

# 門徒訓練+概要

屬靈帶領基要  
帶領指南

## 饒恕與和好

### 第一課：饒恕的基礎

#### 導論

這一課是門徒訓練概要裡饒恕與和好單元的一部分。在我們生命中接受神的饒恕，並將這一份饒恕延伸到他人身上並不容易，因為饒恕他人與我們的自然傾向是相悖的。但是當我們容許神改變我們的心思意念時，我們就可以經歷到與神以及與他人和好。本課程將探索饒恕的聖經基礎、和好所需要的過程，以及如何使人與他人和平共處。課程中也將考察人與人之間，或在群體的成員之間所需要的饒恕。

#### 對象

這一系列課程的物件是在信仰上邁向成熟並渴望事奉神的信徒。這些課程對牧者、教會帶領人、導師或教師尤其有幫助，對希望增進自己與神關係的人也有益處。

帶領指南是要說明組長預備課程，可同時和門徒訓練概要的其他材料一起結合運用。請訪問我們的網站 [www.dechinese.org](http://www.dechinese.org)。



# 饒恕與和好

## 第一課：饒恕的基礎

### 目的

本課考察了聖經中所教導的饒恕，包括神赦免我們、祂吩咐我們彼此饒恕、以及需要饒恕的原因。

### 帶領指南

當某人傷害了我們，要我們饒恕他似乎是不可能的。當某件事或某段破碎的關係所帶來的傷痛尚未消退時，感覺就像我們一次又一次被傷害。然而，耶穌卻教導我們許多關於饒恕的功課！這一課並不容易，因為你所教導的是過去（甚至也許是現在！）受到真實傷害的真實的人。如果你的組員已經經歷了艱難的處境，但還不能真正饒恕他們的仇敵，你要給他們時間，讓他們經歷所需要的過程，才能達到真正的饒恕。如果有什麼來自他們社群或當地歷史的例子你覺得可以分享的，那就以一種認罪同時又帶著鼓勵的方式，來分享真實的饒恕與和好。為你的組員祈禱，希望他們可以在學習饒恕的過程中，經歷到神的幫助。

## 開場

*（選擇兩或三個問題）*

- ❖ “饒恕”這個詞對你來說是什麼意思？
- ❖ 對於你所願意饒恕的事情，有什麼限制嗎？當別人對你做什麼事情時，你覺得絕無可能饒恕他？
- ❖ 饒恕與和好有什麼關係？它們之間是必然關係嗎？
- ❖ 神已經赦免了你所有的罪嗎？你如何知道你已經被神饒恕了？
- ❖ 你曾有過向朋友或家人尋求饒恕的經歷嗎？你經歷了什麼樣的過程？最終結果如何？



## 研讀

從以下幾點來指導組員

### 教導：

- ❖ **什麼是饒恕？**聖經可以總結為一個故事，也就是神與他的受造物之間關係的故事。我們與神之前的這份關係，被罪傷害和破壞。罪是指有意得罪他人、得罪上帝。罪並不是簡單的錯誤或無知的行為，因此人對於此是無可推諉的。這種罪和破裂的關係，是當今世界上所有惡的源頭，但神藉著饒恕，主動地修復了這個破裂的關係。為了讓我們能將饒恕延伸到他人身上，我們必須先明白饒恕是什麼。
  - **饒恕意味著放下：**饒恕的最簡單定義，就是某人傷害了我們，我們本有權利再回頭傷害他，但我們卻放棄了這個權利。我們放下對報復的主張，不再傷害他們。即使他們的罪造成了後果，我們也放下傷害人的那一方，將他們從虧欠我們的道德債務中釋放出來。
  - **饒恕意味著挽回：**當我們和一個人本有良好的關係，但是這個關係後來被傷害所打破，為了挽回這個關係，需要有饒恕。饒恕就是修復一些被打破了的東西，回復到更新狀態。饒恕就是歡迎某人回到與我們的友誼中。
  - **饒恕與和好不同：**你可以饒恕一個沒有要求被饒恕的人，這個人甚至可能不再在你的生活中；但和好則需要兩個人相互走在一起，以完全修復已經被打破的關係。饒恕算是朝向和好方向所邁出的第一步。
  - **饒恕需要有改變：**當我們饒恕某人的時候，就需要改變我們的行為，而不僅僅是“我原諒你”這幾個字。耶穌在路加福音 6:27-28中教導我們要怎麼做，祂提到了四件事：
    - **愛：**這要求我們通過支持的行動，把別人擺在我們之前。這不僅僅是我們心中的一種感覺而已，而是一個影響我們行為的選擇。
    - **行善：**這是一種良善、服事和憐憫的行為，例如微笑，或以某種方式提供說明。
    - **祝福，而不要咒詛：**我們必須選擇向傷害者說好話，而不是壞話。我們不能咒詛他們，而要友善地談論他們。我們必須對他們懷有良好祝願，而不是希望他們會因為他們的行為受到傷害。
    - **禱告：**我們必須向神禱告，請祂饒恕他們，以修復我們與他們的關係。

