

## 我有我天空 - 第 18 集 - 何慧蘭 - 殘而不廢

主持：W William

嘉賓：M 何慧蘭 Maria

W：歡迎大家收聽我有我天空。我是 William，不知道大家在童年時會否常摔倒呢？William 經常會跌倒，因為胖；打球常會撞損，膝蓋、手肘，紅藥水和藍藥水常陪伴著我成長。今天這位嘉賓是因為跌倒而導致要坐輪椅，Maria 你好。

M：Hello，你好。

W：你的中文名是什麼？

M：何慧蘭。

W：慧蘭，我們不如就這樣稱呼你。

M：好啊。

W：我知道你現在需要坐輪椅，是什麼原因導致這樣？

M：其實是不小心滑到，我也沒想過今日要坐輪椅。在坐輪椅的過程裡都能給我一個得著。為什麼我會滑到呢？其實我在一間公司裡做秘書的，負責公司所有的文件、安排開會。事情是這樣的，平日有嬸嬸幫我買 lunchbox，那天有一班外國客人來，老闆要兩點準備好全部會議、所有事，所以自己去買飯盒，就是這樣在停車場滑了一滑，意外就這樣發生了。

W：當時是普通撞傷、骨裂，或者是傷了韌帶那些？

M：當時完全不知道，滑一滑，起身的剎那好痛，那種痛跟平常不同的，很奇怪的是沒有瘀，只損了少許。接著好痛！同事們下來看看是什麼事，他們說還是去醫院照一下吧，等待救護車來時仍覺得這只是很少事。姑娘沒有給我坐輪椅，要我自己行去急症室等一至兩小時。

W：是最基本的。

M：我自己行過去，去到醫生替我檢查，他也看不到有什麼事，於是便叫我去照

x 光。一照之下就立即叫我不准動，我還未清楚發生什麼事就已經被推到病房。後來我問姑娘原因，她說我膝蓋骨裂了，若果再走路就會裂多些。

W：哎呀！

M：要等醫生安排是打石膏還是做手術。最後，醫生安排幫我打石膏，打了一支像竹一樣長的石膏。

W：打完石膏後就需要拆，拆開後便要做運動，鍛鍊它應該會好起來。

M：對呀！我自己也覺得打兩個月石膏兩個月，日子很快過。打石膏時真的很不方便；我想到拆的時候就會舒服了、很快康復，誰知拆了石膏後更辛苦，因為腳已萎縮沒有力，唯有練習。練了兩、三個月都是很痛，我曾經問過醫生，為什麼還是痛的？我亦問過私家醫生，便說若果你的膝蓋骨裂了，起碼半年時間復康，我唯有等待半年。半年後還是痛。覆診時便問醫生會否因為膝蓋裡裂了？他說照過 X-ray 沒事的，應該可以的了。我便說會否是內裡有問題，我要求醫院幫我照磁力共振，但他們說不用，你自己到外面的照吧。因為他們不肯，我唯有出外面照，私家醫生替我判診；原本我有一個看慣的醫生，就在中環，但後來老闆說不如看他那個醫生。於是便去了他的醫生看，說可能是因為腳內叫半月板的軟骨，在他判症之下提議照磁力共振。我去照，別人去照就一定照到的，無奈我照不到、看不到發生什麼事，醫生便說試下吃較強的止痛藥，後來也不行，便說要做手術，去了屯門那裡做手術。我以為手術後會很快可復康。我在零四年受傷，零五年才做手術，但手術後一直沒有好轉，我也不知道發生什麼事一直都痛。其實在出院前醫生也跟我說過，要給多些力、要行多些，逛街看電影什麼都可以。

W：但我又覺得有些奇怪，你那時打石膏再鍛鍊這很正常的，因為一直沒有活動肌肉萎縮不出奇，但是你說內裡還是痛，醫生還叫你繼續走路，當時你真的照聽從醫生鍛鍊？

M：因為他是我醫生，我也沒辦法不相信他。

W：但是你痛的，怎樣鍛鍊？

M：他們說痛也要行，你不行就等如練不到力，即是不會痊癒。

W：你當時膝蓋關節的能力本身是弱，你便會用了身體的其他地方來支撐。

M：是啊。因為當時做物理治療有很多複雜的事，我都明白在政府工作上很多都是很忙，這不可以說他們做得不好，好多時醫生判症時往往覺得是心理作用較大，但無奈今次我受傷，不是工傷亦牽涉很多事發生。比如好像我發現當你有用的時候，公司真的會待你好好；但當我事發受傷後他們沒有太關心，因為沒有報工傷。

