

版权页

Copyright Page

美好婚姻与家庭

作者：季本信
版次：二〇〇九年六月再版（简体字版）
出版及发行：活石出版有限公司
香港九龙尖沙嘴邮箱91855号

ISBN
版权所有©

Better Homes And Marriages

Author: O.J.Gibson
Editon: Second Simplified Chinese Script Edition, June 2009
Publisher & Distributor: Living Stone Publishers Ltd.
P.O.Box 91855, Tsim Sha Tsui, Kwoloon, Hong Kong.

ISBN
Copyright©

研读指引

你若留心注意下面的指引，预备自己，参与课堂；你研习本课程就必能得到最大的益处。

课前预备

每星期预留充足的时间来完成练习。每一课你都当采取以下的步骤：

- 1. 向神祷告。** 求神帮助你明白和应用祂的话语。你的祷告可以是：“求你开我的眼睛，使我看出你律法的奇妙。”（诗一一九18）
- 2. 阅读课文。** 把重点、不明白的地方或有疑问的地方，划上记号。翻查重点经文，参看一个好的圣经译本。
- 3. 回答练习里的问题。** 读完课文后，完成练习的所有题目。遇有困难的题目，可先跳到下一题，稍后再回头处理那棘手的问题。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

目录

研读指引		
第一课	一个身体还是两个个体	4
第二课	了解婚中的真爱	7
第三课	胜过婚姻系中的自私心	10
第四课	增进婚姻中的沟通	13
第五课	彼此相处的三个原则	17
第六课	减少争执和误解	21
第七课	解决困难和困扰	25
第八课	了解两性的差异	28
第九课	了解圣经给予丈夫的责任	31
第十课	了解圣经给予妻子的责任	34
第十一课	一起建立属灵生命	37
第十二课	一起改善社交时间	40
第十三课	计划在婚姻关系中成长	43

第一课

一个身体还是两个个体？

本书的命名取材自一本著名的杂志《更美之家与庭园》。在某种意义上，婚姻与家庭就象一个园子。我们需要多加照料，勤劳栽种，才能使园子保持状态，按时候开花结果。人若能在园中栽种修剪，并用心施肥浇灌，他的园子必有最好的效果。婚姻也是同一道理。那些以培养一个健康、快乐的婚姻和家庭生活为主要目标，并努力达致这结果的人，必能得着最佳的效果。

我们若专心聆听专家的意见，做起事来必得着最佳效果。人类既然是神按着祂自己的形象，为使自己喜悦而创造出来的，研究人类的专家就必然是创造主自己了。祂的《制造说明书》就是圣经。神是在创世之始，为所有生灵的好处而设立婚姻的。祂说：“那人独居不好。我要为他造一个配偶帮助他。”（创二18）那并不表示独身生活不能成功，而表示人被造成一个社群的受造物，需要与友伴相交。虽然这种需要可透过许多途径得到满足，但主要方法在于婚姻。神特别把人造成两种性别——男性和女性。其实祂可以用另一种方法达到祂的目的，正如祂在别的物种里所作的。

神借婚姻把男人和女人连成“一体”（创二24），这种表达方式的意义比人类似乎已认知的更深远。主耶稣谈到婚姻根据神的心意，有持久之特质时，特别指出夫妇二人是一体的（太一九4~6）。此外，神又以婚姻为例证和模范，指出主耶稣基督及其子民——教会——的关系（弗五31,32）。

丈夫和妻子并不是被造成两个“个体”，而是一个一起作工的团队。这种“一体”的合一是借生理（性行为）、社交（友谊）、属灵（与神相交）和其它关系达致的。婚姻生活必须常有这几方面的关系，才能增加双方的乐趣，合乎神的利益、服侍别人，并作出神心目中的榜样。任何人类关系中的不和与斗争，都不是出于神的旨意。这种关系的创伤可以借着双方顺服神的旨意而得到医治，正如圣经所显示的。各种情况下的不和都是源于不顺服神。

俗世社会在许多方面都不接受，并且藐视神的命令。一些人类的“权威”提倡人除了生理上的分别外，并没有所谓两性之别。他们提倡“平等的婚姻”，即夫妇双方有平等的责任，因而否定丈夫有领导的责任等等。他们把婚姻上的不忠（奸淫）合理化。他们又鼓励人为满足自我而活。他们有时则称神是双性的，即祂既有男性的特质，也有女性的。因此，我们可以用“她”来描述神，纵然圣经以男性身分来描述。

若不让主成为婚姻中一个重要的部分，承认祂的话带有权威，我们不相信一段婚姻会在各方面有真正的成功可言。这就是说，我们必须以圣经为优先：

1. 若要得着神的祝福，必要先以神和祂的国为优先（太六33）。
2. 永恒必须优先于暂时（现今）（林后四18）。
3. 属灵必须优先于物质（太六19,20）。
4. 人必须优先于事物（物质）（可八36,37）。

我们的生命若是忙于追求物质，或把家庭共聚的时间用来看电视；或不断忙于工作，没有留下时间给家人和主；或追求以享乐为快乐之源（称为享乐主义），我们就是浪费了在世的宝贵年日。

我们若懂得按着神的心意与配偶和谐相处，婚姻可以是一个很大的祝福。否则，婚姻可以是一个负累，一个冲突磨擦的源头，甚至是一个咒诅。我们或许不智地选择了一个配偶，开始了一段婚姻（这事常有发生），但神仍是那“医治之神”。祂可以把我们的错误变成可行的东西。祂可以赐我们“华冠代替灰尘”（赛六一3）。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

练习

1. 实际地说来，与配偶“成为一体”是什么意思？
2. 你可否列出至少两方面，你倾向于从个人主义的立场去思想和行动，而你是应该以一个队员的身分去思想和行动的？
3. 在你的婚姻关系中，有些什么是放在优先位置的呢？在这方面，你们是否双方都同意这样做？
4. 你在婚姻生活中享受到最大的祝福（一个或多个）是什么？
5. 你在婚姻生活中曾面对的最大挑战（一个或多个）是什么？你怎样处理？

第二课

了解婚姻中的真爱

爱往往是小说、电影、歌曲，和日常谈话的主题。然而，怎样定义或实践爱，却使许多人困惑。爱是持久的婚姻的一个重要元素。其实在任何亲密的关系中都是如此。出现问题的婚姻似乎主要都是缺乏爱。一位作家曾说：“真爱的道路不会是平坦的。”若是这样，人要修补没有真爱的关系时，我们可给予什么忠告呢？

爱是不是一种浪漫的感觉？爱是不是性交的同义词？爱是不是要用来满足对方的任何要求或欲望？（“你若爱我，就会这样做。”）爱的主要目的是不是自我满足呢？是否无论怎样应用，爱都有着相同的意义？我们爱神、爱家人、爱某种经验、爱某些食物，这些都说是爱，但爱的方法是不是都一样呢？弗五25说“你们作丈夫的，要爱你们的妻子”，这句话的意思是什么呢？

新约所用的希腊文中，在不同的观念下所用的“爱”字，都是不相同的。在英文、中文和别的语文中，人都倾向用一个相同的字去代表各种爱。Eros（衍生成英文的erotic）意思是肉体的爱。Phileo（美国的费城Philadelphia 从这字而来）意思是弟兄之爱。Agape意思是牺牲的爱。我们的语言并没有相对应的用词。圣经中讲述牺牲之爱的伟大经文在哥林多前书十三章，尤其是第4至5节。经文中描述这种爱是忍耐和恩慈。它是不嫉妒、不自夸、不张狂、不作害羞的事、不求自己的益处、不轻易发怒、不计算人的恶。用“不”来描述爱是有教育意义的。

圣经常使用爱的动词，意思是爱是行动，过于感觉。主吩咐我们要爱仇敌（太五44），那显然不是基于感觉。这命令是针对人的意志，而不是人的情绪。有人反对这说法，指出人若从未经历爱，便不能表达爱。我们是否只能从经历去学习爱？我们可否因着回应基督对我们的爱而抛弃不成熟、自私，以及因成长于没有爱的背景而对爱的无知？我们可否从祂的榜样去学习，被祂的爱激励，而借着祂所赐的能力，回应祂的命令呢？神不能在一个愿意顺从祂的器皿中作工吗？

圣经清楚吩咐人去爱神。这个称为“最大的诫命”。其次的诫命是爱人如己。圣经没有吩咐人去爱自己。人若爱自己，就成了行为不洁的人之一，如提后三2~4所指出的那些人。真爱中自我牺牲的特质可见于弗五25：“基督爱教会，为教会舍己。”这种爱是丈夫对妻子的典范。妻子对丈夫的爱彰显于敬重（弗五33）和顺服他的带领（弗五24）。作丈夫和妻子的或许不想这样做。然而，他们可以在这事上听从主，并倚靠祂的智慧过于任何解释或论证。

男人和女人对婚姻中的爱似乎有不同的理解。这可能基于两者在本质或性向上的分别。丈夫看为爱的表现有：煮一顿爱吃的晚饭、保持居室整洁、仪表大方、不争拗（不唠叨），并且彼此合作。丈夫特别希望得到妻子的鼓励。至于妻

