



目錄

序言 故事主人翁	P1
序言 寫故事義工	P3
序言	P5
第一章 照顧者	P6
第二章 痘來了	
第三章 康復路	
第四章 未完結	

序言



故事主人翁

貞貞，三子女之母。為人重視承諾，名副其實「牙齒當金洗」。

面對重重障礙仍然奮不顧身捍衛家庭，用強勁的臂彎抵擋敵軍入侵，拚死為心愛的家人守護避風港，是不折不扣的 SUPERWOMAN。

貞貞在三次會面期間都埋着裝飾故事冊的封面，以排除回想故事而導致淚水從眼眶裏湧出來。雙眼一直是晴在皺紙摺成的花瓣，用心排出花朵，並把空黏在封面負上，在不顯眼的角落緩緩的生長着，在隨風搖曳的瞬間，沉澱良久的思緒被喚醒，便成就了貞貞的故事冊。

這是一本不經修飾的故事冊，縱使帶着濃濃的苦澀，咀嚼起來，卻沒有半點淒愴感，只因主人翁豁然的胸怀。

當談起她的子女，她頓時喜上眉梢，毫不吝嗇內心的喜悅。前世情人們給她最大力量，足以遮掩生命中任何悲傷。



然而，跟她談起未來，她說：「不知道以後有沒有以後。」

豁达的人生觀中帶點茫然，把故事衬托得很輕散，
所有事情彷彿成為曇花一現的過客，不留痕跡。

故事從她口中娓娓道來，並不突兀，反而聽者發出連連
的歎息，更見唏噓。



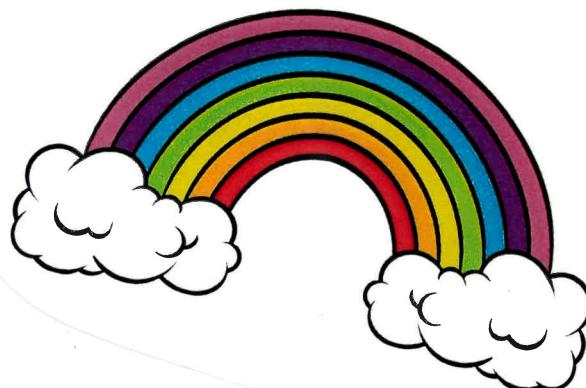
序言

義工



小菁，寂寂无名。初次接触 Narrative Therapy，認為與復元人士深入交流很有趣，帶着好奇心窺探对方的内心世界。睜开双眼卻发现世界蘊藏着无尽的故事待有心人筆錄，總認為溫暖的文字可以融化封閉的心靈。

願大家都會見到心中的彩虹。



序言



——這是真真的故事，
是一個復元人士的真冥故事。——



第一章

照顧者

貞貞曾經在診所當過清潔和私家看護，而當時正值她爸爸與病魔搏鬥的時候，大部分時光都在醫院渡過。三名子女都處於求學階段，仍需要母親照顧起居飲食，結果貞貞總是拖著疲憊的身体穿梭醫院和住所，彷彿醫院就成了一個家。

貞貞父親不幸患上胃癌，患病前他身體沒有大毛病，癌病實在是突如其來的噩耗。貞貞忍著痛，為父親的病奔波，或許動手術是一個予人盼望的選擇。如動手術，醫生告知只有一半機會康復。50% 這個機會率卻令貞貞不放心存僥倖，万一手術失敗，失去至親只是唯一的后果。貞貞決定在爸爸的余生盡力給予照顧，希望在最後的日子能夠看見爸爸有自由選擇自己喜歡的食物，這是最基本的盼望，而這段日子長達十二年。由爸爸確診患癌直至與世長辭是十二年的光景，全靠貞貞貼心的照料。事過境遷，貞貞有時也會自責，認為自己是害死爸爸的帮凶，畢竟爸爸也能自由自在地活着，直至最后一刻，這大概是貞貞的功勞。雖然貞貞有身心俱疲的時候，逼于元



你把爸爸送进老人院，卻發現爸爸在老人院得不到適切的照顧，結果把这个担子又壓在自己身上。

凡事都會有終結。爸爸長期卧牀，直至一个湿凍的晚上，他靜悄悄地離開了世界。當時貞貞沒有太大感覺，淡淡地接受丁這個事實。反而，三個孩子卻嚎啕大哭。



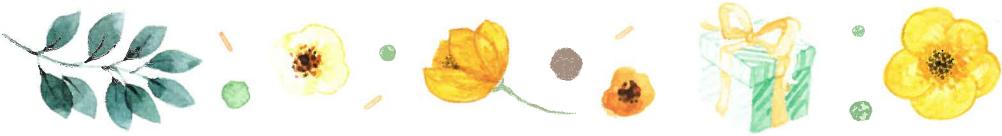
第二章 —— 病來了

貞貞在小時候曾目睹母親因病離開，大概是年紀還小，不懂得失去親人的滋味。

如今病危這個命運也臨到她另一位至親身上。爸爸的健康是貞貞最大的顧慮，貞貞毅然辭去工作全職照顧爸爸，而三個子女仍在求學階段，數不清的开支造成嚴重的經濟壓力。貞貞從來沒有向別人求助，更沒有申請緩緩的念头，只懂得硬着头皮一步一步向前走。

爸爸過身後，貞貞着手處理他的身后事。甫踏進爸爸的房間，慢慢收拾遺物，他生前的氣味卻沾上在一件件起皺的衣服，彷彿喚醒了貞貞的神經，她開始尋找爸爸的去向，內心頓然充斥著莫大的失落感。貞貞形容這些階段的情緒宛如過山車一般大起大落。事情过去了，但當中的愁緒依舊把心壓得重甸甸的，揮之不去的纏繞著每一個晚上。

