

成功的老化 第二课...

在学习中成长

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

在学习中成长

当一个人停止学习的时候，那才是真正的老了，
一个人能够**继续学习**、就会不断的成长。

本课目标

1. 至少选择一种**喜欢学习的事物**。
 - 已经退休或将来退休的时候，
仍然可以**继续的学习**
 - 还没退休当然可以学习，学习的习惯是**持续性的**
2. 对你的学习做一套**详细的规划或计画**。
每个人都有一个属于自己**终身学习**的规划，
 - 灵魂、知识上成长
 - 对神的认识、真理
 - 牧会所要知道的**技能、知识**也是继续成长



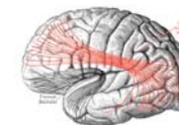
本课目标

3. 将来也能**跟别人分享**你所学习的事物。
不只是对自己**有益处**对别人也有益处
4. 从过去很想学习，却**无机会**的事物中，
选择某一样，**开始学习成长**。
 - 有些人**年轻时**很想成为艺术家、音乐家，
或者某种特殊技能，但**一直没有机会**，
到了**年纪比较大**，不要**失去了那个机会**
 - 想一想，**某些东西**如果没有学习，
会一生觉得**遗憾**，
就不要让自己有这样一个**缺憾**
5. 参与一个志同道合的**学习团体**，
一起来切磋、研讨、交换心得，**彼此激励**。



现代的**心理学、老人学**，对于**老人学习**的看法

1. 《**老人老年心理学手册**》老年学习能力**纵贯面**研究：
一个人的**学习能力**，不会因**年老**而有**巨大的改变**。
 - 主要看学习的**内容**
 - 跟本身**年轻时学习的状况**做一个对照 —
 - ◆ 年轻的时候**一直在学习**，到了老年，
学习能力**不间断**的话，是**更能够持续的**
 - ◆ 年轻时已经**很多年没有学习**，要重新拾起
学习的习惯生活，当然需要**更长时间的适应**
2. 老人学的**学者** Dennis Basil Bromley，**年轻时**学过飞行，
 - 接下来**五十个年头**没有再飞行过
 - 1994 **七十岁**再次学习飞行，
1996 取得**飞行执照**，每年二次**身体检查**
证明这位心理学家体验飞行的乐趣**不减当年**。



3. 德国心理学家 Paul B. Baltes, 带着**乐观的主义**, 认为**老年并不会使人的智慧、思考力减退**。后来做了**调整**, 认为:



- 老年过程**智力、思考能力是有加也有减**,
- 在**文化的经历**当中, 人的**智力**一直在**增加**, 跟人的相处, 在世界的生存、生活, **文化的经历**一直在增加
- **生理上的技能**, 从**成年期**开始便**逐渐的衰退**

林后四16 **外体虽然毁坏, 内心却一天新似一天。** → **有增有减**



在**学习的智力**上也是一样, **有增有减**, 就看这个人**个别发展、成长**的过程是怎样的,

- 维持身体某个程度的**健康**, 还是可以**继续学习**
- **停止学习**, 就等于**停止成长**, 就有可能**枯萎**

学习的**理念**和**建议**



一、学习的**目的**是为了什么?

一个人**很认真的学习**, 一些**同辈**就说:

「那么老了, 还学那些干什么? 有什么用?」

好像想不出一个学习的**目的**是什么...

学习的目的可以归纳下面的几点:

1. 为了**荣耀神**—



神所**创造**的一切何等的**奇妙、伟大**, 当带着**敬畏、赞赏**的心来研究**神的创造**, 可以把**最大的荣耀**归诸给造物主, **赞美**祂的**智慧、全能、慈爱**

2. 用来**帮助别人**— 所学习的**技能、知识**,

只要是**有益的、建设性的**,

都可以借着这些来帮助**有需要的人**



3. **帮助自己**— 各种**健康、有益**的技能跟知识, 都有可能应用在自己的身上而**得到益处**



4. 善于**利用时间**— 时间就是**生命过程**最具体的呈现,



- 怎样**使用时间**就是怎样**使用生命**
 - 有好的**时间管理**, 就会有好的**生命管理**
- 如果不用这些**时间**, 作建设性、

有益人类、**荣耀神**的事情, 可能用这个时间作**破坏性**、浪费时间、生命的事, 我们要成为**忠心的管家**, 在**金钱上**、在**时间上**都成为**忠心的管家**

