

充滿愛

the story of 友心人



香港青少年服務處 主辦



禁毒基金 贊助

機構簡介

香港青少年服務處為社會福利署資助的多元化社會服務機構，服務範圍包括臨床心理服務、綜合家庭服務、兒童之家、寄養服務、綜合家居照顧服務、地區青少年外展社會工作服務、深宵外展服務、綜合青少年服務中心、青少年中心、課餘託管及學校社會工作服務。

【充滿·愛】計劃簡介

本計劃運用愛情三角理論，理解青少年濫用藥物行為與愛情親密關係之間的聯繫，並運用敘事治療手法，澄清青少年對濫藥及愛情關係的迷思。計劃的推行亦結合香港浸會大學社會工作學系的支援，進行成效研究，並進一步探討青少年親密伴侶關係與濫藥行為之間的互為關係，以作深化未來工作的藍本。

【充滿·愛】計劃內容 + 有關「友心人」

本計劃透過個案面談、家長組工作、外展工作及個案研究四個層面介入青少年濫藥問題。於計劃中，部份個案已成功戒毒，為了鞏固他們的戒毒動機，防止復吸的機會，故組成「友心人」團隊，定期安排小組活動讓友心人能互相勉勵對方，亦會參與家長組工作及講座活動，跟家長、老師、學生等分享自己的故事。這本小冊子，正正是結集了部份友心人的小故事，讓更多的人能夠聽到他們的小故事。

目錄

愛・情人・2

- 20分鐘的空座位 3
- 冰屋 6

愛・家人・9

- 擁抱的力量 10
- 媽媽的長征 13

愛・朋友・16

- 手足 17
- 離開 20

愛・自己・23

- 生活的兩個點：家裡及公園 24
- 與“警察”的對峙 27
- 大難不死 30

因為愛・看到將來・33

- 雲上太陽 34

註：故事內容已得到當事人同意公開刊登

An abstract painting featuring warm, textured brushstrokes in shades of yellow, orange, and red, set against a background of light blue and green. The composition is dominated by large, overlapping circular and oval shapes, creating a sense of depth and movement. The overall mood is soft and romantic.

愛。情人



20分鐘的空座位。折翼天使

「快到情人節了，今年你想我送你什麼？」

「我就只想你可以陪著我看一齣戲，不要中途走開，可以嗎？」

「.....好的，沒問題。」

這也許是最簡單不過的一個願望，假如我做得到的話，我相信女朋友收到這一份禮物也是高興不過的。

戲院內，開場不到二十分鐘，我的耐力就已經崩潰了。我腦子裡已經不再是套戲在說什麼，而是不斷想著如何能以最快的速度去購買咳藥水，再到便利店購買可樂，一直在想那條路線最好，最後，想好了.....

「我要去一去洗手間...」什麼都不理就跑到外面，就照著原定計劃，買了咳藥水，買了可樂，又再跑回戲院，全身都汗水...用了20分鐘時間，回到座位。

「.....」她沉默不語，眼角已經多了一點閃光。

我知她哭了，我知我再次令她失望，只要一天不去濫藥，似是一件易事，我還是頭也不回地去尋找能滿足我的藥物。

回想那一刻的我，到底快樂是什麼呢？

折翼天使。話

「那時候，每一日都只是想著high野，連一日不去high野去陪當時的女朋友都忍不到，那時的我，真的沒辦法，就係沉迷下去，當時我看到她流著淚，其實我的心也流著淚。」

「濫藥時代的我，讓我失去很多，失去家人，失去愛人，失去自己。現在戒藥後的我，只要做好自己，就會發現很多好的事都自然地走到身邊，我找回我的家人，我亦找回我的愛情，認識到一個好好的女朋友，沒有濫藥的愛情，讓我找回初戀的滋味，哈！我還找回我自己，學習彈琴及協助戒藥機構去分享我的故事。我找回我的快樂，找回我的人生。」



冰屋。細細粒

「...唔...起身了...」
我半醒來的狀態下嘗試把我的男友叫醒。
「...唔.....」他的回應都是這樣的。
再過多不知多少時間，我倆終於醒來。
第一件要做的事，並不是吃早餐，而是取出“伏冰”的用具，再續昨晚我倆所作的事，又再走入只有我們的世界。醒來時，又是不知道什麼時間了。
每一天都時這樣過，每個月都是這樣過，不經不覺，半年的時間就流過了。

