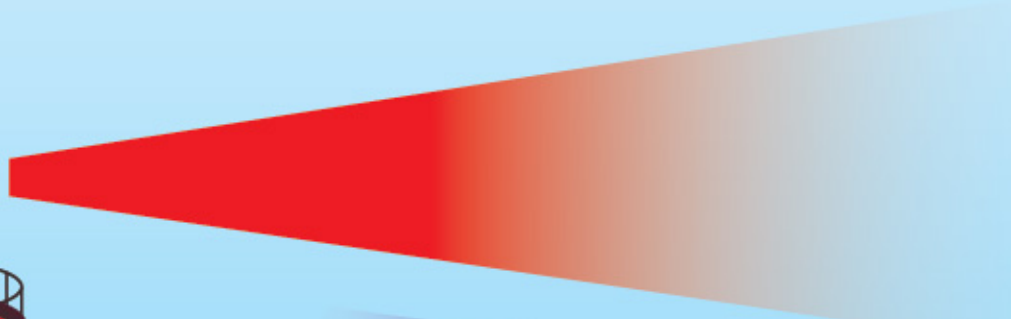


恒生銀行 · 再生會

十大再生勇士選舉



奮鬥錄

2013-2014



恒生銀行
HANG SENG BANK

火

媽媽靠它弄成三盞一湯；

領袖靠它帶領群眾前行；

奧林匹克靠它燃點一種精神。

一團火有一萬個可能，那麼，一個人呢？

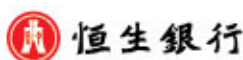
我們相信，人的力量比所知的更大。

全力支持「恒生銀行 • 再生會十大再生勇士選舉」

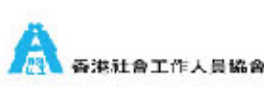
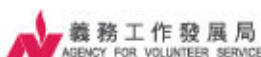
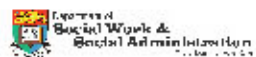
目錄

| | |
|------------------------------------|-------|
| 再生會簡介 | 1-2 |
| 序 | |
| 高永文醫生 BBS, JP (食物及衛生局局長 暨 再生會榮譽會長) | 3 |
| 李慧敏女士 JP (恒生銀行副董事長兼行政總裁) | 4 |
| 梁智仁教授 SBS, JP (醫院管理局主席 暨 再生會榮譽主席) | 5 |
| 沈祖堯教授 SBS, JP (香港中文大學校長) | 6 |
| 鍾惠玲博士 (再生會名譽主席) | 7 |
| 黃至生醫生 (再生會主席) | 8 |
| 再生勇士分享 | 9-28 |
| 嘉賓分享 | 29-30 |
| 歷屆再生勇士名錄 | 31 |

合辦



支持機構 (排名不分先後)



贊助



再生會成立於1991年5月，乃政府註冊之慈善復康服務機構，經費大部分由社會上熱心人士及機構捐助。本會一直以「健康重建、生機再現」為目標，推廣復康及健康管理，致力為紅斑狼瘡症、硬皮症、銀屑病(牛皮癬)、痛症及情緒受困擾之人士及患者提供多元化的服務。



宗旨

- 推行復康教育，協助長期病患者助人自助，早日康復，重投社會；
- 提高公眾人士的健康意識，並喚醒大眾對長期病患者的關注；
- 推廣積極抗病，逆境自強的精神。

服務

- 十大再生勇士選舉：表揚長期病患者堅毅精神；
- 再生勇士生命教育分享：鼓勵大眾積極自強、活出豐盛人生；
- 病類互助小組：病友及康復者分享與交流，彼此支持；
- 強身健體復康課程：意拳氣功、瑜伽、太極等課程；
- 再生天使義工網絡：支援長期病患者及推行社區教育；
- 健康管理及課程：學習全面自我管理以達致提升健康；
- 長期病患者獎學金：為長期病患者爭取進修機會；
- 社交康樂活動：郊遊、參觀、聯歡會；
- 興趣班組：各類型的班組，增進會員間的交流；
- 免費服務：中醫義診、剪髮等服務；
- 出版通訊及專刊：報道治療及防病新資訊
- 情緒健康：為有需要人士進行情緒評估，個案輔導及跟進，舉辦情緒小組、專題講座、研討會及情緒管理工作坊。



愛心捐助再生會

「再生會」於1991年成立，乃政府註冊之慈善復康服務機構，致力協助癌症及長期病患者積極抗病，逆境自強，以重獲身、心、靈健康，達致助人自助的精神，並推廣復康及健康管理，提供治病及健康資訊，為癌症及長期病患者提供多元化服務。

本會的經費大部分由社會上熱心人士捐助。希望各位能支持「愛心捐助」行動，集腋成裘，支持本會的服務。

請填妥下列表格連同支票抬頭「再生會有限公司」(Regeneration Society Limited)，或存款至恒生銀行戶口351-042445-001，連同存款收條寄回再生會，以便本會發出收據予各認捐人士。

地址：九龍東頭邨逸東樓 8-11號地下

電話：2382 6963 電郵：info@regensoc.org.hk

傳真：2563 7041 網址：www.regensoc.org.hk



姓名：先生 女士 _____ 會員 非會員 義工申請

本人願意捐助港幣 \$6,000 \$1,000 \$500 \$100 \$ _____ (捐助\$100或以上可獲扣稅)

地址：_____

電話：(住宅) _____ (手提) _____

電郵：_____



高永文醫生 BBS, JP

食物及衛生局局長

再生會榮譽會長

「恒生銀行•再生會十大再生勇士選舉」踏入第17年，歷年的再生勇士，不僅突破身體障礙，更擁有健康心靈及澎湃的生命力，讓我們見證一個又一個的奇蹟，令我們反思人生的意義和生命的價值。

「有限生命創出無限可能」來形容每一位勇士最貼切不過，即使在生命旅途上，遇到任何意外、傷患、突發疾病，前路無論有多艱難，勇士們都沒有自暴自棄，相反更積極樂觀，對理想仍然執著，對生命依然堅持，每一位都將有限的生命發光發亮，綻放出更漂亮的人生，同時更點亮別人的生命。

再生勇士們堅毅不撓的心、永不放棄的精神及超人的意志，無不令人動容及敬佩，他們更為社會帶來正能量，反映社會上着實是充滿關愛和互助精神。我們亦不要忘記，每一位再生勇士的誕生，背後必有家人、親友、醫護人員或照顧者的關懷與鼓勵，在此向每一位照顧者致敬。

人生總有高低起伏，面對不如意事情時，該如何面對？如果這一刻遇到挫折意志消沉，請看看每位再生勇士奮鬥的經歷，定必令大家有所領會。讓我們都懷著無懼逆境、挑戰極限的精神，去跨越每一個嚴峻的考驗。

最後，再一次鼓勵大家，珍惜生命、積極奮發、活在當下，活出燦爛精采的人生，祝福大家身體健康、生活愉快！





李慧敏女士 JP

恒生銀行
副董事長兼行政總裁

恒生銀行連續6年支持再生會舉辦的「恒生銀行•再生會十大再生勇士選舉」，藉此表揚勇士奮抗頑疾的事跡。我們見證不少長期病患者憑着堅毅的精神克服種種障礙，期望今屆的再生勇士能再次為社會帶來積極正面的訊息。

再生會一直致力為長期病患者提供各項支援服務，讓他們能夠憑着勇氣與堅毅，跨越障礙，璀璨再生。

新一屆選舉以「堅毅迎難•再生璀璨」為主題，希望借助再生勇士的奮鬥經歷，為社會帶來正能量，並為面對不同難關的人帶來啟發，讓他們重拾信心和動力，再次展現生命的光輝。就像十位再生勇士一樣，縱使面對種種困難，都能以堅毅意志，面對逆境。

