

# 幸福婚姻的秘訣——十個聖經基石

---

婚姻中有越來越多的不愉快因素，如何能改變這種趨勢呢？我們社會能應對的方法實在屈指可數。但在聖經中，我們能得到答案。憑著這個信心，RBC Ministires的作家大衛·恩格納（David Egner）歸納了聖經中關於婚姻的教導，並寫了這本小冊子。我們祈求主藉著這本冊子，使更多夫妻能重燃愛火、永浴愛河。

——馬汀·狄漢二世（Martin R. De Haan II）

---

## 目 錄

---

聽聽大家怎麼說.....	2
婚姻乃始於上帝.....	4
幸福婚姻的十個聖經基石.....	6
1. 互託終身.....	7
2. 合而為一.....	8
3. 絕對忠誠.....	10
4. 角色分明.....	11
5. 無私的愛.....	14
6. 彼此順服.....	16
7. 性的滿足.....	18
8. 坦誠溝通.....	20
9. 互相尊重.....	22
10. 相濡以沫.....	24
婚姻五誡.....	26
丈夫檢測表.....	29
妻子檢測表.....	30
跨出第一步.....	31

## 聽聽大家怎麼說

**當**婚姻開始變質的時候，許多丈夫和妻子發現自己會想到和說出自己從沒料到會說出的話。以下是一些例子：

- 「我要離婚。他不是我結婚時所想像的人。生命太短暫了，不值得這樣痛苦，我們已無法一起活。」
- 「我們什麼辦法都試過了，還是無濟於事。他凡事一意孤行，我們的婚姻已沒有希望了，只有結束一途。」
- 「現已進入第三個千禧年，婚姻和以前大不相同。很多人連結婚儀式都省了。若試婚不成功就算了，這再也不是道德不道德的問題。」
- 「看看今天的離婚率多高，人人都在鬧離婚，甚至連著名的教會領袖也不例外。我又何必忍受一段失敗的婚姻？我不必那麼特殊。」

---

「結婚不在於找到合適的對象，而是使自己成為合適的人選。」——查理·斯埃德 (Charlie Shedd)

---

- 「我們的婚姻生活需要一些刺激，我們太熟悉對方

了。若我搞婚外情，或許能讓我的婚姻恢復光彩。」

- 「我們諮詢過一個又一個的婚姻輔導員，花了不少金錢，甚至也找過牧師。我想只要繼續尋找，一定有人能給我們正確的指點。」
- 「我相信我們的婚姻至終會是幸福的。只要幾杯黃湯下肚，我就能容忍任何事情。酒能助我忍受，直到情況好轉。」
- 「我想我是註定這一生不會幸福的了，對於我的婚姻，我真是一籌莫展。可能等孩子成年獨立後，我才有勇氣離開。現在我只好裝作一切都還好。」

離婚、婚外情、婚姻輔導、酒精、藥物或認命都是一些人用來面對婚姻問題的方法。可是往往這些方法只會使情況更糟。

---

「唯有上帝能使你成為討祂喜悅的丈夫或妻子。」

---

其實另有一個更好的辦法，縱使你正準備找律師或感到復合無望，你都去找那位能瞭解你的心和煩憂的人——祂就是創立婚姻的上帝。唯有祂能給予你力量，使你有勇氣跨出第一步。

# 婚姻乃始於上帝

婚姻是上帝在伊甸園裏創始的。上帝看男人獨居不好，便爲他造了「配偶幫助他」。上帝把女人領到男人面前時，開始了人類史上第一宗婚姻關係。亞當和夏娃夫妻倆人共同分享上帝爲他們而造的美麗樂園。聖經上這麼記載：

耶和華上帝說：『那人獨居不好，我要爲他造一個配偶幫助他。』……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。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。（創世記2章18，21，22節）

夏娃被造是爲要成爲亞當的「配偶幫助他」。英文譯本的「幫助」不足以表達希伯來原文的意思。在原文中「幫助」有「協助找到滿足」的意思，有時候也作「救」另一個人的意思，也曾指上帝自身。這是個榮耀的形容，表示夏娃是爲了成全亞當而造的，以協助並將亞當從孤獨中解救出來。

---

女人是爲了成全男人而造的，以協助並將男人從孤獨中解救出來。

---

夏娃是亞當匹配的伴侶，亦是合適的助手。上帝造夏娃爲亞當合適的伴侶與朋友。就如查理斯·溫斯多（Charles Swindoll）形容的：她是「他生命拼圖中缺少

的那一塊。」

---

耶和華上帝說：「那人獨居不好，我要為他造一個配偶幫助他。」（創世記2章18節）

---

在上帝伊甸園裏所設立的第一樁婚姻中，造物主給了我們一個真實的模式，這模式是健康婚姻中的課程——包括面臨的挑戰和必備的要素。

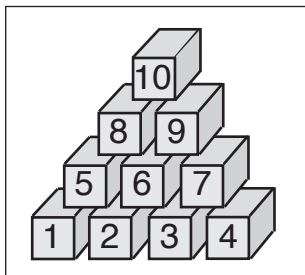
在創世記有關婚姻起源的部分，概括了婚姻所必須具備的四個要素（參考創世記2章24-25節）。它們是：

