**核心课程：不惧怕人**

**第五讲：对被伤害的惧怕**

# 导论

在过去的两周中我们讨论了几个我们惧怕人的原因。首先，我讲到对被暴露的惧怕，然后在上一个讲座中讲到对被拒绝的惧怕。今天我们会探讨的是对被伤害的惧怕。然而我也曾经说到，我们对人的惧怕常常是多个因素混合在一起的，对被伤害的惧怕也同样混杂着对被暴露的惧怕和对被拒绝的惧怕。对每一种惧怕的解决方案是一样的，所以你今天所听到的，和以前所听到的，都能够帮助到你抵挡任何一种惧怕。关键不是在于让你的态度和动机能够达到一个你不能企及的高度，而是透过你的祷告、你的读经、你的自我省察和你的门训伙伴之间的沟通，来帮助你尽量发现你里面的惧怕，并且寻求悔改和改变的机会。

因为在创世纪第三章，该隐杀害了他的兄弟亚伯，自从那个时候开始，人们就惧怕其他人给自己带来身体上的伤害乃至死亡。从圣经里面，我们看到很多人都惧怕别人会伤害他们、乃至杀害他们。甚至不用翻开圣经，我们就知道这种挣扎意味着什么。

这种对人的惧怕在很多层面来看都是非常合理的。我也要非常小心地告诉你们，当我讲到对被伤害的惧怕时，我并不是说我们不需要关注我们的人身安全。我们所服事的是一位给祂的孩子们提供最终安全保障的神，所以如果我们恰当地保护自己和我们家人的安全，我们就是在反映神作为保护者的性情。什么样的对人身安全的关注和保障是必需的呢？例如：夜晚的时候不要去一些不安全的地方，我们在教会为孩子们的人身安全提供必要的保护和关注，丈夫和父亲关注妻儿的健康而给他们购买人身意外伤害保险、为家里添置报警器材都属于正常和应有的关注。

# 我们惧怕别人伤害我们因为他们就是会伤害我们

马太福音10:28写道：

那杀身体不能杀灵魂的，不要怕他们。惟有能把身体和灵魂都灭在地狱里的，正要怕他。

所以耶稣说，我们不应该惧怕那只能杀我们身体的。耶稣知道人会伤害我们，甚至可能会以伤害的最高形式——杀人——来夺取我们的生命。事实上，耶稣自己也经历了这样的伤害。但是耶稣告诉我们，我们要调整自己惧怕的对象，不再惧怕从人那里来的伤害。神应该在我们的惧怕对象中居于首位，因为神能够决定我们的最终目的地，神能够审判我们、决定我们是永远活在刑罚中还是在与神永远的同在中，这应当是我们最惧怕的。神是我们所信靠的、决定我们人生的，也是我们应当服事的。

基督徒都知道这一事实，但是我们仍然有挣扎，为什么呢？

首先，我们挣扎因为我们被造不是为了受伤害也不是为了伤害别人。神造男人和女人，且让男人和女人被造是要为了与神和与彼此有完美的团契。弟兄被造不是为了杀害兄弟，然而在堕落之后，在人想要取代神之后，人就宣称自己想要与神同等、不要神来做王。我们虽然注意到伤害别人不是神原本的设计，然而当我们看到人们彼此伤害时我们也毫不惊奇。为了捍卫你自己对自己的超越和主宰地位，你可能没有给任何人带去身体上的伤害，但是你也一定做了某些事情来试图控制别人。这是另一种让我们惧怕人的原因——我们凭着自己败坏的内心，我们知道连我们自己都想要让别人惧怕自己胜过惧怕神。我们会在今天晚些时候谈到这一点。

除了我们的堕落、我们被造的目的，人类自己的历史也在影响着我们的观念，我们的经历让我们对这种惧怕有了一个合理的借口。

如果你是在一个常常在身体上或者语言上虐待你的家庭，或者你的老板是一个常常体罚、虐待员工的人，这种经历都会影响你对别人的认识。基于这种经历，你倾向于不轻易信任别人，这不是犯罪。我希望让你清楚这一点：对于犯罪的倾向或者诱惑并不是罪。正如有些人更容易受到愤怒、撒谎、懒惰的诱惑，有过被伤害经历的人倾向于不信任别人或是容易被惧怕辖制，犯罪的倾向并不等于犯罪。但是你不能因此而给自己犯罪找借口，或者因此而合理化自己可以去不信靠和敬畏神。

