



陳美寶

平安走到老

哲學家克魯勞曾說：「言語本來應當是思想的僕人，但卻往往變成思想的主人。」可見言語本來就是會影響一個人的思維模式。今天人們以「人口老化問題」、「長者問題」來標籤長者，但人口老化/長者就等同於問題嗎？或許再問：人口老化，必然是負面的嗎？至少，在陳美寶眼中不是。

撰文・Sam | 攝影・王婉薇 | 圖片・受訪者提供

陳美寶任職長者安居協會社區參與部的主管。長者安居協會你可能一時想不起來，但「平安鐘」也許你聽過，這正是營運平安鐘的機構。雖然說是部門主管，但陳美寶沒有給人什麼過分進取的態度，反倒是一份由心而發，只為長者的感覺。或許因為信仰的緣故吧，說到長者工作時，她總帶著一份含蓄而積極的態度。

“長者反而能體現困苦中的喜樂

「有位70歲的長者，曾經多番患上癌症，但他仍然很積極，做小丑魔術師到處表演，把歡樂帶給別人。不少長者面對困難時的積極面，對比一些選擇了結自己生命的年輕人，長者反而能體現困苦中的喜樂。」陳美寶說。

「家有一老，如有一寶」很多人都會說，但實際上，往安老院和善終病房走一圈，你會發現原來香港有不少人寧棄這寶貝，而這些晚年才「失去至親」的長者，最令陳美寶感覺要關懷他們。「我曾在工餘時間，到安老院探望一位伯伯，他的老伴已過世，兩個兒子卻丟下他在老人院不顧，令這位本來已經沒有什麼親友的伯伯更是孤寂。加上他因病被切去雙腳，不能下牀走動，每天被困在牀上看天花，因此他經常說人生沒有意義，只想死。」



陳美寶與義工一起作探訪前準備

陳美寶就和她的教會朋友，每星期推這位伯伯到教會。「雖然他沒有因為回到教會而信耶穌，但可以藉著每星期上教會的機會，接觸到院舍外的陽光與天空。」雖然他的兒子已經遺棄他，但陳美寶卻視這位伯伯如家人：「信耶穌後我們更是一家人了，上帝是我們的爸爸，我就是你的家人了！」這一份重視和關心，成為隱蔽長者走出幽谷的動力。

長者工作是陳美寶的使命，她自社工畢業後，幾乎從沒有離開過長者工作，她亦深信未來的她也不會轉行。「不少長者生活困乏，需要別

人幫助。」對長者的需要有所感動，令她對長者服務充滿熱忱。

陳美寶服務長者，除了特別有愛心和忍耐，原來還有些異能。「有些人以為服侍長者會很悶，但我卻沒有這樣的感覺。我喜愛『落手落腳』和長者傾談，亦很容易感覺到長者的需要。」陳美寶說，她的奶奶曾患肺癌，於後期因病而產生不少氣味，其實也是不少長期病患者出現的情況，但陳美寶卻能夠接受，只因她相信，人的生命不是誰可以控制的。

“人生的使命在晚年階段仍然可以體現出來

「長者們的時間和機會都不多了，能夠連結在一起，是一種福氣，應該好好把握。」她說。

從事長者工作多年，陳美寶對長者本身的看法，也變得不一樣。她認為，香港的家庭都已經變成核心小家庭，不會和長者同住，下一代由外傭帶大，與上一代的關係疏離，不單不知道爺爺嫲嫲的喜好，有的甚至變為「一年一會」——農曆新年拜年時才見面。對長者們陌生，於是不少人都誤以為長者就是「窮、慘、病」，「拾紙皮」。當然這是誤解。

「隨著人口老化，愈來愈多50來歲的銀齡長者，或者『young old』出現，他們不算很老，仍可獨立自主地生活，有1/3沒有疾病，40%學歷達中學程度，懂得上互聯網。他們的需要是什麼呢？如果令他們的晚年生活過得豐盛呢？雖然年老會令人身體機能退化，但這不等如是問題，只要他們的痛症得到舒緩，他們的人生何嘗不可以變得多元呢？」一連串的問號，其實也就是對香港的長者服務需要而發的。

長者的能力，其實早已不是十數年前社會大眾看的那樣，只有無助（當然實際上仍有不少長者需要幫助）。事實上，陳美寶的工作負責管理機構的社區參與服務，令她認識更多長者的潛能。「有年屆80歲的長者義工，雖然身患心臟病，但仍積極參與我們機構的籌款隊伍。他們的豐盛人生，我們都看到了，人生的使命在晚年階段仍然可以體現出來。」

“能夠每天與老人家說說家事，其實是一種福氣

不再單是老弱體殘，那麼今天長者們的需要是什麼呢？陳美寶說，身體健康是最重要的，但



心靈健康同樣重要。身體健康所要倚靠的，是有病時找醫生，哪心靈健康呢？其實還是老掉牙的寒暄問暖。「長者們需要的不是金錢與物質，反而一個慰問電話，已經可以令他們開心好一段時間。能夠每天與老人家說說家事，其實是一種福氣。」知易行難，忙碌總是最好的理由或藉口。但陳美寶不讓自己如此對待身邊的長輩。「我立志，即使不與父母同住，但每日都會打一個電話去問候父母。」當然，她是做到的，住在安老院的父親，她固然會每星期都探望，而她每日也會致電母親，甚至在她自己因為肺穿孔入了醫院，插著鼻喉，也會裝作無事的打電話去，好讓母親不會擔心。

身體健康、家人關心以外，長者們還有一個盼望，就是可以安居在社區裡，而非在院舍終老。陳美寶說，這還需要不少社區配套，如更多的送飯服務、綜合覆診服務、家居清潔和平安鐘服務等，好讓長者可以在熟悉的環境裡安享晚年。「但最重要的，還是子女盡孝道。即使有更多社區配套，但缺乏家人關心，對長者來說還是不足夠的。」

「長者們的人生經歷起跌，其實也是所有人會經歷的，但他們在困苦中的體會和經驗，令他們認識什麼是真正的喜樂，也因此成為別人的幫助。」她說，這些經驗很寶貴，因為未必所有人的生命都可走到晚年。「生有時，死有時，一切其實都在上帝的計劃之中。」

今天的長者已經不再一樣，無論是「換個角度看長者」，還是「珍惜身邊人」，反正我們本來就應該認同和肯定我們身邊的長者，不為什麼，只為他們多少都曾為你我的昨天付出過。不要忘記，若上天待你和我是不薄的話，我們總有老去的一天。你懂的。