

《与神同行》 保持年轻（2）

只要我们所定的合符神的心意，神能够实现我们的梦想。

亲爱的弟兄姊妹平安，现在又是与神同行的节目时间了，欢迎你跟我们一起来学习神的话语，但愿透过今天的信息，使你更多明白神的心意，知道我们今天的责任。在很多地方的文化中，尊崇和荣誉是只留给那些高龄的人士的。但在很多的西方国家中，他们却将奖项颁给那些年轻和有活力的人。因此，很多的商品和工业，都在积极向人推动年轻化，像流行染发，使上了年纪的人看起来年轻些；像质量好的化妆品，可以令人看上去更有神采，甚至可以遮盖一些岁月所留下来的痕迹，诸如皱纹和雀斑之类的瑕疵；又或者甚至有人借助手术去恢复自己年轻的模样。总之，各式各样的产品和服务之所以大受欢迎，跟人爱慕年轻的心态有关，因为他们宣传说可以帮助人岁月倒流。

到底有什么实际而有效的方法，可以令人留住青春，保持年轻呢？在今天的节目中，史达尼牧师要继续跟我们思想到保持年轻这个非常实际的题目，希望你留心收听。

讲道：今天我们要看的经文，仍然是诗 92:12-15，诗人在这里说：“义人要发旺如棕树，生长如利巴嫩的香柏树。他们栽于耶和华的殿中，发旺在我们神的院里。他们年老的时候，仍要结果子，要满了汁浆而常发青。好显明耶和华是正直的，祂是我的盘石，在祂毫无不义。”我们要透过这段经文，继续思想“如何保持年轻”。没有人想要衰老，但实际上我们可以保持不老，即使岁月流逝，年龄是增多了，但我们对人生的态度可以依然年轻。有一些建议是可以给兄弟姐妹作参考的，相信能够帮助你经常保持年轻。

头一个我们谈过的，就是不断学习，保持自己有不断学习的心，这样可以让自己一直年轻下去。今天有很多人怕学习新的事物，他们拒绝学习，停止学习，难怪衰老得那么快，我所指的依然是“态度”，而不是实际的年龄。许多人满足于享受，就不再挑战自己，不再学习了。即使每天阅报章，也觉得没有这需要，所以头脑欠缺了刺激和挑战，他们只接受周围的人的服事，最好是茶来伸手，饭来张口，什么都不用做，还以为这是享清福，其实是祸害。有的人喜欢坐在电视机前，被动的接受那些信息，而不主动去接受新的东西，发掘新的事物。

神希望我们的脑筋保持灵活，反应迅速，不管我们年岁有多少，我们其实都可以保持这样。只要我们保持不断的学习，不让脑筋停顿下来，自然会有帮助。神希望我们的思想充满祂的话，因为神的话对我们的身心灵都有益处。弟兄姊妹，你渴望一生年轻吗？那就要让思想充满着神的话，因为神的话能够洁净你的思想，减少你的烦忧和焦虑，你的心思因为满载圣经的真理，而不再沾世俗的污秽，这实在是非常美好的事。

第二个提议我要分享的，就是不断去爱人。如果你不去爱人，慢慢你就不会感到被爱，而你很快就会变得衰老。为什么神要造我们呢？神造我们是为了爱我们，以及希望我们懂得彼此相爱，和以爱去回报祂。“爱”是神造人的主要目的，到底在我们的心中，我们有所爱的人吗？谁是我们所爱的呢？你知道谁最爱你呢？在你的脑海中，你能够说出一些真实爱你的人的名字吗？你知道有人爱你吗？

另外，你爱神吗？你相信神爱你吗？也许你会说：“神爱世人。”那当然了，因为圣经是这么说的。可是，你真的感受到神的爱吗？你能在感情上经历到神爱你吗？你在清早起来，晚上

安歇，或者在白天工作活动的时候，你感受到神爱你吗？还是你只在意识和理论上知道神爱你呢？你感到神无时无刻的同在和看顾吗？如果你真的感受到神的大爱，你的人生将会充满着爱，充满着信心、确据、以及说不出的满足。你渴望保持年轻吗？你必须有爱的对象，神就是你爱的最好对象，同时也学习去接受人的爱。

第三，要保持年轻，要不断欢笑，让内心经常充满着喜乐。也许生活中有些原因让你无法欢乐，你所碰到的逆境，你的遭遇，你的困难，都只能让你愁眉不展，哪能欢笑呢？不错，每个人都有不同的遭遇，但欢笑却不只是在顺境生活中的人的特权，其实无论我们遭遇什么，我们一样可以欢笑，也许我们自己不能，因为看见环境是这样的恶劣，但是仰望神却可以使我们欢笑。当我们认识到神掌管着一切，神又是无所不能的，祂住在我们里面，祂能够让我们无论在什么景况下，都能欢笑，我们就可以欢乐了。

