

## 楊震五十周年金禧紀念

好消息！好消息！2017年為循道衛理楊震社會服務處成立五十周年的大日子！為慶祝機構創立五十周年金禧紀念，機構將會在2017年舉辦一系列的慶典活動，對象包括職員及服務使用者。現時，各個單位已經密鑼緊鼓地籌備，請各位讀者密切留意，屆時一同參與這些慶祝活動，與我們經歷及分享當中的喜悅！

喜訊<<服務質素標準你要知>>考你環節問題答案：

1. **D** 以上皆是
2. **B** 為服務使用者提供家居清潔服務
3. **D** 以上皆是
4. **D** 以上皆是

我們正在就2016-2017年度的服務表現進行檢討及諮詢，如對現時提供的服務有任何意見，歡迎填寫意見欄，並於完成後交回服務單位。我們會認真聆聽每個意見，致力提供更完善的服務。

### 意見欄

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



特別鳴謝：徐澤榮先生、黃炳乾先生

編輯小組成員：蔡俊軒先生、劉耀聰先生、陳偉源先生、黃景欣小姐

督印人：陳小麗姑娘（復康服務部 - 喜晴計劃 部門主管）

單位電話：2337 9966

單位地址：九龍長沙灣391號長沙灣邨服務設施大樓2樓01室

出版日期：2017年1月



循道衛理楊震社會服務處  
YANG MEMORIAL METHODIST SOCIAL SERVICE

喜晴計劃 - 家居照顧服務  
Kowloon (1) Regional Home Care Service

# 創刊號 01 2017

# 愛與希望 001

## 今期專訪：

- 服務使用者徐澤榮生命的脫變
- 一級物理治療師黃炳乾 - 長跑人生

## 喜晴小貼士：

- 認知障礙症
- 病徵、十大警號與治療

# 喜晴 有一個 信念

2015-2016年度

喜晴計劃服務概況與數字

單位意見收集與跟進

2015-2016年活動回顧

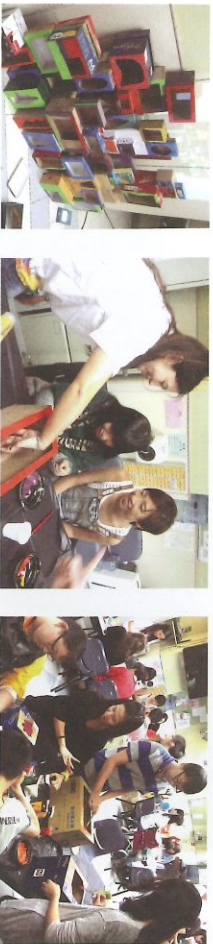
精彩活動預告



## 2015-2016年度喜晴服務報告

服務於2014年3月1日正式展開，至今在油尖旺、九龍城、深水埗及將軍澳區服務了兩年時間。全年的服務個案數字由2014-2015年度225人增至2015-2016年度544人。過去一年，為使更多殘疾人士及公眾人士認識服務，我們於不同團體進行了31場服務簡介會，以及在服務區域的專線小巴刊登廣告。

本服務與深水埗區智晴支援服務中心合辦「幸福聖誕屋」社區共融計劃，並獲東區崇德社資助。我們更邀請了凱達環球建築有限公司之企業義工與服務使用者一起將中心設計成為「幸福聖誕屋」，經過半年的籌備工作，於2015年12月12日舉行了「幸福聖誕屋啟動禮暨開放日」，並邀請了社會福利署深水埗區福利專員郭李夢儀女士、贊助機構香港東區崇德社會長楊逸芝女士、凱達環球有限公司董事何慧貞女士，以及贊助飾物供應商溫馨無限行政總監黃治盈女士擔任主禮嘉賓。由12月12日至14日進行聖誕屋開放日，吸引了500多位深水埗區居民參觀。服務使用者在活動中重拾自信，並建立社群關係及共融社區。



服務使用者、義工及同事正一同努力製作聖誕屋的裝飾



大功告成！



製成品深受大家歡迎，眾人紛紛合影留念



我們舉行了一系列的家友站講座，包括「中風講座」、「救回一命急救講座」及「腰背痛症講座」，由護士及物理治療師教授家屬於面對不同病症及緊急情況下如何照顧家中的殘疾人士。除此之外，透過「喜迎金猴樂園團圓」及「秋夕小白鷺」等家庭節慶活動，讓服務使用者及其家屬建立更親密的家庭關係。

