

情載新生會省維

20 years with Chinese Cancer Society of Victoria



情載新生省維



維省新生會

Chinese Cancer Society of Victoria Inc

Foreword	Robert Clark MP State Member for Box Hill	P 5
Messages	Anne Gribbin Director, Eastern Health Foundation	P 6
	Dr Nicole Yap FRACS MBBS President, Chinese Medical Association of Victoria	P 7
	Neela Konara Senior Diversity Officer, Cancer Council Victoria	P 8
	Alice Wong Patron, Chinese Cancer Society of Victoria	P 10
	Dr Kevin Siu AM FRACS Advisor, Chinese Cancer Society of Victoria	P 11
	Mr Michael Cheng FRACS MBBS Advisor, Chinese Cancer Society of Victoria	P 12
President's note	Dorothy Yiu OAM	P 13
主編心聲	張秀志	P 14

攀巔遠眺繼昔拓來（勵勉）

P17

《維省新生會》與我形影不離	姚沈宛	P18
嵌字詩～《賀維省新生會二十週年》	馬振愉	P18
In commemoration of a cancer sufferer I cared for	Kelvin Kan	P19
CCSV 20 th Anniversary	Jenny Lam	P22
祝賀《維省新生會》二十週年	黃陳桃香	P23
Thank you for making a difference in peoples' lives	Sally Chan	P24
CCSV Thank you	Brenda Wong	P24
《維省新生會》成立二十週年感言	陳光鋌	P25
感懷新生會二十載	Rachel Liang	P25

抗癌療疾絕地新生（抗癌）

P27

細說我與新生會廿載情	夏倩英	P28
但願時光能倒流	Maria Wang 口述	P29
Why me?	阿吉	P31
甚麼改變他的一生，是癌病？是新生會？	羚羊 口述	P32

鄧炳依 - 永遠懷念你！	鄧炳依 口述	P34
新詩～《記年底所思》	李永康	P37
衝破黑暗，繼續活得精彩	黃美娟 口述	P38
別輕易放棄自己	Sinkos	P40
專心治病，才對得住愛自己的人！	許蔓莉 口述	P42
捨與得！失與得！	麗荷	P44
一個美好的回憶	陳雪珍	P46
和《維省新生會》十五年情緣	如月	P48
我並不孤單	姚少雯 口述	P50
新生會二十週年有感隨筆	清心	P52

憶友懷舊金蘭情誼（會友）

P53

喚起回憶的兩封電郵	張秀志	P54
緣份	May 鍾 口述	P57
清明時節憶故人	藍奇	P58
癌症 ≠ 死亡	知恩	P60
種花為樂！	FeiFei 口述	P61
感恩的心 感謝有你	舒心	P63
新詩兩首～ 《你好，澳大利亞！》、《休止符號之後》	李元多	P64
圖片傳情～微感動	華健	P65
追憶前副會長鄭直烽先生	劉先煌	P66
苦辣甜酸	王素鸞	P68
CCSV A safe and lovely place to be	Teresa Gan	P70

義工群譜眾志成城（義工）

P71

新生會與我	林健	P72
新生車隊	舒菊坪	P75
一張理髮椅	Yoyo/Barry	P76
幸福的理由	Yoyo	P77
感恩	耆英	P78
助人為快樂之本	Kim 口述	P79
我與新生會的三重關係	劉慧中	P80

有幸見證新生會成長	義工 PF	P82
我的心聲	勞啟睿	P83
人生有幾多個十年？	蘭子	P84
義工天使大鬍子	田田	P86
$1 + 1/2 + 1/7 + 1/12 =$ 新生會最優秀的義工團	Mandy	P88
Reflection - Dinner/Dance Fundraising - Futuring a tribute to Elvis Show	Lily Ong	P90
支援小組裡的人・情・味	沈敏誼	P91
Congratulations on CCSV's 20 th Anniversary - and Grief Listeners Bereavement Services	Vera Young	P92
Roster Staff	Lana Yung	P93
新生會救了我	亞花	P94
義工團隊陣容圖		P96

曩年基建冀盼殿堂（會務、歷史）

粉絲蝦碌	王素鸞	P100
星期五“為食組”歡迎您	鄭麗娟	P103
我與新生會的兩本食譜	張秀志	P104
家珍	舒菊坪	P106
《大心無界 新生無限》	田田	P108
新生會的成長 - 由 0 至無限		
《維省新生會》二十年大事紀		P117

P99



ROBERT CLARK MP
State Member for Box Hill

Chinese Cancer Society of Victoria

It is a great pleasure to contribute to this 20th anniversary publication to record and celebrate the many achievements of the Chinese Cancer Society of Victoria (CCSV).

Ever since it was established, CCSV has provided invaluable support, advice and friendship for those who have been affected by cancer within the Chinese community.

CCSV has also been a valuable source of information and advice to raise awareness of cancer prevention and of advanced care planning, as well as supporting important research projects.

CCSV has received well deserved recognition for its achievements, including awards from the Victorian Multicultural Commission and the Cancer Council of Victoria.

I am especially pleased that the CCSV has established its welcoming and successful headquarters in Box Hill, in the heart of my electorate.

The wide range of articles from members and friends of CCSV collected together in this 20th anniversary publication show the wonderful difference for the better that CCSV has made in the lives of so many over the past 20 years.

I congratulate everyone involved with the CCSV on two decades of invaluable service to the community, and I wish the CCSV and its members, volunteers and staff every success in the years ahead.

Robert Clark MP
Member for Box Hill

Anne Gribbin Director, Eastern Health Foundation

Eastern Health proudly acknowledges the special anniversary by the Chinese Cancer Society of Victoria in reaching an impressive milestone - 20 years of outstanding service to the community, most especially the Chinese community, of the eastern suburbs of Melbourne.



Clinical, nursing and allied health staff at Eastern Health's Box Hill Hospital Oncology Ward are honoured to form a unique partnership with the highly skilled and gentle volunteers of the Chinese Cancer Society. Your talented volunteers help Chinese patients better understand the treatment and care they are being given, help them understand the next steps they will take in their cancer treatment and assist family members deal with the many questions and concerns that patients might have. All of this advice and support is provided in either Mandarin or Cantonese. Although Eastern Health's Language Service has specialist Mandarin and Cantonese speaking staff, it is their interaction and work with the Chinese Cancer Society's team of volunteers that provides that extra level of comfort, familiarity and sense of community to Chinese patients and their families. Eastern Health's motto is "Great health and well being", a motto and practice that also describes the work, value and impact of the Chinese Cancer Society of Victoria. We congratulate you all on this fine achievement and on the leadership and far sightedness of its Founder and continuing leader, Dorothy Yiu.

Dr Nicole Yap FRACS MBS President, Chinese Medical Association of Victoria

As the President of the Chinese Medical Association of Victoria (ACMAV), I commend and applaud the Chinese Cancer Society's tireless activities in promoting cancer awareness in the Chinese community with up-to-date information on cancer prevention, early detection, and cancer supportive care. Cancer is the leading cause of the burden of disease in Australia, and accounts for 19% of the total burden. Specifically, Hepatitis B and C is endemic in the Chinese community, and if left untreated due to lack of awareness, 25% will die from the consequences of liver cancer and end stage liver disease.



The Chinese Cancer Society provides essential work by targeting cancers prevalent in the Chinese community. It is composed of a group of diligent members, who give up their time to support people from Chinese backgrounds, whose lives are affected by cancer, from diagnosis through to recovery or bereavement.

Immigration and lack of familiarity with the language and health systems are some of the difficulties for Chinese people affected by cancer. The Chinese Cancer Society provides much needed information and support in which cancer sufferers and their carers can access services in a user-friendly environment, and support each other in an atmosphere where they can talk and share their experiences openly.

In 2011, Dorothy Yiu and her bevy of quiet achievers in the Chinese Cancer Society, have gained recognition by the Cancer Council of Victoria by being awarded Volunteer Group of the Year.

The Australian Chinese Medical Association of Victoria are proud to be associated with such a productive and humble team of generous people.

Congratulations to all at CCSV on your hard work and dedication to the Victorian Chinese community's health needs. The Australian Chinese Medical Association of Victoria look forward to continuing our partnership well into the future.

Neela Konara

Senior Diversity Advisor, Cancer Council Victoria

Cancer Council Victoria is delighted to work closely with the Chinese Cancer Society Victoria (CCSV) to provide tailored support and prevention and screening services to the Chinese community in Victoria. CCSV has played a vital role in providing Cancer Council with opportunities to engage with the Chinese community and cancer survivors. They have provided us with insight into Chinese community, culture and traditions, as well as perceptions and beliefs of cancer and health. This plays a fundamental role in enabling Cancer Council to tailor our programs to suit the needs of the community.



2015 in particular is an important time for our partnership. We have launched a project with CCSV and together will champion the promotion of cancer prevention and Quit smoking messages to Mandarin and Cantonese speakers across metropolitan Melbourne. This will include a range of activities, including traditional and social media promotions, the development of tailored and translated resources, community consultation and facilitation, community presentations and promotions and staffing health displays.

I would like to take this opportunity to thank the founding member of CCSV, Dorothy Yiu, for her commitment and service for nearly 30 years and for her guidance that led to the close partnership between Cancer Council Victoria and CCSV. The first Cancer Council Victoria Chinese cancer support group began in 1996 under Dorothy's guidance as a Bilingual Health Facilitator and with help from two Chinese nurses and a Chinese health educator. In November 1998 the group was incorporated and two years later, in November 2000, it adopted its new name, the Chinese Cancer Society of Victoria.

To date CCSV remains a Cancer Council-accredited support group provider. CCSV supports many Cancer Council initiatives and yearly fundraising events such as Daffodil Day and Relay for Life. We commend Dorothy's leadership and vision to establish CCSV and for turning our partnership into a reality and success. These learnings and achievements can be used to encourage and help other culturally diverse groups provide tailored solutions for their communities.

Dorothy and her team at CCSV have assisted not only Cancer Council but many other organisations to engage with the Chinese community in Victoria in a meaningful way and allowed them to develop tailor-made solutions that suit the needs of the community.

At Cancer Council we know the value in sharing personal stories and experiences. This is evident in many of our prevention campaigns including Quit Victoria, SunSmart and various support services. We believe that sharing personal stories can be one of the most powerful and useful resources for cancer survivors and their families.

Alice Wong

Patron, Chinese Cancer Society of Victoria

新生會在過去的二十年，由一個只有幾個熱心人的骨幹小組，發展成為一個在澳大利亞社會關懷服務團體中的典範。

維省新生會提供的支援服務給華人癌症患者和家人在整個癌患療程，由診斷、醫療到復原或離世，提供各方面不同的支援；這些服務已對整個社區都有明顯的影響。



我非常欽佩姚太太對推動新生會的努力、熱情和貢獻；並為她把新生會從主要為華人癌症患者和家人的服務擴大到教育和其他社會活動致敬。

我希望能在此向她 and 所有新生會的職員、志願工作人員和他們的家庭成員們在過去的二十年和未來日子的貢獻致最大的表揚。

In twenty years, the Chinese Cancer Society of Victoria has grown from a small group of caring individuals wanting to make a difference, to a model for community support groups all over Australia.

The impact of the Chinese Cancer Society of Victoria in the community is immeasurable in the support it provides to all parts and stages of the Chinese community which may be impacted by cancer – from diagnosis, to treatment, to recovery or bereavement – from patients to survivors and their families.

Dorothy Yiu has never ceased to amaze me with her dedication, compassion and drive and I also salute her for her vision in establishing the Society and being its driving force. The Chinese Cancer Society of Victoria not only provides its core mission of support for those in the Chinese community impacted by cancer but also offers education, activities, and a community core.

I want to commend her and all the dedicated volunteers, workers, and family of the Chinese Cancer Society in the last twenty years and for very many more.

Dr Kevin Siu AM FRACS

Advisor, Chinese Cancer Society of Victoria

As Director of the Num Poon Soon Charitable Trust and Medical Advisor of the Chinese Cancer Society of Victoria, I am delighted to have been asked to write a message for the special publication "20 Years with the Chinese Cancer Society of Victoria".



The Chinese Cancer Society of Victoria is one of the largest ethnically based cancer support group in the state, targeting not only patients afflicted by cancer, but also patients with common chronic illness, to provide support and education. The Society's education work emphasises awareness, including the need for early detection and screening. Importantly, its seminars on "Advanced Care Planning" and the publication "Farewell Wishes" in the Chinese language have been very well received.

The Society has formed good relationships with the Oncology Departments (Out Patients/Day care) of both Box Hill hospital and Austin Hospital to allow a project worker to support Chinese-speaking cancer patients to ensure language barriers are not an impediment to good health care. The Society's outreach programme has been highly commended by the hospitals.

I am in awe of the tremendous workload - over 1000 patients and relatives face to face and telephone contacts in the last year, provided by qualified social workers and counsellors. Its work has been guided by the unstinting generous devotion of its President, Dorothy Yiu who was recently awarded the Order of Australia Medal. I am extremely pleased that the Society's efforts have been recognised, with the organisation receiving the "Meritorious Award" from the Victorian Multicultural Commission and the "Volunteer Group of the Year" award from the Cancer Council Victoria.

I commend the CCSV members for their dedication and generosity in helping to improve the quality of life of those patients and relatives affected by illness

Mr Michael Cheng FRACS MBBS Advisor, Chinese Cancer Society of Victoria

My association with CCSV started in 2005, when Breastscreen Victoria Dorothy Yiu invited to talk about breast cancer screening (early detection). It was the beginning of a 10 year involvement, where I can deliver the latest research of breast cancer from health care professionals to the Chinese community at large.



During this period, much has changed in the treatment of breast cancer. Advances in surgery has made treatment less invasive, and recovery to normal life quicker. Newer chemotherapy agents, hormonal tablets and the latest targeted therapy (herceptin, for instance), have improved survival.

It was great to see many breast cancer survivors returning year after year, often bringing their families and friends along.

Over the years, I have also evolved into a link to other specialists, ranging from oncologists, urologist, radiotherapist and gastroenterologist. I like to pay tribute to our dedicated interpreters, such as Wan Ling, even none Chinese speaking specialists were able to contribute. I thank my colleagues for giving up their precious time on the weekend, after their busy week. But deep in my heart, I know that they felt honoured to be able to make a difference with their knowledge.

I took great pleasure in seeing CSSV grow, and making a difference in the Chinese community. All these would not have been possible without the dedication, day after day, from Dorothy Yiu, the CCSV committee and volunteers

President's note

Dorothy Yiu OAM

I am heartened to have read all the articles in this book. They tell us about personal suffering, but in a subtle way, about strength and resilience. These stories are at the heart of our Society.



We all have our own hopes and dreams. Many of us aspire to extend our love to help those who are less fortunate. Our Society has supported those touched by cancer and given them hope. While our services may not suit everybody, for those who have joined us, I am comforted to see that our members have done their best to care for each other as a big family.

For those who have been baffled how I could work with people who are facing their own mortality for so long, I have my humble answer: "Grief is an art that grows by making its meaning." I remember those who have gone before us fondly.

Twenty years on, I am extremely thankful that our Society has been blessed by the support of numerous people and groups in the community who devoted their time, expertise and financial support. Together with the sheer determination and persistence of all the volunteers, our Society has continued to stand strong and bear witness. I pay tribute to those unsung heroes who have lightened me and supported me during the past 20 years. I extend my special thanks to Liling Xie, Annabella Wong and Siao Du who helped me kick start this wonderful group; Joe Lai, our Centre's landlord who gave us free use of the property for 20 years; and Pauline Tchen and the late Francisco Cheng as former vice presidents. I am sincerely happy to see so many people following my footsteps in the service of voluntary service. I have, despite occasional stumbles, found true happiness in my heart at the Chinese Cancer Society.

The Chinese Cancer Society of Victoria will stay until the world is free of cancer. Challenges indisputably foster growth and development. While we have earned trust in the community, we still have a long journey to go. As the digital age becomes increasingly important in modern society, we will continue to provide passionately the much needed "human touch" support to those who need us during their most difficult times.

主編心聲

張秀志

時光荏苒，《維省新生會》(下稱新生會)轉瞬二十週年了。二十年間，新生會在墨爾本華裔社群中，就對抗癌症相關信息的傳播、協助癌症病人及家屬的工作等，都能獲得社區肯定和認同。緣此，這本《維省新生會廿載情》得以在新生會二十週年誌慶中誕生！



在記念五週年和十週年時，分別出版了《笑對人生》與《綻放的水仙》記念特刊；過去還出版了兩本以健康飲食為主題的刊物：《新生食譜》及《飲和食德》。而《維省新生會廿載情》，顧名思義，是由心繫新生會的各界人士，透過文章，從不同角度，表達與新生會感情互動的結晶；也是新生會再次為大家獻上的心意。

特刊為全彩色印刷，內容分為五個主題，分別是：

- 「攀巔遠眺繼昔拓來」(勵勉)
- 「抗癌療疾絕地新生」(抗癌)
- 「憶友懷舊金蘭情誼」(會友)
- 「義工群譜眾志成城」(義工)
- 「曩年基建冀盼殿堂」(會務、歷史)

文章大部份是由作者親自撰寫，小部份則由相關人士口述、編者代筆。最重要的是為了尊重作者本意，文章儘可能保留原創，好讓大家品嚐原汁原味！

順帶一提，徵稿期間，會長實在費了不少唇舌，在半年內先後遊說、苦勸、激將、催動了近60位作者投稿，委實是頭功。雖有才高八斗、博識之士，和聲相應，揮筆即就；但更多的是埋頭苦幹、絞盡腦汁、挑燈夜戰、嘔心瀝血，方得盡訴衷情、道出心聲，以應付會長催稿頻頻。對每一位作者的貢獻，也要記上一大功。

過去在刊物出版後，發現不少在校對上的失誤，故這次特別重視文字工作。在這方面，感謝姚太的大學校友 Kam Lau 協助審閱；期望這本刊物發佈時，縱未必實現零錯誤，亦希望能做到盡善盡美。

最後，感謝每一位曾為這本書付出的人士；沒有你們的參與和貢獻，這本《維省新生會廿載情》一定沒有這麼出色！



08年12月多元文化委員會(Victorian Multicultural Commission)頒發本會優異獎(Meritorious Award)





Cancer Awareness Day 癌症資訊日 2010



Partnership with BreastScreen Victoria Seminar 2007



攀巔遠眺繼昔拓來（勵勉）

窮二十載攀登高峰眺望：

俯臨豁谷平原、激流瀑布；仰見眾崇山峻嶺、峰巒連綿無窮盡。
山麓無緣願景、難斷路向；登臨乃知山外山，前瞻尋覓路中路。

萬川灌海，始知無際；登峰仰止，嘆嶺更高。

《維省新生會》與我形影不離
嵌字詩《賀維省新生會》二十週年

In commemoration of a cancer
sufferer I cared for

CCSV 20th Anniversary

祝賀《維省新生會》二十週年

Thank you for making a
difference in peoples' lives

CCSV Thank you

《維省新生會》成立二十週年感言
感懷新生會二十載

姚沈宛

馬振愉

Kelvin Kan

Jenny Lam

黃陳桃香

Sally Chan

Brenda Wong

陳光鋌

Rachel Liang

《維省新生會》與我形影不離

姚沈宛

新生會！我與你二十年前結了緣，夢想為那些受癌症威脅的人士帶來一點兒希望、一點兒人情味。

從此，我天天與你攜手同行，接受磨練。

你鍛練我的意志，引導我釋放、感恩。

你給我機會善用我的所長、彌補我的所短。

目睹新生會這個家庭的成員分享喜悅、分擔痛苦；我興幸自己能以身作則，鼓勵他人參與義務工作，儘量把事情做好，我的內心深處得到無限喜悅。

你充實了我的生活，改變了我的人生觀，培育了我正視死亡。

或許人們會想這工作是我的激情、嗜好、甚至成癮 addiction；不管怎樣，予人樂而兼自樂，義工這條路我會堅持走下去，就像一把火，在我心裡燃禱。

充滿福氣的新生會：我與你 - 不離、不棄。

嵌字詩～賀《維省新生會》二十週年

馬振愉 維省中文大學校友會會長

維心無窒礙，省却焦與慮。

新天日日新，生心同照會。

二（義）氣長存在，十載又拾載。

周遭同路人，年年互勉勤。

In commemoration of a cancer sufferer I cared for

Kelvin Kan

From time to time I wonder where you are now.
Are you nearby visiting all the places you have been to?
Or are you actually very far away exploring another world?
Is everything good over there?

You had lived in a land where you could not trust people,
Where you feared everything and felt unsafe.
You had gone through all the terrible pain and suffering,
Which no one else around could fully understand.
You did live in a cold, dark world.

Wherever you are now I sincerely hope you are living in true happiness.
You dwell in a place where no one could hurt you anymore.
Pain and suffering would not come near you.
All you could feel is sunshine and warmth.

I am sorry that I did not stay with you till the end; and
I could not come and say goodbye to you in your funeral.
However, I am truly grateful that
We had some "small journeys" together at the end of your life.

You might think I had helped you in our short encounters; but
In fact, you had taught me how inadequate I was when facing you, and
How much fear, despair and loss of hope a person could experience under terminal illness.
My friend, wherever you are, I really wish you "All is well".



01/06/2012 12:21



CCSV Carpark

09年本會復園種植的成績



CCSV 20th Anniversary

Jenny Lam

One Friday, February 2013, May called in CCSV and took me along. Without knowing anyone, I tried to amuse myself by playing on the piano, there came Dorothy who suggested if I was interested to accompany their fund raising choir.

Two years down the track, I have come across lots of new friends met at CCSV especially on Friday Cooking Group where members do so many different dishes and to my surprise every bit of edible stuff is always accomplished with touch of perfection - that really puts me to shame as I have never made any contribution to the cooking needless to say my home cooking technique barely survives.

The credit goes to Quyen, our Friday Group leader who keeps us informed by sending us newsletters and invitation on a weekly basis, without her we will not be able to enjoy such a joyful weekly gathering.

Of course I cannot miss out our two very beautiful volunteer workers that I have come across, Angela, our volunteer teacher in Tai Chi and Yoga has helped to enrich by teaching us with slow moving martial art in the last two years - it like we still have a long way to go.

Needless to say Puifun has tirelessly been helping out those who suffer from aches and pains with her acupuncture. She earns credits those who have made progress and recovery with her hard work. Brava to our two great friends.

To conclude, I wish all CCSV members, volunteer workers many happy years ahead. A new milestone starts from today.

祝賀《維省新生會》二十週年 黃陳桃香

二十年前，一個偶然的機會，在一個華人婦女會認識了謝莉玲；她是代表維省防癌中心到各社區中心，傳播防癌及治療訊息。當時我是在 Austin Hospital 癌症科從事化療工作，她告訴我她們將成立《維省新生會》，是一個義務組織，向華人癌症患者及其家屬提供特殊的照顧，包括電話慰問、家庭及醫院探訪、舉辦專題講座及訊息交流等等；若我的醫院有華人癌症病人，便可以轉介他們使用這個服務。

我也曾參加他們的聚會，與會員們分享化療後所有應注意的事項及各種副作用；當時只借用一些社區中心，每月聚會一次，還沒有分區中心組織。想不到轉眼間過了二十年，她們由起初幾個社工及病人，現在已發展成為一個有規模的組織，有定期活動的中心及分區聚會地點。

她們這羣義工的服務精神，真是令人敬佩；尤其是主辦人姚女士，從事這工作二十年之久，從不間斷；奉獻大量愛心、精神及時間，來關懷病人及其家屬。她也幫助一些生病的留學生解決醫療保健問題；其家屬由國外來探訪及照顧病人、需要一些金錢及住宿的幫助，她也幫助解決。

我恭祝《維省新生會》二十週年的成就及服務精神長存在維省華人的社區內，並再次登上另一個二十年，令更多義工繼續參與及延續這偉大精神及服務。

Thank you for making a difference in peoples' lives

Sally Chan

Dorothy is one of the most inspiring persons that I have met in the community. Her dedication and zeal in CCSV is extraordinary. All volunteers and members of CCSV are able and willing, very committed in their good course. CCSV has empowered cancer patients, cancer survivors and their friends and family to endure such a tough and rough journey in fighting cancer.

CCSV's Mission Statement is: "To alleviate distress and suffering and to sustain the quality of life, maintain a positive outlook and make the most of living in the present for people from a Chinese background who are affected by cancer."

And CCSV has been accomplishing its mission. Thank you for making a difference in peoples' lives.

CCSV Thank You

Brenda Wong

I was first diagnosed with breast cancer in year 2007. I was depressed and scarce and psychologically broke down. Luckily I joined CCSV through a closed friend, and received a lot of support, spiritually, physically from CCSV members, I managed to overcome the difficult time. Over these years, I am still joining all sort of activities organised by CCSV. I am always touched by the warmth and enthusiastic spirit contributed by club members, sharing the passion of love and care to each other.

《維省新生會》成了二十週年感言

陳光鋌

大家都知道癌疾是目前世界上很難醫治的一種病症，但是我們《維省新生會》卻不懼艱苦，選擇了針對這種惡症而服務大眾，對僑社作出莫大貢獻。

目前已有很多犯癌症的僑胞很熱心參加本會的活動。

《維省新生會》也作了很大的努力搜集關於抗癌的資料，也印發很多種小冊子提供給會員大眾參考；並請了許多專家和醫生，向會員大眾介紹防癌醫療狀況和最新發展的方向，讓我們多多了解癌症，增進我們對抗癌治癌方面的知識。

趁這機會讓我表達我對《維省新生會》的感謝，也感謝會長對《維省新生會》所作出的貢獻。

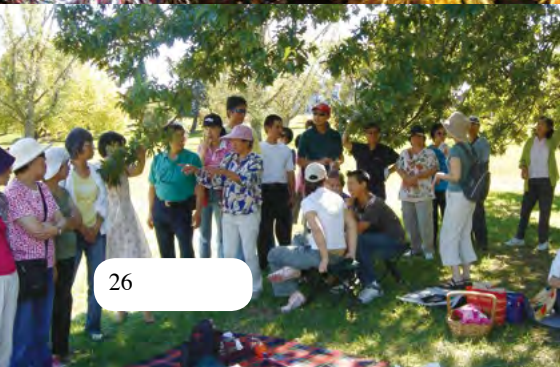
癌疾得癒慶新生快樂
飲食健康享長壽幸福

感懷新生會二十載

Rachel Liang

他們來了，因有同一個信念：不向命運低頭。
他們結伴同行，風雨不改。
20載，傳承着頑強的生命力，因有你 - 社工姚太；
您幫助了無數人踐行着“笑對人生”的理念。

新生會是傳播正能量的載體！
因着新生會，他們由弱者變成了強者；
面對癌症的威脅，他們不再彷徨；
面對生死未蔔的預測、不再畏懼。



抗癌療疾絕地新生（抗癌）

摧腑蝕骨仍堅心志 癌魔病怪又奈我何？

防病抗癌、涉險渡厄、經驗心得、心路歷程，人自不同。

勸慰關懷、共笑共淚、同樂同憂、互勵互勉、無界無限。

（借用《大心無界・新生無限》題句）

細說我與新生會廿載情

但願時光能倒流

Why me?

