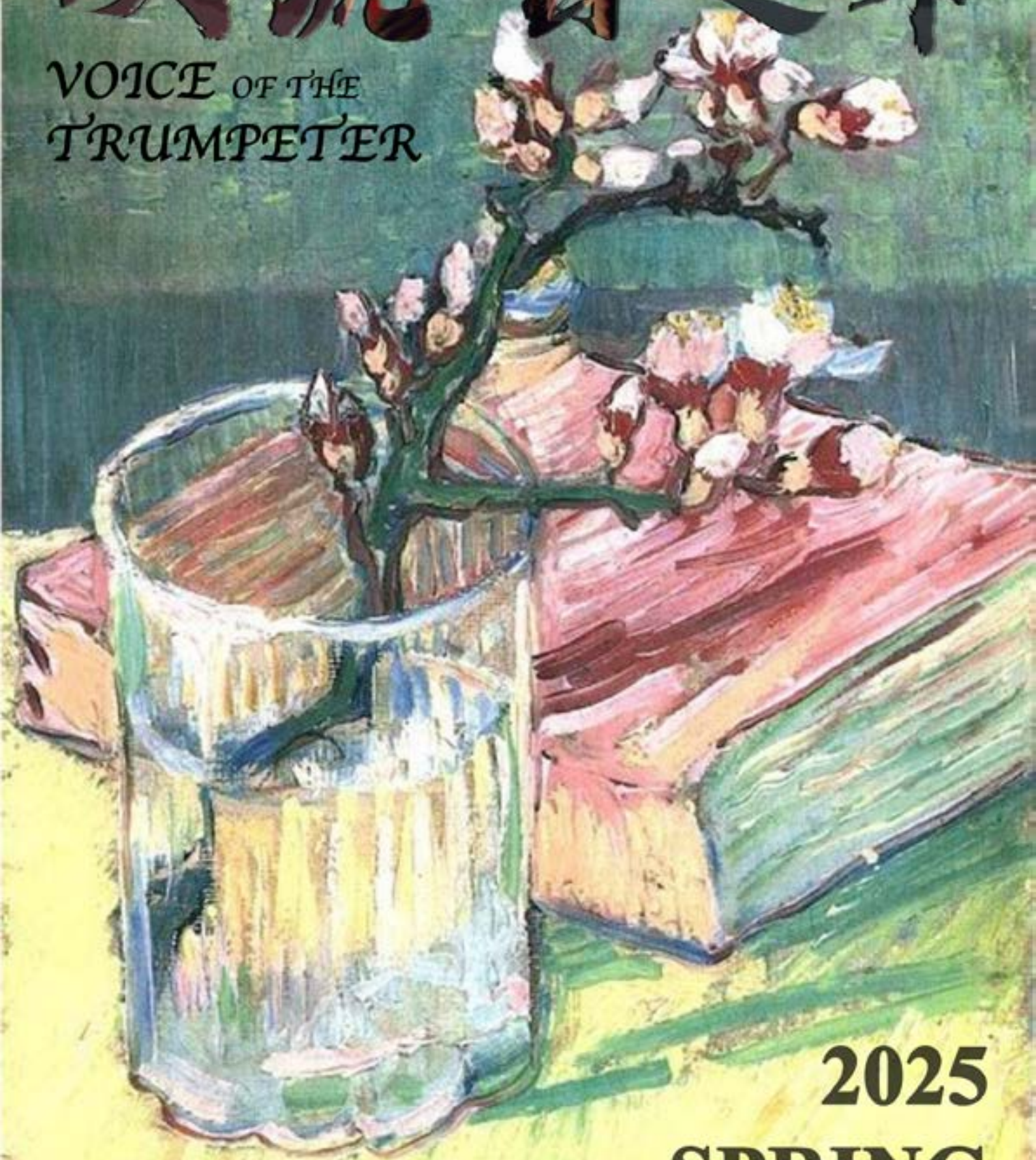


吹號者之聲

VOICE OF THE
TRUMPETER



2025

SPRING

失控的焦慮世代

談談大家都擔心的在家教育的「社交」

Dean's List大學選擇新體驗



Table of Contents

目 錄

- 03 欄目一：聖經世界觀 / Column 1: Biblical Worldview
聖經世界觀I: 心意更新: 人生值得一活
- 09 欄目二：活出家味 / Column 2: Live Out a Godly Fragrance
走出原生家庭的傷痛
- 14 欄目三：好書推薦 / Column 3: Book Recommendations
失控的焦慮世代
- 18 欄目四：家校風采 / Column 4: Homeschool Life
談談大家都擔心的在家教育的「社交」
- 21 欄目五：每日靈修 / Column 5: Daily Devotion
Clean Inside and Out; Angry Too Quickly; Not a Secret
- 24 欄目六：大學掠影 / Column 6: College Snapshot
Dean's List 大學選擇新體驗
- 26 欄目七：一同歡慶 / Column 7: Trumpeter Reunion
三個提醒: 眼光、格局和交託
- 29 欄目八：吹號者社群 / Column 8: Trumpeter Community
2025年第一季事工報告

第四課： 人生值得一活 關乎生命

作者：鄭立新

編輯整理：Jingjing師母

創造天國新文化
活出聖經世界觀

心意 更新

聖經世界觀 I



歐陽學事工出版

聖經世界觀 I: 心意更新

第四課 人生值得一活

關乎生命

Chunk Colson 提到一個發生在越戰時的真實故事：基督徒醫生 Dr. Kenneth Swan 對是否醫治一位雙目失明，大腦嚴重受損、雙截肢的傷員而內心非常掙扎，甚至他的官長都質疑，為什麼要把這樣一個人送回給他的父母。但 Dr. Swan 深知：「作為醫生，他的職責是救治病人，而上帝掌管人的生死」。這個重傷員就是在上戰場前曾問過上帝是否存在甘恩，他求上帝給他一個徵兆，就是哪怕拿走他的一切只要存留他的生命。最終，他身體殘缺但活了下來，這個故事讓我們思想到底生命的

意義是什麼？

A. 進化論

1. 我們是誰：

人類存在的意義是什麼？我們為什麼在這裡？人生的價值又是什麼呢？關於生命的起源與價值，不同世界觀有不同的解讀。從自然主義與進化論的角度，人類被視為進化而來的高級靈長類動物；但從聖經世界觀來看，人是按照上帝的形象受造，擁有神聖的價值與目的。

進化論的影響使人類逐漸將自己與動物等同，1996年在哥本哈根動物園展出了一對男人和女人，雖然穿著衣服但

他們認為自己是動物園的一部分----新的靈長類動物。然而，即便如此，他們仍保留了人類特有的尊嚴與行為準則，顯示出人與動物本質上的不同。我們看到即使科學試圖將人類歸入進化的框架，人內心深處仍然承認自身的獨特性，這正是上帝形象的印記。

真理就在我們裡面，創造主的神聖印記放在那裡，儘管人們努力的想將它消滅，卻無法將它逐出體外。事實上，任何否認我們人類本性，違背真理的嘗試，都注定會失敗。當人類嘗試去否認神的創造，這些自始至終都註定會失敗。

如果我們只是進化而來的靈長類動物，我們為什麼不可以任意而為呢？現代社會常以「我的身體我做主」為由支持墮胎，但如果人類生命的價值僅由個人決定，那麼道德標準將變得相對化。笛卡兒提出「我思故我在」，將人的理性置於最高權威，人自己的思想決定自己的存有，而不是由神決定。上帝之死意味著道德之死，蘇聯作家陀思妥耶夫斯基曾說：「上帝若不存在，一切皆被允許。」今天人們自己要做主，將上帝的存在挪去，人們為了個人選擇不需向任何人負責，也就會將墮胎視為理所當然，無視胎兒的生命權利。

1973 年 1 月 22 號，美國羅訴韋德案 (Roe v. Wade) 是使墮胎合法化的一個劃時代的判例，美國聯邦最高法院承

認婦女墮胎權受憲法隱私權保護，此案例開了墮胎的閘門，至今已造成數千萬嬰兒被墮胎。此判例也將婦女孕期任意分成三個階段，1-12 周前三個月為第一階段，他們認為此時胎兒不具有母體外存活性，所以孕婦可以和醫生討論後自行決定是否墮胎；12-24 周為第二階段，此階段限制墮胎但支持保護孕婦健康的必要墮胎；最後三個月 24-28 周之後，胎兒已具有母體外存活性，除非母親生命或健康遭遇危險，否則禁止墮胎。總之，無論怎樣解釋這個判例，墮胎合法之後，母腹成為胎兒生存最危險的地方。中文將母親孕育生命的地方稱為子宮---胎兒的宮殿，現在已經變成胎兒的地獄。

詩篇139:13說：「我的肺腑是祢所造的，我在母腹中，祢已編織我。」美國有一個實時記錄墮胎的網站《美國墮胎時鐘》，截止2023年7月26日晚9:17當天有2188例墮胎，從Roe V. Wade羅訴韋德案之後，已經有6千5百萬嬰兒被墮掉了，這個數字幾乎是二戰屠殺6百萬猶太人的十倍。

有人說，支持墮胎因為很多強暴被迫懷孕的事發生，2018年佛羅裡達州有一統計分析：源於亂倫的懷孕0.01%、強姦0.14 %、懷孕受到威脅 0.27 %、胎兒嚴重畸形 1%，總之 90%以上墮胎沒有具體原因，而只是基於個人或經濟因素。有一位我以前帶的青少年，後來在醫院做護士，她講到有一次遇到一個女孩子，只是因為想要去度假，就要

墮胎，你可以想象嗎？只因為想度假就要把胎兒殺掉。

美國最大的墮胎機構如Planned Parenthood，每年產業規模達7億美元，這個機構的創辦人Margaret Sanger說：

「任何無法擁有和控制自己身體的女人，都不能稱自己是自由的。」當我們憑著所謂的自由用來殺人的時候，這種是一個很可怕的觀念。

台灣的情形同樣可怕，每年近50萬胎兒被墮掉，遠超19萬的新生兒。202年台灣人口出生率又創新低，只有13.5萬。中國每年墮胎數量是一千三百萬，居世界第一。斯大林告訴丘吉爾「當一個人死亡時，是一場悲劇。當成千上萬的人死亡時，這就是統計的數據」。

