

“DO NOT BE ANXIOUS ABOUT DAILY NEEDS”¹

November 21, 2010 | By Derick Parfan | Scripture: Matthew 6:25-34

WE ALL STRUGGLE WITH ANXIETY

Ang kabalisahan o *anxiety* ay problema ng lahat ng tao, kahit mga Cristiano na. Sa aming mga pastor, karaniwang nagkakaroon kami ng Saturday night anxiety attack. Mahalaga sa aking paghandaan ang sermon linggo-linggo dahil alam kong kailangan ito. Tama lang na may concern ako sa preparation nito. Hindi naman tamang pabayaang ko ay sabihing, “Bahala na. Ayos na siguro ‘to.” *Neglect* ang tawag doon. Sa kabilang banda, puwede namang sobrang concern ko ay hindi na nagiging tama at nagiging kabalisahan na, “Naku, parang hindi pa ata ako handa, paano na iyan bukas. Maganda kaya maging resulta o baka hindi. Hala.” Kahit nakapagtanda ako nang maayos, nag-aalala pa rin ako sa magiging resulta. Sa karaniwan nating gawain sa araw-araw, at sa pangangailangan din natin araw-araw, nababalisa tayo. Nababalisa ka kapag mahina ang takbo ng negosyo at mabagal ang dating ng pera. Nababalisa ka kapag ang tagal ng reply sa application mo sa trabaho. Nababalisa ka kapag teenager na ang anak mo at mas mahaba na ang oras sa kabarkada. Nababalisa ka kapag kulang pa ang pambayad mo sa bill sa Meralco.

Problema ito ng lahat sa atin. Ayaw natin nang nababalisa tayo. Sino ba naman sa atin ang nag-eejoy at ipagmamalaki pang sasabihin, “Alam mo sister, ang saya-saya ko ngayon, balisang-balisa ako at sobrang nag-aalala. Inggit ka ‘no?” This is a problem. At concern ang ating Panginoon Jesus sa problema nating ito. Gusto niyang hindi tayo nababalisa. Kaya nga paulit-ulit niyang binanggit ang tungkol sa kabalisahan (anim na beses) sa Matthew 6:25-34. “Huwag kayong mabalisa sa inyong buhay...kahit sa inyong katawan” (v. 25). “Huwag kayong mabalisa” (v. 31). “Huwag ninyong ikabalisa ang para sa araw ng bukas” (v. 34 MBB). Ipinagbabawal ni Jesus hindi ang concern natin sa pangangailangan sa araw-araw. Tama lang na alalahanin ng tatay ang kakainin ng kanyang mga anak. Ang ipinagbabawal dito ay ang sobrang pag-aalala na nakakalimutan na ang ibang mga reyalidad sa buhay na para bang ang ipinag-aalala ang siya nang pinakamahalaga sa buhay.

¹ This is the 17th sermon in the series *Following Jesus the Lord of All*. This series is a study on the commands of Christ in the gospels. Primary reference for this series is John Piper’s book *What Jesus Demands from the World* (Wheaton, IL: Crossway, 2006). This is Demand #14 (“Do Not Be Anxious About the Necessities of Daily Life”) in that book, pages 113-119.

ANXIETY IS SIN

Humaharap tayo sa ganitong problema araw-araw. Ayaw nating mabalisa dahil hindi maganda ang pakiramdam natin kapag nababalisa. Pero bukod doon, ito ay kasalanang dapat nating labanan at mapagtagumpayan. Kasalanan? Oo, kasalanan. Ang hirap sa atin ang tinitingnan nating mga kasalanan ay tulad ng pagiging addict o pagpatay o rape o pagnanakaw. Pero ang kabalisahan parang maliit na kasalanan lang na hindi natin dapat seryosohin. Isa ito sa mga “respectable sins” na tinalakay ni Jerry Bridges sa kanyang aklat.²

Pero lahat ng uri ng kasalanan ay dapat nating seryosohin. Nang sabihin ni Jesus, “Huwag kayong mabalisa,” hindi ba’t isang utos ito at hindi suggestion lang o opinyon lang. Tapos nababalisa tayo, hindi ba’t sinusuway natin ang utos niya? Hindi ba’t kasalanan ang sumuway sa utos ni Jesus na tinatawag pa nating Panginoon. Bukod sa pagsuway sa utos ni Cristo, may higit na dahilan at ugat ang ganitong kasalanan (at lahat ng kasalanan), na titingnan natin mamaya.

