

在长椅上养育：引导你的孩子进入敬拜的喜乐

Parenting in the Pew : Guiding Your Children Into the Joy of Worship

作者：罗比·卡斯尔曼 (Robbie Castleman)

教会内部使用，请勿传播

第一章、父亲，我想让你认识我的孩子

我真希望当时能更加留心我生命中的那些重要时刻。

比如，当我第一次遇见我丈夫时，我完全不记得他穿的是什么衣服。我记得相遇的时间和地点，但我不记得他说过的任何一句话。他对我说的第一句话究竟是什么呢？

当然，在新奥尔良那个潮湿的夜晚，我完全没想到这会改变我一生的轨迹。我去那座城市是为了看看法国区，而不是为了坠入爱河。当时我被这座“新月城”的热闹、喧嚣、光彩与诱人的香气所吸引，心神早已分散。我本该留心那个有趣的年轻人，但我没有。

我也不记得父亲第一次见到他的第一个孙子——我的儿子罗伯特时的情景。母亲在罗伯特出生两周后就飞来看他，但父亲直到五个月后才第一次见到并抱起自己的孙子。可我竟不记得那一刻是怎么发生的，因为当时我们正忙于一场家庭婚礼。礼服、花朵、购物狂潮、美食、彩排与宴会，这一切完全占据了 my 注意力。那次回家的探访里，真正重要的部分，就这样从我记忆中流失了。

我们往往很容易错过生命中真正重要的时刻。分心、忙碌，以及对未来的忧虑，常常让我们忽略了上帝此刻正在我们生命中所成就的事。通常只有等时间过去，我们从远处回望，才会发现那些关键的片刻、生命的转折点。那时我们才会感叹：“啊，原来当时竟是如此重要的一刻。”

孩子的生命，常常会因一些我们几乎未曾注意到的瞬间而受到深远影响。成年人因着对世界的熟悉与自信，很容易忽视孩子们那份单纯却深刻的视角。我后来学会了一件宝贵的事：静静地从远处观察孩子，看看他们如何与人、与环境互动，以及他们如何面对自己。

当我的两个儿子三、四岁的时候，每周有两次，他们会去教会对面的幼儿园上半天课。透过教会厨房的窗户，正好能看到幼儿园的操场。每个月有好几次，我会站在窗前，注视着罗伯特和斯科特，并为他们祷告，求神赐我洞察力，好让我明白他们在“外面”没有我陪伴时是怎样的人，也能稍稍窥见他们未来会成长成为什么样的人。我常常观察他们逐渐显露出来的恩赐与个性：他们如何玩耍、如何保护自己、如何从摔倒中爬起来，以及独处时如何面对自己。

我发现，大儿子总是忙着做自己的“小计划”。罗伯特很满足于独自一人在篱笆旁堆东西，或者沉浸在某个只有他能想象并乐在其中的幻想世界里。其他孩子，甚至他的弟弟，可以选择加入或不加入；但一旦加入，他就自然成了领头的那个人。

斯科特却完全不同。他需要人群，越多越好。我从没见过他独自一人玩耍或计划什么。事实上，如果他看到有小朋友一个人落单，他常常会主动走过去，把对方拉进他正在组织的游戏，或者邀请他们一同参与即将开始的冒险。

我很庆幸自己没有错过那些时刻，看见他们后来所展现的兴趣，其实只是他们一贯性格的延伸。我很庆幸自己曾经在厨房的窗前多停留片刻，尽管那些“空闲”的早晨，我总觉得有“太多事情要做”。如今回想起来，我才真正体会到，那些时刻让我看见神在街对面——在我两个性格迥异的儿子和他们幼儿园的日子里——所成就的事。这也让我更容易把他们未知的未来交托给神，因为他们从一开始就是神独特的手工作（handiwork）。

留心是值得的

即便是最有心的父母，也不总是容易真正“留心”。有时，我只想那个话匣子关掉。我还记得有一次，我直接对两个学步的孩子说：“你能不能别说话了？”结果，那位话匣子却淡定地回答：“我关不掉的，因为我有电池。”

当心里有别的事情要专注时，尤其难以专心留意孩子。沉浸在喜欢的电视剧里、接一个重要电话，或者在安静的角落里读一本好书，这些时刻似乎总会成为孩子的信号——突然觉得他们必须得到关注。你刚在沙发上坐下，准备拿杂志放松一下，一个整整一周没和你说过话的青少年，忽然跑来要跟你讲体育课的全部细节。是不是很神奇？宝宝总是在妈妈刚坐下准备吃晚饭时，突然就需要喂奶。

敬拜，也常常是父母最想专注于孩子以外的事的时候。孩子们在教堂里可能会分散注意力，甚至让人觉得烦躁、尴尬。做父母的，坐在长椅上有时比想象中更费力。留心孩子，常常意味着我们对礼拜本身的专注会被分散。

留在家中，或者至少让孩子不要进到礼拜堂的诱惑，确实存在。毕竟，要同时留心神和孩子，真的很不容易。

然而，教导孩子专心仰望神，却是一种“鱼与熊掌兼得”的方式。带着孩子一同在长椅上敬拜，能帮助父母和孩子一同把注意力放在真正重要的事上。

学会留心我的孩子，也让我在敬拜时更懂得如何留心我的天父。而我确实记得那些时刻——当孩子第一次被天父拥抱的时候。我至今还能看见斯科特流下悔改的眼泪，当他向耶稣承认自己“肮脏的心”时。我仍能听见，当他们还是幼童时，学会那首古老圣诗的副歌，放声高唱——尽管跑调，却充满真心：“耶稣基督，被钉十字架的主。”

我陪伴他们第一次明白福音的比喻。我回答他们在讲道中听到的那个生僻的五音节词。我就在罗伯特和斯科特身旁，当他们第一次在手中捧起象征基督身体和宝血的圣礼。我留心了。这些蒙恩与敬拜的时刻，被记住了，也被珍藏了。

教导孩子学会敬拜，就是教导他们如何把注意力放在真正重要、能改变生命的时刻上。带孩子在长椅上敬拜，会帮助你专注于当下的意义，而不至于让它被日常的琐碎分心冲淡。

训练孩子敬拜，不仅让孩子，也能让父母，一同留意上帝正在成就的事。带孩子在长椅上敬拜，就是帮助你们把注意力放在最重要的一件事上——也是你能教给孩子的最宝贵功课：敬拜。因为敬拜是那唯一一件我们将在永恒中不断去做的事。

对许多父母来说，和一个在座位上扭来扭去的幼儿，或是满脸不耐烦的青少年，一起坐六十分钟，感觉简直就像永恒一样。当孩子分散注意力时，敬拜似乎成了最不可能放在心上的事。

事实上，对我们中的一些人来说，教导孩子学习敬拜并不容易，因为我们自己在孩童时期并没有过敬拜的经历。也许，你童年时在教会的记忆，和我的是类似的。

我小时候去教会时，总是穿着亮闪闪的鞋子，配上一条让人发痒的蓬裙。我算是挺乖的，也相对安静——至少身体上是如此。但我的心思早已跑到外面乱蹦乱跳：数砖头，或是给坐在前排的人编各种稀奇古怪的故事。后来，我厌倦了数砖头和在周报上乱画，就“升级”到青少年的阳台区，开始传纸条、闲聊八卦。

到十几岁后期，我就成了“主日早晨逃兵”，这也正好呼应了教会出席率研究中记录的趋势。我离开的一个原因，是因为我从来没有被教导过如何敬拜。我唯一被要求的，就是“在教堂要安静”。

在我成长的年代，我亲爱的父母也不懂其中的区别。他们只是在有限的认识里尽力而为。母亲从小“去教堂”，但那并不是敬拜；而父亲小时候根本没有去过教会。

在我童年的早年，父母曾深切地哀悼他们的长子——一个我从未谋面的哥哥——因“婴儿猝死症”离世。后来，当我四岁时，我们一家又遭遇了一场车祸。在事故现场，一些善良、热心帮助的人成了我们的朋友，他们鼓励父母开始去教会和主日学。母亲如今回想起来时常说：“我们那时知道，生命里确实缺少了点什么。”于是，我们开始去了教会。

当我坐在父母身旁时，他们自己也才刚开始分辨“去教堂”与“去敬拜”的不同。而我所学到的，只是“要安静，要乖”。

圣经说：“你们要休息，要知道我是神。”（诗篇 46:10）——这节经文更切合圣经的教导，也帮助我们理解“去教堂”与“去敬拜”的不同。敬拜需要生命的更新，从一颗新心里自

然流露出来，而不是旧习惯的重复。去教堂，可能只不过是带着良好意图的时间管理；而敬拜，却未必因此发生。

只是去教堂

我们去教堂，可能是因为它对我们有益，让我们的生活更有秩序，让孩子远离毒品，甚至因为我们喜欢音乐。我们满足于“去教堂”，因为它“对我们有好处”。但这样的“敬拜”，往往很少真正触动我们的思想或心灵。

我不止一次（通常是在球场或体育馆）听到类似的对话，大概是这样的：

艾米：你知道吗，现在孩子们大了，我们真的需要重新回到教会。我觉得这对我们会有帮助。

克里斯蒂娜：是啊，我都不知道如果没有教会我们该怎么办。教会能让孩子们有事做，他们总有活动参加。

艾米：不过，巴迪可受不了太长的礼拜。你们去哪间教会？

克里斯蒂娜：哦，你会喜欢我们教会的。很有活力，音乐特别棒。韦恩和我也喜欢讲道，不会太冗长。

艾米：也许哪天主日我们会去看看。是哪间教会？

克里斯蒂娜：就是“河滨团契”，那间有大彩色玻璃窗，一边全是玻璃的，海德街和中央大道的拐角处。

艾米：哦，我知道那间！我们办公室有个同事的女儿在那里结婚，真的挺漂亮的。

克里斯蒂娜：我很喜欢那里。现在孩子们大了，可以和朋友坐在一起，我就能坐下来轻松一点。

艾米：嗯，这也是我们迟迟没回教会的原因。孩子小的时候太麻烦了。但我觉得现在他们大了，再去对他们会有好处。

我们为什么去教会呢？我父母之所以带我去，是因为在我四岁那场车祸里，我们没有一个人丧命。他们向上帝许过愿。

有些人去教会，是因为曾经答应了父母或祖父母。有人，包括政客，是为了形象或生意。有些人喜欢教会的“恒常”，因为这个世界太复杂，甚至充满威胁。很多人去教会，是为了

得到帮助与支持，或者只是让自己对生活、对自己感觉好一点。但我想，有些人就像艾米和克里斯蒂娜那样，像那个老燕麦广告说的：“这就是正确的事。”

的确如此。但敬拜才是最正当、最根本的理由。只是，敬拜对我们人类来说并不是天生自然的事。上帝必须训练以色列民去敬拜祂。祂费尽心力，教导祂的百姓如何配得地尊崇祂、爱祂、认识祂。

上帝既给了普遍的指引（“你们要休息，要知道我是神”），也设立了具体的规条（“同献一只公绵羊为燔祭，还要献以伊法十分之二的细面调油为素祭，和三分之一的酒为奠祭。”民数记 15:6）。祂从以色列人开始，训练他们学习怎样“用心灵和诚实敬拜祂”（约翰福音 4:24）。

上帝渴望我们的敬拜。他命令我们这样做。祂的话语教导我们如何去爱祂，如何去敬拜祂。以色列的子民需要受教，我们和我们的孩子同样需要受教去学习敬拜。一路走来，在读经中我渐渐明白，圣经中的敬拜在某种意义上，就是要帮助神的子民去记念、反复操练、并重新参与那伟大的救恩故事。每一周与孩子一同进入那故事，是一个极大的提醒：我们在其中的位置是什么。对我们来说，能意识到我们并不是上帝故事的“主角”，而是神自己才是信心与生命的源头与目标——无论对我们，还是对我们的孩子——这实在太宝贵。作为母亲，我最多只能在孩子们玩耍时，站在窗前看上三十分钟，但那位不打盹也不睡觉的天父，数算我们一生的日子，用比任何父母都更高的智慧、更深的爱来看顾。

敬拜的操练

父母会教孩子整理床铺、打棒球、做分数题，或者聪明地购物。为这些技能，我们有一整排书架的指导书、成堆的专栏建议，还有无数的好理由去学习。

然而，尽管我们有许多关于理财和养育孩子的建议，却鲜少有人写到如何教导孩子敬拜。在《杜博士答你问》一书中，詹姆斯·杜博士强调“属灵训练”的重要性，并指出孩子生命中最初的七年是这种训练的“黄金时期”。他甚至提供了二十八个问题，作为父母的自我检查表。

其中，关于教会/敬拜的两道问题是：

- 他是否正在学习在教会——神的家中——恰当地表现？
- 他是否正在学习守主日为圣日？

这是两个很好的问题。父母确实需要帮助，去教导孩子明白关于教会的意义。但所给予的帮助，必须是训练孩子学习敬拜，而不仅仅是减少他们在长椅上那一小时带来的压力。

《坐在长椅上的养育》这本书，就是为了帮助父母去训练孩子学习教会里唯一真正合宜的行为：敬拜！这本书也是我与孩子一同学习、如何记念主日并守为圣日的喜乐见证。

在长椅上的育儿，既可能是一场激烈的争战，也可能是一场圣洁的恩典凯旋。它可能充满了低声的命令：“安静点。”“嘘——。”“坐好。”但它也可能成为最亲密的时刻——在神的家人面前、在祂的同在里。主日清晨带孩子坐在长椅上，或许是这一周最长的一小时，也可能是为那永恒喜乐所作的最佳预备。

教导孩子学习敬拜——也就是在长椅上的养育——就好像带着他们走进天父的家，对祂说：“爸爸，我想让你认识我的孩子。”而敬拜，就是看见天父脸上的微笑。

第二章、敬拜的 BC 与 AD

在孩子出生前的敬拜（BC：Before Children）和换尿布后的敬拜（AD：After Diapers）之间，有着很大的不同。我听过不少父母坦言：“在有孩子之前，我从教会得到的更多。”

但更重要的问题是：上帝从我们的敬拜里得到了什么？

敬拜是美好的因为这是为了上帝。敬拜关注的是祂的喜乐、祂的荣耀、祂的美善。敬拜是我们灵魂操练的过程，是对神的称颂。在诗篇里我们读到并唱到：“我的心哪，你要称颂耶和华。”但我们常常心里的呼声却是：“耶和华啊，求你赐福我的心！”

遇见主、遇见耶稣、听见祂的声音、认识上帝——这些都是敬拜中当有的期待。然而，神的荣耀与益处却很少成为我们真正渴望的焦点，很少成为我们灵魂的工作与注意力的中心。

我们唱：“神的气息吹拂我”，可若祂真的吹来，我们会如何？我们祷告：“圣灵啊，请来”，却并未为祂的到来做准备。我们和声美妙地唱：“永生神的灵啊，求你重新降临在我身上”，却并未期待祂真的带来新的作为。“当我们在天上一万年”——若我们只是“去教堂”，而不是“去敬拜”，那听起来就不再像是“奇异恩典”。无论是在 BC 还是 AD，情况都一样。

孩子们有时会影响我们在敬拜中的体验。我认识不少父母，他们对孩子在座位上带来的干扰心生抱怨。许多人甚至就此放弃。然而，孩子并不一定会妨碍上帝在敬拜中的体验。敬拜首先是对上帝的祝福，而祂看重孩子们的同在和赞美（马太福音 18:14；马可福音 10:14；路加福音 18:16）。

敬拜的含义

敬拜不是为了给我们“加油”，好让我们撑过新的一周。

敬拜不是经过多年会众生活累积起来的一套传统，只为让每个人都感到舒适。

敬拜不是用来放松、解压、走神或“度假”的时段。

敬拜不是一个小时的基督徒娱乐节目。它不是让我们变得更好、更忠心或更成功的父母的途径。敬拜也不是一种可以包装销售的商品，更不是橱窗里用来吸引“顾客”进来挑选会众活动的展示。

敬拜是我们灵魂向神的降服——向那位渴望我们注意、时间与爱的神。敬拜是一种挑战。有孩子在身边时，更是一个更大的挑战。

奥斯·吉尼斯 (Os Guinness) 在他的书 《健壮的身体, 空虚的思想》 (*Fit Bodies, Fat Minds*, Grand Rapids: Baker, 1994) 中写到, 当代人:

- 膜拜他们的工作 (worship their work);
- 在玩乐时工作 (work at their play);
- 在敬拜时玩乐 (play at their worship)。

我们需要在敬拜上下功夫。而有孩子时, 我们往往需要更加努力。

值得注意的是, 如今有些教会会将礼拜时间宣传为“敬拜体验” (worship experience), 而不是“敬拜侍奉” (worship service)。这种区别传达了该会众对敬拜的理解。如果敬拜只关乎我们的“体验”, 那么努力在敬拜中操练 (尤其带着年幼的孩子) 就会被视为对“美好体验”的威胁。另一方面, “侍奉” (service) 这个词对疲惫的父母来说, 也可能意味着敬拜只是已经过长的待办清单上的又一项任务。

然而, 或许会让人惊讶的是, 在希伯来文中, “侍奉” (service) 与“敬拜”其实是同一个词。我们也许该提醒自己, 正如我们在运动时常对孩子、也对自己说的话: “没有付出, 就没有回报! No guts? No glory!”

棒球和芭蕾, 都是通过参与、练习与耐心来学习的。孩子最好的学习方式, 就是亲身去做。伟大的棒球选手不是在看台上培养出来的; 舞蹈也不能靠遥控器学会。孩子们同样是通过参与、操练与耐心来学习敬拜的。

若你认真对待这件事, 训练孩子学习敬拜可能会让人感到不堪重负。但这是上帝托付我们的最至关重要之事。不同于棒球或芭蕾, 敬拜最好的老师不是“专业人士”, 而是父母。

敬拜、芭蕾和棒球都需要榜样。一个好的教练会亲自击球, 一个好的舞蹈老师会亲自示范旋转。同样, 坐在长椅上的父母也能用自己的榜样, 展示什么叫遇见上帝、爱祂的儿子, 并在敬拜中回应圣灵。孩子们会在看见父母把祷告放在首位时, 明白祷告的重要; 他们会在看见父母慷慨奉献时, 学会奉献; 他们会通过父母的穿着、歌唱和参与, 明白敬拜的方式。当敬拜对父母来说是真实的喜乐时, 孩子也自然会期待自己能经历同样的喜乐。

即使是单亲父母, 也可以在长椅上担任“敬拜训练师”。在主日早晨, 我就是家里唯一坐在长椅上的父母。我的丈夫是牧师, 所以每个主日他都在服事, 无法与我们同坐。你要相信我, 两个孩子的年龄只差十七个月, 有时候我真是巴不得多出两只手来帮忙。

在长椅上，我就是我们家庭的敬拜训练师。而如今已经长大的罗伯特和斯科特，似乎觉得我做得还不错。他们记得其中的成功，也记得其中的失败，这些回忆都写在这本书里。我们一步一步学习如何参与。我们练习。一次又一次地练习。

我学会了在灰心、灵性枯干、心神分散的时候保持耐心。我只是坚持下去。并不是我总能做到自己所期望的样子。在最初的那些年里，训练孩子敬拜是孤独的。我不认识其他有人像我这样，带着孩子在长椅上操练敬拜。有时我会怀疑，这样的努力到底会不会真的产生什么影响。

直到后来，一些父母开始注意到孩子们在长椅上发生的变化。我的朋友们问我：“你在做什么？你是怎么做的？为什么要这样做？”当这些朋友也开始训练他们的孩子时，一切变得轻松多了。我因看见别人也注意到罗伯特和斯科特的变化而深受鼓舞。我渐渐明白，他们正在学习敬拜那位他们所爱的上帝。

我之所以把敬拜训练放在首位，是因为我渴望我的儿子们认识神、爱神。我不想养出伪善的人，而是圣洁的人。我希望他们像他们的父亲一样，真心爱教会。我希望他们的信仰之路，能比我走得更有智慧一些。

动机问题

我把自己的故事告诉你，好让你明白我敬拜的动机。分享我的挣扎，也许能鼓励你在训练孩子敬拜时继续努力。如果你没有一个深切的动机、一个不可动摇的理由去训练孩子敬拜，那么敬拜的参与就会流于空洞，操练就会断断续续，耐心也将无从谈起。

我并不是一直都很有耐心。我曾经讨厌长椅。我讨厌被人指示什么时候该站起来、什么时候该坐下、什么时候该低头祷告。我讨厌教会的周报——毕竟，有谁真的需要那个东西呢？周而复始，每周都是同样的程序。我讨厌例行公事和仪式。我讨厌“教会”！

但我却坐在那里——硬梆梆的长椅上，手里拿着一份单调的周报，准备在暗示下站起来。为什么？因为我嫁给了牧师。

事实上，在那个炎热、潮湿、平坦的南方的第一年，我几乎讨厌一切，唯一不讨厌的就是我的丈夫。我是山里的女孩，习惯了滑雪与毛衣。可我却身处新奥尔良，低于海平面六英尺，穿着夏装满身大汗。我根本不属于这个按着周报敬拜的群体。

我是六十年代末大学三年级的时候认识耶稣的。当时，我为神赐下的新生命而兴奋不已。那两年，我常常坐在草地上，尽情唱歌，自由敬拜，并在圣经的沃土里深深扎根成长。那么，我怎么会嫁给一个循规蹈矩的长老会牧师呢？他竟然穿西装打领带，还只穿棕色、黑色或深蓝色的袜子！

自由、无拘无束的敬拜是我信仰的特征，也是让我丈夫爱上我的原因。但我却感觉自己正在被剥夺敬拜神的自由。在一次特别死板的“按周报敬拜”主日之后，我泪流满面，思乡心切，几乎要在沮丧中尖叫。我决定，我需要一些安慰，需要找一个了解我、明白我过去的敬拜方式和生命经历的人聊一聊。

于是我打电话给在加州的朋友珍妮。我确信她会拍拍我的肩膀，说：“是啊，是啊，那些长老会的做法真是糟糕，不是吗？”珍妮曾是我的圣经老师，总是帮助我明白真理。我想，我的圣经老师一定会理解我！

珍妮果然理解，但她只是淡淡地说：“没有任何外在环境能阻止你敬拜。”她用比同情更大的智慧指出：问题其实在于我自己。她提醒我，如果耶稣的门徒能够在锁链中敬拜、在躲藏中敬拜、在疾病中敬拜、在没有空调的丛林里敬拜、在监狱里敬拜、甚至在危险中敬拜，那么我也完全可以在穿着鞋子、坐在长椅上的时候学会敬拜。

渐渐地，我学到了有关敬拜的重要功课。当我在教会里挣扎时，困扰我的根本不是场所或长椅；一份周报也不是我灵魂枯干的原因。我之所以灵里干渴，是因为我还没有明白敬拜的真正目的。

敬拜是为了神的荣耀，而不是为了我的益处。这是一个宝贵的功课，但并不容易学会。我必须逼问自己：我是否真的单单因着祂是神而爱祂？

我开始明白，其实我并没有像神配得的那样去爱祂。我爱祂，是因为祂为我所做的一切。我爱神，是为了让我感觉好一些。当雪在滑雪道上闪闪发光时，当那些穿牛仔裤、赤着脚的朋友们丢掉毒品来跟随耶稣时，当我周围的信徒都和我一样时，我很容易去爱神。但我不得不承认，我爱神，是因为祂满足了我的欲望。

问题变成了：我能否回应神对敬拜的渴望？

答案并不是立刻找到的，而是一个主日接着一个主日的过程。我必须不断操练，不断反思、重新学习，并悔改。但在珍妮那句充满爱的责备之后的下一个主日，我就开始有了新的发现。那天，我不是“去教堂”，而是“去敬拜”。此后一个又一个主日，我都努力让礼拜成为我向神献上的心灵祭物。

从那以后，我学会了：敬拜始于信徒的心——无论有没有周报；无论穿不穿鞋；无论音乐合不合我的口味；无论有没有彩色玻璃、长椅，或者只是草地。甚至无论有没有孩子。因为最终我也学会了，我可以带着孩子敬拜，并且教他们与我一同敬拜。

敬拜的挑战

敬拜的挑战在于更深地意识到自己正身处在神的同在中，和神的子民一同坐在耶稣脚前，用“喜乐油”（希伯来书 1:9）膏祂的头，向祂献上“赞美的祭”（希伯来书 13:15）。敬拜意味着，在一段时间里，放下其他一切，只为与耶稣同在——与教会的新郎一同相聚，在祂的同在里真正活着。

要做到这一点，并让孩子们也能体会到这种炽热的心，就是“用心灵和诚实敬拜主”。许多“在长椅上的养育”，就是让孩子看见我们在主面前怎样欢喜。大卫王曾教导以色列民什么是真正的敬拜：“我必在耶和華面前跳舞，我也必更加卑微，看自己为轻贱。”（撒母耳记下 6:21-22）

