

心靈議題目錄

心靈關懷始自聖經，《心靈關懷聖經》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“心靈議題索引”，頁1634至1669。

大範疇	次類別	心靈議題名稱
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
	個人成長	女士的關注、生命週期、老化 / 年長、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、態度、寬容、獨身、壓力、饒恕、驕傲
與人	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
	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、評斷心態
	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	9
螃蟹效應	妒忌	麥基恩醫生	59
傷痛不相傳——談原生家庭的影響	家庭生活	區祥江博士	73
家庭屬靈牧養	師徒關係	羅錦添博士	208
單親媽媽的挑戰	離婚 / 分居	區祥江博士	228
不育的壓力	不育	鍾吳麗娟女士	312
中港兩地老夫少妻的現象	家庭生活	白智信博士	344
傷逝	哀傷 / 痛失	黃葉仲萍博士	356
創傷的陰霾	創傷	黃葉仲萍博士	371
危機輔導——向自毀和自殺說不	自殺	勵楊蕙貞博士	423
教會如何幫助單親婦女？	離婚 / 分居	余金蘭博士	437
鯰魚效應	工作	麥基恩醫生	563
無情天災	哀傷 / 痛失	葉大為博士	578
無妄之災	哀傷 / 痛失	葉大為博士	598
病態賭徒對家人的影響	沉溺	陳玉麟醫生	617
情緒變化	感情生活	黃葉仲萍博士	646
照顧長期病患者	家庭問題	麥基恩醫生	650
情緒智商	感情生活	余德淳博士	654
面對抑鬱	抑鬱	麥基恩醫生	696
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	738
牧養失業信徒和失業信徒的自我牧養	工作	王德福博士	746
家庭暴力對子女成長的影響	家庭問題	徐惠儀女士	753
綜援家庭的心理壓力	壓力	余妙雲女士	756
現代人的抗逆力	金錢	葉大為博士	775
美麗與纖體	飲食失調	麥基恩醫生	782
貧賤夫妻百事哀	家庭問題	麥基恩醫生	793
分手之痛	青少年問題	區祥江博士	795
婚姻下半場	家庭問題	黃麗彰博士	799
戀愛的張力	婚姻	黃朱倫博士	806
外表平凡卻很可愛	婚姻	黃朱倫博士	807
彼此讚美	婚姻	黃朱倫博士	810
平凡中的不平凡	婚姻	黃朱倫博士	811
幸福婚姻的要素	婚姻	黃朱倫博士	813
婚姻裡的結合	婚姻	黃朱倫博士	815

文章	議題	作者	頁碼
為對方保留	婚姻	黃朱倫博士	819
婚前輔導與婚姻成長	婚前關係	李振康博士	820
在亂世中獲得盼望	盼望	黃嘉樑博士	1012
如何與反叛的少年人相處	青少年問題	區祥江博士	1085
執子之手，與子偕老	婚姻	譚廣海博士	1136
使人和平的心理準備	衝突	麥基恩醫生	1152
快樂的祕訣	喜樂	湯國鈞博士	1164
生命歷奇	青少年發展	李德誠先生	1170
對新聞時事的“回音室效應”	偏見	麥基恩醫生	1186
幫助病痛者走出幽谷	醫治 / 康復	謝翠瑩女士	1202
隱蔽長者	老化 / 年長	白智信博士	1206
亞馬遜效應	價值觀	麥基恩醫生	1211
親子心靈溝通	家庭生活	麥張偉芬女士	1232
情緒與靈命	感情生活	葛琳卡博士	1270
父母照顧智障兒童的困境	家庭問題	區美蘭博士	1297
與神親密關係	靈命成長	楊陳惠敏博士	1308
青少年沉溺問題	濫用藥物	陳玉麟醫生	1374
再婚家庭的雙重挑戰	混合家庭	區祥江博士	1401
祭祖	家庭問題	梁永善博士	1404
真愛的抉擇	愛	何志彬博士	1413
如何面對更年期？	老化 / 年長	白智信博士	1425
減壓妙方	壓力	勵楊蕙貞博士	1434
生命教練	師徒關係	陳鴻耀博士	1455
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	1462
與青少年孩子的溝通與衝突處理	溝通	凌展輝長老	1464
青少年吸毒	濫用藥物	盧錦華先生、 李冠美女士	1481
生死兩相安	死亡	阮成國博士	1492
鄧克效應	自尊	麥基恩醫生	1502
青少年沉溺行為問題	青少年問題	盧錦華先生、 李嘉慧女士	1514
長者信子得永生	老化 / 年長	謝任生博士	1519
配偶不忠	夫妻的挑戰	徐惠儀女士	1544
內在醫治	靈命成長	方桂生牧師	1557
幫助未信的配偶信主	婚姻	梁朱美娟女士	1570
屬靈爭戰與地域邪靈	屬靈爭戰	廖炳堂博士	1586

