RAINBOW 7

一份關心同性戀朋友們的刊物

2020 秋 Vol.097

國內郵資已付
台北郵局許可證
台北字第 1804 號
中華郵政台北雜第 336 號
執政登記為雜誌交寄

走出埃及

與櫃父母有約／
你永遠可以回家

#MeToo ／
失落的家庭拼圖

走進新視界／
難言之「癮」

097 2020 秋 生命中的性與愛

社團法人台灣走出埃及輔導協會
Taiwan Rainbow 7 Association

發行人｜邱奕嘉　秘書長｜厲真妮
總編輯｜厲真妮
編輯群｜楊易瑄 張家瑜 陳玉珊 李芳甄
黃主悅 江偉綸 劉安麗
地址｜ 10685 台北市大安區安和路一段 108 號 9 樓
電話｜ (02) 2700 — 1956
傳真｜ (02) 2700 — 1230
官網｜ http://www.rainbow-7.org.tw
電子信箱｜ services@rainbow-7.org.tw

中區辦事處
地址｜ 40666 台中市北屯區綏遠路二段 150 號 7 樓
聯絡電話｜ (04) 2237 — 2012
電子信箱｜ central@rainbow-7.org.tw

南區辦事處
地址｜ 80247 高雄市苓雅區四維四路 176 號 3 樓之 1
聯絡電話｜ (07) 269 — 5701
電子信箱｜ southern@rainbow-7.org.tw

劃撥帳號｜ 1979—7809
劃撥戶名｜社團法人台灣走出埃及輔導協會

・ 本刊所刊載之全部編輯內容為社團法人台灣走出埃及輔導協會版權所有，非經書面同意，不得以任何形式轉載、拷貝。
・ 本刊所有文字、設計及部分圖片均受國際著作權公約保護，任何部分之複製及任何形態之抄襲，均屬侵權行為。

目 錄 CONTENT

03 編輯室的話

04 協會 25 週年預告
走出埃及廿五年

06 主題放大鏡
短耳兔先生傳——性別叢林裡的那隻兔兔｜短耳兔先生
王子與公主的故事，後來如何了？｜小磊、小蓁

14 同言同語
#MeToo ——失落的家庭拼圖｜小草
#MeToo ——但願從未發生過的事｜阿德

16 走進新視界
難言之「癮」——
我每天都忍不住要看「那個」，怎麼辦？

20 心靈後花園——與櫃父母有約
你永遠可以回家｜ Mei
知足樂天的地方媽媽｜樂樂媽媽

24 走進新視界
生命路上的光：看見希望之光｜
財團法人基督教希望之光會 林志豪主任

26 移動圖書館

27 點燈人

28 協會消息

2020 年主題

國際元年
回應馬其頓的呼聲

年度經費預算：820 萬元
每月約 68 萬的經費支出
邀請您透過固定奉獻支持性別事工

線上捐款與徵信明細

http://bit.ly/rb7donate

編輯室的話

文｜主編 Jovie

Photo by Cristian Newman on Unsplash

前陣子我的奶奶在家人苦口婆心勸說下終於掛了婦科門診，對我而言實在很難理解，明明身體不舒服，為什麼不願意看醫生呢？後來才明白，原來對奶奶而言，看婦科實在是一件很不好意思的事。

華人社會普遍對於「性」的態度隱晦，即便到了 2020 年的今天，社會風潮轉向性開放、性多元、性自主，然而整體社會對「性」的認識多半停留在「性交」、「性行為」，彷彿「性」就只是「那檔事」。

的確，性帶來繁衍的重要功能，上帝使人藉著「性」得以生育。卻也別忘了，在一切受造物中，上帝將生氣吹入人的鼻孔裡，從此人類成了「有靈的活人」。既然是有靈性的人，對性的探討就不應只是單單針對性知識或性行為的知識傳遞。需要看見「性心理」需求，學習關係互動與界限，認識並肯定各人的性別、性別氣質，在「性全人」的眼光中擁抱自己。

本期「主題放大鏡」為讀者帶來兩篇性別主題故事，＜短耳兔先生傳＞分享一位對自身性別氣質感到迷惘的男孩，如何在性別認同、社會價值與旁人眼光下成長的自我追尋旅程；＜王子與公主的故事，後來如何了？＞採訪一對過去為同性戀者的夫妻，與讀者分享他們的婚姻生活點滴。

「同言同語」專欄以 #MeToo（我也是運動）為題，刊載兩位年輕人傾訴遭遇性侵的過往。短短不到五百字的文稿，卻在字裡行間譜出傷害、沉重、背叛、純真、拼湊與盼望。

除了同性戀過來人的故事，本期「心靈後花園」採訪了兩位「櫃媽媽」，分享自己在孩子出櫃之後的心路歷程，看見同志家屬的輪廓，也看見母親真摯、無條件的愛。

「走進新視界」在本期則為讀者帶來「性癮認識與陪伴」及「關懷危機懷孕」兩篇觀點文章。提供陪伴者相關觀點與資訊。

本期專刊中每一則生命故事都是關係的故事，也是「性」的故事。編輯群深切盼望能從生命出發，帶領華人讀者讀出另一番「性」的體會。

走出埃及

文｜台灣走出埃及輔導協會

明年 2021 年，正值台灣走出埃及輔導協會屆滿第二十五個年頭。二十五歲，是什麼樣的面貌呢？二十五年是四分之一個世紀、二十五年的婚姻被稱為銀婚、二十五年常見於各種陳年威士忌、二十五年也是台灣勞工退休制度（舊制）請領退休金的門檻之一。對於時下的台灣人來說，二十五歲也正跨越人生重要的階段，如：從校園走入職場、從單身進入婚姻、從為人子女跨入為人父母……。

過去二十五年間，協會從無到有跟著台灣眾教會一起成長茁壯。2017 年，在站穩二十一年之際，協會做出一項重大且突破性的決定——在高雄與台中各自設立第二與第三辦事處。一如許多人的成長歷程般，與日俱增的身量、離家獨立的擴張，在在顯示著我們的心志有多麼地堅韌。然而壯大這個事工並非協會的企圖，我們心心念念的是牆外呼聲的需要，於是決定跨出舒適圈，繼續抓住時機連結、陪伴遠方的需求。無論如何，真正讓我們無法推辭的理由是——這些的確來自於基督神聖的託付，我們想完成主的意旨。

1996 年在「第三次台海危機」的背景下，厲真妮傳道從獨自陪伴同性戀困擾者，進而集結一群有負擔的代禱者，成立禱告事工。爾後不論是 2000 年台灣首次的政黨輪替、2003 年的 SARS 疫情、2008 年的金融海嘯、2019 年的《司法院釋字第七四八號解釋施行法》通過，以及近年來中國政府在宗

廿五年

教、政治上的緊縮……等，協會與整個基督肢體所面臨的挑戰是一致的，但我們不曾因著任何因素而離棄上帝的恩召。

適逢全球疫情、經濟艱困的此刻，我們試想著未來十年這世界的樣貌，任憑誰都明白這是個大哉問。興許先預估未來五年的台灣吧！我們將親眼看見培育我們的這塊土地——華人世界中最獨特也最為自由開放的地土，既亮眼又危機四伏。因此我們期許在未來將協會過去所累積的台灣經驗化為資源，分享給全球的華人與眾教會。基於血濃於水的道理，我們深願共同承載，繼續接棒寫下歷史、轉化歷史、再造歷史。

在此，協會也將持續成為台灣眾教會的重要夥伴。我們不會取代教會的責任，而是補上教會在「同性戀與性別議題」上的缺欠。我們必然連接在整個教會的肢體中，同時也成為教會與同性戀者／性別困擾者之間友善的橋樑。此外，我們也看見在教會門外的廣大禾場，天父對同性戀者的愛，如同天父對教會的愛，豈不像《聖經．路加福音》十五章描述——那守候在門外、殷殷盼望兒子回家的父親嗎？未來，本協會也將投入 LGBTQ 的佈道工作，如果您也認同本會的宗旨，願我們一起為主贏得靈魂，一起享受主的宴席。

