

# 恒生一再生會 十大再生勇士選舉



恒生銀行  
HANG SENG BANK



奮鬥錄2017-2018

# 火

媽媽靠它弄成三燄一湯；

領袖靠它帶領群眾前行；

奧林匹克靠它燃點一種精神。

一團火有一萬個可能，那麼，一個人呢？

我們相信，人的力量比所知的更大。

全力支持「恒生—再生會十大再生勇士選舉」

# 目錄

## 嘉賓序言

|                    |                    |   |
|--------------------|--------------------|---|
| 陳肇始教授 JP           | 食物及衛生局局長           | 4 |
| 鄭慧敏女士              | 恒生銀行副董事長兼行政總裁      | 4 |
| 梁智仁教授 SBS, JP      | 醫院管理局主席及再生會榮譽主席    | 5 |
| 徐英偉先生 JP           | 勞工及福利局副局長及再生會榮譽主席  | 5 |
| 高永文醫生 GBS, JP      | 再生會榮譽會長            | 6 |
| 李國棟醫生 SBS, JP      | 世界家庭醫生組織主席         | 6 |
| 曾鈺成先生 GBM, GBS, JP | 恒生—再生會十大再生勇士選舉首席評審 | 7 |
| 鍾惠玲博士              | 香港願景計劃召集人          | 7 |
| 黃至生教授              | 恒生—再生會十大再生勇士選舉首席評審 | 7 |
| 周榮富博士              | 再生會創會會長兼名譽主席       | 8 |
|                    | 再生會名譽主席            | 8 |
|                    | 再生會主席              | 8 |

## 再生會簡介及再生勇士「生命教育分享表」

9

## 勇士分享

|          |    |
|----------|----|
| 十大再生勇士   | 10 |
| 內地再生勇士   | 30 |
| 傑出社會貢獻大獎 | 36 |

## 歷屆再生勇士名錄

38

## 評審團名單

39

主辦  **再生會**  
REGENERATION SOCIETY

全力支持  **恒生銀行**  
HANG SENG BANK

支持機構  
(排名以英文字母序列)

 義務工作發展局  
AGENCY FOR VOLUNTEER SERVICE

 香港護士協會  
Association of Hong Kong Nursing Staff

 香港中文大學社會工作學系  
DEPARTMENT OF SOCIAL WORK  
THE CHINESE UNIVERSITY OF HONG KONG

 香港殘疾人士協會  
Hong Kong Association of Disabled People

 香港精英運動員協會  
Hong Kong Elite Athletes Association

 香港傷殘青年協會  
Hong Kong Federation of Handicapped Youth

 香港復康力量  
HONG KONG REHABILITATION POWER  
Empowering the Disabled to Develop  
激勵殘疾人士發展

 香港義工力量  
Hong Kong Volunteer Power

 香港志願者協會  
HONG KONG VOLUNTEERS ASSOCIATION

 新健社

 香港中文大學社會工作學系  
THE CHINESE UNIVERSITY OF HONG KONG

 香港中文大學

勇毅奮進  
齊創新生



陳肇始教授 JP

食物及衛生局局長



鄭慧敏女士

恒生銀行副董事長兼行政總裁

堅毅前行  
自強再生

矢志不渝  
自強不息



梁智仁教授 SBS, JP

醫院管理局主席  
再生會榮譽主席



徐英偉先生 JP

勞工及福利局副局長  
再生會榮譽主席

勇者無懼  
奮智驕陽

# 乘風破浪 逆流而上



高永文醫生 GBS, JP

再生會榮譽會長



李國棟醫生 SBS, JP

世界家庭醫生組織主席  
恒生－再生會十大再生勇士選舉首席評審

# 關愛社群 博施濟眾



鍾惠玲博士

再生會創會會長兼名譽主席

# 健康重建 生機再現

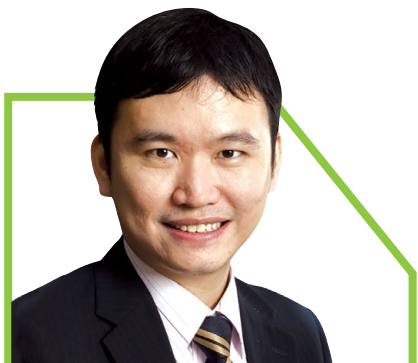
# 凝聚再生精神 匯啟蓬勃生機



曾鈺成先生 GBM, GBS, JP

香港願景計劃召集人  
恒生－再生會十大再生勇士選舉首席評審

# 集賢匯雋 播澤康羣



黃至生教授

再生會名譽主席



周榮富博士

再生會主席

# 逆境自強創新天 助人助己樂連年

於1991年5月成立，乃香港特別行政區政府註冊之慈善復康服務機構，經費大部份由社會上熱心人士及機構捐助。本會一直以「健康重建、生機再現」為目標，推廣復康及健康管理，致力為紅斑狼瘡、硬皮症、痛症及受情緒困擾之人士提供多元化的服務。

### 願景

- 1) 我們相信只要及早認識疾病的成因及預防方法，可減低其病發的機會；
- 2) 我們相信長期病患者與其他人士一樣，只要找到合適自己的位置及發揮自身的才能，亦可受到大眾認同及成為學習的對象。

### 使命

為達成本會願景，本會將致力：

- 1) 提供多元化的預防醫學及健康講座，讓大眾認識不同的病類，以及提供改善長期病患者生活質素的建議；
- 2) 本會每年均舉辦「恒生—再生會十大再生勇士選舉」，藉以表揚長期病患者克服困苦，逆境自強的精神及其正面態度。

### 再生勇士「生命教育分享」申請表格

如欲邀請再生勇士到 貴學校或機構作分享，歡迎填妥下列表格交回再生會。

學校/機構名稱：\_\_\_\_\_

學校/機構地址：\_\_\_\_\_

活動日期：\_\_\_\_\_ 時間：\_\_\_\_\_ 地點：\_\_\_\_\_

聯絡人：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

人數：\_\_\_\_\_ 對象：\_\_\_\_\_ 期望勇士帶出訊息：\_\_\_\_\_

本會將根據活動資料作安排及篩選，煩請填妥所有資料，以便職員作合適的安排。

聯絡人姓名：\_\_\_\_\_ 聯絡人簽署：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_ 學校/機構印鑑：\_\_\_\_\_



## 摩菲亞 時間不等人

年齡：20年  
病類：肌肉萎縮症

就算在生活上遇到幾多困難，都要勇敢面對，只要堅持，定能找到解決的方法，我更珍惜現在的時，繼續為自己的目標努力。

我是摩菲亞，在巴基斯坦出生，六個月大爸爸便申請我和媽媽來港定居。後來，媽媽發現我遲遲未懂走路，非常擔心，親戚們都安慰她說是因為我的身型肥大，所以暫未用力走路。終於，我約兩歲半開始學會走路了，當日家人都非常高興，更大肆慶祝。進了幼稚園，老師發現我走路時經常跌倒或被別人推倒，建議媽媽帶我去看醫生。醫生建議我做手術抽取腿部一點肌肉去化驗。化驗報告確診我患有肌肉萎縮症，這種病會令我的身體慢慢退化，簡單的生活小事都需要別人幫助，天真的我繼續開心歡渡童年，雖然媽媽不相信我有這種病，卻日漸為我的健康擔心。

