

修补婚姻 中的裂缝



A hand is shown holding a broken red heart. The heart is split into two pieces, with jagged edges. The background is a vibrant red with a bright light source in the center, creating a lens flare effect. The overall mood is one of emotional pain or heartbreak.

婚姻中的五个裂缝：

- ❖ 角色和责任
- ❖ 性格的差异
- ❖ 沟通
- ❖ 期待
- ❖ 不饶恕

**为何出现裂缝？
要如何处理它们？**





裂缝为何发生在： 角色和责任

- 缺乏理解
- 缺乏顺服
- 缺乏决心

以弗所书 5：23

因为丈夫是妻子的头，如同基督是教会的头；他又是这身体的救主。

以弗所书 5：25

作丈夫的，你们要爱自己的妻子，正如基督爱教会，为教会舍己，



要如何处理和纠正：

角色 和 责任

- ✓ 做丈夫的要领导，要爱
- ✓ 爱需要舍己，圣洁和持久的

以弗所书 5:25-29

25...爱需要舍己

26...爱需要圣洁

28...爱需要持久





要如何处理和纠正：

角色 和 责任

- ✓ 妻子要帮助、要顺服
- ✓ 顺服不是取决于丈夫的灵命、智慧或行为
- ✓ 顺服是上帝的诫命
- ✓ 顺服是为了上帝的缘故

裂缝为何发生在： 不同的性格

- ✓ 无法理解、承认或接受彼此间的不同
- ✓ 无法理解性别间的不同
- ✓ 无法理解性别的差异会影响我们的观点和应对机制





要如何处理和纠正： 性格差异

接纳彼此的不完美和不同

✓ 把配偶看成比自己强

罗马书 12:3 我凭着所赐我的恩对你们每一位说：不要把自己看得太高，要照着上帝所分给各人的信心来衡量，看得合乎中道。

要如何处理和纠正：

性格差异

接纳我们的不完美和不同

- ✓ 彼此包容
- ✓ 表扬彼此的不同
- ✓ 包容他人而不是要别人包容自己
- ✓ 避免认定自己是对的
- ✓ 不断的思考



要如何处理和纠正：

性格差异

接纳我们的不完美和不同

✓ 彼此接纳，因为基督已接纳我们

罗马书 15:7 所以，你们要彼此接纳，如同基督接纳你们一样，归荣耀给上帝。



要如何处理和纠正：

性格差异

接纳我们的不完美和不同

✓ 彼此接纳，因为基督已接纳我们

哥林多前书 7:17 无论如何，要照主所分给各人的恩赐和神所召各人的情况生活。我在各教会里都是这样规定的。



要如何处理和纠正：

性格差异

接纳我们的不完美和不同

✓ 善用我们的差异

哥林多前书 12:12-26

身体是由许多肢体组成的。。

假如一个肢体受苦, 所有的肢体就一同受苦;
假如一个肢体得荣耀, 所有的肢体就一同快乐。



裂缝为何发生在： **沟通**

- ✓ 缺乏有效的沟通
- ✓ 不准确的说话方式
- ✓ 基于感觉和假设而不是事实
- ✓ 匆忙与急促
- ✓ 性别的影响





要如何处理和纠正：

沟通

操练有效的沟通

✓ **说话的语气**

箴言书 15:1

回答柔和，使怒消退；言语粗暴，触动怒气。

如何处理，纠正：

沟通

操练有效的沟通

✓ **时机**

雅各书 1:19

我亲爱的弟兄们，你们要明白：你们每一个人要快快地听，慢慢地说，慢慢地动怒。



要如何处理和纠正：

沟通

操练有效的沟通

- ✓ 出现次数和现场表现

箴言书 10:19 多言多语难免有过；
节制嘴唇是有智慧。

箴言书 16:24 良言如同蜂巢，
使心甘甜，使骨得医治。



如何处理，纠正 沟通

操练有效的沟通

- ✓ 澄清疑虑
- ✓ 聆听时，避免自我防御的行为
- ✓ 有耐性和留心聆听



裂缝为何发生在： **期待**

- ✓ **对配偶的期待- 他/她应该怎样的人、应该做什么、应该有什么成就**
- ✓ **比较/攀比**
- ✓ **渴望改变配偶来满足我们的需要**

四个有关于期待的原则：

- ✓ 每个人都有期待
- ✓ 现实 < 期待 = 失望
- ✓ 反复的失望导致伤害和怨恨
- ✓ 这三者都在婚姻里运作



夫妇俩可能有期待的氛围：



消费习惯	
父母和岳父母	
亲子关系	理财
家务	
生活习惯	亲密关系
家庭时间	



要如何处理和纠正：

期待

学习处理伤害、未满足的需求或期待

- ✓ 要接受真理：上帝晓得一切，也关心 (罗马书 8:28)
- ✓ 愿意敞开自己脆弱的一面
- ✓ 承认受到的伤害并为所犯的错负起责任
- ✓ 化解冲突
(以弗所书 5:26)



要如何处理和纠正：

期待

学习处理伤害、未满足的需求或期待

- ✓ 满足彼此的需要 (约翰福音 19:28)
- ✓ 具体的问题，要一起处理
- ✓ 建立正确的观点
- ✓ 允许时间来理解
和做调整 (加拉太书 5:22)



