

Finding The Root Of Your Marital Problems

找出婚姻问题的症结

你是否曾经想过究竟是什么原因，造成你婚姻里那么多的冲突？你跟配偶之间永无休止的争执，到底问题的根源出在哪里？如果你思考过这些问题，表示你正走在对的路上，因为你正在找寻这些问题的答案。如果你从来没问过自己这样的问题，你何不现在就停下来思考一下？

你和配偶之间是否有一个造成歧见和争执的结？想想看，为了化解我们跟神的冲突并跟随他，圣经要求什么。耶稣一针见血地指出：“若有人要跟随我，就当舍己，背起他的十字架，来跟随我。因为凡要救自己生命的，必丧掉生命；凡为我丧掉生命的，必得着生命。”(马太福音 16:24,25) 耶稣清楚地指出，他的门徒如果要跟随他，就不能再照以前的样式生活。他们的老我必须死去。这些人为了那位呼召他们的主，必须背起他们个人的十字架。耶稣知道，如果我们真的要请耶稣做我们的主，我们的老我该从宝座上下来。

自我为中心的生活就是与神为敌，过着独立自主的生活。如果你要跟随基督，就不可能为自己而活。保罗对哥林多教会说，这是造成他们彼此冲突的原因之一。他鼓励他们，因为基督“他替众人死，是叫那些活着的人不再为自己活，乃为替他们死而复活的主活。”(哥林多后书 5:15) 他解释，为自己而活跟为基督而活是完全相反的。因此，自私就是第一个神要在我们生活中处理解决的问题。只有当你弃绝自私，才能开始为主而活，服事他人。

使徒雅各也向教会解释，为什么在那个时期的基督徒出现那么多的纷争。他说，“在何处有嫉妒纷争，就在何处有扰乱和各样的坏事。”(雅各书 3:16) 扰乱的意思就是“不稳定，混乱的情形”。寻求自我的满足，就是造成所有关系不稳定和混乱的主因。嫉妒跟自我定位一样，因为他只关心自己想要得到的。每一个冲突和每一件恶事的发生，都是因为太看重自我而产生的。如果你要找出在人际关系里造成冲突的根源，其实就是自私。

为什么自私是问题根源的所在？

首先，寻求自我满足与去爱别人是背道而驰的。保罗教导哥林多教会，当他解释这个重要的真理时，他说“爱是不求自己的益处”(哥林多前书 13:5) 经文清楚地告诉我们，爱应该总是先考虑别人的好处。保罗对哥林多人说得很清楚“无论何人，不要求自己的益处，乃要求别人的益处。”(哥林多前书 10:24) 因此，爱和自私是无法共存的。就像油和水永远不能融合在一起一样。一定要牢记这个基本真理，那就是你能舍己多少才能爱别人多少。

婚姻里的自私是什么样的？

自私有多种表现形式，但无论哪种都是非常丑陋的。有的时候，自私是以非常大胆，积极好斗的方式表现出来，当一个人在话语上坚持非要按他（她）说的去作不可，否则就不准做。就是直截了当

的要求，我优先，我说的才算。有的时候，這種大膽的要求伴隨著突发的憤怒，进而引起暴力，藉着恐嚇，確保別人要听他的。

有的时候自私是很微妙的。它可以平靜地用温和的话语面對狡猾的操縱。可是实际上，它仍然只是一個持續的壓力，按自己意志去行事。即使是最小的問題，它也会頑固的拒絕改變或妥協。當他的意見不被承認或採納，他就会生悶氣或是用漠不關心的態度，直到別人向他低頭為止。

不管自私是以明目張膽或是巧妙看不出來的方式展現出來，這總歸是問題的根源。親愛的，不要上當了。當你容許自以為義，自我意志，自認無罪，或是自我放任，來控制你的心思意念，會給你的婚姻關係帶來許多惡果。唯有把斧頭放在樹根上，你才會看見在你生命和婚姻中結出盼望的果子。你在生活上哪些方面表現出自私呢？

在你開始要處理婚姻問題以前，最好先確認，你在生活上哪些方面自私。耶穌說“先去掉自己眼中的梁木，然後才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。”(馬太福音 7:5) 因為這個命令，所以我在作婚姻諮詢的時候，常常從這裡開始，因我知道這才是問題的根源。我通常先請這對夫妻，把他們認為對方自私的地方寫下來。梁木必須先從每個人的眼中除去，才能看見他們婚姻里真正的需要。我沒辦法再三地強調，這有多麼重要，你應該在用放大鏡去挑你配偶的錯之前，先自己照照鏡子。