Bago iyon, bakit mahalaga na makita natin na ang kabalisahan ay isang kasalanan? Dahil ang tugon natin sa problema ay depende kung gaano ito kaseryoso. Kapag may lagnat ka, maaaring hindi mo seryosohin dahil karaniwang sakit naman ito. Pero kung nalaman mong dengue pala, seseryosohin mo na ‘yan. Kung ang kabalisahan ay isang hindi magandang pakiramdam, gusto mo siyang mawala dahil sa mga dahilang pansarili. Pero kung ito ay kasalanan, labanan mo ito dahil may kinalaman ito sa relasyon mo sa Diyos. If you take anxiety as sin, you will fight it out of concern for God’s glory, not just for your own comfort.

THE DISCIPLE’S BATTLE AGAINST SIN

All disciples of Jesus are in a serious battle. Everyday. We are fighting against sin everyday. Seryoso ito at hindi natin basta-basta maaaring ipagwalang-bahala. Dahil sa sobrang seryoso nito, nagbigay si Jesus ng babala sa atin sa Matt. 5:29-30:

Kung ang kanang mata mo ay nagiging sanhi ng iyong pagkakasala, dukitin mo ito at itapon! Mabuti pang mawalan ka ng isang bahagi ng iyong katawan kaysa ang buong katawan ang itapon sa impiyerno. Kung ang iyong kanang kamay naman ay nagiging sanhi ng iyong pagkakasala, putulin mo ito at itapon! Mabuti pang mawalan ka ng isang bahagi ng iyong katawan kaysa ang buong katawan ang itapon sa impiyerno (MBB). (cf. 18:7-8; Mark 9:43-49)

² Jerry Bridges, *Respectable Sins: Confronting the Sins We Tolerate* (Colorado Springs, CO: NavPress, 2007).

Sinabi niya ito pagkatapos magturo tungkol sa lust o kahalayan. Pero hindi lang lust ang pinag-uusapan dito. Kasama rito ang lahat ng uri ng kasalanan tulad ng galit at ng pride. Anger, pride, and lust. Kasama ito sa tatalakayin natin sa mga susunod na linggo kung ano ang sinasabi ni Jesus dito. Bilang mga taga-sunod ni Jesus, ang pakikipaglaban natin sa kasalanan ay dapat nasa ilalim pa rin ng kanyang lordship. Siya ang masusunod, hindi tayo. Pero ngayon at sa susunod na linggo ay titingnan natin ay tungkol sa kabalisahan o anxiety. The problem with anxiety is a fight against sin that we must take seriously.

ROOT ISSUE: UNBELIEF

Ano ba ang tunay na problema sa kasalanan ng kabalisahan? Mahalagang malaman ang sagot dito dahil dito naman nakadepende ang solusyon sa kabalisahan. Kung pupunta ka sa doktor, gusto mong malaman ang tunay na problema para malaman din kung ano ang tamang gamot. Kung mali ang diagnosis mo sa sakit, mali din o kulang ang gamot na maibibigay. May isang sikat na pastor na nagsabing ang limang ito ang ugat ng kabalisahan: (1) mababang pagtingin sa sarili; (2) hangad na kontrolado ang lahat ng bagay; (3) pag-aalala sa sasabihin ng iba; (4) pagsisikap na maging katulad ng takbo ng mundo; (5) pamumuhay sa kinabukasan.³ Totoong may kinalaman ang mga ito sa kabalisahan. Pero hindi ito ang pinakaugat ng problema.

