

恩典下的蜕变



兰雨果

我们的生命不过是宇宙中一粒微小的尘埃，但神却依然看重我的生命为宝贵。

我也要像诗歌中得到眷顾的小花，小鸟一样，要对人讲述神在我身上奇妙的作为。

成长背景

我来自古城西安，是土生土长的西安市本地人。我从小是在单亲家庭中长大，妈妈是国企单位职工医院的护士，国家单位也都有单位附属的学校，我幼儿园小学都是在国企单位里的子弟学校上学成长。

由于我是独生子女，也是我们家族这一辈儿最小的一个孩子，也是妈妈年龄比较大的时候得到的唯一的孩子，所以全家上上下下，从姥姥到姨妈舅舅表哥表姐所有人都非常关注我。我的两个舅舅两个姨妈都是老师，表哥表姐也都是大学生，有些在国外留学工作等，所以全家人对我也是望子成龙，寄予厚望！从小就给我制定了很多人生计划和目标，



比如：长大必须考北大清华，挣大钱，出人头地才有出息。平时生活也是为我安

排一切，包括：每顿饭吃什么，吃多少，每天穿什么，制定几点到几点做什么的时间表，周计划，月计划，年计划等，真的是事无巨细 360 度无死角掌控！我就像大人手中挥舞的皮鞭下的陀螺一样随着他们的指挥和鞭策不停地转着，几乎没有选择权！

对我非常宠爱的同时也信奉“知识改变命运、棍棒底下出孝子、孩子不打不成器”等教育理念。他们以亲身经历证明：学习成绩好就能拥有一切。偏偏我又是个很有自己的想法小孩儿，从小好动调皮，中学时又叛逆倔强，不喜欢他们给我做的强制性安排，所以我和家人、尤其是和妈妈之间经常吵架。我从小体弱多病，每年都需要住院至少两次，在上学和看病方面花费比较大，靠妈妈一个人的工资带我，经济比较紧张，所以我的亲戚们常常给钱，并轮流带我。我的两个舅舅是大学数学老师，两个姨妈是中学语文老师，他们就在周末寒暑假及法定假期都轮流肩负起照顾我的重任，给我做饭，为我辅导功课。

很多人会说：“哇，你好幸福啊！在家就有专业老师给你辅导学习。”但其实当时觉得自己的童年挺惨的，因为除了学校的作业要完成呢，他们还会给我布置一大堆额外的作业，由于我数学

很差，姨妈舅舅就给我出一堆的数学题，买一堆的卷子等，不会的题或者错题，他们都会给我讲很多遍，讲完之后还要我给全家再讲一遍来证明我真的听懂了！

也可能他们把作为老师的耐心在自己学生身上都用完了吧，给我辅导功课时常常失去耐心。

当我讲不清楚或者还是不会的时候，他们就会非常生气，骂我怎么这么笨，不像



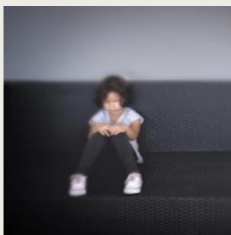
我们家的人，很让他们丢脸啊等等的话。他们认为自己是大学教授，省级优秀骨干教师，也是名牌大学校领导，在教学上培养出了那么多出色的学生，而且他们自己的孩子个个都是考上名牌大学的大学生。他们常说：“我们家怎么就生了你这么个孩子呢，肯定是当初从医院抱错了。”家人这样的话，导致我小时候一直怀疑我不是亲生的。他们也会说：

“我是全家教育的败笔！”我无疑是我们家这些名师手下砸招牌的家伙了！

家人希望我全面发展，文科理科都能学好，每门课都必须在95分以上。但由于我偏科，尤其是数学方面反应慢，所以在数学学习上我经常挨打！尤其是每次考完试开完家长会后都会挨打。可是小时候我数学方面就是不开窍，可能一方面我是上学太早，五岁多就上一年级，另一方面也是在数学学习上受到的打击太多。每次考完试我都不敢回家，就像老鼠怕见猫。大人问我成绩我只敢说文科成绩不敢说理科成绩。但他们会自动屏蔽我的文科成绩，直接问我这次数学多少分？考得不好的时候需要家长签字时，他们也都拒绝给我签字，说：“没脸给你签”。由于家长不给我签字，我就没法跟学校老师交代，有时就只能自己模仿大人签字，但会被老师看出来，又被学校老师批评或叫家长。后来一位同学的妈妈得知我的情况，看我可怜就

