



受 傷	與	康 復
soeng ¹		hong ¹
Sau ₆	jyu ⁵	fuk ₆
hurt	and	recovery



作者：G3G

錄音：Kit Shum

<https://health.ettoday.net/news/1188983>

謹將呢個故事獻畀 Karen Man，
感謝佢經常百忙抽空幫𠵼 𠵼 𠵼 嘅故事錄音。

For Karen Man who contributed to the project with
enthusiasm and support in voice recording.



你 算 吧 啦！ 我 同 你 已 經 再 有 結 果。

neis³ syun³ baa² laa¹ ngo⁵ tung⁴ neis³ jis¹ ging¹ zoi³ mou⁵ git³ gwo²

you forget it (particle) I and you already again don't have result

咁 多 年 嘅 心 心 愛 愛 而 家 已 經 了 結 咗。

gam³ do¹ nin⁴ ge³ sam¹ sam¹ oi³ oi³ ji⁴ gaa¹ jis¹ ging¹ liu⁵ git³ zo²

so many year (linker) heart heart love love now already terminate -en

如 果！ 你 唔 係 做 到 嘅 樣 過 晒 火。

jyu⁴ gwo² neis³ m⁴ hai⁶ zo⁶ dou³ gam² joeng² gwo³ saai³ fo²

if you are not do this way gone too far

你 今 日 或 者 已 經 會， 叫 我 做 老 婆。

neis³ gam¹ jat⁶ waak⁶ ze² jis¹ ging¹ wui⁵ giu³ ngo⁵ zo⁶ lou⁵ po⁴

you today perhaps already will call I to be wife

你 要 私 人 時 間 玩 遊 戲 機 我 唔 會 阻 住

neis³ jiu³ si¹ jan⁴ si⁴ gaan³ waan² jau⁴ heis³ gei¹ ngo⁵ m⁴ wui⁵ zo² zyu⁶

you want private time to play gaming console I not will hinder -ing

你。

neis³

you

你 同 朋 友 飲 酒 飲 天 光 我 喺 屋 企

neis³ tung⁴ pang⁴ jau⁵ jam² zau² jam² tin¹ gwong¹ ngo⁵ hai² uk¹ kei²

you with friend drink alcohol drink till morning I at home

等 你。

dang² neis³

wait you



我	嘅	生	日	幾	月	幾	號	唔	提	你	都	記	唔	起。
ngo5	ge3	saang1	jat6	gei2	jyut6	gei2	hou6	m4	tai4	neis	dou1	geis	m4	hei2
I	's	birthday	which	month	which	day	not	remind	you	all, also	cannot remember			

你	話	嗰	晚	約	咗	人	睇	波	我	都	冇	話	唔
neis	waa6	go2	maan5	joeK3	zo2	jan4	tai2	bo1	ngo5	dou1	mous	waa6	m4
you	say	that	night	invited	-en	people	watch	ball	matches	I	all, also	didn't say	not

畀。
bei2
allow

我	收	埋	所	有	感	覺	做	一	個	識	講	唔	緊	要
ngo5	sau1	maai4	so2	jaus	gam2	gok3	zou6	jat1	go3	sik1	gong2	m4	gan2	jiu3
I	hide up	all	feeling	to be	one (measure)	know	say	doesn't matter						

嘅	女	仔。
ge3	neis	zai2
(linker)	girl	

跟	住	你	有	兩	餐	一	宿	我	已	經
gan1	zyu6	neis	jaus	loeng5	caan1	jat1	suk1	ngo5	jis	ging1
follow	you	have	two	meal	one	shelter	I	already		

