

橋

香港公教婚姻輔導會

地址：香港上環皇后大道中世紀廣場
低座101室
電話：2810 1104
傳真：2526 3376
香港北角建華街30號聖雅蓮堂
電話：2566 5019
傳真：2887 6340
九龍何文田彩第一座地下1至4號
電話：2336 6523
傳真：2385 3858
新界元朗青山公路201號
電話：2476 0122
傳真：2479 3789
香港堅道明愛大廈502室
電話：2523 3128
傳真：2523 3121

第70期
季刊

非賣品

第一版

主題：新紀元的情感世界

一九九九年十二月

2000 新紀元情感世界

新紀元情愛新節拍

一個轟動一時的真實個案

案主：富家太太寶詠琴、電台DJ洪朝豐

歷時：十一個月

案情：從「出位」的熱戀、鬧哄哄的愛情「偉論」，到發脾氣分手。

觀眾：香港市民

回應：微笑、苦笑、搖頭嘆息、不以為然……

觸目一時的「洪寶戀」去年曾經成為香港城中熱門話題，料不到未夠一年，故事主人翁在熱戀中忽然謝幕，涕淚漣漣。這個娛樂圈中的情愛故事演繹了新紀元情愛新節拍：相識——熱戀——分手。連環快拍，卻是電光火石之間的事。

剛巧另一齣同樣轟動全港的愛情故事「還珠格格」也在這時候在掌聲中謝幕。耳熟能詳的主題曲在歌頌人間天長地久的情愛。

感謝天，感謝地，感謝命運讓我們相遇……

海可枯，石可爛，天可崩，地可裂，我們肩並著肩，手牽著手，踏過天涯，訪遍夕陽，歌過雲和月。

兩個故事，一個古代，一個現代；一個海枯石爛，天長地久，一個電光火石，煙花爆後盡成灰燼；一個知恩感恩，兩相扶持，一個有Feel冇Feel，合則來不合則去，一個是小說中的故事，一個是現實中的故事，形成鮮明對比，幾陣唏噓。

遲婚、單身和同居一族

《壹週刊》在年初(99年1月8日)做了一個專題「男歡女愛」，訪問了百多名痴男怨女，發現現今香港社會在男女關係的型態上有四種趨勢(1)愛上有婦之夫，(2)同居一族，(3)沒有情愛為樓結婚，(4)雜交少年。《壹週刊》的編輯在專題上寫上一個結論，「四種趨勢，有一條理路可以貫串，只求目下片刻的歡愉，不相信有一生一世的情愛，重感受，怕承諾，大家都在騎牛搵馬」

(《壹》99年1月79頁)

重感受，怕承諾，不相信有一生一世的情愛，也可謂對現代社會情感世界把脈，一針見血。也許，不單求目下片刻歡愉，渴望細水長流的感情，卻又未能彼此承諾信任者，就選了遲婚的路，或寧願單身上路，不借短暫無憑的情愛。

好一個失信的時代，好一個失愛的時代。

情愛與科技社會的張力

E-mail, I.C.Q., Fax Link, Internet……稍為失神，已經無法追趕得上電腦科技化社會的術語。報章新聞刊登有人因沉迷電腦上癮，買備一大批成人紙尿片

褲，可以在電腦前聚精會神，不用上廁所。

科技社會著重機械操作，理性實驗分析，以影像、邏輯電腦程式，去代替人間百態，真情實感，高科技電腦程式即使能複製一百個、一千個蒙娜麗莎的笑靨，殊不知那番笑意裏的神韻只能以心靈感通，電子、電腦、科技大幅度淹沒了人間有血有肉的相交情意。

科技社會亦以科技實用先行，使實務科技知識凌駕於文學、哲學、人文藝術，一個關心人類心靈文化素質的社會必需給予文化藝術一個肯定的空間。是文學培養人心靈的素質，詩詞賦予我們善感的心懷，童話、小說陶冶我們豐富的意義和想像，指引我們思考，生命終極的關懷。

現代社會步伐急促，考試、實效、科技、包裝，點綴出一個「成功人士」的外在規模，而內裏剩下的卻是一顆一顆孤寂的心，唯有不斷尋求物慾、性慾、食慾的宣洩和滿足，情感世界在科技實效的壓力下不斷衰弱萎縮，難怪沒有人有能力去愛，更沒有人敢信任曇花一現蒼白無力的愛。

婚姻是一道枷鎖？！

現代人在情感道路上碰得焦頭爛額，不知該遷怒向誰。於是，有人開始懷疑婚姻制度本身出了毛病，有人質疑婚姻制度，是迂腐的傳統，是人為的枷鎖，甚至開始疑惑由於有了一夫一妻制的婚姻制度的約束，人類才要面對什麼婚外情的掙扎，否則，一屋三人，或者實行換妻遊戲，新歡舊愛，飽嚙各種愛情滋味，又有何不可？

