



生死的距離 病房中的學習

文 謝昀謙

「醫生，他大概還剩多久？」

這是實習後，常聽見家屬問的話。

跟著醫生走進病床，看著家屬期盼的眼神。彷彿所有的擔憂都要在醫生口中得到解答。病人的痛苦，也在醫生到來的時候現出原形。

在醫生面前，有的病人直接表達，有些則是透過親近的家人。吃不多、腹脹、腹瀉、氣喘、失眠...，更嚴重的是疼痛：病灶痛、化療痛、出血痛；更難受的是壓迫到神經引起的疼痛...

在疼痛面前，時間彷彿靜止了。沒有下一秒，只有現在。身體的痛那麼

直接，心也跟著揪緊；在疼痛面前，我們只想解除痛苦。

門診、癌症病房，安寧病房。為了研究所的實習，我停下原本的國中教職——從生到死，感覺相當衝擊。國中時期的青少年，狂放不羈，有著充沛的體力與想像力，最常聽見的就是：「怎麼還要這麼久才下課?!」「怎麼還不畢業?!」問句裡的抱怨不耐，倚仗著還有時間可以揮霍...。而對身為教育者的我而言，輔導的意義就是陪伴過程中種下一些種子，即使過幾年才發芽，那陪伴就是值得的。我知道改變不在當下，等待是必要的，這等待裡有著無限希望...。來到醫院的場域中，面對的截

然不同。有的病患是復發住院，有的已轉到安寧療護，生命變得緊迫有限，未知的限期令人恐慌。當家屬和病人面對時間的流逝，我也在面對自己的疑問：我如何看待死亡？生命的意義是甚麼？帶著一貫的好強與積極，無力感和心虛卻悄悄蔓延，我能做得如此有限，甚至可能甚麼都不能做！如果能在病人的有限時間內，讓某些時刻變得安心一點、穩定一點，也許就夠了。

而我要做的第一件事，就是安自己的心。

第一次接觸死亡，是十年前的甲狀腺風暴。當時心跳到150下，不斷的腹瀉、頭痛、昏沉，躺在床上幾乎整個月。直到覺得狀況不對掛了急診，我這才知道大事不妙：不只心跳飆到150，肝功能指數也全是紅字，醫生要

我馬上住院，打的是生理食鹽水...我這才知道自己的身體出了嚴重的狀況。因為心跳太快，導致我無法進食、精神亢奮，吃東西馬上腹瀉，晚上也無法入眠。醫生在一周內用很強的藥降下我的心跳，卻也因此讓身體更加虛弱。我躺在床上，感覺自己的生命逐漸消失，心裡有個黑洞不斷擴大。

當時我跟家人的關係很糟，感受不到家人的愛，不知道媽媽看了我的肝指數，在病房外大哭。聽到的當下其實很震驚，因為跟家人的關係不好，我很依賴身邊的朋友與學生的支持，但巧的是手機突然無法開機，在醫院的我無法與任何人聯絡，有些掛心的學生也失去消息；有些來不及道謝，也有的還沒有道歉。就在幾乎一無所有的時刻，有個聲音大聲地問我：失去了健康、工作、也沒有經濟來源，我離死亡很近。我究



竟是誰？要怎麼跟朋友學生說我現在的狀況？

而這些年我活在自己的世界裡，忽略了身邊的許多人；當機的手機提醒我凡事不一定有第二次機會，若不珍惜身邊的人事物，我就可能在理所當然中失去它們！！

那是我第一次發現自己錯過了多少，也是第一次感受「當下」的可貴。失去了健康，我必須花加倍的時間讓自己復原。而我在那失去中也反省著自己的少年輕狂，同時反問自己究竟是誰。病後我默默許願，倘若我的生命還能有甚麼意義——我希望用剩下的生命努力幫助他人。這幾年我不斷在青少年的工作上努力著，逐漸又回到覺得生命「有無限可能與希望」的信念中。直到這次實習，我看著身體受苦的病人們，再一次感受死亡如此靠近。從生到死，距離比我想像的短得多！而在死亡面前，好多事情都不這麼重要了。看著路旁漂亮的櫥窗和霓虹，我卻不再像之前那麼被吸引了。我開始問自己生命的意義究竟為何？我將要留下甚麼？或帶走甚麼？

這問題讓我緊張了起來。

我在生與死之間擺盪著，尋找答案。

我的父母都是虔誠的佛教徒，佛

教強調的輪迴與無常是我從小深信不移的信念，而教義中的「輪迴」與「成、住、壞、空」，也是這個世界不斷在示現給我看的實相。我知道從一出生，人便是「向死」的存在，也知道業力的牽引、因果不虛。然而在面對病人的當下，感受病人的痛苦卻無能為力...，即使我腦中裝了有系統的邏輯，也明白死亡無可避免，衝擊卻超過理性所能分析。死後的世界又是如何呢？我也看見許多助人者罹癌後相當痛苦，這也讓我疑惑和害怕，不知業力如何計算？已經做的又如何防止它發生？如果生命如此無常，我究竟要留下甚麼？我的努力和渴望：努力工作、賺錢、學習專業；渴望環遊世界、看遍未知的風景……，倘若死亡靠近，一週、一個月、一年——現在的一切就不是最重要的了！我可能會放下現有的工作，重新思考最想做的是甚麼。

回顧生命，如此豐富又有限。活在快速有效率的世界，炫目多彩的生活延伸了慾望。往外看是一片繽紛，但真正要踏實的是那顆心。不管世界再美、生活再豐富，我想留下的是認真生活的回憶：認真對待眼前的人事物、認真面對挑戰、認真調整自己；認真付出、愛與被愛。我希望跟周遭一切有善的連結，這讓我覺得生命充實、而且值得...。

昨天一位病人笑笑地說：「我知道時間不久了，趁我在的時候你們可以多來看我。」問了以後發現他說的「不久」是「三個月」。對我來說三個月還可以完成很多事，可以改變一個習慣、可以有計畫地減重、還可以等種子發芽...，但若生命在三個月後就戛然而止——我想那是有限又緊迫的了。

從國中教師到癌症病房的實習生，這一個月我縮短了生與死之間的距離。起初在感同身受與無力感之間擺盪，這幾天突然發現：在疾病和死亡面前，我所知甚少；而透過病人，我感受生命的無常與失落。然而我並不是要選擇某一邊才能立足，而是在當下認真生活，同時明瞭著死亡和無常。其實人生不只是「向死」的存在，每一刻心念的生滅都是一次死亡。這是與死亡共存的一生，即便如此，我們還是可以認真的呼吸、認真的愛、真誠的敞開，去體驗生命中的喜怒哀歡。