那半年的生活，就是在我男友家這樣渡過，從不會外出，除了買煙的時候，在這樣跟“冰”及我男友困在這家半年，我們的經歷，就是“伏冰”的歷程，這是怎麼樣的愛情來呢？

我想要的愛情就是這樣嗎？

細細粒。話

「我跟我以前男友相處的回憶，最多的時候都是在他家裡“伏冰”的生活，“冰”跟他就像是有一個很大的聯繫一樣，後來，我跟這個男友分手後，就決心要戒掉“冰”，因當我“伏冰”的時候就會想起他來，我不想再想起他，故決定把自己困在家裡，最後，戒掉了。」

「現在有了新的男朋友，我發現我需要的愛情是希望對方能照顧我，希望對方能愛錫我，我想要的，是安穩的生活，有將來的生活，他令我更有動力去生活，讓我想為著他去好好工作，為著他學習煮飯炒菜。」

An abstract painting featuring warm, textured brushstrokes in shades of yellow, orange, and red, set against a background of light blue and green. The composition is dominated by large, overlapping circular and oval shapes, creating a sense of depth and movement. The overall mood is warm and intimate.

愛。家人



擁抱的力量。彭子

今天返工回來，就這樣無無聊聊地躺在家裡的地上，腦是空白一片的。爸爸回來了，感覺到牠帶著很大的怒氣，心想「唉～麻煩又來了。」

「唔洗問阿貴，你又索野啦？你又話要戒，晚晚收工又還不是去索？你戒咩？阿爸一次又一次比機會你！」

我心裡都是氣沖沖的，我決不回應。但換來的是更多的說話。「你怎麼都不聽我們的話！」、「你真沒用！」、「喂！我跟你說話呀！」...氣氛開始白熱化來。

「你好煩呀！收聲啦好嗎？」我心心不忿地終於回了一句。

這句話終於把我跟爸爸的怒火爆發出來，之後我倆都在一團混亂之中，亂推亂撞的，這場仗開始了，你一拳我一拳，身體都痛了，整個畫面都是火紅火綠。接著，戰火隨著我倆的疲態停下來。

突然變得平靜的氣氛，我爸走到我旁，把剛剛還充滿敵意的雙手...抱緊了我。眼前爸爸的臉上多了兩條小河，由那雙紅筋滿布的眼睛緩緩流下，那是我多年來都沒看過的景象。那一刻，我的眼淚也流下來了。

「爸爸，我乖了，我不會再令你同媽咪失望的。」
我默然感受著雙方內心正在溶化的部份，眼內的溫度和濕度不受制地升高。

我很清楚，這些真實的感覺並不是平常迷迷糊糊的我所能感受到的。

彭子。話

「那一次被爸爸抱著，感覺好warm，眼淚就是不明白地流著，跟爸爸像這樣抱著，就要回到小學的時候。那一刻，感受是有點苦澀味，覺得對不起了爸爸媽咪，令他們都為我擔心，他們又為著我的事吵架，令媽咪總是不開心。是想戒掉，但每次都有好多引誘在心裡浮起，每一次的失手，其實內心更難受，因要想著如何面對爸媽，要想著如何跟關心自己的人去解話，那種爭扎及罪疚感是自從有戒藥的決心後便有了，這個內心的爭扎，很想有人能明白，我每一次失手再吸食K仔時，都並不是快樂的。」

「現在，想為著家人及關心自己的人戒掉毒品，所以，決心到戒毒中心，從新做人。爸爸跟我說『不要放棄戒毒，要繼續努力！』這句話都會記在心上。」

「有一句說話好想跟爸爸媽媽說，但不在這裡說出來，在心中吧！」



媽媽的長征。Kelvin

在更生中心的生活，每天都日日如是，說實的，在這兒有點「苦」，都是沒有自由的日子。日光白白的，不是在操場步操，就是在操場企著曬一個下午，跟我過往那些夜夜笙歌的生活差多了。

回想那時都是怪自己身上帶有毒品被捉到這裡來。要被人監管著，總不好受，但可能要這樣我才能有新生活...

