

2023 年 7 月 17 日

By Jim Langley

## 應對每天生命中的陰影

### COPING WITH THE SHADOWS OF DAILY LIFE

作為一名保險經紀人，我比大多數人更常接觸到死亡。在 COVID-19 疫情高峰期間，我有 4 位客戶不幸染疫去世，另外還有 12 位客戶因其他各種疾病而離世。有些人是突然去世，而其他人則長期受到病痛的折磨後離去。

面對死亡那不祥的陰影，從來都不容易。聖經詩篇 23 篇常在追悼會上被引用，這是大衛所寫的詩。我在年幼時就記住了這 6 節詩，並在過去的 68 年中，發現它們非常鼓舞人心，尤其是在面對逆境時，特別是在這首短詩的第 4 節中，所描述的「死蔭的幽谷」。

以下是該節經文的完整內容：「我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖、你的竿，都安慰我。」這詩篇描繪了好牧人耶穌，祂不允許跟隨祂的羊，受到惡者撒旦的傷害。

對於基督徒來說，我們被確保「死蔭」只是個陰影，它真的僅僅是一個陰影而已。當我還是個年幼的孩子時，常常害怕陰影，但隨著年齡增長，我克服了對黑暗的恐懼，意識到陰影是無法傷害我們，陰影是無害的。而這在職場和生命的每個範疇也是如此。

陰影不過是沒有光的地方，以下是使徒約翰在約翰福音第一章 1-5 節中所宣稱的：「太初有道，道與神同在，道就是神。這道太初與神同在。萬物是藉著他造的；凡被造的，沒有一樣不是藉著他造的。生命在他裡頭，這生命就是人的光。光照在黑暗裡，黑暗卻不接受光。」

自從亞當和夏娃在伊甸園吃了禁果以來，這個世界就一直存在著黑暗。這黑暗將持續存在，直到耶穌得勝再來的時候。與此同時，我們必須面對某些滲透到我們生命中的陰影。但是，它們所產生的黑暗並不足以懼怕。在過去，我曾經經歷極其黑暗的時刻，但從未失去上帝會引領我渡過死蔭幽谷的信心。或許你也可以透過自己的經歷，領悟與認同。

---

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 20 樓 2004 室 Tel: (852) 2805-1923

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

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

---

我們靈界的仇敵，試圖以各種方式讓我們失去希望。然而，在某些方面，這些黑暗時刻成為了一個考驗我們，以及更接近上帝和祂的光的機會。而這光必將消除一切的黑暗。正如雅各書 1 章 2-3 節所敦促的：「我的弟兄們，你們落在百般試煉中，都要以為大喜樂；因為知道你們的信心經過試驗，就生忍耐。」

有些人不斷地，持續在黑暗中，掙扎於控制著人的罪和成癮的問題。然而，我們大多數人只偶爾會經歷最黑暗的時刻。但即使黑暗的時間很短暫，卻也可能讓我們感到失去所有的希望。在詩篇 23 篇最後一節提到：「我的一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。」我用了 40 年的時間才明白，那是上帝希望帶我去的地方。我現在欣然地宣告，我的意願是我在世上的餘生中，要永遠留在祂永恆的臂膀中。

如果你想要留在光明之中，你必須接受耶穌進入你的心，並請求祂完全改造你，使你成為天國的特別兒女 — 將你從黑暗帶到光明之中。

*Jim Langley 擔任人壽和健康保險經紀人期間已有 30 多年，他的寫作經歷也是。近年來，他的熱情轉向寫下他與神的個人關係。他的目標是鼓勵其他人來親近神。他是 CBMC 的長期會員，在 2014 年開始撰寫「比賽最後四分之一場戰略」。*

### 反省與問題討論

第一、你有多常想到死亡？死亡是否讓你感到害怕？那麼對於「死蔭幽谷」這個未知的危險處所，你的感覺呢？你又是如何應對自己生命中黑暗時刻的呢？

第二、詩篇 23 篇中描述，牧羊人引導羊群穿越那些黑暗、陰影籠罩的山谷。你是否有時感到自己像羊群中的一隻，膽小且無防禦能力，希望有一位關愛的牧羊人在身旁確保你的安全呢？請解釋你的答案。

第三、你現在正在面臨哪些黑暗的境況？或近期曾經面對的困境？當這些情況出現時，你通常是如何應對？無論是在工作中還是自我生命中，對於處理試煉和逆境，你的「預設模式」是什麼呢？

第四、詩篇 23 篇的最後一節宣告：「我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。」對於你而言？你是否對上帝的愛和保護，有堅定確信的盼望呢？如果有的話，是否可以描述這對你意味著什麼？

---

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 20 樓 2004 室 Tel: (852) 2805-1923

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

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

---

備註：如果你有聖經，想閱讀更多相關的內容，請參考下面的經文：(以賽亞書 40:28-31、約翰福音 10:1-6、約翰福音 11:25-26)

### 詩篇 23 篇 1-6 節

23:1 (大衛的詩)耶和華是我的牧者，我必不至缺乏。  
23:2 他使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。  
23:3 他使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。  
23:4 我雖然行過死蔭的幽谷，也不怕遭害，因為你與我同在；你的杖，你的竿，都安慰我。  
23:5 在我敵人面前，你為我擺設筵席；你用油膏了我的頭，使我的福杯滿溢。  
23:6 我一生一世必有恩惠慈愛隨著我；我且要住在耶和華的殿中，直到永遠。

### 約翰福音 10 章 7-15 節

10:7 所以，耶穌又對他們說：「我實實在在的告訴你們，我就是羊的門。  
10:8 凡在我以先來的都是賊，是強盜；羊卻不聽他們。  
10:9 我就是門；凡從我進來的，必然得救，並且出入得草吃。  
10:10 盜賊來，無非要偷竊，殺害，毀壞；我來了，是要叫羊(或作：人)得生命，並且得的更豐盛。  
10:11 我是好牧人；好牧人為羊捨命。  
10:12 若是雇工，不是牧人，羊也不是他自己的，他看見狼來，就撇下羊逃走；狼抓住羊，趕散了羊群。  
10:13 雇工逃走，因他是雇工，並不顧念羊。  
10:14 我是好牧人；我認識我的羊，我的羊也認識我，  
10:15 正如父認識我，我也認識父一樣；並且我為羊捨命。

### 約翰一書 1 章 5-7 節

1:5 神就是光，在他毫無黑暗。這是我們從主所聽見、又報給你們的信息。  
1:6 我們若說是與神相交，卻仍在黑暗裡行，就是說謊話，不行真理了。  
1:7 我們若在光明中行，如同神在光明中，就彼此相交，他兒子耶穌的血也洗淨我們一切的罪。

---

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 20 樓 2004 室 Tel: (852) 2805-1923

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

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

---