



發行單位：台灣基督長老教會總會松年事工委員會

發行人：周明正 總編輯：李鳳嬌 執行編輯：鄭佳音

編輯委員：詹義雄、吳金萬、許經德、簡隆喜、陳金水、全英輝

松年助理：羅玉圓 電話：02-23625282 # 259 傳真：02-23632669 『松委會』

投稿地址：10647 台北市羅斯福路3段269巷3號5樓『松年事工委員會』

截稿日期：每月5日前請將文稿或圖片 e-mail:senior@mail.pct.org.tw

松年之光免費贈閱，如有需要請直接與各中/區會松年部長或總會松委會助理聯繫

各中會的松年活動、相關手冊及相片請記得寄給『松年之光』，以便彙整後分享給更多人

全人關懷，豐盛有餘

文：吳恩典（退休牧師）

牧會服事主 38 年，我的策略是「福音三部曲」--- 社區→福音主日→小組。其中成就最大的是社區工作，從 1974 年起，每到一個教會，都先拜訪其他教會、地方大老、里長或政府官員，得到公機構大力幫助，「更為主做大事」。

在竹東時曾和天主教、鎮公所、民眾服務站、縣議員合作創立「新竹縣生命線協會」，並被選為常務理事兼任總幹事。以主日學為中心，率全教會救助貧戶以及精神病患、組婦女佈道團信主、除偶像、也因此好多神蹟奇事隨著我們，證明我們所傳的福音，帶領好多家庭信主，果實存到如今。

在恩友堂時也曾得到陳福住牧師的協助，成立 40 人的「吉他班」，並結合他們創立「青少年團契」：瘋吉他、瘋背經、瘋拜訪教會、瘋溜冰、瘋腳踏車旅行…、每主日吉他班獻詩、背聖經…。

在基隆建德教會也從「吉他班」起家，成立青少年團契、帶十幾支吉他到「長庚醫院」為病人唱詩禱告祝福，與「紅十字會」及社區合作「居家護理訓練」及「量血壓隊」社會救助…。

來徐春芳紀念教會也先拜訪里長、校長、區長開始社區工作、從「社區兒童讀經班」（四書五經）開始、與 YWCA、1919、世界展望會合作開「社區母姊會」、「插花班」、「兒童合唱團」、三總「探訪隊、禱告室、安寧病房」、國中「多元能力開發班」（中輟生）、國中「得勝者」、…。在社區工作中，青少年、兒童、成人



終身義工終身傳道的牧師

的福音工作順利發展，更開始「福音主日」-- 邀請名嘴演講、邀社區義工和扶助家庭來聽講、表演來為主得人，附加「小組」--- 堅固人、造就人、差遣人，是本教會的全盛期。「我們要做有價值的事，上帝看見、人看見」、「只要我們有願做的心，上帝必供應足夠資源，使我們豐富有餘」。上帝派遣徐春芳弟兄子孫奉獻禮拜堂，又差遣西湖教會陳吳惠 牧師娘為我們炒花生義賣奉獻 100 萬元，加上信徒踴躍奉獻、中會主動貸款，使我們能買下隔壁房屋打通合併擴建教會。

近六年集中力量和區長及「內湖聯禱會」合作，包辦內湖區全部國小的「弱勢學童課後陪伴」，教會負責「新湖國小」19 位由學校挑出來的孩子。

四年前感謝『總會松委會』大力扶持，並請「愚人之友基金會」教導，教會婦女受訓總

動員做義工、教會開創「都市型松年日光站」，更是震撼內湖：引來里長主動請我們代辦「社區老人供餐」。之後議員、立委、里民、市場、爭相送米、送食物、捐獻，地方電視臺、新眼光電視、報紙…也多次報導、老人開始來做禮拜並受洗歸主。這幾年雖然忙碌、勞累卻是很快樂。



