

# 心靈議題目錄

關懷心靈始自聖經，《關懷心靈聖經》包括116個心靈議題，內容多元，分為與神、與己和與人三大範疇，涵蓋七個類別：靈命培育、個人成長、心理健康、人際相處、戀愛·婚姻·家庭·親子·文化·職場。詳細資料請參閱頁1882至1915。

大類別	次類別	心靈議題的名稱
與神	靈命培育	永恆的生命、信心、信念、信靠、盼望、祈禱、悔改、真理、神的應許、依附 / 祝福、畏懼 / 敬畏神、健康 / 靈性、救恩、尊榮、順服、聖靈的臨在、認識神、認識基督、醫治 / 康復、屬靈爭戰、屬靈操練、靈命成長、讚美與敬拜
與己	個人成長	女士的關注、生命週期、年長 / 老化、死亡、自尊、完美主義、決策、男士的關注、界線、苦難、挫敗、偏見、捨己、責任感、軟弱、創傷、智慧、試探、試煉 / 磨煉、態度、寬容、獨身、壓力、饒恕、驕傲
	心理健康	抑鬱、改變 / 成熟、沉溺、沮喪、哀傷 / 痛失、苦毒、缺乏安全感、耗盡、喜樂、焦慮、痛苦、罪咎 / 羞恥、疑慮、憂慮、憤怒
與人	人際相處	人際關係、妒忌、孤獨、師徒關係、復和、閒言閒語、感情生活、愛的語言、溝通、憐憫心、衝突、論斷心態
	戀愛·婚姻	不育、離婚 / 分居、夫妻的挑戰、夫妻的溝通、身性、性罪、性關係的忠貞、姦淫、婚前關係、婚姻、婚姻中的性關係、愛、墮胎
	家庭·親子	父母之道、幼兒發展、幼兒管教、兒童問題、青少年問題、青少年發展、為父之道、為母之道、家庭生活、家庭問題、混合家庭
	文化·職場	工作、危機、同性戀、自殺、邪術、金錢、律法主義、虐待、問責、基因問題、異端、飲食失調、罪惡、精神病、價值觀、暴力、濫用藥物

# 關懷靈語目錄 (按文章出現先後排序)

文章	議題	作者	頁碼
婚姻的親密關係	婚姻	譚廣海博士	8
傷痛不相傳——談原生家庭的影響	家庭生活	區祥江博士	86
生命教練	師徒關係	陳鴻耀博士	117
家庭屬靈牧養	師徒關係	羅錦添博士	247
中港兩地老夫少妻的現象	家庭生活	白智信博士	362
不育的壓力	不育	鍾吳麗娟女士	367
傷逝	哀傷 / 痛失	黃葉仲萍女士	418
分手之痛	青少年問題	區祥江博士	423
創傷的陰霾	創傷	黃葉仲萍女士	444
危機輔導——向自毀和自殺說不	自殺	勵揚蕙貞博士	506
單親媽媽的挑戰	離婚 / 分居	區祥江博士	520
教會如何幫助單親婦女？	離婚 / 分居	余金蘭博士	522
無情天災	哀傷 / 痛失	葉大為博士	688
無妄之災	哀傷 / 痛失	葉大為博士	712
情緒變化	感情生活	黃葉仲萍女士	766
照顧長期病患者	家庭問題	麥基恩醫生	768
情緒智商	感情生活	余德淳先生	774
面對抑鬱	抑鬱	麥基恩醫生	824
青少年子女如何面對社會高競爭和家人的期望？	幼兒發展	區美蘭博士	867
牧養失業信徒和失業信徒的自我牧養	工作	王德福博士	877
病態賭徒對家人的影響	沉溺	陳玉麟醫生	883
家庭暴力對子女成長的影響	家庭問題	徐惠儀女士	888
綜援家庭的心理壓力	壓力	余妙雲女士	890
與青少年孩子的溝通與衝突處理	溝通	凌展輝長老	896
現代人的抗逆力	金錢	葉大為博士	917
美麗與纖體	飲食失調	麥基恩醫生	922
貧賤夫妻百事哀	家庭問題	麥基恩醫生	936
婚姻下半場	家庭問題	黃麗彰女士	942
隱蔽長者	老化 / 年長	白智信博士	944
戀愛的張力	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	950
外表平凡卻很可愛	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	952
彼此讚美	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	954
平凡中的不平凡	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	956
幸福婚姻的要素	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	958
婚姻裡的結合	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	961

