



## 兒子長大 想請公公婆婆回國

二零二零年六月

古小姐：

我的公公、婆婆從國內來加，跟我們住在一起快四年了。當時他們的到來，主要是幫忙我們帶孩子，也做一些家務。其實，他們的生活習慣與我們的十分不協調，例如公公吸煙，婆婆煮食時不太講究衛生；起初不敢多說，免得關係不好，丈夫也叫我忍。現在孩子長大了，我也沒有工作，如果現在提出請他們回國，會不會像有點「過橋拆板」，但我真想脫離這種生活模式，我該怎麼辦？劉太太

劉太太：

謝謝來信。四年前邀請公公婆婆來加，幫忙帶孩子，雖發覺雙方生活和衛生習慣不同，為免關係失和，而強忍至今；現在孩子已長大，自己又不用工作，便有了提議他們回國的念頭，好讓自己早日脫離不愉悅的生活，但卻又怕有「過橋拆板」之嫌，想必十分糾結。以下三方面供妳考量。

一) 要對自己仁慈，也要對公婆仁慈。

要與自己生活習慣不同的長輩生活在一起，加上衛生上的問題，對誰都是一項挑戰，日日如是，故妳希望能早日得到解脫的心情，不難理解，亦屬人之常情；故須承認及接納自己有這樣的感受，而毋須批判自己，也是一種對自己的仁慈。

然後，又可以將心比心，讓自己站在公公婆婆的立場，去了解和接納他們的情況。他們的成長、教育和文化背景都與妳不同，而他們的生活習慣自然與妳各異，且習慣更不是一天形成的，自然不容易改變；況且他們是為了你們一家的需要，願意離鄉別井來給予幫忙。以他們的年紀，要適應一個全新的環境、不同的文化和生活方式，亦非易事，需要後輩對他倆的了解和接納，多欣賞，少批評，以及感謝他們對自己一家的擺上。唯有當我們都能以開放接納的態度，來認識自己，了解別人，仁慈對待，並將個人的生活習慣，與人的價值分開，才能體貼彼此的需要，讓關係和生活有更大的調適空間和選擇的自由。

二) 不妨與自我的內心開展真誠對話。

很多時候，我們都習慣地被不悅的情緒牽動，及受外在環境的因素影響，來決定自己的選擇和行動，所以不必急於去解決問題，宜先要安靜下來，與自己的內心世界對話。很多時內心的聲音，往往是自己最忠實的朋友；當妳有要向兩老提回國的念頭時，卻又自問是否有「過橋拆板」的做法，顯然是喚醒著妳心中的情與義。是的，妳要面對的抉擇並不簡單，表面上是妳與公公婆婆於生活習慣上的不協調，而實際上是牽涉到兩代和隔代之間的關係和親情。他們是把妳所愛的丈夫養育成人的父母，是過去四年來，對妳年幼的兒子照顧和呵護的爺爺奶奶，亦是在你們一家最需要幫助的時候，來到你們身邊，付上他們的勞

力和關心；你夫婦倆得以無後顧之憂地去工作，最低限度他們亦值得聽到一聲「多謝」，所以問題不光是妳與他們，而是關聯到全家三代。

三) 愛的溝通，突破固有的相處模式。

很多時我們都習慣性地以既定的觀念和模式與別人相處，尤其是與自己最為親密的家人，因而容易忽略彼此的感受，並沒留心對方的說話和需要。妳只覺得自己容忍了他們四年，或許他們也可能同樣忍讓了妳多時。這正好顯示你們雙方，從來沒有真誠地溝通過，很多時家人之間因不懂或不願去建立健康的溝通，因而逃避面對問題，最終導致關係的僵化，甚至是決裂。按一些調查顯示，健康和諧的家庭關係，是一個人擁有身心靈健康和快樂的重要泉源之一。如果三代間沒有真誠溝通和了解，匆匆地讓倆老返國，只是解決暫時和表面的問題，恐怕會留下大家內心的遺憾。鼓勵妳整理好自己的情緒，切勿讓丈夫成為妳與他父母之間的夾心人，然後與他對事件作全面了解和坦誠的溝通，一起探討更佳解決問題的方法。

例如：在居住的空間和環境的界限上，所住房屋可否容許兩家人，有各自獨立生活和活動的空間；既然孩子已長大，妳亦不用上班，倆老亦辛勞了幾年，可否由妳重新接管一家之「煮」的責任，讓倆老享清福；妳亦可以按自己衛生的要求，管理飯食和清潔。夫婦決定後，由作兒子的丈夫安排適合時機，與父母坦誠溝通，先感謝他們為這個家庭付出愛的貢獻，再以尊重真誠的態度表達你們的建議，也好了解他們的看法及感受，目的是共同了解彼此的需要，求同存異，共同建立健康的溝通，共享和諧的家庭生活。現時抗疫期間，亦是最能表示你們對他們的關心，可助認識基本的長者抗疫須知，個人衛生常識，健康飲食等等，正是促進彼此溝通和家庭溫暖的時機；最重要的是，讓他們感受到你們的真心和關心，人心肉造，恆久忍耐的愛，有水滴石穿的效果。要有更佳的準備和安排，建議夫婦倆找專業輔導的幫助。深信妳尊親敬老、真誠仁愛的榜樣，會成為你們兒子最有益的楷模，有一天你們也會享受到兒孫對你們的關愛和溫情。

古潔明