給輔導員的信

(本文章摘自中心通訊：2017年夏季。文章未經許可，不得翻印或轉載。)

(文章經案主撰寫及同意刊登，此乃真實故事修訂。)

最後一次輔導是去年十月。…回想第一次見邱姑娘差不多是一年前的事。

我自小在一個吵鬧的家庭長大，媽媽是虎媽，爸爸有婚外情，我學會將弱點和自卑穩穩收藏，外表表現得和一般人沒有分別，處處保護自己。當我有自己的家庭，特別是兩名女兒出生後，我發誓不讓原生家庭的問題出現在自己的家庭。

我和太太是基督徒，結婚廿八年，雙方的操守和誠信都無問題，經濟硬件也可以，但婚姻中的沙石從不間斷，特別由女兒們入讀大學到出來社會工作這段時間，我們夫妻間的矛盾更明顯，反應也更遽烈，倆人都很痛苦。記得第一次單獨見邱姑娘，講到自己的苦況，不禁黯然淚下，多謝邱姑娘聆聽，哭過了，心情也鬆綁了。

之後太太也加入一齊接受輔導。其間我明白問題的部份原因是負面情緒作怪，要學習用另一個角度去看事情，把情緒掌握得好一些。今日情緒的挑戰還在，我一次又一次把它當成操練，有時成功，有時失敗，透過操練我懂多了自處，也懂多了與太太相處。

有一節輔導，我說到已經放下尊嚴，不分男女，盡做家務，邱姑娘提醒我，不要講尊嚴。我開始明白，家不是講尊嚴的地方，家是講愛的地方。

最令我改變得多是另有一節輔導，我話太太今時今日都會重提結婚初期艱辛的日子，手飾和禮物都無，令我好嬲。結婚初期所有收入都用去供樓，那來閒錢去花，…邱姑娘一句‘咪由佢講囉’，一語解我多年困惑，自始我學會了無怨無悔。

對，夫妻的關係有點似左右手。左手幫右手扶着釘子，右手拿着鎚，鎚子一下，有時誤中左手指頭，右手雖是無心，左手仍是會痛的。…有時我是左手，她是右手，…有時她是左手，我是右手。

邱姑娘常常提醒我要為婚姻注入新鮮感，不一定是昂貴的安排，我是悶蛋一個，這點對我來說，是有點吃力。我努力去做，輔導完結之前，我已同太太出外旅行了兩次。…只要心意更新而變化，叫你察驗何為神的善良純全可喜悅的旨意（羅馬書12:2）。

專業人士的幫忙是關鍵的一環，而夫妻兩人同心力行是核心，夫妻相處是終身的磨合，我會不斷努力，不離不棄。

(本文章摘自中心通訊：2017年夏季。文章未經許可，不得翻印或轉載。)

Counselling Services
輔導服務

電話：2339 5812
網址：http://www.hkbh.org.hk
傳真：2339 5813
電郵：cpsc@hkbh.org.hk
地址：香港九龍聯合道320號建新中心一樓
香港浸信會醫院 輔導及病人支援中心

輔導及病人支援中心成立於2011年(前身全人健康中心)，由資深心理輔導員為有需要的公眾人士提供專業及保密的輔導服務，以及為患者及親友提供心理及社交諮詢服務。中心並貫徹本院「全人醫治　榮神益人」的宗旨，致力在社區推廣全人健康理念，應邀請為不同的機構提供講座和培訓。