甚麼改變他的一生，是癌病？是新生會？

鄧炳依 - 永遠懷念你！

新詩～《記年底所思》

衝破黑暗，繼續活得精彩

別輕易放棄自己

專心治病，才對得住愛自己的人！

捨與得！失與得！

一個美好的回憶

和《維省新生會》十五年情緣

我並不孤單

新生會二十週年有感隨筆

夏倩英

Maria Wang 口述

阿吉

羚羊 口述

鄧炳依 口述

李永康

黃美娟 口述

Sinkos

許蔓莉 口述

麗荷

陳雪珍

如月

姚少雯 口述

清心

細說我與新生會廿載情

夏倩英

1997年4月我發現患了乳癌，做了割除手術，僥倖不需要做化療和電療，康復了！同年6月外子鄭直烽也發現患了直腸癌，切除了部份直腸，也不用特別做治療，也痊癒了。當時我們很徬徨，因為直烽曾在75年發現患了鼻咽癌，經電療後算是痊癒；但總覺得身體內埋了一個計時炸彈，不知甚麼時候會爆炸（舊病復發），每天都是心情不安。

小女兒芝芝（當時她是醫科生），看見我們這樣忐忑不安，便四處尋找資訊，看看有甚麼人或是適合的機構可以幫助我們；結果找到了《維省新生會》，聯絡了姚太。

沒有會所的日子

還記得那時新生會會員不多，沒有正式會所；姚太和林大姐約我在「麥當勞」有了第一次見面。從談話中，感受到姚太待人摯誠、充滿愛心；而林大姐以一個過來人身份（癌症康復者），關懷我及向我分析我的病歷。她倆的熱誠，深深打動了我，心情豁然舒暢，便決定和外子一起參加新生會。

新生會那時人數甚少，但我覺得和會裡的病患和康復者都是同路人，在心路歷程上，有着一種融洽交流、使我心裡有平安和踏實感覺。我們在一起談天、做運動、更一起工作；我們不是同病相憐，而是互相關懷、坦誠相處，這都不是局外人所能理解的。

其後新生會終於有了小小地方作辦事處，雖然沒有甚麼設備，甚至缺乏書架。但我們一起動手，佈置好了這個會所；看起來有點簡陋，但卻是新生會的第一個家。其後，我們製作了《生命之光》創刊號，亦創作了會歌，甚至舉辦了《維省新生會》第一次的籌款音樂晚會等等。現在回想，我們沒有實際工作經驗，僅憑藉着萬眾一心，事事用心去做。尤其是籌備音樂會的印門票、推銷、前台及後台等工作，就由我們這群熱心會員，從學習中去實踐，結果成績也不俗啊！

“拿督賴福金舍”廿年固定會所

後來會員漸漸多，也有了規模。2005年，“拿督賴福金舍”開幕，我們只需繳交象徵性租金，而最少20年間會有一個固定會所了。大家更像家人一般，互相關懷；可惜在這段日子中，也有好幾位兄弟姐妹走了。

外子直烽在多年前曾確診患了淋巴癌，經過治療，他又一次戰勝

（下接第30頁後半）

但願時光能倒流

Maria Wang

《時光倒流七十年》，是上世紀八十年代一齣經典浪漫愛情電影，講述男主角回到七十年前，終於找到念念不忘的女主角，共墮愛河的科幻故事。現實中，人當然不能回到從前，然而人生充滿喜與樂，如果你真能有時光倒流的一個機會，你究竟希望回到那一個時候呢？

每個人有不同的經歷，但要找一個答案，可不容易啊！然而《維省新生會》的會友Maria，她的答案可能就是希望回到上世紀九十年代。當時丈夫發現患上癌病，在與病魔戰鬥期間，情緒自然不穩定，脾氣大了很多。那時兩夫婦剛定居墨爾本不久，認識的朋友不多；就算有，亦害怕告訴他人。她體諒丈夫心情惡劣，每當他發脾氣時，只能盡量忍讓；眼淚呢？只能在暗中裏流。

新生會是個大家庭

「這裏沒有任何歧視，每一個人充滿熱情、待人友善；那時如果我能認識新生會、能夠加入這個大家庭，那麼我那內向的丈夫，身心應得到舒緩，抗病期間，可能會活得較為輕鬆。而我亦毋須背着丈夫垂淚，因為這裏關心我的人，多着啊！」Maria講述感受時，難以看出她原來在去年五月，亦證實患了間質瘤，一種並非普遍的消化系統腫瘤。

Maria與丈夫，以與女兒團聚理由申請獲准，於1994年由中國天津移民澳洲，定居墨爾本。丈夫在兩年後發現患癌，受惠澳洲完善的國民醫療服務，他獲得全面的妥善治療，可惜最終不敵病魔，兩年後走了。丈夫走了，2003年，女兒在美國結婚定居；她一度前往美國，但發覺澳洲更適合自己，所以獨自一人回來了。

去年五月，Maria發現自己患上了癌病；幸好是早期，已作了適當的治療。不過，丈夫患癌的經歷，令她猶有餘悸；更可況女兒亦已遠嫁美國，不在自己身旁了。接受治療時，心中老問着，怎麼辦好呢？

「雖然是早期發現，但癌病仍然是可怕的，又怕受到歧視，不是嗎？」

在一次偶然看中文地區報紙時，發現一個有關癌病的講座，說普通話的；Maria口述那時的感受：「心中頓時燃起一個希望，就像一個行人在黑暗中走路，伸手不見五指，忽然看到遠處有一點光亮在搖晃！」這個癌病講座正是由《維省新生會》主辦，就這樣，Maria便加入了這個大家庭。身為基督徒的她，現時除了積

極參與聖誕節、母親節等重要慶祝活動外，亦儘量抽出時間參加新生會的週二聚會；她認為這個週二例會，既可以與同路人交流心得，又可進行一些康樂活動，更可享受會友炮製的健康午餐。

Maria 感謝新生會，令她在患上癌病後，生活仍是那麼多姿多彩。她在新生會的時間雖短，唯當知悉新生會將出版一本刊物記念二十週年，便願意將自己與新生會的一點關係，透過他人之筆，與大家分享。

(上接第 28 頁)



癌魔，痊癒了；在旁人眼中，他是一位奇人，一生中患了三種癌症。我們除了感恩，還要多謝《維省新生會》的兄弟姐妹的愛心關懷，特別是會長，她常常來探望；和她談天，減輕了我們的煩憂和焦慮。

其後，外子又發現了淋巴瘤，再一次醫好了；但不幸在 4 年後復發。四十年來，迭與癌魔交戰；他表面看起來很灑脫和堅強，其實我明白他內裡很驚慌和無助；他牽掛和擔心我，想到萬一我失去他後，將來的日子如何過？這時候，會長和許多會友，都為他打氣，也對我表示關心。

在 2014 年 7 月，直烽終於脫離癌症的魔掌，返了天家；這一段日子，新生會會友都施以援手，會長更為我們打點一切，這使我和家人，沒齒難忘！

現在我不能說心情已經康復，只是我想起要繼承先夫遺願，把新生會作為第二個「家」，能助己助人。最後，我用會歌歌詞 - 「抵抗重重難困，齊來勸勉；創造美好將來，笑看人生。」來作總結，為大家打氣，同心並肩和癌魔作戰。

Why Me?

阿吉(筆於 4th May 2015)

寫作的今天是五月四日，是中國“五四運動”的記念日，May the 4th (be with you) 也是星戰迷的 Star Wars Day。這和主題又有甚麼關係呢？對不起，是沒有關係的，只想用一個較輕鬆的手法來打開話題。

回說嚴肅的正題，“Why Me?”，這是很多病患者心裡常問的問題。先不從宗教角度來討論，只從普通數學和常理去解釋，“Why me?” 或 “Why choose me?”，其實是由“或然率/機會性”和“任意性/隨機性”的計算下，你就這樣被選中、就成了不可逆轉的事實了。

人們有了病就說“Why Me?”，相反地中了大獎就說“Lucky Me!”；令人記起愛因斯坦名句：“God doesn't play dice.”意思是神不去擲骰子的。有人認為他的意思是指神沒有讓我們隨意選擇，一切都是祂計劃中所命定、是不能扭轉的。有人則認為他說的是反話，即是“God does play dice.”那麼即是所有事情，只是隨機發生的(註)。但是無論如何，他們都認為：人們絕不能返回過去，改變現實；所以所有認不認命的“Why Me?”的想法都是徒然的。

不願意接受現實？

我認為“Why Me?”的想法可能是源於一種埋怨式的心理；因為你捨不得你的摯愛親朋、捨不得你有責任的人生、捨不得你捨不得的東西，所以不願去接受那個現實。

以前我也時常在睡覺前去想想“Why Me?”，但後來經過了很多次的思考，也多次回想我的人生經歷，發現原來“Why Me?”和“Lucky Me!”的意義都是一樣；被命中了就是事實，亦不能改變，因此我不再想、亦不再埋怨下去。

我寫文章只希望跟讀者分享我的想法、交流意見；我的看法可能是你不能接受的，但是我希望各位同路人，能夠用人類獨有的智慧去理解自己的人生、及珍惜你眼前的人，好好地活下去，那麼你就不再問那於事無補的“Why Me?”，改而笑說積極面對頑疾的“Lucky Me!”。

最後我想借用 Jedi Master 的名句：“May The Force Be With You.”

註：“God doesn't play dice.”和量子力學有密切關連，有興趣的可上網查考。

甚麼改變他的一生，是癌病？是新生會？

羚羊

他，酒店管理專業，屢在中國出任酒店 CEO；
他，觀人於微，為人圓滑；雖然前列腺癌改變了他的人生，
但《維省新生會》卻溫暖了他的心。
他從此坦誠待人、學會尊重別人；
他感謝新生會，希望該會能薪火相傳、延續新生會精神；
他用的筆名，就是《羚羊》。



華人冷眼對待癌症病人

1989 年，中國發生天安門事件，羚羊便選擇了移民澳洲；將妻子及兩女一子安頓墨爾本後，他返回中國，繼續從事酒店業，發展其專才。一切看似美好，香港舞照跳、馬續跑；而他的子女亦相繼成材。

只可惜在 2004 年，下腹劇痛，在香港被診斷為前列腺癌後；他趕回墨爾本延醫，證實癌細胞已轉移入侵骨髓。幸好，當他試用一隻直接由腹腔注射、當時的新標靶藥後，藥能對症，為他賺得了以後 10 年的安逸。然而，他亦飽受一般健康華人的冷眼；一度令他不忍告訴別人：他是癌症病人。羚羊憶述「我告訴一名相熟的朋友自己患了前列腺癌，這位朋友好像怕我會將癌病傳染給他一樣，匆匆拋下一句『點解咁唔好彩？』後，就拂袖而去了。」而從此，不但將病情隱瞞，漸漸亦將自己隱蔽起來，直至到他任職康復護士的妹妹多次勸告，半推半就，將他扯到《維省新生會》。

要點名多謝的三位同路人

原本沒有多大期望，抱着姑且看看的心情；然而當他坐在新生會一角，阿 Sue 便主動跟他交談，安慰他說「不要怕，我患癌都好多年了！」啟動了他的心扉。在這次專訪中，他說要多謝新生會的三位同路人，第一個就是阿 Sue。

第二名他要道謝的，就是已離世的前副會長鄭直烽。當時他加入新生會未幾，一次閒談中鄭直烽承諾為他辦一件事，連羚羊自己都不以為意；甚料，鄭真的為他做了。這故事教會了他，在新生會不能輕出諾言；「一言既出、駟馬難追！」

最後他要道謝的是幾年前病逝的好朋友 - 張勇，他們兩人雖然居住一東一西，但都非常踴躍參加新生會的活動；兩人坦誠相對，不論瑣事或者交心，無所不談，很快便成為知己。

擔任家訪義工 發揮觀人於微所長

當然還要多謝會長，她教會他尊重私隱、教會他細心聆聽、更讓他擔任家訪義工。這份工作，給他機會發揮觀人於微的專長；再加上數十年的工作經歷，有助他如何開解、如何勸說對方。他更是新生會第一位可以進行家訪女會友的男性義工，而他每次都會邀請張勇同行。

他感謝新生會不但給予他另一個家，更溫暖了他的心，令他勇敢面對癌病，對生命重拾信心；只可惜鄭直烽、張勇已相繼撒手人寰。

他在三年前發現癌指數上升，顯示癌魔可能再次侵犯，於是接受主治醫生的建議，擔當嘗試新藥的白老鼠。然而先後試用 6-7 種新藥，都不奏效，只好接受為期 6 次的化療。在這段治療期間，身體時好時壞、苦不堪言，體重驟然下降；但他仍努力進食，正如他勸喻他人要同癌魔打仗，自己一定要有好的體魄一樣。就在這時，奇蹟重現，一隻剛在澳洲批准使用的新藥發生效用，癌指數再度受控。

最近，雖然沒有再用新生會名義擔任義工，但如有朋友找他談談抗癌心得，他亦樂於出席，繼續以事論事，不擔心得罪人多。年前，Springvale 組已啟動了，故他已較少在博士山會所出現；但他仍是心繫新生會，期盼姚太能早日培養一名接班人，延續新生會精神！



鄧炳依，永遠懷念你！

鄧炳依

前言：「在這次長期抗癌療程中，仍想到要及時行善；該做的，就要趁早做好、完成它，不然到患了病，要做也心有餘而力不足。還好，我在小時候，16歲就參加了聖約翰救傷隊，幫助了很多解決在生活中遇到的緊急情況；一直到現在，已經有49年了。我掛上了聖約翰長期服務獎章及聖約翰佐獎章，並參與了1998年9月21日台灣大地震的救災工作。2007年到2010年間，擔任救傷車駕駛員；這三年中，幫助了很多需要緊急協助的病人，也把好幾個人從生命瀕危邊緣，搶救了回來。」

以上是抗癌勇士鄧炳依為《維省新生會》慶祝20週年而出版《維省新生會廿載情》、親自執筆撰寫他一段長達七個月治療期的過程及感受文章中最後的一段。筆者特別將整段錄出，是有感於他勇敢面對抗癌挑戰；經歷幾許痛苦後，總結的竟然是勸人要及時行善，更道出他在過去49年來，一直持守以助人為樂這個正面觀念，着實令人敬佩！

新加坡職業軍人

鄧炳依，新加坡華僑；在彼邦曾是一名職業軍人，退休後改任救傷車駕駛員。因為家庭團聚，於2009年取得澳洲居留權；但他仍待救傷車駕駛員3年約滿後，才來墨爾本定居。可惜在安享暮年生活期間，2014年3月，不幸證實罹患澳洲首宗鼻腔淋巴瘤；治癌歷時7個月，包括三、四個化療及一個放療療程。在他自己撰寫的文字中，雖然描述得很概括，但已令人感受到箇中痛苦。

他在進行第一個療程時認識了新生會，但直等到第三個療程時，方才加入新生會；身體康復後，更成為積極的一員，尤其喜歡參加每週二的活動。在這一日，他可以與其他會友歡聚談天，享受會方提供的康樂活動，更可品嚐到由會友炮製的美味午餐。在新生會，他結識了一群好朋友，並視這裡為第二個家。他感謝新生會每一名成員，包括同病相憐的同路人、義工，當然還有會長。當他獲悉新生會將出版刊物紀念二十週年時，更自告奮勇，願意將自己抗癌的一點心得，與大家分享。2015年的4月，他精神奕奕，在新生會會所接受筆者的專訪。

澳洲首宗病例

「不要輕看一個傷風咳嗽，因為這很可能是嚴重疾病的先兆！」鄧炳依罹患的鼻腔淋巴瘤，在澳洲為首宗病例；但在中國及東南亞一帶，原來並不罕見。發病之初，鄧炳依只是流鼻水，開始還以為只不過是傷風咳嗽，沒有以為然；服用了醫生處方的抗生素，便繼續前往中國廣州探親及展開尋根之旅。旅行期間鼻腔開始腫脹，返回澳洲後仍掉以輕心，沒有及時處理；直到整個鼻孔腫脹至插針不入，才意識到是「大件事」。及至入院，在沒有麻醉下，要在上唇切割一小肉塊作檢驗，承受了「切膚之痛」；確診患癌時，已是離初期流鼻水、足足接近一個月後的事了。所以現時，他第一句就是勸喻人們不要輕看傷風咳嗽；就以他的個案為例：如果不是在鼻腔已經腫脹至插針不入情況才重視的話，最低限度可以免去「切膚之痛」呢！

與大多數罹患癌病的病人一樣，聽到醫生告知自己確診患癌、特別是這癌是澳洲首宗病例；曾是軍人的他，仍感到晴天霹靂。家人的支持固然重要，但醫生接着所說的話，卻更發揮功效；他的主治醫生說：「Trust me, I can treat you!」有這句話作後盾，他勇敢地面對癌魔的挑戰。

接受化療時，曾出現嚴重的副作用影響，全身毛髮脫過精光；而更甚者，在治療期間，發現癌細胞靜靜地走去了左腎。這時他確實有點驚慌，但發揮着身體潛能加上本身的質素，令他勉力剋服治療所帶來的痛苦；更想到醫生那句「相信我，我會醫治你！」給了他信心。而且他已經參加了新生會，在多方面的支持及鼓勵下，他坦然接受、勇敢面對。

要盡量吃，養好身體抗病

鄧炳依補充說：他的主治醫生在知悉這個生長在鼻腔的淋巴瘤在澳洲未曾被發現過，馬上積極透過互聯網查詢；結果得到北京的醫生同學知會，這個病在中國並非陌生，並告知詳細治療方案。澳洲這位醫生專業、專心的態度，未必可以在新加坡體驗到；當然他不排除與他的病是澳洲首宗這個可能性。他即使返回新加坡，或許同樣能得到最好的治療，但他相信留在澳洲接受治療的決定是正確的。

眾所周知，西方的治癌方案，除外科手術外，是用藥物或放射線去擊殺癌細胞，但同時亦會殺死健康細胞；接受治療時需要強健的體力魄力支持，故此一定要儘量進食，吸納營養，讓自己身體有能量去抵抗癌魔。但接受治療期間，身心同受折磨，副作用更令人食不下咽、甚至出現吞嚥痛楚情況。鄧炳依明白這個道理，故此他勉力去吃；在身體較好情況時固然要吃，遇上吞嚥有痛楚時，便先吃止痛藥；「就是吃完嘔吐、吐完也要再吃；因為要爭取營養，去打好每一場仗！」

感謝新生會，盡在不言中

在醫生悉心治療、家人全力支持及新生會的支援下，與癌魔打了7個月仗；今日，鄧炳依終於可以精神奕奕、侃侃而談自己的經歷了。筆者從他炯炯的目光，看到了軍人身上的堅毅；雖然沒有太多讚譽新生會的話語，但由他積極參與新生會將出版的二十週年刊物的態度來看，其實一切盡在不言中了！

後記：這個專訪在四月便完成了，曾承諾寫好了專稿會先讓鄧炳依過目，卻遲遲未有動筆；六月初，獲悉這位抗癌勇士突然再病發，於是立即動筆，希望鄧炳依能夠原諒我延誤的過錯。完稿後，又想起他曾說過「要及時行善，該做的，就要趁早做好、完成它；不然……。」人除了要珍惜所擁有的，不單是指健康，做事還是要「今日事今日做」比較好！

鄧炳依最後終於走完了他人生的道路，但去世前仍然能夠為這篇稿作出修改，更難得他一直沒有放棄，堅持到最後一刻，的確是軍人本色，令人敬佩！



新詩～《記年底所思》

李永康

生老病死，人所必經：

既生之時，父母親友，相互祝賀，此可喜也；
既老之時，親朋友輩，互相扶持，復可喜也；
及死之時，再生樂土，遠望故人，又可喜也；
偶染疾病，身心煎熬，臥牀不起，親友擔心，
有煩醫者，悉心治療，疾病既除，身體康復，更可喜也。

有病曰癌，初起未覺，直至轉危，就醫始知；
患者即聞，顏色頓變，惶恐終日，飲食不思，
咒天詛地，閉門不出，絕親謝朋，有如待斃；
或望祝巫，尋符覓丹，財帛房產，被吞貪囊，千金盡散，無功無益；
智者聞之，搖頭嘆息：可悲甚也！

另有勇者，聞之泰然，醫藥方劑，蓋遵醫囑，調理生機，歡愉渡日；
或遇同路，相互鼓勵，探討良法，共渡難關；
參與公益，用心用力，充實生活，自助助人。

或領導歌詠，演奏鋼琴；
或指導氣功，糾正錯誤；
或輯錄光碟，翻譯外文；
或舞獅為戲，娛樂病童；
皆可敬也！

來未迎笑

勇對人生亦喜亦樂亦歡愉

力剋病魔不棄不餒不休戰



衝破黑暗，繼續活得精彩

黃美娟

無可置疑，癌症已成為威脅人類健康的最嚴重疾病之一，不過很多人卻對癌病的認識不深、甚至有很多誤解：例如以為癌症是會傳染的、癌症只有一種、癌症是不治之症，又或者認為癌症只是老年人的病症等。在這裏，容筆者就這些誤解作答。首先，癌症是不會傳染的；與癌症病人相處、共用器皿、親密接觸等，都不會因此而傳染癌症。其次癌症已知多達 200 多種，甚至可能更多。第三，癌症如果及早發現和治療，很多是可以痊癒的。最後，癌症逐漸年輕化，並不是老年人的專有疾病。



她，對癌症一無所知，不幸確診患癌後，晴天霹靂，只感到恐懼；而且由於不敢告訴別人，世界彷彿變成漆黑一片。幸而認識了《維省新生會》，終於衝破患癌的驚恐、勇敢面對、繼續活得精彩！

我並未老，癌症怎會與我有關？

黃美娟，越南華僑，在墨爾本的親戚多達 60 餘人，屬於一個大家族。她的年齡，應該接近 40 歲吧！雖然家公較早前因癌症逝世，但仍然覺得癌症似乎是離她很遙遠的詞彙；她一向抱着「我年紀不算大，談甚麼癌？」的觀念。

然而，癌魔卻在暗中侵襲她。2012 年年初，她發現乳房腫脹及有硬塊，做了一些檢查，卻沒有甚麼發現；可能因她胸部向來有脂肪瘤，她的家庭醫生也因而不以為意。不過她卻發覺這次乳房出現的硬塊，與以往的不同；雖然她自認年紀尚不算老，但「癌症」這兩個字，卻忽然在腦海中浮現了出來。為求心安，黃美娟一方面尋求另一個醫學證據，一方面則上網搜索資訊，終於找到了「乳房穿刺」- 抽取組織活檢這個方法；最終，她被確診罹患了乳癌。

不敢告訴別人

在確診患了癌症後，晴天霹靂，怎麼辦？一連串問題，包括「我

這個年紀，為甚麼會患癌呢？」「除了丈夫外，應不應該還告知其他家人呢？」起初，黃美娟仍心存僥倖，希望不是事實；但稍後終於向現實低頭，並準備接受治療。治療方案先是 8 次化療，接着動外科手術，然後再進行 18 次標靶治療。

整個療程是漫長的，箇中辛苦，實難用筆墨形容。治療之初，她決定不告訴其他家人，因為她相信他們不會了解她的需要；告訴他們實情可能於事無補，反而枉令他們擔心。直至到她發覺化療所引起的副作用很大、不能接送子女上學後，才告訴了兄長。她還記得，當兄長獲悉她患癌後，感到錯愕、不能相信。

另一方面，透過家人的一個好朋友，她認識了《維省新生會》，知道新生會有許多同路人，可以在心靈上支持她、鼓勵她。不過由於治療長路漫漫，除了跟會長一次談話外，暫時還未融入新生會。

心中有了新生會，就如在茫茫大海漂浮時，找到了一個救生圈。黃美娟記得，化療的前期，由於副作用很大，令她受盡苦頭。有一次情緒波動很大，由醫院回家後，一直哭過不停；丈夫建議她出外走走、散散心。她第一次想起了新生會，想起了有一個打毛線的興趣班，所以就去了；只可惜那一日並沒有這個活動，她只好回家去了。

溫暖了她的心

整個療程長達年半，期間會長曾多次來電慰問，令她很是感動；所以當體力恢復了六、七成後，就參加新生會，成為其中一員。在過去一年多，她積極參與新生會活動；在這個大家庭裏，她得到很多支持、鼓勵及關懷，令她感到溫暖、更敢於面對癌症。在最近一次新生會大型活動時，她更成為了「健康球」的其中一名表演者。而每逢週二，她都會返回會所，參與例會活動；並特別欣賞會友炮製的午膳，對筆者嚷着：「好好味！」

黃美娟最後總結表示，很多人對癌症有很多誤解，包括她自己在內；當成為過來人後，發覺以往對癌症的無知，令她不敢面對、不敢告訴他人，獨力承擔所有壓力，亦令丈夫受苦不少。加入了新生會，她感謝會內每一人，無論是同路人或是義工，當然還有會長。這次她同意將自己的經歷發表，就是勇敢地要告訴別人：「患癌固然可怕，但並不是世界末日；我正是康復的癌症病人，我活得很精彩。新生會，你帶我從黑暗走出來，謝謝您！」

別輕易放棄自己

Sinkos

很多人不懂得惜福和惜緣，包括了我自己。往往在失去後，才覺得可貴、才學會珍惜任何事情，尤其是自己的健康，和那些永遠離去的親友。



那段日子，應是我人生中最難熬、最晦暗的了；2014年聖誕前夕，正是醫生確診和宣佈我已患上了腸癌。這消息如同晴天霹靂，當時內心的苦痛，實在是難以形容，也不是外人能夠體會的。因此，在我住院的那段日子，心情是相當消沈、無奈、徬徨與難受，甚至每晚都失眠、流淚。好不容易熬過了治療的二十三天，被割除了大腸，也被拆除所有插在軀體上的儀器，我終於懷着忐忑的心情，回到久違的家。

據了解，現代文明社會的十大死因，癌症已經超越了心臟病、糖尿病等，躍居首位；現時已不是談虎色變，而是談癌色變的時代了。事實上，隨着時代發展，雖然醫技愈進步，但若與過去相比，人們的健康狀況，卻愈來愈差；長期處於吃多、動少、壓力大的情況下，罹患癌症的比例，便節節上升。

首個月在家養病期間，曾經苦苦思量，如何能提供身體足夠的修補材料？

儘量避免情緒上的紛擾

首先要修復的，是要儘量避免情緒上的紛擾，正所謂「生不帶來、死不帶去」，還有甚麼不能徹底放下的呢？他人的舉止言行，乃是他個人的修養問題，我只要不介懷、不執着、不計較，便是快樂的泉源；放開懷抱，開心的過每一天，就已經很不容易了。

其次就是要改變晚睡的壞習慣，「早睡早起」成為了我的座右銘；因為八小時優質的睡眠，能加強我們五臟六腑內的自癒免疫系統功能，讓它分泌足夠的荷爾蒙，以供給全身細胞的需求。

當我正在摸索如何改變過往一切不良的起居飲食壞習慣時，一位來自西馬的好朋友來探訪我，並且鄭重為我推介專為癌症康復人士設立的《維省新生會》；同時他不斷鼓勵我，更特地送我到會所報名成為會員。在會所內，有不少有益身心的光碟和書籍供借閱，我印象最深刻的是《生命之光》，尤其是已故前副會長及顧問鄭直烽先生的抗癌心聲：「既來之、則安之」。這六個字，加強了我內心的平衡；既然我已患上了此症，便應以平常心去接受這不能改變的現實！

我們的會長，是一位和藹可親、非常有愛心的人，特別是照顧上了年紀的康復人士，更是無微不至；前副會長太太鄭太，也很親切和樂於助人。義工們都很友善，她們的臉上，時刻都掛着微笑；那些正在康復中的好友們，從不諱忌討論自己的病情，大家互相勉勵、分享各自的喜悅和遭遇；大家開開心心地一齊做運動、吃午餐，或到郊外旅遊。

