**核心课程：婚姻关系**

**第八讲：合乎圣经的沟通**

# 一、沟通在婚姻中的重要性

我们可以谈论的关乎婚姻成败的话题少之又少，而沟通就是其中之一……“如果说婚姻是连合的源头，性是连合的表现，家庭是连合的果子，那么沟通就是连合的关键，即连合的成败之所在。”

我们这样想，如果你们正为财务问题挣扎，或者在性关系上有困难，或者对养育孩子感到不知所措，又或者不知道怎么样解决一个实际问题，那么你们就必须要进行沟通。你们必须彼此交谈以度过难关，走出困境。沟通就好比让汽车运转的汽油。没有沟通，你们的婚姻就走不下去。虽然我们这里所讲的还不够全面，但我希望这是个好的开始。

# 二、合乎圣经的沟通有四个目标

我先把这四个目标列出来：（1）为了彼此了解；（2）为了获得统一的理解；（3）建立信任；（4）在属灵上彼此造就。

## 首先，通过对话了解配偶并且让配偶了解你

丈夫和妻子可以通过对话来向对方坦露自己。这里要讲到一个关键词：**示弱**。作为丈夫或妻子，你是否愿意向对方敞开心扉和生命？如果是，那么你在说话时，是否让你自己显得更软弱些？是否让配偶能够了解你，同时让你也能更好地了解他/她呢？

**目标1的圣经根据：**创世纪2章讲述了这个理想目标，在罪进入世界之前，他们“**赤身露体并不羞耻。**”（2:25）这是一个完全没有防备和坦诚开放的画面（他们的状态正如字面上所描述的那样，因为那时还没有衣服！）。亚当和夏娃能够如此敞开，甚至是裸露身体（我相信在情感上、关系上和言语上他们也是如此），他们可以毫无羞耻地暴露一切。而现今，在我们的生活经验中这是难以理解的，因为人堕落后罪大大玷污了我们的人际关系。

**应用：**罪败坏人际关系的途径之一就是让我们对彼此隐藏。然而，成圣的路径是将事情从黑暗中带出来，进入光中。实际上，我们有些人需要停止在婚姻中隐瞒，而且需要勇敢地向配偶吐露心扉。这种示弱会让人害怕，但却是建造美好婚姻的必经之路。

## 其次，通过谈话达成统一的理解

**第二个目标是通过谈话来达成统一的理解。**注意，我不是说达成一致看法。这里的关键词是理解。在婚姻中，你要努力去理解配偶，比如说，作为丈夫，我需要站在对方的立场上去体会她的感受，然后满有同理心地带领你的妻子。

**目标2的圣经根据：**彼前3:7说，“**你们作丈夫的也要按情理和妻子同住……**”（英文ESV版本）。英文圣经NIV版的是“体贴”这个词，而第7节可直译为“**丈夫们，你们应当按照知识与妻子同住。**”这不是一种分析性的知识或者宗教知识，而是一种个人洞察力，这种洞察力会引导你疼爱和体贴妻子。同样的意思是：研究你的妻子，并很好地理解她；做一个研究你妻子内心的好学生。

作为丈夫，你的喜乐应该是努力通过谈话和倾听，好让妻子知道你听懂了，你理解她，而且你根本上是为了她和她的好处。

这就是道成肉身之爱的意义所在。基督不是在天堂给我们说教。祂乃是降生人世；祂取了人的肉身；并且体验了我们的经历。来4:15说，“**因我们的大祭司，并非不能体恤我们的软弱。他也曾凡事受过试探，与我们一样。只是他没有犯罪。**”耶稣进入我们的生活并理解我们的经历，然后祂开始在我们身上做工（参看来2:18）。

**应用：**你是否花时间与你妻子建立情感上的连结？你是否注意并称赞你妻子外表的变化、她对家庭的付出、以及对其它事情所做的努力？你是否主动去研究她，了解她对礼物、餐馆、电影、书籍等的偏好呢？你是否对她所感兴趣的事情而爱屋及乌呢？不是因为这正好也是你的喜好，而仅仅因为这是她的兴趣爱好。（我们来讲一个 故事。有个小伙子说：“我获取了我女朋友的档案。”这话听起来很奇怪，因为它会让人联想到是他通过关系从派出所拿到了什么资料。结果我们发现这个小伙子有25页关于他女朋友的记录。我并不是要建议在座的男士也着手去弄一个这样的档案，但我认为这种做法背后的动机是完全正确的。这个小伙儿很努力地去了解自己的女友。而女友对此的评价也很有意思：“有时候好像他比我更了解我自己呢。”）丈夫们，你是否尊重并喜欢她的敏感，并且出于包容而注意自己的说话方式呢？你是否希望她更坚强点儿，或者你认为她太过于情绪化？你会询问她的想法吗？或者她最近灵修时学习什么吗？你是否主动提议：“我们为此祷告好吗？”或者你是否总是回应她的请求？