的確，這個問題值得深思。

婚姻，作為一個社會制度，作為一紙文件，實在沒有什麼神聖可言。結婚書、離婚書的文件紙張，離離合合的弄一大場，非但不環保，還浪費許多行政工序。

然而，婚姻作為一個關係，作為兩個彼此互託終身的承諾，那又是另一個層面的事，到底，二人互託終身，一人對一人的長相厮守是外在文化規範的束縛，抑或來自人類亘古呈現的內在渴求？這是問題的核心點。

我曾經輔導遇上婚外情的男士，向太太建議一屋三人，承諾對太太和情人同樣情感投入，不分彼此，不明白為何太太如此器量淺窄，容不下愛心與他人分享？直至太太也遇上婚外情緣，當事人忽然間晴天霹靂，才明白內心的酸意、忌意，被出賣的感覺自然發自內心，並非什麼外在強加的婚姻制度所致，一個人渴望獲得另一個人專一的投入的情感，在親密關係中的排他性似乎是人類本性先天的自然傾向，後天社會文化的制度只是對人類這份天性傾向的保護及同情，

陳霍玉蓮

而不是由外在制度強逼而生。所以，奇妙的事，當人類活在情感世界顛簸流離的困局之中，誤以為外在制度弄人，其實諸多要求的倒是自己，自由戀愛的社會已解除了封建社會的束縛，人要飽嚙自由的果子，就要付上自由選擇伴侶的昂貴代價。人類情感世界的束縛，許多時不是外在的，而是內在的，人類最大敵人不是別人，而是脆弱、多求、自相矛盾的自己。

於是乎，是否破除婚姻制度，並非問題的關鍵核心。一天，婚姻制度破除了，我們也許又要破除同居的生活形式；一天，同居的生活形式破除了，我們又想破除一些什麼呢？今天的雜交少年，是上一代、這一代破碎家庭創傷下的心靈產品，明天，又要有幾多個未婚媽媽不知道兒子的父親是誰？最近聽朋友說，在小學任教，已經開始出現一些現象，有些兄弟姊妹來自不同的父親，而父親是誰也不大清楚，這些少年人情緒問題特別嚴重，常常呈現自我厭棄和身份危機，聞之心底無限悲涼。

敢問，二人世界之外尚有群體世界，人永遠不能離開歷史的根和歷史的果。情感是人類歷史延綿連續的串連者，情感有其善性，也有其魔性。縱情和濫情者有如洪水猛獸，可以把人類歷史串連成一幅血肉模糊、凋零破碎的圖畫，充滿欺壓、出賣與掙扎。我們希望未來的社會邁向何方呢？

婚姻的神學意義

當我在大學教授婚姻輔導課程的時候，有時學生會發問，既然夫妻相處充滿許多矛盾、掙扎、失望和張力。為何還要結婚呢？人生在世，肩負有一個使命，就是把人間暖流傳播，使人間更加美善，更像天國，喜歡守獨身者將一生呈獻給主，那是何等善、何等美？！然而害怕人生旅途寂寞，尋求伴侶相依相扶的，常誤以為進入婚姻就是坐下來等待被愛、被照顧、被關懷，殊不知婚姻並非一個終點，而是一個起點，準備付出一生學習去愛，這是何等艱深的功課。

婚姻的意義建立在二人親密關係的意義上，二人親密關係的意義建立在每一個人都是尊貴的、神聖的、被創造的受造身份上。每一個生命都是珍貴的，貴重的，結婚就是從天父的手上接來一個尊貴的生命，是一場驚心動魄的托負。婚姻從沒有承諾人獲得情感上完全的滿足，而是透過兩個充滿缺憾、完全相異的生命互相琢磨去遷就每個人和每個家庭群體的救贖。

這番話也許太深奧了，讓我們想清楚才好答應任何人一生牽手走過。

督印人：香港公教婚姻輔導會

《橋》編輯委員會：江任燕瓊 盧夢鳴 陸惠玲 李睦順 崔婉芬 伍國華

設計/印製：博滙出版印務公司 2675 0011

美滿婚姻 幸福家庭

「港人婚姻親密指數」

調查簡報

調查小組

近年傳媒有很多關於婚外情、包二奶、婚姻破裂的報導，令人對婚姻生活失望，感到婚姻的前景灰暗。然而，最近本會委託嶺南大學，成功訪問了1,022位已婚人士，發現在本港的社會裏，仍然有很多夫婦，緊守崗位，努力維繫婚姻，樂於為家庭付出，追求及享受夫婦親密的關係。

