

## 应对孤独感

在日光之下劫后余生（第二部分）

传道书 4:9-16

研究人员营造了一个实验场景，让一群人围成圈，把一个小球交给他们，玩接球游戏，规则是尽量不让球落地。然而，在这群人中，有一名妇女并不知道这场游戏还有另一个规则，那就是参与者绝对不可以把球传给她。球被看似随机地扔来扔去，然而就是不扔给她。她起初显得很有耐心，和其他人一起说说笑笑。但随着游戏的进行，她始终没有机会接触到球，结果她的脸上不再有笑容。她慢慢靠近圈子的中心，指望因此吸引别人的注意力。当这一招不起作用时，她最终放下了手，假装不想再玩，也不打算尝试着接球了。

这个实验进行了许多次，每次结束的时候，研究人员都采访被故意忽视的人。他们发现：被排斥者开始认定自己不光是在游戏中，就算在整个生活中，都是不受欢迎的；他们的生活毫无意义，没有目标。这篇研究报告的作者进而将这一情景延伸到现实生活中：我们的世界上有很多人都等待着有人向他们发出微笑，简单地进行问候，打电话或者登门拜访。人们是如此的孤独，渴望发现一些蛛丝马迹来表明自己的人生并非毫无意义、漫无目的。

我最近读到的一份研究报告表明：普通的中年人和老年人每周与家人或朋友接触的次数最多只有一次，有时甚至更少。对许多人来说，“孤独感”，也就是缺乏家庭或友谊，已经成为社会上的通病。

两年前《世界杂志》（*World Magazine*）刊登过一篇文章。在接受采访时，英国首相说：“孤独是现代生活的悲惨现实，必须得到解决。毋庸置疑，孤独与心脏病以及其他一系列身体疾病和精神问题密不可分。”他随后宣布要设立一个新的政府职位，名为“孤独部长”。这并不意味着孤独是这位部长的工作，而是意味着此人及其办公室工作人员临危受命，要寻找一种解决方案，来对抗孤独这种流行病。<sup>1</sup>

孤独并不是刚刚冒出来的问题。在创世记第一章，神认为祂所创造的一切“都甚好”。事实上，早在罪恶进入完美的伊甸园之前，甚至在神用亚当的肋骨造出夏娃之前，祂就发现了一件不好的事情，并在创世记 2:18 做出了惊人的宣告：“**那人独居不好。**”我一直觉得这句话很有吸引力，因为至少在当时，亚当与神同在，并不孤单，而且他们还会在晚上一起散步。然而神却说：亚当是孤独的。

神要表达的实际意思是：亚当缺少一个伴侣，也就是妻子，因此，神创造了第一位女性，并把她带到亚当身边，让这两个人开始了他们的婚姻关系。在这个过程中，神也让我们看到生活中的一个原则：祂从来没有打算让任何人过与世隔绝的生活。无论是婚姻中的亲密伙伴关系、信徒

<sup>1</sup> World Magazine, *Quotables*, February 17, 2018, p. 12

之间的团契关系，还是三年级学生参加郊游的伙伴关系，人际关系都是神赐给人的美好恩典之一，借此对抗一切疾病，不管是心脏病还是孤独感。<sup>2</sup>

无论是已婚还是单身，年轻还是年老，神从来没有打算让我们独自生活。<sup>3</sup>也许你正需要我们今天所要讨论的那种友谊。

几十年前，戴尔·卡耐基（Dale Carnegie）曾说过一句名言：如果你想要交更多的新朋友，与其花两年的时间尝试让别人对你感兴趣，还不如在两个月内对别人表现出兴趣来！

事实上，从夏娃受到引诱的那一天，直到今天，仇敌一直在努力地让人们互相疏远，牠挑拨离间，说服我们等待别人采取主动。这种情况可能会出现在婚姻、商界、家庭中，当然也一定会发生在教会中。

如果你翻开传道书第四章，所罗门刚刚描述了守财奴以自我为中心的孤独生活。守财奴是孤独的、自我陶醉的、喜爱竞争的，同时又在疯狂地追求更多东西。他就是孤独者的代表人物。所罗门并没有就此停止思考，而是立即开始推崇人们彼此之间的关系。

请看第四章，第 9-12 节：

**两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。再者，二人同睡就都暖和，一人独睡怎能暖和呢？有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。**

这些恰好是婚姻关系中的美妙原则，包括供应、伙伴关系和保护。好的婚姻不是两个人之间的竞争，而是在神的安排之下进行合作。这种安排是一生之久的。人们认为所罗门是在谈论婚姻，因为他说：**二人同睡就都暖和**。然而，所罗门不仅谈到婚姻中的原则，还涉及到生活、关系和社区、团契和友谊的原则。

