

# 狀元的重生 一次



「十優狀元」的銜頭是一道無形光環，意味著人生路大抵是平步青雲的，惟對鄺文傑 (Aleck) 而言並不。2008 年中文大學「神科」畢業即遇上金融海嘯，難得加入投資大行，卻愈加質疑自我的價值；毅然離開金融業，從事表達藝術治療，2020 年卻遇上淋巴癌第四期。然而，低潮對他而言是蛻變動力，在不平坦的路上，藉著對藝術、音樂的熱愛，以及一顆助人為樂的心，讓他一次又一次「重生」，活出一直追求的無憾人生。

每天仍舊麻木的工作，每天餘下疲累的軀殼，  
鬧市何處能碰到快樂？青春瞬間揮霍…

《白忙》歌詞節錄

## 狀元、神科、鈔票的迷失

2003 年的 10A 狀元，如願跟隊考入「神科」中大計量金融學系，外人眼中的 Aleck 畢業後必定加入投資銀行，坐擁高薪厚職，然而這卻是他愈陷迷惘的開端。2008 年畢業那年正值金融海嘯，求職不易，Aleck 從萬多元薪金起步，輾轉跟大隊投身國際知名投行。費盡心力終於達到目標，他卻不快樂——我為了甚麼而入行？我的價值是否只剩下鈔票？



Aleck 從小學過不少樂器，工餘時也參與舞台劇和音樂創作，機緣巧合下報讀港大表達藝術治療碩士課程，成為課程的第一屆畢業生，課程的實習亦讓他終於重新發現他真正的志向。「實習期間與愛滋病感染者、認知障礙長者，及需要情緒支援的青少年接觸，看到他們（透過藝術治療）發現自身能力和價值，感到被關注、聆聽及陪伴。我看到他們開心和改變，有種直接幫到人的感覺，我也更開心，這是最大的價值。」表達藝術治療是以音樂、畫畫或形體等藝術媒介，引導服務使用者覺察自身的情緒，一步步面對創傷，學習消化再共存。

記得留住純真的初心，  
記得回望沿路的足印，  
為免後悔就放膽飛身，衝出慣性安穩

## 從藝術的治癒到自癒

找到明確路向，Aleck 放棄主流社會眼中亮麗的履歷和工作，畢業後徹底轉換跑道，從事表達藝術治療，讓自我價值迎來第一次重生。然而好景不常，Aleck 在 2020 年 9 月突然確診淋巴癌第四期。化療、電療及骨髓移植手術接踵而來，副作用包括掉髮、食道潰瘍，劇痛難忍，亦因全身插喉，須長時間臥床，連大小二便也未能自理。Aleck 坦言那時自覺是「廢人」，加上正值疫情高峰期，親友無法探望，24 小時獨留病房更覺孤單。Aleck 修讀表達藝術希望治療別人的心，當下卻連自我安慰也無能為力。

無法自理的挫敗感，加上對治療、復發及死亡的焦慮和恐懼難以宣洩，這一次藝術治療再一次支撐 Aleck。聲樂心理治療的同學為他創作樂章，曾合作音樂劇的老師特意剪輯影片為他打氣。

Aleck 與音樂治療師前輩聯絡，由治療師變成服務使用者，情緒來到時便簡單哼唱，或即興創作一小段樂章，抒發當下心情，讓他感受到音樂撫慰心靈的力量。「有次不小心彈到『不和諧』的和弦，彈下去才發現沒框架地創作更自由、更多可能性。我開始反思身心狀態也一樣，即使患病，也不代表我要帶著這些不適、恐懼生活，反而在未知之中，看到其他可能性。」

確信有一口新鮮空氣，確信有  
一個重要轉機，確信有一顆心會不死，  
大個了，大個要做真正自己

## 活在當下 繼續發夢

持續約年半的療程終在今年 4 月結束，Aleck 回復正常生活，以自由身形式從事有關表達藝術治療的活動。這一次的重生，Aleck 活在當下，更著重作息平衡，亦更坦然面對生命的無常。除了註冊表達藝術治療師的身份，患癌經歷亦令他更了解病人及照顧者的處境，更可切身處地提供支援。「來也匆匆，去也匆匆，快樂附帶些疼痛，都不要白忙，只要前行，只要高飛，即管繼續發夢。」Aleck 在訪問尾聲應記者要求，自彈自唱早年為音樂劇創作的歌曲《白忙》，恰巧預先譜寫了他的二次重生。

推動健康社區是馬會致力建設更美好社會的其中一個主要範疇。馬會多年來與合作夥伴推行不同項目，提升公眾的身心健康，其中包括香港賽馬會「攜手同行」癌症家庭支援計劃——由專業團隊為癌患者提供確診、治療、以至康復各階段的支援。全程由同一社工或護士跟進，因應患者及其照顧者的需要而進行家訪、電話輔導或醫院外展探訪，並調配不同的社區資源和作出轉介，為患者提供個人化的全方位支援，服務持續由兩個月至九個月不等。

- 1 Aleck 放棄金融業工作轉職表達藝術治療，再走過抗癌難關，學習坦然面對生命無常。
- 2 Aleck (右二) 曾到深水埗南昌公園與家庭體驗藝術治療，透過音樂加強親子互動。(受訪者提供，照片攝於疫情前)

## Aleck 人生中 4 件重要物品

### 結他

2009 年由歌手林一峰轉讓給他，對方親筆提字：「心血是永不會白費的。」成為 Aleck 堅持追夢的信念來源。



### 望遠鏡

Aleck 自小熱愛天文，計劃將觀星融入藝術治療活動，帶領參加者觀看獅子座流星雨。



### 帽

2016 年參與劇場《刹那的烏托邦》演出時的物品。患癌期間因副作用掉髮而長時間戴帽，Aleck 從中學習接納每個階段的自己，即使需要別人照顧、外形轉變也無須介意。



### 積木玫瑰花

藝術治療經常使用的工具，這款積木玫瑰是朋友贈送的禮物，對方認為 Aleck 猶如小王子般純真，同時提醒他學習成長，要有能力支撐自己。

