

## 第十五課 彼得早期的故事

### 第一部分：認識耶穌

〈馬太福音〉26章31-35節，主耶穌預言彼得不認祂。在〈約翰福音〉18章15-18及25-27節，就記錄了彼得果真不認主的整個過程。彼得是耶穌最親密的門徒之一，但當危險來時，他爲了保護自己，卻不承認跟耶穌是一夥的。在他第三次不認主之際，雞叫了。彼得痛悔自己的罪，向耶穌認罪，耶穌愛他並饒恕了他。

有句話說：「知錯能改，善莫大焉！」有時我們明知道不對的，卻控制不了自己。我們要學習節制，懂得凡事適可而止，知道甚麼東西對自己不好，就要停止嘗試這些東西。上帝把五種感官賜給我們，從五種感官而來的資料，會隨著神經線傳送到大腦，大腦分析後，一是把這些資料儲存，一是指令器官做事。

人體的五種感官就是視、聽、味、嗅、觸。我們要節制地運用它們，就不會害人害己，也可蒙上帝喜悅。有時我們會同時運用五種感官，有時則只用其中一種。

#### (一) 眼睛感受視覺

我們的眼睛好像一部照相機，會把看到的東西傳達到腦裡。眼睛中間有一粒黑色圓點，名叫瞳孔，用來接收光。因此，白天瞳孔收縮，黑夜瞳孔就放大。視力不清的人，會戴眼鏡來矯正。《聖經》〈詩篇〉17篇8節說：「求你保護我，如同保護眼中的瞳人；將我隱藏在你翅膀的蔭下。」這裡的「瞳人」就是指「瞳孔」。有人要觸摸你的眼睛，你會很自然地閉起眼睛，保護它，因爲它是非常重要的。詩人大衛求上帝保護他，如同我們保護自己的眼睛一樣。

當空氣中的污染物和細菌進入我們的眼睛，眼睛上面有一個腺體，便會分泌帶鹹味的淚水，把它們沖出來。有人切洋蔥時，也會流眼淚，因爲洋蔥會發放強烈的味道，刺激眼上的腺體，眼淚便會流出來。刺激品[如氨基酸(即阿摩尼亞)]或情緒激動都會導致流眼淚。

怎樣保護我們的眼睛？在陽光猛烈的日子，出外要戴帽子或太陽鏡。不要長時間看電視及用電腦，屏幕與眼睛的距離應是350-600毫米，最好安排時間讓眼睛休息一下，並選擇光線充足的地方看書。我們要明智選擇合適和有益的書刊和資訊閱讀，不要閱讀污染思想的讀物和資訊。

#### (二) 耳朵感受聽覺

《聖經》〈箴言〉23章12節說：「你要留心領受訓誨，側耳聽從知識的言語。」耳朵是用來接收外來的聲音，傳到大腦，大腦便能辨別那是哪種聲音。不要用硬物來挖耳孔，這樣做會傷害耳膜和容易感染細菌；洗澡時，順道用毛巾輕拭外耳，保持清潔。播放器的聲浪要調較適度，太高音量會損害你的聽覺。我們要小心選擇聽的資訊，不要聽那些污染思想的音樂和故事、謠言、是非等。說話聲量要適中，不要大聲叫喊。

失聰的人，一般說話也會有困難。有人發明了手語，讓失聰的人透過手語，與人溝通。現代的失聰人更可以利用「讀唇」技巧來明白別人的說話內容。

### (三) 舌頭感受味覺

舌頭上佈滿「味蕾」，當食物被唾液溶解後，會釋放化學物來刺激味蕾，它們就把接收到的資訊，傳到大腦，使我們產生味覺。味覺和嗅覺是相連的，當我們傷風鼻塞時，吃甚麼都沒有味道，是嗎？味蕾的分佈區域，使我們可以品嚐到四種味道：甜、酸、苦、辣。舌尖會嚐到甜味；舌頭近咽喉位置會嚐到苦味；舌頭的兩旁，靠近咽喉會嚐到酸味；舌頭的兩旁，靠近舌尖，會嚐到鹹味。不要吃太熱或太辣的食物或湯水。選擇吃健康的食物，切勿爲了美味而損健康。我們也要在醫生的指示下才吃藥。切勿胡亂吃藥，會對生命有危險。〈詩篇〉34章13節說：「就要禁止舌頭不出惡言，嘴唇不說詭詐的話。我們說話也要謹慎。」