W：明白。

M：就把責任推卸了，亦都不敢去面對，可能害怕保險公司要他們負上責任。當時最重要不是賠償，而是想快點康復。

W：當然。當時找什麼人幫你呢？

M：其實我受傷後就做了手術，手術後醫生給我四天病假，人們都覺得很奇怪為何這麼短時間。

W：慢著，你那個是大手術，是嗎？

M：是啊。

W：四天病假？膝關節……

M：所以人家說是老闆跟醫生的關係，因為我那時亦幫老闆做私人秘書、亦幫他做很多事，公司內沒人幫他做事，這件事是後期才知道，良心發現我坐輪椅了，他太太才把這件事的事實說給我聽，就因為明白到當時沒有人用，沒辦法只得四天病假。他們說為何這麼傻，我說因為若果醫生給病假你，你當然要聽從的，沒病假就要上班，沒想過後果是這麼嚴重。

W：有時專業的意見真的會影響很大，你當時有沒有責怪老闆？

M：初時我沒有責怪他，而且我說了受傷後，就因為我在公司也處理行政的工作，老闆娘問過吃飯時段是不受保的，她沒有清楚了解事情，停了一年沒有報到，後來我上勞工處，照事實的寫一封信給勞工處，回覆說是灰色地帶，是可以的。當然法例吃飯時間不受保，但亦都有灰色地帶你是否在工作當中？後來公司問了勞工處若果公司自己沒有報，保險公司會否不賠給他，很擔心自己。我都說賠償不是最重要，後來不知道是什麼原因寫了封信給勞工處，勞工處便說你公司因為這樣的原因，亦都不會幫你的。我便算了，亦都仍然繼續上班。老闆曾說醫生給我病假是一直停薪留職，我也想快點康復，但醫生說要

練回力量才有用，我唯有練習。到後期需要我幫助工作，在病假時間會展那邊有 Show 開，沒有人幫助，問我可否來幫半日。我沒有用很生氣的心照樣去上班，但最不开心後期為何沒上班呢？在幫他的時候，老闆娘說了一句「又不是我把你推跌」，我覺得為何你們會這樣？要用我的時候我還用心幫助你們，我從來沒有計較、或者追究賠償，完全沒有。到後來，他們在兩年後竟然解僱了我，這令我有好大的打擊。

W：解僱了你？

M：是啊。因為兩年後工傷完了你便不能控告他，反正我不會控告，兩年後他問我：Maria 如果你是老闆這樣放病假你覺得怎樣？為了解決問題你可否叫醫生寫一封信給你是證明你完全 healthy，跌倒後完全不關他們的事。我亦都問了骨科主診及顧問醫生，他跟我說既然這樣，不好了，亦不會寫封信給你，亦都因為與僱主的關係未解決，他已經 stop 了。

W：聽到這裡我真的有點兒憤怒，憤怒什麼呢？人真的過於著重自己、或者是金錢，即是如果有多些少同理心，不論那個是不是你的僱主、就是朋友相識一場，有這樣的需要去為公司，不要說是否勞苦勞力、有沒有出心，受傷有沒有關懷？又或者同事不太行，想快些處理事情、或者有一個適當的治療等等各樣，公司又不是太過主動去幫助你。

M：我丈夫很生氣，他也說了一句「為何你只看人們的一面而沒有想自己呢？」很多時都是關心人們多過自己。

W：以我認識你有一個聚會，我們一會兒可以說。但其實你現在不只是腳不方便的，為什麼手或者其他地方又有不方便呢？

M：其實受傷後由公司解僱後，醫生說畀心機去練習，我也聽從醫生的指示。由於雙腳痛、沒有力，引致到腰骨；我每天也用腰的力。

W：你那個鍛鍊是鍛鍊什麼？

M：很多時候其到醫生那裡就會覺得是心理作用多於痛。

W：鍛鍊什麼？

M：鍛鍊就是要你去做物理治療。

W：做什動作？

M：比如搖搖板、踏單車。

W：嘩！你膝關節受傷還踏單車？

M：是啊。而且為什麼我說害怕在物理治療就是治療師說不理，總之是練，搖搖板不能發出聲音，要一直練習。

W：哎呀！跟著擰腰也受傷了？

M：本身一直練……練……練，後期為何手也會受傷？物理治療後當然再做職業治療，再多做兩天，一星期要去東區醫院四天，那條斜路太斜了，也沒有顧及到其他。只顧著雙腳，當時為什麼會去到腰骨呢？因為我回到醫院有一位骨科醫生問我「為什麼你會去了屯門做手術？」，我回應了一句「我保留，現在最重要是想把它醫好，不是要追究。」而要保留這個權利，因為你們先前疏忽了令到我雙腳遲延醫治。

