

# 婚姻辅导 II

林真儿

## 目录

### 第一部：单单爱你

第一课	什么是爱—基督徒恋爱观 .....	2
第二课	性不性由你—基督徒性爱观（一） .....	2
第三课	性不性由你—基督徒性爱观（二） .....	2
第四课	从此以后—基督徒婚姻观（一） .....	3
第五课	从此以后—基督徒婚姻观（二） .....	3

### 第二部：婚前辅导

第六课	恋爱前后 .....	4
第七课	如何持守婚前贞洁？ .....	4
第八课	如何明白神的旨意？ .....	5

### 第三部：原生家庭

第九课	我为什么是我？ .....	6
第十课	打破死循环 .....	6
第十一课	最好的医治 .....	7

### 第四部：为何结婚？

第十二课	婚姻的传说与故事 .....	7
第十三课	婚姻的现状与威胁 .....	8
第十四课	婚姻的蓝图与设计 .....	8
第十五课	婚姻的目的与使命 .....	8

### 第五部：如何守约？

第十六课	沟通的学问（一） .....	9
第十七课	沟通的学问（二） .....	9
第十八课	夫妻之爱—亲密的性 .....	10
第十九课	大丈夫好爸爸 .....	10
第二十课	做贤妻兼良母 .....	11
第二十一课	当约破坏时—离婚与再婚 .....	11

### 第六部：推动家庭事工

第二十二课	如何推动家庭事工？（一） .....	12
第二十三课	如何推动家庭事工？（二） .....	12
第二十四课	如何推动家庭事工？（三） .....	13

参考书目 .....	13
------------	----

# 第一课 什么是爱—— 基督徒恋爱观

## 一、爱情的奥秘与困惑

1. 什么是爱—感觉、亲情、责任？
2. 和谁相爱—我爱谁、该爱谁、谁爱我？
3. 如何去爱—凭感觉、靠意志、随心所欲？

## 二、人的爱

1. 对亲密合一的渴望。
2. 对伴侣关系的渴望。
3. 对施与和付出的渴望。
4. 污染的人性、残缺的爱情。
5. 人所不愿意承认的事实。

## 三、神的爱

1. 爱情是神的美意和创造。
2. 神的爱是个人的。
3. 神的爱是永远的。
4. 神的爱是主动的。
5. 神的爱是恩慈的。

## 四、人的终身大事

1. 追求神。
2. 认识神。
3. 荣耀神。

# 第二课 性不性由你—— 基督徒性爱观（一）

## 一、现代扭曲的性观念

1. 看看数据的说明。
2. 究竟是谁惹的祸？
  - a. 自由意志的错？
  - b. 性欲惹的祸？
3. 性欲—自青春期初期开始并持续地对性刺激和性亲密的正常生理萌动。对大部份人来说，随着年龄的增长，这种萌动会渐渐减少为发自内心的正常渴望，不再是对身体亲密接触的强烈欲望。

## 二、神为何创造性？

- ### A. 性是神专为婚姻设计的美好礼物
- 创 1：27、31，2：24；来 13：4。

### B. 为了确保人类能够繁衍敬虔的后代

1. 性并不是肮脏的，而是神赐给婚姻关系的美妙礼物。
2. 性是圣洁的设计，不是动物的本能。
3. 性关系只有在婚姻里才有高贵的意义。
4. 神为婚姻的性关系建立基础。
5. 任何婚姻以外的性行为都是罪（弗 5：3）。
6. 我们的身体不属于自己。

# 第三课 性不性由你—— 基督徒性爱观（二）

（续）

## 三、逃避性试探和犯罪—ANTHEM（赞美诗）

### A. Avoid（逃避私欲）

“逃避”是圣经提供的策略。

1. “你要逃避少年的私欲……追求公义”（提后 2：22）。
2. “不要为肉体安排，去放纵私欲。”（罗 13：14）

### B. No（大声说不）

### C. Turn（转向基督）

私欲（弗 4：22）是欺骗人的欲望，是虚谎的。

1. 从前蒙昧无知的欲望（彼前 1：14）。
2. 不是想着如何不去犯罪，而是因为专注在耶稣基督身上，以致犯罪不再是我所选择的。

### D. Hold（忍耐等候）

1. 竭尽全力坚拒。
2. 大声呼求帮助。

### E. Enjoy（享受喜乐）

1. 情欲的魅力大于基督的魅力？
2. 为了唤醒对耶稣的爱慕之心，你做过什么？
3. “求你使我们早早饱得你的慈爱，好叫我们一生一世欢呼喜乐。”（诗 90：14）

### F. Move（竭力做工）

1. 不可无所事事，而是放弃不良行为，参加有益的活动。
2. “殷勤不可懒惰。要心里火热，常常服侍主。”（罗 12：11）
3. “务要坚固，不可摇动，常常竭力多作主工”（林

