

# 祝福你

佳音Love聯播網 / 台北FM90.9 宜蘭FM90.3

www.goodnews.org.tw

Happy  
Mother's Day



佳音WebApp

**陳湘琪 影后的喜樂眼淚.....**

**呂熙莉 家長覺醒，事情就通了**

**江守山：孕婦不可不知的排毒秘訣**

## 陳湘琪 影后的喜樂眼淚.....

演技派女演員陳湘琪2014年以《迴光奏鳴曲》獲得第51屆金馬獎最佳女主角、台北電影節最佳女主角、2015年法國費索爾亞洲國際影展女主角特別獎，2017年以《接線員》入圍第54屆金馬獎最佳女配角。

### 大學時期即投入演藝工作

陳湘琪的演藝之路在大學時已經展開。大學時被楊德昌導演相中，先擔任《牯嶺街少年殺人事件》劇組的場記工作，並客串醫生的未婚妻一角；而後在楊導的《獨立時代》擔任女主角，從此一炮而紅。

之後赴美進修取得紐約大學教育戲劇碩士學位。返台後，參與多部電影和舞台劇演出，同時擔任國立臺北藝術大學電影創作學系及劇場設計學系專任副教授。

### 報考戲劇系生命經歷轉折

陳湘琪小學低年級時開始學芭蕾舞，到高年級時已經開始編舞編劇。國高中時期發現電影的表演藝術能展現生命的真相，讓她對戲劇著迷。無意間得知臺北藝術學院戲劇系招生，決定去報考面試。

陳湘琪承認，能考上大學不是靠自己努力，乃是上帝的手在鋪陳，當下決定要回到教會好好認識這位神。然而大學校風開放，許多同學開始抽煙喝酒，追求所

謂解放的生活，讓她在上帝與世界間擺動。

### 風聞有神到親眼見神

她說：「大三時，學妹帶我去參加基督徒特會，我被上帝的愛及聖潔觸摸而痛哭流涕，想到自己表面上雖然無不良嗜好，價值觀卻深受世界的影響。當下感覺到上帝聖潔純淨的靈臨到我，相形下，自己的生命顯得汙穢、骯髒、驕傲自義...。」第二天她上禱告山禁食禱告，深刻感受上帝是如此的愛她。與上帝的關係改變後，再也不是形式主義的基督徒。

### 拍攝《迴光奏鳴曲》摘下金馬獎影后

陳湘琪提到上帝是她的經紀人也是生命導師，帶領她、教導她、安排合適的片約，使她不用汲汲營營地去經營行銷自己。甚至雙親在2011年相繼過世，她曾經悲傷到幾乎罹患憂鬱症，後來藉由憂傷輔導小組的陪伴，《聖經》經文的幫助，漸漸的走出憂傷。這段經歷使她對人生的喜怒哀樂有更深層的體會，拍攝《迴光奏鳴曲》時特別有感觸，洗鍊的演技、全然的投入，使她一舉就獲得第51屆金馬獎最佳女主角獎。

### 影后老師的喜樂眼淚

回母校教書後想到初進大學對人生茫茫然時，上帝伸手拉她一把，於是組織基督徒團契鞏固學生信仰、陪伴敏感又易受傷的藝術性格體質的學生、邀請基督徒教職員聚集為師生禱告...。多年來對藝術教育的貢獻，對學生真誠的關懷，使她榮獲2009年國立北藝大劇場設計學系優良教師代表、2010年教育部98年度友善校園優良教師獎、2013年國立北藝大優良教師等殊榮。

她提到，2015年拿到金馬獎時真開心，當興奮感過去後，她思考什麼事能使她真正喜樂？幾乎同時間聽到她長期關心的學生決定要受洗成為基督徒那一刻，她喜極而泣，因為幫助學生找到生命目標並得到永恆的福份，比人的掌聲更讓她喜樂。

\* 本文整理自每周日15：05-16：00播出的「雲彩飛揚」節目內容

多真摯的祖孫情誼  
留下新人的記錄

# 祖孫傳情

微電影創作比賽

[獎金最高10萬元]

分學生組、社會組，歡迎踴躍報名！  
比賽辦法公告於佳音網站

[app.goodnews.org.tw](http://app.goodnews.org.tw)



● 報名日期：6/21~7/23 · 洽詢專線：(02)2369-9050轉723

另有

## 手機 微電影 速成班

6小時讓您輕鬆當導演!!!

金穗獎得主**王慧君**導演親自授課  
不分年齡背景都能成為影片達人  
5/26起陸續開班，詳情請上佳音網站  
[www.goodnews.org.tw](http://www.goodnews.org.tw)

祝福你福音小輯 歡迎教會、醫院等團體索閱使用（自由奉獻）

發行單位/財團法人佳音廣播電台 頻道/台北FM90.9·宜蘭FM90.3  
電話/02-23699050 地址/10662台北市大安區和平東路二段24號10樓  
電郵/[service@goodnews.org.tw](mailto:service@goodnews.org.tw) 網站/[www.goodnews.org.tw](http://www.goodnews.org.tw)  
郵政劃撥 / 戶名：財團法人佳音廣播電台 帳號：18710941  
2008年2月創刊 2018年05月出版 著作權由佳音電台所有

\* 本欄供教會、醫院等團體使用



# 家長覺醒，事情就通了

> 呂熙莉 中華民國自閉症基金會董事

我生在雲林縣水林鄉，一個媽祖香火繚繞的鄉鎮，小小年紀，母親就把我送給媽祖當義女；我的玩伴是隔壁鄰居基督教長老的兩個女兒，他們教會的任何兒童活動，我也會跟著去。高三時我受洗成為基督徒，大學四年在學校基督徒團契快樂的共處，卻在結婚後離開教會。

