

# 《成主学堂》单身与恋爱

## 第 16 讲：如何以荣耀神的方式分手

### 导论

扎根基督，向上成长，这里是《成主学堂》，我是张凡。在过去这一段时间，我们一直陪伴大家学习的课程是“单身与恋爱”。当初选这个课程的目的和原因是春节期间，很多朋友，很多弟兄姊妹都会面对被催婚，相亲等事情。那作为基督徒，我们究竟该如何面对呢？所以就跟大家一起学习这个课程。这个课程帮助我们有一个很好的梳理，单身和结婚并不是一个对错的问题，守独身是好的，结婚也是好的，关键是我们评估的出发点不是自己，而是神。为了荣耀神的缘故，为了服事神的缘故。我想单身，守独身并不是因为我可以更自由，更潇洒的出去玩，而是因为你可以有更多的时间为神摆上。你想进入婚姻，也不是因为眼前的这位弟兄或这位姊妹能够给你所需要的，满足你的需要，而是因为你们在一起可以更好的服事和荣耀神。这是我们评估的参考点，在神而不在人。

至于进入恋爱阶段，我们也探讨了很多，其中很重要的一点是：恋爱是帮助你们评估要不要和对方结婚的，所以恋爱就是恋爱，你们还没有结婚。在这期间，你们要注意不要有过于亲密的身体接触，甚至包括情感的亲密度也不要过分亲密。基于此，我们也给出了很多的建议，就是你们谈恋爱的时候，约会的时候该聊些什么呢？这些问题其实都是帮助你更多的去了解眼前的这个人，以及评估和对方的关系。恋爱并不是一时的浪漫，等到结婚后才发现你们原来不合适。求神加给我们智慧，带领我们在处理感情这件事上可以荣耀神。

今天，是整个系列课程的最后一讲，我们要跟你分享一个特别的话题：如何以荣耀神的方式分手。我们知道恋爱其实是帮助你们评估要不要进入婚姻的，虽然我盼望你们的评估结果是进入婚姻，一起组建家庭，但是在实际生活和关系当中，我们也要坦诚的承认和面对，并不是每一个人的评估结果都是结婚，也有很多的结果是分手。但是即便是分手，也可以是以荣耀神的方式进行的。

我们要知道我们生活在一个犯罪堕落的世界里，没有“无风险约会”这么回事。箴言 13:12 提醒我们说：“所盼望的迟延未得，令人心忧；”当感情关系走到分手的一步时，总有一方是仍然盼望的，总有一方是希望这个关系能够继续下去的。虽然谁都不愿意看到基督徒情侣分手，但是我们也要有现实的盼望。我们的盼望不是来自我们约会的对象，而是来自那位从来不会失信的神。当然，我也有一些提醒给到分手的情况。

1. 不要拖泥带水，分手的时候要分的明确，不要粘粘乎乎。

如果你是那个确定要分手的人，那就明明白白地告诉对方，不要害怕说清楚会伤害对方，因为不说清楚、拖拖拉拉其实更加伤害对方，给对方无谓的幻想。这不是说你要冷酷无情地告诉对方，而是用爱心说诚实话，并且能够尽可能地造就对方，按照以弗所书 4:29 的原则：

“污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。”

2. 面对面地告诉对方，而不是用电子邮件、微博、微信或电话短信等等。

这是为了表示尊重，也是为了给对方空间来提出问题或是讨论问题。请你直接面对面的告诉他你的决定，这种做法虽然结果是分手，但是以尊重和造就对方的方式来处理，而不是随随便便一个敷衍的短信告知对方你的决定。

3. 不要让分手变成一个单向的对话。

一般来说，主动提出分手的人应该是花了很多的时间思考、祷告，才做出这个结论的，你可能只想把你的结论说出来，你觉得对方不理解你的思路，或思考的没有你那么深入。不要那么做。请留出空间来让对方提出他的问题和思考，这可以让对话不那么冷酷，也可以帮助对方明白你做出的，是一个深思熟虑的决定，不是赌气。所以不要让分手变成一个单向的对话，好像只需要一方做出一个决定就可以了，而是也给对方提出疑问和思考的空间。这样做，虽然结果是分手，却更理智和成熟，也能造就彼此，不至于带着极大的伤害和怨恨结束彼此的关系。

4. 不要把你们共同尊重的成熟基督徒的话，当作是一个王牌打出去。

“我和牧师谈过这件事情，他也同意我们应该分手。”这样说可以把责任推给别人，好像自己不用负责任。这的确是一个诱惑。但是正如你的婚姻决定是你自己的，不是你的指导者加给你的，你不进入婚姻的决定也是你自己的。如果你觉得你的属灵指导者讲的很有道理，就消化吸收当作你自己的观点。不要拿牧师、长老或某一个属灵长辈当作挡箭牌，你是成年人，决定是你自己的，你要自己思考，做出决定，并且面对和承担。

