

## 忠心仆人（廿五）：怀念湛乃斌牧师：老当益壮念主恩—湛乃斌牧师

诗篇 103 篇（附件音频）

祈祷：

天父，我们谢谢你，因为你爱我们，谢谢你因为你给我们很多很多的恩典，今天能够在这里一齐敬拜，我们能够有生命气息，我们能够聆听你的话语，一切都是你的恩典。愿你继续与我们同在，按着我们的需要，不断的向我们说话，同心祷告仰望，奉靠耶稣基督因主的名求，阿们。



### 岁月不饶人

最近同工讲道的时候，提到她的身体情况变差了，医生给她的分析，原来最大的原因是：她老了。中国人有一句俗语：“年纪大机器坏”，我们活在这世上，没有一个人可以斗得过岁月神偷。

我曾听过一位讲员问以下问题：How God deal with the wicked？神如何对付恶人？答案是 God outlive them，神和恶人斗命长，神比他们命长。我们在世上没有一个人能够斗得过岁月神偷，没有一个人能够斗命长赢得过神。正所谓“生老病死，人之常情”。

### 老当益壮，可以吗？

今日是“敬老主日”，我的信息也是和长者有关，也请各位年青人留意，年青的意思是指你未有资格领取长者优惠的，你们也要留意，其实我的信息，不单为长者预备的，也为每一个人预备。因为我们每一个人迟早都会老，特别你年青的时候你不觉得。

但当你年纪渐长的时候，你突然会发觉，时间过得真快，人生已经过了这么多日子。不错，我们迟早都会老，我们迟早会变成银发一族、成为金龄人士。我们不想老、因为我们害怕当我们年纪老迈的时候，我们成为老弱残兵。不错，我们不能改变人会渐渐老去的事实，但中国人有一句说话叫“老当益壮”。我们都希望能够老当益壮。老当益壮可以吗？

## 一、老当益壮：（返）老还童

当然可以。诗篇 103：5：“他用美物，使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童。”

所以第一点，我想和大家思想就是：**老当益壮老还童**。留意这里不是指金庸武侠小说的人物周伯通。周伯通虽然一把年纪，但是他的脾气、性情、行为像一个大小孩。我不是讲那个金庸小说的“老顽童”（注：广东话“还”与“顽”是谐音），这里讲的“老当益壮”是“返老还童”。这里谈到我们虽然年纪大，虽然会老，但是神会帮我们“如鹰返老还童”。

我们很快联想到以赛亚书 40：29 - 30：“疲乏的，他赐能力；软弱的，他加力量。就是少年人也要疲乏困倦；强壮的也必全然跌倒。”

世人就是这样，即使你是年青力壮，也会疲乏。但赛 40：31 提到：“但那等候耶和华的必从新得力，他们必如鹰展翅上腾；他们奔跑却不困倦，行走却不疲乏。”**神能够给人重新得力，如鹰展翅上腾，可以再次起飞。**诗 103：5 讲到“如鹰返老还童”即是重新得力，老当益壮，老年的时候仍然可以强壮。



## 二、老当益壮：抗衰老

第二点是“老当益壮就要抗衰老”。我们知道保持老当益壮的状态，我们需要抗衰老、抗衰老。大家都听过一句说话：“人老心不老”，哀莫大于心死。有时老与年龄其实没有关系，有些人很年青但他可以很衰老，哀莫大于心死，他的心已经衰老。所以人老心要不老。

## 一个人拥有两种生命

林后 4: 16: “所以我们不丧胆。外体虽然毁坏，内心却一天新似一天。”感谢主，这里提到我们外体、我们身体虽然衰残，内心却可以一天新似一天。

**其实我们每一个人都有两种生命：一种是外在的生命，主要是我们肉体的生命；一种是内在的里面的内心。**外在的生命是会日渐衰老，是会毁坏，但内在的生命，却可以不断的更新，一天新似一天。我外在的生命、肉体的生命是可以越来越衰老、越来越毁坏、越来越衰残，但内在的生命，却可以越来越活泼，越来越充实，越来越强壮，可以老当益壮。如何可以这样？

