

适婚而未婚，怎么办？！

文 / 滕张佳音

一、适婚而未婚的挑战

在马太福音 19 章 10—12 节，耶稣指出不嫁不娶是一种的领受，而在哥林多前书 7 章 7 节，保罗劝勉教会的弟兄姊妹像他一样守独身，并同时指出各人领受神的恩赐也有不同。“领受”在原来的意思是有能力接受到神给我们那值得羡慕为天国而守独身这最高层次的情操。然而这却不是人人靠自己有能力去领受的。

其实，一个人能结婚与否取决于神的带领。然而除了神的旨意外，其中也牵涉到人的领受与取向。而在教会中，未婚的弟兄姊妹多不愿意接受独身的说法，只说现时仍是单身去形容自己的状况。为什么弟兄姊妹会害怕用独身这词汇？因为适婚而未婚的过程中委实有很多挑战，而我们害怕去面对这些挑战，加上来自父母亲友各方面的压力和环境的冲击，造成我们心理上的困难。

首先就是自卑，多少自觉不够好才不能结婚，年复一年，年华飞逝，就更添自卑感。另外一种心理上的困难是孤单，尤其是女性，一般盼望可以依靠或依赖别人而支撑自己的人，看见别人一双一对的、而自己却仍是形单只影，有时真会孤单得发慌。此外，也会面对生理上的困难，例如情绪的低潮，女性最普遍是月事引致周期性的低潮，又或许思想上偶有出轨的倾向等。如果处理不当的话，有些信徒可能会陷入色情刊物和图片的试探中，甚至沉溺在自慰自读、不能自拔的恶习里，不知不觉地被情欲捆绑了。另一种可能是将生理上的需要投射在第二或第三者身上，这也是一种危机。遇到

某个可能的对象，就容易陷入不必要的遐想、不健康的单恋或暗恋当中，影响自己的身心灵。若不及早醒悟，可能发展出不正常的男女关系，内心的挣扎不易平伏，有些人在精神上也会出现问题，需要接受专业的辅导及治疗。

另外，心理上的困难也容易造成我们对同性朋友有着极大的占有欲，若不警觉，严重的会发展成同性的恋情。所以，在适婚而未婚的过程里，要留心面对这些挑战。

二、适婚而未婚的自我省察

适婚而未婚的人需要常常自我省察。首先要认识自己只不过是一个人，一个有血有肉的人，是有孤单感、失落感和空虚感。要明白一个正常的人，是会有生理、心理上的需要，偶有情绪低潮、渴望结婚的冲动和性的困扰等现象。就算有为天国而独身的领受，也不是说我们从此以后对男女感情事就变成无动于衷、对情欲试探就免疫了？！事实并非如此，独身的人一样有他/她的需要，只是我们如何靠主圣洁自处。因此，要认识到自己周期性低潮只是一种现象。我们无须内疚，反要将它的规律记录下来，并提醒自己这不是自己真实的需要，只是人生理上周期性的一种低潮而已。但如果真的出现情欲的挣扎时，我们要检视真正的自己，有没有越轨的思想、有没有主动地去犯罪、甚或沉溺在罪中之乐中呢？如果在行为上已犯罪，就该第一时间在主面前对付这罪；如果是思想上的软弱，就要像保罗明白这场灵欲之战的真理。

我们虽然偶有堕入肉体的软弱中，若不是自己愿意的、更不是故意的，但却在痛苦挣扎之中，须明白一颗认真追求认罪、悔罪、离罪的心灵是主所喜悦的（诗 34:18）。只要真心对付罪，在基督里是不被定罪而得着释放，且立志要靠主不顺从肉体、只服从圣灵（罗 7:18—80），将身体献给主作义的器具，而不再献给罪作不义的器具了（罗 6:12—14）。

多操练祈祷，就能影响我们潜意识的倾向，且在神的话语中去面对自己身体上、生理上及心理上所带来的挣扎，多思想这位圣洁光明至高的神，也求他加力量帮助我们胜过种种的试探，用他所赐的智慧和办法去战胜情欲的泛滥。

更要在日常生活中常常检示自己，留意自己有否不正常的倾向？例如：性格有否渐趋主观和偏激？或试图扮演另一种性别角色？有否逐渐养成一些怪癖？或心态上渐趋孤僻？当看见弟兄姊妹有对象了，自己会为他/她感恩？还是诸多批评、有意无意地盼望他们分手呢？我们欢喜出席别人的婚礼吗？看见幸福快乐的家庭时，心里的感受怎样呢？自己对异性会不会过份敏感呢？会不会觉得别人常常注视自己、对自己有倾慕，只是没机会说出口而已？有否造梦也梦见自己与这异性结婚、甚至亲热……透过这些自我检察，避免自己陷入身心灵困扰、甚至情欲捆绑之中。

三、单身的优点

在哥林多前书 7 章保罗提到了单身有很多的好处，但谈到婚姻时，却指出与其欲火攻心，倒不如嫁娶为妙。与此同时，保罗也指出结婚的人必受苦难，例如怀孕的苦、生产的苦、教养的苦等。但论到单身则可以无所挂虑，已婚者需承担家庭的责任、经济的担子、忧柴忧米、挂心孩子的成长等，所以单身无所挂虑是何等快乐的事。主赐单身的可以殷勤地事奉主，专心的为主，单单讨主的喜悦，没有分心的事情。而结了婚的人则要学习彼此顺服，彼此相爱，

讨对方甚至对方家人的喜悦，因此有许多分心的事情需费周张。例如：笔者也可以见证结婚之后，相比过去四十六年单身的日子，的确多了许多事情叫自己分身不暇，决定事情也必须考虑到配偶的需要及尊重配偶的意见，真的没有单身时那么的专心。因此我常感谢神赐我过去四十六年单身的生活，使我可以全心全意服事他。所以，如果神继续容让我们单身，那是好事，无须因单身而自怨自艾。

