

改變你的生命 改變你的世界

activated

活躍人生

第十卷 第三期

對女性的讚揚

她們的美德應有盡有！

成功的婚姻

你該知道的十二件事

浪漫，浪漫！

驚喜的要素



編者的話

工作過度和不被感激。用這句話形容任何人，都會令人感到難過。但對那些日復一日、無私奉獻自己，本應獲得額外感激，卻得不到的人，就更為可悲了。我此刻想到是一個特別的群體——女性。

在今日這個時代，身為女性的職責既複雜、又要求甚高。她們在人力資源上的比重很大，而在一般家庭的收入方面，也比從前更需要她們來分擔。比起以往，世界各地有更多女性成為政治與專業方面的領導人。與此同時，女性仍被期望繼續扮演她們在家庭和社區中的傳統性角色。在現今這個備受挑戰的時代，她們扮演的角色在某些方面已變得比從前更為艱難，單獨承負撫育孩子責任的女性人數也日益增多。總之，今日人們對女性的期待，甚至比上一代、或兩代之前都要多。

就如其他複雜、近乎全球性的問題一樣，今天許多女性所面對「工作過度和不被感激」的問題，也沒有任何快速容易的解決之道。在我們的能力範圍內，固然不足以造成世界性的改變；然而，我們每個人都可以在自己周遭的小小世界裏造成改變；我們可以為最接近我們的一些女性改變事情。我們也許無法以相當大的程度來減輕她們的負擔，但我們可以對她們表現更多體諒和感激之心，這二者都有鼓勵的效用。

如果你不確定如何鼓舞你的世界裏的女性，我希望本期雜誌能提供你一些點子。本期是我們首次獻給女性的期刊，又適逢3月8日國際婦女節。國際婦女節起源於1909年2月28日慶祝的第一屆美國婦女節。從那時算起，這節日至今已有一百年的慶祝歷史了。我們祝賀各位親愛的女性，一百週年快樂！

基斯腓立普斯

《活躍人生》編者謹上

歡迎您訂閱《活躍人生》雜誌！請利用郵政劃撥帳號50066302訂閱，戶名為宏昀股份有限公司，一年訂閱費為新台幣600元，兩年為新台幣1200元，以此類推。請在劃撥單上註明您的姓名、電話、及通信地址，及訂閱年數。如欲使用信用卡訂閱，請與本雜誌分發者或本公司連絡，以便處理細節。

您若有興趣訂購內容廣泛之書籍、視聽產品，來餵養您的靈魂、激發您的精神、加強您的家庭、為您的孩子提供快樂的學習時間，請與我們以下之分發單位聯繫，或請您瀏覽我們的國際網站：www.activated.org

宏昀股份有限公司出版發行
251 台北縣淡水鎮興仁路9號
電話：(02) 2808-5372
傳真：(02) 2808-5389
讀者服務專線：0800300006
e-mail: info@goldensp.com
網址：www.goldensp.com
郵政劃撥：50066302
戶名：宏昀股份有限公司

Activated Ministries
PO Box 462805
Escondido, CA 92046-2805
USA
Toll-free: (1-877) 862-3228
E-mail: info@actmin.org

Activated Europe
Bramingham Pk. Business Ctr.
Enterprise Way
Luton, Beds. LU3 4BU
United Kingdom
+44 (0) 845 838 1384
E-mail: activatedEurope@activated.org

Activated India
P.O. Box 5215
G.P.O.
Bangalore - 560 001
India
E-mail: activatedIndia@activated.org

主編	基斯腓立普斯
本期譯者	張雅各、夏菲、徐玲
美術設計	吉賽爾李菲爾、馬柯
發行人	魏德勝
插圖	莎彬瑞妮

© 2009 Aurora Production AG
All Rights Reserved. 版權所有，
翻印必究
www.auroraproduction.com

文內聖經章節摘自《和合本聖經》、《當代聖經》、《現代中文譯本聖經》或《聖經新譯本》。

36秒

蜜斯緹·凱

我先生丹尼爾和我，以及四個孩子住在臺灣台中市一座公寓的十三層樓。不用說，我們每天的生活都離不開電梯。

那只是另一個普通而又忙碌的一天，我大部分的時間和精力都用在讓孩子們快樂、溫飽與和平相處上。我們那天一起外出，我也不記得那天做了些什麼，總之，我們又一起回家。我們走進空蕩蕩的電梯，一個孩子按了按鈕。指示13樓的燈亮了，然後電梯門關上。

「孩子們，你媽媽和我要宣布一件很重要的事，」丹尼爾說的方式令每個人都必須注意他。

我完全不知道他想說什麼。丹尼爾是個相當隨興的人，總是充滿令人驚奇之事，我永遠都不知道他會有什麼把戲。一時衝動之下，我決定配合他。我走近他，用我的手臂摟住他的手臂，來增加他談話內容的權威性。

