

自序

此書的誕生要追溯於二十多年前已想寫書，曾斷續寫了好些文章，後來不了了之無疾而終！直到二〇一六年八月八日確診為末期乳癌，往後有好些朋友和同學探望我，第一位建議寫書的是理大社工同學余笑霞，還告知可義務為我的書畫插圖。

第一個最坦誠告知我是末期而會不久死亡的，是我的癌病基金會個案經理謝明慧護士姑娘，不斷提醒有什麼願望，免得有遺憾！在多次商討下，想出一本自傳式的書，記下家庭、成長、生平事蹟，好給自己和家兩個妹妹有一個留念回憶。

在整理編寫本書時，自身成長家庭和父母的事，好些是只有我自己知，緣起是家中子女中的老大，加上雙親是聾啞人士，自然地我會與父母溝通最多。為免有些歷史漏失，加以記錄下來。在過程中好似看電影，一生從小一幕幕畫像呈現眼出，五十六年的人生，真的一點也不容易呀！回望一個高山、一個低谷，都逐一跨過了，實是感恩。

在整理本書的同時也是在整理自己的生命，再重新一次認識和瞭解自己，接納自己的長處，也接納和面對自己的限制，包容自己、善待自己、放過自己。凡事都有因，一條鑰匙不能響，兩條鑰

匙就叮嚀響！很多事情上自己是責無旁貸，勇於面對自己的真實和黑暗面貌是最艱辛的！都是上帝的恩情帶領一一走過克勝。

自患癌近兩年來，在生理和心理上不斷重整又重整，看看自己的本相與眾人的關係，在耶穌誘導下，生命轉化而更新。我並沒有人格分裂，好些性情和理念是貫徹如一，這一點的發現令自己很是雀躍。看事情更多面多角度睇，不看片面之詞。凡事不是絕對，也不用勉強固執，死牛一面頸！學習不完美當中的完美，不看重得失或結果，重要的是歷練和曾參與享受。輸贏不再是重要，若他方堅持其見，而不傷大雅的，就你贏好了，免傷和氣，退一步海闊天空。

希望透過此書帶出一點兒信息，信與不信都不打緊，而是生命中終有高低起跌，不如意的事十常八九，有困難、有疾病是正常不過，倒是如何去面對、用什麼態度觀之，正面接納如否，取決個人。態度和心理質素已決定了事情成敗！感恩有主耶穌引領靠著祂，以正面樂觀積極的態度，面對病患和餘下的人生。藉此書也鼓勵在病患中、在困難中的朋友們，不要氣餒放棄，遇強越強，努力積極面對，有一天的生命就有一天的希望。借用已逝霍金的一名句，「不要被肉體的限制，而限制了靈魂的自由」，個人很是認同的。

我們彼此都是同路人，一齊向前行出每一步，你並不是孤單一人的！就讓我們結伴同行吧！

譚彩鳳（雀仔） 書於二〇一八年五月四日

序一

甄詠珊執委

中華基督教會香港志道堂——阿摩司團

006

譚彩鳳，她的名字已能夠讓你認識她。

談（譚）天說地，她很能言。跟她一起，有說不完的話題；跟她一起，沒有不能說的秘密。

多姿多（彩），她的人生經歷很精彩，父母是聾啞人士，她做過社工，做過宣教士，經歷過婚姻失敗，破產，患情緒病，想過自殺，甚至患上第四期乳癌。

不死的（鳳）凰，她跌倒，再爬起，一次比一次的痛，一次比一次艱辛。但天父沒有放棄她，每一次的跌倒，也是天父在拔她的羽毛，令她再重生。

回想前年年初（二〇一六），在機場接了剛從新疆回來的彩鳳。當時的她，已變成了另一個人，沒精打采，行屍走肉，只想將自己躲藏，不願接觸外界，不想吃喝。往日滔滔不絕的她，只聽到她不斷的嘆息，從前笑聲響遍整間教會的她，現只能聽到她勉強的苦笑。經醫生診斷後，原來她是第三次抑鬱症復發。天父安排真的很好奇，政府醫院的精神科竟安排了一個基督徒的心理輔導員給她，他們第一次見面時，他已引用聖經人物作例子去鼓勵她。因著要接受抑鬱症治療，以至她要留

