

從社會老化現象略探關懷老人

——以《阿含經》為主

釋穎融

南華大學 宗教學研究所 碩士班三年級

摘要

目前社會少子化，且社會人口結構有倒金字塔之情況，亦為銀髮族愈來愈多，關懷老人的議題，似乎愈來愈受到注意。學者傅立葉於 2009 年提出〈對目前政府推動長期照護保險政策的看法〉，可見若要照護老年人可考慮保險制度補缺空，強化社會結構，為政府之社會福利之一環。然而老年之年齡因時代不同而有異，加上現代醫療進步，提高了老年年齡，因而我們更要重視老化所帶來之問題。年輕一代除了要照顧好自己外，如有多餘能力可為社會做些貢獻。

現今我們的社會有在家眾及出家眾，關懷「老人」及「老僧眾」，若能隨分隨力的話，就能為社會或僧團盡點心力。從查詢宗教老人學相關資料，希望以此議題作為探討，試著從約二千六百年左右前，佛陀度化憍陳如比丘等五人始建立僧團，僧團人數陸續增且老少皆有，佛陀以身作則關懷照顧老病比丘，展現慈悲，為後世留下典範。從初期佛教的經典《阿含經》略探初期佛教僧團生活，可以體會佛陀對老比丘及病比丘的關懷。如希望修頭陀行大迦葉尊者，回到僧團互相照應，雖大迦葉尊者至佛入滅後始回到僧團，但可看佛陀對老比丘的照顧。亦為眼盲阿那律比丘穿針引線，並照護病重比丘，俟佛陀漸老後，有阿難在旁當侍者，佛陀示現即使是聖者亦要面對色身的老化，需要侍者在旁照護。

佛陀於初期佛教以四聖諦說明真理，面對世間自然法則-生老病死，以積極觀面對今生老病之問題，並解決來世老之問題，就是不要再生。政府機構或民間團體（包括宗教團體）對老弱的關懷，為社會帶來較溫馨之一面。佛陀慈悲的關懷老病比丘，影響迄今之僧團，如元亨寺有如意寮照顧老病僧眾等。社會上因醫療與科技進步，延長了人類的壽命，安養機構或社區照護醫療團隊應時代需要而成立，就如台大金山分院黃勝堅院長，成立居家關懷團隊，有菩薩濟世之精神。雖任何人都不想老，但終究還是要面對老，既然老就有病及死任誰都不可免。如何將小愛提昇為慈悲，老吾老以及人之老，關懷有緣的老人，學習佛陀的「無緣大慈，同體大悲」的精神，奉獻有限的生命，將《阿含經》初期佛教「諸行無常，諸法無我，寂靜涅槃。」之精神，勇敢面對生命的自然現象，不執著色身，而能體踐佛陀大乘菩薩道精神。

關鍵字：阿含經、老比丘、老人、大迦葉、阿那律

一、前言

在現今人口日趨老化時代，我們不僅面對老化的社會，還要面對自己老的問題，然而老人需要的是什麼？含貽弄孫或參與宗教活動，隨個人對宗教的喜愛而參與宗教活動，或是社區活動，就看老年人如何選擇，就如一般的人說希望安享晚年生活。然而「老」代表什麼？在這裡要講的是色身的老化，身體器官的退化，不再像青壯年那麼有活力，害怕跌倒產生骨折而帶來的行動不便。然而生老病死是世間自然法則，每個人都要面對老病死，就如出生後會漸漸變老，不分貧富貴賤。既談老就會談到死，古代秦始皇為了不要死，希望長生不老，追求不老丹藥，最後仍是死。在二千五百多前古印度迦毗羅衛國，當時有位悉達多太子了知世間的八苦，其中一個就是老苦，他希望能夠脫世間生死並救度眾生，出家苦行六年，但發現苦行仍無法得到究竟解脫，最後坐菩提樹下有天夜睹明星，得道成佛，不需再至輪迴六道，得到究竟解脫，亦解決老之問題。

