



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

賽馬會復康中心

學習、實踐、分享、互勵，

令生命的花朵在每個人的心中綻放。

15

2014年2月

## 擁抱夕陽服務計劃 季刊



### 如此道別

● 盧耀文

賽馬會頤樂護理安老院主任

莫斯科街頭，一名男士在街上遙見一位像是失散多年的愛人，他拼命向她走過去，可惜在接近女士不遠處心臟病發，倒下死亡，而那位女士對身後的情景卻一無所知。這是一套經典電影的一幕，教人有點耿耿於懷，亦想起一句西方的諺語『最傷痛的別離就是連道別都不能。』雖說悲歡離合人生常有，但也不需要如此黯然神傷吧。

對於道別，我們自小已學習離去前要與別人講「拜拜」，這既是禮貌，也表示該次相聚已正式完結，不辭之別總令人有點不舒服的感覺。

在晚晴照顧服務上，能讓走完人生旅程的朋友與家人及照顧者彼此道別十分重要。大家或許很快就想到「送終」，這是我們傳統上所重視的，然而從服務經驗所知，這實在是可遇不可

求，多少都要靠點運氣，況且，這時刻的道別雖然重要，但單把焦點放在這段時間上，就是有幸把握得到，實在算不上圓滿。那怎樣才會較好呢？

惠福道的復康中心內，多年來我們都努力把「生命的道別」由黯然轉向欣慰，我們一直推動預前照顧計劃(Advance Care Planning)，其中一個要點就是想做到「善別」。憑著計劃的實踐，道別不再只是一句臨終的「拜拜」，而是在院友健康情況仍算良好時已經開始的一系列行動，皆因這是在死亡發生前最有把握的時刻。若細心了解預前照顧計劃，會看到它雖然以「死」的發生為終點，但其開展實在是對「在生時」的充實與豐富。這『道別』由院友、家人及工作人員預早商議，再一一付諸實行，例如院友是否有一些心願很想達成，如何保持生活的質素，對於臨終照顧及相關醫療程序的意願表達等。這連串行動既希望促進院友的人生可以有階段性的圓滿，也是家人與院友之間開展告別式的開始，一起創造一段寶貴的親情時光，而在心理上亦一步一步協助雙方迎向必須離別的現實，這是對將逝者、留者在離別傷痛上最好的療傷方法。

生命的道別，必有不捨離愁，但仍可說『最欣慰的別離就是能夠落實預先計劃好的道別行動。』

# 三人行

『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。

## 阿田的選擇

### ● 賽馬會頤康護理安老院團隊

人生到處知何似，應似飛鴻踏雪泥，

泥上偶爾留指爪，鴻飛復計那西東，  
老僧已死成新塔，壞壁無由見舊題

往日崎嶇還記否 路長人困蹇驢嘶。

這首詩意指人生無常，世事易泯。人生漂泊不定，過去為人生而奮鬥的鴻爪留痕，却永難忘懷。

人生與生命彷彿在自己的掌控中，但又充滿變數，出人意料。頤康院友田潤容，大家稱她「阿田」，一向堅持自己的選擇，為人生最後一段路亦同樣有自己的想法，雖然遇上掌控之外的情況，最終仍秉持她的選擇及陪伴她一同度過的「人與情」。

2013年7月9日她向擁抱夕陽服務團隊，她的兒子陳生及院舍職員表達屬於她的「預前指示」意願，不採用多項「入侵性治療」及希望在院舍內安然離世。

阿田因病入住律敦治醫院，隨後轉往該院「紓緩病房」，家屬可更長時間陪伴。11月21日，她在醫院接受基督教洗禮，醫院的「好意」原本讓她可在病房內安然離世，然而考慮到她的意願，院舍主任，擁抱夕陽隊的社工及護士，陪同其兒子於11月23日要求醫生讓她返回院舍。

感謝醫生的理解，阿田在11月26日出院，回院舍後，安排一間獨立房間讓她休息，而她的老友記---其他院友不時可陪伴及給她鼓勵，並一起為她唱聖詩及祈禱，令她感到溫暖及安慰。

