

64

2017年5月

把 關 心 傳 開 · 讓 醫 院 有 愛

關

心

雙月刊

真心
分享

陳明恩：

一個愛與被愛的
故事

兩扇心窗

肯輸才會贏

從心出發

學習護理照顧的藝術

全人醫治 全人健康
Holistic Healing & Health

院牧
服務



一個愛與被愛的故事

—— 陳明恩

“不少人都十分好奇，因為看我一副「鬼妹仔」模樣，卻聽我說得一口純正的廣東話，只因我是個土生土長的香港人。我很愛這個地方，因這裡是我家；我的父母雖然不是在這裡長大，但他們卻是帶著無比的愛心，來到這裡落地生根。屈指一算，已是四十年前的事…”



在愛與恩典中成長

我的爸爸是新西蘭人，媽媽是澳洲人，雖然來自兩個不同的地方，但共通的是他們都有一顆愛中國人的心。爸爸本來已有大學學位，卻願意放下別人眼中的大好前程和舒適的生活，希望走到中國把天父的愛與更多人分享。媽媽也預備了自己走上宣教的道路，只是沒想過在澳洲的宣教訓練學院和爸爸相遇、相戀。兩個使命相同、心意相連的人走在一起，共訂婚盟。他們結婚後一年，來到完全陌生的香港，努力學習中文和廣東話，漸漸融入中國人的社會。

1980年哥哥出生，兩年後，我也來到這個世界。爸爸為我取名陳明恩，意思就是陳明神的恩典。我十分喜歡自己的名字，更感謝天父讓我在一個充滿愛與恩典的家庭中成長。不少父母都會看重供應子女的物質所需，但我的父母卻較少以物質作為表達愛的方式，反而重視「同在」的時間。記得小時候，每天都有溫馨的家庭時段，媽媽會與我和哥哥親子閱讀，講解聖經故事的意義，更會鼓勵我們發問。重視與孩子溝通的父母都會用上優質的時間來陪伴、聆聽和關心，而不是敷衍了事，因為愛是需要付出和犧牲。

爸爸的職業是一位傳教士，薪金並不多，要養活一家四口並不容易。所以每當負擔不起租金，我們就要搬家。記憶中我住過的地區包括牛池灣、九龍灣、大圍、沙田、大埔、錦田等。小小年紀就要學習轉變和適應新環境，起初的確不習慣，甚至有點害怕，但漸漸喜歡了這種「游牧民族」的生活方式。最開心還是住新界的村屋，因為有很多小動物，包括貓、狗、烏龜、雀鳥、倉鼠，牠們都是天父可愛的創造。

沒有做過暴風的少年

由於媽媽本身是一位老師，所以她親自在家授課。小四開始，她選用澳洲一套基督教的遙距課程教材，我需按時間表上課和做功課，每科都有進度，每周也有學習目標。雖然不是在學校裡接受教育，但無減我對讀書和吸收知識的興趣；更感謝媽媽悉心的培育，不單單是學問，更是德育和品格，讓我的信仰和價值觀在成長的過程中更加鞏固。

除了信仰，父母更在藝術方面給我啟蒙。由於全家人都喜愛音樂，我自小就有機會學鋼琴、長笛和結他等樂器；媽媽教我樂器，爸爸就教我唱和音。有時我們也會一家總動員，爸爸講道，我和媽媽就唱歌，哥哥彈小結他作伴奏，一家人配搭服侍。教會以外，我們也會到學校，甚至商場等公眾地方表演，讓不同年紀的朋友都能感受到天父的愛是無分國界、不區性別，更是沒有階級之分。



常說青少年總會經歷人生的暴風期。因為這階段的年青人正在尋找自己的身分，追求朋輩的肯定和父母給予的自由，往往在過程中容易迷失，並感覺難與父母溝通和親近。十分感恩的是我沒有經歷暴風期，因為一直以來父母給我的信任、愛與支持都很足夠。父母知道我在演藝方面有興趣，也認同天父給我這一點天賦該好好發揮，所以他們沒有反對我去探索發展的可能性。當他們擔心我，或是不認同我的想法時，他們會跟我傾談，明白我的想法，然後讓我自己去選擇。他們並非對我採取放任政策，而是讓我學懂怎樣為自己的選擇負責。可能有人因為怕犯錯而不敢作選擇，但我有個信念，即使我做錯了，父母仍是愛我。

一步步踏上演藝之路

中學畢業前，我有許多不同的計劃：去非洲宣教？去澳洲或新加坡修讀基督教藝術？中六那年，我去了城市當代舞蹈團學習現代舞。當時教會有位姊妹剛入了演藝學院讀書，她邀請我每個星期六和她一起習舞，學了半年，我發現自己愛上了跳舞。記得每次學完，我都會急不及待回教會跟其他人分享跳舞的樂趣和得著，姊妹見我跳得投入，於是帶我去教班，讓我充當助教，我當然十分樂在其中。

習舞一段日子，心裡不期然希望有演出的機會。當時城市當代舞蹈團正為「年青的天空」舞蹈演出招收團員，而申請者最少要有兩年跳舞經驗，但我只學了一年，似乎未能符合要求。但自己也想一試，於是照樣填表申請，可是一直未有回音，我便猜想莫非自己漏填了身分證號碼，於是再發一次電郵。怎料很快他們就通知我參加甄選，後來才知道他們根本收不到我的第一個電郵，若沒有這個補發的電郵，我連甄選的機會都沒有了。我相信並不是巧合，是天父給我這個機會。



雖然經驗淺薄，又沒有芭蕾舞的底子，但我鼓起了勇氣和信心，獨個兒跳了一支舞，自知不是高水準，卻為自己努力完成而高興。記得在等候結果的時候，心裡不禁忐忑，但又對自己說只管放鬆心情，要信得過天父會有最合適的安排；若祂不讓我加入，我多「勁」也入不到，更何況我根本沒有十足的勝算。結果他們取錄了我，我可以成為舞蹈團的一份子，實在十分興奮，心裡第一句當然是感謝天父。

舞蹈團有一次要到國內演出，身處的戶外表演場地可以用偌大來形容，但可惜觀眾只有「小貓

幾隻」。我們便立即開「咪」宣傳，大聲喊著有免費表演看。想不到即時有很多人從四方八面湧來，甚至擠擁得我要很費力才能從人群中走到場地中間表演。整場表演歷時兩小時，除了舞蹈表演，我更負責唱最後一首歌，我便選了一首我創作的英文歌，內容是天父與我的關係。當我唱完之後，許多人走過來對我說那首歌很好聽，還問我歌詞的意思