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，也就是你和我的人生——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）

神創造天地萬物

1起初，神創造天地。
2大地荒涼，渺無生息，深淵上面一片黑暗，神的靈在水面上方盤旋。

3神說：“要有光！”就有了光。**4**神看見光很美好！神把光暗分開，**5**神稱光為“晝”；黑暗，他稱為“夜”。有晚上，有早晨，是第一天。

6神說：“眾水之間要有穹蒼，把水和水分開！”**7**神造了穹蒼，把穹蒼下面的水和穹蒼上面的水分開，事就這樣成了。**8**神稱穹蒼為“天”。有晚上，有早晨，是第二天。

9神說：“天下面的水要匯聚在一處，使乾地露出來！”事就這樣成了。**10**神稱乾地為“地”；匯聚在一起的水，他稱為“海”。神看見這很美好！**11**神說：“地要長出草木！地上要有結種子的草穀豆蔬和各類結果子的果樹，果子裡面有種子。”事就這樣成了。**12**於是地生出草木：各類結種子的草穀豆蔬、各類結果子的樹木，果子裡面有種子。神看見這很美好！**13**有晚上，有早晨，是第三天。

14神說：“天穹中要有光體來分晝夜，要作為記號，定節期，定日子年份；**15**這些

光體要在天穹裡發光，光照大地！”事就這樣成了。**16**於是，神造了兩個大光體，大的光體管晝，小的光體管夜；又造了群星。**17**神把這些擺放在天穹中，光照大地，**18**管晝夜，分光暗。神看見這很美好！**19**有晚上，有早晨，是第四天。

20神說：“水裡要滋生眾多有生命的動物；大地上方、天穹下面要有雀鳥飛翔！”**21**神創造了巨大的海蛇，以及各種各類在水裡滋生成群游動的、有生命的動物；又造了各種各類有翅膀的飛鳥。神看見這很美好！**22**神賜福給牠們，說：“要繁衍、增多，遍滿海洋的水；飛鳥也要在地上增多！”**23**有晚上，有早晨，是第五天。

24神說：“地要生出各類有生命的動物，就是各類牲畜、爬行動物、地上的野獸。”事就這樣成了。**25**於是，神造了各類地上的野獸、各類牲畜，以及地上各種各類爬行動物。神看見這很美好！

神創造人類

26神說：“我們要照我們的形象，按我們的樣式造人，要讓他們統管海裡的魚、天空的飛鳥、牲畜和整個大地，以及一切在地上活動的爬行動物！”

27於是，神照著自己的形象創造了人，



神創造了性（創1:27~28）

神創造了性，並宣告它是“很美好”。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5-6頁閱讀關懷心言。另見第8頁的聖經人物（亞當與夏娃）。



