



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：陳義明 執行編輯：鄭佳音

編輯委員：陳德明、莊進祥、林三寶、談嫦娥、陳和平、白世義

松年助理：沈美秀 電話：02-23625282 # 256 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』

美編印製：永望文化事業有限公司 電話：02-23673627

截稿日期：每月30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

松年對基督受難的再思

文 // 周哲卿主委

記得幾年前所推出的《受難記》這部電影，帶給觀眾極大的悲傷，恐懼的情緒久久揮之不去。因為電影翔實將耶穌所受的刑罰血淋淋赤裸裸逼真的展現出來，其震撼性遠超過文字與話語上所能形容。

其實受難節應是嚴肅的節日，身為基督徒，特別是年事已高的松年，我們在受難節紀念耶穌為我們的過犯承受苦難，銘記上帝救贖的厚恩。提醒自己永不忘恩，同時也省察自己的罪，為自己虧欠上帝的恩典而認罪，並求上帝十字架的大能使我們在罪上得勝。可是，很多基督徒在受難節中，他們只專注於個人的偏好，對於耶穌的受死反而感到麻木。

因為，現代人的信仰大都是由感覺來主導，從決志信主，到讀經、靈修、禱告、聽道、做禮拜以至團契聚會，我們都渴望：享受在上帝的同在，卻忽略上帝話語所帶給我們的錐心及踏上受苦十字架路上的幽暗。

看看，今日的講台，講員很少會呼籲信徒去為主受苦，也鮮少會以先知的口吻去指責信徒的罪，並嚴厲的要求信徒向上帝認罪悔改。在詩歌敬拜中，絕少數會唱認罪懺悔詩及哀歌；在團契中，也少有互相認罪的時間；在個人與上帝的關係上，有不少基督徒也坦言，他們很少在禱告中向神認罪懺悔，這樣偏差現象的形成，與我們太過偏重追求良好感覺的目標背道而馳，最後終將受到拋棄。



陳義明牧師、吳信如總編輯、周哲卿主委

在這種過於偏重追求良好感覺的宗教文化之下，要年輕一輩的基督徒受難節去嚴肅反思耶穌的受苦，實在是有夠沉重；要他們一時之間在難得的假期中放棄享受良好的感覺去背負思想及情感上的重擔——基督的十字架，也一定很難適應。

但是，普通而言，松年的生命歷程卻有豐富的受苦經驗，從過去戰亂、艱難、困苦的成长歷程中，松年可說是對基督的受難不僅能深刻體會，且能對上帝有更多真實的感恩。

值此受難節期，期盼我們的信仰不再只是由感覺主導，應讓上帝自己來主導。感覺或平安、或憂傷、或喜樂、或幽暗、或歡欣、或痛苦，重要是我們與上帝同行自然的反應，我們的感覺好或壞並不是最重要，最重要的乃是萬民都能遵上帝的名為聖，上帝的國降臨，上帝的旨意行在地上如同行在天上。

用文字傳福音

（本刊訊）松年委員會為鼓勵長者參與「讀書會領導人員訓練會」，特於新竹聖經書院，舉辦2天一夜的知性活動。由教育部專業講師蕭宗智老師親自帶領大家循序漸進：1. 溫故以知新 2. 習用以練達 3. 電影會談 4. 材料的特性與運用 5. 實務演練與討論。

此次選用的書籍為古倫神父的「病痛與醫治」、「道別·悲傷與安慰」，透過關鍵字的選擇，進入四層次的問題設計。老師特別強調：「討論不一定要有結果，對話才是討論的根本精神。」對話的價值在於：1. 提供表達的機會 2. 激發多元的思考 3. 肯定平等的對待 4. 省思深層的自我 5. 培養深廣的生命。讀書會裡「聽」比「說」更重要，帶領人不是教導者，要堅守「引導者」的角色，在討論時切記：