这段经文让我突然意识到：从实际的意义上来说，基督身体里的每一位丈夫、每一位妻子、每一位父母、每一位单身人士、每一位鳏夫寡妇、每一位年轻人和每一位老年人都是我们的主所任命的孤独大臣。我们谈论这种流行病，却不知道自已恰好也是治疗方案的一部分。

团结是神应对孤独的解决办法。<sup>4</sup>

针对这种流行病，新约圣经列出了一系列的命令。可见，第一世纪的人和今天的人同样是孤独的。圣经命令我们要：

- 与喜乐的人同乐（罗马书 12:15）
- 彼此服侍（加拉太书 5:13）
- 彼此饶恕（以弗所书 4:32）
- 彼此勉励（帖撒罗尼迦前书 5:11）
- 互相款待（彼得前书 4:9）
- 彼此代祷（雅各书 5:16）
- 担当彼此的重担（加拉太书 6:2）

那么，这些命令具体落实在我们彼此接触的世界中是什么情形呢？

在这段经文中，所罗门提供了四种实际的做法，让我们看到敬虔的友谊和关系所带来的益处。第一个益处就是：当任务繁重的时候，我们可以得到别人的帮助。

---

<sup>2</sup> Adapted from David A. Hubbard, *The Preacher's Commentary: Volume 16* (Thomas Nelson, 1991), p. 123

<sup>3</sup> Wayne C. Kellis, *Life Under the Sun* (Westbow Press, 2017), p. 81

<sup>4</sup> Adapted from Philip Graham Ryken, *Ecclesiastes: Why Everything Matters* (Crossway, 2010), p. 115

## 彼此帮助

我们回到第 9 节：

**两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的果效。**

这是再清楚不过的建议了。在前面几节经文中，所罗门谈到有些人独自工作，没有给任何人带来好处，也没有得到什么享受。守财奴的脸上从来没有笑容。

在这里，所罗门并不是说你绝不可以独自工作；他只是在陈述一个显而易见的事实：两个人一起工作“可以让负荷减半，产出却能够加倍。”<sup>5</sup>所罗门承诺你会有**美好的果效**。“果效”这个词可以是物质上的祝福，但他在后面用它来指代属灵方面的祝福（9:5）<sup>6</sup>

你可能会因为和其他信徒合作一个项目而得到物质和属灵上的双重视福。比如你帮助别人打扫卫生，或者和一小群基督徒一起帮助别人做饭，或者你参与了一项服事，长途跋涉，或者你和你的队友承担了困难的工作，挥舞锤子和吊运灰浆。这些都不容易，然而，为什么最后你却感到愉快呢？因为，一位基督徒作者曾经写道：“汗流浹背的工作是一项圣礼，神通过它使我们彼此和解。”<sup>7</sup>

当我们面对生活中的各项任务时，有朋友出手相助远比独自工作要强百倍。所罗门补充说：敬虔友谊的第二个好处是：当我们精疲力尽的时候可以彼此勉励。

## 彼此勉励

我们看第 10 节：

**若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。**

所罗门描述的是一个人跌倒时的情景。他在想象两个朋友并肩前进，其中一个突然绊倒受伤，无法重新站起来，这可不是在树林里走路时常见的那种跌跌绊绊。我们能找到的传道书完整注释中，最早的一部是公元 213 年教会领袖格雷戈里（Gregory）的著作。这位第三世纪的教会领袖写道：所罗门指的是一个在生活中经历了重大不幸的人。<sup>8</sup>一些难以置信的困难让他站不起来了。

所罗门在这里警告说：当这种情况发生的时候，**若是孤身跌倒……这人就有祸了**。“有祸”这个词是指处于危险中的人。这个希伯来语单词带有危险和警告的含义。

每当我们在健康方面出现重大问题，甚至像所罗门暗示的那种更宽泛的情况发生时，每当我们在生活中失败或跌倒时，需要有人陪伴在身边，帮助我们重新站起来，而不是拂袖而去。<sup>9</sup>

使徒保罗在加拉太书 6:1 也提到：当有人跌倒、陷入罪中或在属灵方面失败时，团契中那些警觉的、在属灵上有所准备的人要帮助他重新站起来。

所罗门并不是随口说这种同伴关系是个好主意，值得尝试；相反，他的意思是说没有这种同伴关系，你就会有危险。<sup>10</sup>

孤独部长为那些力量正在衰竭的人提供了鼓励。但敬虔的关系还有第三个好处，那就是：当盼望开始减弱的时候，我们可以得到支持。

---

<sup>5</sup> John Phillips w/Jim Hastings, *Exploring Ecclesiastes* (Kregel, 2019), p. 150

