

撰文：
柯詠敏



25

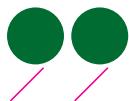
子親樂
邢柏堅



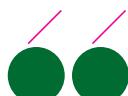
子女帶父母參加水仙班，入慣廚房的媽媽往往是最易上手的一員。

28歲的邢柏堅於2016年創立「子親樂」——鼓勵成年子女帶同父母參加不同活動，拉近兩代，甚至三代之間的距離。「當父母變老時會遇到不同心理問題，好像覺得沒有人明白他們、跟社會脫節，子女是否可以做多點去幫他們呢？最簡單的做法，就是帶他們去玩！」邢柏堅語氣堅定地說。

邢柏堅畢業後投身銀行界，走在銀色旅途的同時，也踏入社會創新之列。「銀行業」與「子親活動」風馬牛不相及，何以他會突然關注兩代之間的問題呢？「我跟家人的關係真的好好，從小看到媽媽怎樣照顧長輩，她的行為不知不覺影響著我。」媽媽陪她的媽媽買菜、散步，邢柏堅從小看在眼內，自覺這才是對待長輩應有的態度；可是，子女長大後投身社會，工作、朋友、男女朋友往往佔據了生活的大部分時間，不自覺忽視陪伴家中父母。邢柏堅有天坐在辦公室如常工作，突然靈機一觸燃起「帶阿爸阿媽去玩」的意念，繼而逐步開展「子親樂」。



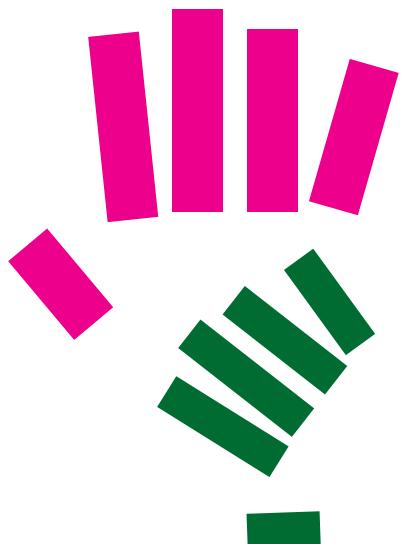
家人的愛像一根火苗，給你光，給你溫熱，還能燃起你內心深處的熱情，讓這點愛繼續傳播開去。「子親樂」想說的是關於愛的故事——當我們剛學懂走路時，父母會牽著這隻軟綿的小手四處遊玩；當他們緩緩地前行時，我們願意執起那對已佈滿皺紋的手嗎？



吸引力法則

這天碰見邢柏堅時，他身穿牛仔褲及衛衣，掛著單肩帆布袋，正準備稍後舉辦的水仙班。當活動即將開始時，他脫下原本的衣服，換上印有「上有高堂」標誌的短袖T-Shirt，站在寒風中迎接參加者。「上有高堂」為另一推廣子親關係及提供長者照顧資訊的社創計劃，邢柏堅經朋友介紹認識到大學師弟Solomon，二人的理念相近，一拍即合。然而，「子親樂」的成立初期，邢柏堅大部分時間都是獨自構想方向、處理報名、宣傳等工作，每星期只能花一天的時間於計劃當中。他坦言身兼銀行業務顧問及「子親樂」創辦人，最困難的就是時間分配，但他發現一路走來，能聚集到不少意念相近的人加入成為義工，分擔部分工作。「有好多事想做，但不夠時間，所以我好需要幫手一起傾方向，或者當沒有時間的時候幫我處理事務，真的好幸運遇到有心人加入做義工。」

除了有義工加入，邢柏堅坦言也需要了解自身的不足，才能尋求到適切的幫助。「我覺得好多人會樂意幫你，但問題是你是否懂得去問，有些人不知道自己需要幫忙，但我是很清楚自己有甚麼不足夠。」邢柏堅笑著說。開展「子親樂」的過程中，邢柏堅需要跟不同機構介紹計劃的理念，洽談合作的內容，表達能力、邏輯思維是必不可少的技巧，可是這正是他的不足之處。「我的表達能力真的不好，還有腦海會有好多種想法飛出來，好難去整理；我的方法就是跟不同人去傾，說著說著就會幫到我去理順整件事。」訪談初期，每當邢柏堅聽到問題後，往往會抿著嘴，眼睛骨碌碌地看著前方，初時也會懷疑問題是否過於沒趣，怎料他事後緩緩說著：「我經常都想把說話修飾得好一點，想清楚才回答，但剛才是否也答得不太好？」他語帶猶豫地說。



活動成為共同話題

家人的愛是「子親樂」的起點，其他子女與父母之間的愛則是引線，鼓勵邢柏堅繼續前行。自2016年成立以來，「子親樂」舉辦過茗茶、郊遊、Art Jamming等各種活動，看著其他子女跟父母的互動，邢柏堅也深受感動。「有三代同堂的人來玩，我就問阿爸點解帶仔仔同自己爸爸來。他就答想仔仔將來都會帶他來玩。我好驚訝原來自己做的事，不只是影響他跟爸爸，而是廿年後的仔仔如何對待爸爸。」

這天，參加水仙班的大多是女兒帶著母親。當媽媽熟練地拿著刀子清理水仙頭，女兒連拿刀的方法也不清不楚，動作顯然較為笨拙。邢柏堅坐在他們當中，不其然也分享了媽媽參加水仙班的趣事。「媽媽當時弄得很快，我就讓她『威下』



「帶阿爸阿媽去玩」——「子親樂」的意念簡單直接，但邢柏堅發現子女長大後經常忽視陪伴父母的時間。

啦，哈哈！她參加完之後，日日望著盤水仙很開心，又會跟我說盤水仙長得怎樣。」

計劃開展的過程中，邢柏堅與父母的相處時間反而有增沒減，教他更了解雙親的需要。「共同話題多了，媽媽由初時參加水仙班，到現在不時會做義工，將他們更拉近自己的生活——這比任何東西都更有滿足感。」他嘴角微微上揚，滿足地笑著說。現時父母進入半退休生活，身體及心理狀態開始逐漸改變，「子親樂」的活動剛好迎上了他們的變化。「我覺得他們更有寄託，建立到自己的興趣。好像爸爸上次參加品茶，跟旁邊的爸爸做了朋友，還一齊出去捉棋，我好開心他可以找到自己的朋友。」

由了解自己的不足及雙親的需要，到拉近其他子女跟父母的關係，邢柏堅形容這段經歷是充滿挑戰，同時獲益良多。「始終正職會有個框框，但這裡正實踐我想關心的事。的確，當中好多事都可以做得更好，但滿足感會更大。」同時身兼兩職，但他從沒有把「子親樂」視為興趣或工作的「逃生門」，反之他認為這是必需要做的事情。「這個計劃是關乎人生的意義，上班是其中一部分，但不是人生的全部。我會想除了上班以外，可否做些事為社會創造價值，令我自己有滿足感，所以這是『一定要做的事情』。」邢柏堅緩緩地說。



子女帶父母參加水仙班，入慣廚房的媽媽往往是最易上手的一員。