

## 《生命的福音》讲义 基督徒的生活方式（4） 饶恕与蒙恕

亲爱的朋友、弟兄姊妹，我们查考以弗所书第 4 章。我们每次都读出整段经文，但每次只会聚焦于一节不同的经文或不同的主题，因为这实在是一段奇妙、多方面论到基督徒生活方式的经文。以下是弗所书 4:25-32 节。

所以，你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话，因为我们是互相为肢体。生气却不要犯罪；不可含怒到日落，也不可给魔鬼留地步。从前偷窃的，不要再偷；总要劳力，亲手做正经事，就可有余分给那缺少的人。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；你们原是受了他的印记，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。

这是神的话语。

这段经文的目的是要表明我们可如何脱去旧人，穿上新人。我们在这几个题目中的深入地研读 22-24 节，经文说：“你们要脱去从前的行为，脱去旧我；这旧我是因私欲的迷惑而渐渐败坏的。你们要把自己的心志更新，并且穿上新我……”

让我们再次提醒自己，这是首要的原则，我们正在查考的具体命令，例如：“说诚实话”、“不要偷窃”、“说造就人的好话”和“一切的恶毒都要从你们中间除掉”等等），都是我们怎样和在哪里穿上新人的明确例子。让我们记着这个原则。你会注意到这个在 22-24 节所看到“脱下、穿上”的原则经常在具体的命令中反映出来。你留意到经文说：“……要弃绝谎言，每个人要与邻舍说诚实话……”经文说要脱下偷窃，穿上勤劳和慷慨。它说要脱下坏话，穿上说造就人的好话。脱下怒气和恶毒，穿上饶恕等。我们必须谨记，而且我每次都会清楚说明，如果你详细地研究基督信仰的教导，你发现当中的细节与其他许多道德体系看来没有多大分别。

看看中国的儒家道德体系、希腊的异教道德体系、人文主义的道德体系、伊斯兰教的道德体系。它们都说：“不要偷窃；要慷慨。”“不要说谎；要说诚实话。”“除去苦毒；要饶恕。”你必须小心。其他道德体系所强调的各有不同，但基本上，你会发现这段经文提到要做的大多数事情，其他宗教里也吩咐你要那样做。

不同之处，就是保罗，亦即是基督信仰，从来对于纯粹是符合道德标准行为都不感兴趣。基督信仰不只是说：“弃绝谎言，各人要与邻舍说诚实话，因为这是正确的。”这都是正确的行为，却不是保罗要说的。他在每个例证中都说：“你要因自己的身份而停止说谎。”穿上新人的意思是记着自己的身份。你要提醒自己，你现在是基督徒。这就是秘诀。这个原则使基督信仰与其他所有的道德体系截然不同。

我们之前已说过，现在你又再看到这一点。你注意到经文说：“要弃绝谎言，……说造就人的好话”，却突然在中间插入这句话：“不要使神的圣灵担忧，你们原是受了他的印记，等候得救赎的日子来到。”你不会在儒家思想、伊斯兰教或其他道德体系里看到这样的话。经文说：“要仁慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”你看到吗？

这就是原则。我们将会详细地查考经文，但让我大体地讲述其原则。保罗说，当你生气的时候，当你心存苦毒的时候，不要对自己说：“好吧，我必须停止仇恨。要制止它！”当你在撒谎的时候，不要说：“等一等。说谎是错的。我不能说谎，我不可撒谎。”保罗说这是没有用的，你知道吗？你已经知道了。让我以自己的个人经历来说明。

当我在神学院的日子，我在罪中苦苦挣扎，也因生命中长久以来所面对的问题而不断挣扎。我总是做我认为应该做的事情。我理应坐下来，说：“这是错误的。住手！住手！”这似乎不奏效。我读了一本书，我也不知道应否向大家推荐这本书，因为它是一本艰深难读的书。我读了这本书。这本书是十七世纪英国教会领袖及神学家约翰·欧文（John Owen）所写的《论克制罪欲》（Mortification of Sin）。约翰·欧文是一位清教徒，他于1670年代写成此书，内容是关于如何治死生命中的罪。这不是一本必读的书，但在某些要点上却是一本好书，因为作者所说的彻底改变了我的生命。

