



1. 为什么 _____ ?
2. 为什么 _____ ?
3. 为什么 _____ ?

人生3大问题 谁能回答?

警醒!

本期内容

3 封面专题

人生三大问题，
谁能回答？

7 有设计者吗？

棘蜥皮肤的吸湿功能

8 圣经的观点

进化

10 大地风情

来认识一下
乌兹别克斯坦

12 家庭生活

搬回父母家住

14 健康问题

亲友生病时

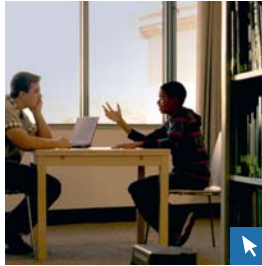
16 世闻点滴

新闻焦点：家庭



这个网站有更多内容

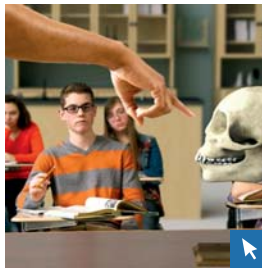
文章



青年人问

创造还是进化？
——第1部分：我为什么
相信有上帝呢？

这篇文章提供了充分的证据，
帮助你深信真的有一位创造主。

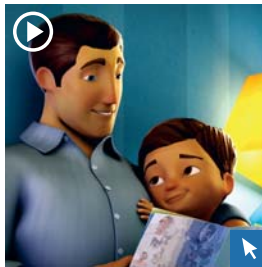


创造还是进化？
——第2部分：为什么
要质疑进化论？

这篇文章谈到两个理由，为什么
你该认真想想进化论是否正确。

(请点选：圣经与生活>青少年>青年人问
>学校)

影片



成为耶和华的朋友

“耶和华……创造了一切”

跟志轩一起去看看耶和华上帝怎样
创造大地。

(请点选：圣经与生活>儿童
>成为耶和华的朋友>影片)

第96卷 第10期 Vol. 96, No. 10 / Monthly / CHINESE (SIMPLIFIED)
每期印刷5178万8000本，以103种语言发行

本出版物是非卖品，发行本出版物是全球圣经教育工作的一环，这项工作靠自愿捐款提供经费。
除非另外注明，所有经文引自《圣经新世界译本》。

Awake! (ISSN 0005-237X) is published monthly by Watchtower Bible and Tract Society of New York, Inc.;
L. Weaver, Jr., President; G. F. Simonis, Secretary-Treasurer; 25 Columbia Heights, Brooklyn, NY 11201-2483, and
by Watch Tower Bible and Tract Society of Canada, PO Box 4100, Georgetown, ON L7G 4Y4. Periodicals Postage Paid
at Brooklyn, N.Y., and at additional mailing offices.

POSTMASTER: Send address changes to Awake! 1000 Red Mills Road, Wallkill, NY 12589-3299.

© 2015 Watch Tower Bible and Tract Society of Pennsylvania. Printed in Japan.

您想要更多资料或免费学习圣经吗？

请上 www.jw.org/zh-hans 网站或在下面选一个
合适的地址，写信给耶和华见证人。

台湾的联络地址：JEHOVAH'S WITNESSES, 3-12, Shetzze Village,
Hsinwu 32746, TAIWAN. 香港的联络地址：JEHOVAH'S WITNESSES,
22/F, 1 Hung To Road, Kwun Tong, Kowloon, HONG KONG.
各地的联络地址，见 www.jw.org/zh-hans/contact



封面专题

人生三大问题 谁能回答？

苏珊在7岁时开始想问上帝一些问题。当时，她一个9岁的朋友阿尔患了小儿麻痹，只能依靠铁肺来维持生命。她写下自己的经历，刊登于纽约时报中文网2013年2月1日。

去医院探望阿尔后，她问妈妈说：“为什么上帝要对一个小男孩如此残忍呢？”

妈妈回答小苏珊说：“神父会说，天主一定有自己的原因，但我不知道这些原因会是什么。”

两年后，在1954年，约纳斯·索尔克发明了一种疫苗，是可以用来专治小儿麻痹的。苏珊的母亲认为这也许是上帝指引了他的研究。

苏珊回应妈妈说：“嗯，上帝早就应该指引医生，这样阿尔就不用躺进铁肺了。”