在自己眼中谦卑，在主面前独自站立，并不是件容易的事。一个幼儿确实能帮助我们学会谦卑，但也常常让我们很难专注在主面前。但如果我们的心志，是要带着孩子站在主面前，而不是站在会众面前，那么我们会开始经历极大的释放与自由。我们能自由地帮助孩子敬拜，而不再被外在的干扰牵扯，也不再因揣测别人怎么看待自己孩子的表现而感到不安。

许多父母在描述和孩子一起坐在长椅上的感受时，最后一个会用到的词就是“喜乐”。取而代之的，往往是抱怨与挫折——尤其是那些在“有孩子之前”还能在长椅上享受一个小时宁静安稳的人。带孩子坐在长椅上，可能是一种麻烦；但它也可以是圣洁的。这取决于我们是谁，以及我们如何看待自己。我们是与孩子“在教堂里”，还是与孩子“在敬拜中”？

太多成年人只学会了在教会里保持安静，并且仍然只是在做这个。他们也把这种模式传递给了孩子。一个家庭可以学会如何静静坐好，但却完全没有被神的圣洁同在所触动。

然而，神邀请家庭来“休息，知道祂是神”。耶稣渴望孩子们的赞美与敬拜，祂喜悦婴孩的歌声。神呼召我们敬拜祂，甚至命令我们要这样做。事实上，这对祂来说是如此重要，以至于如果人不敬拜，石头都要起来替我们开口。

当耶稣走近橄榄山下时，众门徒因所见过的一切异能，都欢乐起来，大声赞美神……

人群中几个法利赛人对耶稣说：“老师，责备你的门徒吧！”

耶稣回答说：“我告诉你们，若是他们闭口不说，这些石头必要呼叫起来。”（路加福音 19:37-40）

在长椅上的养育，就是让几块石头失业的过程。

第三章、赞美与小狗

在孩子们的想象里，医生是住在医院里的，老师是住在学校里的。而在我们牧会的这些年里，不止一个孩子在教堂以外的地方遇见我丈夫时，都感到十分惊讶。我记得有一次在超市里，我们碰到了一位会友母子。那个上幼儿园的小男孩满脸惊奇，小声却又充满敬畏地对妈妈说：“妈妈！布瑞克先生也在这里买菜！”

孩子们往往会把人和某个特定的地方紧紧联系在一起。有时，这些观念混杂起来，就闹出一些令人发笑的结果。比如，我丈夫“看起来很像耶稣”。只要有教会的戏剧表演，他几乎总是要扮演耶稣，因为他个子高、身材瘦，留着胡子，还有一头有点乱的卷发。再加上他温柔的性情和真挚的善良，很容易让孩子们混淆。

有一次，三岁的马修在长椅上等着布瑞克走进圣所。但那天我们正好在度假，进来的却是代讲的牧师。我相信那位牧师是一位敬虔的人，但他个子不高，头顶光秃，也没留胡子。马修立刻露出失望的神情。据说，当时他站在长椅上，重重跺脚，大声问：“哎，耶稣在哪儿呢？”

马修理所当然地以为耶稣应该在教堂里，而他圣经和主日学课本上的图片，也确实和那个每周讲神话语的人长得很像。听到这个故事让我会心一笑，更让我感动的是，下一周布瑞克特地把马修带到办公室，和他聊了一会儿。也许在马修心里，布瑞克的“形象分”因此下降了些，但主却喜悦。因为神喜悦孩子，喜悦他们的期待、他们的单纯与他们的信心。

这些，正是孩子们带给教会群体的恩典礼物。在长椅上的养育，就是要鼓励孩子们参与到教会生命里，与大家一同分享这份单纯无拘的信心和盼望。孩子们，能够让全会众对神的敬拜更加丰盛。

孩子会相信

孩子是天国的象征，事实上，他们在天国里是“最大的”。马太这样记载：

当时，门徒进前来，问耶稣说：“天国里谁是最大的？”

耶稣便叫一个小孩子来，使他站在他们当中，说：“我实在告诉你们，你们若不回转，变成小孩子的样式，断不得进天国。所以，凡自己谦卑像这小孩子的，他在天国里就是最大的。凡为我的名接待一个像这小孩子的，就是接待我。”（马太福音 18:1-5）

我们需要孩子在教会里。因为他们能生动提醒我们，什么才是“伟大的信徒”。年幼的孩子，天然就有一种能力去接纳成人告诉他们的真理。甚至在很小的年纪，只要可信赖的成

人明确区分，他们就能学会分辨虚构与真实。但孩子却乐于相信那些成人觉得难以接受的事。信心的真理，需要被小心而清楚地讲述。

耶稣用“看不见的风”来说明圣灵的真实。在约翰福音第三章，那个成年人的尼哥底母需要这样的比喻来帮助他明白真理。而孩子们也同样能透过故事、比喻和图像，更容易理解那些感官无法触及的信仰真理。

孩子是乐于相信的，这意味着他们的心具有极大的敬拜容量。年幼的孩子渴望“看见”耶稣，渴望爱祂，渴望与祂同在。许多父母都不得不面对孩子们提出的问题，尤其是在听到天堂被描述为“耶稣居住的地方”之后，他们就迫不及待地想要去那里。

我还记得有一次，我们在车里谈到天堂时，大儿子突然急切地对我丈夫喊：“快停车！”要知道，在新奥尔良的克莱伯恩大道上，车流量非常大，根本不是停车的地方。但四岁的罗伯特的意思正是如此：“我们大家可以牵着手，躺在马路上，然后一起去见耶稣！”

同一个孩子，还曾问起我们在青少年团契里因一位少年的离世而明显悲伤的事。圣诞节前一周，白血病夺去了提姆的生命。当我们告诉罗伯特提姆去世了，他却高兴得又蹦又跳，甚至有些羡慕。我们反问他是否真的明白“死亡”的意思，他却满眼惊奇地回答：“哦，提姆真是太快乐了！他现在可以看见耶稣给他吹生日蛋糕上的蜡烛！”

是的。耶稣深知，这种单纯的信心与炽烈的爱，正是天国的“全明星”。

在帮助孩子认识神、学习敬拜时，考虑他们的年龄阶段非常重要。虽然每个孩子都有很大的不同，但他们的成长过程也有一些普遍的规律，非常值得父母们牢记。

小学生比像马修这样的学龄前孩子，对信仰有更清楚和理性的认识，但他们的信心并没有因此减少。他们只是想知道得更多。年纪大一些的小学生已经明白父母和老师也可能出错，但他们依然不太会真正怀疑。不过，他们会提出问题——许多的问题。大人需要小心、诚实地回答。圣经必须一再被引用，成为许多答案的根基。

孩子们往往倾向于相信他们所读的内容。这个年龄段的孩子需要看见：信仰并不是童话。他们可能不再以为耶稣就住在教堂里，但他们需要确知，耶稣确实真实地活在历史中。像《蔬菜总动员》(Veggie Tales) 这样的动画，确实能在帮助父母教导孩子一些道德观念和行为上发挥作用——比如为什么要讲真话，为什么不该搬弄是非，为什么要做正确的事。但当涉及圣经中真实的时间、地点和人物时，它们可能会让孩子感到困惑，甚至适得其反。亚伯拉罕、路得、大卫王、彼得、雅各、约翰和保罗——这些人需要被孩子们认识为真实的人。孩子们对圣经历史、对神救恩故事的第一印象，应该至少带有一些现实性，这样才能帮助他们开始相信，并逐渐深入理解。

青少年在敬拜的问题上，远没有他们表现得那么“坚硬”。事实上，敬拜能帮助他们处理信仰中的一个关键问题：“我自己怎么知道这一切是真的？”青少年或许可以借用父母的车，但他们必须拥有属于自己的信仰。敬拜，能在“借来的信仰”和“属于自己的信仰”之间，带来决定性的差别。

青少年渴望遇见神。他们祷告时，希望听见神回应。他们想知道别人的信心故事。他们也渴望为神做些什么。而敬拜，必须是这一切的重要组成部分。可惜的是，青少年常常被告知，能为神做的无非是帮忙修剪教会草坪或照看婴儿室。敬拜却很少被视为“事奉神”，即使主日早上十一点到十二点的时间被称为“敬拜礼拜”。

从幼儿到青少年，孩子们都有极强的敬拜潜能。神知道，孩子们已经准备好相信真理。父母需要呼召他们在敬拜中聆听真理。我们要帮助他们去聆听，也要在他们回应所听见的真理时，认真倾听他们。

孩子会回应

在训练孩子敬拜的过程中，让他们参与礼拜的每一个细节至关重要。但请记住，有时候，与神的相遇一开始未必看起来像是“属灵的经历”。神会在祂的同在中给我们意想不到的惊喜。而孩子们，往往是那些最勇敢走近施恩宝座的带头人。

杰里米是我一位挚友的二儿子。一个主日，他和我上小学的儿子坐在我旁边。那时的杰里米才刚满四岁。礼拜中有一段会众齐声诵读的经文，他站在长椅上。像我常做的那样，我用手臂环绕着他，给他提供支持，同时把书举在他面前，并用手指着文字，随着诵读的进度往下指。

我的手臂既给予了约束，也给予了支持。我们正专注于每一个字。尽管他年纪还小，不会阅读，但他紧紧跟随我的手指：牧师所读的黑色文字，会众回应的红色文字。我们正在一同默想诗篇 139 篇里那奇妙的信息——上帝对我们每一个人都如此亲密的认识：

“我坐下，我起来，你都晓得……

我在暗中受造，在地的深处被联络，那时，我的形体并不向你隐藏。”（第 2, 15 节）

杰里米目不转睛地看着文字，听着诵读：

“神啊，你的意念向我何等宝贵！”（第 17 节）

突然，杰里米兴奋地低声喊道：“罗比阿姨！罗比阿姨！”（教会里的孩子们都这样称呼我。）

我看着他那双闪亮的棕色大眼睛和兴奋的笑容，停下读经，小声问：“杰里米，怎么了？”

他急切地回答：“罗比阿姨，耶稣认识我的小狗！”

我愣了一下。他重复着自己的发现，满脸喜乐。我努力回想刚才会众诵读的诗篇，又想起杰里米的狗——一只毛茸茸的杂种狗，名字叫“Precious（宝贵）”。对了！我立刻明白了他听见并理解到的内容。

“神啊，你的意念向我何等宝贵！”（英文里“Precious”一词，正是他狗的名字。）杰里米听见这个词，就做了一个独特的联想，但他一点都没有错过诗篇的要点。他是对的：我们所遇见的这位神，的确知道我们的起居，知道我们身体的构造，知道我们已经度过和将要度过的每一天。这位神，当然也认识杰里米的狗——“Precious”。

那个四岁的孩子正在学习敬拜。杰里米用兴奋、惊奇和喜乐来回应神——正如大卫的诗篇所要唤起我们每个人的情感。神认识我们的一切！如果你有一条狗，神也知道它的名字。

那一天，杰里米因着这份喜乐的发现，将荣耀归给了神。神就在这个充满活力的小生命里得到了敬拜与爱戴。神喜悦，因为杰里米被期望去参与礼拜的每一个环节；神喜悦，因为哪怕他才四岁，也有人帮助他去参与；神喜悦，因为他就在那儿。

慕道友导向型教会中的儿童敬拜

关于孩子在敬拜中的位置，我最常被问到的问题之一是：

“可如果父母不是基督徒，只是来教会寻道呢？该怎么办？”

对于邀请朋友来敬拜的人来说，他们最关心的就是：成年人能否清楚地听到福音、进入敬拜，并且不因孩子的行为而分心或尴尬。对一些孩子来说，这甚至可能是他们第一次走进教堂。那么，是否更好设立一个“特别的儿童项目”，好让父母能够专心呢？

对于这个合理而重要的顾虑，我的回应通常会先提出另一个问题：**那是什么样的项目呢？**

我最大的期望是：凡是设有“儿童教会”的地方，实际上都能发展成“儿童敬拜”的训练。任何在主日崇拜中为孩子开设的独立时间，都应该被用来预备孩子进入敬拜。教导孩子圣经中的礼仪，其实就是一个极佳的儿童布道大纲。以神为中心的礼仪敬拜，涵盖了福音的所有要素：神的属性与配得敬拜的尊荣；人的罪与破碎；耶稣藉着死与复活成就赦罪与新生命的充足工夫；以及我们把生命降服在三一上帝主权之下的需要。圣经中的敬拜，是一个由“故事”形塑的敬拜。

一个注重寻道者的教会，可以发展“儿童敬拜”，既传达福音，又训练孩子熟悉礼仪崇拜的各个环节。诗歌、圣诗、信经、祷告和圣经朗读的模式，本身就能逐渐教导孩子们明白福音。儿童敬拜有帮助，只有当它成为孩子们预备参与会众敬拜的时间时。相反，“儿童教

会”有时就沦为延长版的“托管服务”——剪剪贴贴、拼图玩耍，开头唱首歌，最后做个祷告。

要发展一个真正有益的儿童敬拜，需要会众付出不小的投入。最合适的教师与带领者，往往不是那些自己还要在长椅上带孩子的父母，而是年轻未育的夫妇、祖父母、单身人士等。一个可靠的轮值安排必不可少，而关于教会礼仪的训练也是至关重要的。牧师、敬拜带领和教会音乐人通常都乐意参与这类培训。

在设计“儿童敬拜”时，为参与设定清晰的范围也很重要。对象最好聚焦在四岁左右及以下的孩子——这些孩子可能是慕道朋友带来的，或是会众家庭的孩子。全美已有几间推广“在长椅上养育”的教会，开发出为期六个月到一年的课程，训练孩子熟悉会众的礼仪。根据班级人数的大小，这类课程还可以扩展或复制给慕道家庭中年纪更大的孩子。但信主的父母，不应该把“儿童敬拜”当作逃避责任的借口，借此撇开与孩子同在、并训练他们敬拜的本分。

儿童敬拜的场地，应尽量仿照主堂的布置。赞美诗集、圣经、蜡烛、周报等物品，都应与“大人”在礼拜中使用的相似，好让孩子习惯这些物件及其用途。核心目标，是帮助孩子透过创意性的重复与操练，逐周理解教会礼仪的各个环节，以及这些环节如何、为什么彼此相连。我从参与过的成人那里得到的反馈常常充满惊讶：他们在这个过程中，自己也对教会的礼仪有了更深的认识。

而已经信主的父母，当然可以在家中通过操练和重复来加强这种训练。慕道者的朋友，也可以借着解释“儿童敬拜”和礼仪，向他们这些带孩子的朋友分享福音。这样的训练，还有一个额外的好处：帮助会众反思并检视自己的敬拜，确保它真正以福音为中心，并且是以感谢和赞美献给主的。

最好的“慕道导向型”聚会，是让未信的人同时感受到两件事：“我不属于这里”，但“我想属于这里”。神那令人战兢的威严（*mysterium tremendum*）既让人感到陌生，却也吸引人靠近。“恩典的宝座”依然是宝座，而不是摇椅或地上的靠垫。教会不是另一个俱乐部，而是基督的身体，是神国在世上的彰显。能邀请朋友和他们的孩子来认识并敬拜这位君王，真是一种何等大的特权！

孩子属于这里

在他们的著作《寄居的外人：基督徒群体中的生活》（*Resident Aliens: Life in the Christian Colony*）中，斯坦利·侯华斯（Stanley Hauerwas）和威廉·威利蒙（William Willimon）肯定了让孩子们参与敬拜和神国工作的智慧。

在他们讨论基督徒群体伦理行为的一章中，有这样一句几乎是顺带的观察：

在我们许多现代、讲究的会众里，孩子常常被视为干扰。我们容忍孩子，只是因为他们将来有望“长大成人”，变得像我们一样。成人会友有时抱怨说：当那些坐在他们身边的小孩在长椅上扭来扭去时，他们无法专心听讲道，无法欣赏美妙的音乐。“把他们带走吧，”许多大人会说。设立一个“儿童教会”，好把这些捣乱的孩子移走，好让我们大人可以专心。

这两位杜克大学的教授总结道：

有意思的是，耶稣却把一个孩子放在门徒中间，“在他们当中”，是要帮助他们学会专心。……孩子是上帝的“最后一招”，用来提醒门徒注意神国度那奇特的本质。耶稣所做的事中，几乎没有哪一件比祂祝福孩子更激进、更反文化。（纳什维尔：Abingdon 出版社，1989 年，第 96 页）

当然，我们必须承认，有些教会设立“儿童教会”的原因，并不仅仅是为了把坐立不安的孩子暂时“送走”。有些教会设立它，是为了帮助孩子为成人崇拜做准备，学习信经、圣诗以及仪式背后的意义。许多教会则只是把它当成另一种主日学，用课程和活动来填充时间。虽然我认为前者比后者更有帮助，但如果我觉得那是最好的做法，我就不会写这本书了。有时，教会之所以为孩子们设立特别的项目，是因为父母没有装备好，或者不愿意亲自训练孩子在信仰上的功课。

孩子能帮忙

父母是最合适的人，来教导孩子什么是敬拜神。而我相信，在长椅上的养育，不仅帮助孩子，也帮助大人更专注。孩子们总有一些奇妙的方式，能把重点说出来——这是每个传道人都渴望会众能够真正领会的。他们常常会立刻对一个抓住他们注意力的观念作出回应。

即便是最安静的会众，牧师们也知道，当讲道中某个设问得到孩子大声的回答时，是多么令人喜乐。有一次，我丈夫引用以赛亚书 6:8 主的话发出宣教的呼召：“我可以差遣谁呢？谁肯为我们去呢？”他特意停顿，制造气氛。这时，一个一年级的小孩大声说：“如果我妈妈允许，我就去！”

不少父母都曾不得不安慰孩子，因为受难日的信息触动了他们柔软的心。我仍记得，我的两个儿子第一次真正明白耶稣为他们的罪而舍命时流下的眼泪。他们悲伤不已，心痛到必须是这样的方式。孩子提醒我们这些早已习惯圣经真理的大人：我们应当如何回应。他们提醒我们，蒙恩的心该像初次领受恩典的人一样，带着惊奇去感受神的恩典。

孩子帮助我们专注，去听见神真正要说的话。那位一年级的小小“宣教士”（名字我已经记不清了），和杰里米一样，都展现了孩子对神的深刻回应能力——他们能够“用心灵和诚实”敬拜。他们带着惊叹的领悟，回应神的真理——这就是敬拜。

那些主日，神就在教会里，提醒我们祂深知我们的一切，呼召我们因祂的缘故去爱世人。而杰里米和那位一年级的小宣教士，都带着热切的喜乐回应了。毫无疑问，杰里米一定能安慰那位“叫什么名字来着”的孩子：神知道一切，祂绝不会忘记任何一个人的名字。

第四章、主日，从周六晚上开始

这是事实：主日早晨丢鞋子的概率，比一周里其他所有日子加起来都要高。你家里的“快点！”是不是成了主日早晨的“呼召敬拜”？寻找鞋子、责骂慢吞吞的孩子、阻止因抢漫画而吵架的混乱，是否削弱了你作为基督徒父母的信心？当你好不容易拖家带口出门，进到教堂，却又能瞬间切换成对别人报以温暖的“你好！”时，你是否觉得自己的伪善指数飙升？

后座里兄弟姐妹间的争吵，是否一瞬间就摧毁了那副“整洁体面”的外表？你是不是常常在主日学奉献时拿不出足够的零钱？是不是总会在最后一刻才想起，忘了和小学生孩子复习背诵经文？你是否盼望有那么一次，你的高中生能“不用争吵就好好打扮自己”？

你是不是常常在心里嘀咕：为什么主日早晨要算作基督徒生活的一部分？为什么主日早晨总觉得比周六早晨更短？为什么周六晚上总是结束得更晚？你是否曾在主日最后一首诗歌的最后一节里，已经在心里盘算午餐该吃什么，或者列购物清单？

在一本未删节的英语大词典里，*worship*（敬拜）这个词紧跟在 *worn*（疲惫）、*worn-out*（精疲力尽）、*worry*（忧虑）、*worrywart*（杞人忧天）、*worse*（更糟）、*worsen*（恶化）之后。而有时候，主日早晨的敬拜似乎真的就是照着这个顺序发生的。把孩子和年轻人带到礼拜堂，往往已经是我们在帮助他们敬拜上所能做到的“极限”。然而，从许多青少年最终离开教会的情况来看，显然必须有更好的办法。

主日早晨，本该是一个爱主的家庭怀着喜乐期待的时刻。但太多时候，它却成了一天的纷争之始，留下满满的懊悔。最近，我听到一群父母分享他们对主日早晨的挫败感。他们都是全职事奉的父母，熟读圣经，委身于以荣耀主的方式养育儿女。然而，即使我能理解，当他们把主日早晨描述为“我一周里最糟的早晨”时，我的心还是隐隐作痛。有一位母亲坦白说：“有时候，孩子生病要留在家里，我反而松了一口气。”另一位则说：“等我终于赶到教堂时，我已经筋疲力尽了。”

当我坐在那里聆听时，我想到自己的两个青少年儿子。对我们来说，许多最美好的回忆，就发生在主日的清晨。我深知，当他们不再坐在我身边时——比如在高中时期去海外参加短期宣教的那个暑假——我是多么地想念他们。

当然，我也经历过一些完全不按计划进行的主日（通常是因为根本没有计划），也曾偶尔体会到朋友们所说的那种疲惫。但大多数时候，我们的主日清晨却是充满喜乐与亲密，而非充满纷争与疏离。那么，区别在哪里呢？

为敬拜而操练

有一种方法，可以帮助我们引导孩子的心转向敬拜，也能让主日早晨少些焦虑与疲惫。关键在于另一个“W”字开头的词：**Work（操练 / 努力）**。

礼拜堂常被描述为一个“放松休息”的地方，好像是一周一次从世界压力中抽身的时刻。难怪这一个小时，也很容易变成从神的命令中“请假”的时刻，不再真正敬拜祂。甚至，敬拜的空间本身，有时也不利于父母带着孩子操练敬拜。最近，我和一位有三个年幼孩子的父亲谈话，他曾在外地参加另一个教会的聚会。那间教会的“敬拜中心”与他自己教会的木质长椅和彩色玻璃完全不同，而是舒适的影院式座椅，还配有杯架。他说，在那样的环境里，他必须更加努力提醒自己，这是敬拜，不是看电影。他还说，在这样的环境里，要向孩子解释这空间的意义更难——要告诉他们这是用来敬拜，而不是用来“观看”的。

敬拜就是操练，是辛苦的操练。但同时，这也是丰盛的操练。要“用心灵和诚实敬拜主”，并不是轻而易举的事，更不是我们天性就能做到的事。经过一周疲惫的工作，再加上周六晚上熬夜，要在主日清晨进入敬拜，确实不容易。但与神相遇的这一刻，配得我们最好的精力，而不是仅存的余力。

生命的主应许要与我们一同敬拜。当我们记得敬拜是一种喜乐的特权时，就会发现意想不到的力量。神大能的作为会在我们里面运行，更新我们疲惫的心灵，使我们的灵魂得享安息。

主日是特别的。孩子们很清楚生日蛋糕和普通蛋糕是不一样的。生日蛋糕是精心筹备的，是为被庆祝的人特别设计的。生日蛋糕总是最合口味的；糖霜更甜，美好的期待几乎能被“切开”。平常的蛋糕随时都能吃，但生日蛋糕必须伴随蜡烛、歌声和仪式来享用。

严格来说，蛋糕就是蛋糕。但让生日蛋糕不同的，是那一天，是父母的用心，是预备的过程。生日蛋糕，是带着态度的蛋糕！

敬拜，就是带着态度去爱主。我们每天都爱祂，但主日就像是神“最喜爱的口味”，糖霜更甜。

心灵的预备

预备一块特别的蛋糕，或是一场生日宴会，总是始于内心的渴望——想在特别的日子给予尊荣。我知道，如果我在繁忙的庆典日之前先调整好心态，当天就会轻松许多。我需要提醒自己：为什么这一切值得去做。

在长椅上的养育，同样始于一次“态度检查”。你是满心渴望，还是只是例行公事？你是因基督十字架上救赎的工夫而深深感恩，还是只是因习惯或文化而“宗教化”？你在敬拜中更在意神怎样看你，还是别人怎样看你？敬拜的时间，真的是你生命的优先吗？你是否在一周中就会谈到对敬拜的预备？你的孩子是否能感觉到，就像他们盼望生日那样，你也迫不及待地等待主日的到来？

在长椅上的养育——教导我们的孩子学习敬拜——本身就是一份赞美与感恩的祭物，是神乐意接纳的。那我们该如何开始这份实际的预备工夫呢？当我们的态度因爱与期待而高高昂起时，答案就是：**主日清晨，其实从周六晚上就开始了。**

孩子需要从我们口中听见这样的安排，对朋友或保姆说：“不会太晚的，我们明早要起来敬拜神。”

家庭的预备

主日早晨总觉得比别的早晨更短，因为往往开始得更晚。对许多人来说，周六为了野餐而早起要比周日为了预备“赞美的祭”容易得多。**真正的“敬拜呼召”，其实从那一声为主日设定的闹钟响起就已经开始了。**