帮我签字。

我在成长过程当中经历到很多此类事件，只要惹动了大人的怒气，他们就会在我需要他们帮助和配合的时候赌气不管我了，比如：考不好时就不给我签字，拒绝参加家长会，不听话表现不好时，学校让交钱就不及时给我钱，不让我参加课外活动等，以此告诫我，我没有他们是不行的，必须服从他们的话。这使我常常陷入两难之间，非常无助和痛苦！随着我年龄的增长，大人对我的要求也越来越多，他们也借此警戒我：必须完全按照他们的话去做，在家听话懂事，服从大人安排，我才有好日子过！



因为舅舅姨妈也都是校领导，单位小区的叔叔阿姨爷爷奶奶都认识并尊敬

我的舅舅和姨妈，都会和他们主动打招呼，大人之间问候寒暄的一部分内容也是：“你家孩子这次考得不错吧，多少分啊？”等问题。大人们之间常常都会攀比孩子们的成绩。所以我学习成绩的弱项也就成了家人难以回答的羞耻。

舅舅的教育观念就是：学好数理化走遍天下都不怕！后来又给我报了很多补习班，尤其是奥数班等，从小法定假日寒暑假都是被迫在舅舅和姨妈家度过。每当我数学题遇到困难时，舅舅常说：“学习不好将来只能出去要饭，要想住我们家这么好的房子，开好车就得像我们一样奋斗。”

舅舅家在大学教授楼里面住，家里还有别墅，每到节假日开车来接我，但我却不愿意去他们家，觉得没有自由和快乐！豪宅名车里的人不吸引我。即便吃得再好，给我买再多的礼物，我也很难开心，总觉得自己就是一个被嘲讽被

批判的对象。家人之间也常常因为我的教育问题相互吵架，失去和睦。每个人都在按照自己认为对的方式爱着我。他们认为把最好的都给我了，我还是不能达到他们的要求和期望，对我恨铁不成钢。舅舅说的最多的话就是：“只要你懂事听话，好好学习，按照大人说的做，你所有的学费包括以后出国留学，将来买房的钱舅舅都全包了！你只要听我们的话，考上名牌大学毕业工作后舅舅再送你一把车钥匙。我们以我们的成功为你铺好了一切的路，你就只管照着走就行了！”而我当时在心里说：我不愿意走你们铺的路，我不认为你们是对的，就算将来露宿街头我也不会要你们的施舍！我就不相信我会饿死了不成？大人几乎天天说：“我们打你骂你也都是刀子嘴豆腐心。我们所做的一切还不都是为了你好？！”可是随着我的成长和经历，我却深刻地体会到其实人的本质都是“刀子嘴刀子心。”

从小我就是被家人公认的不知好歹，没良心的坏孩子。家人在辅导我功课和



管教我时常常失去耐心，言语过激，打骂也是常常失控，令我深刻的体验到灵里

的绝望，觉得他们生养我只是为了训练一个机器人达成他们的目标罢了，觉得活着没什么意思！

二十年来我和家人之间的关系非常糟糕。尤其是我和妈妈之间几乎是天天吵架，吵着吵着就打起来了都是司空见惯的事情了！

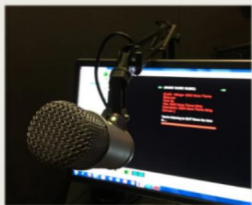
虽然从小物质上不缺什么，但在心理上觉得有很多的缺失和虚空，没有喜乐和满足，心灵里十分痛苦！虽然花着他们的钱，得到他们的关爱，但他们对我的强制性管理，尤其是打骂式教育也让我对我的家人们有很大的怨恨。