7 章 10—11 节保罗又指出已婚的无论如何都不能离婚，所以未结婚的还有盼望，结了婚的如果不是嫁娶到一个好的对象，所面临的苦难，需要付出许多代价去忍耐和迁就。配偶是最“贴身”的对付，使我们生命有更刻骨铭心的磨炼与成长。就连西方哲人苏格拉底深切经历后也幽默地自嘲说：若婚姻不美满者，可以成为哲学家！

因此，不要轻言嫁娶，误以为脱离单身就必得幸福，可能婚后的苦难更大，宛如逃离一个火海却跳入一座刀山。7 章 20 和 24 节保罗劝导我们要守住自己的身份。7 章 26—27 节告诉我们不要切求改变现今这身份，安于现今神所赐给我们的身份。神若安排，我们就进入结婚，否则，不结婚也是一个智慧的选择。

所以要开心积极地善用我们今天有的时间去事奉神，若然有一天神真的为我们单身的预备婚姻，我们便可喜乐和健康的进入婚姻的关系中。守住现在的身份，不要强求或妄求改变，神是我们的天父，他会为我们的人生有了最好的安排。

四、如何建立一个健康快乐的单身生活？

第一是美化生活的环境。美化家居，令自己喜欢回去自己的一片小天地，就算单独生活，也要像个家。将它打理得舒适，并不一定要花许多钱，最重要的是使它有生气，务必让自己有一个属于自己的安乐窝。单身的也可以与人

分享居所，例如与家人同住，或与一个相熟的家庭同住，或与同性的肢体共住。可以相互照应，也在与人相处的生活中，使自己的性格得以平衡。

第二是安排适当的娱乐。单身的工余时间并不是刻板枯燥乏味的。培养一些兴趣，也可以让自己有多元化的发展。这些兴趣可以令自己的情绪得以舒缓，例如下厨、阅读、听音乐、种植、插花、养宠物、旅行和运动等，最主要的是使自己身心健康平衡。

第三是寻找生存的意义。找一份自己觉得有意义的终身职业。是自己可以投资人生的、是对人类有贡献的、令自己生活充实的、也可以增加自信的工作，避免让自己陷入自卑自怜当中。事实上，世间也有许多有价值和有意义的工作，例如：救援、教育和服事老弱孤寡等工作。要找一份可以发展所长又具意义的终身职业，或先去进修装备自己，准备参与服务人群、建设社会。好的职业令自己觉得很有存在的价值。当然，我们更可善用工余的时间去追求属灵的事、装备自己、热心投入事奉、参与传福音抢救灵魂，或在教会中牧养群羊等圣工、为天国的大业而努力，这是最具永恒价值的工作。

第四是要有正常的家庭生活。人需要有正常的人伦关系，要学习享受正常的家庭生活。中国人注重天伦亲情，不要因为自己信了主而与未信主的家人关系疏离或对立。家是我们的根，有正常的家庭生活是很重要的。而未信主的家人的灵魂也是十分宝贵，

我们要学习主道成肉身的生命与生活态度，愿意与他们同住，给他们看见主的真实，我们也可享受天伦之乐。

第五是要建立同侪的友谊。不要孤芳自赏，学习广结朋友，无论是主内或外面的朋友。我们须建立主内同性的知己灵友，可以沟通相同价值观和属灵的事情。在平辈中学习彼此信任、彼此聆听、彼此支持，建立真挚的友谊。而广结教外朋友，使我们有作见证的机会，以免基

督徒生活变得狭隘。

第六是寻找具体爱的对象。万一父母、朋友、亲人都已经不在或因各种因素离开，我们不妨考虑领养孤儿，或学习照顾家族中的后辈子侄，透过与孩子（们）相处，用爱心、用钱财、用时间培育孩子（们）成材，是一件何等快乐的事！

最后，必须保持与神的关系，这是最为重要的一点。人本有丰富的感情，要将我们的爱情浇在主的脚前，好像马利亚打破玉瓶、把香膏献给主（约 12:3）。就如雅歌书所说的，神是我们的良人，是我们的朋友（歌 5:16），是我们可以倾诉的对象。所罗门王有成千妃嫔，最后他发现日光之下一切都是虚空的，反要敬畏日光之上的真神（传 12:13），然后他就进入传道书之后雅歌书所说的，要与神建立好像良人与新妇这样灵密的关系，常常等候主随时再临（歌 8:14）。我们要将感情升华，明白父神有永恒的计划。地上的婚姻有一天总会过去，羔羊的婚宴才是最终极的（启 21:2）。地上才有夫妻关系，在天上是不嫁也不娶了（太 22:30）。求主帮助我们爱主更深、灵性稳定、靠圣灵能力胜过情绪、胜过肉体的情欲，有健康的身心灵。做一个喜乐的单身贵族，享受神所赐我们劳碌得来的份（传 5:18）。又要操练单独的艺术，学习不一定要有人陪伴在旁，也可以靠主独乐乐。不要受结婚与否的问题所困扰，要认识婚姻不是人生的全部份。婚姻要出于神旨意才好。勿误以为结婚之后就能解决现在我们所面对的一切困难，勿为结婚而结婚，不要羡慕人有我有而降低自己的标准，特别是信仰的标准，因为一子错、满盘皆落索的例子屡见不鲜。相反地，也不必自我要求过高，拒人于千里，两种极端也是不好的。但愿我们无论在单身或已婚的日子中，凡事都能荣耀我们在天上的父神，阿们！

（本文根据腾张佳音师母的录音整理而成，由腾师母授权在本刊刊登。）