苏珊说了她的童年经历后，总结说：“阿尔在八年后过世，而我也就变成了一名无神论者。”

世上有许多人像苏珊一样，经历或目睹过一些痛苦的事情，引起了跟上帝有关的问题，却找不到满意的答案。他们有些成了无神论者，也有些人虽然不否定上帝存在，却对他充满怀疑。

无神论者和不信教的人不一定对宗教一无所知。事实上，他们有些人是因为曾经对宗教失望才不再相信上帝。他们也可能认为没有任何宗教组织可以回答他们人生的种种问题。这些是怎样的问题呢？有趣的是，相信上帝的人也会问这些问题。现在，让我们来想一想大多数人想问上帝的三个问题，鼓励你继续阅读下文，客观地看看圣经里的答案。



为什么上帝容许人受苦？

提出这个问题是因为……

许多人觉得，仁爱的上帝应该要阻止悲剧发生。

请想想：我们可能会觉得不同地方的风俗习惯差异很大，甚至感到很惊讶，也很容易误解他们的行为。例如，在一个地方人们说话时，会看着对方的眼睛以表示诚恳，但是对另一个地方的人来说，这是非常不礼貌的举动。这并不是说谁对谁错，相反地，我们只是需要多点认识他们。

同样地，好人受苦就等于上帝不关心人吗？许多人认为世上的恶事证明上帝是不存在的。但有些人在了解到上帝容许人受苦的原因后，坚信世上有一位关心人的上帝。

圣经怎样说：上帝在作决定时，一定考虑得比人更周详。(以赛亚书55:8,9) 正因为这样，我们一开始可能很难理解他的决定，也不明白为什么他迟迟不采取行动。

虽然这样，圣经并不是简单地说：“上帝在冥冥之中自有安排”，然后，就要我们接受现实。圣经反而鼓励我们要学习更多有关上帝的知识，了解他做事情背后的原因，等待他在适当的时候采取行动。^{*} 我们会因此更亲近他。(雅各书4:8)

* 关于为什么上帝容忍罪恶，请看耶和華见证人出版的《辨明圣经的真理》第11章。你也可以在www.jw.org/zh-hans阅读和下载这本书。



他找到答案了

哈利从小就在想为什么上帝容许人受苦。他年轻时看过战后的惨况，他不禁问到：“如果真的有一位全能的造物主，为什么他容许那么多人受苦，甚至连无辜的孩子都要受苦呢？”

哈利念过大学，也钻研过许多宗教，但他的问题一直没有答案。这个问题困扰他几年后，他得到的结论是“上帝也许根本不存在”。

哈利有开明的想法，愿意听听圣经怎样回答他的问题。他学到上帝不是一切苦难的来源，相反，上帝痛恨恶事，当人受苦时，他也感到很痛



为什么宗教这么伪善？

提出这个问题是因为……

有些人认为，如果上帝希望崇拜他的人表现真诚的态度，那崇拜他的人不应该做伪善的事。

请想想：如果一个父亲细心的养育孩子，但孩子却选择离家出走，过着放荡的生活。虽然父亲并不赞同，可是他容许孩子做这个抉择。其他人不了解实情就说这个父亲是个坏父亲，或甚至说这个孩子根本没有父亲，这样的推论合理吗？当然不合理！同样地，宗教的伪善只证明了，上帝容许人自行选择他们人生的道路。

圣经怎样说：圣经说有很多宗教都是假的，都是骗人的。(耶利米书7:29-31；32:35) 上帝给人自由意志，让人自己决定要相信什么。很多声称相信上帝的人只不过是跟从人为传统，自行决定是非善恶的标准。(马太福音15:7-9)