「你媽媽和我要你們知道，在結婚十四年之後，我們仍然全心全意地深愛著對方。」說完，就轉過身來，給了我一個吻，有如我初做新娘子一般。

嘩！我可沒料到會那麼做。

孩子們笑了一會，問道：「為什麼那會非常重要呢？」

丹尼爾回答說，世上有很多婚姻有問題，離婚也非常普遍，孩子們需要知道他們的父母親彼此相愛。然後，他看進我們大兒子的眼中說：「有一天，當你結婚後，你要好好待你的妻子。」

隨著「叮」的一聲鈴響，十三樓到了，電梯門開了。當我們進屋後，孩子們唧唧喳喳地談著，又不時傳出咯咯的笑聲，丹尼爾和我則溜進房間裡，享受一會我們的私人時間。

在從一樓到十三樓這短短36秒鐘的時間裏，丹尼爾使我們全家彼此變得更親密，臉上帶有微笑，教我們的兒子一堂人生課程，使我的心深感溫馨，整個人渾身上下都充滿了暖意。

蜜斯緹·凱是家庭國際基督徒聯會在臺灣的成員。



「有一天，
當你結婚後，
你要好好待
你的妻子。」

結合力

一條辮子從表面上看來似乎只有兩股頭髮。但其中的奧秘就是在此：這表面上的兩股頭髮其實需要第三股。雖然這第三股不是那麼明顯看得出來，但它讓整條辮子緊緊地編在一起。上帝的存在，就如辮子裡的第三股頭髮，祂使得丈夫和妻子結合在一起。——凱瑟琳·帕克斯頓

男女平等

瑪利亞·芳婷

在討論男女機會均等或權利平等時，無論我們願意承認與否，我們心裏想的真正問題其實經常是「誰在掌權？」今天，競爭、驕傲、嫉妒和不滿的心態困擾許多人的生活。如果在每個工作場所和個人生活中，我們都能不考慮性別，只是認知彼此的天賦、才能和長處，並盡力確保每個人在本身的位置上都勝任愉快、覺得有挑戰感，又能夠為自己的「團隊」完成最多，那將會多麼令人寬心而欣慰啊。但是，你大概在想，「說起來容易，做起來難。」不錯，你說得對！

無論何處，人們都渴望得到解放。渴望自由並不只是女人才有，男人也渴望獲得解放。但是到哪裏去找呢？自由的關鍵不在於男人統治女人，或是女人統治男人，而在於大家和諧、團結一心地，

以上帝的愛共同合作，每個人履行自己的職責，各人看別人比自己強，以謙卑的心互相服侍。¹

這聽起來可能有點不切實際，像是個永不可能在世上實現的烏托邦夢想。想一想人人都有人性缺陷，我們如何可能避免像爭論、嫉妒、分歧不和、背後攻擊陷害、自相殘殺的競爭等問題？

在今日世界裡，很多人已看見女性的人力資源和才能未被充分發展或是被剝削。因此，有些人曾設法憑藉勢力、立法，甚至透過讓女性居操控的地位來糾正這個問題。結果他們反而扭曲了上帝賜予女性的優雅和美麗。上帝的行事方式超越這種做法。



首先，有一點可能會讓你感到驚訝：上帝並不讚揚個人的力量，無論男女也好。個人的力量非常有限。凡是更大的力量、更大的愛和其他更大的天賦全都是來自上帝。² 因此，能得到最大解放的人，無論男女，乃是那些向上帝尋求力量的人。

如果你已接受了耶穌基督，你裏面就會有祂的靈。³ 當你把自己、你的思想、你的意志獻給祂更多時，你便會在靈性上成長。同時，上帝賜給你的能力也會加倍增長，你會與從前不同。你在祂裏面成為一個新人，你獲得的不是屬血氣的力量，而是聖靈的力量。⁴ 即使你本身沒有力量，祂可賜給你力量。⁵ 這並不是說你自己變得強大有力了；那是祂在你裏面和通過你做工。不分男女，這都是真實的。

上帝的靈可通過男性做工，也可通過女性做工。它允許女性鍛煉她們的才能與天賦，讓男人認出、並賞識那些才能和天賦，同時卻不會感到受威脅。

真正解放的關鍵並不在於追求統治或權力，或是由一個性別支配另一個性別，而是彼此互相鼓勵，男性幫助女性，女性也幫助男性，每個人都奉獻其所能。解決之道在於雙方都無私奉獻及犧牲，互相認知接受對方的才能與天賦，彼此了解認識對方裏面有上帝的靈。

我們越順從上帝的靈，就越能發現性別之間其實不需有分歧。不分男女，耶穌存在所有接受祂的人裏面：祂給他們力量，又通過他們做工。⁶ 當我們變得更親近祂時，我們更會在彼此身上看到祂的靈。我們不會這麼想：「這是女人之見」，或「這是男人之見」，因為我們將看到上帝的靈在通過那人做工。

