



香港公教婚姻輔導會

地址：香港上環皇后大道中新紀元廣場
低座 101 室
電話：2810 1104
傳真：2526 3367
香港北角連華街 30 號聖道堂
電話：2566 5019
傳真：2887 6340
九龍何文田邨第一座地下 1 至 4 號
電話：2336 6523
傳真：2385 3858
新界元朗青山公路 201 號
電話：2470 0122
傳真：2479 3769
香港堅道明愛大廈 502 室
電話：2523 3128
傳真：2523 3121



非賣品

第一版

主題：同舟共濟

一九九九年一月

經濟危機下 婚姻和家庭的測試

霍玉蓮



家庭的測試

家庭是壓力的傾卸站，家庭給我們最大的安全感，所以我們所承受的一切壓力常常在回家後傾卸。於是，家庭相反地變成了緊張及可怕的地方，在經濟低迷中，夫婦面臨嚴峻的測試。

這是一個叫人不懂回應的時代！因為我們都沒有經驗。資本主義社會運作了幾百年，經濟系統已經長大成為一隻巨獸，太專門，太自滿，社會上大部分人都成了門外漢，不懂得如何去判斷和適應。有人說經濟規律三年五載一個循環，不用悲觀；有人說，香港社會已經沒有明天，一切措施不過是盛放煙花，大家好好地準備巨變，香港的處境有如鐵達尼號！船長知道兩、三小時後全船覆沒，又沒有足夠救生艇，不肯預早通知乘客？抑或是短期戰火，儲足糧餉，找個防空洞，避三年五載？！

意外傷亡

當大家仍在徬徨無知的時候，已經有人誤中流彈，一大批香港人在去年樓市高峯期買樓換樓，欠下銀行天文數字的巨款，更不幸，在經濟低迷中，又一批一批人無故失業。中產、低下層、和中小型企業商人面臨生意額下降的厄運，而這些人可能正是你和我的親戚朋友，當大家還未有心理準備，滿以為只要憑信心，唱好香港，一定再創奇蹟（這是大部分港商人的口號！）。還未站穩，身邊的朋友、親人卻忽然倒下，看一看，原來自己也受了傷，正在淌血，發着呆！

人人為我 我為人人

五十年代的香港，難民聚居，黑白粵語長片，描寫一家數口一張床，未滿七十二家房客的年代很艱苦，卻很有入情味。

七十二家房客的家庭和社羣是每個人的軟胃甲，未遇難或遇輕災的包租婆陶三姑叉着腰逼交租，無計可施時，高魯全挺身而出，掩護被逼害者，說「人人為我，我為人人」。惡毒的包租婆陶三姑叉着腰逼交租，無計可施時，高魯全挺身而出，掩護被逼害者，說「人人為我，我為人人」。



(四) 聲援型：討論所遭遇的問題，向友人傾訴，尋找專業輔導，探索危機背後的原因及尋找改善關係方法。

縱觀以上四種方法，第一至三種反應對問題不會有幫助。第一種反應是一出現問題便給婚姻判上死罪，第二、三種反應只是把問題逃避，採用鴕鳥政策，把婚姻的出現的問題掃在地氈下面，外表短暫風平浪靜，實質雙方都不是昧兒，情感的需要不能滿足，關係漸走上完結之路。

尋求婚姻輔導是解決問題的積極方法。不要以為嚴重的問題才尋求輔導。星星之火，可以燎原。大問題都是由許多小問題累積而來。有研究顯示，在嚴重的婚姻問題個案中，有四成夫婦在婚姻頭6個月出現問題，有另外兩成

在結婚半年至一年出現問題。可見有不少的夫婦纏繞在問題困擾中多年，得不到解決。來到輔導員手上，也「頗為嚴重」，或者某一方已「做了決定」、「心如止水」。這時輔導的進展當然比較困難。

無論問題出在那裏，仍需由一方或雙方採取主動，理清頭緒，破除障礙。無論有多困難，你必須要了解對方改變的原因，了解對方感受，同時讓對方知道你的感受及對你的影響。曾經輔導一對夫婦，丈夫在結婚第一年便感到妻子情緒化，對某些事情固執，基於責任及「唔知點講」，十五年後提出分居，因為已忍夠了。這個例子並不罕有，可能發生在眾多配偶的生活之中。