就算是这样，我们可以肯定有一位赐人生命的上帝，而真正的宗教会帮助我们

认识他。^{*} 谈到正确的宗教，耶稣说：“你们要是彼此相爱，所有人就因此知道你们是我的门徒了。”(约翰福音13:35) 这种爱是实实在在，绝不虚假的。(罗马书12:9) 很可惜，现在世上大部分的宗教都没有对人表现出无私的爱。举个例，在卢旺达，大部分人都是信奉同一个宗教的。可是在1994年的种族大屠杀里，他们却因种族不同而彼此残杀，结果有几十万人死去。耶和華见证人不但没有卷入大屠杀的暴行，很多人还不惜冒生命的危险，保护自己的信徒和身边的人。这个例子表明，世上的确有宗教团体能表现出这种无私的爱。

^{*} 详见耶和華见证人出版的《辨明圣经的真理》第15章，你也可以在www.jw.org/zh-hans阅读和下载这本书。

心。(箴言6:16-19；以赛亚书63:9；雅各书1:13) 哈利也学到，所有的痛苦和悲伤都是因为人类最初不愿意服从上帝，反而自行决定善恶标准。(申命记32:4,5；雅各书1:14,15) 不过上帝并没有袖手旁观，相反地，他马上采取行动，预告要消除邪恶和苦难，并弥补人类造成的所有伤害。在邪恶和苦难完全被消除之前，上帝会继续安慰和帮助人，让人可以忍耐下去。(创世记3:15；罗马书8:20,21；启示录21:4)

哈利从圣经里找到的答案，不单满足了他的好奇心，也帮助他面对日后经历的伤痛。



哈利



为什么我们会活在世上？

提出这个问题是因为……

许多人问，“为什么人的寿命只有80或90岁？短暂的人生有什么意义呢？”

请想想：大自然的物种多么丰富，生态系统多么巧妙，一切都井然有序。科学家发现地球、月球和其他星体都必须完全配合，地球才能繁衍生命。他们看出主宰宇宙的大自然法则都非常协调，完全准确。只要出一点点差错的话，地球上就不可能有生命存在。连很多不相信上帝的人都承认，这一切不可能是偶然发生的，一定经过了精心的设计。

圣经怎样说：看到人生苦短，许多人感到活在世上没有意义，但奇妙的大自然充分证明了有一位创造主。(罗马书1:20)

既然他精心创造了这一切，他必然是为了一个很重要的目的。所以，要理解人生的意义，就应该先了解上帝创造人时的想法。上帝希望人类永远生活在地上，他的想法并没有改变。(诗篇37:11, 29；以赛亚书55:11)

虽然我们从大自然可以看出上帝的存在和他的一些特质，但我们却没办法通过这个方式来知道上帝的旨意。我们需要上帝的帮助，才能了解他的旨意和人生的意义是什么。上帝通过圣经以简单直接的方式来回答我们这些问题。^{*} 耶和華见证人邀请你来看看圣经里的这些答案。■