據佛教教義，欲了脫生死要成為阿羅漢或成佛，解決生死問題自然就可解決老的問題。其他不同宗教對了生死亦有不同觀點，如基督宗教信主得永生即往生天國；而一般民間習俗希望死後能夠到天堂享受快樂。雖宗教觀點有所不同，但都希望不要在人間受苦。而「老」亦是八苦之一，生老病死為世間真象，藉此探討初期佛教的阿含經經典與老或老者相關的議題，將理論應用於現實生活中，希望自己從中有所收穫。本論首章為前言；繼前言之後先略述何謂「老人」、「長老」及「老和尚」的意涵，就從《阿含經》中作初步探討。接著略述佛陀教化要關懷老者或病人，或許可從佛陀得道後成立僧團，關懷病比丘如為盲者阿那律穿針的故事，發人深省。進一步學習佛陀關懷老比丘或老人，亦為種福田？接著因應時代變遷，台灣安養機構及居家安寧照護，到醫護團隊關懷末期病者，協助在居家往生，亦為關懷老人之一。緊接著敘述從關懷老人起自利利他，提升精神層面。最後結論將小愛轉化為慈悲，隨分隨力應用在日常生活中，並學習有智慧關懷老人。

二、何謂「老人」、「長老比丘」、「老和尚」的意涵？從《阿含經》中

探討起

對於少子化的時代，相較下似乎老人變多了，而老人的意涵是什麼？是身體看似色衰，臉上有了歲月的痕跡—皺紋，還有齒牙動搖，而老人不像年輕人那麼有朝氣。如此種種的變化，代表著老病死，這是自然現象，而有些人較會保養或修身養性，就顯得較沒有老態龍鍾。既已老了，體力及腦力就沒有年輕時那麼的好，如此銀髮族為現代重要關懷課題。關懷老人就是年輕人應做的事，包括過馬路扶持老人過路，或是生活起居的問候，對老年人而言，會顯得特別溫馨。若遇到要過馬路而不觀望左右的老人，就顯得老人並不可愛，而年輕人還要注意他們，避免不必要的傷害。所以可從三個面向來看待所謂的「老」？何謂「老年人」？有人

認為可從三個方面去看待，通常我們所稱的年齡有三種情況：或許從生理層面、心理層面及社會層面來看待，在生理層面而言，就以人的外觀來看，如皮膚、動作，而內部的器官及組織的老化，會表現於外觀上，當然有些人保養得好會延緩器官組織老化；另一個心理層面而言，因每個人對人事物的感受不同和情緒管控有差異，亦會影響個人的自信心；就社會層面而言，在生理或心理方面，有社會的一個公認的年齡標準，但隨著社會的進步，還有醫療及科技進步，年齡延緩老化，這公認年齡標準，會隨著社會變遷而有差異。據有些資料說明老年年齡的界定如下：

還有不同國家、地區、不同的歷史時期、不同的人群，所確定的老齡界線不同。在中國晉朝時代，66歲以上為老年，隋朝為60歲，唐朝提前到55歲，宋朝又以60歲為老年。即使在現代，國際上劃定的老齡界線也不統一。80年代初，聯合國與亞太地區國家把老年的年齡界線定在60歲。¹

在社會上還有一個重要考量是「退休」年齡。退休後對工作角色，還有家庭經濟或許就從主要變為次要，在人際及工作道德層面，亦可能讓退休之後的生活顯得落寞，那是退休者會面對調適的問題，包括在家的時間較多，家庭關係的對待，可能會有不同，那亦是可能從中年人變為老年人，其心境的調整甚為重要。對在過去佛陀那時代如何稱為老人呢？可從悉達多太子出城關心民間生活，據《長阿含·大本經》所言：

太子即乘寶車詣彼園觀，於其中路見一老人，頭白齒落，面皺身僂，拄杖羸步，喘息而行，太子顧問侍者，此為何人。答曰：此是老人。又問，何如為老。答曰：夫老者生壽向盡，餘命無幾，故謂之老。太子又問，吾亦當爾，不免此患耶。答曰：然，生必有老，無有豪賤。²

