



大米的神学讲座

如何弃绝 谎言

改编自派罗的《欺骗——弃
绝谎言》

我们活在谎言世界里...



- 1988年的《旧金山年鉴》里，一项调查指出，成人每周平均说谎（或者愿意承认自己说谎了）13次。更近一次的调查显示，一个人平均每天说谎20-200次。
- 谎言常出现在耳边，我们甚至习以为常：
 - “这道菜真的太好吃了，但我吃不下了。”
 - “很抱歉！我最近太忙了，所以这么久都没发信息给你。”
 - “你说得太有道理了，可是这对我不合适。”
- 基督徒不可以撒谎！
 - 十诫第九诫：“不可作假见证陷害人”（出埃及记20:16）
 - “用爱心说诚实话”（以弗所书4:15）

说谎的你并不孤单...



你认为，我是个骗子吗？



- 说谎的你并不孤单，圣经伟人也说谎：
 - 亚伯拉罕（妻子？妹子？）
 - 雅各（红豆汤的故事）
 - 大卫（犯奸淫）
 - 使徒彼得（三次不认主）
- 即便没有行动，谎言也在心里：
 - 人心比万物都诡诈，坏到极处，谁能识透呢？（耶17:9）
 - 恶人一出母胎，就与神疏远。一离母腹，便走错路，说谎话。（诗58:3）
 - 没有行善的，连一个也没有。他们的喉咙是敞开的坟墓。他们用舌头弄诡诈。嘴唇里有虺蛇的毒气。（罗3:12-13）

从圣经来看 欺骗...



- 信实的神恨恶谎言，并严厉地看待这件事！
 - 说谎言的嘴，为耶和华所憎恶。行事诚实的，为他所喜悦。(箴言12:22)
- 所以，神的子民也应当恨恶撒谎！
 - 义人恨恶谎言。(箴言13:5)
 - 谎话是我所恨恶所憎嫌的。惟你的律法，是我所爱的。(诗篇119:163)

“欺骗”的定义

一个人刻意地向别人陈述一件他自己并不相信是真的事，目的在于误导对方。而被误导的人既不知道自己被误导，也不希望自己被误导。

伪造讯息

隐瞒讯息

谎言的源头



耶和華神所造的，惟有蛇比田野一切的活物更狡猾。蛇對女人說：“神豈是真說，不許你們吃園中所有樹上的果子嗎？”女人對蛇說：“園中樹上的果子，我們可以吃，惟有園當中那棵樹上的果子，神曾說，‘你們不可吃，也不可摸，免得你們死。’”蛇對女人說：“你們不一定死，因為神知道，你們吃的日子眼睛就明亮了，你們便如神能知道善惡。”於是，女人見那棵樹的果子好作食物，也悅人的眼目，且是可喜愛的，能使人有智慧，就摘下果子來吃了。又給她丈夫，她丈夫也吃了。他們二人的眼睛就明亮了，才知道自己是赤身露體，便拿無花果樹的叶子，為自己編作裙子。

——創世記3:1-7

认识谎言的种类

直接说谎

神：“只是分别善恶树上的果子，你不可吃，因为你吃的日子必定死。”
魔鬼：“你们不一定死...”

魔鬼的“不一定”直接否定了神的“必定”。

影射/暗示

魔鬼：“神岂是真说不许你们吃园中所有树上的果子吗？”

魔鬼：“因为神知道，你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神知道善恶。”

暗示神过于严厉（通过缩小神的许可，放大神的禁止）；也暗示神妒忌人。

隐瞒

魔鬼：“你们吃的日子眼睛就明亮了，你们便如神能知道善恶。”

魔鬼说出了部分真相：“眼睛明亮...便如神”，同时隐瞒了部分真相：违背神的律法要品尝犯罪的苦果。

推诿过犯

亚当：“你所赐给我、与我同居的女人，她把那树上的果子给我，我就吃了。”

夏娃：“那蛇引诱我，我就吃了。”

堕落后的人类要把罪责推给别人，这是谎言的一种。

认识谎言的种类

佯装不知情

神：“你兄弟亚伯在哪里？”

该隐：“我不知道，我岂是看守我兄弟的吗？”
(创世记4:9)

该隐否认自己知道亚伯的事实。

无心的承诺

空夸赠送礼物的，好像无雨的风云。(箴言25:14)

他发了誓，虽然自己吃亏，也不更改。... 行这些事的人，必永不动摇。
(诗篇15:3-4)

毁谤/搬弄是非

搬弄是非是在没有仔细了解一个传言是否属实的情况下，去传播或重述这个传言。毁谤是损害别人的名誉，而十诫第九诫要我们保护邻舍的名誉。

不可在民中往来搬弄是非... (利未记19:16)

美名胜过大财，恩宠强如金银。(箴言22:1)

名誉强如美好的膏油。(传道书7:1)

