

成功的老化 第一课...

老人新形象

播映操作小技巧：滑鼠click各位置



Outline

1. 播映操作
2. 不同於一般的釋經學
3. 課程目的、內容
4. 不同類經文適合的解釋原則
5. 聖經需要解釋嗎？因遇見異端

课程纲要，可指定播映片号内容

请按 开始播放

老人新形象

本课目标

1. 以**新的眼光**，来看待**老人**或是**老年**
2. 告诉年长的朋友，有关「**老年的新形象**」
3. 澄清在传统的看法中，对**老年的迷思**
4. 对**自己的老年**，和周围**亲友的老年**有更实际、准确，而且**合乎圣经**的概念
5. 除去对**老年消极、负面**的心态，而且能用**积极、平衡**的态度来看待老年



有一位研究生为了了解**老年人的生活**，把自己扮老妆，原来跟他很熟的人认不出他来，对他的态度是一种**歧视、忽略**...等等的态度，看出来我们对**老年人**有一些**不正确的概念**。



每个人对**老年**的**态度**，会影响**如何看待自己的老年生涯**，

- 常叹息夕阳无限好、只是近黄昏，所剩年日不多...对老人的认知跟心态，已经是**负面的情绪**
- 反过来，如果有**积极正面**的心态跟眼光，不仅能够有**正面的情绪反应**，而且能够**产生动力**，期盼对老年有**正确、正面**的眼光来看待。



一、**老年**可以跟任何年龄层一样，拥有**满足的喜悦**。

我们人生过程，曾经蒙受极大的**损失**或是**痛苦**，最后 1/3、1/4 的阶段，仍可以**充满意义**跟**成就感**。



1. **老年**不一定是**软弱无力**的阶段，**年长者**仍然能够**健康的活动**—愿意**修正自己的期盼**、使用**外来的帮助**，例如**助听器**、**拐杖**...，还是可以做大部分想做的事情，只是**速度**很可能比年轻时稍微**缓慢**一些。

2. 了解因**疾病**、**年纪**的关系，而形成的一些**身体的变化**，但**疾病**并不是年长者**不可或缺**，是**可以避免**的，

- 将**痴呆症**或是**脑部功能的退化**，归咎于**年长**的原因，**其实不然**，
 - ◆ 营养不良、肿瘤、手术、药物滥用、情绪沮丧、生活枯燥无味、环境污染、感觉人生毫无盼望...而造成**失智、退化、痴呆**的情况
 - ◆ 也看到**失智症**的年龄不断下降，可见这并不是属于**老人**的专利
 - 一个人的**身体、心理、灵魂**，是**相互作用**彼此影响的，引起**脑神经丧失部分功能**的部分原因，有时候是**可以去预防**的



3. 贫穷不是老年人专有的问题,

美国老年人所占贫穷比率, 跟其他年龄层是相近的。

- **战后婴儿潮**出生的人, 年幼历经千辛万苦, 但在**青壮年**, 科技工商发达、快速发展, 当他们**进入老年**, 将会是人类属于**长寿、同时拥有财富**的族群



- 有些人**贫穷**, 也不是老了才贫穷、可能一生就是**贫穷**

4. 老年不一定是**孤单的岁月**。

- 世界各处, 大部分**华人的年长者**都有**亲戚同住**, 至少居住在附近、或有亲戚**互相关怀**



- **中国文化**看重**家庭观念**, 相对**西方**看重**个人独立自主**的观念, 使得**华人老人**大部分不像**西方的老人**, 全然陷入**孤单**的情境当中



如果他**有意**要去**学习**, 学习新的语言、电脑操作、玩新游戏、弹奏乐器、新的艺术技能, 都还是**有可能的**。

美国卫生研究机构针对**老人脑部之循环功能、新陈代谢**的改变情况研究, 发现:

健康的老人其**脑部**与较年轻的人, 没有太大的差异。因此**老年人在学习的过程中**虽然缓慢, 但是还是**可以学习新的事物**。

岁月催人老, **培训**不可少,
华神来报到, 课堂学**真道**。
圣经来辅导, 抗压没烦恼,
福音多奥妙, 传扬更有料。



二、老年可以成为**继续学习**的阶段。

老人**记忆力**比较慢一点, 但**不会完全失去**,



- 随着岁月增长, 脑海的**资料库**越来越多, 要想起一件东西时要找找找, 就像**电脑**用久了会**越慢**, **人脑**也一样, 但是**还是可以用**, 还是可以**继续学习**
- 如果能有这样的**认知**, 就不会**放弃学习**, **继续学习**、才能够**继续的成长**

为什么老人记忆力比较慢、或是反应比较慢?



- 可能是**资料库**很多东西
- 可能有**智慧**可以**分辨**

什么是**重要的**、**次要的**、**根本不重要** 跟他介绍**一个人的名字**, 觉得跟他没有很重要的关系, 可能过几分钟就忘了, 他已经有**自然的辨别反应**, 在**意识**中没有必要去记那些, 就不会特别去记。

三、老年可以成为**继续创作**的时光,

- **继续创作**、**生产**、为未来的世代**开拓领域**的重要时期
- **继续参与世界的改进**, 藉由**写作**或者**跟别人的接触**, 仍然可以有**不同的贡献** 在**历史**中看到很多**年长的人**...