愛、尊敬、信任、彼此讚賞、互相感激，這些全都來自上帝。只有祂能賜給我們足夠這些素質，使我們踏上真正的平等解放之途。⁷

上帝奇妙的設計

人的基因組由46個染色體組成，這個桿狀結構存在於每個細胞的細胞核中。染色體含有我們所有的基因，它們是由DNA（去氧核糖核酸）組成。這些染色體中，有兩個染色體——“X”染色體和“Y”染色體，跟其他染色體不同，它們是「性別染色體」。男性攜帶一個X染色體和一個Y染色體，而女性則攜帶兩個X染色體。兩性之間所有身體上明顯的差異，最終都是由於染色體構成上的微小差異所造成。

——H.艾倫歐爾，羅契斯特大學生物學教授

國際婦女節

國際婦女節，定於每年3月8日，它是全球對婦女頌揚的慶祝節日。這一天並可用來反省思考有關婦權曾有多少進步，並提倡更深一層的改變。此外，並紀念那些通過充滿決心和勇氣的行為，在婦女權利和婦女理想方面的歷史上，做出非凡貢獻的普通婦女。

國際婦女節的起源始於二十世紀初，當時世界迅速工業化和經濟擴張的現象，導致各地人們抗議，要求改善工作環境。今天在許多國家，政治與人權仍是國際婦女節的核心主題，然而在有些國家，此節日主要成為男性和孩子們向身邊的女性，表達愛與感激的時間，有點像是一起慶祝母親節和情人節。⁷

¹腓立比書2:3；加拉太書5:13

²雅各書1:17

³啓示錄3:20；哥林多前書3:16

⁴哥林多後書5:17；哥林多後書4:7

⁵哥林多後書12:9-10

⁶加拉太書3:28

⁷資訊來源：http://en.wikipedia.org/wiki/International_Women's_Day；<http://www.un.org/ecosocdev/geninfo/women/womday97.htm>，2008年8月擷取



浪漫， 浪漫！

柔斯·蓋儂

結婚二十年以來，我和我的先生布魯斯很少有一晚不在一起，可是後來因為環境所需，我們不得不分開一年多。我和兩個青少年兒子在美麗的菲律賓群島從事基督徒義務工作，而他則回到我們的祖國加拿大，為我們此地的工作籌款，同時幫助我們較年長的兒子們安排工作和生活。這是那種「該做就得做」的情形，然而我會想念布魯斯的陪伴和精神支柱，較年幼的兒子們也和我一樣。

幾個月以前，我告訴耶穌，我多麼希望布魯斯能跟我在一起過我的生日。可是隨著日子一天天接近，我放棄了這個願望，至少在理性上，我知道這事不會發生。飛越半個地球，花費不菲，而布魯斯和往常一樣，幾乎總是在無歇止的忙碌工作。然而我的心卻不願認同這個想法。

我的生日到了，就在我正準備好要參加與朋友們安排的小小生日聚會時，其中一位朋友告訴我打扮漂亮一點。他們為我安排了一個驚喜，十五分鐘後會有人過來接我！儘管不知道他們葫蘆裏賣的是什麼藥，我還是趕快化了點裝，穿上我最漂亮的罩衫，跑出門外。

另一位朋友已在車道上等我，車也發動了。開了幾個街區之後，她才告訴

我要去哪裡。因為我工作和居住的義工服務中心，平常十分繁忙，且經常很嘈雜，我的朋友們知道我想多睡一點或得到額外休息的機會不多。因此，為了給我一個特別的生日，他們安排我在一家豪華的飯店住宿兩晚。我可以在有空調的舒適房間裏休息，享受飯店裏的游泳池和其他設施，想睡多少就多少——擁有一個屬於我自己的平安與寧靜的綠洲。想到他們為我花了那麼多心思，讓我感到非常特別、被愛。

飯店到了，她遞給我房間鑰匙。「不需要登記，」她若無其事地這麼說。一切全都安排照料好了。她眼光閃亮，微笑著開車離開了。

我順著樓梯走上二樓，把鑰匙插進9號套房門上的鎖孔裏，轉動了門鎖。

一開門，我首先看到的是一張點著蠟燭的桌子，一個心型生日蛋糕，一瓶紅酒和兩支酒杯。這有可能會是……？

布魯斯輕快地從臥室裏走出來，身穿夏威夷花襯衫，滿臉微笑，一邊唱著「祝妳生日快樂！」我躍進他的懷裏，擁抱了不知有多久，只是偶爾停下來彼此對望一下，好讓我確定「這並不是個夢」的感覺。那是一個多麼浪漫的驚喜！那





我的愛之禮

來自耶穌的一個訊息

天也恰好將近是我們結婚二十一週年紀念日。能夠在像菲律賓這樣的熱帶天堂過二度蜜月，對任何一對夫婦來說，都應該是一種無上的祝福！

僅僅爲了使我快樂，上帝竟以這樣神奇的方式，回答了我私下秘密的禱告，我感覺被祂愛的浪濤所完全淹沒了。我驚嘆於我們的朋友及同事們是那麼有愛心和體貼入微，費盡心思地安排了這麼漂亮的飯店房間，擺上蠟燭、酒、生日蛋糕和一籃熱帶水果，甚至還有背景音樂。他們不僅想到一切細節，而且從他們和布魯斯開始安排這件事起，幾個星期以來，一直能夠守密。哦，親愛的布魯斯！我也感覺被他的愛淹沒了。

