

松

柏



——北美華人老人聚會材料

著／張宰金

長

青

松

柏



——北美華人老人聚會材料

著／張宰金

長

青

# 松柏長青

## ——北美華人老人聚會材料

張宰金著

出版及：基督使者協會

發行者：Ambassadors For Christ Inc.

P.O. Box 0280, Paradise, PA.17562, U.S.A.

電話：1-800-624-3504

傳真：717-687-8891

東南亞：校園書房出版社

總經銷：台北市羅斯福路四段22號 電話：(02)3653665

台北市郵政13支144號信箱 劃撥帳號：0110535-1號

本社登記證字號：行政院新聞局局版臺業字第1061號

承印者：榮洋彩印有限公司

一九九一年八月初版

• 有版權 •

# Evergreen

## ——Lessons for the Chinese Elderly in North America

Author: Robert Chang

Publisher/Distributor:

Ambassadors For Christ, Inc.

P.O. Box 0280, Paradise, PA.17562, U.S.A.

Tel: 1-800-624-3504

Fax: 717-687-8891

Distributor for Southeast Asia:

Campus Evangelical Fellowship

P.O.Box 13-144, Taipei, Taiwan, R.O.C.

First Edition: Aug. 1991

© Ambassadors For Christ, Inc., U.S.A.

• All Rights Reserved •

ISBN 957-587-234-7

B975

Z311

松

柏

本課程是專為教會中的老年人聚會而編寫的討論材料。內容共十二課，包括北美華人老人經常面對的問題，例如：老人新形象、改變、隔代之間的溝通和關係、苦難、同儕輔導、短暫與永恆……等。這些問題雖以北美為背景，但也適合台灣、香港及其他地區的華人長者。

每課都包括目標、個案、討論與分享、聖經學習、思想與建議、禱告等部份，聚會時間以一個小時到一個半小時最合適。

目前許多教會均有老年人事工，使用這份材料能使聚會活潑而深入；且使每位參加者集思廣益，心意更新而變化，對於教會老年人事工的進展，必有極大的助益。

長

青

松

柏



——北美華人老人聚會材料

著／張辛金

長

此为试读, 需要完整PDF请访问: [www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

書

# 松柏長青

## ——北美華人老人聚會材料

張宰金著

出版及：基督使者協會

發行者：Ambassadors For Christ Inc.

P.O. Box 0280, Paradise, PA.17562, U.S.A.

電話：1-800-624-3504

傳真：717-687-8891

東南亞：校園書房出版社

總經銷：台北市羅斯福路四段22號 電話：(02)3653665

台北市郵政13支144號信箱 劃撥帳號：0110535-1號

本社登記證字號：行政院新聞局局版臺業字第1061號

承印者：榮洋彩印有限公司

一九九一年八月初版

• 有版權 •

# *Evergreen*

## ——*Lessons for the Chinese Elderly in North America*

Author: Robert Chang

Publisher/Distributor:

Ambassadors For Christ, Inc.

P.O. Box 0280, Paradise, PA.17562, U.S.A.

Tel: 1-800-624-3504

Fax: 717-687-8891

Distributor for Southeast Asia:

Campus Evangelical Fellowship

P.O.Box 13-144, Taipei, Taiwan, R.O.C.

First Edition: Aug. 1991

© Ambassadors For Christ, Inc., U.S.A.

• All Rights Reserved •

ISBN 957-587-234-7

## 目 錄

|                     |    |
|---------------------|----|
| 自 序 .....           | 4  |
| 一、老 人 新 形 像 .....   | 7  |
| 二、在 學 習 中 成 長 ..... | 12 |
| 三、改 變 .....         | 17 |
| 四、隔代之間的溝通和關係 .....  | 22 |
| 五、你 的 貢 獻 .....     | 26 |
| 六、打 一 場 勝 仗 .....   | 30 |
| 七、創造性地珍惜回憶 .....    | 36 |
| 八、單獨但不覺孤單 .....     | 41 |
| 九、深 夜 歌 聲 .....     | 46 |
| 十、合乎聖經的同儕輔導 .....   | 52 |
| 十一、短 暫 與 永 恆 .....  | 57 |
| 十二、回 家 的 時 候 .....  | 61 |

