

615

第52卷・第7期

中信

與你一起反省人生・剖析問題・探索出路



/ 不再作假男生
/ 怎樣幫助單親家庭的小孩？
/ 成長中的掙扎



P.1

迎向豐盛的生命 / 吳諄芳 / 1

我本是個活潑的女孩，三歲時高溫不退之後，雙腳便不能行走。



P.3

不再作假男生 / 主欄 / 3

我五歲被堂哥性侵後，對男性產生恐懼和嫉恨，討厭作女孩，認定自己是同性戀者。

怎樣幫助單親家庭的小孩？ / 莫世淳 / 9

問題青少年大多出身於怎樣的家庭？他們有怎樣的想法和心理狀況？要如何幫助他們？

成長中的掙扎 / 曉君信箱 / 17

我從13歲起，思想就受困擾，常怕錯信神，怕未得救，怕跟同齡的人不一樣……我該怎辦？

願舌頭上有愛 / 錢志群 / 15

大小之間 / 方華 / 24

拖累和蒙福的律 / 白衣 / 封底

出版：中國信徒佈道會有限公司
地址：香港九龍新蒲崗雙喜街9號匯達商業中心9樓
電話：(852) 2810-9933
傳真：(852) 2868-3212
電郵：lit@ccmhk.org.hk
網址：www.ccmhk.org.hk



智能手機即上

歡迎網上瀏覽
各期《中信》月刊



www.facebook.com/ccmhk.ministry | Q

香港中信總幹事 / 黃劉雅璧 主編 / 馮文莊 編輯 / 蕭馬毓華 巫凌賽君 陳童澍瑩 余黃國凱 錢志群 許徐春華
文字編輯 / 陳喬亞男 設計・插圖・印製 / 濛一設計坊
創刊於一九六二年 創辦人 / 王永信

本刊不收訂費。歡迎索閱、轉介及捐助印刷費。 作者文責自負，立論不代表本刊。 版權所有，如欲轉載，請來信申請。
美國 / 姜武城 / 1269 North McDowell Blvd., Petaluma, CA 94954-1133 U.S.A. 台灣 / 簡春安 / 台灣台北縣241新北市三重區興德路123-7號2樓 澳洲 / 康駿業 / P.O. Box 971, Parramatta, NSW 2124, Australia 泰國 / 陳國輝 / 27/3 Yenakat Lane 2, Yanakat Road, Yanawa Bangkok 10120 Thailand 新加坡 / 許順明 / No. 18 Boon Lay Way #08-140 TradeHub 21, Singapore 609966
加拿大 / 簡穎湘 / Crystal Mall, 2nd Floor, 4533 Kingsborough St., Burnaby, B.C., Canada. V5H 4V3
澳門 / 李妙如 / Calçada Do Gaio 2D, EDF Chi On, R/C, Macau 哥斯達黎加 / 薛鄭詠欣 / Apartado 528-2350, San Jose, San Francisco de Dos Rios, 10106-2350 Costa Rica 新西蘭 / 馮慶權 / P.O. Box 76028, Manukau City, Auckland 2241, New Zealand.

CHINESE TODAY (ISSN 1045-6147), Vol. 52, No. 7, Jul., 2013. Published monthly by CCM Christian Mission Ltd.
9/F, Win Plaza, 9 Sheung Hei Street, San Po Kong, Kowloon, Hong Kong. Printed in Hong Kong.

迎向 豐盛的生命

吳諄芳



作者（中）全家及母親

父親說我本是個活潑的女孩，常隨著音樂起舞；可三歲那年，有一天高溫不退，後來雙腳不能行走，才發覺患了小兒麻痺症。

父母親帶我到處去尋訪名醫，吃盡苦頭。還記得在一個雨天中，媽媽騎腳踏車載我去就醫，一不小心摔倒在田埂裡。母女二人就在無情的大雨中相擁著哭泣。

後來我開始拿一把木凳，學習小步小步地移動。看見同學們跑跳自如，我心裡不勝羨慕。反觀自己，只能由媽媽揹著，內心羞愧不堪，很想躲開人們的目光。直到小學四年級我才擁有拐杖和肢架，終於可以自己走路了，但也受盡白眼，被嘲笑說是「跛腳的」。我腿側的皮膚經常被肢架磨破了皮，往往還沒來得及結疤又被磨破。有一次，我被熱水燙到膝蓋，班導師不但沒安慰我，反罵我自不量力，做殘障者不該做的提熱水壺動作；然而，這些困難都難不倒我，唯獨雙腿不能合併直立，以及走路一跛一跛，是我最不能接受的。



我無法參加戶外活動，便寄情文學、書法、繪畫、手工藝等靜態活動。夜間高職畢業後，一位基督徒同事鼓勵我投考美術系，我開始自習，半工半讀，終於如願考上藝術學院。我比人加倍努力學習，可同學們卻個個是英雄豪傑，從小受藝術栽培和訓練，我卻只是個自修學習半路出家學藝術的學生。我的心被自卑感籠罩著。一個人在外求學，心裡百般孤獨也不敢向家人提起，怕他們擔心。

這不能改變的殘疾，壓得我透不過氣來。有時和異性來往，受他們稱讚；但因我是小兒麻痺症患者而不能談及未來，我的心再次被刺痛。我不是已經克服殘障問題，有了學業和工作嗎？為何還不能像一般人那樣被肯定呢？我不禁問人生的真正意義何在？真正的愛到哪裡尋？後來讀到聖經創世記，才逐漸明白，人是有罪的，會彼此傷害。

上帝愛世人嗎？為甚麼有人說我患小兒麻痺是上一代造的孽？我覺得太不公平了。為甚麼我別無選擇要接受這樣的命運？後來讀聖經約翰福音第九章，看到耶穌的門徒也問這個問題。他們問：「老師，這人生來是瞎眼的，是誰犯了罪？是這人呢？是他父母呢？」耶穌答：「不是這人犯了罪，也不是他父母犯了罪，是要在他的身上顯

出上帝的作為來。」這段經文突破了我困惑的瓶頸。我馬上禱告說：「上帝啊！如果真有祢，我求祢進入我心，引導我。」不久，我在學校裡遇到一位在書法和篆刻上幫助我很大的基督徒老師，他介紹我去教會。

一個聖誕節前夕，一位日本傳道人問：「你是不是99隻羊以外，走迷失的那隻羊呢？天父等候你。當你繞遍了世界一圈，當你厭煩疲倦了，回家吧！朋友，耶穌愛你。」我對上帝說：「主啊！我曾為尋找真善美而投入藝術領域，現在才發覺，最美、最真、最善的，是創造宇宙萬物的獨一真神！」那一刻，聖靈感動我悔改認罪。一大堆自卑、尊嚴、驕傲、委屈、痛苦，在滾燙的淚水中融化消散！我歡樂地舉手決志接受耶穌基督作我一生的救主。舊事已過，一切都變成新的了！從此，我遠離自卑和無奈；倚靠耶穌基督做勇敢剛強的人。每逢想到上帝要把加倍的體面加給那有缺欠的，我的心就充滿感謝、讚美。上帝的意念的確與世人不同！

這種被肯定、被接納的愛，引領我離開消極和黑暗，進入上帝光明的國度。從前我老擔心被人恥笑；現在我學會從上帝的角度看自己，不再自卑。我還知道在我這殘缺的瓦器裡，有主耶穌基督，是要顯出上帝莫大的能力。願榮耀歸給上帝！