吳牧師、美嬌長老、總編、執編開心訪談

感謝上帝，讓我真的一生當中做到「全人關懷」--- 年輕時，專長主日學， 中年服事青少年， 壯年主力於「老人工作」，好幸福的感受！其中最快樂的是做「松年日光站」。

1. 老人得救非常迫切 --- 社會老化嚴重有 11/% 老人，長老教會更嚴重，一個敬老會往往上百人領獎。 青少年流失、主日學斷層， 我曾經一個月，就參加五次告別禮拜。
2. 關心老人功效最大 --- 老信徒來做禮拜，他的兒孫都會跟著來禮拜；未信的老人來做禮拜，兒孫都會感謝你，而且親近教會。
3. 老人最懂感恩、回饋 --- 對老人好，點心、加菜吃不完， 禮物、奉獻接不完，有時你不接受他還會生氣。
4. 敬老者人恆敬之 --- 老人工作，社會、教會都會尊敬你。 義工一招就有，不像主日學、青少年，輔導、老師要專業，大家望之卻步。 立委、議員、區長、社會課、里長、市場、寺廟…的資源、米、油、鹽、錢、源源不絕。
5. 敬老學老 --- 老人不是「老廢仔」，善發掘，可是「寶」--- 人生經驗、技能獨特，可向老人學習。 有錢有閒且健康的老人很多，發掘他們來發展「第三春」：做義工老人、老師老人、再奉獻老人…。讓他們成為「快樂、健康、活力、尊嚴的老人，教會、社會老化危機變轉機。

退休後感想：

1. 社區工作是傳福音的利器 --- 下手容易、與社會接觸深入、目標清楚，會友參與容易，又可「取之社會、用之社會」、「補政府社福之不足」支持度最高，傳福音阻礙最少。
2. 最好設立「基金會」或「協會」--- 不僅可傳

福音於無形，還能取得政府及社會支持，名正言順萬事易成。設立協會其實非常簡單，一講就懂，一辦就過。政府報帳只要合他方法就不難。能結合許多公資源、還有許多福利、訓練鼓勵，可長可大可久。

3. 教會所有禮拜、節目、旅遊

- …如聖誕、母親節、中秋、福音主日名嘴演講、平日禮拜…都可與「協會」名義結合，全部設計為「佈道會」，向社區打廣告，開放並邀請社區人士參加。可高舉耶穌、提高知名度，吸引人進教會，得人信耶穌，信徒更願做義工、教會有活力，教會大復興。
4. 比較難是教會的「自我控制」--- 世俗化，要有所為、有所不為，目的要高尚，不讓錢、權、色入侵教會。 協會的帳要誠實對教會公開受查核，防止以社區工作代替傳福音，防止爭權奪利，防止協會凌駕、指揮牧師，記得當年總會下令全臺教會停辦「教會幼稚園」之教訓。只要小會和長執會與牧師同心，加上用雙手參與實際的最底層的工作，以上危機都不必擔心。

平時最關心的話題：如何傳福音帶領人信主。不害怕任何壓力，因為熱心不怕被誤解，學出埃及記 14 章 13--15 節，前有紅海，後有追兵，「不要懼怕，只管站住，看耶和華今天向你所要施行的救恩，…只管靜默，不要作聲…向前走…。」人會反過來尊敬你。禱告悔改和自我成長 --- 速度要比教會、青少年的成長快一拍，聽到主聲、看見人和才出發。

最喜歡的經節：腓立比 4:4『我靠著加給我力量的，凡事都能做。』聖詩 433 首『懇求上帝施恩賜福』是最喜歡的詩歌。

銀髮族如何去做 1 領 1 宣教活動？邀人參加「松年日光站」，做義工是最好的方法。卸下工作後最想做的事情：「一日為義工，終身為義工」，「一日為傳道，終身為傳道」。

松年大學簡史

文 / 松年大學提供

近 30 年前，台灣基督長老教會部分領導人因鑑於台灣社會高齡化的現象，首先由霧峰教會涂茂雄牧師及林喬松長老發起，於 1979 年 6 月 28 日在台中柳原教會舉行台中中會成立松年部大會，推動松年事工發展。四年後，於 1983 年再由台中中會向第 30 屆總會提案設置松年事工委員會一案。並於次年 6 月 21 日成立總會松年事工委員會，選出劉日瑞長老擔任首屆主委。

松年事工委員會成立後積極推展對松年會友的關懷，定期舉辦全國松年靈修會。1988 年 9 月 12 ~ 14 日在花蓮港教會與光復教會舉辦第 5 屆靈修會時，參與會眾多數表示贊成總會設立松年大學，並初步肯定松年大學事工列入聖經學院信徒教育重要事工之一。11 月 25 ~ 26 日聖經學院與總會松年事工委員會合辦「松年大學」研討會，擬出組織條例草案並於 1989 年 4 月由松年事工委員向第 36 屆總會提案設置「松年大學」獲得通過。