是甚麼？當下令我感動的不單單是有人欣賞，而是想不到我可以藉這機會分享我的信仰。原來藝術也可以成為見證信仰的工具，這個經驗讓我釋去了是否要在演藝界發展的疑慮。心裡一直想報讀演藝學院，那一刻我知道可以朝著夢想進發。

努力還要學習等候

在演藝學習，讓我在唱歌、跳舞和演戲都得到嚴格和專業的訓練，久而久之，我也不自覺地感到自己有點了不起。但天父知道我心裡的驕傲，於是給我上了很好的一課。當時跳舞學院的畢業表演要選角，好讓師弟妹也可以同台演出。記得甄選那一幕，老師一邊說出芭蕾舞的名堂，一邊叫我們逐一跳出舞步，但其實我根本不懂老師所指的是甚麼舞步，我只好胡亂擺個姿勢蒙混過去，那一刻我突然醒悟自己根本沒有「認叻」的理由。

演藝學院畢業後，有人簽我做歌手，我亦申請了獎學金，可以去外國進修音樂劇。最後我選擇了唱歌，因為當歌手的接觸面較闊，可以從中和更多人分享信仰。可是當我錄了歌兩年，仍覺得自己的歌聲不夠悅耳，而且唱不出流行曲的感覺來。

外型方面，我擔心自己一頭金髮，會否很難被華人接受？於是又去把頭髮染成棕色。但當遲遲還未能有所突破時，我真的氣餒了，甚至想放棄唱

歌。幸好父母和身邊的朋友不斷鼓勵我，讓我重新振作和堅持下去，繼續錄音。結果我終於錄了一首很配合自己性格，又演繹得不錯的歌曲。只是沒想過才推出個人第一張唱片，剛成立的公司就倒閉了。

那一刻又是矛盾重重，當年沒有到外國讀音樂劇，是否作錯了選擇？自己一直在努力，是否在浪費時間？我甚至質疑是否入錯行？那一刻才發現原來自己如此經不起考驗。但媽媽真的很愛我，她知道我需要支持，於是不斷的鼓勵我，又和我一起祈禱。她讓我知道我不是孤單一人，無論我面對甚麼景況，總有她和天父陪伴著我。

由演藝畢業到 2015 年，相距了十一年的時間，我終於有機會演出一齣電視劇集；還有，之前朋友

同一的心願，就是盼望與更多人分享天父的愛，特別是演藝行內的朋友。今年二月我倆雙雙踏上紅地毯，回想婚禮當天是整個冬天最冷的日子，但我們見到很多好友及親人到賀，感受到他們的愛和支持。很多人都為我們的結合而感動得落淚，我們實在經歷了最溫暖的婚禮。

當天我倆莊嚴的在天父面前訂下盟誓，承諾不論任何境況，一生都會敬重對方、愛護對方、照顧對方。當日牧師的說話仍言猶在耳：配偶是一生伴侶，二人同心同行，才能得著神的祝福。盼望靠著天父的恩典，讓我們這個新建立的家庭可以實踐和活出更多的愛，使更多人都能得到天父的眷顧與祝福。



鼓勵我製作的歌曲，竟然和電視劇同時間推出；剎那間我的演戲和歌唱兩方面都得到觀眾的認同和欣賞，實在叫我喜出望外。原來除了努力，天父還要我學習等候，在適當的時候，祂就會給我獎賞。

經歷了最溫暖的婚禮

記得在我快到三十歲時，我祈求上帝給我三份禮物，其中一樣就是希望我的另一半能夠盡快出現，因為我已經耐心等候了一段日子。等候是因為我視婚姻為神聖和嚴肅的事情。現代人對婚姻都有不同的看法和演繹：有的對一紙婚書有所保留；有的感到約束太多；有些人對兩性關係十分隨便。感恩從聖經中讓我明白婚姻和愛的真諦，愛是付出和犧牲，凡事以對方的好處為出發，而並非佔有或操控對方。愛原來不單是一種感覺，更是一份堅持。

五年前，天父讓我認識了他，除了大家都有相同的興趣，更重要的是我們有著共同的信仰，更有

贊助鳴謝

髮型：Match Tong

服裝：Yi Ming

鞋履：Joy & Peace





有時候你贏了，但其實你輸了。

人總是在得失之間，跌跌碰碰，之後才認清甚麼是自己生命中最重要的，不可或缺的？

兩個女孩子在客廳玩，一個五歲，一個三歲，兩表姐妹在分珠子，你一顆，我一顆，但表妹不斷說：「不夠，要多些，要多些！」弄得表姐很氣，她說：「我的一份不如也給了你，好啦，我不玩了，你自己玩個夠！」說罷，她就氣沖沖走入房間。

這時，表妹突然大哭，我問她為甚麼哭？我說：「你現在已得到所有珠子，你還不滿足嗎？」她說：「我哭，因為表姐不理我，我很傷心。」不要以為她年紀小，甚麼也不懂，她比任何成人都清醒，原來她驚覺自己在「得」的同時，也是在「失去」最寶貴的友情。

有時贏了好處，但輸了友誼，值得嗎？不知多少時候，我們未有為所擁有的知足感恩，而為著賺得太少而耿耿於懷。人往往因為不夠清醒，看不清甚麼才是自己生命中最重要的，而執著於輸贏，結果帶來許多的悔改。

國邦為了給下班回來的美芬一個驚喜，他提早回家煮一頓美食給太太享用，怎知言談間，你一句，我一句，針鋒相對，互不相讓，最終國邦自覺詞鋒上敵不過美芬，他選擇離家。事後美芬很後悔，她辯贏了國邦，卻毀了整晚的氣氛，想來大家都是輸家。有時贏了面子，但輸了感情，值得嗎？

上月，志輝和太太去看電影，坐在他們前一行的男女不斷在說笑耍樂，影響大家看電影，他便過去好言相勸，怎知換來對方出言侮辱，他一時沈不住氣，便向對方胸口揮了一拳。事後，他要上庭，並要為自己的衝動付上刑責。

偉明的父親病危在醫院，他與父親多年沒見，當年父親如何遺棄他和弟弟的一幕，仍不時在其腦中浮現，偉明對父親深深痛恨，他想忘記這人卻又忘記不了。是父親對他們不好，他要繼續讓仇恨佔據內心，或是來個了斷。偉明最終放下自己的理和面子，找弟弟同去醫院探望。

