

心藏筆露：只我一人未發覺

一位年長的醫生，因為長期低頭玩手機，一個星期前，終於玩到頸梗膊痛了。他為了伸展肌肉，在醫院內走路時，經常刻意抬起頭。由一座病房走到另一座，途中會經過偌大的露天地方。早上，他在步行往門診部的時候，有個驚人的發現：院內原來有很多長得高高的樹木，長出了密密麻麻的翠綠嫩葉。他好像發現了新大陸一樣，既興奮，又自豪，很想向周圍的人發表自己的「新發現」。

於是他走到一位路過的年輕醫生面前，以一副老行尊的口吻說：「我今日發現醫院有好多好靚□樹，□□做人最緊要識欣賞……」豈料年輕醫生淡淡地回答：「其實舊年春天，我□□入□做□時候，已經發現□樹好靚。」老行尊聽後，真想立即挖個地洞躲進去。他在這地方十幾年來都沒有抬頭望一望，也沒有留意到這些似乎是理所當然存在的樹木，原來很美麗。反而一個剛剛來到這個地方的人，能夠察覺及感受到。

年長醫生雖然「面懵懵」，心裏不是味兒，但門診的工作仍要繼續。第一位病人由兒子陪同應診，她有焦慮抑鬱病徵，壓力來源是對兒子的憂心。她的兒子是一名大學生，外表帶點陽光氣息，身形健碩。她滔滔不絕地列舉兒子的缺點，15分鐘之後，醫生問她：「你可以講出兒子□三個優點嗎？」她講了，但每講一個後，她就說：「呢□唔計□□呢□唔算□□□家通街都係大學生□啦，識彈琴同識得呼吸一樣，有乜□好出奇呢……」

育兒有如種樹，父母多年來埋頭苦幹，悉心栽培子女。當他們都長得比自己「高」時，其實可以每天抬頭望一望他或她們，欣賞眼前的美麗。這並不是甚麼高深難懂的人生智慧。相反，若視而不見，或只視之為理所當然的東西，甚至全盤否定自己子女的好，就是極大的愚蠢了。

撰文：青山醫院精神健康學院副顧問醫生崔永豪

(轉載自蘋果日報 | 心藏筆露 2018-05-29)



只我一人未發覺

一位年長的醫生，因為長期低頭玩手机，一個星期前，終於玩到頸梗膊痛了。他為了伸展肌肉，在醫院內走路時，經常刻意抬起頭。由一座病房走到另一座，途中會經過偌大的露天地方。早上，他在步行往門診部的時候，有個驚人的發現：院內原來有很多長得高高的樹木，長出了密密麻麻的翠綠嫩葉。他好像發現了新大陸一樣，既興奮，又自豪，很想向周圍的人發表自己的「新發現」。

於是他走到一位路過的年輕醫生面前，以一副老行尊的口吻說：「我今日發現醫院有好多好靚嘅樹，喺，做人最緊要識欣賞……」豈料年輕醫生淡淡地回答：「其實舊年春天，我唔啱人嚟做嘅時候，已經發現啲樹好靚。」老行尊聽後，真想立即挖個地洞躲進去。他在這地方十幾年來都沒有抬頭望一望，也沒有留意到這些似乎是理所當然存在的樹木，原來很美麗。反而一個剛剛來到這個地方的人，能夠察覺及感受到。

年長醫生雖然「面懵懵」，心裏不是味兒，但門診的工作仍要繼續。第一位病人由兒子陪同應診，她有焦慮抑鬱病徵，壓力來源是對兒子的憂心。她的兒子是一名大學生，外表帶點陽光氣息，身形健碩。她滔滔不絕地列舉兒子的缺點，15分鐘之後，醫生問她：「你可以講出兒子嘅三個優點嗎？」她講了，但每講一個後，她就說：「呢啲唔計嘅，呢啲唔算嘅，啱家過街都係大學生嘍，識彈琴同識得呼吸一樣，冇乜嘢好出奇呢……」

育兒有如種樹，父母多年來埋頭苦幹，悉心栽培子女。當他們都長得比自己「高」時，其實可以每天抬頭望一望他或她們，欣賞眼前的美麗。這並不是甚麼高深難懂的人生智慧。相反，若視而不見，或只視之為理所當然的東西，甚至全盤否定自己子女的好，就是極大的愚蠢了。

譯文：青山醫院精神健康學院
精神科醫生 吳永榮