Photo by Lisa Cope on Unsplash

短耳兔先生傳——性別叢林裡的那隻兔兔

文｜短耳兔先生

許久不見的好朋友送我一本繪本，因為他認為這繪本跟我的生命歷程有些許相似，這繪本是《短耳兔》。

繪本描寫一隻生來就有一對短耳朵的兔子——冬冬，有別於其他兔子耳朵總是長長的，短耳兔的耳朵像蘑菇般圓圓短短的。一開始短耳兔並不在意，因為他更在意的是其它更實際的問題，比方是自己能否跳得更高、長得更壯等等。但日子久了，他人的眼光開始令他懷疑自己。兔子媽媽以欣賞的眼光看待他說:「你的耳朵很可愛，很特別！」他的好朋友則安慰他說：「或許你只是長得慢一點，若長大後應該耳朵也會長大！」於是他努力的補充營養、努力運動，結果他的腳變得強壯了，毛變得漂亮了，就是耳朵仍然不變。

當辦法用盡，仍宣告無效的他，為了不再被取笑，決定要為自己做一對漂亮的耳朵。而在費心努力研究後，他辦到了！戴上一對長耳朵的那天，他深深地感覺到威風和驕傲，朋友也不再取笑他了。然而這耳朵終究是假的耳朵，有一天，這對假的耳朵引來了危險！還好短耳兔幸運地脫逃，但終究還是失去了這對假的耳朵。在這危機之後，短耳兔意外地發現他有「製造耳朵」的特殊技能！最終他將焦點放在自己的長處，而不再是自己與其他兔子的差異點。

闔上《短耳兔》，我也隨之思索起自己一路以來的追尋。意識到自己的不同，是早在幼稚園時期便開始。記憶中的那年代，經濟起飛之下的孩子們，從扮家家酒，而後開始玩著紙娃娃、芭比娃娃，比起大多數男孩們的遊戲，我總覺得女孩們的遊戲更吸引著我。於是在意識到男女有別之時，我是他人眼中像小女孩的男孩。這樣的行為模式，引來了同儕對我的取笑與捉弄。他人對於這樣一位小男孩的不習慣或不欣賞，直接轉換成各樣的言語與行動，回擊到我的身上。當時的小男孩雖然不開心也無力反抗，不想招惹更大的危機，則仍然陪笑、委曲求全。如此，廁所開始不敢去了，見到人多的走廊也開始繞道而行，說話音量漸漸縮小了，行動也開始畏縮了起來。

當國中時期那青黃不接的日子來到，看似是日漸脫離了小男孩的模樣，但卻又不完全像是理想中的「男中學生」，許多固著多時的扭捏姿態，伴隨著這個半大不小的男中學生。中性模樣是我國中時的標識，當處在全男生班當中，我成了大家所公認的唯一「女生」。在仍然陪笑與許多同學彼此打打鬧鬧的生活中，日子好像也就不停轉動下去。然而更絕的發展仍然還有，我意識到我愛上了同班同學！沒錯！是與我同性的男同學。

如同短耳兔的經歷，原先毫不以為意的，一旦外界的眼光與批評來到時，會使人不由得開始懷疑自己。遮掩，短時間或許可以為人找來些空間。那些日子，我把這些難以解釋的感情存放在心中，每日假裝沒事的互動與上課，造就出一個理想化的自己，與同學們談論著其實離自己內心很遠的玩笑與話題。我像是短耳兔，為自己造出一對假耳朵。若問我當時候是誰？別問了！那個形象連我自己都不想看清楚。

高中時期接觸管樂的日子，堪稱我人生中的意外救贖，是對我的自我形象的第一道曙光。一路以來，西方的古典音樂總是讓我嚮往。所幸在高中時期我得以進入學校的管樂社，或許是喜好，或許是天賦，我意外發現自己在這個領域上學得比許多同儕好。從這事件中所獲得的正向，令我慢慢敢於面對自己原本不敢正視的模樣，模糊的自我好像終於開始有了點形體，於是我告訴自己：「我不要再被取笑了」。然而能夠怎麼做呢？事實上，我的能力只夠為自己打造出「另一對」更漂亮的耳朵罷了。沒錯，此時我「遮掩」的技能點數更高了，功能更強了。可嘆的是，我的技能卻不似短耳兔能使他獲益。

或許真是天可憐見，十年後，我才終於在基督信仰中找到最終的救贖；當造物主明明地帶我看見我自己「真實的樣貌」之時，一切似乎都得以水落石出。有趣的是，我竟又發展出了另一個新的技能「帶領他人看見自己」！不見得好賣錢，但著實是個好用且得以助人的技能。

在與故事的生命撞擊後引我反思：若兔子最明顯的標誌是那一對長長的耳朵，那麼短耳朵的兔子還是兔子嗎？又或者，我們就特別為它歸出一個獨立的「類別」來稱呼他為「短耳兔」？如同對我這類天生就比一般男孩有更明顯、更充沛的「女生化」特質的男孩來說，我是男孩還是女孩呢？或者還有第三種性別？若再加上性傾向又要如何歸類呢？

我深知有許多人士努力奔走，為著所有「性少數族群」的正名努力，我實在欣賞如此的堅持與努力不懈，我也受益於此，也曾渴望投身於此。然而，當所有的「分類標籤」一張張地被標註出來，走向極端，連人見到我都要先問「我可以怎麼稱呼您？」之時，我不禁反思起「為什麼我不可以只是一個『普通人』？」「把我當個普通人真有那麼難？」

或者人性就是在這點上顯為軟弱，事實上我們相當難以理解與我們自己差異性甚大的人，於是種族之間、國家之間、性別之間、階級之間、個性之間……，我們

Photo by Peter Lloyd on Unsplash

與許多的「旁人」實際上充滿許多矛盾；他們既與我相同是人，但卻又如此不同！若非有上帝來補足我們內心的空缺，我們對這些「人與我之間的差異」的愛及包容相當缺乏。即便是在有血緣關係的親子之間，要包容彼此的差異性是何等艱難！

面對這些差異性，我認為道成肉身的耶穌基督是最好的榜樣。當耶穌坐在雅各井旁，與撒馬利亞婦人交談的場景，超越了性別、宗教、種族、階級與社會地位。耶穌對生命的回應指向一個永恆不變的真理：耶穌基督的愛與救贖是我們生命的終極滿足，如今我們該注視的是祂，而非各種差異性。

性別與自我間的統合，是我這一路的追尋，但這個追尋並不是一件容易的功課；經歷過各種自我定位跟認同，曾經費盡全身所有能量才敢承認自己是「同性戀」，在十年後才又全然有了不同定位。有人認為我是「返回」，其實我是「朝向」。最終我知道世上的一切都會過去，即便我曾努力追求。長耳朵也好，短耳朵也好；中性也好，男性也好；自認同性戀也好，不是同性戀也好。究竟我是否能活出造物的上帝所賦予我的生命？還是只為自己身上的缺乏不斷向上帝控訴，甚至憤而直接對戰上帝？至終我發現最開心自由的，還是做回自己受造的樣子！套句一位牧師曾說過的話，大意是「我確信，如果你真的知道神創造你是要成為怎樣的人，你永遠不想成為其他的人！」

有人認為我是「返回」，
其實我是「朝向」。

Photo by Mark Boss on Unsplash

2017 年，小磊與小蓁在眾人的祝福下攜手步上紅毯。這對新人的結合，需要勝過跨國戀情的遠距挑戰與相差十二歲的年齡差距。兩人同樣受同性吸引的背景，更讓小磊與小蓁更加珍惜彼此的相遇。

然而婚姻不僅於走上紅毯那一天，每天的日子都需要兩人同心共同經營，彼此磨合、互相體諒。今年小磊與小蓁進入婚姻生活滿三年了，究竟「王子與公主」從此過著什麼樣的生活呢？

Photo by Jeremy Wong Weddings on Unsplash

王子與公主的故事，後來如何了？

口述｜小磊、小蓁　整理｜編輯部

以下訪談內容經由編輯部整理，以第一人稱自述。

小蓁 ...

