



Saturday, July 31, 2021

神爱世人 第698期

# 福音快报

董事长 杨清 社长 熊德龙 顾问团 华人教会荣年教牧 发行人 熊雪珍 总编辑 陈德良



2021年7月31日(星期六)

地址: Guoji Ribao Building, Jl. Gunung Sahari XI No. 291, Lt. 5, Jakarta 10720 电话: (021) 6265566 Ext. 3204  
 网站: gospelexpress.id Email: newgospelexpress@gmail.com 编辑部: 0878 8899 3727

# 也谈“中年危机”

◎林向阳



## 正视中年危机

中年危机顾名思义是中年人因经历许多生理和心理的变化而产生忧虑、惶恐和失落感,导致其思想与行为与前判若两人而产生的危机:有的衣着力求年青,尽量表现青春活泼,即使与自己年龄不相符;有的放纵情欲,麻醉自己;有的搞婚外情导致婚姻破碎。根据研究,男女性均有中年危机,危机期约由45岁至55岁,每人的中年危机深浅不同,危机期不一样,表现也不一样。

导致中年危机的原因多不胜数,最常见的略举如下:

1. 当事人发觉自己青春不再:皱纹日增,肌肉松弛,白发渐多,以前健步如飞,几天不眠不休依然精神奕奕;现在搬重东西举步艰难,走路稍久则气喘如牛;失去年轻的干劲与活力,不时腰痠骨痛,健康走下坡;眼看时光飞逝,但却无法阻止岁月的逝去而悲哀。
2. 性生活力不从心,对自己失去自信心。
3. 晚上不能沉睡,白天精神不振,情绪容易悲哀颓丧。
4. 荷尔蒙分泌减少,新陈代谢渐慢,以致身体渐肥胖。女性则因月经停顿,不能再生育,因心理和生理变化而产生失落感,有的并因而患上忧郁症。
5. 发觉终生努力

的事业不外如此,孩子已成长独立搬离,空巢感引致失落感,失去人生奋斗的目标,对未来失去盼望。

6. 因照顾日渐老迈,健康欠佳的父母而悲哀忧郁。或目睹父(母),亲朋逝世而看见死亡的真实,为随时会突临自己的死亡而惶恐不安。

7. 发觉生活死板乏味,自己配偶平庸,婚姻缺乏刺激和新鲜感。认为家庭是自己的累赘,亏待了自己,白白过了半辈子而颓丧不平,因而想抓紧人生最后机会,来改变或突破现状,为自己寻找刺激与快乐,享受所谓属于自己的人生。这样的心理最易导致婚外情。婚外情对象多比自己年轻,希望借此能重拾本稳定的家庭与婚姻。根据调查,37%的离婚者是被已经结婚20-30年的配偶抛弃的,中年危机如洪水猛兽,其可怕程度可见一斑。

## 悲观的半杯水心理

记得读过一个故事:有两家造鞋厂分别派了两个人到非洲某地研究市场发展。两人下飞机后,同样看见当地经济落后,人人赤足走路。其中一人赶快打电报回公司:“情形糟透了,这里根本没有人穿鞋子,鞋业无法在此发展。”另外一个人也打电报回公司:“市场潜力极大!这里的人还

没有鞋子穿,赶快来此发展业务。”前者悲观,后者乐观,同样的情况,却因角度的不同而产生不同的结论。

中年危机也是一样,从悲观的角度看:人生已过了一半,不再青壮,头发半白,体力与健康一直快速衰退,不久暮年将至,我们便会牙摇齿落,鸡皮鹤发,老态龙钟,小疾病如影随身,终有一天会一病不起,最后撒手尘寰。也会,“永远无人纪念…日后都被忘记”(传道书2:16)。难怪中国有句谚语说:“人到中年万事休”,一语道尽中年人的悲哀,令人悲观之极。难怪中年的我们会颓丧和愤愤不平:难道这就是我们的一生吗?我们为儿女,为家庭,做牛做马过了半辈子,自己得到什么?人生真如黄粱一梦,转瞬即逝,半辈子已成过去,将来老病的岁月又会如何?我们怎能不惊惶失措?怎能不想背水一战,以求突破现状?于是“人不为己,天诛地灭”的自私心态使自己方寸大乱,于是我们不惜灯蛾扑火,饮鸩止渴:放纵情欲,染上不良习惯,追求年轻异性,搞婚外情,即使令孩子与配偶吃尽苦头,婚姻家庭破碎也在所不惜,结果弄至自己焦头烂额,苦不堪言,最后含恨而终。

