

# 成功的老化 第九課...

## 深夜歌聲

播映操作小技術：滑鼠 click 各位置



Outline

1. 播映操作
2. 不同於一般的釋經學
3. 課程目的、內容
4. 不同類經文適合的解釋原則
5. 聖經需要解釋嗎？因遇見異端

課程綱要，可指定播映片號內容

請按 開始播放

## 深夜歌聲



年長的人在晚年可能會遇到身體的病痛、其他的困難、苦難、災難，都有可能，

- 當面對這些的時候，怎麼樣來面對、來處理？
- 我們實在無法掌控苦難事件的發生，但能夠選擇

如何回應苦難，正確的回應會有助於化苦難為祝福

### 學習目標

1. 用合乎聖經的方式來面對、處理人生中受苦的問題
2. 幫助其他受苦或試煉當中的人
3. 在受試煉中仍然能夠靠主喜樂
4. 了解苦難的正面的意義
5. 使用仍然擁有的身心靈各種資源，以及社會、教會、家人等其他的協助資源，處理正面對的一些現況



根據美國政府老人健康諮詢部門的研究，在未來的幾年，  
**老年人的長期照顧**將會取代**嬰兒照顧**成為最重要的家庭問題之一。

**長期照護**的意思是指

- 提供各種**服務**，使有需要別人照顧協助的**長者**可以得到**適當的關懷**，盡可能滿足他**社會、經濟、居家的需要**
- **老人的養護照顧**包括**有人協助的居住、居家照護、成人日間服務、療養院**的安置

在美國**八十五歲以上**的老人當中，有**二分之一**需要**長期照護**的服務。



由於人類**壽命**不斷**延長**，

**長期疾病、身心障礙**的人不斷增加...



1. 廿世紀中期開始，人的**壽命**就開始**延長**
2. 1960 年代開始，各個年齡層的**死亡率**都**往下降**
3. 社會人口結構**高齡化**，2008 台灣**百歲人瑞**突破 1600 人
4. 很多**長期疾病**使人行動有**障礙**、還不至死亡，需要更多的**照護**

5. **行動不便的人**更需要別人的**協助、照顧**，也是其他長期疾病的高度**危險群**—

比較多需要**臥床**，造成其他疾病

6. **准予住院**的規定越來越嚴格，需要更多有些人**居家照護**

7. **需要被照顧的人口**越來越增加，成為社會上很重要的一個**問題**



中國學者**王曉譚**在 2008 年 7 - 8 月【**今日老人期刊**】

**中國轉向在地老化**，中國老年人口

已經達到**兩億四千八百萬人**，  
2051 年將達到**四億三千七百萬**人，  
佔全中國人口 31%。



■ 中國政府在各大都市、城鎮都設有**老人服務中心**，  
提供服務、支持、娛樂，給**在家的老人**

■ 明顯的看出**老人**需要被**協助照顧**的數量越來越大

提醒**年長者**，總有一天

■ 會**需要別人**的協助、照顧、養護，

那一天到底**什麼時候**來，沒有人知道

■ 但總要心理、其他方面的**預備**，

使我們在**黑夜**來臨時，仍然能夠**高唱凱歌**

這就是我們今天所要特別來思想的主題...



二、當**不能夠完全康復**時，

需要學習**接受事實**、**面對調適**的過程。

**年長的人**在面對**失落**和**病痛**，有時是

不可能完全恢復、或是恢復到**原來的情況**...



1. 面對**生理性的永久性傷害**，

像腦中風所造成的**半身不遂**、**語言的障礙**，

必須要倚靠**輪椅**、戴上**特別的醫療器具**才能溝通

2. **長期疾病**，例如每週**洗腎**三次，

有時被當成**健康的人**、有時又不得不面對**死亡**

3. **親友的死亡**，這些人已經離世了

這個**苦難**已經發生、

就不可能再**恢復原來的情況**了。



一、**心理要有所裝備**，讓自己負起責任來**面對苦難**。

Kushner【**當好人遇上壞事**】為什麼**好人**也會受苦？



■ **苦難**是人生事實，沒有人能倖免、**好人**也不例外

■ 這樣的**認知**是非常重要的，

當**苦難**臨到我們時才不會感覺到**那樣的意外**...