文章	議題	作者	頁碼
婚前輔導與婚姻成長	婚前關係	李振康博士	964
為對方保留	愛 / 婚姻	黃朱倫博士	966
在亂世中獲得盼望	盼望	黃嘉樑博士	1188
如何與反叛的少年人相處	青少年問題	區祥江博士	1266
執子之手、與子偕老	婚姻	譚廣海博士	1322
減壓妙方	壓力	勵楊蕙貞博士	1342
快樂的祕訣	喜樂	湯國鈞博士	1352
生命歷奇	青少年發展	李德誠先生	1360
幫助病痛者走出幽谷	醫治 / 康復	謝翠瑩女士	1397
親子心靈溝通	家庭生活	麥張偉芬女士	1427
情緒與靈命	感情生活	葛琳卡博士	1471
父母照顧智障兒童的困境	家庭問題	區美蘭博士	1505
青少年沉溺問題	濫用藥物	陳玉麟醫生	1594
再婚家庭的雙重挑戰	混合家庭	區祥江博士	1626
祭祖	家庭問題	梁永善博士	1630
如何面對更年期？	老化 / 年長	白智信博士	1652
男士如何面對女權高漲的社會風氣	男士的關注	區祥江博士	1690
青少年吸毒	濫用藥物	盧錦華先生、 李冠美女士	1709
生死兩相安	死亡	阮成國博士	1723
青少年沉溺行為問題	青少年問題	盧錦華先生、 李嘉慧女士	1748
長者信子得永生	老化 / 年長	謝任生博士	1754
配偶不忠	夫妻的挑戰	徐惠儀女士	1784
內在醫治	靈命成長	方桂生牧師	1801
幫助未信主的配偶信主	婚姻	梁朱美娟女士	1812
屬靈爭戰與地域邪靈	屬靈爭戰	廖炳堂博士	1831

# 創世記

每一個人都需要第二次機會。我們都會作錯決定，並要面對抉擇錯誤帶來的後果。然後，我們嘗試不再重蹈覆轍。惱人的是，我們發覺自己總是落在失敗、失望、把事情弄得一團糟的邊緣。我們需要盼望、寬恕和另一次機會。

創世記的英文名稱Genesis，是“起初”的意思。這卷書是摩西寫給以色列人，記述世界的起源、罪的起源和神計劃救贖罪人的起源。創世記揭示了人類始祖的生活，也就是你和我生活——現實的人生就是要面對許多現實的問題。他們在困惑、恐懼、孤立、嫉妒、失望和憤怒中掙扎。但是神十分忍耐，祂在不完美的人生命中工作，而他們的信心萌發超越他們的不完美。神給予人第二次機會，祂在人的生命中工作，令他們成長、更新。在人生的旅途上，他們也知道神愛他們，安慰他們，引領他們——無論他們的處境可能是多麼痛苦和迷惘。神也是這樣待我們。

神大有憐憫和恩惠，祂在亞伯拉罕、以撒、雅各和約瑟的生命中工作。這表示我們雖然不盡完美，但是需要完全的神。我們儘管有罪、失敗和掙扎，神的同在和應許卻帶給我們盼望。創世記揭示神願意與我們建立親密的關係——並願意給我們第二次機會。

## 心靈議題

身性（1:27~28）  
不育（18:11~12）  
家庭問題（25章）

混合家庭（29章）  
試探（39:6~15）  
依附 / 祝福（49章）

## 創造天地萬物

1 起初，神創造天地。<sup>2</sup>地是空虛混沌；深淵上一片黑暗；神的靈運行在水面上。<sup>3</sup>神說：“要有光！”就有了光。<sup>4</sup>神看光是好的，他就把光暗分開了。<sup>5</sup>神稱光為晝，稱暗為夜。有晚上，有早晨；這是第一日。