前 15:58)。

4. “热心为善” (多 2:14)。

#### 四、单身时期的追求

1. 属灵的需要与追求。
2. 良好的品德与习惯。
3. 兴趣与技能的培养。
4. 身体的健康与贞洁。
5. 家事的训练与处理。
6. 了解自己爱的语言。

### 第四课 从此以后—— 基督徒婚姻观 (一)

#### 一、爱情至上的时代

几个不同的观点：

1. 婚姻是个结局。
2. 爱情与婚姻无关。
3. 爱情维持婚姻。

#### 二、基督徒神圣的婚约

“我爱你，我感谢神，以他的爱，在婚姻的团契中，将我们的心、我们的生命联系在一起。今生今世，我将永远爱着你，尊敬你，珍惜你。当我们共同进入这世上最神圣关系的权利及喜乐中，并开始共同建立基督化的家庭时，我会让耶稣基督成为一家之主，如同我将他视为教会的头。从今以后，藉着神的恩典，无论是顺境或逆境，富足或贫穷，健康或疾病，忧伤或喜乐，我都会深爱着你，对你忠诚，直到见主面的日子。”

#### 三、爱情、婚姻的真相

“婚姻在讲圣洁、权利和契约上，是高过爱情的。人并非以会变的‘爱情’去维护婚姻，而是以不变的‘婚约’来维护爱情。”——潘霍华《狱中书简》

#### 四、神之恩约

所谓“法本无情，约本无恩”，神却通过“约”来表达他对人所施的恩典。

1. 挪亚之约 (创 9:1-17) — 保存生命。
  2. 亚伯拉罕之约 (创 12, 15, 17 章) — 拣选子民。
  3. 西奈之约 (出 19-20 章) — 颁布律法。
  4. 大卫之约 (撒下 7 章) — 永远作王。
  5. 新约 — 永远的救赎、羔羊的婚宴。
- 神与人立的约是舍弃自我，成全对方，是永远不变

的约。

#### 五、守约施慈爱的立约者

1. “我们纵然失信，他仍是可信的，因为他不能背乎自己。” (提后 2:13)
2. “倘若他的子孙离弃我的律法，不照我的典章行，背弃我的律例，不遵守我的诫命，我就要用杖责罚他们的过犯，用鞭责罚他们的罪孽。只是我必不将我的慈爱全然收回，也必不叫我的信实废弃。我必不背弃我的约，也不改变我口中所出的。” (诗 89:30-35)
3. 神甘受约束。

### 第五课 从此以后—— 基督徒婚姻观 (二)：贞洁之约

(续)

#### 六、神与人的婚约

1. 林前 11:24-25。
2. 犹太订婚礼 (*Kiddushin*) — 共饮一杯葡萄酒完成许配之礼。
3. 主用他的血 (生命) 与他所爱的教会立下婚约。

#### 七、婚约的特质

##### A. 恒久不变，上主为证

玛 2:14。

##### B. 非你莫属，单单爱你

1. 出 34:14-15。
2. 任何能夺去对配偶注意力的，就是婚姻的第三者。

##### C. 彼此建立，同心建造

“婚姻”在希伯来文是 “*nissu'in*”，字根是 “*nasa*”，有抬起、建造、扶持的意思。

##### D. 同甘共苦，相濡以沫

1. “喝”代表同一的命运——“我妹子，我新妇……喝了我的酒和奶……我所亲爱的，请喝！且多多地喝。” (歌 5:1)
2. “喜乐的杯”提醒新人分享生命的喜乐时，喜乐成双；“牺牲的杯”提醒新人同担生命的苦难时，忧伤减半。

##### E. 言行一致，一诺千金

1. 道成肉身，“*Logos*” (道) 活活彰显神的信实 (约

翰福音)。

2. 希伯来文“dabar”一字指话语，也指行为（王上 11：41；代上 29：29）。

## 第六课 恋爱前后

本课开始进入婚前的预备课程。首先提出恋爱也需要积极预备的观点，不随从今世的风俗，不随便恋爱，并要了解恋爱的目的。因为我们在交往关系中常犯的错误，往往源于对恋爱的盲目和无知。

### 一、我想恋爱！

#### A. 恋爱是……

1. 美好无比心向往之。
2. 彼此相爱光辉序曲。
3. 情浓意浓感觉强烈。
4. 终身相守无限动力。
5. 缓解孤独暂时良药。

#### B. 恋爱不是……

1. 真爱的写照 (True love)。
2. 真正的解药 (True cure)。
3. 真实的人生 (True life)。
4. 真正的委身 (True commitment)。
5. 真正的合一 (True oneness)。

### 二、为何恋爱？

#### A. 恋爱的目的

1. 恋爱是为婚姻作准备的。
2. 恋爱是推动人做出终身约定的有效助力。
3. 恋爱应当以荣耀神为目的，而不是满足自己的需要和欲望。

#### B. 何时恋爱？

1. 当人的心智、身体和情感成熟之时。
2. 当人明白爱是为了寻求对方的益处时。
3. 当明白彼此都有同一的方向和清楚的目标时。
4. 当进入婚姻遇到困难，感觉不再之时，仍要继续恋爱。

### 三、我谈恋爱了！

1. 恋爱是人间的天堂，婚姻是地上的乐园！
2. 一个精心的选择，一个真心的经营，可以建造人间天堂。
3. 问自己：

- a. 是否拥有成熟的人格？
- b. 是否找到理想的对象？
- c. 是否设定约会的原则？
- d. 是否懂得运用恋爱的艺术？
- e. 是否知道怎样建造亲密的关系？
- f. 是否学会表达情爱的技巧？
- g. 是否掌握两性沟通的窍门？
- h. 是否认识解决冲突的方法？