本服務一向重視員工的專業培訓，去年分別舉行了「輪椅進階培訓」、「認識不同病症」、「認識紓緩治療」、「正確的復康概念」及「能耐為本的介入模式」等培訓項目，亦舉行了「喜晴傷健體驗職員退修日」，以提升員工的專業知識及技巧。



### 未來發展

未來，本服務會繼續發展四大方向：(1)發展紓緩治療、(2)增加同工的復康概念、(3)推動「能耐為本」介入導向及(4)發展服務使用者的社區生活。同時，進一步加強跨專業團隊的溝通、職員對「服務質素標準」的認識及執行，以及員工的專業培訓，以確保服務質素。

## 服務統計數字

類別 Category	服務數字 Number Served
全年服務個案數字 No. of Cases Served	544
轉介個案數字 No. of referrals	426
外間轉介的個案數字 No. of referrals by referring workers	286
自行轉介的個案數字 No. of self-referrals	140
已被收納的轉介個案數字 No. of referrals admitted	353
自行退出 / 拒絕服務的轉介個案數字 No. of referrals withdrawn/rejected	68
正處理的轉介個案數字 No. of referrals in hand pending action at the end of the year	21
截至31.3.2016的個案數字 No. of case served as at 31.3.2016	497



服務使用者性別 Gender of service users	人數 No of service users as at 31.3.2016
男 Male	263
女 Female	234
服務使用者的年齡 Age of service users	人數 No of service users as at 31.3.2016
6 至 15 歲以下 Age 6-Under 15	39
15 至 25 歲以下 Age 15-Under 25	44
25 至 40 歲以下 Age 25-Under 40	30
40 至 60 歲以下 Age 40-Under 60	131
60 歲或以上 Age 60 or above	253

服務到訪宣傳 No of Service Promotions  
單張派發 Number of Leaflets distribution

**31次**  
**1,372張**

## 服務使用者的意見收集

單位已完成2015-2016年度的服務使用者意見調查，一共成功收回281份問卷。調查結果顯示，無論於有足夠途徑知道喜晴服務、服務資料交代、申請服務手續、繳費程序、跟進及回應意見，以及服務能切合需要等項目上，表達滿意或非常滿意的百分比達91%或以上。個別項目更達到或接近100%：整體滿意度(100%)、職員工作效率(99.5%)、職員態度(99%)、會向有需要的親友推介服務(97%)。另外，單位亦於2016年1月31日舉行了服務諮詢會，整體上服務使用者於服務質素、職員態度及表現、中心所舉辦活動等方面都給予十分正面的評價。於服務意見方面，單位會跟進以下的服務改善方案：

### 服務意見

舉行多些戶外或參觀主題公園的活動

舉辦活動時安排復康巴士接送會員

希望不要經常轉換工作人員

希望增加服務節數或時數

希望加設不同的繳費方法

### 服務改善方案

於2016-2017年度舉行4次參觀海洋公園及迪士尼樂園的戶外活動。

於舉辦活動時，單位將會盡量安排復康巴士接送會員。

單位會採納意見，盡量減少轉換工作人員。如對人手安排有意見，歡迎與個案經理商討。

單位會定期檢視服務使用者的需要，如對服務安排有意見，歡迎與個案經理或治療師商討。

將會在單位會議中討論有關建議，日後如推出新措施，會通知服務使用者。

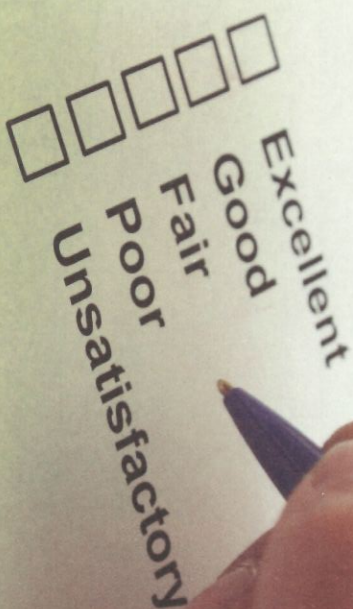
## 服務質素標準你要知

服務質素標準SOS (Service Quality Standards)是社會福利署與受資助機構共同制訂的指引，用以釐定及評估服務表現，並確保服務使用者可以得到優質的社會福利服務。其中服務質素標準可以分為以下十六項，包括：

