



香港公教婚姻輔導會

地址：香港上環皇后大道中 181 號
新紀元廣場低座 101 室（總部）
香港北角建華街 30 號聖猶達堂
香港堅道明愛大廈 502 室
九龍觀塘翠屏（北）邨翠樟樓 M2
新界元朗青山公路 201 號天主堂
101 室
網址：www.cmac.org.hk

電話：2810 1104
傳真：2526 3376
電話：2566 5019
傳真：2887 6340
電話：2523 3128
傳真：2523 3121
電話：2336 6523
2782 7560
傳真：2336 9542
電話：2476 0122
傳真：2479 3769

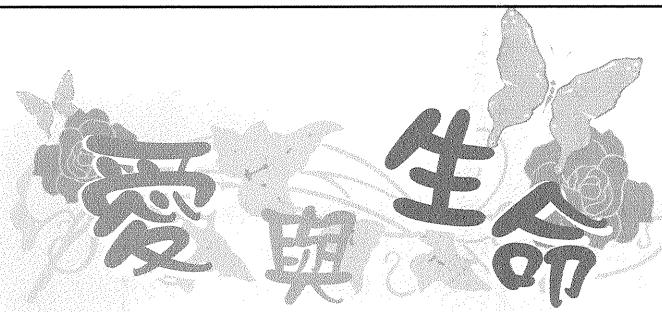


非賣品

第一版

主題：愛與生命

二零零一年十一月



何文康

（一）前言

在夫婦的關係中，愛與生命的聯繫是緊扣着的：真愛必會提昇生命，並孕育新的生命；而生命卻是愛的彰顯流露，把愛的光輝延綿下去。

可惜在現今功利主義盛行的社會文化裏，對愛與生命的闡述往往以遍蓋全，在整體上缺乏客觀持平的探討，甚至把兩者分割，否認它們存有任何密切的內在關係。正如迪馬高（De Marco）曾指出，意識型態（Ideology）——如個人主義、物質主義或享樂主義等——是在某類激情（Passion）中產生的主張（Assertion），欠缺對事物的全面檢視（即短視）。我們若要在愛與生命這課題上作出深入的探討，非依仗正確的人生哲學及宗教不可。當然人文科學如心理學、社會學或人類學等對愛與生命的了解有莫大的貢獻，但只有哲學中的人學（Philosophical Anthropology）及宗教能給我們提供有關人的本體性（Ontological）或存在性（Existential）的認識。

在這前設下，人位格的規範（Personalistic Norm）及認識愛的本質意義成為探討愛與生命的起步點。

（二）人位格的尊嚴及愛的本質

何以稱人有位格（Person）呢？人與其他動物不同，因為人有理性、感情及自由意志的能力，能為自我斷定（Self-determine）而決定怎樣行動，並不受控於本能（Instinct）的驅策。因此，人的靈性隨之而來的倫理秩序成為他擁有位格的基礎。正如孟子也指出，人之異於禽獸，乃因人有仁義禮智四善端《公孫丑上》。若從宗教角度來看，人的價值更在於他是天主的肖像（創：26, 27）；人與人之間不單可建立位際（Interpersonal）的關係，人甚至可與這位超越的神達致共融（Personal Communion）的境界！為此華迪拉（即現任教宗若望保祿二世）認為，因為人有位格的尊貴價值，固此唯有愛才是人彼此相待的基本態度，但畢竟甚麼是愛？愛的本質是怎樣？

我們若細心反省，會看到人的慾望與感性的依繫，只是屬於愛的某層次，但卻不是愛的核心本質。真愛本質上是人自由意志的抉擇，即向另一個人開放自己，接納對方跟自己同樣是有位格尊嚴的人。換言之，真愛是以他人為中心（Other-centredness），為對方交付自己，並肯定他的價值，決不會把他視作工具（Instrument）或手段（Means）為達到某種目的（End）。每個人本身就是目的，具有不可侵犯的基本價值。

有人會認為，若我只為他人着想，豈不會喪失了自己嗎？這正是作為人的一個奧秘（Mystery），也是一個弔詭（Paradox）：只有當人走出自我去愛他人的時候，他才能成全自己，實現自己。人最大的潛能發揮就是真實地去愛他人。相反地，人若以自己為世界中心而生活的話，他最終只會失落自己（參路九24）。這是人性「運作」的基本規律，也是宗教提出的生命真理。

