

711

第60卷・第7期

中信

與你一起反省人生，剖析問題，探索出路



- ★ 當真愛走進人心
- ★ 籃球拍出一團火
——父母先要管理好自己的怒氣
- ★ 飛渡大洋的小鳥

1 當真愛走進人心 / 張琨

生命的改變，關係的修復，也帶來我先後在美國兩所中學教書時和學生關係的改變。我不斷體會上帝對我們的愛，讓我的愛不再帶有血氣和個人的標準。



第 1 頁

6 從迷茫走向新生 / 杜佳辰

拿著工資待在家裡，這種「逍遙自在」的光景，卻讓我逐漸發現生活沒有了意義。我漸漸厭倦了這種日子，同時也開始思考人生的價值和意義。



第 6 頁

12 籃球拍出一團火

——父母先要管理好自己的怒氣 / 羅妮麗

怒氣常為罪打開破口，當怒氣大到一個程度，就很容易攻擊別人、傷害對方，小火星甚至能引爆大事故，所以必須要管理和制伏怒氣。



第 17 頁

17 飛渡大洋的小鳥 / 鮑約瑟

人類只要幾天不吃不喝，就會餓得難以動彈，甚至死亡，但一隻小小的鳥卻能不吃不喝、不著陸地從北極飛越太平洋到南極，回程亦然，這是為甚麼？

9 美國的一面鏡子 / 錢志群 / 寄語

24 懷抱有時 / 馮海 / 隨筆

封底 善良、和平由我們開始 / 白衣 / 觀察人生



歡迎手機閱讀或下載 www.ccmcana.org/ct

出版 / 中國信徒佈道會 創辦人 / 王永信 總幹事 / 劉耀光 主編 / 錢志群
文字編輯 / 王鋒 設計 / 濠一設計坊 發行 / 加拿大中國信徒佈道會

加拿大 / 詹可欣 / 4533 Kingsborough Street, Burnaby, B.C., Canada, V5H 4V3

美國 / 1269 N. McDowell Blvd., Petaluma, CA 94954, USA 台灣 / 台灣台北縣三重市興德路123之七號二樓

香港 / 9/F, Win Plaza, 9 Sheung Hei Street, San Po Kong, Kowloon, Hong Kong 菲律賓 / P.O. Box SC 475 Manila, Philippines
新加坡 / 18 Boon Lay Way #08-140 Trade Hub 21 Singapore 609966 澳洲 / P.O. Box 971, Parramatta, NSW 2124, Australia
澳門 / Calcedaria Do Gaio, 2D EDIF, Chi On, R/C Macau 紐西蘭 / PO Box 76028, Manukau City, Auckland 2241, New Zealand

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。

CHINESE TODAY, Vol.60, No.7, Jul., 2021.

Published monthly by Chinese Christian Mission, 1269 N. McDowell Blvd., Petaluma, CA 94954, U.S.A. Printed in Hong Kong.

Distributed by Chinese Christian Mission of Canada, Tel: (604) 877-8606, Fax: (604) 877-8676.

E-mail: ccm@ccmcana.org Website: www.ccmcana.org

Send address changes to Chinese Christian Mission of Canada, 4533 Kingsborough Street, Burnaby, B.C., Canada, V5H 4V3



張琨

當真愛 走進人心

愛裡帶著血氣

我小時候的夢想是要當一名老師，而且還是一名好老師，因為我的父母都是非常優秀的老師，從小我就受到他們很大的影響。

師範大學畢業之後，我如願在一所重點中學當了英語老師，而且兼職班主任。我的班上有68名學生，我下決心一定要好好教他們，好好愛他們，可是年輕的我血氣衝天，笑傲江湖。我的愛是沒有標準的，我認為愛他們就要嚴格管教，所以對我的學生非常嚴格。每學完一篇課文，我都要求學生把課文背下來，背不下來就不准吃飯，或者放學後留校接著背。

記得一天中午放學後，有位老奶奶拎著一個籃子，顫巍地到學校來給孫子送飯。她的孫子是我班上的學生，剛好那天他沒有背完課文，我就陪他在教室裡背書。老奶奶在外面等了很久，發現孫子還沒有出來，開始不耐煩地在外面大聲叫嚷：「這是甚麼老師！不讓學生吃飯，餓著肚子怎麼背書呀？」我當時聽了還覺得很委屈，心想我是在培養您的孫子呀！一餐飯有那麼重要嗎？事隔20多年了，我依然還記得那個情景。

還有一次學生上自習課，我讓兩個班長把在課堂上講話的學生名字記下來。兩個班長記下大



作者在網絡教學

大概20多個名字，我看非常生氣，就把那20幾個學生統統叫到辦公室來罰站。因為我的辦公室站不下那麼多人，我就讓他們一字排開圍起整個教學樓。校長當時看到嚇壞了，連忙對年級主任說：「你趕快跟張琨講，現在都是素質教育了，不能體罰學生。」然而，我就是這樣我行我素，還覺得蠻得意，以為是愛學生。現在回想起來，我的愛太狹隘，太自我。

2007年7月我來到美國，當時已經信了主耶穌的大姊和姊夫非常迫切地向我傳福音，我很快信了主。2008年1月先生帶著四歲的兒子來美國，也很快信了主，我和先生在3月同時受洗。

信主耶穌之後，我的生命也不是一下就改變了。聖經上的一

些道理我一時難以接受，比如說：「你們作妻子的，當順服自己的丈夫，如同順服主。」（以弗所書5:22）拿到博士學位的我很難低下高傲的頭顱，可是越不順服，生活就越不順利。我開始反省，並試著按照聖經上的話去做，慢慢發現當我開始順服的時候，先生也越來越尊重我的想法。我們的生活開始變得喜樂，我也越來越感恩。家裡時常充滿了歡歌笑語，愛在我們家中流淌。生命的改變，關係的修復，也帶來我先後在美國兩所中學教書時和學生關係的改變。我不斷體會上帝對我們的愛，讓我的愛不再帶有血氣和個人的標準。

換一種愛當老師

我先是教了六年遠程課。有一天，我發現坐在第一排的一個學生背靠椅子，雙腳翹在桌子上。我眉頭一皺，隨即向他提了一個問題，他滿不在乎地說：「為什麼是我呀？我不想回答。」頓時，所有學生的眼睛齊刷刷地看向我，他們在想，看這個老師怎麼辦。我當時一下就懵了，如果照我以