约翰·欧文没有说：“你要如此把罪治死。你只要对自己说：‘做这种事情何等可耻！君子不会这样做。作为一个人也不会这样做。基督徒不会这样做。你这样做，难道不觉得羞愧吗？’”约翰·欧文说这个方法并不奏效。相反，你必须仰望十字架上的耶稣基督，你必须说：“我该怎样报答那个为我这样做的人？”我必须仰望十字架上的耶稣，说：“看看祂怎样饶恕了我。我当然也必须饶恕别人。”

这就是保罗在第32节所说的。不要只是说：“我不应该心存苦毒。”相反，想想耶稣已为你做了什么。想想是谁造你的。想想是谁让祂成为你的救主。保罗在第30节说：“……不要使神的圣灵担忧……”你应该说：“看看是谁住在我的心里。”基督徒明白自己的身份，最终被这属灵领受所融化，因耶稣基督说：“你是我的爱子”，并且圣灵已进入你心里，说：“我现在住在你的心里”。

当然，你真的已作出努力，并操练自己，不再说谎。但你受到试探去说谎。你知道如果你说谎，你将要承受所带来的结果。你不再说谎。我不是说基督徒不用说：“不，我不会这样做。”保罗要说的是，从长远来看，这并不是弃绝谎言、除去苦毒和消除怒气的方法。你必须明白耶稣的身分以及祂为你所成就的一切，也要认识住在你里面的圣灵，你的心要被这领受所融化。

这就是圣经所说的。这就是保罗在这段经文所说的。在每一个例子中，这是首要的信息。现在，当我们进入这个例子，我们必须记住这一点。在之前两个题目，我们谈到撒谎和欺骗。现在我们来看愤怒。我们在上个题目已开始谈到愤怒，我想先概括和重温一下，然后继续讨论下去。第26节提出愤怒这个主题，在第31-32节又提出来。

经文说：“生气却不要犯罪……”“不可含怒到日落，不可给魔鬼留地步。”“一切苦毒、忿怒、恼恨、嚷闹、毁谤，和一切的恶毒都要从你们中间除掉。要仁慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”我们上次已提过这几点，让我概括一下当中的首两个原则。这两个原则是关于生气。首先，请谨记，保罗确实说：“生气却不要犯罪……”他说：“生气……”这是一个命令。

首先，经文说：“生气……要如何如何”，这肯定指出压抑或否定怒气是错的。很多人认为只有两种处理怒气的方法：你可以爆发怒气，也可以像一个文明的人般控制怒气。有人说：“你可以爆发怒气，但基督徒会控制自己的怒气，只有这两种处理怒气的方法。要么你向怒气让步，要么你控制怒气。”这根本不是圣经所说的。圣经的教导不是这么简单。

圣经说，如果你对生气的理解是这样，你会陷入麻烦之中。希伯来书 12:15 说：“要谨慎……免得有毒根生出来扰乱你们，因而使许多人沾染污秽。”它的意思是你不应该否定自己的怒气。如果你认为基督徒不会生气，你很可能是否定已存在的怒气。希伯来书说，你应该常常意识到自己是否生气，以及你的怒气有多大，因为你的怒气若是仍然存在却隐藏起来，使你察觉不到，你就没有慎防……谨慎的意思是察觉到一些事情并提高警觉。

如果你察觉不到自己的怒气有多大，以及是否怀着怒气，你将会陷入麻烦之中。这会使你败坏污损，所以抑制怒气显然是一件错误的事情。很多基督徒因为受到教导，认为不可发怒（“基督徒不会生气”），便以别的名称来称他们的怒气。你会说：“我很沮丧”，因为基督徒可以感到沮丧。这不是那么糟糕。你会说：“我很苦恼”，因为基督徒可以苦恼。你可以说：“我很忧虑。”当然，基督徒会感到忧虑。可是，当你生气时，你不会说：“我很生气。”

其次，经文说：“生气……要如何如何”，这肯定是指不仅不可压抑怒气，而且生气有时候是必需的。这是一个命令。保罗实在是说：“生气……要如何如何”。他没有说：“基督徒不可生气”，他甚至也没有说：“基督徒，生气是无可避免的，但它确是一件坏事。”保罗说：“生气……要如何如何”，这意味着生气有时候是必需的。换句话说，这意味着有时候你若不生气，你就犯上错误了。

