**核心课程：为人父母**

**十二讲：电子技术与社交媒体**

“电子麻醉品”

“吸脸磁铁”

“便携式保姆”

这些只是智能手机、平板电脑和其它设备的某些同义词。

不管是写信给朋友，即时得到最新消息，看一段有趣的视频，和配偶登记入住——还是叫大家在商场里集合，听音乐，或在上班的路上听道，发邮件，列任务清单，日历，电影……等等，我们都离不开电子技术。电子技术是我们生活的一部分，它无处不在，无孔不入。我们有一个包含一切的互联网。

这有问题吗? 对你来说是个问题吗？那对你的孩子呢？浸信会南方神学院院长莫勒注意到凯撒家族基金会对这个问题的研究，该研究说到：

认识青少年或者二十几岁的年青人的任何人都可以证明，媒体是当今年轻人生活中最强大的力量之一，从8岁到18岁的孩子，除了（也许）睡觉，花在媒体上的时间，比其它任何活动都多——平均一周7天，每天超过7个半小时。

所以电子技术与我们息息相关。不管是好是坏，有一件事是肯定的：电子技术影响着我们，也影响着我们的孩子，因为它已经成为我们日常生活的一部分，大多数人不会去想太多，而把它当作我们呼吸的空气一样自然。

总之，我们可能认为电子技术和社交媒体是中立的，就像书或电影：如果使用得当就很好。尽管如此，我还是要在这里暂停一下，呼吁大家关注这个问题，而且还想给大家一个警告。某些技术可能有其固有的危险。约翰·麦克阿瑟在九标志会见狄马可牧师时，曾这么说过：

现在，人们手中拿着的实质上是一种致命的武器——是威胁生命的最强大的工具——胜过人类所经历过的一切诱惑。在历史上，人们从未将诱惑弄到如此登峰造极的地步——视觉上、听觉上、以及实用性。你能够比以前任何时候都更快、更广泛地让自己沾染污秽。

所以，我们有必要停下来想一想这个问题，甚至那些不信神的人都明白这点。一位世俗的人文主义作家，尼尔波斯曼在他的书《技术垄断》中写道：

一个家庭如果没有或者不能够控制孩子的信息环境，就根本算不上是一个家庭。这些家庭只是因着成员有生物上共同的DNA信息，而自称为家庭。我们的家庭不能再这样继续下去了，我相信，这对大家来说是显而易见的。

有趣的是，波斯曼是在1992年写了这本书。他于2003年去世。

【讨论：波斯曼说的对吗？家庭失败了吗？我们怎么知道？圣经有没有给我们什么指导，尤其是父母如何应对电子技术和社交媒体方面？】

我想提出10个问题来帮助我们测试，从圣经角度来看，电子技术在我们生活和家庭中的影响，尤其是对父母的影响。我们的目标不是要画出一条泾渭分明的线——可以做这个，不可以做那个——而是鼓励我们一起思考这个重要的课题，正如使徒彼得所说：“**人被谁制伏就是谁的奴仆。**”（彼得后书2:19）

就我们今天的目的而言，当说到电子技术时，我指的是信息技术，包括互联网，笔记本电脑和iPad，智能手机，通信设备以及电视、iPod和电子游戏等娱乐设备。我所说的社交媒体指的是：微信、微博、快手、Facebook、Twitter, Instagram, iMessage等等。我认为圣经中有很多经文都谈到这些方面。

以下是我们要提出的十个问题：

# 第一，它是否有助于我们和家人在一起？

这似乎是个奇怪的问题。难道电子技术和社交媒体不是帮助我们无处不在吗？这就是拥有博客和微信的美妙之处！

但也不完全是这样。当我说“在一起”时，我想到申命记第6章：

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。也要系在手上为记号、戴在额上为经文。 又要写在你房屋的门框上、并你的城门上。

正如我们在讨论家庭敬拜时所说的，神的话语应当常常成为我们谈论的话题——当我们“坐在家里”和“ 行在路上”，“ 躺下”，和“ 起来”，都要用祂的话语来殷勤教训我们的的儿女。