十位再生勇士來自不同背景、面對的遭遇和挑戰亦各異，但他們都能夠以不屈不撓的精神戰勝病魔。每年的奮鬥錄均輯錄他們的感人故事，希望讓生命影響生命，令其他人都能分享再生的喜悅。

再生勇士與其家人和朋友展現了人性堅韌的一面，他們對生命的熱誠應予以讚揚。我衷心希望這種堅毅的精神能廣傳於社會，讓我們一起樂觀面對人生。





梁智仁教授 SBS, JP

醫院管理局主席

再生會榮譽主席

人生路上難免會遇到挫折，不論是事業、家庭及學業等，都在不同階段為我們帶來煩惱。而我們面對問題的反應都有所不同，有人會選擇埋怨，將問題歸咎於自身的不幸，有人則會樂觀面對。

若果你認為自己是屬於前者，那麼再生勇士的遭遇可能會令你的想法有所變。

「恒行銀行・再生會十大再生勇士選舉」每年都會嘉許不同勇士在生命教育中作出的貢獻。他們雖然深受各種先天或後天疾病所帶來的煎熬，但怪責、放棄等字眼並未出現在他們的字典中，反而「積極面對、勇敢生活」成為了他們不少人的座右銘。

每次參與十大再生勇士選舉，都會令我對生命再次充滿熱誠，讓身心得到新的洗滌。在他們身上，我們明白到生命、幸福雖然不是必然，但每個人都會有其存在的價值。即使生命可能隨時會終結，每位勇士都把握分秒，發揮個人所長，在人生中留下美好的印記。

今屆再生勇士選舉擴展至內地及澳門，讓我們認識到更多不同經歷及擁有精彩人生的勇士。在此亦感謝再生會每年積極舉辦這個意義非凡的活動，以參賽者對生命的熱愛去鼓勵社會上身處困境的人。同時亦希望各社會賢達、好友團體能繼續支持再生勇士選舉，繼續為社會帶來正能量！





沈祖堯教授 SBS, JP

香港中文大學校長

恒生銀行・再生會十大再生勇士選舉首席評審

本人十分高興在過去連續7年擔任「恒生銀行・再生會十大再生勇士選舉」的評審，一起見證歷屆勇士頑強的生命力。透過認識每一位再生勇士的抗病故事，重新給了我們勇氣，也為香港社會注入一股「熱愛生命、珍惜當下」的清泉。在此，我由衷地向他們致以無限的敬意！

日本著名的教育家池田大作先生說：「人絕不是命運的奴隸…人自身當中，蘊含着積極主動創造自己一生的力量。與疾病對抗才能了解人生的苦與樂，能鍛鍊出不屈不撓的精神。」選擇放棄十分容易，唯有堅強、勇敢面對生命的鬥士，才能享受人生的各樣精采。歷屆再生勇士雖背負長期病患的擔子，但從失敗和氣餒中，勇敢地對抗病魔和種種障礙，創造出豐盛的價值。

再生會為了把再生勇士的積極能量傳達到內地，今年首次舉辦「國內再生勇士選舉」。在此衷心恭賀3位來自深圳及澳門的朋友，跨越地區獲得是次榮譽，當中不乏令人可歌可泣的動人故事。透過此獎項，盼望可讓香港人更充分認識內地同樣懷有堅強鬥志的朋友，以嶄新角度去欣賞長期病患者及殘疾人士的成就。

此外，非常感謝再生會新設「傑出社會貢獻大獎」，表揚一班默默為弱勢社群爭取福祉的領袖。他們的傑出貢獻像黑夜的明燈一樣，照遍黑暗的角落，是我們學習的典範和楷模。

無論我們健全與否，只要勇於面對生命，都可以發揮個人的長處。讓我們以再生勇士為榜樣，積極跨越人生每一個挑戰，創造出無限的價值！





鍾惠玲博士

再生會名譽主席

再生會創辦22年以來，一直貫徹「健康重建，生機再現」的宗旨，協助長期病患者自強自助，身心康復、重投社會。除了每年舉辦的「十大再生勇士選舉」之外，再生會今年更設立「國內再生勇士獎項」，希望把「再生」的理念伸延至內地及澳門等香港鄰近地區，讓香港人也認識到其他地區的再生勇士，表揚再生勇士以自強不息的意志，克服各種的疾厄。

能夠見證着第十七屆的「十大再生勇士選舉」的誕生，真令我感到無比的興奮！再生勇士以生命影響生命，把正面與積極態度的訊息激勵了我們每一位的香港市民。再生勇士得到社會的認同的確是幫他們打了一支強心針，令他們重拾信心，繼續創造出精采燦爛的人生。

長期病患者要面對着這場抗病的持久戰，當然不少得要感謝他們的親朋好友的支持和照顧，使他們能從黑暗中走出來，更以自身的經歷去鼓勵其他病者。雖然他們面對不同的疾病，但卻擁有一樣堅強的意志，令他們重新出發。

過去多年，感謝恒生銀行不遺餘力地贊助十大再生勇士選舉，以及各評審、嘉賓籌委會成員與義工們的寶貴意見和支持。同時，亦都感謝傳播媒體廣泛的報道，使再生勇士在港人心中留下深刻的印象。

在此送上最衷心的祝賀給再生勇士，為他們璀璨光輝的生命喝采！讓我們一起努力，為自己 and 別人都送上最親切的關懷，積極挑戰每一天。





黃至生醫生

再生會主席

再生會每年積極推動「十大再生勇士選舉」，透過再生勇士的奮鬥經歷，鼓勵社會上處於困境的人，以生命影響生命。轉眼之間，以「堅毅迎難·再生璀璨」為主題的第十八屆「十大再生勇士選舉」又揭開序幕。

首先衷心祝賀今屆得獎的再生勇士們，雖然他們在人生路上困難重重，但他們憑着堅強的意志及不屈不撓的精神，活出精采的人生。這種精神絕對值得我們學習。

另外，本屆的獲選者首次有居於內地及澳門的勇士，目的是藉此把勇士們的奮鬥精神傳揚至不同階層、地區，同時亦有助於對外發揚本會一直以來的宗旨——「健康重建，生機再現」。

在此感謝恒生銀行全力支持是次十大再生勇士選舉，令選舉得以順利舉行。當然，再生會的發展亦一直有賴各友好團體及社會各階層人士的貢獻。在此向所有為再生會付出過的勇士、機構團體及好友義工們表達衷心的致意。





病患與診治過程

能背起書包，穿上校服，和同學一起打籃球，對一般學生而言，都是平凡不過的事。但我這種想法從1994年10月開始改變。

當時我剛升上中三沒多久，便發現身體開始出問題，臉上出了紅疹，亦持續發高燒，肌肉及關節疼痛無力，視力受到影響。經診斷後我確診「系統性紅斑狼瘡」，須經常進出醫院治療，並服食類固醇、抗排斥藥等，亦可能行動不便。治療期間，我的臉頰變得圓圓的、頭髮稀疏，令我缺乏自信，不想與人接觸。

病發不足一年，醫生發現我雙腳的腕關節有缺血壞死情況，這情況絕少在13歲而患病不足一年的紅斑狼瘡病人身上出現。最後醫生建議我做2次植骨手術，那就是在小腿內開刀抽取一節骨，並植入於腕關節中，希望腕關節能再生長。當時我的心情十分複雜，究竟我能否再走路呢？兩次的手術都長達十多小時，期間要卧床休息各6個月，讓植骨生長。

