

在年老體弱的情況下 學習為基督作見證

“耶穌的門徒總是前行，無論健康好與壞、身體能否自理，跟隨耶穌才是重要的：總是要跟隨耶穌，步行或跑著也好慢速和坐輪椅也罷，但總是要跟隨祂”。

2022年6月22日

教宗方濟各6月22日上午在聖伯多祿廣場主持週三公開接見活動，論述了關於身體衰弱依靠別人照顧的主題。

教宗邀請信友們，即使體力漸衰也要忠於自己的信仰宣認。年長者不應嫉妒年輕人占據了他們的位子，甚至在一連串被迫閑暇的時光中能興趣盎然地沉思、全神貫注地聆聽天主聖言，這也是生活中最好的一份。

教宗選擇《若望福音》結尾時記述的耶穌與伯多祿的對話，發揮了這次要理講授關於老年的主題。耶穌3次詢問伯多祿“你愛我嗎？”及暗示他生命結束的時日將是怎樣的（若廿一17-18）。教宗從這段對話中得到啓發，邀請衆人反省：我們與基督的關係如何？開放、坦率、直接、真情，如同耶穌與伯多祿之間的交談？還是心不在焉？我們的信仰行程是否也“極抽象和唯我獨尊，非常世俗化”呢？

教宗告誡，這不是耶穌的道路。人而天主的耶穌“行事如人、說話如人。祂有這份溫柔、這份友情、這份關懷”。耶穌不是那種“畫面上的甜美

形象”，卻平易近人，“接近我們”。接著，教宗談到老年和生命的時光，闡明這是一段見證的時期。“你年少時，任意往來，但到了老年，你就不再是你生命的主人了”（參閱：同上18）。

教宗勉勵年長者，要接受衰老造成的疾病和喪失的青春活力，“即使在體弱、患病和死亡的情況下”，也要繼續做基督的見證人。聖伊納爵曾說“生命正是如此，即使在死亡中，我們也要見證是耶穌的門徒”。教宗因此強調，“生命的結局該當是門徒的生命結局，是耶穌門徒的生命結局”。

教宗表明，“上主常根據我們的年齡向我們發言”。耶穌對伯多祿的訓誡意在必須從脆弱、無能和依靠他人的狀況中“學習接受指導和塑造”。“耶穌的門徒總是前行，無論健康好與壞、身體能否自理，跟隨耶穌才是重要的：總是要跟隨耶穌，步

行或跑著也好慢速和坐輪椅也罷，但總是要跟隨祂”。

“耶穌與伯多祿的對話為所有的門徒、我們眾信徒都是珍貴的教導。對所有年長者也是如此。在很大程度上依靠別人、很大程度上依靠別人創意的生活狀況下，從我們的脆弱中學習表達我們生活見證的表裡如一。”

教宗指出，如果“隨著疾病和年老，依賴性增加，我們不再像以前那樣依靠自己”，“這種情況中，信仰也會在成熟，耶穌也會與我們同在，也會湧現出在生命道路上已經活出的信仰的富饒”。但需要反思：當我們感到自己軟弱時，我們是否有一種靈性能力來詮釋那個“託付於他人，而非我們自主能力”的生命季節？

“在我們有能力積極行動的時日、在脆弱的時日、在依賴別人的時日，在告別的時日，在遠離我們生命為主角的時日，我們如何保持忠實於所生活出的跟隨行動、愛的承諾，以及對正

義的尋求？”教宗表示，離開做主角的生活確實不容易。

老年是一個考驗的時期，無疑也有“非常人性化、也非常狡詐的”誘惑，力求保留自己的“主角地位”。教宗說，年長者“有時必須減少主角的感覺，必須降低自己”，接受老年應放下做主角的意識。其實，還有其它方式能夠表達自己，參與家庭和社會。

伯多祿與耶穌談話後，看到若望跟在他們後面，便問老師“他怎樣？”教宗說，他似乎在問：“他必須跟在我的後面嗎？”他必須占據“我的”空間嗎？他將成為我的繼承人嗎？這些問題毫無用途，也沒有幫助。耶穌對伯多祿的回答既坦率，也毫不客氣：這“與你何干？你只管關心自己的生活、自己的現狀，別管別人生活中的閑事。你只管跟隨我”（參閱：同上22）。

教宗強調，這很重要，“耶穌的門徒，在生命和死亡、健康與患病、取得許多成就的順利生活中，也在困難的時刻，都要跟隨耶穌”。這對我們也是如此，當我們想干預別人的生活時，耶穌的回答是：“這與你何干？你只管跟隨我。”

即使在接近生命落幕的處境下，也忠實於宣誓過的愛，忠實於所認定的信仰，這必會得到子孫後代的讚賞和上主的回報。教宗吩咐年長者要學習如何告別自己的生命，這是年長者的智慧。這需要“帶著微笑來完好、認真地告別，在社會團體內告別並在他人的伴隨下告別”。

教宗表示，年長者的生命是一種逐漸卻喜悅的告別，他們必須能夠說：“我活過了這一生，這是我的家庭；我活過了這一輩子，我是個罪人，但也行過善。”教宗說，“年長者能把他們最美和最好的一面留給我們”。年長者應總是帶著微笑注視年

輕人，這樣年輕人才能將已經播撒或完成的事業向前推進。

(梵蒂岡新聞網)

pdf | document generated automatically
from <https://opusdei.org/zht/article/Zai-Nian-Lao-Ti-Ruo-De-Qing-Kuang-Xia-Xue-Xi-Wei-Ji-Du-Zuo-Jian-Zheng/>
(2026年3月16日)