當他手執爸爸的手，第一次向爸爸表達自己的內心感受，說：「爸，我一直很痛恨你拋棄了我們，沒有你在身邊，我們的日子好苦啊！」爸爸眼泛淚光的說：「我很高興你兩兄弟來探我，過去我未有盡上做父親的責任，累你們受苦，求你們原諒我！」就是這樣，父子倆之間的關係得以復和，而父親離世一刻，面容平和。

偉明贏了親情，因為他不執著於面子和理，不介意輸了面子。有時人要「據理」，但不一定要「力爭」；並且理直氣「和」往往比理直氣「壯」，更易為人接受。因為有立場，又講理，表達溫和者才是真正的贏家。

有時看似贏了，實際上卻輸了。有人贏了好處，卻輸了友情；有人贏了面子，卻輸了感情；有人為了贏一口氣，卻輸了前途和形象。事實上，怎樣才算贏？值得一想！

怎樣才算贏



◎ 吳芳芬



沉溺賭博的人常說：「有賭未為輸。」但康復者分享過來人的經驗時卻提醒眾人「輸錢皆因贏錢起。」推動戒賭的廣告常忠告肆賭者「你輸得起嗎？」而促進和諧家庭的宣傳品，再三叮囑家中成員何必「贏咗場交，輸咗個家！」若「贏」代表賺取、收獲、得著、勝利；則「輸」代表虧蝕、付出、犧牲、失敗。人總是愛贏不想輸，只是在人生旅途上往往是肯輸才會贏。這可從聖經中福音書所記載主耶穌的教導說起……

耶穌身教言教並重，更以自己的生命為榜樣。這些關乎人生輸贏的教導，對四位福音書的作者均有留下深刻印象。有一次耶穌向門徒提到自己將要先死而後生：「人子必須受許多的苦，被長老、祭司長，和文士棄絕，並且被殺，過三天復活。」耶穌明明地說這話，彼得就拉著他，勸他。耶穌轉過來，看著門徒，就責備彼得說：「撒但，退我後邊去吧！因為你不體貼神的意思，只體貼人的意思。」（可 8:31-33）接著耶穌還進一步向群眾和門徒闡釋這生命之道：「若有人要跟從我，就當捨己，背起他的十字架來跟從我。因為，凡要救自己生命的，必喪掉生命；凡為我和福音喪掉生命的，必救了生命。人就是賺得全世界，賠上自己的生命，有甚麼益處呢？人還能拿甚麼換生命呢？」（可 8:34-37）

人生輸贏的關鍵往往是人如何放置目標，有否先後本末錯置。「有許多在前的，將要在後；在後的，將要在前。」（太 19:30）人有時窮一生之努力達到目標，才發現心靈仍是虛空，靈魂不得快樂，可是為時已晚，機會不再。主耶穌提醒我們：「我實實在在地告訴你們，一粒麥子不落在地裏死了，仍舊是一粒，若是死了，就結出許多子粒來。愛惜自己生命的，就失喪生命；在這世上恨惡自己生命的，就要保守生命到永生。」（約 12:24-25）

人生輸贏的教導不單涉及個人靈性修養，同樣會影響人際相處質素，也是一般聖經讀者有時感到很難理解與實踐的道理。因為主耶穌曾吩咐跟隨祂的人：「你們的仇敵，要愛他！恨你們的，要待他好！咒詛你們的，要為他祝福！凌辱你們的，要為他禱告！有人打你這邊的臉，連那邊的臉也由他打。有人奪你的外衣，連裡衣也由他拿去。凡求你的，就給他。有人奪你的東西去，不用再要回來。」（路 6:27-30）還有，「有人強逼你走一里路，你就同他走二里。」（太 5:41）

想起來有點像古人所說「要以德報怨」。在現今追求進取與功利的世俗社會裡，這幾乎是不適用的道理。然而，這教導的總原則是：「你們願意人怎樣待你們，你們也要怎樣待人。」（路 6:31）你認為這合理嗎？也許，人若不斤斤計較，便不會有輸贏之分了。

肯輸才會贏

◎ 盧惠銓



久遺了的老師

◎黃青雯

在某個當值的晚上，於休息時段無意中翻閱了一本放在護士站的書冊。這本書由二十多位醫生撰寫，分別記載了二十多個病人的故事，打從目錄看起，不期然被一篇題為〈守護天使〉的文章所吸引，故事講述一位患有脊髓神經病變的女病人。

這位女病人年幼時爸爸過世，媽媽再婚，從小她就要照顧同母異父的弟妹們；但她從來沒有半點怨言，而且奮發向上，後來成為了一位社工。當她滿以為走在美好的人生路上，怎料在 40 多歲時突然患上脊髓神經病變，甚至工作時曾因暈倒被送往醫院的深切治療部，原來她的四肢已失去了活動能力。在深切治療部熬過了三個月，她的病情漸有好轉，卻要像小孩子一樣從新學習進食、走路，然後再轉往內科病房繼續治療。還以為雨過天晴，豈料在康復後的數年間，病情又再轉差，反覆進出醫院，文章的筆者就是在這位病人進出內科病房時所認識她的。

筆者一再讚揚這位女病人對家人的愛與付出，其實她又豈只是家中的天使，她也是我生命中的一位朋友，更是學習的對象。當年正是我在深切治療部護理她的，記得由她昏迷不省，需要用儀器幫助呼吸，到漸漸康復可以用喉部造口自行呼吸，手腳繼而可以自行活動，就在照顧她三個多月的期間，我們成為了朋友。她在治療的過程中，常常透過書寫和我們同事交談；經歷三個月艱苦的治療日子，她的病情算是大致穩定下來了，可以回到崗位繼續工作。出院後她也有電聯我們一班深切治療部的同事，可惜她的病情也隨著時間再次逐漸惡化。

雖然有一段日子曾和她失去了聯絡，但想不到就在我要轉職到另一間醫院工作前的某個下午，一位內科病房的男護士到深切治療部找我，通知我內科有一位病人想見我，下班後我便到了女內科見這位病人，原來正是她。見面後我得知她的身體情況一直惡化，下肢亦失去了活動能力，不能走路；不過，令我訝異和欣賞的，是她仍然面帶笑容與我傾談，告訴我近幾年已無法照顧自己，需要長期入住療養院，雖然明白自己的病情只會越來越差，但她不以自己的長期病況為苦，反而向我數算值得感恩的事。我從沒有在她口中聽到任何的抱怨，就像我初次認識她一樣，她還為我將要轉到新環境工作而禱告。雖然那次是我和她最後的會面，以後再也聯繫不上，但她臉上的笑容卻深深印在我的腦海裡，她那份病而不苦的情操至今仍然感動和鼓舞著我。

