

真愛

家庭
雜誌

No. 151

2026年10-11月

Girl or a Boy



主題
企劃

在跨性別狂潮中
真愛守家！

找回真我的旅程

愛的叛逆者

整理遺物，學習告別

守住真愛守住家



Family Keepers 真愛家庭協會雙月刊





封面故事：父母的陪伴、教養方式及親子關係，對孩子的性別認同具有深遠影響。在上帝無條件的愛中，即使面對性別挑戰，先穩住在核心身分中，最終我們會與上帝創造的初衷對齊。

總編輯／蘇文安 審校／吳惠惠
美術編輯／李彥瑩 封面畫作／蘇雪峰

國際董事夫婦團隊（兼美國）

王克定	孟繁毅	閻凱毅	李秀全
黃秀潔	熊家燕	張梅	
葛原隆	沈丕強	董祝鼎	Paul鄭
吳瑩瑛	康介莉	覃岱麗	Kathy鄭
陳建信	曹佑龍	葉高芳	李道宏
郭燕如	黃儷卿	李懷恩	吳品品
邱文達	王天仁		
康文娟	張怡芬		

國際諮詢委員

黎彼得	黃子嘉	簡春安	蔡茂堂
劉金勝	黃彼得	沈立德	傅立德
林祥源	黃維仁	陳世欽	寇紹恩

主題企劃

在跨性別狂潮中真愛守家

- | | | | |
|----|--|----|--------------------------------------|
| 03 | 話題篇
當孩子的世界換了座標 | 24 | 隔代教養
小孫兒駕到，祖父母怎麼辦？ |
| 07 | 見證篇-1
找回真我的旅程 | 26 | 真愛故事館
整理遺物，學習告別 |
| 09 | 見證篇-2
還我本相 | 28 | 真愛交流道
在家教育，轉化人生！ |
| 12 | 陪伴篇
以天父的心為心 | 28 | 一笑抵萬金
甩鍋？ |
| 14 | 資訊篇
跨性別主義與教牧關懷 | | 真愛供應站 全人關懷家庭事工
培訓事工 |
| 15 | 真愛分享 同心面對人生挑戰
真愛下午茶
愛的叛逆者 | 29 | 家庭事工學位課程再添新夥伴
7A正向教養免費課程 |
| 17 | 家庭電影院
愛，是學習對方的語言 | 30 | 心靈饗宴
本會與好消息電視台推出系列短片
《老年十字歌》爆紅 |
| 19 | 夫妻一世情
與子偕行五十載 | 31 | 真愛動態
人生歷程必修的五堂課
520教牧團契會館歡聚 |
| 22 | 全人保健
身體要保養，家庭要經營3-2 | 32 | 真愛你我他
葉會長盛夏東南亞真愛腳蹤 |

國際總會／美國分會

會務顧問／閻凱毅 蘇文峰
林國亮 高俐理
吳子良 黃茂清
陳信言 蘇文博
劉曉亭 黃琦

會長 葉高芳

副會長 蘇文安

事工副會長 胡慧玲

辦公室主任 林麗珊

行政同工 李瑞芳

行政同工 蘇雅瑜

資訊同工 方致喬

真愛學院 簡春安

北加主任 吳怡明

美南主任 王麗梅

事工團隊

婚前事工 吳貴珠 洪本全

婚姻事工 顏宏惠 曾淑婉

親子事工 胡慧玲 楊正權

性別關係 符濟珍 楊平

爸爸學校 王存有

單親事工 楊雅婷

中年事工 吳保羅 呂汝慈

長輩事工 葛原隆 吳瑩瑛

遠距家庭 邱維超 延玲珍

家庭導友 葉高芳 李懷恩

家庭職場 陳信言 楊文菊

家庭EQ 雷洛美 富納仁

家庭戒癮 謝志中 顧倩

家庭旅遊 洪本全 陳維彬

家庭電影 蘇文安 洪本全

家庭宣教 閻凱毅 張梅

家庭信仰 蘇文安 林麗珊

黃麗薰

7A教養 劉靜芬

在家教育 羅世史 黃琳

特約講師／顧韜 曾元惠

莊光楨 黃善華

李懷恩 陳惠琬

鍾越娜 郭淵榮

王祈 陳康元

孟安麗 賈士基

黃琪恩 翁彩薰

張傳琳 李道宏

劉曉亭 陳德堅

趙孝菁 王麗梅

李文屏 蔡正驊

陳明玉 葉平

林真兒 高靜雯

蘇心美 柳子駿

地區代表／聖地牙哥 李敏修

底特律 薩忠業

美東南 李竣權

拉斯維加 溫建業

公關代表／鄭卓培我 鄭品舜

國際分會

臺灣／理事長 戴東清

執行長 延玲珍

紐西蘭／董事會主席 劉章田

總幹事 潘偉明

巴西／會長 陳寶鎮

總幹事 劉慈媛

阿根廷／董事會主席 徐肇明

會長 林周禮

加拿大／會長 董欣憲

執行長 廖肇蓉

馬來西亞／董事會主席 林厚武

會長 黃侯民

新加坡／會長 陳佳明

執行長 陳秋璇

泰國／董事會主席 吳榮輝

會長 石榮英

總幹事 廖愛梅

香港／總幹事 劉靜芬（兼任）

菲律賓／會長 朱志鴻

總幹事 劉靜芬

歐洲／代表 蔡正驊

中南美／代表 陳進宏

日本／聯絡人 潘碩安



在跨性別狂潮中真愛守家

在這個鼓勵大家「作自己」或鼓吹個人有後天性別選擇權的文化潮流，父母與教會面對前所未有的挑戰。當孩子在性別認同的掙扎中向父母交心或攤牌，家庭往往會陷入震盪與恐懼。你我要如何面對這一波排山倒海的家庭海嘯？

本期主題聚焦於跨性別議題。話題篇討論父母與教會如何從上帝創造我們的原意，從「我是誰」的生命模型出發，思考你我的角色與身分。見證篇中五個生命翻轉的例子，也印證了，在改變的最底端，即是找到天父對每個人的命定與無條件的愛。

尋找真愛的路程可能是一段歲月的累積，而在這段旅程中，自身已享受天父無條件之愛的父母、朋友或導師，在愛與真理間要如何拿捏？「我們愛，因為上帝先愛我們」（約翰一書4:19），基督的愛呼召我們穿透孩子的外在標籤，看見他們作為獨特靈魂的核心身份。無論我們在人生是何種角色，你我都是被上帝無條件的愛所包圍的兒女。

一如既往，我們也為您和您一家預備了有理、有趣、有用的專欄文章，請勿錯過！

話題篇

當孩子的世界換了座標

在核心身份的磐石上，接住愛

李文屏

在陪伴許多家庭的教練生涯中，我聽過最令人心碎的聲音，不是聲嘶力竭的爭吵，而是父母在深夜裡、在確信四周無人時發出的嘆息。

特別是當孩子在經歷了無數個失眠的黑夜後，終於鼓起勇氣，帶著極大的不安，向你敞開他／她最深處的掙扎——「爸爸／媽媽，我想改變我的性別」。

那一刻，空氣凝固了。隨之而來的，是許多家庭從未預料過的生命震盪：對未知未來的巨大恐懼，四周悄然築起的輿論高牆——親友或明或隱的側目、網路上的爭議、甚至身邊人的指責與疏遠。這些混雜在一起，如同生命中突然爆發的龍捲風，將家長內心撕碎。

很多有信仰的家長，內心還會多一重鞭笞：「我好失敗！愧為基督徒父母！上帝啊，我的家庭為甚麼會面臨這樣的情況？」

其實，這些震驚、憤怒、悲傷和恐懼，都是完全正常的反應。在此，我想用一個簡單的「生

命工具」——「我是誰」的三圈同心圓模型，把這團亂麻拆解開來，找回你和孩子的定海神針。

一個釐清痛苦的工具：「我是誰」生命模型

很多時候，崩潰與癱瘓，是因為把外面的流言、做父母的挫敗、和我們自身的價值全部混為一談了。試著在腦海中浮現由內到外的三層同心圓：

最外圈 | 外在環境：別人對我、對孩子的看法。

中間圈 | 社會角色：我在社會關係中是誰？（父母、員工、同工……）。

最內圈 | 核心身分：剝離一切關係與頭銜之後，我到底是誰？

這三層有著本質上的區別。

中間圈：社會角色（Roles）——解決「在社會關係中我是誰」。角色有著非常顯著的變動性與相對性，它會隨著環境與關係而改變，也在我們心中佔據



不同的情緒比重。

最內圈：核心身分 (Identity)——決定「我到底是誰、我的價值何在」。這是一個人的生命線。相較於會隨外在改變的「角色」，真正的「身分」存在於更深層的生命層次，極其穩定，獨立於人際社會關係而存在。

在信仰中，不論外在環境如何巨變、不論你的角色有多挫敗，你在最內圈的核心身分永遠是「上帝無條件愛著並接納的兒女」。別人的看法、甚至你所愛的孩子目前的狀態，根本無法動搖這個事實。



將「身分」與「角色」混淆——一個大而隱性的痛苦根源

當一個人誤把「角色」當成「身分」，讓角色替代了生命核心，往往會引發人生底層的悲劇：

退休的關卡：許多人（尤其是男性）在退休時精神與心理狀態會急速下滑，原因就在於將工作中的角色等同於自己的身分。

母親的迷惘：很多媽媽全心全意為孩子奉獻，當孩子長大獨立，她們會陷入巨大的失落與迷惘。這就是把「母親的角色」完全等同於「自我身分」所帶來的衝擊。

崩場的戀人：我婆婆的墓旁，躺著一位才二十幾歲的逝者，他因為失戀而自殺。在那個衝動的瞬間，他把自己的「核心身分」完全等同於「某人的戀人」這單一的角色。當那個角色破裂、對方不愛他了，他的世界就崩塌了。

這三個例子的共同點是：角色本應只是身分外

衣，一旦被誤認成身分本身，角色的破損就會被感受成整個生命的破損。

如何以「身分與角色」的濾鏡，面對孩子變性的衝擊？這場風暴帶來的衝擊往往來自兩方面：你對孩子的價值評判，及外界對你與孩子的價值評判。

當孩子坦白內心的掙扎時，你作為「父母」這個角色，確實感到了巨大的挫敗與無力。但透過生命模型，我們能清晰看見：一個角色的遭遇挫折，並不等於你人生全盤失敗。

關鍵在於：事情發生時，你是否將該角色的情緒比重，氾濫到了其他角色的「領域」？

例一（關係氾濫）：因著孩子的狀況，你回到房間開始指責配偶。將「父母」角色的挫敗情緒，氾濫到了「親密關係」中，帶來可能是彼此抱怨、爭吵，對夫妻關係造成二次傷害。

例二（自我態度崩塌）：你可能陷入深深的自責。「自我態度」一旦崩塌，就會像骨牌一樣，影響與你相連的一切關係，讓父母角色的挫敗，進一步波及其他的角色。

因此，在情緒激盪中，最需要的不是對自己進行否定，或對別人進行指責——雖然這樣做是一個正常人的正常反應。

但如果我們不求「正常反應」，而求「有效反應」，我們需要給自己一些時間與調適。而這種調適，需要深深安置在你的核心身分上；否則，你的內在痛苦與糾結會循環往復，很難解散。

一、面對最外圈的環境激流：你是「棉花」還是「荷葉」？

外界的消極評論、指責，甚至是惡意的非議，可能會排山倒海而來。當這些聲音傳到你這裡時，「棉花」反應是把帶著顏色的水毫無防備地吸進去——心情被沾染，邊界失守，覺得自己與家庭徹底失敗，任由別人的言論主導你的人生。

「荷葉」反應則不同——即使水滴帶著刺眼的顏色拍打過來，在荷葉上滾一滾就滑落了。這是因為「荷葉」知道自己是誰，那穩固的核心身分就是裡面對心的保護。

你可以難受、可以流淚、甚至憤怒——你的父母

之心讓這一切難免。但你同時也持有兩種力量：

允許的力量：承認別人有權利產生任何看法，允許他們行使這樣的人權。

選擇的力量：堅持你的選擇權，選擇拒絕讓那些言論進入內心、定義你的人生，選擇回到核心身分來面對這一切。

二、選擇回到最內圈的核心身分來應對

許多家長的痛苦之所以是一團亂麻，因為我們用最外圈的環境，摧毀了中間圈的角色，最後全盤否定了最內圈的核心身分。

其實，作為父母，只是你的一個角色——一個非常重要的角色，但畢竟是角色，不是你的核心身分。而且從角色角度看，你也不是孩子命運的「總設計師」，只是孩子的「管家」，而且隨著孩子從「未成年」跨入「成年」，管家的職責、邊界以及互動模式會發生根本性的質變（如下表所示）：

