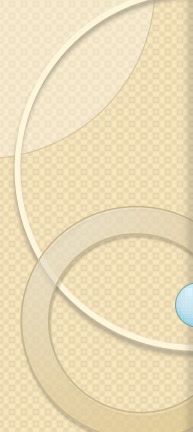




婚姻路上

區祥江



效法耶穌：與人同行的六個 Movement

路加福音 24: 13-35

Luk 24:13-33 正當那日，門徒中有兩個人往一個村子去；這村子名叫以馬忤斯，離耶路撒冷約有二十五里。(14) 他們彼此談論所遇見的這一切事。(15) 正談論相問的時候，耶穌**親自就近他們**，和他們同行；(16) 只是他們的眼睛迷糊了，不認識他。(17) 耶穌對他們說：「你們走路彼此談論的是什麼事呢？」他們就站住，臉上帶著愁容。(18) 二人中有一個名叫革流巴的回答說：「你在耶路撒冷作客，還不知道這幾天在那裡所出的事嗎？」

- (19) **耶穌說：「什麼事呢？」**他們說：
「就是拿撒勒人耶穌的事。他是個先知，
在神和眾百姓面前，說話行事都有大能。」
- (20) 祭司長和我們的官府竟把他解去，定了死罪，釘在十字架上。(21) 但我們素來所盼望、要贖以色列民的就是他！不但如此，而且這事成就，現在已經三天了。
- (22) 再者，我們中間有幾個婦女使我們驚奇；他們清早到了墳墓那裡，(23) 不見他的身體，就回來告訴我們，說看見了天使顯現，說他活了。(24) 又有我們的幾個人往墳墓那裡去，所遇見的正如婦女們所說的，只是沒有看見他。」

(25) 耶穌對他們說：「無知的人哪，先知所說的一切話，你們的心信得太遲鈍了。 (26) 基督這樣受害，又進入他的榮耀，豈不是應當的嗎？」 (27) 於是從摩西和眾先知起，凡經上所指著自己的話都給他們講解明白了。 (28) 將近他們所去的村子，耶穌好像還要往前行， (29) 他們卻強留他，說：「時候晚了，日頭已經平西了，請你同我們住下吧！」耶穌就進去，要同他們住下。 (30) 到了坐席的時候，耶穌拿起餅來，祝謝了，擘開，遞給他們。 (31) 他們的眼睛明亮了，這才認出他來。忽然耶穌不見了。 (32) 他們彼此說：「在路上，他和我們說話，給我們講解聖經的時候，我們的心豈不是火熱的嗎？」 (33) 他們就立時起身，回耶路撒冷去，正遇見十一個使徒和他們的同人聚集在一處，