不再作假男生

主 憫



1996年

「不可能的！媽！」我吼叫。

「同性戀是天生的。我就是同性戀！妳就是要這樣接受我。休想改變我！」

碰！我一甩門，離開家，留下淚流滿面的母親獨自在客廳裡哭泣。

* * *

我16歲剪平頭，說話像男生，舉止像男生，旁人根本看不出我是個女孩。上女廁時，嚇壞女生；借用男廁時，倒沒讓人起疑。那是個自以為甚麼都知道，卻是極迷失的年代。

一頁辛酸的過去

我由重男輕女的奶奶帶大。五歲時遭堂哥性侵，當場被奶奶逮個正著，罵我怎可做這樣不三不四的事；卻

趕緊為堂哥穿上衣褲，留下幼小的我愧疚地默默自己穿上衣褲，心裡的屈辱、羞恥無法形容，只覺得自己渾身骯髒。

從那時起，我變了，對男性產生莫名的恐懼和嫉恨；我覺得女人是沒有地位的，不被愛，不被重視，是沒有價值的。我討厭作女孩、討厭穿女裝。忙碌的爸媽不明白，為何喜歡穿粉色小洋裝的寶貝女兒忽然不肯再穿裙子了，而且言行思想還愈來愈男性化。他們只以為這是成長的過渡期，並沒放在心上，也不去查根究底。

隨著年歲漸長，他們發現可愛的女兒愈來愈像不男不女的假小子。爸媽心裡擔憂，卻有苦難言，因為我已經進入叛逆期，不聽話了。十歲時我看到三藩市同性戀者大遊行的新聞，從此「同性戀」這詞深印腦海，引起我的好奇。到了青少年時期，我偷買同性戀的書來看，更偷看春宮圖片、影片。

16歲，我在女校追到第一個女朋友，發生不道德關係，踏上了同性戀之路，交過不下十個女朋友；但是關係從不持久穩定。我曾誓言要去美國學習同性戀人權運動的運作方式，然後回到亞洲，促成同性婚姻合法化。16歲時媽媽從我的日記看到我的秘

密，於是「家裡有個同性戀」的事轟然被搬上檯面。

後來，我真來美國唸書了，可怕的是，罪性不改外，還染指不同國籍的女孩。但到21歲，我被女同性戀圈內錯綜複雜的關係弄到情緒崩潰，蹺課、喝酒，成績低落到被學校警告退學，還隨時都想自殺。

就在這時候，我遇見了主耶穌基督。

我相信世界上的事都不是意外的，都因為曾經在某個地方，有某人做過某些抉擇，才造成今天的因緣際會。錯的、不義的、罪惡的決定必然不會產生好的結果；受傷的可能是自己，可能是身邊的人，也可能是陌生人，推而廣之，更可能關係到整個社會與國家的安危。人的每個選擇都連繫著一個代價，就像錢幣的正、反兩面。我的遭遇也是由於我一而再，再而三的錯誤所造成的。

我的生命在21歲時走到近乎毀滅的低谷，是因為從五歲以來所受到的傷害，其實也是因為我內心的忿怒、嫉恨、恐懼、自私、懶惰、驕傲、淫慾等各種罪惡所造成的。不過人永遠都能找到藉口，將罪與錯的矛頭指向別人，要別人為我們負責，而自己就以受害者心態過下半輩子；但這決不是

心靈蒙醫治和人格得重建的方式。如果我能有點抬起頭來，看到上帝所指示的生命之路，我的生命必然比現在更豐盛！

兩個金髮碧眼的女孩

我自幼讀教會幼稚園，當時印象最深刻的是，基督徒小朋友可隨時隨地向他們的上帝禱告，不像我家有固定的偶像神壇。記得聖誕節學校戲劇表演時，我雖然沒搞明白耶穌基督降生的故事，仍依稀記得那一家三口，有爸爸、媽媽、小嬰兒躺在馬槽裡的溫馨故事。

九歲時，每年寒、暑兩假，父母親就會送我去YMCA（基督教青年會）的兒童夏令營。那裡有大哥哥、大姊姊領我們玩耍、唱歌、禱告、謝飯等。我也興高采烈地跟著大伙兒揚聲唱〈野地的花〉。後來，我誤以為基督教是洋教，還無知地以為華人應該信佛、道與祭祖；但有時仍不由得好奇，想知道耶穌是誰。

高中是黑暗的叛逆期。我來美國唸書，因著語言、環境、課程、食物的適應，尖銳的個性漸被磨鍊；但同性戀的惡習不改，還以為那是前衛、開放，是勇敢、敢愛敢恨的自由思想。

到了大學一年級，住在宿舍。學園

傳道會（Campus Crusade for Christ）差派了基督徒學生，兩人一組逐戶叩門傳福音。兩位金髮碧眼的女孩來敲我的門，問：「請問妳想認識耶穌嗎？」我心中一震，耶穌是誰？這個久被遺忘的問題又回到腦海。叫我訝異的是，我竟然毫無猶豫，反似期待已久興奮地說：「想，請告訴我耶穌是誰。」這兩位姊妹就用《屬靈四定律》的福音小冊給我解說福音。我終於明白耶穌基督是人類的救世主。那天，我毫不猶豫地接受耶穌做我生命的主。

一本讓我找到真愛的聖經

不幸的是，我被罪惡網綁已深。雖然這兩位姊妹常打電話邀我參加團契，我總找到藉口拒絕，因為週末是我睡覺、耍懶、狂歡的日子。去甚麼教會呢？太聖潔了！而且聽說基督教很反對同性戀。

2001年，我21歲，搬出與女友同居的公寓，因為女同性戀的世界關係太複雜了！我想勾引別人女友，別人搶我女友，甚至圈內有為了搶女友而情殺的事，無奇不有。但說穿了，同性戀的世界不外乎是淫亂二字。即使當代電影把同性戀的世界拍得唯美浪漫，其實就是性汙濫與性濫交而已。

那時剛離開同居狀態，一人搬到

一個有很多房間的大房子獨居，心靈破碎，孤獨，而且很忿怒，覺得受了其他女同性戀者「好友」欺騙；但又覺得自己罪有應得，因為過去也常花心，欺騙其他女孩。情緒很複雜。又因是同性戀的問題，再難過再掙扎也不敢向身邊的朋友訴苦，怕被排擠，被視為怪胎。這時學校的成績也因為蹺課、派對玩樂，落到差點被退學，很多課是一修、二修、三修，才低空飛過（僅僅及格）。人生好像毫無意義，很想輟學自殺，一了百了。

奇妙的是，在這事發生前幾個月，一位朋友送我一本聖經。我在空曠的大房子裡獨居，虛空、恐懼、徬徨無助的情況下，便拿起聖經來讀。當讀到上帝的安慰（參哥林多後書一3至5）、祂永遠的慈愛，永不離棄我（參耶利米書卅1至卅一3）時，我的眼淚頓時好像潰堤。這些年來，我總是渴望有段不離不棄的感情；但是同性戀的世界其實都是以自我為軸心的世界。大家都自戀外在的美貌；年輕、帥氣、有才華、有錢，就是談戀愛、搶女友的本錢。說穿了是競賽世俗標準，有時



更為庸俗。所以當讀到上帝說：「我總不撇下你，也不丟棄你」（希伯來書十三5）時，那種壓抑在心頭多年，無法言喻的被排擠、被拒絕的痛苦，一下子隨

嚎啕大哭的淚水完全釋放了出來。我從來不哭的，因為要作男子，男子要勇敢，就是再傷心，再難過，再害怕，都不能哭，也不要讓人知道。可是那天我哭了，因為上帝愛我，祂無條件地接納我。

一條蒙福的新路

從此，我參加「學園」的華人團契與查經班，火熱地研讀聖經。教會弟兄姊妹也用愛心說誠實話，明白地說同性戀在上帝眼裡是罪，是不能繼續妥協的行為。但是他們並沒有因為我的過去而不接納我；相反，他們提醒我、保護我不再陷入誘惑中。這段過程對一個破碎、正被上帝重建的靈魂極其重要。因為如果沒有真理，只有盲目的愛（其實是溺愛），抹煞了上帝聖潔公義的性情，就會帶來扭曲的生命；但如果缺少體貼，只不停地用真理打擊，嚴厲地定罪，就不能叫人看