- ◆ **麦克阿瑟将军** 65岁, 二战结束后,



被日本封为**最有效率的领袖**

- ◆ **米开朗基罗** 66岁, 完成在**罗马**



西斯汀教堂圣坛的壁画—**最后的审判**

- ◆ **佛洛伊德** 67岁, 著作**【自我与本我】**

- ◆ **耶鲁·以利户** 69岁, 赠书、捐款给一间刚成立的学院, 这间学院用他的名字命名—**耶鲁大学**

- ◆ **可可·香奈儿** 71岁, 投入**设计时装**, Chanel 成为全世界**时装业**的主力军



四、老人是**得胜的存活者**。

每个人一生中不同的年龄阶段，

总有**高低起伏**、**阴晴圆缺**、**顺境**、**逆境**，
不论情境如何，总得接受人生充满了喜怒哀乐，
正如同**四季的变化**。

年长者经过这么多**天灾**、**人祸**、**战争**、
疾病、**各方面的攻击**，而能够**继续活下去**。

- 我们再**小心谨慎**也可能**意外**丧失自己的健康，
甚至不在人世、失去自己所爱所倚靠的人

■ **年长者**可以**活到年长**，经历多少**困难**，
已经是**得胜的存活者**

相对于**其他的年龄**，**老人**也有
优越之处是别的年龄层所没有的，
譬如**经验**、**智慧**等等这一些。



五、老年人是**神所眷顾的**，因为拥有**神的形象**。

能够存活到今天已经证明是**神的赐福**，
在**圣经**中，**长寿**是**神的赐福**表现之一。



王上三14 神对所罗门王说：

「你若效法你父亲**大卫**遵行我的道，
谨守我的律例、诫命，我必使你**长寿**。」

不论你活到**多长寿**，永远是**上帝所创造的杰作**，
使你、使我，拥有**尊贵荣耀**的人。

诗13-5 我观看你指头所造的天，
并你所陈设的月亮星宿，
便说：人算甚么，你竟顾念他？
世人算甚么，你竟眷顾他？
你叫他比天使微小一点，
并赐他荣耀尊贵**为冠冕。**



六、老年可以成为**灵命成长**和**迈向成熟**的岁月。



林后四16 所以，我们不丧胆。

外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。

老年人可以**继续的成长**，使得**内在的生命**
日日更新，持续的**脱去旧人**穿上**新人**。

因着**年龄**，也可能跟**神**建立比较**长久的关系**，
在主里面有**更成熟的属灵生命**—

箴言十八24 滥交朋友的自取败坏；但有一朋友比弟兄更亲密。

- 上帝看**亚伯拉罕**、**摩西**如同**朋友**一样 (赛四一18、出卅三11)

- **信靠神**的长者，一生一世便是**神的朋友**，
这一份**亲密的朋友关系**随着年岁的增长，
与日俱增，就像美酒一样，**越久越香醇**
老年人在主里面的生命，继续不断的**成长**，迈向**更成熟**。



很多**老人学**的研究都指向一件事实：一个人**如何看待老年**

这件事，对于自己**年老时期**的生活情况有很大的影响。

- 看**老年**是**衰弱**、**无用**、**没有盼望**、**没有价值的**，

那他的**老年生活**可能**充满怨叹**、
悔恨、无可奈何、空虚、孤单、无聊

- 看**老年**是人生**必经**的一个**发展的过程**，就像
人生有**幼年**、**中壮年**，有各自**优缺点**、**利弊**，
以此**积极健康的心态**来预备和处理，