標準1—服務資料	標準9—安全的环境
標準2—檢討及修訂政策及程序	標準10—申請和退出服務
標準3—運作及活動紀錄	標準11—評估服務使用者的需要
標準4—職務及責任	標準12—知情的選擇
標準5—人力資料	標準13—私人財產
標準6—計劃、評估及收集意見	標準14—私隱和保密
標準7—財政管理	標準15—申訴
標準8—法律責任	標準16—免受侵犯

## 今期我們將重點為大家介紹

標準1 服務資料	服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。
標準6 計劃、評估及收集意見	服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表现提出意見。
標準14 私隱和保密	服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。





# Q & A

## 考考你<一>

### 1. 於服務層面上，個案經理的服務範疇是什麼？

- A) 監管服務使用者的服務配套計劃，跟進專業團隊執行服務的進度
- B) 按服務使用者及家人的需要提供適切的支援，包括個案輔導及轉介等
- C) 策劃及推行單位內小組及戶內／外活動，並作檢討及記錄
- D) 以上皆是

### 2. 於服務層面上，那項並不屬於家居照顧員的服務範疇？

- A) 主動及積極地與服務使用者建立良好及信任的工作關係
- B) 為服務使用者提供家居清潔服務
- C) 為服務使用者提供個人照顧、暫托及接送服務
- D) 按個別情況執行由治療師編訂的復康運動

### 3. 服務使用者可透過以下哪些方式將其個人意見反映予服務單位？

- A) 意見箱
- B) 以電話方式聯絡服務單位作口頭表達
- C) 各種會議，包括服務計劃會議及服務諮詢會議等
- D) 以上皆是

### 4. 服務單位會透過以下哪些方式確保服務使用者的資料及檔案保密，以防外泄？

- A) 避免將文件檔案帶離辦公地點，帶離前亦需要先取得上司批准
- B) 將文件和錄儲存於有鎖或其他具保安系統的儲存設施內
- C) 進行定期檢視，將存檔期限屆滿的文件或檔案銷毀
- D) 以上皆是

\* 想知道正確答案嗎？以上5條問題的答案已顯示於本刊物尾頁位置，歡迎讀者自行核對答案㉞

## 「喜」事知多少

**喜晴計劃** - 相信各位服務使用者對這個名字已經耳熟能詳，截至目前為止，喜晴計劃已經為超過625名服務使用者提供綜合式的到戶支援服務。由於計劃所提供的服務範疇相當廣泛，我們的工作團隊由不同的職系組成，大家又對這些職系的認識有多深呢？

### 考考你<二>：

問：喜晴計劃的工作團隊到底由什麼職系組成？

答：為提供最適切的服务予服務使用者，喜晴計劃的日常服務需要由：**社工、文員、職業/物理治療師、護士、復康工作員及家居照顧員，共六個不同工作範疇的職員互相分工、配搭組成。**

由於大家的服務需要各有不同，所以平日不一定有機會接觸過所有職系的同事。因此，在未來每一期的內容中將會為大家逐一介紹這些職系，讓大家能夠更加了解喜晴計劃。

問：大部分服務使用者會恆常每週或隔週接受復康訓練的需要，你知道為大家提供這項服務的是以下哪一類同事嗎？

- A. 職業/物理治療師
- B. 復康工作員
- C. 家居照顧員
- D. 社工
- E. 護士

答：正確答案是**B. 復康工作員**

復康工作員團隊由一班充滿活力和生氣的同事所組成。自2014年成立至今，喜晴計劃共有34位復康工作員，以分區方式為不同地區的服務使用者提供恆常家居訓練服務。

喜晴計劃全體同事大合照



復康工作員大合照





復康工作人員的角色就好像治療師的小助手一樣，透過恆常到戶為服務使用者執行由治療師所編排的訓練，從而提升訓練的成效。

復康工作人員正在為個案進行伸展運動



復康工作人員以簡單的訓練器材執行由治療師編訂的運動



除了恆常的家居訓練服務外，服務使用者亦會於不同類型的單位活動中見到復康工作人員，因為他們亦會協助籌辦各種社區或節日性的活動予服務使用者參與，例如：義工探訪活動、茶聚、旅行及團年活動等等。

