

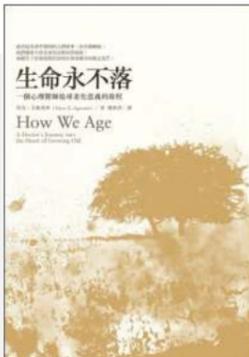
生命永不落

一個心理醫師追尋老化意義的旅程

阿度 導讀..

各位同學大家好，上次的閱讀作業有很多人都寫"很無聊"，其實這是可以預料到的，因為大家普遍不熟習那段歷史，而且也無法想像當時的情況，加上尋根並不是青少年的興趣，所以結果如此我也不意外。不過，這世界上有許多事都不是那麼直接、刺激的，很多有價值的東西需要更豐富的人生經驗才能理解，就像樺山的日記一樣，看了也不會讓你馬上交到美女、帥哥，更不會讓你立即吃到美食之類的，所以大家感覺無聊是很正常的。沒關係，如果有一天你開始理解這一篇日記，也許就是另一個新世界的開始吧。

這回阿度就不再講歷史故事，換講生與死的故事好了，我介紹一本很棒的書叫做"生命永不落"給大家，是一位心理醫師寫的，一本有點深度的書，另外，為了讓大家能更容易看懂，阿度也提出一段自己的經驗與同學分享，看完要仔細想想喔。



平衡的老化觀點

真正的失敗不是老年，

失敗的是我們自己沒有創造力和意願，去想像生命直到最後一刻都有它自己的方向和意義。

幾乎對每個醫師來說，在醫學院第一次碰到的老人，都是屍體。第一天上大體解剖課，我發現了這個事實，當時助教帶我們去解剖室，介紹我們認識一排排人體屍首，因為接下來六個月，他們將是我們的老師，也是我們的同伴，那天早上，大家都有點不安。我們在房間裡慢慢移動，尋找心目中最完美的人體，此時我很樂意接收同學們緊張的目光和笑容。「找個瘦的女人，」我的解剖搭檔史提夫和吉米悄悄跟我說，因為想起一位學長明智的忠告，他是希望我們的解剖經驗可以輕鬆好過一點...

讓心靈充滿大體解剖的榮光

「請幫你們的同學，把屍體上的塑膠布移開，」教授喊道:「然後拆掉紗布，讓整個身體露出來。」我全身起了一陣寒顫，畏縮起來。整個身體?「對，整個身體，」助教接著說，好像她正在讀我的心思似的，「然後把它抬起來，翻個身看個仔細。」這個技術的用意肯定不是為了教學，而是為了讓我們的心靈充滿大體解剖的榮光，在一次徹底的福馬林洗禮中，一掃所有的疑惑與焦慮。進入解剖室已經夠令人不安了，但起碼當時屍體還包得好好的。以前我真的從來沒見過屍體，也希望這個經驗來臨的時刻能拖延多久就拖延多久。但是不出幾分鐘，身邊已圍繞著一組組汗水直流的醫學生，堆起一條條又臭又油的紗布，奮力抬起硬梆梆且浸透福馬林、非常沉重的身體。我記得有個特別超現實的時刻，看著四個同學例著嘴笑，是那種最奇怪的笑，從檯子上把屍體舉起來，一邊嘀咕它的重量，一邊拚命想要握住滑溜溜、皮革似的皮膚。最讓我嚇破膽的，是我們的屍體露臉那一刻...

真正的失敗不是老年

從那時候我就學到，這些把老化和衰老畫上等號的悲慘看法，以及因此產生的僵化防衛態度，這只是故事的其中一面。另一面太常被人忽視，因為我們很怕老。...

在這本書，我的使命是提出比較平衡的老化觀點。我的用意不是像某些書那樣，承諾治癒老化的方法。我也沒有興趣像其他一些書那樣，把營養補充品、飲食方法或生活方式，當作青春之泉來推銷。我的興趣只在於，透過我病人的生命，誠實探討老年的經驗。我的病人平均年齡將近一百歲，來看我的八旬老人，按照我的標準，簡直是青少年，至於七旬老人根本是嬰兒!還有，沒錯，我的工作照料所有因老化而有的病痛，但是就像我後來又從數不盡的其他人身上學到的真正的老化標準並不是單方面，老化的問題

母親離開的那天

摘自 2003 年 1 月阿度日記

凌晨響起的電話，總是令人膽戰心驚，2003 年 1 月 27 日 03:48 分，我接電話之前大概知道會是什麼消息。二哥從醫院打來的:"媽媽大概撐不過今天了，請大家來吧!"，講完之後，我立即喚醒妻子，然後抱著沉睡中的孩子，搭 05:48 的火車趕往台北。