我相信，沒有人結婚便計劃離婚，由當初兩情相悅，以致今日的同床異夢，必定有跡可尋。當你感到關心配偶有困難，或對方不能明白自己，你必須與對方一起探索原因，共同面對。最近認識的一對夫婦，丈夫與妻子都重視家庭、忠於自己，面對婚姻，他們卻陷入困惑的苦惱。經過大半年的輔導，丈夫學習表達情緒，直接向妻子說出感受；妻子亦停止只顧滿足別人的期望而忽略自己需要。他們懂得坦然面對問題，表達需要和感受。過去發生的種種事，已沒有痛的感覺。他們開始體會婚姻真正的喜悅。

夫妻本是同林鳥？ 中國文化原本素來重視朋友義氣，難兄難弟、沙煲兄弟、落雨擔傘，夫婦不問因由，兩夫妻，緊日子，一起捱着過？

「夫妻本是同林鳥，大難臨頭各自飛。」兄弟如手足，夫妻如衣服。」首先我們要檢討自己文化裏的深層信念。我們的感情和義氣的主要對象是誰？我們是否樂意

打一

場漂亮的仗，堅持到最後的一分鐘？！

輔導隨想

東尼

绚丽的爱情，成為美满的婚姻，組成幸福的家庭，是每一對夫婦的期望。然而在婚姻的路途中，有時我們卻感到愛一個人很辛苦，很吃力。原因在那裏？

幸福婚姻不是理所當然，結婚是一種選擇，是一種生活方式。這種生活方式跟獨身的生活不同，跟在原來的家庭生活也不同。然而我們卻以過去的生活經驗，完全放進婚姻裏面，問題可能由此而生！

當親密關係開始變質之際，許多人所做的反應往往降低了康復的機會。這些反應可歸納為四大類型：

(一) 出離型：例如分居，威脅要分手，或者對伴侶吼叫。

(二) 忽視型：對伴侶視而不見，減少相處時間，逃避遭遇的問題，或者惡言相向，不去探索問題癥結。

(三) 忠貞型：明白問題存在，卻閉上嘴巴，期望

「只是暫時問題」、「時間可改變他」。

督印人：香港公教婚姻輔導會

《橋》編輯委員會：江任燕瓊 黃玉書 周小玲

設計／印製：博匯出版印務公司 2675 0011

黎玲 李睦順 崔婉芬

美滿婚姻 幸福家庭

人家炒股票炒樓賺了錢，丈夫只懂得首苦幹，偶爾也會埋怨丈夫不識時務。去年金融風暴，一向以炒賣賺錢的人損失慘重，陳太舒了一口氣，心裏暗暗慶幸丈夫是個不識時務的人。然而突然有一天，銀行來了一個追數的電話，陳太才恍然知悉丈夫欠下巨債，追問下，丈夫承認拿了家庭積蓄炒股票，希望博贏，讓自己尋回自尊，亦會令家庭改善居住環境，陳太接受不了事實，嚷着要離婚，整個家庭陷入痛苦和眼淚的深淵。

我問陳太，若然陳生今次賺了錢，她會否離婚？她停了一頓，說不會，而且還會讚賞丈夫終於懂得時務。而陳生經過今次事件後，不但失去了自尊的感覺，而且滿心內疚。

金融風暴的打擊，不但打擊了經濟，還打擊了家庭關係，甚至個人的自尊。我認識好幾個男士，遭公司裁減，找了好些工作都不成，自信心日漸下降，最後只懂得躲在家庭的範圍越推越廣，小小事情也會激發憤怒的情緒。在盛怒下，彼此便傷害了自尊人格，造成進一步的創傷。

有時眼看夫妻關係因為經濟打擊日趨惡化，心裏很難過，一些外在的問題，竟轉嫁在婚姻關係上，當事人付上了雙重的代價

人。陳太一向以為丈夫是個腳踏實地的人，人家炒股票炒樓賺了錢，丈夫只懂得首苦幹，偶爾也會埋怨丈夫不識時務。去年金融風暴，一向以炒賣賺錢的人損失慘重，陳太舒了一口氣，心裏暗暗慶幸丈夫是個不識時務的人。然而突然有一天，銀行來了一個追數的電話，陳太才恍然知悉丈夫欠下巨債，追問下，丈夫承認拿了家庭積蓄炒股票，希望博贏，讓自己尋回自尊，亦會令家庭改善居住環境，陳太接受不了事實，嚷着要離婚，整個家庭陷入痛苦和眼淚的深淵。