◆ 老年喪偶、喪子、中風、癱瘓，

**病痛**、**苦難**都造成**雪上加霜**、**重擔難當**

◆ 近幾年來全球暖化、環保問題，造成**大自然的反撲**

◆ 全球**財經近況不景氣**以及變化，

使得原來已經困難的人**苦上加苦**



然而這些都是**真實的現象**，所有的人

包括**老年**人都要在**心理上裝備自己**，

好讓我們**面對苦難**、痛苦、危機、困難，

有一個**更健康**、**更正確**的心態



John Bowlby 是**哀傷輔導**的學者，認為

■ 第一個階段，大多數人

會產生**反抗**、或者**否認**的心態

■ **哀傷**是中間的一個過程

■ 最後進入**重組**



當**不能康復**的時候，

需要**認知哀傷**和**處理失落**的過程 —

■ 當**走過**之後就可以呈現**重組**的狀態，

不要將自己**一時**的**失落過度擴大**

■ 放在一個**合宜**的情況之下來**面對**他，

**重頭開始**、重新走向一個**不一樣**的人生旅程，

不但去**接納**他、而且去經過**調適**的過程



### 三、人生的轉機在於學習新的知識跟技能。

當老年遇到各種疾病、苦難、痛苦時，很重要的就是多多的去接觸學習



更多跟自己的疾病、苦難、痛苦相關的知識，

- 對自己的狀況越清楚，越能夠面對現實、處理狀況
- 無知使人害怕、焦慮、困惑，

真正面對現實，會使人更看清楚下一步該怎麼走  
無論是照顧者、是家人，

在倫理上也應該讓當事人知道真實的情況，

而不是隱瞞事實、或在背後竊竊私語。

譬如：當有人得到失智症，

最好讓他本人知道失智症

是怎樣的情況、會怎樣發展，

而不是在背後竊竊私語，這樣對他本身是不好的。

我想念我自己



當我們是那一位需要被照顧的老人的時候，想一想—

- 考慮全家人的資源和情況，做一個平衡、而且合情合理的責任的分配，

讓大家同心協力來面對挑戰

- 家庭是一個團隊，當一個人生活方式被改變時，其他的家人生活方式也會連鎖反應而有所影響

被照顧的老人需要體諒照顧者的辛苦、

而給予更多肯定跟鼓勵，

盡量不要用負面的情緒、言語來對待照顧自己的家人，

- 被照顧者的態度對於全家人的氣氛是非常重要的關鍵

- 被照顧者如果充滿感恩、充滿喜樂，

會使照顧的人在照顧的時候

心情更愉快、覺得更輕省，

對照顧的工作也會做得更好



### 四、跟周圍每個照顧自己的人喜樂的相處。

當家中的老人因為長期疾病或其他的因素，而需要家人付出更多時間照顧的時候，

對家中所有的人都是一項挑戰。



- 剛開始，照顧者會全心全意的付出心力來照顧

- 經過一段時間之後，大家都累了，怨言越來越多，必須分工、彼此支援，甚至尋求外來的資源跟幫助

對於被照顧的老人來說，

- 了解那方面需要別人的協助，向照顧者溝通清楚
- 或許家中某一位照顧者特別被信任，



老人有需要時，總是指名要這一個來幫助，

◆ 也會造成家人之間的不和平的現象

◆ 使得這位特別被信任的照顧者

精疲力竭、甚至病倒

### 五、雖然肢體或身心有殘缺，但是在上帝的愛當中

要肯定並接納自己，仍然具有完全的人格，

即便可能被截肢、失去乳房、眼睛，

但是人格還是完整的。



當越來越接納自己仍然擁有完整的人格時，

- 更能夠學習去使用、去發揮還做為一個人還有的
- 會發現別人也會接納我們

我看過一群坐輪椅的人在舞台上跳舞，

有一些身心有障礙的人，人格還是完整的，

所展現的生命的活力

是一個完整人格的表現，

