

香港人家

HONG KONG

逢星期日刊出

善事父母為孝，但生活中除了贍養爸媽之外，現代人還能做多少？乒乓球教練梁海平日陪母親打乒乓球、行街、飲茶，比起一般人已經做得不錯，但做了逾20年義工服務的阿海服務社會成為習慣，也渴望吸引更多忙碌的香港人，能夠更關愛撫養自己的父母，想到以義工服務形式，推出為父母洗腳按摩的公益項目，讓更多人有機會打破兩代人之間的代溝，親近父母，推廣孝道。

大公報記者 彩雲

梁海從事慈善義工已逾20年，早在中學時代，就參加社區和教會的義工服務，「那時候家附近有一間明愛社區中心，可以教乒乓球，還能到老人院及殘障人士服務中心陪老人家，又或是與智障人士唱歌玩遊戲，一路斷斷續續做了一段時間後，結識一班義工朋友，大家就想着有沒有項目是可以持續做下去，而不是一次兩次就結束」。梁海本身很孝順，平日到老人院服務，見到老人家很少與家人見面，有感在老齡化日益加重的香港，拉近老人與子女之間關係的服務卻很少，久而久之，兩代人之間的代溝也愈來愈深。

感捐贈物資難慰藉心靈

阿海笑言，一班義工朋友雖然有心做一個長期的服務項目，但沒有資金，難以像慈善機構一樣為老人院提供物資捐贈，同時也覺得單靠捐贈物資，無法給老人帶來心靈上的慰藉。

這時候，他想到過去曾聽過的一則「故仔」：一位每日需返工又要照顧家庭的香港女性阿娟，在巨大的生活壓力下，總會與母親角力，有一日，她發現剛洗好的衣服只晾了一半，就準備指摘母親做家務不稱職，但後來她發現母親的腳部舊患發作，她眼中見到母親的「不稱職」，原來正是自己忽略了母親的病況。

阿娟於是捧一盆熱水為母親浸腳，才發現母親的腳板已變得粗糙，回想起年幼時，母親對自己無微不至的照顧，頓覺母親衰老了很多，不禁眼泛淚光。母親見狀，反而談起阿娟小時候的趣事作為安慰，談笑間，母女間的距離逐漸拉近。這一幕，阿娟的女兒剛好看到，於是女兒也學着阿娟的樣子，為阿娟浸腳按摩。梁海稱，這成為推出「足動心靈」項目的最初啟發。

為父母浴足按摩破隔膜

「足動心靈」的活動透過互動遊戲、講故事、「打開心窗說說話」等環節，先讓平日忙於工作而疏於溝通的家庭成員，增進對彼此的了解，然後子女在專業物理治療師指導下，親手為父母浴足，並做雙腳按摩，以舒緩他們的疲勞。在「打開心窗說說話」環節，一些子女在聽到父母平日很難有機會說出的心裡話時，都不禁清淚淚下。

常人聽到要為父母洗腳，多會覺得洗腳是卑微的事，而父母聽到子女要給自己洗腳，更會因為尷尬而縮手縮腳。梁海考慮到這一點，也有不少質疑他為什麼不選一些如「按摩」、「飲茶」、「送花」這類容易接受的方式，阿海就直言，當子女的雙手觸摸到老人家的腳時，已消除了兩代人心裡的隔膜，增加互相信任，也更容易打開彼此的心扉。

而且，在公開場合為父母浸腳按摩的服務項目，在香港是獨一無二，比較容易引人注意，阿海坦言，當時考慮到也許有助增加獲慈善機構資助的機會，因為畢竟沒有資金，就難以推行項目。

「為父母洗腳覺得尷尬，反過來，讓父母為子女浸腳，應該就有很多人可以接受！」阿海的太太，也是「足動心靈」的統籌義工魏翠萍，解讀這種因為洗腳而揭示的驚心心理時表示，由浸腳展現的是現代社會的心理問題。她舉例指，如果去按摩會所大家都不會介意被按摩，但要自己給父母按摩就覺得感情上接受不了，更奇怪的是，反過來父母給子女洗腳按摩就可以接受，「不得不承認我們在意識上有問題」。