- 離開：「因此，人要離開父母」婚姻的雙方都要離開他們的父母。
- 連合：「與妻子連合」頭一樁婚姻的描述，包含了如膠似漆及永遠連合的概念。
- 合一：「二人成爲一體」兩個人不再是獨立的個體，而是成爲一體。新的婚姻關係取代了原來的家庭關係。
- 親密：「二人赤身露體，並不羞恥」他們夫妻倆在毫無顧忌的情況下，彼此取悅並滿足對方的需要，而不會感到尷尬或抗拒。

# 幸福婚姻的十個聖經基石

**當**上帝創立婚姻時，祂創造的是終身互委的關係，**當**這種關係可從祂那裏得到力量與忍耐力。祂在聖經裏教導夫妻如何成為配偶的朋友。在這過程中，祂告訴我們維繫美滿婚姻關係不可缺少的十大基石：

1. 互託終身
2. 合而為一
3. 絕對忠誠
4. 角色分明
5. 無私的愛
6. 彼此順服
7. 性的滿足
8. 坦誠溝通
9. 互相尊重
10. 相濡以沫

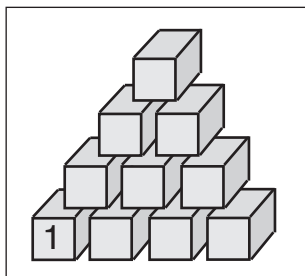


在探討這十大基石的同時，要謹記：這十大基石非出於人，乃是上帝親自設立的。因此倘若你和你的配偶確認這一點，並遵循這些原則，你們的婚姻必能美滿。

但若你的配偶不是信徒，或拒絕遵循聖經的教導。如果他（她）仍願意與你共處，這就是你向他（她）顯明上帝可以幫助你成為合祂心意的丈夫或妻子的機會（見哥林多前書7章12-16節）。因此，請不要把這本小冊子放下，我們確信它將對你的婚姻有所幫助。

## 基石一：互託終身

幸福婚姻的第一塊基石是男女雙方在婚約中互託終身。聖經明確地表明上帝理想的婚姻是一男一女白頭偕老。以此觀點為考慮，主耶穌說：



那起初造人的，是造男造女，並且說：「因此，人要離開父母，與妻子連合，二人成爲一體。」這經你們沒有念過嗎？既然如此，夫妻不再是兩個人，乃是一體的了。所以，上帝配合的，人不可分開。（馬太福音19章4-6節）

接著在回答一個有關離婚的問題時，耶穌說：

「摩西因爲你們的心硬，所以許你們休妻，但起初並不是這樣。我告訴你們：凡休妻另娶的，若不是爲淫亂的緣故，就是犯姦淫了；有人娶那被休的婦人，也是犯姦淫了。」（馬太福音19章8-9節）

因此除了婚姻不忠的例外，婚姻的誓約是終身的承諾，對上帝、對彼此都是不可違背的誓約（參閱傳道書5章4-5節）。婚姻是終身的。

曾有這麼一個真實故事：有一對夫妻在結婚剛滿一周年時，太太發現自己患上多重硬化症。經過慎重的考慮後，她告訴丈夫說：她決定讓他「自由」，可是丈

夫並沒有離開她。他給予她無微不至的照顧與愛護，使她幸福地度過餘生。他為什麼要這麼做呢？他說：「因為，當我在上帝面前立誓約說：『順境或是逆境』及『健康或是病痛』時，我是認真的。因此上帝在那些年間，使我們享受難以言喻的幸福。」

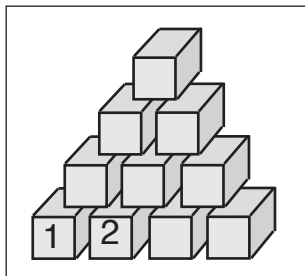
---

婚姻的誓約是終身的承諾，始於今日，此生不渝。

---

## 基石二：合而為一

幸福婚姻的第二基石是夫妻必須把配偶與自己兩人看為一體。男方不再為自己而活，女方也同樣不再是為自己活了。如今是一個新的結合、新的家庭及一個新的單位。當上帝把女人帶到亞當面前時，亞當說出了婚姻的一體觀。他說：



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。  
(創世記2章23節)。

接下來24節結尾說：「二人成為一體」。

但要在每一天的生活中都活出合一，並不是件容易的事。只是因為夫妻倆的生活習慣、背景、父母、教



育、個性及心靈上的創傷都不同。

更何況夏娃並不是亞當的複製體，她是獨特的，正如每個人都是獨一無二的。她不是某個生產線上的產品。她無論在生理或心理上與亞當都有所分別。她有各種的需要是只有亞當能滿足她的，而亞當的需要也只有夏娃能滿足。

---

「……合一的基礎在於彼此委身，去滿足對方的需要。」——洛仁斯·克比 (Lawrence J. Crabb, Jr.)

