

掌控科技

第1部分。以明智的方式把時間花在科技上

在教義和聖約中，主使用了「熱心做好事」和「虛度光陰」這兩個詞。

- 你認為這兩個詞是什麼意思？

閱讀下列經文，沉思主對於熱心做好事和虛度光陰有何教導：教義和聖約58：27-28；60：13；68：31；75：3。

- 你會如何總結主的教導？

（除了其他真理外，你可能會找出類似以下的真理：主希望我們熱心做好事，不要虛度光陰。）

- 我們要如何察覺自己是否在虛度光陰地使用科技？

研讀以下這段話，找出有關明智地使用科技的見解。

十二使徒定額組大衛·貝納長老教導：



一個不成熟或誤入歧途的〔人〕可能毫無節制地沉迷於電玩遊戲、上網聊天，或者在其他方面讓數位媒體掌控了現實——也就是事情現在的真相。起初，投入的那點時間也許看來無關緊要，

可以辯稱在繁忙的日常生活中有必要花幾分鐘放鬆一下，結果卻因此錯失了許多重要的機會去培養及改善人際關係。……日積月累之下，看來無傷大雅的娛樂可能演變成危害身心、無法自拔的狀況。（大衛·貝納，「事情現在的真相」，2010年6月，利阿賀拿，第21頁）

- 人們用哪些理由來辯解浪費時間在科技上是正當的？
- 哪些事情幫助你避免虛度光陰地使用科技？
- 你要如何讓主指引你明智地使用科技？

第2部分。選擇良好媒體

- 你經常選擇哪些媒體？

- 你的經歷教導了你哪些事，能幫助你在選擇媒體時更接近天父和耶穌基督？

閱讀教義和聖約50：23-24；信條1：13；摩羅乃書7：12-17，找出哪些真理能幫助我們判斷什麼是善，什麼是惡。

- 你從這幾節經文中，找到哪些真理？

（除了其他真理外，你可能會找出類似以下的真理：那些會啟發並勸服人行善的，就是來自神。）

- 當你選擇要使用哪些媒體時，應用這項真理會如何使你獲益？

大衛·貝納長老邀請我們問自己，以下有關我們使用的媒體的問題：



使用各種不同的科技和媒體，會邀來、還是會阻礙聖靈在生活中與你時時為伴？（大衛·貝納，「事情現在的真相」，2010年6月，利阿賀拿，第23頁）

- 在選擇媒體時，要如何邀來聖靈？
- 是什麼幫助你避開那些會讓你遠離救主的媒體？

耶穌基督
後期聖徒教會