## 自序

這幾年來，我一直在美國東岸附近的華人教會牧會兼作輔導的工作。不論在教會內或教會外，接觸過無數的老人，我覺得他們是特別需要關懷的一群。華人老人，因為語言、文化、背景的差異，有其獨特的需要。我看過很快樂的老人，也看過很悲傷的老人，有很堅強的老人，也有很脆弱的老人。我愛他們，上帝更愛他們。現代美國社會過分強調年輕人的文化，而忽視、甚至輕視、歧視老人文化，這風氣不合乎聖經的教導。華人一向有敬老的美德，聖經更以白髮為老人的榮耀，本課程就是基於聖經的「老人觀」而寫的。

本課程可做為教會中的松柏團契（或稱長青團契、長輩會、迦勒團契等）聚會材料。內容共十二課，是北美華人老人經常面對的一些問題。每課包括目標、個案、討論與分享、聖經學習、思想與建議、禱告等部份。每課都有特定的「目標」，使聚會活動有主題，而不是閒聊、漫談。「個案」的部份，是一些真實故事，姓名為虛構，有的成功，有的正在掙扎成長中；而這些人，也許就在你的周圍。個案設計的目的、正像游泳池邊的跳板，便於與會者跳入水中盡情游泳，打開話匣子，說出心中的話。先從談別人的事情開始，但不是為了談論是非，張家長、李家短，而是藉著個案，引入主題；目的是要參加的每個人，都有機會講出自己的意見、感受、或心中的話。我們的目標，不在解決個案中的問題，而是發

現自己的問題，處理自己的問題，藉彼此交談討論而達到本課目標，「討論與分享」就是為此設計的。「聖經學習」列出與主題有關的經文，及建議討論的題目。這些題目只是建議性，可隨帶領人事先對經文的研讀而改變，但以不離主題為原則。若經文太多討論不完，可按各組實際情況，挑選最有興趣而實用的經文討論。接下來是「思想與建議」，幫助老人建立生活的新觀念和一些具體建議。每讀其中的一點，可由帶領者補充解釋，並請與會的老人回應，包括有關的感受、經驗、問題、心得等。如此逐點進行，最後以「禱告」或唱相關的讚美詩歌作結束。

至於聚會時間，以一個小時到一個半小時最合適，視情況而定。老人的需要之一就是社交、和別人溝通、建立關係，本課程能滿足這些需要，是健康而合乎聖經的課程材料。

本課程是我在西敏寺神學院（Westminster Theological Seminary）攻讀教牧學博士（Doctor of Ministry），主修教牧輔導（Pastoral Counseling）的部份論文。當時幫助我最大的是指導教授Dr. Harvie M. Conn和Dr. Edward T. Welch，我非常感激他們的指導和幫助。我也常和妻子討論一些個案，感謝她給我的寶貴建議，並且在輔導的事奉上與我同工。寫到這裡，我特別要提到我的父母親，他們今年已是八十六歲和八十五歲的老人。我永遠感激他們的關懷、管教、養育之恩，也敬愛他們兩位老人家。我的父母在傳統的中國文化、宗教背景中成長，父親在今年以八十六歲的高齡，接受耶穌成為他個人的救主。從八十六歲起，他開始踏出新的

信仰之旅，我佩服他的勇氣、決心和接受新事物的心胸。我更祈禱，相信我的母親在不久的將來也會接受基督，和父親同奔天路。謹將這本書呈獻給我敬愛的父母親，及所有上帝所愛的老人。最後，我謝謝神給我機會，從許多老人身上學到寶貴的功課，也謝謝許多關懷、愛護我，爲我代禱的長者。