---

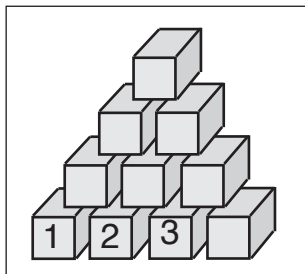
在婚姻關係裏，一對男女結合成為一體，並融入彼此的生命中。它是一次成全，但也是一個過程。婚姻中的彼此認同需要時間、愛、耐心及寬恕才能達致成熟。它有其美好的結果，男女雙方都不再孤單，即使當：

- 丈夫身處千里之外的旅館裏。
- 太太正經歷生產之苦。
- 丈夫失業了。
- 太太發現身上有可疑的腫塊。
- 丈夫獲擢升。
- 太太找到一份新工作。

兩人依然是一體。雖然兩人是極大不同的個體，但因相約而成為一體，一同奔走人生路，他們有著共同的身分。

### 基石三：絕對忠誠

婚姻不僅是夫妻互託終身，並有著共同的身分。還要求彼此完全忠於對方。丈夫必須忠於妻子，而妻子也要忠於丈夫。聖經對這方面的教導是不妥協的。箴言書裏警戒說：



人若懷裏攬火，衣服豈能不燒呢？人若在火炭上走，腳豈能不燙呢？親近鄰舍之妻的，也是如此。凡挨近她的，不免受罰。  
（箴言6章27-29節）

婚姻中性關係的忠貞是聖經絕對的要求。保羅要提多勸老年婦人指教少年婦人「愛丈夫，愛兒女，謹守、貞潔……」（提多書2章4-5節）。當一個女子進入婚姻關係中，她就是承諾把自己單單的獻給她的丈夫。

爲了我們自己本身，爲了上帝的名，聖經絕對禁止姦淫。上帝在西奈山上立的第七條誡命說：「不可姦淫」（出埃及記20章14節）。耶穌與年輕財主的對話中重申這條誡命（馬太福音19章18節）。保羅在加拉太書5章19節則把姦淫列爲肉體情慾罪的第一條。

唯有婚姻的忠貞能完成兩人於婚禮中在上帝和人面前所立的誓約：「對你我誓言忠誠」。有位作家曾寫道：

「一種不是基於快樂或任何外在成功標記，而是基於誓約的愛，就是我們對彼此的愛。這種誓約的愛若不始於與我們最親密、在萬人中千挑萬選的終身伴侶，又可始與何處呢？」（邁克·馬森《婚姻之謎》106頁。Mike Mason, *The Mystery of Marriage*, p.106）

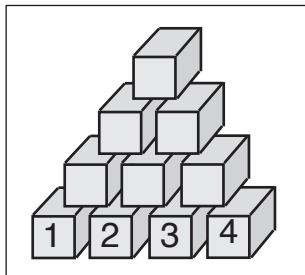
以下是第三塊幸福婚姻的基石——絕對忠誠的含意：

- 將愛情專注在配偶身上。
- 忠於婚約誓言。
- 不向異性尋求安慰。
- 不讓任何人介入婚姻。
- 明白自己不僅僅屬於自己。

以今天的標準來看，持守婚姻的絕對忠貞已不再是理所當然的了。尤其是在這個墮落的世界裏。可是對在伊甸園中我們的第一對祖先而言，卻是再自然不過的事了。這也是今日幸福婚姻的重要因素。

## 基石四：角色分明

今天的社會對婚姻產生全面嚴重的不良影響；其中之一是夫妻傳統角色的混淆。社會的「教導」是：既然妻子與丈夫擁有相等的權力，她就不必順



服任何人；而丈夫則只需照顧好自己，且不必為妻子操心。結果丈夫與妻子都迷失了方向，他們都需要明白如何在婚姻中扮演好自身角色的問題。

答案就在聖經裏，當他們相親相愛時，他們的關係就反映出上帝的智慧。

丈夫的角色。聖經說丈夫是妻子的頭。保羅寫道：

我願意你們知道，基督是各人的頭，男人是女人的頭，上帝是基督的頭。（哥林多前書11章3節）

因為丈夫是妻子的頭。（以弗所書5章23節）

這是聖經中最常被引用，也最常被誤用的原則。但事實並不該如此，聖經的領導並不是專橫或自私的。在上帝面前，丈夫的領導責任是：

- 提供愛（以弗所書5章25節；歌羅西書3章19節）
- 效法基督愛教會的榜樣（以弗所書5章25節）
- 按情理的（彼得前書3章7節）
- 不可苦待她（歌羅西書3章19節）
- 愛她如同自己的身體（以弗所書5章28節）

丈夫被立為妻子的頭並不等於說他比她優越。哥林多前書11章3節說丈夫是妻子的頭，同時也說上帝是基督的頭。但我們也知道上帝與基督是平等的，是上帝本身。

丈夫的領導地位是功能性的。它有助於婚姻關係的運作。以基督的精神理解並表現出來時，便是個僕人的

角色，同時他也被賦予重大的責任。因此丈夫的領導應是出於愛、按情理、無私、耐心且是榮耀上帝的。

妻子的角色。聖經說妻子要有思考、有智慧地順服丈夫的領導，例如：

「你們作妻子的，當順服自己的丈夫，如同順服主。」（以弗所書5章22節；參考歌羅西書3章18節）

「你們作妻子的，要順服自己的丈夫。」  
（彼得前書3章1節）

「好指教少年婦人……順服自己的丈夫。」  
（提多書2章4-5節）

上帝創造男女並要他們進入美滿的關係。上帝先造亞當（提摩太前書2章13節）並且使他作頭（哥林多前書11章3節；以弗所書5章23節）。亞當以自己的體力和屬靈職責來造福夏娃；夏娃則鼓勵、幫助亞當完成上帝付諸於他的角色與責任（創世記2章18節；哥林多前書11章8-9節）。

