

完美終結

應對變化，從容變老



范賀伯 Herb Vander Lugt

應對變化，從容變老

我們如何結束塵世生活，取決於我們如何應對生活中不可避免的變化。在這本小冊子中，作者范賀伯仔細探討了以完美終結為目標的人生道路，需要進行哪些思想和心靈上的調整。我們可以從聖經和其中的實例獲得啓迪，並明白自己要如何留下榮耀上帝的遺產。

范賀伯（Herb Vander Lugt）於2006年12月2日榮歸天家與主同在，在這之前，他一直是靈命日糧的重要撰稿人。他從1966年便開始在靈命日糧事工服事，曾擔任事工的高級研究編輯。

探索叢書為生活的各個領域提供聖經的見解，歡迎瀏覽我們的網站traditional-odb.org/ds，閱讀不同主題的探索叢書。

許多人幫助靈命日糧事工將改變生命的聖經智慧帶給他人，即使是小額奉獻，也能聚沙成塔。我們並沒有任何機構或宗派提供基金或資助。

odb.org | traditional-odb.org



 **Our Daily Bread
Ministries.**





前言

完美終結

終極無憾的完美終結，是基督徒結束人生最後篇章的最佳方式。它既能見證我們信仰的真實，也能為活著的人留下令人鼓舞的榜樣。當人們看到敬虔的基督徒帶著安詳、尊嚴，從容與世長辭時，都會留下深刻的印象。

我認識一位八十多歲的老人，他因罹患癌症而逝世。雖然他人生最後的時日都在醫院度過，但他總是十分開朗喜樂。他穿梭在病房之

間，積極向所遇見的人傳講耶穌，並講笑話逗得人們開懷大笑。後來，眾人雖然為他的離世傷心，卻會帶著微笑回憶他生前所留下的快樂時光。

然而，不是只有老人才需要關心自己是否有完美的終結。這也是明智的人遠在辭世之前就會熱忱關注的事。因此，我們人生的終結是否完美，取決於今天的抉擇。我們需要將每一天都當作最後一天來生活，因為每一天都有可能是我們的最後一天。正如一位牧師曾告訴一位老年會友說：「你無法選擇出生的時間，也無法決定何時死亡。但是你可以選擇如何生活。」

想要有完美終結，意味著現在就要開始活出美好。

范賀伯（Herb Vander Lugt）

目錄

(一)	
何謂完美終結.....	5
(二)	
我們需要應對的八種變化.....	11
(三)	
完美的終結：我們的選擇.....	41

作者：范賀伯（Herb Vander Lugt）

譯者：沈振華

編輯：鍾怡靈、蘇鳳嬌

審稿：羅婉儀、李高思、覃麗冰

封面影像：©Shutterstock.com

封面和內頁設計：覃玉麗、葉雅婷

內頁影像：©Shutterstock.com

版權所有 © 2021 Our Daily Bread Ministries，請勿翻印。

所有的經文若無特別註明，則表示引自和合本聖經。





(一)

何謂完美終結

我們如何結束塵世的生活，主要取決於我們如何應對人生不可避免的變化。我們從嬰兒期、孩童期、青春期，到成年期，都會經歷許多的轉變，例如：從單身到婚姻，再到爲人父母；從職場新人到職業生涯的高峰，再到退休。

在整個生命旅程中，我們與別人的關係，還有周遭眾人的生活，都在發生變化。我們看著父母、祖父母、叔伯和阿姨們逐漸變老，過

世；我們看著兒女和姪甥們長大，並開始自己的生活；我們的好友一個一個離去。我們很快就會知道，自己離開世界的日子也不遠了。

爲了有完美的終結，我們需要從容且滿有信心地應對所有的變化。但是，我們如何做到這點呢？面對現代生活的各種危機和變動，我們要如何達到這一目標呢？

為了有完美的終結，我們需要從容且滿有信心地應對所有的變化。

在接下來的篇章，我們將仔細探討生活的八個領域，看看在我們人生的道路上，需要在思想和心靈上進行哪些調整。

你可能不會經歷所有這些變化，或許它們看起來還很遙遠，但若要有完美的終結，就必須儘早開始。許多基督徒有完美的終結，都是從信仰歷程的開始就活出美好的見證。如果他們是單身的，他們就用這一恩賜來榮耀上帝；

如果他們已婚，就保持美滿的婚姻生活；如果已為人父母，就認真地盡做父母的責任。他們忠心事奉主，並在靈命上不斷成長。不管生命年日或長或短，他們都有完美終結。

開始行動永不嫌遲

但是，如果你沒有一個好的開始，且在人生中途犯了大錯，該怎麼辦？

如果你沉溺於酗酒、賭博或性成癮，該怎麼辦？如果你的婚姻以不愉快的離婚告終，該怎麼辦？如果你發現自己的工作沒前途，或覺得生活庸庸碌碌，沒什麼成就，該怎麼辦？如果你已破壞了與親人和朋友的關係，該怎麼辦？這是否意味著你不可能有完美終結呢？難道就沒有辦法可以除去過去和當前的失敗嗎？

