

太 18:21-35 那時彼得進前來，對耶穌說：主啊，我弟兄得罪我我當饒恕他幾次？到七次可以嗎？耶穌說：我對你說，不是到七次，乃是到七十個七次。天國好像一個王要和他僕人算帳。才算的時候，有人帶了一個欠一千萬銀子的來。因為他沒有什麼償還之物，主人吩咐把他和他妻子兒女，並一切所有的都賣了償還。那僕人就俯伏拜他說：主啊，寬容我，將來我都要還清。那僕人的主人就動了慈心，把他釋放了，並且免了他的債。那僕人出來，遇見他的一個同伴欠他十兩銀子，便揪著他，掐住他的喉嚨，說你把所欠的還我！他的同伴就俯伏央求他，說：寬容我吧，將來我必還清。他不肯，竟去把他下在監裡，等他還了所欠的債。眾同伴看見他所做的事就甚憂愁，去把這事都告訴了主人。於是主人叫了他來，對他說：你這惡奴才！你央求我，我就把你所欠的都免了，你不應當憐恤你的同伴，像我憐恤你嗎？主人就大怒，把他交給掌刑的，等他還清了所欠的債。你們各人若不從心裡饒恕你的弟兄，我天父也要這樣待你們了。一生要學習重要功課是饒恕，世界上最大力量：報復、饒恕。大仲馬《基度山恩仇記》唐泰斯船上大副被同事情敵鄰居誣陷拿破崙黨被抓入黑牢 14 年。沒有饒恕，就沒有未來。你不可為惡所勝，反要以善勝惡。世界另種偉大的力量—饒恕。雨果原著小說《悲慘的世界》Les Miserables 饒恕是一種人世間強大愛的力量。

<b>饒恕不是忘記forgive≠ forget</b>	<b>饒恕是：</b>
遺忘壓入潛意識不去想，斧頭	痊愈的過程， <b>約瑟從神的角度</b>
一個感覺，嘴里說饒恕， <b>楊道諾</b>	心中意志的決定， <b>一生不原諒</b>
否認傷害假装自己沒有受到傷害	對方不配得，仍然給予
忽略減輕對方的錯縮小過犯	將罪人與罪行分開 <b>行淫婦人</b>
將傷害憤怒埋藏記憶深處 <b>刀械綁架</b>	選擇怜悯，不選擇审判
讓自己繼續受傷害 <b>小留學生棉被</b>	一個屬靈爭戰 更像基督的行動
避而不談、被虐待遺棄， <b>五個鎖</b>	成為得勝者，放下受害者心態
冤冤相報凭什么一句話你不是我	將報復审判的權力交給神
口头饒恕， <b>被管教击倒全面饒恕</b>	從心里饒恕原諒
便宜了別人，不值得这样对待	我們自己得到最大的益處

路 23:34 父啊，赦免他們，因為他們所作的，他們不曉得。**弗 4:31-32** 一切苦毒、惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗，並一切的惡毒，都當從你們中間除掉，並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裡饒恕了你們一樣。**西 3:13** 倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕。**羅 12:20** 仇敵若餓了，就給他吃，若渴了，就給他喝；因為你這樣行就是把炭火堆在他的頭上你不可為惡所勝，反要以善勝惡。約瑟饒恕哥哥不要自憂自恨，是神差我來，保全生命。

**為什麼要饒恕？**(1)神的命令、(2)神要我們饒恕、(3)有助我們禱告蒙應允、(4)讓我們更像基督、(5)驗證神對我們的饒恕、(6)釋放別人脫離捆绑。

**如何避免外遇的陷阱？**相信婚姻是神聖是神所設立，男人是頭負責家庭經濟穩定，女人是肋骨是幫手，不可咄咄逼人強勢，把丈夫往第三者懷裡送的。(2)建立正確的溝通和情緒宣洩管道，不應到婚姻外去尋找異性的安慰。(3)一家人盡可能生活在一起，不要長期分開，以便互相及時得到生理和心理的滿足。(4)自己的身體是屬於配偶的，只能用來取悅於對方，不可以隨意糟蹋。(5)要想到父母外遇或婚姻破裂將遺患後代，孩子將終生缺乏安全感和自信心。彼前 3:7 你們作丈夫的，也要按情理和妻子同住；因他比你軟弱與你一同承受生命之恩的，所以要敬重他。這樣，便叫你們的禱告沒有阻礙。不要自以為站立得住。希 13:4 婚姻，人人都當尊重，床也不可污穢；因為苟合行淫的人，神必要審判。

### **學習饒恕七個步驟**

**太 5:44** 要愛你們的仇敵，為那逼迫你們的禱告。我們需要饒恕任何使我們傷心惱怒的物件，因為真正需要被神來醫治的是我們，而非對方。

(1)求神顯明生命中未饒恕人的部份。(2)敞開地把受傷的真實感覺告訴神。(3)具體清楚地宣告饒恕的事項。(4)求神饒恕傷害自己的人。(5)求神饒恕自己不饒恕人的罪。(6)不再以怪罪的方式認為神允許對方傷害自己。(7)求聖靈把祂的仁愛、喜樂、和平，充滿在我們原來被不饒恕所佔據的地方。(8)求神賜福對方。