



松年之光

2022年3月198期

(3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



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：謝大舜 執行編輯：鄭佳音
編輯委員：謝尚振 賴崑山 陳嘉昇 陳宥樺 (Ado Tipos) 金文常 (Bali) 楊源生 (Pe I jen)
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
網站：<http://www.pct.org.tw/> 事工網站 / 松年委員會

部長 / 副部長聯席會 恩典分享

(本刊訊) 一年一度新舊任部長 / 新任副部長聯席會，在疫情不穩定時能如期在苗栗錦水飯店召開，真的是恩典歡聚。雖然有地區因有確診者足跡，部長為保護大家安全，選擇在家自我健康管理。將近 60 位參加盛會，2 部遊覽車在苗栗高鐵接送南來北往的牧長，能歡聚就是感恩，見到舊雨新知確實有信仰傳承與服事的熱誠，能有服事機會就是福氣。

感謝泰雅爾中會司馬限教會陳弘毅牧師 / 師母分享【文健站事工】與車貸 / 建堂基金，都能在最短時間內達標，靠著自力更生的農產品，到各教會義賣香菇 / 生薑 / 果醬 / 橄欖油，推廣養生食材，部落會友同心。先重整家園到修復部落市集，萬眾一心聖殿重建使更多人把教會當作信仰與文化結合，不是做禮拜的場地，提倡老幼共學，文健站就是生活重心。



看別人比我強

文 // 周哲卿松年主委

社會上有不少人，有機會受邀與位高者或地方名人，不管是吃飯 / 聊天 / 開會 / 聽講 / 合照等，能沾一點光都自以為比別人有名 / 優秀，才會被看中，才有機會與名人沾一點邊。那種想高攀的心態作祟，一直深藏在心中。一年一度的【松委會新舊任部長 / 新任副部長】懇談會開會禮拜，在座各位都是中會或族群區會的部長及副部長，因此特以【才能的領導人，看別人比我強】為題來共勉。

腓立比書 2:3-4【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】。領導者如何扮演好忠心服事的角色？① 要有準備的心：摩西當初也拒絕上帝要他帶領以色列百姓逃出埃及的使命，後來從神那裡得到恩賜與盼望。身為領導人務必要有忠心服事的決心。② 相信神有能力：相

信神的萬能與權威，才能脫胎換骨 / 更新自己成為合用器皿。③ 有先知的職責：對未來方向有清楚異象，聽主聲音並及時回應。

中會 / 族群區會部長清楚明白成功的領導者**6大秘訣**：能同甘共苦 / 肯與大眾親近 / 知道何時該做何事 / 凡事都有完善規劃 / 有冒險（非盲目）的勇氣 / 吸引人的領導御魅力。

受人擁戴有才能的領導人，肯身先士卒，不願指氣使，總看別人比自己強，需要協助時會請求人，不抬高自我，完完全全把自己獻出，隱藏在基督裡。誠如箴言 4:11 所言：【我已指教你走智慧的道，引導你行正直的路】。最後用以賽亞 41:10 經文來與大家共勉之：【你莫得驚惶，因為我及你相及佇啲；莫得凜懾，因為我是你的上帝。我的確堅固你，我的確幫助你；我的確用我公義的正手扶持你】。





奇特的一天

文 // 王正男顧問 (星中松年部)

一個難忘且奇特的週日晚上，由於隔天要去醫院抽血，所以提早沐浴，沖洗後看到尚有泡泡沾於牆角，我不僅沒用水去沖它，反而假摯用右腳去踢它。這一踹重心不穩且腳有點滑，全身失去平衡幾乎沒有立足點，感覺似乎飛了起來，瞬間聽到碰一聲，右掌先著地，整個人瞬間跌了一大跤。

