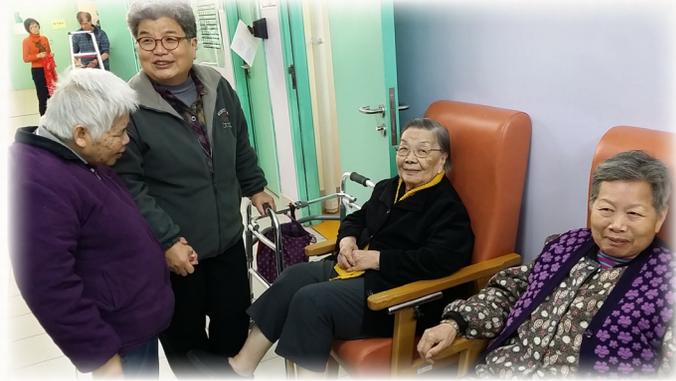


林艾雯修女 ICM\*



▲ 林艾雯修女與長者們

在安老院服務的這段日子，最常聽到長者抱怨現實環境的諸多不理想、身體日漸衰弱、經常疼痛，也抱怨自己沒有用而需要依靠他人照顧……其中具有喜樂生命的老友記，確實不多。

從一些不抱怨、不埋怨的長者身上，我們不難發現他們的共同點：就是無論是男是女，他們過去都是歷盡人情冷暖、人單勢孤的困境，但是他們依舊保持一顆感恩的心去接受和面對生命的現實面。他們會數算得到的祝福及擁有的東西，而不是埋怨自己沒有或失去的。因為他們相信世上發生的一切沒有任何一樣是理所當然的。一旦生命有喜樂，這生命是會散發出天主對我們有如父親般的憐憫；有了憐憫心，就較易轉化我們內心因缺乏感恩而產生的憤怒和苦毒。

在這些充滿智慧的長者身上，我學習到要有喜樂的生命首先要有感恩的心！一顆充滿喜樂及讚嘆的心，使長者對生命奧秘的深、寬、廣度都持著積極正面的態度，並展現生命的多姿多彩。因此，我明白喜樂不等同快樂，因為快樂的長短往往受限於物質的粗細精緻、肉體五官刺激的強弱。快樂感覺的存留時間長短，受到我們對於物質及五官刺激的喜愛及接受程度影響；但是喜樂卻不同，喜樂來源的層次往往超越快樂，它是因心靈是否平安而定。心靈平安是不易受到物質界的變化、身體的強弱而影響。心靈平安就會欣賞、就會讚美和感激生命中所出現的人和事物，例如：創造力、美好的友誼、啜飲的美酒和健康的活動。

\* 作者簡介：林艾雯修女自 2013 年開始，協助明愛安老服務推行生命關顧服務，尤其關顧長者、護老者、義工及員工的靈性需要。她首先在長者中心開展服務，為長者、義工及員工提供「四道人生」（道愛、道謝、道歉、道別）培訓；繼而於 2015 年開始，她在安老院舍推行生命關顧服務，除「四道人生」培訓外，亦為院友家人及員工推行「靈魂助產士」培訓，協助他們積極地、坦然地面對長者死亡的事實。