

国+杨琼、陆神父携手在宁波举办第一期周末：参加者有26对夫妇、3位神父、20位修女，他们来自沈阳、上海、宁波、杭州、常州。

2007年，宁波胡贤德主教将「恳谈会」列为教区的重点福传项目。「宁恳」发展迅速，分享神父来自宁波、定海、杭州、绍兴；分享夫妇则散布在宁波、定海、慈溪。在主席永明+燕萍的领导下，每年举办至少三次周末，其中两次在春节期间（初二至初四，初四至初六）接踵举行。

“ 2007年，宁波胡贤德主教将「恳谈会」列为教区的重点福传项目。「宁恳」从此迅速发展...

3. 沈阳 > 爱把我们联系起来...

自1998年起，新加坡中联开始邀请中国同胞到狮城参加周末：2003年，沈阳的思维修女参加了华恳周末；2005年6-11月，仲权+秉选、夏庆田神父、道明修女等9人陆续参加了华恳第45、46期周末。他们回国后，便着手成立辽宁夫妇恳谈会；辽宁教区已故金沛献主教也在弥撒公开表态支持夫妇恳谈会。

2006年5月1-3日，新加坡的文龙+爱珠、上海的刘嵘+爱奋、沈阳的仲权+秉选及比利时的林瑞德神父于抚顺主持第一期周末，参加者有20对夫妇、3位神父、4位修女—来自沈阳、辽阳、抚顺、盘锦、吉林。同年5月5日，沈阳仲权+秉选及夏神父被推选为中国主席团。2008年，中国夫妇恳谈会成为「亚恳」成员。

4. 吉林 > 爱在雾松树下开展

「辽宁夫妇恳谈会」和「天主教吉林社会服务中心」经过冗长筹备，终于美梦成真。2009年1月1-3日，沈阳王喜文神父、仲权+秉选、玉东+亚静，偕同新加坡「华恳」文龙+爱珠，于吉林神哲学院主持第一期原始周末。参加者有14对夫妇、3位神父、7位修女。

周末后，文龙+爱珠留下来举办了四个彩虹桥，并为圣家会32位修女作两次陶成分享。他们也到吉林兴家村、长春主

教座堂为教友们做生活分享。

5. 邯郸 > 爱飞跃河北省

2009年2月3日，河北省邯郸市的朱喜乐神父与刘秀华神父一行人，在新加坡和「华恳」林瑞德神父、永义+月圆、文龙+爱珠开会，探讨在邯郸举办周末的可行性。同年3月20-22日，邯郸第一期周末终于诞生。参加者有15对夫妇、4位神父、6位修女。分享团队则由比利时林瑞德神父、新加坡「华恳」主席永义+月圆、中国主席仲权+秉选、宁波主席永明+燕萍组成。

6. 海门 > 初尝爱的果实

秉着坚韧不拔的精神，宁波团队持续向邻近的省份拓展，让更多夫妇和神职人员品尝「夫妇恳谈」的果实。在宁波永明+燕萍的推动、圣神的带领下，江苏省海门教区终于在2010年的第一天（1月1-3日），迎来了第一期原始周末。参加者有16对夫妇、2位神父、8位修女。分享团队由宁波王江飞神父、沈阳仲权+秉选、宁波永明+燕萍，吴涛+娅玲组成。

“ 目前，中国夫妇恳谈会，只在6个地区举办周末。还有很多很多地区是空白.....任重而道远。

■ 辽宁/仲权+秉选

98wbx@163.com

(中国夫妇恳谈会主席夫妇)



夫 妇恳谈会送给我俩很多珍贵的礼物，宽恕和治愈就是其中之一。身为夫妇恳谈的分享夫妇，我们也和其他夫妇一样，在日常生活也会有矛盾和摩擦。

有段时间，因工作中遇到一些烦心的事，心里特别烦躁和不安。以下是我们的分享... (秉=秉选，仲=仲权)。

秉：有一天，仲权在厨房一边切菜，一边和我聊工作的事，我并没有在意。当我看到仲权把刚用过的刀，没擦就放进刀架，立即把菜刀拿出来。边擦边说：「我和你不知说过多少次了，刀要擦干净了，再放进刀架，不然，刀架木头长毛。」