事後回想都怪自己太任性，自以為童心未泯還能回旋飛踢，不只好動又欠思考，才會差點釀成大禍，落得超級狼狽的景象與得到慘痛教訓的皮肉痛。

慢慢回神坐起後，從頭到腳一一檢視，除右拇指旁的舟狀骨些微凸出，微創外一切無恙。我心想：這是上帝給我最小的懲罰，感謝主！我沒有驚動家人，即時跟主認罪，得以獲得重生，有主保佑拯救我於無形。

因為隔天抽血晚上要禁食，家人為我提前準備宵夜，原先計畫週一先去醫院抽血，再去教會【開心小組】主理聚會，下午星中松年合唱團，週二松年西乃團契聚會。有時計畫趕不上變化，誰知中途會突然有意外出現？

左思右想心中有股念頭，想將此糗事當作見證主恩典的榮耀。跌倒後清晨醒來數算主在我將近 3 萬個日子的扶持，曾經出現過多少次災難，都有驚無險安然度過。主一路相伴時刻照顧我，此時我毫無倦意坐在床鋪上，想念國內外親友及會友 / 松年夥伴，除了感謝主更有滿滿的恩典與祝福。

腦中閃過經文：【願賞賜盼望的上帝，互恧對信來充滿逐樣的歡喜，互恧佇聖神的權能得著滿滿的盼望】(羅馬書 15:13)。

長者出入務必注意安全，因為已沒有跌倒的骨本，過年前聽到很多牧長 / 朋友不小心跌倒，不是腳韌帶受傷就是手骨折需打石膏。想想自己真的太感恩了，在 80 歲生日前夕只是小小滑倒且沒有任何後遺症，真的是要加倍服事聖工，並將恩典與榮耀全歸給神，多為主作美好見證，倚靠耶和華萬事亨通，處處有恩典，喜樂平安才是最大的祝福。



受傷前拇指正常



受傷後拇指骨突出

請差遣我

文 // 許瑞政牧師 (北中 / 民權)

有本書【改變才能看見機會】，先知以賽亞在蒙主呼召過程中，因為想法願意改變，才能有重新的機會。烏西雅王原是南國猶大好王，在位 52 年，前 24 年忠心事奉上主，上帝賜福國勢強盛。最後 12 年心高氣傲，因驕傲敗壞且狂妄跌倒，不把榮耀歸給主，反而破壞規矩放肆進入聖殿燒香，上帝降災讓他長大麻瘋，被隔離直到死亡。

以賽亞是史官，有學問與社會地位，忠心事奉上帝 60 年，歷經 4 個王朝，也面對過很糟糕的社會環境：不義 / 壓迫 / 貪心 / 驕傲 / 酗酒 / 兇殺，在在與耶和華作對，身為真性情的先知，必須敢說敢作。以賽亞看見異象：主在寶座上，衣裳垂下遮滿聖殿。有 6 個翅膀：兩個遮臉 / 兩個遮腳 / 兩個翅膀飛翔，天使吟唱讚美上帝，門檻根基震動，聖殿充滿煙雲。人一生活著目的就是榮耀上帝，不是在服事自己的虛榮心。務必用心靈與誠實來敬拜上帝，才不會淪為假冒偽善的敬虔。萬事都要看見上帝的榮耀與聖潔 / 潔淨與饒恕。

以賽亞特別強調自己嘴唇不潔，但上帝的慈愛與憐憫，主動邀請我們與主同工，主跟以



賽亞說：【我可以差遣誰？誰肯為我們去？】（賽 6:8）。以賽亞馬上接受任務：【我在這裡，請差遣我！】（賽 6:8）。或許不配卻也要擔負起責任，才不會辜負神格外的恩典。以賽亞心甘情願完全順服在主面前，因為出於上帝旨意的絕不可推辭。

新的一年我們期待心意被更新，當然就得先改變才能看見機會，學習以賽亞馬上回應上帝的呼召，將神的心意當成自己的心意，將赦罪拯救的福音廣傳，心中只有上帝的任務，時時勇敢回應上帝；【我在這裡，請差遣我】。



抗癌過程有主同在

文 // 洪淑華姐妹 (星中·安樂)

