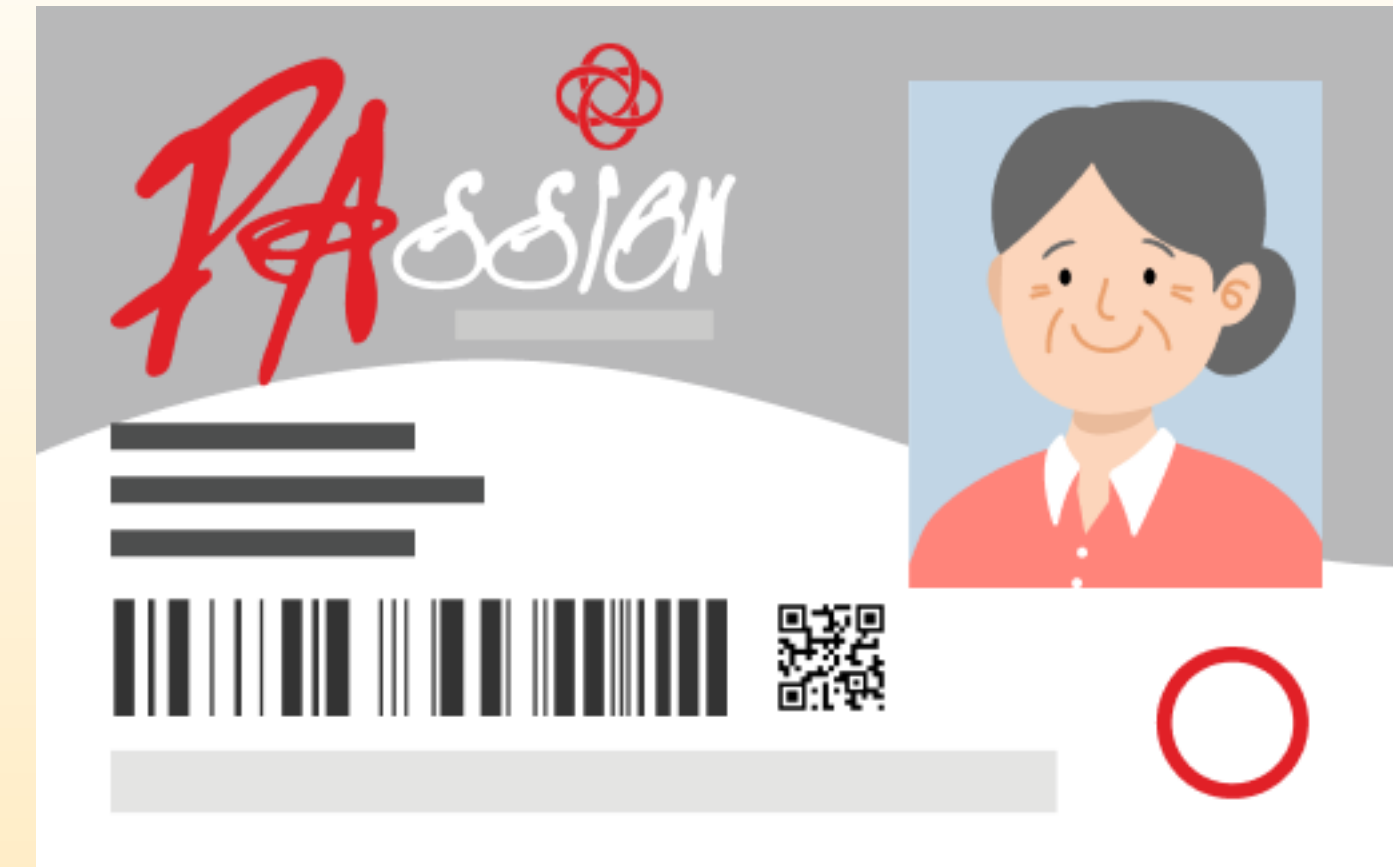
然后，带着愉快的心情，去做想要做的事！

# 重申自己的立场

1. 我是上帝所爱的儿女，祂必与我同在！
2. 我看到上帝把最好的放在我的生命里
3. 我活着就是见证上帝的看顾和保守
4. 我感恩今天是如此的美好，一切都会更好
5. 在主的恩典当，我的身体越来越健康
6. 在主的带领里，我将充满喜乐的活力
7. 今天我将看到许多美好的事会发生

# 三，不再忧愁

活在今天这个先进的社会中  
我们可能会很彷徨，太多东西学不完  
在我们不晓得不懂的时候，实在令我们忧愁  
那我们这样解除这样的忧愁呢？  
我们不能够阻止这个世界的改变和进步  
但我们可以改变我们的心态和情绪



我们需要一些安全感

身为新加坡人，我们可享受国泰民安  
政府居安思危，未雨绸缪并且取得先机  
有保护国家的军队、完善的医疗系统、  
先进的教育系统、培养先进的科技人才、  
CPF 退休金、医疗保险；政府的津贴



神却给我们永远的家



# 雨后的天空

雨后的天空，好像我的心，  
心中的眼睛，看得好清晰，  
是谁对我，不离不弃，风雨中，与我同行。  
大风吹过了，我信心更坚定，  
紧紧抓住祢，每一个应许，  
耶稣的爱，胜过狂风暴雨，使我心灵得安宁。



# 雨后的天空



风雨中有耶稣，领我向前行，  
不怕风雨，湿透衣襟。

潇潇洒洒，跌倒了再爬起，有平安在我心里。

风雨中有耶稣，领我向前行，  
主的恩典温暖我心。

跟随主的脚步，越走越光明，雨后的天空最美丽。