## 定睛永恆,乐观看中年

是的,世人惧怕死亡,和对未知的将来忐忑不安能使我们悲哀忧愁度日。其实,人生无论在哪一个阶段,即使是日落西山的暮年,仍然可以喜乐盈溢和充满盼望,只要你定睛永恆,认识永生真神耶和华,与祂和好。因为圣经说:

“神爱世人,甚至将祂的独生子赐给他们,叫一切信祂的,不至灭亡,反得永生。”(约翰福音3:16)

亲爱的读者,只要你肯承认自己的罪,接受那位爱你至切,为你舍命十字架的耶稣基督为救主,你的罪便得神的赦免,使你成为神的儿女,神又将永生赐给你。能成为神的儿女,福气极大,因有神的同在,有圣灵帮助我们经历人生每一个阶段,面对每一个挑战。当我们伤心痛苦时,神赐下安慰;当我们软弱颓丧时,神加添力量;当我们灰心时,神亲自鼓励,使我们再次得着盼望,能昂首向前。因此,即使我们在危机重重的中年,疾病缠身的暮年,甚至面临死亡的冷河时,我们依然有从上帝来的平安,因为永生确据使我们不惧怕死亡,正如使徒保罗所说:

“我们原知道,我们这地上的帐篷若拆毁了,必得神所造,不是人手所造,在天上

永存的房屋。我们在这帐篷里歎息,深想得那从天上来的房屋,好像穿上衣服。”(哥林多后书5:1-2)

我们知道死亡只不过是进入永生的一扇门,故此,我们不会因随时会突临的死亡而惶恐不安,因为知道离世与主永远同在,是好得无比的事。我们也不会因年月的逝去而徒呼奈何,更不会因未知的将来而惊惶不安,因为我们知道神掌管明天,没有神的允许,没有一件苦难会临到我们。即使苦难临到,神与我们一同经历,祂的恩典够我们用,因为神应允我们:

“妇人焉能忘记她吃奶的婴孩,不怜恤她所生的儿子。即或有忘记的,我却不忘记你。”(以赛亚书49:15)

这样的人生岂不是你渴慕想拥有的吗?

## 依靠主把危机变成转机

一个蒙主恩,得拯救的人,他的人生充满喜乐,因为他能从乐观的角度来看危机重重的中年,他惧怕死亡,他明白生命的转机,他的日子充满喜乐与平安,他的儿女,配偶,亲朋也因他而得福,他的家庭因信靠主,依靠主的带领而喜乐盈溢…请问:这样的人是不是极度有意义?

“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。”(诗篇90:12)

他知道自己人生已过了一半,故此,他看每一天极其宝贵,加倍发奋辛勤,他善用时间,处理事情优先次序分明,不再追求世间的名利享乐,他的人生有了正确的目标:他立志敬虔地,充实地过简朴的生活,努力作主工,带领别人信靠主,使别人也得着福音的好处。

他也不再注重外表的年轻,因为圣经如此指出:

“耶和華不像人看人,人是看外貌,耶和華是看内心。”(撒母耳记上16:7)

他要讨神的喜悦,立志要追求属灵的长进与成熟,每天以亲近主为人生乐趣,故此,纵使他的“外体虽然毁坏,内心却一天新似一天”(哥林多后书4:16)。他的中年危机因依靠主而成为生命的转机,他的日子充满喜乐与平安,他的儿女,配偶,亲朋也因他而得福,他的家庭因信靠主,依靠主的带领而喜乐盈溢…请问:这样的人是不是极度有意义?

亲爱的读者,愿你也能明白救恩。接受耶稣基督为你的救主,使你罪得赦免,成为神的儿女,靠主跨越人生的种种危机!

来源:翼报