

目 錄

- 一、 第二屆世界祖父母及長者日文告 1
- 二、 《論老年的教理》 7
- 三、 第二屆世界祖父母及長者日祈禱文 53
- 四、 《牧靈指引》 57
- 五、 第二屆世界祖父母和長者日法令 61



教宗方濟各

第二屆世界祖父母及長者日文告

2022年7月24日

「雖已年老，仍然結果。」（詠九二15）

親愛的朋友們：

「雖已年老，仍然結果」（詠九二15）。聖詠作者的這句話是個好消息，也是我們在第二屆世界祖父母及長者日能向世人宣講的一個真實「喜訊」。這喜訊不僅與世界對於這個人生階段的看法有所不同，也與我們當中一些長者懷憂喪志，對未來不再抱有期待的心態背道而馳。

很多人都害怕老年。他們認為那是一種疾病，最好避免任何接觸的機會。「老人與我們無關」，很多人這樣想，

「能夠離他們多遠就多遠，也許可以把他們安置在一些能照顧他們的機構，讓他們在一起，免得我們要負起他們的重擔。」「丟棄文化」的心態就是：覺得自己總是與我們當中的弱小者和陌生人不一樣，對他們的脆弱無動於衷，以為「我們」有理由與「他們」各走各路。但事實上，聖經教導我們長壽是一種祝福，而且長者不應該是被遠離、被拋棄的人，而是天主——豐盛生命的施予者——美善、活著的標記。家中有長者是何等有福！敬愛祖父母的家庭是何等幸福！

其實，老年並不是那麼容易理解的生命季節，即便對於我們這些老人家也是如此。雖然走過了漫長的人生旅程，卻沒有人替我們去準備面對老年，似乎就是這麼令人措手不及。為了這個人生階段，高度發展的社會付出了許多經費，卻無法真正幫助人們去了解它。他們提供的是健康照護計畫，不是富足生命的計畫。¹ 因此，難以展望未來，也看不見值得努力的前景。一方面，我們試圖隱藏皺紋、假裝青春不老，另一方面，我們似乎只能意志消沉地度日，默認自己不再能夠「結出果實」。

退休的生活以及孩子的獨立，都使得我們無須再像從前那樣付出大量的精力。一旦意識到自己漸漸使不上力氣，或是開始生病，都會影響我們的自信心。一生為了跟上現世生活快速的腳步而辛苦，但結果似乎只促使我們無奈地接受「丟棄文化」。聖詠的這段祈禱使我們產

¹ 《論老年的教理》：一、時間的恩寵與年紀在生命中的盟約，2022年2月23日。

生共鳴：「在我年老時，求祢不要拋棄我，在我氣力衰弱時，不要遠離我。」（詠七一9）

然而，同一篇聖詠也勾勒出上主是如何臨在我們的每個生命季節，並敦促我們繼續懷抱希望：當我們白髮蒼蒼，祂還是繼續給予我們更多的生命，並使我們不致被邪惡所擊倒。只要我們相信祂，就會有更多的力量去讚美祂（參閱：詠七一14~20），也會發現變老並不只是身體機能的衰退，或是時間必然的流逝，而是一種長壽的禮物。歲數的增長，並不是一種懲罰，而是一種祝福！

因此，我們應當好好看顧自己，並且學習度有活力的晚年生活，在靈性方面也是如此，我們要勤奮誦讀天主聖言、每日祈禱，常領受聖事並參加禮儀，從而培養我們的內在生命。這也涵蓋著我們與天主的關係、與他人的關係：我們首先是向家庭、孩子、孫子和孫女們表達誠摯的關愛，而對於貧窮與受苦的人，則以實質的幫助和祈禱來親近他們。這一切都可以幫助我們不再覺得自己好像電影院的觀眾一樣，只能從窗戶去窺探這個世界。不僅如此，我們更要盡一切所能去認出上主的臨在，² 猶如「天主殿中的茂盛橄欖樹」（詠五二10），成為近人的祝福。

老年並不是一段無所事事、功成身退的歲月，而是繼續開花結果的季節：有一個新的使命在等待我們，邀請我們展望未來。「我們這些老年人所具有的特殊敏銳度，

² 《論老年的教理》：五、為下一個世代向上主的眷顧保持忠信，2022年3月30日。

出自高齡的關懷、思想和感情，都讓我們更有人情味，應當再次成為許多人的召叫，並成為老年人熱愛年輕時代的標記。」³ 親愛的祖父母和長者們，我鼓勵你們在這「溫柔革命」⁴——屬靈、非暴力的革命——當中成為主角，這就是我們能作的貢獻。

這個世界正在經歷一段充斥著艱難考驗的時期，先是突如其來的疫情風暴，之後又有危害全球和平與發展的戰爭。正當上個世紀經歷戰亂的那一輩逐漸消逝，在這時候戰火在歐洲重燃，這些都不是巧合的事。這些重大危機都可能使我們麻木不仁，使我們眼看危及人類大家庭和共同家園的其他「流行病」問題，或四處可見的各種暴力形式而無動於衷。

面對這一切，我們需要一個深刻的轉變及悔改，使我們卸下心防，並將他人視為自己的弟兄姊妹。作為祖父母及長者，我們有一項重大的責任，就是要教導同時代的人們，如何用我們對孫子和孫女們的溫柔目光和同理心來看待他人。在對近人的關懷中，我們磨礪了自己的人格，而如今我們也可以溫和體貼地去面對最需要的人，從而成為這種生活方式的導師。這樣的心態或許會被人看作軟弱或消極，但卻不會讓人有壓迫感，反而是屬於要承受土地的溫良的人。（參閱：瑪五5）

³ 《論老年的教理》：三、老年：予涉世未深青年的資源，2022年3月16日。

⁴ 《論聖若瑟的教理》：八、聖若瑟，溫柔的父親，2022年1月19日。

守護世界，是我們受召要結出的果實之一。「我們都曾在祖父母的膝蓋下爬行，也曾被他們用雙手抱過」；⁵ 但現在是時候輪到我們用實質的幫助或是祈禱來照顧我們的孫子和孫女，以及那些我們尚未遇到或其他因為戰亂而流離失所的孫子和孫女。讓我們效法溫柔體貼的父親聖若瑟，將烏克蘭、阿富汗、南蘇丹等地方的孩子們牽掛在心中。

我們很多人都因為成熟而變得謙遜和睿智，領悟到這個世界亟需要有的意識：我們是無法獨自獲救的，而且幸福是一份共享的食糧。那些誤以為在鬥爭中才能自我實現並獲得成功的人，我們要向他們作見證。每個人，甚至是最弱小的都可以做到：我們讓自己被其他國家的人照顧，這表示我們不但能夠一起生活，也必須生活在一起。

親愛的祖父母們、親愛的長者們，我們都受召在這個世界做**溫柔革命**的工匠！讓我們身體力行，並學習更頻繁地去善用我們最寶貴，也是我們的年紀最適合的工具：祈禱。「我們在祈禱時也要成為詩人：樂於用自己的詞彙祈禱，並反覆採用天主聖言所教導的那些詞彙。」⁶ 帶著信心所作的祈禱能使大事成就，能夠陪伴受苦者的哭泣，也能使人回心轉意。我們可以「在一個浩大的屬靈聖所中成為永駐的『合唱團』，以懇切的祈禱和讚美的詩歌，來支持在生活領域中工作和奮鬥的團體。」⁷

⁵ 世界祖父母及長者日彌撒講道，2021年7月25日。

⁶ 《論家庭的教理》：七、祖父母，2015年3月11日。

⁷ 同上。

世界祖父母及長者日就是一個機會，讓我們再次懷著喜樂的心情去宣講：整個教會都渴望能與這些如聖經所言的「富享天年者」共同歡慶。讓我們一起慶祝！我邀請各位在堂區和團體中宣報這個節日，並拜訪在家獨居，或是寄居養護機構的長者。讓我們確保今時今日沒有人活在孤獨之中。對於那些不再期待未來、新的友誼和新的相遇能有什麼美好事物的人，只要他們可以等待有人探訪，就足以轉變他們的生活目標。拜訪獨居的年長者，就是這個時代的一種慈善事工！

讓我們請求聖母——溫柔之母，使我們成為**溫柔革命**的工匠，與她一同將世界從戰爭的魔掌及孤獨的陰影中釋放出來。

我在此保證以摯愛與你們同在，也予以你們各位和你們的家人我的降福，並請你們不要忘記為我祈禱！

教宗方濟各

羅馬，拉特朗聖若望大殿

2022年5月3日，聖斐理與聖雅格宗徒慶日

（台灣地區主教團 恭譯）

論老年的教理

一、時間的恩寵與年紀在生命中的盟約

(週三，2022.02.23)

親愛的弟兄姊妹們，早安！

我們已講完了有關聖若瑟的教理。今天要開始一輪新的教理講授，在天主聖言中尋找**老年的意義及價值**。我們先省思老年這個主題。近數十年來，這個階段的生命已被視為名副其實的「新群體」，也就是年長者。在人類歷史上從未有過如此眾多的老年人。老年人被拋棄的風險也更常見：從未像現在這樣多，被拋棄的風險從未像現在這麼多。老年人常被視為「負擔」。在新冠病毒大流行的第一階段，付出最大代價的就是年長者。他們是最弱勢最易被忽略的族群：他們活著的時候，我們不太注意他們；我們甚至也沒有看到他們的去世。我找到了一份關乎老年人權利和社區責任的憲章：這是各國政府，而非教會編訂的，是一份俗世的憲章：知道老年人也有人權，是很令人振奮、很美好的事。能加以了解，對我們也很有好處。

老年與移民一樣，都是此刻人類大家庭面對的最急迫的問題。那不只是關乎數據的變化；**事關生命各階段的和諧**，也就是說，事關了解並重視人類整體生命的真正參考點。我們要問自己：社會上不同生命階段的人，彼此間還有友誼、還有合作嗎？還是只充斥著分裂和拋棄？

當前我們所生活的社會，是孩童、年輕人、成人和老年人共存的社會。但是各個群體的比例卻改變了：高齡已成為一種社會大眾的現象，世界上大多數的地方，孩童也變得很少。我們也曾討論過全球性生育率下降的問題，這種不平衡會產生許多後果。青壯年成為主流文化的唯一模式——他們自成一體，永遠年輕。但那是真的嗎？唯有年輕，生命才有意義，而年老就代表空虛和失落？推崇年輕，認為只有年輕才能實現人類理想；再加上輕視老年，認為那是脆弱、腐敗或無能，這一直是廿世紀極權主義的主要形象。難道我們忘了嗎？

長壽對於個人、家庭及社會歷史，都有結構性的影響。但我們必須自問：長壽的精神品質，以及長壽的意義——它在團體生活上要思考的問題和所愛的對象——是否符合以上事實？難道年長者必須因為要別人付出代價使自己繼續活下去而道歉？還是他們應為帶給每一個人生命的意義而受到敬重？說到生命的意義——特別是在「已發展」文化中，老年其實沒有多大的影響。為什麼？因為一般人視老年這個年紀，沒有什麼特別的貢獻，本身也沒有活著的意義。此外，社會既不鼓勵人們去注意他們，也不教育社會團體認可他們。總之，這個年齡的人數在社會中已相當可觀，而且增長到所有年齡人數的三分之一，有時有健康照護計畫，但沒有生存的計畫。是的，有照護的計畫，但沒有讓他們活得充實的計畫。這完全缺乏思考、想像力和創意。在這樣的思維方式之下，會造成匱乏的原因，就是認為老年人是該丟棄的東西：在這丟棄文化中，年長者就像是該被丟棄

的物品。

年輕的確美好，但「永遠年輕」則是個非常危險的幻覺。年老也很重要、很美好，與年輕同樣重要。我們該記住這一點。世代之間的盟約，能恢復所有年齡層的人生——這是我們失去的恩賜，我們必須把它找回來。在這個丟棄文化、在這個重視生產力的文化中，必須將它找回。

