

志工身影

# 轉病為福

黃嘉朋

馬來西亞檳城慈濟洗腎中心志工

文 / 馬來西亞慈濟分會、杜蕙希



「人生就像坐公車，終站到了就得停下來。時間無常不能等，唯有珍惜眼前的一切。」黃嘉朋，六十三歲，檳城慈濟洗腎中心腎友、腎友小組志工，患有遺傳性高血壓，從二十一歲開始，長期服用降血壓藥物。二〇一四年，他受證慈濟委員，法號：惟勛，受證前發願：身體要健康，做慈濟才能長久，要在洗腎中心盡力服務腎友。

### 異鄉燒焊為脫貧 病後獨居展韌性

隨著年歲增長，黃嘉朋體力大不如前，每天醒來第一件事，是掙扎起身。能如常活動，他很感恩——每天開啟收音機吸收新資訊、聽歌、遵從母親遺願拜神、澆花。

「這些『好友』，每天早上跟他們聊天，請喝茶、咖啡。」住家陽臺植物，皆是他清晨的朋友。一分獨居老人的寂寞，從言談中微微顯露。

「在二〇〇〇年，我就洗腎囉，當時整個身體腫脹，吃喝都不行。」黃嘉朋洗腎十六年，年紀大了，有腕隧道症候群的困擾。手術治療後，一隻手不能太用力，造成生活上些許不便，尤其洗衣時。但此與罹患腎病之苦相比，微不足道，只要生活還過得去，他就滿足了。

從自家陽臺眺望，檳城標誌性建築——極樂寺映入眼簾。每回陽臺曬衣，端詳如斯美景，不由得感嘆人生！「看著這麼美的世界，很多感慨。人生很快的，幾十年就這樣流逝了；再美的世界、你再富有，走的時候一毫子都拿



從自家陽臺眺望，檳城標誌性建築——極樂寺映入眼簾。黃嘉朋每回陽臺曬衣，端詳如斯美景，不由得感嘆人生！攝影／杜詠耀

不走，唯有業隨身。所以要珍惜眼前一切。」

打槍埔，是檳城人口密度最高的社區之一，住著不少的獨居老人。黃嘉朋住的舊組屋，一房一廳，位於檳城打槍埔社區，是政府於七十年代，為沒有能力負擔房子的島民興建的高密度廉價組屋，作為市區低收入戶的遮頂瓦——空間狹小，經濟條件較佳者，不會選住這裡。順著命運安排，黃嘉朋也成了社區的獨居長輩。

「我交的朋友就幾位——螞蟻、壁虎、蚊子，還有花花草草陪著我。」母親是世界上最懂得黃嘉朋的人。她往生後，黃嘉朋若想說話，便看著她的照片，心裡默默對談。

黃嘉朋生於五十年代，當時老百姓生活簡樸，腳踏車是一般家庭普遍的代步工具。但對他而言，卻不敢奢望。「直到六年級，母親才有能力以馬幣七八塊錢，買下家中第一輛腳踏車。」他一臉滿足又興奮道。

單親緣故，黃嘉朋從小靠母親賣糕

點把三姊弟養大。身為獨子，他特別懂事。雖然成績不錯，嚮往當老師，但是念到國中三年級就被迫輟學工作，幫忙補貼家計。為了減輕母親負擔，個子矮小的黃嘉朋學習一技之長，成為燒焊工人。他說，燒焊是很辛苦的工作，尤其眼睛被電到時痛不欲生。

二十歲那年，黃嘉朋為了賺更多錢，到鄰國新加坡工作。脫貧，讓母親早日退休，成了在異鄉打拚的最大動力。長達二十幾年，他為了賺取加班費而熬夜工作，即便罹患了高血壓，也從沒停下腳步。

一九九八年，黃嘉朋從新加坡回檳城家休養的某一天，突然肚子痛、臉色發白，快要陷入昏迷狀態。母親和大姊嚇壞了，馬上送他去檳城中央醫院，醫生跟大姊說：「你們要注意，你弟弟的腎臟已經衰竭，兩年後就要洗腎了！」

