

## | 第一章 | 生前規劃



生老病死是人生必經的階段，我們應以正面的態度面對死亡。若能在生前提前規劃身後事，並與家人分享自己的想法，便能更好、更方便家人遵從自己的心願，為自己選擇合適的殮葬方式，倍感安心。

生前規劃是對人生終點的提前安排，旨在讓人以更有準備、更有尊嚴的方式面對死亡，同時減輕家人和親友的負擔。這種規劃涵蓋多方面，包括財產分配、喪禮安排、器官捐贈及遺體捐贈等。透過生前規劃，我們不僅能實現自己的意願，亦能以愛與責任，為家人帶來一份安心與關懷。

本章作者：劉銳業、梁樂榮

# 生前規劃三五事

人生是不可逆的旅程，生老病死乃必經階段。面對死亡，與其迴避，不如以正面的態度迎接，提前做好準備。透過「生前規劃三五事」，我們能以清晰的框架，妥善安排重要事宜，不僅能確保自身意願得以實現，更能減輕家人和親友的壓力，為他們留下愛與關懷。

為鼓勵市民提早考慮身後事，食物環境衛生署（簡稱「食環署」）設立了「綠色殯葬中央登記名冊」。市民可透過名冊，提前登記並選擇綠色殯葬的意願，當登記者離世，其親友在申請火葬服務時，食環署會即時通知申請人有關離世者生前的選擇，協助家屬作出適當安排。此外，食環署亦設有「身後事安排」專題網站，提供有關殯葬服務的資訊及指引，幫助市民了解不同選項，並作出適合自己的安排。

## 第一件事：財產規劃

財產規劃是生前規劃的核心部分，目的是確保財產在離世後按照個人意願進行分配，避免因分配不明導致家屬之間的爭議。

## 財產規劃選擇

|      |                                             |
|------|---------------------------------------------|
| 立平安紙 | 適合財產結構簡單且對家屬信任度高的情況，作為一份非正式的財產分配指引。         |
| 立遺囑  | 具法律效力，適用於財產較為複雜的情況，有助確保遺產分配合法且清晰，避免爭產。      |
| 建立信託 | 適合需要長期管理財產或保障未成年受益人的情況，透過信託人管理財產，實現持續的財務安排。 |

## 注意事項

文件需清楚且符合法律要求，例如遺囑必須有見證人簽署方具法律效力。需定期檢視和更新財產分配計劃，尤其當家庭或財務情況發生變化時（如結婚、離婚、添丁或購置新財產）。

## 第二事：醫療決定

當面臨重大疾病或失去行為能力時，醫療決定能確保個人選擇得到尊重，同時避免家屬因不知當事人意願而陷入困境。

## 醫療決定選擇

|                                       |                                           |
|---------------------------------------|-------------------------------------------|
| 預設醫療指示<br>(Advance Directive)         | 能表明是否在特定情況下接受某些治療，例如不施行心肺復甦術（DNR）或其他延命手段。 |
| 持久授權書<br>(Enduring Power of Attorney) | 授權信任的人代為作出醫療及財務決定，適用於個人無行為能力的情況下。         |

### 注意事項

需與醫生或律師確認文件的法律效力，確保所有指示在需要時能被執行。要清楚表達個人意願，並通知家屬或受託人，避免未來出現混亂或分歧。

## 第三事：喪禮安排

喪禮不僅是家人和親友對逝者的告別儀式，更能體現逝者的價值觀。提前規劃喪禮，能減輕家屬在悲痛中作出決定的壓力，並確保喪禮儀式符合個人意願。

### 喪禮安排步驟

|                |                                                                             |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 第一步：<br>選擇葬禮形式 | 可選擇較常見於香港的火葬，骨灰可安放於靈灰安置所或撒入海洋。或可選傳統土葬方式，但需有墓地安排。近年綠色葬禮亦愈見普遍，如海葬、花園葬，提倡環保理念。 |
| 第二步：<br>指定葬禮細節 | 指定喪禮風格，如傳統儀式或簡約形式。指定音樂、花卉佈置，體現個人喜好與價值觀。可定下親友著裝要求，例如要求親友穿著彩色服飾，以輕鬆方式送別自己。    |
| 第三步：<br>提前交流需求 | 提前與殯儀館交流需求，甚至預繳服務費用，確保所有安排可如願、如期進行。                                         |

### 注意事項

喪禮安排可記錄於平安紙或遺囑中，確保家屬知悉相關細節。確保安排與個人信仰或文化背景一致。

## 第四事：器官或遺體捐贈

器官或遺體捐贈是延續生命或回饋社會的一種方式，讓生命在另一種形式中得以延續。

### 器官或遺體捐贈

|      |                                        |
|------|----------------------------------------|
| 器官捐贈 | 可於「器官捐贈登記名冊」登記，表達捐贈意願，幫助需要器官移植的病人重獲新生。 |
| 遺體捐贈 | 表明是否願意捐贈遺體用於醫學研究或教學，為醫學發展作出貢獻。         |

