

長者三怕

經文：馬可福音 5:21-43

余英嶽牧師上週講道詞

2018年7月1日

原稿未經講者過目，如有錯漏由記錄者負責

今天是敬老主日，我與大家分享的題目是「長者三怕」。今天亦是7月1日，是香港回歸祖國21週年，有各樣慶祝活動舉行，但香港人亦慣常上街遊行，表達各種訴求，因為在他們心中對未來有不同的擔心和驚怕。香港人有三件事情都會擔心和害怕：第一種怕是「樓價狂升」，年長一代可能不太害怕，因為已經辛苦完成供款，擁有自己的物業，但年青人卻對這方面非常擔心。樓價一直有升無降，我們從前說「寸金尺土」，現在可能是「尺金尺土」：一尺黃金才能換一尺土地。第二種怕就是「股市大跌」，香港是國際金融中心，股票市場是我們一大金融支柱，如果股市大跌我們都很可能會受到影響，所以我們會怕。第三種怕就是怕「港獨自決」，因為香港在很多方面都與國家唇齒相關，我們的食物，大都從中國大陸而來，我們的食水、經濟、政治、歷史．．．等各方面，都與內地息息相關。雖然有人不承認自己是中國人，只承認是香港人，但無可否認我們還是與祖國有很多關係。如果真的實行港獨自決，就可能會有許多混亂情況出現，就不會有今天的安居樂業，這也是我們所怕。

除了這些事情，原來長者亦有所怕。今天的講道經文 - 馬可福音第五章 21-43 節，記載主耶穌使管會堂的葉魯之女兒復活，他那十二歲的女兒突然死去，所以他去找耶穌幫忙，盼望使他的女兒得醫治、得復活。在他去的旅途中，又有很多人擁著耶穌，有一位經血不止的婦女，已經十二年患病，十分辛苦。看過很多醫生，所有錢財都用盡，在這絕望的情況下，她知道耶穌會來，又想耶穌能醫治她，但卻因為人多，不能去到耶穌面前，於是她就在人群中伸手，摸耶穌的衣裳。耶穌的衣裳被她摸了以後，這女人就立刻得醫治。從這裏我們可以見到，長者有三怕：第一怕是「送黑頭人」，如同葉魯一樣；第二怕是「長期病患」，就如這位婦女一般；而第三怕就是「用盡老本」。當我們見到長者有這三怕，我們要再讀耶利米哀歌三章 23-33 節，這裡特別記載上帝是滿有應許的。主耶穌基督透過他所行的神蹟，使葉魯的女兒復活，又使十二年經血不止的女子得醫治。他的神蹟顯出我們之上帝是信實和慈愛，他永不撇棄相信他的人，他亦是一位施憐憫的上帝。

我們在敬老主日，一同看看如何敬老，而使長者不怕他們這三樣使他們憂愁和擔心的事。

要幫助長者不怕「送黑頭人」，有兩句古語，第一句是：父母在，不遠遊，遊必有方。另一句是：身體髮膚，受之父母，不敢毀傷，孝之始也。第一句的意思是當父母仍然在世，我們作為子女、年青一輩，就不要旅遊到太遠的地方，即使出外都要有方法，可以快捷知道家裏的消息和回到家中。在今天這個科學昌明的世代，通訊十分發達，有什麼事情只要一個長途電話或一個短信，消息就能通到全世界。而且訂飛機票也很容易，即或到美國、加拿大，也只需一至兩天就可回到香港，所以這句說話好像已經不太適用。但其實這句說話的意思是表明作父母的，很擔心年青一輩在旅遊時會有危險。我們看新聞就知道有些地方會發生天災，在美國擔心遇上槍擊、在歐洲擔心被偷竊或者遇上恐怖襲擊、又可能有交通意外或遇到示威，最近更有位航空服務員在酒店泳池遇溺，這些都是父母所擔心的。父母總是擔心兒女遇到危險，因為怕送黑頭人。