被無情宣判罹患了腎臟病，正如〈雲河〉歌詞：「雲河呀雲河，雲河裡有個我，隨風飄過，從沒有找到真正的我。一片片白茫茫遙遠的雲河，像霧般朦朧地掩住了我……」他年輕時就很喜歡這歌，未料竟成命運縮影，展現出孤獨脆弱、鮮為人知的一面。嚮往為人師表、買房子、成家立室的脫貧夢，全都離他很遙遠了。

### 走進慈濟洗腎 從病人變志工

二〇〇〇年，黃嘉朋開始洗腎。當時，他曾一度想把多年存下的積蓄留給母親而放棄生命。「有錢，就有命，積



「直到六年級，母親才有能力以馬幣七八塊錢，買下家中第一輛腳踏車。」黃嘉朋一臉滿足又興奮道。黃嘉朋提供

蓄若用來洗腎，很快用罄，不如留給母親養老，反正活著也沒什麼希望了。」

大姊得知黃嘉朋萌生尋短念頭，請小女兒勸說：「你走了可以留錢給母親，但是你是獨子，走了誰來照顧你母親呢？」當頭棒喝，打消他了結生命的想法。

大姊是名清潔工人，工作中認識了一些慈濟志工，志工鼓勵她去幫弟弟申請補助。所幸，她在得知弟弟罹患腎病時，已提報申請了。除了大姊，後來走進黃嘉朋生命的慈濟護士和志工們，讓他更懂得珍惜難得的生命。「感恩慈濟幫忙，延續我命，才有機會對母盡孝，照顧她到最後。」

二〇一三年，慈濟洗腎中心主任、腎友志工一起到黃家為他的母親慶生。隔年，母親往生，黃嘉朋孑然一身，了無牽



二〇一三年，慈濟洗腎中心主任、腎友志工一起到黃家為黃嘉朋的母親（中坐者）慶生。攝影／莊韜勛

掛，買好靈位，等著跟母親團聚的一天。

腳踏車是黃嘉朋從小到老唯一擁有的交通工具，不過隨著年歲增長，體力已大不如前，現在多數搭公車出門。「洗腎歷程宛如搭乘長途巴士，好比從檳城坐公車到新加坡，路程迢迢。腎臟病為慢性病，會一直拖磨，直到無常上門，一切就結束了。」

黃嘉朋起初在檳城的一家醫院洗腎，當時慈濟補助他洗腎費。但他並非全然依靠慈濟，若體力允許，則在住家樓下販賣飾品，賺取微薄收入。後因母親年老，行動不便，才放下工作，承擔起照顧母親的責任。

二〇一〇年，黃嘉朋轉到慈濟洗腎中心洗腎，費用全免，並獲得生活費補助。他為了活命，每周有三天必須洗腎。護理人員黃佩諱讚言：「每天他跟姊姊照顧癱瘓在床的九旬母親，從無怨言，洗

完腎，立即騎腳踏車返家盡孝道。」

「你服用清血的藥，走路要小心，不要讓自己跌倒！在家切菜也要留神。」護理人員用心關懷，讓黃嘉朋更懂得照顧身體。觀念丕變，從前他還會抱怨因腎臟病一輩子無法脫貧，但在洗腎室內觀看大愛電視臺受到啟發後，他慢慢地放下執著！