天主聖言對這個結盟有許多話要說。不久前我們聽到岳厄爾先知說：「你們的老人要看夢境，你們的青年要見神視」（岳三1）。我們可以做這樣的解釋：當老年人抗拒聖神，把他們的夢埋在過去，年輕人就看不見他們為了開展未來所必須做的事。另一方面，老年人若與青年溝通，把自己的夢想告訴他們，年輕人就能很清楚地知道他們該怎麼做。年輕人若不過問老人的夢想，只關心自己和自己的需要，埋頭向前衝，會很辛苦地承受他們的時下，並背負他們的未來。又如果祖父母滿腹憂愁，年輕人會更依賴**智慧型手機**。也許螢幕會亮著，但生命也會提前熄滅。此次流行病最嚴重的後果不正是年輕人的迷惘嗎？老年人已有豐富的生命資源，任何時候都可以叫出來運用。他們能坐視年輕人失去理想，或是會陪伴他們圓夢嗎？面對老人的夢想，年輕人會怎麼做？

陪伴老年人走向尾聲的漫長旅途的那種智慧，應該視為一種賦予生命意義的人生經驗，而不是為了使人得過且過地生活。如果不能恢復老年的人性面和生命尊嚴，老年就註定要被封閉在沮喪中，並奪取了每個人的愛。這

是對人性和文明的挑戰，需要我們的承諾和天主的幫助。我們要為此祈求天主聖神。我願意以這些談老年人的教理，鼓勵每個人把思想和感情投入它所伴隨的恩賜，以及生命的所有階段的恩典。老年是生命所有階段的恩典。那是賜與成熟、智慧的恩典。天主聖言能幫助我們分辨老年的意義與價值；願天主聖神也賜給我們所需要的夢想和遠見。

我願強調，就像前面我們聽到的岳厄爾先知的預言，重要的不只是年長者在智慧上、在社會歷練上占有一席之地，但同時他們也應與年輕人交談。年輕人必須與老年人交談，老年人要與年輕人對話。這樣的橋梁才是人類智慧的交流。我希望這些反省對我們都有好處，才能實現岳厄爾先知談到的，在年輕人和老年人之間的交談，老人要給年輕人夢境，青年能接受這樣的夢境，並促其實現。不要忘記，在家庭和社會文化中，老年人都像是一棵樹的根：樹根內有整棵樹的所有生長史，年輕人像是花與果。如果樹沒有汁液，如果這汁液不是來自樹根，他們永遠不會茁壯。不要忘了我多次提到的阿根廷詩人所說的：「樹上的花是從埋在地下的根汲取生命」（貝納德斯，**Francisco Luis Bernárdez**）。一個社會所擁有的一切美好，都與老年人形成的根有關。因此在這段教理講授中，我要突顯老年人的形象，好讓大家充份了解，老人不是該丟棄的東西，而是社會的福氣。

二、長壽：象徵與機會

（週三，2022.03.02）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

從聖經中歷代祖先的族譜，我們很快就注意到他們的長壽：他們的壽命都以數百年計算的。我們不知道，在這裡，老年是從什麼時開始算起的？這些先祖在養育兒女之後，又活了那麼久，這個事實的背後又代表了什麼意義？父親和子女一起生活數百年之久！這段章節講的時間是數百年，以一種宗教儀式的風格來敘述，給予長壽和族系之間的關係一種強烈的象徵性意義。

人類生命的傳遞，在宇宙創造之初是十分新穎的事，似乎需要緩慢而長期的起動。在生物生命史的開始，一切都是新的，這生物有精神和生命，有良知和自由、感覺和責任感。新生命——人的生命——浸潤在「人是按天主肖像所造」以及「人終將一死」的脆弱之間的張力，代表著有待發現的一種新現象。而且這需要很長的起動時間，這段期間不可缺少世代之間的互相支持，這樣才能解讀人生的經驗並面對生命的謎團。在這段漫長的時間，人的精神品質也逐漸培養了起來。

在某種意義上，人類歷史中每一個逝去的時代，都會再一次讓人有此感覺：當人類狀況的場景充滿新的經驗以及未曾有過的疑問時，好像我們就必須再次開始平靜地問有關生命意義的問題。當然，文化記憶的累積，可增加面對新變遷時所需要的熟稔。傳授的時間會縮短，但消化吸收的時間總是需要耐心。過度的匆忙，如今已占據了我們的每個人生階段，這使得每一個體驗都更膚淺，缺少「培養」。時鐘上的時間與生命的時間彼此分

裂，前者要求人必須趕快，後者卻需要適當的「發酵」，這使得年輕人不自覺地成為受害者。漫長的人生能使人體驗這些漫長的時日，以及匆忙的生活所帶來的傷害。

老年固然能使生命節奏變得較緩慢，但那不僅僅是一段緩慢遲鈍的時間。其實這些節奏為所有人開啟了生命意義的空間，是沈迷於匆忙的人所未曾聽說過的。若是與老年的緩慢節奏斷了連結，則這些空間會向所有人關閉。基於這個觀點，我願意把七月的最後一個主日定為祖父母日。生命世代的兩極——孩童和年長者——之間的接觸，也能幫助另一個兩極——年輕人和成人——彼此建立關係，如此便能使每個人在人性上更為豐富充實。

代際之間的交談很重要。如果年輕人與長者之間沒有交談，那麼每一個世代都會孤立無援，無法傳達訊息。一個年輕人若與他的根——即祖父母，沒有連結，就得不到力量——就像一棵樹要從根部汲取力量一樣，而且不會生長得好，容易生病，在成長過程中，也沒有可以作判斷或理解的參考。這就是人類世代之間必須有交談的原因。特別是在祖父母和孫兒女這兩極之間，彼此的交談更為重要。

我們想像一個城市，不同年齡層的共存是整體計劃中的一部分。我們想像在年輕人和老年人之中建立親密友善的關係，讓這樣的關係發散在我們的整體關係中。世代的交織會成為能量的來源，以建立一個真正明顯適宜居住的人文社會。現代社會對老年人多半不友善（對孩童

也不友善，而這並不是偶然的)。這個社會有一種丟棄的心態，排斥許多沒人要的孩子，排斥年長者：把他們拋到一邊——他們已沒有用了——把他們送到安養院或醫院。過度的匆忙，使我們好像被放進攪拌機裡，然後又把我們當作碎紙屑一樣地丟棄。我們完全看不到整體的圖像。每個人都緊抓住自己的那一小片，在「城市—市場」中漂流，對他們來說，放慢速度就是損失，快速就是金錢。過快的速度會使生活粉碎，不會使生活更有熱情。但智慧需要「浪費時間」，當你回到家，看看自己的兒子、女兒，你花時間與他們談話，浪費這樣的時間對於社會是很重要的。你回到家看到祖父母，他們的腦筋也許已不太清楚，可能已失去一些說話的能力，然而你會陪著他們，你是在「浪費時間」，但這樣的「浪費時間」能增強人類大家庭的關係。我們必須在兒女和長者身上花費時間，這樣做並非有利可圖，但他們給了我們另一種能力來看待生命。

我們直到現在仍被迫面對的疫情，使我們對速度的崇拜停頓下來。在這段時間，祖父母可以做為一種保障，防止年輕孩子感情上的「枯竭」。我們可以看到世代之間的盟約，使大家的步伐和節奏都能和諧，讓我們再度看到希望，知道並沒有白活。也讓每一個人再次愛我們脆弱的生命，避免我們因速度的迷惑而前路受到阻擋，因為那樣只能消耗生命。這裡的關鍵字是「花費時間」。現在我想請問各位，你知道如何浪費時間嗎？或是你總是匆匆忙忙的？「不行，我在趕時間，我不能……」。你知道如何在祖父母、在長者身上浪費時間嗎？你知道如何花費時間跟你的孩子，跟孩子們玩嗎？這就是試金

石，是判斷的標準。想一想吧！這讓我們每一個人恢復自己對脆弱生命的愛，正如我說的，阻止了我們沈迷於快速的道路，因那樣只會消耗生命。老年的節奏是領會生命意義不可少的來源，而那意義正是以時間為標記的。老年有自己的節奏，但那是對我們有幫助的節奏。藉著這樣的調停，那在天主相遇中所尋找的生命歸宿，變得更可信賴，因為這是隱藏在人類「按天主的肖象和模樣」所造以及天主聖子降生成人的計劃背後中。

今天，人類的壽命變得更為綿長了。這也給我們各個階段的生命互相盟約的機會。人更長壽，更需要盟約。這也幫助我們在整個成長過程中，與生命的意義盟約。生命的意義並不只在成年時期才能找到，比方說，從廿五歲到六十歲。生命的意義從出生到死亡，涵蓋整個一生，你應該能與每一個人有互動，也能與每一個人有情感上的關係，這樣你的成熟會更豐富更強壯。它也能給我們整體的生命意義。願聖神為這變革賜給我們聰明和力量，而這變革是必須的。時鐘時間的傲慢必須轉換為生命節奏之美。不但要從我們的內心，也要在家庭和社會中做出這個變革。我再重複說一次：我們必須改變的是什麼？是時鐘時間的傲慢必須轉換為生命節奏之美。時鐘時間的傲慢必須轉換為生命節奏之美。世代之間的盟約非常重要。在一個社會中，年長者不與年輕人談話、年輕人不與年長者談話、成年人不與年長者或年輕人談話，那是一個不結果實的社會，沒有將來，這社會看不到遠方，只看到自己。這社會也會變得孤單。願天主幫助我們找到合適的音樂，以便在不同年齡層之間建立和諧的關係，包括小孩子、老年人、成年人，大家

同心合意，共同奏出「交談」的美麗交響樂。

三、老年：予涉世未深青年的資源

(週三，2022.03.16)

親愛的弟兄姊妹們，早安！

今天讀的聖經——有寫作當時的象徵性語言——告訴了我們一些令我們震驚的事。當時人類的邪惡處處可見，已經成為正常的生活方式，這令天主十分苦惱，天主認為他創造人類，是犯了大錯，因此決定消滅他們。這是很極端的解決方法。甚至與他的慈悲相矛盾。以後再也沒有人類、沒有歷史、沒有審判、沒有責難。因此也永遠不會有人註定要成為腐敗、暴力、不義等等的受害者了。

這樣的情形有時不也會在我們身上發生嗎？我們感到無力對抗邪惡，或被「厄運先知」嚇得一蹶不振，以致我們會認為未曾出生或許更好？我們是否也該相信最近的某些理論，說人類是地球進化的禍害呢？一切都是負面的？

的確，我們處在壓力之下，那些反面的要求令我們困惑。一方面，我們對青春永駐保持樂觀，那是科技的長足進步所燃起的希望，描繪出的未來，有各式各樣的機器，這些機器比人類更有效率也更聰明，能治好我們的疾病，並找出最好的方法讓我們長生不死。那是機器人

的世界。但另一方面，我們的想像力又全部放在描繪那最終會消滅我們的災難上。那就是可能會發生的核子戰爭。在那浩劫後——如果還有人類、還有明天的話——我們必須完全從零開始。破壞一切，好能從頭開始。當然，我並非輕視進步的想法。但似乎洪水的象徵已在我們的潛意識中占得地盤。無論如何，現在疾病的流行，已在我們輕鬆自在的生活及命運中，投下了沈重的負擔。

在聖經故事中，提到天主要拯救世人免於墮落和洪水時，把這任務託付給最年長最忠信的義人諾厄。我懷疑：年老者真能拯救世界嗎？在那種意義上看來？老年人如何拯救世界？從那個觀點來看？是來世的生命，或只是在洪水來到前倖存？

