作品編號	M48
書名	凝視死亡

第一次接觸死亡的話題，是在高中一年級的「生命教育」課程當中，以孔子的一句：「未知生，焉知死？」拋下了一個讓人摸不著頭緒的問號，真是如此嗎？反過來想，在某篇忘了名字的短篇小說當中，主人公「起死回生」之後，知道自己這輩子的終點只有短短二十歲時，他所做的任何大大小小的決定，都與他原本應該早已結束的故事，有著天壤之別；而故事最後，在主人公即將臨終時，遇見了另一個有著同樣能夠擁有第兩次人生，這一個「禮物」的女生；而兩者的差別，只在於，這位女孩子的終點，足足有百歲。

這也同時讓我想起，班上一個女同學，分享了她對這堂課的心得時，說道：「我只想活到三十歲。」底下聽眾如我，一片譁然，這位想法獨樹一格的女生繼續說道：「我特別愛美、愛漂亮，想要在我最漂亮的時刻死亡，讓親人們永遠記得我最漂亮的時候；何況，若是到了老年，不只白髮蒼蒼、雞皮鶴髮，若是生活不能自理，凡事都要麻煩家人把屎把尿的，這對我來說，生不如死，人不像個人，更別說那些需要依靠呼吸器維生的情況了，那真的太可怕了！」我明白這位女同學對於晚期的顧慮與抗拒，但我依舊貪婪的想要活得更長久，想要在我的人生多做一些事，多完成一些嚮往的事，畢竟，人生並不是一個可逆反應，總是不想要：「白活了這趟。」

接近生命終點之時，什麼才是重要的？每個人的生長環境、家庭背景、求學經歷……等等不盡相同，造就出各式各樣的價值觀，因此，這個答案有可能是「錢，越多的錢可以讓我的後代過得更好」、「名利雙收，甚至名留青史就是我此生在追求的目標」、「我已沒有任何遺憾，只求不要再受苦，想要舒舒服服、沒有感覺的死亡」、「家人與愛人，我這一生當中，總是汲汲營營，來不及告訴他們我有多愛他們」……等等，沒有對錯、也沒有標準答案、更沒有所謂道德的瑕疵可言，「人之將死，其言也善」，就是一個人心中最純粹、最單純的慾望、願望罷了。

我的外公從四十歲開始，便需要洗腎，由於家鄉偏僻，外公在發病之時，依舊還沒有形銷骨立，尚有餘力能夠自己開著兩個小時的車，一周三趟來回外縣市做透析的治療。身為家中的長女，儘管並非醫療人員，母親一手包辦外公所有的醫療照護的事務，在家鄉與外縣市來回奔波數趟，包含後來眼睛的病變、頸椎的開刀、深到見骨卻一直無法痊癒的膝蓋傷口、全身莫名的起了紅點、解黑便及胃的嚴重出血，到最後外公，手指、腳部彎曲僵硬，已經無法自行拿著筷子自行吃飯、沐浴。

小時候一旦有空便陪著外公到外縣市洗腎的我，與外公的感情特別好，儘管國中開始便已經出外讀書，每周假日才得以回家，我依舊算是親眼目睹這些變化，包含外公的整體生理，乃至心理的漸進性變化。從前外公是一個非常「聽話」的病者，醫師說一，絕對不會說二，母親的細心呵護也總是讓外公在病友、護理師之間總被稱讚「保養的很好」，外公也總是和藹慈祥的諄諄教誨，告訴我務必照顧好自己的健康，莫要與他相同；最後一次外公因為嚴重胃出血入院治療，我在病床前餵著外公時，我仍然想不起來他確切和我說了什麼，但永遠記得他說了一句：「阿公真的不想活下去了，這樣不是個人了。」我氣著叫

外公不要亂講話，到目前依舊無法原諒自己當時的情緒，心裡儘管不捨，卻並沒有同理外公的痛苦，才能生氣的對著外公吼。

隔天，外公已經進入加護病房，我因上課的緣故到下周才與母親交接，負責到醫院過夜看護著外公的所有病情。下午時分，再見外公時，費了十分鐘外公才認出我是誰，是久違的笑容，一句「你回來了」仍然可以像是在耳邊聽見一樣，護理師也告知我們明天便能順利轉回普通病房安心養病了；當夜凌晨，外公卻離開了，一句話也沒有留下來。