^{*} 详见耶和華见证人出版的《辨明圣经的真理》第3章，你也可以在www.jw.org/zh-hans阅读和下载这本书。





棘蜥皮肤的吸湿功能

澳大利亚棘蜥(魔蜥)会从空气中的雾气、湿气以及湿地吸取水分。然后，它会把水引到嘴角来喝。它是怎样吸取水分的呢？很可能跟它神奇的皮肤构造有关。

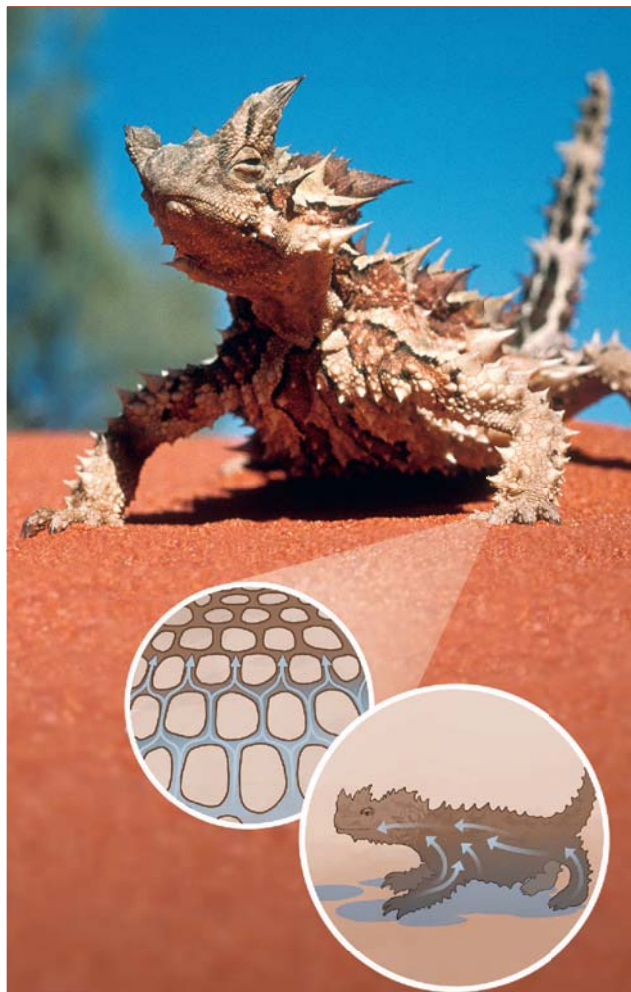
想一想：棘蜥全身布满许多鳞片。有些科学家认为，这些鳞片收集雾气和露水，先流到粗糙的皮肤表层，然后通过半封闭的输水网络，将水送到棘蜥的嘴角。这个输水网络就是由鳞片与鳞片间的细沟纹所组成的。

此外，棘蜥的肚子摩擦过潮湿的地方，就能吸收地面上的水分。棘蜥是怎样抗地心引力，把水往上吸，经过它的四肢和身体，送到它的嘴角呢？

研究员解释了棘蜥的秘诀。原来棘蜥透过皮肤表层的细沟纹收集水分后，送到另一个皮肤底部的网状系统。这个系统是以毛细管原理，也就是抗地心引力作用，把水吸进去。棘蜥的皮肤就好像海绵一样吸水。

仿生协会的主席珍妮·班娜斯说，工程师可以模仿这种吸湿技术，设计出更有效的空调系统，冷却大楼里的空气，除去湿气，同时得到饮用水。

你认为怎样？棘蜥皮肤的吸湿功能是进化来的，还是经过设计的呢？ ■



皮肤表层的细沟纹连接到皮肤的底部的输水网络，将水送到棘蜥的嘴巴旁边

Photograph: © Minden Pictures/SuperStock



进化

有人说生命是进化来的，也有人说上帝创造了一些简单的有机体，然后让进化的过程开始，演变成其他不同的物种。那圣经怎么说呢？

关于宇宙的起源，圣经里创世的记载跟宇宙大爆炸论有冲突吗？

圣经简单地说：“最初，上帝创造了天地。”(创世记1:1) 经文并没有说上帝怎样创造天地。圣经没有否定宇宙是经过一场大爆炸后产生的。但如果真的发生过这场爆炸，创世记1:1就回答了这个问题：“是谁引发这场大爆炸的呢？”

当然，有许多科学家相信这场大爆炸是随机和自然发生的，爆炸后，一些

物质微粒就慢慢地自行演变成行星和恒星。圣经并不支持这个理论。无论上帝是否用大爆炸或其他方法，圣经都清楚地指出，宇宙是上帝创造的。

“最初，上帝创造了天地。”
——创世记1:1

同一类生物有时会出现差异，这跟圣经所说的一致吗？

是的。圣经说上帝创造万物，“各按其类”。(创世记1:11,12,21,24,25) 同类的生物可以长得不一样吗？可以。虽然有些生物会因适应环境而改变，但这就证明生物可以从一类演化成另一类吗？不是的。

让我们来看看一个例子：在1970年代，有些专家针对在加拉帕戈斯群岛的雀鸟作了一项研究。他们发现当地气候

改变了，更适合鸟喙较大的雀鸟生存。有些人就因此下了一个定论，认为这就证明了进化的理论。但这些雀鸟真的进化了吗？还是他们只不过是懂得适应环境呢？许多年后，鸟喙较小的雀鸟又占了多数。人类学教授杰弗里·施瓦茨从这次的研究看出，虽然生物能适应环境变化而生存，但“不会产生什么新东西来。”





