

79

2019年11月

關

心

雙月刊

真心
分享

龐秋雁：
從有限
經歷
無限

兩扇心窗
旅行真義

從心出發
依靠上帝 用心服侍



從有限經歷無限

龐秋雁

“70年代的香港，經濟發展進一新階段，很多香港市民都視為機遇之時，但對於我們這個從內地移居香港的家庭，卻要絕處求生：是錯誤的選擇抑或自闢困境？還是生不逢時或是命中註定？無論如何，反正，造就了今天的我。”

初到貴境，身心受困

出生於中國廣西，自小說普通話的我，六歲那年就和妹妹離開愉快的童年地，隨著父母來港定居。爸爸在國內從事演藝事業，既是有名氣的演員，又是導演，來港後沒有機遇，找不到本行，只能出賣勞力，做地盤工人，好養活一家；大學外語畢業的媽媽在畢業後便生了我，來港後，她的學歷不被認可，只能以手藝賺取生活費，做製衣工人。我作為大家姐，來港不到一年，就因為爸、媽要工作，年紀小小就成為家中的照顧者，煮飯、洗衫、邊照顧妹妹邊讀書、做補習老師賺點外快等不在話下，就連之後出生的妹妹，也是我帶她往健康院，更因此被人誤會，嘲笑我是未婚媽媽。

外來嘲笑聲不絕，就連廣東話說得不純正，也是嘲笑的原因，所以，內裡的挫折感也不絕。我不敢告訴人我住在木屋區；縱然曾經入住親友家，也覺得是寄人籬下；颱風日子，要四出尋回被吹走的屋頂；火燭，要趁時搬走貴重物品逃離火場，也曾不自量力的想搬走家中最貴重的雪櫃……那些日子，生活極不安穩，很不開心。

可惜，本可以作支撐、陪伴我和安慰源頭的爸、媽，不但未能扮演這角色，沒給我一個愛的家，更令我變得充滿恨意。爸、媽勞苦工作，疲於奔命去賺錢養活，為了維持一個家，我們聚少離多，我要負起照顧者的責任，小小的年紀已很明白，也沒反抗，生活忙碌，也沒時間去抱怨；兩位妹妹年少，我只知要努力照顧她們。可是，原先在國內受人尊敬、生活充裕的爸爸，以為來港後可以繼續保持身分和工作，可惜夢滅，鬱鬱不得志，人變得性情暴躁，沾染惡習；媽媽在國內的身分、地位本來也備受尊重，但因某種原因而同意與爸爸一同來港，沒想到專業不保，生活也不保。父母壓力很大，彼此沒溝通，更不要說聽我們訴說，不是打、就是罵，女兒們也成為了他們發洩和傾訴對象。每天要看父親面色做人，總是戰戰兢兢的；媽媽在爸爸背後向我訴說他的不是，在爸爸面前又另一副咀臉，像是甚麼抱怨都沒有，我無法接受這兩副咀臉的媽媽。在得不到愛護、溝通的同時，我不



但不喜歡他們，我更憎恨爸爸令我們家無寧日及媽媽帶來的負面影響。有時候，我會傻想我其實是有錢人家的女兒，我不想自己生於這種家庭，我更不喜歡自己。

身心受困，絕處逢生

如此成長，我不開心、不喜歡自己，心裡滿是憎恨，曾有人問我有否想過離家出走、自殘，甚至自殺，可有化憤恨為「力量」，作出控訴？事後回想，我也感到奇怪為何我沒有反叛，只知見日過日，充其量也只是跟一些男生往山上跑、劈山溪間



的水管，或許，這個當時唯一的玩耍，也正好發洩了心中的負面情緒；加上讀書、忙於做家务、照顧妹妹、剪線頭幫補家計……每天都在忙，根本就沒時間停下來去計較、去抱怨。不過，日漸長大，有機會拍攝廣告賺多了一點錢，我就開始想到只要有錢，我就有能力離開這個家；而尋求愛的需要也令我很早就開始拍拖，也想過若有男朋友愛，我就可以與他共創一個家，不用留在這裡。

拍廣告、拍電影的日子，忙得令我沒時間去滿足心裡那份想離家獨立、脫離不開心的想法之餘，我卻參加了藝人之家的活動。原先缺乏自信、沒主見、如柳樹一樣隨風擺動的我，在參加了藝人之家的活動之後，心裡多了掙扎，明白到離家、同居、甚至為影藝事業犧牲色相，都不是我應為的事；我看到內在憎恨、不開心、不喜歡自己的心理狀態，源自我內心一份妒忌；極度掙扎之下，我決定放下這令我、令我家人不開心而大家都沒出路的妒忌之心，重新生活。

我學習成績不錯；能交上乖的同學、朋友；在藝人之家被愛護、保護；在接近錯誤的邊緣、在危難發生之際，都能擦身而過，這些都不是偶然的。成長中或許有很多障礙，環境或有很多限制，內心卻隱藏著一種自己也不察覺的價值觀——在限



制、無望當中，正有很多無限的可能。爸、媽來港面對充滿限制的環境，他們迷路了，看不到那無限的可能，不能開心過活，也令我成為另一個不开心的人。我體會到生活中很多不可能並非偶然，最終總有出路，全是因為人的生命中都共同有一位不受限制、從不迷路，從出生就一直引領著、讓我總在有限中看到無限的神。

接受信仰，在藝人之家被造就，我愈來愈有自信，愈來愈警覺到引誘的呼喚，並曉得不為眼前的好處而放棄自己；縱然完成演藝課程，我沒有那種期盼在演藝事業「更上一層樓」的心態，反而想踏踏實實地工作及生活。

重修關係，遇上分離

終於，我沒離家出走，但我仍是為著妹妹，過得平靜一點。在不用被爸爸惡言對待打罵的情況下，我得到朋友的幫忙，自己置業，與妹妹搬離這個家，但仍繼續照顧媽媽。漸漸地，爸爸因在內地工作，也甚少回家，但不知從何時開始，他每次回家吃飯都要徵得我允許。



有一年的年三十晚，爸爸在電聯中得我允許回家吃團年飯，他因交通阻塞，在開飯後才回到，入屋後不但沒即時坐下，反而躡腳而行，走進洗手間沖身，只因他知我們不接受他身體發臭，不想我們不悅；一家之主，不但沒得到等候才開飯，更要自行進廚房取碗筷，坐下只夾面前的一碟菜及把碗裡的飯扒到口中，沒言沒語、沒之前的暴躁，更沒身為人父的尊嚴。望著眼前這位生我的父親，我心裡很難過，他不是曾多次在我批准之下才可回家吃飯的嗎？他不是多次被我們冷嘲熱諷他身體發臭的嗎？是我的忙碌令我忽略了他嗎？我不知道，只知在那刻，我那份斤斤計

較的有限，被無限的愛心所溶化，不期然的問自己：為甚麼爸爸會變得如此？我又應否與他好好的傾談一下？

飯後，我與爸爸到碼頭散步，他那依然故我的急速步伐，仍令我心頭有氣，只是，這次走在他後面，我卻看到我的爸爸「縮水」了，不但是體型，更是整個人，像缺了甚麼稱之為人的東西。我覺得他很可憐，但其實是憐憫，他是我的爸爸，就算他不能表現身為人父的職責、身分，也應該是一個可以活得有尊嚴的人啊！我從沒想過，也情不自禁的向爸爸說了一聲——我愛你，



他即時的反應就是哭了出來，爸爸、男兒家、傳統的大男人，就在我這個不應看到他流淚的女兒面前流下他的男兒淚，我也不受控地哭了起來。那一刻，像是靜止了，我聽不到他說甚麼，我也想不起自己說了甚麼，像是：其實，我們都很關心你；其實，你可多些回來的呀……直至大家都把一

