

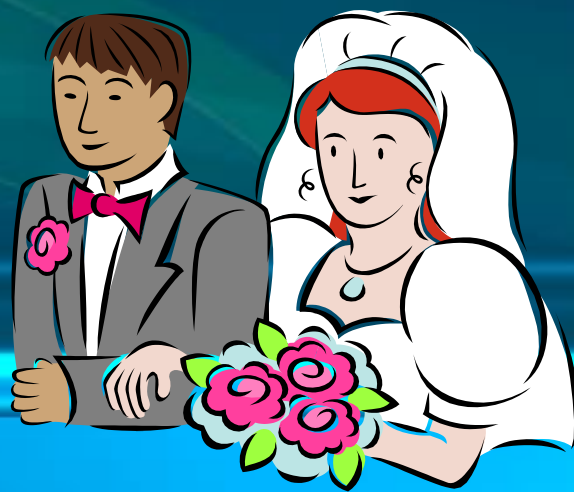
邁向恩典之路

主恩福滿家
家庭營第二及三講

一封求助信

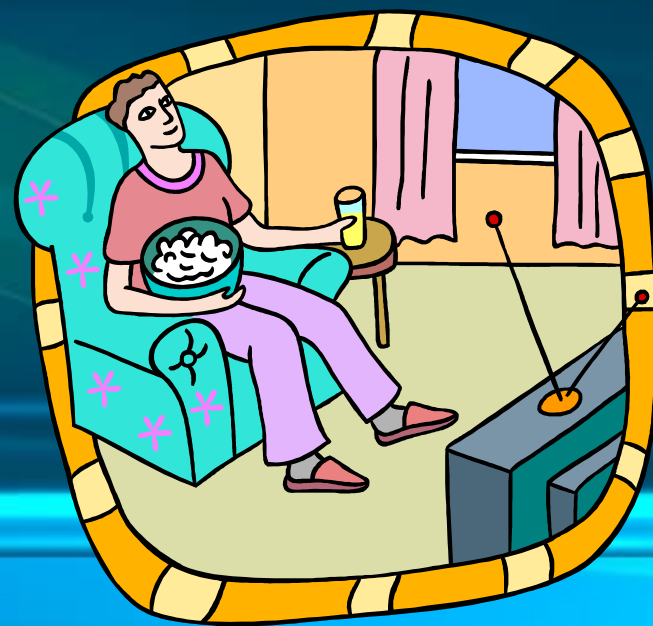
敬啟者，您好：

去年我把「男友5.0版」升級到「老公1.0版」之後，發現系統的整體效能變差了，尤其是「送花」及「珠寶」功能，這兩個功能本來在「男友5.0」一點問題都沒有。



一封求助信

除此之外，「老公1.0」也把原來好用的軟體殺掉了，例如「羅漫蒂克9.5」及「關懷 6.5」，取而代之的是「世界杯足球賽5.0」、「工作3.0」和「高爾夫俱樂部 4.1」。