與人同行的六個Movement

1. 親自就近
2. 舒解抗拒
3. 專心聆聽
4. 細心回應
5. 回想前瞻
6. 不在還在

同行者所需的素質

路 24:14 他們 **彼此談論**所遇見的這一切事。

路24:15 正談論相問的時候，耶穌親 **自就近他們，和他們同行；**

- **Debriefing 解說的需要**
- **就近談可容易**
- **同行：花時間、一起經歷**

同行者所需的素質

路 24:17-19

耶穌對他們說：「你們走路彼此談論的是什麼事呢？」他們就站住，臉上帶著愁容。

二人中有一個名叫革流巴的回答說：「**你在耶路撒冷作客，還不知道這幾天在那裡所出的事嗎？**」

耶穌說：「**什麼事呢？**」

- **被拒絕時不放棄**
- **繼續表示好奇和關心**

路 24:25-26

耶穌對他們說：「無知的人哪，先知所說的一切話，你們的心信得太遲鈍了。

基督這樣受害，又進入他的榮耀，豈不是應當的嗎？」

- 給予新的看法和盼望

路 24:30-32

到了坐席的時候，**耶穌拿起餅來，祝謝了，擘開，遞給他們。**

他們的眼睛明亮了，這才認出他來。**忽然耶穌不見了。**

他們彼此說：「在路上，他和我們說話，給我們講解聖經的時候，我們的心豈不是火熱的嗎？」

- 回想過去神的同在和保守
- 同行也有分開的時候

心的聲音：聆聽你的心聲



情緒表達四步曲

1. 情緒的察覺
2. 給情緒一個名字
3. 評估情緒是否可接納
4. 可表達的社交場合

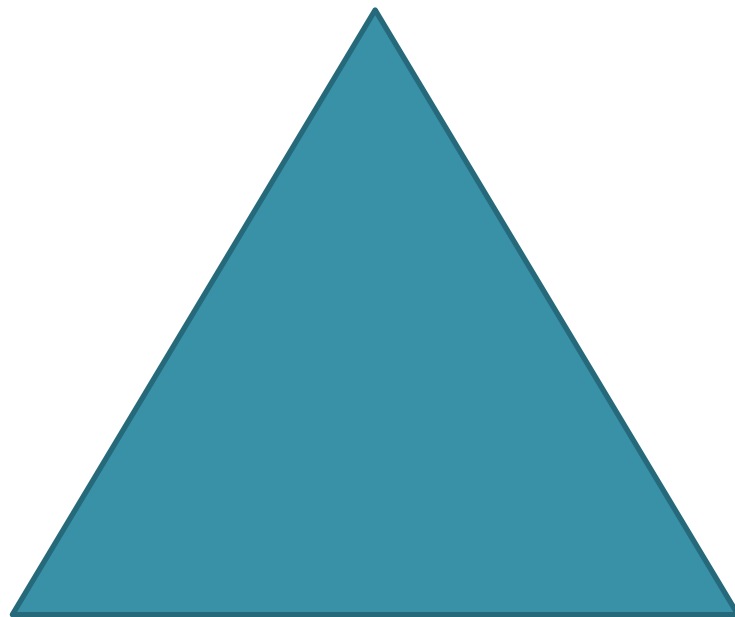
情緒的層次

- 第一層次
- 第二層次
- 憤怒背後的受悲感受
- (secondary) (primary)
- Hard vs soft

情緒衝突的三角分析

- 情緒衝突的三部分包括原先想表達的情緒 (**Feeling**)，例如男士遇到生命中的哀傷事件，最健康和自然流露的，應該是哀傷的情緒，甚或流淚。但因為要表達這種情緒，會帶來男士的焦慮 (**Anxiety**)，這是另一種禁制性的情緒，例如男士要維持一個強者的形象，在別人面前流露哀痛會帶來羞恥的感受，這羞恥感便將哀傷壓下，他以防衛機制 (**Defense**)來隱藏這情緒上的衝突，例如否認有哀傷，或以忙過不停來淡化內心的衝突。