剛結婚的那段時間真的滿折磨的。

我是家中的老大，小時候父母在夜市擺攤，忙於生計。因此我從很小就學會負責照顧家裡、張羅三餐，外加照顧年幼的弟弟。出社會後我進入一間做餐飲的國際企業，從小的生活經驗形成我很幹練、獨立的個性，工作也升遷得很快。那段時間我認識了當時的女朋友，我們倆一開始感情很甜蜜，相處得很融洽，還一起出國度蜜月。當時感覺好像真的可以跟她白首到老。

我們感情的變調是從踏入同志生活開始的。那時她會帶著我去同志酒吧玩，起先覺得很刺激，而且同性戀情能被朋友接納的感覺很好。可是漸漸地卻感覺彼此的心越玩越遠，也開始會為了那些眉來眼去的事情爭風吃醋，這讓我覺得很辛苦。小時候我的父親外遇，這樣的生活讓我覺得沒有安全感，最後雖然很不捨但還是分手了。

我也是在那段時間認識上帝的。小時候被男生性侵，一直覺得男生很噁心；長大後跟女生在一起，發現原來女生也會變心。我父母的感情也因為父親外遇而破碎，常常爭吵。這些讓我不禁懷疑，這世上到底有沒有真心的愛？直到朋友邀請我去了教會才明白，原來世界上真的有很單純、彼此接納的愛。

一開始去教會，會擔心別人能不能接受我是個同性戀者；然而我發覺，教會裡的人都很真誠敞開分享自己，才了解其實每個人都有一段自己的故事。之後我真的很放心，也和教會的姊妹們訴說我的經歷。之後，我開始認真追求信仰，在信仰中找到自己的價值。後來也因緣際會認識了我先生。

一直以來我都是擔任主動照顧別人的角色，不管是在家裡、或是在職場上，我都滿獨立的。可是當我進入到婚姻的親密關係，才發現原來自己很需要依靠，需要被照顧、被疼惜，心思有很敏感脆弱的一面。原來自己的內心不像想像中那麼平穩，可以那樣怡然自得地面對婚姻裡兩人相處的狀態。剛結婚那段時間，我們花了許多時間學習認識對方的需要，也認識自己的需要，重新學習彼此配合與溝通。

認識對方的需要
也認識自己的需要

以下訪談內容經由編輯部整理，以第一人稱自述。

我印象很深刻，有一次聽見我先生跟同事討論他的出差行程，但我事前完全不知道原來他要出差。我先生當時的想法是，反正之後他會再跟我說，可是對我來說卻有一種很深的被遺落感，覺得你怎麼會沒有主動告訴我？在兩人相處過程中，這種大小事很多啦！就是要彼此互相學習，知道兩個人的想法、各自在意的事情，然後互相協調配合。

在關係裡面，我是比較敞開能主動分享的那一個，不論是在感受上、過去經歷的事情上，或是包含性生活的溝通上……，我比較能侃侃而談跟我先生分享，包含過去被性侵的經驗也是。

小時候家人忙著做生意，常常就放著我和弟弟在市場遛達。那時有伯伯拿糖果、玩具給我，然後對我上下其手，我雖然覺得很奇怪跟害怕，但也不知道跟誰說；家裡常常吵架，我不想家人再因為我的事情擔心，就隱忍了下來。

再長大一點點，街坊巷弄的小孩會趁大人不在的時候看色情錄影帶或色情刊物。因為出於好奇，大家躲在一起看，我也會跟著看，一邊看一邊戲鬧著說圖片很噁心。

我覺得這些事情，包含後來被性侵的經驗，都讓我對「性」產生很扭曲的認識，覺得「性」常常會伴隨著羞恥感。一直到認識基督信仰之後，我才對性、對愛、對男女的結合有不同的認識；我也才開始相信自己是值得被愛、被珍惜的，我的身體是乾淨的。

我很想要小孩，所以我對親密關係（性生活）就有比較高的期待，可是因為過去我和小磊的成長過程中，都有各自在「性」的受傷或不好的經驗，在這部分我們花了一些時間彼此互相理解，然後慢慢因為信任感跟安全感結合。

以下訪談內容經由編輯部整理，以第一人稱自述。

小磊 ...

我家鄉在四川，大概是在中學的時候開始意識到自己喜歡男生，喜歡的是中學的化學老師。那時候寄宿在親戚家裡，一面讀書常一面覺得苦，覺得孤單。這化學老師很照顧我，表現好的時候就會肯定我、讚賞我，這讓我覺得很溫暖。只是後來這老師結婚了，我心也碎了，內心一直把對這位老師的讚賞當作是我的初戀。成長過程中總是會有很多迷惘，不曉得自己為什麼那麼渴望跟同性別的同儕有深刻的友誼和連結，但總覺得身邊沒人可以問。

我父親比較沉默，母親的性格挺幹練的，家裡經濟也是媽媽賺得多。我到大學的時候跟父親說別指望我結婚了，因為我喜歡男生，結果父親帶我去看心理醫生。然而，諮商對我沒有什麼幫助，反而因為看到平時很節儉的爸爸為了帶我去諮商花了好多錢，我心裡反而更加感到愧疚。

後來我在校園裡看見有一群人坐在樹下彈吉他、唱歌，我在旁邊看著覺得很羨慕，怎麼這些人的日子快活、又有同伴？後來我就加入了他們，跟這些基督徒一起團契。之後我也就接受了基督信仰，成為一位基督徒。

起先我都不敢跟身邊的弟兄們分享我戀慕男性，但慢慢的我看見團契中弟兄們都很敞開分享自己生命的境遇和遇到的挑戰，也聽見有位弟兄分享，原來他一直陷溺在色情影片中有不可自拔的痛苦。這讓我得到鼓勵，知道那些連自己都感到難以啟齒的秘密，在上帝的愛和教會弟兄的陪伴下，我的秘密是可以被接納的。

牧師和弟兄們在聽見我藏在心中多時的祕密後，非但沒有排斥我，反而更加關心我，陪伴我的生活，也一步步陪伴我釐清自己在關係中所渴望的。我也在這個過程中開始越來越能辨明，自己真正想建立的同性關係模式是什麼，也能在互動時有健康的界線，而非流連在幻想裡。

幾年後，我在一場研討會上遇見小蓁，她在台上分享的態度很從容、大方，很願意侃侃而談自己的故事，這讓我深深被她吸引。當我知道她原來經歷過同性戀生活的日子，更讓我對她產生好奇，很想認識她。於是我在研討會後去跟她交換了聯絡方式，在認識與交往一段時間後，我們也交換了結婚戒指。

進入婚姻生活之後，我跟小蓁經歷了一段的磨合期。很多人臆測是不是因為我們過去都有受同性吸引的背景，所以不能相合。但我覺得其實跟同性（戀）這件事不太有關係，反倒像是生命中兩個人的脆弱，赤裸地彼此碰撞，我覺得這個過程對我們倆都是成長。

進入到婚姻以後，我才明白原來平凡生活的每一天都有好多需要溝通的地方，不是自己想幹嘛就幹嘛，要關心到對方的需要。加上我是個性比較被動的人，不那麼擅長溝通或分享，太太一開始就常因此委屈了。

以下訪談內容經由編輯部整理，以第一人稱自述。

有段時間在工作上覺得很疲憊，過去單身的時候，回到家就有可以自己安靜獨立的空間，但結了婚以後回到家不是一個人，是兩個人呀，我心情反而就很悶。這挺奇怪的，因為我們好不容易結束了遠距離的交往，終於能生活在一起，但原來真實的生活是另一種體會。那段時間裡，我不太知道怎麼表達，常常就把心情悶著，睡覺的時候兩個人在一張床上，但我竟然都背著我太太睡。後來我才明白原來自己一直拿婚後生活跟單身生活比較，但哪能比呢？結婚跟單身終究是不同的。當我發現了這點，才慢慢去調整、練習溝通，花時間建立生活的默契，也重新建立信任感，包含對於性生活的信任感。

