



作者簡介

大衛鮑力生 (David Powlison) 曾獲道學碩士和博士學位，現在任教於「基督教輔導與教育協會」(Christian Counseling and Educational Foundation, 簡稱CCEF)，是一位具有超過三十年經驗的資深輔導。著有許多關於輔導學的文章、小冊，和書籍，包括《新眼新見》(Seeing with New Eyes)；《真愛真言》(Speaking Truth in Love)；「權能交會：得回屬靈戰場」(Power Encounters: Reclaiming Spiritual Warfare)。

更新關懷輔導系列
更新關懷輔導系列

墮胎後的心靈醫治

大衛鮑力生 (David Powlison) 著 / 趙如芸 譯

Healing after Abortion

女性在墮胎之後所經歷的心靈風暴，有時又稱為「墮胎後症候群」。然而，你並不需要一個專有名詞來描述你經歷的感覺。不論是罪惡感、懊悔、憂鬱、傷心或悲痛，都是每個墮過胎，對經歷之事有深切感受的女人會有的真實掙扎。

大衛鮑力生在本書中分享，不論你經歷過何種反應與心情，上帝應許要親身進入你的每一個掙扎。祂固然同情你的軟弱，卻想給你更多。耶穌基督會帶著憐憫、盼望和醫治走入你的生命。請留心讀這本書，注意這位應許救贖我們生命的上帝如何溫柔地來動工。

ISBN 978-1-56582-224-5



9 781565 822245



Christian Renewal Ministries
更新傳道會

C6-05

Designed by Leslie Yung

墮胎後的心靈醫治

更新傳道會



更新關懷輔導系列

墮胎後 的心靈醫治

大衛鮑力生 (David Powlison) 著 / 趙如芸 譯



墮胎後的心靈醫治

更新關懷輔導系列

作者：大衛鮑力生

譯者：趙如芸

出版及發行：更新傳道會 Christian Renewal Ministries, Inc.

北美總會：200 N. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A.

電話 (732) 828-4545；傳真 (732) 745-2878

E-mail: info@crmj.org

台灣分會：新北市三峽區大學路118號二樓

電話 (02) 2673-3600；傳真 (02) 2673-9801

郵政劃撥13913941基督教更新傳道會〔奉獻〕

E-mail: crmtaiwan7@gmail.com

新加坡分會：Christian Renewal Mission

35 Kallang Pudding Road,

Tong Lee Building, Block A, #10-01

Singapore 349314

電話/傳真 65-67481994

E-mail: crmsg77@yahoo.com.sg

香港分會：Christian Renewal Ministries, Inc.

香港上環郵政局郵政信箱號碼33139號

電話 (852) 2546-5738

E-mail: crm09hk@gmail.com

二〇一四年六月初版

版權所有・請勿翻印

Healing after Abortion

Author: David Powlison

Translator: Sharon Chang

Published by Christian Renewal Ministries, Inc.

200 N. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A.

Original English edition Published by New Growth Press

©2008 by Christian Counseling & Educational Foundation

First Chinese edition: June, 2014

©2014 by Christian Renewal Ministries, Inc., or known as CRM, Inc.

ISBN 978-1-56582-224-5

ALL RIGHTS RESERVED

美術設計：楊順華 電腦排版：李仲淳

更新傳道會網址 <http://www.crmj.org>

Printed in Taiwan

目錄

前言	上帝的憐憫向你敞開	01
第一部分	基本而重要的認識	
	01 關於墮胎的沉默	10
	02 用認錯取代沉默	14
	03 上帝以憐憫看待你的認罪	20
	04 上帝會救贖你的人生	26
第二部分	能夠改變生命的實用策略	
	05 關於改變的方法	32
	06 相信上帝的品格	44
	07 尋求有憐憫心腸的人	48
	08 成為懂得憐憫的人	50
	更新關懷輔導系列	54