切痛苦都哭出來。我體會到我能說出這句「我愛你」，是因為我真的仍愛他，只是為了幫家人討回公道，不啻於他那種沒做好一家之主、給予家人愛的角色；另一方面，也想表現自己大家姐的身分，表達自己那份「你不來？我來做吧」的心態。原來，我成了欺凌者，令爸爸不成人。這一句「我愛你」，我們和好了，我深信這可不是我一己之力能做到，而是因為我認識信仰、經歷愛的修復，能以無限的愛去與爸爸重建關係。經過幾年，爸爸回港都是約我在外見面，直至他明白家庭是由愛建立，又經歷了這份父女愛，他決定放下內地工作，回到這個家，與媽媽同住。

那天，我到車站接他回家，慣常步履急速的爸爸，因為肚子不舒服，用了可能是十分鐘的時間才從開口慢慢的走出來。爸爸上車後，我先送他去醫院醫治不適，沒想到，一入醫院就出不了來（只曾一天回到家中），直至離世，因為他被確診末期腸癌。

爸爸接受手術後，傷口不能癒合，人變得更消瘦，我決定放低工作去陪伴他，達成他的心願，做他想做的事。差不多兩個半月後，爸爸送我一份寶貴的禮物——接受主耶穌的救恩，就離世了。不是剛修補了關係嗎？沒好好相聚，卻那麼快就分離……雖然傷痛，但我再一次在人的有限中經歷那無限，就是確信我和爸爸會在天家相遇。



活在有限，經歷無限

從貧窮到生活得改善；從不堪一提到被認識的藝人；從沒價值到被重視；從爸爸離世前信主、因病留院不能回家至離世，縱然我每天去陪伴他，卻未能送他最後一程；又或是2002年開始的多次懷孕，我經歷了早產、三次胎死腹中及險些失去了兒子，原來，萬物都有它的時候。

那一年，我面對很大的工作壓力，也遇到很多人事的問題，還有錯綜複雜的辦公室政治，我對同事及機構的信任出現了很大的衝擊，在我腹中的兒子也每天隨著我心情的起伏而生活。在這惡劣的成長空間，他不但沒死去，更在32週出生。當時看著這個只有1.8公斤的「小」嬰孩，我心裡很是難過，既擔心他能否健康成長，也不知如何去照顧他，更因情緒不穩而影響餵飼。最後，我決定放下那會繼續影響心情的工作，不去思想經濟的問題，學習專心去照顧他，這些年，他從不利於成長的環境中健康地長大過來。

之後的兩次懷孕，胎兒不到兩個月就沒有了，我很難過，但也不得不接受，也接受了自己應該不會有機會再懷孕。直到第四胎，我在偶然的情況下知道懷孕了，我們既驚又喜，興奮於他的到來，卻又擔心保不住他。就像是如臨大敵一樣，我們決定請當時應該是最有名氣的醫生來照顧我這孕婦，製造適合這胎兒成長的環境，注射不同的針藥，為的是幫助胎兒能健康成長。胎兒大概五個月大，在一次普通檢查中，醫生說胎兒沒有了心跳，隨即寫紙給我去醫院引產。我呆了，也無法相信又一次的胎死腹中。一個人離開醫務所，負著一個死了的胎兒及千斤重的難過回家。我掀被蒙頭大哭，按摩

腹部，推動胎兒，叫他不要睡。家人也不知如何是好。幾天後，我決定去醫院引產，看著那已成型的兒子，小得連合適的衣服都沒有，我在過份冷靜中接受了他的離去，卻把痛苦的情緒發洩在丟掉一切為他來臨所準備的東西中，在為何用心預備也不能保護他的痛苦中哀悼。

在慣性小產、流產的情況下，後來我又懷孕了；在慣常被責怪是我沒好好照顧自己導致遇上早產、小產聲中，我選擇不告知別人這好消息；在醫生不看好胎兒能成長出生的情況下，我以順其自然的心態去懷著他，就算醫生多次暗示胎兒可能有缺憾、可選擇人工流產的，我也決定以平常心去走這段路，但仍會每早醒來確定他是否在活動才會

起床。胎兒31週，看似要出來了，就算使用了一些催生的方法，他仍是在腹中卻不出來，到了38週，胎兒終於出來了，並發現臍帶打結，醫生說其實這胎兒是可以在腹中死去的。

就這樣，我再得一兒，也得到一個人生的提醒：我要謙卑下來，接受可以有的，也接受不能有的，因為聖經提到：「凡事都有定期，天下每一事務都有定時。」

人到中年，面對很多有限，卻也同時經歷了很多無限，這些經歷也成為了別人的祝福，特別是幼時的貧窮、父女關係、懷胎生育，讓我學會在今日的生活裡、工作中，如何扶持那些在有限中的人發現無限，接受、放手或是一樣十分重要的謙卑態度。





古人說：「讀萬卷書，不如行萬里路。」這可能是現代人最堪認同的一句話。

實際上，旅遊已經成為今日生活中不可或缺的一部分，它在大學不僅是一門學科，也是社會上重要的經濟活動；林林總總的旅遊項目，由窮奢極侈至回歸自然，從挑戰難度到休閒自主，地域無遠弗屆，形式亦五花八門，甚至已經有人開發太空旅遊了。但隨著全球旅遊業的高度發展，筆者反而慢慢走向另一種極端：主張行萬里路，不如讀萬卷書！

今天資訊發達，旅遊的功能性早已被娛樂性超越，足不出戶，何止能知天下事，亦能獲得不同地域或領域的學習經驗，因此若單從滿足享樂的欲望來說，旅遊在某程度上，想是時候來節制一下了。

購物是旅遊的指定行程，原本無可厚非，只是生活在號稱「購物天堂」的香港，任何日用或各地貨品，自是一應俱全，因此大部分旅程所購來的，其實可有可無，加上香港一般家居狹小，結果紀念品氾濫的情況便相當普遍；曾經認識一對夫婦，丈夫因妻子要求租用迷你倉來安放旅遊珍藏而起爭執！若說旅遊消費是商人設下的陷阱，那麼旅客就好比戀人面對情網般，甘於墮落其中。

近年網上流行選出甚麼十個或二十個讓旅客失望的景點，仔細一看，上榜的全是一度赫赫有名的熱點，何以往日令人趨之若鶩，今日竟被列入黑名單，令人卻步？歸根究底，問題仍在於旅客：景點不會無緣無故崩壞，文物就算經努力保存五百年，也難敵五十年的人為破壞，過多的旅客比環境因素對景物更能構成威脅。對於世界各地的文化遺產，保持距離就是最佳保護。

從新聞得知，郵輪旅遊正是方興未艾，日趨普及，但這種方式被指會產生大量碳排放和嚴重浪費資源，不時受到環保人士詬病，並且有人認為，長時間困在船上吃喝玩樂，根本不算是真正旅遊！

除了豪華郵輪，近年興起的另類生態之旅，反而是筆者最不忍見到的旅遊項目。日前閱讀本年六月出版的《國家地理雜誌》，標題是「野生動物之旅」(Wildlife Tourism)，封面圖片是一隻被困的小樹懶，四肢牢牢抓住囚籠的木條，從縫隙間向外張望，目光恐懼而無奈。細看其他小字，竟然是「野生動物之旅背後隱藏的代價：喜愛動物的人士，不經意地讓牠們的磨難火上加油」。本期集合多篇各地的專訪，圖文並茂，深入報導各地野生動物在旅遊業擔任的悲劇角色。大部分在表演或攝影區背後，牠們的本性被任意剝奪、權益被嚴重踐踏等等，而單單是為了給旅客提供娛樂！最震撼的是中間加長的幾頁圖片集，全是旅客上載至社交媒體中，與稀有動物的快樂合照，而翻開內頁，則是鏡頭以外、動物失去自由的黯淡生活照。

筆者無意在此指控旅遊有罪，但旅遊的種種好處，又何須再贅述？只不過世界若果需要可持續發展，「旅遊」也不能例外。當計劃下一段行程以先，可否多點思考，讓旅遊成為助力，而不是阻力？