小时候常常跟妈妈去医院上夜班，路上我仰望夜空就觉得夜空非常辽阔神秘，就问妈妈：“天上有神仙吗？”妈妈说：“天上有老天爷。”我就在心里说：“亲爱的老天爷爷，希望你保佑我快快长大，脱离我的妈妈和家人，因为虽然他们管教我，好像是爱我，但是他们也会犯错，他们做的事情也有那么多不正确的！我希望有一个正确的人照顾我带着我，可是我找不到！我不开心！”感谢神在我还不认识他那么幼小的时候就听了我的祷告，一路守护着我，看顾我的成长！

奇妙的电台经历

17岁时我们学校与当地广播电台有一个双语旅游类节目的活动，校广播站和校记者站的老师推荐我参加节目的录制。当时就是觉得录双语旅游类节目既能锻炼英语又能了解西安历史。通常都是白天去对稿录制，奇妙的是有一次

通知我是晚上去录稿件，就认识了台里主持夜话节目的主持人姐姐，后来有机会跟夜话节目的直播工作。在夜话节目中，我发现原来陕西省有好几百万的听



众都在听夜话节目，每个人都有人生的迷茫。形形色色的听众通过热线电话、短

信平台、网络直播贴等，咨询情感、学业、工作、婚姻、孩子教育等诸多问题，我发现每个人都无法逃脱人生的困扰和痛苦！每天听着他们的故事，心里也是挺沉重的。虽然夜话主持人很有口才，也具备心理咨询师知识和法律知识等，回答的也非常巧妙智慧，但他们的回答还是不能令我满意，不能解决我心中的疑惑，不能改变我的实际生活！同时他们自己也有很多烦恼和解不开的问题，下节目后也会有抱怨，也需要一个通道去倾诉和排解放松，有时也会自嘲自己

是话筒前的巨人，生活中的矮子，对于很多事情还是无能为力！

这令我也再次看到人的有限，再次思考我的人生！著名的夜话主持人，专业心理咨询师都解决不了我对于人生的困扰，到底谁能为我的人生指引一条正确的出路呢？！

信主转折

直到大三的时候我认识了教会的姐妹。当时了解到她只是普通专科学校毕业的学生，但竟然英语口语这么好，而且性格非常开朗喜乐，好像她的生命中完全没有烦恼一样，我就很喜欢和她交流。她常来学校看望鼓励我们，后来邀请我们去她们家吃饭看电影。姐妹给我传福音期间，我一直对神的话不太感兴趣，心情好了就听，心情不好就不听，有时还会反感，觉得是封建迷信，觉得这么多年的成长痛苦我都熬过来了，什么事靠自己就行了！虽然神的话说的是对

的，但实行起来太难，谁能做到啊！

完全扭转我态度的转折点是在一个寒假，我每天闲在家里，难免和妈妈吵架。姐妹鼓励我找个兼职工作，既能挣些生活费，又能避免成天和妈妈见面吵架的环境，还能接触社会锻炼。我刚开始很不愿意，因为我知道工作肯定都很累很苦，我怕困难的心态又出来了。姐妹鼓励我要勇敢地面对困难，并且为我联系教会里一位弟兄工作的酒店，让我去兼职工作一个



月，做酒店客房服务，问我愿不愿意去。我告诉妈妈我要去酒店做兼职，不要呆在家里了，当时我说话的态度也不好，她就发怒反对。我们又吵了一架。

第二天，我还是决定，与其在家没有钱又受气，还不如出去打工挣点钱呢！

就算累一些，只要不和妈妈在一起，还能有点快乐和自由。告诉妈妈之后，她还是反对和咒骂，她说：“你去吧！出了这个家门就别再回来！家里一切都是我的，有本事一个人走，什么都别带！”说着也把我的书包扔出了门外。这些话彻底让我的心凉透了，我对亲情彻底绝望了！我捡起书包扭头就走，一路哭到教会姐妹家。

到了姐妹家，她先安慰好我的情绪，给我做了一碗汤面，还为我准备了一套干净暖和的被褥，给我装好，并送我去那个酒店的宿舍，一路上跟我说了很多注意事项。我终于体会到：世人的爱都是出于自私，是靠不住的，即便是亲人之间，你不顺着他的意思，也会反目成仇，因爱生恨。只有依靠神的话，才能活出神的爱。姐妹和教会老师身上



