

成功的老化 第十一课...

珍惜老伴

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

老年婚姻关系随着社会的变迁、
人类**寿命**的延长，而变得**更有意义**。
有些学者认为—

- 不快乐的夫妻在比较年轻时就分离了
- 老年夫妻因为分享人生的**记忆、经验**，
而建立一个**更坚强的连结**，
 - ◆ 这种连结更像是**爱、关怀**这种**友谊**的关系
 - ◆ 老伴的关系**历久弥新**、越久越甘醇



长寿的老年夫妻在**儿女成长**之后，
可以共度将近**三分之一**一个世纪、
甚至更长的婚姻岁月，
这些**老伴关系**大部分都有一些**特征**—
就是**幸福、快乐、亲密、互相扶持**。

珍惜老伴



关于**老年**的婚姻关系—
不论是**已婚**或是**单身**，
我们都需要**神的恩典**。

课程目标

1. 帮助我们了解**圣经**的**婚姻观**
2. 知道老年夫妻一般需要了解**的婚姻的知识**
3. 了解老年婚姻关系可能发生的**改变**
而能够**提早适应**
4. 如果**仍然有婚姻**，就更知道
如何的**珍惜**、把握机会**表达爱**
5. **配偶有难**的时候，
能够守住**一生的承诺**、过一个**守约的人生**



当**老年**的夫妇进入**黄昏之爱**的阶段，
就是进入老年学的学者所说「**后亲职婚姻**」，

- 成年子女离家之后的婚姻关系
- **老年夫妇**不再需要负起**教养儿女**的亲职

这个阶段的岁月由于人类**越来越长寿**、
以及**少子化**的关系而有所**延长**，

- **二十世纪初**典型的婚姻家庭，
最小的儿女长大成人之前，**父母亲之一**已经离世
- **二十一世纪**完全不同，



在**最小的儿女**长大离家之后，
空巢期的父母仍然能够在同一个家庭中
享受**长久婚姻**的关系
所以我们**不能不重视**在整个人生，
占这么大的一个期间的**婚姻的关系**。

老年婚姻的情况

一、男女有别：美国 1992 的统计

| 65岁以上 | 丧偶 | 离婚 | 未结婚 | 仍有婚姻 |
|-------|-------|------|------|-------|
| 女性 | 48.3% | 5.5% | 4.9% | 41.2% |
| 男性 | 15% | 4.9% | 4.2% | 75% |



婚姻当中，

- 丈夫**年龄**常常比**妻子年龄**稍微大一些
 - **长寿**比例当中**女性比男性**更长寿
- 所以在**失婚男女**到老年时，**女性**是多于**男性**

不论是**失婚者**、**有婚姻**的人，

- 都有各自不同的**问题**、不同的**需要**
 - 都需要有**智慧**的来处理
- 老年的生活**更需要有**神的恩典**，
才能够有**平安幸福**的晚年



关于**社交关系**男女两性仍然是有**差异**—

女性跟女性比较容易建立**朋友**的关系，
因为**女性**比较重视**关系取向**。

- **已婚的老年男性**，常常认为最好的**知己朋友**就是自己的**妻子**
- **同年龄已婚女性**就可能还有**同性的好朋友**

在**婚礼誓约**中当**牧师**问新人：

无论**健康**或**疾病**、**富贵**或**贫穷**，

你们都要**相依相爱**、**终身不变**，你愿意吗？

- 新人诚心诚意回答**我愿意**，但或许**还没有想到**
另一半在年老的时候会有什么样的**疾病**
- **老年夫妻**需要在**疾病**中**互相扶持**、**陪伴照顾**，
夫妻是一体的，关系比任何人都还要**亲密**，
甚至超过和**成年子女**的关系



二、老年婚姻关系如果经营的好，

对于在婚姻中的**老夫老妻**都有**益处**，

- 能够享受**身心更健康**、**精神更愉悦**，
互相支持、分享、**彼此照顾**的生活方式
- **男性自杀**的研究，**有婚姻的男性自杀率**
少于**离婚、分居、丧偶**的男性
- 对老年生活也有**经济的效益**，
老年独居的妇女有不少**经济情况**比较缺乏



