

理解寬恕

在聖經中，寬恕指的是取消債務、赦免冒犯者，或放下怨恨與復仇的慾望。有兩個比喻清楚地描述了取消債務的寬恕：（1）兩個債戶的比喻（路加 7:41-42）：耶穌對法利塞人西滿說：「一個債主有兩個債戶：一個欠五百德納，另一個欠五十。因為他們都無力償還，債主就開恩，赦免了他們二人。那麼，他們中誰更愛他呢？」（2）不寬恕的僕人的比喻（瑪竇 18:21-45）：這個比喻是耶穌在伯多祿詢問必須寬恕得罪自己的兄弟多少次之後講述的。在這個比喻中有兩個債戶；第一個債戶的巨額債務被主人赦免了，但當另一個同伴欠他一筆小得多的債務時，他卻拒絕寬恕，並將同伴投進監獄。

寬恕是一種意志的行為；是有意識地取消債務，赦免冒犯者，或是放下怨恨與復仇慾望的舉動。聖保祿勸勉哥羅森的早期基督徒：「為此，你們該如天主所揀選的，所愛的聖者，穿上憐憫的心腸、仁慈、謙卑、良善和含忍；如果有人對某人有什麼怨恨的事，要彼此擔待，互相寬恕；就如主怎樣寬恕了你們，你們也要怎樣寬恕人。」（哥羅森書 3:12-13）在這裡，聖保祿說「就如主怎樣寬恕了你們，你們也要怎樣寬恕人」，他教導基督徒，寬恕是必須實行的，有意識的行為。寬恕是放下傷害並真心願意他人受益的意志行為。相反，不肯寬恕會將一個人與施虐者綑綁在一起，使人成為永久的受害者，受制於施虐者。從這個意義上說，寬恕是一把強有力的武器，能使人從施虐者的靈性束縛中徹底解脫，敞開自己，接受天主的治癒，並獲得真正的自由。

寬恕是要放下個人的苦澀與復仇的慾望，同時將公正交於天主手中：在舊約中，箴言教導我們：「不可說：『人怎樣待我，我怎樣待人；照人之所行，我向他還報。』」（箴言 24:29）。在新約中，聖保祿教導羅馬的早期基督徒：「諸位親愛的，你們不可為自己復仇，但應給天主的忿怒留有餘地，因為經上記載：

『上主說：復仇是我的事，我必報復。』」（羅馬書 12:19）。放下怨恨與復仇有許多靈性上的好處，同時在這種情況下，寬恕更是對天主公正與愛的信德與信賴的行為。

關於寬恕的一個巨大誤解是「寬恕並遺忘」這個說法。這個流行的英文說法可以追溯到十四世紀；甚至威廉·莎士比亞也在他的作品「李爾王」中使用過它。這句話很可能是從聖經經文發展而來的，例如依撒意亞先知書 43:25 說：「是我，是我自己，為了我自己的緣故，免除了你的過犯，不再懷念你的罪惡」；以及希伯來書 8:12：「因為我要寬恕他們的過犯，不再記憶他們的罪惡。」人們將這些經文錯誤地套用在人類自己的經驗上，因為聖經從來沒有命令人們抹去對某個事件的記憶。正因如此，寬恕反而更能帶來深刻的靈性轉化，因為儘管有痛苦的記憶，人們仍然選擇放下怨恨與復仇。

關於寬恕的另一個巨大誤解，是認為替他人的行為找藉口是寬恕的一部分。寬恕絕不是將不好的行為淡化為無害的罪。耶穌對祂的門徒說：「如果你的兄弟犯了罪，你就得規勸他；他

耶穌聖名華人天主堂

THE HOLY NAME of Jesus CHINESE CATHOLIC MISSION

5395 Light Circle NW, Norcross GA 30071 678-691-3261 hnojatl.org

每週公告 Weekly Bulletin

2026 年九月十三日 September 13, 2026



如果後悔了，你就得寬恕他。」（路加 17:3）在這裡，錯誤的行為被清楚地指出和解決，而不是找藉口。

寬恕並不要求自動和解：寬恕一個傷害過你的人，可以讓你的心擺脫苦澀，但真正的和解需要過錯者的悔改、設立界線，並隨著時間重新建立信任。所以，你完全可以真誠地寬恕一個你試圖避開的人，因為寬恕是發生在個人思想與內心中的內在行為，而避開對方則是建立外在的界線，保護自己的身心健康。

堂區議會報告

天主教成人慕道班（OCIA）詢問時期現在已經開始：如果您認識對成為天主教徒感興趣的人士，請和劉神父聯絡，電子信箱地址是 info@hnojat1.org。

我們將開設明年春季的中文課程。上課時間安排在周六和周日。2027 年春季學期於 1 月 9 日及 10 日開始。2027 年春季的課程表已發佈在我們教會的網站 hnojat1.org 上。

如果您想練習用英語交談，歡迎在上午 10:30 彌撒結束後，來會議室參加我們新開設的英語課程！

我們教育大樓的二樓即將完工！目前，我們需要購買白板、50 吋電視機，其他教室設備、一台中型影印機以及列印耗材。我們的初始預算為 4000 美元。如果您有意捐款，請使用宗教教育專案捐款信封。

截至 2026 年 6 月 30 日為止的 2025 至 2026 財政年度的財務報表的副本可在本週日教會的公告中看到。

劉神父將於 9 月 15 日至 17 日參加亞特蘭大神父大會。9 月 15 日星期二及 9 月 16 日星期三中午將不舉行彌撒。

9 月 20 日是一家一菜聚餐的星期日！這是一項很好的活動，可以促進教友們的友誼。午餐在上午 10:30 彌撒之後開始。請帶上您喜歡的菜餚與大家分享。如果您的生日是在 9 月，我們為您訂購了生日蛋糕一起慶祝。

禱告名單：卞成章、李述萱、譚海泉、卞美懿、陳書鵬、陳建新、梁陳靜和徐泰成。

彌撒時間	告解時間	查經時間
週日上午 10:30（中文）	與神父預約	週三上午 10:00（中文）
週日下午 2:00（英文）		
	傅油聖事	朝拜聖體
週一中午 12:00（英文）	首週日上午 10:30 彌撒後	週日上午 9:00 至 10:00
週二中午 12:00（英文）	首周五晚間 6:30 彌撒後	
週三中午 12:00（中文）		
週五中午 12:00（英文）		
首週五晚間 6:30（英文）		