心	甘	命	抵。
sam1	gam1	menG6	dai2
accepting of what one gets			



我 ngo5	都 dou1	唔 m4	知 zi1	點 dim2	解 gaai2	我 ngo5	會 wui5	揀 gaan2	同 tung4	你 nei5	一齊 jat1 Cai4			
I	all, also	don't know		why		I	will	choose	with	you	together			
不過 bat1 gwo3	我 ngo5	真 zan1	係 hai6	有 jau5	諗 nam2	過 gwo3	會 wui5	同 tung4	你 nei5					
however	I	really	have	think	-ed	will	with	you						
一生一世 jat1 saang1 jat1 Sai3														
	for life													
其實 kei4 Sat6	我 ngo5	會 wui5	感 gam2	覺 gok3	你 nei5	已 jis	經 ging1	薄 bok6	情 cing4	如 jyu4	斯 si1			
actually	I	will	feel	you	already	fickle (when it comes to affection)								
其實 kei4 Sat6	我 ngo5	又 jau6	感 gam2	覺 gok3	我 ngo5	自己 zi6 gei2	孤 gu1	苦 fu2	無 mou4	依 ji1				
actually	I	also	feel	I	oneself	lonely and forlorn								
其實 kei4 Sat6	我 ngo5	希 hei1	望 mOng6	唔 m4	記 gei3	得 dak1	喊 haam3	咗 zo2	幾 gei2	多 do1	次 ci3			
actually	I	hope	to forget	cry	-en	how many	time							
其實 kei4 Sat6	我 ngo5	繼 gai3	續 zuk6	畀 bei2	機 gei1	會 wui6	你 nei5	再 zois	試 sis	一 jat1	試 sis			
actually	I	continue	to give	chance	you	again	try	one	try					
我 ngo5	差 caa1	唔 m4	多 do1	已 jis	經 ging1	唔 m4	記 gei3	得 dak1	我 ngo5	跟 gan1	咗 zo2	你 nei5	幾 gei2	年 nin4
I	almost	already	forget	I	follow	-en	you	how many	year					



跟	你	咁	多	年	有	幾	多	夜	晚	失	咗	幾	多	眠。
gan ¹	neis ⁵	gam ³	do ¹	nin ⁴	jau ⁵	gei ²	do ¹	je ⁶	maan ⁵	Sat ¹	zo ²	gei ²	do ¹	min ⁴
follow	you	so	many	year	have	how many		night		lose	-en	how much		sleep

失	眠	想	打	畀	你	傾	計	換	嚟	幾	多	個
Sat ¹	min ⁴	soeng ²	daa ²	bei ²	neis ⁵	king ¹	gai ²	wun ⁶	lei ⁴	gei ²	do ¹	go ³
insomnia		want to	call	you	chat	in exchange	come			how many	(measure)	

唔	方	便。
m ⁴	fong ¹	bin ⁶
inconvenience		

咁	多	個	唔	方	便	愛	嚟	回	應	全	部	滄	海	同
gam ³	do ¹	go ³	m ⁴	fong ¹	bin ⁶	ois ³	lei ⁴	wui ⁴	jing ³	cyun ⁴	bou ⁶	cong ¹	hoi ²	tung ⁴
so	many (measure)		inconvenience			used for		respond to		all		"vast sea"		and

桑	田。
song ¹	tin ⁴
"farmland"	

上	個	月	二	十	九	日，	下	午	四	點	三	十	分。
soeng ⁶	go ³	jyut ⁶	ji ⁶	sap ¹	gau ¹	jat ⁶	haa ⁶	ng ⁵	seis ³	dim ²	saam ¹	sap ⁶	fan ¹
last month			twenty-nine			-th	afternoon	four	o'clock		thirty		minute

有	人	話	喺	火	車	站	見	到	你	攬	女	你	話
jau ⁵	jan ⁴	waa ⁶	hai ²	fo ²	ce ¹	zaam ⁶	gins ³	dou ²	neis ⁵	laams ⁵	neoi ²	neis ⁵	waa ⁶
somebody	says		at	train	station		saw	you	hug	girl	you	say	

你	自	己	一	個	人。
neis ⁵	zi ⁶	gei ²	jat ¹	go ³	jan ⁴
you	oneself		alone		



我	同	你	一齊	咁	耐	都	仲	未	分	到	邊	一	句
ngo5	tung4	neis	jat1 Cai4	gam3	noi6	dou1	zung6	mei6	fan1	dou2	bin1	jat1	geoi3
I	with	you	together	so	long time	all, also	even	not yet	identify	(suffix)	which	one	sentence

係	真。
hai6	Zan1
is	true

每	日	差	唔	多	嘅	大	話	同	埋	每	日	搵	我
muis	jat6	caa1	m4	do1	ge3	daai6	waa6	tung4	maai4	muis	jat6	wan2	ngo5
every day		similar		(linker)	lies			and		every day		look for	I