5. **发展天份**— 上帝赐给人不同恩赐、**才干**,

用神给我们的**恩赐、才干**, 来**学习**、来**发挥**,

才不**辜负**神给我们的恩赐、才干



二、学习可以**建立有益身心健康**的**嗜好**

■ 学习**语言**, 就比较容易跟别人沟通

■ 学习**种植花草**,

带给我们**乐趣**、心理非常的**健康**

■ 学**开车**, **写家谱**、纪念祖先,

参观**博物馆、艺术馆、动物园**,

学各种**乐器**、**绘画**、**艺术**、**书法**、**游泳**、**钓鱼**、**作针线**、**上网查询资料**



不论**静态**、**动态**,

个人或要跟**同伴、家人**一起完成的, 都可以按**个人的个性、兴趣、情况**而选择, 只要对身心**有益健康**的, 都是**值得学习的嗜好**。

三、第二生涯的可能性，

有些老人身体还算健康，仍然可以有第二、第三生涯，
可以全时间、半时间、不受薪的义务职投入。

我认识一位小儿神经科医师，退休后进入神学院进修，
取得学位之后、不受薪在教会服事神，
非常美好的服事，一直到他离开世界。

不同的职场要求不同的技能、知识、兴趣，

- 很多机构保留一部分职位给银发族，
因为65岁以上的顾客越来越多了

- 看顾孩童、作管家、缝纫、修改衣服、
教语文、提供饮食服务给学生搭伙...

第二生涯的可能性是相当广泛的，
不要只限制在文学、教育方面，
其他动手作、各方面，都是有可能的。



四、愿意尝试新的经验，

即使没有十分的把握，却愿意尝试接触新的事物，
会接触不同的人、扩展生活领域，产生很多的乐趣，
也许比20岁刚出社会工作时，更有意思也不一定

- 经过仔细的评估后才采取行动，失败的机会必定是更少
- 尝试走新的路径、认识新的朋友、接触新的领域、
开拓新的眼界、跨出冒险之旅、活在成长的边缘，
会带给人充满新鲜活泼、有朝气的感觉

在这里要提一下——小心不要把老本输掉，
为了要大大的扩展、把老本投资下去，
结果完全输掉了，那也是不好！

评估之后、安全可靠的情况之下，
尝试走出新的脚步、去经验一些
新的历程，也是很好的。



五、头脑如同肌肉或是骨骼一样，也需要运动。

所有生物和医学研究都肯定，人要多多的用脑，
就会刺激神经细胞，使得人增加活力，
有助于预防老年失智症或者是阿兹海默症。

- 1960年代，柏克莱加州大学
就已经证实「游戏影响智力」，
 - ◆ 游戏当中要运用各种的反应能力，
有学习、常常游戏的人，大脑的皮层比较健康
 - ◆ 大脑皮层正是人的思维极为相关的部分



- 台北荣总神经内科主任邱秀枝建议：
老年人可以考虑接受各种训练的课程、
学习新事物、多看书、和朋友讨论、
做脑力激荡具有思考性的活动，
都可以预防老年失智症的发生



六、与别人交换读物、分享读书心得。

退休之后，有更多时间可以阅读

自己想要读的书、期刊、杂志，
上网搜寻相关的主题、有兴趣的网站，
还可因此增进自己跟家人、
亲朋好友谈话的资料跟题材



Wolynes 专门研究退休生活的牧师，

- 建议年老者务必要过一个有意义的退休生活，
最重要的方式之一，就是学习有关老年的课程——
- 花时间阅读与老人学相关的书籍、
期刊、杂志、专文、专题的网站
- 这方面的资讯越来越多了，
给我们很好的资源，可以去寻求、更多的进步，
在老人学方面继续研究、继续学习



七、促进自己的**灵命成长**，属灵生活的成长是没有止境的。

林后四16 **外体**虽然毁坏，**内心**却一天新似一天。 → **属灵生命成长**

每天**研究**、**默想**圣经中神的话，可以学习到**属灵新**的事情，

■ 我们是**葡萄枝子**连在**葡萄树**上，就是把自己



浸泡在神的话里，让**主的话**充满我们，

读圣经、祷告、听录音、基督教广播电台、

阅读属灵的传记、期刊、杂志，都可以

■ 为所读、所听**神国度的需要**，认识、不认识的**宣教士**
忠心的祷告，这又是一个**事奉**了

■ **背诵圣经**是很好的头脑体操，

◆ 带给自己跟**周围的人**，有更大**属灵的祝福**

◆ 当在工作、事奉遇到**困难挫折**时，如果

心里有很多神的话，就更容易**更新**、**走过难关**



属神的百姓，是一群不断**学习**和**成长**的人，
圣经有很多很多关于**学习的教训**...

