

### 主題經文

【以弗所書 Eph.5:31b-33】人要離開父母，與妻子連合，二人成為一體。這是極大的奧祕，但我是指著基督和教會說的。然而，你們各人都當愛妻子，如同愛自己一樣。妻子也當敬重他的丈夫。

### 親密關係的四大殺手：*Four intimacy killers:*

1. 批評輕蔑 Criticism and contempt
2. 戰火高升 Provocation
3. 負面詮釋 Negative interpretations
4. 退縮築牆 Withdrawal and rejection

【以弗所書 Eph.5:33】然而，你們各人都當愛妻子，如同愛自己一樣。妻子也當敬重他的丈夫。

### 破除親密關係殺手的三大武器：*Three antidotes to intimacy killers:*

1. 練習 快樂健康 的自我。

Practice to be happy and healthy.

【詩篇 Ps.37:4】又要以耶和華為樂，他就將你心裡所求的賜給你。

【箴言 Pr.4:23】你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是由心發出。

【哥林多前書 1 Cor.6:20】因為你們是重價買來的。所以，要在你們的身子上榮耀神。

2. 練習 真誠具體 的讚美。

Practice giving sincere and specific praise.

【詩篇 Ps.22:3】但你是聖潔的，是用以色列的讚美為寶座的。

【箴言 Pr.31:28-29】他的兒女起來稱他有福；他的丈夫也稱讚他，說：「才德的女子很多，惟獨你超過一切。」

3. 練習 透明敞開 的溝通。

Practice open and transparent communication.

【箴言 Pr.25:11】一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡。

【以弗所書 Eph.2:8-9】你們得救是本乎恩，也因著信；這並不是出於自己，乃是神所賜的；也不是出於行為，免得有人自誇。

【雅各書 James 1:19】我親愛的弟兄們，這是你們所知道的，但你們各人要快快的聽，慢慢的說，慢慢的動怒。

【箴言 Pr.18:13】未曾聽完先回答的，便是他的愚昧和羞辱。

### 【本週分享題目】

1. 分享一件與家人相處時快樂的事情。
2. 今天的信息中，哪個部分可運用在你的家人中，使關係更美好？
3. 破除親密關係的殺手，你最需要成長的是哪一項呢？讓我們彼此代禱。