林后 4: 7 提到“我们有这宝贝放在瓦器里”，**因为我们这个外在的生命有里面的生命，生命内有一个宝贝，这个宝贝就是主耶稣基督。**我们的内在生命，就是耶稣基督赐给我们的新生命，赐给我们丰盛的生命。



## 灵命抗老三招：灵粮、安静、事奉

我们外在的生命、肉体的生命可以有抗老的方法。最常用的有几招：**第一，就是营养的食物、均衡的饮食；第二是足够的休息；还有适量的运动。**这三招是非常重要的。

除了肉体的防衰老、抗衰老，我们**内在的生命也需要类似的三招：我们信徒需要属灵的粮食**，好好阅读神的话语，好好的听道，得到属灵的营养。

**第二，我们需要休息，我们需要在神面前安静，在神面前休息。**“你们要休息，要知道我是神”（诗 46: 10）在神面前休息，以致我们可以在得力。

**第三招，运动就是我们的事奉**，我们传福音、为主作见证，我们的服侍，就是我们的运动。这三招很重要，可以帮助我们防衰老。

### 三、老当益壮；念主恩

除了这些招数外，还有其他招数。所以我和大家思想，**第三点，老当益壮念主恩**。我们看诗 103：1 - 2：“我的心哪，你要称颂耶和华！凡在我里面的，也要称颂他的圣名！我的心哪，你要称颂耶和华！不可忘记他的一切恩惠！”

诗篇一开始就称颂神、赞颂神，**开头不断重复，教导我们要感恩，要念主恩，不要忘记主的恩惠，要记念主在你身上的恩惠。**

接着一连串数算神的恩惠：“他赦免你的一切罪孽”（第 3 节），我们虽然犯罪，但耶稣基督为我们流血舍命。我们认罪的时候，神就赦免我们一切的罪：神医治我们的疾病（第 3 节），我们有病时，我们祈祷，神医治我们的疾病。

还有“他救赎你的命脱离死亡”（第 4 节），神拯我们的命脱离危险脱离死亡，神“以仁爱和慈悲为你的冠冕”（第 4 节）。第 5 节“他用美物，使你所愿的得以知足，以致你如鹰返老还童”，第 5 节提到老当益壮、“返老还童”、重新得力。在我们这样数算神的恩惠，第 5 节是最后的，“老当益壮”是在这数算主恩、念主恩中的最后高峰。

老当益壮念主恩，这些是神在我们身上的工作：**罪得赦免、病得医治，我们重新得力，这些都是神在我们身上的恩典。**我们要为神在我们身上的恩惠感恩，所以我们因老当益壮而感恩。

这段经文也提到**感恩与老当益壮是息息相关的**。因着神已成就的工作和恩惠令我们老当益壮而感恩，反过来说，我们也可以因感恩而老当益壮。因为我们有一个感恩的心，令你可以老当益壮，重新得力，如鹰返老还童。



#### 数算主恩得喜乐

有些不好的事、负面消极思想，我们心里面的恶念，我们心灵里面的苦毒，这些东西都会败坏我们的生命，危害我们的生命。但是，一个积极正面，一个感恩的心可以带给我们**喜乐平安**。有一首诗歌，大家都很熟悉叫《数算主恩》：

“主的恩典样样都要数，主的作为都要记清楚；

主的恩典样样都要数，必能叫你惊讶主奇妙看顾。”

当我们数算主恩时，我们很欢喜、有很大的喜乐，所以一个感恩的心能够带给我们喜乐。圣经说：“喜乐的心乃是良药”（箴 17：22），如果你要身体好、心灵健康、感恩的心很重要。感恩的心灵能够带给你喜乐，能够带给你平安、满足。所以，念主恩可以帮助我们老当益壮。



