松年之光

2016 年 12 月 135 期
（12 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

國內郵資已付
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：陳義明　執行編輯：鄭佳音
編輯委員：吳志仁 、林梅粉、許秀梅、莊進祥、高朝枝
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

感恩是最大的神蹟

（本刊訊）北中 / 星中北區松年聯誼會在馬偕醫院大禮堂，近 900 人參與，場面溫馨熱絡，聽著優雅詩歌，隨著黃旭正牧師的証道進入感恩時刻。星中松年合唱團陣容龐大，46 人以【祢扶持我】/【耶穌至好朋友】帶會眾進入頌讚氛圍。北中松年合唱團，鮮豔的服裝超搶眼，43 人以【如親向老父】/【上帝我要讚美】獻詩。許秀梅部長、陳嘉昇長老、鄭忠仁牧師、薛伯讚牧師、施壽全院長分別擔任要職祝福長者身心靈都健全。

北中黃旭正議長看到台下滿滿的長者，心中感觸很深，覺得能和超過 54000 歲的樂齡長輩聯誼活動，是最美的祝福。往生 / 善終不再是禁忌，台語的【過身】是很傳神且貼切的字眼，因為信耶穌相信肉體雖死靈魂卻可翻過身體去找創造的主。美國某議員因說錯話：「死是老年人的責任」而下臺，可見死亡是嚴肅且無可避免的，不因年齡而受到歧視。蔣中山醫師說過：【人生為擔重任而生，必須走過艱困的路，若無人同行則備受辛勞】。主內兄姊何其恩典能與主同行，路加 17 章耶穌醫好 10 個長大痲瘋病者，只有 1 個回來謝恩。我們天天呼吸順暢，能自由享受空氣與自然美景，是否感謝過上帝？

記得童年時常吟唱福音短歌，簡單幾句歌詞卻印象深刻，因為有滿滿的恩典與感動。最大的神蹟就是感恩，能正常呼吸就該感謝：

1. 感恩要找出理由，隨時找出值得感恩的事項，在上帝的恩典中喜樂活出精采生命。感謝上帝讓我沒錢買車，可以一夜好眠；等存夠錢想買車卻睡不著。只有上帝是債權人，我們都是債務人，一生能衣食無缺都是主所賜，能收得多正是為了奉獻，為主營造更大的空間。

2. 感恩是寶貴的：人往往跟主懇求得多，感謝得少，其實越感恩反而懇求的事越實在。懂得感謝就是福氣，得勝的基督徒，不僅身體得到醫治且心靈有救贖，從主的話語中得到激勵與飽足。銀髮族有很多事要做，不要只想自己進天國，也要順手牽旁人同入天國，不論老幼只有回到上帝面前，年歲才算結束，願主恩典賜福給長輩，通過聖神扶持幫助阮。使靈性更豐盛。

星中鄭忠仁議長提醒長者每天 2 分鐘祈禱，在座 900 人每天就有 1800 分鐘，也就是 24 小時都有人接力在禱告，這是多美的聖工。松年的定義：像松樹般屹立不搖，長者要學習放手不要只會當台勞，要完成夢想就要走出去與人互動、多運動、動動腦，這樣人生才不會一成不變。期待社會別把老人當老人，人人都可成為他人的守望者，減少臥床率，在社會價值普遍是速成文化之際，才能越侍事奉越甘甜。

馬偕施壽全院長鼓勵長者要站立得穩，小心避免跌倒，健康老人服務弱勢老人，是最美的畫面，期待長照開辦後有更多人能得到妥善照護。第二部份專講請台大外科主任賴鴻緒長老，以【肉體的復活】從醫學角度來看「肝的復活」，內容精采會眾聽得笑呵呵，賴醫師強調醫生只是救人事業，教會服事才是心靈的甦醒。肝受損 14 天會再成長，肝臟移植不再是空談，因肝再生能力超強但要避免肝硬化與受外力撞擊。人雖可掌控肉體復活，但罪得赦免，享永遠的生命卻是主的權柄。

迦勒精神傳承

文 // 陳信茂書記（嘉中松年部）

『獨獨我的奴僕迦勒，因為伊另外有一個心志，完全隨我，我欲導伊入所行到的地；伊的後裔也欲得著彼個地做業。』〔民數記 14：24〕此乃耶和華上帝對 85 歲大勇士迦勒的肯定與應許。弟兄姊妹參與松年事工服事，都應從迦勒身上得到激勵勇敢向前。