你明白重点了吗？在我的童年时代有电视，现在手机就像当年的电视一样正在成为电子养父母。我们不应该把影响孩子的工作交给手机或平板电脑。我这里并不仅仅指电子技术，因为电子技术只是接触人的途径，这些人包括他们的朋友和许多不是朋友的人。在他们“ 起来”和“ 躺下”时，我们有特权和责任与他们谈论神的命令！

在我们家里，我们的孩子利用电子技术来学习和玩耍。但是，他们的“在线时间”是被严格限制和监控的——例如，他们的房间里不可以有单独的设备。

爸爸妈妈们，同样地，这里也有话要对你们说：我们需要把手机放下。和家人呆在在一起。电子邮件会等你的，一条微信稍后再读也不碍事，也没人在乎你吃饭的照片。

从好的方面来说，电子技术可以帮助我们及时出现。我们中的一些人常常要离开家工作。如果你真的必须出差，Facetime, Skype和谷歌聊天对你会很有帮助。——比如，随军驻扎在国外的军人（许多士兵已经通过Skype看到了他们刚出生的孩子）。也可以考虑在你离世后，给你的孩子留下一辈子受用不尽、充满圣经经文的电子邮件，甚至祝福视频。在最近登载在《纽约客》的一幅漫画中，一个小女孩问爷爷在哪儿，母亲回答说：“他在云里”。认真地思考一下吧，给孩子储存一些信息，想想这件轻而易举的事情，会给孩子带来何等的祝福吧。

电子技术是帮助你还是阻碍你和家人在一起？

# 第二，它是否有助于我们保持警醒？

你有没有注意到，圣经有多少次要求我们“警醒”（比如：可13.33，弗6:18，帖前5:6，彼前5:8）“警醒”（西4:2）和“清醒”（启16:15），电子技术和社交媒体是多么容易使我们头脑混乱，不能平静，以及因渴望下一个“信息快餐”而分心？想想那个在发短信时撞到电线杆上的可怜家伙——这对我们的文化，我们大多数人，以及我们的孩子来说，是多么生动的比喻。抬起你的头，看你的路吧！

弟兄姐妹们，最后的审判即将到来。生活在继续，我们正盯着吸脸石（手机屏幕），发短信。我们是在等候服事的机会，还是在玩“愤怒小鸟”？在漫长而疲惫的一天之后，花几分钟神游一下，似乎不为过，也可以理解。不过也许我们已经太依赖那样的借口了。理查德·罗伊豪斯在谈到倦怠无聊时说：“无数的夜晚被电视毁了，多少个夜晚既没有娱乐也没有教育，只有对时间和责任的无力抵抗”。

父母们：通过你使用电子技术的习惯，你是否教孩子要满足于“在浅滩游泳，在时光流逝中享受时间”？（德杨，《不要让屏幕扼杀你的灵魂》，第二部分）。如果你的家人有时似乎被电子技术牵着鼻子走了，那么你们可以背诵这段经文：“**现今就是该趁早睡醒的时候、因为我们得救、现今比初信的时候更近了。**”（罗13:11）

电子技术是帮助还是妨碍你警醒呢？

# 第三，它是否帮助我们改变生命？

神命令我们：“**不要效法这个世界。只要心意更新而变化。**”（罗12:2）。这个世界有它自己的模式，而且要强加在我们身上——尽可能强迫我们去适应。当然，这种来自电子技术和社交媒体无休止地的信息轰炸，是人类历史上无与伦比的世俗传递系统。

尼古拉斯·卡尔在他的著作《浅薄：互联网如何毒化了我们的大脑》中收集了一系列令人印象深刻的研究，说明我们的大脑就像塑料一样，进入大脑的东西会在上面刻下深深的印记，难以磨灭。仔细想想吧，电子技术实际上在塑造你的大脑，这是对2000年前保罗所写的东西的科学证明。世界想要改变你，而你要被神的话改变。请在你的大脑里刻下圣经话语的通路吧。

