

饒恕

楊明康醫生
柴灣浸信會社區健康中心
註冊精神科醫生

在這競爭劇烈的社會中，人與人之間往往因意見不合，互不體諒，甚至反目成仇，不能再合作或作朋友。在教會中，這些不和的事也屢見不少。

聖經在以弗所書四章中吩咐信徒要「凡事謙虛、溫柔、忍耐，用愛心互相寬容，用和平彼此聯絡，竭力保守聖靈所賜合而為一的心」。要達至「互相寬容」，能「用和平彼此聯絡」，就要學習主怎樣謙卑，主怎樣溫柔，怎樣忍耐，怎樣用愛心寬容罪人。這是能夠「合一」的基本條件。「寬容」一詞又被釋成「包容」（西3:13：「倘若這人與那人有嫌隙，總要彼此包容，彼此饒恕；主怎樣饒恕了你們，你們也要怎樣饒恕人」。）

學習「寬容」、「包容」、「饒恕」是一件非常難的事。在主禱文中，有一句「免我們的債，如同我們免了人的債」。當我們要求上帝「免我們的債」時，我們也先要「免了人的債」。耶穌回答彼得關於饒恕多少次的問題時，說：「不是到七次，乃是到七

十個七次」（七十個七代表無限）。

饒恕並不是一個感性的行動，不是叫我們將鬪怒的感覺消滅，成為沒怒氣的人。饒恕是一個理性的思維，在我們的腦袋中，放棄存有仇恨意念的權利。在希臘文聖經中，「饒恕」原文的字是aphi ē mi，是指to let go（放手），to disregard（不理），to give up（放棄）。是人主動地放手，放棄追究的意念。要饒恕人，就是放棄追究別人傷害我們的權利。

當我們想起主怎樣愛我們，祂怎樣來到世界，為我們的罪被釘死，為的是讓人得到被上主饒恕，被上帝免了「債」的經歷。在這衝突滿城的环境中，上帝也希望我們可以學習與弟兄姊妹彼此饒恕，一同建立「合而為一」的教會。持久的「不饒恕」，持久的「鬪怒」不但帶來自己的痛苦，帶來教會的分裂，有時甚至引起不同的精神毛病。饒恕是身心健康，教會健康的竅門！🏠