到上帝的慈愛。基督教會在這兩方面要學會怎樣正確地分辨與平衡。

從那時起，我慢慢學習不靠佯裝男性化的囂張氣燄，來掩蓋身為女性的害怕和傷害。我不必再天天勉強自己扮男人，不必氣自己生為女兒身。我曾憎恨青春期女性的發育成長、厭惡女性的特徵和生理期；現在我學會感謝天父上帝，祂定意造我是女人，讓我將來能作母親，能生孩子，給世界帶來寶貴的新生命。上帝造了男女後，祂「看著一切所造的都甚好」（參創世記一27至31）。所以我開始學會接受造物主賜給我的新生命與定義。祂既然造我是女性，我相信這在祂眼中就是一件美好的事（參雅各書一17），我學習了接納上帝所造的真我，並常提醒自己心中的對話，不要再落入撒但的誘惑與控告中。

2013年，我終於神學院碩士畢業。雙主修「聖經輔導學」與「聖經研究學」。

如果你問我信耶穌後有沒有跌倒？會不會仍有誘惑？我承認會的。但我深深明白，上帝永遠是對的。祂的道德標準也絕對是對的。我相信只要我願意與上帝同工，向祂開放我的心，常請祂守護我，醫治我，我的生命必能從被罪惡與魔鬼殘害的破碎中重

建，得著醫治。上帝必能將我從同性戀世界的綑綁中救拔出來。

接受耶穌基督的救恩必須是一個人發自內心和自願的選擇。得救以後，就要靠著上帝的話與罪惡作戰。每次的爭戰，都將是一個選擇。

耶穌基督的道理其實不複雜。「我們所遇見的試探，無非是人所能受的。上帝是信實的，必不叫我們受試探過於所能受的；在受試探的時候，總要給我們開一條出路，叫我們能忍受得住。」（參哥林多前書十13）這不是說，我們禱告時會有甚麼神奇力量，或誘惑忽然消失。這條路通常是：你選擇遵守上帝的話，立即轉身離開誘惑的現場和因素（參創世記卅九章），照上帝的話選擇聖潔、公義、道德、誠實、憐憫、節制等原則。

主耶穌基督說，祂是道路（參約翰福音十四6），祂就是你遇到誘惑時可以逃走的那一條路。祂就是上帝的道，是上帝給人待人處事的道理、原則和標準。「道成了肉身」是耶穌基督親自降世成人，向我們示範，讓我們看到要怎樣作上帝的兒女，是聖潔的，是公義的，有愛心的。主耶穌被釘死在十字架上，是為我們的罪付上代價，救贖我們；祂其實在示範，教我們怎樣把罪身釘死，不順從情慾（參彼得前

書二24，三18；希伯來書十10)。

一個勝利的秘訣

成聖的秘訣是，每次面臨選擇，都一而再，再而三選擇順服上帝，照著主的標準去做，那就對了。主耶穌說：「你們若愛我，就必遵守我的命令。」(約翰福音十四15) 我們照著主的話去做，我們的信心才是活的(參雅各書二14至26)。

成聖的過程是一生的，因為我們的肉身仍處在這萬惡的世界；即使已學會一點「愛人如己」，不犯罪，並不代表罪惡與魔鬼就會放過我們。魔鬼就是要掠奪上帝賜給我們的福分，殺害並污染我們的肉體與心智，希望徹底毀壞我們的靈魂(參約翰福音十10)。牠是非常執著的，要戰勝牠非得靠徹底遵行上帝的話不可(參路加福音四4)。

我們從小每日吃三餐，天天去上學，因為我們的身心需要成長。靈魂也是一樣，上帝的話是靈糧(參約翰福音六63)。我們的靈魂要靠上帝的話餵養，靈命才能成長、茁壯；否則便會衰萎，在罪惡世界污濁的潮流中被捲走。逆流而上永遠比隨波逐流費力。跟隨世界的罪惡走就是順流而下，需要雙倍力量才能抗衡世界和

情慾。所以要時刻回到主耶穌裡面，選擇上帝，讓上帝幫助我們成為更好、更合祂心意的人，並成為別人的祝福。

這些年來，我與罪惡爭戰的盔甲是禱告、禁食、讀經、不斷參加團契，永遠提醒自己每一個選擇都必然帶來後果——即或是那些隱秘、以為沒人看見的選擇。主耶穌曾說：「掩藏的事沒有不顯出來的；隱瞞的事沒有不露出來被人知道的。」「因此，你們在暗中所說的，將要在明處被人聽見；在內室附耳所說的，將要在房上被人宣揚。」(路加福音八17，十二3)

福分，是來自行出上帝的話，僅有聖經知識是不夠的。聽過很多道也沒有用，要緊的是遵行上帝的話，按上帝的教訓重整我們的性格與待人處世。敬畏上帝，遠離惡事，與接受上帝的愛與恩典不但不相違，反之，是相輔相成。

願那解救以色列人脫離埃及為奴之地，經過紅海，又勝過一切仇敵的獨一真神賜給你悟性，一心遵守祂的話，有力量戰勝世界的惡魔(參以弗所書六章)，直到見祂的面。願主耶穌基督的寶血洗淨你，遮蓋你。又願上帝的聖靈引領你明白並歸向祂的真道。✞

怎樣幫助 單親家庭的小孩？

莫世淳



青少年問題的根由

今天我們所處的社會，離婚與未婚生子都極普遍，因此製造了無數單親家庭。這種風氣是何時蔓延的？1960年代人們鼓吹道德革命，要推翻傳統和道德。當年披頭四（Beatles）的歌標榜的是：有愛就夠了（All you need is love）。上帝給人的十條誡命變成了十個意見，可守可不守。因此，有性行為卻沒有婚姻盟約，生小孩不需要盡父母的責任，享受社會福利卻不須盡公民義務，自由的定義成了任意妄為，藐視一切道德標準。誠如聖經上所說的：各人偏行己路。

2011年夏天，英國倫敦南面的Clapham市發生暴動，搶劫，打死人，與警察對抗，使整個城市損失慘重。這市鎮本來有很豐富的文化遺產，當年William Wilberforce成為基督徒後，極力反對販賣奴隸，就得到當地的基督徒支持與幫助。為何二百多年後這地方出現如此令人不安的暴力行為？在2012年2月份的*Citizen*雜誌中有一篇報道分析箇中原因，一針見

血地指出，是因家庭結構遭破壞而引起的。

在過去幾十年，美國傳統的雙親家庭數目迅速下降。根據美國著名的保守派人士Phyllis Schlafly報道：在1960年，只有一成多（11%）美國兒童沒有與父親同住；1993年，全美三成多（2,000萬）兒童在沒有父親的家中長大。到了2010年，約170萬嬰兒出生於未婚媽媽家庭，這些小孩生活在貧窮線下的機率，比傳統雙親家庭小孩高出六倍。因為沒有父親經濟支持，未婚媽媽要靠政府救濟，所以聯邦與州政府一年須為此花費達950億美元。據人口調查局（Census Bureau）報告：單親家庭近三成（27%）生活在貧窮狀況下；相對來說，雙親家庭的貧窮率不及一成（6%）。在2009年接受美國政府糧票的人差不多有4,200萬。數字驚人！

