

门徒训练+概要

基要课程

饶恕与和好

第一课：饶恕的基础

饶恕别人，有着很大的自由度，但克服第一个障碍，也就是放开一种自以为有发怒之理的感觉，往往是实现这自由最难的部分。

“我恨这个人，想报复。三年来，我计划如何报复她，对她造成最大的伤害。”

——玻利维亚女囚犯

也许你曾经经历过一个小小的不公正待遇，而且对方很快道歉，你很容易饶恕他们。但是，伤口很深的时候，又会如何？此时，饶恕是容易的事情吗？

从定义上讲，饶恕是放开对另一个人或环境所持的负面、怨恨或受伤的感觉。放开某些东西，意味着放手。定义上听起来那么简单的事情，在实践中，却似乎是最不可能的。

也许你曾经经历过一个小小的不公正待遇，而对方很快道歉，你会很容易饶恕他们。但是，伤口很深的时候，又会如何？此时，饶恕是容易的事情吗？如果对你造成的不公正待遇会引起消极和怨恨的情绪，又会如何呢？如果伤口是由极度的不公正造成的呢？放手，而后饶恕，这会有多容易呢？

玻利维亚一位名叫马利亚（化名）的妇女，正面对这样一个伤口。玛丽亚是四个孩子的母亲，她被邻居妇女诬告，说她犯了罪，但其实她没有做过。结果，她被捕入狱。想象一下：一个无辜的妇女，被迫与她的孩子分离，服着她本不应服的刑期！

你有何感受：愤怒、怨恨、报复？马利亚也这么觉得。她说：“三年来，我计划如何报复她，对她造成最大的伤害。”

她的愤怒是否合理？她的报复是否合理？很多人会说“是的”。然而，她并不快乐。怀着那些愤怒的想法，想着那些报复的计划，并没有带给她灵魂的平安，也没有带来她渴望的满足。

在狱中，马利亚有机会研读圣经，她开始理解神的话语。圣灵在她里面动工，她渐渐看到，她是如何被一位恩慈、满有爱的救主赦免，这位救主忍受着人类所见过的最大的不公正。从这个角度来看，马利亚能够放开她的愤怒，去饶恕人，正如她已经被天父赦免一样。

她说：“多亏我在这里与其他妇女一同查经，也多亏其他方面的学习，对这些女士的仇恨和报复的渴望已经消失了。这些学习帮助我去饶恕人。我的身体、精神和心灵都感觉好多了。我的愤怒不会让我活在平安中。这使我能够请求我的家人和儿子的原谅。在这里六年的时间，不仅对我而言，而且对我整个家庭而言，都非常痛苦。”

听了马利亚的故事，许多人会同意，她完全有权利为了她所遭受的不公正而愤怒。即便我们或许可以理解，为什么她会那么愤怒和怀有怨恨，

但圣经清楚告诉我们，她的情绪是不可接受的，也无法表达她所得到的恩典。她怀着这种仇恨和报复时，心里并不平安。所以，她选择了饶恕的艰难之路。她选择了把监禁看成内蕴的祝福。令人吃惊的是，她坦言道：“如果我有机会向那个送我到这里来的人请求饶恕，我会请求她饶恕的，并且会说：‘谢谢你送我到这个地方。’因为在这里，我学会了欣赏以前我并不欣赏的事情。”

神的恩典在一个人的心灵和意念中作出的改变，这是何等的见证！只有耶稣的爱浇灌在一个人的心中，才能作出如此完全的改变，让这个人有能力、有意愿，来放开那些心结，来自由地去饶恕人。不但去饶恕人，而且为了她这么多年来对他们所怀的仇恨和报复，而请求他们饶恕！这是恩典！这是自由！没有什么监狱之门可以囚禁她了。她的灵魂正活在自由和平安中，因为她顺服于圣灵的旨意和激励。

当然，这是一个艰难的过程。当你检视自己受到的不公正待遇，你一定能看到你生命中紧紧抓住的，你仍然对一个人或者环境怀有残余的愤怒和苦毒。那种愤怒和不饶恕的感觉，会让你感觉好、感觉快乐、感觉自由吗？不管你的怒气看起来有多合理，你是否真的相信这是讨神喜悦的？

以弗所书1:7-8告诉我们，耶稣已经透过他自己的宝血和牺牲，救赎了我们，赦免了我们。这恩典已经丰丰富富地赐给我们。神对我们发怒不是很合理的吗？我们岂不是在许多方面得罪了他，以至于他完全有理由向我们施忿怒吗？然而，借着祂的大怜悯，祂透过祂的儿子，饶恕了我们。这个饶恕不是微不足道的。这是丰丰富富的恩典和饶恕，一直为我们所有的罪涌流在我们身上。那么，我们怎能不做这件艰难的事情，就是放下我们的怨恨和愤怒，把这同样丰丰富富的恩典和饶恕延伸到那些得罪我们的人身上呢？

理解饶恕的基础—就是我们沉重的债务已经被丰丰富富地赦免了—将帮助我们去饶恕别人，这是艰难的。在放开仇恨和报复的另一面，有着大喜乐和丰盛的自由。求主今日来揭开你心中对于最小过犯的残余苦毒，并且相信祂，让祂来饶恕你，并使你从中得到自由。

令人吃惊的是，她坦言道：“如果我有机会向那个送我到这里来的人请求饶恕，我会请求她饶恕的，并且会说：‘谢谢你送我到这个地方。’因为在这里，我学会了欣赏以前我并不欣赏的事情。”

当你检视自己受到的不公正待遇，你一定能看到你生命中紧紧抓住的，你仍然对一个人或者环境怀有残余的愤怒和苦毒。那种愤怒和不饶恕的感觉，会让你感觉好、感觉快乐、感觉自由吗？不管你的怒气看起来有多合理，你是否真的相信这是讨神喜悦的？

回顾所学

- 不管别人对我们所做的不公正是多么大，不管我们的愤怒看起来多么合理，不饶恕是不讨神喜悦的。
- 因为我们已经被我们的天父丰丰富富地饶恕了，我们就应当把这丰丰富富的饶恕延伸到得罪我们的人。
- 我们透过放开心中的愤怒和报复，透过饶恕，在我们生命中的痛苦环境中体验喜乐、并得到自由。

你的观点

- 诚实且仔细地思想：你的生命有一些人，是你不愿饶恕的吗？有什么环境或者个人，使你感到愤怒、报复和苦毒的重压？求主向你启示答案，然后在谦卑的悔改中转向他，求他饶恕你怀有苦毒。如果合适或者可能的话，请联络你以前不饶恕的人，并将那恩典延伸到他们身上。
- 想一想，你有哪些罪，是神已经饶恕，而你最为此感恩的？写下来，并在祷告中回应神，为了祂的大饶恕而感谢他。
- 请阅读马太福音18:21-35。你从饶恕的重要性那里学到了什么？你如何能够因为神已经饶恕了你，从而一步一步成为饶恕的人呢？

经文引用自中文圣经新标点和合本。允许使用。版权所有。

所有其他内容版权归©2019 加拿大环球广播所有，只要是为了传福音并且不对所使用的材料收费，可以自由使用。查看更多许可证详细信息，请访问 www.discipleshipessentials.org/licensing。