



小林

我来自中国西南的农村，是一名九零后。我有机会能认识教会，认识神，是因为我的表姐。因为读大学的缘故我来到我们那里的省会城市，那时候表姐已经在那里，她先认识了我们教会，就邀请我去。前面两次我没答应，我心里想我对“基督教”没有兴趣。第三次她又邀请我，我不好意思再拒绝，就答应去了。后来表姐告诉我，之所以她不放弃邀请我，因为有好几次当她躺下，神就让她想到我，想到我的脸，在她的印象当中常常是一张哀伤到动不动就要流泪的脸。

一、成长经历

这里需要介绍一下我的原生家庭。在我出生不到两岁，我的妈妈意外去世，留下爸爸还有三个月大的弟弟，爸爸需要外出打工挣钱，弟弟归奶奶抚养，我就被寄养在爸爸的一位姐姐就是我的姑妈家里。之后长大直到九岁，这位姑妈就成了我的监护人，也是我人生中第二位母亲的角色。



可能是出于对我爸爸的责任，再加上我是女孩子，觉得更要严加管教才好，姑妈对我的管教非常严厉，从学习上到生活上都是。她要求我考试要考第一，没有考第一就会挨骂。写作业的时候我写着写着驼背了，姑妈会时不时地

来一个提醒（揪耳朵）。姑妈培养我从小做家务，不过摔坏了碗就要挨打。小的时候我自己不会绑头发，偏偏我的头发非常毛躁打结，姑妈一边给我辫辫子一边骂我的头发，她的手很重，我的脑袋被梳子扯得在她的手下晃来晃去，但是我不敢叫疼。

那时候我也很不懂事，因为羡慕别的同学有零花钱买零食，我开始偷姑妈的钱，被发现后被竹条打得满地爬，但是我偷钱的行为没有改，有一次偷了钱挨了打，晚上睡觉脱裤子，腿上脚上密密麻麻紫黑的痕几乎没有缝。因为我的姑父是小学老师的缘故，那时候是住教师大院，常常因为犯错被姑妈拉到院子中间的石凳上，脱掉裤子打，有时边上会有人路过，有的还会上前来为我说一两句求情的话，那些人都是我认识的叔叔阿姨，我的科任老师甚至班主任，我觉得很丢脸，很想逃，但又不敢，挨打逃跑的话打得更厉害。后来我变得很胆

小怕见人，养成一个习惯，家里一来客人，我就躲在门后，姑妈会把我拽出来，让我跟客人打招呼，我的脸上满是墙灰，低着头不敢看人。

有一年的六一儿童节，学校需要一名学生代表上台演讲，姑妈直接找到我的班主任内定了我，我没有拒绝的权利，接着姑妈一遍一遍训练我背讲稿，到了上台的那天，我感觉我就像一只赤裸的小鸟被推出去，按着预定的节奏对着话筒喊叫，那时候演讲没有什么技巧，只要声音够大就好。后来，我的表现我的学习成为姑妈的荣耀，没人敢质疑她的管教方式。



二、爱与恨的煎熬

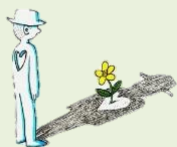
因为母亲离世的时候我不到两岁，“母爱”这个词我是从姑妈身上体会

到，我想她是很爱我的，她很想把我培养成她眼中一个能干优秀的孩子，所以她在我身上付出很多心血，甚至超过她自己的孩子。但这份爱落在我身上的时候我感受到的是恐惧，她的一个眼神就让我瑟瑟发抖，而与害怕随之而来的另一种东西，就是不断积累的恨。挨打的时候姑妈是不许我出声的，我越哭就会被打得越厉害，所以从小我学会了只流眼泪不出声音，而流一次眼泪心里就多一份的恨。

记得有一次，姑妈因为胆结石，需要去城里住院开刀，就把我寄宿在邻居家。我那个时候小，不明白什么叫开刀，以为开刀就是要命的事，心里很害怕，害怕以后我没有姑妈了。但同时我又很开心，终于有几天没有姑妈管着我。那是我第一次意识到原来我心里除了害怕姑妈，也很在乎她，不想失去她。我体会到什么叫作又爱又恨这种复

