

## 知足常樂的寶蘭婆婆

寶蘭婆婆八十多歲，潮州人，老家在汕頭附近，丈夫是普寧人。她曾中風，雙腳不良於行，現時居於安老院舍，院舍員工都很喜歡她。她的興趣是繪畫，是一個知足常樂、有着堅強生命力的「老友記」。

### 由抗拒到接受

看着現時已經完全習慣居住在安老院的寶蘭婆婆，真的難以想像，她曾經是多麼抗拒入住安老院舍。「以後的日子要怎麼過才好呢？那裏的職員友善嗎？食物合不合口味？」婆婆帶着這些疑問入住了安老院舍。很快的，她發現這裏每一個人都很友善，並會跟她打招呼和聊天，令她放下防備；不論是安老院院長、工作人員、院友，大家都很關心她。她非常滿意這裏環境清潔，食物美味，有雞有魚，每星期的餸菜和湯不重複，家務如洗衣服、打掃和煮飯，都不用自己動手，所以，婆婆很快就習慣了這裏舒適的新生活，並說住得開心。

## 笑看人生的婉嫻婆婆

「我很感恩能入住這所院舍，我住得很開心，我相信這是天父的安排。我跌傷手須入醫院做手術，手術後回家休養，但四個兒女夫婦都要上班，孫兒女也要上學。日間，四個家庭沒有人可以在家中照顧我。七個孫兒女都長大了，也不用我繼續照顧他們。於是，我主動申請入住安老院。」這就是八十多歲的婉嫻婆婆（編按：本文受訪者的名稱非真實名稱），她性格開朗直率，和藹可親，現時居住在基督教安老院，住了兩年多。她在 27 歲尚未結婚前已信主，成為基督徒。

### 移居香港

婉嫻婆婆生於廣州，日本入侵廣州時，她只有幾歲。爸爸是忠實的小商人，經營家族的三行生意，經歷過被日本人管治的年代。在廣州時，約二十歲的婉嫻執拾幾件衣服和簡單行李，就和妹妹跟着只比她年長一歲的哥哥乘搭火車從廣州移居香港，跟隨契娘於佐敦道定居下來。在親人的照顧下，婉嫻生活總算安定。婉嫻、哥哥和妹妹三人打工以維持生計，後來更要照顧

## 這是上帝給我最好的禮物

### 參加教會團契

我差不多八十歲了，回想起來，參加教會團契已十多年。我本是教會會友，當初是宣教師鼓勵我參加團契的。在團契裏，我學習了基督徒生活是怎樣的；弟兄姊妹在牧者帶領下查考聖經，以明白信仰；又學習了相處技巧，例如學會尊重別人的處事方式、學會放手等等。參加團契是十分開心的，因為可以一起玩遊戲和做運動。我鼓勵別人參加團契，因為可以學習許多新事物。

面對年老，我早有心理準備，要多去長者中心，參加教會團契。在團契小組內，弟兄姊妹分享日常生活、互相關懷、一起學習、彼此寬恕和分享美食，相處上非常融洽。在相處之道方面，因每人的處世方式不同，大家要互相包容，千萬不可要求別人跟從自己的方式，那樣就可相處融洽。我還參加了「綠色門徒訓練」，導師帶領我們思想經文，讓我們認識聖經內上帝的教導。由於組員各有各忙，我們也要學習互相遷就上

課時間。我在教會參加了兩個團契小組，組內弟兄姊妹都是健康的長者，但聽覺和記憶較差，帶領我們的導師都要很有耐性和愛心。

團契生活，是上帝給我最好的禮物！

## 生活圈子擴大

自從參加團契後，我的生活圈子擴大了。我認為人到老年，如果有朋友，有支持系統，就不必懼怕。我有一個兒子，已成家立室，有自己的家庭，難以全力照顧我，因此，我認為長者要有朋友互相照應。現在我除了上教會和長者中心外，閒時也會相約好友知己，一起飲茶和聊天，分享生活的喜樂與擔憂，無所不談。我和朋友都覺得人生短暫，要多出外相聚，互訴心聲。我滿意現在的年老生活，有自己的空間，自得其樂，自在滿足。