妻子在幫助丈夫提供屬愛與周到的家庭領導時，如果不能從中得到歡樂，那就是在對自己造成傷害。就算她對於丈夫的任何提議——即使是好的，都難以接受，她仍應該顯示出對上帝的絕對信任與信心。

當夫妻都接受各自的角色時，婚姻就有最佳的發揮時機。這是功能上的需要，「上帝是基督的頭」顯明了上帝本身也有職責的劃分。耶穌說：「……父是比我大的」（約翰福音14章28節）。然而祂也說：「我與父原

爲一」（約翰福音10章30節）。

耶穌降世爲人是要一一成就天父的旨意與計畫。雖然祂與天父同等，但祂降服天父的引導。

基督爲頭的領導模式能幫助我們瞭解上帝設計婚姻的目的。

## 基石五：無私的愛

幸福婚姻的第五塊基石是愛。即真心的、至誠的、同甘共苦的、至死不渝的愛。夫妻之間毫無保留的愛使雙方互相崇敬、彼此尊重、以對方的益處爲念，攜手共度婚姻生活必有的甜蜜與憂患。

聖經特別囑咐丈夫要愛妻子。保羅在歌羅西書3章19節裏簡明地說：「你們作丈夫的，要愛你們的妻子」（也參考以弗所書5章25節）。

妻子同樣的也要愛丈夫。保羅囑咐克里特的老年婦人指教少年婦人「愛丈夫」（提多書2章4節）。

夫妻之間永恆的愛是不會在立婚約或交換戒指的時刻就自動產生的，而是經過長期努力經營婚姻關係而來的。沒錯，一對男女婚前會有深刻難忘的戀愛經歷；然而婚後就會發現兩人關係除了浪漫的一面以外，還有更深更實際的另一層面。他們會發現彼此雙方的愛是需要努力培養和經營。

聖經對愛的定義記載在哥林多前書13章。雖然，在這些熟悉的經文中，愛的定義及解釋適用於所有的人際關係，但對婚姻卻更爲貼切。從第4至8節愛的要素中，

思想婚姻關係裏的實際行動：

- 愛是恆久忍耐。忍耐他一而再，再而三的無心之過。
- 愛是恩慈。當她辛勞了一天，主動幫她做些家務。
- 愛是不嫉妒。他在工作上身居要職，或她的善良得到的讚譽。
- 愛是不自誇。自己的高薪或很少出差錯。
- 愛是不張狂。承認她關於車子的見解可能是對的。
- 愛是不做害羞的事。無論在公共場合或私下都待她彬彬有禮。
- 愛是不求自己的益處。尋找機會幫助對方。
- 愛是不輕易發怒。甚至在她動怒時，也不提高聲量。
- 愛是不計算人的惡。事情一旦過去，就不再抓住「把柄」不放。
- 愛是不喜歡不義。不逼迫對方行不義的事。
- 愛是只喜歡真理。能夠面對現實，並做出不違背真理的應變。
- 愛是凡事包容。而不用尖酸刻薄的諷刺。
- 愛是凡事相信。相信我們真正的避難所在於上帝。
- 愛是凡事盼望。即使在他失去工作時，也不放棄共同的理想。
- 愛是凡事忍耐。在困難與壓力下更加堅強。
- 愛是永不止息。即使在青春、健康及活力逐漸減退的時候。

「等一下，」你說，「我已經盡了我的責任，但我的配偶卻沒盡責。難道即使我的愛沒有回報之時，我仍要繼續愛著他嗎？」

感到幻想破滅的丈夫或妻子應該明白，婚姻之愛可能改變你的人生，但它未必能改變你的伴侶，然而這種愛會讓他確信你仍陪伴在他的身邊。這些愛的原則並非只是爲了讓婚姻美滿。它們是我們天上的父賜予我們的，而祂，比任何人更渴望我們與祂有適宜的關係。

的確，當愛情如水般付諸東流時，要繼續愛下去是很艱難的。單方面的付出、犧牲、努力維繫這關係並不容易。當對方因自我或自私而不以愛回應時，誰都會感到難以承受。你可能已和對方談過，可是情況依舊，這可能使你因此想放棄兩人的關係。

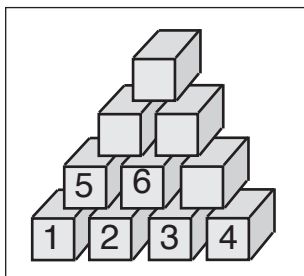
如果你正這樣想的話，那麼想想耶穌基督也許有點幫助。祂比任何人更有充足的理由停止付出愛。然而祂並沒有這麼做。祂無保留地愛我們，甚至爲我們死在十字架上。這就是我們所應擁有的愛。