杂的情感，到我后面越是长大懂事，爱增加，恨也增加。

9岁的时候，爸爸找到一位阿姨（就是我现在妈妈），重组家庭，把我接回家生活，但因为我们家离姑妈家很近，姑妈几乎隔天都会散步到我家，“关照”一下我，在管教我的事情上姑妈都享有最大的话语权，父母都得让步。直到我离开家去县城读高中，终于姑妈管我的机会少了，我也长大懂事了，良心上我知道要把她当作母亲一样孝敬她对她好。后来出去读大学，我要求自己每次回家都要去看望她，想想她的需要，给她买礼物，不要做白眼狼。我以为过去的都已经过去，现在我们都不常见面，对于我来说没什么的。但是我错了，每次快走到她家门



口，一种巨大的委屈和排斥涌上来，我需要停下来深呼吸，调整自己。我也要做好挨骂的准备，因为她还是跟以前一样，见到我总会有挑剔我批评我的地方，我要求自己无论她说什么都要忍着不要哭。但从她家一出来，我的眼泪就下来了。原本我以为，靠着理性和自我说服，过去的记忆可以淡忘，心里的委屈可以自我消化，我可以不再受她的影响，但是实际上不是这样，时间和距离只是把这些东西隐藏了起来，到每次回家面对她，面对新的责骂，我感觉我的里面被搅动，压抑了很久的东西已经到了脖子。我以为我放下了，但这种放下只不过是暂时压下去，当每次见到她

（“检验”来的时候），我发现我是不行的，我自己根本做不到，我控制不住我自己。

三、走出恨的监牢

就在那几年的煎熬里，表姐带我去到教会，认识了老师。我第一次在人的面前去说自己过去的经历和感受，每次跟老师聊天我都哭得很厉害。他们还告诉我，有一位神，这位神是很爱我的，他是爱的源

头，老师为我祷告，也带领我自己去向这位神倾心祷告，在那些的



祷告中，我的内心被一股温柔的爱触摸，我开始去经历他们说的这位神。那段时间，我流了很多畅快的眼泪，心里的委屈在不断倾倒出来，很受安慰。

那时候我已经开始来学习圣经，我发现我开始能从自己的情绪中抽离出来，用不同的眼光重新去看姑妈，神让我看到以前我没想过的，我一直觉得我

读书都是靠自己刻苦努力，但其实如果不是姑妈严格的管教，抓紧我的学习，帮助我从很小就建立好的习惯，在农村那样的背景下，我未必能考上大学，也不会有后来的

我。她也很爱她的弟弟，也就是我的爸爸，所以才会在我爸爸最



艰难的时候主动担负这个责任，照顾年幼的我。站在她的位置，要把一个不到两岁的孩子抚养长大，还要栽培教育，谈何容易？但是她毅然把这个重担接了过去。这些都不是理所当然的。

更重要的是，圣经里面神的话光照我，带我更深地去认识自己。我发现其实我不认识自己，我只是觉得心里有一股很深的委屈和被伤害感压在心里，这应该不是我的问题，是姑妈加给我的影响。我没有察觉到，原来我是在一种很深的不饶恕的捆绑里面。这种被得罪的

感受，是源于我的不饶恕，不单单是姑妈的原因。隐隐地我开始觉得，我自己也不是光明的。虽然外在我对姑妈没有表现出什么，但一想到她，我心里是挥之不去的恨，这种恨扭曲了我的心眼，让我看不到姑妈的好，对她没有感恩之心，只看到自己的委屈。每次她批评我，我都在心里数算她的恶，这种数算使我心里只有愁苦，冷漠，刚硬，苦毒，我甚至心里不希望姑妈的老年生活过得太好，有这种报复的心态。圣经里面说，恨人就等于杀人，在我心里我其实已经砍了对方无数次。在神的眼里，恨是一种罪，神看人不像世上的律法单单看行为，神是看内心，我心里的恨、心里的恶是在犯罪，恨让我不能正常去爱一个人。