嘉中松年部在北榮教會舉行年會，全中會所屬教會松年團契會長、代表 / 牧長、顧問、部員近百人參與，從早上 9:00 至 12:00 圓滿結束。全程分三部份：① 感恩禮拜 ②2017 年部長 / 部員選舉③餐敘。

北榮教會李豐盛牧師禮拜中引用聖經詩篇 92：12 — 15 就『In 年老 e 時猶原結果子，In 汁滿滿色青翠』以「松年之福」為題證道，闡述 75 歲順服上帝呼召離開家鄉踏上應許迦南旅途的信心之父亞伯拉罕，以及 85 歲的迦勒自告奮勇披上戰袍領軍攻佔神應許之地。勉勵松年代表務要汁滿滿，色青翠。

趙敏聰部長在禮拜後作事工報告並抒發感言，他語重心長感念兩年來陪著松年兄姐走過，自己也真正融入其中且滿足感恩。他並以「疼惜別人」、「快樂自己」、「榮耀上帝」與大家共勉。期許新年度新部長 / 部員要創新、要享受服事，並自許會當個顧門口的好同工。

選舉結果：部長：劉美〔白河教會〕。部員：吳雅雯〔東門〕、李煌榮〔西門〕、周國正〔新營〕、葉昭生〔新港東〕、梅瓊娟〔朴子〕、莊茂松〔過溝〕、莊俊吉〔虎尾〕、蔡逸藹〔土庫〕。

感謝主！ 2017 年嘉中松年部事奉團隊已順利產生，求神給他們智慧與熱情，讓他們看見松年需要，快樂享受服事，帶領嘉中松年部新氣象與新展望。

餐敘中，感恩的、祝福的、勉勵的、期許的都在主裡真情流露。大家元氣十足、喜樂滿溢，像傳承了老將軍迦勒的精神，為神應許信祂的人，在另一個山頭共同快樂前進，慢慢變老。

恩典的時刻

文 // 林麗卿副部長（東中松年部）

2016 年是恩典滿滿的日子，東部中會松年事工部舉辦重陽敬老感恩禮拜，清晨五點多南區台東的兄姐搭乘兩部遊覽車前來花蓮，沿途各教會的牧師開著福音車，負責載年長的兄姐來花蓮美崙長老教會參加感恩禮拜聚會。

半夜三點多鐘，花東下起大風雨，我被雨聲驚醒，擔心天亮 290 人左右參加聚會。因為事先已印製好手冊和訂妥便當，只能迫切禱告，求上帝憐憫氣候，也保守兄姐出入一切平安。禮拜開始看到牧師和所有兄姐擠滿禮拜堂，本來擔心下大雨人數會減少很多，但感謝神，花東地區傾盆大雨，也擋不住兄姐的熱情參與，真是恩典夠用，主親自引領。

上帝喜悅松年的長者，更憐愛年長的弟兄姐妹，今年滿 85 歲有 19 位，90 歲以上有 53 位，102 歲、99 歲各 1 位，金婚七對，鑽石婚 6 對，白金婚 2 對。感謝東部中會副議長簡慶懿牧師、書記王睿智牧師、輔導蕭承宇牧師及松年部吳懋勛部長暨全體部員頒獎並參與禮拜，更感謝東部

中會北區婦女詩班、OJS 聖樂合唱團獻詩，使現場增添不少喜氣，當然最感謝美崙長老教會提供舒適的場地，且準備豐富茶點讓大家享用，吳樸文牧師娘還親自操作音控。

即使外面刮風下雨，還能使年長者度過佳節，在重陽節前夕舉辦敬老感恩活動，一系列的節目，前來領獎的阿公、阿嬤們都能盡興，且長者身心靈充滿喜樂，忘了車程身心疲累，為重陽感恩禮拜劃下美好的句點，也帶給所有參會的弟兄姐妹甜美的回憶，深深期待明年重陽敬老感恩禮拜能更盡善盡美。

