

《与神同行》 饶恕的礼物（2）

当我们想到神的时候，我们应该想到神所给人的饶恕，今天我们要继续来思想饶恕的礼物。我们要看的经文，依然是弗 4 章，保罗在这里讲到一些不适合属神的人的行为。在前面三章经文里面，保罗先和弟兄姐妹谈到他们在基督里的身份和地位，然后在跟着的三章经文中，也就是以弗所书四到六章，就谈到我们应该有怎样的行为表现，那就是我们在基督里的生命的表现。

我们看弗 4:29-32，保罗这样说：“污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。不要叫神的圣灵担忧，你们原是受了祂的印记，等候得赎的日子来到。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。”

当人不依从神的教导而行，拒绝饶恕人的时候，后果会怎样呢？有几样后果是无可避免的，一是在感情上的束缚。当人不愿意饶恕别人的时候，他就必然会活在充满愤怒，苦毒和仇恨的情绪中，而这些负面的情绪会影响一个人的身心灵，那是得不偿失的。其实，人与人之间，难免会有误会，会有碰撞，有时候是别人得罪我们，但我们也有得罪别人的时候，若是我们每件事都不放过别人，别人又不放过我们，这样子的生活是很痛苦的。要知道，每个人的性情都不一样，我们不可以活在一个人人都爱我们，都迁就我们的环境中，那是不可能的。

不要以为我们只要待人友善仁慈，就无往而不利，就处处都能得到人的接纳和爱戴，事实不尽然是这样。有些人就是不喜欢一些太过仁慈的人，他们不但不欣赏别人仁慈的表现，反而会有许多的嘲讽，这也是极有可能的事。有些人也许会怀疑这些仁慈的人，认为他们只是表面仁慈，但实际上却是别有用心，又或者他们不能信任这些过份仁慈的人，又或者觉得他们不过是虚伪的表现。总之，活在今天的社会中，我们不能讨所有人的欢心，即使我们凭着良心去做事，也有可能惹来别人的批评和误解，人生就是这样，我们得认识它的真面目。

即使作主的工也不例外，不要天真的以为，教会是完美的天堂，因为所有人都是虔诚的基督徒，都是同作弟兄姊妹的，所以应该没有问题，没有磨擦，神爱我们，我们彼此相爱，那是多么美好的事。要是我传神的话，要是我事奉神，应该得到弟兄姐妹的欣赏和爱戴的，但其实不是。也许当中会有嫉妒的人，会有误会的人，总之我们不可能做一些事去讨好所有的人。

最后也许我们会发现，唯一我们应该去讨好的，只是神而已，只有神才是值得我们讨好的对象，要是别人也喜悦的，他们可以来和我一起事奉，要是他们不来的，也不必刻意去讨好他们，或者要买他们的账。然而，不论怎样，遇到有误会我们，或得罪我们的，我们总要以饶恕去解决和面对，要饶恕一切得罪我们的人。

我们若是不饶恕人，心中存有苦毒和仇恨，以及愤怒等，我们就是受到这些感情所束缚。由于心中有这些情绪，我们对人就会有偏见，我们会以有色眼镜去看待别人，我们会很容易产生嫉妒的心，我们的思想和表现，以及谈吐，都会受内心的情绪和恶毒所影响，我们的身心灵必然不能健康，因为我们整个人都受到这种不安的情绪，负面的情绪所影响。

不但这样，一颗不饶恕的人，会妨碍我们去爱人。它会冻结我们里面的爱，使我们不能爱人。我们若不能饶恕人，我们就不能爱人，一颗苦毒的心是无法发出爱的，那就是不能，因为两

者是相对立的。我们不能说，我所针对的只是某个，对其他人我倒不会这样，我们以为可以作出明显的分割，实际上却是不能。我不能说恨这一个人，却爱着他周围的其他人，因为苦毒会将我们内心的爱封闭和冻结，叫它彰显不出来。虽然旁边人未必知道我们受到感情上的困扰和束缚，但是我们内心却是知道的。而且这种情绪如果不好好的去处理，它还会不断的增长。

