

作者簡介

本書作者瓊斯 (Robert D. Jones) 是一位道學碩士和教牧博士，在美國東南浸信神學院 (Southeastern Baptist Theological Seminary) 教授聖經輔導學。他同時也是一位認證的聖經輔導，是美國「和睦事工」(Peacemaker Ministries) 的訓練員，在基督徒和教會間擔任調解的工作，幫助人與人和好。他的著作和文章很多，包括《從根拔起憤怒》(Uprooting Anger) 以及本系列中的《外遇後的重建》(Restoring Your Broken Marriage) 等。

更新關懷輔導系列
更新關懷輔導系列

單親父母情

瓊斯 (Robert D. Jones) 著 / 梁楚城 譯

Single Parents

如果你是一位單親，此時你應該已經體會到這是最難的工作之一：你不但要賺錢養家、洗衣燒飯，還要接送兒女、指導功課，更要安慰、護理、照顧、管教他們，並在各方面成為他們的榜樣。就算是最堅強的人，在面對如此沉重、必須身兼父職或母職的工作時，也會筋疲力盡。然而你是否知道，上帝在聖經中特別為你提供了滿有恩典、能力和盼望的話語？

本書作者瓊斯 (Robert D. Jones) 談到了單親所面對的許多掙扎，包括罪惡感、醜陋回憶、忿怒、苦毒、怨恨、損失、悲痛、恐懼等，接著他又分享了有關這方面的聖經真理，以及實際的教養策略，能為你每日的生活帶來盼望和指引。

ISBN 978-1-56582-220-7



9 781565 822207

Christian Renewal Ministries
更新傳道會 C6-04

Designed by Leslie Yung

單親父母情

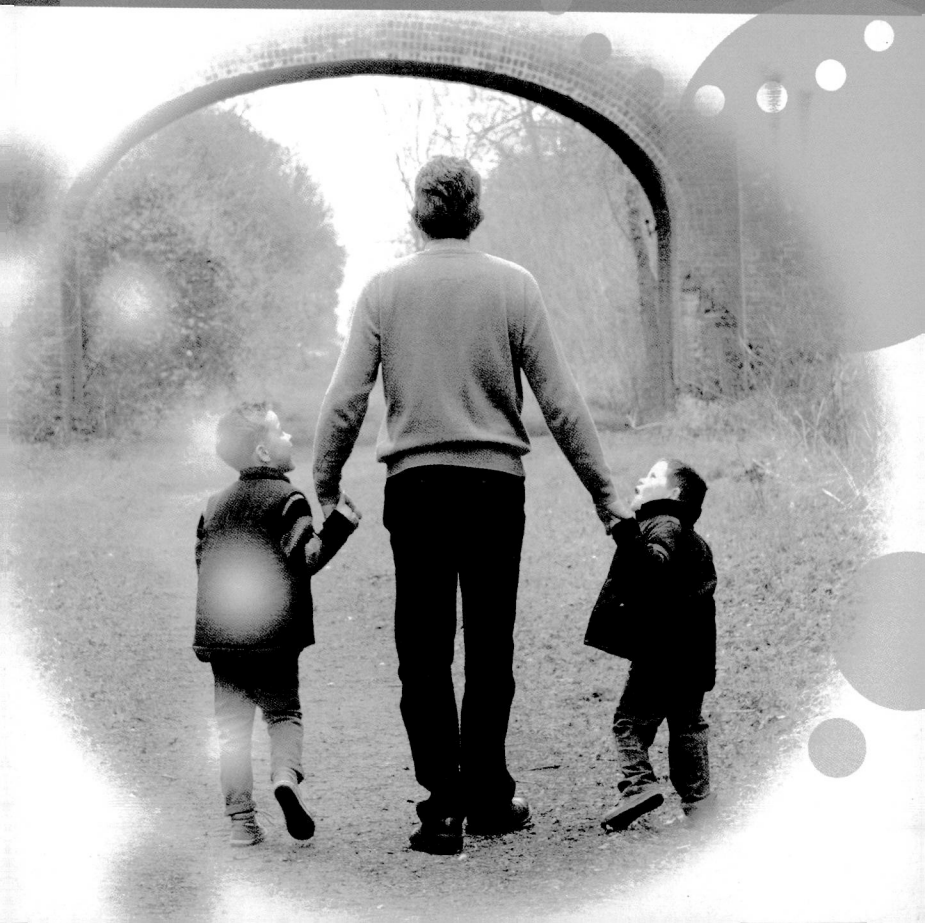
更新傳道會



更新關懷輔導系列

單親父母情

瓊斯（Robert D. Jones）著 / 梁楚城 譯



單親父母情

更新關懷輔導系列

作者：瓊斯

譯者：梁楚城

出版及發行：更新傳道會 Christian Renewal Ministries, Inc.

北美總會：200 N. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A.

電話 (732) 828-4545；傳真 (732) 745-2878

E-mail: info@crmnj.org

台灣分會：新北市三峽區大學路118號二樓

電話 (02) 2673-3600；傳真 (02) 2673-9801

郵政劃撥 13913941 基督教更新傳道會〔奉獻〕

E-mail: crmtaiwan7@gmail.com

新加坡分會：Christian Renewal Mission

35 Kallang Pudding Road,

Tong Lee Building, Block A, #10-01

Singapore 349314

電話/傳真 65-67481994

E-mail: crmsg77@yahoo.com.sg

香港分會：Christian Renewal Ministries, Inc.

香港上環郵政局郵政信箱號碼33139號

電話 (852) 2546-5738

E-mail: crm09hk@gmail.com

二〇一三年六月初版

二〇一三年十月第二次印刷

版權所有・請勿翻印

Single Parents

Author: Robert D. Jones

Translator: Danny Leung

Published by Christian Renewal Ministries, Inc.

200 N. Main Street, Milltown, NJ 08850, U.S.A.

Original English edition Published by New Growth Press

©2008 by Robert D. Jones

First Chinese edition: June, 2013

Second printing: October, 2013

©2013 by Christian Renewal Ministries, Inc., or known as CRM, Inc.

