

一位父親的感恩分享 - 如何使網路上成癮的孩子回頭

當我們這一輩的人汲汲營營，辛苦建立起安穩舒適的生活環境之時，物資豐裕，手機、電腦，加上互聯網，不覺間為我們的下一代親手打造了一個無遠弗屆，無孔不入的網羅，一個與現實脫節的虛擬世界。多少孩子在網路上成癮，迷失不能自拔。影響重者，身心靈受到巨大的戕害；輕者失去生活奮鬥的目標，面對困難時輕易放棄。在這互聯網裡，他們能找到一切短暫的滿足，卻不知在這泥沼裡越陷越深。看在我們作父母的眼裡，既使並非望子成龍，望女成鳳，只是單純期望他們過著健康正常的生活，似乎也求之不得，真是萬般的焦急無奈……。

可我越是定睛在他身上，越想到自己一路打拼奮鬥供養他，他卻不知珍惜，有意無意間勸戒就變成了責備。父子間的關係搞得不可開交。從另一方面說，他也知道自己學校成績差的原因，幾次想要戒除這樣的習慣，可是孤軍奮戰，談何容易？

感謝神！藉著禱告，藉著父神的愛，藉著父與子同心同活突破困難的經歷，最後得勝了！求神幫助我們，及時使網路上或其它壞習慣成癮的孩子回頭！阿門！

父與子

以馬內利資源服務事工 (<https://erservice.me/>)提供

他必使父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親，免得我來咒詛遍地。（瑪拉基書 4:6）

我生長在 1960 年代，經歷過鄉村物資缺乏的童年。單純自然的生長環境，父母親很少要為孩子衣食溫飽以外的事情多擔什麼心。然而，當我們這一輩的人汲汲營營，辛苦建立起安穩舒適的生活環境之時，物資豐裕，手機、電腦，加上互聯網，不覺間為我們的下一代親手打造了一個無遠弗屆，無孔不入的網羅，一個與現實脫節的虛擬世界。多少孩子在網路上成癮，迷失不能自拔。影響重者，身心靈受到巨大的戕害；輕者失去生活奮鬥的目標，面對困難時輕易放棄。在這互聯網裡，他們能找到一切短暫的滿足，卻不知在這泥沼裡越陷越深。看在我們作父母的眼裡，既使並非望子成龍，望女成鳳，只是單純期望他們過著健康正常的生活，似乎也求之不得，真是萬般的焦急無奈…

在這樣忙碌的世代裡，很少有家庭能夠免疫於網路的影響。家裡的老三，五六年前他還在初中，我們工作搬家，他的新學校規定要買電腦來輔助學習。有了他私人的電腦，天天晚上流連網上看漫畫，早晨上學要遲到了，都爬不起來。週末睡過中午，還無法自然醒過來。我嘮嘮叨叨地唸他，有時加上威脅利誘，卻是隔靴搔癢。我只要一開口說話，他就覺得我要說教，馬上關閉聽覺。

詩篇 32:8 上說：「我要教導你，指示你當行的路，我要定睛在你身上勸戒你。」可我越是定睛在他身上，越想到自己一路打拼奮鬥供養他，他卻不知珍惜，有意無意間勸戒就變成了責備。有誰喜歡天天面對一個判官數落你的不是呢？父子間的關係搞得不可開交。從另一方面說，他也知道自己學校成績差的原因，幾次想要戒除這樣的習慣，可是孤軍奮戰，談何容易？網路的吸引力對現代生活型態的年輕小孩，幾乎可以說是鋪天蓋地。一個未經世事的的孩子，面對黑洞一般無比巨大的吸引力，無力感加上自責，慢慢的消磨了志氣，同學和朋友圈都是一樣，得過且過，日復一日，年復一年的荒廢學業，真是皇帝不急，太監快要急死了。