箴言 24:11 說：「人被拉到死地，你要解救；人將被殺，你須攔阻。」我們基督徒在這方面其實有很多反省的地方，我們不但很少提到這個議題，更少有行動。反而天主教在這方面有很多積極作為。我過去的一個愛爾蘭同事，他和妻子生很多孩子。他們週末會去華盛頓 DC 參加反墮胎示威遊行。天主教在保護生命這一方面真的很投入。

出埃及記 21:22-25 特別提到，如果傷害了懷孕的婦人並傷及腹中胎兒，要以命償命。神看待胎兒就如同一個人，殺一個胎兒同樣要以命償命。在今天這個死亡文化中「墮胎是一把利器，它劈開了西方曆史中對人類生命尊嚴的承

諾」。

我們要重塑一個生命的文化，如果Tim Tebow 的母親當年決定墮掉這個孩子，也就不會有這位美國著名的美式橄欖球明星的今天。

還有如果一個人因強暴或亂倫是不是就應該墮掉這個孩子呢？一個已經發生的悲劇是不是有權利來製造另一個悲劇。華斯特是葛理翰牧師佈道團出色的歌手，她母親12歲被強暴後生下了她。感謝主！她不但活著而且在音樂和戲劇上取得了很大的成就。這首她常常在佈道會中演唱的詩歌《祂看顧麻雀》唱出了她的生命經歷：「我唱因我有喜樂，我唱因我有自由；我救主既看顧麻雀，深知我必蒙眷顧。」

不管何種原因受孕，它仍然是個生命，神看為寶貴。2022年6月24日，美國最高法院歷史性的否決了Roe V. Wade判決。重新裁決那一年的判決是錯誤的，聯邦憲法並沒有賦予墮胎的權利，應該由各州自行決定。這才是美國憲政體製，國會立法而不是法院立法。

2. 優生：

優生的觀念是透過選擇優良血統交配而改善人種的想法。那我們如何定義生命的品質，何為優呢？早在1975年，一項針對小兒科醫生的調查顯示77%人讚成，在嬰兒有缺陷的情況下，停止為其進食和治療。波士頓兒童醫院的一項調查顯示92%診斷為唐氏綜合症

的女性選擇終止妊娠。從優生的觀念看，嬰兒和胎兒有殘缺，就可以合理的除去他們的生命。羊膜穿刺是診斷胎兒是否有唐氏綜合症的方法，如果無論如何我們都願意保留孩子的生命，還是否有必要去做這一項本來也具有危險的檢測。我們的每一個決定，都應該按照聖經的世界觀來做。

3. 安樂死：

安樂死的字面意思是「好的死亡 (euthanasia)」，但本質上是人類試圖掌控死亡。許多國家已將安樂死合法化，所謂是以減少病人痛苦。然而，這也帶來許多道德問題，當社會開始接受以「同情」為由結束生命時，人類對生命的尊重將逐漸淡化，生命只被看成是生物學和自然界的產物，只看其是否有利用價值，那功利主義價值觀就成為主導決定因素。所有垂死的、體弱的、殘疾的、不具生產力的都可以被除去。醫生不再是醫「生」而是醫「死」。聖經中清楚教導人不能擅自奪取生命，人類生命存在著神聖造物主的印記。在過去的服務中，曾聽過一位年輕人說「如果一個人不上大學，就沒有生存的價值」，我們的底線到底在哪裡？上大學與否怎麼能決定一個人生命的價值呢？當我們僭越

上帝創造生命的神聖性，就一定會出問題。

B.創造論

讓我們一起回到聖經來看神如何看待這些事。

一：誰掌管生命

1. 生命是神的主權 (The Sovereignty of God)

使徒行傳 17:24-25 提到，是神自己將生命、氣息、萬物賜給萬人。人可以製造各樣新科技，但只有神創造生命，只有神對生命擁有主權。詩篇和約伯記都提到神賜予生命，神收回生命，生命的主權在於神。

墮胎是一種極為可怕的罪，不僅是殘殺生命更是將自己置於神之上，他們要自己來決定人的生死，自己掌管生命，將人置於神主權之上，是人能做的最邪惡的事。

1. 人生命的神聖：

創世記 1:27 神就照著他的形象造人，他創造了他們，有男有女。神造萬物說有就有，只有造人的時候是按著祂的形象，這是非常珍貴的。人算什麼，你竟顧念他！世人算什麼，你竟眷顧他！你使他比天使微小一點，賜他榮耀尊



貴為冠冕。是的，人有神的形象！美國獨立宣言提到：我們認為這些真理是不言而喻的，人人生而平等，造物主賦予他們某些不可剝奪的權利，其中包括生命、自由和對幸福的追求。在美國的出生證明也特別提到造物主賦予生命這一點。

2. 神立法保護生命

創世記 9:6「凡流人血的，他的血必被人所流。因為神造人，是照自己的形象所造的。」今天，基督徒讚成死刑，不是因為我們不看重生命，反而是因為神看重生命，不容人蓄意殺害他人，所以要以命償命，因為他毀掉了神按自己形象所造的生命。

3. 生命從何時開始

我們的同情心需要被神學和道德來規範。如果以犧牲真理或正義為代價來表達同情，就不是真正的同情心。感謝主！我們按著神的形象被造，我們有愛和同情，但這些從神而來的愛與同情不以神學和道德為根據時，就不值得來標榜。

如何看待胚胎是否是一個生命的觀點很大程度決定了人們對待墮胎的態度。因為科技的發展，我們以及可以看到胚胎發育的過程，正如神所說，每一天祂都在編織那個腹中的生命。1967年第一屆國際墮胎會議，有一個決議說「從精子和卵子的結合到嬰兒出生，我們找不到任何一個時間點可以說這不是一個人的生命」。正如耶利米書

1:5 節說：「我尚未將你造在母腹中，就已認識你，你未出母胎，我已將你分別為聖，派你做列國的先知。」和詩篇 139:13-16「我的肺腑是你所造的，我在母腹中，你已編織我，我要稱謝你，因我受造奇妙可畏，你的作為奇妙，這是我心深知道的。我在暗中受造，在地的深處被塑造，那時我的形體並不向你隱藏，我未成形的體質，你的眼早已看見了。你所定的日子，我尚未度一日，都在你的冊子上寫了。」所言生命的起源始於受孕的開始。

那我們該擁抱生命還是支持死亡呢？

二：擁抱、慶祝和保護生命

我們不單要對抗死亡文化，更要以生命文化取代死亡文化。台灣人過去常常說生孩子一個不嫌少兩個剛剛好。在過去這些年台灣，中國，還有疫情其間美國的出生率都跌至歷史最低點，甚至有人預言韓國將在幾百年後絕種消失。美國 CIA 統計國家的出生率，為什麼以一個國家的生育率影響這個國家強盛與否。中國經過多年的計劃生育政策開始放開實施鼓勵生三孩政策，北京全球智庫人口研究中心專家黃文政說，人口出生率低是民族生存危機，限制生育的政策從來就不應該有。可悲的是現在的年輕人，因為生存的壓力都不想要生孩子。神創造亞當夏娃，夏娃就是眾生之母的意思，神創造女人很重要的一個目的就是成為母親。神說：「要生養眾多，遍滿全地，並管理這地。」這是一個命令也是一個祝福。今天

人們把祝福當成了重擔。詩篇 127:3-5 說：「兒女是耶和華所賜的產業，所懷的胎是他的賞賜，箭袋充滿的人是有福的。」我們的世界觀需要被聖經世界觀所改變和更新。

1. 什麼是生活品質

哥林多後書說，我們的外在日漸朽壞，但內在卻日日更新。如果我們只在乎外在身體的狀況，也許就失去了人心裡面的品質。Dr Robert 曾說：「我們不僅能讓你尊嚴的死去，而且還能讓你在死前好好活著。」幾年前我曾訪問過一家韓國教會辦的臨終關懷中心，盡心地服事那些快要死去的人和他們的家人，並向他們傳福音，非常感動。除了安樂死我們有

另外的方式來面對死亡。大家熟知的 Nick 力克·胡哲，他的父母選擇生下沒有雙手和雙腳的他，今天他和妻子結婚成為四個孩子的父親。生命的內在品質不是外表所決定的。

C. 領養代替墮胎

以弗所書 1:5 說：「他按照自己旨意所喜悅的，預定我們籍著耶穌基督得兒子的名分」英文就是「adoption」，我們本不是神的兒女，但神領養了我們，成為神的兒女。基督徒可以更多的來領養授

Russell Moore 教授領養了很多孩子，還寫了《Adopted for Life》這本書。我也認識很多美國家庭甚至專門領養有殘疾的孩子，保留生命。有本書叫做《基督教對文明的影響》，在早期的教會基督徒雖然在被逼迫當中，卻關懷生命領養被拋棄的孩子。今天我們面對這樣一個死亡的文化，我們更需要向早期的教會來學習如何創造一個生命的文化。看過神在聖經中清楚的教導，生命如此神聖寶貴，神創造生命也掌管生命。

讓我們一起來討論這兩個問題：

1. 世界如何定義生命的價值？你現在所持有的對生命價值的看法和觀點是否受到世界的影響？

2. 基督徒和教會應該如何促進生命文化而不是死亡文化？

現在我們回到文章一開始 Dr. Kenneth Swan 和士兵甘恩的故事，20年後他們又見面了。那一次見面感人至深，肯醫生回憶到那個為甘恩手術的早晨，他深信他受訓練

只是來救治傷員，但只有上帝才能決定人的生死。當他們重逢的那一天，肯醫生再一次深信上帝創造生命也掌管生命，上帝使用甘恩的生命在最荒涼艱難的境遇中創造了奇跡。就像哥林多後書 12:9 所說的：「我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。所以我更喜悅誇耀自己的軟弱，好使基督的能力覆庇我。」求神幫助我們看到生命，不管生活中的我們是多麼的脆弱，多麼的軟弱，但是都可以因著神而顯得完全。