认识谎言的种类

欺骗的方式	圣经出处	解释
隐瞒的计划	士3:16-23; 太2:8	一种不可告人的动机。
伪证	玛3:5; 太26:59; 可14:56-59	透过起誓, 刻意地、出于自愿地提供虚假、误导性的或不完整的见证。
捏造	出32:21-24	将编造的故事情节组合起来, 为要欺骗别人。
阿谀奉承	箴5:3; 6:24; 7:5,21; 28:23; 29:5; 罗16:18	为了影响某人或想从他身上得到利益, 而言过其实地去赞美或取悦对方的美德; 通常是使用一种狡猾与欺骗的赞美, 企图诱骗和伤害那位毫无戒心的人, 以便图利奉承者。
言语中的暗示或错误的定论 (哄骗)	撒上22:11-15	透过狡猾的方式来欺骗。若向他人诉说未经证实的怀疑, 就会栽种怀疑与不信任的种子在别人心里——尤其是那些天真与心里毫无防备的人。

认识谎言的种类

欺骗的方式	圣经出处	解释
转移话题	创4:9; 约4:17-19	一种灵巧的策略, 企图将受害者的注意力从手边的议题转开。
部分事实	创20:1-12	一种隐瞒, 只说出一部分的事实, 却有目的地省略一些关键性的资讯, 以至于改变整个讯息的结局。
夸大	徒5:1-11; 民13:30-33	这里指的不是一种幽默, 而是一种中伤。
掩饰过去的罪	撒下11:1-12:9; 诗32:3-5; 创37:29-35	-
开玩笑、戏弄、取笑	箴26:18-19	-
藉着声调和身体语言说谎	箴6:12-19	人与人之间, 会用不同的语言或不自觉的非言语讯号, 来传递讯息。

认识谎言的种类

欺骗的方式	圣经出处	解释
持续犯罪却声称要亲近神	约一1:6; 2:4	-
用一种情绪反应, 来掩饰另一种真实的情绪	太26:69-75	-
布置/编造证据	创37:29-35	-
演戏、装假	撒上21:13-14; 撒下13:3-6	-

只是罪在哪里显多，恩典就更显多了。——罗马书5:20

如何成为说实话的人

1. 检视自己的重生证据。
2. 确认自己特有的说谎方式。
3. 立志要“说实话”。
4. 向神、向人都能洁净自己的良心。
5. 对那些你曾经骗过的人，努力去赢回他们的信任。
6. 确认并击溃那些偶像式的情欲，且以敬畏神来取代恐惧。
7. 找人来负责监督你，督促你说诚实话。

1. 检查自己的重生证据。



- 习惯性的说谎可能是一个指标，表示你并没有真的认识基督。
 - 启示录21:8 惟有胆怯的，不信的，可憎的，杀人的，淫乱的，行邪术的，拜偶像的，和一切说谎话的，他们的分就在烧着硫磺的火湖里。这是第二次的死。
- 如果你常常说谎，是在效法说谎之人的父——魔鬼；反映的不是基督的形像，而是魔鬼的形像。
 - 约翰福音8:44 你们是出于你们的父魔鬼，你们父的私欲，你们偏要行，他从起初是杀人的，不守真理。因他心里没有真理，他说谎是出于自己，因他本来是说谎的，也是说谎之人的父。

如果你不想再骗人，你就要敬畏神，而不是惧怕人。会说谎的原因，往往是因为过度地惧怕人，...但是，为什么你不多敬畏神一点呢？祂的愤怒绝对是更可怕的！...没有人的愤怒刻意影响到你生命，并波及到永恒的命运。...请记住，当你受试探、想要藉着说谎来逃避任何危险时，你就是在迎接一个大好几千倍的危险；而且，你因说谎所逃避的任何痛苦，很可能不及你因说谎所带来的痛苦的一半！

——巴克斯特

2. 确认自己特有的说谎方式。

请勾选您最常使用的骗人方式：

公开说谎（直接说假话）

臆断式说谎（影射）

隐瞒

推卸责任

谎称“我不知道”

无心履行的承诺

毁谤中伤（搬弄是非）

隐密的计划

捏造

言语上的怀疑或错误的定论

转移话题

只说部分的事实

夸大

掩饰过去的罪

开玩笑、戏弄、取笑

藉着声调和身体语言说谎

声称要亲近神却持续犯罪

用一种情绪反应来掩饰另一种真实的情绪

布置/编造证据

演戏（例如，假装很疯狂）

其他：_____

其他：_____

其他：_____



说谎调查问卷



3. 立志要“说实话”。

- 对于一个说谎者来说，单是停止说谎还不够，他们必须立定心志说实话。改变包括两部分：一是改掉（脱去）错误的行为；二是换成（穿上）正确的行为。
 - 以弗所书4:25 所以你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话。因为我们是互相为肢体。
- 成功改变的秘诀在于，把焦点放在“以说实话来代替说谎话”上。
- 具体做法是，认识你常用的说谎伎俩，然后从圣经中找出相对应的取代性方法。