从婴儿时期就开始，孩子似乎每一次外出都需要准备大量行李以备不时之需。主日应当承载主日安息的意义。但事实上，许多婴儿在教会托婴室里的哭闹，往往源自父母的匆忙与焦虑。一个办法是：父母到达教会时，不要急着把婴儿放下，而是花点时间在托婴室陪伴、分享那段时光。这一切若是事先有了计划，提早把所有需要的东西准备妥当，就会轻松许多。

对于年纪稍大的孩子，从学步期开始，主日清晨就可以用一个宣布来定下基调：**“这一周里最美好的一天要开始了！”**当我的孩子还小的时候，我常对他们说：“耶稣很开心，这是祂特别的日子！”这不仅是真的，而且随着他们渐渐长大，这个日子的特别性也随着成长而加深。我们家的一个习惯是，在主日清晨播放“耶稣的音乐”。当“Sing Alleluia”的旋律在空气中回荡时，脾气自然也比较难发出来。

主日清晨确实比平日复杂。时间表不同，全家在教会里可能各自承担不同的职责，而且往往要全家同时出门。除此之外，基督徒家庭必须意识到：我们有一个敌人。他喜悦虚伪与分心。魔鬼用尽一切邪恶的力量，想要破坏我们为神所预备的敬拜。**主日清晨，常常就是属灵争战的时刻。**

我是在一次“惨痛经历”中才意识到这一点。当时我的两个儿子都在初中，正值那个“自以为什么都懂”的阶段。他们常常觉得自己可以重新定义一切该如何运行，却又不一定告诉

你他们的“新世界观”。有个主日清晨，我彻底失控了。“失控”指的是我的嘴、我的脾气，以及我原本想要扮演的那个“不管孩子怎样都依然充满爱的母亲”的角色。我的怒气远远超出我的底线，以至于我自己都在问：“这怒气是从哪来的？”从那天起，我祷告更多，因为我意识到，敌人比两个（常常惹人生气的）初中男孩更强大。

好战士会预备战斗，而不是给敌人机会。神的话语既命令也邀请祂的子民“纪念安息日”，对于基督徒而言就是主日，并“守为圣日”。耶稣关于“用心灵和诚实敬拜”（约翰福音 4:24）的应许，正对抗我们那种只想维持表面的诱惑，把神的命令与邀请歪曲成“待办清单上的另一项任务”。在主日清晨，我们需要神的恩典，也需要信心来得胜。我们的信心操练必须既深思熟虑，又切实可行。有时候，“**穿戴神所赐的全副军装**”（以弗所书 6:10-18），就是从找到一双颜色相配的袜子开始的。

为敬拜而穿戴

主日要穿的衣服、鞋子和袜子，最好在周六晚上就准备好。孩子们需要参与决定他们要穿什么。而且，孩子们都不一样。一个孩子可能觉得，能“像爸爸一样打领带”，或“像妈妈一样穿亮闪闪的鞋子”，是件开心的事；另一个孩子（同样的父母、同样的养育方式）却觉得，一件干净的、没有标语的T恤就已经足够了。

我自己童年的一个主日记忆，就是被迫穿上一些僵硬的裙子，不仅呼吸困难，更别提能喝果汁、玩耍，甚至祷告了。所以，我从来没有太大兴趣为我自己或孩子们准备所谓的“主日专用衣服”。我希望他们是为敬拜而穿戴，而不是为我而打扮。

我的大儿子性格随和，他在篮球队时就得打领带——比他在教会里戴领带还早（而且他当时也不太喜欢）。另一方面，小儿子却喜欢打扮，总是想“看起来精神”。

事实上，我真觉得我丈夫有一次加薪，部分原因是教会误以为我们的小儿子斯科特只有一件衬衫——他那件最喜欢的紫色衬衫。我想整整一年里，紫色几乎成了他个人的“礼仪色”。关键在于，我从来不希望孩子的穿戴分散他们的注意力，妨碍他们在敬拜中遇见神。我们允许他们按照自己的喜好来穿——**前提是衣服必须在周六晚上就准备好。**

太多的主日被“找不到袜子”耽误了。太多的主日也被“穿什么、看起来如何”所掩盖。其实，每个敬拜者都该问自己一个问题：**我所穿戴的，是否反映了我对神的爱与尊重？**

至于这个问题的具体答案，各个家庭可能会有所不同。但无论如何，在预备敬拜时，我们都需要同时考虑：既要有对神圣洁的尊重，也要有对祂恩典的合宜回应。

提前思考：奉献还是小费？

除了提前计划好穿什么衣服，预想到全家在主日需要的东西，也能帮助我们重新把喜乐带回主日清晨。经文背诵可以在周六晚上练习。主日学的材料也最好提前准备——而不是等到车子快开进教堂停车场时，孩子才突然想起，他们要带十二种颜色的毡布，用来做“以色列十二支派”的展示。记住，我们能做的有限，而且世上没有万全之策。

主日的奉献是一个持续的需要，这也给了父母一个极好的机会去教导孩子信仰中的一个关键方面——**基督徒的顺服**。教孩子学习十一奉献，可以成为他们学习信靠神、参与祂子民工作的一个令人兴奋的环节。

从最小的时候起，就可以让孩子为主日的奉献做准备。如果你们教会有专门的奉献信封，那么为每个孩子都准备一些会很有帮助。通常这些信封都有编号，并且预留了奉献者的名字，但其实任何信封都可以。年幼的孩子喜欢写自己的名字，这能让他们在奉献中感到更重要、更有参与感。

当我的两个儿子还小的时候，我常常让他们在信封外画一幅“给耶稣的画”，来装饰他们的奉献。耶稣和数钱的执事们因此收到了不少“礼物”：鲨鱼大战、战斗机坠毁、大甲虫、外星怪兽，还有偶尔出现的圣经场景。有时我也忍不住想：**如果我有女儿就好了，耶稣就能收到彩虹、花朵，还有宁静大自然里温柔的小动物。唉。**

如果你们教会使用“信心奉献”的方式，孩子们也应该在合适的范围内参与其中。学龄前的孩子可以承诺固定的一笔钱；等他们开始学习算术时，父母就可以教他们十一奉献的概念。哪怕是两美元零花钱的10%——区区二十美分——只要是出于信心与顺服献上的，在主眼里也无比宝贵。这两样属灵的恩赐，远比二十美分本身更有价值。

看到罗伯和斯科特在十一奉献上的成长，是一件令人喜乐的事——从他们还是幼儿时，学着把“亮闪闪的铜币”献给耶稣，到小学时期，他们每周都会翻开自己的钱包，算出10%并奉献出来。有些钱甚至是上周零花钱剩下的，而那部分其实已经奉献过一次了。我没有急着澄清“钱通常只需要奉献一次”这样的细节。

到了青少年时期，我渐渐不再直接参与这个过程；他们自己明白该如何在奉献上作出承诺。他们知道，**10%不是一个遥远的目标，而是奉献的起点**。当他们手头紧张时，通常是因为家务没有做好，或在奉献上不够忠心。学习在金钱上信靠神，是一生必须反复学习的重要功课。

我还记得有一次，其中一个孩子很想要一双特别的运动鞋。他很清楚，如果照十一奉献去做，那双鞋子在经济上就买不起了。那次他还是凭信心（虽然并不十分情愿）奉献了。当

周，他想要的鞋子居然打折了，他正好买得起。离开鞋店时，他对我说：“妈妈，我觉得我能买到这双鞋，是因为我先奉献了。我差点没做。哇，现在这双鞋真的特别了。”（我知道，这听起来就像老式家庭喜剧里的台词，好像电视里的妈妈永远戴着珍珠项链。但这确实是我儿子说的，真把我震撼了。）

当然，十一奉献的神学很容易被人滥用，玩成一种操纵的游戏。但在这件事上，我相信神挑选了一堂最能打动十五岁男孩的功课。对男孩来说，鞋子是大事；而在神眼里，信心才是真正的大事。学习把神放在首位，并信靠祂的供应，这绝不是一件小事。

教导孩子十一奉献，能帮助他们培养一种慷慨的心志——不仅是在金钱上，也包括把赞美、时间、物品和祝福献给神。

即使是年幼的孩子，也可以给他们一笔钱，让他们自己放进奉献袋或奉献信封。最好让孩子觉得，这份奉献是他们“亲自”给出的，而不是父母代替他们的。学龄前的幼儿通常没有因为家务而得到固定的零花钱，因此若是要给他们奉献的钱，就应该明确交到他们手里，好让他们觉得是自己负责、自己保管。把钱放进他们自己的口袋或小钱包里，会让他们有一种“拥有感”和“特别的使命感”。最好在**周六晚上或周日清晨**就把钱交给孩子，而不是在最后一刻临时塞给他们。

太多父母在主日只给孩子一些零碎的零钱让他们投入奉献袋，就像让孩子按电梯按钮一样。这不仅不能算是孩子自己资源的奉献，还会传递出一个危险的信息：神可以用我们不在乎、不需要的“零钱”来打发，而不是配得我们十分之一的献上。事实上，许多人一生都在用零头“小费”打发神——而且往往是相当吝啬的小费。

孩子需要学习，**慷慨的奉献是一种喜乐**，是作为信仰家庭和教会群体一员的特权。

孩子的学习，不仅要看父母奉献的数额，更要看见父母奉献时的喜乐之心。像大多数家庭一样，我们家是两周发一次薪水。多年来，我也是每两周把十一奉献放进奉献袋。虽然我知道自己“在神面前已经交账”，但每到“非发薪周”，心里总会闪过一丝奇怪的感觉，好像想对身边的人解释：“我上周奉献过了。”总觉得在那一刻没有参与进去有点别扭。

后来我在一次讲座中听到有人建议：为了能在敬拜的每一个环节都全心参与，可以把两周一次的奉献拆成两张支票。**“哎呀，为什么我自己没想到呢？”**从那以后，我就这么做了，这个小小的改变，彻底更新了我对参与敬拜的体会。我想，也正是这次转变，启发了我后来给儿子们准备奉献信封的做法。

即便如今我大部分的银行业务和账单支付都是在线完成的，我仍然会每周写一张“实体支票”，只为在敬拜中，能和神的子民一起，全然投入地参与这神圣的操练。

来到敬拜中

孩子需要我们从身上感受到，与神的子民一同敬拜的喜乐与期待。可惜的是，太多家庭在去教会和回家的路上，谈论的却是抱怨和不满——批评牧师、节目安排，甚至是别的会友。孩子真正需要听到的，是我们如何在敬拜中遇见了主，我们在主日学学到了什么，以及我们爱我们教会家人的地方在哪里。孩子也需要从我们实际的行为中，看见圣灵如何在信仰群体中运行，成就他的旨意。当主日变得“圣洁”而不是“麻烦”，感恩的心与信心的眼就更容易培养。

一个家庭对每周敬拜的坚持，也能帮助孩子在纷乱的生活选择中更少受干扰。在一个选择过多、孩子常常因繁琐活动而“透支”的文化里，帮他们建立一个稳固且值得依靠的生命中心是无价的。主日敬拜的重要性，不应该因为运动赛程或其他活动的挤占而被动摇。这在不同地区的挑战可能不一样，但家庭若是坚持主日敬拜的优先性，就在孩子心中深深地刻下了信仰与生命的基石。有的家庭所在的教会有多场主日崇拜可选，有的则没有，但无论如何，父母必须强调耶稣基督的主权，并在敬拜上的坚定委身中加以体现。若父母希望让孩子看见“跟随耶稣要付代价”的真义，就不能让敬拜变成和棒球、钢琴、芭蕾或童子军一样的“可选项”。

我在不同的教会中，常与父母谈起这种家庭必须面对的艰难抉择。这些抉择往往不只是在当下困难，父母通常要过很多年才会看到它们的长远影响。然而，当一个家庭在生命核心上确立了一些**不可谈判的底线**，那么在压力之下做出的决定就更容易坚持到底。长远来看，这些正确的坚持，不仅能帮我们在“大事”上站稳脚步，也能在“小事”上带来极大的不同。

有一次，我和小儿子斯科特谈到小时候的运动与敬拜冲突。我问他是否还记得那一天：他穿着棒球制服去敬拜，好让我们礼拜一结束就能直接赶到球场。他的球队正打季后赛，虽然早上的第一场比赛他会缺席，但我们告诉教练，敬拜结束就会马上过去。教练对失去自己最好的打者和一垒手很不满意，下午的比赛也没有让我们六岁的孩子先发上场。

作为父母，我们当时难免担心：斯科特会不会因此怨恨我们，甚至怨恨主？比赛后我们问他心里感觉如何。他已经不太记得童年的这个细节了，于是反问我：“那我当时说了什么？”我告诉他，因为做母亲的总是会把这些话放在心里。他那天说：“嗯，教练一开始没让我上场时我觉得有点难过，但我知道耶稣为我骄傲，这让我好受多了。”

我们当时根本不知道，坚持主日敬拜意味着什么。但多年后我把这话再告诉他时，斯科特评论说：“那可能就是我们家开始建立那些**信仰上不可谈判的坚持**的起点吧。”

养育儿女从来都不轻松，也不会毫无复杂性，但若是家中有一些核心的**不容妥协的原则**，道路虽然不一定更容易，却会更清晰。

简化主日

我总是尽量让主日保持简单。早餐只是果汁和面包卷，或者只有这一天才会有的甜甜圈。我不会准备复杂的午餐，也不会把什么东西留在烤箱里。我们常常会邀请大学生或孤单的会友来家里吃饭。大多数时候，我们就吃三明治，客人也会一同动手准备。和大家一起在厨房忙活、摆桌子，比起一顿让主妇在敬拜时分心的“精致大餐”，更让人有家的感觉。通常 fuss（瞎忙）得少的人，倒更懂得怎样去实践款待。

让主日保持简单，也有助于让这一天为神而特别。我们需要重新领会神设立主日、呼召群体敬拜的本意。耶稣说过，“安息日”（sabbath 的字面意思就是“停止”）是为人设立的（可 2:27），可见人性并不会自然地停下来。神把每七日中有一日分出来，是当作礼物赐给我们。但人往往更自然的反应是：计划一些事，去做一些事，让自己忙个不停，而不是安息。

正确的平衡在于先关注我们内心的态度——因为这是神所看重的。什么能最让我的心预备好来敬拜，这才是重要的。比如，有些孩子在特别的穿着中能更体会“主日是属神的”，那这对一些家庭来说的确是有帮助的。而在我们家，保持主日简单、穿着轻松，更能让这一天特别。至于外在的样子——穿什么衣服、午餐吃什么——只能排在很远的第二位。因为一旦人们认识了你的心，他们就不会在乎你穿什么、或是招待他们吃什么。

敬拜的呼召

敬拜的呼召，焦点在于那位呼召我们的主。这呼召不是随意的提醒，而是慈爱的命令。神配得我们的敬拜。唯有主配得我们全心的崇敬和赞美。他在我们敬拜的时候是留心观看的。

神看见我们。祂看见我们在会中的姿态、神情，甚至小动作。祂知道我们的心和意念。我最先开始教导孩子们的一件事就是：神在这里。祂在看着你，祂在乎你如何向祂表达爱意，如何表明祂对你来说是独一无二、特别的。

神看见我。我的孩子们也同样看见我。我让他们看见我如何为敬拜做预备，感受我心里的期待，体会我为神所喜爱的日子所做的准备。我也努力让主日早晨成为我们一家人最喜欢的时光。因为少了争吵与懊悔，少了彼此“失控”的场面，我们的主日成了充满圣洁喜乐的日子。

第五章、数砖头还是遇见神

问问任何一个上教会的九岁孩子，她都能告诉你：

- 教堂里从地板到天花板一共有多少块砖；
- 彩色玻璃窗里有多少块红色的玻璃；
- 唱诗班里有多少人头发灰白、戴眼镜，或者祷告时眼睛没闭上。

当然，这要取决于教堂的建筑结构，不管是哥特式的，还是像体育馆一样的，孩子们总会想出各种办法来打发敬拜时的时间。（当然啦，做父母的绝不会这样，对吧！）

为什么孩子们整整一周都拒绝午睡，却总能在牧师讲道的第三句话之前打起瞌睡？任何孩子都能告诉你，坐得住、保持安静本身就是一件非常耗费精力的事。而且大多数孩子都会承认，把周报里所有的“O”都涂黑其实比想象的更难——尤其还要不断被诗歌、信经和奉献时间打断。

在会中教养孩子的一大挑战，就是要训练他们注意到真正正在发生的事——**敬拜上帝**，并帮助他们参与其中。

问问成年人，他们小时候对教会的记忆，往往只会提到音乐、建筑本身，或者“坐不住有多难”。我们许多人都曾经数砖头、在周报里画“O”，做白日梦，甚至真的睡着。

那些记得自己在“教会里”受到属灵触动的成年人，常常会把这种经历与一些特别的聚会联系起来——也许是葬礼、复兴布道会、外来的讲员，或者特别的音乐崇拜。这些特别的聚会，确实会在孩子心里留下深刻的印象。

在敬拜中，凡是与平常不一样或特别的事，都会让孩子更长时间地专注。这在他们的文化环境中也一样。如今，美国文化对教育的期待里，娱乐几乎成了标配。芝麻街（Sesame Street）等早期学习节目，用创意把教育和娱乐结合起来，让那一代孩子在大鸟的陪伴下学会了字母表。当他们进入青少年时期，就开始要求音乐配上影像。于是音乐录像、MTV便由这一代电视经验催生出来。

在这样的文化背景下，“成功的敬拜就是要有娱乐性”似乎一点也不荒谬。芝麻街式的“圣徒”想要被娱乐，他们期待用创意来抓住注意力。于是，有时教会的敬拜本身，或是父母出于好意递给孩子的涂色本、游戏，变成了满足他们娱乐的方式，只为让他们安静度过聚会。

然而，把敬拜当作娱乐，并不能让孩子们属灵生命成长得更快。（正如“寓教于乐”的教育，也并没有真正提升孩子们的学业水平。）敬拜应当成为我们文化中唯一一个坚决拒绝“靠娱乐来学习”的领域。敬拜当然不排斥创意或变化，但它的设计必须以**取悦神**为目标，而不是为了取悦我们。

与此同时，神的心意却确实会回应孩子对属灵需要的觉察与兴趣。孩子们对属灵需要有着极敏锐的感受。他们渴望在犯错或失败后得到赦免。他们知道违背自己或他人承诺的痛苦。“我再也不这样做了”的悔改经验，几乎是每个孩子都经历过的。青少年则经历动荡，要思考自我身份的问题，以及关于信仰真实性的疑问。他们想知道神是不是真的存在，祷告是否真的有用，圣经里的故事是不是真实的。孩子们想亲自确认，“耶稣爱我”是否不仅是一首儿歌。

当孩子们被训练去敬拜，当他们被帮助培养属灵敏感度时，他们就能开始以有力的方式遇见神。数砖头无法与一位渴望我们注意的神相比；娱乐无法与敬拜相比。娱乐只是填满时间，而敬拜却预备我们进入永恒。

与孩子同在

在敬拜中保持专注，是训练孩子在会中敬拜的根基。而在这段时间里给予孩子专注，更是不可或缺的。父母和孩子在敬拜中坐在一起，非常重要。

表面上，这似乎很显然，但许多父母会觉得，让小学或更大的孩子和朋友坐在一起，是一种解脱。孩子们常会请求能否和同伴坐一起。当罗伯和斯科特提出这个要求时，我总是给出一致的回答：“当你想关注朋友时，就更难专心在神面前。你以后会有时间和朋友在一起，但现在耶稣要我们全心关注祂，因为祂要对我们说话。”

没有什么能替代与孩子同在。到了初中阶段，我让孩子们知道，他们可以随时提出想坐在别处的请求，然后把责任推到我身上，说是“妈妈不让”。有时候，父母需要显得“很凶”，只是为了帮孩子保全面子。等到他们上高中时，情况又不同了——他们会替我留座位，或者在主日学后主动到会堂里来找我，取决于谁先到。

对父母来说，与青少年孩子一同敬拜似乎不再那么重要。但在这个阶段，训练逐渐转化为陪伴。正是在这样的时期，敬拜的表达能有更深的内涵与意义。父母必须参与到青少年孩子的信仰反思和真理思索中去。如果父母是以爱心、以积极的渴望而不是否定的语气传递这种期望，青少年通常会愿意配合。

朋友在青少年的生活里占据很重要的地位。在大多数教会里，也有青少年是在没有父母陪伴的情况下参加主日崇拜的。这些孩子通常都渴望能和其他青少年以及他们的父母坐在一起。所以，罗伯和斯科特和我一起敬拜时，他们的朋友们也会加入我们。

当然，有时因为时间安排或责任分工，父母和青少年孩子未必能坐在一起。但最好让这种情况保持在少数，并避免形成习惯。

年轻人其实在明确而坚定的规则中会找到很大的安全感。随着罗伯和斯科特长大，他们就自然开始拒绝和朋友单独坐在一起，有时甚至还会解释原因。不止一位青少年父母注意到我和儿子们总是坐在一起，并对我们之间显而易见的亲密关系表示欣赏，而这种关系在许多青少年与父母之间并不常见。我对此珍惜无比。

不过，这份陪伴并非没有代价。比如，我很喜欢唱诗班，但我很少能参加。因为许多教会的唱诗班位于讲台后方或侧边，孩子们通常不能和父母坐在唱诗班里。小孩子会扭动、挠痒、盯着人看或指指点点（还有许多“不便说出口”的小动作），如果坐在会众面前，容易分散注意力。而且，当唱诗班起立唱诗时，孩子们又该怎么办呢？

我丈夫牧养的那间教会，我们一家在那里度过了儿子们从婴儿到五、六年级的岁月。那里的会堂有一些空间上的灵活性，唱诗班后来被移到讲台一侧。这就提供了一个较少分心的座位安排，使得孩子们能够和唱诗班的父母坐在一起。如果唱诗班席位是固定的，就像许多教会那样，这样的灵活性就很难实现。

当唱诗班唱诗时，孩子们通常很安静。他们大多拿着诗本，因为他们已学会在父母唱诗时一起跟着看。而且，大多数坐在唱诗班的孩子只和一位父母一同来教会。如果双亲都在场，却只有一位参与唱诗班，那么孩子就会和另一位父母坐在长椅上。当然，祖父母也可以承担起这个“陪伴和训练”的角色。

随着孩子长大，把他们安排在唱诗班区域会变得更困难，除非他们自己也成为唱诗班的成员，否则他们未必愿意坐在那一区。但如果唱诗班在教堂的楼座或后方，我认为让孩子坐在那儿的问题就会少一些。

很多事取决于诗班指挥的态度。如果诗班中的父母愿意在敬拜中训练孩子，指挥也应该愿意考虑这种“非传统”的安排。孩子应当和父母一起坐在会中，有时候，那“长椅”恰好就在诗班席里。

随着孩子逐渐长大，并不再那么愿意坐在诗班区时，父母也应该有自由选择坐在会众中，只在特殊的诗班献唱时再加入。他们可以坐在靠近诗班入口的区域，这样在父母上台唱诗时，另一位成年人就能帮助孩子继续敬拜。在我们那间教会里，我的儿子们还在小学时，

这样的安排之所以可行，是因为整个教会都致力于让父母教导孩子学会敬拜。我相信主因着这样的心志得着了荣耀，而我们大家也一同愿意“在自己眼中卑微”。

在另一间教会里，我则决定单纯和孩子们一起坐在会中，而放弃了参加诗班。诗班席的布局、指挥的偏好，以及孩子们当时的年龄，都让我做出了这样的决定。虽然有时我会遗憾自己没能成为诗班的一份子，但我从不怀疑自己做对了选择——尤其是当我那身高六尺的儿子在敬拜中搂着我，帮助我专心的时候。

在圣殿中

这些年来，我常常有机会在讲座中分享如何在会中教养孩子。父母们常常关心：孩子应该在什么年龄开始参与全部或部分的敬拜聚会？我通常会提出一些按年龄划分的指导原则，虽然我也明白，每个孩子都不一样，成长阶段也需要被考虑在内。

年纪稍大的婴儿和两岁半到三岁之前的幼儿，通常在婴儿室或幼儿区比较合适。吃奶的婴儿和稍大的幼儿，一半的时间也能在聚会中安静地待下去。三岁的孩子，以及一些更小的孩子，就可以开始被训练参与敬拜，包括背诵信经、经文朗读、唱诗和奉献。在大多数新教、福音派或灵恩派的聚会中，这大约占了聚会时间的一半多一些。到四岁左右，孩子就可以整场都参与在敬拜中了。

在我们教会，孩子们会在诗歌、读经、诗班献诗和信经之后，被邀请到前面来，听一个为他们特别准备的讲道。这个讲道会以更简短、更具故事性的方式，讲出接下来成人讲道的要点。四岁以下的孩子此时就可以离开会堂，参加有监督的幼儿活动，这些活动会帮助他们学习礼拜的一部分内容。这样既让他们期待将来能留下来的那一天，也帮助他们预备好在合适的时候进入全程的敬拜。这有点像“敬拜的学前班”。