堅固磐石 ---- 三民（基國派）教會

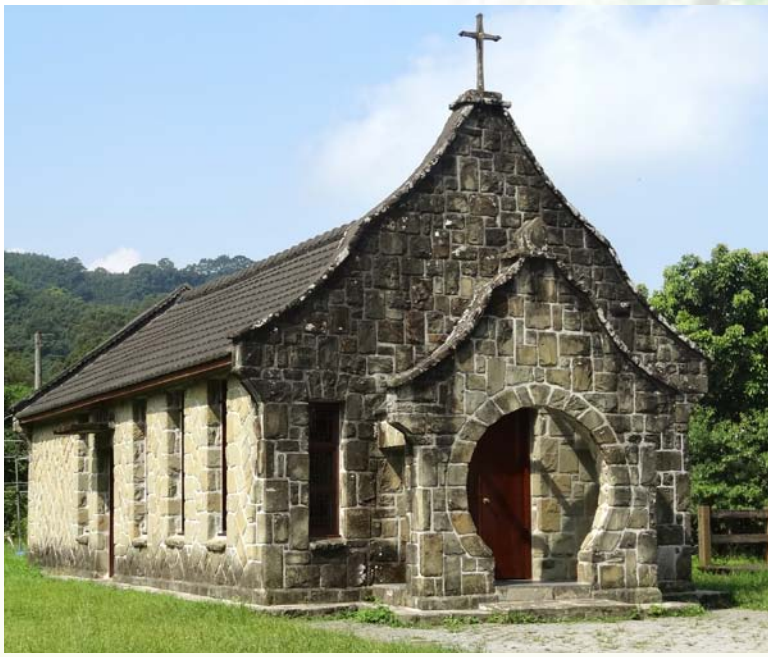
文 // 蔡尚志執事（星中．南港）

筆者常有機會到教會團契演講分享，最喜歡分享的一張照片，就是本文的主角—泰雅爾中會三民（基國派）教堂。它的造型簡單卻美麗，小巧又不失莊嚴；雖然是歐美風格的造型，卻藏身於台灣偏遠的山區。當我詢問大家是否去過，有不少比率的弟兄姐妹已經參觀過它，看來它具有相當知名度，而且大家都跟我一樣很喜歡這間教堂。

初次認識它，是在網路搜尋桃園北橫沿線的景點時看到的，乍看這個名字三民（基國派），好像是哪個愛國組織？或是哪個教派？原來基國派是這個泰雅族部落的母語地名，後來被國民政府命名為三民，而漢人則稱此地為水流東，所以這三個地名都曾經是這間教堂的名字。

來到這個地方，走在不寬敞的鄉間小路，不斷有岔路出現，走了幾次的錯路，終於找到這間教堂。從遠遠望見它，這山中的小教堂，獨自矗立藍天青山中，半世紀以來經歷風吹日曬，也經歷面臨被拆除的危機，依然如磐石般屹立著，捍衛著村民的信仰。這禮拜堂如今已不做為聚會用途，而是泰雅文化與信仰的見證者，也成為許多觀光客來訪的熱門景點。

美麗的小教堂以石塊堆砌而成，不同大小的石頭，有的以層層相疊立奠基，有的以菱形斜面相砌形成牆面。教會正面的立面呈現五角形，斜面不是完全筆直，而是帶著一些弧度，顯得優雅。立面的正門是圓拱形，完全以石頭來形成這些圓弧造型，可見當初設計之用心，除了禮拜的功能性，也兼具建築美學。屋瓦門窗的材料較新，應該是後來整修時更換的，看起來雖失去一



些古味，卻也保護教堂內部不再受漏水與颱風的損害。

許多遊客都如同我第一次來此地的心情一樣，這樣的山林間怎麼會出現這麼美麗的教堂？這可是信仰前輩們齊心努力的成果。早期外籍宣教士孫雅各牧師來此向泰雅族同胞宣教，生活環境不佳的族人雖然沒有足夠的金錢來建堂，在宣教士協助募款，並找來建築師設計，村民則出力搬運石材、木頭、屋瓦，齊力同工一起將教堂完成。看著這一塊塊大石頭所堆疊而成的教堂，想著這些先人為著信仰如此努力付出，相當激勵人心且感受到主滿滿的恩典。

