



在災難中覺行

讓護理的光，穩穩亮著

Practicing Awakening in Disaster: Keeping the Light of Nursing Steadily Shining

◆ 文 | 鍾惠君 花蓮慈濟醫院護理部主任

回想 2018 年，2 月 6 日那一天的夜裡，大地突然震動。

燈光短暫晃動後，病房裡傳來低低的驚呼聲。我記得，一位護理同仁迅速走到病床旁，半蹲下來，握住病人的手，輕聲說：「別怕，我在。」她的聲音不大，卻讓原本顫抖的空氣慢慢沉靜下來。那一刻，我看見的，不只是一位正在值班的護理師，而是一道在災難中穩住人心的身影。

餘震一波接著一波。許多同仁在家中仍感受到晃動，卻在第一時間回到崗位。有人來不及安頓家人，就已站在急診門口；有人一邊安撫病人，一邊用訊息確認遠方親人的平安。護理，就是在這樣的拉扯之中，仍選擇把眼前的生命放在最優先照顧的位置。

每一次災難來臨，世界彷彿被迫按下暫停鍵。大地震動、人心惶惶，時間在那一刻變得既急促又漫長。而在這樣的時刻，護理人員總是第一個走進混亂、也是最後一個離開的人。

花蓮，是一塊溫柔卻多變的土地。地震、颱風、交通阻隔與多族群文化，構成了我們日常生活的一部分，也形塑了護理工作的樣貌。多年來，我們一次次在風雨中站穩腳步，也一次次在震盪後重新整理自己。慢慢地，我們體會到，真正支撐護理同仁走過災難的，從來不只是勇敢，而是一分被承接、被理解、被陪伴的力量。這分力量，來自人與人之間。

「在災難中覺行」，對我們而言，不是一句口號，而是一段真實走過的生命歷程。

所謂「覺」，是在慌亂中讓心安住，看見自己的不足，也看見彼此的需要；所謂「行」，則是在災難過後，願意為下一次多做一點準備，讓傷痕成為成長的起點。

在一次次的災難經驗中，我深深感受到護理韌性推進小組成員所展現的熱血與投入。這群同仁，常常是在忙碌工作之外仍願意留下來討論、演練、修正流程的人；是在深夜的會議中，為了一個細節反覆思索，只為讓下一次能更安全一些的人；也是在同仁最疲憊、最無助的時候，輕聲問一句：「你還好嗎？」的人。

所謂韌性，從來不是不會受傷。韌性，是在受傷之後，仍願意站起來，繼續守護生命，也不忘照顧彼此。也正因為如此，這條從災難現場一步步走出的路，開始被世界看見。花蓮慈濟醫院的災難護理經驗，陸續受邀於歐洲、加拿大、日本、新加坡等地分享，在國際災難護理學會（WSDN）中，連續多年成為口頭發表篇數最多的團隊之一；多年累積的實務經驗，也已轉化為超過八十五篇國際學術發表。更有多國政府與醫療團隊專程來到花蓮，實地學習我們如何在高災害風險地區，建構以護理為核心的災難治理模式。最令我們動容的，是新加坡官方紀錄片團隊走進急診現場，真實記錄護理在災難中的角色。那不是表演，而是日常。當鏡頭靜靜拍下護理同仁的背影，我深深感受到——原來，這些在花東土地上默默累積的努力，正在為臺灣寫下一段屬於護理的國際座標。

在慈濟的文化中，我們始終相信，醫療不只是技術，更是一分安住人心的力量。

災難中，我們看見身體的傷，也看見心的顫抖；因此，我們學習在救人之餘，也溫柔地接住同仁的情緒與疲憊。從一句關心、一個擁抱，到讓人能安心說出脆弱的空間，這些看似微小的行動，卻是支撐團隊走得更遠的關鍵。科技的進步，確實為護理帶來更多可能，讓資訊更即時、讓流程更順暢。但我們始終提醒自己，科技只是工具，真正讓護理發光的，仍然是人心。當制度能夠保護人、科技能夠支持人，人文關懷才能真正落地。

本期封面故事所有作者群分享的災難護理經驗，不只是花蓮慈濟醫院的經驗，而是一分來自護理現場的邀請：在這個充滿不確定的世界裡，讓我們彼此成為穩定的力量。或許，我們無法阻止災難的發生，但我們可以選擇，用更溫柔更有準備的方式，陪伴生命走過。

願每一位護理同仁，都能在付出的同時，被理解、被照顧；也願護理的光，在風雨之中，始終穩穩亮著。謹以此文，獻給所有在災難與日常中，默默守護生命、守護彼此的護理同仁。☺