有些时候，我们到医院去探访，当看见一些垂死的病人，应当是非常痛苦的躺在病床上，但脸上却依然挂着微笑，这些人明知道自己快要死了，为什么依然可以笑着来面对呢？原来他们是基督徒，是有信仰的。他们知道，当临近死亡的那一刻来到，神呼召他们回天家的时候，他们就可以到天家与他们所爱的主相会，永不分离，这是好得无比的事，所以他们不但没有悲伤，还以欢笑去迎接。这些人确知自己跟神的关系，也有永恒的确据，知道自己死后的归宿。

欢笑不但让人身体健康，对身心灵都有益处，也能够让人长寿。但是，如果你仍然活在罪恶和叛逆神的生活中，你就不能有这样的欢乐，至少你没有得着永恒的确据，不知道自己死后要往哪里去。但是如果你已经成为神的儿女，你就可以时常欢笑，因为基督耶稣住在你的心里，你就能在任何环境之下喜乐了。你活在神所给的恩典和福乐之中，有神的爱包围你，有周围的人关心你，你也有爱的对象。并且神对你的爱是不变的，永恒的，不论你做错了什么，或者你遇到多少次的失败，神对你的爱都丝毫不改，神一样爱你，看顾你，施恩给你。

第四样我要提议给你的，就是要不断工作，这样才能够使你保持年轻。“工作使人年轻”，这句话实在是至理名言。也许很多人不尽然同意这句话，我们也看见虽然圣经教导我们，“六日要劳碌工作，第七日是为安息用的，要放下一切的工作，安息和敬拜神。”可是，现代人追求舒适和享受，他们只希望每星期工作四天就算，剩下的时间可以用来吃喝玩乐，享受人生。可是，神的命令始终是最好的，因为神知道人真实的需要是什么，神知道怎样的生活方式对人最好，人要是违反了神的原则而生活，必然得不到神要赐的福气。我们必须活在神的指示下，才可以获得神的庇荫。

我们来看今天的经文，诗 92:12，这里说：“义人要发旺如棕树，生长如利巴嫩的香柏树。”这里所指的“棕树”，是生长得很高的一种树，有九十英尺那么的高，而且有些是硕果累累的。另外，诗人又提到“香柏树”，那是一种生长得更高的树，平均的高度有一百二十英尺，树的横枝差不多能和地面平行，很粗，一般都有三十英尺长，树根当然是深入泥土，所以才长得这么茂盛粗壮，也是非常多果实的。作者用“棕树”和“利巴嫩的香柏树”来形容“义人发旺”的情况，让人羡慕。

下面的诗 92:14 说：“他们年老的时候，仍要结果子，要满了汁浆而常发青。”留意作者在这里的描述，这些义人到年老的时候，仍然要结果子，而且是满了汁浆而常发青的，那不是一般的果实，而是叫人垂涎欲滴，充满吸引力的果实。我也常接触一些退休人士，跟他们谈谈退休以后的计划和生活。我不反对人退休之后再继续工作，甚至转行，做一些自己本来感兴趣，但却一直没有机会做的事。但是退休如果什么都不作，那就离死不远了。

今天很多退了休的人，真的什么都不做，只是休闲的生活，偶尔做自己想做的事，其他的时间完全拿来享受，因为他们觉得“我这一生要作的工都已经作完了”，于是他们的思想会向身体传达这样的信息，就是“从今以后，我不用再工作，我只是享受我余下的人生，一直到离世的那一天为止。”似乎这只是时间的问题，是等时间到了离去的问题而已。这些人的情况是什么呢？他们接受自己已经老了的事实，但是圣经从来没有一处告诉我们，“人到了某个年纪就不能结果子的”，圣经从来没有这样的教导。

相反的，圣经指出人到年老的时候，仍然可以结果子，而且是饱满的，充满汁浆的，让人垂涎的美好果子。诗人说“他们年老的时候，仍要结果子，要满了汁浆而常发青。”那就是说，虽然年岁渐长，但是我们依然可以有果子结出来，因为我们神的儿女，是代表神生活在地上的，只要我们一息尚存，我们仍然是要代表神，所以结果子是一生不断的事情。事实上，当树长得越大的时候，所结出来的果子就更饱满更肥美，品质是更好的。我们的人生也是一样，应该是老当益壮，老而弥坚。经过多年的人生经验，有丰富的阅历和心得，走过人生这么长的路，所活出来的生活，应该是更美好的，对神的信心是更坚定的，对苦难的承受力是更大的。我们可以数算神在过去的恩典和作为，藉此加强我们对神的信心，并且继续靠神向前行，祂怎样领我们经过往日的岁月，也会保守我们今天所走的每一步，叫我们拥有得胜的人生的。