新的三民教會在馬路旁，相形之下顯得新穎又高大，但不變的是：沿續著之前的石頭小教堂，守護著村民的信仰，讓弟兄姐妹在其間讚美上帝，繼續見證著上帝豐盛的慈愛！

事工預告

時間 :2017 年 1 月 18(週三) 上午 10:30~19 日 (週四)16:30

地點 : 苗栗泰安【騰龍溫泉山莊】電話 :037-941002

內容 :2017 年松年新舊任部長暨新任副部長聯席會 / 參觀泰雅爾達比拉斯教會 / 苗栗汶水老街社區

報名 : 請預先報名繳費，現場不接受報名，速與松年助理美秀聯絡並提供參加人員名單

養生【笑】果

文 // 徐采田長老（星中．長春）

笑果是【有笑就有效】結出豐碩的身、心、靈健康的果實，叫人笑出喜樂且幸福的人生。笑果的理論根據是依據聖經 (箴 17:22) ; 喜樂的心，乃是良藥；憂傷的靈，使骨枯乾。古諺 : 一笑治百病，再笑解千愁。兩句聖賢的話語而來。聖經詮釋說 : 喜樂的意思就是笑 (箴 15:13)。

這兩句三千多年前所說的話語，在交通、通信未發達的時代，雖然用字遣詞不同，但其意念完全相同，確是異曲同工之妙，絕非偶然巧合，是奇蹟，必是出自上帝的真理，神美善的作為，毋庸置疑。

1) 成語說 :

1. 笑一笑十年少。2. 一笑泯恩仇。3. 一日三笑，勝吃神仙藥。 4. 人無笑臉莫開店。

2) 順口溜 (口訣) 說 :

一笑煩惱跑。二笑怒氣消。三笑憾事了。四笑病魔逃。五笑永不老。六笑樂逍遙。七笑福滿滿。

3) 歐美日各國醫學專家、學者說 :

* 日本醫學博士伊丹仁郎教授所從事的【癌症研究中心】的臨床實驗報告說 : 他用【尊嚴存活療法】，安排 19 位癌症者，讓他們大笑三小時，於大笑前後抽血檢驗，發現結果大不相同，大笑後的抗癌指數大增，證明笑對於癌症的預防治療有益。
* 德國柏林大學西克爾教授研究報告說 : 大笑一分鐘的運動量等於 45 分鐘划船的運動量，其運動量之大超驚人。
* 美國 K .Simonton 博士研究 " 癌症 Image 療法 " 的論文報告說 : 笑能使人體內的化學成份發生變化，使人體的各種系統 (如消化、神經、免疫、分泌等)，有良性的影響，有利於預防及治療。
* 英國泰晤士報記者身歷其境深入日本社會研究 : 為何日本人被世界各國公稱為【經濟動物】的原因 ? 結果發現日本各大企業新進員工之職前訓練列有【微笑】的必修課程。他們通過魔鬼營方式嚴格訓練，每一位都培養成笑口常開的經貿勇士，在商場上，無往不利，締造了經濟大國的名號。
* 其他尚有許多學者專家的研究論文報告指出，各種例證都證實笑果豐碩，不勝枚舉。

既然【笑得出來】是這樣重要，為何還笑不出來呢 ? 做不到是因為人性軟弱且有限，如此渺小靠自己是辦不到的，切勿失志、灰心、絕望，俗語說 :【天無絕人之路，危機就是轉機】。神的時候到了，祂必有預備，只要你們相信依靠祂，祂必拯救你們。

聖經說 : 神愛世人，不願有一人沉淪，乃願意萬人都悔改得救。又說 : 你們要常常喜樂，這就是神的旨意、命令、恩典，又再三叮嚀我們要靠主喜樂，且明說 : 遵行神旨意的人才能進入天國。祂應許承諾說要悔改、要相信，信祂的人，凡事都能，心想無不得著，神為愛祂的人所預備的一條又新又活的出路 - 學習之路也是笑功之路，教導我們事半功倍的方法、技術、易懂易學、果效卓著，只要想學、肯學、勤操練，就能培養【笑口常開，喜樂的性格】。願我們共同笑出美好、健康、幸福的人生。

參考經文 :

1.(約 3:16): 神愛世人 2.(腓 4:4): 你們要靠主常常喜樂 3.(帖前 5:16/18): 要常常喜樂，不住禱告，凡事謝恩 4.(林後 3:9): 不願有一人沉淪 5.(林前 2:9): 神的預備 6(林前 10:13): 開一條出路 7(太 7:21): 遵行神旨意的人，才能進入天國。

長壽是祝福

文 // 陳潮濱名譽長老　（彰中．秀水）

人口老化已是世界議題，醫學進步肉體康復不再是難題，衛生普及飲食均衡注重養生，長壽成為祝福，尤其健康老人更是值得尊崇。聖經說：「白髮是榮光的冠冕」，長者要歡喜快樂，不論獨居或與家人同住，都要注意居家安全。