我的家鄉生活比較保守，大人從沒跟我分享過性教育，學校也沒教導。長大後想到「性」只知道「性交」，一直到認識基督信仰，才慢慢對於性有比較深刻的認識，但最大的學習還是在婚姻裡。

當我進入到婚姻裡，才意識到過去的性認知對我產生很大的影響。小時候母親曾對我說過一些在性別上比較嚴厲的話，之後我對於跟女孩子玩就有點害怕，怕自己會不會沒分寸。還有一次我在洗手間看見一塊用過的衛生棉，我問媽媽說那是什麼東西？怎麼紅紅的？但媽媽當下沒給我解釋，只說我這樣很壞。

小時候聽見一些同輩的親戚分享他們和家人會一起去澡堂洗澡，我就很好奇，因為印象中我好像沒跟父親一起盥洗過。有一回父親要用洗手間，我也跟著進去，但父親請我先到外邊，又將門關了起來。這些經驗都讓我覺得性、身體，還有跟異性互動好像都很有距離。直到我跟小蓁結婚之後，我才發現原來我對性有很深刻的恐懼；心裡面很排斥，感覺好像要做一件丟臉的事，彷彿生命深處那個被指責的「壞孩子」被喚醒了。

我很感謝我的太太和教會陪伴我走過這個過程，有些人很快會將焦點擺在「同性吸引」或「同性戀」上，但在我的經驗裡，「同性戀眼光的眼鏡」不能幫助我解決任何問題，我需要的是重新調整過去在性方面受傷的經驗所扭曲的認知，才能真正擁抱性的美好。

很多人期待聽見「王子跟公主從此過著幸福快樂日子」的故事，但真實的生活往往充滿許多挑戰。我跟小蓁仍然不完美，我在這些年的婚姻裡學到最重要的其中一項功課，就是不要讓完美主義引導夫妻關係。對我們而言，最大的恩典就是我們倆人都在基督裡互相包容、真實相愛、彼此成長。現在面對性，我和小蓁已經從傷害和害怕，轉變為期待；我們正在為生寶寶預備，也期待新生命來到我們的家庭。

失落的
家庭拼圖

文｜小草

我是家中獨子，生長在單親家庭。從小父母離異，外婆把我一手帶大。國小時，我被媽媽男友的兒子性侵。我很信任這位哥哥，所以發生時雖然他讓我很不舒服，我卻也不敢反抗。

我開始對於自己的渴望、性向，以及對男生與女生之間的關係感到很混淆。我曾對同性別的朋友吃醋，也曾暗戀坐在我隔壁的女孩；曾心裡暗想跟那位男同學廝守到老，也曾真心愛著大學時期的女朋友。

長大後我才明白，在這些來來去去的感情中，我真正渴望的原來是父親的愛。當原生家庭的關係生病了，我們要做的不是假裝生病很正常，而是尋求幫助與關係的恢復。

受同性吸引的人也同樣來自某個家庭，如果你身邊的同性戀朋友也跟我一樣，遺失了這片「家庭拼圖」，請你用愛、關心與陪伴，陪我們一起找回來。

Photo by Mihai Surdu on Unsplash

Photo by Brad Bang on Unsplash

「生命中有些事，是我們希望它從未發生過的。」我坐在教室前，面對眼前的這群陌生人，把生命的崎嶇緩緩道出。

有人泛出淚水、有人專注凝視，這些眼神會反射，在每一次的坦露，我都感受到同情的重量壓在我身上，只好透過換氣的空檔疏離自己，假裝故事的主角是我一個非常要好的朋友，而不是我自己。

夜晚，坐在行駛的捷運上向車窗望去，因玻璃反射，看到自己的鏡像。那張臉孔灰暗又陌生。

你是誰？要往哪裡去？

我告訴大家，我曾經和親近的旁人有過親密的身體接觸，後來才明白那叫性侵。但或許我也因為年幼無知而享受其中？儘管能細數過程，卻不能驗證。

現在你們知道了，所以它的確發生過，不再隱匿。而我就在這裡，見證它的存在。

也許我好想大哭一場，希望這件事從未發生過；也許我深知它已是我生命中的一個事實，所以我在這裡傾訴著。

生命仍得繼續，但我想告訴你們和自己，我曾經活得非常糟糕，但現在的我過得比以前好了，而且接下來還會活得更好，這要謝謝我的救主耶穌。

但願
從未發生過的事

文｜阿德

Photo by Adrian Swancar on Unsplash

難言之「癮」——
我每天都忍不住要看「那個」，怎麼辦？

文｜台灣走出埃及輔導協會

結束一週的工作，迎來週五的晚上，看著行事曆上的空白，小明突然內心襲來一陣空虛、無聊，並夾雜著焦慮。他習慣性地打開電腦，輸入熟悉的關鍵字，飄盪在色情的世界裡，忘記一切的煩惱。一晃眼三、四個小時過去了，看著自己，內在陰黑、沉重的感受頓時油然而生，心想著：這是這週以來的第四次，後天還要參與教會的服事……。此刻的體力因著自己長期習慣性地熬夜越來越不好，內心又拖著隱藏且沉重的愧疚感，他不禁無聲地吶喊著：「誰能救我脫離色情的吸引？有誰願意聽我傾訴呢？」拖著這個秘密，小明過完一週又一週……。

「性癮」即性的成癮行為。成癮，是一種「不得不」的行為，也是一種逃避痛苦時的慣性模式。性癮時常因為牽涉到私密的性話題，而成為一種難言之「癮」。

性癮者不分職業、學歷、已婚或單身，成癮狀態從無法停止自慰，到色情沉溺，乃至一夜情都有。在美國，平均約有 3~5% 的人在面對性成癮的狀態。換句話說，此刻我們的生活裡，就有像小明這樣有苦說不出的人，花大量的時間在他們「不得不」去做的事情上。

性癮者的擔心也包含：可能染上性病的風險、難以與人建立親密的關係、擔心不被群體所接納……等等。同時性癮也吞噬著已婚人士的婚姻關係，配偶難以理解對方為何處於這些困境中走不出來，關係因而產生裂痕。對於基督徒，更容易陷入羞愧與控告之中，覺得自己難以親近上帝，認為自己汙穢、骯髒與不配。伴隨著羞恥感的是一顆加劇想逃、不想面對的心，於是陷入循環往復的固定模式中而無法自拔。

研究發現，受同性吸引者中，約有 10% 的人面對著性癮的困擾。這與部分受同性吸引者曾經歷過早或不當的性開啟經驗，如：性遊戲或接觸色情影片，再加上因其性傾向遭遇而被否定，情緒蒙受壓抑，在關係中容易感到孤單。「性」成為逃避痛苦、尋找存在感與獲得安全感的快捷通道；即使當下得到滿足，卻無法長久。

一位男同性戀者如此說：「我決定放棄尋找從一而終的關係了。我想簡單一點，隨著自己的慾望自然發展就好！在同性之間，彼此的感情很脆弱，大家都很想被愛，但又帶著許多的傷，原本就需要非常多的耐心與精心的呵護。但當自己願意付出這麼大的代價，卻不一定能得到相等或更好的回應時，二相比較起來，簡單的肉體關係更容易！反正大家都一樣，在感情裡來來去去啊！」

這段話如同現代人生活的倒影。人習慣於逃避那些令自己感到挫敗的受傷經歷，寧願選擇一條較好走的路。逃避關係經營、親密關係商品化……等等，這些都是此刻面臨的難題。當「性」取代「關係」、「色情」成為全球性的商業活動時，「性癮」議題使得當代基督徒不得不審慎重視。