港人普遍滿意婚姻

調查發現港人普遍對婚姻關係滿意，若以60分為定是否滿意婚姻關係的界線，有87%的男性受訪者和78%的女性受訪者表示滿意自己的婚姻(見表一)。顯示港人普遍從婚姻中獲得滿足，婚姻是具有吸引力的。

男性顯著較女性滿意婚姻關係

然而，女性對婚姻關係的滿意程度顯著較男性為低，相信這和今日女性所受的壓力較多有關。女性婚後須承擔婚姻、家庭、事業、子女、經濟及姻親等各方面的責任。若處理不當，將會影響其對婚姻的滿足感，在這方面，丈夫所給予的支持，是至為重要的。

女性著重思想交流，

男性對思想、情感及性的交流同樣看重

研究發現，夫妻間能否保持親密的關係，是影響婚姻滿意感的重要因素(見表三)。然而，兩性在這方面亦有顯著分別。女性是否滿意自己的婚姻，主要視乎丈夫能否和她在思想上作交流，包括丈夫是否尊重自己的意見，能否與自己商量各樣事情等。當今工作結構轉型，令部份夫婦聚少離多，或會減低夫妻間商量事情的機

會。這對婚姻的影響，是非常值得關注的。而男性方面，太太能否在思想上、性生活上和情緒上和他保持親密，具同等的重要性。一般人以為男性偏重性和思想，但這調查顯示，夫妻間情感上的交流對男性亦相當重要。

而夫妻是否在社交上保持親密，例如是否經常結伴出席社交場合，會影響到女性是否滿意婚姻，而男性則不受這因素所影響(見表三)。

由此顯示，夫妻間能否體諒雙方在各方面的差異和協調彼此的分歧，對婚姻關係非常重要。

夫婦親密指數隨年齡遞減

調查亦發現夫婦在各方面的親密指數有隨年齡遞減的趨勢(見表二)。這反映出，夫婦在踏入中年和晚年時，學

習如何保持親密關係，是至為重要的。而在六十歲以後思想及娛樂親密指數方面略為回升，這可能與家庭進入「空巢期」有關，成年子女開始脫離家庭，專注於建立事業及家庭，老年夫婦便互相成為對方商量事情及娛樂的主要對象。

退休夫婦更須注意親密關係的培養

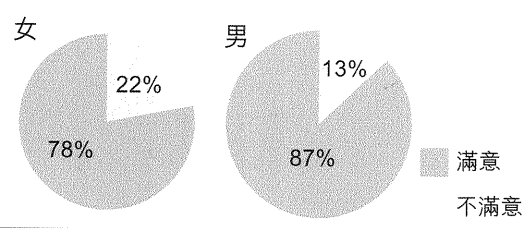
已退休的被訪者對婚姻的滿意程度及婚姻親密指數低於其他組合的被訪者，這反映相聚時間多了不代表關係會親密些，須視乎夫婦如何相處。學習如何和配偶保持親密，是退休前準備的一項重要課題。

基層夫婦更需家庭生活教育服務

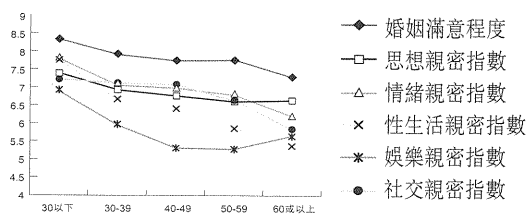
調查亦發現只具小學或以下教育程度的受訪者對婚姻的滿意程度顯著較學歷較高者為低。這指出基層家庭對家庭生活教育服務有較大的需要。所以服務機構可著力幫助他們提昇在思想、情感、性、生活、閒暇及社交上的交流和保持親密，以鞏固夫婦關係。

是項研究由香港公教婚姻輔導會及香港電台合作，於本年十月進行。受訪者中男性和女性受訪者各佔四成和六成。

表一：男女受訪者滿意婚姻關係的百分比



表二：不同年齡的婚姻滿意程度和親密指數



表三：影響婚姻滿足感的親密指數

男性	女性
思想上的親密☆☆☆	思想上的親密☆☆☆☆
性生活的親密☆☆☆	性生活的親密☆☆
情緒上的親密☆☆☆	情緒上的親密☆☆
社交上的親密(不重要)	社交上的親密☆

