

婚前輔導(作者不詳)

目錄：

單元一 婚姻的定義

婚前輔導主題大綱

彼此認識話題

婚前約談問卷

期待問卷

婚姻的定義

單元二 婚姻的遊戲規則—聖經婚姻觀

婚姻的遊戲規則

單元三 婚禮籌備

婚姻序幕

婚禮邀請名單

婚禮預備表

婚禮籌備工作追蹤管製錶

婚禮籌備工作追蹤管製錶

結婚禮拜同工分配表

婚禮籌備及工作職責

婚前健康檢查

婚禮籌備注意事項

婚禮預備倒數計時

基督徒如何應對婚俗

婚禮祈禱文

單元四 個性風格

知己知彼問卷

差異問卷

自我特質問卷

自我特質問卷說明

個人風格問卷

單元五 溝通

婚前目標表

婚前溝通表

兩人現有關係狀況

未婚夫妻對婚姻的期望

生氣問卷

男女有別

婚姻生活計畫表

感覺辭彙

雞同鴨講——兩性溝通技巧

家庭溝通指引

單元六 家庭祭壇

家庭祭壇

如何建立家庭祭壇

在靈裡一起成長

單元七 家庭預算

永遠的 28 鎊

夫妻生活預算表

財政問卷

家庭實用收支明細表

分類帳目表

儲蓄帳目表

大千世界覓簡樸

金錢會毀了兒童嗎？

錢財的利用

單元八 原生家庭

原生家庭

神秘紅包袋

秘術檢核表

棄絕的禱告

認罪的禱告

家庭中的屬靈爭戰

單元九 夫妻角色

夫妻角色概念比對表

夫妻角色討論題綱

家庭責任分擔表

單元十 性生活

性態度自我評量表

性觀念及性知識問卷

夫妻性生活問題討論

約會的藝術

約會計畫

突破最後一道防線——談婚前性行為

單元一

婚姻的定義

婚前輔導主題大綱

_____年，第_____期婚前輔導

日期	周次	主題	備注
	第一次	婚姻的定義	約談問卷、個人資料
	第二次	婚姻的遊戲規則 (聖經婚姻觀)	帶聖經、排個別約談時間、預讀婚姻序幕
	第三次	婚禮籌備	回答風格問卷、溝通單元問卷
	第四次	個性風格	風格問卷回收銷毀、回答原生家庭問卷
	第五次	溝通	尋找職業婦女、全職媽媽相關資料；記流水帳(至少二個星期)
	第六次	家庭祭壇	回答家庭預算問卷，讀永遠的 28 磅
	第七次	家庭預算	讀完屬靈爭戰叢書
	第八次	原生家庭	帶聖經，回答”夫妻角色概念比對表”
	第九次	夫妻角色	帶聖經，回答性生活問卷
	第十次	性生活	
	個別約談	時間另訂，每對一次個別約談。可視需要增加次數。	

課程要求：

- 1.對彼此、小組、及帶領之輔導委身，承諾不缺席；若無法上課需提早（一周前）告知，全組協調時間。若協調有困難，請當事人至其他組補課。
- 2.積極主動參與小組互動
- 3.準時出席 7:30~10:00 (每週上課一次)

小組規則：

- 1.一切分享皆出於自願（課程要求除外）
- 2.不診斷、不給意見，組員間以分享經驗為原則；不公開討論二人私人性問題
- 3.保密原則(凡於小組中分享的內容絕不對外談論)

其他：

- 1.指定閱讀書籍：屬靈爭戰叢書一本，以琳或橄欖出版。(講于第八次“原生家庭”之前，閱讀完畢)
- 2.個別約談
 - a.每對至少有一次個別約談之機會，每次約為二小時半。(可按需要增加)
 - b.約談主題 ①您倆最需要、最關心或最困擾的話題 ②不宜公開討論的問題
 - c.約談時間：按個人時間，與輔導排定，約談期限至____月。
 - d.請主動與“輔導員”安排約談時間。
- 3.選班長
 - a.負責安排各項事宜
 - b.課程期間緊急事件之聯絡人
 - c.協調結業聚餐事宜

彼此認識

父 母 孩童時	父 母 青年期	父 母 目前
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很親密	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很親密	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很親密
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 還不錯	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 還不錯	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 還不錯
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 不太好	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 不太好	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 不太好
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很疏遠	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很疏遠	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 很疏遠

17.你認識你的意中人已有__年__個月，你倆正式交往已__年__個月

18.你與意中人的關係 相認識 已定情 已論及婚嫁 已訂婚 預備於__年__月__日結婚 其他(請注明) _____

19.你是否曾經和別人訂過婚？ 從未 一次 二次以上

20.你和意中人是否曾經暫時中斷你們之間的關係？ 沒有 一次 二次以上

21.a.你們是否曾經為了 就學 服務 工作 其他 而分離__年__個月

b.你覺得這些分離對你們之間的關係 有助益 有傷害 沒有甚麼影響

22.a.你在 全部 大部份 一些事上 信得過對方

b.你認為對方在 全部 大部份 一些事上 信得過你

23.結婚以後你們將住在 自己租 購買的 與父母(姻親父母)同住 未定 與別人同住(請注明)_____ 其他(請注明)_____

24.如果雙方家長都健在，他們對你們的婚姻會贊同、祝福嗎？

	贊同	不反對	反對	不清楚(請注明)
本身的父親	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> _____
本身的母親	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> _____
對方的父親	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> _____
對方的母親	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> _____

25.你與准姻親的關係如何？

	對方的父親	母親	姐姐	妹妹	哥哥	弟弟
很親善	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
還不錯	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
不太好	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
未見面	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

26.a.你們是否已列好家庭收支預算？ 尚未 討論中 已列妥

b.你們的收支是否能平衡或有結餘(作預備金) 是 否(如何補足?) 父母補貼 其他(請注明_____)

c.你本身或你的配偶需要在經濟上供養或支持別人嗎？ 否 是(請注明_____)

27.你期待你的配偶分擔那些家務(妻,夫或夫/妻、妻/夫,前者為主,後者為輔),日常家事__維護__整修__採購食物日用品__照管孩童__處理財務__清理垃圾__其他(注明)_____

28.a.你倆 很少 偶而 常常以親吻、擁抱來表達對準配偶的感情

b.你對感情的表達覺得 很滿足 多多益善 物稀為貴 無所謂

29.你是否曾經和其他人發生過性行為？ 從來沒有 曾經有過(1次2次多次)

30.你自己或你以前的女友曾為你墮過胎嗎？是(1次 2次 多次) 否

- 31.你們二人曾經發生過性行為嗎？是（1次 2次 多次） 否
- 32.你認為已訂過婚的未婚夫妻可以有性行為嗎？可以 不可以 不知道
- 33.你們希望結婚_____年_____個月之後，才有孩子。
- 34.有了小寶寶以後，妻子仍將繼續工作嗎？ 是 否
- 35.你希望有_____個小孩，你的配偶希望有_____個小孩子。
- 36.你的性知識是從書本看來（哪幾本對你最有益處_____）與父母討論而來 道聽塗說 朋友分享 其他
- 37.你期望婚後的性關係是很快樂 盡義務 容忍 不喜歡 害怕 其他 _____
- 38.你希望多知道一些關於婚後 性交前的準備 性交的技巧 異性對性的感應 對性應有的態度 有計劃的生育 性病預防 其他_____
- 39.a.你們遇到不同意見時：彼此妥協 我讓步 他／她讓步 雙方讓步 互不相讓
b.遇有意見相左時：很快輕易解決 長期掙扎 不理不睬 聽其自然
- 40.你對你們婚姻的幸福：滿有確信 有點把握 不敢確定 相當懷疑

期待問卷

填表人姓名：_____

婚前輔導期別：_____

請用具體的話寫下：

一、對課程的期待

二、對二人關係的期待

三、對自己的期待

婚姻的定義

一、請你為「婚姻」下一個定義：

二、你對婚姻懷有甚麼恐懼和掛慮？

三、請列出十點你認為現今就是你結婚的時候的理由。

四、請列出十二點你要與對方結婚的理由。

單元二

婚姻的遊戲規則

— 聖經婚姻觀

婚姻的遊戲規則

（聖經婚姻觀：馬太福音十九 4-6）

討論題綱

第一階段

- 1.請由馬太福音十九 4-6 節，歸納出婚姻的遊戲規則：

第二階段

- 2.何謂離開父母？包括那些層面？
- 3.在「離開父母」的事上，有那些層面對你而言很困難？為什麼？（地域的、經濟的、心理的、情感的層面…）

第三階段

- 4.婚姻最終極的目標為何？
- 5.連合的基本要素為何？
- 6.在那幾方面需要合一？如何達到合一的目的？

第四階段

- 7.有哪些是「婚姻的殺手」？要如何勝過？

單元三

婚禮籌備

婚姻序幕

當兩個人開始為婚禮和未來家庭籌畫的時候，便開始切身體驗到婚姻生活繁瑣、費神且又不羅曼蒂克的一面。籌備婚禮原來並不簡單，談經濟預算可能傷感情，學習與姻親相處有時十分吃力，婚前身體檢查看來也有點麻煩……原來婚姻生活也並不盡是多姿多采的時刻，就在婚前開始學習吧！

簡樸婚禮

在我為青年男女進行婚前輔導的過程中，發現不少人在步入籌備婚禮的階段，便開始心情煩躁，兩人之間的摩擦也增加，溝通的深度也相對地退步。相信這與婚禮籌畫所涉及的繁瑣事務眾多有關，香港居住地方租金昂貴，難覓新居，生活指數不斷上漲，構成經濟壓力，再加上男女雙方家長對婚禮的諸多要求，不能逃避的繁文縟節等問題所形成的壓力。

我是在加拿大完成大學訓練後立即舉行婚禮，一切儀式從簡，在教堂完成婚禮後，便在教堂的副堂安排簡單的茶點招待朋友，全部過程都得到摯友們協助策劃及執行（至今仍然銘記於心）。再加上雙方家長及親戚都遠在香港，省卻不少繁文縟節，而婚後的新居乃是醫院的宿舍，所以不必操心。由於在婚禮之前沒有感受甚麼壓力，也較難從心底裡面認同其他籌備婚禮的人那種苦惱。

因為我親身經歷過簡樸所帶來的那種輕省及怡然的感受，所以我是極力主張婚禮的安排及婚後的

生活儘量從簡的。

曾經與我在「突破」同工十年的蘇恩佩女士，在生前也曾積極提倡簡樸生活，在香港雖然似乎是逆流，卻也得到不少人的回應。我相信恩佩今天若仍然在世的話，一定很欣賞我另一位同事方華所描繪的那種簡樸婚禮。

小記我的婚禮

方華

五月份一個星期二的上午，我與父母親一起乘搭小巴到教會去參加我自己的婚禮。牧師略有一點點尷尬不安，他尚未主持過一個這樣簡單的婚禮一會場洞然，連程式表都沒有印，新人穿著常服。壇前有鮮花，是星期日為主日崇拜而插的。唯一的一點綴是一個紙花鐘，是一位好朋友自作主張借來並親自掛上去的。當時教會剛遷到新址不久，內部裝修尚未完成，一切因陋就簡，因此這位朋友認為非有一些點綴不可，我們欣賞他的熱心，於是欣然接受。

我們故意選擇星期二上午舉行婚禮，因為那個時候最多人不能來觀禮。這個安排並非是要刁難朋友，而是為了貫徹個人的原則。婚姻是很嚴肅的事情，也是很私人的事情。婚禮是神聖的，因為兩個人在神面前立約盟誓，關係一生。太多枝節利紛擾會損害這個立約的重要時刻，弄得不好，會變成表演會，而神只是觀眾之一，新人則是演員。所以我們覺得婚禮可以認真，但必須簡化，也不宜有太多人在座。當然，一個人的成長，家長、親友都有很大功勞，當你成長踏入人生另一階段，他們會很高興快樂，因此讓他們有參與機會也是人之常情。不過，我覺得朋友即使不在座也可以為我們高興，他們的參與也不必一定要在婚禮那一小時內。我們只是普通人，在多人注目的環境下很容易太過在意自己的表現，因而不能集中精神、真心真意做最重要的事情。

很多人想起婚姻就想到婚禮上的場面，想起瑰麗堂皇的佈置，美麗的新人，笑盈盈的親友，換言之，就是想到浪漫而短暫的一刻。但是我想到婚姻卻是想到人生階段的跨越，心理上的巨大適應，生活的重新安排和感情遭遇現實的考驗。因此，在婚前要好好準備，人際關係、溝通、自省都需要全副精神，實在不宜花工夫去籌備複雜的婚禮。一切錦上添花的東西，可免則免，婚紗禮服、花車、儂相、迎送、佈置、修飾、茶點、音樂……全都是不必要的，是枝節不是主題。枝節太多就令人心煩意亂，為了安排瑣事終日忙碌，為自己增加額外的心理壓力，實屬浪費精力，何苦來哉！

有朋友勸說：結婚是一生只有一次，人生大事，怎可不隆重其事。也許我對人生有不同的理解，我覺得許多事情都是一生只有一次的，所以生活本身值得全面投入，認真去過，結婚只是其中一項，並非唯一的一項。時光匆匆，今日與你晤談笑語的朋友很可能以後都見不著面，是以生活的每一個小片段都是珍貴的。我不是否定節日或特別日子的意義，我只是覺得不宜過份誇大，過份著重做人要有聲有色反而會失落做人的真諦。

我滿意自己的婚禮，一切都是簡單的，然而絕非草率，其中的安排，按照我們的信念和原則來處理：簡單就是美麗，分清楚輕重，不要讓枝節掩蓋主題。

當然，我也感謝雙方父母的開通和接納，沒有他們的首肯，也就沒有這樣一

個獨特而有意義的婚禮。(錄自《突破》第 145 期)

你看完了上述的婚禮那種「超簡樸」的形式，可能會覺得有點誇張，難以接納和認同。我也不是向你推薦，以此作為模範標準。

事實上，太過份執著於某種模式，甚至因此與雙方家長鬧翻了，是不智之舉。但是最重要的是一對新人先取得一定的協調，才聯成一線與雙方家長商討。這樣才可以避免造成男女二人各為自己的家長發言，形成兩陣對壘的緊張局面，結果把喜事變成「戰爭」——從第一天便叫雙方親家變成為「怨家」了！

我贊成雙方在婚前找輔導員，詳談婚禮的籌畫及經濟預算等細節問題，可以避免產生不必要的矛盾。在這一章裡我只是探討一些看似瑣碎卻是不容忽略的婚前籌畫問題；另外再用一篇幅討論一些與性生活有關的課題，因為不一定每人都曾經上過一些性教育的課程。

你可能認為瑣碎的事

夫妻相處的難處有時不一定在大事上不協調，往往是一些瑣碎的事上挑起紛爭，引致怒氣。就如房間怎樣佈置，飯菜的口味，看話劇抑或看足球，逛書局抑或逛公司，遲睡還是早起，誰負責洗碗，拖鞋放在那裡，能夠在婚前籌畫時嘗試合作，並處理一些因為各種瑣事引起的口角紛爭，實在是寶貴的一課。

舉行婚禮的大日子

婚禮那天確是一生之中的大日子，但是如果焦點上有偏差就會在籌畫時發生輕重顛倒的現象。下列是幾項值得留意的地方：

- 婚筵不應視作婚禮的高潮，如果可能的話，應當避免大事鋪張，一切簡樸行事。
- 婚禮中最重要的不是特別節目，太多的音樂節目只會分散注意力，令人以為是演唱會。
- 牧師的訓勉當然重要，也不是焦點，因為赴會的人不是為了來聽道。有些話只應單獨向新人勸勉。
- 照相留念、拍攝電影都有紀念價值，卻不應因此破壞氣氛，將教堂變為片場。
- 最重要的時刻是男女雙方在神面前、主禮牧師面前、眾親友前互立盟約的時候。

聖經形容配偶為「盟約的妻」(瑪二 14)，所以結婚是嚴肅的事，是兩人彼此立約，在神面前立約，互許終身。唐佑之牧師說得好：「兩人在神前立約，是很正統的，當兩位新人說『我願意』的時候，不是件輕鬆的事，這是一個神聖的誓約，完全的奉獻。現代人對婚姻大多不重視，忽略了婚姻當有完全交托奉獻的心態。有位西哲曾說：『不是愛維持婚姻，而是婚姻維持愛。』所以婚姻中的首要之事便是立下『聖約』。」

所以婚姻絕不是兩個人的私事，連未信主的人也曉得在法律面前立約，藉此確立夫妻子女間的合法身份，得到權利的保障，及財產繼承權的保障。免除這立約的重要步驟就是逃避責任的表現。

基督徒更不單向法律負責、向社會負責。向配偶負責，更應當向神負責。

所以要小心選擇有意義的誓詞，並且嚴肅莊重地由衷地念每一句。最好是牧師及一對新人在立約自中所念每一個字，都能夠讓全體親友聽聞，他們是這個「盟約」的見證人。

帶著立約的心情進入禮堂，會叫婚禮的大日子更有意義，更加難忘。這個約也成了日後二人同行的基礎。因為人的情緒及喜好太不可靠，不足以承擔整個婚姻。

為了在婚禮當天不被諸多的瑣事煩擾，最好找到一位有經驗的、肯負責的、辦事精細的親人或朋

項目		月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月		
		日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日		
預算	1.婚禮、蜜月及新居		*											① 相片加洗贈送 ② 謝卡寄發 ③ 戶籍登記
請帖	2.寄發名單確定					*								
	3.設計定稿				*									
	4.送場印妥					*								
	5.寄發送出							*						
證書	6. A 購妥 B 書寫完成					*A				*B				
程序單	7.選購及內容設計					*								
	8.人選邀妥								*					
	9.送廠印妥									*				
會場	10.佈置及招待人選定								*					
	11.工作計畫內容確定							*						
	12.用品選妥									*				
茶點	13.佈置及招待人選妥								*					
	14.蛋糕定制									*				
	15.茶點採購及佈置										*			
喜宴	16.訂餐館及訂功能表	*												
	17.主持人及招待邀妥								*					
婚禮	18.A 借禮堂 B 主理人請妥	*A							*B					
	19.照相人選邀妥及買底片								*					
	20.A 臉部保養 B 試妝	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*B		
	21.A 戒指訂做 B 做妥						*A				*B			
	22.A 禮服選購修改 B 做妥		*A							*B				
	23.訂做捧花											*		
	24.禮車洽借租妥司機請妥									*				
住宿及交通	25.(錄影)、點燭人選請妥								*					
	26.訂主婚人住宿旅館							*						
	27.主婚人來回交通安排									*				
	28.蜜月旅行計畫妥							*						
其他	29.新居安頓工作				*									
	30.婚前健康檢查			*										
	31.													

附注：*表示必須完成的日期

婚禮籌備工作追蹤管製錶

《樣本》

議決工作重點	負責	完成時間	管制重點		
			管制時間	管制標準	
買床(看)	以撒 利百加	4/13 6/27		<ul style="list-style-type: none"> 選定大小、樣式 購買送至新居 	~
馬大約談	以撒	4/20		利百加家人北上住宿問題	~
尼希米約談	以撒		4/2 排時間	禮堂佈置、茶會場地佈置	~
輔導約談	以撒	5/4			~
預算 (婚禮、蜜月)	以撒 利百加	5/11		<ul style="list-style-type: none"> 按現有經費 可用之經費 必需之花費 	~
禮服訂做	以撒 利百加	5/11		<ul style="list-style-type: none"> 5/4 看後再決定 5/11 找服裝店訂制 租：白紗、晚禮服 	~
寄發名單確定	以撒 利百加	5/18	每週校訂	<ul style="list-style-type: none"> 選定寄發物件之原則 名單造冊 	~
請帖設計定稿	利百加	5/25		<ul style="list-style-type: none"> 擬初稿一百基拉 初定稿一百基拉 定稿一以撒 	~
主禮人請妥	以撒 利百加	5/25	5/18 5/25	<ul style="list-style-type: none"> 5/18 請以斯拉確定邀請證婚，若不行 5/25 請以利亞 	~
禮堂洽借妥	以撒	5/25		<ul style="list-style-type: none"> 確定使用起訖時間 費用、預算、冷氣 	~
試穿禮服	以撒 利百加	5/25	5/22	約定禮服試穿時間約定禮服試穿時間 5/25	~

婚禮籌備工作追蹤管制錶

議決工作重點	負責	完成時間	管制重點		
			管制時間	管制標準	

結婚禮拜同工分配表

主 禮：

總負責：

攝影組：1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

茶點組：

佈置組：1.禮堂
2.茶點會場

招待組—負責： 收禮：
招待：
接待：

場地組—司琴：
錄音、影、燈光、空調：
詩班：
善後：

交通組—負責：

工作內容：

總負責：

1. 協調各組同
2. 負責支付各項開支（有一筆錢留在總負責處）
3. 請各組負責同工向他報帳以收據報帳。

攝影組：

1. 負責攝影
 - a. 底片向陳錫坤弟兄領取
 - b. 照完之底片統一交給陳錫坤弟兄沖洗
2. 攝影分配：
 - a. 曾憲煌—雙方家人一跟著新人
 - c. 陳文忠—跟著新人
 - d. 華慧真—幻燈

茶點組：

1. 預備茶點及水果及佈置（與佈置配搭）
2. 根據預算及新人意願採購。
3. 剩餘茶點之收拾及處理可為新人留一份

佈置組：

1. 禮堂、茶點會場的佈置
2. 看板
3. 花
4. 根據預算及新人意願

招待組：

1. 收禮：負責禮金、禮品；登記送禮者姓名並寫謝卡、簽名。
2. 招待：分發節目程式單。
3. 接待：引導男女雙方主婚人、親友及賓客入座

交通組：

1. 新人禮車
2. 新人之至親及遠地來的親友需安排車輛。

附注：

1. 按已邀請到配搭同工的人數分配場地組：

工作。

- 1.負責禮堂及茶點場地之善後整理
- 2.其他各司其職（如司琴就司琴）
- 2.按各組實際需要的人數配置同工
- 3.有些同工可參與不只一項工作。

婚禮籌備及工作職責

一、負責內容

- 1.教堂結婚典禮事務及協調工作
- 2.喜酒事務

二、工作事項

- 1.同工邀請
- 2.工作分配
- 3.工作說明
- 4.掌握進度
- 5.控制預算
- 6.安排預演

三、工作分配

伴郎	禮車	場地	會計
伴娘	總務	音控	茶點
花童	總招待	攝影	司儀
補妝	招待	錄影	司琴
	佈置		詩班指揮

四、工作說明

1.伴郎、伴娘

- 1) 隨時協助新人，提醒並補辦遺漏事項
- 2) 隨時整理新娘白紗，特別是在拍照時

2.補妝

- 1) 隨時注意新人儀容，並給予補妝，預備化妝箱
- 2) 協助新娘更衣，特別是酒席時(伴娘)

3.禮車

- 1) 前一天將車打臘及拿到車彩油加滿
- 2) 當天掛好車彩，依時到新郎家
- 3) 預備零錢，以付車費

4.總務

- 1) 與同工保持聯絡，隨時詢問進度並予協助
- 2) 婚禮當天總攬一切事務並作決定
- 3) 隨時提醒新人並補辦遺漏事項
- 4) 決定工作內容，並邀請同工
- 5) 典禮前發送管理員及場地費
- 6) 前一周發給各組預算之經費
- 7) 確定當天將會誤中餐的同工，以便訂便當
- 8) 平均發放拉炮，並告以不可向新人臉部放（有些教堂嚴禁放鞭炮或拉炮）
- 9) 婚禮後寄發謝卡與各同工（新人事先準備好）
（典禮前五分鐘音樂彈奏時，請兩位點蠟燭）

5.佈置

- 1) 一切佈置請於典禮前一小時完成（于前一周勘察場地）
- 2) 負責大堂、茶點會場、座椅、拱門及收禮台之佈置
- 3) 安排新人的照片及送來的花籃放置地點
- 4) 擺放蠟燭，並事先點過
- 5) 可同時提供新人及貴賓之胸花及新娘、伴娘之捧花，及敬謝家長之鮮花
- 6) 將胸花先放在新人休息室
- 7) 預備拱門上小花籃及碎花，並安排人撒花

6.會計

- 1) 教堂及酒席時所收禮金及禮品之登記，分開登錄在不同之登記簿上
- 2) 勿隨意支出金錢，除非得到總務之同意
- 3) 結算後將禮物交與總務，並在其上注明送禮人
- 4) 酒席後與總務及新人親戚一同向餐廳結帳，並將餘款交與新人指定之親戚
- 5) 各項收支應於婚禮後三日內向新人結清

7.攝影、錄影

- 1) 預備底片、電池及相簿
- 2) 底片直接交與新人沖洗或自己沖洗整理後交與新人（一周內）
- 3) 拍攝時，切忌影響典禮氣氛

8.音控

- 1) 典禮前半小時預備好會堂及茶點之音響
- 2) 預備一卷 90 分鐘錄音帶，以便現場錄音
- 3) 預備一無線電麥克風給證婚人使用
- 4) 預備會前及茶點音樂

9.司儀

- 1) 司儀為典禮進行之靈魂人物，應語言得體。善於控制時間，帶動全場氣氛或嚴肅或溫馨，使各項節目順利進行
- 2) 負責拍照、茶點時之司儀

10.司琴

典禮前五分鐘彈奏音樂

11.詩班

五、茶點

- 1.按新人所預算，或中式或西式，訂定內容（詳細）之後，再與新人商量
- 2.茶點請於典禮前預備好，並以保鮮膜覆蓋
- 3.茶水可先倒好一杯一杯，以利取用
- 4.負責切分蛋糕（並負責購買）
- 5.會後剩品之處理
- 6.預備物品

大、小紙盤，叉子、紙巾、紙杯、蛋糕刀及鏟、保鮮膜。蛋糕娃娃、茶桶、紗布、茶葉、糖、檸檬、湯勺、桌巾或白報紙、垃圾袋、抹布。拖把、水桶

7.注意事項

- 1) 當天天氣及溫度
- 2) 茶水儘量多，且需注意溫度
- 3) 蛋糕若為鮮奶油，則需確定送達的時間，以免溶化
- 4) 蛋糕若為多層式，則需注意其架子及螺絲要收好

六、酒席注意事項（參與同工需於半小時前到）

1.總務

- 1) 接洽餐廳一切事宜
- 2) 注意門口海報、菜單份量及（煙）酒\汽水、飲料之清點
- 3) 先確定每桌坐滿客人後，再決定加減桌數。掌握並協調上菜時間及速度之快慢。
- 4) 預備糖果、瓜子及送客用之物品或洞房中之糖果及茶水
- 5) 預備音響