<sup>6</sup>神說：“眾水之間要有穹蒼，把水和水分開！”事就這樣成了。<sup>7</sup>神造了穹蒼，把穹蒼以下的水和穹蒼以上的水分開了。<sup>8</sup>神稱穹蒼為天。有晚上，有早晨；這是第二日。

<sup>9</sup>神說：“天下的水要聚在一處，使旱地露出來！”事就這樣成了。<sup>10</sup>神稱旱地為地，稱水的聚處為海。神看這是好的。<sup>11</sup>神說：“地上要長出青草、結種子的蔬菜和結果子的樹木，各從其類，在地上的果子都包著核！”事就這樣成了。<sup>12</sup>於是，地上長出了青草和結種子的蔬菜，各從其類；又長出結果子的樹木，各從其類，果子都包著核。神看這是好的。<sup>13</sup>有晚上，有早晨；這是第三日。

<sup>14</sup>神說：“在天上穹蒼中，要有光體來分晝夜；這些光體要作為記號，定節令、日子和年歲；<sup>15</sup>它們要在天上穹蒼中發光，照耀地上！”事就這樣成了。<sup>16</sup>於是，神造了兩個大光體，大的管晝，小的管夜；又造了星星。<sup>17</sup>神把這些光體安放在天上穹蒼中，照耀地上，<sup>18</sup>管晝夜，分光暗。神看這是好的。<sup>19</sup>有晚上，有早晨；這是第四日。

<sup>20</sup>神說：“水要滋長生物；地上和天空之中，要有雀鳥飛翔！”<sup>21</sup>於是，神創造了大魚和在水中滋生各種能活動的生物，各從其類；又創造了各種有翅膀的飛鳥，各從其類。神看這是好

的。<sup>22</sup>神就賜福給牠們，說：“要繁衍增多，充滿海洋；雀鳥也要在地上增多！”<sup>23</sup>有晚上，有早晨；這是第五日。

<sup>24</sup>神說：“地上要生出活物來，各從其類；牲畜、爬行的動物和地上的野獸，各從其類！”事就這樣成了。<sup>25</sup>於是，神造了地上的野獸，各從其類；牲畜，各從其類；地上各種爬行的動物，各從其類。神看這是好的。

## 創造人類

<sup>26</sup>神說：“我們要照著我們的形象，按著我們的樣式造人；使他們管理海裡的魚、空中的鳥、地上的牲畜，以及全地，和地上所有爬行的生物！”<sup>27</sup>於是，神照著自己的形象創造人；就是照著神的形象創造了他；他所創造的有男有女。<sup>28</sup>神就賜福給他們，對他們說：“要繁衍增多，充滿這地，征服它；也要管理海裡的魚、空中的鳥和地上所有走動的生物。”<sup>29</sup>神說：“看哪！我把全地上結種子的各樣蔬菜，和一切果樹上有種子的果子，都賜給你們作食物。<sup>30</sup>至於地上的各種野獸，空中的各種飛鳥，和地上爬行有生命的各種活物，我把一切青草蔬菜賜給牠們作食物。”事就這樣成了。<sup>31</sup>神看他所造的一切都很好。有晚上，有早晨；這是第六日。

## 制定安息日

2 這樣，天地萬物都造齊了。<sup>2</sup>第七日，神完成了他所作的工；在第七日神歇了他所作的一切工。<sup>3</sup>神賜福第七日，把它分別為聖，

於是，神照著自己的形象創造人；就是照著神的形象創造了他；他所創造的有男有女。

1:27



身性

## 神創造了性（創1:27~28）

神創造了性，並宣告它是“好的”。可是，與其他受造物一樣，性也受到罪的影響。聖經教導神對於人類的性的計劃：

- ◆ 性是為了生育（創1:28），也是給人享受（箴5:18~19；雅歌）。
- ◆ 一男一女結婚之後才可以享受性（林前7:2~5）。性這種親密的關係是為了維繫夫妻終身的連合而設的（創2:24；太19:5）。
- ◆ 嚴禁婚姻之外的性關係（出20:14；箴5:1~11，6:23~33，7:5~27）。
- ◆ 異性戀和同性戀的不道德行為同樣受聖經嚴厲譴責（羅1:26~28；帖前4:3），因我們的身體是“聖靈的殿”（林前6:13~20）。神的兒女如果按照祂的指示享受祂的賜予，神就歡樂。