进化论符合圣经吗？

圣经说：“[上帝]创造了一切”。(启示录4:11) 他没有“安歇”，直到他创造完所有的生物。(创世记2:2) 圣经说得很清楚：上帝并不像“宏观进化论”所说的，创造完一些简单的有机体后就停下来，等那些有机体经过亿万年的时间，自行演变成各种鱼类、猿猴，最后演化成人类。^{*} 进化论否定了造物主在创造时担任的角色。圣经说：“[上帝]创造天和天上的东西、地和地上的东西、海和海里的东西”。(出埃及记20:11；启示录10:6)

^{*}有些教会说，上帝在实际的六天内(每天24小时)，把地球创造出来，但这并不符合圣经。详见耶和华见证人出版的《生命来自创造吗?》第24-27页。你也可以在www.jw.org/zh-hans免费下载这本册子。

“耶和华我们的上帝，你配得荣耀、尊崇、力量，因为你创造了一切，一切都是因为你的旨意才能存在，才被创造的。”——启示录4:11

想知道更多吗？ 圣经说：“上帝那些看不见的特质，就是他的永恒力量和神性，都已清楚可见，从他所造的东西就能看出来，所以他们实在没有借口。”(罗马书1:20) 学习有关上帝的事会让人生更有意义，因为上帝造人是有原因的，而且他关心所有“恳切寻求他的人”。(传道书12:13；希伯来书11:6) 想了解更多吗？请联系耶和华见证人，或上我们的官方网站www.jw.org/zh-hans(请点选：圣经与生活>圣经问答)。■



来认识一下 乌兹别克斯坦



乌兹别克斯坦意思是乌兹别克人之地，是一个亚洲中部的国家。历史上这个地方曾被称为“鞑靼”、“土耳其斯坦”，位于一个叫“河间地带”的地区。乌兹别克斯坦的城市位于丝绸之路上，早在15世纪就发展起来，对那些来往中国和地中海的商人十分重要。到了今天，乌兹别克市场里贩卖的纺织品主要是棉制品。在这里也可以买到棉、丝和羊毛制成的美丽地毯。

乌兹别克的文化受到许多民族影响。历史上几个有名的帝王都曾带领军队，越过高山和沙漠，征服过这片土地。一个是希腊的亚历山大大帝，他在这里遇见了他最爱的罗克珊娜，另一个是蒙古的成吉思汗。还有帖木儿是出生于本地部族的君王，他所建立的帝国庞大，是历史上数一数二的。

在乌兹别克斯坦有色彩绚丽和高大壮观的古代建筑物。这些圆顶建筑物铺上了蓝色的瓷砖，形成独特的城市风景。有些建筑物现在被用作学校。



传统服饰



制作丝绸地毯



市场出售的干果



希瓦的伊钦·卡拉内城

丝绸之路 丝路早在公元前就开辟了，这条商业贸易路线途经乌兹别克斯坦，在世界贸易方面曾举足轻重。直到公元15世纪末，航海家开通了前往印度的海路，丝路的重要性才消退。

咸海 咸海曾经是世界第四大湖。但由于流入咸海的河水被分流到别的地方作为灌溉之用，这个湖的面积已经大大缩减。乌兹别克斯坦正跟其他中亚国家合作，尝试恢复这里的自然生态。

书写系统的改变 乌兹别克斯坦在古代曾经使用不同的语言。公元8世纪伊斯兰帝国征服了乌兹别克后，他们就使用阿拉伯语。乌兹别克斯坦加入苏联后，开始使用拉丁字母来书写，到了1930年代的后期又改用西里尔字母。1993年时，法律开始规定要用乌兹别克字母，这套书写系统是根据拉丁字母发展出来的。■

乌兹别克斯坦简介

人口：3000万

首都：塔什干

气候：干燥少雨

地形：西部是平原，
东部是山区



搬回父母家住



常见的情况

好不容易从家里搬出来，找到工作，享受自由的空气已经一段时间了，想不到日子会这么难熬！看来要搬回父母家里住，要做“归巢族”了。这是你要面对的情况吗？

就算你跟爸妈关系很好，搬回去跟他们一起住也可能很辛苦。例如，年轻的女子诗华*说：“不用倚靠别人让我觉得很有自信。可是搬回家后，我好像又变回了一个孩子。”另一个叫瑞翔的男子也有同感，说：“我根本不想搬回家，但也没其他办法，所以我觉得自己很失败！”

