



發行單位：台灣基督長老教會總會松年事工委員會

發行人：周哲卿 總編輯：李鳳嬌 執行編輯：鄭佳音

編輯委員：陳德明、吳金萬、林義勇、莊進祥、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

或 a203808627@yahoo.com.tw 鄭佳音

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E或寄給『松年之光』，以便彙整報導

高齡教育的建構與省思

專講 // 林明珠老師 (長榮大學哲學與宗教系)

(本刊訊) 濕冷的氣候澆不熄長者參與的心志，由南到北陸續在中壢會合，滿滿一車來到楊梅「東森山莊」，展開兩天一夜『松年新舊部長聯席會』。先吃熱熱的餐食再上課吧，飯有點硬、菜有點鹹，長者很懂得養生之道，可不能隨便供餐。

周哲卿主委以「傳承」為題，引用經文：耶利米書35章18～19節，提醒並勉勵松年同工：『聽從、謹守、遵照』的人生法則。人生有四樣追不回來的東西：大海中掉東西、說出去的話、錯失的機會、消逝的歲月。建立蒙恩得福的家庭秘訣：「至於我和我家，我們必定事奉耶和華」(約書亞24：15)，盼望松年幹部勇於嘗試並挑戰一切，仰望神來引領，才會越來越美好。



松年幹事李鳳嬌牧師分享松年事工委員會的事工理念，盼望不分平地、原住民，只要有活動就多連結，才能成就更大聖工。松年大學正是最佳交流分享的場地，讓社區朋友有機會聆聽福音、認識教會，透過學習結合社區資源，使教會成為社區的關懷據點。「同工」不是「同攻」，資源務必分享，儘管恩賜不同，只要同為肢體，彼此同心協力，必能創造出成果。

日本老人學學者已把銀髮族改稱為「創齡」，唯有新價值創造的開拓者，才能把長者帶往更寬闊的領域，善用老人的黃金閱歷與豐厚人脈。老人絕對是珍寶，長者一定要培養第二專長，不斷學習成長，隨時貢獻才華，創造生命奇蹟，展現長者的多元價值。人人肯用福音來補足



排彎也不缺席

林明珠老師



屏中坐很久的火車



阿美也報到了

生命的空缺，才会有神的恩待與賜福，澎湖「老人社區文康中心」，已開啟宣教新契機，期盼長者樂意為主所用使宣教議題策略更寬廣、更深入。

長榮大學林明珠老師深入淺出介紹高齡生命意義再思索，強調長者的世界觀與價值觀逐漸在轉變：對於時空與生死認同、不再注重物質會想做更多的生命分享、在獨處與靜思中得到自我成長，成功老化成為最關心的話題。高齡生命教育的省思：1. 過有節制的生活 2. 成為一個受尊敬的社群成員 3. 活出尊嚴與持守價值信念 4. 賦予生活有意義 5. 生活的務實與平衡

教會因應高齡化社會的策略：扮演先知性、領導性、社群性、創造性等功能，讓長者透過信仰，活出美好生命、激勵高齡者有異象與使命感，才能使生命轉變與更新、注重宗教信仰的靈

性關顧與服務團隊，讓長者深刻感受到與生活連結、教會整合社群力量，創造在地樂活幸福園地，使長者有家的氛圍。

教會應當強化高齡生命教育推動，長者也要學會當「老青年」不斷服事上帝，成為社區發展最大的祝福，讓十字架福音隨著個人不經意傳揚出去。主動做生命交流，讓高齡文化成為永恆盼望，生命價值可以重新詮釋並創造新的意義。以愛和服務為核心，營造出成功的老人生活，才能讓更多年輕朋友願意投入「高齡事工」，初老服務中老、中老服務老老，這樣的遠景才是溫馨的畫面。

吳金萬常委負責早禱、陳德明書記閉會禮拜並司琴，各中區會新舊任部長事工分享並傳承交接，將近 60 個松年同工彼此交流、分享、學習、鼓勵，期待很快再相聚。



東中也夠力



布中、中布同工



北中也很捧場喔！



星中



台中中會陣容堅強

嘉中松年部事工分享

文 // 林義勇部長

感謝上帝恩典滿滿，帶領我走過兩年的松年事工，在困難中有同工適時協助，終於順利完成各項預定的事工。輔導牧師：張學章、王豐榮，顧問：陳清水、劉松川，書記：林三寶、會計：陳聰標，部員：歐陽明珠、莊俊吉、邱榮欽、劉淑姿、葉昭生。