早在1993年，Charles Murray已看到私生子是很嚴重的社會問題，因它會引發很多其他相關的問題，如：貧窮、吸毒、犯罪、墮胎等等。小孩沒有好的男性做典範，到青少年時期便誤入歧途，加入幫派，為所欲為。家庭、學校、警察都管不了他們。很多單親家庭的孩子成了問題人物，功課趕不上，吸毒，酗酒，不能安分工作，比較容易觸犯法律。這樣家庭長大的男孩，30歲以前坐牢的機率至少是正常家庭的一倍；女孩更容易在青少年期懷孕。這些小孩，因為缺乏父親的教導與保護，受身體、情緒與性虐待的機率也較高。有一個研究發現，與母親和她的男朋友同住的小孩，被虐待的機率比正常家庭的孩子多出十倍。

美國父親協會（National Fatherhood Initiative）副會長Vincent DiCaro說：「人們常常想知道如何幫助有問題的兒童，但沒有人問他們為何會成為問題兒童。歸根結底，就是小孩少了肯負責任和花時間在他們身上的父親。」統計發現，完整的美國家庭平均年收入約八萬美元，但缺少父親的家庭收入卻只有二萬四千美元。所以DiCaro先生很感慨地說：「社會上有兩種不同的人，一種認為婚姻與父愛很重要；另一種卻不以為然。所

以就造成收入的大偏差與各種青少年問題。」

孩子需要父母

雖然有這麼多的證據證明有父母的重要，但仍有人在著名的家庭雜誌上說，母親可兼父職，單親不影響孩子的成長。真的嗎？

加拿大學者Andrea Doucet調查了118位在家居住的父親，發現父母養育小孩的方式很不一樣。

1. 父親常喜歡與子女一起玩，甚至把他們拋上拋下；母親一般只想抱抱親親嬰兒。

2. 父親喜歡帶子女做戶外運動；母親可能鼓勵兒女做運動，但真正會與他們一起活動的母親不多。

3. 父親對子女感情需要的反應與母親不一樣，父親著重解決困難；母親注意子女的感覺。表面看起來，父親好像漠不關心，其實，子女需要向他學習處理問題的方法，不能單注意自己的感受。父母不同的反應，正好滿足子女兩方面的需要。

4. 父親比較會鼓勵子女大膽嘗試新事物，幫助子女在身心靈各方面長成獨立的個體。與母親以子女的安全為主的作法大不相同。

曾經有人諮詢一組單親父親，

問他們想得到的最理想幫助是甚麼？他們坦承，最理想的是有妻子分工合作。所以，有父母的家庭才是最健全的家庭，因為這是上帝所設定的。很可惜的是，現在單親家庭愈來愈多，使子女身心靈的成長受到負面的影響，因而社會的安定也遭破壞。

了解單親孩子

那麼，如果既成事實，父母已經是單親，該怎麼辦？我建議單親父母一定要學習從破碎中重建自己，用正確的方式教導兒女，減少孩子因失去父親或母親而帶來的傷害，和因此對社會所造成的負面影響。

離婚對不同年齡的小孩有不同的影響。最可憐的是小學年齡的小孩，他們會在行為上倒退，舉動比同齡孩子顯得幼稚。他們覺得父母離異是他們的錯，不管父母怎樣解釋，他們仍感罪疚。

父母離婚，孩子的情緒變得十分波動，他們會：

1. 否認：不能接受現實，不相信父母真的分開，很希望他們復合。有些孩子甚至在十年後仍希望父母覆水重收。對他們來說，父母離婚比父母死亡更難接受。

2. 他們會恐懼，傷痛，自責：覺

得是自己連累父母離婚。他們害怕被遺棄，常常哭。

3. 憤怒：他們愛父母，但生氣父母離婚。怒氣外顯的，就大吵大鬧，發脾氣，摔東西；怒氣內斂的就感憂鬱，無奈，悶悶不樂，不開口說話。他們生氣的對象也不一致，有時生自己的氣，有時怪罪父母；有時莫名忿怒，甚至生上帝的氣。

4. 想從中調停：大一點的孩子有時會從中調停，希望父母和好。不成功時，便怪責自己無用。

5. 自暴自棄：他們感到寂寞無助，沮喪徬徨，功課退步，這時比較容易吸毒，目無尊長。激烈的還會藉故做出反社會行為，如破壞公物、偷竊、傷人等暴行來發洩心裡的怒氣。走到這個地步就很可怕，自殺與殺人都有可能。

單親家長須知

不是說每個離婚家庭的小孩都會如此，但父母要防患未然，不要單顧自己而忽略孩子。哀痛中的小孩有太多負面思想，要怎樣幫助他們呢？以下有一些實際建議：

1. 不要漠視孩子的傷痛。缺少父愛或母愛的孩子，身心靈的創傷很難消除。他們會自責，覺得是自己導

致父母離婚。所以作父母的要懂得控制自己的情緒，多安慰和陪伴他們，彌補他們失去父親或母親的遺憾，讓他們知道你愛他們。

2. 坦誠與他們溝通，讓他們知道父母離異不是他們的錯，而是父母自己的問題。選幾本關於破碎家庭的故事書與他們同讀，回答他們的疑問，指導他們用正面的態度處理難題。按他們年齡能了解的程度解釋父母離異的原因，但要講得恰當，別把仇恨撒在他們的心田裡。比如丈夫有外遇，妳只須說：「爸爸離開媽媽，和另一個女人同住。不過爸爸仍然愛你。」這就夠了，不必多說。你的責任是幫助他們面對家變的現實，並從你的言行學到正面處理人生困境。

3. 盡量保持原狀，不要把環境改變得太快。家中少了父親或是母親已經是很難受的事，若再失去熟悉的環境與親友鄰舍，那小孩子會更失落，更沒有安全感。

4. 聆聽孩子的感受。如果你只自顧傷痛，仇恨對方，你會忽略孩子的需要。所以要花點時間聆聽孩子的心聲，了解他們，方才知道怎樣幫助他們。鼓勵他們講出心中話，盡量讓他們表達內心的傷痛；因為心中負面的情緒不處理掉，他們便很難健康地往前行。

我曾經輔導過一位二十多歲的女生，她是獨生女，12歲時父親去世，她與父親關係很好，因此很傷心。後來患上憂鬱症，常悶悶不樂，做事不起勁，要住院治療，她覺得自己沒有父親好可憐。她母親很擔心，但不知道如何幫助她。因她們是基督徒，我與她們同讀詩篇六十八篇5節：「上帝在祂的聖所作孤



兒的父，作寡婦的伸冤者。」我問她信不信上帝的話，她說信。我問她，上帝是孤兒的父，即她的父親，是不是很寶貴？她答是。我叫她多思想背誦這節經文，也請她母親每天提醒她，要為天父上帝是孤兒的父而感恩。她很受教，慢慢地就開朗起來。

5. 不要顛倒親子關係。有些父母情緒不穩，依賴兒女，把兒女變成祿母，以致子女與他們自己的朋友脫了節。把太多重擔放在孩子身上是不恰當的。

6. 別把孩子捲進父母糾紛的漩渦中。不要在他們面前爭吵，更不要叫他們在你們中間傳遞信息。失去父親或母親已經很痛苦了，如果還勉強他們做信差、裁判，會讓孩子更苦惱，影響他們身心靈的健康。

7. 不要在子女面前批評前夫或前妻。這很不容易，但為了愛你的孩子，一定要勒住你的舌頭。箴言十章19節：「多言多語難免有過；禁止嘴唇是有智慧。」兒女之間可能會互相批評父母，但是任何其他他人批評他們的父母，卻會使他們難受與反感。有時候父親走了，母親對父親的批評可能會使女兒對男人失去信心。如果是兒子，母親的批評可能會使兒子與父親疏遠，而凡事都唯母是從，不敢有自己