旅遊

的

反思

◎ 危寶珊



旅行真義

◎ 吳芳芬



今天的旅遊形式相當多元化，但我認為是時候還原基本步。為甚麼你想去旅行？是想休息，暫時放下個人的身分角色，忘憂地玩個痛快，然後更有動力去打拼嗎？生活的快樂是所有人都可享受的特權。

很多時候，筆者所見，人們來到一個景點，鮮有留心聽導遊講解，反而是忙於拍照留念，證明自己到此一遊。有旅行團還標榜你可以跟野生動物拍照，有否想過為甚麼動物會在景點出現，給你抱著拍照？我們很少去深思考究，原來有人將動物捕捉給你拍照。我們甚至沒意識到我們的歡樂是建築在動物的痛苦上。有人提供，因為有市場，要滿足我們喜歡操控炫耀的內心世界。

動物寶寶不曉得反抗發聲，不代表牠喜歡你抱著牠拍照。筆者記得小姨甥孫一歲時，有一晚他哭著只可媽媽抱，原來當天主教會有大旅行，媽媽無暇抱他，人們爭相抱他，他一直強忍著淚水，大家也不察覺。

有沒有想過為甚麼有國家要限制某些景點每天的參觀人數？難道他們不知道越多人去參觀，他們的收入越可觀？因為保護文物比賺錢重要。導遊提大家去石灘，不可拿走那裡的石頭、貝殼等，但見人們偷偷拿走。因為沒意識到我們此舉是在破壞生態環境，若人人如是，不出五年，這地方就被淘空，後來的人只可望門興嘆。

一對情侶喜歡問對方，你眼中除了自己還有沒有我？你試過跟一個目空一切的人相處過嗎？不容易呀！聖經說：「只要謙卑，各人看別人比自己強。」每個人的心裡都有一個小國王，國王代表的是至高無上的權威，所以「傲慢得起」，放在旅遊一事上，作為消費者的我，就要獲得無與倫比的尊榮，認為所有人都要聽我。一旦事情不合我意，就發脾氣，或以為我是來「帶旺」別國經濟，予對方好處，一副看不起人家的嘴臉。

事實上，我無意貶抑這個「自我」，這個「自我」尊貴無比，若運用得好，可叫人擁有無遠弗屆的想像力，亦叫人去實現夢想的能力。不過，若由得這個「自我」自我膨脹，是相當可怕的。誰能成為誰的國王？人越大，越體會大海、天空、太陽才是國王，明白自己的界線。大自然有自己的意志，雲、星星、天空都不是我們能夠管轄的範圍。每個個體都有自己的生活節奏和規則，我們必須尊重。

面對大海，你要脫下皇冠，大海還是大海，它必須留在哪裡，魚網不會幫我們捕捉大海，試問有誰家裡能容得下大海？我們只是大自然的一部分。是上天賦予我們管理大地的權柄。既然每個人都是自己的國王，因此要好好管理自己的心。

有誰想到去旅行會破壞環境，會不環保？因此，當我們有機會去旅行，要感恩，記住不是單單索取，想著自己的益處，有機會也可以付出，例如為環保出一分力。我認識一位朋友，暑假不是去遊玩，而是去幫助日本熊本市的居民，清理災後現場。這樣去旅行不是更有意思嗎？





足見心情

我很感恩可以成為足病診療師。每天回到醫院，我在診症室與病人見面，幫助他們減輕足部不適，走路更穩定，又或者協助他們傷口癒合，保存雙腳免於截肢。在幫助病人時，我得到很大的滿足感。

每位病人和家屬前來到診，我讓他們學習怎樣照顧雙腳，也同時從他們身上學習如何有效溝通，以及有關人生的課題：恐懼、忍耐、改變和愛等等。

面對恐懼

有一位四十多歲的病人，腳趾趾甲生了幾個黑點，有待診斷是否皮膚癌，他被這消息嚇壞了。

他初次來到足病診療部時，一臉害怕，手腳震抖，兩個膝蓋都破損流血。他說：「我每天跑步，從未試過跌倒，自從聽到醫生說我腳甲的黑色點可能是癌症，我就開始寢食不安，體重下降，跑步都無氣力，所以跌倒了。」

作為足病診療師，除了細心聆聽病人、了解病歷和進行檢查外，就是向病人解釋症狀出現的可能原因。他腳甲的黑點有可能是由於不為意的創傷而引起的甲底出血形成的，如果黑點隨著時間慢慢退出來，就不是癌症。當他聽到他腳甲的情況有機會是其他較輕微的問題，他就鬆一口氣了。既然他不希望抽甲底組織化驗，我就建議他先觀察幾星期，再回來覆診看看腳甲變化。

四星期後，再次見到這病人時，他氣定神閒地告訴我，腳甲上的黑點已經慢慢跟著趾甲退出來了。他的胃口、睡眠質素、體重、心情等等也慢慢回復正常。

有時候，傷害身心靈的是對病症的心情，而不是病症本身。將心照顧得好，身體都會更健康舒適。來足病診療部求診的病人，除了因為意外受傷、內科疾病或生物力學而引起的各類足部問題外，還有一部分是因為性格、心理狀況而引起的足部問題，這些人更需要的是心理與靈性上的照顧和調適。

心急的人

有些病人每次前來覆診也是很趕急的，腳步快而重。經常處於急忙的狀態，自然也較為緊張。他／她們的足部問題通常與肌肉勞損、退化性關節炎、足底筋膜炎、足底生厚繭、腳甲重覆性創傷有關。他們需要的，除了一般的足部治療外，更需要提升覺察力，留意自己的緊張狀態，並適時提醒自己放鬆，放慢腳步，讓身體在最適合自己的速度中生活，這樣他們才可走得更遠。

能耐的人

有些病人，他們腳痛已有一段長時間才去看醫生。我發現腳痛越久，就需要越長時間讓身體回復原本健康舒適的狀態。這可能是因為他們的身體和心理都慢慢適應了痛楚，已經忘記了舒適的身體是怎樣的。要回復舒適，這些病人需要花更多耐性和努力去接受治療，並調節生活方式配合康復。他們的情況提醒我「病向淺中醫」的重要。

希望在往後的日子，我能夠越來越容易看到每位病人在病痛背後的方式，從而協助他們學會照顧自己——每個獨特的自己。■

© Carol Tong



帶著盼望 面對病痛 與死亡

© Lamb

2014年10月，我因為腹痛到醫院求診，可是檢查後未有特別的發現，於是安排我出院。但是到了2015年3月，我卻被證實患上腸癌。當時我沒有任何強烈反應，包括沒有因為自己年青得病感到驚訝，但站在我身後的媽媽，聽到消息後已經不禁落淚。

我平靜地面對具難度的手術，需要切除部分直腸，唯一的擔憂是：手術後我會不會一生都要背著便袋？結果手術很成功，沒有這情況發生，而且同年9月左右，身體更完全康復，可以把握機會，完成我想到世界各地旅行的心願。那段日子我周遊列國，足跡遍及英國、意大利、日本、韓國、泰國等，身體狀況如正常人一樣。回港後，我更實現做生意的願望，開了一間網上店賣衣服；又為了增加積蓄而重投咖啡師的行業。

2017年6月，在意大利旅遊的途中，我的身體出現了狀況，回港後證實癌症復發，已經擴散至尾龍骨。那一刻，我感到失望了，因為我從未想過會復發。我需要用柺杖幫助走路，有時更要坐輪椅。雖然這樣，因著我相信耶穌，還是有盼望地面對這一切，甚至已計劃離世後遺下的積蓄如何安排。

其後，我嘗試接受化療，但原定療程的12針，我只完成了8針就無法繼續了。身體的痛楚越來越

嚴重；一次我外出與朋友飲茶，幾天後就痛得不能落床。作為「信二代」的我，雖然一直知道耶穌為我們釘身十架，但患病的痛楚讓我更多體會耶穌釘十架的痛。以前我也很怕別人埋怨，但透過經歷病痛，我開始對別人的痛苦有多一點體會，覺得世上有很多人其實比自己更淒慘。