Photo by Charles on Unsplash

如果有一天身邊的家人、朋友或教會的家人，與你／妳分享了自己的難言之「癮」，我們該如何回應與陪伴呢？以下六點方向提供參考：

珍視對方的信任：

首先要恭喜你／妳是一位值得信任的傾聽者，願意讓當事人鼓起勇氣分享自己的處境與掙扎。請珍視對方對你／妳的信任，即使不能完全同理對方的經驗，卻能以一顆憐憫的心來陪伴。

陪伴者不能孤軍奮戰：

如果對方同意，找一、兩位他／她也信任的同性別同伴，一同成為他／她生活上的支持。透過傾聽、同理、陪伴，邀請對方參與社群生活，讓他／她的生活有轉換的空間，一同守望禱告。如果對方還沒準備好與更多人傾訴心中的秘密，也可以與當事人討論，先邀請一、兩位成熟穩定、對方信任的人，在不需要知道太多細節的情況下，共同關心、支持他／她的生活。

陪伴者請務必為對方保密：

「保密、尊重隱私」是重要的前提。然而如果對方的行為觸及法律，如：未成年性交、性侵犯……等議題，仍要尋求警政機關的協助。

陪伴對方認識自己：

H.A.L.T 自我檢核表

H-ungry	飢餓	我在什麼事物上感到缺乏、沒有得到滿足？
A-ngry	憤怒	什麼人、事、物讓我感覺被冒犯？
L-onely	孤單	我在什麼事上需要被支持？
T-ired	疲憊	什麼使我感覺沮喪或壓力？

帶領他／她自我覺察自己最容易受到誘發的模式，傾聽對方的想法，並和當事人一起討論所面對的處境，制定這些狀態或環境的「逃生計畫」，學習以成熟、健康的方式來滿足其內在需要。

一次一步，漸進式成長：

切勿期待下次談話時，對方就能完全杜絕成癮行為。因為如果可以一次就杜絕成癮行為，他／她一開始就不需要求助。可行的做法是以「遞減」的方式，每次安排可行目標。例如：對於長期倚靠自慰紓壓的成癮者，可能原本每週自慰 7 天，可以挑戰對方接下來每週至多自慰 5 天，並詳實記錄下來。持續一個月後再遞減為每週 3 天、2 天……，直到他／她能贏回自主權。

適時轉介，尋求專業資源：

最後，陪伴者不是萬事通，無法包山包海。部分性癮者可能需要接受轉介進入相關的團體或心理諮商，透過專業資源來協助自己過去曾遭受的傷害，這也會成為恢復歷程中的一大助力。

面對性癮者，不須望而卻步；多陪他們走一哩路都是種鼓勵。請記得陪伴者不是拯救者。拯救者會擔起性癮者是否能改變的責任，為過程中的失敗感到憤怒、無奈與掌控。拯救者會說：「你自己不努力，沒人能幫你了。」而陪伴者則知道改變的責任在於對方，通過接納、同理與他們建立信任的連結，引導他們面對現實的情況，說：「謝謝你的敞開，每一次坦誠都不容易，想問問你對這個計畫，還願意繼續堅持嗎？」

有許許多多見證人走出了這個陰霾，找到了健康並親密的關係，以及喜樂的生活狀態，如今的他們已經能夠從容面對可能會出現的復發。這是一個過程，陪伴者與性癮者都不容易，但陪伴者非常重要，因為陪伴者是性癮者通往自由路上的燈，堅定不洩氣地為他們指引方向！

Photo by Toa Heftiba on Unsplash

與櫃父母有約——跟媽媽喝杯茶

你永遠可以回家

口述｜Mei

「什麼！妳竟然是相親結婚的？」採訪時我驚訝地大喊。Mei 則是一如往常地在每個舉手投足間，展現自信與美麗。認識 Mei 近四年，我從未見過她素顏的樣貌；人前的她總是神采奕奕，帶著高雅又平易近人的笑容。

Mei 自小在美國長大，之所以願意接受相親是出自對父母的尊重與信任。初到美國時面對文化與語言不通，除了數學之外的科目都聽不懂，令她感到非常辛苦；有次帶了一份作業回家，她先用中文完成作業，再由爸爸逐字譯成英文，隔天早上起床時看見爸爸坐在桌前翻譯的身影，那個瞬間她深刻地感受到父愛，知道父親在乎她的感受。

溫暖、尊重與家庭成員間的互信，成為 Mei 的核心價值。婚後不論生活如何忙碌，也會和先生抽空帶著兩個孩子去旅行，一起經營家庭時光。然而這一切的和諧，在小兒子高中那年出現危機。

那是一個平凡的夏天，Mei 無意間看見小兒子在網路聊天室與其他男人充滿挑逗與性暗示的對話。當下 Mei 除了震驚，沒有辦法做出其它反應。Mei 是第四代基督徒，當下她決定找姊姊一起禱告；這是在面臨絕望也不知該向誰訴說時，唯一的方式。

那段日子對 Mei 而言相當煎熬，在與先生商量後，決定先讓孩子跟他們一起回台灣一段時間。初期 Mei 曾試著忽略這件事的發生，總希望一切只是一場夢，期待只要睡醒了，就過去了……。與兒子互動的方式也有了變化，由原本互信、尊重的互動，轉為緊張、責怪的氛圍。她也曾問過孩子：「你為什麼要這樣做？」「你沒有交過女朋友，你怎麼知道自己不喜歡女生？」這些話語不但沒有傳遞真正的關心，反而製造母子間更多的緊張感。「那段時間只要看見他上網，心情就像把他當賊一樣」，Mei 語重心長地回憶。

「看起來是危機，但上帝已經為我預備好了。」Mei 如此說道。雖然是第四代基督徒，但除了逢年過節外，她與信仰幾乎沒有連結。在知道孩子這件事的前兩年，那時為了陪伴妹妹走過婚姻風暴，她才再度回到教會，那段日子她正好讀到奧古斯丁的母親如何為兒子禱告二十年的故事。現在回想起來，Mei 相信這一切都有上帝的保守，讓她在遭逢轉折時，心裡有踏實的平安。

「我花了大概兩年的時間，才找回母子關係。一開始我在意的都是自己——我的感受、我的痛苦、我的想法，卻忽略了孩子其實也有他的感受和害怕。」當 Mei 透過正確的知識去認識同性戀者，並且在信仰中穩定自己的心，她才有足夠的能力去和孩子對話，也才能聽見孩子內心的聲音，理解孩子的感受與徬徨；在孩子面對性別與情感而無助時，Mei 依然是那位使孩子感到安全感的母親。

「這是一個過程。」Mei 以自身經驗鼓勵家中有同性戀孩子的家長，「父母先給自己時間整理心情，不急著跟孩子對話。因為這時所說

出來的話還沒預備好，往往會在親子關係中帶來傷害。」Mei 透過信仰與「家屬讀心會」預備自己的心，重新學習如何與孩子互動，認識自己真正想表達的是什麼——我其實就是擔心他的身體健康，不希望他生病受苦。

去年（2019）台灣通過同性婚姻的時候，Mei 和孩子也有許多討論。隨著彼此的成長，他們現在能互相理解——沒有人需要在每一個觀點上都全然同意彼此的看法；即便觀點不同，也不用拒絕和家人的關係。Mei 與孩子能走到這一步，是透過許多互信、互重和愛所建構出來。

Mei 期待自己能持續做一個讓孩子有安全感的母親，持續為孩子禱告。她要讓孩子知道，在這個家中不論遇到什麼問題，都不會有人被丟下；孩子永遠可以回家，因為她所信靠的阿爸天父，也為她預備永恆的家。

