



基督教
靈實協會
HAVEN
OF HOPE
CHRISTIAN SERVICE

| | | |
|---|--|---------------------------|
| 1 | POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中國香港 郵資已付 | Permit No 特許編號 3170 |
|---|--|---------------------------|

尊重生命 • 改變生命

December 2021 ISSUE 48

寧養院園地

COLLECT
moments
- NOT -
things

最美的時光

生命中的「雅博渡口」

早前與同工在每月聖經分享會中，分享「與神相遇」的主題，其中一段閱讀的聖經是雅各在雅博渡口與神摔跤（原文翻譯是「掙扎」的意思），最後抓著神的祝福，帶來生命的改變（創 32：24-30）。同工在總結時分享人生往往在掙扎 (struggle)、受苦 (suffer) 及降服 (surrender) 中與神相遇，經歷生命的重塑，活出主所應許的更豐盛的生命。事實上，在寧養院的服事中，我們經常看到晚晴院友在他們的「雅博渡口」與神相遇的經歷，即使他們在困境中，因信靠主經歷平安，無懼死亡。他們的堅毅、勇氣亦成為眾同工的鼓勵。

15年前，我開始寧養院「用愛擁抱晚晴」的事工，其中一樣重要的方向就是希望每一位院友、家屬、同工，以及義工能在寧養院與神相遇。最近黃副院長告訴我，一位新收晚晴院友的家屬甫到寧養院，便感受到神的同在，令她大感平安，並非常感恩能讓媽媽入住寧養院渡過人生最後一程。雖然院友只入住數天，但卻成為家人無比的安慰。感謝天父使用寧養院，並在此時慶祝 15 周年之際，透過家屬的分享提醒我們莫忘初衷，繼續「以基督的心為心」服事院友及其家屬，讓寧養院成為「毗努伊勒」--人與神相遇的地方。

在此，也特別感謝每一位支持者一直的同行！承蒙各位的參與，15 周年感恩活動「Hopes Runner 2021 靈實生命線上跑及與神同行 15 周年：感恩崇拜」。



感恩行」已完滿結束，並籌得超過目標款項港幣二百萬元。另外「賽馬會安寧頌：靈實司務道寧養院 15 周年·安寧照顧網上研討會」亦順利在 12 月 11 日完成，透過回顧和反思寧養院過去的服務經驗，以及展望全方位的安寧照顧的發展需要、機遇和挑戰，加深與會者對全方位的全人安寧照顧服務的認識，反應良好！



15 年過去，感謝神恩典一直伴隨，我們不會忘記，也不敢懈怠。請你繼續為寧養院擴建計劃禱告，求神祝福，並供應餘下的建築及開辦費用，讓新大樓在 2026 年建成後，能更適切將整合醫護服務與心靈關懷的優質生命晚期照顧的服務帶進社區，幫助更多有需要的人。

一年將盡，讓我們回想這一年的時光。不知你是否正在生命中的「雅博渡口」？請緊記，上帝的愛不離不棄，祂的恩手一直緊緊抓住我們，帶領我們同行這恩典之路。

「……因為主曾說：『我總不撇下你，也不丟棄你。』（希伯來書 13：5）

您的僕人院長
梁智達醫生

最美的時光

訪問及撰文：CY

新冠肺炎持續肆虐逾一年，影響無遠弗屆。院舍及醫院為配合防疫紛紛收緊探訪安排，病友頓失家人的陪伴。生離、死別在疫情下更顯得無奈及蒼涼，沒法好好送別至親亦令家人留下不能磨滅的傷痛及遺憾。

獲「賽馬會安寧頌」支持，靈實司務道寧養院（下稱寧養院）「安居晚晴照顧計劃」於 2016 年開始，將寧養支援服務帶到晚晴病友家中，讓他們可在充分知情下作出合適的臨終護理選擇。此計劃的外展支援團隊以個案管理模式為晚晴病友及其家人提供整合的醫療護理，減少不必要的急症入院。團隊包括紓緩科及老人科專科醫生、個案管理護士、社工及物理治療師等，透過跨專業的醫護團隊，讓晚晴病友在熟悉的環境中，以及摯親的關愛下，得到尊嚴的照顧及心靈的平安，為受疫情影響的晚晴病友及他們的家屬帶來更多支援。