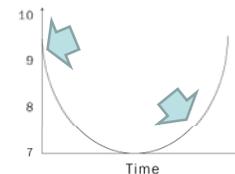
■ 对老年人的**社会关系**也有益处，

- ◆ **离婚率**越来越高、**单身独居者**一直在增加
- ◆ **社会结构**基本上还是以**婚姻为基础**
有婚姻者比较容易
跟**其他有婚姻者**建立**社交关系**



三、U型婚姻关系**满意度的曲线**

- **刚新婚**的时候大概是**很快乐幸福**的
- 然后**品质**和**满意度**因为**教养子女**、
工作、其他**压力**慢慢的**下滑**
- **中年空巢期**之后再**逐渐的提升**



中年空巢期之后**婚姻品质**的**优劣**

跟**中年空巢期**之前**经营**是有关系的，

- **越有经营**，晚年就**越来越往上升**
- **没有经营**，可能维持**平稳**、
甚至于可能**下降**



到了**空巢期**之后，如果有**醒悟**、**觉醒**，
然后**努力的去经营**，

还是有可能使**满意度****不断往上升**。



大部分老年夫妻，**主观上**都认为
自己的**夫妻关系是幸福的、是美满的**，
可能有问题的夫妻在更年轻的时候就分手了。

促进老年夫妇**幸福快乐的因素**包括几方面：

1. 对婚姻的**委身和守约**
2. 看自己的配偶是**最可靠的、知己的朋友**
3. 具有**共同的人生目标**、能**凝聚共识**
4. **幽默感**，人生中的问题有时用**幽默感化解**就可以了。



一对夫妻，男的跟妻子说：为什么
上帝创造女人总是那么**美丽**、又那么**愚蠢**？
女人回答说：
上帝创造我们那么**美丽**，你们才会**爱我们**，
上帝创造我们那么**愚蠢**，我们才会**爱你们**！
人生当中很多事情，有时**幽默一下对待**就可以了！

老年人的**夫妻沟通**比较**深情**，

- 比中年夫妻互动时更少口出**愤怒恶言**、
比较不会用**讽刺的、轻视对方**的态度
 - 更多表达彼此**真诚的相敬相爱、互相关怀**
- 有**几方面**的因素...



1. 随着**年岁的增长**，双方都**更成熟、更有智慧**，
而且知道怎样**应对、怎样相处**
2. 双方都**更珍惜**一起生活的**时日不多了**，
更能够把握时机来**彼此取悦、彼此扶持**
3. 经过**长年累月的经验**，彼此的**认识跟了解**
都增加，已经能够**彼此接纳**
4. 互相的**学习**，而采用**对方的观点、行为模式**，
老年夫妻对很多事情的看法、**反应**
都**越来越像**，变成**夫妻脸**



四、**退休**对于婚姻生活的**影响**，特别对于**男性**，

- **社会文化**常把**男性跟工作**、**社会地位**、**身分划等号**，
失去工作等于**失去身分**、**改变而形成压力**
- **夫妻**认知这种情况，彼此**调整、接纳、支持**，
就能够使夫妻两个人**渐入佳境**



在**男主外、女主内**的社会文化角色中，当**丈夫**离职回家，

- 有些家庭主妇**很高兴**，终于可以有**更多时间夫妻相处**
- 有些因为丈夫**更多在家里**，失去某些**自由、独立自主性**
没有外面工作的**男性**，



把精力、注意力**集中在家中的工作**，
■ 有些**修理**这、**修理**那，**改变、整理**庭院
■ 另外一些**调整角色**，**挽起袖子、裤管**，
擦地板、清洁家里，甚至**学习下厨烹饪**
这时候夫妻两人需要有**敞开的沟通**和**共识**

丈夫那么多年没有**在厨房**，

- **厨房**所有的一些事情
妻子怎么摆、怎么做，**她有她的规矩**
- 你马上要**插进来**，
两个人要好好的**沟通**、取得**共识**，
重新分配家事任务



