

# 發揮良能 圓滿人生

## Do Our Best and Fulfill Life

◆ 文 | 章淑娟

到現在還記得二月六日清晨發生的臺南大地震，災情嚴重，搶救的過程伴隨所有臺灣人度過跨入猴年的春節假期，雖然令人哀傷不捨，卻也震出了全臺灣的愛心的。慈濟志工即刻動員就定位，不論供餐、奉茶，提供物資、舒壓按摩等，也提供福慧床給災民鄉親休息，還出動了為救難人員補充體能的「深夜食堂」行動車，24小時不打烊，智慧與愛心的結合讓人佩服。我們雖然也想到臺南賑災義診，但主要由大林和臺中慈院同仁就近支援，因此位處花蓮的護理主管們便在院內啟動對南部同仁的關懷，當然，慈濟各院的護理主管也都是如此。二月七日就是除夕日，護理部督導們聯繫護理長關心放假回南部的同仁，或提醒家住南部還在上班的同仁打電話回家問平安。得知大家一切平安下，我便安心地準備和家族過年團聚。

除夕團圓夜，家族正在吃年夜飯時，接到慈大醫學院楊院長打來關

心學生是否平安。接任護理學系主任時間不久，接到這樣的電話突然間冒出慚愧的冷汗，感謝楊院長的電話關心，適時地提醒了我。很快地利用群組功能，得到學生與老師們都回報平安，並得知有家長也投入賑災的行列，真是令人感動。臺南震災的搜救在二月十四日告一段落，但我們知道對許多人來說，震後可能造成創傷壓力症候群，社會也仍處在一陣動盪不安、人心不平，再加上近日駭人的社會事件頻傳……如同證嚴上人所說，要從人心淨化開始，社會才有祥和的機會。我們無法親自去救災賑災，除了捐款濟助災後重建，我們能做的，就是齊聚祈福，傳遞善念，希望一個傳一個，先從安定自己的心念做起。

如同我一直忍不住關心阿拉伯國家內戰造成的歐洲難民潮，人民寧可冒著生死當難民，也不要當文化愚民，富麗文明古都變成戰場。雖然聯合國呼籲各國不要排斥難民，但是對許多

國家而言是一個沉重的負擔；參加志工早會時或聆聽上人開示時，會看見在德國、土耳其、約旦等國家的慈濟志工持續地陪伴難民，發揮慈濟善的力量，但也真像是小螞蟻想要轉動須彌山，相對於數百萬的難民，慈濟志工能救的人有多少？

聽到一個難民小孩說：「我本來也有家可以住、有學校可以讀，現在我什麼都沒有，還要被當成怪物看待。」如果他帶著怨念長大，會對這世界造成什麼樣的影響？我相信慈濟志工的信念是，只要付出關懷，就能帶給對方希望，能轉正一個難民的心念，他也能將善念再傳給更多人。

臺南震災不幸造成 114 人罹難，歐洲難民潮在 2015 年有超過三千多人在偷渡的過程中往生。想到這些事情時，就覺得一個人能有機會選擇善終，是一種幸福。我們的護理同仁每天在照顧病人，看著病人受苦而不捨，為病人康復出院而開心，為病人往生而情緒起伏，但是，當看到病人能在人生的最後好好地走，度過人生最後的美好時光時，護理同仁跟家屬一樣地高興而欣慰。

我自己剛從事臨床護理工作的那些年，醫療很難處理末期病人的疼痛問題，常常只能在護理站聽著病人哀號，卻不能為他們做什麼，所以就不敢到病床去。而現在的護理，已經有

能力為末期病人的善終盡一分力，不管是在醫療的疼痛處置、或是心靈上的臨終準備。

花蓮慈濟醫院啟業將滿 30 年，安寧療護病房在 1996 年 8 月成立，上人名為「心蓮病房」，其後各慈濟醫院啟業也隨之成立心蓮病房，除了規模較小的玉里、關山慈院。心蓮團隊在推動安寧療護觀念的同時，也不斷創新服務模式，例如：引進芳香療法、淋巴水腫按摩、中西醫照護和藝術治療等，並提供非安寧病房的共同照護。淋巴水腫按摩更經花蓮慈院提出實證文獻建議，已成為健保給付的項目。

花蓮慈院也結合志工以《圓滿人生·預立醫療自主計劃手冊》，到各社區宣導「從癌症預防到安寧宣導計畫」，提早讓人們能在清醒的時候有機會預先選擇未來依自己期望的照顧方式善終。

護理工作是守護生命、守護健康、發揮生命良能的助人行業，護理工作的其中一項特質，就是比一般人更多的機會與死亡打照面，絕大部分護理同仁都見過無效醫療的發生，體會善終的可貴。提醒可敬的護理師們，在忙碌之餘，不要忘了預先做好自己的醫療選擇，但一定要跟家人溝通有共識，提前規畫自己與家人的圓滿人生。☺