2.招待

- 1) 餐廳若在樓上，則一樓最好有一位招待
- 2) 預備牌子，標示各桌團體或親朋
- 3) 引導賓客入座。每桌以坐滿 12 人為准
- 4) 安排喜幛、喜燈、花盤及新人照片之位置
- 5) 為會計及攝影者留位、留菜
- 6) 菜尾之處理
- 7) 酒席上菜前半小時，可有福音晚會，但須注意效果。開動前應請牧師或長輩帶領謝飯禱告。

七、新人應注意事項

- 1.安排結婚當日之詳細時間表，並注意中餐及交通工具
- 2.前一天預備好一切身上及隨身物品，並列出清單
- 3.典禮前半小時到達教會，休息及預備心，若有任何事須處理，切忌親自張羅，應交待總務來處理
- 4.擬訂典禮程式，並注意時間。選定程式單時，最好只采一種圖樣，以免一人拿許多張，以致不夠
- 5.事先應與總務、攝影及錄影有良好之溝通
- 6.提出願意參與婚禮事工之名單，以供總務參考調派
- 7.詳細列出親朋、同學之名單，詳細預估喜帖份數及教會茶點人數，並喜酒桌數
- 8.簽名綢及結婚證書應事先做處理用毛筆或刺繡)
- 9.充足的休息及留給自己充足的時間，恢復體力以應付酒席
- 10.先決定好照相次序
- 11.列出一切可能的開支，並先預備紅包，例如：會堂管理員、證婚人、介紹人、司琴、詩班（指揮）、禮車及籌廳服務生…等等
- 12.典禮所需之經費先交給總務，由其統一支付
- 13.應先決定茶點及喜酒前，是否有致詞宜簡短)，以及謝飯禱告人選
- 14.新娘桌之貴賓及長輩應事先安排與邀請妥當。
- 15.先預備好新房之喜糖及茶水
- 16.先寫好各同工之謝卡，交由總務代轉或事後親自向同工致謝

八、蜜月之安排

九、訂定預算

喜糖、喜餅	程式單	禮品	沖洗
飾物	郵資	紅包	茶點
禮服	文具	車資	佈置
鞋	結婚攝影	酒席	禮車
喜帖	美容、化妝	攝影	雜支
邀請卡	公證結婚	錄影	蜜月
	家俱		

婚前健康檢查

中國人的道德觀念及情愛觀念之下，很少人會正視婚前健康檢查，站在優生保健的角度來看，更為了往後的幸福及下一代的健康著想，婚前健康檢查確實是不可或缺的。

透過婚前健康檢查，可防範不良疾病的遺傳或傳染性疾病及事先知道生育能力等，這不但關係著家庭的幸福，更是社會、國家強盛的關鍵，所以在先進國家，婚前健康檢查是很平常的事。

婚前健檢做些什麼？

未婚夫婦應當在婚禮前八周，安排做健康檢查，專案如下（但依醫院不同有不同之調整）：

- 1.一般檢查：包括身高、體重、血壓、視力、聽力、色盲等專案。
- 2.尿液檢查：為肝、膽、腎、泌尿道及糖尿病等檢查。
- 3.血液檢查：有關貧血、發炎以及其他血液方面的疾病。
- 4.肝：肝功能及 B 型肝炎檢查，以瞭解肝功能狀況，是否感染 B 型肝炎或為帶原者。
- 5.腎功能檢查：有關尿毒、腎炎、痛風等疾病的檢查。
- 6.梅毒檢查：性病的檢查
- 7.心電圖：測定心肌功能
- 8.X 光檢查：心臟肥大與否及呼吸道、肺臟等疾病檢查。
- 9.血糖檢查：糖尿病檢查
- 10.糞便檢查：寄生蟲、胃出血、腸癌篩檢等檢查。
- 11.甲狀腺：瞭解甲狀腺功能、急性甲狀腺功能。
- 12.愛滋病檢查
- 13.德國麻診（男性免）
- 14.婦科超音波（男性免）：子宮、卵巢
- 15.精液分析檢查（女性免）：精子的量、濃稠度、液化時間。活動力、精子計數等。

婚前健康檢查，並不表示若有問題，就取消婚約，而是提供一個理性的保障，讓雙方都有心理準備，無怨無悔地攜手邁向幸福人生。

婚禮籌備注意事項

一、訂婚

A.訂婚的目的

- 1.緩衝期一確定期（是否確定要和對方進入婚姻？）
- 2.預備期一預備進入婚姻（身份改變、婚禮籌備、雙方家族的認識）

B.訂婚到結婚的時間長短

- 1.三個月一六個月為宜

C.提親

- 1.男方至女方家提親
- 2.有合宜之媒人可以緩衝一些不便，如聘金、嫁妝、禮數等問題

D.在女方家舉行：可以家庭感恩禮拜的方式進行

二、迎娶、過門

A.迎娶：

- 1.目的：可以藉此表明女方『離開』父母。
- 2.迎娶的方式、過程：
 - a.叩別父母
 - b.女方父母臨別贈言
 - c.母親覆紗
- 3.新郎迎娶時攜帶物品：新娘捧花

B.家庭感恩禮拜（過門）

- 1.不論是否信主，皆可以家庭感恩禮拜來完成過門的儀式
- 2.表達：向祖先昭告，兒子已長大了
- 3.讓新娘可以認識新郎所有的家人（正式見禮）

三、教堂婚禮

A.婚禮預演

- 1.時間：前一天或二天預演
- 2.預演需參與人員：
當事人（新郎、新娘），新娘父親、伴娘、伴郎、花童、主禮、司琴

B·注意事項：

- 1.新郎：
 - a.進場方式一進場可由伴郎陪同或牧師帶領，宜以自然步伐行進，絕非以新娘走法前進。
 - b.台前位置一由講臺看下來：男左女右
 - c.不需戴手套，拿在手中即可
 - d.注意向帶領新娘的長輩行禮後才接過新娘
- 2.新娘：
 - a.行進注意：以手挽住父親手臂前進，踢裙，以免絆住；走一步停一步；在本堂注意走道有一段下坡。
 - b.需交待一位好友或伴娘隨時整理身後白紗
 - c.站立台前時，以右手挽住新郎左臂
- 3.重點是新娘練習進場方式，預演時間以不超過半小時為宜

C.場地及其他

- 1.紅毯鋪好後，儘量不要讓來賓踩踏，可用彩帶圍住入口處，並以活結扣好

- 2.所收之禮物，需預先安排同工送至何處
- 3.招待同工要特別留意引領雙方主婚人就座
- 4.別忘了請證婚人蓋章
- 5.用印可以事先或事後用，不一定放在程式裡，但在程式中卻有很美的意義
- 6.重要物件需請專人負責：如結婚戒指、結婚證書等
- 7.簽名綢：預備細字\油性筆讓來賓簽名
- 8.婚禮所訂之程式都需有意義及目的而非人云亦云。別人如此我也跟進

D.婚禮當天全程所需時間規劃，包括：

新娘化妝、美髮、迎娶。(過門)、禮堂婚禮、照像、茶點、喜宴等都需預估需用時間或實際預走一次及來往交通時間(提早出門以免塞車，寧可早到勿讓賓客枯等)。

四、喜宴

A.喜宴總務最好勿與禮堂總負責同一人

B.喜宴總務、招待及收禮者最好提早一小時抵達現場

- 1.總務及招待需掌握來賓席次'需事先安排、並且補滿每桌人數
- 2.掌握上菜時間及快慢
- 3.禮簿及簽名簿可用另一套收禮的方式及禮金之歸屬，需請新人事先與雙方父母儘早協調清楚

C.訂桌

- 1.訂桌最後確定時間
- 2.可否試吃?含稅否?點心飲料可否自帶、開瓶費的演算法、小費、主桌小費是否不同...
- 3.保留桌的桌數及方式需與餐廳經理談清楚
- 4.主桌來賓需由男方父母事先確定及邀請(可當場或事先)

五、喜帖、邀請卡、程式單

A.喜帖

- 1.紅帖注意以雙方主婚人名義發出;內文語意要配合父母身份之邀請語辭。
- 2.用『謹訂』不要用『謹詹。(詹為占卜之意)
- 3.用『敬邀』而不要用『恕邀。(恕邀亦有占卜之意)
- 4.附地圖

B.邀請卡:(非紅帖)

- 1.以平輩為物件，或單以邀請觀禮為目的
- 2.可以結婚新人署名，內文語意可配合新人之邀請語辭
- 3.附地圖

C.程式單

- 1.照像次序需清楚，除與雙方主婚人合影外，與牧長合影最好排在前面
- 2.可以印出新居的電話
- 3.正面最好印上時間、地點及結婚人
- 4.定稿前與證婚牧師商量程式內容

婚禮預備倒數計時

前十周(/ ~ /)

<p>一、新居</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.留意房子 2.留意家俱，家電用品及比價 <p>二、婚禮</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.借教會禮堂 2.茶點場地 	<p>三、訂婚</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.儀式商榷 2.餅量統計，餅家比價 3.禮物清單 <p>四、酒席預訂</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.列名單 2.訂餐廳、菜單 3.試吃 	<p>五、禮服</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.收集、挑選 2.配件參考 <p>六、攝影</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.攝影人員確定 2.拍照日期、地點選定 3.新郎新娘造型參考
--	---	---

前九周(/ ~ /)

<p>一、新居</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.留意房子 2.留意家俱，家電用品及比價 3.佈置計畫 4.購買用品擬定 <p>二、工作人員確定</p> <p>花童：</p> <p>攝影：</p> <p>錄影：</p> <p>證婚：</p> <p>司禮：</p> <p>勉勵：</p> <p>禱告：</p> <p>讀經：</p> <p>燃燭：</p> <p>詩班及負責人：</p>	<p>司琴：</p> <p>(禮堂)</p> <p>(茶點)</p> <p>訂婚同工：</p> <p>總務：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(茶點)：</p> <p>(餐廳)：</p> <p>招待：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(茶點)：</p> <p>(餐廳)：</p> <p>茶點採購：</p> <p>茶點主持：</p> <p>佈置：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(茶點)：</p>	<p>善後：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(茶點)：</p> <p>插花：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(茶點)：</p> <p>*新娘、伴娘、花童</p> <p>捧花</p> <p>頭飾、胸花、獻雙方父母之花束</p> <p>收禮：</p> <p>(禮堂)：</p> <p>(餐廳)：</p> <p>禮車司機：</p> <p>三、請帖</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.列名單 2.設計 <p>四、攝影——完成新人照</p>
--	--	---

前八周(/ ~ /)

<p>一、新居</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.整修計畫 2.傢俱、家電用品採購 <p>二、香港購物</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.證件辦理 2.購物清單 3.商店諮詢參考 4.列預算 	<p>三、蜜月</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.計畫及路線 2.旅行社訪價、洽談 3.訂旅館 <p>四、訂婚</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.喜餅訂購。(餅卡) 2.男女雙方禮物清點 3.新人禮服確定 	<p>五、婚禮</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發邀請卡給工作人員 2.選定飾物(婚禮當天戴) 3.新人禮服確定
<p>前七周(/ ~ /)</p>		
<p>一、新居</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.整修計畫 2.傢俱、家電用品採購 <p>二、請帖</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.寄發名單確定 2.文案定稿 3.送廠 	<p>三、觀禮卡</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.寄發名單確定 2.文案定稿 3.送廠 <p>四、婚禮</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.禮車借妥 2.新郎、新娘整體照型 	<ol style="list-style-type: none"> 3.新娘禮服整修、試穿、配件備妥 4.新郎禮服及配件 5.花童禮服 6.召開第一次籌備會 <p>五、皮膚保養</p>
<p>前六周(/ ~ /)</p>		
<p>一、新居佈置</p> <p>二、婚禮</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.結婚證書購買、書寫 2.程式單選購、編排、送印 	<ol style="list-style-type: none"> 3.空白錄影帶、底片購買 4.簽名綢、禮簿、紅包袋、桌巾、謝帖、名條、油性水性簽字筆、蠟燭燭臺、大頭針、打火機……等文具購買 	<p>三、皮膚保養</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.新娘試妝
<p>前五周(/ ~ /)</p>		
<p>一、新居佈置</p> <p>二、寫請帖、觀禮卡</p>	<p>三、婚前健康檢查</p> <p>四、皮膚保養</p>	
<p>前四周(/ ~ /)</p>		
<p>一、新居佈置</p> <p>二、蜜月</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.細節確定 2.擬定攜帶物品 	<p>三、婚禮</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.會場設計佈置(與○○協調) 2.訂花店 	<ol style="list-style-type: none"> 3.寫證書 四、皮膚保養
<p>前三周(/ ~ /)</p>		
<p>一、新居</p> <p>二、召開第二次籌備會，各組工作進度確定</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2.試梳(確定當天時間) 3.禮車彩帶 4.迎娶隨行人員確定 	<ol style="list-style-type: none"> 五、訂婚細節商榷、預演 六、禱告會 七、皮膚保養

三、寄發請帖、觀禮卡 四、婚禮 1.試妝(確定當天時間)	5.教堂預演時間安排 6.囍字備妥 7.程式單檢查	
前二周(/ ~ /)		
一、訂婚所需用品檢查、備妥 二、連絡訂婚預演有關人員	三、連絡婚禮有關人員，最後 確定 四、電話邀請，並確定參加酒 席人數	五、通知餐廳酒席桌數、水酒 數量 六、借箱型車，南下載喜餅 七、皮膚保養
前一周(/ ~ /)		
一、訂婚 二、教堂預演	三、婚禮 1.所需用品檢查、備妥	2.類比當天一切流程 四、謝卡、禮金備妥

婚後工作

- 1.安排拜訪證婚牧師，表達謝意，並請他在證書上蓋章
- 2.戶籍登記
- 3.照片加洗贈送
- 4.婚禮回憶本，娘家回憶本
- 5.謝卡寄發
- 6.工作人員謝禮
- 7.什一當納
- 7.教會感恩奉獻

基督徒如何應對婚俗

結婚是人生大事，從古至今從未改變過，因著歷史的軌跡，在結婚的禮俗上流傳了許多風俗、習慣，但面對不一樣的社會結構、時空背景，有許多的習慣也會有所改變而形成了另一種風俗，身為這個時代的基督徒，所需要面對的不單是改變中的婚俗，也需要瞭解教會中的婚禮習慣（還未成為禮俗）。要研究這些林林總總各地不同的風俗習慣，足以出版專書討論，

至少我在圖書館就已看到好幾本以婚俗為主題研究的書籍。筆者多年來從事婚前輔導，完成課程的二百多對弟兄姊妹之中已有一百多對進入婚姻，他們除了婚後生活需要多方面的調適外，『婚禮』的籌備是普遍會遇到問題的階段。為什麼一件喜事，在籌備的過程所遇到的問題甚至會影響他們婚後的生活？簡略約可分為二方面，一是信仰，另一是禮俗的部分。當然未信主的父母會使禮俗與信仰的衝突加增；然而，即使雙方家長都信主，仍有些禮俗的衝突。因此，筆者將就個人粗淺的瞭解與經驗，簡略的分析基督徒在婚禮籌備上會遇那些禮俗衝突，並試著以基督徒的立場提出該如何面對、化解、轉換。

就一些研究婚俗的書籍中可以瞭解，在禮俗中，結婚非常繁瑣且會動員全家族的大事，近年來，已經很難看見非常講究排場禮儀的婚禮了，即便如此，每個家庭都有些婚禮的傳統，有些是就長輩記憶所及，有些是街坊鄰居的看法，甚至你從來不認識的阿姨意見，卻突然有了決定性的影響，這些聲音、意見的確會造成很大的困擾。而這些意見也莫衷一是，各家的看法都略有出入，而在此時，父母的意見竟然是最小聲的，新人的意見是最被忽略的，反倒是這些『熱心人士』的意見被慎重考慮，因為大多數人都會想，我們家不是天天有人結婚，關於婚禮的種種，自然就很陌生，而這些熱心的朋友，說起理來頭頭是道，可見他們是很有經驗或很有研究，可信度較高。而要結婚的當事人，在父母眼中仍是小孩子，小孩子懂什麼，

只要做現成的新郎。新娘就好了，不要有太多的意見。另外，許多新人結婚的花費，還是由父母出，如此一來，新人對婚禮要有什麼意見真是很難說出口，再加上自己又說不出一套合情、合理的作法，因此，在不知不覺中，整個婚禮過程中，新人就成了任人擺佈的『傀儡』。

就筆者的經驗，除非家長的信仰與當事人的信仰嚴重對立，或家族性的堅持，一般與禮俗有關的衝突都是可以化解。轉換的。一般婚禮的習俗不外乎表達二件事，一是趨吉，一是避凶，這二個思想也就左右了過往社會的禁忌。很多基督徒在面對婚俗的衝突時，最常看見的二種反應，一是逃避問題（因不知如何面對，甚至也沒找傳道同工幫忙解決），另一是極度對立且態度不佳，還自認為是在為主受苦。筆者對於這點有不同的看法。在十幾年前，我們籌備婚禮時，隱隱約約就感受到可能會面對禮俗的問題，基於對父親的認識及過往的經驗，我採取了大部份人的方式就是逃避不去面對，想把這艱難的時間拖過去，但是時間愈近心理的壓力愈大：因著證婚牧師協助，他陪我突破恐懼的心理，並且很有創意的去面對，借著提出來的替代方案，幫助我化解可能會產生的衝突，從這次的經驗裡，幫助我用另一個角度來看這類的事情。

我們知道基督徒是神的兒女，聖經告訴我們什麼好處都有，什麼也不必害怕，那些流傳於民間的禁忌，對我們是沒有任何的影響的，因為我們是神的兒女，可以有這樣的安全感及把握。若我們的父母不認識主，他們就受了這些禁忌、習俗的捆綁，並且他們也不會接受你的看法或說法，並且他們可能因著你們的堅持，使情況更加複雜及僵化，筆者個人的看法是，除了拿香以外，其他的要求都可以商量。我們常鼓勵弟兄姊妹把商談的時間拉長，意即早早就與父母談禮俗的事，在還沒有受別人的影響之前，先與父母親做多方面的溝通。有幾點小技巧提示一下，對於父母的一切要求不是馬上拒絕造成對立，而是先聽著，存放在心裡，再與准配偶、證婚牧師商量，多禱告求神賜留慧，並請父母更清楚說明要遵行的禮儀的意義，若能深入瞭解意義，則所提出的取代方案會更實際。善加運用准親家的影響力，兒子、女兒的身份也是可以妥善運用的資源。當你以『尊重、不拒絕也沒接受』的態度與父母繼續討論禮俗的問題時，是給雙方都有轉寰的餘地，對事情能否妥善處理是有幫助的。一般基督徒遇見這樣的事有個毛病，就是什麼也不做，一味的拒絕，當然這種拒絕的情況是出於自己良心的緣故，但是什麼也不做不正給仇敵留下話柄，認為基督徒是數典忘祖的，這是何等大、何等冤枉的罪名。若根據一般人對禁忌的看法一趨吉、避凶，我們就需要以考慮父母親的良心為出發點，考慮要如何回應。所以一定要做點什麼，這是為什麼要問清楚父母親要你們遵行的禮俗的意義，問清楚了，就可以想他法取代，若實在無法取代，又必須要遵行時，我個人立場的底線是『不拿香』，其他就會以考慮父母親的良心為前題照他們的意思辦，不要太過堅持。但前題是：已經問過意義，找不到取代方案，又必須遵行的情況。

『祭祖』是婚禮中最大的衝突源，除了要處理拿香的問題之外，還要面對偶像崇拜的問題，因為一般家庭的祖先牌位（公媽牌）大多是放在神龕上與其他神像並列，所以向祖先行禮，就不單是向祖先牌位行禮那麼單純。筆者個人認為，在婚禮中的祭祖目的是在昭告祖先，後裔中有個孩子要成家了，另方面也祈求祖先的福佑。這個問題是筆者結婚時面臨的最大困難，我們提出幾種方案來取代，關於拿香的部份，我們提議由父母拿香帶領我們向祖先牌位行鞠躬禮，結果，婚禮後，看到幻燈片中發現連家父母也沒有拿香，他們為了尊重我們的信仰立場，也做了讓步。關於昭告祖先，我們建議父親將『家譜。也傳給我（雖然我不是長子），代表香火的傳承（那時家中僅有家譜中名字的歌訣）。家父用了三天的時間將歌訣抄錄下來，並寫了幾句勉勵我們的話，他告訴我，為了寫這張家譜歌訣，他不知撕掉了多少張紙，可見他非常的看重，也表示他接受了我們所提出的取代方案。在結婚當自天早上，我們請證婚牧師在家裡主持『家庭禮拜』，這對我家人（全是非基督徒）而言，為了結婚祭祖而舉行『家庭禮拜』是具有非常強烈的宗教意義及色彩的。這些取代方案被家父

母所接受，並且他們也表示非常滿意。若能妥善處理結婚中禮俗的問題，不但可以表現准新人成熟的一面，同時這種正視問題、妥善處理的態度，對婚姻生活也具有正面影響力。

婚禮中許多節目禮儀的象徵性意義往往大於實際意義，許多在教會中結婚的基督徒，已經跟著行禮如儀，並沒有太多人深思教會婚禮中各節目的意義。幾年前，本堂曾辦過一次聯合婚禮，弟兄姊妹的反應非常的冷淡，因為都希望自己的婚禮是具有獨特性的，但是在節目的安排上卻看不出獨特性。每次看到程式單上的經文，總是想問新人，他們為什麼要選用那幾節聖經在婚禮上念誦？我相信很多人答不出來。

因此，在籌備婚禮的大小事上，要問自己，為什麼要有這項儀式？這儀式代表什麼意義？是否會與我們的信仰相衝突？若有衝突，是否有取代的方案？我對父母的態度是否惡劣？還是恰當？合宜？我尊重他們以愛心為出發點的動機呢？還是一味的反對到底？卻又不提出可行方案。我和父母有足夠的時間溝通、協調嗎？還是拖到婚禮前三天才爆發出來？

最後勉勵預備進入婚姻的弟兄姊妹，一方面求主賜你們智慧，善於處理婚禮籌備中禮俗的衝突，另一方面，在親密關係上保守自己的聖潔，好讓主的福氣不會因為你們的大意而漏掉了，也不要給傳道人造成困擾。祝每對準新人在婚禮的禮俗上，有神的恩典與憐憫。

婚禮祈禱文

張曉風

主，求你教導我們甚麼是婚姻
讓婚姻不單單是新娘手中豔射的玫瑰
因為兩個人一生之久的寬容和關切比玫瑰更美麗
讓婚姻不單是燦爛的鑽石，潔白的紗
因為澎湃的愛和純潔的心跡更為可貴
主阿，我們可以用最簡單的承諾
在婚禮上許下遙遠的誓言
但只有我們一起把手交在你的手裡
我們才可能彼此握得更緊
只有我們一起把眼光投向你的十字架
我們才可能彼此凝望得更深情
主，我們不乞求堂皇的高樓大廈
求你使我們成為彼此在地上的天堂
我們不乞求驚人的財富
求你使我們成為彼此生命中的至寶
讓這新的家庭成為你的新燈檯
照亮你指定我們照亮的地方
而有一天，主阿，當我們年老
我們能夠說
感謝你，因為你完成了我們

並且使我們彼此在對方中完成了自己

單元四

個性風格

知己知彼問答卷

1-5 項，每項至少寫五句。

1.請列出對方五項缺點(盡量具體)。

2.我欣賞我……

3.我欣賞你……

4.我最怕你說我……

5.當你……我就會覺得有壓力

差異問答

1.你覺得你們有哪一些差異？(請至少列出五項，並按強弱次序排列)

2.這些差異是引發你們爭執的因素嗎？為甚麼？在你們實際生活中，造成了哪些影響及衝突呢？

3.這些衝突讓你們有甚麼感覺？

自我特質問卷

說明：每一題組，呈現你目前可能會有的四種反應，每題必須 1,3,4,6 四個不同的分數來回答，1 表示你最不可能有的反應（最弱），6 表示你最常會有的反應（最強）；不可重複。（若答案是：1，1，4，6，則表示答錯了。）

問卷答完後，請輔導員收回銷毀

一、我希望留給別人的印象是：

C

實際、能切中要點

重感情、能鼓勵人

機智、有邏輯推理概念

重理性、思想不簡單

二當我從事一件工作計畫時，我可能（在作法上）：

希望能激發別人，並與別人有互動

很注意它是在有系統、合乎邏輯的狀況下發展

希望確定我所投入的時間與精力能得到實質的回報

- 最關心是否能在知識領域方面有新的突破
- 三、與別人溝通時，可能我會：
- 對太瑣細的談話，不自覺地表現厭煩
- 對那些顯然未經大腦思考而發表意見的人，表示不耐煩
- 對那些幾乎(或根本)沒有創意的看法(及見解)，表示沒有興趣
- 不在乎那些談『長遠意義』的人，而是專心眼前需要做的事情上
- 四、當現實環境阻撓我想要做的事情時，我覺得最有效的辦法是：
- 再審視我方法中所有的缺點或不夠之處，並依照情況作適當修正
- 重新思考所發生的一切事情，建立一個新的假設或模式，之後採取行動
- 牢記基本原則，找出最主要的障礙，並依此來修正我的方法
- 分析別人的動機，然後對整個情況產生一套新的感受及看法
- 五、有時候我會猜想別人可能認為我是：
- 情緒太激動或感情太豐富
- 大壓抑自己或太理智
- 太在乎「怎麼做」。
- 大深藏不露，難以被人瞭解
- 六、當我寫商業書信給陌生人時，我通常會盡量：
- 在信中闡明與他聯絡的原因和目的
- 對他所要求的、所需要的或所期望的有清楚的回應
- 證明我主要的觀點，如何能配合他們公司將來的發展
- 有點自我介紹和我的個人風格
- 七、當別人的意見與我的衝突時，我若能有所進展，通常是借著：
- 達成至少一、二點明確的共識，作為我們日後的基礎
- 設身處地為他人著想
- 自己保持鎮靜，同時幫助他人以既簡單又合邏輯的方法來看事情
- 本能的在我腦海裡形成概念並整合各種看法
- 八、談到時間的規劃，我大概最看重：
- 目前所做的事，能否成為有意義的回憶
- 確定我所採取的行動前後一致，而且正在有系統的進行著
- 我即時採取的行動、相關的事物，它們在目前是否合理
- 我所要採取的重要而長遠的行動，是否與我的人生方向有關連
- 九、提到在社交場合所認識的人，我可能會考慮他們是否：
- 能提供意見和挑戰
- 細心並且深思熟慮
- 有意思、相處起來很有趣
- 知道他們自己的責任並負責任
- 十、說到在那些我很少有機會接觸的群眾面前，我希望留給他們的印象是：
- 有組織、有系統的思想者，能分析他們所關心的問題
- 眼光寬廣的思想者，能提供革命性的貢獻

