

銀髮族臨終關懷服務之探討 (二)

二〇〇七年三月二十四日講於台南市立文化中心



●紀潔芳 主講
●呂妙香 整理

第二本書的書名是《我家寶貝要出生》，是日本出版的繪本書，主角是一個六歲的小女孩。書中敘述小女孩的媽媽還懷著她時，助產士到家裡來做定期產檢，聽胎兒的心跳，小女孩的三位哥哥也想要聽聽自己的心跳。大孩子的心跳聲音是很低沉的「蹦蹦、蹦蹦」的聲音，而胎兒的心跳則是很輕快的「撲通、撲通、撲通」。三個大孩子要求媽媽生產時，一定要讓他們都在家裡迎接小baby。

幾個月之後，媽媽快要臨

盆了，就請爸爸去學校把孩子接回家，陪伴媽媽生小baby。那天，爸爸負責煮飯，孩子們幫媽媽按摩，助產士來家裡幫忙媽媽分娩。baby在浴缸出生了，三個小朋友都圍在旁邊觀看。在日本，婦女在家中的浴缸生產是一種流行趨勢，因為水的浮力可以減輕生產時的痛苦。嬰兒剛出生時，皮膚是紫紅色的，過一會兒才變得很紅潤，肚臍上還連著一條臍帶。助產士讓哥哥來幫忙剪臍帶。

通常baby出生後，當哥哥



姐姐的都會很嫉妒，因為他們會覺得父母的愛都被新出生的弟妹搶走了，因此，小朋友如果能在大人的同意和陪伴下參與媽媽的生產過程，是極具教育意義的一件事。

有位學生告訴我，有一次，他幾乎想自殺，突然間他想起自己曾聽我分享過這本書，就去圖書館找來看。書上提到：「寶寶，是生命的成形。從受孕的那一刻起，他就竭盡全力地生存下來，再用簡直是豁出性命的力量通過母體，朝著迎接他的家人們誕生出來。這樣的全心全意，這樣的勇往直前，我們每一個人都是這樣誕生的……」他心想：生命的形成和誕生是多麼不容易，父母要養育小孩更是艱辛，自己怎麼可以因為挫折而草草結束生命呢？他決定不去死了。

在學校裡，我們運用很多方法幫助青少年珍惜生命，其中「防範自殺」是很重要的一環。我在彰師大教授生死學的課程時，曾教學生計算從出生到大學一年級，家裡總共要花多少錢。有的媽媽會打電話來抱怨，因為孩子一再問她自己生下來時是多少公克，剖腹生產花了多少錢，喝什麼牌子的奶粉，紙尿片包到幾歲……。

當學生報告出爐時，他們才知道平均每人從出生到大一，至少花了父母三百六十萬元台幣，最多的還要花八百到九百萬。也

有媽媽打電話來感謝我，說她的孩子自從得知自己花了家裡五、六百萬之後，對父母講話的口氣就變得柔軟、客氣多了。你們可以去問問現在的年輕朋友，問他們知不知道自己出生時的體重，喝什麼牌子的奶粉長大，我想很多人都不清楚。





有個學生在考上研究所後向我道謝，他告訴我他在大三時，女朋友被一個研究生追走了，他痛苦到無法忍受，便準備寫訣別書：「爸、媽，我先走一步了，對不起！」當他從抽屜拿出信紙的時候，不經意看到之前我請他們做的報告，就順手翻一翻，當他發現自己從出生到大三共用掉將近五百萬時，不禁豁然開朗：我如果自殺，父母的五百萬就血本無歸了。既然女朋友已經離開，如果還要為她浪費五百萬，不是太笨了嗎？他再回想還沒交女朋友之前，不也過得很好嗎？之後，他立志要考上研究所，以回饋父母的栽培。我沒想到當初設計這樣一個教學活動，能讓孩子在最痛苦的時候，找到一個引導他的典範。

一則短片的啟示

接著我們再來看一則短片「人生四季之歌」。影片中敘述

一個小女孩向老人家孫爺爺請教許多和死亡有關的問題。首先她問孫爺爺為何他的臉上有那麼多的皺紋？為什麼剛生出來的小弟弟也像小老頭一樣？孫爺爺說他有皺紋是因為年紀大了，而剛出生的小孩，就跟很多的阿公阿嬤一樣，站也站不穩，需要人家攙扶，全身皮膚皺皺的，頭髮只有一點點，可是後來他們會慢慢地長大，接著他們就會結婚、生小孩。