Photo by Hillie Chan on Unsplash

與櫃父母有約——跟媽媽喝杯茶

樂天知足的地方媽媽

口述｜樂樂媽媽

你上次聽見媽媽聊自己的「夢想」是什麼時候？

母親節的前一週，樂樂媽媽一邊喝著涼茶，一邊接受採訪。樂樂媽媽是「家屬讀心會」成員們公認的「知足媽媽」，她的生命裡彷彿內建了一套「知足樂天」的自動導航系統。

樂樂媽媽在南部農家長大，排行老么，上面有兩個哥哥。「我是家裡的寶貝，不必做家事！」話才說完，樂樂媽媽臉上露出得意地微笑，神情彷若初戀的女孩。

「平凡樸實」樂樂媽媽如此形容自己的家人。

高中畢業後，為了賭一口氣，毅然決然地跑到台北念書。「出去之後每次從家裡要回台北我都哭，那時才知道家裡的溫暖。」樂樂媽媽如此說著。

畢業後不久，樂樂媽媽認識了她先生。

我們那時候（結婚）磨合了很久。

磨合了多久？

大概有十年喔！

妳怎麼看待這十年的婚姻生活？

怎麼看喔？我覺得就像雙人滑冰！慢慢熟悉彼此的步伐跟速度，一起經營、認識雙方的堅持，然後找到互相契合的方式。我覺得給對方一些空間也很重要。婚姻裡很多都是很瑣碎的小事，在家庭裡先認錯的人沒有什麼損失。

過不去的時候怎麼辦？

（笑）「那我就會買書慰勞自己。」說完又是一陣知足的笑聲。

樂樂媽媽的生活一直過得很安逸，「我以前都覺得我的人生大概就是這樣了。有天我回老家，跟阿爸說我很滿意現在的平凡生活，阿爸只是淡淡地說：『人生還沒有闔上眼以前，永遠不會知道還會發生什麼事。』那時候真的覺得他說的話很觸霉頭、很掃興，但過沒多久，兒子就出櫃了。」

「我從來沒有想過這件事會發生在我們家。一開始真的很自責，也想不透是不是我跟他爸爸做錯了什麼？一開始很焦慮，只要看到同志的新聞或資訊就會轉傳給他，希望他

看多了這些資訊後可以看清，就會想改變。可是我傳得越多，孩子給的回應就越少。」樂樂媽媽在孩子出櫃後不久，加入了「家屬讀心會」，在這裡她聽見其他家庭的故事和鼓勵。

「我後來就慢慢不傳那些（同志資訊）給他了。我開始在群組裡跟孩子分享最近的生活，像是跟爸爸一起做了什麼、去了哪裡。我覺得孩子長大了，我沒有辦法再為他做決定，我現在就是很認真地聽他說，每一次都謝謝他願意跟我分享，然後鼓勵他。但我只是聽，不下指導棋。」

「我決定放手，然後重新跟老公牽手。以前的生活就是繞著小孩轉，但這件事之後我開始在想：孩子長大了、有了自己的生活，那我跟爸爸呢？」於是樂樂媽媽開始跟著丈夫開著車，到處拍照、走走、吃美食，跟孩子們分享照片。「我們做父母的，也需要有自己的生活。」

放手，不是放棄。

現在的樂樂媽媽更積極地與先生經營家庭，「過去爸爸比較少參與跟孩子間的親子溝通，我現在會找機會給爸爸，讓以前的『母子時光』，因為家人重新拉在一塊兒，升級為『家庭時光』。我跟爸爸也因為這樣，而對彼此的教養方式有了比較多的認識。」

從孩子出櫃到現在，一路走來的妳如何看待？

現在重心不再全部擺在孩子身上，不是我去改變他。現在的我會開始思考自己想做什麼？

妳想做什麼？

第一個應該先把身體健康照顧好！我跟孩子的爸現在會去健走，然後找一件可以助人的事去做。我還沒想好要找哪一種，但我想盡力去幫助人。

訪談後記：

訪談結束時已是傍晚，此時的樂樂媽媽不趕著回家，而是去逛街、吃飯。「妳自己去呀？」工作人員好奇地問。「對呀！這是我的獨處時光！」這讓我不禁想起這句諺語「Happy Wife, Happy Life」（老婆開心，生活舒心。）同理可證「Happy Mom, Happy Child」（媽媽開心，小孩開心）。

樂樂媽媽面對孩子的出櫃，曾流過淚、也曾感到絕望徬徨。過去有段時間她曾希望孩子能「看清楚」，希望孩子「會改變」。但漸漸地樂樂媽媽明白——改變孩子不是她的職責，她能做的就是把自己的人生過好，與孩子恢復關係，學習放手但不放棄地一路愛到底。

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。你們清晨早起，夜晚安歇，吃勞碌得來的飯，本是枉然；惟有耶和華所親愛的，必叫他安然睡覺。兒女是耶和華所賜的產業；所懷的胎是他所給的賞賜。」——《聖經・詩篇》一百廿七篇：1-3 節。

放手，不是放棄。

看見**希望之光**

文｜希望之光真愛值得等待部門——林志豪主任

希望之光坐落於台南的中西區，一九九九年由三位美國和加拿大來的宣教士創立，至今已二十個年頭，提供許多不為人知的生命，在黑暗處找到可安歇的一隅，繼續孕育台灣的下一代。

小禎，因非預期懷孕來到希望之光，在社工的陪伴下，小禎和女兒開始嶄新的生活。「我的爸爸是流氓，我媽後來跟人家跑了，我從小就寄養在別人家裡生活，直到六歲那年搬到小姑姑家。小姑姑是一位基督徒，在我小學那段時間給予我所渴望的愛；但因為小時候輾轉住過四個家庭，心中有許多傷害，讓我封閉自己。這些被壓抑許久的傷口在國中時全部爆發出來。我開始叛逆，原本渴求的親情已經無所謂了，我不再從家中尋求愛與關心，轉而投向朋友們的懷抱。

從國中開始到現在（十七歲），我一直獨自在外生活，結交一些不好的朋友，使我一步步走向變調的人生，做了許多我這年紀本來不應該經歷的事。

有天我發現自己已經懷孕二個多月，當下覺得很害怕又不知道該找誰求助。小孩的爸爸跟我都沒能力撫養，曾去過私人診所打算拿掉孩子，但過程並不順利——寶寶依然在肚子裡。當時我心想：為什麼拿不掉？為什麼這孩子還在我肚子裡？

懷孕四個多月時，透過朋友的介紹來到了希望之光，當時因為許多因素讓我拒絕了，之後又過了二個月，我再次聯絡上希望之光，這次我順利地生下孩子。短短三個多月的時間，在希望之光的陪伴下，改變了我對自己和孩子的想法。

我很感謝有大家的幫助，讓我的女兒有機會在耶穌的愛中長大成人。也許當初無法拿掉她，是耶穌給我的恩典記號，帶領我重回祂的身邊、生命被翻轉，也讓我的女兒有機會享受她的生命，為此我深深地感謝耶穌。

《聖經 · 彼得前書》二章廿五節：『你們從前好像迷路的羊，如今卻歸到你們靈魂的牧人監督了。』這句經文給我極大的安慰！真心感謝希望之光的同工們，沒有因為過往的經驗而貼上標籤，反而用更多的愛來包容、關心與協助；讓我知道『性』是在婚姻當中建立起來的，是上帝所賜給我們一個美好的禮物。以前的我因為缺乏愛與呵護，以為愛一個人就要獻