患病的經歷不但讓我與「天上的爸爸」的關係更親近，也讓我與「地上的爸爸」的關係改善了，與媽媽的關係則一直保持良好。爸媽努力照顧患病的自己，更感受到他們的辛勞，例如有時我的身體痛得很厲害，真的會忍不住甚至發脾氣，他們見到我這樣，很想但不知怎樣幫助我減輕痛楚。住院期間，他們要從遠處的家來往醫院探望我，見到他們也很頻撲勞累。這些經歷，家人之間互相體諒多了。

這段日子，除了感受到家人、朋友、院牧的關心，我更感覺到「原來時間到了」。面對死亡，我還會有少許恐懼，但仍然向神祈禱，讓我減少恐懼的日子。看見四周其他院友的情況，我更加肯定人需要相信耶穌，不但幫助我們面對痛苦與恐懼，更讓我們清楚死後會往那裡去，讓我們可以帶著盼望面對死亡。■

註：文章由院牧聯會編輯同工代筆，病者於今年5月口述分享，其後於同月病逝。



長者的 心靈健康。



◎ 黃思敏（臨床心理學家）

「人有疾病，心能忍耐，心靈憂傷，誰能承當呢？」（箴言 18:14）長者面對身體機能衰退或不幸患上長期病患，尚且需要接受適當治療及長期跟進；可是，當遇上情緒抑鬱焦慮、心靈憂傷，卻是難耐。讓我們看看陳婆婆的例子：

陳婆婆今年八十多歲，童年時曾經歷戰亂，貧窮的家境令她十多歲開始便要打住家工幫補家計，供養兩個弟弟讀書。由於父親早逝，母親又因年輕喪偶而陷於抑鬱，母親不自覺地將所有情緒發洩在女兒身上，令她對母親又愛又恨。直到結婚生子，她本以為可以重新開始新生活，可惜好景不常，丈夫欠下賭債及有婚外情，令她再受打擊，唯有咬緊牙關將兩名兒子養育成人。現時，兩名兒子已成家立室，陳婆婆面對著空巢期，感到孤獨寂寞，認為自己付出了一生貢獻家庭，最終卻被兒子離棄，認為自己一生是「白挨」。

讓我們分析一下陳婆婆的個案。童年不愉快的經歷（如戰亂、喪父及面對母親的情緒問題）令她自小缺乏安全感，感到人生無常；失望的婚姻令她寄情於兒子

們。可惜，當兒子們成家立室後，她頓時失卻了人生目標，難以面對獨居生活。其實，長者面對人生不同階段的轉變，心靈需要時間去調適，也要整合不同的人生經歷，並尋找生命的價值和意義。作為基督徒，我們可以從靈性方面整合我們的生命：

1. 真實面對自己，全然交託恩主

我們有時不單被現時的問題所困，而且是重複地被過去的創傷記憶所傷，這些創傷記憶可以是別人的一句話，可以是期望與現實的落差，也可以是自責與內疚的感受……面對人生的種種創傷，我們可選擇以不逃避、不抗拒的態度去面對自己真實的感受。大家不妨嘗試找一個寧靜的地方，閉上眼睛，覺察此時此刻的身體感覺和情緒，然後留意自己的呼吸，透過一吸一呼的過程去留意自己身體的變化，並將內心一切的糾結一一向主陳明，向祂傾心吐意，因為「憂傷痛悔的心，你必不輕看。」（詩篇 51:17）

「耶和華啊，你已經鑒察我，認識我。我坐下，我起來，你都曉得；你從遠處知道我的意念。我行路，我躺臥，你都細察；你也深知我一切所行的。」（詩篇 139:1-3）

2. 數算主恩，知足常樂

正向心理學指出，經常感恩的人比一般人更快樂，就像「半杯水」的比喻，樂觀的人會為仍然有半杯水而感恩；相反，悲觀的人會覺得在人生中的東西永遠也是不夠的，當看到別人比自己擁有的多，比較之下內心便會有酸溜溜的感覺。保羅曾教導提摩太：「敬虔加上知足的心便是大利了。」（提摩太前書 6:6）我們可以嘗試回顧人生，然後列出十件神在我們人生中作的美事、十件使我們經歷愛與成長的事，藉著數算主恩，讓我們將榮耀歸給主。


「凡以感謝獻上為祭的，便是榮耀我。」（詩篇 50:23）。

3. 尋找意義，活出使命

主在我們每個人的生命，都有奇妙的計劃和預備，長者與其獨在家中坐困愁城，不如嘗試踏出一步，嘗試重拾昔日的興趣或發展新的興趣，恆常運動或親近大自然，主動與信任的親友聯繫，並積極參與教會生活、長者中心活動或成為義工，尋找生活中的樂趣，從中找到人生的意義。即使不幸因患病而影響生活，我們也可每天做一些令自己感到舒服的小事情，例如寫日記、閱讀、禱告或聽歌，向身邊的照顧者道謝，並為每天活著而感恩。

「你以恩典為年歲的冠冕，你的路徑都滴下脂油。」（詩篇 65:11）

盼望長者透過以上的整合，對自己的生命有更正面的感受，即使人生踏入年長的階段，仍然看見恩典常在，可以活得喜樂，讓生命滿有意義。🍌



神啊，你是我的神，
我要切切地尋求你，
在乾旱疲乏無水之地，
我渴想你；我的心切慕你。

（聖經·詩篇）



職業治療

安居小貼士

◎謝義偉 註冊職業治療師

隨著年齡的增長，長者的記憶力和身體機能都會日漸衰退。而患有認知障礙的長者，他們的認知能力，包括記憶力、視覺空間判斷、語言能力、決策及執行能力等方面都會異常地快速衰退，以致日常生活、行為及情緒亦受影響。而每一位長者都希望可以擁有一個舒適和安全的家。以下是一些「安居小貼士」，為長者打造一個至醒目的安樂窩，讓他們在家中安全、安逸、安心地生活。

客廳

1. 於當眼處掛上較大的日曆或月曆，用來記下覆診日期。
2. 把常用電話號碼紀錄放在電話旁。
3. 回家後，慣性地把出門三寶（電話、銀包及鎖匙）放在固定的地方。



4. 把防火字條或海報貼在大門後，提醒出門前關掉火爐。
5. 需要時可安裝「天眼」，讓家人可了解長者獨自在家中的情況。

走廊、廁所及浴室

1. 保持走廊通道暢通，避免擺放雜物。
2. 走廊的夜明燈應長開，可讓長者在半夜往洗手間的時候會更安全。
3. 台階和門檻要有清晰的顏色顯示。



4. 洗手間的門和廁板可用鮮豔顏色來辨識。
5. 在洗手間和浴室適當位置安裝扶手，在地板放上防滑地墊，不要把地布隨便亂放。
6. 以文字或圖示提醒長者水龍頭的冷熱水調較方向。

廚房

1. 應改用電磁爐或電飯煲煮食，避免生火。
2. 把廚房用品及櫃內的用具標籤好。



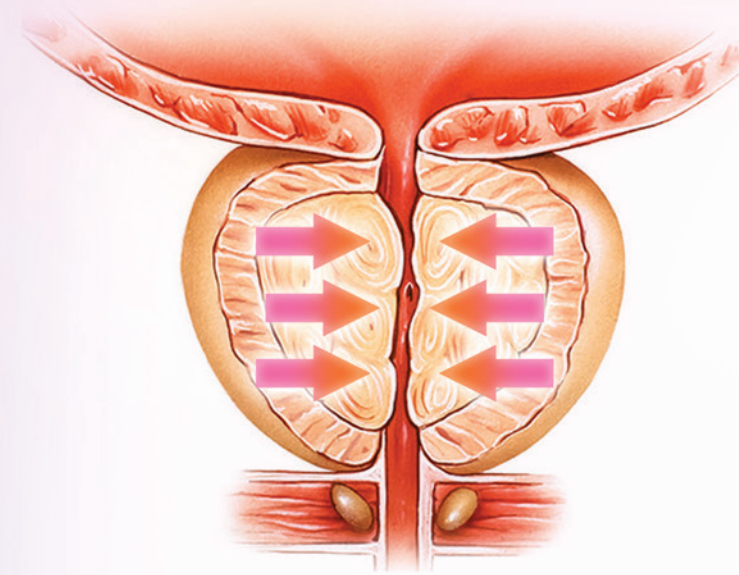
請緊記，改裝家居時要留意長者的需要，改動宜按步就班，因太突然的改變會令患有認知障礙的長者情緒不安。有需要時，可向職業治療師查詢。📞