另外第二句我意思是，我們整個身體，都是由父母所生，所以我們要小心，不要損傷，這是孝敬父母的第一步。但是現今很多年青人遇到學業或工作壓力，就會自殘，想要令父母和其他人注意，或者當遇到失敗、失戀、在公司遇到問題，或者在網絡上受到欺凌，於是就輕生。所以作為年青人，要學習如何面對逆境、面對失敗。我們不單要有 IQ（智力商數）以致讀書、考試能夠順利，也要有 EQ（情緒商數）以致在人際關係上得到和諧，能好好控制情緒，還要有 AQ（逆境商數）就是當面對逆境、面對失敗的時候，能夠自我控制。

美國第 17 任首席大法官 - 約翰·羅伯茨是哈佛大學的畢業生，有次他在兒子的畢業禮中被邀請致詞，他的致詞在社會上引起很大迴響，當中內容是有關逆向思維。這份致詞十分發人心省，我節錄一部份與大家分享：「畢業典禮的演講者一般會祝願畢業生，在未來好運、前程似錦，但我卻不會，讓我告訴你們為何我希望你們不時受到不公平對待，因為唯有如此，你們才能感受公正的可貴；我希望你們嘗到被背叛的滋味，因為唯有如此，你才能領會真誠的重要性；雖然抱歉，但我還是要說，我希望你每天感到孤獨，唯有如此，你才能明白友情並非理所當然，而是需要努力經營；我希望你一次又一次經歷厄運，如此你才能發現生命中機遇的意義，才明白你們的成功不是命中注定，他人的失敗也不是天經地義；當你屢次失敗的時候，我希望你的對手嘲笑你，這樣就使你明白體育精神何等重要；我希望你被人鄙視，唯有如此，你才能學會如何尊重和聆聽；我亦希望你經歷磨難，這樣你才能學會同情。無論我是否有這樣的願望，這些都遲早會發生在你們身上。在生活當中你是否從這些遭遇中得益，全視乎你是否在磨難當中能吸取教訓。你當做的就是多為自己設想，儘管你已經是相當完美，但不要太自我，要不斷精進。希臘哲學家蘇格拉底說：未經考驗的人生，不值得活。活得好的訣竅，在於不強求美好的生活，多年以

來我認識很多像你們一樣的年輕人，我知道你們都是優秀的兒女，受到追捧和誇讚，但投入全新環境之後，一切都與從前不一樣。我奉勸你們不要表現得高高在上，對那些正在打掃樹葉、鏟雪和倒垃圾的人，不要鄙視他們，遇到不認識的人時，你要望著對方微笑打招呼，以後人們就會記得，你是一個懂得微笑打招呼的年輕人，這樣你就非常不錯了。」原來年青人要懂得逆向思維，要懂得面對逆境，更加重要的是我們是教會的年青一代，我們在上帝的真理當中成長，透過主日學、透過查經班、透過團契等等，我們有SQ（靈性商數），因此我們要堅心信賴上帝。免致我們的長者擔心白頭人送黑頭人。

如何敬老才能令長者不怕長期病患？有句話說「三十歲前人欺病，三十歲後病欺人」：當年青的時候我們不怕病，三十歲後踏入壯年、中年階段，開始一天比一天衰老，病就會欺到我們。長者多數有三高：血壓高、膽固醇高和血糖高。雖然香港的醫療服務很不錯，會有藥物幫助我們控制這些長期病患，但長者亦有各式各樣的病痛，身上四處都有痛楚，或者不同器官會有不同的毛病，當長期病患的症狀增多，可能就會引發抑鬱。抑鬱會使人甚至想輕生或安樂死。其實生命是從上帝所賜，所以我們不應安樂死。有三樣最無價的事物，就是：親情、愛情和友情，我們有親情、有愛情和有友情，就不用安樂死。親情是指我們與父母、兄弟姊妹、親戚等的情；愛情是我們與配偶之間的情，彼此相愛；還有友情就是能夠有很多朋友，尤其在教會我們有很多弟兄姊妹，我們亦有舊同事、舊同學，這些都是我們的友情。在這三方面假如我們都有好的聯繫，我們就不會要死。其實長者需要聆聽和傾訴，如果能在親情、愛情和友情中彼此傾訴、互相支持，我們內心的鬱結就可以清除。因此我們要多關心和多探候，以開解和回應長者的需要。其實長者亦要自己幫助自己，要學習克服對長期病患的「怕」。有首打油詩道：「小時盼過年，如今怕過年；一年又一年，不覺到晚年。想想這些年，眨眼六十年；天真在童年，理想在少年，艱辛在青年，奮鬥在中年，定型在壯年，休閒在老年。抬頭快暮年，珍惜每一年，養生在全年，爭取活百年。」