阿田的身體日漸衰弱，一位親戚探望她時，見她的情況，出於「好意」著陳生安排阿田入醫院，陳生明白長輩的「好意」但又希望遵從母親的選擇，在兩難中尋求主任協助，經一輪的溝通，家屬明白前往醫院與在院舍內並無大分別及以尊重阿田的選擇為依歸，同意讓她繼續留在院舍。

12月6日晚上，照顧員林姑娘見阿田的情況轉弱，更頻密地視察，並常牽著她的手給予安慰，聽到她申訴痛楚便告知護士給予止痛藥。過了一會，最令林姑娘安慰的是聽到她說「唔痛啦。」由於需要執行其他職務，不能長時間陪伴，阿田卻萬般不捨，並要求林姑娘不要走開，幸好夜更護士輪流協助看護她，令阿田不會感到孤單。



12月7日早上9時，主任在院舍15週年紀念旅行活動出發前，特向阿田打招呼，卻發現她的生命表徵微弱，經護士檢查後即召喚救護車，與此同時，其他職員知悉阿田情況後，安頓好手上工作便逐一到她身邊道別。兒子陳生趕到醫院，醫院已安排了一房間讓他與阿田安靜相處，兒子在其耳邊喁喁細語，至情表達：「母親，你無離開過，因你常在我心間；希望來世再與你共續親情。」

踏出醫院時，蘇主任心懷感恩，心裡想著：「阿田，一路好走！你一向堅持自己的選擇，為自己人生尾程作出了安排，我慶幸在這階段出現過的「人」及他們對妳的「情」，令妳的選擇最終能實現。」我們所堅持的，只不過是盡力去實現院友對臨終安排的選擇，不論我們所付出的能否完全達成，但曾在院友生命中留下一些烙印，那就是對院友的一份尊重，亦是對她的生命崇高的致敬。

## 我心平安，是最好的道別

### ● 黃玉珍 護士(紓緩照顧)

認識容姐(田潤容婆婆)初期，被她優雅的神韻，溫柔的語調所吸引。心想她應該有一個精彩人生故事！每次探訪，我們無所不談，只是對於家庭就避而不談，更直言若可以改寫，她想把過往抹掉。後來，知道她有一個愛錫她的丈夫，生活亦無甚負擔，但她就是不享受！這是因為她的婚姻是為改善家人的生活而行，婚姻的不能自主，令她對自己和對別人抱著怨氣。

隨著健康狀況日漸衰弱，依賴別人照顧也多了，這使她變得焦慮，對生活失去安穩的感覺，與人相處出現困難！



一天，與她談及心靈上的困擾，她知道她有一群扶持她的室友，但心裡就是悶悶不樂，自己亦不明所以！她一直埋怨上天不善待她，對別人的好意視作理所當然，對此我只輕輕回應：「喜樂的心乃是良藥；憂傷的靈使骨枯乾」，這句話卻引起她對喜樂的追求，及後日子，大家見面多了一起聽詩歌，祈禱，她亦主動參與宗教活動，多了與別人分享內心的想法，笑容亦多了。面對死亡的臨近，她顯得忐忑不安！在一班室友、兒子、牧者及照顧員不離不棄的陪伴及支持下度過了一段短暫的日子。一天，她對我們說：「我預備好去了！」過了兩三天便安詳地離世。在追思會上，除了聽到一些懷緬她的話外，亦聽到一些照顧員說：「她面容好靚，就像睡了一樣地走



了」、「我亦是一位教徒，但沒經歷過因信仰而改變，但在照顧她過程中，我覺得她的心情變得輕鬆了，好平靜！」 她最終能安穩、有尊嚴地走完一生，我想若沒有宗教使她對生命意義有所啟發，及身邊的人的支持接納，她的生命會否如早期一樣充滿怨氣？