從遠處傳來，一位工作人員跟我說。「你媽來了！」

聽到了，鼻子一酸心裡又是期待。

在裡面的日子，最想等待的，還不是有家人來探望自己的那一刻。

Kelvin。話

「在更生中心的日子，最心痛的是見媽媽仍不離不棄、風雨不改地來探我，由家裡前往到更生中心需要花兩個多小時，車程來回最少要五小時以上，真的很不忍心見媽媽勞勞碌碌地去探我。我爸從來都沒有來那裡探我，我問我姐，是否爸仍生氣？姐說，爸怕來到看著我會忍不住喊，那時，很擔心如我在更生中心時，爸媽有什麼事我怎麼辦呢？我不能即時照顧他們，真的很擔心我仍在那裡的時候家裡會發生什麼事來，那時很惱自己怎麼搞到這地步，讓自己沒法子留在家人身邊。」

「終於回到家裡，看到爸媽的身體都頓時變得比以前弱，像是老了一點，心裡難過了，心想，往後的日子要好好對待我的家人，好好珍惜他們。」

「人越大，越識去珍惜，
越珍惜，越害怕失去。」

An abstract painting featuring warm, textured brushstrokes in shades of yellow, orange, and light blue. The composition is dominated by large, overlapping circular and oval shapes, creating a sense of depth and movement. The colors are layered, with some areas appearing more saturated than others, suggesting a rich, multi-dimensional palette. The overall mood is warm and expressive.

愛。朋友



手足。輝

一位從小識到大的好友，認識了已有11至12年的小學同學。在我最黑暗的生活裡，他仍以真心對待，總是為我著想，希望盡力幫我，亦希望我能走出黑暗的生活。每次我出事的時候，我就只會記得要致電給他去求救...

「唔掂，我在大陸出事了，有沒有\$3000來，救命！」第二天他就帶了所要的錢來到大陸找我。

「唔掂，衰左，來保釋我可以嗎？」等一陣子，他就來到警局。

他經常約我出來會面。「輝，不要再食了，好嗎？」

「...得啦。」不夠數分鐘，我又跑掉了，找回我的毒品朋友。

我想，他面對一次、兩次、三次、四次...很多次的失望後，有一次在街上遇上他，迎面而來.....