子，她们则希望丈夫能表达爱意（不一定是性爱）、希望被欣赏、不把凡事看作“理所当然”，或只是被看为一个在家里有用的人。有些日本男人会用一个有趣，或令人反感的字来形容他们的妻子。这字翻译出来就是“屋子里那个东西”。一个西方人的妻子大概不会喜欢被这样看待。

一个爱丈夫的妻子会控制自己，尤其在别人面前，不去批评或低贬她的丈夫。她不会视丈夫为饭票，或只是一个在家中帮忙的人。一个爱妻子的丈夫会控制自己，不去过分批评妻子，或对她苛刻和漠不关心。往往是除非他要求性爱，否则就把她忽略。一个好丈夫能关心妻子细微的感觉。他记得妻子或许会比他更着意去保持昔日的浪漫。他会找机会去赞赏她，或在她疲倦、烦恼时，更多体谅她。多半妻子都希望丈夫温柔体贴。她希望丈夫珍惜重视她，而不是视她为一件拥有的物件。虐待妻子，言语上，或尤其是身体上，是叫人难以忍受，没有任何借口会被接受的。

双方坐下，静静地、细心地讨论上述的各方面，是很有用的。事实上，妻子多半渴望丈夫与她们多交谈，尤其是关乎个人的事。夫妇间可先讨论爱是什么，取得有一个共同的想法，再细谈“如何加深彼此的爱”。那么，双方应列出一些方法，指出（1）如何向伴侣表达爱，（2）伴侣如何向我表达爱。列出一些必须清除的障碍。例如：“我们从来不会彼此静心交谈”；或“我一进入家门你就不由分诉地加以责难，也不给我先把说话讲完”。你们两人必先协议，不会借此讨论来开始一连串的争论和砌词自辩。要安静细心聆听，即使不同意对方所说的话。

可考虑用以下各点来自我检讨：

1. 你的爱是否主要在于用建设性的方法，使别人得益处？还是你的爱是自私，只顾自己利益的？
2. 你的爱是否清楚表明你个人的牺牲或奉献？这里所谈的不限于金钱上的奉献。
3. 你是否立志每天改进你对配偶爱的表达，还是只是谈谈，然后便抛诸脑后？
4. 你是否愿意放弃改变一些已不能改变的事情？你能够从心底饶恕对方，并继续为更美好的将来而努力？

总括来说，在婚姻中学习以至高和尊贵的方法去彼此相爱，必须有神所赐予的能力。那些愿意顺服神的旨意，并立志讨神喜悦的人，便得着这能力，你必须得着耶稣给你那牺牲之爱的激励。否则，你会感到力有不逮。

第三课

胜过婚姻关系中的自私心

人类从婴孩期至成年，也许主要的核心问题就是自私或自我中心。自私似乎就是犯罪的根源。自私使人不能与神相交，而在人与人的关系中，也是破坏性的。在婚姻中，自私就是毒药。我们若是诚实的话，就得承认每天在家中我们都因孩子的自私倾向而争战。有人说，小孩子学会了说“不”之后，跟着便是说“我的”。他们第一句会说的话是：“那是我的。”分享是要学习的，这种情操并非天生。孩子若在父母身上也看见种自私的倾向，那么，即使你鼓励他不要自私也没有作用。我们若不靠着神的加力，用坚决的态度对付这怪物，它会继续危害婚姻中的和谐关系。

以自我为中心的思想会无可避免地使双方产生磨擦，然后就是严重的冲突。也许我们这些情况为缺乏体谅，不为他人着想，或感想迟钝。这是对问题的较温和的描述。我们发现人常常说：“我想”、“我认为”或“我感到”。人很少会回头问一下别人的意欲、想法或感受。事情对我有何影响，是以自我为中心的人所关注的。但主怎样看这种态度呢？这态度怎样影响我们的儿女呢？自我抑制一下，或把我的个人利益放在次要的位置又何妨呢？

主耶稣在世上的时候，常处理人这种“自我优先”的态度。门徒争论在天国里谁为大的时候，情况就至为明显（可九33,34）。祂责备门徒，教导他们说，他们若要做最大的，就要先作众人的仆人，取一个最卑微的位置。主教导说，我们必须把讨神喜悦放在生活中最优先的位置。其次是爱人和服侍人。基督以身作则，祂为人受苦和受死。祂来不是要受人服事，而是要服事人（太二〇28）。祂说：“若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。”（太一六24）腓立比书二章3至4节说：“凡事不可结党，不可贪图虚浮的荣耀，只要存心谦卑，各人看别人比自己强。各人不要单顾自己的事，也要顾别人的事。”

现今坊间教人处理婚姻问题的建议中，并没有强调上述各点的重要性。相反地，我们听到的是要求你的“权利”，为自己站起来，或坚持己见。他们的标准忠告是：“不要再忍下去了！”无怪乎现今社会上的离婚率那么高，多半的家庭都支离破碎了。人都不想面对自己，处理自己本身的问题。他们希望用任何方法去脱离所面对的处境。

我们怎样能在婚姻中成功地处理自私的问题呢？确实并不容易。靠着肉体的力量，我们肯定不会成功。我们需要超自然的能力，去胜过这种与生俱来的犯罪倾向。自私的倾向是自然而然的。在一生中，我们这种倾向或许会被改良，用一种较温和、较容易被人接受的方法去表达自己。然而，这劣根性仍然存在，并没有改变。胜过这劣根性的第一个步骤是重生，让圣灵内住，得着圣灵的能力去更

新变化。这样，我们便有一个从上而来的能力去处理这事。然而，单有从上而来的能力是不足够的。除非我们作为信徒的，能天天把自己交给圣灵来带领，否则我们堕入我们天生、自私的行为中。

请细思想下列指引，在你的婚姻中实行一个对付自私态度的计划：

1. 每天立志在基督的主权带领下说话、行为、与配偶相交。下决心让耶稣，而不是情绪，作你的引导。

2. 以无畏的精神，每天列下你的说话和行动。较好的时间是晚上休息之前，这时最后反省一下当天的生活，并作适当的认罪。你对配偶的态度可有以自我为中心或漠不关心呢？抑制一下你的骄傲，并加以认罪，首先向神，然后向你的配偶。你最好不要找任何借口，坦白地承认说：“我错了！”

3. 跟你的配偶作定期检讨（初时每周一次），请对方指出你显得自私、漠不关心，或专横的地方。若你听到坏消息，得到的是对方的批评，请不要争论；不要找借口或表现得厌恶。只要聆听，并思想你所听见的。不要辩说：“没有人是完美的。我不过是个普通人。”

4. 要为别人的利益效劳时，你特别感到麻烦或不方便的地方在哪里？试列出你为对方好处，抱着牺牲精神而要作出的积极行动。不作消极行动是好的。不断尝试善待对方，为对方着想则更好。你是努力体察对方的需要，还是只顾自己的需要呢？

5. 你的配偶认为你常常（或偶尔）坚持己见吗？去问一问他。

6. 你们是否定期抽时间去聆听对方的心声呢？也许你太忙碌，或太厌倦，不想再尝试。我们从许多家庭中都听见的一句话是：“他从不静心听我说话。”

7. 在你心目中，跟配偶保持良好关系是不是一件首要的事情呢？也许对方有时是一个很难相处的人，也许你已不想再容忍。若是这样，请你停一下，思想主耶稣一直怎样容忍你。

细思想过上述的问题后，你可以跟配偶逐一讨论这些问题。要细心体贴对方。要作一个好的聆听者。然后写下你在某个练习中所了解的情况。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

第四课

增进婚姻中的沟通

有一个公众意见测验公布的研究表示：“夫妇沟通的能力，是维持稳定美满婚姻的一个主要条件。那些有良好沟通的夫妇，彼此关系远比沟通未如理想的夫妇好。”

在婚姻关系中，不理想的沟通也可能受着别的因素影响。那些因素包括双方不能解决的主要分歧、经济压力、属灵问题、不忠、酗酒、过度看电视，或只是不知道怎样沟通。这事不可忽略。双方必须愿意除去任何障碍，建立必须的技巧。这个测验意义深长地评论说，一段关系中，双方信任的程度紧系于两者沟通的能力。

真正的沟通是什么？有人说沟通是两个人或以上举行有意义的会议时所发生的事。换句话说，沟通不只是一个人尽吐心声，或发表意见。一位基督徒辅导员亨利布兰特说：“沟通就是不再把感情或思想掩藏，从而坦诚地表达自己。”沟通不只是人与人之间一些只有言语和回应的对话。

在圣经中，并没有一个单独的字词能完满地表达沟通的意义。两个意义接近的词是：“捐输、乐意供给”（Koinonia，来一三16；提前六18），意思是参与、作伴和分享；“谈论”（Homileo，路二四15），意思是谈话。主耶稣就是道（话），是神向人的沟通。在神的创造里，清楚的言语和文字是祂赐予人类的礼物，有别于其它生物。

有人说，在有效的沟通里，了解不但包含说话。否则，言语的交换会退化为“聋人的对话”，即双方都没有真正用心聆听对方。从一个人自己的角度看，了解别人应比了解自己为重要。你若希望婚姻关系有有效的沟通，你在这方面就要表现得不自私。良好的沟通不只是谈及一圣活动或报告一些事件，纵然这些也许都是重要的。了解别人内心的态度和思想是重要的。我们必须关注这一点，而不只是确立自己的意见。