當我每天在戶外步行一小時，總會默默地感恩，能有緣在《維省新生會》裡結織了一群來自世界各國的好友、使我重新獲得「新生命」、令我意識到不能輕易放棄自己。

其實我最想對《維省新生會》說的還是一句「謝謝」，謝謝新生會給予我這麼多！



要專心治病，才能對得住愛自己的人！

許蔓莉

墨爾本《維省新生會》在過去二十年來，支援了很多華裔癌症病人及他們的家屬，然而他們最初是如何認識新生會呢？他們或許透過親戚朋友介紹，或許是自己從中文報章得到信息；又有些是經由醫院轉介，更可能是新生會外展社工，在拜訪不同醫院時尋找到的；但許蔓莉（下稱 Mary）的個案卻較為特別。



2012 年，她乳癌病發未幾，由於妹妹在上海剛從肺癌康復過來，明白自己孤身抗癌，是很難挺過來的。妹妹認為墨爾本應該像上海一樣、存在一些協助癌症病者的組織的；就這樣，Mary 找到了新生會。得到新生會的幫忙，加上妹妹由上海飛過來、照顧了她一段時間，Mary 終於康復過來了。

問及患癌後的第一任務是甚麼呢？她強調「要專心治病，才能對得住愛自己的人！」

媽媽因乳癌離世、妹妹亦罹患肺癌

1991 年，Mary 由上海來澳與丈夫團聚，就好像很多中國移民一樣，兩夫婦拼命工作，為的就是早日有一個安居之所；為了達到目的，以至相繼生下兩個女兒時，已是高齡產婦。一直對癌症無認識，以為自己身體一向很好，小病都沒有，怎會患癌呢？甚至在上海的媽媽是因乳癌離世，妹妹亦幾年前才剛由肺癌康復，她仍未感覺家族遺傳基因可能是患癌因素之一，繼續為生活拼搏奔波。

（筆者按：國際著名女星安琪蓮娜祖莉（Angelina Jolie），母親於 2007 年死於卵巢癌；其後確定自己帶有遺傳性 BRCA1 基因突變，了解自己患癌機會比一般人高；所以兩年內，先後做手術切除雙乳、卵巢和輸卵管。事後她坦言手術不會令她解除全部的患癌風險，但卻語重心長地忠告所有婦女：「任何健康隱患都是可以控制及治理的；你可以尋求建議、了解不同的選擇，為自己做正確的決定。」）

Mary 說：「2012 年初時，我偶然摸到乳房有一硬塊，但仍不在意，

以為自己身體這麼好，怎會有事？這時回想起來，乳房已有硬塊了，還繼續掉以輕心；對癌的認識，實在是很無知呢！」

新生會助放下顧慮

過了一個月，硬塊仍在；Mary 這時才意識到要去看醫生、做做檢查，才是上策。當檢驗報告出來，確診患上了乳癌、甚至有轉移到肺及肝的可能；但當急之務，首先是治療乳癌。（筆者按：當 Mary 的乳癌治愈後，發現所謂肺及肝的轉移，僅是虛驚一場。）當醫生提出治療方案，包括要在最短期內進行切除手術，Mary 頓時腦海一片空白，可以說全聽不進耳朵，心中滿是恐懼。第一個念頭就是「我會死嗎？」腦海中種種問題出現了；「怎麼辦呢？兩個女兒還這麼年輕、還在唸中學；我有病，誰人照顧她們呢？丈夫要工作、又要照顧我，他能承受嗎？」千百種顧慮，纏繞着她。

但現實還是要面對的。當開始接受治療時，遠在上海的妹妹，着她在墨爾本尋找一些協助癌症病人的組織；認為在上海有，澳洲沒有可能會沒有。就這樣，在妹妹以旅遊身份飛來墨爾本照顧她前，她找到了新生會。

Mary 表示：在整個治療期間，如接送兩個女兒上學、煮飯等，來自上海的妹妹實質的幫忙當然很多，但她只能停留幾個月；但新生會則不同了，在心靈上的支持，也極為重要。

感謝丈夫關懷備至

「透過會長、一眾義工的安慰，還有過來人的心得，告訴她在接受治療時，很多不好的反應是藥物的副作用使然，而不是癌症發作，這讓自己釋懷不少。當然，在會所遇到很多會友，都是從癌症康復過來的，這更增強自己抗癌的信心。」Mary 很感謝新生會，參加了新生會後，將很多心理包袱都放下了；現時仍定期接受醫療監察，但精神壓力減低了，沒有像病發之初的瞎想那麼多了。

正如在 Mary 在口述她的遭遇之初，提到要專心治病才能對得住愛她的人；故在結束時，她特別多謝丈夫對她的不離不棄，她更要多謝丈夫不時將上海著名笑匠周立波的光碟給她看，讓她多點笑、少點憂慮。丈夫的這份心意，如不專心治好病，怎對得住呢？（註：周立波獨創的海派清口《笑侃三十年》、《笑侃大上海》等曾在上海引起了強烈的轟動，一票難求。）

捨與得！失與得！

麗荷

我生長在一個小康之家，爸爸經營一間中藥店，不求生意滔滔，只求三餐溫飽不成問題。外表看來爸爸是個非常嚴肅的人，使人望而生畏；每當我們頑皮時候，總難免會吃頓「籐條炆豬肉」。雖然如此，但爸爸也有溫柔時候；每當子女有病時，您一定親自煎藥兼服侍、盡顯慈愛的一面。



媽媽可謂是一位標準慈母，對子女從來沒有打罵過，總是諄諄善誘，因此兒女們都很敬愛她。記得小時候，跟着媽媽去街市買餸菜，她就教我們如何選擇魚、肉與蔬菜，怎樣才是新鮮好吃的，至今仍然獲益良多。

幸好戰爭沒有破壞我們的家園，能夠闔家平安，真要感謝上蒼保佑！可惜戰爭結束後，政府改變了，很多人不習慣當時新的社會生活，精神受到威脅；唯有捨棄家園、投奔怒海，經歷九死一生。幸運者平安上岸，得到其他國家收容，可以重整家園；但不幸者或要葬身大海，也在所難免！

家兄幾經風險，終於來到澳洲定居，並成功申請了父母和我來澳洲團聚；之後，其他兄弟及家姐的家庭，也相繼順利移民到美國生活，這些都是我覺得欣慰的事。

世事豈能盡如人意

或者世事沒有永遠完美，在 2003 年年尾，我確診患了乳癌。不幸中之大幸，因發現得早，而且好像冥冥中有所安排，在這個最茫然的時候，我無意中認識了《維省新生會》；聽了講座後，我對癌症有較多認識，眼見會裡各位抗癌勇士，我開始覺得生存有希望了。

手術後，接着做六個月化療，繼而六個星期電療；最後接踵而來的是長達十年的荷爾蒙治療，那就是每天早上吃一粒藥丸。化療的確對身體影響很大，頭髮掉光了、面色灰白，在夏天我也會感

到發冷呢！當時我對自己會否痊癒，完全失去信心了。幸好其後的電療對我影響較少，只要聽從護士姑娘指示，多塗潤膚霜；被放射過的地方，也只感到黑了一點而已。

當我做完化療和電療之後，通常每個星期二都去新生會參加活動。在這裡，我與會友們，可以聊聊天、分享彼此治療的經過、談談怎樣克服當中的副作用；相信這會給新來的病者有信心去面對和接受治療，讓他們看到康復的機會！

沒有錯過新生會三次音樂晚會

時間過得真快，屈指一算，我已經來新生會有十年多了，其間我也參加過新生會所舉行的三次籌款音樂會。

第一次是我剛做完治療的時候，病後初愈，只好做個觀眾，在台下欣賞表演了。

第二次的音樂會是 2009 年的 7 月 4 號晚上舉行，名為《樂韻獻關懷音樂之夜》，表演者大部份是癌症康復者，想不到我也有在台上演出的機會！那次演出很成功，我們三個人演出的「太極扇」，也得到很高的評價呢！

第三次的籌款音樂會是 2013 年 9 月 28 號，這次音樂會名為《才藝薈萃顯新生》，也是有康復者參與演出。其中我們六個人負責表演的「健身球」也不錯，當我們走下台時，朋友們都說：“做得很好呀！”當時大家都開心極了！

現在，十年治療期已經過去，我再不用記着每天早上吃藥了，感覺特別輕鬆，會友都說我的氣色愈來愈好呢；看來我的面色和健康者都沒有分別了。難怪新來的癌症病者看到了我們這樣的康復者，眼裡都充滿着希望，也讓我們心裡感到真高興！

老子《道德經》所謂「損之而益」，沒有捨去，容不下有得；表面吃虧受損，好像有所失，其實內德已增益。雖曾經歷折磨，但新生會帶给了我信心，每天活得愉快無憂，更可以幫助困境中的同路人；但願我們能給他們信心去醫好癌病，以後活得更加精彩！

一個美好的回憶

陳雪珍

回顧 2009 年至今，轉瞬間又過了幾年。回想當年某一天，正是星期二新生會活動日，我見會長站在門口沉思着甚麼似的，我上前問她“有甚麼事呀？”她說：“就快新生會生日，現正排練一個話劇，但突然有兩個人退出，一時間去那裡搵人呢？”當時我想都沒有想，就大膽地問“我可唔可以做呀？”會長聽我這麼說，即時高興地說：

“當然可以啦，台詞唔多。”就這樣，決定讓我參加這個話劇的排練和演出，當時我真的很開心。



演出是否成功，還要大家評定；但從排練到演出的整個過程裡，我實在是很開心和快樂。排練時大家有講有笑，不論年青或甚麼年紀的人，都能互相關心、互相提點、落實排練；演出時每個人亦認真的演好自己的角色。

演出話劇得到啟發

從這次演出，使我得到了一個很大的啟發。我年紀老邁、體弱多病，經常覺得自己是一個增加社會和家庭負擔的人；有了這個自卑感，所以常常一個人悶悶不樂，總是不開心。自參加排練和演出後，心境開朗了很多；每次回想起來，都很開心。我感覺到年紀和體質不是人可以控制，但上了年紀仍可為社會和家庭盡一分力；不以年齡和體質成為精神壓力，要開開心心活好每一天。

在藝術舞台上，覺得很開心；但在人生舞台上，就不是那麼的如意。卅多年的患癌生涯，大小手術、化療及電療那種種的辛苦，真的不容易捱過來；尤其是近三年裡，做了兩次較大手術，真是每次都在鬼門關逃出來一般。

我很慶幸能活到今日，全靠多方面的支持。能生活在澳洲，就像活在人間天堂一樣；澳洲有好的醫生、完善的醫療設備、優質藥物，有病起碼在醫療費用上不用擔心。不然的話，我家庭經濟只

是一般受薪階層的收入，我患的幾種癌病，子女們不單要請假照顧我，若還需要負擔着沉重醫療費用的話，我早就一命歸西了。還有另一方面，是親友們對我的關懷。每次我住醫院，很多親友每天都來探望我；她們更在百忙中，抽出時間煮些好味食物給我食。雖然自己很多時都會無胃口，但她們總是一湯匙、一湯匙的餵我進食。

十多年來，新生會的義工和同路人，對我的關懷真是無微不至。每當我遇到困難時，只要一個電話打給會長，就總有辦法給我解決，我真的很感謝她。此外，很多義工和同路人到醫院及家庭探訪我，如葉笑娟及美連等人，有不少的人還在活動後親自送我回家。她們給予我內心的溫暖和精神上的安慰，在我心靈上，永遠不會忘記的。

活好每一天

我也很感謝我的兩個子女，無論有病或平時，對我都很關心和愛護；即使因上班不能每天來探望我，但總有電話來問候。每次我住醫院，他們都陪我到三更半夜；卅多年來，都沒有改變。每次在我病重時候，他們總為我擔心，食不好、睡不着。每逢想起他兩兄妹為了我而受的苦，內心便非常難過；為了照顧我，他們實在太辛苦了！

這幾十年來，不但對各方面都有滿足感，更要多謝上天賜給我福和壽，所以能安然渡過一關又一關。現在我唯一的願望，就是平平安安、開開心心活好每一天，希望每年都能參加新生會的生日活動。



和《維省新生會》十五年情緣

如月

由於前一陣子丈夫的健康出了一些問題，自此便來回奔波於醫務所、化驗所及醫院之間；疲累加上擔憂，致令我夜不能眠。此時才體會到作為一名照顧者的境況，更希望一切快些轉好起來；就如今早的天氣一樣，大太陽從窗縫中透進來，是今年入冬以來少有的晴天。馬上呼叫丈夫起牀，快快梳洗後，便驅車直奔郊區、一處每月只辦一次的星期天市集，那裡有我喜愛的批餅及蜜糖。從早上出門，我們一路遊玩，直至到日落西山，興盡才回家。趁着今天精神和心情都比較好，便趕快動筆寫下這篇文章，以應《維省新生會》慶祝 20 週年出版特刊徵稿之用；我想寫下一些和新生會結緣、一路走過十五年裡的點滴。

我是一個癌症康復者，在我初悉患病時，由於兒女已成年，剛放下擔子，卻突然受此大打擊，心中的憤怒、驚恐尤甚。其後得遇會長姚太適時的關懷和幫助，並且介紹其他病友及康復者給我認識；在我接受治療期間，她們的親切關懷和鼓勵，溫馨着我的心，讓我在抗癌路上，不覺孤單，繼而一步步走畢治療全程，並慢慢地康復。

康復後成為義工

我是非常幸運地遇到這些好人，懷着感恩的心，我參加了新生會義工工作，幫助會長聯絡四十多位患了乳癌的病人及康復了的會友。由於他們居住地區不同，所以便分為東、南及西三區，各有一位義工負責聯繫；我們組織了家庭及電話訪問，並且定期舉辦一些有益身心的活動。我們不能亦不可給予他們任何治療的建議，因為這是醫生的專業，但仍可通過談話、聚會，為他們解開一些心結、舒緩一些情緒，為治療起到積極作用。

記得有一次我接到一個任務，是要用電話訪問一位新病人；剛自我介紹還不到三句話，那位女士便已泣不成聲，不斷向我訴說着她的不幸。從電話那邊，我深深感受到她的悲傷和驚恐；我耐心地和她傾談了一個半小時，安撫好她的情緒，和她分享我的經歷，並且鼓勵她勇敢面對。在談話結束前，她笑聲連連地感謝我的幫助。至此，我真正體會到只有不怕公開曾經患癌，用自身的經歷，給予病患者鼓勵，會令更多人得到幫助。

在幾年的小組活動中，不時見到他們相互關懷，相互安慰、鼓勵，真情流露；正如我丈夫所言，會友間有着非一般的情感，乃是因為我們都是同路人，一同經歷過那些艱難的歲月。彼此間無須畏忌隱瞞，無須壓抑情緒，坦誠說出自身的擔憂和困惑；說到傷心

處，更可大哭一陣，以舒發心中鬱結。每每哭過後總能恢復心情，在大家支持下，鼓起勇氣繼續向前走。

新生會工作獲肯定

在這十五年裡，雖然見到許多病友不幸先後離世，但他們和他們的家屬，都會對新生會所做過的工作，作出肯定和讚揚。

其中有一位病人，特別觸動我的心。她在剛完成療程後，便高高興興地參加我們的活動；每次見到她精神煥發、心情開朗，我便特別開心。大約半年後，我邀請她參加母親節慶祝會，享受義工們烹製的美味食物、會友們的精彩表演；大家放聲歌唱，互祝節日快樂。期間我感受到她完全釋放自己，沉醉在歡樂裡；我把幸運抽得的獎品轉贈給她、祝福她安康。那時她眼泛淚光，緊握着我的手，感謝我的祝福；可惜不幸幾星期後，她的癌病復發，很快便離世了。後來她兒子轉告我們，她母親說那次母親節聚會，是她自成為母親後，過得最快樂的一個母親節。知道了她的離世，雖然感到很難過，但令她享受了一個在世時最快樂的母親節，我也稍感安慰。

在會裡有多位會友雖在抱病期間，但只要體力能支持，都儘量幫忙處理會務，愛會之情盡顯。對此我們都懷抱感激和敬佩，我知道大家早把新生會都當成自己第二個家了。

體現人間有情

在這裡，我衷心感謝那些現在參加和曾經擔當義工的朋友。他們其中有些是病患者，有些是康復者，特別是有些是健康的朋友；他們都能衝破外界某些無知猜測指劃或家人誤解，把對病患的同情和憐憫，化為動力；為患者們奉獻真愛，體現人間有情，發揮人性至善至美的一面。

如今我雖然離開義工行列，但每次回到會裡參加活動時，若遇見新病友到訪，我總是樂意和他們多談話，分享自身經驗，並且對他們多安慰及鼓勵。或許我十五年康復經歷，還真是讓他們感到鼓舞吧！因為只有這樣做，才是最能回饋當初那幾位有錢出錢、有力出力的創會成員，並且延續他們的大愛精神。

最後祝新生會全人身體健康、新生會繼續邁步向前，為華人同胞、為社會作出更多貢獻！

我並不孤單

姚少雯

前言：

有人說：癌症病人，很多是嚇死多過病死的！無論這個說法是否正確，但大多數人在獲悉罹患癌症後，第一個感覺就是晴天霹靂；死亡的恐懼，油然而生。但如果想一想，很多嚴重的疾病，如高血壓、糖尿病、冠心病等，都是沒法根治的，那麼腫瘤不就是一樣嘛！事實上，現今醫藥昌明，即使癌細胞有所轉移，能與癌共存 10 年、20 年，甚至更長期的癌症病人，大有人在。位於博士山 Station Street 的《維省新生會》會所，每逢週二都非常熱鬧；因為這一日，這裏會有很多興趣班活動，亦有義工免費為會友理髮；而最重要的，就是有會友炮製午膳。



投奔怒海 險死還生

姚少雯，她每月負責煮食一天，今日正輪到她當值。筆者但見一位婦人，穿着鮮紅色的圍裙，滿臉笑容，揮動鏟，翻動鍋內一大堆食材。看着她容光煥發、精神奕奕，有誰知道她原是在上世紀八十年代，當越南解放未幾，投奔怒海，以難民身份抵達澳洲的；其後生活較為安定，子女亦漸次成人之際，於 2004 年忽然確診罹患癌症。在此後的近十年間，一直與病魔搏鬥；健康時好時壞，進出醫院無數次，更曾一度被醫生診斷為病危，但最終只是與死神擦身而過。

近兩年，健康情況比較穩定了。她回憶漫長而艱辛的治療期間，每當睡醒，就恐懼能否活過當天，惶惶終日；幸好，她認識了新生會，讓她重拾信心，不再恐懼、不再執着，只求精彩活好每一天。

人生在世，所走的路，或有崎嶇不平；不過姚少雯所走過的，卻真是荊棘滿途。她生長於南越一個小康之家，在家中排行第六；剛在護士學校畢業，卻遇上越南解放。父母用了一筆錢，安排她與兄長一家四口，共投奔怒海，首次挑戰死神；終於平安到埗，稍後在墨爾本定居下來。

因為英語不佳，沒能從事護理工作，只好去工廠做工；工作了約一年時間，怎料工廠卻關門大吉。失業後她硬着頭皮，再修讀護理證書，英語也有了進步；半工半讀，最後獲取了專業資格。接着在一間護老院工作，並結婚生子；眼看生活趨向安定，兒女亦漸漸成長。豈料好境不常，2004 年，她忽然經常發高燒；經歷多次檢查，還未能找出病因。有一日，原本安排了照腸鏡，但卻因全身突然冰冷如雪條般，被送往急症室；這一次，終於證實罹患了淋巴癌，就此展開了她漫長的抗癌戰爭。

姚少雯回想當醫生告知她患癌時，「感到驚恐，亦未諗過自己身體向來健康，怎會患癌呢？」她信佛，在展開第一個化療療程時，每當精神稍好，便會前往佛堂。很多師姐獲悉她患癌後，作出很多建議；這時，她第一次聽到「新生會」這三個字。

每當睡醒便自問：「我會死嗎？」

她自問是一個多愁善感而執着的女子，癌這個病令她感到非常恐懼；尤其在化療期間，身心更備受折磨。每當睡醒，便會問自己：「我會死嗎？」她於是便拜訪了新生會，第一個認識的便是 Winnei。不過化療令她身體很虛弱，加上年後再次病發，所以未能經常參加活動；早期她與新生會的聯繫，也不過是斷斷續續。雖然如此，但會長姚太，及她所接觸過的每一名會友、義工，都對她關懷備至，令她感到溫暖、心靈得到支持；雖然仍存恐懼，但重拾了活下去的信心。



受盡淋巴癌的折磨，有一次病勢嚴重，醫生甚至告訴了她的丈夫，着他做好最壞的心理準備。可能是上天憐憫，又或是她求生意志堅決，第二次與死神擦身而過；而這一次，距離死亡真的很近！很近！

淋巴癌最終走了，姚少雯健康了好幾年，這時與新生會更親密了。但，癌魔真的離開了麼？答案原來是“不”，這一次可是乳癌。2008 年，她再一次證實患癌；這回又化療、又手術切割，再次受盡了苦頭。

期盼為新生會多做一點事情

在治療乳癌期間，個性已從多愁善感，變作豁達開朗了。所受的苦不比治療淋巴癌那次的少，但最主要的是子女成長了，減了後顧之憂；所以她又更積極參與新生會的活動，近兩次新生會舉辦的大型活動，她成為了扇舞表演的其中一員。

2012 年，她從乳癌的陰影走出來了；這時她發現週二的聚會，不但可加入不同的興趣班，又可以身作則、告訴新來的同路人：不要恐懼、要勇敢面對。而更重要的一環，就是每月可以負責一次煮食。她很喜歡下廚，但在家中是煮給丈夫及子女吃，只屬小型的；而在新生會，要煮給十多二十人吃，是大型的。當看到他們吃得津津有味時，更是滿心懷着成功感。

當談及新生會之情，姚少雯直指認識了新生會 11 年，由初相識到現今的熱戀，感謝新生會使她堅強、令她開朗；亦讚賞會長為新生會盡心儘力、不望收穫、只問耕耘。現時，已不只是單說多謝的時候了，最希望自己能為新生會多做一點事情，身體力行的告訴正在受癌症煎熬的人：「不要恐懼，因為在抗癌路上，你們並不孤獨！」

（上接第 52 頁）

在《維省新生會》成立二十週年之際，我要再次感謝會長籌建這個為華裔癌症患者建立的共同抗癌的組織，感謝眾多義工們，還有那些不是義工的義工們的無私奉獻。願逝去的故友們在天堂裡幸福的生活，願現存的同路人勇敢地面對疾病，珍惜生命，快樂過每一天。

新生會二十週年有感隨筆

清心

時光如梭，光陰似箭；轉眼之間，我從初識新生會至今，在不知不覺中已有近十個年頭。故人不斷逝去，有的還未來得及體驗人生的甘苦，有的則是辛苦半輩子還未來得及享受人生……；傷感之余，感慨萬分，真是人生如夢，一縱即逝。

很多癌症患者在得知病情的一瞬間，彷彿晴天霹靂，往往都是悲觀絕望，以為自己不久於人世。我也沒有例外，總是問自己：“為什麼我那麼倒霉？”、“為什麼上帝不眷顧自己？”等一系列問題。同時，也根本聽不進任何人的規勸，總認為別人是站着說話不腰疼，心想：“你又不是病人，你怎麼能體會到我的心情？”。特別在治療了一段時間、放療和化療的副作用出現後，更是痛不欲生，心情糟到了極點。恰在此時，聽到有個支援華人癌症病患的《維省新生會》，很多人抱着去看看的想法來的。看到的是同路人（同是癌症患者）們開心的臉龐、聽到的是同路人親切的問候，以及義工們熱情的關懷，特別是同路人義工的榜樣，心裡感到很溫暖，慢慢地也開始接受現實，積極面對疾病。

何謂“話療”

儘管，新生會不是醫療機構，也沒有心理諮詢師；但我們同路人在一起談論各種輔助療法，比如：食療、郭林氣功、中醫中藥等等。我們一起鍛鍊、一起唱歌跳舞、一起開玩笑、一起旅遊……，大家稱之為“話療”。你可不要小看“話療”的作用，它能起到比藥物及心理諮詢師更好的作用；它讓我們像信心百倍的勇士，勇往直前，即使不能戰勝疾病，也能讓它退之千里。

新生會不僅給我們癌症病人提供了一個相識的平台，讓我們能共同抗癌；同時，她也不斷地舉辦各種講座，讓沒有病的普通人了解各種資訊。特別值得一提的是每年一次的「癌症資訊日」，讓大家了解癌症的預防及早期自我發現的方法，防患於未然。據醫學刊物的報道，早期發現是提高癌症患者生存率的關鍵，也是減少癌症患者痛苦的關鍵（有的早期癌症患者在手術治療後不需要放、化療）。

在這二十年中，新生會也由最初在 Box Hill 一個小組開始，發展到現在還有了西區組、Springvale 組、英語組、國語組五個組。我們國語組在義工 Jenny 的領導下，活動內容豐富多彩，“話療”、美食、探訪、唱歌、跳舞、旅遊等等；尤其值得一提的是每年的旅遊節目，釣魚、捉蟹、游山玩水，總是讓其他組的人羨慕不已。

（下接第 51 頁後半）

憶友懷舊金蘭情誼（會友）

友于甚篤、鸞鵲情深；竟或生死別離、天人相隔。

尋憶往昔情誼，難禁哀思懷念。

《易》曰：「二人同心、其利斷金、同心之言、其臭如蘭。」

金蘭誠喻交心之可貴也。

喚起回憶的兩封電郵

張秀志

緣份

May 鍾 口述

清明時節憶故人

藍奇

癌症 ≠ 死亡

知恩

種花為樂！

FeiFei 口述

感恩的心 感謝有你

舒心

新詩兩首～

李元多

《你好，澳大利亞！》、《休止符號之後》

圖片傳情～微感動

華健

追憶前副會長鄭直烽先生

劉先煌

苦辣甜酸

王素鸞

CCSV A safe and lovely place to be

Teresa Gan

喚起回憶的兩封電郵

張秀志

《維省新生會》（下略新生會）20週年了，會長打算出版一本書，記念這個特別日子；我無一技之長，只能在寫作和修改文章上，幫一點忙。

回想當我2000年到達墨爾本定居未幾，為了解癌病在墨爾本華人社區的情況，曾訪問了新生會會長；而我就因為這個訪問，從此便與《維省新生會》扯上關係，在傳媒和新聞發放方面，幫點小忙。

不得不佩服這位看似弱質纖纖的女子，竟有強大力量，一手將新生會由零，開展至今日能夠多方面、幫助任何尋求協助的華裔癌病患者；並且提供一個溫暖的會所，供會友聚集。

時間如白馬過隙，15年轉眼就過；其間在出版方面，新生會於10週年及15週年先後出版了兩本刊物，都是食譜。分別是維省新生會《笑對人生系列》之《新生食譜》，以及維省新生會食譜之二 - 《飲和食德》；兩本食譜，我都有幸能夠參與編撰工作。

今次這本紀念刊物，名為《維省新生會廿載情》，不再是食譜了。顧名思義，自然是要收集一些新生會情緣的文章，我是一位自稱「執筆搵食」人士，心想如果自己不撰寫一篇文章，如何對得起「江東父老」呢！

《新生食譜》鼓勵患癌好友

這次，我協助兩名會友撰寫文章時，發覺他們都是先受到旁人的鼓勵及協助，才得以勇敢面對癌魔。回想2005年當新生會出版了第一本食譜後，我一位在麗的電視的舊同事，年末及半百，竟然患上了腸癌。當事人已移民新西蘭，在當地發病，返回香港治療；再因人事關係，轉送中國接受中西合璧療法。只可惜藥石無靈，在彌留前，胃口盡失，瘦至不似人形；我身在澳洲，一時間無法親自探望，聽聞他沒有胃口，立刻將一本《新生食譜》寄給他，聊表寸心。

稍後，我接連收到兩封電郵，先是他太太發給我的，翌日他再親自撰寫給我，閱後我百感交雜。想不到小小一本刊物，竟然給老朋友帶來那麼大的鼓勵。他太太給我的電郵中，告訴我她丈夫在收到我那本書後，開始說想吃這些、那些……（見電郵一）。他過身後我回到香港，他太太還透露在他閱讀那本食譜後，趁精神稍佳的一、兩日，便會與家人離開醫院，外出進餐；雖然他還是難以進食，但這一餐對家人而言，實在難以忘懷。

在他太太給我電郵後的翌日，我再收到他親自撰寫的電郵，一訴離情之餘，並細訴患病經過（見電郵二）；這封文字不多的電郵，我深信他費了很大的勁才能完成，令我非常感動。原本打算在那一年年尾回港時，前往探望；只可惜未幾噩耗傳來，他終於捨下深愛的妻子，離開塵世。

為了新生會這本20週年刊物，我特意刊載這兩封電郵，一則悼念亡友，二則希望大家不要看輕任何對癌病患者的鼓勵。最後再就我這位亡友的經歷，引證癌病如果發現得早，治癒的機會較大。他在發覺患病時，已是末期；醫生說只有三個月壽命，其後他雖然勇敢面對，唯最終仍戰敗，在50之齡離開了！

（第一封電郵 2005/8/24）

Dear brother Cheung,
Mr Finger, u gave us a big surprise!
Yeung is reading your great work now! He begins telling me what he would like to eat, how rare for a patient who has lost appetite after chemo treatment! Thanks indeed!
Sorry that we can't decode your email! Wish u all the best in Australia! Good heart will have good returns! Let's all take very good care of ourselves and our loved ones!
Warmest regards,
Yeung's Wife :)

(第二封電郵 2005/8/25)

Dear Finger brother,

It is very thoughtful that you sent us your book. In fact, it comes at the right time.

