

侏儒症凱傑成寫作巨人

克服重重困難 斷骨增高 勇奪黃寬洋獎

香港文匯報訊（記者 陳文華）年輕人逆境中自強，承受常人難以承受的苦痛。今年17歲、患有侏儒症、身高僅130厘米的中四生姚凱傑，從小被人嘲笑「矮仔」、「矮冬瓜」，生活、學習中充滿挫折，感到自卑無助；後受爸爸鼓勵，相信「天生我才必有用，即使身體上有缺陷，也一定有自己的過人之處」，成功發掘自身寫作天分，重拾信心，在港區作文大賽中獲得銀獎。他為照顧逐漸年邁的家人，更接受了為期1年的肢體延長手術，忍受斷骨及針扎劇痛，成功增高15厘米。他昨日代表「黃寬洋青少年進修獎勵計劃」獲獎者發言，分享自身故事，鼓勵年輕人逆境自強。

天生患侏儒症的姚凱傑，自言在成長過程中，經常無端承受路人的指點和議論，「小學五、六年級前尤為敏感」，又經常遭遇低年級同學嘲笑其身形，「每次聽到他們議論我，都覺得好難堪及好自卑。」為逃避嘲笑，放學時他總會躲在隊伍的最後，不敢同陌生人交流，形成「怕醜」、「自卑」的性格，「習慣低著頭走路，不敢留意身邊的事。」

信天生我才 港區作文獲銀獎

侏儒症也為其生活帶來諸多不便。由於雙腿短，姚凱傑坐在教室座位上時雙腳接觸不到地面，需在課桌下加裝較高的木板墊住雙腳，「每次老師安排調位，便覺得好難堪及緊張，因為我不似其他同學可以好簡單走過去新座位，我要拎個木板出來，再塞進新座位下面，短短幾分鐘，可以感到內心有一塊大石壓下來。」

到教員室找老師對他說都是一件「很難堪及困難的事」。他分享說：「『咪箱』的位置遠超過我的身高，我無法像其他同學一樣，輕易透過『咪箱』去叫老師，只能在走廊徘徊，期望見到相熟同學幫忙，有時等一兩個鐘都無功而回，好洩氣又好無助。」

在他最艱難的時光裡，爸爸一直守護在其身邊，鼓勵他：「不要在意別人的眼光，只需做好自己的本分」及「天生我才必有用，即使身體上有缺陷，也一定有自己的過人之處」。姚凱傑說，因為爸爸的支持，他開始學習接納自己，並發掘自身長處，即在寫作上的天分，並多次在作文比賽中獲獎，包括在2014年中國中學生作

文大賽香港區中獲得銀獎，重拾信心。

隨著家人逐漸變老，姚凱傑希望自己可以變得強壯及更好地照顧家人，他下定決心在2014年的暑假接受為期一年的肢體延長手術。「當時又擔心影響學業，不捨得與相處多年的同學分開，又要適應醫院生活，忍受手術治療的痛楚。」

斷開小腿大腿骨 苦嚙錐心痛

肢體延長手術需要將小腿及大腿的骨頭分別斷開兩節，於外部安裝固定支架及插入幼針，將斷骨間的空隙逐漸拉開，使新生骨頭在兩段斷骨間生長，達到增高效果。他回憶，治療的一年間，「每晚都能感受到肌肉與骨頭生長時的痛，感覺像腿裡面的骨全部碎晒。」手術後，姚凱傑又要每天兩次接受4至5小時的物理治療，「大腿肌肉的訓練最難捱，不時都要咬住毛巾承受痛楚。」

但姚凱傑不想讓家人擔心，咬緊牙關「扮作輕鬆」，他感恩家人一年內為他奔波勞碌，坦言家人的鼓勵令其暫時忘卻痛楚。手術後他身體增高15厘米，「看事物的視野變得廣闊，日常生活亦不再依賴高凳。與人交談亦會有正常的眼神交流，自信心增加。」

他表示，獲得增高15厘米對其來講十分不易，雖經歷痛苦，但十分值得。現時姚凱傑身高145厘米，雖仍較普通人矮，但已可獨立應付日常生活及分擔家務。他分享座右銘「Nothing is Impossible To a Willing Heart」（心頭有志，無事不成），並表示會繼續寫作，透過文字勉勵更多年輕人逆境自強。