神常常发怒，神真是这样，因此，生气不可能是罪。事实上，你可以进一步说，在我们所知道的情绪当中，我找不到哪一种情绪本身是有罪的。没有任何情绪在本质上是错误或是不好的。所有情绪都是神创造的；情绪变坏了，因为它们沾染了罪。这种情况就像食物腐坏了，但它们本身是美好的。我找不到任何情绪是错误的。你说：“恨恶又怎样？”恨恶是一种怒气。再者，神也恨恶罪恶。神是这么说的。事实上，当戴维与神的关系最好的时候，他在诗篇 139:22 说：“我切切地恨恶 [你的仇敌] ……”切切地恨恶，你看到吗？恨恶是神具有的能力，所以恨恶不一定是错的。只有当恨恶沾染了罪之后才是错的。“那么生气又怎样？”我们已经谈过了。有人说：“忧虑又怎样？忧虑是一件坏事。”是的，但忧虑只是变坏了的关心而已，如过度地关心某人的幸福或某些事物的健康状况。忧虑只是变坏了的关心而已。

当你思想这一点，你开始察觉到没有那一种情绪是不好的。唯独是情绪变得负面。生气又怎样？对于生气，我们必须谨记这一点。我们上次已讨论了生气的定义。今天，让我们来看看耶稣怎样生气，神又怎样生气，因为这些都是很好的例子。在上个节目，我们讨论了哥林多后书第 7 章的例子，保罗谈到的怒气是义愤和热心，要看见公正得以伸张。

在马可福音第 3 章，我们看见耶稣生气。我上次没有提到这事。当耶稣预备医治一个枯干了一只手的人的时候，四周的法利赛人开始围观，因为那天正是安息日，他们急不及待地要看耶稣有没有违反安息日的条例。如果耶稣违反了，他们便可以逮着祂。耶稣生气，祂是十分生气。为什么？这是关键。怒气是为了捍卫美好的事而激发出来的力量，也是为了对付罪恶的事而释放出来的力量。因此，在许多情况下，不发怒是错的。

怒气是为了捍卫一些事情而激发出来的力量。你想去捍卫一些事情。如果你看到一些美好的事情受到威胁，你没有生气，那么你不是良善的。如果你看到有人被欺压，如果你看到有人被利用，如果你看到公正被践踏，你没有生气，那么你不像神。神一定会生气，因为祂是美善的。事实上，你越是良善，越是公义，越是圣洁，越是纯正，越是充满爱，当你看见一些需要捍卫的事情，你就越会生气。

怒气是一种激发出来的力量，它释放出来是要对付罪恶的事。美国民权领袖马丁·路德·金（Martin Luther King Jr.）提倡一系列他称为非暴力的原则，那是十分精彩的原则，其中有一个与我们最密切相关的，就是非暴力是针对问题而非针对人的一种进取态度。这个原则对于我们理解义怒极有帮助，而且充满趣味。是什么激怒耶稣呢？

安息日的条例是美好的，耶稣指出安息日的条例是为人而设立的。为什么神设立安息日的条例？好让我们在周日可以休息，让我们在一个星期里有一天可以重新得力。当然，耶稣看见那为我们而设的条例被扭曲成为一种使人自以为义并折磨人的工具，祂非常生气。于是祂做了什么？祂转过身来，责备那些法利赛人。耶稣说：“在安息日行善行恶，救命害命，哪样是可以的呢？”

耶稣对错误的事和疾病释放祂的怒气。祂在怒气中医治那个枯干了一只手的人。圣经说祂以怒目望着周围的人，并且医治那个人。祂在怒气中施行医治。当然，如果耶稣不生气，祂就不是良善的。祂捍卫的是什么？是神的律法。祂攻击的是什么？是疾病和错误与罪恶的事。

第三，“生气却不要犯罪……”什么是罪恶的怒气？保罗明显地说：“生气……”因此，发怒本身不是罪恶。接着，他说：“……却不要犯罪”，这意味着生气可能使人在许多方面犯罪。我将会告诉你三种罪恶的怒气，我们会逐一细看。