### 四、约会的原则

1. 以信仰为根基，才能以荣耀神为目的。
2. 适恋年龄就是心智、心思、心理及心灵都成熟的年龄。
3. 积极探求神的旨意以及婚姻的可能。
4. 杜绝所有可能伤害彼此的婚前性行为及性关系。
5. 理智与情感的平衡。

### 五、“谈”的恋爱

恋爱中嘴巴的功用不是亲吻，而是交谈！

1. 谈情说爱。
2. 谈婚论嫁。
3. 谈天说地。
4. 谈你谈我。

## 第七课

### 如何持守婚前贞洁？

#### 一、有关婚前贞洁的圣经教导及原则

1. 婚姻的圣洁 (来 13：4)。
2. 为主的缘故保守自己的身体 (帖前 4：3-5)。
3. 身体是圣灵的殿 (林前 6：18-20)。

#### 二、自制力可为婚后的亲密及信实关系打基础

1. 婚后生活中，性行为的自我控制是必须的。
2. 婚前发生性行为的男女，通常在婚后有较高可能发生婚外关系。
3. 在婚前就同居的情侣，有较高的离婚率。

#### 三、订婚之后是否可以同居？

1. 订婚期间发生性行为，较容易因此忽略其他重要的问题。
2. 婚前性行为容易使人产生错觉：错误的亲密感。
3. 性关系的力量使人无法做出客观、清楚的决定。
4. 订婚期间的性行为只会妨碍彼此的沟通，而非让彼此更了解对方。
5. 如果没有圣洁的性观念和 history，就无法帮助我们

教导子女有关性的话题。

6. 神要求人保守婚前的圣洁，是为了人的好处。

#### 四、如何计划约会中的界限与原则？

- 彼此商定在肉体上接触的界限和标准，并作出约定。
- 避免试探或引诱的情况，逃避少年人的私欲。
- 考虑请另一对情侣来彼此帮助，遵守承诺。
- 切切祷告寻求神的帮助，特别为保守圣洁的性来祷告。
- 牢牢记住拒绝婚前性行为将会带来的美好效果及价值。

## 第八课 如何明白神的旨意？

### 一、神的旨意不难明白

- 神爱我们，愿意把最好的给我们。
- 神不复杂，已把他的心意透过圣经告诉我们。
- 神听祷告，也用他自己的方式，在他自己的时间，回应我们的祷告。
- 神给的总是最好的，即便不是我们的愿望。

### 二、5个步骤

#### A. 与神亲近

- 在建立一切之前，首先建立我们与神的关系。
- 养成规律地与神亲近的习惯。
- 每天预留时间与神约会：读经、祷告、灵修、默想。

#### B. 谦卑悔改，把生命主权交给神

- 是否愿意停止一切不讨神喜悦的行为？
- 是否已清理及了结以往的罪和历史？
- 是否已把生命的主权交给神？
- 自我评估：

自我主导（自我掌权）	圣灵主导（耶稣掌权）
想控制或改变对方	把配偶交托在神手中
视自己的需要和愿望为首要	先寻求对方的好处
很难饶恕，爱积怨	愿意彼此饶恕和理解
爱发泄，斥责对方	自制和温柔
拒绝承担责任，责怪对方	愿意负责任，改正错误
爱批评、论断、控诉	支持对方，爱心勉励
容易受诱惑做不道德的事	专一、清楚男女界限
不懂得生命的优先次序	家庭为先，追求属灵模范

#### C. 如果因怀疑彼此的关系而寻求神的旨意……

- 诚实地评估每项问题：

- 你会对心中真实问题的结果担心吗？
  - 这是否显示你对神的带领没有足够信心？
2. 和伴侣一同讨论你的疑问与担忧，然后回答：
- 我的伴侣是否接纳我的担忧？
  - 我的伴侣是否愿意改善我们关系中的问题？
  - 我的伴侣是否能够饶恕及请求饶恕？
3. 写出 10 个你认为应当和你的伴侣结婚的理由，再写出 10 个你认为现在应当结婚的理由。

#### D. 如果确定不是神的旨意……

- 可以写下对神的承诺。
- 让神再次帮助你确定是否应当分手。
- 继续祷告，直到神给你可以做决定的自由。
- 告诉一位熟悉你们的朋友、属灵长者或专业辅导员，让他确认你的决定，使你为自己的决定负责。
- 必须跟伴侣彻底分手，因为一段破裂的关系胜过破裂的婚姻。
- 忠告双方至少 6 个月彻底中断交流或通话。
- 如果 6 个月之后，你觉得神要带领你们在一起，就需要在重新建立关系之前寻求一位有智慧的辅导员来帮助你们。
- 分手并不代表婚前交往失败，因为交往的目的是为了寻求神的旨意。你们得到神的旨意，并且顺服神，这就是成功的交往。

