



編者的話

常常有機會接觸到一些退休人士，他們退下職场的日子有的是三、四年，有的已經十多年了，與他們談及退休的生活，發現差不多個個都有一個共通點，就是從職場跳到退休階段，他們都經過「迷茫期」。

「迷茫期」不是在退休初期出現，他們告訴我，當退休時已打算做一些從前因工作忙碌而未能抽身去做的事，如去一個較遠程的旅行、上一些跟工

作無關但很有興趣的課、探訪久未見面的親戚朋友等等。如是者生活依然很充實，但隨著日子的過去，他們擁有愈來愈大量從前沒法得到的「時間」，反過來卻不知如何好？！這段日子我稱之為退休人士「迷茫期」，「迷茫期」終結，

尋找生活新秩序

則視乎他們有沒有充夠資訊，幫助他們何時找到新生活的秩序，調節管理自己生命的方法，編造一個適合自己的時間表。

要順利及成功踏上人生新的軌跡，他們告知我一個很重要的事，就是必須掌握與

自己階段適切相關的資訊。他們坦言自己是踏入長者之齡，尤為著重健康生活，所以飲食、保健之道、運動及自我照顧等資訊，同時由於失去固定收入，投資理財的知識及技巧有機會減輕他們經濟壓力，當然心理上輔導他們順利進入老齡期。

《松柏之聲》編輯，聽到他們真實地分享，再次深深感到這份免費長者報紙對大家是如此重要，願意大家繼續把《松柏之聲》分享開去，把一眾專業人士熱心、愛心和專業資訊傳遞給更多有需要人士，助他們同樣有個豐盛的黃金之年！

「孝」是一個重要的道。在中國文化中，孝是為人子最基本的責任。然而，在現代社會，孝的定義和實踐方式發生了變化。政府應如何引導和規範孝道，使其適應時代發展，是一個值得探討的課題。

的範圍太大，甚至干預了個人、家庭的「私」務。當然這亦不是沒有先例；如大部分國家都就家庭暴力作出法律的制裁，亦是無可厚非。

以福利形式分配。然而除了這些理論上的爭議，相信最終仍要看老人如何看這問題。相信大部分老人都希望子女是發自內心地孝敬自己，而不願看到子女是「被迫」如受制於法庭頒令才探望關

更深入的討論。其實在亞洲區，星加坡、台灣和中國均有老人福利法以保障老人權益。具體情況較多出現在成年子女之間就誰人肩負供養年老父母責任訴諸法庭，而較少是父母控告子女不孝。香港在八十年代初亦曾就應否立法強制子女供養父母，但最後亦是放棄立法，相信亦是因為社會認為家庭關係應由家庭成員之間協商解決，而非對簿公堂。香港雖是華人為主的社會，但亦深受西方文化薰陶，不少研究已指出人們對孝道的認同和執行日漸減少。但是否需要以立法這「公器」去介入家庭父母子女關係這「私人領域」，則需要

前國內新聞報導有關政府立法規定子女探望年老父母，引來不少討論。筆者亦嘗試探討這方面的利弊和在香港是否適用。隨著人口老化：包括老人數目增加和壽命延長，社會如何供養老人確是必須面對的挑戰。環顧世界經驗，不離「公」、「私」兩者的責任。「公」是指政府，亦可以說是社會整體共同分擔；主要是透過稅收、強制供款以支付退休金和醫療服務等社會福利。「私」則是個人和家庭責任，當然亦可涉及在職人士的僱主、資方(例如公積金供款)。不同國家在這兩(或三)方面有不同的比重。

短評

立法規定子女探望年老父母的爭議

徐永德

德觀念和行為規範，子女有責任孝敬供養父母。但若透過立法強制子女探望父母，這是將國家、政府這個「公」的範疇加諸於家庭這「私」的範疇；又或是將法律加諸於道德規範之上。這或許引來自由主義者

子女供養父母的責任承擔，是否間接減低人民對政府提供福利的要求？當然，政府所提供的福利歸根究底都是人民繳納的稅款支付的。分別只是個人各自供養自己的父母，抑或是透過政府集體徵稅然後再

懷父母。其是在亞洲區，星加坡、台灣和中國均有老人福利法以保障老人權益。具體情況較多出現在成年子女之間就誰人肩負供養年老父母責任訴諸法庭，而較少是父母控告子女不孝。香港在八十年代初亦曾就應否立法強制子女供養父母，但最後亦是放棄立法，相信亦是因為社會認為家庭關係應由家庭成員之間協商解決，而非對簿公堂。香港雖是華人為主的社會，但亦深受西方文化薰陶，不少研究已指出人們對孝道的認同和執行日漸減少。但是否需要以立法這「公器」去介入家庭父母子女關係這「私人領域」，則需要