答案很明確：有！絕對有！聖經和經驗都讓我們看到，即使人們經歷了慘痛的失敗，仍然可以有完美的終結。

猶大國有一位王名叫瑪拿西，作王55年，

曾涉足巫術、占卜，任意殺害無辜的人，並將兒女當作燔祭獻給偶像摩洛（列王紀下21章；歷代志下33章）。然而，就在這位邪惡國王的統治即將結束之際，他悔改了。他竭盡所能地除去之前所造成的傷害（歷代志下33章12-16節），最終安息在上帝裡面。他有了完美的終結。

我認識一位男士，他有好的開始，但卻在50歲時毀了自己的人生。他有了外遇，與妻子離婚，並與那位年輕女子結婚。他傷透了很多人的心，讓兒女們蒙羞。然而，他最終悔改了。雖然他無法與被他傷害的前妻復婚，但他確實能在去世之前，得以重獲家人和朋友的寬恕和尊重。

瑪拿西王和這位男士的人生都曾陷入大罪，但他們都在最後的年日與上帝建立了關係，最終安然死去。悔改和修復關係永遠都不會太遲。

當然，這並不是要鼓勵人隨心所欲地生活。那些認為自己現在可以為所欲為，以後再悔改的基督徒，並不能保證真的可以如願。而且，他們會失去與上帝親密同行所帶來的喜樂。他們所留下的記憶無法激勵他人，而且將來在基督的審判台前也會蒙受虧損。

無論你正處於人生旅途中的哪個階段，現在就是經營美好生活的時刻，這樣你才能有完美的終結。開始行動永遠不會太早，也永遠不會太遲。

反思

1. 以1-10（1是最差，10是最好）為評估量表，你認為自己「從容且滿有信心應對生活變化」的能力是幾分？
2. 你目前的興趣、生活方式和抉擇會帶你進入完美的終結嗎？為什麼？





(二)

我們需要應對的 八種變化

讓我們來看看人生會發生的八種變化，
以及我們如何以聖經的教導來應對。

1 應對身體的衰老

當我和妻子慶祝結婚50週年時，許多參加慶祝會的人都說：「哇！你們兩個都沒變。」

我們很喜歡聽到這些話，但心裡卻知道事實並非如此！在我們的結婚照中，我有一頭捲髮，體重60公斤。然而，今已非昔比矣！

我經常聽到七、八十歲的人說，「我不覺得老」，或者「年齡在於心態」。我也曾如此說過，但是，我們卻不能否認身體老化的事實，而事實上我們的身體從30歲就開始走下坡。我發現聖經中有三個建議，有助於我們應對身體的衰老：

a. 帶著感恩和理智承認衰老

變老並不是丟臉的事。看起來老一些，也不必感到難堪；身體上有侷限，也不應被視為可恥的事情。

聖經說能進入老年是一種祝福。亞伯拉罕去世時年滿175歲，「壽高年邁，安享天年」（創世記25章8節）。在以色列，老年人被稱為「長老」（約書亞記24章31節），羅波安王因不理會他們的忠告，而犯下了嚴重的錯誤（列王紀上12章）。年長者應當受尊敬，並被視為有智慧的人（利未記19章32節；約伯記12章12節）。白髮被描述為老年人的「尊榮」

（箴言20章29節）。

我們應該把生命中增加的每一個年歲，都當作上帝的恩賜和感恩的理由。當然，年歲的增加也伴隨更多的責任，身體的衰弱並不會削弱我們事奉主的能力。保羅寫信給他的年輕朋友提多，敦促他教導老年人和老年婦人，讓他們在屬靈上幫助教會中的年輕人（提多書2章1-4節）。

老年人應當：

- 有節制：頭腦清醒、溫和，思想和言行有理智。
- 端莊：舉止行為端正莊重，認真對待屬靈的事。
- 自守：克制脾氣、慾望和軟弱。
- 純全無疵：靈命健康，在信心、愛心和忍耐上成為年輕人的榜樣。

老年婦人則應當：

- 恭敬：對上帝和屬靈的事心懷敬重，不好

酒貪杯或說長道短。

- 用善道教訓人：教導和訓練少年婦人，讓她們知道愛丈夫和兒女是畢生責無旁貸的任務。

進入老年是上帝的賜福，因此我們要留意不讓自己成為脾氣暴躁、固執己見並惹人厭的老人。身為基督徒，我們要成為保羅在提多書2章1-4節中所描述的那種人，而現在正是開始這種靈命成長的時候。

b. 把握現在，過好每一天

耶穌敦促所有的人要把握現在，過好每一天，這對我們老年人尤其重要，因我們可以感覺到自己的體力正日漸衰弱。當耶穌告訴我們不要為明天憂慮之後，祂總結道：「一天的難處一天當就夠了。」（馬太福音6章34節）