Kung ganito ang tingin mo sa problema, hindi rin sapat ang gamot na maibibigay mo: (1) taasan mo ang tingin sa sarili mo; (2) aminin mong hindi mo kontrolado ang lahat ng bagay; (3) huwag mong intindihin ang sasabihin ng iba; (4) huwag kang makiayon sa takbo ng mundo; (5) intindihin mo ang ngayon at huwag ang bukas. Parang maganda, pero kulang na kulang. Parang tinakpan mo lang ng “band-aid” ang mga sugat sa katawan ng isang taong may cancer pala.

Ang pinakaugat na problema ng kabalisahan (at lahat ng kasalanan) ay ang kawalan o kakulangan ng tiwala sa Diyos. “For whatever does not proceed from faith is sin” (Rom. 14:23). May dalawang dahilan kung bakit kasalanan ang kabalisahan, ayon kay Jerry Bridges: (1) Ito ay hindi nagpapakita ng tiwala sa Diyos; at (2) Ito ay hindi pagkilala sa makapangyarihang pagkilos (*providence*) ng Diyos sa buhay natin.⁴ Pananampalataya sa gagawin at ibibigay ng Diyos ang isyu dito kaya nga sinabi ni Jesus sa verse 30, “Kay liit ng inyong pananampalataya sa kanya” (MBB)! Nababalisa tayo dahil maliit o kulang ang ating pananampalataya.

³ Charles F. Stanley, *Finding Peace: God's Promise of a Life Free from Regret, Anxiety, and Fear* (Nashville, TN: Thomas Nelson, 2003), 133-143.

⁴ Jerry Bridges, *Respectable Sins: Confronting the Sins We Tolerate* (Colorado Springs, CO: NavPress, 2007), 64.

BATTLING ANXIETY WITH GOD'S PROMISES

Kung ito pala ang problema (sakit), ang solusyon dito (gamot) ay nasa tamang pagkakilalala natin at pagtitiwala sa Diyos. John Piper wrote a whole book to tell us that the Bible teaches that our fight against sin is a fight for faith in future grace.⁵ Kaya nga, malalabanan natin ang kabalisahan kung patuloy nating pagbubulayan at yayakapin ang mga pangako ng Diyos. Samahan ninyo akong tingnan ang pitong pangakong sinabi ni Jesus, seven doses of medicine for the anxious in heart:

1. May mas mataas na pangarap ang Diyos sa buhay natin, higit kaysa mga pisikal na bagay.

“Huwag kayong mabalisa sa inyong buhay, kung ano ang inyong kakainin, o kung ano ang inyong iinum; kahit sa inyong katawan, kung ano ang inyong isusuot. *Hindi ba higit ang buhay kaysa pagkain, at ang katawan kaysa damit* (v. 25)? Ang problema sa TV ay hindi lang dahil sa mga TV programs na basura at walang naitutulong na maganda sa isip natin. Mas higit na problema ang mga TV commercials na itinaturo ang halaga ng tamang shampoo sa buhok, kung anong network ang pipiliin mo sa cellphone, kung anong brands ang uso, kung anong junkfoods ang masarap – na kung titingnan mo ay nakadaragdag pa sa kabalisahan natin. Pero sinasabi ni Jesus na ang buhay natin ay nilikha ng Diyos hindi lamang para sa pagkain. There’s more to life than this. Ang katawan natin hindi lang para magsuot ng magagarang damit. Our body is created for more than this. Ang pangako ng Diyos: may higit pa dito na dapat tayong intindihin. Mas magiging malinaw kung ano ito sa mga susunod.