的意見，失去了獨立的能力。有時候，這樣的兒子長大後可能會有兩個極端的反應，要就是因怕母親而怕接近女人；也可能會因怕而恨女人，結婚後會虐待妻子。所以離婚的父母要小心你們的言語，要拓寬你的心胸，鼓勵孩子和離去的一方保持聯絡。不要破壞他們的關係，甚至幫助他們選購生日禮物給對方，讓兒女可光明正大地與對方聯繫，而沒有罪惡感。

8. 照常管教兒女。不要因離婚產生罪惡感而放鬆管教，要告訴孩子你的標準與對他們的要求，賞罰分明，言出必行，不要太心軟，助長他們常與你討價還價，要讓兒女知道你會按家規行事。如果你不能言出必行，孩子會看穿你，你就失去管教的威信，他們就成了沒有家教的小孩，這種小孩其實沒有安全感，因他們不知道自己的底線。有家教的小孩才有自信，因為他們知道甚麼事可以做，甚麼事不能做。所以請記得，好的品格是從好的管教、合理的要求與界線培養出來的。

聖經多次提到管教兒女的重要性：

「趁有指望，管教你的兒子；你的心不可任他死亡。」（箴言十九18）

「教養孩童，使他走當行的道，

就是到老他也不偏離。」（箴言廿二6）

「管教你的兒子，他就使你得安息，也必使你心裡喜樂。」（箴言廿九17）

從以上的經文可以看見，管教兒女是上帝對父母的要求，不單是為了小孩，也是為父母的好處。

9. 建立關愛網。為兒女找良師益友，愈多人關愛他們愈好，親戚朋友、教會團契、校內校外與社區團體都好。有時候在離婚的混亂中，小孩不能信任父母的時候，親戚朋友、牧師、老師都是他們談話的好對象。要記得，家庭的破裂奪去了孩子對愛的安全感，他們需要很多的愛才能使他們重建人際關係的信心。

關於愛的表達，每個孩子感受不同。有些從父母正面的話語就能感受到愛；有些要收到合適的禮物才知道父母愛他；有些從擁抱，從牽手當中感受到父母的愛；又有些在父母無言的陪伴中感受到愛。所以你要了解他們，才知道怎樣表達最有效。

10. 最重要的是把兒女帶到天父面前，教導他們禱告，把重擔卸給上帝，讓他們知道上帝愛他們，祂在你們家庭裡，祂必保護照顧你們。與他們一同研讀上帝的話語，把上帝寶貴

的應許指給他們看，讓他們知道上帝看他們為寶貝。

約翰福音十四章18節主說：「我不撇下你們為孤兒，我必到你們這裡來。」

路加福音十八章16節「耶穌卻叫他們來，說：『讓小孩子到我這裡來，不要禁止他們，因為在神國的正是這樣的人。』」

孩子們一般心思比較單純，若他們知道天父是他們的父親，非常愛他們，他們可以藉著禱告與祂交談，訴說心中的孤單寂寞，他們的心會得到很大的安慰，他們的傷痛會相對減少。讓我們一同來禱告：

「親愛的天父，我們奉祢兒子耶穌基督的名到祢面前禱告。祢是孤兒寡婦的上帝，祢應允說，祢不會離棄我們。主啊！我很需要祢成為我生活的力量，求祢引導我走前面的道路；給我智慧聰明知道如何教導兒女。求祢親自愛他們，保護他們，使他們因為有祢而一無所缺；也知道祢與他們同在，使他們得到安慰，不會孤單懼怕。阿們！」

願舌頭上有愛

錢志群

哪怕問剛懂事的孩子嘴巴是做甚麼用的？他們也能答：吃飯和說話。換句話說，嘴巴的功用就是吞與吐。吞進的是食物，吐出的是話語。

我們一日三餐吃營養、吃口味，但一天到晚也說怨言、說氣話。難怪聖經上說：「入口的不能污穢人，出口的乃能污穢人。」（馬太福音十五11）舌頭總在演雙簧。

舌頭的惡意衍生出一個語彙，叫「語言暴力」，就是用諸如謾罵、詆毀、蔑視、嘲笑、恐嚇、挖苦、貶損等侮辱歧視性不文明語言，對人做言語攻擊，話中帶刺、惡語相加、髒話連篇，讓人受傷。如今，中國連小學生也開始練他們的嘴功：「傻豬」、「別給臉不要臉」、「換作我樓上跳下去算了」等等。中國少年兒童平安行動組委會發佈一項調查顯示，八成多（81.45%）被訪小學生認為，「語言傷害」是最急需解決的問題，可見語言污染已到了何等嚴重的程度！甚至有些老師也好不到哪裡去，會說出「怎麼這樣笨，教這麼多年書沒見過你這樣的」之類的話，在學生心頭

烙上傷痕，也許一個孩子的一生就此被毀。

語言暴力常能讓人懷恨在心，甚至暴跳如雷，容易導致夫妻反目、兒女反叛、朋友成仇、鄰里不和、路人爭執。尖酸刻薄的話有時還會演變成身體暴力、生命悲劇。年過七旬的清華大學晏教授一家三口，乘坐公交車時被售票員錯認了他們的上車地點，為補不補一元的票爭執後，14歲的女兒氣憤地罵道：「怎麼這麼不講理？甚麼玩意兒，真不是東西！」被激怒的女售票員上前掐其脖子，致她昏癱，繼而死亡。售票員也被判處死緩。舌戰雙方常常是兩敗俱傷，所以智者規勸：

「謹守口與舌的，就保守自己免受災難。」（箴言廿一23）

可是又有幾個人能控制住自己的舌頭呢？

聖經中點破了舌頭的本相：「舌頭就是火，在我們百體中，舌頭是個罪惡的世界，能污穢全身，也能把



生命的輪子點起來，並且是從地獄裡點著的」；「惟獨舌頭沒有人能制伏，是不止息的惡物，滿了害死人的毒氣」（雅各書三6、8）。

也許舌頭會感到委屈，因為它能說出好聽的話、唱出好聽的歌。它何嘗不想討人喜悅？因為「一句話說得合宜，就如金蘋果在銀網子裡」（箴言廿五11）。但是，它常常是身不由己；因為出口的都是從心裡發出的，它總被心支配和奴役。當時，反對和跟從主耶穌的人，都不能明白主說的「入口的不能污穢人，出口的乃能污穢人」到底是甚麼意思，於是主做了清楚的解釋：「豈不知凡入口的，是運到肚子裡，又落在茅廁裡嗎？惟獨出口的，是從心裡發出來的，這才污穢人。因為從心裡發出來的，有惡念、凶殺、姦淫、苟合、偷盜、妄證、謗讟。這都是污穢人的」（馬太福音十五17至20）。一句話，舌頭不是它自己的主人，心才是一切問題的根源。心裡滿了罪，流出來的豈能不是惡語？

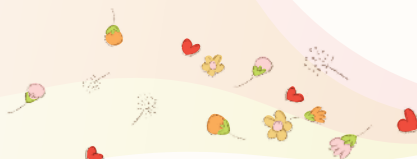
這樣說來，誰能制伏人心呢？罪人無法自救，也無法互救。好的家教、學校德育、自我修養固然重要，可是有幾多人，在別人舌頭不友好時能讓自己的舌頭長久沉默呢？

治本的處方在哪裡？上帝已經為

我們開出一劑：「你要保守你心，勝過保守一切，因為一生的果效是從心發出」（箴言四23）。怎麼保守我們的心？就是來到主耶穌面前認罪悔改，認祂為主，祂便差遣聖靈進駐我們裡面，甦醒我們的良心，並用奇妙的力量不斷教導、鼓勵和提醒我們，管理好自己的舌頭：「惟用愛心說誠實話」（以弗所書四15）；「污穢的言語一句不可出口，只要隨事說造就人的好話，叫聽見的人得益處」（四29）；「淫詞、妄語，和戲笑的話都不相宜；總要說感謝的話」（五4）；「不以惡報惡，以辱罵還辱罵」（彼得前書三9）；「凡所行的，都不要發怨言，起爭論」（腓立比書二14）；「你們的言語要常常帶著和氣，好像用鹽調和，就可知道該怎樣回答各人」（歌羅西書四6）等等。