後來，布魯斯解釋說，他在加拿大遇到一位名叫傑克的商人資助了這整個旅程。若不是因爲有他的資助，我們是不可能有一個十分特別又浪漫的團聚。謝謝你，傑克！謝謝你，布魯斯！謝謝你們，親愛的朋友和同事們！而最重要的是，感謝您，上帝，回答了我的禱告！

上帝在祂的話語裏說：「要以耶和華爲樂，祂就將你心裏所求的賜給你。」¹祂這話是當真的！

柔斯·蓋儂是家庭國際基督徒聯會在菲律賓的成員。

當你與你所愛的人在一起，因他或她對你的愛而感受溫暖安慰時，爲此而感謝和讚美我吧，因為這確實是我發自內心賜給你的愛之禮。你從你所愛之人身上感受到的愛，表明我對你的大愛。

萬物各有定時——孤獨有時，享受親近的伴侶有時。爲了使人生道路更容易行走，我在大多數人生命中的某個時間，賜給他們伴侶之情誼這份禮物。當我把它賜給你時，要記得，那是我要讓你特別感受到我對你的愛與關懷。

清單

在一對夫婦的金婚慶祝會上，妻子向來賓講述她五十年幸福婚姻的秘訣。「在我結婚那一天，我決定把我先生缺點中的十件事列成一個清單，爲了我們的婚姻，我會無視這些缺點。」

在客人們陸續離開之時，一位最近婚姻問題重重的年輕婦人問這位慈祥的祖母級婦人，她先生的哪些缺點在她看來是可以忽視的。

「親愛的，說實話，我從來沒機會把那清單列出來，」她回答說：「但每當我先生做了些讓我很生氣的事時，我就會對自己說：「算他走運，這件事是在那十件事之內！」

¹詩篇37:4



聖經裏的 女英雄

羅南·基恩

聖經時代的以色列，男人和女人的角色分得很清楚，女人的傳統角色是操持家務，以及與家務相關的事，包括照料孩子，監管僕人，經常還要管理家庭財務。但整本聖經裏，當上帝揀選人來實現祂的旨意，做祂的代言人，或領導祂的子民時，祂並沒有受性別限制。在某些情況下，祂讓女人去做的事，看來甚至會令大多數的男人生畏怯步，然而這並未阻止那些勇敢而充滿信心的女人回答上帝的呼召。

現在讓我們來認識一下聖經女英雄榜上的一些傑出女性。

撒拉，亞伯拉罕的妻子，她是聖經中唯一獲得殊榮，記載有死亡年齡（127歲）的婦女，這顯示對她成為希伯來子民之母的尊敬。當亞伯拉罕和撒拉兩人年老時，上帝應許給他們一個兒子，她在90歲那年，生下了她第一個且是唯一的兒子，以撒。使徒彼得稱撒拉為聖潔婦人的楷模，他說，這

樣的婦女信靠上帝，擁有靈性上的內在美。（創世記第11-24章；以賽亞書51:2；彼得前書3:4-6）

普阿和施弗拉，當以色列人在埃及淪為奴隸時，法老王下令殺死以色列人所有的新生男嬰，這兩位希伯來接生婆違背了法老王的命令，沒有這麼做。（出埃及記1:15-22）

約基別，等到她的男嬰摩西，三個月大時，才「遵從」法老的命令，把他丟進尼羅河；而她的做法是把他放進一個漂浮的嬰兒床（蒲草箱）裏。由於她的信心和足智多謀，摩西被法老王的女兒發現和收養，並在法老王的皇室裡長大及接受教育，後來得以帶領他本族的人民脫離奴役的枷鎖，前往「應許之地」。（出埃及記1:22-2:10）

底波拉是位女先知和士師。她召集和組織軍隊，把以色列人從迦南王耶賓的統治下解救出來。（士師記第4章）

雅億，另一位勇敢的婦女，她殺死耶賓的將軍西西拉，因而結束了那場戰爭。（士師記第4章）

路得，離開自己的家鄉摩押和她所熟悉的一切，選擇跟從上帝，而上帝大大地祝福了她。她後來在伯利恒定居下來，成為大衛王和耶穌的祖先。（路得記；馬太福音1:5）

哈拿，原本是個無子女的婦人，她向上帝承諾，如果上帝賜給她一個兒子，她會把他獻給上帝，去服事上帝。上帝回答了她的禱告，她就是先知撒母耳的母親。（撒母耳記上第1章）

亞比該，在她那性情兇暴的丈夫冒犯了後來成為國王的大衛之後，拯救了她的僕人、家人，以及自己的性命。亞比該騎著驢子出去，迎接大衛，傳達來自上帝的一個訊息。大衛聽從她的勸阻，不致報仇。大衛也看出亞比該的智慧和美好品性，就在她丈夫死後，娶她為妻。（撒母耳記上第25章）

撒勒法的寡婦，她相信和聽從先知以利亞的話，救了三條命——以利亞、她兒子和她自己的命。在近三年的饑荒期間，她先前幾乎用盡的麵粉和油從未用完過。（列王紀上17:1-16）