那种无私的爱深深打动了。当天很冷，还下着雪，一路上姐妹一直帮我提着被褥。到了宿舍，我心情还是很低落。她帮我向宿舍的新同事都打了招呼，帮我铺好了床。她说：“我要回去了，接下来这一个多月的工作和身边人的相处，就是你自己面对了。你可以依靠神，常常祷告。如果有需要给我打电话。”因为我出门妈妈拒绝给我钱，所以我是身无分文的。姐妹给了我一些钱，同时她也很有智慧，只是给够我一个月每天买早餐的钱。因为酒店每天管午餐和晚餐，只需要买早餐就可以了。姐妹说：“这钱先是借给你的，你要计划着花这些钱。在这里认真学习，好好工作，领了工资再还我。我已经和咱们教会的弟兄打过招呼了，你每周上六天班，星期天还是可以去教会的。咱们每周还能见一面。”并且鼓励我：“晚上一定给妈妈打个电话报个平安，无论她再怎么骂你，都要打电话说一下。她毕竟是你妈妈，生养

了你，把你健全的养大也很不容易，无论如何都要尊重她。”姐妹还说：“你应该感谢神让你有这样一个妈，如果你学会了靠着神忍耐你妈，这世界上的人你可能都能忍耐了！”

那天晚上我在心里向神说：“神啊！我真的服了！我被你无私的爱折服了！基督徒的爱和我家人的爱简直是天壤之别。”在那一刻我决定和基督徒和神交一辈子的朋友。

但当时凭着一时的感动，虽然表面上觉得应该坚持去教会，但对神的话没太多胃口，还是会被世界上很多东西和情感诱惑和影响。后来经历了许多事情，也受到很多伤害，直到有一天发现世界上友情和爱情都靠不住的时候，在拼命的工作上也受到了挫折。在对于世界上所有感情，所有人和事都心灰意冷的时候，我才又开始深思：听了这么多神的话，到底怎么才能改变我的实际生活呢？

我当时的情况是：有时听道会觉得烦躁坐不住。喜欢听这个姐妹讲，不喜欢听那个姐妹讲，很多挑剔和不满，和家人的关系还是不好。每当我听到别人分享经历神的带领战胜困难，改变她的生活的时候，我心里非常渴慕那份得胜的喜乐，希望神也能亲自带领我改变我的生活状态。

记得有一天我在去教会的路上，在一个十字路口等车，我当时心里是不想去教会听道的，打算如果车不来我就不



去教会了！因为每次听神的话却做不到会很痛苦。有些又不太能听懂或者听不进去，我就站在那个十

字路口，迫切的向神呼求，我说：“神啊！你若是万物主宰的神，你若是永生的神，求你听我的祷告。我现在要去教会听道了，但我心里不想去，是因为我

怕我听不进去会很痛苦。但我知道你是希望我去的，我想听懂你的话，可是我听不进去。求你改变、帮助我，如果你让我去了教会，求你让我听进去你的话。不要有反感的情绪，因为我也真的渴望像教会的基督徒一样，活得快乐、活得自由。”那个祷告是发自心底，非常迫切的祷告。刚祷告完，车就来了。

奇妙的是：那天到了教会，我的心里非常平安，没有再担心什么了，并且听老师讲道的时候能够集中精力，听进去了老师所讲的。我非常感恩，从那以后再听神的话，都没有心理负担了！我知道这靠我自己是做不到的，是神听了我的祷告。之后我愿意继续参加教会的一系列的学习，直到委身受洗，愿意向神交托一切，成为基督徒。