洪燕璇婆婆是計劃中其中一位在家離世的成功個案。

2019 年 9 月洪婆婆確診患上直腸癌，翌年 6 月癌病復發並擴散，12 月接受紓緩治療，並於今年 1 月辭世。婆婆的病情來得急也來得猛，但家人反應迅速，把每一件事都認真處理交托，讓婆婆安心。洪婆婆與家人關係親密，即使有部份已移居海外，亦透過視像跟他們一一道別。彌留時洪婆婆決志信主，並在孫女的陪同下，逐一為家人禱告。而從未錯過子女生日的洪婆婆也挺過了兩位女兒的生日，才安詳地含笑而終，為人生旅途畫上完滿的句號。

承蒙洪婆婆的孫女 Candy 及負責護士陳麗明姑娘接受訪問，分享

照顧過程的點滴。除了給有同樣意願的家庭作參考外，亦希望藉此呼籲政府及善長投放更多的資源，讓晚晴家居照顧成為更普及的選擇。

問：如何得知寧養院的「安居晚晴照顧計劃」？

Candy：「婆婆希望在家照顧的意願一直很清晰，她患病期間曾多次進出醫院，對『入咗醫院出唔返嚟』心生恐懼。所以當知道婆婆癌病復發，病情又不樂觀時，家人便四出搜尋資料，研究在家照顧的可行性。奈何坊間資訊不多，能找到的只有零星私營醫療服務的資料。但私營醫療服務水準參差，我們沒有信心婆婆得到最適切的護理。直至阿姨在網上找到香港大學和香港中文大學合作進行的晚年在家居照顧的研究，便立刻聯絡兩所大學，最後婆婆經評估後獲確認符合「安居晚晴照顧計劃」的資格。我們與主診陳醫生及陳麗明姑娘溝通後，更感謝神的眷顧，讓經驗豐富的醫療團隊照顧婆婆。而且計劃得到賽馬會資助，免除我們的經濟負擔。

問：可以分享你們在家照顧的經驗嗎？

Candy：「雖然婆婆有糖尿及高血壓，但一向健康活躍，在家中擔當照顧者的角色，家中上下幾代人皆由她親手帶大。及至癌病復發並擴散期間，婆婆進食後嘔吐嚴重，不時自責拖累家人，婆婆更由 140 多磅跌至只有 90 多磅，我們看著也心疼。其實初時我們的經驗不足，只會乾著急，反倒是婆婆主動提出喝粥水代替。自「安居晚晴照顧計劃」團隊接手個案後，情況便大大改善。他們對婆婆的病情每一個階段的變化都了解透徹，如「先知」一樣，讓家人有充足的心理準備，並能適時作出配合和安排。照顧婆婆的責任主要由與婆婆同住的細姨 Donna、五姨 Peggy、我及工人姐姐分擔。由於要照顧自己家庭及兩位女兒，我負責日間的照料，順道協助細姨 Donna 兒子的功課。我一般早上在細姨 Donna 離家前到達，至黃昏離開。五姨 Peggy 有自

己生意，工作時間較有彈性，所以一有時間就前來探望、閒聊和幫忙照顧，好讓我有休息的機會，而細姨 Donna 就擔當一早一晚照顧的角色，另外工人姐姐則負責晚間的照顧，早上補充睡眠。

除人手分配外，家人的堅持和配合也很重要。婆婆有十名子女，家中成員眾多，但出於對婆婆的愛，大家皆願意放下自己固有的觀念，目標清晰一致，盡力完成婆婆「在家離世」的心願。

問：至親「在家離世」的經驗對你或家人有甚麼影響？

Candy：「因為陳醫生及陳姑娘的專業協助，大家對婆婆每個階段的病情變化有更充分的掌握，即使婆婆在世日子不多，仍能讓大家有足夠的心理準備及充裕的時間道別。婆婆離世時，所有子女均能陪伴在旁，讓「逝者善終，生者善別」，大大減低家人的傷感及遺憾。面對婆婆的離世，大家不捨遠多於傷心。