註：「職業治療」是為一些於自我照顧、工作及娛樂三方面受影響的病者提供服務。透過有治療作用的活動、提供輔助用具、家居環境評估和改建建議，幫助病者恢復或增強獨立生活的能力，重新投入家庭、工作及社會。職業治療師更會關注病者生理及心理的健康，以達至全人治療的目的。



前列腺肥大

◎陳慧琮 註冊中醫師



前列腺位於男性的膀胱尿道連接處，主要作用是製造精子所需的液體。前列腺肥大又稱為**良性前列腺增生**，是一種常見於中老年的**男性疾病**。這可能與年齡增長，人體內**激素變化和細胞增生**有關。

良性前列腺增生起病隱匿而緩慢，多數患者無法回憶確切起病時間，常因急性尿瀦留，明顯尿流變慢等原因就診時，方明確診斷，或常規體格檢查時發現前列腺增生。常見症狀可分為兩大類：阻塞性症狀：如尿流細小、解不乾淨、排尿後段滴瀝、尿柱斷續、需用力才能解尿等；刺激性症狀：包括尿頻（排尿後不到兩小時又想尿）、尿急（尿意強烈，甚至憋不住）、夜尿等。

由於排尿常排不乾淨，容易併發細菌性膀胱炎、膀胱結石、尿瀦留等，嚴重者會導致腎積水乃至腎功能不全。此外，因前列腺體增大，其血流量也相對增加，患者可能出現無痛性血尿。

若症狀輕微，不影響生活者，只要注意水分攝取，避免憋尿即可。若造成生活上的困擾，如尿頻、夜尿多次影響睡眠者，可用中藥或西藥物治理。

良性前列腺增生屬於中醫學「癰閉」的範疇。前列腺肥大為老年人多見病症，多因腎氣虧，兼夾血氣瘀滯，常以益氣活血為主要原則。

飲食上應以清淡、易消化為主，忌辛辣、煎炸、寒涼等刺激性食物，因這類食物容易導致前列腺血管擴張而使體積增大，加重梗阻症狀。調整飲水習慣，睡前不宜多飲水。多食含鋅食物，如南瓜子、芝麻。多食新鮮蔬果。患者不宜縱慾。莫憋尿。保持大便暢通。避免久坐。少騎單車。勞逸結合。做適量運動。按摩腹股溝。做提肛訓練。並要注意防寒保暖。保持心情舒暢。