1. 人人可參與，意見被接納。
2. 彼此有回應，經驗相激盪。
3. 觀念有衝擊，交流有收穫。

帶領討論提問設計有技巧，要注意四層次討論方針：

1. 熟悉與複習材料 --- 不必想
2. 消化與回應材料 --- 想一想
3. 驗證與詮釋材料 --- 連連看
4. 深化與活化材料 --- 細思量

帶領功夫7字訣：

問、聽、應、串、化、結、引
帶領五步驟：

1. 精讀材料 2. 凝聚主題 3. 四層次提問設計

4. 錦囊準備 5. 腦中預演

日本稱黃金人口群為55～75歲，摩西80歲才當領導人，蕭老師現職「中華牧羊人青少年關懷協會秘書長」，每天在開墾農地並學習種植紅棗，他的老師目前83歲，還身強體健教導種植紅棗技巧。

帶領人的態度宜中立：不爭辯、不教育、不權威、無標準答案。發言要平均、時間要公平、注意串場時機。切記：人比書重要，多注意人的感受，體驗部分可多找學員發表感想，讓書與人自然結合。

周哲卿主委以「用文字傳福音」開會禮拜，引用路加1：1～4，感謝認識字、看懂聖經，對神的話語更深層瞭解。耶穌門徒運用文字，超越時空把福音傳揚出去，透過舊約聖經瞭解上帝救恩，且清楚描述神所要表達的誠命與立約。以文字為媒介，讓無法接受教育的文盲，因宣教師把羅馬字帶入台灣，讓信仰前輩能研讀聖經，將神的話語翻譯成各種不同族群的語言。

「台灣教會公報」發行多年，涵蓋台灣醫學史、文化史、信仰史，目前中央圖書館留存有整套的教會公報，透過文字記載、存檔，使上帝話語流傳久久，影響廣闊且深入人心。主委以橫聯「人生如意」、直聯「多讀一二」、「少講八九」來勉勵長者「優質閱讀的」重要使命。

松常委林三寶長老以「願意以上帝同工」做閉會禮拜，引用林前15：58、林前3：7～11、腓力比2：2～5，鼓勵長者將身體獻上，完成主所喜悅的工。

提問設計的體驗學習

文 / 蕭宗智老師

主題：病痛與醫治

地點：新竹聖經書院

日期：2014/3/17

關鍵字	1. 疾病 2. 原因 VS 目的 3. 以靈性面思考 4. 真相、恐懼
已知的	1. 疾病會聯想到什麼？ 2. 與疾病對話的主要模式？ 3. 病痛顯示出自己與神的屬靈景況為何？ 4. 探訪病人會遇到哪些課題？
感受、印象	1. 病痛會如何影響情緒、態度、生活？ 2. 不同模式對話結果會產生哪些差異？ 3. 病痛如果是一把鑰匙，你想可能開啟什麼？ 4. 如何回應病人心中的恐懼？
看法、體驗	1. 個人對生病的看法與感受 2. 分享獨特的對話模式與深刻體驗方式 3. 病痛的屬靈意義與特殊反思見證？ 4. 分享有助益的回應經歷與轉捩點？
體悟、應用	1. 在探訪病痛親友時，如何先預備好自己？ 2. 瞭解對話模式運用後，有何啟發與幫助？ 3. 協助病痛親友看見並面對「病痛」的身心或屬靈意義？ 4. 透過學習對自己幫助病痛者有何認知與期許？
結語	

蕭宗智老師



願意「與上帝」同工

文 / 林三寶（嘉中松年部長）

不論是家傳或經慕道因緣際會受感動而決志信主，經過洗禮成為基督徒，積極的參與敬拜上帝，學習聖經真理，由於恩賜不同，分別投入推動、執行教會中各種不同的事工，藉著各肢體的組織，各盡其職，連動運行，同心合一協力建立一個健全而興旺的教會。

既然蒙恩，當然心存感恩，與主和好，時刻殷勤儆醒，竭力多成主工，保羅曾分享他在教會服侍的觀念態度，他形容，也提醒我們是『與上帝』同工的（林前三：9）強調是合作的關係，簡單的說祂是工頭，我們是小工，小工當然聽工頭的話，依指示「一同做工」、「互相效力」在約翰福音 20:21，耶穌說：「願你們平安，父怎樣差遣我，我照樣差遣你們」，完全由直線的指揮使力，逐步播種至橫線的聯繫，以這種由點到面推展方式來共同廣傳福音，達成使命，目的是『使人與上帝和好』及『勸人接受上帝的救恩』。