☆愈多，表示該項指數的影響愈大。

表四：婚姻親密程度指標

- 請你對以下的句子的同意程度作評分。0分代表十分不同意，10分代表十分同意。
- 你的配偶可以和你有思想交流。
 - 當有意見分歧時，你的配偶會尊重你，讓你可以保留自己的想法。
 - 你的觀點與角度和配偶是一致的。
 - 你的配偶在討論問題時，時常貶低你的意見。*
 - 你覺得可以與配偶商討各樣事情。
 - 當你有心事時，你會向配偶傾訴。
 - 你的配偶有向你傾訴他/她的心事。
 - 當你的配偶處於憤怒或悲哀的極端心情狀態時，你會體諒他/她。
 - 相反來說，當你處於這種心情狀態時，你的配偶會體諒你。
 - 你覺得與配偶有隔膜。*
 - 你和配偶經常有表達愛意。
 - 你和配偶經常有拖手、擁抱、攬腰等身體接觸。
 - 你和配偶經常有單獨約會。
 - 你與配偶有共同嗜好。
 - 你喜歡與配偶結伴出席親友聚會或社交場合。
 - 你覺得與配偶的性生活是一種享受。
 - 你與配偶的性生活有困難。
- 計分方法：每題給的分數便是你在那題的得分，而有*的題目為相反題，給1分者得10分，2分者得9分，3分者得8分，如此類推。將每題的得分相加，除以17，便是你的婚姻親密指數。男性所得指數低於5.7或女性低於5.0，表示你的婚姻關係較一般配偶疏離。相反，男性得8.2以上或女性得8.5以上表示關係較一般配偶親密。



養兒育女以「愛」繫

陸惠玲

家庭是個小社會，父母和子女每天忙忙碌碌的在這個小社會裏生活，大家扮演著不同的角色，演出多得數不清的悲喜劇，當中有眼淚、有快樂、有辛酸，甚至不知味兒的感覺。

不少家長含淚訴說子女難教，無論幼兒、小學階段到青少年的子女行為均教他們煩惱，束手無策，以致父母們到處參加講座或課程，目的是學習如何有效的管教自己的兒女。雖然這些家長的學習態度值得欣賞，但他們的學習目的卻是值得商榷，要重新檢視。

一般家長認為父母的天職就是管教子女，俗語有云：「子不教，父之過」。生了兒女，父母的確有責任去教養兒女，養而不教是父母的失職。然而，今天很多父母哭訴地說，他們教不來，用盡諸般方法，例如提醒、利誘、質問、批評、責備、說服、指令、甚至責打……等等都收不到效，兒女還是不聽話！就連溝通的技巧也學了，試用了，父母們依然覺得子女的行為表現未如理想！他們的挫敗感是可以理解的。

或許今天做父母的，要重新建立養兒育女的新觀念，那就是：為父母的要學習如何愛兒女，勝過如何對付兒女。要懂得愛兒女，就是使愛的情感愛的行為達成一致。有很多父母認為「打者愛也」，意思是他們管教子女是源自父母愛子女的心，如果不愛子女，那會管他們的事情。然而，一般父母的管教行為，卻大大與他們愛的動機相違背，帶給子女的訊息不是愛，而是管。

小孩子從懂性開始，已經喜歡自己探索這個世界，他們喜歡自主地認識各種事物，外來太多的干預只會增加他們的厭煩感，「別理我」是他們的心底話。但是，父母卻往往看不透子女內在的需要：自主的重要。無論多少歲數的孩子，他們跟成人一樣，有自己的尊嚴、自主、需要和感覺，他們同樣希望別人尊重，特別是父母的尊重。

然而，一般父母認為自己的經驗和見識比孩子多，故此有意無意之間用自己的標準衡量子女的行為，當子女表現跟父母的期望仍相距很遠時，他們

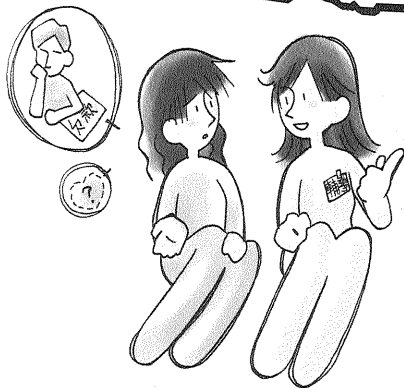
便很自然的去管、去教，但是，當父母管教的行為表現嚴苛的時候，子女不單接收不到父母的愛，反而認為父母不接納他們。沒有愛的管教，在子女而言，是很難接受的，也沒有動力去改善，更差的就反叛，專做父母不喜歡見的事情。父母和子女的衝突，往往由此而起。很多時，不論父母覺得自己多麼愛兒女，但行為表現出來沒有愛的感覺，孩子就覺得父母不愛他們。

