



● 盧耀文 (訓練主任)

唐唐(暱稱)是一位活了近一個世紀的長者，入住了頤泰護理安老院五年多，我並不是見過她很多次面，然而每次她見到我，都清楚記得我是誰，給我稱呼，亦給我親切的笑容，給我問好。她的往事，有不如意的婚姻和家庭經歷、也有令人津津樂道的住家工生涯，半世紀主僕恩情令人難忘。這一切她都樂意跟我分享。聽著，聽著，不知不覺間，彷彿跳進一個與自己的嫲嫲一起的時刻，是甜的，是暖的，是親近的，是舒服的。

唐唐肺癌病重垂危，入了葛量洪醫院的紓緩病房，走近她的床前，已見不到那親切的笑臉，聽不到關懷的問候，然而她仍勉強動一動口唇來打個招呼。這次見到的是被病痛狠狠打擊的唐唐，瘦了、弱了、沒有什麼表情。站在一旁的我，身體的距離雖近，但感覺卻很遠，曾有的親近感覺，已不知所蹤，不禁自問：「這是自然的嗎？或許是對她的病苦

束手無策的反應，也許是對於目睹死亡即將臨近的自我保護。」家人邀請我擔任唐唐喪禮的主持人。我帶領她的靈柩進入靈堂中，然後站上台上主持儀式，她安躺在我眼前的靈柩內，與我距離很近，但感覺更是陌生和遙遠的。與唐唐的親人，朋友一起分享她的往事，再次把慈祥堅強的唐唐帶回感覺中。我徵得家人的同意，邀請出席者為唐唐一生鼓掌，表達讚賞和敬意。看著她的遺體，會問：「此刻她可看到喪禮上的一切，聽到關於我們述說她的一切嗎？」

每人都有自己的生命軌跡，人與人之間本質上很像是一條一條平行的線，透過人際交往，平行線便會很微妙地出現交錯之時，然而這種靠近的距離往往需要付出代價。聽唐唐憶述往事的甜，令大家進入溫情的交匯點上，但在病房的床前，在靈堂的儀式中，便會接近病痛與死亡的挑戰，有些人會用冷漠來保持平行線的距離，避免心靈的刺痛，有些人仍會盡力拉近，冒著心靈傷痛，為的是人與人之間的愛護，關懷和不捨。

避開病痛與死亡，是人的自然反應。為接近死亡的朋友提供照顧，病與死便驟然迫近，旁觀或參與別人的傷痛經歷，感情和感受上都要有很多付出，這好像生死教育的進階課程一樣，要努力學習。在此與大家彼此鼓勵，互相學習，亦謹此向廖唐婆婆致敬。

# 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。

## 大難不死的後福

● 蔡嘉玲 社工(紓緩照顧)

認識一位年輕母親諾媽媽，年初被診斷患上晚期癌症，需要立即安排手術及進行化療。她育有一子（諾仔），雖然只是讀幼稚園的年紀，但非常懂事，夫婦二人也沒有要隱瞞孩子。諾媽媽要經常出入醫院，諾仔的日常照顧自然受到影響，而諾爸爸每天需為太太頻撲，陪伴諾仔的時間也大打折扣。

諾媽媽住院的第一個周末前夕，難題來了。諾仔每逢周末早上要參加興趣班，以往都由爸爸或媽媽陪同前往。現在媽媽住院了，而且剛動了手術需要爸爸到醫院照顧，家裏只剩下「人生路不熟」的工人姐姐。旁觀的我還以為兩夫婦準備為兒子告假，諾爸爸卻是很認真的跟諾仔討論解決方案。這興趣班兒子已經上了一年，諾爸爸知道諾仔其實會搭車會認路，他於是問兒子有沒有信心能帶工人姐姐一同前往。諾爸爸還很有技巧地把這次「帶路」形容為探險之旅，想令諾仔覺得好玩。可惜諾仔卻是心水澄明，知道這對他來說將會是一趟沒有安全感旅程，單純的他眼眶開始泛起淚水，他問爸爸：「媽媽可以自己待在醫院，那爸爸你不就能夠陪我去上興趣班？」在場的成人不禁語塞。諾爸爸頓一頓，溫柔地對兒子說：「好，諾仔，媽媽現在生了很嚴重的病需要爸爸照顧，但如果要你自己帶工人姐姐外出讓你感到很害怕，爸爸可以放下媽媽陪你去上課。」

這時候諾仔臉上已掛著豆大的眼淚，他一邊擦眼淚一邊堅強地說：「爸爸去照顧媽媽！」當時旁觀的我也鼻子發酸，雖然眼前的諾仔仍然在哭，看著他的背影卻彷彿看到了「男子漢大丈夫」，而這位小「大丈夫」背後的大人都向諾爸爸報以欣慰的微笑。後來諾媽媽的手術非常順利，出院在家休息的期間，諾仔也很懂得體貼媽媽，知道每當媽媽要在休息的時候，縱使很想媽媽陪他玩，他也會安靜讓媽媽睡。

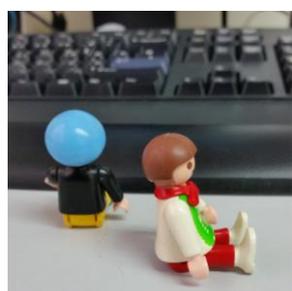


家人患重病，家庭彷彿經歷一場大地震。尼泊爾 7.9 級大地震，當地香港旅客報平安之餘也會分享他們與死神擦身而過的感受。大概半隻腳踏進了鬼門關的人都會問：「為何偏偏選中我？」甚或向上天控訴：「神祢太看得起我了…我並非如祢想像中的堅強…求祢拿走苦杯…」當抽回那半隻腳，捏完一把汗，再回過神來，總會看見大難不死的後福—諾媽媽忽然明白生命中甚麼是最重要、諾爸爸在患難之中向太太流露的真情叫旁人為之感動、諾仔一夜間長大了學懂替媽媽切想了、經歷了大地震的旅客寧願留守災區因為深受生命感動。