导航会的佐治·山齐思撰写和教导许多有关婚姻的题材，包括沟通。他强调人要有操练好的聆听，那是一个很有帮助的表达语句。他建议下列各点：

- 1. 要聆听弦外之意。**若对方明显是受伤、忿怒、苦毒、挫折或失望，我们要立即听取他的弦外之音。我们必须发掘和疏导这些感情。
- 2. 要发问来加以澄清。**不要急于下结论。你是否确定你了解其中的实情或问题？你应赞赏和鼓励这人，你要表示你真的希望了解真相。
- 3. 要避免防御性的回应。**不要迅速的攻击对方所说的话，以致你为自己的言语或行动辩解。有时可能是出于骄傲。你不能忍受别人批评你或反对你的意见吗？我们也许可从自己的批评中，无论多细小，学到一些东西。这些批评或许会

告诉我们一些事，是我们需要思想的。稍停一下，三思然后才作回答。开始时可以说：“你也许是对的。”

4. 不要清除杂音（不听）。若所谈论的事情或问题似是耳熟能详（“这些我都听过了”）。对你来说，可能都是“相同的旧事”，但若这些事对说话者来说是那么重要的话，就让我们商量怎样解决或处理问题。

5. 不要只是听取你有兴趣的内容。这样做称为选择性的聆听。沟通是双向的参与和了解。那不是一个人游戏。别人有兴趣的东西，对他们来说就是重要的。

6. 不要让你的思想游荡。交谈时，我们很容易会发呆或心神游荡。要记得对方是会察觉到的。你的眼神是在说：“我对你所说的话没有兴趣。”

7. 不要让敏感的字眼使你放弃不听。某些语句（或内容）可能会不寻常地使你怒气冲冲。要抑制你的情绪。要记得有些字眼也会使对方“爆发”。让我们双方都知道那是什么。若可能，要避免那些字眼，或了解它们为何会触动我们的情绪。

让我们多加一两个良好沟通要留意的事项：

提防讽刺的言词象瘟疫一样。有些言词会象针一样刺着对方，使你最终伤害了他。言语有很大的杀伤力。那可能是一句简单的话，如：“噢！你总是对的。”但含意却是“你知道那并不是真的。”与此异曲同工的有“嘲弄”。嘲弄会恶化为伤害人的讥讽。要提防一些拙劣、不顾对方感受的评语。

留意你的发言，若你倾向长篇大论。让别人有机会加入交谈中。要看这些交谈如两人在拍汽球。不要滔滔不绝，不要交待多余的细节或重复你的话。

多说话多参与，若你倾向沉默寡言。不要让交谈变成独白。不要单单接收而不发言，你也要作出贡献。

有礼地发问，表示你的兴趣。那不是说你要好象一个正在搜集资料去写报告的人。可使用以下的公式：发问、聆听、发表意见（常被忽略的一步），然后再发问。

集中于交谈的概念，而不在事情、人物，和不重要的细节。尝试提高交谈的水平。

不要插咀，或急于发言，要先听完整件事。“未曾听完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。”（箴一八13）不要替别人结束一个句子，要有耐心。

学习讨论，而不是争论。互相交换意见，有助彼此了解，就是讨论。坚持自己的观点，指出对方的错处，就是争论。

总结来说，我们要立志分析与配偶或别人保持良好沟通的障碍。让我们学习积极的原则，使交谈能达到预期的效果，那是真正相交同行的一个重要部分。那是婚姻中一个重要的好处，若不是最主要的。

练习

1. 用你的言语说出以下各节所指出的问题。在下面列出你实行时的主要问题（根据配偶的看法），然后是他／她的问题（根据你的看法）。请冷静地讨论！

第一部分

箴一一12

箴一二15

箴一二16

箴一二18

箴一八2

箴一八13

箴二一19

弗四2

弗四26

弗四29

弗四32

第二部分

查考以弗所书四章15节。回答以下问题（对或错）：

- 只要存着爱心，说什么都不要紧。
 - 你怎样表达一些事情是十分重要的。
 - 完全诚实是不需要的。
 - 只要不严厉、不拙劣，可以把真话说出来。
2. 沟通检查清单：在下列清单中，每人都要按自己（不是别人）所经历、所发现的，在问题左边打勾。然后坐下来，细心检阅你的答案，看你是否同意。要接受别人给你的评价。把五至六个有关你自己的问题圈出来，然后尝试改善。

影响有效聆听的弊病

我一些不是用言语表达的态度（沉闷、讨厌的样子）

我先前的感受或牢骚

我的干扰（他们所察觉的）

我有长篇大论的倾向

我对所谈论的题目没有兴趣

我有一种“我知道得更清楚”的感觉

我有一种“我常常不明白他／她在说什么”的感觉

我缺乏专注力

我误解他们的观点

我没有澄清事件

我感到他们说得太
我对某些事情的偏见
我不愿意让伴侣分享他/她的真感受
我有过分挑剔的倾向
我不信赖他们

回应方面的弊病

我使用讽刺性的语句（他们认为如是）
我的回应较情绪化和冲动
我不能掌握对方的观点
我没有用言语作回应
我没有留意他们给我的回应
我不能准确地知道要说些什么
我不热心、不用心聆听
我没有清晰地给予意见
我没有任何真正、直接的回应
我不能容让别人持不同的意见

各种沟通的一般障碍

分辨事实与意见有困难
不能控制时间（一般在什么时候？）
过度疲累（是否有更好的时间？）
感觉被压倒（怎样退后？）
情况变得太情绪化（怎么办？）
受挫，想放弃（可以做些什么来解决这问题？）
没有付出所需的努力（需要做些什么？）
不能坦诚相向（同上——惧怕作回应，可能会显露一些恐惧或弱点等等）
我们的交谈往往只是独白（为什么？）
我想那是没有用的（为什么？）——试列出上述没有提及的。

Christiana Publishers Ltd. 活石出版有限公司

第五课

彼此相处的三个原则

关于怎样彼此相处，不同的“专家”提出了许多不同的原则。你可以列出一百个项目。即使你能一一列出，大概多半都不会记得去实行。我们希望指出三个主要建议。这些原则可以大大改善你和配偶的关系，即使只有单方面作出努力。当然，若你们两人都能努力改进，就是最理想的。那么，你会尝试吗？

这三个主要原则是：

1. 对于自己各种行动、态度、言语，或其它反应，你要承受你个人的责任。不要总是埋怨别人。
2. 忘记过去，不要重提以往的牢骚——你还以为已经解决，已经饶恕和忘记（腓三13下；可一一25,26）。你何时才能重新开始、忘记以往的事呢？
3. 立志彼此帮助、在品格上互相建立。你们是否努力激发爱心、勉励行善（来一〇24）？这方面的长进是婚姻关系所提供的一个很好的机会。你是否愿意去行？

你可以按着上述的次序来思考这些原则，因为它们是一个原则带出另一个原则的。这是假设你正努力发展一段更美满的婚姻。找出需要改善的地方是第一步，也是必须的一步，跟着才可以承担更大的任务。这是要认真地处理的问题。你需要在你婚姻关系的屋子里，作一个清洁工人，清除负面的因素，并要做个建筑工人，用正面和积极的方法去建立。

1. 接受个人的责任。人对于一些他们所说、所做或没有做的事，似乎很难避免找借口，或埋怨别人，尤其是当结果是不好的时候。我们的祖先在伊甸园中被神问及他们的罪时，他们第一个行动就是互相推卸责任（创三8~15）。圣经清楚显示，神并不让他们以借口妨碍祂所要施行的处罚。祂无疑并没有接受亚当和夏娃的借口。祂也不会接受我们逃避为自己行为负责的借口。

不听话、做错事后互相推搪责任，是小孩子典型的行为。这样的行为对他们来说似是很自然的。通常可以听到的两种借口是：“是他先做的”和“我没有听见你的话”。人要成长、成熟，才能诚实地承认自己的责任，说：“我错了。”

当我们说某人“从不承认自己的错”，我们是说他品格差和伪善。当代许多精神病学和心理学的的一个主要原理，是认可人找借口和推搪责任。每一件事、每一个人，过去或现在，社会或个人，都可以是埋怨的对象和目标，目的只是逃避个人的责任。有人作了牺牲者，而辅导员通常会给予同情和支持。

在婚姻中，若有一方几乎完全不愿为自己所言所行负上责任，问题肯定不能

解决。无论触动怒气的事情或处境是什么，我们必须为自己的反应单独负责任。神会这样看我们，即使别人不会。有些人习惯承认小错误，然后说“但是”。别人应留意他说“但是”以后带出的要点。就是为这缘故，有人会说：“但我没说‘但是’。”

你们之间要同意以下两种做法：

a) 无论我为何说或做出那事，我仍然要为自己的反应向神，和向有关的人负责。别人的劣行或不负责任不可用作我的借口。

b) 只承认部分责任，尤其是跟着说“但是”，并不代表我愿意承认个人责任。无论你或别人作了什么事，你们的行为在神眼中只有对或错。要承认，不要找借口。这样才显出刚强，而不是软弱的性格。

