

2021 年 9 月 26 日

教牧分享

《中秋團圓》

林家貝傳道

前幾天是中秋，不知道弟兄姊妹是否過得快樂。在香港過中秋節，許多人會選擇到觀塘海濱，參觀高達 15 米超巨型發光月亮，或是到大澳參加花燈節欣賞花燈。假若不喜歡太多人，三五知己燒烤聚舊，或是一家人玩燈籠食月餅，舉頭望明月，相信已感覺到中秋節的氣氛。

中秋節本應是一家團聚的日子，但對於成千上萬的本地家庭，今年將要過一個不一樣的中秋節，悲歡離合，百般滋味在心頭。移民潮下，不少港人舉家到海外展開新生活。可能在你身邊已有許多親朋戚友都在談論移民，計劃移民，甚至已經移民。筆者也有親人已經移民一段時間，但慶幸時空沒有阻礙彼此的聯絡。最大問題只是要記清對方的當地時間。

其實，在今天的網絡年代，要做到「面對面」的人際溝通已遠比昔日容易。但對長者來說，對資訊科技的掌握有限，不習慣家人身在外地，在節日氣氛下更顯寂寞。他們只能被動地等候家人的聯絡，因此近年許多社企都有教導長者如何上網的興趣班，使長者能有更多與人聯絡的方法與支援。

生活要過得開心，建立興趣和結交朋友非常重要，很多科學研究都嘗試找出令長者過得更開心的方法。日本奈良縣就有研究指出，有興趣的長者不但活得更長久，而且更開朗，相信興趣有助維持長者的認知能力。

至於有關長者社交圈子的研究就更多，研究指出家庭關係和朋友關係都非常重要。華人社會的長者多數着重家庭團聚，但其實能夠與各地的家人互相理解關懷，以及有適當時候互相幫忙的朋友，也可以令生活過得更充實、更美好。

在這移民潮下，長者的支援系統更顯得重要。教會或機構與長者保持聯繫，使他們在有需要時，較易得到協助。但願教會能成為世界的光，幫助不同家庭的需要，又能多所準備隨時去作支援。最後祝福每一位都有愉快的生活。