感謝主！讓我在 35 年前與丈夫在上帝面前立約，終生不離不棄，這是我這輩子最正確的選擇。謝謝你在我幾次大病痛時，無微不至的細心照顧，這次又面臨 21 年前的乳癌復發，一路陪著我門診 / 切片 / 看報告 / 開刀 / 住院，接下來又要陪著我面對化療的過程、真的辛苦你。謝謝老伴！我相信有疼愛我們的阿爸天父同在，有你溫暖的大手牽著我，保守著我們，求主賜力量，幫助我有信心 / 勇氣 / 不驚慌 / 不害怕，我必能平安喜樂度過接下來大約半年的療程。

懇求阿爸天父賜福保守家人身體健康，有溫柔謙卑的心、有主耶穌的愛充滿！也求主幫助我們，能把這美好的信仰傳遞給最愛孩子們，求主帶領全家一生走在合神心意、蒙主喜悅的道路，幫助我們活出主耶穌美好的生活見證，活出主耶穌豐盛的愛。

阿爸天父早安，一早獻上感謝 / 謳唸，感謝主保守，讓我第一戰成功。感謝讚美主！平安喜樂又順利，在「小紅莓果汁」滴滴～滴滴～長達 8 個多小時的時間，一切都平安。起床感覺有從神來的力量、活力充滿，感謝主。求主讓小紅莓在我體內運行、要針對體內的不好細胞一盡滅絕，因為那些不是神所創造原本我體內的，主祢說：「有就有，命立就立」。主祢沒有難成的事，求主命小紅莓絕不攻擊我體內的好細胞、免疫系統，幫助我做治療期間不影響我的服事、讓我仍然能聚會、能敬拜祢，主啊！求祢帶領我前面的道路，祢是我的大牧者，早晨祢必聽我的聲音與祈求，我獻上大大感謝。

阮在天頂～阿爸天父！透早就獻上感謝與謳唸，感謝祢保守阮一眠好睏，睏醒有領受到從



祢而來新的力量、喝到新的活水，因為祢說每一天都是新的一天，我一定會重新得力。雖然從昨天開始，副作用開始來攪擾，吃不下、沒胃口、有點想吐、沒精神等，主啊！求祢原諒有時候太「輕敵」、有時候我信但信心不足，主啊！祢知道人有時候真的沒有那麼堅強，在祢面前必須要誠實勇敢承認：我是軟弱的，是非常～非常～非常需要祢醫治，聖靈與我同在，每天需要祢的慈愛與憐憫、需要祢的活水充滿，不是靠自己去戰爭，我要完全交託，求主賜給我屬靈的全副軍裝，我要用祈禱、唱歌謳唸上戰場，求主祢幫助、求主帶領我每時每刻都能重新得力 / 得勝，賜下信心 / 勇氣在我的身心靈，保守我用平安喜樂的生命來經歷這段抗癌期間，感謝主！

阿爸天父，懇求祢賜福保守我的家人、好朋友都身體健康，平安喜樂。主的恩典夠用！感謝主垂聽孩子的禱告與祈求，奉主耶穌基督的聖名祈求，阿們！

詞 // 劉順得長老 (星中.安樂)

幸福對主來

打開目矚是幸福的日子，歡歡喜喜享受一天開始
 毋知你是不是嚟會記住，爸爸媽媽對咱有來講起
 每一日攏著愛歡歡喜喜，幸福的源頭白白對主來
 勇敢面對每日互咱挑戰，一切困難是咱成長起頭
 排除阻礙幸福馬上就來，今仔日是咱尚幸福源頭

信就得着

信是用嘴承認用心相信，祢是阮的保惠師，是阮安慰者，是阮的扶持者。
 阮有祢就無驚惶，阮欲帖佇祢翅下，永遠攏有祢的眷顧。
 阮相信祢是阮永遠的倚靠，阮欲靜靜帖佇祢的殿內聽祢的聲，
 欲大聲謳唵祢的聖名唱哈利路亞，佇信互阮得着揀選的救贖，
 佇信內面互阮謙卑及順服，佇主的揀選及救贖阮白白得着恩典。
 佇信的內面祢將我心棄舊換新，互阮成做新造的人，成做謙卑順服的人
 阿爸父阮感謝祢，祢互阮因着信就得著祢無限的愛。

