



臺北基督徒

永和禮拜堂

驚蟄

2720

1973・05・03 創刊

2025・04・06 出刊

新北市永和區永利路 27 號 TEL : (02)2921-4000
南勢角福音中心：新北市中和區興南路一段 75 號 2 樓
頂溪福音中心：新北市永和區永和路二段 147 號 B1
加蚋福音中心：台北市萬華區東園街 90-1 號
東引福音中心：連江縣東引樂華村 58 號
頭份福音中心：苗栗縣頭份市中正三路 208 號
教會網頁：www.yhchurch.org

FAX : (02)2923-1974
TEL : (02)2944-0707
TEL : (02)8921-5389
TEL : (02)2301-1322
TEL : (083)676-223
TEL : (037)903-933
E-Mail : yhch4000@gmail.com

《永和講台》

人類史上第一宗家族治療

◎錢玉芬

經文/創世記 45:3-5

約瑟對他弟兄們說：「我是約瑟！我的父親還在嗎？」他弟兄不能回答，因為在他面前都驚惶。約瑟又對他弟兄們說：「請你們近前來。」他們就近前來。他說：「我是你們的兄弟約瑟，就是你們所賣到埃及的。現在，不要因為把我賣到這裡自憂自恨，這是神差我在你們以先來，為要保全生命。」

今天要談的是「人類史上第一宗家族治療」這個主題。看到這個標題，或許你會先注意到「家族治療」，或是被「人類史上」這個詞吸引，又或者聚焦在「第一宗」這個關鍵詞上。老實說，面對這麼宏大的標題，我實在感到戰戰兢兢。與其急著解釋什麼是家

族治療，不如先請大家思考以下幾個狀況，如果你的家庭也有複雜的情節，你覺得自己能夠承擔多少呢？

1. 「爸爸不愛媽媽」

以我自己的家庭為例，這正是我家的真實情況。我的父母如今都已離世，當年，父親其

實是先愛上我母親的姊姊。當時父親租住在外婆家隔壁，鼓起勇氣向房東（我的外婆）提親，沒想到外婆回答：「三女兒還沒出嫁，怎麼能先嫁四女兒呢？要娶就娶三女兒。」就這樣，父親娶了我的母親。

2. 「岳父欺負女婿」

我的女兒結婚，我先生當了岳父，我看他對女婿很好。不過在接納這個男孩成為女婿之前，可是經歷過一番心理掙扎。

3. 「母親因難產去世」

留下剛出生的孩子。這個孩子由誰撫養長大？在成長過程中又會經歷怎樣的心路歷程？或許你也有類似的經歷。

4. 「自大白目的弟弟」

家庭中可能有個性跋扈的手足——可能是自大白目的弟弟，也可能是強勢的姐姐或哥哥。在我這個年代，甚至更早的世代，許多家庭只讓男孩受教育，女孩往往小學畢業就被迫工作賺錢，收入全數用來培養家中男孩。

如果這些情況發生在你家中，你覺得自己能承受嗎？看到這裡，相信你已明白我今天要探討的主題了。首先讓我們了解家族治療的基本定義。為何我敢說這是「人類史上第一宗家族治療」呢？若你有些相關背景知識，就會發現家族治療包含系統觀、結構學派等眾多學派。但不必拘泥於這些學派，家族治療的核心，是透過探討家庭系統的動態關係，來改善個人及家庭的整體健康。在扭曲的家庭系統中，每個人都可能會受傷。

今天我們要探討的主題經文是《創世紀》第 45 章 3-5 節：這段故事其實相當長，從雅各與以掃的糾紛開始（約從創世紀 40 章起），延續整個雅各家族的故事。我們讀這段經文時，常把約瑟當作主角，特別聚焦在第 5 節「這是神差我在你們以先來……」這段話，但若我們深入家族中每個人的心路歷程，會看見神更豐富的心意。對於過去的事，你的態度如何？是隨風而逝嗎？還是只要我長大？我在發展心理學領域特別關注童年經驗，甚至成立協會希望喚醒華人世界對童年經驗的重視。

當然，這樣的觀點並非沒有反對聲音，甚至有人對此嗤之以鼻，認為沒必要探討這些問題。「過去的事就讓它過去吧」——這是我剛開始關注這個議題時，一些屬靈長輩給我的勸勉。他們說：「你怎麼總是在談情緒、談原生家庭？不要這樣吧，因為神要我們忘記過去，『忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑』（腓 3:13-14）。」簡單來說，他們的建議就是「靠主得勝」。記得三十多年前，那位屬靈長輩就是用這兩段經文來勉勵我。後來我在整理書籍時，讀到一本曾風行一時的《疾風烈火》，書中有段內容讓我十分驚訝。作者勸勉一位姐妹要回去與父母和好，引用的經文依據是約瑟為兒子取名「瑪拿西」（意思是「使之忘了」），以此要求那位姐妹忘記過去、與父母和好。我仔細思考後，覺得這種做法相當危險。如果那位姐妹的父母尚未預備好，這樣的強迫和解只會造成二度、甚至三度傷害。於是，我重新仔細研讀約瑟的故事，有了重大發現——這正是今天要與大家分享的重點。