願意『與上帝』同工，必需準備四心來執行：

1. 信心（智慧）

推動事工要相信我相信的，因為信心是對所盼望的事有把握（必然成就），對看不見的事肯定（事實存在），所以凡事用信心來突破困境，來突破自我，推動事工不是看我們有多少財力或人力，而是取決於我們看有多大的信心，主耶穌應許我們說『你若能信，在信的凡事都能』，因此會成就大事，能創造奇蹟，信心是我們當有的智慧。基督徒生活的記號，也是衡量事奉能力的標準。

2. 忠心（態度）

主人對好管家的要求就是忠心，盡心力盡力來服侍上帝，要瞭解主人需要，要求新求變（好奴僕的比喻），不論能力大小只強調努力肯幹，要積極作為，在小事忠心，大事可託，證明上帝看我們忠心的態度，遠超過才華的表現。

3. 耐心（和睦）

推動教會事工不灰心、不氣餒，要立定心志排除困難、阻力、批評、誤會、攻擊。我們當依靠上帝，以耐心克服，虛心接受，修正改進後，團體中就會和睦相處，發揮同理心來執行，保羅的勸勉：『要有共同的目標，同樣的



林三寶長老



各組回覆報告

愛心，相同的情感，和一致的想法，好讓我充滿喜樂，不要自私自利，不要貪圖虛名，要彼此謙讓，看別人比自己高明，不要只顧自己，也要關心別人的利益。你們要以基督耶穌的心為心。』（腓二 2-4）。

只要以耐心來執行，用謙卑事奉，不論栽種或灌沃，經過辛勤耕耘必能歡呼收割，因為成長在上帝。

4. 合心（平衡）

既然心甘情願與主同工，要合心協力，只要各肢體協調和諧不失平衡，那麼能量加添水到渠成，要趕快做工，因為福音有急迫性，有時機性，失去了就不能復返，尤其松年朋友，務必趁白日工作，否則黑夜來臨就後悔莫及了。

結論：

我們願意『與上帝』同工，與上帝合作，一切聽從指示，將身體獻上，當做活祭是聖潔的（羅 12:1），先成為主所喜悅的人，才能完成主所喜悅的工，要用信心、忠心、耐心、合心來推動執行事工，這是牧者、長執、會友等責任與義務，這些勞苦在主裡面不是徒然的，會得到賞賜的，當然願將一切榮耀歸與上帝。

參考經文：

哥林多前書 3：7～11、15：58

腓立比書 2：2～5

新聖詩 552 首「大家勇敢同齊腳步」

* 此文為 3/18「讀書會領導人員訓練會」閉會禮拜

阮著怎樣做？

文 / 張朝棟牧師 (星中·台北公館)

歡迎星中松年部例會來公館教會，長者最大的財富就是：信仰傳承。透過與人握手的力道、溫度，可以瞭解對方的心情與活力。當年老時面臨耳不聰、目不明、齒動搖、腳無力時，還能做什麼？其實生存的意志力、動力、目標很重要，我對年長者的看法：

1. 上帝的祝福 (創 24 : 1)

生添多多，子孫遍滿全地。亞伯拉罕晚年得子，以撒 40 歲和利百加結婚，亞伯拉罕娶媳婦時已 100 多歲，仍得到主滿滿祝福。

2. 正視生理的老化

步調放慢注意保暖，該拿拐杖就別逞強，當作是摩西手中有權柄的象徵。腎臟代表眼目，腳是第二心臟，善用各器官的獨特功能，調整生

活作息才不會太累。

3. 對子孫的祝福 (創 27 : 1、創 48 : 10)

祝福後代子孫輩，年長成熟的過程唯有依靠主，才能成為後代的典範。(來 13 : 7 ~ 8) 誠如新聖詩 618 首：逐時扶持保守，直到臨終彼時。

4. 屬靈的承先啟後

堅定持守傳揚基督真理，遵趁聖神的義人，學習西面、亞拿(路 2 : 25 ~ 32) 敬虔與渴慕的心，禁食祈禱盡職服事，一生願望達成，無憾見主面。

長者該如何做？彌 6 : 8 有最好的詮釋：

(一) 分享與施捨 (路 3 : 10 ~ 11、徒 20 : 35、提前 6 : 17 ~ 19)