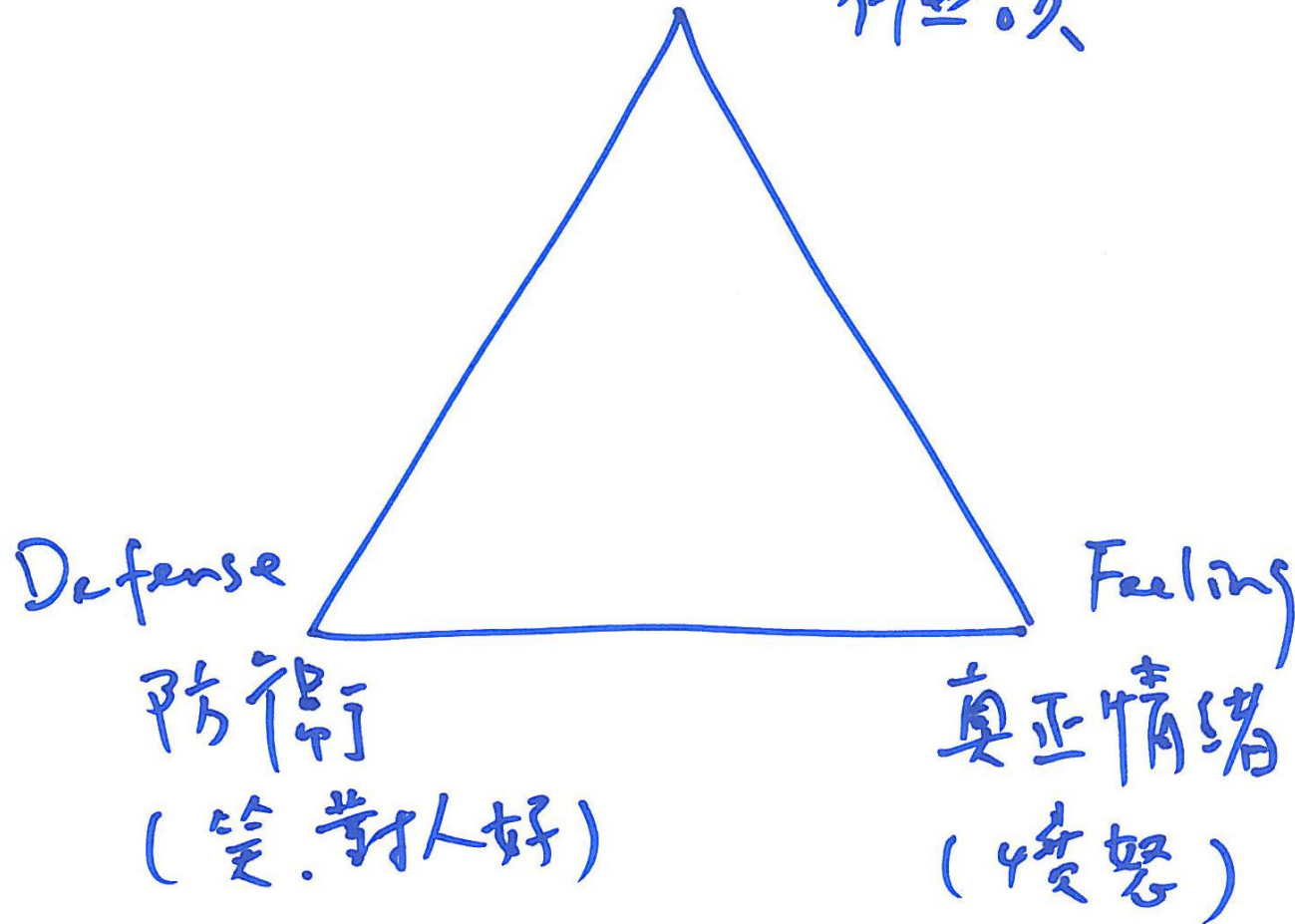
F: 想哭



A: 感到羞恥、尷尬

D: 我要堅強、我不能讓自己哭、
我沒有時間

焦慮 (內疚) (Anxiety)
不應該



回應別人傷痛不良的方法

- 否認傷痛的存在
- 逃避有傷痛的人
- 將他人的傷痛作話題傳開
- 過份投入和代入，令自己情緒受影響

死穴

找發洩對象

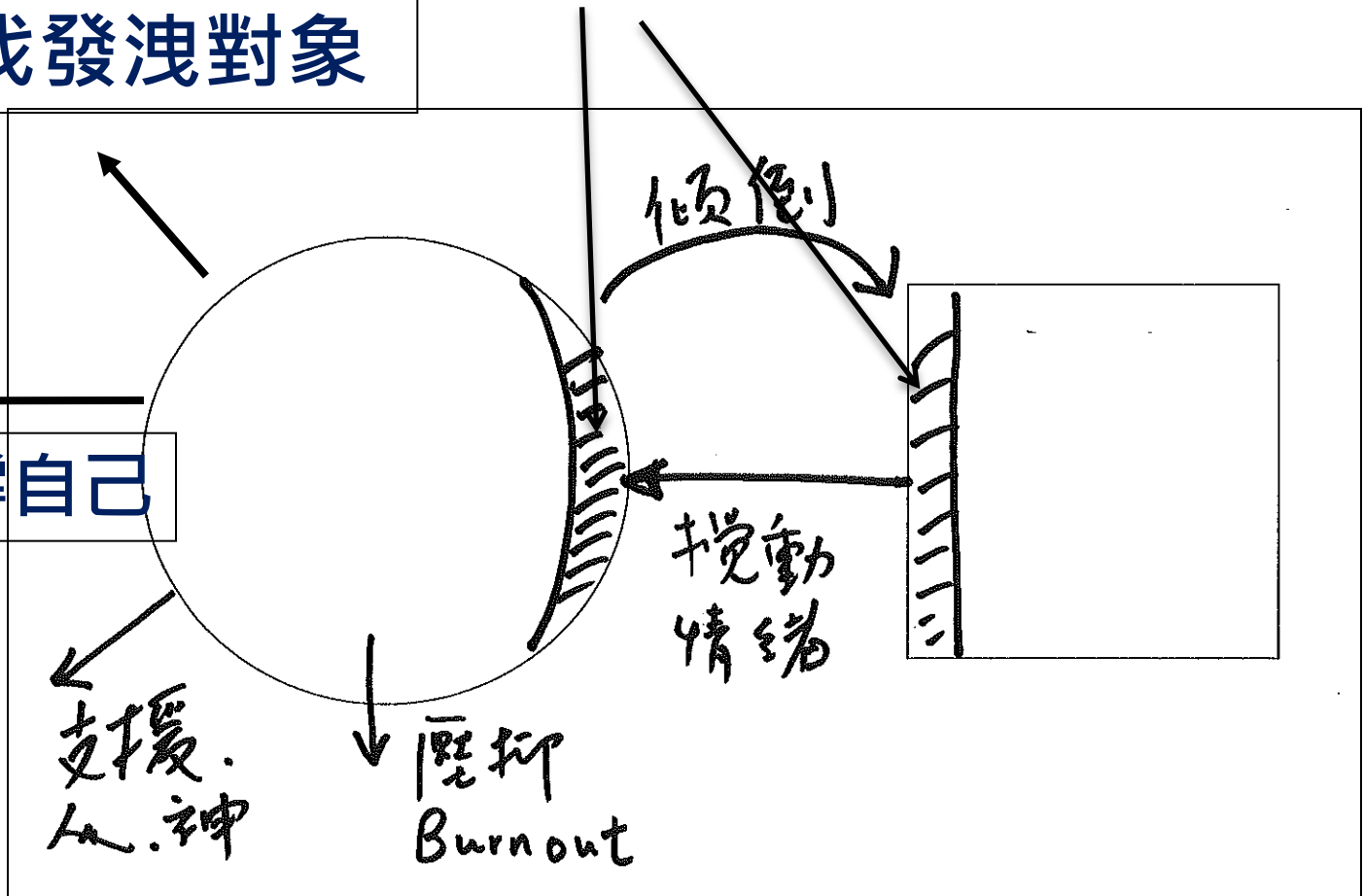
找人撐自己

傾倒

攪動
情緒

支援.
人.神

壓抑
Burnout



承載別人傷痛的先決條件

- 為對方創造安全和開放的心靈的空間
- 自己內心也有空間聆聽
- 不讓傷痛流瀉
- 有守秘密作界線
- 別人矛盾의思想和情感能充分表達

受傷的治療者Wounded Healer的反思

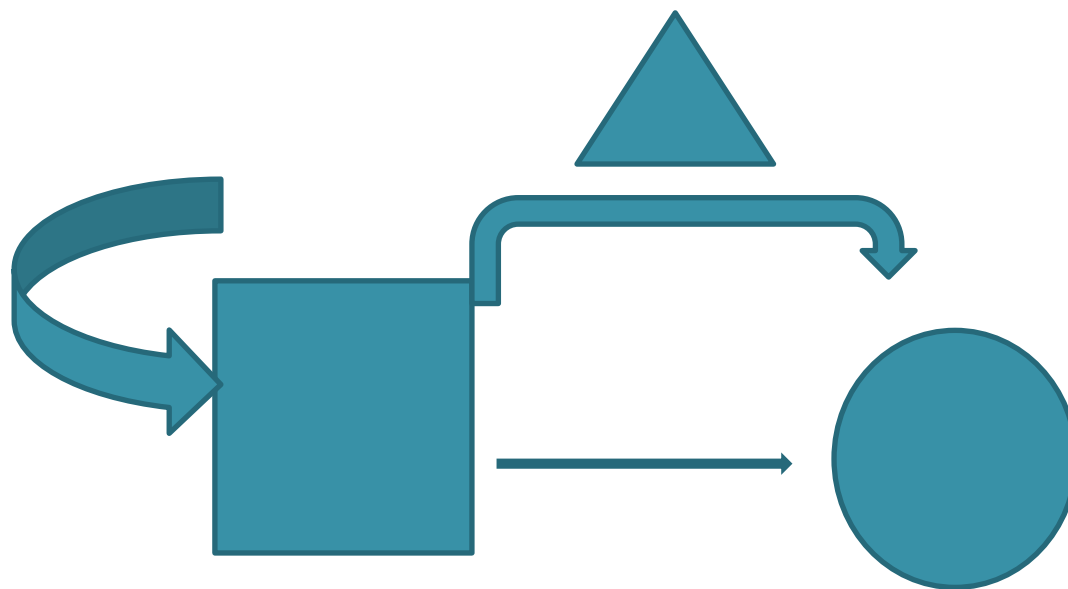
- 自己的傷得到醫治嗎？
- 你未得到醫治的傷會如何影響你對別人的傷的反應？
- 得到醫治的過程對你助人時有什麼好處？

回應時常見的問題

- 說自己的成功經驗
- 想方法令對方開心
- 直接給予解決方案
- 為對方做一些事
- 提出意見

三重聆聽

神如何看這個人



自己對對方的反應：
同情、輕視、可憐

當事人的故事、掙扎
抽離、失控、渴望得認同

我不敢告訴你我是誰

- 「我不敢告訴你我是誰，因為，如果我告訴了你我是誰，
你很可能不喜歡這個誰，然而這個誰，卻是我僅有的一切。」
- 「如果我向您坦誠地表白我自己，請不要使我感到難為情。」

Listen Bifocally (John Patton)

- Immediate problems vs Client's larger story of life

(What does this illness mean for what happens in the rest of his life?)