前的脾氣，早就一個粉筆頭甩過去了；可是我轉念一想，不行，我不能再像從前那樣，要冷靜下來。我在心裡默默禱告：「上帝啊！求祢給我智慧。」於是強按住內心的怒火，故作平靜地說：「好吧，那我下次再點你。」

每週五我會給學生講中國傳統文化課，藉著這些課程也把聖經的道理帶出來。有一天我對那位學生說：「作為一名學生，最重要的態度有兩點：第一是在家孝順父母，第二是在學校尊敬老師。不是說因為我是老師，我就要你尊敬我，而是這個尊敬的態度對你是有益處的，尊敬老師實際上是尊敬你自己，尊敬你的選擇，尊敬你所要學的知識。」到了第二天上課的時候，我發現這個學生坐姿改變了，腰桿挺得直直的，雙手也放在桌子上。我提問題的時候，他居然還舉手回答。從那以後，他就一直保持著這樣的姿勢。聖誕節的時候，他還邀請我和其他同學去中國餐廳一起吃飯，我們的關係變得非常融洽。真是感謝主！怒火不能平息戰爭，唯有愛和寬容能化干戈為玉帛。



作者（右三）在傳道人（作者後面的站立者）家為三個孤兒（作者小女兒右邊三位）及其他學生舉辦的高中畢業慶祝聚餐

三位中國孤兒

遠程教學項目結束之後，我來到一所教會學校教書。有一年學校來了三個中國孤兒，是一家機構贊助他們來美國讀書。校長很有愛心，把他們安排在美國人的寄宿家庭，費用都由學校來提供。寄宿家庭只包早餐和晚餐，午餐不包。孩子們每個月的生活費用只有幾十美元，所以他們都捨不得買午飯。我那時工資很低，先生要讀書，兩個孩子都很小，一家人住在一個傳道人家，生活非常困難；可是我想再困難，也要想辦法讓那三個孤兒不餓肚子。我就用我課外做家教的一點收入為他們買一些食物；每逢週五就把他們帶到教會，先一起吃飯，



三個孤兒神學院畢業照

然後學聖經。逢年過節，我把他們接到家裡來，打地鋪，睡沙發。在他們高中畢業時，我和先生為這三名學生和其他幾名學生一起舉辦了一個小型慶祝聚餐，學生們對我們表達了感激之情。其實我心裡很虧欠，覺得很多想做的事情都沒有能力去做。我對他們那幾年力所能及的關心，是因為我心裡被上帝的愛豐豐富富充滿了。我們移民美國之初，生活上也有諸多困難，上帝卻藉著教會裡的愛，為我們排憂解難。傳道人主動提出把房子給我們住，弟兄姊妹時常送菜給我們家，小女兒生病的時候，大家一起來家裡禱告。因為心裡收獲了滿滿的愛，我由衷地想把這份愛傳遞出去。後來幾個孩子都讀了神學院，如今在不同的宣教工場事奉上帝、傳揚福音，參與很多事工。

和孩子們講故事

在教會學校四年之後，上帝又把我帶到了一所公立中學。學校85%的學生吃的是政府免費餐，很多學生來自貧困和有各樣問題的家庭，很少得到家裡的溫暖，內心壓抑，充滿憤恨和怨氣，不少學生都活在自暴自棄中。我就求上帝賜給我各樣機會和各樣話語常常安慰、鼓勵他們，並賜我力量在貧瘠的土壤上播撒愛。我喜歡和學生們講故事，講我們家發生的故事、一些歷史故事和生活中發生的故事，告訴他們為甚麼要孝順父母，兄弟姊妹如何相愛，誠實守信；告訴他們要節約糧食，節水節能；如何立大志，甚麼是好的學習方法等，他們很多時候都聽得津津有味。學生們和我談心時紛紛告訴我，他們變了，從前和父母頂嘴，現在聽話了，母子彼此饒恕，變得開心了。有的說從前封閉自己，常常把自己關在房間裡，現在願意走出來和大家談心了。有的說，現在開始幫媽媽在家裡做飯，帶弟弟妹妹了；有的還親手給媽媽做手套和帽子等等。

獲得了「金蘋果獎」殊榮

曾經有一個被幾所學校開除後轉來我校的學生，他自己說他腦子有問題，還有多動症，跟所有的老師都搞不好關係。他來上我的課時，怪異的兩眼中透露出凶意，讓人看了直發怵，我也挺害怕，就在心裡禱告：「上帝啊！求你給我力量和智慧，讓我用你的愛來愛他。」藉著我與他一次次的談心和文化課，他的眼裡開始有了一絲溫柔。有一次，我和他們談到為甚麼不能自殺的話題，他很感興趣，下課之後主動對我說，他小時候受到父親的虐待，至今都沒有走出陰影，好多次都想自殺。我問他現在還想自殺嗎？他說不想了。以後，他變得越來越活潑，主動參與一些活動，有時還講笑話，給我猜謎語。他回到家，常告訴他媽媽在課堂所學到的東西。他的媽媽非常震驚，說張老師是他兒子第一個信任的老師。我告訴這個學生，不要認為自己有問題，每一個人都有自己的獨特優點，都是上帝所寶貴的，要相信自己能克服人生中的不順，成為有價值的人。他的改



作者（前排左）的中文畢業班學生

變非常大，令他媽媽感激不已。2018年5月我因著這位母親的提名信，獲得了美國教師「金蘋果獎」(The Golden Apple Awards)殊榮。我知道這並不是靠我的能力，我常常覺得自己力量不夠，沒有智慧，可是「我靠著那加給我力量的，凡事都能做。」(腓立比書4:13)這一切榮耀都歸與上帝，如果不認識真愛的源泉，我的愛便是緣木求魚。

在美國十幾年的教學，讓我深深體會到唯有從上帝那裡來的愛才是真愛的唯一標準，唯有上帝的愛會在人心裡激發取之不盡，用之不竭的能量。祂把愛澆灌在我們心裡，使我們能成為愛的管道去溫暖人心，改變社會。「上帝就是愛；住在愛裡面的，就是住在上帝裡面，上帝也住在他裡面。」(約翰一書4:16)