有些人在年輕時就做到這一點。我認識一位護士，她患有嚴重的多發性硬化症。這種疾病會影響大腦和脊髓，並可能導致殘疾。她清

楚地知道，自己逐漸喪失能力後就不能正常地生活和工作。

然而，她仍然保持著開朗。有一天，她對我說：「我現在已經準備好要離開了，但是，我每天都盡可能地擠出更多的喜樂來。」儘管她必須靠輪椅行動，說話和吞嚥都有困難，但我這位朋友仍然保持積極的態度，認真地過好每一天。

我認識的另一位婦女與多發性骨髓瘤（一種痛苦的骨癌）抗爭了約12年。在疼痛舒緩的日子裡，她顯得樂觀且和藹可親。她本可以為隨時會發作的疼痛或死亡的威脅而憂愁，但她沒有。她倚靠上帝過好每一天的生活，當最後一天來到時，她極為平靜安詳。

為明天和未來擔憂是無可厚非的。但是，與其以消極的態度思慮不可預測的未來，不如選擇為今天而感謝上帝，並享受現在所擁有的一切，將未來交託給祂。

聖經向我們保證，不管上帝允許發生什麼事，祂都會供應我們所需要的。祂已告訴我們，祂不會讓我們經歷考驗，而不賜下我們所需要的恩典（哥林多前書10章13節）。

耶穌也應許，祂會一路與我們同行（馬太福音28章20節）。這樣的應許給予我們勇氣和力量去榮耀主，並為主作美好的見證。當我們遵守基督的吩咐，明天的難處明天擔當，並充實地過好每一天，就能為我們的晚年生活增添許多樂趣。

c. 保持適當的活動

我們年紀越大，就越是想讓自己過得舒坦，甚至會整天坐著不動。但這是一個嚴重的錯誤，因為我們都需要保持適當的活動。

當然，有一種情況是過於活躍。有些人下定決心要抗拒衰老，攝取大量的維生素和補品，運動過量，並且花費大筆金錢使自己看起來年輕。他們認為，只要足夠努力，就可以制

止衰老的進程。

保羅告訴提摩太，操練身體「益處還少」（提摩太前書4章8節）。接著保羅明確表示，我們應該更看重屬靈生命的操練，因這將帶來永恆的益處。

運動和飲食自律都值得鼓勵，這可以讓我們感覺更好，並為我們在世上增加幾年的高質量生活，但卻僅此而已。我們要保持適當的活動，但更要重視屬靈方面的操練。

我們要保持適當的活動，但更要重視屬靈方面的操練。

2 克服工作上的失落感

我們都希望得到讚賞，而且許多人都從工作中得到極大的滿足。我們還享受職場晉升所帶來的經濟報酬。但是，在當今日新月異的社會中，我們可能會發現自己越來越落後了。年輕人開始超越我們，或者我們從事的工作已被

淘汰，我們再也找不到任何需要我們的技能和經驗的工作。

在他們接近五十歲時，許多從事受人敬重之工作的人也開始感到自己像個失敗者。他們開始自問：「我到底取得了什麼成就？這就是我所做的一切嗎？」

另一些在工作上登峰造極的人，則會苛刻地自我反省。我聽過一位經驗豐富的52歲外科醫生說，他幾乎無法從工作中獲得滿足感。人們認為他是在挽救生命，他卻說他所做的只是在推遲那不可避免之死亡的到來。有一位成功的企業總裁也告訴我，他再也無法從他的成就中得到任何快樂。

或者，我們可能屬於另一大群的中老年人，覺得自己徹底失敗，因為既沒有賺到很多錢，也沒有取得任何偉大的成就。

我們真正的價值所在

我們當中有很多人成功但並不滿足，或是

既不成功又感到沮喪，這表明我們的真正價值並不在於我們所積累的財富，也不在於我們所擁有的成就。盲目追求這兩者，只會帶給我們痛苦並摧毀我們的生命。

聖經告訴我們，在上帝眼中，我們的價值與在這個世界標準下的成功無關，也與我們積累多少財富無關。我們的價值來自於一個事實，即上帝按照祂的形象創造了我們，並授權我們代表祂治理全地（創世記1章27-30節；詩篇8篇）。我們每個人在這世上都擁有獨特的尊嚴和權柄。

我們每個人在這世上都擁有獨特的尊嚴和權柄。

儘管罪使我們無法完成上帝創造我們時所託付的使命，但祂並沒有撇棄我們。祂差遣耶穌，藉著死在十字架上來承擔我們的刑罰（約翰福音3章16節；哥林多後書5章21節），並且從死裡復活，好叫我們的罪得到赦免並與上帝