階段	孩子未成年	孩子已成年
管家的對象	管理孩子的生活、行為與信仰建造	管理父母自己的焦慮、邊界與愛
父母的角色	代理人、守護者、主導者	顧問、同行者、無條件的守護港灣
交流意見的方式	帶有權柄的管教與引導	建立在尊重與傾聽之上的合適分享
生命主權的歸屬	父母代管，對上帝負責	孩子自主，直接對上帝負責

外面的風浪再大、孩子再掙扎、甚至你做父母做得很挫敗時，那扎根在最內圈的核心身分永遠不會改變。你的價值，不建立在孩子是否完美符合現有標準上；你裡面有多穩，決定外面的影響對你有多大。

三、看清孩子的核心身分：他是一個「標籤」還是「獨特的靈魂」？

當性別認同的風暴來襲，我們的目光往往會死死鎖在孩子的「行為」和「標籤」上：跨性別、非二元、悖逆……

元、悖逆……

也許，真正需要的，是穿透孩子的外在行為，重新看到他們的核心身分：

看穿外在：孩子之所以提出要改變性別，是因為他/她在核心身分層面，正經歷著巨大的「性別不安」與自我認同的分裂與痛苦。他/她通常不是在故意叛逆，更不是故意要與父母作對，而是在深處的撕裂和窒息感中，向最愛他們的父母尋求支援。

還原核心：耶穌當年遇見一位被同鄉排斥的撒瑪利亞婦人，也接納了當時人人厭惡、被視為「叛徒」的稅吏——這兩種人在當時社會裡都背負著沉重的標籤。但耶穌總是先跨過這些標籤，看見那個顫抖、受傷的、上帝所在乎的靈魂。

或許我們可以從中得到啟發：拿掉所有刺眼的性別標籤與爭議，孩子是誰？依然是那個獨立於你的期待之外、跟你一樣，是上帝珍惜、獨特的靈魂？

他/她不是麻煩製造者，不是故意不孝，他/她只是在驚濤駭浪中，渴望尋找內心和諧、尋找接納、尋找對自己的認同。他們是尋找者。

四、拉高視角，拉長時間線：在永恆中如何看待性別問題？

面對這場生命震盪，家長很難在一夕之間「全然安寧」。這是一場馬拉松，你可能需要反覆確認自己與孩子的核心身分。而最強大的定海神針，來自於將視角拉高到「永恆」的維度。

在永恆的座標中，現世的生理性別、性別認同、甚至是婚姻與家庭，本質上都屬於最外圈的環境體驗與中間圈的暫時角色。正如聖經所啟示的，復活之時人也不娶也不嫁，乃像天上的使者一樣（馬太福音 22：30）。現世基於肉身與社會制度構建的角色，在永恆中都會被一種超越性的神聖連結所取代。

現世的身體與性別，是我們在地上短暫作管家時的載體與靈魂的功課。在永恆裡，所有外在的角色與破損都會被剝離，只留下最內圈的核心身分。

在那裡，人的靈魂與上帝所賜的榮耀身體將完美的對齊，不再有錯位與性別不安。惟一的、永不震盪的身分，就是「恢復上帝完美形象、被完全接納的兒女」。



當痛苦的衝擊力是50磅時，回到上帝面前確認這永恆的身分，衝擊力就會降到20磅；隔天再次用這永恆的眼光堅固自己，衝擊力就可能再減少。每一次嘗試，都是把生命的基石往永恆裡再扎深一分。

柔道中有一種「受身術」，是在遭受摔打的時候，用掌主動擊地來分散衝擊力，減少傷害，然後就地翻滾，重新站起。這也適合套用在生活中：「用掌擊地」就是分散壓力——如果你覺得一個人扛太重，可以找可信任且不帶審判眼光的朋友或教練分享，安全地分散單點壓力；「就地翻滾」則是接納「被摔打」的現實，翻滾後再站起，面對挑戰。

這是一個化危機為轉機的策略。你也可以在分散壓力後「順勢翻滾」——在挑戰中，找到增進親子關係的方式和方法，確保你還在愛，你還有機會發揮正面影響力。

五、釐清職責邊界，把主權還給上帝

一位母親在經歷了一段痛苦掙扎後，在教練對話中對我說了一段話：「現在我明白了，作為『父母』這個角色，我會失敗、會痛，但我作為『上帝的女兒』這個身分，是穩固的。而我的孩子，他留長髮、換名字，但他仍然是我的孩子，他是上帝所愛的孩子的身分更是永遠不會變。

昨天他出門前，我幫他理了理衣領，說：『去外面的世界不容易，要是累了，隨時回來，媽媽給你做麵條。』那一刻，我不再急著去改變他，而是看清了自己的邊界，以及我最需要做的——就是去愛他。我真切地感覺到了上帝的恩典。」

其實，這場風暴本質上是一場「父母邊界的重新對齊」：父母負責給予無條件的愛，並在建立安全連結、彼此尊重的前提下，以「合適」的方式交流自己的看法與意見。

這裡的「合適」，具體來說是先真誠傾聽、後以尊重的態度進行表達：

先問而非先教——「你願意多告訴我一點你的感受嗎？」比一開始就給立場更能打開對話。

情緒與立場分開處理——你可以誠實表達自己的擔憂與掙扎（「我心裡有很多害怕，因為我很愛

你」），而不需要同一句話裡要求孩子立刻認同你的看法。

日常的連結先於觀點的說服——一頓飯、一句「今天累不累」，往往比一次「說教性、規勸性談話」更能維繫關係，讓孩子知道回家的門一直開著，而你，保住了發揮影響力的渠道。

把「意見」留到關係穩固之後——如果現在說出來只會讓孩子關上門，離開家，那麼此刻最合適的，或許是先甚麼都不說，單純地以愛來陪伴。

因為一個生命真正的轉化、翻轉與成長，主權完全在上帝，不在父母的掌控裡。當我们用永恆的眼光來看待眼前的孩子，看穿現世的標籤，去愛他那面對永恆的靈魂，內心的掌控欲就會轉化為篤定。

今日你可以跨出的第一步

當你讀完這篇文章，或許可以試著做這三件「有效反應」：

1. **做一次深呼吸**：對自己說一句話——「我不需要為他生命的最終結果負責，我負責愛他地上的靈魂，上帝負責他永恆的轉化。」

2. **做一個身分宣告**：在心裡對上帝宣告——「主啊，無論外面發生甚麼，我的核心身分依然是祢深愛的兒女。（孩子的名字）的核心身分依然是祢深愛的兒女。」今天，我練習做一次荷葉，而不是棉花。

3. **給孩子一個一萬年後的擁抱**：在接下來的24小時內，不帶著焦慮去說教，只是單純地為他/她做一頓飯、或對他/她微笑。試著用一萬年後回望此刻的眼光，去觸碰他/她此時此刻、最內圈的靈魂。

如果今天你只能做到其中一件事，那也已經足夠了。這不是一份必須立刻完成的任務清單，而是一條可以慢慢走、隨時可以重新開始的路。



作者李文屏為本會特約講師，美成國際教練學院創始人及首席指導，網站<http://www.coachingforbetterinternational.com>

編者按：找回本色的歷程有時是佈滿荊棘的成長旅程。以下五位前跨性別者的生命故事，都是本人真實分享。本刊團隊特別自真愛性別關係事工「GRM助人團契」聚會內容中，將這五個感人見證濃縮刊登，感謝這五位將榮耀歸與上帝的見證人。

見證篇
1

找回真我的旅程

我叫勞拉·佩裡·斯莫茨（Laura Perry Smalts），生長在一個積極參與教會活動的基督教家庭。童年惟一的遺憾是我和媽媽的關係並不好。媽媽很焦慮，也有許多嚴重的健康問題。當我看到媽媽跟哥哥更親近時，我想，也許她希望我是一個男孩。

尋找愛的錯誤路徑

整個童年，都像是帶著一副「男孩」的濾鏡去看周圍的一切。上高中時，我有體重和健康問題，也因此遭遇了許多拒絕和排斥，感覺經常被嘲笑和欺負。於是我不斷地在所有錯誤的地方尋求愛，在性方面放縱自己。我以為會找到幸福和自由，但我卻被利用、虐待，也被拋棄和拒絕。我對上帝非常生氣，告訴祂我再也不會服事祂了。

變性的虛假與覺醒

我開始服用雄性激素，還做過兩次大手術：切除乳房，以及切除子宮和卵巢。但我察覺，無論身體如何改變，都不能改變我是誰。因為真相並不是我應該是個男人，而是我深深地憎恨自己，討厭自己。多年來，一直在與體重鬥爭，即使在跨性別後，情況並沒有



▲勞拉在上帝的恩典中，找到真愛。

有好轉。我陷入了更深的抑鬱中。我意識到，我只是一個女人，假裝成男人的樣子。

上帝話語的光照

我變得非常沮喪，有嚴重的自殺傾向。媽媽及很多人一直在為我禱告。母親體悟到她無法醫治、改變我，於是她真心降服、倚靠上帝，而我見到母親的變化。我也開始想真正認識上帝是誰，整天戴著耳機聽聖經，越來越被上帝的話語光照。那時，我接觸到的一切都與變性相關。

上帝的關鍵提問

有一天晚上，我向上帝呼求：「上帝，我想擁有祢為我預備的一切，祢想從我這裡得到甚麼？」我以為祂會給我一張行動清單，但是上帝只是問我：「如果你站在我面前，我會叫你甚麼名字？」我非常震驚，因為我曾試圖說服自己，上帝允許跨性別的選擇。但祂讓我想起讀約翰福音第一章時所領悟的：「你不能宣告說你愛我，卻拒絕我的創造。」當下，我覺得被定罪了。不過，我卻聽到從上帝來的低語：「讓我告訴你你是誰。」那是一個釋放並讓我得自由的開始。

找回真我不是一個立即成就的事情。上帝並沒有說「勞拉，你是這個」或「你是那個」，祂只是更多



地向我顯現。當我們注目凝視造物主時，我們通過祂的話語認識祂，這才能真正開始了解自己是誰。

手術的虛假承諾

我以為變性手術會為我帶來自由，允許我合法地成為男性。隨著時間的推移，這並沒有讓我成為一個男人。當時覺得自己有點傻，因為我想：女人通常也會因為醫療健康情況做乳房切除手術，但這個手術並不能把她們變成男人。

上帝預備的愛情

離開那種生活方式，讓我獲得了令人難以置信的自由。因為上帝治癒我所有的痛苦和憤怒，幫助我原諒那些傷害過我的人。大約五年後，上帝將一個優秀的男人帶到我的生命裡。我們在2022年結婚，深深感受到上帝的祝福。以前，我總是想：「一個怎樣的男人會想跟我這樣一個曾經變性的人在一起？」我做夢也沒想到，上帝會給我帶來一個全職事奉的人——他是教會的音樂傳道人。

我非常缺少安全感，結婚不久，健康又出現問題。令我驚訝的是，他持續地愛我、鼓勵我。連自己都覺得不可愛的時候，他依然愛我。知道即使我的身體不完美，我依然被愛，這是個極大的醫治。

給教會的建議

當我們去接近有不同生活方式的人群時，應該以個人的方式去了解，而不是把他們視為一整群人。我們需要在「真理」和「恩典」找到平衡，用愛的方式，在真理中揭露真相。

請記住：與他們分享耶穌，不是因為他們是跨性別者，而是

因為他們都需要耶穌。

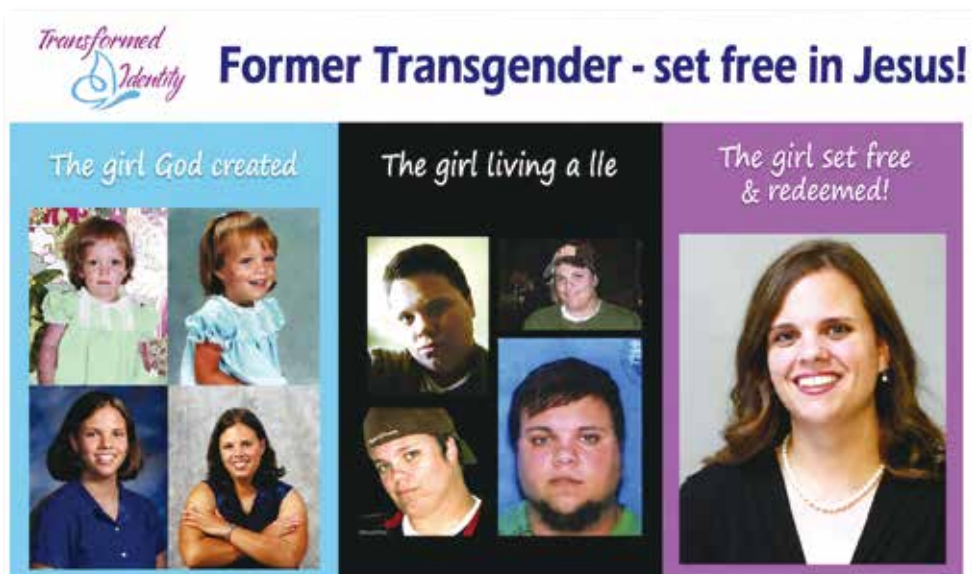
給掙扎家庭的盼望

對於有孩子正在經歷性別認同掙扎的父母，首先，感謝主，這件事被發現了。面對不同年齡的孩子有不同的做法。如果是很小的孩子，很可能他們只是好奇或是困惑。如果是年齡較大的孩子，我們必須明白，孩子有這個結論通常是出於自我憎恨和情感創傷。我媽媽確實對我有很大的影響，但關鍵是她讓上帝在她身上做工，也專注於上帝要她做的事。作為父母，有時非常執著於父母的職分，而忘了上帝要我們為祂的國度事奉。

