

《与神同行》 处理人生的压力（1）

经文：林后 7:9-10

当你违背良心、做一些明知是错误的事情，你会有什么感觉？你说：“啊，我感到罪疚。”当你没有做错事的时候，你是否也有过罪疚感呢？罪疚是我们所有人在生活中必须要处理的事情，不只是处理一次，而是一生都需要面对和处理。许多人不知道如何处理罪疚，一生中遭受着自己没有意识到的苦难，这对他们来说是毁灭性的。他们根本的问题是罪疚的问题。今天信息的主题就是：如何处理我们的罪疚。

哥林多后书有两节经文与这有关，在 7:9-10，保罗在这里谈论了忧愁和懊悔。让我们来看这两节经文，林后 7:9-10：

如今我欢喜，不是因你们忧愁，是因你们从忧愁中生出懊悔来。你们依着神的意思忧愁，凡事就不至于因我们受亏损了。因为依着神的意思忧愁，就生出没有后悔的懊悔来，以致得救；但世俗的忧愁是叫人死。

有一项针对五百人的调查，问题是：当经历罪疚的时候，你的感觉是什么？人们回答说，首先是惩罚感。第二是沮丧感。也就是说，我们都会经历抑郁、无价值、自尊心低下，感到被拒绝和被孤立。许多人不知道如何处理这些感觉。通常，他们会把这些感觉与其他的事情混淆起来。有时很难区分什么是正确的罪疚，什么是没有任何基础的错误罪疚感。对一些事情感到罪疚是一种责任感。意思是，我对此应当负责，而不是堕入自己无用的感觉，也不是羞耻感，不是被排斥、被孤立或者害怕被惩罚的感觉。正确的罪疚表示一个人要为自己做的事情承担责任。

首先让我们看看没有得救人的罪疚感。如果他还没有信靠耶稣基督为他的救主，他就不能因着耶稣基督在十字架上所流的血而要求神赦免他的罪。他们会感到罪疚，因为这是真实的，他们会为犯过的每一个罪而罪疚。他可能会说：“我已经请求神饶恕我了。”但是如果你不接受耶稣基督做个人的救主，请求神饶恕是绝对没有意义的，我们要反问，你凭什么请求神原谅你呢？

神饶恕罪，只有一个基础，这个基础就是神的儿子，就是由童女所生的耶稣基督，他是无罪的义人，死在加略山上，流出了宝血，付清我们的罪债。只有这个基础上，罪才能被饶恕。只有当你接受耶稣基督、接受神的独生子作为你个人的救主，以信心认罪悔改，你的罪才能得到赦免，才可以请求神的饶恕。

不信的人应当有他们所感到的罪疚情绪。所有这些都是合理的。唯一的解决办法是神通过耶稣基督的流血所提供的恩典。那么对于信徒们来说怎么样呢？信徒对罪疚和罪疚感的感受应当如何处理呢？请看彼前 2:24：

他被挂在木头上，亲身担当了我们的罪，使我们既然在罪上死，就得以在义上活。因他受的鞭伤，你们便得了医治。

耶稣担当了我们的罪。当然，我们的罪也是我们的罪疚。耶稣挂在木头上，担当了这一切。当你接受主耶稣基督为你个人的救主，祂死在加略山上救赎你，你所有的罪被赦免了，你已经被宣布为无罪。圣经说：“基督的血在不断地洗净我们所有的罪。”现在，作为神的孩

子，我们在神的爱中行走，在神爱的保护伞下行走，走在全能上帝无条件的爱中，这是永远不会改变的。

因此，对那些被宣告无罪的人不再定罪，神的定罪和愤怒只是临到那些被宣告为有罪的人。根据约 3:18、36 两节经文，神的定罪和震怒只是临到那些拒绝神独生子的人。

圣经中没有一节经文对我们信徒说，你应该感到沮丧、应该感到被惩罚、应该感到害怕、应该感到被孤立、你应该感觉无价值。也没有说，看看你都做了什么，你的自尊应该被踩在地上。没有，圣经没有一句话暗示这些想法。在基督耶稣里，我们不再被定罪，神的忿怒也不临到我们。我们行在全能上帝的爱中，祂在十字架上为我们成就了这一切。

我们最大的问题是什么呢？最大问题是，我们对于神是谁、对于神的形象的理解和概念完全不符合圣经，导致了罪疚感一直伴随着我们。我们所做的就是将神的作为贬低到人的水平，我们行事为人总觉得神会像我们对待别人那样来对待我们。因此，我们感到罪的责备，因为我们不能做好应该做的一切，没有达到自己的期望或神的期望。因为我们一次又一次地失败，我们觉得自己应该有这种感觉。但是弟兄姐妹，神从来没有这样说。

