

## 家庭暴力 不容忍視

簡朱素英

這是一個真實個案。

一位父親因女兒常被老師投訴而經常責罵她，有一次，更在氣憤之下狠狠地打了她一頓。（其實女兒也不是犯了甚麼大錯，只是爸爸覺得女兒屢

遭老師投訴而不知悔改，很沒面子。）結果，因父親出手太重，把女兒打至內出血而死亡。事後，父親很懊悔，但為時已晚了。

我們會問，為何這位父親如此狠心，竟把女兒打死？實在令人費解。

我也處理過不少的輔導個案。有些家長因沒有正視及思考處理問題的方法，意氣用事，將自己所憋的一肚子怒氣發洩在孩子的身上；甚至情緒失控，大發雷霆，動手打人。結果被警察控告，子女也被保護兒

- 聽爸爸的話：  
畫出美麗人生
- 基督化家庭：  
聖經中的管與教
- TEEN窗一隅：  
大時代小行動

童會的工作人員帶走。家長不能在指定的範圍及未經約定的時間接觸自己的孩子，直到法庭將孩子判回給父母為止。期間，孩子可能會被送到寄養家庭，或者打了孩子的父/母不能回家。總之雙方會被隔離。

看到父母事後的懊悔，孩子要與父母分離，被送到陌生的地方，這必定會帶給大家悲慘的經歷，留下陰影。或許大家會問，這又何苦呢？

我發現，無論是不經意打了孩子或是虐打孩子的個案，總離不開一個原因，就是家長對情緒的控制不當，不懂得去處理，以致像吹氣球一樣，「氣」越鼓越大，甚至到了爆炸的地步，一發不可收拾。

當中的情緒問題，可能是因失業、失意、經濟壓力、婚姻問題、家庭問題等等而產生的恐懼、焦慮、憤怒等不安情緒，自己和家人也沒有正視（之前是會有先兆與跡象的），以致問題越弄越糟，情緒陷入崩潰狀態，便造成大家都不想見到的結果或局面。實是遺憾。所以，父母應多注意自己的身心狀態，因為生理與心理是互相影響的。心情不好會弄至身體不佳，身體不佳會導致心理問題叢生。因此要未雨綢繆，學習處理自己的負面情緒（憂愁、憤怒……），多去建立正面情緒（喜樂、開懷……），遇到逆境能從容面對，願意負起責任去解決問題。

不但自己要去學習，也要培育子女處理情緒的能力。因為，家庭除了有部分的怒氣、擔憂是來自經濟壓力和家庭關係之外，孩子的行為問題也是觸動父母怒氣的原因，所以，父母若能多與子女溝通，彼此善於表達自己的情緒，告訴孩子如何避免負面情緒的滋生與發展，如何建立良好的情緒，相信絕對可以減少家庭暴力所造成的遺憾。

## 親子教育資源中心

Parent Child Resource Centre



### 中心服務範圍：

- 提供教育子女的資料給家長參考
- CD、DVD及書籍的借用
- 家長課程安排：
  - 有效管教
  - 親子溝通
  - 情緒智能
  - 兒童心理
  - 道德教育
- 子女課程安排：
  - EQ培育課程
  - 專注力訓練課程
  - 提升自信心訓練課程
  - 品德培養課程
- 家長諮詢面談：
  - 子女教育
  - 個人情緒
  - 夫婦關係
  - 親子關係
- 講座、工作坊及父母/青少年生命成長小組
- 教會主日學、團契、夏令會：
  - 親子講座Children Program安排
- EQ/ 品格導師培訓
- 文字出版
  - 加油站雙月刊
  - 親子書刊



# 微小的聲音

保捷編繪



## Fok's Insurance Agency 霍氏保險代理行

(A Division of 1216251 Ontario Inc.)

### 旅遊醫療保險 Travel Insurance

入境：新移民/訪客/超級簽證/國際學生

出境：旅遊醫療/飛行意外/取消旅程/  
行李保險/海外僱員醫療

905-480-9993 或 1-800-811-9988

電郵：[travel@fok.ca](mailto:travel@fok.ca)

網址：[www.fok.ca](http://www.fok.ca)



由 Brokerforce Insurance 代理

200 Consumers Road, Unit 608, Toronto, ON M2J 4R4

人壽、危疾、長期護理保險  
保本基金、退休計劃、遺產捐獻  
Life & Health Insurance, Group Insurance,  
RRSP, RESP, TFSA, Legacy Giving

### Eliza Fok 霍黃綺兒

CPA, CGA, MTS

905-771-8960

[elizafok@fok.ca](mailto:elizafok@fok.ca)

9140 Leslie Street, Suite 306,  
Richmond Hill, ON L4B 0A9





Art & Faith Friday

# 畫出美麗人生

「起初，神創造天地。」是《聖經》的第一句經文。一個簡單的句子說明了時間、創造者、作為和成果，這句子看來真不簡單！

我的專業是美術設計，所以特別在意「創造」這個動詞。「創造」一詞與《創世記》第一章21與27節經文的「造」字，原文是同一個字，意思是使無變為有的創造。我每次閱讀這句經文，總會泛起一絲莫名的感動。