走出原生家庭的傷痛

李汝剛 牧師
印城華人教會

弟兄姊妹對原生家庭這個名詞並不陌生。原生家庭指我們從小長大的家，有爸爸媽媽，也許還有兄弟姊妹。原生家庭對個人性格起著至關重要的作用，對個人的生活會產生長期、深遠的影響，甚至會決定個人的一生幸福。如果你去看心理醫生，他首先問你一個問題，你的童年生活怎麼樣。因為在原生家庭，我們不知不覺地受父母兄弟姊妹的影響，他們的言傳身教和互動都慢慢塑造了我們如今的性格，甚至價值觀。父母親都想給孩子留下財產，卻不知道還有兩個最重要的禮物：第一個是父母之間的互敬互愛；第二個是基督信仰。

每個人的個性、待人處事的方式跟我們小時候生活的環境有著密切的關係。從原生家庭傳遞下來的待人處事方式不會因為我們信主馬上改變。我們在學校、職場、教會與人有衝突，受到傷害都是難免的。只要在有人的場所，都可能有衝突、有傷害，所造成的心裡傷痛可能會持續很長一段時間不

能恢復。對基督徒有利的地方是我們有神、有聖經。神是安慰人的神，我們可以用聖經啟示的方式從傷痛中走出來，重新得力。

在以色列歷史上，約瑟是在亞伯拉罕、以撒、雅各之後的第四位先祖。聖經用了13章的篇幅來講述約瑟的故事。約瑟的父親雅各有兩個妻子、兩個妾，共生了十二個兒子。約瑟在兄弟中排行十一。聖經說雅各最愛妻子拉結，當然也最愛拉結生的兒子約瑟。雅各家中有四個女人，每個女人都會偏愛自己的兒子。因為約瑟的媽媽拉結早

逝，約瑟和弟弟便雅憫就成了沒有媽媽的孩子。思想約瑟從受傷到重新得力的過程，可以幫助我們從原生家庭帶來的痛苦中走出來。

一、你無法掌控外來的傷害

聖經記載，約瑟經歷了三次傷痛，這些都是外來的傷害，是自己控制不了的。

講道鏈接：<https://sermons.logos.com/sermons/690025>

1. 被哥哥出賣 (創 37:23-27)

約瑟小時候，喜歡打小報告，看到哥哥們不好的行為就會告訴父親。聖經說，雅各愛約瑟勝於愛其他的兒子，因為約瑟是雅各年老時生的，雅各喜歡約瑟，給約瑟做了一件彩衣。(創37:3) 有人說，在約瑟那個時代，得到彩衣意味著得到了長子的名份，長子的名份就意味著可以繼承兩份家業。

父親的寵愛，卻引起了哥哥們的嫉恨，讓哥哥們都不與他和睦。後來約瑟作了兩個夢，使得哥哥們更加恨他。他夢到和哥哥們在田裡捆禾稼，他捆的禾稼站起來，哥哥們的禾作物向他的禾稼下拜。後來他又夢到太陽，月亮和十一顆星星向他下拜。這不僅讓哥哥們嫉恨他，甚至還受到父親的責備。(創37:10)

有一天，雅各打發約瑟去示劍，看他的哥哥們放羊平安不平安，回來給他報信。約瑟順服父親的話，就去尋找哥哥們，結果在路上迷了路，辛虧有人告訴他哥哥們去的地方。當約瑟的哥哥們遠遠看見他，就同謀要害死他。大哥流便聽見他們的計謀，勸說他們不可害約瑟。當約瑟到他們那裡，他們就剝了他的彩衣，將他丟在坑裡。四哥猶大提議將約瑟賣給路過的商人，眾弟兄聽從了他。約瑟跑這麼遠來看望哥哥們，結果被哥哥們無情地賣了。

2. 被主母誣陷

那夥商人把約瑟帶到埃及後，又轉手

賣給法老的護衛長波提乏。但耶和華與約瑟同在，使他百事順利，深得主人賞識。於是主人派他管理家務，把一切所有的都交在他手裡。年輕俊美的約瑟也深得主母的喜愛，主母對約瑟常常以目送情，引誘約瑟與她同寢，結果被約瑟拒絕。約瑟說「我怎能作這大惡，得罪神呢？」(創39:9) 約瑟一次又一次地抵擋，主母卻不肯罷休。最後，主母竟趁四周無人的時候，拉住約瑟的衣裳，執意要與約瑟同寢。約瑟把衣服丟在主母手裡，跑到外面去了。主母誣陷約瑟，他就被主人下在監裡。

3. 被酒政忘恩

在監獄裡，神仍然與約瑟同在，向他施恩。不久，約瑟被指派掌管監獄裡所有的囚犯。有一天法老的酒政和膳長被關進了監牢，他們兩個人各做一夢，卻不知什麼意思。約瑟對他們說，「解夢不是出於神嗎，請你們將夢告訴我。」(創 40:8) 約瑟為酒政解夢，三天后，酒政官復原職。約瑟囑咐酒政，請他出去後在法老面前說好話救約瑟出監。可惜的是，官復原職的酒政卻把約瑟忘了，害得約瑟在監牢裡又多待了兩年。

約瑟經歷的這三次不幸發生在他17歲到30歲之間，這都是約瑟自己無法掌控的。家庭傷害、職場傷害、忘恩負義，我們有沒有親身經歷過？我們對別人是否也造成過傷害？無意傷害別人是原諒的，明白過來後要悔改、向人道歉。有意傷害別人就是大問題了，是信仰出了問題，和神的關係出了問

題。那麼我們受傷後該如何調整自己的情緒呢？我們要依靠基督信仰的力量。

二、你可以調整自己的情緒

約瑟的原生家庭功能失調。約瑟的不幸是哥哥們直接造成，但約瑟的父親雅各負有不可推卸的責任。從負面來看，由於雅各過度寵愛約瑟，導致哥哥們對約瑟忌恨，進而帶給約瑟傷害。所以，做父母的應當平等地對待兒女。從正面來看，由於雅各寵愛約瑟，把約瑟留在自己身邊，讓約瑟看見父親敬畏神。這使約瑟處處敬畏神，尊神為大，因而帶來神的同在。神的同在使約瑟處事有智慧，凡事順利，蒙神賜福。從約瑟的身上，我們看到一個與神相交的公式：無論環境如何，只要我們敬畏神，神就與我們同在，神就賜福我們手中的工作。

酒政恢復原職後，繼續服事法老。兩年之後，法老也做了兩個奇怪的夢。法老夢見又醜陋又乾瘦的七隻母牛吃盡了那又美好又肥壯的七隻母牛就醒了。他又睡著，第二回作夢，夢見這細弱的穗子吞了那七個又肥大又飽滿的穗子（創 41:1-7）。埃及的術士無人能解開法老的兩個夢。酒政想起了約瑟，請約瑟出監為法老解夢。

約瑟對法老說，「這不在乎我，神必將平安的話回答法老。」（創 41:16）「神已將所要發生的事指示法老了。」（創 41:25, 28）。於是約瑟為法老解夢。約

瑟的智慧給法老留下深刻的印象。法老認為約瑟的智慧是來自「神的靈」。於是，法老王任命約瑟為埃及宰相，治理埃及全地，並授權準備應付全地即將發生的饑荒。

荒年未到以前，約瑟的妻子為他生了兩個兒子。約瑟給長子起名叫瑪拿西（就是「使之忘了」的意思），因為他說：「神使我忘了一切的困苦和我父的全家。他給次子起名叫以法蓮（就是「使之昌盛」的意思），因為他說：「神使我在受苦的地方昌盛。」（創 41:50-52）

約瑟沒有依仗自己是埃及宰相，向誣陷他、監禁他的波提乏夫婦算賬，也沒有回迦南地炫耀自己、羞辱他的哥哥們，而是選擇思想在他受苦的日子裡，神對他的眷顧與保守。約瑟藉著給兒子取名，立志忘記背後，努力向前。

約瑟很小就失去了母親，17歲前被父寵愛，17歲後遭遇三次重大不幸，30歲作埃及宰相，大約37歲生瑪拿西。「神使我忘記」中的「忘記」是一個已經完成的狀態動詞。這句話的意思不是說約瑟已經忘記了這些傷害，也不是說神從約瑟的記憶中抹去了這些傷害，而是說因著神的同在和祝福，約瑟已經不再思想那些令他傷痛的經歷。他調整了自己的心態，從消極的傷心轉向積極的感恩。約瑟給兒子取名等於與自己立約。看到瑪拿西，就表明過去不幸的遭遇已經過去了，而神的祝福已經賜給他了。瑪拿西就是約瑟心態轉向的標

記。

今天有很多人對自己過去原生家庭的傷痛念念不忘，只要一閒下來就想，心裡的銀幕一遍又一遍地播放那些讓他傷心落淚的情景，心生苦毒。面對自己過去的傷痛，我們需要調整自己的心思意念。當將心放在神的身上，多思想神的同在，多思想主的恩典。

人類有史以來最慘烈的一次傷害，莫過於兩千多年前將一個完全無罪的人—耶穌釘上十字架。但人類最偉大、最震撼的救贖和饒恕也同時從十字架發出：「父啊，赦免他們，因為他們所做的，他們不曉得。」（路 23:34）既然耶穌都選擇了饒恕，我們這群跟隨祂的人，不也該效法祂的榜樣嗎？當我們越多思想耶穌的十字架，我們就會越輕看所經歷的傷害，藉著聖靈的安慰，一步一步地從過去那些傷痛中走出來。止住傷痛的最有效的方法就是思想主的十字架，這是信仰的力量。

三、愛與饒恕是最好的醫治

約瑟因從神那裡得到了愛與祝福，調整自己的心思意念，不再專注過去的傷痛，但這並不意味著從他的記憶中抹去過去的傷痛。聖經讓我們看到，當約瑟見到他的哥哥們時，觸景生情，他的心隱隱作痛。約瑟沒有選擇報復，他



選擇愛與饒恕。約瑟的選擇是因為他明白了自己在神國裡的位份，明白了他的遭遇與神救贖以色列人全家有關。柯恩德牧師擔任倫敦威斯敏斯特大教堂主任牧師25年，他用自己的親身經歷寫了《完全饒恕——不饒恕就沒有未來》這本書。在談到約瑟時說，「完全饒恕是通往更大恩典的唯一途徑」。