Your email reminds me of the good old days. My illness does call together of Old RTV Boys Club came all the way to see me. And I even received email from old boss.

As for myself, I found out my problem last April when we're in Auckland, New Zealand. We went to the local hospital and they found a big tumour in my sigmoid colon. Emergency surgical operation is scheduled but the doctor had to cancel it after they discovered that the cancer cell has been widely spread to other parts of my body. Doctors there gave me 3 months. So we decided to come back to HK to see our family before anything happen. Fortunately, I have the chance to try the Chinese way of fighting cancer and have been resting here in Guangzhou for about 3 months. I feel much better now and I am confidence that I can live longer then what the NZ doctors predicted.

Fighting cancer, of course, is not easy at all. But I think I am very lucky to have supports from many old friends. Some of them I didn't make contacts for decades.

I seldom write email because it is too exhausting for me particularly after receiving chemo. But I think I must reply to you by myself. Playing ball games at Nam Wah Club as well as many other crazy things we have done enriched our life and our memory.

I can't talk too much because of the medicines I am taking but before signoff, I wish you all the best.

Take care and thank you again.

Yeung

(註：我中文姓名之“秀志”，在麗的電視工作期間，同事給我起了個諧音花名——“手指”，故電郵中稱我為 Finger brother。)

緣份

May 鍾

緣份這兩個字，或可作為很多人、很多事湊合在一起的理由；而對 May 而言，她更不能不相信緣份。她是越南華僑，其後去到加拿大生活；17 年前罹患乳癌，在醫院時因為聽到隔鄰病牀有人唱聖詩，而成為了基督徒。康復後，又因為一名在墨爾本的至親病了，需要她的照顧；8 年前她來到這裡定居，結果成為了《維省新生會》的一員。這一切、一切，不就是緣份嗎？

加拿大亦有新生會

May 8 年前來到墨爾本，雖然人生路不熟，但由於她在加拿大亦參加了當地同樣協助華裔癌症病人的新生會，所以她在全心照顧患病的至親之餘，並努力尋找可以協助她的志願機構。皇天不負有心人，一次在報章上看到《維省新生會》舉辦講座的報導，得以加入了《維省新生會》。8 年來，致力參加新生會舉辦的活動，去年更在「新生大匯演」這個籌款活動中，隨新生歌唱團在台上表演。

曾是加拿大新生會會員，她表示所認識的加拿大新生會，雖然亦積極協助華裔癌症病人面對癌症；但《維省新生會》有更多的活動、更多的講座，所以可以更廣泛去協助有需要人士。她補充稱：這是 8 年前加拿大新生會的情況，現時或許已有所改變而不為她所知。

維省新生會「門常開」

May 感謝《維省新生會》，溫暖了她的心。直言這裡就是一個大家庭，每一名會友不但可以在每週舉行的定期活動中，返回會所，分享所有歡樂。同時，若有任何疑難，又可隨時返到會所，得到實際及心靈上的支援；因為《維省新生會》的大門是門常開的！

最後，她說：「感謝新生會每一個人，她們能將喜樂之心，給予所有有需要的人。」

清明時節憶故人

藍奇

一縷青烟掛天邊 哀思懷念駐心田
遙祭摯友清明日 哽咽滴淚問蒼天

那一天清晨，窗外一片寂靜，突然一陣急促的電話鈴聲，將我從睡夢中驚醒；我忙起身披衣去接電話，聽到的是丁一君因患癌症於2014年11月23日凌晨離世。噩耗傳來，我“啊～？”一聲，不肯相信是真的。我哽咽半天講不出一句話，腦海一片空白，兩眼淚水奪眶而出。就在此前一個多月，我擔心他因化療不思飲食，還特意買了兩罐乳清蛋白粉寄給他，以補充營養、增強體力、提升抗病能力，卻遲遲得不到回音；如今我終於明白，他急匆匆的走了。在他病重期間，我把在新生會收集的癌症知識單頁寄給他；讓新生會的光和熱，不但惠及本地的華裔癌症患者，也溫暖國內和海外邊陲華人的心。這消息如一重錘，擊碎我本已受傷脆弱的心靈，有如地球的一角發生了塌方，已經無法用悲痛兩字、來形容那一刻的心情。人生之路，跌蕩起伏，難免有不如意之處；唯有生離死別，最難讓人承受。

相識半世紀

提起與丁一君的相識，就要把時鐘倒撥五十年。那一年，我剛在應化學院結束為期五年的教學工作，還未享受假期，就接到一個新的科研項目急需用人、要立即前去報到的通知；從此，我在此課題組連續工作了十個春秋。起初只有四人的小組，共用一間實驗室，我常在天秤室與他見面，彼此經常討論課題中的難點，切磋技藝；他為人謙和，以助人為樂。我有時因粗心大意，為實驗失敗而沮喪；這時，他會與我共同找出失敗的原因，提出可行的修正方案。工作中不同意見、不同觀點、爭論不休是家常便飯，最好的解決辦法是通過實驗來證明真理。有人說，科學家個個都像玫瑰，滿身是刺，卻香艷迷人。一項科學發明和創新的背後，都不是一條平坦大道；無不經歷艱辛勞苦，踏過長滿荊棘之地，有幸最後開花結果；這點，我們都有共識。

種種原因，我被調到異地科研單位工作，據說不久他也將遠赴美國。分手時，誰也不知道將來對方的準確地址；沒有送別、也沒有說再見，從此音訊中斷。多少年來，在忙碌工作和繁瑣家務的重壓下，從不知道什麼叫思念，也沒想到會再見；在那個特殊年

代，友誼就像池塘中的荷花，出污泥而不染，正如當時流傳的一句“君子之交淡如水”。

忽然有一天，驚喜從天降；原工作單位的一位老同事，來澳洲探望她的女兒，我們竟在購物中心相遇。相約在我家敘舊話當年，彼此談目前的生活狀況，也談過往的人和事，其中就談到了丁一君。原來他早已從美國返回原單位，而且工作有了極大的進展，我們曾經共事的科研項目，已從實驗室邁向工廠投產，這是科研到應用的一個飛躍。丁一君還四處打聽我的下落，因為我是這一科研項目最早的創始成員之一；研究所將舉辦建廳六十週年慶典，希望我能親臨見證這一歷史淵源。

2009年，藉此機會與丁一君相見了；他仍是我腦海中的老樣子，風塵僕僕，走路健步如飛。他陪我參觀他所建的工廠車間，指着正在運轉的反應釜，問我是否還記得當年我用小小的玻璃瓶做實驗不成功時、就哭鼻子的情景？如今可是烏槍換炮了。我深知，在這漫長歲月中，不知他熬了多少不眠之夜、克服了多少艱難險阻、蹚過多少激流險灘，這絕不是三言兩語能說清的。他的一雙兒女，已經長大；他雖然已經過了退休年齡，仍孜孜不倦視工作為人生第一需要。他寫書，做博士生導師，還兼一個公司的總工程師，我為他的業績折服了。夜晚，兩人共飲一壺人參茶，那淡淡的苦味、緩緩的清香，如同品味人生，陪着我們敘述別後衷腸。此時，兩人的手，緊緊的握在一起；五十年回首，願友誼地久天長。

把命運交給老天

2013年我回鄉探親，他出差路經上海，特地抽空到我家探訪，促膝談心；我用粗茶淡飯款待他，他說因為是我親手為他準備的，吃起來比任何高檔筵席還要香甜。談起他患了癌症，已經做過手術，狀況良好。他說：“既來之、則安之”，他已把命運交給老天，看來心情非常坦然，我聽後一陣心酸。此時窗外的桂花開的正濃，甜香四溢；我們相約明年桂花開花時節再見，但他沒有準時赴約。我倆相約的日子？啊！……問老天？

如今，他靜靜地長眠在那高高山坡旁，沐浴冰雪，與松柏相伴，長青萬年。安息吧！我的摯友 - 丁一君。

癌症≠死亡

知恩

自來澳洲後，忙於工作、家庭，對自己的健康反而不怎麼重視。忽然九年多以前的有一天，歷經家庭醫生的檢查、X光、超聲波、進而到專科醫院的活組織檢查後，意外地被告知得了乳腺癌。真是晴天霹靂，像被推進了一個黑洞：為什麼是我？我還年青、家族中無一人有過這種病、怎麼會發生在我身上？……



我對乳腺癌一無所知，在我以前的見聞中，曾有幾個患了癌症的人，均在很短的時間就走了。癌症＝死亡！我頓時陷入驚恐之中。我上有父母，下有幼女，他們需要我，我也離不開他們；我還有很多事要做、我的責任還沒有完成、我還有多少時間？治療的痛苦承受得了嗎？一連串的疑問包圍了我，恐懼又無助……

看到了一線希望

剛好那時，《維省新生會》在 Box Hill 舉辦一個關於乳腺癌的知識和治療講座，由乳腺癌專科的華人醫生主講，還有一些乳腺癌康復者分享她們的經驗；這正是我當時最需要的。我家人從媒體中得知這個講座，我參加了；從中了解了一些有關乳腺癌的知識，進而認識了新生會。在新生會裡，會長介紹了幾位乳腺癌的康復者和剛做完電療、化療的患者，通過與她們交談和親眼看到她們的狀況，使我對癌症有新的認識，對治療及其效果有所了解，看到了一線希望，心中覺得輕鬆了一些。她們能做到的，我也要努力爭取，不能放棄。

真的很感謝澳洲政府的醫療體制，我很快就被安排了手術、化療、放射性治療。雖然過程很辛苦難熬，但有家人的無微不至的關懷照顧，更有新生會會友們的不時關心、詢問、提示、建議、鼓勵和經驗分享，陪伴着我一路走下來，總算順利完成了療程。

一起歡笑 一起落淚

九年來，我經常參加新生會的活動。通過參加的專業講座，與康復者、義工們的分享交流，自己心中的害怕和疑慮逐漸得到緩解。記得姚太在和我的一次談話中說到：癌症使我們跌倒、陷入黑暗中，只要我們看到一點光亮，就朝着它努力向前行；雖然很困難，但最終總會走出黑暗、迎來光明的。且將患癌作為人生的轉折點，現在該是開始我們人生的另一篇章，明天會更好！

（下接第 62 頁後半）

種花為樂！

保持愉快的心情過好日子

FeiFei

許多癌症病人恐怕癌症復發，老是鑽牛角尖，什麼也不敢吃，也不願出門，甚至不敢告訴別人自己患癌；將自己關閉起來，整天在恐懼心情中渡日，但這樣對嗎？



FeiFei，2009 年證實患上乳癌，但得丈夫及女兒的支持，並認識了新生會。接受治療後，她像一般人一樣生活，保持愉快的心情過日子；現時最大的樂趣就是種花，她堅信自己活得快樂，就會讓家人更放心。

FeiFei 的丈夫，生長於上海一個小康之家，並為復旦大學數學系的高材生，於 1989 年以前來到墨爾本深造，其後因六四天安門事件留下來；兩年後她與女兒亦抵達墨爾本，一家團聚。當然，在墨爾本展開新生活，甚麼都要由頭做起；兩夫婦為求置業安居，整天為生活奔波。尚幸女兒讀書成績很好，現時更成為一名醫生，懸壺濟世；故兩夫婦從沒有後悔當年移民的決定。

澳洲政府一向重視國民的健康，對一些嚴重隱疾如乳癌、腸癌等，在一定年齡時會為國民進行普查，50 歲是一個普查起點。FeiFei 在 2008 年接受了乳房的普查，第一次檢查時，出現一些可疑情況；然而當進一步檢查後，報告並未顯示患上乳癌，所以她放心了，繼續拼死工作。

人生變幻無常

但人生就是變幻無常，2009 年 7 月左右，FeiFei 發現乳房有一個會移動的小硬塊。可能由於她剛在上一年才做了檢查的關係吧，起先不以為然；不過這時在醫學院修讀最後一年課程的女兒，認為事態不尋常，強烈要求母親去再作檢驗。但她今次大安主意，因工作關係，忘記了赴女兒為她預約的檢查約會，女兒當然不滿；結果在丈夫的再督促下，她去作了檢查，但這次醫生告訴她患了乳癌。

「癌！」這個字實在太可怕了，她獲告知患癌後，就只能以「晴天霹靂」四個字去形容當時的感受；她甚至不敢第一時間告訴正駕車回家的丈夫，恐防他能否安全駕車回家。

好朋友讓她認識新生會

事實始終要面對的；在丈夫及女兒的支持及鼓勵下，她接受了醫

生先化療、後手術、再化療的建議。要知道治療的過程，殊不輕鬆，這時她一位癌症康服的好朋友 - 「曉白」告訴了她《維省新生會》的存在；就這樣，她在接受治療期間，便成為了新生會的其中一名成員。

事隔 6 年，當今日問及當年加入新生會時、是否有過一絲猶豫，FeiFei 斬釘截鐵說「沒有」。一來是基於對好朋友的信任；二來是明白到對一名癌症病人而言，最需要的是別人的關懷，同時更需要一些過來人的安撫；而新生會不就是一個最好的去處嗎？

在接近半年的療程中，FeiFei 感謝會長姚太，當然還有很多同路人、義工的支持及鼓勵，讓她實實在在地感覺到在抗癌路上並不孤單。她亦深深感受到，如果自己在患癌後便將自己隱藏起來的話，那麼「曉白」便不會告知她有新生會這個專門服務華人癌症病人的慈善機構，那麼自己在抗癌的路上，便會更加艱難。亦因為這個關係，當她另一名好朋友有同樣遭遇時，也把她拉進新生會了。

丈夫：病愈後要是再工作，後果自負

不幸罹患癌症，親人的關懷、好朋友的鼓勵，自然不能缺少；但自己的心境，以及保持愉快的心情活下去，亦十分重要。FeiFei 在這個訪問終結前表示，來到墨爾本後，便一直拼命賺錢；在癌症剛康復過來時，亦曾經想過要再出來工作，但這時丈夫一句很堅定的說話，令她改變過來。

丈夫說：「你不要再打工了；如果打工的話，後果自負！」這句說話並非甜言蜜語，唯 FeiFei 卻甜在心頭。「他要我不工作，就不工作唄！」今日的她，忙於種花；若不就積極參加新生會的活動，包括每月一次的星期二為會友煮食。她表示自己所種的花，很受別人讚賞，樂在心頭呢。

(上接第 60 頁)

在新生會我們互相關懷、互相理解、互相鼓勵，大家一起歡笑、一起落淚、一起關注着新的癌症治療技術的出現。對癌有了更多的認識，只要定時檢查，及早發現，及早治療，癌症 ≠ 死亡！

在此，我真心的感謝新生會一直以來對我的幫助、支持、理解和陪伴，給了我信心和勇氣；衷心地祝願新生會在未來有更大的發展，能幫助到更多有需要的人。

感恩的心 感謝有你

舒心

2002 年 5 月醫生確診我患甲狀腺癌，治療的辛苦加上心情抑鬱，令我體重急劇下降了 15 公斤，精疲力盡、度日如年。沒想到一打電話到新生會諮詢，會長就親自從東區趕到西區探訪我們夫婦，而且是一席長談。會長又委托西區的兩位義工定期探訪我們，其中一位還是康復者；會長和義工無私的奉獻精神深深地感動了我。



加入到新生會這個大家庭，接觸到很多癌症患者，還有幸認識和我患同種癌症和其它癌症康復者，令我重拾信心。每月一次的西區會友聚會上，大家和當月生日的會友一起切蛋糕、唱生日歌、暢所欲言，讓歌聲笑聲溫暖人間。

記得第一次參加新生會聖誕節聯歡時，有一位姓李的會員，雙腿已經非常浮腫；在家人的攙扶下，他慢慢地走到台前，和合唱團的朋友們一起高歌歡渡聖誕。很多人為之動容，默默為他祝福；他臉上的剛毅和坦然，令我心潮起伏，久久難以忘懷。

與會友成患難之交

每當聽到會友病情反復，大家都不約而同地致電或上門問安。曾去探訪一位病重的會員，她正值知天命之年，可她並沒有埋怨上天的不公，而是用僅存的力氣，吃力地一字一句祝福我；這是一種怎樣的情懷？每當想念她的時候，就會感恩在新生會所建立的友誼，和會友們的患難之交是我一生的財富。

隨着時間的流逝，從問自己“為什麼生癌？”變成了感恩；多年來，癌先生並沒有再度光臨舍下。14 年來我一直堅持參加新生會活動，因為我體會到新生會是一所難能寶貴的學校，它教會我如何珍惜現在活在當下。在這裡我耳聞目睹很多病友如何在死神的陰影中，頑強地挺過每一天，為親情、為愛、為活着而戰。在這場戰鬥中，人們不再迴避死亡；我們肩並肩、手挽手勇敢地向前走。在生死攸關的時刻有彼此的陪伴，我們一起面對艱難險阻。

在此也衷心感謝新生會的領頭羊帶領大家宣傳生死教育；在這裡，我還深深感受到“施比受有福”，會長 20 年如一日為癌症患者及其家人服務，還有很多義工包括癌症康復者的付出和奉獻。

維省新生會 -

感恩的心感謝有你，在我彷徨無助的時候讓我停靠在你安全的港灣；感恩的心感謝有你，讓我結識患難與共的同路人和無私奉獻的義工；感恩的心感謝有你，使我不再忌諱人生的終點並活在當下笑對人生。

《你好，澳大利亞！》/ 《休止符號之後》

李元多

《你好，澳大利亞！》

你好，澳大利亞！

你是廣闊的藍天，
我是一朵小小的烏雲。

你是綠洲環繞的沙漠，
我是蹣跚而行的駱駝。

你是安寧的港灣，
我是大海中跳蕩的船帆。

你是鱗次櫛比的銀行，
我是唐人埠街頭孤單的牌坊。

你是汽車飛馳的高速公路，
我是顫慄行駛的自行車。

你是繁榮蕭條交替的工廠餐館，
我是到處找工的中國留學生。

你是星期天冷清的街面，
我是商店櫥窗裡不熄的燈。

《休止符號之後》

我裸奔在五線譜上
乘着和弦的翅膀飛翔
突然一陣晴天霹靂
低音鼓與高音喇叭交響
不協和音的風暴降下
一個聲音在穹蒼之上發出：
“站住”、“將翅膀垂下”
指揮棒劃出一道長長的休止符
音樂嘎然而止
我墜落在休耕的植被上
仰望靜默如謎的星空
藍玫瑰的花瓣撒落我的全身
晶瑩的露珠在我的臉上顫動
生命，那暴風雨後的寂靜
耶穌在地上發出深長的嘆息
一片心靈的寧靜
什麼都不必做
什麼都不必想
只要默默地祈禱
暴風雨過後
天空更蔚藍
大地更青翠
休止符號之後？
音樂將重新變調鳴奏
旋律將更加新穎自由
.....

圖片傳情～微感動

華健

拍照已是現代生活的一部份，它為歲月留下印記；有快樂美好幸福畫面，更有留在心內的那份感動。多年前，在會長家中秋賞月聚會，與新會友相識，一位英俊挺立的小伙子，帶同母親、愛妻、幼兒與大家開懷共歡樂。

交談中瞭解到他是一位末期癌症患者，但樂觀的人生態度、堅強的意志，擊退病魔折磨的痛楚。他的生活，融入有家鄉傳統風味、有親情友情的快樂時光。會長更是細心的主人家，囑咐我給每個願意拍照的家庭、會友，在桃花月影下，手提彩燈，留下開心愉悅的一刻；他、一家三代四口同樣定格在相機內。不久，病魔無情，危垂之際，我同會友及會長一齊趕赴他家中，最後他安靜離世；惋惜、哀傷都壓在我們內心。而會長帶上那精心制作的相架，一家四口的溫馨合照，我心裡怦然亮堂；這張照片是自認為拍攝最滿意的。珍貴美麗的畫面早在會長日常事務中完美收官，細緻入微的關愛，留給家屬將是他們永恆美好的記憶。留給我們是一份感動，更是一份大家庭的溫暖。

圖片攝於 2006 年中秋聚會！



追憶前副會長鄭直烽先生

劉先煌

1997年起，鄭直烽先生已是《維省新生會》的義工；十餘年間，不管是否任職副會長，事無鉅細，他都是身體力行、認真對待。他是會長的得力助手、新生會的好管家，更是一個抗癌勇士。因他的儘心儘力地為癌症患者服務，作出了莫大的貢獻，因而獲得了維省優秀義工獎。

他一生被三種癌魔折磨着，太太也是癌症患者，難能可貴的是坦然面對、笑對人生。他默默無聲地輔助《維省新生會》做了大量艱苦的會務事工；新生會今天的發展，與受社會的認可和點讚，有他一份功勞。

新生會的大管家

新生會的每一次活動，音響、攝影他全主動承擔；從場地佈置，到曲終人散後的打掃工作，都可見他的身影。創會五週年義演音樂會時，沒有經費，他在回澳門探親，便動員親友連夜趕製會旗。他還承擔了入場券的設計和製作；義演音樂會上的各種準備工作，他都親力親為。體弱多病的他，爬上攀下、掛會徽、拉橫幅，忘掉自己癌症在身。會所裏電腦障礙的排除、接送不會開車的會員等等大小瑣碎事，只要他在場，他都主動承擔；甚至會員家中的一些小修小補的活，也是有求必應。難怪大家稱許他是一個值得尊敬的好義工、一個辦事嚴謹的好管家、一個熱心助人的好夥伴。

在電腦尚不普及的當初，他開辦電腦學習班。為了讓會員獲得有關資訊，分享治療體會，新生會創辦了《生命之光》；他為《生命之光》以及萬餘字的《笑對人生》承擔植字、排版、裝訂等工作。

共患難、同歡樂

他還積極配合歌詠隊隊長何穎嫻女士指揮樂隊，為不懂五綫譜的隊員改編為簡譜；使部份五音不全的癌症患者，都能在義演會上，愉悅地高歌一曲，顯示了癌症患者不甘示弱、積極面對病魔的勇氣。每次新生會聚會前後，拍照、錄音設備等事情的張羅，都可

看到他忙碌的身影。會後照片的沖印，複製錄像等後續工作，他又是當仁不讓，經常搞到深更半夜。即使他在癌症轉移、體力衰弱時期，新生會的刻錄碟片、整理資料等工作也儘力而為。最後的日子，依靠嗎啡支撐時，仍然竭盡所能，錄製有關新生會的宣傳視頻。

他見證了新生會的經歷與成長發展過程。近二十年的歲月裏，他與新生會共患難同歡樂，竭盡其力地為新生會獻出了自己。

他走了，懷抱着對新生會深深的愛、濃濃的情，永遠離開了我們；我們永遠懷念他。



樂韻獻關懷音樂之夜中的
"癌先生"



苦辣甜酸

王素鸞

屈指一算，加入新生會已有十多載了。我參加了無數次的聚會、講座、郊遊、特別慶典、音樂籌款晚會等；每次參加活動或多或少總讓我體會到某一程度上的苦、辣、甜、酸。



先說苦，相信大家都知我要說的是哪一種的苦了。新生會是永遠與癌分不開的，每次總有人說“我的療程剛開始…”或是“我的療程快完結…”等等；身為癌症病患者、康復者、照顧者都知道整個歷程甚艱苦，但我們都互相勉勵、扶持、鼓起勇氣去克服這崎嶇苦路。其實我們很多會員、會友都曾領嚙過苦味。我們送別過不少朋友，他們在人生的旅程上先到了站，較早離座，比我們早一點下了車。雖然感覺苦味，但他們常是給我們立了美好的榜樣、留下典範功績、給我們指引路向發展；而這些都是讓人仰慕、追思、回憶、懷念的“苦後甘”。有先到站下了車的，但車上仍有每月、每週都見面的老乘客，也有新上車的或是偶而參加郊遊、喜慶、大聚會活動的新舊會員、朋友；各位心繫新生會的同路人，來吧！我們張開雙手歡迎您。

那辣又該從何說起？Linda 姐和我都特別愛吃辣，我倆也很辣。我倆的心願就是以一個輕鬆的方式和大家分享這道共創的辣招。有一次在金龍博物館給 Linda 姐拍了一張龍的照片，我說：“金龍+Linda，龍鳳配；嘩！阿姐，你好勁呀！” Linda 姐：“何止勁咁簡單，簡直是辣，而且還要是雙辣！”我也不認輸，馬上回敬一句：“何只是雙辣，還很巴辣！”若大家還嫌不夠？那可以再加點潑辣（一笑！）。

苦辣都說過，該說甜了。甜代表歡樂，歡樂是可以用多種不同形式帶出來的。我第一次把歡樂帶給大家的，就是以我那還可以的嗓子為大家歌唱；新生會的朋友大多都聽過我唱的《路邊的野花不要採》，還有新年聚餐時唱的《恭喜恭喜》。玩集體遊戲也常給大家帶來歡樂；新生會每次旅遊，我通常總預備一些遊戲在旅遊車上玩，特別是成語遊戲。我們常會執筆忘字，這是一個很好的機會，讓我們在遊玩之際，輕輕鬆鬆、開開心心、動動腦筋，利用了時間、空間，又可以溫習中文。有一次旅遊時要大家寫出

一些成語或四個字的詞語，裡面要包含“天、地”這兩個字，竟然有人連“車天車地”、“指天篤地”都用上了，可真可愛、搞笑呀！每個人感受酸甜苦辣的濃度都不一樣，而我接觸最多的是甜味；因我都時常利用遊戲，雙手將歡樂奉上給大家。娛人又娛己，何樂而不為？

酸，有時候聚會久不久就聽到有親友即將離世或癌症不能再醫治了，總難免有點心酸的感覺。

酸味也許不是很多人都喜歡，但我對它却情有獨鍾。

深覺新生會每年清明節的追思日活動辦得非常有意義，很多人都一家大小來玩遊戲、尋寶、分享大家帶來的午餐糕點等；然後，會長會讀一篇觸動每個人內心的《當至愛遠逝……》，讓人細細嘴嚼、慢慢回味；接着唱三兩首句句觸人心扉的惜別和祝福歌曲。雖然心裡難免有點酸溜溜的感覺，若大家會這幾首歌，不妨輕哼幾句，好好的追憶懷念那已離開了我們的親友，細心思想、領會這些詞句的背後意思；甚至將其中的歌詞演譯成積極的、可以幫到自己以較輕快的步伐去繼續走剩下來的歲月。

我對這些詞句的演譯是：

傷離別，離別雖然在眼前；說再見，再見不會太遙遠 -

會在天家、天堂、極樂世界再見

願心中留着笑容，陪你渡過每個春夏秋冬 -

肯定那位先落站的，或多或少總會留下一些美好的回憶，陪伴着我

們走餘下來的日子

一句話、一輩子、一生情、一杯酒 -

與我們共有過一生的感情、親情和愛情、共飲過的一杯酒

還有傷、還有痛、還要走、還有我 -

還有很多親友、同路人，還有新生會與你一齊走

遠景不見，但仍向着前 -

已不再見到你，但仍向着前，讓我們一同來勇往直前！

望着海一片，滿懷倦，無淚也無言；望着天一片，只感到情懷亂；我的心又似小木船，遠景不見，但仍向着前。

朋友一生一起走那些日子不再有；

一句話、一輩子、一生情、一杯酒 -

朋友，不曾孤單過，一聲朋友，你會懂；

還有傷、還有痛、還要走、還有我 -

傷離別，離別雖然在眼前；說再見，再見不會太遙遠。

若有緣，有緣就能期待明天；你和我重逢在燦爛的季節，

願心中留着笑容，陪你渡過每個春夏秋冬。

CCSV a safe and lovely place to be Teresa Gan

Four years ago, I was feeling very low and depressed. A friend said to me: Why don't you volunteer at the Chinese Cancer Society of Victoria (CCSV)? So one day I summed up enough courage and energy and made a visit to the Society's centre. I saw Dorothy and told her that we would like to help. At that time CCSV was preparing for the publication of their second Chinese cook book, a bilingual edition. The first job we were given was to proof read the translation of the recipes from Chinese to English. After that, we set up a knitting group. Members who were good at it came together and met every Friday morning. We knitted scarves and hats. It was also a good occasion for members to talk and share their ideas and discussed different things. It was a very friendly and comforting place to be at. After a while the knitted stocks began to pile up so we had to find a solution to utilise the stock. Dorothy suggested we set up a store at Box Hill shopping Centre to sell our products. People also donated things from their homes such as plants, DVDs and hand crafts. Everyone was very enthusiastic to help although unfortunately the sale was very disappointing.