嘉義中會 70 間教會，目前有 38 間教會參與松年部。每年的重陽敬老是大家最期待的活動，約有 500 人參加，固定在滿福樓海宴餐廳舉行。2012 年表揚大會，101 歲 1 人、90 歲 12 人、80 歲 63 人，鑽石婚 12 對、金婚 12 對，值得感恩與祝福。

餘興節目超精采，有荊桐教會松年合唱、三仙老公仔標樂器演奏（年齡總和 225 歲）、新營教會松年合唱、松年部部員與輔導牧師大合

唱，用餐時間特別安排卡拉 OK 點唱，大家在情緒高亢中留下開心的畫面，再加上人手一盒意麵，養生又健康，彼此互道珍重，期待很快再相聚。

2012 年事工有：會長代表事工研討聯誼會（130 人）、北部靈修旅遊 3 天（190 人）、中區三中會聯誼（225 人）、心靈講座（230 人）、敬老活動（490 人）。配合總會派員參加松年幹部大會（7 人）、松年讀書會領導人員培訓。

2013 年交棒給林三寶部長，事工計畫：4/29-5/1 太平山靈修旅遊 3 天、6/7 主辦中區三中會聯誼會、7/20 心靈健康講座、10/10 敬老表揚大會、11/23 會員代表大會、12/7 新舊幹部聯誼。



嘉中松年部



客中部長事工分享



壽中松年部



彰中松年部

南區四中會「松年靈修學習之旅」

文 // 壽山中會松年部葉麗櫻部長、馮思和書記

屏東、台南、高雄、壽山四中會松年部舉辦 2012 年的聯誼旅遊，主辦單位是壽山中會松年事工部。這項活動是南台灣基督長老教會松年部傳承了 23 年的事工，輪值的中會都會精心策劃此項活動，藉著小區域性的聯合事工，讓參與者體驗主裏一家人的情誼。

11 月 6 日早上秋高氣爽的清晨，報名的弟兄姊妹即準時出發，來自 36 間教會 157 名參加者。首先集合於新營休息站，四輛車開始二天一夜之旅。中午第一餐在苗栗「紅棗食府」，用完深具地方特色的風味餐後，下午第一站來到新竹綠世界生態農場。迎接我們的是一羣可愛的草泥馬，導覽員帶領大家興緻高昂的觀賞鳥園內的各種珍禽，可以近距離的體驗野生鳥類昆蟲的生態環境，大家上了一堂有趣的生物課。當然最有趣的還是觀賞訓練有素的鸚鵡劇場表演，美麗的鸚鵡、逗趣的表演，不得不讚歎造物主創造的神奇與美妙。

傍晚一行人來到新竹聖經學院參訪並做靈修敬拜。院長劉錦昌牧師親自接待大家，壽山中會松年部輔導黃和隆牧師以「你們是上帝的殿」證道，勸勉大家保守聖潔的身心靈，即使生命已如美好的黃昏夕陽，仍要時時做醒，迎接明日的朝陽，讓生命中充滿喜樂和盼望。

享受完豐盛的晚餐後，夜宿新竹青草湖畔號稱新竹最美的飯店「煙波大飯店」，在涼爽的秋夜中，各自享用飯店內的健身器材、溫水游泳池、spa、按摩椅等設施，讓每個人都得到身心舒緩和休養。

經過一夜好眠，大家都神采奕奕踏上第二天的行程。首先參觀三義木雕博物館，下午又到台中科學博物館，這是一趟藝術與科學知識的學習之旅。當阿公阿嬤的松年契友為兒孫買『嘴食