### 不能再走路

小四那年，我跟姐姐回巴基斯坦探親，我突然每走兩步便跌倒，大約重覆了六遍，就不能再走路了，我當時立即哭了起來。回港走出機場的一刻，爸爸媽媽看到我坐在行李



車上，不相信我不能再走路，叫我站起來，我傷心地說：「我不能。」當下，我們相擁痛哭起來。

經過家人的鼓勵，我開始勇敢面對事實。兩年後，我開始發現有脊椎側彎的情況，醫生要我做脊椎的手術，但手術可能有生命危險，媽媽不想我做這個手術，手術日期越來越近，就越令她害怕，最後醫生說我不適合做這個手術，才讓她鬆一口氣。可是，脊椎側彎的情況越來越嚴重，現在脊椎已變形，無論躺下或坐著都使我覺得疲累，更影響我的呼吸。

去年12月，因為痰多堵塞了肺部，出現呼吸困難，令我昏迷了五天，那是我最接近死亡的一次，我很害怕，以為要離開這個世界了。媽媽在我身旁不斷鼓勵我，讓我再一次勇敢面對困難。留醫的四個月，我不能用口進食，只靠一條小小的奶喉，我以為今後都不能再用口進食，灰心失意，經常出現負面情緒。這讓我體會到沒有足夠糧食的人士的感受，學懂珍惜食物，不要浪費。



### 畫畫為生命最大動力

昏迷甦醒過後，我完完全全理解到時間不等人這句話，所以我要珍惜每一天。我喜歡畫畫，小時候，我的一幅畫作獲獎，從那天起我就更喜歡畫畫了。當我情緒低落時，我便會以畫畫解憂，在創作的世界讓我很快忘記煩惱，更讓我獲得不少讚賞和肯定。

前年，我開始創作繪本。我把一些日常生活故事、對生命的看法、待人的態度等都放進繪本中。譚蘊華老師指導我創作，帶我踏進天馬行空的創作世界，但因身體退化，經常要妹妹在旁為我添顏色、換畫筆。後來，譚老師邀請李校長教我用電腦軟件畫畫，我從此就不用別人幫忙，能獨立完成畫作了。我期望把自己的創作與更多人分享，於是老師鼓勵我參加比賽，更四處找資源，幫我出版繪本。



我第一本繪本《我在鯊魚口中長大了》終於在2016年11月出版。沒想到繪本很受歡迎，我更獲邀到社區及大學中小學做分享。我由最初害怕面對陌生人，到現在站在台上分享我的奮鬥故事，自覺完成了一個又一個的挑戰，正如書中的主角說：恐懼是自己心裡所想出來的，只要肯踏出一步，就可以解決。我不斷努力創作新繪本，更利用餘暇進修，提高創作質素。朋友給我很多鼓勵及意見，讓我更感受到，只要用心做好每件事，別人一定可以看到。我希望能運用我餘下的時間，創作更多有意義的繪本，為大家帶來更多正能量；我也希望到外間機構做分享，讓自己的奮鬥故事鼓勵更多人，為大家在人生路上打打气。

在我生活和追夢的過程中，我要感激我的父母及妹妹對我的關懷和支持，無條件的愛和付出；感謝譚蘊華老師悉心教導，讓我擁有強大的信念，為自己的未來勇闖出去；感謝梁海珊姑娘、李明欣老師和區家恩老師，努力地幫助我找資源出版繪本，讓我有機會實現我的夢想；感謝以前的李校長，教我使用電腦Photoshop創作，讓我走出限制；還要感謝陸續出版社的王仲傑先生、阿蟲老師及莊偉忠先生對我的賞識和肯定，讓我有更多發展的機會；感謝我的粉絲給我的鼓勵和支持，讓我更有信心面對未來的挑戰，我會繼續努力。





## 岑幸富

# 我要多謝逆境

病齡：15年  
病類：左手截肢

不要追尋一個完美的自己，而是學會用完美的眼光欣賞那個不完美的自己。

2003年，我當時為一名跟車速遞員，在一場交通意外中，左手被車門夾至骨碎，因生怕細菌感染而要截肢，而左腳則被車頂壓到盆骨裂開，需鑲上兩顆螺絲。

### 愛叫我頹廢不再

經過九個月治療，出院後我還沒辦法接受自己是個永久傷殘的截肢者，開始隱蔽在家不外出。七年來，每天像沒靈魂般過着行屍走肉、日夜顛倒的生活。白天睡覺，晚上玩網上遊戲，睡醒便吃飯，吃飽又再睡。我已分不清白晝黑夜，模糊了四季。



叫頹廢了整整七年的我醒覺的，是我的太太。她承受著種種痛苦和壓力，突破世俗的枷鎖嫁了給我。結婚後，我感覺我需要為丈夫這個角色盡點責任，因為婚後再沒有自己一個人的事情，大大小小都是以家庭為單位。我深深記得太太結婚前曾經對我說：「你累的時候，頹廢亦可，但是你必须清楚自己在做甚麼。」2009年，我找到截肢後的第一份工作。

### 堅持興趣成就新人生

2013年，我參加了三項鐵人賽，成為香港首位單獨完成全三項鐵人賽事的上肢截肢者。完成比賽令我找回自信，我漸漸相信生活不是深淵，如果你覺得自己在下沉，那只是因為地心吸力的緣故。每一個人都會落入不同的境況，於任何情況之下，都要學會欣賞這一刻的自己。

此外，我亦開始學習拉小提琴，從中發現殘疾人士或比一般人更容易得到快樂，快樂就是做到一般人能做到的事情。每當我們突破到自身的障礙，就會很開心。我還參加

了一個夢想計劃比賽，告訴人們我們的夢想是演奏小提琴！得獎後我衝勁滿滿，每天叫醒我的不是鬧鐘，而是夢想！

2018年五月我接受香港弦樂團的邀請，參與一場超過一千人的弦樂合奏，刷新健力士世界紀錄。今天我是一名上肢截肢的演奏者，回想即使是健全的自己，也沒有現在這能耐。只要堅持着你的興趣，終有一日它會化為你的成就，為你帶來意想不到的機遇。

我把我的故事寫下來，參加了兩年一度的年輕作家創作比賽，更成為入圍作品，書名為《假如我再次健全》。我要多謝逆境，因為逆境能令我更堅強，總有一天能夠幫助你。

我很感激我的好友，住院九個月期間，每天從不間斷地來探望我，令我感到原來自己並不孤單。更感激我的家人和太太對我不離不棄，令我產生了一個信念：每個人的生命都有其價值，而我的價值不會因為少了一隻手而減少。幸好我的人生遇上很多有心人和伯樂，令到整個過程不再是一個缺失，甚至是一個學習的機會。



## 龔黃螢敏 大愛媽媽

病齡：9年  
病類：乳癌、甲狀腺癌

我希望以生命影響生命，幫助弱勢社群。

我回想當初2009年確診乳癌，剎那間像跌進了深谷，看著三名子女，最年長的才不過中二……我不禁問自己，我還可以陪伴他們成長嗎？我還有機會照顧他們嗎？我能參加子女的大學畢業禮嗎？

### 只盼一家共享晚餐

我在醫院進行化療和標靶治療，接受手術，一心以為只要持之以恆，就能回復以往的生活。可是一個月後複查時，發現甲狀腺有癌症，乳癌也擴散至鎖骨，鎖骨已潰爛了。當聽到這個消息，我彷彿看到自己走到了世界的盡頭，害怕再沒機會一家人一起吃晚餐歡渡時光。