电子技术也对我们的生活大有帮助。听、看、读、记忆、分享、学习、理解经文，从来没有这么容易过——都是归功于科技。但是朋友们，请记住，某种东西正在改变我们的思想，所以我们需要小心，是什么在塑造我们。

我们也必须要问：如果我们的大脑是塑料的，那么孩子的大脑又是什么呢？你会把什么通路刻在你孩子的大脑中？让神的话语日夜流过他们的大脑吧。帮助他们被圣经更新改变，和他们一起昼夜默想神的话语。当然了，在这些方面你可以利用科技来帮助你。

电子技术是帮助还是妨碍你变成基督的样式？

# 第四，它是否帮助我们增长智慧？

信息技术可以模糊知识和智慧之间的区别。我们需要记住，圣经上说新事物并不总是更好的，更多未必是最好的，最新的博文可能不如500年前写的东西那么有价值——实际上，它的价值可能少得可怜，因为博文还没有500年的历史。

我们需要帮助孩子们认识到，他们常常生活在垃圾信息的沼泽中，我们还要教会他们如何发现真正智慧的源泉。这可能仅仅意味着关闭游戏和媒体，把书递给他们，特别是较老的书籍。对我们来说，还意味着鼓励孩子阅读真正的，传统形式的书籍，而不只是新式书籍。

科技帮助还是阻碍你增长智慧？

# 第五，它是否帮助我们变得有耐心？

我得要说快一点，因为我知道你们已经有点听烦了。在电子技术中，游戏就意味着速度：更快的处理器，更快的宽带，更快的下载。但是圣经反复教导我们说，智者很有耐心，——耐心地等待他的耕作结出果实，耐心地对待别人的过错，耐心等候主的再来。这意味着我们必须要能够集中精力，专注在长远的事情上，而不是总在寻找来自（脸书）Facebook 或者（推特） Twitter “喂养”的下一个快餐。

一位基督徒精神科医生指出，他在儿童身上——还有我们所有人身上，看到电子科技和社交媒体的大问题是——它教会我们一切要求都必须立刻得到满足。我们没有学会韧性和毅力，比如说，读一本很长的书或者解决一个难题。这对成人和孩子来说都是如此。

我相信你明白重点了。孩子们需要学会坚持。限制他们面对屏幕的时间是有益处的。

电子科技帮助还是阻碍你保持耐心？

# 第六，它是否有助于我们知足？

我们很多人都是视觉上的暴饮暴食者。我们总是“需要”更多的信息。我们缺乏自制力，就被“贪行种种的”（弗4:19）认知上的满足，更多的新奇事物所奴役。

作家尼古拉斯卡尔写道，他发现如果不去浏览网页，他就无法专注工作：

一开始我以为，这是中年智力衰减的症状。但是我意识到，我的大脑不仅仅是在漂移，而是饿了，它要求用网络的方式来喂它——越喂它就越饿。甚至当我离开电脑时，我又渴望查看电子邮件，点击链接，用谷歌搜索一下。我总是想要把自己连上网。

当然，对此很恰当的描述就是“**都是捕风**”！（传1:14）。传道书的作者告诉我们：**著书多，没有穷尽**（传12:12），那时候是在印刷机出现的几千年前。现在呢？发朋友圈多，没有穷尽……

一个重要的问题：你和孩子能不能从微信或网络上抽离出一两天来？你能够一天不看优酷吗？你可以一个下午不看电子邮件吗？可以一个星期不玩游戏吗？

你说你的回答是肯定的？那太棒了。但你会这么做吗？如果你带领家庭禁用电子产品会是什么样子呢？为什么不试试呢？

电子技术是帮助还是妨碍你知足呢？

# 第七，它是否帮助我们变得真实？

福音不是游戏。耶稣的爱使祂舍弃的并非虚拟生命。祂是真正的血肉之躯，与真实的撒旦斗争，还表现出真实的勇气，感受到真正的痛苦，祂被钉在真正的十字架上，并经历了真实的身体复活。