信

信是我得力的源頭，這源頭是耶和華。信是我被揀選之道，這道是來自上帝
 我因著信成神寶貝，在主裡享受喜樂。在祢殿中享受主愛，讓我生命得翻轉
 讓我生命重新得力，因祢恩惠澆灌我。我相信永遠的榮耀，顧念所見不到的
 剛強壯膽於人面前，傳揚神愛的福音。

祂佇掌權

一年平安主同在，日日喜樂從主來，阮活是為基督活，十字光芒照佇我
 常常用主愛相疼，所做一切存謙卑，用基督的心為心，在主內面常關心
 心就有滿滿喜樂，帖佇基督的日子，順服立志為福音，常常跪落來祈禱
 領受從天來聖神，甘心樂意做主工，宣揚福音主帶路，平安喜樂降落來

主恩

恩典日子擱來到我主耶穌父所賜，上帝獨生的聖仔降落世間做人類
 體驗人類的苦楚伊用話語教示人，揀選卑微的人品來成學生跟隨伊





讓心理師安頓你心

【他的家庭/你的傷痕，心理師陪你為自己的心找一個家】

黃柏威著 2021年 時報出版 320元 223頁

心理師黃柏威老師繼【影癒心事】後，再推出第2本新書【他的家庭/你的傷痕，心理師陪你為自己的心找一個家】。透過20部電影探索自我與家庭的關係，如何在傷痕難癒時，迅速釐清癥結，找出心結的源頭，重新回歸生活步調。

本書共分6個單元：遙遠的父親/控制的母親/迷路的孩子/你說的話是麵包還是石頭？/每個孩子都需要的獨立宣言/家的小事都是故事，關於【是枝裕和導演】的電影故事。每個單元都透過電影來開場，讓讀友學會直視和包紮心裡的傷（許嬰寧心理師）、試著改寫你身上原始的設定（黃柏嘉心理師）、在電影裡久別重逢（黃柏威老師）。

家是溫暖與成長的場所，照理說該有很多的爱與感人的畫面，但很多人卻在原生家庭中受傷且不願去面對，甚至想徹底遺忘或擺脫掉不堪的記憶，可是沒有真正去療傷止痛，或許自以為已結痂不礙事，往往在新組的家庭中記憶重現，一觸即發伴侶莫名遭殃，自己也情緒難以控制。其實只要能開誠佈公願意坦然面對內心深處的痛點，若無其事的敞開來訴說，或許當年過不去的坎，如今已能釋懷。能傾訴曾經走過的黑暗面，找到宣洩出口反而自己得到解脫，不再苦毒一生害人害己。

【我的意外爸爸】：那不是用金錢/地位鋪成的道路，是用情感與陪伴才能走到的地方。



【天才的禮物】：為母親夢想而活的人生，做什麼都要在一起。其實健康成熟的親子關係，應該從共生/分化到獨立自主的情感。活的自在與坦然才是人生智慧，守護孩子與生俱來的生命價值，讓孩子自由去闖自己的難關與考驗。【八月心風暴】；要練習不帶刺的溝通，用語言創造連結與癒合，切忌攻擊與傷害。受傷的點要被討論、被看見、被療癒，才能學到用更好的方式彼此對待，讓愛少一點懷疑，多一點用心的關懷。

本書文字溫馨中有伏筆/平實中有淚水/故事中潛著亮點，每部電影幾乎可找到自己似曾相識的路徑，諮詢師用心良苦點出故事主角心中的盲點，要如何處理全賴個人是否願意改變心態？不想重蹈覆轍必須勇敢挑戰自我，心理師把解方送給你，願不願意服用才是藥到病除的最大關鍵。