疲憊和虛弱的身心使以往強悍樂觀的我，驚覺原來時日都不在掌握之中。慶幸孩子們都很堅強，自覺學習，互相扶持。可是，每當晚上失眠，我都不禁擔心，往後的日子如果沒有了我，這個家會變成怎樣？我只想一家人能每天開開心心共晉晚餐，只想盡可能陪伴孩子成長而已。為了丈夫和孩子們，我跟自己說，我一定要堅持下去！



### 以身作則的大愛媽媽

同時我了解到子女正步入青春期，身為父母更要樹立好榜樣，我人生目標是做一個幫助別人、對社會有用的人，這也是我要教導子女的。於是，我比以往更積極參與義工服務，帶著假髮與帽子，在青年中心開家長組，分享育兒心得，為家長們提供情緒疏導及支援服務。我想保持正面態度對我抗癌也有莫大的幫助。

至今，我在聖雅各福羣會擔任婦女義工達十年，並支援柴灣區內有需要的家庭。2011年，我們一家成為緊急寄養家庭，照顧有需要的小朋友。他們因家庭問題或身體缺憾，無父母疼愛，甚至被遺棄。我決意用溫暖的愛心，去愛著他們，讓他們健康成長。自從成為緊急寄養家庭後，一家人的關係變得更緊密，互相合作照顧寄養兒童，將愛延續！子女們也因而學懂用愛心去帶出快樂。

此外，我留意到社會資源不平均，為了善用社會資源，促進社會和諧，我鼓勵身邊朋友捐贈有用的二手物資，免費分享。分配給區內有需要的家庭與人士，在港島東舉辦環保二手站，在數年間，受惠人數超過2000人，動



用超過100名義工。此項目計劃已進行了四年，活動成功感染不同人士支持及參與，讓大家學習善用資源和與他人作無私分享，亦深受區內人士歡迎，我也因此廣結一群有共同理念的有心人，大家互相鼓勵，帶給基層歡樂和支持。

家人和朋友的支持是我能康復的最大原動力，我要感激他們一直在我身邊鼓勵和幫助我。人生實在太短，因此那怕是身上戴著個「計時炸彈」，我亦決定要好好盡用我餘生，盡力幫助有需要的人。我深信生命影響生命，我計劃以社企的模式，協助唐氏綜合症的朋友展潛能，提供工作機會並讓社會認識他們，為他們的生命添上色彩。







## 莫佩貞

# 努力是人的尊嚴

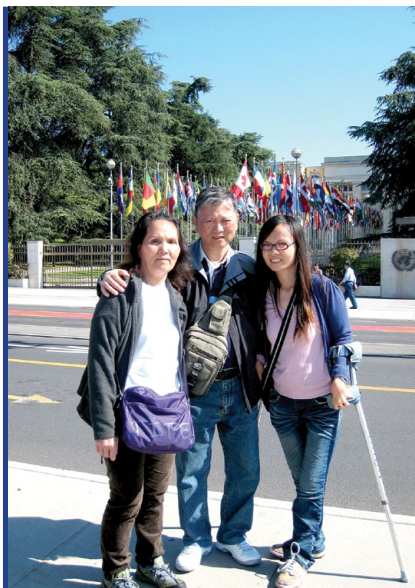
病齡：35年  
病類：先天性肌肉病變、多個關節收縮硬化

因害怕就放棄，未曾嘗試便看輕自己，就只會留下遺憾。

「努力是人的尊嚴」一直都是我的座右銘。我相信縱然身體與其他人不同，但只要努力，同樣可以活出燦爛、有尊嚴的人生。憑藉個人毅力、身邊家人朋友的支持以及信仰的力量，讓我在會考、高考中取得優良成績，在香港大學主修心理學並獲得英國伯明罕大學碩士學位。

### 以不一樣身體 堅持學業

我一出生便與別人不同，肌肉疲弱及關節屈曲，醫生懷疑與母親在懷孕期間服用藥物有關。我自小便經常進出醫院，經歷大大小小的手術和治療。縱然不能像正常人般走路，但經訓練後可以依靠拐杖行動並獨立生活。我從小在特殊學校讀書，堅信天生我才必有用，在2002年會考中，以25分的佳績升讀預科。由於當年特殊學校沒有預科課程，我首次踏入主流學校，一方面要適應新環境，另一方面要面對沉重學業，壓力甚為大。但我堅持著，努力完成目標。最終在2004年高考中考取2B2C，跨進了香港大學的門檻。



這個大學夢得來不易，由於港大歷史悠久，校園內許多歷史建築物都沒有升降機，只有又長又高的樓梯。對於不良於行的我的確是一個挑戰，一步一步走著，一步一步堅持實踐這個夢。畢業後兩年，我毅然放下工作，為實踐多年來的夢想，隻身到英國讀書，身邊的人一直不看好，怕我不能照顧自己，甚至擔心我會出意外。我明白做每件事情總有它的風險，因害怕就放棄，未曾嘗試便看輕自己，就只會留下遺憾。我最終學成歸來，回港發揮所長。

### 向專業發展 回饋社會

我擁有人力資源管理的專業，曾在多間國際機構工作，現為一間大型保險公司的高級人力資源經理。回想大學畢業後，求職處處碰壁，曾經有僱主坦言因為我的殘疾而不予我面試機會。於這段求職歲月，我抱著不屈不撓的決心，終遇上懂得欣賞我的伯樂，讓我可以再適合的崗位上發展，從一個小小的助理晉升至今天的位置。

我工餘時投入社區服務，積極推動傷健共融，爭取殘疾人士工作機會，分享我的經歷給有需要的人。我在理大TED TALK上挑戰大眾對殘疾人士的看法，強調殘疾人士



亦可以活得很出色。過去幾年，我到不同中學分享，用自身經歷推廣正向教育，希望學生能積極面對困難及找到人生目標並向前進。我亦是一名基督徒，到不同教會作見證分享。對於現在所擁有的一切，我感謝那個給予我平安、喜樂、希望的神。無論遇上甚麼困難，神總會給予我盼望。

人生是一種選擇，的確有時候人無法選擇環境、外表、身體狀況等等，但人卻可選擇用甚麼心態去面對，消極的、還是積極樂觀的面對逆境、面對比別人多幾倍的困難，我選擇努力堅持，用行動證明殘疾人士亦可以在學業及事業上獲得成就；我選擇實踐夢想，到海外留學見識香港以外的世界，以及向著自己的專業努力拼搏；我選擇感恩盼望，感謝身邊的人對自己的付出，並盼用自身經歷回饋社會。





## 翟文鳳

# 馬賽克生命

病齡：42年  
病類：血管腫瘤、右腳截肢、中度弱聽(先天耳神經受損)

流淚撒種，必歡呼收割！

我一出生就有嚴重的血管腫瘤，醫生說我未必活得過20歲。2005年，我切除了左腳，其後腫瘤擴散至脾臟、肝臟、腰椎和髓底骨，最後更要切除整個脾臟；再加上因先天耳神經受損而弱聽，我身上的四大殘障一肢體傷殘、聽障、器官殘障及長期病患，使我生活上面對不同程度的困難。

### 苦難碎片與恩典碎片

我的家境不太好，媽媽在我五歲時病逝，爸爸患有嚴重眼疾近乎失明，且要長時間出外工作，養活家裡11個孩子。求學階段，我因長期住院接受治療，跟不上學習進度，被同學排斥及取笑；住院期間，我常常被推進坐滿醫生的房間，讓大家研究我的病情，我覺得自己像一件展示品，一點兒尊嚴也沒有。因為種種問題，我變得自卑懦弱，恐懼面對人群。直至我出來工作，我感恩遇上了一位好上司，他一直視我如一般同事看待，並沒有因為我的殘障而優待我，當時我和一些同事並未明白上司的苦衷，現在回想，這是他給我的考驗及鍛煉，讓我明白限制中總有方法解決，要我學習解決困難。