「因自身生活圈狹隘，無法接觸其他人、事、物。但收看大愛電視臺、聆聽上人開示，看見菲律賓、馬來西亞水災，臺灣慈濟動員救災，才知這世界永遠有比自己更苦難的人！」

### 身病心靈健康 孝心化為募善心

色調溫暖空間、護理人員貼心嘘寒問暖，引領人心視野走向開闊的電視節目，為黃嘉朋孤寂的心房注入一股暖流。他想把這溫暖帶給更多有相同遭遇



的人！只要體力允許，他必偕同腎友探訪新腎友。對初洗腎病人而言，過來人經驗分享是抒解惶恐最好的定心丸！

腎友們比著〈一家人〉手語——雖然語言、宗教、種族不同，但有緣在此相聚就是彼此的家人。「每個人都需要愛，我們要散播愛，世界和平起源於愛。所以不要悲傷、停止哭泣，你每天睜開眼睛看看這個世界，還是很美麗的！」離開新加坡多年，黃嘉朋的英文生疏不少，但他仍積極地、抱持真誠的心分享。

從體力尚可，騎乘腳踏車恣意探訪，到年華老去、病痛纏身，以搭公車代步。如今，黃嘉朋疲累便在家休息，待體力與精神恢復，必出門履行慈濟志工義務。因著這分堅持，讓他贏得捐款會員的信任及尊重！有位捐款會員邱珊媛的母親，當年與黃嘉朋同在一家醫院洗腎。母親往生之後，邱珊媛遵從母親遺



二〇一〇年起，黃嘉朋開始到慈濟洗腎中心洗腎。在慈濟洗腎中心多年，黃嘉朋早已和護理師變成朋友，但年輕的護理師還是不忘叮嚀他注意身體。攝影／杜詠耀



只要體力允許，黃嘉朋必偕同腎友探訪新腎友。對初洗腎病人而言，過來人經驗分享是抒解惶恐最好的定心丸！攝影／杜蕙希

願，定期交善款給黃嘉朋，護持慈濟。

「一直以來，家人有著這分善心，但不知道用什麼管道去助人。剛好黃嘉朋叔叔勸說可把善款捐給慈濟，幫助有需要的人。我看到樓上大叔有輕微腦中風，慈濟人給予他們家極多助益，把善款捐給慈濟，我們很放心！」周遭人群的善意回應，也是激勵黃嘉朋繼續前進的動力，再累都值得！

「大叔！大嬸！您們家有舊報紙、舊衣服嗎？慈濟來做回收。」每個月的第一個星期天，只要體力允許，黃嘉朋都不會錯過參與慈濟環保日。參與訪視，承擔腎友協力小組副組長，帶動腎友回饋付出，善用時間幫忙洗腎中心整理環境、打掃停車場——他很感恩上人成立洗腎中心，讓腎友生命得以延續。

黃嘉朋暢言：「洗腎中心是腎友第二個家，大家互相照顧、疼惜，盡分心力，希望有一天能在洗腎中心鋪出一條菩薩大道。」

二〇一六年，五月第一週環保日，雖然黃嘉朋手部因為腕隧道症候群動過手術，尚在復原無法提重物。但他說，做環保有很多方式，手不靈活，就用嘴呼籲社區民眾拿出回收物……。他如此堅持，是因瞭解到慈濟提供洗腎的費用，部分來自資源回收經費。「做環保、曬太陽排汗，不僅對腎友身體沒影響，反而身心更加健康開朗！」

「這個太重了！你不要拿。」腎友王振盈若看到黃嘉朋要搬提較重的回收物，不忘善意提醒。環保活動，常可看到腎友間互相扶持的友愛畫面。腎友們曾因為失去健康，陷入猶如失去一切的痛苦。透過洗腎，讓他們得以延續生命，也在回饋的過程中，重展活著的生氣。

已過耳順之年，洗腎十六載，雖老去的身心經歷了越來越多苦痛，但黃嘉朋把握活著的每一天：騎腳踏車、唱〈雲河〉，就算不枉此生，期望能活到七十歲。

黃嘉朋以前為了照顧母親，最終沒有選擇走上絕路。現今一個人孤單生活的他，不曾再想過放棄生命。他知道，存在，可以幫助更多人走出困境。唯有活著，才有機會感受人生潮起潮落、幫助更窮苦的人，證明只要把身心照顧好，腎友，乃至每個人，都可以樂活老去！🌱