这种不饶恕也在捆绑我自己。一直以来，我沉浸在被伤害的情绪中，作为一个受害者去看待我的成长，将我性格中一切的不好都归咎于她，我用怨恨来

喂养我的自我和理性，觉得我这样的记恨是合乎情理的。但我没看到的是，这些记忆就像一些活动的刺，而我不饶恕就像是启动了一个开关，允许这些刺放出来刺我，辖制我，一想到姑妈，怨恨就完全支配了我的情绪，我心里没有安宁。很多次我尝试摆脱，放下，但心里愿意，思绪并不受意志的控制，我越来越渴望有从神而来的能力帮助我。

后来神真的帮助了我，我真诚地来到他的面前，求他赦免我不饶恕人的罪，我心里的恶，我也求他赐给我爱姑妈的能力。神是真实的，他真的在我心里工作，让我真的从心里饶恕姑妈，理解她，并且学习去爱她。我发现，之前我抒发自己受伤害的情绪，不是真正的疗愈，饶恕才是。我觉得神是非常美善的，他从远处看见我的需要，透过表姐把我带到他的面前，给我看到一条出路，爱与恨，是我可以选择的。当我愿

意选择去爱，他的话语就给我能力去饶恕。

借着饶恕，神将姑妈在我身上所有不好的影响都拿走了，存留下来的，都是好的。透过饶恕，我经历到神对我彻底的医治和释放，一种前所未有的自由。而这份自由带给我的就是，之后姑妈再说什么话，对我什么脸色，已经不再能伤害到我。虽然有时候当下会有难过，但很快能放下，这些话已经不能再深入我心，也不会动摇我心里继续爱姑妈的心。



四、更多看见自己的捆绑，我需要神

这个经历让我初尝自由的甘甜。而同时在学习神的话语的过程中，神的

话语不断光照自己，让我认识自己越来越多，原来我还有其他很多的捆绑，这些捆绑都让我活得很不自由：

一个就是忧虑。我从小体弱多病，出入诊所伴随着我整个读书生涯。而这个焦虑延续到成年，一旦身体不舒服，我就非常紧张，担心很严重，担心花很多钱。对身体的焦虑令我自卑自怜，没病的时候也看上去病怏怏的。

还有就是，我性格里有很深的害怕。因为从小被家人和老师夸赞，我很看重自己的成绩、表现，别人怎么看我。本来我就怕人，后来变得越来越胆小，我害怕公开讲话，不知道手往哪里放，眼睛看哪里。大学的时候不参加任何需要面试的社团和组织，见到辅导员就绕着走。所有这些“怕”都跟人有关，害怕让我变得越来越封闭，整天盯着自己，在人前所有的关注就是怎么让自己表现得自然一点。我看到自己被这

个害怕绑得很深，归根结底，是我把自己看得太重，过于所当看的，而没有一个更高的方向。

我也是个受情感的捆绑很深的人，从小缺乏安全感，我将安全感寄托在好朋友身上，从小到大每个阶段我只有固定的一两个好朋友，我很依赖她们。青春期的时候渴望爱情，暗恋伴随着整个中学时代，单单暗恋都给我心里很大的满足。

大学时代谈恋爱，把所有的感情都寄托在对方身上，痴迷韩剧爱情



剧，活在浪漫的幻想里，却像毒药一样，令自己处于飘渺虚幻当中，无法自拔。认识神之后我才明白，唯有神才是能完全满足人内心缺乏的那一位，如果我只是在人身上找满足，事实上没有一个人能够完全满足我，因为人都有他的

局限，我还会陷入错误的期待和苦毒里面，伤人害己。那时候我一边上委身课，一边处在恋爱关系中，我很痛苦。后来当我想清楚后，我结束了这段恋爱，因为我想清楚了我要委身给神。



都是神的慈爱和怜悯，他让我看到我内心的捆绑、缺乏和需要，我认识到只有回到他那里，由他来带领我走人生路，才有真正的生命和自由。所以在2013年蒙神恩典，我接受洗礼成为了基督徒，经历神在基督里赐我的新生命！

（完）