同年 4 月 24 日召開第一次松年大學執行委員會，聘請高俊明牧師擔任總校校長，松年事工委員會主任委員魏雪峰長老擔任行政副校長，聖經學院院長王英世牧師擔任教務副校長，陳俊宏長老擔任執行秘書，並確定總校設址於聖經學院內。

松年大學創校迄今有 20 年歷史，目前已在全國各地設立 52 所分校，其中包含原住民十四所分校，目前學員總數 3 千多人。從創校成立迄今，畢業總人數達 6,329 人；另有 2 百多名學員受洗成為基督徒。目前仍積極推動松年教育關懷事工，並以「研究聖經、培育信仰、事奉教會與社會，服務人群，提昇松年信徒與朋友靈、魂、體、群體交誼的全人健康」為其宗旨與目的，亟盼大家支持與代禱。

在喜樂中服事



雙李牧師溫馨入鏡

2012年2月22日下午2點，沒有刻意挑選日期卻巧妙的展開一場心靈對談。牧師爽朗親切的笑容，化解緊張的訪談氛圍，在輕鬆中天南地北聊了一個多小時。本科會計系，在南部成長、北部求學並成家立業，雖是第一代基督徒，卻有很喜樂的信仰見證。

她是3個孩子的媽媽、雙園教會師母、總會婦女幹事，多重角色卻能面面俱到，牧師謙虛的說：『上帝一路帶領，讓我總能在愛中克服萬事。』除了投注心力在婦女議題，平時對福音廣傳、牧會成長、環保、鄉土關懷、管家責任等話題也會特別注意。

最喜歡的經節：「如今常存的有信、有望、有愛這三樣，其中最大的是愛。」（林前13：13），新聖詩54首『天使歌聲對天來』，每回唱這首詩歌，總會感受到神的榮耀與盼望，成為生活中很大的鼓舞與動力。

喜歡閱讀、旅遊的牧師，談到未來退休後最想做的事：『讀書進修、旅遊、寫作、種菜、養雞、探訪、當志工。』面對壓力的排解方式：「靈修、禱告、閱讀、散步、彈琴、家人聊天、聽英語新聞節目。」從各種營會中學習與成長、事工推展順利、孩子在信仰中成長，就是最開心的時刻。

李幸玲牧師口述（總會婦女幹事）

今年是總會婦女事工90週年慶，感謝所有前輩的付出，才有如今茁壯的成果，重新思考婦女的定位，女牧者雖然艱辛，卻能有自己的一片天，在上帝國中只要有心傳承分享，任何人都可書寫出精采的生命故事。

對高齡化社會來臨，牧師相當肯定長者的生命價值，尤其在人生精華中暫時退下來，每個松年朋友都有滿滿的恩典與才華，絕對不能小看自己，要盡量發揮潛能，成為家庭、社會重要的寶典。年輕人也要在心態上真誠尊重長者，多了解、珍惜、傾聽，生活上、價值觀、個人隱私方面，或許有點落差，但本質上差異絕對可以縮小，尤其長者的智慧、閱歷、見證分享，是很棒的歷史傳承。

被主呼召是生命中最大的恩典，只有願意付出才能享受被關愛，面對工作忙碌與家庭兼顧，感謝老公明川牧師的體恤，在時間管理與生活優先調整中，因著上帝的愛，使壓力也變輕省了。

傳統美德固然值得重視，但若帶來壓抑與束縛，應該有改進空間，現代新觀念或許能使生活步調更多元，但也不能全盤吸收，需要循序漸進切不可僵化行事。期盼松年之光能增加『心理輔導』與『夫妻生活相處』單元，多報導老人福利與心理建設的內容、關心獨居老人、鼓勵下一代多生產、透過三代或四代同堂，讓老小彼此學習成長。每個長者都是生活見證，一生經歷神的恩典無限，無論說或寫把經驗分享傳承下去，以生命影響生命，讓長者活得更精采。

訪談接近尾聲，明川牧師突然現身，幽默的表達愛與關心：『平時我都在辦公室外頭悄悄看老婆，她總是在忙碌，所以不敢多打擾。今天算是入內坐最久的一次。』把握難得機會，請雙李牧師留下幸福溫馨的畫面，結束開心的訪談。