ISBN 978-1-56582-220-7

ALL RIGHTS RESERVED

美術設計：楊順華 電腦排版：章俊

更新傳道會網址 <http://www.crmnj.org>

Printed in Taiwan

目錄

前言	在每日困難中仰望主恩	01
第一部分	基本而重要的認識	
01	認定自己的基本身分是基督徒， 而不是單親	06
02	用聖經的話語來面對所有的問題	16
03	緊緊抓住上帝對孤兒寡婦的應許	24
第二部分	能夠改變生命的實用策略	
04	遵行聖經中給所有父母的基本勸告	36
05	留意你的兒女對單親教養的反應	40
06	努力與前妻或前夫建立正面的關係	50
07	積極參與教會的活動	54
08	帶領孩子認識成熟的基督徒	62
09	當你考慮結婚或再婚時，尋求 基督徒的輔導	66
附註		75
更新關懷輔導系列		80

前言

在每日困難中仰望主恩

家父在我兩歲時便不幸早逝，當時我的兩位姊姊分別是十二及十四歲。我的母親深受這個變故的震驚，後來一直沒有再婚，含辛茹苦地以單親媽媽的身分撫養我們長大。多年來她經常陷入困境，不但生活艱苦，日常工作的繁重更是不在話下。

倘若你現在是單親，曾經是單親，或曾經深入地認識其他單親，那麼你很可能會同意這句話：單親可能是世界上最困難的工作之一——他不但要賺錢養家、洗衣燒飯，還要接送兒女、指導功課，更要安慰、護理、照顧、管教他們，並在各方面成為他們的榜樣。就算是最堅強的人，在面對如此沉重、必須身兼父職或母職的工作時，也會筋疲力盡。因此，所有的單親都需要從我們的救主那裏接受不變的真理，好裝備自己來完成這個任務。

雖然我自己不是單親，但我認識很多單親，而且能夠感同身受他們的處境。我不敢說自己能深入而完整地表達他們各類不同的經驗，但我盼望本書所提供從上帝話語而來的忠告，能夠指引並堅固每一位尋求認識及跟隨耶穌的單親。

第一部分

基本而重要的認識

01 | 認定自己的基本身分是基督徒，而不是單親

單親經常會有「身分混淆」的困擾，正如范摩爾牧師（Andrew Farmer）曾一針見血地指出：

「單親每天都會為基本的身分問題而掙扎：我是一個有養育兒女責任的單身個人，還是一個生活在單身世界中的父親或母親？要同時作這兩種人，不是一件容易的事。」

很多我所認識的單親，想要和教會單身團契中的人來往，但他們發覺，要融入單身人士的社交圈是一項挑戰，因為沒結過婚的單身者通常都不了解作父母的壓力，甚至也不想在他的單身世界中與孩子們打交道。

也有些單親想要和為人父母者認同，

因此便與一般具有雙親的家庭建立關係，認為這樣能給自己的孩子提供一個有安全感、又適合培養他們的沃土……但當這些夫婦各自回家之後，身為單親的孤獨感又會再度襲上心頭。」（註1）

到底單親應該採取哪一個身分呢？從某種意義上來說，兩者都有不適合之處。雖然我們是否結婚或是否為人父母的狀態，可以看出我們一般的生活情況，但它們並不能定義我們的身分。無論你是單身、是父母、或是一個更具挑戰的混合體——單親父親或母親（或說是有養育兒女責任的單身個人）——都不能定義你的身分。你到底是誰？請聽使徒保羅對所有屬耶穌之人說的話：

「所以你們因信基督耶穌，都是神的

兒子。你們受洗歸入基督的，都是披戴基督了。並不分猶太人、希利尼人；自主的、為奴的；或男或女；因為你們在基督耶穌裏都成為一了。你們既屬乎基督，就是亞伯拉罕的後裔，是照著應許承受產業的了。」（加拉太書3: 26-29）

保羅特別指出當時的人群有三種類別：猶太人或希利尼人，自主的人或為奴的人，男人或女人；然而他又說，這些劃分在基督裏都不存在了。這並不是說保羅對於各族裔傳承的差異盲目不見，也不是他漠視主僕的工作關係，或對兩性之分別一無所知；相反地，他在其書信的其他地方直接地對猶太人、希利尼人、自主的人、為奴的人、男人和女人說話，而他們正是保羅宣稱已不存在區別的不同群體。

那麼保羅的論點到底是什麼呢？就是**耶穌基督並不以我們的社會地位來定義我們是誰，而是以我們與祂的關係來看待我們**。福音並沒有消除我們的社會地位，或廢掉我們的性別，而是把它們相對化、從屬化，它們不再有絕對的、最高的重要性，因此它們不能再定義我們是誰或控制我們，因為終極來說，我們最基本的身分是基督徒，是上帝的兒女，是藉著耶穌而獲得亞伯拉罕之應許祝福的後嗣。

你對你自己的看法，真的是極為重要。我很喜歡蘇德蘭（Donald Sutherland）在2003年電影《偷天換日》（*The Italian Job*）中的台詞。蘇德蘭扮演年事已高的一流竊賊約翰，他的專長是竊取高檔的藝術品和珠寶。當約翰在回憶他所做的一樁牽扯到價值三千五百萬元的竊案時，向他年輕的得意門生查理感傷地提到，他

一生都在偷竊，從沒有安定下來過。他以父親的口吻勸告查理說：「查理，你知道，這個世界上有兩種竊賊，一種是為了要過富有的生活而偷竊，另一種是為了要定義他自己是誰而偷竊。」他搖搖頭又說：「你不要作後面那種人，因為它會讓你錯過今生真正重要的事。」

同樣地，我認為世界上有兩種結了婚的人：一種人是以婚姻來**豐富**他們的生命（這是一件好事），而另一種人卻是以婚姻來**定義**他們的生命（這是一件糟糕的事）。如果你是以婚姻來定義你是誰，那麼當你的配偶過世或離婚等情況發生時，你就不再知道自己是誰，心靈也自然而然就枯萎了。世界上也有兩種父母，無論是單親或是有配偶的父親或母親，倘若你認為養育兒女豐富了你的生命，那麼你就比較能應付作父母所遇到的各種波折起伏，但

如果你以前總是以「有配偶的父親或母親」來定義自己，那麼現在你成為單親，就必須要找到一個全新的定位。所以，現在正是讓耶穌基督的福音為你的人生重下定義的時候。

成為單親對你所代表的意義可以是無限的——它表示耶穌現在（其實祂早就想要）成為你生命中最重要的一半，遠超過你之前的配偶，或任何現在你夢中出現的理想婚姻伴侶。

「除你以外，在天上我有誰呢？除你以外，在地上我也沒有所愛慕的。我的肉體和我的心腸衰殘；但神是我心裏的力量，又是我的福分，直到永遠。」（詩篇73：25-26）

「神的神能已將一切關乎生命和虔敬的事賜給我們，皆因我們認識那用自己榮耀

和美德召我們的主。」（彼得後書1: 3）

12

成為單親也表示在上帝的「天命」（意指上帝在受造界中的參與）之中，有些基督徒蒙上帝賜予婚姻，而有些基督徒蒙上帝賜予獨身；有些基督徒作了父母，有些基督徒卻無兒女。但我們都是基督徒，在基督裏合一，每個人都有一個安穩在主裏的全新身分，而這個身分與我們的社會地位毫無關係。

