

「連結基督」進度表

第 1 週	引言和 接種活的道(1)
第 2 週	接種活的道(2)
第 3 週	順聖靈而行
第 4 週	更新我心意
第 5 週	柔順我的心
第 6 週	饒恕得釋放
第 7 週	順從神主權
第 8 週	全心信靠神
第 9 週	講造就的話
第 10 週	安靜等候神
第 11a 週	預備迎見神
第 11b 週	經歷神營會
第 12 週	見證神作為
第 13 週	邁向標竿跑



基礎班 L0-003

第 6 課 饒恕得釋放



本課的目標

- 明確執行主耶穌饒恕的命令，保守自己及他人免落入苦毒的堅固營壘。

教義概要

- 因我已蒙饒恕，也就要饒恕得罪我的弟兄
- 不饒恕會帶來身、心、靈的網綁
- 學習饒恕的榜樣：跟從耶穌基督，過饒恕釋放的生活

衡量指標

- 心中是否對那弟兄或舊事尚有芥蒂，常作負面評語，未能釋懷。
- 對人及對神有否時時仍有惱怒或不滿的心態
- 能否甘心為曾傷害過我們的人祝福代禱，共事；且樂見他蒙福。

具體行動

- 小組裡彼此守望上週議定自己要改變的地方(言行習慣)
- 請為下週的屬靈操練作紀錄；下次聚會時彼此交代。
 - 每天讀經__章
 - 禱告__分鐘
 - 參加小組
 - 家庭祭壇
 - 十一奉獻
 - 向人作見證/與人和好

姓名：_____

具體行動： 每週填寫之屬靈操練紀錄、於門訓/守望時彼此交代

本週作業報表	a 日期 時間	b 內容 形式	c 守望對象 福音對象	d 結果 或備註	e 下次時間 /補課日期
家庭祭壇					
每日之聲					
讀經/作記錄					
用手冊禱告					
守望/關懷人					
傳福音/見證					
什一奉獻					

引言

人與人相處，很容易發生磨擦，容易互相得罪。所以主耶穌在聖經中，多次多方的教導我們要彼此饒恕，互相赦免。當我們不願意去饒恕的時候，就會產生怒氣，惱恨和苦毒，這一切都在破壞人際關係，影響肢體的合一，奪去個人心靈的平安。

來12:15 說：「又要謹慎，恐怕有人失了神的恩，恐怕有毒根生出來擾亂你們，因此叫眾人沾染污穢。」苦毒是另一個堅固的心靈營壘，若不折毀，至終帶來毀壞，並且影響周圍的人。



請大家以「**靈修禱告手冊**」中第 61 頁——「祝福禱告」來作化怨恨為祝福。

從第 48 頁中選取「饒恕」的品格，為自己學像基督之不記舊恨、寬容別人而讓神藉著我們愛對方來作宣告。

但感謝神，藉著基督十字架的工作，我們可以支取神饒恕的恩典，饒恕一切凡得罪我們的人。因為我們認識我們的本體，知道我們也是一個罪人。基督為我們的罪選擇死在十字架上，用極大的代價，就是祂的寶血來赦免我們的罪。我們既蒙救贖，得以成為神的兒女，就有神饒恕的本性去見證神饒恕的恩典。「主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人」(西 3:13)

D. 分組禱告

1. 現在我們請聖靈來啓示我們每一個人一件事。這件事你可能常常回想或已經忘記(却在潛意識裡產生作用)。但這件事常影響你的情緒、思想及個性。
2. 請每人簡單分享聖靈所啓示你的事，並請大家為這事作饒恕釋放 / 醫治的禱告。

筆 記



8. 作以下的饒恕禱告

_____(對方之名字)_____, 我饒恕你在 _____(得罪我之處)_____。
我選擇不再追究這些事。我放下去追憶這些事、去向人講論這些事和尋求報復的權利。靠著主的恩典, 我全然釋放你給主, 讓主處理。奉主的名我宣告你得饒恕, 並在主裡祝福你。

9. 饒恕自己

藉禱告饒恕自己的過犯, 支取耶穌的寶血洗淨一切的罪惡感, 放下一切的掙扎, 把自己交託給主, 完全釋放自己, 享受神之赦免所帶來的安息。

10. 停止恨神、氣神

「人的愚昧傾敗他的道, 他的心也抱怨耶和華」(箴 19:3)
當有什麼不幸的事發生在我們身上的時候, 我們的理智告訴我們不能生神的氣。但我們的內心卻抱怨神, 對神失望、責怪神不聽禱告, 歸咎於神。因此我們要在凡事上認定神的愛, 藉讚美感恩釋放對神的歸咎。

C. 如何去饒恕

- ▶ 為此感恩
- ▶ 相信神恩
- ▶ 聖靈光照
- ▶ 寫下名字
- ▶ 終結禱告



A. 爲什麼我們必須要饒恕人

1. 饒恕是神的命令

「並要以恩慈相待, 存憐憫的心, 彼此饒恕, 正如神在基督裏饒恕了你們一樣。」(弗4:32)

2. 如果我們不饒恕人, 我們也必不蒙饒恕

「你們站著禱告的時候, 若想起有人得罪你們, 就當饒恕他, 好叫你們在天上的父也饒恕你們的過犯。你們若不饒恕人, 你們在天上的父也不饒恕你們的過犯。」(可 11:25-26)

3. 如果我們不饒恕, 就會失去神的保護、受神的管治

「主人就大怒, 把他交給掌刑的, 等他還清了所欠的債。」(太18:34)

4. 不饒恕所帶來的苦毒有害於身心靈的健康

「心中安靜是肉體的生命; 嫉妒是骨中的朽爛。」(箴言 14:30)

5. 不饒恕會給魔鬼留餘地來傷害我們

「生氣卻不要犯罪; 不可含怒到日落, 也不可給魔鬼留地步。」(弗4:26-27)



A. 爲什麼必須要饒恕

- ▶ 神的命令
- ▶ 蒙神饒恕的條件
- ▶ 才 致錯失神的保護
- ▶ 才沒有苦毒致害身心
- ▶ 才 給魔鬼留餘地