耶穌喚起「諾厄時日」的聖言，幫助我們更深入地探討我們聽過的聖經章節的意義。提到最後的日子，耶穌說：在諾厄的日子裡怎樣，在人子的日子裡也要怎樣。那時，人們吃喝婚嫁，直到諾厄進入方舟的那天，洪水來了，消滅了所有的人」（路十七26~27）。的確，吃喝婚嫁是很平常的事，似乎不足以成為墮落的例子。這那裡算是墮落呢？其實耶穌所強調的是，如果人只知道享受生命，就會失去對墮落的感覺，那樣就羞辱了人的尊嚴，毒化生命的意義。當人失去對墮落的感覺，墮落就變得正常了：每樣東西都有價錢，每一樣！看法、公義的行為，都是可以買賣的。在商業界、在各個行業中，這種現象很平常。甚至對墮落的行為也不在意，彷彿那是人類福祉的正常部分。你做事時，如果做的過程有些

慢，你會常常聽到：「是啊，如果你能給我一些小費，我就能加速。」常常是這樣。「給我一些什麼，我就更加把勁。」我們都很清楚這一點。墮落的世界似乎是人類正常生活的一部分，這是壞事。今天早晨我與一位男士談話，他告訴我他家鄉也有這樣的問題。他們儘管消費、享受生活中的物資，不關心生活中的精神品質，不關心共同家園的自然環境。他們剝削一切，不在乎許多人遭到羞辱和沮喪，甚至也不關心毒害社區的邪惡。只要正常生活充滿安康，我們就不願念及是什麼使得社會缺少正義與愛。「我很好啊！為什麼還要想到各種問題、想到戰爭、人類的受苦、貧窮，以及所有邪惡的事？不用，我很好。我不關心其他的事。」就是這樣的潛意識，讓我們傾向在腐敗的人生中過活。

我懷疑：墮落會成為正常的事嗎？親愛的弟兄姊妹們，很不幸的是，我要說，會的。我們會呼吸墮落的空氣，就像我們呼吸氧氣一樣。「這很正常啊。如果你要我做得快些，那你要給我什麼呢？」那很正常，很正常！但那是壞事，是不好的事！會走到這田地，到底是什麼造成的？輕鬆自在只會轉變為只顧自己，這就是走向墮落的大門，使我們大家的生活沈淪。墮落主要源自於這種毫無益處的輕鬆自在。一個人如果一直處在順境，其他人就不是他所在乎所關心的了：這樣的粗心會減弱我們的防衛，使我們的良心遲鈍，不知不覺中成了同謀共犯。因為墮落不是單獨行之的，總是會有同謀。墮落也有感染性，會擴大。

老年人正好可以看穿這種把墮落正常化的謬論，這種痴

迷於享樂而內心空虛的生活：生活中沒有思想，沒有犧牲、沒有美、真理、正義，沒有愛：這是完全的墮落。我們這些老年人所具有的特殊敏銳度，出自高齡的關懷、思想和感情，都讓我們更有人情味，應當再次成為許多人的召叫，並成為老年人熱愛年輕世代的標記。我們要成為發出警訊，提出警告的人，「你們要當心，這是墮落，不會給你帶來任何好處。」今天，我們亟需年長者的智慧來抵抗墮落。新的世代期望長者給他們先知性的話語，這話語能在這墮落、對墮落事物習以為常的世界外，向新的視野敞開大門。這樣的神恩是如此具有人性和使人人性化，為此天主特別祝福年長者。我的老年意義何在？每一位老年人都可自問這個問題。老年的意義在於：成為抵抗墮落的先知，並告訴大家：「停止吧！我曾走過這條路，而這條路不會把你帶到任何地方。現在我要把我的經驗告訴你。」我們年長者應成為抵抗墮落的先知，就像諾厄成為抵抗他那個時代墮落的先知，因為他是唯一得到天主信任的人。我請問各位，我也問我自己：我的心是否開放，成為今天抵抗墮落的先知？如果年長者不成熟，到了老年，仍像年輕時一樣有墮落的習性，那真是不好的事。我們可以想想聖經裡蘇撒納和長老的故事：他們正是墮落的老年的例子。如果我們是這樣的老年人，就無法成為年輕世代的先知。

諾厄是具有生產力的老年的好例子：他的老年不是墮落，而是有生育力的。諾厄並不說教，他不抱怨，也不反過來指責大家，只是關心照顧著岌岌可危的年輕世代的將來。我們年長者必須關心照顧年輕人，那些身處危險中的孩子。他建造了方舟，讓人和動物進入。諾厄以

各種形式關懷生命，他藉此服從天主的命令，重覆著對受造物的溫柔慷慨，正是這樣的想法，激發了天主的命令：新的祝福，新的創造（參閱：創八15~九17）。諾厄的召叫如今依舊意義非凡。聖祖必再次為我們代禱。我們這些已到了一定年齡的男女——我不說老年，免得有些人覺得不高興——我們不要忘記，我們要有智慧，能對他人說：「看，這條墮落的路不能帶我們去任何地方。」我們要像陳年好酒一樣，能帶給人美好的訊息，而不是不好的訊息。

今天我懇求所有已到一定年紀——我不說年老——的人。請留意：你們有責任唾棄人類的墮落，這種相對主義、完全是相對的生活方式正在大行其道，彷彿一切都是合法的。我們要向前邁進。這世界需要強健的年輕人，也需要明智的老年人，一起向前走。我們要向上主祈求這智慧的恩寵。

四、道別與遺產：回憶與見證

（週三，2022.03.23）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

在聖經裡，記載梅瑟去世之前，先有一段他的信仰宣認，稱之為梅瑟歌。這首頌歌是最早的也是最美的一首信仰宣認，內容是這樣的：「我要宣揚上主的名，請讚頌我們的天主！祂是磐石，祂的作為完美無比；祂的行徑公平正直，祂是忠實無妄的天主，公義而又正直」（申

卅二3~4)。這也是與天主共同生活的歷史記憶，是人們對亞巴郎、依撒格和雅各伯的天主的信仰的經歷。同時，梅瑟也記得天主自己的難過和失望：祂的忠信仍然受到祂子民的不忠信的試探。信實的天主，不忠信的子民的回應：彷彿人們要試探天主的信實。但祂一直對人民忠信，親近他們。這正是梅瑟歌的核心：天主的信實，伴隨著我們的一生。

當梅瑟宣認這信仰時，他正在預許之地的起點，也是他要離世之際。經上記載著，他那時已一百廿歲，「但他的眼睛未花」（申卅四7）。這個能力，能看，能真正看到，也能象徵性地看，像這長者一樣，能看見事情最重要的意義。他炯炯有神的凝視是一項可貴的恩賜：可以讓他把長壽的人生及信仰經驗的遺產傳遞下去，而且要清楚地傳遞。梅瑟見證了歷史，也傳遞了歷史；長者能見證歷史、傳遞歷史。

在老年時有這樣清澈的眼光，對於後來的世代是珍貴的恩賜。親耳聽見有高峰、有低谷的活生生的信仰經歷，這是無可取代的。在書本中讀到、在電影裡看到、在網際網路上查到，固然很有用，但絕對不是同一回事。這傳遞——是真實且適當的**傳統**，是長者具體傳遞給年輕人的！如今新的世代已十分欠缺這樣的傳承，而且越來越欠缺。為什麼呢？因為新的文化認為老人是廢物，該被丟棄！這太殘酷無情了！不應該是這樣的。我們應該有一種人對人直接講述的溝通方式，且是其他方式都不能取代的。一位年長者，已經活了很長的時間，能清澈而熱情地陳述過往，這是無法取代的福氣。我們能夠

認出並尊重年長者的此一恩賜嗎？今天，信仰的傳遞以及生命的意義，是否遵循著「聆聽年長者」的途徑呢？我個人有一個見證。我祖父曾於1914年在皮亞韋（Piave）參戰，他告訴了我他對戰爭的痛恨，於是我從他那裡學到了對戰爭的痛恨與憤怒。因為他告訴了我戰爭的苦難。這是書本或其他地方都學不到的……，只有從祖父母傳遞給孫兒女。且是無可取代的。這是祖父母傳給孫兒女的生命經驗。可惜今天的情形已不一樣，我們認為祖父母是該丟棄的。不！不是這樣！他們是一個民族鮮活的記憶，年輕人和孩童應該聆聽他們的祖父母。

在我們重視「政治正確」的文化中，不論在家庭、社會、在教會團體中，這條路似乎受到多方的阻礙。有些人甚至提議廢除歷史教學，認為那是多餘的資訊，因為過去的歷史已不重要了，而妨礙認識當下。這是把我們當成幼小孩子來看！

至於信仰的傳遞，則往往缺乏「親身經歷」的熱忱。傳遞信仰不是順口開河，隨便講講就可以的。不是！而是談說有關信仰的經驗。因此，如何能吸引人選擇永遠愛下去，忠於聽到的道，堅持不懈地奉獻，對受傷者及心灰意冷的人表達同情？當然，生命的故事必須轉換為見證，而見證必須信實。配合自己的想法扭曲歷史，這樣的意識型態當然不忠實；硬把歷史套用在自己的組織來做宣傳也不忠實；把歷史當成法庭，譴責過往，並對未來完全不抱希望，那也是不忠實。所謂忠實，是照實訴說歷史；這唯有曾生活過的人才能恰如其分地訴說。所

以聆聽年長者、聆聽祖父母才會這麼重要。孩子們與他們交談，也很重要。

四部福音也忠實地講述耶穌的故事。對於門徒們的犯錯、誤解，甚至他們的背叛，全都沒有隱瞞。這是歷史，是真相，這是見證。這是記憶的禮物，是教會的長者從一開始就傳下來的，是傳給後代的第一手資料。我們可以自問：我們究竟有多珍惜這種傳遞信仰的方式，把指揮棒從教會的年長者傳給面對未來的年輕人？我現在想起我曾經說過多次，現在想再說一次的話：信仰是如何傳承的？「這裡有一本書，拿去唸吧！」不是的，信仰不是這樣傳遞的。信仰是由語言傳遞的，也就是祖孫之間、親子之間熟悉的談話中傳遞的。信仰常是由熟悉的語言以及多年來學到的經驗傳遞的。所以家庭中的交談——孩童與有信仰智慧的祖父母的交談——才那麼重要。

有時我會省思這個奇怪的現象。今天，教會的要理講授從天主聖言中汲取豐富的養分，也正確地教導教理、信仰倫理和聖事。然而，往往少了一份對教會的認識。這份認識應來自聆聽，以及教會團體在歷史中從一開始到今天對信仰和生命的真實見證。我們小時候在要理班學習天主聖言；但是青年人卻是從教室和全球資訊媒體上了解教會。

信仰史的敘述應該像梅瑟的這首讚歌，像四部福音和宗徒大事錄的見證。也就是說，訴說的故事應該能讓人動容，回想起天主的祝福；以及真誠地想起我們的缺失。

如果從一開始，教理課上就能培養聆聽長者親身經驗的習慣，坦白承認從天主而來的祝福，加以珍惜守護，並聆聽我們自己忠實地見證自己的不忠——而我們必須修補改正，那該多好！當長者讓年輕人看到他們的美好見證，並用語言，用他們熟悉的語言來傳遞信仰的故事，長者就進入了預許之地——那是天主渴望世世代代的人都能進入的。然後在主耶穌的引領下，長者與年輕一代一起進入天主的生命與愛的國度。大家一起進入。家中的每一個人，帶著以言語傳遞的寶貴信仰進入天主的國度。

五、為了下一代向上主的眷顧保持忠信

（週三，2022.03.30）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

我們一系列以老年為主題的要理講授，今天要看看聖史路加以溫柔的筆觸所描繪的兩位長者：西默盎和亞納。他們在離開人世以前，之所以活著的理由，就是等候天主的來臨。他們在等待天主——也就是耶穌——的來到。西默盎曾得到聖神的預示，知道他未看見默西亞之前，決不會死亡。亞納則是每天都來聖殿事奉天主。他們兩人都在小耶穌身上認出了天主，天主則安慰了他們長時間的等待，並要他們放心地離世。這是與耶穌相遇並道別的場景。