約瑟的哥哥們來埃及地買糧，約瑟哭了五次，表達了對哥哥們的愛與饒恕：哥哥第一次來買糧時，約瑟一見到他的哥哥們，就認出來了，他的哥哥們卻不認得他。（創42:24）約瑟試驗哥哥們，留下二哥西緬作為人質，讓他們帶小弟便雅憫來，試驗哥哥們會不會像20年前賣他一樣再次賣他的小弟。約瑟發現哥哥們認罪了，於是大哭一場，吩咐僕人給他們裝滿糧食，歸還銀子，預備

他們路上的食物。約瑟對哥哥們沒有報復，只有愛。

過了不久，約瑟的哥哥們帶著小弟便雅憫到埃及買糧。當他們站在約瑟面前時，「約瑟愛弟之情發動，就急忙尋找可哭之地，進入自己的屋裡，哭了一場。」（創 43:30）約瑟欣喜地為他們設擺筵席。他們和約瑟一同飲酒宴樂。

約瑟為了進一步試驗哥哥們對便雅憫的態度，決定將銀杯放在便雅憫的口袋裡，以此要扣留便雅憫。這時猶大出來替便雅憫哀求。（創45:2）猶大顧念父親和他最小的弟弟便雅憫，這深深地摸著約瑟，並使他確信哥哥們改變了。於是約瑟情不自禁支開左右的僕人與弟兄們相認、放聲大哭。

約瑟容許並表達自己的難過，卻不容許自己的難過傷害到自己和他弟兄們。約瑟指出哥哥們當年傷害他的事實，卻安慰他們說：不是你們「賣我」，而是「神差我」，為要拯救、保全全家性命。約瑟安慰哥哥們不要對賣他自憂自恨，要哥哥們趕緊回去，將父親和全家老幼並牛羊，搬到埃及地來，在埃及為父親養老。

約瑟跟哥哥們和好之後，兄弟們痛哭一場（創45:14-15）。這時，約瑟的傷痛完全釋放，約瑟與眾弟兄親嘴，抱著他們哭，弟兄們也開始與他說話。

雅各過世後，哥哥們怕約瑟報復他

們，於是編造出父親的遺囑，要求約瑟善待他們。這時約瑟面對哥哥們仍活在懼怕中，怕受報復，又「哭」了。

（創50:17）約瑟心想，我早已饒恕了你們，又把你們接到埃及，養活你們，你們為什麼還懼怕呢？於是約瑟用親愛的話安慰他們：「不要怕，我豈能代替神呢？從前你們的意思是要害我，但神的意思原是好的，要保全許多人的性命，成就今日的光景。現在你們不要害怕，我必養活你們和你們的婦人孩子。」（創 50:19-21）

《聖經》讓我們看到，約瑟對自己所經歷的傷痛是他自己無法掌控的，但他不斷調整自己的情緒。神的同在、神的愛、神的祝福給了他力量，使他不思報復。當全地發生飢荒後，約瑟從神拯救、保全雅各全家的視野解讀他被賣事件，安慰自己，也安慰他哥哥們。饒恕和愛使約瑟從傷痛中完全走出來，重新得力。約瑟去世前認識到他所經歷的是神對亞伯拉罕的應許，他相信神必定看顧以色列民。所以，他要求以色列人把的骸骨搬到迦南地去。

我們從小到大因這樣或那樣的傷害感到傷痛。然而，我們所經歷的傷痛與約瑟相比根本算不了什麼。你我都在神的大計劃之中，我們完全可以向約瑟一樣，多思想神的恩典、神的救贖之愛，調整自己對傷害的反應，合宜地表達情緒。當我們願意饒恕對方，並愛他們時，就能從傷痛中走出來，重新得力。

好書
推薦

失控的焦慮世代

編輯整理: Gnade Grace

引言:《The Anxious Generation》
(《失控的焦慮世代》)於2024年出版。越來越多的人在談論這本書,書中特別講到手機和社群媒體對這個世代的影響,以及如何應對隨之而來的心理疾病。

鄭牧師:先請特派員張樺姊妹來介紹這本書,之後我將分享父母和教會如何來應對。

張樺:謝謝鄭牧師。弟兄姊妹平安,今天我想跟大家分享這本書《失控的焦慮時代》,談談青少年手機上癮的問題。這本書的作者是紐約大學心理學教授海德特。他最初允許他年幼的孩子使用智慧型手機、平板電腦。因為大家都這麼做,所以沒有人覺得有問題。

真的是這樣嗎?他後來發現不單有問題,而且問題非常嚴重。書中數據顯示,美國高中生罹患重度憂鬱症的比例在2010年以後有大幅提升,患有焦慮症和憂鬱症的大學生也開始大幅攀升。在各個年齡組,越年輕的群體焦慮症的發生率增長越快。尤其是女生,10年

間自殺率增加了3倍,遠高於男生。

2010年蘋果公司推出iPhone 4,智慧型手機和社群媒體從此開始大量普及,用戶也快速成長。到2022年,已有近一半的青少年幾乎一直掛在網路上。海德特教授在書中經過詳細論證之後,得出一個結論:在2010至2015年間,發生了一個大重置,孩子們童年的生活方式發生了根本性的改變。伴隨著智慧型手機長大的Z一代,他們的社交模式、模範人物、情緒管理、睡眠模式、思維意識、人際關係都跟使用翻蓋手機的千禧年一代有著天壤之別。這不僅是外在生活方式的改變,更是一個大腦重塑(rewiring)。

現在年輕人每天線上時間是5到13個小時。孩子的童年幾乎完全被手機佔領,他們失去了自由自在的玩耍,面對面的同步互動。他們把網紅當成榜樣,把按讚當成獎勵。他們的文化學習敏感期是在社群媒體上度過的。他們的身分認同、自我意識、情感和人際關係、價值觀全部都被網路文化塑造。這種以手機為主的童年對青少年造成了極大的傷害。



傷害一：社交剝奪。青少年每天跟朋友相處的時間是一個斷崖式的下跌。15-24歲年齡層中，長時間使用社群媒體的青少年的心裡越來越不健康；即便是面對面的時候，手機也會破壞他們之間的相聚品質。62%的受訪兒童表示，父母使用手機會導致他們分心。童年大重塑摧毀了Z一代的社交生活，他們沒有社群感，非常孤立，自我認同和自信心都受到影響。

傷害二：睡眠剝奪。青少年原本就睡眠不足，進入智慧型手機時代之後，他們的睡眠更進一步減少。這直接影響到他們的注意力、專注力、記憶力、情緒、人際關係和身體健康。

傷害三：注意力碎片化。研究顯示，現在的年輕人每5分鐘會收到一個通知，重度使用者可能每一分鐘就會被打擾一次。注意力不斷地被分散，影響青少

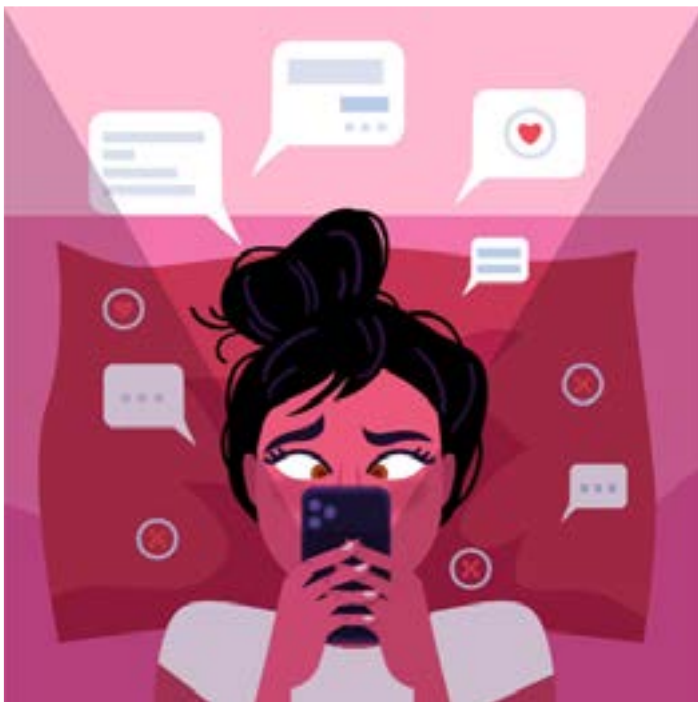
年的思考和執行能力。即便不看手機，光是手機存在，就足以影響他們的注意力。

傷害四：上癮。這是最可怕、最邪惡的地方。每次上網刷短視頻，玩小遊戲，不停點擊，這種重複的快樂會在大腦開出一個新的路徑，重塑大腦。這種快感就是多巴胺產生的，如同賭博一樣，讓人無法收手。沉迷於網路和電玩的上癮行為和海洛因的化學上癮是類似的，這種強迫行為無法自控，同時行為受到操控。心理學家阿桑黛克說，在許多偶然的衝動中，其中一個衝動會引發快感，分泌多巴胺，這個衝動因而被強化，並烙下印記，重塑了大腦。

海德特教授說，有一次他6歲的女兒求他說：「爸爸，你能幫我把我的iPad拿開嗎？因為我想把眼睛拿開，但是我做不到。」她被遊戲設計師的演算法控制了。這種控制動物行為的強大方

式，僅次於把電極晶片植入大腦。實驗心理學顯示，一個動物的學習曲線是循序漸進的。例如，一隻小貓拉了一下繩子，逃出了籠子，吃到了treat。多次重複這個循環，就是一個學習的強化過程。這種機械式反射式重複的動作，就在重塑大腦。這種鉤癮模式，就像被魚鉤鉤上以後，自己沒有辦法逃脫。也好像賭博的心理機制，有時會贏錢有時不會，非常上癮。

臉書被爆料的一個內部檔案顯示，設計者正是利用這個心理特質來讓青少年上癮。因為他們的大腦皮質、額葉皮質還沒有發育完全，沒有辦法抵抗這些誘惑。Instagram的產品策略，就是要讓更年輕的用戶上癮，對他們產生負面影響，加重自殺的念頭和飲食失調。而年輕用戶越使用這個社群媒體，就會變得越抑鬱，越抑鬱就會更想使用，這是一個非常邪惡的惡性循環。