### 知多一點點

要更全面認識“身性”這專題，請翻到第28-29頁閱讀關懷心言。另見第7頁的聖經人物（亞當與夏娃）。

因為在這一日，神停了他一切所創造的工，歇息了。

### 創造男人並設置伊甸園

<sup>4</sup>這是創造天地的起源：耶和華神造天地的時候，<sup>5</sup>原野上還沒有樹木，田間的蔬菜還沒有長起來，因為耶和華神還沒有降雨在地上，也沒有人耕種土地；<sup>6</sup>不過有霧氣從地面上升，滋潤全地。<sup>7</sup>耶和華神用地上的塵土造成人形，把生命之氣吹進他的鼻孔裡，那人就成了有生命的活人，名叫亞當。<sup>8</sup>耶和華神在東方的伊甸，栽了一個園子，把他所造的人放在那裡。<sup>9</sup>耶和華神使各樣的樹從地上長起來，能悅人的眼目，也好作食物。園子中間又有生命樹，和知善惡樹。

<sup>10</sup>有一條河從伊甸流出來，灌溉那園子；從那裡分支，成了四道河的源頭。<sup>11</sup>第一道河名叫比遜，就是環繞哈腓拉全地的，在那裡有金子；<sup>12</sup>那地的金子是好

的；在那裡也有紅玉和瑪瑙。<sup>13</sup>第二道河名叫基訓，就是環繞古實全地的。<sup>14</sup>第三道河名叫底格里斯河（“底格里斯河”原文作“希底結”，就是流向亞述東邊的。第四道河就是幼發拉底河（“幼發拉底河”原文作“伯拉河”）。<sup>15</sup>耶和華神把那人安置在伊甸園裡，叫他耕種和看守那園子。<sup>16</sup>耶和華神吩咐那人說：“園中各樣樹上的果子，你都可以吃；<sup>17</sup>只是那知善惡樹的果子，你不可吃；因為你吃的時候，你必要死。”

### 創造女人並建立婚姻

<sup>18</sup>耶和華神說：“那人獨居不好，我要為他造個和他相配的幫手。”<sup>19</sup>耶和華神用泥土造了野地的各樣野獸，和空中的各樣飛鳥，把牠們都帶到那人面前，看他給牠們叫甚麼名字；那人怎樣叫各樣有生命的活物，那就是牠的名字。<sup>20</sup>那人就給各樣牲畜、空中的雀鳥，和野地的各樣走獸起了名字；只是那人



身性

## 由慈愛的神創造（創1:27~28）

羅森諾（Doug Rosenau）

**我**們的世界滲透著性的影像、觀念和行為。雜誌、電視劇和電影充斥著性的訊息。性如此廣泛地被渲染，但是我們不要忘記，神是身性的創造者。我們一明白神對於性的設計藍圖，以及祂賜下這份貴重禮物的心意，我們就明白祂為何宣稱性是“好的”。起初，身性和性行為本身是慈愛的神悉心設計，但是今天，人用性作招徠，以促銷雜誌和產品。要真正欣賞性，就一定要從神的觀點出發。

### 神為甚麼要創造身性？

神創造人是為建立關係，祂以不同性別創造了人——男性與女性。根據聖經，兩性都是按著神的形象所造，兩性應是平等，但是不同的文化對男女角色有不同取向和定位。儘管輿論對於男性女性各自的價值爭議不休，聖經卻清楚表示男女兩性都有神的形象，可以藉著神建立圓滿的關係。“神照著自己的形象創造人；就是照著神的形象創造了他；他所創造的有男有女……神看他所造的一切都很好。”（1:27、31）