在等候孩子回家的日子裡，上帝希望你做甚麼？

基督裡成為新造的人

上帝讓我相信，祂為我預備了更好的計劃。祂改變我，照著祂——創造者的形像，漸漸更新我。上帝可以改變任何人，只要我們願意順服祂。我不再是以前的我，我是一個新造的人。在基督裡，我們都可以成為新造的人。📖



▲勞拉在不同年齡的外表，代表她尋找愛的旅程。

還我本相——四位菲律賓弟兄的跨性別的歸回之旅

Dennis Dapitan：峰迴路轉見真光



Before → After

▲Dennis Dapitan。

我的童年生活很困難，在很粗暴的家庭環境中成長。七歲時，被表哥性侵，13歲離家出走，與有同性戀傾向的表兄弟家同住，跟著他們過著沉淪的生活，抽菸喝酒、閒逛，甚至注射女性荷爾蒙，想要讓自己變得女性化。

為了得到心靈的安慰，我去尋找毀滅性的刺激，例如菸酒、女性荷爾蒙、同性的性行為，也做拉皮條、販賣女性的事。因為缺乏正確的教導，我以為這些都是正常的。

後來我病得很嚴重，頭昏眼花，泌尿系統也出了問題，非常難受，害怕會死去。朋友邀請我去教會，聚會中感到前所未有的平安和喜樂，於是固定參加教會的聚會。

有一次講道談到主醫治的大能，我當時就跪下痛哭禱告，對當時的生活感覺很疲累，希望上帝能拯救、幫助我。祂果然從傷害我的人（包括我自己）手中救拔了我，我決心向主降服，要走祂要我走的路。

我入學讀了四年的旅遊管理學位，現在經營一家公司，跟父母也恢復很好的關係。正如箴言16:3所說的：「你所做的，要交託耶和華，你所謀的，就必成立。」我跟父母說：「我現在可以用主耶穌的愛來愛你們，因為我親身體驗到祂改變人的力量。」我相信如聖經耶利米書29:11所說：「因為我知道我為你們安排的計劃：是要賜福給你們，而非降禍給你們，使你們

的未來充滿希望。」

Ronnie Ventayan：從生命谷底攀爬而上

我來自一個破碎貧窮的家庭，從小生活很艱難。我賭博，也吸大麻，母親吸毒成癮，甚至把妹妹賣去當性奴隸。年幼的我就已經接觸了很多不道德的事，也對自己的性別認同感到困惑。

爺爺對年幼的我與妹妹性侵犯，我們每天生活在痛苦中。雖然後來爺爺被關進監獄，但家族也拋棄了我們。

隨著年歲增長，我立志要賺錢並向家族報仇，但我仍然過著同性戀的生活，服用女性荷爾蒙，開始做網路色情行業，維持一家的生計，連家人也都從事這方面的工作。

與同居八年的伴侶分手，讓我傷心欲絕，患了焦慮和抑鬱症，精神失常，幻覺幻聽，苟活在酗酒和濫性的生活中。在一次企圖自殺前，有人回應我在臉書表達的無望與沮喪：「上帝愛你，祂想要幫助你！」這讓我想起一首讚美詩：〈耶穌被高舉〉，提醒我敬拜的感覺是多麼美好喜樂。於是我決定去教會，雖然我那時仍帶著宿醉去教會，但是上帝仍然憐憫我，醫治我的焦慮。

在參加「遇見上帝」退修會，才明白祂的愛是何等長濶高深，我與上帝立約：「主啊，只要我活著，我就要服事祢，榮耀祢的名。既然世界如此利用了我，求祢加倍地使用我來榮耀祢！」讚美主，



Before → After

▲Ronnie Ventayan。



祂醫治了我，恢復我男人的身分，也救贖我的全家，現在全家都一起服事主。

2023年我被按立為牧師，參與「墓園外展事工」，服事幾百個居住在墓園的孩子們，給予食物及辦主日學課程。這群孩子，如同當年的我，失去親人或被性侵，最終我被上帝尋回。祂像父親般地愛我，也賜我以為父之心去愛那些沒有父親的孩子。

我也參與「挽回性別」事工，在菲律賓全國對LGBTQ族群傳福音。我要為我母親獻上感恩，她以前精神不正常，赤身露體行走在街上，上帝醫治了她，現在還參加查經小組。

感謝上帝在我生命中施行大能和改變，給我新的生命，也讓我參與建造門徒的事工，盼望有更多人受裝備。

Mark E. R. Oblero：LGBT（愛神，Love God；相信，Believe；轉化，Transformed）

回顧我的人生，那段始於陰影中的旅程：父親的

缺席、年幼被性侵、母親對我的虐待，讓我一直處於不穩定與恐懼之中。我不斷質疑，為甚麼人生是這樣子——破碎的家庭、貧困、霸凌、被拒絕，以及極度缺乏愛的狀態。

正是對愛的渴望，我踏上成為跨性別女性的道路，成為Sabel

Gonzales——超級女王、菲律賓國際皇后小姐等，贏得帶來名聲的頭銜。但這些榮耀與掌聲卻無法填補內心的空洞。

即使在美國完成了同性婚姻，看似成功的人生，依舊無法掩蓋那份空虛。我取得了許多成就，卻感到

極度破碎。直到2018年，上帝介入了我的生命，人生突然來個急轉彎。我找到了信仰，成為基督徒，並全職投入事奉。

我在教會分享見證，以男性的身分出現在眾人面前。我以為已經得醫治，甚至一度陷入自以為義中，但內心深處的掙扎依然存在。對於在教會中可能遭受的論斷與歧視，感到極度恐懼。最終我選擇離開。

2023年，生命迎來新的轉捩點。我參加「回到伊甸園真生命」退修會，找到了新的家庭，一個真正理解我對同性吸引掙扎的群體。在退修會中，上帝的愛如活水般湧入我心，這是一份沒有定罪、只有無條件接納的愛。我重新將生命獻給耶穌基督。

人生的旅程不容易，我感謝上帝，讓我遇到一家接納我、包容我掙扎和外表的教會。門訓導師是一位正常男性，他引導我，向我展現真正的兄弟情誼。如今，我用自己的經歷服事LGBT群體，引領他們歸向上帝，陪伴他們走向在基督裡的新生命與新身分。

我現在的名字是Mark E. R. Oblero，上帝正在改變我，塑造我成為祂原本要我成為的人。對我而言，LGBT現在代表「愛神、相信、轉化」（Love God, Believe and Transformed）。我的使命是服事上帝，榮耀祂，成為基督的忠實跟隨者。靠著祂的恩典，我得以恢復，確立自己是上帝的孩子。

Chris John Biñas——新造的人

Chris是菲律賓生命之河教會的宣教士。童年，他曾積極參加教會的活動，但青少年時，他因結識行為不良的朋友，陷入酗酒、吸毒、抽菸、通宵狂歡的「享樂」。那時的他，對性別認知有點混亂，服用雌性激素，讓自己更像女孩。

走過一段非常不堪的人生經歷，上帝在2022年8月藉著「與上帝相遇」的LGBT團契營會，使他明白甚麼是「無條件的愛」，並接受主耶穌成為他人生的主宰。如今他常作見證，與人分享在信仰中找回真正的自己及經歷。他表示：「當你接受上帝對你的真實設計，才能得著真正的喜樂，這喜樂是從裡面湧出來的，因為主在我們生命中的作為是溫柔而完全的。」

以下是Chris在真愛「GRM助人團契」見證會中



Before → After

▲Mark E. R. Oblero。

的問答分享：

問：遇見上帝後，你經歷了哪些挑戰？

答：最大挑戰是放下過去的習慣和思維模式，離開那些曾定義我的人、地方和事物。有時我會被誘惑想回到過去，尤其面對拒絕和孤獨時。

另一個挑戰是學會完全信靠上帝，相信祂的計劃比我自己的更好。為罪惡感和不配感掙扎時，我透過禱告、讀經，並與信徒群體同行，重新得力。

問：作為初信者，你最需要甚麼樣的支援？

答：在掙扎時，我最需要弟兄姊妹為我禱告，並在基督裡鼓勵我。單獨走在信仰路上很難，但與同心信徒同行，我們就能繼續前行。

問：如今你如何服事主？特別是幫助那些正經歷你過去掙扎的人？

我透過分享見證，以愛心、憐憫和真實的關懷，陪伴正在掙扎的人。我深信，上帝把我的痛苦變成使命，使我成為祂恩典和改變力量的活見證。無論在個人交談、教會事工或小組聚會中，我盡力傾聽、鼓勵，提醒他們：在上帝裡面，一切改變都可能，是有盼望的。

問：你想對迷失或遠離上帝者說甚麼？

答：上帝的愛不是遙不可及。無論你做過甚麼、多麼破碎或不配，上帝的懷抱始終敞開，等你回家。即便在最黑暗的時刻，祂仍在那裡，耐心、溫柔，隨時預備恢復你。不要放棄自己，因為上帝從未放棄你。把痛苦、困惑和恐懼交託給祂，你會發現，祂的愛比世上一切更有力量；當你回轉歸向祂，祂必定會以恩典、寬恕和全新的開始迎接你。

問：基督徒群體如何以愛心接觸並支持 LGBTQ 群體？

答：我不定罪 LGBT 朋友，只是不斷邀請他們來教會，為他們禱告，求主在敬拜中向他們顯現。真正的改變只能由上帝來做，不是靠我們去逼迫或規範外



▲Chris John Biñas。

表。就像我回到教會將近一年，沒有人逼我剪頭髮或改變打扮，只有耶穌基督的愛感動我，使我願意把人生完全交託給祂。

所以，教會首先要歡迎他們，建立關係，使他們感到被接納、有歸屬感，不用眼光論斷，而是建立連結，再分享耶穌基督的愛、福音和真理。不要直接用「你會下地獄」的話語定罪，而要持續向他們傳遞基督的愛。這個世界已讓他們常被拒絕、忽視、欺凌；若教會仍以定罪相待，他們只會遠離。但當教會用基督的愛接納他們，他們就會留下來，即便改變尚未發生，終有一天會像我一樣把生命交給上帝。

問：服事主時，是否因過去的身分而遭遇挑戰？我們可以怎樣為你禱告？

答：因為我曾是變性人，有些人不相信我真的改變了，也不明白我的掙扎。但我常提醒自己：我的身分不再由過去或行為決定，而是根植在基督裡。我也為這些人禱告，求主讓他們把眼目轉向耶穌。

即便在教會，我也會遇見誤解和負面對待，但我選擇專注於耶穌基督，把身分放在祂裡面，而不是他人的眼光裡。因此，我仍然站立、向前事奉主。也請弟兄姊妹為我禱告，求主在我所到之處保護我，大大使用我，恩膏我，使我能堅定信心，直到耶穌基督再來的日子。📷



陪伴篇

以天父的心為心

受訪者：何寶生（父）X 鄭智偉（子）

鄭多加整理



▲陪伴是一種生命影響生命的旅程。

以下摘自國際真愛家庭協會性別關係事工所開展之「真彩虹助人團契」聚會，該團契同工Shirleen訪問職場天國文化推動總監何寶生及愛同行協會（AGAPE）總幹事鄭智偉之內容記錄。這對屬靈父子告訴我們：陪伴，是天父給你機會，體會祂對我們的不離不棄，無論我們是在甚麼樣的性取向中困惑、掙扎！

真彩虹：你們兩人在彼此認識之前，各自的背景及心路歷程是甚麼？

智偉：父親在我七歲時病逝。他生前跟我的關係非常好。我常想如果爸爸還在，我的生命會有甚麼不同？在我青少年時，我對同性很容易有情感的投射，只要男同學對我好一些，我就很想跟他們親近，得到他們更多的關懷。後來我發現，很多有同性傾向的人都是由於幼年跟父親或母親的情感連結有缺失，這種根深柢固的需要就被「性化」（sexualization），成為生命中欠缺之愛的補償。

