

晚年的智慧

台中中州社／林遠宏 CP Medico



日本女作家曾野綾子在七十六高齡寫了一本「晚年的美學」。我很欣賞她面對人生的夕陽，能夠猶如輕風拂身似地全身感到輕快無比。她的晚年就像解開人間所有的枷鎖，充分享受晚霞的璀璨。她認為老年不等同於晚年。老年是上了年紀的老人都會經過的階段，但老人不必然能擁有晚年。因為晚年應該是輕鬆、獨立、自在，儘管晚年的歲月在遞減，但身而為人的氣魄是愈來愈躍上雲霄。換言之，晚年都該是燦爛的。

的確，老年與晚年雖然指的都是人生過程中所剩無幾的殘年，但「老」與「晚」似乎隱含著「淒涼」與「燦爛」的不同字義，就好比「老殘」與「晚香」這兩個詞就讓人有截然不同的感受。

要如何才能臻於「晚年的美學」，真正嚐到「晚香」的美味？我們經常聽到老本、老伴、老友等老來不能或缺的條件，但這些外在的條件不是我們所能掌握，也無法強求，況且這些有形的條件也不一定就能帶來晚年的自在。多少擁有萬貫家財的老人，不懂得「戒之在得」的古訓，直到晚年還沉淪在金錢遊戲中不能自拔，最後只能望著大把鈔票抱憾而終。

因此老來不一定要刻意去強求一些無法盡隨己意的老本或老伴，但操之在我的晚年智慧是絕對不能缺少的。

晚年應該具備有那些智慧呢？首要之務是將追求健康當成是老來唯一的事業來經營。有了健康的身體，可以活動自如，才能獨立自主的生活。其次就是追求心靈的健康，也就是一種可以透視人間限制的智慧，懂得在體力日漸衰退之際，以追求精神的提升，來取代肉體的崩頹。

佛陀說：「人生就是一連串心靈與肉體的變化，使人處在一種不斷改變的狀態。今日的我已非昨日的我，到最後沒什麼東西屬於我，也沒什麼東西真正是我。」既然人世間的一切終將成空，何不及早放下，放下所有的欲念，放下心中的哀怨情愁，使得身無牽絆，心無罣礙，晚年也才能樂得輕鬆自在。

人的存在不單只是為了活著而已，還有比其他動物更高一層的意義，也就是要活出屬於自我無可取代的生命。這種意義不是上帝特別賜給人類的，而是必須由人類自己去創造。人的存在一旦失去了這層意義，就會產生疏離、絕望、煩悶與孤立，就會淪為無名大眾的一份子，永遠只是一個沒有格調、醉生夢死的行屍走肉，每天吃飽等死，在等死卻又怕死的痛苦中過著生不如死的日子。

當一個人能夠領悟人不同於其他動物的存在意義，自然就會珍惜所剩無幾的日子，認真去修持更高尚的人格，以做為年輕人的榜樣，讓殘年風燭的餘光來照亮年輕人懵懂無知的前程。這樣的晚年才能活出尊嚴，才能受人敬重。

有人問印度大哲尤帝士提爾

(Yudhisthira)：「生活中哪件事最讓您感到驚奇？」他說：「就是，人雖看到身邊的人一個個去世了，卻從來沒想到自己也會死去。」的確，生與死就像是白天與夜晚的自然更迭一般，沒想到大多數的人都好像事不關己一樣，刻意去避談死亡的問題。事實上，怕死反而會提早死亡，因為對死亡的恐懼所帶來的痛苦，往往比死亡本身的痛苦更痛苦，單單因為恐懼死亡就會奪去你寶貴的生命。

人生就像一列往前直駛的列車，每到一站就會有人上車，也會有人下車。在輪到你該下車的時候，就應該提早先將行李打點好，當大限一到，才得以從容地提起行李就走，優雅自在地離去，免得到時匆匆忙忙，還得連累車上的人跟著你忙成一團。

晚年能夠保有健康的身體，又懂得放下身心的牽絆，活出屬於自我無可取代的生命意義，進而了悟“死生如夜旦之常”的人生哲理，坦然面對大限的到來，這樣的老人才有足夠的智慧去充分享受晚霞的美妙，也才能優雅地走完人生最後一程。台灣早已進入老年化的社會，最需要的就是這種充滿詩意的晚年美學。

獎勵訂閱月刊達 100% 扶輪社 折扣優惠辦法即日起 開始辦理



本會為鼓勵扶輪社訂閱台灣扶輪月刊，並直接回饋全力支持月刊的扶輪社，已擬定獎勵辦法，即日起開始辦理如下：

- 一、凡訂閱「台灣扶輪」月刊達 100% 之扶輪社，訂閱費將獲 10% 折扣優惠。
- 二、如欲參加此一優惠辦法，扶輪社須按社員人數預繳六個月訂閱費，並不可臨時減少訂閱冊數。不論任何理由，中途減少訂閱冊數，概不予退款。

台灣 7 地區扶輪社及社員人數

統計資料至 2017 年 2 月底

資料來源：各地區總監辦事處

地區	2016 年 7 月 1 日		2017 年 2 月 28 日		2016 年 7 月 1 日		2017 年 2 月 28 日	
	扶輪社 社數	衛星社 社數	扶輪社 社數	衛星社 社數	扶輪社 社員人數	衛星社 社員人數	扶輪社 社員人數	衛星社 社員人數
3460	108	-	110	-	4,948	-	5,488	-
3470	58	-	58	14	2,252	-	2,431	333
3480	130	29	132	29	4,377	408	4,486	366
3490	88	1	88	1	5,045	28	5,362	30
3500	129	82	131	44	4,441	1,463	5,493	584
3510	87	18	88	34	3,695	417	2,977	641
3520	150	19	159	20	5,943	211	6,051	257
總計	750	149	766	142	30,701	2,527	32,288	2,211