

主任的話：主任也是長輩 (senior) 了 06/10/2023

上星期去開糖城政府部門，查詢租借地方的資料。我先去 Imperial Park Recreation Center 再去旁邊的 T E Harman Center，就是長輩活動中心，在櫃檯上，看到很多活動的資料，於是我便問：「是否長輩才可以參加這些活動呢？」櫃位的職員回答：「對，因為這是長輩中心。」我便說：「是否 65 歲以上才叫長輩。」她說：「不是，50 歲以上就可以參加了。」當時我非常開心，便說：「謝謝你，我 53 歲了，我可以參加。」於是就抱著非常愉快的心情離開那裡。

對很多人來說，被列入為長輩，是痛苦萬分，是標籤老化的代號，但係我卻不是這樣想。若果連政府部門把 50 歲列入為長輩，可以享受福利，必定有原因的，對嗎？

1. 50 歲的人，大部份也還沒有退休，不是很老，但卻為了變老而要預備自己的身體、心態、和情緒。糖城政府就用這「包容式」去鼓勵 50 歲的人要開始運動，鍛練肌肉，要活動，要學習，不要等到 70 歲的時候才發現自己毫無肌肉，身體又已經退化了，結果只可減少活動自主的生活。
2. 一個長輩中心，就是一個建立群體生活的地方，在當中可以因為興趣而建立朋友圈。坦白說，年紀越大，身邊的朋友逐漸回天家。所以，就更應該為自己建立不同的朋友圈。對基督徒來說，這也是傳福音的機會。大家不要以為沒有朋友，不社交是沒有問題的。當人變得孤獨寡言，情緒可能會出現毛病，而頭腦和語言能力也容易變得生硬。
3. 一個活動場所，如果裏面全部只有老態龍鍾的老輩，很難成為一個很吸引人去的地方。但當加入了 50 多歲的人，整個場面就活潑起來了，大家互動互助。政府為居民提供設施，但卻不能逼我們參與，我們需要積極面對我們的人生。
4. 其實，如果我們想幫助別人，真的要踏出教會門人，走到社區當中，看看別人有什麼需要的。