

# 在年老体弱的情况下 学习为基督作见证

“耶稣的门徒总是前行，无论健康好与坏、身体能否自理，跟随耶稣才是重要的：总是要跟随耶稣，步行或跑著也好慢速和坐轮椅也罢，但总是要跟随祂”。

2022年6月22日

教宗方济各6月22日上午在圣伯多禄广场主持周三公开接见活动，论述了关于身体衰弱依靠别人照顾的主题。

教宗邀请信友们，即使体力渐衰也要忠于自己的信仰宣认。年长者不应嫉妒年轻人占据了他们的位子，甚至在一连串被迫闲暇的时光中能兴趣盎然地沉思、全神贯注地聆听天主圣言，这也是生活中最好的一份。

教宗选择《若望福音》结尾时记述的耶稣与伯多禄的对话，发挥了这次要理讲授关于老年的主题。耶稣3次询问伯多禄“你爱我吗？”及暗示他生命结束的时日将是怎样的（若廿一17-18）。教宗从这段对话中得到启发，邀请众人反省：我们与基督的关系如何？开放、坦率、直接、真情，如同耶稣与伯多禄之间的交谈？还是心不在焉？我们的信仰行程是否也“极抽象和唯我独尊，非常世俗化”呢？

教宗告诫，这不是耶稣的道路。人而天主的耶稣“行事如人、说话如人。祂有这份温柔、这份友情、这份关怀”。耶稣不是那种“画面上的甜美

形象”，却平易近人，“接近我们”。接著，教宗谈到老年和生命的时光，阐明这是一段见证的时期。“你年少时，任意往来，但到了老年，你就不再是你生命的主人了”（参阅：同上18）。

教宗勉励年长者，要接受衰老造成的疾病和丧失的青春活力，“即使在体弱、患病和死亡的情况下”，也要继续做基督的见证人。圣伊纳爵曾说“生命正是如此，即使在死亡中，我们也要见证是耶稣的门徒”。教宗因此强调，“生命的结局该当是门徒的生命结局，是耶稣门徒的生命结局”。

教宗表明，“上主常根据我们的年龄向我们发言”。耶稣对伯多禄的训诫意在必须从脆弱、无能和依靠他人的状况中“学习接受指导和塑造”。“耶稣的门徒总是前行，无论健康好与坏、身体能否自理，跟随耶稣才是重要的：总是要跟随耶稣，步

行或跑著也好慢速和坐轮椅也罢，但总是要跟随祂”。

“耶稣与伯多禄的对话为所有的门徒、我们众信徒都是珍贵的教导。对所有年长者也是如此。在很大程度上依靠别人、很大程度上依靠别人创意的生活状况下，从我们的脆弱中学习表达我们生活见证的表里如一。”

教宗指出，如果“随著疾病和年老，依赖性增加，我们不再像以前那样依靠自己”，“这种情况中，信仰也会在成熟，耶稣也会与我们同在，也会涌现出在生命道路上已经活出的信仰的富饶”。但需要反思：当我们感到自己软弱时，我们是否有一种灵性能力来诠释那个“托付于他人，而非我们自主能力”的生命季节？

“在我们有能力积极行动的时日、在脆弱的时日、在依赖别人的时日，在告别的时日，在远离我们生命为主角的时日，我们如何保持忠实于所生活出的跟随行动、爱的承诺，以及对正

义的寻求？”教宗表示，离开做主角的生活确实不容易。

老年是一个考验的时期，无疑也有“非常人性化、也非常狡诈的”诱惑，力求保留自己的“主角地位”。教宗说，年长者“有时必须减少主角的感觉，必须降低自己”，接受老年应放下做主角的意识。其实，还有其它方式能够表达自己，参与家庭和社会。

伯多禄与耶稣谈话后，看到若望跟在他们后面，便问老师“他怎样？”教宗说，他似乎在问：“他必须跟在我的后面吗？”他必须占据“我的”空间吗？他将成为我的继承人吗？这些问题毫无用途，也没有帮助。耶稣对伯多禄的回答既坦率，也毫不客气：这“与你何干？你只管关心自己的生活、自己的现状，别管别人生活中的闲事。你只管跟随我”（参阅：同上22）。

教宗强调，这很重要，“耶稣的门徒，在生命和死亡、健康与患病、取得许多成就的顺利生活中，也在困难的时刻，都要跟随耶稣”。这对我们也是如此，当我们想干预别人的生活时，耶稣的回答是：“这与你何干？你只管跟随我。”

即使在接近生命落幕的处境下，也忠实于宣誓过的爱，忠实于所认定的信仰，这必会得到子孙后代的赞赏和上主的回报。教宗吩咐年长者要学习如何告别自己的生命，这是年长者的智慧。这需要“带著微笑来完好、认真地告别，在社会团体内告别并在他人的伴随下告别”。

教宗表示，年长者的生命是一种逐渐却喜悦的告别，他们必须能够说：“我活过了这一生，这是我的家庭；我活过了这一辈子，我是个罪人，但也行过善。”教宗说，“年长者能把他们最美和最好的一面留给我们”。年长者应总是带著微笑注视年

轻人，这样年轻人才能将已经播撒或完成的事业向前推进。

**(梵蒂冈新闻网)**

.....

pdf | document generated  
automatically from [https://opusdei.org/  
zhs/article/Zai-Nian-Lao-Ti-Ruo-De-  
Qing-Kuang-Xia-Xue-Xi-Wei-Ji-Du-  
Zuo-Jian-Zheng/](https://opusdei.org/zhs/article/Zai-Nian-Lao-Ti-Ruo-De-Qing-Kuang-Xia-Xue-Xi-Wei-Ji-Du-Zuo-Jian-Zheng/) (2026年2月20日)