

週一嗎哪

2015 夏季查經分享會

2015-9-28
By Robert J. Tamasy

面對恐懼 - 「不懼怕」

人類最常見的情緒之一是恐懼。心理學家對於人們感覺到環境中有威脅時的反應，有一個名詞叫作「打或逃反應」。我們或者會去對抗威脅我們的人、事、物，或者我們會逃跑以躲避可能的災難。

然而，還有第三種反應，這種反應是所謂的心理學專家不可能推薦的。這種反應很簡單，就是「不懼怕」。不久前我聽到一位來自西非獅頭山國的講員說：「不懼怕」這個詞出現在聖經裡 365 次，似乎是一年裡的每一天都需要一次。

因為獅子山共和國在最近幾年經歷了不少患難，從經濟困境，伊波拉病毒的爆發，到內部不和，所以講員在苦難這個議題上受了很好的訓練。而他表示他決心要遵循「不懼怕」的勸誡。

對照我們所處的工商專業界情況又如何呢？那是動蕩不安、不可預測、而且可能在一夜之間王子變貧民的環境。企業家們知道開創一項事業是有風險的。同樣地，公司裡的主管和經理常常在壓力下工作；若沒達到公司要求，他們就要打包走人，另謀高就。

工作中，當我們面對偉大計劃的最後期限，往往會伴隨著相當大的焦慮，例如：特別感到計劃似乎不切實際或難以達成；另外，當一位重要客戶對我們的產品或服務不滿意，而他的理由是我們無法掌控的，我們會害怕失去他們的生意...。可能的失敗潛伏在每個角落。所以我們如何能「不懼怕」？

從人來看，要「不懼怕」是不可能的，即便可能也是非常困難。但因為這命令來自上帝，所以祂應許在艱困的時候會供應我們的需要。以下就是一些訣竅：

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址: 香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3905-8789

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: 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 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪

2015 夏季查經分享會

倚賴上帝的同在。當大衛要把以色列的領導權傳給他的兒子所羅門時，他勸誡他說：
「你當剛強壯膽去行！不要懼怕，也不要驚惶。因為耶和華神就是我的神，與你同在；他必不撇下你，也不丟棄你，直到...工作都完畢了」（歷代志上 28 章 20 節）

依靠上帝的力量。當困難來臨時，我們常想憑藉著自己的才能與力量解決。然而，上帝告訴我們，要依靠祂和祂的資源。「你不要害怕，因為我與你同在；不要驚惶，因為我是你的神。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）。

信任上帝的目的和計劃。當意料之外的挫折發生時，我們會懷疑上帝是否關心？甚至祂知道這個狀況嗎？不用擔心，祂應許祂確實知道，也確實關心。在患難之時祂絕不會丟棄我們。「我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望」（耶利米書 29 章 11 節）。

勞勃·泰默西是領袖資產協會的傳播部副部長，這是一個總部在美國喬治亞州亞特蘭大的非營利組織。

省思 / 討論問題

- 1.(處境) 你目前正面臨什麼讓你感到害怕或焦慮的事？你如何面對？
- 2.(分享) 若某人看到你的困境並告訴你：「不要害怕」，你會怎麼回應？
- 3.(應用) 「懼怕」為何是這樣普遍的情緒？我們要如何分辨自己的懼怕是否合理？我們又該如何避免被它掌控？
- 4.(理解) 你是否相信對上帝的信心——信靠祂的同在、力量、目的和計劃——應該對我們如何面對生命，以及我們是否持續活在懼怕和焦慮中，有很大的影響？為什麼？

註：若你有聖經且想要讀更多有關此主題的經文，請參考以下經節：
 創世記 46 章 2-4 節；約書亞記 1 章 6-9 節；馬太福音 1 章 18-21 節，10 章 21-28 節；路加福音 12 章 4-7 節；希伯來書 13 章 6 節

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址: 香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3905-8789

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: 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 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

創世記 46 章 2-4 節

² 夜間 神在異象中對以色列說、雅各、雅各·他說、我在這裡。³ 神說、我是 神、就是你父親的 神、你下埃及去不要害怕、因為我必使你在 那裏成為大族。⁴ 我要和你同下埃及去、也必定帶你上來·約瑟必給你送終。〔原文作將手按在你的眼睛上〕

約書亞記 1 章 6-9 節

⁶ 你當剛強壯膽·因為你必使這百姓承受那地為業、就是我向他們列祖起誓應許賜給他們的地。⁷ 只要剛強、大大壯膽、謹守遵行我僕人摩西所吩咐你的一切律法·不可偏離左右、使你無論往那裡去、都可以順利。⁸ 這律法書不可離開你的口·總要晝夜思想、好使你謹守遵行這書上所寫的一切話·如此你的道路就可以亨通、凡事順利。⁹ 我豈沒有吩咐你麼·你當剛強壯膽·不要懼怕、也不要驚惶、因為你無論往那裡去、耶和華你的 神必與你同在。

馬太福音 1 章 18-21 節

¹⁸ 耶穌基督降生的事、記在下面·他母親馬利亞已經許配了約瑟、還沒有迎娶、馬利亞就從聖靈懷了孕。¹⁹ 他丈夫約瑟是個義人、不願意明明的羞辱他、想要暗暗的把他休了。²⁰ 正思念這事的時候、有主的使者向他夢中顯現、說、大衛的子孫約瑟、不要怕、只管娶過你的妻子馬利亞來·因他所懷的孕、是從聖靈來的。²¹ 他將要生一個兒子·你要給他起名叫耶穌·因他要將自己的百姓從罪惡裡救出來。

馬太福音 10 章 21-28 節

²¹ 弟兄要把弟兄、父親要把兒子、送到死地·兒女要與父母為敵、害死他們。²² 並且你們要為我的名、被眾人恨惡、惟有忍耐到底的、必然得救。

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址: 香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3905-8789

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: 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 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

週一嗎哪

2015 夏季查經分享會

²³ 有人在這城裡逼迫你們、就逃到那城裡去。我實在告訴你們、以色列的城邑、你們還沒有走遍、人子就到了。²⁴ 學生不能高過先生、僕人不能高過主人。²⁵ 學生和先生一樣、僕人和主人一樣、也就罷了。人既罵家主是別西卜、何況他的家人呢。〔別西卜是鬼王的名〕²⁶ 所以不要怕他們。因為掩蓋的事、沒有不露出來的。隱藏的事、沒有不被人知道的。²⁷ 我在暗中告訴你們的、你們要在明處說出來。你們耳中所聽的、要在房上宣揚出來。²⁸ 那殺身體不能殺靈魂的、不要怕他們。惟有能把身體和靈魂都滅在地獄裡的、正要怕他。

路加福音 12 章 4-7 節

⁴ 我的朋友、我對你們說、那殺身體以後、不能再作甚麼的、不要怕他們。
⁵ 我要指示你們當怕的是誰。當怕那殺了以後、又有權柄丟在地獄裡的。我實在告訴你們、正要怕他。⁶ 五個麻雀、不是賣二分銀子麼。但在 神面前、一個也不忘記。⁷ 就是你們的頭髮也都被數過了。不要懼怕、你們比許多麻雀還貴重。

希伯來書 13 章 6 節

⁶ 所以我們可以放膽說、『主是幫助我的、我必不懼怕。人能把我怎麼樣呢。』

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址: 香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3905-8789

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: 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 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>