2. 忘记背后。有哲学家曾说：“犯错是人性，饶恕是神性。”意思是所有人都曾做了错事或说了错的话，并为过去感到遗憾。这些人对于要饶恕和忘记过往曾得罪他们的人，感到为难。然而，他们却求神饶恕他们自己的罪。就是基于这个原因，以弗所书四章32节命令我们“要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。”神施恩饶恕我们，不是因为我们配得祂的饶恕。祂是期望我们以同样的态度对待别人——对待婚姻中的伴侣肯定要如此。

这样做并不表示我们就可以忽视持久不悔改的态度。意思是既经过认罪、赦罪和真正的悔改，我们应作神所作的，把事情置诸脑后，并让它告一段落。你尽力与配偶言和，那已经是所有你能作的，若对方不断重提旧事，多年后仍用此事来责备你。那就是藐视神给我们的恩典。主耶稣在马太福音十八章23至35节严肃地警告众人不要作出这有罪的行为。祂称这不饶恕人的为“恶”，并说神要按他们待人的方法来对待他们。

在婚姻中，夫妇间往往不会迅速地处理对方的怒气或牢骚。以弗所书四章26节说“不可含怒到日落”，意思是不要把你配偶的牢骚带到翌日。这情况会愈来愈坏，因为双方会不断思想那事件。由于我们的罪性，我们会愈来愈怨恨对方。那可能因为我们想惩罚他们，也许因为我们想为自己的态度和行为辩护。人常说：“我不能忘记这事”或“我不能原谅他/她。”他们真正的意思是：“我不会……”。若心存怒气，不去解决，不去饶恕，它就会侵蚀我们的灵魂。它会污损我们与神的关系，使我们的心灵变得苦毒。你若因此而失去神的恩典，就会“有毒根生出来扰乱你们，因此叫众人沾染污秽”（来一二15）。把旧事忘记，对我们的心灵和情绪都是健康的。

3. 彼此帮助，建立品格。我们若不能在品格培育上看见神的工作，就不可能正确地了解神怎样在生活上与祂的儿女相处。概括来说，那就是以效法神儿子的形象为目标（罗八24；林后三18）。神正在作工，使我们里面重新得着祂的形象（创一27）。这形象已因人的罪而受损，需要再次修复（林前一五49）。

婚姻既是神所设立的，其目的必须包括透过婚姻中相互的影响，使我们的品格变得完全。若要婚姻有长进，我们必须在品格方面有成长。因此，那些真心相信主的夫妇，必须立志这样行。首先，我们必须寻求长进，懂得如何处理合一关

系中的各种情况。其次，我们应细想如何帮助配偶成长，而不是成为对方成长的障碍。这概念对许多夫妇来说，可能是新鲜的。然而，这若能成为我们思想的一部分，就可以是使婚姻关系有所增进。无可否认这种观点要求我们多多成熟长进。

神已吩咐我们在各方面有长进（弗四15）。长进就是改变。品格成长是一个渐进的过程，不是一蹴而就的。它要求信徒顺服神的管治，也要求我们与别人互相合作。这包含愿意聆听，并开放自己，接受改变。

我们的成长会因各种因素而受障碍。我们多半抗拒改变自己，无论因为自满、骄傲、固执、感觉迟钝，还是不相信改变自己是有可能的。我们可能对别人的提醒和指摘有反感，尤其是来自配偶的。我们若不开放自己，接受改变，就不会有改变，也不会有长进。我们的生活和婚姻因而会受苦。我们会注定失败。

我们可以怎样彼此帮助，而不会成为唠唠叨叨、吹毛求疵的人呢？来一〇24说：“要彼此相顾，激发爱心，勉励行善。”怎样才可以正确地彼此帮助呢？首先是需要作一个榜样，尤其在我们希望别人有所改进的地方。要记得，我们的目标是活象基督，而不是按个人的喜好而行。

我们还可以做些什么？我们可以凭着信心，在某些特别方面为对方祷告。我们可以学习诚实地赞美和加以鼓励，纵然只是一点点的进步而已。鼓励是一个很大的推动力。作出建议，有积极和消极的方法。要认识两者的分别。要学习怎样用有建设性和肯定的方法去提出一个建议。你们可否用一点时间坦诚地对话，而态度要谦卑，不可有情绪激动？你们要学习怎样能做到这一点。订立一些基本规则。你们若能定出来，可否也遵从规则而行？要借讨论和例证使你们所谈的内容清楚明白！要一起研读神的话，为你们的分歧祷告。要尝试容忍彼此在情绪和性格上的差异。要按对方的利益来作考虑。研习神的属性。神许多方面的属性都可以成为你改进的范围。

总括来说，在婚姻中，你要投入去成长、成熟，使你能处理本课所提出的问题。要把你自己和你的婚姻交托给圣灵，以致祂能使你有着能力，达致成功，否则，你也许只会失败，主耶稣说：“在神凡事都能。”

练习

1. 实际来说，对于你不智慧的行为或言语，你若要控制自己不去推搪责任或托辞狡辩，你可以做些什么呢？你在哪些方面较容易托辞狡辩？
2. 你怎样处理配偶昔日的埋怨或攻击？你何时和为何在近期的争执上重提这些事？你怎样才可以消除这种恶习？
3. 列出一些你可以帮助配偶在性格上成长的积极方法。不要只写出本课内容所提及的，请列出你自己愿意和可以做的事。
4. 在本课所提出的三个原则中，哪一个最能刺激你去思想？请详述之。你认为这对你得着更美满的婚姻，是否有正面的影响？

Living Stone Publishers
活石出版有限公司

第六课

减少争执和误解

人与人之间总有一些分歧，有时更带来不同的意见，但我们应否做一个难于相处的人呢？一个难于相处的人是不随和、爱争论、没有礼貌和不守规矩的。此外还可能有易发怒、苛刻、言语或行为尖酸刻薄等。作为耶稣的跟从者，这些性情总不能帮助我们平息一些可能是正当的意见分歧。

雅四1问道：“你们中间的争战斗殴，是从哪里来的呢？不是从你们百体中战斗之私欲来的吗？”那么，争执就不是源于意见不合的地方，或源于别人，而是源于我们里面犯罪的本性。我们希望证明自己是对的，别人是错的。我们渴望争论中获胜，无人能反驳我们的话。我们不惜任何代价，希望在言语上争胜。你称这种态度为什么？靠着神的力量去改变这种态度，就是开始减少争执的起点。那会增进我们的能力，当我们面对分歧时，也能持着基督徒应有的态度。

自称是基督的跟从者却好争论的人，似乎忘记了加五19,20的话。圣经说：“情欲的事，都是显而易见的，就如奸淫、污秽、邪荡、拜偶像、邪术、仇恨、争竞、忌恨、恼怒、结党、纷争、异端。”这些罪跟第22节的圣灵果子形成强烈的对比。人若按肉体做出罪恶的行为，会叫人怀疑他是否真正能承受神国（21节）的基督徒。那是一个很严重的问题。因此，问题是我们自己的行为是否与我们声称的信仰相称。我们的伴侣可能是很难相处的，至少我们认为他们是这样。然而，我们在恼人的处境下，仍要有正确的反应，对方的态度并不影响我们向神应负的责任。请记住，在神的眼中，我们并不能为自己错误的行为狡辩，也不能埋怨别人，说是别人的错。

这并不表示我们不可有立场或意见。我们确实需要学习如何向对方表达自己的意见，而不会让讨论变成争论，及其后的恼恨。讨论和争论是有分别的，我们必须对其中的分别有一致的见解。若双方都有机会说出一些事实，让对方去考虑，那就是讨论。讨论并不是独白。讨论不是要对方承认我是对的，他是错的。讨论不是恶言相向，只带来热，却没有带来光。在讨论中，双方都应尊重（不一定要同意）对方的观点，无论那观点是何等错误。

若讨论演变成争论，便应马上停止，因为它不能达到有用的目的。争论是有害的。小孩若听见父母争论，或甚至只是看见他们紧张的关系，这对他们都是极之有害的，同时也是一个很坏的榜样。他们可能认为“人生就是这样的”，有些自辩者也是这样声称。他们确实看不见生活应有的态度。这样争论又称为吵架（因埋怨而有言语冲突或持久的吵闹）、吵嘴（没有容忍，容易发怒，持续地对骂）、激辩。在过度激烈的情况下，一个人会咆哮和叫嚷。

这种情况叫人苦恼，如箴二一9所说：“宁可住在房顶的角上，不在宽阔的房

屋，与争吵的妇人同住。”箴一七14说，我们为了多人的好处，在争闹开始的时候，就要止息争竞。一位知名的基督徒曾对笔者说，他跟太太从不争拗。我问他怎样可以做到，他解释说：“我太太不愿意争论。”这做法对大部分夫妇来说似乎只是苛求。那么，我们怎样可以减少争论和误解呢？

1. 尝试控制你的反应。容让主，事实上是恳求主，控制你的情绪、言语、和行动。自制是圣灵果子之一，或是有圣灵掌管的生活表现。我们必须每天与神相交，必须实践罗六6、11、13和八13。经文说我们应该知道、看见、献上和治死某些东西。这样，我们便能过着得胜的生活。箴二五28说，一个人不制伏自己的心，就象一个被闯入的城，并且没有墙垣。箴一五1说：“回答柔和，使怒消退，言语暴戾，触动怒气。”箴二九11说：“愚妄人怒气全发，智慧人忍气含怒。”易怒的人挑启争端，并且导致犯罪（箴二九22）。这种态度在随后几节与骄傲连系起来。总括来说，防止争执就要在恶言相向之前冷静下来，止住怒气。要学习更多聆听，减少滔滔雄辩。