《中阿含·成就戒經》又有這樣對老的敘述：

老耄·頭白·齒落，盛壯日衰，身曲脚戾，體重氣上，拄杖而行，肌縮皮緩，皺如麻子，諸根毀熟，顏色醜惡。³

還有如《普曜經》所述：

頭白齒落羸瘦乃爾。御者答言。是名老人。諸貌已盡形變色衰。飲食不化

¹ 史奴比健康網,2016.1.6.<http://www.snoopygo.com/oldman/detail-1830.html>。

² 《長阿含·大本經》，《大正藏》冊1，第1號，頁6上-中。

³ 《中阿含·成就戒經》，《大正藏》冊1，第22號，頁450下。

氣力虛微。命在西垂餘壽無幾。故曰老矣。⁴

這出遊使得悉達多太子欲要瞭解世間真象，太子在皇宮對享受奢華生活及娛樂，內心仍無法滿足對追求真理之渴望。其父淨飯王為不讓太子瞭解太多民間的生活，就是想要阻止太子出家修行，斷其修行念頭，極盡可能讓太子在宮中享樂，但這無法止息太子的鬱悶與憂愁。如何追求真正的快樂，太子一直思索著，在《長阿含·大本經》云：

太子見老·病人。知世苦惱，又見死人，戀世情滅，及見沙門，廓然大悟，下寶車時，步步中間，轉遠縛著，是真出家，是真遠離。⁵

可見悉達多太子觀察世間，每個人必定會有老死，而老了就無法像年輕時那麼方便，其本質亦為苦，要斷這苦就是不要「生」，他就要尋找世間真理，決定捨繼承王位而出家修行，這是何等難行。可以想見的老了接著而來就是病死的問題，當生病時人就會不舒服，苦就接著而來。還有關於老在其他經典有如《毘婆尸佛經》載：

安置車馬控太子前，乘之出城，見一老人，鬚髮皓白，身心昧劣，執杖前行，呻吟無力，太子曰：此是何人。瑜識答言：此是老人。太子曰：云何名老。瑜識答言：五蘊幻身四相遷變。始自嬰兒童子，不覺長盛老年，眼暗耳聾身心衰朽，名之為老。太子曰：吾免此不。瑜識答言：貴賤雖異幻體無別。日往月來亦須衰老，太子聞之不樂而歸，入定思惟老苦之法無能免者。⁶

而據《方廣大莊嚴經》如何形容老：

何謂為老，答曰：凡言老者曾經少年漸至衰朽，諸根萎熟氣力綿微，飲食不銷形體枯竭。無復威勢為人所輕動止苦劇餘命無幾以是因緣故名為老。⁷

或許在不同的時空環境在對老的定義，可能因為醫療環境的關係，在定義會有些差異，但唯一人會慢慢變老。因而要重視對老人的關懷，老年人不像年輕人那麼輕巧靈活，在動作及反應上會變慢，有時需要年輕人的扶持，當有需要時我們要適時在旁輔助。在參訪同仁仁愛之家時，當時在耶誕節前幾天，仁愛之家辦活動，在扶持長輩時，就將長輩視同自己的父母，讓她感覺兒女在身旁，給長輩一種溫馨，或許雙方無法正常溝通，雖只有一段小路程，但對我而言，亦是個人

⁴ 《普曜經》，《大正藏》冊3，第186號，頁503上。

⁵ 《長阿含·大本經》，《大正藏》冊1，第1號，頁7上。

⁶ 《毘婆尸佛經》，《大正藏》冊1，第3號，頁154下。

⁷ 《方廣大莊嚴經》，《大正藏》冊3，第187號，頁570上。

成長，很少對長輩有這樣的拉著手陪走一段路的經驗。然而想到老人，就想到「長者比丘」，對其敘述據《成就戒經》曰：

長老比丘為有幾法：為諸梵行者愛敬尊重，尊者白淨白曰：世尊，長老比丘若有五法，為諸梵行者愛敬尊重。云何為五：世尊，長老比丘修習禁戒，守護從解脫，又復善攝威儀禮節，見纖芥罪，常懷畏怖，受持學戒。⁸

「長者比丘」要修習禁戒，戒為止惡，守護根門即眼耳鼻舌身意等六根，趣向解脫之路，行持威儀禮節，對於微細罪過，要心生畏懼，因而修持戒規，此乃修梵行者所敬重。往往我們可看到較大的過患，但未注意到微細過患，從學習戒律中可以防止過患。一般而言，我們對有德性的長者，會以恭敬的態度表示敬重，且亦為我們學習的對象。

