



致健康及幸福

這

個月的扶輪雜誌特別話題是幸福，這是人類最基本的嚮往。然而，幸福不應僅僅被視為一種感覺，這種積極的幸福感及創造與維持幸福所需的條件，更應被視為一項普世權利。

12月也是扶輪的「疾病預防與治療月」，我們藉此突顯社員們在促進健康與幸福感方面所做的努力，包括心理健康。根據世界衛生組織最近的報告指出，全球近七分之一的人口患有心理健康疾患。然而，只有9%的憂鬱症患者獲得充分的治療。

在扶輪，我們很幸運擁有一種強而有力的方式來支持情緒健康及幸福：友誼。我們在扶輪建立的連結可以成為一股巨大的變革力量。我從個人經歷中深知這一點。

當我的社員首次提議我擔任扶輪社社長時，我推辭了。我有口吃的毛病，非常害怕當眾講話。但是，由於社員的支持，他們用關愛圍繞著我，使我能夠面對恐懼，並找到自信站在人群面前的方式。

如今，我經常在公眾場合演講——有些場合聽眾多達數千人——使用的語言甚至不是我的母語。我生命中的扶輪社員，幫助我在內在創造了持恆的改變。

這種夥伴精神也賦予我們勇氣及方法，在世界創造持恆的變革，而心理健康服務正迫切需要改善。世界衛生組織指出，各國政府平均僅將其衛生預算的2%投入於心理健康，而在這筆資金中，只有11%最終流向社區型服務。在某些國家，每10萬人僅有一位受過訓練的心理專業人員可提供服務。世界衛生組織已呼籲採取策略性且緊急的行動來彌補這一差距。

扶輪可以回應此一呼籲，在社內倡導心理健康意識、與地方衛生系統合作、資助社區衛生工作者的培訓，以及支持將照護帶到缺乏服務地區的倡議。即使是小額的心理健康投資，也能在生產力、公共衛生，及幸福感方面產生巨大的回報。

當我們在世界上創造持恆改變的同時，我們不能忘記要彼此關照。前國際扶輪社長麥金納利 (Gordon McNally) 明智地提醒我們，我們不應僅僅詢問「你好嗎？」這句話。而是應該真誠地問：「你真的還好嗎？」。

當我們邁向充滿新機遇的新年之際，讓我們團結行善——為治癒、友誼，及獲得幸福而努力。

阿瑞佐 FRANCESCO AREZZO

國際扶輪社長