

道歉 - 让爱重新出发 (下)



上周内容回顾



害怕

推诿

自欺

不愿道歉

息事宁人

操控

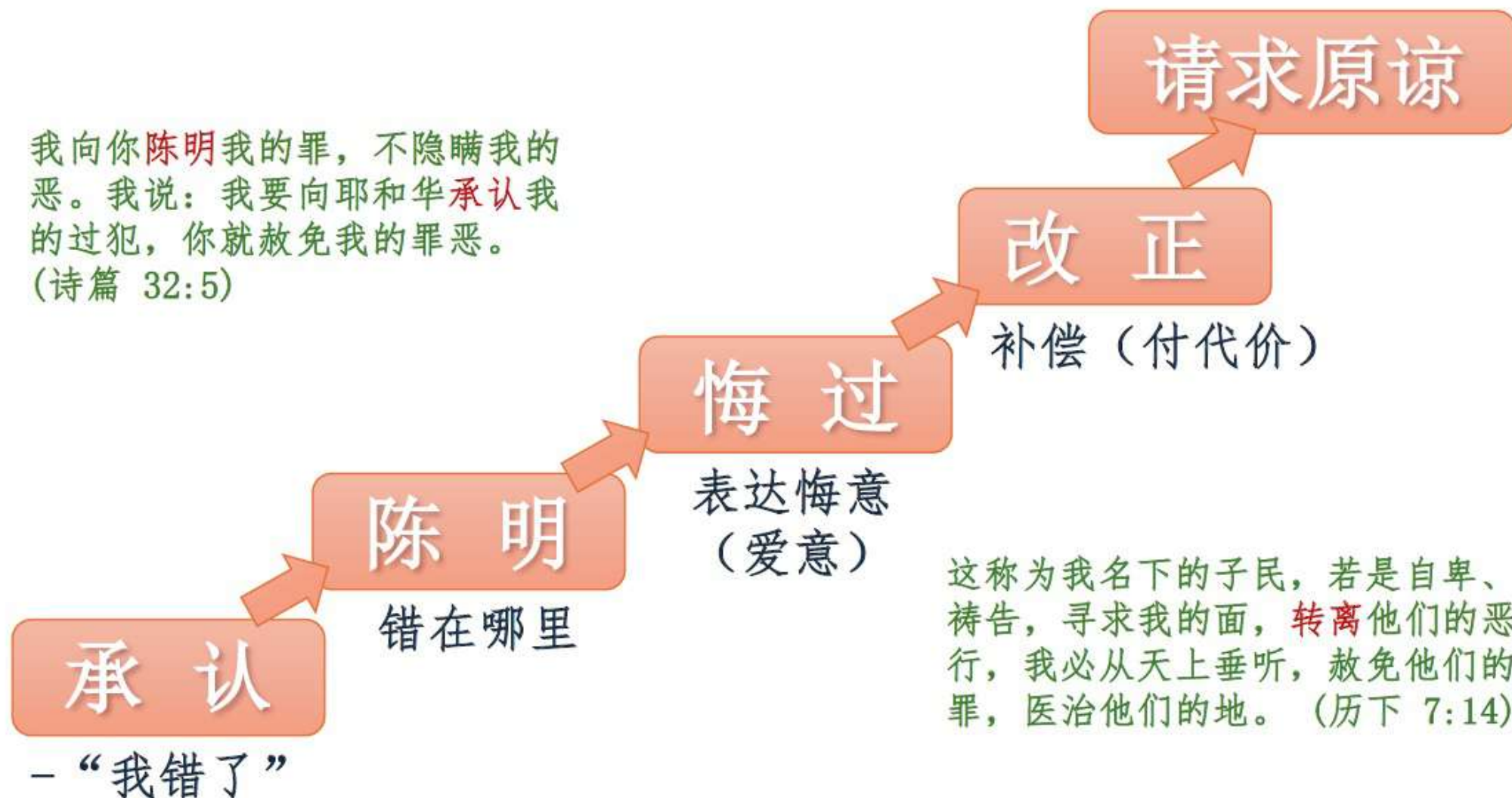
避重就轻

偷梁换柱

“伪”道歉

真正的道歉

我向你**陈明**我的罪，不隐瞒我的恶。我说：我要向耶和华**承认**我的过犯，你就赦免我的罪恶。
(诗篇 32:5)



道歉的六“不”原则

① 不拖延

② 不找理由

③ 不说对方，只说自己

④ 不争辩

⑤ 不自我咒诅

⑥ 不“道歉绑架”

“真”道歉的范例（一）

亲爱的老婆：

我不该昨晚跟你发那么大火，我错了。

昨晚回到家，当我听到你忘了我早上出门时要你帮我做的事时，我就火冒三丈，跟你发脾气、埋怨你。我真是太自私了，只想自己的事，一点也没体谅你其实一天工作也很忙，回到家还要陪孩子做功课…

从昨晚到今天一整天，我都非常沮丧，也很担心你的身体和情绪。我很后悔让你难过，真的很抱歉！请你原谅我吧！我会努力让自己成为一个温柔体贴的好丈夫。

爱你！



祷告

“真”道歉的范例（二）

亲爱的老伴：

回顾我们这一辈子的婚姻，我深深为自己对你造成的伤害感到心痛和懊悔！

由于我的骄傲和自我，我在婚姻里很强势，在重大的家事决策上无视你的意见和感受，常常自作主张，让你没有感受到来自妻子的尊重；虽然你常年辛苦奔波，担负起全家大部分的经济重担，但我却没有好好珍惜，花钱大手大脚。此外，我还曾在人前说过轻蔑你、冤枉你的话、在吵架时骂你是乡下人…这些言行、态度都深深刺伤了你。

老伴，我知道我错了！我不知道该怎么做才能弥补我的过错，我只想在有生余年可以好好陪伴你，尽心伺候你，尽力满足你的每一个想法和愿望。请念在我们六十年夫妻的份上，接受我的道歉，原谅我的过错！



祷告

道歉的实质

① 和好的职分

一切都是出于 神；他藉着基督使我们与他和好，又将劝人与他和好的职分赐给我们。（林后5:18）

② 重启婚姻的开端

耶和華啊，求你使我们被掳的人归回，好像南地的河水复流。流泪撒种的，必欢呼收割！（诗126:4-5）

③ 生命走向成熟、完全

这样，爱在我们里面得以完全，我们就可以在审判的日子坦然无惧。因为他如何，我们在这世上也如何。（约一 4:17）

本次学习的思考和操练



按照圣经教导做夫妻

- 本周操练

(1) 请思考在过往的婚姻中，你有对配偶有哪些冒犯、亏欠，并借着祷告预备自己道歉的心。