從這兩位充滿聖神的長者身上，我們能學習到什麼呢？

我們首先學到的是，忠信地等待能使我們的感覺敏銳。此外我們都知道，聖神能啟發我們的感覺。有一首我們至今仍在頌唱的古老聖歌〈懇求造物聖神降臨〉（*Veni Creator Spiritus*），我們唱著：「*Accende lumen sensibus*」（光照我們的理智）。聖神能做的是：使我們心靈的感覺敏銳，儘管我們身體的感覺有限度，甚至受過傷。老年人感覺的敏銳性多少都會減弱：有些人視覺退化，有些人則聽覺不靈。然而，等待天主來訪的老年人，是不會錯過天主的。當天主經過時，他們反而更容易看到天主，會有更大的敏銳性來迎接天主。要記住，典型的基督徒就是會留意天主的眷顧，因為天主走過我們的生命，帶來靈感，並邀請我們成為更好的自己。聖奧思定曾說：「天主經過時，令我害怕。」——「但你為什麼害怕呢？」「我怕祂在我沒有注意到的時候，就走過去了。」是天主聖神給我們預備了感覺，讓我們注意到天主的到來，就像祂對西默盎和亞納所做的那樣。

今天我們比過去更需要這個：**我們需要具有活潑靈性感官的老年**，能認出天主臨在的記號，或可說是天主的記號，也就是指耶穌。這記號時常向我們提出挑戰，耶穌向我們挑戰，因為祂「是一個反對的記號」（路二34）——但那會讓我們充滿喜樂。因為危機未必會帶來悲傷，不會的：在危機中事奉天主，往往會帶給你平安與喜樂。在身體感官的迷醉和刺激中，靈性感官的麻木，是當今社會普遍的症狀，因為當今社會讓人有青春永駐的錯誤觀念，最危險的特色就是它多半是不自覺的。一個人不會注意到自己被麻醉了。但這種情形是會

發生的。它一直在發生，也發生在我們的時代。麻木的感覺，不了解發生了什麼：當人們麻木時，內在的、靈性的感覺，已經分不清是天主的臨在或是邪惡的臨在了。

你若失去了敏銳的觸覺或味覺，你會立刻發現。但是靈魂的敏感性，你會有長時間都注意不到，你不會發現在生活中你已失去這樣的敏感度。那不僅關乎天主或宗教的問題。心靈的麻木也與同情和憐憫、羞恥和悔恨、信實和獻身、溫柔和榮譽、對自己和對他人的責任感有關。奇怪的是，麻木會讓你不了解憐憫，使你不懂虔敬，也使你在做了壞事時，不知道羞愧或悔恨。事實如此。靈性感覺麻木會令人混淆，在靈性上不再能感覺到這些。可以說，老年是失去感覺的第一個受害者。在這個主要是把感覺用在享樂的社會上，難怪會對弱者缺乏注意，更會競相爭勝。敏感性就這樣失去了。當然，在每一個政治正確的演說中，「包容」是標準的公式用辭，但尚未對共存的方式實現真正的導正：**溫柔的文化在社會難以開展**。人類兄弟情誼的精神是我感到必須努力推動的，但它好似一件遭丟棄的大衣，很值得欣賞沒錯，但……只能放在博物館裡。失去了人類的敏感性，就失去使我們變得有人性的這般精神動力。

的確，在真實生活中，我們看到許多年輕人能完全發揮這樣的兄弟情誼，而深受感動，心存感謝。但問題就在這裡：溫馨社會的見證及隨波逐流的風氣，迫使年輕人以一種完全不同的方式表現自己，二者之間的落差令人感覺羞愧。我們要怎麼做，才能填平這落差呢？

從西默盎和亞納的故事，也從其他聖經故事中敘述老年人對靈性的敏感度，看到一個隱藏其中的跡象，可以提出來。實際上，是什麼樣的啟示燃起了西默盎和亞納的敏銳感覺？包括在一個孩童身上認出天主來到的確實記號，這孩子並非他們所生，而且他們也是第一次見到這孩子。他們接受**不當主角，只作見證人**。一個人如果接受不當主角，只以證人的身分參與其中，事情就順利了：這個男人或女人正日臻成熟。但如果一個人總是想當主角，那麼，在這趟走向圓滿老年之旅，他永遠不會成熟。天主的眷顧並未體現在他們的生活中，也就是並未體現在那些只想當主角而不願只作見證人的生活中。天主的眷顧並不會使他們像救星一樣地進入生命場景：天主沒有在他們的那一代取得肉軀，而是在後來的世代中取得肉軀。他們失去了靈性，他們失去了成熟的渴望，就像有人常說的，他們的生活很膚淺。這是膚淺者眾多的一代，他們不允許自己以心神的敏感性來感受事物。但他們為什麼不允許呢？懶惰是其中的原因，還有就是因為他們無能為力：他們已失去了敏感性。一個文明失去了心神的敏感性，那是糟糕的事情。反之，當我們發現像西默盎和亞納這樣的長者，他們守護著心神的敏感性，又了解不同的情況，正如這兩位了解擺在他們面前的情況，知道那是默西亞的出現，多麼美好。他們雖滯留在人生的這種狀態時，但沒有怨恨，也不互相指責。反而當他們靈性的感受仍然強烈時，他們覺得感動及安慰。正是因為默西亞降生成人，所以，能目睹這事蹟，並將之告訴下一代，他們兩位那一代的歷史沒有失去或白費，這種感動與安慰，也會在下一代

繼續展現出來。這就是當孫兒女對老年人說話時，老年人會感到精神一振的原因。「啊，我的生命還在！」去探望長者，去聆聽他們，是非常重要的。與長者談話非常重要，因為這樣的話，在長者和年輕人之間有文化的交流、能幫助對方成熟，這樣，我們的文明會進步，日臻成熟。

唯有屬靈的年長者能有這樣謙虛又耀眼的見證，既有權威又能作為榜樣。已經養成這靈性敏銳感的老年人，消除世代間所有嫉妒與所有怨恨及指責，藉此替下一代為天主的來臨，以及在自己離世的時作準備。一個老年人，當他對坦誠的年輕人是坦誠開放的，正是發生這樣的事：他向生命道別，把生命交給新的一代。這就是西默盎和亞納的辭別：「現在我可以平安地去了。」老年的靈性敏銳感，能確實打破不同世代間的競爭和衝突。這個敏銳感還不止此：年長者還能超越衝突，他們走向合一和諧，而不是衝突。這在人是不可能，但在天主是可能的。現在我們亟需靈性的敏銳度，靈性的成熟；我們需要有智慧的長者，在靈性上成熟，能賦予我們對於生命的希望！

六、孝敬父母——熱愛生命

（週三，2022.04.20）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

今天，藉著剛聽到的聖言的幫助，我們打開了一條走過

脆弱老年的通道。脆弱的老年人，其特徵是混亂與沮喪、失落與放棄、灰心與懷疑。當然，面對生命中劇烈且有時是悲劇性的情況，讓我們經驗到自己的軟弱，這種經驗會在生命任何一個階段發生。然而，老年人會讓他人產生一種習慣化的感覺，甚至惹人討厭。我們常聽到或想到：「老人真討厭」；我們會這麼說、也這麼想……。孩童時和年輕時受的嚴重傷害，正會產生一種不正義和反抗的感覺，一種反擊的力量。另一方面，老年人受的傷害，即使嚴重，也會伴隨著一種感覺，那就是，不論如何，生命並不自我矛盾，因為我們已活過這人生了。因此，老年人多少會被我們從自己的經驗中除去：我們要與他們保持距離。

按大家的共同經驗，愛是會減少的，它不會以同樣的力道回到生命中。無償的愛也是這樣：做父母的一直都明白這點，老年人也很快就會知道。天主的啟示以另一種不同的方式開啟了回報愛的方式：**孝敬**那些走在我們前面的人，而且要從這裡開始：孝敬長者。

為孝敬鋪路的愛就是：溫和及尊重並存——照顧老人是天主的誡命。「孝敬父母」是一個神聖的承諾，是十誡第二塊石版中的第一條。它不只是有關自己的父母親。也是他們那個世代以及之前的世代，他們的離去也是緩慢而漫長的，會產生一個與生命中其他年紀的人長期共存的時間及空間。換句話說，它是關乎老年的生命。

孝敬是一個很好的字眼，用來界定回報老年人的愛。也就是說，我們接受了父母、祖父母的愛，現在我們要

以愛還愛，回報老年人，回報祖父母。今天，我們重新發現「尊嚴」這個名字，來指明尊重並關懷每一個人的生命的價值。在這裡，尊嚴與孝敬是同等的：孝敬父母、孝敬長者，就是承認他們擁有的尊嚴。

我們可以仔細想想「愛」的美好表達，即「孝敬」。就算是照顧病人、幫助那些無法自足的人、給他們足夠的食物，也可能**缺乏尊重或孝敬**。當人過度自信，而不是細膩關愛、溫柔尊重，這自信就會轉為粗暴和凌虐，那時就是缺乏孝愛尊敬。當一個人的軟弱受到責備甚至處罰，好像那軟弱是犯了錯一樣，或是因迷惑糊塗而招致嘲笑和攻擊。這情形甚至發生在家中、養老院以及辦公室或都市的開放空間。鼓勵年輕人——即使是間接地鼓勵——養成對老年人屈尊俯就，甚至輕視的態度，瞧不起他們的衰弱、搖搖幌幌，都會造成很可怕的後果。它會讓人做出過份激烈的行為。我們曾看過年輕人對流浪漢放火，因為他們覺得他是人渣，而這只是冰山的一角，他們輕視那些沒有吸引力、沒有年輕人那股生命的衝勁，那似乎是該拋棄的生命。我們往往認為老人是廢物，或把他們扔到垃圾桶；輕視年長者，把他們扔在一邊。

這樣的輕視，羞辱了年長者，實際上也是羞辱了我們大家。假如我羞辱長者，就是羞辱自己。在開始時我們唸的《德訓篇》，正譴責這樣的羞辱，並要求在天主面前主持公道。聖經裡還有一段講諾厄醉酒的故事，在這方面描述得很生動。諾厄是大洪水中的英雄，也是辛勤的勞動者，有一次喝醉了，不省人事。他已經很老了，喝

多了酒。他的兒子們不願吵醒他讓他尷尬，就拿了外衣，輕輕地幫父親蓋上，並出於尊敬，沒有直視父親。這段文字很美，也完全說出了對一位老者的尊敬。遮掩長者的弱點，使他不致感到羞愧。這段文字對我們很有幫助。

儘管現在的社會更有組織，給老年人的物質供應也越來越充分，這讓我們引以為傲，但是要恢復對老人的孝愛，似乎仍然很脆弱且不成熟。我們必須盡力去支持並鼓勵大家，提供更好的社會和文化支持，給那些渴望建立「愛的文明」的人。說到這裡，讓我給為人父母者一些忠告：請讓你的孩子、年輕孩子，更接近長者，要常常讓他們更親近。當年長者生病了，腦筋有些不清不楚，要讓他們更親近。讓他們知道這是我們的血肉至親，因為有他們，才有現在的我們。請不要把年長者推開。如果逼不得已，必須把他們送到養老院，請常去探望，帶孩子們去探望他們。他們是我們文明的榮耀，是老年人開啟了文明的大門。許多時候，孩子們忘了這一點。我想跟你們說些體己話：我在布宜諾斯艾利斯時，很喜歡去老人院，我常常去，去看望每一位……。記得我曾問一位女士有幾個孩子，「我有四個孩子，都結婚了，我還有孫子孫女……。」然後她談起她的家人。「他們會來探望你嗎？」「會啊。他們常來。」我離開房間時，一位聽到我們談話的護士對我說：「神父，她沒有說實話。她在替她的孩子掩飾。已經一連六個月沒有人來探望她了！」這就是拋棄老年人，認為他們是廢物。請聽我說：那是重罪。這是第一條誡命，也只有這條誡命還附有回報：「孝敬父母親的，必享長壽。」這個要