你可以在 31 节看到罪恶的怒气。31 节说：“一切苦毒……都当从你们中间除掉”。其中一种罪恶的怒气是苦毒。你的怒气可能是公义的。你发怒可能是正确的，但如果那股怒气沉淀为苦毒，并对某人怀恨，那就是错的。我们稍后会查看这一点。其次，31 节说：“……恼恨、忿怒、嚷闹、毁谤……”恼恨和忿怒是内在的心理状况。嚷闹和毁谤是外在的行动。

顺便一提，“忿怒”一词在原文的意思是白热化，意味着你非常生气。而“生气”，即带着怒火，通常是指持续的状态，你出了毛病，你以带着怒火的态度去看整个世界。这是你内心持续的状态，到了一个地步，以带着怒火的态度去看整个世界，你看不到任何东西，所以每一个人你都挑剔，每一件事都触怒你，而且你看到每处都有不公平的事情发生。这些都是内在的心理状况，而嚷闹和毁谤却是外在的行为。

有三种罪恶的怒气：第一种是苦毒，我们很快会谈到这方面；还有勃然大怒和一声不吭。你知道，当你把怒气积压在里面，它将会攻击一些事物，把一些事物撕毁。记着怒气是一种释放出来把东西撕毁的力量。如果你里面积存怒气，如果你说：“我没有生气，或是我会制止自己的怒气。”你是把怒气存在里面，它会撕毁什么？是你。其实是你的内心。有些人知道这是什么意思。

另一方面，嚷闹和毁谤是另一种罪恶的怒气的形式，你勃然大怒，向人发泄你的怒气，并且摧毁他们。不要不瞅不睬或大发雷霆。你是否看见圣经对怒气的理解为何是如此精妙？第 29 节说：“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。”你应该做什么？虽然这并不容易，但你不可只是把你的怒气塞在里面，也不可只是把你的怒气发泄出来，除了那些使人得益处的说话外，你不可说别的话。

你必须责难那错误的事。你必须做马丁·路德·金所说的。非暴力是针对问题而非针对人的一种进取态度。你必须管理你的怒气。你要使用你的怒气，而不是把怒气积压在心里或发泄出来。你要使用怒气。这并不容易做到。当你想到马丁·路德·金这番话，你会察觉它对怒气的理解是何等精妙和充满智慧。正如耶稣在马太福音 11:25 所说：“父啊，天地的主，我感谢你！因为你将这些事向聪明通达人就藏起来，向婴孩就显出来。”

我给你举一个例子。有一个父亲向他的孩子大发雷霆。我们在上个节目谈过这个例子。现在，让我们分析一下。那个父亲向他的孩子大发雷霆。你们都知道，所有怒气基本上都是为了捍卫一些事情，并攻击一些事情，你可以问自己两个问题：“我正在捍卫什么？我正在攻击什么？”藉此分析自己的怒气到底是公义和有建设性，还是罪恶和具破坏性。我的怒气被激发，是要捍卫一些事情。那是什么？

首先，那父亲坐下来，说：“好吧，我知道我正在捍卫什么。”他察觉到他捍卫的是自己的日程安排。他的脑海里整天都想着坐下来轻轻松松地在萤光幕前欣赏一场足球比赛是何等美好的事。他整天都在说：“我实在急不及待了。那是我真正有兴趣观看的几支球队。也许我邀请朋友来一起观看，并且预备一些爆米花。我只想轻松一下。我将有好几个小时，那是我正在期待的。”

那父亲的脑海里整天不停地想着这几小时对他是多么重要。当他的孩子不服从他，开始互相打架，或不断欺骗他（例如：他们说自己已上床，其实下了床玩耍；他们说将会把灯关掉，其实开了灯在看书，诸如此类），他便勃然大怒。为什么？他勃然大怒，因为他正在攻击的，就是他自己享受的舒服、以及自己的日程安排，他做了什么？他以吓人的姿态和严厉的说话来攻击他的孩子。他想令孩子们感到糟透了，就像他的感觉一样，那就是所谓的勃然大怒，只是在那里发泄他的怒气。

那父亲可能会责罚他的孩子，但他对他们的惩罚的目的是……你可能会说，非言语的沟通是令孩子感到害怕的一种方式。他必须做什么？我来告诉你，一般的基督徒父亲会做什么。他察觉到大发雷霆是很糟糕的，于是他首先走到另一个极端，决定沉默不言。这是典型基督徒的另一个选择。他说：“这是非常错误的。”所以，他不向他的孩子发泄怒气，反而把怒气积压在心里，甚至可能否认它。