前言

上帝的怜悯向你敞开

如果你現正在讀這本小冊子，我想你可能在為墮過胎的事掙扎。你心裡一切的情緒起伏和創傷，有時叫作「墮胎後症候群」。但是你不需要一個專有名詞來描述你的感覺，這些心情的起伏變化，是每一個墮胎後的女人都曾經深深感受過的，比如罪惡感、懊悔、憂鬱、傷心和悲痛，這些掙扎都非常地真實和深刻，甚至很多女人到了墮胎的周年，這些情緒就會出現、加深。

你也許還有其他的反應，或許你只是感覺麻木，因為你一時無法面對發生的事，所以就盡量避免去想。或許你感到憤怒或背叛，對於那些當初參與墮胎決定的人——朋友、男友、父母、或先生，也許你對他們感到失望，所以你無法再相信他們。墮胎這件事不只造成你生命的破碎，也造成你和其他人關係的破裂。

這個時候你最不想去想的，就是上帝對你所說的話，可是，上帝才是真正可以幫助你的人。在聖經中，上帝總是為處於各樣難處和困境中的人帶來盼望：

- ★ 你不敢面對墮胎這件事嗎？上帝的憐憫邀請你來向祂懺悔。
- ★ 你感覺罪惡和羞恥嗎？上帝會原諒你。
- ★ 你感到懊悔嗎？你的救贖者擅長恢復破碎的人生，並賜人充實的生命。
- ★ 你的痛苦一直揮之不去嗎？上帝是那破碎和失去盼望之人的避難所。

不論你的反應和情緒如何，我們又真又活的上帝要進入你心裏的掙扎。上帝不只同情你的軟弱，耶穌更可以把憐憫、希望和蛻變帶入

你的生命。這件事會如何發生呢？請繼續讀下去，注意上帝的溫柔如何進入我們生命的風暴，在我們的生命中動工。

思考問題

1. 你墮胎後，或是你熟稔的親友墮胎後，情緒上有過怎樣的經歷？

[illegible]

2. 你曾和人分享這些感受嗎？假如曾分享過，別人如何回應？假如不曾分享過，是何原因？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

第一部分

基本而重要的認識

01 | 關於墮胎的沉默

你 有沒有注意到關於墮胎這個話題總是帶來沉默嗎？飯桌上是決不會有人提的。

大家很容易聊到他們在疾病、人際關係、男女朋友、小孩、工作上的掙扎，他們也許會談有關墮胎的宗教理念、道德觀和政治，可是很少有人會主動談到自己墮胎的經驗，為什麼呢？因為墮胎直覺上就是很羞恥的事，但是這種羞恥感是從哪裏來的呢？要是這種羞恥感是你現在人生的一部分該怎麼辦呢？

你的情緒和感覺其實都透露你內心的狀況。不管你如何用理智的角度來面對墮胎，你內心深處的羞恥感卻告訴你，你所做的事是錯的。如果你一直是擁護女權，主張墮胎的人，這種感覺有可能很震撼你，你可以跟誰談呢？你的朋友可能都覺得你做了最好的決定，可是你感情上的糾結卻如影隨形，無法消除。

又或者，你原來就相信墮胎是錯誤的，可是因著懷孕所帶來的懼怕和羞恥，你做了違背自己信念的決定，你可以跟誰談呢？你所認識的人若是發現你墮胎，可能會很震驚或不高興，所以也許閉口不提是比較容易的事。

|| 思考問題

1. 你如何看待墮胎這個經驗？它帶給你羞恥感或罪惡感嗎？

2. 閉口不提這個經歷，能使你忘記這件事或減輕你的痛苦嗎？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

02 | 用認錯取代沉默

沉默帶來的問題是，你內心所隱藏的事，隨著時間過去，會變得更黑暗、更令人困惑和具有威脅性。你也許已經注意到這樣的情況了。你需要坦承所發生的事，將墮胎這事帶到光中。但是，你要向誰認罪呢？誰有赦罪的權柄能夠原諒你呢？這些問題唯有在你和上帝的關係中才能找到答案。

