

學校名稱：私立曉明女中

年 級：二年級

班 級：甲

科 別：

名 次：特優

作 者：林榆庭

參賽標題：生命、勇氣、愛

書籍 ISBN：9789571376608

中文書名：Free To Fly：生命、勇氣、愛，加護病房護理師眼中的醫療群像與生
原文書名：

書籍作者：林佳媛

出版單位：時報出版

出版年月：2019 年 1 月 11 日

版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

作者林佳媛，是整日來回奔走於加護病房的護理師。興趣則是攝影，擅長運用鏡頭投射自身情感，並欲藉此將醫療觀念傳播給社會大眾。作者將「醫療行為」與「影像創作」結合，撰寫在病房內遭遇的種種經歷，用真摯的語調及真實的影像帶領讀者看淡生死、學會愛人，以及省思當今的社會議題。

二、內容摘錄：

人生這齣戲，有華麗的開場白，有未知的最終章，但沒有彩排、沒有暫停、不能倒帶也不能重播。（p.86）

就好像在無常裡剪一段流光，誰也說不清裡面是得失還是迷茫。唯有珍惜每一天即身邊的人，好好把握當下，才能讓我們無憾。（p.112）

我們不能預測死亡的到來，但可以選擇如何走完人生最後的道路。
（p.132）

三、我的觀點：

英國心理學家哈夫洛克：「痛苦和死亡是生命中的一部份。」人類提及死亡，畏懼、憂慮、抵抗等生理情緒即不自覺湧上心頭。亞洲社會中，葬禮永遠充斥哀戚的誦詞與樂曲，家屬無不跪地苦苦悲嘆，因為死亡等同失去。這幾乎是亙古以來不斷相承的價值與觀念。

然而，面對親人告別世事，真的有必要感到極度惋惜或哀痛嗎？本書作者是護理師，在生死常於一瞬的加護病房中，她洞見何謂痛不欲生，卻也體認愛的真諦。她對生死辯證的犀利回答是：「死亡只是還原到最初生命的開端」，只有放手回歸自然，卸下深深穿刺入體內的管子，才能終止無盡的淚水與聲嘶力竭的哭喊。

作者寫下值班時遇到的大小危機，以及因為無時無刻面對患者生死，隨之而來種種的心路轉變。引起我最大共鳴的是一位阿公的故事。

阿公患有嚴重敗血症，進入醫院後家屬堅持使用積極的治療手段，不放棄一絲救還生命的機會。但在住院期間家屬鮮少前往探望，反倒是阿公的妻子無時無刻守候在旁。待阿公真正病危時，醫院採納家屬的意見，實施心臟復甦術，阿公弱小的身軀最終無法負荷，遺憾身亡。讀完這則故事，心靈如同被鞍上沉重的枷鎖，疑惑同時油然而生。面對注定要相遇的死亡，選擇放手竟是如此困難。不惜一切的喊著搶救，卻讓摯愛之人在死亡邊緣痛苦地掙扎。作者經歷此事後寫下：「人生最好的告別方式，應該是坦然面對身後事，自己決定要怎麼走。」回歸一切之初始，讓患者在生命最後一刻走得尊嚴。這是作者教會我的勇氣。

其他如待嫁新娘在婚禮彩排時因腦水腫昏倒，好幾日不省人事最後離世、母親過馬路意外擦撞，進入醫院急救幾日後，仍因病情惡化在女兒面前斷氣、住院的暖心奶奶見作者整日於加護病房忙進忙出未曾歇息，送上一盒削好的水果，上天卻未因此施以眷顧，仍舊帶走了奶奶的性命……種種無常變故，道盡死亡的無可預警性。死神往往說來就來，不問時間快慢，亦不問人情冷暖。人世命運瞬息萬變，剎那間的微幅異動足以釀造無法逃開的殘忍。

「疾病不會選擇病人，是人選擇疾病」則是作者經歷大小事件後給予讀者的警語。不僅僅是對著書中不愛惜身體的患者而說。現今社會中，更多的是明知食安風暴對健康帶來的威脅性、有高度機率引發癌症的可能性，卻選擇視而不見、聽而不聞，冒著自己還年輕的表象，在垃圾食物及不良作息之間任意遊走，身陷危險而不自覺。作者運用其所親身照顧病患的沉重生命故事，試圖喚醒現代年輕人的自覺。反思健康與生命的重要，不僅是為了在懸崖邊勒住迷糊的眾馬，更是為了那些有夢與理想的下一代棟樑。愛別人、愛世界的同時，請不吝嗇地保留一點給自己。

生命，是因百折不摧的勇氣與滔滔不竭的愛而存在。這本書教會我運用健康而強壯的心態面對生命中突如其來的死亡，更使我明瞭在死亡面前，有勇氣放手才是最可貴而獨一無二的愛。樸素而字字戳心，即使作者出身於醫療背景，仍能運用自己獨特的語調撰寫下動人心魄的真實故事。傳遞著面對死亡的強健心志，我想這便是作者寫作此書時最難能可貴的初衷。

四、討論議題：

面對無法預警的死亡，懂得放手的勇氣為何變得如此重要？又是哪些因素成就拒絕施行心肺復甦術的「安寧緩和醫療」觀念？