### 注意事項

清楚通知家屬自己的捐贈意願，避免因家屬反對而影響捐贈。確認個人健康狀況是否符合捐贈要求，以便相關機構安排。

## 第五事：遺物處理

物品承載著人的回憶與情感，生前規劃遺物的處理方式，能避免家屬在悲痛中因處理遺物而產生矛盾，亦能更有效地延續物品的價值。(1) 存放，如將有紀念價值的物品交給特定親友保管。(2) 分配，如珠寶、收藏品等可指定分配對象。(3) 銷毀或捐贈，如不希望物品保留，可指定銷毀或捐贈予慈善機構。

### 注意事項

將遺物處理的具體要求清楚記錄，並通知執行人或家屬。對有經濟價值的物品，應與財產分配計劃一致，避免產生矛盾。

## 立平安紙 / 立遺囑流程

在財產分配的規劃中，立平安紙或遺囑是重要的方式，能幫助確保逝者的意願得以實現。平安紙和遺囑的主要區別在於其法律效力及適用情況。

### 立平安紙流程

平安紙是一種簡單的財產分配方式，雖無正式法律保障，但在家庭成員彼此信任且財產結構簡單時，能起到一定的分配指引作用。

#### 步驟

|            |                                                                                                                                                                                      |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第一步：<br>起草 | 如要立平安紙，需由立平安紙者（即財產擁有人）親自撰寫文件，並清楚列出以下內容： <ul style="list-style-type: none"><li>• 財產種類（如現金、存款、房產、珠寶等）。</li><li>• 各項財產的分配比例或歸屬的受益人（如配偶、子女等）。</li><li>• 其他特殊指示或要求（如特定遺物的處理方式）。</li></ul> |
| 第二步：<br>簽署 | 撰寫完成後，立平安紙者需在文件上簽名，並邀請兩名見證人見證簽署。見證人需符合以下條件： <ul style="list-style-type: none"><li>• 年滿 18 歲，具法律行為能力。</li><li>• 不能是平安紙中財產的受益人，以避免利益衝突。</li><li>• 見證人在文件上簽名後，平安紙即完成。</li></ul>         |

### 所需文件

1. 平安紙，必須由立平安紙者親筆書寫並簽名，內容需清楚明確。
2. 見證人的身分證明文件，用於確認見證人身分，避免未來可能出現的爭議。

### 立遺囑流程

遺囑是一份具法律效力的文件，能確保財產分配按照逝者的意願進行。相較於平安紙，遺囑的程序更為正式且受到法律保障。建議尋求專業律師協助起草遺囑，確保文件內容符合法律要求，避免未來出現爭議。

#### 步驟

|            |                                                                                                                                                                                                                          |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 第一步：<br>起草 | 自行起草，或尋求專業律師協助起草遺囑。遺囑中需明確列出以下信息： <ul style="list-style-type: none"><li>• 所有財產的詳細資訊（如銀行賬戶、房產地等）。</li><li>• 受益人的身分及其應得份額或物品。</li><li>• 遺囑執行人（Executor）的姓名及聯絡方式（通常是受信任的家人或律師）。</li><li>• 其他特殊要求（如子女的監護安排或慈善捐贈計劃）。</li></ul> |
| 第二步：<br>簽署 | 與平安紙相似，遺囑需由立遺囑者簽名，並由兩名見證人見證簽署。見證人需符合與平安紙相同的條件，即年滿 18 歲且不能是遺囑的受益人。                                                                                                                                                        |

### 第三步： 保存

完成後，將遺囑存放於安全的地方（如律師事務所、銀行保險箱或家中安全保管處）。可將存放地點告知受益人或遺囑執行人，以便日後查閱。

### 所需文件

1. 遺囑文件，由律師協助起草或自行撰寫並簽署的正式文件。
2. 見證人的身分證明文件，用於證明遺囑簽署過程的合法性。
3. 財產相關證明文件（可選），如房產證明、銀行賬戶資料等，方便日後執行遺囑時查閱。

### 有律師

遺囑是具法律效力的文件，能有效保障立遺囑者的財產分配意願，避免家屬之間的爭議，特別適合財產結構較複雜或希望有正式法律保障的情況。在香港，遺囑的撰寫需符合《遺囑條例》的規定。聘請專業律師協助起草遺囑，確保文件符合法律要求，能避免日後可能出現的法律爭議。