積極抗病經歷

休養年半後，醫生說我可用手叉輔助行路，我當時心情是滿有期待的。但不久，醫生再發現我的植骨未能生長，須再進行兩次手術。儘管病情反覆，但我亦開始與醫護人員建立了如家人般的深厚感情，住院期間，常常做小手作送給他們。雖然行動不便，但我受到很多人的愛護，而且有輪椅代步，做我想做的事，讓我更強烈感受到生命的氣息，生病亦可是一種幸福。

有一天，醫生和醫院老師提議我到特殊學校讀書。起初我不願意，但醫護人員的耐心講解和鼓勵，提醒了我重返校園是我的一大願望。出院後，我入讀香港紅十字會雅麗珊郡主學校，





坐輪椅出入上課，感恩學校設施能配合我的需要，住宿生活讓我有更多時間休息、治療和讀書。

雖然服藥、打針、做手術等治療都痛楚難耐，但我仍感恩有針藥治病。我不能改變患病的事實，但我可改變的是我如何面對這事實的心態。我要用生命去感謝身邊的人，並靠着上帝給我的勇氣去走前面的路。

患病體會

20多年的復康過程，我體會到親友和醫護人員對我無微不至的關懷。得到他們的啟發，我希望能用生命去愛身邊的人和回饋社會，於是立志成為「特殊教育老師」，培育師弟師妹。雖有人認為我的體力未必能應付老師的工作，但未曾嘗試又怎知不可能呢？於是我高考後進了香港教育學院，在獎學金和教會經濟支持下，花了4年完成教育培訓，現任教於香港紅十字會馮嘉烈戴麟趾學校。由夢想初萌到至今已工作第8年，我真是十分感恩。這證明只要有夢想，加上適當的支援和努力，凡事也可成真。傷健人士也能得到社會公平的對待和支援，一切都在乎我們有否開放自己、把握機會，主動尋求適切的幫助。

至今已做了十多次手術，雖然仍要食藥治療及覆診，間中出入深切治療病房，但種種經歷和天父的看顧，讓我明白得着生命是寶貴的。除了授課外，我亦到醫院做義工服務病友，以文章和行動去鼓勵醫護人員。我會努力堅持下去，希望看到我的學生成長，堅強面對生命，為自己的生命喝采。我希望我身邊的人都活得精采，將困禍變為祝福。

**上帝做每個人都是獨特的，
並有着自己獨特的困難故事，
不可看輕自己，有目標、要堅持，
夢想才可成真。**





大家好！我是林依玲，今年12歲，但很多人都以為我只有8、9歲，因為我長得比同齡嬌小，其實長得不高的原因，是我患了腦腫瘤，即是腦癌。

回想在2009年確診時，當時只是小學二年級的我，早於幼稚園K3時，已開始喝很多水和常常要去洗手間，又很容易感到疲倦，媽媽帶我看過多位醫生，但醫生總說我沒有病，反而覺得飲水是個好習慣。後來，因我越喝越多水，又常常很疲倦的樣子，而且不時還會頭疼，醫生終把我轉介至威爾斯親王醫院。見過醫生約一星期後，媽媽收到醫院通知，指我須立即入院。當時我不知為甚麼，只見很多不同的醫生出現，並和爸爸媽媽在病房外傾談，心裏著實害怕。最後，我被送到兒童癌病中心。還記得當時我問媽媽：「為甚麼我要在癌病中心？」媽媽只是很擔心地說：「因為你患了癌病！」

一直以來，年紀小小的我只知道癌病會令人死亡，而且打針抽血和打豆豆會很痛，所以非常害怕！接受治療時，我每天都要抽多次血，最初每次抽血打針我也會大哭大叫，在我接受第一次化療時，更偷偷地哭起來。那時媽媽發現了，便對我說：「不要怕，要不怕才能打敗病魔，而且有爸爸媽媽在身邊，很快便會痊癒。」這句話給我很大的鼓勵，從此打針抽血，我再也沒有哭。就算多次化療後，還要進行30次電療，令皮膚很痛很辛苦，我也沒有流過一滴眼淚。



從入院一刻開始，我便不能上學，看不見老師，看不見同學，更不能外出，不能到公園玩，而且身體會很不舒服，渾身都會發疼，甚至會嘔吐，每天只能隔着窗戶，望着窗外的公園，看到小朋友開心玩樂，令我很不開心！那時，療程令我的頭髮全都脫掉，變得光禿禿，我很害怕，不想讓其他人看見，直到有一次老師來探望我，還稱讚我光禿禿的頭也很可愛呢！從此我才敢頂着光禿禿的頭外出。患病



時，爸爸媽媽給我的支持，老師和同學送我祝我早日康復的心意卡，還有社工姐姐給我的鼓勵，全靠他們，我才有信心打敗病魔。

現在雖然康復了，但患病的後遺症很多，我的眼睛現在只剩下一半視力，走路時常常撞倒，而且經常頭暈和頭疼，身體也很容易疲倦，令我常常不能上學，每天還要吃藥和打針。雖然如此，我很積極地面對，在身體情況許可下，我會參加不同類型的活動來擴闊視野，認識世界，多看身邊的事物來豐富自己。我也經常當義工，曾經連續兩年當選為「活水行學生大使」，亦連續3年參加「赤腳行步行籌款」，更在「生命小戰士會」以同路人的身份鼓勵患癌病的小朋友，並在紅十字會醫院學校做義工服務，亦試過在中學演講，主題是「生命教育」。做義工令我很開心，因為可以幫助別人，亦能增加自己的自信心，透過以往的經歷，鼓勵他人遇上困難不要放棄。



在我最痛苦的時候，我得到家人、老師、社工、醫護等很多人的支持和鼓勵，所以我希望將來長大了能當一名社工，因為我知道遇到困難時，有人在身邊支持和鼓勵是很重要的，能夠幫助別人，我也會很開心。

最後，雖然現在要走的路與其他小朋友略有不同，但我有信心能活得跟他們同樣精采，同樣快樂！

**我覺得生命要像蝴蝶；雖然生命短暫，
但牠的一生卻活得美麗，活得快樂！**





中學時期的我是足球、田徑、羽毛球的校隊成員，當時對運動的喜愛難以用筆墨形容，從小到大，我都是一個極好動的人。直到18歲那年，一個脊髓的血管瘤奪走了我走路的能力。當時正值會考期間，有一天胸口一下子的痛楚令我站不起來，十數秒後痛楚突然消失。因為當時經常運動，所以我覺得少少的痛楚可能只是運動帶來的傷患，所以不以為意，繼續我平常的生活。中午時，胸口的痛楚又再出現，而當時的痛楚我還能夠忍耐。

直至傍晚時，痛楚不但沒有減退，而且還不斷加劇。因為痛楚，我整個下午都躺在床上休息，當我準備起床吃晚飯的時候，我站在床邊左腿踏出第一步，突然感覺左腿乏力，整個跪在地上。父母隨即送我到急症室求診。到了急症室上了病床後，我的腳趾就像被火燒一樣，期間胸口的劇痛並沒有消失過，火燒的感覺一直漫延至胸口，急症室的醫生替我打了一枝又一枝的止痛針，照了一次又一次的X光都找不到原因，只好送我到病房留醫。直至翌日安排我照磁力共振時，我胸口以下已經沒有了活動能力，沒有了正常人的感覺。報告發現，我胸椎第1-3節有一血管瘤爆裂滲血，血塊壓住了神經線，於是令我痛楚難堪。醫生立刻安排我做手術清除血塊。可是手術後醫生告知我，神經線已經被壓壞並且不能修復，下半生都要與輪椅為伴。迎接如突如其來的劇變，父母難以接受，但每天不辭勞苦到醫院給我送飯，替我按摩幫助血液循環。這一切都在我心中，父母親的支持是最好的！

