

我為甚麼學潛水?

作者：余嘉文

學潛水?作為一個半身不遂的輪椅使用者我想也沒想過，現在竟然是我心靈治療的一部份，曾經有一位醫生對我說：「當你覺得所有的門都關上的時候，自然地會有一道門為妳而打開。」而這道門就是學習潛水。

曾有三個多月因為種種的問題及困擾不得不停下所有的工作。當時的我根本不知道自己的路應該怎樣走。人生的目標，生存的價值到底是怎麼樣的一回事?向前行沒得到認同及支持，停下來覺得自己一無是處，只感到前路茫茫。

一次偶然的機會從報紙得知一個專為傷殘人士舉辦的潛水課程，心裡想：有可能嗎?在日常生活裏無可奈何地需要其他人的協助，自己有可能潛到海底的世界嗎?我不期然想起當我停下工作前一位愛好潛水的朋友講述他潛水的經歷。他那份喜悅、自信、微笑和難以形容的滿足感引領我進入學習潛水的歷程。我學習如何使用和裝置潛水設備，如何在水裏呼吸，清鏡，反壓，控制自己的浮量。在訓練的過程中自己說過無數次的沒可能，但最後終於一一做到了。在此十分多謝多名的義務教練，他們用了無限的耐性及支持令我克服內心的恐懼。由泳池到本地出海，到近期的菲律賓之旅，每一次的過程都深刻地留在我腦海裡。在菲律賓的進階潛水員訓練我竟然可以有能力深潛到三十米的水深、使用高氧空氣下潛、夜潛。還有學習魚類辨認和使用電腦錶計算在水裡可逗留的時間。而最精彩的莫過於以背滾的方法入水，(因每次下水前都很緊張，成功下水後滿足感亦很大)，這些我從來覺得沒可能的訓練，我通通的成功地完成了。

在潛水的過程中，我所感受到的還有海底世界的奇妙，安靜，無重的感覺，身心的壓力完全放開，享受大自然給予的一切。當然這些經歷的背後有賴一班熱心的義務教練的參與，他們無條件的付出才能令到殘障人士有機會接觸到潛水的運動，實在功不可沒。希望傷殘人士的潛水運動能得以普及，為我們帶來更多美好的回憶及笑容。