

婚前婚後

見證人：張鑫

勉強上課

參加和諧婚姻課程之前，總覺得自己的婚姻應該沒有問題，要不是坤霖夫妻熱情的邀請，以及牧師的提醒，我還沒有興趣上課。當我看見妻子爲了要上這個課程，勉強自己上完聖經基要真理班，甚至我的小組長賈駿杰夫妻熱心要幫我們帶孩子，使我覺得這應該是神的作爲，所以沒有拒絕的理由，勉爲其難的報名上課。我太太說：「上和諧婚姻成長班時，看牧師怎麼修理你？」就這樣，我帶著忐忑不安的心情參加。

流下抱歉眼淚

當上第一章「婚姻盟約」時，牧師及師母要我們回想結婚當天的情景。我開始省察自己，真的守住那時對妻子的誓約：「不只在物質上，也在身體上、感情上和靈性上照顧妻子」嗎？當我用心回想時，我開始流下抱歉的眼淚，並且開始認真的學習如何去履行我的諾言。

判若二人

上「二人成爲一體」這課時，體會我們夫妻之間存在的愛情，似乎已經越來越少了。從結婚前，抱著電話可以講到半夜二、三點，還精神奕奕的說：「聊得好開心，一點也不會想睡。」結婚後，講電話像打電報，簡潔有力最重要：「今天不回家吃飯了」、「我快到了，妳先煮飯」，凡事講重點。這十年來，真的省下不少電話費。談戀愛時，二個人一起看電視，管他內容演什麼，一起窩在沙發，就是幸福甜蜜，隨便看哪一台都津津有味。然而，這十一年來，我看我的棒球，她看她的連續劇，好在有兩台電視，有時兩台也不夠，因爲小孩要看卡通，那要看誰搶到遙控器。學了這一課，我開始謙卑學著忍讓，相互配合對方的要求與需要，並且開始同心禱告，讓神成爲我們家庭的主。

懶得理你

在這幾年的婚姻生活，我覺得我們最缺乏的就是溝通，常常因爲意見不合就吵架，比誰聲音大。再來就是懶得與對方說話，所以在吵架的尾聲，我最常說的一句話就是「懶得理你」。記得以前吵架過後，相互不說話達四天之久。回想起來，真是有點可笑，好在，在我沒退伍前，回到部隊幾天沒回家，稍可逃避那怒目相視的尷尬。直到我學會了「夫妻溝通」這一課，從「清楚表達、留心聆聽、合宜的回應、以對待好朋友的态度」溝通的步驟後，真的帶來我們夫妻的良性互動，也學會了常說溝通六字箴言：「請、謝謝、對不起」，尤其是那句「我這一生中做錯了很多事，唯一做得最對的，就是娶了你」，使我們減少許多衝突。雖然常常還會鬥嘴，但很快就和好。最近的一次吵架，不到十分鐘就和好。感謝主，我們進步很多了。

同心作決定

在這十三堂課裡，第十章「夫妻同心作決定」，我覺得最重要，也對我幫助最大的，就是學習先放下自我，再去分擔重擔，並使自己在愛裡常以爲虧欠，不單顧自己的事，學習彼此順服，最後做出合乎神旨意的決定。我想，這樣可以帶出兩人一體的婚姻關係，並且藉此可以同心禱告，與神更加親近，更可以帶出兩人一體的事奉。這一章裡，我學到謙卑、彼此關心及服事對方，並且學會彼此順服，使夫妻二人更儆醒，常用神的話來應證共同的決定，這是我們婚姻成長及和諧中，不可或缺的一課。

經營與改造

結婚不是走進戀愛的墳墓，而是兩人一體生活與學習的開始，愛是需要經營，婚姻更是需要被建造，我願接受提醒，避免錯誤的觀念，成為婚姻的危險因子；我願意接受教導，學習去營造幸福；願意接受調整，對付自己的缺點；用心體會及學習，醫治自己，並且成為別人的幫助，進而榮耀上帝。

