

THE VOICE 松柏之聲

非 賣 品

聖雅各福群會 出版

地址：香港灣仔石水渠街八十五號 電話：(八五二)二八三一 三二一五

St. James' Settlement, 85 Stone Nullah Lane, Wanchai, Hong Kong. Tel: (852)2831 3215

國際聯網 Internet: <http://www.thevoice.org.hk> 電子郵件 E-mail Address: thevoice@sjs.org.hk

★ 創刊於一九七六年一月，乃全球首份，最長壽兼全世界發行之長者華文讀物 ★



頭條

◆ 陳廷三 香港中文大學



人生就是一台戲

「金色年華」與「落寞待棄」—任君選擇

人生的不同階段都需要好好照顧。「老化」一般被看待成負資產，但其實「老」的背後，蘊含無限「少」所缺乏的珍貴元素。看似濫調，但是實實在在的現象。

一般談到晚年時，我們都用「金色年華」、「松柏長青」等用語來鼓勵大家積極地安度晚年。海峽交流基金會董事長辜振甫是京劇迷，經常粉墨登場，在上海與汪道涵舉行會晤期間，辜振甫還應邀上台表演京劇名段，贏得滿堂掌聲。他從演戲領悟到一個道理：人世就是一個舞臺。他個人體認最深的是「上臺不易，下臺更難」，也就是名伶梅蘭芳說的「上台身段要優雅，下台背影要漂亮」，因為下台也是戲，而且常常是一段重要過程的高潮。上台時贏得掌聲不難，下台下得漂亮而贏得歡呼的難度是很高的。這個領悟用在人生也同樣恰當。我們出生時，自然得到眾人的欣喜和歡聲，當生命即將離我們而去時，是否仍然獲得掌聲？走的是否漂亮，關鍵在於晚年曾否好好運用資源。這裏指的資源不是金錢，而是一些金錢以外的東西，不同價值的資源。

地位閱歷和白髮

首先說地位。踏入晚年，我們在家庭的輩份也愈來愈高，總之成為前輩。這時，我們可以成為家庭的凝聚核心，過時過節集合子孫後輩共聚天倫，歡聚一堂。反過來，亦可成為後輩們敬而遠之，甚至可避則避的「乞人憎」，全視乎我們自己的行為和取態。假如我們整天百無聊賴，空坐等待後輩來取悅和照顧，自視過高，那麼成為一個大家歡迎，充滿凝聚力

的長者只是一個妄想而已。

其次，老年人閱歷廣，好事壞事，經歷比後輩肯定多。雖然現在資訊發達，年輕人受教育機會多，但很多事情「知道」和「經歷」是兩回事，知道打仗是甚麼和曾經經歷打仗是有

了，可以放緩腳步，靜觀細察，品嚐生命的滋味。大家可以更有條件培養需要長期投放時間的興趣，例如種植、觀鳥、釣魚等，不需要太昂貴的消費和太多體力，是很適合老人家的活動。這些活動，可以讓人接觸大



◆ 吳志倫

分別的。老年人有了許多親身經歷，可以變得無懼風雨，成為後輩的榜樣，成為他們的一個鼓勵者。可惜不少老人，因着自己的閱歷，變得自以為是，「食鹽多過你食米」，常常以權威自居，不願意和後輩好好溝通，更不給予機會，讓他們細聽你的遭遇，一味炫耀「威水史」，把後輩嚇走，只會令晚年的心靈更形空虛。

踏入晚年，日子都是餘暇，更加要好好善用。有些人因着時間多了，「事事關心」，細眉細眼，專找岔子。另一方面，有些人因時間多

自然，因着生命的神奇而感動，從而重拾生命的本質，慢慢品嚐生命的喜悅。

老年另一個特徵，是白髮的出現。大家可以因著白髮的出現，明白身體機能自然衰退，領略到生命的周期與自然循環，也可以變得嚴重缺乏安全感，千方百計拒絕承認或隱瞞年事已高。明白生命的自然規律，人會變得甘於淡薄而活得輕盈；「拒絕長大」，人會變得怨天尤人，貪婪多疑。成為酸醋還是成為美酒，全看我們自己怎樣定義白髮。

晚景生活人生昇華

晚年，生命快到盡頭，我們應該抱有一個怎樣的態度？究竟是「夕陽無限好，只『是』近黃昏」，還是「夕陽無限好，只『有』近黃昏」？假如明白晚年才是人生的最好階段，是一個活出「真我」的最好時機，那麼這時的我，是獨一無二的。這時，我們會過濾生命，篩選一切，人生不再是拼命的掠奪，而是一個體現「空」的智慧的階段。我們明白，死，可以是如此無情荒謬，但死前的意義，卻又能匯聚生命精華。正是：

- 激發無窮動力，超越自我規範；
- 淨化基本關注，重整生命次序；
- 看破浮雲煙霧，解除紅塵所有；
- 初嚐「己」之實在，體會「空」的智慧。

與子女共度人生階段

在人生的不同階段中，我們給予子女不同的東西。年幼時，我們給予一個安全的規範，是可以較為獨裁的，可以稱之為 dictation。兒女長大了些，我們會相應地寬鬆，只提供一個大方向，讓他們探索，可以稱為 direction。待兒女再大些，自己有了方向和自決，我們給的，只可以是建議 suggestion。當我們到了老年，凝聚了經驗和智慧，我們可以成為年輕人的生命或感情導師，或成為兒孫的心靈避難所。

晚年，究竟是「金色年華」，還是「落寞待棄」，全看我們自己的取態。希望大家在晚年看到生命的本質，可以將「老化」逆轉成無窮的動力，回饋社會。