寶生：我爸爸是很盡責的父親，一年工作363天。他不愛說話，從來沒有抱過我，也沒有說過「我愛你」。努力工作就是他表達愛我的方式。

我很渴望有個屬靈父親，卻找不到合適的導師。在天父面前哭訴，天父透過聖靈跟我說：「你為甚麼要找爸爸？我不是你天上的父親嗎？你地上父親不能給你的，我全部都要補償給你！」上帝就是我天上的爸爸。

一次在為人禱告，感到聖靈的愛藉著我的手傳到那人身上。從那一天開始，我真真切切感覺跟天父的愛連結。那時有一首〈Abba〉詩歌，每當聽到這首詩歌，我都淚流滿面。「Abba」原文的意思是「源頭」。我以前很自卑、膽怯、害羞，自我形象很差，但自從那次的體會，忽然覺得自己不只是個信徒而已，更不是個孤兒，覺得自己是上帝的寵兒！

真彩虹：甚麼契機使你們開始屬靈父子的陪伴？

智偉：寶生爸一直是像長輩從香港來澳門教導我們。我那時正處在憂鬱症的低潮期，很喜歡聽他的分享。屬靈父子的關係，不在乎稱呼，當我羨慕渴望聖靈在他身上的事，也能流露在我的生命中，這就是關係的連結。

有一次寶生爸來澳門教課，晚上我們一起在他住的地方交流、禱告。我跟寶生爸說，我靈裡很想稱您為父親，當下寶生爸也就以父親的身分來為我祝福、遮蓋我，那一刻我得到了父親的祝福。

寶生：坦白說，我當時心裡很糾結。因為覺得自己是很不稱職的爸爸。當一個屬靈兒女把心掏給你時，我們這種到處跑的人，可能因為時間有限，反而會給他們造成傷害。但是智偉是例外，這是靈裡的感動，無法解釋的。當我在靈裡確認這份關係後，作父親的，對兒女就有責任，無論他發生甚麼事。

真彩虹：在陪伴的過程中，有甚麼難處和亮點？尤其智偉以前有同性吸引傾向。

智偉：寶生爸介紹我去見香港的康醫師，我每個

月要去看一次。寶生爸說無論他多忙，他一定會把時間留出來陪我去。那一年是我很痛苦的時候，人生完全沒有方向，完全承受不了教會對我的拒絕。只有他最清楚我內心的掙扎、情緒的需要，他能肯定我、鼓勵我向前。

如果教會裡有同性吸引傾向的孩子，不要讓他邊緣化，他需要你的陪伴、引導。寶生爸就是這樣陪伴我。**陪伴，無論是在禱告中，信仰的鼓勵或是實際的相處，都是非常重要的。**

寶生：我陪伴智偉，一點兒都不覺得為難。家庭是天父所創造最神聖的一個單位，家好國才會好，上帝要藉著教會——祂的家，來改變全世界。在LGBTQ這個議題上，一定要打破惡者的詭計，無論需要付上多大的代價，一定要把上帝的家恢復過來。

我不是用牧者的身分去看智偉，他就是我兒子。他無論發生甚麼事，就像浪子回家的故事一樣，我從天父那裡得到愛，就用祂給我的愛去擁抱智偉。他就是那個浪子，無論他是失敗或成功，都是我的兒子。我認定了，身為父親，我就要保護他、成全他，將他從泥巴中拉出來、洗乾淨，把袍子、鞋子、戒指給他穿戴上，恢復他的尊榮和命定，這是我的使命。

真彩虹：在陪伴的過程中，最大的成長是甚麼？

智偉：我最大的成長是寶生爸把我帶到上帝的面前，與天父有連結，上帝才是我們的父。我在服事同

志群時所建立的家可以感受到天父的同在，這是寶生爸陪伴我時最大的成長，我可以確認我是有父親的，我不再拒絕這個事實。

寶生：如果有朝一日上帝真的為我戴上冠冕的話，那麼智偉肯定在其中佔了極大的比重。我不懂得作爸爸，但是在陪伴智偉的過程中，讓我更體會天父的心腸，越來越羨慕天父的心。有同性傾向的孩子，心靈是非常脆弱的，有時會測試你是不是真正地愛他，會不會到某個點你就放棄他？我陪伴智偉最大的祝福，是他一直在拓展我的心；我現在的身量就是因他的生命而被擴充。

真彩虹：對有心陪伴LGBT群體的同道，您們有何建議？

智偉：需要從天父而來的愛和憐憫之心。因為他們絕大多數缺乏父母的愛，所以我們今天特別分享屬靈父子的關係。如果你們是一對夫婦，願意服事這樣的群體，可以邀他們來家裡吃飯，跟他們聊天。他們需要父親的引導和母親的智慧，要伸出雙手來擁抱他們。他們常常會落入罪中，雖然不願意，但是無法逃出來；在他們的生命還沒有轉化的時候，請以父母包容的心去看待他們。

我們所服事的一個屬靈兒子，瞞著我們跟一名男子同居。他來自一個破碎的原生家庭。我當時自問，如果他真是我的兒子，會不會現在就放棄他？我不會放棄，我只能等待；雖然他不會來聚會，但是每次到他所住的城市，我都會去看望他。現在還在等待中，人不能做的，上帝會做。

寶生：智偉現在服事的團體叫「天父之家」，這個名字本身就帶來醫治。不僅一味地想叫人改變外在的行為，但是沒有給予真愛，這樣的方法無法真正改變人。

整個教會都要以家人的心態和身分去擁抱這群孩子，千萬不要把他們分隔在一個特區裡。我們要學會「家庭式治療」（family therapy），要以一個擁有真愛的家，來醫治這個群體。其實，所有心靈出了問題的人，最大的空虛就是缺乏天父的愛，只要我們把他帶回愛的源頭，就會解鎖，得醫治、得釋放。📖



▲屬靈父子不在乎稱呼，重在信仰與心靈連結。



資訊篇

跨性別主義與教牧關懷

編輯室整理濃縮自黃偉康博士於真愛性別關係事工「GRM助人團契」之專題演講內容。

教會資源與責任

跨性別族群可分為四類：第一類是掙扎者，需要幫助與關懷；第二類是得勝者，如本期見證篇中的Chris John Biñas在教會牧師與弟兄姊妹的支持下走出困境，並開始幫助他人；第三類是活動家，他們以生命見證轉化，進入LGBT群體分享信仰；第四類是中立者，雖不覺得需要幫助，但可透過友誼建立關係。這四類人形成循環，提醒教會要隨時預備好接觸並服事。

教會能提供聖經真理，強調健全婚姻與家庭的重要。父母需教導正確性教育，避免孩子僅從網路短影音獲取片面資訊。教會也要協助預防性虐待，並提升「性別智商」，理解LGBT背後的思想，避免孩子被錯誤觀念佔據。

ABC預防方案

性別焦慮症的預防可透過「ABC」方案：A是痛苦（Anguish）、B是信念（Belief）、C是社群（Community）。痛苦常使人接受LGBT信念並投入群體，但若能透過健康社群支持，便能逆轉焦慮。Chris的經歷顯示，痛苦與迷惘使他投入LGBT團體，但教會社群與信仰逐漸幫助他轉化。

許多華人父母忽視孩子的內心痛苦，只重視學業，導致子女在成長過程中缺乏自我價值感，進而尋求LGBT群體的歸屬。教會應在青少年階段提供正確性教育與信仰引導，幫助他們建立自信，肯定上帝創造的性別形象。健康的團契與友誼能填補心靈空虛，減少錯誤思潮的影響。

社群的轉化力量

Chris，參加「與上帝相遇」營會後，感受到接納與愛，逐漸被聖經真理觸動而改變。聖經故事如浪子回頭，彰顯神的恩典與愛。雖然LGBT群體中常有性關係成癮的問題，但透過信念與健康社群，能幫助人逐步走出困境。榜樣的力量也很重要，如Pastor Ronnie Ventayen的見證，讓Chris看見改變的可能。

LGBT群體常遭拒絕與欺凌，教會應以愛接納他們，展現恩典與真理並行的關懷。Chris的生命見證顯示，合適的時機能幫助人放下過去，迎向新的身份。他最終被按立為宣教士，成為性別宣教的榜樣。王永信牧師曾指出，同性戀群體是新未得之民，教會需要性別宣教士來服事。

結論

防範落入LGBT思潮，需從兒童開始牧養，建立聖經世界觀：一男一女、堅固家庭、負責父親。父母與教會要共同承擔性教育與性別智能的教導，避免孩子僅依賴學校或網路。透過教牧關懷、健康社群與信仰引導，能幫助青少年在成長過程中找到自我價值，並在愛與真理中走向正確的道路。📷



▲透過信念與健康社群，能幫助人逐步走出困境。

愛的叛逆者——革命不在街頭，在心頭！ 李道宏

95歲的母親過世後，我們兄妹一同整理她珍藏的舊照片。一盒盒的黑白相片從未公開過。

「這幾張是將近七十年前的結婚照！」妹妹興奮地舉起一張泛黃的照片，「為甚麼媽媽從來沒有讓我們看過？……老爸真的很帥！」她讚嘆不已。

照片中二十出頭的父親穿著海軍軍官制服，威武挺拔；母親穿著婚紗，溫柔的笑容定格在照片裡。

「要知道，這是1950年代的台灣，」我解釋道，「國共內戰剛結束，社會動盪不安。一個本省牧師女兒嫁給外省軍官，不僅是文化衝突，更是政治立場的表態，在當時可算是離經背道的選擇。」

「為甚麼沒有闔家婚照呢？」小妹提出疑問。

在爸媽的臥室裡，昏黃的檯燈下，我們三個成年子女探討父母的情史。

「我記得舅舅提到外祖母勸外祖父參加婚禮，但他最終沒有參加。」我說。

「你是說，只有外祖母參加了媽媽的婚禮？」妹妹輕聲問道。

「外祖父拒絕了，」我點頭說，「他是台灣有名字的牧師，對他而言，女兒不僅要嫁給外省人，還是個未受洗的軍人，這一切都太違背他的信念了！他反對不僅因為宗教與文化，更涉及那個時代複雜的政治氛圍。」

我們望著照片中年輕的父母，想像在沒有雙方家長祝福，沒有親友圍繞的情況下，他們仍是勇敢選擇彼此。照片裡母親的笑容雖然溫柔，但她的內心是否也感到遺憾？

「最諷刺的是」，小妹若有所思地說，「一年後爸爸就受洗了，七年後甚至成為牧師。如果外祖父



▲作者的父母親的結婚照，反映當年為愛勇敢結為連理。

當初多一點耐心與信任，也許就能親眼見證這個曾被視為『不合適』的女婿，最後竟然跟他一樣成為上帝的僕人。」

牧師生涯中的相似故事

「過去30年來，我遇到過十數個拒絕參加子女婚禮的事件。」我想起一個特別固執的例子：一位父親堅決告訴妻子，他不會出席女兒的婚禮，不會牽著她走上紅地毯。我在他家坐了兩小時，花盡唇舌又用聖經的話，希望能動搖他的心。我當時提到參孫的父母曾反對參孫娶外邦女子，認為她們未受割禮、不潔淨，然而他們無法改變兒子的決定。最終，他們選擇

信靠上帝，讓兒子為自己的選擇承擔責任。我盡力以朋友和牧師的身份去勸說他，但他就是不為所動。

「後來怎麼樣了？」妹妹問道。她自己也有過轟烈的交友歷史，她的婚姻也曾讓爸媽擔憂，但爸媽還是出席她的婚禮，帶著一份真摯的接納。

「十年過去了，這對夫婦已有三個孩子，岳父與女婿關係不算親密，但他仍是個快樂的外祖父。」我心中不禁感慨，關係需時間修復，而寬恕與持續的聯繫是每個人都該學習的功課。

理解父母拒絕的原因

愛之深責之切：父母因深愛子女而格外關心其婚姻選擇，這份憂慮源自保護心理，加上理想與現實的落差，使他們難以接受與自己期望不同的選擇。

文化價值觀的堅持：許多父母因維護傳統與家族榮譽，難以接受跨文化婚姻。他們擔心不同背景會影響家族形象，也對未知文化產生恐懼，憂慮子女婚後

無法融入和適應新生活。

實際生活考量：父母重視婚後生活的穩定，擔心子女面對經濟壓力及文化摩擦，尤其語言隔閡更可能引發溝通困難與家庭疏離。

我也曾見過一些父母因偏見而反對子女的婚姻選擇，例如膚色的差異，或對某些族群懷有「懶惰」或「經濟困窘」的印象，甚至堅持「不能嫁給曾離婚或已有孩子的人」。

成功調解的例子

「有人接受你的勸說嗎？」妹妹一邊整理遺物一邊問。

「有一些成功例子。曾有一位母親氣憤地說：『如果她執意嫁給那個離過婚、還帶孩子的男人，就別指望我參加婚禮，更別期待我幫她坐月子！』」我回憶著，「我知道，其實她的憤怒中夾雜著深深失望和恐懼。」