和好（哥林多前書15章25-58節）。每一個信徒都是上帝所揀選的，可以領受赦罪和永生之恩（以弗所書1章3-6節）。因此，我們在上帝面前都是極其寶貴的。

我們的終極價值

聖經告訴我們，終有一天上帝會顯明所有基督徒都是祂鍾愛和施恩的對象（以弗所書2章6-7節，3章10-11節）。這讓我們確信，無論是生是死，我們在上帝的眼中都是寶貴的。詩篇116篇15節美妙地表達了這一思想：「在耶和華眼中，看聖民之死極為寶貴。」

希伯來文中的「寶貴」一詞，有時是指「有價值」（例如，在撒母耳記下12章30節中的「寶石」指的是珠寶）。它也可以表示「高昂代價」，就是需要承受痛苦或辛勞。如詩篇116篇15節所示，虔誠信徒之死對上帝而言是代價高昂的，因為祂失去一位在世上服事的人。這就是為什麼上帝不會輕易讓祂的兒女死亡。

我在關懷一位白血病患者時，對此特別有感觸。辛迪有丈夫也有兒女，32歲的她因白血病而瀕臨死亡。就在我為這種情況感到悲痛時，我意識到上帝也深為關切。我相信，珍惜麻雀生命的上帝（馬太福音10章29-31節），當時必定也感受到這位年輕女子和她的至親的痛苦。祂極度看重辛迪。

上帝極度看重你和我，而且祂看重我們，與我們是否富有或功成名就是無關的。

3 適應家庭的變化

在傳統的家庭裡，可能包括父親、母親、兒女，甚至包括與他們同住的祖父母。但是，這種家庭組合將隨著時間而發生改變。兒女長大後，他們可能會離開，去建立自己的家庭，

虔誠信徒之死對上帝而言是代價高昂的，因為祂失去一位在世上服事的人。

留下父母獨自生活。那些單身的人，也可能在父母去世後獨自一人生活。

對許多人來說，這些轉變可能會讓他們百感交集。雖然父母可能很高興結束了撫養兒女的艱難和辛酸階段，但也可能會懷念兒女的陪伴。可悲的是，正是在這樣的關鍵時刻，由於一些未表達和未滿足的期望，以及情感上的疏離，致使許多婚姻逐漸變質及一些親子關係破裂。對於單身人士，這也可能是一段寂寞的時光。

智慧之道是在轉變來到前就及早做好預備。讓我們看一下兩個關係轉變的例子，以便做好準備。

a. 婚姻關係

一對男女結婚，進入上帝所設定「成爲一體」的終生關係後，就應該將他們對彼此的責任放在最優先。以弗所書5章22-33節中所描述的自我犧牲的愛和彼此順服，都是婚姻中至關

重要的元素。

然而，許多夫妻在兒女出生之後，往往會忽略這種親密關係。孩子的需求開始變得更加優先，從而影響了婚姻關係。母親可能會覺得自己在丈夫的眼中降到了第二位，父親可能會覺得妻子在鼓動自己的孩子表現出對他的不尊重。在這種情況下，當孩子有一天離開家時，婚姻很可能就會出現問題。

歲月會給所有婚姻帶來改變，包括他們的性關係，但這是正常現象，應坦然接受。我們需要做的是避免被性生活減少的事實所困擾。只要夫妻能互相溝通、彼此善待、培養共同興趣，並一起禱告事奉主，他們多數還能經常擁有令人滿意的性生活，即便在年老的歲月裡！

b. 親子關係

許多老年人都享受祖孫關係。我曾遇見一位65歲的寡婦，她很想念丈夫，但她對我說：「我很享受與兒孫之間美好的關係。」但我也

曾遇到一位滿腹牢騷的80歲老人，他說：「我的孩子都不關心我，他們只是在等著我死，這樣他們就可以得到我的錢。」

在基督徒家庭中，父母與子女之間的關係應該是親密美好的。成年子女若遵守誠命孝敬父母，就會與父母時常保持聯繫。與此同時，明智的父母會盡力避免愛管閒事或頤指氣使，從而讓自己容易被愛。祖父母要疼愛孫子女，但不要侵犯父母的權威。

有些成年子女，往往會忽略他們獨自生活，或住在兄弟姐妹家或養老院的年老父母，這是錯誤的。忽略父母就是違背聖經，而且形成一種模式，下一代可能會模仿效尤。兒女看到父母對祖父母表現出愛心和尊重，幾乎可以肯定他們長大後也會這樣做。

那些能活出彼此順服、溫柔相愛並深切敬重的家庭，上帝必然賜福。保羅在以弗所書5章22節至6章3節中，教導家人之間的關係時就

暗示了這一點。他命令做兒女的，要在主裡聽從父母，並重申在出埃及記20章12節的應許：「使你的日子在耶和華你上帝所賜你的地上得以長久。」

那些能活出彼此順服、溫柔相愛並深切敬重的家庭，上帝必然賜福。

4 適應退休生活

我們許多人在工作生涯中都期待著退休的生活。我們渴望那種日子，不必每天早上趕著去上班，有充裕的時間和自由，可以追求自己的愛好並與朋友相聚。

然而，當這一天真正來到時，有些人不久就會發現，退休生活的新鮮感逐漸消失了。享受購物、房屋裝修以及與朋友喝茶的樂趣，只能持續這麼久。有些人感到無聊或孤獨，覺得生活沒有什麼意義。有些人甚至陷入抑鬱，並感到自己幾乎就是在坐著等死。