講究實際、有策略的人，能幫助他們清楚界定他們所顧慮的事，並能幫他們解決問題

活潑、有能力，能清楚瞭解他們的心聲和需要

十一、與別人在緊張的會議中，我偶爾會：

太坦率地把自己最好是保留不說的感覺表達出來

過度謹慎而避開了一些可能會有功效的接觸機會

只顧小節而忽略了大局（見樹不見林），被小問題給困住了

被那些屬於天才型但缺乏明確目標的人所左右

十二、假如我不留意的話，別人有時會覺得我：

非常沒有情感、偏向不人性化、獨來獨往

埋在工作裡、見解淺薄、自我為中心

有一點勢利眼（講派頭）、絕頂聰明、屈尊降卑

情緒不穩定、容易激動、無法預測

十三、我對自己感到很滿意，是當我：

在既定的事情上，比我原先計畫的進度超前時

瞭解別人真正的感受，同時能對他們有所幫助時

以邏輯或系統的方法來解決問題時

能想到一些相關的新構想或新點子時

十四、我發現能很容易說服別人的情況，是當我：

真正瞭解自己以及別人的感受時

能很有邏輯地推理、有耐心、能追本溯源時

很實際且能把握住重點時

高瞻遠矚、能將所有相關因素都考慮在內時

十五、我很喜歡別人看我是：

天生就很聰明又有眼光的人

一個知道自己人生的目標，並且能夠達成的人

富有創造力又有激發性的人

一個能成功地將工作完成的可靠者

十六、當必須孤注一擲時，我寧可選擇：

固守以前證實為有效的方法，而不願意為獲得更多的勝利而冒更多的險

被視為有創造力的，即使在短期內要付上某些代價

專注於目前我想要完成的事，即使這種作法不能帶來很大的影響

順其自然、說出我真實的看法

十七、當別人給我壓力時，我會：

過度情緒化、衝動、容易隨著自己的感覺行事

傾向分析和批判他們

很在乎要立即採取行動，來證明我自己

退縮到自己一個人的思想世界中

十八、論到我解決困難的方式，我可能會過分投入於：

鬥智、解決問題之戰，甚至只是為這些緣故而這麼做
 此時此刻都要照我所想的去得到和去做
 價值觀和看法
 別人的感覺

自我特質問卷計分表

	A	B	C	甲	乙	丙	丁
1					0	0	0
2				0		0	0
3				0	0		0
4				0	0	0	
5				0		0	0
6				0	0		0
7					0	0	0
8				0	0	0	
9				0	0	0	
10				0	0		0
11				0		0	0
12					0	0	0
小計				S=	F=	T=	I=
13				0	0		0
14				0	0	0	
15					0	0	0
16				0		0	0
17				0		0	0
18				0	0		0
19					0	0	0
20				0	0	0	
21				0	0		0
22					0	0	0
23				0	0	0	
24				0		0	0
小計				S=	F=	T=	I=

- 說明 1.請將 36 頁 C 欄之分數，原封不動填至本頁 C 欄之下，B、A 欄亦同樣填至本頁。
 2.請將橫列(A、B、C)的分數加總，並填在右方的空格裡(不得填在已印有 0 的欄裡)
 3.再將甲列裡直的分數加總，填在小計欄(S=)裡，1-12 加總。13-24 另外加總。乙、丙、丁各列亦用同樣的方式加總。
 4.上半層(1-12)表示你在順境時會有的反應，下半層表示你在逆境時會有的反應。
 5.每層四種分數(I、T、F、S)之總和應為 126 分。

6.I=Intuitor(直覺者)，T=Thinker(理智者)，F=Feeler(感性者)，S=Sensor(辨識者)

自我特質問卷說明

一、理智者 (Thinker)

強調：—資料、邏輯、有系統、質問、探究問題。

特性：—有組織、條理、整潔。

—絕對準時。

—所使用的方法是具系統性、一貫性、前進不後退的。

逆境：—因資料不足而覺不安。

—易被人認為他很呆板過份謹慎，不易改變。

順境：—能助人自律，嚴守時間，自制。

—所傳達的信息清楚，明確。

—提供極豐富的資料及有系統的學習方法。

二、直覺者 (Intuitor)

強調：—觀念、創新的想法、理論、長期思考。

特性：—對新構想及創意感到興奮。

—看重事情所含的意義。

—著重想法本身，過於付諸之行動。

—重過程而非結果。

—對不同之事情，能歸納出二者之間重要的關連。

—渴望助人思考，並助他人自己下決定。

—能為極嚴重的問題，提出重要而創新的解決辦法。

逆境：—被人認為過度理智，與現實脫節。

—自我為中心，活在象牙塔中的人。

—太硬，不能妥協，不切實際。

順境：—助人推理、思考，思想有彈性、創意。

—常常能機會教育他人。

—能提供具挑戰性及開放性的活動，能激發人的興趣及參與的意願。

—鼓勵人的獨立性及創意。

三、辨識者 (Sensor)

強調：—行動

—此時此刻得完成工作，決不耽延、浪費時間。

—該做之事，現在就得完成。

—生活充滿幹勁，活力。

特性：—喜歡活動。

—是主動發起人。

—好競爭、比賽。

- 一旦瞭解情況，立刻採取行動。
- 常有隨性而起的行動。
- 能一心三用。
- 把握時間，絕不浪費一分一秒。
- 不單要求自己做事要有成果，對他人亦如此。

逆境：—易被人認為是反理性的。

- 他人有不同之意見時，容易過度的自我防衛。
- 易漠視或忽視別人的感受。
- 易被人認為是有成見的人。

—當他失敗時，錯不在他，而是別人不夠忠心、不夠努力幫他完成他的計畫

順境：—提供豐富而活潑的活動。

- 著重實際之運用。
- 不許任何人（包括他自己）浪費一丁點兒時間。
- 事情絕不可延遲未完，必須完工且強調實用性。
- 能使組織分工，各司其職。

四、感性者 (Feeler)

強調：—人本身。

- 樂於與人交往。關心人。
- 愛去瞭解並分析自己及他人的情緒。

特性：—關心人本身。

- 知道所關心對象的家庭及所擔心的事。
- 富創造力、藝術天分。
- 能表達自己的感受。
- 很敏感。

逆境：—易被人認為過於主觀、衝動，不夠深思熟慮。

- 大膚淺、反應過度。
- 過份坦誠，以致被認為在演戲或以為他無法控制自己的情緒。

—情緒起伏太大，會立時反應出他的感覺，也可能有些怪異的行為，因而使人懷疑他具有可信度。

順境：—對各個人之需要有所反應。

- 注重個別差異，並鼓勵個人之成長及工作之進展。
- 能營造支持的氣氛。
- 有時時利用各個人的不同，而營造其他人學習的機會。

個人風格問卷

本問卷的探討重點乃根據楊格(C. G. Jung)的八種風個格理論。這八種不同風格每兩個相對應的傾向可看成是連續線上的兩端，而不是相對的，因為每個人或多或少都具有兩種風格，但通常有其中較偏重的一端，這一端，就是個人的風格。

楊格的八種風格理論

我們所著重的世界

外向型(Extrovercy)
著重外在的世界

內向型(Introvercy)
著重內在的世界

我們認識外在世界的方法

辨識型(Sensing)
著重實際、具體、事實的看法

直覺型(Intuition)
著重事件的可能性及關係

我們如何下結論作決定

理智型(Thinking)
較客觀、分析、公平

感性型(Feeling)
較主觀、重視價值

我們處理事情的態度

決斷型(Judging)
重次序、有計劃的

熟思型(Perceiving)
重突發的及彈性的

測驗說明：

下列每個問題都是以成對(①與②)的方式呈現，①與②各自代表你所具有或不具有的一種特質。請根據你的實際情況來評定你的偏好程度，即給予每題的①與②各評定一個從 0 到 5 的分數。0 表示你從未有這種情形(也就是另一項總是發生)，5 表示你總是有這樣的情形(也就是另一項從不發生)。請注意：每題①與②兩項分數之和必須等於 5(即 0 與 5，1 與 4，2 與 3，3 與 2，4 與 1，5 與 0)，請不要使用分數或小數評分。

測驗

1. ()①先瞭解別人的想法，再下決定。
()②不和別人商量，就下決定。
2. ()①被認為是一個富於想像或憑直覺的人。
()②當被認為是一個講求精確，講求事實的人。
3. ()①根據現有的資料及情境的分析，對他人做評斷。
()②運用同理心與感覺以瞭解他人的需要及價值觀，並以此對他人做評斷。
4. ()①順著他人的意思做出承諾。
()②做出明確的承諾，並確實加以實踐。
5. ()①有安靜、獨自思考的時間。

- ()②與他人打成一片。
6. ()①運用我所熟悉的好方法來完成工作。
()②嘗試運用新的方法來解決當前的工作。
7. ()①以合乎邏輯的思考及按部就班的分析得到結論。
()②根據過去生活的體驗及信念來得到結論。
8. ()①訂下完成工作的最後期限。
()②擬訂時間表，並嚴格遵行。
9. ()①和別人稍談某個主題，即自我思考一番。
()②和其他人盡興暢談某個主題後，再自我思考。
10. ()①設想各種可能發生的情況。
()②按實際的情況處理問題。
11. ()①被認為是一個長於思考的人。
()②被認為是一個感覺敏銳的人。
12. ()①事前詳細的考慮各種可能性，事後反復思考。
()②搜集需要的資料，稍作考慮後，做出明快而果決的決定。
13. ()①擁有內在的思想和情感，而不為他人所知。
()②與他人共同參與某些活動或事件。
14. ()①抽象與理論。
()②具體或實際。
15. ()①協助別人探索他們自己的感受。
()②協助別人做出合理的決定。
16. ()①問題的答案保持彈性，且可修改。
()②問題的答案是明確的，可預知，或可預測。
17. ()①很少表達我內在的想法及感受。
()②能自在地表達我內在的想法及感受。
18. ()①從大處著眼。
()②從小處著手。
19. ()①運用常識，憑藉信念來做決定。
()②運用資料分析事實來做決定。
20. ()①事先詳細計畫。
()②臨時視需要而作計畫。
21. ()①結交新朋友。
()②獨處或只與熟識者相交往。
22. ()①重視概念。
()②重視事實
23. ()①相信自己的想法。
()②相信經過證實的結果。
24. ()①盡可能在記事本記下事情。
()②盡可能少用記事本記載事情。

25. ()①在團體中詳細地討論一個新奇未決的問題。
 ()②自己先想出結論然後才和他人討論。
26. ()①擬定詳密的計畫，然後確實執行。
 ()②擬定計畫，但不一定要執行。
27. ()①是理性的
 ()②是感性的。
28. ()①隨心所欲的做些事。
 ()②儘量事先瞭解別人期望我做什麼。
29. ()①成為眾人注意的焦點。
 ()②退居幕後。
30. ()①自由想像。
 ()②檢視實情。
31. ()①體驗感人的情境或事物。
 ()②運用能力，分析情境。
32. ()①在預定的時間內開會。
 ()②在一切妥當或安適的情況下，宣佈開會。

計分方法

- 將『計分表』上每一直欄的總分相加，共四對，八個分數。
- 分別找出每一對分數中，分數較高者，即為你個人的風格，每人均有四個風格。
- 每個風格都有程度上的差別，如果在相對應的兩個風格中，有一方的程度較強，即表示另一方的程度較弱，
 其比照分數如下：
 - 30—40 分表示這個風格非常強，幾乎沒有另一個對應風格。
 - 25—29 分表示這個風格比另一個對應風格強。
 - 22—24 分表示這個風格比另一個對應風格稍強一些。
 - 20— 2 分表示兼貝兩個風格的特質 a
- 請你小心的將前面的答案與計分表對照，請注意，在適當的題號與項號（，）上記分，最後計算各類總分。各欄二個總分相加應等於 40 分（檢查分數）。

計分表

內向型	外向型	直覺型	辨識型	理智型	感性型	決斷型	熟思型
1. ②	①	2. ①	②	3. ①	②	4. ②	①
5. ①	②	6. ②	①	7. ①	②	8. ②	①

9. ①	②	10. ①	②	11. ①	②	12. ②	①
13. ①	②	14. ①	②	15. ②	①	16. ②	①
17. ①	②	18. ①	②	19. ②	①	20. ①	②
21. ②	①	22. ①	②	23. ②	①	24. ①	②
25. ②	①	26. ②	①	27. ①	②	28. ②	①
29. ②	①	30. ①	②	31. ②	①	32. ①	②
總分:	總分:	總分:	總分:	總分:	總分:	總分:	總分:

各種風格的優缺點

	優 點	缺 點
內向型	獨立自主、埋首工作、勤勉奮發、沉思的、依自己理想行事、不輕易以一概全、不衝動行事	對外在的環境誤解、逃避他人、掩飾自己、坐失良機、易被他人誤會、不喜被打斷工作
外向型	能運用外在環境資源、樂意與他人來往、開放的態度、行動派、易被他人所瞭解	不夠獨立、需要和他人共事、喜歡變化、衝動派、討厭規範約束
直覺型	對事情能面面觀之、以整體概念看事情、富想像力、嘗試新鮮的構想、喜複雜的工作、喜歡解決新奇的問題	不注重細節、不注意實際、不耐沉悶、不合邏輯、把握不住現在、驟下斷語
辨識型	注意細節、重視實際、能記住瑣碎細節、耐得住煩悶的工作、有耐性、細心有系統	失去整體的概念、想不出各種可能解決的途徑、不信直覺、不求創新、無法應付太複雜的工作、不喜歡蠱測未來
理性型	合乎邏輯、擅於分析、客觀、公正、有組織系統的思考、具批判能力、堅定	忽略他人感受、誤解別人的價值觀、不在意和諧的人緣、不露感情、憫情較少、不願說服他人
感性型	體諒他人的感受、瞭解他人的需要、喜歡和諧的人際關係、易表露感情、喜去說服他人	不合乎邏輯、不夠客觀、沒有組織系統的思考、不具批判精神、全盤接受、感情用事
熟思型	易於協調、可由各種角度欣賞事物、具彈性、開放的態度、依據可靠的資料做決定、不任意批評	猶豫不決、散漫、無計畫、不能有效的控制情況、易被分心、不易照計畫完事
決斷型	有計畫系統的、果斷有決心的、有控制的能力、做決定明快	固執、不易妥協、沒有彈性、依手邊現有的少許資料做決定、任何批評為工作計畫所控制

四種氣質的區分

分別瞭解了四種風格，根據後來許多的研究結果，又可將類似的特質互相組合，而形成下列的四種特質(temprement)，分別是：

催化者(直覺/感性)，如：外向/直覺/感性/熟思等
 交涉者(辨識/感性)，如：外向/辨識/感性/熟思等
 理想者(直覺/理性)，如：外向/直覺/理性/熟思等
 安定者(辨識/理性)，如：外向/辨識/理性/熟思等

	催化者	交涉者	理想者	安定者
優點	純正、真實、尊重自我、對人公正、整合一致的	自由的、行動者	有能力的、合乎邏輯、知識豐富的、真實的、具理解能力的、完美的、有力量的	歸屬的、社會化的穩定、撫育的、關心他人的、服務的有正確次序的
能力	具天然的同理心、是人群中的協調者、具創意的傾聽者、是好的輔導者、能助人發揮潛能	觀察能力強、能引發轉機、具有彈性的、實際的	有聰明的創造力、開拓者及預言者、對解決問題有興趣、對系統及制度有巧妙的理解能力、常給予別人直接的答案	性情安定、對任何情況均有心的、能注意細節的、任何系統的安定劑、公平無私的、忍耐的、常識豐富的、可靠的、忠心的、負責的、勤勞的、謹慎、小心、周到
弱點	常過份投入、要求自我太多、不易有系統的組織事物、不易服從權威、不易拘於角色、不易拒絕別人	對抽象的事物沒耐性、將常規變成死板的、可能永無止境的工作、常做了再說、討厭別人告訴他怎樣做事情	不易肯定別人、對自己的能力懷疑、對自己的感覺缺乏察覺、易成為只工作沒有休息的人	對於複雜及無特定計劃或步驟的事不耐煩、預先憂慮問題、易造成過度負擔
壓力	當不順從他人時	當別人抑制或拘束他、拖延工作時	當他沒能力時或自訂標準、要求屬下執行他的主意時	當被拒絕、被排斥、被批判時

十六種不同的類型

安定者	交涉者	催化者	理想者
內向/辨識/理性/決斷 安靜、認真、集中注意力、徹底、實際、合理、可靠、有秩序的。喜歡事情有組織，負責認真的。只要是應做的，就下決心完成，不管別人的	內向/辨識/感性/決斷 安靜、友善、負責、忠實的、盡義務、為朋友服務周到、精細、謹慎、耐心、完成例行工作及細節、體諒的、關心別人的感受。	內向/直覺/感性/決斷 以不屈不撓取勝，以創意完成要做的事。工作中表現他們最好的努力。沉靜有力、忠實、為別人著想、敬重堅定的原則、喜歡被尊重、遵循他們	內向/直覺/理性/決斷 有創意思考者，被他自己的理想及目標所驅策，對他們喜歡的工作，不管是否有人說明都會有組織地完成。懷疑、批評、獨立、堅決。通常是固

<p>勸阻或抗議。</p>		<p>認定是好的事物。</p>	<p>執的，需要學習捨棄比較不重要的部份，以便獲得重要的。</p>
<p>內向/辨識/理性/熟思 冷眼旁觀者、保守、安靜、以好奇心來分析及觀察人生。有時有出人意外的幽默感。對與人不相干的原則、因果關係、機件、如何運轉等較感興趣。只專注於認為有必要花心思的事，否則是浪費時間及精力。</p>	<p>內向/辨識/感性/熟思 孤獨緘默、安靜的、友善、敏感、仁慈、中等能力、避免紛爭。不會將自己的意見及價值觀強迫別人接受。不喜歡領導，卻是位忠實的跟隨者。不喜歡匆忙的工作，喜歡享受此時此刻的情景，因而喜歡輕輕鬆松的工作。</p>	<p>內向/直覺/感性/熟思 熱心、忠實、但少表達出來直到清楚認識你後。認真學習、思考及他們自己獨立的計畫。傾向於負擔太多，但無論如何必將之完成。友善，但太重視人際關係，較少重視地位及生理環境。</p>	<p>內向/直覺/理性/熟思 安靜、謹慎、考試出眾的，尤其在理論或科學性的科目。善於精細的推論，通常主要的興趣在理想，對宴會及閒聊沒興趣。</p>
<p>外向/辨識/理性/熟思 不慌不忙、兵來將擋，水來土掩，很能享受其中的樂趣。傾向於喜歡機械及運動，最好朋友都一起完耍。可能有些率直、不敏感。不喜歡冗長的解釋，喜歡真實的事，最好是可以處理，拆解及重組的。</p>	<p>外向/辨識/感性/熟思 外向、隨和、接納、友善、享受一切他有的，且為了朋友，會把事情弄得更有趣。喜歡運動、製作東西。急切的想知道發生甚麼事，及享受成果。覺得牢記事實易於熟悉常理；在需有一般常識及實際操作能力的場合中，最能發揮自己。</p>	<p>外向/直覺/感性/熟思 親切、熱誠、精力旺盛、聰明、富想像力、幾乎能做所有感興趣的事。能迅速解決任何困難，及隨時願意幫助任何人解決問題，通常隨機應變的能力強，無論想要甚麼，都能找到牽強的理由。</p>	<p>外向/直覺/理性/熟思 迅速、聰明、精通很多事，激勵同伴、活潑直率。為好玩，可能會站在問題的兩面來討論。機智的解決新的、有挑戰性的問題，但可能會忽略了例行工作。易轉換興趣。對於所要的任何事物，都會很有技巧的找到合適的理由。</p>
<p>外向/辨識/理性/決斷 實際、天生的生意人及機械專家。對那些看起來沒有實際利益的事不感興趣，但需要時，也會花心思在上面。喜歡組織及經營企業、活動。可以是一位好主管，只要他能真正的去體諒他人的感受及觀點。</p>	<p>外向/辨識/感性/決斷 熱心腸、多話、受歡迎、負責。天生的合作者，積極的參與者。喜歡和諧且擅於製造和諧。總是為別人做一些好事，需要別人的讚賞與鼓勵。對抽象思考或技術主題不太感興趣；主要的興趣是直接會影響</p>	<p>外向/直覺/感性/決斷 易感應，可靠，通常比較真誠的關心別人的想法及需要。處理事情的時候比較顧慮別人的感受，能輕鬆及圓通的提出一個計畫或帶領一個團隊討論。和睦、平易近人、活躍於社團也用心學習課業。</p>	<p>外向/直覺/理性/決斷 熱心、坦白、能研究、各種活動的領導者，善於條理分明及機智的談話，例如公開演講。易於吸收知識及樂於增廣自己的知識領域，有時候會比他的實際經驗更積極，更有信心。</p>

單元五
溝通

婚前目標表

厘清結婚的目標

我結婚是因為需要…

- | | | | |
|--------------|----------------------------|------------------------------|----------------------------|
| 1. 安全感 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 2. 伴侶 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 3. 愛情 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 4. 不受父母拘束 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 5. 性的滿足 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 6. 生養兒女 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 7. 寧靜安詳 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 8. 有機會發號施令 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 9. 有人照料我 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 10. 互相輔助 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 11. 互相競爭 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 12. 自由、不必負責任 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 13. 讚賞 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 14. 快樂、幸福 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |
| 15. 有機會接受督導 | <input type="checkbox"/> 是 | <input type="checkbox"/> 不清楚 | <input type="checkbox"/> 否 |

婚姻溝通表

- | | 經常 | 很少 | 有時候 |
|--------------------------------|-------|-------|-------|
| 1. 你是否有把感受埋藏起來的傾向？為什麼？ | _____ | _____ | _____ |
| 2. 他（她）生你氣的時候，他（她）會告訴你嗎？ | _____ | _____ | _____ |
| 3. 在訂定有關你們兩人的計畫時，他是自作主張嗎？ | _____ | _____ | _____ |
| 4. 你跟他（她）家裡的人來往密切嗎？ | _____ | _____ | _____ |
| 5. 倘若你的未婚夫（妻）的信仰與你不同時，你會過份不安嗎？ | _____ | _____ | _____ |
| 6. 他（她）曾囉唆嗎？ | _____ | _____ | _____ |

7.他（她）有沒有等你把話講完了，才發表自己的意見呢？ _____

8.你們曾經討論過將來為人父母的責任嗎？ _____

為人父母所需花的時間（方程式）

_____ 孩子的數目
+ _____ 孩子之間相隔的年數
= _____ 總數
+ _____ 加上 18 年（高中畢）或 22 年（大學畢）
= _____ 教養孩子所需的總年數
+ _____ 第一個孩子出生時你的年齡
= _____ 孩子成人無需你們負擔時，你的年齡

兩人現有關係狀況

1. 你倆第一次見面是在什麼時候？
2. 你們相識有多久了？
3. 列出對方最吸引你的五點？
4. 你決定要結婚嗎？ 是 不是。若‘不是’，請跳到第 5 題。若‘是’請繼續回答以下問題。
 - a. 你對自己所作的決定，信心有多大？
非常有信心 頗有信心 稍有疑惑 非常不肯定
 - b. 你父母對你所作的決定有什麼反應？（若父母意見不同請注明）
非常贊成 贊成 中立 反對
 - c. 朋友們對你所作的決定（一般而言）有什麼反應？
非常贊成 贊成 中立 反對
5. 你曾經有取消結婚的念頭嗎？如果是‘有’，請回答以下問題：
 - a. 這是什麼時候發生的？
 - b. 你認為原因何在？
 - c. 你是怎樣面對的？
6. 請列出三件正面和特定的事情，是你認為對方如果能有這樣的行動，將會使你對雙方的關係更感到快

慰和滿足的。

例如：填寫時，請寫『我希望他問我今天過得怎樣』（正面和特定的），而不要寫『不要冷落我』（反面而空泛）

	很重要				不重要
a. _____	1	2	3	4	5
b. _____	1	2	3	4	5
c. _____	1	2	3	4	5

7.你個人最感興趣的三件事：

8.你們二人最喜歡一起做的三件事：

未婚夫妻對婚姻的期望

1 對我來說，愛我未來的終身伴侶就是……

2.請回想在過去一個月中，你的未婚夫（妻）對你表示愛意的四件事。

3.列出在過去一個月中，你在有意或無意之間，傷害了他（她）的四件事。

4.列出你跟未婚夫（妻）不同之處。

5.列出你跟未婚夫（妻）相同之處。

6.列出四件你的未婚夫（妻）最近常要你改變的事，（你雖可以改過，卻沒有做到）並請分享你的感受。

7.請解釋你為什麼改不過來。

8.你能給你們未來的婚姻帶來最大的助力是什麼？

9 你的未婚夫（妻）最強的是什麼？（例：能力、經濟、分析…）

生氣問卷

1.當你們吵架時，你們如何處理你們的怒氣？

2.你們滿意這種處理的方式嗎？為甚麼？

3.你有甚麼期待？

男女有別

		男 性	女 性
01	個性傾向	客觀 不敏感，不善觀察 相信 不很需要伴侶，較獨立 講求實際	主觀 敏感，觀察入微 多疑 需要伴侶，較依賴 講求氣氛
02	心智思考	邏輯，理性，較廣的思考 注重原則，較理論化 以「事」為重，喜歡想「將來」的事，較有遠見	情緒，直覺，較窄的思考 注重細節，較愛發問 以「人」為重，喜歡想「目前」的事，較有人情味
03	判斷	不輕易下結論(較慎重)	很快下錯誤的決定(較衝動)
04	瞭解	就是直說也不一定瞭解	看透字裡行間的含義
05	溝通	傳達事實及構想	表答感覺和情續
06	開玩笑	很喜歡	不一定能接受
07	生理	較強壯，易恢復體力	較軟弱，每月有週期
08	需要	需要被愛慕及被尊重 需要被鼓勵及被肯定並負責任	較需要被愛及被接納被保護 需要安全感
09	性次激	經由視覺激起反應(像電燈) 易起易落(像瓦斯爐)	經由溫言細語及觸覺(像熨斗) 慢起慢落(像煤球)
10	愛的表現	較冷淡，較理智 感情發發展快 勇往直前猛追 容易作決定	較情緒化，較熱情 需較長時間發展感情 等候被愛 猶疑不決
11	角色	帶領者(愛，帶領、供應) 以事業為主 容易有競爭心 征服者	跟隨者、幫助者(順服，尊敬、服事) 以家為主 仁慈的心腸，不忍看別人失敗 較富愛心及友善，同情者
12	衝突時	退縮或不耐煩	報復，情緒反應激烈
13	易犯的錯誤	自我為中心 不溝通 驕傲、自私	沒有安全感 挑剔，小題大作 嫉妒