在香港，亦因此有機會去接受定期婦科檢查，在這次檢查後，醫生發現原來她已患上第四期乳癌，

而癌細胞亦有部分擴散到淋巴及肝部。在人看為絕望的景況，天父就讓彩鳳看見雨後的陽光，令她有勇氣去面對。

感謝天父，疾病沒有將彩鳳擊倒，反而透過治療的過程，讓這隻不死的鳳凰慢慢長出新的羽毛。去年年初（二〇一七），當我知道彩鳳想出版一本關於自己的書，為的是要將福音帶給更多的人時，我便知道我從前所認識的彩鳳已經回來了。天父就為這一個藉藉無名的女子開路，由構思，籌備，製作到出版，看到天父的恩典每天帶領，讓一個還在接受化療的女子，可以完成出版一本書。

感謝彩鳳的邀請，因她說我能成為在她生命中和她一起有特別經歷的人，所以想我為她的書寫序。雖然我還未看過她的書，但當你知道這本書並不是一本簡單的書，是一本有血有肉有淚有聲有畫的書時，相信你和我一樣也很期待去欣賞這隻七（彩鳳）凰的生命故事。

「若不是耶和華建造房屋，建造的人就枉然勞力；若不是耶和華看守城池，看守的人就枉然警醒。」詩篇 127:1

教會阿摩司團契姊妹 甄詠珊執委

阿珊：

妳是彩鳳人生路上的一位舉足輕重的人物之一，感謝您在我每個低谷陪著我走，又在晴朗天空下一起大笑。

回想一九九九年四月到香港志道堂聚會，妳一直熱情陪伴在小鳥身旁。最印象深刻的一次是在約二〇〇五年在長老堂參加區會舉辦的受苦節聯合崇拜，雙眼看著聖壇前的大十字架，感到耶穌的愛很豐富無私，為著人類的罪捨身成仁，眼淚就不斷流下來。此時耳邊聽到有一聲音說：「妳要起來服侍我！」太震撼了，又驚嚇！我說：「我那有能力呢？」那聲音說：「不是妳有能力，是我有能力，我使妳行！」我說：「世界這麼大！我應該去那裡？」那聲音說：「中國！」我說：「中國這麼大！應該去那兒呢？」那聲音說：「新疆！」這一段對話後，眼淚更如泉湧，煞不了！確是這麼真實和震撼！剛好阿珊坐在我的旁邊，立時告知剛下的一幕。阿珊的反應即時掉下淚，她說：「彩鳳，妳要 Keep 住呢團火！唔好俾佢熄呀！我會一直守望妳。」倆人相擁而泣，久久未有半點聲音，只有主耶穌基督的愛在我們當中湧流包圍著！這一情景是永生難忘！

接下來，看著妳結婚、先後生下一女一男，在妳的入生路上也來了暴風雨，我們結伴同行。在我第三次抑鬱病復發，自妳跟 Anthony 來到機場接我回家，及後躲在家裡不吃不喝，不要見人，因