我们在世的日子越长，我们不是越衰老越无用，而是结越多的果子，因为我们有更多可以分享的经验的事情。过去我们所学会的，我们所经历的，现今依然可以应用出来，所以人生所结的果子，是充满汁浆的，是常青的，是充满活力，叫人感到新鲜而不腻的。神会不断更新我们的心灵，会不断加添我们所需的能力，叫我们岁月和力量是成正比的。那就是说，我们的日子如何，力量也必如何。我们不因为年岁的关系，而感到有心无力，神要用祂无比的能力托着我们，叫我们活着就有力量。

赛 40:28-31 是我们经常都引用的，也可以作为我们在年老的时候的写照，只要我们的信心依然仰望神。我们一起来看这段圣经，经文说：“你岂不曾知道么？你岂不曾听见么？永在的神耶和華，创造地极的主，并不疲乏，也不困倦，祂的智慧无法测度。疲乏的，祂赐能力；软弱的，祂加力量。就是少年人也要疲乏困倦，强壮的也必全然跌倒。但那等候耶和華的，必从新得力，他们必如鹰展翅上腾，他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”不要小看年纪大的长者，以为他们没有我们那样的活力和冲劲，其实不是；神可以在不同年纪的人身上，加给他们足够的力量，叫他们依然可以成为神的精兵。

人为什么会老呢？因为没有工作，停了工作，不再接受挑战，所以会变得衰老。神不希望我们停止工作，不管我们的年岁有多大，虽然我们退出了现有的工作岗位，但这不等于我们可以不工作，我们必须经常不断的工作，有新的计划和挑战。一些我们做得来的事，我们要义不容辞的去做，这样也能够让我们有果子结出来，生活有成就感。今天，有许多充满需要的人，有许多不认识耶稣基督的人，他们都是我们工作的对象，教会有许多事工，没有人去参与，我们可以考虑加入，去作神的工，去为神工作。有很多方法可以事奉神，可以帮助福音的广传。我们如果希望长寿，就更应该工作，使人生变得充实有用；我们希望得神的赐福，就要被神使用。我们要让心境和身体都保持年轻，就要善用自己的身体和才智，把自己的潜能发挥出来，尽上我们的所能，去服事神和周围的人。

所以，要保持年轻，就要让自己不断的工作，因为工作可以使我们获得成就感，满足感，也可以提高我们的自我形象，肯定自己存在的价值，让我们的生活过得更充实和更有意义。弟兄姊妹，要是想让自己保持年轻，就应当不断的工作，不断的贡献自己，让自己活得有价值。

第五个词我要分享的，就是要不断离开，这是什么意思呢？我所指的不断“离开”，是指离开困扰我们的感情包袱，像要追求完美，像愤怒，像苦毒，像报复，像仇恨，像批评，像感到被拒绝等等，也许是过去曾经受到的伤害，但我们要学习一样一样的离开和放下。虽然过去的记忆，也许会毕生存留在你的记忆中，但是我们可以不让它困扰和产生影响，我们不让这些痛苦的记忆让我们衰老。

不要再活在旧日的伤害中，而要让神更新我们的心思，叫我们多想到神每天的恩典和眷顾。旧日的嫉妒，旧日的争执，都应该作个了断，求神把它们从你心中除去，叫你不再受到困扰。神不要祂的儿女们长期背着感情的包袱，到老了还背着它，所以要懂得离开它和放下它，神能够在这方面帮助我们。我们要活得年轻，要活得开朗，就当放下这些累赘。要记得神所赐的恩典，每天都是新的，每个早晨都是新的，神的慈爱极其广大的。我们要凭信心去承受每天神所赐的日子，离开那些让我们不愉快的事，凭信心接受神给我们的医治和帮助。

第六方面，我们要是想保持年轻，就得有所渴望。每个人都有自己的理想，或者梦想，或者是人生的目标。神对我们的生命也有不同的目的，诗 37:4，诗人说：“又要以耶和华为乐，祂就将你心里所求的赐给你。”不要以为年青人才可以有人生的理想和目标，什么年纪的人生，都可以有自己的目标，不要只让这些目标停留在思想中，要把它们实现出来，要对自己的人生有所期待和渴望，这是很重要的。