婚姻生活計畫表

為美滿的婚姻生活而計畫(阿摩司書三3；詩九十 10-12)

夫婦需要：

- 1.有共同的目標
- 2.有一個達到目標的計畫
- 3.以一生為達到目標的過程，不是一個月、一年或十年，而是一生之久。
- 4.倚靠神的指引(箴十六 9)

我們希望以三個月(或半年、或一年)訂計畫，在不同的層面達到下面的目標：

年 月 日~ 年 月 日

我們生命中 不同的層面	達成目標計畫			
	作甚麼(目標)	如何作(行動)	何時作(時間)	預算
靈性 如：讀經、 事奉				
身體 如：運動、 休閒				
心靈 如：進修 閱讀				
社交 如：傳福音 、請客				

感覺辭彙
情緒方面

正面

快樂 樂透了 愉快 高興 很享受 喜樂 興奮 快活 很好 溫暖 平靜 輕鬆
有信心 盼望 驚喜 欣喜若狂 感激 自由自在 感興趣 很得意 釋放 開心 很窩心 痛快
觸電感 飄飄然 爽快 成就感 過癮 很光榮 被振奮 刺激 被信任 被欣賞
被重視 被體諒 被關心 被呵護 被肯定 被包容 被吸引 受感動 被認同 被瞭解 被需要
被激勵 被尊重 被鼓舞 被接納 歸屬感 舒暢 放心 寧靜 心安 不錯
蠻好 親密 幸福 滿意 舒服 平安 甜蜜 貼心 很安慰 自豪 激動 安全
快樂的不得了 喜悅 太棒了 很不錯 愉悅 期待 陶醉 安全感 有把握 被愛 很好

負面

忐忑不安 悲傷 虛空 怨恨 驚訝 懊惱 沮喪 失望 緊張 灰心 心痛 害怕 氣餒氣憤 恐懼
懼 著急 心碎 憤怒 生氣 絕望 厭惡 消沉 不爽 受傷害 驚慌 羞恥 羞愧 焦慮 洩氣
很粗 挫折 嫉妒 鬱悶 傷心 哀傷 懊悔 憂鬱 悲傷 壓迫感
丟臉 沉重 被排斥 可怕 被冤枉 後悔 被控制 被利用 窒息感 茫然 被出賣
被遺棄 被拒絕 痛心 無聊 被壓抑 驚扭 麻木 苦惱 痛苦 被激怒 被陷害 委屈受驚嚇
掙扎 煩燥 沒盼望 心疼 不被尊重 不受重視 慌張 失落感 被騙 被羞辱被輕視 難過 急
慚愧 很苦 無奈 無力感 沉悶 苦悶 辛苦 孤單 為難 不高興不舒服 不知所措 疑惑 無
助 不好意思 無依無靠 被左右 寂寞 悶悶的 不被瞭解莫名其妙 想哭 想逃 想吐 無所適
從 被忽視 迷惘 矛盾 很累 愧疚 懷疑 困惑沒面子 沒有信心 勉強 怪怪的 被忽略 虧
欠 內疚 懼怕

雞同鴨講—兩性溝通技巧

【個案一】

婉琴：「今天在公司真嘔！有個比我晚進公司的女孩，竟然對我頤指氣使！好像她有多了不得、多有才幹似的。其實，她只是會拍老闆馬屁，說老闆想聽的話，而我認真的工作，只是不會為自己宣傳，卻不被老闆賞識……。」

建志：「唉呀！你就看開一點嘛！何必跟這種小人嘔氣呢？多不值得！」

婉琴：「我就是不舒服嘛！你沒看到她那副嘴臉，盛氣凌人、不可一世的樣子，想起來就氣！」

建志：「你就是這個樣子，那麼容易生氣，別中了她的詭計。如果我是妳，我就不用她那一套，何苦呢！」

儘管婉琴不再說甚麼埋怨的話，但整個晚上，她的臉色、心情，都不見好轉。建志想盡辦法要逗她笑，但效果有限。因為婉琴認為男友無法體會她的心境，不瞭解她、也不接納她。

【個案二】

惠真一聽到宏達進門的聲音，就拉開嗓門，在廚房大聲說：「你知道你那三歲的女兒今天做了甚麼事嗎？中午我吃完飯、洗完碗筷，剛擦好桌子，她竟把桌布連同桌上的花瓶跟花扯下來，弄得滿地是碎玻璃跟水。我本來想休息一下的，這下可好了，我又得開始當老媽子清理善後。我叫她當心玻璃，誰知她還是踩到了，血流了不少，我又得……。」

宏達才下班，本來就覺得疲倦，原想回到家可以好好休息一下的，誰知一進家門，就聽到太太囉囉嗦嗦、嘮嘮叨叨的念了一大堆，覺得真煩！心想：「難道你不知道我工作了一天很累，回到家需要休息嗎？就算要說，能不能簡單扼要抓重點說？你都已經處理好了，為甚麼還要跟我抱怨，讓我耳根不得清淨呢？」

惠真發現先生毫無反應，又吼了：「你到底聽到我說話沒有？」宏達不耐煩地說：「聽到了！我又不是聾子！」惠真聽到老公的語氣如此不耐，火氣更大：「你……」一場夫妻的唇槍舌戰又開始了。

接納體諒安慰法

由個案一可以清楚看見男女在溝通上的顯著差異。當女友在述說一個事件如何引發她的情緒時，男友直覺的回應就是勸她：「你看開點不就行了？」以為這樣就能雨過天青。豈不知，他使用哄或勸說的方式，卻無法真正滿足女友情感的需要。所以多數男性都對一個現象感到不解，就是：「為何女性較男性情緒化？」

個案二則顯示出，夫妻雙方都期待著對方的關懷與扶持，可惜太太說話的時機不恰當，二人語氣都不好。類似的溝通模式一再地在情侶或夫妻關係中上演，雙方都覺得受挫，而且也不知如何溝通。當女性有負面情緒時，不論她的感覺合不合理，甚至男性會認為女性是在無理取鬧時（情緒複雜且激動）她所需要的是被接納、被瞭解。

個案一的男友若能體諒地說：「你覺得很委屈，是不是？」此時他的女友會有「被瞭解」的感受，她的不情緒已被撫平大半。個案二，丈夫如肯暫時忘卻疲累，先抱著太太，對她說：「妳今天下午辛苦了，要不要休息一下？」結果一定會不同。男性說句體貼話，花不了一分鐘，卻能換來平靜溫馨的夜晚，因為這句話能讓女性覺得窩心。當男性讓女性感受到愛，便能使妻子、女友原有的疲憊、煩躁、委屈頓時消除不少。

然而，現實狀況卻非如此。當男性面對女性的負面情緒，反應有三：一是手足無措，不知如何處理，所以乾脆來個「視而不見」；二是規勸、分析狀況，說明不必再生氣的理由；三是為女性提出各種解決方法。通常這三種方式都行不通，甚至會引發女性更激烈的情緒反應，原因是方法錯誤。面對女性的情緒，不應該用「說理法」，乃要用「接納法」。儘管你認為女性的情緒反應很不合理，甚至是「莫名其妙」，唯一有效的方法是「接納」她現有的情緒。當她覺得被瞭解之後，她才能較理性的聽你的分析、說明及建議。其實她也知道該怎麼處理，只是她現在（有情緒時）需要的是瞭解與接納。

男重事實女重情

男女溝通若出了狀況，通常是因為溝通頻道的不同。男人的頻道如同 AM，女人就像 FM，若要對準頻道，則須瞭解兩性之基本差異。一般而言，男性在溝通時，多偏重「事實」的陳述及「表達想法」，屬於重點式的敘述，特徵是講結論，忽略過程。女性的敘述則非常細密，偏重傳達「整個過程」及她的「感覺」、「情緒」。

有人說，男人一天只講二萬五千個字，而且是白天在辦公室時就講完了。女人一天則要講五萬個字，到了晚上，她會將特別保留的二萬五千字，向伴侶傾訴。這表示她很在乎他，才會絮絮叨叨地說些在男人看來「有的、沒有的」瑣事。對女性而言，這種行為是要表明他們兩人的關係是親密的。此時，男性切勿以一種評論的眼光或無聊的表情回應，否則，她會認為你不在乎她。

同樣，女性也不要期待男友能對你說個不停，因為男人的話天生就比較少。你跟他說了十幾句，他很可能才回答一、二個字，如：「嗯！」「喔？」「好啊。」但他會針對其中一、二件感興趣及認為重

要的事發表看法。當然，女性亦可努力學習改變現狀——少說一點，且有技巧地引發男性發言的興趣。如此，雙方便可逐漸建構起清通的良性迴圈。

夫妻溝通技巧

先生若面對太太情緒不佳時，最有效的一招就是問太太：「你現在需要我為你做甚麼？。然後照做就是了。太太則須明確地說出需求，切勿抱持一種測試對方的心態：「結婚都這麼久了，難道你還不知道我現在需要甚麼嗎？我偏不說，看你曉不曉得！」事實上先生們十之八九都不清楚。不過，別太早怪罪老公，畢竟他不是你肚裡的蛔蟲，何況人都是健忘的。此外，女性的需求不見得每次都一樣，有時甚至連她也不太清楚自己究竟要甚麼。

倘若先生忘了前述原則，又在說理、分析時，太太可以委婉地說：「我知道你想幫我解決問題，所以你想替我分析情況。提出意見和解決方案，謝謝你這麼用心良苦，不過我現在只需要你聽我說完，瞭解、接納我現在的感受而已。其實你不必說甚麼，只要抱抱我就行了。」女性如能明確的表達需求，男性就不致無所適從，這樣對雙方的溝通與情感交流，都有正面效果。

聖經溝通原則

聖經是人生的百科全書，在溝通方面也有許多寶貴的提醒，茲舉出幾項供讀者參考。

- 1.快聽慢說：「你們要快快的聽，慢慢的說，慢慢的動怒。」（雅各書一章 19 節）我們要敏銳地傾聽。對方講話，還沒聽完不要回話，也不要驟下斷語。說話要慢慢地說，想清楚再表達，所說的話要讓對方容易聽得明白。
- 2.言語謹慎：「謹守口與舌的，就保守自己免受災難。」（箴言廿一章 23 節）
- 3.語氣和緩：「你們的言語要常常帶著和氣，好像用鹽調和，就可知道該怎樣回答各人。」（歌羅西書四章 6 節）
- 4.彼此饒恕：若雙方溝通時產生了誤會，則「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）

神造男造女本來就不同，連溝通的方式也各有特色，因此男性與女性在溝通上，都要有智慧地表達與傾聽，並努力學習接納包容。我們既接受這頂挑戰，而神在聖經也提出溝通的教導與原則，您不妨試著在生活中實踐，期盼天下男女可以「溝」得「通」，「溝」得「順」。

原載於中信月刊 1998 年 8 月號

家庭溝通指引

伯十九 2；箴十八 21，廿五 11；雅三 8-10；彼前三 10

- 1.我願意傾聽你講話，沒有聽完不要回話。（箴十八 13；雅一 19）
- 2.我要慢慢地說。先要想清楚，我說話不要輕率。所說的話要容易讓你聽得明白，並且接受。（箴十五 23，28，廿一 23，廿九 20；雅一 19）
- 3.我要常以愛心說真話。不要誇張。（弗四 15，25；西三 9）
- 4.我不要在緘默為武器，使你氣餒。解釋我在當時為什麼不願意說話。
- 5.我們不要爭持不下。儘管我們可能有不同意見，但卻不需爭吵。（箴十七 14，廿 3；羅十三 13；弗四 31）

- 6.我不要在憤怒的語氣答話。我要用溫柔和愛心回答你。(箴十四 29，十五 1，廿五 15，廿九 11；弗四 26，31)
- 7.倘若是我的錯，就承認我的錯，請你原諒。(雅五 16)
倘若你向我認錯，我要告訴你我原諒你。並且要忘記你的過犯，不要再提起。(箴十七 9；弗四 32；西三 13；彼前四 8)
- 8.我要避免囉唆。(箴十 19，十七 9)
- 9.我不要在責怪或批評你，乃要挽回你，鼓勵你，開導你(羅十四 3；加六 1；帖前五 11)
倘若你用言語攻擊批評或責難我，我不要在牙還牙。(羅十二 17，21；彼前二 23，三 9)
- 10.我要嘗試瞭解你的意見。容許你有別的意見。我要關心你的興趣。(腓二 1-4；弗四 2)

單元六

家庭祭壇

家庭祭壇

一、定義篇

- 1.何謂家庭祭壇？請為家庭祭壇下一個定義（根據你的瞭解和認知）
- 2.家庭祭壇建立的先決條件是什麼？
- 3.家庭祭壇是否可以取代個人靈修時間？為什麼？
- 4.建立家庭祭壇的目的是什麼？

二、實務篇

- 5.你們希望如何規劃（計畫）你們家的家庭祭壇？
- 6.多久一次？每次多長？以何種方式、內容來敬拜神？
- 7.若按著你們的計畫進行的話，會遇見什麼難處？
- 8.若要開始，如何開始？有何步驟能循漸進建立家庭祭壇？
- 9.何時開始你們的家庭祭壇？

如何建立家庭祭壇

家庭禱告這個詞在我們心中湧起一幅畫面：在用餐的時候，一家人圍在餐桌旁，花些時間讀聖經，並且為桌上的食物和一天的工作與活動，求神賜福。雖然家庭禱告並不局限于謝飯，但這個景象傳達了家庭禱告時光的顯著標記：溫暖與團聚。

家庭禱告是在家中一段時間一起的崇拜，因此，不只是父母，孩子也當加入其中。有時禱告僅止於餐前的謝恩，有時以祝福禱告開始，以一段靈修作結束，彼此分享喜樂與關懷，一起讀一段聖經節。結束禱告則不只以前面所提的事情為關懷重點，而且也將所讀章節應用於禱告中。

通常開始的禱告著重於餐前一天以來的回顧，而結束的禱告則著重於夜深之前的事，並展望新的一天到來。

家庭禱告有時候會在其他的時間進行，睡前或一星期中某個特定的日子等等，並不設限一定在餐前謝飯短禱，即使午餐時刻（或早餐）也可以是家中成員每天規律聚集的其中一次。

誰舉行家庭禱告？

家庭禱告時間是滋養靈性的主要所在，這段靈性結合的時間，連接家人之間的關係，強化家庭的力量。

家庭是教會最基本的單位，為此，它是一個讓小孩子學習出聲禱告，也學習與別人一起禱告最自然的地方。大部份的孩子是以父母為模式學習禱告，因此家庭禱告時間是他們覺得對上帝公開禱告最安全之地。（並非所有家庭都是如此，如果你在會眾推動家庭禱告。當敏感到有些家庭，在有真實的禱告和敬拜之前，需要先得醫治。）

家庭禱告時間可以給小孩子們機會，來訴說他們日常生活中所關心的，談談朋友們的需要，分享他們的感受，鬆弛家人間的緊張。

家庭禱告並非是孩子靈性健康與成長的神奇保證，孩子們在屬靈事上學習的多寡，端賴父母跟他們「關係」如何而定。家庭中靈修所說的一些屬靈的話語，對他們在這方面的影響反而較少。如同 Donald Sloat 博士在他的著書『The Dangers of Growing Up in a Christian Home』

中所指出的：『父母每天生活中對待孩子的方式，對孩子靈性發展的衝擊，遠勝於家庭宗教儀式所教導的，諸如：家庭祭壇、一起讀聖經、參加教會崇拜…等等。』或許你會懷疑，我是否指例行的家庭屬靈活動不重要，不，那不是我的重點。這些活動是重要的，但父母對待孩子的不良方式，會無形中損害他們崇高的屬靈渴望。

另有一本書『Worship: Not for Adults Only』（CRC 出版）提供的建議有如一道亮光：「小孩子認識上帝的深度，固然端賴家庭生活和父母教養的差異，遠勝於餐桌旁有力的靈修教導，或家庭崇拜和禱告等等因素。然而，這些因素卻也是造成差異的重要原因。當父母禱告談論上帝時他們使用如何的語調，“上帝”、“耶穌”是不是僅在禱告和閱讀聖經中出現，或是常在日常生活的會話中自然脫口而出？家庭的禱告氣氛是自由的還是受控制的？」

如果孩子在家中得到支持，且感到溫暖，他們對上帝的瞭解就會紮根，那會培養他們健康真實的信仰和敬拜（不幸的，並非全然如此，有些父母學得很痛苦）。家庭敬拜是讓孩子每天經歷上帝信實獨一有效的方法，他們能遇見愛他們且聽他們禱告的上帝，此外，更能讓他們瞭解家庭成員間彼此所付出的情感與尊重。

對家庭禱告的一些意見

有什麼方法能使家庭禱告和敬拜，成為你孩子樂在其中的一段時光呢？當然，孩子的年齡是關鍵所在，他們越年幼，這段時間就越單純且越短，飯前禱告就可測試出來。如果小孩子年紀太小，講聖經故事和禱告的時間，在睡前或第二天早上起床時較好。

把聖經故事包含在你的禱告時間中，將能保有孩子的興趣。聖經故事也能有助於孩子認識上帝是一位有仁慈憐憫、全能有力而且有智慧的神，祂垂聽愛祂的人的禱告。這些故事能幫助你和你的孩子進入敬拜。基督教書房有許多寫得很好的聖經故事可以作為參考。

至於較大的孩子，你可以使用一些靈修小品做為禱告前讀經和默想的引導。在禱告時盡量使用詩篇。不論你的孩子年紀多大，與他們禱告之前一定要有一段分享的時間。問一問他們一天之中發生在他們身上的好事或壞事，他們的感受如何，或者他們覺得需要代禱的重要事項。這段分享的時間，可能使你明白孩子在成長過程中所遭遇的事，有些很可能是你一直不曾察覺的。禱告也能教你的家人為真實的、重要的、需要的事情……有所警覺敏銳的代禱，也能顧及個人的感覺或傷害而代禱。你的孩子因此瞭解凡事都可以代禱。

盡量使你的家庭禱告有特性。可能的話，把禱告事項逐一記下來，看看上帝如何回應它們。Howard Hendricks 博士在他所寫的『The Family that Prays Together』一文中，從他的經驗提供他對此點（記錄禱告事項）的洞見：

「蘇格拉底曾說：『通則是軟弱心靈的避難所』。我深信遵守一些禱告的通則對於屬靈委身度不夠的人來說是個避難所。數年前我和妻子使用一本小小的活頁筆記本，每一頁的正面寫：『我們求問』，反面則寫著：『祂回應』，我們按這原則記下每一件禱告事項，如此翻開來看之時，深深覺得要教導孩子禱告的理論，沒有任何事務能代替這本筆記本。也沒有任何事務能像這樣記下來的禱告，那麼令人興奮了。」

選擇一個特別的場合一起禱告，例如客廳的躺椅、起居室、餐桌、或任何可以舒適聚集的地方都可以，此外也當選擇一個特定的時間來禱告，很多人在晚餐結束時有家庭禱告，或是在週末。不論你選擇的禱告時間或地點為何，別太急也別過多變化！

對孩子而言，培養上帝與你同在的感受，有助於提醒他們也溶入其中，有些方法值得參考，例如在家庭禱告中點燃蠟燭，可以提醒孩子們，主的榮光在我們當中，顯明上帝的同在，這種使用視覺感受的方法，讓孩子可以很自然的接受上帝是他們的朋友，是可以與他們交談的神。

試著與你的家人有一段靜默禱告的時間，每次結束之前，留下一小段時間，給個人跟上帝作私人性的交談，在這一小段時間開始時，你可以向家人介紹說：『現在』，讓我們全神貫注，歡迎上帝進到我們心中。』接著介紹一些主題，例如：個人的關懷與需求，為今天上帝在你生命中所作的事來讚美……等等。此外，結束禱告的時間，也要以規定的方式來作結束，例如：齊頌主禱文、讚美詩或熄滅蠟燭等等，養成禱告的規定與通則，對孩子的軟弱有幫助。

在靈裡一起成長

「喂，美娟嗎？不用等我吃晚飯了，晚上要參加詩班練詩，接著又有執事會，恐怕十點多才能回家，你不用等門了。」

美娟終日看管著兩個不到兩歲的小孩，難得有一位元攀談的對象，這天晚上竟又要獨個兒度過。她想起當日與國雄在教會的一次奮興營中，如何一起決志獻身服事主，不論何時、何處……由主差遣；現在，獨是她被困在家中，被家務和孩子纏得寸步難移。

靄莉的情形剛好相反，她仍舊熱衷於教會各項活動。她的丈夫子森是一位年輕的高級職員，最近又晉升了，業務堆迭如山，年中一半的時間需要外出公幹。剩下來的時間，唯一想做的就是睡覺，不要說參加查經班，或主日崇拜了。這些活動，讀書時還可以參加，出來做事，屬靈的追求便漸漸大不如前了。

浩華和思敏在教會中備受愛戴，差不多每一個委員小組都少不了他們的份兒，皆因他倆凡事盡心，處事恰當，博得眾人的信賴。然而留下給自己的，或用作與神親近的時間倒不多，他們憑藉過往的見識和經驗做帶領的工作。雖然私底下也暗暗警覺到與神親近的時間不足，無奈委實沒有空可騰出來。

在基督徒的圈子裡，特別在生活節奏緊張的香港社會，以上的例子並不鮮有。不少夫婦對他們的日常要職一家庭、工作以及事奉都感到無所適從。多少時候，屬靈事情上的照管只能由夫婦二人其中一方去獨力承擔，而往往這擔子總是落在作妻子的肩膀上，於是產生了分歧。「二人若不同心，豈能同行呢？」(摩三 3) 除非夫婦二人都抱有同一個異象和方向，否則絕難並肩同行。

攔阻一對夫婦在主裡成長的因素

1. 顛倒生活原則的輕重

世俗社會追求的是要事事隨心所欲，及時行樂，盡力消費，大量擁有。試打開時下任何一份婦女雜誌，你不難發現這等意識到處氾濫在無數的衣飾物品廣告中，以及過份的情愛小說上。偶一不慎，連基督徒也容易陷入這等意識之中。追求滿足本身並沒有不對，只要所追求的是正確的目標。主耶穌對撒瑪利亞婦人說：「人若喝我所賜的水，就永遠不渴。」(約

四 14)，主耶穌指示她真正所要追求的。正如所羅門王所經驗到的，若不是主，萬事終是一片虛空。

2. 缺乏個人的立志

一個基督徒接受主後，若不繼續在祂裡面生根建造，信心堅固，便不能有真正的生長(西二 6-8)。經過幾年後便會漸漸失去起初的熱心，繼而後退，甚至放棄信仰。

外子與我得以在靈命上有所長進，端賴有人願意把我們視作他屬靈的嬰孩，以神的話語餵養我們，教導我們如何用神的話，領人歸主，栽培他們。但最要緊的，還是我們個人的立志：立志有一個受教的心，並將所學得的應用在生活中。若不立志，外面這麼多富誘惑性的事物便很容易把我們弄得忙忙亂亂，到頭來還是一無所獲。

3. 缺乏一致的追求

在靈命的追求上，夫妻二人必須態度一致。自我約束是一個成功的秘訣。據我們的經驗，每天早上分出一起靈修的時間，每星期有一次進修查經，和每主日到教會聚會等，均非行不通的事情。這種自我約束幫助我們與主建立親密的關係

夫妻如何彼此鼓勵一同長進

1. 一起禱告

禱告能夠維繫二人的親密關係。叫兩個心懷怨懟的人一起禱告，是一件何等大的苦事。在禱告裡，我們當彼此認罪祈求主的赦免也當尋求對方的寬恕。禱告也是我們將孩子們的需要、金錢上的運用等事情帶到主面前，尋求神指引的時候。

2. 一起讀經

與外子一起讀經是一件樂事。為了對付他的弱點，我曾用盡法子，諸如嘮叨、批評、無聲抗議等，始終發現這些方法遠遠不及神親自對他說話來得有效。我們的讀經側重生命的改變，而不是滿腦子的聖經知識。

3. 一起見證

我倆常為未信主的鄰居、同事、親戚等禱告，並邀請他們參加我們在家裡舉行為期四次的福音性查經班。見到我們的客廳、臥房、辦公室能夠成為人決志信主的地方，是一件何等令人興奮的事。還有甚麼別的方法更能夠教導孩子們關切未得救的人呢？

4. 接受主內長者的關懷

神常常借著一些人給予我倆不少教導和輔導，透過與一些有屬靈見識的長者交通，更叫我們的生命得著莫大的啟發。「與智慧人同行的，必得智慧」(箴十三 20)，偶爾我們也有失和的時刻，這些長者便成為友好的調解者。此外，他們亦會藉神的話教導我們 更重要的是有愛主的人坦率地說出我們真

正的需要。

最後，我必須指出，當我倆立志追隨主，尋求祂的旨意時，我們以及孩子們都比以前更加蒙福。「你們要讚美耶和華，敬畏耶和華，甚喜愛祂命令的，這人便為有福。他的後裔在世必強盛，正直人的後代，必要蒙福。」(詩一一二 1-2)，神的目的是要我們長進，得以享受祂所賜豐盛的生命。當一對夫婦立志投靠祂時，所帶來的滿足是何等的不同。

天倫樂，1985/11，頁 10-11

單元七

家庭預算

永遠的 28 磅

——衛斯理的金錢觀

約翰·衛斯理常在講道中論及錢財，由於他當時在英國算是數一數二的高收入者，因此，他更能將自己的觀念身體力行出來，且讓我們對他的理財觀念與方法一探究竟。

約翰·衛斯理從小就深知貧窮的滋味，他的父親撒母耳·衛斯理是位英國國教派的牧師，他所牧養的教會僅支付極微薄的薪俸，而家裡卻有九個小孩嗷嗷待哺，告貸無門是常有的事。有一次，小約翰還看到他父親因無錢還債而坐監，所以，當約翰長大要成為服事上帝的傳道人時，他可從未奢望自己能得到多大的錢財報酬。

然而，上帝卻給他一個出奇意外的驚喜。約翰雖然也步上父親服事的後塵，他卻不像父親一樣一貧如一洗。神並未要他直接從事教會的牧養工作，而是要讓他先執教于牛津大學，當時，他又被遴選為林肯學院的評議會會員，於是收入便戲劇性地遽然調高許多。每年至少有三十英鎊，支付一個單身生活可算是綽綽有餘了。他對自己的生活頗為滿意，錢財多半花在玩的理財觀念。有一天他買了幾幅畫回家，正好看到女僕在房間裡做打掃的工作，那是個極冷的冬天，他發現女僕除了一件粗麻外衣之外，根本為沒有什麼衣服可禦寒，他便打開皮夾，打算拿點錢給他的女僕添件外套，但皮夾裡卻根本沒剩多少錢，突然，他的腦子裡有個極強的意念，那便是上帝很不喜悅他處理錢財的方式。他自問：「神會問我：『你是個良善又忠心的僕人嗎？』而我卻把窮人的禦寒衣物換成自己家中的裝飾品了！公義何在啊！慈愛又何在啊！那幾幅壁畫簡直就是那位可憐女僕的血汗換得的！」