自小喜愛繪畫和設計，可以說是無師自通。進入設計學院修讀後，簡直是如魚得水。信主後常常有一個意念，上帝就是宇宙間最偉大的嶄新創意創造者！或許我們應該運用創意來研讀經文，並以藝術作為傳福音的媒介，可是坊間有關藝術與靈修結合的資料並不普遍，我如何能實踐這些意念呢？在舊約時代，所羅巴伯要重建聖殿，神給他應許說：「不是倚靠勢力，不是倚靠才能，乃是倚靠我的靈方能成事。」（亞4:6）於是我把這些意念放在禱告裡，盼望將來能推動藝術靈修；並配合啟發性的研經問題，重整學習者的價值觀，並領人進入釋經的廣闊世界。

藝術靈修的意念在心裡十多年，後來在教會教授繪畫，開始編寫美術教材。直至去年初，我邀請個別有志從事藝術事奉的學員參加藝術查經班，學習美術教學的理念，並且一起研讀新舊約經文。

第一期有五位女士參加，我們每周一堂，開始了為期一年的課程。她們來我家中習畫和查經，從基礎比例開始，由素描到水彩畫作，逐步掌握繪畫技巧。課堂中，我會推介不同的藝術形式，鼓勵她們學習分析、批判、思索，領略藝術的趣味，從而找到自己喜愛的藝術表達方式。

一個懂得欣賞的人，才能創作出有個人風格的作品。我給她們臨摹不同藝術家的作品，其中一幅臨摹的畫，是十五世紀德國藝術大師阿爾布雷希特•杜勒（Albrecht Durer）<sup>1</sup>的作品《祈禱的手》<sup>2</sup>。據說《祈禱的手》是當年祭壇所用圖像的一幅草稿，手的形態是參照畫家杜勒哥哥的手。傳聞他和哥哥同樣有藝術天份，可是父親無法負擔藝術學院的費用；哥哥便到礦場工作，賺取金錢供弟弟杜勒到紐倫堡藝術學院讀書。杜勒承諾，當他學有所成，便回來供哥哥讀書。後來他學成歸來，預備報答哥哥的恩惠時，哥哥卻握著他的手說：「四年來在礦場工作，我雙手的關節變得繃緊，執筆不能揮動自如了；雖然我不能修讀藝術，卻十分高興看到你為我實現夢想。」後來杜勒偶爾看到哥哥獨自禱告：「主啊！願祢將我的才華加倍賜於杜勒。」杜勒深受感動，繪畫了哥哥祈禱時合上一雙粗糙的手，卻成為如今舉世聞名「祈禱之手」的原形。



臨摹這幅鋼筆素描，不單能揣摩大師的技巧，還可思量無私禱告的真諦，真是相得益彰。杜勒對藝術和信仰的研究有獨到的見解，他相信真理隱藏在大自然之中，認為一位藝術家能憑藉豐富的視覺經驗，去想像一個美的事物。因此人能透過觀察、思考、想像來喚醒真、善、美的價值觀。我盼望學員從藝術中得著啟發，在生命裡發光發熱。

美術課後，我們一起研讀《聖經》、分享、互相代禱，用一年時間概覽新舊約經卷。一年過去，她們由不懂繪畫，以致能按著《詩篇》內容而創作自己的作品，每人都滿有喜樂。她們也開始在教會的繪畫班事奉，各自有不同的轉變。最感恩是看到她們有一顆追求真理的心。

今年舉辦了第二期的藝術查經班，舊生雖然沒有再來我家上課，但是我們仍舊保持緊密聯絡，彼此分享創作成果，把美的恩賜展現在生命裡，這正是藝術與信仰的真諦。

註1：阿爾布雷希特•杜勒（Albrecht Dürer, 1471-1528）是德國的油畫家、版畫家、雕塑家及藝術理論家，他是北方文藝復興中最重要的畫家之一。他的作品包括人物畫、自畫像、銅版畫、木版畫和宗教作品。著名作品包括油畫《四使徒》、《亞當和夏娃》、木版畫《啟示錄》、《杜勒的犀牛》、墨水筆畫《祈禱的手》。

註2.《祈禱的手》（Praying hands, 1508）也被稱為《使徒之手的研究》，據說《祈禱的手》是祭壇用圖像的其中一幅草圖，手的形態是參照杜勒哥哥的手。[https://en.wikipedia.org/wiki/Praying\\_Hands\\_\(Dürer\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Praying_Hands_(Dürer))



# 當孩子問： 「上帝今天仍會對人說話嗎？」

「耶和華又來站著，像前三次呼喚說：『撒母耳啊！撒母耳啊！』  
撒母耳回答說：『請說，僕人敬聽！』」  
(撒 3:10)

當孩子問：「上帝今天仍會對人說話嗎？」的時候，這是每個家長要即時回答的問題。作為基督徒父母，你我能否帶著信心告訴孩子：「是的，上帝今日仍然對人說話。」雖然上帝可能不會像聖經所描繪的，如與摩西或阿伯拉罕般面對面對話，但是祂今日仍會透過聖經一神的話語，與人共話交談。作為家長，我們應該引導孩子明白，每當我們打開聖經時，都應該謙卑地禱告神說：「主啊，請對我說話，透過研讀你的話，我願意聆聽你的聲音。我願意成為你的僕人，教導我怎樣去生活，引導我去做你要我作的事。」

老實說，「上帝今天仍對人說話嗎？」這個問題可能會為人帶來一種混亂。這種混亂是隨著聽見說話的聲音後而有的想法，就好像有人說：「我怎樣知道所聽見的聲音就是上帝的聲音？」也有人說：「全部所聽見的話，可能都屬於自己的想像。」又有人說：「這可能是魔鬼撒但或邪靈之類的聲音吧？」

