



Saturday, January 28, 2023

2023年1月28日(星期六)

地址: Guoji Ribao Building, Jl. Gunung Sahari XI No. 291, Lt. 5, Jakarta 10720 电话: (021) 6265566 Ext. 3204
网站: qospelexpress.id Email: newqospelexpress@gmail.com 编辑部: 0878 8899 3727

七日规律的启示



历史学家曾经研究为什么人类社会将一年分为五十二个星期? 这制度是什么时候开始的? 为什么在七日之中要有一天休息?

一. 七日规律

1. “七日”的由来

当历史学家们追溯各国的历史时,寻找七日的由来,找出以下这些原因:

a. 神的启示: 中美洲, 古希腊, 中亚细亚的原始社会得到他们的神的启示, 要他们以七天作为一个週, 所以他们必须顺服神的命令。

b. 经济需要: 中国古代社会是以阴历为计算日子的方法, 月亮的转变是一个明显的指标, 作为定出时节的根据。此外, 中国人在初一, 十五都有特别的礼节。古罗马和非洲一些社会也是在一些指定的日子趁墟的, 所以七日便成为一个循环週期。

c. 礼拜仪式: 根据犹太教和回教的敬拜仪式的需要, 将七日定为一个星期, 在安息日停止一切活动, 向神敬拜, 遵行宗教生活所要求的礼节。

d. 自然现象: 古人看见自然界是依循有规律的变化, 春夏秋冬, 日出日落, 循环不息。月亮每二十八天转变一次; 他们了解到恒星和行星的规律, 所以将一年分为五十二个礼拜, 每一个礼拜有七天。

e. 人为规律: 人类学者认为人是一种有规律的高等动物, 必须发明或制定一套规律去规限自己的活动, 否则人便无所适从, 产生混乱, 所以发明了七日的週期, 可以掌管人的一切生活和工作, 故此有人说人不仅是 Homo Sapiens (意即有智慧的人), 人更是 Homo Rhythmicus (有规律的人)。

2. 生物时钟

前苏联在 1917 年革命后, 政府将土地收归国有, 农场和工厂均要集体化, 要进行大量生产, 他们又尝试将七日一週改为五日制, 那么工人可以不停的工作, 增加生产的效率。因为工人若不必在同一天休息, 那么机器可以不任由人操作, 农地也可以一整年都有人去耕种, 但这五日制也是行不通, 结果被逼放弃, 因为他们发现工作效率比以前更低, 工人健康大受影响, 地土比以前更贫瘠, 所以虽然他们没有宗教的国家, 仍然要实行七日一週的规律。

究竟七日一週是从何而来的呢?

除了二十四小时的生理时钟之外, 海勃博士在 1985 年又根据多项实验研究, 发现原来生物还有另外一个生理时钟, 是以七日为一週的,

称之为 Circaseptan Rhythm (七日规律), 这个钟不单在人体上可以找到, 在其他动物身上如昆虫, 齧齿类动物, 甚至单细胞动物和海藻类, 也可以找到; 而且这种钟在动物未出生时已开始在母体腹中跳动, 由受孕一直到死亡, 终生不停工作, 指挥其身体内的一切生理活动。

不少人对于这项发现很感兴趣, 尤其是基督徒, 因为这有助于我们了解神为什么要人遵守安息日。

海勃博士经过十七年的实验研究, 发现任何生物都有这个时钟, 它是个独立操作和不受外界干扰的时钟, 原来这个时钟的大脑机器就是在脑内的松果体 (Pineal Body), 这松果体控制脑下垂体, 肾上腺和生殖器官, 而脑下垂体几乎掌管身体上众多复杂的生理作用, 因为无论心, 肝, 脾, 肺, 肾, 循环系统, 泌尿系统, 生殖系统, 生长速率, 心理情绪等等, 都受它支配。实验中发现松果体的两个主要酵素 Hydroxyindole-O-methyltransferase 和 N-acetyltransferase 都出现七日规律的运作, 刺激脑下垂体的褪黑激素和 17-ketosteroid 的分泌亦如是。所以人要在七日最后一天尽量减少活动, 使身体有充分的休息, 始可以在下一週恢复正常的活动, 身体若未能获得适当的休息, 不单健康受影响, 体内各器官也会因为要额外工作而受损。

除了一日时钟和七日时钟之外, 动植物另外一个时钟是年钟 (Circannual Rhythm), 最明显的例子要算是候鸟和海龟一年一度的大迁徙。此外, 还有其他小动物如蚁, 蜜蜂和松鼠等都知道冬天快到了, 要及时贮藏食物过冬, 这年钟指挥牠们按季节进行活动, 连一些冷血动物, 例如蛇, 蛙, 龟等, 也会在严冬未到之前在身体内大量积聚脂肪, 准备冬眠, 到春天才复甦。自 1959 年开始到今天, 海勃博士为生物钟开拓了一个新的研究领域, 称为“时钟生物学” (Chronobiology), 他本人发表了超过一千篇论文, 证实生物体内确有多个不同功用的时钟, 但究竟这些钟有什么实际的应用价值呢?