「你怎麼說服她的？」妹妹好奇地問。

「我直接說：『阿姨，你現在的做法很愚蠢。你以為斷絕關係就能改變甚麼嗎？你失去的不只是女兒，還有未來的外孫。更重要的是，你這樣做會讓女兒在婆家抬不起頭。』」

「你真的這樣說了？！哪有牧師會這樣直接？」妹妹不可置信。

「是的！有時候，需要用強烈一點的方式來喚醒愛，當然，前題是這位媽媽對我蠻尊重的，才能接受我這樣的直白。」我帶著驕傲說道。

化解衝突的建議

給成年子女：理解父母的立場是溝通的起點。透過實例展現配偶的優點，協助配偶融入家庭文化，架起文化橋樑。時間更是改變關係的催化劑，以耐心讓父母漸漸接納新的家庭成員。

給配偶：主動學習語言與文化傳統，尊重長輩、參與聚會與傳統節慶，是打開心門的重要鑰匙。透過日常行為展現愛心與責任，才能讓家人真正理解與接納這段關係。

給父母：相信子女有成熟判斷力，能為自己作出負責任的選擇。保持開放的心態接納不同文化，有助打破既有偏見；將焦點放在品格而非外在條件，才能看見真正值得珍惜的人。最重要的是，親情遠比理念更珍貴，別讓固執破壞彼此關係。

心頭的革命

當我們收起那些舊照片，也保存了上帝在我們家中動工的軌跡。父母的愛情故事提醒我們：**真正的愛並非是推翻體制或取代權威，而是在偏見、阻力與不被理解之中，仍選擇以基督的愛來堅持與包容。**

70年匆匆而過，當年那場被視為「離經叛道」的婚姻，竟成就了一個充滿恩典與愛的家庭。外祖父雖沒有參加女兒的婚禮，但他的外孫們成為他的驕傲與欣慰。人看似不完美的選擇中，上帝依然動工，讓祂的愛超越時間，勝過一切。

每個世代都有一些「愛的叛逆者」，他們不是為了挑戰人，而是願意勇敢跨越世俗的界限與偏見。他們的行動不是在街頭呼喊，而是透過堅定的選擇與溫柔的行動，讓愛改寫命運。當我們面對家庭張力、文化差異或世代落差時，真正的勝利不是誰說了算，而是在愛裡彼此尊重與成全。

有時，最深刻的革命就是在充滿偏見與傷痕的世界裡，選擇照著上帝的心意去愛、去饒恕，也給上帝一點空間來行神蹟。📖



▲作者的父母親鵲巢情深。

世界上有多少人，就有多少種語言…

家庭
電影院

愛，是學習對方的語言

以望

——韓劇《愛情怎麼翻譯？》觀後感

「你知道全世界有多少種語言嗎？」

「據我所知道的是七千一百種。」

「你錯了。世界上有多少人，就有多少種語言。每個人都使用著自己的語言，所以才會互相不理解、曲解對方，甚至口出惡言。」

這是2026年Netflix韓劇《愛情怎麼翻譯？》（Can This Love Be Translated？）裡，讓我印象最深刻的一段對白。

翻譯，不只停留在字面上

起初看到劇名時，我以為這只是一部圍繞在口譯員與明星相遇相戀的浪漫愛情劇。故事確實是這樣展開的，精通多國語言的口譯員周浩鎮，成為國際巨星車茂熙的專屬翻譯，兩人在朝夕相處中逐漸靠近，發展出一段感情。

但看完整部戲後，我最深的感受其實不是愛情，而是劇中反覆提到的「理解」。

劇名中的「翻譯」，看起來是在不同語言之間的轉換，但越看越覺得，它其實是在問一件更難的事：我們真的有可能完全懂一個人嗎？

很多時候，不是不願意理解，而是真的不知道對方經歷過甚麼。

浩鎮是一位優秀的口譯員，習慣分析問題，也相信只要把話說清楚，很多事情就能解決。

這樣的性格其實和他的成長背景有關。從小家人之間缺乏情感交流，每個人都活在自己的世界裡。他很擅長理解世界，卻很少真正被理解。而茂熙，偏偏

是他最難翻譯的一種語言。

環境與個性造成不同反應

童年的創傷讓她不相信幸福能長久停留。即使成為全球知名明星，她依然習慣懷疑、退縮，甚至在愛靠近時逃跑。對她來說，與其期待之後失望，不如一開始就不要期待。那是她保護自己的方式。

浩鎮努力想理解她，卻一次次碰壁。當茂熙陷入情緒時，他習慣尋找原因；當茂熙逃避時，他習慣邏輯分析。可是有些傷口，不是找到原因就能痊癒。有些人需要的，未必是答案，而是被理解的感受。

劇中另一個讓我印象深刻的是，都拉美這個角色。老實說，一開始我其實很不喜歡她，覺得她很浮誇，很吵。甚至好幾次都在想：「編劇到底為甚麼要安排這個角色？」但看到後來才發現，她其實是茂熙內心世界的另一種投射。

茂熙像是把自己收得很緊的人，而都拉美剛好相反，她像是把那些被壓抑的情緒，全部活在外面，不太掩飾，也毫不退縮。也是透過都拉美這個人，浩鎮才慢慢看懂茂熙真正在遮掩的東西。

說出來的話不見得被了解

想想現實生活，好像也是如此。很多人的真實感受，並不會直接說出口。它可能藏在一句隨口的話



裡，也可能只是沉默，甚至是一種讓你摸不著頭緒的反應。

前陣子發生一件小事，現在想起來還覺得很有意思。

那天朋友要來接我們，她打電話說：「我們來了。」我很自然理解成「他們已經出發了」，所以完全不緊張。

結果我把這句話轉告先生後，他卻立刻起來準備出門。原來他理解成「對方已經到家門口了」。等我解釋清楚後，我們兩個都笑了。明明是同一句話，卻產生了完全不同的理解。

說到誤解，我又想起了很多年前的一段友誼。

那是一個下著毛毛雨的早晨，我特地跑去她家，希望把事情解釋清楚，讓她知道我的本意並不是她所理解的那樣。可是對她而言，我的解釋反而像是在否定她的好意。

結果她受傷了，我也很委屈。那段時間，我一直想不明白為甚麼事情會變成這樣。直到過了很久，我才慢慢懂得，也許我們其實都在保護那段關係，只是用的方法不同。

那段友誼最後沒有繼續走下去。現在偶爾想起來，還是覺得有點遺憾，但也說不上誰對誰錯。

用心去學習不懂的語言

劇裡有一幕，我甚至倒回去看了好幾次。

當浩鎮因無法理解茂熙而感到疲憊，甚至想放棄時，老師對他說：「你不是口譯員嗎？不懂的語言就去好好學啊。」

這句話聽起來很輕鬆，卻在我心裡留了很久。因為現實生活裡，我們學習表達，學習溝通，卻很少有人教導我們：原來理解，也是一種能力，而且需要時間，需要耐心。

後來的浩鎮終於學會了。他不再急著用自己的方式說服茂熙，也不再試圖給她那些「永遠」的保證。因為他知道，她害怕的從來不是分離，而是期待落



▲只有好好學習對方的語言，才能越來越走向彼此。

空。於是很誠實地告訴她，未來沒人能保證，但至少現在，他願意珍惜與她相愛的每一天。看到那段告白時，我居然有點想哭，因為那一刻，他終於聽懂了茂熙的語言。

劇裡還有一句話，我一直記得：「我不說，不代表我沒有情緒，也不代表我能那麼容易放下。」有時候想想，人與人之間好像真的就是這樣。有些話不是不想說，而是不知道從哪裡開始說。有些誤會也不是解釋了就能消失。偶爾想起來，還是會覺得可惜。

也許每個人心裡，都藏著一些難以翻譯的話。那些沒說出口的害怕、沉默背後的期待，以及被愛、被理解的渴望。只是這件事本來就不容易。因為我們都習慣用自己的語言理解世界。即使努力靠近，很多時候仍然有距離感。

想到這裡，腦海裡忽然浮現一節經文：「耶和華啊，我舌頭上的話，你沒有一句不知道的。」（詩篇139:4）以前讀這節經文時，沒有太深的感受。但現在再讀，卻覺得格外安慰。因為人與人之間再親密，也很難完全彼此理解。有些委屈說不出口，有些傷痛甚至連自己都無法解釋。

天父都明白

但祂知道那些沒有說出口的難過，也知道那些藏在心裡、連語言都難以形容的感受。

以前我總希望有人能完全懂我，但那根本是不可能。即使最親近的人，也常常會誤會彼此。有時候明明是關心，說出口卻變成責備；明明是在乎，對方卻感受到壓力。

看完《愛情如何翻譯？》，我記得最深的不是男女主角的愛情，而是那句話：「不懂的語言，就去好好學啊！」也許真正珍貴的，從來不是能不能完全理解，而是在一次又一次誤會之後，還願不願意繼續靠近對方。📖

夫妻
一世情

與子偕行五十載

蘇鄭期英

〈我要唱耶和華的大慈愛〉是當年我和蘇文峰婚禮上所選的一首歌。這首詩歌的歌詞只有幾句話，反覆吟唱：「我要唱耶和華的大慈愛到永遠」、「用我口，叫人知道，你大信實直到永遠萬代。」婚禮上四個詩班獻詩，一個寫作小組的組員們朗誦他們自己創作的長詩……，這些情景似乎猶在眼前，而我們已度過50個春秋，頭上的青絲早已花白，上帝的慈愛和信實卻述說不盡。

初識於臺大團契

我和文峰同樣就讀臺灣大學歷史系，他高我兩屆，是學長和學妹的關係。其實在步入結婚禮堂前，我們並沒有深入地交往和認識。我們的來往只限於文學院團契中一同聚會、服事，我對他的印象僅覺得他是一位在信仰上很認真的基督徒。後來他加入校園團契全職服事，我畢業後回家鄉教書，我們間並沒有太多聯絡。

後來好幾位校園同工跟我提到，文峰已到適婚年齡，但他拒絕所有人的介紹，表示心中的理想對象就是我。有幾位同工找我談及此事。我心想：「為甚麼總是別人來說，他自己怎麼不提？」我當時向上帝禱告求兩個印證，一是文峰自己來表明，另外就是我父母能同意。上帝回應了我的禱告，不久就收到文峰長達13頁的信，邀我同行天路，而我父母也同意我們結婚。所以我們的婚姻是先婚後愛，因為我們清楚這是上帝的帶領。

家庭背景、個性、喜好不同

真正談及婚嫁後，才發現我們「門不當、戶不對」，我們的家庭背景大不相同。文峰的祖先是清朝中葉到臺灣的閩南人，即所謂「本省人」。父母虔誠愛主，他是第三代基督徒家族的成員，他們的生活方式類似清教徒。



▲作者夫婦50年前的結婚照。（1976-03-06，台北）

而我的父母是1949年從大陸來台，是所謂「外省人」，所以我是外省第二代。我父母雖信主多年，但靈命上仍是屬靈的嬰孩。家庭文化背景及靈命的不同，在結婚的過程和生活中，難免有些磨合。

此外，我倆個性喜好也不相同。文峰喜愛新奇的東西，新奇的事、新奇的食物，他總是要嘗試；而我對新鮮的事物經常是裹足不前。他喜歡看戰爭片，尤其是二戰的影片屢看不厭；我只看文藝片和家庭劇。他興趣廣泛，我則興趣單一；他對人對事重恩典，我傾向公義。

相同超越不同

儘管我們有許多不同的地方，但我們也有很多相同處。**我們都有相同的心志，一生服事主。**我大二時在一次聚會中，決志將生命的主權交給主，願意順服祂的帶領。在教完四年高中後，上帝的呼召臨到，乃放下教職，加入校園福音團契，參與學生工作，擔任臺大文學院團契輔導。

1980年，隨文峰來美在基督使者協會工作。1992年，攜手創立「海外校園機構」。我們常感謝上帝，在還沒嚐過世界的甜頭、還年輕時，就揀選我們來服事祂。**我們有相同的三觀——以上帝為中心的世界觀、價值觀和人生觀。**我們在物質上要求不高也不講究，對生活只求簡單實用。但奉獻神國事工、支持傳道人、孝敬雙方父母及培育孩子靈命，並不節省。

