

## 因愛而無懼

### ——《告別之前：我生命中最美好的一年》

● 本刊編輯室

「我對這個世界的愛是漸凍人症無法奪走的。」

《告別之前：我生命中最美好的一年》一書，述說著美國《棕櫚灘郵報》資深法庭記者蘇珊·史賓賽溫德（Susan Spencer-Wendel）以「無懼的心」勇於面對惡疾的生命故事。本書除獲得美國亞馬遜（Amazon）五顆星推薦、全球售出二十五國海外版權的廣大迴響外，並將由環球影業拍攝為電影。

蘇珊是位才華洋溢的記者，她熱愛家庭，且為人生感到幸運。四十四歲時，蘇珊被診斷罹患「肌萎縮性側索硬化症」（Amyotrophic lateral sclerosis，俗稱漸凍人症），這種疾病使她的全身逐漸癱瘓，且無法醫治。她被迫迎接殘酷的事實：包括不能陪伴孩子長大、退休、迎接晚年生活……甚至失去擁抱孩子的力氣，沒辦法開口說出：「我愛你」等過去認為理所當然的快樂。

她很快地開始恐懼未來，甚至想到自我了結的可怕念頭。然而，她想起家人，她不願自殺的陰影剝奪家人往後快樂的權利；她也想起罹患不治之症的球星葛瑞格，在一九三九年發表的告別演講中提到，自己儘管失去才華和生命，仍是幸運的人的一番話，激勵她開始思

考如何好好地過著活著的每一天。她決心帶著微笑離開這個世界：「從今天起，我要為我的家人蓋一座回憶花園，將來他們在這裡優游時，可以回想快樂的往昔。」

這就是本書的緣起：她以最後僅堪用的右手拇指，在iPhone上敲出自己面對惡疾的歷程，記錄與家人、朋友共同體驗的生活樂趣，和她尋找親生父母所歷經的生命回顧。本書充滿著愛與智慧，也是她送給孩子的禮物，讓孩子因此學習「快樂、無懼地活」。

#### 轉念：接受

「別為了結束哭泣，為既成的事微笑吧。」

她鼓舞自己從靈魂找到生存的力量，記錄與惡疾共處的人生。因為身體病痛，她必須接受肌肉受損、永遠不會再復原的情況，但她決定順其自然，接受一切，心志也變得更加堅強。

疾病也讓她學習放鬆。過去，即使是年節假期，繁忙的她也總把工作帶回家，確診後的聖誕節，她和孩子則鼓足



書籍封面由天下文化提供

了勁，把耶誕飾品的大箱子全從車庫中搬出來，好好地裝飾一番，也不會為了孩子們的小惡作劇生氣，她由病轉念：「也許，在重病之下，更能顯露一個人的真性情。」

### 行動：體驗和回顧

「如果你的生命所剩無幾，你想做什麼？想看什麼？希望與誰度過人生的最後一年？」

蘇珊與摯友南希踏訪加拿大育空省極光之地，和姊姊一同搭乘郵輪旅行，與丈夫回到新婚起點——布達佩斯，慶祝二十周年結婚紀念日。她分別為三個孩子完成最期盼的旅行，在第一次、也是最後一次看到十四歲的女兒穿上婚紗時，忍不住淚水盈眶。她也從探訪親生母親、父親的溯源之旅，重新認識自己，衷心感謝生父母與養父母共同造就自己至今擁有的一切。

蘇珊正視自己的疾病，適時分擔丈夫與孩子的憂傷，並支持丈夫的未來計畫，希望親愛的家人在沒有她的日子，依然能夠快快樂樂地活下去。她整理孩子們的成長相片，作為送給家人的禮物，未來，即使自己不在了，家人仍擁有她。

### 學習放手

面對不知還能活多久的未知，蘇珊告訴自己：「別去找答案。抱著這個問題

過活吧。」因為未知，更要享受人生。

與疾病共處的每一日，她都有新的領悟：「不能做的事，不屬於我的東西，就不要強求。」這並不代表對生命放棄，相反地，她更加堅強，同時也學會放下期待，不再強迫這個世界依照自己的夢想發展，而全然接受生命給予的一切。她親身教育孩子以「無懼的心」，克服令人裹足不前的恐懼，接受人生的豐美。

生命的價值不在於時間的長短，蘇珊對家人堅定的愛與正視惡疾的勇氣，是讓她堅強活下去的力量。在全家福照片背面，蘇珊抄寫一段出自於紀伯倫《先知》的文字，不僅表達自己已接受生病的事實，也以此做為人生的見證，喚醒每一位讀者的生命熱情、圓滿對摯愛親友的感謝：

有個女人說：「給我們講講快樂與憂傷吧。」

智者於是回答：

快樂其實是脫下面具的憂傷，  
歡樂和淚水來自同一個源頭。

快樂還能如何？

只有歷經刻骨銘心的痛，才能真正嘗到快樂的滋味。

你手中的酒杯，不正是高溫燒就？

撫慰你心靈的魯特琴，不正是用刀子刻成的？

在你快樂的時候，請細細思量，

你將發現喜悅正源於痛苦。☉