平日可適當進食補腎食物：如核桃、栗子、淮山、蓮子、芡實、黑芝麻等。

以下介紹食療方以供參考：

淮山蓮子芡實瘦肉湯

組成：淮山三錢、蓮子三錢、芡實三錢、瘦肉四兩

功效：健脾補腎

適應證：適用於脾腎兩虛之大便泄瀉、尿頻、小便失禁等。

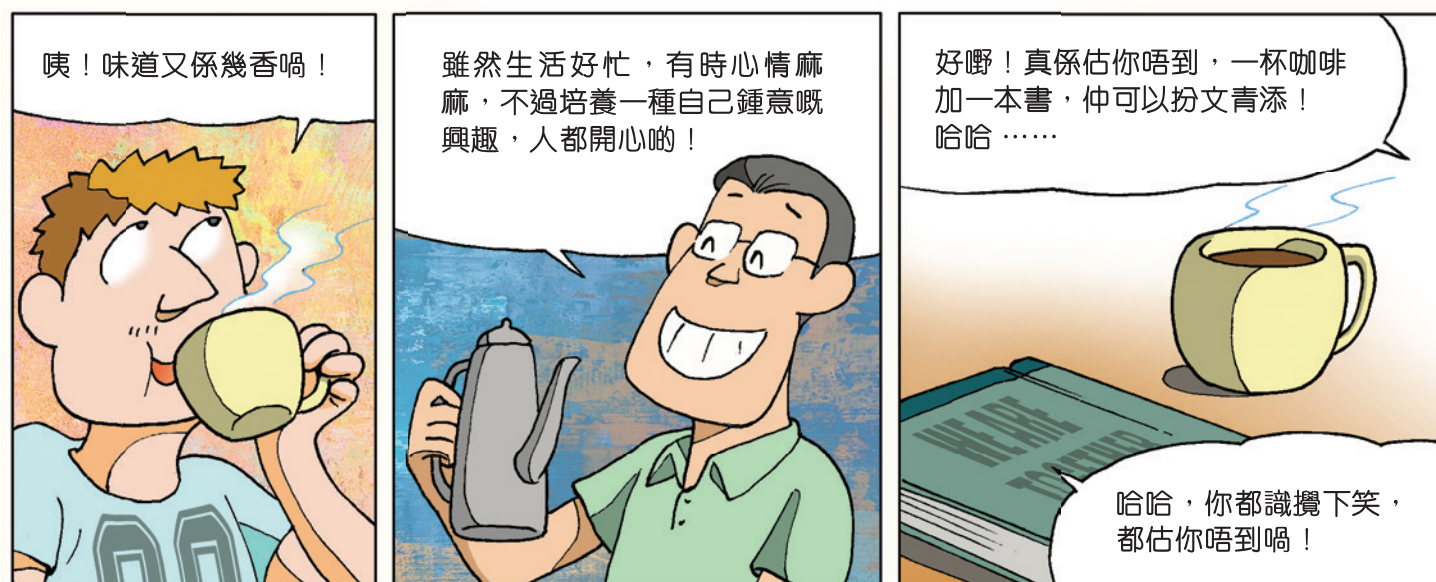
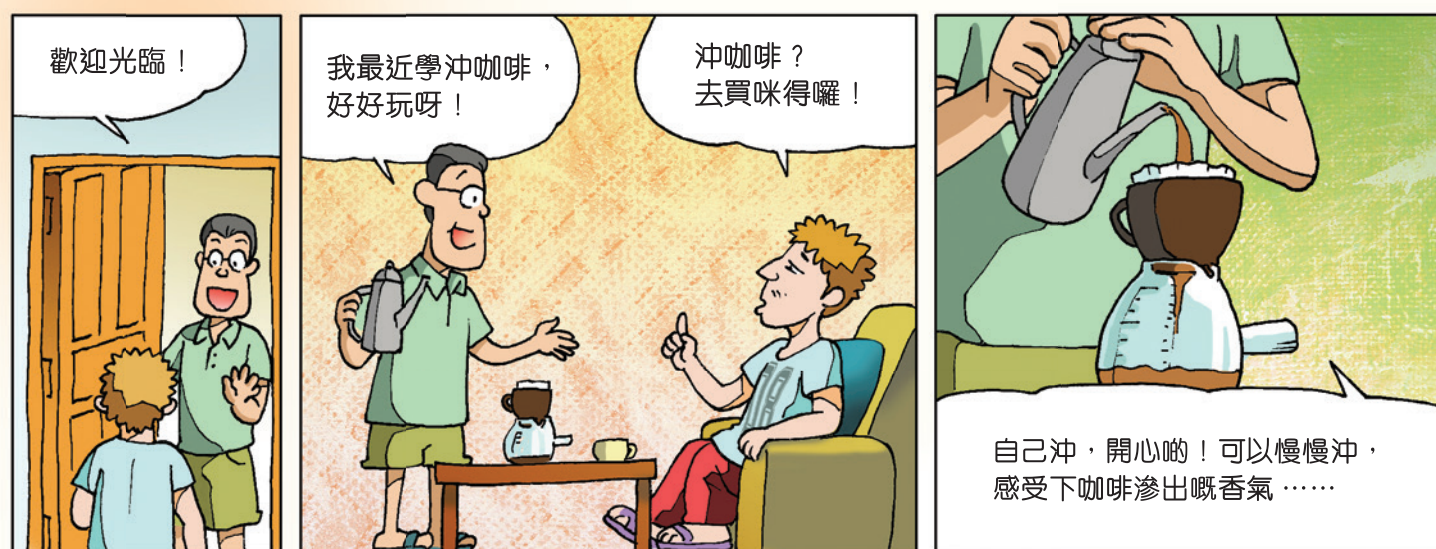
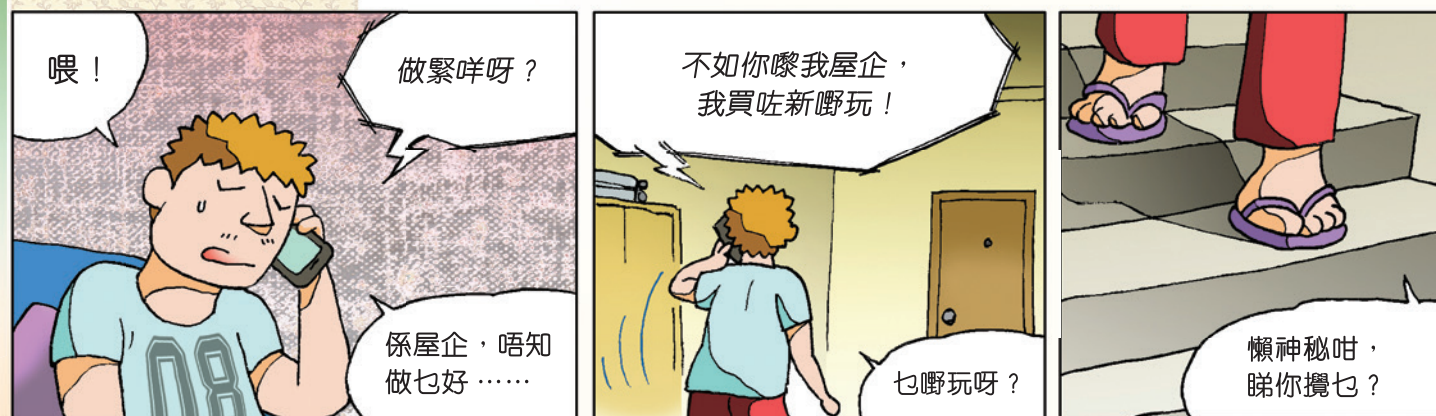
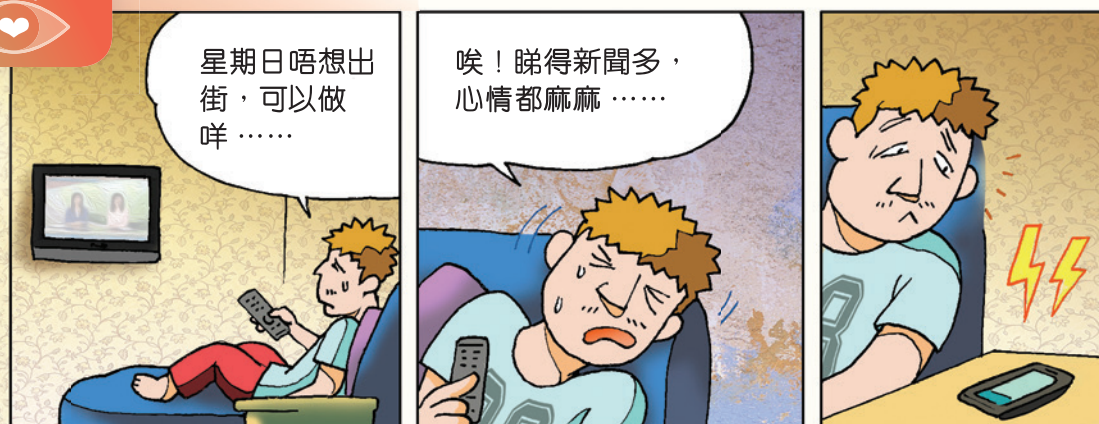
製法：用清水沖洗淮山、蓮子、芡實、瘦肉，瘦肉切片。將所有材料用清水四碗煎煮，大火煲滾，改用小火，煎至二碗湯即成。溫服。

使用注意：外感、實邪、小便短澀及大便秘結者不宜。🚫



苦中作樂

繪畫：亞樹



動一動、想一想

1 為甚麼駱駝能在沙漠中行走自如？

小馬剛剛是個旅行家，牠準備去穿越沙漠。出發前，熊貓叔叔提醒剛剛：「沙漠裡經常刮起沙塵暴，環境很惡劣。你要穿越沙漠，一定要去找駱駝。牠在沙漠中行走自如。」

剛剛疑惑地問：「沙漠乾旱缺水，沙塵滿天，駱駝靠甚麼行走自如呢？」朋友們，你知道原因嗎？

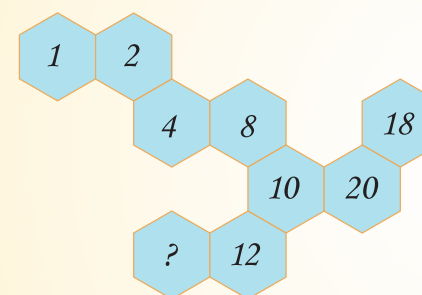


試試動腦筋，別急找答案：在第21頁

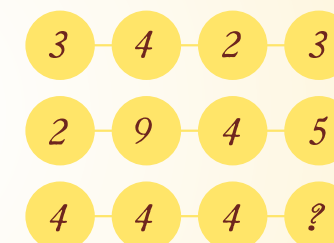
2 動動腦筋吧！

下列數字間有某種規律，請找出『？』應該要填什麼？

(一)



(二)



試試動腦筋，別急找答案：在第21頁

3 猜一猜

湖入面原本有魚蝦蟹，
有一日只發現剩下魚及蟹

(猜一中國地方名)

試試動腦筋，別急找答案：在第21頁



依靠上帝 用心服侍



◎ 張懷信

「矜憫為懷」是校訓，投身護理行業 30 多年，每天都有多一點的體會。

是甚麼？

三年來通過了大大小小的考試，在正式註冊前，經歷了同學的黯然或毅然退學，入學共 45 人，只有 28 人畢業，是甚麼讓我們支撐下去？

入學的第一個月，未信主的我懷著好奇心，碰見班上基督徒同學彼此分享，很想知道是甚麼將一班素未謀面的人，在這麼短時間內招聚在一起，是甚麼讓她們有一點點的不一樣？畢業後，工作忙碌，但大家仍肯當義工去籌劃或協助病人福音聚會，與病人分享信仰，是甚麼推動著大家？

孕育成長

第一個考試前，同學將聖經借給我讀。當時選讀了舊約以斯帖記，很不明白，就祈禱求神讓我明白。考試當天早禱會，作為師母的校長引用了很多經文鼓勵我們，其中提到以斯帖記。當時深受感動，因為神回答了！

受訓期間，班導師第一次帶我們查經，一口氣讀完了司提反殉道的經文。當下心中震驚：怎麼以前讀過，如今聽著竟然有「突然明白過來」的感覺？我才體會到要有悟性才能明白聖經。護校除了傳授知識，更會著重靈性培養，常提醒我們照顧病人的身心社靈。

