

復習：我如何能勝過試探？

How Can I Overcome Temptation?

與試探有關的經文

你們所遇見的試探，**無非是人所能受的**。神是信實的，必不叫你們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給你們開一條出路，叫你們能忍受得住（林前10：13）

你們遇見的誘惑無非是人們常見的（當代譯本）

No temptation has overtaken you that is not common to man (ESV)

No test or temptation that comes your way is beyond the course of what others have had to face(The Message)

林前10:13

1. The Common Experience of Temptation

你們遇見的誘惑，**無非是人們常見的**（當代譯本）

No test or temptation that comes your way is beyond the course of what others have had to face(The Message)

2. The Controlled Environment of Temptation 試探是可以忍受的

3. The Certain Escape From Temptation 必有一條出路

識別並避免觸發因素



聖經教導我們要「逃避試探」（提摩太後書 2：22）。這需要瞭解你個人的弱點，並制定具體的策略來避免它們。

在基督裏得勝

1. 上帝提供逃脫的路徑：林前10:13
2. 倚靠神聖的力量：勝利來自神的能力，而不靠是意志力。
3. 慶祝增長：承認你靈性旅程中的進步，無論多麼微小
4. 繼續前進：每一次勝利都會增強對未來誘惑的適應力。

復習：測試我們對“試探”的認知

1. “好”基督徒不會遭遇試探？
2. 被試探是件讓人羞恥的事？
3. 被試探表明我們是軟弱的基督徒？
4. 試探是無法抵擋的？
5. 試探引誘我們犯罪？
6. 試探是屬靈的爭戰？
7. 我們無法勝過試探？
8. 面對試探，我們只能孤軍奮戰？

你們在上個星期受試探了嗎？

1. 鼓勵舒適自滿的信心 Encouraging a Comfortable, Complacent Faith
2. 扭曲真理 Distorting Truth
3. 利用忙碌分散注意力 Distraction with Busyness
4. 製造懷疑和困惑 Creating Doubt and Confusion
5. 推廣自給自足的想法 Promoting Self-Sufficiency
6. 製造紛爭 Fostering Division
7. 讓罪看起來是無害的 Making Sin Seem Harmless
8. 強調世俗的成功，勝過屬靈的成長 Encouraging Worldly Success Over Spiritual Growth
9. 通過媒體和文化讓人離開聖經的真理 Desensitizing Through Media and Culture
10. 只用情感來評估崇拜 Replacing True Worship with Emotionalism

基督徒會犯罪嗎？

1. 在受試探時，神必開一條出路（林前10：13）。所以基督徒在受試探時就不會犯罪？
2. 如果基督徒會犯罪，那是為什麼？這樣的情況與林前10：13有衝突嗎？
3. 犯罪後，基督徒該如何行？
 - 我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義(約壹1：9)
 - 我小子們哪，我將這些話寫給你們，是要叫你們不犯罪。若有人犯罪，在父那裏我們有一位中保，就是那義者耶穌基督。 2他為我們的罪作了挽回祭，不是單為我們的罪，也是為普天下人的罪(約壹2：1-2)

To err is human, to forgive divine

人都會犯錯；原諒是神聖的。

— Alexander Pope

To err is human; to persist in error is diabolical.

人都會犯錯；堅持錯誤是邪惡的。

奧古斯丁

我怎樣才能找到寬恕？

How Can I find Forgiveness?

我們犯罪的四個後果

1. 我們失去救恩之樂 (We lose the joy of our salvation)
2. 我們會面對審判—從我們自己來的，或從神來的
(We face judgment-either our own or God's)
3. 我們冒著肉身死亡的風險 (We risk being removed from the scene)
4. 我們可以認罪並被寬恕 (We can confess and be forgiven)

Dr. J. Vernon McGee

大衛的訓誨詩-詩篇32篇

1. 得赦免其過、遮蓋其罪的，這人是有福的！
2. 凡心裏沒有詭詐、耶和華不算為有罪的，這人是有福的！
3. 我閉口不認罪的時候，因終日唉哼而骨頭枯乾。
4. 黑夜白日，你的手在我身上沉重；我的精液耗盡，如同夏天的乾旱。
5. 我向你陳明我的罪，不隱瞞我的惡。我說：我要向耶和華承認我的過犯，你就赦免我的罪惡。

大衛的訓誨詩-詩篇32篇

6. 為此，凡虔誠人都當趁你可尋找的時候禱告你；大水泛溢的時候，必不能到他那裏。
7. 你是我藏身之處；你必保佑我脫離苦難，以得救的樂歌四面環繞我
8. 我要教導你，指示你當行的路；我要定睛在你身上勸戒你。
9. 你不可像那無知的騾馬，必用嚼環轡頭勒住牠；不然，就不能馴服。
10. 惡人必多受苦楚；惟獨倚靠耶和華的必有慈愛四面環繞他。
11. 你們義人應當靠耶和華歡喜快樂；你們心裏正直的人都當歡呼。

