



松年之光

2019年11月170期

(11月25日出刊)

中華郵政台北雜字第 2080 號
執照登記為雜誌交寄



國內
郵費已付

台北郵局許可證
台北字第 6460 號
雜誌類

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：李佳民 執行編輯：鄭佳音

編輯委員：謝尚振 張逢春 Paqeliras 王德成 蔣義雄 Mona Tali 黃錦秀 Malacemac 白長榮

松年助理：陳家琳 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 25 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會 / 族群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

活到老，學到老，成長到老

文 // 周哲卿主委

農曆九月九日是重陽敬老日，欣見各中會、族群區會及各教會，在此節日都舉辦隆重的感恩禮拜或慶祝大會，代表教會對高齡長輩的誠摯敬意，同時求神保守賜福所有長輩老當益壯，為主所用，活出精采且有意義的生命。

特別籲請教會，在高齡時代，讓大家更重視老人牧養和宣教工作，對社區老人的愛心服事好好來開創新的宣教契機。

有篇文章【細數人生】：老張和老王閒來無事在聊天，二人互道飛快的歲月真是不饒人！老張：「回憶兒童時代過得最快樂的是兒童節」。老王：「過了十年青年節」。老張：「再過十年母親節」。老王：「再過十年爸爸節」。老張：「再過二個十年就是重陽節」。老王：「再過二個十年……」。老張：「清明節」。人不是老才停止成長，而是停止學習才老，老與成長只有一線之隔。

藉著重陽佳節，想跟大家分享二點，這幾十年來參與松年事工，對松年長輩的看法並盼望一起來學習成長，越活越精采。

(一) 活出有信心與活力的松年

讓年輕人或中年人，對未來變老產生積極的嚮往與盼望。年輕人總以為松年團契是為年長者舉辦的，殊不知也是為他們舉辦的，因為在意想不到的時候，轉眼間年輕人也將變成老人而感嘆：人生之快過。正如舊聖詩 382 首第三節的歌詞所說的：「人踮世間若眠夢，功名富貴攏空空，啥時纔是做小子，一目瞬久變老人」。天主教恩高本聖經，德訓篇第八篇裡講到有關與人相處要有明智的教訓，第 7 節說：「不要輕慢老人，因為我們將來也要成為老人」。對今日中青代來說，這真是經典哲言！

相信大家都能體會到前半生的歲月若走得順利後半生也必然如此。身為終身義工的孫越也曾提醒年輕人要及早準備才能在老年時有東西可展現出來。

坦言以前他想到死亡也會害怕，但 51 歲受洗信主後，對死亡就不再害怕，孫越認為老年人最怕【心】死，所以只要抱持學習新事物的興趣便有所成就。松年長輩要「活到老，學到老，成長到老」，更是年輕人、中年人的最佳典範，讓他們學習松年長輩所經歷過的人生智慧，將來他們也會走過豐盛的晚年生活。

(二) 活出有尊嚴的松年是長者永不羞愧之路

松年長輩們要如何過年老幸福的生活呢？年輕人感嘆成為中年人，中年人感嘆成為老年人，老年人要感嘆誰呢？總不能常自嘆：「老了，無效，那麼別人也看你作無效」，自怨自艾的人反而會增加身心機能衰退的速率。

曾在了一本基督教雜誌看到一個很感動人的小故事，有一所國外大學大門口傳達室的工友，總是喜歡摸摸學生的頭為他們禱告。有一天某位教授生病了，工友竟然跑去代課，後來學生才知道工友真實身份是前任院長。他退休之後仍然待在傳達室擔任工友，甘之如飴，目的只是為了可以繼續和學生們接觸、鼓勵學生。

詩篇作者一生熱切愛主事主，遵主誠命，即便已是身體衰殘的老年人，心裡卻仍盼望上主絕對不要遺棄他：「耶和華我投靠祢，求祢叫我永不羞愧」（詩七十一：1）。使徒保羅的教牧信函裡，要提多致意牧養合乎主樣式的年長者：「你所講的，總要合乎那純正的道理。勸老年人要有節制、端莊、自守，在信心、愛心、忍耐上都要純全無疵」（多二：2）。松年團契是讓老年信徒不斷學習成長的園地，盼望松年長輩們，在人生有限的日子中，還有許多未完成的使命等待完成，讓我們以基督信仰來參與，帶領長輩共同學習與交流，即便年歲漸長但藉由生命的不斷學習、成長與分享，彼此歡慶重陽敬老佳節，祈願親愛的松年長輩們一起加油彼此共勉！

相愛連結 見證基督

文 // (幹部大會)

