

《与神同行》 彼此饶恕（3）

如果你过去曾经深深的受到伤害，而你依然在挣扎，感到无法饶恕那个得罪你的人，请留心今天的信息，因为神要释放你，使你得着真正的自由，从不饶恕所带给你的重压底下出来，得着自由和欢乐。圣经有很多教导都是关于饶恕的，而圣经从来没有在任何情况下指出，不饶恕人是合理，是可以接受的。相反地，圣经告诉我们由不饶恕人的心所得到的后果，实在是大到让人难以估计，因为我们的身心灵，将受到极严重的伤害。

在旧约圣经里，一个描述饶恕描述得最美丽，最完全，最叫人受感动的例子，可以说是饶恕人之中的典范，足可以去教导这个伟大属灵原则的，就是约瑟这个人物的经历。我们恐怕再也找不到另外一个人物，可与约瑟比拟，可以有像约瑟那样的，谦和，宽恕，不计较，虽然经历了冤屈，伤害和不公平的对待，但是却显出他那宽恕人和接纳人的心灵。

让我们一起来看看约瑟的生平和经历，创 50 章，也就是创世记最后的一章。相信我们都很熟悉约瑟的经历，当他还是少年的时候，就被哥哥们出卖，卖给了以实玛利人被带到一个陌生的地方埃及去，在那里他举目无亲，又身为奴隶，终生不得自由。几经辛苦，神抬举他，使他成为埃及全地的宰相，还把他父亲的一家都接到了埃及，因为他的原居地迦南发生了大饥荒。现在创 50 章记载他的父亲雅各去世了，他们把他的骸骨，带回迦南地，依着他父亲雅各的意愿，在那里埋葬他。创 50 章是记载他父亲雅各死后，他们一行人，包括他和他的众兄弟一起回到埃及之后，所展开的一段对话，让人很受感动。

请我们看创 50:14-17 的记载，经文说：“约瑟葬了他父亲以后，就和众弟兄，并一切同他上去葬他父亲的人都回埃及去了。约瑟的哥哥们见父亲死了，就说，或者约瑟怀恨我们，照着从前待他一切的恶，足足的报复我们。他们就打发人去见约瑟说，你父亲未死以先，吩咐说，你们要对约瑟这样说，从前你哥哥们恶待你，求你饶恕他们的过犯和罪恶。如今求你饶恕你父亲神之仆人的过犯。他们对约瑟说这话，约瑟就哭了。”

约瑟的哥哥们在和约瑟谈话的时候，提到了他们当年的恶行，这其实在他们各人的心中，都清楚是怎么一回事，就是当年他的哥哥们要杀害他，要除去他这根眼中钉。后来他们决定把约瑟丢在坑里，最后哥哥们把他卖给以实玛利的商人，把他带到埃及去。这件毫无人性的恶行，一直留在他哥哥们的良心深处，不能忘记，约瑟身受其害，当然也晓得。现在他们的父亲去世了，约瑟的哥哥们就有一个顾虑，不晓得约瑟会不会在父亲去世之后，挟怨报复，把他们当年做在约瑟身上的恶行，加倍的报复在他们身上。这是他哥哥们所担忧的，所以他们到约瑟面前来求饶恕，希望约瑟可以饶恕他们当日的恶行。

其实，约瑟哥哥们的忧虑，并不是多余的，因为他们知道自己过去所作的事，实在是罪无可赦。虽然这许多年来，自从他们和父亲一起迁到埃及来生活的这段日子，大家相安无事，但是他们想到这可能是约瑟为了他父亲的缘故，所以善待他们而已。现在父亲去世了，再没有顾忌了，约瑟会不会翻旧账，照他们从前的恶行，报复在他们身上呢？这是他们所害怕所关注的，所以他们一起来向约瑟道歉，希望约瑟可以宽恕他们。他们恐怕约瑟心中存有报复，苦毒，仇恨，愤怒和不饶恕的心，现在有机会了，会不会进行复仇呢？

在这里我希望弟兄姐妹能够思想一点，就是许多时候，我们内心所存有的不饶恕，恐怕连自己也察觉不出来。表面上好象是没有事了，但是心底深处却依然不肯饶恕。一些发生在我们

童年的往事，或者是过去曾经发生的事，可能是很久以前的事，也可能是不久以前的事，总之就是过去的事，你没有立即处理它，只是把它藏在心里，然而这些没有处理好的情绪，其实是不断的在蚕食着你，只是你没有察觉吧了。若是我们再不正视它和处理它，最终它会毁了我们的情感，甚至是毁了我们的一生。