把自己的身分定義成基督徒，也表示在上帝的眼中，身為單親的你，與已婚的基督徒父母或無兒女的基督徒之間共同點，多於與不認識主的單親之間共同點。基督徒與基督徒之間藉著重生、聖靈的同在、聖經、罪得赦免、彼此相顧之服事、以上帝為天父、信心、盼望和愛等，共同地連結上了耶穌和祂的教

會。你並不是被趕出那些看起來很重要的已婚人士所在之地，而被流放到單親之島，遭到邊緣化而淪為二等公民；不是的，情況絕非如此，真實的情況是你正活在上帝的救贖計劃之中，處於上帝在世上工作的中心，而且是祂兒子的新婦。

13

事實上，與其說你是一位「基督徒**單親**」（把「基督徒」當作一個美好的形容詞，補充核心的身分名詞「單親」），不如說你是一位「在上帝的天命之中，恰好在這段時間沒有結婚、但有一位或多位兒女的**基督徒**」。單親是你的處境，不是你的身分。你的身分是上帝的兒女，是與耶穌基督深刻而永遠結合在一起的人。

II 思考和討論問題

1. 身為一名單親，你有哪些身分混淆的困擾？
哪一種身分對你比較重要？為什麼？

14

2. 「身分」和「處境」有何不同？它們如何地
影響你的生命和生活？

.....

.....

.....

3. 為什麼以「基督徒」來定義單親是最好的？

02 | 用聖經的話語來面對所有的問題

你是怎麼變成單親的？你如何處理過去那些導致你走到如今的諸多事件、人際關係和各種選擇？你是否知道上帝已經預備好，要隨時幫助你解決這些經常啃咬你的問題？

也許你的情況是結過婚，但配偶已經去世，現在你是一名鰥夫或寡婦，因此當你在處理單親所面對之獨特挑戰的同時，你還要處理自己喪偶的哀傷。這個喪偶的過程是很痛苦的，即使是最美滿的婚姻亦然；但倘若你與離世的配偶過去的關係並不健康——例如你將自己的人生建立在以配偶為偶像的基礎上，或是你的婚姻中充滿了疏離、罪惡、苦毒以及一直沒有解決的衝突等——那麼你的恢復過程就可能會變得很複雜、很漫長或很困難（註2）。

也許你的情況是與配偶分居或離異，因此你在哀傷失婚的同時，還得應付破碎關係所

帶來的、與前夫或前妻的各種複雜情況的包袱——也許你們為了兒女的監護權、責任的分配、探望權、贍養費、兒女福利的決定權、姻親的權利等問題上爭執不下。你是兒女的主要監護人嗎？這會帶來一些挑戰；你的前夫或前妻在你兒女生活中的參與程度如何？這也會帶來另一些挑戰。如果再加上你有再度婚戀的願望及機會等，那麼就是最堅強的單親也會被這些壓力搞得透不過氣來。

也許你的情況是從來沒有結過婚，但因為被強暴或被引誘，或是甘願進入一場沒有結局的性關係而懷了孕。也許你的懷孕令你驚慌，使你必須面臨一個巨大的決定——雖然你的家人、朋友和你心裏的聲音都在催促你墮胎，但結果你決定留下這個孩子。然而，不論你是否體認到，你這樣做確實是為你那尚未出生的嬰

孩選擇了上帝對生命的看法。也許你曾經考慮把嬰孩託付給某對想要領養孩子的父母，或某個協助領養的機構，但最終你選擇了成為一位單親媽媽。

范摩爾牧師對單親的種種壓力深表認同：

「我們常說父母需要以敬虔的努力和一致性去教養兒女，然而單親往往必須在複雜的、相互競爭的權威和影響系統下，養育他們的孩子。這些複雜的、相互競爭的權威和影響力，包括了孩子的另一位親生父母、祖父母、輔導員、法院、律師、學校、媒體、同儕和社會福利機構等。也許其中最具挑戰性的一點，是這位單親一方面不斷地感到這個奇妙的孩子是自己最大的喜樂，但同時卻又無可避免地把他和

自己極大的恥辱、痛苦、失敗或損失連結在一起。」（註3）

無論你是如何成為單親的，聖經都為你提供了充滿恩典、能力和盼望的話語。上帝會針對你的處境及所有與你相關的問題說話，不論是關於你的罪惡感、醜陋回憶、忿怒、苦毒、怨恨、損失、悲痛、恐懼等，聖經都無所不包。

當然，所有問題的答案都會把你連接到耶穌基督那裏。舉例來說，你是否看見耶穌在十字架上的死，就是上帝對你的罪惡感的答案——不論你的罪惡感是來自性方面的罪，或是其他對婚姻失責的部分。作為一位單親，你的罪惡感可能已經夠多了（在我所認識的單親中，很少有人不會感到自己是個失敗的父

母)，而且你也很可能還沈緬在對過往之事的罪惡感中，但這些都不是耶穌對你的心意。

也許你正掙扎於對前夫或前妻的苦毒，但你已經看到這些苦毒不但控制了你的生活，也影響到了你的兒女，因為他們把你的「二手」怒氣都吸進去了。但你要怎麼辦呢？聖經為你提供了解答。耶穌曾經對門徒彼得說過一個比喻：

「那時彼得進前來，對耶穌說：『主啊，我弟兄得罪我，我當饒恕他幾次呢？到七次可以麼？』」

耶穌說：『我對你說，不是到七次，乃是到七十個七次。天國好像一個王，要和他僕人算帳。才算的時候，有人帶了一個欠一千萬銀子的來。因為他沒有什麼償還之物，主人吩咐把他和他妻子兒女，並一切所

有的都賣了償還。

那僕人就俯伏拜他，說：主啊，寬容我，將來我都要還清。那僕人的主人就動了慈心，把他釋放了，並且免了他的債。

那僕人出來，遇見他的一個同伴，欠他十兩銀子，便揪著他，掐住他的喉嚨，說：你把所欠的還我！

21

他的同伴就俯伏央求他，說：寬容我吧，將來我必還清。

他不肯，竟去把他下在監裏，等他還了所欠的債。眾同伴看見他所做的事，就甚憂愁，去把這事都告訴了主人。

於是主人叫了他來，對他說：你這惡奴才，你央求我，我就把你所欠的都免了，你不應當憐恤你的同伴，像我憐恤你麼？主人就大怒，把他交給掌刑的，等他還清了所

欠的債。

你們各人，若不從心裏饒恕你的弟兄，我天父也要這樣待你們了。』」（馬太福音18: 21-35）

22

這個比喻教導我們，要在生活上顯出自己是一個已被上帝赦免「一千萬兩」罪債的人。惟有當我們能夠赦免別人時，自己才能夠從所累積對他們的苦毒中被釋放出來。你能明白這個意思嗎？