W：沒錯。

M：我現在不是追究，後來有一個腳的骨科顧問醫生來幫我處理雙腳，練習了大概一年，但他覺得腰骨也出現問題，把我轉介要腰骨那邊。到了腰骨科那邊的醫生覺得是心理作用多於其他，不理其他，只說「畀心機練習」。

W：但有沒有跟你照 X-ray？磁力共振看看會否有些椎與椎之間移位了、或者凸起了之類？

M：沒有。他們最重要就是覺得心理作用多於痛，後來醫生發現原來不是。

W：是真的出了事？

M：是啊。我都說了一天練四次那度力，簡直是練到……

W：那麼你的手呢？手是因斜路影響到？

M：就是因為我雙腳不夠力，影響了腰椎盤，引致坐骨神經痛，因為本身沒有問我之前的病歷，早前工作時弄傷了腰骨的，因此再壓傷了舊患。後來到腰也沒有力時，我沒有放棄繼續每天用心練習。因為被老闆解僱後，唯一的就

快些練好，快些找另一份工作。

W：嘩！

M：亦都因為這樣扯傷了手腕，綜合腕的手腕傷了，傷了因而扯傷了頸椎。終於到後期我真的再走動不了，連拿拐杖的力都沒有，於是坐輪椅，直到現在四年。

W：現在每天就是輪椅代步，但你的輪椅跟我認識的肢體傷殘朋友有些不同，大部份朋友都是用電動輪椅的，而你仍然用手動的輪椅，會不會較為不便呢？

M：是啊。其實我受傷後，經歷很不開心，我終於明白何謂痛症；在我未受傷前，覺得忍一下痛便可以，頭兩年，痛沒有影響我情緒。

W：痛你也要出外的。

M：是啊。

W：你出外用手動輪椅，怎麼辦？

M：變了沒有得出外，但後期為何我可以出外呢？我之前每天都在家裡，是不會出到外面的。後來返了靈實。我現在每天的生活是怎樣呢？逢一至五看醫生。這一件事很巧妙，不知是天父安排還是怎樣的，調到靈實日間康復中心那裡，之前已經覺得沒有盼望的。我怎樣代步呢？在靈實日間復康中心裡，逢二、四我丈夫早上九點時把我放低，到晚上放工接我，為什麼後期我會做了義工呢？最重要是我在靈實裡有個治療師很好，他鼓勵我就算今天不能夠上班、或者找工作做，上完痛症小組後治療師鼓勵我成立小組。說：慧蘭既然你有這個經歷亦都明白了，不如在這成立個小組鼓勵多些人去面對痛，我們還是有用的人，不要坐著只懂哭等人幫助，我看見痛症病人每天不開心，每天只懂哭。我們整群人都說痛到想死，整群人也曾自殺過，當中大家分享聽過，成立小組是希望互相鼓勵。在靈實，會開生日會，會鼓勵對方，互相傾訴心事。亦都有一位醫生覺得我們沒得醫，所以把我們調去靈實，讓我們在那裡能融入社區。

W：很坦白說鼓勵歸鼓勵，剛才也說每晚痛得會想自殺，旁人絕對不明白你那種痛，最多就是叫你看開一點、吃多粒止痛藥、或者叫你不要想太多。說讓別人幫助 OK，但你自己還要勞心勞力，整個小組是由零開始？

M：是啊。

W：為了什麼？

M：起初一群痛的人好像好絕望，但治療師鼓勵後，自己覺得只坐著哭沒有意思的。於是由生日會開始，成立了這個小組，自己想了名字叫「活出彩虹」，為何我有這個動力呢？因為在我受傷後，開始有信仰，動力是從信仰裡面得到的。

W：是。

M：亦都因為覺得我們與其埋怨，或者身邊很多人疼你也沒用，應該要自己走出這一步。我的動力來自天父，主給了我一個安慰，令到我積極去做這件事，亦都是因為祂賜力給我。

W：所以有時真的，聽過高級醫生說；有時我也去做義工。有些是癌症，醫生說都已第四期了、身體都較差了、狀態也可能走到淋巴之類，在醫學上沒有辦法。有時候醫生很鼓勵“信仰”的，尋求一下信仰，有很多奇蹟都可以發生。那時候我很理性的，只當這是說笑而已。現在，在我身邊認識的殘疾朋友，有些人可能認識其他不同的信仰，但有一個信仰信心真的會大很多，可以戰勝很多別人看似很困難的事，可以 OK 的。剛才提到你丈夫，你丈夫每天、逢星期二、四把你放到靈實裡，我知道你好像對港島那邊的，是嗎？