我們結婚後，不再稱「你的」或「我的」父母，而是改稱「我們在臺灣的父母」，或「我們在美國的父母」。儘管在那段經濟拮据的日子，對孩子們參加教會青年營，我們絕對鼓勵甚至勉強她們參加。

在服事的態度上，我倆都算完美主義者，務求做

到最好，尤其我們是從事文字工作者。早期有位同工戲稱我們是「老改隊」，文章一改再改，文峰是「老改隊長」。「不求掌聲，但求獻身」，是我們共同的自我期勉。這些相同，超越了我們的不同。

同心同工同行

我們能攜手走過50載春秋，除了相同超越不同外，還有幾個秘訣。

一起分享、一起長進：孩子小時，我大部分時間在家，無法參加特會或隨文峰外出領會。文峰一定會記筆記，回家後與我分享所見所聞；他也常分享一些新知或有趣的事；準備講章和寫文章時，會徵詢我的意見。我讀到甚麼好書或文章，也會與他分享；我們也常分享靈修心得或聖經。這些分享讓我們可以與時俱進，不至落後。

角色分工互補：我們都瞭解自己的長處和短處，因此選擇最合適自己的位分。在工作上，我很怕「拋頭露面」（在眾人前分享），除非萬不得已，但享受也比較勝任隱藏的、「為他人作嫁」的編輯工作。

所以他在前方開創、領會、培訓，我在後方留守編輯雜誌；他有異象，我負責執行或者剎車；我清楚明白我適合幕僚角色，而不是領導。在家務上，我承擔較多的責任，管理孩子飲食起居，但孩子小時的床邊故事和知識性的問題，會找爸爸。文峰不善數字，家裡財務由我承擔。

彼此順服尊重：回想這50年來我們的生活中有幾次重大的抉擇，我都選擇順服。第一次是1980年帶著兩個僅兩歲和三歲的女兒離臺赴美，當時文峰渴望來美進修，所以接



▲作者夫妻在臺灣澎湖合影，走過歲月，同行欣賞過多處的夕陽無限好。
（2025-04，攝於澎湖七美）

受了賓州樂園鎮基督使者協會的邀請。他曾經在1974年來美實習幾個月，對美國有一點認識，而我則一無所知。離開熟悉的親友同工和環境，等於是連根拔起。我像亞伯拉罕一樣，「出去的時候，還不知往哪裡去」。

第二次是1986年到洛杉磯福樂神學院進修。經過了艱辛的新移民適應期，事工也漸趨穩定，文峰沒有忘記來美的初衷。其實東岸也有不少神學院，但文峰覺得東岸的教會查經班，我們已有一些了解，他渴望到西岸進修，更多認識西岸的教會和文化，以便於日後的服事。因此我們花了兩週開車到西岸。

第三次是1992年搬到洛杉磯創辦《海外校園》雜誌。兩年福樂宣教學院的學習，引發了我們對宣教的渴望；1988年的神州之行，讓我們產生了服事中國學人的信念；而89年的天安門事件，點燃了我們向中國學人傳福音的熱忱。「海外校園機構」於焉成立。從那時至今，從年輕到年老，我們一直學習彼此聯合，二人成為一體。

結語

順服帶來蒙福。回顧50年來上帝帶領的每一步，都有祂美好的心意，所受的操練也都在祂的救恩計劃中，為要成就祂所託付給我們的使命。我們這一生正印證了《以弗所書》二章十節：「我們原是祂的工作，在基督耶穌裡造成的，為要叫我們行善，就是上帝所預備叫我們行的。」



作者是「海外校園機構」創辦人蘇文峰牧師的妻子，曾任《海外校園》和《舉目》主編。



▲作者夫婦超越不同，同心同工同行。圖為作者夫婦全家福。

蘇文峰/鄭期英金婚50週年賀歌

微風 吹過校園門口，兩個身影 驀然回首；
不同家庭不同的培育，同校同系同團契相遇。

晨光裡有成長的腳蹤，夜色裡有尋求的禱聲；
畢業前聽見上主慈聲，同心同願委身于永恆。

救恩故事不住向前湧，文字牧養滋潤眾同工；
攜手同建神國的善工，忠心服事見到主恩豐。

他去開拓主前新禾場，她願默默堅守在後方；
角色不同使命卻一樣，相輔相成同散發光芒。

五十寒暑輕輕歲月流，憂患之中仍有愛護守；
兩人成一體恩典永久，相伴同行直到白了頭。

作者伉儷金婚
賀歌Youtube連結



全人
保健

身體要保養，家庭要經營3-2

——簡析家庭的五臟六腑

邱維超、延玲珍夫婦

前文提要：在150期，與大家分享了2026臺北佳音電台「家庭保健室」專訪作者夫妻談論人體十大生理系統的保養和家庭系統經營的相關連與重要性（圖一），先談到了家庭的泌尿、心血管和消化系統，本期接著分享家庭中奇妙的呼吸、內分泌和生殖等系統，歡迎掃描文末QR Code，觀看4-6集珍貴的影片內容。

第四集： 家庭的呼吸系統，情感帳戶要富足

前期第三集談到人體生理消化系統吃對的食物可帶來營養健康，而家庭系統中的「愛之語」就是滋養人際關係的關鍵元素，但是要「投其所好、而非給己所要」，其中「肯定的言語」（Words of Affirmation）是最方便使用的愛之語，因為舌頭就在你我的嘴巴裡，卻是需要用心思和誠意去表達，這也是延續到第四集的「讓情感帳戶富足」的學習。

每個人心裡都有一個情感帳戶（Emotional Bank Account），也可以進一步延伸為家庭成員心靈之間有一個隱形的共同情感帳戶，凡事會讓對方開心，覺得被欣賞肯定或感受到被愛的言行，就如一般的銀行「存款」，可以豐富我們的親情關係。反之，凡事貶損，讓對方痛苦，覺得被批評、誤解或傷害的言行，就被稱為「提款」，不但會影響個人情感帳戶的盈虧，也會導致家人共同帳戶的富足或是造成貧窮，出現赤字虧空。

聖經以弗所書四章29節也教導我們：「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」，污穢的言語具破壞性，是沒有建設性的「提

款」，要盡量避免，而隨事說造就人的好話，是正面的欣賞、鼓勵讚許，讓聽見的人得益處，可以促進家人彼此相愛，是屬於「存款」，要盡量去做。

如果我們常常聽或看到家人真誠的「存款」之言行，我們就有如呼吸系統吸到一股股新鮮的空氣，而不是一陣陣穢氣的「提款」話語，對我們的情緒穩定及人際健康關係會帶來很大的益處，達成「家和萬事興」的和諧與豐富。

第五集： 家庭內分泌系統，互相配搭成全

人類在被造的萬物當中最為尊貴的，因為聖經創世記一章27節清楚明言「上帝就照著自己的形像照人，乃是照著祂的形像造男造女」，而且男女有別。男人亞當是用塵土所造，女人夏娃則是取自亞當的肋骨所造，這是造物主定意男女「你中有我、我中有你」



▲十大生理系統。

的智慧傑作。人體生理系統的內分泌系統就應證了男人體內雖然主要擁有男性荷爾蒙，但是也存在少量女性荷爾蒙；女人也是主要擁有女性荷爾蒙，但也存有少量男性荷爾蒙，具有調和的作用。男、女性荷爾蒙的多寡會影響男性或女性氣質的表現，但並不影響性別的判定。

神創造男人和女人並非顯示男尊女卑，而是次序的差別。不論是男人或女人，內分泌都是接受腦內下視丘管控，再透過腦垂體的指揮，協調甲狀腺、副甲狀腺、胰臟、腎上腺及睪丸（男性）或卵巢（女性）的分泌功能，並接受回饋機制，彼此影響達成平衡穩定的狀態。

每個家庭的主導者有所不同，有的男主人比較有主導權，但是有的女主人比較強勢，他們有如腦垂體般指揮決定，但別忘了上面還有更高層次的下視丘管控中心，以基督徒家庭而言，耶穌基督乃是真正的一家之主。我們需要順服於基督的引領，學習彼此順服，有智慧地協調配搭，發揮各人擅長的部分，彼此欣賞包容接納，互相成全，一起經營管理家庭，朝向健康的方向發展。

第六集： 家庭的生殖系統，性事帶來快活和繁衍

聖經創世記第一章26至28節記載了上帝創造人類的核心旨意與託付，確立了人類具有神聖形像、尊貴地位與管理治理大地的責任。造物主在所創造的生命中，賦予不同的繁衍方式，包括無性生殖、有性生殖和交替生殖等，所有生殖的目的大多只是為了產生後代，很少有所謂一對一的，但是人類的生殖對象卻是一生長相廝守的所愛，所以是很神聖又特別的，而且接受法律的規範。

人類的親密性生活不但是繁衍後代，而且還可以享受其中的愉悅，聖經雅歌書描繪了人類的愛情與親密關係生活。傳道書9章9節說：「在你一生虛空的年日，就是神在日光之下賜你虛空的年日，你要和你所愛的妻子享受人生，因為那是你一生在日光之下從勞碌中所得的分」，提醒人們在短暫且充滿未知的人生中，應當珍惜當下，把握上帝所賜的恩典，與伴侶共同享



▲而家庭系統中的「愛之語」就是滋養人際關係的關鍵元素。

受生活的美好，包含性生活。

哥林多前書七章3節：「丈夫當用合宜之分待妻子，妻子待丈夫也要如此」，33節又說：「娶了妻的，是為世上的事掛慮，想怎樣叫妻子喜悅」，夫妻親密關係是可以學習互相取悅的，好的溝通與關係及技巧可以促進性生活的美滿。

性生活除了可以生養繁衍後代之外，還要學會管理治理家庭和大地，這是造物主的心意與命令，因為創世記一章27、28節明載：「上帝就照著自己的形像造人，乃是照著祂的形像造男造女。上帝就賜福給他們，又對他們說：要生養眾多，遍滿地面，治理這地，也要管理海裡的魚，空中的鳥，和地上各樣行動的活物」，家庭是我們學習管理治理最重要的地方，因為神看重家庭，伊甸園的破壞始於家庭，但救贖也始於救主降世為人的家庭，教會被稱為神的家，將來我們都指望回到天家，與基督一同做王（啟示錄20章6節）。

下期將分享家庭中的腦神經、免疫、骨骼肌肉和皮膚系統。📷



作者邱維超醫師、延玲珍博士係臺灣真愛家庭協會的前任及現任執行長，夫妻倆並負責總會的「遠距家庭」及「婚姻導友／導師」事工。

人體生理系統和家庭
系統保養維護4-6集



隔代
教養

小孫兒駕到，祖父母怎麼辦？

譚瑞玲



▲祖父母與孫兒女快樂相處，創造在孩子記憶中美好的回憶。

寶貝小孫兒到訪，祖父母會煮他們最愛吃的菜、送他們最想要的禮物、陪伴他們玩耍、帶他們到公園盪鞦韆溜滑梯嗎？

3C產品是野獸也是便利工具

這些本來就是孩子喜愛的日常，然而，在現今的數位世代，孫輩的童真，正全速被網上世界所俘擄，手機或平板電腦的快閃、百變、碎片、官能刺激的影像，無休止地把我們疼惜的孫兒女塑造成宅男宅女，只喜歡和模擬世界作伴的孤獨獸。

也許你會說，祖父母都一把年紀了，已無能為力改變潮流文化，而且，也不適宜干預兒女的家庭教養，他們既已經買了手機或平板電腦給孫子們，祖父母難道要反面嗎？冷不防還會被子孫標籤為「追不上時代的瞎恐懼骨董」呢。

當然，這些潮流產品也確然有它的時代價值。最明顯的便是它可連結我們牽腸掛肚的遠方孫兒，閒時也藉著不時的短訊、影像增進隔代的溝通。即時的資訊，也是祖父母追上兒孫步伐的工具，減低和他們的代溝。

然而，一個錢幣有兩面，數不盡的研究已證實孩

子過長浸淫在電子媒體，單是對腦部的發展便有深遠影響，例如：減低思考及語言能力，令壓力荷爾蒙飆升，儀器的藍光干擾生理時鐘，損害做決定的技巧等。此外，還有對孩子們人際關係的破損，令兒童陷入色情網羅及人口販子的勾當，妨礙青少年情緒健康的成長……

我們怎可讓心肝孫兒丟落在如此可怕的網羅呢？Gary Chapman和Arlene Pellicane在Grand-parenting: Screen Kids——How to Help, What to Say, and Where to Begin中，及Screen Kids:5 Relational Skills Every Child Needs in a Tech-Driven World提出不少實際的可行方法，令祖父母不單能拉拔受數位時代牽制的孫輩，若處理得宜，還可幫助為養家餬口奔馳的兒女扶育下一代於正軌。