3. 医学应用

由于时钟生物学研究结果显示人的一切生理活动是依据体内时钟的指示, 若将这观念应用在医学方面, 海勃博士建议当今的诊断病症和治疗方法便要作革命性的改变。直到目前为止, 时钟规律应用在诊断 (医疗) 上的例子如下:

a. 心脏病的预防 根据临床实验报告, 心脏病突发的第一个高峰是礼拜一早上七时左右, 另一个较低的高潮是礼拜四, 也就是一个礼拜的中期, 知道了病发时间的可能性, 病人便可以作出预防, 留意自己的生理状况。

b. 抗生素的使用 使用各种抗生素也要按照这个倒 S 型的规律, 以七天为一个週期, 否则多用了抗生素对治病便毫无帮助。

c. 器官移植 若能按照七日规律用药物制止排斥作用, 较之每日用相同分量的药更加有效。

d. 癌症治疗 因为癌细胞分裂也有七日的规律, 若在细胞分裂高峰期用化疗, 药物治疗, 或放射性治疗去打击癌细胞, 可更有效地将之杀死, 若在细胞分裂期去治疗, 则毫无功效。

e. 高血压, 内分泌失调等病症 一只为病人量度一次并不足以准确确定情况是否异常而需接受治疗。要量度七日内的变化, 方能断定是否患病。

4. 科学解释

生物学者对于七日时钟有如下解释: “1985 年之前, 生物学家认为人类社会的七日规律是由於社会演变的结果; 但时钟生物学指出, 在生物的身体内早已有一个与生俱来的七日生理时钟, 它是在生命开始进化时同步进化的。现在一般生物学家相信生物是由低等生物渐渐经过数亿年的时间进化成为高等生物, 这过程叫做‘外进化’ (External Evolution)。与此同时, 这个七日时钟也逐渐由於‘内部进化’ (Internal Evolution) 被纳入生物体内, 並且遗传给下一代。这个七日时钟显然在单细胞时代已开始‘进化’了。第一个细胞‘吩咐’‘大自然’要按着七日为一週的规律进行一切生理活动, 以致此时钟可以统筹体内一切活动, 将各部配搭得天衣无缝。事实上, 自从人类生存在世上, 便早已察觉生物的存在规律, 所以也将之纳入人的社会, 成为现在的社会制度。”以上似乎是科学神话, 但却一字不漏的刊载於“时钟生物学科学论文” (369-372.1985), 这是科学家对七点钟一个似乎较“科学化”的解释, 但从上面的文字里, 我们却可以看见不少“科学上的神话”。究竟第一个细胞如何有能力“吩咐”“大自然”? 它又如何将这七点钟由一种生物传递下去另一种将要“进化”的生物呢? 究竟这个七日生物时钟是谁创造出来的呢?

二. 守安息日

虽然现在科学家对于七日生理时钟作出一些“科学”的解释, 但这种解释却是十分牵强的, 因为他们始终不能打开第一个细胞如何产生这个规律的谜, 以及它如何“进化”出来的谜。我们相信生命是神创造的, 而非偶然从无机分子进化而成的。因为神是生命之主, 祂为生物写下无数的程序, 目的是使它们按照所定下的规律进行各项生理活动。

1. 神立榜样

创世记第二章 2-3 节记载: “到第七日, 神造物的工已经完毕, 就在第七日歇了他一切的工, 安息了。神赐福给第七日, 定为圣日; 因为在这日神歇了他一切创造的工, 就安息了。”

不少人对于创世记第一章内神用六日创造天地的记载表示怀疑。究竟这个“日”字是否指二十四小时呢? 很多研究旧约的学者也曾发表他们对“日”的各种解释和分析。无论如何, 神当然可以在二十四小时之内完成祂所预定的, 因为神不在时间限制之内, 神可以在瞬间用水变酒, 也可以使亚伦的杖一夜之内开花结果, 但神在工作六日之后, 便歇了祂一切的工安息了, 所以七日一週期是神自己设立的。在单细胞的生物体内有这个七日时钟, 而在结构复杂的人身体内也同样有这个时钟, 使他们有规律的工作和休息, 週而复始, 按时歇工, 使人的身心灵都得到充分休息。

2. 律法时代

神早已拣选了亚伯拉罕的后裔成为特别蒙福的族裔。他们要过分别为圣的生活, 与当时的迦南人或其他民族有别。所以神借着摩西带领以色列人出了埃及后, 在西乃山颁布各项诫命, 使他们遵守, 好叫他们明白神的旨意, 按照神的心意行事。虽然创世记并没有提到安息日这三个字, 但在出埃及记第二十章, 当神颁布十诫时, 在第四诫中列明: “当纪念安息日, 守为圣日。”明显地“安息日”并非一个新名词, 因为神提醒他们要记得安息日, 六日要劳苦工作, 在第七日要歇了一切工