M：是啊。

W：每天在港島推你……

M：最近在香港區靈實日間中心開了在灣仔。

W：哦，我以為你要到將軍澳那裡。

M：初時很多人不知道開了的，原來在灣仔開了。

W：但是丈夫長時間陪伴你很多年，他都是用手推的。

M：是啊。

W：丈夫有沒有說慧蘭有時出外都不太方便，或者沒有很支持你呢？

M：有。其實我很感恩有一位這麼好的丈夫，在我受傷後真的不離不棄，自己亦不好意思跟丈夫說好像給人好多麻煩，帶給別人一個負累，但他竟然跟我說自從推輪椅後，沒有了「瞓黎頸」，他很開心，因為他很少運動，所以跟他說還要多謝我。他一直照顧著我，但我覺得有很多事情自己做到的會做，我不會像一般人，坐在輪椅要周邊所有的人照顧，覺得只是推我。凡是自己做到的日常衣著所有事，雖然我的下肢不便，全部有很多都由自己完成。

W：挺厲害。

M：因為我覺得丈夫很辛苦。

W：這種毅力真的不錯。

M：要想一下身邊的人這麼疼你，你亦要給他們動力給他們一個支持。

W：互相的，相向。

M：我還記得在小組裡是很奇妙，沒有今天的受傷不會明白真正痛的人。為何有一穿珠仔探訪呢？是由靈實的生日會裡開始的。十個人畢業了，只是知道治療不是永久的，可能我以前會不開心，不過沒有因為這樣而覺得難過，反而覺得更加要要做好自己。畢業後我便想：天父，若果畢業後他們又會躲起來，那怎辦？於是有一天突然跟會員說，我們一起祈禱。究竟有什麼方法令他們再次出來？為何會選擇穿珠呢？就是因為我爸爸剛巧因為癌症走了，我就做了個穿珠天使，後有位醫生幫我買了天使，我儲存了這些錢。後來我跟組員說不如我們做義務，有些組員說傻的，為何要做義工？

W：對啊，對啊。

M：我便想……不是的，只要我們願意便行了。

W：對啊，對啊。

M：若你連第一步都走出來，我就沒有理他。很奇怪就是後來我問姐姐，逢二、四到靈實，一、三、五、六、日就在家，我就跟他們說不如星期五來我家。我教他們穿珠，就是這樣他們都說穿珠做義工也要經費、車費的，我說不要緊，只要你們來我就給車費你，以及有下午茶，這便鼓勵了他們，就這樣成立了兩年。初期也挺辛苦，因為每次也要聯絡他們。為何我有穿珠的靈感呢？



我本身是秘書，做文職對穿珠是不認識的，而在痛裡面祈禱，天父給我靈感，第一個穿就是穿天使，接著是穿十字架。

W：是。

M：最近亦因為痛而給我靈感，穿穿穿，穿了很多很多不同款式，亦教組員穿，穿完後有一個構思就是把穿起的放在會內的基金，派給不同的人並藉此祝福其他人。

W：會否有作品的相片讓我們看看？

M：可以。

W：我們可以看到你的作品，知道並感受到你對小組成員那份「真」。跟你聊天了這麼久，覺得你的毅力挺厲害，在我印象中你是弱質纖纖的，我認識你的時候是在再生勇士頒獎禮上，你是領獎的。當時我印象挺深刻，每一個領獎當然有他的背後故事，但是你在台上說了一句話，我不知道是不是你的座右銘或金句，你是說「殘而不廢」。那刻我叮一聲，我在想很多人都會說、都會認識這句話，但我覺得出自你口裡的力量很強。為何會說這句話？

M：其實很多謝天父，祂真的給我力量，在這段期間給我幸福不是必然的。我覺得我們珍惜自己過往幸福的時間，亦給我啟示就是既然事實已經發生了，你忘記背後，才可以向前走每一步。雖然我不能像以前一樣行動自如，但我生命不像廢人，所以用生命鼓勵更多的人。我們雖痛或者行動不便，心靈是殘而不廢的，還可以做很多事，只要你願意不放棄去做，有一天會再次能夠走路。

