



被譽為「Dr. Love」（愛情醫生）的黃維仁博士任教於西北大學，是處理多元文化、亞洲婚姻、家庭等問題的國際級專家，他更設計了一套適用於華人社會的愛家「親密之旅」課程，為華人的婚姻、家庭努力。事實上，黃維仁與妻子的感情路一開始也並不順暢，透過所學的专业、臨床的驗證與實際的經歷所設計出的「親密之旅」課程，其精髓就是將自己內心最真實的感受獻給對方，營造愛的環境，讓思維從「左腦」帶到「右腦」，從「頭」帶進「心」。



傾聽就是愛， 在人生中建立親密關係

黃維仁口述／劉純婷整理

黃維仁的父親是工程師，後來投入警界服務，母親則是藝術家，兩人的個性非常不同。父親、母親彼此間愛的言語不同，常會有傷痛、委屈及衝突，但因為都有一顆彼此相愛的心，到年老時兩人恩愛的鸞鴦之情常叫人感動。即使面對母親漸老漸有失智現象，父親仍是耐心地呵護及安撫，用堅定的行動宣告他對母親不離不棄的愛。

父母恩愛到老，樹立委身最佳榜樣

父親是個相當忠誠負責、守正不阿的人，是黃維仁一生引以為傲的榜樣。雖然父親不太懂得使用口語來表達愛，但黃維仁回憶在他整理父親的遺物時，發現了一本小冊子，裡面清楚地記載了黃維仁每次返鄉的時間，以及愛吃的菜色，蒼勁的字跡、清楚條列的時間表及菜單，將父親對他細膩的愛展現無遺。

母親的支持與愛是黃維仁人生中重要的倚靠。黃維仁的母親是個好學而有毅力，喜歡詩詞、熱心公益的模範母親。當黃維仁想從一般人認為前途看好的理工學系轉到心理學系時，

母親卻與親友持不同的態度，給了他很大的支持，也影響了他的一生。回想當年，黃維仁遺憾地說，如果母親現在神智仍然清楚，應該會以現在他的成就而開心吧！

父母的愛給黃維仁最大的影響，就是結婚的兩人一輩子相互委身，到老年都要相依相惜的觀念。

婚姻就是用對方需要的方式去愛他

黃維仁與妻子兩人愛情長跑多年，他們人生當中的最大困難其實是在婚前。當時黃維仁亟需對方的肯定、接納，於是百般想討好，但反而讓對方覺得窒息。越想變成她喜歡的樣子，就越失去自己。

同時原生家庭過去帶來的一些潛存的心理情結，在兩人之間造成環環相扣的交互作用，也成了黃維仁夫妻在戀愛時爭執、分合的原因。剛開始的彼此吸引，到後來卻發現彼此做事的方式、想法，都很不一樣，所以也就摩擦不斷。

所幸兩個人有一樣的信仰與價值觀，秉持

著相愛的心，願意共同學習、成長。

剛結婚的時候，妻子要黃維仁洗碗。黃維仁吃完飯就想睡覺了，「休息一下再洗碗不行嗎？」「不行，要馬上洗碗。」就這樣戰火就起來了。後來透過溝通，慢慢地妻子也開始學習讓黃維仁不必飯後馬上洗碗，但黃維仁倒是越洗越勤快，讓妻子反而覺得驚訝與感動。

其實，婚姻就是一個磨合的過程，兩人一起去學習對方「愛的語言」，慢慢地存款。兩個人感情好，就願意為對方做一些改變。

訓練傾聽的耳與細膩的心，營造愛的環境

營造兩人一起的快樂時光，也是黃維仁努力經營的。在辛苦工作之餘，兩人會一起健走，再忙也會抽出時間去游泳，最快樂的事就是兩人一起泡在泳池裡頭。兩人也常會一邊吃飯、聊天，一邊放鬆地收看電視新聞或爆笑短片。

黃維仁夫妻沒有孩子，除了可以擁有多一點的時間從事自己想鑽研的領域，也有多點時間在一起。事實上，黃維仁透過專業與臨床的經驗發現，不管有沒有孩子，如果夫妻懂得建立情緒的安全感、建立友情、處理衝突，即使在面對教養孩子時，兩人有較高的焦慮與壓

力，都會變成兩人並肩作戰的歷程。而只要兩人可以並肩作戰，都能化衝突為祝福。

黃維仁致力於營造生命裡愛的環境，致力於訓練一雙傾聽的耳朵、細膩疼惜他人的心理。他也用願意細心地傾聽他人心聲的寬容，去接納他的學生，因此西北大學的學生們都把他當爸爸一樣。黃維仁將他生命中愛的能量，在婚姻中創造了幸福，也用「親密之旅」，想要造福他念念不忘的永遠故鄉——台灣的所有家庭，讓人活在愛中，讓家成為每個生命最大的祝福。

給家人的話：

I love you a lot! 我很愛你！

愛家行動：

緊緊抱起妻子，每天離開家門前彼此祝福。為了愛的緣故，訓練自己默默去觀察家人所想、所需，一個禮拜即可得知對方的心理需求。



親子萬花筒

一點變化，幸福十足

顧美芬

記得暑假有天一大早，我們母子四人先一起去喝豆漿，再到清晨的校園散步。這和平日在家吃早餐再趕著上學，步調是不同的。我們駐足欣賞花草，居然還看到烏龜產卵。一點點的變化，就讓大家感到幸福十足。

有天晚上，和孩子一起聽韓德爾的《彌賽亞》，因為孩子都曾經參加合唱團，我就把年輕時唱過的譜翻出來，大家一起唱。有的孩子功力已經可以伴奏了，我們就圍在鋼琴前，有人唱第一部，有人唱第二部，有人翻譜，熱鬧不已。這和平日孩子各自練習指定的進度是不同的，從此，我就經常抓住機會和孩子一起圍著鋼琴，有人彈、有人唱，後來還在演奏廳開了一次頗正式的家庭音樂會！

生活加上一點變化，就會有一點不同，即使在家中，也可以不同凡響，幸福十足。