

心之重聚，再遇感恩

明愛筲箕灣綜合家庭服務中心
高級督導主任 陳文駒

明愛家庭服務於2019年11月9日至10日於長洲慈幼靜修院舉行了一個名為「CARITAS 心之重聚夫婦退修營」。24對夫婦透過專業社工精心設計及安排的深層溝通、小組、以及婚盟再訂等活動，讓參加的夫婦在兩日一夜的活動中達到「3R」的活動目標——Review回顧、Reflect再思與Refresh更新。同時，彼此能與另一半重新發現婚姻中值得感恩和珍惜的地方。

「CARITAS 心之重聚」是連續第二年成功籌辦的大型夫妻活動。以下節錄了參加者的回饋，正好反映他們在活動中的深刻得著：

「心之重聚」讓我與另一半了解到結婚日子愈久，愈需要用心盡力去重建大家的親密關係。營營役役的生活，太多的生活鎖事阻礙了我倆專注與細察伴侶的需要。繁忙的工作使我倆不經不覺地消磨了對對方感受的敏銳能力，以說話去肯定和感謝對方的行動也愈來愈少。現在安靜下來，猛然發現原來自己隨意一句輕藐對方的說話，原來也有機會傷害了對方的心靈，更重要的是原來同時也破壞了我們的婚姻關係。

「心之重聚」是一個很好的機會讓我倆認真與專注地「談情」和「說愛」，坦誠地說出大家多年的心底話，事實上是一個十分感恩的過程，因我倆走「近」了，是心靈上的互通。雖然與另一半說出心底話，大部分都不是什麼甜言蜜語，也不盡是「好聽」或「順耳」的說話，但我在活動中經驗到我們夫婦二人久違了的同步。

「CARITAS 心之重聚」，能讓不同婚齡的夫婦，經歷婚姻回顧、反思與更新；重新看到關係上的曙光，重建信心，鼓勵了我願意與伴侶繼續共同面對婚姻路上的困難。