即便我们自己没有经历过被伤害，当我们读新闻、读圣经，我们都会看到这种伤害会造成的后果并且对此产生畏惧。事实上，我们所跟随的这位基督，根据以赛亚书53章，就是这样一位因为我们所犯的罪而受伤害、因我们的罪而受鞭打、被逼迫的神，他将自己的生命倾倒，以至于死。

所以，我们并不能够说痛苦的事情不会发生在信徒身上。当我们思考这一话题的时候，我们要做的是从圣经的角度来认识对人伤害自己的惧怕。

# 我们如何惧怕别人的伤害？

随便拿起一份报纸，你就会看到我们生活在一个危险的世界里，很多的新闻——无论是国际新闻还是国内新闻——都是在讲个人或者某个集体如何伤害别人。媒体知道我们害怕被伤害，世界也知道人害怕被伤害，所以他们用这种惧怕来达成很多目的。

我们当中有些人对这种惧怕有更加切身的认识，因为我们的经验告诉我们被伤害的可怕。你可能是别人犯罪的受害者。我们会花些时间思考福音怎样帮助我们从过去受伤害的经历中释放出来。那些曾经被人伤害过的人唯有透过福音的眼光才能够正确地理解和解决受伤害的过去。

我们对被伤害的惧怕会透过很多方式体现出来，而这些方式是有多种因素决定的：我们过去的经历、我们的个性、当下的人际关系，等等。但是这都不应该是我们被惧怕辖制的借口，也不是我们惧怕人多过惧怕神的理由。有些方式对你来说可能是新的，我们思考这些惧怕的方式并不能够缓解你的惧怕，但是给你一个思考的框架来发现自己的问题。

最难最痛苦的伤害往往发生在家庭里：在配偶之间、孩子与父母之间，或者其他的家庭关系里。这种伤害可能会导致我们在人际关系中经历最痛苦和艰难的挣扎，因为伤害发生在本该高度信任、相爱和最暴露我们弱点的关系里面。

人也会害怕任何形式的性侵害，对性侵害的惧怕根据每个人的经验而不同，然而这种惧怕也会被人利用，例如男性会利用这种惧怕来操纵或影响女性。

暴力是另一种我们所惧怕的伤害。我现在还记得小学和中学时候所经历的暴力伤害，有的是我被伤害，有的是我伤害别人。有些校园暴力可能看起来是童年的一部分，但是当我们指导孩子该如何回应别的孩子对他的暴力时，我们也要首先教导他们应当惧怕神多过惧怕伤害他们的人。因为校园中的暴力已经如此普遍（即便是在基督教学校中，孩子们也不是天使），我们需要教导孩子们如何处理自己的惧怕。

为福音受逼迫是另一种惧怕。你想过有一天你会因为传福音、或是信仰基督而遭受身体伤害吗？这并不是不可能，在很多地方，这种伤害甚至可能会是死亡的形式。

恐怖袭击也是一种可能的伤害，对无辜者的恐怖袭击正在越来越普遍，对这种伤害的惧怕正在我们这个社会里以紧张的气氛体现出来。

种族主义，或者阶层主义呢？它们也可能构成我们的惧怕，它会让我们惧怕被伤害，或者惧怕被拒绝。你会不会惧怕某些人，只是因为他们所处的社会地位或者是他们的肤色？这种惧怕会以很多形式体现出来：种族隔离、阶层隔离，有的隔离是制度性的，有的隔离是你主动采取的做法——例如进了地铁以后坐的远一点。你有没有因为对方的肤色或是阶层而惧怕其他在基督里的弟兄姊妹？这种惧怕有没有让你想要换一个教会，或者停止爱某些基督里的肢体？要注意，这种惧怕往往是来自某种我们自以为是的假设，这些假设让我们不敢去信靠和敬畏神。