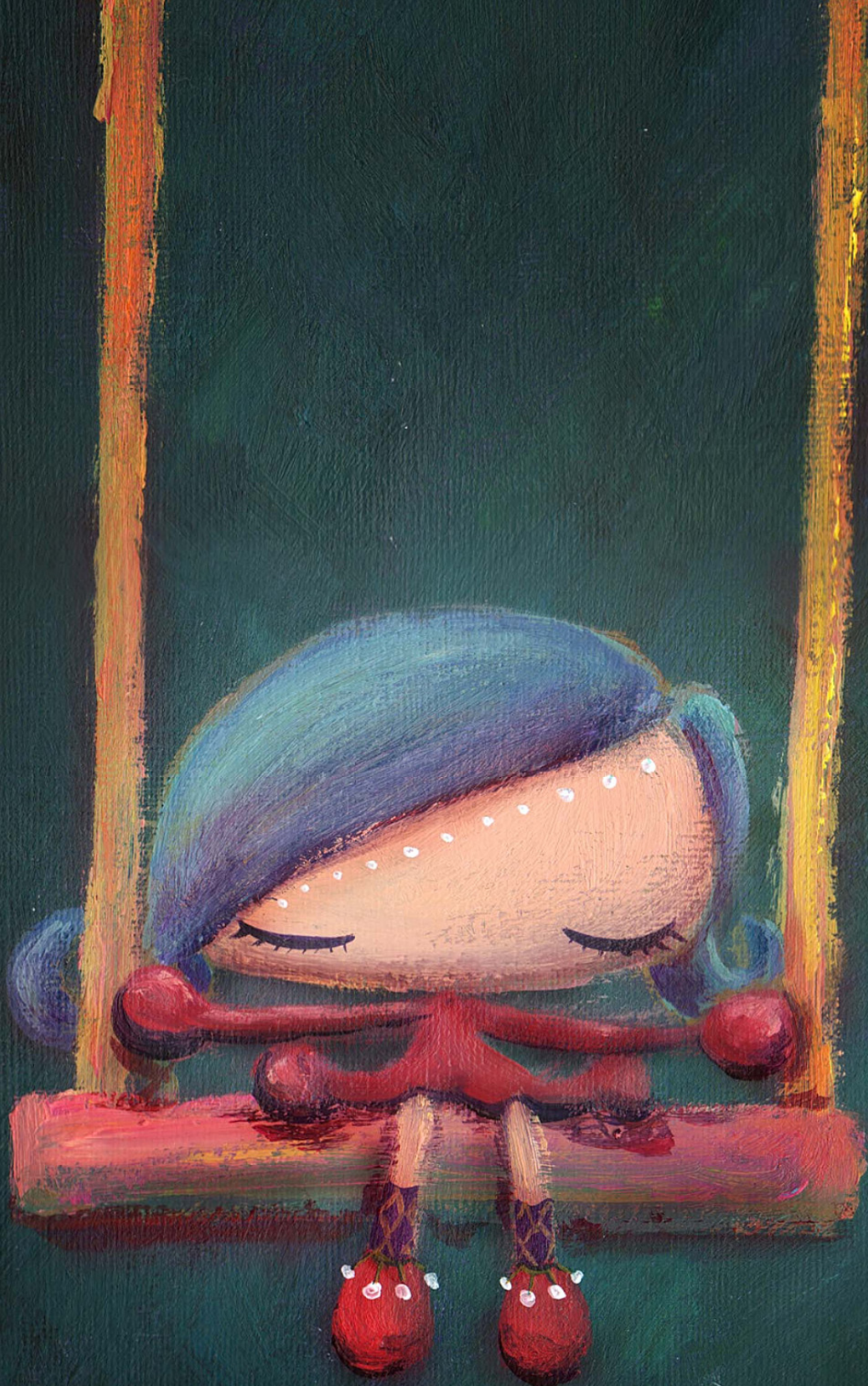
他...把我當作陌路人了，沒有望我一眼，沒有打招呼，就走過了。

那刻，我心痛極。

輝。話

「跟那位好友情同手足，就如同親兄弟的感覺，很想跟他說聲對不起，因那時的我不懂得珍惜他，真的很難得能擁有一位真心對自己好的朋友，很慚愧。後來，經歷更多的事，推動我走到戒毒村戒毒，出來後，我立即找回這位朋友，我再次尋回我這位充滿手足情的朋友，我倆不再是陌路人了。」

「毒品令我把所有的情都放在一邊，對所有的事都變成沒有感覺。已有新生命的我，面對將來要走的路的確有擔心的地方，過往的我那有做過正行呢？現在要跟其他人分享我的故事、協助社工製作講座的power point...種種的工作都是新的學習，有難的地方，但我不想再走回過往的日子，我會好好學習，從新走我的路。」



離開。佳佳

「她沒事嗎？」

「她真的沒事嗎？」

「不對呀，她臉色發紫了！」

「快去叫救護車！」

事發時，我並不在場，到場的時候，我的朋友已經沒救了。是幸還是不幸？假如我在場，我幫得到她嗎？還是成為另一個看著她離去的人？我只是一直在想：人的生命實在脆弱得太可怕了。生命的離去，就只是在幾秒鐘之間。

佳佳。話

「那位朋友是我認識多年的朋友，她離開了。是我第一次感受到毒品真的帶走了我的朋友。帶走了我朋友的那一次，對我來說，很深刻，亦很恐怖，看到自己的朋友走的時候，躺在醫院床上，全身都瘦得要命，被插著喉，身旁的人都哭得呼天搶地，包括我自己都是其中一個。我在想，我是否都要一樣，讓毒品把我弄得自己這麼辛苦，到最後，我都會把旁人弄得這麼傷心？」

「這件事後，我決心戒了。」

An abstract painting featuring warm, textured brushstrokes in shades of yellow, orange, and light blue. The composition is dominated by large, overlapping circular and oval shapes, creating a sense of depth and movement. The colors are layered, with some areas appearing more saturated than others, giving the work a rich, painterly quality.