不滿「子女尊父母卑」現狀

梁太承認，不少港人有透過贍養父母的方式盡孝道，她覺得這些都值得讚賞，但這也間接形成了「界錢就行了」的觀念，所以當她試圖說服身邊的人參加為父母洗腳的活動時，不少人覺得為什麼要做那麼卑微的事，結合「父母為子女洗腳、服侍似乎就天經地義」的觀念，就反映出港人「子女尊，父母卑」的奇怪現狀。梁太還開玩笑說，如果上網輸入「24孝父母」就可以查到父母如何「孝順」子女的方法。

「足動心靈」目前已試過在不同的年齡層推廣，最小的四歲，最大的也有超過90歲的耆老老人。但梁海希望能在更多的學校推廣，從小培養子女的孝順觀念。「現在聯絡十間學校，仍然會有八、九間學校不回覆，只能從自己的母校先着手推廣」，阿海希望通過成立「足動心靈」，推廣活動以吸引更多關注，最後能讓孝道常態化。

婚禮上替岳父岳母洗腳

【大公報訊】梁海的一生與義工結緣，「足動心靈」的成立是因為義工的經歷，與妻子魏翠萍結緣是因為在四川參與義務教學，連婚禮都是按照「足動心靈」的方式，為雙方父母洗腳按摩，表達對雙親養育之恩的感激之情。如今即將迎來家庭新成員，阿海樂不可支的笑言，「足動心靈」又多了個小義工，將來想給孩子起名叫「知足」，希望他從小懂得感恩，能夠知足常樂。

梁海與妻子魏翠萍結識於四川，因為對義工服務的熱忱，讓兩個人在不斷交流中形成默契。梁太回憶，那時候阿海經常組織義工朋友一起去活動，例如到老人院服務，或者一起參加10公里跑步等，兩人因為共同的價值觀而走到一起，並共同籌建了「足動心靈」項目。

兩人的婚禮也恰好在「足動心靈」啟動前一星期，所以婚禮儀式也有為雙方父母洗腳的儀式，表達對雙方父母的感恩。梁海說，因為

妻子才認識岳父岳母，所以一直都有一層隔膜，即使經常見面飲茶聊天，也難以打破那一層隔膜。

「兩隻手碰到老人家的腳，雖然開始會覺得尷尬，但當他們開始習慣的時候，也就建立起兩代人之間的信任，打破了隔膜。」如今「足動心靈」已經有婚禮版，為走入婚姻殿堂的新人提供更好的機會，在特殊的日子裡感謝父母的養育之恩。

家庭新員將名叫「知足」

明年梁海一家還將迎來新成員，對時下流行的「虎爸虎媽」、「直升機」式的教育，阿海認為對自信心極強的兒童可能有效，但對其他小朋友，他更傾向透過鼓勵的方式教育。對自己子女的教育，阿海似乎沒什麼要求，既不一定要求入讀名校，也沒要求將來要當醫生、律師，他反而希望子女可以以平常心幸福度過一生。

「我很羨慕岳父岳母，已經年逾七旬，還能每天相伴行山，相敬如賓，知足感恩，羨煞旁人。」阿海希望為寶貴起名叫「知足」，由小開始培養子女「孝順」及「知足常樂」。



▲足浴後梁海夫婦向父母致送足動心靈請柬和鮮花
受訪者提供



▶梁海向外父母表達謝意
受訪者提供

梁海足動孝心 腳浴天倫

◀梁海（左）與梁太魏翠萍
本報記者彩雲攝

憂營運不佳 浪費捐款



▲四川義教一行逾20人，圖為梁海一組六名義工，準備走進教室的一幕，梁海（右三）和梁太（右一）獲編為一組而結識
受訪者提供

◀梁海正職是乒乓球教練，教授小朋友過程中，學懂不少兒童教育心理學知識
本報記者彩雲攝

「足動心靈」內容

推廣理念

孝順父母、關顧家人、尊敬長輩

歷程

2011年度「李嘉誠基金會」之「香港仁愛香港」獲獎項目
2012年，試行首年「足動心靈」服務
◆贊助完畢後，註冊為法定慈善機構◆
2013年3月與天主教郭得勝中學合作，展開校園之旅
2013年尾，推出婚禮版「足動心靈」