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“美好”。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。“於是，神照著自己的形象創造了人，照著神的形象，他創造了他們，男和女，他都創造了。……神看見自己所造的一切的確非常美好！”（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。“為這緣故，男人將離開父母，與妻子親密相連，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，這樣就揭示了生命中一大奧秘。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“完全純潔”（提前5:2）地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：性罪因隱祕而猖獗。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

已婚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“親近”一詞來指性愛（4:1），不單是委婉的說

法，在希伯來文中，“親近”也包含親密的深遠意義。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4頁閱讀聖經重點（創1:27~28）。另見第8頁的聖經人物（亞當與夏娃）。

照著 神的形象，他創造了他們，男和女，他都創造了。

²⁸ 神就賜福給他們， 神對他們說：“要繁衍、增多，遍滿大地，主宰大地；也要統管海裡的魚、天空的飛鳥和一切在地上活動的野獸。”²⁹ 神說：“看哪，整個地面上所有結種子的草穀豆蔬、所有果子裡有種子的樹，我都賜給你們作食物。”³⁰至於地上各種野獸、天空的各種飛鳥、各種在地上活動的有生命的動物，我把所有草穀豆蔬等植物都賜給牠們作食物。”事就這樣成了。

³¹ 神看見自己所造的一切的確非常美好！有晚上，有早晨，這是第六天。

神設立安息日

2 這樣，天地和其中井然有序的萬物都造齊了。

²第七天， 神已經完成造物的工作；第七天，他歇了一切造物的工作。

³ 神賜福給第七天，把這天分別為聖，因為 神在這天歇了一切創造的工作。

神造人並設置伊甸園

⁴以下是創造天地及其後發生的事：

耶和華 神造地和天的時候，⁵地上田野還沒有任何灌木，田野還沒有長出任何草穀

豆蔬，因為耶和華 神還沒有降雨在地上，也沒有人耕種土地；⁶不過有泉水從地裡湧上來，澆灌整片土地。⁷耶和華 神用土地的塵土塑造了亞當，把生命之氣吹進他的鼻孔，亞當就成了有生命的人。

⁸耶和華 神在東方的伊甸栽種了一個園子，把他塑造的亞當放在那裡。⁹耶和華 神使各種樹木從土地裡長起來，使人看著喜愛，果子又是好的食物。生命樹就在園子中央，那裡還有善惡知識樹。

¹⁰有一條河從伊甸流出來，澆灌那個園子，又從那裡分開，成了四條河的源頭。¹¹第一條名叫比遜，輾轉流遍哈腓拉全地，在那裡有金子——¹²那地金子精純，在那裡還有芬香樹脂和瑪瑙石。¹³第二條河名叫基訓，輾轉流遍古實全地。¹⁴第三條河名叫底格里斯，流經亞述東面。第四條河就是幼發拉底。¹⁵耶和華 神把亞當帶來，安置在伊甸園裡，讓他耕種、看管園子。¹⁶耶和華 神吩咐亞當說：“園裡各種樹的果子，你完全

於是， 神照著自己的形象創造了人，照著 神的形象，他創造了他們，男和女，他都創造了。

1:27

可以吃；¹⁷只有那棵善惡知識樹的果子，你不可吃；因為你吃了，當天就一定死！”

神造女人並建立婚姻

¹⁸耶和華 神說：“亞當獨自一個不好，我要為他造個與他相配的幫助者。”¹⁹耶和華 神用泥土塑造了田野的各種動物、天空的各種飛鳥，帶到亞當面前，要看他怎樣命名；無論亞當叫哪一種有生命的動物甚麼，那就是牠的名字。²⁰亞當就給各種牲畜、天空的飛鳥，以及田野的各種動物都起了名字；可是亞當沒有找到一個與他相配的幫助者。²¹耶和華 神使亞當沉睡；在他睡著的時候，取出他的一根肋骨，又使肉在原處合起來。²²耶和華 神用從亞當身上取出的肋骨，造成一個女人，把她帶到亞當面前。