心中存有苦毒的人，除了不能爱人之外，还不能接受别人的爱，他由于里面存有苦毒，所以失去了接受爱的能力。我们不能以苦毒的心去对待别人，却同时又接受别人的爱，那是不可能的。那就好像我要把一个四方形的东西，硬塞进一个圆形里面，那是不吻合的，是办不到的事。同样，我们不能把苦毒放在生命的同时，又把爱放进里面，那是不能放在一起的，必然引起排斥，我们非得放弃其中一样不可。要不是放下苦毒，就是放下爱，这是出自我们的决定。

苦毒能够叫人内心的感情受到束缚和冻结，他们内心的苦毒会不经意的散发出来，这让他们不断去谴责别人，也怪罪于环境等因素。他们一直看这是某人的错，是这个人的不对，那个人的不是。如果这个人不是这样做，如果那个人做了这件事，如果我的月薪可以提高一些，如果他们肯雇用我，我就不会像今天那样。我们把所有的责任都推到别人身上，好像每一个人都欠了我那样，而没有反省自己的问题和责任，就去加以谴责。我们这么做，不但不能平息心中的怒气，反而会叫我们里面的苦毒和仇恨越来越多，以致随时会有爆发的可能。

人如果不除掉心中的苦毒，如果不去饶恕别人，不但他们受到感情上束缚和牵制，第二个结果就是会让关系受到破坏。那就是说，苦毒能够破坏关系。我们所仇恨的人，所不能饶恕的人，我们又怎能跟他们维持良好的关系呢？那是一件很容易理解的事。一些我们无法饶恕的人，我们是无法跟他们建立起美好的关系来的。这不是说，我们要去爱身边所有的人，有些人我们只能在某个程度上爱他们，对他们好，因为人和人的关系，毕竟是有亲近和疏远的分别的。我们不能跟所有人都建立同样亲密的关系。而有些人的行为，我们是不能认同的，但是基于我们是神的儿女，所以我们也向他们表达爱，但却是有有限度的爱和友好，但却不能和他们同伙，因为价值观不同，人生的方向也不一样。

基于不同的性格和爱好，我们得承认有些人我们是特别跟他们谈得来，有些人却是格格不入，而有些人可以作某程度的交往，但却无法深入。所以，朋友是有很多等级的，我们都有亲密的知心好友，但也有泛泛之交，或者是点头问好的朋友。我们不是每样事都能够和任何朋友分享，也不是对方的每一个行为，我们都能够认同的。这是很正常的事，然而，我们内心若有不饶恕的心，情况就变得不一样，它会使我们与人的关系受到破坏和亏损。

要知道，虽然说我跟某人做朋友，而我心中所愤怒的只是另一个人，但其实这也影响了我和前者的关系，由于不能饶恕那人，所以我连前者也产生了怀疑，又或者我们要保护自己，因为不想再受伤害。我们已经从第一个人那里受了伤害，所以在和第二的人做朋友的时候，我们就有所防备，不敢太过开放，这就是我们存着不饶恕的心所造成的后果，那是不健康的，也使两者的关系无法向前。许多时候，我们防守得太紧太严，这使得我们对许多可以发展的友谊都变得却步不前。

特别是我们在受过很深的创伤之后，我们就会对人有特别的防备，信不过任何人，因为伤口依然在。对于一些我们将它埋藏而没有处理的往事，它就扼杀我们日后去和别人再建立关系。我们虽然渴望朋友，希望可以跟某些我们所喜欢的人交往，但是我们却又不愿对方踏过我们的防线，我们在心里筑起了一道防卫的高墙，不容任何人超越，于是所有人都得站在围墙之

外，不能超越半步。这代表着什么呢？其实我们是把苦毒，愤怒和仇恨筑成了墙，那是很可惜的事。

与此同时，我们又觉得很落寞，因为不知道为什么得不到别人的友谊和爱，我们会想，“为什么别人不喜欢我呢？为什么他们不爱我呢？”其实不是别人有问题，而是我自己有问题，我们为自己筑上厚厚的围墙，不许别人超越半步，别人即使想跟我们有亲密点的关系，立即被我们拒绝了。我们因为别人的友善而感到不习惯，甚至是抗拒，我们又再把门关上，将别人关在门外。