#### E. 如果确定是神的旨意……

- 祈求神在未来的日子中确定他的旨意。
- 让神再次帮助你确定是否应当结婚。要继续祷告，直到神给你可以做决定的自由。
- 告诉一位熟悉你们的朋友、属灵长者或专业辅导员，让他确认你的决定，使你为自己的决定负责。
- 要对自己诚实及顺服神，愿意为你的伴侣去做对方认为值得做的事。
- 尽快计划进行婚前辅导及结婚的预备工作。

### 三、结语

切记：凭着信心，我们最终会明白神的旨意！

## 第九课 我为什么是我？

### 一、原生家庭的巨大影响

#### A. 案例—两个家族的比较

参 A. E. Winship 的书 *Jukes-Edwards: A Study in Education and Heredity*。

#### B. 原生家庭的影响

性格、习惯、态度、方法、价值、健康、信仰、关系、模式、传统……

### 二、应该学习什么？

1. 认识那不可改变的一所有既成的事实。
2. 认识那可以改变的—在神没有难成的事，我们是  
可以改变的。现在的可以改变，以致未来也会因  
为今天而能改变。
3. 认识唯一的改变者！

### 三、什么影响了我的塑造？

1. 上 3 代的婚姻关系。
2. 父母的手足关系。
3. 父母的沟通习惯。
4. 家里的生活习惯、价值体系。
5. 家中排行与地位。
6. 成长过程中的重大事件。

### 四、原生家庭对人的四大塑造

1. 情绪按钮—最怕、最容易引发过度情绪反应的东西。
2. 隐形誓言—潜意识中产生的“隐形的内在誓言”，常常会在人生命中重要的人际关系上造成决定性的影响。例：男人不可靠、有钱最重要、靠天靠地不如靠自己等。
3. 基本需求—原生家庭有没有满足孩子的基本需求？例：温饱、认同感、安全感、亲密感、性别认知等。
4. 人际互动：
  - a. 讨好—凡事都要得到别人的认同。
  - b. 指责—总是觉得自己的问题都是别人造成的。
  - c. 拒绝—因为受过伤害而感到惧怕，很难跟人建立亲密关系。
  - d. 小丑—表面嘻嘻哈哈的，从不让人看见自己生命中真实的状态。

“若有人在基督里，他就是新造的人，旧事已过，都变成新的了。”（林后 5：17）

## 第十课 打破死循环

### 一、瞧这一家子

以色列的家族案例：欺骗取巧、厚此薄彼、兄弟不和、沟通不良、推卸责任。

### 二、心理学是不是解药？

1. 心理学帮助人了解人的行为。
2. 心理学没有处理罪，并不能解决人内心的问题。

### 三、不要做考古学家

“我们大部份人都认识一些人，他们花很多钱去见辅导员，辅导员鼓励他们搜查往事，但是这些人一直在探索往日，从不往前行，所以也没有什么进步。‘忘记背后，努力面前’（腓 3：13），表示我们应该往前看，不是继续考古。”—柯盖瑞

### 四、出路—打破死循环

#### A. 影响深远的沟通模式

1. 4 种错误的沟通模式：
  - a. 安抚式沟通。
  - b. 指责式沟通。
  - c. 理性分析性沟通。
  - d. 转移话题式沟通。
2. 3 种错误的说话方式：
  - a. 心口不一。
  - b. 沉默冷战。
  - c. 贬低蔑视。

#### B. 根深蒂固的自卑感

1. 自卑感的养成。
2. 自卑感造成的影响—傲慢、偏见、冷漠等。
3. 打破自卑感的唯一途径—在神面前自卑，重建身分价值和安全感。

## 第十一课 最好的医治— 医治从原生家庭来的伤害

### 一、什么是最好的医治？

1. 时间？
2. 接纳？
3. 宽恕？
4. 爱是得医治的最好方法！

### 二、无爱如何能爱？

1. “这地上无诚实、无良善、无人认识神。”（何4：1下）
2. “我也知道在我里头，就是我肉体之中，没有良善。因为立志为善由得我，只是行出来由不得我。”（罗7：18）
3. 从“伤者伤人”（hurt people hurt people），变成“受伤医者”（wounded healer）。

### 三、什么是恩典？

1. 爱了那不配爱的。
2. 给了那不当得的。

### 四、如何得医治？

1. 认识无法改变的一检视过去：
  - a. 认识历史；
  - b. 认清事实；
  - c. 加增理解。
2. 认识可以改变的：
  - a. 寻找切入点；
  - b. 营造新经验；
  - c. 寻找帮助者。
3. 认识那独一的改变者—认定唯有神能改变人心，翻转我们的生命，以神为中心来生活。

## 第十二课 婚姻的传说与故事

婚姻是神的设计，所以神配合的，人不可分开（创2：24）。

### 一、婚约的特质

1. 恒久不变，上主为证。
2. 非你莫属，单单爱你。
3. 彼此建立，同心建造。
4. 同甘共苦，相濡以沫。
5. 言行一致，一诺千金（书21：45）。

### 二、婚姻的故事（5个C）

#### A. 婚姻的创造（Creation）

神创造的婚姻是一男一女、一夫一妻、一生一世、一心一意的，所以没有人可以篡改“婚姻”的定义（创2：18、24；另参玛2：15；太19：5；可10：7-8；林前6：16；弗5：31）。神的创造是非常美好和完全的。