無論目前你正在經歷什麼掙扎，把它們處理掉是十分重要的，因為它們不但現在會影響你和你的兒女，在未來的日子亦然。請記住，耶穌夠大，祂的偉大足以幫助你面對並解決各種疑難和捆綁。

II 思考和討論問題

1. 單親的壓力來源有哪些？你如何處理這些壓力？有人幫助過你嗎？

23

2. 聖經的話語可以幫助你面對單親的挑戰。你經歷過聖經帶來的幫助嗎？請分享。若未經歷過，有何潛在的原因？

03 | 緊緊抓住上帝對孤兒寡婦的應許

聖經中充滿了上帝對孤兒和寡婦的應許：祂會特別照顧祂子民當中的寡婦和孤兒。由此我們看到了上帝的慈愛心腸。從某種既真實又帶有比喻性的角度來說，上帝是單身媽媽的丈夫，也是孤兒的父親。

24

「神在祂的聖所作孤兒的父，作寡婦的伸冤者。神叫孤獨的有家。」（詩篇68: 5-6）

「耶和華保護寄居的，扶持孤兒和寡婦。」（詩篇146: 9）

「因為造你的是你的丈夫；萬軍之耶和華是祂的名。救贖你的是以色列的聖者；祂必稱為全地之神。」（以賽亞書54: 5）

「因為孤兒在你耶和華那裏得蒙憐憫。」（何西阿書14: 3）

上帝顯明祂關心單親的方式之一，就是藉著祂在聖經中所說的誠命、智慧、責備和警告，呼籲百姓要保護寡婦及孤兒：

25

「不可苦待寡婦和孤兒；若是苦待他們一點，他們向我一哀求，我總要聽他們的哀聲，並要發烈怒用刀殺你們，使你們的妻子為寡婦，兒女為孤兒。」（出埃及記22: 22-24）

「你不可向寄居的和孤兒屈枉正直，也不可拿寡婦的衣裳作當頭。要記念你在埃及作過奴僕，耶和華你的神從那裏將你救贖，所以我吩咐你這樣行。你在田間收割莊

稼……要留給寄居的與孤兒寡婦……你打橄欖樹……要留給寄居的與孤兒寡婦……你摘葡萄園的葡萄……要留給寄居的與孤兒寡婦……要記念你在埃及作過奴僕，所以我吩咐你這樣行。」（申命記24: 17-22）

26

「你們當為貧寒的人和孤兒伸冤；當為困苦和窮乏的人施行公義。當保護貧寒和窮乏的人，救他們脫離惡人的手。」（詩篇82: 3-4）

「不可挪移古時的地界，也不可侵入孤兒的田地。因他們的救贖主大有能力，祂必向你為他們辨屈。」（箴言23: 10-11）

「以色列的首領……在你中間有輕慢

父母的，有欺壓寄居的，有虧負孤兒寡婦的……看哪，我因你所得不義之財和你中間所流的血，就拍掌歎息。到了我懲罰你的日子，你的心還能忍受麼？你的手還能有力麼？我耶和華說了這話，就必照著行。」

（以西結書22：6-14）

27

聖經很清楚地稱上帝為「父」，但上帝自己和祂的兒子耶穌也不介意用母性的比喻去表達祂對子民的關懷。雖然這些形像本身並不是單對孤兒或寡婦而說的，但上帝關懷所有單親的原則——亦包括單親爸爸和他們的兒女——確實是貫穿在這些應許中。此外，從另一個角度來說（當然這是在審慎的界定之下），單親爸爸將上帝視為妻子及他兒女的母親，也是合乎聖經的：

「諸天哪，應當歡呼；大地啊，應當快樂；眾山哪，應當發聲歌唱！因為耶和華已經安慰祂的百姓，也要憐恤祂困苦之民。錫安說：『耶和華離棄了我；主忘記了我。』婦人焉能忘記她吃奶的嬰孩，不憐恤她所生的兒子？即或有忘記的，我卻不忘記你！」
(以賽亞書49: 13-15)

「母親怎樣安慰兒子，我就照樣安慰你們；你們也必因（或作「在」）耶路撒冷得安慰。」（以賽亞書66: 13）

「耶路撒冷啊，耶路撒冷啊，你常殺害先知，又用石頭打死那奉差遣到你這裏來的人，我多次願意聚集你的兒女，好像母雞把小雞聚集在翅膀底下，只是你們不願意。」

（馬太福音23：37）

你不一定要同時既作兒女的父親，又作他們的母親，因為上帝與你同在。這個理解有多重要？單親爸爸石凱在被妻子離棄之後，他與上帝的關係不斷成長，他逐漸體會到上帝已將他的掙扎變成了祝福，「毫無疑問，惟一保守我不至崩潰的，就是上帝的應許。上帝的能力已將一切關乎生命和虔敬的事賜給我（彼得後書1:3），祂的大能在我裏面大力運行（歌羅西書1:29）。對我而言，生活不再只是關乎臨到我的各種困難，而是關乎上帝如何把我塑造成祂兒子的樣式。」

29

單親要如何親近上帝呢？單親媽媽艾咪把答案指向聖經。她說：「在我最艱難的時刻，閱讀詩篇和箴言給了我很大的幫助。經常參加

查經聚會……支撐了我。上帝讓我了解到，我必須在與祂的關係上進深才能活得下去。」

為何這是如此重要？單親媽媽姍蒂的回答是：「對我而言，身為單親的最大挑戰，乃是沒有一位與我同樣深愛我孩子的人，來幫助我作一些與父母職責相關的決定。我永遠都在渴望能和一個真正重視我孩子福祉的人討論事情……我的孩子正值青少年期，每天都有很多事情需要作決定。」

姍蒂學會了尋求上帝的幫助來作這些日常的決定。上帝肯定會把你孩子真正的福祉放在祂心上，甚至比你還有過之而無不及。

II 思考和討論問題

1. 聖經中有哪些經節對於身為單親的你特別重要？為什麼？

2. 在你成為單親之後，你與上帝的關係有何改變？如果你最近才認識上帝，這個關係為你帶來哪些改變？

第二部分

能夠改變生命的實用策略

04 | 遵行聖經中給所有父母的基本勸告

獨自養育兒女是一件十分困難的工作，所以你一定需要有明確的指引；而聖經確實從頭到尾都在對你說話。也許你會說：「很好，我一直在尋找幫助。請給我一些針對單親的經文，告訴我要如何教養我的兒女。」