<sup>6</sup> Hubbard, p. 123

<sup>7</sup> David Jeremiah, *Searching for Heaven on Earth* (Integrity, 2004), p. 94

<sup>8</sup> John Jarick, translator; *Gregory Thaumaturgos Paraphrase of Ecclesiastes* (Scholars Press, 1990), p. 96

<sup>9</sup> Charles R. Swindoll, *Living on the Ragged Edge* (IFL, 1986), p. 43

<sup>10</sup> Kellis, p. 83

## 支持

我们现在看第 11 节；

**再者，二人同睡就都暖和，一人独睡怎能暖和呢？有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。**

乍看一眼，还以为所罗门是在说婚姻的床。当然，这种解释也可以接受，除非你配偶的脚一直是凉的，暖和不过来，那么这节经文就用不上了。但是根据上下文，所罗门显然是在描述两个人一起工作或出差。事实上，我读到的每一本注释书都说：所罗门是在谈论当时的典型文化，也就是两个旅行中的伴侣挤在一起过夜，而且挤在一起的人多多益善！当然，两个人总比一个人好。

澳大利亚原住民把在寒冷的夜晚露天过夜叫做“三狗之夜”；换句话说，在户外非常冷，需要和三条狗挤在一起才能暖和。这种寒冷的夜晚就叫做“三狗之夜”。如果你年纪够大，那么，当你听到“三狗之夜”这个短语时，可能会想到 60 年代的那支摇滚乐队。他们最初是由三个人组成的乐队，起名叫“三狗之夜合唱团”，这个名字显然来自于这个澳大利亚的短语。<sup>11</sup>

你可能觉得纳闷：我怎么会知道这些。我是在一本书上看到的。我真的读过那么一本书！当我长大后，只要听他们的音乐，保证会惹上麻烦。

我们还是回到传道书吧。在所罗门的时代，旅行者夜间睡在路边的空地上。巴勒斯坦的夜晚很冷，这些人只好背靠背躺在一起取暖，熬过夜晚。<sup>12</sup>

我已经提到格雷戈里在第一部传道书注释中把“**同睡**”理解为“生活中一起”。<sup>13</sup>当困难来临、反对和麻烦扑面而来、希望和把握越来越渺茫的时候，我们对神的工作和话语也会变得麻木。神似乎离我们很远。我们需要朋友的温暖，他们的话语和安慰、鼓励、劝告以及提醒会温暖我们的灵魂，让希望之火重新燃烧起来。<sup>14</sup>

敬虔关系的最后一个好处是：当生活受到威胁的时候，我们可以得到增援。

## 增援

所罗门在第 12 节写道：

**有人攻胜孤身一人，若有二人便能敌挡他；三股合成的绳子不容易折断。**

在这里，有些人看到三股合成的绳子就认为是三位一体。尽管三位一体是圣经中的一个教义，可是这里并没有涉及到三位一体。另一些人认为这是关于婚姻关系，主就是第三股绳子。这是所有敬虔婚姻的真实而美好的写照，其他经文也支持这一观点，但所罗门在这里并不是说三股合成的绳子绝不会断，而是说它不容易断。因此，他只是提出了一些更明显、更朴实的建议。

以赛亚也用到“容易折断”这个词，指的是帐篷的绳索被入侵者的军队砍断，百姓被掳走。当中带有军事方面的含义，“折断”指的是被打败。<sup>15</sup>因此，如果你在身体上，或者更广泛地说，在属灵方面受到攻击，增援就变得很关键。他们会帮助照顾后防，在祷告中扶持你，并让你想起神的应许。能有一个这样忠诚的朋友就很好了，更别说两个，这样一来，很难有什么人能战胜你们三个。

---

<sup>11</sup> Jeremiah, 96

<sup>12</sup> Milton P. Horne, *Proverbs-Ecclesiastes* (Smyth & Helwys, 2003), p. 443

<sup>13</sup> Gregory, p. 97

<sup>14</sup> Adapted from Ryken, p. 116

<sup>15</sup> R. Laird Harris, Gleason Archer, Bruce Waltke, *Theological Wordbook of the Old Testament: Vol. II* (Moody Press, 1980), p. 610

简单地说，人多则无患！<sup>16</sup>事实上，如果一个人不如两个人安全，两个人不如三个人强大，那么，一百、二百甚至三千人又有什么意义呢？这正是所罗门对社区的推崇。

查克·科尔森（Chuck Colson）是监狱团契（Prison Fellowship）创始人，现在已经与主同在。他认为危险而激进的个人主义像病毒一样感染了许多基督徒，使他们表现得好像所有的事情都只是“耶稣和我”之间的事情。这样一来，他们完全错过了重点；基督教从来就不是一种孤独的经历。这种病毒的解药就是基督徒之间亲密的团契关系。<sup>17</sup>