我本來自以為整個心都為了兒女，做到命都快沒了，早出晚歸，有空就盯他們功課。有時看他老是不改，就沒了耐心，嘴巴上唸起來：「這題這麼簡單，你怎麼都不會？」「那題我一看馬上就知道答案，你公式有沒有背？題目要多作！」「啊——這些我不是跟你講過了嗎？你到底有沒有聽到？你怎麼都不瞭解爸爸的苦心呢？看你的態度，你怎麼一點都不 appreciate 啊！」想起來這樣的教養方式，好比用頭撞牆，別說撞六年，我看再撞上六十年也白搭，結果只有頭破血流。若不是神的智慧開啟，照著我們這樣有勇無謀的教育方式，不僅自己撞破頭，連孩子的一生都要葬送！

萬軍之耶和華說：「在我所定的日子，他們必屬我，特特歸我。我必憐恤他們，如同人憐恤服事自己的兒子。」(瑪拉基書 3:17)

2015 年暑假來臨之前，是神特別的恩典，在我心裡興起個意念：在暑假結束，兒子十八歲生日前，和他一同騎自行車從加州灣區的家裡，到遠在 100 英里外 Santa Rosa 兒子的好友家，作為送給他的成年禮。這將是一份珍貴的生日禮物，作為他一生的祝福。當父母不能在身邊耳提面命，安慰鼓勵時，知道天父會隨時幫助他，就如同對約書亞一樣：你當剛強壯膽，當剛強壯膽！如果他離家在外，孤單無助時，能夠像大衛一樣向山舉目，就能領受從造天地萬物的耶和華而來的幫助。

然而這樣的應許，如何能夠成就在一個意志薄弱，又不運動的孩子身上？與其說是挑戰，還不如說是天方夜譚。按照兒子過去六年的紀錄，一般人的反應該是像看完電視上特技表演，底下接著那段警告：「此乃專業表演，請勿模仿！」我還是想想就好，盡快打消念頭為是。別說沒那體耐力，要是出去，路上迷了路怎辦？騎到半路，車壞了怎辦？出意外，受傷了怎麼辦？天一黑，倆人落單在荒郊野外怎麼辦…等等難處，唉，我看算了吧！平常我們上班，開車、吃飯、睡覺，掃掃院子，吸吸地毯，沒那麼多的這啊、那啊，想都不敢想的狀況。我看別吃飽了撐著，沒事找事！我對自己說：「可是難道你只能就這樣眼睜睜地看著孩子的一生，被網路給耽誤嗎？難道你向天父要餅，祂會給我石頭嗎？難道你能教給孩子的，除了一天到晚說教，就只是知難而退，躲在安樂窩裡多一事不如少一事嗎？那你跟孩子天天上網，醉生夢死的過日子，又有什麼兩樣？」可不是嗎？我們的軟弱不就是孩子的軟弱——安於現狀，得過且過。天天就只會上班、下班，賺錢、吃飯，稍微一點突破的想法，就止步不前了？自己都這樣，怎麼期望每天光說教，孩子能有什麼改變！

「神所賜給你們的地，你們耽延不去得，要到幾時呢？」〔書 18:3〕快快行動吧，別再猶豫了！有了這樣的光照領悟，是我身為父親的心轉向兒子的開始…

2015 年暑假開始，妻子要回娘家探親兩個月。她本來一直擔心，放我跟兒子這兩個喜歡鬥氣的大男生，在家會鬧僵了。後來我勸她：「能跟母親相聚的機會越來越少了，應該要好好把握，我會有分寸的。」她才不太放心的回國去了，留給我和兒子單獨相處的時間。中間沒有妻子做緩衝，我就沒有藉口逃避而面對現實，得好自為之，擔起作父親的本分。也因為需要照顧家裡飲食起居，讓我有機會表現父愛為他付出，拉近了倆人的距離。妻子千萬交代，要帶兒子去參加兩個特會。其中的一個特會，一位講員牧師三次走到兒子面前，對著他說：「You are so much better than you think you are！」一連三次重複著天父對兒子的提醒，真是讓人敬畏。我慚愧地自省，在沒有愛的鼓勵和彼此信任的關係中，不知孩子在我這樣無知的教導下，不管是勸告也好，要求也好，用許多責備，把他的自尊都消磨殆盡多少了？