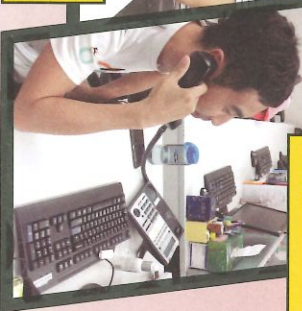
正在認真準備活動物資



每次完成運動後，同事都會認真記錄訓練情況，以便跟進個案的進展



正在聯絡個案預約下次訓練時間



當然，復康工作人員日常亦有不少其他文書工作、治療用具的整理、電話聯絡以及復康進度紀錄等支援工作。由於復康工作人員的工作範疇相當廣泛，所以相信他們絕對是計劃內其中一班最勞苦功高的前線同事，如果大家下次有機會見到他們的時候，記得和他們打打氣啊！

### 大功告成！

正在為稍後進行的訓練預備相關物資



正認真執拾單位的治療用具



## 盡在『筆』言中

我們相信每一位服務使用者都有一個屬於自己的故事，雖然故事之中可能帶著眼淚和汗水，但相信細味的時候會發覺煙頭同樣滲透著一份甘甜的味道。

在之後每期的季刊中，我們會和大家分享不同服務使用者的故事，希望透過各人的故事互相支持、互相鼓勵。這次，我們很高興可以邀請到服務使用者徐澤榮先生和大家分享他的故事。

## 生命的脫變

我不能停下，我會一直向前走，那怕醫生都說：「我能生存下來已經是一個奇蹟！」

我是徐澤榮，喜晴計劃的服務使用者。2014年，我於上海工幹期間突然暈倒，同事把我送到醫院，到我醒來時，已經是兩個星期後的事，醒來第一件想做的事，就是希望我太太能夠到醫院探我。

然而當時的我，除了眼睛可以轉動之外，我根本連用手寫字、用口說話的能力都沒有。已經忘了多久，我終於等到我至親至愛的人來到，但除了用眼睛望著她以外，那一刻我什麼都做不到。那時，我感到最遺憾的是在我有能力向至親至愛表示我的感受時，我卻無沒有珍惜表達的機會。現在我心中雖有千言萬語的感受，卻沒有足夠的力氣說出一個字來。

往後，內地的醫院診斷我腦幹中風，能夠生存已經是萬幸，因為腦幹中風存活及康復率十分之低。在住院的一個月期間，我完全體會到活死人是什麼的感受。我曾經打算過要自殺，但無奈的是，我根本連自殺的力氣都沒有，因為當時的我只有雙眼能夠活動自如，其他位置均不能動彈，就算有需要時亦無辦法主動叫他人協助，只好光看著護士由日更轉夜更，夜更轉通宵更，每日如是。從那時起我領悟到既然死亡沒有給予我機會，那麼我唯一就是要努力生存下去！

中風個多月後，家人把我由上海送返香港。往常，我回港的旅程只需要四至五小時便可到埗，但那次我卻用上了整整二十四小時才能返回香港。在飛機上，沒有語言能力的我看著自己深愛的太太，我立定決心，對自已說，雖然回家的路很長，未來要走的路仍有很遠，但上天都給予我生存的機會，那我就拼盡我一輩子的力氣，好好地活下去！

2014年12月於留院期間拍攝





2015年01月於留院期間拍攝



回港後，我入住了瑪麗醫院，情況亦由最初不能轉身，到轉到身；由不能坐立，到可以坐立，甚至企立。我已經計算不了自己用了多少努力，然而到出院時，醫生卻對我說：「徐生，你到極限了！你接受吧！你有心理準備餘下的一生都是這樣！」

回家後的第二日，我聯絡到喜晴計劃，社工、護士及治療師先後上門就我的情況進行評估，隨後很快他們便為我安排不同的服務。最重要的是，他們給了我一個信念：喜晴計劃的服務不是要告訴你只能做什麼，更希望的是讓你知道你還可以有更多！

路，可以有不同的變化，即使前路受阻亦總有方法讓你走到你的目的地，只要你願意。一年的過去，今天我真的能夠走得更遠了。慶幸在這一年的過去，計劃這個團隊陪伴著我一起走。我相信只要你願意，這個團隊都會和你一直走下去！



