

## 第十二課 互助互愛

### 第一部分：認識耶穌

#### 〈馬可福音〉2章 1-12節

你們聽過癱子和他四個朋友的故事嗎？有很多東西都可以促進我們的健康和幸福，例如有營養的食物、運動、休息、水、陽光、空氣、節制和信靠上帝。但還有一樣東西能幫助我們健康地成長的，就是朋友的互助互愛。

孤單一個人是不會快樂的。上帝造人，就是要人生活在一起，互相扶持、鼓勵。試想想，你會說一個笑話給自己聽嗎？有時會，但卻沒有趣味，對嗎？上帝知道最好治療人的自私本性的良方就是互助互愛。當我們幫助別人時，助人和受助的都會快樂。快樂的心使我們能健康地成長。

有話說：「助人為快樂之本」。好像癱子的朋友一樣，他們幫助他康復，免去他的憂慮，使癱子快樂，他們也快樂。

#### 互助互愛的動物

你知道嗎？有些動物是互助互愛的。既然動物都可以互助互愛，那麼比牠們智慧高的人類，豈不更要互助互愛嗎？

1. **海豚**：健康的海豚會用身體托住有病或受傷的海豚，使牠們浮在水面呼吸休息。牠們可以堅持這姿勢幾個小時。
2. **野狼**：野狼為牠們在洞裡的同伴獵食，一起分享。
3. **狗**：狗是人類的好朋友。有些狗更是導盲犬。



今天的經文是〈以賽亞書〉58章 10節

「你心若向飢餓的人發憐憫，使困苦的人得滿足，你的光就必在黑暗中發現；你的幽暗必變如正午。」

### 第二部分：認識自己

#### (一) 認識「被愛」的情緒

經文：〈羅馬書〉12章 10節「愛弟兄，要彼此親熱。」

#### (二) 勇於認錯、知錯能改的重要性

人與人相處，難免有摩擦矛盾。矛盾就會帶來不快樂。這時候，我們需要學習承認自己的錯失，和接受別人的道歉。詩人大衛明白好友或家人之間有矛盾所帶來的傷痛，所以他向上帝祈求饒恕和力量，幫助他有勇氣承認錯失，並切實改過。他在〈詩篇〉

32 篇中，把這種情緒刻劃得淋漓盡致。

老師和學生一起讀〈詩篇〉32 篇 1-11 節。

我們需要勇氣跟別人講「對不起」，需要寬宏的心接受別人的道歉。

### 第三部分：我的朋友 認識你的傳道人

上帝呼召每一位教友都參與傳道服務的工作；而傳道人是願意獻上他們的全部時間，以傳道為他們的職業。

1. 傳道人感化人心的力量，乃是和他與耶穌基督有親密的交往成正比例。
2. 傳道人的座右銘，跟施洗約翰的一樣：「祂必興旺，我必衰微。」（〈約翰福音〉3 章 3 節）
3. 傳道人與基督之間的親密關係，能激勵他們按祂的生活方式而活。
4. 耶穌為造福他人、為愛而活，傳道人也要一樣，他們不是為要被他人所愛而活。
5. 傳道人的工作是傳道、牧養、關顧並重。