當然，所謂愛的行為，不是指縱愛、溺愛或寵愛，也不是對兒女行為姑息不管，而是父母尊重子女的自主、尊嚴、需要和感受。在家庭裏，父母的地位不一定比兒女高，父母的見識和經驗不一定比兒女的重要，其實大家都在這個小社會扮演不同角色，有不同程度的見識和經驗，彼此都是人，有同樣的尊嚴、需要和感覺，所以要互相尊重、肯定和認可。要子女懂得尊重父母，父母必須先要尊重子女，讓子女從父母身上學效彼此尊重的美德，愛裏有尊重。舉例來說，當兒子成績低落，父母採用的反應不是苛責，也不是不加理會，(怕他承受不起而做傻事)，而是滿懷關心跟兒子一起探討成績低落的原因，不是代他解決問題或找補習老師，而是幫子女審視自我，讓他了解箇中的原因，鼓勵他承擔起面對問題的責任，目的是讓子女從失敗經驗中成長，這是很重要的，也給子女感受到父母愛他們，接納他們，這樣愛的行為，能提高子女對自己的責任感。

兒女是父母的一面鏡，從子女的行為表現看到自己，兒女不尊重父母，父母要檢視自己平時對待兒女的行為和態度，相反，父母經常抱著彼此尊重的態度對待兒女，他們是感受到父母的愛，自然以尊重來回報父母。所以，為人父母，要不斷更新對兒女的觀念，嘗試跨越自己的限制，重新檢視對兒女的期望，學習如何更善於表達愛，使教養過程當中帶出愛的感覺，讓子女感受到他們是被愛、被尊重的，相信這樣的管教會令家庭成員的關係更加親密，更有關懷。愛裏的管教更加容易湊效。

婚姻輔導有用嗎？

劉素英



前言

修讀社工課程時，曾記得老師給我們一條問題：「輔導工作有用嗎？」那時，我未曾接觸過輔導工作，只知道輔導是與人傾談內心的難題。當時，幾位工作小組及社區工作的導師便挑戰我們道：「光是說，沒有資源和良好的環境、制度配合，輔導行嗎？」我面對問題，不懂回答。

但今天，我可以肯定的回答：「輔導真有用！」因為環境、難題和制度雖不變，但人內在的思想和感受卻可轉變。改變後，困境不像以往那麼困，苦也沒有從前的苦。

你和我的故事

輝和玲結婚十年，在玲家人的眼中，輝是沒有出息和愛炫耀的。一向孝順的玲為免家人擔心和維護丈夫的尊嚴，總不敢將輝的問題在家人面前訴說。五年前，輝因生意失敗，欠下債項數十萬，他

在徬徨的一刻，她找尋輔導。在輔導中接觸自己內心的感受。她發現在傷痛的背後原來隱藏著對丈夫的期望和愛，這發現幫助她作了決定。玲的決定也感動了輝，輝也一起參與輔導，從中他認識到過往自我中心的生活令他們錯失許多溫馨快樂的家庭生活和忽略了對玲的關懷。現在，巨大的債務仍存在，但兩顆共同的心卻令困難已不一樣。勇氣和力量已加添他們解決問題的信心。還有，玲和輝對自己的感受和想法了解深一點時，他們的抉擇能力也提高了。

疑問

「輔導需要多久時間？」玲和輝在初期約兩星期一次，每次約一小時。數個月後，當他們的關係穩定後，便一個月見一次。次數和頻密程度視乎問題的迫切性。像玲和輝，當他們已具信心處理自己的問題時，我們已可停止面談。輔導的目的是讓當事人認清問題的根源和學習自己處理問題，時間長短並不是關鍵，最重要是他們有一顆願意求變的心。

「輔導一定要面談？電話可以嗎？」面對面的傾談是最直接和有效的方法協助當事人深入接觸自己的感受和反省問題。況且，當我們能以面談討論問題時，這亦意味著我們已準備妥當徹底地迎戰困難。

「何時應當尋求協助？」當你發覺自己需要支持、勇氣、反省和學習新技巧幫助自己度過困境或需要配偶合作，尋求共識時，這便是適當的時候了。

「怎樣求助？」直接致電聯絡我們吧！我們非常願意與你們同行，一起跨過生命的困境，歡迎。



《做孩子的心靈導師》

The Seven Spiritual Laws for Parents

惠玲

為人父母，在教養子女問題上往往感到力不從心，煩惱不已。

最近遇上一本令人閱讀之後感覺清新的親子教育書籍，書名是：《做孩子的心靈導師》，作者Dr. Deepak Chopra是一位主張身心調和、心靈意志主導一切的醫學博士，他提出簡易以家庭為練習單位的「七大精神法則」，協助現代父母關照孩子心靈面的教養之道。

許多父母最殷切的希望，就是眼見兒女一生有所成就，然作者提出通往成功最直接的路徑，就需要借助靈性滋養。他不認同物質成就代表著成功，父母若以非物質層面的標準來界定子女的成就，其中包括：愛的能力、具有同情心、充滿喜悅、能與人分享歡樂、洞悉人生意義、與宇宙的創造力相互連結的意識等，大大擴展了成功的精神空間。因此，父母的責任是確保子女踏上精神之旅，也就是父母能做到確保子女人生成功的最上策。這是一嶄新的為人父母之道。