物理治療是令我最痛不欲生的，物理治療師用盡方法把我彎曲的腿拉直，過程痛苦得像行刑似的。截肢手術後，裝配義肢又是另一場痛苦的經歷。我從沒有用過雙腿走路，完全找不到重心，加上髖關節萎縮，不能支撐身體重量，難於站立，感到非常艱辛無助，哭過數百遍。經過一年多的適應和不斷訓練，感謝天父的安慰和憐憫，我終於能腳踏實地一步一步的走路了！我開始挑戰不同運動，如跑步、游泳、行山、踏單車和攀石等等。

### 缺陷也是一種恩典

在這面對不同階段的經歷中我領略到缺陷也是一種恩典，困難亦是一種動力，它們將生命推到另一個層次。生命像馬賽克一樣，人一生有許多苦難和缺口，單獨觀看是不完美的，但這些苦難和缺口旁總會有別的碎片牢牢的鑲嵌著，拼合成一幅神看到的美麗圖畫。生命中有苦難的元素，我們的生命才能變得強韌和豐盛。

我和一些同路人成立了「香港截肢者協會」，透過探訪和分享，用生命影響生命，將自身的不幸化作別人的祝福。我深信生命中有愛，才能活得有意義和價值，彰顯完整的靈性。





## 江來珍 病後重獲新生

病齡：9年  
病類：乳癌、骨癌、卵巢癌

把生命看為美好，痛而不苦地  
勇敢繼續往前走！

感恩有機會成為今年的再生勇士！回想過去，我實教人慚愧。從前我生活不規律，缺乏運動又偏食，性格偏執，只顧工作及教會，老是要把所有時間填滿。2009年我確診患上第一期乳癌。

患病讓我停下來，思想自己的生命。由於是第一期乳癌，故沒有為生活帶來不便，但父母都是因癌病去世的，我很憂慮死亡，更鑽牛角尖，患上輕度抑鬱症，需看精神科醫生。後來參加了癌症基金會課程及宣道會癌關小組，認識了許多同路人，又到健身中心打拳及跳舞，打走怨氣、抒發鬱結。又參加了跑步班及教會，都助我重拾自信及快樂，經過七年慢慢調整，生活逐漸變得正向。

### 好景不常

2016年失業，同時詩班要停唱，跑步因傷要暫停，連拉筋班也因沒場地而停課，當時與家人關係不大好，我再次確診患癌，乳癌轉移至骨及卵巢，皮膚出現紅疹，痕癢難當。骨癌令我的左腳無力站立，只可貼地左右橫行，步步難行，只靠右腳及手杖支撐，或以輪椅代步。那管是一個微小的動作也會令脊骨劇痛，甚至拿起枕頭



也像千斤重，最難忘的是用了近三小時才能起床，別人也愛莫能助，只有靠自己慢慢克服，我積極接受疼痛已成為生活的一部份，再痛也帶著喜樂的心面對，把生命看為美好，痛而不苦地勇敢繼續往前走！

### 患難見真情

有一次覆診，兩位已婚的教會姊妹放下家庭及工作，陪著坐輪椅的我前往。打收經針回家後我感到不適，肚痛發冷，上吐下瀉，全身虛耗，無力清理不斷出來的嘔吐物及排泄物，感恩兩位姊妹代為處理，但因未能止瀉，褲子也沒法穿上，最後只好叫救護車並用車上的毛巾包裹下身，她們與我一同去急症室。因我體溫及血壓非常低，發冷致手腳麻痺，無論蓋了多張暖氈也未能回暖，她們為我腳底按摩，希望助我加速血液流通，直至晚上我丈夫下班趕至才離開。丈夫到來後繼續為我腳底按摩，此時我不但體溫回暖，心中更溫暖！



2017年初完成電療及藥物治療並接受子宮切除手術，本打算一心一意休養，在家勤踏健身單車，重新建立左腳的肌肉，一步一步減少用手杖，然而一個月後丈夫確診患上第三期食道癌，需即時入院。我未曾想過自己在手術後三星期，傷口痛而行動緩慢的情況下，竟有能力回家幫丈夫拿取住院物資。

### 失去的，神用另一種方式再賜恩典給我

丈夫的性格較我樂觀，治療半年後已能復工。病後除了丈夫代為打理家務，每星期女兒都會帶孫女與我一起飲茶，跑友及教友更會主動提出陪診，還幫我買菜煮飯。身邊的人的關懷、問候及代禱，成為我努力向上的動力！現在的我注意飲食，多運動，包括游泳和行山，更愛上跑步。2017年11月我於水陸兩項越野賽獲得分齡冠軍。

病癒後我學懂放下執著，體會到生命非常有限，親情可貴。任何人都會面對死亡，哪怕在世做了何等好事與壞事，都不能逃避它。我第一次面對死亡時很害怕，第二次我明白到怕也要死，又何必怕呢？神說喜樂的心乃是良藥，選擇有意義的事情去做，效法耶穌愛人如己的精神，助己助人。我透過參與醫院義工服務，與癌症病人分享生命奮鬥的見證，也與中學生一起練習跑步，與年青人鬥長氣，或許這是我再生的意義吧！在此感謝陳頌懷醫生，跑友們及所有代禱的弟兄姊妹！多謝大家！



## 林慧珠

# 藝術無分傷與健

病齡：56年  
病類：小兒麻痺症

醉心藝術令我忘卻痛楚，使我有機會發揮所長，用正面態度面對人生。

我生於一個貧窮家庭，出世時是一個活潑可愛的健康孩子，我一歲半剛學會走路，就突然確診患上小兒麻痺症，從此以後我都不能與正常人一樣走路了。父母想盡辦法到處敲門求醫，後來終於替我安排到入醫院做手術。

### 受盡心靈皮肉之痛

在我零碎的記憶中，我的童年是在孤獨和寂寞中成長。常常在病床等待家人來探望，但父母要養活一家六口，終日為口奔馳，所以很少到醫院探望我，當時我就孤獨得像被遺棄了似的。我一直進進出出醫院，接受過大大小小的手術，我努力學習使用腳架走路，終於可以出院回家了，回家享受我一直渴望的家庭溫暖。可是，八歲的一次意外，一壺滾燙的熱水從頭澆下，我的頭、手和腳都嚴重燙傷，傷口面積十分大，我又再住了醫院半年，當時我就像一個木乃伊般，由頭到腳都包紮了繃帶，不幸中的大幸，我的面部完好無缺，但手腳都留下了永不磨滅的疤痕。



當我開始懂事的時候，孩子間的嘲笑讓我發覺自己走路和別人不一樣，我很不開心，並漸漸變得沉默寡言，自卑起來。媽媽知道後便鼓勵我說：「天生我材必有用，媽媽這麼疼你，你也要積極點，不用理會他們說甚麼。」在媽媽身上，我看見一顆勇敢面對逆境的心，是她感染了我，培養樂觀堅毅的態度。雖然傷殘人士在社會上受盡歧視，生活困難重重，但有我最愛的母親和妹妹陪伴，以及朋友的支持，給予我最大力量，謝謝她們。

