

經文：「耶和華是我的亮光，是我的拯救！我還怕誰呢？耶和華是我性命的保障，我還怕誰呢？那作惡的，就是我的仇敵，前來吃我肉的時候，就絆跌仆倒。雖有軍兵安營攻擊我，我的心也不害怕；雖然興起刀兵攻擊我，我必仍舊安穩。有一件事，我尋求耶和華，我仍要：就是一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰他的榮美，在他殿裏求問。」(詩 27:1-4)

「恐懼」經常在黑夜中出現，尋找可吞食的人；它好像一道黑影，不離不棄地跟隨著我們。「恐懼」、「懼怕」曾幾何時籠罩著我們；佔據我們的心靈，甚至破壞我們人與人之間的信任。我們每一個人都一時間成為它的囚犯。這「恐懼」就是因時代衝擊、改變和挑戰而遭淘汰，卻不願改變自己，也不願意學習新觀念、新技術、新方法。還有死亡的陰影籠罩著我們，但又不能接受這個陌生的事實。

當人面對「恐懼」時，常用的方法是攻擊或逃避。正如有些人坐飛機時懼怕遇上空難，那就逃避坐飛機。他們因為恐懼，所以很想得到安全感，最好是甚麼都在自己的操控中，不用掛心。

我們如何克服恐懼？

回想詩人的話：「主是我的亮光，是我的拯救。」惟有上帝的亮光（上帝的話、屬靈經歷）能救我們，使我們不再害怕恐懼。

詩人不單征服恐懼，他一生的願望就是有耶和華的同在，「上帝的同在」就是每天都與上帝同住同行（住在耶和華的殿中），與上帝有親密的關係。

猶記得「信心」的相反不是「不信」，而是「恐懼」；所以新約常出現的吩咐：「不要怕，只要信」(路 8:50)。只要我們有信心，恐懼就會逃跑，不能進入我們的心房。

難怪詩人有這樣肯定的宣告：「我若不信在活人之地得見耶和華的恩惠，就早已喪膽了。」(詩 27:13)