洪婆婆離世時，所有子孫都在旁陪伴，並逐一牽著婆婆的手拍照留念。

這個經歷很重要，大家發現死亡並非如想像中可怕，晚晴路上得到至親的陪伴十分重要。家人還打趣說要預備足夠的積蓄，待日後百年歸老選擇「在家離世」。

問：在家離世需要具備什麼條件？有什麼困難？

陳姑娘：臨終護理充滿變數，病情的控制尤為關鍵。而過程中病友及其家人能否堅持初衷，病情變化下家裡支援又是否足夠，凡此種種皆影響病友臨終的安排。

要達成病友在家離世的心願，需克服許多生活起居的難題。病友及其家人要目標一致、持續和堅定。病友有清晰的意願，家中成員亦願意全力支持。其他客觀因素如症狀控制或遺體處理等也需要細心考量。過程中出現意見分歧要開誠溝通。家人與支援團隊需要合作無間，彼此信任。事實上，照顧晚期病友有不少細節及技巧，往往超出想像，所以家裡必須有足夠的人手分擔護理工作。能夠分工清晰、行動迅速，如果擁有一定的醫護常識和充裕的資源相對較有利。病情發展可急可緩，又或瞬間急轉直下，萬一出現狀況如抽筋等便必需入院治理。因此，即使已致力配合並初心不變，病友及其家人亦須有心理準備最終或未能如願。



個案護士陳麗明姑娘教導家屬如何檢查皮下輸液注射位置、消毒喉管及更換鹽水。

洪婆婆是此計劃開展以來，其中一位成功個案。對以往一些未盡人意的結果，我也曾耿耿於懷，但漸漸領悟到成功與否，有很多客觀因素影響，只求凡事盡力。從照顧洪婆婆的經歷中，我看見他們一家對婆婆無微不至的照料，最終能達成她壽終正寢的心願，讓我更深明白這個團隊的使命任重道遠。

後記：

經常聽老人家說『好生不如好死』。洪婆婆一生為愛無私奉獻，兒孫滿堂，走到人生終站，獲所愛盡心回饋，安然地走完沒有遺憾、沒有牽掛的最後一程，帶着微笑告別人間。他們這個經歷，就如寧靜禱文(The Serenity Prayer)，從信靠中找到力量。「神啊，求祢賜給我一顆寧靜的心，去接受不能改變的事。賜我信心和勇氣，去改變能改變的事。賜我智慧，去分辨這兩者的不同。」縱使洪婆婆身患不治之症，但憑著一家人的愛護，一直陪伴左右，共渡珍貴美好的時光。



寧養院收到院友家屬的感謝咭，當中有超過 50 位家人（連同視為婆婆曾孫的寵物）的簽署，成為團隊的莫大鼓勵！

家屬感謝咭

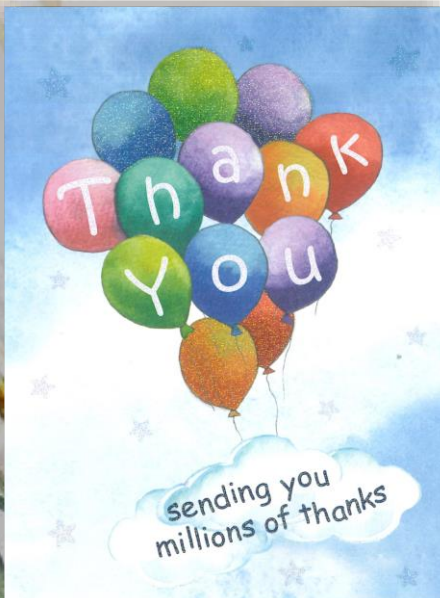
靈實司務道寧養院同工、陳醫生、郭姑娘、李社工及
溫院牧：

感謝您們悉心照顧媽媽，雖然只是短短三天，足見
您們披帶基親憐愛之心，並對生命的尊重服侍病人。
媽媽在您們的照顧下如安睡的寶寶，沒有愁苦，家人
深感安慰。同工們主動向家人送上的關懷及代禱，陪
伴我們渡過最艱難的時刻，深恩銘記！

願上主堅立您們手作的工，讓行在幽暗之處的
人得見光明、美善！

祝：

主恩常偕！身心得力！



歡樂時光

藝術小組

手掌畫



遊戲小組



保齡球大賽





開心生日會



走過哀傷

人的一生走過春夏秋冬四季，當走到暮冬的時候，便要迎接死亡的來臨；與摯愛離別亦是每個人必然的遭遇。喪親經歷是個痛苦的回憶，如果我們對喪親這股情緒波浪多一點認識和預備，將會有更好的適應，更快回復正常生活。

