

战胜恐懼

當我審視自己，評估我的資源，並得出結論說我沒有能力去做神呼召我去做的，或者面對我必須面對的， 恐懼就會出現。
信徒的恐懼就是健忘。

Fear happens when I look at myself, assess my resources, and conclude that I do not have what it takes to do what God is calling me to do or to face what I have to face. Fear in a believer is a function of forgetfulness.

-- Paul Tripp

恐懼的影響

1. 這是一個根本的靈命成長問題

以赛亚书 41:10 你不要害怕、因为我与你同在。不要惊惶、因为我是你的神。我必坚固你、我必帮助你、我必用我公义的右手扶持你。

申命记 31:6 你们当刚强壮胆、不要害怕、也不要畏惧他们、因为耶和华你的神和你同去、他必不撇下你、也不丢弃你。

2. 在恐懼中，我們常常犯罪

不顺服

Lost destinies

靈魂的災難

識別恐懼

恐懼的迹象:

逃避: withdrawal, shutting down, turning inward, passive aggressive behavior, or physically withdrawing

抗衡: defensiveness, anger, ramping up the intensity of a conversation, attacking others, controlling behaviors

Identifying root fear

Overcoming Fear

1. 深信并降服于神：記住他與我們同在，他愛我們

無論事情如何發展，都要相信上帝，因為我們不僅相信上帝能掌控我們的環境；我們更是在與上帝建立一種信任、愛的關係，上帝是我們在墮落世界中的救主和救贖主。我們只有從相信好的結果轉向在壞的結果中依然相信神，我們才是真信。

Trusting God regardless of how things work out, because we aren't only trusting God to control our circumstances; Rather, we are building a trusting , loving relationship with God as our Savior and Redeemer in a fallen world. Until we shift from trusting good results to trusting God in bad results, we don't really trust God at all.

我深信，对付恐懼的唯一辦法就是恐懼。換句話說，恐懼只有被更大的恐懼來打敗。當對上帝的敬畏之心完全掌控你的時候，它會保護你免受對其他事物的恐懼時所帶來的不知所措。

I am deeply persuaded that the only solution to fear is fear.
In other words, fear is defeated only by a bigger, greater fear.
When the fear of God overwhelms and controls your heart,
it protects you from the paralyzing and debilitating fear of
other things.

--Paul Tripp

2.等候神

诗篇46:10a 你们要休息、要知道我是神。

3. 定睛在耶穌身上

我們可以定睛在耶穌身上，也可以定睛在我們的難處上，但我們不能同時定睛在兩者身上

We can fix our eyes on Jesus, or we can fix our eyes on our problems, but we can't fix our eyes on both

敬拜會把目光從我們可怕的境遇中移開，轉向上帝。敬拜让我们進入到神的同在中
Worship will get our eyes off our fearful circumstances and onto God.

Worship accesses the presence of God

4. 它意为救贖性的苦難

我的恐懼可能不會立即消失，但我在他面前面對恐懼

My fear may not go away immediately, but I face the fear in His presence

5. 它需要行動

约翰福音 15： 5 我是葡萄树、你们是枝子．常在我里面的、我也常在他里面、这人就多结果子．因为离了我、你们就不能作甚么。

腓立比书 4:13 我靠着那加给我力量的、凡事都能作。

时时刻刻鉴证奇迹