我們要引導孩子明白：如果你我聽見聲音，我們該怎麼辦？

首先，我們要謹記：上帝不會改變祂對人說話的心意。而且祂今天對人所說的一切，必須與祂在《聖經》中曾說過的話，與祂的應許具有一致性。其中的關鍵是，我們時常說聽不見神的聲音，這並不是神沒有說話，而是因為我們在同一個時間內，試圖同時接收其他很多不同的聲音，例如電視、iPod、視頻遊戲和電話等，這些聲音都在我們的耳邊隨時不斷的響起。那麼，我們怎能聽見上帝的聲音呢？倘若我們能夠多花時間思想神的話，我們就愈能清楚聽見聖靈溫柔的微聲，祂會輕聲細語地告訴我們，幫助我們明白怎樣遵行神的旨意和活出神的命令。就好像當神告訴你我要愛鄰舍如同愛自己一樣時，神的靈可能會柔聲細語地要求我們關心隔壁的鄰居，或者祂會向我們的孩子輕聲說，在學校裡關心坐在他身旁的同學。倘若我們認真聆聽神的聲音，聖靈便會向我們說話，幫助我們明白神的心意，並在生活中實踐和活出神的吩咐。

踏出成長一小步：以下三段聖經的陳述（列王記上19:11-13a；詩篇119:11；歌羅西書3:16），可以幫助你我引導孩子，進入有關上帝今天仍會對人說話的話題中。鼓勵你與孩子們分享，有親子對話的時間。

# 聖經中的管與教

父母管教的方式大致可分為四類：

1. 專制權威型
2. 放任忽視型
3. 溺愛拯救型
4. 民主恩威型

你是哪一類型呢？請嘗試踏進以下個案的處境中，將心比己，作誠實的反思；同時，也略可作為你的管教方式的一個指標。

個案：

就讀小學四年級的兒子下星期要呈交一份佔總分50%的功課，但同時又報考了皇家音樂學院第六級的鋼琴試。作為父母，你有何反應？你對孩子有何建議？

如果你硬性規限孩子練琴及做功課的作息時間表，恍如武則天頒下聖旨般，毫無商榷餘地，這樣，你便極可能是專制權威型。

如果你對孩子在學校的情況和考琴日期已近在眉睫也毫不知情，更甚者可能連孩子就讀幾年級和參與何類課外活動也只是略知一二，藉詞要培育孩子的獨立自律性格。這樣，你便極可能是放任忽視型。

如果你看到孩子忙碌的程序表和工作量便焦急如焚，禁不住要拔力相助。心想既然不能代替他的指頭去練琴，乾脆把他學校的功課搶過來，為他代勞，好讓他騰出時間放在練琴上，這樣，你便極可能是溺愛拯救型。

如果你與孩子坐下來，平心靜氣地一起商討其功課和練琴所需的工夫和時間，共同研究如何能在剩下一週緊逼的時間裡，在不影響作息起居，身心靈均衡發展的原則下，定下有效和適當的安排。在這過程中，父母只作引導，而不是強行己意。這樣，你便極可能是民主恩威型。

在明白了自己的管教類型後，便讓我們來探討一下其利弊，也從聖經中尋找類似的例子，參考他們的故事與結局，或許，這可以成為現今父母的借鑑。



### 1. 專制權威型：

此類型的父母通常是態度嚴厲和極權操控，在家中用鐵腕政策，威逼利誘，強行要孩子服從命令，絕無商討的空間。可是，這種高壓手段只能帶來孩子暫時的改變，所謂「口服心不服」，其內心仍是渴求自己的慾望。正如一個「貓捉老鼠偷乳酪」的遊戲，貓兒（父母）在場便裝作服從乖巧，當貓兒轉過身去，老鼠（孩子）便抓了乳酪逃之夭夭（不被批可的行為）。這種管教方式只達成表面目的，可是，其內心仍是頑梗如昔。在聖經中，掃羅王便是硬要其子約拿單追殺其好友大衛，可是約拿單仍是暗地裡支持大衛，更糟糕的是他對父親失去尊敬之心（撒下20:30-35）。

### 2. 放任忽視型：

此類型父母通常只作口頭的管教或支持，鮮有實際行動。當看到子女有不當的行為，也視若無睹。他們甚至認為，強硬態度便等同於刻薄無情，因此對孩子並沒有定下任何合宜的界限，任由他們在何事上都自作主張。就算曾定下一些基本規條，卻從沒有實行和跟進，因此孩子便可放任，隨憑己意而行，亦不需承擔後果。在《撒母耳記》中的大祭司以利便是此類父母，對兩個作惡胡為的兒子，他毫不管教，因此上帝便除去以利（撒下2:22-36）。更有些父母因為自己生活忙碌，在事業上專心拼搏，以致對孩子的所作所為，無暇管教，孩子便會產生不被重視和不被愛護的自卑感，渴求從外圍的人與物去尋找這份被肯定的感覺，甚至墮入陷阱。這從大衛王忙於軍事建國而忽略管教家中的孩子可見一斑，其兒子暗嫩用詭計誘姦了妹子他瑪，其兄長押沙龍為她復仇，把暗嫩殺了，導致家變的悲劇（撒下13:1-39）。