他的**老年生活**，必定可像其他人生阶段，
充满**价值**、**意义**、富有**挑战**、**变化**、**生动有趣**

圣经是**创造主**赐给人类，

使得**人生各种阶段**中都能得到**智慧的指引**，
让我们回到**圣经**来看

圣经怎样看待**老年**人生最后的阶段。



1. 人生不同阶段，有如季节之变化，极其美好，
老人是自然的过程。

传三1-11 凡事都有定期，天下万物都有定时。

生有时，死有时；

栽种有时，拔出所栽种的也有时。

11 神造万物，各按其时成为美好，

又将永生安置在世人心里。

然而神从始至终的作为，人不能参透。



老年生活也有美好的一面，是自然的一个过程，

■ 有生就有死，有年幼就有年老，

这些不同的人生季节都有它美好之处

■ 不论如何，老年是人生必经的阶段，

与其拒绝或抵挡，不如接纳和欣赏它，

积极面对，并且具有建设性的度过人生晚年岁月



2. 老年的内在生命，可以持续更新、成长。

林后四16 外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。



人有外在的生命、内在的生命，

■ 外在的生命是看得见的、是会毁坏的

■ 内在的生命是看不见的、是持续更新成长的，

不论年龄、性别、种族、教育背景、文化水平，

内在生命都能够继续的改变、成长

如果立志要得主的喜悦，一生一世讨主喜悦的生活，

将来离开世界，就与主同住，好得无比！



■ 内在生命日日更新与蜕变，正是我们越来越像主，

越来越能够彰显神所创造的荣耀、与主更亲近，

并预备好有一天要永远与主同在

■ 老年的生活正是聚焦内在生命更新、成长的阶段，

有更多时间、精力，促进内在生命的成长与成熟

我认识一个年长的姊妹 90 岁左右，

每天用很多的时间读圣经、为很多人祷告。

■ 去看她的时候，她就会问某些人的近况，

然后为此祷告

■ 下次再去看她的时候，她就会持续关心那些人，

她都记得，因为她每天为这些人祷告 —

「你们跟我讲以后我就写下来，每天为他们祷告。」



她也许很多东西、发生的事情，可能忘记了，

可是她以前背的经节都还在她里面，

我们去的时候她就会背诵一些

以前背过的圣经的章节，

感觉到她跟神的关系非常的亲密。

3. 老年是神的赐福和赏赐。

弗六1-3 我们孝敬父母，能够得福、长寿。

箴十六31 白发是荣耀的冠冕，在公义的道上必能得着。

■ 一个人能够长寿、存活到老，

是因为日常遵行神的道、在生活上有很好的见证，

才能够得到这样的福分，更是神所赐的一个赏赐

■ 如果为非作歹、生活混乱、不守自然律、不行神的道，

甚至逆道而行，是不容易活到年老发白的，

内在生活如果远离神、背叛神，

必定会使得情绪身心的变化大受影响，

不能有平安喜乐的心，健康必大大的打折

有医学家做了一些研究 —

有宗教信仰的人在某些方面显得更健康，

生病的时候显得更加容易恢复。



4. 能活到年老发白，看见自己的子孙，也是神的赐福。

箴十七6 **子孙**为老人的冠冕；**父亲**是儿女的**荣耀**。

一个人能活到**年老发白**、**遵行主道**，
也能够使他的**后世子孙蒙福**。

箴二十七 行为纯正的**义人**，他的**子孙**是有福的！

耶卅二39 我要使他们彼此**同心同道**，
好叫他们**永远敬畏我**，
使他们和他们**后世的子孙**得福乐。

当我读这些经节时，**心里充满了感动**，

我有**七位孙子、孙女**，

- 能活到年老发白、而**看见自己的子孙**，也是神的赐福
- 我要感谢主，**神赐福我**，让我可以**看到自己的子孙**，也期盼他们能够一代一代的**把神的道传下去**，继续的**活在主的里面**、继续的**侍奉神**



5. 专一跟从主的人，不但长寿，而且享有健康，迦勒...

书十四6-15 那时，**犹太人**来到吉甲见**约书亚**，**迦勒**说：

「看哪，现今我**八十五岁**了，我还是**强壮**，
像**摩西**打发我去的那天一样，无论是争战、是出入，
我的**力量**那时如何，**现在**还是如何。」



- **迦勒**到年老发白，仍然**充满力量**
- 他在很年轻时跟随**摩西**，在进入**迦南地**之前，在神的指示之下、应许给**迦勒希伯仑**那地

13 于是**约书亚**为**迦勒**祝福，将**希伯仑**给他为业。

专心跟从耶和华的迦勒，蒙神的祝福，在身心灵方面还是**强壮有力**，他信靠**神必成就所自己应许的**，也成就他一生的**特质—专一跟从主**。

我们不论**信主多长的时间**，勉励自己**专一跟从主**、**事奉主**一直到**见主面**，相信主也会**赐福**给我们。



6. 人不论多长寿都有**寿终正寝**的一日。

诗九十10 我们一生的年日是**七十岁**，若是**强壮**可到**八十岁**；
但其中所矜夸的不过是**劳苦愁烦**，
转眼成空，我们便**如飞而去**。

因此我们必须在这个世界上，像**摩西**所讲的：
求你指教我们怎样数算自己的日子，
好叫我们得着**智慧的心**。

- 在**老年来临之前**，需要有**预备、计画**，
求主给我们**智慧**，引领我们渡过人生最后的阶段
- 我们可以思想到**永生的重要性**，有一天都会

结束人生世界之旅，要决定我们要去哪里，

- ◆ 相信**耶稣基督**，有**永生**的把握和确据
- ◆ 不相信**耶稣基督**我们要去哪里，这是很大、很重要的**问题**



我父亲 93 岁**信主**，一直活在**拜偶像**情况之下，

到他晚年，我问他：「有一天你会离开世界，你要去哪？」

他说：我怎么知道一去**祖先那里**、**轮回**，死了就没了啦！

我就跟他讲：「难道你不会担心、
不会想**死后灵魂要去哪里**吗？」

- 一个月后，他主动问：**我怎样才能信耶稣？**
改变的关键就是在死后要去哪里的问题
- 他**信主**之后，**生命、生活**都有很大的**改变**，他很**喜乐**，他说：**死都不怕了，还要烦恼什么？**
看到他整个的观念**完全改变**



人到了**年长**的时候，

能够有**确定、永生**的归宿，就有**盼望**。

人生不论**多长多短**，总有**离开世界**的一天，重要的是
有永生的确据，祝福大家能够有这个**永生的确据**。