

當晦暗角落的發光體

Glittering for the Dark Side of Humanity

■ 文 / 黎又華 二十一西病房志工

在晦暗中等待黎明的身心病房

每一扇窗，都有陽光，有風吹，有人的聲息，有許多歲月春秋。但是窗裡的景象卻不盡相同，有的溫馨歡愉，有的悲痛傷離，有的矛盾衝突，有的掙扎無奈……。一扇窗等同一個世界，一份情懷。今天我心懷的窗裡世界，是一個在晦暗中等待黎明的身心病房。

走進身心病房是一種嘗試，也是一種挑戰。這是一個非常專業的領域，至少要有一些認知和素養吧！因為一般人已經先入為主的為「他們」貼了一個標籤，認定他們是非理性的、不安定型的，深怕隨時都有狀況發生而措手不及。既然要做志工就必須先調適自己，哪裡需要人手就應該欣然接受，不需顧慮什麼了。

當柔軟的海綿 活動的收納箱

我能扮演什麼角色呢？該如何進入狀況？整個醫療體系已經有完善規劃，有學識有素養的醫護同仁為病友做最好的醫療服務了。我這個志工應該可以是一塊柔軟的海綿，

一個活動收納箱，或是一個可以再生利用的回收桶吧！

首先得和病友從陌生到熟稔，從遲疑到信任，更貼近心裡。於是試著用溫暖的笑容、柔軟的身段，耐心的傾聽和歡欣的陪伴，給予最真誠的尊重和最誠懇的接納，來自我勉勵！當我的笑容換得笑容，伸出的手握住另一雙信賴的手，彼此就有交流了。我的傾聽能讓他們傾吐自己的私密也好，傷痛也好，挫折、擔心、害怕或恨意都好。只要能讓鬱悶的情緒找到出口，我都全數收納。而我的陪伴能讓他們少去一點孤獨，紓解一點緊張，減緩一點心靈的困頓，我就有被需要的欣慰！所以志工和病友，其實是相互接納和互動的關係。有沒有真正的解題呢？真的需要結合更多的支援和努力。只要有一點幫助，有一點改善就去做。

護理人員細心照顧 溫馨如居家

病房裡的病友有在學的青少年，他們還有美麗的遠景要去開拓；有正值生命力最旺盛的壯年人，正是最有奉獻能力的時候，卻過早從生



若能讓病友得到心靈上的平靜，
黎又華感受到付出的欣慰。

命的長河中跌下來；當然也有被歲月壓擠的長輩們。

有人內心澎湃洶湧，有人頹喪無助，有人擔心受怕，有的在自我幻境中偏離現實，他們都在焦躁中尋求解救！爲了病房安全有門禁管制，但是整個空間光線柔和，窗明几淨，張幸齡護理長笑容燦爛，處事明快靈活，護理人員及護安們溫婉細心隨身照顧，感覺清靜溫馨有居家的氣息，但是有人不習慣陌生的環境，放不開親人俗事，總想回家。人的偏執有時候很難轉彎的，爲了保護病友防止意外，凡是食物、用品、器具，都有一定的限制

和必要的檢查。

彼此分享就有快樂

記得剛來的時候看到躁鬱不安的病友來回走動，會上前想去陪伴他，但這是沒有幫助的，反而會增加其他人的不安；有時候以同理心進入他們的狀況裡，結果是行不通的；有時候提供一點零食打發無聊的時間，卻忘了咖啡、茶葉、糖是刺激性的食品；吃粽子時，短短的繩子，都具有意外的危險性；關門的時候，上鎖是不能疏忽的動作；梳頭時，髮夾也在禁用之列；連傳達溫馨的卡片也有安全考量，事情

雖小卻是輕忽不得。

這裡除了醫生的診治、親人的關懷，還有心理輔導，安排有各種學習和成長的課程，由學有專長的老師負責指導。我驚訝的在這些所謂的「病人」中發現許多傑出人才，有人彈得一手好鋼琴，有人英文造詣很深，有人在工藝課展出精巧的手藝，有人畫出有趣的漫畫故事，有人在卡拉OK時亮出美妙的歌喉，有人在舞蹈律動時舞出曼妙舞姿。在烘培時秀出純熟手藝，在參觀時發表獨特的見解，在戶外運動時活力重現。原來，大家只要參與，彼此分享就有快樂。適時給予讚賞和掌聲，是最好的鼓勵和進步。但是也遇到有人比較被動提不起興趣，

有人不適合某項活動，就不能勉強了。

將光和熱透入晦暗的角落 迎接窗外的風和日麗

每一個人的生命歷程都有不小心跌倒受傷的時候，有迷失後的徬徨，或被環境壓抑扭曲而跳脫不出的悲情，但他們也是擁有生命熱情的一群，渴望友情的擁抱鼓舞，不管我們只是一點螢光也好，一把火炬也好，一線陽光也好，只要把光和熱透入這個晦暗的角落，他們就會增加一份勇氣，一股力量，就有機會重建自信，早日迎接窗外的風和日麗。



張幸齡護理長笑容燦爛，
帶領病房像一個大家庭。

傾聽解心愁

Listening to Her Heart

■ 文 / 蔡守蘋 二十一西病房志工

好不容易卸除了多年制式、朝九晚五的上班生活，解甲歸田。基於追求活著的感覺，我輕鬆邁向另外一種不同的社會領域——每週撥出12小時，在四個不同的單位做志工。來到慈濟醫院志工培訓營，因為好奇，我選擇極少人願意服務的身心病房：二十一西。就這樣，我飛入這個可愛的大家庭，做一個傾聽病友心聲的志工。

傾聽和病人更有交集

看到醫師、護理長、護士、護安、清潔阿姨，他們工作的辛苦不在話下，更難得的是，還無怨無悔無時無刻的以戰戰兢兢的態度，來應對病人隨時可能發生的情緒不穩症狀或不合理的要求。每天定時的多次檢視、鉅細靡遺，病人的病況都在他們精確的掌控中。因此，我感覺在身心病房當志工，是很有保障的，志工不需多慮安全的問題。

打開心胸 關懷營造人際和諧

感恩慈濟的身心病房，給了我服務的機會，在與病人的互動中，反而因為付出而收穫更大；有時只是讓出一個臂膀讓他們依靠，得到的是非常溫暖的信賴。

我領悟：活著的感覺究竟是什麼？肯定自我。

在此處，善用與人相處的技巧，打開心胸多關懷，營造和諧的人際關係，這是面對身心病友最好及有效的辦法。☎



只要有需要，守蘋師姊的臂膀，是最好安慰的港灣。