36

對不起，聖經中並沒有特別針對單親而寫的「十誡」。聖經並不一定是依著我們提問的方式來回答，或依著我們劃分的類別或格式來給我們真理。

如果聖經沒有特別說到關於單親的誡命，那麼我們該怎麼辦呢？讓我們從一個更基本的問題來開始思考：在舊約時代和新約時代，信徒中有沒有單親？當然有。那麼為什麼聖經沒有教導他們如何作父母？答案是：**有**。當上帝向祂的子民說話時，祂是同時對有配偶的父母和沒有配偶的單親說話，並沒有分別。換句話

說，聖經中給所有父母的一般命令都包括了你在內；單親並不是一個特殊的類別。

那麼上帝對父母有什麼指示呢？有很多基督徒作家曾經以不同的方式歸納出聖經所教導關於父母的職責，其中大多數都含有以下幾方面的工作；

37

- (1) 關照兒女身體和情感上的需要
- (2) 以話語來教導兒女
- (3) 提供適當的管教
- (4) 成為兒女信靠基督的榜樣，並越來越有祂的樣式
- (5) 為兒女禱告，並且與他們一起禱告

你投入這五方面工作的時間、精力、技能和創造力，不可能像家裏同時有父親和母親所

投入的那樣多，但上帝也沒有要求你盡雙倍的努力。你不可能、也不需要嘗試去做兩個成人才能完成的工作；然而你卻應該要藉著信靠上帝，把這五方面的工作都包含在你對孩子的服事中。

此外，雖然你可能會接受別人——包括你的父母、朋友、教會的弟兄姊妹等——在這幾方面的幫助，但上帝為你的孩子所委任的人，仍然是身為父母的你，因此不要把這一個權柄、責任和機會轉讓給別人。在聖經的教導中，並沒有所謂「祖母教養權」這個說法。在上帝的天命中，養育孩子是上帝交託給你的職責，而不是給祖母的職責。

II 思考和討論問題

1. 在聖經所教導的五方面父母職責中，哪一方面對你最困難？為什麼？

.....

.....

.....

.....

2. 在單親的忙碌生活中，你如何在接受別人幫助和擔起父母職責之間取得最佳平衡點？

.....

.....

.....

05 | 留意你的兒女對單親教養的反應

你不但要留意自己如何教養兒女，還要留意單親教養如何地影響到他們；同時留意兩方面才是明智的作法。不論你是如何成為單親的，你的兒女也受到同樣的原因而失去了一位父親或母親，因此你不是惟一需要接受幫助以便能夠明智地去適應和作調整的人。如果你是因為喪偶而成為單親的，那麼你兒女的遭遇就是有一位父親或母親去世了；如果你是離婚的，那麼你兒女的另一位父母就是離開家庭了；如果你從沒有透露過孩子生父或生母的身分，那麼你的孩子就是根本不知道他的生父或生母是誰。你是否知道你的孩子要如何調適這種只有一位父親或母親與他們同住的情況呢（註4）？

此時你還必須拒絕兩方面的謊言。首先，縱使環境有不如意之處，你仍然不能忽視孩子

有去愛、信靠和順服上帝的責任。破碎的家庭不能成為不信、反叛、不知感恩或偶像崇拜的藉口。青少年的叛逆終究仍是叛逆，而叛逆就是罪（註5），因此你要明智而有愛心地向孩子指出來。

其次，你要拒絕一種絕望的觀念，即認為你的孩子「註定」未來會有問題，只因為他們缺乏有婚姻關係的雙親，或另一位父母對他們有負面的影響。你的孩子不是「受害者」或「破碎家庭的產品」；他們是按照上帝形像而被造的人，是可以認識耶穌、跟隨耶穌、並活出討祂喜悅之有意義生活的人。除了我自己本身的見證之外，我還可以提出其他幾位敬虔信徒的例子，他們都是在單親家庭中長大的。

想想新約聖經中提摩太的例子。我們從使徒行傳16章1節的經文得知，他的母親是信從

基督的人，但他的父親卻明顯不是基督徒。這對他未來的影響是什麼呢？請聽這位年輕人的「屬靈父親」——使徒保羅——是怎麼說到神在他身上所成就的事，雖然他有一位非基督徒的爸爸：

「想到你心裏無偽之信，這信是先在你外祖母羅以和你母親友尼基心裏的，我深信也在你的心裏。」（提摩太後書1: 5）

「但你所學習的、所確信的要存在心裏，因為你知道是跟誰學的；並且知道你是從小明白聖經，這聖經能使你因信基督耶穌有得救的智慧。」（提摩太後書3: 14-15）

上帝用一位敬虔的母親、一位敬虔的祖母

和一位敬虔的導師，教導了提摩太認識福音，並成為他福音的榜樣。上帝照樣可以用類似的方式來影響你的孩子，實現使徒保羅在哥林多前書7章14節中所說到的、令人鼓舞的應許（註6）：

「不信的丈夫就因著妻子成了聖潔；並且不信的妻子就因著丈夫成了聖潔。不然，你們的兒女就不潔淨，但如今他們是聖潔的了。」

如果你的前夫或前妻對你的孩子施加負面的影響力，那麼身為單親的你，可以採取什麼步驟來因應處理呢？

（1）將你的孩子交託給上帝。請記住，上

帝才是你孩子的主宰，你只是一位管家，而不是擁有者。謙卑地祈求上帝直接在你兒子或女兒的生命中工作，並使用其他上帝施恩的管道去拯救、保護和強固你的孩子。

- (2) 直接請求你的前夫或前妻，因著愛孩子的緣故而改變、克制或約束他攻擊性的行為。如果這行不通，可尋求其他申訴或問責的管道，例如在你們共同養育兒女的協定中列出各種諮詢、調解或請親友協助等規定。在較嚴重的情況下，你可能需要聯繫警察或兒童保護機構。
- (3) 繼續按基督的福音來教導你的孩子，成為他們福音的榜樣，並反映出基督的樣式；這將會與他們不信之父親或

母親的生活方式產生出清新的對比，並抵銷其負面的影響。祈求上帝幫助你倚靠聖靈行事，顯出聖靈的果子，當孩子面對生活的岔路時，使他們能被耶穌吸引。在某些情況下，你可能需要在孩子與你的前夫或前妻相處之前或之後，警告或提醒孩子說：「你爸爸有些做事的方式可能與我不同。我這麼做是照著耶穌的話來做，但你爸爸目前還沒有跟隨耶穌。你要尊重爸爸，愛爸爸，為爸爸祈禱，但如果他……你就應該……」

- (4) 提醒你的孩子，他們每一個人也必須自己決定是否要跟隨耶穌。他們不能將自己的行為歸咎於任何父母或其他人的不合聖經的典範。

(5)邀請你的牧師或長老與你和你的孩子一同坐下來，從聖經的角度談談你婚姻中所發生的事，上帝如何看待你和你的前夫或前妻，以及當孩子來往於兩位父母住處時，上帝要他們如何對待父母等。這個步驟十分重要，尤其是當你的孩子曾經被灌輸一些罪惡的偏見來看待這些事的時候。