大衛的訓誨詩-詩篇32篇

1. The Priority of Forgiveness – 蒙神赦免的重要
2. The Power of Forgiveness – 神赦罪的能力
3. The Process of Forgiveness – 蒙神赦免的過程
4. The Promise of Forgiveness – 罪蒙赦免的應許

from Dave Jeremiah – Ten Questions Christians Are Asking

The Priority of Forgiveness 蒙神赦免的重要 犯罪的後果

1. 與他人關係的破裂

2. 與神溝通被阻攔

- 我若心裏注重罪孽，主必不聽（詩篇66：18）
- 這樣，便叫你們的禱告沒有阻礙（彼前3：7c）
 - 阻礙 – cut off（太18：8，路13：7-9，羅11：22-24）

3. 對自己的影響

- 終日哭泣，身心疲乏
- 精力耗盡，精疲力竭，如同夏日的乾旱

The Effect of Unforgiveness

Unrepentance and unforgiveness bring depression, emotional pain, alienation from God, and physical weakness... Untold millions live in this condition; they even accept it as normal or inevitable...I have had the experience of laboring under unforgiveness. At one time I was so depressed that I had stomach pains that would not go away...Finally I went to the hospital, but there was no treatment. I needed to experience forgiveness – only in Christ did I find lasting relief – and I needed to forgive myself for participation in the pain that was mine.

Donald Williams – commentary on Psalms

The Priority of Unforgiveness

Hayman Fire, Colorado – started on June 8, 2002 by an employee of the U.S. Forest Service. She was suffering from a broken marriage, and she burned in a campfire a letter from her estranged husband. Sparks from that fire spread out of control so quickly that before it was all over, nearly 140,000 acres were destroyed, along with 132 homes.

She was sentenced to six years in prison. When a reporter visited her behind bars, what she wanted to talk about was her need for forgiveness: “To live without forgiveness is a miserable thing”.

詩篇32篇中描述罪的字

詩篇32： 1-2

1. 過 (transgression) – 公然不服從上帝 defiant disobedience against God
2. 罪 (sin) – 射箭不中的 (miss the mark)
3. 詭詐 (iniquity) – 暗示著扭曲、扭曲正確的事物、被扭曲的事物 (Implied perversion, a distortion of what is right, something that is twisted)
4. 欺騙 (deceit)

強調罪的特性的字彙

1. 失誤 (Missing the Mark)
2. 目中無神 (Irreligion)
3. 甘犯 (Transgression)
4. 不公或不正直 (Iniquity of Lack of Integrity)
5. 反叛 (Rebellion)
6. 不忠 (Treachery)
7. 彎曲 (Perversion)
8. 咒詛 (Abomination)

強調罪的後果的字彙

1. 焦躁或不安 (Agitation or Restlessness)
2. 惡或壞 (Evil or Badness)
3. 罪咎 (Guilt)
4. 煩惱 (Trouble)

強調罪的後果的字彙

1. 焦躁或不安 (Agitation or Restlessness)
2. 惡或壞 (Evil or Badness)
3. 罪咎 (Guilt)
4. 煩惱 (Trouble)

什麼是罪？

罪是或積極或消極地無法遵循神的道德律；這也許是出於行為，思想或者內在的性情或狀況。

各式各樣的罪的基本因素

1. 感官欲望 (Sensuality)
2. 自私 (Selfishness)
3. 代換神的位置 (Displacement of God)

不能愛神，敬拜神並且順服神的最主要的因素是“不信”

The Power of Forgiveness – 神赦罪的能力

赦罪是從神來的。不論罪有什麼特性，最重要的還是罪蒙赦免的福氣。

聖經中與赦罪有關的詞語或比喻：

1. 過犯得蒙赦免，罪惡得到遮蓋的人（詩篇32：1）
2. 神必廣行赦免（He will abundantly pardon）（賽55：7）
3. 凡信他的人必因他的名得蒙赦罪（徒10：43）
4. 神赦免了你們一切過犯，便叫你們與基督一同活過來；又塗抹了在律例上所寫、攻擊我們、有礙於我們的字據，把它撤去，釘在十字架上（西2：13-14）
5. 惟有我為自己的緣故塗抹你的過犯（賽43：25）

The Power of Forgiveness – 神赦罪的能力

當我們在罪被赦免的事上有掙扎時，聖經中神的話語是可以幫助我們抵擋敵人的攻擊。

我不再記念他們的罪愆和他們的過犯（來10：17）

The Process of Forgiveness – 蒙神赦免的過程

1. 承認罪（32:5上）

- 我向你陳明我的罪，不隱瞞我的惡。
- 我要向耶和華承認我的過犯

2. 表達對神的信心—你就赦免我（32:5下）

- 神的恩典
- 神的憐憫

3. 聽神的教導（32:8-9）

4. 享受罪蒙赦免的喜樂（32:10-11）

The Promise of Forgiveness – 蒙神赦免的應許

1. 惡人必多受苦楚；惟獨倚靠耶和華的必有慈愛四面環繞他。你們義人應當靠耶和華歡喜快樂；你們心裏正直的人都當歡呼。（詩篇32：10-11）
2. 耶穌被交給人，是為我們的過犯；復活，是為叫我們稱義（羅馬4：25）
3. 神所要的祭就是憂傷的靈；神啊，憂傷痛悔的心，你必不輕看（詩篇51：17）
4. 我們若認自己的罪，神是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義（約壹1：9）