人在身體和情緒上都需要平安，而鼓勵人重塑生命意義，建立和諧的人際關係，使人在靈性上亦見平安，我認為十分重要。我相信生命的哀傷，是需要「喜樂」這一顆開心藥。而這顆藥不只是宗教人士可處方，更可透過你和我給人體貼的愛和關心而提供得到！德蘭修女曾說：『因你所散發出的關懷與喜樂，會帶給人極大希望。』



## 靠近一點「擁抱夕陽」

● 歐陽敏慧 社工(紓緩照顧)

每天營營役役地生活，把手上的工作一項接一項完成後，便滿足地回家休息，一天就這樣的過去。如是者，過了數十載，這短短的人生也算是圓滿，畢竟過去的人生階段也在計劃中渡過，從讀書到畢業到工作到結婚，生命彷彿充滿著朝氣與盼望。然而，人生真的是這樣嗎？生命真的是如我們有計劃地一步一步走下去嗎？能夠讓我一步一步地行下去，我實在是太幸運了！

從前我會想，當人走到人生末段，生命無法再成長，剩下的只有逐漸敗壞的身軀和面對著多種失去的經歷時，我可以做什麼呢？就是這個想法，我加入了長者工作，希望透過關懷及社區資源，實在地回應他們的需要。在過往的工作經驗中，我發現面對著上述處境，仍保持樂觀心態的長者，都擁有某些共同特質：一、他們視病痛並非生命的全部，從自由中找尋生活樂趣；二、他們感受到病痛並非一人的事，願意接受家人不離不棄的照顧，為愛堅持活下去。而最觸動我的，更是看見家人真摯的照顧，與長者堅持活下去的情景。我明白到家人主動的關懷及長者享受當下一刻的快樂，或多或少也能填補他們心靈的空虛和孤單感。這亦是我的工作方向之一。可惜，當一個人再失去更多自我功能，而家人無法再提供照顧時，入住院舍似乎是唯一的辦法。當這個



人住在群體生活的院舍裡，同時是一個生命的終點站，他的感受和需要又是什麼呢？我十分感恩有機會參與晚晴照顧服務，讓我有緣接觸末期病患者，並陪伴他們走人生最後的一段路。在這三個多月裡，從接觸不同的對象（視障長者、智障殘障人士、家長）至舉辦生死教育；不但讓我對末期病患的照顧工作眼界大開，而且對生死服務亦有另一番體會。

原來，晚晴服務需要工作員的「同理心」和「耐心」比我想像中更多。記得有位長者曾說，他的一生很坎坷。他兒時親眼目睹父親被軍人帶走至一去不返；而他成婚後又因生計未能與家人團聚，結果妻子在他鄉病死。後來，他再婚卻被妻子欺騙及拋棄。每次面對著自己所重視的人的離去，這種傷痛和無力感，究竟我又明白多少？更甚的是，當死亡迫近時，他們越需要面對真實的自己。然而，回顧一生，有些失去、傷害和悲痛，未必可以完全放開、放下。而在每次的面談中，究竟我心裡有否不自覺地定下時間表，期待著對方的改變呢？我認為「同理心」和「耐心」之重要，是前者讓工作員更接納人的感受及作出體諒；而後者則給予空間和時間等待人的轉變，及一直作陪伴。最後，當然少不了「真心」。這一切表現都是原於我們重視人生命的尊貴。



此外，我發現服務除包含人與人之間互相關懷的元素外，還需要一點創意。某日，我跟一位長者回顧人生。眾所周知，大部份八九十歲的長者都曾經歷戰亂，所以他們大多訴說戰時避難、戰後幫人打工的艱苦生活等。但有趣的是，這位長者原來是當年香港某支足球隊的領班，由閱報應邀打比賽到培訓球員，一人包辦。我在想，如果透過「足球」來肯定他人生其中一個輝煌的片段，我需要怎樣的表達手法。這時，我察覺到創意，也是提升他們晚晴生活質素的介入方法。