攝於2016年8月  
南京遊歷期間

徐澤榮先生  
喜晴計劃—油尖旺及九龍城區  
服務使用者

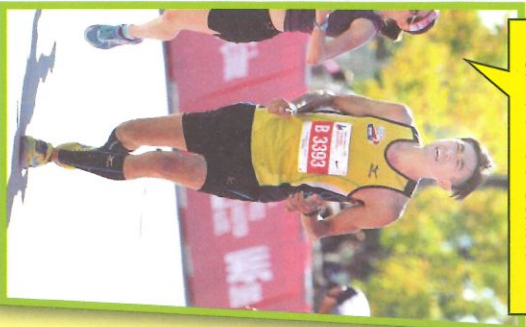
回應文章

## 長跑人生

愛長跑，不止於身體上的跑動，而是更迷上箇中對思想的磨練，為達成一個目標的執著。每當跑至氣力耗盡、雙腿酸軟，似是提醒你要慢下來甚至停下來時。緊記一點：『沿途不止自己一個，累?別人何嘗不累?』只要大家目標一致，一個眼神，一聲加油，互相鼓勵，就會自然而然咬緊牙關跑到終點。成就不在於名次，意義是當中的鍛煉與鼓勵。

人生亦如長跑，當中有苦有樂。只要不停步，總會有出路。讓我們沿途為你們打氣。

黃炳乾  
喜晴計劃—深水埗區  
一級物理治療師



於2015年參加芝加哥  
馬拉松比賽時拍攝

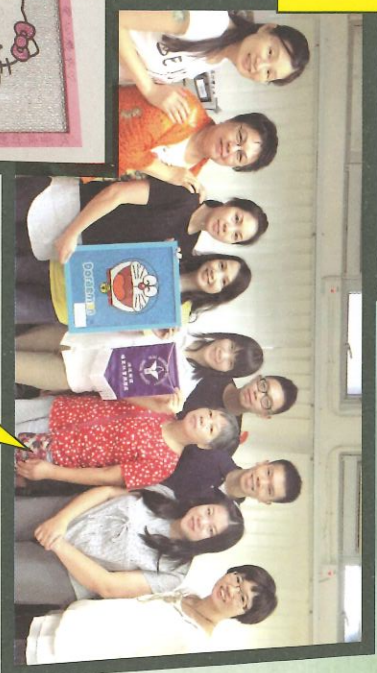
## 滿有能力

自2014年成立以來，喜晴計劃一直本著「以人為本」的精神，提供適切的家居照顧服務以回應一眾服務使用者的需要。兩年過去了，喜晴計劃獲得了不少服務使用者的肯定和青睞，當中有部分的服务使用者更運用自己的才能，創作了不同的藝術品送贈予喜晴計劃，以表達他們對服務的認同。就讓我們同來欣賞他們的作品：

楊名香 江人稱善  
震聲震宇象志成  
中正公平成大業  
心地光明便是仙  
喜獲扶弱傷殘志  
晴天過後盡開顏  
計中施行俱完美  
劃破長空夕陽紅  
伍永光 梁永光 梁永光 伍永光 梁永光 伍永光 梁永光 伍永光 梁永光 伍永光