上帝創造了你，因此你要對祂負責。上帝知道你作決定時，各樣影響你的因素。祂能體會你所經歷的困境和所承受的壓力，祂可以透視所有表面灰暗不明、無可奈何的情境，以及各種試圖將墮胎這件事合理化的藉口。雖然你所面對的是一個困難的處境，但是在上帝的眼光裏，關於墮胎只有兩種看法：它要不是一個正確、值得驕傲的決定，就是一個錯誤、需要上帝憐憫的決定。

所以，先放下你自己心中所有當初墮胎的理由——你的年齡、求學計劃、財務問題、當初怎麼懷孕的，男友、先生，家人來的壓力和心中的羞恥，問問自己：上帝是怎麼看我的墮胎？事實是：上帝反對犧牲無辜的生命，更何況這個需要我們去照顧和餵養的生命。詩篇139篇13至16節告訴我們，我們在母腹中未成形的體質，上帝都知道，也都在上帝的手中，即使再麻煩、再不想要的孩子，都是生命，我們都沒有權力奪去。

15

「我的肺腑是你所造的；我在母腹中，你已覆庇我。我要稱謝你，因我受造，奇妙可畏；你的作為奇妙，這是我心深知道的。我在暗中受造，在地的深處被聯絡；那時，我的形體並不向你隱藏。我

未成形的體質，你的眼早已看見了；你所定的日子，我尚未度一日（或譯：我被造的肢體尚未有其一），你都寫在你的冊上了。」（詩篇139: 13-16）

然而，這個鑑察我們的上帝也是滿有憐憫的。祂不希望我們因為墮胎，然後一輩子陷在罪惡感、悔恨和羞辱之中。祂要你面對這件事的嚴重性，所以你可以轉向上帝，尋求上帝的憐憫。上帝盼望這件事成為你生命的轉機——你何時轉回，就何時看見上帝的慈愛和憐憫。

雅各書第4章第6節說：「但祂賜更多的恩典，所以經上說：神阻擋驕傲的人，賜恩給謙卑的人。」上帝阻擋「驕傲的人（那些不承認自己需要的人）」，可是「賜恩給謙卑的人（那些知道自己需要的人）」，事實上，同一

節雅各書也說到「祂賜更多的恩典」。不管我們的問題如何，上帝的恩典比我們的問題更深、更高、更寬闊。

II 思考問題

1. 上帝是如何看待墮胎？

.....

.....

.....

.....

2. 這段內容告訴我們，墮胎帶來的羞恥，可以如何解決？

.....

.....

.....

.....

3. 你願意向上帝認罪、求祂赦免嗎？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

03 | 上帝以憐憫看待你的認罪

你沉默的時候也好，感覺羞恥的時候也好，或是覺得有罪惡感或羞愧的時候也好，你在哪兒，上帝就在哪兒。整本聖經裏，上帝應許凡向祂祈求憐憫的必不致羞愧。祂說：

20 「不要懼怕，因你必不致蒙羞；也不要抱愧，因你必不致受辱。你必忘記幼年的羞愧，不再記念你寡居的羞辱。」（以賽亞書54:4）

上帝邀請你從藏身的角落裏勇敢地走出來，誠實坦然地與祂交談。祂會給你有力的理由不再懼怕，並且忘記錯誤所帶來的羞恥。這些理由不會成為你肩上的重擔，因為上帝自己以及祂所做的，會讓你忘記羞愧。上帝是我們的救贖者：

「因為造你的是你的丈夫；萬軍之耶和華是祂的名。救贖你的是以色列的聖者；祂必稱為全地之神。」（以賽亞書 54:5）

這位救贖者親自進入我們破碎、黑暗的情境並且反轉它。有錯誤的，祂更正；祂使黑暗變光明；羞愧的，祂帶來憐憫，當上帝的憐憫進入你的生命，感恩和勇氣即取代了羞愧。

上帝是如何成就這些事的呢？祂道成肉身成為耶穌基督來救贖這個世界，來救贖你。祂進入我們世界，擔當我們的破碎、罪惡、疾病和痛苦，為了我們的罪——當然包括這個使你感覺沈重的罪——死在十字架上。上帝的兒子耶穌的身體為我們破碎，保證上帝要憐恤我們。耶穌的死就是保證，當你來到上帝面前認