最聪明的做法，就是马上饶恕对方，在别人伤害你的时候，就饶恕他们，不要等过了一段时间再说。不管对方做了些什么，是怎样得罪我们，是怎样让我们受到伤害，我们都选择饶恕。有时候，我们真的不想饶恕，我们的心很痛，正在淌血，正在伤痛之中，我们不愿意饶恕，因为对方实在无理的恶待我们。只是弟兄姊妹，“感觉”和“饶恕”是两件事，是毫不相连的，应该独立处理。饶恕是意志上的决定，是付诸行动。感受则是有起有伏的，是不稳定的，有时候你会有这种感觉，但是过一阵子你又会有另一种感觉，只是饶恕是你从意志上所发出的决定，是你选择这样去做，也是你刻意这样去做的。因此，饶恕是意志上的选择和决定，千万不要让感觉阻碍了你在的决定，倒要当机立断，立刻饶恕对方。

其实，我们只能够有两个选择，一是选择饶恕，另一是选择不饶恕，再没有第三个选择。如果我们选择不饶恕，那么苦毒就会在我们里面出现和生根，随之而来的就是愤怒，仇恨，报复等等负面的情绪。你可以把这些情绪埋藏起来，但是你一天不清理它，不去处理它，它不但埋在那里，而且会慢慢的滋长，最后必然会像火山爆发那样，一有机会就会爆发出来，一发不可收拾。而这些怒气，有可能是发在你身边的人身上，而未必发在那个得罪你和伤害你的人身上，而你个人的身心灵也会因为长期藏着一颗不饶恕的心而受到损害。

如果你选择不肯饶恕那个得罪你，伤害你的人，你在不饶恕中也有两个选择，一是你把内心的愤怒爆发出来，一是你把内心的愤怒抑压下去。在这里我希望弟兄姊妹不要误会我的意思。我要说的就是，如果你选择不肯饶恕那个得罪你的人，你在不饶恕的决定中，可以有两个选择，一是你选择把内心的愤怒爆发出来，另外一个就是你选择把内心的愤怒抑压下去。你可以在这两种表达方式中任选其一，你可以把满腔的怒气发泄在那得罪你的人身上，对他破口大骂，让他知道他是怎样的伤害了你，你告诉他你的感受和想法，这是一种处理的方式。另一个方式，就是你回到自己的房间，暗自流泪，默默的忍受对方给你的伤害和恶待，你只能对着四面墙壁来倾诉，把内心的痛楚藏起来，不让别人看见和知道。

这是两种截然不同的方式，去表达我们内心的不饶恕。一是尽情的发泄出来，尽情的痛骂和发泄；另一是把它小心的收藏起来，不让任何人知道。而在这两种表达方式中，把情绪爆发出来还是比较健康的，把它埋藏起来对自己的伤害更大。请你留意，我不是鼓励你不饶恕别人，找机会就把情绪爆发出来，大发脾气，不是这个意思。我只是指出，如果你坚持不肯饶恕别人的话，这当然是不明智的做法，也不是神要我们去做。但是如果你一意孤行，不肯饶恕对方的话，我劝你找一个比较健康的方式去处理内心的情绪，让情绪有个出口，千万不要抑压在心里，免得让自己的身心都受到无可估计的损害。要知道，那些隐藏着的怒气，终有一天会爆发出来，那是很可怕的事，就好像不定时炸弹那样，伤害力是倍增的。

不要以为自己可以装作若无其事，照常的生活，因为怒气在人的里头是会侵蚀人的身心灵，而且随时会一触即发，破坏力是很强的。一颗不饶恕人的心，后果非常严重的，我们不可以小看。苦毒的心能够渗透进我们生活的每个层面，每个细节，我们的态度，我们的行为，我们的情感，我们的关系。一个人心里不肯饶恕，他就不能有健康的态度，不能有爱的关系，不论是和他的父母，他的子女，他的配偶，或是他的同事。总之，人心中存有不饶恕人的心，他在生活的各方面上都必然会出现问题。