你也有过类似的经历吗？如果有，这篇文章提供实用的建议可以帮助你经济上独立。

* 本文的人名是化名。

为什么会这样

钱的问题 许多刚搬离开家的年轻人马上要面对一个现实，就是高昂的生活费。刚刚提到的瑞翔说：“为了生活，我存的钱都用光了！” 珊珊也有类似的心声，24岁时她离家在外面住，只住了一年半就不得不搬回父母家。她承认：“我没有好好地用钱。离家时，我没有多少钱，回家时，我却欠了一堆债回来。”*

就业问题 就算已经有详细的个人生活规划，一旦失业，这些计划都没有用了。珊珊的经验表明这点，她说：“我是读医学的，本来中介帮我找到一份工作。但被炒鱿鱼后，就没有别的办法了。因为我住在乡下的地方，没有类似的工作机会！”

期望落空 有些刚踏入职场的年轻人，还没有了解到工作谋生意味着什么。工作比他们预想的还要繁重。他们感到大失所望，因为梦想中的独立生活并没有那么美好。他们从来没有想过成年人的生活这么困难。

* 许多美国大学生都面对这样的困境。《华尔街日报》的一份报告指出，申请学生贷款的大学生，毕业时平均要负债3万3000美元。



你可以怎样做

先跟爸妈商量一下 有些事一定要先谈一谈。例如：你会跟他们住多久？你会怎样帮忙分担家里的开销和打扫、清洁一类的工作？为了能再次自己独立生活，你作了怎样的计划呢？不管你现在几岁，请记住，只要你住在父母的家，你就需要遵守他们订的家规。——*圣经原则：出埃及记20:12*

学会理财 《理财全书：从十余岁的年轻人到大学生》(英语)这样说：“看看你怎样用钱，大致上就能判断你是否懂得理财……你要掌握的一个基本原则，就是不要花钱买一些你不需要的东西。”——*圣经原则：路加福音14:28*

把一份工作做好 比做一份好工作更重要

听听意见 你可以听听爸妈或其他人的建议，学习怎样储蓄、编预算和管理开销。年轻的美琳说：“我要从头学习如何理财！一个朋友帮我列出一份清单，让我看出有哪些花费是必需的，有哪些是不必要的。看了以后我吓了一跳，原来大部分的开销都是不必要的！我也学到了，要独立生活，就要学会自律。”——*圣经原则：箴言13:10*

找工作要积极 要把求职这件事当作一份工作。请注意：有些人会鼓励你要追求自己“梦想的职业”，但这会让你的工作机会减少，错失良机。与其花很多时间只在某一个领域里找工作，为什么不退一步，看看别的可能性呢？要记得，把一份工作做好，比做一份好工作更重要。事实上，许多人发觉，一个人在工作上累积越多经验、技巧越纯熟，他就会越有成就感。你不一定能找到一份喜欢的工作，但你可以学会喜欢自己的工作！■

值得记住的经文

“要孝敬父母”
——出埃及记20:12

“你们想盖一座塔楼，
有谁不先坐下计算费用，
看能不能盖成呢？”
——路加福音14:28

“跟人商议的却有智慧”
——箴言13:10

给父母的话

要趁孩子住在家里时，帮助他们培养独立生活所需的技能。这包括怎样管理自己的金钱（例如谨慎地花钱和使用信用卡），怎样照料家务（这包括做饭、熨烫衣服和简单的汽车保养），以及怎样跟别人相处。

详见耶和華见证人出版的《青年人提出的问题——有实效的答案》第1册305,306页。这本书可在www.jw.org/zh-hans这个网站免费下载。(请点选：出版物 > 书籍和册子)

亲友生病时

“爸爸快要出院时，我们请医生来跟我们再看一次验血报告。一开始，医生保证一切都正常，但他还是看了报告。他很惊讶地发现，有两项检验数值超标了！医生跟我们道歉，也请了专门的医护人员来。幸好当初我们有请教医生，爸爸现在康复得很好。”——马里韦尔