罪的時候，上帝會憐憫你。耶穌基督的福音是給那些知道並承認自己罪的人。

「我們若說自己無罪，便是自欺，真理不在我們心裏了。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。」（約翰一書1: 8-9）

耶穌不會以藐視、指責、審判或定罪來看待你的認罪，而是寬容和饒恕。耶穌的死和復活就是上帝接受我們的認罪，並且給予饒恕和保護的保證。

因為耶穌為了你的罪付上死亡的代價，因此你可以求上帝拯救你、保護你，使你脫離羞恥和黑暗的漩渦。大衛王在詩篇中如此說：

「耶和華啊，我的心仰望你。我的神啊，我素來倚靠你，求你不要叫我羞愧……凡等候你的必不羞愧。」（詩篇25: 1-3）

羞愧能使你變得軟弱無助，害怕面對真相的恥辱。大衛王知道這樣的心情，所以祂求主：

23

「求你保護我的性命，搭救我，使我不至羞愧，因為我投靠你。」（詩篇25: 20）

思考問題

1. 因墮胎而向上帝認罪後，上帝會做什麼事？

24

2. 墮胎一事令你獨自擔當羞愧、痛苦，但你可向上帝求什麼？

04 | 上帝會救贖你的人生

26

當你投靠上帝，祂不僅帶你脫離羞恥和罪惡感，祂也能重建你破碎的生活。墮胎之後，往往我們很容易覺得已經失去了上帝對你最好的祝福。墮胎確實是有避免不了的後果，但從納粹迫害猶太人的集中營生還的彭柯麗（Corrie ten Boom）曾說：「沒有一個深淵是上帝的愛所不能及的。」

數千年前，上帝的子民猶太人因為犯罪被驅逐到曠野，但他們並沒有永遠待在那裏。耶和華說：

「我知道我向你們所懷的意念是賜平安的意念，不是降災禍的意念，要叫你們末後有指望。」（耶利米書29: 11）

上帝這些話也是對你說的。祂對你的未來

有美好的計劃。耶穌為了我們的罪被釘死，之後死而復活，就是為要使你得永生，你的一生祂都要祝福，使用你成為祂的器皿，將祝福傳給別人。

上帝的美意便是如此，祂救贖破碎的、讓他們在上帝國度成為有用的器皿。曾經背叛耶穌的漁夫彼得，上帝使他成為創立早期教會的中流砥柱；曾經迫害基督徒的保羅，上帝使他成為把上帝的愛傳揚到世界各地的傳教士。

27

上帝也計劃如此用你，借著你把上帝的饒恕和盼望帶給別人。墮胎雖有無可避免的後果，但都是上帝對你美好計劃的一部分，藉著你的經歷，可以把福音傳給更多需要的人。

只要你向上帝認罪，你就不用擔心再受到審判，因為耶穌已經代替了你被定罪、受審判責罰，為要使你得到赦免，從此你不用擔心上

帝的處罰或是審判，從此你可以有新的盼望，
上帝現在就可以用你去愛周遭的人。

II 思考問題

1. 你相信即使曾犯下墮胎的罪，上帝對你的一生依然有美好的計劃嗎？

29

2. 上帝能如何藉著這段經歷使用你？

第二部分

能夠改變生命的實用策略

05 | 關於改變的方法

相信上帝的饒恕和接納，相信祂對你的美意和計劃，不是只要做一次就夠了。你需要靠著上帝的愛和饒恕，憑著信心面對每一天。以下這些步驟，可以幫助你記住上帝的饒恕，倚靠祂的能力，憑著信心往前走。

