

一·破冰時間，打開話題：(15分鐘) 二·敬拜：(20分鐘) 三·神的話與小組討論：(45分鐘)

過個平安的聖誕節

【前言】

- ◎ 聖誕節最核心的意義是——神要賜平安給我們。
- ◎ 每個人都有不同的懼怕，怕沒錢、沒房、沒車、沒才……；即使擁有一切，還是怕，怕會失去這一切。而2000多年前的聖誕節，聖經4次提到「不要害怕」。天使對「馬利亞」說不要害怕；天使對「約瑟」說不要害怕；天使對「牧羊人」說不要害怕；天使也對「撒迦利亞」說不要怕。為何天使要告訴他們不要害怕？因他們很害怕。當彌賽亞降生的消息傳遍時，猶大王希律非常害怕、耶路撒冷全城的百姓也害怕。但神愛我們，祂的旨意是希望我們在地上充滿平安。

【前言】

- ◎ 我們要從2000多年前的聖誕節，聖經人物面對的恐懼來學習如何度過懼怕的難關，讓神的平安充滿在我們的裡面。

第一個聖誕節，人們遇到的五種害怕：

- 1.馬利亞面對缺乏信心的懼怕：當天使向未出嫁的少女馬利亞說，「你要懷孕生子，可以給他起名叫耶穌。他要為大，稱為至高者的兒子。」馬利亞之所以恐懼，因沒有信心面對將來的環境與這麼大的責任，這事讓人難以相信。但天使安慰她不要害怕，並將神對這孩子將來的計畫告訴馬利亞。
- 2.約瑟面對被拒絕的懼怕：面對未婚妻懷孕的難堪，而懷孕的理由難以相信。在拿撒勒這小地方，一旦事情被揭露，面對人的眼光與流言蜚語，讓約瑟懼怕。約瑟不願公開羞辱馬利亞，打算暗暗跟她解除婚約。他思想這事時，天使介入約瑟的夢中，告訴他不要懼怕，只管把馬利亞娶來，因她所懷的孕是從神來的。
- 3.牧羊人面對突然改變的懼怕：那個夜，牧羊人做醒看守羊群，突然黑暗的天空大放光明，神的榮光像爆炸一樣四圍照著他們，他們所看見的景象是人類歷史上從未發生過的，天空充滿榮光、眾多天使在歌唱，面對突然來的驚恐，牧羊人非常害怕，天使安慰他們說不要害怕。
- 4.希律面對失去主導權的害怕：希律王是以東人，他心狠手辣，為了維護權位，殺了連襟、母親、妻子和兩個兒子。所以當他聽到彌賽亞要來，嚇壞了。當他無法掌控別人時，會做出非常可怕的事，他把兩歲以下的孩子都殺了。東方三博士的話，讓耶路撒冷合城的人心裡也都不安。
- 5.撒迦利亞面對希望的懼怕：撒迦利亞是聖殿老祭司，妻子伊麗莎白是馬利亞的表姐。撒迦利亞與他妻子都非常敬虔，但一直沒有孩子。直到兩人年紀老邁了只好放棄。但當撒迦利亞按著班次進聖殿服事時，天使向他顯現說，他會得一個孩子，撒迦利亞看見天使就驚慌害怕。對於得孩子的事他已經絕望，「害怕」在他裡面產生懷疑的種子，不敢相信因怕再次失望。但天使對他說，不要害怕，因為你的禱告神已經聽見了，神要賜給他們一個兒子，要給他起名叫約翰。

我們也有這五種害怕

◎ 我們是否也被這五種害怕轄制，以致裹足不前？

1. **缺乏信心**：你是否有缺乏信心的害怕？覺得自己一無所有、什麼都不如人，連作夢都不敢。
2. **怕被拒絕**：我們是否像約瑟一樣害怕被拒絕？而成為看人臉色、討好別人的人，這會讓我們忽略神對我們生命的旨意，使我們無法活出神要我們活出的命定。不要藉著討別人喜歡來讓自己快樂，要選擇討神的喜歡！
 - 有個外國教練說：恐懼，會使每個人都成為懦夫。我們要迎合世界的講法嗎？但猶大書3節提醒，要為一次交付我們的真道竭力爭辯。我們所思所想、所說、所做的若要迎合世界，歷世歷代以來就不會有殉道士；如果我們要討世人的喜歡，那十字架討厭的地方就沒有了。
3. **怕突然改變**：人通常都喜歡按部就班，依循常規過日子，面對環境突然改變，會不會令我們不安？但生命中唯一不變的是，事情一直在變。若我們害怕突然來的改變，就會被環境轄制。所以要學習勇敢面對所處的環境。
4. **怕失去主導權**：我們不喜歡別人干涉我們的人生，自己決定要怎樣就怎樣，想做自己的主。但要留意神在我們身上的警告號誌——擔憂。人之所以擔憂，是因企圖掌控生活中每個細節。當一個人想控制周圍所有人時，代表他心中沒有平安，越沒有安全感越想控制一切。但我們若跟神的關係很好，心中就有平安，就不會想控制任何人事物，因為我們已經把生命的主控權交給我們的主，神的平安就充滿我們。
5. **怕面對希望**：當我們不敢抱持希望，就不願意嘗試，已經失望透了，害怕經歷再次失望。但神不要我們害怕，從聖經人物所面對的，我們可以從中學習主的教導，我們照主教導我們做的，讓我們也從恐懼中得釋放。