#### B. 婚姻的败坏（Corruption）

婚姻的苦，是来自于人的败坏和罪性（创2：17）。

#### C. 婚姻的现状（Confusion）

婚姻的现状常常让人感到迷惘，因为人要自己作主，所以迷失了。

#### D. 婚姻的拯救（Cross）

1. 如果一段婚姻需要彻底的改变，就必须有福音的大能在其中彰显。“除他以外，别无拯救。因为在天下人间，没有赐下别的名，我们可以靠着得救。”（徒4：12）
2. 改变必须从“我”开始，而不是配偶改变了，我才改变（约壹4：7）。

#### E. 婚姻的圆满（Consummation）

婚姻的奥秘是为了反映基督和教会的关系（弗5：31-32；启21：2-5）。

### 三、结语

婚姻的终极目的，也是人生的终极目的—荣耀神！

## 第十三课 婚姻的现状与威胁

### 一、人类婚姻的现状

走向孤独，迈向绝望……

### 二、世俗文化模式的错误和问题

1. 婚姻中的平等就是 50% 和 50% 的关系。
2. 婚姻是可尝试、可错误的伙伴关系。
3. 自我中心，以我为首。

### 三、突破世俗模式的方法

全然的顺服（以基督耶稣的心为心）：

1. 活出基督顺服的生命。
2. 全家得到全然的重建。

### 四、现代文化鼓吹并鼓励自私、自我

1. 现代人喜欢“自拍”（selfie）。广告常用的词语：  
I, me, my, mine, myself！我、我、我的、属于我的、我自己！
2. 突破的秘诀就是专注在基督身上。

### 五、婚姻外的“第三者”？

“第三者”不单指另外一个人，而是指任何取代配偶在我们心中位置的人、事、物。

### 六、婚姻的另一个危机——来自撒但的挑战

夫妻只有彼此相爱，才是双赢的对策。

## 第十四课 婚姻的蓝图与设计

### 一、婚姻的蓝图乃神的设计

真爱的选择，合一的道路！

#### A. 神设立的婚姻

1. 是要一男一女作出一生的委身。
2. 是社会的基本制度。
3. 是一种相互依赖的关系。
4. 是家庭中最优先的关系。

#### B. 神设计婚姻的最大心意——合一

1. 合一就是在神的计划中，与伴侣有生命且有爱的结合。
2. 两种层次的合一：

- a. 与神的垂直关系；
- b. 与人的平行关系。

### 二、神设立婚姻的目的

1. 反映神的形象（创 1：27）。
2. 使彼此完全（创 2：18）。
3. 繁衍敬虔的后代（创 1：28）。

### 三、神的完美计划——离开、联合、成为一体（创 2：24）

1. 离开父母。
2. 彼此连合：
  - a. 委身于配偶，也就是把全新的、坚定的、不妥协的重心放在配偶身上。
  - b. 原创婚姻的基本原则（参创 1：27、31）。
  3. 成为一体——建立亲密的关系：
    - a. 身体的亲密结合。
    - b. 成为一体的亲密是建立在牺牲之爱的基础上。
    - c. 成为一体包括了彼此之间真正的敞开，完全的透明，就是身体、情绪和精神上的彼此诚实（创 2：25）。
    - d. 应当毫无疑问地感谢并珍惜神为我们所创造和预备的亲密关系。

## 第十五课 婚姻的目的与使命

### 一、错误的划分

1. 看重事奉，忽视婚姻。
2. 看重婚姻，不参与教会服侍。
3. 错误的问题：你是否做好准备为了服侍主而牺牲你的婚姻/家庭？

### 二、什么是事奉/使命？

“事奉”的意思是敬拜，我们整个人就是“活祭”（罗 12：1）。

### 三、婚姻这事奉

1. 婚姻是神的设计（创 2：24；弗 5：25）。
2. 婚姻是神的呼召（林前 7：16-17）。
3. 婚姻是神的器皿。
4. 婚姻里的事奉。

### 四、婚姻使命——夫妻同心事奉

1. “至于我和我家”——以事奉神为家庭目标（书 24：14-15）。



2. 家庭的重要性（太 24：45；提前 3：4-5）。
3. 家庭乃事奉的基地。
4. 夫妻同心是最美的事奉（罗 12：16，15：5；腓 1：5，4：2）。

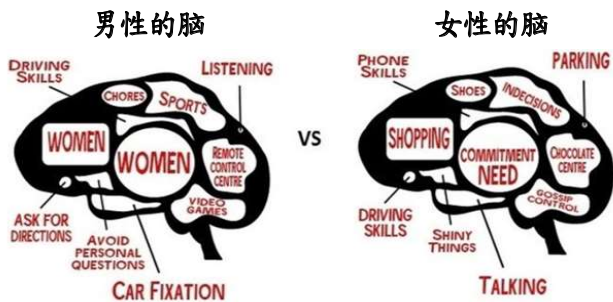
## 第十六课 沟通的学问（一）

### 一、从自闭症看沟通

沟通就是传达信息。有些人虽然一个字也不说，仍然在向外界传达信息。

### 二、男女大不同

一般而言，男性较不善于言辞，需要先思考，再说话；女性则可以一边思考，一边说话。女性倾向言语暴力，男性则倾向暴力行为。



### 三、沟通需要什么？

1. 勇气。
2. 心志。
3. 爱心。
4. 聆听。
5. 智慧。
6. 技巧。
7. 忍耐。
8. 节制。

### 四、沟通的层次

1. 寒暄。
2. 事实。
3. 意见。
4. 情绪。
5. 透明。

### 五、为什么沟通很困难？

1. 历史原因 1—创 3：8-13。
2. 历史原因 2—创 11：1-4、8-9。
3. 罪—沟通最大的障碍。
4. 沟通的其他障碍。

### 六、圣经的原则

1. “所以，无论何事，你们愿意人怎样待你们，你们也要怎样待人，因为这就是律法和先知的道理。”（太 7：12）
2. “但你们各人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒”（雅 1：19 下）。