其實在這樣的情況中，上帝已經給了你一個實際的機會去教導孩子認識上帝的主權、智慧和良善。你無法解決孩子可能遇到的所有問題，但你可以傳達關於上帝和祂行事方法的豐富概念。幫助孩子與帶來一切盼望的上帝連結，就是那位羅馬書所提到、會為你和你兒女的生命帶來盼望和目的的上帝：

「我們曉得萬事都互相效力，叫愛神的人得益處，就是按祂旨意被召的人。因為祂預先所知道的人，就預先定下效法祂兒子的模樣，使祂兒子在許多弟兄中作長子。」

（羅馬書8：28-29）

II 思考和討論問題

1. 根據你的觀察，單親教養對你的孩子有何影響？誰曾經幫助過他調適這個情況？

48

2. 一般單親在教養兒女上容易有哪些錯誤的觀念或藉口？是否曾有人質疑你教養兒女的觀念？你認為你所持守的那個觀念是否合乎聖經？

.....

.....

.....

3. 你的前夫或前妻是否會對你的孩子施加負面的影響力？你曾嘗試過本書所建議的五個步驟嗎？結果如何？還有其他可行的辦法嗎？

.....

.....

.....

.....

.....

06 | 努力與前妻或前夫建立正面的關係

以下這個呼召既簡單又深刻，但卻往往費心耗神——以你的全人來愛上帝，並且愛孩子的另一位父母，如同愛你自己一樣。主耶穌說：

「你要盡心、盡性、盡意，愛主你的神，這是誡命中的第一，且是最大的；其次也相倣，就是要『愛人如己』。這兩條誡命，是律法和先知一切道理的總綱。」（馬太福音22: 37-40）

如果孩子的另一位父母已經逝世，或是他不想參與你孩子的生活，那麼你的工作可能就比较簡單一些。但是如果你和他的關係很緊張，那麼要活出這個呼召可能就困難得多，不過聖經教導我們：

「若是能行，總要盡力與眾人和睦。」

（羅馬書12: 18）

「我因此自己勉勵，對神、對人常存
無虧的良心。」（使徒行傳24: 16）

51

我們需要培養恩慈的態度，學習知道何時及如何為了公義（特別是關於你孩子的事），而虛心地承認自己的失敗並尋求他人的寬恕，學會控制自己的舌頭，為前夫或前妻代禱，好好處理與姻親的關係等等。這些與其他更多的態度與行為，都是上帝的旨意，雖然其中所牽扯的關係可能會令你筋疲力竭（註7）。

然而，當你尋求遵行上帝旨意的時候，有一個好消息給你：你不需要為別人的反應而向上帝負責。上帝應許與你一同走過這些緊張的

人際互動，在你失敗時原諒你，給你力量去信
靠和順服祂，使用這些衝突來磨練你越來越像
耶穌，並且最終完成祂在你身上所動的善工，
迎接你進入祂的永恆國度，就是一個有祂同
在、永遠和平又喜樂、公義的地方。

II 思考和討論問題

1. 你與孩子另一位父母的關係如何？有哪些互動上的困難？

53

2. 你能夠按照聖經的教導來對待他嗎？為什麼？

07 | 積極參與教會的活動

不論你經歷的是離婚或是配偶去世，都會令你身心疲憊而麻木，使你想要退出原本密切的人際關係。基於種種原因，許多單親反而在孤獨中感到安慰，並且會與兒女一同劃地為牢，避免與外界來往。

54

這是一個錯誤。雖然這是情有可原而且很容易就讓人如此，但它仍舊是一個錯誤。你和你的家庭需要基督的身體，就是教會。雖然上帝讓你擔任單親的角色，但祂並沒有呼召你過一個與其他信徒隔離的生活。

你需要每週分出時間來參加團體的崇拜，在聖靈的能力中，把你的眼目注視在天父上帝和救主耶穌身上。單親的各種壓力可能驅使你只專注在自己身上，但與眾人聚集一起讚美上帝並聆聽祂的話語，能夠幫助你把注意力轉向上帝及其他的人。

你也需要與主裏的弟兄姊妹有交流溝通，他們可以幫助你，鼓勵你，並一同活出許多聖經有關「彼此相顧」的命令。融入上帝的家庭可以使你不致陷入孤獨、自我中心和受害者心態。不過這都需要你願意虛心尋求，並以感恩的心接受那些想服事你的人所提供的協助（註8）——包括照顧幼兒，經濟援助，邀請你家參加假期聯誼活動，購物或其他財務事項之輔導，撫養兒女之指導，額外打工機會，以及幫忙你因沒時間或沒技能去做的家庭雜務等。

有幾位需要養家的單親說到，他們特別感激別人給予他們在接送孩子上的幫助：「我學會在我分身乏術時，請別人幫我接送孩子去參加練習或比賽，大多數人都很樂意幫這個忙。在大部分的情況下，我認為向教會求助最容

易，因為我知道那裏的人期待並樂意服務別人。」雖然他們很珍視這種幫助，但有一位剛離婚的媽媽說出她真正的心聲：「調度時間的問題一直是我的噩夢，因為只有我一個人在打點一切，但是我需要上班。雖然我的女兒可以搭別人的便車，但難道我真的希望她搭別人的便車嗎？我恨不得可以在她放學時去接她，如果她那天過得不順利，我可以及時鼓勵她；如果她那天考試或演講表現得很好，我也可以馬上和她同樂。」

教牧人員的輔導更可以提供寶貴的幫助。單親媽媽謝莉指出：「我發現在我所尋求的各方支持中，教會牧師的幫助更大，他們更能接納我，更能堅持不懈。在我看來，這是因為他們從另一個源頭——上帝——那裏支取了力量，使他們能夠保持健康和平衡。」

當你參加教會活動時，不要只滿足於和單親有關的課程或小組，因為雖然你最初參加這些活動是很明智的，能讓你的問題或情緒獲得短暫的紓解，並幫助你與教會其他的人有所連結，但是你要記得，整個教會的信徒比你和你的單親朋友多得多。作為教會的一員，你可以對別人作出貢獻，別人也可以對你作出貢獻。舉例來說，目前我在教會帶領一個關懷小組，這個小組刻意包括已婚的和單身的人，而這些單身的人也刻意包括單親和還沒有作父母的人。我渴望我的小組在各方面來說都是整個教會的縮影（註9）。