其實，作為社工，往往都期望自己可以付出更多幫助院友。而在晚晴照顧服務上，因為是面對生死的工作，故心裡或多或少也有預備院友的離去。然而，社工恆常的工作，如每星期的小組或面談，總會給自己一份安穩和習慣，以為死亡距離院友還有一段路。可是，一場突如其來的疾病，或已把生命帶走，遺下的只有無奈地接受生命的無常。而當這些事一次又一次地重覆發生時，自己又能否從中領悟到「感恩活在當下」呢？在照顧院友的同時，也照顧自己，察覺自己對生命的反思和學習。我感恩現在擁有的一切和成長機會，更珍惜彼此相識的緣份。

最後，我藉以下「愛得太遲」的部份歌詞作結，也是我的心聲。「愛一個字，也需要及時，只差一秒，心聲都已變歷史。為何未放肆，見我愛見的相知，要抱要吻要怎麼也好，不要相信一切有下次。相擁我所愛又花幾多秒，這幾秒；能夠做到又有多少，未算少，足夠遺憾忘掉」

# 有 福 ？

● 鄭思允 社工(紓緩照顧)

新年來了！大街小巷都洋溢喜慶氣氛，人人口中總離不開互相祝「福」。其實，甚麼是有福？不如先來個反問……有福是什麼？

當你已經擁有人人夢寐以求的東西，卻又偏偏嚐不出擁有它的滋味，內心沒有滿足快樂的感覺，這樣還算有福嗎？常言道：「身在福中不知福」，或許我們的生活並不缺乏幸福，缺乏的是發現幸福的眼睛和珍惜幸福的心靈。



香港有一間很簡陋的攝影小店，店主常替人拍攝證件相。他用的是過時低檔的相機型號，拍攝的背景紙都是顯得陳舊，但店裡卻放滿不同客人的開心照。原來攝影師拍的相片很獨特，每位客人，不論是一雙一對的情侶，還是一個人；幾歲的孩子還是近百歲的老人，他都會在客人不經意時，拍下他們的笑容。攝影師認為能夠捕捉客人開心的一刻，對自己和別人都是一件幸福快樂的事。雖然工具簡單，但每一張相片都很獨特，更能反映出溫暖、甜美和充滿喜悅之情。

我亦想起美麗其跡小組的一班有智障的長者，他們對生活的態度——開心生活、珍愛生命、對人真摯總會提點我時常會忽略的「要事」。

那天早上，小組播放著《老年時》「老年時，頭髮甩晒鬚亦漸漸白……」，組員紛紛拿起鏡子，仔細觀看他們頭頂上一根根白髮和那數十條已爬上臉龐的縐紋，年老的印記似乎沒有把他們嚇倒，相反，他們還鏗鏘有力地稱自己是老人家，然後拿起顏色筆，在畫紙上畫上他們年老的樣子。面對青春的流逝，他們比我們更從容自若！可知我們不少人每天都因那十數根白髮而呼天搶地。

講起往事，他們仍舊開心雀躍，那些記憶猶新的追星日子，兒時的興趣與夢想，甚或是青壯時的動人戀曲，對於我們來說或早已忘記得一乾二淨。但對他們而言卻歷久常新，在快樂的笑聲中，正揭示著活好當下，珍惜所有，以愛和感恩的心與人相處的人生態度。智障人士的舉止、學習能力、社交技巧、或工作能力都有其不足之處，但反倒讓他們展現出生命裡面最原汁原味的單純、善良、知足和喜樂。「福」在於每事可以由心出發，為了可以為自己和別人的生命加添過點點色彩而高興，有了感恩的心，「福」便一直在身邊，因此它並不遙遠，早就在你、我的手中。



# 與偉明的這份情誼 (一)



● 葉國華 Eric  
(擁抱夕陽服務計劃義工)

大約一年前被安排探訪偉明，因與自己的期望有很大落差，當時很想放棄。多謝一位女同學的溫馨提醒：「他也需要別人的關心。」就堅持下來。原來不用語言，不用手勢，只要一個笑容、哭臉、扁咀、皺眉頭、擰側面等小動作就能猜出對方心意，人與人之間的交往真奇妙。