### 3. 溺愛拯救型：

此類型父母整天都作孩子的守護神，認為每事每人都會隨時為孩子帶來不必要的痛苦與傷害，愛之越深，護之越切，所以他們認為父母要7-24像直升機般環繞在側，儘量避免孩子受損害。而且為了要讓他們名列前茅，便不惜用高壓手段和各種違規方法，協助孩子出人頭地，其實這會剝削了他們在成長中學習作理智決定的機會，減弱了他們在逆境中堅毅前進的決心。耶穌兩位心愛門徒的母親，請求在天國裡把她的兒子放在耶穌的左右旁，這立時引來其他門徒的不滿與惱怒。（馬20:20-24）





#### 4. 民主恩威型：

此類型父母通常都是以愛為本，有穩健的立場。他們不是要控制或侵入孩子的世界，而是關心、鼓勵、改正、引導孩子，為他們樹立榜樣，在人生路上伴在其身旁作同路人。當孩子犯錯，父母不是打罵，而是藉此良機，解釋及引領他們返回正軌，教導他們如同類情況發生，應如何處理。當他們茫然不明前路時，父母與他們分析利弊，但最終要讓孩子自己作出決定，更要為這抉擇而承擔後果。當孩子喜樂時，與他們一起慶祝歡笑，但當孩子悲傷時，又會把他們擁入懷裡安慰支持，讓他們大哭一場，父母隨時張開雙手，用恩慈接納孩子。在聖經中，末底改從小對以斯帖關懷備至，並且教導她敬畏神。當她得了皇后位份，在危急關頭卻猶豫應否入宮懇求皇帝赦免以色列人的死罪，這時，末底改義正辭嚴提醒她神賜皇后這位份，不就是為此嗎？他對以斯帖恩威並重。（斯4:1-17）

這樣，我們的天父又是何種管教類型呢？祂深愛我們，希望能參與在我們的生命中。祂以誠命清楚闡明所定下的界限及規條，可是祂並沒有強加操控，也不會過份保護，而是讓世人自由意志作出抉擇，特別在一些非道德性或誠命以外的事情，世人是擁有自主權。耶穌在世行出真理，成為世人活生生的好榜樣。當我們還作罪人時，耶穌基督已為我們的罪而死。我們信主後還會偶有犯錯，只要來到天父跟前認罪，祂必會饒恕接納。當我們陷入極度危難中，神會伸手拯救、保護和安慰。我們遇到困境，祂答應不會過於我們不能承擔，更且祂必不撇下我們，也不丟棄我們。看到天父對我們這恩威並重的大愛，我們作父母的，也要盡力用此管教模式引導孩子，讓他們在神的愛與真道上每天成長。

# Thank you!

本雙月刊乃免費派發給有需要的家庭。  
如閣下有感動，願意以金錢捐助，  
作為支持本刊物的印刷經費，  
必定為編輯小組帶來莫大的鼓舞，  
並造福大多市及鄰近城市的教會及家庭。

感謝下列人士支持本刊部份印刷經費

李耀強夫婦	袁夢晚夫婦	甄庭歡傳道
陳和勳夫婦	黃耀基夫婦	卓見教學中心
陳文導夫婦	蔡頌良女士	郭冠良醫生夫婦
詹德思夫婦	何秀娥女士	Ms. Alice Tsang
侯廣需夫婦	趙月鈴女士	Ms Florence Tam
趙榮富夫婦	劉峰萍女士	Ms. Connie Chu
張富康夫婦	錢霖女士	Ms. Heidi Wu
董勝利夫婦	黃佩貞女士	Ms. Isabella Wong
黃智雄夫婦	黃淑珍傳道	Ms. Onna Wong
廖健波夫婦	張惠琴傳道	Ms. Linda Cheung
陳祖耀夫婦	韓東傳道	Ms. Jackee Tsang



兒子去年畢業，但到現在還沒有找到工作，心裡一直悶悶不樂，整天躲在房間裡，也不與家人交流，我們作父母可以怎樣勸導他？

本人建議如下：

### 1. 支持 (Support)

對兒子表達支持。例如說：「你畢業後至今還沒找到工作，確是你的艱難時刻，無論如何，我們都會支持你的。我們是一家人，把你的問題儘管說出來，讓我們一起尋找解決的好對策。」

### 2. 鼓勵 (Encourage)

鼓勵兒子放開胸懷，積極與朋友和老師聯繫。既可以尋找工作機會，又可以疏導自己的負面情緒。

### 3. 勸告 (Advise)

勸導兒子對工作合理的自我檢討和作出改善，以增強自己就業的機會；同時，安慰他不應過於自責，自怨自艾的態度對事情並無助益。



**CROWN 皇冠 門窗**  
WINDOWS AND DOORS  
頂級產品 · 尊貴品質

100%

皇冠門窗  
政府認可門窗公司

免費估價  
專業諮詢 **647.200.1000** 國、粵、英、  
滬、越語服務

3261 Kennedy Road, Unit 1, Scarborough, ON (Kennedy夾Passmore) 獨家華人總代理

HOMETECH  
WINDOW CORPORATION

www.crownwindows.ca

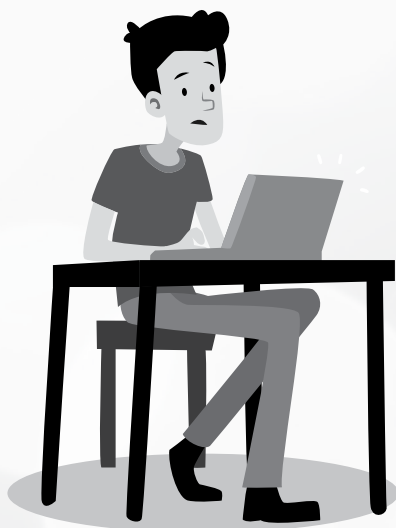
#### 4. 提議 (Suggest)