我問陳太，若然陳生今次賺了錢，她會

否離婚？她停了一頓，說不會，而且還會讚

賞丈夫終於懂得時務。而陳生經過今次事件

後，不但失去了自尊的感覺，而且滿心內疚。

金融風暴的打擊，不但打擊了經濟，還

打擊了家庭關係，甚至個人的自尊。我認識

好幾個男士，遭公司裁減，找了好些工作都

不成，自信心日漸下降，最後只懂得躲在家

裏，任何人都不想見，脾氣也開始變得剛

烈，只要有些少事情看不順眼，便會雷霆大

發，好像全世界都對不起他。

情緒不好，自然影響婚姻關係，起初家

人也會以體諒的態度接受。但日子久了，家

人的耐性到了極限，夫妻各自感到對方不夠

體諒，互相對罵的情形便展開了。當相對罵

的情緒越推越廣，小小事情也會激發憤怒的

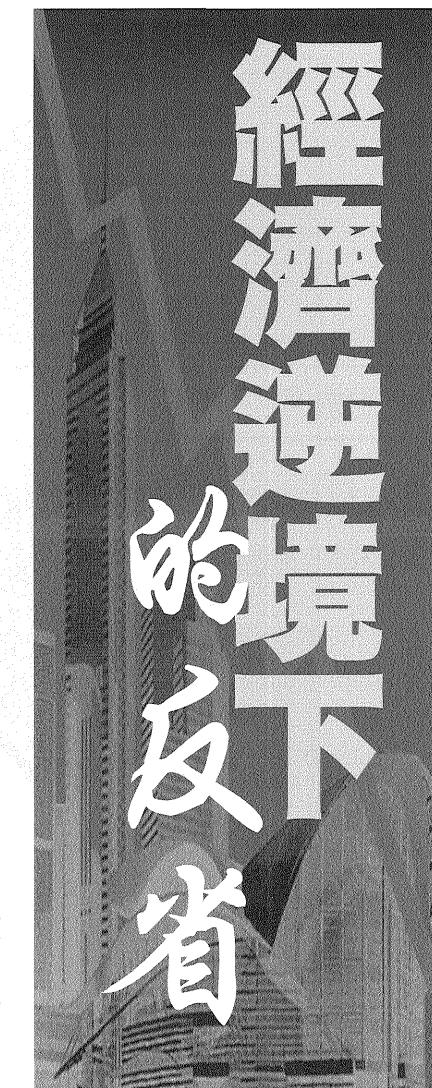
情緒。在盛怒下，彼此便傷害了自尊人格，

造成進一步的創傷。

有時眼看夫妻關係因為經濟打擊日趨惡

化，心裏很難過，一些外在的問題，竟轉嫁

在婚姻關係上，當事人付上了雙重的代價



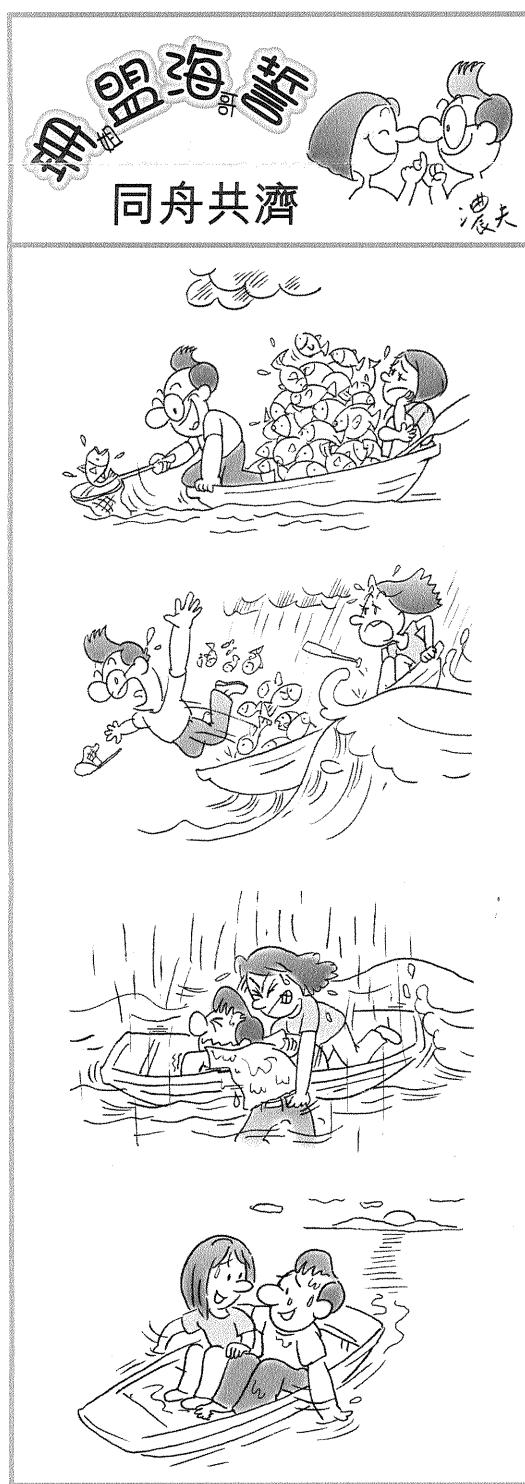
——經濟損失和關係上的損失，產生一
幕幕人間悲劇。

要在金融風暴下熬過來，實在是一項嚴峻的考驗。在香港，人的價值常與收入和地位掛鉤。有工作，有好的收入便等於有高的自我價值。越忙亦顯示個人的重要性，金融風暴豈只是經濟上的損失，更甚者是令人失去了尊嚴，失去了做人的價值，或許我們需要在這個時候反省，我們的自我價值是由甚麼來決定？是由別人的認可，職業的貴賤，還是由創造我們的上主來賦予呢？

對於一向不愁衣食的人，面對突如其來的打擊會感到措手不及。供樓、孩子的學費、每月水電開支，怎麼辦？這實實在在是令人頭痛的問題，越是難題，越需要冷靜理智的頭腦，越需要同舟共濟的精神來面對。我認識一對夫婦，丈夫突然遭公司解僱，他與太太的關係本來有大大小小的衝突，豈料解僱的事件竟令他們暫且放下恩恩怨怨，大家決定攜手面對逆境，夫婦的感情反而進一步。