活動形式

義工首先以故事及遊戲形式，引導參加者向家人說出心底話。然後，參加者在義工指引下，親手為父母雙腳按摩

「足動心靈」至今行過第三個年頭，由最初的慈善項目，到法定慈善機構，全憑一群義工的熱忱投入。梁海稱，「李嘉誠基金會」的贊助完畢後，試用過各種方式吸引更多人參與項目，沒錢做廣告宣傳，就在親朋好友之間口耳相傳，還試過在巴士上派傳單，並為有興趣參與的人士現場介紹並記錄電話，有活動的時候再打電話通知。

梁太魏翠萍表示，也曾想將「足動心靈」發展為社會企業，長遠能提供更穩定的服務和更廣泛的推廣孝順理念，但社會畢竟是盤生意，是生意就要自負盈虧，經營成本也會提高。「我們自己沒做過生意，也聽義工朋友說，社會做生意很難做成功，所以擔心社會做得不成功，又浪費了善款。」

梁太指，現在申請成為NGO（非政府機構）已經有一些基本的財務要求，譬如每年一次審計財務，義工之中沒有人有相關知識和牌照，所以只能從外面請人做審計，雖然現在的資金足夠支付這一筆成本，但長遠都希望能有義工可以幫手做。

目前「足動心靈」的資金來源大多來自捐款，梁海指，有些善款甚至直接來自曾經參與「足動心靈」活動的家長。「試過有位家長在孩子的再三要求下，參與浸腳按摩活動，為兒子孝心感動，現在已經成為「足動心靈」的恆常捐助者。」

期推孝道促社會和諧共融

梁海眼中的「孝道」，除了子女對長輩的尊敬關愛外，還有更深層次的社會意義，他認為，「孝道」規範了華人社會中人與人之間的關係，藉由孝道的推廣，阿海還有自己更長遠的目標：希望藉由孝順來重建家庭關係，由家庭關係推廣至社區，再由社區影響整體社會，減少人與人之間的摩擦，促進社會和諧共融。

阿海認為，子女忽視對父母的孝順，甚至要父母服侍子女的現象，是現代人扭曲了社會中人與人之間的關係，也扭曲了原有的傳統道德。這種社會風氣也連帶影響「足動心靈」的推廣，「連不少學校都不敢碰這一塊」。

家長只顧子女學業成績

香港高度城市化，及主要靠金融經濟的發展模式，令社會上樣樣事都講求效率和速成，梁海認為這讓香港產生不少中產，過上富足的生活，但同時他們也將這種城市化的運作模式投射在自己子女的教育上，要求學校有效率及速成的教育方法，迅速提升成績，快速提升子女將來的競爭力。所以父母讓子女進入某間學校，就要

求學校能讓自己的孩子出成績，但「孝道」或者其他傳統道德並不會計入成績，梁海表示，如果學校引入類似的項目，家長就會認為子女在家怎麼「孝順」都沒用，不會提升成績，是在浪費時間。

「孝順不單是一種傳統文化，它有很多層次，可以影響整個社會的發展。」梁海指，雖然現代人不太重視「孝道」，但人們現在能夠安居樂業，離不開先賢傳承下來的傳統道德。他指，人類社會是一個系統，之所以可以發展至今就是因為人類有一個可持續的系統，在這個系統中，父母是人生中的第一個支持系統，也是人生最大的支持系統，所以孝順父母是天公地道。

由父母延伸至家庭，「中國人就算是稱呼都有長幼尊卑。」晚輩就要孝順長輩。再由家庭延伸至社區，甚至整個社會，正是長輩的努力，才令晚輩有更好的生活環境。阿海笑言，如果講得更大點，正是因為地球環境的宜居，才令人類可以生存，因此應該學會感恩，懂得孝順，「這也是為什麼我們的標語全部都用綠色作為主題」。



▶梁海帶領學生玩遊戲
受訪者提供



▼梁海（右着紫色上衣）一組義工在教室教學
受訪者提供