

地址：香港堅道明愛中心五〇二室
九龍窩打老道一三〇號教區牧民中心
電話：5-242071 內線259, 260
3-366523, 3-388485

許多人會決定結婚，但對於了解婚姻和他們渴望結婚的程度，往往有很大的距離。不少準備踏進婚姻生活的，以為兩人情投意合就夠了，沒想到婚姻除了愛情，還需要夫婦明瞭身份轉變後，所需坦承的承諾。

結婚儀式通常在一對新人向對方說：「我願意」後完成。不過有多少人真正分析過這三個字所包含意義，已經是一個問題；同時，一方所說的願意與配偶所期望的又有多少出入，又是另一個問題。

婚姻是一項愛的承諾。此種承諾不單基於理想，還要相方真正實踐。可惜，有不少夫婦對婚姻的承諾及成長一知半解，甚至在毫無心理準備下投入婚姻生活。等到發現原來許多問題是在婚前從未仔細討論過；或者，以為微不足道的瑣碎小事，如今竟成爲問題的焦點；甚至雙方竟有那麼多不能接納和滿足的，頓然大失所望，面對未來便產生消極的態度。

本會於一九六九年開始推行婚前講座，除了想協助一般未婚夫婦認識婚姻意義，減少上述可能產生的危機，主要是我們認爲婚姻使一對男女成爲最親密伴侶，彼此緊密地生活，不論在任何環境必須互相支持、照顧。夫婦需要不斷學習去了解對方，愛慕對方，始能給予雙方滿足、安全、歸屬的感覺。又可以發揮夫婦作配偶，作父母的力量。婚前講座提供「作好準備」的婚姻，讓每對夫婦懷着希望，充滿信心，貯備能量，令婚姻不斷地茁壯和成長，在講座中他們將會獲得：(一)明白婚姻意義。(二)作好準備，順利達到婚後早期適應，奠定良好開端，以助日後相處。(三)提供一個學習機會，使他們瞭解如何渡一種更豐富，更有深度，更具意義的婚姻生活。(四)反省兩人相互的感情，瞭解和增進彼此關係，亦幫助他們適應及處理大家的紛爭、距離。

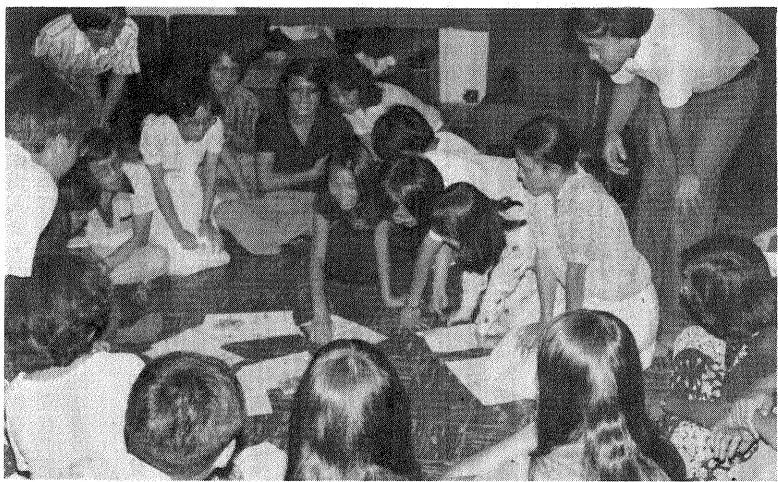
婚前講座

我們邀請有豐富婚姻生活的講者，或由婚姻輔導員擔任，與參加者分享婚姻意義。明白婚姻生活需要專一地，永久地愛對方。深深地去體會彼此進入一個成熟、獨立的人生階段；協助他們定下努力的方針，使未來新家庭成爲兩人愛的天地，也是社會安定的基石。

婚前講座亦幫助參加者了解自己成長背景，並且用客觀眼光去接納配偶。兩個人自少生長的家庭不同、思想、感情、處事態度等均有出入；再加上男女心理不同，在結婚初期，必然會產生適應上的困難。學習體諒是要訣；還要勇敢地捨棄原本屬於舊日家庭的習慣，漸漸爲自己新家庭塑造一個新的生活方式，奠定良好開端，日後相處便有所依歸。

愛是需要學習的，婚前講座也是一個最佳學習表達愛情的場所，我們安排寧靜舒適的環境，提供不同溝通方法，讓他們學習交談，分享，更讓他們找尋一個屬於他們的溝通方法，許多夫婦婚前無所不談，婚後漸漸覺得無話可談，又或是談來總是話不投機，可說是不着重溝通所致，亦會因找不到適當表達方式所致，婚前講座着重協助他們把握兩人溝通的奧妙，目的是使他們能渡一種更豐富，更有深度，更具意義的婚姻生活。

最後，講座內容亦包括幫助夫婦學習處理紛爭和距離，我們協助大家面對現實，並不過於幻想，以爲婚姻毫無波折，遇到不同意見時，要曉得如何表達自己的情緒，在不傷害對方之下，盡量向對方開放，讓對方更知道用不同方法去相愛漸漸增進相互感情，遇有不愉快感受，例如憤怒、不滿、委屈、自己不肯接受，因爲那是我們真實的一部份，有些人不肯接受，因爲那是我們真實的情緒便一味否定，也迫自己別顯露出來，以免妨害感情，若情形繼續存在，將導至夫婦誤會叢生，隔膜重重，婚前講座便是重了解自己，敏銳個人的感受，使夫婦間能以較成熟的態度，處理內心的感受。



計劃未來，例如有關處理經濟，住屋，夫婦分工，姻親來往，家庭計劃，靈修生活等列在其中。每年本會提供約十次婚前講座，由於講座的目的並不以介紹一般常識，而是要使參加者對婚姻及涉及的問題有更深入的瞭解，再加上利用小組分享及兩人交談的形式，所以每次參加人數不能太多，大約只能容納二十對未婚夫婦。當然，每天結婚的人數很多，現時所舉辦的次數每次都供不應求，我們正努力慢慢擴展此項服務。



有關講座的詳細資料，請電本會九辦事處查詢。電話：三三三六五二三或五一二四二〇七。內線二五九。

最近幾年，自然法家庭計劃愈來愈普遍，主要原因是自然法家庭計劃已經證明是非常有效及絕對安全的節育方法。婦女利用自然法家庭計劃，知道自己的可孕期及不孕期，從而達到家庭計劃的目的。

自然法家庭計劃有幾種方法——這些方法雖然各有不同，但大家都是根據婦女與生俱來可孕期及不孕期的徵狀而歸納出來。例如，基礎體溫法就是根據婦女月經週期中體溫的變化，而推算出可孕期的開始及結束。而黏液法則是觀察婦女在週期中陰道的不同狀態的黏液，而作爲分辨可孕期的依據，而徵狀體法就是綜合各種可孕期的自然訊號而研究出來的一種方法。

「自然節育法概說」
即將出版