

世界衛生組織曾於1981年4月3日作過這樣的報告，世界上有三個地方，人很長壽，有人稱之為「長壽之鄉」，它們是前蘇聯的高加索、厄瓜多爾的比爾卡班巴和巴基斯坦的罕薩。就個人所知，這三個地區現在仍在「長壽之鄉」之列，並被國際自然醫學會所認定。生活在這些地區的人，平均壽命特別高，長命百歲的人口比例可以高出其他國家地區八倍以上。

1981年4月世界衛生組織作這報告後，正在羅德島度假的美國出版商，紐約洛蘭德出版社董事長薩拉·何塞發現這是商機。他認為，若能出版一本探討這三地長壽秘訣的書，一定有利可圖。

於是，薩拉·何塞提早飛回紐約，並通知其下六名記者立刻到這三個長壽鄉，進行採訪，兩週之內帶來採訪書稿，並在三週內推出這本關於要得長壽秘訣的書。

薩拉·何塞的眼光真的不錯，這書還未正式推出，已大受歡迎，很快就收到650萬份訂單，他預計著財源必定滾滾而來。

但是，出乎薩拉·何塞的預料，因種種原因，六名記者沒有在兩週內回來交上書稿，因此，書的出版時間被迫延遲，公司不得不交付巨額過期或違約費用。薩拉·何塞因這事，多日緊張焦慮，引至突然腦溢血，結果不治身亡，他死時只有52歲，不能長壽。

最諷刺的是，這本有關長壽秘訣的書，在薩拉·何塞死後，終於出版，六名記者在書中介紹了這三個地區人們長壽的秘訣，其中最重要的一項是：『心態平和』。

有人認為，薩拉·何塞是因要追尋長壽，盼望要得長壽秘訣而喪命，顯然不是吧！他生命終止原因，應是他無止境的、拚命的要去賺取金錢，甚至不放過每一機會，是他發財慾望過分強烈，以致情緒緊張而沒有注意身體健康所致。

要得長壽，早已有一本到目前為止，仍是世界最暢銷的書告訴了我們，這就是聖經。其中約翰福音3:16說：「神愛世人，甚至將祂的獨生子賜給他們，叫一切信祂的，不至滅亡，反得永生。」說到的，不只是得長壽，乃是得永生。耶穌說：「我實實在在的告訴你們，信的人有永生。」(約翰福音6:47)

耶穌未出生前，已被預言為「和平的君」，及至祂在世上，祂曾說：「我留下平安給你們，我將我的平安賜給你們；我所賜的，不像世人所賜的；你們心裏不要憂愁，也不要膽怯」(約翰福音14:27)。想這平安不同處應是，無論在順逆、苦樂、禍福、富貴或貧賤中，仍可以「心態平和」。

聖經又教導，怎樣可得長壽？「要孝敬父母，使你得福，在世長壽；這是第一條帶應許的誡命」(弗6:2)。原來，孝敬父母，可以在世長壽，那應如何孝敬父母？

中國古書論語，孔子弟子問孝。「是否能養父母，供給父母生活需要就可以了？」孔子說：「至於犬馬，皆能有養，不敬，何以別乎？」意思謂，只是供養不夠，要敬重父母。如何敬重？其中一樣，孔子說：「色難。」意思謂要「和顏悅色」。

作為子女除供養父母，更要對父母敬重，對父母和顏悅色，和顏悅色的人，相信心態應是平和的，若這樣，父母們必定也「心態平和」，若父母們心態平和，長壽在望，而聖經告訴，那使人心態平和者，即曉得孝敬父母並如誡命遵守的子女，會得著應許，就是在世「長壽」。父母可長壽，自己也得長壽的應許，何樂而不為??

你願意在聖經，這本世界上最暢銷的書中，找到長壽的應許，永生的盼望嗎？