Sadly our knitting group ended but we started a new group, the Greedy Guts. We invited people to come to our cooking classes even though I am not a very good cook. I demonstrated on some occasions. Mandy taught us how to make sausage rolls, Mylien showed us how to make steam buns and at long last a great chef turn up, our Kim. She taught us how to make Chiffon cake and different types of bread. If you do not know how to cook anything, just ask Kim.

We also do Tai Chi after lunch. Angela is our coach. She is a wonderful teacher - patient, kind and pays attention to details of each student's need. She teaches us from her heart. Coming to the CCSV is the turning point of my life. I began to see life from a different perspective: that life can be fun too, and meeting and talking to so many friends at CCSV makes life worth living. Sharing and helping people brings enormous joy. It is a place where you can give and receive and it creates an atmosphere of warmth and closeness.

CCSV brings out the goodness in each person - whatever skill you have, no matter big or small, can be utilized at CCSV. The warmth and laughter that surrounds the centre is like a big happy family where everyone can gather together and share their joy and sorrow. Thank you for the team at CCSV; it is a safe and lovely place to be at.

義工群譜眾志成城（義工）

《維省新生會》不唯一人之力；西諺：羅馬城非一日之功。

委身、犧牲、忘我、侍奉、甘心樂意、捨己為人

《大心無界・新生無限》文中所言「指挖糞便」一節；

忘我犧牲、愛心侍奉，能無動乎？

新生會與我

新生車隊

一張理髮椅

幸福的理由

感恩

助人為快樂之本

我與新生會的三重關係

有幸見證新生會成長

我的心聲

人生有幾個十年？

義工天使大鬍子

$1 + \frac{1}{2} + \frac{1}{7} + \frac{1}{12} =$ 新生會最優秀的義工團

Reflection - Dinner/Dance Fundraising -
Futuring a tribute to Elvis Show

支援小組裡的人・情・味

Congratulations on CCSV's 20th Anniversary -
and Grief Listeners Bereavement Services

Roster Staff

新生會救了我

義工團隊陣容圖

林健

舒菊坪

Yoyo/Barry

Yoyo

耆英

Kim 口述

劉慧中

義工 PF

勞啓睿

蘭子

田田

Mandy

Lily Ong

沈敏誼

Vera Young

Lana Yung

亞花

新生會與我

林健

星移斗轉、時間飛逝，不覺間新生會已成立二十週年了。她歷經風雨，由幼苗而至今茁壯成長，獲得了社會的公認，並被華人癌症患者親切地稱為雪中送炭的“溫馨之家”。



我 96 年移民來澳時，仍處於治療癌症的痛苦經歷中。人生地不熟，眼前一片暗淡、無奈、苦悶，無法解脫；徬徨、空虛、無助、無所適從。猶如沉溺於海水中，企盼撈到一根稻草，好讓自己能找到屬於自己的庇護所、避風港。一次偶然機會從 SBS 電臺聞悉，維省有個支援華裔癌症病人的組織；經歷長期化療、被癌症陰影緊迫追隨着的我，毫不猶豫地參加了《維省新生會》，成了這個弱勢群體的一員。衆多面臨生死命懸一綫的癌症病人，在領頭羊姚太、職員和義工們的關懷和鼓勵下，得着新生；也讓我從受人關懷而轉成為義工。十餘年的義工活動，磨練了我的意志，改變了我的生死觀與人生觀；使我從一個消極悲觀的病人，成了充滿生活陽光的倖存者。我可以自豪地說，我能擺脫癌症的陰影、存活至今，除了遵循醫囑積極治病外，更重要的是新生會的活動、激勵了我理解生命價值。

新生會激勵了我

當我們共聚一堂，我們無所顧忌地敞開心扉、傾訴苦悶、互吐心聲；彼此的憂鬱、無奈和沮喪，頃刻獲得釋放。癌症病人的感情是很脆弱的，往往無意的一句話，會引起了他們極大的猜疑、悲憤或感到委屈。他們又十分神經過敏，由於死亡陰影不時籠罩在頭上，往往捕風捉影，平添了許多無形的恐懼感；家屬、友人都很難理解這種獨有的心態。

我曾遇過一個癌友，癌病已轉移至肝臟，疼痛難熬；兒子卻不理解，擦給了她一句話：「心理作用。」令她欲哭無淚，找到同路人，發泄心中苦悶與悲慟。還有一位，剛從醫院獲悉癌症轉移，因丈夫忙于生計，無暇顧及她，只好第一時間先趕到新生會敘述病情；類似的種種情況且不在少數。而“同路人”之間，則很容易獲得共同語言，相互理解成了黏合劑；憂患共分擔、喜悅同分享，成了休戚相關的患難之交。

新生會創建了一個充滿人情味、相互支援取暖的避風港；癌症病患者由此得以重新啟動生的活力。我們同坐在癌海中的一艘船上，艱苦堅強地與狂風暴雨鬥爭着，須互相依偎、彼此支持、齊心協力的爭取脫離癌海；在泅渡過程中，相互支撐與撫慰是戰勝狂風暴雨的潛在力量。縱然有的人在癌海中湮滅，但也有人經過狂風暴雨的洗禮後、勝利到達彼岸。我參加了這個授人溫情、給人庇護的組織，不但令我走出了悲哀、痛苦的絕境，也正是在這個溫馨團體內的所見所聞，讓我十五年來無恨無悔、不離不棄地做了一名義工。

受轉施任義工逾十年

我對“義工”這個詞，是我從參加《維省新生會》後才認識的。在澳洲社會，義工代表“奉獻”，她閃爍着“愛”的光芒；這是我作為一個病人時、曾接受會長等義工們撫慰的最大感受。受到他們的薰陶和感染，我毅然參加了義工隊伍。雖我付出的不多，但我得到的收穫卻是極大的；這種回報不是物質的返饋，而是自身的精神的提升；她讓我對人生的意義有了新的詮釋，她充實了我的生活的內涵，讓我在病後能重塑正常生活，是任何報酬無法比擬的。誠如著名奧地利作家茨威格所說：「獻身的同時，自己也會昇華。」把自己和別人的命運結合起來，通過同情去理解並且經受別人的痛苦，自己內心也會變得更豐富。

新生會的歷程，充分證實了這一箴言；回憶創會以來，不少人雖為新生會成長竭盡了力量，但最後不得不面對痛苦的現實而離開我們，沒能參加創立 20 週年的記念活動，實在深感遺憾和無比悲傷。回想那時沒辦公室、沒經費，而義工又多是癌症病患者或病患者的家屬或遺屬；每個人都頂着癌魔盤旋在頭上的壓力，甚至有帶着親人離去的悲傷參加義工隊伍，却能儘心儘力把自己僅存的一些“熱量”溫暖着他人。那時候，他們的家就是臨時辦公室、開會場所，家裏的電話就是新生會的聯繫電話；只要有需要，任何人家裏都可以工作到三更半夜。那時的義工們真是全身心投入這份對人對己都是雙贏的工作；雖很累，但十分愉快。精神上獲得了的極大提升，感到了一個癌症患者依然有活着的尊嚴和價值，而不是一群需要被照顧的弱者。看看有的病患者即使在生命最後階段、忍受着病痛的折磨，仍積極參與各種活動。最感動的，如 R 先生，晚期癌症已影響了吞嚥、孱弱不堪，仍然在病人中引吭高歌；Mr 鄭，已病危需進入寧養醫院時，仍為病友及新生會趕製一些碟片……。他們的精神，鼓舞了我們更多的義工，也為新生會的壯大，立下汗馬功勞。雖然他們走了，但我永遠懷念他們。

讓我懂得生命的意義

義工的工作，無可避免地要去探訪一些垂死的病人；初先，面對這些病人的垂死掙扎直至死亡的情景，很難接受，經常感到寢食不安。但見到他們去世前，接受義工們的關懷和撫慰，從而面對現實，冷靜地安排好後事，在無奈却平靜地離開；也看到有家屬在義工協助、安撫下，從容的安排後事，將悲痛抑制到最小限度，再以感恩的心態，參加了義工隊伍。這一切，錘煉了自己的意志，讓我懂得生命的意義；更感到義工工作的神聖與崇高，也啓迪了自己在死亡邊緣要過好每一天。我，一個癌症患者，在晚年能學習到對人生的意義的詮釋，實在是最珍貴的；這可不是書本中能學到、哪個人能教會的。授人玫瑰，手留餘香；玫瑰的裊裊花香傳遞給了他人，同時更浸潤了自己的軀體、血液、靈魂。她讓我品嚐了人間的溫暖，也讓我的生命充滿活力。

歲月無情地流失，在八十歲那年、難以勝任義工的任務時，我告別了義工隊伍。但在與新生會緊密接觸的十五年的義工生涯中，我感謝姚太等一大批無私的義工們的熱忱關懷；我會銘記這段令我終生難忘的日子。

如今可慶賀的是：新生會壯大了，人才濟濟，人員的結構也遠非昔日可比。當我走進新生會會所或瀏覽新生會的網頁時，立馬感到一切大改觀；新生會的觸角遍及墨爾本的各個角落，同時也得着眾多華裔癌症患者的高度頌讚。我為新生會的壯大與所取得的成就而欣慰。

衷心祝願新生會的“生命之光”光芒四射！永放華輝！

1996年8月23日，在Richmond Plaza義賣水仙花。



2007 Memorial day 清明懷念故友



新生車隊

舒菊坪

我有一部全自動跑車，牌號 11，最高時速達 5 公里，活動範圍以自家為中心，不出 3 公里；散步、購物、遛狗，全靠它的支撐。我的 11 號車，就是我的兩條腿，再無任何交通工具，如果想看外面的大世界，莫問及。

回想 19 年前一天，我同丈夫一起，要去拜訪一位與他同病相憐的會友、交流抗癌的經驗；因為人生路不熟，在家翻資料、看地圖，正在一籌莫展之際，會長的座駕已經停靠在我家門前。她一邊招呼我們上車，一邊大口小口的往嘴裡塞着麵包；此時已經是午後一點，她還未用午餐。此情此景，印象太深刻，讓我感到不安；一種歉疚感，永留心間，久久不散，一直延續到今天。謝謝您，這晚來的致歉與問安。

清明節懷念故友

新生會每年的清明節，都要舉辦懷念故友、祭拜亡靈的活動，地點都選在風景秀麗的郊外公園舉行；單憑我的 11 號走不到，也沒有公車在那裡靠站。每當我去與不去猶豫不決時，總有會友伸出援手，帶我同行。她們即叫即到，安全準確的送到指定的活動地點；熱情周到，笑臉相迎，那一張張臉，像印章一樣，永久刻在我的心間。

一年到頭，新生會有多少活動，從《生命之光》的活動預告欄就能知道；歡樂聖誕節、感恩母親節、團圓中秋節、精彩紛呈的各種講座、特別為義工準備的郊野渡假、探望病友等等，每項活動的背後，都有義工們的支援。這個團隊以優質服務，讓那些行動不便及無助者、感受到這個大家庭的溫暖；她們以無私的奉獻，詮釋與譜寫了本會的宗旨：笑望人生、互懷互勉。

二十年來，一年四季，春、夏、秋、冬，風裡來、雨裡去，不知道有沒有計算她們的車輪繞過地球多少圈；新生會的義工好人好事說不完，在此單表這一篇。除了致謝之外，我還為她們起了一個雅號叫《新生車隊》；它的總站設在《維省新生會》，站長和調度全由一人承擔，她運籌帷幄，指揮若定，她就是沈宛。

一張理髮椅

Yoyo/Barry

《維省新生會》由零發展至今，儼如一個大家庭；會所內有舒適的客廳、寬敞的廚房、會客室、遊戲室、迷你圖書室，還有……一張理髮椅。

理髮椅，當然不是理髮店裡那些專業用的理髮椅啦，只不過是一張普通椅子；但這張椅子，卻又是專作理髮用的。大家是否愈看愈玄，難道古龍再世？絕對不是，因為每週一個特定日子，便有一位美麗的女美容師 - Yoyo，來到新生會裡，提供義務理髮。



這位美麗女美容師可許人也？為甚麼會義務在新生會替人理髮呢？這一切、一切問號，且利用這篇幅，與大家分享吧！

Barry：你可否簡短介紹自己呢？

Yoyo：我畢業於 I.T. 本科，曾從事 I.T. 專業四年，現在在 City 一家咖啡館從事主廚工作。

Barry：你如何認識《維省新生會》？

Yoyo：我是通過老會員林健老師的介紹瞭解新生會的。

Barry：為甚麼你願意義務為人理髮呢？

Yoyo：對於剪髮我有濃厚的興趣，有機會可以發揮興趣愛好，又可以服務有需要的人。

Barry：如你只是想當義工，為何選擇《維省新生會》呢？

Yoyo：一直被會長和義工群的精神感動着，也一心想為更多的華人服務。

Barry：你可否在這裡將助人的心得與他人分享呢？

Yoyo：“‘付出’總是比‘索取’更讓人感到幸福”，這句話在聖經裡讀過，也聽人講過，現在我親身體會到了；去做更多幫助別人的事情將是我生活的目的。

Barry：最後，談談你對維省新生會的感受，可以嗎？

Yoyo：新生會是癌症患者的樂園，我看到在這裡的會員們是快樂的、自信的、熱愛生活的，他們彼此相互關懷着，盡情享受着每一週的會員聚會。

幸福的理由

Yoyo Wang

十多年前，當我隨同父母移民來到澳洲的第一個月就聽說了《維省新生會》；當時有位親戚在那裡當義工，所以時常會聽到關於新生會的一些感人故事，也見證了創始人姚太和義工群一如既往的為新生會作出無償的服務。姚太全身心投入的工作不僅是義務的，而且她還為會員們的活動基金捐贈了大量的錢財。新生會的日常事務主要由義工群在操作，如種菜、清潔、安排活動、刊物出版……等；每次的聚餐，從採購、烹飪到善後的整個流程都給義工群包攬了。他們傾注了大量的時間和精力，一直默默無聞的關愛着癌症患者，幫助他們樹立對生活的勇氣和抗爭病魔的信心。

無數個這樣的故事一直聽親戚提起……，我時常被感動着、也敬佩着……。

無私奉獻

十多年過去了……，我完成了學業、有了工作、買了房子、成了家……。

會長和義工群依然在為新生會忙裡忙外，這是一種怎樣的精神？到底是什麼動力一直牽引着他們留在新生會無私奉獻？我沒有直接問過他們，但我堅信這樣的毅力、這樣的魄力，可不是什麼人隨便就能做到的。能持續五年做義工已經不是容易的事，然而姚太和一些義工群卻堅持了將近二十年；也正是這種精神，引領着我走進了新生會。

2014 年 4 月 22 日，是我第一次在新生會服務的日子，我的工作為會員義務剪髮。剪得不滿意、不收費，若剪得滿意、每人收取 \$5；所得款項全數捐贈給新生會作為活動基金。剪髮是我的興趣愛好，在家庭和工作之餘，在這地方發展了我的愛好，又可以幫助癌症患者，真是兩全其美的好事，絕對雙贏。

在新生會的這些日子，我看到了許許多多的義工滿懷熱情地在為病患們服務，有的自身也是患者；但如果他們不說破，根本看不出來。他們的精神世界永遠是豐富的、充實的、自信的。去年剛過世的一位義工，身患三種癌症；從新生會成立到去世，勤勤懇懇地一直服務了近二十年，證明做義工絕對是一件對身心健康很

(下接第 85 頁後半)

感恩

耆英

光陰似箭，轉瞬間我在《維省新生會》已經當了十多年義工。加入新生會，緣起於我的二哥患了十二指腸癌；他在報章上獲悉《維省新生會》是一個支援癌症病人的非牟利組織，便加入成為會員。當時的會員不像今天這麼多，更沒有固定會址；舉辦活動及講座，多數是在會長家中舉行。此時他認識了很多同路人，心靈及精神上，都得到慰藉及紓緩；對於會內的一切事務及活動，他都樂於參加。記得有一次，他答允了姚太幫忙義賣水仙花籌款活動，但那一日他身體不適，結果找來我代勞；而自此以後，我便加入了新生會義工這個行列。



帶病作最後一次歌唱表演

二哥對新生會是非常支持的；他是歌詠團的一份子，新生會每次舉辦音樂會籌款，他都參與。即使後期健康情況每況愈下、經常進出醫院；在音樂會舉行當日，他還會要求醫生給他半日假期，讓他可以參加演出。可惜，這一次演出，便是他人生舞台上，最後一次演出了。

他生前還許下一個承諾 - 每活一天，就儲蓄 1 元；那麼一年便有 365 元可以捐給新生會了。二哥生前每年在新生會舉辦聖誕聯歡那一日，就將儲蓄存款箱，送給新生會。很難得，二嫂在二哥去世之後，仍延續他積善承諾，每年都將這筆款項捐贈新生會，一直到今日。

回說自己，我在新生會做義工這十多年中，固然有付出，但仍學習到很多知識，更認識了很多朋友。看到不少會友經過治療而康復，便感到非常高興；當遇到有會友因病而離開我們，又會感到傷痛及難過。

最後，利用這個機會，感謝新生會在我二哥生前，所給予的支持、幫助及鼓勵，在此希望新生會繼續發揚光大！

助人為快樂之本

Kim

前言：《維省新生會》是一個志願組織，能夠走過二十年，除了得到很多華裔癌症病人的認同外，更有賴包括會長姚太在內的一班義工。他們分擔不同工作，有人擔任會所當值，有人擔任委員，有人負責出版等等。以下接受訪問的 Kim，她是筆者為《維省新生會廿載情》代筆中的第一位。Kim 與大家分享：施與受雙方面都同樣是快樂，而且都是有福的；她現時負責週二例會及週五興趣班兩日午餐的統籌工作。



Kim：「嘩！廿年！新生會廿歲了。我雖然在新生會做義工的時間不是很久，但是我見到姚太那種熱心關懷、親力親為、樣樣都自己做，這種精神不是每個人都可以做得到的。還有新生會的職員 Elsa，她去訪問癌症病人，給他們愛心關懷，這份工作也真不容易呀！Mandy 樣樣都得，負責各種不同的活動的工作，同時更是一個烹飪高手。在新生會每個人都吃過李先生所種的四季瓜菜，魚翅瓜當造時，還可以在新生會買到的。新生會有各類不同的活動，有氣功，有太極，也有為食組；星期二和星期五都有活動……。」

Kim 將踏入知命之年，兩年前退休，目前與丈夫及狗狗安享晚年。她 39 年前由馬來西亞移民澳洲，從事衣服紙樣工作；而她喜愛煮食，當年曾在父親居住的老人院，義務為其他老人家煮食。由這時開始，令她深深體會助人為快樂之本。

新生會一名會友是她的好朋友，透過她的關係，認識了新生會。但那時她還沒有決定是否在新生會出任義工，況且她自己最擅長的只是煮食，未知是否真的可以勝任新生會義工，直至到有一日……

施與受 同樣快樂

那一日，她隨那位友人探訪新生會，了解到會長姚太無私的付出，正如她在自己文字中作出的結論：「不是每個人都可以做得到的。」這還不是她下定決心成為義工的唯一理由；更能打開她心扉的，就是與多名會友接觸，由她們的經歷，分享她們由起初對癌症恐懼，到勇敢面對癌症，以至堅強地與癌症戰鬥。期間經歷的痛苦、艱辛，到後來接受與癌症共存現實的舒懷，從而繼續綻放生命的熱誠；而這些經歷，《維省新生會》肯定擔當了一個重要角色。

因此她感動了，在退休後這兩年，每逢週二及週五，都會返回會所，協助烹調午膳食物；在週五更會作煮食示範，將自己所長，與一眾會友，分享歡樂。今日，Kim 肯定地說：「施與受，彼此同樣會快樂！」

我與新生會的三重關係

劉慧中

作為一位從香港來的移民，每隔一段時間都要回香港探親，六年下來，人生經歷了多少遍重聚與離別，不過，沒想到2015年的夏天，在前往香港的飛機上，發現一個來自病人家屬的未接來電，心感不妙，在感受重逢的喜悦之前，先得再一次經歷病人離世的哀愁。人生猶如坐上了一架環遊世界的飛機，你我不知道會在那一站到達人生的終點，而我的人生旅程更因在四年前認識了一位個子不高、身材苗條的女士，採訪了不一樣的「國度」。



在細小而富活力的團體中當義工

在一個專業會議上，這位女士是這樣介紹自己的：「我是新生會的姚太，我是經理也是信差……有人看見我的身材瘦削，以為我是癌症康復者，其實我從來沒得過癌症。」她的自我介紹引來哄堂大笑，這位女士原來也是新生會的創辦人姚太，她知道我與另一機構的工作完結了，反正有時間，以前在香港也當過義工，又唸過輔導學，就邀請我當新生會的探訪義工及幫忙癌症諮詢日的工作；新生會的聚會地點是一座細小的老舊的房子，但彼此的支持卻綻放出一股活力，患癌的朋友雖仍流露憂傷的情緒，病苦重擔卻得以減輕，另外，參加新生會不怕提「癌症」這兩個字，在這安全的空間裡，病友可以哭笑隨意，也不會因旁人眼光而感到壓力；更令人動容的是新生會有不少康復多年的人繼續到新生會聚會，他們以過來人的身份，扶持在治療中掙扎的病人。

採訪病人更令我更了解新生會成立的意義，在異鄉患上癌症，有些病友不太懂英語，也不了解澳洲醫療系統的運作，再加上原來已存在的個人、家庭問題，可形容為「屋漏更兼逢夜雨」，新生會在這關鍵的時刻提供了關心、實際的支援及輔導，令我感到自己正站在這股活力的旋風當中。

成為新生會第一個受薪員工

當上義工後半年，由於新生會的工作漸繁重，需要聘請兼職員工，因緣際會，我成為了新生會的第一位員工；素來滿腦子新意念的姚太，想出不同的計劃，推展新生會的工作，例如是「流動關愛創新生」計劃，就是由我伙拍康復者探訪不同團體，分享抗癌經歷及介紹新生會的服務；一些團體在了解新生會的工作後，自發的捐款給新生會，令我感到人間有情！後來，我們又把「流動關愛創新生」計劃推展到醫院當中，我的工作「主動出擊」，不僅是被動的等待機構轉介或病人打電話來求助，而是到醫院探訪日間化療中心及病房，與病人及家屬傾談，介紹新生會的服務及提供相應支援，現在新生會已經與博士山醫院及 Austin Health 建立了恆常的合作關係。

由於是文化背景的關係，大部份華人不喜歡主動尋找幫助，在醫院中遇上一些病人，他們雖然知道新生會的存在，但也不會主動來電，直到我在醫院遇上他們，才有機會攀談，建立互信，記得一位病友率直的對我說，如他不是醫院遇到我，根本不會讓新生會的人到家中探訪，因他患癌後，受到別人的白眼，又有另一病人起初誤以為我是推銷健康食品，對我很有戒心，後來，在認識新生會的服務後，積極投入支持小組、烹飪和舞獅等活動，直至他離開世界；在變幻莫測的治療過程當中，我的心情就如坐過山車一樣，與他們同樣經歷希望與失望，有時候感覺是不好受的，但我常常會從另一角度去看我的工作，就是我感到很榮幸能獲得病人及家屬的信任，讓我陪伴他們走完人生最後一段旅程；新生會的立場是鼓勵他們說出離世前的心願，所以，我會與他們一起填寫晚晴心願手冊，也有一次，我們為病人拍攝了訴說一生經歷的錄像，除了說再見，他也說出了不常向家人表達的感謝！畢竟是含蓄的華人，當面說不出的心底話，在鏡頭前竟可真情流露。

雖然有時候要經歷心靈過山車的高低起伏，這份工作卻令我體會人生，珍惜時間、朋友及與家人關係。當然，從病人的經歷當中，也學習了不少與癌症有關的知識，原來這些學習也是為後來發生的事情作準備。

我成為了癌症病人？

醫師說：「這是乳癌！」不能受控的眼淚從面頰流下，我的家族從沒有癌症歷史，日常飲食也算健康吧！2014年3月，難以置信自己突然成為了病人，估不到工作上學到的知識，現在派上用場了，起碼我知道，在維省患乳癌的人五年內的存活率超過九成，初期乳癌若沒有擴散，復發的機會會較低等等。而在工作經驗當中，我學習到懼怕是解決不了問題，也學會要接受別人善意的協助，於是，欣然接受了朋友為我預備飯餐及陪伴我去看醫生，加上新生會會員的關心，令我好像回到家中的感覺，雖然遇到生命中的重量炸彈，也不被炸到魂飛魄散。當然身為基督徒的我，也相信一切並非偶然，這個腫瘤不是從定期檢測中偵察出來，假如我不是在新生會工作，我的警覺性不會那麼高，可能未能及早發現癌症。