由於醫生已經斷定我不能康復，醫院決定轉介我到沙田療養院進行康復治療，由頭開始學習一些生活技巧。起初，連最簡單的上下床都要姑娘幫忙，更因為長時間卧床導致血壓的問題，我就算在床上坐起來都會覺得不省人事。於是我每天都反覆進行物理治療，其中進行站立的訓練是為了因長時間卧床帶來的血壓問題。站立訓練並不是真的靠自己的能力站立，反而是給予身體條件較差的病人練習，固定在電動床上，再調教床的角度，使病人慢慢適應暈眩的感覺，達致最終長時間站立都不會暈眩。除了克服血壓問題，我還要鍛鍊手部的力量，因為



我的手已經代表了我的腳，所有日常生活都得靠我剩下來的一雙手。兩年來每日都要進行兩節治療。除了物理治療，還要進行職業治療以授予我所有日常生活的技巧，如上落巴士和梯階等，目的是令我可以坐在輪椅上毋須別人幫忙也可以一個人如常出街。到最後可以自行使用交通工具上街，整個過程有兩年之久。



經院友的介紹，我重新走上運動的路，參加了輪椅劍擊興趣班，認識更多有相同遭遇的朋友及師兄師姐。因為興趣班都是由當時香港代表隊成員義務幫忙指導，他們在我住院期間經常接送我到練習場地，在他們身上我體會到一種堅毅、熱血的精神。他們為了所愛的興趣會盡自己一切能力去訓練，即使身體上有限制，但他們有着會衝破這些界限的精神去做每件事，他們給了我一個非常好的榜樣。大約3個月後，得到興趣班教練的推薦，我成為香港代表隊隊員，正式走上運動員的道路。剛接受正式訓練的時候，體能奇差，但看一班師兄師姐的訓練情況，令我有一股衝勁要追趕他們，我便在技術訓練外的時間進行體能訓練。一段時間後，身體漸漸強壯起來，大概訓練了一年之久，教練委派我前往外地比賽，那股辛苦過後得到回報的感覺很美好，終於得到了代表香港的機會！

一眨眼我已經打了7年輪椅劍擊，更在2012年倫敦殘奧會奪得個人銀牌。我心存感激，感激上天給我這個血管瘤，因為沒有這個病我沒有機會參與輪椅劍擊，更沒機會參與奧運會；感激上天給我機會認識了我的妻子，她是我的天使，總會在我身旁給我支持；感激在我住院期間每天不辭勞苦照顧我的家人；感激在我生病後的一切，那怕只是一點小小的事情，我都要心存感激，因為這一切令我成長、圓滿了我的生命！

一眨眼我已經打了7年輪椅劍擊，更在2012年倫敦殘奧會奪得個人銀牌。我心存感激，感激上天給我這個血管瘤，因為沒有這個病我沒有機會參與輪椅劍擊，更沒機會參與奧運會；感激上天給我機會認識了我的妻子，她是我的天使，總會在我身旁給我支持；感激在我住院期間每天不辭勞苦照顧我的家人；感激在我生病後的一切，那怕只是一點小小的事情，我都要心存感激，因為這一切令我成長、圓滿了我的生命！



前方是絕路，希望在轉角。



病發與診治過程

我出世時是個不會哭的嬰兒。醫生診斷我在分娩過程中大腦缺氧，患上「大腦痲痺症」，導致四肢乏力、筋腱日漸萎縮、肺功能偏弱。我經常因肺炎、氣管炎、矯型手術等問題須出入醫院。

我共動了3次大手術。第一次在5歲時，在健康院輪候時，我頑皮地在椅子上爬來爬去，當時我只想用行動告訴她：我有能力活動自如，與普通小孩沒分別！但終於我沒捉緊椅身摔了下來，令頭骨爆裂，要開刀動手術，頭髮亦因此全剪掉了。第2次手術在翌年，那時我雙腳不能伸直，物理治療師建議我動放筋手術，結果左腳大腓筋腱放多了，導致它無法自如地屈曲。第3次是矯型扁平足手術，醫生稱只要從盤骨取出一塊骨，分別放進腳骨內，便不用再穿戴腳托(輔助工具)。可惜手術不算成功，醫生在沒加麻醉藥的情況下強行把螺絲取出。那種徹骨的痛楚，我至今依然記憶猶新。

積極抗病經歷

我沒有因為身體上的缺陷自暴自棄，反而不時提醒自己，我比別人要多幾倍時間完成一件事，所以更要善用每分每秒。以起床為例，別人可能兩秒便可下床；但我要把被子揭開，用雙手慢慢地支撐自己的身軀，再由床轉身坐在輪椅上。這麼簡單的動作已花掉5分鐘，試問我怎可以不珍惜光陰？於是我全情投入生活，用功讀書，積極參與課外活動，務求令時間變得充實。不要讓自己理所當然地去做一個傷健人士，而是要賦予動力及正能量給自己去去做一個平常人。

在學業上，縱使寫字速度緩慢，功課仍堅持手寫。課餘時間，我會每天複習，並看課外書來豐富知識，也會每天看新聞去了解社會上發生的事情。放學後，我積極接受物理治療，希望鍛鍊出健康的身體，減少入院次數，有更多時間去做喜歡的事。

在課外活動上，我學習揚琴以陶冶性情和鍛鍊手肌。此外，學習硬地滾球對我的影響尤其深遠：身體較以前健康了、社交圈子





擴大了，甚至能遠赴外國參加各樣比賽，包括2012年倫敦殘奧；我更因此找到自己真正的存在價值。要同時兼顧運動和學業，我犧牲了許多休息和娛樂的時間，有時做家課到深夜才可入睡。

獲親友們的支持和體會

知足常樂是我的長處：不要看自己沒有的，只需看自己所擁有的。沒有人一出生就是完美的，故不要與人比較，因為每個人的路無一相同。天生的缺陷使我不能如一般小孩那樣走走跳跳，甚至受盡路人白眼。不過這些都無損我的生存欲望，有了家人、朋友和老師的鼓勵，我決意要活出不一樣的人生。

我要感謝為我盡心盡力的母親。她十月懷胎把我生下來，得知我不是個健全的孩子後仍不離不棄，設法讓我更強健，還無條件付出她的精力和時間。她經常為我的健康憂慮，甚至暗自流淚。有時候我溫習到深夜，母親擔心我太夜睡會捱壞身體，會不定時醒來看我睡了沒有。只要有空，她都會協助我做物理治療或陪我留院，使我覺得自己真的是世上最幸福的人！身邊的朋友亦時常寫便條、買零食為我打氣，讓我暖在心頭。

每當感到氣餒，我就會提醒自己：「你的職業出路已比一般人少，生活上又諸多限制，若不努力學習，將來的日子只會倍加困難，不要待力不從心時才來遺憾。」與此同時，送自己一個大大的笑容，正能量自然會回到自己身邊。人生若沒有不開心的事情，豈能突出開心的事情呢？

我不會把自己標籤成傷殘人士，我只是行動不便的普通人罷了。所謂「身殘志不殘」，我能力範圍做到的我定會盡力去做。將心比心，用生命影響生命，用自己的經歷去鼓勵更多的人。此外我還要用好成績來報答媽媽、老師、同學和朋友呢！



**不要看自己沒有的事物，只需看自己所擁有的。
只要笑一笑，沒有甚麼是解決不了的！**





病發及診治過程

帕金森症是一種慢性腦部退化疾病，多發病於老年。它的病徵包括震顫、僵硬、動作緩慢及平衡困難。在現今醫學裏，帕金森症還是個不治之症。

2004年，我當時24歲，家人發覺我走路時，左手總是貼着身旁，不會自然擺動，左腳則拖着細步行走。其後，我感到身體及手腳僵硬無力且動作緩慢，簡單如穿衣、書寫、走路等動作也倍感吃力。就醫一年後，醫生診斷我患了早發性帕金森症。服藥初期，我的狀況明顯地改善了。但近年，我的病情每況愈下，徵狀由左側遍及至兩側，導致藥量增加不少。藥用久了，藥效減少，副作用也變得嚴重，例如：