### 七、沟通的两大要素

1. 好的聆听—从对方的言语、态度及背景中，积极、接纳地听，以了解他的话的意思，以及背后深意。
2. 好的表达—用对方理解的言语、态度及语境来说。

### 八、结语

好的沟通不一定能解决冲突，而是解决冲突的开始；好的沟通不一定是为要解决冲突，而是亲密关系的开始。

## 第十七课 沟通的学问（二）

### 一、好的表达—让对方了解（雅 3：1-6）

#### A. 话语正面的能力如同嚼环和船舵一样重要

1. “温良的舌是生命树”（箴 15：4 上）。
2. “智慧人的心教训他的口，又使他的嘴增长学问。良言如同蜂房，使心觉甘甜，使骨得医治。”（箴 16：23-24）
3. “恒常忍耐可以劝动君王，柔和的舌头能折断骨头。”（箴 25：15）
4. “一句话说得合宜，就如金苹果在银网子里。”（箴 25：11）
5. “人心忧虑，屈而不伸，一句良言，使心欢乐。”（箴 12：25）

#### B. 话语负面的力量如同地狱的火有摧毁的能力

1. “强暴蒙蔽恶人的口。”（箴 10：11 下）
2. “说话浮躁的，如刀刺人”（箴 12：18 上）。
3. “恶人的言论是埋伏流人的血”（箴 12：6 上）。
4. “言语暴戾，触动怒气。”（箴 15：1 下）
5. “乖谬的嘴使人心碎。”（箴 15：4 下）
6. “愚昧人张嘴启争端”（箴 18：6 上）。
7. “妻子的争吵如雨连连滴漏。”（箴 19：13 下）

### 二、帮助表达的 3 个步骤

1. 决定你想说什么。
2. 决定你想怎样说。

3. 决定什么时候说。

### 三、沟通方法

#### A. “我”沟通法 (“I” statement)

1. 以“我觉得”起首的表达方法：“我觉得XXX（感受），因为XXX（所发生的事）影响着我。”
2. 专注于表达自己的感受而不是指责对方。

#### B. 3个“F”沟通法

1. Feeling（感觉）—认同对方的感受。
2. Facts（事实）—澄清事实。
3. Future（未来）—将来怎样做。

### 四、结语

1. “沟通”的英文“communication”来自拉丁文字根“communis”（团契）。
2. 最深最美的沟通：
  - a. 生命的交流和影响。
  - b. 夫妻真正契合的过程。
  - c. 与主联合，体现婚姻的奥秘。

## 第十八课 夫妻之爱—亲密的性

满足的性生活是美满婚姻关系的结果，而非原因。

### 一、神对健康婚姻性关系的美好设计

1. 性是神美好的旨意（创1：27、31，2：24）。
2. 性的创造，只是为了婚姻中的夫妻来经验的（来13：4）。
3. 性是从神来的礼物，为夫妻彼此享受而设计的（箴5：18-19）。
4. 性是为了建造家庭，延续属神的敬虔后裔而设计的神圣过程（创1：28）。

### 二、影响性生活的方方面面

#### A. 性是反映身心状况的温度计

因为性与身体、精神、情绪和灵性状况都有关系，因此性可以反映出个人的身心状况：

1. 身体状况。
2. 心智状况。
3. 情绪状况。
4. 灵命状况。

#### B. 性是用来度量双方关系健康与否的温度计

### 三、明白男女大不同，可改善婚姻中的性生活

1. 男人与女人受造不同，拥有不同的性特征：

性特征上的分别		
男性		女性
肉体 / 可分离性	基本特征	关系 / 看重全人
以肉体为中心 / 视觉 / 激情 / 动作	刺激	以关系为中心 / 接触 / 浪漫 / 言语
要感觉被对方需要 / 肉体接触 / 肉体的表达带来亲密的感觉 / 真正的需要	需要	有安全感 / 情感上有默契 / 亲密关系带来亲密的感觉 / 可以是以选择而非需要
无周期性 / 很快亢奋 / 不易被干扰	性反应	有周期性 / 较慢经验亢奋 / 易被干扰
较短暂但强烈 / 看重肉体的感觉	性高潮	较长而深入 / 多次强烈感觉 / 看重情感