不同的人在对被伤害的惧怕这件事上可能会有不同的反应。当我们透过福音的眼光去看待这种惧怕时，我并不是要掩盖你的挣扎，这些惧怕可以成为你和属灵伙伴之间谈话的一个起点。

# 我们也惧怕非身体性的伤害

有人认为，“棍棒和石头能让我屈服，但是你说什么我都不怕。”这种看法是错误的。如果我们这样想的话，我们是在拥抱一种禁欲主义/斯多葛哲学，而不是拥抱福音，这是一种自我保护、自我释放的暗示，不是福音的解决之道。

一个使用语言暴力的上司、配偶或是父母会同样产生对人的惧怕，正如身体伤害可能带来的惧怕一样。这和害怕被拒绝，或者害怕不被接纳不同，这也不是害怕被暴露，虽然这些都可能会在害怕被语言暴力伤害时同时发生。

我仍然记得我在学习驾驶的时候，驾驶教练使用非常难听而且带有侮辱性的语言对待我和其他学员。那时每次去驾校练车对我来说都是一种煎熬。这种语言暴力并不是拒绝，在练完车后他又可以跟学员称兄道弟，但是回到车上的时候又变得凶神恶煞。练完车回到家的时候，我就像经历了一场拷打一样，情感和心理上的重担不比身体伤害来的轻。

某些性骚扰也是属于此类，不是身体上的侵害，但是用语言来试探和伤害也会激起人的惧怕。

当我讲到这些的时候，我绝不是说圣经认为我们应该停留在被伤害的环境里，如果你处在这样的一个环境里，你绝对要和你的人事部门、你所信任的教会肢体或领袖讲出来，获得建议。

当然而当我们思考这些处境时，我们也要祷告，求神给我们温柔和爱来回应这些伤害我们的人。在某些情况下，我们也需要用爱心说诚实话来让他们收敛。那些惧怕的人，往往用沉默或者过激的愤怒来回应，而福音却要我们用另一种方式来回应。

【大家有什么问题吗？】

* 你有什么对别人伤害你的惧怕，这种惧怕怎样辖制你？
* 这种惧怕会怎样影响我们的生活？
* 还有什么伤害让我们惧怕？

如果你有过去被伤害的经验，并因此产生对人的惧怕，这会让你始终处于一个受害者的地位，你会面临一个试探：就是把一切困难、罪都归咎于过去的经验。

你和别人的关系会因此受到影响，羞耻感会一直伴随着那些曾经被伤害的人。我们理解说我们经历羞耻感是因为罪——自己的罪或是别人的罪，但是羞耻感和被伤害混杂在一起的时候会让人的情感非常复杂。被伤害的人会因为羞耻感而选择某种方法（甚至是某种犯罪的方法）来让他觉得自己被别人的罪伤害可以获得补偿。这是一种徒劳，朋友们。如果你是自己犯罪，你要悔改。如果是别人犯罪让你受伤害，你要以某种方式获得心理上的补偿，这是徒劳。例如有的人停止信任别人，有的人用犯罪的方式报复上帝（例如，不去聚会），有的人总是透过自己的经验去认识别人。我们将来很快会谈到这些方面。

自怜也是一种我们回应过去经历的方式，“如果我没有经历过这些，我信靠神会是多么容易的事啊。”或者“我永远都不会从惧怕人当中改变出来，我再也走不出来了。”自怜会是一种非常诱人的回应方式，但是我们要意识到，自怜是寻求信任自己多过信靠神。

