HOUSE OF HEBRON
希伯伦之家
HEALING | DELIVERANCE | RESTORATION
医治 | 释放 | 恢复

《认识天父的心》
第三课
地上的父亲如何影响我认识天父

核心经文：诗篇27:10；以赛亚书49:15–16
辅助经文：约翰福音14:7–9；诗篇68:5–6；
以弗所书3:14–15；希伯来书12:9–10

一、我们都戴着一副看不见的眼镜

各位家人，欢迎来到《认识天父的心》第三课。
前两课，我们学习了两个重要真理：
第一课，我们看见天父邀请离家的儿女回家。
第二课，我们借着耶稣认识天父的良善、慈爱、信实、圣洁和怜悯。
今天，我们要再往里面走一步，我想用一副眼镜来形容今天的主题。我们每个人看天父时，好像都戴着一副看不见的眼镜。这副眼镜是由我们的成长经历、家庭关系、重要权柄和过去的伤害慢慢形成的。
如果这副眼镜是清楚的，我们比较容易相信天父是良善、可信、可以亲近的。
如果这副眼镜已经受到伤害或扭曲，即使圣经告诉我们“天父爱你”，我们里面仍可能产生不同的解释：

- “祂爱所有人，但不一定特别爱我。”
- “祂现在可能爱我，但如果我失败，祂就会离开。”
- “祂说会保护我，可是我过去需要帮助时，没有人保护我。”

所以今天我们不是要责怪父亲，也不是要否定过去的一切，而是诚实地问：
我的经历为我戴上了一副怎样的眼镜？它怎样影响了我认识天父？

二、课堂安全说明

在进入内容以前，我想先说明几件事。今天的主题可能会触碰一些人的伤痛。每个人的成长经历不同，有些人的父亲非常慈爱，有些人的父亲有明显的缺失，也有人经历过严重伤害。
在今天的课堂中：

- 你不需要公开任何不愿意分享的经历；
- 你可以选择只聆听，不参与某一道分享题；
- 我们不比较谁的伤害比较严重；

- 我们不急着替别人的经历下结论；
- 我们不把所有生命问题都归咎于父亲；
- 我们会尊荣父母，同时也诚实面对伤害；
- 如果有人正在遭受暴力、虐待或威胁，寻求安全保护和专业帮助并不是缺乏信心。

天父所带来的光，不是为了羞辱我们，而是为了使我们得自由。

三、地上的父亲不能定义天父

以弗所书3章告诉我们，天上地上的各家都是从父得名。
这意味着，不是我们先从地上的父亲想象出一位天父；相反，真正父爱的源头是在天父里面。地上的父亲，无论多么优秀，都只是有限地反映天父；地上的父亲无论多么失败，也不能改变天父的真实属性。
我们需要记住一句话：天父不是地上父亲的放大版；地上的父亲才应当学习反映天父。
如果地上的父亲曾经守信，那是他在某方面反映了天父的信实。
如果地上的父亲曾经失信，那是地上的父亲没有准确反映天父，并不表示天父也会失信。
我们尊荣地上的父亲，但我们最终认识“父”是谁，必须回到耶稣和圣经。

四、父亲的影响为什么如此深？

孩子在很小的时候，还不会分析复杂的道理，却会从关系中形成一些基本信念。例如：

- 我是否值得被爱？
- 我的需要是否重要？
- 表达感受是否安全？
- 犯错以后，我还会被接纳吗？
- 权柄是保护我的，还是伤害我的？
- 我需要不断表现，才能获得肯定吗？
- 遇到困难时，有人会帮助我吗？
- 我可以依靠别人，还是只能依靠自己？

这些信念未必会被说出来，却会进入我们的关系、婚姻、服事和祷告生活。
因此，有时候我们面对的并不只是一个童年回忆，而是一个已经进入生命深处的结论。
天父要医治我们的，不只是某个记忆，也是我们从那段经历中形成的错误结论。
第一种影响：缺席的父亲

五、当父亲长期缺席

有些人的父亲因为工作、离婚、疾病、死亡或其他原因，长期不在身边。也有一种缺席，不是身体上的缺席，而是情感上的缺席。父亲每天回家，却很少与孩子谈话；他供应家庭，却不了解孩子害怕什么、喜欢什么，也不知道孩子心里正在经历什么。
在这样的环境中，孩子可能形成一些结论：