（三）夫婦之愛

基於以上討論，我們可進一步探索夫婦之愛的特質。

透過婚約的建立，夫婦之愛使雙方在心靈及肉體上結合成一體。「這樣他們不是兩個，而是一體了」（瑪十九6）。肉體上的結合是藉着夫妻的交合給實現出來。換言之，夫妻的交合行為正是一種身體的語言，表達出人願意把自己最寶貴的禮物——身體——毫無保留地完全交託給配偶：我再不是一個單獨自立的我，你也再不是一個單獨自立的你；在這「你——我」的親密關係中（I-thou

relationship），一個「我們」（We）真實地出現了。的確，在愛與被愛中，人找到自己，實現自己。

婚姻之愛有一特點，就是它的排他性；它決不容許第三者參與其中，分享那份獨有在靈肉上的合一。雖然在歷史及不同文化中存有多妻（多夫）制，但基於忠信、專一、平等及正義的原則，人類兩性關係發展都是朝向一夫一妻制的理想。從宗教角度考慮，一夫一妻制更是源自創造的秩序（創一、二），是一個具體標記，為反映出天人之間那份忠貞不貳的愛（弗五22—33）。很多人認為一夫一妻制只是社會建構性的產物，沒有甚麼真理可言。但人若細心反省，便會發現這制度是建基於人理智的要求及心靈的深處渴望——也是夫妻愛的真實訴求。

此外，我的丈夫／妻子不只是一個被愛的對象（Object）而已，他更是與我一樣是個有位格的主體（Subject）；他並不是為滿足我一己慾望的工具，他個人的本身價值必須受到肯定及尊重。舉例來說，夫妻間的性愛享受本身是美善的。但若作妻子的病倒了，做丈夫的便不應作無理的要求而勉強她進行房事。可看出，相對於這個「我」，「你」及「我們」在夫妻關係中具有較優先的地位。

（四）從愛到新生命

易經上說：「天之大德曰生」。生育下一代是美好的。（但許多現代人並非有此想法！）人類也賴新生命才能延續生存下去。但基於人位格的觀點，子女並非是人生產出來的物品（Product），而是具有位格尊嚴而活生生的人。他們當然從屬於父母，但卻不是後者的附屬品，而是與父母有相同價值的人。他們來到世上是上天的恩賜。因此，每個新生命都擁有不可侵犯的生命權利，理當接受其他人的愛護及尊重——我們該保育每個生命（Handle with care）！

上文提及夫婦愛的排他性，但這並不否定它的另一面——就是它的分享特性，即愛流溢出新生命。締結婚姻並非是為夫妻建立起一個孤立的二人世界，為促進幸福美滿的婚姻生活，夫婦二人必須一起追尋及分享相同的婚姻美善，成為他們的共同的目標。在婚姻生活中，生育及教養子女即是那份美善，能推動夫妻攜手步向更完滿的婚姻之愛。

在生育及教養子女的過程中，為人父母者從中學習付出手，為下一代的幸福勞心勞力。學習肩負責任、忍耐、等待及主動關懷子女都是父母要努力實踐的德性，當中所付出的血汗或許只有他們自己知道。但可肯定的是，若父母忠於本身的使命，他們的人格將會藉此獲得更大的擴展，整個人會趨向更成熟的境地。

最後必須指出，每個生命自成胎直至其自然死亡，都該受到他人的愛護及尊重。無論某人的精神、心智或身體是否健全，他的生命在任何年齡、階段及境況中都是珍貴的，不可取代的及擁有不可侵犯的權利。人生命的存是其他基本價值（如友誼、知識、娛樂、美感經驗等）的先決條件；沒有生命，就沒有這些價值可言。為此，人當成為生命的好管家，以真愛去保育及尊重每個人的生命。

（五）結論

本文從哲學及宗教角度，初步地探討愛與生命的特質、其內在關係及從而引伸出來的婚姻及家庭倫理討論。現代人普遍並不喜歡講倫理，認為它是「吃人的禮教」，或「道德教條主義」的產物。其實，正確的倫理觀與道德主義（Moralism）有莫大分別：後者正是一種意識型態，可說是法律主義（Legalism）的伸延，只道出人可作甚麼，或不可作甚麼，沒有足夠的人學理據去支持其主張，好像人是為了規條而活，而不是規條是為了人而立的。

