

## 第四十課 底波拉的領導

### 第一部分：認識耶穌

底波拉是以色列的一位女先知，也是士師。以色列人都上到她那裡去聽審判。當時，迦南王耶賓和他的將軍西西拉，殘酷地欺壓以色列人二十年。上帝聽了以色列人的呼求，眷顧他們，透過底波拉呼召巴拉與他們作戰。底波拉和巴拉在他泊山上擊敗耶賓和西西拉。（〈士師記〉4章2-15節）

### 上帝對動物的眷顧

〈詩篇〉50篇10節說：「樹林中的百獸是我的，千山上的牲畜也是我的。」自然界的牲畜和走獸，都屬於上帝，因此上帝也眷顧牲畜和走獸。上帝在每個季節並年復一年中，不斷地以最適合的食物來供養祂所造的一切生物。〈詩篇〉147篇9節：「祂賜食物給走獸和啼叫的小烏鴉。」祂也供給牠們水喝，〈詩篇〉147篇10, 11節：「耶和華使泉源湧在山谷，流在水間，使野地的走獸有水喝，野驢得解其渴。」祂也為牠們安排住處。〈詩篇〉147篇16-18節：「佳美的樹木，就是耶和華所栽種的黎巴嫩的香柏樹，都滿了汁漿。雀鳥在其上搭窩，鸛以松樹為家。高山為野山羊的居所，巖石為石獾的藏身處。」《先祖與先知》第89面說：「林中的百獸都向上帝尋求食身物，各樣生物，從最微小的昆蟲起，直到人類為止，每天都是倚靠上帝慈愛的照顧。」

### 我們對動物的責任

〈箴言〉12章10節：「義人顧惜他牲畜的命」。  
想一想，你有沒有善待動物，不虐待牠們呢？

### 以動物作表號

各種動物都有牠們不同的特性。鹿是馴良的，狗是友善的，獅子的力氣大，老虎是兇猛的，所以聖經以牠們來代表不同的國家、支派、和政權。在〈創世記〉49章中，不同動物預表了不同的支派：

9節：猶大是隻小獅子……

14節：以薩迦是匹強壯的驢……

17節：但必作道旁的蛇、路邊的毒蛇……

21節：拿弗他利是被釋放的母鹿……

27節：便雅憫是隻抓撕掠物的狼……

想一想：《聖經》還用甚麼動物來預表某些國家呢？這些動物表號又怎樣代表了那個國家的特性呢？

### 以動物作獻祭

古時的以色列人在獻祭時用了幾種不同的動物，分別是牛、羊、和鳥（斑鳩或雛鴿）。

今天的經文是〈詩篇〉50篇10節

「樹林中的百獸是我的，千山上的牲畜也是我的。」

## 第二部分：認識自己

### (一) 認識「內咎／自責」的情緒

經文：〈羅馬書〉14章22節：「人在自己以為可行的事上能不自責，就有福了。」

### (二) 節儉

勤儉節約歷來是中華民族的傳統美德，以下是一些勤儉節約的名人故事（來源國際線上）。

#### (1) 朱元璋

朱元璋的故鄉鳳陽，還流傳著四菜一湯的歌謠：「皇帝請客，四菜一湯；蘿蔔韭菜，著實甜香；小蔥豆腐，意義深長；一清二白，貪官心慌。」朱元璋給皇后過生日時，只用紅蘿蔔、韭菜、青菜兩碗，小蔥豆腐湯，宴請眾官員。而且約法三章：今後不論誰擺宴席，只許四菜一湯，誰若違反，嚴懲不貸。

#### (2) 季文子

季文子出身於三世為相的家庭，是春秋時代魯國的貴族、著名的外交家，為官 30 多年。他一生儉樸，以節儉為立身的根本，並且要求家人也過儉樸的生活。他穿衣只求樸素整潔，除了朝服以外，沒有幾件像樣的衣服；每次外出，所乘坐的車馬也極其簡單。見他如此節儉，有個叫仲孫它的人就勸季文子說：「你身為上卿，德高望重，但聽說你在家裡不准妻妾穿絲綢衣服，也不用糧食餵馬。你自己也不注重容貌服飾，這樣不是顯得太寒酸，成為別國的人笑柄嗎？這樣做也有損於我國的體面，人家會說魯國的上卿過的是一種甚麼樣的日子啊！你為甚麼不改變一下這種生活方式呢？這於己於國都有好處，何樂而不為呢？」

季文子聽後淡然一笑，對那人嚴肅地說：「我也希望把家裏佈置得豪華典雅，但是看看我們國家的百姓，還有許多人吃著粗糙得難以下嚥的食物，穿著破舊不堪的衣服，還有人正在受凍挨餓；想到這些，我怎能忍心去為自己添置家產呢？如果平民百姓都粗茶布衣，而我則粧扮妻妾，精養糧馬，這哪還有為官的良心！況且，我聽說一個國家的富強與光榮，只能通過臣民的高潔品行表現出來，並不是以他們擁有美艷的妻妾和良驥駿馬來評定的。既然如此，我又怎能接受你的建議呢？」這一番話，說得仲孫它滿臉羞愧之色，同時也使得他內心對季文子更加敬重。