常有人說：「活到老學到老」，還是要肯定老的價值，更為尊重老人。九九重陽節敬老活動，或許有很多地區舉辦敬老活動，而佛教團體如高雄元亨寺會在九九重陽節，舉辦大悲懺法會，祈福消災，亦為殊勝。自己試著關懷老人從生活中去實行，從家人做起，擴及到其他老人，就如《孟子·梁惠王上》大同篇有提到老吾老以及人之老，在第一個「老」是動詞，有贍養或孝敬之意，第二「老」是名詞，有老人或長輩之意。

既然談到僧團，僧團就有不同年齡的比丘，而此篇在談關懷老人，就談老比丘，在中國尊稱出家僧侶為和尚，而和尚這詞是從梵文翻釋而來，是有「親教師」之意，且和尚是一種尊稱，堪為人師才能稱為和尚，並非任何人都可用的。而這個稱呼不限於男子，亦可用在女子的出家僧侶，但是後來習俗將和尚用在男性身上。而一個道場只有一個和尚，就是住持或方丈，和尚就如同是校長，一校亦只有一個校長，不能有多位校長，而一個道場亦是一樣的，尚未接觸佛教之前對和尚這名稱只限於知道在稱呼男眾出家人，不瞭解其背後的意涵，因而要被稱呼和尚，是要具備資深出家僧侶且具有德行，還有主持一個道場，接引信徒及教授弟子，是件不容易之事。可見稱謂老和尚，應是戒德具足，那是我們要學習的模範之一。

三、佛陀教化關懷「老者」或「病人」

在佛陀時代的僧團曾有老比丘眼盲，佛陀為其穿針的故事，如言：

如阿那律是釋種也，初出家時佛邊聽法，因法暫眼睡，佛說偈言：「咄咄胡何寐，蚌螺蠃蝸類，一經八萬劫，不聞佛名字。」，謂此等虫，性多睡，一墮此趣，動經八萬劫也。今汝多睡，恐將來亦墮其中，那律聞佛此偈。誓盡此形，無問晝夜，更不睡眠，精勤修道，遂便失明。後修天眼，於五百

⁸ 《中阿含·成就戒經》，《大正藏》冊1，第26號，頁450中。

弟子中，天眼第一。⁹

因阿那律聽佛說法打瞌睡，經佛呵斥後，精進修道，因不睡覺，佛勸他還是要休息，阿那律仍不問晝夜精進修道，遂致眼失明。之後得天眼通，在佛五百弟子中，為天眼第一。還有據《增壹阿含經》有敘述一位病比丘在羅閱城病重，大小便無法自理，沒有照護，那位比丘就想佛為什麼不來看他？佛在羅閱城迦蘭陀竹園所，以天耳通得知，便前往照護。據《增壹阿含·九眾生居品·7 經》載：

佛告諸比丘：「汝等所以出家者，共一師、同一水乳，然各不相瞻視。自今已往，當展轉相瞻視。設病比丘無弟子者，當於眾中差次使看病人。所以然者，離此已，更不見所為之處，福勝視病之人者；其瞻病者瞻我無異。」¹⁰

上述可瞭解佛陀時代對老病者的關懷與照顧，且佛陀親身為老病者服務。在這其中個人亦有所領悟，身為佛陀已具足圓滿，仍體恤老病者，在生活中協助老病者，即四攝法之一利他行，長養慈悲。然而到了現代，老年人人口不斷增加，需要社會的關懷及資源會隨之增加，但老年人亦曾經為這社會及家庭付出，年輕這一代應也有照顧老年的責任，這當然從己做起，當老年人需要我們時，亦隨分隨力為其付出，希望人間有溫暖。

凡是人的色身都有敗壞的一天，包括佛陀在內，就如《長阿含·遊行經》所言：

佛告阿難：眾僧於我有所須耶。若有自言，我持眾僧，我攝眾僧，斯人於眾應有教命。如來不言，我持於眾，我攝於眾，豈當於眾有教令乎。阿難，我所說法，內外已訖，終不自稱所見通達，吾已老矣，年粗八十，譬如故車，方便修治得有所至，吾身亦然。以方便力得少留壽，自力精進，忍此苦痛，不念一切想。¹¹

