



教宗方濟各

第二屆世界祖父母及長者日文告

2022年7月24日

「雖已年老，仍然結果。」(詠九二 15)

親愛的朋友們：

「雖已年老，仍然結果」(詠九二 15)。聖詠作者的這句話是個好消息，也是我們在第二屆世界祖父母及長者日能向世人宣講的一個真實「喜訊」。這喜訊不僅與世界對於這個人生階段的看法有所不同，也與我們當中一些長者懷憂喪志，對未來不再抱有期待的心態背道而馳。

很多人都害怕老年。他們認為那是一種疾病，最好避免任何接觸的機會。「老人與我們無關」，很多人這樣想，「能夠離他們多遠就多遠，也許可以把他們安置在一些能照顧他們的機構，讓他們在一起，免得我們要負起他們的重擔。」「丟棄文化」的心態就是：覺得自己總是與我們當中的弱小者和陌生人不一樣，對他們的脆弱無動於衷，以為「我們」有理由與「他們」各走各路。但事實上，聖經教導我們長壽是一種祝福，而且長者不應該是被遠離、被拋棄的人，而是天主——豐盛生命的施予者——美善、活著的標記。家中有長者是何等有福！敬愛祖父母的家庭是何等幸福！

其實，老年並不是那麼容易理解的生命季節，即便對於我們這些老人家也是如此。雖然走過了漫長的人生旅程，卻沒有人替我們去準備面對老年，似乎就是這麼令人措手不及。為了這個人生階段，高度發展的社會付出了

許多經費，卻無法真正幫助人們去了解它。他們提供的是健康照護計畫，不是富足生命的計畫。<sup>1</sup> 因此，難以展望未來，也看不見值得努力的前景。一方面，我們試圖隱藏皺紋、假裝青春不老，另一方面，我們似乎只能意志消沉地度日，默認自己不再能夠「結出果實」。

退休的生活以及孩子的獨立，都使得我們無須再像從前那樣付出大量的精力。一旦意識到自己漸漸使不上力氣，或是開始生病，都會影響我們的自信心。一生為了跟上現世生活快速的腳步而辛苦，但結果似乎只促使我們無奈地接受「丟棄文化」。聖詠的這段祈禱使我們產生共鳴：「在我年老時，求祢不要拋棄我，在我氣力衰弱時，不要遠離我。」（詠七一 9）

然而，同一篇聖詠也勾勒出上主是如何臨在我們的每個生命季節，並敦促我們繼續懷抱希望：當我們白髮蒼蒼，祂還是繼續給予我們更多的生命，並使我們不致被邪惡所擊倒。只要我們相信祂，就會有更多的力量去讚美祂（參閱：詠七一 14~20），也會發現變老並不只是身體機能的衰退，或是時間必然的流逝，而是一種長壽的禮物。歲數的增長，並不是一種懲罰，而是一種祝福！

因此，我們應當好好看顧自己，並且學習度有活力的晚年生活，在靈性方面也是如此，我們要勤奮誦讀天主聖言、每日祈禱，常領受聖事並參加禮儀，從而培養我們的內在生命。這也涵蓋著我們與天主的關係、與他人的關係：我們首先是向家庭、孩子、孫子和孫女們表達誠摯的關愛，而對於貧窮與受苦的人，則以實質的幫助和祈禱來親近他們。這一切都可以幫助我們不再覺得自己好像電影院的觀眾一樣，只能從窗戶去窺探這個世界。不僅如此，我們更要盡一切所能去認出上主的臨在，<sup>2</sup> 猶如「天主殿中的茂盛橄欖樹」（詠五二 10），成為近人的祝福。

老年並不是一段無所事事、功成身退的歲月，而是繼續開花結果的季節：有一個新的使命在等待我們，邀請我們展望未來。「我們這些老年人所具有的特殊敏銳度，出自高齡的關懷、思想和感情，都讓我們更有人情味，應當再次成為許多人的召叫，並成為老年人熱愛年輕世代的標記。」<sup>3</sup> 親

---

<sup>1</sup> 《論老年的教理》：一、時間的恩寵與年紀在生命中的盟約，2022年2月23日。

<sup>2</sup> 《論老年的教理》：五、為下一個世代向上主的眷顧保持忠信，2022年3月30日。

<sup>3</sup> 《論老年的教理》：三、老年：予涉世未深青年的資源，2022年3月16日。

愛的祖父母和長者們，我鼓勵你們在這「溫柔革命」<sup>4</sup>——屬靈、非暴力的革命——當中成為主角，這就是我們能作的貢獻。

這個世界正在經歷一段充斥著艱難考驗的時期，先是突如其來的疫情風暴，之後又有危害全球和平與發展的戰爭。正當上個世紀經歷戰亂的那一輩逐漸消逝，在這時候戰火在歐洲重燃，這些都不是巧合的事。這些重大危機都可能使我們麻木不仁，使我們眼看危及人類大家庭和共同家園的其他「流行病」問題，或四處可見的各種暴力形式而無動於衷。

面對這一切，我們需要一個深刻的轉變及悔改，使我們卸下心防，並將他人視為自己的弟兄姊妹。作為祖父母及長者，我們有一項重大的責任，就是要教導同時代的人們，如何用我們對孫子和孫女們的溫柔目光和同理心來看待他人。在對近人的關懷中，我們磨礪了自己的人格，而如今我們也可以溫和體貼地去面對最需要的人，從而成為這種生活方式的導師。這樣的心態或許會被人看作軟弱或消極，但卻不會讓人有壓迫感，反而是屬於要承受土地的溫良的人。（參閱：瑪五 5）