人孝敬父母的命令，給了我們祝福，它是這樣說的：「你必享長壽。」請珍愛長者。即使他們的腦子壞了，也請珍惜他們。因為他們就是歷史，是我家庭存在的原因，多虧有他們，才有現在的我，我們可以說：爺爺奶奶，謝謝你，有你才有我。不要讓他們孤孤單單的。照顧老年人，不是美容或拉皮什麼的：不是。那反而是一種尊榮，那必須轉化為我們教育年輕人有關生命及生命各階段的事。我們愛人類，包括孝敬一個生活過的生命，不是只為了孝敬老人。要讓年輕人發光，因為他們繼承了最好的特質，那反而是一種雄心。願天主聖神賜我們智慧，以我們的能力開啟真正文化革新的天地。

七、納敖米，世代間的盟約能開啟未來

（週三，2022.04.27）

親愛的弟兄姊妹們，早安並歡迎！

今天我們繼續反省年長者、祖父母、老年——這些字眼似乎很醜陋，其實不然，年長者很了不起，他們很美！今天我們要從〈盧德傳〉這部書中獲得啟發，而〈盧德傳〉堪稱聖經中的寶石。盧德的故事讓我們看到家庭親屬關係之美：這是來自一對夫妻的關係，但又超越了這種關係。愛的連結可以同樣的強，構成家庭之愛的基本感情的多面體能發出光芒。這會給建立團體的關係上帶來重要的養分，並產生智慧。《雅歌》和《盧德傳》就像是一幅描繪婚姻之愛的雙嵌畫一樣。二者同樣重要，同樣不可少，它確實讚頌了那必定深植於世代間的連

結、親屬關係、獻身以及忠信，這都是與整個家庭系統排列有關的。在夫婦生活的危機時刻，它甚至能帶來難以想像的愛的力量，能重新帶來希望和未來。

我們都知道，姻親間的關係，尤其是婆婆，婆媳間的關係，常不是這樣的。但正因如此，天主聖言才更顯寶貴。信仰的啟發能開啟廣大的見證，對抗最常見的偏見，這對全人類都是最寶貴的。我請各位重讀〈盧德傳〉！尤其要用來默想愛以及有關家庭的教理。

這本篇幅簡短的書中也包括了世代之間盟約的重要教導。在其中，年輕人表現出對成熟的年紀有興趣，這是很重要的：年輕人對老年人有興趣，而老年人發現他們能讓受過傷害的年輕人重新開啟未來。起初年老的納敖米雖然被她兩個守寡的媳婦對她的愛而感動，但她們得住在不是自己的民族當中，卻讓納敖米對她們的命運不樂觀，於是納敖米鼓勵兩個尚年輕的兒媳回自己的娘家，開始新生活。她說：「我已不能為你們做什麼了。」這已經是一種愛的行動：這位年長的婦人，沒有丈夫，沒有兒子，卻堅持要兩個兒媳離開她。其實這也是一種認命的態度：對於身為外鄉人的寡婦，失去了丈夫的保護，她們沒有未來。盧德知道這一點，但拒絕了婆母的提議，她不願回娘家去。婆母與兒媳之間建立的感情聯結蒙受天主的祝福：因此納敖米不能要求她們拋下她。納敖米起初對盧德的建議，認命多於高興：也許她認為這個奇特的關係會讓她們兩人的處境更加危險。有時候，老人家的悲觀傾向需要年輕一代感情的壓力來勝過它。

納敖米真的被盧德的忠誠所感動，不但走出悲觀，反而採取主動，為盧德開啟了一個新的未來。她指點並慫恿兒子的寡婦盧德在以色列找到新的丈夫。她心目中的人，波阿次，有高貴的品格，他保護了盧德，不讓其他人為難她。令人遺憾的是，這樣的危險至今仍然存在。

盧德再婚後，生活再度平靜下來。以色列的婦女們對納敖米說，這位外鄉人盧德，「勝過七個兒子」，這婚姻蒙受上主的祝福。納敖米一直覺得自己命苦，連她的名字都不是好名字，但到了晚年，她會看到自己有份於新一代誕生的喜悅。看看有多少奇蹟伴隨著這名老婦人的轉變！她懷著愛，願意改變自己，為了讓下一代不再遭受被遺棄的危險而奉獻自己。原本是由於偏見而可能造成的傷害，卻因為信仰與愛而克服了：婆母克服了她為自己兒子產生的嫉妒心，而愛了盧德的新的關係；以色列婦女克服她們對異鄉人的不信任（不只婦女，任何人都會這樣）；這個孤單女子的脆弱，面對著男性的權力，也在充滿愛與尊重的關係中和好。

這一切全因為年輕的盧德即使面對著種族與宗教上的偏見，仍堅持要忠於一份感情關係。現在我要回到開始時所說的，今天，這婆婆是一名神話人物，我不願說我們認為婆婆是壞人，但大家總把她想成是一個令人不快的人。但婆婆是你丈夫的母親，丈母娘是你妻子的母親。今天我們不要再像一般人的感覺那樣，認為與婆婆（或岳母）離得越遠越好。不是的，她是一位母親，她是長者。做祖母的最美好的事就是能看見孫兒女——當

她的孩子有了自己的孩子時，她們又有了活力。仔細看看你與你婆婆或岳母的關係：有時她們有些特別，但她們是你配偶的母親，她們給了你一切。至少我們該讓她們開心，這樣她們能喜悅地進入老年。如果她們有些過錯，我們應幫助她們改正。至於你，做為婆婆或岳母的人，我要說，請小心口舌，因為濫用口舌是為人婆婆或岳母者最糟糕的過犯。請務必小心。

在盧德傳中，盧德接納她的婆婆，使她再度有了生氣，年老的納敖米則主動為盧德開啟未來，而不是把她拉在身邊，陪伴自己。如果年輕人能開放自己，感謝他們所領受的，年老者能主動重啟他們的未來，那麼，什麼也阻止不了天主給人們充沛的祝福。不要忘了，願年輕人與祖父母交談，願年輕人與老人談話，願老年人與年輕人說話。這個橋梁應重新建造，且要十分堅固——那時就會有救恩與幸福流動。願上主幫助我們，讓我們這樣做，家庭日益和睦，有建設性的和諧能從最老的人流到最年輕的人身上，我們必須保護和守護這美麗的橋梁。

八、持守信仰的厄肋阿匝爾

(週三，2022.05.04)

親愛的弟兄姊妹們，早安並歡迎！

在這一系列談老年的要理講授中，今天我們要見見一位聖經人物——一位老人，名叫厄肋阿匝爾，他生活的時代，正是受到安提約古厄丕法乃 (Antiochus Epiphanes)

迫害的時候。他是一位了不起的人物。他為我們做了很好的見證，見證了年長者的忠信及榮耀信仰間的特殊關係。他是一位令我們驕傲的人物。我願談談榮耀信仰這件事，而不只是談持守信仰、宣告和反抗。信仰的尊榮不時會碰到來自統治者文化的壓力，甚至是強烈粗暴的壓力，他們把信仰視做考古上的發現，或是古老的迷信、不合時宜的戀物癖等等。

這個聖經故事講的是猶太人被一位國王下令強迫吃祭過偶像的肉，我們聽了一小段章節，但最好是能讀完全部。輪到厄肋阿匝爾時——他是一位九十多歲很受人尊敬的老人，是個有權柄的人，一位國王的官員勸他假裝吃下，但並不真的吃。這是宗教上的偽善者。教會中有太多偽善者。這些人告訴他，「假裝吃下去，不會有人注意到的。」他們說，這樣厄肋阿匝爾可免一死，而且因為他們之間多年的交情，他還可獲得同情及他們的感情。他們認為，這畢竟只是件小事，假裝吃，並不真的吃，沒什麼大不了。

這雖是件小事，但厄肋阿匝爾平靜而堅定的回應，所根據的理由令我們大為驚訝。他的重點是：在老年時為了貪戀多活些日子，而羞辱自己的信仰，這與我們應該留給年輕世代的信仰遺產是不能相比的。厄肋阿匝爾留下了好榜樣！一位終生持守信仰的老人，現在卻假裝否定信仰，必會讓新的世代認為整個信仰是一場羞恥，是一個可以丟棄的外殼，認為保存在內心即可。厄肋阿匝爾說，不是這樣的。這樣的行為不會榮耀信仰，在天主前也不行。這個外在的小事造成的影響，會破壞年輕人的

內在生命。這位表裡一致的人，的確在為年輕人、他給後代的遺產、為他的人民考慮。

老年人正是為這見證而處在決定性的位置、不可取代的位置——這對於老年人是很美的事。老年人由於他的軟弱易受傷害，而認為實踐信仰是無關緊要的事，那樣就會讓年輕人相信，信仰與生命沒有真正的關係。從一開始，他們就會認為這些行為在必要時可以作假或隱藏，因為它們在生命中並不特別重要。

古時的異端諾斯底主義（gnosis），對早期基督徒來說，是十分強烈和誘人的陷阱。他們的理論是，信仰只是靈修，而非實踐；是思想的力量，而不是一種生活方式。按照這個異端的說法，信仰以及信仰的榮耀，都與生活中的行為、團體的制度以及身體的象徵無關。這個觀點的誘惑力極強，因為它用自己的方式解釋了一個無可爭辯的真理：信仰永遠不能被貶為一套飲食規則或社會習俗。信仰不是這回事。但問題是把此一真理激進化的諾斯底主義者，廢棄了基督信仰的實在主義，因為基督徒的信仰是實事求是的。基督徒信仰不只是誦唸信經，更要以信經來思考，了解信經、活出信經。用雙手來實踐。而諾斯底主義卻提議弄虛作假。認為重要的是有靈修，其他的都可以為所欲為。但這不叫基督徒。那是諾斯底主義的第一個異端，在當時的許多靈修中心等地方都很流行。有一種見證，不但能讓具體的天主標記在團體生活中展現出來，更能以身體的行動來對抗思想的敗壞，諾斯底異端卻使這種見證失去了果效。

諾斯底主義的誘惑，是一種異端，是當時的一種宗教偏差；此誘惑至今一直存在。在我們社會和文化中的許多趨勢裡，信仰的實踐都受到負面的描繪，有時是以諷刺文化的方式，有時是被不著痕跡地邊緣化。這些諾斯底主義者，在耶穌時代已有不少，他們認為信仰的實踐沒什麼用，甚至有害，就像一個過時的殘留物，一個經過掩飾的迷信。總之，那是為老年人的。這個不分皂白的批評在年輕人身上施加了很強大的壓力。當然，我們知道信仰的實踐可能會變成並非出自真心的外在實踐——這是另一種危險——但它本身完全不是這樣。這個非常重要的使命或許完全靠我們，我們老人家：**把信仰應有的榮耀還給他**，讓他前後一致，那就是厄肋阿匝爾的見證——始終如一。信仰的實踐不是我們軟弱的標記，不是的，而是強壯的信號。我們不再是年輕人，當我們走在天主的道路上時，我們不是開玩笑的！

信仰自始至終都能受到尊重及榮耀：信仰改變了我們的生命，淨化了我們的心思，教導我們敬拜天主、愛近人。信仰是所有人的福氣！但這是指整個的信仰，不是其中一部分。我們不會用信仰來交換幾天平靜的日子，而會像厄肋阿匝爾一樣，至死如一，殉道而死。在我們老年時，我們會謙虛並堅定地證明，信仰不是為老年人的，而是關乎生命之事。那是相信天主聖神，祂使一切更新，並樂意幫助我們。