有些教会会为远超过幼儿期的孩子开设“儿童崇拜”。但这样的安排是否真正包括敬拜，就不一定了。若孩子在四岁以后还常常被鼓励离开聚会去参加“自己的教会”，那么他们和父母都会错过很多。我一直渴望能亲自引导我的儿子们敬拜，不愿把这样的特权交给别人。

当然，如果“儿童崇拜”的设计真是为了训练孩子敬拜，那就非常有帮助。但遗憾的是，太多的儿童崇拜只是让孩子们做些剪贴、涂鸦，好打发时间，直到大人的聚会结束。如果孩子在成长过程中，总是被允许在“冗长的部分”离开，那么等他们年纪大了、不得不留下来全程参加所谓“成人敬拜”时，就难怪他们会反感，甚至觉得无聊。父母必须帮助孩子把这份非凡的机会看作是一种正面的特权。

在我们家，四岁生日是个特别的庆祝。这一天意味着孩子“终于够大”可以留下来参加整个敬拜。这是一个里程碑。敬拜是特权，而大多数四岁的孩子都已经准备好接受更多。我还

记得，次子斯科特典型地提出了“能不能提前开始”的请求。但他必须等到四岁，这反而增加了期待和特殊感。哥哥罗伯特在他五岁之后的一段时间里，还觉得自己更“高级”一些。等到斯科特四岁生日后，看见他满心兴奋地留在长椅上，而不是跟着更小的孩子去儿童崇拜，真是件让人欣喜的事。他终于成了一个“大孩子”了。

专心敬拜

当你已经让孩子和你一起坐在聚会中时，要如何让他们真正留下来？不仅仅是身体坐在那里，而是心思和灵里也在那里？

许多孩子在敬拜过程中会被允许随时离开。奇怪的是，怎么有那么多孩子在礼拜中“不得不上厕所”。这些孩子往往也是能打完九局棒球却不需要暂停的人。

所谓“厕所紧急状况”，通常发生在敬拜中那些“冗长的环节”。为了让我的孩子不要加入“厕所大游行”，我采取了几个简单的方法。我们避免在主日学和敬拜之间去喝饮水机的水。（教会的饮水机对孩子来说真是人生大谜团之一。在家里，水通常是孩子最不想喝的东西。或许他们觉得那是圣水吧。）

我们会在主日学和敬拜之间先去一趟厕所。（孩子们对在合适的时间上厕所的抗拒，是另一桩人生谜团。）我的两个儿子知道，在敬拜中是不允许去厕所的。从一开始就立下这个规矩，帮助他们学会配合。

当然也有例外——比如突然流鼻血或出现流感症状时，父母必须陪孩子出去处理。这些情况是显而易见的，每个父母都能分辨真假。通常表现为脸色苍白、手心冰凉，或者孩子情绪异常。（奇怪的是，这些真正的紧急状况，往往偏偏发生在最安静的时刻，就像婴儿常在讲道时因肚子胀气而吵闹一样。）

要让孩子真正参与敬拜，就意味着必须排除其他干扰。若我们希望孩子学习专注于主，就要尽可能消除分心的事物。

这意味着玩具、零散的硬币、书本、纸张、笔、涂色书、洋娃娃、小卡车和电子游戏机等都应该留在家里。最好让孩子空着手，除了需要拿赞美诗本唱诗时、拿周报跟进时，或者在读经时手里拿圣经。即便是翻圣经后面的地图来追踪保罗的行程，也只有在讲道涉及保罗宣教之旅时才算合适。孩子们很快就会想到各种各样的“消遣”，即便是宗教性的消遣，如果他们被期望只是“打发时间”，他们就会这样做。

用糖果、口香糖等来“让他们安静”也不是好办法。训练孩子敬拜，就是要他们学习专心聆听并敬拜，而不是靠游戏转移注意力，或靠糖果塞住嘴巴。孩子真正的安静，会在他们学会倾听和敬拜的过程中自然产生，而不是因为被分散注意力。

当然，如果其他孩子在长椅上被允许玩耍，那么正在学习敬拜的孩子也会被分心。

当罗伯特和斯科特问我，为什么有些孩子在敬拜中可以画画或玩玩具时，我总是用积极的方式来回答：强调我们为什么要来敬拜，而不是用消极的理由去解释为什么不能玩。这样一来，孩子们会觉得自己是特别的，而不是被剥夺了什么。

总体来说，我也尽量选择远离那些允许孩子带玩具和书本的座位。而随着越来越多的父母也加入到“在长椅上养育”的行列里，我们就会彼此坐在一起，互相帮助。

保持安静

把注意力放在敬拜上，是学习敬拜的基础。父母和孩子同坐，是为了帮助他们做到这一点，但仅靠靠近并不足以让孩子真正专注。

单纯地告诉孩子“安静”并不能把他们的注意力吸引到正在进行的敬拜上来。长椅上的养育目的，是训练孩子去敬拜，而不是单纯训练他们安静。特定时候的安静确实能提升他们敬拜的能力，但安静只是手段，不是目的。对孩子来说，这一区别极其重要；对父母的神经也是大有帮助。当我们的注意力集中在敬拜的所作所为上，不论孩子是否在旁边，我们自己与神同在的感受就会得着充实。若我们被孩子的不安静牵着走，而不是被敬拜本身吸引，那么我们不过是坐在长椅上与孩子同在，却离神的同在甚远。

不过，一开始训练孩子敬拜并不总是能提升我们个人在主前的体验。从感受层面看，带孩子进敬拜反而可能让人觉得敬拜被稀释。要帮助孩子集中注意力、进入敬拜，所需的提醒和帮助次数几乎数不胜数。这个过程可能令人精疲力竭，但这也是讨神喜悦的功课。

看似矛盾的是：为培养孩子在敬拜中的专注与静默，父母往往要“多说话”才行。若你和孩子坐得很近，你就可以轻声耳语地给出指示和提醒，而不会干扰到别人。

父母坐在哪儿也很关键。我在孩子还很小的时候，总尽量避免坐在“最吵闹朋友”旁边——那样的诱惑太大了。但与其他也在训练孩子敬拜的父母靠近坐，会非常有帮助。彼此会理解那些低声耳语，可以共享教导计划并互相支援。敬拜里互相扶持的父母与朋友，是能在需要时互相替班（代为照看孩子）的；在某天大家都很狼狈时，长椅上的父母还能互相提醒：从长远看，这一切是值得的。

无论教会礼拜是多么结构化或随性，帮助孩子专注都是必要的。每个教会都有自己的礼仪：有的沿袭数百年，有的仅有会众的历史，有的每周都不同。礼仪反映了信仰的历史根基，也反映了会众的风格与偏好。关键是用适合孩子年龄的方法，鼓励他们参与敬拜中的礼仪要素。

其实，从很小的时候起，孩子们天生就喜欢有次序的仪式，尤其是“睡前仪式”。幼儿常常有睡前故事，而且非常、非常经常要同一个故事，一遍又一遍。孩子们喜欢知道接下来会发生什么，对不对？如果你累了、跳过一页，这些小捣蛋鬼马上就会把你抓包。我记得自己有时想：如果我还得再“拍拍那只小兔子”一次，我就真想把它当晚餐了。

帮助孩子学习神恩典的节奏

帮助孩子学习神的节奏，不仅仅局限在主日早晨。许多教会群体一年一度的“神故事的循环”，都能帮助孩子学会参与并理解在耶稣里彰显的神恩典。这个故事从将临期开始——也就是圣诞节前第四个主日。家庭可以通过将临期日历、花环和家庭灵修来帮助孩子期待耶稣的生日。

当然，有时候这份美好的努力也可能“反噬”你。我们教会有一对年轻父母告诉我，他们的四岁孩子非常开心，每天都能在将临期日历里打开一个小窗。有一天晚上，这孩子说了一句带点“灵性意味”的话，爸爸立刻接上话头，展开了一段属灵的谈话。最后，父亲问他：“你愿意邀请耶稣住进你的心里吗？”小家伙用一种看傻瓜的眼神望着爸爸，说：“可是，爸爸，我怎么能呢？耶稣还没出生啊！”

将临期和圣诞季节在主显节（1月6日）结束，并在之后的主日庆祝。主显节讲述神向世界显明耶稣是谁，汇集了信仰中的三个重要故事：东方博士的朝拜、耶稣受约翰的洗礼，以及祂第一个隐藏荣耀的神迹——把水变成酒。接下来是四旬期，大约在复活节前的四十天，这是一个思想人类罪恶与破碎、并思想我们对救主需要的季节。走向十字架、直到耶稣之死的旅程，往往能深深触动孩子们，他们也往往能出人意料地清楚明白自己需要赦免。

我永远不会忘记那个圣周四的聚会，那时我们的两个儿子大约五、六岁。当福音经文被宣读时，会堂里的灯光渐渐暗下来，烛火一盏盏被熄灭，带领会众思想耶稣——世界之光——的受苦与死亡。突然，我们的小儿子哭了起来。很大声，抽泣不止。我当时以为是阑尾炎发作，立刻转身问：“怎么了？”他却简单地承认：“是我，妈妈。我才是耶稣必须死的原因。”

那一刻是何等宝贵的时机，可以向孩子分享：关于我们坏消息的真相，正是引向那为我们成就的“美好星期五”，并显明神何等爱我们。

我们身边的人听到了这一切，不久，会堂里便传来轻声的啜泣与不时的抽鼻声。这完全是合宜的。这个年幼的敬拜者，用一颗柔软的心、以全新的耳朵，听见了这故事。后来回

想，我心里想着：为什么不是我们每次都要哭呢？哭出来真好。正因如此，复活节的胜利才显得更加宝贵。

复活节季节，是基督徒故事节奏里的下一个“鼓点”。它常常以清晨的户外礼拜开始，让会众回想那第一次奔向坟墓的脚步，以及看见空坟墓的惊喜。——基督已经复活！祂真的复活了！复活节期会延续数周，直到纪念耶稣肉身升天与五旬节圣灵的降临。往往会在五旬节后的“三一主日”画上句点。救赎故事的节奏带领会众进入初夏，至深秋时，这个故事又会重新开始。

当父母给孩子读一本好故事时，孩子常在最后一页后喊着：“再读一遍！”救恩的故事，就是教会不断讲述的神恩典之故事，而各个教会都有不同的表达方式。有的教会会随着节期更换圣所悬挂的旗幔；许多传统教会会更换讲台与圣餐桌上的布幔颜色，甚至诗班袍子的领饰颜色。我有一位朋友负责儿童事工，她告诉我，她曾经问过幼儿园的孩子们，他们最喜欢的节日是什么。一个五岁的孩子兴奋地回答：“我最喜欢红色的那个！”（红色是五旬节的传统颜色。）她继续问为什么，那孩子回答说：“因为那是教会的生日，而我最喜欢过生日了！”

教会的艺术、颜色的更替、在儿童讲道中提及节期、敬拜中使用将临期花环——这一切都能帮助孩子年复一年、主日复主日地抓住救恩故事的节奏。这就是那“古老的故事”，孩子们却是第一次听见。难怪他们会一遍又一遍地想听。帮助孩子们学会进入神恩典的节奏，也能在父母艰难的时候，提醒他们：神的信实每天都是新的（耶利米哀歌 3:23），而救恩的故事是一年四季都美好的佳音。

成为帮助

年幼的敬拜者特别需要帮助，才能学会在敬拜中专心。以下是一些建议，关于如何帮助孩子聆听圣经、参与轮读，以及在较短的礼仪环节中投入。至于音乐、讲道、祷告和圣礼，将在接下来的章节中专门讨论。

在讲到小男孩杰里米（和他那条名叫“珍宝”的狗）的故事时，我已经举过一个例子：一个四岁孩子参与轮读时，会是多么兴奋。我帮助杰里米，就像我帮助自己的孩子一样，让他站在长椅上，而我也站着。这样他就够高了，我能轻松地搂着他，把装有读经内容的圣诗本举在他面前。对于学步的孩子，这样的姿势也带来一种我称之为“带着亲情的管教”。你紧紧抱着孩子，却更像是拥抱，而不是拉扯。

接着，因为大多数幼儿都认识颜色，我就能在读经时用手指着字带着他读。我们教会的传统是：牧师读黑色或普通字体的部分，会众读红色或加粗的部分。我告诉杰里米，看着我

的手指指向“黑色的字”，那是“布莱克叔叔”要读的；然后再看我指向“红色的字”，那是我们要一起读的。这种方法能让孩子不仅通过听觉，也通过视觉来专心。值得一提的是，那些使用投影幻灯片来唱诗或读经的教会，最好也要印出文字，给孩子们拿在手里，以便他们能更好地参与。关键在于：帮助孩子聚焦在正在发生的事情上，仔细聆听所说的内容。

只要孩子能认得几个字，就可以让他们读自己会的词，并去聆听其中的意义。等他们读得比较流利时，就可以自己拿书，不需要再站在椅子上，而是直接站在地上。年纪更大的孩子应该能分辨出轮读的经文出处，或知道某个主日的备用读本的背景。对于使用投影的教会，孩子若从小就被训练参与，就能很自然地印刷文本过渡到远处的投影，而不至于分心。

如果孩子从小就被训练参与，他们的归属感和注意力会显得更自然。我常为那些年长的孩子或青少年感到惋惜，他们在礼拜中只是站着，一脸无聊——其实若有人要求他们、并帮助他们参与，他们是可以投入其中的。

在读经时，一点创意可以帮助孩子更专注。若经文是叙事或故事，可以邀请孩子假装自己真的在场，见证了当时发生的事。父母可以在读经过程中引导孩子注意内容，比如问：“你觉得耶稣说这话时表情或语气会怎样？”“如果你当时在那里，你会有什么感受？”“这段经文跟你昨天的心情有什么关系？”

这些问题能帮助孩子参与敬拜的每个环节。孩子可能会用耳语说出一个词或一句话，或者你也可以等到离开会堂后再接着讨论。随着训练，他们会逐渐明白该如何、何时回应。不同的敬拜场合与教堂布局有所差异，但请记住：一个正在回应敬拜的孩子，比起一个被允许在长椅上玩耍的孩子，往往更不会造成干扰。

对青少年而言，可以用语气上的问题来引导，例如：“如果这段经文是电影里的一个场景，会是什么样？”或者提出和他们生活贴近的事物，帮助他们建立联系。让青少年在读经时自由地向你评论，他们就会学会如何把圣经与自己的生活结合起来。

孩子们常常能从圣经朗读中收获比你预期更多的东西。有时候，他们第一次在礼拜中听见某段经文，就会作出非常真诚的回应。这能引发一些很有意思的讨论：比如瘟疫、火焰、圣灵是如何运行的等等。孩子们甚至常常对希律王、加略人犹大或其他圣经里的“坏人”感到愤怒，强烈渴望报复。

问题对孩子是有益的，而且在不断推进的礼拜中，它们往往比冗长的解释更适合。作为父母在长椅上带领孩子时，你通常只能在礼拜的每个环节里，问一个问题，或作一句简短的提醒，来帮助孩子把注意力拉回到敬拜上。

当我们要求孩子专心时，我们自己往往也会更加专心。许多父母都很惊喜地发现，当他们在礼拜中实践“在长椅上做父母”时，自己的敬拜体验也被提升了。礼仪不再显得只是例行公事，而是变得鲜活、有意义——并不是因为字句改变了，而是因为我们再次用心去聆听，发现上帝依然在说话。

在吵闹的长椅上做父母：面对好动孩子的挑战

当我在教会完成一次“长椅上的教养”讲座后，我通常会安排一个问答时间。几乎每次都会有人问这样的问题，无论是在小组里还是私下单独提出来，都是关于应付过度活跃孩子的挑战：

“当我的五岁孩子连九十秒都坐不住时，我该怎么办？”

或者“我的儿子可以大致坐好，但他的脑子就像开了加速器，时刻都在转，不停地观察，然后想说、说、说。”

这些父母往往精疲力尽，经常叹气，甚至有点后悔参加了讲座。他们本来希望听到一些能让孩子安静下来的方法，而我却挑战他们去帮助孩子保持清醒、投入。

这些父母爱主，也爱他们的孩子。他们真心想尽好父母的责任，但有时却被孩子聪明、精力旺盛、坐不住、充满创意的个性压得喘不过气。无论孩子是否被正式诊断为多动症（ADHD），他们都渴望知道如何带着这样的孩子敬拜神。

关于注意力缺陷障碍（ADD）和注意力缺陷多动障碍（ADHD）一直有很多争论，而我并不是专业的治疗师、辅导员或研究者。但我确实知道，父母和教会的同工常常要面对活跃或注意力不集中的孩子在敬拜中的现实。（至于那些“不够活跃又心不在焉的成年人”，那大概得另写一本书了。）

这些父母的担忧是真实的。如果孩子服用的药物在周末需要停用，那么主日早晨的挑战就更大了。但即便如此，仍然有一些方法，能让父母在长椅上带领好动的孩子敬拜成为可能。

首先，这类孩子很多是视觉型学习者。写点东西可以帮助他们集中注意力、学习。虽然我通常的建议是“不带铅笔、玩具、涂色书等等”，但在某些情况下，合适的活动反而能帮助这些视觉型的好动孩子更专注地投入敬拜。在礼拜的某些环节，学龄前和低年级的孩子可以被允许画画，而高年级孩子和青少年则可以记笔记，写下讲道或“比较长的环节”里主要的内容。关键还是要让他们把注意力放在敬拜上，而不是单纯“找点事做”。这里父母的引导是关键，就像在长椅上的所有教养一样。父母通常能分辨出孩子是心不在焉地乱涂乱画，还是在透过画画或记笔记延伸他们的专注力。

一个常见的诱惑是，把孩子完全纳入完整礼拜的时间一再推迟，直到远超过四岁。也许有极少数孩子会因此受益，但我的经验是：越早让这些好动的孩子接触“必须坐得住”的较长时间，效果反而越好。有些专业人士甚至告诉我，根据他们的经验，我在书中提出的这些原则，其实对 ADD/ADHD 孩子非常有益。可能他们学得更慢一些，可能需要一周一周地不断重复、再学习，但从长远来看，这些训练会对他们的身心健康带来益处。

过度活跃的孩子可能需要更频繁地被带出礼堂，因为他们的行为会造成干扰，但父母必须把这件事交托给主，并把它视为谦卑学习的一个机会。父母在带领这些常常很有天赋、却容易分心的孩子时，更需要格外留心他们在敬拜时的座位安排。哪些事物或哪些人最容易让你的孩子兴奋？尽量避免。我知道，许多在学校中与 ADD 和 ADHD 学生一起工作的辅导员会建议让这些学生坐在教室前排。

事实上，坐得更靠近“核心位置”对所有孩子都有帮助。如果孩子坐在礼堂的最后排、礼拜中心太偏的一侧，或是躲在“隐蔽”的楼座里，要帮助他们参与敬拜就难得多。父母有时会选择这些位置，以备孩子闹腾时好处理，但我在课堂和礼堂里都发现，孩子坐在前排反而更专心。

在周六预备主日敬拜的时候，父母需要有意识地为孩子设立合适的期待。有时当孩子明白父母对他们的期望时（通常和一个适龄的奖励挂钩），他们的应对能力会更好。加强日常规律往往也很有帮助。大多数 ADD/ADHD 孩子的父母都知道饮食上的一些限制或建议，这些可能有益，但这超出了本书或我的专业范围。

当你觉得太难或太累时，要请朋友来帮助你。把你在管教活跃孩子时的挑战，和其他父母、以及你的牧师分享。最重要的是，要带着感恩为孩子祷告。求主帮助你用祂的眼光来看待孩子。求祂赐下耐心、智慧和力量，让你能享受这些孩子。那些让你觉得主日上午特别漫长的创造性活力，从长远来看，正可能造就出伟大的圣徒。

坚定立场

在长椅上带孩子敬拜，有时顺利，有时不顺利，原因多得和父母、孩子的个数一样。保持一致从来都不容易，我们都会累。但在敬拜训练上，我比其他育儿任务更能坚持。我想这是因为这件事对我来说比别的更重要，甚至比吃饭更重要。

然而，坚定并不意味着没有风波。当我开始与父母们分享自己在长椅上带孩子敬拜的经验时，我问过两个儿子：“在我所做的一切事情中，哪一件最帮助你们学会重视敬拜？”那时他们大约十岁和十一岁。我分别单独问他们，避免让对方听到。

令我惊讶的是，他们的回答一模一样。我并不太高兴听到这个答案，但问题是我先问的。“哦，妈妈，”他们都说，“就是那天早晨你把我拉出去，打了我的屁股。”

唯一让我安慰的是，他们都承认这只是一次性的事，但从那以后，他们知道我是真的认真对待的。他们还补充说，打完之后我给他们上的那番关于神渴望他们的爱和专心的诚恳教导，也同样对他们有帮助。

我要强调，不同的孩子有差异，父母在训练孩子的方式上也各不相同。许多父母避免体罚，也能找到其他有效的方法来影响孩子的行为。遗憾的是，有些父母无法控制体罚的程度，最终导致虐待。对一些孩子来说，打屁股可能会适得其反。剥夺某种特权或给出其他后果，对另一些孩子可能同样有约束力。但空洞的威胁和父母的挫败感毫无帮助。

无论是超市还是圣殿，父母都要以私下且一致的方式，传递给孩子一个信息：你是认真的。无论父母采取哪种方式管教，明确期望与后果都非常重要。

罗伯特和斯科特接受了体罚，并能领会其中的用意。我很高兴那些日子已经过去了。妈妈是对的：打孩子确实更疼在父母心里。我也不知道为什么罗伯和斯科特会说这是他们训练中“最有帮助”的部分。但如果我把这个故事省略，那就不够诚实了。

《箴言》22章提醒父母要“教养孩童，使他走当行的道”（6节），要明智地使用管教（15节），并且继续劝勉说：

“你须侧耳听受智慧人的言语，
留心领会我的知识，
你若将这些存在心里，
嘴上咬定，便为美事。
我今日特特将这些指教你，
就是要使你倚靠耶和華。”

（17-19节）

在长椅上带孩子敬拜绝不容易，但我感恩我的孩子慢慢学会——在敬拜中，他们可以信靠那位亲自临到他们的上帝。这比数砖头要好得多。

第六章、发出欢呼声

我们教会的“Atomic Praise Choir”（原子赞美诗班）正如火如荼地开展活动。初中生和高中生都热衷于穿着扎染T恤（必须塞进裤子里），搭配蓝色牛仔裤（不能有破洞）。他们喜欢唱教会的新圣诗、赞美诗歌，以及基督教广播里常听到的歌手的作品。

“Atomic Praise”这个名字是孩子们在一次头脑风暴中想出来的。意思是这个诗班要用生命中的“每一个分子”来赞美上帝。热情高涨。作为诗班的带领者，我虽然能唱准调子，但几乎不会读乐谱。我只希望教会里的青少年，包括罗伯和斯科特，能发现用音乐敬拜主意味着什么。这是“长椅上的育儿”在大规模上的实践。

孩子们一开始就乐于接受挑战。我一开始就把规则告诉他们：女孩们简直不敢相信我真禁止“写纸条或传纸条”。当我告诉他们必须专心参加礼拜时，他们全都愣住了。等我说在每周练习时要“考”讲道内容时，他们一下子都坐直了。（第八章我会详细讲这部分。）

让他们觉得一切都值得的，是这样的理念：我们不是为了给会众表演，而是要用我们的心灵和歌声直接赞美上帝。青少年的“分子”在上帝面前是重要的。音乐对青少年很重要，把这两者结合起来，就是一种带着新洞见和热情来敬拜上帝的方式。

音乐与青少年

教义、神学以及陌生词汇的定义，在青少年兴趣清单里排得很靠后。而好的基督教音乐，无论新旧，都提供了一个机会，可以用青少年更感兴趣的方式来教导基督信仰的真理。

世俗世界当然也在不断地透过无数副插在青少年耳朵里的耳机，来传递它的讯息。

“Atomic Praise Choir”会讨论音乐里的信息。某年圣诞节，我们谈论了这句话的含义：“上帝成为一个失落在时间与空间里、没有地位和身份的人。”我们谈到了赎罪、救赎、“和散那”（hosanna）、“哈利路亚”（alleluia）。这些词是什么意思？不仅仅是在字典里，而是在我们心里。

对许多青少年来说，最困难的事是让他们头脑里学到的真理去影响他们真实的生活和行为。很多人过着分割的生活：有“教会里的行为”，也有“在外面的世界里的行为”。在唱完《弟兄，请让我作你的仆人》（*Brother, Let Me Be Your Servant*）的最后一个音符之后，孩子们往往立刻就开始互相挖苦和嘲笑。

有时我会冷静耐心地提醒，有时则会情绪爆发，直接指出这种虚伪。有时候他们会听进去，有时候他们会当耳边风。尽管我在练习中所做的准备并非徒劳，但真正最有意义的，是他们亲身参与敬拜。