(本刊訊)2019年全國松年幹部大會在苗栗錦水溫泉飯店召開，風和日麗天氣涼爽，4部遊覽車在高鐵站接與會者前往會場。許久不見的松年夥伴開心問好，氣氛熱絡真的是1年1聚難得的盛會。

主委周哲卿長老開會禮拜中以【重新再出發·期許與展望】為題，引用利未記19:32【你們要敬重老人，在白髮的人面前恭敬侍立，你們要敬畏我；我是上主】。強調對內凝聚要重視松年牧養，對外宣教建立【營造友善高齡教會】的宣教方針。

台灣老化人口速度比普悠瑪號火車速度還快，孤獨老人越來越多，教會準備好該如何因應嗎？期盼神學院也能將【老年牧養】視為必修課程。松大學生很多不是基督徒，但因為來教會選課而開始認識教會，甚至願意受洗，這正是最棒的契機。早年沒有其他娛樂，很多人會聚在樹下泡茶聊天，若能傳福音對宣教有很大的影響力。

印度140歲人瑞，當記者問他人生有甚麼期待？竟然只吐出兩個字：【想死】。真的孤單會帶來絕望，人瑞對現在感覺陌生，生不如死確實很悲哀。

【一領一高齡關懷事工分享】專講，陳義明助理總幹事/王文秀主任再次提醒大家：教會的願景與預備：領受乎召/起身出發/用愛服事/祝福社區。200多年前平均壽命是38歲，現在已超過80歲。逆齡、凍齡、創齡、無齡已成為顯學，長壽未必健康，真實人生裡不健康生命約8-10年。老人世代已來臨，台灣有本錢面對危機嗎？超英趕美越日贏韓，台灣將成為全球最老國家。

為什麼台灣老化速度不輸日本海嘯，因為生的少/活的長/老的快。勞動力改變趨勢，會有很多過勞老人，因為必須出賣自己體力才能活下去。我們都可能面臨孤單的一個人老後，心理孤寂/身體不適/經濟弱勢，誰也不想【孤獨無助地終老】。養兒防老已不再，老老照顧是常態，活力老化才是王道。

高齡社會沒有人是局外人，教會因著福音使命，更不能置身事外，讓教會成為高齡者及其家庭的倚靠，更是社區的盼望。教會是社區服務的平台更是好鄰居，運用各教會的人力/空間，建構出長輩的幸福之家。老化要成為祝福的過程，除了成功老化/活躍老化/生產老化，最棒的是【恩典老化】。

人生下半場過好每一個今日，每個瞬間都是幸福。熟齡四共：共學/共玩/共好/共老，善終四道：道歉/道謝/道愛/道別。誠如張培理牧師所言：【我們不是單以高齡關懷事工帶領長者信主，應是透過關懷事工使長輩真正體驗到主的溫暖，在晚年享有堅固的信心。願長輩因為





有大家的服事，且有尊嚴並有堅固信心過晚年生活，使教會成為社區的盼望與祝福。

早禱禮拜由王德成牧師主領，以使徒行傳 24:24-27 經文，解析【腓力斯】這個角色。他聽保羅講道甚受感動，但又貪愛錢財不肯謙卑，因此失去得救機會。人常被雜務纏身消滅聖靈的感動，其實有機會參與事奉正是最大的祝福，不要找藉口成為【得便再來】的基督徒。

鄭明敏師母專講【台灣普世論壇之影響力】，從台灣普世論壇的源起 / 普世運動中的台灣基督長老教會 / 台灣普世論壇的模式 / 台灣普世論壇的相對因素。從台灣國際孤立談起，各種國際研討會更是被中國羞辱，聯合國大樓只要拿護照就可進入參觀，但只有台灣人不可以，因為國家不正常化，台灣新聞根本無法上國際板。中國牧師甚至不願參加台灣基督長老教會舉辦的【普世論壇】活動。

聖文森衛生部長常為台灣據理力爭，但國際上台灣是沒有國家的（中華台北，甚至在國際比賽得獎，升的旗幟是奧委會的旗。當高俊明牧師因美麗島事件被捕入獄時，普世派員來獄中探訪，形成國際輿論，被稱為是【台灣為信仰努力發出先知的聲音】。雖然國際形勢對台灣不利，但身為普世論壇執行成員只能勇往直前不畏強權，台灣只有 1 個議題：掙脫不實名稱，強調被孤立的實情，但願台灣人都能懂得分辨，才能健