2. 当我们愿意学习如何接纳、理解和享受性方面的不同时，在婚姻里的亲密会变得更有意义。

## 第十九课 大丈夫好爸爸

### 一、神对婚姻角色的设计

1. 在神的计划中，丈夫和妻子是平等的，即同等重要（加3：28）。
2. 在神的计划中，丈夫和妻子是彼此依赖、相互依存的（林前11：11）。
3. 在神的计划中，丈夫和妻子要彼此顺服，并且因基督的缘故彼此服侍（弗5：21）。
4. 神为婚姻定下神圣的角色：
  - a. 丈夫是这段关系中的头和领导，需要为全家的福祉负责（弗5：23）。
  - b. 妻子是荣耀的补充和帮助，彼此互相扶持（创2：18）。
5. 婚姻是奥秘的预表，是基督与教会关系的真实写照（弗5：31-32）：
  - a. 基督对教会—珍爱、喂养、牺牲、呵护（保养顾惜）。
  - b. 教会对基督—深爱、委身、服侍、顺服（凡事顺服）。
6. 神为丈夫和妻子预备了能力，可以完成神对婚姻的美好计划（腓4：13）。

### 二、丈夫的责任

1. 爱妻子（弗5：25）。

2. 服侍妻子（作仆人领袖）。

### 三、父亲的责任——神圣的呼召与职责

1. 管家身分。
2. 牧者身分。
3. 祭司身分。
4. 门徒身分。

## 第二十课 做贤妻兼良母

### 一、如此受造

女人是为男人而造。创2:18这样说：“耶和华神说：‘那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他。’”

### 二、如此顺序

女人是由男人而出。林前11:8-9这样说：“起初，男人不是由女人而出，女人乃是由男人而出。并且男人不是为女人造的，女人乃是为男人造的。”

### 三、如此目的

人活着是为了荣耀神。赛43:7说：“就是凡称为我名下的人，是我为自己的荣耀创造的，是我所作成、所造作的。”

### 四、奥秘

神所设立的婚姻是基督与教会关系的真实写照，是奥秘。“为这个缘故，人要离开父母，与妻子连合，二人成为一体。这是极大的奥秘，但我是指着基督和教会说的。然而你们各人都当爱妻子，如同爱自己一样；妻子也当敬重她的丈夫。”（弗5:31-32）

1. 基督对待教会——珍爱、喂养、牺牲、呵护（保养顾惜）。
2. 教会对待基督——深爱、顺服。

### 五、对顺服的误会

真相是：

1. 顺服和价值无关。
2. 顺服和地位无关。
3. 顺服和能力无关。

### 六、良母的角色

1. 是圣洁贵重的器皿。
2. 孕+育=生命的投资，生命的价值。
3. “育”就是保护、喂养、鼓励、增强、建造、发展、建立。

## 第廿一课 当约破坏时—— 离婚与再婚

离婚和再婚是婚姻辅导中最难处理和面对的话题。本课的主要内容是辅导和练习的实践操作，对象是离婚或再婚人士。

### 一、神配合的，人不可分开（太19:6下）

1. 离婚是罪的结果或行为，是神不喜悦的。
2. 婚姻是为了荣耀神，因此离婚羞辱神的名。
3. 极力鼓励你尽量挽救和重建破裂或触礁的婚姻关系。记住：在神没有难成的事。没有不可能，只有不愿意！
4. 如果离婚后，前夫/前妻仍然活着，并且没有再婚，鼓励你在决定再婚之前，积极寻求神的心意，与牧者讨论以下经文：太5:31-32，19:1-12；可10:1-12；路16:18；罗7:1-3；林前7:10-40；林后6:14-18。
5. 如果可以，离婚之后不要再以追求世上的婚姻为满足，而是全心追求神的爱，以神的爱为满足。
6. 如果已经再婚，务必真心在神面前认罪悔改，及时进行再婚的婚姻辅导，了解婚姻的真意，避免悲剧重演。

### 二、离婚后与再婚前

#### A. 明白神对婚姻的旨意和计划

1. 如果对前配偶有任何拒绝、疏离或心存苦毒，就要向神认罪、悔改，然后感谢神的赦免和基督宝血的洁净（约壹1:9）。
2. 积极寻求牧者或辅导的帮助，从神那里支取力量和医治。

#### B. 了解合一的威胁

写出导致你婚姻失败的威胁。

#### C. 离婚之后的安静时间（至少3-5年）

1. 离婚如同一个生命的结束，带来的伤害和痛楚是极其难以恢复的。
2. 离婚之后必须有一段时间安静在神面前，重整生命及与神的关系。
3. 唯有把生命再次完全交托给主，才有真正更好的明天。
4. 病去如抽丝，如果没有明白神的心意就急忙进入下一段婚姻，恐怕会面对更多、更大的伤害和痛苦。

#### D. 如果你或再婚对象有孩子

1. 有没有给孩子足够的时间去平复创伤，恢复心灵？
2. 有没有跟孩子谈及可能会再婚？
3. 再婚会不会让孩子受伤的心再次面对苦楚？
4. 倘若再婚对象有孩子，你是否愿意成为继母/继父？
5. 对自己或再婚对象成为继母/继父的期望是什么？不可含糊其辞，对不同的角色要表达清楚。