從迷茫走向新生

杜佳辰

我現於美國聖路易斯工作。2017年10月26日教會的弟兄們來探訪我時，受聖靈感動我作了信主耶穌的決志禱告。那天晚上，教會的鄧長老、秦弟兄等幫我解答了對基督信仰最根本的疑惑，就是關於耶穌從死裡復活的事實，我心中有了聖靈的感動。主耶穌是有如此大愛，又如此大能的上帝。

都不是偶然事

回顧以前的經歷，雖然那時我還沒有認識上帝，但是祂在我

的生命中已有很多恩典和帶領。2015年夏天，我在德州一間夢寐以求的公司實習時，因為一些自己不可掌控的原因而沒有拿到全職工作，但後來卻得到一份在聖路易斯做諮詢的工作。因為工作性質，剛開始幾個月雖然拿著工資卻很無聊地待在家裡。也許在別人看來可以拿工資而不用每天上班的生活很美好，但對於這種「逍遙自在」的光景，卻讓我逐漸發現生活沒有了意義。我漸漸厭倦了這種日子，同時也開始思考人生的價值和意義。我的中

國室友搬走以後，我也失去了在聖路易斯唯一的朋友。

正逢這種迷茫的時刻，身為基督徒的母親看到了我很不好的狀態，就想把我帶到教會，也無意中發現華人教會就在我當時所住公寓的旁邊，走路就可以到。於是從2016年12月開始我走進了教會，也固定參加教會的團契聚會，享受和教會弟兄姊妹在一起的時間。我剛開始去教會是抱著想認識更多朋友的心，而弟兄姊妹們很願意和我分享信仰，加上我本身對基督教就很好奇，所以也想更多地瞭解。通過與他們的交流和在慕道班的學習，我對基督信仰有了一些初步的認識，我的生活也漸漸變得充實起來。

信主之後我想到，如果不是當初沒有拿到那個在德州的工作，上帝也不會帶領我來到聖路易斯，如此我就不會經歷人生中這段迷茫的時期，更不會來到教會接觸基督信仰。上帝為我所預備的真是超乎我想像的美好，「耶和華說：我的意念非同你們的意念；我的道路非同你們的道路。天怎樣高過地，照樣，我的道路高過



作者

你們的道路；我的意念高過你們的意念。」（以賽亞書 55:8-9）從這個經歷中我認識到，生命中所發生的一切都有主耶穌的計劃和美意，我也相信祂對我的帶領是最美好的。

生命都在改變

主耶穌也藉著我的母親影響我。通過與母親的交流和觀察，我看到主耶穌在她生命裡的改變，她對他人所犯的錯變得更加寬容，性格也變得更加溫和。我感覺到她生命中的一切磨難都是上帝所允許的，並藉著這些磨難來賜福她，幫助她成為更好的基督徒。這些經歷也慢慢地增強了她對上帝的信心與倚靠，就像聖經所說：愛是「凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」（哥林多



作者

前書13:7)我也漸漸意識到，我們人生中的坎坷都在上帝的掌控之中，是我們寶貴的生活經歷。祂通過這些來讓我們成長，讓愛祂的人得益處。

在更多接觸福音的過程中，我發現自己以前生命中所缺少的東西，那就是對罪的認知。比如在來教會之前，當我與其他人產生不和時，我常常會以驕傲自大的心態來輕易論斷別人，從來不會在自己身上找問題，更不會從對方的角度去理解他的心態。感謝上帝，祂讓我認識到自身的不足、罪性和不配。我也漸漸認識到我們都是罪人，沒有人能夠靠自己解決罪的問題，唯有耶穌基督在十字架上的死，為所有人付出了罪的代價，使我們能夠與上帝和好。現在我對自己的罪開始

敏感，發現在人際交往產生問題時，常常會暴露出自己的罪性，所以我學習從自己身上找問題，更多從對方的角度來考慮，慢慢變得寬容和謙卑，心裡也感覺到平安，因為愛是「不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡。」(哥林多前書13:5)

融入愛的大家庭

我在教會的生活和成長中，深切感受到教會弟兄姊妹和長輩對我的關愛，也從他們的愛心行為中感受到上帝的愛有多麼偉大。他們對教會的付出和對其他人的愛成了我對基督信仰的確據，他們多次耐心地來探訪我，幫我解開心中對信仰的很多疑惑，也更加感謝他們一直為我禱告。

我已經接受耶穌基督作為我的救主和生命的主，因此獲得一個新的身分，成為至高上帝的兒女。我願意一生跟隨耶穌基督，藉著祂一切的恩典和帶領，用一生來學習作合上帝心意的人，不斷更新我的生命，作光作鹽，活出主耶穌的馨香之氣。



美國的 一面鏡子

錢志群

自己的眼睛不能直接看到自己的臉，於是古時愛美的女子會趴在河邊看倒影，但是水波一蕩漾，倒影就模糊了。不知何時，人們發明了青銅為鏡。1956年12月，日本本州中部岡山市的一個古墓裡，考古學家們發掘了13個圓圓的金屬盤子。一番考證後，發現這些金屬圓盤原是中國古代的青銅鏡，距今估計已有1,800多年的歷史。

但是青銅鏡的清晰度畢竟有限，後來人們終於發明了玻璃鏡子，據說第一面玻璃鏡子誕生於

三百多年前的威尼斯。人們先是往玻璃上貼一張錫箔紙，後來又倒上水銀，使得玻璃無法透視，只能反照，且非常清楚。於是人們就可以對著鏡子照自己，不僅可以擦去臉上的灰漬，梳梳蓬亂的頭髮，女性更是可以在妝飾上大做文章。

人如此，國如何？有沒有一面無形的鏡子可以反照？有，可以以史為鏡、前轍為鑒。唐太宗李世民有句名言：「夫以銅為鏡，可以正衣冠；以史為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」

當然還有一面無形的鏡子，那就是聖經。如果翻開聖經詩篇第七十八篇，這首訓誨詩就足能成為美國的一面鏡子，其中細數了上帝當初如何揀選以色列民族，曾用紅海斷流開出乾路、雲柱火柱日夜引路、在磐石上湧出清泉解渴、天降嗎哪為食、飛來鵠鶴為葷，用各樣神蹟奇事，將在埃及為奴數百年的整個以色列民族帶出來，帶到一個上帝應許之地（今天中東的大片區域）；但以色列百姓們享受上帝恩典的同時卻常常試探，抱怨，得罪上帝，忘恩不提祂的奇妙作為。於是上帝在怒中嚴懲他們，使他們回心轉意，追念，尋求上帝。然而以色列民因真心不夠、忠心不足，他們又很快拿上帝的憐憫和慈悲不當一回事。如此反覆無常，以