这种病毒并不是新鲜事物。在今天，信徒脱离教会所面临的危险仍然和使徒时代一样真实。我们怎么知道？因为在希伯来书 10:24-25，作者责备那些脱离教会，进而拒绝鼓励和服事信徒群体的做法。

保罗不得不提醒哥林多教会的信徒，他们是地方教会中有真正属灵恩赐的肢体，不应该在生活中随随便便，教会正如一个有脚有手有眼有耳的身体，信徒之间应该存着谦卑的心彼此服事，而不可以认为自己不需要其他的信徒。

使徒保罗向哥林多的信徒描述了自己的孤独境遇。他留在哥林多期间感到很沮丧，面对外部的争战以及内心的恐惧。在哥林多后书 7:6 他写道：“**但那安慰丧气之人的神藉着提多来安慰了我们。**”当保罗情绪低落，陷入沮丧的时候，他是怎样走出困境的呢？不是靠着另外一节经文；不是通过阅读另外一本书；不是由于建立了另一个教会；不是因为收到了金钱的奉献；不是听了另一篇讲道；而是借助另一个信徒的到来。当保罗在哥林多面对威胁、困难、压抑和危险时，一个名叫提多的同伴赶来增援。提多如果不出现，就不可能对保罗有任何帮助。

我们应该在什么地方服事、鼓励、支持或增援其他信徒呢？亲爱的弟兄姊妹们，基督信仰不只是关于信仰，更是关于归属感的。你有没有想过，我们的世界渴望得到福音信息和教会所展现出来的归属感。教会是孤独感的解药。圣经把地方教会的信徒群体描述为家庭、身体、婚礼派对和团契。

## 独自行动

所罗门用了一个比喻来结束第四章，对独自行动的危险进行最后的说明。<sup>18</sup>

请看第 13 节：

**贫穷而有智慧的少年人胜过年老不肯纳谏的愚昧王。**

换句话说，这个老国王在他的宝座上已经成为孤家寡人；他不打算再听任何人的意见。注意“**不肯纳谏**”这个短语，另一种说法就是：他身边没有亲信可以诚实地告诉他真相。他已经达到了权力的顶峰，却只是独自滞留在那里，孤立无援。<sup>19</sup>

我们再看第 14 节：

**这人是从监牢中出来作王，在他国中，生来原是贫穷的。**

这是一个乞丐到富翁的比喻。一个贫穷的年轻人长期欠别人的债。但凭借自己的智慧和聪明才干，他赢得了大众的认可，在你察觉之前，他已经废除了老国王，而老国王从来没有想到会发生这种事情。

现在看第 15-16 节：

---

<sup>16</sup> Douglas Sean O'Donnell, *Ecclesiastes* (P&R Publishing, 2014), p. 102

<sup>17</sup> Charles Colson, *The Body* (Word Publishing, 1992), p. 33

<sup>18</sup> Adapted from Hubbard, p. 124

<sup>19</sup> O'Donnell, p. 105

我见日光之下一切行动的活人都随从那第二位，就是起来代替老王的少年人。他所治理的众人就是他的百姓，多得无数；在他后来的人尚且不喜悦他。这真是虚空，也是捕风。

换句话说，群众最终也厌倦了这个新国王。他也变得孤立无援，没有朋友，成为第二个失去王位的人，这个过程不断地循环。总而言之，所罗门好像在说：群众总是反复无常，朋友却会保持忠诚。

也许你在想：“伙计，我希望自己能有这样忠诚的朋友。”有位作家的一段话带给我很大的挑战，我也想用这段话来鼓励大家。他写道：“我出去，想找个朋友，却找不到；我去找个需要朋友的人，却发现满大街都是这样的人。”<sup>20</sup>

因此，不要把你的优先权放在财产、权力或个人成就上，要把你的优先权放在人的身上。<sup>21</sup>接受你的职责，成为孤独部长，开始服事教会和其他信徒，并利用神赐给你的每一个机会，接触你周围那个非常孤独的世界。

这个星期，你要找机会告诉别人：耶稣是罪人最忠实的朋友；因为你属于耶稣，所以你也将成为他们的朋友。

本讲稿是根据斯蒂芬·戴维（Stephen Davey）2020年1月19日讲道稿整理而成。

©斯蒂芬·戴维（Stephen Davey）著作权 2020

版权所有

---

<sup>20</sup> Adapted from Don Givens, *Storms of Life* (Xulon Press, 2008), p. 66

<sup>21</sup> Adapted from Givens, p. 68