把内心真实的渴望与头脑里的理解连接起来，往往是接触一个完整的人的更好途径。

青少年需要敬拜主。当他们面对一种超越自我的真实、面对一种与他们文化的相对主义背道而驰的现实时，他们会得到安慰。福音在耶稣基督里向我们显明的绝对真理，为青少年提供了安全感和真正的自由。而他们所生活的世界，却是一个充满诱惑的世界，随时随地用各种说辞来推销自己。上帝的话语不是推销词，而是真理。敬拜给青少年一个机会，让他们能近距离、亲身地遇见那位“真理的宣告者”。音乐正是一个很好的引介方式。

然而，引介最好是一对一地进行，而不是像我在 *Atomic Praise* 诗班那样大规模地尝试。父母若能关心、支持并投入，就能帮助日益独立的青少年藉着音乐进入敬拜。和你的青少年一起聆听当代基督教音乐，谈谈歌词与意义。有些音乐的确空洞、只是无意义的重复，但许多歌曲却带来“新皮袋”的洞见，展示福音如何与当今世界相关。

也要谈论教会的旧圣诗，解释其中的词汇，讨论它们的含义。同样，某些圣诗也可能显得空泛或重复，但许多“老歌中的好歌”却能历经数百年，因它们把福音提炼成押韵的真理。所有圣诗——不论是两年前写的，还是两百年前写的——在它们诞生时，都曾是“新歌”。

巴赫（J. S. Bach）与迈克尔·W·史密斯（Michael W. Smith）、斯图尔特·汤南（Stuart Townend）与马丁·路德、盖蒂夫妇（the Gettys）与卫斯理兄弟（the Wesleys），他们都曾用音乐表达圣灵在他们心中所放下的真理。那些被谱成音乐的圣经真理，可以被上帝用来带领我们在敬拜中进入祂恩典的宝座。你可以与牧师、敬拜带领者、音乐负责人或礼拜委员会沟通，推动在圣乐中加入多样化的声音。

在圣乐中呈现种族的多样性、风格的多样性、世代的多样性，这些都有助于我们在主面前表达上帝国度的全貌。这个国度包含老与少，涵盖各族、各国。青少年带着他们对新鲜与变化的渴望，能帮助整个会众更好地反映圣经所启示的国度——那个超越文化、世代与个人喜好的国度。

从小开始有帮助

青少年曾经都是蹒跚学步的孩子。带幼儿的父母觉得高中岁月永远不会到来，而青少年的父母又觉得幼儿期仿佛就在昨天。童年的每一个阶段，都有音乐的陪伴。

“耶稣爱我，我知道，
因为圣经告诉我。”

这是一首幼儿的经典儿歌。也是二十世纪神学家卡尔·巴特在被问及如何总结他信仰的核心时所给的回答。真理可以用两个手指就能弹奏的曲调学会。巴特以极其复杂和学术的方式论证圣经权威的启示性，而幼儿们则在教会的地下室里每个主日高声唱出。

音乐是父母在教导孩子敬拜时最容易使用的工具之一。圣经规定音乐是敬拜的一种方式（如《诗篇》33:3、100:2，以及《歌罗西书》3:16 只是其中的几个例子）。在下一章我将讨论赞美和祷告常常是如何通过音乐来表达的。经文的记忆也更容易通过唱歌来完成。

然而，主日学的歌曲往往不是圣堂里的音乐。父母需要帮助，让最年幼的敬拜者能唱出成人敬拜用的诗歌。这是孩子们与教会的传承与历史相连的一个重要方式。敬拜音乐也能为理解上帝真理打下根基，从而培育出下一世纪的神学家。

训练孩子在圣堂里唱诗和歌曲，是“在长椅上养育孩子”最容易的一环。孩子们喜欢被释放出来“发出欢快的声音”。这样的机会绝不能错过！如果教会使用投影播放敬拜时的歌词，就应当为十岁以下的孩子打印出来。孩子们难以从远处专注于文字，而手中有歌词会让他们在学习阅读的过程中更容易参与。

在唱诗或圣歌时，如果歌词完全陌生或难以发音，可以鼓励年幼的孩子用“啦、啦、啦”跟着旋律唱。孩子们不介意这样，很快就会学会副歌或重复的句子。若同一首圣歌或歌曲能连续几周重复，孩子们会更容易学会。一首“本月圣歌”能大大帮助父母，尤其是那些还不会读书的学龄前儿童。如果你觉得这有帮助，可以请牧师、音乐负责人或礼拜委员会考虑，把它作为训练孩子的一个事工。即使是没有孩子的成年人，只要明白其目的，也不会介意重复。

对青少年来说，知道圣诗背后的写作故事尤其有益。许多古典的或现代的圣诗都有其背后的故事，这不仅能加深任何敬拜者的敬畏与喜乐感，尤其能帮助那些常常质疑传统相关性的青少年。牧师或敬拜领袖可以向会众讲述这些故事。此外，许多教会图书馆都有介绍圣诗及其作者背景的书籍。

帮助孩子在敬拜中有身体上的参与也很重要。即使他们还不会读书，也需要能够拿着圣诗本，或看见投影屏幕。这通常意味着学龄前和低年级的孩子要站在父母身旁的长椅或椅子上。父母要一只手搂着孩子，另一只手拿着圣诗本；若是投影歌词而没有给孩子印刷的资料，父母就要帮助他们把注意力引导到屏幕上。

父母应当尽量以清晰的声音唱歌，让孩子能听清歌词，并在必要时给予指导。作为一个“单身指挥”带着两个孩子，我常常是我们三人共用一本圣诗本。一个孩子拿着书，我则用手指逐节逐句指引歌词。另一只手通常搂着那个在那天最不安分的孩子。

当孩子们能比较熟练地阅读之后，他们各自就能拿一本圣诗本，而我则在其中一本里跟着唱。如果你的教会使用投影屏幕，也可以采取类似“紧挨着站立”和“引导”的方法，但要记住，对孩子来说视觉集中会更困难。此时可以特别教导并鼓励他们更专心地聆听歌词。要注意，小学生在发展阶段上更难长时间专注于远处的屏幕，因此最好能为他们打印出诗歌

歌词、祷告文、经文读本或任何需要会众参与的内容。许多使用投影的教会，都会专门印制儿童用的周刊来帮助他们。

年幼的孩子可以被要求在诗歌里留意某个特定的词或句子。当他们发现时，会兴奋地加入歌唱。我最难忘的一次与孩子们的敬拜经历，是在唱《你要问我所知道的奇事》时。唱了三四行之后，就会出现那句宣告性的副歌：“耶稣基督，曾被钉十字架！”我的两个小家伙等着听这一句，听到时就热情高喊。起初，我还需要给他们一个提示——要么点点头，要么大声耳语一句“现在！”——他们就会带着幼儿特有的热情，把这句喜乐的副歌唱出来。

随着孩子们长大，父母就需要解释并讨论圣诗的内容。这既可以在礼拜开始前、入座时进行，也可以在家里唱熟悉圣诗的轻松时刻进行。在礼拜中，也可以在圣诗或诗歌的器乐前奏时，简短指出其中的亮点或意义。好的敬拜带领者常常会帮助会众聚焦于圣乐的内容或敬拜的目的，而父母则可以引导孩子去聆听和理解这些讲解。

在敬拜中，内心与歌声的真实始终是最重要的——也就是要真心相信自己所唱的。有些歌曲包含的宣告，我们可能渴望它们在自己生命中完全实现，但也会提醒我们生命中的虚伪与不足。我们需要和孩子谈论我们在“完全降服于耶稣”上仍然挣扎的地方。我们需要帮助孩子明白，上帝的恩典确实是“奇异的”——“前我失丧，今被寻回；瞎眼今得看见”，这不只是歌词，而是被耶稣亲自认识的见证。

这往往可以通过一些简短的耳语来实现，帮助孩子或青少年知道在唱完圣诗后你在思考什么。我常常在唱诗之后坐回长椅上时这样做。比如说：“当我为爷爷担心时，耶稣真是我的朋友。”这样的简短分享会让《何等恩友慈仁救主》这首诗歌更有意义。这些话帮助孩子明白：所唱的内容确实重要；它不仅在主日敬拜中有意义，在日常生活里同样真实有效。他们会学会聆听自己所唱的歌词，也会学会活出歌词的内容。

聆听别人的音乐

敬拜聚会中常常包含一些并非为会众直接参与而预备的音乐。圣咏、献诗和圣歌是向上帝而唱的，而会众则被邀请以默想的方式进入敬拜，随着音乐被带领。小孩子可以被教导在圣咏中听某个特别的词语。比如说，每次他们听到“耶稣”或“荣耀”时，就轻轻捏一下父母的手。这样，他们就学会了聆听、注意，并欣赏歌词和音乐。这对年纪稍大的孩子尤其有帮助，即便他们不太喜欢音乐的风格，也能学会在歌词中聆听真理。

有些音乐——如器乐的序曲、奉献曲和后奏——是无词地献给主的。父母可以让孩子仔细聆听，并想象音乐中正在发生什么。可以请孩子想想，这段音乐让他们联想到圣经里的哪个故事。孩子们往往觉得这很容易做到。虽然这未必是作曲家本来的意图，甚至和曲名毫

无关系，但孩子们会在音乐所激发的想象中“看到”动作和情节。在敬拜中，可以提醒孩子在聆听时思想上帝、创造、圣经故事或其他圣洁的事。音乐是欢快的？忧伤的？宁静的？还是动荡的？成长于“视频世代”的孩子们，听音乐时联想画面毫不费力。毕竟，古典音乐早已是许多动画片的背景。

要帮助孩子在敬拜中专心聆听圣乐，特别是较古老的音乐，最好先用无词的古典音乐来练习。最合适的地方是车上，因为分心的可能性较小。我常在开车时训练 Rob 和 Scott 听各种器乐曲。我会调到古典乐电台，或者放一张纯音乐专辑。然后我让他们听一听，并想想这段音乐可以配上怎样的故事或电影场景。在教堂里，敬拜是重点，我通常会给他们一个大致的想法或主题；但在车里，我不会提示，他们就会自己想象——而且想象力丰富！雄壮的赋格曲成了鲨鱼袭击和赛车的背景；平静的曲子变成草丛里的瓢虫，或者间谍偷偷接近某人。这很有趣，而且很有帮助。

在教堂里，前奏可能让他们想起耶稣喂饱众人的故事；热烈的奉献曲可能变成上帝创造恐龙的情景。或许这并不是韩德尔（或其他作曲家）原本的用意，但孩子们正在学习聆听。这是一个开始。

有一年复活节前夕，我们的教会在圣周四举行特别聚会，由诗班带领，会众大多是静听音乐。聚会结束时，全体要在圣殿变暗时静默退场。Scott 却仍坐在长椅上，小声对我说：“你先走吧，我想在这里再坐一会儿，想一些事情。”我十分感恩，因为他已经学会了在敬拜中聆听音乐。

儿童诗班

儿童诗班在敬拜中能极大地帮助孩子们运用他们的恩赐。要鼓励孩子们参与，把唱诗当作献给上帝的祭物，而不是为会众表演。无论在聚会前还是聚会后，都要在言语上不断强化这一点。赞美时也应少强调孩子表现得如何，而是强调敬拜如何被提升、上帝如何得荣耀。比如说：

“今天早上当你把那首诗歌唱给主的时候，我真的想了很多关于神如何爱我。谢谢你帮助我敬拜。”

这和“哦，我今天真为你骄傲，你唱得真好”完全不同。孩子能听出差别，并会被提醒什么才是敬拜中最重要的。他们会学到，学校表演和带领别人敬拜永生上帝之间有天壤之别。

在敬拜中给儿童诗班拍照或录像的诱惑应当避免。而那些会以拍手作为向神表达感谢的教会，也要小心教导孩子分辨：掌声是针对表演，还是作为献给神的赞美。

无他磐石

我很喜欢唱一首歌献给主，这首歌源自耶稣的警告：若人不赞美他，石头都要开口赞美（参路加福音 19:40）。这首歌也呼应诗篇的宣告：全地都要向耶和华发声赞美。鸟儿歌唱，树木摇动枝条。歌曲的内容虽然古老，却配上了当代的节奏，有点像旧时的福音灵歌，唱起来非常喜乐。

当父母教导孩子如何敬拜时，必须提醒他们，人活着的“首要目的”就是荣耀上帝。我们需要在敬拜中向主发出欢呼的声音，需要“向耶和华唱新歌”，需要让孩子们看到，通过合乎圣经、歌词丰富的现代诗歌，可以享受永远喜乐于主的滋味。

同时，我们的孩子也需要进入信仰的遗产，那些历代圣徒留下的圣诗：

我该用何种言语
来感谢你，至爱的朋友，
为着你受死的痛苦，
为着你永无止境的怜悯？
哦，让我永远属于你；
即便我心力衰竭，
主啊，愿我绝不，绝不
在世上失去对你的爱。
——明谷的伯纳德（1091–1153）

第七章、祷告、认罪与罐头食品

我母亲告诉我，当我还很小的时候，我有一个看不见的朋友，名字叫韦尔夫（Werff）。她记得这个小家伙很小，很近，我总是坚定地说出韦尔夫在哪里、他喜欢吃什么、以及我听到他讲过的话。韦尔夫偶尔会被人踩到、坐到或被不小心打断，但我的朋友总是会“恢复”。不过，当我的妹妹凯莉出生后，韦尔夫似乎就消失了。

孩子们有能力对看不见的对象说话、倾听。他们拥有的这种信心，正是耶稣所称赞的、能显明天国的信心。孩子们能够明白，以信心向那看不见的上帝祷告，这位上帝是真实的朋友。

如果我们的孩子学会祷告，学会向上帝说话，并聆听上帝对他们说话，他们的生命就能建立起稳固的信心根基。而且，因为上帝是真实的，也完全有能力与孩子们建立沟通，他不会像想象中的童年朋友一样，随着时间而消失。

祷告，而不是鹦鹉学舌

父母、牧师和基督徒教育者往往没有给孩子足够的机会进入教会或家庭的祷告生活。孩子们可能会被教导如何“谢饭”或“祈求神祝福某某”，但通常止步于此。孩子们需要被训练去真正祷告，而不是机械重复基督徒的套话。谢饭祷告和“求神祝福”本身并不一定是鹦鹉学舌，但如果像教幼儿园表演台词或教“请”和“谢谢”那样去教导，就很可能变成照本宣科。

孩子们可以在很小的时候，就被带入祷告的未知与喜乐当中。我记得有一晚，罗伯特因为哮喘而呼吸急促。作为一个七岁的孩子，他挣扎于耶稣能医治但还没有医治他的事实。在经历了他自己、我们父母以及教会长老许多次的祷告后，罗伯特给了我一个连我自己有时都难以达到的信心。他一边喘着粗气，一边祷告说：

“耶稣，我知道你最清楚。我真的很想好起来，但无论你怎么做，我都愿意。”

大约一年后，在我丈夫做膝盖手术的前一晚，罗伯特祷告说：

“亲爱的耶稣，请让爸爸的膝盖完全恢复，好让医生明天一看就惊讶地发现不需要开刀。嗯……不过我知道你总是做最好的决定，所以如果你不照我真正想要的去做，那……也没关系……因为……你还是……嗯……耶稣。”

圣经里充满了许多“心愿式祷告”被回应的故事。但它同样充满了祷告中真实的失望。孩子们能接受这两方面。如果祷告要对孩子变得真实，如果上帝要对他们变得真实，信心就必须在祷告中与上帝的真实经历上扎根。上帝必须被信靠——不论他回答“是”还是“否”，因为他会按着最好的方式来爱我们。

在家中操练团体祷告

在教会的团体敬拜中，可以找到不同形式的祷告结构。大多数礼仪都包含认罪、代祷和赞美。这些团体祷告的时刻，是训练孩子学会信靠上帝、并体会上帝大家庭需要与支持的重要部分。

预备孩子进入团体祷告的关键，是家庭中的祷告。从最小的年纪开始，孩子就应该被鼓励用自己的话向上帝说话。而你能最好的教导方式，就是用你自己的话与他们一起祷告。孩子们需要听见父母“直接”跟上帝说话。他们也需要看见我们，并最终能与我们一同，安静地聆听上帝。

祷告需要编织进我们的生活。孩子们需要看见祷告是我们凭信心倚靠上帝的核心。他们需要明白祷告不是随口许愿、最后加一个“阿们”而已。我不会因为迟到就随便为停车位祷告，但我的孩子们确实听过我在一个下大雨的日子祷告，为了能在医生办公室前找到车位——那时斯科特高烧到华氏 105 度。而当我们真的停在那个车位时，他们能像新约里所说的那样惊叹，仿佛见证了神迹。

祷告中的诚实

斯科特四岁时有一次祷告说：“耶稣，谢谢你创造了世上所有美好的事物，还有那些罐头食品。”

就是这样，我才知道主日学在开展罐头食品募捐。斯科特在幼儿时期还以感恩鸡肉而“出名”，因为那是他最喜欢的食物（直到现在依然如此）。

孩子们需要向上帝诉说那些真正关乎他们生活的事情。作为父母，我们也需要在祷告中对世界与生活里我们不理解的处境保持诚实。孩子很敏锐，他们能够分辨我们说的是真是假。

大多数孩子很早就会怀疑圣诞老人和牙仙是否真的存在。但上帝必须属于完全不同的范畴。事实上，虽然详细讨论超出本书范围，但我承认，在我们家里，我们从未把幻想当作事实来灌输给孩子。可以假装、可以培养想象力，但我们决定不把虚假的东西当作真实的呈现给孩子。这大大减少了失望与混淆。圣诞老人就像唐老鸭或米老鼠一样，被当作穿着服装的有趣角色，有一套编出来的故事。（我们也告诉孩子们，和朋友玩假扮游戏没有问题，而且他们的朋友可能还真不知道背后的真相，这也没关系。）实际上，我们决定不保留文化中很多与教会节日挂钩的传统。不论其他父母是否像我们一样，关键在于——孩子必须感受到耶稣与复活节兔子之间有清楚的区别。

上帝是可信的，因为他是真实的。他的真实性在孩子心中是有说服力的，因为他是至高无上的。上帝的旨意与计划并不总是符合我们的期待。孩子们往往在失望或困境中，才深刻地体会到上帝的存在，对他们来说，上帝是客观的、真实的、与众不同且大有能力的。我们不必害怕“未照我们所愿的祷告”会削弱或摧毁孩子的信心。孩子们需要看到——无论发生什么，上帝始终值得信靠。这才是成熟信心的根基。

有一次，一位大学生在经历严重的情感危机后，短暂住在我们教会一个家庭里。她需要一个庇护与安慰的地方。这户家庭在祷告和圣经教育（以及在会众中带领敬拜的操练）方面做得非常好。住在他们家期间，这位大学生丢掉了工作。家庭祷告时，他们也为她的处境祈求。之后，这家六岁的小女儿找到正在哭泣、害怕的“大学姐姐”，用手搂住她，很自然地安慰说：

“你知道吗，上帝在你出生前就已经知道今天会发生的事了。所以如果他完全知道并且觉得没问题，那就一定没问题。”

后来，这位学生与我、也与收留她的夫妇分享说：在这个年幼孩子那份自信的理解里，《诗篇》第 139 篇从未如此真实地触动过她。

这就是天国的样式。让孩子学会为真实的事祷告——不论是简单的还是深奥的——就是在预备他们参与教会大家庭的生活。教会需要听见孩子的祷告，因为他们常常正好体现了圣经对信心的最佳定义：

“信就是所望之事的实底，是未见之事的的确据。”（希伯来书 11:1）

为脏兮兮的心祷告

饶恕是我们人生中最渴望却看不见的需要之一。它借着信心得以实现，而信心常常通过认罪祷告来表达。在敬拜中，认罪祷告通常会伴随牧师或领会人宣告赦免，这赦免是基于基督已经完成的工作，并引用圣经中的应许。这对孩子来说，可以是一次非常重要的经历。

在包含个人安静认罪的祷告时，年幼的孩子最好由父母轻声引导。比如这样说：“现在我们低下头，把自己做错的事告诉耶稣的时候。还记得我们今天早上说过你有点自私吗？现在就告诉耶稣，并请他帮助你下次把最后一个甜甜圈分给弟弟（或者妈妈）。 ”

有一个孩子的认罪让我十分感动（我相信也感动了神）。他说：“亲爱的耶稣，你上周把我的心洗干净了，可现在它又变得脏兮兮的了。我需要帮助！”我猜那周的讲道题目大概是《罗马书》第 7 章。不管怎样，这个小学生已经在学习如何诚实地向主倾诉。

幼儿可以被鼓励认罪，但内容应是他们记得的、发生在最近一天内的事。好在对一般幼儿来说，犯错可从来不是稀罕事。如果孩子真的是带着“清白”的状态来敬拜，那认罪的时间就可以引导他们说：“谢谢耶稣，无论如何都爱我。”

为耐心祷告

当我们引导孩子爱神时，要避免把每一个情况都塞进“属灵教训”里。我作为年轻母亲时，最好的建议之一就是：“不要在六月就评判十月的苹果。”这句话提醒我不要太早下结论。我们不能试图在孩子的生命中代替圣灵。

真正的悔改、真实的属灵洞察和真信心，都是圣灵在我们和孩子生命中的工作所结的果子。保罗提醒我们：“我们原是他的工作，在基督耶稣里造成的，为要叫我们行善，就是神所预备叫我们行的”（以弗所书 2:10）。

我们心里总盼望孩子“长大能走对路”，这常使我们把他们生命中的小问题夸大成大事。孩子每一次擦伤、打喷嚏、打翻牛奶或小小的过错，都不需要变成一篇讲道或属灵训诫。有时候我们太难放松，很难在自己孩子的调皮举动里看见幽默，尽管若是别人家孩子干同样的事，我们可能会笑出来。

做父母是有压力的，尤其是当我们试图把“神的工作”也揽在自己肩上时。神才是那位在孩子生命中作工的，他的工作是持久的、智慧的、有耐心的、全知的。而我们父母，不论做得多好，在这四方面都不可能完全。他才是那位完美的父亲，用完美的爱爱我们的孩子。我们必须信靠他正在孩子的生命中作工，即使这很难做到。

随着孩子长大，他们需要学会照着自己的眼光认罪。祷告需要越来越多地包含他们自己提出的关切。父母必须把孩子属灵成长的结果交托给主。我相信，神正在孩子的生命中写下一段见证——这是他的故事。他独自看见从起初到末了；当我们只看到“六月的青果”时，他已经看见了“十月的熟苹果”。

教会中的祷告

祷告若是具体的、真实的、出自生活处境，就能培养孩子在神面前的诚实，并引导他们一生都经历救赎和恩典。孩子这样的祷告，往往也能激励整个会众在祷告中更加真实。遗憾的是，教会中的公祷常常流于表面，充满鹦鹉学舌般的宗教套话。

“亲爱的上帝，求你不要让汤米在战场上被杀”——这是那天主日大家心里都有，却没有一个大人敢出口的祷告，直到一个孩子把我们心里想说的话说了出来。

主日学老师和可信赖的朋友们，也需要陪伴并为那个突然脱口而出“我爸爸有了女朋友，

不再爱我们了”的孩子祷告。孩子真诚的祷告提醒我们：天父已经知道一切细节，知道一切挣扎，也知道一切答案。

许多孩子在细节上比我们更敏锐——他们记得的事，往往是我们早已忘掉的，甚至是我们宁愿忘记的。带领孩子学习代祷，本身就像是一场“记忆的冒险”。年幼的孩子一旦听到有人在教会里重病，就会持续为那人祷告，即便我们早已忘记。若是允许他们去探访病人，印象会更深。

只要不会影响病人的康复，孩子常常是最好的探访者。这类探访一般都很简短，但通常会带来一连串的问题，尤其是去医院时。父母需要在探访前给他们充分的说明，探访后耐心解答他们的疑问。对孩子来说，看见病人、感受到他的处境，会帮助他们从幼儿到青少年，都能带着更认真的关怀、更深的洞察和更真切信心来祷告。而病人通常也会感到欣慰，因为来了一个诚实的“小访客”，真心想知道“那是什么”，而不是敷衍寒暄。

祷告是成为教会大家庭一员的重要部分。我们的孩子需要被纳入这个家庭的关系之中。神在信仰群体里赐下的回应，本身就是祂向我们施爱的方式，也是祂鼓励我们信靠的记号。

一切都从小事开始。教导年幼的孩子合手、闭眼祷告，是帮助他们集中注意力的方式。这样的动作本身不是祷告，但可以帮助他们进入祷告。必须教、示范、再教，并解释其意义。我常常注意到，父母在教孩子学会球队的战歌时，比教孩子如何祷告要更用心、更兴奋。基督徒父母当然不是有意要传达什么更重要，但有时候，我们确实更擅长培养“新球迷”，而不是培养“新门徒”。