### 敬老是合乎圣经教导

我们中国人有敬老的文化，尊敬长者，“家有一老如有一宝”，我们很着重长者，当他们如珠如宝。圣经也教导我们敬老，圣经形容银发一族，白发是他们的荣耀（箴 16：31，20：29），在白发的人面前，我们要致敬，要敬老。

敬老是合乎圣经的。圣经肯定长者的尊贵的地位，所以我们作为长者，要记住，我藉用提前4：12“不可叫人小看你年轻（年老），总要在言语、行为、爱心、信心、清洁上，都作信徒的榜样。”作为长者，其实我们可以老当益壮，我们可以继续事奉主，可以继续见证主。

### 行动自如有时，身不自主有时

我记得很多年前，我曾到老人院探访，有位长者他年青时候很能干。他年轻的时候，照顾他的儿女、他的孙儿，打理家务。但后来因为中风的缘故，他被迫住在老人院。

我探他的时候，他很不开心，因为他以前行动自如的时候，他服侍其他人。但后来中了风，身体不好，被迫住在老人院，他只可以接受别人的服侍，所以他很不开心。

我们将来的情况，我们也不知道，身体情况可能会变。今天我们可以做很多服侍，将来我们或许不可以，反而要其他人服侍。那位长者也反映很多人的心理状况，很难接受这改变。



### 人的尽头就是神的开始

去年发生一件事在我身上，我想我们可以有出路，可以胜过这方面的难处。2013 年我获一基督教机构颁一个生命事奉奖给我。有人向我说：“湛牧师，我有个领受，就是**你会用你的生命去事奉神。**”当时我不明白，不以为意，直到 2014 年发生了一件事，我现在明白了。我明白这句话的意思。

当我患病，当我生命危殆，躺在手术台上，在 ICU 深切加护病房内，什么都做不到。作为牧师，你行动自如，你可以用你的工作来事奉神。但当你说在病床上，什么都能不能够做的时候，我如何可以事奉神？如何可以见证神吗？我发觉原来是可以的。

当我什么也不可以为做的时候，人的尽头就是神的开始；当我什么也不可以为神做的时候，神可以在我身上作医治的工作，神将我从死亡的边缘救回来。当别人在我身上，看到神的作为，很多人的生命被触动，被改变，包括我的儿子。.

### 让人看到神的恩典与真实

我发觉就算我能跑能动时，我都做不到的事，反而神可以做一些我行动自如时都不会做得到的事。当我们做不到事情，就让神工作。当别人见到在我们身上见到神恩典的时候，他便知道神是真实，他的生命就受感动，这是我在重病得医治，所学到的功课。

我们是可以用我们的生命来事奉神，我们可以用我们的生命见证神。真的，无论你是年青或是年长，当有一日你什么也不可以做的时候，你仍然可以用你的生命事奉神。

## 以生命见证神、服侍神

原来真的可以老当益壮，是你生命的本身就可以见证神、服侍神。当你经历神，接受神的恩典时候，当别人在你身上见到神的恩典，他们就知道神是真实，知道神是慈爱。

这是一个奇妙的真理，我们每一个人是可以事奉神，我们每一个人都可以见证神，不一定是年青力壮才可以事奉神。只要你让神在你身上工作，真是奇妙。我们每一个人可以老当益壮，如鹰返老还童，可以重新得力。

我们外在的身体会衰老，会随着年纪衰老，但内在的生命，神给我们的生命，却是可以一天新似一天，里面的生命却是不断更新、不断强壮。



## 基督的爱不会因年月而隔绝

罗 8: 35 提到：“谁能使我们与基督的爱隔绝呢？难道是患难么？”是疾病么？是痛苦么？是各样的困难么？“因为我深信无论是死、是生、是天使、是掌权的、是有能的、是现在的事、是将来的事、是高大的、是低处的、是别的受造之物，都不能叫我们与神的爱隔绝。这爱是在我们的主基督耶稣里的。”（罗 8: 38 - 39）