## 第三，用话语建立信任。

第三个目标就是通过谈话建立彼此之间的信任。相信人的意思就是你对他们的正直、能力及品格抱有信心和盼望。信任是任何人际关系的基础，在婚姻中尤为重要。

（作为牧师，）我一部分的工作就是帮助那些在婚姻中挣扎的人们。在一些相当艰难的婚姻中，夫妻俩都已经失去了对彼此的信任和尊重。我们往往要等到信任丧失才会明白信任并非理所当然之事。可悲的是，在步履维艰的婚姻中，我们用话语来互相猜疑，而不是建立信任。夫妻做出承诺，却总是不能兑现。丈夫说他要去做某事，而妻子却已不再相信他会真的去做。长期以来他的言行不一，于是妻子几乎不抱希望他会说到做到。

**目标3的圣经根据：**一直以来，让我印象深刻的经文之一是保罗在林前13:7中所说的，爱是“**凡事相信**”（和合本）或“**总是信任**”。在婚姻中，你必须要能够信任配偶，否则婚姻将无法维持。那么在这个有点奇怪的句子中，保罗的意思是什么呢？是否就是照字面上说的你应该相信配偶跟你说的所有事情？在这个堕落的世界里，我们意识到，总是相信任何人和事物的最美善一面是不现实的。这会制造出乌托邦或虚幻的天堂，也不能切实地解决被罪破坏了的沟通方式。我们的配偶是罪人，他们难免会犯错。那么，我们怎样在婚姻中建立信任，同时又实事求是地看待配偶的罪呢？尽管丈夫是罪人，妻子还是可以信任他，因为知道罪并不是丈夫生命的特点。在婚姻中，我们有时会觉得“永远信任”或“凡事相信”是任何人都无法达到的标准。然而，神赋予基督徒妻子超自然的能力去信任她的丈夫，相信他所说的，相信他会按照他所说的去做，并兑现他的诺言。这不是妻子靠自己能做的事。神帮助她相信丈夫一贯的品行和正直，因此她会意识到丈夫的罪并不是他们婚姻的主旋律。丈夫难免会犯罪，但妻子却全然地相信他的品行和正直。她知道罪不是丈夫的特点，虽然他一生都在犯罪，但他的品行使他成为值得信赖的人。因此，神使妻子天生有信任丈夫的倾向，她理应相信丈夫所说的话，而不是猜疑他。相反地，在艰难的婚姻中，罪的势力占据上风，使得配偶之间失去了信任，同时尊重也被弃之脑后。在婚姻辅导中，我做得最多的就是帮助夫妻重建信任，我努力帮助他们对彼此的话语和品行建立起信任感。

在婚姻生活中，信任不仅发生在做重大决定的时候，也发生在你们日常生活中的无数个平凡时刻。信任不仅是针对一些大事，而应该是针对每一件事情。

并不只是在糟糕的婚姻中，你才会说出一些不守承诺或破坏信任的话。我们每天都这么做。因为我们都是罪人。就某种程度而言，我们总是会说一些无心且不切实际的话，以致于伤害了我们与朋友或配偶的关系。

我的故事【讲员可换成自己的故事】

我的故事：我在国会山浸信会服事的第一年中，有一天我正要去上班，我对妻子撒拉说（就像我平时出门时那样）：“今晚5:30见。”撒拉回答道：“你别再说这句话了。”“啊！”我想：“（明眼人都会知道）有什么不对劲了。”我接下来发现妻子对我感到很失望，因为我每天都承诺5:30到家，然而我从来不会在5:45或6点前到家。当我说“今晚5:30见”时，我是在向妻子做出一个承诺。而我每天都在5:30之后到家，并没有遵守承诺。我迅速地向妻子道歉，并改变了每天早上去上班时的说辞。

耶稣在太12:36-37中告诉我们：“**我又告诉你们：凡人所说的闲话，当审判的日子，必要句句供出来。因为要凭你的话定你为义；也要凭你的话定你有罪。**”

一想到当审判的日子，我们必须在神面前供出所说的闲话，就不免战兢害怕，这会促使我们更加小心慎言。耶稣不是说你要为所说的大部分或真正重要的话交账，而是为所有你说过的闲话。在婚姻中所说的每一个词都很要紧。要建立信任，我们需要用爱和舍己的话语，也需要对所说的话深思熟虑。

## 第四，用话语在属灵上彼此造就。

第四个目标就是使用我们的话语来在属灵上造就彼此。为了论证这一点，让我们来看以弗所书4:29。

污秽的言语一句不可出口，只要随事说造就人的好话，叫听见的人得益处。

经文背景：

在弗4:17-5:1中，有两个消极的角度和两个积极的角度。第一个消极的角度是在17节中，保罗说“**你们行事不要再像外邦人**”。在18-19节中他解释道：他们心地昏昧，与神所赐的生命隔绝了。第一个积极的角度，是在20-21节中，说他们是通过教给他们的真理来学基督。第二个消极的角度是在22节“**要脱去旧人**”。第二个积极的角度是在23-24节中，“**要将你们的心志改换一新，并且穿上新人。**”保罗所描述的这个脱去旧人、穿上新人的终极目标是什么呢？4:24说“**这新人是照着神的形象造的，有真理的仁义和圣洁。**”5:1说“**效法神**”。这个目标就是照着神的形象成长，变得越来越像基督。4:24和5:1是一种首尾穿插结构，而在两句经文中间列举出我们具体所要做的事情。（虽然这不是一张全面的清单。）