張朝棟牧師



星中談綏鄉松年部長



吳興教會陶笛班會友



與會松年朋友

心存憐憫、行好事、好所行、歡喜濟貧甘心樂意給予需要者。為自己積聚好地基，捉住活命真理。

(二) 對人公平、公正（行公義）

做生意講求信用，待人更要誠實，對事不可大小眼，謙卑與主同行（路 3：12～13）

(三) 當好的領導者（路 3：14）

把握上帝給你的恩賜，成為他人的祝福（斯 4：14）。當位高權重時，要自我節制，才不會陷入誘惑困境。

(四) 遵守上帝誠命

順服上帝跟隨主道，倒空自己、愛人如己。

(五) 持守動力，得聖靈賞賜

（徒 2：37～39）從悔改、受洗到主赦免、得賞賜，才是靈命更新之道。重視 1. 個人靈命 2. 家庭信仰 3. 教會服事，且時時操練自己，才能提升信仰生活。

1. 個人靈命：勤讀經、為他人禱告，倚靠上帝（詩 71：5～9）、分享見證（詩 71：16～17）、信仰傳承（詩 71：18、詩 78：4～7）、靈命提升成為他人祝福並落實於信仰生活。

2. 家庭信仰：為全家歸主、得救迫切祈

禱，求主興起祈禱的壇、親近神的環境、結連基督身軀興起家庭祭壇，祈禱親人有柔軟的心，早日經驗到神的關懷與權能。全家服事上帝（書 24：14～15）：阮決斷欲服事耶和華。從認識耶穌、裝備訓練、委身基督到服事教會，需有完整的栽培訓練。

3. 教會服事：成為信仰模範

（多 2：1～5）老人倫理關鍵字：少批評論斷，多思考（THINK），長者勿輕看自己，努力操練成為代禱勇士與傳道後盾（西 4：2～4、帖後 3：1～2）

THINK：

TRUE--- 求證是否真實？

HELPFUL--- 是否幫助人？

INSPIRING--- 是否激勵人？

NECESSARY--- 有需要說嗎？

KIND--- 有出於良善動機嗎？

長者是教會無形資產，在談論、交通中勿耳根軟或惡人先告狀，尤其在行為操作方面要自我節制、設立界線、謹守本分，以上帝誠命成為生命準則、確認身份認同、職位分別，透過聖靈力量以拯救更多靈魂。身體健康蓋要緊，替人祈禱矜憐。

阮著怎樣做？（與會者回應）

文 // 游枝月（星中．台北公館）

松年兄姊相見面，歡迎請安笑咪咪。
拾玖家的教會來，百柒左右校咳咳。
綏鄉部長就開始，下面交互牧師伊。
朝棟講要怎樣做，年長兄姊攏是寶。
雖然到老又閣散，我信靠祂有幫助。
因我欠缺主補足，深信才有好結局。
宣揚救主的名字，直到臨終彼的時。
西面義人閣敬虔，得著聖神的代先。
有看見了主基督，也有聖神的感動。

亞設支派的亞拿，八十四冬的守寡。
禁食祈禱的服事，盡職堅定持守來。
分享施捨分互人，也著按呢抹空空。
要留信仰互後代，全家歸主才應該。
八十以上求添壽，神賜一百要怎樣。
多了二十要做工，只有祈禱找多項。
聖工多多算抹了，自己思考記互凋。
後會有期再相會，願主賜福咱大家。

探訪不「NG」，真情「百分百」！

---- 2 本探訪與關懷「病痛者」與「悲傷者」的實用技巧與實務探討手冊

文// 吳信如總編輯（南與北出版社）

Web <http://www.sn-publishing.tw/>

道別、悲傷與安慰——悲傷者與陪伴者的實務手冊



目錄：

前言：以屬靈的態度面對病痛——病人與陪伴者筆記

引言

1. 疾病的意義
2. 以靈性的態度面對疾病
3. 陪伴生病的人
4. 結語：陪伴帶來雙方的祝福
5. 給病人的祝福
6. 陪伴病人的實用儀式



目錄：

前言：給悲傷一個家

引言

1. 各種不同的悲傷階段
2. 陪伴悲傷的人
 - 安慰不是敷衍
 - 臨終陪伴
3. 用儀式陪伴悲傷者
 - 陪伴悲傷者的原則
 - 各種實用儀式
4. 結語：悲傷就是愛
5. 為悲傷者祈禱