青協黃寬洋青少年進修獎勵計劃得獎名單

資料來源：青年協會
製表：文森

姓名	學校	年級	性質	姓名	學校	年級	性質
周諾瑤	九龍工業學校	中四	學習適應	唐芯沂	荃灣公立何傳耀紀念中學	中三	家庭
梁詠詩	聖公會林裘謀中學	中五	健康	張家慧	王肇枝中學	中六	家庭
簡可圖	佛教黃鳳翎中學	中四	家庭	江軒霞	廠商會蔡章閣中學	中四	家庭
陳漢恒	香海正覺蓮社佛教正覺中學	中五	行為	梁詠琪	聖公會林裘謀中學	中五	健康
涂耀仁	可立中學	中四	生活適應	葛靄儀	佛教筏可紀念中學	中二	家庭
黃雅雯	將軍澳官立中學	中四	家庭	龔嘉詠	明愛華德中書院	中五	行為
黃康男	中華基督教會馮梁結紀念中學	中四	行為	梁靖怡	迦密愛禮信中學	中五	健康
鄭紫玲	深培中學	中二	家庭	蘇靜嵐	港九街坊婦女會孫方中書院	中六	家庭
王聖儀	明愛華德中書院	中五	行為	謝雨鑫	伯裘書院	中四	家庭
姚凱傑	中華傳道會劉永生中學	中四	健康	鄧倩嵐	靈糧堂劉梅軒中學	中五	學習適應

話你知

20年嘉許410港生



出席頒獎禮的獲獎年輕人合影。

記者陳文華 攝

青少年不斷成長的過程中，總會遇到各種困難與挫折，需要社會及家庭協助。由香港青年協會主辦的黃寬洋青少年進修獎勵計劃，昨日為20名青少年頒發嘉許狀，鼓勵其遭遇困難時，不放棄、不絕望，用實際行動戰勝困難，獲得成長。

該計劃今年踏入20周年，至今有逾3,030位青少年獲得提名，其中410位本港青年獲得嘉許獎。今次則有73間學校及機構提名181位青少年參加，最終20名同學獲頒嘉許獎。

獎項於每年1月至3月期間，接受全港中學校長、老師或註冊社工提名，所有中學生或12至18歲青少年皆可提名，4月進行初選，5月複選。主要以候選人過去兩年，面對逆境的表現及參與課程為評分準則，遴選大約20位得獎同學，為其頒發獎狀及獎學金。

記者陳文華

抗癌少女堅信雨過天青

香港文匯報訊（記者 陳文華）今年18歲，一臉陽光、笑容甜甜的梁靖怡是今次進修計劃的獲獎者之一。她於2014年16歲時確診晚期卵巢癌，「當時覺得好突然、好驚，聽到診斷時淚流不止」，但為不讓家人擔心，她在前期手術及後期化療，都堅強忍住疼痛，控制情緒不再流淚。

她分享說，最初僅感覺胃部不舒服，吃了一個月胃藥還未見好轉，最終查出卵巢癌症，「當時連醫生都不相信我這麼年輕會得卵巢癌，而且是晚期，癌細胞已擴散到其他器官。」隨後梁靖怡即時休學入院，做切除腫瘤的手術，並隨後進行了4期化療，從11月尾一直到第二年2月，每期化療3個星期。

16歲正是愛美食觀的年齡，外形靚麗的梁靖怡在化療前一日，剪掉所有頭髮，

「當時藥物反應非常強烈，不停掉頭髮，嘔到好辛苦，曾試過1個禮拜食唔到嘢、行唔到路，日日夜夜癱在床上，好辛苦。」梁靖怡堅強面對，自言：「從未想過放棄，感覺捱過去就好了，好似給自己放一個好長的假期，完了之後，要去做自己想做的事。」