比方说，早上上班的时候，你遇到一个同事，他向你打招呼，说声“你好吗？”当然你很有礼貌的回答说：“我好。”但却就此了事，再没有下文，也没有回问对方，也没有多讲半句，这样子别人会对你有什么印象和感觉呢？他们不是觉得你很高傲吗？不是觉得你很冷酷，不懂人情世故吗？友情这回事，是双轨的，是双方面都要付出的，永远是别人问候你，而你从不问候人的话，久而久之，你就失去了所有朋友，连问候，跟你打招呼的人都没有了，你的感情就这样被封杀和冻结了。

其实，这样的僵局，不但会出现在朋友之间，也可以出现在家人中间，即使是父母和子女，也可以到一个非常冷漠的地步，互不理睬的。我们要是希望多得到别人的爱和友情，就得先开放自己，去关心别人，爱别人，饶恕别人，这是很重要的。若是心中不能饶恕，我们就无法真心关怀人，因为感情一事是装不出来的，有诸内而形于外，我们如果不珍惜别人的关怀，也不作出任何回应，我们就是错失良机，让苦毒和愤怒破坏了我们跟人之间的关系。

神乐意多给我们爱，也乐意帮助我们建立跟人之间的关系，因为这是讨祂喜悦的事，祂喜悦人跟人和睦共处，然而我们得依着神的吩咐，先去不饶恕人的心灵，先放下对别人的成见和苦毒，这样我们才能够言行一致，心口如一的表达自己内心的感觉。有时候，我们看见小孩子一片赤子之心，我们也许会很羡慕，因为他们是以纯真的心来建立友情的，彼此没有利害冲突，只是单纯的期待而已，所以感情真挚，也能够维持长久。不像成年人，整天勾心斗角，凡事总是计较利益得失，以致事事有所保留，感情，自己很难付出，更要不得的，就是人以自己的感情作为筹码，藉此去达到自己的另外一些目的，那就是很卑劣的事了。

我们不能把爱隐藏，内心如果有爱，行为上就自然有爱的流露；同样，恨也是不能隐藏的，内心如果有恨，一样会表露无遗，所谓“纸是包不住火的”，我们不能把这些感情包着，不让它流露出来的。好，苦毒和不饶恕所导致的第三个后果，就是它能够摧毁我们跟神之间的关系。我们不能在以神为乐的同时，却又以苦毒的心对人，这两者是不能相容的。保罗说到，“我们要举起圣洁的手，赞美神。”当我们和众弟兄姊妹一起赞美神，歌颂神，敬拜神全情投入的时候，如果这份感情是真的话，我们是把爱献给神。而把颂赞和感谢献给祂的同时，我们可以向人心怀苦毒和仇恨吗？我们可以内心依然不放过某人，不愿意饶恕他吗？这是不可能的。或者我们应该这样说，一颗饶恕的心，能够摧毁我们跟神之间的关系。

除此之外，不饶恕别人的心，也能影响我们的身体，因为我们的身体不是为了苦毒，为了忿怒，为了报复或为了愤怒而造的。一旦我们把苦毒藏在心里，它就必然会造成破坏，可能在感情上的破坏会更大，但不可忽略的，是它对身体所做成的损害。特别是基督徒，内心出现的挣扎和矛盾，会直接影响身心灵各方面。

到底我们要怎样面对和处理一颗不饶恕的心呢？我们唯一能够做的，是饶恕别人，放弃这颗不饶恕的心，以饶恕来代替。要知道，饶恕不是一种感觉，而是我们所作的选择和决定，我

们不要执着不放，而是愿意放手，愿意真心放过一切得罪我们的人。惟有这样，对方才可以获得自由，而我们自己也获得真正的自由。什么时候我们内心依抱着不肯饶恕的心，我们就得不到自由，所以要紧的是作出饶恕的决定，不管对方是谁，也不管对方向你作了什么，因为神饶恕了我们，我们应当去饶恕别人。