致以色列百姓在後來漫長的歷史時期失去了上帝的賜福，亡國歸回又亡國，有很長一段國破家亡的歷史。猶太民族像皮球一樣在世界上被拋來拋去，被納粹屠殺追趕，直到1948年上帝大顯神蹟，使以色列奇妙地復國。

美國雖不是以色列，但美國的歷史脈絡和走向，多少與以色列有相似之處，值得警戒與反思。

美國雖然歷史很短，但是建國之初是以基督教立國，所以蒙上帝大大賜福。從歐洲漂洋過海登陸美洲的基督徒們，以聖經為準則，努力過著敬虔的生活。美國重要的建國文獻，如《獨立宣言》、《聯邦條款》、《憲法和人權法案》等起草者，都是接受過基督教教育的人，他們中不少都是敬虔的基督徒。立國之初，聖經是公立中小學的必備教材；總統就職需要手按聖經向上帝宣誓；人人都使用的紙幣上印著「我們信仰上帝」來時時提醒人們。美國能在短短的時間裡一躍成為世界上的強國也不足為奇，因為上帝應許：「以耶和華為上帝的，



那國是有福的！祂所揀選為自己產業的，那民是有福的！」（詩篇 33:12）

可悲的是，第二次世界大戰之後，美國在繁榮和享樂中逐漸離開上帝，特別是美國最高法院於1962年宣佈公立學校的禱告為不合法；又於1963年宣佈在公立學校中讀聖經為不合法。此後，進化論逐步在中學的課本中被推廣。這些政策使得人們從小就離開聖經，來自聖經的道德藩籬便有了越來越大的缺口，離開真理的自由和享樂慢慢成為時尚。上世紀六十年代開始的嬉皮士運動（Hippies）以及性解放運動拉開了美國社會墮落的大幕，性自由加上墮胎合法化，使很多嬰兒在母腹中被殺。離婚漸成風氣，單親家庭越來越多，同性戀人數在增長，直至同性婚姻在全美合法化。如今當權者們又為性別混淆、變性人、男女同廁同浴、大麻合法等敞開了大門，居然在所謂的《平等法》中規定，全國公立高中必須允

許生理性別為男性，但心理自認為女性的人參加女性運動隊，而且可以使用女性更衣室、淋浴間。這才是體育賽事上的真正不平等，更是道德上對女性的蔑視。

當然如果沒有謙卑悔改的心，沒有人願意用聖經來照自己，因為在聖經光照下，誰也不會有甚麼好樣子。據說鏡子剛發明出來時，有一位大臣在國王生日那天，美滋滋地將一面鏡子作為生日禮物獻給國王。國王大喜，但是當他打開包裝，舉起鏡子一照，勃然大怒，要人把那大臣給抓起來，扔進牢房。原來他在鏡子裡看到一張難看的面孔——冬瓜型臉上鑲著一對金魚眼，扁平的鼻子下是個誇張的厚嘴唇。當然人生理的臉型難改變，但是無形的

國家和社會可以改變，美國應



該不忘初心，用聖經的鏡子常照自己，知罪悔改，糾正偏頗，歸回真道，就會重得上帝的保守和賜福，因為上帝又應許：「這稱為我名下的子民，若是自卑、禱告，尋求我的面，轉離他們的惡行，我必從天上垂聽，赦免他們的罪，醫治他們的地。」（歷代志下7:14）

美國的復興不會真正建立在科技的發達、軍事的強大上，只有在上帝面前自卑，在聖經面前檢視國家的政策、國民檢視自己的價值觀和人生觀，真心悔改歸正，才能得到上帝的赦免和賜福，美國才有再復興的那一天。還有一件事，我們千萬不要忘記：「要將耶和華的美德和祂的能力，並祂奇妙的作為，述說給後代聽。」（詩篇78:4）否則到了有一天，我們的後代就「不知道耶和華，也不知道耶和華為以色列人所行的事」（士師記2:10），即不知道耶和華為美國所行的事了。那樣美國離福分的真正源頭——上帝更是漸行漸遠，那時會是甚麼樣子，只有上帝能告訴你。

（歡迎瀏覽作者網頁www.zhiqunqian.com）



籃球拍出一 ——父母

小事能成怒氣爆發點

一位媽媽下了班就趕到學校將七歲的兒子接回家，接著就進廚房收拾，準備晚餐，感到很疲勞。丈夫下班回家後也顯得很累，他到客廳往沙發上一坐就打開了電視。這個時候，兒子跑進廚房跟媽媽要餅乾，媽媽沒好氣地對他說：「晚飯前甚麼都不能吃。」

孩子到客廳看到一個糖果盒，就問爸爸能不能吃糖？爸爸也沒有同意。五分鐘後，孩子走過來，一邊打著籃球，一邊問爸爸：「能到朋友杉杉家玩嗎？」



團火

首先要管理好自己的怒氣

羅妮麗

爸爸說：「作業沒做完不能去，不要在家裡打球。」孩子便進到廚房問媽媽：「書放在學校裡了，能到朋友家借一下書嗎？」他邊說邊拋球邊接球，忽然球落到餐桌上，一個杯子啪地摔到地上，碎了。

爸爸聽見聲音騰地從沙發上站起來，衝進廚房對孩子大叫：「我告訴你不要在家裡打球，你就不聽。」他一把將兒子的胳膊拎起來。妻子說：「放手。你要把兒子嚇死啊！」兒子嚇懵了，走進自己房間哭起來。妻子也回

到自己房間生氣，不做飯了。丈夫一個人坐回沙發瞪著電視，甚麼也看不進去。家裡頓時變得一團糟。

好在這家父母的怒氣只是一個初級階段。生活中人們很容易出現不愉快的情緒，當情緒失控就成了怒氣。有些家庭常為小事而爭吵，互不相讓，甚至怒中動手施暴，釀成不和；有些因為爭吵打鬧成了家常便飯，最後勞燕分飛離了婚，孩子從此在單親家庭裡成長，失去了正常完整的家庭。