在護理的生涯中，病人給予我很多的鼓勵，每每感受到他們長期面對疾病的勇氣與堅毅。回想過去，能陪伴病人走過他們人生艱苦的歲月，使我獲益良多。雖然難免有所感觸，但感恩那個當值的晚上讓我重遇這位久遺了的老師，讓我留下美好的回憶。■



還可以自主地活

「為甚麼你的動作那麼緩慢？有沒有察覺身體出了甚麼毛病？」我一向慢條斯理，甚至被形容為十分冷靜，處變不驚，當然不會發現這種改變，原來柏金遜病已經悄悄臨到自己身上！

動作變得緩慢，連說話也慢上三拍；體力大幅下降，專注力減弱，就連與人交談也變得困難；而且身體僵硬，行路不穩……。經腦專科醫生診斷後，告訴我需要長期服藥幫助活動能力，且要努力運動保持心肺功能和動作靈活，否則病情會急劇下滑。聽罷心裡真的感到從未如此惶恐不安。

疾病大大影響著我的生活和工作能力，一切好像急煞車般突然停頓下來，身體的情況也迫使我要提早退休！可是在經濟、生活和心理上卻完全未有準備。失去了工作和收入、社會角色和功能，一時很難適應，前路茫茫。即時最受影響的當然是家人，特別是配偶。患病加上所帶來的各種劇變，使我脾氣反覆無常，好像變了另一個人。雖然面對經濟壓力和疾病變化，但要感謝的是配偶和家人的愛與忠貞、友人的愛心支援，讓我極度不安的心情慢慢平伏；由萬分不願意轉化到安然接受，走上一條艱難卻是嶄新的航道！

驟至的病、不受控的手腳、飄忽的情緒、身體千奇百怪的感覺、時好時壞的病情、精神不足、對想做的事有心無力，但思想還很活躍，感覺自己就像被囚

◎鄭守安

在一個不由自主的軀體中，多麼的痛苦和令人氣餒。從前一覺睡醒，精神飽滿，不管前晚多疲累，早上起來又是一條好漢子，看自己是天下無敵的，好像一切都沒有限制。如今醒悟人的實況，明白原來人是這麼有限和渺小！然而自幼已植根心裡的信念告訴我，每天都是新的，只要積極便有新的可能和機會。這信念推動我繼續前行，讓我把無奈的境況，看成新的人生體會。原來我仍可以選擇如何帶病而活，尋找新的身分和用處，為人生重新定位。軀體雖然受困，我還可以自主地活！

當藥物和運動發揮果效時，我還可以學自己喜歡的東西，或會寫下詩句抒發感情，或是拿數學教材來練習，閱讀好文章，做點家務，嘗試多欣賞和讚美配偶，繼續關心其他人，並於大清早快步急行送女兒到車站，和兒子討論時事與交流看法。原來這些看似平凡的事情，都不是必然做到的，難怪常常說，人總是在失去了才明白感恩。

我曾否感到人情涼薄？答案是否定的。在艱難中更見親情真實、友朋的愛顧和意想不到的支援，潤澤我因病而乾涸的靈魂。從前在工作和生活中多會去關心幫助別人，今天反過來要接受別人的幫助和關心；對我來說，承認自己有軟弱和不完美，學習謙卑受助是不容易的功課。但我知道這是人生真實的一課，盼望能夠繼續好好學習。■



甘苦與共

Through thick and thin.

「幫助我的丈夫並不是一個負擔。他的硬仗便是我的硬仗；我們是共同進退的。」

結婚的誓詞常有「無論健康或疾病都會終生對你忠誠」等內容，但與有長期病患或殘疾的伴侶一起生活是怎樣一回事，大部份人都無從想像。面對伴侶的疾病與殘疾會為婚姻關係帶來成長的機會，但同時也是令關係惡化的危機。根據 2013 年的統計數字，香港有超過 116,000 名殘疾人士及長期病患者的主要照顧者是他們的配偶。在面對自身疾病所帶來的痛苦、生活上的轉變，或照顧殘疾伴侶帶來的身心壓力，夫婦可以怎樣在逆境中保存和提升他們之間的親密感，共同越過這個對婚姻關係的重大考驗？

面對重大改變的準備

嚴重的意外或健康問題可為婚姻帶來重大改變，為夫婦關係裡的不同部分，例如溝通方式、家庭責任、分工等帶來嚴重的衝擊。夫婦需停下來並意識到他們的相處模式可能已被完全改變甚至永遠不能回到以前的模樣。若患病的配偶仍然有溝通能力，夫婦應盡早真誠及坦率地討論這些轉變。無論是家務分工、子女照顧、經濟和醫療需要，甚至是預設醫療指示和身後事的安排

等，盡早跟另一半達成共識，可減少雙方因期望不一致而出現矛盾和不安的情況。在關係改變的初期培養坦誠表達自己的心情和想法的習慣，可預防負面情緒的抑壓和累積，減低雙方的心理壓力。

不要孤立自己

遇上健康和生活上的巨大改變時，很多人都會感到孤單，跟家人、朋友、同事等的距離感越來越強。就算自己面對很大的困難，也會因為擔心其他人的拒絕和誤解而不敢跟別人分享自己的需要。不良的健康狀況、照顧及工作的辛勞，也可能會大大減低跟親友見面交際的意欲。長期缺乏適度的社交活動和支援，會增加夫婦關係的壓力，造成更大的孤立和被困感覺。若夫妻可以各自找到信任的人去傾訴自己的困難與挑戰，尤其是對容易被忽略的照顧者來說，這份諒解和接納是非常重要的情感支援，有助減少夫婦間積聚怨恨情緒和出現情緒障礙的機會。

別當自己是超人

任何健康的婚姻關係都要有足夠的空間讓二人都能夠滿足自己的一些需要。但在照顧患病的伴侶時，照顧者可能會因為責任心或內疚感而經常忽略自己的個人需

要。照顧者應盡量在身體情況許可下，讓被照顧的伴侶幫忙或擔當一些家中的事務，例如簡單的家務、個人護理、對家庭事務給予意見等。除了可分擔照顧者的工作和壓力外，也可讓被照顧者感到自己對家庭的貢獻，增進夫婦二人同心合力、共同進退的感覺。家人、朋友和社區義工的幫助也是非常重要，讓照顧者可定期得到一些個人喘息的空間，保持身心靈的健康與平衡。

精神上的支持同樣重要

被照顧者雖然可能在健康和行動上有限制，但在精神狀況許可的情況下，他們仍然是伴侶在精神和心靈上的重要支柱，藉著聆聽、分享和分擔伴侶的喜怒哀樂，被照顧者也可以多點對照顧自己的伴侶表達欣賞和感激，減低他們的身心負擔與壓力，使雙方的關係和溝通變得更加輕鬆和正面。