²³亞當說：

“這一個終於是我骨中的骨，
我肉中的肉；
這一個要稱為‘女人’，
因為從男人身上取出來的，
是這一個。”

²⁴為這緣故，男人將離開父母，與妻子親密

相連，二人成為一體。

²⁵亞當和妻子兩人赤身露體，彼此都不覺得羞恥。

始祖被引誘違背 神的命令

3 ¹在耶和華 神造的所有田野動物之中，蛇最狡猾。牠對女人說：“神真的說過，你們不可吃園裡任何樹的果子嗎？”²女人對蛇說：“園裡樹上的果子，我們可以吃，³但是園子中央那棵樹的果子，神曾經說過：‘你們不可吃，也不可摸，否則你們就會死！’”⁴蛇對女人說：“不，你們一定不會死！⁵其實 神知道，你們哪一天吃了，眼睛就會打開，你們會像 神一樣，能知道善惡。”

⁶女人看那棵樹的果子是很好的食物，可以滿足眼睛的欲望，又喜愛它能使人聰慧，就拿那棵樹的果子吃了；也給了與她在一起的丈夫，他就吃了。⁷他們兩人的眼睛就開了，知道自己赤身露體，於是拿無花果樹的葉子編起來，做成圍腰給自己遮羞。

⁸天晚起風的時候，亞當和妻子聽見耶和



界線

作抉擇 (2:16~17)

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”。為要得到出於愛的順服，就要給他不服從的選擇。亞當得到清晰的界限和選擇，又知道選擇不服服會帶來的後果。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。

生命反思：你如何謹慎地做每一個抉擇？



獨身

孤單一人？ (2:18)

神為亞當預備了一個“幫助者”，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邃的關係。獨身並沒有錯——只是不要孤立起來。

生命反思：在主裡如何過豐盛的獨身生活？

華 神在園裡來回行走的聲音，就藏在園子的樹叢裡，躲避耶和華 神的面。⁹耶和華 神呼喚亞當，對他說：“你在哪裡？”¹⁰他說：“你的聲音我在園裡聽見了，就害怕得躲起來，因為我赤身露體。”¹¹耶和華 神說：“是誰告訴你，說你赤身露體呢？那棵樹的果子我吩咐你不可吃，莫非你吃了嗎？”¹²亞當說：“是那個女人——你給我、跟我在一起的，是她把那棵樹的果子給我，我就吃了。”¹³耶和華 神對女人說：“你怎麼會做出這樣的事？”女人說：“那條蛇誘騙我，我就吃了。”

懲罰與應許

¹⁴於是耶和華 神對蛇說：“因為你做了這樣的事，所以在所有牲畜

和所有田野動物之中，
你必受詛咒最重！
你會用肚子行走，
有生之日都吃塵土。
¹⁵我要把仇恨放在
你和女人之間、
你的後裔和她的後裔之間；
女人的後裔會傷你的頭，
你會傷他的腳跟。”
¹⁶對女人，他說：
“我要大大增加
你懷胎的痛苦，
你生孩子時要經受產痛。
你會戀慕你的丈夫，
他卻要管轄你。”

¹⁷對亞當，他說：“因為你聽從妻子的話，



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“非常美好”。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，
- ◆ 親密相連，
- ◆ 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“非常美好”。

知多一點點

要更全面認識“身性”這專題，請翻到第5-6頁閱讀關懷心言。另見第4頁的聖經重點（創1:27~28）。



婚姻的親密關係（創2:24）

譚廣海

婚姻是人倫關係的基礎，夫婦關係能否穩定，影響個人及其家庭成員的情緒與性格等多方面成長。過去傳統的家庭關係，多重視兩性角色的分配，就是“男主外、女主內”的深層觀念，數十年主導了華人家庭的發展。然而在現代城市中，許多夫婦均同時外出工作；傳統婚姻模式多不能令夫婦十分滿意他們的婚姻關係。

