

# 樂觀志工助紓壓

## Cheerful Volunteers Providing Massage for Nurses

■ 文 / 林佩瑤 大林慈濟醫院日間照護中心護理組長

第一次見到王仲箎師兄，是他跟著其他師姑、師伯到日間照護中心當志工，他一隻眼睛看不見，剩下的一眼只能見到些微的光線。當我心裡還想著該怎麼替師兄進行環境介紹，沒想到師兄卻告訴我：「沒關係！只要帶我繞過中心一圈，我就可以靠著手杖來熟悉環境了。」他還說：「路長在嘴巴上，若是不清楚再問人就好了！」樂觀又開朗的心態讓我印象深刻。

雖然王師兄無法協助老人家進行生活上的照顧，但他就是有法子逗老人家開心，說說笑話、唱唱歌，帶動歡樂的氣氛，幫老人家按摩舒緩酸痛，也得到老人家的讚賞，直問師兄下一次什麼時候再來當志工。

### 夫唱婦隨志工行 舒壓小站評價高

「舒壓小站」是志工為體恤護理人員的辛苦而成立的，主要的服務對象是院內所有護理人員，藉由按摩方式來紓解大家疲憊的身體，還是免費的喔！

當初知道要在9C日間照護中心尋找一處空間成立時，心想「哇！日後

不定期會有專業人士來服務，那感受一定很棒！」到了第一天，見到他們的那一刻，著實嚇了一跳，領隊竟然是王仲箎師兄，而他們全都是視障人士。

「舒壓小站」的接洽事宜都是由劉金環師姊安排，她也是仲箎師兄的太太。看金環師姊在舒壓小站不單只是照顧先生，也照顧所有的按摩志工，常聽到「某某師兄，要喝水囉！吃點水果…」，也讓我不禁佩服這位幕後默默支持的賢內助。

初次體驗他們的服務後，原本緊繃的肌肉神經漸漸地舒緩了下來，還會聽到隔壁的同仁發出哀哀叫的聲音。師兄說那是因為平常大家太忙碌了，導致大多數人肩頸部酸痛，所以才需要他們來協助紓壓。每個走出小站的同仁，都覺得比踏進小站前舒服多了。每一次結束後都會請同仁填上滿意度調查，不管是舒壓的力道、成效，都得到同仁高度的滿意，希望「舒壓小站」能持續。

### 走出人生低潮 習技付出助人

舒壓過程中，當然會閒聊一下。仲

箎師兄說，他身體上的缺憾並非是天生，而是糖尿病引起的合併症。他說他與一般人一樣，起初也是無法接受自己的狀況，怨天尤人的負面想法曾讓他差點結束自己的生命，離開家人及好友；自卑感讓他與人群隔絕，不願踏出家門一步。在他太太努力帶他慢慢接觸慈濟之後，才讓他的心境完完全全地改變，發覺他可以幫助比自己更困苦、更不幸的人，才對往後的人生充滿著歡喜。所以他不斷地自我進修，成為按摩講師，教導學生，而他目前仍在台南致遠大學授課。

因為學習穴道按摩的緣故，必須詳記人體生理解剖結構。當師兄一邊幫我們紓壓按摩，一邊背誦著每一塊肌肉、每一條神經時，讓從事護理工作多年的我們不禁汗顏，因為記憶所及的都比不上師兄。好奇地問師兄如何在雙眼幾乎看不見的情形下，去記這麼複雜的經絡時，他開玩笑地說：「因為我天生聰明啊！」其實我們都知道，他花了很多很多的時間及精神在上頭。

### 克服劫難 生命發光

與師兄接觸的過程中，發現他帶給人的感覺是充滿正向、快樂的，他的笑聲爽朗，容易感染別人，也難怪與他一同前來的視障按摩師個個都樂觀，整間小站裡頭充滿歡笑聲，所以幾乎每一次都有新的按摩師加入「舒壓小站」的行列。

或許是他曾經歷過人生最低潮，走出來後才知道海闊天空，他喜歡與人分享他的經歷，去鼓勵因有缺陷而沮喪、不知所措、甚至憤世嫉俗的人。上人說：「克服難，不要被難克服」，看見師兄一路走來的勇氣與毅力，更是我們效法的典範。☺



慈濟志工王仲箎師兄(左)與劉金環師姊(右)夫妻倆在大林慈院承擔起「舒壓小站」的工作，要讓平時忙於為病人服務的護理同仁有放鬆的機會。



護理同仁們給予舒壓小站極佳的評價，也感謝志工們的體貼與關懷。