我们的惧怕也可能会用男权主义或女权主义的形式体现出来，男权主义和女权主义的兴起都是因为惧怕按照神所设定的男女角色生活会给自己带来伤害，会让别人伤害自己。

我们越惧怕别人，我们就难爱别人，我们就越会躲起来、害怕与人交往。

苦毒是惧怕更深的反应。当我们在与惧怕的争战中失败时，但我们不愿意悔改和追求像基督一样的回应时，我们的惧怕就会变成苦毒：对人的苦毒、对教会的苦毒，乃至对神的苦毒。

# 伤害别人的人是怎样的呢？

首先，对别人的惧怕会让你看他的所有行为都是针对你的。然而，伤害别人的人，他们的问题不是在于你，而是在于他们的罪：骄傲、惧怕、不安全感、想要控制人、邪恶等等。

1. 他们可能是被各种惧怕辖制的人。你有没有想过，你所惧怕的人也同样被对人的惧怕而辖制呢？
2. 他们小看自己所犯的罪，他们不但这样对待你，也这样对待其他人。

其次，他们需要的是福音，而不是我们的惧怕。你有没有这样想过？你对他们的惧怕导致你回应他们的不是福音而是你的惧怕。

1. 伤害别人的人可能从未听过有人向他诚实地分享福音，也没有人诚实地告诉他们他们这样做的后果是什么。他们可能认为最好的保护自己和自己欲望的方式是激发别人对他的惧怕。
2. 的确，面对和抵挡你所惧怕的人需要谦卑、勇气和耐心。在惧怕中躲避他们会更加容易，也让你感觉到更加安全。

第三，和基督相比，我们更像那个伤害别人的人。

1. 这并不是说消灭我们在基督面前的地位，我们已经被称为义，基督知道我们的软弱。
2. 但是正是因为你我的罪，基督被人伤害。如果你不把自己看作是钉死基督的人之一，你现在就这样想。你的罪导致了基督的受苦。
3. 我并不是说那些伤害你的人所做的不算什么，他们在犯罪。但是如果你是别人犯罪的受害者，你很容易看他比你更应该受审判，或者不配得神的怜悯

第四，如果我是一个想要让人惧怕的人，我该怎么做？

1. 悔改——无论是语言暴力或者是肢体暴力，都应该悔改。
2. 思考你的罪所带来的影响，你犯罪可能是因为骄傲、不安全感等等，但是你的罪有后果。
3. 当你伤害别人的时候——无论是有意的还是无意的，你都是在试图让别人错误地惧怕你，你在让别人把你当作神，惧怕你多过惧怕神，这是你需要认真对待并且悔改的罪。

# 圣经的例子

在创世记12章中，亚伯拉罕惧怕法老的手会给他带来死亡，所以就在撒拉是他的妻子这件事上撒谎。他惧怕人，这并不是因为他曾经被伤害过，而是他惧怕将来、惧怕潜在的伤害，所以他用撒谎的方式来逃避风险。我们很清楚地看见亚伯拉罕这样的犯罪也对其他人造成影响，甚至在将来的世代中也继续得到体现。他的犯罪不单单停止在他的身上。

以色列人惧怕探子们从迦南地所带回来的信息（民数记13:26-33）。在圣经中，有好几个地方我们可以看到以色列作为神的选民却常常向对人的惧怕投降。他们特别惧怕伤害，当然也有的时候他们选择敬畏神，神就帮助他们。在民数记，我们清楚地看到他们惧怕人，并且选择背离神和不再信任神。我们看到十二个探子中有十个从应许之地回来，他们利用人的惧怕使人转离神、不再信靠神和敬畏神。这是多么可怕的事啊。

约书亚是两个想要劝告以色列人敬畏神、不再惧怕人的探子之一。我们看见神欣赏和祝福约书亚，让他刚强壮胆（约书亚记1）。约书亚的回应是更多的信靠。我们可以学习到，每一次我们不再惧怕人，神就给我们勇气和刚强来度过难处，让我们下一次可以面对更大的试探。如果你觉得顺服神是一座大山，你永远跨不过去，不要去看那个山峰，而是思想你今天可以如何信靠和顺服神。

在士师记4:8-9，巴拉在底波拉不愿意陪伴他的情况下就不愿意进入战场。

在士师记6章和7章，基甸在一开始的时候非常惧怕人和人可能给他带来的伤害（7:10-11），但是神对他很有恩慈和怜悯，他耐心等候基甸，直到他能够放下自己的惧怕。

以斯帖（5:1-8）知道她如果向亚哈随鲁王提出要求，她可能会面临死亡。亚哈随鲁是一个独裁的君王，他有权柄处死任何人不需要别人批准，也没有上诉。但是以斯帖敬畏神多过惧怕亚哈随鲁，最后成为多人的祝福。

在路得记2:2，路得决定去到田野工作以供应她自己和拿俄米生活所需，虽然这意味着她可能要面对来自其他人的羞辱甚至性侵害。她的决定表现出她敬畏神和爱自己的婆婆多过惧怕身体伤害。