盡早處理關係裡的矛盾

若兩人的相處出現矛盾，應盡快找個特定時間商討問題。討論前先想好甚至寫下表達內容。正式討論時，少用責備性的字句，多著重表達自己的感受和需要，例如說：「我想聽到你多啲欣賞我嘅付出同埋鼓勵嘅說話，因為咁樣我會更開心更有心力照顧呢個屋企。」討

論的焦點應放在明白對方和幫助對方明白自己的感受和想法，而非只顧嘗試說服對方接納自己的要求或看法。問題未必能夠透過一兩次討論就圓滿解決，但若雙方都能夠盡量從對方的立場去了解對方的想法，這份互相明白可提升婚姻關係的質素，令二人感覺更親密。

保存浪漫感覺

夫婦一起定期參加一些有趣的活動，不但能增加彼此之間的話題和共同經驗，更可讓二人擁有更多正面的回憶，增進感情。在家中亦可預留「浪漫空間」，例如：不要在睡房裡進行任何關於疾病的重要討論。健康狀況對性生活的影響亦不容忽視，需要時應向醫護人員詢問相關資訊，並跟伴侶坦誠溝通自己對性方面的期望和找到共識。肢體上的親密不只限於正常的性生活；擁抱、親吻、拖手、撫摸等的日常身體接觸，同樣是夫妻間表達愛意的重要方式。無論面對怎樣的身體或環境改變，夫婦都可以用他們合適和喜歡的方法，重新定義親密，締造屬於二人獨有的浪漫相處模式。

真愛是一個不斷成長的過程。真愛的培養需要一起經過高低起伏、一起承受痛苦、一起傷痛哭泣、一起開懷歡笑。■

◎ 賴靜琳博士（臨床心理學家）





運動保養

你家裡有沒有電器能夠運作超過 40 至 50 年或以上？好像天方夜譚，但人類的身體真正可以運作 60、70 甚至 80 年以上；期間雖然可能會有點小毛病，但是如果保養得宜，美國有一名百歲人瑞可以到白宮跟前總統奧巴馬跳舞！

很多人以為所謂保養，就必定需要大量保健食品或專業器材，這些都是廣告給我們的資訊。其實要保養得宜，對自己身體的設計有正確的了解才是關鍵。以運動保養為例，要達到良好表現又避免受傷，最好能做到以下幾點：

1) 有足夠的休息

運動發燒友平日活動多多，放工後約三五知己打羽毛球、踢波、打籃球，周末周日行山、遠足、跑步，雖說運動有益身心，但凡事當適可宜止，機器運行久了也要「充電」、「入油」，故建議運動日與休息日當好好分配，讓身體肌肉關節也好好「充電」。

2) 提升肌肉、保持關節柔韌

運動創傷除了來自急性創傷（如足踝扭傷，俗稱「拗柴」），不少來自日積月累的重複性動作，如髌骨（「菠蘿蓋」）後面的軟骨可能因重複性的跑動、急停、轉身、跳躍而耗損，如再加上「大腿肌肉」股四頭肌、膕繩肌及髂脛束之間的肌力及彈性不平衡，往往會令膝痛加劇。所以除了運動前後的熱身及舒緩伸展外，近年流行的運動按摩棒（foam roller）「自療」，也大大幫助快速消除運動後肌肉的酸痛，有效提升肌肉彈性及伸展能力；再配合適當的伸展運動，使關節四圍的肌肉強度及彈性更平衡，從而減低關節不平均受壓及磨擦。



3) 正確處理傷患並提高身體敏捷度

在日常處理的運動創傷個案中，發現很多人對運動創傷的基本處理及康復認知不足，以致運動生涯大大縮短。舉例如足踝扭傷，排除骨折後，可用 RICE 作初步處理：Rest（休息）、Ice（冰敷）、Compress（加壓/包紮）及 Elevation（提升/把腳擡高），以控制身體自癒時的腫脹，待數天腫脹消退，可輕鬆活動關節及作適量活動。約三至四個星期後，基本軟組織修復大致完成，可作大幅一點的關節活動及適度的肌力重建訓練；而最多朋友忘記的，是重新提升因受傷及休息而大大下降了的本體感應及敏捷度，而這也是所謂「慣性拗柴」的元兇！基本的本體感應如單腿站立足跟提升、半蹲訓練；又或敏捷度練習如小孩子玩的「跳飛機」或較專業的速度梯訓練，均需三至四周才能見效。如此算來，受傷後的治療及復健最少需要 8 至 12 周，對運動發燒友確是耐性的考驗。但為著更長遠的運動生涯，確實需要認真處理傷患。

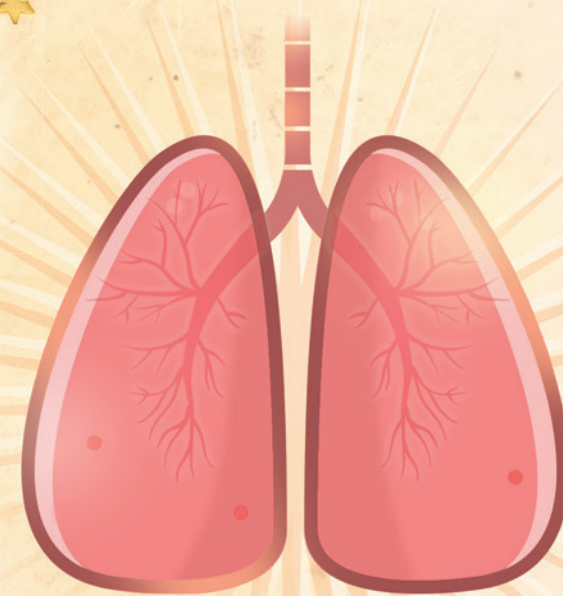


總括而言，「多鋒利的刀都有生鏽的一日」，但只要有正確的保養知識及實踐，我們這個設計奇妙的身體仍可使用到老！

◎ 楊毅聰 物理治療師



五臟六腑之肺



◎ 陳慧琮 註冊中醫師

肺，位於胸中，分居左右，居內臟最高位置；能調節全身氣分，輔佐心臟，推動血液循環的作用，好比輔助君主的宰相一樣，故稱為「相傳之官」。肺的功能有二：一主氣、二主肅降、通調水道。肺和外在組織、器官最有密切關係的是：「外合皮毛」、「開竅於鼻」、「主聲音」。

