

回流加國愧對留港年邁父母

二零二一年二月

古小姐：

我跟太太早年已入籍加拿大，十多年前回流香港，如今為了兩個孩子，又想再返加生活。現在最大的問題是，年邁父母日漸體弱，香港也沒有親人可以照顧他們，內心非常掙扎，雖然可以安排入住老人院，心中仍然有愧，想到自己為了孩子而不顧父母，加上回來之後又要重新開始，實在不容易，該怎麼辦？ 威廉

威廉：

謝謝來信。面對移民及照顧年邁老弱的父母，已成為近二、三十年來不少家庭及獨生子女所需面對的挑戰及感受到的掙扎，所以你並不孤單；只是每個人或家庭都有其個別獨特的狀況，而需做出不同的選擇。以下反思供你參考：

（一）於情理及價值觀上的反思。

對父母養育之恩而深懷回報，能盡力使父母老有所養，給予所需的照顧和陪伴，使父母獲得情感上的慰藉和心理上的安全，是十分值得欣賞的。然而，需作十分重要的檢視，就是要察覺自己與老邁父母一直以來的關係，是否建基於雙方都具備獨立自主，又能互相關連的成熟心智及情感上，而不是情感黏纏的相互依存上。父母容易藉「孝順」之名，綁架了成年子女對自己生活的追求及發展；又或子女理所當然地依賴父母協助自己處理家務及帶孩子；又或過分把父母的需要放在個人及妻兒的需要之上，導致各方面的責任及關係失衡，而陷入情緒困擾和心理壓力。不妨對現實的需要和能力作理性的分析和了解。假若雙方缺乏成熟健康的相處、溝通和體諒，即使一起生活，相信也很難避免彼此的衝突、不滿和情感傷害。

你亦易成為「三文治」，被夾在父母及妻兒之間。要是父母感到不順心、不順意，同樣可以感到孤單、不幸福；再者，若你要求妻兒如你般順應父母，可能會導致自己和家庭生活不和諧。即便你與妻兒都不移民，到父母因患病而不能自理時，你除需要工作外，尚有自己的家庭責任和生活壓力，到時恐怕只能心有餘而力不足。照顧患病老邁父母，可以是個漫長而勞累的過程，如果沒有外援的資源，就算犧牲了自己的身心健康及家庭責任，亦不見得是個好辦法。到底「孝順」對你而言有些甚麼意義和價值？移了民是否就等於拋棄父母，或就不能盡孝？

你可以如何讓自己及父母體驗親情可貴的價值，而無須為預設日後「莫須有」的自責和遺憾，或介意別人認為你「不孝」的議論而心懷憂懼。

(二) 要接納世事不都能兩全其美，卻可以作最合適自己狀況的選擇。

所謂兩害相權取其輕，兩利相權取其重。其實盡孝方式很多，除了物質上，亦需精神上的關愛，亦非一朝一夕的事。例如有些子女常與父母保持良好的溝通，且在父母尚是健康，有自理生活能力時，便及早為他們作好養老的計劃，例如儲備積蓄，為父母購買養老保險、旅遊基金、醫療費用、養老院及護理費用等；精神上亦給予關懷、陪伴。相信你亦為父母預備好入住老人院的費用，只因想到返加後，不能侍候左右而感愧疚。不少人都有類似的情況，不妨以他們的經驗作參考。

1) 家人坦誠溝通，達成共識，作好心理準備，接受選擇的代價，並尋找所需的資源。

2) 家中有年邁體弱父母不適合或不願移民者，需為他們聘用適合家居護理人員，照料生活起居及陪伴醫療約見。

3) 自己先與家人返加，待安頓好居住、醫療及孩子教育等基本必須後；自己重回香港，為父母安排入住老人院，並助他們作心理建設，培養他們對老人院的認識和信任。

4) 善用電話、視頻保持與父母緊密聯繫，讓他們知道自己在這兒生活安好；同時關心、慰問他們的情況，讓他們得到安慰和安心。

5) 若經濟及時間許可，定期回香港探望。

6) 如有兄弟姊妹在其他地方，則可分擔返港關照父母，最重要是不讓他們感到被遺棄或拖累子女。

來信顯示你尚在考慮去留問題，確是一個重大的抉擇，建議你在港尋找專業輔導，讓自己理清思路及情緒，並與父母、妻兒坦誠溝通，探討去留利弊，從長計議，一起作出合適你家庭的選擇。

父母養老的問題，其實亦可成為我們自己未來養老計劃的預習；其實不單子女需要學習獨立自主，老人家亦需維持獨立自主的精神和自理的能力，因為我們的未來並非子女而是「老」。如何能健康老化，亦是人生必須的智慧。

古潔明