在某些情况下，也许那个父亲想大发雷霆，但他没有这样做。他只是心里郁闷，感到极之沮丧，到了晚上，他的妻子问：“怎么回事？”他说：“我不知道。我很沮丧。”你知道，基督徒不会生气，所以他们说：“我很沮丧。”这样，那父亲满肚子积压着怒气，以致肠胃不适，他正在摧毁自己。他理应做什么？多年来，我一直认为只有两件事可以做，直至我开始研读圣经才改变这看法。

你要么大发雷霆，要么抑制怒气，把它积压在心里。我常常从圣经学到，也从我的妻子学到，这种做法有一个问题。如果我的孩子不服从我，如果他们欺骗我，如果他们互相打架，那是严重的问题。在他们的生命中，有些事情是严重的。那些事情是错的，是坏事。如果他们互相打架，如果他们学会说谎，如果他们学会欺骗人，在他们的生命中这些都是坏事，因此，我应该生气。

如果我没有对孩子生气，没有纠正他们，没有教导他们，也没有带着怒气向他们说话，他们不会知道事情的严重性。他们从未见过自己的父亲对任何事情生气，对他们来说，这是一件坏事，因为在那一刻，他们不明白在他们的生命中什么是重要的，什么事情是严重的。首先，一个父亲必须做的是说：“我正在捍卫什么？不幸的是，我正在捍卫自我。我正在捍卫自己的行事计划，但当中要为了什么事情而生气呢？”

我的日程安排已成为了偶像，我必须为此悔改。我必须除去这偶像。我必须坐下来思想。我必须为此做一些事情。我必须说：“主啊，我看到自己所做的。”我不可以那精彩的足球比赛来填满我的思想。我必须以别的东西来充满我的思想。

我必须说：“想想我的孩子。想想他们是多么重要。想想我真的能与他们在一起的时间是多么少。想想他们成长得多么快。想想教养孩子是何等重要责任，也想想能在早期阶段察觉到他们欺骗、说谎或不服从，并防患于未然，是何等重要。”

我必须以这些话充满我的思想，然后回来释放怒气。首先，在一般情况下，我必须为自己以威吓的方式说话和行事而悔改。我企图伤害孩子的心。我企图令他们感到糟透了，因为他们令我感到糟透了。我必须为此悔改。

然后，我必须走进去对孩子说：“我们面对一个问题，我很恼怒自己做了那样的事，但我对你们十分生气，因为这些是严重的问题，如果你们的行为像这样，你们余下的一生将会遇到麻烦。你们在婚姻里会遇到麻烦，你们在工作上会遇到麻烦。你们在学校里会遇到麻烦。你们在朋友当中也会遇到麻烦。”我必须责难一些新的事情。

我正在责难什么？你必须重新聚焦于真正的问题。你必须释放你的怒气，不是把怒气积压在心里，也不是向你的孩子发泄，而是针对那个问题。父亲怀着热诚、严肃的态度和义愤，以教诲惩罚他的孩子，孩子总会知道这些要求都是出于爱。父亲说：“我讨厌这样做。孩子，我不是针对你，而是我和你一起对付那个习惯，除非我们采取行动，否则那个习惯会摧毁你。”两者有很大分别。

我可以把事实坦白说出来吗？我的意思是，我正在这里承认自己的罪，只是我要告诉你，这不是一件容易的事。当怒气上升时，你要实在地察觉到，并且你必须问自己：“我正在捍卫什么？”你仍要这样以理性去思考。然后，你说：“我正在攻击什么？”理想的做法是，当怒气上升时，你察觉到自己的怒气，而且你很早已作出分析，并且开始为你自私的自我防卫而悔改。

你说：“但是我必须对某些事情生气，并且攻击那些事情是正确的，我将会采取行动。”如果你不能在你爆发怒气之前作出分析，会发生什么事情？那么，你必须悔改，转移你的怒气；但有时候，你是那么激动急躁，那么心烦意乱，你甚至无法这样做。在你可以将释放怒气所需步骤连系之前，很多错误爆发怒气的事件会发生（实在有好几十个情况使你必须这样操练）。你必须使自己放慢下来。你必须作出分析。