## 基石六：彼此順服

有些解經者常強調妻子應順服丈夫，並對此過分渲染，他們忽略了以弗所書5章的幾節重要經文：

「不要醉酒，酒能使人放蕩，乃要被聖靈充滿。……又當存敬畏基督的心，彼此順服。」（以弗所書5章18-21節）

這些經文是對所有基





督徒說的。使徒保羅在大約2000年前親筆寫出了這些原則，並接著把這個彼此順服的原則應用在幾種關係上。不難想像，他首先談到的是婚姻關係。順服和愛是分不開的。我們都知道上帝是愛。但我們又如何知道祂愛我們呢？透過基督的虛己和順服而為我們死在十字架上（腓立比書2章5-8節）。

在基督徒的婚姻中，由於夫婦都愛上帝，他們願意順服於上帝在他們生命中的旨意。他們處在一個捨棄自我，委身於上帝與伴侶的過程中。有著「基督的心」就會產生互相臣服。雖然要表達這態度有許多方式，它最基本的意思有：

- 婚姻裏有受也有施，不單只是受。
- 婚姻道路常常是艱難的。
- 婚姻是超越自我。
- 婚姻是成為伴侶的僕人。
- 婚姻是意識到忍讓便是愛。
- 婚姻是當她疲倦力竭時伸出援手。
- 婚姻是關切對方的痛楚。

以上說明了什麼？這代表妻子不應認為家務是低下的工作。在上帝的眼中，她遠勝於家庭傭人。

另一方面，丈夫不可把家視為他的城堡，並將所有居住其中的人視為下屬，包括妻子在內。他應以「基督的心為心」，把家視為自己謙卑服侍他人、成為僕人的最佳場所。畢竟，在任何環境之下，包括在家裏，基督徒都應是謙卑的。彼此順服是一塊使婚姻幸福的重要基石。

## 基石七：性的滿足

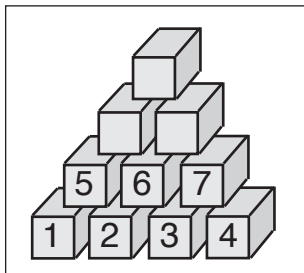
當初在伊甸園裏亞當和夏娃的關係親密無瑕：

「夫妻二人赤身露體，並不羞恥」（創世記2章25節）。況且在墮落之前，上帝已頒佈生養眾多的命令，因此肉體上的親密與

性關係是夫妻生活的一部分。夫妻應從配偶那兒得到性的滿足。聖經對此觀點有以下的看法：

它具防禦性質。夫妻要保留這特殊的親密關係給配偶，將身體獻給對方，並且毫無保留。保羅寫道：「但要免淫亂的事，男子當各有自己的妻子，女子也當各有自己的丈夫。」（哥林多前書7章2節）

無須別人來告訴我們這是個性氾濫的時代，從電視到廣告，幾乎毫無限制地都充斥著挑逗性鏡頭。



---

「對婚姻性關係的正確認識是盡情享受它的基礎。」——查理斯·斯溫多（Charles R. Swindoll）

---

一對維繫親密關係的夫妻，能幫助對方抵擋世俗敗壞的侵襲，保守他們各人的忠貞。

性是美好的。在嚴厲警告淫亂的事之後，智慧的箴言作者把這段話寫給年輕的丈夫們：

你要喝自己池中的水，飲自己井裏的活水。你的泉源豈可漲溢在外？你的河水豈可流在街上？惟獨歸你一人，不可與外人同用。要使你的泉源蒙福，要喜悅你幼年所娶的妻。她如可愛的鹿鹿，可喜的母鹿。願她的胸懷使你時時知足，她的愛情使你常常戀慕。（箴言5章15-19節）

婚姻裏的性關係並不只是爲了繁衍後代，享受性愛也不是一種罪惡，它是上帝爲婚姻而設計的歡樂，讓二人不斷享受親密、歡愉、更新的夫妻關係。

性是理所當然的。在婚姻裏男女雙方都有權利要求從對方得到性的滿足。保羅寫道：

丈夫當用合宜之分待妻子，妻子待丈夫也要如此。妻子沒有權柄主張自己的身子，乃在丈夫；丈夫也沒有權柄主張自己的身子，乃在妻子。」（哥林多前書7章3-4節）

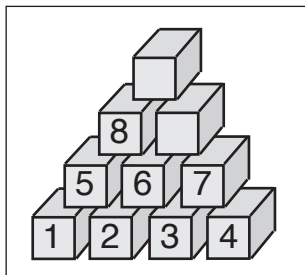
保羅繼續說道，若一方要分房必須先得到另一方的同意，並且分房的時間不宜太長。

夫妻不可彼此虧負，除非兩相情願，暫時分房，爲要專心禱告方可；以後仍要同房，免得撒但趁著你們情不自禁引誘你們。（哥林多前書7章5節）

性滿足是夫妻關係裏重要的一環。在婚姻中以愛爲動力的性，並不是罪惡。我們不應對它過分強調，也不應加以貶低。它是婚姻整體的一部分，是男女成爲一體的親密環節。

## 基石八：坦誠溝通

美國家庭服務協會在幾年前進行的一項調查發現，接受訪問的夫妻有87%表示溝通是他們之間最主要的問題。基督徒夫妻之間的比率大概也是如此。妻子因丈夫沉默而煩惱。丈夫則認為說了也未必對事情有幫助，因太太心意已定。



