

終點是起點

口述 / 江國誠 花蓮慈濟醫院精神科急性病房護理長



慈濟傳播人文志業基金會中文期刊部出版



攝影 / 楊國濱

我家姊弟三人皆畢業於慈濟護專，太太畢業於慈濟技術學院二技護理系，弟媳曾在花蓮慈濟醫院外科加護病房服務；我們常開玩笑說，一起用餐像在開系友會、校友會。

畢業後，留在慈院服務至今已十四年。遠離臺南家鄉，在花蓮成家立業，成為花蓮慈院第一位男性護理長，將近不惑之年，我不確定自己是否已抵達目標，感覺人生還有許多要追求的！

父親靠著裝潢技能，在北部白手起家，為了侍奉父母，又舉家搬回臺南鄉下。鄉下工作不穩定，父親或賣水果、或送羊奶，加上房貸壓力，常常入不敷出；國中畢業前夕，我不禁思考未來人生要怎麼走？

高中聯考，我考上臺南二中。思忖自己對醫學有興趣，然而高中三年加上醫學系七年，家中經濟是否能支撐我這麼久？於是，決定去考北區五專聯招。我的分數可以上臺北工專，但是所有科系都被填滿，只剩下土木工程科。

父親期望我念臺北工專，但想到「吊車尾」的競爭壓力，加上臺北生活費高，又想到大姊遠在花蓮慈濟護專就讀，每當寒暑假結束，母親總與她在火車月臺上淚眼相送，我決定去念慈濟護專，和大姊作伴。最後，父親尊重了我的決定。

那時，心裡單純想著，念護理畢業就有工作，不怕失業，滿腦子都在想趕快賺錢，讓家裡的困境趕快度過。

每逢週六下午，和同學一起搭公車去市區逛。一下公車，大家都去提款機領錢，我只能找郵局，還要找那種可以領百元的，因為媽媽說還沒領薪水，戶頭裡只剩下幾百元。

有時太晚去學校餐廳，大姊便把存起來的五元、一元硬幣拿給我，大概有五十塊錢，讓我到建國路三角市場吃碗麵。

我問她：吃什麼？她說早就吃飽了。直到學姊在一次玩笑話中，透露出大姊的節儉，我才知道她買營養麵條泡熱水，沒味道就配愛之味醬瓜。這些往事，我印象非常深刻，想忘都忘不掉！

經濟拮据，磨練出我們姊弟的韌性。姊姊幾乎是圖書館工讀生的固定班底，我則利用寒暑假到醫院或安養中心當看護。專三下學期的學費，是我犧牲農曆春節假期在醫院當看護賺來的，短短半個月加上過年雙倍薪，賺得荷包滿滿，讓我很有成就感。

專四，我終於可以簽公費生，不僅

不用負擔學費，每個月還有三千塊生活費，生活壓力減輕許多。

回想專科五年，我努力衝學業、拚公費、拿獎學金，生活其實過得有點孤癖、得失心又重。所幸專三通過護士普考，拿到護士證書，也更堅定自己要走護理這條路。

畢業後收到兵單，害怕當兵忘了專業，於是選擇志願役，結果事與願違，軍醫院沒缺額，只剩五年的步兵排長可選擇。如此一來，離專業更遠，我萌生退意，決定趕快當完兵，回慈院履行公費合約。

退出志願役，我被分配到國軍精實案獨立旅二九八旅保修連，單位送我去參加輪車訓練、士官訓練以及駕訓班。在保修連修車、抹黃油，當了整整一年的「黑手」，營長才把我調到衛生連。

終於可以開始幫人家量血壓，在醫護室吹冷氣了吧？不意，連長說：「你是保修連的，那衛生連的悍馬救護車就交給你保養囉！」就這樣修車到退伍前一個月。

證嚴法師說：「逆境、是非來臨，心中要持一『寬』字。」我還是非常感恩當兵帶來的收穫，例如修車經驗、大卡車駕照，還有提前體會「領導統御」的值星班長；誠如部隊長官的名言：「給我三千萬再當一次兵，寧死也不肯；但花三千萬買我當兵的回憶，我死也不賣。」



人生遭遇瓶頸或困境時，最好有個可以交談的對象；且不僅止於交談，還要是能夠指出盲點的領航員。

記得專五到臺北市立療養院（今臺北市立聯合醫院松德院區）實習，導師李姿瑩借我機車，讓我快速適應都市交通、素食用餐問題。

老師帶學生，不外乎是知識上的教育與傳承，但姿瑩老師對我們生活上的關照，那種溫馨的情感一直藏在我心底。如今，每當老師帶學弟妹來醫院實習，我們都會寒暄話當年。

馬斯洛的需求理論，第一層就是基本的需要，然後安全、愛與歸屬感、尊重、自我實現等。老師對待我們的方式，也是我日後帶領精神科新進同仁的法寶——先滿足自己的基本需要，才有更好的能量去關心病人。