衛斯理的做法

經過這件事的刺激，衛斯理於一七三一年開始節制自己的花費，以便省下更多的金錢來幫助窮人。根據他自己的記載：第一年，他的收入是 30 鎊，而生活所需費用為 28 英鎊，所以他只能奉獻 2 英鎊。第二年，他的收入倍增，而生活費用仍為 28 英鎊，所以他就能奉獻 32 英鎊；第三年，他的收入遽增為 90 英鎊，但他仍未增加生活開支，繼續節制在 28 英鎊內，這樣，他就能拿出 62 英鎊奉獻給窮人；到了第四年，他的收入調高為 120 英鎊，而生活開支仍僅為 28 英鎊，所以奉獻金額便高達 92 英鎊。

衛斯理認為，基督徒不應該僅遵行什一奉獻而已，凡是家庭生活所需以外的金錢，都應該奉獻出來。他相信收入的增加，並不表示開支的金額相對提高，而應是奉獻的金額相對提高。

他的這種做法，始于牛津大學執教時期，後來終其一生，他都奉行不渝，甚至到了他的收入已調高至數千英鎊，他也仍然過著儉僕的生活。有一年，他的收入是 1400 英鎊，該年的奉獻總數也幾乎相當於此數。由於他沒有家累，便沒有儲蓄的必要，再加上他不願積存財寶在地上，所以差不多錢一

到手，他就立刻奉獻出去。他自言手邊的金錢數額，從未高過 100 英鎊。

衛斯理自奉甚儉，連單身漢的基本生活需用都儘量減少。一七七六年，英國稅務局看過他的稅單後，寫了封如下的信件給他：「我們相信貴府仍有許多金器銀具尚未列表申報。」他們認為以衛斯理收入之高，家中必有許多值錢的金錢物品，衛斯理頗有逃漏稅之嫌疑。於是，他在回信中寫道：「我有兩支銀湯匙放在倫敦，兩支放在布魯斯特，那就是我所有的金銀財寶了，眼看周遭有許多人食不裡腹，我想我不會再添購任何金銀財寶了。」

認同窮人是衛斯理節制開支的另一個方法。他倡言基督徒應該自視為窮人，只不過神借著金錢讓大家能幫助他人，因此，他都與窮人同吃同住。在衛斯理的策劃之下，倫敦的公會成立二所孤兒寡婦之家，他們的飲食所需，都是由王公貴族的盛宴中挪移出來。一七四八年收容了九位寡婦和二個孩子，由衛斯理和其他幾位住在倫敦的傳道人，共同輪流照顧他們。衛斯理樂於與他們共同進餐，並期望在未來的天家與他們共用主的宴席。

衛斯理曾每餐以馬鈴薯充饑達四年之久，一方面是為了健康的理由，另一方面也是為了省錢，他說：「我的伙食費可以幫助好多餓肚子的人呢！」

他於一七七四年寫道：「我死後，若身上還留有 10 英鎊以上，你們便可說我在世時，不過是個小偷。強盜罷了！」果真於一七九一年衛斯理逝世時，口袋和抽屜裡只留下一些銅板而已。

那麼，他終其一生所賺得的三萬英鎊，都跑到那裡去了？他已全數奉獻了。就如同他說：「當上帝呼召我到天家，我在身後還留了許多本書無法帶走，幸而，此外再也沒有積存其他的東西了。」

衛斯理的理念

對於金錢方面的教導，衛斯理提出了幾項簡單、實用的原則，讓有心奉行的人遵守：

第一項原則是：盡可能的提高收入(Gain all you can)除了偶爾有誤用的例子外，錢財實在是極好利用的東西。對神的兒女而言，它是饑餓時的食物，口渴時的甘泉，赤身時的衣物，是流浪者的庇蔭所，是寡婦的支柱，是孤兒的倚靠。

在致力於增加收入時，衛斯理提醒人不可以自己或他人的心靈、意志、或身體為代價，因此，他極反對具有污染惡果、或危險性的各項作業。

第二項原則是：盡可能的節省開支(Save all you can)他極力勸服會眾，莫將金錢用於滿足肉體的情欲，眼目的情欲，及今生的驕傲上。他反對吃昂貴的食物、穿華麗的衣飾，及使用高級的家俱，「毋需追求品味、搞新花樣！且讓我們省下這些可觀的開支，安享自然而樸實的生活吧！」

衛斯理提出了過儉樸生活的兩點理由：最明顯的理由，是為了節省金錢；第二個理由，則是為了避免增長欲望。他指出人若花錢買些沒有必要的東西，他將來就會更渴望得到這些沒有必要的東西，所以，實際上這樣做並不是在滿足欲望，而是在增長欲望。「一旦順從欲望，便會增長欲望，這是不容懷疑的事實。那麼，還有誰該去滿足自己的欲望呢？日常的生活經驗告訴我們：由奢返儉難啊！」

他特別警告父母別為孩子買太多東西，有些人自己捨不得花錢，對孩子卻不小氣，在順從欲望就會增長欲望的前題下，衛斯理提醒這些善意的父母：「你們何必為孩子添置驕傲和虛榮，徒然讓孩子無知地壯大了私欲，何苦花錢陷他們於虛浮的網羅中，而造成他們日後的悔恨？」

他也特別警告父母別為孩子買太多東西，有些人自己捨不得花錢，對孩子卻不小氣，在順從欲望就會增長欲望的前題下，衛斯理提醒這些善意的父母：「你們何必為孩子添置驕傲和虛榮，徒然讓孩子無知地壯大了私欲，何苦花錢陷他們於虛浮的網羅中，而造成他們日後的悔恨？」

第三個原則原是 盡可能的奉獻金錢(Give all you can)一個基督徒的奉獻始於什一。他告訴那些未遵行什一奉獻的人說：「你已把你的心放在財寶上。」又說：「那會像火一樣吞滅了你的肉體！」基督徒的奉獻不該只有什一而已，基督徒的金錢全部屬於上帝，不僅是十分之一而應該百分之百照著上帝的

心意使用金錢。

那麼，上帝又要基督徒如何使用金錢呢？衛斯理依重要性排定先後順序，列出**四個聖經上的定義**：

一、要看顧自己的家人。(提前五 8)，信徒要先確知家人有各項養生需用，包括：有充足、營養的食物可吃，有乾淨、整潔的衣服可穿，及可遮風蔽雨的屋宇可住。信徒也要讓自己的家庭有所保障，即使一家之主發生不幸，家人仍能衣食無缺、生活無虞。

二、只要有衣有食就當知足。(提前六 8) 衛斯理強調：「衣」原文是指遮蔽物，含有住所與衣著的雙重意義。「原文的意義比現有的字義豐富，只要基本的生活需要得著滿足，有食物可吃、有衣可穿、有可安歇的地方，就可說是富足。」

三、眾人以為美的事，要留心去作。(羅十二 17)，凡事都不可虧欠(羅十三 8)，衛斯理指的是，不可虧負債主，他強調做生意的人要有足夠的成本，方可經營事業。

四、有了機會，就當向眾人行善，向信徒一家的人更當這樣。(加六 10)，在基督徒可供應家人生活，又無虧于債主和事業後，接下來，便是將金錢用於說明有需要的人。

在提出上述四項原則時，衛斯理也發覺有些情況無法直接套用這些原則，使得基督徒難以決定如何運用上帝的金錢，因此，衛斯理又提出了四個問題，幫助人**澄清金錢運用的方法**：

一、當我在運用金錢的時候，我像是在花自己的錢呢？還是像是上帝金錢的管家？

二、聖經上有那些經文，與我這次運用金錢的方式有關？

三、我這次花錢的行動，可否看做是對上帝的奉獻？

四、在末日的審判中，我這次花錢的方式是否可得到上帝的獎賞？

最後，對於那些仍感到困惑的信徒，衛斯理建議他們，花錢之前先做如下的禱告：

「父神，你已看到我將用這筆錢來添購食物、衣服、或家俱。你知道我願意成為你在世上的好管家，謝謝你信任我，讓我決定採購這些東西，我願意奉行你的誠命遵守你的訓詞。我願這次的採購，在你眼中亦為美好的奉獻，蒙你所悅納，求你保守我有好見證，凡是我出於愛的作為，能得到你的獎賞。」

他相信任何人真誠地做了如上的禱告後，必能以智慧的方式運用錢財。

夫妻生活預算表

(嘗試計畫第一年的生活費用)

一、固定支出

1. 稅項 _____
2. 保險 _____
3. 房貸，差餉，地稅 _____
4. 汽油、交通費 _____
5. 水、電費、瓦斯費 _____
6. 電話費 _____
7. 什一當納 _____
8. 牌照稅 _____
9. 經常支付的帳目 _____
10. 貸款 _____
11. 分期付款 _____

二、有彈性之支出

1. 衣著 _____
2. 傢俱及維修 _____
3. 醫藥及牙齒護理 _____
4. 奉獻 _____
5. 禮品，娛樂休閒，嗜好 _____
6. 日常生活支出 _____
7. 食物及家庭用品 _____
8. 洗衣及清潔費用 _____
9. 醫藥雜物 _____
10. 書刊，文具 _____
11. 車輛保養 _____

12.其他_____

12.個人零用_____

13.經常儲蓄

13.夫妻約會費用_____

*固定支出總額_____

*有彈性之支出總額_____

把總數除以十二就是你們每月需要預備的固定支出。

把總數除以 12 就是你們

每月需要預備有彈性之支出。

A · 預算你們婚後第一年的全年收入有多少

全年收入\$_____ (年終獎金暫不算在內)

B · 把所有彈性之支出總額及固定支出總額加起來。

全年支出\$_____

用 A 減去 B，看看你們的預算是否出現赤字。

財政問卷

在你選擇的答案上畫圈

Extra—奢侈的 Useful—可有可無的
Desirable—想要的 Necessary—必需的

	奢侈的	想要的	可有可無的	必需的
人壽保險	E	D	U	N
彩色電視、錄放影機及 DVD	E	D	U	N
新家俱	E	D	U	N
音響器材	E	D	U	N
攝影機、數位相機	E	D	U	N
一部汽車	E	D	U	N
照相機	E	D	U	N
微波爐	E	D	U	N
家庭預算之計畫	E	D	U	N
在五年內擁有自己的房子	E	D	U	N
什一奉獻	E	D	U	N
乾衣機	E	D	U	N
烤箱	E	D	U	N
烘碗機	E	D	U	N
電熱水瓶	E	D	U	N
整套瓷器	E	D	U	N

分類帳目表

_____年_____月

_____帳目		每月預算			元
周次日期	摘要	預存基金	提出	結餘	
月 / 日	每月所分配金額				
第一個週末					
第二個週末					
第三個週末					
第四個週末					
第五個週末					

分類帳目表

_____年_____月

_____帳目		每月預算			元
周次日期	摘要	預存基金	提出	結餘	
月 / 日	每月所分配金額				
第一個週末					
第二個週末					
第三個週末					
第四個週末					
第五個週末					

儲蓄帳目表

科目_____

日期	摘要	收入	支出	結餘

我聽了挺高興的。想想看嘛，其他乘客都只分到一份不冷不熱的點心，我卻有這麼一張寶貴的餐券。

我們在克利夫蘭機場停了兩個小時，第一個小時，我到各個飲食店逛了一圈，盤算著我該用這張餐券換點甚麼好吃的。星巴克咖啡站、優酪乳店、漢堡王、一個愛爾蘭酒坊、一家糖果攤，還有好多好多其它的選擇。時間一分一秒地過去，我突然為這麼多選擇感到焦躁不安起來——心理就是做不了決定。當擴音機響起第一次登機的通知時，我慌了，心想：「糟糕，餐券恐怕得報廢了！」

我匆匆地沖進優酪乳店，點了兩份最大的凍優酪乳，一面急著趕向登機門，一面大口大口地把優酪乳往嘴裡塞，太太和孩子們也都加入這狼吞虎嚥的行列。六歲的老麼不久就抱怨他已經吃得「臉都凍僵了」，但我還是繼續塞，一輩子才享用到一次的餐券，可不能就這樣浪費掉哪！

渴盼簡樸

這番經驗可以說是現代生活的最佳寫照。好東西有時也可能會變得十分複雜，令人狼狽不堪。同樣地，先進的科技——我同意很多都是好的——也會讓我們陷入複雜之穀，並且越陷越深。「萬事齊飛」(Faster: The Acceleration of Just About Everything)一書的作者葛力克(James Gleick)說得好：「如今我們的電腦、電影、性關係，甚至禱告，都比以前快速很多。我們的生活越是充滿節省時間的設備，就越覺得匆忙。」

從書店、超級市場，到渡假勝地，甚至教會，到處都有一大長排的可能性等著我們去挑選，這反而讓我們慌亂得手足無措，巴不得能深深吸一口屬靈的空氣。

難怪每一個現代人都渴盼過簡樸的生活。如果你把「簡單」(simplicity)這個字眼鍵入電腦的搜尋器，會找到無數專門提倡自願過簡樸生活的網站。一些簡樸生活運動的提倡者如是說：「美國夢已經成了夢魘」，其後果則是「人際的疏離與內心的空虛」。於是有許多人附和這種運動，呼籲大眾減少物質的享受，為其他的價值創造另一個空間：比如更親密的關係、更多的熱情與更深的真誠。

基督徒該如何回應這樣的潮流呢？一方面，我們可以肯定對簡樸生活的渴盼。誠如一位基督徒作者所坦率指出的：「神從未把我們帶領到慌亂複雜，透不過氣的地步。」現代生活的步調與複雜顯然是一種不平衡，甚至是病態的現象。簡樸生活運動一針見血地指出，簡樸以及平靜、清醒的生活正是我們所急需的。

但在另外一方面，基督徒並不需要追隨潮流才能尋得簡樸的生活。相反地，我們可以轉眼望向耶穌，因為惟有祂才是簡樸生活的典範與來源。但是在這複雜的大千世界裡，什麼才是像基督那樣的簡樸？我們應如何在心中培養這份簡樸呢？

簡樸生活的真諦

首先，我們應認識到「簡樸」不是什麼。

簡樸不是簡單主義。如果我們以為我們對基督的信心可以使每件事變得快速又方便，我們一定會失望的。

簡樸也不是律法主義。有些主張簡樸生活的人太過強調外在的表現，定下了一連串的「必須」，例如：必須開小一點的車、必須在廉價商店買衣服、必須自己烤麵包等等。以上那些做法可能是簡樸生活的外在表現，但並非簡樸生活的真諦。真正的簡樸比一蹴可及的答案或規則條文更加徹底而深刻許多——它要求我們從生命深處作完全的改變。

天主教本篤會(Benedictine)的傳統用「內心深處的單純」來代表這份內在的品質，即是將生活中一切非必要的枝節都削減除去，越來越專注在耶穌的身上。

大衛王在詩篇 27 篇 4 節中為這樣的生活態度描述了一個榜樣：「有一件事，我曾求耶和華，我仍要尋求，就是一生一世住在耶和華的殿中，瞻仰祂的榮美，在祂的殿裡求問。」

使徒保羅也將他的生活簡化成一個單純的目標：「我只有的一件事，就是忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。」(腓 3:13-14)。

登山寶訓(馬太福音 5 至 7 章)詳細地描述在屬靈上集中注意力的生活真相。耶穌告訴我們，真正的簡樸是擁有真正的財寶、服事真正的主人，以及對準真正的焦點：神的國和祂的義(太 6:33)。

這個對簡樸所下的定義並不是說，只有我們在思想「宗教信仰」或是表現「屬靈生命」的時候才將焦點放在基督身上。十七世紀的一位作家 Francis de Sales 說，像基督那樣的簡樸，就如同小孩子一手緊緊拉著父親，一手則沿著樹叢採著草莓或黑果。在你無可免地積聚、處理屬世的事務之際，必須有一隻手與天父緊緊相連。經常地轉身向祂，檢視你所作所為是否

討祂的喜悅。

換句話說，即是將生活中的一切全然奉獻給耶穌——不是只有禱告、崇拜和傳福音，而是將吃龍蝦、操作機器，甚至開車帶孩子去打球的時刻也都交給神，用永不止息的愛與讚美，來經歷一刻。

簡樸的複雜性

簡樸生活的實行，比定下五個現成可行的步驟更不容易？為什麼呢？因為培養屬靈的焦點並且熱切地只追求一件事，會讓我赤裸裸地面對自己內心不可思議的複雜。並不只是我的世界很複雜，我的內心也一樣。是的，我要事奉主，但很不幸地，我也很想抓住一些名聲，一點欲望，並且舍不下那份貪婪。到頭來，我的心便經常被生活中的許多思慮所纏繞(可 4:19)。

因此，通向真正的簡樸的第一步，是認識並承認自己內心的複雜。我的心思放在什麼錯誤的焦點上？我還在抓取哪些在神眼中是微不足道的事？我只事奉一個主，還是兩個？甚至三個？在我內在生命的園子裡，還長了哪些雜草？

我個人覺得，安靜的時刻和寫日記有助於對自己提出這些問題。這在我力行簡樸生活的努力上是不可少的。寫日記並不是什麼不尋常的活動，只不過讓我可以專注於神身上以及自己的內心。

每天一開始(有時候，是在一天結束前)，我會邀請神來鑒察我的心。昨天我在哪一方面搖擺不定？什麼人、活動或事務變得比神重要？我的心在哪一方面被荊棘擠住了？當我這樣自省時，我經常會被浮現腦際的答案嚇了一跳。當這些事物浮現時，我便寫下來向神認罪。儘管我可以只把這些事放在禱告中，但是把它們寫下來的過程能幫助我明確地指出我三心二意的真面目。

付諸行動

當然，簡樸並不只是一種個人內在的美德，我們應該結出眾人從外面可以看出來的果子。現在讓我們來看看以下三個簡樸生活的行動。

活動的簡樸

莫藤(Thoma Merton)鼓勵基督徒恢復「用一種不疾不徐、合乎人性的節拍，過簡樸而健康的生活」，這是個多麼深刻的挑戰？但又有多少人能做到呢？

去年夏天，我們全家搬到紐約長島，一位元新認識的朋友告訴我：「你們的生活步調現在可能慢了一點，不過沒關係，再過六個月，我們就會讓你們快的像只陀螺啦！」我不假思索地回答他：「你休想！」我相信我的回答必是來自聖靈的感動。

如果我們真心地想要在這個世界上作出與世俗文化抗衡的舉動，也許我們就必須以力行「合乎人性節拍」的生活作為第一步。耶穌便是這樣做的。祂很勤奮地工作，可是仍有時間和孩子們玩耍，觀察鳥兒的飛翔棲息，打個盹，並且和朋友們吃餐飯。

簡樸的生活使我們修剪我們的活動日程，好讓我們能保守我們的心。如此，當我們奉耶穌的名作在任何人身上的事，便都能源自我們對祂的專注。

我經常問自己一些問題，幫助自己檢視所作的決定和生活方式是否符合活動簡樸的原則：

- * 我是不是有時間讀本好書？
- * 我是不是有規律地放鬆自己？
- * 我是不是有時間大笑？
- * 我是不是找得出時間和朋友甚至太太聊天？
- * 我能不能婉拒別人的要求，而不懷罪惡感？

如果我不斷對這些問題給予否定的答案，我的生活就太複雜了。

財物的簡樸

詩篇的作者警告我們：「若財寶加增，不要放在心上。」(詩 62:10) 耶穌向想要成為祂門徒的宣告，他們必須與一個老要篡奪真神的寶座的惡勢力——瑪門——對抗。瑪門的精神就是對金錢與財物的貪求無厭(太 6:24)。

約翰衛斯理在十七世紀末葉寫到，他觀察到英國的屬靈奮興運動的危機，並不是異端邪說，而是物質主義：「我擔心物質增加的地方，宗教的本質便成正比地減少…如此一來，雖然宗教的形式還存在，靈命卻很快地消蝕殆盡了。」

瑪門，在今日文化中消費主義的推波助瀾下，不斷地慫恿我們：我們需要更多東西。我們如何和這個假神對抗呢？回到像基督那樣的簡樸是唯一的答案。這項美德能帶我們走向另一條途徑，便是凡事知足的途徑。

我們的文化已經上了追求更大、更新、更快以及更刺激的癮。簡單的生活訓練我們滿足於較小、較熟悉、以及平凡的事物。在過簡樸生活的大前提下，我們不但會開始注意到這些事物，也會認識到這是由神而來的賞賜，而能以喜悅、感謝來領受。

舉個例來說。昨天上午我坐在一棵枝葉繁茂的蘋果樹下。每個星期有三次，我會來到這裡禱告、讀神的話語，並且寫日記。這棵蘋果樹並沒有什麼奇特的外觀，可是當我坐在樹下、聽小鳥啼唱、看到偶爾有一兩個蘋果落地，我突然感覺到這個角落是多麼地美妙。

禱告的簡樸

禱告是我們生活中另一個可以修剪、精煉以求簡樸的層面。

當然聖經中也記載了一些相當長的禱告，但有些是因其簡短單純而令人感動。兩個瞎眼的人跟在耶穌後面對他喊著說：「大衛的子孫哪，可憐我吧！」(太 9:27)

當彼得將要被海浪吞滅時，他喊道：「主啊，救我！」(太 14:30) 在十字架上的強盜臨死前，他喊叫說：「耶穌啊，你得國降臨的時候，求你紀念我！」(路 23:42) 使徒保羅也發出過上達天庭的真心的呼求(羅 8:26-28)。關於禱告我們很容易忽略一件事實，禱告是與尋找我們的父神的真情對話。靠著耶穌所為我們成就的，我們可以坦然無懼、像小孩子那樣來到父神面前，呼叫「阿爸，父！」(羅 8:15)。

一位早期的基督教作者希馬克思(John Cimacus) 勉勵基督徒用像孩子那樣的單純禱告：「禱告的時候，不要尋索華麗的辭藻來表達你的意思。我們在天上的父經常更喜歡傾聽像小子一樣單純訴說的字句。」

在簡樸的禱告裡，我們不再擔心使用的詞藻是否正確，或是合乎時宜，我們可以為每件事禱告，包括我們懷疑、問題、憤怒、畏懼、需要以及懇求。

簡樸的安息

我有一位年輕朋友，他雖然還不是基督徒，卻十分喜愛馬太福音 11 章 28 節耶穌所說的話：「凡勞苦擔重擔的，可以到我這裡來，我就使你們得安息。」這位朋友就如同你我一樣，渴望得到真正的安息。

耶穌邀請我們將勞苦交給祂，換取祂所賜的安息。祂召喚我們擺脫忙碌而無所適從的生活，帶領我們進入平靜安穩。這是達到真正簡樸生活的唯一途徑。只要我們不住地專心仰望祂，便一定能進入祂所賜予的安息。

金錢會毀了兒童嗎？

我們都關心如何賺錢和如何花錢，然而我們很少思想金錢對於兒童的影響。茲願提出若干見解和心得，以供大家參考。

過份吝嗇和放縱均非善策

談到用錢，做父母的都會有困難，並且要設法保持收支平衡，我們為人父母，可能對錢過於吝嗇，也可能太放縱，這樣都會有害，原因何在？

我們處理金錢，有著許多意想不到的因素影響我們，無意間我們會把金錢視同一種力量，我們運用金錢辦事會使自己感覺更有能力。

我們很瞭解如何裝出一副大人物的樣子，許多父母都要大聲的告訴世人：「看！我是多麼有能力！」服裝、汽車以及洋房和鄉村俱樂部都在顯示能力，內心空虛的人就讓榮華富貴的幻想成為保護的外衣，這種觀點在不知不覺中就傳授給兒童了，從此孩子就開始利用金錢來對付他所認為的逆境。

父母常常鼓勵這種用錢的方法來面對現實，孩子們深受其感染，因此認為並無必要再去體認生活了。我們這樣做，乃因不願孩子們受到我們童年所受的憂苦。然而我們生活在一個充滿憂苦的世界裡，我們不能——也不應該保護孩子免除任何憂苦。

揮霍金錢（或過份放縱用錢）具有毀滅性，它會破壞現實，也會毀了主動性和動機。經常讓孩子們指望接受別人的東西，而不肯將任何東西給別人，當這些甜頭突然中斷時，孩子就會生氣，孩子會問：「我做了什麼事，會得到如此下場？」事實上，他沒有做錯任何事，父母親問：「你要的東西，我都沒有給你嗎？」答案是否定的。孩子在早期生活中，從未接受有關現實和責任方面的訓練；但是當他成人時，你又對他說：「好吧，你自己作主吧！」說這種話的父母是茫然無知的。如果他沒有理財的實際經驗，那能知道賺錢和明智地花錢呢？

父母答應給小孩錢時，總會說「我」

在許多情況下，孩子無形中模仿大人，當孩子向父母要錢時，父母答應了並經常會說「我」如何如何，這樣的家長是在利用小孩，縱容自己，為了想要彌補他在童年被拒時的失望。

另外一種情形，父母對孩子用錢過於放縱，也會毀了孩子。他們在告訴小孩和世人：「犧牲一切，以滿足孩子的需要。」這種態度具有破壞性，會產生莫須有的罪行。合理的家庭，每個人的經濟地位都是平等的。

在無意之間，我們也會將有害的用錢態度傳給了孩子，現在讓我們來看看那些方法可以養成健全的习惯。

教孩子兩種用錢的道理

首先應該讓孩子知道兩種用錢的道理：實用和責任。為了達到這個目的，要讓孩子曉得謀生的方法。我發現許多兒童完全不知道父母如何賺錢，父母至少應該抽出時間向孩子們解釋他們的工作情形，

假如可能，讓孩子積極加入父母的工作。

要讓孩子知道如何負起理財的責任，最好，給他們錢零花，孩子開始上學時就該學習怎樣負起理財的責任。

當然零用錢的數量是各有差異的，要考慮到孩子的年齡、用錢的需要以及家庭環境等因素。而一般共同數額大都取決於父母和孩子間的意願，假如孩子花錢又多又快，同時也能說明用途，那麼你可以將一筆錢分作許多次給他。零用錢對孩子和父母都必須切合實際，不要太少也不能太多，不論多或少，零用錢不能用來獎懲孩子。學業成績、家事考勤和孝順父母等，都不能成為計零用錢的衡量標準。

最重要的，父母絕不可用金錢「收買」小孩，有些父母買一些不必要的東西送給小孩，他們想利用金錢避免與孩子們親近，孩子們聽到的是這些話：「這裡！拿去吧！不要吵我。」這也可說是父母討好孩子的一種方法，但是養成了孩子的依賴心，然後又說：「這裡，拿去拿去！你看，你仍然需要我。」以上兩種口吻都具有破壞性。