要是我们没有什么目标，可以去求问神，到底神为我们这一生设计了什么计划和目的呢？有些人说：“我人生的目标就是要结婚”，这未尝不是好事，但是我们得看长远些，有更远大的目标。不过，在实际每一天的生活中，我们得好好计划一天的生活，让每一天都有所成就，这样的人生，就充满着意义和欢乐。我们可以为自己设计一些新的计划，一些我们从没有尝试的事，也许我们会失败，但我们也许会成功，在没有经过尝试之前，任何人也不能作结论。为什么不给自己一个机会呢？即使失败了，但也付出了努力，这又何尝不是成功呢？我们要不断挑战自己，让自己有明确具体的目标去过每一天的生活。

有梦想的人生，总比没有梦想的来得好，梦想能不能成真，要靠我们的努力和热诚，不要以为“一把年纪了，还有什么梦想可言呢？还是面对现实算了。”其实不是，梦想不是年轻人的专利，年纪大的人一样可以有梦想，并且可以一步一步的去实现。问题是我们有放胆去行吗？不要只停留在作梦的阶段，要把梦想付诸行动，找机会和方法去实现它，让它成为我们生活的一个动力，叫我们可以保持年轻，不会衰老。

保罗说：“我靠着那加给我力量的，凡事都能作。”我们不是靠自己的力量，而是靠神所加的力量，神所给人的恩典，每天都是新的，足够我们使用，足能扶持我们，给我们所需的力量。要是我们对一天没有期待，没有计划，没有等待，就只让时间这么溜去，我们就得不到什么。神不会把祂的恩典和能力，给没有任何期待的人，神要我们有所期待，有所渴望，而神就会叫我们的梦想成真，神可以为我们作成我们不能作成的事。一个没有梦想，没有期盼的人，很容易会衰老，因为觉得人生已经没有什么所求，没有意义，我们要改变这样的心态和生活方式，继续去为自己的人生作新计划。

还有一点我要提的，就是第七、如果要保持年轻，就要不断依赖神，不断信靠神，不断聆听神的声音，不断与神交谈。当我们学习依赖神而生活，像小孩子那样信靠祂的时候，神就能够自由的在我们生命中作工，成就祂奇妙的计划在我们身上。学习依赖神，信靠祂，让祂负责，因为祂是可信靠的神，也是一位忠诚的主，这是我们一生要做的。箴 3:5-6 说：“你要专心仰赖耶和华，不可倚靠自己的聪明，在你一切所行的事上，都要认定祂，祂必指引你的路。”

神会指引一切全心信靠和倚赖祂的人，所以要专心仰赖神，不要倚靠自己的聪明，要信靠神的供应，要在我们每一个的渴望上，仰望神的成全。在困境之中，一样信靠神度过，这样的人生必然是满足的，喜乐的、充满平安的。即使经历苦困和试炼，神一样会领我们经过，不让我们受到损害，因为神爱我们，祂要我们的人生生活得丰盛和有意义。亲爱的弟兄姐妹，我们不必衰老，除非我们自愿。即使我们已踏入晚年，但一样可以保持年轻的心境和人生态度，这一切都在于我们的选择，我们对于神恩典的响应。

不过，如果你还没有接受耶稣基督，首要你要做的事，就是相信接受耶稣作你的救主和生命主，相信他在十字架上为你成就的救赎功劳，领受他赦罪的恩典，这样我们才可以坦然无惧的来到神的施恩座前，寻求祂的供应和帮助，仰望祂的怜悯和慈爱。耶稣死在十字架上，为我们付清罪债，祂对我们的人生是有期望的，祂能够使我们的梦想成真，要是我们的梦想是在神的旨意之中，祂能为我们成全。神是仁爱和丰厚的，祂乐意满足我们心中所愿的，让我们活得满足，只要我们走在神的路上，不断寻求祂的指引，神就会让我们在地上的日子，一胜似一天。

亲爱的弟兄姐妹，亲爱的朋友，你感到你老了吗？虽然我们年岁渐长，但我们却不必衰老，我们可以一生保持年轻。诗 92:12-15 提醒我们：“义人要发旺如棕树，生长如利巴嫩的香柏树。他们栽于耶和华的殿中，发旺在我们神的院里。他们年老的时候，仍要结果子，要满了汁浆而常发青。好显明耶和华是正直的，祂是我的盘石，在祂毫无不义。”

愿神的话语光照我们的心，引导我们的脚步。今天的讲题“保持年轻”第二讲就讲到这里，愿神赐福弟兄姐妹。

谢谢史达尼牧师所分享的信息，焦虑能够叫我们的身心灵都受到损害，但是那些信靠神，而又愿意依赖祂的，神要为他们背负一切的压力和焦虑，因为他们信靠神主宰一切，神就能够为他们行奇事。好，我们下次节目时间再见，愿神赐福给你。