張宰金 1991年3月31日復活節

## 第一課 老人新形像

### 目標

在這堂課後，你應該能夠——

1. 以新的眼光來瞭解「老年」；
2. 告訴年長的朋友們有關「老年」的新形像。

### 個案

池先生夫婦於退休之後，搬來與女兒同住，他們已經居留美國三年。起初半年，池先生的確難於適應不同的文化，池太太則比較容易適應新環境。

六個月之後，池先生開始喜歡這兒的環境，願意久居。在農場找到一份清潔工作，而且很喜歡這工作，覺得是促進自己經常運動的好機會。此外，他在農場結識一些朋友，可以練習說英語，當然也賺得工錢，可以零用。在教會的聚會中，他屢次表達對神的引導和供應極度的感恩，亦再三重複道：「我的老年是我生命中的第二個春天。真正能夠享受生命，可以為興趣而學習，而不是為家庭的經濟責任而工作。我一向為了升遷而賣力工作，如今我是為了運動和健康而努力工作。」

池太太正好與池先生成為對比，經常陷入情緒低潮中。她常嘆道：「如果我年輕時就來到這國家，一定比現在快樂。」

但是現在年紀大了，我還能有什麼作為呢？我已喪失學習新事物的能力。記憶力也不好。瞧瞧我的先生，真是可笑！他在台灣一輩子未曾做過清潔工，現在退休了，才開始這種工作。我要他跟我回台灣去，他却寧可留在此地。」

池太太與她的女兒、女婿和丈夫之間漸漸產生緊張不和諧的氣氛，家中惟一使她快樂的是小孫女。然而她的孫女兒不會說國語，而池太太不會說英語。

## 討論與分享

1. 比較池先生夫婦對「老年」的態度有何不同？
2. 不同年齡階段的人對「老年」的想法或感覺怎樣？
3. 美國人和中國人對「老年」的觀念有何差異？
4. 當你想到或聽到「老年」時，你的腦海中出現什麼樣的畫面？
5. 年長有那些益處？關於「老年」，你最感謝主的是什麼？

## 聖經學習

1. 哥林多後書四章16節～五章10節。
2. 詩篇一二八篇1～6節。
3. 詩篇九十篇1～17節。
4. 約書亞記十四章6～15節。
5. 詩篇九十二篇12～15節；箴言書十六章31節，十七章6節。

每個小組挑選一段經文研究討論，討論時以下列的問題為重點：

1. 聖經對有關「老年」有什麼說法？
2. 聖經怎樣幫助我的老年生活討神喜悅？
3. 年長有些什麼好處？

## 有益於你有關老年的新觀念

1. 老年可以跟任何年紀一樣有滿足的喜樂：即使我們蒙受任何的損失或痛苦，人生最後的三分之一，可以與任何階段一樣，充滿意義和成就感。

老年並不一定成為毫無能力的時候，許多年長者仍然能健康的活動。也就是說，假如你願意修正你的期盼，和使用一些外來的幫助（如助聽器、拐杖等），你就能夠做任何你想做的事。只是速度可能比年輕時慢一些罷了。大部份年長者最關心的是健康的問題，因此，你必須了解是因疾病或年紀的關係而形成身體上的變化。疾病不是年長不可或缺的一環，也不是不能避免的。很多人將癡呆症或頭腦喪失作用歸罪於年長的原因，其實有些是因營養不良或可開刀性的腫瘤、濫用或錯用藥物而造成的，情緒沮喪，枯燥無聊，環境的污染或生活沒有盼望也是可能的因素。所以引起腦筋喪失作用的許多原因是能預防的。

貧窮不是問題，在美國老年人所佔的貧窮比率與其他年齡階段的比率相近，更多數的兒童比年長者貧苦。大部份貧窮的老年人，終生都活在貧窮中，不是老了才忽然變窮。

老年也不一定是一段孤單的歲月。事實上，大部份的中國老人都與家人或親戚同住，或居住在附近，至少有些親友關心他們。

2. 老年可以成為繼續學習的階段：你並非一定會失去你的記憶力，老年人的記憶力不同，是隨著歲月漸增，你的腦海累積更多資料，需費時較久來處理。另一個不同是，你因著人生的經歷疲乏時，對所遭遇的事就不再那麼費神關注，也不想在你腦海中留下深刻的印象。換句話說，你已經學會選擇性的不用心，例如當人家介紹你認識新人時，你認為沒有去記憶的必要。事實上你仍然有學習的能力，有很多年長的人學習新的語言、打字、操作電腦、計算機、新遊戲、彈奏樂器和新的藝術技能，有些年長者學繪畫或編織，閱讀或聆聽講座，或去上課。