氣，是人體賴以維持生命活動的重要物質，所謂肺主氣，是指人身之氣由肺所主。肺中之氣來源於兩個方面，一是飲食物之精氣（來源於脾），一是從體外吸入之氣（即新鮮氧氣）。這兩方面的氣，會於胸中，即產生「宗氣」，它能維持肺的呼吸功能，進行吐故納新，使體內外氣體得到交換。另一方面由肺氣入心，推動血液循環，並通過血液循環而布散全身，以維持各臟腑組織的機能活動。因此，血液循環雖然由心所主，但必須有肺氣的輔助，才能保持其正常的運行，故有「肺主治節」、「肺朝百脈」之說。肺主氣的功能發生障礙，就會出現咳嗽、氣喘、乏力、語音低弱、少氣懶言等症。

肺氣以清肅下降為順，若肺氣上逆則發生氣喘、咳嗽之症。人體的水液代謝，不僅和脾的運化、腎的氣化

有關，與肺氣的肅降也有密切關係，通過肺氣的肅降作用，才能保證水液的運行下達到膀胱，使小便通利。若肺失肅降，則水液不能順利下輸膀胱，可出現痰飲、小便不利、或水腫等病變。故有「肺主行水」、「肺主通調水道」之說。

皮毛、汗孔具有調節呼吸的作用，鼻竅是呼吸出入的門戶，因此，皮毛與鼻都是肺的外候。若肺衛之氣充盛，則肌表固密，皮毛潤澤，鼻竅呼吸通利，嗅覺正常，身體抵抗力強，不易受外邪入侵。反之，肺衛之氣不固，皮毛乾枯，毛孔疏鬆，鼻竅不利，身體易受外邪入侵。此外，鼻乾無涕，或鼻涕過多，也是肺功能失調的一種表現，故有「涕為肺液」之說。

聲音和肺氣的作用有關，故聽聲音可以大致上了解一個人的肺氣情況。因此，肺氣足則聲宏亮，肺氣虛則聲低微；風寒犯肺，肺氣閉塞則聲音嘶啞；肺癆病晚期由於病邪的損害，有失音現象。這也顯示聲音和肺氣有密切關係。

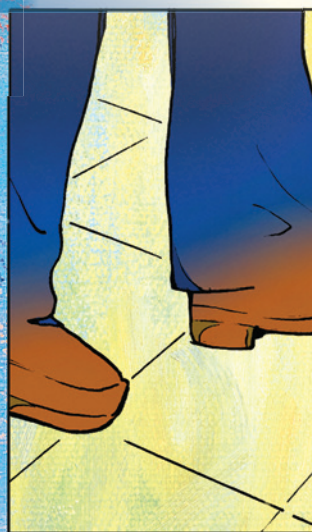
根據以上所述，肺的生理功能，基本概括了現代醫學呼吸系統的功能，並關係到水液的代謝平行。



俾番 Like 自己



故事：張啟賢・繪畫：亞樹



唔該，我想要杯咖啡，都係個杯招牌咖啡。



收到。不如你坐低先，我冲好攤俾你。

好吖，唔該你！



點解杯咖啡有個 Like?



呢個 Like 係俾你架！

俾我？！我家人就一定唔會俾個 Like 我囉！



之前同你傾咗咁多次，你家人無責怪你，而且你確實為個家付出唔少...



不過我...



不過你對自己要求高，又唔肯放過自己。不如試下俾個 Like 自己啦！



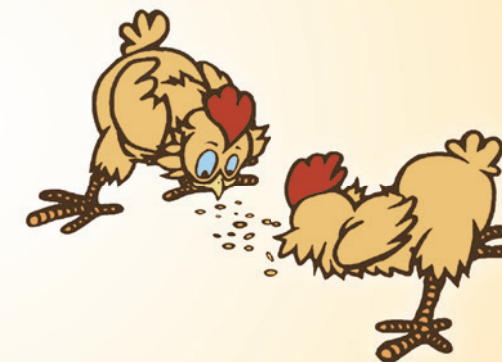
招牌咖啡 + 招牌 Like，無得頂呀！



動一動、想一想

1 為甚麼雞要吃小石子？

有一天，小麗跟媽媽探望住在鄉村的爺爺。小麗很乖巧協助爺爺餵飼小雞，把飼料撒到草地上，小雞吃完飼料後，還在草地上啄食小石子。小麗摸不著頭就問爺爺：「小雞是不是還餓嗎？」
你可以解答小麗的問題嗎？



試試動腦筋，別急找答案：在第21頁

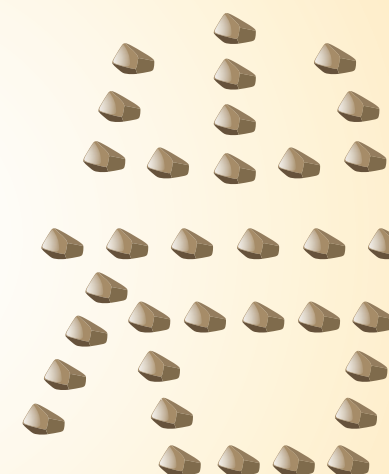
2 猜猜想！ (猜一用品)

生來瘦削嘴兒尖，皮下是個黑心腸，
一生幫人數不盡，是你是我好幫手。

試試動腦筋，別急找答案：在第21頁

3 想一想！

右圖是用很多顆小石頭排成的一個大型「岩」字，請問，你有沒有辦法拿掉兩顆小石頭，讓這個「岩」石明顯變小呢？



試試動腦筋，別急找答案：在第21頁



學習護理照顧的藝術

◎ 傅慧貞

想起七十年代，當時父親長期受著胃痛的困擾，最嚴重的一次更出現胃出血，醫生隨即安排送他入院看急症。因為母親要打理士多的生意，分身不下，便叫我和家姐到醫院探望父親。記得甫到達病房，眼見插滿喉管的父親，我當下嚇了一跳，只懂遠遠地站在病床的最末端。適逢炎夏，病房只有吊扇，我看見父親的汗水，知道他需要抹身，但我卻克服不了內心的恐懼，便請家姐動手，我就負責清潔抹布。

這一幕實在十分深刻，更令我認真深思自己為何會這麼懼怕。原來是因為我不懂得如何照顧父親，擔心會弄掉他身上的喉管，令他承受更多的痛楚。後來父親接受手術，身體也漸漸康復過來。不過，父親病患的經歷，卻對我帶來重要的影響。我決定高中畢業後，要投考護士和接受專業的訓練，希望將來能從事護理，並且用心照顧病患者。