- 「開關」現象：有一次橫過馬路時，藥效突然消失，雙腳不能提步，彷如冰封一樣，動彈不得，險象環生。
- 「舞蹈症」：每次服藥後，我都會不由自主地做出搖頭、扭動身體等動作，令我體力透支，汗流浹背。加上途人的怪異目光，令我尷尬之餘，更深受情緒困擾。

現在，我每天都必須面對多次藥效變化，及其對於身體的影響：

- 藥效較佳時：活動自如；
- 藥效高峰時：出現不由自主的「舞蹈症」；
- 藥效波動時：「開關」現象；
- 藥效消失時：活動困難、身體僵硬及肌肉痛楚。

此外，藥效變化也會影響情緒，而部分病者都有情緒低落、憂鬱等現象。



積極抗病經歷

帕金森症令我失去一般人的活動能力，更迫使我放棄事業和理想。為了隱藏自己患病，我只好躲在家中。日子過去，人生變得毫無意義，我心裏只有自卑、孤單和沮喪。幸好，在家人的不離不棄和鼓勵下，我嘗試接觸其他病友。不久，我加入香港帕金森症會，成為會內最年輕的患者。同年，我擔任執行委員，參與網頁設計、會務電腦化等工作，與一眾病友共同分享當中的樂趣和成果。近年，我更積極參與區務工作，如擔任活動司儀和小組負責人等。





2007年，我們經過多番努力，成立了首個為會內外的中年及年輕患者提供服務的互助小組「青柏組」。組員除了得到同路人的支持外，還可以交流心得，讓大家抱着積極樂觀的態度面對人生的轉變。我們閒時會出來茶聚、離島遊、行山、打乒乓球，以及相約探訪甚少外出的病友。記得有一次在活動完結後，有位病友對我說：「很多謝你的鼓勵，在患病後，我不敢去較遠的地方。今日我很高興，能與好友相聚，並且增強信心。我需要再次評估自己的能力呢！」

患病中的感受和體會

雖然年輕患者的病情進展及徵狀上與年老的沒有太大分別，但他們在工作、家庭、經濟、社交及心理上卻需要更多、更廣的支援。

此外，家人悉心的照料在我們抗病的路上實在不可或缺。我們卻往往忽略了家人所承受的壓力及身體上的勞苦，亦有人認為家人的照顧是理所當然的。雖然柏金遜症限制了我們的活動能力，但我們仍可以多關心、多慰問我們的家人，更可成為他們的聆聽者，為他們分憂，給予適當的鼓勵。一句窩心的說話，就能帶給他們百般安慰。

一年多前，媽媽在街上不慎跌倒。她為免我擔心，所以刻意不讓我知道。後來，當親友致電慰問時，我才知道這事情。那一刻，我覺得自己一無是處，還要家人為我設想，心裏覺得不安和難過。之後，我寫了個訊息給她，內容是：「媽，你跌傷了，還要為我擔心，我心裏很難過！我知道我現在已無能力照顧你，如果有來世的話，希望可以照顧你更多吧。」隨後，媽媽眼泛淚光，走到房間對我說：「仔，你不要這樣說，我知道你孝順，是柏金遜症令你甚麼也做不到，不要責怪自己，我是明白的。這幾年，我知道你的辛苦，我也很痛心。其實你時常與我談天，在我不高興時會為我分憂，還給我意見，這已令我高興和欣慰了。」

縱使抗病路上困難重重，病情每況愈下，我也從沒想過要放棄，反而積極面對，希望能以生命影響生命。



處境不變，心境變。
凡事往好處看，希望近在咫尺。



陳家泰

年齡: 53 病齡: 7 所患病類: 鼻咽癌、舌癌



我名叫陳家泰，成長在一個中產家庭，已婚，育有一子兩女，過往在父親經營的五金廠工作多年，其後繼承父業，管理廠務，過着平凡滿足的生活。

2006年經歷的一場病，使我面臨生命中第一個危機！流了持續多天的鼻血，被確診為第三期鼻咽癌！當時真的無法接受，我深知自己能力有限，唯有接受及完全依賴醫生的治療，接受了36次電療及6次化療後，情況總算穩定下來。療程中亦忍受着副作用反應，在身體逐漸康復後，我再次積極投身於廠務中！

好景不常，於2011年定期抽血檢驗中，發覺癌指數再次升高，並證實為鼻咽癌復發！真是晴天霹靂！我這次再也不能控制自己的情緒，加上生意及夫妻感情出現問題，我開始有幻聽及不時會大喊大叫，發洩不安的情緒！幸好我意識到自己的軟弱，於是在接受治療的同時尋求心理輔導！在妹妹鼓勵下參加利民會友樂坊的服務，幸得社工黃先生轉介，參與九龍城浸信會的同路人心理輔導，藉着傳道人羅姑娘及教友的幫助，認識基督真理後，內心得得到平安及盼望！經過54次電療及8次化療後，病情終於受控，身體也重新得到力量！

在社工及傳道人的鼓勵下，我開始參加教會的團契，以過來人分享自己的經歷，從此我的生命變得更有意義！但是上帝再次考驗我，於2012年6月被診斷患有舌癌，要即時動手術切除部分舌頭及附近的淋巴，得到教會弟兄姊妹同心禱告，我坦然面對癌病！手術影響了我的吞嚥及說話能力，聽覺也變差了，身體也變得虛弱，生活質素大受影響！但感恩的是太太悉心照顧，一家人比以前更加親密！





服務8小時或以上之義工！

2013年6月鼻咽癌第3次復發！這次醫生決定不須電療，但得接受12次化療針的治療！雖然癌症一次又一次復發，但感恩的是我仍能坦然面對，完全沒有再感到不適！感謝醫生團隊的無比愛心及專業治療，和得到教會牧者與社工的鼓勵，我參加了「順逆皆人生」珍惜生命社區計劃。藉着我的經歷鼓勵患癌病的人，亦深信這是神給我的事奉機會！於2013年聖誕節，我接受了浸禮，在親友見證下成為基督徒！

2014年1月初，我在一次例行檢查中得知頸部有異樣，被安排在3月份抽血作詳細檢查！無論結果如何，我亦會坦然面對，深信神會對我有最好的安排！我在身體許可的情況下，繼續參與「利民會友樂坊」社區探訪活動及教會「晴心組」的團契，關懷社區及身邊朋友，特別是長期病患及情緒抑鬱者！當苦難臨到時，有人活得悲情，整天自怨自艾；亦有人選擇堅強面對，與痛苦共存！願我這見證能鼓舞在患病當中的朋友：「人生無絕境，要積極面對，每一天都是賺回來的。不要隨便放棄，要珍惜眼前人及幫助有需要的人！」這是我常掛在口邊的說話！能藉此認識神更是我一生最大的福氣！

最後感激我的提名人社工黃遠志及傳道人羅萃賢，感謝他們一直的支持和鼓勵。



**珍惜生命，積極面對！
改變人生，畫出彩虹！**





我天生就有着一個長不大的身體。這一個病令我的脊骨彎曲，並影響我的骨骼體形發展，就像侏儒症一樣。所以，即使我現在已經28歲了，我的體形卻與8至9歲的小朋友無異。

猶記得，我大部分的童年就是在醫院渡過，每次入院差不多一住便要一年半以上。由於我的脊骨無力並彎曲，導致頸骨壓住了神經線，所以我在1990年時接受了第一次手術。但是那一次手術效果並不理想，因此在1993年，