提議他做義工，增加工作經驗，多結人緣。也可建議他參加一些興趣班，既可善用時間增進知識，又可廣結人緣，認識不同的人，或許能帶來工作機會。其實失業也是一個休養生息的好機會。

#### 5. 讚賞 (Praise)

讚賞兒子的正面積極行為，例如：準備履歷表、打電話或用電郵尋找工作等。

總之，不要催促兒子找工作，也不要投訴兒子還沒找到工作，更不要喋喋不休。這只會使兒子感到憂傷、無用、無助、悲觀和有罪咎感。重點是，家長要用正面、正能量去感染子女，失業並不是世界末日，也不是一個永遠解決不了的問題，利用失業的日子好好地裝備自己，明天會更美好的。



謹以此一點燭光  
燃點你心內愛的火  
愛你的家人  
愛你的周遭  
願這世界  
都能充滿愛與喜樂  
**榮耀歸於主**



**Chan Choong & Chang**  
CPA Professional Corporation

**K.K. CHOONG**  
CPA, CA, MBA, CMA

7676 Woodbine Avenue  
Suite 120, Markham  
Ontario L3R 2N2

**Tel: 905 943 7288 ext. 225**

E-mail: [kkca@cpacaforyou.com](mailto:kkca@cpacaforyou.com)  
[www.cpacaforyou.com](http://www.cpacaforyou.com)



**黃曼中 Jackson Wong**

BSc CIP Associate Broker

手提：(416) 230-1110

專業辦理：汽車、房屋、  
教育基金、人壽





新冠肺炎已經肆虐全球超過半年，香港撕裂的形勢持續一年多了，種族歧視引起全球反對浪潮，我們目睹世界上許多國家正處於一個瘋狂的時勢，但有不少習慣生活穩定安逸的人，依然無動於衷，只要注重個人衛生，保持政治中立，面對歧視默然承受，生活如常，極其量是困在家中太悶，自家煮食太麻煩，還有未能應付自處和隔離的生活，引致情緒低落，養成沉迷網上遊戲、酗酒的習慣等等。

如今，世界的形勢確實是迫在眉睫，發展超速的人工智能，鋪天蓋地的真假信息，各國政府的抗疫政策等等，天天都在改變每個人的生活方式。如果身處這個混亂的境況，我們依然冷漠，置身事外，逃避反省，只緊抱住安穩，恐怕最終也是迷失在安穩。

最近，由新冠肺炎引起對華人的歧視，不時傳出有人直斥華人“Go back to China”，“No mask”等。大部分人都默不回應。我們習以為常以大事化小，小事化無的態度處事，小小幾句不要認真。但值得我們注意是，口出此言的人未必出自惡意，但肯定是缺乏正確的概念，聽的也未察覺小小幾句其實帶來很深遠的傷害。

假若我們能夠及時提醒口出此言的人，「對不起，請你停一停，想一想。」“Excuse me, wait a minute, what did you say?” 然後告訴他此言對聽者的傷害，“It is hurting me.” 縱然，言者未必即時表示歉意，但最少把握一個教育的機會，相信大部分人都不會以傷害別人為己樂的。

至於聽者，認為小小幾句，吞下便算了，天下太平。事實上，這種息事寧人的處事方法不但沒有糾正不當的行為，還助長了錯誤的族裔形象。華裔學生在校內被冠以“Elite Minority”，聽來以為是稱讚，其實是嘲弄華裔學生只懂勤奮和認真，是書獃子，不懂情趣，內裡其實掩蓋著一種不滿華裔學生在學習成績上的表現，給了同學們額外的壓力。曾聽說有學生被圍毆，原因他為自己的考試成績不理想而哭泣，但他的不理想成績已經是其他同學們求之不得的成績，因而引起公憤而毆之。最難堪是同學受了委屈，回家告訴家長，家長著他不要理會別人的眼光，專心於下次做得更好的成績便是了。

職場上也有類似的情況，不少華人竭盡所能，不理別人的眼光，做一個沉默、勤力和負責任的員工，深受上司的歡迎，理應是平步青雲，奈何因為習慣吞聲忍氣，不善於為自己爭取，加上語言和文化的限制，有不少人沒有得到應有的回報和晉升機會。事事計較，甚至踩著別人而上當然不受歡迎，但過度沉默和息事寧人只會助長族裔之間的誤解，引致不公平待遇，甚至歧視。

為歧視發聲往往令人聯想是激進，其實也可以溫和入手，先要自我教育，不要抑壓我們內心的感受，對不平等的對待，我們要刻意要求對方“Excuse me, wait a minute, what did you say?” 坦言，“It is hurting me.”