我認識的一個十一二歲的華人女孩有至少三個抖音帳戶，分享很多自殘的照片，有成千上萬的點讚，後來她網購了藥物試圖自殺。

接下來我將講述一下成癮機制。史丹佛大學教授布蘭克專門研究成癮問題。《失控的焦慮時代》引述她的論述，對人腦來說快樂和痛苦是一體兩面，如同天平和蹺蹺板，人的大腦總想要保持平衡。這位女教授舉例說，當她觀看所喜歡的節目時，她的大腦就會分泌多巴胺，天平就會向快樂的一邊傾斜。可是大腦想要保持平衡，於是天平就會朝痛苦的一邊傾斜。這時她就會感到多巴胺不足，痛苦得像酒後的宿醉，大腦需要經過休息才可以恢復原狀。但如果長時間過度刺激會導致大腦失衡，出現戒斷症狀，做什麼都不開心，只有用藥物才能維持正常。如果出現這種症狀就說明已經上癮了，要戒掉這個癮就需要戒斷。

布蘭克教授說，在20年前治療時她會開抗抑鬱藥，但是現在她會開多巴胺斷食 (dopamine fasting)，對什麼上癮就要戒斷什麼。例如她為一個有遊戲網路成癮的男孩開出了一個叫「遠離一切螢幕，包括遊戲」的處方。一個月之後，這個男孩感覺好了很多，回到了原來的大腦平衡。同時多參與體育運動，團體活動，產生健康有益的多巴胺，擁有真實的價值感與歸屬感。

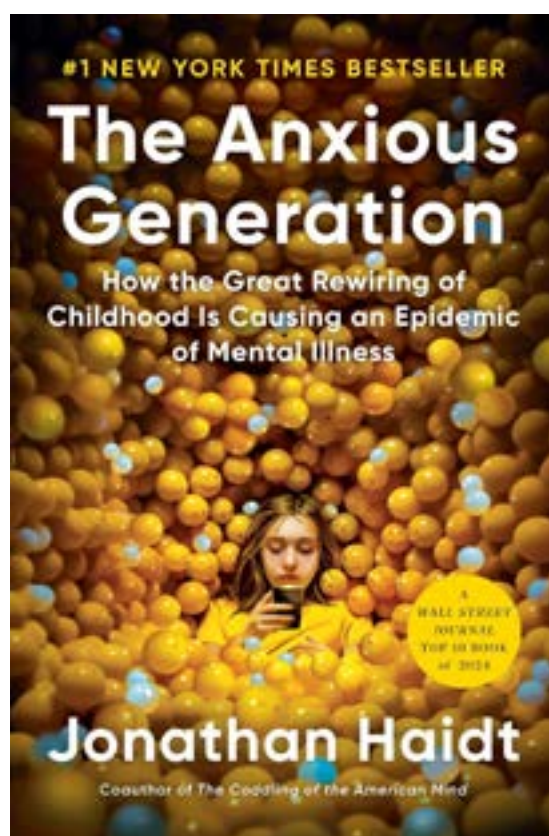
鄭牧師：謝謝張樺姊妹的分享。實際上，我們大人也或多或少的受到手機和社群媒體的傷害。我們需要增加現實世界的體驗和生活，減少虛擬世界的成分，千萬不要讓螢幕成為孩子日常生活的一部分，尤其在6歲前盡量少用螢幕。我服事常常搭飛機，在機場看到很多媽媽把 iPad 放在嬰兒車裡面，這樣做就是在幫助孩子上癮。父母應該給孩子們提供足夠的玩耍時間和空間，提升不同年齡層的互動，一起參與服事，讓孩子當幫手做家事。

海德特教授在《失控的焦慮時代》這本書中說，靠每個人單打獨鬥會覺得做正確的事太困難或成本太高，但如果能一起行動，成本會大幅降低。俗話說，需要一個村莊的力量來培養一個孩子 (it takes a village to raise a kid)。如同大雁要成群結隊的飛行，比單飛會快70%。我希望能夠組織一個像大雁的團隊，飛行快 70%。

海德特教授鼓勵父母們建立一個合約，一起商量好到孩子到幾年級才給他們手機。我就想到從教會的小組、團契、主日學開始做起。提摩太後書 2:22 說，「你要逃避少年的私慾，同那清心禱告主的人追求公義、信德、仁愛、和平。」所以父母們要一起給孩子這樣的群體，教會領袖要起來關心下一代，我們需要靠群體力量來幫助父母，也幫助我們自己的下一代。盼望我們從吹號者的聚會開始，改變這個文化。

我更想推動一個跨世代的親子活動，這也是我們吹號事工正在努力的方向。父母孩子都在一起，讓祖父母也能够參加，增加親子互動的機會。我們要成為變革推動者，能夠應用聖經的世界觀來影響周圍。許多父母面臨孩子非常嚴重的問題，但是不要放棄，「耶和華如此說：就是勇士所擄掠的，也可以奪回，殘暴人所搶的，也可以解救，與你相爭的我必與他相爭，我要拯救你的兒女。」(以賽亞書49: 25)

所以我們不能坐以待斃，這是神的應許；當我們起來與世界相爭的時候，神就出手，就來拯救我們的兒女。所以不管你與孩子關係怎麼樣，或不管你有沒有孩子，讓我們在這樣的世代，一起來搶救下一代，幫助下一代，讓下一代能夠繼續承接神的祝福！



談談大家都擔心的 在家教育的「社交」

Sophia 潔

關於在家教育，除了教材外，大家問得最多的就是社交問題，擔憂「孩子會不會總悶在家裡？怎麼學習與人相處呢？」但開始實踐在家教育之後，我意識到這些擔憂的產生是因為幾個教養的誤解。

誤區一：認為「社交」就是要將孩子送出去和他人交往。在學校教育主導的情況下，我們已經習慣了早早把孩子送出去。國內三歲送幼兒園，美國半歲就可以送 day care。在這種環境下，我們習慣性地以為，為了讓孩子將來能更融入社會，他們就要儘早與外人接觸，卻忘記了如果一個人不懂如何與家人相處，那麼再到外面混的風生水起也是枉然。反之，如果一個人知道如何和家人建立成熟的彼此理解、彼此相愛的關係，那麼一定不用擔心他能否在社會上立足。我們常常著急把孩子早早送出去「社交」，卻認為家庭關係不用耕耘，理所當然就可以相處好。然而，人在外面可以帶著千種面具，真正生命的本相卻暴露在家庭關係中。

誤區二和誤區三：認為homeschool

就是在家悶頭學；認為孩子在同儕中學習就是最優解的。這兩個迷思是值得放在一起寫的。實際狀況是，首先，homeschool中孩子不受學校時間表限制，有更多自由出門參與活動的時間（當然，不是總參加活動，而是甄選最合適的，且頻率不宜過高）；其次，homeschool 的社交範圍正是模仿真實社會中的模樣，「混齡」而不是「同齡」。孩子要學習照顧年幼的，也要學習與大孩子相處，甚至也要學習如何與成人開展有意義的對話。這兩點優勢隨著孩子年齡增長會更加明顯。我認識幾個有青少年的 homeschool 家庭，孩子們特別懂事，完全不是那種叛逆少年的樣子，而是既懂得照顧幼小，又懂得和大人成熟地交流。事實上，正是十多年前認識的一戶 homeschool 家庭和他們家孩子的美好見證（那種大小孩子都滿有愛心和智慧與人相處的樣子）吸引我決定將來走homeschool 的道路。

回到剛才在「誤區一」中提到的家庭關係，我想特別寫寫homeschool 讓我們最得益的兄弟關係。三年前，我有感而發寫了以下的文字。那時正是老大三歲

半，老二差不多半歲的樣子，兄弟之間爭競的心已經開始顯出，老大也會有意無意欺負老二。我當時有感動和老大深入講了該隱和亞伯「人類第一對兄弟」之間的故事。但故事沒有停留在悲傷結局，而是回到真正的那位人類「長兄」身上—Jesus laid down His life for us, so we can be adopted into His family (耶穌為我們捨命，使我們成為神家裡的人)。真正「長兄」的回答是：我就是看守我弟兄的，而且我會為看守他的生命而捨棄自己的生命。

二胎有感「Am I my brother's keeper?」(我豈是看守我兄弟的呢?)

聽過很多不想要二胎的父母常常說，「不想孩子要和人分享父母的愛」。另外也聽過有不少已經有二胎的父母說，「不想教大的總是讓著小的，照顧小的，這樣對大的不公平」。其實兩種說法都有一個根深蒂固的隱含問題，那就是兩個孩子(或更多孩子)是競爭關係，而不是彼此相愛、彼此扶持的關係。在老二出生之前，我也擔心會不會讓老大感到愛少了，也迷茫於如何教導兩個孩子合理對待彼此。但是，每次擔心迷茫的時候，思想神對我們的愛，就有了答案。最近重讀《創世記》，讀到神責問殺害亞伯的該隱，問他的兄弟在哪裡。該隱反問神一句：「我豈是看守我弟兄的呢?」(Am I my brother's keeper?) 這句話很有意思，一句反問，充分體現了人性的自私。他和我有什麼關係呢? 我管他幹嘛? 他出事了你幹嘛來找我? 其

實和前面說的「不願分享父母的愛」，「大的不用照顧小的」等說法如出一轍，都是人類的核心問題——自私。事實上，這個反問在神那裡是有一個答案的：Yes, you are your brother's keeper. (對，你就應該是看守你弟兄的。)不



僅如此，你要用犧牲之愛來看守你弟兄。神用獨生子耶穌詮釋了這個答案。長兄愛子耶穌為我們這後面被神收養的兒女捨命。耶穌吃虧了嗎? 用我們的眼光來看，當然如此。無罪的代替有罪的，受了極重的苦，天父也在他身上彰顯極重的榮耀。而我們這些弟兄姊妹因他而走進神榮耀裡，也要效法祂的