要如何处理和纠正：

期待

其他有用的处理方式

- ✓ 要说明你的期待并面对现实
- ✓ 乐意接纳和妥协
- ✓ 要知道期待和强求的分别
- ✓ 要知足



裂缝为何发生在： 不饶恕

✓ 自我保护和自我防御

创世记 3:12 那人说：“你赐给我、与我一起的女人，是她把那树上所出的给我，我就吃了。”

创世记 3:13b 女人说：“那蛇引诱我，我就吃了。”

✓ 骄傲

有关不饶恕的两个误解

✓ 饶恕是跟着感觉走

真理: 饶恕是刻意的选择

✓ 饶恕是忘记被冒犯的事

真理: 我们也是透过选择来回应记忆



要如何处理和纠正：

不饶恕

乐意并快地饶恕

- ✓ 身为被冒犯和冒犯者，我们要彼此和解 (马太福音 5:23-24; 马太福音18:15)
- ✓ 乐意道歉也愿意接受对方的道歉
- ✓ 要谦卑、不自我保护或把错误合理化
- ✓ 饶恕与罪的性质无关

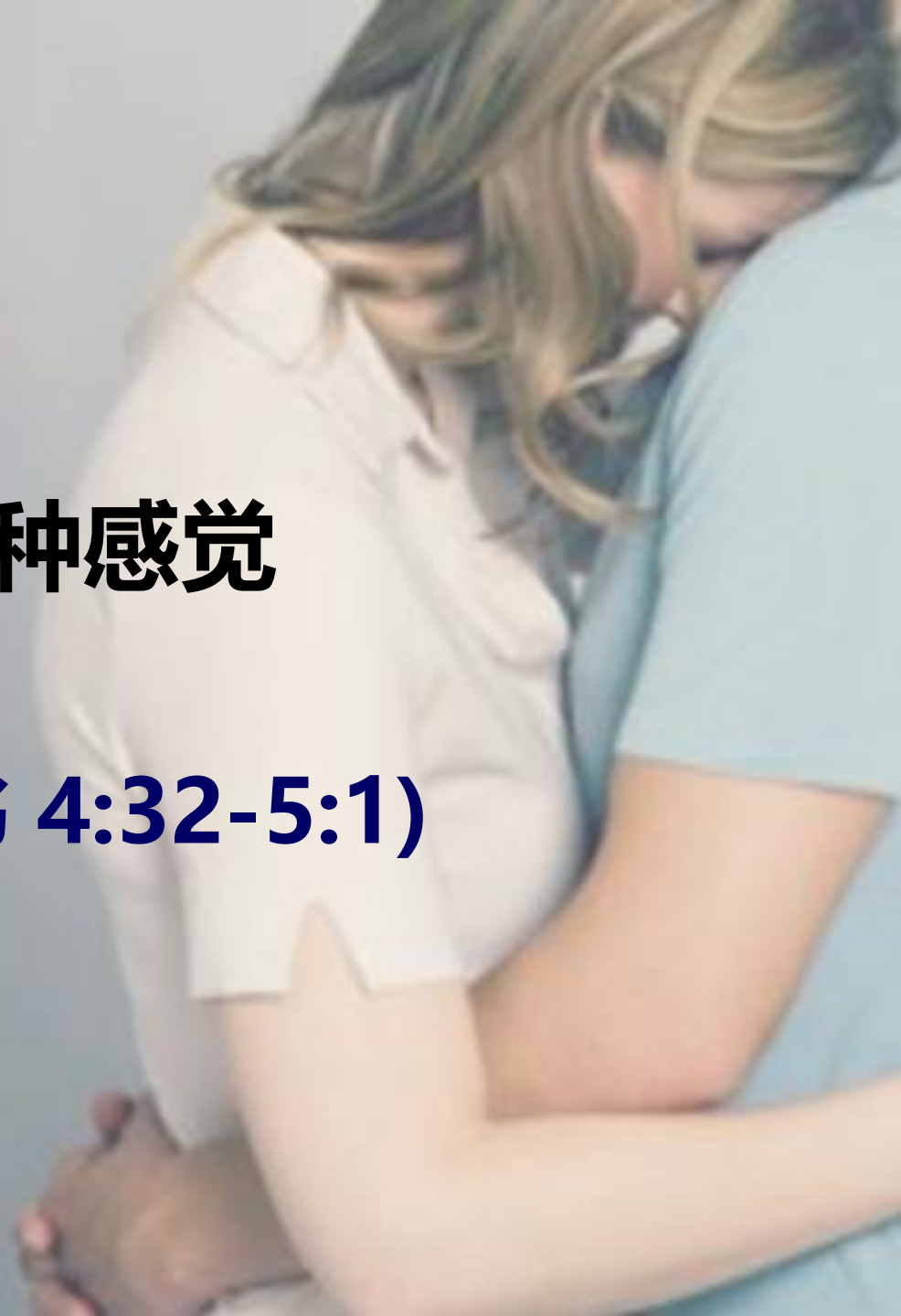


要如何处理和纠正：

不饶恕

乐意并快地饶恕

- ✓ 接受饶恕是一种选择而不是一种感觉
- ✓ 要承认伤害、也要处理情绪
- ✓ 可能需要每天的操练 (以弗所书 4:32-5:1)



要如何处理和纠正：

不饶恕

乐意并快地饶恕

- ✓ **不要等太久才饶恕**
- ✓ **承认饶恕是上帝的诫命**



总结

四个考量：

- ✓ 接纳差异
- ✓ 愿意承认脆弱的一面、透明
- ✓ 要知足、要感恩
- ✓ 无条件的爱、常常饶恕