哀傷的反應

失去摯愛的時候，我們會感到哀傷。這反應源於大腦皮層中層位置，一個名叫「前扣帶皮層」(ACC)的正常功能受到持續的影響。喪親者在辨別錯誤的能力、專注力、熱忱、情緒管理和對痛感的調適都會有不同程度的影響。在這段時間，喪親者會有麻木的感覺，內心躁動不安和難以專注日常事務，情緒會變得飄忽不定和有持續的內心傷痛。

哀傷的階段

不同的情緒，夾雜哀傷，會像潮水般一波一波的來襲。起初的數星期，喪親者常常感到麻木和有「這不是真實的」想法。當這個階段慢慢退卻的時候，接下來是一個較長時間，因離別和傷感而帶來的「哀求 - 憤怒 - 焦慮」情緒。身邊的人，甚或是喪親者自己，也會覺察到經常性情緒不定，難以捉摸；有時哀傷流淚，有時憤怒難息，有時緊張不安。緊接著是整個哀傷階段中最洶湧和漫長的情緒波浪 - 哀痛和抑鬱。有研究指出，哀痛和抑鬱的高峰期大約在喪親的五至六個月後出現，並可能一直維持到喪親後的一年時間。然而，絕大部份的喪親者，最終都能夠走出傷痛的陰霾，重回正常生活。

撰文：伍子湛先生（心靈社康服務及牧關部社工）

哀傷的路上

處理哀傷，就是令哀傷對生活的困擾逐步減少，好好處理自己的情緒，回復正常生活作息。

- 把哀傷說出來，是最有效處理哀傷的方法。找個合適的人，在安全舒適的環境，訴說一下與逝者的經歷和片段，是個療癒的過程。如果你正在陪伴喪親者，你要耐心和接納他的情緒，好好的聆聽；不要批判他的感受和想法，也不要強迫他要即時放下哀傷。
- 保持均衡飲食。喪親者的食慾會因傷痛而大受影響。嘗試一些不同的煮法或者加點創意的醬汁，讓你可以維持適量平衡的飲食。身邊的朋友，可以為他準備一些可口健康的食物，這不單只滿足他的口腹，也會為他的心靈帶來很大的安慰。
- 每天 30 分鐘適量的帶氧運動，對駕馭哀傷很重要。到公園或海邊散步、緩步跑、游水和踩單車等都是很好的帶氧運動。朋友若能陪伴一起，一邊聆聽，一邊一起做運動是很大的支持。
- 留一點私人空間去迎接情緒。我們需要進入情緒，才能離開情緒。你越正視情緒，就越能了解它和駕馭它。這個私人空間歡迎逝者的相片、信件、歌曲和物件；不要讓藥物、煙、酒和其他成癮行為進入破壞。

- 接受自己在一段合適時間內有情緒起伏。如發現自己沉溺於某個情緒而影響正常生活，可以嘗試一下放鬆練習，做健康活動來分散情緒，如情況持續，便要找專業輔導服務。
- 參與悼念活動有助維持和逝者的健康聯繫。悼念可以是參與每年特定日子的儀式，也可以是重遊舊地、偶爾煮一些逝者喜愛的食物來懷念。

走在哀傷路上，喪親者最重要的是好好照顧自己，這不單是在世親友的願望，相信也是逝者的遺願。

聖誕故事 - 希望的真光

「那坐在黑暗裡的百姓看見了大光；坐在死蔭之地的人，有光發現照著他們。」(馬太福音 4:16)

聖誕節將至，讓我們一起傳頌這慶祝了二千年的節日，並深思跟我們的關係！

新約聖經馬太福音的作者馬太，在耶穌剛開始傳道時，引用了舊約先知以賽亞，在主耶穌降生前 730 年前寫下的預言：「在黑暗中行走的百姓看見了大光，住在死蔭之地的人有光照耀他們。」(以賽亞書 9:2)。「大光」的出現是喻表救世主的降生！先知以賽亞在公元前 735 年，向當時的猶大國王亞哈斯宣告滅國的預言惡耗；與此同時，指出神還有一個拯救的藍圖 -- 將有一位救世主出生，來拯救猶大國：「因有一嬰孩為我們而生，有一子賜給我們。政權必擔在他的肩頭上。他名稱為奇妙策士、全能的神、永在的父、和平的君！」(以賽亞書 9:6)，祂的名字是「以馬內利」(賽 7:14)，意思是「上帝與我們同在」！