十多年前，我踏入六十歲，就在照顧孫子之餘，主動參加長者中心的活動。因為人不可以終日在家面壁，這樣會封閉自己。晚上回家，我會玩遊戲機，大概玩個多小時，所以我從不感到寂寞，我甚至覺得時間不夠用呢！

## 樂觀積極的李伯伯

### 親人失聯

李伯伯（編按：本文受訪者的名稱非真實名稱）是越南華僑，祖籍廣東花縣，在越南出生。日本侵華的時候，父母從鄉下逃難到越南，50年代移居香港。「那年我七歲，給抱着的是我妹妹，姐姐站在我後面，我站在中間。」七十多歲的他手中拿着一幀照片，細說相中人。比他年長九歲的姐姐因為年輕時與他的誤會，一直耿耿於懷，導致姊弟感情生疏。母親去世後，姊弟也不再聯繫了；妹妹則在三十多歲時移居美國，已失去了聯絡。表兄姊弟妹，也沒有聯繫了。李伯伯與前妻育有兒女，與前妻離婚後，前妻與子女生活，子女此後沒有再與他聯繫。婚姻失敗後，他曾與一名女子拍拖兩三個月，後來她的好友認為李伯伯年紀大，因此，李伯伯主動分手。他慨嘆如當年沒有分手，現在可能有妻子兒女同住照顧自己。李伯伯現在孤身一人，獨居於一屋邨單位內。

## 少年生活逼人

李伯伯小時候家境不好，14歲就開始謀生，到廚房當學徒，25歲當上了廚房師傅。李伯伯憶述少年生活時說：

「我學識不高，小學未曾畢業，少年時學甚麼都要自己報名考試。爸爸來香港沒多久就回鄉，沒有再回來；媽媽則留在香港，我可以說自己是在單親家庭中長大的。」沒有了父親，媽媽和姐姐就在菜市場做小販賣菜，李伯伯當年除了照顧自己，更要照顧年幼的妹妹。14歲時，因感到對學習沒有興趣，中途輟學，媽媽就介紹他到深水埗親戚的熟食攤檔打工，後來更去了九龍城一間飯店當廚師。「媽媽教我做不要惹事生非，做事要勤力，不要怕吃虧。所以，我甚麼都願意做，多位師傅也樂意教我，漸漸我從打雜升職當水台（編按：水台負責屠宰和清洗海鮮），最後就當廚房師傅，管理十多人呢！」李伯伯說起光輝歲月，便滔滔不絕。

「從事飲食行業，一天連續工作14小時，每月只休息一天，那種辛酸真是……」

人間基督教「說·書·會」系列6

## 我的老年我話事：年老生活寫照和反思

主編 關俊棠  
編輯 蘇淑芳 林嘉洋  
設計 黎達賢  
發行人 江程輝  
出版 基督教文藝出版社有限公司

辦事處：新界葵涌大連排道21-33號宏達工業中心9樓13室  
電話：2367 8031 傳真：2739 6030  
電郵：info@cclc.org.hk 網址：www.cclc.org.hk

發行：新界葵涌大連排道21-33號宏達工業中心9樓13室  
電話：2697 0286 傳真：2694 7760  
電郵：distribution@cclc.org.hk

承印 新世紀印刷實業有限公司

二零二三年十月初版

經文引自《新標點和合本》，版權屬香港聖經公會所有，蒙允准使用。

版權所有

*Christianity in the World: Roundtable Series 6*

### **My Old Age is Under My Control: The Realities and the Reflections of Living in Old Age**

Editor in Chief Kwan Tsun Tong  
Editors So Shuk Fong Joy Lam  
Design Lai Tat Yin  
Publisher Kong Ching Fai

**All Rights Reserved**

First Edition October 2023

**Chinese Christian Literature Council Ltd.**

Unit 13, 9/F, Vanta Industrial Centre, 21-33 Tai Lin Pai Road, Kwai Chung, N.T.

Tel: 2367 8031 Fax: 2739 6030

E-mail: info@cclc.org.hk Website: www.cclc.org.hk

Cat. No. 1325.06 1m108 ISBN 978-962-294-283-7