2. 学习宽容别人的无礼攻击，无论是真实的还是想象的，要了解和实际地忍耐（弗四2；西三13）。那就是容忍或“熬住”。那是为了基督的缘故，也是为了众人的好处。箴一九11说“宽恕人的过失”，是一个人的荣耀，而这是愿意克制自己怒气的结果。要记得主耶稣在彼拉多和指控者面前的态度。要细想祂的克制和恩慈。一个忍耐的人可以为自己说话，但却放弃这样做。祂持守着和平、忍耐、谦卑和温柔。那是刚强性格的表现。那是基督的形象。要下决心凡事宽容，不被激怒，以此作为每天行事的姿态，尤其是在家里。

3. 若分歧显得真实，不能忽视，便尝试用一种合理的方法去解决。要选择一段合适的时间去处理问题。应避免的时间是你感到疲倦、饥饿、愤怒，或极度情绪化的时候。大家要同意以平静的语调来讨论（不是高声说话，抢着发言）。要以解决问题为目标，不要在争胜的气氛下进行。学习承认态度上或实际上失败。写下问题的正反方，要包括观点和理由。以协议的方式决定可以做到的行动。在观点上妥协，而不是在信念上妥协，这是需要一定程度的成熟和属灵力量的。然而，为了达致双方沟通，和平地解决问题，你是值得为此而努力的。

4. 你们若有一些似乎不能自己解决的问题，可以协议请一位成熟的基督徒，作仲裁者帮助你们。要同意只在指定的事情上询问他的意见或建议。你们可以在正式或非正式的环境下进行。目标是解决问题，然后不再提起。把争执堆积起来，对你们的关系是危险的。要把任何僵局打破。

以下所列举的语句，对解决问题是没有帮助，并且有害的：

“没有希望的了！我已放弃尝试。他／她是不会改变的。”

“我要把心中的郁结都吐出来”，并要“收拾你”。

“我不要提起此事，现在不提，以后也不提。我不想理会它。”

你还可以在上述例子以外，加上许多不同的谴责、侮辱和愤怒的字句。

请用以下问题问一问你自己：

1. 我的回应中有恩慈（不配得的爱顾），象主对待我那样吗？
2. 我是否愿意分担引起这冲突的责任？还是我把责任全放在别人身上？
3. 纵使万物都不完美，我们是否也能向好的一面前进？虽然世人都不完美，我是否仍期望我们有美好的关系？
4. 我是否完全投身，甚至作出牺牲，先消除一切伤害我们关系的事情，并避免任何引致不和谐的事情？
5. 我是否有消除，或减少家中争执的目标？若没有，为何没有？

学习怎样处理和消除争执与误解，能建立婚姻，建立家庭。因此，你要以此为优先要做的事。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

练习

1. 你认为你和配偶为何有争执，尤其是那些引致彼此对敌、感情受伤的争执？

2. 你认为怎样才可减少婚姻中争执和误会的次数及其负面的影响？

3. 你若能在一件或多件会引起剧烈争论的事件上达成共识，那些事件会是什么？

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

第七课

解决困难和困扰

“我不知如何是好，感到十分困扰。”

这是今天许多人的呼喊！是什么意思呢？这是源于未解决之问题的无助感和不满。在一些努力过却失败的处境中，我们好象不能通往成功之路一样。我们想放弃，但在婚姻中，要放弃则必须付出高昂的代价。

我们为何受到挫败便想放弃？我们可能对自己付出努力后达致的结果感到失望。有些人说：“就我所知道的，我全都做过了，但似乎没有一样可行。”我们可能对别人付出的努力感到失望。“他从不听我的，从不改变，从不做他应做的事。”我们也许为着日常生活中经历到的失败而失望，因而影响婚姻。

我们为何感到挫败，而不是满怀希望？

1. 也许我们不能接受不完美是世上生活的一部分。遇到问题、困难和失望是正常的。这些是我们必须学习处理的事情。有些事情需要接受，有些则需要解决。这是生活的一部分。

2. 也许我们没有锲而不舍地祈求主赐下超常的能力去解决困难。“岂有我难成的事吗？”（耶三二27）神这样问。我们的问题是否在于信心太少，还不如一粒芥菜种？人的不足是否神作工的障碍？

3. 也许我们不晓得怎样看失望是成长的途径。我们是否没有受试验，并在困难时刻学习主要教训的地方？我们需要学习怎样处理这些事，而不会爆发怒气，或落入忧郁的状态，或只是逃避、放弃。

妻子感到挫败和困扰时，一般会怎样做？他们也许会哭，作为一种情绪的宣泄。他们也许会发怒，或变得沮丧。一些她们平常会宽容的行动，现在可能看为是破坏性的。

在这些情况下，作丈夫的一般会怎样做？他们可能会在言语上或行动上变得粗暴。他们可能会忿怒而没有粗暴的表现。他们可能会沮丧，变得沉默。一些他们平常会宽容的行动，现在他们可能会看为有害。仔细看看这些行动后，我们必须承认它们是于事无补的。我们必定有更具建设性的方法去处理困扰。

我们可以有些什么建设性的行动，代替上述的做法？

1. **平静下来**，尝试在作出回应时，不受情绪的影响。
2. **祷告求神指示**什么是最好的处理方法。也许一段“等候主”的时间，比你

所作的任何事更好。需要更多，而不是更少时间研读圣经。打开你的心去领受神的亮光。

3. 从一个崭新的角度**分析你的处境**。你的思想可能已因袭成规。请一个有智慧、成熟的信徒来辅导。寻找一个新的角度——澄清你的思想。减少你的宣泄（滔滔雄辩）。不要期望辅导员去“修理”你的配偶，那并不是一个辅导员的工作。无论如何，辅导员并不能这样做。

4. **定下一段安静时间**，跟你的配偶一起平静地检讨事情。寻找方法去解决困扰和改善处境。那不是一段重开“舌战”的时间。

5. **考虑改动一下你的生活日程**。一起做一些两人皆享受的事情，作为张力的松弛。尝试争取一些额外的休息。考虑到公园、海滩、或上山走一走，让你们的思想脱离固有的轨迹。暂时不要谈论或想及你们的困扰。打破你们思想的循环，开放自己，看一些新鲜的事物。

6. **停止要求你的伴侣活出你的期望**，或使对方与你的思想一致。也许你的期望是不真实的。你是否把你的配偶与别人或某个梦想中的人作比较？你与配偶结婚时，是否想着要改变对方？要记得你并不能改变你的配偶，尤其是当你只会唠唠叨叨或运用你的策略。

在你的配偶想改变自己之前，他／她并不会改变，他们若愿意听从神或成熟的辅导，神就能赐他们能力。

7. **学习接受你不能改变的事**。适当地改变你能改变的事，尤其是关乎你自己的。

8. **避免很快便认为你的配偶动机不良或不关心你**。若你能够，便为对方的改进给予赞赏。他们要付出的努力或克制，可能比你想象的更多。

9. 在更正你的配偶前，要**处理你自己的负面情绪**。当你心烦意乱、愤慨，或正在对人采取“沉默态度”时，你的更正不会顺利进行。

10. **为协调和谐而努力，却不是为争胜（我对你错）**。不要意图说最后一句压倒性的话。

表现得挫败、困扰，并不是达致成功的好方法。那是你对不喜欢的事情的负面反应，并不是建设性的。要记得你的各种行动和态度是出于你自己的问题。你对别人所作或没有作的毋须负责，但你要对自己所作的负责。为主的缘故做合宜的事。你会得着最好的结果。

要记得许多问题都有它好的一面。你可以靠着神的帮助得胜困难，从而得着性格上的成长。要学习作一个更刚强的人。你若借着信靠顺服神而得胜困难，便是荣耀祂。要学习从神支取力量，正如枝子从葡萄树支取力量（约一五10下）。你学习作一个有智慧的人，而不是沉溺在挫败中，这便是在“神的学校”里得着成长。不要求神少给你困难和挫败，要求祂助你做一个更可嘉的人。

第八课

了解两性的差异

神造男造女的时候（创一27；五2），祂给他们的构造是不同的。那并非不平等，而是不相同。这种不相同不只是生理上或体能上的差异，而是包括性格和性别的歧异。这包括我们的情绪反应、思考方法和所作的决定，我们在家中和教会中既定的角色，同时也影响我们在性方面的反应。

我们若不了解这些气质和性反应方面的差异，便会引致婚姻关系中的误解、不满、挫败和困扰。通常夫妇间会有的错误观念是对方应该或可以象我一样去作出反应。这是根本上的错误。请细想以下简短的提醒：

1. 男性通常会有较快的性反应，女性则需要较长时间的刺激。
2. 男性会受眼所见的事物影响，女性则较受感情的因素影响。
3. 男性可以对一个没有感情的女性产生性欲——这对女性来说是不正常和难以理解的。
4. 气氛、气味、声音、周围环境和开始的对话对大部分男性来说都是不重要的。这一切对女性来说却意义重大。
5. 在性反应方面，男性是较不复杂，是高度集中的；女性却对多方面都较敏感。
6. 若要进行性交，时间的选择对女性而言重要得多。