親愛的年長弟兄姊妹們——我不說年老——我們都在同一個群體裡，請看看年輕人：他們在觀察我們。不要忘記這點。我想起一部戰後電影：〈孩子們在注視著我

們〉（The Children Are Watching Us）。對於年輕人，我們也可以同樣說：年輕人在注視著我們，我們的前後一致，能為他們開啟一條美麗的道路。另一方面，潛在的偽善，會造成很大的傷害。讓我們為彼此祈禱。願天主降福所有的老年人。

九、友弟德，年輕時可敬，年老時慷慨

（週三，2022.05.11）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

今天我們要談談一位聖經裡的女英雄——友弟德。我們剛剛聽了聖經〈友弟德傳〉的一段章節，書中最後總結了這名婦人的一生，她保衛了以色列，使不受敵人侵略。友弟德是一名年輕且貞潔的以色列孀婦，因為她的信仰、美貌與機智，她救了拜突里雅城市和猶大人民，不被亞述王拿步高的統帥敖羅斐乃所包圍，敖羅斐乃是一個霸道又傲慢的天主的敵人。因此，精明的她殺了這個入侵的獨裁者。這個女人很勇敢、有信仰。

在這個以友弟德為主角的驚險事蹟過後，她回到自己的家鄉拜突里雅，在那裡過了美好的晚年，直到105歲。她的老年，就像許多人的老年一樣：有時是在一生辛苦工作之後，有時是歷經艱險之後，或是在偉大的奉獻之後。聖德芳表不僅存在於聚光燈下的偉大事件，例如友弟德殺死獨裁者。它往往是在傾注在艱困家庭中強韌的愛，以及支持有危機的團體中找到。

友弟德活了一百多歲，這是個特別的福氣。但現在退休後仍活了許多年的人比比皆是。我們要怎麼解釋呢？我們應如何充分利用這段時間呢？如果我今天退休，還會有好多年的時間可活，那麼在這些年裡，我能做什麼呢？我的年歲會增長，這是毫無疑問的；但我要如何在權柄、聖德、智慧上成長呢？

對許多人來說，退休的展望，就是不再辛苦工作，不再參加各種令人疲累的活動，可以心安理得地得到盼望已久的休息。但沒有了工作之後，也會是憂慮的原因，同時會帶來不安。「我該做些什麼呢？長久以來我都十分忙碌，現在我的生活會變得空虛了。」問題就在這裡。每天工作代表著人際關係、賺取生活所需得到的滿足感、在社會上有一個角色、獲得大家的認可，一段充實的時間——不止是工作時間而已。

當然，照顧兒孫是快樂卻又疲累的工作，今天的祖父母在家中的角色很重要，因為要幫忙照顧孫兒女；但我們也知道現在孩子生得越來越少，而且父母往往住得很遠，不方便往來，工作及住家條件也不理想。有時他們也不願把教育兒女的責任託付給祖父母，只把最需要幫忙的事託給他們。但有人苦笑著對我說：「在現今的社會經濟情況下，祖父母地位更重要，因為他們有養老金。」在教育及家庭關係上，也有新的需求，要我們重新改變世代之間的傳統關係。

但是，讓我們自問：我們是否努力「重新塑造」這些關

係？還是我們受到物質和經濟條件的影響而懶得改變？不同世代間相處的時間越來越長。我們是否一起努力使現代社會這些新的狀況更人性化、更有愛、更公正？對祖父母來說，他們的重要責任是幫助兒女養育他們的子女。小孩子可學到溫柔及尊重弱小者的力量：這些無可取代的課題很容易通過祖父母來傳遞和領受。祖父母則學習到，溫和與脆弱不光是衰弱的徵兆，對年輕人來說，這些更是使未來更人性化的過程。

友弟德年紀輕輕就守寡，沒有兒女，但她在晚年卻能活出充實而平靜的日子，她知道要善盡上主託付給她的使命。這位婦人為家庭和團體留下了智慧、溫柔和奉獻的美好遺產：美好的遺產，但並不只是物質上的。我們一想到遺產，常會想到物質財富（goods），很少想到老年人的善（goodness），或是播下的善的種子。「善」是我們所能留下的最好的遺產。

友弟德正是在晚年「解放了她的奴婢」（參閱：友十六23）。這是對那些曾與她親近的人表示關心且具人性化的記號。在她冒險時，這位婢女陪伴著她戰勝獨裁者，並將他的喉割下。我們年老時，視力會減退，但我們內在的眼光卻更能看穿一切——我們用心靈的眼睛來看。我們能看到過去沒注意到的東西。年長者懂得洞悉，善於觀察……。真的，上主不是只把祂的才華傳給年輕力壯的人。祂會按照每個人的狀況，給每一個人才華，老年人也不例外。我們的團體，必須知道如何從如此多的退休老年人身上，因他們的才華和神恩而得益，他們雖然退休，仍然蘊含著有待發掘的珍寶。在老人這

方面，必須有創意，能關懷他人，慷慨付出。在老人活躍時期所具有的才能，已不再受到拘束，而成為可以給予的資源：替人解惑、指點迷津、建設團體、照料萬物、側耳傾聽……。更要關懷那些無力學習的弱勢者，或是遭人遺棄的孤獨者。

友弟德解放了奴婢，並關心每一個人。年輕時，她因滿懷勇氣而贏得大家的敬重。到了年老，她給人自由及感情，也獲得敬重。友弟德並不是領取養老金，在憂鬱中空虛度日的人。她是一位熱情的老婦人，以奉獻來填滿天主給她的時間。請記住，要找個時間拿起聖經，讀一讀〈友弟德傳〉：這部書篇幅不長，只有短短數頁，容易閱讀。請閱讀這位勇敢的婦女的故事，她溫柔、慷慨，值得尊敬。這也是我對所有為人祖母者的期望。都像她一樣：勇敢、睿智，留給我們的不是金錢，而是撒播在兒孫身上的智慧的遺產。

十、約伯，信德的試煉，等待的祝福

（週三，2022年5月18日）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

我們剛才聽到的那段聖經章節，是一部文學經典〈約伯傳〉的結尾。今天我們論老年的教理講授，見到了約伯。我們看到的約伯，是一位信仰的見證人，但他不接受一位漫畫故事的天主，他在面對邪惡時，會大聲抗辯，直到天主回應，並顯示祂的面容。最後，天主跟祂一向的

作風一樣，以令人訝異的方式回應：祂向約伯顯示祂的光榮，但沒有毀滅他，更好的是，祂的回應是溫和的，就像天主一向的作風。我們應仔細閱讀這本書，不要帶著偏見，不要有刻板印象，要了解約伯呼喊的力量。我們應從他那兒學習，當失去一切而痛苦萬分，面對這樣的惱怒和苦楚，如何克服道德說教的誘惑。

約伯傳最後這段章節——我們都記得故事內容——約伯失去了生命中的一切，失去了財富、家庭、兒子，甚至失去了健康，這時他滿身瘡痍，正與三個朋友交談，後來又來了第四個，是來問候他的。在今天的這段章節，也就是最後的章節，天主終於發言（約伯與他朋友的對話，像是在為天主的發言鋪路），天主讚揚了約伯，因為他明白天主隱藏在他靜默背後的溫柔奧蹟。天主也斥責約伯的朋友，他們自以為知道一切，知道天主，知道痛苦，他們來，本是為安慰約伯，最後卻用先人為主的標準來判斷他。天主要我們預防這種虛偽和自負的虔誠主義。也要我們免於道德主義的虔誠，和只守教規的虔誠，那使我們產生某種程度的自負，讓我們走向法利塞主義和偽善。

這就是上主自我表達的方式。上主說：「我要向你們發怒……，因為你們講論我，不如我僕人約伯講的正確。（……）」這是天主對約伯的朋友說的話。「我的朋友約伯要為你們祈禱，因為我要看他情面，不懲罰你們的糊塗，因為你們講論我，不如我僕人講論的正確」（四二7~8）。天主的話出人意料，因為我們滿懷熱火讀了約伯抗議的章節，而感到沮喪。然而天主卻說約伯說得

對，即使他那時很生氣，而且生天主的氣，但他說得對，因為他拒絕把天主視為「迫害者」。天主不是。天主為了償報他，在請約伯為那些不良的朋友祈禱後，把約伯的全部財產雙倍還給了他。

這**信德轉變**的關鍵正是在約伯傾訴的高峰，也就是他說：「我確實知道為我伸冤者還活著，我的辯護人要在地上起立。我的皮膚雖由我身上脫落，但我仍要看見天主；要看見他站在我這一方，我親眼要看見他，並非外人」（十九25~27）。這段章節實在很美。它讓我想起韓德爾的清唱劇彌賽亞。在歡慶的阿肋路亞之後，女高音慢慢地、平和地唱出這段：「我知道我的救主還活著。」因此，在約伯痛苦和歡樂的經驗之後，天主的聲音不一樣。「我知道我的救主還活著」——那真是一件很美的事。我們可以這樣解釋：「我的天主，我知道祢不是迫害者。我的天主會來，以正義待我。」那是相信耶穌復活的單純信仰，是對耶穌基督的單純信仰，是相信天主一直在等候我們，且會來臨的單純信仰。

約伯傳中的故事，很戲劇化地代表了真實生活中所發生的事——那就是，發生在人、在一個家庭、在人民身上的考驗往往太沈重，與卑微軟弱的人不成比例。就像有句話說的：禍不單行。有些人被太多的惡所壓倒，實在是太過分且不公平。許多人都碰到過這樣的事。

我們都認識有此遭遇的人。我們被他們的哭喊所觸動，但我們也常敬佩他們在沈默中表現的堅定信仰及愛。我想到那些子女有嚴重障礙的父母，我指那些有長期疾病

的人，那些長期幫忙家中某一成員的人……。他們的情況又往往由於缺乏經濟支援而更是雪上加霜。在歷史上有某些關口，好像屋漏偏逢連夜雨，讓人覺得那累積的重擔是相約而來的。這些年流行的新冠肺炎，以及烏克蘭戰爭都是這樣。

我們能為這些過分的打擊辯解，說那是來自大自然和歷史上更高的智慧嗎？我們能祝福它們，說那是對受害者的罪過的正當回應，好像那是他們活該應得的？不，我們不能這樣。面對邪惡的奧祕，受害者有抗議的責任，那是天主給予每個人的權利，甚至可說是天主本身喚起了這權利。有時我會遇到一些人對我說：「我要向天主抗議，因為我遇到這個和那個問題……，」但我的朋友，要知道，這樣的抗議，也是祈禱的一種方式。當孩童、年輕人反抗他們的父母，那是想吸引父母的注意，要求他們關心照顧的方式。如果你心裡受了某種傷，某些痛苦，你想要反抗，甚至向天主反抗。天主會聆聽你的。天主是父親。天主不會害怕我們抗議的祈禱，不會的！天主懂得！但你要放開自己，自在地祈禱。不要把你的祈禱禁錮在先入為主的既定公式裡！祈禱應該是這樣的：發自內心的，就像一個孩童懇求父親一樣，他想到什麼就說什麼，因為他知道父親了解他。在這悲劇的第一時刻，天主的「沈默」就有這樣的含義。天主不迴避這樣的抗議，但從一開始，就讓約伯傾洩他的抗議，天主則是聆聽。或許我們有時也需要學習天主的這種尊重和溫柔。天主不喜歡約伯的朋友那種百科全書式——姑且這樣稱呼吧——的解釋和省思。他們的話只是未經大腦脫口而出，說的話是不對的：那種虔誠能解釋一切，

但心卻是冷的。天主不喜歡這樣。祂更喜歡約伯的抗議和沈默。

約伯的信仰宣認，即不斷地呼求上主，懇求最後的公義，使他以近乎神祕經驗說出了以下的結論：「以前我只聽見了有關祢的事，現今我親眼見了祢」（四二5）。今天有多少人在經歷些許凶險、些許險暗後，能夠更向前進，並且比過去更認識天主！我們也能像約伯那樣，說：「我知道祢，因為我曾聽說過祢，但我現在見到祢，因為我遇見了祢。」這樣的證詞若是出自老年，在他日漸衰弱、有所失去時，則更為可信。年長者一生有那麼多經歷！他們也見到那麼多不信守承諾的人：法律界人士、學者，甚至宗教人士，他們混淆真相，指責受害者要為自己所受的苦負全責。他們完全錯了！