物』做伴手是一定要的，因此只見開心的採買且滿載而歸。

這次出席者台南中會 30 人、屏東中會 8 人、高雄中會 48 人，壽山中會有 71 人，參加者快快樂樂出門，平平安安的回家，感謝主辦單位萬全的準備、邀請資深的護理人員黃師母同行、特別感謝天上父神二天保守與帶領、參與兄姊全程配合，盼望 2013 年大家能再次同歡樂相聚在一起。

11 月 20 日舉行南區四中會松年聯誼會第 24 屆第 3 次委員聯席會議，會中由顧問許江麗香部長勉勵並鑑交辦理交接，下屆主辦單位是高



南區四中會聯誼會交棒給高中

雄中會松年部。每年有二次的四中會活動，是南區四中會聯誼會的傳承，也是考驗承辦中會的團隊策畫和執行能力，同時也看出松年部兄姊間的凝聚力。非常感謝上帝的帶領，也謝謝各位牧長的代禱、勉勵、輔導，以及各位部長、同工的合作、鼎力協助，順利完成 2012 南區四中會松年聯誼會事工。再次體驗耶和華祝福滿滿，在此獻上感恩與深深祝福。

上帝的神奇剪刀——寬恕

· 網路文章分享 ·

上帝指派了三個人，交給他們各兩個包袱，並且要他們在名為「人生」的道路上競走，目的地是叫做「幸福」的終點。第一個人走得很痛苦，他覺得身上的包袱很沉重，幾乎把他壓垮了；他一路上汗水淋漓，每跨一步，就要流下一行眼淚。

第二個人走得很愉快，不過他走的速度很慢，漸漸地也覺得雙腿有些發酸。

第三個人一邊走一邊快樂地哼著歌，而且他健步如飛，一下子就到達了目的地。上帝在終點等待著他們。第一個人忍不住埋怨：為什麼他們走得這麼快樂，我卻走得這麼痛苦？難道祢給我的行李特別重？

「不，你們包袱重量都相同。」上帝回答：這兩個包袱，一個裝的是「痛苦」，一個裝的是「快樂」，由於你把痛苦的包袱掛在前面，快樂包袱掛在身後，只看得到痛苦，卻看不到快樂，當然走得難過又疲憊。

接著上帝指著第二個人說：他跟你正好相反，他把快樂的包袱掛在胸前，痛苦的包袱扔在背上，眼睛看到的都是快樂，一路走來當然喜悅，不過重量仍在。

至於第三個人，上帝繼續說：他不但讓快樂在前，痛苦在後，還在痛苦的包袱上剪了一個洞。他一面走，痛苦就一面掉在地上，身上的擔子減輕了，所以走得比誰都快。

這則故事很虛幻，卻也很真實。因為上帝似乎真的給了每個人兩個包袱，裡面裝著快樂和痛苦；這也正是「樂」和「苦」交織出我們的人生。我們無法要求上帝收回痛苦的包袱，但我們卻可以自由選擇面對痛苦的方式。其實上帝除了給我們名為「快樂」和「痛苦」的包袱之外，還給了我們一樣東西，讓我們去剪破盛裝痛苦的包袱。這樣東西，是一把神奇剪刀，它的名字叫做「寬恕」。



新舊部長聯席會參會者



2013 年松年會新舊部長傳承並合照

淺談基督徒當學習建立家譜

林龍雄長老（竹中 / 中壢教會）

新約聖經馬太福音一開頭就記載耶穌的家譜，當我們讀到耶穌肉身的雙親——約瑟和馬利亞時，往前推會發現有一段『生生不息』的名單，身為基督徒是否更當重視並建立家譜？

聖經中有很多家譜：創世記譜系、猶大、大衛、猶大支派、流便、利未、北部一些支派後裔、便雅憫、被擄後回耶路撒冷的族長等家譜。內文全是一串陌生又艱澀的人名，耶穌家譜亞伯拉罕生以撒，以撒生雅各……更是讓人看得眼花，聖經有必要記錄這麼詳細嗎？讀這些家譜有何特別意義？

猶太人非常重視家譜建立，自詡是亞伯拉罕的後裔、大衛子孫，憑藉著正是流芳百世的族譜，即使國破家亡，仍堅持延續記錄家譜。因家譜內有『根』，能找到歷史與尊嚴，及蒙神恩待純正血統的命脈。