讓我坦白地跟你说。除非你願意這樣練習，否則你沒有辦法解決你的婚姻問題。如果你真的要找出婚姻的問題，下面是你需要作的：就是找一張紙，自己安靜下來，求主告訴你，你自己眼中的梁木。寫出你在婚姻關係里自私的表現。一定要很具體。你是以自己為中心，還是以配偶為中心？從你們談話開始到結束，都是以你的看法和觀點為主嗎？你在哪裡沒有放下自己，把自己交給對方？注意！別寫對方的錯，只寫你自己的部分。當你看到你列的單子，你會清楚地看到造成婚姻衝突的原因。

在你的人際關係里如何勝過自私？

選擇誠實面對自己的心思意念和動機。這第一步是非常重要的，因為自私是從你的心思意念和動機開始的。在你的生活上，當自私還沒變成行動以前，會在你自己和配偶面前表現出來。所以你必须先在自私變成行為以前，先省察在你心裡是不是有自私的想法，這樣才能控制你的行為。這就是耶穌對文士說，“你們為什麼心裡懷着惡念呢？”(馬太福音 9:4) 耶穌知道他們的心思是錯的，所以他鼓勵他們自我省察，這樣才能看到自己的錯誤。這就是你為什麼要先檢查自己的思想。詳細的自我省察，這樣才會幫助你看見自己的心是不是自私。

專注在自己的思想上來自我省察。你如何了解自己跟配偶的關係？你覺得你比對方好，比對方聰明，比對方有智慧嗎？這就反映出你內心的自私和驕傲，因此會造成你們之間關係的衝突。記得，“人若無有，自己還以為有，就是自欺了。”(加拉太書 6:3) 不要欺騙自己。寧可誠实地，認真地自我檢討。離開了神，以及他使我們改變的恩典，我們就一無是處。你應該這麼想，因為這是真理。這

些思想会成为新行为的基础和动机。

2. 恳求神显明你的罪。只有当你开始为罪祷告，祈求圣灵同在的时候，你的生命才会开始改变。圣灵的能力使我们认清自己的罪，这个动力才能使我们彻底的改变。你记得圣灵是如何开始在你的生命中指出你的罪，使你回转过来跟随基督的吗？圣灵来“就要叫世人为罪，为义，为审判，自己责备自己。”(约翰福音 16:8) 他是世上的最佳指导，因为他能告诉你是非对错，以及如果你不改正，将会带来什么样的后果。

可是，当我讲到认清自己的罪，别误会，不是定罪。神让我们认清自己的罪，这是神甜蜜，温和的督促，让你到他那里去，使你甘心情愿地降服在他的爱中。你必须确实分辨认清罪和定罪的不同。一个是把生命交出去，一个是死了，没有生命。因此，请求神启示你生命被自私在掌权的那部分。回去再把这些加进你的单子上。最后，请圣灵天天提醒你，这样才会改变你内在的动机。请他不要停止直到基督控制你的态度，动机和行为。

3. 选择否定自我，降服在主的脚前。一旦你确定自己在生活上有哪些方面自私，你就会被说服了。这时你必须作一个选择。选择拒绝自己的私欲，还是选择否认自己的自私？有一件事我们知道你最不应该做的，就是绝对不要停止认自己的罪，这实在是你的抉择。

在整本圣经里，人们所作的选择，可以看出他是否会经历神的力量来改变。约书亚鼓励以色列的子民，“今日就可以选择所要侍奉的。”(约书亚记 24:15) 神也藉着先知以赛亚对他的子民说“选择我所喜悦的事，持守我的约。”(以赛亚书 56:4) 摩西也警告犹太人，“我将生死，祸福陈明在你面前，所以你要选择生命。”(申命记 30:19)

选择弃绝自己自私的思想和动机全在乎你。没有人能为你作，是你自己的决定。其实你每天都必须作许多的选择。你是否选择服侍神？你选择讨神的喜悦还是取悦自己？你选择先服侍自己还是先服侍你的配偶？