为世界祷告

对我们的孩子和青少年而言，祷告必须超越仪式和动作。教导他们为教会的宣教需要祷告，可以通过一些真实的接触来加强。例如，邀请来自教会所支持的宣教国家的人来访。很多时候，向本地大学的国际学生办公室询问，就能联系到来自世界各地的学生。孤单的国际学生非常乐意被邀请，愿意与人见面，分享他们的家乡和文化。有时这些学生还不是基督徒，而你主动伸出友谊之手，可能就成为建立关系、分享福音的机会。

让国际基督徒用他们的母语与会众一起祷告，也是一幅鲜明的图画：神爱全世界，祂聆听任何语言的祷告。

孩子们会深受影响，当他们看见国际学生走进我们的家庭和教会。他们学到世界比自己的小镇更宽广，他们的地理知识提升了，他们甚至学会吃各种不同的食物。他们也因此学会怀着亲切和温暖，为世界各地的人祷告——这与教会外许多青少年所常见的偏见与孤立态度截然不同。

赞美的祷告

在祷告的各个层面中，赞美通常是孩子们最容易学会的。表达感谢对年轻人来说并不难。如果礼拜的礼文中包含传统圣诗，常常会有一首是赞美诗。要把这一点指出来，让孩子们看见诗歌歌词中的祷告。这样能帮助他们学习如何赞美上帝。

帮助孩子们抓住关于神属性的一条真理，也能引导他们学习因着神是谁而赞美祂。一首诗歌、一则讲道的例证、一句信经的短语，都可以凸显神的一个特质。父母可以利用这些机会，帮助孩子专注在神的某个属性上，并向祂献上感谢。

教会生活中的时事同样可以让神的属性变得更加贴近生活。我们教会曾有一个家庭在火灾中失去了房子。在那次主日崇拜里，会众为神的保守而献上感恩。有人特别提到神的同在与大能，如何在烟雾进入卧室前唤醒了一位家人。那天早晨我们唱的诗歌都在承认神的主权、神是避难所、神是赐平安的主。这是一个极好的机会，让父母帮助孩子专注在神的品格上，并因祂在熟悉的人生命中彰显自己而赞美祂。

在一个充满不满与焦躁的世界里，教导孩子进入赞美与感恩的生活至关重要。我们会众中有一个四岁的小女孩，有一次在唱赞美诗时，默默流下眼泪。圣经说圣灵会用“说不出来的叹息”帮助我们祷告。小莎拉因着音乐与歌词，被触动而流泪，这泪水就是最纯净的祷告。她的母亲安静地抱着她，陪伴她，并安慰她说这是一种对神很好的感受。其实，这个孩子曾经调皮捣蛋时也曾轻声恳求：“妈妈，请不要把我带出去。”对她来说，留下来，成为敬拜的一部分，参与其中，十分重要。莎拉正在学习：她的存在、以及她的父母，对敬拜上帝这一经历来说，都不可或缺。

青少年的祷告

在孩子们进入高中以前，我们全家每天早晨都会一起灵修，包含祷告和读经。有时我们会使用灵修手册。青年归主协会（Youth for Christ）出版的一系列灵修材料写得特别好，不会居高临下地对孩子说话。我们也用过不同的圣经研习指南，其中有些是专门为青少年设计的，用在晚上的查经聚会。父母可以鼓励青少年去问牧师、青少年同工或福音机构的辅导员，看看他们会推荐什么材料。

随着高中生活的开始，我的孩子们就开始在早晨自己做“灵修”（devo），阅读自己选择的经文。有些日子效果很好，有些日子就需要提醒。他们逐渐体会到，一天的状态是否不同，往往取决于早晨是否花时间亲近主。个人灵修之后，我们仍会一起做家庭祷告。这个习惯后来在一次荒野宣教之旅中得到进一步加强。在那里，每天早晨花较长时间祷告和读经的属灵丰盛，成为孩子们报名参加第二个夏天的主要原因之一。

在灵恩派的群体中，青少年也会开始学习和参与一些在父母和会众中常见的信仰表达方式，比如说方言、按手祷告等。在不同类型的教会和孩子中，属灵经历都有不同的季节，需要交托给上帝。举手敬拜、用方言赞美，对于一些灵恩派或五旬节派的父母来说非常重要，他们自然也希望孩子们能一同进入这些表达。

年幼的孩子常常会愉快地模仿他们所看到的，父母只需要教他们这些传统的意义和实践。然而，许多父母会担心，当孩子进入初高中后，他们开始退缩，在外在的参与上变得更加谨慎。

无论属于什么教会传统，青少年的确常常会在这一时期退后一步，思考自己为什么要这样做。这其实是父母分享信仰历史和故事的极好机会——不仅要分享成功，也要分享失败。有时候，失败的故事反而更能鼓励正在经历怀疑和挣扎的年轻人。这就是更成熟的祷告的内容。大卫在诗篇中的祷告，常常把怀疑与信心并列表达（参见诗篇 10 篇、13 篇、40 篇、142 篇），可以帮助青少年在挣扎中仍紧紧靠近上帝。

青少年需要开始“拥有”自己的信仰。他们的信仰表达，必须越来越多地从内心发出，而不是主要依靠父母的帮助。圣灵的恩赐确实是恩赐。这正是他们需要按着圣灵引导，敞开心怀去回应的时期。父母并不总能看到自己想要看到的果子，但上帝的道路不是我们的道路。

让孩子们举手，让恩赐显明，让服事的工作按着主的引导被献上。我们的孩子需要与我们一同坐在会堂里。神的话语能触动他们的心，教导他们，是我们肉眼无法看见的。

我们需要为青少年祷告——常常祷告。他们也需要知道我们自己的信仰挣扎。这比任何别的事都更能帮助他们愿意把自己的挣扎向我们和主敞开。

青少年还需要被鼓励为主承担风险——甚至是有代价的风险。短期的夏季宣教，去到充满挑战与缺乏的地方，常常是最好的祷告训练。祷告在没有其他选择的时候，才会显出它本来的意义。无论是在主日聚会的长椅上，还是在秘鲁的宣教工场上，青少年与神的亲身经历，都能被神用来塑造，使他们成为全心爱主的男男女女。

静默的祷告

在我们这个极度喧嚣的社会里，学习在祷告中安静聆听是很困难的。然而，静默却给了神一个插话的机会。训练孩子学会安静，可以在青少年后期逐渐引入。但即便在孩子成长的过程中，他们也需要知道：静默是父母祷告生活的重要部分。如果聆听式祷告正好也是你自己的“成长边缘”，也许你可以和你的青少年孩子一同成长。

当罗伯和斯科特十五、十六岁时，我开始教他们如何让圣经来帮助他们在祷告中学习静默。那时刚好他们看过一群大学生实践这种祷告方式，所以态度很开放。（父母需要刻意青少年介绍一些不同的信仰导师。倾听他们，看他们与哪些属灵人有共鸣是很重要的。对我的孩子来说，大学生是非常有影响力的。）

我们的第一次“静默退修”是在一个安静的房间里，我和两个儿子一起，请主让我们每个人想起一段关于耶稣的圣经故事。我告诉他们，任何故事都可以。当一个画面浮现在脑海时，我鼓励他们安静坐下，尽力去想象那个地方、声音、场景、人物和耶稣。当他们停留在那个场景里时，我请他们默默祷告，邀请主在他们重温这段圣经事件的过程中教导他们。

因为是第一次尝试静默祷告，我把时间限制在十二分钟。当他们倾听神的声音时，我在心里默默祈求主把恩典与真理的话语赐给我的儿子们。结果让我震惊（信心小的人哪！）——就在这十二分钟里，神竟然直指他们信心与顺服上最深刻的一些问题。我从未听过罗伯和斯科特如此清楚地反思神正在他们生命中所做的事。那第一次“神在祷告中回应”的经历，帮助他们开始分辨神的声音和自己内心的声音是有区别的。

从初中到高中，我继续和他们保持相对规律的静默祷告操练。通常，我会先选择并朗读一段圣经，然后帮助他们用五官去想象自己进入到那个经文的情境之中。

许多年轻人会问：“你怎么知道是神在跟你说话？你怎么能分辨出那真的是神呢？”答案说不清，却能被深切而明确地体验到。用圣经来引导这种聆听式祷告非常有帮助。尤其对年轻的基督徒和情绪化的青少年而言，他们往往用情绪来感知神的带领——以及几乎所有事情。

在那第一次静默祷告的操练后，让我惊讶的是：罗伯和斯科特竟然做得如此轻松。我意识到，他们能很容易地专注于圣经情境，是因为他们从小就被训练过——专心聆听圣经的朗读与讲道。

在会堂里带孩子一同敬拜，已经以我无法想象的方式塑造了他们。到了九月，我已经开始看见十月的果子成熟了。

第八章：那篇讲道究竟有多长？

尤推古无疑是所有在讲道中睡着之人的守护圣徒。他的故事记载在《使徒行传》：

有一个少年人，名叫尤推古，坐在窗台上；保罗讲论多时，尤推古困倦沉睡，从三层楼上掉下去，扶起来已经死了。保罗下去，伏在他身上，抱着他说：“你们不要发慌，他的灵魂还在身上。”……众人把那童子活活地领来，得的安慰不小。（徒 20:9-10, 12）

这个故事对为人父母的我们有不少提醒。第一，尤推古本不该坐在窗台上，他应该和父母一起坐在会众中。他也许还是会睡着（毕竟保罗的讲道从主日晚间一直到半夜），但至少不会引发这样的骚动。事实上，现场可能不止少数人暗暗觉得这场不幸的插曲多少有点“解闷”。然而，保罗只是抱住孩子，宣告他还活着，然后接着把讲道继续下去，一直讲到天亮（徒 20:11）。

下次当你的孩子抱怨讲道太长时，不妨提醒他们：讲道还可能更长，甚至要命。但对父母更有帮助的是保罗的鼓励：“不要发慌，他还活着！”当然，说“不要发慌”对保罗来说很容易，因为他是单身，没有孩子。尽管如此，我们作父母的仍要放心——世上没有一个圣徒能在所有讲道中始终保持清醒。

孩子们不同的个性和注意力长短，使得他们在礼拜中“长时间环节”的表现千差万别。听讲道，对任何年龄的孩子来说，都是敬拜中最难的部分——即便讲道人是他们的父亲。要帮助孩子听讲道、从讲道中学习，需要坚持、创造力和时间。如果牧师在准备讲道时既考虑成人也考虑孩子，那就更有帮助了。

学习聆听神的话语——不论是被宣读、教导或传讲——是孩子们开始分辨圣经对教会独特权威的重要途径。

我曾有一次机会，与我六岁的孙女泰勒（Tyler）一起度过了一周。我们探访家人和朋友时，决定在主日参加两个不同教会的礼拜。第一个比较传统，第二个则是非常现代的“寻道者礼拜”。

我很好奇，这个孩子会如何看待这两种截然不同的敬拜风格，以及她如何理解“敬拜”。于是我没有透露自己的想法，而是问她：“你觉得哪一个礼拜是耶稣最喜欢的？”

她沉思了好一会儿——对一个六岁的孩子来说，两分钟是非常长的时间。最后她说：“嗯，我两个都喜欢，但我觉得耶稣更喜欢第一个。”我惊讶地问她为什么。她回答说：“因为我觉得耶稣真的很喜欢圣经，而第一个礼拜里有更多圣经。”

我要特别说明，这个六岁的孩子并不是在评论风格，而是在评论**实质**。坦白说，她的回答让我有点意外，但我觉得她的理由很有见地。耶稣的确喜爱圣经。

所以，请听听一个六岁孩子的建议：无论会众敬拜的风格如何，一定要有充足的神的话语来稳固一切的言行与歌唱。

调整小孩子的注意力

年幼的孩子需要有人帮他们把注意力引到讲道里容易理解的部分。比如说，可以对他们说：“听这个故事”，让他们专注于讲道中的比喻或例子。

耶稣讲比喻，因为一幅图画胜过千言万语；对我们大多数人来说，故事总比抽象的道理容易领会。牧师们常常用插图来帮助说明重点，让听众能够把真理带回家。所有人——尤其是孩子——记得最清楚的就是故事。

在“儿童讲道”或“大讲道”开始之前，牧师若能特别请孩子们留心一个关键词或短语（这词会在讲道里重复出现几次），效果往往很好。你可以请年幼的孩子在听到这个词时捏一下你的手，帮助他们学习倾听。年纪大一些的孩子可以被要求注意这个词在什么故事或情境里出现。甚至有些牧师会在讲完后握手时问孩子们：“你数到这个词多少次了？”牧师和孩子们都乐在其中。

许多教会在主日崇拜中都会加入一段专门给孩子们短讲道。通常，小学生或更小的孩子会被邀请到前面来，听一则特别的信息。牧师会利用这个时间，把圣经的真理传达给最年轻的会众。

儿童讲道最有效的时候，是它能和之后的“成人讲道”直接呼应。牧师可以用一个孩子们能理解的故事或例子来引入当天讲道的主题。儿童讲道应该触及孩子真实的信仰问题和生命议题，最好用形象生动的方式表达实质性的内容，而不是流于创意性的娱乐，反而冲淡了重要信息。

威廉·威利蒙（William Willimon）在《奇特的言辞：向受洗之人传道》（*Peculiar Speech: Preaching to the Baptized*）一书中就批评过许多儿童事工容易流于琐碎，无法真正回应孩子们的属灵需要。他写道：

“圣经有勇气来讨论这些严肃的问题。为什么我们不能用圣经所用的深度和复杂度来与孩子说话呢？如果我们用圣经的话语，而不是感伤和肤浅的语言来说家庭生活，我们得要多么诚实啊？”（Eerdmans, 1992, 第 55 页）

儿童讲道的责任有时会交给青少年同工、教会领袖或会众中的家长，但我认为牧师是最合适的人选。这样可以帮助孩子把牧师认作一位特别的教师——值得注意、值得倾听的人。诚然，并非所有牧师都特别擅长与孩子互动或对孩子讲话。在这种情况下，其他有属灵恩赐、且在儿童事工上有经验的人也应被鼓励来承担这项讲道的责任。

牧师可以为儿童讲道提供监督和关于成人讲道内容的指引，并支持负责儿童讲道的人。

儿童讲道的指南和建议

在欢迎孩子进入“大人礼拜”的教会中，往往会犹豫是否在礼拜中专门安排一个面向孩子的时间。因为有关儿童讲道的“灾难”太多了。牧师和敬拜带领者通常会叮嘱负责的人，这个环节必须简短而简单——结果却常常变成了一个 20 分钟的木偶剧，没人知道该如何叫停。或者，有时一位好心却神学表达不准确的儿童事工同工，竟无意间教出了与牧师讲道完全相反的意思。为了避免这些状况，同时也为了合宜地让孩子们在礼拜中有一个特别的经历，我提出以下几点原则。

第一，在某种程度上，孩子们会通过谁来关注他们来判断自己的重要性——其实我们所有人都是如此。孩子们知道谁是教会里真正“掌权”的人。所以，在具备一定和孩子沟通恩赐的前提下，最好还是由那位讲“长篇讲道”的牧师亲自来负责儿童讲道。讲道的牧师知道那天讲道的核心，可以思考如何用一个简单且有画面的方式把真理传递给孩子。

第二，保持专注并且简短。在大多数教堂或敬拜中心里，包括孩子走到前面、讲完、再返回座位的全部过程，不应超过四到五分钟。当孩子们走到前面时，他们仍然应当面向和会众同样的方向。若让孩子坐在台阶上、面对会众，就会让他们觉得自己正在被观看或被期待表演。更麻烦的是，父母或祖父母往往忍不住要向孩子挥手。而如果孩子面对会众，牧师就要背对会众，这不利于在儿童时间里同时兼顾成人会众的沟通。最重要的是，孩子们必须感受到，他们在这一时刻是作为整个会众的一部分来参与敬拜的——他们属于这里。

第三，儿童讲道要只传递一个清晰的要点。儿童时间的目的不是把整篇成人讲道压缩成一个迷你版，而是要帮助孩子抓住那次敬拜中神话语的一个核心要点。因此，视觉教具应当能单手拿起，足够大到让孩子们清楚看到，但必须保持简单，避免分散注意力。

讲道牧师在预备、撰写、操练讲章的时候，就应当考虑儿童讲道的主要信息以及如何通过例子来说明。要做到简洁，往往需要更多的思考，而不是更少。这也需要操练才能慢慢熟练。神学院很少教导牧师如何用这样的方式与孩子沟通，因此很容易产生两种情况：要么干脆取消这个环节（这是可惜的），要么让别人偶尔来试试（则往往导致前面提到的灾难）。

下面是一些在会众敬拜中，针对儿童的环节行之有效的简易做法。（这些简单点子也能启发父母，帮助孩子在日常生活中学习属灵功课。）

讲道的牧师在研读、准备、撰写并操练讲章的时候，就应当思考儿童讲道的核心要点，以及如何用例子来说明。要做到简洁，往往需要更多的思考，而不是更少。这也需要时间去操练，才能熟练掌握。神学院很少教牧师如何以这样的方式与孩子沟通，因此很容易产生两种情况：要么干脆取消儿童讲道（这是可惜的），要么让别人偶尔来试试（而这往往就是前面提到的那些“灾难”的根源）。

下面是一些在会众敬拜中针对孩子的环节行之有效的简易点子。（这些点子也能启发父母，帮助孩子在日常生活中学习属灵功课。）

如果长篇讲道的主题是关于“神的形象”，以及这如何使人被神看为宝贵、被神所爱，那么牧师只需要一张二十美元的纸币。牧师举起钞票，问孩子们：“这是什么？”——相信我，两岁的孩子也知道。然后牧师问：“谁想要这张钱？”孩子们会立刻举手（这是许多布道牧师在呼召时的梦想场景）。接着，牧师把钞票揉皱，在地上踩一踩，甚至撕掉一个小角，让孩子们看着这一切。然后牧师说：“哎呀，这张二十美元变得乱七八糟了。你们还想要吗？”孩子们又会举起手，大声喊：“要！”

牧师接着说：“你们知道吗，有时候我们就像这张二十美元纸币，被揉皱、弄脏，看起来不怎么样。但神仍然说祂要我们。不管怎样，我们在祂眼里仍然宝贵。为什么？因为，就像这张钞票上印着数字2和0，还有政府印上的‘法定货币’字样一样，不管它被弄得多糟，它的价值都没有变。神也在你我里面印下了祂自己的形象。无论怎样，我们在神眼中都是宝贵的。孩子们，我希望你们记住这一点，好吗？”

然后牧师可以用一个祷告来结束，或者提醒孩子们，在接下来的长篇讲道里要留心听“形象”这个词，或者其他解释这一真理的词语。

如果一位牧师（或父母在家中）想要教导孩子敬拜的重要性，可以用一个非常有趣的方式来进行。牧师拿出两个礼品袋，告诉孩子们，他们要去参加一个生日派对，但不知道该带什么礼物。一个礼品袋色彩鲜艳、装饰华丽，上面有缎带，顶端露出亮丽的彩纸；另一个则是一个破了口子的纸袋，里面塞着皱巴巴的报纸。牧师把两个袋子都举起来，问孩子们：“你们觉得我该带哪一个去朋友的生日派对呢？”（注意：不要特意给这个“朋友”取名字，以免孩子们刚好有同名的朋友，当场兴奋得手舞足蹈。）所有的孩子都会指向那个彩色礼品袋，大声喊：“那个！那个！”

然后牧师解释说，他们当然是对的，因为很明显，这份礼物包装得很用心，充满了关怀。

接着牧师花一点时间谈论：敬拜就是我们献给神的礼物，而神在乎我们是否小心翼翼、全心全意地“包装”这份礼物。牧师会一边讲解，一边指向敬拜场所中一些具体的事物，说：“这就是为什么我们要这样做，或者为什么这看起来是这样的。”最后，牧师用一个祷告或特别的“今天的关键词”来结束，为接下来的讲道作铺垫，并且提醒孩子们：要让他们在敬拜中的参与成为一份美好的礼物献给神。

简单。专注。运用一个与孩子生活息息相关的点子。不仅孩子们（至少时不时）能明白要点，牧师们也告诉我，大人听后面的长篇讲道时，注意力往往更集中。

儿童讲道同时也是一个很好的机会，可以让孩子们大声、齐声祷告。大人带领一句，孩子们跟着重复一句，祷告的内容应当与儿童讲道相呼应。这能帮助孩子学习如何在会众中出声祷告，也教导他们，祷告是回应上帝话语的一种好方式，当我们听见并明白时，就该如此回应。

大人们在听儿童讲道时，也会因此受益：他们能提前把握讲道的焦点，有时还能被介绍到当天的经文，并且获得一个大致的画面，知道讲章的阐释会包含什么内容。

一点一点学会聆听

要帮助孩子学会聆听成人的讲道，可以从鼓励他们在讲道中听故事开始。如果你的牧师很少甚至从不用故事举例，你可以和他分享这个点子，告诉他这对身为父母的你在带孩子聆听讲道时很有帮助。传道人都希望会众认真听他们所预备的讲章，大多数人会因你这样的关心而受到鼓励。事实上，现在有许多书籍，甚至整套的讲道插图集，还有很多网络资源，可以为牧师提供讲道的例证。

当我的孩子还很小的时候，如果他们在讲道时睡着了，我从来不太担心。毕竟，在大多数学校里，幼儿园小朋友白天还会午睡。而且孩子的注意力跨度本来就因人而异。但我仍然希望他们明白：讲道是认识神、被神的话语挑战的重要途径。礼拜结束后复习讲道的重点，就是我让孩子知道讲道很重要的一种方式。

我会问他们问题。比如：“今天讲道里的那个故事很好啊，你在灯塔的故事里学到关于神的什么呢？”随着孩子长大，你可以问一些更具体的问题，推动他们去注意细节。“那是个很棒的故事，讲到慕迪先生是怎么信主的。那个向慕迪传福音的人是做什么工作的？”对于听力较好的年长孩子，也可以用比较概括的问题：“那么，你今天从讲道里学到了什么？”

当然，“公平起见”，孩子们也会开始反问父母，他们在真正开始听讲道时常常会冒出各种问题（“爸爸，太监是什么？”）。有些孩子会问词语的意思。讲道里总会有一些词句、表

达方式或暗示是孩子无法理解的。大多数时候，孩子们会把这些不懂的东西直接跳过去。但有时他们会在座位上小声发问。对某些问题当场简短回答是合适的；对另一些问题，则可以留到礼拜结束后再答。不论怎样，一定要尊重地回应孩子。如果问题需要稍后再回答，可以让孩子记住，等礼拜结束再问。如果这个问题确实重要或有趣，孩子一定不会忘记，也会认真听你之后给的答案。

有些问题会在讲道进行中自然得到解答。当你意识到讲台上正在回应孩子的疑问时，可以提醒孩子注意。轻轻低声提醒，再加上点头或轻碰一下，就能让孩子立刻集中起来，听见他/她自己问题的答案。让孩子亲自经历讲道解答问题的过程，还有一个极大的好处——他们的注意力会被延长。他们会明白，坚持听下去其实很有帮助。

当然，并不是所有的讲道都编排得适合父母帮助孩子专心聆听。在这种情况下，讲道后的复习往往是唯一的办法。有一位家长和我分享过，她让孩子在讲道过程中画下他们所听见的内容。我觉得这个主意不错，但父母需要辨别，这究竟是帮助孩子理解，还是只是变成了随意乱画、消磨时间。如果这成为问题，我建议孩子把“画画”留到礼拜之后，画出他们学到的内容，并且全家一起讨论讲道。

有一次我和一位九岁孩子的父亲谈起“在会众席上养育孩子”的话题。他告诉我，他让自己的小学生儿子在讲道时间带着《寻找瓦力》的书来教会。他从没想过要让儿子听讲道。他听到“从故事和例证入手”的主意后，觉得很不错。我鼓励他把《瓦力》留在家里，去努力帮助儿子发现敬拜的喜乐。

有些教会会为孩子们提供带有谜题、游戏和涂鸦空间的记事本，好让他们在礼拜中“长时间”的部分打发时间。问题在于，这些记事本不仅在“长时间”部分会被用到，还暗示着孩子在敬拜中“走神”是可以的。它们的目的是让孩子安静下来，而不是训练他们进入敬拜。用这些东西虽然方便，但收获却微不足道。给孩子准备的“敬拜辅助工具”往往是好意，但实际上却是在邀请他们不去注意敬拜。不幸的是，这种习惯（只不过换成更昂贵的分心玩意儿）会延续到成年。

说到成年人，敬拜时不玩电子设备也是个挑战吧？如果你的圣经放在 iPhone、Kindle、iPad 或其他设备上，那么在读经之后被分心的诱惑是非常大的。所以，在敬拜的时候，无论是你自己还是孩子，都应该关闭一切不能帮助你们专注于“此时此地真实发生之事”的东西。