神藉著男性和女性，以及兩者間互補互動成為一體的關係，展示一幅表明祂本質的美麗圖畫。神創造性別和兩性關係，建構婚姻與家庭的親密觀念。神用這種模式來說明祂與自己的子民建立了極親密的愛的關係。祂創造了世間第一對愛侶亞當和夏娃，缺少了一個就不完全。“因此人要離開父母，和妻子連合，二人成為一體。”（2:24）

聖經中的性觀念幫助人明白神自身的奧妙。性不單是指一項行為（性行為）或一個性別（男性或女性）。身性是人之所以為人的基本要素，人在當中學習怎樣與神、與人建立親密關係。

### 身性的表達

在神的計劃中，性關係僅能在婚姻的委身盟約中體驗。性的聯合是為了幫助夫妻表達心靈的親密、感情的聯繫、情愛的興奮、個人的滿足。婚姻伴侶按著神為他們與自己終生的伴侶所創造預備，在連合成為“一體”中，二人就得以完全，這樣就揭示了生命一大奧祕。走出神這個計劃，只會帶來痛苦，因為神為身性制定的律法，都是為了人自身的好處。

### 持守性貞潔

要在性方面忠於自己的偶配，人要刻意抉擇，並過克制慾念的生活。人要持守性貞潔，就要抗拒性的試探。婚姻伴侶任何一方都要作出敬虔的抉擇，避免不敬虔的性慾望，免得犯罪（帖前4:3~7；雅1:14~15）。

社會上充滿了性的訊息，引誘人犯罪。在人的思想上和肉體的性慾上設定健康的界限，可以幫助人持守性貞潔。這意味著要“把一切心意奪回來，順服基督”（林後10:5），也意味著男女頻密接觸時，要“存著純潔的心”（提前5:2）彼此對待神家裡的人，像對待兄弟姊妹一樣。

人類墮落之後，身性被歪曲了，性經驗也被罪扭曲。性貞潔遭破壞，

導致性的裂痕重重，妨礙了人與人之間建立真摯的關係。單是婚姻不能消除性的裂痕，只有基督能以悔改和寬恕為人類贖回身性。只有在主裡面，人才能體驗經補贖後的身性，為他們帶來經受操練的成熟、健全的界限和婚姻的忠誠。

### 醫治性罪

性罪有毀滅的後果，然而神願意饒恕這些罪。耶穌邀請人帶著他們的罪來到祂面前。以下五個程序是性罪得醫治的方法：

1. 認罪：性罪在隱匿暗中肆虐。人如果要經歷完全的醫治，必須先向神剖白認罪，祂會聆聽並赦免（箴28:13；約壹1:9）。
2. 悔改：包括承認性罪和承擔責任。悔改使人自由，並為復和而改變自己（林後7:10）。
3. 寬恕：人需要寬恕自己，也要寬恕牽涉在其中的人。放下憤恨和羞辱是性罪得醫治的關鍵（西3:13）。
4. 憂傷：誤用身性能導致痛苦的結果和虧損，痛苦使人憂傷。耶穌應許憂傷的靈必得醫治（雅4:9~10）。

5. 補償：傷害別人的行為經過補償可以使夫妻復和，並重建親密關係。這可以是不同形式的補償，因應情況而定。每個人都應該尋求神的引導，怎樣補償因性罪導致的種種缺失（結33:14~15）。

### 身性的歡慶

一對已婚的夫妻能真誠由衷地歡慶性，彼此分享身性的歡愉。這裡不單是指性愛，也指在婚姻盟約中彼此忠誠、真摯和歡樂。舊約用“知道”一詞來指性愛（4:1，《新譯本》譯作“同房”），不單是委婉的說法，在希伯來文中，“知道”也包含親密的深邃意義。這種親密的認識是委身盟約的根基，也是婚姻性愛歡愉的基礎。神的計劃從起初就恰如其分，直到今天仍然一樣。

### 進深默想

這專題的其他教導，可參以下經文：

- ◆ 申命記二十二章13至30節
- ◆ 箴言五章15至23節，六章20至35節
- ◆ 雅歌七章1至13節
- ◆ 馬太福音五章27至30節
- ◆ 哥林多前書六章12節至七章16節