因为我深信无论任何事情、任何环境、是生是死、是年青力壮，还是年老，都不可以使我们与基督的爱隔绝，我们仍然可以经历主的恩典。愿主帮助我们，每一个人都能够明白什么是老当益壮，因老当益壮而念主恩，我们也可以因感恩而老当益壮。

我们同心祷告：

天父我们感谢你，因为你赐我们生命，你不单赐我们肉体生命，也赐我们内在生命、新的生命、丰盛的生命。外在的身体虽然会衰老衰残，但是我们内在的生命却一天新似一天，我们可以重新得力。无论任何环境，无论年青年老，都可以服侍、可以见证主。求主帮助

我们了解这真理，以致我们无论在任何环境，都可以欢喜快乐，帮助我们，我们需要你，我们时刻需要你。我们同心祷告，奉耶稣基督恩主名祷告，阿们。

(完)

往期文章

[忠心仆人（一）：湛牧师生命中最后的公祷：求主供应内地教牧同工的需要](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7387>

[忠心仆人（二）：众同工怀念不凡的湛牧师](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7395>

[忠心仆人（三）：两个儿子回转受洗，主的慈爱永不离开](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7424>

[忠心仆人（四）：湛牧师的佳美脚踪，一生歌颂主：你真伟大](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7448>

[忠心仆人（五）：怀念田薇姊妹：忘不了的歌声，数不尽的恩典](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7467>

[忠心仆人（六）：怀念杨铨铨牧师：新年立志—雅比斯的祷告](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7489>

[忠心仆人（七）：怀念杨铨铨牧师：甘心被神拣选、一生教导圣经](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7508>

[忠心仆人（八）：怀念杨铨铨牧师：“为父”的牧养、医心的牧者](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7546#p13548>

[忠心仆人（九）：怀念杨铨铨牧师：桃李满门念恩师、活出召命作门徒](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7562#p13564>

[忠心仆人（十）：怀念杨铨铨牧师：风雨念香江、至死忠心的服侍](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7585>

[忠心仆人（十一）：怀念杨铨铨牧师：学习作门徒](#)

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7605>

忠心仆人（十二）：怀念杨铎铎牧师：耶稣的被钉一面对人生尽头

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7623>

忠心仆人（十三）：怀念杨铎铎牧师：平凡中神的荣光

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7641>

忠心仆人（十四）：怀念杨铎铎牧师：主要用你一杨铎铎牧师

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7663>

忠心仆人（十五）：怀念杨铎铎牧师：以斯拉成功的秘诀

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7666>

忠心仆人（十六）：怀念杨铎铎牧师：怎样才能以生命影响生命？

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7706>

忠心仆人（十七）：怀念杨铎铎牧师：即使神沉默，但神仍在陪伴我们

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7736>

忠心仆人（十八）：怀念杨铎铎牧师：学原文对释经的帮助（上）

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7753>

忠心仆人（十九）：怀念杨铎铎牧师：学原文对释经的帮助（下）

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7766>

忠心仆人（二十）：怀念杨铎铎牧师：传承尚未完成的任务

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7787>

忠心仆人（廿一）：怀念湛乃斌牧师：果子从生命开始

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7806>

忠心仆人（廿二）：怀念湛乃斌牧师：人算不如神算

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7827>

忠心仆人（廿三）：怀念湛乃斌牧师：当在过节的日期吹角—湛乃斌牧师

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7841>

忠心仆人（廿四）：怀念湛乃斌牧师：有谁明白我？—湛乃斌牧师

<https://lts38.net/mod/forum/discuss.php?d=7852>

欢迎浏览良友圣经学院网站 <https://lts38.net>，或 <https://lts33.net>，电邮至 [school@liangyou.net](mailto:school@liangyou.net) 联络。