上帝的話如同鹽一樣，幫助我們殺菌並調出鮮味，漸漸地使我們在抱怨中學會沉默，在誤解中學會理解，在委屈中學會忍耐，在傷害中學會寬恕，慢慢地棄絕謊話、葷話、謊話、嫉妒的話、仇恨的話，舌頭就成為愛心的使者。

舌頭上多了一份愛，人間又如何不多添一份情？！



曉君信箱

成長中的 掙扎



曉君：

你好，我今年16歲。我懷疑自己患上了強迫症，思想常被一些問題困擾。從十三四歲起，就會有一些自己也認為是多餘的思想和行為。這些困擾多半與信仰有關。我覺得我愈看聖經，愈想認識上帝時，思想行為就愈趨極端。例如讀到「神」字的時候，就會想，究竟我信的是不是聖經裡的上帝？會否不慎信錯假神？其實我肯定我信的是上帝，是主耶穌基督，但偏偏有這些強迫思想跑出來，令我無法繼續靈修。有時禱告後，我張開眼睛，就懷疑自己方才有沒有奉主耶穌的名求。不但在信仰層面，我在生活、學業、社交上，也有類似思想的困擾。近來這種情況好像愈發頻密和嚴重，讓我心裡不安。

另一件事，是我不肯定自己是否已經蒙主耶穌拯救。引發問題的導火線是13歲那年，我讀到耶穌所說的話：「人一切的罪和褻瀆的話都可得赦免，惟獨褻瀆聖靈，總不得赦免。」（馬太福音十二31）我想起過去曾辱罵上帝，惡夢由此而生，擔心自己是否褻瀆了聖靈，是否我的罪不得赦免。有一段頗長時間，我不斷苦苦思索，究竟「褻瀆聖靈」是甚麼意思？我曾為此認罪，請教傳道人和牧師，又上網尋找答案等；但到現在，仍得不著滿意的答覆。

13歲時在媽媽的陪同下，我做了決志祈禱，信了耶穌。不巧那時強迫症來了，常覺得自己做得不夠完善，又怕信漏了某些福音內容，於是再多做幾次決志禱告。這情況不斷循環出現，至今我仍不能肯定自己將來能否去天堂。

現在，我已達到教會受浸年齡的要求，我愈來愈害怕身邊同齡的朋友都已受浸，留下我一個人因未清楚救恩而不能受浸的情況出現。我怕別人會用甚麼眼光來看我，怕別人覺得我有精神病。我很想弄清楚自己是否患了強迫症。我沒有因此看醫生，也不敢向父母、牧師、傳道人坦白說出我的情況，也不敢詢問是否應該接受心理輔導。

以上是我的兩大問題。請曉君為我提供意見。

願上帝賜福！

C君上

親愛的C君：

你的來信我讀了好幾遍，深深感到你的困擾。你是個十分認真、要求完美的人，每件事都要盡力做到十全十美，包括信仰。同時，你也是個內省、思想細密的人，花很多時間反省自己對信仰的掙扎。以你16歲的年紀，對信仰如此認真，實在可嘉。只是想得太多了，又變成你的困擾和煩惱。

是否褻瀆聖靈？

我先談你的第二個困擾吧！你懷疑自己褻瀆了聖靈，以致罪不得赦免，不蒙主耶穌拯救。我想請你再看那段經文的上下文。主耶穌講這句話前，發生了甚麼事？主耶穌替一個被鬼附著的人趕鬼，法利賽人不但不信祂，還誣蔑耶穌靠鬼王趕鬼。換句話說，法利賽人執意不信，即使看了神蹟也堅持不信。那麼，耶穌怎能趕鬼呢？他們就說，祂靠鬼王趕鬼。他們因執意不信，就硬把聖靈的能力說成鬼的能

力，所以耶穌斥責他們褻瀆聖靈，不得赦免。

所以，主耶穌這句話是針對那些頑固執意拒絕祂的人來說的。這些人無論上帝做甚麼，怎麼做，他們都堅決不信。連看見了神蹟也不信。不但信，還誣蔑耶穌。這種人不接受救恩，也當然不會求上帝赦罪，所以自然不獲赦罪。

你的情況並不是這樣，你信了主耶穌，多次決志禱告，認罪，還恐自己信的不真、信的不夠，你當然就不可能犯了「褻瀆了聖靈」的罪。你的罪自然得到赦免。

朗聲背誦經文

為甚麼我這麼肯定？請你朗聲誦讀約翰壹書一章9節：「我們若認自己的罪，上帝是信實的，是公義的，必要赦免我們的罪，洗淨我們一切的不義。」

你信上帝的話嗎？信上帝遵守承諾赦免你的罪嗎？你信，只是思想常受困擾，經常疑心重重。對嗎？那麼你就要用信心把疑心趕走。馬丁路德也曾被魔鬼控訴，說他犯了很多罪，不能得救。他知道這是魔鬼搞鬼，就向魔鬼宣稱，主耶穌的寶血已經塗抹了

他的罪。他這樣堅信，魔鬼知道不能再用這招數攪局，就退去了。

你知嗎？魔鬼最愛用的伎倆是散播疑心的種子。昔日在伊甸園中，蛇對夏娃說：「上帝豈是真說……」；連對主耶穌，魔鬼也施展同一伎倆，說：「你若是上帝的兒子……」（創世記3；馬太福音4；6）。所以魔鬼在你心田裡撒下疑慮的種子，攪亂你的思想，一點不稀奇。問題是該怎樣對付呢？

夏娃的失敗是來自和蛇糾纏，言聽計從；主耶穌得勝的方法是用聖經的話，斷然抗拒魔鬼的甜言蜜語。

所以，我建議你，每天朗聲背誦經文，隨身帶一些經文小卡片，當負面困擾的思想一來，就立刻揚聲誦讀，直到把經文牢記心中。你要像一個學武術的人不斷地練習，溫故知新，把上帝的話豐豐富富地藏心裡。不停地用聖經經文抵擋魔鬼蠱惑的招式，像主耶穌那樣。

可背的經文很多，如約翰福音六章37節：「到我（主耶穌）這裡來的，我總不丟棄他。」十章28節：「我又賜給他們（信主的人）永生；他們永不滅亡，誰也不能從我手裡把他們奪去。」彼得後書三章9節：上帝「不願有一人沉淪，乃願人人都悔改。」

羅馬書八章31至34節：「上帝若幫助我們，誰能敵擋我們呢？上帝既不爱惜自己的兒子，為我們眾人捨了，豈不也把萬物和祂一同白白地賜給我們嗎？誰能控告上帝所揀選的人呢？有上帝稱他們為義了。誰能定他們的罪呢？有基督耶穌已經死了，而且從死裡復活，現今在上帝的右邊，也替我們祈求。」

我鼓勵你先背關於救恩的經文，然後不斷地背下去。以上帝的話取代你的疑問，你會成為有福的人（請參詩篇第一篇）。

不要縱容負面思想

關於患強迫症的事，我先問你一句：如果有人叫你吸毒，喝酒，偷竊，犯法，你會做嗎？我相信你不會做，因為你是好孩子。你覺得那些事是不對的，絕不能做。對嗎？那就是說，其實你是可以控制自己的。只要你覺得那些事不對，不應該做，你就有能力不做。

那麼為甚麼你不能控制那些困擾著你的思想呢？是不是你潛意識裡覺得那是好事？且看，你檢討自己，反省自己，希望做得更好，更準確，盡善盡美，那有甚麼不對呢？於是，你就縱容自己不斷反省，檢討自己，要求自己……，直到失去分寸，鑽進了牛角尖。是不是有這可能呢？