仲：本来我的心里就很难受，看到秉选心不在焉，我很生气。现在，又来指责我，顿时，火冒三丈，操起菜刀，把刀架劈了。喊道：「这回没事了，不能长毛了。」

秉：我目瞪口呆，仿佛劈的不是刀架，而是我的心。我强忍着泪水，跑回卧室。我气得晚饭也没有吃。那天晚上，一个睡卧室，一个睡客厅。我几乎整夜没合眼。

仲：我在沙发上辗转反侧，这一夜格外长、特别熬人。越想越觉得对不起秉选，心里非常内疚。第二天，上班后，找人帮忙做了一个新菜刀架，由我精心

设计。下班带回家，请求秉选的宽恕。我俩相互写了情书，手捧情书，仔细阅读后，我俩都泪流满面。

秉：这是仲权写给我的情书：

亲爱的秉选：在工作生活中，遇到不开心的事，我会感到受挫、难过。

首先想到的，是对你说。在这个世界上，找不到另一个人，可以代替你聆听我。我的情绪，随着事态炎凉起变化，有起有落。当我落寞的时候，会失望、焦虑，感到无助。需要你的安慰和帮助，专注地、静静地聆听或许是最好的安慰。能进入我的内心，站在我的角度，去体验我的焦虑和无助，是对我最大的帮助。

那天，我把心中的不平、难过、委屈，向你诉说时，心情是复杂的、矛盾的，一方面，把压在心底的话，向你说出来，心里会痛快一点，好受一点；另一方面，婆婆妈妈，唠唠叨叨，又怕你小看我。

看到你心不在焉，心里很不是滋味，很生气。和别人生气，也和自己生气，也生你的气。当你对我说“刀应擦干净再放进刀架”时，我就爆发了。

我很后悔，很内疚！不论怎样，不应该对你发火。我毁坏了刀架，也伤害了你的心。真心地请你宽恕我，原谅我。

现在，我又重新做了一个刀架，比上一个还好，可以同时放四把刀，还可以放剪子，还有铝合金底座，我把夫妇恳谈会的标志贴上去，让它监督我，提醒我。

和你说了这些，我的心里很轻松、舒畅！只是还有一点不安，害怕你不原谅我。

爱你的仲权

仲：以下是秉选回应的情书。

亲爱的仲权：仔细看你的情书，我心里的怨气，渐渐没有了。再看，我感到内疚。原来，你心里有那么多的烦恼，我不但没有安慰你，反而“火上浇油”，磨叽无关紧要的事。对不起。

昨天，我只盯着菜刀架，没有认真听你诉说，更没有设身处地体会你的感受。请你宽恕我，原谅我的心不在焉。

今天，看到你拿回来的新刀架，我很高兴。自制刀架，比买的功能还多。你怎么想出来的！你呀，一定费了不少劲吧。它也是提醒我要用心聆听你的一个警示架。

告诉你这些，我心里很舒服，也很愉快。

爱你的秉选

秉：我俩仔仔细细地阅读情书后，心里的结都打开了。我俩相拥而泣，重归于好。

■ 沈阳/仲权+秉选

王神父：从责任到喜欢
我对自己缺乏信心，当主席夫妇邀请我做一名分享神父时，我犹豫不定，心情十分复杂，我几次想开口拒绝，但受到良心的谴责。

我记得一连几天听到这样的责问：“徐神父要出国去了，你不担负这项使命，宁波的夫妇恳谈会怎么办呢？你难道没有看到分享夫妇们的热情吗？你难道没有看到很多的夫妇参加周末后，他们的婚姻质量提升了吗？夫妇关系改善了吗？他们真正享受了婚姻的幸福吗？这些责问迫使我就范。我回应了主席夫妇的邀请，答应做一名分享神父。说实在的，当初我是出於责任，也为了良心平安。

随着原始周末的临近，我的心很乱也很紧张，甚至出现了较大的恐惧，我抱怨，我后悔，为这件事我的生物钟乱了。

写分享稿时，要挖掘生命的真实感受，有多少次我停止了手中的笔，因为实在太难了。我可以在一个小时内写出一篇讲稿，而写生命的东西，即使写一个感受却要花上几个小时。因为这里有难为情，有胆怯，有矛盾，有争执，我害怕写出真实的生命，会让我在众人前难堪，我要用这块遮羞布掩盖自己的虚伪，我为此很泄气，也没有信心。就在这时，文龙+爱珠不断地鼓励我，耐心而细心的启发我。经过几天几夜的挖掘和挑战，我流泪了，因为它就是我的真实

