

藝術治療師 鄺文傑 冀生命互相照耀



早前鄺文傑受邀參與法國傢具品牌 Roche Bobois 與慈善機構「藝術在醫院」合作舉辦的「百福樂聚」活動，活動邀請百位城中代表人物，以中國傳統「福」字圖案作主題，透過彩繪、拼貼或多重媒材創作，將其心目中對「福」的詮釋具體呈現於或迷你或實體的 Mah Jong 梳化之上，發放慈善異彩，收集正能量。他的參加作品名為《小福星》，引用美國人類學家洛倫·艾斯利關於海星的故事，繪畫了一片星空，作為一位藝術治療師，希望能照耀他人生命，同時亦受到他人生命照耀，像星星般將「福」傳遍每一個角落。

「故事中的物每日撿起擱淺在沙灘上的海星，將它們一粒粒放回大海，有人笑他傻，他卻認為自己能幫多少就幫多少。有人問他，『放入海中的海星很快又會再回到沙灘怎麼辦？』」他說，『那我就再把它們放回大海，我相信，總有一些海星可以回到大海快樂地生活。』這個故事對我來說，是藝術治療未必可以一次幫到人，情緒總有反覆起落，但也總有人因為這種治療而痊癒。個人的能力有限也沒關係，我願意加入成為那個幫手撿海星的人。」他說。

方法包括畫畫手工跳舞戲劇

Aleck 現時於東華三院任半職註冊藝術治療師（表達藝術），據他介紹，香港的這類職位雖新但也在陸續增加，除東華三院外也有其他機構聘請全職或半職的治療師，「這證明愈來愈多人認為這項工作值得去做。」現時他的服務對象包括學生、愛滋病患者、哀傷治療、情緒處理等，透過多元藝術的介入，如畫畫、手工、音樂、舞動、戲劇等，每一種藝術形式都有不同用途，會根據服務對象的情況而選擇，使其探索內外世界、打開心扉。

在 Aleck 眼中，不同的藝術形式各具獨特的功能，也適用於不同的對象。他曾於中學學習二胡、高胡及板胡，而對患有認知障礙的長者來說，音樂能刺激其感官，所以他也會繼續在音樂方面展開更深入的創作和討論。同時，他也喜歡在表達藝術治療小組當中運用 LEGO 積木進行個人及集體的創作。有研究顯示，積木創作能夠

註冊藝術治療師（表達藝術）鄺文傑（Aleck）是2003年會考十優狀元，香港中文大學修讀計量金融系高材生，畢業後從事金融業，一路順風順水，受人欽羨，可他卻選擇再進修表達藝術治療碩士，全力投身表達藝術治療，幫助無數受情緒困擾的人走出陰霾。這種選擇對他來說，才是尋覓十幾年後的理想事業。

文：香港文匯報記者 張岳悅
攝：莫雪芝



有效改善情緒，參與者不用思考太多，找到屬於自己的平和時空，自由地表達自己，通過與他人分享組件學懂社交技巧，集體創作更能增強團體的凝聚力。他還從戲劇訓練中取經，運用白布讓抑鬱的表達藝術治療參與者在減少恐懼的情況下自由進行身體表達，利用舞動使他們找回自己原本的能量。繪畫也是 Aleck 常用的方式，但他並不會去分析參加者的畫作，而是請他們在自由無批判的環境下自我表達，進而了解自己。

做事忠於自己的真正興趣

原來 Aleck 大學讀金融時已經接觸過心理學，在澳洲做交換學生時也參加了不少心理學相關的研究和實驗，選修相關課程後更引發興趣，也想進一步深入了解。大學畢業他順理成章進入金融業工作，放工後則選擇參與音樂和舞台劇的演出和創作，接觸到愈來愈多 NGO 的社工，機緣巧合下聽朋友介紹，香港大學開設了表達藝術治療的碩士課程，「藝術和心理學都是我感興趣的方向，我便決定夜晚放工後去讀書。」約一年後，發覺自己真正興趣的 Aleck 決定辭工，開始藝術相關的實習，「將

不做金融才俊 致力助情緒困擾者



Aleck 喜歡在表達藝術治療小組當中運用 LEGO 積木進行個人及集體的創作，圖為他自己的作品。



自己的所學應用到人身上，我發現藝術真的可以幫助到人，這使我獲得成功感。」去年九月，他正式成為一名註冊藝術治療師（表達藝術）。

現代人工作繁忙壓力大，常受不同情緒問題困擾，但不是每一個人都能夠重視，對此，Aleck 認為現時公眾對情緒治療的認識已愈來愈多，但還需繼續推廣和解釋，他說：「『治療』這兩個字在公眾心裡還是敏感，不少人都想要逃避問題。其實治療可以包括一個很廣泛的層面，每個人都需要面對生活中的難題，在不同的人生階段也有知識需要學習，逃避會使問題變得愈來愈嚴重。無論是之前的電影《思

裂》還是港鐵縱火案，這些都會使更多人開始討論和正視心理問題。」另一方面，他任職的東華三院也與學校合作，共同關注青少年的情緒問題，幫助他們找到紓解情緒的渠道。

十優狀元遇金融海嘯曾失業

回顧當年，Aleck 曾是會考十優狀元，他自述在中學從未入過三甲，卻在「一試定終身」的選拔中超常發揮，獲得了這樣的標籤，他坦言：「經過這次考試，很多人會覺得你就是最 top 的那個，期待你無論何時都要做到最好，否則就是令人失望的退步。畢業找工作時，身邊人也期待你找到最好的工作。在香港，彷彿成績和工作要直接掛鉤，讀書好的都會學習和法律，要選讀熱門名牌的科系。其實當年我最喜歡的科目是音樂和物理，但身邊人的固有概念是狀元讀這些科目是浪費，所以並沒有太多選擇。」