我在高中學習的階段，也經常思考探索生命的課題。既然生老病死都是人生必經的階段，沒有人可以逃避，那麼生命的終極和歸宿又是甚麼？生命又是從何而來？種種懸念，引領我探索不同宗教的內容。最後，我被耶穌基督在十架上犧牲的救贖深深感動，基督信仰更實在地鞏固我委身護理的學

習，並且盼望自己能學效耶穌基督的榜樣，實踐滿有關愛和犧牲的服侍。

回想第一天接受護士訓練，學姊走到宿舍協助師妹們穿戴整齊的制服，這份體貼與窩心，實在難忘。往後的受訓過程，無論是病房實習，抑或課堂考試，我都從不同的學兄學姊身上得到啟迪，他們有的善於溝通，有的善於臨床照顧，都讓我從他們身上有所學習，並漸漸成為自己照顧病人的能力。事實上，護理照顧的藝術不是硬道理，而是要揉合知識、技巧和護理者實踐執行的態度，按照個別病人的需要，度身訂造出合適的護理照顧。

自推動「全人護理」以來，醫護團隊要妥善照顧病人的全人需要也是毫不容易。隨著時代演進，醫病關係也有所改變。從前醫護人員多以「床號」稱呼病人，但今天卻會以病人的名字稱呼病人，讓他們感覺到一份親切感。說到臨床照顧，現代護理講求的不是完成一個程序(task)，而是全人的照顧(total patient care)。例如當為病人量血壓的時候，我會簡單問候一下，告訴對方血壓的狀況，令病人可以放心。就是這樣簡單的關心表達，聽進病人的內心，也是一份安慰。溝通真的非常重要，能傳遞正面的信息更是可貴，讓他們在患病期間得到一份力量接受治療。

Potato Trip

仲記唔記得點解要入行做護士
學生時代就日日摺lib讀書
出ward又日日俾人「醒」
畢業唔夠兩年就要搵team
面對唔同的challenge
係唔係已經唔係好記得當初既立志呢
如果你感覺被榨乾榨淨 好Dry 入黎 camp 啦
作為「小薯」既我地 齊搵返最初既感動
不忘初心 方得始終

26/5(五)-27/5(六)
薄扶林傷健營
薄扶林水塘道75號

2017 聯校 AO Camp

入營時間: 15:00
出營時間: 翌日下午1時30分
名額: 40人
對象: 護生、畢業5年內護士

營費: 在職320元、護生180元
網上報名: www.ncf.org.hk
查詢: HKNCF Mandy 23698512
主辦機構: 香港基督徒護士團契

我的生涯規劃!?

分享: 王偉偉先生 (Walter 哥士)
香港基督徒護士團契 (GCF) 主任, 癌症病人, 乾乾, 曾任科技行業

0:59 / 7:46 My life planning

目的 我可以做甚麼 人生意義 事業抉擇 我是誰 找到工作 關口 生行

日期: 29/5/2017 (一)
時間: 18:15-19:45
地點: 香港基督徒學生福音團契 (FES) 團契室
(長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓)
查詢: 23698512 Mandy

香港基督徒護士團契5月份團契



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)

日期	講員/分享
7月12日 (三)	Dr. Judy Ho (QMH Consultant and HKU Honorary Clinical Associate Professor)
8月9日 (三)	張智欣醫生 (PWH 放射診斷科)
9月13日 (三)	陳一華牧師 (2017香港福音盛會總幹事)

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)

~基督徒醫生及牙醫團契退修營~

題目: 在資訊氾濫及社會撕裂時代, 我們怎樣才能明白上帝的旨意而作出正確的抉擇?

日期:	講員:	地點:
9-10/9/2017	楊錫鏘牧師	沙田道風山 雲水堂

歡迎醫護人員及醫學生參加, 現已接受報名。

ICMDA 東亞區域會議 (蒙古舉辦)
報名及查詢, 請聯絡CMDF(Peggie)。

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

親愛的肥仔：

2016年8月10日，天文台早上6時發出黃色暴雨警告信號，隨後亦發出紅雨及雷暴警告。我相信這天不單只天氣惡劣，你家人的心情亦彷如惡劣的天氣，百感交集……

那天早上接到你哥哥來電院牧部轉介，得悉你入了深切治療部，因著糖尿病引起惡菌入血，情況極為嚴重。從你哥哥口中知道，原來你一直有血糖過高問題，可惜沒有從飲食方面節制，而且諱疾忌醫，所以情況變得如此嚴重。

收到你哥哥憂心的轉介，我坦然問：「你祈盼陳院牧可為肥仔作甚麼呢？」他請我為你禱告，更希望你重新信靠上帝。

紅雨警告沒有阻礙我探望你。第一次在深切治療部看見你，身上插滿了不同的喉管，連接著各樣醫療儀器，因你不能自己呼吸，需要靠著儀器幫助維持生命。我便輕輕拍你的肩膀及輕聲叫著你的名字。你微微睜大眼睛望著我，此時我安慰你，牽著你的手為你祈禱，並且鼓勵你倚靠主！你竭盡氣力的點點頭，我知道你願意再一次把自己交託給上帝。

8月15日雷暴警告再次生效，這天醫生要約見你的家人傾談你的病程。中午時分我到病房門外陪伴你的家人一起見醫生。那是我第一次和你的家人見面，我形容他們的臉色，猶如窗外的天色一樣，極之陰沉。

我們等待醫生期間，一起在走廊上圍著圈，同心向上帝祈禱，讓上帝的愛與憐憫、平安和安慰充滿你一家。隨後醫生來到，似乎傳來不好的消息，你的病程比想像中更嚴重，因你整條脊椎也充滿膿瘡，眼睛也有膿瘡，如再惡化下去可引致永久失明。醫生更向你家人表示要有心理準備。聽完醫生的講解後，你的父母、哥哥和你的太太都不禁哭起來。在旁的我，心裡也同感他們的傷痛和難過，心情如灰沉沉的天色，難以接受。

8月29日下著微雨，感恩卻出現一點點生機，因醫生預備為你清除膿瘡，於是我前去深切治療病房為你手術前祈禱，祈求上帝保守手術順利。

手術過後，經過十多天的休息，你的身體漸漸穩定下來，而且你也不需靠輔助儀器來呼吸，實在為你感恩！轉瞬間，原來你在深切治療病房已住了兩個多月，手術後不久便轉回普通科病房。

在關懷你的過程中，你和我分享從前和哥哥的關係曾一度破裂，但經歷了病患和走過死亡的邊緣，你看見親情可貴，也和哥哥修補了裂縫。如今你不但身體漸漸康復，更看見你對生命的意義有新的體會，深信上帝不但應允了我們的禱告，也祝福了你和你的家人。

