

门徒训练+概要

属灵带领基要
研读指南

饶恕与和好

第一课：饶恕的基础

导论

这一课是门徒训练概要里 *饶恕与和好* 单元的一部分。在我们生命中接受神的饶恕，并将这一份饶恕延伸到他人身上并不容易，因为饶恕他人与我们的自然倾向是相悖的。但是当我们容许神改变我们的心思意念时，我们就可以经历到与神以及与他人和好。本课程将探索饶恕的圣经基础、和好所需要的过程，以及如何使人与他人和平共处。课程中也将考察人与人之间，或在群体的成员之间所需要的饶恕。

这份研读指南的目的，是要帮助各位对特定的课程进行更深入的探索。本课程可与其他的门徒训练概要课程教材，如影音资源等一起结合运用。请访问我们的网站 www.dechinese.org。

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。



饶恕与和好

第一课：饶恕的基础

关于本课程

本课考察了圣经中所教导的饶恕，包括神赦免我们、祂吩咐我们彼此饶恕、以及需要饶恕的原因。

要让你知道.....

当某人伤害了我们，要我们饶恕他似乎不可能的。当某件事或某段破碎的关系所带来的伤痛尚未消退时，感觉就像我们一次又一次被伤害。然而，耶稣却教导我们许多关于饶恕的功课！这一课并不容易。在你学习饶恕的过程中，脑海中会出现某个你需要饶恕的人，或某个你要求他饶恕的人。如果你曾经历艰难的处境，还没有真正饶恕伤害你的人，那你需要时间回应神的话。开始前请先祈祷，祈求神让你知道如何回应饶恕，并对自己所获得的饶恕表达感恩。

起步

1. 对于你所愿意饶恕的事情，有什么限制吗？当别人对你做什么事情时，你觉得绝无可能饶恕他？

2. 神已经赦免了你所有的罪吗？你如何知道你已经被神饶恕了？



研读

- ❖ **什么是饶恕？** 圣经可以总结为一个故事，也就是神与他的受造物之间关系的故事。我们与神之前的这份关系，被罪伤害和破坏。罪是指有意得罪他人、得罪上帝。罪并不是简单的错误或无知的行为，因此人对于此是无可推诿的。这种罪和破裂的关系，是当今世界上所有恶的源头，但神藉着饶恕，主动地修复了这个破裂的关系。为了让我们能将饶恕延伸到他人身上，我们必须先明白饶恕是什么。

- 你如何定义“饶恕”？

按照神的话语，以下是一些关于饶恕的想法：

- **饶恕意味着放下：**饶恕的最简单定义，就是某人伤害了我们，我们本有权利再回头伤害他，但我们却放弃了这个权利。我们放下对报复的主张，不再伤害他们。即使他们的罪造成了后果，我们也放下伤害人的那一方，将他们从亏欠我们的道德债务中释放出来。
- **饶恕意味着挽回：**当我们和一个人本有良好的关系，但是这个关系后来被伤害所打破，为了挽回这个关系，需要有饶恕。饶恕就是修复一些被打破了的东西，回复到更新状态。饶恕就是欢迎某人回到与我们的友谊中。
- **饶恕与和好不同：**你可以饶恕一个没有要求被饶恕的人，这个人甚至可能不再在你的生活中；但和好则需要两个人相互走在一起，以完全修复已经被打破的关系。饶恕算是朝向和好方向所迈出的第一步。
- **饶恕需要有改变：**当我们饶恕某人的时候，就需要改变我们的行为，而不仅仅是“我原谅你”这几个字。

请阅读路加福音 6:27-28。耶稣提到了四件事，是当我们真正要饶恕某人时，必须做到的事情。这四件事是什么？

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.