婚姻家庭關係的再思——從傳統到現代婚姻模式的轉型

夫妻的親密關係在於雙方互動時的“凝聚力與彈性”，只有在“親密又能自主”的情況下，才能減少婚姻與家庭的衝突，以親密關係為基礎處理問題。

某項調查問卷顯示，幸福夫妻親密關係的“長處特徵”，在於感覺關係密切、有良好的談話方式及對財務和宗教信仰等價值觀一致。然而，“短處特徵”卻是雙方對領導權的堅持，性格倔強及太多負面批評，缺乏共同休閒生活，並且很少分享心中感受。¹

因此，我們必須正視現代婚姻關係的發展，已經從“傳統按功能分工”轉為“婚姻靈友同伴”（Companionship Marriage）模式。所謂婚姻靈友同伴，不但關乎經濟支援層面，更關乎夫妻在“理性認知與情感生活”的經歷和滿足。本文聚焦於怎樣幫助自己和配偶，從靈友同伴的角度建立整全親密關係。筆者認為，唯有在婚姻關係中，透過實際適切的“同行和支援”建立親密感，才能提升婚姻的滿足感和素質。

聖經對婚姻的觀點：整全關係親密的追求（創2:7、24；帖前5:23）

按聖經所說，婚姻是神所設立的（創2:24）。我們可以從三位一體的神觀，認識夫妻關係也需要“同位同榮同尊”。聖經對配偶的涵義主要包括：

1. 配偶是“幫助者”（直譯：在面前神造了一個幫助者），女性不是依附男性的傭人。
2. 而“骨中的骨，肉中的肉”（創2:23）更表達了關係的親密（連合的意思，是親密共存並黏在一起而堅固）。
3. 我們受造成為“有生命的人”（創2:7）；在夫妻互動的關係中，也需追求心靈的富足。

基督徒心理學家貝內爾（David G. Benner）提出：“在婚姻關係中的配偶，其實是神聖的同伴（Sacred Companion）或屬靈朋友；彼此既以神為中心，也像知己般發展親密關係，幫助彼此更察覺神聖事物的同在。”²事實上，婚姻親密的關係必須涉及身體（性愛）、心（情緒）、靈（靈性／信仰）三方面。按聖經教導，我們的婚姻生活也需在上述每一層面中，獲得滿足和成長（帖前5:23）。因此，我們應視配偶為同伴或靈友；這觀念也為基督徒的婚姻提出成長的路向。究竟“婚姻同伴與靈友”的觀念，有何特質和內涵呢？

婚姻靈友的聖經教導

婚姻靈友的重點

特質內涵：屬靈友誼與引導

兩情相悅的男女，因情感產生愛慕而結婚。對基督徒而言，因同心領受真理並且在神面前等候與順服，同走信仰成長旅程，發揮靈友的角色與建立“屬靈友誼”，為對方提供“屬靈導引”。

婚姻靈友的特質與內涵，在於彼此了解雙方的分別與差異（區分）、學習尊重忍耐與寬容的功課（接納）、並因願意互相調整、適應環境、接受挑戰建立相容關係（融和）。同時，兩人在禱告中的安靜與交託，經驗“神同在的真實”。當謙卑真誠向神交託難處時，他們展開屬靈的旅程，逐漸地洞察神的帶領與心意、以神的話語為依歸，順服神的引導。

期待目標：相互牧靈與關愛的神聖同伴

家庭其實是相互關顧的重要場所。基督徒的家庭不僅重視物質富裕，更在屬靈（心靈）層面期待關懷與愛護。與此同時，在面對傷害或缺欠時，心靈牧養更顯重要，例如：內疚感、死亡、恐懼等經歷。按上述“友誼與引導”的原則，我們需要學習和操練，令這同伴的關係帶來“神聖的臨在”。