问题并不在于控制怒气，或者控制不了使爆发出来。不是只有这两个选择。大发雷霆和一声不吭都是错误的。你若曾经这样做，你必须悔改。例如，如果你有一整天对你的朋友、配偶或是一些事情大动肝火，并且对你的朋友或配偶不瞅不睬，你必须悔改，说：“是的，我曾对你不瞅不睬。但我没有告诉你。”

你冷静下来，你悔改，除去自私的动机，着手处理那些你认为值得生气的事情，并且转移你的怒气，正如马丁·路德·金所说，要进取地对付问题，而不是针对人。你说：“啊！这是非常微妙的。这是非常困难的。”你还记得那个原则吗？顺服是困难的；不顺服是不可能的，你只有两个选择。顺服是困难的；不顺服绝对是具破坏力的，而且是不可能的。

你只有两个选择，所以你要顺服。耶稣说：“天父啊，我赞美你，因为你将这些事向聪明通达人就藏起来，向婴孩就显出来。”还有一件事。这是很难做到的。你必须记着，一方面，这需要时间。这是一件循序渐进的事情。是的，这不会在一夜之间发生，一般来说，只有当你在恩典里成长，这才会发生。我家的后院种植了一种奇特的橡树。

树的叶子会在秋天枯死，却不脱落。叶子会留在树上，直到春天，当新叶长出了芽，把枯干的叶挤出的时候，它们才会落下。你看，你可以试图单单依靠意志力去作出改变，说：“我要制止这事。我不要再这样做了。”但基督信仰的处理方式是截然不同的。基督信仰说，你必须不断地敬拜、祷告，并且研读圣经。

你必须藉着圣礼和与神相交不断地朝见神，使你不断改变和成长。当基督的品格开始在你里面成长，便会把怒气除去，正如新叶长出来的时候，会把老叶挤出。这不是一夜之间便发生的事，而是逐渐出现的。这情况一点一点地出现，正如福音传入韩国的过程一样。

为了讲述这个故事，我又翻开我的一本古老的历史书。故事中有一个人到了韩国，在 19 世纪 60 年代，外国人进入韩国是非法的。当时他的船开始往下沉，他跳到船外，双臂抱着很多圣经，涉水走到岸边。当岸上的人要杀他，用棍打他，用刀刺他的时候，他把圣经塞进他们的手。福音就是这样传入韩国。

这位第一个到韩国的传教士名叫罗伯特·多马。今天，在他死去的地方有一座宏伟漂亮的多马纪念教堂。我读到他的事迹，令我深深感到自己的罪，我察觉到我有机会去敬拜。当时我正在预备讲章，我读到这本书。读的时候，我突然发现自己哭了起来。我察觉到：“这个人是多么忠心。”我开始觉得自己像个婴孩。

我说：“我觉得自己的问题很严重。我觉得神呼召我去做的事情十分重要，也十分困难。”我承认我自怜的罪。我有机会去敬拜。我把一切事情都停下来。你知道，当神的灵正在向你训诫，使你明白一些事情，你说：“这是一个机会。”于是你停下一切事情。你坐下来，说：“我知道你正在告诉我什么。”你开始敬拜。你悔改。你赞美神。你得到赦免，你感到自己的心思意念得到更新。那是长出来的小叶子，正在把老叶挤出去。基督信仰是一个有机体，是一个过程。

我也希望你看见保罗在这里说，另一方面，不要容让这种怒气存在你生命中。怒气可以伤害你。例如罪恶的怒气、苦毒、忿怒和恶毒，大发雷霆和一声不吭。保罗在这里说的，不是为此事祷告，求神除去你的怒气。他说：“除去怒气。脱下它。扔掉它。把它丢出去，践踏它，然后关上大门，不要让它回来。”我的意思是，保罗真的很认真。他不只是说：“你为此事祈祷吧，也许神会除掉你的怒气。”他说：“你要除掉怒气。”要保持平衡。这需要花很长时间。这是一个过程，但不要在容让怒气存在你生命中。

最后，我们要谈谈另一种罪恶的怒气。经文说：“一切苦毒……都当从你们中间除掉。”苦毒是追究别人的罪。苦毒不只是怒气。你的怒气开始的时候可能是公义的，但苦毒是不断地期望别人受到伤害或痛苦。当你不断地希望看见你所恼怒的人受到伤害或痛苦，或突然一切都中止，你知道自己是陷于苦毒之中。你想看到他们衰败。