楊名香先生喜晴計劃畫作

深水埗區服務使用者  
伍永光先生將文采化  
作成撼動人心的詩篇



將軍澳區服務使用者高鸞英運用其精巧手藝製作的閃石創作，其作品亦曾於義工服務期間以個人名義代表服務單位送贈與外間慈善團體致謝

感謝各位服務使用者一直以來對於喜晴計劃的信任和支持，期望在未來的日子，我們能夠繼續發揮同路人的角色，大家一起守望相助，一同經驗人生中的每個喜與悲。



# 2015-2016年度 喜晴計劃 · 重點活動回顧

過去一年，喜晴計劃籌辦了多個不同主題和類型的活動讓各位服務使用者與家人一同參與，共聚天倫。當時幸福快樂的感覺，你們還記得嗎？

## 海洋公園喜樂遊 2016



## 關懷大使 - 義工上門剪髮



## 家友站 - 健康講座



## 喜迎新猴樂團圓

## 喜晴團年飯活動



## 迪士尼奇妙之旅 2016





# 2016-2017年度 喜晴計劃精彩活動浪接浪

2016-2017年度完結前，喜晴計劃仍會繼續為各位服務使用者定期籌辦各色各樣的精彩活動，與一眾服務服務使用者分享快樂，即將舉辦的活動包括有：

## 西貢區快樂人生社區健康推廣計劃 2016

**內 容：** 你知道什麼是快樂7式嗎？當日活動正是以快樂7式作為主題，透過精心設計的攤位遊戲、嘉賓分享以及其他多姿多彩的活動元素，宣傳快樂人生訊息，讓參加者領略快樂人生的真諦！

**日期：** 14/1/2017 (六)

**日期：** 全日

**地點：** 調景嶺區及香港知專設計學院

**對象：** 公眾活動，歡迎單位服務使用者及家屬參與

**註：** 有興趣參與活動之服務使用者可自行聯絡所屬個案經理了解活動詳情及參加辦法

## 喜晴春茗中午聚餐 (深水埗及將軍澳區)

**內 容：** 適逢新春佳節，單位將會一如以往舉辦一年一度春茗聚餐，讓深水埗及將軍澳區的服務使用者及家屬聚首一堂，歡度佳節。當日活動內容非常豐富，包括柔情演出、勁歌熱舞、幸運大抽獎以及新春福袋派發等等，務求讓每位參加者當日歡樂滿載！

**日期：** 18/02/2017 (六)

**日期：** 上午11時下午2時

**地點：** 九龍灣皇朝匯（九龍灣宏照道33號國際交易中心1樓）

**對象：** 深水埗及將軍澳區之服務使用者及其家屬

**參加辦法：** 填妥活動通告並交回服務單位報名，名額有限，欲報從速！

## 喜晴春茗中午聚餐 (油尖旺及九龍城區)

**內 容：** 適逢新春佳節，單位將會一如以往舉辦一年一度春茗聚餐，讓油尖旺及九龍城區的服務使用者及家屬聚首一堂，歡度佳節。當日活動內容非常豐富，包括柔情演出、勁歌熱舞、幸運大抽獎以及新春福袋派發等等，務求讓每位參加者當日歡樂滿載！

**日期：** 25/02/2017 (六)

**日期：** 上午11時下午2時

**地點：** 龍延粵菜廳（土瓜灣新碼頭街38號翔龍灣廣場1樓）

**對象：** 油尖旺及九龍城區之服務使用者及其家屬

**參加辦法：** 填妥活動通告並交回服務單位報名，名額有限，欲報從速！

## 送晴行動

**內 容：** 社會生活步伐急促、工作繁忙，人與人的關係容易變得疏離。送晴行動希望聯繫每一位服務使用者，透過到戶關懷探訪彼此關心，一同分享喜悅、分擔困苦，藉以傳揚愛與希望的服務精神！

**日期：** 01/03/2017 - 31/03/2017

**日期：** 個別安排(星期一至六辦公時間內)

**地點：** 服務使用者府上或其院舍

**對象：** 各區服務使用者及其家屬

**註：** 有興趣參與之服務使用者可自行聯絡所屬個案經理了解詳情及參加辦法

## 家居急救教育

**內 容：** 由註冊專業護理人員到戶為服務使用者提供基本家居急救智識及即時處理技巧等等，讓大家能夠為突如其來的意外做好準備！

**日期：** 01/02/2017-31/03/2017

**日期：** 個別安排(星期一至六辦公時間內)

**地點：** 服務使用者府上

**對象：** 各區服務使用者及其家屬

**參加辦法：** 填妥活動通告並交回服務單位報名，名額有限，欲報從速！



# 喜晴小貼士！

「認知障礙症」又稱為腦退化症，或老人痴呆症是一種引致腦部功能不正常地衰退的病患之統稱患者記憶及其他認知功能會逐漸失去：

1. 感知：對時間及地點感到混亂
2. 學習與記憶：計劃及解難能力下降
3. 注意力：專注力較弱，容易分心
4. 語言運用：忘記事物或人物名稱
5. 社交認知：失去參與社交活動的主動性
6. 執行功能：對執行平日熟悉的工作感到困難

## 患有認知障礙症的長者人數愈來愈多

根據2006年香港中文大學醫學院精神科學系的研究顯示，本港每10位70歲以上長者當中便有1位患有認知障礙症。

據2014年的統計資料，香港當時共有7萬名長者患有認知障礙症。

按現時的發病率推算，到了2036年，香港將有超過25萬名長者患有認知障礙症

## 患上認知障礙症的比率

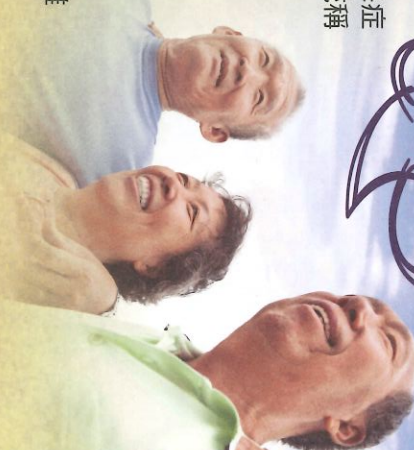
病發的比率會隨長者的年齡遞增，每年長5歲病發率便會增加1倍。

由60-65歲年齡組別的1.2%增加至85歲或以上年齡組別的32%。預計人口老化影響，日後每3個家庭便有1個85歲以上長者患有認知障礙症。

(資料來源：香港衛生署網頁)