不過，原來事情還沒有完結，在發現右邊乳房的腫瘤後八個月，醫生在我左邊乳房發現一粒乳腺管內原位癌，雖這不算是癌症，但是這又一意外的發現令我經歷了另一次心靈炸彈，我終於徹底明白病人內心深處的驚恐，「它」那個時候再出現？當然，知識又再一次平伏我的恐懼，醫生的意見是這原位癌需要最少幾年才能形成，只是當時檢測不到而已；透過了這「不幸中之大幸」，不由自主的成為了病友的同路人，現在我更能感受病人及家屬的感受；這也是新生會支持小組的特點，同路人支持同路人，今日我跌倒，你扶持我，明天我跌倒，你扶持我。

明天未知天朗氣清或是烏雲密布？不過，與新生會的三重關係肯定增加了我面對逆境的信心。

有幸見證新生會成長

義工PF

維省新生會廿載情，但鄙人與新生會只有十餘載而已。在這十多年裡，看到新生會的茁壯成長，從一個只能安置數人的辦公室，而轉到能容納數十人的會所，這是鄙人的榮幸。

會長姚太便是第一大功臣，功不可沒！

認識會長是十多年前，在博士山醫院一個講座上；當日我與朋友一起聽有關「更年期」的講座，朋友告知那位講者是《維省新生會》會長。因當時移民到墨爾本不久，人地生疏，所以朋友特別相告的。其後新生會出版了一本書，名為《笑對人生》；看了之後，加深了對癌症病患者的認識及知道他們的需要，更從而引起了加入新生會當義工念頭。

姚太七手八臂

加入新生會後，發現姚太原來是位七手八臂的能人。她自己有一份工作，還要當會長、處理會務、帶領所有義工、探訪癌病患者及幫忙他們解決困難；她又是一名家庭主婦，要煮飯及打理家務。此外，她還要協助丈夫的批發生意，跟他去交際應酬等等。

已故副會長鄭直峰亦是個能人，他給與我的感覺是位文武雙全的人。他為人率直，為新生會的事常和會長爭辯；爭辯後，雖然有時帶着一肚子氣，但還是繼續跟着會長堅持的方法去做。真的很佩服他，為了新生會，甚麼都願意犧牲！

第二位副會長 Pauline，她是位在職人士。平常沒有見到她，但如有特別活動，她一定抽空參加。一次她還着她的丈夫（前聯邦議員）來參加慶祝會，不是邀請他來做嘉賓，而是讓他去廚房做雜工，可見 Pauline 也是個能人。

那些癌病康復者來當義工，更令我佩服到五體投地；他們除了勇敢面對及戰勝了癌魔，還能把他們的經歷與新的患者分享，鼓勵後者敢於面對。

我是個墨水不多的人，多謝新生會給鄙人機會表達這份情；最後還要感謝會長、各位委員、會友，能給鄙人機會在新生會當義工。

我的心聲

勞啓睿

我從由幼年開始，曾在不同地區的華人文化背景和經濟條件下成長，心底裡一直對生命的意義和信仰，帶着了很多問號和無奈。



可能是因為在我成長的過程中，經常見到不公平和不公義的現象吧，自小就喜歡去觀察和留意身邊的人與事。我感覺人與人的存在關係，是一個非常有趣和值得深究的主題；於是我選擇了修讀社會工作這個專業，希望可以讓自己更了解自己、身邊的人和事實的真像。

在二零一三年的年中，有一天收到了在香港的媽媽的緊急通知，家庭中的一個成員因癌症突然去世；那時發現自己什麼也沒有做到，心裡總是覺得自己虧欠了家人。因有感而發，在網絡上找到了《維省新生會》，便開始了做義工的活動；當時做義工的決定，也可能是希望能夠去填補心中的一個罪惡感吧。

義工轉為實習社工

二零一四年的年中開始，由義工轉為在新生會做實習社工；大多數的社會工作者都是女性，而我這個男生能被姚太太、同事和其他的義工們接納，實在覺得很榮幸。還記得在開始實習以前的三年半是在夜店從事保鏢工作的，經常面對打打殺殺的場面；但突然卻要改變習慣，要學習說話溫文儒雅、舉止斯文有禮地去跟同事與會友或病友溝通，感覺上是非常古怪的。在進程中學習所得的，實在是很多；包括學懂了做人的意義和瞭解生命的寶貴與脆弱。值得提及的感想有很多，但最寶貴的是見證了人與人的感情生活中、那生死離別的苦痛與相互的思念和愛。雖然人生很多回憶都是傷感，但在這剎那，我個人認為活得成功的定義並不在於金錢、名利或物質；而是可以跟一個素未謀面的陌生人，去作出生命交流和帶出正面的影響。物質帶不走，但愛和情卻可以永遠相隨；我希望我可以把這個價值觀一直保持到老。謝謝會長和新生會的所有會友、病友、義工和同事們給了我這個成長的空間。

我期望《維省新生會》將來有更大的發展，在一個消費者主義社會下，仍然有一班義工熱心和不斷為他人付出，確實是一件非常難得的事；希望大家可以好好珍惜眼前的所有，因為生命是短暫和寶貴的。

本人在此祝《維省新生會》二十週年快樂。

人生有幾多個十年？

蘭子

人生有幾多個“十年”？屈指算一算，兩隻手掌，手指數盡是十個；人人是否都願意可以擁有十個“十年”呢？而我則但願新生會不單只擁有十個，還擁有更多…更多的十個十年……！



我認識《維省新生會》是正值新生會十週年紀念慈善晚會，這一晚是我有生之年首次出席欣賞的綜藝晚會。我看見包括一群癌症病人，他們不少是抱恙演出；眼見他們雖然生活在死亡邊緣，仍揮發生命力量和閃耀光彩，令我深深感動、淚眼汪汪。看畢整晚節目後，正抖擻精神，想為眾表演者致敬時，當晚全場爆滿的觀眾已經在歡呼叫好，喝采聲不絕……。

這樣一個晚上我認識了會長，亦由我老公引荐下參加了新生會各式各樣活動。其中有大旅遊、清明郊遊、母親節聚餐、聖誕節聯歡、農曆年團拜等等…；隨後兩年亦被會長引進入會做義工。

當義工獲益良多

自開始我的義工工作，首先能從學習中認識很多知識，尤其是癌症知識，真正獲益良多。其次是認識很多朋友，其中一位是在那十週年紀念晚會上吸引住我的注目 - 何詠堅 (Wing)。當晚她朗誦一篇與病友互相勉勵的散文，感情真摯、陳情感觸人心、語調儼如流水行雲，如唱出一首詩篇。內容是懷念已故病友們對生命的盼望、憧憬、執着及堅強，說出病友們那份不能讓病魔所掠奪、克服疾病的勇氣和信念，毫無疑問是來自新生會一群同路人的互相關心、同舟共濟；那是初次見她踏上舞台。第二次是在十五週年紀念晚會上，我感覺她如一顆閃爍明星，展示了癌症康復者風采，照亮了華麗舞台。其實我們真的彼此相識投契，皆因大家都是世界網球壇巨星 - 費特拿天王的 Fans；我們特別投緣，我發覺她無論多不適，只要置身舞台，馬上就如虎添翼，生龍活虎，絕不欺場。

新生會渡過 13 年時，在 2009 年七月新生會舉辦了《樂韻獻關懷》音樂之夜，那晚的演出亦令人感動，因為音樂互動不單純粹是音律文流，更是心與心的交織維繫。台上演出的癌症患者都忘掉病痛苦惱，讓音樂的歡愉灑遍全身，忘情的演出。我認識其中一位，她是新生會合唱團指揮何穎嫻女士，在記憶中，當時她也是生命接力負責人。那晚音樂之夜她正在接受化療，但仍抱恙上台獻藝；她發揮超水準演出，指揮她的合唱團，唱出動人心靈的樂章，還

在二重唱中做了鋼琴伴奏。她強忍病痛，將愉快音韻帶給觀眾；這種忘我精神，令各知情者都為之動容。此情此景真的撼動人們心弦，眼淚自然奪眶而出。這場音樂會也是新生會合唱團指揮何穎嫻女士最終的絕響，她音容宛在，我們永遠銘記在心。

傳遞正能量

新生會渡過了 18 年；2013 年 9 月裡，新生會舉辦了《才藝薈萃顯新生》音樂之夜，我目睹幕後工作，由籌備至每個節目成形，足足花了大半年功夫，過程殊不簡單。正所謂台上一分鐘，台下十年功，絕對是無花無假。尤其是表演成員大多是由癌症康復者充當，眼見他們由笨手笨腳開始，到攜手合作參與，發揮互相互動的精神、共渡難關的信念，最終表現在舞台上毫不遜色，可見生命的力量之偉大。新生會就是希望為患癌病患者傳遞正能量，讓他們知道要積極樂觀，來克服病患。

這晚，在《才藝薈萃顯新生》音樂會上，我認識的一位老朋友，前副會長鄭直烽走到台上，把抗癌四十年來的心聲用六個字說出：「既來之、則安之」；表達了他的堅定不移、克服病患的不屈不朽精神，為同路人打氣；同時亦勸慰大家，不要諱疾忌醫，及早治療方為上策。這正正是新生會傳遞的宗旨，教育大眾認識癌症，防患於未然。

明年 2016 為迎接新生會 20 週年，我由認識至參與義工工作也達 10 年，我有幸能與新生會共渡此慶典，真是難分難捨，我盼望再接再勵與新生會相聚以後的 10 年。

(上接第 77 頁)

有幫助的事情。它鑒定你的技能價值的同時，也體現了你的社會價值，更實現了你的人生價值。

為甚麼要當義工？

曾經有個朋友問我：“你燒香敬佛嗎？”

我說：“沒有。”

“你受洗了嗎？”

“沒有。”

“那你為什麼會去做義工呢？”

寫到這裡，我想現在有答案了：“就是想讓自己更幸福。”

‘付出’總是會比‘索取’更讓人感到幸福；我相信一定正是這種感覺，讓會長和義工群堅守着自己的信念。

義工天使大鬍子

田田

Richard Bradford 有兩個中文暱名，講廣東話的朋友叫他作〈鬍鬚佬〉，說普通話的稱他為〈大鬍子〉；而他自己則比較喜愛〈大鬍子〉，也會寫他的中文暱名〈大胡子〉。



他曾在 RMIT 修讀電腦科技、電子工程，先後在 Ansett 航空公司、Wool Corporation Australia 澳洲羊毛局任事。因長時期端坐電腦前，造成背脊劇烈疼痛，逼於提早退休。然退而不休，義務幫助朋友修理電腦、電器等；由於幾乎從不說“**No**”，找他的人愈來愈多。我對他說：“時間寶貴，我們要幫助真正需要幫助的人。”於是去年介紹他入新生會，僅僅幫忙了一段短時間，卻贏得四個花名。以下就讓新生會員工解答這四個花名：

Hero 〈英雄〉、Angel 〈天使〉、Wong Tai Sin 〈黃大仙〉、Mr Knows Everything 〈通天曉〉的來由。

Arfa Lai：

奉他為〈英雄〉。非常高興見到 Richard，因為他熱心、耐心、細心、叻，有若科學家一樣；尋根究底，不找到答案，絕不罷手。職員義工有困難，隨叫隨到，不會不耐煩。寫字樓有八條電話線，有一次需要更改程式，我問提供的公司，回答說要逐個電腦改，需要五、六個小時。Richard 二話不說，就接過來做，直至下午五時尚未完成；他便記錄在案，下次繼續。我們有問題會在白版上留言，他一來到必會設法解決。

Elsa Lau：

Richard 友善、樂於助人、具備鍥而不捨的精神，與新生會人員和睦相處。大家吃甚麼，他也吃甚麼；喜歡吃中國菜，愛飲龍井、普洱、壽眉，融入中國文化。不僅幫助解決電腦問題，舉凡其他寫字樓設施，能幫的，他都樂於幫。不僅解決問題，更會建議新的方法，例如用顏色紙條分類環保紙張。有一次，我將一位精神科醫生的演講錄在手機中，由於錄音太長，無法電郵給同事。Richard 教我在 iCloud Account 開戶口，放在 Drop Box 裏，可惜還是不能發出去。於是他立即開車去 Doncaster Westfield 商場，請教 Apple Shop 蘋

果電腦店職員。回來後發現仍然不成功，但是他不放棄，繼續研究各種方法；Trial & Error，誠屢敗屢戰，不認輸也。

Mandy Lee：

尊他為〈天使〉。因為他很神奇，每當自己遇到問題，心想：“若果 Richard 在就好了！”Richard 突然就出現在門口。他一來，電腦就聽話了，很多困難就解決了。有一次我找來找去都找不到一個掣，Richard 說他也不熟悉，誰知二秒鐘後，他便找到了。我使用的電腦是從香港帶來的中文版；大鬍子不諳中文，他使用自備的英文電腦，英中對照，用心地逐點逐點幫我安裝妥當。

Dorothy Yiu：

姚沈宛封他為〈通天曉〉、〈黃大仙〉。最初聘請 Richard 為電腦顧問，解決電腦問題；誰知當他見到其他問題，即自動請纓解決。不僅為五、六部電腦更新程式、預防病毒、建立網路系統、教導員工如何使用新軟件。舉凡電話、手機、面書、影印機等出現問題，他都設法解決。近年興起“雲端科技 iCloud Computing”，大鬍子將各種檔案都存儲於 Cyberspace 網絡天空的服務器上，方便職員義工存取及交換訊息。我的手機存有數百個電話號碼，最近新買了一個手機，用 Whatsapp 傳給朋友，他們都收不到。問 Richard 始知新舊手機不能共存這些號碼，其中一個手機中的號碼必須取消。大鬍子不僅幫助實務工作，更灌輸電腦科技理念，介紹數碼媒體產品新趨勢，為新生會開啓新角度和新手法。

今年我們新設一個專門為哀傷人士服務的設施 - Grief Listeners 〈聽您細訴〉，八條電話線，總機設在新生會，其餘七條安裝在義工家中。通過 Voip，有人打來電話，義工在家中即能接聽，給予來電者傾訴機會，提供精神上的支持和鼓勵。Richard 指導義工如何在家中安裝和使用，這不是件容易之事。他有一股傻勁，遇到疑難，非要找到解決方法始停手，往往超時工作，要我屢屢催促他回家。有一次由上午十一時做到晚上七時，最近的一次是中午十二點半直落至晚上八點半，我理所當然陪同在側。

Richard 具備成為義工的資質：他是帶着一顆心來，不是短期的激情，而是長期的投入。他享受他的工作，與新生會人融為一體，是一個真正的義工。

大鬍子 Richard Bradford 在新生會如魚得水，非常滿足，甚有成就感，因為大家都信任他、接納他、寵愛他。

1 + 1/2 + 1/7 + 1/12 = 新生會最優秀的 義工團隊

Mandy

《維省新生會》2015 年度第二個大型週年研討會《防患於未然 - 慢性疾病資訊日》於 10 月 24 日，假博士山救世軍會堂舉行，吸引了超過 200 名華裔人士出席。這個全日的活動要接待超過 200 名參加者，除了安排 7 場的嘉賓講座和現場參展攤位，還包括提供午飯和兩次茶點；當中所涉的人力物力，可想而知。

有服務於其他社福機構的朋友問我，舉辦這麼大型的研討會，我們在哪裏可以訂得「平、靚、正」的午餐呢？我告訴她，新生會所有大型活動的膳食，都是由義工們幫忙準備的。她不禁驚訝地說：「200 多份都煮得到？」老實說，要預備 200 多人的膳食的確不是一件簡單的事情！負責統籌的義工早在星期三已開始採購食材，會前的一天更約了十多名義工回新生會幫忙準備，有人負責洗、有人負責切，一班人忙得團團轉，實在熱鬧非常。除了伙頭大將軍，研討會當天的場地佈置、接待、攝影、司儀、翻譯、維持會場秩序、以至派餐等的工作，其實都由義工們協助完成。我作為今次研討會的統籌，實在很感激各位義工的鼎力支持；沒有他們的幫忙，我即使變成了「千手觀音」，也不可能把所有工作辦得完呢！

其實，由於新生會是一個沒有政府資助的非牟利團體，在 2012 年以前，新生會的所有服務，以至新生會的整體運作都是靠一班義工合作完成的，我們的義工團隊可以說是新生會的骨幹與命脈呢。就我在新生會這三年的接觸與觀察，我覺得我們的義工團隊可以分為 1/12、1/7、1/2 和 1 四個類別：

1/12 = 特約義工組

如上文所述，新生會有一班「特約義工」；他們就像拍戲的特約演員一樣，新生會每有大場面時便會出現。所謂的大場面包括每年兩場過百人參加的研討會、中秋節晚會、頌親日聯歡、聖誕慶祝會及一些較小型的講座。他們的服務包括：美味天皇伙頭大將軍、場地佈置與收拾、會場秩序、攝影及接待等。他們雖然沒有參加新生會的義工培訓課程，但他們一埋班便很合拍，通常在活動完結後我送畢嘉賓返回會場時，義工們已把場地收拾妥當，不用我來操心費神，完全是「自動波」，實在是太善解人意了！這個類別的義工還包括我們的醫學、財務和 IT 顧問，還有每次講座的嘉賓講者，和聯誼慶祝會的表演嘉賓，當中更包括我們幾位年紀小小的小提琴手呢！由於一年十二個月中，他們總有最少一次幫助我們，所以我叫他們 1/12 特約義工組。

1/7 = 兼職義工組

第二類的義工，是新生會的登記義工，共約四、五十位。他們每半年便須與新生會簽訂義工工作協議，當中承諾在未來半年會為新生會提供哪類的義工服務，同時須出席每年定期的義工培訓課程。他們的工作範圍很廣泛，包括：值班、家庭/交通服務、大型節目、組長/導師、膳食、季刊/出版/多媒體資料、文書/翻譯工作、電腦/互聯網、維修/園藝、社區教育/宣傳攤位、財務、籌款、環境衛生、手工藝製作……等。由於他們在新生會的運作中各有自己固定的崗位與角色，很多時一星期七天中總有機會需要當值或出勤，所以我叫他們 1/7 義工組，亦即我們的兼職義工。

1/2 = 半職義工組

1/2 義工組是指我們幾位新生會的半職員工。新生會由於資源有限，目前只能在「輔導與支援」及「公眾教育」兩方面僱用三位半職的員工。我們三位都是在新生會當義工出身的，現在雖然變了受薪階級，但由於工作時間有限，而要處理的事務實在太多，所以未能於上班時間內完成的工作，我們往往會回家以義務的身份完成。以我為例，每週只星期一及五每天工作 6 小時，一星期只有 12 小時的工作時間；但星期二至四每天都有工作的電郵要處理，根本不可能完成，通常每晚在女兒睡覺後又會繼續完成新生會的工作。我常笑說，因公務與我聯絡的人一定覺得很奇怪，為甚麼我給他們的電郵會在晚上十一時後才發出，難道我仍未下班？他們一定覺得我是工作狂呢！1/2 義工組指的正是我們那既是半職員工亦是半職義工的特殊身份。

1=24/24= 全職義工

提起新生會，大家一定會想起我們的全職義工姚太，姚太是新生會的會長兼創辦人，她是一星期七天，一天 24 小時為新生會候命的全職義工。她試過深夜 2 時，接到家屬的來電需要安慰；上次星期六研討會的物品，亦是由她星期日回新生會收拾妥當。她連回港渡假亦會為新生會張羅，每次回來都帶回不少中文的參考圖書；還有供病人借用的假髮亦是她從香港買回來的。姚太作為新生會的掌舵人，做事有魄力、效率高、好學不倦、永不言休、事事落手落腳、凡事親力親為，實在是優秀義工的佼佼者呢。

各位新生會的義工們，我實在很感謝你們的協助與幫忙，沒有你們，我的工作不可能辦得妥！更感謝你們那「存好心、做好事、說好話」的「三好」精神。記得自己上任初期，由於變了受薪階級，總想着甚麼都儘可能自己做，不應依靠人；但你們卻主動跟我說，要我一定要找人幫忙，擔心我忙壞自己！你們這種為人設想的情操、為他人服務的精神，我能作為你們的一份子，實在覺得很自豪呢！

新生會最優秀的義工團隊，感謝你們與新生會一同走過了二十年，期望在往後的日子，大家仍能繼續支持新生會，讓新生會可以繼續為有需要的人提供適切到位的服務，造福本地的華人。

Reflection - Dinner/Dance Fundraising - Featuring a tribute to Elvis Show

Lily Ong

Time flies and I have been a CCSV volunteer / member for many years now. CCSV is a non profitable organization as fund is much needed and everyone does their best to help out. Over the years I had organised fundraising ranging from small scale, to name a few eg..durian, new year cookies, zong drive to bigger scale like Elvis Rock N Roll Night / Miss Crown Night.

On Saturday 1st August 2015 my daughter, Su Ching and I hosted the third fund raising event for CCSV. It was a great night with 200 people attending the fundraising dinner and dance held at the Maroondah Sports Club, Ringwood.

The MC, Su Ching did a fabulous job on the night and Dorothy gave a short speech to thank everyone who came along and gave their support. The night started off with one door prize for every table. There were lots of raffle and door prizes kindly donated by individuals and businesses. We were able to raised \$6300 including some cash donation on the night for CCSV.

All our guests enjoyed the entertainment by 'Elvis Presley' who sang all the popular Elvis songs and some lucky ladies got to sing along with "Elvis" when he went round to different tables. The atmosphere of the evening was fantastic and enjoyed by everyone. The rest of the guest were rocking and rolling hard on the dance floor.

It was a successful, enjoyable and memorable night.

Su Ching and I the Event organisers, would like to thank all our helpers especially Jade, the sponsor for the door and raffles and everyone who came to support the great cause.

支援小組裡的人・情・味

沈敏誼

我一向是一個害羞、慢熱的女生，在陌生人面前，我總是不敢主動去與人談話。但，七月底開始，很幸運地我有了一個機會，在《維省新生會》開始了我的社工實習；不久，我便發現自己的性格有所改變，而且也深深感受到這個地方的人・情・味。

在會長的鼓勵和帶領下，我便擔任了一個小角色，就是在新生會星期二的支援小組裡，擔任組長 facilitator 的角色。起初，看見每一個都是陌生的面孔，我實在有點不知所措；再觀察到他們已經彼此認識、且建立了一定的關係，頓時心裡說了一句：「要與他們閒談我也感到有點害怕！還叫我去領導他們？」。原來我這個想法是大錯特錯，其實他們每一位都很率真、可愛、對人友善、容易交往。

每一個星期我設定了一個中心主題引發大家討論，通常每一個老友記都會積極地發表自己的想法和意見；有時還會開一些有趣的玩笑，引得大家捧腹大笑。偶而也會有一些冷場，但經過鼓勵和邀請，每一個都很樂意表達自己的觀點和看法。漸漸地，我也由最初的無從入手、戰戰兢兢的緊張狀態下，變得輕鬆享受，與他們打成一片，又與每一位建立起一份感情和良好關係；從而在小組的活動當中，實際關心到他們的需要。

互勵互勉、笑望人生

細心聆聽他們每一個的抗癌奮鬥經歷，我也獲益良多；一方面慨歎生命的寶貴，感受到生病的煎熬，另一方面也從心底裡佩服。佩服他們每一個的意志力、咬緊牙關接受治療，闖過一關又一關！看到很多積極面對生命的曙光，真的讓我感受到我們中國人的名言：「吃得苦中苦，方為人上人！」。在他們身上看到了生命的意義，做人一定要時常保持心境開朗！

回味每週與他們的相處，我十分珍惜和享受；與他們交流，彼此建立了一份信任、友好的關係。

我在這裡衷心祝願《維省新生會》邁向更豐盛的道路，為抗癌勇士提供更多支援服務和心靈上的支持。讓我們一起互勵互勉、笑望人生！

Congratulations on CCSV's 20th Anniversary

Vera Young

I heard about Mrs Dorothy Yiu, the founder and dedicated President of CCSV, not long after I came to Australia from China. I didn't know that it's CCSV's 19th year when I joined its volunteer team in 2015 – is it kind of fate as my birthday was on the 19th?

In this day and age people tend to spend time and energy celebrating birthdays – of course the birthday person and the people around all tend to be high spirits. The birth day is important in a life, a landmark for a human being, what about the death day? Is it a landmark as well? Shall we leave the bereaved family members/friends spending time and energy crying alone?

The volunteer team I have joined in CCSV is called Grief Listeners. We Grief Listeners are aware that the bereaved may prefer to cry alone, or prefer to talk to somebody who would listen, could communicate freely in the native language of the bereaved, and may understand easily the cultural context of the bereaved.

Prior to the commencement of Grief Listeners Bereavement Services, a CCSV and Chinese Chronic Illness Foundation Partnership project, Mrs Yiu spent a substantial amount of time with us voluntary Grief Listeners in training, guiding, discussing, debating, and preparing for the best service we could provide to the bereaved in diverse Chinese communities.

I was so happy to be able to assist the bereaved on my shift while I was so sad hearing and feeling the pain of the bereaved. I believe even the relatively short conversation is meaningful and supportive in the grieving journey of the bereaved.

I believe the birth of this Grief Listeners Bereavement Services is necessary and promising! Welcome to use our services, to volunteer for our services, to promote our services, and/or to support our services - simply contact Mrs Yiu at CCSV.

Congratulations Grief Listeners Bereavement Services! And congratulations CCSV!

Roster Staff

Lana Yung

I joined the CCSV volunteer team at the end of 2005, the year that I received a redundancy package from my employer.

My first assignment was taking phone calls during office hours. There were two shifts in a day, morning and afternoon. Morning shift was 10.00am to 12.30pm and afternoon shift 1.00 to 3.30pm. There was half an hour handover time between the morning and afternoon shifts.

I remember on my first day, I was very nervous. Not that I was nervous taking calls, but the nature of the call. What if a distressed patient called seeking help? Luckily, there was documentation to help, the Roster Staff Procedures and a phone script to remind you what to say. I placed these two documents in front of me ready to answer calls. Other duties included taking mail from the letter box and recording them and other duties as directed.

As this is a job sharing position, we needed to know the activities of other roster staff members during their shifts. The way we communicated was by way of a diary. We recorded incoming calls and any follow up action, and names of visitors. This diary also served as a "daily report". The first thing I walked into the office was to check the Roster Diary to see what messages, instructions or follow up there were for me.

Most calls I received were from friends and family members of cancer patients. They were worried and just wanted to help. Another interesting topic was diet. Many callers wanted to seek dietary advice. I would advise them to talk to the Dietician. At the CCSV library there are some recipe books and information booklets on nutrition. I would normally send copies to them if seeking dietary advice.

Over the years, there were some interesting things that I would like to share.

Someone knocked on the door and gave \$200.00 donation. He refused to give me his name and did not require a receipt.

The rubbish bin was missing during Christmas holidays and I had to make a statutory declaration to the Whitehorse Council to get a replacement.

A ghost door bell rang without somebody at the door. You would be scared if you were alone on duty. Eventually I found out that it was due to low battery. It gave out a warning before it completely died.

I feel very honoured to receive the Caroline Chisholm Award in 2011 together with CCSV volunteers, Winnie Fung and Cheung Pui Fun for our service.

