

我有我天空 - 第 33 集 - 李文達 - 向亞運奮進

主持：W William

嘉賓：達 李文達

W：歡迎大家收聽我有我天空。小時候爸爸媽媽教 William 做事千萬不要一步登天，要慢慢一步一步地走，有時也會跌倒，但不要放棄、不要氣餒，教我做人要有毅力，但那時候不明白是什麼毅力，這兩詞語好像很深奧。今天身邊這位嘉賓感受到他做人很有毅力，介紹他給你們認識一下：李文達。

達：是啊。你好！

W：你好，應該怎樣稱呼你好？

達：叫我文達。

W：文達，你好。我知道你是需要坐輪椅的。

達：是啊。

W：一出世就是這樣？

達：不是，是後期受傷的。

W：是什麼意外？

達：一次交通意外。

W：OK，那時候是撞到了頸？腰？還是怎樣？

達：我是傷到了頸椎第五、第六節的。

W：當時是完全不能動的？

達：是啊。

W：調理需要多久時間？才可以令到現在的手有些活動能力呢？

達：受傷的時候全身也不能動，好像植物人，因為我撞車的時候壓到了肺，在喉嚨開了一個洞，那時候連說話也說不到的。

W：開個洞是為了什麼？

達：協助呼吸及抽痰。

W：要弄很久的了。

達：我在醫院裡住了兩年多。

W：不斷的治療？

達：是醫療、治療各方面的。

W：有沒有做手術？

達：沒有。

W：做一些復康的治療？

達：是。

W：出院的時候手、腳怎樣？

達：在醫院醒來的時候完全動不了，後期手腕能動少許。

W：哦。

達：那時候因為我要在醫院裡抽痰，自己辛苦時又叫不到護士、家人。想到那段期間之前很盛行一個節目叫「殘酷一叮」。

W：是。

達：他們給我「叮叮」放在手腕前，我的手腕剛剛能夠動少許，若有什麼事例如呼吸不到、有痰頂著，便按「叮叮」叫姑娘來，有幾次也在死亡邊緣再返回深切治療部，因為透不到氣。

W：是，便靠這個「叮叮」幫助了。

達：是啊，用它來叫姑娘。

W：這個「叮叮」你用了多久？

達：用了三個月。

W：三個月時間？

達：是啊。

W：經歷了這個之後便回家了。那時候手已有些活動能力，是嗎？

達：那時候我還沒有回家，住了三個月醫院便去了復康治療，即是……

W：復康大樓？

達：復康醫院那些，譬如沙田醫院、大埔醫院。

W：那時你的情況也穩定一些。

達：好一點，那時治療師便給我做些治療，職業、物理，做一下運動。

W：接著便康復了？

達：也差不多做了一年多兩年。

W：兩年時間。是每天也需要做的？

達：是啊。每日也需要做的，早上做物理治療，下午做職業治療。

W：好啊。兩年後真的出院了，回到家你有什麼做呢？

達：因為在醫院那時候有個探訪病友的傷殘人士義工，他來過探訪我。那次我見到他，他告訴我他的傷勢跟我差不多，也是手指不能動，但我看到他可以靠雙手手臂自己過車，腳跟下半身也是動不到的。

W：過車的意思是由輪椅轉到……？

達：私家車。

W：OK，是由輪椅轉到私家車。那人本身是駕車的？

達：是啊。那時候他差不多每星期來探訪我一次，我看到自己的傷勢，其實那時自己比他嚴重，但看到他可以這樣，我想我自己也可以，便立定目標向他學習。

W：你也想自己駕車？

達：是啊。

W：但是你之前自己懂駕車嗎？

達：未出事前我考過車牌，但不成功。

W：考過多少次？

達：考過一次。

W：接著便有意外了。

達：是。

W：意外後你還夠膽駕車？有些人會很害怕、會有陰影。你會嗎？

達：可能出事的時候我剛剛睡著了。

W：即是你看不到畫面。

達：我醒來的時候已在醫院。

W：真的下定決心去考？但你不用做什麼來評估一下身體狀況？因為你之前說雙手不夠力。

達：所以我用了五、六年時間來鍛鍊自己手臂，接著去做我第一次的身體檢查，因為我們是傷殘人士考牌前要去兩個地方做兩次評估的。

W：第一個是什麼地方呢？

達：第一個就是大口環，看看你的手力，你手的活動能力能否應付。第二個是理工大學，能夠應付的話便上車看看你能否控制車，自然有一位教車師傅坐在你旁邊。

W：做評估。

達：是啊，看看你可以嗎。

W：其實你浪費了五、六年時間才做這件事，期間你不會有放棄的嗎？

達：之前其實我是放棄過的，我覺得練了五年自己的手力仍是不足夠。後來見到另一院友，他是半身中風的，他也可以駕車，他的傷勢跟我的不同，我看到他也可以駕車，接著我看自己也鍛鍊了那麼久，行與不行也起碼知道什麼不行，跟著便去試一下。