### (四) 鼻子感受嗅覺

我們的鼻孔裡面佈滿敏感的細胞，當我們呼吸時，鼻孔就容易受到外來物質的刺激而產生反應。

在鼻子上部的嗅覺神經會把刺激傳到大腦，你便立刻有反應，知道聞到的是什麼味道。一般而言，我們可以聞到大約四千種不同的味道。嗅覺和味覺相連，使我們分辨不同的味道。

我們要小心保護鼻孔，不要用硬物或手指挖鼻孔，也不要聞有害的化學物質如酒精、有氨基酸（即阿摩尼亞）成分的黏著劑，這些不僅影響我們的嗅覺，也會損害肺和腦功能。

### (五) 皮膚感受觸覺

我們全身的皮膚，包括手指都有觸覺。皮膚有成千上萬的末梢神經，可把周遭環境的刺激，如溫度、粗細、軟硬或輕重等資訊傳到大腦，使我們有反應。

今天的經文是〈雅各書〉4章7節

「故此，你們要順服上帝。務要抵擋魔鬼，魔鬼就必離開你們逃跑了。」

## 第二部分：認識自己

### (一) 認識「任性」的情緒

經文：〈詩篇〉39篇1節「我要謹慎我的言行，免得我舌頭犯罪。」

### (二) 什一的重要性

有一次，耶穌到一個有錢人家中作客。馬利亞知道了，就去見耶穌。耶穌饒恕了她，並幫助她展開新生活。她爲了感激耶穌，便買了一瓶貴價的香膏。她看見耶穌坐在飯廳，就直接走向祂。她打開香膏瓶蓋，不是用一兩滴，而是把整瓶倒在耶穌的腳上，香膏浸濕了耶穌的腳。在那個時代，這種做法是表示尊重的意思。但馬利亞所做的不止於此，她一遍一遍親吻耶穌的腳，並用她的長髮來擦拭祂的雙腳。她實在太感謝耶穌對她的仁慈。當時，有人說她浪費金錢，不如用這些錢來調濟窮人，豈不是更好嗎？但耶穌卻說：「由她吧。爲甚麼難爲她呢？她在我身上做的是一件美事……普天之下，無論在甚麼地方傳這福音，也要述說這女人所作的，以爲記念。」

愛讓事情變得不一樣！若沒有愛，爲耶穌付出的，是一種負擔。若有愛，就成了喜樂。耶穌寬恕了我們的罪，我們應該和馬利亞一樣感恩，但我們往往沒有表達我們的感激。

上帝為我們提供一個方法，使我們學習慷慨及感恩。這個方法就是奉獻什一。什一就是一個人收入或利潤的十分之一，上帝說這十分之一是屬於祂的。事實上，上帝是萬物的主人，祂只不過要求我們獻上收入的百分之十(即十分之一)而已。

### 第三部分：我的朋友

#### 家居安全守則

1. 有毒物品，包括藥物，最好放在高處，免被小孩子誤食。
2. 利器不可亂放，最好放在抽屜裡。
3. 出門前，要確實關掉所有電插頭及煮食工具，以免引起火警。
4. 不要玩火，會容易引起火警。
5. 出門前，門窗關好，以防盜賊。
6. 最好用穩固的梯子，拿取高處的物件，以防意外發生。
7. 正在煮沸的液體，必須在熄火之後，用毛巾包著傳熱部位，才可把液體倒在碗裡，以免燙傷。
8. 熨斗要放在熨板上，熨完衣服後，關掉電插頭，以免過熱而燒焦。
9. 不要把插電的熨斗放在衣服上，會燒焦衣服，引起火警。
10. 濕滑的地面，最好用乾布擦乾，免致滑倒。
11. 浴室地板保持乾爽，避免滑倒。
12. 如遇火警，必須攜帶手提電話、家門鎖匙及濕毛巾離開現場。
13. 火警時，照著出路指示牌，沿樓梯離開；如遇濃煙，就要伏在地上爬行。
14. 要更換破爛的電線和電器；不要插過多的電插頭在插座上，以免發生火警。
15. 不要把雜物放在地板上，避免跌倒。

#### 人身安全守則

1. 住址、電話和緊急求救電話號碼必須記住。
2. 離家前，必須把要去的地點和回家時間告訴家人，讓他們知道你的行蹤，以策安全。
3. 晚上回家或要經過清靜無人的街道，必須致電家人來接你回家。
4. 不要跟陌生人攀談。
5. 若不幸有人要侵犯你，要大聲呼救，並逃跑找警察或求救。
6. 若走迷路，最好致電求助；若沒有帶手機，就到附近的商店借電話查詢。
7. 迷路時向陌生人問路，可能會被壞人帶你到陌生的地方，向你下手。
8. 若有人強迫你做不道德的行為，即使那人是你的至親，也要堅決拒絕和斥退他。
9. 要保護自己，不要讓別人觸碰或撫摸你的身體。
10. 若有人侵犯你，又要你保守秘密，你不要這樣做，你要馬上告訴媽媽或老師。

