

不論順境或逆境



愛的詩篇

我愛你，
不單因為你是怎樣的人，
也因為我是怎樣的人。

我愛你，
因為我的一部分是你帶來的；

我愛你，
因為你把手放在我層層疊疊的心緒中，
儘管你總是能隱約的看見，
你卻不在意我的愚昧和弱點，
你把我一切的優點都照亮出來，
這些是別人從來沒有發現，
而你卻能找到許多。

我愛你，
因為你幫助我，
使我的生命，
由一堆木頭變成殿宇、而不是客棧；
使我每天的生活像一首詩，
而不是羞愧。

-----克羅-----

紅毯的這一端

「因此，人要離開父母，與妻子連合，
二人成為一體。」（創世記二章 24 節）

為何要有婚姻？

景氣低靡，有人把結婚視為解決生命中一切問題的方法，他們寄望攀上一門好親事，釣上金龜婿或富家女，從此麻雀變鳳凰。但問題是，婚姻不是「公主和王子」的神話，需要靠雙方的努力經營與學習，否則非但不能解決問題，反而落得身心疲憊。深得個中三昧的人說：「結婚，很容易；保持婚姻，有點困難；保持快樂的婚姻，並維持一生之久則是一門藝術。」

婚姻是神的心意。很多試過同居的人會告訴你，兩者大不相同，同居欠缺真實的承諾，因此無法享受婚姻的好處。數字統計，婚前同居的人比婚前沒有同居的人更容易離婚。

神創造我們，使我們需要同伴，祂說：「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」（創世記二：18）婚姻不是能滿足這個需要的唯一途徑，卻是很有效的方法。神使我們具有性別，而且互相吸引，產生愛情，北愛爾蘭著名學者路益師(C. S. Lewis)說：「愛情的特徵就是寧願與所愛一起痛苦，也不願與他人共享幸福。」沒有任何的關係比婚姻更能滿足人在尋求夥伴上的需要，因為婚姻是獨一的親密關係。

婚姻不只是一紙合同，婚姻乃是在愛、忠誠與諒解之中共同成長的過程。

二人成為一體

當婚禮結束的那一刻，也是和現實生活面對面的時候。有人因為「蜜月期」過了而大失所望，其實因着人的改變，婚姻也會有所轉變。如果你只想在婚姻中尋找刺激和浪漫，就會錯失神所命定的祝福。

三股合成的繩子

美滿婚姻的組成要素是：丈夫、妻子和上帝。缺一不可。唯有神的同在，婚姻才可能成為美麗而令人心滿意足的美好關係。成功的婚姻需要愛和智慧。愛是一種需要學習的情感。神要我們在祂的裡面長大成熟，這個成熟的內涵包括恩慈、瞭解、和饒恕。祂說：「並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如神在基督裡饒恕了你們一樣。」（以弗所書四章 32 節）。當我們被神更新變化，我們的配偶也會在相互依存的關係中相對的調整。

身心靈合一

神的心意乃是要夫妻二人藉着靈裡的合一達到魂的合一。婚姻中的性是神所賜的，為使夫妻達到真正的合一。「性」原本的意義是身、心、靈三方面的溝通；夫妻需要不斷地分享、調整，才能達到令人滿意的溝通。因此，有人說性是衡量夫妻關係深淺的溫度計。

聖經中對性的歡愉有優美的描寫，甚至談到享受性的合一比生養眾多還多。不過，兩性對「性」的看法和渴望都不同，男人對性的取向是身體方面的；女人則看重關係。男人容易受感官的

刺激，女人則滿足於溫柔的愛撫、斯文有禮的態度及甜言蜜語。了解男女之間的差異，很多問題都可迎刃而解。

要使性成為雙方的滿足，兩人都必須冒着敞開自己及受傷的危險，當雙方都感受到被需要、被接納、被愛時，就達到了真正的合一。

建造婚姻的基石

「房屋因智慧建造，又因聰明立穩，
其中因知識充滿各樣美好寶貴的財物。」
(箴言二四章 3-4 節)