我們怎麼能確定我們的罪已經被赦免？

1. 聖經中神赦罪的基礎
 - a. 上帝的應許：“我們若認自己的罪，他是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義（約壹1：9）。這節經文向信徒保證，認罪會帶來寬恕，因為上帝的信實和公義。
 - b. 基督的犧牲：寬恕植根於耶穌基督在十字架上的犧牲。通過他的死，他承擔了罪的懲罰，使與神和好成為可能（羅馬書 5：8-10）。
2. 得赦免的步驟
 - a. 悔改：真正的悔改包括承認你的罪，為它感到悲傷，並離開它歸向上帝（使徒行傳 3：19）。這是對上帝恩典的衷心回應。
 - b. 認罪：直接向上帝認罪，因為他是人類和他自己之間唯一的仲介（提摩太前書 2：5）。在你的懺悔中要誠實和具體，不要輕視或合理化你的行為。
 - c. 對福音的信仰：相信耶穌已經為你的罪付出了代價的好消息。當你相信他在十字架上完成的工作並接受他的寬恕時，保證就會來。

我們怎麼能確定我們的罪已經被赦免？

3. 得寬恕的跡象

- a. 與神和好：那些真正悔改和相信的人通過耶穌基督體驗到與神的和好（羅馬書 5：1）
- b. 轉變：寬恕往往會導致心靈和行為的改變，因為聖靈會在你裡面工作，使你的生命成聖。
- c. 聖經保證：默想（“我是塗抹你過犯的”賽 43：25）和（“現在在基督耶穌里的人就不定罪了”羅 8：1），以重申上帝寬恕的應許。

4. 克服疑慮：如果懷疑仍然存在，請記住，寬恕不是基於感覺，而是基於上帝在聖經中不變的應許。相信上帝的話語是真實可靠的，即使情緒動搖。

我自己無法原諒自己

實例：“我知道神已經原諒我，我的配偶也原諒了我，但我無法原諒我自己”

1. 自我原諒治療法(self-forgiveness therapy)

- a. 向你得罪的所有人求得原諒
- b. 為自己的錯誤負責
- c. 從這次錯誤學功課
- d. 要同情自己和他人(Be as compassionate to yourself as you would be to others)
- e. 接受自己，繼續過日子

以上的步驟很清楚，但沒有分別出“真罪”與“假罪”。許多人在做完了這些步驟，仍然無法將罪疚和羞恥感除去。

我自己無法原諒自己

2. 非基督教的想法是“我是唯一能夠證實自己和判斷對與錯的”。別人不能用他們的標準來判斷我們。這樣的想法似乎可以除去罪疚。更糟的是，如果自己仍然有極重的罪疚在心頭，就沒有任何外來的力量能幫忙解決問題了。
3. 找出無法原諒自己的原因
 - 真的罪疚-違反了神的心意和律法
 - 假的罪疚
 - 生存者的罪惡感：一個人在創傷事件中倖存下來後所經歷的心理困擾，而其他人（包括親人）則沒有倖存，從而導致內疚感、自責感和其他潛在的 PTSD-Post-traumatic stress disorder 相關症狀。通常發生在意外事件，衝突，天然災害，重病，或在戰場。

我自己無法原諒自己

4. 處理假的罪疚

- 求神赦罪不能解決假的罪疚
- 要靠知道神的心意和瞭解祂的話語才能解決
 - 我們的心若責備我們，神比我們的心大，一切事沒有不知道的（約壹3：20）

5. 處理真的罪疚

- a. 遮掩自己罪過的，必不亨通；承認離棄罪過的，必蒙憐恤（箴言28：13）
 - 要真實地悔改
- b. 接受神的赦免
- c. 更多地瞭解/體驗神的原諒(forgiveness)

耶穌對彼得的教導

主又說：「西門！西門！撒但想要得着你們，好篩你們像篩麥子一樣；但我已經為你祈求，叫你不至於失了信心。你回頭以後，要堅固你的弟兄。」彼得說：「主啊，我就是同你下監，同你受死，也是甘心！」耶穌說：「彼得，我告訴你，今日雞還沒有叫，你要三次說不認得我。」
(路22：34)

彼得說：「眾人雖然跌倒，我總不能。」耶穌對他說：「我實在告訴你，就在今天夜裏，雞叫兩遍以先，你要三次不認我。」彼得卻極力地說：「我就是必須和你同死，也總不能不認你。」眾門徒都是這樣說。(可14：29-31)

=》當我們被試驗後，靠主的力量站立，我們就能堅固(strengthen)他人

參考資料

1. The Overcoming Life (Dwight Lyman Moody)
2. Forgive: Why Should I and How Can I? (Tim Keller)
3. Ten Questions Christians Are Asking (David Jeremiah)
4. <https://billygraham.org.uk/answer/how-can-i-know-if-god-has-forgiven-me/>
5. <https://learn.ligonier.org/articles/what-is-an-assurance-of-pardon>