A man and a woman are sitting on a red couch, facing each other but looking away, suggesting a tense or conflictual relationship. The man is on the left, wearing a grey t-shirt and blue jeans, with his hand on his head. The woman is on the right, wearing a red top and blue jeans, also with her hand on her head. The background is a dark blue wall.

# 夫妻吵架的艺术 (弗4:25-32)

创 2:24

因为,人 要离开父母  
和妻子联合, 二人成  
为一体。

## 婚姻蓝图： 人的两种需要

**自我界定 (创2:19-20)**  
**Self-Definition**

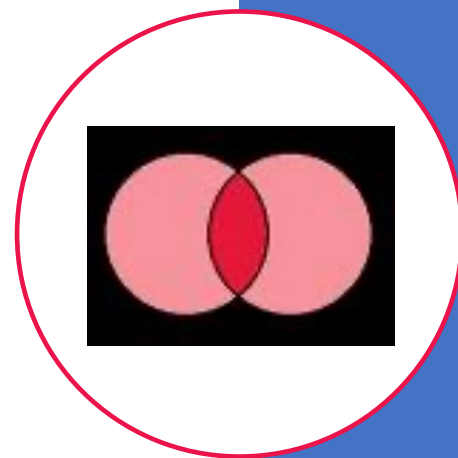
**归属依附 (创2:21-24)**  
**Attachment**

# 离合一

(参考黄维仁博士著作资料)

- 共生期 Symbiosis stage
- 个体期 Individuation stage
- 整合期 Unification stage

因此，人要离开父母与  
妻儿连合，二人成为一  
(创2：24)





存款

提款

# 弗4:25-32

4: 25 所以你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话。因为我们是互相为肢体。

4: 26 生气却不要犯罪。不含怒到日落。

4: 27 也不可给魔鬼留地步。

4: 28 从前偷窃的，不要再偷。总要劳力，亲手作正经事，就可有余分给那缺少的人。

# 弗4:25-32

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。

4: 30 不要叫神的圣灵担忧。你们原是受了他的印记，等候得赎的日子来到。

4: 31 一切苦毒，恼恨，忿怒，嚷闹，毁谤，并一切的恶毒，都当从你们中间除掉。

4: 32 并要以恩慈相待，存怜悯的心，彼此饶恕，正如神在基督里饶恕了你们一样。

## 吵架的艺术

---

- 1) 坦诚沟通，彼此尊重 (4:25))
- 2) 生气却不要犯罪 (4:26a)
- 3) 不要含怒到日落 (4:26-27)
- 4) 尝试正面解决问题 (4:32)



坦诚沟通,彼此尊重

- 所以你们要弃绝谎言，各人与邻舍说实话。因为我们是互相为肢体。  
(弗4:25)