戶勒大，是一位與先知耶利米同時代的女先知，約西亞王曾請教她，有關在破敗失修的聖殿裏找到一些書卷之真實性。經由她的見證，使得猶大王國重回信奉上帝的道路。（列王紀下22:13-20）

以斯帖，是個名叫哈大沙的年輕猶太女孩。異教徒波斯王薛西斯，也是為人所知的亞哈隨魯王，喜悅她，並立她為王后。做了王后之後，腐敗的大臣哈曼策劃了一個冷酷無情的宮廷陰謀，頒佈命令要處死國內所有的猶太人。以斯帖，冒著生命危險救了本族人的性命。（以斯帖記）

馬利亞，耶穌的母親，當她尚是處女時，從聖靈受孕。若非她的未婚夫約瑟聽從天使的話，娶了她，她可能會被石頭打死。因為她是「救世主」的母親，被稱為「在婦女中是有福的。」（路加福音1:26-55；馬太福音1:18-25）

馬利亞和馬大，都是耶穌親近的朋友，經常在家裏款待耶穌和祂的門徒們。馬利亞曾因專心聆聽耶穌的教導，而得到祂的稱讚（路加福音10:38-42），在最先確認耶穌是彌賽亞和上帝兒子的幾個人裡，馬大是其中之一。（約翰福音11:20-27）

井邊的婦人，她既是猶太人所憎恨的撒瑪利亞人，即使在本族人當中也是名聲不佳。但在耶穌向她顯示自己的身份之後，她立刻帶領城裏的許多人認識了耶穌。（約翰福音4:3-30）

抹大拉的馬利亞是親近耶穌的一位門徒，當耶穌被釘十字架時，她也在旁邊，設法安慰祂。她是耶穌復活後，首先向其顯現的人。（馬可福音第16章；約翰福音第20章）

呂底亞，一位在希臘港口腓立比賣布的婦人，她是聖經記載歐洲大陸第一個信奉基督教的人。她並款待門徒們住在自己家裏。（使徒行傳16:14-15）

羅以和友尼基是早期基督徒領袖提摩太的外祖母和母親，她們從小就教導訓練他認識聖經知識。她們因信心而知名。（提摩太後書1:5）

這些婦女和後來無數的女性回應上帝對她們的呼召，無視極端艱難，她們表現出來的信心、勇氣和愛，直到今天仍在激勵著我們。✠

成功的婚姻

大衛·布蘭特·博格引文

真正持久的愛建立在一個經得起考驗的基礎上，而非僅僅是肉體上的滿足。它必須是無私地渴望去保護、幫助和使另一個人快樂。

我母親過去經常這麼告訴我，不要與一個你能和她在一起生活的女孩子結婚，要與那個若沒有她、你就不能生活下去的女孩子結婚！

婚姻應該是盡可能的平等、盡可能的分享。你們應該在一起談、一起禱告、愛在一起、一起討論，然後一起決定及同意。

一個婚姻中有一件非常重要的事經常被忽視，那就是夫妻兩人都要對上帝和耶穌基督有信心。當你有信心時，凡事都有可能，靠著基督，你凡事都能做。¹

婚姻生活裡，你雖自我死去，卻找到了新生命。

有助於一個美滿婚姻的其中兩個最大要素，就是誠實及幽默感。

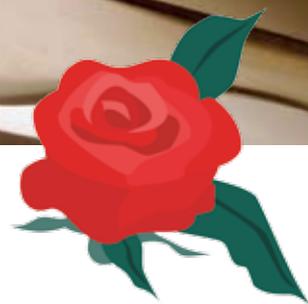
不要忘了去感謝她；也不要忘了去感謝他。在婚姻生活中，感恩之情是件極為重要的事。表現出你的感激讚賞之心吧！

「凡是真實的、可敬的、公義的、清潔的、可愛的、有美名的，若有什麼德行，若有什麼稱讚，這些事你們都要思念！」² 這章節也可應用在你的伴侶身上。儘量不斷提醒你自己，他或她的好素質——他們的優點，並儘量不去想那些缺點和不好的事情。

每天說一百次「我愛你」吧！

婚姻不只是性愛關係、友誼，或事業合夥人關係而已。它是人與人之間，生命中最親密、最令人謙卑、最有愛心、最需自我犧牲的關係。

「人為朋友捨命，人的愛心沒有比這個大的！」³ 這是愛，真正的愛，無偽的愛，作丈夫的願意為他的妻子犧牲自己，作妻子的切望為她的丈夫捨命。這是超自然的愛、屬神的愛、上帝的愛，超越人類的愛。



在今日社會，婚姻是件非常艱難的事。雙方面對無數的誘惑——不僅是對你的配偶不忠，還有自私、堅持維護自己的獨立、強烈要求自己對另一個人擁有所謂「權利」。所有這些乃出於人們渴望追求自我的快樂及利益，他們的做法與上帝「自我犧牲乃快樂之道」的觀念正相違背。

