

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？

1. 彼此商定在肉体上接触的界限和标准，并作出约定。
2. 避免试探或引诱的情况，逃避少年人的私欲。
3. 考虑请另一对情侣来彼此帮助，遵守承诺。
4. 切切祷告寻求神的帮助，特别为保守圣洁的性来祷告。
5. 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

1. 神爱我们，愿意把最好的给我们。
2. 神不复杂，已把他的心意透过圣经告诉我们。
3. 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。
4. 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

1. 在建立一切之前，首先建立我们与神的关系。
2. 养成规律地与神亲近的习惯。
3. 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

1. 是否愿意停止一切不讨神喜悦的行为？
2. 是否已清理及了结以往的罪和历史？
3. 是否已把生命的主权交给神？
4. 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……

1. 诚实地评估每项问题：

- a. 你会对心中真实问题的结果担心吗？
 - b. 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：
 - a. 我的伴侣是否接纳我的担忧？
 - b. 我的伴侣是否愿意改善我们关系中的问题？
 - c. 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……

1. 可以写下对神的承诺。
2. 让神再次帮助你确定是否应当分手。
3. 继续祷告，直到神给你可以做决定的自由。
4. 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。
5. 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。
6. 忠告双方至少 6 个月彻底中断交流或通话。
7. 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。
8. 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……

1. 祈求神在未来的日子中确定他的旨意。
2. 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。
3. 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。
4. 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。
5. 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. 认识独一的改变者！

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. 讨好人—凡事都要得到别人的认同。
 - b. 指责人—总是觉得自己的问题都是别人造成的。
 - c. 拒绝人—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：欺诈骗取巧、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）。
 - c. 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）。

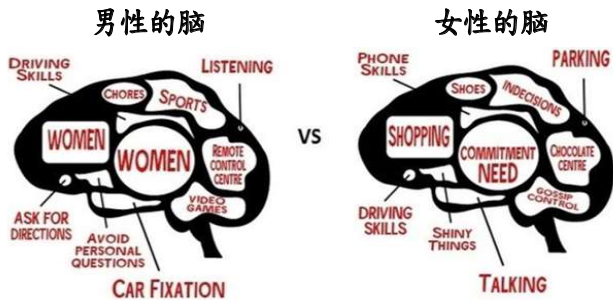
第十六课 沟通的学问（一）

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。

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具有意义。

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

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。《心理辅导面对面》。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.