在團拜活動中巧遇偉明的姊姊，從她口中得悉偉明原來三十歲才開始發病，自此行動不便，更要長期臥床。聽到更多關於偉明的事，增加了對他認識。尤記一次和他在天外天花園，我們在風和日麗下聽音樂，還有我那不專業的手部按摩，不知不覺間他已進入夢鄉，見他甜絲絲的面容，或許夢中與母親和家姊漫步公園，細味著成長過程的足跡。

他要經常進出醫院，多謝莊姑娘和關姑娘相伴到醫院探訪，並示範如何在病床邊關顧他，例如用棉花棒滋潤他的口腔、搽面霜、潤唇膏、輕柔地按摩手部等，這都使他露出滿足的表情，平日安靜的他偶然也會因病痛而撒嬌，期望著雙倍的關心，我們樂意付出這份關愛啊！

有幸見證偉明在住醫院期間舉行的基督教洗禮，此後每次探他都會和他一起背誦主禱文，當告訴他：「你要為年老的媽媽，愛錫你的家姊和哥哥常常禱告。」他便唸唸有詞，眼睛睜得從來沒有如此大，真奇妙！

慶幸偉明能跨過病危難關，平安返回院舍，在如常的探訪後，還約好 Jayson (另一位義工)下次要和偉明到天外天公園呼吸新鮮空氣，誰曉得當天就是最後一次相聚。安息禮拜看到偉明安詳的面容，心裡也釋放了一些，聽著他外甥女用二胡拉奏的「奇異恩典」送別舅父，更覺窩心，正如傳道人說：「偉明回到耶穌的懷裡，脫離在地上五十多年肉身的痛苦，現在得自由了。」



# 與偉明的這份情誼 (二)

● 鄧毅信  
(擁抱夕陽服務計劃義工)

偉明身體的限制令我們無法以言語或肢體動作溝通，但那怕只是透過絲絲的微笑、輕輕的皺眉及握手已經足夠讓我們建立這段友誼。初次遇見他，不知如何跟他溝通，得知他愛聽金曲，便試播《風繼續吹》及《追》給他聽。不知是否因為歌詞的感觸還是對於認識我們三位新朋友的不適應，他情緒波動並落下淚來，我們一時間不知如何應對。幸好我們選擇了堅持，透過之後的探訪及社工的幫助，大家開始珍惜每次相聚的時間。

印象最深刻的一次相聚，我們試播《激光中》給他聽，偉明顯得十分雀躍，咀唇微動並發出聲音，眼睛有時又望望我們彷彿在說：「你喜歡嗎？你又唱唱呀！」攬鬼的組員又輕輕地搖動偉明的輪椅，好像在共舞一樣。那時真如歌詞般——此一刻你屬於我，你再也沒法擋。回想起當時的情景也會會心微笑。

偉明現在已經回到天家，不再受身體的束縛，享受永生的喜樂，守護著他所愛的和愛他的親友。我想藉這機會跟偉明說聲謝謝：「感激你努力地聽我們，給我們小小的反應可能對你來說已經十分吃力。能與你一起聽聽金曲、說說笑、分享過去一周的經歷，能跟你同行於夕陽下是我的榮幸，謝謝您。」



有聽過預設醫療指示嗎？它是一項預早對個人生命晚期有機會接受的醫療照顧及措施所表達的指示，由於在香港尚未立法，因此我們以「意願表達」的形式，向視障長者、嚴重傷殘人士及智障人士推廣。

在這方面，如果你有一些疑問，歡迎向我們提出，我們樂意為你解答。

督印人：袁漢林 編輯小組：盧耀文(編輯與設計)、黃玉珍、歐陽敏慧、鄭思允、莊紹梅

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：[jcylcah-pcteam@tungwah.org.hk](mailto:jcylcah-pcteam@tungwah.org.hk)

電話：28709150

季刊內各篇文章，歡迎回應