4. 向神、向人都能洁净自己的良心。

- 当我们欺骗某人之后，通常必须向他认罪并请求他的原谅，但同时也必须记得我们要先向神认罪，因为我们每一个罪都是得罪神的。
- 圣经多处提到维护一个清洁良心的重要性：
 - 提摩太前书1:18-19 我儿提摩太啊，我照从前指着你的预言，将这命令交托你，叫你因此可以打那美好的仗。常存信心，和无亏的良心。有人丢弃良心，就在真道上如同船破坏了一般。类似的经文还有：使徒行传24:16，提摩太前书1:5，彼得前书3:15-16。
- 要求圣灵来管理你的良心：
 - 罗马书9:1 我在基督里说真话，并不谎言，有我良心被圣灵感动，给我作见证。

... 这种纠正过去说谎的谦卑态度，也能产生一股动力，使自己不再说谎。人一旦建立里洁净的良心，他就必然会回过头去，向那位曾经撒谎的对象，承认自己的罪，这是一股使人成圣的力量，使一位信主的说谎者，得着生命的改变。...

——派罗

5. 对那些你曾经骗过的人，要努力去赢回他们的信任。

- 要让一个人不再信任你，最快的方式就是向他说谎。
- 基督徒有责任饶恕别人（太18:21-35；路17:3-10）。
- 但饶恕不等于信任，两者之间存在一段距离。
- 想要赢回对方的信任，关键在于养成新习惯，不断地做那和说谎相反的事。



6. 确认并击溃那些偶像式的情欲，且以敬畏神来取代恐惧。

- 。说谎源于偶像式的欲望：一方面极度渴望某个东西，另一方面则极度害怕失去那样东西。每个谎言都是出于说谎者的某种恐惧。
- 。除去恐惧的方式是打破偶像，敬畏真神；必须学会**敬畏神**，超过你对其他事物的害怕，相信神必定保护你免受伤害，相信祂的恩典够你用。

为什么人们会彼此说谎或欺骗对方呢？...有些是出于恶意，有些是出于骄傲。当你为了害一个人而说谎，那是恶意；当你说谎是为了给对方留下深刻的印象、或为了改变他、利用他，并且不希望对方发现自己的邪恶，那是骄傲...恐惧、藐视人、报复、自负、虚伪、想要述说一些美事来吹捧自己，这些都是使人说谎的原因。

——巴刻

如果你不再想当骗子，那就要解决骄傲和极度在乎别人看法的问题。骄傲，使人太渴望名声，并且对别人的批评感到不耐烦；如果要用诚实的方式来赢得这种人所渴望的名声，实在很困难；因此，不得不使用说谎的方式来达到其目的。对他们来说，丢脸是一个难以忍受的痛苦。因此，他们用说谎来掩饰自己的不堪。

——巴克斯特

7. 找人来负责监督你，督促你说诚实话。

他们拿住耶稣，把他带到大祭司的宅里。彼得远远地跟着。他们在院子里生了火，一同坐着。彼得也坐在他们中间。有一个使女，看见彼得坐在火光里，就定睛看他，说：“这个人素来也是同那人一伙的。”彼得却不承认，说：“女子，我不认得他。”（谎言一）过了不多的时候，又有一个人看见他，说：“你也是他们一党的。”彼得说：“你这个人，我不是。”（谎言二）约过了一小时，又有一个人极力地说：“他实在是同那人一伙的。因为他也是加利利人。”彼得说：“你这个人，我不晓得你说的是什么。”（谎言三）正说话之间鸡就叫了。主转过身来，看彼得。彼得便想起主对他所说的话，今日鸡叫以先，你要三次不认我。他就出去痛哭。

——路加福音22:54-62



结语



七件对付谎言 的属灵武器

1. 敬畏神的心
2. 认识说谎的自己
3. 洁净自己的良心
4. 检查重生的确据
5. 立志说实话
6. 赢回受骗者
7. 找人来监督

小组讨论 课后作业



第一次小组讨论（30分钟）：

1. 根据本课程，“欺骗”的定义为何？
2. 请尝试尽量列举本课程中提及的谎言的各个种类。
3. 请举出你一个常说的谎言，以及你说这个谎言背后的动机。
4. 请复述本课程中建议的七条弃绝谎言的方法。

课后作业：

- 独立完成《谎言调查问卷》。
- 在一周内的每个晚上，点数当天记得起来的说过的谎言，并向神认罪悔改。
- 尝试找出自己最容易说谎的种类，尝试找到相应的“立志说实话”的经文来对付。

小组讨论 课后作业



第二次小组讨论（60~90分钟）：

1. 回顾上周的课程视频的内容
2. 谈一谈在过去的一周内找到的自己最容易说谎的类型（举例说明），以及相对应的经文和自己打算如何与这个谎言争战的计划。
3. 组员彼此代祷（每位组员分享之后立刻代祷，然后再轮到下一位组员分享）。