

5

2009年11月

擁抱夕陽服務計劃 季刊

安葬禮儀的奏鳴曲

● 社工 盧耀文

吉儀，不吉不宜？

出席喪禮，收到吉儀封，你會如何處理它呢？對這個小小的封包，不少人會有點不安，也許覺得它帶著一些不祥的東西，因此都想盡快把它「解決」。我就會把吉儀內的一元盡快花掉，避免混在錢包內，怕什麼就不得而知了。查考資料，原來吉儀是有著感謝與安慰之意，當中的「紙巾」是給親友用來抹掉眼淚，「糖」是要令親友減輕「傷心」，都有安慰之意。「一元」在以前是用來乘車回家的，表示對到來者的謝意。

忌諱，不解不安！

小小一個吉儀封，多少反映出我們對死亡的恐懼與忌諱，想深一層其實也是很自然的事，因為一則死後世界仍是神秘莫測，二則要離開世界，實在千個難捨，萬個不願，死亡自然就不受歡迎。如此看來，我們要避開死亡及接觸相關的事是可以理解的。縱然如此，死亡仍是人所必經，吉儀的例子提醒我們要多嘗試去理解，或能找到一些新角度。

我們在十月份舉辦名為《安葬禮儀的奏鳴曲》的員工培訓，邀請從事殯葬行業的嘉賓，為我們講解不同宗教信仰下的葬禮，大家亦分享在出席葬禮的經驗和對死亡的看法。

在不同宗教下的葬禮，因著該信仰對生死的看法，會有特別的儀式，例如基督教相信信奉耶穌基督的人死後會到天堂，死亡只是暫別，儀式中會有唱詩和祈禱。道教則有過奈何橋、破地獄等超渡儀式，令死者不會沉淪於地獄。同事們在討論時，大都認同不論儀式如何，葬禮的本意應該是對死者的悼念和對生命的尊重，亦是對其家屬的慰問和關心。

死亡，亦遠亦近。

有否為自己的葬禮打算過？很多回應是『太遙遠了！』一如前述，人總不想死亡臨近，而常要想著死亡，太負面了吧！但現實是，在我們的個人生活圈子內或在晚晴照顧服務中，死亡這課題仍不時要面對，因死亡根本就是人生一部份。能夠放開眼目，嘗試對生與死多作思考與分享，知生探死，不但不會負面，相信能令我們活得更精彩。





『三人行，必有我師焉。』

晚晴照顧的路上，有三位好友。一位是院友、一位是院友的家屬、一位是提供照顧的工作員。三人雖然同途，但體驗各異，能夠互相分享，彼此學習，實為生命瑰寶。

常在我心

連結深似海洋

媽媽離世一個多月，令我跌入了失控的空間。每個週末，不自覺地以為自己仍要到老人院探望媽媽、走近慣常替她買衣服的店舖，想到的是天氣轉涼，要給她添件衣服。白天、工作心神恍惚，晚上、徹夜難眠，眼淚像流不乾的，不知不覺便如泉湧般流出。兒子問我：『媽媽，到什麼時候你才會再煮飯給我們吃？』

我意識到自己的哀傷會嚇怕愛錫我的親戚朋友，我已盡力克制，亦明白不能這樣下去，無奈這份悲傷，實在有點身不由己，同時亦令我體會媽媽與我的連結竟然深得連自己也未能意料。這段日子，不少親朋都好意地給我勸解和安慰，然而我最想要的卻是可以有多一點哀傷的空間。

快樂的日子

在媽媽的葬禮上，預備了一套電腦短片，是我們三姊妹和媽媽一起的生活相片，好能與親友們一起悼念媽媽。當短片一遍又一遍地播出，一次又一次再見到媽媽與我們一起時滿足的臉容，對了，這是那位沒有機會接受教育，卻能一直母兼父職，把家庭好好

的維持，把我們三姊妹養育成人的好媽媽。因為她近年病情持續轉差，焦點都落在照顧她的病患方面，令我差點兒也忘記了她的這一切。看著相片一張一張飛過，在心頭間忽然湧出一個問號：「媽媽真的已經離開了嗎？」