金錢就像核能一樣是一把雙刃的利劍，可以創造奇跡，具有建設性，但若使用不當，也可能破壞一切。（資料來源；臺灣世界展望會，基督化家庭系列 77 期）

錢財的利用

約翰衛斯理

「我又告訴你們，要藉·那不義的錢財結交朋友，到了錢財無用的時候，他們可以接你們到永存的帳幕裡去。」(路 16:9)

當主特別向議論祂接納稅吏罪人的人，講完浪子的比喻之後，又說了一個故事，而這故事卻是對神的兒女說的。「耶穌又對門徒說」——不是對法利賽人和文士——「有一個財主的管家，別人向他主人告他浪費主人的財物。主人叫他來，對他說『我聽見你這事怎麼樣呢？把你所經管的交代明白，因你不能再作我的管家。』」(路 16:1-2)。經過詳述那個不義的管家用來準備應付困難日子的方法之後，我們的救主說：「主人就誇獎這不義的管家作事聰明。」(8 節)(關於他能及早預防之事)；且再加上這段意味深長的感歎：「因為今世之子，在世事之上，較比光明之子，更加聰明。」(8 節)那些只尋求今世幸福的人，是比那些「光明之子」——在耶穌基督身上看見上帝榮光的人——聰明。(不是絕對的，因為他們都是各類的愚人，天下最厲害的瘋人。但在他們的世代中，在他們自己的生活方式裡，他們是較忠於自己，較忠於他們所已知的原理，較堅定地追求他們的目標)。接著又說，「而我」(9 節)——耶穌，創造天地萬物之神的獨生子；當你不能再做管家的時候，你要把你所經管的向審判眾人的審判者交代清楚——「要對你們說」，在這一方面，你甚至要學那個不義的管家，用對「不義的錢財」的聰明而合時的處理方式，來「結交朋友」。錢財之所以被稱為不義，因為它常用不義的方式取得，就是那些用公道的方式取得的，也常被不義地運用。用它來「結交朋友」——特別對上帝的兒女做一切做得到的善事——「到了錢財無用的時候」——當你們複歸於塵土時，當你們再不能在日光之下生存時——那些先你而去的人們，「可以接你們到永存的帳幕裡去。」

在此，我們的主，教祂的門徒一種高明的基督教智慧，即是，財錢的正當利用。這是一個常被世人用自己的方式談及的話題，但卻是那些被上帝揀選的人，所未充份研究的題目。這些人大都不知金錢的重要性也不大知道它們的用處。他們不曉得如何運用錢財來獲得最大的利益；也不知道神把錢財介紹給這個世界，是祂明智、仁慈的、可讚美的事之一。真的，

把它嘲罵為世界最大的敗壞者，德行的毒素，人類社會的病源，差不多是各個時代的詩人們、演說家及哲學家的態度。因此我們常聞：「黃金比最鋒利的劍更為有害」。因此人們常悲哀地抱怨：「財富挑起及誘發一切的罪惡。」

並且，有一位名作家嚴肅地勸告他的國人，為立刻消除一切邪惡起見，要把他們一切錢財丟入海裡。但這些話不都屬於空洞的怒吼嗎？其中有確實的理由嗎？絕不，因為讓這個世界任意敗壞，難道應歸咎金錢嗎？我們知道，「貪財是萬惡之根」，但錢財本身不是萬惡之根。錯誤不在乎錢財，而是在乎用錢財的人。它可能被濫用，但甚麼東西不會被濫用呢？它也可能被善用，它可能用在最好的地方，正像它可用在最壞的地方一樣。它對文明國家的貢獻非言語所能形容，在日常生活上，它是各種商業交易的簡便的工具。如果按照基督教的智慧來運用，它也可作為各種善工的工具。不錯，如果人人都天真無邪，或所有的人都「充滿聖靈」像耶路撒冷初期的教會一樣，「凡物公用，照各人所需用的分給各人」，那麼錢財的應用就可以被廢棄，就如我們無法想像在天國會有任何這類的東西存在一樣。但在人類現在的景況中，錢財是上帝美妙的恩物，要用來達成最高貴的目的。在神兒女的手中，它是饑餓者的糧食，口渴之人的飲料，赤身露體者的衣服，它給旅客以枕首之地。我們可用它來代替一個寡婦的丈夫，一個孤兒的父母。它可能是被壓迫者的保障，病人恢復健康的必需品，痛苦者的安慰；它對盲人如同眼睛，對跛者如同腳；並且它可能是拯救人脫離死亡的手。

因此一切敬畏上帝的人，要知道怎樣運用這種有價值的恩賜是非常重要的。他們應彼教導如何將它使用在光榮的目的上，且能達到最大的效果。對這些相關的教導。可以減縮為三條簡明的原則，根據這些原則，我們就可知道自己是是否「不義的錢財」忠心的管家。

一、盡可能的提高收入：

(1) 盡可能的提高收入，但以不危害我們的身體健康為原則。在此，我們可向世人說一樣的話，用他們自己的理由來和他們交涉。而這樣做是我們應負的責任，我們要盡可能的提高收入，不要用太貴的錢購物，不要多付超過它應有的價值。但有些事情我們決不應該做，不應以生命來換取金錢，也不要為金錢而犧牲健康。因此，無論所得多少，也不應引誘我們參加或繼續從事這類工作，或讓這麼艱苦及長久的勞動，傷害我們的身體。也不應參加，或繼續從事必會剝奪我們需要進餐及睡眠的時間。有些職業是絕對有害健康的，例如要常常處理砒化物或其他有害的礦物的工作，或要長期處在含有溶鉛氣味的空氣中，久後必然會破壞身體健康。但有些職業對健康可能不是絕對有害，而只對體格軟弱的人有傷害。例如要花費很多時間做抄寫的工作，特別因為一個人坐著抄寫，彎腰會壓著他的胃，或長久保持不舒適的姿勢。二者之間雖有很大的分別，但無論根據任何理由及經驗，顯出它是有害健康及體力的工作，我們也不應忍受，因為「生命（價值）勝於飲食，身體（價值）勝於衣裳」。如果我們已經從事這種職業，我們應儘快改行，因為這雖或減損我們的所得，但總比減損我們的健康來的好。

(2) 盡可能的提高收入，但以不傷害我們的心靈原則。因為我們無論如何，也必須保存一個健康的心靈。因此，我們不能投身或繼續從事任何罪惡的行業，任何違背上帝或國家法律的行業。例如一切逃漏稅或瞞騙國家法定稅捐的行業。因為它至少和欺騙國家，剝奪國民權利一樣有罪，而國家的稅捐和我們對我們的房屋及衣服一樣有充份的權利的。還有一些行業，本身是無罪的，但現在已無法不犯罪而維持下去。例如，那些如果不欺騙或說謊，或違背良心便無法繼續維持的行業，這些都要予以避免，無論我們遵行該行業的慣例可獲得多大收益；但我們決不應喪失我們的靈魂來賺取金錢。還有一些職業，許多人可以在完全無罪的情形下從事，而無害於他的身體及心靈，但你卻做不到，因為它會因你的損友使你被糾纏，或是你心靈上有一種癖性（正像許多人身體上有某種癖性一樣），使得這種職業對你有害，但對別人卻無害。例如就我而言，即使不是一個無神論，我也不能研究數學，幾何學

或代數，因為在某種程度上我會因此而成為一個自然神教徒。但對其他的人卻可能終生研究它們而不會蒙受任何的不便。因此，誰也無法替別人作決定，自己必需要考慮清楚，避免做任何對他靈魂有害的事。

(3) 盡可能的提高收入，但以不傷害我們的鄰舍為原則。如果我們愛鄰舍像自己一樣，我們就不能傷害他們的產業，不能用賭博或用高利貸來吞沒他的土地、生產及房屋。因此，一切典當事業都不可仿，因為無論我們可藉此做出甚麼好事，只要是公正的人都會皺眉覺得所做的壞事常比好事多的多。又即使確能做出好事，我們也不能容許「作惡以成善」。為符合弟兄般的愛，我們不能以低過一般的市價拋售貨物，因我們不能為了使自己的生意興隆而設法破壞鄰人的生意，我們也不能誘走或接納他所需要的工人。沒有人可藉吞沒鄰人的產業獲利，卻可免受地獄之刑。

(4) 我們也不應藉傷害鄰人的身體而獲利。因此我們不能販賣任何有害于健康的東西，最顯然的例子，是酒類。不錯，這些東西在醫藥上有它的地位，它們可因醫生的指導而被用在身體上——雖然這種情形很少見。因此，如果單為這種目的而製造及出售它們，仍可無愧於於心。但有誰是這樣的呢？有誰學為這種目的而製造酒呢？你能在英國找出十個這樣的酒商嗎？好，我們寬恕這些人，但一切用普通方法售賣，祇要有人買便賣給他的酒商，是公眾的放毒者。他們大批殺害人民，連眼睛也不眨一下。酒商驅使人到地獄去，像羊一樣。他們所得的是甚麼呢？不是這些人的血嗎？誰會羨慕他們巨大的產業及華美的宮室呢？

在它們中間有一種咒詛。上帝將它刻在石上，木上及一切裝飾上。上帝的咒詛在他們的花園中，在他們的道路上，在他們的郁林裡——種在第十八層地獄焚燒的火。到處都是血，地基，地板，牆壁，屋頂，都染滿了血。你們這些滿身是血的人，雖然「穿著紫衣袍和細麻布衣服，天天奢華宴樂」，還希望把你的血田傳授給第三代嗎？不會，因為在天上有一位上帝，因此你的名字快要被連根拔去。像那些身體靈魂被你所毀滅的人們一樣，「你的名字將和你一同滅亡。」

(5) 那些以人的健康為兒戲，來增加自己收入，故意延長病人的痛苦，以便榨取人財產的醫生。藥劑師們，是不是也應負同樣的罪咎呢，雖然也許較輕一點？那些沒有盡可能縮短病情時間的醫生，能在上帝面前表示清白嗎？比這更為清白嗎？他不能，因為沒有比這更為清楚的了，因他並非「愛人如己」，他並非照「願人這樣待他來待別人」。

(6) 有些行業用極貴的代價而獲益，無論何種以傷害我們鄰舍的靈魂而取得的利益，即是如此。例如直接或間接地故意助長別人淫亂及酗酒的行業，這些惡德，是稍有敬畏上帝及想取悅神的人也不敢為的。這和一切從事酒吧，飯店，戲院，遊樂場，或其他一切公共娛樂場所有關職業的人都有關係。如果這些場所有益於人的靈魂，則你是清白的，你的職業是好的，你的收益是無罪的。但如果它們本身是罪惡的，或會導致各種罪惡的，那麼它是可怕的，而你應加以嚴重考慮。小心上帝在那一天會說：「他們已死在他們的罪孽中，我卻要向你討他們喪命的罪。」

關於基督徒處理錢財的智慧的第一及最重要的原則是「盡可能的提高收入」，是所有從事屬世事業的人應盡的責任，但要注意上文所列舉的警告及限制。用正當的工作及事業來提高收入。在你的使命上盡可能地勤勉，不要荒廢時間。如果你知道自己，又知道你和上帝及人的關係，你便曉得你無法偷懶。如果你清楚你的工作職掌，你絕不能混水摸魚。每種工作，要盡全力做得最好。如果你忠心謹守你的崗位，你將沒有空閒去從事愚蠢及無益的娛樂。你會從事更好、對你有益的事。「凡你手所作的事，要盡力去作」。盡可能迅速地完成，不要拖延。不要一天一天、一小時一小時地延宕下去。今天能做的事，絕不要拖到明天。且盡可能地把它做好。不要對著它睡覺或打呵欠，工作要盡全力，不偷懶。不要省氣力。事情不要做一半，也不要輕心隨便的態度做事。不要讓你的工作有應做好而尚未做好的

情況發生，要用勞苦及耐心來完成它。

把上帝已賜給你一切的知識運用在事業上，來提高收入，但很奇怪的是，能這樣做的人是多麼少啊！

人們常重蹈祖先的覆轍，但無論那些不認識上帝的人怎麼做，你卻不應該如此。基督徒若不能持續改進，提高工作的品質，則是一種羞恥。你應繼續不斷地進修，從別人的經驗，或自己的經驗中學習、反省，務求你的每一樣工作都做得今天比昨天更好。看你是否能實行你所學，是否能把交付給你的一切事做到最好的地步。

二、盡可能的節省開支

用公正的留慧，及不倦的努力提高你的收入之後，基督徒智慧的第二條原則是：「盡可能的節省開支。」不要把珍貴的金銀丟入海裡，讓異教的哲學家去做這種愚昧的事。不要將它拋棄在無聊的浪費中，這和把它丟入海裡無異。不要單為滿足『肉體的情欲，眼目的情欲，今生的驕傲』而消費。

(1) 不要將如此珍貴的金錢單單用來滿足肉體的情欲，單為獲得任何感官的愉快，尤其是用在增進口味的愉快上。我的意思不但是要避免貪吃及酗酒，因為一個正直的異教徒也會譴責這些事情。但有一種並不會立即使腸胃失調，也不傷理性，但仍是一種可觀的浪費而高貴的縱欲，那就是優雅的美食主義。要把所有這類型的浪費裁減！放棄精美及新奇，而滿足于平淡、自然的需求。

(2) 也不要將這麼珍貴的金錢，單單用在滿足眼目的情欲上，例如用在奢華的衣服，及非必要的裝飾品之上。不要把它花費在新奇地裝修你的房子，奢華的家俱，貴重的壁畫，粉飾，鍍金，書籍；以及為優雅多於為實用的庭園之上。讓你無知的鄰人這樣做，讓死人埋葬他們的死人罷。至於你，我們的主說，「跟從我吧」。你願意嗎？只要你願意，你就會照樣行。

(3) 也不要為滿足今生的驕傲而花錢，為要取得別人的羨慕和讚美。這種浪費的動機常與前述兩種的浪費交織。人們在食物上、衣服上或用品上浪費，不單為娛悅他們的口腹，眼睛，想像力，同時也為滿足他們的虛榮心。「你若利己，人必誇獎你。」只要你一天「穿著紫衣袍及細麻布衣服，天天奢華宴樂」，無疑地會有許多人對你的品味，慷慨與好客鼓掌。但不要花如此貴重的代價來買他們的喝采。不如以來自上帝的榮耀為滿足。

(4) 如果人們知道滿足欲望就等於增加欲望，誰還會花費錢財來滿足這些欲望呢？但沒有事情比這更為確定的了，日常生活告訴我們，你愈放縱它們，它們就愈被增強。所以無論何時，你若為取悅你的舌頭或其他感官而花錢，便是為縱欲而花錢。你花錢來取悅你眼目的時候，你就是花錢增進你的好奇心。當你購買任何人所稱羨的物品時，你便是在買入更大的虛榮心。你從前的私欲，好奇心，虛榮心，還不夠嗎？還要多增加一些嗎？何況你還要為此而付錢呢？這是屬於那一類的智慧呢？那個主張把金錢丟入海裡的作家，不是比你還更聰明點嗎？

(5) 為甚麼你把金錢花在子女身上甚過在自己身上呢？給他們精美的食物，新豔而貴重的衣裳及其他種種的奢侈品呢？為甚麼你要替他們買更多的驕傲、自私、虛榮心、愚蠢或有害的欲望呢？他們不再需要這些東西，他們所有的已經很夠了，你已經替他們準備得很豐富了，你為甚麼要用更多的花費來加增他們的誘惑，且用更多的憂愁來傷害他們呢？

(6) 不要為他們遺留金錢，任由他們拋擲。如果你相信他們在滿足（且因此增強欲望）肉體的情欲，眼目的情欲，今生的驕傲上花費你手中的錢財，並將他們及你自己的靈魂孤注一擲時，那麼你就不要在他們的前途設下這些陷阱罷。不要把你的兒女獻給巴力或摩洛。可憐他們吧！在他們的前途上，把那些你預見會增加他們的罪惡，但至終會使他們深深陷入永遠滅亡的東西移開。那些以為永不能留給他們的兒女足夠錢財的父母的迷惑，是多麼令人驚異！甚麼？你還沒留給他們足夠的毒藥，火種，

及死亡嗎？還沒留給他們足夠的地獄的永火嗎？可憐的傻瓜，你在不必擔心的地方擔心。當你在地獄中舉目的時候，你和他們都有足夠「不死的蟲」和「不滅的火」。

(7) 你會說：「如果你在地位，如果你有筆可觀的財產可以留下，你會怎樣做？。不管我到時是否這樣做，但我知道我應該怎樣做，那是毫無疑問的。如果我有一個知道金錢價值的孩子，而我相信他會把金錢用在正途上，無論他是老大或老麼，我會把大部份的財產留給他，這是我的責任。而其他的孩子，則祇須留給他們夠用的生活費即可。」但如果你所有的孩子，都同樣不會正當地使用錢財呢？」那麼我會留給他們足夠的錢以維持生活，之後，把所有剩下來的財產，用在我認為最能歸榮耀給上帝的用途上。

三、盡可能的奉獻金錢

但人們不要以為在盡可能的提高收入，盡可能的節省開支之後，認為自己已經做得很好，而可以就此止步。如果他不再進一步，把上面所達成的指向一個更遠的目標，那麼以上所做的一切，都毫無價值。真的，如果他祇把金錢積蓄起來，就可以說是把它省下來嗎？你把金錢埋入地下，就正如把它丟入海裡一樣。而你把它藏在保險箱裡或存入銀行，也正如把它埋入地下一樣。不用它實際上便等於把它拋棄了。因此，如果你真正要「用不義的錢財結交朋友」，則要在前面兩條原則之上，再加上第三條：「盡可能的奉獻金錢」。因此錢財利用的三項原則是：第一、盡可能的提高收入。第二、盡可能的節省開支。第三、盡可能的奉獻金錢。

(1) 為要察看這三條原則的立場和理由，你要先瞭解，自創造天地的主使你成為人並讓你活在世上，祂不是要讓你做地主而是要做管家。把各種財物交托給你，但這些財物的所有權仍在祂手中，無人能奪去。一切你所享受的東西，甚至你的身體、靈魂也不是你自己的，而是上帝的。你所有的財產也是如此。祂已非常清楚地告訴你，要怎樣為祂去運用它們，使它們可以全部成為神聖的祭品，借著耶穌基督而被悅納，並且祂曾應許要以永遠的榮耀為重賞。

(2) 關於我們運用屬世財產，神的指示，可歸納為下列的原則。如果你想做一個忠心而聰明的管家，你要把現在祂放在你手中，但有權利隨時收回的，屬於你主人的財貨提出一部份來，作為：(a) 供給你自己的必需品——所吃的糧食，所穿的衣服，一切自然而適當地保持身體健康及所需要的東西。(b) 供應你自己的妻子、孩子及其他家人所需。(c) 除此之外，如果還有剩餘，要拿出來「向信徒一家的人行善」。(d) 如果仍有餘剩，「有了機會，就當向眾人行善」。付出你一切所能付出的。而且付出你一切所有的，因為所有以這種方式花費的錢財，都是冥真奉獻給上帝了。「你以上帝之物還給上帝」，不是單指你捐給窮人的，同時也是指你提供你自己及你家人的必需品，而用的金錢。

(3) 若你對於把錢用在你自己及家人身上的方法有些疑惑的話，可依照下列方式反省自己。你可以安靜而嚴肅地問自己：一、我是按照我該有的身分來用這些錢嗎？我用錢的時候，不是用物主的身分，而是用管理我主人的財貨的『管家的身份』嗎？二、我是遵行祂的話而這樣做嗎？三、我能以這種行為，這些費，作為奉獻給上帝的祭物嗎？四、我相信我在這件事上，能在義人復活的時候得著報答嗎？祇要經過這四重考慮之後，你便得知你當如何行，不要懷疑。

(4) 如果仍有任何疑惑，你可進一步按照這些問題，在禱告中來察驗自己。看你是否能對察驗人心的主說：「主，你知道我正想為食物，衣服，用品上花這筆錢，而你知道，我是以身為你財物管家的身份這麼做的，你知道我這麼做是遵照你的吩咐，求你分別為聖，成為你所悅納的祭物，求你在我心中印證將來自得到你的獎賞」。如果你禱告後，聖靈透過你的良心告知，你被神悅納，你就不必懷疑你的消費行為不恰當，你也就不必為此而羞愧。

(5) 現在你知道甚麼是「用不義的錢財結交朋友」，及用甚麼手段可以得到「到了錢財無用的時

候，可以接你們到永存的帳幕裡去」了。你如今已經瞭解運用錢財有關的基督徒真智慧的性質及範圍了。就是：盡可能的提高收入，但不要害及你自己及你的鄰居的靈魂或身體，要勤勞並運用上帝已給你的一切知識來取得它。盡可能的節省開支，要消滅祇會助長放縱你愚蠢的私欲，祇為能滿足肉體的情欲，眼目的情欲，今生的驕傲的一切花費上，也不為你自己或你的子女在罪惡及愚蠢上花錢，要將這些花費節省下來。然後盡可能的奉獻金錢，或換言之，把你一切所有的獻給上帝。不要用多少比例來限制你自己，使你像個猶太人而不像基督徒。不是以十分之一，三分之一，或一半還給上帝，而是把所有屬上帝的還給上帝，不管那筆錢財有多少。你把錢財用在你自己及你家人身上之後，再在「向信徒一家的人行

善」，「向眾人行善」事上，把它全部用光。若如此行，當你不能再當管家時，你便可以獲得誇獎；若如此行，你便遵行了上帝的勸誡；你所做的便可成為「馨香的供物，和祭物獻與神」，而每一種行為都可在耶穌再來時，得獎賞。

弟兄們，除非我們這樣管理我們主人的貨財，否則就不是聰明及忠心的管家。不但在上帝面前得不到清白，就是我們的良心也會不認同我們的行為。為甚麼我們還要遲延呢？為甚麼我們還要和我們血氣之體，或和世界的人商量呢？我們的國，我們的智慧，不屬於這世界。異教的習俗與我們無關。我們祇跟從那些跟隨基督的人。就在今天，當祂呼召你時，傾聽服從吧！就在這時刻！從這一刻起，照祂的旨意去做，在這件事及其他一切的事上，實行祂所吩咐的吧！我以耶穌基督的名懇求你履行你神聖的使命！不要再怠惰！盡力做好你手中一切的事！不要再浪費金錢！省去各種追求時髦或血氣所要求的糜費！不要吝惜！用上帝所付託你的所有東西去行善，做一切你做得到的各類善事，向信徒一家的人，向眾人！這是「義人的智慧」的關鍵部份。把你一切所有、連同你自己，一同奉獻給不惜把祂的獨生子賜給你的那一位，作為靈祭，這麼一來「為自己積成美好的根基，預備將來，叫你持定那真正的生命。」

本文摘自『衛斯理講道集』 作者：約翰·衛斯理

單元八

原生家庭

原生家庭

婚輔期別：_____年_____組

填表人姓名：_____

一、瞭解自己：

- 1.你是怎樣的一個人？（請具體、詳細的描述）
- 2.請用三個形容詞來描述你自己。
- 3.請舉出你的三個優點
- 4.請舉出你三個令人難以忍受的缺點或人格特質？（你的男／女朋友常對你說的或反應的）

二、瞭解父母：

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 1.你欣賞你父親的…（請至少列出五點） | 1.你欣賞你母親的…（請至少列出五點） |
| 2.你不欣賞你父親的（請至少列出五點） | 2.你不欣賞你母親的（請至少列出五點） |
| 3.你和你父親的關係如何？（請描述） | 3.你和你母親的關係如何？（請描述） |
| 4.對這種關係，你有無任何期待？ | 4.對這種關係，你有無任何期待？ |

三、瞭解原生家庭

- 1.成長過程中，家中是否曾發生重大變故？
（如債務、父母離異、親人過世…）

否 是 請注明事件：

- 2.這件事對你有何影響？你的感覺如何？

- 3.在你的原生家庭，「決定」是如何作出的？
大部份是由誰作決定？你的感覺如何？

- 4.你的父母是如何面對衝突的？他們處理的方式又
或氣氛？如何？

- 5.當你與男／女朋友發生衝突時，你處理的方式是
像父親或像母親？對此，你有什麼想法及感覺？

四、反省與思考

- 1.原生家庭對你有甚麼影響(例：你目前的
行為模式，情感表達、人際關係上…等)

- 2.原生家庭留傳給你的部份，那些是

1) 你喜歡的？

2) 你不喜歡的？

- 3.你期待在你未來的婚姻家庭中，培養那些特質？

神秘紅包袋

Nancy Rue 著 張仁香翻譯改寫

我打開最後一罐速成餅乾麵團，擠在烤盤上，放進烤箱烘烤。這種人人都會做的普通巧克力餅乾，當然跟我做了廿六年的那種什錦餅乾大不相同。我今天自勉強提起勁兒來烤餅乾，純粹是因為麼兒小民昨晚把餅乾罐子開來開去，開了四次之後，用他那低啞的嗓音嘀咕道：『今年沒有聖誕餅乾吃嗎？』

他哥哥強強和姊姊薇薇在聖誕夜就要回來，小民老早就提醒我，如果沒有好東西可吃的話，他們會大大失望的。這小子怎麼了？他一向不是對聖誕活動最不熱衷的嗎？他不但從來不看電視上的聖誕特別節目，而且每年拍全家福相片時，總要人三催四講才肯合照。

勉強應付

今年我原本壓根兒沒想到要烤東西、也不想照全家福。家庭中有個主要成員不見了，我的丈夫偉漢已先我而去了，難道沒有人注意到？

葬禮後，所有的朋友都異口同聲告訴我：『佳惠，丈夫走後的第一年是最難過的。你要獨自過第一個情人節，第一個生日，第一個結婚周年紀念日…』她們不是說著玩的。但是她們並沒有告訴我耶誕節是難上加難的時刻。

我歎了口氣，拿起紙筆列出要買給小民、薇薇、強強、媳婦、孫子的禮物。

我猜想孩子們其實並不喜歡過這個耶誕節。十一個月前偉漢突然去世，留給他們的是迷惘與失落。而現在，耶誕節了，他們卻對過節表現出極度的熱心。是為了安慰老媽嗎？

但我那極深的惆悵卻不是『平安夜，聖善夜』的歌聲所能取代的。偉漢已經不在了，我覺得好空洞，也沒有什麼慶祝的意願。更糟糕的是，我希望孩子們自己拆禮物，自己切火雞，而不需要我在場。

