



編者的話

2014 再思人生三個道理

◆ 謝文慧

最近重讀一本老書，內容是上帝要懲罰不服從命令的天使，要他落入凡間尋找人生三個問題的答案：「人心裡有甚麼？」、「人不能知道甚麼？」和「人靠甚麼生活？」。

或許大家也曾思想過這些問題，不知道大家的答案是甚麼？

最近參加了表妹的婚宴，由於爸爸有近十兄弟姐妹，每叔叔姑姑都有幾個孩子，家族人數很多，有時我也不能一一說出所有人名。年幼時跟隨父母出席飲宴，有豐富美食及有得玩，很樂意尾隨。年青階段，就不想出席當時覺得「形式化」的聚會。踏入中年，對親友飲宴的聚會，感覺卻很不同。現在叔叔姑姑已成銀髮一族，三高情況很普遍，通常我會問問他們的身體情況，了解他們服藥及退休生活，推介他們看看「松柏之聲」，或許這是職業緣故吧！當天一同座席的堂家姐，她說了一句我的心底話，「藉飲宴，見下大家，聚下面，傾下計，真好！」回

想堂姐當年是我的學姐，高中畢業後各有自己的發展，一年大約見一兩次，能夠有時間坐下來互相問候，了解大家近況，彼此關心，實在難得。

之前提及天使被罰要找出人生三個問題的答案，在凡間他被第一個遇到的人憐惜，從飢寒交迫中活過來，因而他明白到「人的心裡有愛」；接著有個不可一世的富商要求為自己訂製一雙高貴的長靴，原來轉頭他就被死神接走了，用不著那高貴長靴，天使就明白到「人不能知道的是他們自己需要甚麼」；最後從養母痛愛孤女的事上，他找到「人活著是靠別人對自己的愛和關懷，不是靠對自己的關心。」。

人因著有愛，可以彼此關心，互相扶助，而既然人不知道下一刻會發生甚麼事，可以做的是珍惜現在的人和事，做好自己的本份。2014年還餘下不多的日子，趁這個時間，做些自己很想完成的事，見些當下想起的人！

在過去兩個月中，香港市民，甚至世界各地的華人都都在談論香港獨特的社會運動。源起於2017年的選舉行政長官方法，而這次選舉的重點在於基本法明言在先，但特區政府已經延遲推行。在這裏筆者不想辯論是非，對與錯的觀點，因為在現實世界裏那有單單是黑與白那麼簡單呢！在這次事件中，似乎很多人都把焦點放在年青人身上（由中學生到大學生），並且猜度不少事發的因由。當然若我們互相可以理性地商討則問題不會惡化那麼快。可惜當一混入政治團體在其中時，加上政府管治威信失能，結果導致社會上族群撕裂對立處境，慘不忍睹！看到不少老友反目，家庭爭議不休，同事互不包容，教會會眾敵我分明，實在為我們引以為傲的獅子山精神蒙羞！

若我們冷靜而細心地察看



短評

◆ 關銳焯

長者與佔中的關係

一下今次這現象，亦找機會到現場走走，與他／她們交談溝通一下，我們不難發現有下述現象：

1. 大學生為了他／她們的未來社會而爭取一些普世價值觀。
2. 中學生為了他／她們的未來社會基本權益而支持上。
3. 職青們為了對目下香港的貧富差距日益擴大而不滿。4. 中低階層為了生活艱苦及生活指數日益上揚而不平。
5. 中小企們為了生意額下滑而憤慨。
6. 父母們為了愛護子女，不滿政府施放催淚彈／煙而憂心重重。
7. 政客們空群而出盡力抽水為自己未來政途打拼。

各位耆老們，今次的雨傘運動歸根究底都反映出香港的老中青市民內心都累積了不少不滿的情緒。若政府仍然錯判香港市民的真正情懷，則東方之珠失色之期不遠矣！單單大力推動青少年工作只會令社會上社群對立劇化，因為在未來30年中我們的挑戰是龐大的老年人口的。筆者除了企盼香港特區政府除了履行其競選承諾外，更希望真的多花精力在民生上。因為香港市民是理性的一群，而愈來愈多的老年人口亦應該扮演一個開明、包容、理性、有骨氣、不自私、向前看的智慧型長者。一把年紀亦要有風骨，怎可以那麼容易為一個飯盒、一次旅行、聚餐便被人鳥名呢。人愈老，便愈精明，所謂大智若愚啊。謹此與大家互勉！



人物掃描

◆ 姿凝

退

休前任救護員的梁友洪熱愛工作，當五十五歲需要從工作崗位退下時感到仍有能力服務社會，想到老本行挺有意義，於是接受在一家中學留宿從事護理的任務，直至六十五歲才依依不捨正式離開，前後貢獻社會差不多五十個年頭，一直對工作充滿熱誠！