此後，他也仿效季文子，十分注重生活的簡樸，妻妾只穿用普通布衣，家裏的馬匹也只是用谷糠、雜草來餵養。

#### (3) 蘇軾之房樑掛錢

蘇軾是唐宋八大家之一，21 歲中進士，前後共做了 40 年官。做官期間，他總是注意節儉，常常精打細算過日子。西元 1080 年，蘇軾被降職貶官到黃州，由於薪俸減少了許多，他窮得過不了日子。後來，在朋友的幫助下，弄到一塊地，在那裡耕種起來。為了不亂花一文錢，他還實行計劃開支：先把所有的錢計算出來，然後平均分成 12 份；每月用一份；每份中又平均分成 30 小份，每天只用一小份。錢全部分好後，按份掛在房樑上，每天清晨取下一包，作為全天的生活開支。拿到一小份錢之後，他還要仔細權衡，能不買的東西堅決不買，只要剩餘，不要超支。積攢下來的錢，蘇軾就存在一個竹筒裡，以備不時之需。

#### (4) 趙匡胤

宋朝開國皇帝宋太祖趙匡胤教兒女要儉樸。「天上神仙府，人間帝王家」，作為一國之主，他應該說是人間最富有的，金銀財寶任其享用。可是他不但自己生活儉樸，反對奢侈浪費，還嚴格教育子女生活上也講究儉樸。

#### (5) 周恩來

周恩來總理一貫倡導勤儉建國、艱苦奮鬥，要求「一切招待必須是國貨，必須節約樸素，切忌鋪張華麗、有失革命精神和艱苦奮鬥的作風」。以下是其中的兩則故事：

「1961年12月4日，召集專門委員會對當時第二機械工業部的一個規劃進行審議。會議從上午開到中午還沒結束，周總理留大家吃午飯。餐桌上是一大盆肉丸熬白菜、豆腐，擺幾小碟鹹菜和燒餅。周總理同大家同桌就餐，吃同樣的飯菜。」這個故事至今聽來讓人覺得很有教育意義。

「1962年夏，周總理到遼寧省視察工作，剛一住下，他就從口袋裡掏出一張紙，交給負責接待的同志，說：『上面寫的東西都不要。』原來，這張單子列出20多種禁吃的菜名，雞鴨魚肉之類都包括在內。」可見他不會暴飲暴食、暴殄天物，只要求清茶淡飯，成為清廉的榜樣。

「一粥一飯，當思來之不易」。現在的人不再注重節儉是一種美德，把「浪費」當成「促進消費」。人們完全忘記了資源匱乏的危機。勵行節儉，是應對資源短缺的最重要選擇。今天，面對這樣的危機，我們應比白居易更加具有節儉的緊迫感，深深感到勵行節儉，不浪費的重要。

(故事來源：《國際線上》)

### 第三部分：我的朋友

#### 反芻動物

反芻是指動物將胃內的食物倒流回口腔內再次咀嚼的行為，需要分為多個胃室的胃。在休息時將半消化的食糜重新咀嚼，然後將這樣再次磨碎的食物嚥下，通過微生物消化其他只有一個胃的哺乳動物無法消化的糖類（比如纖維素）。主要出現在草食性動物身上，例如羊以及牛，這些動物統稱為反芻動物。

反芻動物的胃多分為四個胃室，分別為瘤胃、網胃、重瓣胃和皺胃；前兩個胃室（瘤胃和網胃）將食物和唾液混合，特別是使用共生細菌將纖維素分解為葡萄糖。然後食物反芻，經緩慢咀嚼以充分混合，進一步分解纖維。然後重新吞嚥，經過瘤胃到重瓣胃，進行脫水。然後送到皺胃。最後送入小腸進行吸收。

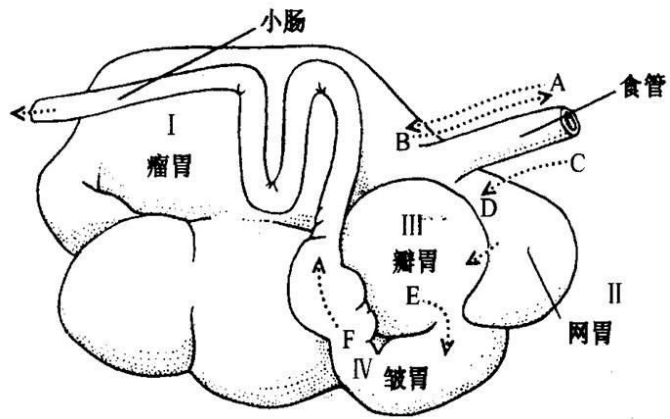


图 2-200 反刍胃(虚线示食物经过途径)(仿 Vaughan, 1986)



(資料來源：《百度百科》及《維基百科》)