32

A. 設計你個人的祈禱書

當我輔導一些與內心深處的羞辱、罪惡感、和懊悔掙扎的人時，我都會建議他們設計自己的祈禱書。有自己的祈禱書可以幫助你想清楚你要在上帝面前認什麼罪，它可以給你正式的語言表達你對自己墮胎這件事的憂傷和痛苦。以下的禱告是我參考《公禱書》（*The Book of Common Prayer*）一書中的晚禱所改寫的，希望這能在你思緒混亂時作為一個引

導，好讓你誠實的面對自己的內心。

用以下的禱詞來表達事情的嚴重性，並且大聲朗誦提醒自己上帝的憐憫遠遠超過你所犯的錯。仔細讀以下的禱詞，然後用你自己的話，向上帝寫出你自己的故事。

B. 參考《公禱書》的禱詞

(1)「全能和慈悲的父，我犯了罪，偏離了你的道，如羊走迷。」（出自《公禱書》）

記住，你所禱告的上帝，既是全能的，也充滿慈悲憐憫。你可以用自己的話，告訴上帝你是如何離開了祂的道：「我的墮胎反映出我的不道德，我屈服於周圍的人的壓力，我的任性、遷就方便、不想影響學業和工作，或是不想面對成為單親

父母的羞恥。」

- (2)「我太過聽從自己內心的想法和慾望」（出自《公禱書》）

也許你會這樣說：「當初墮胎似乎是一個正確的決定，也是唯一的辦法，這似乎是我必須要做的事。似乎是周圍每個人都希望我做的事，我似乎沒有選擇，但是我發現我過於聽從自己的想法和內心的慾望。」

- (3)「我觸犯了上帝的律法」（出自《公禱書》）

你觸犯了哪一條律法呢？請專心默想上帝的愛、信實和對生命的保護。請參考以賽亞書49章14至16節；羅馬書13章9至10節。

「錫安說：耶和華離棄了我；主忘記了我。婦人焉能忘記她吃奶的嬰孩，不憐恤她所生的兒子？即或有忘記的，我卻不忘記你。看哪，我將你銘刻在我掌上；你的牆垣常在我眼前。」（以賽亞書49: 14-16）

35

「像那不可姦淫，不可殺人，不可偷盜，不可貪婪，或有別的誡命，都包在愛人如己這一句話之內了。愛是不加害與人的，所以愛就完全了律法。」（羅馬書13: 9-10）

- (4)「我該做的事沒有做，不該做的反倒做了。
在我裏面沒有健全的生命。」（出自《公禱書》）

雖然這些話十分嚴肅沈重，請一面感受這些字的強度，同時也牢記誰才是我們唯一的希望和拯救。

- (5)「喔，主啊，求你憐憫我這個可悲的罪人。原諒我，喔，我的上帝，我向你認錯。我主，當我轉向耶穌時，求你因著耶穌基督的應許，使我可以復原。」（出自《公禱書》）

福音的寶貴在於只要我們認罪，上帝就應許施憐憫。上帝對你的應許有哪些呢？這裏有些經文可以給你參考。

「我絕不撇下你，也絕不離棄你。」（希伯來書13:5）

請試想：上帝不會丟棄你。

「願耶和華賜福給你，保護你。」

（民數記6: 24）

請試想：上帝應許賜福、保護你、看顧你。

37

「願耶和華使祂的臉光照你，賜恩給你。」（民數記6: 25）

請試想：上帝總是將祂發光的臉轉向
你，慈愛地對待你。

「願耶和華向你仰臉，賜你平安。」（民數記6: 26）

請試想：上帝應許永遠不會轉身離你

而去，祂會賜你平安。

「耶和華，耶和華，是有憐憫有恩典的神，不輕易發怒，並且有豐盛的慈愛和誠實，為千萬人留下慈愛，赦免罪孽、過犯和罪惡。」（出埃及記 34: 6-7）

誠實地轉向上帝，祂會把這些都賜給你。請試想：有個信實的上帝，祂永遠都不離棄你；有個上帝，祂的愛恆久不變；有個上帝，可以定你的罪，但卻選擇憐憫和饒恕。祂是以上我們所說的總和，所以你可以誠實地來到祂的面前。