很多人對基督教有所排斥，認為基督徒不拜祖先，且不供奉祖先牌位，是不懂孝道的宗教。我們應該打開這個結，才能順暢廣傳福音給親友，盼望透過經文完整家譜記錄，為耶穌作見證，為真理辯護，不僅堅定信仰意志和家庭倫理規範，更清楚知曉耶穌基督的譜系，彰顯基督徒尊主為大的信念。

基督徒對祖先的孝思，可透過建立家譜，為後代留下祖先名號、生平、德行，期待代代子孫都能找到自己的根，以延續祖先的血脈登載。基督徒除做眾人榜樣見證外，更要讓眾人確知基督徒不忘祖宗先民，後代子孫也常孝思景仰，只是方法不同而已。

家父在世時，為林家後代尋根，以小學程度費時一個月，親自用毛筆抄錄族譜 121 頁，這種字字皆辛苦的抄寫精神，值得子孫敬佩與學習。家父過世 10 多年，離世時留下這本親筆抄錄的「林家祖譜」，成為最珍貴的遺產。家父未寫下遺書，卻有祖譜的序言，文中交待子孫務必延續登載。父親建立南投草屯林家第一部族譜，讓後代子孫瞭解家世史料，我與林獻堂是同一房系，也是來台後地 21 世，這些身世資料如果沒有整理，很快就會失傳。兄姐若有興趣想參考建立，個人樂意提供借閱，也可在各大書房購買教會公報社出版之「基督徒家譜」或靈糧堂出版之

「家譜」來記載填寫。

加拉太書 6 章 7～8 節：『不要自欺，神是輕慢不得的，人種什麼收什麼。順著情慾撒種，必從情慾收敗壞。順聖靈撒種必從聖靈收永生。』若非出於所應許，順著人的私意，會成為動亂之源。神所應許亞伯拉罕的後裔正是以色列人，夏甲的兒子以實瑪利後裔就是好戰的阿拉伯民族。這些好戰與極端份子如伊朗、利比亞、伊拉克等國，純以個人之利益為出發點，破壞和平協議，動不動就發起聖戰，完全不考慮人民的感受，最終必自食惡果。

西河林雅分			
一世	長清	台灣始祖	
二世	卯雅	卯治	路雅
三世	紹興	君保	某
四世	金龍	水盛	清耀
五世	振容	振忠	振文
六世	清風	耀南	香海
七世	紹福	紹和	紹成
八世	紹南	紹福	紹成
九世	紹福	紹和	紹成
十世	紹福	紹和	紹成
十一世	紹福	紹和	紹成
十二世	紹福	紹和	紹成
十三世	紹福	紹和	紹成
十四世	紹福	紹和	紹成
十五世	紹福	紹和	紹成
十六世	紹福	紹和	紹成
十七世	紹福	紹和	紹成
十八世	紹福	紹和	紹成
十九世	紹福	紹和	紹成
二十世	紹福	紹和	紹成

林氏宗譜序			
二十一世	紹福	紹和	紹成
二十二世	紹福	紹和	紹成
二十三世	紹福	紹和	紹成
二十四世	紹福	紹和	紹成
二十五世	紹福	紹和	紹成
二十六世	紹福	紹和	紹成
二十七世	紹福	紹和	紹成
二十八世	紹福	紹和	紹成
二十九世	紹福	紹和	紹成
三十世	紹福	紹和	紹成
三十一世	紹福	紹和	紹成
三十二世	紹福	紹和	紹成
三十三世	紹福	紹和	紹成
三十四世	紹福	紹和	紹成
三十五世	紹福	紹和	紹成
三十六世	紹福	紹和	紹成
三十七世	紹福	紹和	紹成
三十八世	紹福	紹和	紹成
三十九世	紹福	紹和	紹成
四十世	紹福	紹和	紹成
四十一世	紹福	紹和	紹成
四十二世	紹福	紹和	紹成
四十三世	紹福	紹和	紹成
四十四世	紹福	紹和	紹成
四十五世	紹福	紹和	紹成
四十六世	紹福	紹和	紹成
四十七世	紹福	紹和	紹成
四十八世	紹福	紹和	紹成
四十九世	紹福	紹和	紹成
五十世	紹福	紹和	紹成