比四肢健全的人更活潑有力、更為美麗動人。



真正的健康不只是在生理上要完全而已，

重要的是心理、靈魂裡，靈性上的健康也是非常重要。



## 六、嘗試回歸正常的生活主流，

老人雖有長期的疾病、身心的障礙，  
都必須要盡量的回歸到正常的生活。

- 生病之後在生活中首先遇到的障礙就是建築物的障礙...，對身心障礙者很不友善
- 現在越來越多地方考慮到居住、生活環境，要對身心障礙者有更多友善的環境，我就曾鼓勵小兒麻痺的婦女，學習用手掌控的汽車...行動不方便的人走出去，最大的障礙是自己的態度、認為社會大眾不接納的眼光，需要大家共同的努力。



每個人如果長壽都可能面對行動不便、身心障礙，  
將心比心、推己及人的態度來互相對待，這個社會  
將會讓弱勢族群獲得更多當有的權利和自由。

## 七、謹慎的選擇照顧的機構，有兩種；



- **護理之家**，為「三管」的人而預備一氣切管、鼻胃管、導尿管，  
病情已經穩定、不用積極治療的慢性病人
- **養護中心、安養中心**，提供一般性的護理跟生活照顧，  
內政部社會司、長期照護專業協會，  
有評鑑名單可以上網、  
或去看相關的資料
- ◆ 選擇時，除了考慮老人本身的健康情況，也考量財力負擔，可以詢問社會福利機構有沒有補助的辦法
- ◆ 現場多多的去看，聽過專業人士、親友的推薦之後，親自到機構參觀訪問



特別注意下面的幾點—

1. **多看**：機構跟人員有執照、消防安全、緊急呼救系統、光線足夠、通風、比較容易出入、尊重個人隱私
2. **多聽**：工作人員的學歷資格、年齡經歷、外籍勞工不要超過全體員工 1/2，而且經過訓練
3. **多聞**：氣味怎樣？尿騷、消毒水的味道
4. **多問**：直接問住在裡頭的老人，伙食、洗澡
5. 娛樂、慶生、宗教、復健的活動，收費合理
6. **突擊探訪**：無預約的情況之下多探訪幾次



需要老人跟家人都了解情況，坦誠溝通、討論，  
盡量溝通到老人本身同意，  
而不是被勉強、被欺騙進去的，  
不要讓老人家覺得被遺棄、被丟在那裡了。

聖經有關苦難的教訓...

### 一、這世界是一定有苦難的

約十六33 我將這些事告訴你們，是要叫你們在我裡面有平安。  
在世上，你們有苦難；但你們可以放心，我已經勝了世界。

### 二、苦難的意義跟價值

#### 1. 使我們更了解神的主權

當信徒有為主受苦的心志時，一但苦難來臨，仍然相信神在掌管一切，使我們更了解神的主權。



詩廿九10 洪水泛濫之時，耶和華坐著為王；  
耶和華坐著為王，直到永遠。

#### 2. 苦難能顯露出我們生命中未完全順服的地方

箴十七3 鼎為煉銀，爐為煉金；  
惟有耶和華熬煉人心。



### 3. 苦難教導我們不可倚靠自己的聰明才幹，而要更**倚靠主**

箴言二5-6 你就明白**敬畏耶和華**，得以**認識神**。  
因為，**耶和華賜人智慧**；**知識和聰明**都由祂口而出。

### 4. 苦難使人更明白神的誠命、律例、典章

詩一一九71 我**受苦**是與我有益，為要使我學習你的律例。  
67 我未**受苦**以先走迷了路，現在卻**遵守你的話**。

### 5. 苦難是塑造安慰者的必經之路

林前—4-7 當面對**苦難**、走過**苦難**，生命更成熟、更成長

### 6. 苦難使人靈命成長

羅五3-5 不但如此，就是在**患難**中也是歡歡喜喜的；  
因為知道患難生**忍耐**，**忍耐生老練**，  
老練生**盼望**，**盼望不至於羞恥**，  
因為所賜給我們的**聖靈將神的爱**澆灌在我們心裡。