年長者找到這種見證的道路，把他們因「失去」而產生的怨恨轉為耐心等待天主的許諾——這是一種改變，從因「失去」而產生的怨恨，轉為順從天主許諾的耐心——在團體面對過多的罪惡時，這些長者是不可取代的守衛。基督徒的目光在注視苦像時，學到的正是這一點。願我們也能從許多祖父母、從許多長者身上學習，他們就像瑪利亞一樣，將他們心碎的祈禱與天主聖子的祈禱結合，後者已在十字架上把自己交托給天主聖父。讓我們注視老年人，讓我們注視年長者。讓我們懷著愛來看待他們。讓我們看到他們個人的經歷。他們一生中吃了多少苦。他們一生中學習了多少。他們經歷了那麼多事情，但到最後，他們能享有這樣的平安，我要說，幾乎是神祕的平安，那就是，享有與天主相遇的平

安，以至於他們能說：「我知道祢，因為我曾聽聞過祢，但現在我能親眼見到祢。」這些年長者的平安，很相似天主之子在十字架上把自己交付給天父時，所享有的平安。

十一、訓道篇：生命意義茫然的黑夜與人生中的事物

（週三，2022年5月25日）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

我們繼續反省「老年」。我們今天要看聖經的〈訓道篇〉，這是聖經的另一珍寶。這部小書一開始就反覆出現那句著名的「萬事皆虛」，這句話一再出現，萬事皆虛、萬事如霧、萬事如烟；萬事皆空。我們很驚訝，聖經裡會出現這類質疑存在意義的句子。實際上，智者科厄肋特（Qoheleth）在有意義和無意義間來回擺盪，是諷刺性地表現出，他覺察到生命脫離了正義的熱情，而天主的審判是正義的保障。〈訓道篇〉的最後，指出走出這考驗的方法：「你應敬畏天主，遵守祂的誡命，因為這是眾人的義務」（十二13）。這是解決此一問題的勸勉。

我們面對的現實是，有時我們似乎得適應包容所有反對我們的人，讓所有人都有同一命運——到最後一切化為烏有，至於令人痛苦的幻滅，唯一的解方似乎就是冷漠。我們會產生這樣的疑問：我們的努力改變了世界嗎？有人能夠確認正義與不義之間的區別嗎？看來這一切似乎都沒有用：為什麼還要那麼努力呢？

一種負面的直覺，會席捲各個年齡層的人，但毫無疑問的，年長者幾乎免不了地會遇到這種「如夢初醒」。如夢初醒會在老年時來到。因此老年人一定會**抗拒這種如夢初醒所引起的士氣低落感**。如果見多識廣的老年人，依然保持著對正義的熱情，那麼愛與信仰就有了希望。對於現代世界，度過危機——健康的危機——的通道就變得非常重要。為什麼呢？因為一個假設能衡量一切、操縱一切的文化，到最後也會產生對生命意義、對愛及善良都不再有熱情，全都有一種集體的士氣低落感。

這樣的士氣低落讓我們不再有行動的意願。一個假設的「真理」，僅僅局限在記錄這世界發生的事件，以及這世界對反對者的冷漠態度，並將他們交付給流失的歲月和任何虛無的命運擺布，毫不使人們獲得救贖。在這種追求真理的形式中——假借科學的名義，又十分冷漠，完全不談道德——現代人已陷入這誘惑，失去了對正義的熱情。這種追求真理的形式不再相信其終向、承諾和救贖的需要。

現代文化把一切交付給各種事物的精確知識，這種新的自暴自棄理由的外表——結合了知識和不負責任，是一個嚴厲的反擊。確實，這個消除我們道德價值的知識，初看之下似乎是自由、活力的來源，但很快就讓我們的靈魂麻痺。

智者科厄肋特就用諷刺的手法揭露了以為知識全能的

致命誘惑——追求全知的譫妄（delirium of omniscience）——會產生意志的無能。最古老的基督徒傳統中的修道人士，就很精確地指明了靈魂的這種毛病，它突然發現沒有信仰、沒有道德的知識是何等虛無，沒有正義的真理是虛幻的。他們稱之為精神的怠惰（acedia）。這對每個人都是一種誘惑，甚至是對老年人……。那不僅僅是懶惰，不，不僅是這樣而已。它也不單單是消沈。精神的怠惰是對世上那些對正義缺少任何熱情，也沒有後續行動的知識的投降。

這種知識所開啟的是意義的空洞和力量的缺乏，它排斥任何倫理責任以及對真實的善的感情，這並非沒有害處。它不但取走了渴望求善的力量：由於反作用力，**它向邪惡力量的攻擊性打開了門**。這些是失去理性的力量，由於過度的意識型態而造成憤世嫉俗。事實上，我們的這些進步，這些昌盛，已經真正讓我們成為一個「疲勞的社會」。想想看：我們是個疲勞的社會。照理，我們應該出產遍布各地的福祉，然而我們卻容忍一個只與健康有關的科學產品的市場。照理，我們應該為和平安置一個不可逾越的門檻，但我們看到越來越多對手無寸鐵的人民無情地對待。當然，科學進步是好事。但生活的智慧則完全是另一回事，而那似乎一直停滯不前。

最後要說的是，這種訴諸感情卻不負責任的理由，也帶走了真理知識的意義和活力。我們的年代是假新聞、集體迷信和假科學真理的年代，這並非巧合。有趣的是，在這個知識文化裡，大家知道一切，甚至知道得很

精確的時代，卻到處有巫術流行，而且是有修養的巫術。它是與某種文化有關的巫術，但會把你帶入迷信的生活：一方面由於聰明智慧而深入了解事情；另一方面，心靈的需要尚未滿足，於是走上迷信的路途，最後走到了巫術上。從科厄肋特的智慧，老年人可學到把隱藏在心中、對正義沒有感情的真理譫妄症揭露出來的藝術。充滿智慧和幽默感的老年人，能讓年輕人獲益良多！老年人讓年輕人不受世上知識的誘惑——那些枯燥又缺乏生活的智慧。這些年長者也帶領年輕人回到耶穌所許諾的：「飢渴慕義的人是有福的，因為他們要得飽飫」（瑪五6）。他們要在那些飢渴慕義的年輕人當中撒種。我們老年人要振作起來！振作起來，勇敢向前！我們在世上負有偉大的使命。但請不要在生活中的巫術尋求安身之處，因為那都是不具體、不真實、無根的理想主義！

十二、「在我力氣衰弱時，不要遠離我。」（詠七一9）

（週三，2022.06.01）

親愛的弟兄姊妹們，早安！

我們剛剛聽了聖詠七一篇，老年人的祈禱，是很美的祈禱，它要我們默想老年時的強烈張力，那時對過去辛勞工作的記憶已經不再，而已領受的福氣仍要受到信仰和希望的考驗。

隨著走向年老時而出現的身體衰弱，考驗於焉開始。年邁的聖詠作者哀訴，這個過程成為被遺棄、欺騙、瀆職和蠻橫的機會，而老年人常是受害者。這是真的！在這個丟棄的社會、丟棄的文化中，老年人會被丟棄一旁，身受其苦。這個專門欺負老人的社會，其實是一種怯懦的表現。的確，占老年人便宜的事太多了，以數不清的方式欺騙、恐嚇他們。我們常讀到或聽到新聞報導，說老年人被人不擇手段地騙走存款，或是遭到遺棄，無人照顧；或受到鄙視或恐嚇，要他們放棄自己的權利。這種殘酷的事也發生在家庭中，這是很嚴重的事。老年人被遺棄在老人院裡，沒有子女去探望，或一年只去很少的幾次。老年人被丟在角落。這種事仍發生在今天，發生在家庭裡，一直都在發生。對此我們必須反省。

整個社會必須趕緊來照顧老年人——他們是社會的寶藏！老年人的數目越來越多，也是最會遭到遺棄的一群。當我們聽說年長者被剝奪了自主權、他們的安全，甚至自己的住家，我們就明白，今天社會對老年人的**矛盾心理**，並非是偶發的緊急事件，而是丟棄文化的特色，這深深毒害了我們所居住的世界。聖詠裡的老人向天主吐露心中的沮喪：「我的仇敵必要對我說，窺伺我命的人互相私議說，天主已經捨棄了他，你們追擊他，捕捉他！因為無人再來救他」（詠七一10~11）。這樣的後果足以造成大災難。老年人不但失去尊嚴，甚至懷疑是否值得活下去。這樣一來，我們都想隱藏我們的脆弱，隱藏我們的疾病、我們的年齡和輩分，因為我們害怕那是失去尊嚴的前奏。讓我們自問：使人有這種感覺的，符合人性嗎？現代文明如此進步如此有效率，

為何對於疾病和年老，如此不自在呢？為什麼要隱瞞疾病，隱藏老年呢？我們的政治，如此努力於達到合乎尊嚴的生存，何以對「與老年和疾病在愛中共存」又如此無感呢？

聖詠作者把自己的老年視為挫敗，但他能重新找到對天主的信賴。他感到自己需要幫助。於是他轉向天主，聖奧思定評論這首聖詠，勸勉這位年長者：「不要害怕，不要怕自己在老年時被拋棄……，你為什麼害怕？是怕祂背叛你嗎？怕祂在你年老已無力氣時，拋棄你嗎？然而當你已失去力量時，卻有上主的力量來到你身上」（PL 36，881~882）。這是聖奧思定說的。而年老的聖詠作者呼求說：「求祢照祢的正義解救我，求祢側耳聽我，並拯救我。求祢作我避難的石壁，獲救的堡壘；因為祢是我的磐石，我的堡壘」（詠七一2~3）。生命是必須被完整保護的，聖詠作者的呼求一方面見證天主的信實，另一方面也質問天主的能力，祂是否真能喚起人們生命中已經麻木的良知。他再次祈禱：「天主，求祢不要遠離我，我的天主，請快來救我。願那些謀殺我命的人，走投無路，願那些設法害我的人，蒙受恥辱！」（詠七一12~13）

確實，那些欺負年老體弱多病的，是可恥的。祈禱能在老年人心中更新天主信實的承諾和祂的祝福。年長者重新發現並見證了祈禱的力量。在福音中我們看到，耶穌從不拒絕那些需要幫助者的祈禱。年長者由於他們的衰弱，能教導其他年紀的人，我們都要把自己交給天主，懇求祂的幫助。在這方面，我們都必須向老年人學習：

是的，這是年長者的恩典，了解年紀大了就要讓自己交給他人照顧，且從依恃天主開始。

我們因此有一個有關「**脆弱的訓導**」，叫人不要隱瞞自己的脆弱，不要。脆弱是現實，這是真的，但我們也有有關脆弱的訓導，即年老對整個人生的記憶方式是可令人信賴的。我們不要隱藏老年，不要隱藏老年的脆弱。這是給我們大家的教導。這個教導為我們自身文明的革新開闢了決定性的視野。這是惠及眾人共存的不可或缺之革新。在觀念和實際作為上將老年邊緣化，是侵害了人生的每個時節，而不僅是老年階段。今天我們每個人都要想想家裡的老人：我與他們的關係如何？我記得他們嗎？我是否去探望他們？我是否確實讓他們無所匱乏？我尊重他們嗎？至於家裡的老年人：想想你的父母、祖父母、姑姑、叔叔、朋友……，我是否把他們從我的生命中刪除了？或是我是否去向他們學習智慧，生命的智慧？要記住你也會變老。每個人都有老的一天。你年老時希望人家怎樣對待你，你現在就要怎樣對待老人家。他們是家庭的記憶，是人類的記憶，是國家的記憶。請保護老年人，他們是智者。願上主施恩給老年人，因他們也是教會的一部分。願對天主的信賴能擴散到我們身上。這是為我們大家，也是為他們的好處。

