

長者有「禮」樂傳承

「家有一老，如有一寶」。長者經歷了與我們不一樣的時代、家庭組合和工作，步入晚年，儲存了豐富的經驗和智慧，是上天送給我們珍貴的禮物，這樣的「珍寶」，如何傳承下去呢？

明愛沙田長者中心於 2013/2014 年度，獲社會福利署老有所為基金撥款，舉辦「長幼耆藝樂傳承」活動系列，長者透過與社區上不同階層的人士接觸，包括家居外傭、低收入家庭、新移民、青年、智障人士及兒童等，分享他們的生活智慧。活動中，長者教授烹調傳統美食，



▲ 烹調中國傳統美食，將煮食文化交流承傳



▲ 長幼雜耍團於區內獻技，為社區人士帶來歡樂



▲ 製作小飾物，送贈區內弱勢團體

如春卷、麥芽糖夾餅、湯圓、糰子及水餃等，讓年青一輩學習地道食品的製作方法及傳統手藝；又結連兒童院，組織「長幼雜耍團」，以扯鈴、轉碟、非洲鼓及柔力球，到處表演獻技，與眾同樂；同時亦與智障團體合作，製作手工飾物，送贈區內獨居 / 體弱長者、雙老家庭及護老者家庭等活動，合共 62 名長者及 124 名其他年齡人士參與義工，受惠人數達 1,356 人。

連串活動，串連彼此。活動中，無論長者或其他年齡人士，彼此都能體驗人類最珍貴的禮物——「情」。大家親切窩心的慰問、和藹真摯的笑面、純真又熱情的接觸，溶化彼此在年齡和背景上的隔膜，充分發揮關懷互助的香港精神，同時亦展現 2013/2014 老有所為活動主題「璀璨樂傳承、和諧創新章」。在中心長者會員及同工默默耕耘下，此活動計劃榮獲社會福利署 2013/2014 老有所為「沙田區最佳老有所為活動計劃獎」及「全港最佳老有所為活動計劃大獎」的一年計劃獎，對所有參與義工更是一份難忘的禮物，肯定他們的「傳承關愛文化」的工作。

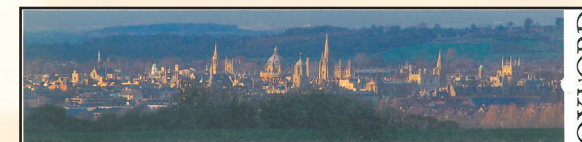


▲ 得獎後義工及嘉賓大合照

禮物之威力

「小小心意，希望你喜歡！」中國人很喜歡送禮，雖然現代人漸漸認為這些禮節不合時宜。但我個人則很欣賞彼此送禮這種互動關係。中國人內斂的特性，對於愛及關懷常常難於啟齒，而禮物可以代表一點心意，向對方表達感謝，其中一切愛與關懷，更是盡在不言中。

多年前，我剛轉任新職位，正努力地去適應新工作。當時一位同事送我一張鼓勵的書籤，上面幾句窩心的鼓勵說話，常常給我一份支持與溫暖。這張書籤我珍惜至今，每當失落無力時便取出來鼓勵自己一番！



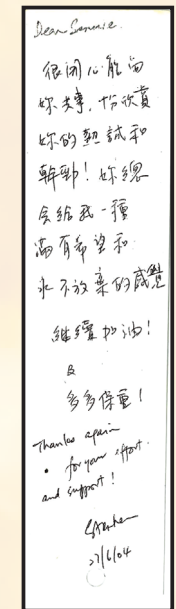
▲ 書籤之正、背面

在工作上，當我看見服務使用者的成長轉變，向工作人員表達謝意，即使是一張咭、一封電郵、幾句說話的便條，也讓我重新得力，讓我在濃霧中看到自己的燈塔，為自己的心靈加油，繼續去面對工作。

年多前首次為明愛全樂軒綜合精神健康社區中心引入「一人一故事劇場」(Play Back Theater)*，藉由觀眾分享故事，再透過演員的另一角度重新演繹故事，包括形體動作、自由演譯、音樂等等，再送給故事分享者。

在一次演出中，有一位參加者分享與家人又愛又恨的感覺。家人雖然很關心她，但卻同時很約束她、不信任她，叫她內心很掙扎。在劇場演繹時，飾演「愛」與「恨」的演員拉著中間代表「她」的演員，「她」大聲叫痛，但又不捨得放開愛，那份處身在愛與恨的掙扎情景，至今我仍歷歷在目。我一邊看、一邊拭著淚水，我看到被明白、被了解的重要性。震撼之處是故事主角重新發現其內心有愛也有恨，原來自己可以有選擇、可以有一個嶄新的角度重新看事情。那天，我看到「禮物」之威力。

誰說禮物不重要！



*「一人一故事劇場」是明愛全樂軒在「思健」基金贊助下，所舉辦為期三年的「思健藝飛翔計劃」其中一個項目。透過戲劇幫助個人學習表達及釋放負面情緒，促進個人精神健康，並向社會大眾宣揚培養精神健康訊息。詳情請致電 3579-8015 與本中心職員聯絡。