在但以理书中，但以理和他的朋友们选择敬畏神超过惧怕来自人可能给自己造成的伤害。思想尼布甲尼撒把沙得拉，米煞，亚伯尼歌这三位希伯来人丢进火炉时他们的回应吧：

尼布甲尼撒阿，这件事我们不必回答你。即便如此，我们所事奉的神能将我们从烈火的窑中救出来。王阿，他也必救我们脱离你的手。即或不然，王阿，你当知道我们决不事奉你的神，也不敬拜你所立的金像。

从他们的回答中，我们知道他们也明白神并没有保证要救他们脱离死亡，但是他们敬畏神超过惧怕死亡。你有惧怕什么身体上的伤害吗？你能够像他们一样说话吗？你会不会在偶像或别人的接纳面前低下你的头颅，而不是敬畏和信靠神？

大卫面临很多的机会和试探，让他惧怕来自人的伤害，但是他常常的回应是他更惧怕神。在诗篇27:1-3，他说：

耶和华是我的亮光，是我的拯救。我还怕谁呢。耶和华是我性命的保障，我还惧谁呢。那作恶的，就是我的仇敌，前来吃我肉的时候，就绊跌仆倒。虽有军兵安营攻击我，我的心也不害怕。虽然兴起刀兵攻击我，我必仍旧安稳。

他知道最终他的保护者是耶和华，他的性命和安全都在神的手中。

在哈巴谷书3:16-17，先知哈巴谷决定在面对死亡、毁坏的威胁面前选择信靠神，虽然他知道这并不意味着他的性命可以得到保全。我们不知道哈巴谷在以色列被毁的时候遭遇到了什么。我们不是等到知道结果才决定信靠。我们敬畏神是因为神值得敬畏。

彼得对我们来说既是正面的例子，又是负面的典型。他是这样的一个角色：我们看到他的时候，我们就知道神赦免和饶恕不敬畏祂的人。彼得在耶稣受审判的时候三次不认主，因为他惧怕其他人可能会给他带来身体上的伤害。你有没有注意到当他这样做的时候，他立即感到羞耻，你有没有经历过同样的事情——当你惧怕人多过敬畏神的时候，你会感到羞耻？这和其他的犯罪是一样的。向试探和软弱投降一定会最终带来更多的痛苦，比我们想要避免的痛苦还要多。然而在彼得前书3:13-15，他说：

你们若是热心行善，有谁害你们呢。你们就是为义受苦，也是有福的。不要怕人的威吓，也不要惊慌。

他从一个惧怕者变成一个鼓励别人不要惧怕人的人。

保罗是一个给基督徒带来身体伤害的人。他同时也是一个为了福音而经历逼迫与伤害的人。在将来的伤害面前，他祷告祈求信心和不惧怕。在哥林多后书11:23-12:10，保罗列出了他所经历过的伤害，但是最后他说：

我为基督的缘故，就以软弱，凌辱，急难，逼迫，困苦，为可喜乐的。因我什么时候软弱，什么时候就刚强了。

我们在希伯来书11章中可以看到很多这样的人，他们曾经与惧怕挣扎：亚伯拉罕、摩西、基甸、巴拉，还有参孙。我们在35-40节也看到一个图画般的展示，希伯来书的作者说他们是这个世界不配有的人：

有妇人得自己的死人复活，又有人忍受严刑，不肯苟且得释放，为要得着更美的复活。又有人忍受戏弄，鞭打，捆锁，监禁，各等的磨炼。被石头打死，被锯锯死，受试探，被刀杀。披着绵羊山羊的皮各处奔跑，受穷乏，患难，苦害。在旷野，山岭，山洞，地穴，飘流无定。本是世界不配有的人。

同时也让我们思想耶稣基督。在路加福音9:22，他这样说：

人子必须受许多的苦，被长老祭司长和文士弃绝，并且被杀，第三日复活。

然后他接着说，要跟随他的人也要这样跟随他。在22:42，在客西马尼园他说：

父阿，你若愿意，就把这杯撤去。然而不要成就我的意思，只要成就你的意思。

他不想喝这盛满上帝愤怒的杯，他也不愿意在痛苦中与天父分离。但是他虽然惧怕这些事情，他却选择受苦、死亡，并且他现在就能够理解我们所面临的试探。希伯来书4:15-16说：