2. Tiyak na tutugunin ng Diyos ang lahat ng pangangailangan ng kanyang mga anak.

“Tingnan ninyo ang mga ibon sa himpapawid: hindi sila naghahasik, o gumagapas, o nag-iimbak man sa mga kamalig, ngunit pinapakain sila ng inyong Ama na nasa langit. *Hindi ba higit na mahalaga kayo kaysa kanila*” (v. 26)? Hindi katamaran ang itinaturo dito, dahil ang mga ibon may ginagawa rin para makakain. Pero hindi sila nag-aalala dahil mayroong Diyos na nagbibigay ng kailangan nila. E tayo, ibon ba tayo? Hindi ba’t higit tayo sa mga ibon? Nilikha ba ang ibon ayon sa larawan ng Diyos? Isinugo ba ng Diyos ang kanyang Anak na si Jesus para mamatay para sa mga ibon? Tayo’y mga anak ng Diyos! May papakainin mo pa ba ang alaga mong aso kaysa sa mga anak mo? Dahil tayo’y mga anak, nakatitiyak tayong hindi tayo iiwan ni pababayaan man ng Diyos (Heb. 13:6). Kung hindi pa sapat ang dalawang gamot na ito, mayroon pang lima. Ang laki ng problema natin sa kabalisahan, ano?

⁵ John Piper, “Applying the Purifying Power: Faith in Future Grace vs. Anxiety” in *The Purifying Power of Living by Faith in Future Grace* (Sisters, OR: Multnomah; Leicester, U.K.: Inter-Varsity, 1995), 51-61.

3. *Ang tiwala sa Diyos ay makabubuti sa iyo, 'di tulad ng kabalisahan na walang mabuting dulot.*

“Sino sa inyo ang makakapagpahaba ng kanyang buhay nang kahit isang oras sa pamamagitan ng kanyang pagkabalisa” (v. 27 MBB)? Wala! Ang daming nag-aalala kung paano pahahabain ang buhay nila. Vitamins. Diet. Exercise. Gyms. Aerobics. Pero dahil sa kabalisahan sa mga ito, sa halip na humaba ang buhay maaari pang umikli. Sabi ni Charles Mayo, ang pag-aalala ay nakakaapekto sa circulatory system natin, sa puso, at sa buong nervous system. Sabi niya na wala pa siyang nakilala na namatay sa sobrang pagtatrabaho, pero marami ang namamatay agad sa sobrang pag-aalala o pagkabalisa. Kung gusto mong maagang tumanda, kumulubot ang balat, at mauna nang sumakabilang-buhay, e ‘di subukan mong mabalisa nang mabalisa. Ang salitang ito ng Panginoon ay napaka-praktikal para sa lahat ng tao.

Ang pang-apat na gamot ay matatagpuan sa vv. 28-30:

At bakit kayo nababalisa tungkol sa pananamit? Isipin ninyo kung paano tumutubo ang mga bulaklak sa parang; hindi sila nagtatrabaho ni gumagawa ng damit. Ngunit sinasabi ko sa inyo, kahit si Solomon na napakayaman ay hindi nakapagdamit ng singganda ng isa sa mga bulaklak na ito. Kung dinaramtan ng Diyos ang damo sa parang, na buhay ngayon, at kinabukasan ay iginatatong sa kalan, kayo pa kaya? Kay liit ng inyong pananampalataya sa kanya (MBB)!

4. *Natutuwa at nasasabik ang Diyos na ibigay ang lahat ng ating kailangan.*

Hindi dito tinuturo na gusto ng Diyos na magsuot tayo ng magaganda at magagarbong damit. Nag-aalala nga tayo sa isusuot natin dahil gusto nating maganda ang tingin sa atin ng tao. Dahil gusto nating sarili natin ang nakadisplay at napapansin. Pero ang pangako ng Diyos ay may kinalaman sa paglikha niya. Kung madadaan kayo sa bukid na ang ganda-gandang tingnan ang mga tanim na palay, hindi ba kayo magtata kang bakit ganoon ang ginawa ng Diyos. Kasi nga natutuwa siya at nasasabik na makitang maganda ang nilikha niya. Ngayon, ganoon din ang pangako niya sa atin. Ibibigay niya lahat ng kailangan natin tulad ng damit hindi para maganda tayo sa harapan ng tao at maganda ang sasabihin sa atin. Ibibigay ang lahat ng kailangan natin para maganda ang sasabihin sa Diyos. Hindi lang pisikal ang binabanggit dito, lalo naman ang kailangan natin upang mamuhay nang may kabanalan na magpapakita kung sino ang Diyos sa buhay natin (Tit. 2:5, 10). Sabik ang Diyos na ibigay ito sa atin.