## 初期表現

1. 情緒及個性變得異常：對事物失去興趣，如變得孤僻
2. 短期記憶困難：不能記住近期發生的事情、新認識的人名、電話號碼或物品放置地方等
3. 迷路：於慣常出入地方迷路
4. 不能處理個人日常生活事務：個人財政、煮飯、購物
5. 語言錯亂：無法想起詞彙及經常出現詞不達意情況，慢慢失去閱讀及理解語言的能力



## 治療認知障礙症

1. 藥物治療：藥物可延緩記憶與認知退化，紓緩相關情緒及行為問題，如遊走、睡眠障礙、焦慮及抑鬱等
2. 非藥物治療：提供認知訓練予患者，如現實導向、懷緬治療，有助延緩其認知能力的衰退及維持患者的自我照顧能力

## 認知障礙症的十大警號

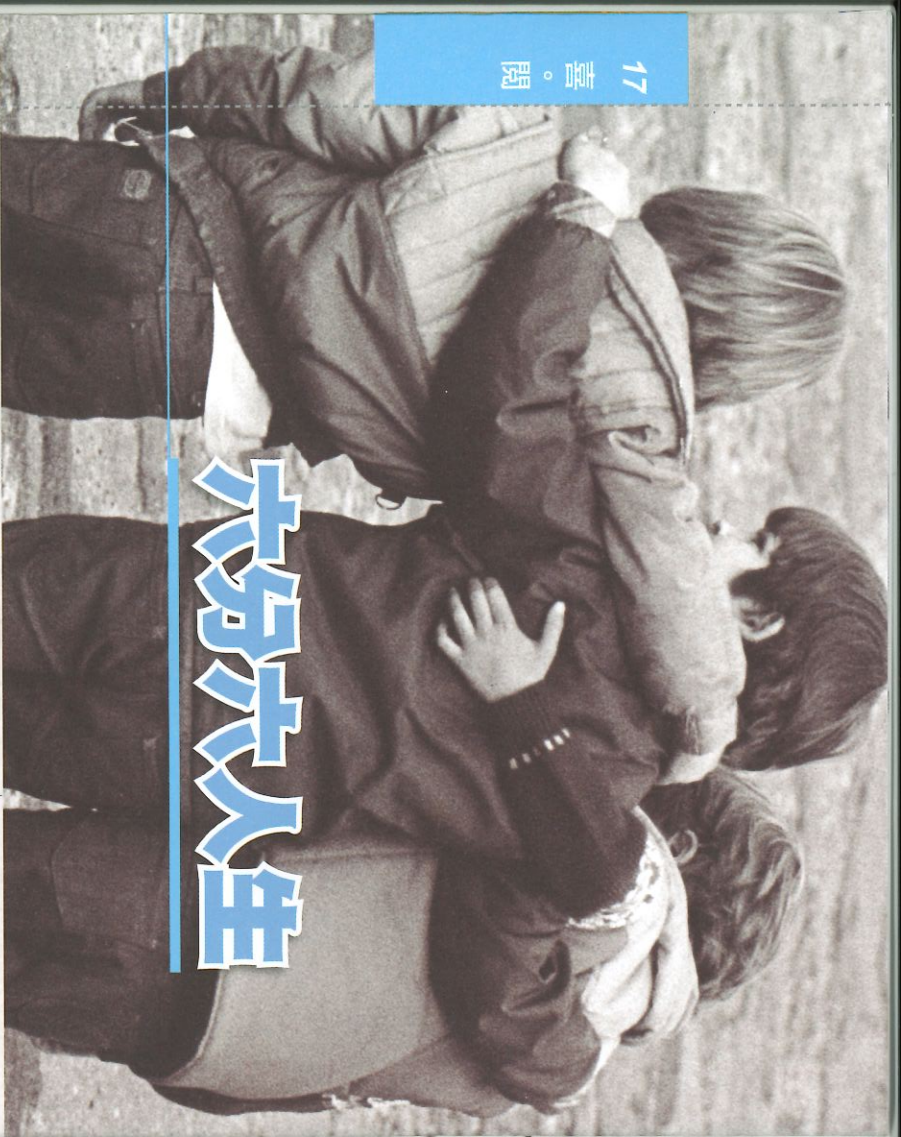
發現家人最近特別無記性？外出忘記鎖門、去超級市場但忘記買什麼？留意以下警號，了解家人是否有認知障礙傾向：