所以，今天就把你在单子上列下来的事项作一个选择吧。选择让圣灵来掌管并否定你自己。当你这么作的时候，你一定会经历到平安。选择降服在基督脚前并请他给你力量，藉着圣灵过一个不自私的生活。

向基督和圣灵降服，就是你得到能力去跟随，藉着你的选择离开自私的行为。当你完完全全的把自己交给基督以后，你的内心深处就会被他掌管并得到改变。他是那位会把你生命中需要改变的地方，放进新的思想和欲望的神。他正等着你到他那里去，他就会让你看到，他的能力比你自私的本性更大。如果你求他，他的圣灵会改变你成为耶稣基督的样式。(哥林多后书 3:18) 如果你今天愿意寻

求他的能力，你就会发现他的应许是真的。耶稣说，“你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况天父，岂不更将圣灵给求他的人吗？”(路加福音 11:13) 你求他了吗？如果你用自己的力量为自私而争战，却不寻求他的帮助，这注定将是一场失败的战役。

保罗也强调，一个人如果要胜过的肉体的软弱，必须要有圣灵的能力。他说，“你们若顺从肉体活着必要死，若靠着圣灵治死身体的恶行必要活着。”(罗马书 8:13) 注意，保罗承认你有选择的自由。你必须决定你要按着肉体活着还是治死他。你必须靠着圣灵的能力来否定肉体并且信靠神的恩典，才能存活。他的生命在你里面会带给你能力先去服侍他人而不是先考虑自己。

4. 承认自己的自私。唯有当你承认自己的自私行为以后，你才能开始带到神的面前，请他处理，现在正是跟你配偶和好的时候。我的建议是顺从使徒雅各说的，“你们要彼此认罪，互相代求，使你们可以得医治。”(雅各书 5:16).

如果你盼望你的婚姻可以得到医治，这就是你必须作的。为什么这么重要呢？因为这是基督徒被冒犯时该作的。当神光照你自私的行为以后，你请求配偶原谅你，并祷告求主改变你，这样作以后会发生什么事吗？你的配偶对你的谦卑和诚实会有什么反应？你想他（她）不会以爱和感激来回应你吗？这样的举动会带来医治和修补你们之间的关系，也会带给你们新的，更深的爱和心灵合一的关系。

神要我们在人际关系上谦卑和诚实。如果不这么作，他不会祝福你想改变的地方。所罗门说，“遮掩自己罪过的，必不亨通；承认离弃罪过的，必蒙怜恤。”(箴言 28:13) 不要让骄傲的罪拦阻你切断自私的行为。

另外，当你向配偶承认自己不当的行为时，你不只得到一个更深的关系，你也更得到他（她）祷告的支持。注意雅各书 5:16.后面说，“义人祈祷所发的力量是大有功效的。”一起同心祷告会成就许多你从未见过的事。你要这种对付你个人自私的帮助吗？如果你们可以同心为这些事情祷告，将会大大地增进你们彼此间的亲密关系。不要错过这个合一的福气。

5.选择去爱。在我刚刚引用的箴言里，对神或是对人来说，两件事是必要的，就是对别人表示仁慈：认罪和放弃。认罪能解决你和配偶的冲突，放弃你自私的行为可以向对方确保你的诚恳。当同样的情况发生时，你选择用爱去处理，这是唯一能帮你脱离自私行为的办法。弃绝自私就是选择爱。

当你开始选择去爱，让我给你一个简单又实际的方法。就是回到你那张自私行为的单子上，写下跟自私完全相反的行为。正如我前面跟你分享的，自私和爱是完全对立的。所以，如果当你的配偶要求你帮忙作家事，你自私的拒绝了，可是当下次机会来的时候，你必须改变，选择爱的付出。如果你用怒气来自私恐吓，靠着圣灵的力量治死它，并让他的爱来控制你。如果你仍然坚持用自己的方式，开始转念妥协。你必须作一个决定，这实在没什么大不了，就让你的配偶决定，不要再坚持自己的意思。

记得，耶稣基督是你最好的榜样，因为他“不求自己的喜悦。”(罗马书 15:3) 他选择爱我们，甚至爱到愿意顺服父神的旨意，为我们牺牲自己的生命。如果你真心地爱你的配偶，你该以同样的态度来待对方。盼望你有同样的心志，遵他而行！