### 2. 路得：路得記

路得跟拿俄米所遭遇的**苦難**也是滿大的，

#### ■ 苦難的原因—

自然界的災禍，遇到饑荒、死亡

#### ■ 苦難的事件—孤苦無依、親人死亡、物質缺乏

#### ■ 回應苦難的方式—在人生的十字路口**正確的抉擇**，

路得選擇跟隨耶和華，忠心的順服婆婆—

「你的神就是我的神，你在哪裡我就在那裡」，  
一路**跟隨、跟隨...**



當**苦難事件**臨到的時候，

常常我們要做一些**選擇**，

如果做了**正確的選擇**—**跟隨主**，

相信也會**化苦難為祝福**。



### 三、化苦難為祝福，找到五個人物，看到**回應苦難**的方式...

#### 1. 約瑟：引發苦難的原因是別人的罪—

父親的偏愛、兄弟的嫉妒陷害、主人妻子的陷害，

#### ■ 苦難的事件—被丟棄、被出賣、流落異邦、被囚禁

#### ■ 回應苦難的方式—**正確的眼光**，

從**神掌權**的角度來看苦難，

而**饒恕**傷害者，**饒恕**帶來**醫治**



創四五5-8 約瑟對他的弟兄們說：

原來**你們的意思**是要害我，

但**神的意思**是藉著我拯救我們的一家一族。



他有一個**正確的眼光**，從**神的角度**  
來看發生在他身上**苦難的事件**，  
以至能夠**化苦難為祝福**。

#### 3. 約伯：義人約伯也受苦，

#### ■ 原因—撒旦的攻擊，在**神的允許、限制**之下攻擊約伯

#### ■ 事件—兒女死亡、財產失落、疾病、夫妻不和睦

#### ■ 約伯用**正確的盼望**來**回應**這個苦難，

伯十九25-27 約伯說：**皮肉滅絕**之後**得見神**。

在**舊約神學**裡談到人的**復活**。



#### 4. 約拿：

#### ■ 原因—自己的罪，他不順服神

#### ■ 事件—以至被丟到海裡、被大魚吞吃

#### ■ 在**苦難**中他有**正確的回應**—

拿二1 約拿**回想起**過去神怎樣**恩待**他。

他回到神面前**認罪悔改**，

最後還是乖乖的**順服神**。



## 5. 哈巴谷：

- **原因** — 人類的戰爭、族群的衝突、資源的缺乏
- **事件** — 民生所需欠缺、財產破損、國破家亡
- **回應** 苦難的方式是**正確的神學** —  
堅信**十架神學**、而不是**成功神學**，



在苦難中對主忠誠、堅信，單單因為神而喜樂，

哈三17-19 即使無花果樹不發旺、  
葡萄樹不結果、園內沒有牛羊...，  
還是要**因耶和華而歡欣**。

**約瑟**用正確的**眼光**、**路得**用正確的**抉擇**、  
**約伯**用正確的**盼望**、**約拿**用正確的**回憶**、  
**哈巴谷**用正確的**神學**，  
來**回應**臨到他們身上**苦難的事件**，  
使得他們能夠**化苦難為祝福**！



彼前四12-13 親愛的弟兄啊，

有**火煉的試驗**臨到你們，不要以為奇怪，  
似乎是遭遇非常的事，**倒要歡喜**；  
因為你們是**與基督一同受苦**，  
使你們在祂**榮耀顯現**的時候，也可以**歡喜快樂**。

當我們在**試煉**、**患難**當中，

仍然可以**靠主歡喜快樂**，

**苦難**、**試煉**正是**聖徒**一步一步

**拾級而上**的艱辛的旅程。



- 正如同**雅各**在**孤單**、**黑暗**的曠野，  
枕著石頭睡覺時，驚異的**發現** —  
原來那裡是**伯特利**，就是**神原來也在那裡**
- 在**苦難**中**神也與我們同在**、**神也在那裡** —  
因為祂的名字就是**以馬內利**