生命的倒數

媽媽患有嚴重的腎衰竭，且曾中風，做過腦部手術，在多重病患與身體機能衰退下，溝通和自理能力每下愈況，大、小二便，穿衣吃飯，無不要人照顧。能入住老人院實在減輕了照顧的壓力，但我的內心卻有把媽媽遺棄的矛盾，想到媽媽一直以來從無放棄過我們，不期然就有內疚的感覺，但現實始終歸現實，能夠做的是每逢週末及假期都會陪伴媽媽，與她一起去飲茶。

一年之前，醫生傳來媽媽病情危殆的消息，那時的慌張實難以言傳，幸而那次媽媽能大步跨過，然而對我來說已發出了一個警號，媽媽有的年月已不多了，她的生命不知從那日開始悄悄地改為由月、又再轉為由日來計算，再加上媽媽被冠上了《末期病》的標籤，醫護人員對媽媽的照顧也像是輕忽了，無奈和無助的感覺非常強烈。

約半年前接受了《擁抱夕陽計劃》的服務，最深的體會是醫護人員不會因《末期病》而忽視媽媽身體的徵狀與不適，相反地，媽媽得到適切的治療和照顧，這令我放下心頭大石。及至媽媽到了人生的尾聲，這些支持仍然持續。我告訴盧先生：「你們或許會想不到縱使是一個簡單的意見，一個短暫探望，甚或只是一聲問候，在這些時刻所產生的作用。請你們繼續努力吧！」



媽媽，我會在以後的日子……

『媽媽，希望你在天家得享平安！仍想對你說很愛你，再向你說是你使我們成為幸福的人。我會繼續維繫已經各自成家的弟妹，因為這是你投放畢生精力所建立的家。對於我自己，實在未知還要多久才能把悲傷放下，但請安心，我會在隨後的日子好好的體會人生。』

受訪者：楊雙玉小姐*

訪問及撰寫：社工盧耀文

訪問日期：2009年10月24日

(* 楊小姐為頤樂護理安老院的院友梁柔娟婆婆的女兒。柔娟婆婆於2005年9月入住頤樂護理安老院，於2009年4月參加了《擁抱夕陽計劃》，於同年9月12日離世。)

寫在訪問之後

與柔娟婆婆女兒的一番話，令我想起一齣日本電影《禮儀師的奏鳴曲》的主題曲。歌詞內容筆觸細緻，實在是這次訪問的一個共鳴迴響。謹此與大家一起細味，也在此向柔娟婆婆、愛護她的家人及悉心照顧婆婆的同事致意。

送行之人

緊握手中點滴回憶，儘管盡力忍住悲傷，但悲傷依舊滿溢，眼淚再度奪眶而出。離別時刻，希望能以笑顏送別。

然而愛如利刃，刺痛胸膛，
我不禁問：「不知何時能再相見啊！」

仰望天空，雲彩流星靜靜綻放光芒，
在我眼底映照的這幅圖像，你現在也是否看見？

生命中，有時會受到傷害，還有那些愛與被愛，相遇與別離，
當這一切重覆上演時，我一定又會想起了你。



各位親愛的賽馬會復康中心員工及院友：

在我當醫生的職業生涯中，兩年只是一段很短的時期，然而這兩年到復康中心提供紓緩照顧的經歷，實在可以用豐富來形容。



每次走進復康中心診症，見到的員工和院友，大都流露著一副平和舒泰的面容，我覺得這是反映這裡的照顧質素和員工質素的一項重要指標。能夠有機會在這裡貢獻我在醫療方面，尤其是在紓緩醫學方面的專業知識及技能，實在非常開心。有一件事很想告訴大家，就是我在這裡有機會在診症過程中，推行和發展預設臨終照顧計劃（Advance Care Planning）。這在中國人的社會中已屬前衛。我們在這兩年間累積了不少在中國家庭文化之下進行計劃的經驗。看到有末期病患的院友與家屬，打破禁忌與隔膜，把病危時的照顧預先商討和計劃，繼而能夠予以落實，我每次都會感到鼓勵和欣慰。這對於我自己的醫療工作加添了一份肯定和滿足感！

在合作的過程中，我觀察到復康中心還有一個特點，就是能抱開放的態度來面對新的觀念，亦願意嘗試，這是推行紓緩照顧服務十分重要的，希望中心能夠堅持這份精神，令服務持續發展，為每個寶貴的生命提供最適切的服務。