耶稣告诉我们要去爱——这要求我们通过支持的行动，把别人摆在我们之前；耶稣告诉我们要去行善——这是一种良善、服事和怜悯的行为；耶稣告诉我们要去祝福，而不要咒诅，我们必须选择向伤害者说好话，而不是坏话；最后，我们必须向神祷告，请祂饶恕他们，以修复我们与他们的关系。

- 你可以通过哪些方式，来表现出爱、行善、祝福以及为得罪你的人祷告？

请阅读马太福音 5:38-48，并回答下列问题。

- 对于那些伤害了我们的人，在我们的文化里，有哪些报复他们的方式是可接受的？

- 耶稣要求祂的门徒在行为上作出哪些改变，尤其是当这些行为与我们的仇敌以及伤害我们的人有关的时候？

- 我们的仇敌有要求我们饶恕他们吗？如果他们被饶恕了，那么他们还算是我们的仇敌吗？

- 思想神的话语中所有关于饶恕他人的教导。请阅读以下经文，并写下你所学到的：

罗马书 8:29	
哥林多后书 3:18	



罗马书 12:2	
歌罗西书 3:9-10	

❖ **神对我们的饶恕：**神渴望他的受造物与他恢复关系，渴望造物主和受造物之间被罪打破的连系可以恢复。这种恢复是透过祂的饶恕实现的。当我们理解神给我们的饶恕时，我们能够饶恕他人。

- **神的饶恕代价重大：**如果没有流血，就没有罪得饶恕。在旧约的历史中，只有通过特定的燔祭，饶恕才能实现。耶稣基督来到世上，献出自己的生命，作为我们罪的祭物。这个饶恕的代价是非常巨大的（希伯来书 9:22-26）。
- **神的饶恕是我们都需要的：**在我们当中，没有一个人可以声称自己无罪。每个活着的人都深深需要被饶恕，无论他自己有没有意识到这一点（罗马书 3:23）。
- **神的饶恕针对的是我们的罪：**不论我们认为我们生命中最大的问题是什么，我们的罪都是更大的问题。罪打破了我们与神的关系，也破坏了我们与他人的关系。只有神的饶恕可以处理我们的罪（约翰一书 1:9）。
- **神的饶恕针对的是我们的罪恶感：**当我们意识到自己的罪时，我们就带着一种罪恶感，这种罪恶感让我们无法有效地、喜乐地达成我们的目标。但神的饶恕带来了平安，让我们可以不必继续在罪恶感下生活（罗马书 5:1）。
- **神的饶恕不是自动的：**在得救的那一刻，透过认罪、悔改，神的饶恕就白白赐下。但是对于基督徒而言，尽管我们的救恩是安稳的，但是与神的相交却会被罪所阻碍，所以要保持持续的饶恕以及与神的相交仰赖于我们经常的认罪（约翰一书 1:9）。
- **神的饶恕是永恒的：**这份饶恕不是暂时的，也不是只出现一次的。饶恕是永恒的，就如神自己是永恒的一样（约翰福音 5:24；使徒行传 2:38）。
- **神饶恕了我们的过去：**当我们求神饶恕过去的罪，神的饶恕就适用于我们已经做过的所有事情（弥迦书 7:19）。
- **神饶恕了我们的现在：**当我们犯罪时，我们知道可以立刻求神饶恕，因为耶稣基督已经付出了受刑罚的代价（约翰一书 2:1-2）。
- **神饶恕了我们的未来：**即便我们应当避免犯罪，但是我们也明白自己在未来还是需要神的恩典与饶恕。我们可以确信，当我们向神祈求时，祂总是会饶恕我们的（希伯来书 7:25）。



- **神的饶恕是可信任的：**我们可以信任神的饶恕，因为我们相信祂的属性。神是永不改变的，所以当祂饶恕我们，我们的救赎就是安稳的。这是基于耶稣基督的死和复活，没有什么可以撤销神的饶恕（希伯来书 9:11-12）。
- 你会如何总结神对我们的饶恕？

❖ **饶恕他人，如同我们被饶恕一样：**我们既然已经看到，神要我们饶恕他人，并且祂也白白地饶恕我们；那么是时候考察一下这二者如何相互依存。

- **请阅读马太福音 18:21-35。**彼得认为他理解耶稣关于爱和饶恕的教导。依照传统拉比的教导，人应该三次饶恕得罪他的人。彼得认为七次的饶恕已经够慷慨了。
- 耶稣对彼得的问题作出什么样的回应？

- 在耶稣的故事中，谁轻率对待饶恕？他如何表明此人缺乏感激之心？

- 我们可以从这个故事中学到什么功课？我们在哪些方面，就像那个债得饶恕的仆人？

❖ **为何饶恕那么困难：**即使我们知道必须饶恕他人，但是要真正做到这一点也许非常困难，也需要时间。有些罪行光是追忆就非常痛苦。我们需要注意那些会妨碍我们饶恕的障碍，以下是我们可能会遇到的一些困难。