按作者的理念，落實教導子女的原則有七大法：

- 第一條：學習付出 要怎樣收穫，先怎樣栽種
- 第二條：了解因果 每當孩子做出一個決定時，就改變了未來
- 第三條：順其自然 不要輕言說不——一切順其自然
- 第四條：珍視現有 每一個念頭，就是播下了一粒種子
- 第五條：放手得失 盡情享受人生之旅
- 第六條：活出自己 你一定有存在的理由
- 第七條：發揮潛能 天下沒有不可能的事——事事皆有可能

以上的七項箴言，若父母能用以培養孩童靈性的觀念，可助他們長大後領悟出內心及外在的創造力來源，也能學習不做批判，學習保持誠實及熱愛生命，從而減少對人生的恐懼和焦慮。

作者在中對每一項法則均有詳細及具體的闡釋，教導父母如何給予孩童精神方面的滋養——是最具深度的養育方法，也是一種與自然融合，具創造力的生活教導方式。作者相信從小培養精神信念的孩子，除了開啟智慧、增強領悟力，更能保有熱情純真的心，學習重視自己的生命價值，而不致對人生感到無意義。

各位為人父母的讀者，不妨參閱這本書，它或許能助你用一個嶄新的角度去教養子女。



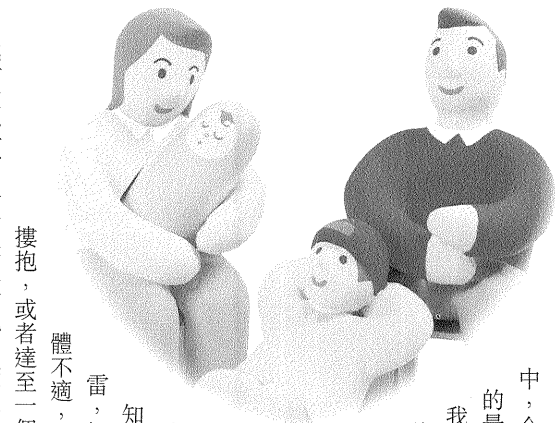
為夫、為父

劉文傑

「恭喜你，先生，你太太為你添了一名小寶寶，是男孩子」護士一面說著，一面把嬰孩抱過來，湊近我和妻子。妻子握著我手，躺在手術床上；她看到初生的兒子，殷切地親吻了他一下，然後眼角迸出淚珠。這一刻，我感受到妻子心中的激動。大兒子的出生，我無緣親歷；這一回，看著小兒子從妻子腹中取出，方真正體會到十月懷胎、為人母親的偉大。雖然妻子接受了半身麻醉，但手術刀和利剪發出的聲音，使我想像得到妻子所要承受的痛楚。母親的痛苦、嬰孩的啼叫，意味著新生命的到臨；看著兒子、看著妻子，感激、敬佩、歉疚、關懷、寄望，一時湧現，這一刻，心下已對她母子倆許了諾言。

妻子在早前的一夜已進了醫院待產，只剩下我在家中看著大兒子。沒有了妻子的家，充滿殘缺感。平日的家，有妻子打點一切，管教兒子、處理家務、應對親戚，我都毋需操心，事事井井有條，一切看來都是理所當然；但這一夜，我擁著兒子，說著故事，心底卻害怕會失去所有。夜裏，兒子呼喚母親，我又何嘗不惦念著妻子？從前也曾對妻子許下承諾，但時日既久，已漸告淡忘，對妻子不復和顏悅色，關懷呵護；取而代之的，是自尊自大，只顧一己的感受，甚至將怨怒帶回家。

我甜在心頭。子女是父母親的無價寶，子女的一顰一笑，都牽引著父母的心；同時，子女又是父母的鏡子，他們的言行思想，都由父母而來。我看看正在玩耍的兒子，心裏想：若是上主賦予生命；那麼，父母便要塑造生命。自愧平日對兒子欠缺耐性，亦未有充分表現出愛心。膝下承歡的日子，實在不多，兒子很快便會長大，只願我能從今天起，對兒子關懷而不溺愛，信任而不放縱，堅定而不嚴苛，好讓他能健康快樂地成長。



大兒子的睡房，早已擺放好嬰兒床，等待著小寶寶的到臨。我牽著大兒子，輕撫床帷，心裏想著妻子與小兒子，大兒子問：「爸爸，你在笑什麼？」

中，令妻兒成為發洩出氣的對象。家人們的最後歸宿，妻子是終身伴侶；這個家，我要好好經營；這位妻子，我應好好看待，以分享代替逃避，以擔代替怨懟。

黃昏時分，妻子在病床上休息，身旁放著熟睡的小兒子。我離開醫院，到幼兒園接過大兒子，返回家中。大兒子一臉天真爛漫，渾不知母親剛才所受的痛苦，也不曾意識到自己的身分有變，還是嚷著要這要那。不知多少回，他的無禮和反叛，令我暴跳如雷，把他責罰打罵，也不知多少回，因他身體不適，使我憂心忡忡；但只要他來一個輕輕的擁抱，或者達至一個旁人看來微不足道的成就，已足以令我