離開熟識的工作崗位，前往外地進修，尋求另一個理想的實現，這決定對我來說既驚又喜，然而這是為自己的人生作出規劃和落實時必然要經歷的。面對新的生活環境，實在有很多方面需要適應。特別要與各位一一道別，心中實在有著依依不捨之情。生離與死別，原本就是每個人要面對的人生課題，既是上天給予的功課，我們就一起好好學習吧！我會很懷念這兩年和大家相處的日子。

衷心祝福大家生活愉快，身體健康。

林國光醫生敬上

2009年8月31日



林國光高級醫生，服務於葛量洪醫院紓緩醫學部，於2007年12月起在本中心為院友提供紓緩照顧服務。在本年8月底，本中心的員工與接受服務的院友為林醫生舉行歡送會。

親愛的林醫生：

很久沒見了，最近的生活如何呀？在英國那邊的生活是否適應呢？很掛念你，所以每次從姑娘的口中聽到有關你的消息，我都會特別留神、留心去聽，希望你能一切安好！

在人生之中，我感激能遇上了一位像你一樣，細心聆聽病人需要的醫生。雖然我看不見你，但由第一次看症開始，你耐心的態度和語氣，那種溫暖的感覺，已讓我能放下所有不安和戒備，自在地與你訴說著我身體上的不適和內心種種的感受。

失明的痛苦，曾令我感到絕望，是你的鼓勵令我重新振作起來，還記得你在我心情最灰暗的時候，跟我說過這一段說話，你說：「人生的路是要靠自己去創，要向前看，不要經常向後望，因這樣只會加重了自己的壓力…」你的說話安定了我的心靈，令我不再胡思亂想，學懂放開自己。

林醫生感謝你！希望你能學成歸來，再和我們聚一聚！祝福你，希望你生活愉快、身體健康！我不會忘記你的。

陳娟 上



敬愛的林醫生：

在英國的生活，一切安好嗎？很懷念你來診症的時刻，因為每次都像是朋友的相聚。以往我對紓緩照顧所知甚少，然而從你的到診，至少令我體會這項服務既照顧我的身體健康，也照顧內心的感受。你最令我印象深刻的，就是雖然為很多人診症，但仍然清楚記得我的情況，及至我們在上一次診症時談論過的事。這是一個用心來看症的醫生才能做到的。



林醫生，若有長假期就盡量抽點時間回來香港，以我所知那邊的食物沒有香港的多姿多采，回港之時，不妨先去吃碗美味的雲吞麵！祝生活愉快。

鄧仲賢 上

義工新動力



● 活動幹事 莊紹梅

轉眼間，新一屆的「夕陽無限好」義工培訓課程已於 8 月 29 日完滿結束。縱使幾節課堂都掛著風球或遇著酷熱的天氣，但義工朋友們仍能毅然出席，心中懷著很大的感激，亦被大家的熱心所感動。

在 8 節培訓課程中，除了認識與服務對象的相處技巧外，義工們也學習到如何了解及體會更多服務對象的心態及感受，更談論到有關生命與死亡方面的課題。而在實習探訪時，初次接觸不同健康情況的服務對象，縱使當中有不少的困難，義工朋友們都表現出充分的耐性，與此同時，他們亦努力在這《生與死》的人生課題上，學習在心理上作出調適與預備，尋求生命的成長。

加入了這 20 多名的生力軍，令我們的義工團隊增加至 30 人左右，開始於各伙伴單位為有末期病患的院友提供關懷探訪服務。



義工心言

轉眼間我在擁抱夕陽當義工已接近兩年了。在這期間我得到很多在書本上不能學到、在金錢上不能買到的東西。這就是愛、關懷和人生體驗等。回想起第一次與院友接觸時，真的有點害怕，害怕的是不知用什麼方式與她們交談，更害怕因我的粗心大意而令她們受傷，但這想法很快被她們的愛解除了。我們由從不認識對方，到現在我一叫她的名字時，她已能說出我是誰，有些院友甚至在遠處見到我時會主動向我揮手迎接。有些院友是不容易說話，也突然當我是家庭成員，因此每次的探訪，我盼望着她跟我談話或給我反應，當她能與我談天時，我內心的喜悅好像中了頭獎似的。我很喜歡這份工作，因我可在探訪中得到很多她們寶貴的人生經歷，不論在家庭上、照顧孩子、待人處事、甚至烹飪。她們不但是我的良師，也是我的好朋友，在此我向她們致謝。