腦瘤少男盼執教鞭

來自中華基督教會馮梁結紀念中學的中四生黃康男，亦作為獲獎代表上台發言。黃康男中一時因患腦瘤症，需頻密進出醫院而影響學業，變得自暴自棄及失去信心。至中二時黃康男父母離異，母親患上抑鬱及焦慮症。他不忍姐姐獨立支撐家庭而決定重新振作。現已重新站起來的他表示，期望日後能成為老師回饋母校。



在最美麗的歲月裡卻要剃光頭做化療的卵巢癌患者、中五女生梁靖怡，堅強度過最難時。陳文華 攝



黃康男最終擺脫稚氣，勇於承擔，成為一名品學兼優的學生。陳文華 攝

迷途紫玲 幸遇良師導航向



中二生鄭紫玲分享自身故事，希望媽媽不再吸毒及控制情緒，自己可早日回家照顧爸爸和妹妹。陳文華 攝

香港文匯報訊（記者 陳文華）「簡單而平凡的生活，對我來講是一個遙不可及的夢。」一出生就面臨父親吸毒、母親入獄，曾迷茫自殘的得獎者鄭紫玲，昨日於台上分享時幾度哽咽。「從小到大，我一直都知道，爸爸媽媽有吸毒的習慣。」鄭紫玲的媽媽在女兒出世後不久，便因犯罪而入獄7年，直到鄭紫玲9歲時才出獄，一家團圓，卻因媽媽有情緒問題「不停哭」，又令其「失去爸爸的寵愛」。有次鄭紫玲在與媽媽爭吵時，被爸爸用刀指住。傷心之下搬去姑媽家住，後性格逐漸改變，態度強硬而容易情緒失控，後來更有自殘行為，經學校老師及社工的引導，最終走出逆境。

「小時候，只與爸爸一起生活，對媽媽的印象一直都好模糊。」鄭紫玲分享說，自己讀一年班時，才獲爸爸告知，原來父母都曾被警察抓了，媽媽更被判入獄，在海南島坐了7年半獄。在她9歲時，媽媽終於出獄，來港團聚，但她想不到的是，媽媽的到來卻打破父女兩人原本平靜生活。

「無媽媽的日子，爸爸一直都挺疼愛我，不單照顧我的起居生活，更輔導我做功課，雖然小時候沒有好多玩具，但有爸爸的照料和陪伴已經好知

足。」鄭紫玲說，「媽媽到來後，爸爸開始不理我，讓我覺得眼前的媽媽好似搶走爸爸原本給予我的關愛。」

「當時年紀太細，唔識表達內心的憤怒、傷心及失望，只有刻意與媽媽保持距離，而媽媽則以『日日哭泣』回應我。記得有一次，因自己不理媽媽而受爸爸指責，那是爸爸第一次指責我，還是因為媽媽的因素，內心感到難過及不开心。所以當時脫口而出『我好討厭媽媽』，結果被爸爸拿刀指住，當時我好驚、好傷心，想不到爸爸會如此對我，感覺爸爸已經不再愛我。」

離家投親 鋸手打牆

事後，鄭紫玲搬到屯門與姑媽一起住，曾試過與親戚爭執，令她受到傷害，然而姑媽與父母均未理會其感受，「令我覺得根本無人真正愛我」。從此以後，鄭紫玲自言「性格完全改變，講話態度好強硬，好粗魯，情緒容易爆發」，更經常缺課、鋸手、打牆及頂撞老師。

「當時班上一位老師了解到我的情況後，非常耐心地開導我、關心我，還會經常發勵志的圖片和內容給我。」鄭紫玲說，譬如「花不會因為細小，而限制自己的生存空間，人為何會因為自己軟弱去否定自己的成長能力」，令其明白，雖然身處困境，仍可以活出最美的人生。

為不讓老師失望，鄭紫玲努力改變，學習控制情緒，學習獨立、珍惜自己的身體，並閱讀老師推薦的書籍。她分享書中讀到的一句話：「我們無法選擇在什麼樣的家庭出生，但我們可以選擇面對家庭問題時的態度。」令其懂得，即使家庭為其帶來創傷，都應該勇敢面對，「只要盡力，就會開心無愧」。

現時鄭紫玲每周都會定期探望父母，關心自己最疼愛的3歲妹妹。她說，妹妹是老師以外，另一位給予其動力的人。