愛。自己



生活的兩個點：家裡及公園。Johnny

「嗨，Johnny。」

「.....」

在公園一角，我享用過我的晚餐後，便進入了只有我能理解的虛無空間。我呆呆的看著天空，腦裡充塞著黑暗和混沌。

「嗨，Johnny」那是誰？

過了好一段時間，我的意識回到地面，就拖著仍在虛空漂浮的身體回家去了。

「都什麼時候了！快吃飯吧！」

我呆望面前的碗筷，想著媽媽剛才說的話。過了五分鐘後，我拿起飯碗，搥了半碗湯，就回到房裡倒頭大睡了。

零晨兩時，我又回到公園。

「嗨，Johnny。」

夜晚帶給我更大的安全感。我在無重力的狀態下盡情舒展，我的思想超出了我的指尖，跨越了我的腦海，捨棄了我的軀殼。

「嗨，Johnny。」

剛才那個人是誰呢？我好像是第一次看到他的，又好像今天已經見過好幾次。我認識他嗎？他是誰？

不過都不重要了，我每天的生活並不需要其他的東西，混沌就是我的所有。

「嗨，Johnny。」

Johnny · 話

「那時吸毒的生活，不是留在家裡，就是走到公園來。在家裡，根本就不想外出，要外出，就是要到公園找我吸毒的朋友。對我來說，那時候吸毒的過程已不能為我帶來什麼快樂的感覺，只是一種習慣來，日子就是這樣不經已地渡過。」

「幸運地走出這種生活。戒毒的日子，讓我更愛看書，從戒毒中心走出來的日子，我更把握我的時間，要活得更充實，我把時間都放在看書、夾Band、畫畫、尋找課程學習新知識（如學習英語）...更在中心作友心人，跟老師或學生分享我的故事，鼓勵想戒毒的青少年，用我的力量去感染身邊有需要的人。」



與“警察”的對峙。阿森

「煙……」望望書枱上的空盒子，我很清楚自己昨天就已經彈盡糧絕了，知道是要走出外買煙的時候了。

我飛快地換好衣服，我衝出門外，跑下樓梯，彷彿要把沿途的障礙物踏破般衝下去。但是就在最後數級樓梯時，一幅景象把我截停了：我家對面站著一個警察，一臉漠然地監視著我家門口。

緊張感脫穎而出，一下就抓著了我。「怎麼回事？為什麼會有警察在這裡？」

我一向處事謹慎，所以從沒失手。我靜靜地觀察了那個警察好一陣子後，那個警察似乎並沒有要離開的樣子。我開始擔心自己那些不可見光的物品。我保持著一副鎮定的神情，慢慢撤退回家，趕緊把東西都收拾好。

半小時後，我又再走下去，那個警察也仍然站在原位，心想：「他一直待在這裡，一定有備而來。」

又對視了一段時間，我開始有點沉不住氣了，想要煙的衝動又湧上心頭。

我腦海內又掙扎了十多分鐘，最終我還是決定硬著頭皮走過去。警察並沒有截停我，也沒有和我說話。

走過了十多步後，我回頭一看，不禁呆住了。那裡並沒有什麼警察，就只有對面房子的抽油煙機的排氣管。

我再看一下我的手錶，已經過了兩小時。心下暗自明白，平日享受的藥物，帶給我的身體怎樣的破壞。

阿森·話

「那時吸食的毒品是可卡因“可樂”，雖然很享受“飛曲”的過程，但那次跟抽油煙機（誤以為是警察）的對視，讓我知道自己變得多疑，亦開始產生很多幻覺，我的精神狀況已被影響了。同時，雖然心裡明白一個道理『出來行，預左要還』，但實在是活在惶恐之中，這樣的生活，其實並不是真正的快樂。」

「現在回想那時的自己，好笑極了。」



大難不死。明

「這是什麼地方？」
我不太清楚，只感到自己正在急速地前進。
我記得.....心情異常地差，一步步地走回家。
我仍然在急速地前進著。
我好像剛剛被警察逮捕，發現我身上有毒品。
那麼我為什麼在這裡？
我記得有打過電話給朋友，但我忘了大家說什麼了。
我似乎前進得更快了，比坐火車時還要快。
有一把聲音和我說：「一直在牢房進進出出，你的一生難度就這樣度過？」
突然，一聲巨響，我的身體有如被打碎、分開，周遭的聲音離我越來越遠。