我真是好好的重建他對自己的認識。講員給我的啟示，加強了我執行單車計畫的信心和步驟。一下班，便趕回家煮晚飯，週末和他一起包各式的水餃，夠他一個禮拜的午餐。我盡力用溫柔忍耐的心，恩慈的言語來拉近彼此的關係。我們漸漸有了更多的溝通，餵飽他的肚子，鬆了冰封的硬土，打下信任的基礎，預備新兵訓練。

「鐵磨鐵，磨出刃來。」（箴言 27:17）

第一個禮拜六上午，我倆整裝出發，從家裡騎到海邊，一路平緩，開始並不太費勁。越接近海邊，風頂得越來越強，十分費力，看得出來兒子越騎越慢，我們就找了地方休息。停了兩三次，勉強騎完了二十里路，我感覺還行，就提議下禮拜騎騎山路，鍛鍊爬坡。

兒子說：「我不幹，這樣平路已經快要累死了！」

我說：「好吧，好吧，先休息，我們先去吃飯吧！」一有好吃的，他比較容易合作。

第二個禮拜六很快的又到了。我看他沒意見，就帶著他往山的方向騎去。不覺間，山路越來越陡，坡似乎綿延不盡，我們的速度越來越慢。他開始抱怨起來，沒力氣，爬不動了。老大不情願，又是咳，又想吐，不行了，要放棄了。

我停下來耐心的和他分享我的願望，說：「我們鍛鍊出體力來，說不定可以一起騎一百英里去找你的好朋友，那有多棒！」

「不好，」又給難看臉色「我根本沒有辦法，哪能騎幾次就會有體力！」

我趁機說：「那好，我下班跟你一起跑山練體力怎麼樣？」他也不理，也許覺得我說說就算了。

為了激勵他，我想到利用週末晚上看英雄動作電影。我們共看了麥特戴蒙的「諜影重重」三集，阿湯哥「不可能的任務」三集和「零零七」，看的熱血沸騰。禮拜一三五下班，我們馬上開車到鄰近的公園跑山。剛開始，他排斥抵制的很厲害，平日

缺乏鍛鍊，跑起山來，氣喘如牛，十分不情願。有時我想責備他：「我上一天班而你沒事待家裡，我下班擠交通尖峰時間，趕回來伺候少爺，你還不領情！」卻得忍住，盡量說鼓勵的話。有時他一起跑就很快地往前衝，跑不多時，就跑不動，跑不動就賴皮不跑了。我勸他跑步、騎車，做事都要一步一步的心平氣和，持之以恆，不能虎頭蛇尾，後繼無力。我建議他用手機的應用軟件記錄他跑步、騎車，和爬坡的控速，並稱讚他的進步。一回到家，就要他去沖澡，我就快快的準備晚餐。晚上休息後，叮嚀他不要熬夜，早上上班前叫醒他，提醒他記得吃早午餐。禮拜二、四下班，我們父子倆打乒乓球，他亂無章法打的我滿地撿球，也得稱讚他嚐試新的打法：年輕人就是勇於突破。在這樣輕鬆的氣氛下，他開始願意敞開心分享他的想法。吃了晚飯，我說我們明天再去跑山；他有點不情願的說：「啊，還要跑！」我們就每次跑不一樣的路線，增加些新鮮感和樂趣。漸漸的，他的耐力和衝力越來越穩定，我開始落後越來越遠，不禁覺得年輕的生命真是潛力無窮，只是需要耐心地引導和正確的帶領。那天傍晚，當他跑完五英里山路，很高興地看著手機上刷新的紀錄，接著又在停車場地上自願地做起訓練項目————俯臥撐，我也奉陪 10、20、30 個，做完後，我說：「趁餐館還沒關，我們今晚去吃大餐吧！」

主日時，我們吃過早餐，他就練習開車上高速公路去教會。在路上，偶而提醒開車該注意的地方，就和他談願景：一考上駕照，就去辦他的信用卡，這樣他一步一步地就會產生獨立行動，和經濟自主的能力。然而，他的反應卻讓我發覺到他對未來的怯場和逃避，我得更進一步的鼓勵和帶領他，漸漸除去對未知的恐懼，增加敢於嚐試的勇氣。主日下午，我們一起爬山健行，體會萬丈高樓平地起，千里之行，始於足下。當我們一步一步腳踏實地的邁出步伐，不覺間我們回頭看看，所經過的難路已在遙遠的山腳下。敞開在眼前的是一望無際，美麗的風景。