難怪有些觀察家建議人們不應完全退休，

而應繼續從事兼職或時間較彈性的工作。在當今的工作環境中，可能會有更多這樣的選擇，但並不是每個人都有這樣的機會。為退休做恰當的計劃，對那些沒有這種機會的人是很重要的，對那些選擇半退休的人也同樣重要。

這可以說明為何有些人非常適應退休生活，他們似乎非常享受，以至於納悶自己為何沒有早點退休。他們有更多的時間用於每日靈修；他們經常忙於家中的事務；他們留意身邊的人，看看可以為別人做些什麼；他們積極參與教會活動，並且享受與兒孫在一起的歡樂。

是什麼使他們擁有這種喜樂呢？讓我們來看看快樂退休生活的四個關鍵因素：

a. 有意義的靈修

每天花點時間餵養心靈和禱告。如果已婚，可以與配偶一起進行，也可以自己進行。你可以決定每天要使用多長時間靈修，以及如

何進行。我們的《靈命日糧》和《天路系列》都是很好的靈修材料，可以幫助你深入研讀上帝的話，並思考其如何改變你的生命。

有些人還會製作一份禱告清單，每天有系統地禱告，為至親、朋友和所屬的社區禱告。另一些人則憑藉記憶或聖靈的提醒來禱告。

每天靈修對於塑造一個敬虔的人很重要。這樣的人「唯喜愛耶和華的律法」（詩篇1篇2節），並且每天禱告：「耶和華啊，早晨祢必聽我的聲音；早晨我必向祢陳明我的心意，並要警醒。」（詩篇5篇3節）

b. 有樂趣的活動

儘管聖經沒有特別談到休閒活動，但它確實認為我們人類需要藉著一些活動，來獲取有益身心的樂趣。唯有活躍的人才能真正享受休息。箴言的作者一再警告懶惰的人（6章6節、9節，12

休閒活動有益；無所事事有害。

章24節），而保羅也警告我們不要閒懶、無所事事（帖撒羅尼迦前書4章11節；提摩太前書5章13節）。

有益身心的活動可以帶來適宜的愉悅。有些人進行房屋裝修和維修；有些人投身於興趣嗜好，例如書法、釣魚、散步，或其他的健康運動。

找一些你喜愛的事，並且花時間去做。正如箴言17章22節所言：「喜樂的心，乃是良藥；憂傷的靈，使骨枯乾。」

c. 有助益的服事

經常幫助別人不僅是享受幸福退休生活的基本要素，也是作見證的有效方式。

我認識許多老年人，他們都將這當作日常生活的一部分。有一位喜歡烹飪的婦女，幫助那些生病或住院的媽媽，為她們的家庭送餐。有一位喜歡修理東西的退休男士，為老年人提供維修服務。另一位退休者開車送其他老人前

去教堂。另一位退休女士，時常打電話關心她所認識的孤獨老人。

我們能以這樣的方式來利用退休的時間，使我們仍然是有用的、對人有助益的人。詩篇92篇12-14節就描繪了，老年人以這種方式愛上帝所得的福氣和成果：

義人要發旺如棕樹，
生長如黎巴嫩的香柏樹。
他們栽於耶和華的殿中，
發旺在我們上帝的院裡。
他們年老的時候仍要結果子，
要滿了汁漿而常發青。

d. 積極學習的心態

儘管有些人會出現短期記憶減退、失智症或阿茲海默症，但大多數的老年人仍然可以學習新事物。

聖經描繪了許多人到年老時仍然頭腦清

醒、充滿活力，其中包括雅各、摩西和但以理等人。迦勒在85歲時甚至還要求帶兵打仗（約書亞記14章）。西面和寡婦亞拿都等候看見彌賽亞的到來，並且以感人的話語講論耶穌的事（路加福音2章25-38節）。

儘管我們仍然不知道有什麼可以預防失智症或阿茲海默症，但許多研究發現，保持心智活躍、嘗試新事物，學習和創造性地思考，都有助於延緩其發生。

當然，某些思維能力會隨著年齡的增長而放慢速度。我們會更容易忘記把東西放在哪裡了，記憶力也不再像以前那麼好，而且需要花更長的時間來理解和掌握新的概念或技術。

但這種情況的部分原因可能是我們認為事情不重要，而沒有集中注意力；也有可能是當我們嘗試要記住的時候，心思卻塞滿了難以撇開的憂慮和擔心。

願意繼續學習並相信自己能記住的老年

人，較容易保持心智敏銳。那些在生活中重視聖經學習和禱告的人，在屬靈上必有所成長。新的洞見與過去的記憶相結合，可以豐富生活的每個領域，並使我們即便在身體酸痛或其它慢性疾病中，也能在最後歲月中找到樂趣。退休的歲月完全可以是豐富多彩、有益於人且榮耀上帝的。