一封求助信

「談心8.0」也無法執行，還有，每當我要執行「打掃屋子2.6」，整個系統就當機，我試著用「嘮叨5.3」，但都沒辦法解決。

請問我該怎麼辦？

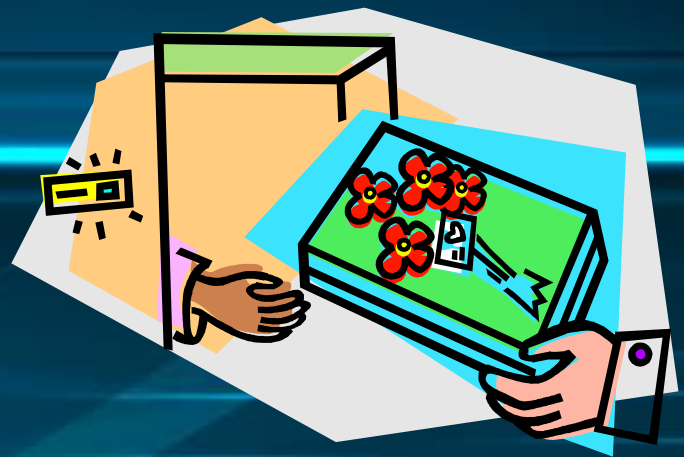
心急人



如果您是婚姻的專家，您
會給她怎樣的建議？



回信



親愛的「心急人」

首先要提醒您的是，「男友5.0」是娛樂軟體套件，而「老公1.0」是作業系統。

您可以在流覽器上方的網址列輸入：[http:我以為你愛我.htm](http://我以為你愛我.htm)，試著下載「流淚6.2」，也別忘了下載「罪惡感3.0」的更新檔案。如果上述軟體可以執行的話，那麼「老公1.0」應該就會自動執行「珠寶2.0」和「送花3.5」了。

回 信

但要注意的，過度使用上述功能，會造成「老公1.0」自動執行「發脾氣2.5」、「流連酒吧7.0」和「啤酒6.1」。「啤酒6.1」是個很不好用的軟體，它會自動上網去下載一個叫做「鼾聲如雷」的測試版。



回 信

還有，無論如何，千萬別安裝「婆婆1.0」（它是一種病毒，發作時會佔用妳的作業系統全部資源）

另外，不要嘗試重新安裝「男友5.0」，我們並不支援這套軟體，同時它和「老公1.0」不相容，會造成不可預期的錯誤訊息。



回 信

總結來說，「老公1.0」是個非常棒的軟體，但受到記憶體的限制，它無法在短時內學習新的功能。您或許可以考慮購買另外一套外掛程式，以增加記憶體和增進系統功能。我們建議「美食3.0」或「性感內衣7.7」



路加福音9:23

耶穌又對眾人說：若有人要跟從我，就當捨己，天天背起他的十字架來跟從我。

甚麼叫恩典之路

- 恩典是甚麼？
- 過程是掙扎、挑戰、挫敗、不甘.....
- 但在神的保守、鼓勵、陪伴、賜力量.....
- 終究達到終點，蒙受獎賞
- 捨己：放下自己的標準、成見、計畫
- 背起：以神的旨意為人生的核心
- 為的是體會明白神的愛

解決之道：捨己--回歸源頭

自以為是

自以為義

躲避神面

互相推諉



以神為是



以神為義



尋求神面



承認己罪

六項議題

- 1. 聖經婚姻觀
- 2. 男女大不同
- 3. 溝通
- 4. 衝突處裡
- 5. 原生家庭及姻親家庭
- 6. 夫妻角色與責任

為什麼要結婚？

- 男大當婚、女大當家
- 生理需要、孤單寂寞
- 長輩壓力
-

- 婚姻的意義是甚麼？
- 獨身也是恩賜。



創世紀二章

18 耶和華上帝說：「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」

21 耶和華上帝使他沉睡，他就睡了；於是取下他的一條肋骨，又把肉合起來。

22 耶和華上帝就用那人身上所取的肋骨造成一個女人，領她到那人跟前。

23 那人說：這是我骨中的骨，肉中的肉，可以稱她為「女人」，因為她是從「男人」身上取出來的。



家庭的組成

- 與其他生物受造的方式不同
 - 先男後女
- 男女受造原始材料的不同
 - 泥土、肋骨
- 家庭中角色的不同
 - 帶領者、幫助者



美滿婚姻的三原則

- 原則一 我因你而更好
- 原則二 我是從你而出
- 原則三 我與你要成為一體
- 父親感人的婚禮演講

婚姻的聖經觀

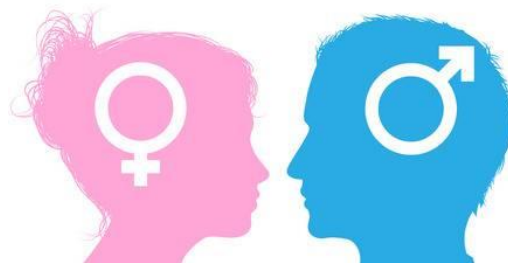
- 耶和華上帝將**那人**安置在伊甸園，使他修理，看守。(創2：15)
 - 修理：服事
 - 看守：順服
- 一男一女的婚姻是神設立的制度
- 生養眾多、照管撫育(一夫一妻)
- 女人幫助男人、**男人**帶領家庭向神負責
- 男女是平等的、是互補的
- 反應三位一體神的合一形象(一生一世)
- 以自己家庭為單位，來管理神的創造



