



# 照顧是我的志業。

照顧者都需要被照顧之類的說話，  
其實很可笑。

因為這些安慰的說話，  
是用來安撫弱者的心靈，  
但我從來不是弱者。

小寶，49歲，年青的時候曾經是髮廊屋的東主。在朋友眼中，小寶曾經是一個玩世不恭的「大家姐」。遇上比自己年長20年的丈夫後，小寶成為三個小朋友的媽媽。婚姻帶來沉重的照顧擔子，小寶可曾有一刻後悔？「時間到了，遇上對的人，任由我再玩世不恭，也會定下來。辛苦，但照顧責任是我現在的志業。」小寶堅定的語氣和眼神帶着一份無怨無悔，為這篇人物專訪的命題留下註腳。

除了三個小朋友的照顧責任外，小寶亦要擔起照顧父母的角色。「父母今年80多歲，媽媽因為早前患上癌症而行動不便，需要特別照顧。家人曾經建議送媽媽到安老院，但我不甘心，所以便背上照顧父母的責任。」社會上又有多少照顧者和小寶一樣，在不甘心與責任感驅使下，成為照顧者？

## 多元的照顧者

說起照顧者，筆者的印象總是離不開情緒波動、抑鬱焦慮的印象。但在小寶的身上，筆者看見負面情緒以外的可能性。「我的生活就是圍繞着三個小孩和父母。每天早上六時多便要起床做早餐，直至下午三時多便接送放學，接着帶小朋友到父母家晚膳，假如外傭姐姐放假，我便要協助行動不便的母親洗澡。但每天我也會有私人時間，就是孩子上學後的數個小時。」

跟進小寶的社工Step在訪問期間，不時稱讚小寶是社區中心的中堅分子：「小寶經常參與我們的活動，更是街坊組織的核心成員。每逢中心舉辦大型活動或會員選舉，小寶都是義工小組的座上客。」為何不利用空餘時間休息放空呢？小寶這樣回答：「貢獻社區得到的成就感，就是我走得更遠的原動力。我不是廢人，

所以不會浪費時間。」細問之下，筆者發現小寶從少年的時候，便已在生活的群體當中擔當領導者角色。或許是從小的訓練，小寶就是不能停下來。儘管責任重大，照顧和參與身邊的人和事，成為了組成小寶的重要部分。

## 沒有倒下的權利

到底這個鐵人媽媽，有否經歷「巨人倒下」的一刻？她這樣回應：「我不敢亦不會想像自己病倒或不能再照顧家人的畫面，這種想法只是浪費時間，根本無助我照顧家人，那為何要向負面的一方想？」筆者一方面不敢再向小寶提出關於壓力的問題，因為訪問結束後，小寶仍要面對照顧責任；另一方面，筆者腦海裏出現了一句說話：內化了的照顧責任，剝奪了照顧者倒下的權利。

「有時候，我認為社工經常提出：照顧者都需要被照顧之類的說話，其實很可笑。因為這些安慰的說話，是用來安撫弱者的心靈，但我從來不是弱者。」小寶說到這裏，筆者慢慢接受，眼前的受訪者是一個鬥士。

## 唯一的界線

「即使我把自己奉獻給這個家庭，我也有自己的底線。」小寶提到兩件事，第一是她不能接受家人對她照顧工作的批評，是因為她認為自己經已盡全力，把最好的給他們。「我不能接受父母對我的評論，尤其是他們埋怨我沒有把絕大部分的時間探望他們，這個我絕對不能接受。」字裏行間，筆者嘗試解讀小寶對照顧者的演繹：照顧者需要的不是被照顧，而是尊重和認同。

「不要嘗試在晚上八點後，要求我幹任何事情，這是我的私人時間。」界線清晰，就像打工一族下班後，不願意收到來自上司來電。轉個方式來解讀這句說話：照顧者並非「肉隨砧板上」。