5 為死亡預備

已婚的夫婦往往要面對這樣的事實，配偶可能會比自己先行去世。我們當如何為這一不可避免且傷痛的事做預備呢？讓我們從喪偶之前和之後這兩個角度來討論。

喪偶之前

儘管這是一個很難啓口的話題，但夫妻需要討論其中一方去世前後會出現的實際問題。這些將包括：

- 他們想要（或不想要）接受哪些醫療措

施，並考慮費用和效益與副作用等因素。

- 如果僅僅爲了延長死亡過程，他們是否要使用維生設備。
- 需要一紙持久授權書（LPA）或類似措施，給予尚存的配偶、親戚或朋友法律上的依據，在垂死之配偶活著但不再有心智能力做決定時，可以處理他的產業。
- 安排尚存配偶要居住的地方，例如：與兒女同住，獨自生活或住在養老院。
- 對兒女和其他人的任何財務餽贈。
- 是否再婚和保持與親友的關係。

如果這些問題能事先進行詳細的討論，那麼，尚存配偶就比較不會因做出困難的決定而感到內疚。

這種實際的做法，加上透過查經和基督徒團契而得到的屬靈力量，使我們能爲那不可避免的時刻做好準備。當我們的屬靈生命成長

到一個地步，能夠經歷並知道「聖靈與我們的心同證我們是上帝的兒女」（羅馬書8章16節），這時，我們將能靠著從上頭來的力量接受失去摯愛的事實。

喪偶之後

當配偶去世時，尚存的一方通常會有些茫然。這一現象有時可以減緩當時的傷痛。而親戚朋友往往會在這個時候聚集在身邊，提供支持和安慰，這也有助於減輕悲傷。

但幾週之後，當葬禮結束，現實生活開始時，悲痛和沮喪之情就會油然而生。尚存者可能會開始認為，獨自一人並沒有生存的意義。

在這段時間，不宜做出重要的決定。許多人在此期間衝動行事，以致犯下嚴重錯誤。

我的一位老朋友，在妻子去世後一個月，就賣掉自己的房屋，搬去與兒子同住。六個月後，他開始後悔這個決定。他懷念舊鄰居，以及在自己家中的自由自在。由於一起生活的摩

擦，他與媳婦的關係有時會很緊張，這些都雪上加霜。

在這段調整時期，人們可能會認為自己再也無法享受生活了。但是，請思想一下詩篇30篇的內容。在這首感恩之歌中，詩人讚美上帝垂聽了他在痛苦中的呼求，但他也欣喜地確定，上帝兒女的口最終會發出喜樂的歡呼。

最終，天上所有蒙救贖的人都會吟唱這首讚美之歌。但即便在世上生活，夜晚的眼淚也會被早晨的歡呼所取代：「一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼。」（詩篇30篇5節）

「一宿雖然有哭泣，早晨便必歡呼。」
（詩篇30篇5節）

6 喪失獨立能力

當我們年老時，很可能會變得更需要依賴別人，但各人依賴的程度會有很大的差異。我們無法預測自己將會變得有多依賴他人，而且

這種事可能我們不知道會更好。

上帝希望我們全然信靠祂，擔心和憂慮只會破壞我們對天父的信靠。這就是為什麼耶穌說：「不要為明天憂慮，因為明天自有明天的憂慮；一天的難處一天當就夠了。」（馬太福音6章34節）

這種信靠幫助了一位52歲的牧師。當他發現自己處於阿茲海默症的初期階段時，就辭去了牧職。他說，雖然他的思維很快會陷入混亂，但他的心靈仍會與上帝交流。他還從上帝的應許中得到極大的安慰，就是有一天他會在天堂，在那裡他將是完美無瑕的。

當我們開始需要別人的幫助時，自尊心可能成為我們最大的敵人。因此，我們應該將自己的無能為力視為一種特別的操練，目的是使我們更謙卑，更像基督。

我們還應該認識到，許多人在服事他人時，會感到極大的滿足和喜樂。我的朋友瑪格

麗特在一家養老院工作，她曾經告訴我，她做這份工是因為這帶給她極大的成就感。

或許耶穌在十字架上說「我渴了」的其中一個原因，是要給人一個向祂表達愛心的機會。那個用海絨蘸了「醋」（一種解渴的酸酒）送到救主口中的人，可能會因被允許提供這微小的服事而感到非常喜樂（約翰福音19章28-30節）。

7 規劃遺產

設立遺囑或信託，明確地說明如何處理財產是非常重要的，因為我們的家人（包括配偶、子女和親屬）都需要得到保障。在不知道逝世者意願的情況下，遺囑可以幫助他們免去分配遺產時碰到的不確定和困難。這種不確定往往會導致家庭糾紛和分裂。