基督徒婚姻的準則

- 盟約式的婚姻—我願意、委身
- 婚姻見證神對人的愛，及經歷體會神的愛
- (東西用舊了)

- 魔鬼的計策：破壞家庭、破壞男女的本質



男女大不同

- 材料不同：男人－土，女人－肋骨
 - 記住彼此的差異，正確的期待
- 生活型態的不同
- 處理壓力方式不同
- 情感需求不同

- 影片：情人節歌曲

材料不同

- 彼此的差異：土、肋骨
 - 水牛、蝴蝶
 - 成品、加工品
 - 實用品、藝術品
 - 領導者、幫助者
 - 偏理性、偏感性
- 正確的期待
 - 男人從火星來、女人從金星來
- (例：弟兄通知孩子出生)

生活型態的不同

- 男性的生活型態
 - 男人透過**達成結果的能力**來詮釋自己存在的意義
 - 自己排解問題，真的**不行時才向專家提出請求**
 - 女人提出困擾，而男人**本能地給與解答**的問題
 - **透過解決問題**來得到尊重及愛

生活型態的不同

- 女性的生活型態

- 女人透過**感覺和關係品質**來詮釋自己存在的意義
- 女人透過**主動的協助**來表達愛
- 女人透過**建議與建設性批評**是她們表示愛的行動

處理壓力方式不同

- 男人：
- 壓力下就愈來愈集中注意力和獨立來解決問題(或是變得孤立)來解決問題，並藉由解決問題來讓自己感覺舒適。
- 女人誤解：
 - 缺少應有的注意
 - 故意不說出問題(逃避)
 - 自私，只照顧自己

處理壓力方式不同

- 女人：
- 壓力下就愈來愈不知所措和變得情緒化，並藉由談論問題使自己感覺舒服。
- 男人誤解：
 - 以為是責備或是請求建議
 - 反擊或是解決問題
 - 對所提出無法解決的問題感到困惑 (講重點)
- (李長安、馮志梅夫婦，孩子受傷)

情感需求不同

- 伊甸園後遺症：罪(不完美)，但每一個負面的行為裡，都有正面的能力。
- 女人 關心 感受 尊重 寵愛 認同 安慰
- 男人 信任 感激 接受 讚美 肯定 鼓勵

- 諺語： 男為知己者死
 女為悅己者容
- (屠龍的故事)

女人常犯的錯誤

- 試圖主動提供的忠告來改善他的行為或幫助他。
- 試圖以分享她的難過或消極的感覺來改變或控制他的行為。
- 她不但沒感謝他為她做的事，還抱怨他沒為她做的事。
- 把他當小孩似地糾正他的行為，告訴他該做什麼。
- 間接地以修飾過的問題來表達難過，如：「你怎能這樣做？」
- 當他做決定或採取主動時，糾正或批評他。

男人常犯的錯誤

- 不傾聽，心不在焉，不問她有興趣或關心的話題。
- 按字面感受她的感覺，糾正她，以為她要解答，因此提供忠告。
- 他傾聽，但因她帶給他難過而生氣地責備她。
- 淡化她的需求與感覺的重要性。
- 她難過時，他卻解釋自己為什麼正確，以及她為何不應該難過。
- 傾聽完後，他什麼也不說，或者只是走開。

靈魂體馬車模型

主人：靈

車夫：魂

馬：身體

韁繩：情感、認知

馬的行動：人的行為

腓洛(Philo)



箴言25：11

一句話說得合宜，
就如金蘋果在銀網子裏。

溝通：

- 人際溝通分五個等級：
 - 口頭寒暄
 - 資訊交換
 - 表達意見
 - 分享感受
 - 表達需求：呈現自己真實脆弱的一面
- 親密第一步：需在安全接納鼓勵的環境
 - 男人：透過活動與人連接
 - 女人：透過談話