### 知多一點點

要更全面認識“身性”這專題，請翻到第3頁閱讀聖經重點（創1:27~28）。另見第7頁的聖經人物（亞當與夏娃）。

沒有遇見一個和他相配的幫手。<sup>21</sup>耶和華神使那人沉睡。他熟睡的時候，耶和華神取了他的一根肋骨，又使肉在原處復合。<sup>22</sup>然後，耶和華神用從那人身上所取的肋骨，造了一個女人，帶她到那人面前。<sup>23</sup>那人說：

“這是我骨中的骨，  
肉中的肉；  
她當稱為女人，  
因她是從男人身上取出來的。”

<sup>24</sup>因此人要離開父母，和妻子連合，二人成為一體。<sup>25</sup>那時，夫妻二人赤身露體，彼此都不覺得羞恥。

吃園中任何樹上的果子嗎？”<sup>2</sup>女人對蛇說：“園中樹上的果子，我們都可以吃；<sup>3</sup>只有園中那棵樹上的果子，神曾經說過：‘你們不可吃，也不可摸，免得你們死。’”<sup>4</sup>蛇對女人說：“你們決不會死；<sup>5</sup>因為神知道你們吃那果子的時候，你們的眼睛就開了；你們會像神一樣，能知道善惡。”<sup>6</sup>於是，女人見那棵樹的果子好作食物，又悅人的眼目，而且討人喜愛，能使人有智慧，就摘下果子來吃了；又給了和她在一起的丈夫，他也吃了。<sup>7</sup>二人的眼睛就開了，才知道自己是赤身露體的。於是把無花果樹的葉子編縫起來，為自己做裙子。

<sup>8</sup>天起涼風的時候，那人和他的妻子聽見耶和華神在園中行走的聲音，就藏在園子的樹林中，躲避耶和華神的面。<sup>9</sup>耶和華神呼喚那人，對他說：

### 始祖被引誘而違主命

**3** 在耶和華神所造野地所有的生物中，蛇是最狡猾的。蛇對女人說：“神真的說過，你們不可

## 作抉擇 (2:16~17)

心靈札記

界線

神為亞當預備了一個種滿果樹的園子，讓他滿足自己的飢腸，也滿足味蕾。他和夏娃都可以隨意吃園中所有樹上的果子，然而神在園中放置了一棵禁止人吃它果子的樹——只是一棵樹——神告訴亞當：那棵樹上的果子“你不可吃”。為要得著出於愛的順服，就要給他不服從的選擇。亞當得到清晰的界限和選擇，又知道選擇不服從會帶來的後果。每天我們都要面對抉擇，當我們謹守神的界限，就表明了愛祂。

## 孤單一人？ (2:18)

心靈札記

獨身

神為亞當預備了一個“幫手”，不是要貶低獨身的地位，而是要認同婚姻的價值。神關心亞當形單影隻的孤單，因為祂創造人的目的是為了建立關係——跟祂和別人。獨身的人包括了未婚、分居、離婚和寡居的人。儘管情況各有不同，他們都要面對孤單一人可能帶來的問題，例如：孤立、不安定、感到被遺棄等。“無所依附”可以助長毀滅的反應，或可促使人與神發展深遠的關係。獨身並沒有錯——只是不要孤立起來。



聖經  
人物

身性

## 亞當與夏娃：神對身性的心意

(創2:18~25)

**神**創造了性。在神的設計下，身性成了人本質的一部分。神完成祂創造之工，包括創造男人和女人後，宣告一切都“很好”。當亞當親眼看到神從他的肋骨創造出來的女人，他也說出了相似的感受。神曾容許亞當感受孤獨，然後祂創造了夏娃，使亞當從她身上認識親密無間一體感的意義。這是世上第一宗一見鍾情的例子，只消看

一眼，亞當就深印在心，戀上了夏娃。

神創造亞當和夏娃成為一個關係單位，性是令他們聯合的部分黏合劑。從起初，神設計了身性，男人與女人可以藉此建立奇妙的關係。性是針對人類的孤單而創造的奇妙工具，然而必須在男女關係一個重要的組合之下才能運用，這個組合就是婚姻。