金融風暴的打擊，不但打擊了經濟，還打擊了家庭關係，甚至個人的自尊。我認識好幾個男士，遭公司裁減，找了好些工作都不成，自信心日漸下降，最後只懂得躲在家庭的範圍越推越廣，小小事情也會激發憤怒的情緒。在盛怒下，彼此便傷害了自尊人格，造成進一步的創傷。

有時眼看夫妻關係因為經濟打擊日趨惡化，心裏很難過，一些外在的問題，竟轉嫁在婚姻關係上，當事人付上了雙重的代價



一次解咒的經歷

海倫

在輔導的過程中，我常常哭。初時，是覺得很辛苦，所以哭。之後，我是為過去的自己而哭。原來，我的過去，是這麼辛苦的！

我決意要好好地活，拋開過去綑綁我的枷鎖。我在公立圖書館借了五本關於抑鬱症的書看，發覺自己大概是中等至輕微程度的抑鬱。原因是對自己有不合理的期望。例如我期望自己不會表現不佳，要得人稱賞。這是不合理的期望。當我遇到一些不如意的事的時候，我常去提醒自己理智一點，不把過多的責任背上身，以公平待自己。

在天父面前靈修，助我繼續去解除抑鬱的魔咒。我察覺到，我的抑鬱源自驕傲的罪！我為了自己表現不佳而沮喪，背後即要假設了自己是很出色的，表現一流的。事實上，我只是一個凡人，並非神。向神認罪悔改，是心靈健康的必經途徑。（參馬太福音5：1—12八福）

漸漸我生活得比較快樂。憂鬱的情緒有時會擁上心頭，但我只讓它稍作停留，不可再主宰我。我比較能活在當下的一刻中。愛自己多了，愛別人的能力也多了。而我與丈夫的關係更好多了。我開始學習真正地愛別人，而非依賴他人去肯定自己。

我自己可以肯定自己，靠着神。浸浴缸、寫日記、靜默、睡多點、做運動、上班時扮靚點、關心身邊的人多一點、替親友搗搗骨、洗洗碗……。

生活，原來可以這麼自由，
釋放與快樂！多謝神！
多謝我的輔導員！
也多謝我自己！



讀大學時，我很喜歡一首歌，歌詞寫着：「洪湖水、浪打浪……父母恩情比那東海深……」人世間種種關係，有甚麼比得上父母對子女的恩情，帶着無私的付出和恒久的愛呢？

父母離異，造成對孩子的創傷，然而離異本身不會產生很大的傷害，有時因移民、公幹，父母也會分開，最關鍵的是夫妻在離異過程中所衍生的指摘、對罵、仇恨令子女失去安全感，深刻體會人性罪惡的一面。小小年紀，便要承托這些沉重的經歷。