先為你的配偶著想，是擁有幸福婚姻的秘訣。為了上帝賜給你的那個美好之人，你願意放棄舊習慣、舊嗜好、舊的行事方式，而以新的方式取代。本著愛心這樣做，你會找到極大的快樂，因為上帝祝福無私的行為；祂會祝福你犧牲自我去滿足另一個人的需求和願望，並尋求他們的福利，甚至你自己的。

¹馬太福音17:20；腓立比書4:13

²腓立比書4:8

³約翰15:19

一組社會學家向一群孩子問這個問題：「什麼是愛？」他們所得到的回答，比任何人所能想像的更為深遠而有意思。讀讀看你會有何感想。

「當我奶奶因為關節炎而不再能彎腰塗腳指甲油時，爺爺每次都幫她塗，雖然他的手也患有關節炎呢。那就是愛。」

「愛在你很累時，仍能讓你微笑。」

「愛是一直親吻。然後，當你親夠了時，仍會想在一起談天說地。我的媽媽和爸爸就是那樣。」

「聖誕節時如果你暫時停下來，不拆禮物，仔細聆聽，愛在你四周圍。」

「愛就像是一位老婆婆和一位老公公，雖然他們彼此非常熟悉，但仍舊是朋友。」

「我媽媽比誰都愛我。因為沒有人會像她那樣在我晚上睡覺時親我，好使我安睡。」

「愛是當媽媽看到爸爸滿身臭汗時，仍然說他比大明星還帥。」



從孩子的 眼裡來看 愛

「愛是在會有任何壞想法之前的第一個感覺。」

「當某人愛你時，他們叫你名字的方式不一樣。你知道你的名字在他們的口裡很安全。」

「愛是當你出外用餐時，給別人你大部份的薯條、卻不要求得到任何他們的薯條。」

「愛是當有人傷害你時，即使你非常生氣，也不會向他們吼叫，因為你知道那會使他們覺得很難受。」

「如果你想學習如何更愛他人，就應該從你最恨的朋友開始。」

「愛是當你告訴某些人有關你的壞事，並害怕他們不再愛你時，卻驚喜地發現，他們不僅還是愛你，而且更愛你呢！」

「世上有兩種愛——我們的愛和上帝的愛。但這兩種愛都是上帝創造的。」

「愛是當媽媽給爸爸最好的一塊雞肉。」

「愛是即使你把你的小狗獨自留在家裡一整天，但當牠見到你時還是非常高興。」

「情人卡上寫著我們想要親自說、但又不敢說出口的一些話。」

「除非你是真心的，否則你實在不應該說『我愛你』。但如果你是真的，就應該經常說它，不然他們會忘記。」

「當人們把耶穌釘在十字架上時，上帝本可以說些神奇的話，使釘子從十字架上掉落下來，但祂並沒有那樣做。那就是愛。」

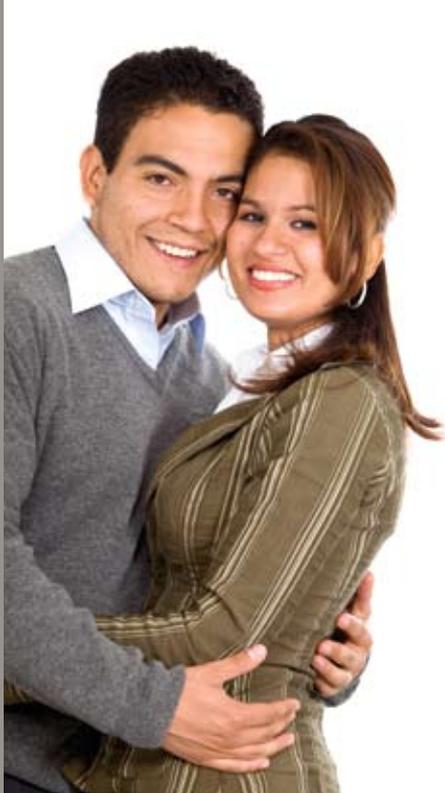
回答 你的問題

性別差異

問：我的男友和我平時都很合得來，可是有時當我們中一個人的反應，不如另一個人所期待、或想要的方式時，就會造成挫敗感。這種情況往往造成我們之間的關係變得緊張，怎樣才能避免呢？

答：你不是第一個遇到這種問題的人。根據蕭伯納劇作《賣花女》(Pygmalion)改編的音樂片《窈窕淑女》(My Fair Lady)，劇中男主角亨利·恆格斯教授問了這個問題：「為什麼女人不能變得更像男人一樣呢？」這正概括了男女雙方的心態。男人認為女人對事情的反應應該像男人那樣，而女人則認為男人對事情的反應應該像女人那樣。當然這種情況不會發生，但上帝向來都有祂的解決辦法。

首先要了解，上帝把男女創造得有別，是有道理的。世上每個人的想法與做法若都一樣，那麼這個世界將會變得無聊、失衡，猶如註定會毀滅一般。性別差異還有助於我們變成更面面俱到的人。理解同性通常