### 提問：

請大聲朗讀馬太福音 5:38-48，並與組員討論以下問題：

*對於那些傷害了我們的人，在我們的文化裡，有哪些報復他們的方式是可接受的？*



耶穌要求祂的門徒在行為上作出哪些改變，尤其是當這些行為與我們的仇敵以及傷害我們的人有關的時候？

我們的仇敵有要求我們饒恕他們嗎？如果他們被饒恕了，那麼他們還算是我們的仇敵嗎？

### 任務：

將組員分成四組。讓每個小組查考下面其中一組經文，寫下神說了哪些關於饒恕的話。最後讓每個小組總結他們所學到的內容。

第 1 組	第 2 組	第 3 組
以弗所書 4:32 馬可福音 11:25 馬太福音 18:21-22 歌羅西書 3:13	詩篇 103:2-4 詩篇 103:10-14 傳道書 7:20 耶利米書 31:34	箴言 28:13 以弗所書 2:8 路加福音 23:33-34 羅馬書 12:17

### 教導：

- ❖ **神對我們的饒恕：**神渴望他的受造物與他恢復關係，渴望造物主和受造物之間被罪打破的連系可以恢復。這種恢復是透過祂的饒恕實現的。當我們理解神給我們的饒恕時，我們才能夠饒恕他人。
  - **神的饒恕代價重大：**如果沒有流血，就沒有罪得饒恕。在舊約的歷史中，只有通過特定的燔祭，饒恕才能實現。耶穌基督來到世上，獻出自己的生命，作為我們罪的祭物。這個饒恕的代價是非常巨大的（希伯來書 9:22-26）。
  - **神的饒恕是我們都需要的：**在我們當中，沒有一個人可以聲稱自己無罪。每個活著的人都深深需要被饒恕，無論他自己有沒有意識到這一點（羅馬書 3:23）。
  - **神的饒恕針對的是我們的罪：**不論我們認為我們生命中最大的問題是什麼，我們的罪都是更大的問題。罪打破了我們與神的關係，也破壞了我們與他人的關係。只有神的饒恕可以處理我們的罪（約翰一書 1:9）。
  - **神的饒恕針對的是我們的罪惡感：**當我們意識到自己的罪時，我們就帶著一種罪惡感，這種罪惡感讓我們無法有效地、喜樂地達成我們的目標。但神的饒恕帶來了平安，讓我們可以不必繼續在罪惡感下生活（羅馬書 5:1）。
  - **神的饒恕不是自動的：**在得救的那一刻，透過認罪、悔改，神的饒恕就白白賜下。但是對於基督徒而言，儘管我們的救恩是安穩的，但是與神的相交卻會被罪所阻礙，所以要保持持續的饒恕以及與神的相交仰賴於我們經常的認罪（約翰一書 1:9）。
  - **神的饒恕是永恆的：**這份饒恕不是暫時的，也不是只出現一次的。饒恕是永恆的，就如神自己是永恆的一樣（約翰福音 5:24；使徒行傳 2:38）。



- **神饒恕了我們的過去：**當我們求神饒恕過去的罪，神的饒恕就適用於我們已經做過的所有事情（彌迦書 7:19）。
- **神饒恕了我們的現在：**當我們犯罪時，我們知道可以立刻求神饒恕，因為耶穌基督已經付出了受刑罰的代價（約翰一書 2:1-2）。
- **神饒恕了我們的未來：**即便我們應當避免犯罪，但是我們也明白自己在未來還是需要神的恩典與饒恕。我們可以確信，當我們向神祈求時，祂總是會饒恕我們的（希伯來書 7:25）。
- **神的饒恕是可信任的：**我們可以信任神的饒恕，因為我們相信祂的屬性。神是永不改變的，所以當祂饒恕我們，我們的救贖就是安穩的。這是基於耶穌基督的死和復活，沒有什麼可以撤銷神的饒恕（希伯來書 9:11-12）。
- ❖ **饒恕他人，如同我們被饒恕一樣：**神不容許我們拒絕饒恕他人，因為我們與祂的關係正建立在祂對我們的饒恕上。因為我們那永遠無法償還的債已經被神饒恕，所以當他人得罪我們的時候，我們必須願意去饒恕他人。無論我們如何被得罪，我們都不可以不饒恕人。
  - **不饒恕的僕人的比喻：**耶穌教導我們，我們就像一個僕人，欠了極大的債，卻被饒恕了，這份債本是他永遠無法償還的。然而，不久之後，僕人卻不能饒恕一個欠他債的人。如果我們不饒恕別人的債，我們就沒有表現出愛、憐憫和感激（馬太福音 18:21-35）。
    - 門徒彼得認為自己理解耶穌關於愛和饒恕的教導。依照傳統拉比的教導，人應該三次饒恕得罪他的人。彼得知道這一點，也知道耶穌關於愛和恩典的教導，就認為七次的饒恕已經夠慷慨了。但耶穌告訴他，饒恕七十個七次才對！耶穌其實想讓他知道，饒恕甚至不應該進行計算！
    - 這個故事中的僕人輕率地對待他所經歷的饒恕。這份饒恕並沒有使他謙卑，也沒有令他感恩。同樣地，我們也不能輕率地對待耶穌為我們的罪得饒恕所付出的代價。
    - 耶穌又補充說，我們必須饒恕我們的兄弟（以及任何得罪我們的人），否則我們將不會得到神的饒恕。
- ❖ **為何饒恕那麼困難：**即使我們知道必須饒恕他人，但是要做到這一點也許非常困難，也需要時間。有些罪行光是追憶就非常痛苦。我們需要注意那些會妨礙我們饒恕的障礙，以下是我們可能會遇到的一些困難。
  - **擔心做壞事的人可因此躲避掉他們所需承擔的後果，或甚至不受懲罰**
    - 饒恕不一定是把某人從他因自己行為所需承擔的自然後果中釋放出來，而是要把他們從你的審判中釋放出來，交給神。神教導我們，因為我們都是罪人，報復與復仇都不是我們應該做的事情。神是完美的，我們必須交由祂作出審判，給予應有的後果和懲罰。我們必須相信神在這一點上是公正、有智慧、且充滿愛的。
    - 羅馬書 12:19；希伯來書 10:30；帖撒羅尼迦前書 5:15