新生會救了我

亞花

是的，新生會救了我！

請別誤會，我不是癌症病患者，而是一位從香港來澳洲唸書的碩士生。記得那時初抵墨爾本，學校要求我們輔導系學生自己去找實習機構；我的即時反應是：「完了，不如歸去（香港）。」從其他同學口中得悉，在這裏找輔導實習機會難於登天，即使本地學生也遇着重重困難。況且我當時對墨爾本的認識，跟對阿爾及利亞的認識沒有兩樣，就是完全陌生！

我沮喪極了，後來老爺跟我提及《維省新生會》，於是我便上網搜查有關她的資料。當我在網頁看到會長的相片時，才記起來澳洲之前，曾在中文大學校友月刊讀過有關她的報導，於是便抱着試一試的心情給她發電郵。我沒抱太大希望，甚至以為會石沈大海，豈料不到一天我便收到導師姚太回覆，表示可以給我一試。就這樣，便開始與新生會結下不解緣，而導師姚太就這樣救了這個無助的我。

我在香港有了十多年工作經驗才重返校園，所以不太担心實習工作的適應，反而有點憂慮應如開解垂危病人及他們的家屬。在最初幾次見病人時，導師姚太都會陪伴着我，讓我觀察她怎樣跟病人應對和交談；漸漸地，我亦開始獨個兒應付個案了。在新生會實習的最大衝擊，就是面對死亡。爸爸在五年前因癌病過世，那時雖然傷心，但我卻沒有想過死亡跟自己有密切關係；畢竟他在二十多年前已第一次患癌，而且離開時已七十多歲。然而，在新生會實習期間，我有機會接觸到跟我年齡差不多、甚至比我更年輕的末期癌症病患者，才知道任何年紀都有可能罹患癌病。雖然學校有教導我們如何避免讓病人影响自己情緒，但人非草木，看着死者家人的無助與傷痛，不其然牽動我內心。探訪病人，最常聽到的問題是：「為什麼會是我？」……這個問題很磨人，亦根本沒有確切答案可以令病人釋懷。



人，其實是很渺小

我開始思考死亡 - 人生的終極，但到目前為止，當然還是沒有具體結論，否則哲學家們就不用窮一生精力去探索這個問題了。人，其實是很渺小的。我們不是先知，根本不會知道自己那一刻會死去。從悲觀的一方面去想，我們從出生那天開始，其實已在倒數死亡時間；如果樂觀一點，那就應該是在有限的生命裏，思考如何活着，才可以令自己不枉此生。聽起來是老生常談，但在生命有限的框框裏，這就是比較合理的出路。而對於我而言，我只想好好享受活着的每一天：春天時看着春雨綿綿，秋日裏感受微風輕輕吹拂，甚至是寒冬裏喝一口熱巧克力，已令我對生命滿有感動。

別人以為新生會只幫助癌症病人及親屬，其實它亦打救了很多唸輔導學及社會工作的華人學生。新生會除了提供實習機會而打救了可能因此而無法完成學業的我外，在人生觀上也給我重要啓示：從以往「得過且過」到現在每日享受生命，這就是美麗人生。



義工團隊陳容圖

(名字後附有星號*表示現任或曾任《維省新生會》委員會的委員)。
(Volunteer list: 1996-2016. Past and current committee members were marked with an asterisk.)

《維省新生會》創立到今，轉瞬二十年，其間經歷風風雨雨，縱不能說披荊斬棘，但的確遇到不少困難。能夠有今日的成果，實在要多謝

一眾義工，沒有他們的全情投入、無私付出，就沒有今日的成果。

這幅 20 週年義工陣容圖，因為早期的存檔並不完善，只憑會長姚太的記憶、未必盡錄過去二十年來，所有義工的名字，故如有遺漏，謹此致歉！

王素鸞 司呈靖至
彩群* 布雪霞* 庄偉 何洁鳳 何詠堅* 何榮光 何潔兒 何
李佩珊 李淑莊 李靖瑩 李權* 沈敏誼 周冰若* 林家恩 林健* 林燕梅 姚
紅* 翁招鳳屏* 馬振愉* 馬蔡巧裳 崔慧賢 張秀志* 張來卿* 張宛玲* 張虹* 張配
妙寶 陳楊和平* 陸余玉珍 勞錫安 舒菊坪 費志英 項莉莉 馮玉蓮 黃秀蘭 黃美蓮 黃剛強*
貞* 廖敬珊 劉性元 劉吳輝 劉彩媚 劉慧中 歐偉忠 潘區素梅 潘燕卿 鄭直烽* 鄭細娥* 鄭劍貞
Diana Xie Dr Sally Ng Jade Wang Jo Lu Kay Lee Lily Ong* Melissa Yuen Moni Leung
Lim Tim Chung Vera Yang Victor Leung Vincent Zhang Wina Kung Winnie Lo
群* 布雪霞* 庄偉 何洁鳳 何詠堅*
冰若* 林家恩 林健* 林燕梅 姚少雯
秀志* 張來卿* 張宛玲* 張虹* 張配
何榮光 何潔兒 何穎嫻* 何興佳 吳懷
姚玉鳳 姚沈宛* 姚雯意 胡晟 唐靜
芬 張開貴* 張榮光 梁汝庭* 許曼莉
安 舒菊坪 費志英 項莉莉 馮玉蓮 黃
黎 楊雅清 葉笑娟* 葉鳳英 雷李淑貞
烽* 鄭細娥* 鄭劍貞* 盧田田 賴秀萍
Diana Xie Dr Sally Ng Jade Wang Jo Lu
Rachel Liang Richard Bradford Sally Dang
Kung Winnie Lo Xiao Du Yee Man Louie Yo
鳳 何詠堅* 何榮光 何潔兒 何穎嫻* 何興
敏誼 周冰若* 林家恩 林健* 林燕梅 姚少雯
屏* 馬振愉* 馬蔡巧裳 崔慧賢 張秀志* 張來
美娟* 陳桃香 陳浩 陳馮妙寶 陳楊和平* 陸余
陳貞愛 黃瑞鳳* 黃寧鳳 黃碧星 楊玉璇 楊育
劉慧中 歐偉忠 潘區素梅 潘燕卿 鄭直烽* 鄭
羅聞天 譚寶蓮* Diana Wong* Diana Xie Dr
Patrick Maebus Paul Chan Rachel Liang
Leung Vincent Zhang Wina Kung Winnie Lo
彩群* 布雪霞* 庄偉 何洁鳳 何詠堅* 何
珊 李淑莊 李靖瑩 李權* 沈敏誼 周冰若
惠弟 徐立紅 卓銘紅* 翁招鳳屏* 馬振愉* 馬蔡巧裳 崔慧賢 張秀志* 張來卿* 張宛玲* 張虹* 張配芬
寶 陳楊和平* 陸余玉珍 勞錫安 舒菊坪 費志英 項莉莉 馮玉蓮 黃秀蘭 黃美蓮 黃剛強* 黃陳貞愛 黃瑞
珊 劉性元 劉吳輝 劉彩媚 劉慧中 歐偉忠 潘區素梅 潘燕卿 鄭直烽* 鄭細娥* 鄭劍貞* 盧田田 賴秀萍 龍
Ng Jade Wang Jo Lu Kay Lee Lily Ong* Melissa Yuen Moni Leung Patrick Maebus Paul Chan Rachel Liang
Zhang Wina Kung Winnie Lo Xiao Du Yee Man Louie Yo Yo Wang 王素鸞 司呈靖至 司徒金嫻* 司徒彩群* 布
英 李少瑜* 李永康 李佩珊 李淑莊 李靖瑩 李權* 沈敏誼 周冰若* 林家恩 林健* 林燕梅 姚少雯 姚玉鳳 姚沈
愉* 馬蔡巧裳 崔慧賢 張秀志* 張來卿* 張宛玲* 張虹* 張配芬 張開貴* 張榮光 梁汝庭* 許曼莉 陳秀怡* 陳

司徒金嫻* 司徒
穎嫻* 何興佳 吳懷港* 李少英 李少瑜* 李永康
少雯 姚玉鳳 姚沈宛* 姚雯意 胡晟 唐靜芳 孫惠弟 徐立紅 卓銘
芬 張開貴* 張榮光 梁汝庭* 許曼莉 陳秀怡* 陳美娟* 陳桃香 陳浩 陳馮
黃陳貞愛 黃瑞鳳* 黃寧鳳 黃碧星 楊玉璇 楊育黎 楊雅清 葉笑娟* 葉鳳英 雷李淑
* 盧田田 賴秀萍 龍慧清 謝莉玲 簡佩芝 簡家榮* 鄭麗娟 羅聞天 譚寶蓮* Diana Wong*
Patrick Maebus Paul Chan Rachel Liang Richard Bradford Sally Dang Teresa
Xiao Du Yee Man Louie Yo Yo Wang
港* 李少英 李少瑜* 李永康 李佩
芳 孫惠弟 徐立紅 卓銘紅* 翁招鳳
陳秀怡* 陳美娟* 陳桃香 陳浩 陳
秀蘭 黃美蓮 黃剛強* 黃陳貞愛 黃
* 廖敬珊 劉性元 劉吳輝 劉彩媚 劉
龍慧清 謝莉玲 簡佩芝 簡家榮* 鄭
Kay Lee Lily Ong* Melissa Yuen Moni
Teresa Lim Tim Chung Vera Yang
Yo Wang 王素鸞 司呈靖至 司徒金
佳 吳懷港* 李少英 李少瑜* 李永
姚玉鳳 姚沈宛* 姚雯意 胡晟 唐靜
卿* 張宛玲* 張虹* 張配芬 張開貴*
玉珍 勞錫安 舒菊坪 費志英 項莉莉
黎 楊雅清 葉笑娟* 葉鳳英 雷李淑
細娥* 鄭劍貞* 盧田田 賴秀萍 龍慧
Sally Ng Jade Wang Jo Lu Kay Lee
Richard Bradford Sally Dang Teresa
Xiao Du Yee Man Louie Yo Yo Wang
榮光 何潔兒 何穎嫻* 何興佳 吳懷
* 林家恩 林健* 林燕梅 姚少雯 姚玉
張開貴* 張榮光 梁汝庭* 許曼莉 陳
鳳* 黃寧鳳 黃碧星 楊玉璇 楊育黎 楊
慧清 謝莉玲 簡佩芝 簡家榮* 鄭麗娟 羅聞天 譚寶蓮* Diana Wong* Diana Xie Dr Sally
Richard Bradford Sally Dang Teresa Lim Tim Chung Vera Yang Victor Leung Vincent
雪霞* 庄偉 何洁鳳 何詠堅* 何榮光 何潔兒 何穎嫻* 何興佳 吳懷港* 李少
宛* 姚雯意 胡晟 唐靜芳 孫惠弟 徐立紅 卓銘紅* 翁招鳳屏* 馬振
美娟* 陳桃香 陳浩 陳馮妙寶 陳楊和平* 陸余玉珍
勞錫安 舒菊坪 費志英 項



曩年基建冀盼殿堂 (會務、歷史)

活動回顧

建踏腳石 立里程碑 桃李不言 下自成蹊

圖文存照

撫今追昔 憶蜜思甜 樹木樹人 福蔭後世

粉絲蝦碌

星期五“為食組”歡迎您

我與新生會的兩本食譜

家珍

《大心無界 新生無限》

新生會的成長 - 由 O 至無限

王素鸞

鄺麗娟

張秀志

舒菊坪

田田

粉絲蝦碌

王素鸞

按：我輩友儕分享防病抗癌、勸慰關懷、共樂解憂之餘，每內心有感而鳴、自成文辭，或偶見妙詞佳句、湊拼成章。即集結二三，乃遇意深詞短、情長言拙之際，得借鏡作敘寒溫之資；冀雅俗共賞，並申引玉美意。此素鸞大姐無懼貽笑大方，錄《粉絲蝦碌》以博一粲，亦自娛娛人也。

不是晚餐，也不是電視節目中的某太教烹飪；但在《維省新生會》，經常請大家享用我自創的“粉絲蝦碌”歡樂自助餐。

材料非常簡單：

粉絲，就是選用英國名牌 Fans；音譯粉絲（意譯擁護者或擁躉）。在新生會裡確實有好些我的歌迷粉絲。說粉絲是誇張了一點；但的確有會友在文章裡用了一句“素鸞以一曲《路邊的野花不要採》唱紅新生會”讚許過呢！

一個連“荳泥未發酥”都分不清、但對音樂甚感興趣的我，就好像在音樂大花園中迷路的小女孩，用那還算可以的噪子在高聲喊、大聲唱。新生會給我很多演出的機會及鼓勵，使我可以在這一個充滿愛心及活力十足的新生會小天地裡唱出一個小名堂來。何以敢言自己有個小名堂？使我比人略勝一籌的，就是我每次精心挑選歌曲來唱、兼搞氣氛，把歡樂帶給大家，因而贏取很多帶着鼓勵的掌聲。這些支持、稱許及激勵，時刻提醒我要做得更好；這不正是我們新生會的宗旨，要我們活得健康、活得開心嗎？

兜了一個大圈子，粉絲準備好了，那快要出爐的蝦碌應該怎麼辦才好呢？且慢，蝦碌總會有點兒燥熱的；餐前飲品，先奉上一杯“金銀花”給大家解暑清熱吧。

有人稱讚何詠堅和王素鸞是西區小組的兩朵金花。我答辯道：我那有何詠堅那般能幹、出色；她是主角 - 金花，我只是配角 - 銀花。我倆合起來不就正是“金銀花”？金銀花消暑解毒，希望以後我倆都為我們的新生會負擔更多的事務，帶更多消暑解毒的好東西給大家。擁護者，請讚兩朵花。

蝦碌，貨源總是有的；但不是每天來貨，久不久才會有的。好啦！伙計，快啲上菜。

真的是要獻醜了！現在跟大家解釋如何準備那蝦碌。首先，不是要讓大家看我的烹飪技術，而是要老實告訴大家：我根本不會做什麼“粉絲蝦碌”大菜；我只是同大家分享我在新生會多年來的一些蝦碌片斷、蝦碌笑話。內容很多是跟食物有關，我將它們重整一下，來一個七彩繽紛、各適其式的雜錦蝦碌；加上各位粉絲，就是“粉絲蝦碌”啦。

快馬來來來，第一道 - 生菜包

第一次在西區小組聚會端上來的生菜包，或許已是七、八年前的事情了（都發霉了 :-）。

那次我們在玩中文文字遊戲，要寫出裡面包含有“生”字的詞語；如生命、生意、新生會、生力軍、生生不息、生花妙筆等。評分後，結果有兩組平分秋色，但有人不服輸、要上訴：

A 組說：我們的“生菜包”比你們的“生菜”好吃得多了！

B 組答道：沒有我們的“生菜”，何來你們的“生菜包”呢？

有沒有覺得我們的組員很可愛，為了這個遊戲結果而要爭個你死我活。無論如何，這兩句搶白給我們全組多帶來了一些歡娛、一些嘻哈笑聲；真多謝大家的參與，加添了無限歡笑。

飽點取了個怪名字 - 見你就飽

“見你就飽”肯定不是什麼好菜；你說得對，你真聰敏。一見你就飽了，那還用吃、還吃得下嗎？有一次新生會郊遊活動，來到一個市集，也有一些老式農莊供遊人參觀；那時正下着濛濛細雨，下雨天有蚊子出沒是不足為奇的。有一位朋友被蚊子叮咬了多次了，問我們有沒有被叮？我幽默地答她：妳皮香肉嫩，太吸引蚊子了；牠們多次叮咬已經吃得滿滿，一見你就飽，根本不用再叮其他人了。

那次的照顧者宿營旅行雖然到了尾聲，心裡一股衝勁要將旅途的開心事、歡笑聲重溫。一句“把酒月下笑歡談”（多謝曹先生請我們喝啤酒），確證新生會會友們是很有文采的；氣氛越來越好，打油詩呼之欲出。很意外地這首打油詩的開頭兩句，竟然是出自我們都對她“掉眼鏡”的李權太太：

愛心晚餐頂呱呱 飽食之後笑哈哈

遊罷海灘夜嘛嘛 賞完沙雕急歸家

濃縮了當日交誼活動的寫照，片語道破，何等舒心愜意：

你我笑話齊分享 月下促膝共暢談

熱葷大菜嚐過了，再來分享幾籬當日宿營旅行笑話小炒：

- 剛來到澳洲時看見路牌寫着 No Standing，害得我要蹲下來等巴士！
- 澳洲人真霸道，No Standing - 在路旁站一下也不行！
- 在菜市場到處找不着想要的蔬果，偏偏却聽到有人大聲叫喊：搵到啦！搵到啦！（廣東話讀出）= One dollar
- 從家開車到維多利亞市集路程遙遠，小孩不厭其煩地問 Are we there yet? 爸媽安撫小孩，伸掌展開五指說：快到啦！（普通話讀出）= Five dollars

享用過金銀花茶，現在再帶大家去嚐粽子好嗎？端午節的時候，李權夫婦在家包粽子為新生會籌款；我也打電話訂粽子，電話裡的“普通話”對話是這樣開始的。

素鸞問：請問你們這裡有沒有粽子賣？

李太答：我有種（帶廣東口音用普通話的回答）。

素鸞答：有種，你就放馬過來啦。

後來我就向李太解釋怎樣用普通話說粽子。我覺得這三兩句對話蠻幽默、有趣。大家認為呢？

金銀花涼茶、大餐小菜都用過，稍息了一會兒，也消化了不少。再帶大家享用一個中式下午茶，不知各位意下如何？

那天大家圍坐喝下午茶，空椅上有個背包；有人問背包是誰的？身旁的會長回答：“是我的背包，這叫作生人霸死地。”我幽默的、故作驚恐地答道：“呸！大吉利是，那我不就是坐在死人旁邊嗎？”

會長也很幽默地回答：“難道你不知道我是住在墳場附近嗎？”

停了兩秒，想起會長在幫忙辦理喪事方面很有經驗，於是問她：“呀！提到墳地，我也想過要預先購買，但很多都賣光了，知道哪裡還有嗎？”

會長回答說：“就搬到我家隔壁不就行了嗎？”

真的是給會長弄得哭笑不得！

我個人非常喜歡這段幽默對話，也希望你們都像我們一樣的：

幽默地 笑傲江湖！

輕鬆地 笑看人生！

後記：

港式粵語“蝦碌”一詞，有尷尬、出錯、出糗、出狀況、烏龍、穿幫、倒霉、撞板（碰壁）等意思；甚至影視播放時台詞對白的口誤也屬是。類似的詞還有“龍躉”，龍躉是上等“好魚”，喻“好癥”。

星期五“為食組”歡迎您

鄭麗娟

《維省新生會》星期五活動小組成立了兩年多。活動包括烹飪示範、交誼閒談、午餐及太極班。作為組長的我，儘量去“挖掘”組中之廚藝高手，請他們來演示拿手小菜及糕點；藉此作廚藝交流及學習，並品嚐各地不同的美食。先後我們示範過澳洲、中國、香港、馬來西亞、越南、泰國及新加坡各地的特色美食。除此之外，我們亦示範過製作應節的食物，如粽子、月餅、年糕等；加上每週為聚會準備的午餐，豐富且多姿彩，贏盡口碑，更博得會長姚太太賜名“為食組”美譽。

齊歡笑、同暢聚

我們亦組織聚餐會來慶祝農曆新年、中秋、聖誕等節日，每人帶一碟自己“拿手”的食物來，一齊分享及拍照留念；這些聚會都給我們帶來不少樂趣及美好回憶。

太極廿四式由司徒彩群 (Angela Fung) 教授；除了打太極，Angela 還教我們一些健身運動及分享她的健身經歷。在她諄諄教導下，我們從中獲益良多，身手亦更加敏捷了；多謝您 Angela。

我們有機會聚在一起活動，要感謝新生會提供給場地及支持；我們亦稍盡棉力，做些糕餅（尤其是我們的招牌杏仁餅）、幫忙切洋葱等支持熱狗義賣籌款。我雖是組長，但有此成果和貢獻，全賴左右手司徒金眉 (Kim Szeto)、唐靜芳 (May Gan) 及各組員的協助及鼎力支持。組員人數雖不多，且都是華裔，雖來自不同的國家地區，各具有不同的風俗及背景；但大家和洽相處，分享心事及互相關懷，儼如一個小家庭的成員。

我們都很渴望每個星期五的到來，期盼可以在我們的“娘家”新生會一聚。我們極之歡迎各位會友加入，一同分享我們的樂趣；“為食組”歡迎您。



我與新生會的兩本食譜

張秀志

《維省新生會》（下稱新生會）二十週年了，而我與新生會就已經有了十五年的聯繫，這要由我十五年前剛定居墨爾本說起。2000年初，那時我受聘於《澳洲訊報》；因為對癌症只有一知半解，一次機會，訪問了當時有五年歷史的新生會，從而認識了會長姚太。在此後十五年，或多或少參與新生會的運作；主要是在文字上，協助新生會撰寫一些新聞稿。雖然明白自己寫作技巧屬「有限公司」（即能力有限），唯這已是我最大的本錢；只好硬着頭皮，「廖化作先鋒」好了。

在過去十五年，我協助新生會的主要有兩個項目，就是編纂兩本食譜，分別是《新生食譜》（2005年）與十五週年出版的《飲和食德》。除了姚太事事親力親為外，兩本食譜我都各有一個好拍檔；《新生食譜》的拍檔是已故的鄭直烽（當時他是副會長），而《飲和食德》的拍檔則是周冰若中醫師。

回想出版第一本食譜《新生食譜》時，新生會的會址設於博士山 Whitehorse Road（與 Station Street 交界）。這是一所商業樓宇，大門會在下午六時後鎖上，出入非常不方便；因此，有時要跑到去鄭直烽的家中，進行編校工作。

出版《新生食譜》最困難

不過最大的困難，就是當會長完成排版工序、將檔案交給香港的承印公司時，卻面對軟件相配的問題；大部份工序要香港的承印公司重新再做。記得那一次我剛在香港，與會長同訪位於旺角的印刷公司、商談有關事宜。其後會長的廿四孝丈夫，還請我去了印刷公司對面的一間着名豆腐店吃午飯。

《新生食譜》是新生會第一本重要刊物，由於會長及我都沒有相關經驗，遭遇困難重重；但當看着食譜出版時，又有難言的喜悅。不過我最大的投訴，現在也利用這個機會抒發一下。我那篇「編者心聲」，會長一改再改；而她所改動的，倒不是內容有甚麼大問題，主要是她的顧忌太多，交給這個看、那個看。她又怕我不高興，每次都跟我解釋，令我煩擾不已。其實，會長為新生會投入很多，不過我個人認為她很多時太講程序；尤其是現在新生會已具相當規模，壓力和困難相對就更多了。在此套用「羚羊」接受我訪問時對新生會的期望 - 希望會長能夠培養一名有能力的接班人。

2011年十五週年出版的《飲和食德》，是新生會的第二本食譜。有了上一次的經驗，而這時新生會亦已有固定會所，加上今天的拍檔是處事能幹的周若冰中醫師，一切程序進行比較以前順利多。

《飲和食德》食譜要中英對照

這次面對最大的困難是：姚太要求食譜、食材及烹調法要中英並用；中文的好辦，但要加上英文就比較困難。結果，我要多次去到周若冰的家中，兩人合作將中文英譯。幸好她的英文水平甚高，又喜烹調；這個翻譯工作雖確有一定難度，最終還能順利完成。

今次的《維省新生會廿載情》，是新生會二十週年的重頭製作；與上兩本刊物不同，不以食譜為主題，而改以人物故事為中心，我認為這是對的。試想新生會走過了二十年，由起初三、幾人開始運作，至今已成為了墨爾本社會中、面向華人癌症病人的一個重要支援中心。不但對患者本人、家屬和身邊的關顧者，作出適切的關懷和幫助；更擔負起宣傳和教育的遠大目標，透過舉辦一些資訊日、講座等活動，令人對癌症有更深層次的認識和了解。

在這二十個年頭，每一個與新生會有關的人，他們的心聲都將會成為這本書的內容；每一個人，無論怎麼平凡，他的背後總有一個故事的。我今次的主要任務，就是要協助那些不太善於寫作、而又願意分享他們的經歷的，將故事表達出來。

每個人背後都有一個感人故事

其實，前兩冊雖以食譜為主，但仍有幾篇人物故事，其中也有我代筆的；正如在這篇文章開頭明言，我其實寫作技巧不足，只能盡所能而寫，若有欠缺之處，還請大家見諒。

在寫本文前，我曾訪談了近十名會友；他們走過的路，確實較一般的人崎嶇多了。他們講述接受治療情況時，有的說來輕鬆平淡；但我知道即使是每次單一治療，對他們而言，都已是吃盡苦頭，更可況整個療程，是那麼的漫長。

文章中的每一名會友，都是勇士，他們對生命的渴求，令人敬佩；筆者自問，未能一一的用文字好好地表達出來，實在心中有愧！還有一件要補述的，就是有會友在受訪時，仍精神奕奕；可惜在我動筆時，他的健康情況卻急轉直下。但他仍然關心着他的故事，並表示絕不放棄；要好好活下去、打敗病魔，希望在本書出版之日，親自看看我為他代筆的故事寫得如何。

在訪問中亦帶出問題：知道很多會友對癌症的認識不足，或對癌症的誤解，致令他們曾受到許多不必要的苦楚；這實在更凸顯了新生會的存在價值和抗癌教育的重要性。

在此，謹祝願新生會在未來的三十週年、四十週年、甚至更長的時間，繼續服務華人社群。因為如果沒有你，這本書大部份主人翁的故事，可能要改寫。

家珍

舒菊坪

一座花園式老屋，窗明几淨，房前一片小小的綠池，一年四季鮮花盛開，一片欣欣向榮景象。屋後，有一寬闊的停車坪，環其四周，是滿枝滿藤的瓜果，一片綠油油的農家菜園。它座落在 784 Station Street, Box Hill North Vic 3129，是《維省新生會》會址、華裔癌癌患者的俱樂部、我們的康樂之家。

《拿督賴福金舍》揭牌

我清楚記得十年前，即 2005 年 5 月 28 日，一個細雨紛飛的上午，一百多名中外嘉賓，齊聚一堂，翹首以盼那神聖一刻到來。那天，將由施主，善慈家賴傑雄先生，和當時仍任職聯邦議員的陳之彬先生，為新屋《拿督賴福金舍》揭牌，舉行盛大的開幕儀式。從那一刻開始，此屋簽了一份為期 20 年租約，作為新生會會所之用：從此，結束了自建會以來，居無定所、漂泊四方的日子。

新會所有大廳、會客室、休息室、廚房、露台等，當新屋啟用之際，各區會員一陣忙碌，捐錢捐物資，有錢出錢、有力出力，紛紛為會所添磚加瓦。打頭陣的是西區李權先生，率一班壯男、彪叔、莊偉、張虹（已逝）、阿貓（梁汝庭）等人，擔當搬運工；會長姚太為總指揮，在當年 4 月 21 日，由舊址搬至新屋。所有桌椅、傢俬，以及辦公室用品，都是手提、肩扛、車拉搬遷到位，辛苦和勞累，自不必說，對每個會員，都是大喜事。

有錢出錢、有力出力

當我們大家在會所參加各項活動、開會、聚餐、廚藝、手工、健身等等，我們不會忘記飲水思源，不會忘記一直為小屋梳妝打扮的建築美容師，以及感謝各界人仕的善舉。

十年當中，我記憶最深的是後院，剛搬來時為一片高低不平、未被開發的處女地，2006 年鋪設水泥地面，就是目前平坦的停車坪。

2008 年由 Bunnings Warehouse 派該公司員工，自帶材料，為前花園進行修繕，在馬路臨街和入口的車道旁，種下 12 棵 Silver Sheen 樹苗，使原來開放式的花園，用樹木做成天然綠色圍欄。中間放上三張公園長木椅，讓會員在室外活動休息之用。