當然，從永生的角度來看，我們在地上的財產價值，遠不如我們的生命所產生的屬靈影響那麼重要。這是我們每一個人，不論老幼，

都應該牢記的事。

我們在世時是個怎麼樣的人，決定著我們死後留下的「香氣」。保羅在哥林多後書2章14-15節強有力地使用了這樣的比喻：

感謝上帝！常率領我們在基督裡誇勝，並藉著我們在各處顯揚那因認識基督而有的香氣。因為我們在上帝面前，無論在得救的人身上，或滅亡的人身上，都有基督馨香之氣。

在我們離世後，我們的「香氣」會在世上存留很久，且會永遠伴隨我們進入將來的榮耀。從在世上時影響人，轉變為在天上時仍能影響後人，這是我們所能做的預備。

8 評估你的表現

在世上，我們的表現由周遭的人——雇主、領導者、導師、配偶、親戚或朋友來評價。但是，當我們進入天堂時，我們的表現將

在基督的審判台前接受審查：「因為我們眾人必要在基督台前顯露出來，叫各人按著本身所行的，或善或惡受報。」（哥林多後書5章10節）

我們不必害怕這審判，擔心自己是否會被定罪。當我們接受基督為救主時，我們得救的問題就已經解決了，但我們的生命將會接受評估。我們如何使用上帝所給的恩賜？我們如何使用自己的時間？我們如何忠心地善用主賜下的機會？

我們是靠著恩典、藉著信心而得救的，但上帝從未打算讓這種信心單獨存在，祂期待我們的信心能夠以愛和順服表現出來。如果做得好，我們將來必會得到讚許，而得不到任何讚許的人，必蒙受巨大的虧損。

在哥林多前書3章

上帝期待我們的信心能夠以愛和順服表現出來。

10-15節中，保羅將基督徒的生活方式比作在基督根基上所建造的工程，我們是使用「金、銀、寶石」或是「草木、禾秸」？我們的工程將來都會受到火的試驗。作為信徒，如果我們活出委身且順服主的生命，將來必得到上帝的稱許和賞賜。但是，如果我們在信主之後仍過著不順服的生活，將會失去獎賞。

有些基督徒會輕看基督的審判台。也許他們認為，只要有了救恩，在天堂中得到的獎賞多一點或少一點並不那麼重要。

但是，使徒保羅並不這麼認為，他擔心自己會做出讓主耶穌傷心的事。他說：「我們既知道主是可畏的，所以勸人。但我們在上帝面前是顯明的，盼望在你們的良心裡也是顯明的。」（哥林多後書5章11節）

箴言16章6節說：「敬畏耶和華的，遠離惡事。」對審判有適當的畏懼，是一種能帶來潔淨的畏懼。讓我們不要輕視與上帝的這個令

人敬畏的、揭示生命的約會。

實際上，我們應該殷切地期盼這個約會。對於順服的人，這將是一個得冠冕的日子，我們將與我們所摯愛並尊崇的救主面對面。我們生命的巔峰時刻，將是與耶穌見面，並聽見祂稱許我們說：「好！你這又良善又忠心的僕人。」（馬太福音25章21節）

反思

1. 人生的這八種變化，哪一種是你最缺乏準備的？今天你可以進行哪一種操練？
2. 你如何運用上帝所給你的恩賜？你如何使用時間？你如何忠心地善用主給你的機會？



(三)

完美的終結： 我們的選擇

我們很難想像，以色列王大衛是一個沒有完美終結的人。畢竟，他有美好的開始。年少時，他殺死歌利亞（撒母耳記上17章），展現出對上帝無畏的信心和倚靠。他是一位有恩賜的詩人、音樂家和作家。先知撒母耳稱他為「合[上帝]心意的人」（撒母耳記上13章14節）。

但大衛的晚年讓我們看到，他的終結並不

完美。他仿效異教的國王，娶了許多妻妾；他與拔示巴通姦，並謀殺了她的丈夫；他沒有追究兒子暗嫩強姦妹妹她瑪的罪行，也沒有尋求與兒子押沙龍和解（撒母耳記下13-14章）；他下令進行人口統計以確定他的軍事力量，儘管他知道上帝已表明祂的子民應該信靠祂，而不應該依靠馬匹、戰車和軍隊（申命記17章15-16節）。

甚至在臨終前，大衛還吩咐所羅門要設法處死約押和示每。他的這種心態已背離了上帝，因為上帝的心意要我們愛仇敵。雖然大衛有權因這些人的過失而深感不平，但如果他不尋求報復，便可以成為典範，更好地體現他在某些詩篇中所描述的高尚屬靈情操。