以人位格規範及宗教為基礎的婚姻及家庭倫理是有其合法地位的。它的目標是協助人以正直的認知，藉着自由抉擇的意志行為去達致美善的境地。人的光輝及美善，在於選擇尊重人倫的道德善。愛孕育生命，而生命則帶來更大的愛；這份生生不息的關係正是人間的美善！

督印人：香港公教婚姻輔導會

《橋》編輯委員會：江任燕瓊（顧問） 陸惠玲 潘蔡 呂清華 黃錦梅

設計／印製：博匯出版印務公司 2675 0011

美滿婚姻  幸福家庭

戀戀生命

彭杏嫻

若然問你「愛」與「生命」是怎麼樣的關係，你會有甚麼想像呢？可能有些人會認為「愛」是「生命」中非常重要的元素，甚至是核心部份；沒有「愛」，「生命」似乎會失去它的光采，甚或可以說是失卻了它的意義，無怪乎部份人會因為失去愛而萌生放棄「生命」的念頭。這樣的說法像是把「生命」空白了，須從「生命」以外注入「愛」才有「生命」，但其實「生命」本身就有它的歷程，它本有的喜怒哀樂。若想「生命」有「愛」可先要愛上生命，跟「生命」談戀愛，那就可讓「生命」充滿「愛」。相信嗎？

我深深體會到當輔導員的壓力，有時既不能安撫雙方的情緒，又不能緩和火藥味甚重的氣氛，面對一方的眼淚，另一方的漠不關心，一方的無聲抗議，另一方的不屑態度，一方的尖銳詞鋒，另一方的不甘示弱，均使輔導新手的我有點兒不知所措，就是憑着這丁點兒的體隔！

現代人對愛的渴求很大，期望配偶關心愛護自己，滿全內在被愛的需要，但在享受被愛的同時，卻又吝於付出。不斷的苛索只會造成配偶的無力招架，於是期望越大，失望越大，雖知愛與被愛的關係是不可分割的啊！面對期望與失望的差距漸遠，夫妻關係便開始互相抱怨，指責對方是造成婚姻問題的主要元兇，所以唯一的解決方法就是對方要改變，努力滿足自己的需求。這種態度正是很多求助夫婦的寫照，他們往往無法體諒配偶的限制與不足，亦看不到自己也是問題的一部份。現代人將「自我」放在過高的位置，我的需要，我的開

浪漫的開始——

戀愛的第一個階段是「浪漫期」，兩人相遇相識至相吸相惜，因為好奇而感到興奮，相近之處令人感親切，相異之處卻又令人生幻想、渴慕，想了解更多。「生命」之始何嘗不是如此境況嗎？在我們未曾深入活出生命之時，對生命也是充滿好奇幻想，像有無數有趣的探索，像有無窮盡的活力去了解生命、去為生命做實證，更滿有期盼、計劃，充滿信心、不畏困難崎嶇，只盼望擁有快樂幸福的生活。

失望的時候——

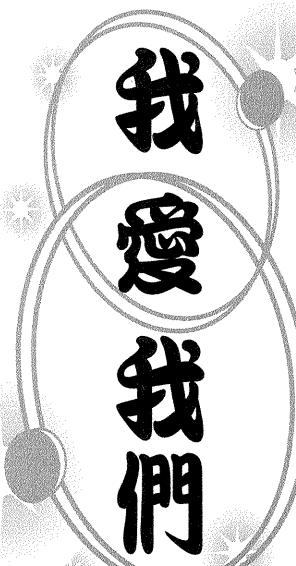
浪漫過後，更多的接觸令戀人的兩個自我互相衝擊，達不到的期望產生失望、埋怨的情緒，令人更想盡法子去企圖影響及控制對方，互相指責的情況時常出現，自然引起更大的不安與疑問：戀愛是如此不堪的麼？生命路上，此情此景也是如此相近。當我們為生命付上更多時，自然也期望更多；若果生命的軌迹出錯了，我們也自然失望，感到受挫，繼而可能會抱怨「生命」對我們不公，對「生命」抱懷疑態度，也有想把「生命」操控在手的渴望，費盡心思盡力「計劃」生命，不能再讓「生命」失控於手。

欲捨卻難離——

兩個戀人相爭的結果會有兩個可能：一是不能接受這戀愛的局面而想放棄，或離開關係，又或不離開卻不再嘗試改善關係；二是再努力去了解對方，接納彼此的不同，明白到戀愛本來就不是如此簡單的歷程。當生命的路上遇到重重的障礙，我們的處理又像何種的戀愛態度呢？既然生命不由我們控制，就聽天由命吧，不用努力刻意再為「生命」嘗試甚麼。又或者繼續努力了解生命，欣賞生命，關懷生命，開放自我，接納自我與生命的限制。