此外，最好也要特別向上帝祈求，在教會中賜給你一兩位同性的忠實朋友，大家一起培養以基督為中心的同儕關係。

最後，請勿忘記，作為教會——基督身

II 思考和討論問題

1. 成為單親後，你和你的孩子是否與外界的來往減少？這個情況帶來何種影響？

2. 你現在有參加教會的聚會嗎？是哪些聚會？
你是否獲得了某些心靈、情緒或生活（接
送、托兒……）等方面的幫助？你成為上
帝家庭中一員的感受如何？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

08 | 帶領孩子認識成熟的基督徒

在大多數的教會中，都會有一些成熟的基督徒可以成為你兒女的榜樣。或許你可以與教會中的牧長討論這件事，他們和他們的妻子可能可以擔任這樣的角色，因為他們的事奉也包括了以敬虔作榜樣：

62

「從前引導你們、傳神的道給你們的人，你們要想念他們，效法他們的信心，留心看他們為人的結局。」（希伯來書13: 7）

「務要牧養在你們中間神的群羊，按著神旨意照管他們；不是出於勉強，乃是出於甘心；也不是因為貪財，乃是出於樂意；也不是轄制所託付你們的，乃是作群羊的榜樣。到了牧長顯現的時候，你們必得那永不衰殘的榮耀冠冕。」（彼得前書5: 2-4）

你平常也可留心尋找其他可以作榜樣的信徒，以適當的方式邀請他們進入你孩子的生活中，例如你可以邀請一些敬虔的夫婦來吃飯，或請一位靈命較深的成年基督徒，與你的孩子培養一些個人的關懷。

你也許會說：「但是孩子們身邊還有伯叔舅姨、運動教練和童軍領袖等人，他們也都是好人。」話雖不錯，但歸根究底來說，如果這些長輩並沒有公開地為耶穌而活，那麼他們在好意中所傳遞的信息會是什麼？他們可能傳遞的是一種屬乎道德性的信息，亦即不需要有耶穌基督也可以有一個很好的人生。換句話說，你不要僅僅滿足於別人帶給你孩子的美好道德影響（當然你應該喜歡良好的道德影響，甚過不道德的影響），你的目標應該是要帶領你的孩子歸向基督。

|| 思考和討論問題

1. 為什麼找非基督徒的「好人」給孩子作榜樣還不夠？

2. 你的孩子認識教會裏能作榜樣的信徒嗎？他們曾帶給你的孩子什麼樣的影響？

09 | 當你考慮結婚或再婚時，尋求基督徒的輔導

其實有關單親考慮結婚或再婚的事，需要有另外的專書討論（註10）。對於身為單親的你而言，追尋一個伴侶是否為正確的一步？雖然保羅在聖經中主張年輕的寡婦再嫁，不過他直接針對這件事的講論並不多，而即使是講到年輕的寡婦該如何做，也很需要有智慧。

66

「所以我願意年輕的寡婦嫁人，生養兒女，治理家務，不給敵人辱罵的把柄。」

（提摩太前書5: 14）

當你考慮結婚或再婚時，有五個問題是你需要問問自己的：

(1) 我在上帝和眾人面前，是否有結婚或

再婚的自由？

關於過去所發生的問題或目前所承擔的義務，我是否都已妥善處理了（註11）？

(2) 我是否有正確的動機？

進入婚姻的動機至關重要。正確的動機應該是：「我要在上帝所賜予的婚姻關係裏，去愛和服事這個對象。」如果你是基於天然的自我中心，那就是錯誤的動機，例如說：「我**需要**一個配偶。」或「我的孩子**應該**有一位媽媽（或爸爸）。」但在另一方面，有些不想結婚的動機也是錯誤的，例如：「我永遠不要再信任男人（或女人）了。」

(3) 這個人是最適合我、而我也是最適合他的人選嗎？

關於結婚的對象，聖經僅廣泛地教導我們要嫁娶「在主裏的人」，也就是雙方都要承諾一生追隨基督：

68

「丈夫活著的時候，妻子是被約束的；丈夫若死了，妻子就可以自由，隨意再嫁，只是要嫁這在主裏面的人。」（哥林多前書7: 39）

「你們和不信的原不相配，不要同負一轡。義和不義有什麼相交呢？光明和黑暗有什麼相通呢？基督和彼列（『彼列』就是『撒但』的別名）有什麼相和呢？信主的和不信主的有什麼相干呢？神的殿和偶像有什麼相同呢？因為我們是永生神的殿。就如神曾說：『我要在他們中間居住，在他們中間

來往；我要作他們的神，他們要作我的子民。』又說：『你們務要從他們中間出來，與他們分別；不要沾不潔淨的物，我就收納你們。』」（哥林多後書6: 14-17）

在此大原則之下，我們享有很大選擇伴侶的自由空間（註12），然而，最終來說，正如一些人最後痛苦地發現，繼續保持單親的身分或許比進入一段可能有危害性的婚姻更好。

(4) 我和未婚夫（或未婚妻）要如何預備進入婚姻才是最好的？

你們是不是願意參加以基督為中心、有智慧的婚前輔導？不要相信謊言，以為婚前輔導只是為那些幾乎沒有人生經驗的十八歲年輕人所預備的；其

實每個人都可以從婚前輔導課程中得益，即使（或許特別是）你以前曾經結過婚。現今大多數相信聖經的牧師，都會要求已訂婚的未婚夫婦接受優質的婚前輔導課程。請注意，如果你的未婚夫或未婚妻對此不感興趣或不願意參加，那麼也許你應當懷疑結婚後他是否會願意追隨基督。

- (5) 我是否徵詢了明智的輔導，預備好面對一個「混合家庭」（包括繼父、繼母和無血緣關係的兄弟姊妹）的獨特挑戰？

把你和你的孩子與另外一個人合在一起過生活，不是一件容易的事，特別是當另一個人也有孩子的時候（註13）。這不像是電影《親戚麥計較》（*Yours,*

Mine, and Ours，又譯為《新歡樂滿堂》）所演的那麼容易。你願意讓這個男人或這個女人去影響和塑造你的孩子嗎？你願意去適應另一種婚姻和養育兒女的風格嗎？你自己的孩子對於你的對象與他的孩子，以及未來大家要生活在一起的想法是什麼？他們的意見在你作最後決定上有多少的分量？你希望他們在你再婚前與你未來的伴侶建立感情到何種深度？有許多事情最好先尋求輔導，因為浪漫的愛情有時是錯誤的盲目之愛。