我再一次做手術。醫生在我的頸骨位置放入金屬支架，固定頸部。手術後，我更要在頸上戴上一個頗為巨大的金屬架。因為當年這些醫療器材並不常見，所以每當我外出時，途人對這奇怪的模樣總是投以詭異的目光。有時候，我甚至聽到一些難聽的說話：「你看，這個人那麼奇怪，明明那麼大，仍要坐BB車。」「陰公了，他是不是上世做錯了甚麼，為何現在生成這樣？」「他有這個病，會不會好短命？」這些話只要我走到街上，就一定會聽到。兒時的我每每面對這些情況，都不知道怎去面對，只懂自卑地低下頭來。但那時外婆對我說，不用怕，我並沒有不同，我跟他們同樣是人，所以我應該勇敢地抬起頭，告訴他們自己的勇氣。慢慢人大了，學懂的道理也多了，便對這一切釋懷了。

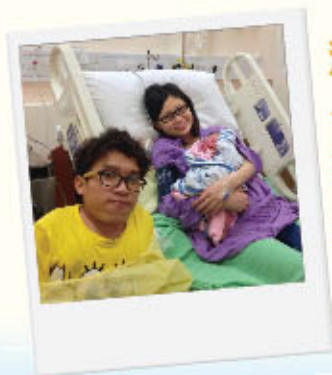
在我中六那年，醫生建議我去做拉直脊骨的手術。但這一個手術最大的風險是其失血量偏高，加上我的體型較小，相對地容易出現失血過多的情況，引致生命危險，所以這一個手術的成功率不會高於五成。醫生給了我一年時間去考慮要不要做這一個手術。在這一年，我感覺在度日如年。在每個失眠的晚上，我聽着一下一下的秒針聲，彷彿聽着自己的生命正在倒數。就在這一段時間，我初次接觸了攝影，令我開始明白，無論做人還是攝影，活在當下，才是最重要。當每一天都是賺回來的，每天都是一個新開始。最後，當我覆診的時候，醫生再評估了一次，然後告訴我狀況還不錯，只要保持現況，其實問題不大。說真的，那刻有說不出的感動。



現在我不會視自己為傷殘人士，只會覺得每個人的能力也有不同而已。所以即使我長期要使用輪椅，我仍然繼續堅持自己對攝影的理想。很多人會覺得，我身體細小，又要坐輪椅，要做攝影是一件非常困難的事。他們說得沒錯；但正正因為難，這件事才有挑戰性。因為自己坐輪椅，步伐會慢一點，看到的、想到的東西也會多一點。其實每件事都有好有壞，如果只想着自己已失去的，你不會覺得快樂。把自己的短處化成優點，才可使你走得更遠。現在我會透過自身經歷，用攝影去鼓勵身邊的人，為他們切切實實地作一個生命教育。我也會用攝影去記下社會所發生的事和一些自己的想法，用相片去喚醒大家對社會，及對自己人生上的一些啟發。



我常說，自己是一個幸運兒。雖然上天給了我一個與眾不同的身體，但同時也給了我很多十分珍貴的東西。我有一個很愛我的家，我有一個很愛我的太太，我有一個很可愛的女兒，我有一班一直支持我的朋友，我有幾位一直教導我的良師，也有一些一直欣賞我作品的支持者。的確，沒有我的爸媽，就一定沒有現在的我。要照顧一個普通的小孩本來就不容易，但要照顧的一個天生體弱多病、有殘障的小孩，就更加不容易。我知道他們在我的成長路上，也因我而受到不少歧視。感激他們一直鼓勵，一直叫我努力去追尋自己的夢想；只要我覺得是對的事，他們便會支持我去做。加上現在我多了兩個珍重的人，一個是我太太，一個是我剛出世的女兒。感謝太太的愛，感謝她鼓勵我繼續追夢。



活在當下，愛在當下，做人如是，攝影也是一樣。珍惜每刻，珍惜擁有，同時把自己有的，跟別人分享，繼續用攝影去關心社會，繼續用生命影響生命。





個人患病與奮鬥經歷

我出生時因難產而導致腦部嚴重缺氧，經醫生搶救，把我從鬼門關救回來。其後我被診斷罹患嚴重大腦麻痺症，極有可能要終生卧床。雙親聞之，傷心欲絕。幸好4歲時，獲香港紅十字會甘迺迪中心取錄，入讀小一。

17年在轉眼間過去，除了完成小學到預科的課程，還接受一連串有系統的體能訓練。記得剛入學時，體能非常差，甚至連講一句完整句子都有困難。當時，每天有兩至三小時需要到各個治療部接受各種不同訓練。例如：物理治療是學習站立、用步行輔助器來步行。職業治療是學習日常生活技巧，包括：穿衣著鞋、吃飯喝水和推輪椅。言語治療是學習語言發音技巧。今時今日，我可自行用扶手過椅、控制電動輪椅上街、與人溝通，這都是長年累月訓練下所得的成果。

雖然自己是嚴重肢體傷殘，日常生活必須依賴父母的悉心照顧，但我從不怨天尤人，反而努力去發掘自己興趣，中二開始便迷戀編寫電腦程式。記得當時我只顧研究電腦而忽略學業，令主科成績一落千丈，還差點被學校開除。其後，老師鼓勵我用電腦檔案交功課，於是趁機努力練習中文輸入法和基本電腦技巧，更自行涉獵與電腦相關的知識和技術。日子有功，中五會考在電腦和數學科分別獲得B和C的成績。在預科期間，更協助學校編寫微型電腦系統給教學部和職業治療部使用。



在課餘時間，我會定期去傷健中心做義工：賣旗籌款、維修電腦、設計遊戲攤位等，更因此獲得多個義工獎項。在預科期間，更被學校推薦參加「中大學生領袖訓練計劃」並得到「語文教育基金」全數資助，出版了個人文集《崎嶇的人生路》，藉此以文字鼓勵師弟师妹：雖身體殘障，但千萬不能放棄，反而要努力尋找發展方向。在攻讀電腦高級文憑和商業資訊系統學士時，我曾主動回母校做一年實習，為有特殊需要的學生設計電子學習系統，加強其學習效率，實行學以致用，幫助同路人。我還得到母校和循道教會助學金邀請，在週年聚會演講，分享自己奮鬥經歷，勉勵他人



以積極態度活出精采人生。今年年初，很榮幸地再次受母校邀請，以傑出校友身份接受兩位學妹專訪，探討「如何面對失敗與個人成長的關係」，身體力行去互相勉勵，共同以不卑不亢的態度去面對逆境。



大專生活與學術成就

由於高考成绩未如理想，無法升讀本地大學學士課程，我只能入讀香港專業教育學院(IVE)電腦系統管理高級文憑課程。在IVE求學期間，有幸遇到良師益友陪我渡過艱難時刻。還記得剛入學時，由特殊學校轉讀常規學校，更由文科轉理科，需要重新適應所有科目，過程極之艱鉅。幸好有位學長耐心的幫助和講師們熱心的栽培，讓我參與多個研發項目，才有機會把所學知識應用。經過鏗而不捨的努力、失敗和嘗試，終於掌握箇中竅門。故此，成績不斷攀升，被眾多講師多次公開點名稱讚。再加上，駐校學生輔導社工積極地為我爭取校內傷殘設備和配置，讓我能真正享受大專生活。經過一番艱苦奮鬥、寒窗苦讀，終以良等成績畢業，升讀與英國列斯城市大學合辦的學位課程。期間，更額外修讀一個Linux系統管理專業證書課程。在不少英國大學教授的支持和鼓勵下，我終以七優一良成績榮獲一級榮譽和校內第一名畢業。