回想起過去的選擇，他感慨無論成績如何，都應清楚自己真正的興趣，跟隨內心的方向，而無須理會身邊人不知從哪裡得來的定論，「可能當時的十優對我反而是一種限制，當年畢業後遇到金融海嘯，想到自己努力讀了這麼多年書卻找不到工作，心情特別沮喪，也會質疑自己。還好現在轉做藝術治療，家人在經濟和精神上都是支持的。」他說。

Aleck 曾在台灣帶領表達藝術治療工作坊。受訪者提供



為愛滋病毒感染打氣

Aleck 一直積極為愛滋病毒感染者提供表達藝術治療，他曾連同幾位香港大學表達藝術治療碩士班的同學，帶領一班愛滋病毒感染者學習塑膠彩繪畫，以這種方式展示感染前後的人生歷程，同時表達個人情感和對未來的希望，作品於衛生署紅絲帶中心主辦的「零零無歧」全球同抗愛滋病運動2014啟動禮展出。

除了在香港他亦在台灣和東埔寨服務過，也曾在台灣為同志群體及愛滋病患者感染者帶領過一系列表達藝術治療工作坊。今年十月，他會在加拿大 Winnipeg 舉行的國際表達藝術治療協會雙年國際會議，展示表達藝術小組治療提升愛滋病毒感染者生活質素、情緒、團體凝聚力及創造力幾方面的研究成效。

木偶戲演員黃慧真「偶」遇結緣盼傳承

香港年輕木偶戲導師兼演員黃慧真（Janet）的父親從事木偶表演40幾年，她從小與木偶相伴成長，女承父志，在港讀完中學二年級，便被父親送到湖南長沙學習木偶戲及古箏，學成後回港在父親的木偶劇團協助演出，從此與木偶結下不解之緣。

關於木偶的分類，她介紹道：「木偶大致可分為四種，有用手掌控制、體積較小的掌中木偶，或稱為布袋戲；第二種是體積大一些的杖頭木偶，內有一支木製縱桿控制木偶的頭轉動，演員通常右手舉起木偶控制它的眼、耳、口、鼻，左手則控制它的動作；另外還有皮影戲，是四種木偶中最特別的一種，大部分皮影以側面或七分面為主，也有少數是正面面向觀眾；而提線木偶一般有一十六條線，因應需要可增加至二十至三十多條線不等，同樣是將木偶置於地上活動及表演。」

重返內地再學木偶

Janet 當年在內地時，學習最多的是杖頭木偶，因此她一直希望再次回到內地見識其他種類木偶戲的表演，特別是福建泉州的提線木偶和晉江的掌中木偶。在泉州的提線木偶表演中，她見到了不少新鮮而精彩的節目，如提線木偶寫毛筆字的表演等。她表示：「香港較少人規範地學習傳統木偶，而

內地則有專業且具規模的培訓班。泉州的提線木偶有兩千多年的歷史，經過幾百年的傳承已經發展成熟，有一套完整的表演制度及提線規則。」原來黃爸爸的老師是被譽為「國際木偶大師」、已故的黃奕缺，在內地的旅程中，她還有幸拜訪了父親的師母，並向黃老師的徒弟學習。在晉江，她則通過父親的牽線找到了晉江掌中木偶團，從零開始學習掌中木偶的基本功，由手指開始操練。

用黃爸爸的話說，當年湖南藝術職業學院十年才招生一次，讓女兒去學習的機會千載難逢，但 Janet 看來，對內地環境和學校的適應對她是一種挑戰，去讀書也是「半推半就」，她回憶道：「內地的學習生活和香港有很大差異，例如學校有早自習和晚自習課，當時我的普通話不夠好，也要重新適應內地的生活模式和習慣。」

當年由被動開始接觸木偶，到現時成為全職木偶表演者，Janet 坦言自己仍需要改進，學習更多的技巧，「皮影戲對我來說是很大挑戰，它對雙手細微和靈巧度的要求更高，我需要花更多的時間和心思去學習，專程找到皮影戲大師彭澤科學習操縱手勢。即使是最擅長的杖頭木偶表演，我也仍希望可以與長沙的杖頭木偶傳承人譚奇書老師學習更多特別的技巧，以及一些高難度的動



作。當知道一些動作的原理之後，便需要不停地練習，以提高準確性。」

技巧固然重要，與觀眾的接觸也是木偶戲的重要部分，對現代觀眾而言，木偶戲是古老的表演藝術，它的保存和推廣工作極其重要。在泉州，當地小朋友從幼稚園開始便接觸木偶戲，將傳統文化引進校園。而在香港，Janet 也致力推廣木偶戲給

香港市民，開始思考在木偶表演中加入數碼投影等新元素，望吸引更多觀眾，「木偶戲是一門博大精深的表演藝術，需要投放大量時間和精神才能靈活掌握，儘管如此，我依然覺得自己有使命去傳承這種中國傳統民間藝術，告訴下一代，只要靠自己的雙手，同樣可以創造出精彩的表演藝術。」

現時 Janet 主要將精力放在香港，和父親一起帶領木偶劇團在學校、商場等地演出，也會不定期舉辦展覽和講座，更系統地向公眾介紹木偶的演變、結構和製作過程，她坦言會擔心傳承的困境，卻是腳踏實地一點點在累積，「我們會開辦工作坊，教授木偶



的操縱技巧和製作，無論是小朋、青少年、成年人還是老人，都有適合他們的表演或活動。我們的首要目標是使更多的人認識到香港木偶表演的存在。」她說。

文：香港文匯報記者 張岳悅
圖片由受訪者及香港電台提供