「知情識性兩相融」研討會

繼「逆境、家庭新演繹」研討會之後，本會再接再勵舉辦了「知情識性兩相融」研討會，目的在探索婚姻中親密關係的元素，透過心、靈、體如何達致共融。

研討會共分為兩部份，「婚姻中的親密關係」研討會於十月十日在香港會議展覽中心進行。講者包括關俊棠神父、張俞壽詔女士、及香港公教婚姻輔導會執行委員會會員李敬志先生和他的太太。關神父分析了親密感、親密關係和親密行為的相互關係，並論述婚姻中夫婦間關懷和分享的重要性。李敬志伉儷以輕鬆分享形式帶出了二十多年婚姻中的酸與甜，引發了參加者的共鳴。最後，張俞壽詔女士坦誠親切的分享，觸動了每一位在座參加者的心靈，她不單分享夫婦倆的親密關係，更帶出了她家庭內父子、母女和婆媳彼此交織着的微妙關係，令人非常感動。



第二部份「婚姻中的性愛生活」在十月三十日舉行，首先吳穎英醫生指出夫婦魚水之歡雖看似簡單，其中亦有不少障礙需要夫婦二人協力克服，吳醫生以她豐富的經驗，深入淺出，舉出的真實例子教人深省。其后吳敏倫教授闡釋了婚姻中的性愛，提出技巧雖然重要，但更強調性與愛的相互關係，否定了男士可以有性無愛的講法。資深婚姻輔導員李月儀女士用四個故事簡潔地帶出性愛不是與生俱來的，夫婦必需學習才能享受其中樂趣。

兩日的研討會共有二百參加者，他們的參與顯示出對婚姻親密的渴求，也鼓勵我們繼續探討婚姻關係裏的不同元素。



我的朋友——寂寞

黃玉書

我有一個好朋友，它的名字是寂寞，一般人也許不會視它為朋友，但總該不會陌生吧，讓我深入再介紹這位好朋友的特質，也許有一天，它不是敵人，是個朋友：
寂寞：不該是個名詞，是「生命」的其中一個代名詞。
寂寞：在度過無憂無慮的童年以後，它將終生與你相伴，不離不棄。
寂寞：你若設法排遣它，它就會有若潮水般的波浪湧而至。
寂寞：在你來臨人世間以前，已安排必定相逢的緣份。
寂寞：絕不與孤獨、空虛、無聊三個形容詞為友，寂寞在人生裏的生活中不斷浮沉相伴。
寂寞：是考驗塵世間的人類，如何自己一個人，與自己的相遇、相識。

寂寞：活像突然間目不見色、耳不聞聲、舌不覺味，感覺神經細胞缺氧，在霎時間迷失了自己。
寂寞：若刻意去找一人個伴，敢保證你倍感寂寞。
寂寞：每年三百六十五天，你與它相遇了多少日子？每天二十四小時，你曾面對它多少刻鐘？
寂寞：範圍不在孤單一個人身上，走在熙來攘往的千百人中鬧市裏，難道你沒有感覺它的存在？
寂寞：一位專欄的飲食作家說過：我一生從未寂寞過！有兩個可能：(一)謊話，(二)他是個最不幸的人，因為從來沒有與真正的自我相遇過。
寂寞：原來在我和你於營營役役的生活追求中，它已在人生的角落中靜候了多時。
寂寞：是界乎天才、白癡兩種人經常遇到的摯友。我總覺得自己是後者，因為在寂寞中，我依然十分快樂。



活動預告

婚前及準備課程

夫婦課程

元宵佳節

夫婦重溫蜜月營 (MC01)

日期：2000年2月19、20日 (星期六、日)
時間：下午2:30至翌日下午5:00
地點：深圳、歡樂谷
對象：已婚夫婦
內容：透過重溫蜜月的溫馨、浪漫，促進夫婦的了解及親密感覺。
形式：夫婦活動、小組分享、遊戲、講座、遊玩歡樂谷、安特賽車城、住宿香格里拉或同級大酒店。
費用：每對 \$998 (包食宿及交通)

夫婦成長小組 (MC14)

日期：2000年2月25日至3月17日 (逢星期五)
時間：晚上7:30 - 9:30
地點：本會香港中心
對象：夫婦
內容：認識不同婚姻階段的夫婦相處、協調及互相接納。
形式：分享、討論、活動、講座
費用：每對 \$200

家長課程：

親子課程之衝突處理 (P09)