以上是几个关于分手的建议，尤其是你们的关系真的走到分手这一步的话，盼望你们的分手是以荣耀神的方式进行的，而不是带着血气，充满苦毒和怨恨。求神带领你们。那还有一个很重要的问题摆在我们面前，也是这个世界常常会谈起的：分手之后，我们还能做朋友吗？分手之后，你们的关系和谈恋爱之前的关系肯定不一样了，这是自然的，正常的，有的时候也是必要的。如果你需要设定一些边界，和原来的对象保持距离，这也是合理和必要的，因为你需要保护你的心，给你的心一些时间来恢复。从另一个方面来说，你也有责任以良善来对待你的弟兄和姊妹——包括曾经和你约会过的那位。保罗在歌罗西书 3:13 说：“倘若这人与那人有嫌隙，总要彼此包容，彼此饶恕；主怎样饶恕了你们，你们也要怎样饶恕人。”这里的彼此包容和饶恕，包括了你的前女友或前男友。

很多人认为，恋爱分手后两个人就不能在同一间地方教会里一起聚会了。当然，我同意说逃离、避免见面是容易的，和平地彼此问候是很难的，甚至是很尴尬的，很受伤的。我们都会选择做容易的事情。但是容易的事情并不见得是正确的事情。因为恋爱关系破裂而换教会，很有可能是因为在恋爱关系中越过了情感亲密度（甚至可能是身体亲密度）的界限，而

带来背叛感。当然，你也可以转会，换到另外一间教会，和你的前男友或前女友保持物理上的距离也是可以的，我不会拦阻一个人因为恋爱关系破裂而转换教会，因为这好过他不来教会。但是不要把转会当作惟一选择。好像只要恋爱关系破裂，我们就没法继续在同一间教会了。

最后，我们要谈一谈苦毒的情绪争战（希伯来书 12:15）。当我们将来的婚姻幻想破灭的时候，回忆和恋爱中的各种细节会在你的脑海里一遍又一遍地重演，从而给我们带来苦毒、怨恨、自怨自艾、后悔等等情绪。我们该怎样胜过这样的情绪呢？

### 1. 总是假设对方是出于良善的动机。

哥林多前书 13:7 提醒我们说：“凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。”我们会去揣度别人的动机，做出诛心之论，说对方的坏话。不要这么做，因为人心很难揣度。因为对方是你的弟兄姊妹，所以假设他的动机是出于良善的，这样会帮助我们胜过自己的苦毒和情绪，而不是一分手就散播和指出对方的过错，包括对方的言行和动机。

### 2. 对自己的心传讲真道。

例如：当你意识到你正在与苦毒的情绪争战时，我们不能任由这些情绪来占据自己的心，因为神是公义的，我们不需要自己去报复，神会审判。保罗在罗马书 12:19、21 说：“亲爱的弟兄，不要自己伸冤，宁可让步，听凭主怒；因为经上记着：‘主说：“伸冤在我。我必报应。”’……你不可为恶所胜，反要以善胜恶。”我们应该透过记得神在基督里怎样饶恕我们来饶恕别人，正如以弗所书 4 章所教导的：“要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”对自己的心传讲真道，尤其是圣经上已经明确告诉我们的真理。

### 3. 在神里面有盼望。

诗篇 27:13-14 说：“我若不信在活人之地得见耶和华的恩惠，就早已丧胆了。要等候耶和華！当壮胆，坚固你的心！我再说，要等候耶和華！”我们的身分不是来自我们跟谁约会，或是不是有对象，也不是来自是不是有人追求，而是来自我们与基督的关系。大部分的教会，弟兄姊妹不会把你的分手当回事情，所以如果有人问你过得怎样，大大方方地分享你生活的其他层面。你的人生不只是只有谈恋爱而已。小心谨慎地只对你信任的夫妻或是亲密的同性别朋友分享你在失恋中的挣扎，这样可以保护你自己，也可以建造别人。

我更盼望你记得怎样健康地约会。尤其是在我们前面课程多次不断提到的内容，我相信如果我们健康地约会，万一不得不分手就不会带来很大的伤害。最后，要记住，无论分手有多痛，神都可以使用这艰难的经历来帮助你成圣。保罗在罗马书 8:28 说：“我们晓得万事都互相效力，叫爱神的人得益处，就是按他旨意被召的人。”分手也包括在“万事”里面。只要你是一个基督徒，神让你经历就是为了叫你得益处。无论处境有多艰难，神都在帮助你更像

祂的儿子。你可能现在不想经历这些，你可能只想要你爱的人回到你身边，你也可能只想独自消化所有的伤害，但是这句经文应该给你安慰和力量，神要成全你，神要借着万事来帮助你成为更像耶稣的跟随者。

所以，亲爱的朋友，亲爱的弟兄姊妹，万一我们不得不面对分手的处境和决定，愿你们的分手是以荣耀神的方式进行的，也愿神亲自成为你的安慰和帮助，愿信实的神建造你的生命，使你可以见证并荣耀祂。