守護世界，是我們受召要結出的果實之一。「我們都曾在祖父母的膝蓋下爬行，也曾被他們用雙手抱過」；<sup>5</sup> 但現在是時候輪到我們用實質的幫助或是祈禱來照顧我們的孫子和孫女，以及那些我們尚未遇到或其他因為戰亂而流離失所的孫子和孫女。讓我們效法溫柔體貼的父親聖若瑟，將烏克蘭、阿富汗、南蘇丹等地方的孩子們牽掛在心中。

我們很多人都因為成熟而變得謙遜和睿智，領悟到這個世界亟需要有的意識：我們是無法獨自獲救的，而且幸福是一份共享的食糧。那些誤以為在鬥爭中才能自我實現並獲得成功的人，我們要向他們作見證。每個人，甚至是最弱小的都可以做到：我們讓自己被其他國家的人照顧，這表示我們不但能夠一起生活，也必須生活在一起。

親愛的祖父母們、親愛的長者們，我們都受召在這個世界做**溫柔革命**的工匠！讓我們身體力行，並學習更頻繁地去善用我們最寶貴，也是我們的年紀最適合的工具：祈禱。「我們在祈禱時也要成為詩人：樂於用自己的詞彙祈禱，並反覆採用天主聖言所教導的那些詞彙。」<sup>6</sup> 帶著信心所作的祈

---

<sup>4</sup> 《論聖若瑟的教理》：八、聖若瑟，溫柔的父親，2022年1月19日。

<sup>5</sup> 世界祖父母及長者日彌撒講道，2021年7月25日。

<sup>6</sup> 《論家庭的教理》：七、祖父母，2015年3月11日。

禱能使大事成就，能夠陪伴受苦者的哭泣，也能使人回心轉意。我們可以「在一個浩大的屬靈聖所中成為永駐的『合唱團』，以懇切的祈禱和讚美的詩歌，來支持在生活領域中工作和奮鬥的團體。」<sup>7</sup>

世界祖父母及長者日就是一個機會，讓我們再次懷著喜樂的心情去宣講：整個教會都渴望能與這些如聖經所言的「富享天年者」共同歡慶。讓我們一起慶祝！我邀請各位在堂區和團體中宣報這個節日，並拜訪在家獨居，或是寄居養護機構的長者。讓我們確保今時今日沒有人活在孤獨之中。對於那些不再期待未來、新的友誼和新的相遇能有什麼美好事物的人，只要他們可以等待有人探訪，就足以轉變他們的生活目標。拜訪獨居的年長者，就是這個時代的一種慈善事工！

讓我們請求聖母——溫柔之母，使我們成為**溫柔革命**的工匠，與她一同將世界從戰爭的魔掌及孤獨的陰影中釋放出來。

我在此保證以摯愛與你們同在，也予以你們各位和你們的家人我的降福，並請你們不要忘記為我祈禱！

教宗方濟各

羅馬，拉特朗聖若望大殿

2022年5月3日，聖斐理與聖雅格宗徒慶日

（台灣地區主教團 恭譯）

---

<sup>7</sup> 同上。



## 法令

宗座聖赦院為增進信友的虔敬，並為人靈的得救，憑藉蒙天主召選的教宗方濟各所授予之權柄，應允平信徒、家庭及生命部部長——羅馬天主教凱文·若瑟·法雷爾樞機的請求，在教宗欽定為第二屆世界祖父母及長者日的 7 月第四主日，依照慣常的條件〔領受和好聖事、在彌撒中恭領聖體，並為教宗的意向祈禱〕，惠然自教會天上的寶庫，頒賜全大赦予基於真心懺悔和愛德，於 2022 年 7 月 24 日、第二屆世界祖父母及長者日，親身參與教宗在梵蒂岡宗座大殿主持的隆重典禮或世界各地舉行的相關慶典的祖父母、長者及所有信友；本大赦亦可讓予煉獄的靈魂。

本聖赦院於同日亦頒賜全大赦予那些以親身或視訊方式，奉獻時間去悉心探望他們有需要或有困難（如患病、被遺棄、殘障或類似狀況）的年長弟兄姊妹們的眾信友。

無法出門參禮的患病長者，以及所有因重大理由不能外出者，若決意擺脫一切罪惡及盡快滿全以上三個慣常條件，在心靈上共襄盛舉，尤其透過媒體，收聽教宗的訓勉和收看慶典活動，並將自己的祈禱和生活上的困苦，奉獻給慈悲的天主，亦能獲得全大赦。

因此，為更方便信眾憑著掌握天國鑰匙的教會，接受天主的寬恕，本聖赦院懇請獲授聽告解權力的司鐸們，本著牧靈上的愛德，以慷慨的精神，隨時施行和好聖事。

本法令對第二屆世界祖父母及長者日具有效力，與此法令相牴觸之任何措施，一概無效。

於羅馬宗座聖赦院  
主曆 2022 年 5 月 30 日

聖赦院院長——皮亞琴扎樞機  
( Mauro Card. Piacenza )

副院長——克尼基爾  
( Krzysztof Nykiel )

( 台灣地區主教團與香港教區合譯 )