比較容易，但想理解異性，就需要付出更多謙卑、愛和耐心等，甚至更多。如果真是如此，那麼，男女有別並無其錯。

接下來的關鍵是下決心融合差異，而不要讓它使你們之間的關係脫軌。譬如說，發現自己心愛的人，仍需要時間和他或她的其他朋友在一起，可能會傷害到你的感情。或是，當你所愛的人經歷感情上的起伏，你卻無此種經歷時，也可能會使你感到受挫。然而，當你一旦了解這些區別，你將能更寬容體貼你的伴侶，而不會有怨恨的心態。

以下列舉一些常見的性別差異。雖是屬一般性的說法，且當然不能一概而論，但可藉此稍加思量一下：

男人經常比較實際；女人經常比較感情化。

男人想要被信賴、尊敬和接納；女人想要充滿愛意的甜蜜話語。

男人喜歡直截了當；女人喜歡從各個角度討論事情。

男人需要有自己的時間；女人需要向他人表達自己的感受。

男人喜歡有實用價值的禮物；女人喜歡讓她們覺得特別、多情而羅曼蒂克的禮物。

男人傾向於根據環境和實際狀況來做決定；女人則較會考慮到感情方面的影響及後果。

當涉及婚姻問題時，男人經常傾向於找出解決辦法；而女人則首先想要得到體諒了解和再三保證。

當然，並不是所有的男人和女人都符合這些特徵，因為上帝把我們每個人都造成獨一無二的個體。因此，僅僅因為大多數男人和女人有這樣的特性，並不意味著若非如此的人就有問題。每個人都不一樣！這些有關性別差異的例子，並非要把你自己或你所愛的人放進一個固定的模式裏，或使得你們預先判斷對方。它只是要幫助你較了解你伴侶的心態，因此在出現差異時，你能更加寬容，更有體諒之心。並請記住：愛、謙卑和禱告，可解決一切的問題。

女性較弱嗎？



「傳統上，女人一直被認為是『較弱的性別』，不錯，她們肉體上一般較弱，但在鞏固人際關係，為這個世界添加平衡和穩定上，乃歸功於她們的愛、關心、憐憫、敏感性、直覺和理解力這些特質。」

——保羅·威廉斯

「女人的容貌比我們[男人]的法律更有力量，女人的眼淚比我們的爭論更有影響力。」——薩維爾

「男人是家庭的頭，而女人是轉動頭的脖子。」

——中國格言

「我認為，『較弱的性別』一詞是某個女人杜撰的，她想用它來解除她正準備要征服的那個男人的武裝。」——奧登·納許

「男人可有他的意願，但結果按照女人的意願行事。」——奧利佛·溫德爾·霍姆斯

「女人的力量在增長，但那是在額頭裡，而不是在胳膊上。」——貝佛莉·席爾絲

「一個充分而可靠的文明之道，要藉著好女人的影響。」——拉爾夫·沃爾多·愛默生

「男人的思想會被提升至他們所交往的女性之水準。」——大仲馬

「你瞧，女人這個主題，你可盡量去研究，仍總會是相當新鮮的主題。」——雷奧·托爾斯泰

「男人可以在愛女人和理解女人之間做選擇。」——妮儂

「女人是女人，男人是男人，差別萬歲！可是對我來說，沒有比百分百的男人或百分百的女人更乏味的了。在遇到魁偉強壯、胸肌發達的男人，或弱不禁風的嬌小女人時，我會受不了他們，而要趕快離開。我最欣賞的男性與女性，乃是融會男女兩者性格的人。一個既富有男子漢氣概，但又明顯具有女性感知能力、直覺和溫柔特性的男人，才是一個完整的男人、一個有意思的男人、一個好伴侶、一個完全的愛人。一個具有足夠男性氣質，有思想、果斷、實際、公平、自力更生、友善好交往的女人，才是十足的女人。男性所具有的女性氣質就像威士忌酒裡的糖。女性所擁有的男性氣質則有如麵包中的酵母。沒有這些成分，麵包會是扁的，酒會是淡而無味的。」——艾德娜·費爾伯

對女性的 讚揚

上帝最偉大的藝術作品，
祂的絕佳造物，乃是女
人。——大衛·布蘭特·博格



這一段對賢婦的描述，出自聖經箴言第31章，它寫於近三千年前，與今天許多婦女有著驚人的相似之處。作者在建議男人應該尋找什麼樣的妻子，他的讚揚也是出於此背景，但他的言外之意明顯地暗示，這些素質也可在單身女子身上找到。他提到的某些明確活動已經隨時代變化而消逝了——如用手紡線和織布（第13節和第19節）。今天，許多婦女在職場上花的時間多於在家裏的時間。然而，這段經文對女人的稱頌，包含了她們無時間限制的永恆智慧、才智、勤奮、遠見、精力、勤勞、堅韌、憐憫和自我犧牲的愛。在今日，與以往一樣，這樣賢德的女人乃是絕頂的多重任務執行者。有些事情是永遠不會變的。