上自己的所有，最後總是遍體鱗傷；最後我終於明白——愛情不是因為自己感到孤單，就去找另一個人來陪伴，以為這樣能填滿心中的空虛。」

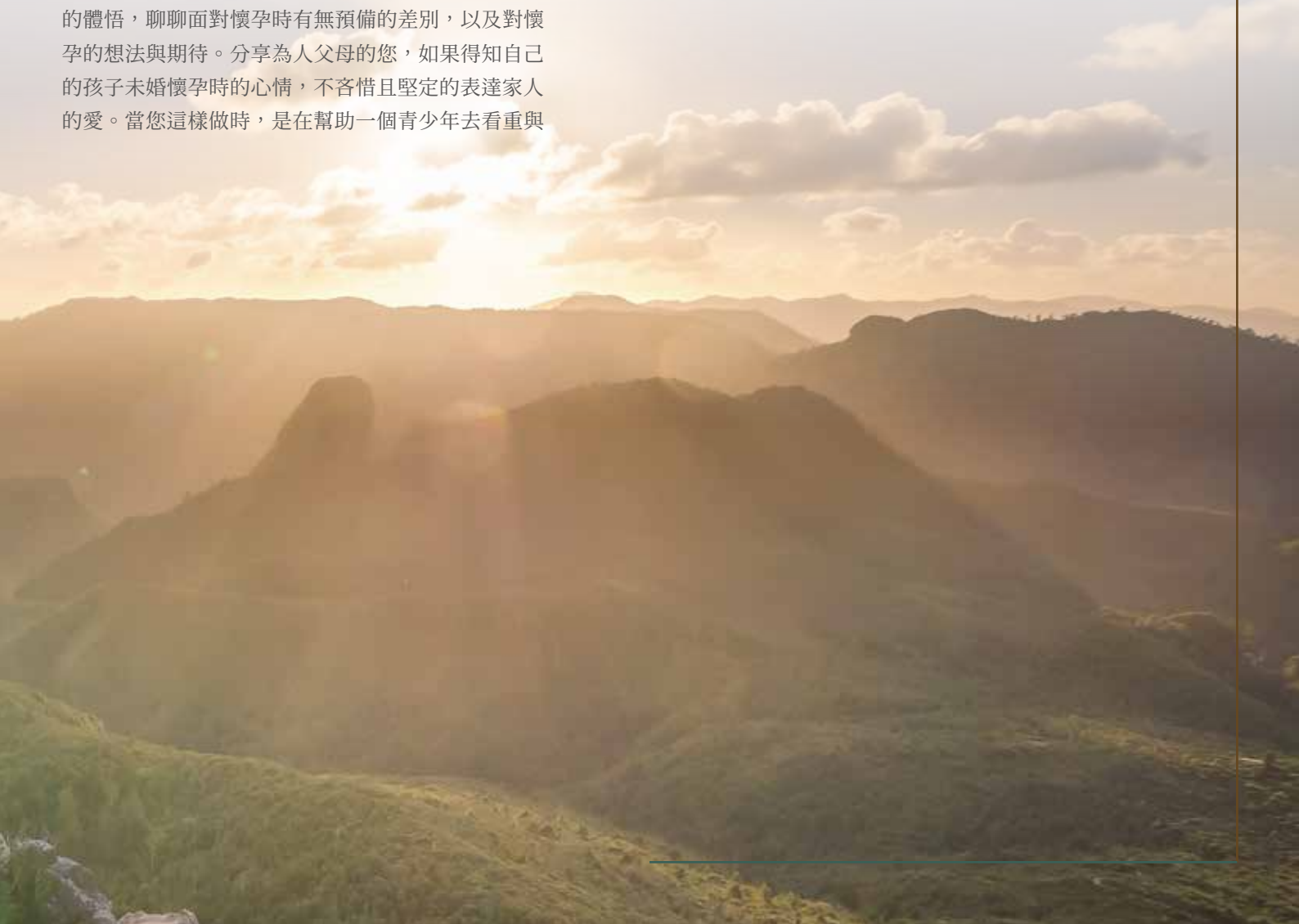
每一個人在生命的旅程中，總是會遇到一些「危機」；希望之光相信危機就是「機會趁著危險而來」——當下旁人的陪伴與鼓勵，是當事人看見機會的重要契機。生活中多找機會跟家人分享生命的議題，雖然我們都不希望有不在預期內的事發生，但這樣的討論可以增進彼此的關係，也能夠適時的影響這個世代所謂的常態——先有後婚、奉子成婚——卻非真實的婚姻祝福。每個人都渴望愛人與被愛，只是在關鍵時刻，缺乏成熟的應變能力或榜樣去面對身體慾望的吸引；但即便因此陷入迷惘或走上迷途，也不要放棄自己，更不要選擇偏離真理、單靠感覺前進。

邀請您從自己的家庭開始，與孩子分享您對生命的體悟，聊聊面對懷孕時有無預備的差別，以及對懷孕的想法與期待。分享為人父母的您，如果得知自己的孩子未婚懷孕時的心情，不吝惜且堅定的表達家人的愛。當您這樣做時，是在幫助一個青少年去看重與愛惜自身的性關係；因為他們知道家人的支持與愛護永遠是最堅強的後盾。

希望之光是一個基督教非營利機構，提供保密且免費的幫助給每一位求援的女性。它以《聖經》為原則，致力於生命神聖的宣導、性純潔觀念的教導，並為婦女——特別是為不預期懷孕和墮胎而置身危機中的婦女——提供復原、重建的支持。讓眼淚化為繼續前進的動力，讓真正的愛為彼此帶來幸福感與親密感，讓身處黑暗中的婦女看見「希望之光」。

如果您身邊有人正面對危機懷孕，我們願意成為她的幫助，歡迎透過以下方式與我們聯繫：

- Facebook 搜尋：台南希望之光
- 電話 06-2212520
- 危機懷孕救援專線 0800-222-785



《同性戀是不是天生的？》

亞洲第一本跨虹者真實揭露，探討跨世代焦點議題

關心 LGBT 的人都該真心看待，每個人都需正視的生命課題

「我的故事很慘，原先我也不敢站出來，很怕家人看到。但，只要看到我故事的一個人，哪怕只是一個人，因此而走出痛苦，找到真我，我就值了。」

本書的 15 篇生命故事所觸及的範圍，超過想像，它包涵了同性戀以及同性戀者真實碰觸到的、許多生命深層幽微的痛苦與掙扎，是您我也可能聽見或遇過的。懇切地盼望讀者們可以用一種寬廣及尊重的眼光，來看待這本書中的每一篇故事及每一位主角，盼望每個人都能用更寬闊的心、更多的愛，來修復彌補這個社會的裂解與傷痕。

生命故事

- 不再是我：同性戀兒子與心碎母親的歸家之路（校園書房）
- 心回意轉：一位女同志不可思議的信主過程（改革宗翻譯社）
- 同性戀是不是天生的？（愛傳協會）
- 蛻變（為愛裝備）
- 跨越彩虹（愛傳協會）
- 同志有路（新造的人協會）
- 給最後女友的信（新造的人協會）
- 同話．家（新造的人協會）

性別議題

- 聖潔性戀：性戀沒有灰色地帶（道聲）
- 同性戀的十字架 2：從生命掙扎中的叩問到靈性的願景（印象文字）
- 消失的性別界線－性別議題專刊 增訂版（校園書房）
- 席捲全球的性革命（聞道）
- 從性轄制得釋放（以琳）
- 愛，放對位置（校園書房）
- 正看性別危機：更新眼光，帶來轉機（校園書房）

兒童．青少年

- 蝴蝶朵朵（字畝文化）
- 基督教性教育學堂系列（USB 版．飛鴿傳播）
- 何師母兒童性教育系列 1（4–6 歲）（USB 版．飛鴿傳播）
- 何師母兒童性教育系列 2（7–9 歲）（USB 版．飛鴿傳播）
- 何師母兒童性教育系列 3（10–12 歲）（USB 版．飛鴿傳播）
- 不能不說的悄悄話，孩子的性教育從愛教起（宇宙光）
- 性別有自信，孩子更快樂（校園書房）
- 你們在教我孩子什麼？從醫學看性教育（校園書房）
- 向性壓力說 NO ！（道聲）
- 男生幫最難的考題（校園書房）
- 性別平等教育：教學資源手冊（心理）

心靈恢復與成長

- 一路愛到底（異象工場）
- 最美好的那個妳，一直都在（格子外面）
- 麻雀變鳳凰（校園書房）
- 記憶的鏡子（愛家）
- 情緒的鏡子（愛家）
- 每一天練習照顧自己（遠流）
- 過猶不及：如何建立你的心理界線（道聲）
- 改變帶來醫治（學園傳道）

