

(文續第1版)

陰影：生命中的陰影 盼已放下釋懷

阿媽的堅強獨立外表下，有不為人知的辛苦孤寂。數年前阿媽還沒病，因為牙齒不適，奔波修補又影響進食，心情一度低落，常和我提活得無奈，好像吃也不好不吃也好，我們都最怕阿媽停止打牌或唱歌或唸佛，孩子們上班忙，分別陪伴時阿媽又會興緻缺缺，急於趕小孩回家，大家也覺無力，過年邀來家中住，阿媽也不習慣。老來獨居的挑戰超過我們所能想像！

此次病中問阿媽一生酸甜苦辣，如何看待？阿媽說當然是苦多甜少。我當時有些意外，這麼多年，大家最看好阿爸阿媽的退休生涯，花園新城二老運動出遊，過著寫意的生活，彭博念淡江大學時和奶奶住過些天，知道奶奶見多識廣，一直和爺爺行跡天涯。原來阿媽心中仍埋藏幼時父母外出，照顧者(小祖母)嚴苛對待，卻要一肩扛起護育妹妹的孤寂艱辛！病中困臥病榻，有一次呻吟：「怎麼這樣整我呀！」控訴的是生命中無情的因果吧！

無助的我們，只有握她手、撫她額，為她按摩雙腿，舒緩腫脹。誠心的說：「阿媽，辛苦了！」

所有人生都不免酸甜參半，光影交織！

八月最後一個週日，我在阿媽臉上看到返璞歸真的童顏，一早她不斷伸出胳膊說：「123, 789」面帶微笑，我說：「阿媽，妳在作運動呦！」她開心地笑。那天新上工的看護，大喇喇地問：「奶奶，十二點了，吃什麼？」阿媽微笑搖頭，看護說：「喝白開水就飽啦！奶奶好可

愛。」仁輝說一位護理師叫阿媽：「大寶貝」，阿媽笑容燦爛！或許阿媽心中一直渴望的就是這份無憂無慮被疼愛呵護的感受！

圓滿：心願完成 無怨無憾

入院不久，常聽其他病房傳出吵鬧聲，久病無孝子孝孫，有時是哀號聲或哭泣聲，阿媽的房間則是有歌聲笑聲。彭博把奶奶的錄音機帶來放，每天各個孩子帶的水果、甜點供應不缺，大姐跑南門市場買雞燉湯，再由竹東拎來，仁輝說很有阿媽的味道。二姐熬粥，仁輝煮魚湯，幾次返台的阿哥笑咪咪說水果多到要開店了。住院期間，過了阿媽、大姐和仁輝三人的生日。下午茶時間一到，各自就位，一回阿媽聞到咖啡香，我們就做成小冰塊給阿媽潤嘴，還有新鮮橘子及桑椹做的不同口味。到後面幾天，阿媽仍能津津有味地享受幾粒葡萄或幾口西瓜汁。我對阿媽說醫生都說妳福氣好，阿媽說：「是呀！兒子女兒媳婦這麼孝順，我死而無憾。」

阿媽的同鄉摯親，遍佈新城潤福，老友在答錄機的留言問候，聞之動容，潤福護理長來訪，阿媽執她之手，逐一問候館中的老友近況，這讓我想到公公在世，和仁輝公司出遊溪頭，回來公



趙副院長(左)親至病房探視阿媽

公坦言：「和你們不好玩，和老人好玩多了！」老友의相知相惜，從早到晚的相伴，滋味深長呀！

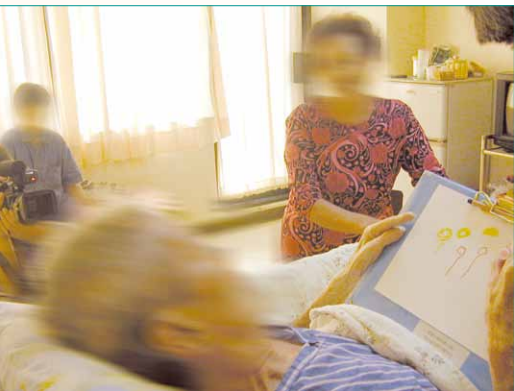
阿媽一直有個願望，要再見到兩年多前為她開刀的趙副院長，沒想到8/13 起到9/3阿媽往生，趙副院長一共來探望七次，第三次阿媽問：我還能開刀嗎？他回答：「可以呀！但幫不到妳，因為還會再長，重要的是和腫瘤共處。」短短數句，展露慈悲心智慧心。最後一天早上，他來看阿媽，只說了一句：「平平安安」，也對在旁子女說和阿媽有緣，還把我寫在紙上禪行者的宏願用手機拍了下來。以醫院主管之忙，看診都在百人以上，他抽出七次來訪，甚至送行，誠意可感。有副院長送行，阿媽也真了心願！

