

# 靜思善念， 付出的幸福與美滿

Quietly Meditate on Good Thoughts and  
Do Good Deeds with Contentment

■ 文 | 古若萍 台中慈濟醫院 10A 病房護理長

回想幼稚園老師問我們未來的志願時，小小年紀的我毫不猶豫地說：「我要當護士！」因為母親是很優秀的護理人員，從小就很崇拜母親的職業，覺得護理人員救死扶傷的使命很偉大，從小到大的志願沒有改變，長大後我真的如願當了一名護理人員。

在臨床總是會遇到不同的病人，每位病人都有不同的故事，宛如電視裡的八點檔，遍嘗各種喜、怒、哀、樂；開心的時候就會覺得很榮幸，自己是在醫院工作的護理師，不開心的時候就覺得醫院是一個負面能量的聚集所，護理人員這份工作因此讓我又愛又恨。然而，隨著工作年資遞增，漸漸體會到每一過程都有它發生的原因及存在的意義，各種喜怒哀樂的點點滴滴，都是生命中的學習。

從臨床護理師晉升行政管理職，對自己又是更上一層的學習，身旁的人說自己不笑的時候，給人感覺很兇，以為在生氣。我就時時提醒自己要笑口常開，放下身段，站在同仁的立場看事情，不計較是幸福人，把握時間，分分秒秒不空過。這些體會是我從上人的靜思語中學來的，靜思語現在變成我在管理時最常用的語言與工具，也是我縮短人與人之間距離的好撇步。

某天早上，我走進單位準備上班，看到大夜班同仁小羅把腳抬高架在椅子上，當時以為他腳痠了，近看才發現他的左小腿腫脹且紅腫，當下馬上聯繫心臟內



科江醫師，江醫師說早上有門診可以協助診查。大夜班同仁義不容辭地推輪椅帶小羅到門診就醫，江醫師初步診斷疑似肌肉發炎或是深層靜脈血栓，建議轉至急診進行電腦斷層檢查。檢查結果確診為左小腿多處栓塞需立即住院治療，小羅成為我們自家單位的病人，接受大家的照護，住院治療一星期後恢復良好，抽血數值穩定，就在即將出院當天晚上突然胸悶不適，肺栓塞發作緊急治療。當收到同



仁通知這則突發意外消息，只希望小羅能順利撐住度過難關。所幸在護理夥伴的接棒照顧下，小羅病情漸漸穩定，終於順利出院。

我和單位的護理同仁們因工作而相遇，工作中一起克服萬難，用愛互相扶持，也挺過這幾年的疫情，挺過人力低潮。工作上或許仍有些不完美的事，但面對這些不完美的事，時時心存善念，困境往往可以迎刃而解。最後分享一句代表自己護理工作心境的靜思語：「身體健康能為人付出，就是幸福；精神愉快完成服務，即是美滿。」