我深切體會夫妻離異時的傷痛，有誰結婚不望同偕白首？姑勿論誰是誰非，自願還是被迫，走上離異的路，成年人的感受需要同情，但保護孩子的責任是責無旁貸的。

有時成年人經歷莫大的痛楚，很想找人傾訴，無辜的孩子便成為傾訴的對象，本應是活潑天真的小孩，終日接觸成年世界的痛楚和悲哀，變得愁眉苦臉，鬱鬱不歡，失落了的童年，將來討也討不回來。

有些父母，非但要孩子成為傾訴對象，還要他們判別是非，對方講一套時，便向孩子解釋另一套，心底認為自己所持的一套是對，只要向孩子解釋清楚，便可以讓他們作更清晰的判斷。其實孩子的判斷往往不是建基於大人認為的是非黑白，乃是基於情緒，當父母各說一套時，孩子既愛爸爸、又



愛媽媽，便產生很大的矛盾和張力；他們兩個父母都想愛，在缺乏辨識能力的限制下，便對爸爸說一套，對媽媽也說一套。成年人的關係如斯惡劣，孩子的「口供」再次成為互相攻擊的證據。

孩子成了磨心，他們的一舉一動，令父母額外

留神，雙方都想找證據，證明對方不是好的父母，因此當孩子跟爸爸哭了，媽媽便以為孩子不喜歡爸爸，當孩子在媽媽的照顧下病了，爸爸會覺得媽媽不懂照顧；孩子的一般性行為，在離異的家庭裏，隨時可以成為父母互相攻擊的理據。

另一個反面是父母過份愛溺孩子，這也是基於要證明自己是好的父母，為了討好孩子的情緒，便犧牲了管教的責任。

成年人在離異的過程中飽遭創傷，往往忽略孩子的感受，或許你會認為是對方不顧孩子感受，自己不是一般見識，不論你是否認同對方的做法，若孩子得着你保護他們的情感，以致不用活在夾縫，你為他們已付出了無私的愛。

最後我以小時候一個經歷作總結，我記得父母曾有一次分歧，當時媽媽對我說了一些話，令我很傷心，爸爸並不認同媽媽的做法，他內心也很同情我，幸好他並不要我判定是非，反而說：「孩子，雖然你不喜歡媽媽的做法，但是媽媽內心是很疼你的」。爸爸維護了媽媽，而且沒有爭着向我解釋一套他認為更對的道理，長大後，我很感謝爸爸，他是全心全意為我的感受出發，雖然當年媽媽的想法深深影響着我，爸爸沒有急於向我解釋，沒有叫我判別是非，因為他知道我還年少，又怎樣承托這些重任呢？他的做法免我活在夾縫中，也沒有要求我偏幫他。爸爸付出了忘己的愛，我內心充滿無限的感恩。

《鐵達尼號的秘密》引人

東瑞

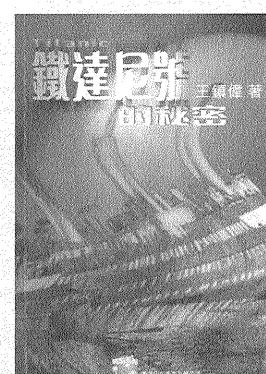
《鐵達尼號》電影在全球發行後狂收特收，又獲奧斯卡金像獎的十一個獎項。這個災難加愛情長片，其成功原因也決不偶然，它包括了特技、愛情、劇情等優秀電影的元素，也具備了很齊全的煽情戲的商業賣點。配合電影而來的有關鐵達尼號的商品熱亦不可遏止，至少有三四本鐵達尼號的書面市。

台灣的一本相當於紀實文學，本港二本，一本是翻譯的，專說電影；一本是編的，納入大量電影劇照，也離不開電影。而不大有人留意到，王鎮偉老師創作的《鐵達尼號的秘密》，就在電影仍未換畫時，悄悄在書店出現。

必須說明，這本書完全不是跟風，更不屬投機之作。它的舊版早在七年前出現，有一年還上了「全港中學生好書龍虎榜100種好書候選書目」。書絕版後，由獲益出修訂版，內文分章，加圖，重新包裝在書店推出，居然一紙風行，受到學校師生的熱烈歡迎。