只要双方都觉得**自在、妥善**，就是**好的安排跟分配**。

研究显示，**退休后的男性**

- **参与一部份家事的任务**，
有助于**身心健康**以及**夫妻间关系成长**
- **退休前的夫妻**如果**幸福快乐**，
退休后通常会**持续**、甚至比以前**成长提升**，
因为两个人的**时间都一样多**，
可以在一起**享受彼此更多相处**的时间



五、性趣与示爱，

老年人的**性行为**常被当做**不存在的**、滑稽的、
生理上有风险的、尴尬的、既不**满足**也不**兴奋的**，

- 有些老年人仍然**持续**有**性行为**和**性关系**



- 由于**生理因素**，大多数老人都**性趣大大降低**，
因为**疾病**、**服用药物**的副作用、其他的因素，
绝大多数的**老人婚姻**

并没有像**年轻时**那样的**性交**的行为

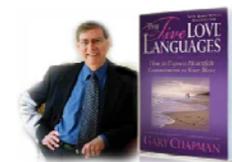
这也看所谓「**性行为**」的**定义**是什么？

- 有些学者认为**老人的性行为**是指
亲吻、抚摸、握手、拥抱，是**爱的表达**
- **老年夫妇**仍然可以有各种方式
自然真诚的向**配偶**来表达他们的**爱**，
身体接触只是**爱之语**的一种方式



Gary Chapman **【爱之语】** 有五种**表达爱**的方式...

1. **肯定的言词**、
2. **精心的相处时刻**、
3. **接受和赠送礼物**、
4. **服务的行动**、
5. **生理的接触**，



这五种**表达方式**的**运用**，按照

各人的**喜好**不同而定、各有**优先次序**，

- 了解**自己**的爱的表达方式、习惯
- 了解**配偶**爱的表达方式，是用什么样的方式

幸福快乐的**老年夫妻**，

- 大部分都能够**了解对方**、并且**接受对方**，
用**彼此共识**的方式表达之间的爱
- 两人仍然保持**各自的独特性**、**差异**，
双方也能够**接受**，
并且视为**自然**、**相知相惜**



六、孙子女年幼时，祖父母可能有**机会**和他们**相处**，

一旦他们进入**青少年期**，相处机会就越来越**少**了，

- 若想要帮助**孙子女**建立**基督徒的信仰**，

要趁着孙子女在**青少年前**就**引领**他们...

- **离婚率**增加，**祖父母**中至少有 1/4 是**继祖父母**

- **长寿者**逐渐增加，为人**曾祖父母**的也越来越多，

老年**曾祖父**占 1/4、**曾祖母**占 1/3

- 对孙子女的**支持度**，**祖母**大部分是**情绪**方面，

祖父大部分是给予**劝勉**或**经济**上的支持

- **孙子女跟祖母的关系**，比和**祖父**的关系要更**亲近**

随着孙子女的**年纪**渐长，

他们有他们自己的世界、关系，

老年祖父母和**孙子女**相处的**机会**

越来越**减少**了。



七、婚姻关系的**转变**，**老年夫妇**的**离婚率**相当低，

经过多年的**相处互动**，已经找到双方都能够**接受**的方式，

老年婚姻关系不太会因为**离婚**而有所转变。

每对老年夫妻**总有一天**，其中有一个

会先**面对死亡**、**丧偶**的情况，

- 八十岁以上的**妇女**大部分是**寡居**

- 八十岁以上的**男性**大部分**仍然有婚姻**

一个人的一生当中**最大的压力事件**是**丧偶**，

这也是**婚姻关系的剧变**，因此

要**把握机会**和**时间**，更多的彼此的**关怀**、

彼此**相爱**、互相的**扶持**—

- 自己的老伴不论**年龄**、**身心状况**，

总是要**守住婚约**、**一生的承诺**

- 每一对老年夫妻都可以**靠着主的恩典**，有**幸福的婚姻**



在一生那么长的年日，**婚姻**面对无数**考验**、**压力**的事件，能够一关一关过去，一直到**年老发白**，是何等**不容易**、伟大的**成就**，

就更应当**珍惜**、更加**爱护**、**宝贝**。

- 老年夫妻**幸福快乐的**典范，就是送给下一代最宝贵的**礼物**、无形的**资产**
- **晚辈**看到老年夫妻的**相亲相爱**，心里面一定非常**满足**，是很好的**榜样**，也是给子子孙孙**最大的祝福**