W：這個態度挺好啊！如果不是那半身不遂的朋友提醒一下你，你真的可能放棄了。

達：是啊。那時候我想過。因為我這些個案在醫院做治療多數未出院便開始想買一部電動輪椅坐，出外走走。

W：哦。

達：而我到現在也未坐過電動輪椅。

W：你是靠自己推？

達：是啊。

W：你這種態度真的不錯，尤其是因為香港現在的科技進步，我見很多坐輪椅的朋友很多選擇使用電動輪椅，較方便。

達：那時我曾經也有想過自己未必走的了，打算買一部電動輪椅，自己曾經嘗試過，心想未試過就不知道自己能不能夠做到。接著嘗試過發覺自己也不太行的時候，一時衝動，心想不如坐電動輪椅好了，不要想駕車啦。

W：後來評估的成績怎樣？結果怎樣？

達：我在大口環那裡就 OK 了，之後到理工大學過車。因為當時自己的體能還未過車，上不到車試駕駛，因此那次就未能 Pass。後來知道自己欠缺什麼，接著便回家練習了一年。

W：你又練習了一年？

達：是啊。練習了一年，然後再去理工大學那裡試，上到車試駕駛，上到車那時候也是剛剛好，駕駛得很慢，自己也不敢給油。

W：那刻你是很害怕還是怎樣？

達：呔盤很重，因為那架車用風油呔。

W：哎呀。

達：很重，害怕來不及轉呔而不敢給油，那次我 Pass 了，但自己心想走到街上也挺危險。

W：我就是想問你這樣，那刻你很開心，對嗎？

達：算是過了一關，Pass 了不用再考試，是開心的。

W：但是你真的要面對香港交通很繁忙的情況。常常被人插位，那你怎麼辦？

達：其實我們不只是評估這兩樣東西，還要好像正常人一樣到外面考路試。

W：路試？筆試？

達：考路試及筆試那些。

W：那麼成績如何？

達：再在家操練了一段短時間的，之後去試報考路試，因為未出事之前我已經考了筆試。

W：哦。

達：筆試是終生不用再考。

W：是啊。

達：接著便出去考過一次。

W：路試？

達：接著便 OK 了，Pass 了。

W：嘩！厲害啊！

達：因為那架車不是風油呔。

W：那樣就輕鬆很多了。

達：那架車不是很龐大，不是很重。

W：現在你駕車代步。

達：是。我駕車已經有五、六年左右。

W：除了駕車外，你有什麼嗜好？

達：打乒乓球。

W：等等。你剛才才跟我說你的手不夠力的，以我理解打乒乓球最少要有一隻手的手腕的腕力、臂力都要很足夠。你怎能打？

達：初時我也打不到。隨後我又是在初班學了好幾年。

W：初班的意思是什麼？

達：是普通班，是一開始時學的班。

W：學什麼呢？

達：學到怎樣拿球拍，因為我以前是拿直板的，現在就拿橫板，而且還要扎著手，因為手指不能動、不能拿穩，但我的手臂能夠動。

W：你是靠變通，用前臂來帶動球拍，是嗎？

達：是。

W：這樣會否慢很多？

達：最初我發覺有些位置會打不到，以及真的要適應位置，跟以前拿直板不同，而且覺得坐著打和站著打是兩碼事。

W：是。

達：站著打你會有時間去迎接那個球，但是我們坐著打當球一落了桌子，你便要接。

W：沒錯，因為你們很貼身，意思是你們很接近桌子。

達：是。

W：我沒說技術、規則之前，想先問一下你的球板。你的球板是不是特製的？

達：跟外面的普通板面有所不同的。因為我的側臂膀常常撓高，球有時候就從下面溜走了。教練告訴我，說有一塊板適合我多些，那塊板就好像一把菜刀似的。

W：好，讓我現在拿來摸一下，順便可以跟聽眾說說。其實文達的球拍大小跟平時正常人打的不會相差很遠。

達：其實球板是一樣的，但是平板位偏左邊，偏左一邊會較多些位，另一邊就較少位。

W：好似凹了下去，就是近手柄位置，正常是一個弧位向下，接著你便會摸到正膠和反膠位，就是這位置其中有一邊是凹了，削了下去的；另一邊就是正常一個弧位，就是這個位置幫助你接那些板底過的球？

達：因為反手那邊我會這樣撓高。



W：你撓高了就代表擋不到。

達：伸過去球拍便會撓高了，下方就會有空位讓球流走。

W：我們明白的。

達：如果下方這裡凸出來，板面是一邊較多的話就不會流走了球。

W：明白。明白。可以透過這特別的設計幫助你克服。

達：是啊。

W：但是不是符合國際規例？

達：OK 的。

W：你有沒有參加比賽？

達：有，參加過兩次比賽。

W：是香港地區的比賽？

達：第一次是到廣州參加亞運，剛剛是上一次的亞運。

W：是單打嗎？

達：單打。

W：打是不是好像正常人一樣，每局打十一分呢？

達：是十一分。

W：十一分，有多少局？

達：三局兩勝。

W：三局兩勝。

達：後期決賽那些就會打五局三勝。

W：即是說每逢決賽就是打五局三勝？

達：是，初賽那些……

W：若果總決賽那些是三局兩勝嗎

達：總決賽也是五局三勝。

W：即是到最後四強就會五局三勝。

達：是啊。

W：其實跟我們正常人打的真的沒有分別。說回來，我知道你剛才說站著打就有足夠時間迎接球，但你坐著平時的輪椅很矮而已，那乒乓球桌有一定的高度，便要撐起身體拗著手來打？