又一次，我們已經循序漸進，騎過了 20、25、30、35、40 英里路，我們朝向 45 英里挑戰，遇見當地自行車界稱之為” The Wall”——像一道牆般陡峭的山路，其難度可想而知。行前我把策略告訴他：「在經過市區交通繁忙的路段，注意車道變換。進入郊區路肩狹窄的地方，如何注意後方來車和調整車速。開始爬坡時，放慢和加深呼吸並適度換低檔。當開始急降坡時，切換到高檔，如何側身壓下外側腳踏，來降低重心過彎道，因為在那樣的坡度，下坡時腳踏車時速將達到近四十英里，有相當的難度和危險性。」說的容易，就在我們掙扎在似乎永無止境的上坡當中，腳踏車已經調到最低檔，大腿四頭肌和小腿肌已經痠到不行，不僅是體力，對毅力也是極端的挑戰。他又想要放棄，便抱怨了起來。一個孩子必須親身去體會：當一次比一次強度高的困難時，如何保持鬥志而不放棄，學會忍耐和堅持，生出老練的信心和盼望來。面對人生的逆境，專心來克服困難，而不是老是想著如何避免和退縮。我們休息了一會兒，我再提醒他一些要領：「調整呼吸，換檔、專心、慢慢來，最陡的路就快爬完，注意前面很快下坡，要切回高速檔。」最後，終於爬到了山頂最高點，接下來幾里路陡降約兩千呎，車速飛快，風呼呼的迎在臉上胸前，有如馭風飛翔的快感，一瞬間，輕車已過萬重山。

來到市區我們回頭望去，那高聳似乎遙不可及的山巔，竟能被我們一踏一踏的騎過，真是十分難以想像。經過一家快餐店，我建議休息一下，吃些東西，喝些飲

料。兒子坐下來跟我說：「其實我剛才在山上不用那麼 weak（表現的那麼軟弱）！」我心裡起了很大的震撼，訝異到有如此大的轉變和自覺！在騎車爬山的過程中，旁人不能牽、不能拉、不能抱、不能背；好比當兒女的生命面臨到不容易，做父親的束手無策，我們要花時間帶他們到造這天地萬物的父面前來，一步一步的領會受造的恩典和奇妙。「我兒，當你心裡孤單無助，你要向山舉目，向那造你的天父，祈求祂賜給你克服困難的勇氣，信心，和力量，他要保守你十分的平安，賜你戰勝挑戰的喜樂！」

我和他說：「You are so much better than you think you are！」

兩個月很快地要過了，再不行動「百哩挑戰」，暑假就要過去了。我一直舉棋不定，也想了好幾個方案和路線。最後決定一條水陸綜合的路線，選了一個禮拜六預備出發。當我決定行動的時候，兒子也充滿興奮。清晨出發前，我們一起禱告，祈求神看顧保守，賜給我們平安。涼涼的微風中，我們父子騎著鐵馬，踏上征途。雖然反覆幾次研究路線，一上路便發現變化遠超過計劃，我們就將一切的未知交託給神，隨遇而安。平常開車從甲地到乙地，高速公路都是為汽車而設計，出口、道路一切標示清楚簡單極了。現在騎單車，有沒有路都不知道，真是一大考驗。我們計畫先搭捷運到奧克蘭，再騎到傑克倫敦廣場搭九點的渡輪過舊金山海灣，從漁人碼頭開始找路到 Santa Rosa。當我們騎車到捷運站，發現班車將誤點半小時，如果我們因此錯過九點的渡輪，下一班要到十一點才有，我們可能天黑都到不了地方，心裡就發急。幸好下了捷運，我們及時趕到了渡輪碼頭，排隊搭船的人很多，海風吹來攪動著我們心裡對前途許多的疑慮，當我們試著放下，用天真來郊遊的心情欣賞著來往行人，海港風光顯得十分有趣和新鮮。這一段海灣非常寬闊，船在海面行駛了半小時才到對岸。到了漁人碼頭，我們開始了一段探險的旅程。在這一段超過七十英里茫然的路上，我們翻越一座又一座的山頭，每一座山都帶著長長的坡道，十分消耗體力。疲憊地剛越過一座山，又看見前面還有另一座山的感覺，實在令人沮喪腳軟。經過市區時，擁擠的交通中，兒子兩次因為要讓後面逼近的汽車而翻倒，一次車把摔歪了，另一次變速器撞歪了，換檔時鍊條掛不上齒輪。他又有點氣餒「Now What? 這下好了，車都騎壞了！」幸好只有輕微的刮傷，我預備的工具和上過自行車修理的課都派上了用場。調整修理，故障排除後，強作鎮定地跟他談了一些人車互動的要領，提振鼓勵一下他的勇氣。其實這路我也沒走過，所擔心的狀況多少都發生了，計劃的路線也沒用，雖然前路迢迢，但天色尚早，我們騎多遠算多遠，不要放棄！

