

與自然宇宙的和諧。（智慧地活在人生的春夏秋冬）05-11-2014 成人主日學

前言：

1) 人一生坐幾種車：嬰兒車、學步車、腳踏車、摩托車、汽車、救護車、最後是靈車。

2) 年輕春天當球員、運動員；中年夏天當教練、輔導員；老年秋天當裁判、調解員；暮年冬天當聽眾、觀察員。

正文：

1) 春夏秋冬的巧妙玄機。趙瑪麗（短文）

每天早上起床迎接新生命的一天，我都非常高興和感恩，因為又可以享受到神所創造的美麗世界。

你有沒有注意到自然界是多麼地井然有序？（春夏秋冬）各有巧妙玄機：

（春天）生意盎然；（夏天）充滿熱情；（秋天）期待收穫；即使是（嚴冬），光禿禿的枝幹及覆蓋在落葉下的堅土還是充滿了生機，期待（春天）的來臨且以繽紛的色彩相迎。

（秋天）為什麼要落葉？葉子掃起來多煩人！但是它們覆蓋了植物的根部，好像母親溫暖的手在冬天裏為小孩蓋上被子來保暖。

為什麼要有酷寒的（冬天），造成諸多不便？因為冰雪是沙漠地區明年的水來源，而且有些果樹需要經歷寒冷才能結果。

連一粒小小的種子裏面也包含了生命旅程的奇妙指示，清楚知道自己要長成什麼東西。你若仔細去觀察每一種花草，每一片葉子，其顏色之豐富，非人類的染料可以複製。

（夏天）氣候炎熱，西瓜、香瓜等富含水份的當令水果，可以清涼解渴。（秋冬）蔬果減少了，人在季節變換時容易生病，吃橘子、金橘、檸檬等厚皮水果就可以增強我們的抵抗力。幾乎每一季的蔬果都於我們有益。是誰這麼愛護我們，在背後操作呢？

我們家有一個池塘，常常有小鳥來洗澡，下雨天和（冬天）的時候就不見其蹤跡。我有時會擔心牠們可有庇護的地方？可有東西吃？但(聖經)上說，天上的飛鳥不種也不收，神尚且養活牠。今天在攝影雜誌上看到一隻很漂亮的藍色鳥，牠的腳爪緊緊抓住戶外餵食器的一小塊薯腳處，然後半個身子彎下來進食，有點像在表演特技。但牠的羽毛排列整齊，一點也不亂，很有尊嚴。

2) （莊聰吉醫生短文）人生要服老。

傍晚返家，妻正專心裁縫運動帽的鬆緊帶，一看到我，馬上雙手一攤，直嘆：「老公，麻煩將這細線穿過針孔，我已試了好久，徒勞無功，雙眼又痠又累，唉！真的老了。」

我接手試了又試，好不容易才大功告成，這才驚覺自己早已頭髮蒼白，眼睛老花，歲月實在不饒人。

我是位眼科醫師，門診常遇到年近四十的病人，主訴看書或上網太久會眼睛乾澀，眼眶痠痛，視力變模糊。檢查後告知老花眼時，患者的表情常呈懷疑與驚恐，隨即問：「醫師，點什麼藥水或吃何種藥物才能避免老花？」我都笑答：「很簡單，只要不老就成了。」

老花其實是眼內睫狀肌因退化，再加上長期收縮導致疲乏，使得近物影像不能聚焦於視網膜，這是自然老化現象，就如四季更迭，不必過度反應。

我常深思老天讓人們得老花的意義，結論是：「提醒年近四十者，不要時常近視銀行存摺數目的變動，或(斤斤計較周邊發生的瑣事)，而應將眼光放遠，心胸放寬！我們坐上(單程的人生列車)，是思考該放下什麼，又將帶什麼下車的時候。」

現在的我，已近(耳順)之年，回首老花初期，正是我開業最忙的時候，那時妻遠居紐西蘭照顧女兒，母親與我同住。為了不浪費任何時光，我清晨早起打球、釣魚，之後門診開刀，晚上又藉視訊關心國外的妻女，所以母親精心準備的三餐，我大都狼吞虎嚥，食不知味。