儘管大衛是聖經中一位如此偉大的人物，而且被上帝親自稱為「合我心意的人」（使徒行傳13章22節），但他的終結並不完美。讓我們來看看聖經另一位重要人物，相較之下，他

的開始十分糟糕。

保羅是個有良好教育的法利賽人，也是熱心的猶太人。他起初仇視福音信息並竭力迫害基督徒，但在一次的奇妙轉變後（使徒行傳9章1-6節），他堅持不懈地服事主30多年。儘管經歷了艱辛和背叛（哥林多後書11章23-33節，腓立比書1章14-18節），他的信心從未動搖。

當保羅被捕，知道自己的時日不多的時候，他如此寫道：

那美好的仗我已經打過了；當跑的路我已經跑盡了；所信的道我已經守住了。從此以後，有公義的冠冕為我存留，就是按著公義審判的主到了那日要賜給我的；不但賜給我，也賜給凡愛慕祂顯現的人。（提摩太後書4章7-8節）

保羅從相信主耶穌基督的第一天起，就過著堪稱模範的生活，這使他能唱著凱歌為人生

劃上句點。他有了完美的終結。

你的終結故事，會是怎樣的呢？

像保羅一樣，你也可以有完美的終結。要做到這一點，你首先需要確保自己是上帝家裡的一員。如果你還不是，你需要承認自己的罪，承認你需要上帝的赦免，相信聖經所說耶穌為你而死的事實，並接受祂作為你的救主（見羅馬書3章23節，6章23節，10章9-10、13節）。這將使你走上正確的道路……但這僅僅是你旅程的開始而已。

如果你想要活著和死的時候都有喜樂，你的人生目標必須是與上帝緊密同行，並在靈命上成長。讓聖靈掌管你的生命，從而得到聖靈的能力，一生為主而活（以弗所書5章18-21節）。

如果你遵循這路徑來表明你對上帝的信心，那麼你一定會有完美的終結。你願意今天就開始嗎？✎

靈命日糧事工辦公室

請與你鄰近的辦公室直接聯絡

美國 Our Daily Bread Ministries

PO Box 293, Grand Rapids, MI 49501-0293, USA

Tel: (+1-616) 974-2753 • Fax: (+1-616) 957-5741 • E-mail: nal@odb.org

加拿大 Our Daily Bread Ministries Canada

PO Box 1622, Windsor, ON, N9A 6Z7, Canada

Tel: (+1-519) 956-2440 • Fax: (+1-519) 956-2449 • E-mail: chinese@odb.ca

澳洲 Our Daily Bread Ministries

PO Box 15, Kilsyth, VIC 3137, Australia

Tel: (+61-3) 9761-7086 • E-mail: australia@odb.org

紐西蘭 Our Daily Bread Ministries

PO Box 303095, North Harbour, Auckland 0751, New Zealand

Tel: (+64-9) 444-4146 • E-mail: newzealand@odb.org

香港 Our Daily Bread Ministries Ltd

PO Box 74025, Kowloon Central Post Office, Kowloon, Hong Kong

Tel: (+852) 2626-1102 • Fax: (+852) 2626-0216 • E-mail: hongkong@odb.org

日糧事工有限公司，香港九龍中央郵政信箱 74025 號

台灣 Our Daily Bread Ministries Foundation

PO Box 260 Taipei Datong, Taipei City 10399, Taiwan ROC

Tel: (+886-2) 2585-5340 • Fax: (+886-2) 2585-5349 • E-mail: taiwan@odb.org

財團法人基督教真理文化傳播基金會，10399 台北大同郵局第 260 號信箱

印尼 ODB Indonesia

PO Box 2500, Jakarta 11025, Indonesia

Tel: (+62-21) 2902-8950 • Fax: (+62-21) 5435-1975 • E-mail: indonesia@odb.org

馬來西亞 Our Daily Bread Berhad

PO Box 86, Taman Sri Tebrau, 80057 Johor Bahru, Malaysia

Tel: (+60-7) 353-1718 • Fax: (+60-7) 353-4439 • E-mail: malaysia@odb.org

新加坡 Our Daily Bread Ministries Asia Ltd

5 Pereira Road, #07-01 Asiawide Industrial Building, Singapore 368025

Tel: (+65) 6858-0900 • Fax: (+65) 6858-0400 • E-mail: singapore@odb.org

你也可以上網站 ourdailybread.org/locations，查詢有關靈命日糧事工辦公室的聯繫資料。



Our Daily Bread
Ministries®

我們的使命是讓改變生命的聖經智慧，
變得易懂、易得。

探索叢書以溫和、生活化和容易理解的方式帶出耶穌基督的真理，讓我們知道聖經的教導適用於生活的各個層面。所有的探索叢書都是以不收費的方式提供給讀者，可作為個人研經、小組查經材料或是佈道工具。

若你想要與我們一同將上帝寶貴的話語分享給更多的人，可以點擊以下的連結，以奉獻支持探索叢書和靈命日糧事工。

我們衷心感謝許多人支持靈命日糧事工，即使是小額奉獻也能聚沙成塔，幫助我們將改變生命的聖經智慧帶給他人。

點擊奉獻