雞同鴨講：對同一句話，男女詮釋不同

- 女人用隱喻和概念化如詩般的語言，來表達感覺。
 - 女：我沒有一件事做得好。
 - 男：妳是指我做錯了嗎？或無病聲吟
- 我今天很慌亂，但很高興能與你分享我的感覺，讓我舒服些。我今天好像沒有一件事做得好，我知道這並非實情，但當我被所有我做的事搞得亂七八糟時，我就是這麼想。你能抱著我，告訴我，我做得很好嗎？這真的會讓我好過一點。

雞同鴨講：對同一句話，男女詮釋不同

- 男人如何溝通：沈默
 - 會談公事，不會表達心事(感覺)。
 - 最常說：沒事
 - 男人一沈默，女人就容易把情況想得很糟糕，因為女人唯一沈默的時候，是她說出去的話令自己受了傷害，或是她不想和不信任的人說話，不願和他有何瓜葛。男人突然沈默，女人就缺乏安全感，這是一點也不稀奇的事。

如何正確解讀異性的語言？

- 給笨的男人：抱抱她。
- 給呆的女人：泡杯茶、咖啡給他，然後不打擾他。

建設性的表達方式

- **XYZ句型**

- 當你在X(情境)下，做出Y(行為)時，我覺得Z(感覺)。

- 昨天我們在電話裡吵架時，你掛了我的電話，我覺得很難過。

- 昨天你掛我的電話，真是沒有教養。

衝突的處理

- 弗4:26 生氣卻不要犯罪，不可含怒到日落。
- 每個人都是獨特的，差異婚前會彼此吸引，婚後卻可能變衝突
- 衝突並非都是負面的。
- 有沒有能力處理衝突決定了婚姻的穩定與幸福
- 婚姻中四騎士：批評、輕藐、防衛、撤退。

處理個人的憤怒

- 衝突中理性思考會降低
- 為何憤怒？
 - 生氣是一種對內在情緒的反應，是為了保護自己。通常不會出於事件的本身，而是對於事件所引發自己內在失望、害怕、受傷等感覺得次級情緒。跟人格特質及成長環境有非常強的關係
- 錯誤的態度：
 - 一較長短
 - 逃避衝突
 - 不情願的順服

正確的態度

- 婚姻的頭號殺手：想要改變對方
- 美滿的婚姻：因為愛的緣故，我願改變我自己
- 衝突時：**(發洩情緒 or 解決問題)**
 - 用團隊的意識看問題(不指責)
 - 讓自己有被改變的彈性(願意反省)
 - 不能只有單方面改變(是生命共同體)
 - 一次只處理一個問題(不翻舊帳)
- 用創意：炭燒小牛排 – 水平思考法
- (生命事件圖)

一些步驟

- 1. 暫停、止血。
- 2. 選擇適合討論的時間與地點
- 3. 找出問題或衝突之所在 -- 困難：價值觀、婆媳之間
- 4. 輪流表達**感受**，不是表達**事實**
- 5. 一起禱告
- 6. 腦力激盪
- 7. 選擇雙方同意可行的方法、決定如何分工
- 8. 同心執行、定期跟進

原生家庭及姻親家庭

- 家族圖及家庭經驗 – 有多黏、有多嚴
 - 生活習慣、方式
- 姻親關係的建議與原則
 - 學習尊敬與接納
 - 夫妻關係先於父母關係
 - 各自分別扮演在自己家中的發言人
 - 彼此解毒、解讀
 - 關係愈單純愈好
 - 為了神的緣故，成為美好見證

婆媳問題

- 思考問題：為什麼很少公婿問題？
- 1.肥皂劇的喧染
- 2.正確的母子關係
- 3.先生應有的正確角色
- 4.夫妻關係先於父母關係
- 5.重新拿捏與父母的關係

聖經中的婆媳關係－路得記

- 媳婦愛婆婆如同愛父母 (1:8-9)
- 婆婆愛媳婦如同女兒(1：11)
- 了解是生命共同體，而非敵對或競爭者(1：17)
- 接納彼此的信仰觀與價值觀(1：16)