泰雅爾中會松年部事工簡介

文 / 陳振昌牧師提供

一 .2011 年組織

部長：陳振昌牧師 書記：徐正義牧師 會計：林新民牧師

部員：張勝二傳道師、羅信.尤敏牧師、簡清勇牧師

二 . 事工重點報告

時 間	地 點	事 工
2011.01.24~25	南投東埔	總會 2011 松年新舊任部長聯席會及事工研討會
2011.03.21	泰雅爾中會事務所	43 屆跨部會事工研討會
2011.04.16	勒俄腊教會	舉辦 Spazi 區松年聯誼及培靈造就會，參加人數 65 位
2011.12.03	梅花教會	舉辦松年部歲末聯歡會、摸彩及聖誕活動，人數：300 位

三 .2012 年組織

部長：林金木牧師 部員：陳和平牧師、陳初保牧師、李保盛牧師、吳文德牧師、
諾瓦.歐洛牧師、張勝二牧師

四 . 新年度展望與重要事工計畫

1. 與各地區松年組事工合辦
2. 成立各區松年組組織
3. 舉辦上半年松年培靈



我們是年輕的長者



泰雅爾歲末聯歡

台灣基督長老教會泰雅爾中會松年部

Spazi(五峰)區松年培靈造就會 手冊

時 間：主後 2011(100) 年 4 月 16 日上午 8：00 至下午 3：00

地 點：勒俄腊基督長老教會

主辦部會：台灣基督長老教會泰雅爾中會松年部

艋舺松大簡介

文 / 呂素蓮校長

艋舺社區松年大學自陳冰榮長老創校以來，正課課程的多元化是一大特色。我們的正課包括：

- (一) 西醫保健、中醫養生課程：讓同學們對疾病、藥物有更進一步的認識，對自己的身體狀況多瞭解，更知道如何去面對病痛、預防疾病。
- (二) 神學哲學課程：讓同學們認識宗教、認識生命的本質及其意義。
- (三) 文學藝術課程：讓同學們欣賞台語創作的詩詞、認識台語文化之美、知曉語言與音樂的關連，認識色彩與人生的關係，素描繪畫等，培養同學們的文學藝術修養，讓同學們的生活更豐富而充實。
- (四) 社會新知課程：時事與生活的探討、銀髮族與社會的關係，家庭生活教育、認識大自然環境與生態保護、營造健康樂活空間，人生故事系列等，使我們更愛成長土地的人文鄉土。
- (五) 法律常識課程：增加同學們的法律常識，認識各樣的法律案件，爭取我們該有的權益等。
- (六) 營養保健課程：讓同學們知道如何正確的吃出健康，吃出活力。
- (七) 這學期新開的『老人體適能』課程，盼望能增強同學們的體能，減輕晚輩照顧的負擔。

其他，還有手語、健身操、養身律動、手工藝等，包羅萬象，真是文武全才樣樣來。陳丁財長老接任後，更開闢了活潑、多樣化的課外才藝班，希望同學們能更豐富、更寬廣的學習。目前才藝班包括：

- (一) 日文演歌：認識並演唱日文歌曲。
- (二) 卡拉 OK：學習演唱中文及台語現代流行歌曲。
- (三) 口琴：學習可隨身攜帶的輕便樂器演奏技巧。
- (四) 合唱：正確的唱歌技巧、優美和聲的訓練，培養音樂的氣質。
- (五) 手工藝：打包帶編織，訓練手指的靈活，手腦並用。
- (六) 排舞：配合耳熟能詳的歌曲，訓練韻律美感。

還有因人數不足未開成的電腦班、英文班、日文班、手鐘等，希望大家多來上這些才藝班，然後中午一起享用簡單的愛餐，互相交誼，聯絡感情。每學期我們還舉辦『校外教學』、『校外參觀』、『國內外旅遊』，希望每位同學都能擴展視野，拋開煩憂，讓生活充滿歡笑與熱情。