設置手機和平板電腦休憩區

小孫兒到訪，宜和他們商議關於手機、平板電腦在祖父母住處的家規，強調並不是斷絕使用，而是規劃它們的「起居」而已：

1. 劃定電子產品安放區（營造專屬小窩居）。
2. 貼紙上寫下應用時間：避免一連數小時的密集。
3. 暫時停用的代語詞：若是稚童，可以用紙巾做一張睡床，假裝產品要「睡覺」。
4. 模擬暫放物品處：可發出索物收據以隆重其事。

設計人與人相處的活動

另一方面，祖父母最好能設計電子產品不能代替的活動或遊戲：如粉筆畫圖大賽、遊覽市內消防局、傳統小孩遊戲如捉迷藏、家族照片探索日、一同烤焗糕點、學習做禮物給無家可歸者等。

或者，帶孫子學習實戰的生活技能：如到超市教導孩子如何選購新鮮的蔬果、到銀行學用提款機、在電話上的應對禮儀、編排一日三餐等。

鼓勵面對面的真實交談

潮流常用短訊通消息，我們不是要否認它的功能，特別是當孫子發給祖父母短訊表示他們想念兩老時，確是非常窩心的事。然而，我們必須弄清楚，短訊雖是傳遞信息的快捷方式，卻不能如對談那般建立親情關係。可以想像emojis或字母簡寫（如LOL），有多少感情的承載呢？

麻省理工學院（MIT）教授及科技專家Sherry Turkle在其著作Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age中也指出，孩子只在手機上信息溝通，明顯減低互相的認識及了解。故此，我們宜盡量鼓勵真正的面對面談話，藉以填補在電媒時代缺乏的眼神交流和有溫度的對談。

通常，用膳中、車途上或就寢前的時間，皆是放鬆談話的時機。與小孫購物或到診所檢查時，也是最佳機會教導他們和陌生人，如收銀員或接待員，打招呼 and 打開話題的日常社交對話。

若孩子傾向沈默，祖父母可試試找點子引起談興：如他們父母的童年往事、祖父母相識的經過、時下流行的術語或衣著、最喜歡的卡通人物等。若是有信仰，可以分享如何渡過難關及禱告的力量，在孫子幼嫩的心田裡播下福音的種子。

強調以禮相待的重要性

諷刺的是，所謂「社交」媒體，其實很多時卻是妨礙我們發展正常的社交技能。根據University of Michigan於2010年對14000名大學生的研究，顯示有40%比起20年前的學生缺少同理心，其中一個原因便是他們從小浸淫在以個人為中心（"me"-centered）的媒體環境中。

此外，因為社交媒體的使用者可以躲在帳戶後面，肆意使用冷言冷語互相抨擊，這些網上欺凌讓孩童漸失對人應有的基本禮貌，亦會漠視別人的感受。

為防範未然，祖父母可以鼓勵孩童要道謝家人對他們一粥一飯的照顧、在餐桌上應有的禮儀、向碰面的人早午晚說問候語等，以培養孩子在虛擬世界以外的實體溫情交往。

協助把關網上的視像

網上最流行的視頻YouTube，真是一種無底深潭的視像應用程式，它的設計就是根據我們的選擇，隨之不斷提供新的短片，很多成年人都招架不住，何況是孩童？兒童心理治療師Dr. Natasha Daniels便指出，近年越來越多小孩患有的焦慮症，和YouTube有莫大關係。即使有所謂兒童版的YouTube Kids，據英國廣播公司BBC的研究，發覺其內容原來不是全部兒童適宜的。

美國的兒科醫生學會（American Academy of Pediatrics）發表了一個網上影像媒體的幼齡指引：

小於18個月的嬰兒：不宜觀看；18個月至兩歲：可觀短時間高質素視頻，但成人必須要陪伴；兩歲至五歲：可提高至每天一小時，但成人不但要陪同還要幫助講解；六歲以上：應持續時間限制及視頻選擇。兒科學會亦告誡父母，**不論這些視頻如何宣傳它的教育性，特別是用語表達，皆不能取代真人的互動。**

因此，祖父母最好能和小孩子一起看網上的視頻，以確定內容是否適合小童，又或與他們討論有問題之處。同時若可及早和孫兒們約法三章要觀看的片數，也能幫助小孩慢慢培養自制力。

以身作則

坦白說，即使上了年紀的祖父母，很多也已是機不離手了，正所謂為老不尊，如何規管小孫子呢？非常不幸，我們的子女，即孫子的父母，不少比我們更依賴電子產品，根據一項於2019年Advocate Aurora Health對6000名兒童的調查，發覺高達54%認為父母看手機太多，以致覺得他們不被重視。

身為祖父母，也為了替已為人父母的子女分擔責任，我們可否先限制自己的沉溺行為，跟隨訂給孫輩的規矩，自己也限制上網時間，閒時和親朋實體見面，不參與網上的胡評亂罵，觀看視頻時立下次數限制，如此，個人必先得益，也可望成為兒孫的榜樣，何樂而不為呢？

小孫兒駕到，祖父母願意一起成長，必達雙贏局面！👨👩👧👦

整理遺物，學習告別

滋恩

我們的Estate Sale故事

「叮咚。」

最近，手機裡的Ring App常常突然響起。它連著婆婆家的門口監視器，只要有人經過，或門前有一點動靜，就會跳出提醒。公婆家的estate sale開始了。

人生整理服務

對許多華人來說，

「estate sale」是有點兒陌生的名詞；常被以為那只是比較大型的garage sale。但estate sale其實更像美國社會裡，相當成熟且有規模的「人生整理服務」——當屋主搬入安養院或離世，親屬或後人準備房子，最後多會透過estate sale來完成房屋的整理與告別。

婆婆去年離世安息，公公也早在三年前歸回天家。忙完後事與喪禮之後，我們終究得面對這棟房子——這棟承載著他們大半輩子人生，與三代家族回憶的屋子。

物品與情感的拉鋸

一開始，我們很天真地以為，可以靠自己慢慢整理。把想要留下紀念的收起來；還能使用的捐出去；剩下的，就扔掉。感覺應該不會很困難——直到真正開始動手，才發現，整理遺物從來不是單純的體力工作，而是一場似乎永無止境的情感勞動。

婆婆慣用的護膚乳液，還放在床頭；梳妝台的小瓶香水打開來就聞到熟悉的香味；抽屜裡，一條條絲巾摺得整整齊齊，像她一貫內斂卻講究的性格。

公公的書房則是另一個世界。毛筆、硯台、宣紙都還在原位；桌上的黃銅搖鈴，是兒子小時候最愛偷



▲Estate Sale也是一種人生服務。

鮮盒，也都還在。

我們在屋裡來回走動，東西拿起，又放下。整理了幾個小時，幾乎沒有甚麼進展，人卻覺得好累好累。後來我們才慢慢理解，之所以會發展出estate sale這樣的服務，並不只是因為「東西太多」，而是有些事不是不願意做，而是真的做不來。

有效率又能閱讀人生的貝絲

透過房仲，認識了做estate sale很多年的貝絲。

也因為貝絲，我們才知道，美國的estate sale其實是一種非常成熟的專業服務。他們提供的項目包括：整理、分類、定價、聯絡買家、拍照宣傳、舉辦販售、現場管理、清場，後續垃圾搬運與清潔。

一開始，我們沒有正式見到貝絲；只是請仲介把鑰匙轉交給她。接下來的事情，便全權交給她處理。之後我們透過Ring App，看到一位滿頭銀髮的白人老太太進出屋子。她總是一個人來。有時待上一整天，有時只待幾個小時。

她會根據經驗判斷：哪些東西適合公開販售，哪些東西只要拍幾張照片、打一通電話，就有人願意直接帶走。

拿來玩的東西。抽屜裡有三副老花眼鏡與一對袖扣——那是先生多年前送給父親的生日禮物。

廚房，則是充滿氣味回憶的地方。婆婆蒸包子的竹籠；過年專用的陶瓷盆，總盛滿滷菜；刻花水晶盤，只會在感恩節與聖誕節出現。兒子小時候用的卡通杯，以及那些總裝滿食物讓我們帶回家的保

後來聽貝絲說，很多美國人會固定追蹤estate sale網站。他們感興趣的，不只是便宜的舊物，還有老件、古董家具，甚至是某個時期的家居生活風格。有人收藏名牌餐具；有人專門尋找中古家具；也有人喜歡舊黑膠、瓷器或書法字畫。逛estate sale，也像是在閱讀另一個時代的家庭生活。

撈起記憶的人生小物

在貝絲細心地打理下，原本充滿公婆生活痕跡的空間，逐漸變得像一場精心安排的小型市集。但真正讓我們感受到她專業的，並不只是整理能力，而是她對「人」的敏感。

她總能察覺，哪些東西也許對家屬有特殊意義。即使只是很不起眼的小物件，她也不會輕忽處理。她會先拍照，再傳訊息來問。例如，她從廚房櫃子深處找出兩個馬克杯。杯子上印著兩個兒子小時候的照片。那是很多年前，我們特地訂做送給爺爺奶奶的聖誕禮物。杯身早已有些磨損，但她還是特地留下來。

還有一次，她傳來一張泛黃的小紙條。上面寫著香蕉蛋糕食譜。那是婆婆最有名的香蕉蛋糕——每逢節日一定會出現，附近鄰居甚至都知道「奶奶香蕉蛋糕」。我們看著照片，彷彿又聞到剛出爐時那股香蕉與核桃混合的香氣。手機握在手裡很久，一時竟不知道該怎麼回覆。

Estate sale開始前幾天，我們終於正式見到了貝絲。她比監視器裡看起來更瘦小。說話慢慢的，帶著一種做慣了這行的人才有的平靜。她說做estate sale這行已經幾十年了。她很喜歡這種工作節奏——一個人待在安靜的房子裡，慢慢整理、歸類。

她對我們說：「看得出來，你們的父母是很踏實地在過日子。」

忙碌的Estate Sale

到了正式開賣的那個週末，Ring App幾乎整天都在響。

門口擺起長桌，車庫與後院也被整理成臨時攤位。透過手機畫面，我們看到鄰居散步過來，在門口

停下腳步；有人專程開車前來，帶著孩子，也有牽著老人家的。有人蹲下來翻看舊鞋，有人舉起玻璃杯對著陽光端詳。那些屬於公婆日常生活的物件，就這樣，一件件被陌生人拿起、詢問、議價，最後帶走。

到了傍晚，天色漸暗，人群也逐漸散去。鏡頭裡，貝絲站在門口，指揮幾個年輕人收拾剩下的東西。長桌被摺起來，搬上卡車；院子慢慢空了。隔天，兩位拉丁裔清潔婦帶著工具進屋。幾個小時後，垃圾車也來了，一袋袋不要的東西被搬走。

最後，貝絲再次出現在鏡頭裡。她進屋做最後檢查，停留了一會兒，然後輕輕把門關上，上鎖。「叮咚。」之後很長一段時間，Ring App再也沒有響起。

隨著Ring App的沉寂，我們的心也慢慢跟著沉澱下來。我們體悟到，estate sale真正提供的服務，其實不只是物品的處理。

留白，讓思念有地方安放

直到這時，我才發現，一個家，不只是承載一家人的生活，也承載一家人的離別。它曾經用一件件物品，見證他們如何生活；如今，它又用一間間漸漸空下來的房間，陪伴留下的人慢慢哀悼、思念、道別。房子空了，不只是失去；有時也是一種留白，讓思念有地方安放，讓感謝有時間醞釀，讓告別得以完成。

地上的東西，終究都會被分類、標價、清空、轉交。而那些無法帶走的——那些關於愛、關於如何踏實生活過的記憶，則可以溫柔地繼續珍藏在心中。📷



▲留白，也是讓思念有個地方安放。

在家教育，轉化人生！

讀了本刊上期〈在家教育，轉化人生！〉一文，羅世吏牧師三個孩子的座談會，由女婿主持。女婿是在公立學校系統成長的，他提出一個問題：「哪一種方式才真正保護孩子？是讓孩子暴露在未知與風險中，還是由家庭親自教導、陪伴與塑造品格？」深深吸引了我的注意，也是我的一大疑問，因為究竟不是每個家庭都有能力做在家教育的。

他們的結論是：關鍵不只是「在家教育」，而是「全家一起事奉主」的生活。這些孩子們提出了每個家庭都可以遵循的生活模式！（美國·紐約·歆盈）

信仰接力

讀了〈信仰的接力——寫給未曾相識的後代〉，我感覺似曾相識的溫馨，又有無可奈何的愧疚。十多年前，高齡的父母相繼去世後，我也曾努力編印紀念冊，收集他們信主和服事教會的見證，以及子孫的感激和思念。但幾年後，家族中還是有年輕人偏行