首先，作者王鎮偉是一位標準的「鐵達尼」迷。他曾花費許多時間搜集有關鐵達尼號沉沒的資料和圖片並加以研究，終於在1991年前寫成《鐵達尼號的秘密》一書。最妙的是他並非人云亦云將船沉沒經過複述一遍，而是滲入了自己的科學分析和想像成分。作者從船身出事後鐵板凸出，作出預測：船未必被冰山撞沉，而是內裏有發展太空武器的某元素熱爆，從而引出英美法俄幾個超級大國人員的鬥法，說得頭頭是道。當然，小說中描述有關人員沉入海底發現沉船殘骸時的情景也是極其詳盡、生動和精采的。那種逼真、優美、感嘆的筆觸自覺也有一份魅力，難怪書在三月面市，頭版僅幾個月就售罄了。

這是一本另闢蹊徑的半記實半創作的好書，它可激發我們熱愛探索、熱愛科學的熱忱。作為小說或作為科學讀物，它都是一本好書。如您有讀中學或小學高年級的孩子，相信一冊在手，可以讀得津津有味吧！



邁向孤獨終老的大男人

黃玉書

都一致同意錯在他時，他準會說：聖人都會錯啦！老虎都會打瞌睡！我錯？就是因為你們給了錯的訊息給我！他是一個唯一接受無理辯駁的傢伙！

大男人以為賺錢養家便可指揮別人做事的一個人，毫無根據地要別人為他做事，半句謝謝的說話也不懂說的傢伙！

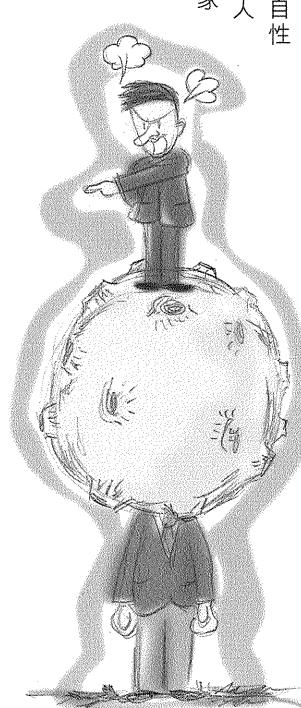
大男人從來不做家務，連自己的衣服鞋襪的尺碼也不知道，日常自己專用的物品用完了，總大聲說：點解冇晒剃鬚水㗎？點解冇晒的痔瘡塞㗎？點解冇晒冰水㗎？個雪櫃點解冇啤酒㗎？活像一個弱智人士發問「低B」問題的傢伙！

大男人總喜貶低異性，以為可以抬高自己。他們的語氣許多時候多冠上：「妳們女人……」「不似妳們女人般囉嗦、小器、無聊、右腦，我們男人就……」而實際

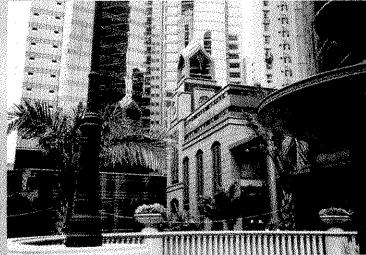
女人……」「不似妳們女人般放火，不許百姓點燈的專制人物。自己可以做，別人則不可。甚麼叫公平、身教，全不懂。只懂以權力壓制別人，叫人心悅誠服的絕無僅有的混賬傢伙！」

家庭存有「大男人」，一家全受罪。要大男人反省，最好讓他一個人獨自生活，讓他一個人大個夠。那樣，他才知道做大男人並非生存之道，是邁向孤獨終老的捷徑。大男人甚少受到教訓，因此愈來愈坐大，不懂自性省悟，迷失了人生，苦害了全家大小。

大男人。回頭嗚呼悲哉，是岸，亞肋路亞！



本會新總辦事處 現已正式啟用



1998年12月2日是本會總辦事處遷往上環新址的特別日子。香港公教婚姻輔導會總辦事處一向借用堅道明愛大廈502室，提供多項服務，歷三十多年之久。隨着本會服務的擴展，人手加增

及物資不斷的增添，那僅得70平方米（約700平方呎）的舊辦事處不敷應用，社會署已答允多年為本會提供一處更大的地方，等待多時，終於在1998年落實這個位於上環皇后大道中181號新紀元廣場低座其中一個單位101室為本會總辦事處的新址。