聖經哥林多後書四章 16 節說：『我們不要灰心喪膽，外在肉體雖然日漸朽壞，內在生命卻日日更新。』

願大家的日常生活時時充滿驚喜與熱情！



艋舺教會社區松年大學2011年博士班第十屆大學班第十七屆畢業典禮暨春季班結業典禮2011.06.11

『中年的叛逆』 導讀

中年的叛逆

走出生命框架
活出精采人生

作者：張鴻玉

出版：商周出版

頁數：222 金額：250 元

全書 5 大單元，一針見血表達出真誠的自我，是滿值得推薦的書籍。引用奧修的说法：『真正的叛逆，不是去反對任何人，而是反對自己的制約，真實成為你自己。』作者人生閱歷豐富，曾從事進出口貿易 10 年，更在汽車公司國外企畫部擔任協理、天下雜誌副總經理，足跡走遍世界各地。50 歲那年感覺身心靈不適，經過痛苦折磨毅然放棄工作，開始鑽研靈修課程，成為奧修與賽斯門徒，取得個案諮商師認證。

作者去印度進修『身心靈合一』課程，了悟到：愛自己就是愛家人、愛世界、愛宇宙。唯有走出生命框架，才能活出精采人生。全書引用學員實例，深入淺出將生活與生命連結，透過生活中的小細節，引領學員透徹看出問題的癥結點。當自己的觀念改變，不再因人而情緒被干擾，才能真正理性面對問題，勇於承擔後果。

每人都有權利選擇自己的生活方式，當任性不再有罪惡感，叛逆也能灑脫得活出亮麗。從書中可以感受到她的轉變與心得，在感覺到茫然與沒有衝勁中，作者大量閱讀書籍，讓自己能有新思維並活出不一樣的面貌。

叛逆是：反對制約、忠於自我、傾聽內在、卸除偽裝、洞悉心靈。我喜歡書中幾個章節：『為自己編寫生命劇本』、『沒有形象，生活更自在』、『當自己與別人的啦啦隊』、『活出無限可能的自己』、『先原諒自己，才能真正寬恕別人』…。人會不開心因為『活得不像自己』，

受到傳統制約與禁忌，很多事不敢做、心中不痛快也隱忍下來、常講違心之論、不能誠實展現自己。作者鼓舞大家：『唯有找到自己，忠於原始夢想，才能快樂的過生活。』『如果沒有叛逆的勇氣，很難面對真實的自己。』

『衰退的老年』無可避免，因此如何迎接生命更高層次的好時機，必須天天讓生命充滿喜悅與感恩。想成為忠於自己的『叛逆靈魂』，唯有聆聽內在聲音、勇於呈現真實自我、大膽伸出觸角、堅持自己的喜好、不再在意別人眼光、接納與肯定自己的一切。

當你完全接受自己的現狀，不再介意任何虛假形象時，煩惱必能消失無蹤。因為『掩飾』、『偽裝』會使我們的能量消耗殆盡。當你超愛自己時，或許有人會質疑你太自私，但至少你能把自己照顧得很棒。當你開心過日子，心情一定愉悅，不會花心思去找別人麻煩，大家都自我照顧不找碴，世界自然和諧公義了。

別人讓你難過、痛苦時，表示尚有功課要做，唯有在困境中學到竅門，才能找到契機。感謝上帝我們有愛與力量，能幫助自己與別人化解苦難，這就是恩典的功課。有時改變不必驚恐，因為愛能賦予經驗、覺知、成熟，生命中的每一件事，都有神美好的安排。其實每個傷口的背後，還有另一個更大的傷痛，只要能將心比心疼自己與對方，因為我就是你，你就是我，扶持別人正是守護自己。

壽中鳳屏教會陳華實弟兄書寫

事工預告及肢體代禱

時間	地點	內容
3/26 (週一)	松年之光報導	鳳山松年大學介紹
3/26 (週一)	松年之光報導	新竹中會、客家中會松年部簡介
3/31 (週六)	壽中鳳山教會	南區四中會聯合感恩禮拜 (施佳儂專講)
4/10 ~ 13 (週五)	彰化基督教醫院大禮堂	57 屆總會通常年會
4/30 (週一) 10 點	總會 2 樓會議室	日光站分享與創意教學、老盟事工介紹

**** 請關心身體欠安之牧長並提名代禱，感謝您！**

1. 總會總幹事張禮謙牧師 ---- 腳踝骨裂傷，目前已上石膏，在台南住家療養中。
2. 涂春芳教會松年日光站站長吳恩典牧師 ----4/1 退休感恩禮拜、身體微恙。
3. 西美中會廖光明松年部長 ----- 細菌感染 2/28 病逝汐止國泰醫院，求主安慰家屬。