以下是夫妻之間沒有良好溝通的幾個原因：

- 把擁有對方當成是理所當然的事。
- 避免發生衝突。
- 只顧自己的喜好。
- 覺得自己被操縱。
- 時間太緊，抽不出空。
- 不想傷害對方。

婚姻要幸福持久，彼此溝通的障礙就必須拆除。最佳途徑是學習基督的榜樣。聖經說丈夫要愛妻子就像基督愛教會一樣。基督與教會關係中有兩個層面也可以應用在婚姻關係上。

基督是溝通者。祂就是上帝永活之道（約翰福音1章1-4節）。祂降世為要用言語和行動使人認識上帝。祂向人啓示上帝的屬性與意願。

基督也一直和教會不斷地溝通。祂坐在天上邀請我

們「坦然無懼地來到施恩的寶座前」（希伯來書4章16節），將心意與需要告訴上帝。

基督與教會的交通如何應用在婚姻關係裏？

- 丈夫必須與妻子交談。
- 妻子也必須和丈夫交談。
- 雙方都應坦誠回應。
- 每個問題都必須談個透徹。
- 把握每個交談的機會。

沒有坦誠的溝通，婚姻將難以幸福。

基督是教會的頭。歌羅西書1章18節說基督是「教會全體之首」。頭必須與身體各個部分有接觸才能正常發揮功能。它透過神經系統輸送並接收資訊。它指揮手指的活動；也接收手指疼痛的訊息。沒有資訊的交流，身體便無法協調運作。

婚姻關係也是如此。身為一家之主的丈夫必須與妻子溝通；妻子也應與丈夫溝通。除非有雙向的交流，就如基督與教會一般，否則婚姻關係必會面臨困難。

一位心理學家保羅·托尼爾（Paul Tournier）對夫妻的溝通做了以下的觀察：

「雖然夫妻間無所不談，但所談的都是客觀的事實及概念，這都是男人有興趣的話題。然而對於女人來說，真正的交談是談她內心的感受，此外更重要的是談丈夫的感受，這是她希望瞭解的，但卻是他難以解釋的。」（《聽她說話》，今日家庭生活，1982年11月，26頁。Listening to her, Family Life Today, p.26）

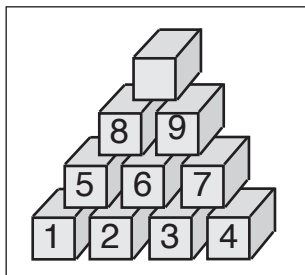
若你感到你的伴侶沒有聆聽，你應當怎樣做呢？這裏有四個建議：

- 告訴對方你需要溝通。
- 不要舊事重提。
- 從事情本身談起。
- 然後進入感受和意念的層面。

要在每個層面坦誠溝通是不容易的，不過所下的苦功是值得的。坦誠溝通是建立幸福婚姻的必要基石！

## 基石九：互相尊重

有些夫妻似乎有著雙重性格。在眾人面前表現的體貼、包容、耐心及和氣。可是一旦他們回到家中，便變得暴躁苛刻，毫無包容之心。有些配偶只盼望他們的伴侶能對待自己像對待外人一樣。



在以弗所書4章31-32節，使徒保羅寫道：

一切苦毒、惱恨、忿怒、嚷鬧、毀謗，並一切的惡毒，都當從你們中間除掉。並要以恩慈相待，存憐憫的心，彼此饒恕，正如上帝在基督裏饒恕了你們一樣。

這段經文肯定也可以是應用在夫妻關係上。

保羅對作妻子的說：「……妻子也當敬重她的丈

夫」（以弗所書5章33節）。彼得教導作妻子的要順服丈夫，並以撒拉為榜樣：「撒拉聽從亞伯拉罕，稱他為主」（彼得前書3章1，5-6節）——這是她對於亞伯拉罕敬重的顯示。

彼得接著在第7節也勸告做丈夫的要敬重他們的妻子。他給了以下三方面的指導：

### 1. 「按情理和妻子同住」

這句話的意思是「瞭解她，以致你能尊重她的感受」。作丈夫的應以此為目標。他應知道什麼會取悅及安慰她，和什麼會傷害或激怒她。有了這些瞭解，你才能愛護她，而不是傷害她。

### 2. 「因她比你軟弱……敬重她」

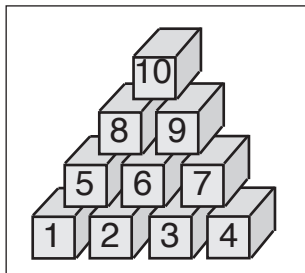
若一個人知道他所搬運的五個容器中，有一個是很容易破碎的，他必會對它加倍留神。同樣的做丈夫的也應如此對待妻子。他應給予妻子特別的敬重，如送她禮物、買花給她、記得她的生日、帶她去特別的地方。

### 3. 「因她與你一同承受生命之恩……敬重她」

上帝所賜的生命之恩不是只給丈夫單獨享受的，而是平等地賜給雙方，並要他們共同分享。因此作丈夫的應敬重妻子，不可剝奪上帝給予她享受生命的喜樂。

## 基石十：相濡以沫

最後，相信也是最重要的，基督徒夫婦應視對方為心靈伴侶，以上帝的子女之名一生攜手共度屬靈的一生，並一同奔走天路、奔向上帝和等待著他們的永生。愛主的丈夫和忠心的妻子，一生所能帶給彼此靈裏的造就是無法衡量的。