蛻變的人生

文 // 林三寶松年部長（嘉中）



林三寶部長夫婦

蛻變實例：麻雀變鳳凰、醜小鴨變天鵝、毛毛蟲變蝴蝶。

傳道書的作者指出：人的生命是主上帝賞賜，生、死（病、老）可以靠努力自行改善，是珍貴禮物，用才能知識及早思考終極目標絕非虛空，只要尋找人生的意義，一生勞碌辛苦絕不會捕風捉影。

如果抱持負面想法：日光之下無新鮮事，週而復始，虛度人生、怨嘆短暫一生，最終仍面臨死亡。

2. 謙恭自省，謹守本份一笑、靜、婉、備（孝敬長輩）的比喻。

笑：慈祥、善意、親近受歡迎。靜：少說話、少批評、少出主意、非麻煩製造者，多說有造就的話。婉：委婉、和氣、輕聲細語、給對方有面子、有尊嚴且和平相處。備：準備時間、金錢、聽使喚、完成任務、受感謝有成就感。總之：年長者行動緩慢，反應稍遲鈍，雖有是非判斷能力，仍需用適當言詞與誠摯態度才能化解凝重的氣氛，並帶來溫馨的場景。

猶太人格言：「不尊重老人無幸福的晚年」、「老年人知道自己不能再少年，但年輕人不知道自己會老」。

保守咱的心，勝過一切，因為一生的果效由心發生（箴言 4:23）

求你教示阮怎麼算自己的日子，互阮得者智慧的心（詩 90：12）

3. 人生意外困境難料，如同賊來無人知——我從前風聞有你，現在親眼看見你（伯 42:5）。要有約伯的風範，體會苦難中與神同在的福份，宇宙中許多奧密不解的事，必須以信心來接受。

4. 耶穌應許「帶給人有豐盛生命」

a. 親近神：「應當一無罣慮，只要凡事藉著禱告，祈求和感謝，將你們所要的告訴上

一、內政部 2011 年 8 月份人口資料

全省 2316 萬人，其年齡結構：

1. 幼年人口 (0-14 歲) 15.65% 362 萬人
2. 青壯年人口 (15-64 歲) 73.61% 1,704 萬人
3. 老年人口 (65 歲以上) 10.74% 248 萬人

聯合國世界衛生組織所定義老年 (65 歲) 人口比率為 7% 以上即為高齡化社會，預估民國 121 年 5 人中即有 1 位老年人，對國家社會經濟造成嚴重問題。

這個世界充滿問題：親子問題、教育問題、家庭問題、就業問題、E 世代（雲端時代）網路問題、性別取向問題，是迷失的年代。

臺灣政局動盪不安，政客勾心鬭角、兩岸情勢不穩、社會缺乏願景，收入少、背負經濟壓力，以致生育率降低，將來必有斷層。現在平均年齡：男 76.15 歲、女 82.66 歲，平均 79.41 歲

二、人生各階段比喻：

- A. 春天（栽培生長）、夏天（長大茂盛）、秋天（成熟完美）、冬天（收成傳承）
- B. 10 歲智力、20 歲學歷、30 歲能力、40 歲經歷、50 歲財力、60 歲體力、70 歲病歷、80 歲黃曆
- C. 學習期：0 ~ 25 歲、工作期：25 ~ 65 歲、退休期：65 歲↑

三、人生上半場——成長中求進步，奠定基礎，雖是孤單卻屬於自己。

中場——檢討、再接再勵、休息走更遠的路，是人生奮鬥的高峯。

下半場——改變守成、造福服務，是黃金時代，是資產而非負擔。肩負傳承重擔，夕陽無限好，黃昏更燦爛。

四、蛻變人生——邁向永生天國

1. 勇敢面對人生成長過程——生老病死，虛心的人有福了，天國是他們的。

成長：量的增加、成熟，外表的感官印象，為自然條件。

蛻變：質的改變，如人格特質及價值觀，為個人心靈的改變。

帝」。如此簡單直接，有效產生聖靈相應，自然就接近神。

- b. 知足喜樂的心：「喜樂的心乃是良藥，憂傷的靈使骨枯乾」。不能有失落感，要知足不能比較，對生活失去信心，人未老心已老，其實可以瀟灑有趣。要活在當下如同保羅勉勵信徒要認識主在基督內喜樂。
- c. 依靠神－耶穌說：我是道路、真理、生命，除非經過我誰也不能到父那裡。上帝是我們的避難所和力量，是我們患難中隨時的幫助（詩 46:1）