- **擔心我們必須撒謊，假裝我們沒有被傷得很深**
  - 尋求饒恕和和解是必要的，因為我們受到傷害，或者有一段關係被破壞。當我們討論到我們如何受傷害，而得罪我們的人如何悔改時，我們就必須饒恕。假裝我們沒有受到傷害，或者沒有罪行，都是不誠實的。
  - 路加福音 17:3-4
  
- **擔心饒恕就是給予人繼續犯罪的通行證**
  - 當我們免了某人的債，或我們本有權利向人報復，卻選擇放棄這個權利時，要特別小心，不要忽視罪的嚴重性或影響力。饒恕並非表示發生的事情是可以接受的；饒恕的意思是，我們選擇停止這件事在我們心裡面所引發的憤怒循環。饒恕需要勇氣和品格，這並不是容許邪惡，反而是為良善挺身而出。我們必須指認、正視這些罪行，並追究責任。
  - 馬太福音 18:15-17
  
- **擔心饒恕會讓我們二次受傷**
  - 耶穌教導說，饒恕是大有能力的。讓一個曾經傷害過我們的人再回到我們的生活中並不容易，因為使自己處於一個可能再次受到傷害的位置是非常需要恩典的行動。如果我們饒恕得罪我們的人，但他們仍然不悔改，我們應該為他們祈禱，並把這個情況交給神。但是，當有人要求我們饒恕時，我們必須饒恕他們。
  - 馬太福音 5:38-42

#### ❖ 我們為何要饒恕他人？

- **因為我們曾犯過更大的罪，卻已經被神饒恕：**神是無限的良善，我們的罪是無窮的邪惡。多少好行為都無法抵消我們對神的反叛。沒有什麼做在我們身上的罪，比神所饒恕我們的罪更大，所以我們必須饒恕。
- **因為我們渴望順服神，而神吩咐我們饒恕：**我們的渴望應該是在萬事中尊榮神、順服神——包括饒恕他人。雖然這似乎很困難，但卻是我們必須順服的一種行動。
- **因為饒恕會把我們從受害、怨恨和憤怒的情緒中釋放出來：**神不希望我們被自己的情緒所奴役。當我們放下怨恨、仇恨和敵意時，我們就可以自由地去愛人，並幫助他人修復與神的關係。我們不但可以繼續我們的生活，而且可以活得更自由。饒恕修復了破裂的關係，也釋放了那些情緒對我們的束縛。



## 探討

- ❖ 有很多問題會讓饒恕另一個人變得更加困難。若有人問你該如何饒恕以下這些人，你如何回答？
  - 若此人已經死去呢？
  - 若此人可能會再次傷害你呢？
  - 若此人無法再讓你信任呢？
  - 若此人拒絕與你交談呢？
  - 若此人並不為他過去所做的事情感到抱歉呢？
- ❖ 當我們被得罪或者被辱罵時，我們的自然反應就是自我保護。有時候我們會把別人過去的罪當作武器，一次又一次地提起來傷害他；或者孤立自己於新的關係之外，以試圖保護自己免受未來的傷害。這兩種反應都可能是有害的。請一起閱讀詩篇 91，將裡面所提到的危險列出來，並寫下神應許要成為我們保護者的方式。
- ❖ 當我們饒恕某人因犯罪而破壞我們的友誼時，還有些什麼其他東西也會因犯罪而被打破？這些東西同樣也可以透過饒恕來修復嗎？還是需要額外的步驟？這些步驟是不可能的嗎？
- ❖ 現在花點時間想想你需要饒恕的人。他們虧欠你什麼？你需要做什麼才能將他們從這筆債中釋放？

## 祈禱

以禱告結束這一課。祈求組員可以在自己的生活中，理解並接受神的饒恕，並徹底被這份饒恕所戰勝。祈求這會使他們查驗自己的心，看看他們需要饒恕誰。求神定他們的罪，教導他們，並釋放他們，讓他們可以饒恕他人。