请别误会我的意思。如果网上的奇幻文学和游戏可以激发人对天堂的盼望，以及激励人去实现某些真实的壮举，那么它们可能是有价值的。但是如果这些东西反而扮演骗子的角色——你在现实世界中一无所成，而它们却让你感受到勇气、成就感、或者浪漫关系——那么它们就是虚幻的。耶稣呼召我们爱真实的家人和教会成员，他们都有真实的过犯罪恶，经历着真正的困难，却走向真正的喜乐。

现在我们要谈到一个对所有父母都非常重要的词，特别是对（就目前而言）男孩的父母而言。请听下面一段话：

色情文学承诺没有亲密感也可以获得性高潮，视频战争保证肾上腺素没有危险。这些吸引力从本质上来说，都是跟属灵的层面有关。

这一代人陷入了虚假的爱情和虚假的战争中，那是很危险的。一个通过色情学习爱的人会同时爱上所有人，而事实上谁都不爱；一个沉迷于暴力游戏的人学会与每个人树敌，却谁都打不过。

对付这两种上瘾的解决办法都是用唤醒对抗唤醒。我们看一下基督福音的画面，基督爱祂的新娘，并为拯救她而战。那么，让我们训练年轻人去跟随基督，学会爱一个真实的女人，有时还要与有可能吞没他的欲望和思想争战。让我们教小男子汉们去制造真实的浪漫，去打真实的战争。

总之，我们的孩子需要勇气在现实世界中去爱，去争战，去培育，去保护，去工作。

我们该如何帮助孩子呢? 无论如何，首先要从设置界限开始——制定时间限制，设置禁用，安装过滤器。但我们也应该教他们，在偶然看到一些不该看的东西时，如何做出反应。甚至过滤器供应商也会说：不要只是依赖过滤器! 当你儿子的朋友把有色情图片的手机递给他的时候，过滤器就起不了什么作用了。假设你的孩子会看到不该看到的东西，然后教他们如何做出反应——即逃避，必要的时候要悔改。

这也是我们要考虑的方面，因为社交媒体让我们能够创造出完全私人的世界，滋养着我们的自私和骄傲——影响着真正的友谊。而且我们还可以在里面消费和享受我们想要的东西。我们习惯于列出或查看我们想要的东西，何时想要，何地想要。

我们创造自己的私人世界，是其他人不知道的世界。我之前提到的麦克亚瑟在采访中说，现在的状况是“你不了解我的世界；我也不打算告诉你，因为我的世界正在被不可告知的事情所感染——我也不想让你们知道那些事情……”更何况，我们还控制别人如何看我们。“我不仅创造自己的世界，我也创造我自己……你唯一可以了解的是我在推特（Tweet）所展现的我；你只能知道我要你知道的我……”

这些都使得帮助孩子成为诚实、可靠、富有同情心、谦逊、真诚的人，具有极大的挑战性。如果我们确实帮助他们养成这些品格，而且他们在虚拟世界里也不能够随心所欲，他们就会没事。

“保持互联网的真实性”的最后一条建议是：让你的孩子使用电子技术做真实的事情。我们教孩子使用iPad 应用软件来编码。我们还会定期上Youtube网站，参考上面各种各样的说明，比如如何生火，缝纫，修理玩具等等。

你也要考虑：你的孩子是否在使用电子技术和社交媒体来选择他们的“朋友”，而忽略了他们真正的邻舍呢？

电子技术是帮助还是妨碍你变得真实呢？

# 第八，它是否有助于我们祷告？

当耶稣面对势不可挡的人群时，他去到旷野祷告。（路5:16）你和孩子知道如何找到旷野吗？你是否可以静下心来祷告？默想一段经文，并向神祷告吗？当你和神谈论你的生活或家庭中的一个问题时，你能保持一种思路吗？你和孩子在看新闻故事时，是否把它作为祷告的机会呢？你会为收到的电子邮件祷告吗？“**万物的结局近了。所以你们要谨慎自守、警醒祷告。**”（彼前4:7）

这里的挑战不仅仅是电子产品分散了注意力，它还承诺可以摆脱压力——神的替代品。电子游戏、电影、新闻网站都会让我们把问题抛在脑后，而进入另一个世界。但是神要成为我们的避难所！（诗46:1) 当面对片刻的压力时，你和孩子是选择上网还是祷告？你要养成和孩子随时祷告的习惯，特别是在焦虑的时候。训练他们不要跑到电脑屏幕前，而是要跑到耶稣的面前。

