

自序

何志滌

結婚初期，受到經濟和適應等因素影響，加上師母的身體不太好，我們就放下生小孩的念頭。沒想到結婚進入第十年，某些因素改變了，同時我們回到香港定居，而師母的身體狀況也好轉，於是決定嘗試生孩子。蒙神的恩典，祂賜下一名女兒，我們給她取名何凝。就這樣，我成為了一名父親。

成為父親的前後，我一直思想怎樣當父親：到底父親的形象該是怎樣？我成長在所謂「嬰兒潮」的年代，當時整個世界正值經濟起飛，然而人們受到中國傳統「男主外，女主內」的觀念影響較深。就以我家為例，那時候只有父親承擔一家八口的生活需要，母親就負責處理家中的事情，父親的忙碌是不言而喻的。還記得小時候，父親剛開始創業，開了一家工廠，他每天要去工廠之餘，晚上也要應酬，因此，一個星期只有星期天才可以見到父親。或許他平日工作的時間很長，星期天是他唯一能休息的日子，所以在我的印象中，他在家中絕少說話，這就是父親給我的形象。他的寡言對我的影響特別大，間接使我成為個性較內向的人。記得我與女朋友還在約會的時候，我已經知道未來要成為傳道人，但她說：「你太內向，真的要神改變你的個性才能成為神的僕人。」沒想到我事奉至今接近四十年，我的個性也可以說有

一百八十度的改變，這也對我在教養孩子、培養親子關係等方面有很大影響。

最近我在一次公開講座中擔任主講嘉賓，題目是「好傾爸爸，自信孩子」。在問答環節中，有家長問我：「你說你曾經那麼內向，為何你會成為一個『好傾』爸爸？」這問題促使我思考自己的改變，引發我要寫一本有關「父親」的書的念頭，最終付諸實行，完成了這本書，取名為《師牌爸爸的心路：既是父親，又是生命師傅》。





教養 與傳承

每周 168 小時

上天賜給人類最公平的莫過於是「時間」，每人每天都有 24 小時，即每周共有 168 小時。但是，為何總有人會抱怨說「我不夠時間用」？如此說既不合理，也不公平。我們只能問：「為何我不夠時間用？」

成為父親後，這個身分對我的挑戰很大，因我的另一個身分是「牧師」，「牧師」的職業性質可以歸類為「服務性」行業，工作以「人」為主，也要配合信徒的工作時間，所以晚上是我最忙碌的時候，卻不等於早上不需要工作。嚴格來說，是 24 小時都在工作，所以，一個星期有多個晚上都不會在家。

只是，我相信中國人的傳統智慧——「三歲定八十」，因此，女兒出生後，特別是頭三年，我決定儘量在晚上分出時間與師母一起照顧她。或許很多人會問，0-3 歲的嬰孩重要嗎？我肯定地說：「是很重要。」

自女兒出生，我每晚都會在她耳邊唸約翰福音三章 16 節。沒想到女兒一歲多開始說話後，她居然會以填充形式來背誦這節經文。不要以為三歲前的嬰孩不懂事，正正因為是一張白紙，讓

我們可以「寫下」正確的價值觀，並深深地印在他們的心靈深處。最近，聽到坊間有人說，假如想下一代當上甚麼行業，就要在嬰孩兩歲前，天天在他的耳邊說，日後真的會如願以償。雖然這說法沒有根據，但與「三歲定八十」不謀而合。

或許我們會問，這樣做或有這想法是否太自私？我強調的不只是職業，而是如何灌輸道德觀和價值觀，才能使下一代更精彩。

說了這麼多，我想說的是，人應該是「時間」的主人。在繁忙的工作以外還要照顧孩子，分配時間實在不容易，但如果你也認同從小教養、陪伴孩子成長非常重要，就從現在開始吧，細心、謹慎地安排作息時間，定好優先次序，並與家人有合宜的分工，相信每周 168 小時一定不會不夠用！

