

不要害怕

參考經文：《耶利米哀歌3章48～66節》

我向祢呼求，祢垂聽了我。祢回答了我，告訴我不要害怕。（耶利米哀歌3章56～57節）

「我們經歷了災難和破滅，在危險恐懼中過日子。」（耶利米哀歌3章47節）可見在痛苦中，擔心、焦慮、恐懼、害怕會使人被籠罩在厚厚的黑暗陰影裡。懼怕，是仇敵最常用來攻擊我們的武器，控制著我們每一個動作和決定。但上帝對我們的回應卻是：「不要害怕。」從舊約到新約，「不要害怕」這個詞共出現365次。一年剛好有365天，就如上帝每天都對我們說：「你不要害怕。」今天我雖然沒有害怕，不保證我明天不會膽怯。但是，上帝明白告訴我們，一年365天都可以不要害怕，這真是美好的應許。

我相信上帝的應許，因為上帝掌權。當門徒遇見風浪，耶穌立刻對他們說：「放心吧，是我，不要怕！」（馬可福音6章50節）上帝是掌管天地萬物的主宰，祂掌管所有的時間、空間，一切可見的、隱藏的，祂掌管婚姻、金錢、人際，掌管我的卑賤或高升，我的生與死。正如使徒行傳17章28節所說：「我們的生活、行動、存在都在於祂。」祂是天地萬物的掌權者。聖經中，約瑟用「上帝的意思原是好的。」來表達他對上帝掌權的順服。保羅以「上帝使萬事互相效力，叫愛上帝的人……都得益處」，來表達他對上帝全能掌權的高舉。我不害怕，因為上帝掌權。

我不害怕，因為我相信上帝同在。「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，和合本）這位與人同在的上帝是為我降生、以馬內利的上帝，是道成肉身、掛在十字架的上帝，是透過會幕居在人間的上帝，也是透過聖靈與我同行的上帝。在公元5世紀，愛爾蘭主教聖派翠克寫

道：「基督與我同在，基督在我前面，基督在我後面，基督在我裡面，基督在我下方，基督在我上方，基督在我右邊，基督在我左邊……」上帝與祂的子民同在，是在歡笑中與我同在的上帝，也是在痛苦中與我同在的上帝。當我感到慌亂或懼怕時，可以緊抓住上帝的應許，確信祂永不離開我。當我輾轉難眠時，可以求祂賜下平安。我不害怕，因為上帝掌權，祂與我同在。

默想：

害怕有多大，我的上帝剛好比它大一點。

祈禱：

主啊！我要為世界各樣的恐懼禱告，讓我不因戰爭、恐嚇的謠言，和人們的衝突爭鬥而懼怕退卻，而是在信仰上站立得穩。讓我確知祢的掌權與同在，必使我活在祢完全的平安和同在裡。奉主耶穌的名，阿們。