一、你如何解釋饒恕？

我並非否定饒恕的真理，但有時我們對這項教導的理解過於表面化。若沒有健康的內在歷程來實踐這個重要真理，恐怕有一天我們在神面前仍會站立不住。因為口頭上說「原諒」，並不代表內心真的已經饒恕。我們該如何理解饒恕？這是基督教信仰中極其重要的教導與真理。聖經明確告訴我們：「你們若不饒恕人，你們的天父也不饒恕你們的過犯。」但饒恕是否意味著切斷所有感受、不再提及，或是強迫自己忘記那些傷害？難道這是我們處理饒恕議題的正確態度嗎？

讓我們重新思考約瑟被賣的故事，這確實是一個家庭悲劇。17 歲的約瑟被十個哥哥聯手出賣，原本甚至要置他於死地，最終被賣到埃及。在聖經文本中，我們最容易關注約瑟這個主角，但感謝神，在祂眼中每個人都是主角。當我重新解讀這段經文時，深深體會到每個人的重要性。我們先來看約瑟這個「主角」：他被

親哥哥們出賣、遺棄，年少離家。這種思鄉之苦有多痛？

但在這個家庭中，受傷的何止約瑟？雅各白髮人送黑髮人，以為最愛的兒子死了——這種「以為是事實」的痛苦就是事實。我親眼見證大姐在獨子車禍身亡後的悲痛，出殯當天，她和姐夫背對背坐著放聲大哭的場景令人心碎。若以雅各為主角，就能體會這種喪子之痛。再看便雅憫，他一出生就失去母親，沒有母親的懷抱、哺乳與教養。約瑟被賣時他年紀更小，失去最疼他的哥哥，其他同父異母的兄長對他的態度想必也好不到哪去。若以他為主角，我們看到的是長期缺乏母愛、失去兄長保護的脆弱心靈。

至於那些哥哥們，我們常簡單地將他們視為反派。但試想：從小看著父親偏愛約瑟，什麼好處都給他，這個弟弟還做了「你們都要拜我」的白日之夢。長期失寵的痛苦足以導致憂鬱——這正是我在教學中常見的情況。他們做錯事後真的快樂嗎？不，深層的內疚始終纏繞著他們。甚至在埃及宰相府求助時，他們仍在檢討「不該賣掉弟弟」，這種強烈的自責顯而易見。在這個故事中，每個人都受了傷——這正是神要我們看見的：在祂眼中，每個人的痛苦都同樣重要。

二、人想如何處理創傷

剛才舉的例子，或許也觸動了你家庭中的某些記憶。在一個不健全的家庭系統裡，每個成員都承受著不同程度的傷痛。面對這些深刻傷痕，人的處理方式與神的帶領截然不同。人的本能反應往往是強迫自己忘記。創世記 41 章 51 節記載：「約瑟給長子起名叫瑪拿西（就是使之忘了的意思），因為他說：『神使我忘了一切的困苦和我父的全家。』」這節經文特別值得深思。名字往往承載著父母的期許與情感。就像我的名字「錢玉芬」背後有個故事：父親原本想叫我「錢零分」，因為他當時失望又是女兒，後來報戶口時才加了「一分」。約瑟為長子取名「瑪拿西」，每次呼喚都像在提醒：「忘了吧！

忘了吧！」這正是人面對傷痛時的自然反應——我們都想忘記那些家庭帶來的深刻傷痛。

三、神如何處理人的創傷

神處理約瑟創傷的方式卻非如此。祂要我們「尋回往事，用眼淚哀悼過去」。若過去充滿淚水，就該在今生好好處理，這樣進入永生時才能真正不再有哀傷，這是我昨天與年輕人分享「今生與來生」時談到的重要觀念。神不僅沒讓約瑟忘記，反而一步步引導他面對。當十個哥哥出現在約瑟面前時，往事重現，聽著他們懊悔當初對弟弟的殘忍，約瑟轉身痛哭——這不是他預備好要忘記的嗎？當約瑟見到胞弟便雅憫時，手足之情湧現，約瑟急忙找地方躲起來痛哭。