# 坦诚沟通,彼此尊重

---



**不要冷战, 不要隐瞒**

**不要当众责骂对方**



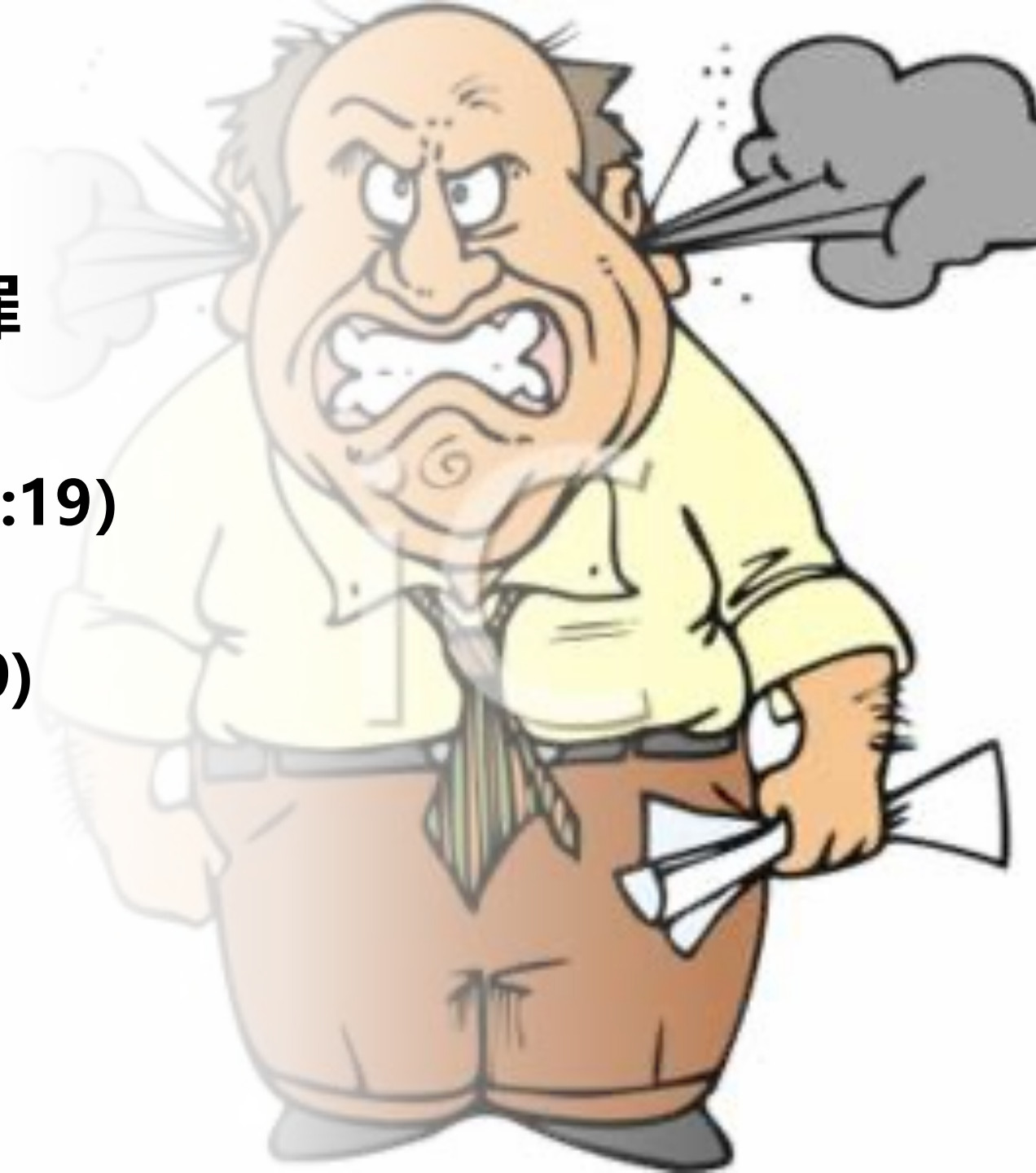
生气却不要犯罪。 不含怒到  
日落。 (弗 4:26)

# 生气却不要犯罪

自制 (4:31; 箴19:19)

污秽的言语 (4:29)

肉体的伤害





# 生气却不要犯罪

---

- 自制

愚妄人怒气全发。智慧人  
忍气含怒。(箴29:11)

暴怒的人，必受刑罚。你若  
救他，必须再救。(箴19:19)



# 生气却不要犯罪

污秽的言语

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。(弗4:29)

对事不对人

不要夸大其词

不要翻旧账



生气却  
不要犯罪

**肉体伤害  
使用暴力**

# 不要含怒到日落

- 4:26 生气却不要犯罪。不含怒到日落。
- 4:27 也不可给魔鬼留地步。(弗 4:26-27)