耶穌的出生應驗了先知以賽亞的預言。祂既改寫了人類的歷史，也改變了人類的命運！史學家以耶穌的出生前後來劃分歷史時序：分別是公元前 BC (Before Christ 基督前) 和公元後 AD (Anno Domini, 拉丁文的意思是基督耶穌之年)。猶太人跟中國人一樣，也很重視為孩子起名字，因為相信名字對人一生有莫大的喻意！根據馬太福音的記載，「耶穌」這個希伯來文名字的意思是「他要將自己的百姓從罪惡裡救出來」(馬太福音 1:21)。

正值疫情困擾全球，相信大家更容易體會作者馬太所形容，坐在黑暗和死亡的陰霾中，在無盡的逆境黑夜裡，守候著那道希望曙光的情景。因為人生總有黑暗、絕望、無助的關口，需要救主基督來光照前行！

寧養院其中一位院友 Jude 也走過一段黑暗的日子。

一向熱愛運動的 Jude，在大半年前因盆骨突然痛楚而四處尋醫，經歷過數個月不明不白的煎熬後，雙腳竟舉步維艱！當 Jude 被推進絕處的深淵時，希望的曙光卻在破曉——他的好友 Lincoln 向他介紹寧養院服務。Jude 入住寧養院後，經主診熊醫生精準的判症，轉介 Jude 至另一間醫院接受手術，然後再回到寧養院接受復康治療。

就這樣，Jude 從難關中蹣跚地，一步一步走過來！他回顧這段黑暗無助的旅途時，曾一度以為自己罹患了癌症，從此不能走動！在決定接受手術前，Jude 的太太主動聯絡院牧及教會弟兄姐妹，為丈夫祈禱打氣，結果 Jude 勇敢地接受手術！加上太太無微不至的關心和照顧，給 Jude 很大鼓勵，加倍努力地做復康運動，期望早日回家！在這段艱苦的路上，Jude 經歷了主的同在，幫助他一步一步地走出恐懼與無助的幽谷！感謝主！如今 Jude 已經出院，和太太手牽手在家中團聚！這次的復康之路，讓 Jude 學會將生命交托的功課，並立志見證神的恩典，重新練習彈結他，願意日後回來寧養院，以音樂服侍，成為別人的祝福！

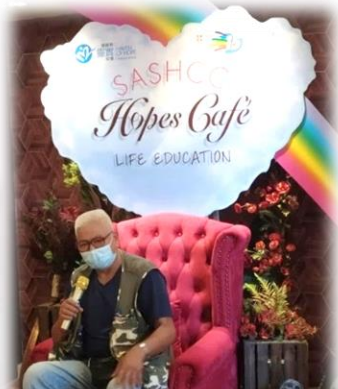
聖誕節前約一個月，恰巧猶太人慶祝光明節（Hanukkah），Hanukkah 這個希伯來字的意思是「獻上、奉獻」。讓我們在慶祝聖誕節之時，勿忘記這個節日背後的真正意義 - 就是上帝獻上自己獨生愛子耶穌基督，叫世人出黑暗，進入基督救恩的奇妙光明之中！