有一回母親想跟我聊家常，剛開口就被我打斷：「我很忙，很多病人在等，有空再談。」回絕後，只見她臉一沉，不說一語，無奈地起身離去。至今我仍清晰記得那頹喪孤寂的背影，為人子只想到自己，竟忘了母子親情，如今子欲養而親不待，憶起此景，仍愧疚不已。

哲人曾說：「人生像是一輛十段變速腳踏車，大多數人都有沒用到的排檔。」（年輕時），為了拚學業、衝事業，踩著高速檔奮勇前進，（老花）的出現，適時提醒我們要轉換成低速檔，以慢活享受美好的每一天。

3) 「生老病死」（林治平教授短文）

「Years may wrinkle your skin, but to give up enthusiasm wrinkles your soul.」（歲月可能會讓你的皮膚起皺紋，但是失去熱情一定會讓你的靈魂起皺紋。）

二十多年前，不知從哪裡看到這句英文格言，短短少少的幾個字，一下子便深深刻在我心中，陪伴我一路從五十多歲走進如今(七十五歲)。歲月悠悠，所謂「光陰似箭、日月如梭」，時至今日，才能稍稍體會少年時期依樣畫葫蘆常常寫的這八個字，究竟是什麼意思。

中國人形容人生，常常是「生、老、病、死」四個字，簡單明確、切中要害。這四個字除了「生」之外，其他三個字「老、病、死」都不是一般人所喜歡接受的。而「生」之後緊接著追蹤而至的「老」，來得之快，經常在人猝不及防之際，便與它的老搭檔「病」和「死」聯袂攜手前來，頻頻叩門，在大家還搞不清楚是怎麼回事時，「老、病、死」就已經完成它的使命旅程，陪著大家走完一生的道路。

4) 人生要服老：年幼時掉東西，年輕時借東西、中年時買東西，老年時忘東西。

@夕陽無限好，與主更親近。

5) 林懷民：去印度才領悟，其實人生不用那麼急

剛去印度，是一個很恐怖的經驗，和以前的旅行完全不一樣。因為所有的生老病死都在街上發生，印度的古跡非常漂亮，但街上有很多乞丐，很多窮人。剛開始不知道怎麼辦，面對這麼多伸出手的人，每一天都是很大的煎熬。這是對你良心很大的挑戰，一個很大的考驗。我們都覺得自己是好人，是人道主義者，有悲憫的心，但問題來了，你要給多少錢，要給多少人。我每天在那種狀況下，不知道自己該怎麼辦。

有一天，我在火車站，突然跑來一個小孩，五六歲，髒髒的，還拖著一個兩三歲不太會走路的小孩，他一直扯著我的褲子喊擦鞋。我穿著運動鞋，根本不用擦，但也沒辦法，只好說好，他就蹲下來給我擦鞋。我很不舒服，也不知道該怎麼辦。擦完後，他只要很少的錢，我給了他 10 塊錢，告訴他不用找了。當時，那個小孩抬起頭，看著我，像太陽一樣笑起來，一直跟我說謝謝。我看著他拖著弟弟一邊跑還一邊回頭對我笑，然後，就站在火車站哭了起來。

這對我來說是一個很大的解放。

印度是一個很有趣的地方，印度人幾乎跟所有的(動物)生活在一起，他們和自然完全和平共處。有時場景非常神奇，比如你會在夕陽下的(貧民窟)，看到孔雀路過，然後就在街上開屏了；你在火車站，就看到牛跑到了月臺上。看到這些，會覺得很感動。

在印度，火車如果晚點 6 小時，那是正常情況，晚點 13 小時才算晚了。不過，印度的火車比起印度的飛機，算是太準時了。剛去印度的時候，我會很生氣，老是去催去問，火車到底什麼時候才來，每個人告訴你的都不一樣。但去了一段時間後，我就安穩下來。從那天開始，我覺得印度的火車一定會來，飛機也一定會來，我們幹嗎這麼急呢？人生可以不必那麼急。所以，我在印度的月臺上讀了很多很多書。