佛陀亦有老病苦，但因自力精進，忍老病之苦，不作一切想。從參訪芳安護理之家及同仁仁愛之家，看看他們，就想到自己會有這樣的一天，因而自己亦要學習如何與老人互動，希望老人能夠安養晚年，而自己色身漸漸會衰老，那是自己無法控制的。曾想要去元亨寺如意寮關懷老人(出家眾)，剛好有因緣前往如意寮利用半小時時間陪她們一起念佛，亦感念她們給我機會陪她們念佛，實為難得因緣。

還有在佛陀時代有個比丘較晚出家，比丘曾問佛陀修行法義，佛陀仍關照這位比丘，如《長阿含·遊行經》言：

⁹ 《四分律鈔批卷十四》，頁 1041 上 23。

¹⁰ 《增壹阿含經》，《大正藏》冊 2，第 125 號，頁 767 中。

¹¹ 《長阿含·遊行經》，《大正藏》冊 1，第 1 號，頁 15 上-中。

彼眾中有一長老比丘，晚暮出家，於其座上以餘器取，爾時，周那見眾食訖，并除鉢器，行澡水畢。即於佛前以偈問曰：敢問大聖智，正覺二足尊，善御上調伏，世有幾沙門爾時。世尊以偈答曰：如汝所問者，沙門凡有四，志趣各不同，汝當識別之。一行道殊勝，二善說道義，三依道生活，四為道作穢。何謂道殊勝，善說於道義，依道而生活，有為道作穢，能度思愛刺，入涅槃無疑，超越天人路，說此道殊勝，善解第一義，說道無垢穢。¹²

佛陀對晚出家比丘，仍開示佛法第一勝義，希望出家修行能入聖道之流，如何從日常生活中去實踐，道的殊勝與可貴，更希望能因證道入涅槃。

四、如何學習將佛陀關懷老比丘應用在生活中？

種福田有三種，有敬田、恩田及悲田等。據經中載，供佛敬佛、供僧、孝敬事奉父母及布施悲苦者，則能生福德之田；我們會老，我們的父母亦會老，因而需要瞭解我們身為人就有老苦，老了病苦亦會增加，如《長阿含·轉輪聖王修行經》所言：

人當有九種病：一者寒，二者熱，三者飢，四者渴，五者大便，六者小便，七者欲，八者饕餮，九者老。¹³

即使是人就可能面對老病問題，若是行動方便的老人，這些都可自主，但對於行動不便者，需要有人照料，包括穿衣、沐浴、飲食或大小便等，都需要有人協助。當他人有需要協助時，應不吝出力幫忙，給人一點的協助，會為他人帶來方便，就如同四給塔，就是給人信心、歡喜、希望及方便。還有曾在寺裏看到老菩薩學佛，即使已拄著拐杖了，仍精進參加佛七，雖動作緩慢，但隨著唸佛聲再配合腳步，仍可以跟著大眾繞佛，能為這些信眾服務，自己從中獲取經驗亦能修福慧。然而看到老人精進，心生隨喜讚嘆。

關懷老人亦為行善之一，曾聞言：「勿以善小而不為，勿以惡小而為之。」，當我們年輕時，未想到老，而老已漸漸向我們招手，可見老是無法避免的，從學習服務老人放下身段，自己亦能獲益。對於長老比丘如何修行，據《廣義法門經》所載：

長老，一不淨想者，若事修習，則能滅除欲塵愛欲。二無常想者，若事修習，能滅一切行法愛著。三於無常觀苦想者，若事修習，能除懈怠及懶墮心。四於苦法中，觀無我想者，若事修習，能除我見。五厭惡食想者，若事修習，能滅貪味，六於一切世間無安樂想者，若事修習，能滅世間希有愛欲。七生光明想者，若事修習，則能生長智慧及見。八觀離欲想者，若