婚姻家庭的价值正面对**世俗文化**挑战、冲击的今天，

- 老年夫妻可以成为**捍卫婚姻家庭**的勇士
- 用**言语**、**行为**来成为这个世代的**榜样**，是老年夫妻无可取代的**荣誉跟特权**，也是**责无旁贷**一个**人生的使命**



2003 **【婚姻伴侣杂志】** 访问四对结婚多年的老年夫妻，
以下就是他们**婚姻幸福快乐的秘诀**...

第一对，结婚五十年，**婚姻快乐的秘诀** —

- 丈夫：我让妻子管理钱，她只在礼拜一到礼拜六购物，**礼拜天就安息**、做礼拜了
- 太太：有**足够的时间**来**调适婚姻的关系**，刚开始我不喜欢丈夫把冷冷的脚放我脚上，几年之后，好吧...，条件是你得按摩我的背部**最喜欢的劝言**，



- 太太：之前将**信仰**当做**很平常的事**，不觉得什么，直到**遭遇到危机困难**时，才发现

神的恩典支持我们**继续的走下去**

- 丈夫：过了多少年的**单身生活**才**遇到彼此**，因此别想要**改变对方**，**接纳**才是最重要



第二对，结婚48年，**婚姻的快乐秘诀** —

- 每一天丈夫都让我知道，**我在他眼中是美丽的**，而我让丈夫知道，**他永远是英俊的**。**女士们**期盼丈夫眼中，她们**永远是美丽的**，如果出于**内心的欣赏**，是很好的事情

- 我们通常**解决问题**、而不**做人身攻击**，一起**面对危机**、绝不彼此做性格上的**暗杀**、**伤害到对方**。

当夫妻遇到问题时，**处理问题**、而不**做人身攻击**



最喜欢的劝言 —

- 要常常搔抓丈夫的背部，意思是每天要给他**爱的碰触**
- 每当上床之前，我们都**互相拥抱**



第三对，结婚51年，**婚姻快乐的秘诀** —

- 就算我们在**财务上最困难**的时候，仍然维持**夜晚的约会**，**在一起的时间**是必要的。不管遇到什么**困难**，夫妻两人总要**花一些时间彼此相待**、**有品质的时间**在一起

- 我妻子总是**支持我**，我从未感觉她有**不支持**、**不帮助**我的时候。这真的是很棒的感觉 — **妻子总是支持他**

最喜欢的劝言 —

- 彼此不同的**才干**成为**互补**、**互助**。夫妻两人是一**体**，**神**给每个人各自有**不同的恩赐**、**才干**，成为**互助**、**互补**
- **每天结束之前**总是在一起来个**美好的祝福**。这是很好的**结束**



第四对，结婚56年，婚姻的快乐**秘诀**一

- 发现**先思而后言**的重要。

先**想一想**、再讲出来

- **信任彼此**，让丈夫**认识我的全部**，否则**怎能爱我呢**？彼此之间的**信任关系**、**接纳**，都非常重要

最喜欢的**劝言**一

- 你应该仍有**自己**一部分的生活，你的朋友、目标，如此你可以把**自己的贡献**带入婚姻当中。
跟**朋友**有发展的关系、带入婚姻，促成**关系更好**
- **成功的婚姻伴侣**是彼此**互相尊重**，不可轻视对方。