己……，直到失去分寸，鑽進了牛角尖。是不是有這可能呢？

如果有這個可能，你就要學習管束自己了。不錯，我們要堅決拒做壞事；但要知道，連表面上看為好的事情，如：自我檢討、反省、尋根究底等，也不能做過了頭。做過頭就變成壞事。俗語說「過猶不及」，如果你的箭射得太高、太低，一樣射不中標靶。聖經上也說：「不要行義過分，也不要過於自逞智慧，何必自取敗亡呢？」（傳道書七16）

就拿愛心施捨錢財給窮人這一件好事來說吧，如果過分姑息縱容，養成對方依賴、懶惰、不勞而獲的習性和貪婪心理，那就是把好事變成壞事。

主耶穌教人不要憂慮（參路加福音十二22、26），所以你這些表面上看似無害的自省和懼怕，一旦過了頭，變成了困擾，就肯定是壞事。你不能再縱容它們了！不能容許它們在你腦子裡築巢！不能容讓自己養成胡思亂想的習慣。留意一有這些思想，就須當機立斷，奉主耶穌基督的名斥退它們，並立刻做別的事情以轉移注意力。

學習新的功課

人生是一個不停學習的過程。就

是說，不能一下子都弄懂了，既須不停學習，必有所遺「漏了」。何況學海無涯，「漏」的、不知道的，肯定要比已知道的多千倍萬倍。愛因斯坦說，科學家們也只如沙灘上一個拾貝殼的小孩。可見年輕的你，知道的當然不多。你要學習接受不全懂的自己，「不要看自己過於所當看的」，要「看得合乎中道」（羅馬書十二3）。對己、對人、對事都一樣，你愈學習，就愈知道自己無知。

你說，過去幾年不停被類似思想困擾。是否我可以說，反省的功課，你已學了幾年，現在該學新的功課了吧？我不是說，以後你不必再反省，而是說，是時候學習新功課了。學習放開手，把你的疑問交給上帝；學習信靠上帝，不再靠自己苦苦思索。

當然，這個功課對你來說不容易，你會想：「放手？豈不是不盡責任嗎？」於是，你又做自認為對的事，不停內省，鑽牛角尖——因這已成了你的習慣。不容易學！但不容易不是不能，只是「困而學之」，須多費點勁，多費點時間，也更多忍耐而已。

了解自己

你知道嗎？當人漸漸長大，十來

歲時，自我意識會突然強起來。因為那時思想也在成長之中。年輕人忽然發覺自己「會想」，有了自己的看法，對很多事產生疑問；不像孩童時期甚麼都信。那是一個「為賦新詩強說愁」的年紀，一方面對前途充滿憧憬，一方面充滿莫名的煩惱。這個年紀的人突然「發現」自己，變得愛照鏡子，注意打扮，很在意同輩們怎麼看自己。那個時期，不少人成了叛逆少年。不過，無論反不反叛，是壞孩子或好孩子，大家其實都在掙扎著和適應著成長中的自己。

你說，你從13歲開始有強迫症，被強迫思想困擾，我相信這和你成長，進入青少年期有關。你要知道，這種情況只是人生中的過渡期，等你年歲漸長，學會了怎樣處理人生、思想、情緒和信仰問題等，你就不會像現在那樣困擾了。

不過要緊的是，你要在這個階段裡培養良好的習慣，如我上下文所提及的：不要憂慮、要有節制、繼續學習、背聖經、信任你的母親等。



信任你的母親

我為你感謝上帝，祂給你一位慈愛的母親。你13歲時，她陪你做決志信耶穌的禱告。我鼓勵你學習向母親開放，把心事告訴她。不要怕，母親是最愛你的人，她不會傷害你。你需要有人伴你成長，指導你怎樣度過迷茫的青少年期。對女孩子來說，母親是最理想的人選，因她們愛自己的孩子，也因她們曾經年輕過，這條路她們走過，掙扎過。你要信任她明白你，向她請教，請她分憂，和你一同禱告。

研究發現，年輕人如果和父母親關係密切，同輩壓力就會相應減少，因為他有後盾，背後有父母支持的力量。他的自信心也會較強，不需要苦苦尋求同輩的認同。

要是你不知道第一次怎樣開口向媽媽傾訴，不妨考慮約她每天和你一同散步，聊天，問她年輕時的故事，同時也把你每天遇到的事告訴她，請教她的意見。這樣，經過幾次「破冰之旅」，你們就很自然談到心事了。祝你成功！

做戶外活動

另外，我想問，平日你有甚麼活

動？會否和家人或朋友郊遊、步行、爬山、打球等？不要老是坐著看書、看電腦、思想。如果你身體沒有問題（如隱性心臟病等），你需要做一些出汗的體育活動。這樣不但減少胡思亂想的時間，還幫助你能熟睡。

最後，強迫症是一種焦慮症，特色是使患者有擺脫不了的思想侵入，使人覺得不安、恐懼或憂慮，往往因此會有些企圖消滅焦慮的伴隨強迫性行為。有時這種思想和宗教信仰有關。患者多是有較高智力、細心、謹慎、計劃周詳、有責任感的人。雖然你覺得和你的情況略有吻合，但我勸你不要自己斷症，因為你不是醫生。不妨先試試我以上的意見，先和你母親深談，必要時去看醫生，或找心理輔導也無不可。

不要害怕，詩篇九十四篇的作者也說：「我心裡多憂多疑，祢（上帝）安慰我，就使我歡樂。」（19節）但願你也像詩人一樣，經歷上帝的安慰。有一天也能作見證說：上帝使你成為喜樂、感恩的人。

曉君

你願意相信耶穌基督嗎？

若願意，請做以下禱告：

天父上帝，我從心裡承認祢是獨一真神。祢愛人類，曾差遣祢的獨生子耶穌基督降世代罪，為我們釘死十字架上，第三日復活，救我們脫離罪和死的權勢。我相信耶穌基督是人類唯一的救主，是道路、真理、生命，只有藉著祂，我才可以回到天父那裡，認識真理，得著永生。我明白以往我因不認識祢是真神，我的人生方向和路線都錯了。我是個罪人，如今決定回頭，不再走自己的路，願意一生跟隨耶穌，遵行天父上帝的旨意。求祢幫助我明白真理，使我信心堅定。奉主耶穌基督的名禱告，阿們！

你若做了以上禱告，希望你填寄「讀者回應」（本頁右表）與我們聯絡。

我的姓名（英文）_____ 姓 _____ 名 _____
地址（英文）_____

_____ 郵編 _____

讀者編號 _____

聯絡電話 _____ 傳真 _____

電郵地址 _____

我是新讀者 ☐ 是 ☐ 否

I. 本期讀後感（07/2013）

- ☐ 我尚未相信，盼能進一步認識耶穌。
☐ 我願意相信耶穌（這是我第一次表示信主的）。
☐ 請寄有關信仰材料 ☐ 請為我介紹教會

II. 請為我以下的事代禱

III. 我願意支持貴刊

- ☐ 我是基督徒，願每月把《中信》月刊，送給遠近親友閱讀。
☐ 我願分擔《中信》月刊的印刷費，茲附上 _____ 元。
（請填寫上方個人資料，並參看後頁奉獻方法。）