行的人、羊群、牛群、駱駝分成兩隊，⁸心想：“如果以掃來擊殺這一隊，餘下的另一隊還可以逃脫。”⁹雅各說：“我祖亞伯拉罕的神，我父以撒的神耶和華啊，你對我說過：‘回你的出生地去吧，我必厚待你。’¹⁰你多次以忠誠之愛和信實對待你的僕人，這一切我實在不配得；從前我只拿著我的手杖過這約旦河，現在我卻成為兩隊了。¹¹我害怕我哥哥以掃，求求你救我脫離他的手，不然他會來擊殺我和所有家眷——不管母親兒女都一起擊殺。¹²但是，你親自說過：‘我必定厚待你，使你的後裔像海沙那樣多得不可勝數。’”

¹³那天晚上，雅各就在那裡過夜。他從自己擁有的財物中，拿出禮物送給哥哥以掃：¹⁴母山羊二百隻、公山羊二十隻、母綿羊二百隻、公綿羊二十隻、¹⁵哺乳的母駱駝三十匹連同每匹的小駱駝、母牛四十頭、公牛十頭、母驢二十頭、公驢十頭。¹⁶雅各把這些分成一群一群，交在僕人手裡，又對僕人說：“你們先過去，走在我前面，每群之間要保持一段距離。”¹⁷他又吩咐帶頭的說：“我哥哥以掃見到你，如果問你說：‘你的主人是誰？你要去哪裡？你前面這些牲畜是誰的？’¹⁸你就說：‘是你僕人雅各的，是送給我主以掃的禮物，他自己也來了，就在我們後面。’”¹⁹他又吩咐第二個、第三個和所有跟在牲畜群後面的人說：“你們遇見以掃的時候，都要這樣對他說。²⁰你們要說：‘你的僕人雅各也來了，就在我們後面。’”因為他心想：“我先送禮

物去平息他的怒氣，然後見他的面，說不定他會接納我。”²¹於是禮物先過去，在他前面；那天晚上，他在隊中過夜。²²他那夜起來，帶著兩個妻子、兩個婢女、十一個孩子，過了雅博的淺灘。

雅各與天使扭打

²³雅各帶著他們，讓他們過了淺溪，然後讓他擁有的一切都過去，²⁴只剩下雅各孤身一人。有一個人和他扭打，直到天亮。²⁵那人見自己制伏不了他，就擊打他的髖關節。於是，雅各的髖關節就在和那人扭打時扭傷了。²⁶那人說：“天已經亮了，讓我走吧！”雅各說：“你不給我祝福，我就不讓你走！”

²⁷那人對他說：“你叫甚麼名字？”他說：“雅各。”²⁸那人說：“你的名字不要再叫雅各，而要叫以色列，因為你與神、與人搏鬥，都贏了。”²⁹雅各問他說：“請告訴我你的名字。”那人說：“為甚麼問我的名字？”然後他在那裡給雅各祝福。³⁰雅各給那個地方起名叫神面鎮，意思是：“我面對面看見了神，我的性命竟然保住了！”³¹他經過神面鎮的時候，太陽剛剛出來，照在他身上。他因為大腿的傷，跛腳行走。³²因此，以色列人直到現在都不吃髖關節上的筋，因為那人擊打雅各髖關節上的筋。

雅各與以掃重逢

33

¹雅各舉目觀看，看見以掃來了，帶著四百人；他就把孩子們分開，交給莉亞、拉潔和兩個婢



大腿的傷（創32:31）

雅各整夜孤身一人，與那人扭打，弄得髖關節受傷了。為想得到祝福，他說：“你不給我祝福，我就不讓你走！”雅各大腿的傷代表他那舊我已衰敗了，他要開展新的生命。扭傷讓他更倚靠神，更信靠神的帶領和安排。從前野心勃勃的雅各，現在成了與神、與人搏鬥都贏了的以色列。神喜悅我們在人生每一個階段中，都不斷追求認識神，有時堅強的性格，信心的跳躍，是在艱苦的困境中磨練出來。

生命反思：生命的傷痕如何造就你更親近恩主？