满足配偶的性需要包括许多不同的考虑。首先，对接受神话语之权威的信徒来说，他们要留意圣经的吩咐。我们应留心我们全智之主所教导的。其次，我们必须凭着爱心，尝试了解配偶在生理和性向上与自己的分别，并按这些分歧来作出行动。换句话说，我们应该用一种有属灵智慧的态度跟配偶交谈沟通，而不是要求自己的“权利”。

圣经的标准是简单直接的：

1. 满足你配偶的性需要。你的身子是属于对方的，不是自己的（林前七3,4）。这不是用来谈判的东西。
2. 婚姻中的性行为在神眼中是合理的。性行为中并没有污秽（来一三4），纵然我们较早前、婚前的经验也许曾给予我们错误的看法。
3. 每个人在生理上、心理上和经验上有所不同（彼前三7）。因此，我们应以彼此合作的方法了解和配合对方。这一般需要耐性和努力。

我们必须不断提醒自己，男性和女性在许多方面是不同的。我们必须了解这些分别，并因应作出调节。

为何夫妇间有时在性关系上得不着彼此的满足呢？对于导致失败的因素，我们可以做些什么来加以更正呢？在众多因素中，试考虑下列几点：

1. 你必须立志作出改善，象在其它方面的沟通一样。因为性交也是沟通形式之一。

2. 你不应看性交只是一些要“做”的事，只此而已。这种态度只会把性交贬为一种机械性的运作。这样，性交便与真爱和互相给予的观念分割了。性交的目标应是彼此满足，而重点在于对方，不是自己。

3. 我们的目标既是夫妇双方的满足，便要冷静地讨论（留心聆听）对方认为那一方面有缺乏。你怎样才可使婚姻关系的这部分增进你们的感情，而不是损害感情？在男性方面，可以考虑：“她是否感到痛楚，或不是时候，或爱心不足，或只是不满足？”在女性方面，可以考虑：“我是否考虑到他的需要，如性欲的满足、性交的密度，或我的合作？”

4. 除了上述的例子外，还有许多别的因素。夫妇双方都需要考虑事前是否过劳或有精神紧张等问题。当然不要常常以此为借口。一些熟悉的语句，如“亲爱的，今晚不要，我有点头痛”，或“我太疲倦了”等切勿常挂在嘴边。利用性关系作为谈判或操控对方的方法是不合圣经，也不能接受的。

5. 性关系可能因着过往一些不好的经验而变得复杂。以往曾遭受性侵犯、性虐待，甚至是滥交，可能会造成一些罪咎感。这样，性便被看为“污秽”的。使婚姻的床污秽的，是奸淫和乱伦，而不是合法的性关系（来一三4,5）。有时我们会有一种挥之不去的感觉，就是性本身是不洁的（有些宗派是这样教导的），或独身是比较纯洁的（有些人是如此教导）。这些观念需要透过有智慧和耐性的辅导去解决。不要惧怕用一些特定用语去讨论这问题，神创造时也不以性为羞耻。婚姻中的鱼水之欢是神出自爱和智慧的供应。请不要因过往的失败而感到气馁，要展望未来的改进。你们可能需要多用点时间，请忍耐。你们可能需要更多坦诚的讨论，请额外腾出时间去做。你们可能需要辅导，而双方都要留心这事。若是这样，你们便要寻求辅导。无论有什么困难，你必须立志遵从神，正如哥前七4,5所指示的。不要让你的“感受”阻碍你顺从主。我们不应要求别人遵从神。我们需要自己遵从神。

第九课

了解圣经给予丈夫的责任

在夫妻不同的责任上，谈到圣经的标准时，我们必须诚实地承认一个事实。圣经的观念并不为现今西方（尤其是美国）的潮流所接受。我们说潮流或趋势，而不是一致的意见，因为大部分普通的美国人仍未真正喜欢某些潮流。多半普世文化的态度也一样，这些文化并非一致接受某些现代婚姻观念。

在过去二十五年里，人似乎愈来愈抗拒，甚至攻击婚姻中的阶级／家长模式。简单来说，这种模式就是男性担当一家之主。在现今的文化里，愈来愈多家庭并不按这模式来运作，但男性主导仍为大多数人接受。领袖制度是合乎圣经的。在现今的观念中，甚至是愈来愈多的福音派人士，均认为婚姻应是平等的，夫妇双方要共同领导，角色可互换。有时这些争议是基于人对弗五23～六7之文意的误解。有些人说丈夫和妻子应互相顺服。然而，若把这论证应用到其后谈论的亲子关系时，便显得不合理了。更明白地说，无论在婚姻或是别的有秩序的关系中，必须有一个人负责，对一切所言所行作最后裁决。

还有其它现代趋势，似要逐渐废除婚姻关系中角色和责任的分别。今天的情况跟圣经时代很不相同，夫妇双方一般都出外工作。家庭的经济责任要共同承担。在圣经中，生活上的供应是丈夫的责任（提前五8）。妻子的主要工作是打理家务、照顾孩子，把家庭管理得井井有条（多二4,5）。这样的观念必定受到近代妇女运动所蔑视。“丈夫”（husband）一字的意思是“看守者”，正如“农夫”（husbandman）一字用以形容一个看守葡萄园的人（约一五1）。因此，丈夫的责任是保护和照顾妻子，而她的经济只是倚靠丈夫的支持。这些角色若倒置了，甚至只是暂时搁置，也会损害丈夫备受尊重的领导地位。更直接地说，这情况经常会引起磨擦，甚至导致离异。

作丈夫的，最重大的责任是“爱你们的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己”（弗五25）。这是最高形式的爱的一个无上标准，其特征是自我牺牲。比较之下，妻子的责任是敬重（弗五33）或顺服（弗五22）丈夫。她的责任实际上是可以达到的，而且是要求较低的。那些攻击或拒绝接受顺服丈夫的人说这是过时的观念，却很少愿意看丈夫的呼召——为妻子作出牺牲的爱——为不再需要的。这样只拒绝等式之一方是不合逻辑的。

丈夫在婚姻中担任领导角色是作长老的资格之一（提前三4,5）。他若不能管理好自己的家，使儿女凡事端庄顺服，“焉能照管神的教会呢”？总而言之，他若不是一个胜任的领袖，好好管理自己的家和儿女，就不能接受在教会中管理神的子民这性质相类的任务。教会领袖应作榜样，让其它作丈夫的知道在家中应怎样行事。

圣经呼召作丈夫的认真地按情理与妻子同住，待她象一个软弱的器皿，因为她是女人；并尊重她，看她为“一同承受生命之恩的”（彼前三7）。这表示丈夫有责任要特别体贴、关怀和帮助妻子。她作为“软弱的器皿”并不表示她是较次等的器皿。一般来说，她在体能上较为软弱，也可能在感情上较脆弱。例如，她可能较敏感，或较易恸哭。男人若对待妻子象对待另一个男人一样，就是不智的，甚至可说是愚蠢的。

丈夫若是一个精明的领袖，他就不会是粗暴、专制或苛求的。他在适当时会征询和听从妻子的意见，并尊重她的见解。他若是一个好领袖，就了解到果断的重要，并知道何时怎样作出适当的回应。若能够的话，他会同意；若有需要，他会说“不”。一个常常改变主意的丈夫，对一个恒久忍耐的妻子来说是很大的困扰。若他是不可靠的，忍耐他就是一个痛苦。他若对妻子漠不关心，在她看来是难以忍受的。

丈夫若要作一个好的管理人，他必须不去参与家中每项细节事情。他必须为家庭、为孩子定下原则和指引。然而，他有需要把一些事情的执行交给妻子，正如任何一个好的管理人会做的。他最好在管理上不要太仔细。这往往是无益的。总括来说，他要在某些方面尽可能把判断留给妻子。家庭财政、开支预算、分期付款购物等，则必须共同商量议定。

在西方文化里，尤其是在美国，妻子愈来愈期望丈夫能分担家务。妻子若是外出工作，这就更形重要。丈夫在家时，妻子会期望他帮忙照顾孩子、打理家务，和在其它方面加以协助。这些细节必须双方合理地一同订定下来。有些妻子可能体力较弱，或容易变得烦乱。她们可能对丈夫的帮助从不感到满足，常常期望他给予更多的帮助。有些丈夫可能只给予很少的帮助，或甚至不去帮忙。当妻子忙忙碌碌，被孩子弄得团团转时，他却只顾休息。一个好的管理人会帮助调停，确保家中和谐协调，能有效地运作。

一个聪明的妻子知道她并不是嫁给一个完全人，而是一个象其它男人一样有弱点和软弱的人。因此，她不会要求完美。她必须容忍他的弱点，甚至原谅他失败之处，正如她期望他会对待她的一样。在这方面，仁慈和一点幽默感是很有帮助的。

有些素质是大家都要求对方具备，正如上述建议的。第一是学习怎样愈来愈“容易相处”，意思是彼此能在和谐的气氛下愉快地共同生活。调查显示配偶双方都期望对方诚实相待，而不是尔虞我诈。这是优先要具备的。