新總辦事處的地方較以前的寬敞得多，面積約199平方米（約2千呎），設有接見室三間，小組會議室一間，並職員辦公室多間，足夠同事辦公及提供服務之用。又有玻璃幕牆，可觀看大廈外的繁盛街景。另外，總會附近更有一個旺中帶靜的噴泉花園，觀景優雅，成為上班一族休憩的好環境。交通也非常方便，廣場對面就是上環地鐵站出口，更有多線巴士及電車線經皇后大道中和德輔道中。若讀者對本會總辦事處有任何詢問，敬請致電28101104查詢。



新紀元廣場低座

「抓著少年心」父母小組

日期：99年3月5、12及19日
(逢星期五)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：本會總辦事處

節數：3節

對象：少年子女的父母

內容：了解少年人的特性及心理發展，如何與少年子女建立親密和諧的關係

收費：\$60 (夫婦\$100)

查詢：28101104 / 23366523

「親親緣悠悠」

日期：99年3月28日(星期日)

時間：上午9:30至下午4:30

地點：粉嶺慈康農圃

內容：認識有機耕種，親子農耕體驗，家庭遊戲及抽獎

收費：每位\$60 (大小同價) (不包括午膳)

查詢：28101104 / 23366523

活動預告

「喜待我兒」準父母課程(三)

日期：99年3月6、13、20及27日(逢星期六)

時間：下午2:30 - 4:30

地點：本會總辦事處

對象：第一次懷孕的婦女及其配偶

內容：做父母的心理準備，夫婦協調及關係，產前產後的護理等。

費用：每對\$180

查詢：28101104 / 23366523

清水灣畔渡黃昏

日期：99年3月20日(星期六)

時間：下午3:00 - 9:30

地點：清水灣鄉村俱樂部

對象：夫婦

收費：每位\$300 (包括自助晚餐)

查詢：28101104 / 23366523

婚前準備課程

日期：99年1月23、24日(壹日半)

地點：本會九龍中心

內容：夫婦溝通，婚姻意義，男女心理差異，性愛與生育。婚姻生活經驗談等專題講座，活動遊戲及小組分享

講者：本會輔導員，神職人員，醫生及義工夫婦

費用：每對\$280

查詢：28101104 / 23366523

「不恰當的關係」夫婦講座

日期：99年2月6日(星期六)

時間：下午3:00 - 5:00

地點：本會九龍中心

內容：探討夫婦間的衝突處理，增進彼此的接納和支持

對象：夫婦

費用：每對夫婦\$100，每位\$60

查詢：28101104 / 23366523



主教與參加者
步行之情況

「步行籌款」後記

趙盧志柏



主席朱雷士醫生在開步禮前致詞

我們榮幸地邀得天主教香港教區主教胡振中樞機主教及名畫家王梁潔華教授蒞臨主持開步儀式。步行當天秋高氣爽、風和日麗，全體員工和熱心的義工大清早便到達會場打點一切。約早上9時許，執行委員會籌款小組主席蔡潘少芬女士首先抵達激勵士氣，其他執行委員劉唯邁博士、朱樂生先生、李敬志先生、李業華先生、蕭耀熙先生、潘漢錦先生、李徐麗鏗女士、蔡定國醫生等相繼抵達，他們都以「家庭形象」示人，氣氛溫馨而熱鬧。在主席朱雷士醫生致過歡迎詞後，剪綵儀式及開步禮隨即開始。嘉賓和參加者浩浩蕩蕩繞着山頂盧吉道步行一週，聲勢之浩大引來不少途人圍觀。

難得的是執行委員狄恒神父於早上主持彌撒後匆匆由新界趕赴會場支持是次活動，另一位執行委員謝建泉醫生義告奮勇充當「柴可夫」(司機)。他們的熱心參與，實在使人肅然起敬。

參加步行人士總數約80人，直至截稿為止，共籌得超過五十五萬元。這個數字離我們的目標尚遠，但在此經濟低迷之際，成績已是相當不俗。

是次步行籌款得各界人士鼎力支持及捐助，其中不乏「橋」的讀者，我們在此深表謝意。最令人感到欣慰的，是本會上下一心的團隊精神在籌辦是次活動中表露無遺。我們期待憑着「眾志成城」的決心克服困難，加倍努力推展婚姻輔導工作，促進美滿婚姻、幸福家庭。



闔家歡