

## 【小組聚會材料】

## 生活查經系列 - 饒恕

2022年7月1、2日

### 第一時段：歡迎你來（15分鐘）

以簡單、輕鬆、活潑的遊戲，帶領組員熱烈參與，使大家的心思意念，離開繁忙、疲憊，並預備心來歸向神。

### 第二時段：敬拜讚美（20分鐘）

以事先預備好的詩歌，帶領大家來到主的寶座前敬拜祂、瞻仰神的榮面、帶下神的榮耀同在。在敬拜裡，小組長帶領大家同聲開口為下列事項禱告。（組員個人的需要請在第四個時段分享禱告）

1. 宣教單位：認領的單位是\_\_\_\_\_他們的需要是\_\_\_\_\_  
(如果你不確定小組認領的單位，請洽教會。)

#### 2. 教會事工：

- 教會現場主日崇拜@9am & 11am
- 啟程福音 Alpha Course zoom：主日@7：30pm

3. 新來賓：\_\_\_\_\_請於聚會前確認來賓名字。  
病痛組員或親朋：\_\_\_\_\_並商討如何關懷他們。

### 第三時段：話語分享（45分鐘）

1. 回應主日信息：聚會前，請上網仔細重聽一次。上主日信息的中心思想是什麼？哪一句話是你印象最深刻的？
2. 小組聚會話語分享時段的目的是讓神的話改變我們的價值觀，並且應用在每天的生活裡，因此鼓勵帶領的同工讓大家多參與分享。

#### A. 本週主題：饒恕

經文：路加福音 6:37

背誦經文：你們不要判斷人，就必不受判斷；不要定人的罪，就必不被定罪；要饒恕人，就必蒙饒恕（饒恕：原文作釋放）。（路 6:37）

在人與人交往的關係中，人的心思意念和情緒反應，常會受別人對待的態度和行為而影響，當別人施恩與我時，我的心中充滿感恩，甚至會想要報答別人，當別人傷害我的時候，我的心會對他的言語和行為耿耿於懷，以致於不饒恕他，甚至會怨恨而產生報復的行為。不饒恕的心思意念，會將我們自己關在牢籠裡，自己折磨自己，對我們的身心靈都有很大的傷害。只有當我們選擇饒恕別人的時候，我們的心思意念，才從牢籠中被釋放出來，可以獲得平靜安穩。

### 討論問題 1：饒恕對你最大的挑戰是什麼？

#### 一、可能導致不能饒恕的情況：

1. 在成長環境中，受到父母的忽視和不看重。
2. 在學校被同學霸凌，心靈受到創傷。
3. 你的另一半，對你感情不忠，懷恨在心。
4. 在單親的環境中長大，常有被遺棄的感受。
5. 朋友將你的秘密公諸於世，令你非常難堪。
6. 當你危難的時候，反而被朋友落井下石。
7. 年老時，被子女忽略，或子女沒及時幫助你。

### 討論問題 2：請列舉其他令你不能饒恕的事情？並簡略分享。

#### 二、什麼是真心的饒恕？

##### 1. 饒恕不是遺忘，而是真心的釋放（路 6：37）

彼得問耶穌說：有弟兄得罪我，饒恕他到七次可以嗎？耶穌說：「我對你說，不是到七次，乃是到七十個七次。」（太 18：22）；我們認為是要完全的「饒恕」，也就是要完全的「遺忘」。但人有記憶力，對於生命中所發生的重要事情，是一輩子不會「遺忘」的。事實上，「饒恕」不是「遺忘」，而是「釋放」（路 6：37），當被得罪的事，再度被人提起時，你的心已不再激動，如湖水一樣的平靜，沒有任何感覺了。這就是已經原諒對方的行為，不再想要尋求報復，已經沒有負面的想法了。