樣式，學習捨己的愛。這就是神養兒育女的智慧，教導孩子的智慧。

老大出乎意料地聽進去了（不要小瞧孩童），而且在隨後的三年，因著我們homeschool 的特點，兄弟倆有很多時間相處，功課就是學習彼此相愛、彼此扶助，尤其是老大。孩子天生就是嚮往強者，所以小孩一般都會比較喜歡和比自己大的孩子或者同齡孩子玩，在沒有人特別教導的情況下，基本上不會主動和弱小的孩子玩耍，更別說主動愛護、照顧他們。如果我們仔細觀察playground 上玩耍的小孩，沒有大人引導的情況下，弱肉強食的現象很常見。不常見的是憐憫弱者、施恩給失敗者、以愛心引導照顧年幼者。而我們的教育目標則應是幫助孩子摒棄「弱肉強食」的爭競之心，效法耶穌的捨己服侍。（當然不是說摒棄比試和競賽，而是摒棄屬血氣的爭強好勝。「靠著爭競之心贏」和「在主面前盡忠心」是兩種截然不同的動力。）

目前讓我最感恩的就是看到兄弟關係情比金堅，尤其是在我孕期體力不足的情況下，兄弟倆可以彼此玩一整天不打擾我，我只需提供食物和安全的環境。哥哥知道如何照顧弟弟，叮嚀他吃該吃的東西。弟弟也特別願意分享好吃的。玩耍的時候很少出現爭吵的狀況，即使出現也是略加引導後，矛盾很快解決。最近因為我生病，哥哥還學會了為弟弟拉臭臭安裝小馬桶，並且擦弟弟的屁屁。弟弟特別有禮貌，主

動地謝謝哥哥（弟弟嘴巴最近越來越甜，被愛者也會學會給予愛）。他們也發明了許多小遊戲，keep each other busy。

其實我們在家庭裡的相處模式就是在為和外人的相處模式奠定基礎。我觀察到，兄弟倆在外面都會關注到難過或處於弱勢的小朋友，知道友好待人，知道分享。哥哥有時也會遇到別的小朋友有自己的圈子，不要他一起玩的時候。弟弟比較大方不會在意這些，別人不跟他玩就自己玩。哥哥比較敏感，會在意，會跟我聊這樣的狀況。我也以自己的例子告訴他，在共學家庭裡我是唯一一個亞洲媽媽，有時候會出現不知道怎麼和其他媽媽聊天的情況，尤其是人們有自己的圈子的時候。可是我會去找那些落單的人，那些似乎跟我一樣沒人聊天的人，然後去主動關心她們。我不需要等人接納我，而是主動去 reach out，因此，有時候還會打開分享福音的大門。我們要做的是和孩子分享自己的社交經歷，適當引導，而不是一股腦把孩子送出去社交。前提也是要建立在對孩子的深入了解，和孩子有著堅實的家庭關係基礎上。現在哥哥也很少遇到別人不跟他玩的情況了，因為他可以主動施予愛給別人，關心到那些落單的人。

成功的社交是什麼呢？莫不過引導孩子們效法主。

每日
靈修

DAILY DEVOTION

Clean Inside and Out

Melody He, 5th grade

In the first portion of this verse it talks about how the Levites purify themselves from sin from the outside, then in the second part it talks about cleaning from the inside. Like the Levites, before we go to church, or any other place we should, one, clean ourselves from the outside by not dressing sloppy, and from the inside, always opening our hearts and minds to God. Though you should always dress nicely to go to church, it doesn't mean that God only likes rich people or people that

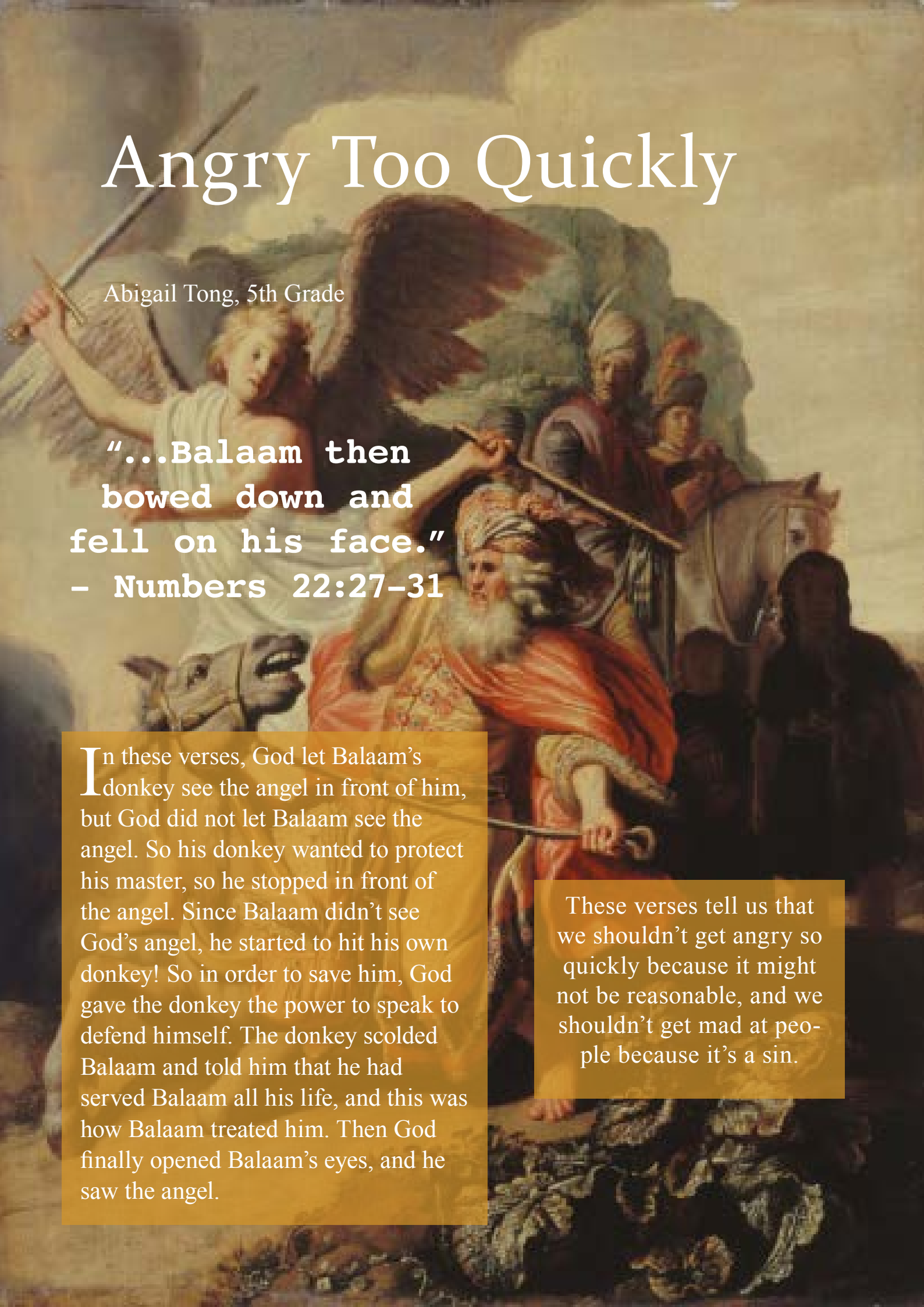
"And the Levites purified themselves from sin and washed their clothes, and Aaron offered them as a wave offering before the Lord, and Aaron made atonement for them to cleanse them."

- Numbers 8:21

dress nicely, because God is a loving and merciful God. Consider it, if you have always been going to church in hoodies and sweatpants, try dressing more appropriately to church. But more importantly we have to always open our hearts to the Holy Spirit, not just on Sundays or in church. If you don't open your hearts during the week, you'll forget about it and won't apply it to your

day-to-day lives.