神在伊甸園裡為亞當和夏娃主持婚禮，祂宣布合乎按祂心意的婚姻關係的觀點（除了性之外）。創世記二章24至25節描述了這些觀點：

- ◆ 離開父母，
- ◆ 彼此連合，
- ◆ 成為一體。

這些進程使二人向對方全然袒露自己，他們“赤身露體”，但是“不覺得羞恥”。不過，罪侵入了這個世界，使生命的每一方面都變得錯綜複雜，也包括了性。只有亞當和夏娃體驗過婚姻生活原初的本質。然而，甚至在墮落之後，性繼續成為恆久的祝福。聖經形容婚姻內的性有三個重要目的：生育、愛的歡愉、抗拒性罪。

自亞當和夏娃開始，每一對夫妻都要付出努力和忠誠，保持性成為婚姻生活的祝福。一個男人與一個女人如果按著神的指引和心意，建立並活出他們的婚姻關係，他們會發現正如亞當和夏娃在遠古之時所發現的，婚姻內的性實在可以“很好”。

### 知多一點點

要更全面認識“身性”這專題，請翻到第4-5頁閱讀關懷心言。另見第3頁的聖經重點（創1:27~28）。

“你在哪裡？”<sup>10</sup>他回答：“我在園中聽見你的聲音，就害怕；因為我赤身露體，就藏了起來。”<sup>11</sup>耶和華 神說：“誰告訴你，你是赤身露體呢？難道你吃了我吩咐你不可吃的那樹上的果子嗎？”<sup>12</sup>那人說：“你所賜給我、和我在

一起的那女人，她把樹上的果子給我，我就吃了。”<sup>13</sup>耶和華 神對女人說：“你作了甚麼事呢？”女人說：“那蛇欺哄我，我就吃了。”

### 懲罰與應許

<sup>14</sup>耶和華 神對蛇說：

心靈關懷聖經-試讀本



家庭生活

## 傷痛不相傳——談原生家庭的影響

(創50:15~21)

區祥江

中國人常說：“家家有本難念的經”。近代的婚姻家庭治療理論，就是要解讀這本難念的經，其中原生家庭（Family of Origin）的觀念，是十分有效的角度。

原生家庭是指自己出生和成長的家庭。這家庭的氣氛、傳統習慣，子女在家庭角色上的學效對象，家人互動的關係等，都影響子女日後在自己新家庭中的表現。人要認識自己原生家庭的影響，才不致將原生家庭一些負面的元素帶到新家庭去。

### 原生家庭對夫妻關係的影響

弗里曼（David S. Freeman）在 *Family Therapy with Couples – The Family-of-Origin Approach* 提及五項原生家庭的重要假設，讓我們了解原生家庭對夫妻關係的影響：

1. 人從家庭的經歷中，不可能沒有情感未了的需要，例如：來自沒安全感家庭的，想在配偶身上找到安全感。
2. 我們擇偶時是希望在情感上得到我們在原生家庭中未得到的需要，例如：父母的肯定，需要感到自己獨特等。
3. 我們都帶著這些未了的情感包袱，希望在新的婚姻關係或家庭中得到解決。
4. 我們在原生家庭得不到家庭的滿足，就會只顧索求，沒有能力為配偶付出。這看法雖然有點悲觀，但是我們如果勇於面對自己原生家庭的問題，就有新的動力重新去愛。

5. 關係上的問題大多是因為原生家庭未解的結，而多於因為缺乏委身、關心和愛。這種看法或許帶有諒解和盼望，當然背後不是鼓勵你將埋怨歸咎於原生家庭，而是鼓勵你去正視家庭遺留下來的問題。

### 聖經中的例子

在創世記列祖的故事中，我們不難找到傷痛相傳的例子，雅各就是負面的例子。他生長在充滿偏愛的原生家庭，這偏愛的負面影響就伴隨著他。

雅各的母親偏愛他，父親偏愛兄長以掃，以致兄弟不和，日後成為世仇。當雅各建立家庭，面對一對姊妹時，他偏愛妹妹拉結，使這對姊妹因嫉妒而不斷相爭，連眾多兒子的名字都隱含著母親的競爭戰況（29:31~30:24）。