道別：

最後一週，我感冒數日咳嗽失聲，不敢去探阿媽，九月二日晚，連著兩天口譯完，知道阿媽狀況不佳，仁輝已多日睡在醫院，晚餐後到了病房，阿媽已不能言語，我向阿媽報到，說我是開敏，阿媽揚了眉，嘴角上揚，緩緩動了頭，和我親切打招呼。我跟阿媽說我和93歲老母都感冒多日，娘家媽媽姐姐都問候她。謝謝她把我們照顧得那麼好，子孫都心懷感恩，也如她一般獨立能幹。到最後擺脫了病痛病體，靈性就大解脫大自由大自在了。阿媽一生堅強自主，阿媽一生大圓滿，醫生護士都稱羨。我們修行阿媽無須牽掛。阿媽是如來(天主)的大寶貝，放心地跟著去。當時啞著嗓，結束時哼了整首催眠曲，那是我向阿媽最後的道別。

編者按：經家屬同意，病人照片免模糊處理。

伯伯的手露出微笑的稚臉，使安睡中的伯伯似乎寧靜的表達出他的幸福及放下.....

**美術療育賞析**

劉伯伯這兩幅帶著全家到花園散步的作品，他也不忘畫上過世的兒子，雖然線條有些零亂，圖案有些抽象，但如同畫家畢卡索在晚年跳脫了繪畫技術，一心追求兒童塗鴉的天真和快樂，內心情感的釋放才是最可貴與真實的。劉伯伯雖然身體虛弱較少說話，但也不時想安慰家人，藉由作品緊緊地將家人的心依偎著。

本篇文章收錄於《大德美感記事》第一輯，歡迎支持本刊物（200元／本）

財團法人大德安寧療護發展基金會

基於對臨終生命陪伴照護的使命永不停歇，我們創立了「財團法人大德安寧療護發展基金會」，期能永續發展推動安寧療護，並將提升末期病人生命品質當作我們的神聖使命。我們亟需您的支持，為這麼有意義的工作共襄盛舉.....

大德基金會捐款用途

■補助大德安寧療護貧困病人之伴護費、喪葬費、急難救助或其他全民健保不給付費用（傷口之特殊敷料、攜帶型止痛設備、芳香治療精油、止吐貼片、特殊減壓床墊、藝術治療及靈性關懷專家車馬費等）。

■支應大德安寧療護業務推展所需之相關費用。

■辦理大德安寧療護團隊工作人員教育訓練及國內外進修，院際交流、學術研討等活動。

■補助大德安寧療護相關之研究、論文發表、刊物出版，志工教育訓練與招募，遺族悲傷輔導等事項所需之相關費用。

■接受主管機關指導辦理事項。

■其他有關大德安寧療護發展事業事項。

劃撥帳戶：
財團法人大德安寧療護發展基金會
劃撥帳號：
19802440

財團法人大德安寧療護發展基金會感謝您的支持！

大德安寧病房實習心得與分享

代訓安寧護理師/李秀俐

帶著些許的不安，在10月8日早上到北榮大德安寧病房報到，在陳小妮護理長的帶領下開始了這5天的奇妙旅程~安寧護理進階實習。

護理長先介紹病房的環境，除整體規劃充滿人性，病房外設有空中花園，造景景觀，病房內的交誼廳還配有卡拉OK和麻将桌呢！走廊有一面牆叫「愛心樹」貼滿病人、家屬及訪客寫的祝福卡，其他牆面則展示畫作，包含病人和藝術家的畫作，另外還提供手工藝品義賣櫥窗，每個角落都令我充滿驚喜和感動！

第一天我選擇照護19床的阿姨，並趁空檔去看了她兩次，也到護理站把自己負責的病人病歷看完，並抄一些資料帶回去做準備。第二天準時到病房會議室觀看交班，看到除了護理人員外，連整個團隊人員都到齊，看他們認真的在小紙條寫下重點，感受到安寧病房真是特殊又充滿感動和溫暖的單位。

星期一下午是美術療育課，由郭老師和莫老師共同指導，除提供興趣和腦力激盪的測驗，讓大家笑成一團外，並從中了解如何善用美術治療於臨床。

星期二下午由社工師帶領我們討論有關在安寧病房，如何處理對病人的關懷與家屬的協調，會視需要開家庭會議。社工師指導該如何讓事情圓滿，但一切是以病人意願為主。慧芳學姐的芳療課程就更活潑又精彩了，精油是很奇妙的東西，太多太少都不行，少了沒有預期的效果，多

了會灼傷皮膚。學姐要我們選自己喜歡的三種味道，當然事先有說明各種精油的用途，大家一瓶一瓶的找自己喜歡的味道和基底油調均勻，真的好有成就感。

星期三下午由安寧居家護理師做業務介紹，讓我們了解到居家護理有時也會有無力感的一面。例如：家屬會為了要付計程車費而拒絕訪視，只能用電話詢問關心，真的很無奈。婉伶學姐則帶我們去一間大病房教導翻身、擺位，美足護理和電療的穴位按摩機，同學則互相模擬學習，收獲感受良好。