（主教團祕書處中文翻譯）

第二屆世界祖父母及長者日祈禱文

上主，我感謝祢
恩賜我長壽的福分，
因為凡投靠祢的人，
祢都使他們結實結實纍纍。

主啊！請寬恕
我的灰心與喪志，
但在我氣力衰弱時，
求祢不要拋棄我。

請教導我懷著希望
期盼祢所賜予的未來，
以及祢所託付給我的使命，
並永不止息地歌頌祢。

請使我成為
一個祢革新世界的溫柔工匠，
用愛守護我的孫子們，
以及所有在祢內尋求庇蔭的最小弟兄姊妹。

主啊！請保護教宗方濟各，
並恩賜祢的教會
使世界免於孤單。
求祢引領我們的腳步，走上平安的道路。
阿們。

（主教團秘書處恭譯）

第二屆世界 祖父母及長者日

今年我們慶祝**第二屆祖父母及長者日**，這個日子已成為教會的一項牧靈職務，而且會成為教會的傳統。

其實，關心祖父母和長者，並不是什麼特別的事，因為他們的存在並不特殊，而是我們社會上的既成事實。教宗請我們有結構性地，而並非是斷斷續續的方式意識到老年人在國家和教會生活中的存在。也就是說，不是為了應付一個緊急情況，而是為長期的牧靈工作打下基礎，這工作在未來幾十年裡都會與我們有關。畢竟，在這世界上某些地方，尤其是歐洲和北美，老年人占了人口的20%以上。因此在教會內，我們必須改變觀點，且把一些論點放到一邊，那些論點只會讓老年人顯得疏遠且無關緊要、是需要人照顧的人；我們應習慣將牧靈的重點聚焦於常態且長程的計劃。

從長期發展的角度來看，教宗獻給年長者的教理講授特別重要。這些教理對生命中的這個年齡提出了明晰而新穎的反省，可做為預備今年祖父母及長者日及長程計劃的牧靈工作的基礎。

第二屆祖父母及長者日的教理和教宗的文告，是這套牧靈指引的中心，其中有許多指引可以使用，必要時可以用在我們自己的環境中。

要理講授和文告都可在下列連結中找到：

<http://www.laityfamilylife.va/content/laityfamilylife/it/eventi/2022/ii-giornata-mondiale-dei-nonni-e-degli-anziani.html>

今年的祖父母及長者日正好碰上戰爭，這真是個特別而且出人意料的時刻。在文告中，教宗承認經歷過二次世界大戰的那一輩逐漸消逝，且戰火在歐洲重燃。因此，他邀請祖父母和長者成為「溫柔革命的工匠」，特別要為烏克蘭和其他地區的和平祈禱。

聖父在此一特別關頭把這個使命交付給長者，足見他深信祖父母和長者有自己特別的天職，使他們成為天主子民中的重要成員。丟棄文化的另一選擇：不是要表達一種愛德的舉動，也不是為乞求較好的待遇，而是肯定長者在社會上以及祖父母在家庭中的重要地位。

下面我們列出一些簡單的指引，希望有助於這一屆祖父母及長者日的準備，但我們深信各位都能以各自的創意找到最適合的方式來慶祝這個日子，而且是從自己的牧靈環境開始。

由於第一屆世界祖父母及長者日，有許多不同的首創做法，希望那些做法也能成為第二屆慶祝的標誌，因此我們設計了一個代表此日的標識，供各位自由使用。這個標識代表著擁抱，也附有詳細的解釋。

希望第二屆世界祖父母及長者日能夠反制丟棄的文化，讓祖父母和長者在我們的生活中成為主角，懷著這

樣的希望，我們在主內問候大家。

亞力山大·阿維神父

(P. Alexandre Awi Mello, I. Sch.)

平信徒、家庭和生命部祕書長

凱文·法雷爾樞機

(Card. Kevin Farrell)

平信徒、家庭和生命部部长

(主教團祕書處中文翻譯)

牧靈指引

探訪獨居長者

- 第二屆世界祖父母及長者日慶祝的時候，正逢許多國家的健康緊急狀態接近尾聲，這可以讓我們有更多的自由去實踐我們的理念，也可以讓人與人的接觸和擁抱成為主要的活動。
- 文告中希望這個日子能向每個人表達親近和慰藉——即使是那些最孤獨的人，因此我們請求大家去探望祖父母以及社區中孤獨的長者，把教宗的文告帶給他們。
- 這樣的探訪是一個向外表達關懷的教會的具體標誌，是肯定長者——即使是最孤獨的長者，都處於我們教會團體的中心。
- 這探訪表示個人願起身，急速去探望他人（參閱：路一39），正像聖母瑪利亞去探訪年長的依撒伯爾一樣。
- 這探訪也是個好機會，讓我們帶一份禮物給對方，例如一束花，同時可以一起誦唸當天的祈禱文。
- 探訪一位孤獨的老人，也是能在當天獲得全大赦的好機會。
- 年輕一代與長者的會晤，以及所產生的友誼，正是「雖已年老，仍然結果」的標記。
- 為傳播這一天的訊息，可以把探訪的照片發布在社群媒體上，並 Hashtag# 祖父母及長者日（#GrandparentsAndTheElderly）。

與長者一同預備這個日子

- 長者是這個日子各種活動的主要對象。聖父教宗的文告是針對他們發表的。
- 儘可能讓最多的長者在這一天親自參與主日的感恩禮儀。
- 由於流行疾病，許多地方的長者參與主日彌撒人數減少。主要是大家害怕傳染，也因為許多教堂關閉，所以長者已習慣參加線上彌撒。而這個日子會是幫助長者重新參與實體彌撒的好機會。
- 可邀請堂區或教會的長者，一同反省〈世界祖父母及長者日文告〉，並把這份文告分送給所有參與者。
- 探訪獨居長者時，也可以把教宗的文告送給那些無法參加聚會的長者。
- 聖父教宗的祈禱意向加上自己教會內的特別意向，可以在這個日子轉達給所有的祖父母和長者。

與年輕人一起預備這個日子

- 可以在祖父母及長者日的前幾個星期，召集年輕人，向他們說明並確定他們能儘量接觸更多的長者。
- 在慶祝節日之後，也可與年輕人集會，分享活動的成果。
- 年輕人可組織社會運動，用Hashtag來宣傳祖父母及長者日的內容（#祖父母及長者日）。

全大赦

- 宗座聖赦院頒布了一個法令，宣布在世界祖父母及長者日當天可獲全大赦。

- 對於長者，在當日參與慶祝世界祖父母及長者日的彌撒，可獲得全大赦。
- 考慮到有些長者由於健康的緣故，無法參與彌撒，則藉由電視、廣播或網路參與也可獲全大赦。
- 在那一天，凡藉由探訪獨居長者而行愛德行為者，也都可獲得全大赦。

禮儀注意事項

- 7月24日的主日彌撒，其中應有一台彌撒是與堂區祖父母及長者一起慶祝「世界祖父母及長者日」。
- 為鼓勵長者參與彌撒，堂區教友可為行動不便的長者安排交通接送。
- 在彌撒慶典中，堂區年輕人可分送教宗的〈世界祖父母及長者日文告〉。
- 在7月24日或前後的日子，可以在符合醫護規定的情況下，安排在醫院或安老院舉行慶祝「世界祖父母及長者日」的彌撒，讓院內的堂區長者教友參加。
- 當日彌撒收集的獻儀，可用來支持為堂區中貧困長者的服務計劃。

信友禱詞的建議內容

- 請為我們所有作為長者的人祈禱：求使我們成為溫柔革新的工匠，讓我們在教導每個人時，都能以注視我們心愛孫子女的同樣目光，來注視我們的弟兄姊妹。為此，我們同聲祈禱。

- 請為年輕人祈禱：求使他們喜樂地與長者會面，讓長者看見天主的溫柔關愛；並令這世界洋溢著年輕人與長者相互嶄新擁抱的喜樂。為此我們同聲祈禱。
- 請為我們所有作為祖父母的人祈禱：求使我們即使已經老年，仍能帶給家人智慧的果實，並能把信仰的寶藏傳給我們的後代子孫。為此，我們同聲祈禱。
- 求使我們作為祖父母及長者的人，都能像亞巴郎一樣，不害怕為世人的得救代禱，那麼和平將降臨世界每一個角落，尤其是烏克蘭。為此，我們同聲祈禱。
- 在各地教會慶祝「世界祖父母及長者日」的今天，請為教會祈禱：求使教會越來越成為歡迎祖父母及長者的家。同時也請為教宗方濟各祈禱，祈求上主降福並保護他的牧職工作。為此，我們同聲祈禱。

結束時的降福

長壽的祝福

仁慈的天主，

祢已賜給祢的子女長壽的恩寵，

請賜予他們祢的降福。

願他們感受到祢臨在的溫柔及力量。

當他們回顧過往，

願他們因祢的仁慈而喜樂。

當他們瞻望未來，

願他們所堅信的希望不會熄滅。

願讚美和光榮歸於祢於無窮世之世。

（主教團祕書處中文翻譯）

法 令

宗座聖赦院為增進信友的虔敬，並為人靈的得救，憑藉蒙天主召選的教宗方濟各所授予之權柄，應允平信徒、家庭及生命部部長——羅馬天主教凱文·若瑟·法雷爾樞機的請求，在教宗欽定為第二屆世界祖父母及長者日的7月第四主日，依照慣常的條件〔領受和好聖事、在彌撒中恭領聖體，並為教宗的意向祈禱〕，惠然自教會天上的寶庫，頒賜全大赦予基於真心懺悔和愛德，於2022年7月24日、第二屆世界祖父母及長者日，親身參與教宗在梵蒂岡宗座大殿主持的隆重典禮或世界各地舉行的相關慶典的祖父母、長者及所有信友；本大赦亦可讓予煉獄的靈魂。

本聖赦院於同日亦頒賜全大赦予那些以親身或視訊方式，奉獻時間去悉心探望他們有需要或有困難（如患病、被遺棄、殘障或類似狀況）的年長弟兄姊妹們的眾信友。

無法出門參禮的患病長者，以及所有因重大理由不能外出者，若決意擺脫一切罪惡及盡快滿全以上三個慣常條件，在心靈上共襄盛舉，尤其透過媒體，收聽教宗的訓勉和收看慶典活動，並將自己的祈禱和生活上的困苦，奉獻給慈悲的天主，亦能獲得全大赦。

因此，為更方便信眾憑著掌握天國鑰匙的教會，接受天主的寬恕，本聖赦院懇請獲授聽告解權力的司鐸們，本著牧靈上的愛德，以慷慨的精神，隨時施行和好聖事。

本法令對第二屆世界祖父母及長者日具有效力，與此法令相牴觸之任何措施，一概無效。

於羅馬宗座聖赦院
主曆2022年5月30日

聖赦院院長——皮亞琴扎樞機
(Mauro Card. Piacenza)

副院長——克尼基爾
(Krzysztof Nykiel)

(台灣地區主教團與香港教區合譯)



世界
祖父母
及長者日
2022

全大赦

在2022年的世界祖父母及長者日，教會頒布全大赦。也就是說，信友們可以獲得自身罪罰的免除。
這份免除，可以是為了自己的，也可以是為煉獄中的靈魂。

如何取得呢？

為了獲得全大赦
需於7月24日做出以下行動：



我是年長者

參與羅馬或是教區
舉辦的祖父母及長者日



**我是年長者
但有身體上的限制**

透過電視、廣播或
線上形式的參與就可以



我不是年長者

拜訪或陪伴孤獨
的年長者
這是一種善工

這些行動都必須
要伴隨著赦罪
所需之條件



領聖體



和好聖事



為教宗
意向祈禱



棄絕所
有罪惡

www.laityfamilylife.va