我们不是先去观察对方有没有悔意，然后才决定要不要饶恕。这是不适当的。当然，有些人会知道自己得罪了我们，他们也许会主动的来说对不起，主动请求饶恕，我们就应当义无反顾的饶恕，不是觉得自己有什么了不起，或者是宽宏大量，我们只是听从神的命令而做吧了。然而，有些人连得罪了别人也不知道，我们就不要期望他们会来求饶恕，又或者他们会觉得对不起我们，因为他们根本不知道，他们即使知道我们受了伤害，但也未必承认是他们的错，在这样的情况下，我们不是要去等对方作主动，我们的态度就是，处理自己的心情，处理自己内心的苦毒和愤怒。不管对方怎样，他们有悔意也好，没有悔意也好，连不知道也好，我们都一样去饶恕，一样将这件事抹去。这是最正确的做法。

也许我们将对方的情况，列为三个类别。头一类是那些知道，但不承认，不悔改，不会向我们认错的人。第二类是完全不知道得罪了我们，让我们受伤害的人。第三类是那些得罪了我们，但我们还没有机会处理，而他们就去世的人。也许有些人会说：对于那些已经去世的人，事情应该随着他们的离去就完结了，其实不是。对方离世虽然是个事实，但是问题却在我们身上，我们如果没有好好处理内心的苦毒和愤怒，不管对方是在世或离去，都没有关系，我们仍得去处理和解决内心的负面情绪。

我们如果要真的处理对这个人的愤怒，就得把他当作仍在生的那样。一个好的提议，就是拿两张空的椅子来，你坐一张，将另一张看作是那个人坐的，然后你像是面对面的和对方谈话，你得告诉对方你内心的感受，你坦白的告诉他，他是怎样的伤害你，让你多年来受了许多苦，令你寝食不安，令你身心灵都受到影响。你可以告诉对方你内心的挣扎，也许当你重提往事的时候，特别是提到自己极深的伤害的时候，你会禁不住的哭泣，那可能是一段极为难过的时刻，但不要紧，因为那是必经的过程。你只要真诚的，向对方倾诉自己的感受和心声。

然后你确实的向对方说：现在我愿意放下这件困扰我多年的事，我愿意饶恕你，饶恕你所有得罪我，让我们痛苦的行为。让我告诉你，当你真的这样做的时候，你会获得无上的真正的自由。即使你没有任何的感觉，但是当你选择去饶恕别人的时候，你的内心是释然的，你不再受到不饶恕的心的束缚。当你作出了这个决定之后，神会给你属天的平安喜乐，会给你内心的力量和饶恕，也会医治你心灵所受到的创伤。这是值得我们去做的。

至于那些得罪了我们，又依然在世的，我们也当一一去处理，若是任何人来求饶恕，我们都当乐意的去饶恕。就是那些得罪了我们而不知道的人，我们也当内心给他们同样的饶恕。你可以看情况而定，可以跟这个人提起这件让你受伤的事，但也可以不提，你自己处理好自己内心的苦毒就行了。既然对方不知道，我们也不必一定让他去知道，但我们最重要的，是处理自己内心的情绪，不要让不饶恕的心，主宰我们的生活，叫我们长久活在苦毒和愤怒之中。

要是我们得罪了人，而我们又知道自己的不是的话，我们得马上去向别人认错道歉，祈求对方的饶恕，向他们赔不是，求他们饶恕我们的行为和态度等等，也许对方不肯饶恕，但是我们如果做了自己的本份，以真诚的心去求饶恕的话，我们也不要让这些来影响自己的心情。我的意思是说，对于自己能够做到和控制的事，我们要尽力去做；但那些不受我们控制，我们无力去主宰的事，我们就得尽上自己的本份，然后顺其自然就算了。神知道我们的心和我们所做的，我们能讨神的喜悦就够了。

西 3:12-15 说：“所以你们既是神的选民，圣洁蒙爱的人，就要存怜悯、恩慈、谦虚、温柔、忍耐的心。倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕。主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。在这一切之外，要存着爱心，爱心就是联络全德的。又要叫基督的平安在你们心里作主，你们也为此蒙召，归为一体，且要存感谢的心。”