溝通的藝術

研究發現，單獨監禁的囚犯若不能在關進監獄的三十天內學會暗號，和別的囚犯溝通，他會在黑暗的地窖裡漸漸失去求生意志，最後孤寂而死。婚姻也是如此，缺乏溝通，就會邁向死亡。據統計，溝通不良是婚姻中最常見的問題，超過其它問題的二倍。

言語會傷人，但夫妻若懂得用溫柔、充滿鼓勵、讚美的話來溝通，互相肯定對方，婚姻關係就會改善。

衝突就像呼吸

婚姻其實是兩個各方面都不盡相同的人共同生活在一起。人際關係的適應、經濟的壓力、孩子的教養問題…都可能成為衝突

的引爆點。有人說婚姻中的衝突就像呼吸一樣，每個婚姻都有它的緊張處，但問題不在如何避免，乃在如何面對。衝突可以使夫妻走向孤立，也可以使夫妻更親密。

有效溝通化解衝突

有效的溝通可以化解衝突，帶來合一。所謂「溝通」是指以言語或非言語的方式，與人分享自己的感情意念，好讓對方能了解自己所說及所感受的。因此溝通不僅包含言語交談，也包含聽與諒解。

言語可以表達愛。「共築愛巢」一書的作者羅倫斯·卡伯(Lawrence J. crabb)說：「在婚姻關係裡，若言語不能叫對方受造就，得益處，就不合神的心意。」他說：「只要我們的目的是想改變對方，不管是變好或變壞，這樣的目的就是錯的，我們的溝通必須是基於滿足對方的需要為前提，否則我們就是在操縱對方。」

夫妻之間要力求做到使徒彼得所說的「舌頭不出惡言」，我們天生的傾向喜歡衝口而出，反唇相譏，但這只會讓彼此懷怨、相恨，我們必須倚靠聖靈的大能，制服舌頭，讓口中的話帶出生命與祝福。

聆聽對方的心聲

在溝通中與交談同等重要的是聆聽。積極的聆聽必須集中注意力的聽；以同理心體會對方的心，不要評估，不要給太多建議，只要表達你了解他的感覺。

「永續親密」一書的作者丹尼斯·瑞尼(Dennis Rainey)曾講到一個故事，說明了集中注意力的重要：有一群伐木工人搬運冰塊進冰庫，將冰塊放在厚厚的木屑堆上，一個工人不小心把手錶

掉在木屑堆裡，找了好久都一無所獲。最後被一個孩子找到了。眾人驚訝孩子如何辦到的。他說：很簡單。我走到冰庫中央，把耳朵貼在木屑堆上，然後「聽」。在婚姻當中，也要不時的聆聽對方心中的滴答聲，那是炸彈要引爆的警告。炸彈找到，引信解除，夫妻關係才能更進一步邁向親密合一。

什麼是真正的溝通？

專家們普遍認為溝通有五種不同的層級：

第五級：客套式的談話

第四級：敘述有關別人的事實

第三級：我的想法和判斷

第二級：我的感覺（情感）

第一級：最完美的溝通

真正的溝通是從第三級開始。從這裡開始，一個人願意從他自己堅固的牢籠中走出來，冒險的把自己的想法或思想告訴別人。

由第三級可以發展進入第二、第一級。最完美的溝通是，當雙方有經常、完全的契合和了解時才能達到。

有效的溝通必須透明，透明的溝通必須向對方完全敞開，從內心深處分享真正的你。這溝通需要很深的信任、委身和友誼。

美滿婚姻四原則

美滿的婚姻除了使人滿足，還必須長長久久，讓彼此的愛意和默契隨着年日增長；這是神的計劃之一。婚姻不單只是屬人的，也是屬神的，儘管如此，卻要人的努力與配合。不論順境或逆境，婚姻都必需堅守下去。結褵多年的人證明，美滿的婚姻必須靠彼此的決心去維繫。