作。原因是神也是在六日创造天地后歇了祂一切工作。所以摩西律法中有详尽描写安息日的很多禁令。以色列人在旷野开始拾吗哪时, 神吩咐他们到了第六日要按自己吃的分量拾取两份, 因为第七日没有吗哪供应的。

除了以色列人要停止日常的工作之外, 连动物也要休息, 土地也要休息。当然在安息日并非什么工作都不作, 例如利未记第二十四章 8 节说要在耶和華面前摆放陈设饼。利未记第二十七章 9-10 节也记载他们要献燔祭。男婴出生后第八天要行割礼, 即使在安息日也可以进行。

可惜当以色列人进入迦南地之后, 从圣经的记载可以知道他们並沒有真正遵守神的律法, 连逾越节也忘记了, 以致到了所罗门王时代, 他们要重新遵守一些节期。而先知的信息尽是控诉以色列人如何在律法上藐视神, 只是外表守律法, 其实是生活在罪中, 因此律法的字句是叫人死。耶利米书第十七章 21-22 节说他们如何在安息日仍担担子进城门作买卖。以西结书第二十二章 8 节中神也说: “你藐视了我的圣物, 干犯了我的安息日。”所以犹太人被称为去为奴七十年, 以补偿他们四百九十年來沒有真的守安息日和安息年, 以致土地没有得到应有的休息。(因为土地内有无数的微生物, 它们也需要按这七日时钟的指示休息哩!)

3. 新约时代

在被掳归回之后, 犹太人开始在摩西律法上写出很详尽的安息日禁令, 叫人遵守。结果在新约时代出现了多次耶稣向那些以守律法著名的法利赛人, 文士和长老挑战的场面, 他们不断窥探耶稣在安息日是否会治病, 他们指责祂的门徒在安息日掐麦穗吃, 又指责耶稣在安息日医好了驼背十八年的女人和医好了那躺在毕士大池边病了三十年的病人。但主耶稣却反问他们在安息日可以救命还是害命? 谁在安息日不去解开牛驴去饮水? 在安息日看见牛驴掉下井, 谁不去救牠们上来? 以上证明当时的犹太人是遵守律法上那些死的字句, 并不明白律法中叫人活的精义。所以主说安息日是为人而设的, 使人可以在这一天歇了他一切工作与神亲近, 帮助那有需要的。人非为安息日而设, 也非安息日的奴隶。

当然神叫人纪念安息日时, 并无对摩西解释在生物内早已有一个七日时钟, 到了第七日便需要休息。即使神对

摩西说明这时钟的原理和有机分子如何操作, 摩西当时也不会明白。

在神所造的生物内的 DNA, 早已写上了七日时钟规律的程序, 到了时候便需要休息, 不能超时工作。

三. 现代安息

按照教会的传统, 基督徒不再守“安息日”, 而是“享受主日”, 以纪念主复活的日子, 纪念主如何为我们胜过了死亡; 所以按初期教会的惯例, 他们在七日的头一日都放下日常的工作, 信徒同心聚集敬拜真神, 真正享受神人同在的喜悦。今天我们要如何享受安息日呢?

1. 恢复体能

按照七日时钟的运作, 人在六日劳苦工作之后, 身体内部各机能都要暂时歇息, 神经要得到松弛, 内脏, 内分泌, 消化系统, 肾上腺等主要器官都应减低工作, 即使细胞内的各项生理活动, 酵素分泌和细胞分裂, 也应缓慢运作, 因为人在这一天的各项活动是处于低潮, 不适宜过紧张的生活, 所有活动步伐都要减慢。到了另一个七日週期开始, 各器官有了充分的休息, 始能踏入另一个工作週期。所以在礼拜日才去运动场上拼命运动, 反而增加身体各器官的工作量, 适得其反, 运动应该在週间进行, 而非在礼拜日。

2. 心灵安息

除了身体需要休息之外, 我们的精神也要休息, 我们既在六日劳碌工作, 面对紧张的生活和各方面而来的压力, 精神必处于极度紧张的状态, 但在礼拜日, 我们可以放下这一切俗务, 来到教会参加崇拜, 唱诗祷告讚美神, 又可以从牧者口中听到合宜的信息, 使灵性得到“充电”, 我们将神的话记在心里, 也好叫我们满有能力面对未来六日的紧张生活和各种试探。所以崇拜不单可以与神亲近, 又可以使灵命增长, 更可以让我们与其他信徒相交。

3. 个人灵修

我们在礼拜日除了可以参加敬拜聚会外, 最理想是找出一些时间个人静修, 默想神恩和自我省察, 专心祷告, 为教会, 为福音工作, 为别人的需要代求, 我们更可阅读属灵书籍, 增加对神的认识, 在神面前重新得力。我们应该以礼拜日为享受安息的日子, 尽量在神面前安静默想, 使身心灵都能得到足够的休息, 才能有充沛的精力去事奉神, 因为安息日是为人而设的。

◎ 苏美灵 来源: 翼报