最后，他们必须在人生目标上意见相同：怎样有意义、有目的地生活，尤其是要讨你们创造主和救主的喜悦。正如上文所说的，夫妇双方需要努力增进沟通，减少误会。

一个人若能努力做一个好丈夫，他就是努力为自己创造更美好的生活。弗五28说：“爱妻子，便是爱自己了。”更重要的是，他会讨他的主喜悦，并且成为他妻儿的祝福。

第十课

了解圣经给予妻子的责任

在西方社会里，尤其在美国，过去二十年，人在妻子于婚姻中应有的角色这方面的观念，进行了革命。一个已坐大的观念称为平等主义（婚姻中的平等，指领导上的平等，并且在工作和家庭两方面扮演相同的角色）。

无可否认，多个世纪以来，女性在婚姻里或外都受到不平等的对待。圣经确实是说，男性和女性在基督里都有同等的价值和地位（加三28）。然而，现今俗世和女性对婚姻中之角色的观念，是否与新约所教导的相同，也很成疑问。

我们需要查考妇人应怎样执行圣经赋予妻子的功能。我们也要看这角色和功能跟较好的工作关系如何相连；这工作关系是根据神所创造的不同性向，而不是近年被社会的观念塑造而成的观点。

在圣经中，有几段重要经文都谈及已婚妇人在家中的主要角色。多二3~5说：“又劝老年妇人，举止行动要恭敬，不说谗言，不给酒作奴仆，用善道教训人，好指教少年妇人，爱丈夫，爱儿女，谨守、贞洁、料理家务，待人有恩，顺服自己的丈夫，免得神的道理被毁谤。”换句话说，她们要有好行为，作属灵的榜样，向丈夫和儿女实际地表达爱，料理家务，以家为主要职责所在，并且顺服丈夫的带领，而不是爱支人，爱争吵（箴二一9,19）。无论是男性或女性，争吵、说闲话、多言——常是不智慧地——在整本圣经中都是被谴责的。箴三一10~31称赞“好妻子”的美德，她在丈夫生活的各方面都照顾周到。她必定是一个勤恳的工人，并常常为别人的需要着想。

她可以教导别的妇女，以及孩童——她可以辅导他们。她可以向他们作见证，探访他们；可以向众人表示亲切和友善。在许多文化中，即使是为了属灵的原因，男性也不可以接近女性——在自己家庭以外的。彼前三4褒扬妇人“温柔安静”的美德，而不是常见的活跃和多言。多半人都不喜欢多言的妇人。她要穿正派衣裳，不要特别惹人注意，尤其是注意她的身体（提前二9,10；彼前三3）。这不是说她要有特殊的服饰，引来别人的批评。有好的品味、整洁、有吸引力，在圣经的指引标准中是可以接受的。她们要表现的是善行和优良的品格。

吕底亚是一位职业妇女，而她也是一个敬虔的妇人（徒一六14）。非比是罗马教会中的女执事，照顾教会中的实际需要（罗一六1）。百基拉与丈夫一起事奉，组成夫妻队伍（徒一八2,18,26）。腓利有四个女儿，都是女先知，但那不是说她们在公开的教会聚会中作先知讲道，那是圣经所不容许的（提前二11,12；林前一四34）。底波拉曾带领以色列的军队，但只在她声明那是男性（巴拉）的责任，而不是她的责任之后（士四4~9）。箴三一所描述的妇人无疑在很多方面是很有才能，很有恩赐的，但她仍是一位敬虔的妇人。

圣经指出妇女可以恰当地担任多方面的事工，她可以按自己的性格和神的呼召来行事。然而，一个妇人必须学会在家庭里有效地完成己任，才能在家庭以外有效地事奉神。对作丈夫的人来说也是一样。

一个妇人怎样可以有效地完成家中的任务？在许多方面可以：

她可以整齐、洁净，作一个好管家。她若有好的厨艺，或厨艺比开始时有进步，无疑是很有帮助的。她可以保持外表作适度的装扮，以致丈夫不会以她为耻，或对她失望。若她家务繁忙，或要照顾许多年幼的儿女，这一点可能是不容易做到的。然而，昔日妇女并没有我们今天那些可以节省劳力的用品，许多都身处较大的家庭中，但仍能胜任。无疑在三代同堂的大家庭中，有更多人可以帮忙。

一个好妻子必须令她的家成为丈夫的避难所，是他得着休息和鼓励的源头。若他回到家里，就有吵闹，他就宁愿不回去。作妻子的大概也不喜欢这样。当丈夫下班回到家里，那必须是一个愉悦的晚上的开始。要暂时把你的要求和任何坏消息收起来，先让他饱餐一顿。一位聪明的妇人曾说：“你的丈夫若是暴躁不安，他必定是疲倦或饥饿。”

以下是一些概括的建议：

1. 查考上面提及的经文，和任何提到妻子的主要责任和呼召的其它经文。在此要补充说，单身妇女、寡妇和遭丈夫抛弃的妻子，同样可以在许多上述提及的地方发挥功用。要立志按神的话，而不是按现今世俗的观念生活。

2. 要确信你若按圣经的方法，顺从神的旨意而活，不是为没有做到的事找借口，你会得着更大的喜乐和福祉。纵然环境不好，你仍可得着喜乐，因为神应许赐我们这样的能力。要让主耶稣，而不是你的配偶，成为你满足的源头。你的配偶不能作出只有神能作的事，他不能满足你的内心，使你成为一个“得着满足的妇人”。

3. 你若是为人妻者，请写下你在应有角色上的缺点。要立志作一个好妻子，而不是一个平庸或失败的妻子。要按着神的标准去做，并且向神支取力量。

4. 你若身为丈夫，请写下你可以帮助妻子之处，而不是批评妻子，要让她达到神的标准。

5. 妻子们，请帮助你们的丈夫在属灵和其它方面更臻完美，但不是借着唠唠叨叨或诸多批评的方法。要这样做，首先要做一个更好的妻子（彼前三1,2）。作一个好榜样。要祷告、寡言、用心聆听、有建设性地回应神和丈夫。你可以顺服他的领导，而不是作一块“门前地毯”，任他践踏，默然忍受。

正如主说：“你若作这事，必不致失望。”

第十一课

一起建立属灵生命

有人曾说，婚姻生活一个极大的祝福是互相为伴，意思是双方在共同享受的事上有分享。分享的范围有社交方面（与别人一起的活动）、身体方面（散步或其它运动），和知识方面（分享书籍、杂志、文章等）。然而，最重要也是最常被忽略的，是属灵的分享。那是生存的最深层面，也是最重要的分享。

属灵分享是什么？当中包含什么？属灵分享是指你们一些沟通、相聚，而期间有与神的直接相交（祷告、读经、研经等）。这也包括一些在教会的聚会中事奉。那是指接待其它信徒，与他们聚会相交，并向未接受基督的人作见证，向他们传福音。你与一个真信徒结婚的一个主要原因是得着与配偶一起作这些事奉的机会。林后六14,15说：“你们和不信的原不相配，不要同负一轭。义和不义有什么相交呢？光明和黑暗有什么相通呢……信主和不信主的有什么相干呢？”最深层的答案应该是“很少”。他们无疑不能共同享受一些有永恒意义的东西。你若不是信主的，而你的配偶不单是基督徒，而且是一个认真、敬虔的基督徒，你怎能与他/她分别“专心祷告”（林前七5）？

神创造两性，并把我们的先祖结合时，必定是希望他们一起享受祂。祂从不希望祂的造物视与祂相交只是一个责任，一个沉闷的责任。祂希望他们在祂里面找到生活的意义和满足。他们的婚姻不应妨碍他们“殷勤服事主”（林前七35）。神和祂的利益极为重要，以致圣经说：“那有妻子的，要象没有妻子”（林前七29）。这个并不可以作为忽视主要责任的借口。这句话的意思是我们不应使婚姻变成主要是两人互相吸引的生活，而要专注于神。属灵的相交应是有意义的生活的主要部分，是两人的享受。当以互相取悦为目标，而不是取悦神时，我们便落入利益竞争的陷阱里（林前七33,34）。神的利益便因而变成婚姻中讨厌的竞争者，互相争取相聚的时刻和关心。

我们怎样才能与主（作为一对夫妇）和彼此有有意义的属灵相交？

1. 你们必须以此为生活中优先要做的事。你们若不这样做，就永远不会有属灵相交。在你们忙碌的生活中，属灵分享会在推诿搪塞下消失了。要讨论检讨你们这方面的生活，并立志作出任何和所有必须的改变。这个应是你们婚姻相交生活的基础。你们要“成为一体”，与神相交，事奉神。

2. 你们两人每天需要有私人的灵修时间，这可以成为你们彼此分享的内容。这可使你从神的话语中说出主赐给你的东西。这也可让你们一起为共同关心的事情祷告。

3. 定出一段一起祷告的时间，无论是长是短。若你们能以祷告开始一天的生活，那是好的。学习一起在神面前跪下，高声祷告。一起祷告是很有帮助，很有

激励作用的。在属灵方面，这是一个很好的机会让丈夫显示他的带领。若他感到害羞或不足，就让这个作为他成长的机会，特别是借着妻子的鼓励。若婚姻关系中出现紧张，或需要一起面对困境，一起祷告是很有作用的。作丈夫的必须在用膳时表明他一家之主的角色；当家人齐集在饭桌之前，他要为食物向神感恩。