10. 才德的婦人誰能得著呢？她的價值遠勝過珍珠。

11. 她丈夫心裡倚靠她，必不缺少利益；

12. 她一生使丈夫有益無損；

13. 她尋找羊絨和麻，甘心用手做工。

14. 她好像商船，從遠方運糧來。

15. 未到黎明她就起來，把食物分給家中的人，將當做的工分派婢女。

16. 她想得田地就買來；用

手所得之利栽種葡萄園。

17. 她以能力束腰，使膀臂有力。

18. 她看見所經營的有利；她的燈終夜不滅。

19. 她手拿撚線竿，手把紡線車。

20. 她張手賙濟困苦人，伸手幫補窮乏人。

21. 她不因下雪為家裡的人擔心，因為全家都穿著朱紅衣服。

22. 她為自己製作繡花毯子，她的衣服是細麻和紫色布做的。

23. 她丈夫在城門口與本地的長老同坐，為眾人所認識。

24. 她做細麻布衣裳出賣，又將腰帶賣與商家。

25. 能力和威儀是她的衣服；她想到日後的景況就喜笑。

26. 她開口就發智慧；她舌上有仁慈的法則。

27. 她觀察家務，並不吃閒飯。

28. 她的兒女起來稱她有福；她的丈夫也稱讚她，

29. 說：「才德的女子很多，惟獨妳超過一切。」

30. 艷麗是虛假的，美容是虛浮的；惟敬畏耶和華的婦女必得稱讚。

31. 願她享受操作所得的；願她的工作在城門口榮耀她。

——箴言31:10-31

感激讚賞

一種靈性鍛煉

耶穌教導我們「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」¹把此金科玉律付諸實踐的方式有很多；感激讚賞就是其一。

花點時間想一下你的家人、朋友、同事和相識的人。當他們藉著言語或行為對你表示他們的感激讚賞時，那豈不會使你那天很開心嗎？

每個人都會受益於感激讚賞。以下這個鍛煉可加強你感激讚賞的技巧。

挑三個每天與你會有互動的人，設定目標，每天至少向他們每個人表達一次感激讚賞。留心注意你真心欽佩他們之處，或可感謝、稱讚他們的地方，在語言或行為上表達出來。一天結束時，花點時間回想一下情況進展得如何。你是否達到了目標？它對接受者有些怎樣的影響？

每天重複這個靈性鍛煉，持續一週時間。同時，你的目標可包括同樣的人和一些人。儘量不要只挑你最喜歡或覺得最親近的人。即使是最難與之相處的人也有一些好的素質。

表達感激讚賞不僅可以鼓舞接受者，還可以改善你對周遭之人的看法，幫助你以更積極正面的眼光去看待他們。人的天性似乎比較容易注意到壞的一面，甚於好的一面。而影響我們關係的經常是些相當不重要的事情，比如有些怪癖習性，會讓我們覺得心煩不快。努力有意去尋找他人可欣賞之處，集中注意他們的優點，可克服人的天性，使你成為一個更積極正面的人。

感激讚賞是有感染性的。它也許不會馬上就感染他人，可是過了一段時間之後，它幾乎總會為任何一個家、工作場所或朋友圈子帶來顯著的改變。



愛和感激讚賞對心靈來說，就如陽光和水對花朵那麼重要。——大衛·布蘭特·博格

塵世的愛可以滿足我們許多的需求，但唯有上帝的愛才能使我們真正完整。如果你尚未認識這位所有愛人中最偉大的「愛人」——耶穌，沒有接受祂要給你的一切，你可以現在就做以下這個禱告來得到祂：

耶穌，我想要個人親自認識您，和感受您的愛，因此我邀請您進入我的心中。感謝您為我而死，所以我的罪過可得以寬恕，在今生此地找到心靈和思想的平安，並獲得上帝永生的禮物。阿們。

¹馬太福音7:12



聖經精粹 為何男女需要彼此

伴侶情誼
創世記2:18

團結
創世記2:24

繁衍後代
創世記1:27-28

親密的關係
箴言5:18-19

組成家庭
詩篇128:3

成功之道
傳道書4:9

安全感
傳道書4:10

安慰
傳道書4:11

推動力
希伯來書10:24

謙卑
腓立比書 2:3

理解同情
以弗所書4:32

無私之心
腓立比書2:4



來自耶穌的愛

我對你的愛是完整的

你可曾想過「愛」這一詞和它所有的涵義？愛有很多種——許多面的愛。

母親對孩子的無條件之愛，孩子對父母的敬意與愛。

弟兄姐妹間的手足之情，你對好朋友所有的友愛。

學生或運動員對老師或教練的感激之愛，因為他們幫助他成為更好的人或更好的運動員。

男人對女人的愛，這愛使他想

娶她為妻，天天生活在一起，保護及供應她的需要。女人對男人的愛，這愛使她想為他生兒育女，去關愛和照顧他們的家庭。

我對你的愛包含所有這些，而且更多。我對你的愛是完全的，因為我就是愛。我把我的愛以某種份量賜給每個人，然而我的愛本身是無法衡量、永無窮盡的。我對你的愛是完美而永久的，永不會被奪走。