認定自己是一失敗者，自己都不能面對自己，那怎去面對其他人呢？阿珊，妳一家四口就如先知以利亞的烏鴉，帶著一大包各式各樣的食物放在我的家中，免得我不出門也不會餓死！

感謝主，在信仰路上的起步點，差派了這麼一位美好的天使，渡過彼此的高高低低，一切都是主給彩鳳極大的恩典！

彩鳳
上

成長篇

”
沒有低谷
怎算是人生
“

©2018 by 一杯涼水
All Rights Reserved



©2018 by 一杯凉水
All Rights Reserved

從來也沒有問過父母為何給我起譚彩鳳這名字，可能是想我擁有精彩的人生吧！當然，我非常喜歡朋友直呼這名字，每次聽到，都感到溫暖。

我相信自己是沒有辜負父母的期望，這五十六年來的人生，若說沒有高山低谷，肯定是騙人的。高低起伏，曲折離奇，是我過去歲月的寫照，然而，我這一臺人生戲，卻滿有恩典。

聾啞父母朋友多

我的父母均是聾啞人士，但身體的缺憾並沒有令他們抗拒與人接觸，他們有著外向的個性，熱心助人，故此相識滿天下。

父母沒有刻意教導我們手語，我是自學得來的，因為父母喜歡交朋友，常邀請朋友到家中作客，久而久之，我在旁觀察，便學懂了手語。兩位妹妹的手語不算熟練，我順利成章成為了父母的代言人，替兩人傳遞正確的意思，所以自己與父母的關係較兩位妹妹更密切。現在回想，因為是長女，很自然地將照顧家人的責任肩負，日後父母相繼患病離世時，也擔起了家長的角色，關愛兩位妹妹。

雖然父母不介意別人的目光，但每當在街上，當有人以奇怪的眼神望著我們以手語溝通時，我的自卑感便會作祟，內心理怨別人八卦，恨不得立即離開。不過，上世紀五十年代的人其實很單純，

他們只是好奇地望，絕不會出言侮辱。

就像我的小學同學，從來沒有歧視我，可能因為彼此的成長環境大致相同，在公屋長大，是街坊，也是鄰里，故此會明白彼此的境況。

樂觀的人 樂觀的心 十

爸媽不是天生聾啞的，兩人都是在童年時因發高燒沒有妥善醫治，才失去聽覺。媽媽本身仍可發聲，但只限於聲音，每當開心時，她便會叫嚷。雖然失去了聽覺及說話的能力，但朋友卻是多不勝數，父母都是個性樂觀，有親和力，令朋友樂意親近。爸爸除了工作外，也積極參與社區活動，例如參加互助委員會，所以也認識了不少健聽人士。

在我小時候，爸爸曾經在小西灣的軍營做清潔領工，晚上又在荔園兼職清潔車輛，每天要兼任兩份工作，其實是十分辛勞。還未有妹妹時，媽媽是在虎標萬金藥油廠工作，直到兩位妹妹相繼出生後，媽媽才成為全職主婦。

那年代，都是艱辛的歲月，普羅大眾的心願都是有溫飽的生活，我的爸媽也不例外，所以爸爸會身兼多職，但兩人從沒有忽略家中三名女兒的成長。反觀今天的父母，十分緊張子女的學業，會安排很多課餘學習，務求考入名校。

活得精 **【彩】**

作者 譚彩鳳
撰文 林圖圖
編輯 Rosanne Yuen
設計 Küchen
插圖 Peggy Yu
審稿 趙振強牧師
封面拍攝 夏永康先生及其攝製隊
序集人 簡嘉茵
音樂統籌 Alan Ip
攝影師 陳美寶、羅永強
形象顧問 小販
項目經理 一杯涼水
出版 印象文字 InPress Books

香港沙田火炭坳背灣街 26 號富騰工業中心 1011 室

(852)2687 0331 info@inpress.com.hk <http://www.inpress.com.hk>

InPress Books is part of Logos Ministries (a non-profit & charitable organization) <http://www.logos.com.hk>

發行 基道出版社 Logos Publishers
(852)26870331 info@logos.com.hk

承印 領佳印刷公司 Lead Kai Printing Co.
葵涌大連排道 172-180 金龍工業中心三座五樓 G1 室
(852)24225539 lkckai@gmail.com

出版日期 2018 年 7 月初出版
產品編號 IB404
國際書號 978 962 457 564 4



購書可到
基道 BOOK FINDER

版權所有 請勿翻印 All Rights Reserved
©2018 by 一杯涼水
Published & Printed In Hong Kong

©2018 by 一杯涼水
All Rights Reserved



第一版1500本
作者版稅收益全數
捐贈聯合國難民署

分類：勵志 / 生活
Cat. No.: IB404 | HK\$88
ISBN 978-962-457-564-4



9 789624 575644

基道特約發行



印象文字
passion in press

©2018 by 一杯涼水

All Rights Reserved