##### 2. 饒恕不是忍讓，而是願意尋求和好（羅 12：18）

人受到傷害後的正常反應是忍讓和尋求報復。忍讓不能解決問題癥結，而是要願意尋求與對方和好。約瑟的哥哥們到埃及籩糧時，約瑟認出他們，他有意要跟哥哥們和好，所以，

他有智慧的計劃，要哥哥們帶最小的弟弟便雅憫來看他。之後，看到哥哥們能捨命救弟弟便雅憫，在這時候，他忍不住了，他主動的與哥哥們相認，與他們和好。

### 3. 饒恕不是壓抑，而是將冤屈交給神（羅 12：19）

保羅教導我們不要自己伸冤，寧可讓步，聽憑主怒。因為伸冤在神，祂必報應（羅 12：19）。

### 4. 饒恕不是吃虧，而是恩待自己（創 50:20，路 23:34）

約瑟被十個哥哥出賣到埃及當奴隸，他竟然做到心中沒有任何懷怨。當迦南地的飢荒時，他的哥哥到埃及來籴糧。約瑟不但沒有報復，反而說：「不要害怕，我豈能代替『神』呢？。從前你們的意思是要害我，但神的意思是好的，要保全許多人的性命，成就今日的光景。」（創 50:20）約瑟從神的角度來思考冤屈，知道神的心意都是好的。耶穌在十字架上也饒恕那些釘祂十字架，和羞辱祂的人。因為他們所做的，他們不曉得。（路 23:34）

**討論問題 3：從以上這些真心饒恕的定義當中，有什麼是可以讓你學習的？**

### 三、饒恕的步驟：

羅伯特莫里斯（Robert Morris）在一篇有關饒恕的講道中，以約瑟饒恕他的哥哥們的事情，提到饒恕的三個步驟：（創 50：15-20）

**1. 放手：**即使傷害你的人從不悔改，你也要饒恕；當約瑟的哥哥們看到父親死了，以為約瑟就報復他們過去對他的惡行。就謊稱父親曾交代他們對約瑟說出那些話，期望約瑟因為父親的遺言而饒恕他們。然而，約瑟對哥哥們卻說：「我豈能代替神呢？」因為不饒恕就是代替神。約瑟選擇放手交給神，讓神來替他申冤。即使傷害你的人從不悔改，你也要饒恕。

**2. 免去：**主禱文說：「免我們的債，如同我們免了人的債。」（太 6：12）神已經免去我們的罪債，我們也應該免去別人對我們的過犯和罪行。神藉著耶穌基督在十字架上的死，已經免去

了我們所有的罪債，使相信耶穌是神的兒子，接受耶穌為救主的人都能夠稱義。因此我們才能真正的饒恕人。

**3. 除去：**「東離西有多遠，祂叫我們的過犯離我們也有多遠！」（詩 103：12）這表示神完全除去我們的罪了。「我們都如羊走迷；各人偏行己路；耶和華使我們眾人的罪孽都歸在祂身上。」（賽 53：6）神使無罪的耶穌替我們成為罪，好使我們在祂的裡面成為神的義（林後 5：21）。神已將我一切罪孽都歸在耶穌身上，祂已完全除去我的罪，使我能與祂建立親密的關係，當我真正相信神完全的饒恕我們時，我們就能真心的饒恕別人。

**討論問題 4：在以上饒恕的步驟中，如何能幫助你走出怨恨，而真心的去饒恕別人？**

**討論問題 5：請在本週內禱告尋求，去饒恕那些你心中無法饒恕的人？**

### 禱告：

親愛的阿爸天父，我們感謝讚美祢。祢教導我們饒恕的功課，我們知道，是祢在我們還是罪人的時候，就先饒恕了我們，賜下救贖給我們，讓我們因信耶穌得蒙救贖，如今祢也教導我們要效法耶穌的榜樣，以耶穌的愛來饒恕那些傷害我們的人，因為祢已經饒恕了我們的過犯。我們如此禱告乃是奉主耶穌寶貴的名求。阿們！

### 第四時段：禱告服事（10分鐘）

可以兩三個人成為一個禱告小組，為彼此的需要禱告。

07/08 約翰福音18章:28-40

07/15 約翰福音19章:17-30

07/22 約翰福音20章:19-29