电子技术是帮助还是妨碍你祷告呢？

# 第九，它是否帮助我们谦卑？

神阻挡骄傲的人，赐恩给谦卑的人。（雅4:6）社交媒体是否能让你过着一种骄傲的生活，培养你的公众形象，发展你的“朋友”名单？当你在朋友圈里分享成功（或孩子的成功）时，你会考虑自己的动机吗？这会让你妒忌吗？教导孩子有关惧怕人的诱惑，相互攀比的诱惑，以及我们在脸书、Instagram和推特上发布的东西背后所隐藏的是何等的骄傲。

电子技术帮助我们还是妨碍我们谦卑呢？

# 第十，它是否帮助我们成为好管家？

圣经我警告我们，要增长才干，避免浪费。“**你们要谨慎行事、不要像愚昧人、当像智慧人。要爱惜光阴、因为现今的世代邪恶。**”（弗5:15-16）

你在使用电子产品所花费的时间成本是多少？记录一下时间。箴言呼吁年轻人勤勉努力。箴言31章中的女人并不是在读浪漫小说；她嫁给了一个真实的男人，有了真实的孩子，经营着一个真实的家庭，真的是既熬夜，又早起。是的，我知道她是一个多面手；但是她的样式正是我们女孩子们渴望追求成功的一个画面。

是的，科技可以是一个倍增器。我可能会在一天刚开始的30分钟内，被世界上影响我工作的重要事件所困扰，（或者我可以浪费这30分钟浏览新闻标题而不是祷告！）我的家人通过用Google，搜索谈话中出现的一些有趣问题，从而学到了各种关于神创造的事情。福音博客和布道网站也给人带来益处。但是我们还是必须问：科技是在帮助还是阻碍我们成为时间的好管家？

# 附加问题，电子技术是否帮助我们成为圣洁？

雅各书1:27很清楚地写道：“**在神我们的父面前、那清洁没有玷污的虔诚、就是看顾在患难中的孤儿寡妇、并且保守自己不沾染世俗。**”

同样地，希伯来书12:14节——“**你们要追求与众人和睦、并要追求圣洁。非圣洁没有人能见主。**”以及彼得前书1:15-16节——“**那召你们的既是圣洁、你们在一切所行的事上也要圣洁。因为经上记着说：‘你们要圣洁、因为我是圣洁的。’**”保罗告诉提摩太“**你要逃避少年的私欲**”（提后2:22）

还记得麦克阿瑟之前的评论吧：“那是有史以来落入人类手中，具有毁灭生命诱惑的最强有力的工具。”无论是色情的诱惑，还是情感的淫乱，或是骄傲的试探——我们必须诚实地对待科技的应用，它是否能够让我们思考“**凡是真实的、可敬的、公义的、清洁的、可爱的、有美名的……**”（腓4:8）。科技可能会是一种帮助！如果不是，我们需要承认这一点，并寻求主内弟兄姊妹的帮助，让我们的智能手机在基督的掌管之下使用，然后教导并且帮助我们的孩子也这样做。

# 结语

思考的底线是：电子技术是帮助还是阻碍我们和家庭来服事神——它是否阻碍我们成为圣洁？是我们在掌控它，还是它在掌控我们？愿神赐恩给我们，带领我们使用电子技术只是单单为了神的荣耀。

# 设立使用“电子产品界限”的实例

* 在每天早上灵修之后才能查看手机。
* 关闭通知提示
* 尽量在晚上9点之前结束使用数码设备。
* 和朋友共进午餐或晚餐时不要查看手机，也不要把手机留在车里。
* 每个周日作为禁手机日（或者从每个周日下午开始）
* 用餐时间杜绝玩数字产品
* 每小时只查看一次邮件或短信
* 当真实的人在我面前时，尽量不要通过电话和虚拟的人交谈
* 每天向神祷告，求神帮助我成为虚拟生活的好管家