在社會與教會逐漸高齡化之際，如何幫助會友與社區面對病痛與死亡無非是教會事工的另一個重點。教會內有許多為病痛者或悲傷者的關懷事工所組成的關懷小組，他們都受過很好的陪伴與安慰訓練，但往往面對不同狀況，常覺得還需要更多充電與內化來使受探訪者得到更多的撫慰，深度在主內感受傷痛的療癒；在專業領域給大家許多寶貴實務經驗與帶領的古倫神父所著作的《道別、悲傷與安慰——悲傷者與陪伴者的實務手冊》及《病痛與醫治——病人與陪伴者的實務手冊》，這兩本書非常適合當成個人面對病痛與悲傷的靈修、陪伴者與關懷小組的造就，以及探訪關懷時的伴手禮。

2013 年 4 月，古倫神父與台灣南與北文化出版社社長吳信如女士，一起為台灣教會與社會企業規劃一系列歸於悲傷與悲傷陪伴以及為病人和陪伴者所作的演講，的演講。聽講者擠爆整個馬偕醫院大禮堂，講者在獲得寶貴的專業帶領之後，強力要求希望能將演講集結成實務探討手冊，讓需要的人能得到這非常實用的書，因此，我們整合這些豐富的現場素材與原本演講的內容，以「實務手冊」的方式出版這兩本書。

在《道別、悲傷與安慰》一書中，一方面讓悲傷者藉閱讀有關悲傷的想法與靈修儀式，面對與處理自己的悲傷，另一方面也為陪伴者預備，讓陪伴者可以深入地瞭解悲傷的意義，更具體地陪伴與安慰周遭悲傷的人，讓他們能夠克服悲傷。有位原住民牧師特別在一次宣教會議中給我們回應，他運用了這本書的各種悲傷陪伴的儀式來主禮告別式與慰視遺族，發現整個告別式的內容與品質都提升了，讓來參加的許多非基督徒也願意重新在基督宗教的價值觀中檢視自己的生命，甚至對於教會產生興趣，這無非是最有效的宣教禾場啊！

在《病痛與醫治》一書中則是讓病人了解自己的病痛，並以靈性態度面對；另外這本書更是為陪伴者、醫院關懷師、探訪病人的教會成員及病者家屬所寫的，可找到實用的幫助與陪伴，書中有關儀式的建議，可一起進行；更有深受助益的默想，及對需要者的祝福。

古倫神父「道別、悲傷與安慰」、「病痛與醫治」2本合購加贈讀書會帶領人培訓手冊、書袋，含運費，只要 350 元，請速傳真訂購 02-2363-2669 松委會或聯絡 02-2362-5282 轉 256 沈美秀助理。

[永遠不嫌老]

總會松年大學將歷年授課精選內文集結出書，共 358 頁每本 150 元，可洽各大福音書房購買或電洽總會發行室 (02) 2362-5282 分機 215、218 傳真 (02) 2363-1722



認識「手語」(七)

歡迎加入博愛手語教會 facebook 粉絲團

圖片提供 // 吳信蒼牧師

示範 // 吳信蒼牧師、陳慈美師母、謝仁博長老、陳桂芳執事、吳建興長老、嚴仟惠長老娘

[以北區之使用示範]

媽媽(女生、母親)



① → ②

(採用 2013 年 11 月刊示範圖片)

- ① 握拳後將食指及小姆指伸出，手掌心朝外，食指輕點一下臉頰。
- ② 收起食指再將小姆指往外輕推。

東



伸出大拇指及食指，如 L 的形狀。

節



① → ②

(採用 2013 年 10 月刊示範圖片)

- ① 將 4 手指全打開，大姆指要收好。
- ② 將手指左右手一起先從食指…一節一節收起來。

西



伸出大拇指及食指，如 7 的形狀。

快樂



① ←→ ②

(採用 2014 年 1 月刊示範圖片)

[快樂]手指全開手掌朝自己在胸前上下移動，要加上臉部的微笑喔。

北



伸出大拇指及食，如 L 的形狀。