害怕時，我們可以做什麼？

一、每天將生命降服在神面前：當馬利亞面對聖靈感孕的恐懼時，她做什麼？她說，「我是主的使女，情願照你的話成就在我身上。」馬利亞相信創造她的主知道怎樣是對她最好，祂比我自己更知道我需要什麼。這麼小的女孩為何可以承擔這麼大的責任？因她把自己的生命，降服在神面前。約瑟按照天使的吩咐把馬利亞娶過來，也是降服的表現。我們要對主說：祢是創造我的神，無論在我生命中發生任何事，我都願意降服在祢手中；但我們若想自己做主，害怕、恐懼、壓力就不會離開，因為跟上帝對抗必輸無疑，就像先知約拿。

二、停止再聽叫我們害怕的聲音：我們要聽讓我們有信心的聲音，不要讓叫我們害怕的聲音進入腦海裡。害怕是信心的對照面，我們在信心裡，就不再害怕；但我們心裡充滿害怕時，信心就會消失。害怕是會傳染的，常靠近什麼樣的人我們也會被他影響，常跟不平安的人在一起，久了也變得不平安；近朱者赤、近墨者黑。摩西差12個探子去偷窺迦南美地，十個沒有信心的探子影響了全族。

- 如果你想像鷹一樣翱翔在天際，那就不要成天和火雞混在一起。懼怕時，第一，要盡量和有信心的人在一起。加入教會的團契小組一起分享神的話，就建立我們的信心。第二要多讀神的話。馬利亞因著抓住神的話，讓她從一個害怕的女孩成為一個剛強的母親。
- 這世界充滿了負面、諷刺、敵視的話，在這黑暗痛苦的世代，正是我們被主興起、為主發光的時機。耶穌是平安的王子，祂要把平安賜給我們。羅馬書8:15「我們所受的，不是奴僕的心，仍舊害怕，所受的乃是兒子的心，因此我們呼叫：阿爸父！」；歌羅西書3:15「又要叫基督的平安在你們心裡做主。」平安的王子住在我們，我們就有平安。

三、不斷向神獻上敬拜讚美：害怕恐懼時，仍然敬拜讚美神。因害怕時，所有的注意力都會在自己身上（我的害怕、我的痛苦、我的感覺、我的表現……），我們越想就越害怕。而敬拜讚美就是把眼目轉到神身上。當我們注視神是這麼偉大，回頭看問題會發現其實也還好。把眼目轉向神，信心就會增加，平安也會充滿我們。離神越遠，就越害怕、越擔心。詩篇42：11「我的心哪，你為何憂悶，應當仰望神。」我們回轉注視神，神的榮光就照耀在我們身上，平安一來，恐懼就離開。

四、把希望建立在神的應許上：沒有盼望時，人會害怕；但我們要把盼望建立在神的應許上，我們無法把盼望放在自己、政治人物或一些專家身上，也無法盼望意見領袖、維基百科、網路的消息，因這些都會改變。唯有把盼望建立在神永恆的話語上，聖經上有超過7000個應許是為你我預備的，如果我們不知道或忽略神的應許，這一生就太可惜了。

- 神給我們兩個最偉大的應許：約翰福音3:16「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不致滅亡，反得永生。」除了永恆的應許，神也給我們今生的應許，希伯來書2:15「並要釋放那些一生因怕死而為奴僕的人。」

【結論】

- ◎ 我們的生命之所以充滿擔心、懼怕，因為我們不知道神已經給了我們永恆的保單，不但有財務上的應許、也有健康、人際關係、生命規劃、過去、現在和未來的應許，神要給我們的是最好的，如果我們不知道，就會繼續活在懼怕當中。
- ◎ 路加福音1:45「這相信的女子是有福的！因為主對他所說的話都要應驗。」
- ◎ 詩篇56:3-4a「我懼怕的時候要倚靠你，我倚靠神，我要讚美他的話，我倚靠神必不懼怕，血氣之輩能把我怎麼樣呢？」另外一個譯本說，我為神所賜下的應許大大讚美祂。因為神所說的話都會應驗。

【小組討論與分享】

1. 請分享你心中有什麼恐懼？這些情緒對你造成什麼影響？哪些已靠主得勝？哪些還在奮戰中？
2. 請分享你突破恐懼的祕訣是什麼？
3. 害怕時，你通常會怎麼做？而今天信息，哪點對你最有幫助？
4. 請分享你心中對自己人生的盼望，以及神是否曾經透過祂的話帶給你鼓勵與應許。
5. 請分享你印象中給你帶來幫助的正面話語。

【神的工——禱告時間】

1. 請為今天新來的朋友祝福禱告，並請每位組員自由提出你的代禱事項。
2. 求主光照我們心中的恐懼、害怕，讓我們認識自己當下的光景；並求聖靈開通我們的悟性、心竅，使我們認識神的應許、並曉得如何遵祂的命令而行。
3. 求神使我們遇到困難、問題時，專心仰賴祂的幫助。幫助我們不屈從這世界、不討好他人，使我的心專心討主的喜悅！
4. 求主賜福每個小組（從學生至成人小組），興起更多主的工人，為主發光，成為神話語的出口，將人完完全的引到神的面前，使小組生養眾多，神的榮耀祝福更多的充滿每個小組。