5. *Alam ng Diyos ang lahat ng ating kailangan, higit sa alam nating kailangan natin.*

“Kaya huwag kayong mabalisa, na magsasabing, ‘Ano ang aming kakainin?’ o, ‘Ano ang aming iinumun?’ o, ‘Ano ang aming isusuot?’...*batid ng inyong Ama sa langit na kailangan ninyo ang lahat ng mga bagay na ito*” (vv. 31-32). Kung nababalisa tayo, pinagdududahan natin ang

karunungan ng Diyos. Pero ang pangako niya, “Wag kang mag-aalala. Alam kong lahat ang kailangan mo. Mas alam ko kung ano ang kailangan mo ngayon o bukas kaysa sa akala mong kailangan mo.” Hindi ibig sabihing laging may pagkain sa mesa ng mga Cristiano. Hindi ibig sabihin palaging may panggastos. Ang ibang mga misyonero nga minsan wala. Maaaring maranasan walang pagkain o walang trabaho para mas makita natin kung ano ang tunay nating kailangan, ang presensiya ng Diyos sa buhay natin, higit sa anumang materyal na bagay. Sabi niya sa atin, “Wag kang mag-aalala. Kung kailangan mo, ibibigay ko. Basta ako ang magsasabi kung ano ang kailangan mo, hindi ikaw. Mas marunong ako, ‘di ba?”

6. Nalulugod ang Diyos na dalhin ang mga pasanin nating ang hangad ay ang kanyang karangalan. “But seek first the kingdom of God and his righteousness, and all these things will be added to you” (v. 33). Ang intindihin natin sa araw-araw ay kung ano ang magbibigay karangalan sa Diyos. Kung ano ang magpapakita na siya ang Hari ng ating buhay. Kung ano ang makapagsasabi sa kanya, “Ikaw ang bahala, Lord. Ikaw ang masusunod. Magpapasakop ako sa iyong kalooban.” May pangako siya kung ganito ang hangad natin: “Ako na ang bahala sa iyo. Ako na ang magdadala ng mga pasanin mo. Wala kang dapat intindihin. Ipaubaya mo lahat sa akin. Yakang-yaka (kayang-kaya) ko ‘to.” “Humble yourselves...under the mighty hand of God...casting all your anxieties on him, because he cares for you” (1 Pet. 5:6-7).

7. Ang biyaya ng Diyos sa araw-araw ay sapat para sa pangangailangan natin sa araw-araw. “Kaya’t huwag ninyong alalahanin ang bukas, sapagkat ang bukas ang mag-aalala sa kanyang sarili. Sapat na para ngayon ang kabalisan sa araw na ito” (v. 34). Iniisip natin ang bukas samantalang wala pa naman tayo doon at ‘di naman tayo makakarating sa bukas. Lagi tayong nabubuhay sa ngayon. Ang Diyos lamang ang nasa bukas at dapat natin itong ipaubaya sa kanyang pagkilos. Hindi ibig sabihing hindi na tayo magpaplano. Ang ibig sabihin ay ipagkatiwala natin sa Diyos ang siya lamang ang may kontrol. John MacArthur wrote, “God promises His grace for tomorrow and for every day thereafter and through eternity. But He does not give us grace for tomorrow now. He only gives His grace a day at a time as it is needed, not as it may be anticipated.”⁶ Kung ano ang kailangan natin ngayon, ibibigay niya ngayon. Ang kailangan bukas, hindi ngayon ibibigay kundi bukas. Kaya nga tinuruan tayong manalangin, “Give us this day our daily bread” (6:11). Kung nababalisa ka dahil sa mangyayari bukas, pinagdududahan mo ang kanyang Salita: “the steadfast love of the Lord never ceases; his mercies never come to an end; they are new every morning” (Lam. 3:22-23).