在他們當上爸爸媽媽之後，就慢慢的老了，像爺爺這樣，老了以後就會退休，會有很多時間可以做以前為了要照顧孩子而不能做的事情，就好比小女孩的奶奶，生前會跟她的小學同學出國旅行，孫爺爺現在也在學電腦，然後有一天，他又會回到像剛出生的小弟弟那樣的階段，需要攙扶。到最後，會像嬰孩一樣，躺在床上，然後，離開家人到另外一個地方去。女孩說她奶奶去了天堂，孫爺爺提醒她，奶奶



只是身體離開而已，她一直都活在女孩的心中。

小女孩又問：人到了很老很老的時候，都會死掉，可是為什麼她的同學小玲年紀這麼小就死了呢？孫爺爺告訴她，每個人都會死，只是死亡的方式和時間不同。有人因為年老或生病去世，像女孩的奶奶；但也有人雖然年紀不大，卻生了重病死了；也有人像孫爺爺年輕時的一些好朋友一樣，因為戰爭而過世；還有像之前的九二一地震，因為來不及逃避，被壓死了；也有人年紀還很輕，卻遇到了車禍或其他意外死去；甚至還有一些小baby，生下來不到幾天就死掉了。所以年紀的大小或壽命的長短都不是最重要的，重要的是我們是否能在活著的時候珍惜生命，與人相處

時，能珍惜彼此的緣分，實實在在地過日子。

小女孩問孫爺爺，為何親人或好友死了，我們會感到難過呢？為什麼人都害怕死亡呢？孫爺爺說，當我們和所愛的人或熟悉的人分開時，心裡很捨不得，所以會感到難過。小女孩說這時候她會大聲地哭，孫爺爺告訴她不是只有小孩才會哭，大人有時在很感動或是很難過的時候也會哭，但哭過之後就會覺得好多了。至於人們會害怕死亡，那是因為從來沒有人告訴過他們死是什麼。

通常我們對於越不明白、越不了解的事情，就越會產生恐懼，如果此時有人給他們一些錯誤的、恐怖的資訊，譬如說人死了以後會變鬼什麼的，久而久之，他們就更不願意去和





別人談論有關死亡的話題。小女孩回憶自己對奶奶的死並沒有感到害怕，因為奶奶在住院時，常會牽著她和媽媽的手，放在心上說悄悄話，還告訴媽媽以後她要葬在哪裡，以後想她的時候可以去看她。現在她們想念奶奶時，還是會牽著手，好像奶奶又回到她們身邊一樣。有很多孩子跟阿公阿嬤的感情很好，老人家如果能在生前和孩子做點溝通，當他過世之後，孩子至少不會那麼難過。

人都有可能會生病，就像小女孩的奶奶，但她的心裡仍保持樂觀、開朗，她的心中有愛，時常關懷別人。孫爺爺要小女孩回想奶奶生前住的安寧病房區和別的病房區有什麼不一樣，小女孩說，那裡有小孩子玩的地方，還有麻將桌、卡拉OK以及教堂。安寧病房除了醫生、護士之外，還有好多的社工、義工、牧師、神父，或是修女在照顧他們，不只照顧生病的奶奶，也關心爸爸、媽媽和小

女孩。那是「全人全隊關懷」之外的「全家照顧」，希望在她奶奶癌症末期住院的期間，以一種很特別的緩和醫療，減少身體所受的痛苦，並讓病人以較為平靜的心情迎接死亡。

人生就像春夏秋冬四季。孩提時像春天的希望；青少年像夏天的熱情奔放；中年像秋天的豐收；老年就像冬季的暖陽，每個季節都有它的獨特之處。孫爺爺說他把每一個今天都當作是生命的最後一天來過，好好地享受愛與被愛，如果有一天他離開了，心中也會毫無遺憾。