梁友洪在救護生涯上遇過不少重大事故，但期間最難忘的一幕卻是外人看來可能微不足道的事情。回想當年的一個黃昏，他負責一宗非緊急救護服務，將一位中風康復的伯伯從日間護理中心送返老虎岩家中，抵達時他的太太在等候，扶着他慢慢步下一條長長的石級。當時秋意正濃，在金黃色斜陽下，他倆互相扶持的

背影令梁十分感動，至今仍忘不了這溫馨的一幕！

他又談起退休前不久值夜，凌晨時份接召喚在八仙嶺上有人求救，於是和拍檔背着重甸甸的急救物資衝上山，一口氣跑上頂峰才不消三十分鐘，破了以往的紀錄，他事後驚訝趕急去救人的使命感令人發揮最強的體能！

由於在工作上每天接觸的都是生老病死的案子，他比一般人更看透生死，對人生無常有另一番感受。最近因要處理親人墓地事宜，笑言長輩為子侄打算，將來不妨考慮將骨灰撒在紀念公園簡單儀式，這貫徹了他一向熱愛大自然的想法。

梁友洪人生追求的盡是簡單的快樂，他懷念有一段時間在天色曦微

之時沿馬鞍山的海濱長廊漫步，欣賞晨光第一線，他認為是人生最大享受。現時他仍愛與在大埔工作時認識的同袍結伴行山，在山上窮目遠眺令他倍感自己渺小，登時感胸襟闊達，對事情不再斤斤計較！

回想在學校當護理員的日子，與年青人接觸令他心境愉快，充滿動力。有學生經常跟他午飯，大家談得投契。最難忘是在二零零九年與老師及一班學生往地震後的災區雅都鄉當義工，過程雖然艱辛，卻有另一種體驗。現時，仍有學生透過社交網站與他聯絡。

梁友洪與太太現過着各自精彩的退休生活，他熱

衷追隨老師學習書法，閒來喜往香港各處走走，愛好唱歌跳舞的太太表演時他一定不忘捧場。難得他退休後緊貼潮流，在社交網站廣結緣，分享他珍藏的懷舊物品和生活點滴，貫徹樂活精神！



● 愛懷舊的梁友洪近日到訪藍屋，對擺設滿有興趣！

你健康嗎？



關懷社區

◆ 衛生署 醫療券組

隨

隨著年齡的增長，各位老友記，你們會否擔心自己患有慢性疾病呢？你們又懂得照顧自己的健康嗎？為鼓勵長者多參與促進健康的活動，及早發現並管理健康風險，衛生署自2013年7月開始，與九間非政府機構合作推出「長者健康評估先導計劃」（下稱「先導計劃」），約在兩年期內資助一萬名長者進行健康評估，以及早協助識別他們的健康風險因素及疾病（例如：缺乏運動、

食煙飲酒等不健康的生活模式，或糖尿病、高血壓等疾病），從而適時處理這些健康問題。

年滿70歲持有有效香港身分證或豁免登記證明書的長者；同時並非為衛生署轄下長者健康中心的會員，只須支付100元的費用（註¹），便可於以下參與計劃的非政府機構服務中心接受健康評估，包括：健康面談、身體檢查（例如：量度血壓）和化驗測試（例如：量度空腹血糖、膽固醇）等，一至兩次的跟進諮詢及參與其相關的健康推廣環節。

有興趣的長者可致電參與非政府機構的服務中心（見附表）查詢及安排健康評估。如欲了解有關計劃的詳情，可致電衛生署醫療券組（電話：35824102）或瀏覽以下網頁：http://www.hcv.gov.hk/tc/pro_EHAPP_Centres.htm。

註¹：領取綜合社會保障援助的長者，或在公立醫院／診所的醫務社會服務部或社會福利署的醫療收費減免機制下獲減免收費的長者，無須支付100元的費用，有關費用將由政府承擔。而長者亦可使用醫療券，支付有關費用和計劃以外的健康檢查項目及進一步跟進的收費。

	非政府機構	服務中心位置	電話號碼
香港島	柴灣浸信會社區健康中心	柴灣	2965 3000
	香港聖公會福利協會	中環	2169 3399
九龍	播道醫院	九龍城長沙灣	2711 5221 2720 2038
	香港聖公會福利協會	牛頭角	2251 3636
	保良局	太子	2390 2711
	薈色園	黃大仙	2329 8260
	九龍樂善堂	九龍旺角	2383 1470 2391 1073
	東華三院	油麻地	2332 6625
	基督教 合那打素社康服務	佐敦藍田塘	2770 8365 2340 3022 2344 3444
新界	基督教靈實協會	將軍澳坑口厚德景林寶林	2703 2060 2706 6881 2701 9223 2704 5334
	基督教聯合那打素社康服務	大埔天水圍	2638 3846 3156 9000