若有人在基督裡，他就是新造的人舊事已過，都變成新的了（林後 5:17）指信靠基督與他聯結，得到救贖。人生命中如同交響樂你選擇演奏悲劇或喜劇呢？

腓力比書 4:7-9 節就是心靈蛻變的人生三招：

思念：以信心來觸摸，正面思考成為積極的人。

行動：以實際行動來回應，成為新創造的人，受歡迎的人。

情感：改善情緒以勇氣來見證，祈求與賜咱平安的上帝同在。

五、基督徒生活七要素：

天天讀聖經、常常禱告、勤赴聚會、努力奉獻、領人歸主、服務社會、為主見證。

生命是奧妙的，單靠物質享受會覺得虛空，務必要有恆心、決志，找尋生命的源頭，同時更需要能量，也就是聖靈的灌沃，信仰的支持，因信稱義，才能蛻變人生，如此身、心、靈齊全，成就了聖神的果子：仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔、節制，才能邁向天國。

總會、中會松年事工預告，請關心代禱

時間	內容	地點
3/14（週四）中午 12 點	總會松年委員會	總會會議室
4/9（週二）～ 11（週五）	總會通常年會議	馬偕醫院 9 樓大禮堂
4/12（週五）	中區三中會部員會議	未定
4/18（週四）12：00	總會松年委員會組織	總會會議室
4/22（週一）～ 24（週三）	南區志工認證	高雄中華電信訓練所
4/27（週六）	南區四中會靈修之旅	高雄港
4/29（週一）～ 5/1（週三）	嘉中松年靈修之旅	蘭陽太平山森林
4/30（週二）	總會日間關懷站實務教學	總會會議室
5/11（週六）	客家中會母親節活動	湖口教會
5/13（週一）	北區松年聯合禮拜	馬偕醫院 9 樓大禮堂
5/13（週一）	松年牧養事工研討	雙連教會
5/13（週一）～ 15（週三）	中區松年志工認證	台中中華電信所
5/27（週一）～ 29（週三）	北區松年志工認證	板橋中華電信所
6/7（週五）	中區三中會聯合禮拜	嘉義滿福樓
6/14（週五）	北中松年部創立 27 年感恩禮拜	艋舺教會
9/9（週一）～ 11（週三）	全國松年幹部大會	士林劍潭活動中心
9/21（週六）	屏東中會敬老、慶婚表揚活動	屏東教會
9/23（週一）～ 23（週三）	北區老人關顧專業訓練	板橋中華電信所
9/30（週一）	松年牧養事工研討	雙連教會
10/3（週四）	竹中敬老活動	新竹教會
10/7（週一）	星中重陽敬老感恩禮拜	馬偕醫院 9 樓大禮堂
10/10（週四）	嘉中重陽敬老、慶婚表揚	滿福樓
10/11（週五）	北中敬老、慶婚表揚	艋舺教會
10/12（週六）	南中、壽中敬老感恩禮拜	看西街教會
10/19（週六）	高中、客中敬老大會	龍潭教會
10/21（週一）～ 23（週三）	南區老人關顧專業訓練	高雄中華電信訓練所
11/8（週五）	東中會員代表大會	富里教會
11/12（週二～ 13（週三）	南區四中會靈修之旅	未定
11/29（週五）	北區松年聯合感恩禮拜	馬偕醫院 9 樓大禮堂
12/10（週二）	南區四中會松年聯誼會	未定
12/13（週五）	台中中會敬老、慶婚大會	潮港城美食館
12/14（週六）	南中聖誕感恩禮拜	東門教會

* 原住民中區會松年部若有活動預告，懇請事先告知，以便彙整刊登。