71

單親的生涯是否就一定意味著悲慘的命運？對於那些屬耶穌和獻身給祂的單親爸爸或媽媽來說，答案是否定的。單親的孩子是否註

定要過次等的生活？從我本人的經歷來說，答案也是否定的。天父上帝的手介入我的生命中，帶領我得到祂的救恩，並建立了一個與祂的美好關係。

以下是單親媽媽珍妮的見證，希望這也可以成為你的見證：

「我所面對的不是世界即將毀滅的悲哀，而是火煉之主的救恩。這使我在絕望中跪在祂的腳前，但我所求的不是一棟精緻的房子，或是丈夫和孩子；我竭力所祈求的是祂國度的豐富，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔和節制！對一些人來說，這些恩典可能來得容易，但我堅信我的靈魂已經破爛不堪，需要不惜代價地去完全改變。我相信上帝

不會盲目或麻木不仁，祂在掌管一切。聖經肯定地說到我們會有試煉，而這些試煉是要測試我們的信心，使我們更加堅強，品格更為提升。因此，我們為什麼還要抵擋上帝的良善呢？」

珍妮最終的盼望是什麼？是耶穌自己。

「祂對我說：『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，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。我為基督的緣故，就以軟弱、凌辱、急難、逼迫、困苦為可喜樂的，因我什麼時候軟弱，什麼時候就剛強了。」

（哥林多後書12：9-10）

II 思考和討論問題

1. 你是否曾經思想過此處所列的五個問題？哪一個問題是你最不能解決的？

74

2. 在這個如火一般的試煉中，你的信心和品格是否有所提升？關鍵為何？

II 附註

1. Andrew Farmer, "Appendix A: Single Parents and the Church," *The Rich Single Life* (Gaithersburg, MD: Sovereign Grace Ministries, 1998), 151.
2. 有關如何為喪偶的悲痛（及其他相關的主題）提供以基督為中心的輔導，已超越本書的範圍，我建議讀者閱讀另一本很有幫助的書：Paul David Tripp, *Grief : Finding Hope Again* (Greensboro, NC: New Growth Press, 2004).
3. Farmer, 151.
4. 有一個研究顯示出一些令人沮喪的結果，見Judith S. Wallerstein, Julia M. Lewis, and Sandra Blakeslee在 *The Unexpected Legacy of Divorce: A 25 Year Landmark Study* (New York: Hyperion, 2000)，但另一篇演講則充滿很有希望的聖經觀點，請參考Amy Baker, "Children of Divorce: Issues to Be

Addressed in Helping the Children”，這是在2000年2月在Faith Baptist Counseling Ministries' Biblical Counseling Training Conference中的演講。又見她的書：Amy Baker, *Children and Divorce: Helping When Life Interrupts* (Greensboro, NC: New Growth Press, 2012)。

5. 有關這方面的經文，請參考以賽亞書1章2節、瑪拉基書1章6節、羅馬書1章30節、提摩太後書3章1-5節、出埃及記20章12節、以弗所書6章1節等。
6. 關於這段經文所說的使未得救的配偶和兒女「成為聖潔」和「聖潔」，其本質究竟是什麼，解經家有不同的看法，但我認為這是指一種特殊的優待，亦即當父親或母親歸屬基督，並在家中活出信仰時，其他的家人就會成為福音的灘頭陣地。
7. 有關如何解決衝突，見Ken Sande, *The Peacemaker*:

A Biblical Guide to Resolving Personal Conflict, 3rd ed. (Grand Rapids; Baker, 2004); Timothy S. Lane, *Conflict* (Greensboro, NC: New Growth, 2006); Robert D. Jones, "Resolving Conflict Christ's Way," *Journal of Biblical Counseling* 19: 1 (2000), 13-17。此外還有一本書：Ken Sande, *Peacemaking for Families: A Biblical Guide to Managing Conflict in Your Home* (Wheaton, IL: Tyndale, 2002)，更加簡要地專注在婚姻的衝突上，其中數章提及如何將聖經的和睦原則應用在姻親及兒女身上。

8. 雖然本書是針對單親而寫，但對教會領袖和會眾的意義也很大。請再次聆聽范摩爾（Andrew Farmer）的牧者心聲：「我們既然知道了單親在不同的層面有缺口，讓我們也來認清，上帝按祂的智慧為單親家庭所提供的理想之地，就是教會——一個信心的團體、屬上帝的家庭。我們身為教會的一員，應當歡迎單親和他們的

兒女來到我們當中，同享上帝的恩慈。在不會造成無益之過分依賴的情況下，我們必須視他們的需要為合理且值得我們長期關注的。我們也應該願意在法律制度、政府福利制度，以及我們自己身邊的小團體（或許這是最重要的）中支持他們。我們需要改變我們做事的方式，以便接納單親和他們的兒女，幫助他們在教會家庭中找到實際的位置。」（Farmer, 152）

9. 我們再一次地看到，這對教會應該如何運作也很有意義。雖然我會擔心我們不能適當地將已婚的人和單身的人混合在一起，但當這個「單身的人」是「單親」時，我的擔心變成雙倍；當「單親」是「單親媽媽」時，這個擔心變成三倍；當「單親媽媽」是「要養家的單親媽媽」，這個擔心變成四倍；當「要養家的單親媽媽」是「被丈夫以不合聖經的理由而離掉的」時，我的擔心變成五倍。雖然把教會的成員分為兩

組——已婚組和單身組——是一種常態，但這樣的分法並不能真正地反映出教會成員的實際結構，因而造成單親在尋找一個能讓他真正體驗到以基督為中心的團契時，沒有什麼選擇可言。

10. 有一本能幫助引導你思考是否應該要結婚的絕佳小書，David Powlison and John Yenchko, *Pre-engagement* (Phillipsburg, NJ: P&R Pub., 2000).
11. 見 Jay E. Adams, *Marriage, Divorce, and Remarriage* (Grand Rapids: Zondervan, 1986).
12. Howard Eyrich, *Three to Get Ready*, rev. ed. (Bemidji, MN: Focus, 1996); Garry Friesen, *Decision Making and the Will of God: A Biblical Alternative to the Traditional View* (Sisters, OR: Multnomah, 2004).
13. 關於混合家庭的一些特別挑戰，見 John D. Street, "Counseling in the Blended Family Vortex," *Journal of Modern Ministry* 2: 2 (Spring 2005), 91-102.

更新關懷輔導系列

80

- 注意力缺乏症
- 家有易怒兒
- 亞斯伯格症
- 單親父母情

- 墮胎後的心靈醫治
- 照顧慢性病人有祕訣
- 如何愛難相處的人
- 走出幼年受虐的陰影

- 離婚後的恢復
- 處理婚外情
- 面對家庭暴力
- 外遇後的重建

- 原生家庭的困擾
- 我們應該結婚嗎？
- 捉襟見肘怎麼辦？
- 誰來洗碗？

- 確定神的旨意
- 基督徒的難處
- 新生命與新生活
- 如何批評別人與接受別人的批評
- 憂慮時怎麼辦？