這個過程極具秩序與智慧，簡直就是神開展的「家族治療」！神沒有讓約瑟壓抑情緒，而是引導他逐步面對、釋放，最終得著真正的醫治。現代家族治療往往先進行個別諮商，再將家人聚在一起處理。有趣的是，早在創世記中，神就示範了這個治療模式——祂先讓約瑟獨自哭泣、獨自處理情緒（創 42:24），再逐步引導他面對：與傷害他的兄弟相認並放聲大哭（創 45:1-2），接著與胞弟便雅憫相擁而泣（創 45:14），最終與父親重逢，伏在父親頸項上痛哭（創 46:29）。

這宛如一套專業的家族治療程序：先獨自處理，再共同面對。這不是現代治療師的發明，而是神早在創世記就啟示的智慧。關於「尋回往事」，有兩處關鍵經文特別震撼。傳道書 3 章 15 節說：「現今的事早先就有了，將來的事早已也有了，並且神使已過的事重新再來。」神超越時間，在祂眼中，時間的每一刻都在祂面前。「因為人所做的事，連一切隱藏的事，無論是善是惡，神都必審問。」（傳 12:14）。因此，沒有任何事能逃過神的眼目。神處理創傷的方式是「尋回」——在尋回的過程中，我們才能看見神更深美的心意。祂要使創傷經驗轉化為極大的祝福，當我們把創傷轉向神的時候，重新面對，然後重新產生新的意

義，這是一個「重新框架」(reframing)概念。

創世記 45 章第 5 節就是「重新框架」(reframing)的結果。第 5 節：「不要因為把我賣到這裏自憂自恨。這是神差我在你們以先來，為要保全生命。」然而，我們不能只用第 5 節來勸人要原諒，因為這是需要有過程的，讀聖經不能只讀第 5 節。也許你會說這是化妝的祝福，但絕非出自你的口去勸別人，因為那可能會造成別人的重擔，甚至是壓傷駱駝的最後一根稻草。「重新框架」是要當事人在經歷這些過程後，看見我過去的困苦，當帶著它們去到神面前時，其實是祝福。這樣的轉念，要由當事人自己發現，絕對不是由助人者去勸說。我 35 歲時談及過去，常說「不記得」與家人的關係，實則是記憶空白——這空白令我流淚。我生長在貧困、不被期待的家庭，父母關係疏離。若當時我擦乾眼淚不再探究，就不會成為今日研究童年經驗的專家。神正是要將這些虧損的傷害的經驗轉變為極大的祝福。

四、都變成新的了

當我們提到「若有人在基督裏，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了」(林後 5:17)，在這段經文我們常會把重點放在都變成新的，但往往忽略最重要的是在基督裏。但什麼是「在基督裡成為新造的人」？是在基督替

死的愛裏，有了新的眼光。在以馬內利（神與我們同在）的基督裏，有新的心境，在復活的基督裏，有新的意義。一切的前提是：在基督裏。我們在靈糧神學院牧靈諮商的學習是三股繩子的整合，聖經是基礎，用可用的心理諮商，內在醫治，再加上整合屬靈的操練。是以整本聖經，透過靈修過程，去體會基督裏真實的醫治過程。今天信息最後，使我們得力的秘訣：是在基督裏重新整理你過去、以及在家族中的點滴，而不是忘記過去不再提。將來有一天，到神面前，不想再提的不會抹煞掉，還會重現。

(3 月 30 日賴瓊薇摘要)

問題討論

1. 神處理約瑟家庭創傷的獨特方式（先獨自面對，再共同處理），在你個人的生命經歷中，是否也曾經歷過「先獨自處理情緒，再與相關人和好」的時刻？這過程對你有何影響？
2. 講員提到「在基督裡重新整理生命」的重要性。你認為「在基督裡」處理過去傷痛，與「放下過去」有什麼不同？你目前面對過去傷痛的方式偏向哪一種？為什麼？
3. 約瑟最終能從「被迫害者」轉變為「祝福者」。你自己或家庭中的傷痛經歷，如何能轉化為祝福他人的能力？請分享一個可以開始實踐的行動。