律師會根據立遺囑者的資產狀況及分配意願，提供專業意見，以確保所有細節清晰無誤。在律師的指導下，立遺囑人需列出所有財產，包括銀行存款、房產、投資、保險、公司股份、珠寶等。明確說明每項財產分配給誰（受益人）及分配比例。指定一位或多位遺囑執行人（Executor），負責在立遺囑人去世後執行遺囑內容。執行人通常是信任的家人或律師。可提出特殊要求，如撫養未成年子女的安排、慈善捐贈計劃或其他具體要求。

遺囑正式起草後，需由立遺囑人（即財產擁有人）簽署，並邀請兩名見證人見證簽署。見證人在文件上簽名後，遺囑即具有法律效力。見證人須年滿 18 歲，具法律行為能力；而且不能是遺囑中任何財產的受益人或其配偶，否則該受益人可能喪失繼承權。

簽署完成後，律師通常會協助將遺囑存放於安全的地方，如律師事務所或銀行保險箱。立遺囑人應告知受益人或遺囑執行人遺囑的存放地點，以便日後查閱和執行。

### 所需文件

1. 身分證明文件，如立遺囑人的身分證或護照，用於確認身分。
2. 財產相關文件，如銀行存摺、房產證明、投資賬戶資料、保險單等，便於律師準確列明財產明細。
3. 其他文件（如適用），如婚姻證明、子女出生證明，或任何與財產分配相關的文件。

### 注意事項

若財產狀況或家庭關係發生重大變化（如有新增財產、結婚或離婚等），應及時更新遺囑，避免與現實情況不符。遺囑必須以書面形式撰寫及簽署，並由見證人簽名；口頭遺囑或未簽署的遺囑無法律效力。立遺囑人可隨時撤銷或修改遺囑，需以書面形式進行，並符合相同的簽署和見證要求。

## 沒有律師

如果不聘請律師，遺囑可以自行撰寫，但必須遵守香港《遺囑條例》的法律規範，確保遺囑具法律效力。雖然自行撰寫遺囑較節省費用，但需格外注意內容應清晰及格式正確，以避免因法律瑕疵引起爭議。

立遺囑人需自行撰寫遺囑（可親筆書寫或打印），並在文件中註明個人資料，包括立遺囑人的姓名、身分證號碼及住址。詳細列出財產分配意願，財產的種類（如房產、銀行存款、珠寶等）、分配比例及受益人姓名。指定一名或多名遺囑執行人（Executor），負責在立遺囑人去世後執行遺囑內容；執行人通常是信任的家人、朋友或其他可靠人士。可加入特殊指示，如未成年子女的監護安排、特定遺物的處置、慈善捐贈等。

遺囑必須由兩名見證人在立遺囑人面前見證簽署，並在遺囑上簽名。見證人需年滿 18 歲，具法律行為能力。不能是遺囑的受益人或其配偶，否則該受益人將喪失繼承權。見證人簽署後，遺囑即具法律效力。

遺囑完成後，應妥善存放於安全的地方（如家中保險箱、銀行保險箱等）。為避免遺失或被篡改，立遺囑人應告知受益人或遺囑執行人遺囑的存放地點。亦可選擇將遺囑副本交予可信賴的人士保管。

## 所需文件

1. 自行撰寫的遺囑，可親筆或打印，但需有立遺囑人及見證

人的簽名。

2. 見證人身分證明文件，用於證明見證人的身分，以防日後出現法律爭議。

## 注意事項

自行撰寫遺囑需符合香港《遺囑條例》的要求，否則可能被視為無效。遺囑內容應清晰明確，避免產生歧義，否則可能導致家屬間的爭議或法院的裁決。不能包含任何非法或不道德的指示。若財產或家庭狀況發生變化（如新增財產、結婚或離婚等），應及時更新遺囑。新遺囑應明確撤銷之前的遺囑。

## 平安紙與遺囑的分別

「平安紙」是一般市民對遺囑的俗稱，通常指記錄個人生前財產分配或其他意願的文件。然而，僅憑名稱，並不能決定該文件是否具備法律效力。要判定一份標明為「平安紙」的文件是否為遺囑，需檢視其是否符合《遺囑條例》第 5 條的規定。

根據香港《遺囑條例》第 5 條，一份文件要被視為合法有效的遺囑，必須符合以下條件：遺囑必須以書面形式製作，並清楚列明遺產如何分配或其他遺願。必須由立遺囑人（即遺囑的作者）親自簽署，且簽署需顯示其意圖確認文件為遺囑。簽署必須在兩名或以上見證人面前進行。見證人需要在立遺囑人簽署後，當場見證並簽名確認。立遺囑人必須年滿 18 歲，並具備清晰的心智，能理解自己所作決定的法律後果。