- Testimony vs counter-testimony
(the negative, uncertain and doubtful voice)

言外之音

- Not hear only the words spoken.
- The loud, wordless plea for love in the harsh sound, “I hate you”
- The scream of inner pain even as the lips form the word “I am fine”

思想	樂觀的人	悲觀的人
恆久性	暫時的：「失敗很快便會過去。」	永久的：「為什麼惡運總是纏繞著我不肯走？」
普遍性	局部的：「今次這件事失敗了，不代表其他事樣樣也不成。」	普遍化：「我連這件微不足道的事也做不好，所有事情我j都做不好。」
個人性	外在的：「今次的失敗未必全部都是我的錯，其他因素亦可能有關...」	內在的：「都是我的錯，都是我不好，失敗只因我而起。」

Psychology Of Hope

盼望心理學

- Hope= WayPower + WillPower
- 盼望= 方法 + 意志
- 基督徒的盼望
- Hope= WayPower + WillPower+WaitPower
- 盼望= 方法 + 意志+等候

- 羅 馬 書 5:5

盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。

- 羅 馬 書 8:25

但我們若盼望那所不見的，就必忍耐等候。



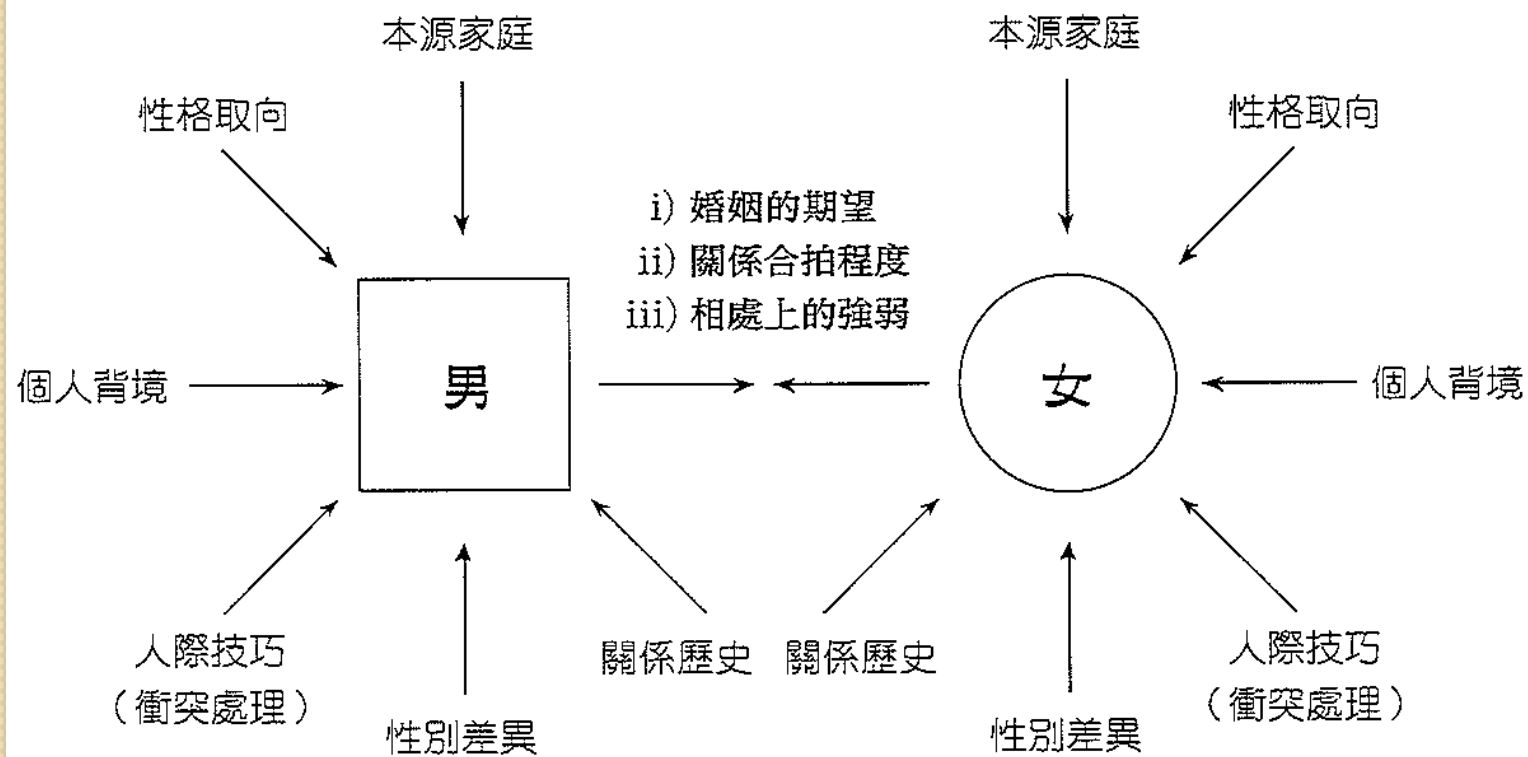
了解婚姻的問題

Different Frames in understanding couple

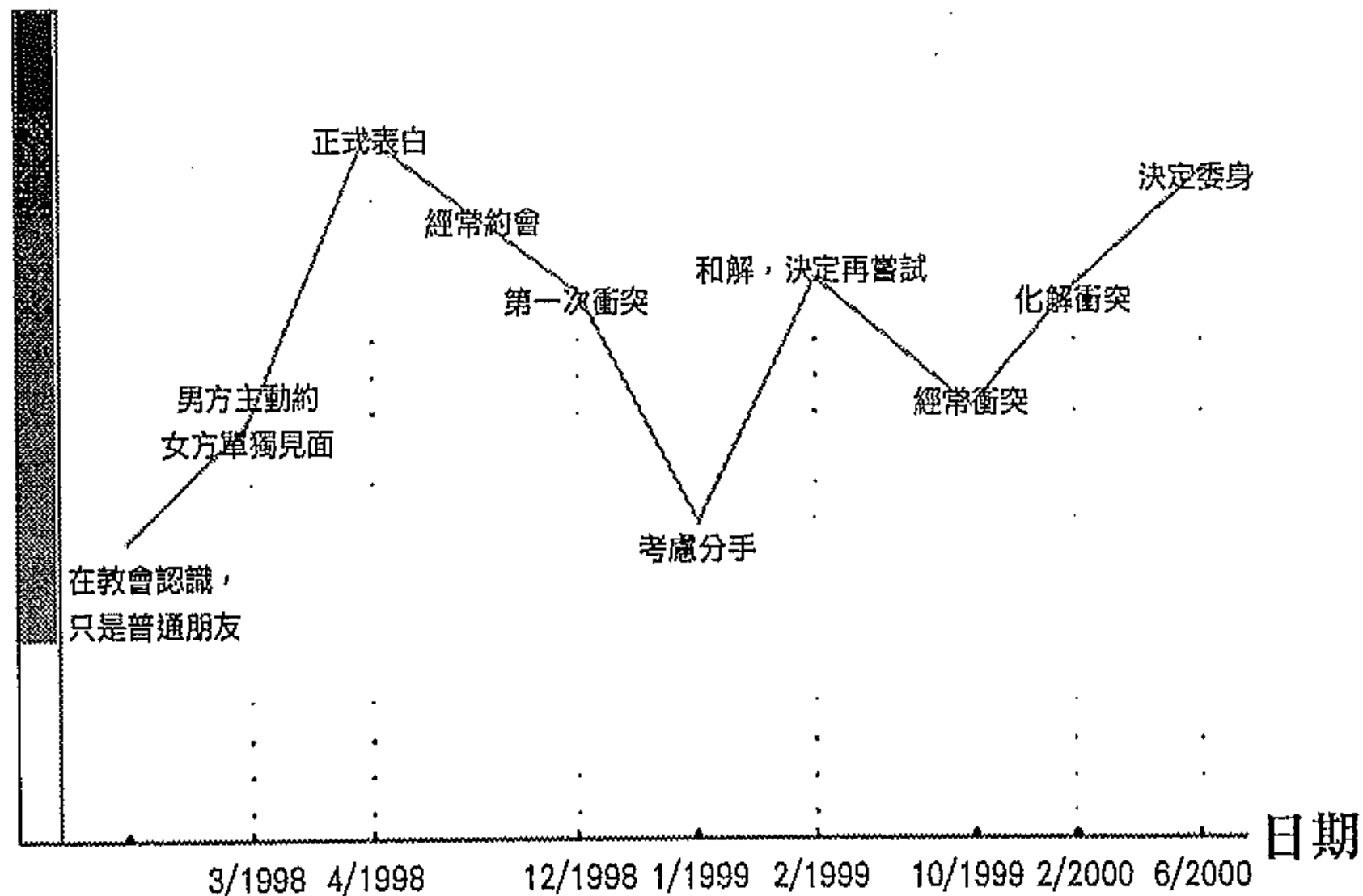
- Gender role 性別角式
- Family Life cycle 家庭生活周期
- Family of origin 本源家庭
- Triangles 三角關係
- Couple dance 夫婦的舞蹈

Couple therapy involves 3 people

In fact, one of the obvious influences in the counselling process is the gender of the counselor. It is because marital therapy, according to Shay (1993), differs profoundly from individual therapy in that it involves 3 people. Two of whom will share the same gender, resulting in an inherent imbalance with important transference and counter-transference consequences and dilemmas.