W：很感動！因為我很少聽到朋友說我雖然肢體傷殘，但我會將來再次能夠走路；又或者好像失明的朋友，雖然你看不到，你將來再次看得見，這種信心真的很強。想問一下，很多人會說走路都會遇到一些波折的，甚至超乎你想像，現在你還有很多同路人。當你一直走下去，比如有很多殘疾人士這樣說，最初是拖著手的，走著走著就走了一個又一個，你怎樣看？

M：的確會有的，你永遠不能靠他人，幫助只是出於心，若果有一天曾經幫助你的人突然離開了，我覺得不是遺憾，因為都是曾經擁有幫助過你，最重要是心裡面那種力，但那種力當然不是自己，我已說了：我有信仰。

W：對啊。

M：在我信仰裡祂真的會看守，只要不放棄，靠祂給你的力堅持下去，一定可以做到。

W：我知道你最近健康了。

M：是啊。

W：我知道你最初常常要吃止痛藥、又睡不著，有沒有吃安眠藥？

M：不只是安眠藥，其實我吃的藥真的很多，每天吃二十多粒藥，十多粒嗎啡。

W：止痛。

M：止痛神經藥，另外十多種是精神科藥。為何我會服用精神科藥呢？沒吃過的人就不會明白當中的經歷。受傷後明白到，很多人歧視殘疾人士。我睡不好。醫生沒有真正明白到病人的痛，因為痛導致我睡不著，而產生了無奈、擔心。睡不好令我情緒受影響。而最重要是被公司解僱了，加上去治療途中，一個小朋友把拿著拐杖的我推跌了，推跌了之後我很痛，他也很痛，因為他跌損了皮膚。他一直哭，他媽媽來到後竟然沒有了解，只知道兒子哭得很慘。兒子推跌了我沒有理會，我很想說一句「摔了就鬼唔望你行唔返」，可以說些說話很難聽。我當時很想說，但沒有機會說。有途人經過竟然會聽媽媽說，之後還說你們不應該外出，自此之後便很害怕，很不開心，為何會這樣？加上有一次遲回家，做物理治療千萬不要碰上別人下班的時候。

W：太多人了吧。

M：正正是我行動不便。醫生說你想幫助家人就自行解決，自行做治療，完全不靠人自己處理。治療一年勞損了手腕，醫生亦教我回到家想幫助家人就不要不開心，不要哭，不要露出痛的樣子，我唯有撐著不讓他們知道，都可能因為這樣留在心裡面。

W：其實真的不正確，我肯定這方法是不正確。

M：沒辦法，那時只有聽醫生說，就因為這樣而令我產生這問題，看完醫生後還有臨床心理，我很奇怪一次跌倒竟然學我丈夫說「黑到你鑊鑊踩到正」。

W：所以我常常這樣聽一些醫生說的，有一些是不該聽的。當然要跟家人分享你

的不快，真的！甚至是想哭便哭，我出外拿著拐杖撞到人家，人家說「被盲人撞到會衰三年」，我真的會跟媽媽說我不快樂，擁抱一下你可以嗎？所以千萬不要壓抑著自己。還有一道問題問一下你，將來有什麼夢想？

M：其實將來的夢想很簡單。當然有一天能夠再次走路是最好的，不能走路我仍然希望把自己的經歷跟別人分享。我受傷後看似絕望，其實原來不是絕望，因為這樣我受傷後爸爸、媽媽信了主，我很感恩爸爸、媽媽由我三歲沒有受傷，爸爸已經有很多病痛，都是拜神、拜佛很多東西都沒有幫到他，但在我今次受傷後爸爸、媽媽信了主，而爸爸臨終時候有肝癌，而他是很安詳地走，我很想把這訊息說給人聽。

W：真的很奇妙。

M：原來拜神只是求心安，原來很簡單向天父祈禱，或者真的用心給祝福，爸爸走的時候我最後說了一句耶穌幫助了他，長時拜拜到媽媽又病了。最近媽媽返了教會開心了很多。如果我不是受了傷，沒有真正返教會，就不會經歷了真正信仰。

W：好啊。

M：改變了生命。

W：慧蘭，最後祝福你希望往後的生命、生活好像你的輪椅一樣。為何說像你的輪椅一樣呢？就是說，雖然路很難走，但是至緊要有家人在身邊陪伴著你，任何地方你也可以去到的。

M：好。

W：下次有機會再跟你分享。

M：多謝你。

W：再見。