同時，不單祇為自己發聲，也要為別人的事情發聲，留心週圍發生的事，在適當的時候發聲，如果我們平時對疫情處理、社會公義、貧富懸殊、種族不和都不發聲，誰會當我們有需要的時候為我們發聲呢？

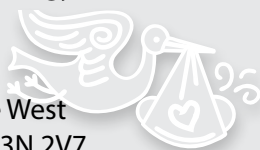
就以疫情為例，除了注重個人衛生，遵從政府的抗逆措施之外，我們還可以多關注別人的需要。別人嘲笑華人帶口罩，我們可以換另一種方法，用心親手自製實用又可重用的口罩，送給我們關心和有需要的人；設計有型的口罩，送給講究潮流的人，讓他們帶得有型和尊貴。不要少觀這些小行動，只要累積小小的力量，可改變華人帶口罩是軟弱和老套的形象，以關心別人的需要和尊嚴出發，重新繪畫華人的形象。

在隔離令之下，人與人之間減少接觸，我們可以親手製作小禮物、祝福/打氣咭，送給前線醫護人員、超市工作人員、鄰居等，讓他們知道有人關心和欣賞他們的努力。只是一個小小行動，會累積成一份窩心的心意，為下一代人塑造出文明和尊貴的族裔模樣，使他們有尊嚴地活出自己。在信仰的群體中，更深明以真以誠待人的力量，這力量源於基督道成肉身，住在人的當中，以愛破解仇恨，與人同行。

**Dr. CLIVE LEE** *M.B.B.S. FRCS(C)*  
Infertility & Reproductive Endocrinologist  
(Obstetrics & Gynaecology)

Suite #203,  
2065 Finch Avenue West  
Toronto, Ontario M3N 2V7

**Tel: (416) 742-6848**  
**Fax: (416) 744-9800**



**Anthony Lai**  
Chartered Accountant

**黎志榮** 特許會計師

專業公司、個人和信託會計  
稅務策劃、重整、按揭貸款  
助你達成理想

**Tel: (416) - 722 - 2893**  
7030 Woodbine Ave., Suite 500,  
Markham, ON., L3R 6G2



# 經一事，長一智



宋代有個姓趙的老人家，他一家五口每天辛勤地耕作，但始終吃不飽，穿不好。

於是他就仔細研究、觀察四周環境，究竟出了什麼問題？是什麼原因影響農作物的收成呢？

經過兩年的細心觀察後，他終於發現，原來是因為他家屋後對著一條大河，每當雨季，河水上漲淹沒了他們的農作物；結果，趙家的農作物因水過多積在田裡，而致收成不好、糧食不足。

他們明白了這個道理後，於是就針對這個缺陷，一起商議，想辦法解決這個問題。最後，他們決定在屋後挖了個魚池，並在靠河的田裡種植水稻和一些不怕積水或需要多水的農作物。果然就在第二年得到豐收了。

老趙他們一家早年吃不好，是因為他們不明白耕地的地形和環境，所以才導致農作物收成不好。但他們能從失敗中總結教訓，改善環境，從而獲得成功。

在日常生活中，失敗總是不可避免的。最重要是能從失敗中，明白其中的原因。

在學習上或生活上，少不免會遇到困難和受挫折，首先不要灰心，而要總結經驗，把從中獲得的教訓、增長了的知識，分析研究，繼續努力不懈，最終會得到成功的。

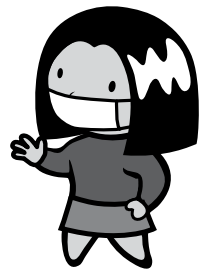
## 【聯想】

- 1 我們在日常生活中所做的是否每次都能成功呢？若遇到失敗，我們有沒有因怕再次失敗而放棄呢？為什麼？
- 2 故事中的這位老人家在失敗之後，是如何應對的？從你做事的經驗來說，遇到失敗，你首先會有什麼反應？
- 3 你認為一般人在做事失敗後，除了灰心外，最大的問題是什麼？是不知道失敗的原因；或是雖然知道失敗的原因，但不能從中得到領悟，把錯誤改正過來呢？



文:王木木

# 不一樣的告別



在網上教學剛上軌道的時候，我獲悉自己於九月份開始轉到另外一間學校任教。轉眼間，我原來已經在這所學校不知不覺教了很多年了，所有東西都非常熟悉。包括學校的老師和家長、資源及大大小小的事情，我都瞭如指掌。突然間知道要離開，剛開始並沒有太大的感覺，因為眼前班上的準備和協助其他老師有關於網上課程程式的應用，已經花了很多時間和心思。再加上疫情的關係，我們都只是留在家中用遙距的形式上課和開會，還沒有覺得離開是個事實。

六月初的時候，老師們要回到學校為學生整理他們留在學校的個人物品，我也要把教室的東西收拾好，搬到新的學校去。看著學生的東西和空空的教室，總覺得缺了什麼似的。我心裡覺得要離開學校，但卻沒有機會好好地跟學生們道別，好像有點遺憾。

到了六月最後一個星期，我發了一封信給班上每一個家庭，內容大致是對他們表示感謝，謝謝他們在過去幾個月的網上課程中協助孩子繼續學習。同時也告訴他們我要轉職到另外一所學校的消息。很多家長都非常的捨，因為學生和家長都以為，如果九月可以開學，他們就算不在我的班上，還可以在學校裡看到我。因為疫情的關係，連面對面說聲“再見”的機會都沒有了。