紓緩護士手記

● 護士 黃玉珍



推腫，也推心

自從月珍婆婆(化名)得知自己患上癌症，她坦然的表達不怕死，只怕眼看自己身體日漸衰殘，而成為別人的負擔！因此她一路來都很積極面對生活；自己能作的就自己動手、即使坐輪椅也自己用腳推動。月珍不要成為別人負累的心聲，也牽引起我們自己心底的迴響，那是每人在自主與自尊的呼聲。月珍能盡量保持多點活動能力，有助減少她的恐懼、不安，這點對「晚晴照顧」的服務對象是很重要的。

過了一段像似乎穩的日子，月珍的身體情況短期內惡化了，腫瘤變大令淋巴受壓，影响血液循環，引致肢體出現嚴重的水腫，儘管如此，她說：「身體還可以，沒痛，不過覺得得沈重，亦很難看、而當踏腳落地時便會有點痛和不實在的感覺，最差的是不能行！要麻煩別人照顧。」意識到她最害怕的情況出現了，我握着她腫脹而軟弱的手，一下子說不出話來，只希望透過身體接觸能緩和一下她的心情，隨隨數下的按摩，促使我決定與物理治療師商討，安排替她

作淋巴水腫按摩(俗稱：推水腫)，希望藉着按摩促進水腫部份的血液循環，打開閉塞的淋巴結節，能減退如此惱人的徵狀。

在數次的按摩時間，我運用物理治療師所教的；用掌推法，輕柔地一下一下在月珍的右手、雙足按摩，加上藥物的幫助，部份水腫情況稍為消退，心情亦較寬悅，但手的淋巴因受腫瘤影响而仍舊嚴重閉塞，水腫情況持續，而我每次探訪時，仍然繼續為她推水腫，並且與她談談過去、子孫成長、現在感受，過程中她有笑容、也有眼淚；有回憶與家人相處的欣慰神情、也有因說不出話來而咀唇顫抖的時候、這種接觸與交流直達彼此的心坎中，就在心靈中化成一股暖流。

我明白這時候的推水腫，對月珍的身體來說已產生不了多大的作用，然而，我仍要繼續下去，因為這也許是我在此階段僅能為她做到的事，希望她的心靈能得到一點安慰與支持。





來一杯香濃奶茶

奶茶，多以香濃來形容它的美味，愛它的人每天不嚐一口就似缺失了什麼一樣。對於患有嚴重腎衰竭和糖尿病的亞美婆婆(化名)，與奶茶已結下了數十載的情誼，就像是一位摯友陪伴她走過了大部份的人生。每天早上，都見到她在老人院內怡然地享受與這位摯友的共聚。然而，因著她的健康情況，在無奈之下，她只好把這位摯友冷落了。

這天中午，亞美婆婆躺在在紓緩病房內，正處於彌留階段，她氣若柔絲，再也說不出話來。子、女、孫兒孫女們都紛紛到來，守候在病房之中，有的坐在一旁飲泣，有的仍提問她會否還有好轉機會。在與他們一家人談及亞美婆婆這天的狀況時，忽然想起能否再給她一嚐奶茶滋味。家人聽了，立即說：「對了，奶茶不單是母親的至愛，也是我們一家人所喜愛的。」於是家人立即買來一杯奶茶，在拍檔黃姑娘提示下，她們兄弟姐妹便輪流一點一滴的把奶茶往亞美婆婆嘴角送了進去。明顯地看見亞美婆婆對此有很大的反應。目睹此情此景，實在是一幅很美的圖畫，簡單的一杯奶茶，卻是她們一家人的共同喜好，也就是這個家庭的一點承傳與情感維繫；而家人輪流給媽媽餵飲，更有如一首回饋與反哺的天輪樂章。當然，能在人生最後時刻仍能一嚐所愛，也是一件美事。

接近黃昏之際，亞美婆婆離世了！我們站在床前為她祝福之時，彷彿仍聞到奶茶的濃香散發在房間的空氣之中，叫大家銘記著亞美婆婆的生命，以及她與家人這一段香濃撲鼻的人間親情。



督印人：袁漢林 編輯小組：王介君、黃玉珍、莊紹梅、盧耀文(編輯與設計)

地址：香港仔惠福道4號賽馬會復康中心D座1樓(擁抱夕陽服務計劃工作隊)

電郵：yisw02@tungwahjcrc.org.hk

電話：28709150

《有勞把本季刊傳閱，亦歡迎就各篇文章內容給予回應》