你还记得耶稣那天早晨在会堂里站起来读以赛亚书吗？路 4:18 祂说：“差遣我报告被掳的得释放。”但是数以百万计的神的子民却被罪疚感所捆绑，就是那种内疚的感觉，这不是一种合理的有罪感，只是一种错误的感觉。

现在请你留心听，我希望你在罪疚感控制你之前，先想一想神话语的真理。因为很多人会想：“因为我曾经做过的事情，我知道我有罪。”圣经说，信徒的罪已被赦免，耶稣已经为所有人的罪死过了。不是由于你的感觉，而是全能的上帝已经宣告你为义人，你不再有罪。耶稣基督的血持续地洁净了你。耶稣基督坐在父神的右边，为我们代求。我们被赎成为神的儿女，被宣告无罪。基督的血归到了我们名下，这意味着我们不再有罪。

但是这并不意味着你和我将永远不会犯罪。这也不意味着我们不会失败，不会犯错和得罪神。当我们犯罪的时候，我们有责任悔改。我们要为那些罪悔改。如果神选择特别的管教，我们有责任接受神的管教。我们愿意接受神的管教作为生命中的矫正措施，因为神爱我们。

圣经中没有一节经文说，看着所做的事情，你应该感到沮丧、应该感到被拒绝、应该感到毫无价值。没有，完全没有。在基督耶稣里，我们是神所饶恕的儿女！我不是说：“你可以按着旧方式随便犯罪。”我不是这个意思。神管教的手会强烈地对付罪，但是神的目的是为了惩罚我们。神的纠正性管教是为了纠正我们的行为，以便我们活出真正的自己，神透过我们彰显祂的生命。所以，神的目的是要启示我们，而不是为了破坏或者贬低我们的价值。

弗 2:8-10，保罗说：

你们得救是本乎恩，也因着信。这并不是出于自己，乃是神所赐的；也不是出于行为，免得有人自夸。我们原是他的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的。

神说我们是尊贵的。当我们不顺服神的时候，神怎么可能一边说：“你是我尊贵的孩子。”另一边又说：“这次我可抓到你了”，神不会这样呢，这完全不是圣经的教导。神不是在天上等着处罚我们的错误，因为圣经说祂已经宣告我们无罪了。

有些人认为一旦自己犯了罪，在请求神饶恕后，就必须从头开始，必须重新开始。圣经说，你和我因着耶稣基督的恩典被赦免了。没有任何东西可以添加到神的饶恕上面。

神的饶恕不是基于认罪，而是基于基督的血和我们接受神的儿子。认罪恢复了我与神的联合。认罪和悔改使我意识到我的行为与我在基督里的身份不相符。作为上帝的孩子，我必须被纠正，我也愿意接受神的任何管教。

我们是神饶恕的孩子。尽管如此，我们还是会有罪疚感。罪疚感是破坏性的。事实是，这些感觉来自人生中很多领域，很多人很难辨认出来。作为信徒，你也不能立即找到罪疚的源头。但要看到，从神的角度，每一个信徒都是什么身份。不仅被赦免，圣经说因为永活的基督在我们里面，我们已经被称义了。我们是谁呢？是被救赎的、被饶恕的、与神和好的、被称义的、荣耀的永生神的儿子和女儿。我们行在神永恒恩典的覆庇之下，活在神无条件的爱中，耶稣基督作为我们的救主住在我们里面，祂是我们的主、也是我们的生命。基督是我们一切的满足；我们已经在基督里得以完全。这就是我们真正的身份。在这基础上，我们不再是罪疚的罪人，我们是圣徒，我们会蹒跚、会跌倒、会犯罪、会犯错，但我们仍然是神所赦免的儿女。

如果你有罪疚的感觉，就像很多时候我也会有的情况，我们必须处理罪疚感，也都要活下去。请花一分钟想想：作为信徒，我们人生中的罪疚感是什么原因引起的呢？有时是因为罪。当你悖逆神，会发生什么？你会感觉到自己的悖逆。为什么会这样呢？这是因为圣灵让我们看到自己的罪。因为生命中的罪，人们会有罪疚感。

例如有一人曾经有过一次流产。不管她请求神饶恕她多少次，她仍然会感到罪疚。那么她需要请求饶恕多少次呢？如果她是神的孩子，对她的饶恕是在十字架上达成的。她开始认罪悔改，并接受神的神圣管教并继续生活，不沉溺于自爱自怜、自我惩罚或者自我审判中，也不会抑郁或者感觉自我价值低下，也不接受撒旦给她的耻辱。你说：“这会减少堕胎的罪吗？”不会。但我在放大神的恩典。两方面有很多不同的地方。