#### E. 婚姻辅导

如果要再婚，一定要共同完成婚姻辅导课程，不可轻易做决定。

#### 三、没有藉口

如果已经再婚，有关婚姻的所有原则都一样适用于新的婚姻，不得用藉口随便对待。

## 第廿二课 如何推动家庭事工？（一）

### 一、家庭事工面对的挑战和机遇

### 二、家庭事工培训中心的异象

“家庭事工”是教会一体的异象，指导教会方方面面事工的设计、安排、参与和成长的过程。这个异象就是塑造和装备以基督为中心的婚姻和家庭，让每个信徒在自己的家庭生活中活出荣神益人的使命，成为万国万民的祝福。

### 三、建立家庭事工不能一蹴而就

1. 教会全体都要看见这个需要。
2. 鼓励大家开展和建立家庭事工。
3. 使每个家庭成员都找到自己服侍的位置。

### 四、如何开始建立家庭事工？

1. 个人对家庭事工的认知和转变开始。
2. 透过一个人的改变，带来一家人的改变。
3. 透过一家人的改变，带来一间教会的改变。
4. 透过一间教会的改变，祝福这个时代。

### 五、家庭事工的根基

以圣经真理为根基，以基督的福音为中心。

### 六、结语

家庭事工建立在圣经真理的根基之上，以福音，以

基督为中心，所有教导都基于圣经。终极目标是让每个人都认识神，追求神，荣耀神。透过一个人的生命改变，去影响一家人；透过一家人影响一个教会；再透过一个教会，影响一个时代。

## 第廿三课 如何推动家庭事工？（二）

### 一、建立家庭事工的步骤

1. 同心同行—以夫妻团契作为基地，强调婚姻的重要性。
2. 接受培训—以圣经真理的教导来改变及指导生命。
3. 见证福音—让人在自己改变的生命中看见主复活的大能。
4. 全面开展—从单身的、从青少年开始接受装备。已婚者经过培训后，可以去装备其他人。
5. 持续成长—健康的婚姻关系每天都要吃“维他命”，也需要有使命感。可以参与门训及受训，持续成长。
6. 不断强调—以圣经真理的教导为根基，以婚姻关系为重要的基地，以教会的生命共同的成长为生长的环境，以使命为目标，以门训为方法。

### 二、家庭事工壮大的秘诀—同工培训

1. 看重同工的婚姻家庭关系。
2. 提供定期的同工培训。
3. 提供特别的同工装备。
4. 定期召开同工团契会议。

## 第廿四课 如何推动家庭事工？（三）

## 参考书目

### 一、家庭事工壮大的方法——门徒训练

1. 为期两年的同工门训。
2. 为期3个月的老工同行。
3. 家庭事工同工对单身信徒进行门训。
4. 一对一夫妻生命导师（mentorship）。
5. 鼓励家庭内部的门训关系。

### 二、家庭事工门训的结果——同工倍增

1. 拥有大批同工。
2. 同工关系紧密。
3. 夫妻同心事奉。
4. 其他事工效法。

### 三、以使命为目标的家庭事工运动

#### A. 家庭为第一宣教工场

1. 为未信的家人、邻居、朋友得救迫切祷告。
2. 创造机会宣讲神的救恩。
3. 训练下一代从小看重宣教。

#### B. 以家庭生活为宣教见证

1. 建造婚姻关系，向儿女做美好见证。
2. 建造家庭关系，向邻居做美好见证。
3. 见证邻里关系，向社区做美好见证。

#### C. 教会家庭事工成为使命团体

1. 举办婚姻家庭讲座。
2. 从参加者中选出愿意摆上的同工。
3. 开始一月一次的夫妻团契和同工培训。
4. 完成培训后成为家庭事工大使，以短宣的方式，参与其他教会的家庭事工培训，透过教学相长，深化门训过程，最终透过生命影响生命，完成基督的大使命。

1. 艾德·惠特、凯伊·惠特著。陈永成、严彩琇译。《闺房之乐，夫妻之爱（合订本）》。台北：大光，1996。
2. 吉姆·乔治著。蓝仁俊译。《合神心意的丈夫》。台北：以琳，1994。
3. 伊莉莎白·乔治著。黎珊黛译。《合神心意的妻子》。台北：以琳，1994。
4. 约翰·葛瑞著。苏晴译。《男女大不同》。台北：生命潜能，2011。
5. 克劳德·汤森德著。蔡岱安译。《过犹不及》。四川：四川大学，2003。
6. 柯盖瑞著。张钧、吴际平译。《心理辅导面面观》。台北：大光，2012。
7. 盖瑞·巧门著。王云良、苏斐译。《爱之语（增订版）》。台北：主日学，2021。
8. 提摩太·凯勒著。杨基译。《婚姻的意义》。上海：三联，2015。
9. 黛比·珀尔著。张丽丽译。《妻子，荣耀的帮助者》。海南：南方，2012。
10. Castleman, Robbie. *True Love in a World of False Hope, sex, romance and real people*. Downers Grove: IVP, 1996.
11. Smith, M. Blaine. *Should I Get Married*. Downers Grove: IVP, 2000.
12. Stevens, R. Paul. *Married for Good—The Lost Art of Staying Happily Married*. Vancouver: Regent College, 1986.
13. Wangerin, Walter Jr., *As For Me and My House*. Nashville: Thomas Nelson, 1990.