

好好告別 人生最後一門功課

文／蔡曉薇 大林慈濟醫院社工師

當不速之客「無常」來臨時，我們還可以為剛離世的親人做點什麼？不斷地喊他、搖他、大哭，抱怨他為何丟下自己一個人？如何才能做到生死兩相安，讓往生者不留遺憾地離開這個世界？好好告別，成了每個人這一輩子的最後一門功課。

當醫院內廣播報出「九九九」，醫護人員、社工、保全等各專科團隊成員在極短時間內到達指定現場，因為此時此刻有一個人正處在失去意識或呼吸心跳的狀態，醫療團隊立即急救，與死神搏鬥拉鋸……

在家人要求急救的狀況下，醫療團隊暫時從死神手上將阿強伯搶救回來，但需要依靠強心針及維生機器才算「活著」。但收治在加護病房的阿強伯病程快速惡化，主治醫師舉行家庭會議，為家屬仔細解釋病情，也告知阿強伯可能挺不過當天晚上。子女百般不捨，但不願父親再受苦，含淚同意撤管。

我引導兒子向父親表達感謝與愛，兒子第一個反應是覺得尷尬，因為從來沒有這樣做過，我提醒他們：「此時此刻不說，就再也沒機會了！」



我陪同家人來到阿強伯床邊，兒子一邊撫摸父親的額頭一邊失聲痛哭，在我的引導下，他對著爸爸說：「我愛你，爸爸不要煩惱，我們會照顧好媽媽。」阿強伯的妻子難掩悲傷，在床沿來回踱步哭泣，非常的不安，我輕拉著她站在阿強伯床邊，告訴她：「先生不再受苦，去了一個沒有病痛的地方，要祝福他。」妻子的情緒安定了下來，對著丈夫說出她的想法：「謝謝你陪了我大半輩子，現在你不會再有病痛了……」

阿堅嬤年輕時是一位能幹又獨立的女強人，隨著年歲增長變成了阿嬤級，對於自己的醫療處置仍然很有主見，她的求生意志力強，拖著病重的身軀，

仍表達希望透過洗腎爭取與子女多一點點的相處時間。

這幾個月，阿堅嬤頻繁進出醫院，住院期間，為了顧及阿堅嬤在乎的「體面」，醫療團隊請附近髮廊老闆娘來幫她洗頭，雖然是件小事，但卻是尊重阿堅嬤的表現，她顯得很開心。最近一次住進加護病房後，阿堅嬤的病情最終並沒有出現奇蹟，仍不敵病魔撒手離開人間。她的女兒悲痛不已，告訴我：「無常是一門沉重的課題！」也感謝我們提醒她們和母親好好道別。

看著有些病人想完成某件事卻已無體力，或是帶著遺憾離開這個世間，讓我深深體悟，引導完成道謝、道愛、道歉、道別「四道人生」，正是我在醫院擔任社工的工作內容之一。

如何善終、走得尊嚴，是每個人向往，但又難以苛求的事。既然生老病

死、愛別離是人生必經過程，「準備」這件事愈早開始愈好。如果能提早準備，多一點準備，在經歷生命臨終時，雖然還是會悲傷，但我們可以不那麼慌張，可以更從容地面對無常和變故。

那到底要怎麼準備呢？我們可以透過自我生命回顧去盤點生命的點點滴滴，比如翻著舊照片、日記等紀錄或回憶，問問自己此生還想做些什麼非做不可的事，才不會後悔或有遺憾。我會建議病人列出願望清單，以輕重緩急來排列，一一實現；又或者寫一封信、錄一段話留給至親；或與家人一起去完成某些事，留下美好回憶。

錯過了最後的「告別」，這一生就來不及了！因為，「無常」不會等你準備好了，再找上門。希望我能夠協助陪伴我的每一個病人與家屬，跟親愛的人好好告別，圓滿人生最後一門功課。🌱