十二年陪伴父親搏鬥，同時亦跟自己的心魔搏鬥。爸爸走了，無盡的自責往往在貞貞的心坎中盤踞著，漸漸對所有事物失去興趣，終日躲在家中，拒絕了正常的社交生活。每天只賴在牀上，半步也不離開這個狹窄的角落。偶然也



會收到孩子們的電話問候，貞貞並沒有透露半點狀況，免得他們憂心。直至長子前往探望，才驚訝家中傳來陣陣惡臭。貞貞抗拒與人交流，只有面對孩子才能衝破這個关口。孩子們都力勸貞貞看醫生，以免情況每況愈下。直至醫生轉介貞貞至精神科，做相關評估，才診斷貞貞患上嚴重抑鬱症。

丈夫嗜賭，導致債台高築，令原本經濟的重擔變得有上加斤。貞貞為了還債，把能賣的都賣掉了，由小康之家變成身無分文，生活的巨變倍添壓力，結果患病期間，貞貞有數次自殺經驗，割脈的傷痕在手腕仍舊明顯。她亦曾嘗試毒害三名子女，幸好她在最後關頭懸崖勒馬。面對生活的苦難，她曾經失去理智，亦經常出現幻覺，打亂生活的常規。



第三章 — 康復路

貞貞認為，她的病情漸漸好轉，當中有三成因素是藥物幫助，其余都是有賴自己的意志。

貞貞需要定期覆診，服食醫生處方的藥。貞貞在試藥階段表現得很抗拒，曾經自行停藥一個月。藥物令她睡意大增，對病情亦似乎毫無幫助。醫生曾經作出調較亦不奏效。藥物帶來壞影響，導致貞貞精神欠佳，經常發噩夢，失眠的情況日趨頻繁。貞貞對療程漸漸失去信心，覆診亦變成例行公事。長時間的試藥過程終於帶來喜訊，貞貞找到了適合的藥，對醫生來說也是一種鼓舞。

另一方面，在患病初期，愛羣的范姑娘主動接觸貞貞，貞貞也予以抗拒的態度。後來經范姑娘多番邀約，貞貞也開始願意進行家訪。其後貞貞也應范姑娘的邀請，參加中心的活動，學習的機會多了，亦認識更多同路人。范姑娘更鼓勵貞貞不斷學習，讓貞貞有所寄託。貞貞現在是中心的活躍分子，還以義工身份參與活動，希望帶領其他同路人走出抑鬱的陰霾。貞貞也會在空閒時間陪伴子女，以維持和諧的家庭生活。

覆診的次數由兩星期一次減少至四個月一次，自找到适合



的藥物亦經醫生的建議逐漸減藥，貞貞的健康狀況也漸漸好轉，也能保持良好的睡眠質素。她戒掉酗酒的習慣，重拾生命的規律。她絕對是一個復元人士的典範。

回顧她的康復路，她深信憑自己努力便可以獲得失去的幸福。家人的支持也是驅使貞貞自強的原動力，她不想讓他們擔心，害怕成了絆腳石，基于自尊心的萌生導致貞貞的意志更堅強。路途不一定順利亨通，只要擁有求變的堅定便能征服一切障礙。在貞貞身上，不難想像她的經歷有多沉重，曾經几乎把她壓到喘不過氣來，她仍堅持用最后一口氣抵擋所有困難，是孩子們的英雄。



第四章 — 未完結

織冷衫是貞貞最近的消遣，家人都擁有一件「溫暖牌」，未來亦打算給醫生多織一件，感謝他對貞貞的病付出的辛勞。

她展示相片時的笑容很純真，彷彿對支持者的一種報答，又或許是一種使命，希望把歡樂傳播予身邊的同伴。她形容她的上半生充滿驚濤駭浪，曾經患病，做出自杀行為，又打算了斷孩子的生命，拒絕尋求幫助，所有事情都一力承擔。不變的是，她願意繼續當孩子們的避難所。孩子們開始有他們各自的孩子，貞貞依然是 Superwoman，是他們最強大的後盾。

現在，她形容她的生活變得寫意，或者擺脫了一些纏綿多時的牽絆。狂風暴雨後，一切都變得平靜。面對歷史，貞貞坦然會繼續與人分享，讓聽故事的人不會重覆自己的路。

收到的禮物

和貞貞共進行了三次個別面談，而每一次都害怕碰到她的伤口，她的豁達卻令氣氛變得从容起來。

在她身上，我感受到母親无私的偉大。就算天塌下來，只要母親尚有力氣都會為子女撐下去，不知道那种力量是怎样產生出來，或許是女性与生俱來的本能。保護孩子就是母親的天職，不畏縮、不懼怕。

每个人的人生旅途都不一样，我們往往羨慕某些「人生勝利組」的故事，還會經常為自己妄下判斷，與人相比，自賞自己比較遜色。迷失的時候，價值觀容易被別人牽着鼻子走，漸漸忘掉自己的優點。

說到底，無論經歷狂風暴雨還是迎來康莊大道，只要保持正觀的心，事情總會過去，而感受卻留下回忆的痕迹。





掘 · 禮物 生命故事重寫計劃

是浸信會愛羣社會服務處生命樹義工同行計劃於2018年5-8月進行，計劃招募了四十多名義工和精神復元人士以小組和一對一形式，配合基本敘事治療框架，反思被定型的故事是如何建構出來，並重新尋找生命的精彩故事，希望還生命一份驚喜。

贊助: 余兆麒醫療基金