

別讓恐懼癱瘓你

我兒時的一個鄰居比爾摩爾最近去世了，享年 97 歲。在我成長的日子裡，他一直住在我們家對街。他向我們家租了一些土地來當作牧場養他的乳牛。

他的去世讓我想起我六、七歲的時候，我的表哥巴比和我有一次決定要抄近路，穿過比爾的牧場到我們最喜歡的釣魚場去。當時比爾養了一隻黑色的大鬥牛犬來保護他的牧場。當這隻鬥牛犬看到我們侵入牠的領域，牠發怒了，追著我們跑想把我們趕走。

巴比和我沒命地跑，然後躲在鐵線圍欄的下面。我們沒有回頭去看這隻鬥牛犬離我們多近，因為牠的吠叫和咆哮迫使我們不停往前跑，我只記得我們嚇得半死。或許是因為我們看太多卡通，裡面的鬥牛犬總是呼著熱氣虎視眈眈。但是恐懼(合理的恐懼)使我們遠離那個牧場。

恐懼可以是一個很好的推手，讓我們躲避和遠離危險，尋找安全。心理學家告訴我們「打或逃」的本能，在緊急的時候相當有用。但同時恐懼可能也會使人變得衰弱。它會阻礙我們去追求自己的夢想、離開一個糟糕的工作、或是在工作和每天的生活當中嘗試不一樣的想法。

我最近看到一個標誌上寫著：創造力的起頭是戰勝恐懼和失敗。每一個偉大的成就之所以能成就，在某個程度上都是因為克服了恐懼：害怕失敗的恐懼。害怕去挑戰的恐懼遠比我們想像得多：害怕離開我們舒適區去外面冒險；害怕「以前從沒有人做過！」

聖經談了很多關於「害怕」，認定它是人類最原始的情緒之一。聖經說，如果我們把自己信心交在神的手中，害怕是不必要的。例如：

神保證我們不是孤單的 我們有時會因為孤單而害怕，害怕必須要自己去面對困難和挑戰。神卻說我們不孤單。祂說：「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的 神。」(以賽亞書 41 章 10 節 a)

神保證會幫助我們。當你被恐懼淹沒的時候，你會向誰求救？神要我們回轉向祂。「我必堅固你，我必幫助你；我必用我公義的右手扶持你。」(以賽亞書 41 章 10 節 b)

神的愛和關心永遠都在。當我們相信神永恆的愛和保護時，就能面對我們的恐懼。「愛裏沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去。因為懼怕裏含著刑罰，懼怕的人在愛裏未得完全。」(約翰一書 4 章 18 節)

無論我們的恐懼是真的或是想像出來的(就像那隻鬥牛犬一樣，裝腔作勢或是真的在後頭追著我們)，我們必須面對我們的狀況和克服恐懼。如果神給我們一個遠大的目標或是渴望，我們就相信祂會帶領我們並且供應我們去完成它。

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。他還寫了一本書「一般民眾的高度攝影表現」，那是一本有關數位攝影的書。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。

省思/討論題目

第一、你遇見過最令人恐懼的狀況是什麼?當時你是如何回應的?

第二、在日常的生活中，在工作、家庭或是你個人方面，你最害怕的是什麼?

第三、你覺得恐懼會帶給你往前進的動機，讓你工作更認真；或是耗損你讓你沒有辦法做事?解釋一下你的答案。

第四、你覺得聖經裡提到關於恐懼和神的保證，是否帶給你安慰和鼓勵?

如果你手上有聖經，想要知道更多關於這個主題的經節，請參考：
詩篇 111 篇 10 節;箴言 1 章 7 節、3 章 25-26 節;耶利米書 29 章 11-13 節;路加福音 12 章 32-34 節;提摩太後書 1 章 7 節

CBMC Hong Kong

地址：香港九龍彌敦道580G-K號彌敦中心9樓905室

Tel: (852) 2805-1923 3165-1540 Fax: (852) 3905-8789

Email: enquiry@cbmc.org.hk

Web: <http://www.cbmc.org.hk>