達：我現在出外的輪椅跟打乒乓球的輪椅是兩部不同的輪椅。

W：打乒乓球那部有什麼特色？

達：那部可以坐得高一點的，坐高一點方便接球，向前接球都可以快些走近桌邊。我平時出外坐得高難推，所以會坐得矮一點。

W：明白。那麼開球呢？見健全人士打乒乓球開球有甚麼高拋、側旋、削球之類，那些都需要雙手同步進行的，你們怎麼辦？

達：我們都拋球的。

W：都拋球？

達：是啊。

W：但是手不夠力，有沒有辦法幫助你們呢？

達：需要拿著球的時候，我以前也不適應拋球，一拋就不知道把球拋到哪裡去了。

W：是啊。

達：需要一段時間練習拋球開球。

W：只是拋球也需要練一段時間？

達：是啊。

W：看似很簡單，記得你練了多久嗎？

達：因為我的手拿不到球；手指動不到，要放在手掌之後才可以拋起。

W：又是靠臂力？

達：是。

W：看似每一個動作真是用盡九牛二虎的力。之前你說打亞運，那時心情如何？

達：很高興，中國第一次舉辦亞運，這麼近在中國內地，而且中國繁榮昌盛，上去見識一下也不錯。

W：當時有沒有很大壓力？

達：上去前我想到的不是打球的壓力，而是個人生活的壓力。

W：為什麼呢？

達：因為只是我一個人上去，我向來有工人照顧，但那次只容許我一個人上去，不能帶工人。

W：那麼你的起居飲食怎麼辦？

達：那時候唯有靠教練、治療師，跟他們大家商量過，講明有什麼要幫忙的地方。

W：但是他們樂意這樣做嗎？

達：樂意的，OK 的，全靠他們。

W：你跟他們的關係也不錯。

達：是啊，因為我最初擔心沒有去過比賽，一去比賽就要到廣州十三天。

W：嘩，這麼多天！

達：十三天，我沒試過。之前都是家庭或是出外旅行，每次都是有人照顧我的。

W：是啊。真是離鄉別井。

達：現在這次是自己一個上去，但有教練幫助我。

W：那十三天真的可以嗎？

達：是，都有辛苦的情況。

W：但是你說得很輕鬆，除了那次比賽外，你還有一次是打什麼比賽？

達：香港舉辦的，是去年十二月的事。

W：是本地賽嗎？

達：世界賽。

W：國家與國家競爭？

達：有很多個國家來香港參加這場比賽。

W：是嗎？這次是在本地，是在自己地方，心情又覺得如何？這次不用十三天了吧？

達：輕鬆很多，起碼是自己人，自己地方，溝通好，配套全部舒服很多。

W：成績如何？

達：一般。

W：不要緊啊！最重要是繼續努力。我知道你每星期都要訓練練習，練習多少天左右？

達：三至四天。

W：一星期？

達：是啊。

W：每次練多少時間？

達：兩小時。

W：兩小時？是怎樣練習的？

達：有教練陪同練，而且我可以跟自己隊友互相練習。

W：即是對打？

達：是啊。

W：體能上面有沒有什麼要注意或幫助你鍛鍊？

達：那裡都有器械練習，有專人教你如何鍛鍊你的體能。

W：你會否要特別多練些？

達：我多數在家裡自己練。

W：嘩！你反而是私下加操。

達：不是，我較少在體院練。

W：是嗎？在家裡加操。我想問一下，作為一個運動員，總是有些目標的，你有什麼目標呢？你代表過香港參與比賽，接下來有有什麼目標？

達：希望再有機會出去比賽時會有更好的成績。

W：出去比賽的意思即是代表香港？是嗎？

達：是啊。

W：會是奧運？還是甚麼最終目標？

達：先是亞運。

W：多打一屆亞運，先打好自己的基礎。

達：是啊。

W：下次是何時？

達：兩年一次亞運。

W：兩年一次亞運，很快啊！預祝你在這個亞運又可以代表香港。再問一下你，將來有什麼夢想或有什麼想做呢？

達：我現在結了婚，希望可以快些有下一代。

W：OK。首先恭喜你結婚了，你也知道香港很難養小朋友的，又說要四百萬，你擔心嗎？

達：我覺得生了出來，就好像我們所說的「天生天養」。

W：很樂天。你不擔心？

達：OK 的。政府現在有這麼多配套，不會餓死人的。

W：對啊。我覺得你這種態度挺好，因為很多時有些人怨政府做得怎樣不好，怨現在的環境差，其實現在社會進步，香港已經比幾前好很多。

達：是啊。

W：預祝你這個心願早日達成，到時帶小朋友去看你比賽，OK？

達：好。

W：這次先聊到這裡，下次再跟你聊。謝謝！再見。

達：再見。