- 没有人会真正陪伴我；
- 我的需要不重要；
- 我只能照顾自己；
- 不要期待太多，就不会失望；
- 父亲负责供应，却不负责亲近。

信主以后，这个人可能也觉得：
“天父知道我存在，但祂很忙。”
“只有发生大事时，我才应该祷告。”
“天父可能会供应我的需要，但祂不会真正关心我的感受。”
案例一：天父很伟大，但离我很远
志明的父亲常年在外地工作，每年只回家几次。父亲非常努力赚钱，也承担了家庭经济，但父子之间很少谈话。志明考上大学时，父亲汇了一笔钱给他，却没有亲口对他说一句“我为你高兴”。 志明知道父亲爱这个家，但他很难感受到父亲与自己的关系。
信主以后，他很相信上帝的大能，也相信上帝会供应需要。但当别人说“可以把心里的感受告诉天父”时，他觉得很不自然。
他说：“天父管理整个宇宙，为什么会关心我今天是不是难过？”
志明并不是不相信上帝，他只是不相信一位伟大的上帝会亲近自己。
他需要认识诗篇**27:10**的应许：**“我父母离弃我，耶和华必收留我。”**
这里的“收留”不只是允许我们待在祂的家里，也包含接纳、聚集和亲自照顾的意思。
天父不只是远远地供应我们，祂也邀请我们亲近祂。
第二种影响：严厉和批评的父亲

六、当肯定总是与表现连在一起

有些父亲很少肯定孩子，却很容易指出错误。孩子考了95分，父亲问的是：“另外5分呢？”
孩子做完十件事，父亲首先看见的是没有做好的那一件。父亲可能认为，称赞会使孩子骄傲，严格要求才会帮助孩子成长。但孩子接收到的信息可能是：

- 我永远不够好；
- 只有成功才值得被爱；
- 犯错是危险的；
- 休息等于懒惰；
- 别人比我好，就表示我失去了价值。

进入信仰以后，这个人可能会不断追求“属灵满分”。
他读经、祷告、服事，不一定只是因为爱天父，也可能因为害怕让天父失望。
案例二：总觉得天父在看那失去的五分
雅雯从小成绩很好，但很少得到父亲肯定。她考第二名时，父亲会问：“为什么不是第一名？”她弹琴表现很好，父亲会指出其中一个弹错的地方。长大以后，雅雯成为一位非常负责的同工。每次聚会结束，别人都说很受帮助，她却只记得自己讲错的一句话。

晚上祷告时，她常常先向天父报告："我今天这里没有做好，那里也不够好。"
她很少问："天父，你今天是否也为我的成长感到喜悦？"
雅雯心中的天父像一位永远不会满意的评审。她需要明白，天父确实会带领我们成长，却不是等我们达到满分以后才爱我们。耶稣受洗时，服事尚未全面展开，天父已经宣告："这是我的爱子，我所喜悦的。"
天父的肯定先于公开的成就。身份是服事的起点，不是服事成功后的奖品。
第三种影响：暴躁或难以预测的父亲

七、当孩子需要不断察言观色

如果父亲的情绪很不稳定，孩子会学会观察声音、脚步、表情和房门关闭的力度。
他必须迅速判断："今天安全吗？"这样的孩子长大以后，可能非常敏感，也很怕冲突。
在信仰中，他可能会觉得：

- 天父的态度难以预测；
- 不顺利的事情表示天父生气了；
- 我必须非常小心，免得触怒祂；
- 我最好隐藏真实感受；
- 顺服主要是为了避免惩罚。

案例三：每次出问题都觉得天父发怒了
大卫小时候，只要父亲工作不顺利，全家人都会变得非常安静。
父亲有时因为很小的事情突然发脾气，所以大卫学会尽量不表达需要。
有一天，大卫的车在路上抛锚。他的第一个念头不是处理车辆问题，而是："天父是不是在惩罚我？是不是我昨天没有好好祷告？"生活中每发生一件不顺利的事，他都会立刻寻找自己做错了什么。这会使人与天父的关系建立在惧怕上。
但天父不是一位情绪失控的父亲。祂的管教有真理、有目的，也有恢复；祂不会用混乱和恐惧操纵祂的儿女。不是每一次困难都代表天父正在惩罚我们。车辆会故障，身体会疲倦，世界也存在许多自然和人为的问题。
我们可以在环境中寻求天父，却不必把每一个困难都解释为祂的怒气。
第四种影响：控制型的父亲

