

筆下心澄：病房裏的詩情畫意

去年夏天，有一次上夜班，興之所致，畫了一幅病人的素描，完成後我拿給同事們看，他們都說：「畫得不錯啊！」這次經驗帶給我一點信心，從此我便經常上網參考別人的畫作，然後大膽地教兒科病人畫畫。與經理分享後，她建議我嘗試把文字與繪畫結合，利用文字引發病人的想像，鼓勵病人在文字旁邊繪畫，病人的反應非常好。想不到有天，亞寶創作了他的第一首詩，內容是這樣的：

人生不過是一場遊戲
每個人都是自己的主角
但我常常懷疑自己
明明是主角
卻暗淡無光
所以說
不如解放自己
不如燃盡自己
去抓住真實的自己

樂隊已經上場
我在這安靜的世界
奏響自己的樂章
樂隊已經離場
我在這孤獨的世界
書寫自己的故事
燃盡自己的靈魂

直到在這灰暗的世界 染上自己的顏色
直到在這空曠的世界 聽到自己的迴響

亞寶是名中四的學生，患有自閉症，自小媽媽對他很嚴厲。隨著年月的成長，亞寶的行為變得更加反叛，與家人的爭執更趨激烈。有一次媽媽叫他做家務，他便出現了暴力行為，令家人要報警處理，最後經轉介入住了我工作的病房。

亞寶給我的第一印象，是他略胖的身軀、靦腆的眼神和沉默寡言的個性。他看起來好像不太喜歡與人溝通，詩中所寫「孤獨」、「灰暗」、「懷疑」、「空曠」和「暗淡無光」，都給人一種自傷自憐、自卑和不被理解的感覺。有一天，我看見他在畫漫畫，便和他談起日本的動漫，他主動展示了他最近的漫畫創作。我發現他其實很喜歡與人溝通、很希望被理解和受尊重，正如詩中的字眼：「解放自己」、「書寫故事」和「迴響」。我進一步與他談及所經歷的挫折和懷抱的理想，了解他內心的感受。

經過藥物治療和護理計劃的執行，他的病情已趨穩定，他與醫療團隊的互動也越來越多。他不但與我們談天，還估計我們同事的年齡。他所估的年齡都比我們實際的年紀輕，可見他的社交技巧也在不斷進步呢！

出院的日子終於到了，我分享了對他的看法，我覺得他可能有點急躁，提醒他要世界聽到自己的聲音不是一朝一夕的事，有時燃盡自己的靈魂也不一定能得到別人的理解。我告訴他其實只有做好自己，穩定自己的情緒，對身邊的人多點理解和包容，生命已經很不俗。又提點他定立目標時，要考慮風險、目標是否清晰和自己的能力等等問題。

我希望把詩作為一份小禮物送給他，詩是從天上下來的小雨點，滋長萬物，洗滌心靈。在這小雨點中，我們可以欣賞到比現實更美麗、更純粹的世界。希望他能夠一步一步，奏出自己的樂章，實踐他的人生計劃。

撰文：青山醫院精神健康學院精神科註冊護士陳沛歡

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2024-07-02)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/1034037>