- ◆ 每个人都有**优点**、有**长处**
- ◆ 在一起生活那么多年，应该**鼓励对方**的长处，让他不断的**被成全**、**被发挥**出来



圣经有关**婚姻关系**

- **创世记** 神设立**婚姻制度**

- ◆ **伊甸园**上帝为**亚当夏娃**做**主婚人兼证婚人**

- ◆ 神设立的**婚姻制度**是一夫一妻、一男一女、一生一世，**夫妻结为一体**，

目的是要使人**彼此成全**、**帮助**，

脱离父母成长独立、成自主的个体、建立**婚姻家庭**

- **启示录** 用**婚礼婚宴**来做结束

启十九7 我们要**欢喜快乐**将**荣耀**归给他，
因为**羔羊婚娶**的时候到了，**新妇**也自己预备好了。

上帝非常看重**夫妻之间守约**、**贞洁**的关系一

- ◆ **十诫**最后一条：**不可贪恋人的妻子**
- ◆ **先知书**：以色列人拜偶像，犯了如同淫乱罪一样，
神跟百姓的关系，用**守约**、**忠贞**、**爱**的关系来表达



多年的**夫妻**关系中，有三项**品质**是必须有的—

就是**圣经**所教导**基督徒的品格**...

1. **委身**：基督徒的价值观是看重**遵守诺言**、**约定的**，

我们的**神**是**守约施慈爱**的**神**、我们也要**遵守**这个约。

- 夫妻相处难免**遇到困难**—环境的、内在的、压力，

对**亲密的夫妻**也是一种**挑战**

- 但当夫妻之间有这种**委身**时，

就会用**建设性的态度**来**面对困难跟问题**，

- ◆ 会知道**离婚**绝对不是一个**选项**

- ◆ 学会**妥协**—不是什么事情都要**按照自己的意思**，

为了**守约**、**委身**的原故，我也要**牺牲**

我自己某些**意见**、某些**看法**

要进入婚姻之前就要想清楚—**婚前选择所爱的**、
婚后爱所选择的，一生一世、直到离开这世界。



2. **接纳**：

罗十四1 信心软弱的你们要**接纳**，但不要**辩论**所疑惑的事。

十五7 你们要**彼此接纳**如同**基督**接纳你们一样，使**荣耀**归予神。

- 老年夫妻相处如果能够走过**这么多年的婚姻**，
应该是**已经彼此接纳**了

- 要求或用各种手段来**改变对方**，只会**两败俱伤**
看到**对方的软弱**时，要先**接纳**，再回到**主的施恩宝座**前

来**代祷**—祈求主来亲自**改变对方**、或者**改变自己**。

有一些老年夫妻讨论要**住在那里**，都不一定达到共识，
就需要**一起祷告**、来到**神的面前**寻求**神的心意**，

- 不自私的敞开的**沟通**、维持**客观理性的态度**

- 也考虑到**对方的软弱**，

信心强的要**接纳****信心比较软弱的**，

用**爱心忍耐**来彼此**代祷**、彼此**接纳**



3. 恩典:

所有基督徒因着耶稣的救恩得救、蒙受恩典



第二8 你们**得救是本乎恩，也因着信；**
这并不是出于自己，乃是**神所赐的；**
也不是出于行为，免得有人自夸。

恩典是白白得到的，

世人犯了罪本来是**该死亡的、是欠神的债，**

耶稣替我们还清了神的债，所以是一个**恩典。**



夫妻难免说话、做事**得罪对方**，这时候需要**饶恕**，

■ 不是对方值得被饶恕、而是**恩典**，白白给予的恩典

■ 既然**神**这样的**给我们恩典**，我们也要彼此的给予饶恕

没有处理的怒气只会使我们心里充满**仇恨、苦毒**，

我们要每天**活在恩典**当中，彼此给予对方**更多的恩典。**

老年夫妻如果用**这三种特质**来彼此勉励，
一定会**更健康、更幸福。**

委身、接纳、恩典，

能够做到这样，就必定能够**珍惜老伴**，

■ 在老年的婚姻关系当中有**主的同在**

■ 活出**成熟的生命**，

同享**坚定、稳固、幸福**的婚姻观



我在这里**祝福**大家:

■ 如果你是**单身**，

能够乐享单身的生活，**讨主喜悦**

■ 如果你**还在婚姻当中**，

好好的**珍惜老伴**