依靠神经历改变

受洗前我也向妈妈道歉，她当时也接受了我的道歉。受洗期间和之后我们

也没住一起，所以那段时间没有什么矛盾。当时以为道过歉就算解决问题了，但受洗后还有和妈妈吵架的时候。我发现这个问题根源在于旧我没有改变。

我在心里深刻地意识到：若只做徒有其表的基督徒我就有祸了。认识到这个问题的严重

性，我求神赐我能力帮我彻底悔改，改变我对家人的态度！因



为这几年我的经济独立了，不问家里要钱了，而且我工作经常在外，妈妈对我也尊重了一些。

那年元旦去妈妈工作单位看望她，在去的路上我一路求神给我忍耐的心。如果她骂我，也不要和她吵架。我给她买了东西看望她，她特别开心。我问了她最近的工作和身体的情况之后，耐心安静听完她所有的抱怨骂人后，我一句

话也没有说，心里一直在默默祷告神怜悯她也帮助我治死自己属肉体的情绪。听她说完我就给她递了一个水果，我说：“妈，说累了吧，来吃个水果。”她对我的反应很惊讶！

因为以前只要她一骂人我心中的怒火就被她点燃了！就忍不住跟她吵架，现在我竟然可以安静耐心地听完并安慰劝导她。她居然说了一句话，我这辈子第一次听到，她说：“还是有个女儿好啊！”这句话深深震撼也鼓励了我的心。



在那一刻，我多年来对妈妈的恨，完全释放了！因为我终于体会到她心底里是爱我的，

可是她没能力控制她的情绪。她对我的伤害也都是因为不认识神，没有智慧，无知犯的错误，不是故意要害我的。她虽然在心灵成长上帮助不了我，但她毕竟经历了辛苦生养了我，在她有限的

程度上，把我的肉体健康健全的养活养大已经很不容易了！所以我饶恕她，怜悯她，也求天父饶恕我对妈妈的伤害。那一刻我归荣耀给我至高的天父。

现在再谈起我和妈妈的故事我都是笑着说的。神扭转我的眼光，让我认识到这些对我不再是仇恨和伤害，而是帮助我投入天父怀抱的一块儿跳板。妈妈当初把我的东西扔出家门，和她的打骂也使我幡然醒悟！若没有家人的逼迫，哪有我学习属灵生命的开始。我深刻体会到了人的感情、包括亲情都是靠不住的，和对世界的一切情感的绝望，让我不能倚靠世界，不能倚靠任何一个人，学习认识倚靠神。

姐妹相处

老师建议我搬进姐妹家住，学习与他人相处的功课。在姐妹之家要学习很多新东西，在此只能举一个例子了：比如做饭用煤气罐，我从来没用过煤气罐，

看到就害怕，觉得像大炸弹一样，随时会爆炸。还记得第一次在姐妹家轮到我做饭，前一天晚上我睡不着觉，很担心第二天中午做饭，不知道做什么，怕做不好，更怕独自操作煤气罐。姐妹知道了我的担心，鼓励我说：只要把饭做熟就行。做饭得慢慢操练，不要怕。

第二天我做了几个很普通的菜，最后做好了，姐妹们竟然都说好吃，并且都吃完了。我自己尝了之后也没觉得有多好吃啊！不过姐妹们发自内心的肯定和爱，给了我强大的鼓励。我决心以后



认真乐意地跟大家学习做饭。以后我再做饭开煤气罐的时候，我就不怕

了，我想神一定会保守带领我的，不会让我因为做一顿饭就被煤气罐炸死了吧，就算是死了，就死了吧！以后我再也不怕了！我靠着神战胜了恐惧。

我是独生子女，从小都是家人为我预备好一切，什么都不用操心。和姐妹在一起，很多时候我遇到困难，都是她们比我还急，帮我弄这个弄那个。有一次一位姐妹批评我说：“自己的事情要学会自己处理好。”还有很多关于生活习惯上的问题也说了我，我很不高兴。我心里想：你又不是老师，凭什么管我。你愿意帮我就帮，不愿意帮我也没指望你帮我，心里对这位姐妹有意见和情绪。后来老师告诉我，姐妹提醒你也是出于神的爱。我也发现自己是个不谦虚受教的人。我听话是要看人的，如果是老师说我就听，其他人说我就不愿意听。意识到这样的心态是不对的，我也依靠神，重新去和这位姐妹道歉相处，从心底里接纳她，学习向她付出，后来我们很多问题都说开了。以后我们姐妹之间很多问题都可以坦诚沟通，并且我们都愿意互相提意见和建议，帮助对方及时改错和成长。同时也开始了每周一次的家庭