雅各似乎仍然不明白偏愛的弊端和惡果，在眾多兒子中，雅各愛約瑟過於愛其他的兒子，因為約瑟是他年老時生的（也是他偏愛的妻子拉結生的）。他給約瑟做了一件彩色長衣（通常是長子才有權擁有長衣）。約瑟的哥哥見父親偏愛約瑟，就恨他，不能與他和和氣氣地說話。（37:3~4）

哥哥的仇恨因此萌生，約瑟終於給哥哥賣到埃及。雅各不是承受了父母偏愛留給他們兄弟相殘的惡果嗎？為甚麼他不從歷史中吸取教訓，自己卻重蹈

覆轍，偏愛某個妻子、某個兒子，原生家庭的影響，就在人不知不覺間傳遞下去。

### 如何可以傷痛不相傳

已婚的人有沒有檢視原生家庭的影響？一些好的傳統我們要保留，並把它傳遞給下一代，例如：家庭重視兄弟彼此扶助；不良的相處互動關係如偏愛，我們要除去。

雖然古人說“三歲定八十”，佛洛伊德也說幼年的行為決定了將來的行為，但是這種說法不是絕對的，因為人有重新抉擇的能力。不少人能夠擺脫父母的影響，例如：父親是不負責任的“酒鬼”，兒子是可以努力成為有責任感的男子。只要願意努力，探究成長過程中受到的種種影響，去蕪存菁，希望仍在我們的新家庭中。

聖經中能夠擺脫原生家庭負面影響的人，首選是約瑟。約瑟對哥哥說：“你們不要害怕，我怎能代替神呢？從前你們有意要害我，但神有美好的意思在其中，為要成就今日的光景，使許多人的性命得以保全。現在你們不要害怕，我必供養你們和你們的孩子。”於是約瑟用仁慈的話安慰他們。（創50:19~21）

約瑟看到神在他家庭中奇妙的安排，本來是哥哥的傷害，卻帶來祝福，令家人的生命得到保全。基督徒有沒有想過神放在這個家庭中有祂特別的心意？先正視家庭對你的影響，並藉著信仰的力量，將家人帶到神的身邊。

原生家庭對夫妻相處有六方面影響，值得我們反思。小心我們不知不覺間把不良影響傳遞給下一代：<sup>1</sup>

1. 應付框（Coping Frame）：我的家人是怎樣面對壓力的呢？我自己也是這樣嗎？

2. 模範框（Modeling Frame）：我的父母在相處上，給我作別人的丈夫或妻子留下甚麼榜樣？
3. 角色框（Role Frame）：我在原生家庭中扮演甚麼角色？我是習慣要作決定的，還是聽候別人的帶領？這對我的婚姻生活有甚麼影響？我與配偶的角色能有彈性，因應環境的需要而調節嗎？
4. 定義現實框（Definition Frame）：我的家人怎樣看現實？是悲觀還是樂觀？我家庭有沒有一些價值取向是我一直奉為金科玉律的？這與我配偶的價值觀有衝突嗎？
5. 倒轉框（Reversal Frame）：我有甚麼行為、態度或想法，是刻意與原生家庭相反的？是想擺脫父母某些負面的影響嗎？我有沒有留意這些行為有時候會矯枉過正呢？
6. 效忠框（Loyalty Frame）：在我的原生家庭中，我傾向效忠於誰？這對我的婚姻有甚麼影響？婚姻遇到不快時，我會否找其他家庭成員作聯盟？

### 進深默想

這專題的其他教導，可參以下經文：

- ◆ 創世記二十七章1至45節
- ◆ 創世記五十章15至21節
- ◆ 耶利米書三十一章27至30節

<sup>1</sup>R. Gerson, S. Hoffman, M. Sauls, and D. Ulrici, D., “Family-of-Origin Frames in Couples Therapy,” *Journal of Marital and Family Therapy* 19 (1993): 341-54.