Angry Too Quickly

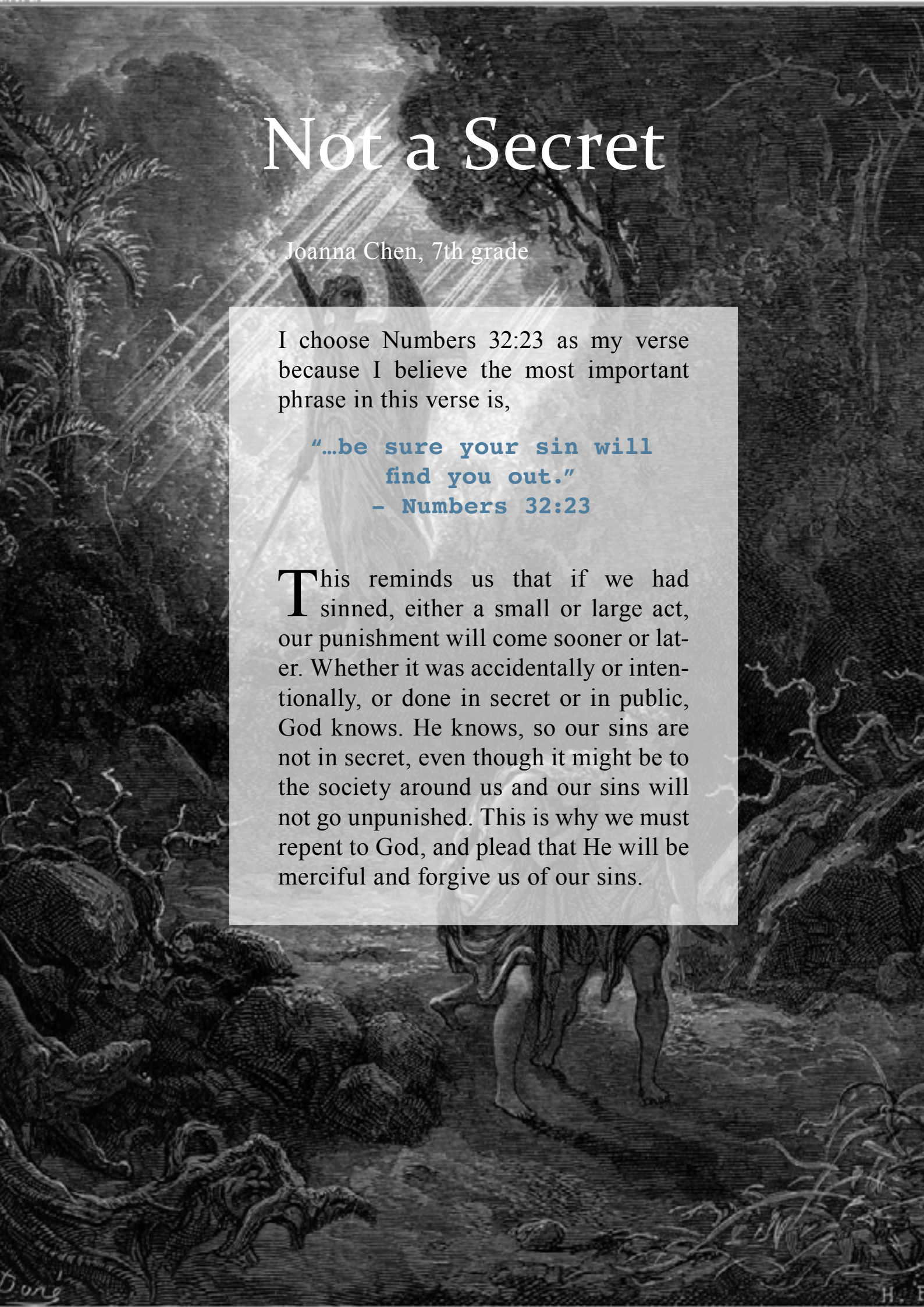


Abigail Tong, 5th Grade

**"...Balaam then
bowed down and
fell on his face."
– Numbers 22:27–31**

In these verses, God let Balaam's donkey see the angel in front of him, but God did not let Balaam see the angel. So his donkey wanted to protect his master, so he stopped in front of the angel. Since Balaam didn't see God's angel, he started to hit his own donkey! So in order to save him, God gave the donkey the power to speak to defend himself. The donkey scolded Balaam and told him that he had served Balaam all his life, and this was how Balaam treated him. Then God finally opened Balaam's eyes, and he saw the angel.

These verses tell us that we shouldn't get angry so quickly because it might not be reasonable, and we shouldn't get mad at people because it's a sin.



Not a Secret

Joanna Chen, 7th grade

I choose Numbers 32:23 as my verse because I believe the most important phrase in this verse is,

**"...be sure your sin will
find you out."
- Numbers 32:23**

This reminds us that if we had sinned, either a small or large act, our punishment will come sooner or later. Whether it was accidentally or intentionally, or done in secret or in public, God knows. He knows, so our sins are not in secret, even though it might be to the society around us and our sins will not go unpunished. This is why we must repent to God, and plead that He will be merciful and forgive us of our sins.



大學
掠影

DEAN'S LIST

大學選擇新體驗

Grace Liu

為了裝備家長和學生，恢復大量左傾美國大學機構的常識，鼓勵家長和學生採取行動，在教育領域，以推廣保守價值觀而聞名的 Turning Point USA 組織的倡議下，Dean's List 已發展為在大學選擇中，匯聚複雜多變海量信息的工具，成為學生邁向高等教育的一個指路牌。

深入了解 Dean's List 功能：

互動地圖：這不僅僅是一張地圖，而是一個動態、互動的工具，高等教育的地理圖景在這裡活躍起來。用戶可以放大查看地區、州或甚至城鎮，找到與自己地理偏好相符的大學。同時，每所大學的具體關鍵統計數據，如：平均學費，校園多樣性，學校治安狀況，意識形態傾向，將選擇大學的艱鉅任務轉化為引人入勝的探險。

評分卡：每一所大學都被細緻地分解為一張評分卡，內容遠超基本資訊。從財務負擔，畢業率，到校園的政治氛圍，這些評分卡旨在為您提供一個全方位的視角。它們詳細列出諸如教職員工的政治捐贈，校園言論自由排名，激進教授名單，疫苗強製程度，甚至包括某些專業或課外活動的可獲得性，彌補被傳統大學排名網站忽視的信息。

債務時鐘：在美國，大學生債務成長到前所未有的水平時代，這是一個嚴肅但關鍵的問題。這個實時計數器不僅顯示數字的增長，還提醒家長和學生考慮大學選擇的長期財務負擔，鼓勵用戶評估教育的成本效益比。

以下談談使用 Dean's List 的優點：

通過資料賦能：強調透明度，特別是關於意識形態的對齊。Dean's List 使用

戶能夠做出與其個人和政治身分相呼應的選擇。

財務意識：通過展示實時大學債務累積，促進更有財務意識的大學選擇。

可能存在的缺點：

潛在的偏見：與 Turning Point USA 的聯繫，可能會導致對傾向於保守派學校的偏見，可能會掩蓋其他觀點或機構。

範圍限制：儘管在其特定領域內很全面，但對於尋找更廣泛、不太關注政治觀點的學生來說，可能會發現其範圍有些狹窄。

總的來說，www.deanslist.org 將選擇

各方面契合大學的艱鉅任務，轉變為一次信息豐富的個人化旅程。它為尋找與家庭世界觀、價值觀一致的大學，或者最佳性價比的大學教育，提供了大量的信息支持。然而，就像任何工具一樣，它的效用在與其它渠道的資訊資源結合使用時才能最大化地發揮，確保家長和學生對未來的大學選擇有一個更多維的視角。



三個提醒： 眼光、格局和交託

張新姊妹

日學，大家都很開心。而如今面對三個孩子時，我們卻感到無能為力。這樣的經驗讓我意識到，只有在挑戰中，我們才能真正認識自己的缺點和驕傲。以前我常和別人分享，我知道自己驕傲，但在在家教育的過程中，才發現自己有多麼缺乏耐心。

時間飛逝，轉眼一年過去。自從去年我們一起旅行後，雖然只有幾天的相處，但我常常想起我們之間的那些家庭，感受到一種特別的情感。我們不僅是同行者，更是在同一片戰場上並肩作戰的人。昨晚到達時，看到姊妹們，我感到非常感動，真想給每位一個大大的擁抱。大家身上都帶著過去一年經歷的破碎與磨練，那種真實的美麗讓人心生敬意。

這一年中，我們經歷了許多挑戰，尤其是在家庭教育方面。我的老大選擇加入我和老二、老三的在家教育，這讓我們面臨了更大的挑戰，但也獲得了更多的喜樂。生活中，我們常常會被外界的壓力激怒，即使是小事，但其實每一天都在經歷爭戰。特別是身為新手，面對許多需要處理的事務，常常感到無能為力。

我和先生在教會時，兩個人都在帶主

在家教育的挑戰

在在家教育的過程中，我們面臨了許多挑戰。我的老二和老三在家接受教育，雖然這是我們全家的決定，但在實際操作上卻充滿了困難。孩子們的個性差異，學習風格也不同，這讓我常常感到無從下手。有時，我會想，為什麼我不能像其他父母那樣輕鬆的去應付？而這種比較，也往往讓我感到沮喪。

例如，老人在學習數學時總是非常認真，但老二對數字不感興趣，寧願去畫畫。每當我試圖讓他們一起學習時，老二總是顯得無精打采，甚至會抗拒。這讓我意識到，教育不僅是傳授知識，更重要的是理解和尊重每個孩子的個性與興趣。我開始嘗試調整教學方式，鼓勵老二在畫畫中融入數學概念，讓他在感興趣的領域中找到學習的樂趣。

這樣的調整並不容易，但我逐漸發現，孩子們在這樣的環境中能夠更好地成長。每當看到老二在畫中結合數學時的興奮，我就感到無比欣慰。這讓我明白，教育不僅是知識的傳遞，更是心靈的溝通。

在這個過程中，我也開始專注於培養孩子的情緒能力。除了學科知識，我希望他們能理解自己的情緒，學會與他人溝通。有一次，老三因為小事而哭泣，我沒有立即制止他，而是選擇陪着他，問他為什麼難過。透過這樣的交流，他逐漸學會了表達自己的感受，而不是壓抑情緒。這樣的互動讓我更加意識到，教育的核心在於建立深厚的情感聯繫。

反思與成長

我回顧自己在家庭教育中的角色，發現自己有許多需要改進的地方。我開始學習如何更好地傾聽孩子的聲音，並理解他們的感受。每當我能耐心地坐下來，和他們分享我的想法時，我感到了一種前所未有的滿足感。這不僅讓我與孩子們的關係更加緊密，也讓我在這個過程中成長了許多。

例如，老三在學習語言時遇到了困難，我曾經試著用傳統的方法教他，但收效甚微。後來，我決定和他一起讀故事書，讓他參與故事中的角色。透過這樣的互動，他不僅學會了新詞彙，也培養了對閱讀的興趣。每當他能流利地講述故事時，我的心中充滿了感恩和喜

悅。

此外，我也意識到，教育不僅僅是我身為母親的責任，而是整個家庭的共同任務。我的丈夫在這方面扮演了重要角色。他常常會利用週末的時間，帶孩子們去戶外活動，進行一些實踐性的學習。例如，他們一起去農場，學習植物的生長過程，或是去博物館，了解歷史和科學。透過這樣的活動，孩子們不僅增長了見識，也增強了家庭的凝聚力。

三個提醒

在這裡，我想分享三個重要的提醒：

1.眼光：走上這條路，我們要每天要將眼光調整到神那裡。我們選擇為神養育後代，就要以神的標準來培養他們，而不是隨意應付。我們常聽到，如果我們當基督徒只是隨隨便便，那我們不如去世界好好賺錢。如果你說我又把他拉回來，每天把他照世界的樣式去培養的話，那我們就比世人更為可憐，比那些沒有做 homeschool 的人更為可憐，因為在糾結，每天在糾結。既然選擇了為神養育後代，就要認真看待。

2.格局：在家庭教育的過程中，不要只關注自己家庭的孩子。服務他人時，自己也會得到滋養。每次去探訪別人，自己也會被服事。今年開始，其實我會常常跟身邊的人分享，讓孩子們當天不用學習，帶他們去探訪別人，或帶他們

去跟別的家庭做什麼，不要只專注在我家的三個小孩。有時候我看到他們不是在學習功課，會有點著急，然後我家弟兄有一天說：「沒關係，我覺得就算他們沒有像你想像的那樣，但也許主用了你，又幫助了某個家庭某個小孩。」我說：「你的心好大。」所以我說是真的，我們要有格局，不要只想著自己家。

3.交託：當我們走到水深之處，不能再依靠自己的方法，而是要完全依靠聖靈的引導。你在以前的地方，你是可以靠你的自己，你是可以在那裡弄出一片水花。但是，今天我們已經走到了一個水深之處，如果還用以前的方法去做，那會很痛苦。我們需要真正依靠神，才能在艱難的環境中找到出路。