八、当"爱"意味着不能有自己的声音

有些父亲会以保护的名义控制孩子的每一个决定。
孩子不可以表达不同意见，不可以提出问题，也不可以按照自己的恩赐和个性成长。
孩子可能形成这样的信念：

- 权柄不会听我的声音；
- 顺服就是失去自己；
- 如果我表达真实想法，就会被拒绝；
- 爱意味着被控制；

- 亲近权柄是不安全的。

信主以后，这个人可能很害怕把人生主权交给天父。他不是单纯不愿意顺服，而是把“交托”理解成“我会再次被控制，我的感受和意愿将完全不被重视”。

案例四：害怕天父拿走自己喜欢的一切

思恩从小不能自由选择兴趣、专业和朋友。父亲常对她说：“我是为你好，你不需要问为什么。”后来思恩信主了，却很害怕向天父完全委身。每当听到“把人生交给上帝”，她心里就想：“如果我把自己交给天父，祂会不会故意让我做最不喜欢的事？会不会拿走我所爱的一切，来证明我是否顺服？”思恩需要认识：天父的带领与人的控制不同。

天父比我们更认识我们的恩赐、个性和受造目的。祂的带领会塑造我们，也可能挑战我们的舒适区，但祂不是以摧毁人格的方式建立顺服。健康的顺服不是失去思考、感受和选择能力，而是在爱与信靠中，把完整真实的自己带到天父面前。

在客西马尼园，耶稣也真实表达自己的痛苦和愿望，然后选择顺服父的旨意。

真实表达并不等于悖逆。

第五种影响：消极或软弱的父亲

九、当父亲没有保护家庭

有些父亲并不暴躁，却长期消极、退缩，面对问题时缺乏行动。当孩子需要保护时，他保持沉默；当家庭需要作决定时，他把责任交给别人。孩子可能形成这样的结论：

- 父亲不会保护我；
- 有需要时，靠别人没有用；
- 我必须自己坚强；
- 权柄有地位，却没有能力；
- 祷告可以带来安慰，却不能带来实际帮助。

这样的人可能相信天父很慈爱，却不相信祂有能力介入现实。

案例五：凡事只能靠自己

建国的父亲性格温和，却很少承担家庭责任。母亲生病时，是年幼的建国照顾弟妹；家中遇到困难时，父亲总说：“以后再处理吧。”建国很早就学会坚强。他不喜欢请求帮助，也不愿让别人看见自己的软弱。信主以后，他会为别人祷告，却很少请别人为自己祷告。

他说：“祷告当然很好，但问题最后还是要靠自己解决。”

建国需要认识，天父不只是温柔的，也是有能力的；祂的帮助有时是超自然的介入，有时是赐下智慧，有时是借着教会、专业人士和身边的人提供支持。

信靠天父不等于被动等待，而是不再认为自己必须独自承担一切。

第六种影响：有条件的爱

十、当孩子必须符合期待才被接纳

有些孩子只有在听话、成功、安静或满足父母期待时，才能感受到爱。

当他表达不同意见、选择不同道路或表现不够好时，父亲可能用冷漠、撤回关系或羞辱来施加压力。孩子会逐渐相信：

- 爱是有条件的；
- 如果真实的我被看见，就可能遭到拒绝；
- 我要成为别人需要的样子；
- 关系中的安全来自讨好；
- 被接纳比诚实更重要。

这样的人在教会中可能非常配合，却不知道自己真实的想法和感受是什么。
他也可能认为，天父爱的是那个“属灵、顺服、刚强的我”，而不是完整真实的自己。

案例六：从来不敢说“我很累”

佳佳是大家眼中的好女儿、好妻子和好同工。别人请她帮助时，她很少拒绝。即使身体疲惫，她也会微笑着说：“没问题。”小时候，只要她听话，父亲就很亲切；当她表达不同意见时，父亲会好几天不理她。所以她学会用顺从维持关系。有一天，她在服事中突然情绪崩溃。她说：“我不敢告诉天父我很累，因为我怕祂觉得我不忠心。”
佳佳需要学习，天父并不只爱那个“有用的她”。在天父面前，她可以服事，也可以休息；可以刚强，也可以承认软弱；可以顺服，也可以诚实表达困惑。
天父认识完整的她，并邀请完整的她进入关系。

十一、没有一种地上父亲能够完全代表天父

我们刚才谈到父亲可能有不同的缺失，但也要避免走向另一个极端：只看见父亲的失败，看不见他生命中曾经给予我们的部分。有些父亲不善表达，却忠心供应家庭；有些父亲自己也从未得到过健康父爱，所以不知道怎样表达；有些父亲曾经犯错，后来也在学习改变。成熟的看见是：

- 我可以感谢父亲曾经给予我的；
- 我也可以诚实承认他没有给予我的；
- 我可以尊荣他作为父亲的身份；
- 我不需要把错误行为说成正确；
- 我可以理解他的限制，却不必否认自己的伤害；
- 我可以让天父成为我最终的源头。