4. 神的话应在家庭生活中占有中心位置。那不单是把圣经放在家中显眼的位置。夫妇间应彼此分享属灵的洞见。若家中有小孩，便可安排一段简短的读经时间，加上生活的应用。按着他们的年龄，考虑采用圣经故事（可从基督教书室购得不同的圣经故事书）。有些家庭会选用一些有趣味的宣教故事，让小孩有合适的参与，如问答和讨论。时间不要拖得太长或太沉闷。不要使家庭灵修的时间变成一个重担。

5. 在家里实践接待客人，邀请讲员或宣教士共进饭餐，或在你家小住。许多孩童从这些敬虔的人得着毕生难忘的属灵启迪。又可邀请探访者和邻舍，特别是那些被忽略的人，一起用膳。思想怎样做一个“施予者”，而不是只作一个“接受者”，在金钱、时间和事奉上都一样。

6. 细想你们怎样可以在属灵活动里作为一个家庭单位与人相交，在固定的教会聚会以外，可以在儿童节目或其它活动上一起参与事奉。讨论怎样增进家庭的属灵生活。你们两人都应服事神，在你们的教会生活中有所贡献。

总括来说，你们要使主耶稣和神的话成为你们共同生活中的重要部分。不要只作“上教堂的人”，或“礼拜天的基督徒”。基督徒生命，不只是口称耶稣为主。要让耶稣在你们的生活中真正作主。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

第十二课

一起改善社交时间

婚姻关系中，一个主要的好处是结伴相交。那是指夫妇人俩喜悦、和谐、亲密地在一起。神创造人和其它东西时，祂说一切都“甚好”（创一31）。后来祂说：“那人独居不好，我要为他造一个配偶帮助他”（创二18）。人被创造，其中一个目的是有社交的关系。人是群体的动物，神没有定意要他们独居。在各种社交关系中，最主要的是夫妇关系。

社交关系是需要增长和发展的，要人努力去做。路二52说，“耶稣的智慧和身量，并神和人喜爱他的心，都一齐增长。”祂在社交上有长进。我们的主虽没有结婚，但仍在其它社交关系上有长进。祂并不是一个“独行侠”、一个修士，或避免与人相交的人。祂是一个身处人群之中的人，祂与人融洽，与人交谈，关心人，向有需要的人作出回应。祂选任十二个人与祂在一起，训练他们，并与他们建立亲密的关系。

许多夫妇都需要努力改善他们的社交关系。他们可以同在一处，却缺乏有意义的、快乐的相交。一个人结了婚，仍可感到孤单，因为他被忽略。夫妇间往往缺乏交谈，就是一起外出也如是。纵使有交谈，也可能只是一些最普通不过的内容，是琐碎和重复的。这些谈话因而是沉闷的，也没有知识性的刺激，但也可能是相反的。两人间可能有太多话（“她从不闭嘴的”）或太少交谈（“他从不跟我谈话”）。也许因为这对夫妇没有安排定时一起“外出”。有时他们相交的时间并非不足，只是被电视节目占用了——花太多时间看电视。看电视是需要有限制的。你若做不到，便索性把电视机拿走，努力建立你们的婚姻和家庭，克尽厥职。

若要改善夫妇间的社交关系，两人需要有真正的决心。两人首先要实际地评估生活的这一部分。若有缺乏，便需要承认并把确实问题指出。然后要定下一个两人皆同意的计划，并作出有需要的改变。要写下来，贴在你们常常看到的位置。要在上面签署，表示你是认真去行，盼望改进。

考虑以下需要付诸行动的各方面：

1. 定时进行彼此激励的良好对话。妨碍这种对话的是什么？是否因为你们没有付出时间去做？是否因为不晓得怎样做，或没有坚定的意志？是否因为作出错误反应，或没有反应——哪是致命的？

2. 两人单独外出。你们做一些一起享受的事情，而不因孩子或别人而分心，你们便是正在建立彼此的社交关系。是什么使你们不能这样做？是否因为你们没有刻意为这目的而定出时间？你们是否同意做一些共同享受的事？或是把他喜爱的和她喜爱的事情交替去做？

3. 与友人一起共度时光。社交生活应包括其它人。你们可以邀约朋友来家中用膳或吃些小点。你们可以相约郊游、出海、爬山，或一起进行一个大家都有兴趣的计划。可以做的事情还有很多。

4. 与孩子或别的家庭一起。全家一起做点事，可以供现时享受，也可以在日后留下美好回忆，要做得适当才好。讨论有些什么是每个人都喜欢做的事。

5. 大家都享受的假期活动。计划假期本身已是一种享受。不要只做某一方喜欢的事。留意要“大家都享受”。可能其中一方并不喜欢“露营”，或在某处钓鱼，或常常到商场吃喝玩乐。要细心地定下双方都同意的计划。

6. 建立新朋友。探访一下你的邻舍。邀请教会的朋友来共进饭餐。参与别人的活动，并且不要墨守成规。

你可能感到有所限制，例如不够钱。你可能会说“这些活动都要花钱”，“我们负担不来”。这个可能是问题，但仍是可解决的。在穷困的群体或国家中，人往往有接待客人的传统。他们会彼此相邀，分享所有。“自备食物”是不用怎样花钱的方法。那是指每个人或每个家庭最少带备一份食物。公园或其它公众地方是免费的，即使要付钱，也是极之廉宜的。你们可以到这些地方游玩，然后用餐。再安排一些众人皆可参与的游戏或活动。这些活动多半都不用花费什么的。活动要有创意。也可想想其它可能性，不要让没有钱来妨碍你与人建立社交关系。

要下决心使更好的社交时间成为你婚姻关系中一项重要的“附加物”。这是一个很好的方法去使事情可供享受、减少张力和争执。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

第十三课

计划在婚姻关系中成长

本系列课程最后一课的目的是指出为何配偶双方都需要有真正的投身，让他们在关系上有重大的长进。没有真正的投身，修读这课程是没有果效，是无意义的。神盼望所有活物，所有属灵生命，所有关系——包括婚姻关系——都有长进（弗四15）。来六1劝勉我们“竭力进到完全的地步”。给那些忍受试炼之人的应许是，若能忍耐，他们便会“成全完备，毫无缺欠”（雅一4）。神愿意我们作为个体和作为婚姻中的伴侣，都有成熟和成长。

差劲的婚姻关系，尤其是那些没有改善，或难以改善的，是一个很坏的见证。无论你们怎样努力充撑着，别人仍可感到你们并没有良好的关系。若有孩子，即使是年纪较大的，这种不良的关系会多方影响着他们。圣经要教会领袖好好管理自己的家（提前三5）。那些婚姻关系差劲的必然不在人选之列。神不接受这种情况，而对配偶双方来说更常是可悲的。不良的关系持续，往往由于双方的骄傲或固执。要达致任何进展，可能十分困难，尤其是其中一方并不愿意付出努力。可能由于配偶的一些怪异性格或其它问题，要跟他／她相处是不容易的。然而，“在神凡事都能”（太一九26）仍是十分真确的。因此，我们要热切地寻求祂的帮助。真正的谦卑会使我们成为神作工的器皿。这能帮助我们看见在某些方面，我们自己而不只是对方，可能是问题的一部分。你的目标不是证明自己对、对方错，而是要解决问题，减少问题，以致我们的婚姻更美好。因此，坚定地立志改进——纵然是缓慢的——是成功的要素。

你必须知道不愉快、紧张的婚姻关系，是神不接受的，并且对子女和你的基督徒见证，都是有损的。你准备怎样改善你的婚姻关系？现在就开始吧！请利用本课的工作表去制定一个实际可行的计划。

练习

1. 讨论过先前提出的问题后，请写下你的婚姻改善计划。你们必须一起立志在某些方面共同努力。说明你们协议使用的方法是有帮助的。写下你们准备削减或除去的东西、你们需要定时去做的事，还有万一失败，你们可用以解决问题的方法。

在以下的清单中，用1、2、3，标识你们需要改善的主要范围（按重要性或迫切性）：

- 沟通
- 胜过自私
- 处理怨言
- 表达两者间的爱
- 要有责任心
- 忘记过去，并且饶恕
- 紧随正确的先后次序
- 丈夫、妻子的角色
- 丈夫的领导角色
- 属灵的分亨
- 服事别人
- 彼此帮助，改善性格弱点
- 财政管理和向神奉献
- 消遣娱乐、社交时间
- 了解两性的差异和需要
- 改善处理争执的方法
- 解决困扰和失望

哪些东西会对你的婚姻成长有帮助？在有用的项目旁打勾，并随意加上其它要点：

- 定期讨论（不是争论）
- 寻求智慧的辅导
- 一同祷告，求神每天引导
- 列出一些需要排除或减少的东西（尤其在我一方）
- 聆听有关的录音带或阅读有关的书籍
- 其它

2. 列出你计划去努力改善的范围。

3. 在每一个范围，列出一些你需要停止、需要进行、需要研究（书籍、录音带、辅导材料）的东西。用1、2、3、4等次序列出。

4. 计划若失败，或对配偶的表现感到失望，你们协议怎样解决这问题？不要唠叨多言，除去抱怨的思想。把定下的方法写下来。

Living Stone Publishers Ltd. 活石出版有限公司