小火星甚至引爆大事故

怒氣如果得不到及時控制和適當管理，人就容易犯罪。聖經告訴我們，人類始祖亞當和夏娃的孩子，因為怒氣釀成了人類的第一樁命案。哥哥該隱因為弟弟亞伯的供物被上帝耶和華所悅納，而自己的供物卻不被悅納，因此「就大大地發怒，變了臉色。」（創世記4:5）上帝就對該隱說：「你為甚麼發怒呢？你為甚麼變了臉色呢？你若行得好，豈不蒙悅納？你若行得不好，罪就伏在門前。它必戀慕你，你卻要制伏它。」（創世記4:6-7）怒氣常為罪打開破口，當怒氣大到一個程度，就很容易攻擊別人、傷害對方，小火星甚至能引爆大事故，所以必須要管理和制伏怒氣。可悲的是，該隱沒有做到這一點，他根本聽

不進上帝的規勸，接下來在田間就將弟弟給殺了。怒氣在人間釀成的悲劇不勝枚舉，所以聖經中反覆勸導人們：「你不要心裡急躁惱怒，因為惱怒存在愚昧人的懷中。」（傳道書7:9）「生氣卻不要犯罪；不可含怒到日落。」（以弗所書4:26）「不輕易發怒的，勝過勇士；治服己心的，強如取城。」（箴言16:32）當我們發脾氣時，我們想要表現出自己的強大；但實際上，發脾氣是軟弱的象徵，不是力量的象徵。

管理怒氣是生活的必修課

在文章開頭的生活場景中演示了一個人生話題，就是必須要學習管理情緒，控制怒氣。妻子先是對丈夫不幫忙懷有怨氣，接著丈夫又為孩子在家拍籃球打碎一個杯子而發怒，孩子覺得不應該得到那麼嚴重的懲罰而委屈，妻子因丈夫對孩子大叫又拎他胳膊而感到憤怒傷心。如此不良情緒的傳染影響了一個家庭的和諧相處，也影響了孩子的健康成長。長期以往，從小事引發爭吵，家中的福氣就會出現大漏洞。



某種意義上說，在這個案例中父母彼此傷害，孩子是家庭怒氣的最大受害者，在處理大人的怒氣時孩子幾乎沒有反抗的能力。所以父母首先要學會管理情緒，特別是要在孩子面前管理好自己的怒氣：

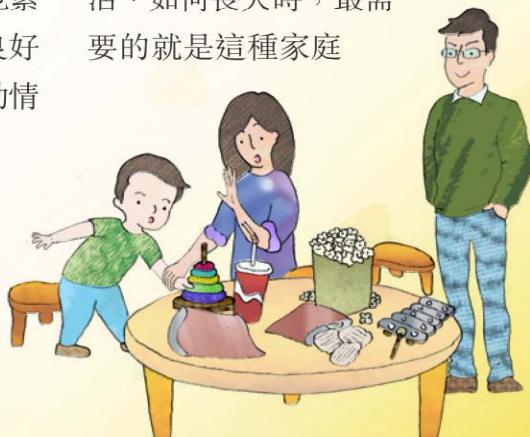
第一，父母要學會在生命中互相體貼照顧，互相扶持幫助。夫妻工作都很辛苦，在必要的家務中雙方需要一些幫扶。做到這一點不僅能使彼此怨氣減少，而且還會有益於放鬆壓力，增進彼此的感情，讓孩子感受到父母相愛的溫暖。

第二，夫妻應該學習如何溝通，把正常的情緒、自己的感受用一些適當的方法表達給對方，不要悶在心裡發酵。妻子可以告訴丈夫，我知道你累了，我也累了，能不能幫我做一件事？良好的語言溝通習慣能很好地幫助情緒的疏導。

第三，孩子還小時要把電視從家庭日常生活中拿走。據調查，在美國和亞洲國家，平均每人每天二至四個小時坐在電視

機前。在電視機面前的消遣和休閒已成為很多家庭的極大誘惑，至少要學會控制看電視。這裡有個建議，夫妻或全家可以選擇一些健康的DVD，適當的時候作為一個調節家庭氛圍的手段。

第四，教養孩子一定要有家庭的一些必要規章。前面那個孩子其實也算聽話，因為一些事知道問父母，只是這個家裡好像缺少規矩。家庭除了夫妻關係中需要一些共同認可的良好規矩，對孩子甚麼時候吃零食、能吃哪些零食、怎麼玩玩具，以及其他要與不要、能與不能等生活方面的指導，也要有一個儘量科學的規條。規條表面上是約束孩子，事實上是培養他們有章可循的秩序感和安全感。孩子在學習如何生活、如何長大時，最需要的就是這種家庭



規矩。聖經上也說：「凡事都要規規矩矩地按著次序行。」（哥林多前書 14:40）

第五，不要用手打孩子。那位父親一氣之下，大叫中拎起孩子的胳膊是一種不當處罰，容易導致孩子受傷。有位基督徒朋友在教養兒女時，如需必要體罰，他從不在自己的氣頭上打，也從不用手直接打，而且不打頭只打屁股，用乒乓球拍，根據情況輕重不等。在打孩子前，先對孩子說：「等會要打你，你想想我為甚麼打你？」然後自己去禱告，這樣既有教育孩子的意味，也讓自己減少了血氣。打完後他又抱抱孩子，說一句：「我打你，因為我愛你」之類溫暖的話。懲罰本身不是目的，目的是為了教育。當然孩子犯錯之前，家裡如果沒

有這方
面的



規矩，那首先不是孩子的錯，而是在糾正孩子時，也要反省自己的失職。

第六，如果夫妻都不是基督徒，我鼓勵你們可以去瞭解福音信仰，更希望你們能認識主耶穌。因為人想改變自己，想改變對方都非常困難，但是我自己，以及我認識的一些基督徒夫妻的家庭曾經也是硝煙瀰漫，甚至都到了快離婚的邊緣。信了主耶穌後，在自己和教會的代禱下，他們的生命和生活都有了很大的改變，以至於後來認識他們的人都不相信他們之前糟糕的婚姻狀況。問到改變的緣由，他們都會告訴你是上帝的愛澆灌了他們，是看不見的聖靈內住人心，成為良心的導師，改變了他們。有的還會背出一段聖經中的經文，來表明上帝的話語成為他們改變的力量：「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不做害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。」（哥林多前書 13:4-7）



