

愛·迪·生

雖已年老，仍然結果，枝葉繁盛，依舊綠茂。〈聖詠集 92:15〉
直到你年老，我仍是一樣；直到你白頭，我依然扶持你。〈依撒意亞 46:4〉



說歲月是神偷真的沒錯，不知不覺 2021 年的 3 個季度都已過去，冬又將盡，一年又快要終結了。

上期寫「成人之美」，「成」令人想到成熟、成果、成就。到了今期「老有所為」，「老」這個字又令人聯想到甚麼樣的一個畫面呢？從我們呱呱落地，不知「天高地厚」到不知「老之將至」，究竟走過多少高山低谷，大道小徑？有時也在想：人生若有老的一天，其實是一種福分，因為有些朋友就連經歷「老」這個「寶」的機會也沒有呢！

從前我們會說「人生七十古來稀」，要「老有所依」。在社會不是那麼發達，醫學仍未昌明進步的年代，七十歲確是古稀之年。但在今天的香港，物質營養豐盛，人也特別講求

養生，不少已領取長者咭的老友記仍壯健精靈，充滿活力，年齡也許只是一個參考數值，顯示經驗的累積。

在說「老有所為」前，很想帶出「不為」也是「為」的一種演繹。適當的「不為」是一種歷練和智慧。舒適靜謐，做到無為而治的稱心，有所為、有所不為地迎接人生的另一階段，實在是一門大學問！另一種「不為」的意思是不要終日唏噓嘆息，沉醉昨天；更不要老氣橫秋，強人所難。未來悠悠數十載的人生路，狀態重要，心境和心態同樣重要！從前錯過的、沒有時間做的，這時候就有機會和空間，好好嘗試、慢慢享受。還有是落日不是遲暮，餘暉仍價值無窮，可以瀟灑地作出不少回饋和貢獻呢！

我們常說老有所「為」（音維），大意是幹甚麼事情。而我想把另一個「為」（音位）如為了甚麼人、事和價值觀放在一起，更立體地理解當中涵義。「老有所為」，首先要做的是為了自己：好好照顧愛惜身體，保持樂觀積極，持續學習充實，注意起居飲食。打好了這個基礎，接著便可更舒心順意地為家庭，朋友，興趣，工作，社會，理想...這些動力泉源繼續發光發熱，做到老有所「伴」。總而言之，這就是有意義的付出、值得的分享和喜愛的寄託！

生老病死，聚散有時，是不能逆轉的定律。只望能保持赤子之心，年青時無悔，年長時無憾，熟齡時仍可自理自主，心靈富足，有愛相隨，就已是幸福滿滿了。童、青、成、老，均盛載無限可能，猶如一幅幅畫作、也是一個個拼圖、一首首樂章，獨一無二。只要以清明通透的心細味人生，其實每段路都有值得一賞再賞、令人動容的風光！祝願每位老友記都活出尊嚴、自在，活得豐盛、愉快。迎接新的一年，祝福大家健康、平安！



— 總編的話