烤箱計時器響了，我把烤好的兩打巧克力餅乾放在盤子上，然後；留了張字條給小民：『我不想再聽到任何抱怨！逛街去了。媽。』

黯然神傷

然而，當我置身購物的人群中，厭倦與抱怨卻充塞心頭。我想起偉漢生前最不賣歡商業化的聖誕街景。他是對的，我想，整個城市、整個節日都是場鬧劇。

偉漢討厭音響喇叭傳出的假兮兮的歡樂聲，討厭不擇手段刺激購買欲的俗豔標幟，可憐那些因趕場購物而滿臉疲憊的男女老少。

我在巨大的購物中心裡晃來晃去，希望能得到些採購禮物的靈感。偉漢每次看到這些費時費力費錢而卻大多不實用的禮物，總是大搖其頭。

「妳又大『血拼』了！」他會這樣說。他從不買禮物給我。我每年的禮物都是聖誕樹下的一個紅包袋，袋內是一張寫上我名字的支票，讓我可以採購真正需要的東西。

我停下腳步，讓人潮從身旁流過。

偉漢不在了，這是全家人都不願面對或討論的事實。天哪，我好希望他還可以跟我們在一起！

我趕緊離開購物中心，找到賣聖誕樹的地方。賣樹的人很高興地把一棵快要幹死的樹以半價賣給我，還幫我綁在車頂上。

然後我到超級市場買了一隻二十四磅重的火雞和一切應有的配料。回到家，從車房裡找出薑裝聖誕樹飾品的盒子。

少了一人

當小民啃著罐子裡最後一塊餅乾從廚房裡踱出來時，我還在整理那些盒子。

「哦，我還以為今年不擺聖誕樹呢！」他邊吃邊說。

「誰說的？幫我把它豎起來！」

兩小時後，小民和我仰著頭欣賞我們的傑作。聖誕燈發出柔和的光芒，樹頂上閃爍著薇薇在小學二年級做的、早已變形的天使，以及小民第一次生日前買的聖誕燈。

我真的好想大哭一場。

聖誕夜全體到齊時，屋裡確實充滿了平安的氣息。然而當那夜教堂聚會到一半，我的心情又落入穀底。唱《平安夜》時，雖然身邊圍繞著活潑快樂的妙齡女兒、溫柔甜美的媳婦、英俊成功的廿五歲兒子、大眼睛的三歲可愛小孫子、尷尬的青少年麼兒…，但是，我很清楚地意識到有個人不在了。

行禮如儀

回到家，眾人繼續對這件敏感的事避而不談。

「媽，這棵樹真好看！」薇薇說。她蹲下來，從購物袋裡掏出一些禮物幫我放在樹下。

「媽，這些禮物的包裝很有創意哦！」媳婦這樣說。

「啊，我忘了買包裝紙，不得不用報紙代替。」我這樣回答。我們假裝就像往年的耶誕節一樣，一切如常進行。薇薇和強強在討論股票，小孫子吃巧克力糖。他們都按照慣例打開禮物，然後上床睡覺去了。

但我還有件事必須做。我來到先夫偉漢的書桌前，在上層抽屜中找出一個紅色信封，放進寫給美國心臟協會的支票。我覺得這樣做很恰當。他往年都這麼做的。

「偉漢，我知道孩子們和我都要繼續生活下去，但我好希望你在這裡！」我呢喃著。

早起的一群

一夜輾轉難眠，黎明似乎轉瞬即至。自我睡眠惺松踱進廚房時，咖啡香撲鼻而來。薇薇遞給我一杯熱騰騰的咖啡。

「其他人起來了嗎？」

她點點頭。我注意到她雙眸閃著慧黠又帶點幽默的光輝，一反平日大清早的迷糊失神。

「你這麼早起來做什麼？」我發覺氣氛似乎非恍尋常。

「媽！快來看！」驀地，強強在客廳大喊。我沖了過去…

我先是看見家人排排坐在沙發上，接著又看到翠綠的聖誕樹上掛了好幾個醒目的紅包袋。

「天哪，昨晚這兒可真擠，」小民說：「我半夜兩點下來時差點把嫂嫂嚇死。」

「當我下來時差點要報警，」強強說：「還好我看到的是薇薇，不是小偷！」

我沒出聲。走到樹旁，摸著不是我親手掛上去的五個紅包袋。

「媽，趕快打開嘛！」薇薇說：「開紅包一直是咱們家最精彩的耶誕節目！」

有愛就有他

強強開了一張給「基督青年中心」的支票，幫助孩子們宣教旅行用的，就好像他父親五年前曾支持他去中美洲的海地宣教一樣。

薇薇的紅包裡裝了好幾張美金二十元鈔票，幫助本地的「未婚媽媽中途之家」。「因為那邊很多婦女很可能從沒享受過丈夫的愛，尤其是像我們爸爸這樣的好丈夫。」她說。

小民則包了個二十美元的紅包，給當地的「兒童毒品防治中心」。「老爸要是知道我有這麼乾淨的鈔票，一定會嚇一跳。」他說。

最後一個紅包鼓鼓的。我一打開，所有的銅板通通掉出來了。

「是我的，奶奶。」小孫子說。他小嘴頂鄭重其事抵得緊緊的。媳婦艾美幫他說明：「他的零用錢要給『動物收容所』，他說爺爺去世前帶，他去過，就是那種專門收養流浪狗的地方。」

我一手把所有的紅包攏在胸前，一手緊緊抱著家人。

「媽，好奇怪，我覺得爸爸現在就跟我們在一起。」薇薇說。

「對啊！好奇怪的感覺！」小民感歎著。

「說真的，」強強說：「我一直覺得爸爸就在這裡。我以為今年的耶誕節會冷冷清清的，看來不會嘛！」

「當然不會，」我說：「我有最親愛的家人在身邊，我有丈夫的遺愛及回憶，我有耶誕節的主角耶穌在我心！」

秘術檢核表

若你曾涉及下列任何一點，請將其圈出。在進行之前，先捆綁撒但及黑暗的權勢，使人的心意在聖靈中得自由，如此你能想起你所須要記住的事情。

你曾否接觸：

巫術、神秘學、法術、密宗（紅、黃、黑、白、花等數派）、道家法術（茅山、閩山、崑崙、全真……）、紅頭、黑頭、魔術（不是指障眼法，而是指運用超自然的力量）、歃血為盟、魅惑的魔咒（hex signs）、黑法術（black magic，導致壞結果的隱秘力量）、白法術（white magic 導致好結果的隱秘力量）、催眠狀態（無論是法術或醫學用途，都是危險的）、心神暗示（mental suggestion）、催眠術（mesmerism）、自我催眠狀態（自我誘導的恍惚狀態或靈魂出竅狀態）、受到吉普賽的咒詛（死亡、傷害或災難）、PK（Parakineses，借著心靈及意志的力量，來控制物體）、特異功能 TK（telekinesis，用心靈力量使物體順著房子四周移動、敲打樂器、啟動引擎……）、黑彌撒（black mass）、戴著 ankh（一個頂端附有環狀的十字架——被使用在撒但的儀式中，也是危險的標幟）。

你曾否接觸：

關姨（亡魂）、乩重、飛鸞（鸞堂）、碟仙、錢仙靈應盤、占卜板（planchette 在桌上放個透鏡）、降靈術（seances，又稱降神令）、靈媒、漂浮的聲音、與肉身分離的靈魂的聲音，與有異常洞察力者的諮商（能超凡地看見有超越自然範疇的景像——即千里眼），或順風耳（超人的聽力，能聽到死人所給的勸言或警告的靈界聲音）。

你曾否涉入：

測心術（mind reading）、超感知（ESP—extra sensory perception）、心靈感應、傳心術（thought transference）、解夢、eckenkar、心理動力學（Silva Mind Control）、touch for health。

你曾否涉入：

手相學、借著茶葉紋路算命、骨相學、水晶球、紙牌卜卦（使用撲克牌）、塔羅牌（有 22 張圖片專為算命用的）、字體分析算命、命理學（由一個人的名字筆劃數來制定）、占星術及星座學、八卦、觸物占卜（借著拿起或握緊屬於詢問者的東西來算命）、超覺冥想。

你曾否試過：

用占卜、蔔杖或巫術來探測水源、礦藏、地下電纜，或以蔔稈、擺錘、占卜杖或占板來探測胎兒的性別。另外，使用擺錘、占卜杖或稱做 motor skopua 的機械擺錘來診斷疾病，並借著顏色療法（使用有色彩的線）和 screening（使用鋼圈等）來醫治？

你曾否尋求：

以符咒行魔法來移走腫瘤，使用死亡法術（把病名和符語寫好，放入棺材或墳墓中）、招魂、咒文（以符咒換來邪靈）、精神治療（psychic healing）、以心靈力量動手術（psychic surgery）、收驚、喝符水、制煞、祈禳、信念治療法（concept therapy）、或使用恍惚狀態、或超知覺法（用超然的知覺來診斷及治療）、或虹膜診斷（由眼球的彩虹分析以診斷其病症）、聲納探測針（sonarpuncture）、使用 radionics、用占星學醫療（astrologic medicine）、多彩石治（chromotherapy）、聲音療法（sound therapy），orgonomy（借著坐在一特別設計的大盒中，從人體內引出超然的能力以供使用）

你曾否參加：

空中飄浮（用魔鬼的力量使身體浮起）。桌子翻傾、扶乩、靈魂敲擊或自動寫字、萬聖節聚會。

你曾否涉及：

瑜伽（練習與冥想）、坐禪（各種打坐）、外丹功、法輪功、靈魂出竅的神遊。

你曾否：

使用迷信護身符（虎爪、沙角齒、掛在門上的馬蹄、吉祥的飾物、男士用金耳環、用有魔法的圖片當辟邪物、神秘的護身字元、生日十二宮圖符咒），以彌補對神的缺乏信心？生辰八字、異教偶像崇拜（持附有法力的東西，隨身攜帶當作是守護及帶來幸運之用）也屬這一類，異教所用之宗教物品，如在異教的寺廟或儀式中所使用的聖人遺骨物及人工物品，持有者可能都不知道此物品之來由，卻是提供惡勢力進入其家庭的關鍵點，應將此物品燃燒。

另外，觀北、嬰兒牌位、鬼妻。繞功德、祭祖、重要的節日、從月亮來占卜（黃曆）、連環信、數字的象徵意義來做日常行事的判斷等。許多人受縛于這些秘術迷信之道，都應好好對付。

你曾否熱衷於：

迷幻藥、LDS、海洛因、古柯鹼、嗎啡、大麻煙、速賜康、吸食強力膠、紅中、白板等。

你曾否熱衷於：

重金屬搖滾，如 Santana、Hendricks、Joplin、Deep Purple、Kiss、Black Sabbath 等樂團，或天地一沙鷗唱片中的魔鬼敬拜（此類唱片應當銷毀）。有些圖畫、海報等都是在迷幻刺激的情況下完成的，它們帶來壓制人的氣息，是邪惡的。

你曾否參觀：

異教徒的儀式，如西印度群島的巫毒教、新幾內亞的腥腥教（Sing Sings）、澳洲土著的夜間祭祀、印度群島中裴濟島上的過火、巴西的安巴打（Umbad）和馬庫姆巴（Macumba）等。或觀看 Uri Geller 或 Mathew Manning 的心靈力量之表演也可能是危險的。

你擁有如下的書籍嗎？

異教徒的書籍或神秘著作？特別是一些假基督教作品，這類書無論價錢多高，都應燒毀（參徒十九 19）。

接觸自參與秘術的屍體會發生轉移作用。秘術的能力、壓制和疾病等，都會不經意地透過這樣的接觸而附身。你是否有此經驗？

『聖靈明說，在後來的時候，必有人離棄真道，聽從那引誘人的邪靈，和鬼魔的道裡。』（提前四 1）

下列是符合前述範疇的非基督教宗派之一覽表：

耶和華見證人會、摩門教（耶穌基督末世聖徒教會）、統一教、基督教科學派、Children of God（神的子民）、Unitarian Church（唯一神教派）、Christadelphians（基督兄弟會）、Freemasonry（互濟會）、Spiritualism（通靈派）、Scientology（科學論派）、Religious Science（宗教科學派）Anthosophy（人智學派）、Theosophy（神智會）、Rosecrucianism（紅十字友愛會）、Inner Peace Movement（內在平安運動）、Spirital Frontiers Fellowship（屬靈前衛團契）、Herbert W.

Armstrong（Worldwide Church of God）、Moonies、One World Crusade、Rangatuism。東方的宗教例如：一貫道、佛教、印度教、回教、神道教、黃帝教、天帝教、日本太陽教、波斯大同教、

原靈教、超覺靜坐、HareKrishna（國際黑天學悟會）、Gurus（印度教的古魯派）、Divine Light Mission（神光團）。

棄絕的禱告

（棄絕偶像、黑暗權勢、砍斷咒詛的禱告）

本禱文需從內心「意志」和「口中」堅定「出聲」的宣告禱告出來。

主啊！我相信你是我唯一的神，唯一的主。

- 求主赦免我曾拜過……（偶像、祖先、燒香、許願…等），歸榮耀給假神的罪。
- 求主赦免我曾與黑暗權勢接觸來往，犯過：（算命、求籤、喝符水、看風水、參禪、打坐、練功、瑜珈、星座、紫微鬥數、碟仙、筷仙、催眠、冥想、巫術、灌頂、測八字、改命、姓名筆劃、歃血為盟、超覺靜坐、看黃曆選日子、戴幸運符避邪…等），神眼中看為惡的罪。
- 奉主的名我宣告，棄絕偶像、黑暗權勢和一切迷信的行為、及咒詛。
- 求耶穌的寶血完全徹底的潔淨我、釋放我、救贖我。
- 奉主名宣告，我靠著羔羊寶血大有權能捆綁、砍斷。破除…偶像、黑暗權勢、迷信行為、咒詛權勢在我身心靈上一切的轄制。
- 奉主名宣告我奪回生命、靈魂、精神、情感、氣息、意志、行為、身體一切的主權，全歸耶穌掌管。
- 求耶穌進到我心中作主、作王，求耶穌充滿我生命的每一個部份，每一個角落。
- 我現在和一生都要單單敬拜耶穌是主，是我唯一的神、唯一的王、唯一的依靠。
- 求主賜我一生天天住在主的光明中與主相交，得見主光，與主同行一生。
- 主阿！我現在獻上我身體成為聖靈的殿。
- 求聖靈來充滿我。
- 感謝讚美主，基督在我心裡面使我有榮耀的盼望。

靠耶穌的名禱告，阿門

資料來源：禱告醫治站第三課講義附件二

認罪的禱告

- 主阿！我是個罪人，求主赦免我。
 - 聖靈，請光照我的罪。主阿！我犯了……罪。（一件一件的認罪）
 - 求主赦免我……罪。（請具體說出罪名）
 - 求主寶血完全潔淨我。
 - 奉主名靠羔羊寶血我宣告，棄絕犯罪的老我，交給主與主同釘死十字架。
 - 奉主名靠羔羊寶血我宣告，捆綁、砍斷、破除……一切罪的權勢和咒詛全面離開我。
 - 主阿！我要悔改歸向耶穌，求聖靈幫助我結出悔改果子的生命來。
 - 主阿！讚美你是（聖潔、憐憫、慈愛、公義、信實）的主（相對的讚美主性情），求主使我與主的性情有份。
 - 求主進入我的心中來充滿我，作我靈魂、生命、行為、性情的主，拯救我、管理我、牧養我，引領我一生。
 - 現在我把自已獻給神作聖潔的活祭、作義的器皿，求聖靈現在充滿我。
- 靠耶穌的名禱告，阿門

資料來源：禱告醫治站第三課講義附件三

家庭中的屬靈爭戰

前言：法蘭克哈蒙的異夢（豬在客廳裡、橄欖）

一、祖先留下來的傷害

1. 罪的咒詛
2. 無形的影響
3. 家族性邪靈
4. 處理：

二、住處的潔淨

1. 徵兆
2. 原因
3. 處理

三、婚姻家庭

1. 經文：提前二 11,13、五 14,15；弗五 22,23；林前七 1,7
2. 問題：關係，夫妻間，父母子女間，子女彼此間
3. 處理：(1) 夫妻只有一人信主—“丈夫未信主，怎麼辦？” 橄欖
(2) 夫妻同心禱告
(3) 家庭祭壇

四、為兒女守望

1. 問題由來
2. 徵兆
3. 如何處理—“讓我們的孩子脫離惡者” 吉普森，橄欖

為婚姻禱告文

主，幫助我們 (XX 和 XX) 都行在耶穌的光中，因此我們和你及彼此間都能有不破裂的團契 (約壹一 7)，求你賜我們耐心、忠心和鼓勵，並幫助我們的為人行事和基督對我們家人的態度相一致 (羅十五 5)。求你保守我們雙方都能儆醒，防備任何要使我們隔離的邪靈力量。

求主使我們能彼此相愛，如同基督愛我們一樣。也求主教我們如何彼此尊重、看顧，好一同承受生命之恩，使我們的禱告不受攔阻。

我將不倦地為 XX 禱告，視為我最重要的責任，並為禱告的應允獻上感謝 (西四 2)，當我為 XX 禱告時，聖靈會幫助他 (她)，並使萬事互相效力，使我們的家庭得益處 (腓一 19，羅八 26)。

上帝，我將我生命中所有的榮耀歸給你，求你借著在我們裡面運行的大能大力，在我們家中充足成就一切超過我們所求所想的 (弗三 20-21)。奉主耶穌的名禱告，阿門。

為婚姻家庭而告的事項

1. 禱告抵擋情欲、同性戀、酗酒、吸毒、自殺、奸淫…的靈，並禱告抵擋第三者的介入。
2. 禱告抵擋忌妒、紛爭、貪婪、自私、任性、頑固……的惡靈，求主使這些事不在我家庭中發生。
3. 求主使夫妻能彼此饒恕，彼此瞭解，有好的溝通，並彼此幫助。
4. 為子女的教養一起禱告。

「慈愛的天父。靠主耶穌基督的名，我在你面前禱告，祈求聖靈引導我，使我能在聖靈裡禱告。天父我感謝你，因為你有全權統治 XXX，並將積極引導他的一切。我奉大祭司主耶穌的名，求你施恩憐憫，赦免 XXX 的罪，求主用寶血擔當他應受的刑罰，奪回他因接受撒但謊言所失去的地步。我靠主

耶穌基督的名，抵擋撒旦一切的作為，我運用與主耶穌基督聯合的權柄，攻破黑暗國度的堅固營壘，毀滅撒旦在 XXX 的一切計畫。求主賜給 XXX 在聖靈裡豐盛的能力，使他認罪悔改，引領他相信主耶穌基督，作為他個人的救主，用基督的寶血遮蓋他，擊敗撒旦的權勢，使他明白上帝的真理。

我相信聖靈正引領我的禱告，我奉靠主耶穌基督的名求你接納他，感謝上帝垂聽我的禱告，因主耶穌基督的尊名，和他所成全的工作，我心歡看，並願將這個禱告獻在你面前，阿門！」

否認與確認

作為上帝的一個兒女，我是由主耶穌基督的寶血買回來的，現在我要棄絕祖先的罪惡，因我已經脫離黑暗的權勢，進入上帝愛子的國度裡，我現在要為我父系、母系、三、四代所有的祖先認罪。求主赦免他們的（……）罪，求主耶穌的寶血潔淨這些罪。我現在要宣告，我已經與耶穌基督同釘十字架，並且一同復活，行事為人有新生的樣式。各樣祖先罪惡遺傳的咒詛都已撤銷，因基督已被釘在十字架上為我受了咒詛。我已經與基督同釘在十字架上，並與基督一同復活，現在我與祂一同坐在天上。一切父母、祖先對我生理、心理、靈性、生活習慣、性格上的不好影響都已除去，我也要奉主耶穌的名捆綁一切 XXX 家的家族性邪靈，我堅拒它們用任何方法來控制我，我將自己永遠獻給基督。這樣的禱告是靠主耶穌基督的尊名和權柄，阿門。

為房子的祝福

門口

願平安臨到這個房子及住在其中的所有人。感謝主，賞賜教會使用你名的權柄。因此，願你今日與我們同在，祝福我們今日所祝福的。當我們為這家禱告時，所有黑暗權勢立時離開，屬天的平安立即臨到。同時也求你保守每一個進到以及離開這扇門的人，並賞賜你全備的保護給這家中的每個家庭成員。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。經文：路十九 1-10。

臥房

我們在天上的父神，你不打盹也不睡覺，求你祝福這臥房有你全時間的保守及護衛，凡在此休息的人都能借著你所賜的睡眠重新得力，在白日滿有喜樂地殷勤作工。奉我主耶穌基督的名禱告。阿門。

小孩房

全能的神，我們在天上的父，感謝你獨生愛子在拿撒勒所傳講生命之道。願你祝福凡在這房子中居住的孩子，並賞賜智慧與善解的心給凡照顧他們的人。使得他們在你的愛中成長，並懂得敬畏你。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

廚房

主阿，求你祝福所有在這裡工作的人，使他們在服事其他人時，也能夠服事你並分享你全備的服事。在繁忙的廚房工作中，賞賜給他們一顆平靜安穩的心。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

餐廳

主阿，你是厚賜萬物的神，願你祝福所有在這桌上一同吃喝的人，使他們能有真實美好的團契，並一顆感恩讚美的心。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

書房

主阿，你是真光要照亮所有來到世上的人。祝福這個讀書學習的地方，使來到這裡的人能明白你的旨意；並且每日在靈命上長進，體會真神的愛和榮耀，並他的掌權直到世界的未了。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

起居室

父神阿，你的獨生愛子曾說：從今以後，我要稱你們為朋友。願所有在此聚集的人，都能有真實美好的團契及愛。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

為房子作結束時的禱告

聖潔、尊貴、榮耀的三位一體真神，求你祝福並分別這房子為聖。使這裡常有喜樂、平安、愛、健康、良善、並一顆感恩的心。父神、聖子、聖靈，願你的祝福常常臨到這家並在其中居住的人，從今時直至到永遠。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

潔淨的禱告

主阿，我宣告這地方是屬乎你的。我相信你已把這地方（家庭、公司、旅館房間）賜給了我。我將它奉獻給你，求你以你聖潔的同在充滿它，求你赦免過去在這裡做過任何得罪你及傷害人之事的那些人的罪，求你的寶血潔淨他們及這地方。我將自己從過去在這裡所曾發生的任何罪孽中分別出來，我運用耶穌寶血的大能，除掉任何褻瀆神之名的事。我以耶穌的權柄，求你在周圍設立守望的天使，保護你的兒女，脫離惡者的作為。（若這是旅館房間，我會做以下補充：天父，求你聖潔的同在和你的聖天使駐留這裡，摸著在我之後住進這房間的人的生命；求你使他們的心悔罪，吸引他們來尋求你。）我奉主耶穌基督超乎萬名之上的名，命令所有曾進入這地方或現在可能在這裡的邪惡勢力立刻離開，到耶穌命令你去的地方；我宣告這地方數屬光明國度所有。奉主耶穌的名禱告，阿門。

求神保守的禱告

親愛的天父，我祈求你給予 XX 全備的保守。當我不在他身邊時，我求你在他的四圍畫下界線，即使是惡劣的環境也無法影響他。我將 XX 交托在你的看管之下，並在主裡擔當起全部的看管之責，他的思想態度，一言一行就是我教養工作的果效。我求你的聖靈能護衛 XX 的心，使他能領受你的話語。我感謝你，當他受試探時，你要為他開一條出路，並且不叫他受試探過於所能受的（林前十 13），我祈求他能活出一個見證你同在的生命，凡他所做的能榮耀你名，奉我主耶穌基督寶貴的名禱告，阿門。

為小孩禱告

為悖逆的孩子禱告

親愛的父神，奉我主耶穌基督的名，並主的寶血祈求你斥責撒旦並禁止它在 XX 身上有任何有害的影響。赦免我任何不當的身教使他選擇背棄你，求你施恩赦免並原諒 XX。我祈求你賞賜智慧和慈愛使我成為合你心意的父母親，我承認所有 XX 所犯的罪（列出所有知道的罪），我也承認在這些事上與他有份的責任。我求你為 XX 建立一個遮蓋，使他對有害的影響失去興趣。我祈求主使他能恢復理智，過正直的生活並與人建立愛的關係。我祈求你賞賜我歡迎 XX 回家的恩慈，或者為他找到一個合宜的居所。教導我愛我的小孩但恨惡他的罪。奉我主耶穌基督寶貴的名禱告，阿門。

為小孩的未來禱告

親愛的父神，我祈求你指引 XX，我相信你在 XX 前行並預備居所。你在創世以先已知道他，我將他放在你的手中，並求你賞賜智慧使我知道如何在未來幫助他。我將他從我的期望中釋放出來，並確信他將成為你要他成為的樣式。我求你賞賜 XX 智慧，選擇他一生的伴侶；我為他未來的伴侶向你禱告。如果你將賞賜他們兒女，我求你使他們能照著你的話語，教養小孩如何信靠耶穌成為他們的救主；使

我成為合你心意的祖父母。如同耶穌的禱告，求你救 XX 脫離兇惡，用你的話語煉淨他，因為你的話就是真理。奉我救主耶穌基督的名禱告，阿門。

小孩睡前禱告

親愛的神，我感謝你因你是我在天上的父親。我感謝你在我的生活中，在我的房間中，在每一個我所在的地方。我知道你一直與我同在並且永遠不會離開我，我將自己交托給你並祈求你的保護。我選擇信靠你，我知道任何時候，當我害怕時，我可以呼求你來搭救我，我祈求你今晚當我睡覺時，保守我的心；請祝福並保護我的家及我的父母親。奉耶穌的名禱告，阿門。

奉獻小孩時的禱告

親愛的父神，感謝你借著基督耶穌顯明你的愛，並賜給我永生。我是你借著耶穌舍生的寶血，重價所贖回的兒女，我宣告凡我所有的都屬你，並願意作一個盡責的好管家，管理一切你所交托給我的，我願奉獻自己成為活祭獻給你，明白並成全你的旨意。我承諾為你養育你的小孩 XX，教導他明白並遵守主的訓誨。我知道這個孩子屬於你，是一個你所賞賜給我的珍貴禮物，他的一生，我願奉獻為主所用。我奉主名拒絕在 XX 身上所有任何來自撒旦的影響，他屬於我主耶穌基督，是我主重價所贖回的。至於我和我家，必定事奉耶和華。奉我主耶穌基督寶貴的名禱告，阿門。