三日後，我在醫院醒來，醫生說我是從三十多層樓跳下來，幸好被二十多樓的花槽攔著，大難不死。

「既然死過一次，就不要再死了，去過新的人生吧。」

明・話

「那時吸毒時代的我，真的想了結自己的生命，因為前面的路不知如何再走下去，所有事都過得不順，心情不快下索了我慣性吸食的K仔，想了結生命的想法就衝到頭上，走到大廈的最高位，跳了下來。」

「現在我的手及身體都放了鐵片來鞏固我的骨子，因那時的重創讓我左臂及身體都碎掉了，留著多條深而粗的疤痕，現在如過過關的測試機，必定會咄咄响。」

「這次大難不死，我家人都一直在我身邊照顧我，我會更珍惜我這個大難不死的身體，擁有『鋼之鍊金術師』的身體。」

An abstract painting featuring warm, textured brushstrokes in shades of yellow, orange, and light blue. Several large, overlapping circular or oval shapes are visible, creating a sense of depth and movement. The overall mood is soft and hopeful.

因為愛。看到將來



雲上太陽

太陽的溫暖，太陽所發出的光，一直都在。
儘管雲下是大風大雨，穿過雲層，就能感受到太陽的存在。
太陽一直都沒有走開過。
走前一步，你會看到充滿希望的將來。

奶仔。話

「過往受到毒品牽制著的生活，是頹廢的。雖然現在的仍未能尋找到工作，但感覺完全不同。現在的我，很想做一點有意義的事，很想做一點對別人有幫助的事，故此，在做友心人活動的經驗中，到處分享自己的故事，記得有一次有一位老師，在總結時，走出來給了我一個擁抱，握著我的手不斷跟我說叫我加油，給我很大的力量。未來的日子，我希望可以用我的故事去幫到其他人。」

「現在的我，只想尋找平靜安穩的感覺。為其他人分享我的故事，讓我平靜了。」

婷婷。話

「我的黑暗時代，因為吸毒而開始出現很多問題，慢慢身體面色月黎月差，更出現幻覺幻聽，很怕見人，甚至試過因好驚人而不敢出街，所有自信都沒有了。就在那刻，好想自己能有所改變，嘗試跳出這個圈子，覺得如果我再不戒毒，我知我只有死路一條。戒藥初期真的有好多爭扎位，要自己用力才能過渡，例如朋友致電來叫我出去玩，我會選擇熄機，我亦會不斷自我提醒自己，只要捱過頭幾個月就會好一點等等，才能捱到今時今日，到了現在，我已沒有跟過往的朋友聯絡了，從新的工作上建立新的圈子。」

「我好想多謝我的社工，她在我還未戒藥期間，言談間會感受到她對我身體的擔心，甚至我經常也不聽她的電話，她也不離不棄的找我。在我最黑暗及最孤獨的時候，有她陪著我，那時我真的深受到感動，不想再令她失望，決心戒毒，希望把失去的東西取回來，就是自信、工作、家庭...這正正是我做友心人的原因，除了可嘗試更多不同的工作外，也可挑戰自己，期望工作上獲得更多滿足感呢！以前從未試過認真投入工作，現在我會比以前更認真享受工作中帶來的快樂，我亦好希望我能用我的真誠及過來人的身份去幫助那些尚未能戒掉毒癮的人。我有三年的濫藥經驗，慶幸自己能及時清醒，身邊亦有很多人幫我，好讓我用了半年的時間戒掉毒癮。過往的經歷讓我失去很多東西，儘管怎樣努力也彌補不了，所以要珍惜現在所擁有的！」

充滿愛效應

愛的力量，
能推動人走出雲下的風雨，
走到更上的雲層。

情人的愛、家人的愛、朋友的愛、對自己的愛...
還有其他的愛，帶我們走出黑暗的時空。

聯絡方法

香港青少年服務處

大埔地區青少年外展社會工作隊

星鳥計劃

電話: 2667 7780

傳真: 2667 7149

地址: 新界大埔富亨邨亨裕樓地下24室

電郵: tpor@hkcys.org.hk

機構網址: www.cys.org.hk

