

書名：退休 +01

出版兼發行：EveryONE Press Limited

香港九龍官塘巧明街117號港貿中心二樓202室

電話：(852) 9534 7768

傳真：(852) 2360 5983

電郵：info@everyonepress.org

網址：www.everyonepress.org

印刷：志德印刷有限公司

產品編號：EP003

國際書號：978-988-77881-2-6

© 2018 EveryONE Press Limited

2018年5月初版

鳴謝周永健牧師、李炳光牧師審閱及撰序。

鳴謝林東生先生惠賜相片，唐展煌先生彈奏樂曲，

讓本書連結的短片〈靜思與讚頌〉得以錄製。

版權所有

目 錄

04

序言

08

前言

12

第一章

回望自己

52

第二章

新酒新皮袋

90

第三章

有福的人生

118

第四章

永恆與傳承

152

結語

154

附錄

退休感言點滴

—周永健牧師

在上述的人生階段中，哪些是你的黃金歲月，至今仍令你緬懷不已？今天，你又如何把你所累積的智慧和經驗發揮出來？

正如心理學家埃里克森所言，對於踏入「金齡期」的你，以往經歷了許多歡笑與眼淚，也有不少成敗與得失，累積了許多寶貴的經驗，實在需要安靜下來，檢視一下，重新整頓自己的內心世界。

- ◀ 有人曾經遇上意外，差一點性命不保，最後平安無恙.....
- ◀ 有人曾經誤交損友，離家出走，令父母肝腸寸斷，後來浪子回頭.....
- ◀ 有人曾經生了一場大病，終於康復過來.....
- ◀ 有人曾經天天為口奔馳，現在捱過了那些苦日子.....
- ◀ 有人曾經默默耕耘，為社會作出許多貢獻.....
- ◀ 有人曾經生意失敗，被人騙去所有財產，之後重新振作.....
- ◀ 有人曾經用心教養子女，現在子女成材.....
- ◀ 有人曾經失去摯愛，痛不欲生，但還是熬過了那段傷痛的日子.....
- ◀ 有人曾經在事業上一帆風順，名成利就，現在扶掖後輩.....
- ▶ 有人現在兒孫滿堂，生活無憂無慮.....

人生總有高高低低，經歷無數的風浪。試騰出一些時間，獨自安靜下來，回顧你以往走過的路是怎樣？

打開聖經

雅各一生苦與甘

聖經中也有一位人物，經歷過人生的許多悲歡離合、成敗得失。現在與你一同細看，當中或許有你的一些影子。

雅各的生平多姿多彩。可是，當雅各回望他的大半生，他卻說：「我一生的歲月又短又苦.....」（創世記 47：9）不知道當你回望你過往的日子時，會不會像雅各一樣，發出同樣的感喟？或是你對於自己的大半生，有另一番的體會？

讓我們從創世記 25 至 43 章，與雅各一同回首話當年：

三歲定八十

以撒因他的妻子利百加不生育，就為她祈求耶和華。耶和華應允以撒的禱告，利百加就懷了孕。胎兒在利百加的腹中彼此相爭，她就去求問耶和華。

耶和華對她說：
兩國在你腹內；
兩族要從你身上出來。
這族必強於那族；
將來大的要服事小的。
生產的日子到了，腹中果然是雙子。

創世記 25：23-24

以掃是先出生的一個。雅各是抓住以掃的腳跟出來的。雅各是一個為求達到目的，不惜一切代價的人，甚至用抓、用欺詐的手段也在所不計。以掃卻是一個目光短淺的人，只求滿足即時的需要，而輕看屬靈的、永恆的事物。以掃本來有長子的名分，但雅各只用了一碗紅豆湯，就從以掃那裏獲得長子名分，因為以掃認為，他若是餓死的話，這長子名分對他有甚麼益處呢？

難怪上帝揀選雅各作為以色列十二支派的先祖。可是，對於雅各那種以巧計奪取的手段，上帝並不喜悅，日後將會透過雅各不同的經歷去煉淨他，讓他學習憑信心倚靠上帝。



你哪一種性格是從小到大都有的？
這種性格有否影響你的待人處事？

家庭悲劇

✦ 父母偏愛

以撒年老，眼睛昏花，不能看見，就叫了他大兒子以掃來，說：「我兒。」以掃說：「我在這裏。」他說：「我如今老了，不知道哪一天死。現在拿你的器械，就是箭囊和弓，往田野去為我打獵，照我所愛的做成美味，拿來給我吃，使我在未死之先給你祝福。」

創世記 27：1-4

以撒一向疼愛以掃，當他年紀老邁，眼睛昏花，不能看見時，他要為以掃祝福。利百加卻疼愛雅各，她聽到以撒要為以掃祝福，便要雅各照着她的話，去騙取以撒的祝福。

以撒對他兒子以掃說話，利百加也聽見了。以掃往田野去打獵，要得野味帶來。利百加就對她兒子雅各說：「我聽見你父親對你哥哥以掃說：『你去把野獸帶來，做成美味給我吃，我好在未死之先，在耶和華面前給你祝福。』現在，我兒，你要照着我所吩咐你的，聽從我的話。你到羊群裏去，給我拿兩隻肥山羊羔來，我便照你父親所愛的給他做成美味。你拿到你父親那裏給他吃，使他在未死之先給你祝福。」

創世記 27：5-10



在家庭中，你會偏愛某個兒女或孫兒嗎？
有甚麼原因令你偏愛他／她？

更美的笑臉

由此看來，樣貌未必影響情緒；反之，情緒卻影響我們的樣貌！你同意嗎？

昔日，在你退休之前，你經常掛在臉上的是哪兩個表情？

今天，你已經退休了，你經常掛上的又是哪兩個表情呢？



踏入人生的新階段，當你回望已走過的人生路，你不期然會發出感恩與讚美！昔日可能常常因為工作的壓力、家庭的擔子而掛上愁容。今天，你感覺輕省了，心中充滿喜樂，便可以換上一張笑臉！

縱然隨着時光流逝，你的臉上可能多了一些皺紋，眼角和嘴角的皮膚也有一點兒下垂了，白髮越來越冒出來.....雖然你的容貌已不像當年般，但是當你的臉上滿是快樂的笑容，卻又添上另一種和藹、慈祥的美麗！這些都是從內心散發出來的！

所以，你是否同意情緒能影響我們的樣貌呢？另一方面，我們的情緒也往往受我們的性格所影響。你若是一個積極樂觀的人，自然常常感到快樂，不期然展露笑容。你若是一個消極悲觀的人，難免比別人多三分悲情與哀傷，臉上總帶着愁容。究竟你是一個怎樣的人呢？你認識自己的性格嗎？