感恩與反思

我常常反思自己在在家教育中的角色。雖然生活中充滿挑戰，但正是這些經驗讓我更依賴神，感受到祂的恩典。每當我看到孩子們的成長，我就會想到，神在我生命中的安排是多麼美好。

我也想起了我的姥姥，她今年97歲。她不是信主的人，但她對我們的關愛和包容讓我深感溫暖。小時候，我們總是聚在她家，享受那種無條件的愛，姥姥耗費一天的時間，做的美味可口的手工麵條。如今，當我看到我的媽媽和她的姊妹們與姥姥在一起時，我感受到

一種美好的傳承。我們對彼此的關心和愛，是建立在時間和經驗的基礎上的。

在這個過程中，我意識到，真正的關係是需要花時間去建立。我們今天匆忙的生活往往讓我們忽略了這一點。我們只想給孩子提供快速的解決方案，卻不願意花時間培養深厚的關係。每當我看到孩子們的成長，我就會想到，神在我生命中的安排是多麼美好。

結語

最後，我想再次感謝我的孩子們，讓我成為了更好的人。正是因為有了這些經歷，我才更明白神的恩典和愛的深意。希望我們都能在這條路上，繼續依靠神的引導，培養出更好的後代。在未來的日子裡，我希望能夠與更多的姊妹分享我的經歷，互相鼓勵，一起成長。我們在這條路上並不孤單，神的恩典與愛常伴左右。願我們都能在挑戰中不斷成長，成為更好的自己。

此外，我也希望能參與更多的家庭教育活動，和其他父母分享經驗，學習新的教育理念。這樣的交流不僅能讓我開拓視野，也能讓我在教育的道路上走得更加堅定。

摘取自張欣姊妹在退修會的分享與見證。



吹號者
社群

2025年第一季事工報告

時光飛逝，轉眼2025年已過去四分之一，正如約翰福音9章4節說：「趁著白日，我們必須做那差我來者的工」。

「活出家味」課程
為準備出版教材，我們第三次開辦「活出家味」課程。這是一門非常具體和實用的課程，學習如何按照聖經的生活方式，在家庭生活的各個層面活出信仰。從1月9日到3月27日，每週四有超

過100位來自世界各地的學員聚集一堂，每次課後的分享討論更是欲罷不能。

「聖經世界觀 I: 心意更新」密集課程
華夏福音神學院培訓牧者和神學生「聖經世界觀」一直是「吹號者事工」的優先項目。很榮幸今年在張伯笠牧師開辦的華夏福音神學院第一次教授「聖經世界觀 I: 心意更新」課程，分

“身為基督徒，面對時代的挑戰，我們應該用聖經裡的思維引導我們的行為，站出來用聖經的世界觀去回答、解決。唯有用聖經的世界觀去解決時代問題，承擔社會責任時，教會才能感動人心，塑造新時代的基督教文化，進而形成一種生活系統，融入每個現實存在的領域。學員分享



別在2月26日、2月23日、3月2日，每次4小時。本次課程共有約100學員參加，大家反應都非常熱烈。

角聲宣教士學院

3月21日、3月22日在位於紐約法拉盛的角聲福音廣場，我們舉辦了密集「聖經世界觀I」培訓課程，共有25位實體和17位線上學員參加，其中有許多牧者參加。角聲書室也特別為推廣教材舉辦簽名會。

台灣台中聖行教會

位於台中東海大學的聖行教會因去年我們回台灣的吹號，今年第一季他們開始使用「聖經世界觀I」的教材培訓，並邀請我們的同工幫忙帶領。對該教會大多數的成員都是大學教授或醫生帶來許多熱烈的回響。有一位資深的建築系教授，本人還在慕道但對本課程有非常多的觸動，課後甚至購買本教材送給



他在不同大學任教的基督徒學生。今年10月下旬我們還會回台灣吹號推廣聖經世界觀的教材。

此外，2月8日我們也在費城向費城教牧同工會，及2月13日受邀在美國福音證主協會的家庭講座介紹此課程。證主協會也開始代售我們的教材。感謝主！許多教會也開始使用我們的教材。盼望更多的教會能夠使用此教材，來裝備基督徒「通達時務」、「不效法這個世界」，並且「心意更新而變化」，以明白「神的善良、純全、可喜悅的旨意。」若要使用或更多了解本課程請點擊：

搶救下一代特會

<https://trumpeter.blog/biblical-worldview-i/>

今年第一季我們就開始在不同的教會舉辦「搶救下一代、全體總動員」的特會。不管是在保守的佛州，或是自由派的加州首府，所面臨的挑戰是同樣的艱巨：下一代的流失和世界觀的差異。「搶救下一代」確實是教會刻不容緩的任務，需要全體總動員來回應時代的挑戰！





在家教育月會和親子講座

我們透過每個月的在家教育月會及各項親子講座，幫助父母面對當今的教育和育兒挑戰，並提供解決之道。特別在2月份的月會和角聲的社區論壇，我們談到手機對下一代的影響和應對之道，獲得許多回響。除了和紐約的優視頻道合作外，我們也開始和剛成立的Podcast「人生填空题」分享許多有關家庭的議題。每個月一次紐約在家教育的家庭聚集在我家彼此分享和學習，師母在週間也輔導一些在家教育家庭孩子的學業。



- 在家教育月會：父母和教會如何保護「失控的焦慮世代」
- 人生填空题：讓父親當家，帶領家庭世代傳承
- 生命季刊：教會如何回應文化馬克思主義的挑戰

每日線上讀經

每週一到週五早晚各一次的英文線上讀經已進行四年多，許多父母和孩子經歷每天讀經的改變。今年又有許多新的家庭加入，特別是在海外的。在我外出期間，由孩子們輪流帶領更是令人刮目相看。



第二季事工展望

「聖經世界觀 II: 成為變革推動者」的學員手冊將於五月初從台灣運至北美，我們特別從4月24日至6月26日開設線上師資培訓，並將在各地舉辦實體發佈和師資培訓會。

- 3月29日-4月9日 土東之旅
- 4月24日-6月26日 「聖經世界觀 II: 成為變革推動者」 師資培訓
- 4月26日-4月27日 基督生命福音華人教會，Harrisburg, PA
- 5月2日-5月4日 國際大使命教會，南加
- 5月5日 南加「聖經世界觀 II」課程發佈培訓
- 5月16日-5月18日 奧克蘭教會，底特律
- 5月23日-5月25日 閩恩年青人退修會
- 5月30日-6月1日 加拿大溫城華人聖經教會退修會
- 6月7日 在家教育大會，Zoom
- 6月20日-6月22日 角聲夫妻營，NY
- 6月28日-6月30日 費城中華基督教會退修會，PA

家庭營

下半年，我們將舉辦五個家庭營：NJ（東部）、WI（中西部）、NV（北加），台灣和馬來西亞，其中北加和馬來西亞為今年新增的營會。

- 7月25日-7月27日 北加家庭營，NV
- 8月8日-8月10日 中西部家庭營，WI
- 8月22日-8月24日 東部家庭營，NJ
- 10月17日-11月11日 台灣吹號之旅
- 11月10日-11月12日 馬來西亞家庭營

《吹號者之聲》編輯部2025年4月

出版者：吹號者事工

主編：鄭立新

執行編輯：Anna Liu Dai

事工部負責人：Maoli Du, Chris Zhao

封面圖：Tim Mao

團隊成員：Tim Mao, Ephraim Lu, Jenny Yi, Shan Huang, Yu Luo, Diana Zhou, Jingjing, 王家玫, 葛揚, 丘湘怡, 梁淑妮, Cynthia Li, Clyde Xi, 謝珂珩, Yang Lin, 林雅玲, Gnade Grace, Xinying Shen, Hongping Tang



支持我們

吹號者事工是501(c)(3)非盈利機構

■ By Tithe.ly : <https://trumpeter.blog/support-us/>

■ By Check:

Title: Trumpeter Ministries Inc. Mail to:

1568 Union Tpke

PO Box 3961

New Hyde Park, NY 11040

■ By Zelle: Send funds to TrumpeterMinistries@gmail.com Memo: Name, Email, Phone, [address]

■ By PayPal: www.paypal.com/fundraiser/charity/4619702

第五屆華人在家教育大會
培育敬虔的領袖
GROWING GODLY LEADERS

6/7
2025 周六

美東 10AM - 03PM
美中 09AM - 02PM
美西 07AM - 12PM
亞洲 10PM - 03AM

大會信息講員:



JACK W. HAYE
PRESIDENT OF
PATRICK HENRY
COLLEGE

大會專題:

享受陪伴成長的日子 - CLARA 姊妹

在家教育青少年的路程與心得 - JENNIFER 姊妹

你的心在哪裏? 大學這樣的思考 - JOHN ZHUANG 弟兄

認識神的創造 - SHAN 姊妹

神國的弓箭手 - GABRIEL 弟兄



掃碼報名

吹號者
TRUMPETER



成為
變革推動者
師資培訓

► 教師: 鄭立新牧師

► 日期: 4月24日至6月26日 (逢週四, 共10週)

► 時間:

美東 9PM - 10:30PM

美中 8PM - 9:30PM

美西 6PM - 7:30PM

北京 週五 9AM - 10:30AM

► 地點: ZOOM

► 報名: bit.ly/41WEXU8 或掃二維碼



吹號者
TRUMPETER

封面畫作說明

標題: Almond Blossoms 杏樹花

原作者: Vincent Van Gogh 梵谷

聖經出處: 耶利米書1:11-12

耶和華的話又臨到我說:「耶利米, 你看見什麼?」

我說:「我看見一根杏樹枝。」

耶和華對我說:「你看得不錯, 因為我留意保守我的話, 使得成就。」

寓意: 希伯來文中杏樹這個字「shakad」也可譯為「看守」。透過觀看杏樹, 上帝向耶利米保證, 儘管時間流逝, 「我留意保守我的話」。以色列的春天, 杏樹最早開花, 因此被猶太人和基督徒視為儆醒和信守承諾之象徵。願上帝祝福吹號者事工和所有在家教育的家庭, 因祂是信實的, 必看顧保守我們, 祂的應許必成就!