笨。
ban6
foolishness

我	希	望	你	話	嗰	個	女	仔	只	係	你	公	司	女
ngo5	hei1	mong6	neis	waa6	go2	go3	neoi5	zai2	zi2	hai6	neis	gung1	si1	neoi2
I	hope		you	say	that		girl		just only	you		company		female

同	事。
tung4	si6
colleague	

希	望	你	親	口	同	我	講	你	哋	食	飯	都	除
hei1	mong6	neis	can1	hau2	tung4	ngo5	gong2	neis	dei6	sik6	faan6	dou1	ceoi4
hope		you	in person		to	I	say	you (plural)		eat meal		also	divide

二。
ji6
two



原 來 你 可 以 由 頭 到 尾 都 只 係 當 冇 呢
 jyun⁴ loi⁴ neis⁵ ho² jis⁵ jau⁴ tau⁴ dou³ meis⁵ dou¹ zi² hai⁶ dong¹ mou⁵ nei¹
 it turns out you can from the begining to the end all, also just only act as if don't have this

件 事。
 gin⁶ si⁶
 (measure) matter

呢 個 人 其 實 已 經 唔 再 值 得 我 鍾 意。
 ni¹ go³ jan⁴ kei⁴ sat⁶ jis⁵ ging¹ m⁴ zois³ zik⁶ dak¹ ngo⁵ zung¹ jis³
 this person actually already not again worthy I like

我 已 經 好 疲 同 你 再 冇 感 覺 一 切
 ngo⁵ jis⁵ ging¹ hou² gui⁶ tung⁴ neis⁵ zois³ mou⁵ gam² gok³ jat¹ cai³
 I already very tired with you again don't have feeling everything

到 此 為 止。
 dou³ ci² wai⁴ zi²
 call it quit

以 後 你 有 你 嘅 生 活， 我 乜 嘢 都 唔 知。
 jis⁵ hau⁶ neis⁵ jau⁵ neis⁵ ges³ sang¹ wut⁶ ngo⁵ mat¹ jes⁵ dou¹ m⁴ zi¹
 afterwards you have you 's living I what all, also don't know

唔 好 搵 我 唔 好 搞 我 機 會 唔 再 畀 多 次。
 m⁴ hou² wan² ngo⁵ m⁴ hou² gaau² ngo⁵ gei¹ wui⁶ m⁴ zois³ bei² do¹ ci³
 do not look for I do not bother I chance not again give more time

今 日 我 決 定 做 嘢 話 一 就 一 話 二 就 二
 gam¹ jat⁶ ngo⁵ kyut³ ding⁶ zou⁶ jes⁵ waa⁶ jat¹ Zau⁶ jat¹ waa⁶ ji⁶ Zau⁶ ji⁶
 today I decide to work say one then one say two then two

鍾意呢個故事嗎？
你可以用以下方式，
支持我哋創作更多粵語資源㗎！

Do you like this story?
You can empower us to create more resources by



贊助故事 Sponsoring a Story

以題獻方式將呢個故事送俾你愛嘅人
Dedicate it to a loved one

電郵聯絡我哋 Email us: info@hambaanglaang.hk



一次性或月費捐款
One-off or Monthly
Donations

 Buy me a coffee



<https://www.buymeacoffee.com/hambaanglaang>



<http://hambaanglaang.hk/>

購買圖書 Buying our books

【𠵼𠵼粵文讀本】
第一期 8輯共40本精選套裝
【Hambaanglaang Graded Readers】
The First Season : 8 Sets/40 Books



如果使用內容，請按以下方式引用作品：

Please cite the work as follows if using the content:

《受傷與康復》係「𠵼嘍吟粵文讀本」系列 Lv 7 嘅故仔書。

"Hurt & Recover" is a title from Hambaanglaang Cantonese Graded Readers (Lv 7).

【鳴謝 Attribution】

"Hurt & Recover" (Cantonese), written by 939,
published by HamBaangLaang (@HamBaangLaang, 2022) under a CC BY 4.0
license on hambaanglaang.hk



取之社區，用之社區

From the community, by the community

hambaanglaang.hk

實體書 · 活動 · 埋嚟睇睇

books · activities · and more