IV. 介紹新讀者

請先徵求對方同意，查證地址，並以**英文**正楷書寫。如屬中國內地地址，請務必以**中文**書寫及附上**郵編**。

姓名 _____ 姓 _____ 名 _____
地址 _____

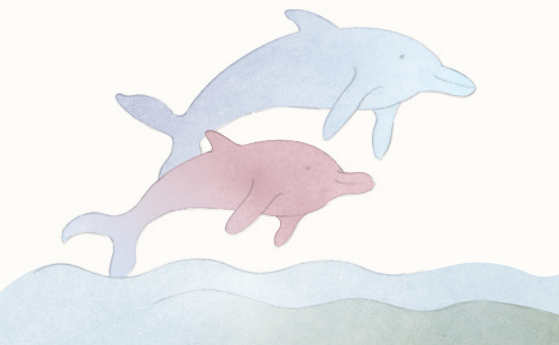
_____ 郵編 _____

聯絡電話 _____ 傳真 _____

電郵地址 _____

- 訂閱 ☐ 繁體版 ☐ 簡體版
這新讀者是基督徒？ ☐ 是 ☐ 否
（如地方不夠，請另紙填寫。）

本會地址：
香港九龍新蒲崗雙喜街9號匯達商業中心9樓
電話：(852) 2810-9933 傳真：(852) 2868-3212
電郵：lit@ccmhk.org.hk



■ 如讀者有感動，願意在經濟上支持本刊，請把奉獻：

• 存入下列銀行戶口：

匯豐銀行001-327600-001

恆生銀行286-374434-001

恆生銀行286-374434-226（人民幣）

• 支票：抬頭請寫

「中國信徒佈道會有限公司」或

CCM Christian Mission Ltd 並寄回本會收。

• 繳費靈PPS：中信商戶編號為6127

首次使用PPS請致電18013或登入www.ppskhk.com，

登記後請致電18033奉獻。

請以奉獻者聯絡電話登記為「賬戶號碼」。

賬戶號碼：_____ 讀者編號：_____

奉獻金額：_____ 奉獻日期：_____

PPS付款編號：_____ 聯絡電話：_____

奉獻後：請將銀行存款單／網上捐款記錄／繳費靈付款編號，連同前頁個人資料交回本會，以便發回收據。

傳真：2868-3212；電郵：account@ccmhk.org.hk

郵寄地址，請參前頁。

■ 澳門讀者請存入

銀行戶口：中國銀行 02-11-20-061980（港幣）

02-01-20-091560（澳門幣）

支票抬頭請寫「澳門中國信徒佈道會」

地址：澳門東望洋斜巷2D志安大廈地下

更改訂閱資料

☐ 更改姓名或地址

☐ 取消重複的刊物（重複刊物編號 _____）

☐ 停止訂閱

☐ 調整刊物數量，由 _____ 份改為 _____ 份

☐ 請把繁體版本改為簡體版本

***必須把舊地址標籤寄回本會，
不然無法辦理更改手續。**

新或正確姓名地址

請用**英文**正寫，如屬中國內地地址，請務必以**中文**書寫及附上**郵編**。

讀者編號 _____

姓名 _____ 姓 _____ 名 _____

地址 _____

_____ 郵編 _____

聯絡電話 _____ 傳真 _____

電郵地址 _____

請將所有增刪或更正資料盡快寄回本會，因發行安排，新資料約需六至八星期生效。謝謝你的合作！



你有這種經驗嗎？重訪童年足跡時，可能是故居，可能是以前唸書的小學，可能是和小朋友愉快嬉戲的地方，突然發現，怎麼地方這麼小？在記憶中，地方是很大的呢！以前覺得教室很大，以為坐在後面搗蛋老師肯定看不見；現在看到課室小小的，一目瞭然。以前追逐玩鬧的空地，足夠大家跑來跑去跑不完，原來也只是巴掌大的地方。是不是地方在記憶中放大了？還是我們忘記自己小不點的視野？

不久前公司要搬家，地方比以前小了一點，再加上大家還一直要應付工作死線，收拾得很慢，不少箱子就堆在過道上和桌子底下。有一天剛好是假日，我回到公

司收拾，一位朋友帶著兩個孩子也來了。朋友坐在電腦前在做點甚麼，兩個小姊姊就自己玩耍。過了一會兒，我從房間走出來，發覺小姊姊不見了，就問弟弟姊姊到哪去了？這時小女孩回答我了，原來她躲在會議桌下，正躺在桌子下的紙箱上呢，所以我沒有看到她。桌子下堆了好些紙箱，成了一個隱密的空間，小姊姊很享受躺在那裡，逗留了很長的時間。也許，她正充分發揮她的想像力，那幾個箱子可能已幻化為一條船，載著她遨遊天下；又或成了城堡，她是堡壘中的公主。我猜想，將來她的記憶中，方華姨的辦公室很大，足夠讓她和弟弟好好玩耍。某一天，她長大了再來，會覺得奇怪，這辦公室怎麼這麼小啊？

地方變小，是因為人長大了，對空間的觀感也有所不同。兒時覺得高大威猛的叔叔，後來看，不過是普通身材，因自己可能長得比他還高。一位朋友告訴我，他一直陪伴兒子上學，唸小學時，他搭著孩子的肩邊走邊談；可某一天，他突然醒悟到是兒子搭著他的肩邊走邊談，他感嘆日子過得真快！可能他的兒子卻是覺得爸爸好像矮了。

不過有些人我們看他總比他真正的身材高大，那是我們尊敬或者崇拜的人物。除此以外，還有另一種情況，

是我們看對方愈來愈大的。在魯益師的名作《那裡亞故事集》中有一段很有意思的描寫，在《開司平王子》一書中，小女孩露西重返那裡亞，再一次遇見獅王阿司能。露西說：「阿司能，你高大了。」阿司能說那是因為露西自己長大了一點。「你每增長一歲，就覺得我高大了一些。」

這不是剛好和我們的經驗相反嗎？通常我們長大一點，會覺得對方「變小」了。要知道魯益師的七本《那裡亞故事集》雖然是為兒童寫的故事，但裡面充滿著神學思想。阿司能是耶穌基督的表徵，祂是豐富無比的，你總不能完全了解或認識祂。面對耶穌，你愈認識祂，愈覺祂偉大，愈覺還有許多你不知道的方面；因此，隨著年歲增長，耶穌在我們眼中愈來愈大。好比我們遠遠看見一座山，不覺有甚麼特別，當來到山前，才發現山是這麼高聳入雲；等到進入山中，翻過一個又一個的坡，越過一座又一座的峰，才明白到山的深邃雄偉。山是很好的屬靈導師，讓人明白自己的渺小，需要尋求聆聽造物主的教誨。然後在認識上帝的過程中，愈來愈看到祂的偉大高超、浩瀚無比。雖然祂會搭著我們的肩邊走邊談，我們也知道，只要繼續前行，我們的認識總不會完備。這是多麼有意思的一段人生路途！



拖累和蒙福的律 白衣

世界真有「一人做事一人當」的因果律嗎？怎麼到了我們這個不株連九族的年代，也不見得只是「殺人者死」？那些被殺害的人不也死了嗎？還有受害者的家屬，多麼悲傷！有多少人因兇手一個人的惡行而家庭破碎，或變成孤兒寡婦？就連兇手自己的家人，也臉面無光。

根據研究賭博成癮的學者說，一個病態賭徒最少連累身旁17個人。其實受連累的何止身旁的人？納稅人不是漠不相關嗎？怎麼也要負擔刑法制度和社會福利各種開銷？據環保人士的說法，一個人在荒島上烤火，也影響地球上的一氧化碳。

倒是《聖經》說得明白：一個人影響全世界。罪是「從一人入了世界」；死是「因一人而來」。不過，蒙福的律也是一樣：恩典和復活也是因耶穌基督一人而來。（參羅馬書五12、17；哥林多前書十五21）

你以為難以理解嗎？其實類似例證在日常生活俯拾皆是。倒是「一人做事一人當」的事例不容易找到。人生有甚麼遊戲規則？與其道聽途說，不如看《聖經》，看創造我們的主怎麼說。 (唐)