

生命的反思

文/言 午

93年「安寧緩和醫療/臨終關懷志工培訓」學員

死亡的尊嚴是何等重要，試想有一天，躺在病床的人是自己，我真的要接受這樣的延續救生嗎？

生命的開始至結束，是一場美麗的感動。珍惜自己所擁有的更是平凡中帶有的幸福。放下心中的我執，才能看見陽光灑在身上的溫暖，才能看見這世界上處處有溫情、窗外依然有藍天。原來原諒後的心境，竟是如此輕鬆、如此自然，於是…一盞心燈重新燃點對生命的熱誠及付出。

因為緣份，得以再次參與蓮花基金會舉辦的「安寧緩和醫療/臨終關懷志工培訓」，懷著感恩老天爺及基金會給予的機會，再次茁壯並灌溉自己的生命，尤其再次看見慧慈姐(蓮花基金會執行長)的生命堅韌不拔的精神，她的慈悲心及大愛，又再次憾動了所有來參與培訓的志工們。

當慧慈姐問我，這連續四個週六來的上課累不累時，我真的一點也不累，反而覺得自己很幸福。因為每一次上課，基金會為我們準備的課程、師資、午餐及茶水等，都是這麼的用心及貼心，讓我好感激、也好感動。在這裡向各位親愛的工作人員致上最誠摯的謝意，辛苦了，謝謝您們。

原來，每一個人都有悲傷的權利，一個人不哭、不流淚，並不表示他不悲傷，一個人不難過，不表示他是冷血、冷漠，而是我們看不見他心裡的苦及悲。癌末臨終患者身心所受的折磨及痛苦，不是我們一般正常健康者所能感同身受的，所以我們真的不能用自己的角度去解讀「假設他會怎麼樣」，畢竟生病的人不是自己，是他人。我們又怎能如此殘忍地要生病的人一再接受那冰冷機器所帶來的痛苦。

聽一個人的悲傷，其實並不需要給太多的隻字片語，他需要的是一個支持、一個肩膀、一個肯定的擁抱。悲傷不只是家屬會有的反應，癌末患者的悲傷處理更是急需我們的關懷及愛來平復他心裡的不安、焦慮、憂鬱及痛苦等各種交織而成的負面情緒。

如果我們不學著傾聽癌末患者的心情及溝通方法，那麼將來有一天我們也會在孤苦不安中離開這人世間。人是對等的，我們想要別人如何善待自己，那麼我們也得學著如何善待他人。

我們每一個人都有資格表達心裡面的悲傷，表達悲傷並不是懦弱的行為，因為悲傷的表達過程是一種療傷。悲傷不一定是

【服務與生命】

動人、精采的志工培訓，啟發學員們更深一層的人生思考。

因為死亡是必經之路，我們能做的是，在當下好好為自己的現世生命做一個完整的交待，莫待遺憾成為一輩子的悔恨。



哭泣，它可以是憤怒的、可以是默默無言的、也可以是用文字或語言來表露的。凡曾存在過心裡的悲傷，只要我們勇敢地表達出來，就有機會邁向復原之路。

這四天的培訓課程下來，我深刻地體會到，死亡的尊嚴是何等重要，試想有一天，躺在病床的人是自己，我真的要接受這樣的延續救生嗎？感嘆著醫療科技高速的發達，對於生命的延長確實是可以突破的醫療進步，但重視生命「量」的同時卻也輕視生命的「質」，逐步地犧牲了癌末患者死亡的尊嚴。我想，我不會讓自己痛苦接受多活幾天的生命，而把生命的尊嚴給糟蹋。

支持癌末患者的緩和醫療及臨終照顧，是我們必須努力的方向，我們該抱持的是同理心，設身處地為患者的立場著想，用親善、接納、體諒的態度來面對生病的事實。面對死亡，我們沒有權利問為什麼？

成為志工是一件簡單的事，但是做為志工卻是一條很長遠的路，不是短時間內就能把志工的角色發揮淋漓盡致，我已做好準備，要用自己微薄的力量及愛，用心盡己之力一步一步往前走下去，直到生命終止的那一刻，自己才有資格接受生命的質詢，因為我謹記著一句話，傅朗克先生所言：「不要去問生命的意義究竟是什麼？而是我們究竟能為生命負責什麼！」

這是我四天來志工培訓後的記事錄，千言萬語也道不盡的感恩及感動，這不但是我對生命所做的反思錄，也是另一個成長的開始。我相信，這世間的溫情會一直持續下去，因為在基金會這個大家族裡，我看到愛的光輝及力量。我會更努力學習這四天研習所收穫到的點點滴滴成長及體會。為蓮花基金會加油！也為自己加油！🍀