¹² 《長阿含·遊行經》，《大正藏》冊1，第1號，頁18中。

¹³ 《長阿含·轉輪聖王修行經》，《大正藏》冊1，第1號，頁41下。

事修習，能除有欲。九觀滅離想者，若事修習，能滅一切有為法攝。十觀死想者，若事修習，能除壽命貪愛。¹⁴

然而這些應用要看如何運用，若要運用關懷老人，亦要視其根器，善根利鈍皆有不同，希望老人都能活得快樂，生命更具有意義。關懷老人亦可以讓我們瞭解生命本質會有八苦如《大般涅槃經》曰：

苦諦者，所謂八苦，一生苦，二老苦，三病苦，四死苦，五所求不得苦，六怨憎會苦，七愛別離苦，八五受陰苦。汝等當知，此八種苦，及有漏法，以逼迫故。¹⁵

從中瞭解這八苦皆為有漏法，修無漏法是要從心解脫，才能免除苦的逼迫，亦從這八苦中能慢慢轉化，更朝向解脫自在。

五、台灣安養機構及居家安寧照護，醫護團隊關懷老病者

因悉達多太子成佛後成立僧團，希望僧團互相照顧，尤其對老病比丘的照顧，展現「同體大悲，無緣大慈然」的胸懷。然而到現今，不同以往的是，醫療及科技進步，延長人的壽命，不過最終還是要老死。從相關資訊中，獲悉台大金山分院院長黃勝堅先生，推動居家安寧照護，因政府的補助有限，以醫院志工帶著團隊協助老病者，包括老病患者在往生前有什麼願望，都儘可能協助完成，如此亦為慈悲關懷老人的展現，黃勝堅院長曾因需要主持一場國際會議演講，其中一位病者快要在家裏往生，那位病者希望黃院長到家裏，他幾經猶豫最後請人代主持，而去探視病者；還有一位快往生的病人要找一位曾幫忙過他的人，經病人告訴黃勝堅先生希望生前能當面感謝他，黃勝堅院長就透過相關資源找到那個人，如是等等，有菩薩的精神。然而每個人看法不同，筆者試問自己當別人有需要我的時候，我能為他做什麼，要學習佛陀的精神，不管黃院長是否有信仰，為值得筆者學習。居家照護不僅節省醫療資源，減少病者家屬的負擔，亦讓病者能如願在家裡往生，將小愛化為大愛。關懷老人可隨分隨力，不僅為自己而已，亦為社會增添溫馨。安寧居家照護有心人士正持續推動，而社區獨居老人照護如註腳說明。¹⁶這也是在提醒我們，資源儘量不重複，其關懷層面就會更廣，更可以為社會做更多事，有機會亦可回饋社會，取之社會，用之社會。

¹⁴ 《廣義法門經》，《大正藏》冊 1，第 97 號，頁 920 中-下。

¹⁵ 《大般涅槃經》，《大正藏》冊 1，第 7 號，頁 195 中。

¹⁶ 我國在社區獨居老人關懷方案的服務內容，在「在地老化」(aging in place) 的理念下，使得獨居老人在宅服務方案的內容，多著重於電話問安、送餐服務、關懷訪視、家務整理、支持陪伴等……各縣市間相互因循，具有高度的相似性及重複性。參見 劉家勇，〈社區獨居老人社會照顧模式之研究：以臺灣及日本在宅服務方案為例=Social Care Programs in Communities for the Elderly Living Alone: A Comparative Study between Taiwan and Japan〉。《臺灣社區工作與社區研究學刊》。

六、從關懷老人起自利利他，提升精神層面

試著想想終有一天我們會老的，在慢慢變老時，自己可以為老人做了些什麼，將心比心。雖沒有人選擇我不要年輕而要老，但生老病死是每個人要面對的。而年輕代表有活力及熱情，老了熱情減低，年華不再光彩褪變。然而從精神層次而言，智慧是經驗的累積，經驗是要經過時間的淬鍊，無疑地有些寶貴的智慧不是年輕就得到。就如劉家勇教授在研究社區老人的文章所載說明，¹⁷如下面註釋說明並從中瞭解，老人人口佔人口比率有增加的趨勢，或許自己看到超高齡的社會，從對自己的關懷將心比心關懷老人，試著從服務老人來提升對生命的尊重。而生命有限，希望在生命中活得有價值，那不是金錢所買得到，慈悲涵容智慧，是從做中學習而來的。有時開車看到老人緩緩的走過馬慢，而又不看有沒有來車，從中可以瞭解老人反應及覺他能力減弱，這不是說老人都是這樣，而是普遍的現象。然而當我們面對社會科技及人口結構改變，要能因應大時代的改變，而關懷獨居老人，或許社會慈善團體會給予協助，我們還是要對老人付出一些關懷，社會就會有溫暖。