爱把我们连起来



的生命，有血有肉，有喜有乐。我发现过去自己不但不在乎许多感受，而且把一些感受强压在心底，我之所以这样做，因为我是神父。结果，我表面笑哈哈，内心苦闷，我没有活出圣召的喜悦。

由於我不太在乎自己的感受，因而影响我忽视甚至轻视别人的感受，我无法与别人感同深受。我发现自己过去的讲道是空的，不真实的。我所讲的不是生命之道，因为它不是来自生命的。

通过写这次的分享稿，及上台分享，我找到了真实的我。我发现当我分享真实的我时，夫妇们不但感动了，而且也引发了夫妇的真实感受，彼此产生了共鸣。我又发现当夫妇们彼此分享真实的自己时，就会出现良好的转机，就会出现一个全新的夫妇关系。

自从我成为分享神父后，为自觉更上一层楼，我的心享乐，我的灵欢畅。虽然每次分享之后，有身体上的疲劳，但它不算什么，因为我享受到了从夫妇们而来的感动，而夫妇们的感动让我经验到了天主的伟大之爱。

现在我喜欢了周末。

■宁波/王江飞神父

我等这一刻已等了五年

我们结婚四年多来，虽然有过困惑，但我们关系很好，我们即是夫妻又是工作搭档，和父母同住，关系融洽。儿子的来临，也没有让我们相处的时间减少，身边很多朋友还会羡慕我们，说我们俩天天在一起，成双成对，还那么恩爱。那我们还需要去参加“夫妇恳谈”吗？我们还有什么要谈的呢？

但是那位朋友告诉我们，尽管夫妻关系很好了，可是去过夫妇恳谈会后，你会回到恋爱时的感觉。听了她的分享，让我们感到很不一样，夫妻还能象情人一样吗？怀着好奇心，我们参加了宁波第3期夫妇恳谈周末。

来到周末，看到分享的三对夫妇，我们猜测：他们会不会和我们一样，结婚的时间不长，感情还不错。可是，当我们听到他们的分享，得知他们结婚十多年还如此恩爱时，我俩心中感到了一丝触动。原来还有一种夫妻的生活是可以这样亲密度过的。

三天两夜时间里，我们抛开了所有繁琐的事情，待在一起，手牵手，我们彼此敞开心门，去认真的聆听和感受对方。

陈静：当我读邱涛写给我的情书时，我边看边流泪，邱涛是一个性格温和、不善言语的人，和他在一起的时间里，他多数会迁就我的感受和想法，他也很少表露他内心真正的感受。看到他给我写的情书，我觉得好开心，好幸福，从谈恋

爱到结婚，邱涛从来没有给我写过情书，也很少讲我爱你，只是每次我会傻傻的问他“你爱我吗”他会不好意思的说“爱”。

当情书放在我手中的那一刻，从未有过的甜蜜感和快乐涌上心头，我知道爱是需要表达的。但在生活中，太多的事情，让我们遗忘我们最亲密的爱人，只要这么一句话，甚至只是一个亲昵的举动。以前我总觉得邱涛不懂浪漫，原来是不懂邱涛。我等这一刻，等了五年多，我好庆幸和邱涛来参加周末的决定，没有让我等待更多年。

和邱涛的不断对话中，我深深的感受到他的情感和感受，慢慢的，我们开始深入的对话，我抛开了所有的顾虑，接触他的感受，分享他的体会，我感到无比的轻松，以前困惑的问题，已变的不再重要。我能感受到他心灵深处，他的感受对我来说才是最重要的。我把我的焦点从事情上转移到邱涛身上。对邱涛也有了全新的理解，我也开始对自己有了不一样的认识。我敞开自己，用心来接纳他。这是我对爱的决定。当我全心去接纳他、爱他时，他是那么的独特，那么与众不同，充满了魅力。在接下来的时间里，我和邱涛的爱，在我们彼此做出爱的决定后不断的升温。

三天两夜的时间，很快就过去了，最后的婚誓，我觉得是那么的神圣和美妙，我这才领悟：什么是爱的决定和承诺。我们宣誓，无论环境顺逆，疾病健康。我们要永远相亲相爱，保持忠贞，终生不渝。我泣不成声，仿佛我们是一对经历了磨难的恋人终于结为了夫妻，是那么