请看以弗所书4:29，让我们来分解一下这节经文。

1）**污秽的言语，一句不可出口。**在希腊文中，“污秽”的意思是指“腐烂”的水果（太7:17-18）或鱼（太12:33-34）。这个词形象地表达了你说的话所造成的伤害。如果你给了别人一块腐烂的水果并且让他吃下去，想想看你这是什么行为？

**2）只要说造就人的好话。**我们要用话语建立婚姻中的合一，而不是拆毁婚姻。

**3）随事（和合本）或根据他们的需要（英文NIV直译）。**我们要在不同的场合说合宜的话。在生活中，人们有时需要鼓励，有时需要劝勉，有时则需要安慰，等等。当我们在合适的场合选择了恰当的言辞，我们就显出了智慧。

**4）叫听见的人得益处（和合本）或给听见的人以恩典（英文ESV直译）。**你说话的直接目的就是帮助他人。你的话语可以成为造就别人的蒙恩之道。

根据这段经文的上下文，我们知道更大的目的是：你要始终如一地用话语在属灵上造就你的配偶。婚姻中沟通的关键就是要帮助你的配偶更像基督。这是一个绝佳的标准，你可以借此来衡量你们在婚姻中的沟通。你可以问自己：“我对配偶说的话是否帮助他/她更像基督？”

# 三、应用

## 1、丈夫要在夫妻间的沟通中采取主动（罗5:6-8；弗2:4-7）。

记得我们在之前的《男女角色》这门课程中谈到过夫妻关系应有的样式和架构。即丈夫带头，妻子回应并跟随。

丈夫们，你们要主动发起沟通。合乎圣经的沟通不是坐等别人来问你；不是满足于不添麻烦就够了；也不是只顾保护自己或者维护自己的权利。合乎圣经的沟通是采取主动。基督就是你们的榜样。耶稣不是等着我们去叫祂降世为人。也不是待在天上给我们提建议或发号施令。祂亲自下来，心甘情愿地为了爱我们的缘故主动与我们在一起。

丈夫们，采取主动影响生活的方方面面。从夫妻生活到怎样度过假期或晚上，再到怎样安排工作日，尤其是对口头沟通的影响更大。无论是每天的正常对话，还是有关家庭财务的激烈争执，丈夫的责任就是走向妻子，采取主动。不是远离她，而是在爱中接近她，就像基督寻找我们一样。

丈夫们，我在这里要明确指出我们有一个试探，就是想要推卸责任。有很多推卸责任的方式，例如：你只想查看一下，而不参与其中；你从来不提出自己的观点，就做个老好先生；你只是应付妻子和孩子的需求，而从来没有真正地进入他们的生命，去了解他们的愿望、梦想，并带领他们；最终，可能你就会慢慢减少沟通，而只是附和妻子的主动提议而已。丈夫们，你们效法的是耶稣。耶稣不是等着我们去问祂，而是采取主动。

## 2、妻子们爱的回应（弗5:22-24；彼前3:1-6）

那么，合乎圣经的沟通对于妻子们来说应该是什么样的呢？妻子邀请并回应丈夫的带领。就像雅歌中的那位女子，妻子要运用她的魅力——纯洁而敬虔的生命、温柔而安静的心灵，积极地邀请并唤起丈夫的主动带领。

对妻子而言，她说话不应该是要让丈夫成为她想要的样子，而是为了邀请他进入她的生命。这意味着，要向丈夫的带领与主动表达出一种开放与温柔的态度，然后当他这样做时，妻子就回应他。也就是说，妻子要操练一种能激发丈夫领导力的迷人姿态，而不是去操控他。这意味着要坚持不懈地向他敞开并分享你的生命。其中最主要的途径就是通过说话。你要与他分享的不是他的失败，而是你的担心；不是他的责任，而是你的梦想；不是他的缺点，而是你的挣扎。但是妻子在这些方面往往容易自我保护，唯恐受伤。合乎圣经的爱是效法教会对基督的态度，邀请并且回应丈夫的主动带领。

让我们来看一个很有代表性的问题：妻子需要回应丈夫的带领，是不是意味着她永远不能发起对话，不能在日常交流中采取主动呢？不，绝对不是。我们这里所说的是带领和跟从的模式。在婚姻中，无论是日常琐事，还是丈夫生命中显明的罪，妻子都需要主动说出来。妻子愿意为关乎丈夫生命的事情发声，尤其是关于他犯罪的事情，这对丈夫来说是一种祝福；而如果丈夫听不进妻子的劝勉，那么他就是愚昧人。

【祷告，然后看大家有什么样的问题】