祷告会，坦诚分享。我们的说话方式也在改变着。就算是提些小建议，也会委婉一些，求问神应该怎么讲才能不伤害到对方，学习为对方的益处着想，即便是提意见也要言语得当有智慧。与人相处只求神属灵的爱，不是凭属肉体的爱。

除掉偶像

作为家里最小的独生女，我从小家里有很多玩具，尤其是洋娃娃，就有十几个，听我妈说我满月的时候我表姐从北京带给我一个高级洋娃娃，从那时起就非常喜欢洋娃娃。从小最喜欢玩的游戏就是当小老师，让娃娃们坐一排，给洋娃娃们上课。可能从小缺乏安全感，晚上睡觉也都必须抱着洋娃娃睡觉，从小的愿望就是：以后我要是买了自己的房子，一定要买一屋子的洋娃娃。



直到大学住校都是带着娃娃去的宿舍，当时宿舍女生也有带毛绒玩具上学的，所以也并不奇怪。直到毕业后和姐妹们同住都是带着我的洋娃娃，一直跟了我快二十年。我只要在家就爱跟娃娃玩儿跟它说话，给它做衣服什么的，完全陷入沉浸在另一个自我世界里。

直到有一天老师讲了一篇除掉心中偶像的讲道，我心里咯噔一下，觉得说的就是我，心里忐忑又羞愧。课后果然老师找我谈话，老师问我：“你知道今天讲道的内容是什么意思吗？”我说：“老师，你不用说了，我知道你要说什么！但要我丢弃跟了我十几年的洋娃娃我还是特别伤心和不舍。”我说：“老师，这个娃娃价格很贵，再说它还没坏，扔了怪可惜的，而且有这么多年感情了，能不能送回家压箱底，以后不玩了！”老师说：“不行，不能送人，不能带回家，要立即处理，扔垃圾堆。”我就哭着说：“扔了它太可怜了！”老师说：

“我理解你的感受,但你已经这么大了,都成年人了,被一个假的玩具影响,时间都浪费在它身上值得吗?你不扔掉它,



被它捆绑,神不喜悦你这样的生命,我更在乎的是:你的属灵生命才更可怜!被捆绑的属灵

生命将一事无成!不要忘记你的身份是:基督徒。你想想孰重孰轻吧!你该长大了,小时候所谓的“玩具啊,开裆裤奶嘴儿啊”这些旧习惯统统扔掉吧!”然后带着哭兮兮的我一起做了一个深刻痛悔的祷告。

回去之后第二天我就开始收拾处理我的玩具,不收拾不知道,一收拾还真多,收拾了好几包,就统统打包丢掉,包括家里珍藏的一些以前喜欢的明星的明信片海报啊碟片磁带,明星出的书啊什么的都彻底清理干净了!雅伟父神以

他大能的手引领着我突破了捆绑我二十多年的旧习惯！除此之外我也在反思我生命中还有什么是我与神之间的障碍的，我就一一求神赐我能力除掉。之后神也透过我帮助我姨妈丢掉了她家里拜的菩萨和佛像，也让我在少儿教育的工作中，教导帮助小朋友上课不能带玩具进教室，学习不能分心等的道理，也得到了很多的鼓励和喜乐。

通过除掉心中所爱的玩具这件事，我学会了一个属灵功课：什么影响捆绑你，在你心里你爱什么超过爱神，那可能就是你心中的偶像了，要立即认罪悔改，该除去的除去，该控制的控制。及时调焦在神的身上，但也有些习惯是好的，比如爱健身，爱做饭等，但如果过度投入时间精力在自己看似好的喜好上，也会陷入其中，被捆绑，超过



爱神，次好的就代替了上好的！

申命记 7:9 节说：“所以你要知道雅伟你的神，他是神，是信实的神，向爱他、守他诫命的人守约，施慈爱直到千代。”

我们有主耶稣这么好的一个榜样，只要我们做一个顺服听命的人，没有什么困难是突破不了的。

《完》