為小孩的得救禱告

親愛的父神，我將 XX 帶到你的面前。我求你挪去所有來自撒旦，要阻止 XX 聽見榮耀基督的福音，及救恩真理的攔阻。我借著你在耶穌基督裡所給我的職份及權柄，宣告所有來自撒旦的權勢從你所賜我的這孩子身上離開；並將各樣的計謀，各樣攔阻人認識神的那些自高之事一概攻破，使他的心順服基督（林後十 5）。我借著你在耶穌基督裡所給我的職份及權柄，並回應「使萬民做作主門徒的福音大使命」求你釋放 XX 的心，使他歸順真神。我宣告我本人，並凡我所有的都屬我主耶穌基督，照著你記在約翰壹書五章 16 節的話語，我求你將永生賜給 XX，我祈求你使我成為合你心意的父母親，願我永不成為你所賜這孩子的絆腳石。願我在這孩子面前成為一個好的見證及信息。奉我主耶穌基督的名禱告，阿門。

（小孩）每日的禱告

親愛的父神，你是我的主，我知道你愛我並且永遠不會離開我或離棄我。你是唯一又真又活的神。你是配得敬拜的，在你所行的事上都滿有慈愛和恩典。我愛你並謝謝你因我活在基督裡，我將自己交托給你，求你的聖靈充滿我使我免於犯罪。我選擇相信你啟示在聖經上的真理，並拒絕撒旦所有的謊言；我拒絕灰心消沉，因你是滿有盼望的神。我相信你會滿足我的需求當我尋求順服你；我知道我凡事都可行因為耶穌是我的力量。我順服上帝並敵擋魔鬼；我拒絕撒旦並它一切的謊言，我命令它和它所有的鬼魔離我而去。我穿戴上帝的全副軍裝，並委身信服及傳揚真理。我知道耶穌是我的保護，祂從未犯罪並且擔當了我的罪。我委身成為一個使人和睦的人，並且要借著聖經的真理破除撒旦的詭計。我獻上我的身體如同活祭，我要持守在真理的造就上，以明白神良善而純全的旨意。這樣的禱告，乃是奉耶穌的名，阿門。

單元九

夫妻角色

夫妻角色概念比對表

你個人認為丈夫、妻子在婚姻中的角色及職責是什麼？

答案提示：1.極為同意 2.頗為同意 3.不肯定 4.頗不同意 5.極不同意

說明：1.不可以超過3題答案是③不肯定。 2.第1及11題不可選答案③

妻子／丈夫

- | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---------------------------------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1.丈夫乃一家之主。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 2.妻子不應出外工作。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 3.丈夫應經常幫忙做清洗碗碟的工作。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 4.妻子對孩子有更大責任。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5.妻子賺來的錢應歸她自己所有。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6.丈夫每星期最少應有一個晚上跟自己的朋友出去消遣一下。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 7.妻子是應該負責煮飯的。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 8.丈夫的責任在外工作，太太的責任是照顧家務和兒女。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 9.處理錢財的最佳方法是兩人收入共用不分彼此。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 10.結婚雙方是平等的。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 11.面臨僵局的時候，應該由丈夫作出最後的決定。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 12.每星期應該有一個晚上由丈夫看孩子，讓妻子可以自由地做些她愛做的事情。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 13.夫婦兩人應該一起做消遣的活動。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 14.由妻子主動跟丈夫作愛沒有什麼不妥。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 15.夫婦兩人應該一起訂定家庭預算和處理財物的方法。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 16.未經對方同意，不應私自買一千元以上的物品。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 17.管教孩子是父親的責任。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 18.有特別專長的妻子也應該有自己的事業。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 19.使家裡清潔整齊是妻子的責任。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 20.做丈夫的應該每月有兩次帶太太出去消遣一下。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 21.有關孩子的管教，母親所負的責任跟父親同樣重要。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 22.倒垃圾應是丈夫的工作。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 23.母親應該負則教導孩子有關價值觀念的問題。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 24.女性比男性更情緒化。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 25.應該容許孩子幫忙安排家庭活動。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 26.注重紀律的父母能讓孩子有更好的發展。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 27.妻子應該常常順從丈夫的吩咐。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 28.夫妻兩人分別負責的範圍應該由丈夫來決定。 | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 29.夫妻雙方都不應把自己的父母帶到家中居住。 | |

夫妻角色討論題綱

丈夫篇

經文：弗五 23,25-29,33；彼前三 7；提前二 8；西三 19；瑪二 14,16；創三 6,17,19

討論題綱：

- 1.丈夫是「頭」，指何義？（弗五 23）
- 2.在那些情形下很難作「頭」？（請具體列出）
- 3.如何扮演好「頭」的角色？
- 4.為何強調丈夫要「愛」妻子？（弗五 25-29,33）
- 5.要「如何」愛妻子？（請舉生活實例）（弗五 25-29；西三 19）
- 6.何謂「敬重」妻子？（具體之行為表現是什麼？）（彼前三 7）

妻子篇

經文：創二 18,三 6,16；弗五 22-24, 33；提前二 9-15;彼前三 1-6；西三 18

討論題綱：

- 1.妻子扮演的角色？（創二 18）
- 2.何謂「順服」？「順服」的真義？
- 3.在實際生活中，妻子難以順服丈夫的因素有那些？（請具體列出）
- 4.為什麼要順服？（順服的原因？）（創三 6,16 ;弗五 22-23;提前二 9-15；西三 18）
- 5.如何順服？（彼前三 17,四 1-2）
- 6.何謂敬重丈夫？具體之行為表現是什麼？（弗五 33）

家庭責任分擔表

有些夫妻發現，寫下一個互相同意的工作分配表，更能使他們成功的獲得相互支持的關係。他們把所有必需作的事全部列出，再考慮誰有時間、能力和經驗來負責。而且也考慮誰比較關心的事，誰最喜歡作。

下列表格能助你完成這事。左邊列出所有重要的家務事。右邊則寫出夫妻一方的名字。

No	家事項目	有時間者	有經驗者	關心者	喜歡者
01					
02					
03					
04					
05					

06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

單元十
性生活

性態度自我評量表

說明：本問卷的目的是想瞭解你對性行為的看法。它並不是考試，你只要仔細的將代表你想法的阿拉伯數圈出來即可。這些數字的意義是：

1.非常不同意 2.不同意 3.無意見 4.同意 5.非常同意。

- 1 2 3 4 5 1.我認為近年來成人已經擁有過多的自由。
- 1 2 3 4 5 2.我認為過去幾年來，性自由的過分氾濫已侵蝕了家庭的基礎。
- 1 2 3 4 5 3.我認為所接受到的性知識已經太多了。
- 1 2 3 4 5 4.性教育應該只能在家庭中實施。
- 1 2 3 4 5 5.老年人不必擁有性的需求。
- 1 2 3 4 5 6.實施性教育的對象，應該只限於即將要結婚的人。
- 1 2 3 4 5 7.婚前性行為可能是社會秩序崩潰的徵兆。
- 1 2 3 4 5 8.婚外性行為是不可原諒的。
- 1 2 3 4 5 9.我認為近年來青少年已經擁有過多的性自由。
- 1 2 3 4 5 10.我認為年輕人對於性方面的節制仍然不夠。
- 1 2 3 4 5 11.我認為人們沈溺在與性有關的行為太多。
- 1 2 3 4 5 12.我認為性交才是發生性行為的唯一合宜途徑。
- 1 2 3 4 5 13.我認為性應該一直保留到結婚以後才開始。

- 1 2 3 4 5 14.性應該只屬於年輕人。
- 1 2 3 4 5 15.社會上對同性戀的看法太過保守。
- 1 2 3 4 5 16.性應該是為了傳宗接代才發生的。
- 1 2 3 4 5 17.人們不應該有自慰的行為。
- 1 2 3 4 5 18.我們不應該鼓勵過多的性愛撫。
- 1 2 3 4 5 19.有關自己性方面的動作或行為，都不應該和別人討論。
- 1 2 3 4 5 20.生理或心理上極度障礙的人，不應該有性行為。
- 1 2 3 4 5 21.兩廂情願的成人性行為不應該有法律限制。
- 1 2 3 4 5 22.對成人而言，雙方都同意的性行為是他們之間的私事。
- 1 2 3 4 5 23.電視上與性有關的題材太多了。
- 1 2 3 4 5 24.現在的電影過分強調性方面的鏡頭。
- 1 2 3 4 5 25.坊間應該絕對禁止販賣黃色書刊。

性觀念及性知識問卷

一、是非題（請以√方式回答問題）

是 否

1. 男女之間的溝通，生理溝通較心理或靈裡的溝通容易。
2. 男女交往時，身體的親密度太快，會影響戀愛的發展。
3. 基督徒弟兄和姊妹若身體親密度太快或太高，就無法順從聖靈的引導。
4. 二個基督徒在戀愛時，也可能會發生性行為。
5. 『性』本身是好的，是中性的。
6. 戀愛中的基督徒若發生婚前性行為，就無藥可救了。
7. 自慰（俗稱手淫）對身體會造成傷害。
8. 只有男性會有自慰的行為，而女性則否。
9. 女性月經的週期是卅天。
10. 多數女性當月經來之前，情緒低落、不穩定。經期來時，會發生頭痛，腹痛等現象。
11. 青春期的男性、女性都會夢遺。
12. 多數父母都希望他們的小孩在學校接受性教育。
13. 四十五歲以上婦女，服用避孕丸會延後停經期（更年期）的來臨，
14. 雙胞胎必須經過二次的性交，三胞胎三次，依次類推。
15. 女人即使取掉了子宮，仍能達到性高潮。
16. 女人如果在月經期間性交就不會懷孕。
17. 既使因為使用被感染性病的人使用過的馬桶，也可能感染到性病。
18. 男性生殖器的大小長短，與性生活的滿足和生殖能力有關係。
19. 大多數男子在他們一生中曾經自慰過，但很少有女人如此做。
20. 女性達到性高潮時亦會射精，
21. 當一個男人被閹割了（他的陰莖被去除了），他幾乎立刻失掉他的性欲及性能力。
22. 如果一個女人沒有處女膜，正可以證明她不是處女。
23. 當一個男人輸精管結紮後（節育），他的性欲將會因此而逐漸喪失。

- 24·性交時，對夫妻方而言，是唯有雙方同時達到高潮的那一剎那，才是真正的高潮。
- 25·吃了避孕藥後百分之百保證不懷孕。

二、選擇題（可多重選擇）

- 1·若你有『性』方面的問題時，你如何尋求解答？(A) 翻書。(B) 找專人（牧師，輔導，醫生）談。(C) 朋友或弟兄姊妹。(D) 其他
- 2·若你和人談及有關性的知識時你會覺得：(A) 害羞。(B) 骯髒。(C) 難以啟口。(D) 很自在。(E) 很賣歡。
- 3·對我而言性行為最重要的是：(A) 合乎道德。(B) 快樂與愉悅。(C) 增加和另一半之間的感覺。(D) 改進我的自我觀念。(E) 達到高潮。
- 4·婚後我最討厭配偶出現怎樣的行為或現象：(A) 有性病。(B) 同性戀。(C) 對我不忠誠或欺騙我。(D) 無法生育。(E) 曾經是賣淫者。
- 5·若有性行為，我希望：(A) 另一半是愛我的。(B) 我是愛我的另一半的。(C) 性對我倆而言代表相同的意義。(D) 我們已經是夫妻。(E) 另一半能盡情享受。
- 6·婚前如果我想在性方面得到解脫，我會：(A) 和異性發生性行為。(B) 和另一半口交。(C) 參加各種耗費體力的活動或運動。(D) 自慰。(E) 做一個『春夢』。
- 7·在那一種情況之下，男女雙方最適合發生性關係？(A) 雙方已結婚。(B) 雙方已訂婚。(C) 雙方在戀愛自中。(D) 雙方有激情而無愛情。(E) 雙方沒有任何的感情存在。

三、問答題

- 1·在最近五年內，你的性價值觀有無改變？
- 2·若你個人不小心與人發生了性行為，你會怎麼辦？

夫妻性生活問題討論

回答下列關於婚後性生活的問題，然後與對方交換、討論。

- 1·有關性的知識，我是那裡學到的？有什麼感受？
- 2·性方面的那些知識，是我還需要加強的？
- 3·有關我們將來的性關係，我還想進一步知道什麼？
- 4·將來在我們有性生活時，若有一方未達高潮，我會有何感覺？
- 5·當我只願意和你親密，而不願有性行為時，我將如何讓你知道？
- 6·有關我們將來的性生活，我的焦慮是什麼？我的期望又是什麼？

下面各項中，你同意的在前面打一個 ~ ；若覺得非常同意打兩個 ~ 。

- _____ 1. 性交是個人私事，不應該與外人談論。
- _____ 2. 如果性生活好，其他方面的關係也會好。
- _____ 3. 假如我們日常生活是彼此關懷和開放的，那麼我們的性關係也會很好。
- _____ 4. 將來我們應該以輕鬆的心情來討論我們的性關係。
- _____ 5. 對於節育，我的觀點就是我的信仰所主張的。
- _____ 6. 無論丈夫或妻子，都可以很自然主動地提出性的需要。
- _____ 7. 性被人過度強調，其實在一個幸福婚姻中，它的重要性並不很大。
- _____ 8. 在黑暗中進行性生活比較好。
- _____ 9. 有些方面的書刊可以協助我們瞭解性生活，增加樂趣。
- _____ 10. 一旦在蜜月建立的性生活模式，蜜月的好壞就決定了夫妻一生性生活的好壞。

約會的藝術

個人約會的標準：下列決定可作個人約會標準的借鏡，借著真誠的立志向主表示心願。

主，我願意：

1. 只和基督徒約會（林後六 14，羅八 16）
假如兩人都沒有接受神的靈進入他們的靈裡，兩人在屬靈方面合而為一的可能就被完全破壞。
2. 神在我生命中的目的能與神在她／他生命中的目的相符（並且說明對方在基督裡成長）。（西一 28-29）
3. 以神所悅納的標準對待對方。（帖前四 3-8）
4. 以榮耀主的事情作為我們約會活動的原則。（西三 17，林前十 31）
5. 把我的約會當為神所擁有的，神有權隨意使用祂的產業。（路九 23-24）
假如沒有進展，我也為神在此次「暫時的」關係中的旨意感謝祂。
6. 竭力培養神要我在生命中自然流露的一些品格。（詩卅七 4）
使我在神認為我非結婚不可之時能夠承擔丈夫／妻子／父親／母親的責任。（當你有了這些品格不愁神不把祂的選擇介紹給你）
7. 照著主的心意暫不結婚，直至祂的時候來臨（路廿二 42）
並且在我們的感情發展到談婚論嫁的階段時，樂意與雙方家長討論我們的計畫。
8. 在雙方家長完全同意之下，才和我的終身伴侶成婚。（弗六 1-3，箴廿一 1）
父母不喜歡你所愛的人或不准你倆成婚，並不一定等於你不應該和此人結婚。許多時候因為父母察覺到你身上有某些不成熟的態度，才不贊同這樁婚事，一旦你在這些事情上有所改進，他們就

會准許你們結婚。

注意：婚姻並非僅是兩人的結合而已，實際上是兩個家庭的結合。切切謹記尊重父母的權柄（意見和勸告），否則後累堪慮，因為此事對你自己的兒女甚至孫兒都有直接的影響。

9.對神所定的結婚時間、穩定的經濟狀況等保持警覺。（腓四 19）

經濟上應有起碼的穩定性，使丈夫能承擔養妻育兒的責任（弗五 28-29，腓力斯譯本），而妻子也信得過神能透過丈夫供養自己。

約會計畫

目的：每次約會結束後，能更認識對方。

時間：

- 1.一週一次或二次，或多或少（次數多寡依個人時間多寡而定）
- 2.每一次：二小時（不包含交通來回時間）姊妹不要太晚回家（最好不要超過晚上十一點）

場合：

- 1.公開場合，不是太暗或無人煙之地。
- 2.可安排遠距離（時間較長時）或近距離之各種約會地點。
- 3.可列出所住城市近郊或郊外所有可以去的地點，作為參考。
- 4.例如：國家音樂廳、劇院、餐廳、書展、運動場、公園、美術館、茶坊、咖啡屋等。

方式：

常拜訪雙方家人，一起服事，共同參加短宣隊、運動、爬山、游泳、郊遊、看電影、聽音樂會、一起讀書、散步、逛街、談心等。

談論主題內容：

- 1.信仰：重生得救的經歷；信仰歷程中的重要轉捩點；一起讀經禱告；靈修生活或聚會主題心得分享；一起讀一本屬靈書籍並分享；服事經歷分享…等。
- 2.家庭：家庭背景，生活，家人，家庭習俗、習慣、傳統（過年過節），成長過程……等。
- 3.生活：嗜好，習慣，方式，細節，作息表，興趣，休閒方式……等。
- 4.個性：二人之差異，相同之處，處理事情之方法及心態……等。
- 5.工作：同事，工作內容，難易之處，期待，抱負，發展……等。
- 6.思想：人生目標，價值觀，對下列各種事情之觀念：政治，時事，經濟，社會，美術，敬拜方式，對未來之計畫及盼望……等。
- 7.情緒：表達方式……等。
- 8.代禱：為彼此，家人，小組團契，教會，眾教會，國家，宣教士，教會傳道人……等。
- 9.行動：關懷他人之實際行動，僕人服事，孤兒院，獨居老人…等。
- 10.健康：身體狀況……等。

突破最後一道防線—談婚前性行為

和她相識於送舊舞會上，從起初的興趣相投，到成為眾人羨慕的一對，這樣的日子，就像小說中所說的『幸福』。

那天他們又一起相邀去看電影，阿瑪迪斯的笑聲仍縈繞耳際，從電影院出來想找個地方休息。沒

有想到『情人雅座』的世界是那樣的漆黑，一切的經驗都是新的，他不自覺地解開了她的鈕扣，感覺上是那樣的自然又情不自禁。幾天後，在旅館裡，她把一切都給了他。

偷偷摸摸地到書店找了有關避孕的書，似乎沒有什麼最可靠的方法。起初是用保險套，但是多了一層，總覺得缺少了什麼；服避孕藥，又擔心有後遺症會導致不孕；安全期不好算，也常有失誤。最後採用了體外射精法，必須在精子射出的前一刻抽出，危險性也相當大。

擔心懷孕，連做起事來都有些恍惚。功課已顯著地受到影響，尤其是經期該來的日子，更是令人感到焦慮，若慢了幾天，心情便沉到了穀底。

那個月，『好朋友』終於沒有來，考慮尚未完成學業、家庭。不可能彼諒解的壓力、及未來的前途，實在沒有更好的辦法了，只有選擇墮胎。

之後他變了，她也變了，兩人不再想聊天說地，或一起作其他的事。每次見面，他只想要她；既怕失去他，又禁不住肉體的快感，她就順著他。但這種少了精神溝通的愛情，使她每每享受過愉悅後，即沉浸在空虛迷惘裡。若兩人吵架後，這種感覺就更加強烈了。

其實他一直都表現得很輕鬆，但她真的對未來一點把握也沒有。

男孩的話

由於生理結構和期望的不同，男女生對於婚前性關係的看法也有了諸多差異。婚前性關係對男生而言，似乎不是一個太嚴重的問題。

『碰到自己送上門的女孩，玩玩可以，只要別讓她纏住就好了。』海洋學院蔣同學說，他還是堅持將來他的另一半一定要是「處女」。「說不上理由，」他聳聳肩道：「這是天經地義的嘛！我不相信有男生會不在乎這一點。」

中原大學陳同學已有了追求物件，但只限於牽手階段。他說他也羨慕那些在校園裡交往親密的同學，也知道一些同居的例子，但他絕不會這麼做。因為「我很在乎自己的太太是不是處女，所以不想傷害現在的女友，她是個好女孩。」

父親頗有些來頭的世新宋同學，對另一半的條件很高：「必須是家世清白、善體人意、文靜嫻淑的乖女孩。」但是已有多次性經驗的他認為：「做這種事我不怕有後遺症，因為對方多是舞廳邂逅的，兩廂情願，結束就走，不必負什麼責任。」

台大朱同學承認已在外與女同學同居，他保證以後一定會娶她。如果將來有什麼變數不得已造成分手呢？不曉得是太單純或太樂觀，他說：「萬一分手，我想我不會再愛別人，她也不會再去接觸另一個男人。」

其實大多數的男孩子在與女孩子發生關係時，都沒有抱著『只是玩玩』的念頭，他們還是對女孩子有感情。但求學畢竟是個過渡期，沒有一個男孩能在前途未定時，就給女孩太多的保證，所以在發生關係後，男孩與女孩在情緒上便有了諸多差異。

女孩的話

有了太多前車之鑒，女孩子在面對婚前性關係的問題時，就無法像男孩子來得瀟灑自如。

文化周同學正處於熱戀階段，和男友已到了愛撫接吻的地步，但始終沒讓他越過最後一道防線，有時幾乎已忍不住想偷嘗禁果，但「想到以後要付出的代價，咬著嘴唇也要忍下去。」

世新徐同學就不敢隨便交男朋友。「男人是具有侵略性的」。她說：「何況我沒有把握自己是否能抵抗那種誘惑，所以沒有清楚前，不想陷入熱戀。」她認為男孩在在追求女孩子時，不應只想著佔有，

最重要的是要用自己的「心」來換她的「心」。

一個墮過胎的女同學說，當初去拿掉孩子時，男朋友怕被護士詢問，不敢陪她去，不得已請了另一個女同學陪她去，她還怕男醫生會不老實，還費了一番功夫才找了一家女醫生的婦產科做流產手術。

在等手術時，旁邊坐著一對年輕夫婦，看他們是那麼幸福和滿足，自己卻要承受如此的痛苦，心裡又怕又恨。走進窄小而蒼白的房間裡，她無助地望著醫生綁住自己的雙腿，據護士說二個月的胎兒還很小，所以必須用電吸出來。麻醉之後，她仍然隱隱聽見機器開動的聲音，腹部因子宮的收縮，發出陣陣錐心的抽痛。她傷心地流著淚，直嚷著：『不想活了。』可是沒人聽見，她好恨好恨。

對男女性關係應有的認識

其實就許多個案經驗看來，發生婚前性關係的，並不都是我們平常所謂的壞女孩與花花公子。就有不少案例是老師眼中的乖學生或同學眼中的好同學，但是這種人怎麼可能發生婚前性關係？我們可能說，他們也是人。

「人」和「動物」最大的差別，在於人有理性，有精神領域，但不可忽略的是，人和動物一樣，也都有對「性」強烈的原始欲望，因此許多人是在咖啡廳休息、公園角落處愛撫、或在樓梯口接吻時，便在性衝動超過理智控制的情況下，發生了婚前性關係。這也是許多當事人所謂的：「我不知道，我只是當時彼愛沖昏了頭。」

一般而言，男性由於荷爾蒙刺激，本性上對性有較多需求，因此在自處時常以自慰或夢遺方式發洩衝動，但在有了物件之後，就會漸漸將目標轉移。因此在身體接觸上，男孩子多以「得寸進尺」的方式與女孩子交往，從牽手，接吻，擁抱，到愛撫，通常是有進無退。而在觀念上，他也覺得女孩子應把自己獻給他。

但是女孩子較注意精神交往，也喜歡被欣賞、被支持、被接納。相對的，在性需求方面不像男孩那麼強烈。但是，若女孩的性欲被男孩挑逗起來，還是很難「煞車」的。有很多女孩，就是因為不懂得這種男女差異，再加上過度自信，因此在男孩一步接一步提出要求時，不懂得立即拒絕，最終失身。其實婚前男孩子對於身體接觸，還是會順從、尊重女孩的反應。

女孩子絕對有限制和引導男孩子的權利。

如何避免發生性關係？

戀愛中男女該如何避免「突破最後一道防線」的危機呢？未婚男女在戀愛過程中要留意以下幾點：

1. 愛撫的尺度：許多婚前性關係，是發生在太過親密的愛撫之後，因此未婚男女要懂得逃避誘惑。下顎以上的親吻，及腰部以上，衣服以外的愛撫，是較得體的範圍。另外女孩子在穿著方面也要懂得保護自己的敏感部位。
2. 約會地點：以「別人看不見、又看得見」的地方最佳。所謂「別人看不見」是指熟人看不見的地方。剛開始戀愛的人最好避免在校內、系內、社團中公開約會，以免在未肯定終身之前，帶來人言人語不必要的壓力。而所謂「又看得見」的地方，是指人群可見的地方，諸如電影院、有亮度的咖啡廳、公園或開著門的空房間等。約會最切忌二人獨處一個房間，進入對方臥室或宿舍，也不可在旅館或三溫暖休息。
3. 多製造心靈溝通的機會：兩個雖然個性不同，但只要彼此在溝通方式、感情表達、及思想模式上能達到協調，就易建立和諧的感情。因此若能在各樣價值觀上達成共識，對於兩人的交往是絕對有利無弊的。心靈溝通需要互重、互信、坦誠、專心、認真與恒心，許多男孩會在婚前為女孩戒

煙、戒酒、或培養其他興趣，但僅是這樣還不夠，除非這些共識和改變能成為真正的「習慣」，才能保證婚後的精神生活愉快。通常婚前精神生活越暢通，婚後生活會越美滿，因此未婚者要懂得珍惜各樣機會，多留些相處的時間用來達成人生觀、價值觀的共識。

真的發生性關係，怎麼辦？

對於已經發生性關係的男女，要開始注意彼此感情的變化。男孩子由於性需求，會較以往更渴望性關係，一旦享受性愛的女孩，也開始忍不住誘惑，因而再次發生性關係的機率可能會直線上升。

但由於性關係的增加，精神溝通頓時銳減，反使雙方對彼此都越發陌生，此時女孩子潛藏的罪惡感，也會以更情緒化的言語行為表露出來。如果要避免感情發生危機兩人必須努力，心靈瞭解程度遠超過性愛追求，因此減少性交機會，是絕對必要的步驟。此時女孩子的重擔會比男孩子大得多，她會憂慮男孩子提出分手的要求；但肉體接觸太過頻繁，也會感到空虛迷惘。此時女孩子切忌過度情緒化，或以失身要求男孩給她婚姻保證，因為這種情況若大常出現，會令男孩厭煩，以致影響感情發展。

另外，女孩子還要考慮懷孕的後果，甚至墮胎所產生心理、生理的傷害。其實一旦兩人發生關係，女孩子會立刻屈居劣勢，這是無法避免的，所以聰明的女孩還是要下定決心和男友保持距離，勇於拒絕他或強悍或乞憐式的性要求。重建深入的心靈溝通，以使婚前性關係不至造成悲慘的結果。

此時男女雙方也都要重新審視這份感情，考慮是否非她莫娶，非他莫嫁？最好是能下定決，努力維繫這份感情，無論發生任何感情危機或家庭壓力，都要堅持共同目標——結婚，相偕邁進。

把握良機

如果說，「性」是上天賜給人類的禮物，那麼我們都必須認識這份禮物的性質及價值。這樣美的禮物若在婚前提早拆封，「性」會像把刀，砍在婚後的幸福上；但若你懂得良機的奧秘，等婚後再接受，它將會成為人類莫大的祝福。