「大難不死必有後福」，有人可能會覺得這句說話背後的精神很阿 Q，但正如經歷風雨過後，在天氣放晴且炎熱的陽光底下，偶爾也會懷念瀝瀝雨聲，從前所經歷的絕非毫無意義。有些事過渡了，驀然回首，恍如隔世之餘總不敢相信，當時是那裏來的勇氣，能叫自己力挽狂瀾。甚至乎轉眼間，自己、身邊的人都因著經歷在不知不覺間脫胎換骨了。

不過如果你身邊有親人、朋友正在水深火熱中，又或者正為到自己的慘痛遭遇感到迷網，請不要太輕易說出「大難不死必有後福」來安慰別人，因為這「後福」是需要由當事人自己領悟、發現。聽過聖嚴法師的「四它」生活主張嗎？他教導每當遇到大小困難，我們都可以試著去「面對它、接受它、處理它、放下它」。我們很常會勸別人學習「放下它」，但可知道能夠「放下」之前，其實是需要經歷「面對」、「接受」和「處理」，所以我們要體諒當事人需要時間，也需要很大的能量去面對眼前的困境。

有些人生道理，我們咀嚼了，知道箇中的甜、酸、苦、辣，就讓我們好好記住這些「味道」。然後懷著「必有後福」的信念，用行動與受苦的人同經歷、共患難，與他一同「分甘同味」、一同欣賞雨後的風光。相信這份同行，也比一句句安慰的說話來得更有意義、更有力量。



## 90° 的身份

● 王彩琦博士 臨床心理學家

很久以前，和當時的新助手 A 君共用細小的辦公室。我們成直角背向大家而坐，那距離能讓我清楚感受到他的呼吸聲和表情。

入職不久，助手於人前面帶笑容，保持一貫鄰家男孩氣息，但每當他靜下來，即使 90° 背向我，我渾身卻有說不出的不自在，那股苦澀的氣息瀰漫着細小的空間，起初我還擔心他不喜歡他的工作。直至有一天，他把椅子轉向我，嘆了一口氣說：「博士，可否告訴你一件事情？」感覺到 he 將要告訴我一件非常痛苦的事情，思想頓時

有點混亂。他和我既有性別、年齡的差異，也是上司下屬，又或者，當刻他希望與心理學家對話。由於沒有太多時間讓我思考，我只好說：「你準備好就可以了。」

A 君深呼吸了一下，隨即濼哭起來。自問看過很多人哭，自己也哭過無數次，但 A 君這個模樣實在讓人看得心碎。他緩緩地道出照顧他成長的祖母於他上班後兩個星期過身，由於他未過試用期，所以不敢請假，最後他和其他比較疏遠的親友一樣只出席了喪禮，沒有送祖母上山。他責備自己未能盡孝義陪

祖母走完最後的路。我不夠敏感地說他應該一早告訴我，我一定會讓他請假。他責罵自己為甚麼會這樣愚蠢，這麼簡單的道理也想不通。

故事未完，那股來自 90°的苦溺氣息不祇來自祖母過身，他繼續責罵自己，與他從小就認識的好友，大家因為小事吵起來，不瞅不睬近兩個月。那位好友早陣子曾留言相約，但 A 君擔心祖母的事，所以沒有回覆。祖母的喪禮，好友未見出席。當天深夜，A 君試着找好友問過究竟，卻換來另一個噩耗。好友母親接電話，告知好友因腦內腫瘤爆裂，跟祖母於同一個星期離世。A 君知道好友腦內腫瘤一直影響着他的情緒。A 君痛恨自己未有包容對方，也沒有回覆好友，那一次必定是好友感到身體有異，想和 A 君和解，但 A 君卻拒絕了好友最後的邀請。

以上的事情實在太戲劇化，太難令人相信。原來這幾個星期，A 君不斷的自責，同時又傷痛得連把事情說出口的

氣力也沒有。當 A 君說過、哭過之後，我忽然記起自己已經放下了身份的困擾。因為在那一刻，A 君不需要一位專業或是理性的人坐在他面前，他需要的，是一位真心的聆聽者。那天之後，A 君面對我時總是有點尷尬，也許傷心過後，理性的他也感受到那身份的混淆。後來，A 君與其他年齡相約的同事搬到另一個辦公室，並坦誠地分享他的經歷，同事們對他也十分支持。能夠得到不同人的聆聽，A 君的心情總算慢慢地平復過來。

面對摯親摯愛的離開，並且背負着不能彌補的遺憾，那傷痛，即使沒有言語，其他人也能感受得到。如果可以選擇的話，請每天都幻想「這是最後的一天」，我想，我們會用盡全力去愛護及包容身邊的人和事。另一方面，當身邊的人遇上親人離世，我們偶爾放下身段，容讓他們走出喪親的悲痛，但同時也需認清身份，於適當的時候，讓其他人接棒支援有需要的朋友，也許會更湊效。

智障人士面對至親離世，作為照顧者應如何協助？香港電台的劇集「死神九問- 教我如何告訴她」攝錄了一位智障人士在母親患末期病，至離世的過程。我們在近月以分享會形式與同事們一起探索智障人士在面對喪親時的需要。

參與者大都認同應按智障人士的情況給他們講解至親的病情，鼓勵他們盡量在過程中陪伴至親，讓他們表達對親人的愛，你的見解如何？

邀請你觀賞該劇集，並一起思考這個問題。



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、蔡嘉玲

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 Facebook：擁抱夕陽服務計劃