經過一番思量和安排，我和家長約定一個時間在學校迴旋處碰面，雖然需要保持距離，但還是可以見面談話。那天早上，我帶著口罩，比約定的時間早到了十分鐘。沒想到已經有兩位家長和他們的孩子在等我。接著陸續看到班上的學生和家長來到，有的是開車來，有的走路，還有是騎腳踏車來的！他們都排著隊跟我道別。雖然戴著口罩，我竟然有機會再次見到班上大部分的學生，還可以拍照留念。我非常感謝家長們願意抽空前來，讓我可以這個學年和這所學校畫上一個完美的句號。

新的學校和我原來的學校很不一樣，相信我會有很多要學習和適應的地方。雖然現在還不知道九月能否順利地開學，但是我還是盼望能夠面對面的認識新的學校、家長、學生和同事。希望疫情可以盡早得到控制，我們也早日能夠適應疫症過後的新常態！





文：李娟

## 情緒的遙控器（下）

這時兒子下樓了，他看到我木木地坐在沙發上，電視也關掉了。他有些不情願地跟我說了“對不起”，然後問我：“你現在心情如何？可以說一說嗎？”不愧為親密之旅第二代呀，耳濡目染已經學會了不少親密之旅的招數，這讓我一下子破涕為笑了。我向他道歉並說了我剛才的心路歷程。他回應說：“媽媽，你對我們這麼好，我們以後一定也會好好對待你的。剛才我不知道你需要幫忙，因為這對我來說是非常簡單的事情，我以為對你來說也是非常簡單的事情。以後你需要幫忙的時候，就直接叫我吧”。兒子能這麼說，我覺得心裡特別的欣慰，最後我們倆達成以下的雙贏方案：

1. 需要幫忙的時候，要有禮貌地向對方提出自己的請求。
2. 對方盡量提供幫忙，但是如果當時不能幫忙的時候要解釋一下原因。
3. 有衝突的時候，一定要暫停。暫停之後要及時溝通，不可含怒到日落，更不要讓對方有被拋棄，被置之不理的感覺。

這件小事提醒了我，一個小小的衝突背後所蘊含的親密關係的理念真的有很多。

首先，我們平時的豐厚感情存款讓我們的關係非常安全，所以發生衝突的時候，知道這中間一定是有誤會，一定不是對方故意傷害自己。所以我們可以及時溝通，不會憋在心裡，形成疙瘩。

其次，我們體會到誤解的背後是差異，年輕人對科技產品的得心應手和媽媽的笨手拙腳就是差異之一，當然還有性別、年齡、性格等各方面的差異。我們應該接納這些差異，嘗試站在對方的位置理解其難處，而不是想當然地用自己的想法和能力去衡量別人。

還有就是原生家庭對每個人的影響。我的父母是只談事情，不談心情的父母，我對他們的孝敬更多的是出於一種責任。擔心自己得不到孩子的愛，孩子將來對我的照顧也是出於一種責任，這是我很大的一個情緒按鈕。但我和我的父母不一樣，我對待孩子的方式和我父母對待我的方式不一樣，我的家庭關係是親密的，是有愛的，在愛裡沒有懼怕。

我也體會到情緒疏導是多麼重要，自我疏導之後我就不那麼難過了，就知道找頻道是我自己的需要，我應該請求別人來滿足我的需要，而不是命令別人或暗自期望別人來主動滿足我的需要，後來自己憑空想像出來的老來無依更是無聊透頂。

我更加體會到自我省察的重要性。看到自己的問題，承認自己的錯誤是修復關係的第一步，也可以換取別人來反思並承認他的錯誤。讓我深有感觸的一點是，做父母的不應道德綁架孩子，我們要努力成為情感訓練型的好父母，幫助孩子認識並且疏導自己和別人的情緒。親密關係不可以爭輸贏，不能贏了理卻輸了情，因為感情要麼雙贏，要麼雙輸。

最後一點是，父母一定要不斷學習與成長，發展健全的真我。我會跟兒子學習操作電視盒，日後不用仰賴別人的幫助了。生活的技能和情感智慧都要活到老學到老，不能依靠別人，更不能把情緒的遙控器交到別人的手裡。共勉！



## 綠茶金沙卷



### 材料：

綠茶捲皮			
- 糯米粉	150 克	- 糖	20 茶匙
- 麵粉	適量	- 椰絲	兩湯匙
- 綠茶粉	2 茶匙	- 水	180 ml

### 餡料

- 椰絲	適量	- 熟芝麻	20 g
- 黃糖	2 湯匙	- 堅果碎 (花生或腰果)	80 g

### 做法：

1. 在炒鍋內以中高火加熱適量油，炒香1/4杯椰絲直至表面呈微金黃色
2. 在碗裡將糯米粉、麵粉、糖、綠茶粉和兩湯匙椰絲混合，加水攪拌均勻。
3. 在另一碗中，將餡料混合。
4. 準備一個烤盤（錫盤或玻璃盤皆可），刷一層油，倒入米粉糊（約2-3mm厚）。
5. 隔水大火蒸4分鐘。直到綠茶捲皮熟透，起鍋離火。
6. 將餡料撒在綠茶捲皮的中間位置，小心地從一端卷至另一端。
7. 再在外面裹一層餡料。
8. 切件即成。

## Dr. David Tai Wai Wong

Medicine Professional Corporation  
(Anesthesia and Perioperative Medicine)