康快樂活得有尊嚴，在顛覆、洗腦、假新聞充斥中，能保持清醒頭腦，堅持做勇敢的台灣人。

醫學專講由彰基陳穆寬院長已【活力松年】為題，詳細介紹【長者保健】資訊：高血壓防治 / 糖尿病控制 / 痛風 / 耳鳴 / 暈眩 / 癌症都有詳盡解說。法律專講由汪紹銘律師談【樂齡法律新知】，讓長者更了解【財產處理規劃與健康長照保健】，仔細說明自書遺囑與代筆遺囑的要件。

相見歡節目由各中會卯足勁成果發表，黃錦秀常委擔任主持，中規中矩把合唱 / 即興表演 / 有獎徵答穿插的緊湊且有趣，嘉中猜字謎長者超智慧，一一解答出正確答案。天黑黑猜 6 個動物名，標準答案：象馬鹿獅豹虎，引來會心一笑。木瓜還沒黃猜聖經人物：該穩，超有意境。

周宏仙老師【長者失智認識與陪伴】專講，王德成牧師司會，臨時開金嗓唱【有人在為你禱告】與【活出愛】，令人如痴如醉，天籟之音彷彿天使下凡，果然仙姑就上場了。介紹資源分享與失智症的認識，鼓勵長者天天要曬太陽 15 分鐘，可幫助入眠。強調陪伴的重要性，透過園藝 / 音樂 / 運動 / 寵物 / 遊戲 / 懷舊 / 芳療等治療，讓失智長者能延緩惡化。

李佳民牧師【松年事工宣導】，謝尚振常委閉會禮拜，以【把握機會】與長輩互相鼓勵，活在當下珍惜擁有才能成就大事讓福音廣傳。

北中靈修旅遊

文 // 劉敏輝書記

北中松年部舉辦花東 3 日靈修旅遊，參加會友相當踴躍共有四部車，總計 148 人共襄盛舉，第一站在石碇休息區將來自永和 / 新莊甲車，板橋乙車，天母 / 三重的丙車，新店東三門的丁車，會合後一起同行，前往花東靈修旅遊。

雄偉壯觀的東岸山脈，千層疊翠的華麗景色，難怪吸引遊客們絡繹不絕前來尋幽探訪，也再次印證上帝所創造宇宙萬物的偉大奧妙。車到達花蓮已是中午，大家飢腸轆轆，直接到餐廳享用午餐，餐後參觀星巴克全國最夯的白色貨櫃屋旗艦店，非常獨特的設計很漂亮，相連花蓮地標綜合大樓，現代化百貨商場跟影城，旁邊的「開心農場」緊臨大海邊，景緻相當怡人。

下午幾續往南開往台東，路過馬太鞍濕地，參觀原住民的文化，用滾熱的石頭煮海鮮湯，同時品嚐特殊的風味，解說後了解，原住民傳統如何創造生物鏈的生長環境，祖先們如何養魚，蝦，鱔，鰻魚，創造完全無污染生態的環境，上帝賜給人類的智慧，是多麼的被讚揚與歌頌。台東晚餐後，晚餐後回飯店休息，保養體力以便繼續行程。

第二天一早先到賣台東名產釋迦的商店試吃，又大又香甜，台東名產絕非浪得虛名，試吃後有中意，可以購買帶回台北。參觀「脫線先生」的養雞場販賣部，試喝雞精，聽脫線唱歌，順便採購相關商品，促進經濟繁榮，接著前往台東原生應用植物園區，吸收芬多精，試喝多樣有機農特產品，中午在園區內享用午餐，餐後繼續南下到富里農會，拼經濟帶動地方繁榮。到瑞穗農場休憩，品嚐農場特色商品，可現場享受農場自製牛乳商品外也可宅配到家。感謝上帝使空氣更涼爽，不因地面濕滑帶來行動不便。到林田山森林

遊樂區，天空飄起微微細雨，樹瘤雕刻的藝術品美不勝收，導覽解說讓我們了解台灣林業的發展生態。

在花蓮吃完晚餐，前往飯店開始靈修禮拜，感謝輔導羅龍斌牧師以「不住禱告」來勉勵，傳達聖經訊息，帖撒羅尼迦前書五章 16-18 節：著常常歡喜，著祈禱無息，凡事感謝，因為這是上帝惦佇基督耶穌向恁的旨意。用喜樂感謝的心向上帝禱告，每天要不住禱告跟上帝說話，為自己及親人禱告，也為教會 / 國家禱告，祈求必得神的應許，以韓國為例，韓國人 4 點就到教會齊心協力為國家禱告，韓國在這幾年國家變得非常強壯可為借鏡，所以要不住禱告，為自己，家人，親人，教會，國家來禱告，祈求必得神大大的應許。