好多次都迷路了，找人問路，只能大約弄清方向就得繼續前進。有一次我們停在路邊研究地圖，一個高大的騎士從逆向對我們大聲喊叫，我聽不懂他叫什麼，也沒理他。

兒子說：「他在問我們是不是迷路了？我就應了一聲。」

騎士到下一個路口又繞了回來，用很重的口音問：「你們要到哪裡去？」又告訴我們怎麼走。

我問：「你今天騎了多遠了？」

他說：「我早晨六點鐘騎過金門大橋，現在正午已經騎了 75 英里了。今天總共要騎 150 英里，下禮拜要比賽 200 英里。」看他精神奕奕，雄心勃勃的樣子，非常讓人震撼。兒子看出他有蘇格蘭符號的上衣，肯定他是蘇格蘭的口音，對他強悍的精神留下很深的印象，倍受激勵，有一種有為者當如是的感覺。

感謝神，接近下午六點左右，我們終於到達了目的地。當好朋友的父親出門來迎接時，他向兒子豎起大拇指，讚許他堅持到底。我跟他說：「我為你感到相當驕傲，你做到了，將來你只要願意，靠著那加給你力量的，沒有不能成就的事。」感謝朋友家熱情的招待，享用晚餐時，看得出兒子內心的喜悅。第二天主日，我們作完禮拜後，搭了巴士回舊金山，轉搭捷運回到聯合市。一下捷運，兒子跳上單車，飛奔向前，一點都看不出疲累的樣子，把老爸遠遠地拋在後頭。我清楚地感覺到生命中巨大的潛能被激發出來。

2015 年八月中，兒子的大學開學了，禮拜天晚上我陪他開車搬進學校宿舍，臨別他張開雙臂擁抱住我說：「爸爸，謝謝！」我很感動地為他祝福道別。開車回家的路上，我為兒子禱告著麥克阿瑟將軍的為子祈禱文：

主啊！懇求你教導我的兒子，
使他在軟弱時，能夠堅強不屈；
在懼怕時能夠勇敢自持，
在誠實的失敗中，毫不氣餒；
在光明的勝利中，仍能保持謙遜溫和。

懇求塑造我的兒子，
不至空有幻想而缺乏行動；
引導他認識你，同時又知道，
認識自己乃是真知識的基石。

主啊！懇求你教導我的兒子，
篤實力行而不空想；
引領他認識你，同時讓他知道，
認識自己，才是一切知識的基石。

主啊！我祈求你，
不要使他走上安逸、舒適之徒，
求你將他置於困難、艱難和挑戰的磨練中，
求你引領他，使他學習在風暴中挺身站立，
並學會憐恤那些在重壓之下失敗跌倒的人。

主啊！求你塑造我的兒子，
求你讓他有一顆純潔的心，
並有遠大的目標；
使他在能指揮別人之前，

先懂得駕馭自己；
當邁入未來之際，永不忘記過去的教訓。

主啊！在他有了這些美德之後，
我還要祈求你賜給他充分的幽默感，
以免他過於嚴肅，還苛求自己。

求你賜給他謙卑的心，
使他永遠記得，
真正的偉大是單純，
真正的智慧是坦率，
真正的力量是溫和。

然後作為父親的我，
才敢輕輕的說：
「我這一生總算沒有白白活著」，
阿們！