人物掃描

陳怡

「2年前中風突然來，毫無徵兆，右肢乏力，行動困難。」向來健康的陳寶珠說：「中風後出院，我



從中風中活出助人能量的寶珠。

卸危為機的寶珠

常常在家哭，感到無助難受。」行動未完全如常之際，仍要如常般打理家務，丈夫又未能幫忙，寶珠因而倍感情緒低落，像活在黑暗無明天的人生中。「中風可說是火山爆發，突然而來之外，更令我爆發出

抑鬱症來。」在旁人看來，寶珠可說是禍不單行。「因為此次已是第二次中風了，故我特別憂心；若再爆發，我可能會變成癱瘓，需長期睡床，沒有人可照顧我的。兒子工作又忙，我不能影響他的工作。」回憶當日留院期間，兒子頻撲往醫院探望她的情景，已令寶珠痛心非常。

對一些人來說，在此雙重不幸事件下，可能會一蹶不振而終，但在此危機下，竟為她帶來人生「轉機」的時刻。「精神科醫生勸我說，若我有不快樂的時候，

一定要放下，勿讓它纏擾，應出外散心，否則病情會更壞。」自覺婚後，一直以家、工作及街市等三地為生活中心，寶珠感到生活圈子狹窄，亦未能跳出不快樂的枷鎖，此時備受中風之苦的她頓然堅強起來地對自己說：「我要愛人，先要愛己，我要努力勤做康復運動，凡事學會放下。」在她心中，兒子是她要盡責照顧的對象，好讓他安心工作。「我亦要感恩中風，因為我可以參加為中風病人而設的小組。」寶珠說：「因為小組教我有不開心時，不

要積在心，還要體諒家人。若不能改變丈夫，便要改變自己，才可有正面的思維；若要中風遠離我，我要開朗、心態好、身體好，自會沒有病痛。」

在兒子的鼓勵下，寶珠已將中風繪出一幅「快樂的圖畫」來。她今天不是探訪長者，就是去老人中心教編織或唱歌娛樂老人，空閒時更與朋友編織頸巾送有需要的人。「中風後勿有負面思想，要愛錫自己，身體才會好，才可幫人！」看她現在行動無礙，未知是否是行善積德所致？

關懷社區

程穎琳

覺醒來，你可能先去公園晨運，再到茶樓嘆一盅兩件，展開新一天。你有沒有想過，世界各地老友記的生活如何？早餐愛吃什麼？外出有沒有乘車優惠？每月有沒有定期發放的生活津貼？

香港電台第五台《有你同行》節目全新環節「地球村長」請來各地專家，以香港為軸心，聯繫世界各地包括內地、馬來西亞、美國、日本、英國和澳洲等專家，建立「第三齡國際資訊網」，每周放眼世界，

《有你同行》第三齡國際資訊網

探討各地長者生活的情況，包括福利政策、基礎設施、消閑娛樂、醫療制度、生活習慣、銀髮市場等作參考對照，讓長者與時並進，進一步了解個人的福利。此外，還會製作一分鐘快訊，逢周一至五向聽眾傳達長者資訊。希望能藉著有關環節引起社會關注，制定合適的老人福利政策，積極面對全球人口老化問題。「地球村長」的「村長」陣容鼎盛，當中各地代表包括：香港的陳章明教授、中國的曹婷博士、日本的黎安國教授、馬來西亞的王華新教授、英國的黃婉明、澳洲的陳發鈞，以及美國的林一星教授。八月份的「地球村長」會探討全球老齡化的問題，剖析長者退休生活，如日本大部分男士退休後，都會投入與自己專業相關的義務工作繼續貢獻社會，此舉讓人敬佩；長者日活動，原來澳洲沒有長者日，但有規模更盛大的長者周，求同存異，各「村長」都認為老齡化為社會帶來的機遇比問題多！至於九月份的「地球村長」則會帶大家四處玩樂，為鼓勵「老友記」外出，不少地方特設交通優惠，香港長者有兩元乘車優惠，而馬來西亞則有長者半

價機票優惠；部分香港長者愛唱粵曲，美國長者則喜到社區中心大合唱，雖然各國文化背景不同，但「老友記」每一天都活得精彩。

香港電台第五台節目 《有你同行》全新環節「地球村長」 主持：李仁傑、程穎琳 時間：逢星期三 下午五時三十分至六時 頻道：香港電台第五台 (AM783 / FM92.3 天水圍 / FM95.2 跑馬地、銅鑼灣 / FM99.4 將軍澳 / FM106.8 屯門、元朗 / 數碼廣播 35 台) \* 港台網站 (http://radio5.rthk.hk) 同步播出及提供節目重溫。