**不要含怒到日落**

- 适当的时间
- 睡前要解决
- 不要给魔鬼留地步

# 与敌同眠





# 尝试正面解决问题

找出正面建设性的出路

恩慈, 怜悯, 饶恕

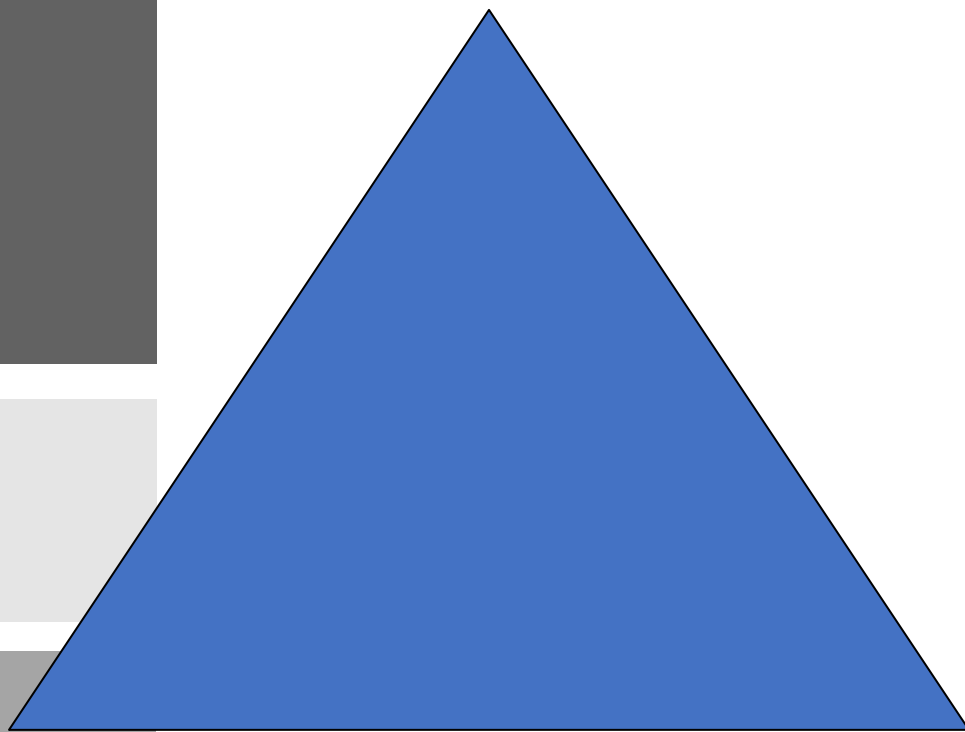
并要以**恩慈**相待, 存**怜悯**的心, 彼此**饶恕**, 正如神在基督里饶恕了你们一样。  
(弗4:32)

理想的  
三角恋爱

神

夫

妻

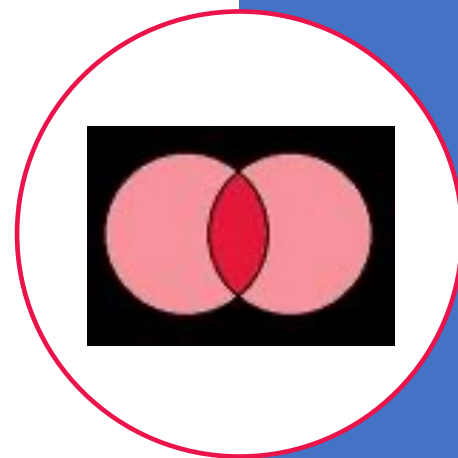


# 离合一

(参考黄维仁博士著作资料)

- 共生期 Symbiosis stage
- 个体期 Individuation stage
- 整合期 Unification stage

因此，人要离开父母与  
妻儿连合，二人成为一  
(创2：24)



# 美满婚姻的 要素

智能 Wisdom

品格 Character

敬虔 Faith



## 夫妻吵架的艺术 讨论问题建议

- 分享你平常如何为婚姻存款？
- 你们夫妻吵架有订立公约吗？
- 你们生气不理睬到第二天吗？
- 分享上帝在三角恋爱的帮助。
- 夫妻关系如何使你属灵成长？