3. 老年可以成為繼續創作的時光：成熟的晚年可以成為繼續創造、生產和為未來的世代開拓新領域的時候，你可以繼續參與這世界的創作，藉寫作或和別人接觸，仍能有不同的貢獻。

4. 老年人是得勝的生存者：每個年齡階段都有好的一面和不好的一面；你能享受一些喜樂，也會面對一些困難。在人類中，身為老年人，你是位得勝的存活者。要知道，即使你非常小心，也可能會因車禍而殘廢或喪失所愛或依靠的人，而這些都可能發生在人生的任何階段；這是所有活著的人，而不單是老年人所面臨的危險。試著從年長與退休生活中發現一些真正的好處，用積極的心態來發現老年生活的益

處。

5. 老年人是按著神的形像造的：人的價值在乎他是按神的形像被造的事實，不是在乎年齡，老年人就像年輕人一樣，是神所鍾愛的孩子。你能活到今天已證明神賜福你。

6. 老年可能成為靈命成長和邁向成熟的歲月：老年人可以內心一天新似一天（哥林多後書四章16節）。事實上，因著年齡，你可能與神有較長久的關係，可以在主裏有更成熟的屬靈生活。

## 禱 告

禱告前，每位先分享老年的某些益處，然後每個人都禱告和感謝神的憐憫和慈愛，賜給他（她）在世長壽可以享受神的恩典並榮耀神。

## 第二課 在學習中成長

### 目標

在本堂課後，你應該能夠——

1. 至少選擇一件喜歡學習的事；
2. 對你的學習作一套詳細的計劃；
3. 將來與他人分享你所學到的。

### 個案

楊太太是位快樂、健康、七十二歲高齡的寡婦，她一人獨居，善於照顧自己。她很積極地參與教會的事工，惟一的女兒距離她家，開車要十小時。她女兒時常邀請她搬過去同住，楊太太總是說：「當我真的很老，不能照顧自己時，可能會去與你們同住，現在我仍喜歡享受獨居之樂。」

楊太太的丈夫於三年前過世。楊先生逝世前，曾因嚴重中風而久臥病床，坐輪椅多年。楊太太從前幾乎都是依賴她丈夫，然而當她丈夫生病臥床及坐輪椅時，楊太太開始學開車、學英語、學房子和汽車的基本保養、學報稅、照像和許多從前她未做過的事情。現在她最享受烹飪之樂，做各式的點心，與朋友和鄰居分享。

有一天，鄰居一位老寡婦，史密斯太太生病了，楊太太送給她剛學會做好的菜，史密斯太太感動得掉眼淚。

## 討論與分享

分小組討論下列問題：

1. 你認為什麼原因有助於促進楊太太健康和快樂？
2. 如果你是史密斯太太，你會有什麼反應？
3. 依你想像，楊太太的日常生活像什麼樣子？
4. 在歷史上或我們這時代，具有極大的成就或貢獻的老人中，你能述說其中某位的一些事蹟嗎？
5. 當你年輕時，曾很想學習某種東西，但因工作和家庭的責任，使你不能如願。包括哪些呢？
6. 你現在想學哪些東西？在學習上你可能遇到哪些困難？
7. 有人說：「除非你在學習，否則就不是活着。」（活到老，學到老。）你同意嗎？為何同意或不同意？

## 聖經學習

每小組挑選下列其中一段經文，進行討論學習：

1. 箴言書一章1～7節。
2. 列王紀上三章4～15節，四章29～34節。
3. 腓立比書三章12～16節。
4. 以弗所書四章20～24節。

以下列問題作討論的中心點：

1. 你認為所羅門王為何祈求智慧？
2. 為何「敬畏耶和華」是智慧的開端？