教戰守則一：婚姻象徵一個新的觀點

當兩個人結為夫婦，就成為一體；就如聖經所說：「人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體。」（創世記二章 24 節）在婚姻裏面，二人合而為一；在身體、情感和心靈上都委身給對方，這就是使徒保羅在以弗所書五章 21 節所說：「又當存敬畏基督的心，彼此順服。」

彼此順服的真義是：丈夫要愛妻子，妻子要敬重丈夫。這是神的命令。希臘文和拉丁文對「順服」都有同樣的註解，就是把自己捨下，成為根基和助手。夫妻的關係若建立在這個根基上，就會日益甘甜。

教戰守則二：婚姻必需相互信任

愛是互相信任，以致彼此能坦白、誠實的溝通。沒有信任，婚姻便出現危機。信任一旦被破壞，便需要花很長的時間來重建。不只是大的事情，即使是「小小的謊話」也要留意，務必確保彼此的信任不受傷害。

婚姻中的信任始於我們對神的信心，當我們越認識神的慈愛與良善，就越有動力去完成祂的心意；尊重婚姻的誓約。即使有

一天婚姻面臨困境，仍能相信「萬事互相效力，叫愛神的人得益處。」我們要用禱告增添力量，並順服聖靈，抵擋罪的試探（譬如情慾上的不道德行為、姦淫、沉迷、揮霍等）。這些試探會摧毀彼此的信心。

若試探很大，要立即尋求牧師或輔導員的幫助。儆醒禱告，遠離試探，用心持守婚姻的誓言。

教戰守則三：美滿婚姻要用愛去維繫

這種愛不是膚淺的東西；也不單是短暫的吸引，或只是冀望能夠和平地共同生活。這種愛好比基督犧牲自己、為世人捨命的愛一般。神就是愛，敬畏神就是承認婚姻裏愛的真諦。

愛必須建立在「捨」的根基上，才不致成為「彼此吞吃」的遊戲。路益師(C. S. Lewis)說：「愛情若不想變質，光靠它自己的力量，絕對無法把持住該有的分寸。除非能服從上帝，否則愛不是消散無蹤，便是淪為惡魔。」

愛使耶穌代替我們的罪、擔當我們的罪過，為我們死，以致我們能因信祂，站立在神面前受寬恕、蒙恩愛。這才是愛；也是婚姻最基本的原則。

我們在主耶穌的愛裡得到真正的滿足，因此可以不必從配偶的身上尋求滿足，基督捨命的愛使我們能真誠的接納不夠完美的配偶，即使對方令我們失望時，我們還能繼續愛他、服事他。

接納帶來自由，在自由中，愛苗開始滋長。

教戰守則四：婚姻需要饒恕

饒恕通常很難。因為饒恕就是承認某人做了一些很真實卻大錯特錯的事情，令你非常的痛心和失望。然而這正是饒恕之所以

重要的原因；饒恕可以讓彼此跨越往昔的痛苦和失望，使關係得以痊癒。

饒恕就是放棄懲罰對方的權利。你原本有權唾棄、辱罵對方，但是你選擇以祝福代替辱罵。

缺少了饒恕就不可能有美滿的婚姻；有了饒恕，任何婚姻都能變得美滿。懇求神幫助你原諒你的配偶，也請求你的配偶饒恕你過去對他造成的傷害。基督願意捨命饒恕我們這些不配的罪人，我

們怎能不原諒那一位我們曾經承諾要相愛相守一生的人呢？

但是饒恕並不是把憤怒的情緒隱藏起來，好像在火山口蓋上蓋子，真正的饒恕除了意志上的決定，還必須一次又一次的重新立志願意服事對方，並表現出仁慈的行為，以神的眼光來看待傷害你的人和事情，才能在傷害中完全得醫治和釋放。

