



## 銀髮離婚所為何事？

二零二零年一月

古小姐：

跟太太結婚 40 年，但這段婚姻並不快樂，原因是她個性太強，一直以來我都生活在她的影子下。去年連最小的女兒也結了婚，我覺得全部責任都完結了！所以我決定在晚年的日子還我自由，過一些不被太太管束的生活。子女反對我向他們的母親提出離婚，認為我在此刻獨自過不太好；我忍了那麼多年，不想再委曲求全。請指教。 義哥

義哥：

謝謝來信。近二十多年來，無論在美、加、英，還是中、日、韓等國家，所謂的「銀髮離婚」，皆有顯著的上升，且大多都非因家暴或婚外情導致，而是彼此相處不來已久，離婚念頭其實是一直在醞釀中；直到兒女成人，便不想再忍，希望找回自己自由的一片天，正如你所分享的經歷。畢竟離婚不是簡單的決定，很多人以為自己已決定好了，其實在有關的事情上卻沒有準備好，以下方面供你謹慎考量：

一、必須對離婚及財產分割等法律上有所認識。

按加拿大離婚理據有三：1) 分居一年以上，無法挽回關係；2) 一方與別人通姦；3) 受到配偶於身體或精神上的虐待。跟任何年齡層離婚一樣，財產上的分割，常常使雙方關係更為交惡。銀髮離婚，在共有的資產、房產、退休金及繼承等問題上，可能更為複雜，必須慎重處理，以保障雙方的平等及權益，否則以為離婚後可獲自由，卻可能讓自己的晚年陷入經濟困窘，故務必在離婚法例上的手續、程序，以及財產分割的規定，尋求法律上及專業上的諮詢。

二、心理上是否真的準備好離婚。

離婚除了需明瞭法律上的程序與責任外，對離婚夫婦及子女們皆是個心理準備及接納的過程，而最大的矛盾是，當一方想離婚，而另一方不願意，甚至是沒想過要離婚，必然會引發雙方在情緒及心理上的衝擊及衝突。雖然你認為數十年的婚姻難以再忍，但如何能與對方維持理智，而能和平分手、好聚好散，都是需要耐心和智慧地安排。你對離婚又是否作好心理上的準備？理性上你可能認為不想挽回，情感上亦不願挽回，只想盡快了結。有否讓自己作深入思考，可在腦海中預演一下，當真要走出自己多年與妻子建立的家，一旦選擇了離婚，有否考慮到所需面對的生活挑戰，有否為自己未來人生作好規劃，能照顧好自己，心理上承受得了嗎？其次是兒女心理上的準備，了解他們的顧慮及感受，即使你不再作他們母親的丈夫，為父為母與子女的關係卻仍存。

三、離婚是否真能給予你所嚮往的自由。

離婚對一些人而言，可像重生一次，亦可能把人帶進折騰不起的境地。結婚對大多數人而言，都希望有一段幸福的婚姻，只是幸福並非自然而有，所謂「少年夫妻老來伴」，之所

以能成為老伴，是夫婦二人甘願共同經營婚姻，是由「我」到「我們」，是各自成長及共同經歷的生命磨合之旅，故結婚越長，越需注意保鮮，以下一些反思題，盼能助你對自己離婚的決定多作考量。

1) 所謂「一隻手掌打不響」，在所有的婚姻問題中，你認為你夫婦倆互動的關係中，你的委曲求全，如何助長她的強勢？從來有否正視這問題或尋求輔導？2) 你是否認為，這段婚姻不快樂，全都歸咎到太太個性太強、愛管束你的生活？如果易地而處，你認識太太覺得這段婚姻對她而言快樂嗎？原因會與你有關嗎？會是甚麼？你有否關注到她的需要？3) 你是真想離婚，還只是以離婚作威嚇或發洩怨憤，並扮演著受害者的角色。4) 如果真的離婚，你能否真正放手太太，無論在精神上、感情上、靈性上，不再以埋怨者的心態來結束婚姻，尤其是當接下來的生活，不如想像中的自由、愉快，且會面對孤單、挫折、被拒絕、缺乏安全感時。5) 婚姻既需夫婦二人共同經營，遇到困難和衝突，亦是在所難免，是彼此成長必經之路。婚姻是否真的到了無可挽救的地步？從來有否為挽救婚姻尋找過任何的幫助，如專業輔導？

儘管現代人對離婚事看作沒甚麼大不了，然而要承受其後果，始終是當事人，故離婚的決定十分重要，無論對自己、對家人、對子女、對社會都有其重要的影響。無論你的決定如何，都會受到尊重，建議你在沒有清楚決定前，務必尋找有關方面的諮詢和輔助。雖不能繼續相愛，卻不要彼此傷害，好讓內心獲得真正的自由。

古潔明