- **担心做坏事的人可因此躲避掉他们所需承担的后果，或甚至不受惩罚**
 - 饶恕不一定要把某人从他自己的行为所需要承担的自然后果中释放出来，而是要把他们从你的审判中释放出来，交给神。神教导我们，因为我们都是罪人，只会作出不完美的审判，所以报和好复仇不是我们应做的事情。神是完美的，我们必须交由祂作出审判，给予应有的后果和惩罚。
 - 罗马书 12:19；希伯来书 10:30；帖撒罗尼迦前书 5:15
- **担心我们必须撒谎，假装我们没有被伤得很深**
 - 寻求饶恕和和解是必要的，因为我们受到伤害，或者有一段关系被破坏。当我们讨论到我们如何受伤害，而得罪我们的人如何悔改时，我们就必须饶恕。假装我们没有受到伤害，或者没有罪行，都是不诚实的。
 - 路加福音 17:3-4
- **担心饶恕就是给予人继续犯罪的通行证**
 - 当我们免了某人的债，或我们本有权利向人报复，却选择放弃这个权利时，要特别小心，不要忽视罪的严重性或影响力。饶恕并非表示发生的事情是可以接受的；饶恕的意思是，我们选择停止这件事在我们心里面所引发的愤怒循环。饶恕需要勇气和品格，这并不是容许邪恶，反而是为良善挺身而出。我们必须指认、正视这些罪行，并追究责任。
 - 马太福音 18:15-17
- **担心饶恕会让我们二次受伤**
 - 耶稣教导说，饶恕是大有能力的。让一个曾经伤害过我们的人再回到我们的生活中并不容易，因为使自己处于一个可能再次受到伤害的位置是非常需要恩典的行动。如果我们饶恕得罪我们的人，但他们仍然不悔改，我们应该为他们祈祷，并把这个情况交给神。但是，当有人要求我们饶恕时，我们必须饶恕他们。
 - 马太福音 5:38-42

❖ **我们为何要饶恕他人？** 神不希望我们被自己的情绪所奴役。当我们放下怨恨、仇恨和敌意时，我们就可以自由地去爱人，并帮助他人修复与神的关系。我们不但可以继续我们的生活，而且可以活得更自由。饶恕修复了破裂的关系，也释放了那些情绪对我们的束缚。神为我们的生命预备的最好计划，包括了不在对他人的愤怒和仇恨中生活。

- 从你在这一课学习的内容中思考：我们必须饶恕他人的理由有哪些？



- 想一想有没有哪个人，是你需要饶恕、或者需要请求他饶恕的？

结论

- ❖ 饶恕是我们因为他人伤害了我们，我们本有权利报复他们，却放弃这个权利的行为。这意味着免去他们的债、并修复之间的关系；饶恕也要求我们在行为上有所改变。
- ❖ 当我们悔改的时候，神赦免了我们的罪。我们可以相信，我们一旦悔改、祈求饶恕，神就不会定我们的罪，我们与神的关系也可以修复。
- ❖ 我们必须饶恕他人，如同神已经饶恕了我们一样。
- ❖ 有很多理由造成饶恕他人是困难的，我们必须理解我们自己的犹疑，并在寻求饶恕的时候，处理这些犹疑。



反思性问题

1. 有很多问题会让饶恕另一个人变得更加困难。若有人问你该如何饶恕以下这些人，你如何回答？

- 若此人已经死去呢？

- 若此人可能会再次伤害你呢？

- 若此人无法再让你信任呢？

- 若此人拒绝与你交谈呢？

- 若此人不为他过去所做的事情感到抱歉呢？

2. 当我们被得罪或者被辱骂时，我们的自然反应就是自我保护。有时候我们会把别人过去的罪当作武器，一次又一次地提起来伤害他；或者孤立自己于新的关系之外，以试图保护自己免受未来的伤害。这两种反应都可能是有害的。请一起阅读诗篇 91，将里面所提到的危险列出来，并写下神应许要成为我们保护者的方式。