生命有愛——

在我們珍惜並欣賞生命的一切時，我們就可體會到對生命的投入，為生命創造的力量也就可以源源不絕；就如對彼此不離棄的戀人，他們也可享受關係中的無比信任與真誠，並可滿有活力地去繼續創造他們的關係。「生命」中的「愛」並不是單單由我們自己以外的人去帶給我們，而是先由我們在自己的生命中去創造，那才能讓我們與其他人相愛。橋



葉麗碧

心，我的滿足是首要的前題，至於「你」，可能永遠也要在「我」之下。這種不自覺的「自我」態度取向，正是夫婦親密關係的一大障礙。

從前的中國社會着重群體利益，個人的自我價值是很渺小的，甚至不受重視，個人應有隨時為群體犧牲的氣度。隨着西方社會思潮的入侵，被長久抑壓着的自我終於可以重見天日，於是「我」便成為首要的考慮，其他人等一概要退讓，這種思想趨勢在現今社會中不是隨處可見嗎？廣告商以「我有我選擇」為口號，網絡公司建議各家庭成員一人一網，從此可以各自各上網。為減少家庭成員的衝突，所以每人的房間應備有電視、專線電話、電腦，各自各空間，你不打擾我，我不打擾你，母親不再投訴兒子佔用電話線「煲粥」，家人不再為看那一齣電視節目而起衝突，夫妻即使沒有共同話題也可以各自各找「網友」談心，這不正是解決問題的一帖良方妙藥嗎？因為各方的需要也被滿全了，表面看來，這種方式並沒有甚麼問題，但若果滿足需要成為我們解决问题的原則，這樣我們永遠也不會明白犧牲的重要性。當滿足個人需要成了大前提，便不再有任何的妥協與讓步，更談不上犧牲。可惜的是很多夫婦均帶著這種心態進入輔導室，結果就是問題依舊，積怨難消。

舊社會與新時代對「自我」的兩極分化，使現世的我們難放下過高的自我，接受他人，學習我眼中只有你，你眼中只有我。曾經聽過一位神父講學，他是這樣形容婚姻關係，那就是「我愛我們」，即是在愛的關係中有你，也有我。這是一種知易行難的境界！願與天下的夫婦共勉之，就讓我們一起學習「我愛我們」。橋

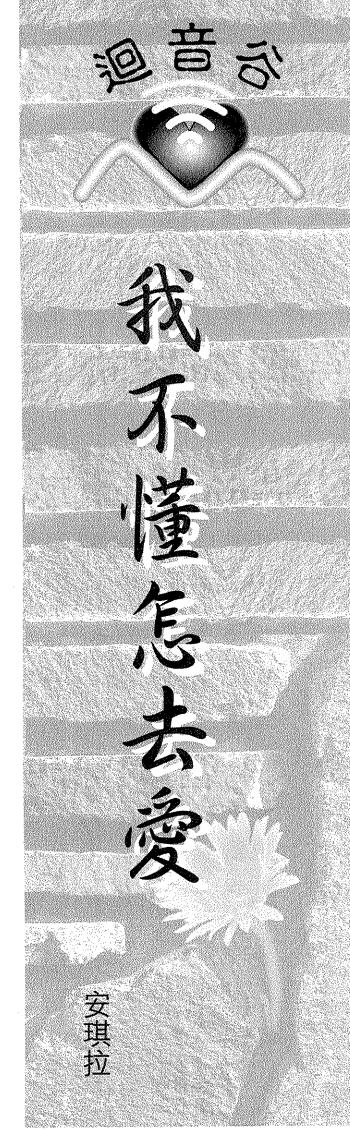
在身邊另一半未向我提出分手前，我時刻都以「愛」心去善待他，無時無刻不擔心他工作操勞過度，出外公幹又掛心他人身安全，在外又怕他沒有三餐溫飽。因為心中有愛，使我在牽掛之餘仍有這個胸襟去包容他許多的缺點，去忍受這段聚少離多的婚姻所帶來的寂寞，以及他的不解溫柔、冷漠，甚至精神、內體上的折磨。我一直深信，假以時日，他會恍然大悟，再而雙倍奉還我對他的愛。不過，我是何等愚昧，自欺欺人，他心目中原來根本沒有我的存在，我的付出完全是一廂情願，他絕對是視若無睹。這些日子來他正忙着為這仳離鋪路，他言行舉止上對我的疏離、冷淡，不願與我分享，溝通，惡形惡相的日常表現，都很清楚告訴我必須重新釐定我對他的愛，以免身心受到更大的傷害及侮辱。