因此，虽然神常常生气，却从来没有苦毒，诗篇 7:11 节说：“神是……天天向恶人发怒的神。”圣经说神常常发怒。然而，圣经也说神不愿我们任何一个人灭亡。圣经说神不渴望有一个罪人死去，那就是当中的分别了。神向你发怒，却没有对你怀着恶意，这真是一件奇怪的事情。神的怒气没有丝毫苦毒的成分。

怒气和苦毒之间的分别，就是怒气说：“这是错误的。这是邪恶的。这件事情必须停止。”苦毒是到了一个地步你十分渴望看见别人受到伤害或衰败。你希望有坏事发生。你希望他们失去工作。你希望他们被拖垮。当他们真的遭遇这些事，你受到极大的试探要向他们幸灾乐祸，就是圣经所说，向他们“扬起你的声来”，在他们之上“抬起你的眼来”。

圣经说心怀苦毒是绝对错误的。为什么？首先，苦毒把你囚禁了。亲爱的听众朋友，这应该足以使你除去苦毒。那个使你心怀苦毒的人，唯一能真正打败你的方法，就是使你对他存着苦毒。你仍被囚禁。你仍受着苦毒的影响。我总不会忘记一个人。我们的教会每年都为附近的儿童举办假期圣经班。在假期圣经班结束后，我们通常会探望那些曾参加假期圣经班的孩子。

我们对孩子的家人说：“我们很高兴你的孩子来到我们的教会，我们很乐意来接他们到教会，或你们若喜欢的话，我们很欢迎你们一家来到教会。”有一次，我们去探望一个父亲，他说：“我绝对不会带我的孩子去教会。”我说：“为什么？”他说：“因为小时候我父亲每星期都硬拉着我到教会去。我讨厌这样，他每个星期都要我去，直至我搬开了，我总不会那样对待我的孩子。”

他要说的是：“我要摆脱我的父母从前对我做的事情。我要摆脱我所恼恨的宗教。”他很生气。他很苦毒。他仍被囚禁。他仍然被他的父亲所做的事情控制着。他全然被控制了。他的孩子想到教会去，但他不让他们去教会。为什么呢？因为他仍被囚禁。

这不是你不应该心存苦毒的唯一原因。第二个原因是它与基督向你所行的互相矛盾。保罗说：“……彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”许多人常常这样祈求：“……免我们的债，如同我们免了人的债。”你知道那是什么意思吗？“免我们的债，如同我们免了人的债。”我不能在此为这句经文作出深入的释经，但它的意义是一颗不肯饶恕的心也是一颗不蒙饶恕的心。你不能饶恕人，因为你没有蒙饶恕。

有三种方法可以令你不蒙饶恕。首先，有些人不能饶恕别人，因为他们不认为自己有什么错处，所以他们没有蒙饶恕。他们骄傲自大。他们从来没有为自己的罪悔改。因此，他们不能饶恕人。你看，当你对别人心存苦毒，你也存着少许优越感。你说：“我从来不会做那样的事情，永远不会。”除非你认为自己比别人好一点，否则你不能对人存着苦毒。对于那些做了一些你也经常做的事情的人，你很难向他心存苦毒。这是相当困难的，但是当你存着苦毒时，可能是因为你太过自大，以致没有悔改，所以你没有得到饶恕。还有另一种情况。你们当中有些人不能饶恕别人，因为你觉得自己已蒙饶恕，但这不是因为你没有悔改；你只是认为自己实在太坏了，你不觉得你能够蒙饶恕。许多人不肯饶恕的其中一个原因，是由于他们还没有得到饶恕，他们整天这样想：“我实在太糟糕了。”总不够资格蒙饶恕。