### 做一個有用的人，尋找適合自己的方向

我發現了自己對布藝和陶瓷濃厚的興趣，我報讀再培訓課程，學習車縫技巧，找到一份相關的工作，在我不斷的努力下，我晉升車辦及負責設計布偶的衣服。後來媽媽患上腎病，需要洗腎，我毅然向工作了20年的公司辭職，我想全時間照顧媽媽，一個星期兩天到深水埗的醫院洗腎，每次都需要數小時，而我則利用這數小時的空檔，行遍深水埗的布檔尋找設計靈感，儘管我行動不便，走路步步為營，卻無拘無束地走進我天馬行空的藝術世界。在我努力下，終於得到肯定，我分別在第八屆及第九屆香港展能創意陶藝比賽獲得季軍及二等獎，我同時在香港傷健協會的陶瓷組擔任主席及義務導師，我理想全力推廣陶瓷，希望貧窮及傷殘人士都可以接觸到





## 胡就維

# 癌病讓我重拾兒夢

病齡：4年  
病類：血癌(急性骨髓白血病)

生命不在乎長短，而只在乎意義！

我年少時有個夢，想成為一顆閃爍的北斗星，幫助社會有需要的人。可惜當時學歷低微，夢想就成了天上的星星，只能遠望而無法觸及，隨著年月的沖刷，這夢亦隨之而被淡化和遺忘。

### 原來死亡這麼近

發病之初，我對癌病一無所知，輕忽了醫生的關懷和家人的憂心，直到親眼目睹同房的病友離世，我才意識到原來死亡這麼近。面對著化療的後遺症和經濟壓力，我堅強的意志慢慢被磨滅，人也變得消極起來。然而，感謝天父讓我想起突破機構創辦人之一蘇恩佩的一句話：「與其咒詛黑暗，不如燃燒自己」。既然我無法改變現狀，為何我不專注在可以改變的事情上呢？於是，我開始學習欣賞醫護人員的貼心服務，關懷同房一起作戰的病友。病房的氣氛漸漸起了變化，病友之間多了互相慰問和幫助，這改變激勵了我加入病人組織，我成為了五個醫院聯網區的探訪員，為同路人獻上關懷和慰問。



### 幸福不是必然

多做善事並不代表從此一帆風順。我身體已康復可以工作，又當上病人組織主席，推行會務讓更多病友可以得到關懷。誰知此時我卻被證實癌病復發……我過去實在看到太多癌病復發的病友離世，所以我十分沮喪，像是被判了死刑，淚水亦較初發病時多。醫生坦言再用舊藥的生存率只有四成，就邀請我接受新的化療藥物試驗計劃，我抱著還有一線希望答應了。沒料到治療竟這麼難受，令我曾衝動想放棄治療。捱過化療後，我要換骨髓才有五成機會可痊癒，否則只有等待下次復發。那時，再沒有新藥，癌細胞又有抗藥性，我生存的機率便會大打折扣。

### 為更多人謀福利

「生命不在乎長短，而只在乎意義！」我選擇在有限的日子裡，為更多人謀福利，這是我童年的夢，希望在有生之年可以實現。在香港，患者可申請關愛基金和撒瑪利亞基金解他們的經濟困擾，然而卻有不少病友反映申請基金困難重重。因此，我開始留意並著手研究政府的醫



香港公開大學  
THE OPEN UNIVERSITY  
OF HONG KONG



療政策，與幾位同路人成立了倡議小組，在數月內不斷約見立法會議員，向他們表達我們的關注和訴求。得知政府會對關愛基金進行檢討，並在預算案中撥款資助治療不常見疾病的藥物，我深感安慰。

在此我要感謝我的家人，若不是你們的不離不棄，我決不能完成這夢想；亦感謝教會弟兄姊妹和醫療人員，你們讓我的生命得到更新延續；更感謝眾多病友，讓我有機會服侍你們；最後感謝再生會給我這機會分享對生命的看法。





## 張賜豪

# 感恩有愛

病齡：13年  
病類：腦癌、嚴重視障

我的身體雖然有限制，但我的生命絕不受約束，充滿可能性！

也許，我的生命經歷都是命中註定，慶幸天無絕人之路，感恩一路有愛。今天，我從廢青變成「沸青」了！

### 從前的我

曾經有一段時間，我覺得我的名字與我的命運大相逕庭，名字中有一個「賜」字，但我似乎完全得不到上天的恩賜和眷顧。我在八年間一共接受了九次腦手術：四次腦積水手術，五次腦腫瘤手術，最後一次更是腦癌。17歲那年一顆腦瘤突襲，使我在應考公開試前變成了中度視障，前途絕望沒期許。

我辛辛苦苦考上自己心儀的大專學院，以為仍能抓住理想的尾巴，然而病魔進一步把我逼得走投無路。腦癌不單使我變成嚴重視障，更在我身上留下了永久的後遺症，或許我一輩子都不能戰勝它們！想不到這些經歷會出現在我的身上。曾經覺得自己上輩子肯定壞事做盡，才落得今天這個下場！以前覺得癌症患者跟殘疾人士很慘，如今自己卻成為了別人眼中的可憐人，或許「廢青」就是我人生的定位。



### 被愛的我

12歲前我和家人的關係很不好，第一次手術之後我明白孝順的重要，也因此一家人變得親密，再肉麻的話我都不怕說！其實，每一次入院、每一次生病、每一次做手術，最痛苦的不是我，而是在工作過後仍趕來醫院照顧我的父母。每當我問他們累嗎，他們總說：「說甚麼累呢！你快快康復就好了！」其實又怎會不累呢？病情一次比一次重，他們就一次比一次擔心。有一天，當我看見父母頭髮閃出銀光時，我的眼淚再也停不住了。「對不起，阿媽阿爸，你們辛苦了！」他們仍是那句：「不辛苦！你快快康復就好了！」就在這刻，我決定擺脫「廢青」的名號，不消沉下去！這趟「病歷」的確讓我失去了很多東西，但得到一定比失去多！



當痛苦的經歷都過去後，才發覺絕處可以逢生，希望和愛是無所不在、無所不能的！除了父母以外，我還要感謝我的朋友、老師和社工們，若我沒有遇上他們，就不會從谷底反彈，變成現在的我！

### 現在的我

現在我是一個活得沸騰的「沸青」，因為我找到一份我熱愛的工作，那就是「人生教練」(Life Coach) 和「目標教練」(Purpose Coach)。這份工作雖名為「教練」卻沒有「教」的成分，我是透過溝通啟發別人。我現為國際教練協會認可的執業者，希望將來獲得更高的認證，證明我的身體雖然有限制，但我的生命絕不受約束，充滿可能性！

最後，多謝再生會肯定了我重生的經歷，我要讓自己的生命之火燒得更加熾熱，因為我是2017-18年度的再生勇士，張賜豪，豪仔！那個即使不聰明但也願意當一輩子傻瓜的人！





## 周佩珊

### 靠兩指孜孜不倦

病齡：24年  
病類：脊髓肌肉萎縮症

我希望將來可以運用所學，像媽媽一樣發放正能量到世界每個角落。

我出生後不久，便確診患有脊髓肌肉萎縮症（SMA），而且是最嚴重的第一型。當時醫生跟我媽媽說，這是一個不治之症，我的身體狀況只會每況愈下，我將活不過兩歲。的而且確，我逐漸失去原本僅有的活動能力，更無數次因肺炎而半隻腳踏進鬼門關。幸得醫護人員和媽媽悉心照料，令我可以奇蹟地活到現在24歲。

雖然我的童年在病床上渡過，但紅十字會醫院學校的老師每天都來跟我上課，我亦天天十分期待。我喜歡執筆寫字，喜歡學習新事物，期待探索醫院以外的一切。雖然我慢慢地失去執筆能力，但我感恩仍能靠僅餘兩隻可活動的手指使用電腦，得以繼續學習。我在醫院住了17年，完成小學課程。