你經過四個月的治療後已康復出院，天氣也漸漸晴朗！

在一次福音聚會中，你一家也有出席，看見的不再是一幅眼淚的圖畫，而是滿有美麗和恩慈。從你臉上展露的笑容，感受到上帝的愛充滿著你和你的家人。讚美上帝的慈愛和憐憫，願主繼續施恩看顧你的身體和心靈！

常掛念你的 陳院牧



衷心迴響

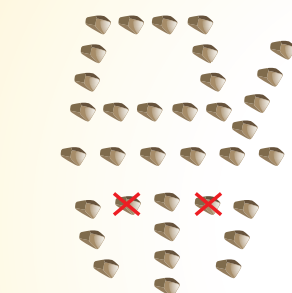
萬分多謝你對我大哥
一直的關心及探望，
亦非常感激你一直對我媽媽
的安慰及問候，願慈愛天父
賜予你平安喜樂每一天，願主
祝福你及家人！

衷心感謝你在我住院的兩星期中，時時來探訪我，為我打氣，為我祈禱。還記得第一次你站在我床邊介紹自己時，雖然口罩已遮蓋你的臉，但我仍見到你天使般的面孔，很親切很友善，在住院期間我的心情因出血的情況而起伏不定，謝謝你在床邊與我一同禱告，令我內心得著平安。出院後我們未必有機會再見，但在我人生這段時間出現，我定會深深記著。院牧這事奉崗位很有意義，願上帝祝福你的事奉，繼續努力呀！

你好！感謝牧師在手術前，
為我手術的掛慮祈禱。手術
後，又在床邊為我視禱，非常
感謝！願神大大祝福你和家人，
身體健康、平安、喜樂！

感謝你見證我爸決志信主，
雖然不能以基督教安息禮
向親友示明，但正如你所說，這只
是地上的儀式，上好的是他已經在
天家了。在此再一次感激你及時的
來到，也為我爸作多番的祈禱及臨
終前的一個簡單告別禮。

Words cannot express my
feelings of my thanks for all
your help and being there for my
brother. He was looking forward
to seeing you and healing by your
singing especially "Amazing Grace"
and other hymns. Your prayers and
love also give him hope, comfort
and peace. You are good
servant. Thank you!



：字二
頭，「岩」字就變成了「小石」
呂案：移掉下圖打叉的兩個石

P17頁



畫圖：筆呂
2 猜字謎

呂案：小雞吃完飼料後，還在啄食小石子，是因為牠們的胃像個橡皮球，十分柔軟。當食物與胃較硬轉，就難以消化。所以牠們需要吃一些小石子就能幫助胃磨碎食物。

1 為甚麼雞要吃小石子？

The collage displays six covers of the 'Heart' (心) magazine, each featuring a different celebrity and a heart-themed graphic. The covers are numbered 56, 57, 58, 59, 60, and 61. The magazine title '心' is prominently displayed in a stylized heart shape on each cover. The background of the collage is a light pink color with a subtle pattern of white hearts.

- Cover 56:** Features a man holding a clapperboard that reads '郭峰 投入演好每個人 人生' (Guo Feng, committed to acting well in everyone's life).
- Cover 57:** Features a woman holding a large pink heart that reads '胡麗英 醫治從愛 我的神 而來!' (Hu Liying, treating from love, my god comes from!).
- Cover 58:** Features a man playing a guitar, with text indicating a collection of songs by '辛尼哥' (Xin Ni Ge) and a '90s' theme.
- Cover 59:** Features a woman in a blue floral dress and hat, with text indicating a collection of songs by '蘇色' (Su Se) and a '90s' theme.
- Cover 60:** Features a woman in a red dress, with text indicating a collection of songs by '姚鳳丹' (Yao Feng Dan) and a '90s' theme.
- Cover 61:** Features a man in a purple jacket and hat, with text indicating a collection of songs by '王祖藍' (Wang Zulan) and a '90s' theme.

查詢：2339 0660 梁小姐 (Edith)

查詢：2339 0600

《開心》需要支持
歡迎訂閱《慈聲》

[illegible]

- [illegible]



東區尤德夫人那打素醫院	2595 5507
春磡角慈氏護養院	2595 5507
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
根德公爵夫人兒童醫院	2872 7413
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
靈實司徒道寧養院	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

如不欲破壞此刊物，可以影印或以另紙填寫資料亦可。

♥ 支持院牧服務 ♥

☐ 本次捐獻

☐ 每月捐獻

由____年____月至____年____月（☐ 至另行通知為止）

☐ _____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

如用信用咭，可直接傳真：(852) 2339 0966

信用咭姓名 (英文正楷) : _____

*若以信用咭作每月捐獻，銀行將按註明的日期每月支付。

- ☐ 支票：請寫「院牧事工聯會」或“AHKHCCM”並加劃線。
 - ☐ 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)
- * 捐獻可獲稅局扣減稅項。定期捐獻支持，更助院牧服務穩定發展。**

(用作寄發收據及通訊，絕對遵守私隱保密條例)

(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

“美麗的事物是永恆的快樂，
它的可愛日有增加，不會消逝而去。”

~ 莎士比亞



如今常存的有信，有望，有愛這三樣，其中最大的是愛。

聖經·哥林多前書 13 章 13 節

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。

全年贊助：



本期贊助芳名：

薛樹德	黎詠詩	黃雅各	林靜華	蔡潔儀	郭多加	麥家碧	陳淑娟	周 全
陳嘉瑛	陳麗莎	張玉貞	徐扶風	林偉彥	林慧如	馮少芬	何耀華	陳伯權
陳汝誠	冼妮薇	謝碧華	林佩英	呂大安	梁滿濠	王煒東	陳華倫	鄭肖珍
李繼堯	梁玉英	游少薇	李俊傑	羅桂芳	許少媚	黎家屏	譚 華	陳慧琮
殷兆威	陳妙霞	吳中偉	李淵焄	李偉彥	黎玉英	關慧雄	梁潔冰	劉玉卿
譚齊順	林胡求善	黃漢聰伉儷	莫志華伉儷	仁濟醫院院牧事工委員會				

Wong Hoi Ming	Lam Man Lee	Angela Pang	Cheung Kwok Kwong	Fok Po Chu Christine	Chan Yau Tung
Chan Chor Hing Briggy	Lai Shi Hong Edward	Lee Sheung Hang	CanCare Centre	Christine Tjang (紀念曾海元)	

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：梁婉琴 | 人物採寫：吳芳芬 | 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