旧约圣经中，属神的选民**希伯来民族**，

原来是一群**乌合之众**，没有法律可循、组织架构，

但是**神**为了**拣选**他们来完成伟大的**救赎计画**，

■ 借着祂所拣选**属灵的领袖**，来**教导**祂的百姓

■ **颁布律法**、**诫命**、**典章**，使祂的百姓有规则可循

十诫就是很好的例子 —

神借着**十诫**训练祂的百姓，要他们在生活中

■ **学习**与神建立**虔诚忠信**的关系

■ **学习**与其他属神的子民，

有合乎**道德**的关系和生活

■ 要求百姓在个人**家庭**日常生活中，

从小就要**学习**神的**诫命**、**律例**、**典章**



申六4-9 **以色列啊，你要听！**

耶和華我们神是**独一的主**。

你要**尽心**、**尽性**、**尽力**爱耶和華你的神。

我今日所吩咐你的话都要**记在心上**，

也要殷勤**教训**你的儿女。

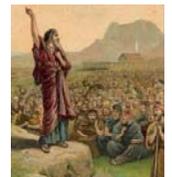
无论你坐在家中，行在路上，躺下，起来，都要**谈论**。

也要**系在手上**为记号，**戴在额上**为经文；

又要写在你**房屋**的门框上，并你的**城门**上。

属神的百姓从幼童开始，就记得、**学习**

在生活方式上能够**顺服**神的吩咐。



箴廿二6 **教养孩童**，使他走**当行的道**，
就是**到老**他也不偏离。



八、祈求神使用你所学会的来**帮助别人**。

林后八12a 人若有**愿做的心**，必蒙**悦纳**。

越以**口头**或**行动****分享**所学习的事物，

就会**学得越好** —

■ 学以致用、学以**教导**别人、

然后**教学相长**

■ 越跟别人**分享自己的学习心得**，

就越**坚固**自己学会的**新的知识**、

并且能**学得更好**



如此一来不仅能够**讨主的喜悦**，

并且丰富了**人际关系**，

助人也**自助**成长。



太廿八18-20 **大使命**

耶稣进前来，对他们说：

「天上地下**所有的权柄**都赐给我了。

所以，你们**要去**，使万民**作我的门徒**，
奉父、子、圣灵的名给他们**施洗**。

凡我所吩咐你们的，都**教训**他们遵守，▶当然也有**学习**
我就**常与你们同在**，直到世界的末了。」



一位被神所使用的**老牧师**说：「假如**教会**像**学校**，

- 当我们**信主受洗**，好像**注册**一样
- 进到**学校、国度**里面，继续**学习**
- 接受**主的教训**，成为**主的门徒**——
门徒就是**学生**，继续的**成长**。」

主耶稣要求所有**信而受洗**、**属于主的人**都要**学习主的教训**，
并且在**生活**上来遵行，这样**主就必与我们同在**。

新约**使徒保罗**也是一个**学习**的榜样，真的是努力的**学习**...

腓三12-16 这不是说我已经得着了、已经完全了；我乃是**竭力追求**，或者可以得着**基督耶稣**所以得着我的。

继续不断、不可终止的**学习**成长

晚年**快要离开世界**的时候，

仍然**珍惜知识、灵命、学习**的成长...



提后四12-13 我已经打发**推基古**往**以弗所**去。

我在**特罗亚**留于**加布**的那件**外衣**，你来的时候可以带来，
那些**书**也要带来，更要紧的是那些**皮卷**。



- 解经学家认为，**皮卷**是指**保罗**所拥有的**圣经**，
是**保罗**离世前心中所惦记的、**所珍惜**的事物
- 他真是**活到老学到老**，**终身学习**、
不断的成长，一直到**见主的面**

属神的百姓，不是单单为**学习而学习**、为**满足求知欲**而学习，
乃是为了要**荣神益人**，能够**顺服神的旨意**、
更多**帮助别人荣耀神**而来学习，
所以必须要**倚靠神给我们的智慧**来学习。



圣经中**所罗门王**就是一个**智慧的君王**，

- 王上三4-15 他在梦中**向神求赐智慧**，
神非常的喜悦，不但**赐给他智慧**，
把他没有求的也赏赐给他
- 王上四29-34 **所罗门王的智慧**让列邦列国的
君王感到诧异，都差人**来听他的智慧话**



所罗门所拥有的**智慧**，出自于他的**渴求学习**，
出自于他**敬畏上帝**、**遵行神**而得到的**赏赐**，
两者**缺一不可**。

所有**信主重生得救**的人，也是**属神的人**，都要**学习像基督**，
因为我们是**耶稣基督的门徒**、**祂的学生**，

弗四20-24 这是**内在生命**的蜕变，

有了**新生命**就要**脱去旧人**，**穿上新人**。

- 需要一个**学习的过程**，不是一蹴可及的
- 经过这个学习过程之后，慢慢的生命会有**改变**

学习是有很深的意义的，有**属灵的涵义**在里面，
让我们的**生命**借着**学习**不断的**成长**。



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**。



终身学习的**精华**所在，

正是能够使**老年人**继续的**蜕变、更新、成长**，
越来越像基督，直到**见主的面**。