饒恕，讓心中的怨恨變成祝福，讓勉強的愛得以自然流露。

當婚姻觸礁時

婚姻中最常見的問題不外：婆媳相處、外遇、失業、疾病等。當風暴來襲，最是考驗兩人是否情堅愛篤，風暴也許會使兩人勞燕分飛，也可能使兩人更相愛不渝。

有時候，婚姻失敗是因為結婚之初根本不知道自己在作什麼。當事人往往太年輕，壓根兒不明白什麼是愛的真諦。甚至在結婚的時候就預先給自己留了一條退路；一旦婚姻不如意便離婚。他們期待被配偶完全接納，最好對方能改變來遷就自己，否則就分手。

美滿的婚姻其實是建立在良性溝通而產生的默契上，讓雙方

在婚前都能明白何謂婚姻，婚後在這基礎上一同學習長進。所謂的默契，是指在婚姻中建立良好的觀察力和清晰的判斷能力，讓兩人都能作適當的決定。

當雙方在風暴中都站立不穩時，最好請教年長的朋友或專業輔導員，若有敬虔的屬靈同伴更好，他將幫助你站在神的應許上堅定不移。

不過，若夫妻一方有虐待傾向(身體或性方面)，或精神受到極度困擾，表現出上癮或古怪的行為，或其他嚴重的問題，應該立即接受治療和輔導。再者，如果你或孩子因配偶的異常行徑而處於危險的狀況，要立即尋求安全的地方躲避。這些問題要馬上處理。若不理會，不僅有危險，你的婚姻將更難以重建。

實際的建議

溝通

單憑愛，你的伴侶無法曉得你的心意。愛是互相信任，以致彼此能坦白、誠實地溝通。你可以透過輔導員或相關的資料來學習溝通的技巧。

實行彼此饒恕的計劃

首先透過言語，繼而採取具體的行動。不只在言語上請求寬恕，更要透過行為表明誠懇的歉意和真誠的寬恕。

想想最初在一起的目的

即使當初建立的基礎薄弱，也要設法維繫。

數算成為夫婦後的好處

先着眼在正面的事物，再慢慢逐步分析負面的事物，並加以解決。

不要怕尋求輔導員的幫助

輔導員若是基督徒就更好了。

當回到上帝面前

因為祂譜寫人的一生，也是祂撮合了你們成為夫妻。回到主前，我們才能知道祂的帶領，得到祂的鼓勵。並要開始閱讀聖經，祈求神在婚姻方面給你智慧和忍耐。

恩愛夫妻十誡

擁有美滿婚姻關係的恩愛夫妻，有九項「**必定會**」做和一項「**絕不會**」做的事：

- *他們**必定會**互相代禱。
- *他們**必定會**互相照顧。
- *他們**必定會**共患難。
 - *在有需要時，他們**必定會**尋求專業的輔導或屬靈上的長輩。
- *他們**必定會**充滿信心，即使事情不如意仍相信能解決，不會輕言離婚。
- *他們**必定會**互相傾訴和聆聽。
- *他們**必定會**互相尊重，偶然辦不到時要道歉並改過。
 - *做錯了，或令對方失望時，他們**必定會**道歉。
- *他們**必定會**「因敬畏基督而彼此順服」，正如使徒保羅說的一樣。
- *他們**絕不會**到處宣揚另一半的事情，也不將對方跟其他人比較，使之自尊受損。