大孩子与讲道

在一次“在会众席上养育孩子”的讲座之后，我们教会里有个少年不得不再次和父母一起坐在礼拜中。这名高二学生重新开始学习如何和家人一起敬拜。几个星期后，我问查德他是

否还理我，敬拜进行得怎么样。他笑着说：“哦，我挺喜欢的。我以前从来不知道自己竟然能听懂讲道。我一点都不介意。”

我真希望能给你讲很多像查德这样的故事。但通常我只是在带咨询的那次拜访中参与某个会众的礼拜，所以像查德这样的故事大多不会传到我耳朵里。不过我倒是收到过一封信。信里提到，一位七岁男孩的父亲注意到，有一个主日，他的儿子在讲道时间出奇地专心。这位父亲在唱诗班里，可以很容易地看到坐在会众席里的家人。这孩子的妈妈前一天刚参加过我为会众举办的讲座。后来父亲问他为什么那天这么专心，这个孩子很平静地回答说：“因为那是我听过最棒的一次讲道。”二年级的小男孩接着解释说，他能专心是“因为妈妈不让我做别的事情。”

我发现孩子们其实喜欢接受挑战。父母需要在教会里对孩子提出更高的期待。查德和这位七岁小孩都被要求认真听讲道；当他们这样做时，他们就发现“长时间的部分”其实也是为他们预备的。

“原子赞美”青少年诗班也有同样的发现。这个诗班在逐渐进入主日敬拜上取得了很大的进步。这些初中生和高中生开始真正参与：他们留心读经、唱诗、祷告和听圣经，他们的音乐也越来越多是向神献上的，而不是单单面向会众的。

但一到讲道时间，情况就完全变了。清醒变得昏沉，亮眼变得无神，“青少年的耷拉姿势”成了标配。这一切就在读经结束、牧师说出讲道第一句话的那一刻发生了。为什么？因为他们根本没有被期待要认真听。他们从小习惯了在讲道时走神，从来没人要求他们要专心听讲。我没法挨个戳他们的肋骨，所以只能想点办法。其实也不用多么高明的办法。

在诗班排练时，我分享了我对“听讲道的重要性”的关切——讲道是圣经的教导。在解释“为什么”之后，我提出了一个训练奖励。每周的排练，我都会问三个来自讲道的问题。可能是牧师讲的故事里的一个细节，可能是讲道所引用的经文出处，可能是讲道里重复的一个词组，也可能是其他只要认真听讲道就能抓到的东西。

随着诗班成员在聆听上的进步，我的问题也变得越来越难。我可能会要求他们复述出讲道的三点大纲，也可能追问一些细节。过程非常有趣。如果我忘记出题，他们会提醒我；如果我记错了，他们会立刻纠正我。一个意想不到的好处是，这些年轻人渐渐开始提前猜测我可能会问什么问题。

我总是尽量确保至少有一个问题围绕讲道的中心思想。讲道过程中，青少年的脑袋会在关键时刻转向我，想看看我是不是正在为下次测验写问题。我保持扑克脸。有时候，当我在排练时出题，现场会爆发出尖叫的喜悦声：“我就知道！我就知道！我就知道你会问这个！”

不过，要让青少年投入注意力，最初少不了点小“贿赂”。任何在三个问题上全部答对（而且我批改很严格）的成员，都能得到一颗糖果或一件对青少年来说有吸引力的小物件。他们对奖励的创意可不少。没过多久，除非没来礼拜，否则几乎没有人得不到奖励。事实上，有些人的礼拜出勤率因此还有所提高。

像我给“原子赞美诗班”设计的这种小测验，其实任何父母都可以给年长的孩子或青少年出，以帮助他们学会专心听讲。奖励可以多样化。如果一个家庭习惯礼拜后外出吃饭，可以让得分最高的人挑选餐厅。也可以设定某种特殊的特权或小礼物。

但随着时间推移，这些奖励很可能就不再必要了。学会聆听本身就是最好的奖赏。像查德和其他青少年一样，他们会发现自己能够听懂讲道，而且完全不会觉得无聊。

新沙发，新规矩

并不是所有孩子都像前面提到的那位高中二年级生和七岁小男孩那样随和。我敢肯定，他们的父母也会承认，这些孩子也有过不那么配合的时刻。要改变孩子们的规则并不容易，坚持执行规则更不容易。但父母一直在做这样的事。只要某件事情对我们重要，我们就会制定新规则，并努力去执行。所以，如果你在孩子很小的时候没有开始训练他们敬拜，也不要灰心。

想一想你买（或渴望买）一张新沙发或一辆新车的时候。对于旧沙发，几乎没有什么规矩。你可以随意躺在上面，可以一边喝葡萄汁一边翻晨报，坐在那破旧的垫子上。旧车呢？开车随便冲进得来速点汉堡和薯条，洒了就擦一擦，没什么大不了的。

但换成一张新沙发呢？一辆新车呢？规则就不同了。新沙发上不能吃东西，上去之前必须脱鞋。而那个“禁止蹦跳”的规矩，以前虽然有，但现在会真正严格执行。新车呢？至少头一千英里绝不能开进得来速。孩子们可能会抱怨，全家人也需要不断提醒，但只要坚持下去，大家都会慢慢适应，这也意味着新沙发和新车能更久保持“新”的状态。

在敬拜训练上，你的孩子也许会抱怨。全家人必须下定决心，但最终大家都会适应，而这种“去教会的新方式”很快会成为真正“去敬拜”的最佳方式。

讲道、主祷文、颂赞诗和信经，是许多敬拜礼拜中熟悉的部分。用新的态度去做旧的事，会给我们的信仰习惯带来新的活力和更深的意义。

小孩子在背诵这些词句时，会逐渐明白仪式背后的意义。大一些的孩子，通过完整参与这些定义我们信仰的历史性宣认，会更加确认自己在神家中的身份。青少年则会学到，讲道里所传达的，是给当今世界的古老真理。

有些家庭要以新的方式去做旧的事，并不容易。一个叛逆、不感兴趣的青少年，需要父母的真诚和鼓励。父母不仅要提出期望，还要为孩子的配合给予奖赏和感谢。“我要让你知道，我非常感恩这周日能和全家人一起坐在这里。能和你们一同敬拜，对我意义重大。”这样的话，对一个心怀不满的青少年来说，意义非凡。也许他们不会立刻表达出来，但你的感激对他们很重要。

新沙发和新车总有一天会变旧，但我们与神的关系却不会。圣经告诉我们，神的信实永不失败，他的慈爱每早晨都是新的。我们的孩子总有一天会长大成人。但新的规矩，可以帮助他们听见神那永远长存的信实与怜悯。

第九章、为特别的事存留

电影里的“PG”和“PG-13”（译注：PG 是 Parental Guidance，父母引导的意思）是我们观影文化里的提示，提醒父母在为孩子选择娱乐内容时需要参与。父母的引导为孩子的决定提供了必要的监督和智慧。决定的重要性越大，父母所给予的引导也就越加重要。

青少年去二手车市场，需要父母的指导（PG）。幼儿观看周六早晨的卡通片，需要父母的指导。小学生收到过夜邀请（过去叫“睡衣派对”），同样需要父母的指导。买车、看电视、交朋友——这些都需要父母的参与。坐在长椅里养成敬拜的习惯——“在长椅中为人父母”，其实也是一场马拉松式的“PG 体验”。而其中最重要的时刻，就是涉及到教会圣礼的时候。

宗派神学和会众传统，在很大程度上会决定孩子参与圣礼的时间与方式。我并不打算讨论基督徒弟兄姊妹在世界各地争论和捍卫的宗派差异。但我会强调：让孩子认识到圣礼在圣经信仰表达中的特别意义，极其重要。

圣礼是信仰中格外特别的重演——是基督徒所信的再现。（有些信仰群体使用“礼仪”（ordinance）一词来表示信仰的表达，但在本书中我会广泛使用“圣礼”这个词。）不论宗派差异，圣礼都是庄严而神圣的。无论你相信它只是象征，还是承认其中的实质，圣礼的神圣性都必须传递给孩子。

一块块红、白、蓝的布料本身没有特别之处，直到它们被缝合在一起，成为国旗。作为国旗，它受到法律和规定的保护，必须谨慎使用和维护。国旗不再只是红、白、蓝三色布料，一旦成为旗帜，就不适合再用作桌布或床单。

圣礼也是如此。它们的确是象征：水、饼、杯中的汁或酒。但它们不只是象征。它们在教会中被分别出来，成为圣洁的用具，帮助我们记念并重演神的救恩。这些普通元素之所以在教会礼仪中成为圣洁，是因为神的话语再次选择在我们中间以“充充满满的恩典和真理”（约翰福音 1:14）的方式显现。我们必须帮助孩子带着敬畏与喜乐参与圣礼。

洗礼

洗礼是洁净与归入的记号。人需要从罪中被洁净，并被接纳进入神的家，这是基于犹太—基督信仰传统中的教义要点。神的子民在洗礼中重演耶稣的受洗，有的是在盼望中藉着信心的恩赐来等候救恩，有的是在感恩中藉着信心的恩赐来承认已得的救恩。然而必须记住，救恩本身完全是由基督耶稣的工作成就的——他的受苦、受死、复活与升天。拯救我

们的不是我们的信心经验（或圣礼），而是救主他自己。全体基督徒的救恩，都是在加略山的受难和复活节清晨的复活里得以成就的。

不同的信仰群体对洗礼的实践有所不同。有的群体只为信徒施洗；另一些群体既为基督徒父母的婴儿或幼童施洗，也为后来信主而尚未受洗的年长儿童和成人施洗。两种模式都是合乎圣经的；而“何时”或“如何”受洗，并不是最核心的问题，更关键的是父母要忠心地“将孩子养育在主的道中”。

婴儿洗礼可以视作以色列人行割礼的平行做法，承认神在圣约之中对他子民及其子孙的应许。当然，许多信仰群体选择在孩子自己认信之后再施洗，而不是在婴儿时期。在这种普遍且合乎圣经的实践中，婴儿或幼童则是被接纳进入群体，并“献给”主。为着本书的目的，我将“洗礼”一词同时涵盖这两种礼仪——无论是作为圣礼还是作为奉献。

作为父母，我们在婴儿受洗或奉献时所立的誓约必须极其诚实。这些誓约可能是代表婴儿凭信心所立，或者是承诺要在信仰中养育孩子。与牧师谈论婴儿洗礼在本宗派或会众传统中的意义，会对想要明白并尊重洗礼承诺的父母十分有益。无论采取哪一种实践，把孩子养育在神子民的群体中，使他们在信仰和理解上成长，直到他们亲自承认耶稣基督在他受死与复活里所赐的救恩，这是父母和教会最重要的责任。

随着孩子渐渐长大，他们会看见会众中其他人的洗礼。父母可以借着这些机会，教导孩子明白自己洗礼的意义。大多数孩子都会好奇他们在婴儿时期的模样，或当时发生了什么；他们喜欢听自己在记忆之外的故事。洗礼可以成为一个深刻的提醒，让孩子明白自己在神的家中是谁。

洗礼与孩子的教导

当成人或孩子在教会中受洗时，父母可以帮助自己的孩子理解这一事件的意义。若孩子是在婴儿时期受洗的，就可以提醒他们：“这是你当年受洗的日子。”聚会之后，可以拿出当时的洗礼衣物，翻看那天的照片，把那天的故事讲给他们听，并且反复讲述。这本身就是我们信仰中的一个古老传统：

“以色列啊，你要听！耶和华—我们神是独一的主。你要尽心、尽性、尽力爱耶和华—你的神。我今日所吩咐你的话都要记在心上。也要殷勤教训你的儿女，无论你坐在家里，行在路上，躺下，起来，都要谈论。”

（申命记 6:4-7）

诫命、历史和救赎的故事，本是要在神的家中世代地传讲和传承。教会中的圣礼仪式，正是能帮助孩子在基督身体里连接并接受神真理的世代纽带。圣礼的一种定义就是：

“看得见的记号，所表明的是看不见的恩典。”和孩子谈论洗礼圣礼的意义，可以帮助他们更清楚地理解神的爱，以及神对他儿女的看顾和接纳。

成人洗礼往往是在青少年时期的经历。青少年渴望被教会和神接纳。青春期的动荡常常促使他们寻求悔改，并渴望“重新开始”。因此，父母应帮助年长的孩子认真思考受洗意味着什么。你可以安排他们和牧师谈话，确保他们能参加关于圣礼的教导课程，并帮助他们培养对受洗决定应有的严肃感。青少年很容易被各种事物分心：汽车、衣服、异性、运动和学业，都会在他们的日常生活中争夺优先权。但父母可以帮助他们理清优先次序，调整日程，把最重要的事放在首位。作为父母，你能给予帮助，但你不能替青少年孩子做出正确的选择。

成人洗礼是出于恩典的礼物，是个人的决定，必须在顺服教会权柄的情况下，并在牧师和长老的监督之下作出。父母需要帮助青少年思考他们渴望受洗的动机。要确保他们明白，受洗并不是到了一定年龄就自动要做的事。要帮助他们辨别，他们是否是因同辈压力或他人的期待而想受洗，还是因为他们真正在生命中顺服了耶稣基督的主权。

使我们成全一切义的，不是我们的洗礼，而是耶稣的洗礼（马太福音 3:15）。

主的晚餐

耶稣设立圣餐圣礼，是要帮助我们记念那使人与神和好成为可能的牺牲，并盼望神国度完全临到的日子。主的晚餐是我们深切表达对神生命需要的方式。就教义和历史而言，这是对耶稣基督为主、为救主最重要的宣认。因为主的晚餐是在信徒群体中设立的，它也帮助我们更深地意识到自己在基督身体里的合一。

马太、马可和路加三卷福音书都记载了耶稣在被捕那一夜与门徒共进的最后晚餐。耶稣取用了逾越节筵席的象征，来说明一种更大的救赎——那超越了昔日以色列人出埃及时所经历的拯救。使徒保罗这样总结这圣礼的设立：

“我当日传给你们的，原是从主领受的：就是主耶稣被卖的那一夜，拿起饼来，祝谢了，就擘开，说：‘这是我的身体，为你们舍的；你们应当如此行，为的是记念我。’饭后，也照样拿起杯来，说：‘这杯是用我的血所立的新约；你们每逢喝的时候，要如此行，为的是记念我。’你们每逢吃这饼、喝这杯，是表明主的死，直等到他来。”

（哥林多前书 11:23-26）

在这段经文里，保罗继续解释了这记念圣礼的严肃性。他警告说，不可“按不配的方式”吃主的饼、喝主的杯；领圣餐的人必须先“省察”自己，然后才可以吃这饼、喝这杯（见 27-30 节）。

因此，怀着这番提醒，领受主的晚餐就是对神恩慈与恩典的郑重再现。圣经鼓励基督徒带着认真自省、认罪、谦卑和感恩的心，来到主的桌前。

在这方面，父母对孩子需要有智慧与看顾。并非所有父母都同意我在教导孩子关于主的晚餐时的策略，但我盼望这段讨论能鼓励父母更加谨慎、深思熟虑，帮助孩子为圣餐作好准备，或在适当的时候参与教会的这项圣礼。

期盼 (Anticipation)

一个年轻人能够解释“婴儿从哪里来”，并不意味着他或她已经准备好成为父母。知道性的操作方式，并不能使人有资格承担亲密关系的责任。在人预备好面对性的责任之前，需要时间、训练和考验。

圣经所教导的，领受主的晚餐的圣礼责任，同样严肃。小孩子也许能背诵约翰福音 3:16，并且全心相信，但这并不代表他们已经准备好承担这项圣礼所要求的责任和自我省察。当然，如果要等到我们完全理解这圣礼中信心与恩典的奥秘才能领受，那么我们谁也不能来到主的桌前。问题不在于“理解多少才够”，而在于是否有足够的成熟度，不再需要“儿童座椅”才能参与筵席。

盼望是培养感恩的最佳准备。对孩子而言，学会等待真正重要的事是有益的。在美国文化中，十五岁的孩子会倒数日子，盼望得到驾照。将临期的日历帮助孩子等待、盼望圣诞节。基督徒父母教导孩子在婚姻中才享受性的亲密，可以带来安全感，使其真正得着完整的喜乐与满足。

有些信仰群体在圣餐时给孩子葡萄或小口饮品，好让他们不至于觉得被排除在外。我认为这可能并不明智。父母每天都会拒绝孩子参与一些他们尚无法理解或无法承受的经历。六岁的孩子不会因为他十六岁的姐姐能开车，就得到开车的机会。三岁的孩子不会因为想和五岁的哥哥姐姐一起去上幼儿园，就能真的去。对孩子的益处而言，神圣的事物至少需要同样程度的谨慎和看顾。

在一些教会传统里，甚至非常年幼的孩子也可以参与圣餐。虽然帮助孩子逐渐学习并珍惜本属于他们的恩典是可能的，但这会更加困难。在这种情况下，熟悉未必会滋生轻视，但确实会让孩子对本应特别的事物失去敏锐的珍惜。

基督徒父母需要帮助孩子学会盼望参与主的晚餐所带来的喜乐。在我们家，指引的原则是这样的：当罗伯特和斯科特能够在会众面前亲自作见证时，他们就足够成熟，可以在神的子民中负责任地参与圣餐。对我们来说，这是合理的：当年轻人能够用自己的话清楚地向

别人表明他们对耶稣基督救赎之工的信心时，他们就已经可以与信徒群体一同领受主所赐的筵席。

在孩子还很小的时候，他们已经能够解释福音的基本要点。当他们祈求耶稣赦免他们的悖逆，并进入他们生命时，他们经历了真实的救恩。在一些痛苦的经历中，他们也有神同在的确据。在很小的时候，他们就开始渴望参与圣餐。他们盼望能够一同分享。

我们给他们的回答总是一样的：“你们是否准备好把自己对耶稣的信心写下来，并在主日敬拜时向教会大家庭作见证？”当他们还小的时候，这两个问题的答案通常是“还没有”，或者在第二个问题上说：“我一定要吗？”对他们来说，独自站在教会面前讲话是令人畏惧的。对我们来说，这正是一个有效的信号，表明他们还不够成熟，尚未准备好能独立地与会众一起分享主的晚餐。

直到后来，罗伯特和斯科特终于能够自信而成熟地回答“是”，我们才知道他们确实已经准备好，能够在神子民的群体中独立站立。

预备 (Preparation)

读到孩子们自己写下的信仰见证，是何等的喜乐！在敬拜中听见他们从心里向主、向神的神子民承认信仰，更是莫大的祝福。关键不在于他们达到了某个年龄，而在于他们在属灵与社会成熟度上达到了某个阶段。参与主的晚餐需要这两方面的成熟。年轻人应当能够“自己站立”来进入与神子民的圣餐交通。我们没有替孩子们写下见证；罗伯特和斯科特也没有背诵别人为他们写好的东西。

单单按年龄来决定是否上圣餐预备班，并不一定能衡量个人的信心、理解，甚至社会成熟度。单纯而热情的渴望，并不是参与圣餐属灵预备的正确指标。我们所使用的指标是：委身、代价、个人主动性与持续跟进。考虑到其他家庭在敬拜环境与机会上的不同，以及宗派神学上的差异，你们在预备孩子们进入这一圣礼时，可能会选择不同的指标。

请与你的家人一同思考这些事，查考主的晚餐在你们信仰传统中的意义，与牧师谈论，并帮助孩子们以极其认真和庄重的态度来参与这圣约。要记得：为我们摆设这桌筵席，神付出的代价是他独生子的生命。

如果孩子们因不能参与圣礼而感到被排除、被忽略或被剥夺，这或许是因为父母的解释用了“禁止”的语气，而不是“盼望”的语气。“不，你不能”和“还没到时候；等候是重要的”有着极大的不同。父母应当向孩子们传达出自己渴望他们能参与的心情：“哦，我真迫不及待盼望你长大到可以领受的那一天！”

推迟并不是拒绝。等候合适的时机并不是空等。带着盼望的等候，是进入完全满足时最好的预备。为这人生中最重要的一餐培养出真正的胃口，才是智慧。

操练 (Practice)

因为这圣餐的代价如此高昂，孩子们需要从很小的时候就开始渴慕它的滋味。无论你们的教会是在座位上传递饼杯，还是到圣所前领受，你的孩子都可以透过陪伴与你一同分享这种代入式的经历。

当我们坐在座位上，或在祷告栏前跪下时，我会把饼和杯拿在手里，让孩子们把小手环绕在我的手上。每一个元素，我都会轻声对他们讲解这些圣礼记号所包含的奥秘，我们一起默想。然后我领受饼和杯。随即，我会再次握着他们的手，告诉他们：神的爱透过耶稣的受死与复活，以一种特别的方式临到他们。他们就这样与我一同进入了这纪念的奥秘中。

当孩子们还在学步时，我的解释大概会是这样：“这提醒我们，耶稣必须受伤、被破碎，才能赦免我们一切做错的事。”或者，我会把它与他们当周的经历联系起来：“你记得这周你割伤手指的时候吗？很痛吧？耶稣在十字架上为我们受的痛，比这还要痛得多。”我们总是借着这个机会来遵守耶稣设立圣餐时的吩咐：“哇，神真的好爱我们啊。我们必须为耶稣为我们舍命而心存感恩。”

在主的晚餐里，我们庆祝耶稣设立圣礼时的最后话语：“我告诉你们，从今以后，我不再喝这葡萄树的果子，直到我在我父的国里同你们喝新的那日子。”（马太福音 26:29）洗罪得救的庆典，也是为天上家园而被拯救的庆典。耶稣并没有死去，而是复活了。他已经先我们而去，为我们预备地方。圣餐桌就是那将来喜乐筵席的预备桌。孩子们喜欢庆典，而圣餐提醒我们：我们的神是喜乐、庆典的神。终有一天，我们要与神一同庆祝，欢呼战胜死亡、罪恶和迷失的胜利——这一切都是“被杀的羔羊”为我们赢得的。

我肯定我的孩子们在神学层面并不能完全明白这些真理，但在这些年里，他们透过圣礼的重演逐渐进入了这奥秘。他们从我的眼泪、我庄重的声音，以及我不断传递的信息中，知道这是一个极其重要的时刻。他们也从我因被赦免而重得自由的喜乐中，体会到圣餐就是在庆祝神的爱。

随着孩子们长大，我的解释也逐渐深入：“想一想神是多么爱我们……耶稣为救我们顺服至死，付出的代价有多大……神把我们的罪、伤痛、所有的败坏，都加在他完美的儿子身上，这意味着什么……”一点一点地，这信息、这饼杯、这象征，以及它们对孩子们信心的意义，开始深深扎根。随着他们年龄渐长，我在圣餐中看见他们越来越严肃的心态与

态度。他们会恭敬地触摸饼杯，他们心中对这至高恩赐的敬畏显而易见。喜乐更加深厚；安息在神稳固的爱里，带来了极大的平安。

在我们教会，每当我们一同领圣餐时，我们彼此传递饼和杯时都会说：“这是基督的身体，为你舍的”；“这是基督的宝血，为你流的。”我们必须清楚知道，这样的参与意味着什么。对我们一家来说，为这圣礼培养盼望，绝对值得等待。当我看着如今比我还高的罗伯特和斯科特，在圣餐中服侍我时，我知道他们绝不会轻看这牺牲。

树立榜样 (Setting an Example)

我们的孩子们同样很清楚地知道，有些时候在敬拜礼拜中，我选择不参与圣餐。他们知道，那是因为我在省察自己的生命时，发现自己与神或与人之间的关系还没有恢复正当。他们知道，在一位亲密朋友被谋杀后的痛苦时期，我心中充满伤痛和愤怒，需要先在神面前整理清楚。他们也知道，在与一些人或某些处境发生艰难冲突后，我曾心怀怨恨，必须先与神 wrestle，祷告寻求医治。

在这些情况下，我必须提醒孩子们，保罗劝勉我们不可“按不配的方式”领圣餐。因此，我需要暂时停下来，直到我能在祷告中与主把这些事处理好。而我的孩子们看见，神的恩典总是足够，藉着圣经、祷告、悔改、认罪与和好，恢复了我。他们由此明白，认真对待罪意味着什么，也明白了认真对待神的恩典意味着什么。

耶稣藉着自己的死所赐的救赎，并在圣餐中被纪念的救赎，绝不能轻率对待。当罗伯和斯科特看见我能够满有喜乐地再一次回到圣餐的圣桌前，他们也学会了自己也能如此。当我的儿子们感受到我对那天上筵席的盼望时，他们也开始渴慕那将来的庆典。

人生中有许多值得等待的事。我盼望着有一天，能在我救主的国度里与他一同喝“这葡萄树的果子”。我也感恩，因为我的孩子们同样在盼望那场盛宴，而我们现在就已经可以开始预尝、开始怀着期待去庆祝。

第十章、圣洁的拥抱

人们选择教会的方式，往往就像他们挑选干洗店一样。

他们会问：是否按照我的喜好来做？浆得是否刚刚好——既挺括，又不会太不舒服？折痕是否笔直？去污是否彻底？能否修改衣物？地点是否方便？价格是否合理？

选择教会往往成了个人偏好的问题。决定常常取决于某个会众是否符合自己的喜好。音乐、讲道的长度、讲道的风格、会众的人口构成、礼拜堂的装饰、着装要求、宗派背景，以及迎宾员的热情程度，都会成为“逛教会”的考虑因素。