飛渡大洋的小鳥

鮑約瑟

北雁南飛，燕子歸巢，這是候鳥行為，很早人們就以詩詠之：「萬里人南去，三春雁北飛。」（韋承慶《南中詠雁詩》）「幾處早鶯爭暖樹，誰家新燕啄春泥。」（白居易《錢塘湖春行》）

對於候鳥，人們只知道牠們會每年秋去春來，大雁排成整齊的人字形或一字形飛行，燕子會在屋簷下築巢並在第二年回巢，但對於牠們能飛多遠，還不甚清楚。直到近年來才發現有的小鳥在一生中能飛完相當於三趟地球至月球的來回，或環繞地球60圈的旅程；另一種小鳥只用七八天的時間，不吃不喝不著陸連續跨洋飛行了相當於兩倍從洛杉磯到紐約的距離，兩者都創造了世界紀錄。

創造動物界飛行最長距離紀錄的北極燕鷗

北極燕鷗，英文名Arctic tern，體重只有86至127克（圖一），卻能在北極和南極間來回飛行，享受每年兩個夏天及最多的白晝。

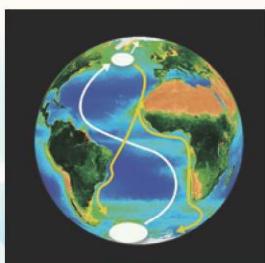


圖一：北極燕鷗

這種鳥廣泛分佈在歐洲、亞洲和北美洲靠近北極及其附近的苔原和島嶼上，在那裡進行交配和繁殖，每年6月底就會孵化出牠們的小寶寶。小鳥羽翼漸豐後，就會跟隨著牠們的爸爸媽媽開始長征。

北極燕鷗的大部隊每年會不遠萬里從北極展開牠們的遷徙旅程向南飛，來到地球另一端的南極洲邊緣。這時候正值南半球的春天，海冰下生長的矽藻像草原一樣，養育了大量的磷蝦，還有吃磷蝦的魚類。在接下來六個月的時間裡，北極燕鷗在那裡休養、歇息，享受南極海域豐富的海洋盛宴。

翌年4月牠們就會踏上返家的旅程。回去時往北是順風，借助風力而行，僅僅用了一個多月，在6月份就可以回到北極的家鄉，參加新一年的求偶季節（圖二）。



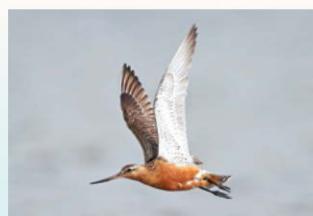
圖二：北極燕鷗飛行地圖

2016年研究人員在一些北極燕鷗身上安裝了重量僅為1.4克的微型衛星追蹤器。收集到的數據顯示，北極燕鷗往返一趟的實際飛行距離大約是90,000公里，其中一隻燕鷗更是飛了96,000公里！

在北極燕鷗的二三十年，甚至長達34年的生命歷程中，一輩子遷徙飛行的距離約為2,400,000公里，相當於三趟地球至月球來回的距離，這讓北極燕鷗成為當之無愧的「遷徙之王」。

創造不吃不喝不著陸連續飛行最長距離世界紀錄的斑尾塍鶴

斑尾塍鶴（音成玉 chéng yù），英文名Bar-tailed godwit。雄鳥重量在190至400克之間，雌鳥較重，在260至630克之間（圖三）。



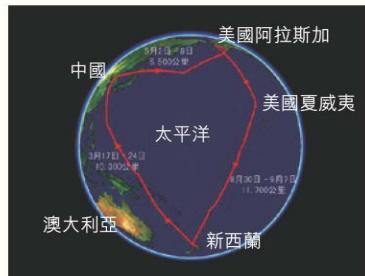
圖三：斑尾塍鶴

斑尾塍鶴分佈於從北歐到美國阿拉斯加地區的海岸和苔原。每年9月，約70,000隻斑尾塍鶴就會開始南飛，飛行高度最高可達2,000公尺。在到達新西蘭等南半球地區後，於次年3月往北飛回。

2007年3月17日，美國地質調查局和梅西大學(Massey University)科學家的小組在新西蘭奧克蘭附近的米蘭達/皮亞科(Miranda / Piako)放出了16隻斑尾塍鶲，對其中一隻安裝著微型衛星追蹤器，代號為E7的斑尾塍鶲飛行路線進行跟蹤。

在經過七晝夜不吃不喝、不著陸連續飛行約10,300公里之後，E7到達了鴨綠江口，途中未在任何地點停留覓食。在那裡停留進食和休息之後，5月2日又開始了約6,500公里不吃不喝不著陸的旅程，於5月8日到達了阿拉斯加西南部的育空—庫斯科奎姆三角洲(Yukon-Kuskokwim Delta)。在那裡停留進食休息和繁殖，進一步儲備能量，為南飛作準備之後，E7於8月30日開始南飛。在途經夏威夷之時，稍微向右轉，就斜跨太平洋直接前往新西蘭，而不是沿著亞洲東海岸飛行。就這樣，E7在八天內從阿拉斯加不著陸飛了約11,700公里，於9月7日回到了新西蘭的米蘭達/皮亞科(圖四)。

這是第一次追蹤到最長一次



圖四：斑尾塍鶲E7的飛行地圖

不吃不喝不著陸飛行約11,700公里的鳥，完成了從新西蘭到阿拉斯加來回28,500公里的往返行程。在牠們15至20年的生命當中，從新西蘭到阿拉斯加飛行的總距離遠超過從地球到月球的距離，從而成為創下了有史以來最長的不吃不喝不著陸飛行世界紀錄的名鳥，而原先生物學家曾認為鳥類像這樣直接飛越太平洋是不可能的。

超越人類的本領

對被封為「萬物之靈」的人類來說，雖然已能登陸月球，但人要去遠方，特別是去一個較遠而從未去過的地方，還必須藉助地圖、GPS、交通工具甚至現代的高科技，否則難以找到目的地，更不用說像小鳥那樣環繞地球60圈了。