1992 年，我暫別工作崗位去進修。當時擔心家裡少了收入，幸蒙天父的眷顧賜恩，讓我完成兩年的學位課程，再重投工作。這下子又回去跟護士團契的同道重聚打拼！她們都是懷著無比的耐心和愛心去服侍病人，而且會鼓勵病人勇敢面對疾病及尋找真神。例如有病人對我表示，只有某護士才明白他。那護士確實有敏銳的心靈，後來也選擇了舒緩科，現在已是顧問護師 (Nurse Consultant)。又有護士常被病人不停地叫喚，因為他們知道她最有耐性及最愛護老人家。工作忙碌的團契導師總會抽空出席職員會，細心聆聽，然後循循善誘，讓我知道何謂事奉。想起他們的見證，能不受激勵嗎？

經歷主恩

當年每個星期六，護士團契都會舉辦病人福音聚會。有一次似是平平無奇的聚會，卻有不少人決志，非常感恩，當時我想是神已預備了人的心，也應允了我們同心的禱告，讓我們再次體會福音的大能。

某次，院牧為一位婆婆施行灑水禮，垂危的她突好轉過來，跟遠方的親友電聯，然後在家人見證下進行灑水禮。她與院牧及我們護士合照時，更是笑得很燦爛。不到半小時，婆婆便陷入昏迷，在家人愛的圍繞下平靜地回天家了。大家既感恩，也嘖嘖稱奇。

有一年報佳音，甫踏入第一個病房，便被一位家屬熱情地拉在一旁，原來她記得當年面對丈夫跌倒，心情低落時，我曾開解和安慰她。又有一次，一位年老病人需插胃喉，她的兩位女兒聽到，就悲慘地哭起

來，因為媽媽插胃喉幾次都很痛苦。雖然我不是負責此病人，也可差派同事處理，但眼見此情境，心中禱告神說：讓我試試，請幫助我。順利完成後，那兩位女兒又來哭著說：「媽媽請我們來多謝妳，這次插胃喉最不痛苦，她很開心。」能減輕她的痛苦，我也很開心，而且感恩！

團訓的提醒

所以弟兄們，我以神的慈悲勸你們，將身體獻上，當作活祭，是聖潔的，是神所喜悅的，你們如此事奉，乃是理所當然的。(羅馬書 12:1)

感謝神讓我成為護士，用工作來事奉祂，同時經歷祂的恩典！每天好好工作，便是遵行祂的旨意。✿

護理新世代

今年又有數千位新畢業護士進入職場，時代更新，難在一片混沌、無所適從的情況下，和平、穩健地適應入職後所面對的人事物，其實一點也不簡單。

今次有幸邀請數位不同專科的資深護士，跟大家分享新世代在職場的求生智慧，願勇於承擔、進步的新一代加油！

香港基督徒護士團契11月份團契

日期: 25/11/2019 (一)
時間: 19:00-20:30
地點: 香港基督徒護士團契會址 (長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓)
查詢: 23698512 Mandy
費用全免 歡迎醫護赴會

歸巢·如鷹展翅之旅

——夜遊鷹巢山

在這混亂的世界裡，你迷途了嗎？你累了嗎？你受傷了嗎？
上帝的巢是安穩的巢，
孩子們可以隨時回來療傷、休息、重新得力、再如鷹展翅。

讓弟兄姊妹在這個晚上一起同行
登上鷹巢山，沿路分享自己的擔子
翱翔在神的國度裡，飛越所有艱難和風暴

但願每隻鷹和牠的幼鷹重新得力，
他們必如鷹展翅上騰，
他們奔跑却不困倦，行走却不疲乏。
(賽四十一:31)

香港基督徒護士團契12月份團契

日期: 16/12/2019 (一)
集合時間及地點: 18:00 深水埗站D出口或
18:20 石梨貝水塘站 [72、81、86B向新界方向巴士站]
查詢: 23698512 Mandy
費用: 全免
報名: www.ncf.org.hk 報名

香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and Dental Fellowship of Hong Kong

* 歡迎醫護界人士參加！*

* 每月聚會 * (逢第二周 星期三)

內容: 敬拜、查經、禱告和分享
時間: 8:30~10:00pm
地點: 九龍長沙灣道137-143號
長利商業大廈十一字樓 (電梯按11字)
(港鐵深水埗A1出口，轉右直行約5分鐘可到
長利大廈，鄰近石硤尾街有咪錶車位提供)

日期	講員/分享
2019年12月11日 (三)	CMD F 團隊帶領
2020年1月8日 (三)	CMD F Clinical Attachment Program 推介會

* 歡迎基督徒醫生牙醫及醫學生參加！*

查詢: 2369 8511 (Peggie Lam) • 網址: www.cmdf.org.hk • 電郵: peggie@cmdf.org.hk

阿珍：

不知不覺認識你已有一年多了，雖然我們在病房中僅見過一面，沒想到在往後的日子，竟然每個主日都可以在教會見面，這實在是神奇妙的帶領和安排。

還記得遇見你的那天，我走近你的床邊關心問候，多謝你的信任，與我分享入院的緣由：「每晚黃昏，皮膚便會出現紅疹並腫脹起來，很痕癢。」後來驗血報告已有初步結果，但始終未能找出病患根源，這使你不安和擔憂。我一邊聆聽你的分享，一邊看見你眼淚湧流，令我感到你面對病患的忐忑不安；面對未知的未來，看見你內心是何等恐懼和無助。你還告訴我：「我是醫院抽血員，當然期望早點知道發生甚麼事，能夠早日對症下藥。」原來你也是一位醫護人員，曾見過很多病人在痛苦絕望中，現在自己也身同感受，不知如何是好。我看到你這一刻是何等痛苦，便拿出一張「平安」咭給你，還請你讀出咭上主耶穌的話：「我將我的平安賜給你們。我所賜的，不像世人所賜的；你們心裡不要憂愁，也不要膽怯。」(約翰福音 14:27)。人面對病患與不知的未來，心裡總有徬徨與不安，正是需要耶穌所賜的平安。你點頭表示認同。

我嘗試再進一步，問及你是否認識耶穌？你說：「我曾經在基督教中學讀書，都算有點認識。當我成為抽血員，在醫院工作多年後，深深體會人何等渺小和有限，生命無常，非人所能操控，漸漸地自己也嘗試向主耶穌禱告。」記得你還告訴我：「我家附近有一所教會，逢星期日均聽到從教會傳來唱詩的歌聲，其實我也想上教會……」那時，我看見你何等渴望參與教會聚會，但因不認識教會而卻步。我好奇地詢問你住在哪裡？你的回答令我意想不到！原來你所聽聞、在你家附近的教會，就是我的教會。當時我們的反應都感到很訝異，原來神早有奇妙的安排，於是我順理成章邀請你前來我教會聚會，進一步認識信仰。

就這樣，你參加教會已經一年多了。看見你慢慢投入教會，認識弟兄姊妹，參與教會的主日學，彷彿看見一個嬰孩在基督裡一日一日成長，充滿恩典。

現在，這個病患或會偶然又來找你，但是你擁有一個不一樣的心境來面對病患，因你已接受耶穌作你的救主和生命的主。回想主讓我們的相遇和相識，全是祂奇妙的安排。我為你感謝神！

陳院牧



衷心迴響

家父的骨灰安葬禮已完成。深信家父正於基督的懷內安睡，時候到了必能與基督一同復活。我們特別感謝你在家父留院期間，前來探望及為我們一家切切的禱告。你無微不至的關懷，令我們一家深受感動和安慰。衷心感謝你的同行和伴隨！

謝謝你，奶奶已於昨天返回天家了，謝謝你向她傳福音及幫助她打開心結，讓她有平安及永生，不再恐懼。多謝你，願主繼續賜福給你，有力事奉。

謝 謝你幾次在我入院時的探望及代禱。我的問題多而複雜，很難面對，對我影響甚大，每次入院對我和我家都構成很大壓力。所以，十分多謝你在我難過時的探望及代禱，對我幫助不少，願主賜福你的侍奉。

My mom's funeral services completed very smoothly yesterday. We have the assurance of her to be called His child, and the hope of meeting her again in heaven one day. God has carried the family in his amazing grace and wonderful deeds in these months, which are beyond what we can ask for. You're the angel sent by God in his timing.