反思

香港人的工作很忙，為人父親的你會怎樣安排時間陪伴孩子？有何困難？



愛，不能缺

聖經說：「愛是永不止息。」（林前 13:8）為人父母，對下一代的愛理應是「不止息」。記得女兒出生之初，因為她還未能用言語表達，只能「哭」和「笑」。「笑」沒有問題，問題是「哭」的原因是甚麼？到底是餓了、尿布濕了，還是不舒服？心中總是盼着她能快點會說話。只是，到女兒真的會說話，她會問不同問題，我有時候會覺得有點煩。直到她長大出國留學，面對空巢，心中感到寂寞的時候，就回想她還是嬰孩的階段，自己為何不多抱抱她。她嫁人那天，我心中問：「為何那麼快？」其實，無論孩子有多大，在父母心中他們仍是小孩。

記得女兒小時候，或許我受自己母親的影響，會很注意女兒的「起、居、飲、食」。特別在她上幼稚園後，我決定負責她早上的一切，包括叫她起牀、陪吃早餐和送上學。怕她着涼，我會提醒她多穿衣服。她生病時，因我的工作時間比較有彈性，加上醫生是教會的執事，我會負責帶她到醫務所。坦白說，直到她已經為人母親，我仍會問她有沒有穿足夠的衣服。

或許大家會疑惑，我這個做父親的是否改變了角色？這不應該都是母親的責任嗎？對我來說，夫妻分工最重要的是按個人的

能力或興趣，然後互相協調，以致有美好的配搭。

「愛」可以用不同方式表達。無論是照顧孩子的日常起居，給他們說故事，耐心教導他們做功課，還是與他們一起玩，都是「愛」的行動，不會說哪一項比較重要。所以，夫妻不要比較，而是彼此欣賞，成為孩子的榜樣，孩子看到，就會效法。家中有愛，才能建立「和諧家庭」，這是孩子健康快樂成長不可或缺的。

反思

父親在照顧孩子的崗位上應如何配合，
以合乎神的心意？

小心駛得萬年船

女兒出生後，最大的挑戰是我從來沒有「湊 B」（照顧嬰兒）的經驗，看着體重不到八磅、身體軟軟的女兒，真的很怕自己一不小心，用力過度而弄傷她。所以，我不太敢為女兒換尿布，也不會替她洗澡，甚至要到她一歲後才真正的敢抱她。另外，只要女兒有一點不舒服，我就會馬上帶她去看醫生，師母常常說：「不要太緊張。」我的回應總是：「小心駛得萬年船。」

女兒開始吃固體食物時，因為她還沒有足夠的牙齒，所以要把食物磨碎。到她再大一點，就要把食物剪碎。每次與她外出，我都會把高溫消毒過的剪刀、濕的小毛巾、女兒用的碗和餐具放在密封膠袋裏備用。師母因而稱呼我是「衛生幫辦」（即衛生督察，這裏指作者的衛生要求與衛生署的人員不相伯仲）。我的回應總是：「小心駛得萬年船。」

女兒開始上學後，我會儘量送她，偶爾還會接她放學，直到她中學畢業。女兒不會拒絕我每天送她上學的習慣，雖然車程只有短短幾分鐘，卻能建立美好的「父女情」。中學畢業時，她與幾個好同學一起去日本旅遊，我要求她每個晚上回到酒店都要報

平安，有時候女兒會說：「爸爸，不用擔心。」我的回應總是：「小心駛得萬年船。」

女兒到外國唸大學的那四年，對我來說是最不容易學習的信心功課。不過，只要利用發達的通訊科技，也可以拉近距離。我不會要求天天通電話，也希望偶爾聽到她健康的聲音，因為她也知道我的回應總是：「小心駛得萬年船。」

女兒約會了，看到她真的很成熟，知道行為上需要的基本操守。知道爸媽會掛念，她晚上不會太晚回家。直到她結婚生子，成為人母，我看着她對孫子的那份謹慎，她也會說：「小心駛得萬年船。」

反思

你是個怎樣的父親？凡事放心、緊張，還是……？有需要調整的地方嗎？可以怎樣做？