台灣走出埃及輔導協會出版品

書籍

- 愛與學習 ── 認識陪伴同性戀手冊
- 知與力行 ── 關懷同性戀教戰手冊
- 同前同行 ── 一名前同性戀者的心靈筆記

影像音樂創作

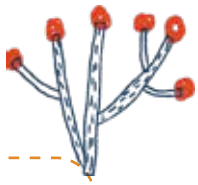
- 《一道潛流》台灣走出埃及輔導協會二十週年紀念創作集
- 《彩虹的另一端》DVD
- 《回轉！就是現在》2010 關懷同性戀國際研習會 DVD
- 《愛裡飛翔．自由成長》台灣走出埃及輔導協會十五週年紀念 EP
- 錢玉芬教授講座 1 －童年經驗對生命的影響 CD
- 錢玉芬教授講座 2 －情愛世界裡的謊言與真相 CD

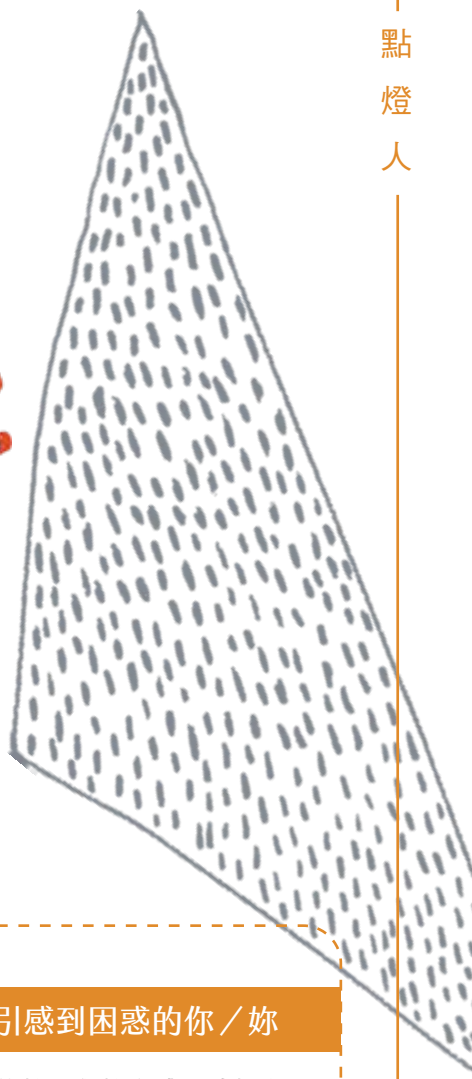
＊ 袁幼軒博士
http://www.yuanyouxuan.com/
＊ 真善美教學資源分享網
http://www.goodlife-edu.com/home
＊ 敢於不同國際聯盟
https://www.daretochange.us/
＊ 黃偉康博士網站
http://www.christianmentalhealth.com/
＊ 新加坡｜ True Love Is
http : //truelove is/
＊ 新加坡｜ Choices Singapore
http : //www.coos.org.sg/
＊ 香港｜明光社
http://www.truth-light.org.hk/
＊ 香港｜新造的人協會 New Creation
http://www.newcreationhk.org/
＊ 馬來西亞｜基督裡得自由 PLUC
http://pluc.org.my/
＊ 美國｜ Restored Hope Network
http://www.restoredhopenetwork.org/
＊ 《愛的尋覓》線上閱讀 Android 版
http://bit.ly/ebook_seekinglove_a

愛老師諮詢專線

如果你 .....
因為同性吸引／性別認同感到疑惑、掙扎 .....
孩子或家人是同性戀者，不知該如何是好 .....
正在陪伴同志朋友，但不知道方向的陪伴者／牧者 .....

請撥打愛老師諮詢專線，讓心得著平安，讓家重啟希望。
｜總部（02）2700－2177、2700－2377
｜中部（苗栗、台中、南投、彰化、雲林）（04）2233－0732
｜南部（嘉義、台南、高雄、屏東、台東）（07）269－5707
｜服務時段：週二－週六｜ 10 點 -12 點｜ 13 點 -18 點





家屬讀心會－家屬支持團體

陪伴同志家人的無力感、價值觀衝突、關係張力與溝通疏離，我們都知道。＜走出埃及＞在台北、台中、高雄為家有同志的父母預備一個溫馨、安全的空間，讓爸媽彼此交流、互相支持。透過上帝的愛，更新眼光，讓愛無礙。

【相關資訊請洽＜愛老師諮詢專線＞】

成長團體－給面對同性吸引感到困惑的你／妳

如果你／妳年滿 18 歲，對自己的性別與性向感到迷惘和掙扎，內心想尋求一條嶄新的道路，歡迎透過＜愛老師諮詢專線＞與我們聯繫。成長團體內容包含：OPEN 講系列、藝術成長團體、厚愛團體（HIV+）……，透過分享交流、團體支持，重新在愛中找回自己。

【相關資訊請洽＜愛老師諮詢專線＞】

培訓與講座

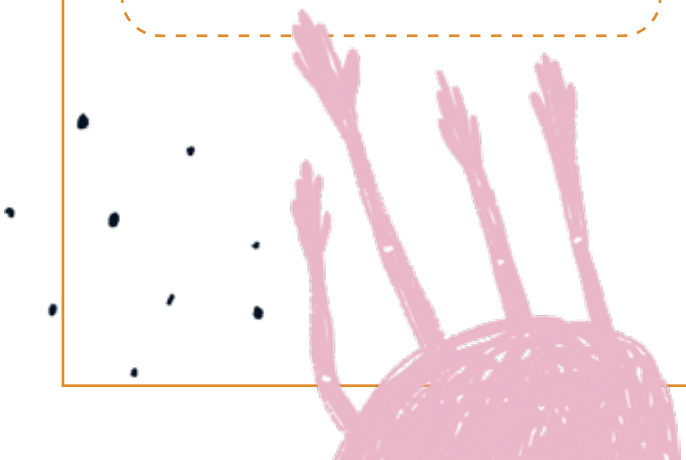
「上帝要做的很簡單，就是陪伴、陪伴、陪伴。」

邀請渴望更多認識同性戀朋友，想與同志朋友分享福音，想學習以基督的恩典與真理牧養、陪伴受同性吸引朋友的教會、團契、機構線上預約講座、營會或培訓課程。

免費索取季刊

歡迎個人、機構免費索取協會季刊，如需訂閱或退訂，請掃描 QR Code。

如果您對季刊文章有任何回饋，或有意願投稿，請來信：media@rainbow-7.org.tw



厚愛

用厚厚無條件的愛
與 HIV⁺的你一同前行

HIV⁺是對生命的一場重擊
不論現今的醫療何其先進
讓生命得以穩定延續
但無法掌握的未來人生
這 會是相伴一輩子的課題

這是一個陪伴有 HIV⁺與性別困擾基督徒的互助成長團體
HIV⁺與性別議題所帶來的沉重，能與誰分享呢？

厚愛團體，與您一同來探討醫病關係、自我保健＆照顧、疾病的印記、告知的藝術、如何面對憂慮、以及基督信仰的眼光

厚厚的愛，出於賜生命的創造者

團體次數　每週一次，共計 8 次
團體人數　3 - 8 人（滿 3 人即開團）
對　　象　有 HIV⁺與性別困擾的基督徒
相關諮詢　請洽各區《愛老師諮詢專線》

---------- **若您正面對相關困擾，邀請您加入我們，一同前行** ----------

愛老師諮詢專線
｜總部（02）2700 - 2177、2700 - 2377
｜中部（苗栗、台中、南投、彰化、雲林）（04）2233 - 0732
｜南部（嘉義、台南、高雄、屏東、台東）（07）269 - 5707
｜或透過電子郵件來信諮詢 services@rainbow-7.org.tw