事到如今，我還該去愛他嗎？可以怎樣去愛他？我想應該是時候去對他的人格作一次大檢討，以重新認識這個我一往情深的枕邊人，好讓我去決定我的愛心去向。

我不知曾經問過自己多少遍同樣的問題：「我究竟做錯了甚麼，令他對我如斯決絕，全無商榷的餘地？」除了說他經年累月的在外生活令他徹底底的變了，及他給我冠上的數條「莫須有的罪名」，我實想不出甚麼原因達至今日這個地步。這些年來的相處，我由開始嘗試改變他的陋習，繼而逐漸的接受、包容，生活上亦盡量去適應遷就，除了「愛」，我想不出一個更好的理由讓自己如此忍辱負重的與他同甘共苦，亦甘之如飴。由開始認識他，已知他外表雖平凡，但絕非一般知足常樂之輩，為人亦帶點浮誇，不夠穩重。身邊的長輩亦不停地提醒我他的高傲自大，恐防他用情不專，總有一日會始亂終棄。但愛總令人盲目的，尤其是熱戀中的年青人，往往是愛得不分皂白，忠言逆耳，總相信「愛可戰勝一

切」。況且自知自己亦非完人，那時的我也有我那份不易妥協的固執，及帶點倔強、任性的缺點。在我眼裏他亦總有令我欣賞、可取的地方。

誠言愛真的很難經得起考驗，而劣根也非可隨時日消逝、改進。一個不願意長大、心胸狹窄、自以為是的男人始終是令人失望的。最令我痛心不過的是他今天的行為正應驗了當日老一輩對他的看法：不仁不義，始亂終棄。而雖然我一真埋在心裏，沒有宣之於言，但打從結婚至今，他沒有給過我很大的安全感，沒有真真正正的為家人提供一個安樂窩。大難臨頭時，他沒有在我跟前為我遮風擋雨。在我情緒低落時，他也沒有好言相慰。他對我的冷漠、不關心，甚至不能盡丈夫天職，亦從沒有半點內咎。在這些無悔無恨，不離不棄的歲月中，他不懂得給我點點感激。當我心如刀割，生不如死，他仍可毫不動容，掉頭離去，再送你數句激心刺肺的無情總結語，然後永不回頭，讓你母女倆孤苦無依。



過往，既已錯把感情投資在這個我本以為可付託終生的絕情漢身上，今後的日子，我真不懂怎樣再去愛。這一仗最令我遺憾的可能就是我連去愛這點點的勇氣也輸掉了！



教友補禮

婚姻培育課程

噹……噹……噹……聖堂響起婚禮的鐘聲，大門一開，新人竟是一對年長夫婦，伴娘與伴郎是他們的兒女，花童花女是他們的孫兒，好一幅三代同堂的幸福寫照。或許你會誤會這是舉行再婚的禮儀，然而他們本來就是元配夫妻，而且已婚四十年，今日正是他們在天主教堂舉行「補禮」的大喜日子。

「教友補禮」形式上就似中國傳統夫婦補辦擺酒儀式一般。在天主教會中，教友要正式舉行教會婚姻的禮儀，婚姻才得到教會的承認。故此部份已在政府婚姻註冊處結婚的教友夫婦，為了更滿全自己的婚姻而於教會舉行補禮，有些是為了子女在教會內領洗也會進行補禮。

在舉行補禮之前，教友需要進行有關的婚姻培育課程。早年這類的培育活動由負責主禮或堂區神父個別進行，但隨著參加人數的增加，堂區便把參加者組合起來與本會合辦有關的培育活動，而這類的課程漸漸發展成今日定期開辦的「教友補禮——婚姻培育課程」。課程由本會職員及教友義工夫婦合作於周日下午舉行，透過小組互動的模式，以活

動和短講與參加者一同探討有關美滿婚姻生活、夫婦溝通、衝突處理、基督徒婚姻觀和自然家庭計劃等課題，更有教友夫婦分享婚姻經驗，務求為參加者達到一個既「度身訂造」又「簡而精」的半天課程。