星期四早上參加全國網路遠距安寧視訊會議，還連接到新加坡的醫院，分享了兩個病人的案例，雖然那天要早上七點以前到，但很值得。下午是宗教師(法師)的分享與討論，談到若有出院照護就要以病人為中心，做到傾聽，並幫助完成遺願，且強調幫助病人完成遺願不分特定角色，只要是團隊的成員任何人都可以協助完成。又談到臨終的四大現象；地大（代表肢體）、水大（代表尿液）、火大（代表體溫）、風大（代表呼吸），此四現象通常都出現在臨終48小時內，並要我們要敬天、尊重人、感恩大地、感恩自己。

心理師則談到自己的範圍以諮商為主。病人或家屬甚至團隊工作人員有需要時，皆可找他討論或交換意見，但他特別提醒病人到了末期常因生理變化過劇而忽略了心理的需求，所以心理照護與生理照護是同樣重要的。

安寧照顧點滴

相遇在安寧

大德病房志工黃瑞璋撰文/編輯部整理

際遇總在不經意
週三定期在大德
志工背心穿上身
一天偶遇法師來
慈眉善目大住持
師問末學何所求
殷殷頂禮回師問
身是安寧志工人
印儀學苑不缺席^(註2)

又遇法師在大德
執我之手如慈母
盡言志工何所事
盡言自心體悟否
盡言進心退轉否
末學恭謹回師言
療末病人住安寧
此地猶如自家園
雖臨人生末班車
身心調適不可缺

舒緩疼痛身自在
方與親友話家常
死亡人人必經路
尊嚴安詳人本需
安寧處處念茲在
最後心願助其成
家屬哀傷不可忽
安撫釋疑盡力為
後續關懷不間斷
助其人生易開展

安寧在身也在心
無常環伺靜默陪
把握當下勤精進
唯願生死兩無憾

註1：嘉義縣香光寺住持
悟因法師
註2：「印儀學苑」為香光寺於台北成立之學佛道場



本文作者李秀俐護理師(前排中)

星期五下午是實習評估檢討會及分享心得，一星期很快就過了，但感覺一天比一天有使命感及心得。大家分享了個人的經驗，在醫院工作碰到的瓶頸和為何會想走安寧這一塊，後來有同學說著說著就哭出來了，身邊的學員也被感動一起流淚。每個人說完後督導都有安慰和鼓勵，於是在愉快的氣氛下結束了這次實習的階段。

個人有感若將來能加入安寧行列，定盡所學，奉獻安寧末期的病人，讓他們能自然和安詳的臨終，完成我小小的心願。

後記：

19床的阿姨是我實習時選擇照護的病人，期許自己能將所學盡可能用在病人身上，所以從開始的探視到交談及為她作手足護理、洗澡等，漸漸建立了一份守護她的情懷。雖明知她因病引起腸阻塞，會噁心、嘔吐已難以進食，仍突發奇想去買一顆水蜜桃，希望她能享有人間的美味，經過勸說嚐試後，好高興！阿姨慢慢的吃完了而且沒吐，我內心的喜悅簡直無法形容。在我實習期滿離開病房的六天後，打電話詢問阿姨的近況，方知情況不好，立即決定連夜從花蓮趕赴台北，希望能見她最後一面，雖然她還是先一步走了，我來到病房的助禱室向她道別，祝她此去無礙。感謝安寧團隊的每位指導老師，護理長和學姊們，讓我在我照顧的第一個病人：「I do it」！也感謝法師最後的陪伴，讓我心中平靜許多。最後引用賴允亮醫師的一段話「活著，是最好的禮物；善終，是最美的祝福。」

徵稿啟事**大德之愛長期徵稿中！**

※歡迎團隊、家屬等投稿，內容與安寧療護相關，凡經採用贈予精美禮品。
※聯絡方式：電洽（02）2875-7698，台北榮總中正21樓大德會議室。

陪伴病人 自由塗鴉

◎美育老師：郭育誠、莫淑蘭
◎服務時間：星期一下午
◎服務內容：
1.察覺生活美感、放鬆心情
2.生命意義回顧與探索，展現自我特質
3.協助非語言記事，增進心靈動力

美感紀事

33 微笑的稚臉

溫暖的夕陽從窗旁投射在神情專注的劉伯伯臉上，此時他收起以往招牌的笑容，想認真的完成一幅送給大家的風



妻兒細細端詳伯伯的容顏，牢牢地記在眼裡、腦裡、心裡，意識裡伯伯青壯時的面貌與現在容顏重疊，大伙濕潤了眼眶；最後的日子，灰霧的天空讓捨不得的氣氛凝集，小孫女緊握



景畫，顫抖的雙手讓一旁的劉媽媽心疼的趕緊補上一顆愛心替親愛的他加油打氣，些微弱智的女兒亦深情的寫出對父親的祝福。伯伯累了在打盹的當兒，