Tel: 416 603 5118



## Edwin Chan

Registered Physiotherapist

3443 Finch Ave. E. Suite 407  
Scarborough Ontario, M1W 2S1

Tel: (416) 499-6635  
Fax: (416) 499-6106

物理治療  
Scarborough North Physiotherapy Clinic

## 迦南防盜 Canaan Security systems

十多年經驗專業設計商業及住宅防盜系統



簽發認可保險證書可減商業及房屋保險費

- 數碼影像監察系統
- 互聯網遙控監察系統
- 室內/外對講系統
- 鋪設電話/電腦/電視線路
- 商業電話系統

閉路電視系統  
特價 \$ 688 起



(416)590-7788





LIVING WATER  
RESORTS

# 全年的度假天堂

入住清水灣鄉村俱樂部，您盡可在度假酒店內和周邊輕鬆享受豐富多樣的<sup>1</sup>地道美食、休閒和娛樂活動。你可以體驗廣闊的18洞高爾夫球場（夏天），刺激的高山滑雪（冬天），全方位服務的碼頭和水上活動，豪華的水療服務，廣泛的室內和室外活動。我們期待您的光臨，預訂請致電1.800.465.9077，或瀏覽網頁：[www.livingwaterresorts.com](http://www.livingwaterresorts.com)



神造萬物，各按其時成為美好  
傳道書3：11



© 2018 Living Water Resorts a family of companies

1-800-465-9077 [www.livingwaterresorts.com](http://www.livingwaterresorts.com)



THE RESIDENCES



MEMORIES  
RESTAURANT & BAR



## 家庭崇拜材料-《真心真意愛我家》

作者：張楊淑儀

快樂的家庭生活建基在上帝的愛。你想關心子女，卻感到難以啟齒？開口了，卻沒有深度的交流？這本書幫助你一步步與子女分享生活想法、討論重要的生命價值觀，建立真正的「合家歡」！

這本家庭崇拜輔助材料設四個部分：

1. 真心—耶穌願意捨去天上榮華，道成肉身，為愛我而生。
2. 真意—耶穌所教導的一切，為要幫助我的生命成長。
3. 真愛—耶穌所行的一切神蹟奇事，都是出自對我們那份不死的愛。
4. 祂真心真意愛我，為我創造一個不斷升級的家。



### 兒童圖書推介

## Lost and Found By: Oliver Jeffers

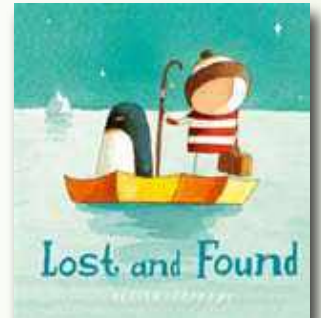
故事中的小男孩有一天打開門，發現有一隻企鵝。小男孩不知道企鵝是從哪裡來的，但這隻企鵝一直跟著小男孩。企鵝看起來很憂愁，小男孩想，這隻企鵝一定是迷路了。故事描述小男孩如何用盡所有的辦法幫助企鵝回家。小男孩決定要親自帶小企鵝回到南極的家，一路上他們經歷了很多風浪。到了南極後，小男孩很高興，但企鵝卻沒有說什麼。當小男孩把企鵝推上岸的時候，企鵝又變得憂愁起來了。

在故事的結尾，小男孩和企鵝重新找到彼此，他們都很高興。小男孩終於明白企鵝是想跟他做朋友。

這個故事讓我們看到，從不同的觀點出發，就會看到不一樣的事情，感受到不一樣的感覺。小男孩的熱心想把企鵝帶回家，卻在這個過程中學習了同理心，更用心的了解和交了企鵝這位好朋友！看完這個故事後，家長可以跟孩子談談在交朋友的過程中，我們有沒有嘗試了解身邊的朋友呢？我們喜歡的東西，別人就一定喜歡嗎？我們如何發揮同理心去關懷身邊的家人和朋友呢？

*This story is about a boy and a penguin. The boy thought the penguin was lost and decided that he would help bring the penguin back to South Pole. They rowed a boat together and the boy left the penguin when they arrived at the South Pole. The boy realized that the penguin was still very sad because he was only lonely! They found each other and became friends.*

*This story reminds us that we need to show empathy to others and try to help whenever we can.*





親子教育資源中心、  
北約華人基督教會、  
喜樂山華人基督教會合辦

11-12月

《粵語專題講座》

一.「優質的家庭培育-塑造孩子高智能的孩子」

日期：11/14（星期六）

時間：2:00-3:30pm

二.「如何建造孩子健康的身心靈」

日期：12/19（星期六）

時間：2:00-3:30pm

講員：簡朱素英

（北約華人基督教會傳道、親子教育資源中心創辦人）

歡迎致電查詢：416-493-3373 (Esther)

報名請用電郵：[parentchild.centre@gmail.com](mailto:parentchild.centre@gmail.com)

**親子教育資源中心**  
**Parent Child Resource Centre**

通訊地址：PO Box 91075 Bayview Village, Willowdale, ON M2K 2Y6

電話：416-493-3373

電郵：[parentchild.centre@gmail.com](mailto:parentchild.centre@gmail.com)

網址：[www.parent-childeducation.ca](http://www.parent-childeducation.ca)

編輯小組：鄺錦順、黃薛冬梅、簡卓琳、朱素英、簡兆榮

版面設計：陳鈞陶

本刊文章版權均由作者  
所擁有及保留  
如欲轉載請與親子教育  
資源中心聯絡  
202008 ©

vol 105