人们参加教会的理由很多：为了感觉好一点、为了取悦父母、为了保持一个健康的习惯、为了树立好榜样、为了履行某种角色、为了寻求问题的帮助、为了学习圣经、为了与人同心祷告、为了教导孩子价值观、为了让孩子有事做——以及为了受洗、结婚、和将来安葬。

然而，这一切都不足以支撑一生的信仰。所有吸引人的东西都可能改变。教会和干洗店一样，也可能经历“管理层大换血”，让你怀疑自己当初为什么要来这里。

下一代——“治愈式道德主义自然神论者”还是基督的门徒？

2009年，牛津大学出版社出版了一本书，名为《灵魂的探索：美国青少年的宗教与灵性生活》（*Soul Searching: The Religious and Spiritual Lives of American Teenagers*）。作者是两位研究人员，克里斯丁·史密斯（Christian Smith）和莫林娜·邓彤（Melina Lundquist Denton）。他们调查了三千多名自称为福音派基督徒的美国青少年（尽管他们的表述方式各有不同）。随后，他们又通过大量的一对一访谈来跟进调查结果。

简而言之，他们的研究报告发现，福音派的年轻人基本上把基督信仰理解为“治愈式道德主义自然神论”（*therapeutic moral deism*）。之所以说是“治愈性”，是因为相信神能让他们对自己感觉更好，耶稣有益于他们的自尊心；说是“道德主义”，是因为他们的信仰帮助他们分辨对错行为，并让他们远离麻烦；说是“自然神论”，是因为除了提供这些内在的支撑之外，这位上帝对他们的日常生活几乎没有太大影响。——当然，这是对这项研究的极度简要总结，但这项研究确实促使不少教会领袖重新思考并调整他们的青少年事工。

邓彤与史密斯的研究结果一点也没有让我感到意外。它只是印证了我多年来在《长椅养育》事工中所一直努力抵制的现象。为神的喜悦、按着神的话语、并由神的圣灵运行所设计的敬拜，会正视我们因罪而病的生命，诚实地面对我们如何看待自己；这样的敬拜，会显明我们需要基督耶稣所赐的归算的义——这义远远超越我们的行为，因为行为只不过是

我们人性状态的症状和证据；这样的敬拜，会让我们与神面对面，让神在圣所中塑造我们，并差遣我们进入真实的世界。

教会的跨世代特质在神的眼中极为重要，需要在敬拜、各样事工、宣教与群体生活中被刻意培养。太多的会众却效法了当今文化里高度成功的市场策略：为每个年龄段开设专门的店铺。比如 Gap 和 Baby Gap。哪一个中年妇女不喜欢 Coldwater Creek 的衣服呢？因为它能巧妙地遮掩臀部。照样，在教会里，我们给青少年分配一栋在街对面的青年会所；年长者则有自己的查经班；儿童被隔离在圣所之外。我们还提供风格化的敬拜选择：年轻人可以在赞美乐队的带领下敬拜，年长者则可以拿起赞美诗集，伴着风琴唱诗。

然后我们又奇怪，为什么下一代渐渐“飘走”了，并抱怨他们从来没有真正觉得自己属于教会。事实上，也许他们确实从未真正属于。整个童年与青少年时期，他们只属于自己的“小组”，而不是整个会众、教会本身。同样的“我这一群人”的心态与做法，往往被延续到大学时期。通常在大学毕业之后，这些教会孩子才发现，他们已经没有地方可以归属。于是，他们要么继续在教会“分众营销”的模式下，四处寻找那个完全合自己心意的群体；要么就干脆远离信仰——一个只把他们培养成“治疗性道德自然神论者”的信仰。

造就门徒，需要教会整体的参与。要在教会中有意识地进行跨世代建造，在我们的文化中是困难的，因为这是反文化的；这是困难的，因为这是圣经的要求；这是困难的，因为这需要付代价——会众中的每一个人都必须向自己死，在基督耶稣的元首之下彼此作仆人。正如许多父母无数次对孩子说过的那样：“如果不难，那就不值得。”

跨世代的群体——造就各年龄层的门徒

跨世代的群体造就各个年龄层的门徒，这绝对值得付出。年长的人需要青少年清新的笑声与令人费解的幽默；青少年需要听见比他们活得更久的信心与坚忍的故事。单亲家庭需要被接纳在完整的大家庭中；重组家庭需要“叔叔”和“阿姨”的陪伴——一个比他们自己家庭更单纯的属灵家庭。

要想出办法让孩子们融入小组、让青少年参与聚餐、让孩子们在敬拜中有份，需要花心思。但使徒保罗赞美过这种努力，并宣告它是值得的，因为在基督里，“并不分犹太人、希腊人，自主的、为奴的，或男或女”（加拉太书 3:28）。在基督的身体里，没有种族主义、没有社会经济的偏见、没有性别歧视。同样，也没有年龄的傲慢。保罗在加拉太书著名三部曲的结尾写道：“你们既属乎基督，就是亚伯拉罕的后裔，是照着应许承受产业的了。”（加拉太书 3:28-29）

唯有神，在耶稣基督里向我们启示的神，“昨日、今日、一直到永远是一样的”（希伯来书 13:8）。唯有在神里面，我们能找到盼望。唯有当我们学会真正敬拜，而不仅仅是“去教会”，我们才能得安息。唯有神，能在这个急速变迁和败坏的世界里赐下稳固。

敬拜就像真宝石，显明真理；而世上充斥着廉价的冒牌货。遇见神，就是遇见那托住整个生命实质的真相。当我们带孩子们去经历完全真实的那一位，我们就是在装备他们，用以辨别他们将要面对的各种经历与选择。

今天，许多年轻人都在怀疑是否有任何确定的事物，是否有任何人值得完全信赖。无论是家庭、国家还是信仰的传统，都不再是自然而然会被接纳的。我们的孩子正在成长于一个宗教虚伪正在衰退的时代。几乎没有人仅仅是“圣诞节和复活节的基督徒”。在许多方面，邪恶更加公开，人在道德败坏上也不再羞耻。少有年轻人会因为习惯或家族传统而继续留在教会群体里。

大量年轻人正在一个属灵真空中长大——这是因为神被排除在家庭和社会之外所造成的。人们越来越怀疑，那些大规模兜售“宗教体验”的人是否在操控他们。而唯一能够完全填补这属灵真空的，就是在耶稣基督里向我们启示的神。正如奥古斯丁在十六个世纪前所说，我们孩子们的心如今依旧是“不得安息”。

神的安息仍然为那些进入他面前、在需要的时候领受怜悯和恩典的人存留着（希伯来书 4:9-16）。敬拜教导我们如何进入神的安息——停止自己的挣扎，认识那位救赎我们的主（诗篇 46:10）。

如今孩子们也需要安息。即便如此，他们的许多“娱乐”，却是竞争、冲突与表演。很少有孩子能藉着运动真正得到“重造”。赢得比赛只能带来短暂的快乐；而输掉、失败或仅仅得第二名，就夺走了他们在努力中所应得的喜乐。（即使没有官方记分，孩子们也都知道谁“赢了”。）

父母们如今同样需要安息。耶稣基督的福音给我们自由，可以允许我们失败。生命的来，并不是召义人，而是召罪人悔改。这对我来说是好消息。我欢喜耶稣爱我。我可以诚实地把生命中的困难、失望和罪带到他面前，而他不会转脸不顾。

在长椅上为人父母

为人父母比我原先想象的要难得多，而在礼拜的长椅上为人父母，可能是所有育儿中最难的。我失败过的次数，比我以为的还要多。我做过一些非常愚蠢的事，甚至发生在礼拜中。我也曾对自己的孩子有过一些感觉，是我原以为“真正的母亲”不会有的。

但我总可以来到耶稣面前。祂的怜悯总是每天早晨更新。祂的信实实在广大。

我也能够来到孩子面前，承认自己缺乏智慧、自己的不足、自己的失败。而就像在主面前一样，这对他们来说并不意外。我的孩子们多次饶恕了我。能承受育儿风暴的能力，在很大程度上来自我们“安息与提醒的绿洲”。对我们来说，教会的长椅就是爱的地方。我们彼此在其中得以安息。我想，我们之所以能这样安息，是因为我们意识到自己正处在完美父亲的同在之中。我们的天父正在看顾我们。

至关重要的是要认识到，神在敬拜中不仅仅是看顾的那一位，祂也是通过圣子、借着圣灵作敬拜的中保。信徒聚集敬拜时，不是我们去“邀请”神的同在，而是回应那位呼召我们来敬拜的神。敬拜是我们的纪念时刻，因为我们的天父在其中与我们相遇，指引我们回家的路。一次又一次，神与我们相遇，提醒我们祂的爱与怜悯。主日复主日，我们被提醒：祂知道一切，却依然爱我们。

在一起敬拜的过程中，我和我的孩子成了朝圣者，勇敢地走向施恩宝座。作为同样的罪人，我们跟随那位“超越幔子”的“大祭司”耶稣，藉着圣灵的中保敬拜天父（希伯来书 4:14-16）。在敬拜中，我们学会了爱神、接受祂的怜悯；在敬拜中，我们也学会了彼此相爱、彼此接纳失败、操练饶恕。

在我们的信仰经历中，神必须是真实的。祂必须是被认识、被遇见的。我们不能满足于一种仅仅履行社交和宗教义务的敬拜。神必须被听见。我们需要教导孩子，什么叫做触摸祂衣裳的繸子而得医治。我们的孩子需要攀上救主慈爱的膝头。耶稣至今仍渴望孩子的陪伴，仍渴望赐福给他们。

若是主日对我们来说成了圣洁的喜乐，那么天父该是何等喜乐！因为耶稣——我们伟大的中保与大祭司，正在借着圣灵真实的同在，把我们带到施恩宝座前（希伯来书 4:14-17）。这就是基督徒的生命，而敬拜就是我们与神的家人一同庆祝这一现实的时间与场所。正如耶稣所说：“让小孩子到我这里来，不要禁止他们，因为在神国的，正是这样的人。”（马可福音 10:14）

在长椅上为人父母，就是回应耶稣的吩咐——不要拦阻我们的孩子。这是带着孩子的手，把他们引到救主的怀抱与祝福中的一种方式。教导孩子敬拜，就是帮助他们学会向主献上“圣洁的拥抱”——用他们灵魂的拥抱来祝福祂。

我记得，当孩子们还很小的时候，他们常常把所谓的“作品”拿给我看——一些乱七八糟的涂鸦，画在碎纸片上——而我会把它们贴在冰箱上展示。今天我想，敬拜就是我把自己生命中这些“潦草的涂鸦”带到天父面前，而祂把它们贴在祂天上的“冰箱”上——所有的涂鸦，不只是那些漂亮的，或是有条理的。祂是那位完美的父亲，总是看见真实的我们。

这就是那位“满有真理与恩典的父”，也是我渴望我的孩子们去认识、去爱的父。

这些年来，我看着我的儿子们把他们的“涂鸦”——他们与神同行中的挣扎与喜乐——带到敬拜中。当我看见他们的“涂鸦”被贴在天父的冰箱上时，我开始看见，我的儿子们真正是谁。坐在我身旁的，是神亲手的工作。而那位在他们里面动了善工的神，已经应许要在合适的时机，在基督里将这工带向成熟与完全（腓立比书 1:6）。在天父的同在中，我的儿子们已成为我的弟兄。对于坐在教会长椅上的父母来说，再没有比这更大的喜乐了。

愿《在长椅上养育》能带领你和你的会众，一起更多地去探索那奇妙的奥秘：我们同属基督的身体，而祂是我们的元首。愿我们的孩子与孙辈，在我们当中成为耶稣的门徒——确实就是我们的弟兄姐妹——与我们一同在教会的敬拜、见证、使命与群体中生活。

讨论问题与反思

你可以安排一个为期十周的主日学课程或家庭查经小组，一起阅读《在长椅上的育儿》（*Parenting in the Pew*），然后讨论哪些做法可行、哪些地方有挑战，以及有哪些新的工具能帮助孩子在会众敬拜的环境中学习敬拜。我们需要在这段育儿旅程中彼此加油、互相支持。

可以考虑邀请一些“空巢”的年长弟兄姊妹（他们爱你和你的孩子），与您一起阅读和讨论这本书。他们这些充满爱的双手不仅能为你和孩子祷告，也能在主日早晨帮助父母（特别是有多个孩子或孩子有特殊挑战的父母）。

第1章：爸爸，我想让你认识我的孩子

1. 什么使与你的学龄前/小学/青少年孩子一起敬拜最困难？哪些事让你最分心？
2. 回顾个人记忆，或与小组分享你童年在教会的经历。哪些是最温馨的记忆？有没有令人遗憾或害怕的经历？
3. 如果你要邀请一个有兴趣但未曾去过教会的人来参加敬拜，你会如何描述你的教会和礼拜？
4. 分辨那些帮助你、和那些妨碍你“为敬拜做准备”的事，与仅仅是“去教会”作对比。集思广益，探讨父母在你们的会众里如何彼此帮助，一起学习作为一个跨世代的信仰群体来敬拜，并学习欣赏不同年龄、不同处境的人所作的贡献。你如何帮助孩子在敬拜中表达对他人的尊重和感恩？

经文反思：诗篇 96 篇

大声朗读全篇，个人默想或小组学习。

“民中的各族啊，你们要将荣耀能力归给耶和华，
要将耶和华的名所当得的荣耀归给他，
拿供物来进入他的院宇。”（7-8 节）

你的家庭如何在敬拜中“献给”主？哪些家庭与教会传统，为孩子们提供了向主献上的机会？

为你们教会的牧师、敬拜带领者、父母和孩子祷告。

第2章：敬拜的前后（bc 和 ad）

1. 为什么敬拜对你个人的信仰生活很重要？在敬拜中，什么对你最有意义？
2. 回想一次在敬拜中深刻经历神同在的时刻。这次为什么格外令人难忘、生命改变？
3. 自从你成为父母后，你的敬拜经历发生了怎样的变化？教会中的其他肢体如何能帮助你作为父母在长椅上？

经文反思：耶利米哀歌 3:20-26

大声朗读经文，个人默想或小组学习。

“我们不至消灭，是出于耶和华诸般的慈爱，

是因他的怜悯不至断绝。

每早晨，这都是新的；

你的诚实极其广大。”（22-23 节）

主作为耐心父亲的信实，如何鼓励你作为父母在育儿中的信实与忍耐？主的榜样如何帮助你成为孩子更好的“敬拜教练”？

为你们教会的牧师、敬拜带领者、父母和孩子祷告。

第3章：赞美与小狗

1. 回顾孩子们曾经的属灵洞见，哪些帮助了你自己对主的理解？你的孩子教会了你哪些关于信仰生活的事？
2. 你或别人如何向孩子（幼儿/小学生/青少年）解释生命、死亡和基督信仰的深刻问题？你自己又是如何理解这些事的？
3. 你、其他父母、牧师和敬拜带领者可以做些什么，帮助整个会众欣赏孩子们在敬拜中的价值？
4. “敬拜是服事”——是一种工作（“礼拜”一词的原意就是“百姓的工作”）——这个观念如何影响你更有意识地预备和参与敬拜？

经文反思：马太福音 18:1-6

大声朗读经文，个人默想或小组学习。

“凡为我的名接待一个像这小孩子的，就是接待我。”（第5节）

当今许多家庭远离亲戚，跨世代的会众如何能成为他们特别的资源？教会大家庭如何帮助单亲家庭？

为你的牧师和教会领袖祷告，愿他们服事教会各个世代。

第4章：主日，从周六晚上开始

1. 列出一些点子，帮助你的家庭在周六晚上就开始预备主日。与家人或小组分享。
2. 分享一些方法，使主日对孩子来说既简单又特别。你们如何在圣诞节、复活节等特别圣日中，使基督的信息成为家庭生活的核心？如何与更广的教会家庭分享这些节日？（例如：在圣诞节前的主日为耶稣办一个生日派对，甚至有蛋糕和蜡烛；让每个家庭带来一个礼物，代表每位成员向主献上的才干、担子或感谢，这些礼物可以放在一个空的“马槽”里。）
3. 你如何继续或开始教导孩子在奉献与支持教会生活中慷慨？
4. 思考如何帮助孩子理解敬拜的场所（圣殿、礼拜中心等），并明白这是为敬拜特别分别出来的空间。你如何看待你们敬拜场所的帮助或不足之处？

经文反思：诗篇 84 篇

大声朗读全篇，个人默想或小组学习。

“万军之耶和华啊，你的居所何等可爱！

我羡慕渴想耶和华的院宇，

我的心肠、我的肉体向永生神呼吁。”（1-2 节）

你们家庭有哪些精心筹划、满心期待的时刻？如何把这种热情转化到为每周敬拜做预备？

为你的孩子和家庭祷告。

为你的每周时间表、优先次序和时间管理祷告。

为牧师、敬拜带领者和主日学老师祷告。

第5章：数砖头还是遇见神

1. 回想你童年时的教会建筑。你记得圣所的哪些细节？有哪些分心的事情？你的父母对你有哪些期待？他们是如何传达这些期待的？

2. 讨论“娱乐孩子”和“邀请孩子参与敬拜”之间的区别。你们教会的传统是什么时候开始让孩子全程参与敬拜？你们的礼拜如何包括孩子？（是否有儿童讲道？成人讲道中是否会提到孩子？是否有音乐或诗班鼓励孩子参与？青少年是否有机会帮助敬拜或分享见证？）
3. 如果教会在礼拜中为孩子提供纸张或活动，如何确保这些不只是“善意的分心”，而是真正帮助他们进入敬拜？你如何使用礼拜程序单、诗歌本等工具，引导孩子更直接地参与？
4. 在会众中，有哪些人能成为你家庭在长椅上的帮助？他们可以为你祷告，或与您同坐，支持你带孩子参与敬拜的努力。

经文反思：以弗所书 5:15-17

大声朗读，个人默想或小组学习。

“要爱惜光阴，因为现今的世代邪恶。”（16节）

思考父母在孩子生命中所作的投资。你认为在孩子的成长与训练中，什么最重要？你如何看待自己每周有限的敬拜时间？对你、你的孩子，以及教会里的其他人来说，这段时间的价值是什么？

为自己祷告，在敬拜中学习训练孩子，并在其中得喜乐。祈求你与主的关系，因你所付出的时间与精力而更加丰盛。为你教会中的其他父母，以及牧师和敬拜带领者祷告。

第6章：发出欢呼

1. 你如何描述你们会众敬拜中使用的音乐？音乐如何影响你个人对主的敬拜？
2. 音乐在你孩子的生命中（幼儿、小学生、青少年）扮演什么角色？你如何帮助孩子透过你们教会礼仪中的音乐机会来敬拜？
3. 与家人或小组讨论，音乐如何在家庭中被用来预备敬拜。不仅包括会众一起唱的诗歌，也包括由诗班和音乐人献给神的赞美。
4. 选取一首你们教会常唱的赞美诗或敬拜歌曲，思考你会如何向年幼的孩子解释它的意义，或如何与青少年讨论其意义。

经文反思：诗篇 148 篇

大声朗读，个人默想或小组学习。

“少年人和处女，老年人和孩童，都当赞美耶和华的名！”

因为独有他的名被尊崇；
他的荣耀在天地之上。”（12-13 节）

这篇诗篇提醒我们，全宇宙都被命令要赞美耶和华。音乐如何能在家庭与教会中帮助我们赞美神？音乐又如何可能被误用，成为敬拜中的分心？

为你们教会的诗班指挥、音乐事工的同工、牧师，以及你家庭在家中使用音乐来赞美神祷告。

第 7 章：祷告、认罪与罐头食品

1. 你童年对祷告的记忆是什么？是谁教你祷告？你是如何学习祷告的？
2. 思考一些方法，如何教导幼儿、小学生、青少年祷告。把这些想法与家人或小组分享。讨论在家里和会众敬拜中以身作则的重要性。
3. 你们会众的敬拜中有哪些祷告的机会？有些由敬拜带领者或牧师领祷，有些全会众一起祷告（如主祷文），有些可能是自发性的，包括会众的祷告；也有静默祷告。在这些不同方式中，孩子如何能学习参与？
4. 思考会众祷告的 ABC 原则：可听见（Audible）、简短（Brief）、以基督为中心（Christ-centered）。如果你们的敬拜有会众一同出声祷告的时刻，你如何在家里帮助孩子预备好，在敬拜中参与？

经文反思：马太福音 6:8-13

大声朗读，个人默想或小组学习。

“我们在天上的父……”

思考你会如何向不同年龄的孩子解释这篇“主祷文”的每一句。这祷告如何帮助你为孩子祷告？

用这段经文为你的孩子、你自己，以及你的牧师祷告。

第 8 章：那篇讲道到底有多长？

1. 你如何描述牧师的讲道风格？思考讲道如何解释、说明并应用圣经。你认为讲道如何既促进敬拜神，也造就教会？

2. 思考你在讲道中遇到的困难，比如帮助孩子（幼儿、小学生、青少年）聆听与学习。与家人或小组分享这些困难，同时分享一些有助于训练孩子学习神话语的点子。
3. 儿童讲道如何在你们教会帮助孩子更好地聆听成人讲道？针对孩子的教导如何帮助他们理解敬拜中的其他部分？
4. 分享一些创造性的点子，如何与年长的孩子讨论讲道和经文。

经文反思：罗马书 10:13-17

大声朗读，个人默想或小组学习。

“若没有传道的，怎能听见呢？……信道是从听道来的，听道是从基督的话来的。”（14, 17 节）

讲道如何影响你在基督里的属灵成长？你在敬拜中可以怎样更好地“听见”神的话？思考：参与礼拜中的回应行动、在讲道时使用圣经、将所听见的应用出来、彼此监督作行道的人。再思考如何帮助孩子在合适的年龄参与这些操练。

在一周中，个人或小组查经如何帮助你更多学习神的话语？在家庭中每天读经如何帮助孩子活出信心？

为牧师祷告，愿他/她在预备讲道时有神的带领。为你的家庭祷告，求主赐下聆听的耳和受教的心。

第 9 章：为特别的事积存

1. 总结你们教会对圣礼或礼仪的做法。孩子们是如何被引入教会生活的这一部分？牧师或教育资源为你的家庭在这些操练上提供了哪些帮助？
2. 你如何帮助孩子预备一份可以与他人分享的信仰见证？你如何把福音真理用幼儿、小学生或青少年能够理解的语言总结出来？可以与家人或小组一起操练。
3. 在孩子等待并观看别人参与圣礼时，你如何帮助他们学会欣赏教会的圣礼？圣礼如何在你们教会中促进对神的敬拜？
4. 与牧师或儿童事工同工谈谈，是否可以在孩子受洗或献婴时，把《在长椅上的育儿》送给父母。这可能是帮助年轻父母装备自己，忠实履行他们在信仰群体中所立育儿誓言的一种方式。

经文反思：路加福音 24:25-35

大声朗读，个人默想或小组学习。

“他们就认出是耶稣了，是在掰饼的时候。”（35 节）

你如何在教会的圣礼中认出神的恩典？在你们的礼仪中，你如何成长、更加欣赏圣礼？你如何用适合孩子年龄和理解力的语言，解释圣礼的意义与实践？

为你的家庭祷告，求主使你们忠心预备，领受教会的圣礼。为牧师和敬拜带领者祷告，愿他们在带领圣礼时有智慧。

第 10 章：圣洁的拥抱

1. 当你训练孩子在敬拜中成长时，有哪些进步与挫折？与家人或小组分享。
2. 教会中的其他人如何能帮助你作为长椅上的父母？他们如何能在孩子学习敬拜时给予鼓励？
3. 如果神真的有一台冰箱，你觉得看到自己人生的“作品”被贴在上面时，会有什么感受？你如何在家庭生活中经历神的恩典与怜悯？
4. 讨论你们教会礼拜的“结构”。它如何帮助会众重演救恩的故事？你如何帮助孩子认出神的故事在礼仪中被反映？

经文反思：申命记 4:9-10；提摩太后书 3:14-15

大声朗读，个人默想或小组学习。

“你只要谨慎，殷勤保守你的心灵，免得忘记你亲眼所看见的事，总要传给你的子子孙孙。”（申 4:9）

“但你所学习的、所确信的，要存在心里……并且知道是从小明白圣经。”（提后 3:14-15）

你希望在孩子的属灵训练中达成什么目标？

你盼望当孩子将来建立自己的家庭时，他们与神的关系会如何？

你的育儿努力，如何同时使你自己与神的关系不断成熟？

为孩子的未来祷告。为你自己和其他父母祷告，求主赐下信心与忠心，承担起“在长椅上的父母”的呼召与挑战。为牧师祷告，愿他/她在自身作为父母或祖父母时，也能以身作则。