在前面所提及有關婚姻的經文裏，都包含了婚姻的靈性層面。保羅對做丈夫的談到有關他們的妻子時說：

你們作丈夫的，要愛你們的妻子，正如基督愛教會，為教會捨己。要用水藉著道把教會洗淨，成為聖潔，可以獻給自己，作個榮耀的教會，毫無玷污、皺紋等類的病，乃是聖潔沒有瑕疵的。丈夫也當照樣愛妻子，如同愛自己的身子，愛妻子便是愛自己了。  
(以弗所書5章25-28節)

婚姻要包含淨化的層面。就如教會因耶穌基督得以潔淨，妻子也當因與丈夫的關係而變得更好。

如何達成這個淨化的層面呢？透過效法基督幫助教會的方法：祂愛教會並將自己獻給教會。愛與犧牲使婚姻有異於其他關係，並使兩人成為真正的心靈伴侶。

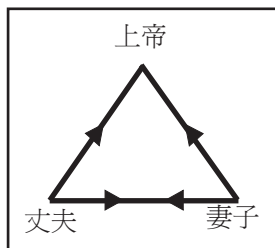


彼得也提及有關婚姻的屬靈層面。在彼得前書3章7節結語時說：「……這樣，便叫你們的禱告沒有阻礙。」當丈夫瞭解妻子，尊重她並與她一同承受生命之恩，他的禱告必帶有力量。不然，彼得說他的禱告就有「阻礙」。換句話說，他就會失去無阻礙禱告的自由。

若夫妻是屬靈伴侶，就會呈現某些下列的特徵：

- 他們敬拜一個共同的主。
- 他們共同尋求上帝的旨意。
- 他們一同事奉主。
- 他們一同撫養子女。
- 他們彼此為對方禱告。
- 在信仰上相互鼓勵。

當夫妻藉著禱告、讀經、分享並順服主來親近上帝時，二人的關係也會因此更加親密。這關係可用正三角形來代表。夫妻各自與上帝的關係愈親近，婚姻關係就會更堅固。



# 婚姻五誡

**許**多牧師和婚姻輔導員，經常聽見夫妻發出許多不符合事實的抱怨。以下五點常是夫妻在壓力下所爭論的。

## 1. 你沒有嫁/娶錯人

有時，雙方在婚後不久便開始懷疑自己是否選錯了對象。這通常發生在彼此調適的時期，對婚姻的期望與現實不符開始浮現。

- 你發現她不喜歡燒菜煮飯。
- 你發現他沒有操作機械的本領。
- 雙方都發現對方有固執、容易受傷、沮喪或易怒的一面。
- 你們對如何處理錢財有不同的意見。

你或許會因此而覺得自己選錯了人。可是這已不是問題的所在，你已經做了終生的委約。如今在上帝的面前，除非一方犯姦淫的情形外，你有責任和你立婚約的伴侶廝守一生（馬太福音19章4-9節；哥林多前書7章10-14節）。

## 2. 「他在領導上失職」不能成為你的藉口

有位年輕太太以強調的語氣說：「如果他能負起領導的責任，我想我們的婚姻就會沒問題。可是他並沒有這麼做，因此事事我都必須做決定。之後他又批評指摘。我再也無法忍受下去了。」

她說對了一件事，她的丈夫應採取更多主動的關愛

與體貼。他該負起一家之主的責任，尤其是在屬靈的事情上。

即使如此，他的失職也不能成為她不順服的藉口。她在上帝面前的責任，仍舊是作個有貞潔品行和敬畏之心的女人（彼得前書3章1-6節）。如果她利用丈夫在領導上的失職作為她偏頗行為的藉口，她就跟他一樣的失敗。

### 3. 「她不順服」不能成為你的藉口

有些做丈夫的有推卸責任的毛病，把每個缺點或失敗都怪到妻子的頭上。例如：

- 「她太自以為虔敬了。每當我帶領家庭靈修時，她都糾正我，如今我們不再有家庭靈修，這都是她的錯。」
- 「她堅持要買這間屋子，我爲了要討她的歡心便買下它。你看現在我們陷入經濟困境，這都是她的錯。」

當一個男人說出這些藉口時，他便是在推卸身爲一家之主應負起做決定的責任。是的，她提供了意見，或者甚至非常堅持己見，但這都不能成為藉口。丈夫應當停止責怪妻子，並且開始遵照上帝的要求去做。

### 4. 他的腦子裏不是只有性

有時候，一位勤勞忙碌的妻子會認為丈夫只關心他本身的性需要是否被滿足。特別是當以下的任何一個情況屬實時：

- 丈夫是個工作狂。
- 丈夫從來不出手幫忙家務事。
- 丈夫不理會孩子的需要。

- 夫妻兩人都非常忙碌。

的確，做丈夫可能需要看到：妻子已分身乏術，幾乎已經無力量來趕上工作進度。然而妻子也可能有時一點也不理會丈夫的性需要。事實上在許多案例中，雙方都必須作些調整。她必須相信丈夫不只是關注自己的性需要，並須告訴丈夫自己的感受。若經濟情況允許的話，有些夫婦需計畫定期出外約會，也可將孩子託人看管，夫妻單獨外出度假幾天。

