

以真理和愛
來醫治

面對傷口
尋求醫治

否則傷者會傷人

Hurt people hurt people

包袱與心理按鈕

包袱—

創傷沒得醫治，常以負面反應。

心理按鈕—

負面反應成為思想及情緒的習慣，隱藏在潛意識裡。

創傷處理及醫治

- ◎傷痛要從「潛意識」浮上「有意識」，能承認才能處理，進行醫治。
- ◎心靈的傷痕都存留在記憶中，如何處理記憶是心靈醫治的鑰匙。

處理記憶

- ◎ 歷史 — 不能更改。
- ◎ 思想習慣 — 觀點與角度，
可以重新詮釋與解讀。
- ◎ 情緒印記 — 可以得醫治。



思想習慣的解讀

- ◎解讀有挑選性，受期望、需要、價值觀影響，可以調整。
- ◎消極性回憶有較強的情緒反應，如恐懼、怒氣等，常蓋過積極性回憶的情緒如快樂、平安等。解讀時要刻意回想積極面才較平衡。

用真理過濾解讀(約八32)

- ◎長程記憶具先知性的信息，若是負面就會導致負面的結果。
- ◎以神的真理來過濾回憶(約八32)，從神的角度重新解讀歷史。歷史不能改變，它的影響卻可以改變。

在神的愛中醫治情緒的印記

- ◎ 情緒傷痕不醫治，生命不能成長。聖靈果子多與情緒有關。
- ◎ 以「聖言心禱」默想神的愛。



醫治情緒印記

面對承認，自覺的操練

讓神的愛來安撫

真理來光照

調整心態

處理問題

饒恕與釋放

在真理與恩典中得釋放

❖ 釋放一

思想經真理的過濾

情緒的印記在神愛中得醫治

❖ 基督充充滿滿有恩典有真理

領受恩典、跟隨真理

就得釋放。

怎知已經痊癒？

不再怨天尤人。

放棄批評對方的黃金機會。

不再對別人說的話過份敏感。

能真誠為對方代禱求福。

饒恕了自己和別人。

學到一些功課。

能為受傷的經驗感謝神。