情感投入



探索關係歷史的面談大綱

■ 初相識及吸引之處

1. 二人相識的地方及過程，以及其他有關人物。
2. 當時二人分別面對甚麼正面及負面的生活處境。
3. 彼此吸引的地方。
4. 二人的共同活動，以及對這些活動的感覺。

■ 婚前認真相處的階段

1. 二人相處的時間及素質（包括在一起的時間和共同節目、表達愛慕、吵架、溝通的素質，以及作決定等）。
2. 二人對建立一段具承諾的關係有甚麼正面及 / 或負面的思想及情緒。
3. 與對方家庭、朋友等的相處。
4. 對關係產生重大正面或負面影響的事件。

■ 婚後的關係

1. 考慮結婚的情況。
2. 雙方對信守承諾的準備程度，以及對婚後生活的預算轉變有甚麼感覺。
3. 對方起初的吸引特質尚有多少。
4. 雙方身邊的人對二人關係的支持程度。
5. 關係中出現的重大轉變（如住進對方家裏、繼室家庭、聯名處理財政等）。
6. 對關係有重大影響的正面及負面事情，包括來自個人、夫婦或環境的因素，以及他們對事情的回應。
7. 他們覺得對關係造成不良影響的事件，曾使用的處理方法，以及事件隨時間的演變。