因我们的大祭司，并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样。只是他没有犯罪。所以我们只管坦然无惧的，来到施恩的宝座前，为要得怜恤，蒙恩惠作随时的帮助。

这一真理给我们力量，让我们知道可以如何在信靠和顺服中与主前行，因为我们所跟随的是一位经历过类似试探和诱惑的主。

# 回应

害怕别人给自己造成伤害是一个真实的挣扎，我们可以用多个途径来回应这样的试探。

我们的文化要我们或者用一个受害者的角度来回应，或者以一个斯多葛式的方法来回应。前者把惧怕和挣扎看作是别人犯罪的结果。因此我有权利感到惧怕，因为其他人这样对我（或者会这样对我）。如果我受过伤害，我怎能不惧怕人呢？我的父亲对我做过这么恶劣的事情，我怎么还能信任别人呢？那种族群或者阶级的人如此对待过我，我怎么能信任跟他一样肤色或者一个阶层的人呢？

斯多葛式的回应呢，是将惧怕最小化，假装看不见。他们认为惧怕是一种软弱，所以不能承认自己惧怕被伤害，如果我承认我有惧怕，等于我承认我有软弱。

我们可能曾经被，或者仍然被这些世俗的应对惧怕的方式所影响。那我们该如何应对呢？福音怎样可以解决这些惧怕呢？

我们首先要认识到，被伤害的最糟糕形式已经被基督胜过了。基督为我们代赎，为了他所没有犯的罪而死，他是为那些攻击他、伤害他、被他造的人而死。但是他并不惧怕这样的死亡，因为他信靠和惧怕父神。我们经历过伤害的人应该更能理解耶稣所受的苦楚。

当我们为自己的罪悔改，并且信靠基督的时候，我们就要意识到我们的罪是他受死的原因。我们每一个人都为这个世界上人们的彼此伤害负有某种责任。然而因着基督为我们所做的，我们被饶恕了，这也意味着我们应当饶恕别人，而不是惧怕别人。

当我们跟随基督的时候，我们也会面对受苦，这是成为一个基督徒必须经历的部分。我们会面对被拒绝、不被接纳，甚至身体上的伤害，还有因为跟随十字架之路而带来的羞耻感。福音并不能帮助我们逃离这种感觉，而是让我们用敬畏和信靠神来代替惧怕人。

福音同样将我们带入一个新的家庭，基督的教会。在这里，我们每个人都受过伤害，也伤害过别人，我们也成为别人惧怕的对象，同时自己又惧怕人。我们能够彼此认识、彼此饶恕、彼此合一，因为我们在基督里经历了饶恕和怜悯。

现在，让我们花一点时间来思想我们是怎么惧怕别人带给我们的伤害的，以及福音可以怎样胜过这样的惧怕。但是让我们也多想一点点，不要仅仅把福音当作是解决心理问题的工具，而是更多的思考我们的惧怕和经历可以怎样的高举福音和传扬福音。让我们从前面所讲的那些伤害的分类来考虑这些问题：

**身体伤害：**

* 神才是祂儿女最终的保护者。
* 我们今生所经历的所有伤害都是在神的主权之下允许发生的，为的是能够造就我们。这些伤害不是毫无意义的。这会让我们避免错误地比较自己的惧怕和别人的惧怕。
* 我们能够饶恕和爱那些伤害过我们的人，因为基督已经为饶恕和爱我们。

**语言暴力：**

* 基督经历了身体伤害和其他人对他的语言暴力。
* 如果身体伤害会让你感到受害，那么语言暴力更多地会让你做一个鸵鸟，假装你自己不惧怕。
* 我们应该像基督一样，不是用反向语言暴力来回应。
* 我们爱和服事别人，无论他是不是会利用我的爱心。

**种族主义/阶层主义：**

* 在基督的身体里面，我们有机会来展现我们对别人的惧怕已经从我们身上被挪走了。

【最后，大家有什么问题吗？】