opusdei.org

## 需要放慢生活節奏, 以便找出交談的時間

教宗邀請人們將老年視作資 源,去發現在年長者的慢節奏 中存有生命不同階段的美妙。

## 2022年3月2日

教宗方濟各3月2日在週三公開接見活動中對人的長壽作了省思,這是他第二次以老年為主題的要理講授。在活動開始時誦讀的《創世紀》中,敘述了亞當及其後裔的長壽,教宗以此談到父親、兒子和祖先之間的對比,指

出這一切的核心乃是"按天主的肖像 受造"的人類生命與人終將一死的脆 弱性之間的張力,這是需要時間去發 現的一種關係。

教宗說,世代間的相互支持必不可少,從而解讀人生經驗和面對生命的謎團。他解釋道,在時代的每個階段中,"當人類狀況的情景滿是新的經驗和從未有過的疑問時","關於生命意義的問題又被提出",文化上記憶的累積有助於面對這些問題。儘管"傳授的時間有所縮短",但"吸收的時間總是需要耐心"。

"極快的速度困擾著我們生命的每一個階段,使每一種經驗變得膚淺和缺乏'營養'。年輕人不自覺地成了這種分裂的受害者,即時鐘的時間與生命的時間彼此分裂,前者想去消耗掉,後者則需要適當的'發酵'。漫長的生命能使人體驗這些漫長的時間和匆忙帶來的損害。"

老年固然"迫使節奏變得較慢",但這"不僅是遲鈍的時間",也是"生命意義的空間,它不會執著於快速"。若是"失去與老年的慢速節奏的接觸,對所有人來說,這些空間就閉合了"。教宗提到,基於這個視野,他立定每年7月的最後一個主日為祖父母節。他說,兒童與年長者的密切相處也有助於青年與成年人建立關係

相反,"現代化的城市趨向於敵視年長者",兒童的情況也是如此。教宗勉勵培養代際交談,因為"青年與年長者之間若無交談",每一代的人就"孤立無助",青年無法從他們的根基,即祖父母那裡獲取力量。教宗强調,代際交談是"人類的需要"。今日社會卻"丟棄許多不想要的兒童,丟棄許多年長者",將他們隔離在養老院或就醫的地方。

"極快的速度將我們放在一個離心機 内,像紙屑一樣把我們一掃而光。我 們完全失去了整體的視野。每個人都 抓住自己的一小部分,在城市-市場的 流動中漂浮,對它們來說,慢節奏就 是損失,速度就是金錢。極快的速度 使生活破碎,並非更有活力。"

教宗繼續表示,這需要智慧,"花些時間"與自己的子女、自己的祖父母,以及與年長者在一起,這"使人類家庭變得强健"。再說,兒童和長者"賦予我們另一種能力去看待生命"。這種"對愚昧的速度的崇拜"在疫情面前被迫停下來,這也使祖父母們更加被看重。教宗再次强調將時間開於年長者的重要性,這時間"使每個人恢復愛我們的脆弱生命"。

教宗表明,"為了領會受時間限制的生命意義,老年的節奏是一種必不可少的資源",有助於瞭解"與天主相遇的生命歸宿",這個計劃"隱藏在人類的受造中"。此外,生命的長壽也"提供增進各時代的生命相互結盟的機會,明白應接納從誕生到死亡,

這整個階段的生命意義,以及與衆人的友情"。

教宗祈求聖神賜予我們智慧和力量,將時鐘時間的蠻橫轉化為生命節奏的美妙。我們必須在內心、家庭和社會進行這項變革。他最後强調,"代際結盟是不可或缺的",一個沒有青年與年長者交談的社會將會荒蕪、不結果實。我們要呼求天主"幫助我們我到相稱的樂曲,使不同年齡的人相互和諧",共同奏出交談的美好交響樂。

## (梵蒂岡新聞網)

pdf | document generated automatically from https://opusdei.org/zht/article/Xu-Yao-Fang-Man-Sheng-Huo-Jie-Zou-Yi-Bian-Zhao-Chu-Jiao-Tan-De-Shi-Jian/ (2025年11月21日)