人類只要幾天不吃不喝，就會餓得難以動彈，甚至死亡，但一隻小小的鳥卻能不吃不喝不著陸地從北極飛越太平洋到南極，回程亦然，這是為甚麼？

這是因為牠們擁有與生俱來的特殊本領。

1. 特殊的身體結構和功能

為了適應長途飛行，必須儘量減輕體重以節省能量消耗，所以牠們的骨骼是中空的。尾部羽毛可以散開或收攏變窄，腿也較短，體形符合空氣動力學。

斑尾塍鶲與海鳥不同，牠們的羽毛並不完全防水，因此不能停止飛行並停留在水面上。由於要不著陸連續飛行七八天而途中不能進食，牠們必須在出發前先吃飽喝足，體重增加約一倍或更多；但是養得過胖過重會增加飛行時的負擔，耗費更多能量。對此，斑尾塍鶲用提高代謝效率的方法，消耗最少的脂肪來得到最多的能量。科學家發現斑尾塍鶲

在飛行時的代謝效率竟可提高為休息時的八倍。

另外，為了在長途飛行時能不因休息而中斷飛行，牠們可以關閉大腦的一側，讓兩個大腦半球輪流休息，而且只用半個腦子控制仍能不停振翅且不迷路。

2. 精準的導航能力

在沒有地圖和GPS等儀器的幫助下，如何能準確地到達這麼遠的目的地？

一般認為，候鳥在白天飛行時用太陽，夜間飛行時用恆星來作導航的羅盤。在陰天，還可以根據偏振光判斷太陽的方向來確定自己所處的位置和飛行方向。

候鳥還有「第六感」，能夠偵測到地球的磁場，結合「羅盤」就可以偵測磁場的方向。有了這幾種類型的資訊後，候鳥就能找到回家的路了。

3. 觀察宏觀氣象變化的能力

斑尾塍鶲具有觀察宏觀氣象

變化的能力，從而展示出更多的適應性和靈活性，例如風暴軌跡的空間轉移和氣流循環發生的時間週期等。這使牠們常沿著S形或Z形路線飛行，以藉助順風的風力。牠們還能在起飛前預測風暴等氣候變化，從而推遲出發或改變飛行路線，以避免飛入巨大的螺旋風中，或改變飛行高度來增加飛行效率。

進化論難以解答的問題

通常認為鳥類長距離遷徙是為了尋求食物，還有合適的氣候、日照的長短、逃避獵食者和競爭者等等因素，但對牠們為甚麼會有遠渡重洋這樣的本領，目前還沒有人能作出令人信服的解答。

《美國科學院院刊》曾登載了有關這項研究成果的報告，文章認為：「牠們是在循著豐富的（極地）覓食區飛行。」但是要達到這些目的，只要從北極向周圍逐漸深入到赤道即可，沒有合理的意圖、理由和能力要飛渡重洋

到地球的另一端南極去找；而且沒有去過南極，牠們又何以知道南極好？如果覺得南極好，定居南極即可，為何還要長途跋涉飛回北極，且年年如此來回？

雖然「羅盤」和「地圖」導航可以依靠太陽和恆星，但首先要知目的地是在哪個方向，而且要有智慧來決定飛行時的方向是否正確，是否需要矯正和如何矯正。在汪洋大海上沒有標誌物可供參考，當雲層厚重而日月星辰等都不可見時又如何確定方向？尤其是羅盤和地圖只能決定大方向，要準確地定點到達和返回原巢，靠的又是甚麼？

這些鳥在出生不久後即能進行此種長途飛行，很明顯，這種本領並非後天學習所得，而是在基因上已設定並通過遺傳與生俱來的，稱為本能。對本能從何而來，達爾文在《物種起源》一書中把本能的起源歸功於變異和自然選擇：「自然狀況下產生的巨大變異，能產生出一種新的本

能。」「物種的本能和習性是特別賦與或特創出來的呢？還是一個能普遍適應自然選擇規律產生出來的微小結果呢？答案不言自明。」但他沒能解釋或舉例是如何變異和選擇的。

要完成這樣不吃不喝、不著陸地連續飛行七八天的跨洋飛行，必須同時具有精準的導航能力、足夠的體力和耐受力，缺一不可。任何不完全的進化，不但無法到達目的地，甚至在半途就會墜海喪命；而這些本領在小鳥出生不久後就已具有，說明是來自與生俱來的基因，而不是從後天經驗累積而來。況且，後天獲得的經驗是不能進入基因遺傳給下一代的，例如識途老馬的後代並不同樣識途。

對候鳥遷徙的原因、本領和機制，科學仍未能給出令人信服的

解答，更不用說如何進化了。

候鳥遷徙只能是上帝所設定

既然遠飛的本領必須在被創造時就都已包括在內，逐步進化已屬不可能，只有上帝才能做到。不妨來看看聖經中的一些經文：

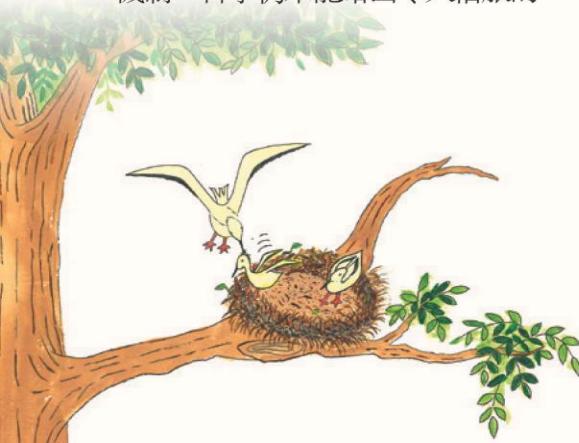
「上帝……又造出各樣飛鳥，各從其類。上帝看著是好的。」
（創世記1:21）

「耶和華所造的，各適其用。」
（箴言16:4）

「你們看那天上的飛鳥，也不種，也不收，也不積蓄在倉裡，你們的天父尚且養活牠。你們不比飛鳥貴重得多嗎？」（馬太福音6:26）

「你且問走獸，走獸必指教你；又問空中的飛鳥，飛鳥必告訴你；或與地說話，地必指教你；海中的魚也必向你說明。看這一切，誰不知道是耶和華的手做成的呢？」（約伯記12:7-9）