一个不肯饶恕人的人，是不可能顺从圣灵，也不能说耶稣基督是他的生命，因为他里头不肯饶恕人，这绝对不是基督的生命所拥有的。我们如果说“基督是我的生命”，那就意味着祂是主宰我一生的，那么我所表达出来的，又怎能与基督生命的特质相违背呢？那是绝不可能的。在耶稣基督的生命里，祂从来没有表达过不饶恕，我们若说基督是我的生命，我又怎能内心不饶恕别人呢？这是不可能的事，因为两者不能兼容。

我们信了耶稣的，已经得着了神完全的赦免。耶稣在十字架上已经背负了我们一切的罪债，我们不再被定罪，也不用承担罪所带来的刑罚。然而，神却不能除去我们内心因为不饶恕人所导致的后果，不论我们是不饶恕人或是不饶恕自己。神已经赦免了我们，全然饶恕了我们，但是我们若是固执着不饶恕，神也不能除去我们因为不饶恕而导致的恶果。那就是说，我们若是固执着去选择不饶恕，我们就必然会自食其果，因为这是神所不喜欢的。

好，让我们来看看约瑟的例子。约瑟其实是一个受伤很深的人，从他小时候起，他就一再受到身边的人的伤害，连他的父亲，也在某程度上拒绝过他。因为当他把所发的梦告诉父亲的时候，父亲并不信他，然而这梦是神给他的，神要透过这些梦来告诉他将来发生的事，这是一个属灵上极高的境界，可惜他父亲却不以为然，不肯相信他。当然他的哥哥们恨他，对他不好，甚至计划要杀害他，这些圣经都有清楚的记载，后来他们把约瑟卖到埃及去做奴隶。之后，在波提乏的家里，约瑟又被主人的妻子所诬告，后来更被下到监里，从此成为阶下囚，失去自由。后来，在狱中他似乎有一线生机，因为他替酒政解梦，还央求他出狱的时候，在法老面前为他说好话，只可惜酒政出了监狱官复原职之后，竟然忘记了约瑟。约瑟的一生，经历了重重的打击，伤害，绝望，痛苦，他根本不知道曙光什么时候会出现。

每一次约瑟所受的伤害，都可以说是致命的伤害，而不是普通的，细微的伤害。约瑟也是人，相信他也有过挣扎，因为他是屡次遭到不公平的对待，然而约瑟知道怎样处理不饶恕的心，约瑟服在神大能的手下，让神亲自医治他。当他受到伤害，别人得罪他的时候，他没有为自己申冤，只是让神去医治。神给他从上而来的能力，圣经说“神与他同在”，让他在波提乏的家里作事尽都顺利。等到约瑟被主人的妻子诬告，被下在监中，神依然施恩给他，神尊重约瑟，爱约瑟，神没有忘记他，所以约瑟在司狱长眼前蒙恩，他又可以在监牢里面替司狱办事。由于他那美好的品格，吸引了许多人来接近他，爱戴他，信赖他，给他权柄，他在当时的环境中也获得了相当的成功，神喜悦他所作的一切。

每一次我们看见约瑟的表现，都是那样的正面，约瑟若不是依靠神以正确的态度来面对苦难，相信他的一生必然不会这样。以下我会跟弟兄姐妹谈到我们如果不处理不饶恕的心，我们将会有什么结果，我会分享到十二个结果，当然你或许不会一一都经历到，有些结果你可能没有，特别是如果你能用正确的态度处理它。但如果你全部不去处理，那么待会儿所说到的，很可能你就在当中有份。

首先，你的确是受到了错误的对待，这是个事实，别人也许在言语上中伤你，或者在身体上伤害你。不管你当时年纪还小，或者你已经长大成人，这都没有分别。你受到了错误的对待，但是你没有去处理你内心的愤怒和苦毒。跟着会怎样呢？跟着二、你会发现你很难去面对和解决这个问题，很可能是因为那个伤害你的人实在太厉害，又或者是他们所作的事的性质，不管是什么原因，你发现这对你来说，实在是一件难事，因为你不知道怎样去处理。

第三就是你去逃避，既然不懂得怎样去正视它，就忘掉它，不再提起它算了。于是你对你所受到的伤害和恶待只字不提，也不去理会它，希望它能够随年日而过去和消失，这其实是逃避的行为，你只是不想去想，你设法去忘记它。

