

群體中 單身旅程的豐盛之旅

潘怡蓉 (Annie)

單身是人生中的一種生活狀態



四種單身狀態

1. 未婚單身
2. 離婚單身
3. 喪偶單身
4. 永恆天國

單身未婚的原因

1. 很多年輕人認為結婚絕對不是快樂的保證
2. 熱愛工作或是從中獲得的快感超過一切
 - 1) 精神或經濟上都很獨立自主，喜歡自由
 - 2) 具有專注投入的興趣等，身心滿足，不覺得用結婚通往幸福
 - 3) 不想跟別人一起生活，喜歡自己空間
2. 對擇偶條件的要求提高
3. 有些人沒有把握時機，或不積極主動去約會
4. 無奈地無法覓得伴侶，但是有不願因此結婚

單身的挑戰與成長

1. 經濟保障
2. 親密關係
3. 處理孤單
4. 心靈倚靠
5. 安全保護
6. 男女界線
7. 他人看法
8. 家庭責任



單身的優勢

1. 有時間和自己相處
2. 過自己想要的生活與做自己想做的事
3. 多些自由度與自我安排優先順序
4. 專注發展事業
5. 追求自己想要的生活方式
6. 可以更開闊的視野去看世界，可抽更多時間學習新事物
7. 遠離婆家與婚姻紛爭
8. 把約會錢省下來，買禮物給自己、家人、弟兄姊妹！
9. 不需要花時間打扮！

單身的靈性旅程

1. 面對與神疏離、與神親近
2. 面對靈性的沙漠與暗夜
3. 共度生命的歡慶與成長
4. 在基督裡活出自己召命
5. 找到生命的價值與意義
6. 找到神國的定位與身分

關鍵字

1. the mutuality
2. The bonding
3. the relationship



單身人士在教會群體的尷尬

1. 教會女多男少的趨勢
2. 大多數人把「結婚」當作是生命的唯一「正常」的選擇
3. 有些人覺得單身人士被教會活動所「歧視」
4. 有些人單身人士被教會和教會活動所「邊緣化」
5. 被貼標籤效應，讓單身人士感覺是「失敗者」或「不完整」
6. 教會講台讓單身人士感覺是「非主流」
7. 單身牧者或領袖被教會體制「限制」

《聖經》的一些準則

1. 「單身」與「婚姻」皆是基督給信徒的恩賜，為了叫信徒從不同角度去見證神的國（參林前七7）。
2. 「沒有娶妻的，是為主的事挂慮，想怎樣叫主喜悅；娶了妻的，是為世上的事挂慮，想怎樣叫妻子喜悅。」（林前七32-33）
3. 到信徒復活時，就只有救贖規律，那時創造的規律不再有效。人類會像天使不嫁不娶，不再有婚姻這回事（參可十二25）。

在教會群體的單身生活

- (一) 建立獨而不單的人生
- (二) 突破停滯感而安排人生每階段
- (三) 正視被接納與肯定的渴求
- (四) 處理性與情慾的渴求
- (五) 建立單身生活模式
- (六) 與孤單共處卻過得充實

(一) 建立獨而不單的人生

1. 與神建立親密的關係，在祂裡面享受心靈的富足
2. 認識男女生理及心理特徵，正視人在愛與被愛上的渴求
3. 在兩性的差異中提升彼此的關係，學習欣賞和接納
4. 在各種人際的關係中（家人、教會、朋友、社區）建立人際網絡
5. 以合乎真理及適切的方法疏導性衝動，勝過情慾的試探，在身體上榮耀神

(二) 突破停滯感而安排人生每階段

1. 未婚者缺少婚姻及子女作為成長的指標，容易衍生停滯感
2. 單身人士需要建構成人生命週期各個階段的目標
3. 以積極及進取的態度見到眼前生活的機會，面對人生的挑戰
4. 藉著拓寬未來種種可能性，創建使命人生

(三) 正視被接納與肯定的渴求

1. 在教會群體經歷被接納與經歷被肯定
 - 1) 教會領袖接納單身肢體，多鼓勵、訓練和支持他們，可以全面參與教會的事奉
 - 2) 邀請擔任教會的領導崗位。
 - 3) 有多元化的栽培，包括職場與社觀
 - 4) 建立彼此接待的文化，互相鼓勵，互為照顧及學習，減少分化排除，擁抱不同的人。
2. 學習建立在社群的自處與自在



(四) 處理性與情慾的渴求

1. 承認
2. 警覺
3. 遠離
4. 界線
5. 疏導



(五) 建立單身生活模式

1. 學習新的事物: 學唱歌、彈琴、樂器、電腦、語言、烹飪
2. 投入事奉的機會
3. 財物管理
4. 時間安排
5. 照護身體
6. 家居環境
7. 保安意識
8. 設立界線

(六) 與孤單共處卻日日充實

1. 操練效法基督，裝備自己在基督的身體裏長大成熟
2. 透過靈修操練學習獨處與增進內心的力量
3. 藉著支持小組鼓勵二、三人結成禱伴，定期相約分享代禱
4. 肯定神在其人生的召命，藉著愛主、愛別人、認識自我、發揮恩賜等而成長
5. 提升男女交往的技巧，在兩性的相處上學習良好的溝通

總結