十二、尊荣父母不等于否认伤害

有些人一谈到家庭伤害，就会马上说：“圣经不是教导我们要孝敬父母吗？所以不应该再提过去。”但尊荣不等于假装。尊荣父母不表示：

- 所有行为都是正确的；
- 不能承认自己受过伤；
- 必须继续接受伤害；

- 不能建立健康界限；
- 必须立刻恢复亲密关系；
- 要为施害者的行为承担责任。

真正的尊荣包含真理。我们可以不以仇恨报复，也可以拒绝不健康的行为；可以为父母祝福，也可以在必要时保持安全距离。如果伤害仍在持续，特别是涉及身体暴力、性伤害、严重控制或生命安全，应当及时寻求可信任的教会领袖、专业辅导、医疗或法律保护。
要求受伤的人继续留在危险中，不是合乎圣经的顺服。

十三、理解父亲，不等于替伤害找借口

当我们了解父亲自己的成长背景时，可能会发现，他也曾经是一个没有得到爱和肯定的孩子。这份理解可以帮助我们产生怜悯，却不能把伤害变成合理。
我们可以同时说："我知道父亲也有他的伤痛。" 以及："他的行为确实伤害了我。"
这两句话可以同时成立。理解能帮助我们不再只用仇恨看待父亲；真理则帮助我们不再否认自己的经历。
饶恕的主题将在第七课深入学习。今天不需要强迫自己立刻作出饶恕宣告。今天的目标是先让真理照亮我们的经历。

十四、天父如何修复错误的父亲形象？

天父的修复通常不是一句口号，而是一个渐进过程。

第一步：承认真实经历

我不再说"这没什么"，而是承认那件事确实影响了我。

第二步：发现里面的结论

例如：
"因为父亲离开了，所以我认为所有爱我的人最终都会离开。"
"因为父亲只看成绩，所以我认为天父只在我成功时爱我。"

第三步：分开地上的父亲与天父

父亲曾经失信，不等于天父会失信；父亲没有保护我，不等于天父不关心我；父亲不善表达，不等于天父对我没有喜悦。

第四步：用耶稣所显明的真理替换错误结论

不是只告诉自己"不要这样想"，而是从耶稣的生命、十字架和圣经中认识父。

第五步：在关系中重新学习信任

天父也可能借着健康的属灵家庭、成熟的领袖、辅导者和弟兄姊妹，让我们重新经历尊重、可靠和安全的关系。

十五、个人练习：我的父亲影响图

第一部分：我的成长经历

小时候，我会用以下三个词形容父亲：

1.

2.

3.

我最感谢父亲的一件事是：

我最希望父亲当时能够给予我的是：

当我犯错时，父亲通常会：

当我需要安慰或帮助时，父亲通常会：

第二部分：这些经历形成了什么结论？

因为这些经历，我可能开始相信：

- 我必须表现好才值得被爱；
- 我不能依靠别人；
- 表达需要是不安全的；
- 权柄不会保护我；
- 犯错以后会失去关系；
- 我的感受并不重要；
- 其他：_____

第三部分：它怎样影响我认识天父？

当我祷告时，我最担心天父会：

当我失败时，我觉得天父会：

当我需要帮助时，我通常会：

第四部分：真理替换

地上的父亲曾经：

这使我认为天父也会：

但借着耶稣和圣经，我开始认识到天父：

十六、案例讨论

案例A：父亲从未称赞过我

一位弟兄说："我父亲从来没有说过以我为荣。现在别人称赞我，我也觉得他们只是客气。祷告时，我更无法想象天父会喜悦我。"

讨论问题：

1. 他的成长经历形成了什么结论？
2. 这个结论怎样影响他接受天父的肯定？
3. 怎样帮助他分辨身份与表现？
4. 哪些经文可以帮助他重新认识天父？

案例B：我不想把人生交给天父

一位姊妹说："父母以前控制我的所有选择，所以当别人说要完全顺服天父时，我会很害怕。"

讨论问题：

1. 她真正害怕的是什么？
2. 为什么不能简单地说她"不够顺服"？
3. 天父的带领与人的控制有什么不同？
4. 怎样陪伴她逐渐建立信任？

案例C：父亲伤害了我，我还能尊荣他吗？

一位学员说："父亲曾经严重伤害我。现在有人叫我忘记过去、马上恢复关系，我觉得无法接受。"

讨论问题：

1. 尊荣与否认伤害有什么不同？
2. 饶恕是否等于取消界限？
3. 什么是安全而合宜的陪伴？
4. 如果伤害仍在持续，应当采取什么行动？

案例D：我的父亲很好，我还需要这一课吗？

一位学员说："我的父亲很爱我，也很支持我。我好像没有什么父亲伤害。"

