

## 飛行的夢想

「呀呀！我要飛住天上！」

這首歌除了悅耳動聽外，也唱出不少人的心聲。

三年前，香港民航機師鄭楚衡和聖保祿的學生開始裝嵌一架 RV-8 雙人飛機，現已接近完成階段，將實現「砌出一架屬於香港人的飛機」的夢想！

實現夢想不是飛機師的專利，你我他在任何年齡也會有夢想，關鍵在於有否努力把它實現已而。實現夢想的過程中必然會遇到困難，譬如時間，資金，技術，環境因素等等。對某些人而言，最大的障礙卻是心理。如欠缺主動性，沒有勇氣，焦慮，恐懼，甚至是精神問題。相比於生理疾病，情緒病可能是實現夢想的更大障礙。不少身體殘缺的人士，只要肯努力，一樣可以克服殘障，成為科學家，藝術家，在各方面都可以很有成就。但情緒病卻可徹底摧毀一個人的意志，使人失去動力，縱使胸懷大志，外在環境亦萬事俱備，卻沒法實行，一切夢想便灰飛煙滅。不少廣場恐懼症患者，害怕在人群中感到心悸氣喘，因而終日留在家中，失去工作，社交，和娛樂。抑鬱症患者對甚麼事情也提不起興趣，顯得沒有動力，只是留在家中渾渾噩噩地過日子。社交焦慮症患者害怕與人交往，與陌生人接觸時顯得渾身不自在，臉紅耳熱，情願獨個兒生活，白白錯失許多工作，社交，和學習的機會。飛行可能是很多人的夢想，但夢想不只有是飛行，也可以是當老師，到非洲旅行，或建立自己的家庭，過着平凡而幸福的生活。可是情緒病卻剝奪患者過平常生活的權利，更遑論實現其他夢想。

雖然患者都明白尋求醫治方為正道，奈何一般人都會有諱疾忌醫的心態，服用藥物怕有副作用，心理治療又怕要與焦慮抑鬱情緒正面交鋒，重提過去的痛苦經歷。治療情緒病和世上任何有意義的事情一樣，都有一定的難度，和需要一定的付出。鄭楚衡最初找學校收留飛機，也吃過不少閉門羹，後來才得到黃金蓮修女的丈義幫忙，才可以在聖保祿學校裏裝嵌飛機。現在向民航處申請試飛，卻得到不積極的回應。相比之下，要治療情緒病的困難，雖然非輕而易舉之事，但也絕不是無法達成的任務。老子曰：「千里之行，始於足下。」能踏出第一步，治療情緒病，克服心理障礙，實現夢想指日可待。



Email : [drclchang@gmail.com](mailto:drclchang@gmail.com)

香港精神科醫學院  
鄭志樂醫生 (精神科專科醫生)  
原文刊載於信報