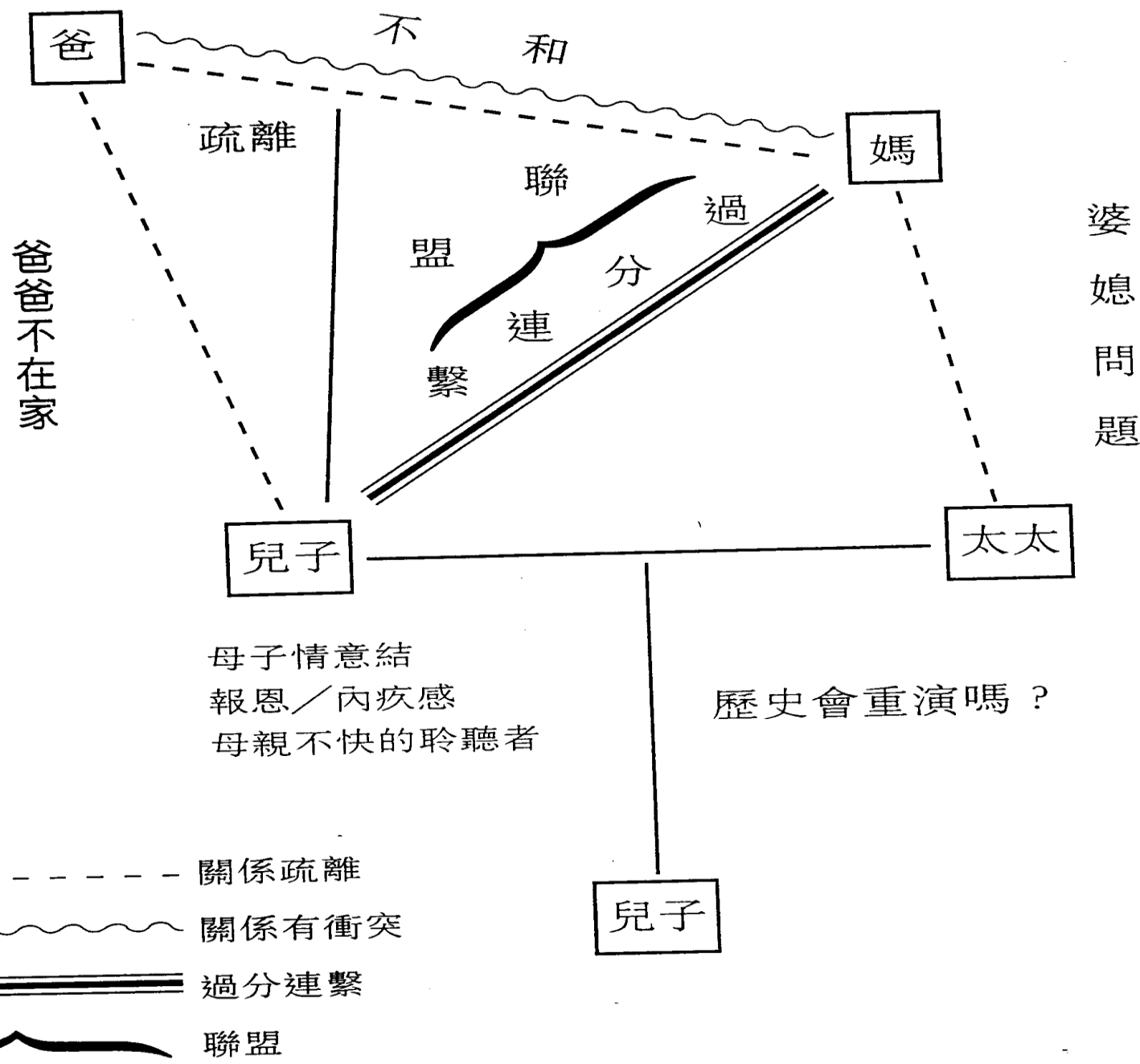
本源家庭的六個向度

- 一)Coping Frame 應付框
- 二)Modeling Frame 模範框
- 三)Role Frame 角色框
- 四)Definition Frame 定義現實框
- 五)Reversal Frame 倒轉框
- 六)Loyalty Frame 效忠框

Inter-systemic framework

- Individual 個人
- Couple 夫婦
- Larger family system and trans-generational influence 跨家庭系統及年代

傳統夫妻系統：男尊女卑；男主外，女主內

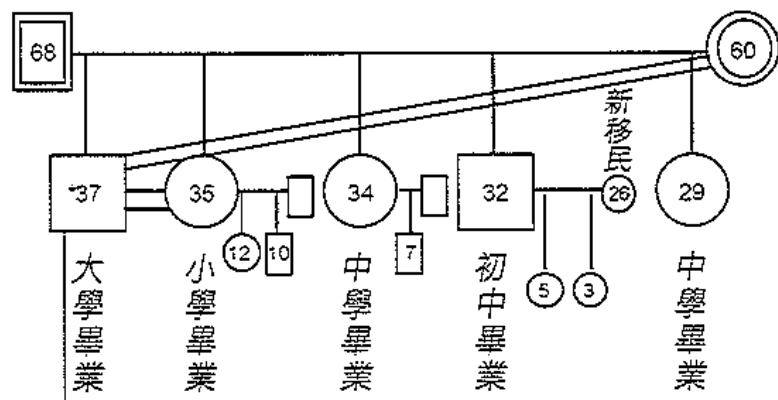


男

- ◎ 37 歲，大學畢業，教師
- ◎ 自幼跟隨母於街市當小販
- ◎ 為人直言，正義感強，理性
- ◎ 幼弟有小兒麻痺症
- ◎ 常為家人出主意，很受護及照顧家人
- ◎ 潮州人
- ◎ 家人關係親密；同舟共濟

地盤工人（退休）文盲

小販（退休）文盲



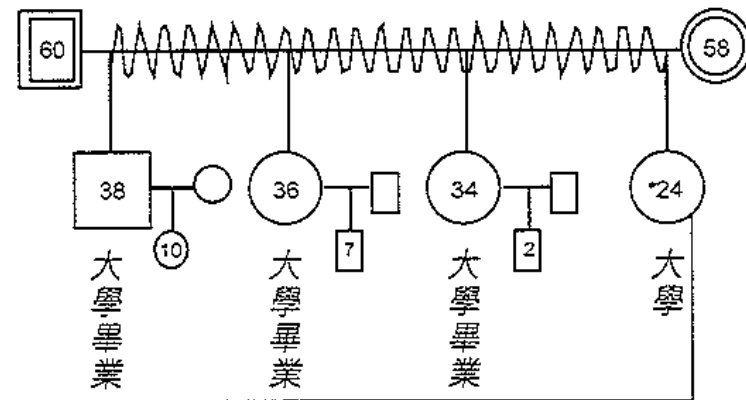
女

- ◎ 24 歲，大學畢業，秘書
- ◎ 似母緊張、憂慮、缺乏自信
- ◎ 不想再受母影響，想獨立，所以大學畢業後搬開
- ◎ 中產以上家庭成長，兄妹皆在外國完成大學
- ◎ 家人關係普通；各顧各

做生意（中學畢業）

家庭主婦（中學畢業）

緊張、憂慮



相識兩年，預備一年後結婚

□ 男 ○ 女 ~~~~~ 關係緊張 = 關係密切

常見夫婦舞蹈

- Dance of Pursuer / Distancer 追與走
- Dance of Over-functioning / under-functioning 過高與過低功能
- Dance of Triangulation 三角關係