讨论问题：

1. 是否只有受过明显伤害的人才需要认识天父？
2. 怎样感谢地上父亲，又不把他等同于天父？
3. 一个拥有健康父爱经验的人，可以怎样成为别人的祝福？
4. 天父在哪些方面仍然超越最好的地上父亲？

十七、分享

每个人可以选择分享其中一题：

1. 父亲生命中哪一个优点帮助了你认识天父？
2. 哪一种父亲形象最容易影响你与天父的关系？
3. 你发现自己曾经对天父作出什么错误结论？
4. 今天你最想让哪一项真理进入自己的生命？

十八、祷告前的安静

现在，让我们安静在天父面前。
你可以在心里思想：当我想到地上的父亲时，最强烈的感受是什么？是感恩、温暖、遗憾、失望、害怕、愤怒，还是一种说不出来的空白？ 不要批评自己的感受，也不要勉强自己产生某种感觉。你可以对天父说：“天父，这就是我现在真实的感受。”
然后再问：“天父，这段经历使我怎样误解了你？”“你今天想让我认识你怎样的心？”
如果你暂时没有感受到什么，也没有关系。天父的工作不受我们当下感觉的限制。

十九、回应祷告

天父，我们来到你面前。谢谢你知道我们的成长经历，也知道“父亲”这个称呼在每个人里面有不同的意义。 我们感谢地上的父亲曾经给予我们的爱、供应、保护和帮助。即使那些表达并不完全，我们仍然愿意为其中真实的恩典感恩。 同时，我们也把生命中的遗憾和伤害带到你面前。有些人的父亲长期缺席，使他们觉得自己不重要；有些人的父亲非常严厉，使他们觉得必须表现完美；有些人的父亲情绪不稳定，使他们总是在惧怕中生活；有些人的父亲控制、消极或失信，使他们很难相信权柄和爱。
天父，求你让我们知道，我们不需要假装这些经历没有发生。
求你帮助我们分辨：哪些是地上父亲的有限和错误，哪些才是你真实的性情。
当地上的父亲缺席时，让我们认识你仍然与我们同在。
当地上的父亲批评我们时，让我们听见你在基督里对儿女的肯定。
当地上的父亲情绪失控时，让我们认识你的性情永不改变。
当地上的父亲控制我们时，让我们认识你的带领充满真理、尊重和爱。
当地上的父亲没有保护我们时，求你带领我们进入安全、医治和恢复。
天父，我们愿意摘下过去经历为我们戴上的错误眼镜。求你借着耶稣，让我们重新认识“父亲”这两个字。 医治我们，不是为了让我们继续停留在过去，而是让我们可以更自由地接受你的爱，也更健康地爱身边的人。奉主耶稣基督的名祷告，阿们。

二十、本周操练

操练一：两栏记录

在纸上画出两栏。
左边写：“地上的父亲曾经怎样？”
右边写：“天父在圣经中是怎样？”
例如：地上的父亲有时失信。天父信实，祂的性情不改变。地上的父亲很少聆听我。
天父听见我的呼求，也邀请我向祂倾心吐意。这不是为了控诉父亲，而是为了把两者逐渐分开。

操练二：观察触发点

这一周，当你对天父产生惧怕、退缩或怀疑时，问自己：“这种感觉让我想起过去与谁相处的经验？”“我现在是在回应天父，还是在回应过去的人？”

操练三：默想经文

每天慢慢阅读一段：

- 诗篇27:10
- 诗篇68:5–6
- 诗篇103:8–14
- 以赛亚书49:15–16
- 马太福音6:25–34
- 约翰福音14:7–9
- 罗马书8:14–17

每天只记录一句最触动自己的话。

操练四：每日宣告

地上的父亲会影响我，却不能定义天父。天父不是地上父亲的放大版。我可以感谢曾经得到的，也可以诚实面对没有得到的。我不需要否认伤害，才能尊荣父母。我要借着耶稣重新认识父。天父愿意在真理和爱中恢复我的生命。

二十一、本课总结

今天我们不是为了审判父亲，而是为了辨认影响。地上的父亲可能给过我们爱，也可能留下过缺口；但无论我们的经历怎样，天父都愿意亲自向我们显明祂是谁。
请记住本课最重要的三句话：
地上的父亲会影响我，却不能定义天父。
我可以尊荣父母，同时诚实面对伤害。
我要借着耶稣，而不是借着过去的经历，重新认识天父。
天父不是要求我们假装没有受伤。祂邀请我们带着真实经历来到祂面前，让祂逐渐摘下那副受伤的眼镜，使我们越来越清楚地看见祂的心。