耶穌又對眾人說：「我是世界的光，跟從我的，就不在黑暗裡走，必要得著生命的光。」（約翰福音 8:12）

寧養院 15 周年紀念感恩活動



「用愛擁抱晚晴」慈善音樂會



慈惠病床院友的家屬分
享心聲 · 鼓勵眾同工

寧養院第一位院友的家屬親臨支持音樂會

「等一個擁抱」 福音電影欣賞會

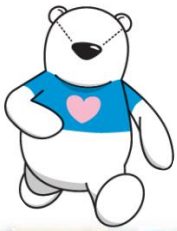


梁院長致送紀念品
給影片的導演



同工、前院友家屬齊齊捧場





HOPES RUNNER 2021

靈實生命線上跑及與神同行 15 周年：
感恩崇拜 · 感恩行



「司務道教士足跡之旅」
的 14 個歷史景點

感恩崇拜於靈實禮拜堂舉行，
眾同工及支持者聚首一堂，
同心敬拜，見證主恩

賽馬會安寧頌：

靈實司務道寧養院 15 周年·安寧照顧網上研討會
「全方位的全人生命晚期照顧」



感謝林正財醫生致歡迎辭及周永新教授作總結回應



答問交流環節

捐款表格

盼望得到您的支持，讓我們能為院友及家屬提供全人生命晚期照顧、長者復康治療及優質療養/長期護理服務，一起攜手「用愛擁抱晚晴」。

- 按月捐款 一次性捐款（請在適當方格內加“✓”）
- \$150 \$500 \$1,000 \$2,000 \$5,000 其他：_____
- 上述捐款有指定用途（請註明：_____）

捐款方法

1. 劃線支票：祈付“Haven of Hope Christian Service--HCC”

2. 直接存入戶口：匯豐銀行 808-8-000610

3. 信用卡：

- VISA MasterCard American Express

持咭人姓名：_____

信用咭號碼：_____

有效日期：_____

持咭人簽署：_____

請將支票或銀行入數收據連同填妥之表格寄回：新界將軍澳靈實路19-21號或傳真至2703 5575。

捐款人資料

姓名：_____ 電話：_____

電郵：_____

如欲索取收據（HK\$100或以上），請填寫地址：

地址：_____

HCC_NEW_2112

個人資料收集聲明

基督教靈實協會（下稱靈實）尊重閣下所提交的個人資料，您所提供的個人資料只限用於靈實發出捐款收據、通訊、籌募經費及收集捐款者意見之用。在未得到您的事先同意前，我們不會向其他人士或機構披露所收集的資料。靈實並會確保所有個人資料都根據《個人資料（私隱）條例》所載的規定妥善保存及使用。如閣下需要查閱或修正您的個人資料，請在辦公時間內致電2703 3000與本會行政部聯絡。

- 本人同意基督教靈實協會及其服務單位使用本人之個人資料作傳遞服務通訊、活動宣傳、發出捐款收據及慈善籌款募捐之用。

簽署：_____

日期：_____

靈實司務道寧養院乃一所非牟利、自負盈虧的院舍，共設有100張病床。秉承靈實創辦人司務道教士「尊重生命，改變生命」的精神，為體弱長者、長期病患者及晚晴病人提供整合醫療護理與靈性關懷的全人照顧。透過跨專業的醫護團隊、完善的配套設施和寧靜清幽的環境，我們致力與院友及家屬攜手「用愛擁抱晚晴」，讓院友在面對身體機能衰退，甚至走到生命晚期時，仍能得到適切的治療，有尊嚴的照顧和心靈的平安。

感恩及代禱事項：

1. 感謝神帶領15周年慶祝活動「Hopes Runner 2021靈實生命線上跑及與神同行15周年：感恩崇拜·感恩行」順利完成，並籌得目標款項超過港幣200萬元。當天早上共有約100位同工及支持者出席感恩崇拜，藉著「尋找司務道教士足跡之旅」的14個歷史景點，見證神在靈實的奇妙作為。
2. 「賽馬會安寧頌：靈實司務道寧養院15周年·安寧照顧網上研討會」已於12月11日完滿結束。透過回顧和反思寧養院過去的服務經驗，以及展望全方位的安寧照顧的發展需要、機遇和挑戰，加深與會者對全方位安寧照顧服務的認識。求主呼喚更多有心志的人士，投身此服務行列，使更多有需要的人得著幫助。
3. 心靈社康及牧關部有新同工到任，求主帶領Judy社工及June院牧在新崗位上的適應，彼此配搭，讓團隊的服事更臻美善，幫助院友及家屬得到適切的關懷，得著屬天的平安與盼望。
4. 為12月舉行一連串的聖誕慶祝活動，能幫助院友、家屬以及同工明白聖誕節的真義，早日認識耶穌基督，接受救恩祈禱。

請貼上郵票

靈實司務道寧養院
Haven of Hope
Sister Annie Skau Holistic Care Centre

香港新界將軍澳靈實路十九至廿一號
19-21, Haven of Hope Road, Tseung Kwan O,
New Territories, Hong Kong

請沿虛線封口

請沿虛線封口

請沿虛線封口