七、結論

將小愛轉化為慈悲，應用在佛所說「無緣大慈，同體大悲。」，藉由《阿含經》的相關資料，說明從二千五百多前佛陀成立的僧團乃至現今的社會，對老人的關懷，因時代變遷，會有不同的方式，此精神要繼續維持。就如佛陀時代，佛陀勸修苦行年老的大迦葉尊者，回到僧團居住，好有個照應，大迦葉不願回到僧團，堅持獨自修苦行。雖大迦葉到了佛陀涅槃後，才回到僧團管理僧團，都是佛陀關懷老人的慈悲心的展現。雖沒有佛陀這麼偉大，學習培養慈悲心是一點一滴的累積。

然而老了不是沒有用，是智慧之寶藏，就看我們如何善用他。老若行動不便可以藉助其他工具，做些利益他人之事，在淨土法門就鼓勵念佛增長善根等。祖師大德如憨山老人為明朝四大高僧之一，憨山老人至今仍為後世人所敬，而更接近我們有廣欽老和尚及印順導師，當然還有其他祖師大德。而佛陀壽至八十，以當時亦為高齡老人，即使成佛了，色身仍會敗壞，老了會有些不方便之處，藉由侍者阿難的輔助，佛陀示現生老病死，希望面對老死能夠減少恐懼或心無恐懼，從心關懷老人，而老了有所終。當然關懷老人這個議題是很大的，這需要有政府、社會慈善團體及社福機構等的協助，或許要配合保險制度等措施。期盼自己為有緣老人盡點心力，增長善根趣向佛道。

¹⁷ 我國老年人口比於民國 82 年達到 7.1%，正式邁入了高齡化社會（ageing society），預計於民國 107 年達到 14.6%，進入高齡社會（aged society），並於民國 114 年達到 20.1%，成為超高齡社會（super-aged society）（行政院國家發展委員會，2014）。參見 劉家勇，〈社區獨居老人社會照顧模式之研究：以臺灣及日本在宅服務方案 為例=Social Care Programs in Communities for the Elderly Living Alone: A Comparative Study between Taiwan and Japan〉。《臺灣社區工作與社區研究學刊》。

參考文獻

一、原典文獻

- 《長阿含·1 經·大本經》。《大正藏》冊 1，第 1 號。
《長阿含·2 經·遊行經》。《大正藏》冊 1，第 1 號。
《長阿含·6 經·轉輪聖王修行經》。《大正藏》冊 1，第 1 號。
《毘婆尸佛經》。《大正藏》冊 1，第 3 號。
《大般涅槃經》。《大正藏》冊 1，第 7 號。
《中阿含·22 經·成就戒經》。《大正藏》冊 1，第 26 號。
《廣義法門經》。《大正藏》冊 1，第 97 號。
《增壹阿含·7 經》。《大正藏》冊 2，第 125 號。
《普曜經》。《大正藏》冊 3，第 186 號。
《方廣大莊嚴經》。《大正藏》冊 3，第 187 號。

二、中文專書、論文、網路資源等

- 李利安、張麗（2011）。〈涵靜老人早期宗教哲學思想中的問題意識〉。《宗教哲學》56。頁 43-67。
- 李建興（2015）。〈論語對高齡者之啟示——老者安之感懷〉。《臺灣教育》694。頁 26-30。
- 劉家勇（2015）。〈社區獨居老人社會照顧模式之研究：以臺灣及日本在宅服務方案為例=Social Care Programs in Communities for the Elderly Living Alone: A Comparative Study between Taiwan and Japan〉。《臺灣社區工作與社區研究學刊》5。頁 49-99。
- 傅立葉。〈對目前政府推動長期照護保險政策的看法〉。台灣新社會智庫。2009.05.26。http://www.taiwansig.tw/index.php。