

战胜受虐心理之四：挣脱锁链（下）—朱如月老师

上次提到受虐者要挣脱受虐心理，必须做的 6 方面，包括诚实面对辖制、面对过去、面对自己的行为模式、面对那些不可告人的事、面对伤痛及对质，今次继续讨论余下的两方面，就是饶恕及面对神允许虐待发生的事实。

七、面对饶恕

1. 饶恕自己和作恶者

许多时受虐者的心智会受到影响，哄骗自己这种虐待不算是什么恶事，或者受到虐待都是因为自己没用，是自己的错，或者是因为自己天生卑贱。受虐者须用神的眼光来接受自己、饶恕自己，明白神憎恶虐待行为，却不憎恶受虐者，受虐者本身没有错。神也要求你靠着主的恩典饶恕施虐者，就像神饶恕我们一样。“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；你们不饶恕人的过犯，你们的天父也必不饶恕你们的过犯。”（太 6：14—15）

2. 饶恕并非表示你要继续受虐待

饶恕会从辖制你的错误内疚感中把你释放出来，但饶恕并不等于你必须继续忍受虐待。相反，你要学习怎样照顾和保护自己免受伤害。

八、面对神允许虐待发生的事实

1. 区分人的自由意志和神的意志

神允许罪存在并不等于制造或者纵容罪行。全然慈爱的神，从不愿意罪恶发生，但他让世人拥有自由意志。

2. 认定神的同在

在我们遭受罪的伤害时，神仍然与我们同在。“耶和华的眼目无处不在，恶人善人，他都鉴察。”（箴 15：3）我们纵然不明白为什么神允许苦难发生，却知道在一切罪恶、患难中，神仍然会让万事互相效力，叫爱他的人得益处（罗 8：28）。

3. 认定神了解你的痛苦

被虐待的经历会深深伤害受虐者的灵性及与神相交的能力。你可能会失去盼望的能力，也许还会害怕神、很难信靠神。但神了解你的痛苦，更不会轻看你的痛苦。大能的神曾道成肉身，尝过人间的苦痛，受过最残酷的虐待。耶稣曾经被人打，被人吐唾沫、被羞辱、被脱光衣服示众，深知被侵犯的痛苦。“哪知他为我们的过犯受害，为我们的罪孽压伤。因他受的刑罚，我们得平安；因他受的鞭伤，我们得医治。”（赛 53：5）

4. 认定神必审判一切罪

苦难永远有它奥秘的层面，但神是全然公义的，必会在他认为适当的时候惩罚恶人，抬举无辜者。“因为恶人的膀臂必被折断，但耶和华是扶持义人。”（诗 37：17）

约瑟：将痛苦升华

最后，我想以约瑟的故事来结束这个题目的讨论。最有理由去报复的人，就是约瑟。当日，兄长们因为妒忌而狠心地把他卖作奴隶（创 37：11—28），使他失去了 13 年的自由，期间历尽艰难困苦。在父亲雅各离世后，兄长们都惧怕约瑟这个大权在握的埃及统治者会向他们报复，但结果却相反。约瑟领悟到掌管万事的神，最终已经把约瑟过去的惨痛经历变成好事。约瑟对兄长们说：“从前你们的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全许多人的性命，成就今日的光景。”（创 50：20）只有信靠神在自己的生命中掌权的人，才会对过去经历过的痛苦作这样的结论。

文章参考：

琼·亨特著。张宇栋等译。《和谐：建立美好的人际关系》，心灵希望丛书。海口：海南，2010。
《圣经：生命成长版》。香港：汉语圣经协会，2010。

欢迎来信辅导部 cc@liangyou.net，回应讨论话题。学员如需要接受辅导服务，请填写在良院网站的“表格下载区” / “下载资料”的“辅导申请表格”，辅导部会按着个别情况和需要，安排电话约谈时间。