長者常抱怨年輕人不尊重長輩，其實若有機會讓年輕人提早體驗長者的不方便，多舉辦【老人一日探索】，讓代間共學世代共融，應該可以拉近距離且消除對長者的負面印象。

年紀大病痛多是不爭的事實，尤其容易疲累、易怒，甚至頑固不聽勸，也是造成摩擦的重要因素。經濟不寬裕擔心錢不夠用，常常窩在家中不出門，同伴越來越少，孤獨感步步進逼，自己害怕成為社會絆腳石及家人負擔，漸漸與社會脫節，擔心身體越來越不好，無法過安慰、盼望、喜樂的生活。

聖經話語可以幫助長者找出智慧的道路：聖詩 474 首【冥日只有信靠主】，無論何時的包圍，信靠主就得恩惠。至終可入父之厝，這是靠主的恩賜。凡事都有正 / 反面，多想正面少想負面，有好就有壞不能只想要好的。聖經希伯來 11:16 及 40:【他們卻羨慕一個更美的家鄉，就是在天上的。所以神被稱為他們的神，並不以為恥，因為他已經給他們預備了一座城】。【因為神給我們預備了更美的事，叫他們若不與我們同得，就不能完全】。

若無來世的盼望，縱使經濟富裕 / 境遇超好 / 受人敬重，也未必會幸福。唯有盼望可穿透身體不自由與經濟貧乏，即使此生沒大做為，仍不用絕望，因為嚮往天國的喜樂且有新天新地的應許。人人說長壽是祝福，甚至受到羨幕，但一定要加上來生的盼望，才能真正得到溫暖與安慰過豐碩的生涯。

保羅在提後 4:6~8 說：「我現在被澆奠，我離世的時候到了。那美好的仗我已經打過了，當跑的路我已經跑盡了，所信的道我已經守住了。從此以後，有公義的冠冕為我存留，就是按著公義審判的主，到了那日要賜給我的，不但賜給我也賜給凡愛慕祂顯現的人」。

我已 91 歲，深信有救恩的長壽，能化解一切的苦難，因為基督的救贖罪得赦免，反覆思考主的話語，生活就有盼望，在救恩中與主同行，這才是幸福的人生。期盼在主裡多認識主內兄姐，也透過信仰過著豐富的老後生活。

苦難中有喜樂

文 // 劉順得長老（星中．安樂）

苦難中有喜樂

佇苦難中要喜樂 疼咱的主佇身邊 無論境遇順逆境 上帝攏佇照顧咱
祂的恩典夠額用 祂將平安賜互咱 祂時時欲教示咱 佇苦難中來經歷
從經歷中學忍耐 從忍耐中存向望 從向望中得喜樂 這攏是上帝恩典
互咱驕傲變柔軟 從柔軟變成謙卑 佇主內面常祈禱 佇主內面常吟詩
佇主內面常感謝 佇主內面得喜樂

人生短暫

白鷺鷥啊白鷺鷥，人生就像一齣戲，生不帶來死不帶去，一瞬間就消失去，
往事影像親像電影眼前慢慢來浮起。白鷺鷥啊白鷺鷥，呣知你欲飛對叨位去？ 天邊海角這呢也擴，
叨位是你的厝。生命無常，一點一滴慢慢來流失，生有時死有時，完全由主來掌理，隨時預備等候
回轉主懷裏 。宣揚福音要及時，時時提醒阮自己，未來冠冕福份佇天裏。

世間人橋樑是耶穌

主耶穌為著咱人，降生卑微的所在；祂是你我的倚靠， 祂是你我的救恩，
祂是你我的盼望；有祂你我罪得赦， 讓你我有新生命。
主耶穌為著咱人，犧牲家己在十架；流出寶血為咱罪， 從此人與神合好，
人藉著這層關係；成為上帝的兒女，你我當感謝讚美。
主耶穌咱人模範，遍傳上主的福音；藉著比喻讓人知， 上帝奧秘的真理，
在早前有人懷疑；在未來讓人相信，福音讓人得救贖。

松常委拜會彰基郭守仁院長 / 陳信良董事長

松常委在彰化召開編委會及常委會

北區松年聯誼精采畫面

台灣基督長老教會 北區松年部聯誼會
主辦：台北中會松年部 協辦：七星／客家中會松年部

主辦：台北中會松年部 協辦：七星／客家中會松年部