## 老年痴呆症的十大警號

1. 短期記憶衰退，影響工作能力：如忘了怎樣煮食和駕車。
2. 執行熟悉的工作感到困難：不能自理刷牙、洗澡。
3. 把東西放在不合適的地方：如放假牙於鞋中。
4. 判斷力減退：如不懂因天氣轉變穿合適的衣服。
5. 思考／計算方面有困難：不能明白過往常用的詞彙，或對簡單運算感到困難。
6. 對時間／方向感覺到混亂：如在街道上迷路，不知身在何處，不能辨認家人。
7. 語言表達或理解有困難：不能用適當的字句表達意思。
8. 情緒／行為的轉變：患者變得變幻無常。
9. 性格轉變：變得多疑迷惑和害怕，如患者會懷疑家人偷取自己的金錢。
10. 失去做事的主動性：變得被動，需要提示和鼓勵參與社交活動。







## 六分六人生

話說一個學貫中西的知識份子，天文地理，樣樣皆能，有一次他放假，打算去遊山玩水，去到一個比較落後的鄉村，他還租了一艘船，打算欣賞江上的風景，船開之後，他就跟船夫說：「船夫，你會不會寫詩？」船夫回答說：「我不識字。」知識份子就搖著頭說：「可惜，寫詩可以描述各種意境，引起人生的反思，還可以用來追女孩子，你不會寫詩，你的人生已經少了六分之一。」

「那麼你有沒有聽過貝多芬的音樂？」船夫搔著頭說：「貝多芬是誰？」知識份子嘆了一口氣，說：「音樂可以陶冶性情、感動人心，你不懂不會玩樂器，連這些名曲也沒聽過，你的人生又少了六分之一。」

「起碼你會欣賞名畫吧？」船夫說：「不好意思，我也不會。」知識份子搖著頭說：「你連欣賞名畫都不會，一點藝術細胞也沒有，這麼沒情趣，你的人生又少了六分之一。你看看你自己，不會寫詩，又不會欣賞音樂，對美術更是一竅不通，這樣你的人生總共少了六分之三，就是少了一半！」

說到這裡，突然風雲變色、雷電交加、狂風暴雨，船夫這個時候反問知識份子：「先生，你會不會游泳？」知識份子回答：「我學過，不過不會。」船夫就搖著頭跟知識份子說：「那你的人生很快就失去六分之六了。」為甚？原來此時船的後方正捲起一個很大的浪，在知識份子還沒有把話說完就要將船捲走了。幸好得到船夫相救，否則知識份子那六分之六的人生就要失去了。

每個人都是獨特的，有著自己的優點，我們不需要刻意跟別人比較，亦不應該用自己的標準去衡量別人，把自己以為是對或好的準則，硬套在別人身上，更不要因為自己的身分、地位、能力而小看別人。我的優點他沒有，但是千萬別忘了，他的優點，我是否也有齊呢？

最重要的是問自己，今天的你有沒有比昨天的你進步。

【生命各不同，天生我材必有用。】

## 生命的價值

在一個研討會上，有一個出名的演講家，他在一片掌聲中站到台上，但他一句開場白也沒說他只是高舉手上面的一百元鈔票，就問：「有誰想要？」台下一千名觀眾就有八成都有舉手，接著他又說：「今天我要把這一百元鈔票送給一位觀眾。」說畢，他就把這張一百元紙幣搓皺了，然後再問：「現在有沒有人想要？」都有大半數人舉手；他再把紙幣掉在地上用腳踐呀踐，又問：「還有沒有人想要？」還有一半的人舉手想要。

演講家就說：「各位朋友你們已經上了寶貴的一課，因為這張紙幣沒有因為我怎對待它因而貶值……」他見台下觀眾若有所思，有些又很疑惑，他又再說：「無論人生遇到多少挫折，搞得我們遍體鱗傷，也不要覺得自己一文不值，只要我們鬥志沒變、自信沒變，我們仍是一樣很有價值的。」說畢，台下再次響起掌聲。

【不在乎生命的苦與甜，只在乎活好每一天。】