

希望，讓愛實現

文：李慧齡



我是位在 26 年前因為生病而喪失視覺的中途失明者，在視力持續退化的前幾年，靠著重建機構的各項訓練和自己的努力，幸運地找到了工作，於是在職場又持續工作了 10 餘年，又因為病情起了變化，終於喪失了最後的視覺，於是，我結束了工作，辦理退休回到南

部與年老的父母親一起同住。剛回家裡居住之初，由於剛從視覺動物轉變為成聽覺動物，生活起了很大的變化，於是我過著兩年足不出戶的日子，隨著時間一點一滴的流逝，把病情調養好的我也愈發覺得日子寂寞難挨，隨著躍躍欲試的心，我求助了屏東縣盲人福利協進會，透過與社工的接觸，鼓起了勇氣，開始進入了「視障生活重建服務」。

起初，對於當時沒有能力出門採購，家中附近亦沒有購

餐店舖及任何外送資訊的我而言，最憂慮的就是父母年邁，而我又無法肩負採買餐點該如何是好？如果有一門獨家手藝是我可以在家不出門，又可以獨立完成且填飽肚子就好了。於是，興沖沖的申請了屏東縣盲人協會辦理的「生活重建服務」，開始學習家中麵包機操作及麵包製作這一門一舉兩得的學習。從一開始搞不清楚高、低筋麵粉到能夠調配正確比例並使用著麵包機，從一再失敗的獨自練習到能夠揮著擀麵棍擀著手工麵糰，老師能仔細的引領讓我一步一步走向成功，當我能夠在同一時間把這兩種麵包都成功地製作出來時，老師激動地告訴我：「他們都說視障者是不能夠做麵包的，哪裡是？你不是做出來了嗎？」，是啊，誰說不是呢！？透過不斷的練習與熟能生巧，我們便可以打破一般人對視障者的既定觀點，誰說我們不能做到呢！

當有了成功的開端，鼓舞了我繼續使用重建服務的手機學習，手機課程更是讓我開啟了另外一扇窗，各式各樣便利的 APP，讓我得以查詢台鐵時刻表、醫院的門診進度…等，更精確的掌控出門的時刻避免浪費時間外，手機老師教導的網路銀行 APP，更是方便我查詢往來帳目與結餘金額，尤其當我學會從手機上完成轉帳交易時，不但避免往返奔波，也

不需依賴旁人來查看紙本交易內容，讓銀行金錢往來能有隱私，當下心裡便覺得十分激動，而 Uber 外送的生鮮與雜貨的服務，更是徹底的解決年邁的父母親不願意進大賣場採購的頭痛困擾，當我激動得和手機老師分享這件事情的時候，我從他嘴裡笑笑地聽到這句話：「這就是智慧的科技呀！」，是的，現在視障朋友能透過手機各種 APP 的輔助，快速獲取資訊來源，也解決了我各式各樣頭痛的問題，更減輕對家人的依賴，未來自己獨立生活的自信心更強大了！

最後，是定向課程對我的影響，由於文章前面所說，在適應了純粹靠聲音過生活之後，邁出了家門開始上定



向行動課程，有專業老師的教導，建立對環境的心理地圖，訓練自己獨立行走能力，對於一個全盲視障者而言，定向課程最大的難度，在於如何克服內心的恐懼獨立通過馬路，以及能夠聽著聲音調整正確的角度，筆直的走向馬路對面預定

的目標，為了能夠正確和安全的過馬路，課程中一遍又一遍頂著頭頂的烈日練習著，過程中一次又一次地不斷修正自己所犯的錯誤，一次課程上到一半時，天空突然刮起風又落下了雨滴，老師一面替我撐著傘一面笑著說：「我們兩個真是最拼的老師跟學生了！」，我突然心有所感，我們視障者要克服的並不是有形的風和雨，而是要克服內心對於過馬路強烈的恐懼感以及對協助者強烈的依賴，面對自己的人生才能夠走向光明的坦途！有了協會長期陪伴與重建服務的學習，獨立能化作實際的行動與藍圖。