這是印度教我的第一件事。我們生活在一個非常繁忙的時代，總是塞車，總是一天到晚急得不得了，「我們要效率、要利潤。但其實我們不用那麼急。」

坐著火車，我去了一個城市，叫瓦拉那西，那裡是印度教的聖地，在恒河邊，很多孤苦無依的人都要去那裡，爬都要爬著去，因此，那裡每天都有很多人，乞丐和生病的人最多。每天都可以看到，人們在河邊把屍體火化了，將骨灰撒到河裡，而過了兩百米，又有很多人在河裡洗澡，喝河水，因為是聖水。

在河邊，我看到這一切嚇壞了，水是黑色的，很髒。河上有船，信徒們將花朵和蠟燭撒在河裡，花朵、蠟燭都在水上漂著，漂著漂著就漂來一具燒了一半的屍體。當時，太陽非常大，我站在河邊，過了很久，感到非常非常開心，非常感動，眼前的恒河就像媽媽一樣，（養生送死，生死是這樣自然，）通通在一起，想想這何嘗不是人生的最高境界。這一切是在我們的文化、我們的世界裡看不到的。（我們的文化逃避了死亡，掩飾了死亡，生病和死亡我們是藏起來的，等到真的死了，我們又會把它美化。）

我特別感動，感到它幾乎改變了我的一輩子。人本來就是這麼簡單，我們是大自然的一部分，所有的事情都是有枯有榮，春夏秋冬、四季輪迴，然後人走了，回到水裡。

我想我的人生改變了。第一個收穫是不著急，第二個收穫是沒有什麼叫作成敗(真的是是非成敗轉頭空)。我能做的事情就是把我的舞蹈分享給更多人，盡我最大的力氣去分享。在人類歷史上，實現財富的均分是很難的，但我想，至少精神的均分應該可以吧。

結論：

1) 每天、每月、每年作「幸福盤點」，珍惜當前的幸福。

人一生中總有些失與過，造成傷與痛；信靠上帝，仰望主，就得享平靜與安寧，察覺出人生的課題：生命是給予，不是取得；在主裡逆轉人生，在傷痛中細數神的恩典；苦難是化了妝的祝福……看見並關心別人的需要，較易忘記自己的苦楚，凡事心存「感恩」，比較容易走出自己心中的困境。

人的生命中都可能存在危機，帶來是生命威脅，卻是促使人成長、超越的動力，更是化危機為轉機的企機。美國職籃好手林書豪掀起「林來瘋」，正是他在逆境中依靠主耶穌的力量，終能有「逆轉勝」似的奇蹟。

人的雙眼，若一隻已看到許多悲傷負面的東西，另一隻眼，就當去看自己生活中所擁有的支持與資源，這就是所謂的「幸福盤點」。人若一直沈浸在自己的悲傷中，對親友的照顧與付出視而不見，就等於是把資源往外推，不接受神的祝福。沒有不曾跌倒而學會走路的人，

也沒有人從不犯錯而懂得作選擇的。神啊！謝謝你的寬容與厚意，賜我們機會去犯錯，以致我們可以完全。

2) 用心營造「幸福感」木思（新北新店）

阿娟的公公 96 歲，失智多年並有暴力傾向；86 歲的婆婆沒力氣，也受夠了長久家暴，堅決不願照顧他；兩個小姑推說家庭及工作忙碌，無暇照顧，又不願分攤外傭費用，兄妹為了奉養父親的問題鬧翻。阿娟的先生只能獨力負擔，犧牲掉阿娟夫妻退休儲蓄金及兒女的大學準備金。

一般媳婦碰上這種情形，多半是計較、抗議，甚至下堂求去，讓漏水的家庭加速崩壞。但阿娟非但沒逃，還微笑面對。她告訴小孩：「幸好！聽說家境困苦的小孩都會努力讀書考上國立大學。」