參加者對課程一般都有喜出望外的收穫。他們起初會怕課程沈悶，但檢討分享時，他們均表示課程能令他們對夫婦相處、婚姻委身和責任感有新的反思和得益，而且義工夫婦的分享令他們對婚姻生活、夫婦溝通、宗教信仰有更深體會。例如，分享有關管教子女的經驗，義工夫婦以祈禱來增加自己對孩子的耐性，以教會活動來加強親子溝通等，都給予參加者有新的啟示。

從補禮活動中，我們可見原來有很多人對自己的婚姻是很重視的。願意參加補禮的教友，正顯示出他們渴望令自己的婚姻在教會內得到確認，趨向更完滿，同時也展現他們願意善盡父母職責的決心。他們的付出卻得到意想不到的收穫，參與有關的培育活動，令平淡的家庭生活添上新的色彩，更為婚姻加油。





良性離婚

書名：良性離婚 The Good Divorce

作者：Constance Ahrons

出版：小魯親子叢書

既然相愛結婚，哪有人想到離婚結局？離婚對很多已婚人士而言，是既熟悉又害怕的事情，「熟悉」是因為當失望時常掛在咀邊，「害怕」是因為離婚會經歷痛苦、悲傷、憤怒、孤獨和失落等前所未有的情緒，對於未可預知的未來，難免有恐懼感。

《良性離婚》這書，創造了一種新觀念，讓讀者重新思考離婚所引起的價值觀問題，作者用正面角度解釋離婚對當事人及其孩子的好處，把離婚視為結束名存實亡的婚姻的一條可行之路。他叫離婚人士停止尋找原因，並學習認識自己的離婚決定，避免在衝動和失控時宣告離婚，即使決定分居，也讓自己慢慢品嘗這段情感離異的歷程。事實上，認識離婚過程，能幫助減低壓力，夫婦間如果有新的交往方式及調適，則更能為分居期及離婚後的生活作好準備。書的後半部份，介紹了雙核心家庭的觀念及運作方式，當離婚人士及他們的孩子知道雙核心家庭與一般的核心家庭都是有美好的一面時，他們的自尊心將大大提高。

眾所周知，離婚的第一年是最艱難的！當我們的眼光放在離婚的害處時，恨綿綿的日子將使我們感到難過，憂鬱和憤怒將隨之而來。如果我們將眼光放在離婚的好處，以正面的態度珍惜自己的過去，發掘新生活的樂趣，我們的孩子將更感自由！

本會呼籲

本會為一非牟利社會服務機構，志在推廣美滿婚姻及幸福家庭生活。「橋」為本會定期出版的免費刊物，多年來，得到廣大市民的支持，「橋」的讀者人數多達數千人。為使更多的家庭受惠，本會希望可以擴大「橋」的發行量，謹在此呼籲各界熱心人士慷慨捐助，支持本刊運作經費。如有任何捐款，請以劃線支票方式，抬頭「香港公教婚姻輔導會」，寄回本會總部。信封請註明（「橋」出版基金）收。

註：如欲索取「橋」，請致電2810 1104，聯絡李小姐 (Sandy)。

更正啟示

七十六期「橋」第四版最新消息一欄，香港學生輔導會正確名稱為「香港學生輔助會」及香港基督教家庭服務中心正確名稱為「基督教家庭服務中心」，謹此聲明，致歉。

「共分親職、永享親情」

大型活動暨社區教育展覽

主題：推展「共分親職」精神，鼓勵離異夫妻

合作培育子女，履行親職責任。

日期：2002年1月6日（星期日）

時間：下午2時至5時

地點：九龍灣德福商場一期

1. 專家討論
2. 名人分享
3. 樂隊表演
4. 兒童表演
5. 大型展覽

主題討論：黃重光教授及陳麗雲教授

嘉賓分享：張瑪莉小姐及知名嘉賓

查詢及報名：2782 7560 區小姐



只憑感情衝動所造成的愛，
有如建築在泥沙上面的塔，
它總不免要倒塌下來的。

歌德

最甜的蜜糖可以使味覺麻木；
不太热烈的愛情才會維持久遠；
太快和太慢，結果都不會圓滿。

莎士比亞

愛情能持之以恒才是一件好事；
可是，如果在別的方面沒有恒心，
那麼愛情的恒心也就一文不值了。

狄更斯