## 回轉向神，事情開始轉變

二十年後某天，我走進教會找師母，剛好播放《聖經》浪子回頭的影片，我邊看邊流淚，看完就喊著「我要回家、我要回家」！

那時，丈夫事業如日中天，他「不可一世」，加上大兒子上高中極其叛逆，二兒子阿華確診為「亞斯伯格症」（自閉症一種）。丈夫每天挑剔我「連個家都理不好……」，婚姻搖搖欲墜！

就在我決定回到神面前，開口向主耶穌禱告認罪，求神原諒我、回轉我的無知。說也奇怪，很多事情開始一點點的轉變，尤其是二兒子阿華的帶領。

## 家長覺醒，事情就通了

阿華高中時，神藉著同是亞斯家長讓我看見：「為何她和她的兒子爭執後，兒子都聽她的；我和阿華爭執後，阿華依然故我？」

我開始學習帶領亞斯兒的「專業知識」。因為搞清楚「應用行為分析」後，對於亞斯兒阿華的帶領較有方向感。我總在每天晨禱，求神加給我足夠的智慧。

亞斯的核心障礙是「固執」、「情緒障礙」、「人際白目」，那是腦神經傳遞的問題，不是吃藥會好，而是需要「行為治療」。也因此，教養過程中需有不斷的「正向行為經驗」，一步步的帶出正面規範、帶出自信。帶領自閉兒，家長需先「覺醒」，沒有任性的本錢，只要任何一關：「親子溝通」、「親師溝通」、「社會就業」……卡住，都可以掀起翻天覆地的風暴……。

只有「謙卑的心」，才能走出「功成名就」、「望子成龍望女成鳳」的陷阱；只有「謙卑的心」，「親子溝通」、「親師溝通」才有創造雙贏的可能；只有「謙卑的心」，「社會就業」才有安身立命的機會！

## 回到救主的家，生活漸入佳境

我總是不斷的提醒自己：「孩子是獨立人格、是神的資產，我只是代管。」每天為兒子禱告，讓孩子找到自己的定位，知足的生活，不苛求自己！幾年下來，阿華的狀況變好，丈夫深深感受我的用心；大兒子回歸腳踏實地的生活軌道；夫妻重拾「相知、相惜、相扶持」的舊情。

回到神的家，似乎生活就一步步地回到平靜安穩、回到自在自由，能安然入睡。感謝主！

\*本文出自每週日15:05-16:00播出的「雲彩飛揚」節目內容

親愛的朋友，您是否渴望能像《祝福你》中的人物，經歷困難時能夠得到生命的指引與生活的智慧，嚐到死裡復活、反敗為勝的滋味？您只要做以下的禱告，創造天地並掌管一切的主宰耶穌基督就會帶領您的一生。禱告文如下：

「親愛的主耶穌，我願意接受祢成為我生命的主，我相信祢是獨一的真神，是愛我的主。求祢保護我、幫助我、拯救我，求祢的恩手引領我，賜我智慧，幫助我開啟嶄新的人生。奉耶穌基督的名禱告，阿們！」



## 江守山：孕婦不可不知的排毒秘訣

> 廖偉凡專訪 / 編輯室整理



不希望懷胎十月後生下的是有病、易罹癌、智力有問題或過動等症狀的孩子。當婦女決定要懷孕時，首先要開始「排毒」，把血液中的毒物排出體外。盡量遠離塑化劑、農藥、添加物等有毒物質，以下是孕婦不可不知的排毒秘訣。

### 一、喝大量的水

水是排毒之母，沒有水，就無法進行排毒。

### 二、食用排毒食物

大蒜、香菜、藍藻（或稱螺旋藻）、地瓜……，這些食物能把體內的鉛、汞等重金屬排掉。一段時間後，血液中的毒物濃度降下來，有益受孕。地瓜含豐富膳食纖維，能阻止吸收有毒的重金屬等物質。

### 三、生活環境的排毒

既然要懷孕，就要評估所住的房屋是否有毒。空氣

裡的二氧化碳、氧氣、氮氣都是無色無味，如果空氣中有味道，一定要找出哪裡有問題。譬如：用鼻子去聞新家具是否有味道，如果有，最好搬離孕婦房間，並保持通風。古人說，月子房是不能裝潢的，因為裝潢使用的油漆、壁紙、或新家具，會在空氣中留下有毒物質，對孕婦及嬰兒都不好，所以要特別留意。

### 四、遠離電磁波

不久前，電磁波被世界衛生組織列為2B致癌物。以色列研究證實，常常用手機及長時間使用手機者，在慣用手側得到腮腺癌的機率高。實驗證明，成人將手機用在耳朵旁邊時，電磁波只進入成人骨頭一點點，卻能籠罩孩子整個頭部，因為他們對阻擋電磁波的穿透性很弱，因此，世界衛生組織對孩子接觸電磁波發出警語，若孩子經常接觸手機，會增加罹患白血病的風險。

### 五、選購安全的清潔用品

孕婦或想懷孕的婦女，要注意使用的清潔劑、洗髮精是否含有過多的甲醛。洗髮精是液體，液體不長細菌是因為加了「抑菌劑」、甚至甲醛（防腐劑）。所以孕婦或哺乳的母親，選購清潔用品時不買香味濃厚的，建議買無味道的肥皂來清潔洗澡，肥皂是固體較不易滋長細菌，最後使用清潔用品後，身體一定要沖洗乾淨，讓毒物不殘留在身上。

\*本文整理自廖偉凡主持，每週六17:05-18:00播出的「哈囉！謝謝你」節目內容

完整收看內容  
請上佳音LoveTube頻道

YouTube

搜尋

孕婦排毒秘訣