我想學習更多新事物，擴闊社交圈子，豐富人生經驗。因此，媽媽為了我學習急救和使用維生儀器，憑著對天主的信心和勇氣，毅然帶我出院。我在羅怡基紀念學校讀書，順利在四年內完成中學課程，並考上夢寐以求的香港大學，邁向成為英文作家的夢想。在路上，媽媽不



離不棄地支持我，我亦得到學校教職員和同學們的愛護和包容，有他們照顧我、教導我、陪伴我，我才能享受到無比快樂的大學生活。

### 病中得著

縱然我身患重病，但天主、媽媽、醫護人員、老師，還有很多SMA戰友都從沒有放棄我，他們不斷鼓勵我，讓我可以得著生命的美好。在此，我十分感激在我生命中愛過我、幫助過我的每一位，特別是媽媽。

在這24個年頭，媽媽事事親力親為。她年輕的時候，體力尚可應付照顧我的工作，但隨著年歲增長，身體不時出現毛病。然而，她臉上總掛著笑容，像太陽一樣照耀著我。我希望將來可以運用所學，像媽媽一樣發放正能量，把希望帶到社會每一個角落。

活著就有希望。今年，我與一眾病童和他們父母的願望都實現了！SMA終於有藥可治！感謝特首和特區政府官員迅速引入新藥，為SMA家庭燃點希望。

### 夢想和目標

我現在大學主修英國文學和語言學，希望將來能夠成為一位作家，以文字及自身經歷感動和啟發別人，亦希望能夠供養媽媽，報答她多年的養育之恩。





## 梁煥華

# 行動不便 歷奇人生

病齡：56年  
病類：小兒麻痺症

成為一個殘而不廢的歷奇教練，樹立榜樣身教年青人。

我來自澳門，26個月大的時候，持續高燒多天，入院治療後證實患了小兒麻痺症，這是當時十分流行的病症，因有傳染性，要隔離四個月，我的左腳未能正常發育，以致有長短腳的情況，雙腿長度相差四吋。我需要使用助行腳架，生活面對種種不便，例如上落樓梯一定要有扶手或需要別人攙扶，不然就會跌倒受傷。

### 風雨過後便是彩虹

行動不便生活費勁，全靠母親悉心照料。我的腿冬天冷得如冰條般，母親會以暖水袋給我保暖，用按摩器為我按摩，這場面至今仍歷歷在目。還記得一次母親帶我到排檔吃飯，伙記問為什麼要背著兒子不讓他學行，她講述原因後，該伙記說：「日後如果阿仔對你不好，應該一刀解決他！」此番話讓我明白幸福不是必然。為了訓練我日後能行更遠，看得更多，父親每逢星期日都會



帶我和弟弟去公園散步。感謝母親及家人不離不棄全心全意照顧我，是他們給予的支持，才令我生存下去。

我曾埋怨過自己得了這個病，上不到體育堂，不能踢球，體育老師得知此事，教完集體運動後，就拉著我教我用頭和手接球，他教曉我如遇到突然飛來的球，可用手去接或用頭去頂球而免受傷害，很感恩老師耐心的給我特訓。

### 自我增值 助己助人

18歲的時候，醫生決定為我做兩次手術拉長腳骨，從此就開展了大半年痛不欲生的生活。第一次手術，醫生把我小腿的細骨折斷，置入了一顆一吋半的不銹鋼螺絲以固定斷骨；第二次手術，醫生把我小腿的主骨折斷，插入四支鋼針安裝延長器，每天轉一圈，直至我腿拉長兩吋。

開始時沒有痛楚，十多天後腿的跟腱被拉長，痛苦不堪，每天早晚都要打止痛針，大腿及手臂上密密麻麻的針孔像花蕾一樣，我足足一年多後才過回正常的生活。腿長了，可以行走，使我感到人生充滿希望，此後我鼓起勇氣，迎接一個又一個的新挑戰！

十多年前，我認識了早期動力學堂的高誌樞先生，他完全改變了我的人生，教我從遊戲運動中學懂自我增值。我嘗試了獨木舟、高空繩網、龍舟、行山、划艇、

攀石、潛水、帆船等等，跟隨他接受專業的訓練，考取了資深證書成為歷奇助理，還考到低結構的教練資格！

歷奇助理的工作很有意義，我記得有一次社工帶著一班中學生挑戰高空繩網的巨人梯，一名學生十分害怕，不敢爬上去，經我耐心的引導下，他最終到達頂點打響鐘聲。他歡喜若狂，因為他也想不到自己會成功！兩年後我重遇他，得悉原本懶散的他變得十分積極幫助別人，更發奮求學，他的蛻變令我十分安慰！

人生挑戰是無止境的，我加入了帆船隊接受訓練，在各項比賽中取得佳績，我繼續挑戰國際大型帆船賽事，為澳門爭光。我自小歷盡艱辛，在家人和朋友的鼓勵下奮發自強，學習各項技能，助己助人，希望在人生中再創高峰！







## 黃明深

# 無聲世界也很精彩

病齡：32年  
病類：聽力言語障礙

我們也是社會的一員，通過努力也可以實現自己的夢想。

在我兩歲的時候，一場大病降臨到我身上，本以為很快就可以痊癒，老天卻像開玩笑一樣，我的病好了，卻失去言語的能力，並且再也聽不到這個世界上所有美妙的聲音。

### 艱辛求學之路

雖然爸媽希望我能像一般小孩一樣就讀普通學校，但是我的情況卻不允許。我的求學之路坎坎坷坷，直到我進到深圳元平特殊教育學校讀書。在元平學校，我學習了很多文化知識，學會了手語，最重要的是接觸了藝術設計，從此一發不可收拾。我不能用語言來表達我的喜怒哀樂，但是我可以以一幅幅畫作表達自己的感悟。

我從高中開始就一直憧憬大學生活，然而我第一次高考以失敗告終。那時候，我的心情跌進了谷底，不想出門，不想吃飯，甚麼事情都不想做，總是在想：我那麼努力為什麼就不行呢？在這段難過的時間裡，爸媽沒有



責備我，朋友也沒有放棄我，倒是很耐心的開導我：就算不成功你也努力過，從哪裡跌倒就從哪裡爬起來。在家人朋友的支持和鼓勵下，我又有了動力和信心。在第二次全國特殊教育高考後，我同時被長春大學和中州大學錄取，最後我選擇到長春大學特殊教育學院專修藝術設計。我做到了，沒有讓家人朋友失望，證明了自己是有能力的，同時更證明了殘疾人不是一無是處的。進入大學後，我也沒有放鬆對自己的要求，好好學習設計，而且在比賽中取得佳績。

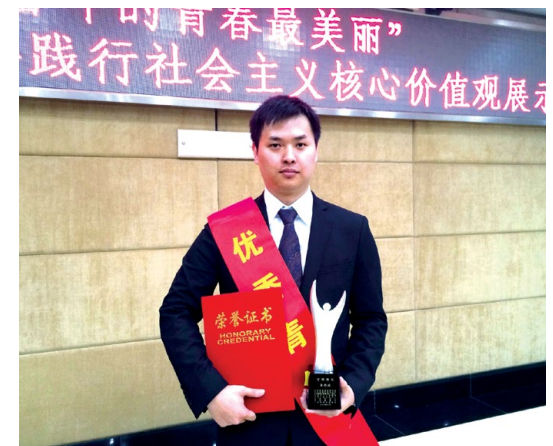
### 越努力越幸運

現在，我在新安街道殘聯職康中心擔任繪畫老師，教授殘疾人士繪畫。一個聾啞老師與學員交流有很多困難，我細心尋找最合適的教學方法，把他們視為我的朋友，用自己的經歷和知識去幫助和激勵他們成功。看著學員一天一天的進步，他們的繪畫技能和審美能力不斷提高，我教過的學員，有的作品參加區、市和省殘疾人書畫展覽，有的參加各級殘疾人才藝大賽並獲得獎，我的心裡甯提有多高興了。