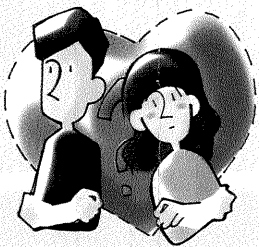
日期：2000年3月3、10日 (星期五)
時間：晚上7:00 - 9:00
地點：本會香港中心
對象：父母
內容：探討父母、子女間的衝突處理，增進彼此的接納。
形式：講座、討論、分享
費用：每位 \$50

雙職夫婦工作坊 (MC17)

日期：2000年3月18、25日 (星期六)
時間：下午2:30 - 4:30
地點：本會香港中心
對象：夫婦
內容：了解雙職夫婦的溝通、培育親子關係的方法。
形式：討論、分享、活動、講座
費用：每對 \$100

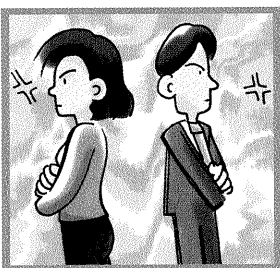
真的「你」與「我」夫婦工作坊 (MC16)

日期：2000年3月19日 (星期日)
時間：上午10:00 - 晚上7:00
地點：本會九龍中心 (何文田邨)
對象：夫婦
內容：除下角色的外衣，認識及瞭解自己和配偶的真面貌。
形式：夫婦活動、討論、分享、講座
費用：每對 \$200 (包午膳)



「矛盾與共融」夫婦講座 (PM16)

日期：2000年3月24日 (星期五)
時間：晚上7:30 - 9:30
地點：本會九龍中心 (何文田邨)
對象：準婚或新婚夫婦
內容：如何處理夫婦間的衝突及矛盾
形式：講座、討論
費用：每對 \$50



「父母效能EQ」家長小組 (P08)

日期：2000年2月15、22、29日 (星期二)
時間：下午2:30 - 4:30
地點：本會香港中心
對象：小學生家長
內容：認識情緒智能、控制自身情緒、及提昇子女EQ的方法。
形式：講座、討論、分享
費用：每位 \$100

輔導理念

FOCCUS 婚前評估服務

何文康

FOCCUS是本會自一九九七開始採用的婚前準備工具，以個別夫婦協談形式進行，這有別於小組或課堂教育形式的婚前講座。兩年以來，我用FOCCUS與八十多對準夫妻進行婚前準備功夫，過程中累積一些經驗與感想，欲與讀者分享一下。

為我最深刻的體驗，就是這服務帶給我一份好像「環遊世界」的感覺。為什麼會這樣呢？我接觸的準新人有八成以上都是外籍人士——英、法、美、澳、菲的當然不在話下，甚至有來自瑞典、印尼及毛里求斯的。每次遇上一對新的愛侶，都會聽到不同和獨特的愛情故事：一對新來港的加拿大準夫婦怎樣在強大的工作壓力下互相支持鼓勵；一位菲籍的富家子弟不惜冒著與父親斷絕關係而決心與心愛的女子結婚；為了下嫁給日籍的未來夫婿，一位女子準備離開熟悉的香港環境而移居日本……每個故事的內容都不同，但我卻覺察到每對情侶對幸福的追求，對未來一起生活的憧憬，而過程是由哭笑所編織而成的。與此同時，這份接觸也擴闊了我的視野，更加認識婚前準備在文化脈絡中如何展現出來。

有不少參加者確實能藉著FOCCUS得益良多。他們覺得這套工具很全面，能提醒他們未曾留意的婚姻事宜。有男士曾直言FOCCUS令他注意到原生家庭對他的思想及行為的影響。另一些參加者則認為FOCCUS很有系統，並能具體地把他們的關係狀況勾劃出來作探究。在協談的過程中，他們身處一個與日常生活不同的環境，能比較集中及有層次地商談婚前的各樣準備。

當然也有人並不覺得FOCCUS對他們有大幫助，尤其是那些認為自己是被教會「強迫」而來的準新人；他們會覺得根本不需要什麼特別婚前準備。另外有人對於在一位陌生的協談員跟前討論婚姻大事感覺不太習慣，以至他們並不會盡量利用面談時間來作深入交談。他們會說：「我們稍後再作討論吧！」這時候我便會看到他們還未預備好心情去觸及某些話題例如性、子女、宗教培育及理財等。

FOCCUS並非什麼婚姻運程，不能保證參加者的婚姻一生美滿幸福。它只是一套工具，協助準婚者從多角度檢視雙方的關係及婚姻中的重大課題。FOCCUS是否有效，還看當事人的動機有多大，及協談員的介入手法及技巧。在後者方面我還需不斷努力下功夫呢！

如有興趣參加，請電 2336 6523 查詢