「神的應許，不論有多少，在基

督都是是的。」(哥林多後書1: 20)

耶穌不只成就了上帝對我們的應許，正因為耶穌全然地愛你，祂上了十字架，背負了你的羞恥和罪惡，所以你可以將你的罪惡過犯帶到祂的光中。你可以向上帝求憐憫，因為祂應許要憐憫你。你今天就可以向祂祈求，天天都來向祂祈求，請一定要向祂求。

39

- (6)「喔，慈悲憐憫的父，為了耶穌基督的緣故，求你讓我過一個聖潔公義和清醒的生活，來榮耀你的聖名。」(出自《公禱書》)

你不只可以誠實地求上帝的饒恕，你也可以求祂的大能彰顯、戰勝你生命裏的難處。

「所以我們只管坦然無懼地，來到施恩的寶座前，為要得憐恤，蒙恩惠，作隨時的幫助。」（希伯來書4: 16）

請注意：祂應許要幫助你，即使在你生命中最掙扎、最需要祂之處。

「我深信那在你們心裏動了善工的，必成全這工，直到耶穌基督的日子。」（腓立比書1: 6）

即使道路顯得艱難，上帝仍然在你身上作工。

當你與耶穌面對面時，你將會被祂永遠改變得完全像祂，並且愛祂。所以想想看，上帝的愛可以如何改變你，讓你成為別人的祝福？

對上帝的饒恕懷有感恩的心如何為你的生命帶來改變？你的生命因著上帝的大能而會有何不同？向上帝祈求，每一天都這樣向上帝求。

當你禱告時，請記住當我們認罪時，上帝就應許賜憐憫。祂不願意罪人死，更願意罪人回頭。如同《公禱書》（*The Book of Common Prayer*）中說的：「祂赦免那真正悔改的人。」

41

「悔改」就是回到上帝面前的意思，當你來到上帝面前，一面把罪帶到祂面前，一面求祂施恩憐憫，你就可以得到醫治。

「我看見他所行的道，也要醫治他；又要引導他，使他和那一同傷心的人再得安慰。」（以賽亞書57: 18）

II 思考問題

1. 墮胎這事如何得罪上帝？

.....

.....

.....

.....

2. 在墮胎這個過程中，你看到自己的哪些過犯或弱點？

.....

.....

.....

.....

3. 在寫下自己認罪的禱告文時，請加入上一題的思考內容。

[illegible]

06 | 相信上帝的品格

有些墮過胎的女人的掙扎是，她們不知道現在胎兒去了哪裏，這個問題也是自古基督徒一直在審慎思考的問題，我沒有可以解決一切問題的答案，但是我在此提出兩方面給你思考。

44

第一，這個問題最根本的答案是：「我不知道，我也不可能知道。但我知道我們的上帝是良善的。我知道我們的上帝是有憐憫的，我知道祂的道路高過我的道路，但我不知道祂的道路是什麼。」當你越來越相信上帝的良善、愛和憐憫時，你就可以接受「不知道」這樣的答案。

你要知道你所敬拜的上帝，是創造天地萬物的上帝，祂是正直並且滿有憐憫的，祂要救贖你，一定會幫助你使你完全相信祂的品格，你可以相信祂所做的每件事都是完全正直和充

滿憐憫的。

第二，有時候，有人會鼓勵墮過胎的女人想像小孩還活著：幫他/她取個名字，想像他/她在天堂，甚至跟他/她說話，請求他/她的原諒。想像之餘，也禁不住虛擬一些情境——他/她第一次學步的樣子、第一天上學、高中的畢業典禮、他/她的21歲生日——在幻想中度日。