⁶ John MacArthur, Jr., *Matthew 1-7*, MacArthur New Testament Commentaries (Chicago, IL: Moody, 1989), 427.

REPLACING ANXIETY WITH FAITH

Kung pagbubulayan natin at tatanggapin ang mga pangakong ito ng Diyos, mapapalitan ang kabalisan ng pagtitiwala sa Diyos. Wala nang dapat ipag-alala. Naroon ang kapayapaan, kagalakan, at pananabik na hintayin ang pagkilos ng Diyos sa mga bagay na nagiging dahilan ng pag-aalala at kabalisan. Pansinin ninyong ang verse 25 ay nagsisimula sa, “Kaya nga...” (“*Therefore...*”). Ibig sabihin, ang utos laban sa kabalisan ay may koneksiyon sa nauna: “Hindi kayo maaaring makapaglingkod nang sabay sa Diyos at sa kayamanan” (v. 24).

Nababalisa tayo dahil nahahati ang atensiyon natin sa pagitan ng Diyos at ng mga pisikal na pangangailangan natin. Kaya ang solusyon sa kabalisan ay ang walang pag-aalinlangang pagtitiwala at pagtuon ng ating paningin sa Diyos at sa kalooban ng Diyos, hindi ng pansarili nating mga kagustuhan.

Kung nabubuhay tayo para lang magtamo ng mga bagay sa mundong ito, nabubuhay tayo na tulad ng mga ‘di Cristiano. “Sapagkat hinahanap (o, minimithing makuha) ng mga Hentil (mga ‘di mananampalataya) ang lahat ng mga bagay na ito” (v. 32). Para sa kanila, ito lamang ang mahalaga sa buhay. Ito ang pangarap nila at kasiyahan nila. Ngunit para sa mga anak ng Diyos iba. Sa halip na mabalisa sa mga bagay na ito, una ang kaharian ng Diyos nang higit sa lahat. “But *seek first* the kingdom of God and his righteousness” (v. 33). Kung tayo’y nagtitiwala sa Diyos, magpapasakop tayo sa kanyang kalooban. Siya lamang ang hahangarin natin. Ang kanyang paghahari sa buhay natin ang pinakamahalagang kayamanan. Ang tanging kailangan nating hindi maaaring mawala sa atin. Ito ang tunay na pananampalataya sa Diyos. At nangako siyang siya na ang bahala sa lahat kung ang hangarin natin ay para lamang sa kanyang karangalan. “And all these things will be added to you.”

May panahong nababalisa ako at tatanungin ko ang sarili ko kung magiging maganda kaya ang resulta ng sermong ito. Kailangan kong pagsisihan ang kabalisan ito dahil hindi ito nagpapakita ng tiwala sa gagawing pagkilos ng Espiritu Santo kung tapat ang pangangaral ko ng kanyang mga salita. Tulad ng isang bata, wala dapat akong ikabalisa, kundi palaging magtiwala sa ating Diyos at Ama. May nakita na ba kayong isang batang dalawang taong gulang na balisang-balisa dahil baka walang kainin bukas? Hindi ba’t aasa siya sa kanyang magulang at hindi iniintindi ang pang-araw-araw na kailangan? Hindi ko alam kung ano ang ikinakabalisa ninyo ngayon. Pero tiyak akong sa mga oras na nababalisa kayo, tinatanong kayo ng Diyos, “Mayroon ka bang Diyos at Ama sa langit? Kulang ba ang kanyang kapangyarihan? Kulang ba ang kanyang karunungan? Kulang ba ang kanyang kayamanan? Kulang ba ang kanyang presensiya sa buhay mo? Kulang ba Siya na iyong kagalakan? Kulang ba at nababalisa ka?”