終究世情難了

再和各位講幾個故事：有位媽媽去美國探望兒子，臨行前交代陪同前往的女兒要把那包老嫁妝（往生時要穿的衣服）帶著，可是，那包衣服帶去又帶回，





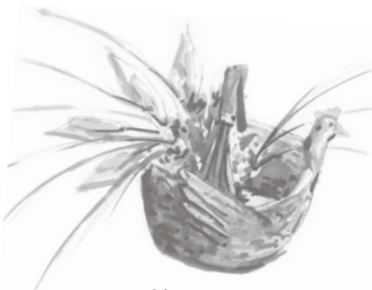
都沒用到。我讚美這位媽媽為人很豁達，她說，這條路大家都要走的。把類似這樣的故事講給老人家聽，他們心理就有準備了。

我的一個朋友過世了，我們把他的骨灰送到霧峰靈山寺的納骨塔裡，在那裡碰到兩位台中佛教蓮社的師姑，她們說是來合位的，她們倆從國小就是同學，七、八十年的朋友了，她們希望百年之後，骨灰罈還能放在一起，因為兒子很節儉，如果以後讓他來選，一定會挑最便宜的，趁著現在她們有空，乾脆來挑個喜歡的好位置。幾天後再碰面，聽說她們已經選好了位置和骨灰罈，寺院師父還幫她們貼上紅紙，說這樣是添福添壽。

我有一個很好的朋友，她去美國時，一再交代我，如果她的父母親過世，請幫他們助念，因為她從美國趕回來最快也要兩三天的

時間。因此他父親往生時，我和其他人去幫老菩薩助念，為他蓋陀羅尼被、灑光明沙、助念佛號，老人家非常安詳地往生。

十幾個小時後，這個朋友才從美國趕回來，她一到家門口就立刻跪下來，匍匐進去，到父親床邊磕三個頭之後，將陀羅尼被掀開，她父親的容貌很莊嚴。當時她對父親講了三句話，第一句是：「爸爸，我是某某某，從美國回來了。」她接著說：「爸爸，您此生世緣已盡，要放下萬緣，您一生念佛，就是要去極樂世界，現在機緣已到。您在世間是很好的小學老師，阿彌陀佛那裡也需要老師，您去幫他的忙好了。」第二句話是：「爸爸，我在美國當醫生，哥哥在台灣教書，我們今天對社會如果有貢獻的話，都要歸功您的栽培，這分功德是您的。」第三句話是：「爸爸，您放心！我們會好好地照顧媽媽，兄弟姐妹們會像以前一樣相親相愛。」我們聽了這些話



都為之動容，她的父親雖已往生十幾個小時了，也還會流出眼淚。這個朋友對父親所講的話其實就是言語的回饋。

另外一個朋友的爸爸因為癌症多次進出醫院，有一次他對家人說：「我這次不會出院了，因為我不會好了。」

請問各位，如果你的父親對你講這句話，你會怎麼辦？當然你不能直接說：「對，我也有這種感覺。」那該怎麼辦呢？你可以說：「爸爸，您怎麼會有這種感覺呢？」他或許會說：「我自己的身體，我自己最清楚，這次很沒元氣，不會出院了。」這時你要說什麼才好呢？「爸爸，那我們可以為您做些什麼呢？」這是很好的一句話，但如果你講出來了，他卻不說話，那就表示他不願意談，你就別講了。

如果你問他：「我們可以為您做什麼」時，他說：「我那

兩棟房子啊……」此時表示他想交代後事了，你必須說：「等一下！我叫大家進來聽。」如果此時家人都不在身邊，最好用錄音機錄下來。如果沒有錄音機，或是不方便錄音，請趕快拿紙筆寫下來，他一邊講，

你就一邊寫，等他講完，

你說：「爸爸，您交代得很周全喔！我唸一次給您聽，看我有沒寫錯。」唸完後請爸爸簽名，這樣你對家人才會有個交代。之後你可以安慰他：「爸爸，交代歸交代，說

不定您一說完，心情放鬆了，病情反而好轉。如果因緣真的到了，您也交代得這麼周全，我們會照您的話去做，事情會辦得很好，請放心！」你要學會講兩種真話，盡力讓長輩不放棄求生的希望，但當那一刻來臨時，我們必須要真正放下，這是臨終關懷應該要做的事情。㊦（待續）