最深的感恩

謝謝牧師及師母這段日子耐心的教導，以及同學的陪伴與鼓勵，還有十四週來用心幫我們帶小孩的賈駿杰夫妻，真的感謝他們。最後，更謝謝我的妻子一路相隨陪伴，我要說：「淑翎！娶了妳是我一生最好的選擇。」

看見自己

見證人：吳淑翎

想改變丈夫

星期日是與神更接近的談心日，也可以接受更多的教導，但每次見到有些丈夫對太太的體貼，對小孩樂意主動照顧，心中有許多的不平。為何同樣在教會接受教導，會有如此大的差異？我的丈夫總是要我不停的開口要求，才會主動幫忙。我的個性好強，能做就自己承擔，但是見別人好時，心中的魔鬼就不停的出現。看到我的小組長賈駿杰夫妻上完和諧婚姻成長課程後更加甜蜜時，心中也好想上這個課程，看看是否可以改變丈夫，對我更多的體貼與愛心；不是紙上談兵，而是實際付出行動。

我錯了

當我開始上第一堂課時，心想：「丈夫一定會改變更多」，有好多美好的畫面出現，但上課後才發現，我的美夢破碎了，因為要改變更多的是我，不是丈夫。當牧師要我們用1分鐘說出對配偶的感謝時，其他夫妻的時間都不夠用，我卻是簡單的幾句話就說完了。當我聽了其他夫妻的分享後，發現我對丈夫的要求太苛刻了，小事從沒有感謝的心，結婚越久也越沒有感謝的心。回想戀愛時，當我口渴，對方主動為我買個飲料，我就會說「謝謝」，而且心中極為甜蜜。上課後，發現丈夫還有很多的事可以讓我感謝。我真的要大聲說：「老公！謝謝您在起床時，從來沒有大聲吵到我們；早餐沒有預備時，也沒有生氣的要我起床做早餐。老公！謝謝您。」還沒上課時，我覺得小小的事有什麼好感謝，真是無聊。我錯了，我的確錯了。

只要求配偶

上到「二人一體」這課時，特別提到要謙卑放下自己，樂意為對方付出愛，不要把愛當定期存款存到銀行，而要天天提領，常以行動表達愛。剛結婚時，在家中大大小小都是我一手包辦，心中只想老公是最辛苦的，但有小孩後，加上老公退伍，心想會更幸福，老公可以幫忙一點家事，但老公退伍後，對神的追求更加渴慕，家事並沒有幫我減少。由於我個性好強，女性的法寶溫柔就越來越少了，細聲的請丈夫幫忙成了困難，慢慢的和丈夫以比大聲來處理任何一件事，溝通問題更大。上課前，總是想到丈夫應該對太太體貼，而忘了學習太太對丈夫的溫柔與尊重。對不起！老公！辛苦您了。

溝通箴言

師母分享她公公與婆婆的相處之道，讓我感動不已，並且渴望學習。當他們夫妻

發生不愉快的事，公公在房間生氣，婆婆只進去一分鐘，就見他們高興的出來。師母問婆婆法寶是什麼？婆婆說：「只要跟丈夫說對不起就是了，夫妻之間沒有分輸贏。」這段話提醒我，夫妻吵架時，沒有輸贏；不是雙輸，就是雙贏。我深深體會，夫妻溝通六字箴言：「請，謝謝，對不起」，不僅是對朋友說的，家人更需要如此。

愛的存款

感謝主，透過張牧師及師母開此課程，使我們同學間學習彼此成長，更了解聖經神的話語對夫妻間的相處之道。「和諧婚姻」說來容易，做起來真是困難。這十四週的課程，從簡單了解對方，到夫妻的親密關係，與神更一步的同行，一點一點的細細解說，使我們能學習改進。感謝主，上課後，我看見老公改變很大，任何事會體貼與主動幫忙，我們會再努力改變彼此，再次談戀愛，更使婚姻幸福美滿，更了解如何為對方做更多愛的存款。在此，我要對我的丈夫存款。老公：「我這一生做錯了許多的事，唯一做得最對的，就是嫁給了你。我愛你」。