

正向的力量

Positive Power

陳宜君

臺北慈濟醫院門診護理師

2003年，新興傳染病 SARS(嚴重急性呼吸道症候群)肆虐全球，那年爺爺中風住院，前往探視的我，剛踏進醫院就因發燒直接被帶往急診隔離，心裡無助惶恐，直到篩檢結果出爐，排除染 SARS，才放下心中的大石。鬆下緊繃後開心不已，醫師叮嚀白血球值異常需再追蹤的事，早被拋到九霄雲外，直到在臺北馬偕醫院胸腔科返診，醫師將我轉介血液腫瘤科安排進一步的骨髓檢查時，才感覺到事情嚴重性！

轉彎回頭念護理

檢查報告證實我罹患急性淋巴性白血病，俗稱的血癌。那年我 17 歲，來不及逃避，沒有機會做選擇，就開始接受化學治療，第一階段化療在我身上唯一出現的副作用就是掉髮，看似順利的療程在結束前有了變化，不明原因小腸穿孔造成腹膜炎引發敗血症，昏迷 3 天、接受 2 次手術後，再張開眼睛時多了無數的點滴、管路及儀器纏繞在身旁，而這些都是我賴

以維生的「必需品」，在加護病房的日子，我嘗盡所有病患可能有的苦及無助。那時我必須依靠呼吸器維持生命，無法隨心所欲用口語表達不適及需求，書寫成為與外界唯一的溝通方式，從活動自如到臥床，一點力都使不上，傷口的疼痛使用嗎啡止痛劑也無法壓抑。

如果沒有 SARS 就不會發現自己生病，也可能不會堅持走護理的路。原本生病前就念護理科，生病時怕體力無法負荷，和父母討論後決定選擇其他科系；誰知道，在治療期間，受到許多醫療人員的照顧跟鼓勵，讓我決定還是當個護理人員，像這些照顧過我的醫護人員一樣。

因為生病，感受到家人的愛永無止盡、朋友無限的關懷，也接觸到許多宗教，但對於慈濟印象最深。當時在臺北工作的靖媛學姊，下班的第一件事就是到醫院陪我聊天吃飯，中秋節時還特地準備柚子、月餅和卡片陪我度過。初次見面就以真誠、無私奉獻的心付出關懷，是我對慈濟人的第

一印象，也是吸引我在學姊的接引投入的動力，積極參與志工行列後，使我更熱愛這大家庭，重返校園後的我創立慈濟青年社，邀同學一起走入這菩薩道，在慈青的生涯中參與各式活動，從中學習、體悟到許多道理。

圓願職志合一 考量體力選門診

第一份工作就選擇到慈濟，因為能把職業和付出助人的願力合一，是我一直的嚮往。經歷過生命的無常，我夢想能夠成為偏遠地區、急重症單位的醫療成員，畢業後曾回到花蓮慈院合心六樓的一般外科病房工作，這期間，能夠跟病人的良好互動是我工作的動力，但輪三班的制度，卻是我身體、體力上無法克服的難題，所以，最後選擇回到臺北，到上班時間較固定的門診，繼續服務病患。

臺北慈院的門診量讓我上班時間頗為忙碌，在忙碌中要做到上人所說的法，其實沒想像中的容易，此時才明白上人期許慈青「學習與各式各樣的人相處」的意義。在這樣的環境下真的讓自己的心磨得更圓融。雖然當初立志當加護病房護士的願無法完成，但也很歡喜，因為門診同事間就像家人一樣互助，關心彼此。

警訊再現心難安 感謝祝福轉正念

今年八月做超音波檢查時無意間發現腹部有大量腹水，當時心情怎麼都無法平靜下來思考，感恩院部主管專程安排會議討論病情、詳細的檢查，

單位主管在排班上的協助、放下繁忙的公事陪著我做檢查，學姊的擁抱讓人很安定，同事也願意放棄自己的休假來補我缺，甚至在下班後留在醫院陪我度過每個夜晚。

生命的長短無法掌握，但我的病教會我，我可以掌握生命的樣態，要寬、要闊、要深、要厚。生病前，我的個性是凡是都要計較到有個對錯、輸贏，說話也口無遮攔；生病後到現在，我能懂病患痛苦、孤寂和無助恐懼的心，

現在，我的待人處事多了善解與包容，更不忘要調和聲色，不去比較、計較，把握當下的因緣，做就對了！這也讓我想起上人的法語，「一念無明生，萬惡因緣隨；持一念淨善，福聚智慧生。」曾有志工師姊說：「宜君很堅強，但她才25歲，不應該如此堅強。」我想這是不捨之心，但我感恩。我覺得我身旁的每一位都是我的貴人，有許多人當我的後盾，支持我！不管家人、朋友或法親總給予我無數的祝福，也許是經歷過死亡現前的人生，所以當考驗來臨時，就是學習轉念正向思考的時候，這樣的正向力量一直陪伴著我度過每個關卡。☺

繞了一圈還是回到護理領域，門診護理師的工作接觸形形色色的人，也讓陳宜君學習成長。