但我們的上帝不是一個虛幻的上帝，祂是真實的上帝，那些幻想不是真實的。所以當你花時間跟孩子說話，或想像孩子可能做的事都只是在浪費時間，你用逃避現實來處理哀傷，而不是來到那位真實的上帝那裏，祂才能給你真正的憐憫、饒恕和希望。

重點是：上帝比你、你的孩子、你墮胎這件事都大得多，祂對你有完美的計劃。你要相

信那使世界運轉的手是良善的。知道所有問題的答案，或幻想你所不知道的事，並不能帶給你平安和安息，唯有當你相信上帝是幫助你的、祂是完全可靠的，你才能得到平安。

|| 思考問題

1. 你會想像未出世的胎兒到哪裏去，或是幻想他若活著的生活嗎？這些想像會帶給你安慰嗎？

47

2. 為什麼相信上帝才能解決這個問題？

07 | 尋求有憐憫心腸的人

上帝並不希望你一個人來處理這麼深的掙扎。當你打破沈默，向上帝承認關於墮胎的錯誤，下一步就是找一個了解上帝憐憫的人談一談。上帝的憐憫不單是個人的，它也表現在教會群體裏。加入一個教會群體，把你的困難和一、兩個可信賴的弟兄姊妹分享。

48

不要讓羞恥感使你不敢將墮胎這事帶到上帝的光中、尋求上帝及他人的憐恤。當然，你要謹慎選擇合適的人來談這件事，你不需要告訴每一個人這件事，就像你不需要和每一個人認某個特定的罪一樣。至少找一個能夠傾聽的朋友，讓他/她經常提醒你關於上帝赦罪的應許，與他/她一起禱告，或為你禱告。

II 思考問題

1. 打破沈默，向別人提到墮胎這件事並不容易，你試過嗎？為什麼要與別人分享？

2. 不見得每一個人都是合適的分享對象，你覺得要注意什麼？

08 | 成為懂得憐憫的人

上帝可以把惡變成善的其中一個方法，就是讓你真正成為可以幫助別人的人，尤其是那些正在考慮墮胎或是墮胎後而掙扎的人。想想看你可以為她們所做的，你知道她們所經歷的，你知道當中的誘惑（不道德或墮胎的誘惑），你知道這當中的掙扎（罪惡感、麻痺感、憤怒或懊悔感）。

你知道希望在哪裏——在耶穌那裏。你可以成為上帝獨一無二的創造，就是同時具有憐憫和清楚思想的人，具體而微地體現上帝為你所做的一切，祂會使用你來幫助別人，因為你其實越來越像祂！多留意周圍像這樣可以幫助需要幫助的人的機會，正因為你的經驗，你可以用上帝的真理來挑戰他們、用上帝的憐憫來安慰他們，而這是很少人能做得到的。

你的墮胎雖然讓你傷心，但上帝能夠救贖

你，使你成為一個愛祂、並用上帝的愛去觸及他人生命的人。當你來到上帝面前認罪、懇求憐憫時，祂已應允：

「神能照著在我們心裏的大力，充足地成就一切，超過我們所求所想的。」（以弗所書3: 20）

思考問題

1. 你曾藉著自身的墮胎經歷幫助過人嗎？若不曾，你會願意這麼做嗎？

2. 走過墮胎的幽谷，又經歷上帝的赦免和大愛後，你覺得自己和墮胎前有何不同？

[illegible]

│ 注意力缺乏症

│ 家有易怒兒

│ 亞斯伯格症

│ 單親父母情

│ 墮胎後的心靈醫治

│ 照顧慢性病人有祕訣

│ 如何愛難相處的人

│ 走出幼年受虐的陰影

│ 離婚後的恢復

│ 處理婚外情

│ 面對家庭暴力

│ 外遇後的重建

│ 原生家庭的困擾

│ 我們應該結婚嗎？

│ 捉襟見肘怎麼辦？

│ 誰來洗碗？

│ 確定神的旨意

│ 基督徒的難處

│ 新生命與新生活

│ 如何批評別人與接受別人的批評

│ 憂慮時怎麼辦？