【马丁艾维奇】每個痛苦案發現場耶穌都在？讓神同在帶你走出創傷！

以马内利医治法（EmmanuelApproach）课程简介

本节课由马汀·艾维奇介绍由卡尔·雷曼博士开发的“以马内利医治法”，这是一种情绪医治的方法，旨在通过建立与耶稣的互动关系来医治心灵破碎的人。这种方法已发展 20 年，成为全球性的事工。

一、以马内利医治法的核心

定义：

-“以马内利”意为“神与我们同在”

-这种方法帮助人建立与耶稣双向、互动的连接关系

-一旦建立连接，耶稣会引导整个医治过程

应用范围：

1.享受与耶稣同在的时间-只是花时间与耶稣在一起

2.寻求指引-问耶稣：“今天你想告诉我、向我显明或给我什么？”

3.从主得安慰-直接与耶稣谈论困扰我们的事

4.代祷-与耶稣分享我们的关切，让祂在父宝座前为我们代求

5.灵命引导-问耶稣如何发展我们的属灵生命

6.情绪医治-最常用的实践，耶稣带领我们到生命中的痛苦之处

二、圣经基础与脑科学原理

圣经真理：

1.神永远与我们同在，总是渴望与我们连结

2.普通人也能通过与耶稣建立双向互动的关系

3.我们可以像与朋友、安慰者、帮助者一样与耶稣交谈

脑科学原理：

1.关系回路：当我们定睛耶稣时，关系回路保持开启；若直接面对创伤，关系回路会关闭

2.记忆的作用：我们与他人的关系储存在过去的记忆中

3.化学物质：

-感恩时大脑释放催产素（oxytocin），促进连结

-美好经历时释放多巴胺（dopamine），产生愉悦感

三、以马内利过程的独特之处

与传统方法的区别：

-共同点：承认成人问题源于童年经历，特别是 5 岁前的痛苦经历

-不同点：

1.更轻松、温和、安全：从与耶稣建立美好回忆开始

2.更易教导和传递：容易培训，容易让他人经历耶稣

3.更有效：运用脑科学原理，使人能保持连结并安全地访问创伤记忆

核心特点：

1.耶稣是主导者：辅导者/促进者不是中心人物，耶稣才是“奇妙的策士”

2.社群性：大脑在社群中运作最佳，适合小组进行，全体受益

3.安全网：建立“安全基地”，任何时候感到压力都可以回到美好的基础记忆中

四、以马内利过程的基本步骤

初始步骤（建立安全连接）：

1.请求圣灵帮助回忆：“圣灵，请帮助我们记起一次强烈感受到耶稣同在的经历”

2.描述那个记忆：分享在哪里、发生了什么、在记忆中耶稣在哪里

3.表达感恩：向耶稣表达对这个经历的感激

4.请求圣灵更新同在：“请圣灵在此刻更新耶稣的同在”

5.感知祂的同在：意识到耶稣此刻与我们同在

6.开始对话：简单地问:“耶稣，你现在想让我知道什么？”

对话特点:

-耶稣的回答总是关系性的，不是神学或经文

-例如:“我很高兴与你在一起”、“天父爱你”

-这种关系性回应给我们勇气和极大的释放

五、处理创伤记忆的过程

核心原则：不直接进入痛苦记忆

-大多数人抗拒回忆痛苦,但痛苦经历驱动着我们现在的行为

-先在愉快的回忆中与耶稣相会，装备我们去访问痛苦时刻

具体步骤:

1.从平安安息开始：在与耶稣的平安安息中开始

2.询问耶稣:“我们今天要访问哪里？”“你想医治我的哪一部分？”

3.跟随耶稣引导：耶稣知道祂想要带领我们走过的医治旅程

4.保持连结：目标是在查看痛苦记忆时保持与耶稣的连结

5.随时返回安全基地：任何时候卡住，就返回那个平安的记忆

关键问题：

-“我们现在在哪里，耶稣？”

-“现在发生了什么，耶稣？”

-“你现在想让我们知道什么，耶稣？”