「自從造天地以來，上帝的永能和神性是明明可知的，雖是眼不能見，但藉著所造之物就可以曉得，叫人無可推諉。」（羅馬書1:20）



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，曾差遣你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，我才可以回到祢那裡，認識真理，得著永生。我明白以往我因不認識祢，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，遵行天父祢的旨意。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。



姓名(英)：_____

地址(英)：_____

郵號：_____

電郵：_____

電話：_____

I. 我尚未相信，盼望進一步認識耶穌，
請寄有關信仰材料。

我願意相信耶穌。（第一次決志）

請為我介紹教會（語言_____）

訂閱幫助我讀聖經的靈修雙月刊——《傳》

II. 讀後感或心聲分享

III. 請為我以下的事代禱

IV. 我願支持貴刊

我願意為中信祈禱。

我願把「中信月刊」送給親友，請每月給我_____份繁體字，_____份簡體字。

我願分擔中信月刊的印製費，茲附上奉獻_____元。

加拿大中國信徒佈道會

Chinese Christian Mission of Canada

4533 Kingsborough Street

Burnaby, B.C., V5H 4V3

電話：(604) 877-8606

傳真：(604) 877-8676

電郵：ccm@ccmcanada.org

網址：www.ccmcanada.org

I. 我希望訂閱

姓名(英): _____

地址(英): _____

郵號: _____

電話: _____ 電郵: _____

訂閱 繁體字 簡體字**II. 我介紹以下朋友收閱(請先獲對方同意)**

姓名(英): _____

地址(英): _____

郵號: _____

電話: _____ 電郵: _____

訂閱 繁體字 簡體字**III. 我已是訂戶,現有如下的更改**

- 已搬遷,請更改地址;
- 郵寄標籤上名字或地址有錯誤,請更改;
- 請取消重覆寄來的「中信月刊」;
- 為節省資源,請停寄。

舊址或附上信封上的標籤,方便更改

姓名(英): _____

地址(英): _____

郵號: _____

新或正確姓名地址

姓名(英): _____

地址(英): _____

郵號: _____

電郵: _____

電話: _____

懷抱有時

馮海

一個日本人在網上搜索家鄉。他在谷歌地圖上輸入地址，熒幕上出現了老家的街道。童年的巷子邊，他忽然看見一個熟悉的身影，那是幾年前已經去世的父親，就站在自家門前。這人順著父親張望的方向滑動鼠標，驚訝地發現一個背影正走過街角——那是他已去世的母親，走回家的路上。原來他父親站在那兒，為要等愛人回家。

谷歌地圖多年前記錄的舊圖片讓這位日本人深受震動，他把這件事分享到網上，無意間掀起了一場浪潮——許多人效法他，試圖通過谷歌地圖，再「邂逅」一次故鄉和故人：有人看到自家的狗還活著，在花園中玩耍；有人原本打算賣掉父親的老房子，卻看到父親的舊車停在柵欄邊，兒時的記憶湧上心頭，就此打消了賣房子的念頭；陽光下，老奶奶在門前照看花兒；爸爸在前院割草；老鄰居站在人行道上聊



天……，舊圖片記錄了當時不曾留意就匆匆逝去的年歲。

聖經說：「懷抱有時，不懷抱有時。」（傳道書3:5）懷抱的時候不覺得，總要等到不懷抱的時候，才倍感思念。

新冠疫情期間，女兒在家上網課，形成了一套新的作息規律。幾乎每天下午，她都會靠在我懷裡，睡一個短短的午覺。每當我看著懷中熟睡的小臉，心裡常湧出這句經文：「懷抱有時，不懷抱有時。」

總有一天孩子會長大，我會老去，我們會漸行漸遠。聖經還說：「生有時，死有時；栽種有時，拔出所栽種的也有時。」（傳道書3:2）到那一天，造物主拔出祂所栽種的，我和我所愛的人會被死亡阻隔。那條冷河，無論誰先渡過去，留下的人就孤單了。

然而每次看著懷抱中熟睡的孩子，我心中沒有憂傷，只有光明、喜悅和盼望。懷抱有時，此

刻就珍惜這懷抱；等到不懷抱，那也不過是短暫的片時，我和我愛的人終將團聚在永恆的天家。在那裡，我們永不分離，因為我們在主耶穌基督裡罪得赦免，蒙了永生。

從谷歌地圖上回憶舊時光，再看一眼親愛的人，能帶來多少安慰呢？信靠主耶穌基督的人卻能得著最美的盼望——我們將享受永恆的懷抱。

我還記得母親離世的時候，門前的大樹映著燦爛的餘暉，倦鳥陸續歸巢安歇。在更大的畫面裡，我看到我和我的母親、我的孩子終將歸回同一個家園。在那裡，「上帝要擦去他們一切的眼淚，不再有死亡，也不再有悲哀、哭號、疼痛，因為以前的事都過去了。」（啟示錄21:4）

天國是上帝巨大無邊的懷抱，要懷抱所有屬祂的兒女。我們要在其中安居，歡樂，永蒙慈愛，這是多麼美好的盼望！



善良、和平 由我們開始

白衣

人需要愛，長期處於孤獨的人容易生病、早死。雖然近年來獨居人口不斷增加，離婚率上升，結婚率下降，可是與此同時，社交媒體和寵物市場卻蒸蒸日上，發展蓬勃。

當初上帝造人，說那人獨居不好，於是給亞當造了夏娃，人被造是需要與人交往的。

可是人很矛盾，既需要愛，卻難以維持無私相愛的關係。毛病出在哪裡？

經驗告訴我們，與人相處彼此碰撞，會引致傷痕纍纍。因為人不像貓狗那樣單純、沒有心機。人會驕傲、自私、詭詐，充滿了惡慾、貪婪、嫉妒、不義、毀謗、怨恨、邪淫、無情、陰毒、兇殺、不愛真理、偏向邪惡……。簡單一句，人是罪人。罪人與罪人相處，怎能不彼此傷害，彼此怨尤？

有沒有留意，與善良、沒有心機的人相處較為容易？所以，解決問題的方法不是孤立自己，不是以虛擬關係和寵物取代身旁人，而是使自己成為更好的人。

怎樣成為更好的人？這就是聖經所教導的：要認自己的罪，接受基督耶穌的新生命。和平、相愛、善良可以由我們開始——關鍵是我們必須連於上帝善良、慈愛、聖潔與公義的源頭。



手機閱讀或下載