其實，母親重病命危的狀況，我是有相當的心理準備。只是，我無法想像一個這樣親近的人會徹底的從這個世界消失，不告而別。記得母親過世的前 7 天，我還帶著妻兒到淡水馬偕醫院陪她。以我那時樂觀的看法，要她回去過農曆年大概沒有問題，大家還能跟往年一樣，四兄妹圍繞著母親，講一些好笑的，最後一定是我跟妹妹笑到掉眼淚.....，沒想到這個簡單的願望是如此的遙遙不可及，1 月 27 日上午 11:58 分，母親離開了，那時離農曆除夕只剩下一天。

母親的遺體回到宜蘭之後，全家立刻亂成一團，一些不知道從哪裡跑出來的親戚，有的獻策有的甚至要指揮一切，所幸我們請到一家很好的禮儀公司來協助，特別是那位負責全局的先生，他是一個對生者、死者都非常尊重的人，對於家屬的心情也能完全領受，他或許已身經百戰，但我認為他的真誠絕對不是電視的生前契約廣告那種職業化的表情，這點從他的眼神可以得到確認.....所以，我們四兄妹在他的協助之下，可以完全不理會那些偉大長輩的七嘴八舌，某人規定要燒的紙錢也都不燒了.....四個人團結起來，連父親都不給插手。平時話不多的大哥，在關鍵時刻甚至敢站出來教訓長輩:"母親是你們的還是我們的啊，如果你們不能幫忙，就請閉上尊嘴，讓我們兄妹舒服一點"，我想，大哥的確有母親的風範，**敢面對自己的良心，敢站出來講真話**，母親在天上看一定會很滿意的。等到母親過世的第 3 天，一切的班表都已就位，我們四個孩子才覺得可以比較放鬆，然而，放鬆之後是什麼.....，於是，四個孩子各自找一個地方去獨自痛哭。

一個人死亡，是立即而且明確的，但是人所創造出來的記憶，卻無法馬上刪除。母親在子女身上所烙下的印記是沒有任何東西可以取代的.....1960 年代，為了躲避洪水，全家在颱風天從柯林國小涉過羅東溪.....1970 年代，母親跟外婆背著、牽著我們兄妹，風雨無阻，在許多沒有路燈的暗夜，從五結徒步到羅東求診.....1980 年代，母親用她的青春來灌溉這些只知造反、享受的青少年孩子，讓我們得以平安成長，變成獨當一面的大人。最後，她還得忍受接下來的空巢失落。每次我放假回鄉，母親幾乎都會騎車在火車站等待，回家立刻有一頓豐盛的點心，當假期結束，我卻只能再度以離別來回報。記得我在 XX 電子上班的時候，竟然有一個台北的親戚跟我講:你每個禮拜都回去吃奶啊!真悲哀，你懂個 X 啊!你有把別人的感覺當成是自己的感覺嗎?!我並不恨這個人，我只是覺得他很可憐，已經快 60 歲的人，但是對於愛的認知如同白痴。

其實，死亡是生命的一部份，應該是很自然的事，但是這許許多多難以割捨的感情該如何轉化呢?我想，就是要有一個適當的結束。我當時痛哭的時候，其實只想要一個答案，那就是母親能親口來跟我說她到底去哪裡。我想，她也許真的有聽到吧，辭世的第 7 天，母親來向我說:她現在很好，在一個很好的地方。記得她穿著紅色上衣，米黃長褲，外型非常的年輕美麗，像我小時候眼中的媽媽。她說完就走了，我不再傷心，所有的愛飛上天空，充滿了我的全部與四周。

-----2013.03.19 後記-----

隔了 10 年再看當年的日記，那時的情境仍歷歷在目。記得母親剛走後一個月，曾發生這種事:我下班後一離開火車站就趕去博愛醫院樓下買魚湯，準備送去給母親吃，好像他還在醫院一樣，買完我就停好機車，接著要上樓才想到母親已經離開了，我整個人就愣在博愛醫院一樓大廳數分鐘。

生命的來與去總是引起我不斷的思考生命存在的意義，生命幾十年就會消失，何須思考什麼呢?吃喝玩樂就好了啊!終究是會結束不是嗎?結束之後不就毫無意義嗎?更糟的是台灣的喪葬文化，簡直就是要把人累到翻過來，其實那時我只想回顧母親的一生，並由此檢討過去的一切，從而避免錯誤的再發生以及創造未來較好的生活。但是繁複費時的喪葬禮俗只是讓人累到腦袋一片空白，吵雜的聲音也僅是徒增精神負擔罷了，這樣有什麼意義?這樣還能思考嗎?我覺得一切惱人的程序不過是爲了業者的商機罷了。難怪 100 多年前的蔣渭水就痛批台灣"風俗醜陋"，如果他在天上還看得到現今的台灣，恐怕才會嚇一跳咧。

文轉下頁...