美国著名神学家史鲍尔（R.C. Sproul）曾告诉我这个故事。他说，有一次，一位女士跟他说：“我已尝试求神赦免，但我从不觉得自己蒙饶恕，我不能原谅自己。我只是觉得很糟糕。”你知不知道史鲍尔对她说什么？当我听到这个回答，我也打了一个寒颤。史鲍尔说：“其实你还没有承认那把你压垮了的罪。”那位女士说：“什么？”史鲍尔说：“那就是你的骄傲。”那位女士说：“你指到我的骄傲，是什么意思？”史鲍尔说：“你想以旧式的方法去得蒙拯救。你想‘赚取’救恩。你感觉不到自己已蒙赦免，因为你说：‘我失败了。我没有达到我的标准，我不渴望神的宝血所带来的宽恕。我失败了，我为此感到难过，就是那样。’”他说：“如果你说你感觉不到自己已蒙宽恕，那是因为你真的想去赢取你的救恩。你想成为自己的救主。你想藉着自己的表现去赢得救恩。”

你们当中有些人不能饶恕别人，因为你还没有蒙饶恕。你没有蒙饶恕，不是因为你以为自己很棒，而是因为你觉得自己太糟糕了。归根究底，我认为史鲍尔说得对。骄傲使你感觉不到已蒙赦免。在大多数的情况下，我们不能饶恕别人，因为我们忘记了耶稣已为我们所做的一切，这就是保罗要说的。只要你记起耶稣为你所做的一切，你便得蒙饶恕。



马太福音第 18 章讲述一个仆人欠了王一千万银子的故事。你知不知道一千万银子是多少？那等于十七年的工资。你把你十七年来的所有工资加起来，便知道那个数目有多大。王说：“把钱还给我。”仆人说：“我无法偿还。”王说：“我宽恕你，免了你的债。”就在那一天，那个仆人遇见他的一个同伴，便对他说：“你欠我十两银子，把所欠的还给我？”那个同伴说：“我无法偿还。”那个仆人说：“如果你不还钱，我就把你关进监狱里。”

当王听闻这事，他召了那个仆人来，对他说：“你这恶奴才！你央求我，我就把你所欠我极大的债免了，但你却不去免你的同伴这小小的债。你不应当怜恤你的同伴，像我怜恤你吗？”王就把那个仆人关进监狱里。耶稣说：“你们各人若不从心里饶恕你的弟兄，我天父也要这样待你们了。”意思是：如果你想到你极大的债已蒙神赦免，如果你想到耶稣已为你所做的事情，你的心将会融化，你必饶恕别人。

一颗不肯饶恕的心是一颗不蒙饶恕的心。如果你无法饶恕别人，你还没有感受到神对你的宽恕。神的宽恕是何等甘甜。著名奇幻小说作家托尔金（J.R. Tolkien）在《魔戒》第三部分“王者归来”的结尾说：“……直到他们的心被那些涌流出来的甜言蜜语所伤害，他们的喜乐就像刀剑，在他们进入的地区里，痛苦和喜悦一起流动，泪水是幸福的酒。”你知道吗？甘甜的泪水绝对是荒谬之谈：“泪水是幸福的酒。”

对于那些从来没有经历过耶稣基督的宽恕的人来说，这是绝对荒谬的。这将会永远改变你，使你更有能力去处理怒气。是的，你不会再那么害怕去承认你正在生气。你不会深感内疚。你可以说：“我很生气，我也有权生气。”但你不会受人论断。你也不会感到内疚，因为你正在想着耶稣所作的一切。你正在穿上新人。耶稣说“父阿，天地的主，我感谢你，因为你将这些事向聪明通达人就藏起来，向婴孩就显出来。”我们一同祷告。

亲爱的天父，求祢走近我们，让我们明白耶稣为我们所成就的一切，并被这属灵领受所融化，使我们可以察觉到，我们越尝到自己悔改的泪水是何等甘甜，以及饶恕是何等喜乐，我们就可以挪去一切的恶毒和怒气，以及一切的嚷闹和苦毒。那么世人将会看着我们，惊讶地看见我们是这么快动怒，这么快为着不公正的事愤愤不平，却没有恶意。

天父啊，我们怎样才可以生气却没有恶意？我们怎样才可以快快地动怒，快快地欢笑，快快地高兴，也快快地拥抱？我们是被拣选的族类、有君尊的祭司。如果我们还记得自己的身分，如果我们到祢那里去，说：“求祢帮助我们把自己看为是属祢的，以致我们不会使圣灵担忧，并谨记祢已免去我们一切的罪债。”我们就能拥有君尊的身份。求祢在我们的生命中成就这一切。祷告奉主耶稣基督的名求，阿们。