4 月份五餅二魚支持對象

小鋼、巧飛夫婦

跨文化宣教士，即將出發前往中東少數民族區域，服事穆斯林與難民群體。



《教會消息》

◆新朋友・歡迎您！

歡迎今天第一次來本堂聚會的新朋友，請留下姓名地址，讓我們能認識您；並請留步至二樓新人接待室。

◆2025 復活節洗禮

2025 年復活節洗禮於 4/19 舉行。凡清楚重生得救者，請向小組長索取洗禮資料表，並安排約談及讀受洗讀本。

《肢體代禱》

◆陳毓琛姐妹（建中牧區）4/1（二）安息主懷，求神安慰家屬，請代禱。

◆李興華弟兄（建中牧區）95 歲，吞嚥困難，易噎到，求神憐憫看顧，請代禱。

中華基督徒地方教會 聯合差傳代禱事項

【關注家門口】

福音使者—和平姊妹、喜樂姊妹

1. 為請為阿締禱告，求神親自教導她，讓她有向人傳福音的心志，並能勇敢的和朋友說耶穌在她生命中奇妙的改變，使身邊的朋友也能得救。為阿締有渴慕的心常常讀聖經，靈命有突破，生命中可以活出神的話。
2. 穆斯林身邊的基督徒朋友/同事/雇主生命美好的見證，是讓穆斯林海外移工認識基督的機會。他們在本國幾乎沒有機

會認識耶穌，來到海外，他們的心正向耶穌打開，現在我們不用出國就有機會向他們見證又真又活的救主耶穌基督。

3. 為兩位福音使者和平姊妹與喜樂姊妹能接觸新朋友禱告，有智慧地與她們接觸，讓外籍移工能接納福音使者為朋友。她們有敞開的心，願意更多認識耶穌及讓祂進入心中成為生命的救主。為已經信主的朋友禱告，更多渴慕神的話語，願意更多被造就，成為一個傳福音見證耶穌的人。
4. 請為兩位福音使者和平姊妹與喜樂姊妹的簽證禱告，每年都需要辦理志工簽證，請為簽證能順利下來，能繼續服事在台外籍移工禱告。也為她能遇見和平之子，引領穆斯林歸主，並堅固他們的信仰。

致福益人學苑 恩惠相遇講座：

抗病防癌-從抗發炎開始

4/15 (二) 10:00-12:00 講員：趙強 營養師

2025 年 4 月主日歡慶

◆4/13(日) 徐延政 讓愛回到起初

◆4/20(日) 王揚昱 成了

◆4/27(日) 楊明明 不要消滅聖靈的感動

2025 宣道支持奉獻

此奉獻為代收轉出奉獻，由支持對象開立收據
國外單位、國內未立案單位之奉獻收據，無法抵稅（有★號）

支 持 對 象	需求金額	上週奉獻	累計奉獻
★高雄嘉誠教會莊牧師	120,000	20,000	130,100
海外邱宣教士	120,000	20,000	21,300
南非高科宣教士	100,000	16,000	50,000
南非吳元國宣教士	240,000	20,000	34,000
創啟思拿實習宣教士(主僕)	60,000	5,000	6,000
米樂谷公益關懷協會	120,000	20,000	43,800
英國阿獅宣教士(COCM)	300,000	53,200	85,500
地方教會聯合差傳事工	600,000	30,000	52,500
隱基底全人關懷協會	400,000	45,000	103,000
海外蒙愛宣教士(OMF)	240,000	20,000	20,000
肯亞柔伊實習宣教士(MOVE)	100,000	10,000	14,000
愛穆事工(UMOT)	60,000	5,000	6,000

《主日講台》

永和堂：禱告的突破--禁食

《講員》林怡菁 區督

《經文》馬太福音 9:14-15

南勢角：耶穌死了，我活了！

《講員》王葉忠 傳道

《經文》彼得前書 2:24

哥林多後書 5:14-15

腓立比書 1:20-21

頂 溪：主日直播母堂聚會

萬 華：主日直播母堂聚會

《本週聚會表》

月	日	星期	時間	聚會名稱	地點				
4	6	日	晨 9:00	第一堂成人主日歡慶	3F/4F				
					南勢角				
					頂溪				
			晨 10:00	第一堂成人主日歡慶	頭份				
					萬華				
			晨 10:45	第二堂成人主日歡慶	3F/4F				
					南勢角				
					頂溪				
	晨 10:45	國小一～六年級	8F						
		兒幼歡慶／2～6 歲	603						
		午 3:00	成人主日歡慶	東引					
	9	三	晚 7:30	實體禱告會	暫停				
	11	五	晨 9:00	弟兄會	暫停				
			晨 9:30	姊妹會	B1				
	12	六	晨 10:00	兒童歡慶／國小一～六年級	8F				
午 2:30			學生歡慶	3F/4F					
上週歡慶人數									
永和堂				萬華	線上 人數	聚會 總人數			
第一堂	第二堂	學生	兒童						
108	146	暫停	69	59	381	943			
南勢角			頂溪			東引		頭份	
第一堂	第二堂	兒童	第一堂	第二堂	兒童	成人	兒童	成人	兒童
35	52	17	15	36	5	3	0	16	1

五餅二魚行動

三月份支持對象

肯亞兒童教育

上週奉獻 \$ 1,752

三月份累計 \$ 18,451