腦部受損是無法康復的，在別人眼中可謂不幸，但這反而讓我得到眾人祝福，活出基督生命見證。人生路上有許多事情都不能改變，不論好壞，我們只能欣然接受，並竭盡所能，做好本分，不要將一己之見，強加於別人身上。身為一位80後青年，要學懂對人對事，克己盡責，積極裝備自己以面對人生各項挑戰，皆因機會只留給有準備的人，而絕非僥倖。



堅持到底，永不放棄。





我在約3歲時還未學懂爬行，檢查後被診斷為基因變異。這病十分罕見，估計每百萬人口中僅有3.4人得此病，到現在35歲的我身高也不到100公分。4歲時我被確診先天性脊椎骨骺發育不全症，身體異於常人，骨骼會畸形發育，容易肌肉無力，走路因而舉步艱難。但還好，有偉大的媽媽……

16歲時我做了雙腳矯形大手術，令我可再次步行。好景不常，右手肩膀因一次跌倒而脫臼，從此報廢，加上腳的關節疼痛問題，令生活上甚為不便。25歲時照磁力共振下亦發現第一和第二節頸骨壓着神經線，醫生認為頸部以下有機會失去活動能力(全身癱瘓)，須做頸骨融合手術，但風險太高，我不敢貿然接受手術，唯有等待身體慢慢退化。為安全計，醫生為我配備電動輪椅代步，避免腿部關節繼續惡化。



雖然先天缺陷令我的生活諸多不便，但從小我已懂得坦然面對困難。父母從沒放棄我，在鼓勵中給我保護。上街時，家人鼓勵我無懼別人的有色眼光。他們的堅持磨練了我堅強、勇敢和樂觀的人生觀，更讓我和其他小朋友一樣入讀幼稚園，升讀主流的小學及中學，最終順利中五畢業。校長、老師、同學，父母的用心是我日後生活的強心針。

學習過程中面對的困難也不少。因體力和身高限制，父母每天幫我背着沉重書包上學。椅子太高了，靠自己爬上椅子；書枱太高了，校長便把一個厚墊放在椅子上讓我夠高寫字。每次大家就是運用一些小智慧幫我解決學習的困難。雖然不免被同學的歧視和取笑，但我都習慣了。記得老師鼓勵我：「別放棄小儀，別人的口和眼管不了，看見並清楚自己，心態放開，就可輕鬆樂觀面對一切。」



中五畢業後媽媽要我面對真正的人生戰場，陌生的環境和俯視着我的面孔都是我的大考驗。我用了一根行山杖去輔助我的日常生活如按升降機，爬上巴士、小巴去見工。背着小背包就像童話中的小人物走進大人的世界，步向另一個精采。



在我20歲時正式加入香港鐵路公司擔任助理文員一職，文職工作看似很容易，但對於我這小個子絕不簡單，單是影印機機已是我觸不到的高度，慶幸上司細心地設計了一個寬身的木梯給我。爬樓梯雖然很吃力，但我毋須同事協助便能獨力完成每日的工作，讓我感覺很滿足、很充實。在公司工作7年間，我建立了自信，獲得同事們的肯定和信任。同事有不開心更會找我傾談，我使用自己的經歷開解同事，連上級都注意到，給我讚賞和加油。

直至3年前，腕關節因長期上落樓梯而嚴重勞損，雙腳疼痛再不能踏上梯級了。在喜歡的工作和健康之間取捨，唯有選擇了辭職，希望健康情況不要繼續惡化令親友擔憂。

雖然捨棄工作，但也是人生旅程另一新開始。個子小，但心強大，我希望積極發揮開心、樂觀的精神，為好友帶來正能量。雖然身高只有3呎，體重24公斤，但天生我才必有用，不要被自己的身體局限，勇敢面對人生。我深信可找到自由自在的生活。希望這次藉着再生勇士的身份，向大眾分享我克服生活的經歷。



沒有如意的生活，只有看開的人生。
人生隨緣，隨遇而安，知足常樂！





病發與診治過程

在1999年11月某一天的早上，我發現左眼前有一根頭髮絲，我起初不以為意，便如常上班。我到了晚上才到急症室，醫生說我視網膜脫落，須入院治療。由於我的右眼在10歲時已經失明，因此醫生對我今次的眼疾尤其關注。他在3日內已安排我接受手術。但因手術期間出血過多，所以醫生便終止了第一次的手術。在這期間，我感到忐忑不安、徬徨恐懼，憂慮自己會否因視力受損而失去工作能力。同時，醫生亦發現我的肝臟有硬化的情況。最後，在醫院住了3個多星期才做第二次的手術，待視網膜貼回原處後便回家休養。但不幸在一個月後，視網膜再度脫落，我需要進行另一次的手術。經過多月來的手術，我的視網膜細胞亦因壞死而導致完全失明。

積極抗病經歷

在2000年4月，醫生告知我眼睛的情況已穩定下來，這意味着我的視力再沒有進展空間。當我知道自己已是一個全失明的視障人士，便立刻接觸香港盲人輔導會，看看他們有否提供復康的訓練，例如行走定向的訓練，使我日後可以獨自外出，減輕家人照顧自己的壓力。其後在同年6月便正式參加香港盲人輔導會的復康訓練，接受不同的訓練，如定向行走、中英文點字、電腦、烹飪、生活技能和一些興趣課程等。在這一年間，自己彷彿重拾小孩子的身份，學習任何事物都是新鮮的。在沒有視力的情況下，連走路也困難重重，需要重複練習多次，才能適應下來；在畢業後的2年，我仍然常到復康中心與一些新入學的學員分享自己的病況。同時，我亦與幾位畢業學員自行組織了一個信仰小組，彼此互相勉勵，希望大家不要因



眼疾而灰心，保持一個積極的態度來面對挑戰。後來在2003年9月，我受聘於香港盲人輔導會復康中心擔任溝通技能科導師，主要教導學員學習中英文點字和電腦科等，直到現在已任職10年多了。



在失明前，我是一名中學教師，有太太、女兒(6歲)及兒子(4歲)。當我眼睛剛剛患病時，我確實感到不少壓力，因為我是家中唯一的經濟支柱，兒女年紀尚小而且太太是一位全職的家庭主婦。幸好自己有信仰，教會的教友常常鼓勵及支持我們。當太太要到醫院探望我時，數位鄰居經常輪流照顧我們的孩子。當我要回醫院覆診時，教友亦會用私家車接送我們來回醫院。每星期天，教友又用私家車來接送我們到教會。這確實幫助我們不少。當然，我要感謝太太不離不棄的照顧，她遇到的困難比我更多，她把家中不論大小的事情都一一打理合宜。十多年過去，自己獨自外出的能力亦熟習了不少，同時自己的信心亦增加了。兒女方面，他們一向都十分勤奮，努力學習，讀書方面不需要我們擔心。他們在去年先後入讀了大學，處事亦很成熟。整體來說，雲上的太陽時刻在看顧着我們，我們確實需要感謝！



我從未想過這次的眼疾，來得這麼突然。今日擁有的，可能明天便會失去。因此，每個人都應該懂得珍惜和感恩。另一方面，我亦明白原來過往艱苦的經歷，亦可幫助自己和別人的成長，因為我更明白別人的感受而接納他們。最後，眼疾讓我更能體會「天無絕人之路」和「天生我才必有用」這兩句話。