#### 5. 她不是只注重外表

事實上妻子並不只是關注外表裝扮的事而已，然而有些丈夫卻不以爲然。他們說：

- 她老愛爲家裏添購新東西。
- 她實在花太多時間決定穿哪條裙子出門。
- 她堅持改換廚房櫃子的顏色，我卻覺得沒有必要。
- 每次赴約都是因等她而遲到。
- 他愛把我辛苦賺來的錢花在小玩意、小擺設這些無關痛癢的東西上。

的確，女人比男人較關注外表的裝扮。彼得也曾警告女人不要只顧裝飾外表，而要「裏面存著長久溫柔、安靜的心爲裝飾」（彼得前書3章4節）。

不過，男人們，讓我們來面對事實吧，男人的確也需要女人的幫助。有些男人是不拘小節的，如果要讓我們說真話，我們只能承認我們其實是喜歡她們對於細節的關注。

# 丈夫檢測表

**看**過並瞭解聖經對你在婚姻裏的角色和責任的教導後，花幾分鐘時間，省察一下自己。圈出恰當的數字為評估：5—非常好；4—很好；3—還好；2—不理想；1—沒做到。

- 1 2 3 4 5 — 我視自己已離開父母並與妻子連合為一體。
- 1 2 3 4 5 — 我在人生的每個階段都視妻子與自己為一體。
- 1 2 3 4 5 — 我竭力在思想和行為上忠於她。
- 1 2 3 4 5 — 我像基督領導教會一樣，以愛領導我的妻子。
- 1 2 3 4 5 — 我經常為滿足她的需要而犧牲自己。
- 1 2 3 4 5 — 我經常在言語與生活小節上表達對她的愛。
- 1 2 3 4 5 — 我關心並聆聽她的感受。
- 1 2 3 4 5 — 我盡量對妻子和顏悅色並且不含怒入睡。
- 1 2 3 4 5 — 我不把自己的過失歸咎於妻子的缺點。
- 1 2 3 4 5 — 我和她討論屬靈的話題，並和她一起禱告及為她禱告。

現在，讓你的太太來為你評分，對你需要改進的地方持積極的態度。

# 妻子檢測表

同樣的，做妻子的讀過了聖經所教導的在婚姻中所承擔的角色與責任後，也應停下來並檢討自己在婚姻裏的表現。記分法則一樣，圈出恰當的數目字為評估：

5—非常好；4—很好；3—還好；2—不理想；  
1—沒做到。

- 1 2 3 4 5 — 我不讓自己有嫁錯人的想法。
- 1 2 3 4 5 — 我已離開父母與丈夫連為一體。
- 1 2 3 4 5 — 我決意要和丈夫終生相伴、白頭偕老。
- 1 2 3 4 5 — 我不以房事作為要脅丈夫的武器。
- 1 2 3 4 5 — 我願意依上帝的命令順服丈夫的領導。
- 1 2 3 4 5 — 我覺得內在美比外在美來的重要。
- 1 2 3 4 5 — 我在態度與行動上敬重他。
- 1 2 3 4 5 — 我在生活小節上討他歡心。
- 1 2 3 4 5 — 我不把自己的過失歸咎於丈夫的缺點。
- 1 2 3 4 5 — 我視他為我的屬靈伴侶，並且為他禱告，也和他一起禱告。

現在由你的丈夫來給你打分數，並彼此對照一下。切要誠實，並坦誠面對需要改善的地方。

## 跨出第一步

**婚**姻要猶如上帝所設計的那樣幸福，雙方都必須與上帝有密切的關係。上帝已表明了祂設立婚姻的心意，就是認為人「獨居不好」。你的婚姻幸福嗎？如果你的婚姻有嚴重無法解決的問題，是否是因為你一直在試著用自己的方法來解決問題呢？若確實如此的話，讓我勸你即刻回到你的創造主與救世主那裏。在上帝面前承認你已經無能為力，沒有主你什麼也做不了。拋開你的驕傲、叛逆和固執，向上帝認罪。並求上帝幫助你建造婚姻的十個屬靈基石。此外讓你的配偶知道你為拯救婚姻所做的一切——即使你必須從頭來過。

如果你不是基督徒，首先你必須知道耶穌為你所做的一切。幸福婚姻的起點，始於你和上帝的親密關係開始之處。你必須承認你的罪，承認你無法拯救自己，你才能瞭解祂的寬恕，然後相信耶穌替代你、為你的罪而死，並且又死而復活以證明一切。閱讀約翰福音3章16節的美好應許，宣告那也是給你的應許。

上帝愛世人，甚至將他的獨生子賜給他們，叫一切信他的，不至滅亡，反得永生。

一旦你信靠了主耶穌，你就是為婚姻的幸福跨出了第一步！



# 幸福婚姻的秘訣

**"Building Block To A Strong Marriage?" (Q0801)**

作者： 大衛·恩格納 (David Egner)  
譯者： RBC 中文編輯部  
主編： 陳安妮  
審稿： 黃鵬遠、陳君立、陳華昌、蘇婧  
設計： 蘇其忠、林淑美

2005年初版  
2009年第二版

版權所有·請勿翻印·非賣品