婚姻箴言

聖經說：

· 因此，人要離開父母，與妻子聯合，二人成為一體。… 既然如此，夫妻不再是兩個人，乃是一體的了，所以神配合的，人不可分開。（馬太福音十九章 5-6 節）

· 神叫孤獨的有家。（詩篇六十八篇 6 節）

· 房屋因智慧建造，又因聰明立穩，其中因知識充滿各樣美好寶貴的財物。（箴言二十四 3-4 節）

· 若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力。
（詩篇一二七篇 1 節）

· 你們要彼此接納，如同基督接納你們一樣。（羅馬書十五章 7 節）

· 又當存敬畏基督的心，彼此順服。（以弗所書五章 21 節）

· 解決衝突之道始於願意聆聽及了解，多聽少說，不要動怒。（使徒雅各）

有人說：

婚姻是一件藝術品。（包偉博士 Dr. Lucien Bovert）

當我們想到人，麻煩就增加；當我們想到神，麻煩就離開人。（佚名）

主阿，我不為我有一位好妻子祈求，我為我的妻子能有一個好丈夫而禱告，因為當我的妻子有一個好丈夫，我很自然會有一個好妻子。（佚名）

我們發現，限制我們的環境枷鎖，不但沒有成為我們互相折磨的工具，反倒讓我們更親密的連結在一起。（麥肯金 Robertson McQuilkin）

永恆的誓約

「無論疾病或健康，我將永遠愛你、珍惜你；從今天起，無論順境或逆境，無論富有或貧窮，只有死才能使我們分離。」

無論疾病或健康

離婚率急升，顯示美滿的婚姻不是必然的。美滿的婚姻需要有牢固的基礎，有效地面對各方來的壓力和挑戰。

禱告引向合一

維繫美滿的婚姻需要下苦功，也要雙方積極參與和承擔，它需要行動、心思以及愛的話語，最重要的是禱告。「永續親密」的作者丹尼斯·瑞尼 (Dennis Rainy) 說：「禱告使我和妻子走向合一，每晚我們再一次把自己交給神，自私就無處可容了。」如果你現在正在婚姻當中受苦，更要緊緊抓住神，神雖然沒有應許你的婚姻一定會變好，但祂應許你會得着更豐盛的生命。就像羅倫斯·卡伯 (Lawrence J. Crabb) 所說：「基督徒的希望並不是建立在配偶會改變，或罹癌的家人得醫治或經濟情況會好轉。神並沒有應許重新安排這個世界的情況來滿足我們的期望，但是祂應許在我們身上彰顯祂的旨意。我們的責任是盡力在各樣事上討神的喜悅。」

守住一生的承諾

麥肯金 (Robertson McQuilkin) 是哥倫比亞大學的校長，有接不完的講道、演講邀約，當他面對妻子罹患阿茲海默症時，堅決地放棄事業高峰期所帶來的功名成就和財富，選擇二十四小時照顧陪伴心愛的妻子。神並沒有顯一個神蹟醫治他的妻子，但當他順服神的心意，堅守當初在神面前對妻子所立下的神聖誓約，他得到更大的釋放和自由。並從中更多體會到神的愛。他說：「沒有人比茉莉（他的妻子）更需要我，也沒有人像她一樣全心全意地回應我的付出。這是我有生以來第一次體驗到，原來我們與上帝的關係就應該是這樣——上帝永無止息的愛傾倒在我這個無助的人身上，神要我們對祂的愛和感謝就像茉莉對我的感謝一樣。」雖然他的妻子已經不能再為他做什麼，但他們的愛卻越來越甜美。

與耶穌基督一起生活

你認識神是你的救主嗎？若你還不知道，今天就可祈求祂進入你的內心。你先要承認你所犯過的罪，也要承認你在生命中和婚姻上所犯的錯，不論你知不知道，都要求祂赦免。寬恕成就了婚姻，也成就我們的人生。

求神因基督的緣故重建你的婚姻。讓祂成為你的一家之主。當神在基督耶穌裏恢復你和祂的關係時，你可以依照神所賜的婚姻藍圖來建立你的婚姻。

親愛的讀者：

我們衷心盼望這本小冊子能幫助您尋找生活的方向和人生的目標，幫助您在耶穌基督里得到心靈的安慰和真正的平安。如果你願意更多地認識上帝，並希望收到有關基督信仰的資料，請訪問就近的教會或與基督徒朋友及牧師交談，主臨萬邦八福網站也有普通話廣東話有聲聖經和其他資料可供下載或網上收聽，網址是：www.8fu.org

願上帝賜福給您！