六、处理阻碍与内在防御

常见阻碍：

1.恐惧：害怕回忆创伤事件会发生什么

2.誓言：童年时立下的誓言（如：“我必须靠自己”、“我不需要任何人帮助”）

3.怀疑与不信：内在冲突常源于怀疑与不信

处理方式：

1.问问题：“阻挡我的是什么？”“是什么阻止我感知耶稣的同在？”

2.探索根源：恐惧往往来自童年记忆

3.寻求耶稣的帮助：“你想如何帮助我面对这个恐惧？”

4.聆听神的回应：注意心中和身体的感受

七、为何需要他人陪伴

个人进行的限制：

-可以自己完成基本的连接步骤

-但很难穿透自己已经建立的防御系统

陪伴者的角色:

-需要至少一个了解并实践过此过程的人

-帮助协商内在的防御

-提供安慰和支持（马汀常与妻子希拉一起服事 35 年）

八、医治的果效与后续

医治的结果:

1.平安（Shalom）：处理痛苦记忆后感受到平安

2.身份恢复：不安全感和身份问题得到解决

3.关系加深：与耶稣的关系更加亲密

后续实践:

1.记录经历：写下整个以马内利过程

2.分享见证：与他人分享故事，加强以马内利经历

3.持续对话：一天中与耶稣保持持续对话

4.成为常态:“主的喜乐是我们的力量”应成为我们生命的基本状态

九、以马内利过程的最终目的

超越个人医治:

-不只是从童年痛苦中得医治
-更是移除我们心与神心之间的所有阻碍
-建立我们本该拥有的关系连结

恢复的全面性：
-引用以赛亚书 61 章：不只是医治破碎心灵
-而是家庭的恢复、社群的恢复、国家的恢复、盼望的恢复

核心要点总结

1.以马内利的核心：神与我们同在，耶稣渴望与我们建立双向互动的关系。

2.从美好记忆开始：不直接进入痛苦记忆，而是从感受耶稣同在的美好回忆开始，建立“安全基地”。

3.耶稣是主导者：整个过程由耶稣引导，辅导者只是促进者，帮助人保持与耶稣的连结。

4.运用脑科学：理解关系回路、记忆作用和大脑化学物质（催产素、多巴胺），使过程更有效。

5.处理童年根源：成人问题多源于 5 岁前的童年经历，耶稣会带领我们回到那些记忆。

6.安全网设计：任何时候感到压力或卡住，都可以返回最初的美好记忆，重新建立连接。

7.需要他人陪伴：个人很难穿透自己的防御系统，需要至少一位了解此过程的人陪伴。

8.关系性对话：与耶稣的对话简单直接，祂的回应总是关系性的（如“我很高兴与你在一起”），给人勇气和释放。

9.医治带来平安：处理痛苦记忆后，人感受到真正的平安（Shalom），身份问题得到解决。

10.超越个人医治：最终目的是移除心与神心之间的阻碍，建立应有的关系连结，带来家庭、社群、国家的全面恢复。

十句金句

1.“以马内利就是‘神与我们同在’——耶稣渴望与我们建立双向互动的关系，不是单向的祷告。”

2.“不要直接从痛苦记忆开始，那样会关闭我们的关系回路；要先在美好回忆中与耶稣相会，建立安全基地。”

3.“耶稣才是奇妙的策士，整个过程由祂引导，我们只是促进者，帮助人保持与祂的连结。”

4.“当我们感恩时，大脑释放催产素促进连结；美好经历释放多巴胺带来愉悦——这是神设计的脑科学。”

5.“成人问题的根源多在 5 岁前的童年经历，耶稣知道如何带我们回到那些记忆并带来医治。”

6.“任何时候卡住了，就回到最初的美好记忆——那是你的安全基地，可以重新与耶稣建立连接。”

7.“问耶稣简单的问题:‘你现在想让我知道什么？’祂的回答总是关系性的，不是神学理论。”

8.“个人很难穿透自己的防御系统，需要至少一位了解此过程的人陪伴——我们都需要同行的伙伴。”

9.“医治的结果是真正的平安（Shalom）——知道神在哪里，耶稣在哪里，祂为我们做了什么。”

10.“以马内利医治的最终目的不只是个人得医治，更是移除心与神心之间的阻碍，建立应有的关系连结。”