另外亦有三個勝過死亡的法則，就是「不要尋死」、「不要怕死」，也「不要等死」。不要因長期病患就「尋死」，也不用「怕死」因為我們是基督徒，有主的帶領，我們能經過死蔭的幽谷也不怕遭害，我們即或死亡亦會回到天家，但我們也不要「等死」，因為長者能活到老、學到老，我們有很多東西可以學，我們可以學唱歌、學上網等等，有很多東西可以學，我們要克服自己的怕。

第三方面，如何敬老使長者不怕用盡老本？長者有時會怕自己有天要走到街上以拾紙皮、執汽水罐維生，又擔心有天要在街上露宿，或者在快餐店過夜。其實我們每一位長者都要早有預備，要有理財智慧。早前香港

華人基督教聯會的退休教牧團契邀請到貴會之理財專家 - 林本利博士與長者分享如何理財。林博士說得好，就是我們要有個人退休準備，要有理財智慧，同時又要防範被欺騙，例如我們常聽見有補藥黨、祈福黨、假綁票，又或者網上情緣，特別的投資等等，我們要小心，便宜莫貪！不要輕易相信，要有智慧，不要被欺騙。即或有人已經把老本用得七七八八，但其實香港仍然有很好的福利制度，有綜援金、生果金等等的支援，亦有教會和慈善機構、食物銀行和愛心熱飯等福利工作，所以我們不需要擔心用盡老本。

有三樣事物可以幫助我們得到快樂，就是：知足常樂、助人為樂和自得其樂。最重要是我們要知足，夠使夠用就好了。第二是幫助其他人，能夠有餘可以幫助人，你說多好呢？最後是自得其樂，有一首詩 名叫「I'm rich」，翻譯後它的意思大致如此：「我很富有，因為我頭髮有銀，牙齒有金，腎有寶石，血液有糖，屁股有鉛，血管有鐵，並且有自然氣體不竭的供應，我從未想到我已積蓄這樣的財富！」這就是自得其樂，自嘲。有人說二十歲以後，「異鄉」和「家鄉」是一樣，因為去到哪裏都能適應；三十歲後「晚上」和「白天」都一樣，因為幾日幾夜沒有睡也不打緊；四十歲以後「學歷高」和「學歷低」都一樣，因為學歷低的反而可能賺取更多金錢；五十歲以後，「美」和「醜」也是一樣，因為無論多漂亮都有皺紋、黑斑和老態出現；六十歲以後，「官大」和「官小」都一樣，因為六十歲已經退休，沒有官職和階級；七十歲以後，「屋大」和「屋小」也是一樣，因為關節退化走不動，活動範圍很有限；八十歲以後，「錢多」和「錢少」也一樣，因為再花也花不了多少錢；九十歲以後，「男人」和「女人」都一樣，因為大家都衰老，機能退化有病痛；一百歲以後，「躺著」和「起來」都一樣，因為即或能起來走動，也不知做什麼好。所以你我的一生都一樣，差異不大。即或是城中首富，和你、和我都差別不大，都是一樣，所以我們可以自得其樂，亦不必怕用盡老本。

在講道的結束，我希望大家再看耶利米哀歌，再讀耶利米先知的教導。耶利米哀歌 3 章 23-33 節，耶利米提醒我們作長者的，雖然飽受凌辱，但仍然要有三樣，第一：等候耶和華，第二：心裏尋求祂，第三：我們用信心仰望。耶利米提醒我們時時在上帝面前等候祂，我們的心不斷尋求祂，繼續用信心仰望祂，因此我們的心就能豁然開朗，把全部事情都放下，心裏說：「耶和華是我的福份，因此，我要仰望祂。」並且我們能肯定地說：「每早晨，這都是新的；上帝的信實極其廣大！」

張清如宣教師記錄