难得和可贵。我们的婚姻生活才刚刚开始……

回来的路上，我们两的手一直牵在一起，我似乎怎么也不愿放开他的手，五年多的时间里，我好象突然发现了一座宝藏。那个被我认为在家里最平常、最习惯、最不起眼的人，就是我最珍贵的宝藏和幸福的源泉。这份爱，变的象酒一样醇美，它褪去了青涩的外衣，经过了时光的洗礼，流淌在我们今后的岁月里。

■宁波/邱涛+陈静

快告诉他们我们结婚了

我们夫妻两人性格完全不一样：一个很开朗外向，一个内向寡言。当时我俩是按父母之命相亲成婚，婚后不久，我们从福建来到上海创业。

结婚这15年来，有幸福的时候，也常有抱怨的时候。生育了一儿一女，却没有真正的沟通和交流。说不出到底什么是爱，什么是情，脑海中只有责任与义务；更没有感受到，婚姻原来是那么美好的事！

在这15年里，天主给了我们一家很多恩典，但我们没有珍惜，反而因为抱怨而变得很迷惘，很无助。可天主还是用祂无条件的爱继续赐给我们恩典。其中一个恩典就是：通过我们堂区修女的推介，邀请我们去参加上海夫妇恳谈会所举

办的第8期周末。当时孔化说什么也不肯去，最后还是碍于修女的情面，不好意思才勉强答应了。

5月28日准备出发时，娇华诚恳地跟两个孩子说：“你们能不能为爸妈去参加一台弥撒，求主帮助爸妈好好参加夫妇恳谈周末，好能有收获。”孩子们一口答应说：“你们放心去吧，如果没有收获，就当作旅游好了。”懂事的孩子让我们安心出发了。娇华更是高兴极了，充满了期待。

到了那里，发现有这么多夫妇来参加，还有从北京、石家庄特意赶过来的，我俩就有点感动了。当台上夫妇讲，以前用“思想”来处理事情并沟通所发生的状况时，我们感觉到那就是在说我们，因为分享夫妇说到的那些不快乐的事，我们以前都碰到过。直到台上夫妇们说出怎么样用“感受”来处理事情和进行有效沟通时，我俩突然感觉到，主的力量临在我们身上了，我们激动，我们恍然大悟，在周末里说出了很多心里话，享受到了好多的第一次，也流了很多眼泪。那种幸福的感觉是用多少钱都买不到的。

第三天，听到有那么多人，在为我们祝福和祈祷，还收到了国内外的夫妇们，写给我们的情书，我们切实感受到，有那么多人关心我们、爱我们。更令人惊喜的是，当我们在弥撒中，重发婚姻誓愿时，好像又重新回到做新郎新娘的那天。但以前说那段誓言的心情和现在的心情，是不一样的。现在说的时候，话语的份量更重，表达的感情更深。在互祝平安时，我俩忍不住哭了。

回家路上，我俩迫不及待打电话给婆婆和岳母，告诉他们：“我们结婚了！”我们以前从没感受过这样的幸福。娇华滔滔不绝说个不停，就是希望二老能在第一时间分享我们的那份快乐。因为他们爱我们，我们幸福他们也幸福哦。很快就到家了，刚下车，孩子们就来迎接我们，关心地说：“你们肯定饿了吧，饭菜已经准备好了，快吃饭吧，我们吃完要去上默祷班的。”看到桌上摆着的饭菜，再看看懂事贴心的孩子，娇华才平静的心又一次激动起来了，说：“亲爱的，你们辛苦了。”十三岁的女儿叫道：“妈妈，我们是你的宝贝，爸爸才是你亲爱的呢。”娇华语塞，又哭了。

感谢主！祂的恩典是那样的宝贵、甜蜜，我们是多么的幸运、幸福呵。至今我们还沉浸在甜蜜的回味中。可能是爱的味道影响着我们，特别是娇华，朋友们见到她都问同样的问题：“你怎么这么快乐，满面春风？”娇华总是笑着回答：“我感受到了爱，来自老公和孩子对我的爱，我也深爱他们，我觉得很快乐、幸福。”

确实，周末后，我们夫妇之间的话多了，不管有什么事情，我们都会互相体谅，多为对方考虑，会用感受来沟通。现在，我俩有了同样的目标——我们要做一对最恩爱、最快乐、最棒的夫妻！

■上海/孔化+娇华