己路，遠離基督信仰。

在白荷情文並茂的描述中，她的使命感和急迫感震撼了我。在信仰傳承的接力賽中，我再次檢討自己對信仰的心態，查驗自己為子孫樹立了甚麼樣的榜樣。（美國·洛杉磯·恩典）

更正啟事：

1. FK149文章〈走進兒女的內心世界〉P12：第五個A是「關愛」，而非「擁抱」；第六個A是「走進」，而非「親近」。

2. FK150，P2左上「封面故事」誤植，正確文句應為：「在家教育並非把學校課程搬回家，而是依據聖經教導，由父母在日常生活中培養孩子的信仰與品格，達到信仰傳承的目的。這不僅是一種教育選擇，更是一種價值實踐與家庭共同成長的歷程。」



歡迎以250字以內，分享對本刊圖文的回應



甩鍋？

媽媽用高壓鍋燉肉，燉糊了，爸爸安慰說：「第一次沒關係，下次就不會了。」

第二次又燉糊了，爸爸又說：

「沒事的，下次一定會好。」

昨天媽媽又把肉燉糊了，爸爸很生氣，把鍋摔了，說：「前兩次糊，妳沒經驗是妳的問題；現在妳有經驗了還燉糊，所以這不是妳的問題，這是鍋的問題，咱們換個鍋！」（以誠）



感受深刻

妻子不小心把腿摔斷了，在家休養一個月，先生每日辛勤照顧，雖不至於無微不至，但比起平常，這一個月算是先生從來不曾預想過角色對換的日子。

妻子謝謝先生的體貼與關懷，請他分享照顧心得，是否有得到上天來的智慧？

先生回答：「上帝讓我體會作奴才真辛苦！」（老夫老妻）

普通常識

老師：「這兩顆鳳梨，那顆比較好吃？」

小明：「躺著那一個比較甜，因為『站久了會酸』。」（阿冬）



家庭事工學位課程再添新夥伴

家庭事工碩士班及博士班自2027年開課

本會與神學院合辦家庭事工學位課程再添新夥伴！與北美真道浸信會神學院、育才神學院和益城神學院合作之家庭事工博士班，及與普世宣教神學院合作之家庭事工碩士班，將自2027年起，在真愛講師團隊大力支援下陸續推出。「普世宣神」碩士班課程說明及報名方式請詳閱海報。該院家庭事工碩士班必修之聖經課程已開課，請及早報名接下來之必修課程。有意者請洽（949）752-6899或gmstudent1314@gmail.com。



普世宣教神學院

GLOBAL MISSION SEMINARY

2026 招生中 裝備國度人才・成就雙職呼召

家庭事工碩士科

國際真愛家庭協會合辦
建立健康家庭，培育世代門徒

【培育目標】
以聖經真理為基礎，幫助學員建立健康婚姻，培育屬神下一代，同時裝備家庭關係，婚姻輔導與家庭牧養能力，成為家庭更新與社區祝福的重要力量。

【課程特色】
• 婚姻與家庭建造
• 親職教育與兒少牧養
• 家庭輔導與關係事工
• 家庭宣教與社區服務

【招收對象】
• 牧者與教會同工
• 婚姻家庭事工領袖
• 父母、教育工作者
• 關心家庭更新與關係事工者

我們的優勢與師資
頂尖師資群
擁有北美神學、教會、宣道、教育與公共領域的資深教師與實務專家共同授課。

國際認證
ATA 國際認證會員學院

核心價值
結合理論與實踐，培育跨世代專業領袖與國度人才。

培養專業領袖・成就國度使命
諮詢報名：gmstudent1314@gmail.com
查詢詳情：歡迎索取招生簡章與報名表

名額有限・即日起接受申請

臺灣分會首度推出

「7A正向親子教養」線上免費課程

《7A正向教養課程》為真愛菲律賓分會總幹事劉靜芬老師，獲授權自麥道衛博士（Dr. Josh McDowell）的「6A教養原則」研發完善而成，四年來在全球膾炙人口、改變了許許多多家庭。

此次臺灣分會推出之基礎實踐班，由國際真愛家庭協會認證之「7A正向教養」蔡欣潔、劉淑貞、孫鏡明等三位老師授課，旨在幫助父母用肯定建立信任、用接納開展溝通、用優質陪伴滋養孩子的生命。其特色為：不是生硬的說教，而是聖經真理與實踐智慧的交織；結合日常實踐，學了馬上能用；幫助父母培養孩子正確的價值觀與好品格。

線上Zoom直播課程時段選擇（臺灣時間）：週六早班，09:00-10:30，蔡欣潔老師；週六晚班，20:00-21:30，劉淑貞老師；週日晚班，20:00-21:30，孫鏡明老師。想給孩子、給家庭一份極珍貴的禮物嗎？請立即掃描報名。



負責 ACCOUNTABILITY
走進 APPROACH
欣賞 APPRECIATION
肯定 AFFIRMATION
接納 ACCEPTANCE



報名連結

臺灣ABC大會10/17慶十週年

蘇文安副會長受邀參與主領主題信息

2026年正逢臺灣基督徒教育大會(ABC大會)十週年，特別邀請了蘇文隆牧師（美國正道神學院榮譽教授）、蘇文峰牧師（海外校園機構創辦人）、蘇文安牧師（國際真愛家庭協會副會長）三兄弟，於10月17日（週六）在臺北臺灣正道福音神學院會場，同台分享上下午各一場主題信息「傳家至寶（上）：信仰傳承，見證如雲」及「傳家至寶（下）：信仰傳承，很難？不難！」本會蘇文安副會長並將主領分組專題「看電影談信仰傳承」。實體聚會，同步直播，請以關鍵字「臺灣基督徒教育大會」搜尋了解詳情。



家庭教材好禮大放送

《好爸爸，沒人教過我！》漫畫電子書免費看！

繁體版



簡體版



本會董事／特約講師、美國證主協會家庭事工部主任，李道宏醫師／牧師，聚焦於母親信仰傳承功效的《信仰的長河：家不完美，我也平凡，但仍能改變整個家族》電子書，在本刊及真愛各電郵、新媒體平台發佈後，膾炙人口、祝福了廣大家庭。

近日，李牧師再度推出活用AI工具又一創意力作《好爸爸，沒人教過我！》漫畫電子書，有志助自己或丈夫成為好爸爸的男士女士，不可錯過！

本書以趣味盎然的呈現方式，提供了跨越「隱性疏離」的十堂必修課，幫助父親與兒女「從誤解的陰影，走向連結的微光」。



「妙用谷歌NotebookLM工作坊」 與同道溫馨分享回播視頻

回播視頻
連結

真愛團隊除努力善用AI於行政工作、文字傳媒之外，亦樂意與同道們分享心得、共同進步。

本會董事／特約講師李道宏牧師／醫師為運用AI於事工的先驅之一，在兩場內容相同的雲端工作坊中，李牧師整理了他近月來使用功能齊全、功效特大的谷歌免費AI工具“NotebookLM”之心得，引發熱烈回響。為回應各方迫切要求，本刊特徵求李牧師同意，公布回播連結，與同道們分享。



《老年十字歌》爆紅 本會新媒體平台溫馨熱情呈獻

美妙旋律唱出雋言慧語，清雅畫面引出深思儆醒，扣動了千千萬萬邁向金色年華者的心弦！

您聽過這首真愛團隊改編製作自網上不知名作者短文的《老年十字歌》了嗎？

沒聽過？千萬別再錯過！已聽過？值得再次回味！

2026年6月中旬低調上架之後，迅猛爆紅，至七月底本

期截稿為止，被收看／轉發已近55,000人次，誠為本會團隊積極努力善用AI工具

過程中的意外佳果，無形中向本會25週年慶中「前瞻使命」之一的「藉AI強化家庭事工」邁進了一步。

該片YouTube Disclaimer中特別說明了創作過程，供有興趣的讀者參考。

掃描連結



GOODTV與真愛合作推出短片 適合夫妻、親子共賞學習

「北美好消息電視台」與本會聯合製作之《世代On Air 關係解鎖》短片系列，至本期本刊截稿為止，已推出以下各集，並將繼續錄製更多佳片，歡迎闔家共賞、一同學習。

胡慧玲牧師／博士（本會事工副會長／親子事工負責人）：

打開青春期孩子的心-溝通有妙招／為甚麼我的孩子都不想跟我說話？／用正確的鼓勵與溝通，走進孩子世界／孩子的心很難懂……／嘮叨是一種「雙輸」的管教方式／讓孩子犯錯才是對的？

楊符濟珍博士（本會性別關係事工負責人）：

「孩子的性別困惑」——父母如何接住／你永遠是我們的孩子，我們會陪伴你一起走／別讓性別議題阻礙親子溝通

／有關係，就沒關係？／當孩子出櫃，父母該怎麼愛？／接納，不等於妥協；愛，也不必放棄信念。

雷洛美老師（本會家庭EQ事工負責人）：

潛能覺醒大禮包／戀愛怎麼談——如何吸引對的人／以終為始以果決行／3F的溝通方式／好的婚姻也會吵架。

陳信言博士（本會職場與家庭事工負責人）：

打造高效的職場對話能力／你懂得好好說話嗎？／升遷有方，讓你的努力有成效／Work Smarter, not Harder，請掃描QR code，即可點選觀賞以上所有短片。

掃描連結



「人生歷程必修的五堂課」系列講座迴響熱烈 葉高芳會長給長輩們貼心叮嚀與教導

葉高芳會長於7/25、9/5、10/10、11/7、12/5，五個週六9:30am-12:30pm，在南加州橙縣主領「人生歷程必修的五堂課」系列台語實體講座。透過講座、討論、答問，一起體驗人生不同階段的歷程與智慧，在回顧與前行之間，拾起歲月中的恩典與成長。地點請詳閱海報（請留意，9月場次改為9/5）。

歡迎不同教會／機構，或實體、或線上，以華語或台語與本會合辦此一系列講座。請洽本會office@familykeepers.org



馬來西亞真愛組建義工團隊 投入公立醫院 病患關懷工作

馬來西亞真愛家庭協會獲得公立醫院 Queen Elizabeth 社工部邀請，組建病患關顧組，成為醫院關懷病人的義工團隊。

馬來西亞分會計劃待團隊在這所醫院服務穩定後，再招募、培訓更多義工，進入另外兩所政府醫院關懷病患和家屬。



南加520教牧團契 7月20日在真愛會館歡聚

以來自中國、在南加州事奉的傳道人為主體之「520教牧團契」，於7月20日接受本會招待，在南加核桃市真愛會館歡聚，聆聽葉高芳會長分享「牧養就是家庭事工」、同心禱告，並享用豐盛愛筵。會後有多位教牧填表登記，表達對「推動家庭事工證書班」、「真愛與神學院合辦家庭事工學位課程」及收閱《真愛家庭雜誌》的強烈意願。



本會合作機構「世傳在家教育協會」 嶄新為AI時代父母推出podcast

主持此播客的世傳會長／本會在家教育事工負責人羅世吏牧師，將致力於透過經審慎查證的資訊、從上帝而來的領受，以及多年陪伴家庭的親身經驗，轉化成清楚、實用而充滿盼望的分享。

盼每一集能幫助受眾看懂一個問題，帶走一個重要觀點，並從今天開始一個可以實行的

改變。盼能陪伴父母、祖父母和所有關心下一代的人，在資訊混亂、科技快速改變的時代裡，看懂家庭正在面對的問題。

目前預定每週推出一集。除可在YouTube收看視頻，也可在Spotify、Apple Podcasts及Amazon Music等平台收聽音頻。請以關鍵字「世傳Podcast」網搜尋觀賞。





國際真愛家庭協會
Family Keepers Int'l.



Tel : 909-595-6777

Email : office@familykeepers.org

Website : www.familykeepers.org

各地事工及分會資訊請上網詳閱

- ♥ 歡迎索閱，敬請贊助。一年六期，成本50美元。
♥ 支票請開Family Keepers，可獲美國減稅收據。

NONPROFIT ORG
US POSTAGE
PAID
DMS

葉高芳會長盛夏
東南亞真愛腳蹤

臺灣：與在臺灣的總會董事們聚晤分享，並相約探望治療中的李秀全董事（7/31-8/7）。

新加坡：主日講道（8/9）；新加坡分會「幸福家庭系列講座」（8/10-12）；與新加坡浸信會神學院師長分享「牧養就是家庭事工」（8/11）；與新加坡分會團隊聚晤交流（8/12）。

泰國：泰國分會十週年慶典(8/13)；主日講道（8/16）；家庭系列講座（8/17-20）；家庭營（8/29）；主日講道（8/30）。

緬甸：緬甸學院開設家庭事工科感恩禮拜（8/22）；主日講道（8/23）；教學（8/24-27）。