我同時醉心鑽研木雕藝術，不斷提高創作水平和雕刻技術。2013年，廣東省舉辦首屆殘疾人才藝展覽。經過重重選拔，我成為深圳市唯一的殘疾人士代表，到廣州展覽館表演木刻板雕刻藝術，看到我在木板上雕刻的一隻隻栩栩如生的小動物，現場觀眾都紛紛豎起大拇指來！自工作以來，我認真敬業，很榮幸能受殘疾人的歡迎以及領導同

事的好評，2012年先後被評為區「殘疾人愛崗敬業先進個人」，2014年榮獲「寶安區第七屆優秀青年」光榮稱號和「新安街道傑出青年」等。

聾啞人士在日常生活中難免會遭受別人的異樣眼光，但我們也是社會的一員，不應因此而感到自卑，儘管身體有殘障，通過努力也可以實現自己的夢想。希望每一個人都能相信自己的能力，發揮才華，保持樂觀心態，多幫助有需要的人。那麼，就算身有殘疾，我們也會活得很快樂、很幸福、很美好！





## 蕭彥紅

# 輪椅上引弓 瞄準人生理想

病齡：16年  
病類：肢體傷殘

自強、自立、自信、不放棄、  
不拋棄、向理想勇往直前。

我是土生土長的深圳龍崗客家人，2002年女兒生病，我帶她去看醫生，途中一輛失控的大卡車撞了過來，我下意識護住女兒……當我醒過來的時候，唯一想到就是我的寶貝，我喊著我的寶貝，而她就坐在我的身旁，看著躺在地上的媽媽，驚恐地哭著。我看寶貝額頭擦傷了一點，其他的都好，可是我就沒有那麼幸運了。醫生診斷我粉碎性骨折、脊髓完全性損傷、小腿骨折、腦震蕩，脊髓受損導致我雙下肢失去走路的能力，我終生要與輪椅為伴了。那年，我才24歲。

### 忍受著身體的痛苦

我的雙腿沒有任何知覺，我不能照顧自己的日常生活，當我收到傷殘評級書時，像是被澆了一盆冷水似的，難道我的青春年華就定格在24歲嗎？我腦海裡反反覆覆想著我的殘疾、我的女兒、我的家庭，從此以後怎麼辦……我要怎麼生活下去呢？一連串的問題讓我腦子像要炸開，精神快要崩潰，我想過自殺，一了百了，可是一想到孩子，我還是堅強起來。我慢慢學會坐起來，學會在輪椅上打掃做飯，漸漸我學會了重新生活。



### 開始運動員新生活

2005年，我報名參加了深圳市殘聯的射箭隊。我想我現在可以照顧自己，去參加運動訓練該是沒有問題的，還可以結識其他殘疾朋友，互相交流經驗，就這樣我走上了運動員之路。射箭是一項室外運動，無論刮風下雨，都必須訓練。然而我從來沒有怎麼接觸過體育運動，突然那麼大強度的鍛煉，叫我差點打了退堂鼓，幸好我個性不愛服輸，咬緊牙關堅持了下來。

原來白皙的膚色變成了咖啡色，手臂被弓弦打得一青一紫的，下巴刮破的傷口血跡斑斑，這些都是我堅持克服困難的印記。三個月過去了，我參加了廣東省第五屆運動會，我在射箭項目獲得人生第一枚金牌，作為一名運動員，第



一次參加大賽，第一次獲得金牌，我成為殘疾人士後，第一次超越自我，這激勵我對以後的生活更加充滿自信。經一番努力後，我終於成為了國家射箭隊的隊員。

我出戰過四屆省運會、三屆全運會、三屆世錦賽、兩屆殘奧會；流過汗水、淚水、血水；奪過銅牌、銀牌、金牌。拼搏過後回想當初，我也不知道自己是怎樣堅持下來的，高強度的訓練、各種心理壓力、選手之間的爭鬥，這一切一切都跨越過去了。我慶幸遇到好教練、好領導、好同事，他們為我排憂解難，成為我最強硬的後盾，使我一次又一次超越自己，成為了一名殘疾運動員，站上了世界最高領獎台上，看著五星紅旗升到最高端。



## 陳智思 活在當下

活在當下、專注現在，  
是陳智思今天的選擇。

陳智思，亞洲金融集團及亞洲保險總裁，全國人民代表大會代表，香港行政會議召集人，當過三屆立法會議員，1999年的香港十大傑青。這位讓人羨慕的富二代、政商界大忙人，其實被病魔折磨了多年。

陳智思就讀大學時，有天突然頭痛起來，醫生診斷他血壓高，為他處方血壓丸。數個月後頭痛仍持續不斷，父母覺得他才18歲，怎會就有高血壓呢？經多番查究，他證實患上了高安氏動脈炎，腦血管塞了所以才頭痛，這是一種隨時致命的罕有免疫系統疾病。

面對這消息，18歲的陳智思不懂得害怕，後來反覆復發才意識到這病的嚴重性，知道這個病會跟他一輩子，他真的很害怕，選擇了逃避，他由不肯接受，到慢慢接受自己的病；到學會怎樣面對它，花上了數年時間。

### 六個月計劃

患病初期，陳智思的病不斷復發，都得入院接受各種治療，且經常進出手術室，他接受過三次搭橋和多次「通波仔」手術。起初，家人朋友的關心和照顧讓他感到壓力，令陳智思更覺得自己是一個「病人」。



他決心要克服這個病，他不要視自己為病人。他把來自家人朋友的無形壓力變成動力，努力充實自己，讓自己沒餘空去想這個病。這是一個罕見、沒有人知道它何時會復發，假如天天都在擔心，那就休想有好日子過了。

人們總會為人生訂下長遠規劃，陳智思不然，他認為其實不用看得那麼遠，抱著誰知道那天要再入院的心態，他只會為自己訂立六個月的計劃，他根本不知道六個月後會發生甚麼事情。直到今天，他仍要每天服用五種藥物，三個月見醫生一次、六個月到醫院接受磁力共振檢查。活在當下、專注現在，是陳智思今天的選擇。

病發初期，因血壓高，腎功能差，他跟從醫生指示飲食清淡，勤做運動，由二百多磅迅間「織體」，瘦了後，身體變得更靈活，運動變得更輕鬆，他亦更愛運動了，除了喜歡踢足球，他也喜歡各類戶外運動，如網球、沙灘排球及行山。生病其實也是一記當頭棒喝提醒他要活得健康。

### 公職王

作為與病魔對抗多年的過來人，陳智思深知對於身處困境的人，幾句安慰的話不足以叫人接受現實，變得開朗起來。他親身感受到，路要自己行的，接受是一個過程，需要一段時間，不是一夜之間可改變，更不能一蹴而就，雖然不是人人可以走出來，但一定不能未嘗試便放棄。如果生命是短暫的，那麼更要好好珍惜享受，才算不枉此生。