遊覽車北上，沿途參觀雲山水，有山有水有湖有瀑布的美麗景點，裡面的建築都具有特色偏向歐美風格，有不同名稱的民宿，散落在園區的四週，組成雲山水私人觀光景點，民宿也很有創意：「有熊的森林渡假村」，「雲山水 Ha Home」，「88villa 渡假村」，很美的民宿庭園，中午在青葉餐廳用餐。回程也安排參觀亞泥蝴蝶館的生態園區，有戶外的蝴蝶館 / 網室的蝴蝶館，培育許多品種的蝴蝶，真的用心良苦，投入許多經費去培育維護，園區也種植了許多植物，還有養殖竹節蟲的園區。3 天的行程畫下完美的句點，觀賞後繼續前往烏石港享用晚餐，各車就分道將人員載回原上車地點，讓大家回到溫暖的家，感謝上帝的恩典帶領北中松年部參加秋季靈修旅遊的兄弟姊妹，一路平安讓所有人身心靈都得到健康飽足。



有智慧的時代見證人

文 // 紐西蘭長老教會林明釵弟兄

在撒旦掌權的世界末世，耶穌基督再來之前，有神的大敵人出來，他名叫【敵基督】。此人極力敵對基督，希望取代神的地位受人敬拜。在“敵基督”出現前，會有一些類似『敵基督』，他們的特徵是：

1. 不像信徒，離開教會出去。
2. 不信神道成肉身，不信耶穌是從神那裡來。
3. 不認神為父。
4. 沒有父。
5. 是撒謊和欺騙人的。

在台灣這個社會裡，基督徒可說是少數中之少數。尤其我們這一世代的老基督，尚能堅持保守傳統的信仰已是鳳毛麟爪。所幸的是我們並不孤單，有主與我們同行。在有生之年，我們能為神做些什麼呢？謹以下列幾項事工來互相勉勵：

1. 堅守三位一體信仰。

我們長老教會所信的就是聖父、聖子、聖靈三位一體的神。他們的工作 / 能力 / 本質相同，但不是同一位格。三位在救贖工作上的次序有所分別：（1）聖父（2）聖子（3）聖靈。

2. 堅守神的誡命。

舊約裡神藉摩西頒佈十誡，其要義是愛神，愛人。

愛神的表現：不可有別的神，不可為自己雕刻偶像，不可妄稱耶和華的名，當守安息日。

愛人的表現：孝敬父母，不可殺人，不可姦淫，不可偷盜，不可作假見證陷害人，不可貪戀人的房屋，妻子，僕婢，牛驢。

在新約裏，耶穌增加一條誡命，說：我賜給你們一條新命令，乃是叫你們彼此相愛；我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。

3. 堅守身份，活出信仰。

學習但以理和他的朋友，不以巴比倫王的酒及



膳食玷污自己，更是在心態上向神保持聖潔和敬畏，堅持我們所信的神，不因為環境而改變心志。

4. 教養敬虔的後代。

在台灣偶像崇拜非常興盛，傳揚福音確實不易，但至少可以從自家做起。學習約書亞愛神的心志。約書亞年老時召了以色列的長老、族長、審判官、官長來到神面前，回顧以色列人的歷史要求他們敬畏耶和華，誠心實意地事奉祂。進而挑戰他們的信心說：『若是你們以事奉耶和華不好，今日就可以選擇所要事奉的；是你們列祖在大河邊所事奉的神呢？是你們所住這地亞摩利人的神呢？至於我和我家，我們必定事奉耶和華』。

祭司以利兩個兒子，也是祭司身分，卻不把神的律例放在眼裏。在獻祭時多取應得的祭肉，並將應該焚燒在壇上的脂油取為己用，且與會幕前事奉的婦人苟合。以利雖警告兩個兒子，卻未採取制止行動，兒子的惡行繼續，導致神嚴厲懲罰：兩個兒子一日同死，以利家中永遠沒有一個老年人（必死在中年）。神是聖潔公義的，願大家都警醒順服謙卑服事討神喜悅。

幹部大會精采回顧



松年頌讚

作詞：星中·東門東俊卿長老

人生親像風咧吹 一目矚久就經過
凡事仰望父上帝 主恩同行袂後悔
松年 松年 堅固信 聽主話
虔誠事奉心無退 基督精兵滿四界

生命若樹栽溪墘 照時照陣結果子
早起開花發 (puh) 新穎 (inn) 暗時凋謝落塗去
松年 松年 重頭生 主囡兒
做光做鹽傳真理 榮光冕旒頭頂戴

主是世代避難所 消憂解愁擔勞苦
著 (tióh) 觸 (tak) 餒志行迷途 拊牢冕救主得快樂
松年 松年 人生路 主賜福
憂傷的靈下 (hē) 山谷 喜樂的心上 (tsiünn) 天國