看病前，写下症状和正在服用的药物



到医院看病或住院是很令人紧张的事。马里韦尔的经验表明，亲友可以帮上很大的忙，有时甚至能救病人一命。如果你的亲友生病了，你可以怎样协助他呢？

看病前 你可以帮助病人写下他的症状，以及正在服用的药物和营养品。你也可以帮助他回想跟这个病有关的细节和家族病史，并记下打算问医生的问题。不要假设医生知道病人的全部情况，也不要只是等医生问了才说。

看病时 要确保你和病人都明白医生的话，如果不明白，最好问清楚，但不要自己判断病情。最好是让病人自己提问和回答医生的问题。要专心聆听，记下医生的话，也要询问有哪些医疗方法可以选择。在某些情况，你也可以建议病人听听不同医生的意见。

看病后 跟病人复述医生的建议。你可以帮忙确认一下拿到的药跟处方上的是否一样，并鼓励病人按照药单上的规定服药，若有任何不良反应，就要尽快告诉医生。要帮助病人多了解病情，积极地看自己的情况，并听从医生的建议，例如接受后续治疗。

要留心听，有礼貌地询问并记下重点



跟病人复述医生的建议，确认处方上的药物

在医院时

要冷静和机警 病人在医院有时会感到担心或无助，你保持冷静，不时留意他的情况，就会让大家感到比较自在，也会减少犯错的可能性。要清楚和正确地填写入院单。病人有权决定要接受什么治疗，要尊重他的决定。如果病人情况严重，无法作决定，就要尊重他先前写下的意愿书，并且询问他的近亲或医疗代理人。*

要主动多沟通 不要害怕说出病人的需求。你有礼貌和怀着尊重的态度，会让医疗团队更注意到病人的需要，他们也许会给病人较好的照顾。在很多医院，一个病人可能由几个不同的医生来治疗他，你可以让个别的医生知道其他医护人员的建议。你比医生更熟悉病人，所以当病人的身心状态出现变化时，要告诉医生。

要尊重和感激 医护人员常常要承受很大的工作压力，所以要体谅他们。(马太福音7:12) 要尊重他们的专业和经验，相信他们的能力，感激他们的付出，这样做会推使他们更认真地为病人服务。

人人都会生病。你预先想想能做什么，并在生病的亲友身边提供实际的帮助，这样就能减轻他们的担子。(箴言17:17) ■

* 关于病人的权利和责任，各地的法律和规定都不同。要确保病人的医疗文件和意愿书是最新和完整的。



以尊重的态度
跟医护人员沟通



在不干扰医护人员
工作的情况下，尽力帮忙



新闻焦点： 家庭

每个家庭都会面对一些难题，但圣经里实用的智慧可以帮助家庭成功地应付难题，关系和睦。



非洲 世界卫生组织建议，婴儿在出生一小时内就应该用母乳喂养，并且在前六个月内都应该只采用母乳喂养的方式。不过，联合国儿童基金会东南非洲地区的营养顾问指出，市面上许多不实的广告声称“初生婴儿配方奶粉跟母乳一样好”。

圣经说：“缺乏经验的，凡事都信；精明的人，步步留心。”(箴言14:15)

荷兰 一份有关家庭的研究报告显示，父母下班后如果能专心地陪伴孩子，他们跟儿女的关系就会比较融洽，比那些把公事带回家处理的父母有更好的亲子关系。举例说，下班回家后继续用电话处理公事，可能会妨碍父母给儿女所需的关注。

想一想：“天下万务都有适当[最佳]的时候”。(传道书3:1)

加拿大 蒙特利尔的研究员指出，父母如果以专制的方式教育他们，只重视遵守家规，却很少关心孩子，这些孩子会比较容易肥胖。相对来说，孩子如果在爱与管教并用的家庭里长大，肥胖的机率会比前者约少百分之30。

你知道吗？ 圣经大约在两千年前就指出什么是对儿女最好的教育方式。(歌罗西书3:21)



免费下载本期和过去出版的杂志



线上圣经，目前有超过100种语言

请上
www.jw.org/zh-hans
或扫描右图



9.15.10CHS
150703