會所愈趨完善

2014 年，年初又對會所房屋進行全面維修改建，原來的露台，加設了防曬的捲簾，並添置了空調、書架，做成現在的圖書閱覽室。前花園安裝了灑水系統，添加了沃土。後花園的東南一角，加建了一個“寶物”鐵皮儲藏室；前花園並修築了一個袖珍賞魚池。

還有一位功臣，那便是我們已故的副會長鄭直烽先生，自建會以來，20 年如一日，各項會務，事無鉅細，他都親力親為、嘔心瀝血。他逝世後，家人把萬元帛金，捐給新生會，用這筆巨款，改建了小廚房、室內的吊櫃、枱面、牆面等，全部煥然一新。另外，在大廳朝東面的一扇落地窗改成現在的滑動活門，這是 2014 年的事了。

再次感謝新生會，解救我於痛失親人的苦海之中，而真正改變我人生軌跡的是自福金舍誕生那天，開始了我義工之路，從中學到知識、享受快樂、慢慢走出悲痛的陰影，感受到用金錢買不到的人生價值。

在與福金社相處的日子裡，親眼見證了它的變遷。十年風雨錄，每每談到它的點點滴滴，如數家珍！

09年本會後園大收穫



《大心無界 新生無限》 新生會的成長 - 由 0 至無限

田田

姚沈宛和我，同是香港中文大學校友，然而，我們在香港並不相識，因為她就讀聯合，我則來自崇基。我們的相遇是在 1995 年，同為墨爾本民族電視台 Channel 31 做義工。未幾，先後離去，也就失去了聯絡。某一天在博士山 Box Hill，她遠遠望見我，即急速地跑過來，說：「嗨！我成立了《維省新生會》，專門為華人癌症病人服務，你來幫手吧！」從而給踢入此會，開始了多年的義務工作。

《維省新生會》

姚沈宛，姓沈名宛，嫁夫姚達健，遂成姚沈宛。生於澳門，十歲時舉家遷往香港，就讀於聖方濟各書院及中文大學聯合書院社會工作系。父親沈瑞裕，受聘往香港大學教授西人廣東話，很多政府高官均為其弟子，曾替多位港督翻譯中文名字，如麥理浩、許舒等，又把地名〈吊頸嶺〉改為〈調景嶺〉，其後在 UMELCO 任高級翻譯員。觀之姚沈宛今日的成就，當真是虎父無犬女也。1975 年結婚，嫁夫隨夫移民澳洲，育有一女、一對孖仔。

來澳後澳洲社工會不承認姚沈宛的學位，要求她補課、實習，待有了一年工作經驗，始批准她入會。隨後她便在不同的社會福利機構工作，例如老人服務、家庭暴力、社區健康、移民安居等。1991 年在維省癌症協會 Cancer Council Victoria 兼職，從事健康推廣工作，到長者中心、教會小組、母親會、婦女會、移民班推廣防癌知識。1995 年維省癌症協會希望開辦一個華裔病友支援組，緣因九十年代初，大批華人移居澳洲，其後不少父母依親來澳團聚，他們之中一部份癌症患者，面臨求醫、語言等種種困難，茫然無助。姚沈宛就在維省癌症協會的建議下，籌備非牟利的維省華人支援團體 - 《維省新生會》Chinese Cancer Society of Victoria，從「零」開始艱苦創業。

一無經費，二無場地，她的家是聚會地點，私人電話是聯絡通訊工具，沒有辦公用品；家人、義工、社會團體是她的積極支援。在她的「大愛」感染下，一部份癌症病人及其家屬紛紛加入義工行列，鑄成一支只求付出、不求獲得的愛心隊伍。十八年來除博士山總會，現設有西區富士貴 Footscray、南部 Springvale 的定期分支活動小組，北墨市 North Melbourne、博士山醫院的外展服務。又因應不

同語言，分為粵語、國語、英語等小組，受益者不下數百人。新生會的種種服務，大家都耳熟能詳，姚沈宛的默默耕耘，如今碩果累累。2008 年新生會獲頒發《維省多元文化傑出服務獎》Victoria Awards for Excellence in Multicultural Affairs，2011 年獲《維省癌症協會優秀支援小組獎》Cancer Council Victoria Volunteer Group of the Year，澳洲社會肯定了新生會的貢獻。

《香港中文大學澳洲維省校友會》

姚沈宛創立新生會，原來她也是我們校友會的發起人之一。多年前她與中大校友聚會，談笑間說着組織《香港中文大學澳洲維多利亞省校友會》，無意間助成創會。2001 年 11 月 23 日，一個重要的日子，三十位居住墨爾本校友，首次聚會。昔日中大學生，今朝異域聚首一堂，回顧當年校園趣事，翻閱校刊，重溫同學錄，唱幾句依稀記得的校歌；畢業年份不同，修讀學系有異，素未謀面，只緣來自中大。三十個中大人一致贊成成立校友會，促進友誼，聯繫母校。2002 年 9 月 1 日「籌備小組」舉辦會員大會，商討會章細則，凡我中大員生，皆可為會員。於此，《香港中文大學澳洲維省校友會》正式成立，發揚中大精神，彰顯校友力量。廖金康為首屆會長，姚沈宛為委員會成員。

姚沈宛在校友會十分活躍，身為籌款統籌，助理秘書，曾擔任音樂會司儀，借出新生會的柏椅、為校友會經費搞籌款晚宴，獻出自家種的新鮮蔬菜、捐贈中達公司李錦記貨品義賣。校友會沒有會址，眾多活動，聯歡派對、專題講座、工作坊、AGM 會員大會……，她都慷慨借出姚氏寬敞大宅舉行。校友會為記錄校友生活點滴，出版《中大人在墨爾本》、《中大人在澳紐》兩書，她撰文《過客》、《故事三則》，積極參與，又每書購買二十餘本以示支持。為人爽朗樂天，常嘻哈大笑，校友都喜歡與她親近，叫她做 Dorothy。Dorothy 個子小小，愛心大大，我們現任會長馬振愉遂封她為 Mrs Big Heart〈大心太太〉。然而，姚氏家庭不僅僅有〈大心太太〉，更且有〈大心先生〉、〈大心仔仔囡囡〉；若非丈夫子女鼎力支持，姚沈宛豈能全心全意全職投入新生會，做其〈大心太太〉？隨着新生會會務日益繁重，〈大心太太〉遂婉辭康樂統籌一職。雖無職責在身，但她依然關心校友會，經常出錢出力，參與各種活動。

執筆為文二十載，結識姚沈宛十九年，今天，忽然之間有 Feeling(感覺)，很想揮筆大書，寫寫「大心太太」，無奈她卻耍手擰頭：「唔要！唔要！」。推卻不了，就頻頻說：「低調！低調！」低調至要求我，側重在新生會與中大校友會的關係。恭敬不如從

命，好吧，既然她身兼雙重身份，我們來說說，兩會之間的互惠互動，相親相愛罷。

新生會中大校友義工

我該是第一個參與新生會義工事務的校友，每週一個下午在位於博士山白馬商場三樓的辦公室，接聽電話、發放資訊、接待病友、家屬、照顧者等訪客、翻譯文件、處理雜務。由於會址窄小黯淡，一些大型的活動，必須外假華人中心、教會禮堂、體育館等地進行，而去得最多的則是 Dorothy 的家。後來該辦公室不獲續租，搬往 Nunawading 的一座舊房子；由於交通不便，上門來的訪客寥寥可數。未幾會所又遷返博士山，位於 White Horse Rd 和 Station St 交界的一個街舖的樓上；地方雖依舊窄小，然火車巴士都到達，訪客又多起來了。然而會友常擔憂有朝一日遭「逼遷」而無家可歸。2005 年一位善長仁翁為姚沈宛的無私付出所感動，出資在博士山購置一座房屋，以年租 1 元與新生會簽下二十年租約，約滿可續租。新生會終於有了自己的中心-《拿督賴福金舍》，這位善長仁翁便是馬來西亞華僑，拿督賴福金先生。

我除了處理上述事務，也參與籌辦一些活動。為使會友身心皆有益，曾邀請著名中醫劉成林先生教授書法，劉醫生不僅仁心仁術，更且寫字清雅神秀，眾會友凝神屏氣看他揮筆示範，其後有些人開始了練習寫字，因為練字同時也練氣。我又邀請 Doncaster 的《元極舞愛好者》來表演，當音樂響起，我們跳出由成吉思汗護衛傳留下來的元極舞時，眾會友不禁紛紛站起來，跟着一塊兒翩翩起舞。我有家人居住香港，每年總會回去一、二次，有時會去黃竹坑香港抗癌協會拿中文小冊子，甚至去信中文大學醫學院莊立信教授，索取研究治癌藥物新資料。然而每次短則三十五天，長則兩個月的請假，往往讓 Dorothy 頭痛欲裂。有一次渡假回來，Dorothy 對我說：「嗨！你的替工很有興趣，想繼續做下去。」既然如此，就退位讓賢吧。而 Dorothy 的頭痛頑疾，也就不藥而癒了。

這些年來的義工生涯，印象最深的是 2001 年出版《笑對人生》一書，我是編輯之一，筆錄會友口述的經歷，翻譯他們的英語文章，邀請劉成林醫生為新書封面題字、蘇楓雅小姐畫內頁插圖。同年舉辦慈善音樂會，我粉墨登場，粵語朗誦宛女 (Dorothy) 的《給媽媽的信》，國語朗誦黃瑞鳳述、我錄的《鸛蝶情深》。其次是為 Dorothy 弟弟、美國馬麗蘭大學藝術系教授沈寬兩次來墨爾本舉行雕塑展覽：《希望之舟》以及《木之旅》翻譯場刊，會員同摺紙船，齊齊參與《希望之舟》展出，部份收入捐贈新生會。

舊人離去，新人就來，他是馬振愉 John Ma，校友會現任會長。2008 年有一次校友會開會，馬會長鬱悶不樂，Dorothy 注意到便問因由，原來馬會長尊翁身患癌症。Dorothy 遂特地去探望馬伯伯，安慰開解，介紹新生會，看看他有何需要。由於 John 家遠離新生會總部，她就介紹附近的 Palliative Care，照顧中心每天派人來為馬伯伯洗臉抹身、刷牙漱口、用棉花棒清潔口腔、打針餵藥、幫忙上廁所。其中有位 Paul，遇到馬伯伯上廁所不順，他會用自己的手指為其挖糞便，俾使馬伯伯能舒暢一陣子。這位澳洲人照顧者，他的所作所為，遠遠超出他的職責，這是需要有多大的愛心啊！John 和 Candy 兩夫婦深受感動，John 感嘆自己身為親生兒子也做不到。其後 John 帶父親去參觀新生會，看到會友參加各種不同活動，互相關懷支持，明瞭他不是唯一一個患上癌症的人，解開他的心結。後來 Dorothy 又為馬伯伯申請租借輪椅，這輪椅一直用到 2009 年馬伯伯逝世為止。父親逝世後，John 實現他的遺願，捐錢幫助長者和病人，加入新生會做義工，一年後經委員會鑑定成為委員。

2010 年新生會慶祝母親節，會員聚餐，John 出錢出力，與 Candy 帶領 12 個大小留學生，會合校友簡家榮、劉鑑義、劉太太 Grace，齊齊在廚房埋頭猛炒，卒之炒出足供 200 人享用色香味俱全的美食。嘉賓 Lily Ong 和我則在台上教導眾會友跳、邊跳邊換舞伴的澳洲舞 Hucklebuck。為節省成本，John 親自前往雞工廠、餐館、麵包店，要求贊助；往往都獲贈麵包、以成本價出售的雞腿、中達公司的飲品、China Bar 的餐券、金輝飯店的炒粉、炒麵、咖哩雞……，他自己也捐出數百個地拖拍賣籌款。

同年聖誕節慶祝活動，John 和他的團隊為新生會會員準備了 300 多個飯盒。2011 年及 2012 年校友會與新生會兩次合作舉辦《正視癌症》Cancer Awareness Day 活動。2011 年那次 John 從香港邀請著名腫瘤科中醫師謝國材教授，前來墨爾本講述《中醫如何調治癌症》，前會長廖金康贊助來回機票，校友劉胡潔馨招待住宿。John 經營女士大碼服裝，廠務繁重，常須出埠，終於 2013 年辭去新生會委員一職。

簡家榮 Kelvin Kan 是接棒的第三個校友，2010 年 Kelvin 從香港來到澳洲，這是他人生的一個轉捩點；那個時候他很想做一些有意義的事，現在也是。他認識了校友會的 John Ma，與 John 的聊天中才知道校友 Dorothy 創立了新生會，經他介紹認識了 Dorothy。Kelvin 與 Dorothy 在新生會見面，了解新生會的種種工作後，遂加

入成為會員。最初他是幫忙構思新生會新的架構、如何籌款作為活動經費。後來他也參與籌備一些活動，也曾親自探訪二位病友。由於 Kelvin 大學本科唸化學，曾舉辦兩次講座，為會友講解關於藥物的基本認識。Kelvin 於 2011 年底成為新生會委員會成員，擔任英文秘書，負責策劃全年活動。

Kelvin 認為自己做普通會員時的心態是，做妥每次活動便算，之後待他有空時便再幫忙，可以說最初的責任感沒有那麼強烈。後來進入委員會，對新生會的運作認識更多更深，責任感也強了很多，此外，委員會常常要做一些重要的決策，對新生會的路向也影響更深遠。Kelvin 因在 2013 年初開始他的藥劑學課程 BSE Pharmacy，須在 Bendigo 上課，不能再撥出一些時間給新生會，故在年底辭去所有職務。但經過兩年多的工作，真正覺得新生會的工作很有意義，有很多病人，尤其是那些臨終的病人，到生命盡頭時，真的獲得了點點安慰。Dorothy 將大部份時間奉獻給新生會，非常偉大！Kelvin 常常說：「新生會是 Dorothy 的孩子，她一手養大了新生會。」

現在新生會工作的是李淑莊 Mandy Lee，Mandy 於 2010 年抵澳，她與 Kelvin 是聯合書院校友，通過 Kelvin 認識了 Dorothy，受 Dorothy 對新生會的貢獻感動，2011 年成為新生會義工。Mandy 一星期當值半天，接聽電話、聯絡各界、翻譯文件、宣傳海報、出版季刊《生命之光》等。某一天 Dorothy 在新生會工作，突然心痛，疼痛至不能忍受，同事趕緊將她送往醫院急症室，醫生檢驗幸無大碍，實情是實在太勞碌了。其時適有一筆經費，且會務已漸上軌道，遂決定聘請一名兼職職員，將工作分出來，減輕大家的重擔。

Mandy 便由 2014 年 2 月 1 日開始，轉為每週工作兩個半天的兼職職員。角色不同，責任也隨之不同，增加了教育及輔導的工作。剛一轉工就有一個大型活動推出 - 3 月 29 日舉行的《善別》資訊日。壓力也跟着來了，因為以往做義工，工作可延遲做，今天做不完，可以明天做，但這個活動籌備時間有限，Mandy 急不及待準備海報，宣傳善別的重要，鼓勵華人認識生命終結時的一系列支援服務，反思自己的生命，積極自主地面對及處理晚年、疾病、死亡等問題。接二連三的工作，做不完須帶回家做，甚至抽空返辦公室再做。Mandy 工作了兩年，有如 Kelvin，她也覺得新生會的工作很有意義，兩年的相處，她覺 Dorothy 雖然有時心急些，卻是個不挑剔的好老細（好老闆）。

最近在新生會幫忙的是大鬍子 Richard Bradford（校友朋友），Richard 是 IT 人，退休前在澳洲羊毛局擔任電腦工作。由於經常參加校友會活動，對新生會的事情不陌生，對 Dorothy 很敬佩；故當她開口要求幫忙設立新程式、處理一些電腦問題時，大鬍子毫不猶疑便答應了。除了我們這些義工，其餘一眾校友對 Dorothy 也甚關心，舉凡新生會舉辦的活動都參與支持。去年 9 月的《才藝薈萃顯新生籌款滙演》音樂會，上屆會長劉偉民帶領我們一起欣賞，對新生會會友不備專業資格、卻有專業水準的演出，讚不絕口。

今年 Dorothy 榮獲頒 2014 女王勳章 OAM (The Order of Australia)，以表彰她對華人社區的貢獻，我們極之高興，極之驕傲，要為她開派對慶祝暢歡，她堅決拒絕：「嗨！我不認為自己做了些甚麼大事，我僅僅做了我應該做的事。我不求名利，只有一顆心，期望盡我微小的力量，能幫到多少就多少。」無奈之下，只能利用開 AGM 大會時，定購一只脆皮大紅金豬，乘便為她慶祝。叨她的光，我們得以飽餐香噴噴熱辣辣脆卜卜紅彤彤燒猪肉。

謹此恭祝：姚沈宛 & 新生會 - 苟日新 日日新 又日新

* 本文題目《大心無界 • 新生無限》為校友會副會長程灝所擬，謹此鳴謝。

轉載《同路人》第 374 期



98 年遷移到白馬社區健康中心敎會
98 Support group moved to whitehorse
Community Health Service



本田汽車獎券抽獎



維省癌症協會人員到新生會訪問



2010 Guolin Qigong course 郭林氣功課程



03 年哀傷錄影帶發行
03 Loss and Grief Video Launch



15th Anniversary



01年獻愛心慈善音樂會嘉賓與工作人員合照



2001 5th Anniversary charity concert
Launched 5th anniversary publication



1999 Charity Concert 慈善音樂會



10th Anniversary Concert

活出新生命
康省新生會十週年慈善



祝成立13週年音樂會頒贈義工紀念



花燈比賽 lantern making competition 2011



Cancer Council Victoria partnership project 2015



National Breast Cancer Foundation consultation with CCSV members



《維省新生會》二十年大事紀 Milestones of Chinese Cancer Society of Victoria (CCSV)

May 1995

Planning underway to start a Chinese cancer support group upon request by Cancer Council Victoria
應《維省癌症協會》之邀，籌備成立華裔癌症支援小組

Jan 1996

Inaugural Chinese cancer support group meeting held in Fitzroy Community Health Centre
華裔癌症支援小組在 Fitzroy 社區健康中心舉行首次聚會

Aug 1996

First Cancer Council Victoria Daffodil Day stall held in Richmond Plaza
協助《維省癌症協會》首次在 Richmond Plaza 設「水仙花日」攤位

Sept 1998

First Cantonese Living with Cancer Education Program in partnership with Cancer Council Victoria
與《維省癌症協會》首次合作舉辦廣東話「面對癌症」教育課程

Sept 1998

First edition of CCSV Newsletter
季刊《生命之光》創刊

Nov 1998

Chinese Cancer Society of Victoria Inc. (CCSV) registered as an incorporated association
《維省新生會》註冊為法定團體

Sept 1999

First Charity Concert
舉辦首次慈善音樂會

Mar 2000

First office in Box Hill
搬進位於博士山的首個辦公室

Apr 2000

First public health seminar in partnership with Cancer Council Victoria
與《維省癌症協會》首次合辦公眾健康講座

Apr 2001

CCSV Choir formed
成立《維省新生會》合唱團

Aug 2001

CCSV endorsed as a Public Benevolent Institution deductible gift recipient
捐贈《維省新生會》款項被認可獲得扣稅

Oct 2001

Visited CanRevive in Sydney
參觀悉尼《更生會》

Mar 2002

Moved to new office in Nunawading
《維省新生會》辦公室搬遷至 Nunawading

Mar 2002

Inaugural participation in Cancer Council Victoria Relay for Life fund-raising event
參加《維省癌症協會》舉辦之「生命的傳遞」首次籌款活動

Jun 2002

CCSV inaugural Breast Support Group meeting
《維省新生會》乳癌小組首次聚會



Aug 2002

Launched CCSV's first publication "Hope" at its second Charity Concert
在第二次慈善音樂會上發行《笑對人生》一書

Dec 2002

CCSV Inaugural fund-raising raffle

Sponsors: Eastern Honda and Chinese Youth Society of Melbourne

舉辦首次汽車獎券籌款

贊助機構：《維省華人青年會》及 Eastern Honda

Mar 2003

Volunteers participated in "Step into Voluntary Work" certificate course

義工參加「加入志願工作的行列」證書課程

Apr 2003

Release of CCSV bilingual loss and grief educational video "Life - A long Journey Forward"

Launched by the Hon. John Pandozopoulos, Victorian Minister for Multicultural Affairs

Sponsor: Lions Club of Melbourne Chinese

由維省多元文化部長 John Pandozopoulos 主持「如何面對失落和哀傷」雙語教育錄像片發行儀式

贊助機構：《墨爾本華人獅子會》

Jul 2003

Members participated in "Vessels of Hope" - a sculpture exhibition

會員參與「希望之舟」木雕展覽

Oct 2003

CCSV office moved back to Box Hill

《維省新生會》辦公室搬遷回博士山

May 2004

Beneficiary of New Season Production Gala concert

《新季節製作》舉辦「星輝慈善夜」為《維省新生會》籌款

Jul 2004

Third Charity Concert

舉辦第三次慈善音樂會

May 2005

Official opening of CCSV centre, the Datuk Lai Fook Kim House. The House is made available to CCSV under a peppercorn lease agreement by Mr KH LAI of Sabah

《維省新生會》拿督賴福金舍開幕；承蒙業主賴福金令公子賴傑雄先生以象徵性租金租出

Launched CCSV Cookbook sponsored by the Sham family

出版《新生食譜》

Jul 2006

10th Anniversary Charity Concert and the launch of the 10th Anniversary commemorative publication

十週年慈善音樂晚會並出版特刊《綻放的水仙》

Sept 2007

First Breast Health Seminar in partnership with BreastScreen Victoria

與 BreastScreen 首次合辦「乳癌諮詢日」

Feb 2008

Inaugural CCSV Counselling Scholarship

頒發首個輔導獎學金

Mar 2008

First university counselling student placement

開始每年提供輔導專業大學生的教學實習

May 2008

World No Tobacco Day forum in partnership with Quit Victoria

與《維省戒煙服務》(Quit Victoria) 首次合辦「世界無煙日諮詢日」

Nov 2008

CCSV received Victorian Multicultural Commission Meritorious Award

獲《維省多元文化委員會》優異獎

Jan 2009

Established CCSV Youth Team

成立《維省新生會》青年團

Jun 2009

Established CCSV English and Mandarin Groups

成立《維省新生會》英文及普通話支援小組

Jul 2009

13th Anniversary Charity Concert

十三週年慈善音樂會「樂韻獻關懷」

May 2010

Invited Shanghai Cancer Society Qigong Master to run Guolin Qigong Course

邀請上海癌症俱樂部氣功大師來墨爾本傳授《郭林氣功》

Jul 2010

Established CCSV Lion Dance Group

成立《維省新生會》醒獅團

Sept 2010

"Helping the Chinese Community Breathe Easier" Project in partnership with Quit Victoria

與《維省戒煙服務》試辦電話戒煙服務

Sept 2010

Cooking Competition sponsored by Oriental Merchant Pty Ltd

烹飪比賽

贊助機構：《中達食品》

Oct 2010

Inaugural Cancer Awareness Day

第一屆「癌症資訊日」

Nov 2010

Award to outstanding student at the Australian Society of Medical Research Student Symposium in 《澳大利亞醫學研究協會》學生研討會頒發獎勵予傑出研究生

Jan 2011

CCSV second fund-raising raffle

第二次發售獎券籌款

May 2011

15th Anniversary Luncheon and offer of CCSV second counselling Scholarship

十五週年聚餐及頒發第二個輔導獎學金

Sept 2011

Lantern competition

花燈比賽

Oct 2011

2nd Cancer Awareness Day

第二屆「癌症資訊日」

Dec 2011

Received Volunteer Group of the Year award from the Cancer Council Victoria

獲《維省癌症協會》頒發傑出義工群體年度獎狀

Jul 2012

Employed first part-time staff, funded through Num Pon Soon Charitable Trust Fund and Dorothy Yiu

《南番順慈善基金》及姚沈宛聯合贊助聘請一位半職員工

Oct 2012

3rd Cancer Awareness Day

舉辦第三屆「癌症資訊日」

May 2013

Box Hill Hospital Outreach Project funded through Num Pon Soon Charitable Trust

《南番順慈善基金》贊助開辦博士山醫院外展工作服務

Sep 2013

17th Anniversary Charity Concert
慶祝十七週年慈善音樂會「才藝薈萃顯新生」

Jan 2014

Established vegetable patch and fish pond
前園加建新菜園及小魚池

Employed 2nd part-time staff
聘請第二位受薪員工

Feb 2014

Library refurbishment sponsored by Australian Chinese Events Committee
翻新圖書室
贊助機構：《澳洲華人團體活動委員會》

Mar 2014

Inaugural Farewell Wishes Awareness Day
舉辦首次「善別資訊日」

Apr 2014

Invited by City of Boroondara to participate in a short DVD production — Destination
為鼓勵更多人參與義務工作，《維省新生會》受 Boroondara 市邀請參與製作短片
“Destination”

Jul 2014

Inaugural social work student placement
開始每年提供社會工作專業大學生的教學實習

Aug 2014

Kitchen and window renovation sponsored by the Cheng family
廚房裝修和窗戶更新
贊助：鄭氏家庭

Nov 2014

Employed 3rd part-time staff
聘請第三位受薪員工

Oct 2014

4th Cancer Awareness Day
舉辦第四屆「癌症資訊日」

Apr 2015

“My Farewell Wishes” booklet publication
出版雙語《我的晚情心願》

Aug 2015

Cultural Diversity Program Community Engagement Plan Project and Under Screened Recruitment Program Project in Partnership with Cancer Council Victoria
首次得《維省癌症協會》撥款開辦推廣預防癌症及癌症普查的項目

Sept 2015

Bereavement service pilot project in partnership with sister charity, Chinese Chronic Illness Foundation
與姊妹慈善機構《華人慢性病基金》試辦「聽您細訴」喪親支援服務

Oct 2015

Inaugural Chronic Illness Awareness Day in partnership with Chinese Chronic Illness Foundation
與《華人慢性病基金》合辦「慢性病資訊日」

Jan 2016

Commenced Peter MacCallum Cancer Centre Outreach Project
開辦 Peter MacCallum 癌症醫院外展工作

情載新生會

20 years with Chinese Cancer Society of Victoria

創會二十週年紀念

出版 : 維省新生會
Publisher: Chinese Cancer Society of Victoria Inc.
ABN 88500858142 A0037275J
784 Station Street
Box Hill North, VIC 3129 Australia
Tel : (03) 98989575
Fax : (03) 98900858
Website : www.ccsv.org.au
Email : enquiry@ccsv.org.au

版權所有 轉載請先徵得本刊同意

© Copyright: Chinese Cancer Society of Victoria Inc.
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced,
stored in a retrieval system or transmitted in any form by any
means, electronic, mechanical, photocopying, recording or
otherwise, without the prior written permission of the publisher.

編輯小組
張秀志
姚沈宛
劉鑑義

Editorial board
Barry Cheung
Dorothy Yiu
Kam Y Lau

美術設計
林德慈

Design
Tak Chee Lam

製版印刷
林氏製作

Printing
Lam Design

歡迎捐款

Donations appreciated

承蒙善長贊助本特刊印刷費用
特此鳴謝

This publication has been
sponsored by a family that has
wished to remain anonymous

二零一六年四月出版

Published in April 2016

ISBN: 978-0-9757188-6-5