陳智思關注社會事務，特別是福利、改善生活質素及教育這三範疇，他不願紙上談兵，身體力行改善弱勢社群的困境，積極搭起社福界和商界之間的橋樑，促進他們的關係。作為香港社會服務聯會的主席，他竭力推廣「商界展關懷」行動。此外，他亦擔任樂施會毅行者籌委會主席，親力親為推廣並完成毅行者籌款活動，支持扶貧工作不遺餘力。

陳智思致力推動低鹽健康飲食，擔任了「降低食物中鹽和糖委員會」主席，並曾經在自己的餐廳聘請營養師為菜式計算卡路里，希望大眾作出比較、選擇，繼而慢慢改變飲食習慣。他2009年至2015年間曾獲委任為可持續發展委員會主席，就有關都市環境，可持續建築設計、都市固體廢物徵費和節省能源等範疇的政策向政府作出建議。

在培育年青人方面，陳智思除了於2008至2014年間擔任嶺南大學校董會主席。他亦積極推動創新科技，在2013年起為創新科技獎學金計劃甄選委員會主席，計劃提供難得的機會予理科、工科和醫護學科傑出的本科生，以擴闊國際的視野，並增加他們在所屬專業內的經驗，藉以加強他們對科學與科技的熱誠，和鼓勵他們在日後投身於相關行業。

陳智思有「公職王」的美譽，藉著在商界和政界的影响力，不斷推動多個惠澤社群的政策，雖然患有罕見疾病，卻學懂與病魔相處，活在當下，享受他的人生。



## 歷屆再生勇士名錄 (1996-2018)

|       |  |
|-------|--|
| 第一屆   | 吳家榮 翟燕貞 李燕英 孔鳳玲 鄺寶華 馬美清 黃衛群 陳劍華 冼寶明 李素蘭                                |
| 第二屆   | 余偉強 查錫我 張福娟 周尚善 鍾佳成 尹麗娟 陳貝琪 伍潔瑩 陳添祥 陳佩賢                                |
| 第三屆   | 蘇金妹 潘潔心 鍾瑞玲 梁松根 周禮儀 梁明君 鄒少蓮 范錦妹 譚潔冰 李閻慈                                |
| 第四屆   | 廖東梅 何品華 張嘉寶 李鴻賢 鍾順財 何智偉 鄭賀文 梁嘉麗 吳楚雲 李令章                                |
| 第五屆   | 羅偉祥 鍾定程 周志明 梁煥能 張鉅偉 鍾定波 黃秀容 吳淑怡 郭群興 葉惠芬 李達                             |
| 第六屆   | 李國梅 高耀章 周美蓮 危家銓 鍾沛玲 丁向群 易鑾灝 謝國雄 呂梅芬 岡田照美 馮玉屏                           |
| 第七屆   | 葉湛溪 張漢生 林家明 梁美琪 陳錦元 羅佩貞 呂志鴻 阿典 羅芑杏 鄧國華                                 |
| 第八屆   | 余翠怡 周藹芬 凌潤開 蕭何儂 馮英騏 馬陳光 曹萍 梁麗玲 蔡肇基 龍小玲 葉劍雄                             |
| 第九屆   | 葉柱榮 單潔玲 阮繼志 岑詩敏 陳蕊莊 岑允強 王珈曦 賀國賢 潘家榮 劉志輝                                |
| 第十屆   | 劉兆璋 呂慧翔 高誌樞 譚世鴻 陳仲懷 王楚夷 鄺頌安 董玉華 歐陽翠雲 黃偉健                               |
| 第十一屆  | 李志雄 梁嘉兒 利詠然 林家榮 陳志剛 張寶琴 胡碧 黃潤玉 鍾愛寶 梁少眉                                 |
| 第十二屆  | 黃麗珍 游偉樂 陳淑賢 蘇永通 呂月明 蘇樺偉 陳衍泓 梁子微 羅少華 許鴻彬                                |
| 第十三屆  | 邵國華 謝潔文 江榮富 張潤衡 張志騰 劉元 劉軾 阮志雄 鄧紹斌 劉偉麟                                  |
| 第十四屆  | 梁欣欣 何慧蘭 何恩怡 黃明讚 劉偉明 鄭嘉輝 鄧英蘭 劉恩賜 蘇偉健 楊小芳                                |
| 第十五屆  | 張微 黃騰達 司徒慧儀 陳自勵 鄺家豪 張翠恩 司徒志強 吳耀輝 黎琴妹 鄧生                                |
| 第十六屆  | 何小燕 吳凱琪 黃永康 李俊輝 賴凱詠 吳志雄 鄧嘉玲 陳冬梅 黎芷愉 梅家琪                                |
| 第十七屆  | 張文傑 張世豪 郭美儀 陳瑞賢 黃瑞群 楊曉林 鄭啟文 林依玲 譚湜琛 陳家泰<br>(第一屆內地再生勇士得獎者) 李敏 宋繼武 梁麗珠   |
| 第十八屆  | 譚永亨 區皓鈞 李子良 付遠威 潘學曦 林曉彤 仇健明 蕭凱恩 陳汝森 鄭凱尹<br>(第二屆內地再生勇士得獎者) 李柏榆 劉偉雄 黃志堅  |
| 第十九屆  | 郭海瑩 黃耀邦 鄧卓謙 謝添欣 嚴楚碧 伍強 何宛淇 吳淑玲 林梅芳 高小亮<br>(第三屆內地再生勇士得獎者) 蘇麗平 林彤 陳志強    |
| 第二十屆  | 胡蕊珺 梁小偉 黃和洲 邵美琛 李欣 鍾少琮 游家敏 林翠婷 張敏儀 何國器<br>(第四屆內地再生勇士得獎者) 文榮樂 張林山 巫妙春   |
| 第二十一屆 | 摩菲亞 岑幸富 龔黃瑩敏 莫佩貞 翟文鳳 江來珍 林慧珠 胡就維 張賜豪 周佩珊<br>(第五屆內地再生勇士得獎者) 梁煥華 黃明深 蕭彥紅 |

灰色之勇士 以生命燃亮生命，  
已光榮完成人生長跑！

排名不分先後

## 2017-18年度 恒生 — 再生會十大再生勇士選舉評審團

初審日

2018年4月2日



評審嘉賓

前排：

梁少眉女士(第11屆勇士)

後排左起：

姚啟波先生(監場董事—再生會財務長)

余嘉龍醫生(再生會風濕病科資源中心總監)

曹國柱醫生(再生會精神健康資源中心總監)

林梅芳女士(第19屆勇士)

趙思雅小姐(註冊臨床心理學家)

李琬微醫生(監場董事—再生會副主席[外務])

總審日

2018年4月22日



評審嘉賓

左起：

何國偉醫師(港九中醫師公會首席理事長)

陳念慈女士(香港精英運動員協會執行委員會主席)

首席評審-李國棟醫生(世界家庭醫生組織主席)

首席評審-曾鈺成先生(香港願景計劃召集人)

葉永玉醫生(香港大學醫學院骨科學系副教授)

余嬪女士(傑出青年協會主席)

內地再生勇士評審團

左起：

黃蘇寧女士(原深圳市殘聯副理事長)

尹一橋教授(澳門鏡湖護理學院院長)

陳沛然醫生(立法會議員[醫學界])



勇士影片分享：



出版：再生會(香港特別行政區政府註冊非牟利慈善團體)  
地址：香港九龍東頭邨東隆道逸東樓8-11號地下  
電話：(852)2382 6963      電郵：info@regensoc.org.hk  
傳真：(852)2563 7041      網址：www.regensoc.org.hk