你看，我们的问题是不明白神是多么爱我们！我们会想：“神怎么会以那样的方式爱一个人呢？”让我问你一个问题：如果一个人谋杀了无辜的人，而我们却是听着福音长大，听了四十年、五十年，可是在这四五十年里，最后还是拒绝主耶稣基督，拒绝接受一切来临的好东西，到死也不接受耶稣基督作个人的救主，那么，是否杀人犯比我们要更有罪和邪恶呢？谁更有罪呢？你看，人的判断，不一定是神的看法。所以罪疚感来自于罪。

但是，有一些罪疚的感觉来自我们的童年和伴随着我们长大的事情。例如，在离婚家庭中长大的孩子经常会觉得罪疚，我并没有说他们是有罪的，但他们感觉罪疚，他们说：“一定是我做错了什么事情。如果我做得更好，也许我的爸爸妈妈还会在一起。”如果一个孩子在感觉不到爱的家庭中长大，他们也自然会感到罪疚，他们想：“我一定是做错了什么。”当然不是孩子做错了什么，而是因为父母缺乏敏感、太冷漠、太忙而不知道关心孩子，不能爱他们。那会发生什么呢？孩子在感觉不到爱的家庭中长大，他们会感到罪疚。

假如一个孩子在运动中辜负了父亲的期望，可怜的孩子也会感到罪疚。孩子没有达到他们父母期望的成绩，他们也会感到罪疚。他们会想：“我失败了。我没有达到父母的期望。”我们也会有让神失望的感觉。我们所有人都有过这样的感觉，我们常常想：“我让神失望了。”兄弟姐妹，除非我们明白你不能让那位知道一切的神失望，否则我们确实会有这样的感觉。如果神对你并没有什么期望，你就不能让他失望。

有一些罪疚感不知道是从哪里来的。有时是因为我们成长的方式。例如我们没有碰到过的东西，我们就很难接受。我们很难为自己做任何事情。这是虚假的罪疚感。有人说：“我不配。”你问他：“为什么呢？”他说：“因为我从来没有拥有过，所以我不配。”亲爱的朋友，以上就是你我思考的方式。

有很多人说：“你知道，我真的爱她，但我配不上她。”一个男人对妻子有这种感觉也许不太坏，但为什么你配不上她呢？如果神为你选择了她，你要感谢神，不要再谈论你不配的事情了。有时人们失败的原因是因为他们不知道自己为什么而感到罪疚，他们自己都分辨不出来。他们说：“我觉得自己不配得在生活中有这么多的休闲活动。”亲爱的朋友，为什么不配呢？你也不配得着救恩，但神还是赐给了你。

所以你看，生活还要继续，不是我挑剔，而是要告诉你，我们不得不处理生命中大量的这种垃圾，这是多么可怕的束缚。但我们中的一些人正处在我曾经经历过的地方。如果我问你，“你今天感到罪疚吗？”你会回顾你的生活说：“是的，我记得我做过的某些事情，我仍然感到罪疚。”你知道我们会做什么吗？我们会跪下来，请求神饶恕我们。为什么呢，因为很害怕。

你问我说：“你相信圣经吗？”我相信，我相信圣经的每一个字，从创世纪到启示录，我相信每一点。你跪下来，为那些神带给你生命中的特别事情求神饶恕你，然后感谢神的饶恕、之后站起来走了，然后呢？十分钟后，你又感到罪疚了。你请求神饶恕你了吗？“是的。”“神饶恕你了吗？”“是的。”但是“你为什么还会感到罪疚呢？你说“我不配得饶恕。”

亲爱的朋友，没有人配得饶恕。十字架可以除去我们的罪疚，耶稣基督的血洗去了我们的罪疚。通常在我们求神饶恕以后，我们仍然祷告啊、祷告啊，然后以一些愚蠢的方式惩罚自己，有时甚至是一些严厉的方式。

请你留意我说的是罪疚感，不是真正的罪或者虚假的罪。你会说：“我达不到标准，因此我是有罪的。我没有把每一件事做好。因此，神一定不高兴。”如果我问：“你们有多少人真心诚意地从情感上感受到神的爱呢？”我们可能会很震惊，因为很少人会说：“是的，我真的感受到神真的爱我。”有多少人会说：“我知道神爱我，但这不是问题所在。”不是问题所在吗？是的，那么问题在于什么呢？问题在于，你是否感受到、经历到神的爱。

你看，恐惧的感觉或者罪疚的感觉通常让我们聚焦在过去发生的事情、聚焦于过去走过的路，或者想起过去我们辜负了别人的期望。那么会发生什么呢？这一切要么在我与神之间得到解决，要么我们会在人生的某个地方付出代价。