「萬一我考不上國立的呢？」孩子問。

「那就更好了，你十八歲就出社會，會賺錢，且比你去念大學的同學在職場上先跑四年，贏在起跑點耶！」

當醫生告訴阿娟說：「阿公的失智會加速惡化，但身體很健康，再活個十年沒問題。」她也笑著說：「幸好，以後的十年裡，阿公至少還有身體是健康呢！」

下班後，圍繞她的是：擔心錢不夠用的先生、投訴公公打人的外傭、自責活太久的婆婆。

阿娟告訴我：「很多個晚上，我都在這樣負面氛圍下，努力找『幸好』。諸如幸好小孩長大了，可以分擔家事；幸好我有上班，又賺錢又可逃避一下。」

大家都同意，遭遇何事不重要，重要的是如何感受這事。但很少人留意到，「感受」這碼事，是可以被操控的，因為「幸福感」很主觀，有了幸福感，蝦米都不驚。

阿娟以前常在「孝順公婆」和「久病床前無孝子」的人性之間拉扯，飽受煎熬，後來她用「幸好」這技巧來創造自己的幸福感，鼓勵自己撐住快要塌下來的家，也鼓舞家人一步步衝破難關。幸好她有這樣的自覺，才讓我們社會少一個破碎的家庭。

3) 從上帝眼光看世間冷暖，效耶穌心志行天路歷程。（貽島人生感悟）

@萬事都互相效力，叫愛神的人得益處。羅 8：28。「我們曉得萬事都互相效力、叫愛神的人得益處、就是按他旨意被召的人。」

28 And we know that in all things God works for the good of those who love him, who have been called according to his purpose.」

@神向我們所懷的心意。耶 29：10-13。「10 耶和華如此說、為巴比倫所定的七十年滿了以後、我要眷顧你們、向你們成就我的恩言、使你們仍回此地。

29:11 耶和華說、我知道我向你們所懷的意念、是賜平安的意念、不是降災禍的意念、要叫你們末後有指望。

29:12 你們要呼求我、禱告我、我就應允你們。

29:13 你們尋求我、若專心尋求我、就必尋見。」

4) 無論處在生命中的那個季節，都要喜樂與感恩。

@保持優質情緒的四 L:

Light：曬日照，產生好心情及鈣質。

Life：珍惜神給的每天生命。詩 118：24。

Love：愛神、愛己、愛隣舍。

Laugh：微笑、大笑。地獄就是再也聽不到小孩子的笑聲。多讚美感恩。喜樂的心乃是良藥。

@ 對上帝的感恩

Health 健康：感謝上帝賜給健康的身體，有手有腳，平衡協調，能彎腰能轉身轉，能走路、呼吸順暢、能吃能喝能拉能睡，就要大大感恩。

Home 甜蜜家庭：還有你愛的人，愛你的人。人子耶穌無枕頭之地，我們卻還個溫暖的床鋪和家庭可以棲息。

Happy 常保持好心情：依靠主，大大地喜樂。（腓 4：4。）

Hope 希望、期望：在基督裡，倚靠主耶穌，凡事都有盼望。

Heritage 傳承：大自然及文化的遺產，全世界到處都有豐富的天然礦產與美景。我們也從父母處得到許多優質的承傳和性格……這些都要感恩。

@「生命的意義不是在等待風暴的過去，而是學習如何在雨中跳舞。」

不是等待對方改變，你才會快樂。

「禱告」：

我們乃是來到慈愛的天父爸爸面前。他樂意把國賜給我們，叫我們不必憂慮吃什麼、穿什麼，活多久（路 12：22-32）。

@耶羅波安王的兒子早死，未必不好，惟有他得入墳墓。其餘家人死後皆被狗喫或鳥喫（王上 14：1-13）

希西家王多活 15 年，反而不好。因心中驕傲，又生了瑪拿西繼承王位 55 年，行惡比列國更甚（代下 32：24-25/33：1-9）

@故要免去貪心，不要像無知的財主，好像富有，但在神面前卻不富足（路 12：13-21）

@沒祈求以先，父早已知道我們的需要了。（太 6：8）

@禱告是享受神，與神相交、靈交，被他改變，模成神兒子的樣式。

戴德生：「神的事工，按神的方法，絕不缺少神的供應。」

George Muller(孤兒之父)：只向神求，不向人求，從不缺乏。

豪威爾：神的話、應許就是現鈔。

勞倫斯才兄：「與神同在」。在廚房的忙碌中，心中安靜與主靈交。有馬大的殷勤兼具馬利亞的安靜。

@常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩（帖前 5：16-18）

@每天早晚 15 分，安靜、重新得力，享受神。

「基督在你們心裡成了有榮耀的盼望，

Christ in you, the hope of glory.」