1. 為甚麼駱駝能在沙漠中行走自如？
 答案：駱駝被稱為「沙漠之舟」，除了牠的駝峰能貯存脂肪和水，牠身上還有三大法寶：第一、牠的腳掌很厚，巨大的腳趾使牠站得很穩，不會陷進沙裡；第二，牠的眼睛周圍長著濃密的睫毛，能遮擋強烈的陽光和巨大的風沙；第三，牠鼻孔的瓣膜可以關閉，能阻擋風沙的侵襲。
2. 運動腦筋吧！
 答案：(一) 9
 (二) 4
3. 猜一猜
 答案：哈爾濱

回應表

♥ 支持院牧服務 ♥

把關心傳開・讓醫院有愛

- ☐ 本次捐獻 _____ 元
- ☐ 每月捐獻 _____ 元，由 _____ 年 _____ 月開始
(☐ 至 _____ 年 _____ 月止 ☐ 至另行通知)

捐獻用作：

- ☐ _____ 元支持 _____ 醫院院牧服務
☐ _____ 元支持院牧聯會事工
☐ _____ 元支持《關心》出版

捐獻方式：

- ☐ **信用咭** (將會按註明的日期內每月向銀行支取，無需再次填表。
另建議信用咭捐款金額為港幣100元或以上)

☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB

如用信用咭，可直接傳真：(852) 2339 0966

信用咭號碼：|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

信用咭姓名 (英文正楷) : _____

簽署：_____有效日期：____月____年

- ☐ 劃線支票，抬頭請寫「院牧事工聯會」或「AHKHCCM」
(支票號碼：_____ 銀行：_____)

- ❑ 銀行直接存款：匯豐銀行 143-5-014681
(請將銀行入數紙連同此表格傳真或寄回)

* 本會為香港政府認可的慈善團體，捐獻可憑收據獲稅局扣減稅項。
為節省行政開支，捐款港幣100元或以上方獲收據。
定期捐獻支持，更助院牧服務穩定發展。

個人資料： [請用正寫，中文更佳]

(用作寄發收據及通訊，絕對遵守私隱保密條例)

姓名：_____先生/女士

(如有尊稱，敬請列明)

地址：_____

電郵：_____ 電話：_____

郵寄地址：九龍樂富杏林街4-6號地下 香港醫院院牧事工聯會/或

如有查詢，歡迎致電院牧室或院牧聯會。Tel: 23390660

院牧室聯絡電話

東區尤德夫人那打素醫院	2595 5507
春磡角慈氏護養院	2899 1357
律敦治及鄧肇堅醫院	2291 1833
長洲醫院	2986 2227
東華東院	2162 6362
黃竹坑醫院	2873 7271
葛量洪醫院	2580 7253
瑪麗醫院	2255 3770
麥理浩復康院	2872 7413
大口環根德公爵夫人兒童醫院	2872 7413
東華三院馮堯敬醫院	2872 7413
東華醫院	2589 8386
養和醫院	2575 5554
聖保祿醫院	2575 5554
香港防癌會賽馬會癌症康復中心	2575 5554
港怡醫院	2575 5554
港島區私家醫院	2575 5554
基督教聯合醫院	3949 4691
靈實醫院	2703 8797
靈實護養院	2703 8797
靈實胡平頤養院	2703 8797
靈實司務道寧養院	2703 8797
將軍澳醫院*	2208 0859
伊利沙伯醫院*	3506 7011
九龍醫院	3129 6956
香港佛教醫院	2338 9694
香港眼科醫院	2338 9694
香港浸信會醫院	2339 8908
播道醫院	2760 3494
廣華醫院	3517 5406
東華三院黃大仙醫院	3517 3890
明愛醫院	3408 7486
寶血醫院	3408 7486
瑪嘉烈醫院	2990 3271
葵涌醫院	2959 8234
北大嶼山醫院	3467 7570
仁濟醫院	2417 8076
威爾斯親王醫院	3505 3275
沙田醫院	3505 3275
沙田慈氏護養院	3505 3275
白普理寧養中心	3505 3275
仁安醫院	3505 3275
雅麗氏何妙齡那打素醫院	2689 2240
雅麗氏何妙齡那打素護養院	2116 7351
大埔醫院	2607 6607
北區醫院	2683 8397
屯門醫院	2468 5433
博愛醫院	2486 8676
青山醫院	2456 8430
小欖醫院	2456 8430
天水圍醫院	3513 5305

*非院牧聯會會員(本年度)

如不欲破壞此刊物，可以影印或以另紙填寫資料亦可。

《關心》是一份以醫院定位，專為病人、家屬、醫院員工出版的心靈關顧刊物。出版的目的是——把關心傳開、讓醫院有愛。《關心》希望在醫院裡促進積極、和平、尊重、包容、關愛的精神。《關心》免費送閱，每期出版約2萬本，由各醫院院牧室派送有意收閱的病人、家屬、醫院員工，是一份非常受歡迎的心靈關顧刊物。《關心》每本經費只需約4元，每期經費約8萬元。如欲支持《關心》的出版，請參閱刊於封底內頁回應表。



查詢：2339 0660

《開心》需要支持
歡迎訂閱《慈聲》

《慈聲》是一份以聖經和基督教神學立場，探討「全人醫治」、「心靈關顧」與「院牧服務」的雙月刊。每期出版超過10,000本，在同類中文期刊中，具有代表性。對於教牧同工、神學生及有心志關懷病患人士，這是一份值得閱讀的刊物。**《慈聲》免費訂閱，歡迎奉獻支持。**訂閱方法：

- 1) 網上下載訂閱表：www.hospitalchap.org.hk
- 2) 電郵至 tendervoice@hospitalchap.org.hk 索取訂閱表
- 3) 電話辦理：致電 23390660（院牧聯會）



“物有定處，事有定時。”

~ 富蘭克林



神造萬物，各按其時成為美好，又將永生安置在世人心裏。

聖經·傳道書 3章 11節上

本刊出版經費全賴捐助，敬請支持，讓更多醫院中的病人、家屬和員工得到關心。回應表見封底內頁。

本期贊助芳名：

王煒東	何耀華	吳中偉	吳玉娟	呂大安	李俊傑	李惠珠	李鳳儀	李淵焄
周全	林佩英	林偉彥	冼妮薇	徐扶風	區良昌	張文敏	張玉貞	張國光
梁婉琴	郭多加	陳汝誠	陳淑娟	陳嘉瑛	陳慧琮	陳麗莎	麥家碧	游少薇
馮少芬	黃汝榮	黃雅各	廖明活	劉玉卿	蔡潔儀	鄭肖珍	鄧少鑾	黎詠詩

薛樹德 謝興肇 謝秀蘭 林胡求善 梁智達伉儷 家姐（紀念弟弟許偉光醫生）

仁濟醫院院牧事工委員會 卓達興業有限公司 瑪嘉烈醫院暨葵涌醫院院牧事工委員會

Chan Po Wai Chung Yuen Wah Fo Po Chu, Christine Tang Ching Yee Wong Hoi Ming
Alpha Oncology Centre Ltd



全人醫治 全人健康
Holistic Healing & Health



鳴謝

世界傳道會 / 那打素基金

出版：香港醫院院牧事工聯會 | 地址：九龍樂富杏林街4-6號地下 | 電話：(852)2339 0660 | 傳真：(852)2339 0966

主編：盧惠銓 | 執行編輯：余靄明 | 人物採寫：黃華娟 | 設計：OpenTheClose | 印刷：雅卓印刷公司 | 封面攝影：黃少凌

網址：www.hospitalchap.org.hk | 電郵：wecare@hospitalchap.org.hk

版權所有 免費贈閱