**直播讲座：阻断惧怕的措施**

汉扬传道

手机号 - +65-88269223； 邮件地址： leehannyang@gmail.com



1. **认惧怕的果子**
   1. 生理 physiological
   2. 心理 psychological
2. **长惧怕的知识**

* 我惧怕什么？ Where is your fear?
* 我为什么害怕他？ Why so much fear?
* 他如何地威胁了我？ What is the threat?
* 这个惧怕在向我说什么？ What does it say?
* 我最害怕的时候是几时呢？ When are you most vulnerable?
* 当我害怕的时候，会发生什么事？ How is it like?
* 我的惧怕有什么特征呢？ Are there particular features to the fear?
* 这个惧怕的雪球如何增长？ How does it gain momentum?
* 当我惧怕的时候，神在哪儿？ Where is God then?

“敬畏耶和华是知识的开端； 愚妄人藐视智慧和训诲。” (箴言 1:7)

“谁晓得你怒气的权势？ 谁按着你该受的敬畏晓得你的忿怒呢？ 求你指教我们怎样数算自己的日子， 好叫我们得着智慧的心。” (诗篇 90:11–12)



* + - 惧怕瘫痪了我们！ Fear cripples us!

“恶人虽无人追赶也逃跑； 义人却胆壮像狮子。” (箴言 28:1)

* + - 惧怕败坏了我们！ Fear corrupts us!

“惧怕人的，陷入网罗 （snare）； 惟有倚靠耶和华的，必得安稳。” (箴言 29:25)

“惧怕\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_的，陷入网罗； 惟有倚靠耶和华的，必得安稳。” (箴言 29:25, CUV)

1. **胜惧怕的秘诀**
   * 人生最大的惧怕已经被主耶稣删除了！(罗1:16-18； 约一2:1-2)
   * 人生最丰盛的生命是在耶稣基督里面 (约 10:10)

“因为　神赐给我们，不是胆怯的心，乃是刚强、仁爱、谨守的心。” (提摩太后书 1:7)

1. **断惧怕的操练** 
   * **R**ejoice 赞美

“上行之诗。 我要向山举目； 我的帮助从何而来？ 我的帮助 从造天地的耶和华而来。 他必不叫你的脚摇动； 保护你的必不打盹！ 保护以色列的， 也不打盹也不睡觉。 保护你的是耶和华； 耶和华在你右边荫庇你。 白日，太阳必不伤你； 夜间，月亮必不害你。 耶和华要保护你，免受一切的灾害； 他要保护你的性命。 你出你入，耶和华要保护你， 从今时直到永远。” (诗篇 121)

* + **R**elate 赞赏

“你们各人的重担要互相担当，如此，就完全了基督的律法。” (加拉太书 6:2, CUV)

“惟用爱心说诚实话，**凡事长进，连于元首基督**，Rather, speaking the truth in love, **we are to grow up in every way into him** who is the head, into Christ,” (以弗所书 4:15, CUV)

* + **R**eplace 赞同

“你平生的日子，必无一人能在你面前站立得住。我怎样与摩西同在，也必照样与你同在；我必不撇下你，也不丢弃你。你当刚强壮胆！因为你必使这百姓承受那地为业，就是我向他们列祖起誓应许赐给他们的地。只要刚强，大大壮胆，谨守遵行我仆人摩西所吩咐你的一切律法，不可偏离左右，使你无论往哪里去，都可以顺利。这律法书不可离开你的口，总要昼夜思想，好使你谨守遵行这书上所写的一切话。。。」” (约书亚记 1:5–9, CUV)

1. **总结** 
   * 认惧怕的果子
   * 长惧怕的知识
   * 知惧怕的问题
   * 胜惧怕的事实
   * 断惧怕的操练
     1. 赞美 Rejoice
     2. 赞赏 Relate
     3. 赞同 Replace