



心靈診症室

婚姻歷程中的關鍵時刻

夾心人：

從妳的來信顯示，你們初婚階段的親密關係已經為這段婚姻奠下穩固的基礎。即使在女兒出生後，你們仍能調節二人獨處的空間以迎接這位新家庭成員。

當女兒進入小一，便是你們進入繁忙的養育子女階段，須直至她完成學業為止！在這階段裡，家庭的發展變化多端，須同時兼顧自己、配偶及孩子的需要。當三者出現衝突時，作為媽媽的妳，由於女兒年幼而傾向先滿足她的需要，這是自然不過的事；但這種情況如果持續下去，你會漸感照顧乏力和孤軍應戰，而丈夫則感到愛莫能助而生挫折，漸漸會變得抽離。

其實，妳的丈夫十分樂意與妳一起處理女兒的問題，只是被女兒拒絕而感到挫敗，因而不自覺地反擊或防衛。如果妳能夠肯定他的善意和幫忙，並明白他的挫敗感，同時請他協助其他的支援工作，例如給女兒拿毛巾或她心愛的玩具以轉移她的注意力等，以此作為對妳的支持；待女兒平靜下來，再與丈夫聯繫一起探索有效處理女兒鬧情緒的方法，以至他不用將傷害轉移在妳身上，並能避免跌入親子三角網羅。在這階段，夫婦常要彈性地協調不同的照顧和管教方法，以回應子女成長過程中的轉變，如果夫婦能自覺和坦誠面對為人父母的百般感受，彼此支持和鼓勵，並學習實用的養育技巧，便能跨越箇中的挑戰與衝擊，並且持續不斷地發展和更新二人的關係。

待女兒長大，開始過獨立自主的生活，屆時你們便進入與子女分離的空巢階段；夫婦因而再度進入二人世界，你們須再次調整關係和成長的焦點。故此，我建議妳可與丈夫閱讀有關自我與婚姻成長、家庭發展與管教的書籍，或參加婚姻培育和成長小組、工作坊等，以增強你們的婚姻實力以迎接和勝過不同家庭發展階段的挑戰。

戴育明上

(作者為沙田社區服務中心輔導員)

你好！我因為夾在丈夫與女兒之間感到非常苦惱。女兒出生之前，我們的關係十分要好；可是自她出生後，我們減少了許多二人世界的時間來一起照顧她。自女兒升小一後，因不太適應上學的情況而經常鬧情緒，當我們處理時，她不肯接受丈夫的協助，令他感到不是味兒；為了安撫女兒，我只好請他先行迴避，結果丈夫反而覺得我太遷就她，怪責我造成她的霸道，我真的不知如何是好？



自在人生

我是在一所教會邂逅笛子的。當時是由一個女孩子吹奏著，她和我都是二十歲。我記得笛聲悠揚動聽，迴盪整個教堂，洗滌在座的人的心靈。

二十年後，我用自己的雙手拿起笛子。當時我的心靈被很多枷鎖網羅著。一向以筆桿來抒解自己的我，卻一次又一次無緣無故地無法執筆。在一個偶然的時刻，我拿起了笛子來，學習吹奏。陌生的笛子替代了熟悉的筆桿。我開始一點一滴地認識它，它也開始一點一滴地與我交流。

謝謝你，

笛子朋友

尹麗明

手指輕輕按笛孔，用嘴唇貼近吹孔，

我喜歡笛子親密。我要用雙手托著笛子，用

我喜愛笛子簡樸。它是由一根竹子製成的，技藝不凡的製笛人尋得好竹子後，砍削削、琢琢磨磨、量量測測，鑽上幾個小孔，便成了一支可供吹奏的笛子。

我喜愛笛子浪漫。它是從遠古的中華文化流傳過來的，遠得朦朧朦朧。它也是屬於大自然的，總是在大自然的懷抱中悠然響起，迴盪四野。

我很喜歡笛子。

用氣息灌注笛身。我彷彿把生命氣息都交付給了笛子。

我喜愛笛子知心。笛子一開始便等候我以至誠待它。我可絕不能「欺場」，否則它會沈默無聲，又或給我沙啞難聽的噪音。我要虛心認識它，學習運用口型、力度和氣息的變化，來表達我內心的感情。只要我態度誠懇，它便會老老實實地給我迴響，與我共鳴。我們曾經一起悲，一起樂；一起激情，一起寧靜；一起歡呼，一起哀鳴。花間有我們的足跡；月下有我們的身影；土地有我們的汗水；雨中有我們的眼淚……

這幾年間，我對自己、對生命多了幾分了解；對人生的不同處境多了幾分智慧，心靈平靜了，人也豁達了。然而，我可不會忘記，在我忐忑不安的日子，有位朋友總是默默等候我，只要我需要它，它便聽我傾訴，給我迴響，抒解我內心的感情，給我最單純的友誼。

謝謝你，笛子朋友。

作鹽

作光



不可忘記更重要的事：凡我所行的，都是為福音的緣故，為要與人同得這福音的好處。

哥林多前書九章 23 節