天無絕人之路！



嘉賓專訪

高永文醫生



高永文醫生與再生會的淵源可以從十數年前的第一屆再生勇士選舉說起。當年他還在醫院管理局工作，社會出現了一個新概念——病人權益。在80年代或以前，醫患關係（醫生與病人的關係）一直處於單方面的「父愛主義」，即醫生被認為對病人利益有最深切了解，因此應為病人作出大部分決策，但這種醫患關係並不健康。病人權益主義的出現使病人在醫療過程中有更多選擇和自主權，令醫患關係更見平衡。在這背景下，病人互助團體如再生會在香港相繼成立，當時高醫生擅長與不諳醫療知識的病人溝通，還與很多病人組織聯絡，因此成為了再生會與其他團體溝通的橋樑。

擔任再生勇士的評審多年，高醫生回想起各位令他留下深刻印象的勇士：患嗜酸性球形肉芽腫的病者，頑強對抗不斷復發的癌症而被逼切去雙腳、親自為身患遺傳性脊髓性肌肉萎縮症的病人和患癲癇的女士證婚、眼看患脊柱結核病的少女坐着輪椅樂觀地到處探訪中風人士……這些故事令人既開心又心酸。高醫生深信患病者正面的態度相當重要，其亦為十大再生勇士必備的條件。

高醫生期望再生勇士都能積極投身義工服務，貢獻社會。他明白到，要把自己都不願面對的一面向大家揭露，並不是每個人都能做到。例如燒傷復康者，雖然身上有各種燒傷的疤痕，但他們從沒自怨自艾，會選擇像常人般外出甚至出國留學。勇士們走過艱巨的復康之路，從他們身上，我們學到如何從困境中調整心態。試想像，如我們滿身傷痕，能否如他們般堅強，向外界坦白訴說自己的故事？高永文指只有能設身處地站在病人的角度想，才是一名好醫生。



車淑梅女士

「金牌電台節目主持」車淑梅跟再生會合作超過十年，曾擔任十大再生勇士選舉司儀多年，當中讓她特別深刻的是潘家榮（已故）的故事。潘家榮自小身患遺傳脊髓肌肉萎縮症，他全身癱瘓，身體基本上只有一隻腳趾可移動，須以輪椅代步。車淑梅讚揚潘家榮積極克服身體殘障，白手興家創辦公司，還經常在公餘時間服務社會。



此外，車淑梅亦對2011年再生勇士之一的鄧英蘭有深刻印象。鄧英蘭於1988年不幸發生嚴重車禍，自此以輪椅代步。在她居住的圍村，由於部分鄰居迷信，視她為不祥人，因而對她百般歧視。然而，鄧英蘭咬緊牙關忍耐下去，在家人的鼓勵下積極生活。她無懼身體障礙，積極涉獵各種運動，包括游泳、爬山及攀山等，並被冠以「飛鷹姨姨」的稱號。她希望藉自身的經歷證明身體的殘障不會阻礙生命發光發亮。

車淑梅深信再生勇士的事跡能成為社會楷模，鼓勵像鄧英蘭一樣的人積極參選。香港需要一些傑出、能堅強克服困難的「勇士」照亮別人。她認為各位再生勇士都擁有一顆「美麗的心」，用樂觀積極的人生態度影響、幫助別人。他們發人深省的經歷就像黑暗中的一點亮光，照亮同路人。



車淑梅直言有時也會有點羞愧，認為自己做的不夠多。因此，她身體力行，願意在他日去世後把遺體捐獻給醫學院作教學用途。另外，她想藉此機會表揚一群無私奉獻的醫護人員，因為他們悉心照料，令再生勇士得以展開人生的新一頁。



歷屆十大再生勇士名錄(1996-2013)

| | | | | | | |
|------|------------|-------------|-------------|------------|-------------|-----|
| 第一屆 | 吳家榮 黃衛群 | 翟燕貞 陳劍華 | 馬美清 冼寶明 | 李燕英 李素蘭 | 孔鳳玲 | 鄺寶華 |
| 第二屆 | 余偉強 伍潔瑩 | 查錫我 陳添祥 | 陳貝琪 陳佩賢 | 周尚善 | 鍾佳成 | 尹麗娟 |
| 第三屆 | 蘇金妹 鄧少蓮 | 潘潔心 范錦妹 | 鍾瑞玲 譚潔冰 | 梁松根 李閻慈 | 周禮儀 | 梁明君 |
| 第四屆 | 李令章 鍾順財 | 何智偉 鄭賀文 | 廖東梅 梁嘉麗 | 何品華 吳楚雲 | 張嘉寶 | 李鴻賢 |
| 第五屆 | 羅偉祥 黃秀容 | 鍾定程 吳淑怡 | 周志明 郭群興 | 梁煥能 葉惠芬 | 張鉅偉 李達 | 鍾定波 |
| 第六屆 | 馮玉屏 丁向群 | 李國梅 易望瀨 | 高耀章 謝國雄 | 周美蓮 呂梅芬 | 危家銓 岡田照美 | 鍾沛玲 |
| 第七屆 | 葉湛溪 呂志鴻 | 張漢生 阿典 | 林家明 羅芄杏 | 梁美琪 鄧國華 | 陳錦元 | 羅佩貞 |
| 第八屆 | 余翠怡 曹萍 | 周藹芬 梁麗玲 | 凌潤開 蔡肇基 | 蕭何儂 龍小玲 | 馮英騏 葉劍雄 | 馬陳光 |
| 第九屆 | 葉桂榮 王珈曦 | 單潔玲 賀國賢 | 阮繼志 潘家榮 | 岑詩敏 劉志輝 | 陳蕊莊 | 岑允強 |
| 第十屆 | 劉兆璋 鄺頌安 | 呂慧翔 董玉華 | 高誌櫻 歐陽翠雲 | 譚世鴻 黃偉健 | 陳仲懷 | 王楚夷 |
| 第十一屆 | 李志雄 胡碧 | 梁嘉兒 黃潤玉 | 利詠然 鍾愛寶 | 林家榮 梁少眉 | 陳志剛 | 張寶琴 |
| 第十二屆 | 黃麗珍 陳衍泓 | 游偉樂 梁子微 | 陳淑賢 羅少華 | 蘇永通 許鴻彬 | 呂月明 | 蘇樺偉 |
| 第十三屆 | 邵國華 劉元 | 謝潔文 劉軾 | 江榮富 鄧紹斌 | 張潤衡 劉偉麟 | 阮志雄 | 張志騰 |
| 第十四屆 | 梁欣欣 鄧英蘭 | 何慧蘭 劉恩賜 | 何恩怡 蘇偉健 | 黃明讚 楊小芳 | 劉偉明 | 鄭嘉輝 |
| 第十五屆 | 張微 鄧生 | 黃騰達 司徒志強 | 司徒慧儀 吳耀輝 | 陳自勵 黎琴妹 | 鄺家豪 | 張翠思 |
| 第十六屆 | 何小燕 鄧嘉玲 | 吳凱琪 梅家琪 | 黃永康 陳冬梅 | 李俊輝 黎芷愉 | 賴凱詠 | 吳志雄 |
| 第十七屆 | 張文傑 楊曉林 | 張世豪 鄭啟文 | 郭美儀 林依玲 | 陳家泰 譚湜琛 | 陳瑞賢 | 黃瑞群 |





COINWATCH

瑞士科因沃奇

此時·彼刻 至臻完美



馬克系列

瑞士自動機械機芯 / 瑞士石英機芯 · 不銹鋼鍍玫瑰金 · 表盤鑲嵌鑽石 · 藍寶石水晶表鏡 · 防水50米

總代理: 邁拿鐘表國際有限公司 香港 (852) 3793 7000 北京 (86) 10 8435 1223 上海 (86) 21 6375 6207

www.coinwatch.ch



出版：再生會 (政府註冊非牟利慈善團體)

地址：九龍東頭邨逸東樓 8-11號地下

電話：2382 6963 電郵：info@regensoc.org.hk

傳真：2563 7041 網址：www.regensoc.org.hk