這是我一次接觸、看見死亡如此的近在咫尺，彷彿一伸出手就可以觸摸到那冰涼及冷酷，母親也是。陪了外公走了三十多年的病程，突然之間，卻恍如功虧一簣，付諸流水一般。近距離目睹了外公遭受病魔無情摧殘與折磨，母親在我與她分享生命教育課程之時，輕鬆卻不失嚴肅的告訴我，萬一哪一天她可能發生什麼不可逆轉的疾病或是意外，希望我千萬不要讓她痛苦的走，希望我能夠不要不捨的，勇敢的放手，希望我好好的、耐心的告知父親與哥哥，使他們能夠接受並走出陰霾，千萬不要在心裡留下任何愧疚與「冷眼旁觀」、甚至「殺害至親」的錯覺。當然母親也會和父親和哥哥討論，但或許事情還沒真正發生在眼前，一切都可以「假設永遠不會發生」的輕鬆。甚至如果「有幸」，她願意捐獻所有器官，甚至成為無語良師。

本書作者葛文德醫師（Atul Gawande）說道：「雖然我在醫學院學到了很多東西，可從來沒有人教我如何面對死亡。」更何況我們這些平凡人呢？但就算只是平凡人，「死亡」的課題依舊不會有所偏愛的降臨，像死亡這樣的課題或許並非只侷限於醫療人員的必修，更是我們普羅大眾都該當明白的事、該當學習好的課程。葛文德醫師，開宗明義的便用了托爾斯泰經典中篇小說《伊凡•伊里奇之死》，便告訴了我們，由於醫療越來越進步，在我們面臨衰老和瀕臨死亡的過程中，我們不自覺的越來越依賴醫護科技、醫護人員的專業照料，彷彿一個已經「回天乏術」的進程，已然成為整體治療團隊的罪惡與過錯；對面末期病人追求的只是一個，能夠痊癒且重獲獨立自主能力的幻想，卻可能因此踏上一條漫長而痛苦的死亡之路，又有多少團隊可以誠懇地把所有選項攤在病人及家屬的面前，與他們深刻的討論關於安寧療護、關於道別、關於死亡？要是我們不知道如何善終，人們就因此甘心的願意只讓醫學、科技和陌生人，來操控他們的生死令嗎？

同為醫師作家的努蘭，在其經典之作《死亡的臉》（Hoe We Die）感嘆：「大自然終將獲得勝利，在我們之前的世世代代都接受這樣的命運。在大自然之前，醫師願意認輸、謙遜。」在二十一世紀的我們，接受了扎實的訓練，擁有了最先進的科技，究竟又有誰能夠真正了解謙遜的意義呢？不只是與死亡周旋的職業，更是我們每一個人都應該去思考的問題，死亡其實並不代表誰失敗了，它是正常的，也許是敵人，但也是自然秩序的一部份。但能不能直面死亡，卻又是另外一個課題了。

閱讀《凝視死亡：一位外科醫師對衰老與死亡的思索》，絕對不是一個特別愉快的下午茶時光，甚至你彷彿真的看見了死神，面無表情地看著你皺眉思索著它的「專業領域」。偶爾你會像是有人捏著你的心臟一般，要你繼續馬不停蹄的閱讀下去，否則一旦中斷思考，便很有可能再無勇氣去一氣呵成的面對此議題；偶爾你必須閉上眼睛，大大的深深吸一口氣，費了好一大功夫，才有勇氣翻開下一頁；偶爾你必須直接闔上這一本書，可能出去散散步、或只是躺在床上放空，去排空這所有的沉重氣氛，才能夠重新去釐清及思

考，這像是遙不可及卻又近在咫尺的「死亡」。

在世界上的每一個人，每過一天、一分一秒，都是前往著死亡，無一不同，毫無例外。明白了死亡的面容，便不會總是抱著恐懼排斥的心態去逃避，畢竟，誰又能逃得了呢？每個人都有選擇自己如何「生」，去追逐自己在人生中的嚮往、完成自己的夢想，努力讓自己沒有遺憾的在這個人生活過一輪，那為甚麼會沒有選擇自己如何「死」，為甚麼會沒有選擇在臨終之前，或許是沒有疼痛，或許是如何好好道別呢？然而，如果明白學習、知道了死亡的真相，會不會有更多的選項？而到最後都沒有機會去思考這些的人，會不會後悔自己的來不及，或是怨恨明白人的的未告知？

「活著，是最好的禮物；善終，是最美的祝福。」我想，世界上的每一個人，都有得到這份幸福的資格。死亡並不是一個觸霉頭、禁忌的話題，醫療也不應該是一個自以為是，以競技業績為主的行業；明白了死亡，或許能夠讓自己在「生」之時，更明白孰輕孰重、更明白自己心之所嚮、更明白與「子與養而親不待」相關的遺憾，更能夠在醫療行業當中，更尊重生命的韌性及其脆弱，還有終將死去的現實，從而讓自己的「生」過得更為美好，從而讓自己身負的「誓言」能夠執行的更確實；而當自己終將離世時，也能夠擁有選擇如何「善終」的權利，並得以在更多的選項之中，做一個更佳的抉擇。