然后，下一步就是四、你为自己掘一个坑，把这些负面的情绪和感受埋起来。刚才我们说过了，一个决定不饶恕别人的人，他可以有两个方法去处理自己的情绪，一是把它发泄出来，另一是把它埋藏起来，而埋藏起自己的感受，是更愚蠢的做法，因为伤害会大很多。

跟着就是五、加以否认，不承认自己心中有问题，你说服自己这些事情已成过去，你已经忘记了，其实你没有忘记，你还记得一清二楚，只是你不想面对它吧了。你为自己掘了个坑，把一切记忆和感受全都埋葬，然后你去否认，这其实只是抑压，不承认它存在而已。只是让我告诉你，伤害依然在你的生命中，因为你从来没有处理过它，而你又不想去面对它，于是任由它埋藏在心底深处。

再进一步就是六、你经历到失败，因为你不敢勇于面对，你假装没事，你把它埋起来，你否认自己有问题，许许多多的行动，其实你知道自己是很失败的，而你也在忍受着失败的痛苦。在这样的情况之下，你会经历到跟人交往的困难，不论是你的说话，你的态度，你的感情，你的身体，各方面你都觉得，情况实在大不如前。即使你掩饰得很好，但是你往后的一切，依然受到你不愿意饶恕人的影响和祸害。

然后就是七、你会感到气馁，因为你感到事事不顺境。表面看来，你好像过往一样，什么事情都没有；但是心底深处，你发现自己已经失去了平安，喜乐和满足，你不能享受到真正的爱，你也不能真正去爱人，甚至你感受不到什么是爱，因为你里面有些事情弄糟了，还未理好。你会跌进绝望的深渊中，如果你还不好好去处理它，你不会晓得里面的情况将会恶化到什么地步，你只知道你对环境感到失望，你对人感到失望，而你也不明白自己实际的情况。

八、由于陷在困境中，没有出路，有些人会选择走上自毁的路，因为无力再向前行。但是假设你没有这样做，但是你已经走到了人生的边缘，在这个时候，你如果不想一死了之，你就得寻求援助，因为里面所埋藏着的苦毒，仇恨，愤怒，已经到了顶点，随时一触即发，这是因为它在里面酝酿多时而形成的后果。你呼求帮助，你会有所发现，而你也得去面对和处理，你要打开自己的心，让别人来助你一臂之力，你要开放自己，分享里面多年抑压的感受和情绪。最后，你若是顺着神的指示而行，神会将你从绝境中拯救出来，那颗不饶恕的心几乎把你害死，然而神却能显神迹医治你，使你复原。

然而我得告诉你，从别人得罪你，你不愿意饶恕他们开始，到你获得拯救，这是一段极之漫长的路程，中途一点不易走，而且越走越黑暗，你付出很多无谓的代价，也损失很多宝贵的东西，就是因为你容许不饶恕的心停留在你里面。我希望你能够从其中吸取教训，要学习在一开始的时候，就以饶恕去对待，即使在感受上你一点不情愿，但是你也可以用意志来克服，决定去饶恕，因为这是唯一使你可以继续前行的方法。不管对方做了什么，都不是问题，关键乃在于我们愿意去饶恕，我们选择去饶恕，那就得胜了。

我们想到神无条件的赦免和饶恕，我们就容易去饶恕别人。我们选择去释放那人，不再跟他计较，我们愿意听从和顺服神的教导，以饶恕去代替不报复的心。我们相信当我们这样做的时候，神是喜悦的，而神也会把我们失去的加倍还给我们。

神向我们的心意是美好的，是善良的，祂不会让我们枉然受苦，白受冤屈，祂在适当的时候必要为我们伸冤，为我们主持公道，把我们失去的加倍归还给我们。我们要对神有信心，要把一切的冤屈交给神，让祂为我们出头，而我们则选择饶恕。

作为神的儿女，我们有很多机会实践饶恕的功课，我们也应该学习常存一颗饶恕人的心。弗 4:31-32 说：“一切苦毒、恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤，并一切的恶毒，都当从你们中间除掉，并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”

弗 5:1-2，保罗继续说：“所以你们该效法神，好像蒙慈爱的儿女一样。也要凭爱心行事，正如基督爱我们，为我们舍了自己，当作馨香的供物，和祭物，献与神。”