原本，我想服務的單位是急診，急診沒缺才轉至精神科，後來發現這個選擇，似乎更適合我。我常常會反思、省視自己對病人的照顧，這樣的特質正好是精神科需要的。

在精神科工作四、五年後，我決定回學校念二技充實自己，很幸運地，又



江國誠代表花蓮慈濟醫院至慈濟技術學院招募，懇切回答學生的提問。攝影／葉秀品



二〇一四年十一月二十一日慈濟教育志業聯合校慶開幕茶會上，慈濟護專畢業校友，也是花蓮慈濟醫院第一位男性護理長江國誠上臺分享心得。攝影／蕭嘉明

遇到生命中另一位領航員——田培英老師。培英老師溫和開朗，喜歡學生多發問。她說，最喜歡和壓力為伴，因為壓力可以刺激學習。

二技實習時，我選培英老師的「外科加護病房」，不僅熟悉了面對急重症的經驗，也被老師修正了很多的習氣，學習到謙卑、縮小自己，多傾聽、多觀看。

那天，外科加護病房學妹的夥伴不在場，她見我經過，便問：「學長，我們要輸血，可以幫我對血嗎？」自恃是醫院裡的資深員工，熟悉醫院流程、系統操作等，正好職章也帶在身上，即回答：「沒有問題！」

培英老師聽到了，她柔聲說：「國誠，

你在做什麼？」我一時語塞，支吾回答：「我想說方便……」老師沒有一絲生氣的口吻，只是笑著說：「國誠，你現在的身分是學生，不是副護理長，不可以這樣……」

老師提醒我，如果覺得自己都會了，不需要再學習，就不會在外科加護病房實習時，再學到新的東西，因為「裝滿水的杯子，無法再裝下任何東西」。當下，心裡好震撼，也覺得自己做錯事了。

「蹲下去是為了跳得更高。」老師說，在人群裡要謙虛，蹲下去並不可恥，不會也沒有關係，從錯誤中學習，下一次就可以比別人跳得更高。



又有一次，被我照顧多日的榮民伯伯，已經多重器官衰竭，培英老師要我去跟伯伯講幾句話，安撫他的不安、恐懼。

四、五年的精神科資歷，和病人講話，我相當有自信，甚至自滿；可是老師出了一個變化球，要我對臨終的伯伯做關懷。跟一個昏睡狀態的人講話，要說什麼呢？足足十分鐘，我一個字也講不出來。

老師教導我，關懷不是只用嘴巴說，行動上也必須沒有分別心。她直接示範給我，「伯伯，辛苦了，我是田老師，這陣子都與國誠在照顧您！請您放心……」就像和一個有意識、有反應的人對話一般。

這時，我才發現過去累積的經驗，都還沒有學到骨子裡。以前急救無效、病人死亡，我就撤退了；現在，我會一邊拔管，一邊安撫病人。

在臨床上遇到生死問題時，我會回學校請教教「宗教與護理」的莊豔妃老師，她是一位虔誠的佛教徒，也覺得護理需要信仰的支持，才能做得更完整。

一位六十幾歲、罹患憂鬱症的阿伯，出院當天下午四點多，卻跳樓自殺身亡，得知消息，我心裡非常不安，因為一直以為自己是在做對的事。

阿伯住院將近一個月，出院當天，他問我：「你之前幫我收起來的那一包

藥，可以還我了嗎？」我說不可以，要交給藥局去回收處理。「好啊，你們都這樣！」阿伯扭頭就走了。

當晚，我在阿伯的靈位前，站了約一炷香的時間，回想一個月來相處的點點滴滴。為人夫、為人父的他，在精神科病房受控制、被監督，想想那種尊嚴被剝奪的感受，我感觸良多。

在關心老人憂鬱這部分，我沒有做到同理；把阿伯的藥物收回來，雖然符合學理規範，是對的事，但是我做的太快……一個生命就這樣走了。

我告訴豔妃老師，感覺自己是壓垮駱駝的最後一根稻草。老師解釋說，稻草好多根，不會只有你這一根，「一個人會自殺，是好多業力在牽引，很複雜，不能說是因為你收起他的藥袋，才導致他自殺。」

老師用佛教道理跟我解釋因果、業力；理智上我懂，但情感上還是沒有辦法接受。

此時，我陷入憂鬱，精神科團隊對我的安慰，一點用處也沒有，我根本聽不進去。然而，我了解身為精神科專業人員，如果真的罹患憂鬱，療癒並不容易。我專三開始茹素、接觸佛教，藉由宗教信仰，情緒才得以平靜下來。

以往生阿伯為經驗，重新看待臨床上對於老年人憂鬱的處理，我會多去傾聽和同理，多思考尊嚴的問題，而不是一次斷然地做切割。

投入精神科領域像在開車，張幸齡護理長教我認識「精神科」這輛車，它的



二〇〇八年五月十二日四川地震造成嚴重傷亡，慈濟人前往賑災義診，江國誠也把握因緣參與。圖為江國誠協助災民試著釋放傷痛。攝影／林炎煌

功能、構造，還有方向盤；但是讓我喜歡開車的人是王祥章醫師，他曾經是團隊的一員，也是我的啟蒙者。

每當低潮的時候，我會去找祥章醫師。他話不多，但一、兩句就可以讓我思索很多，然後很快走出陰霾。

要當一個助人者，必須擁有正向能量思考的歷練。祥章醫師總是看到我正向的那一面，「找出正向的理由」成為我和同仁互動、輔導，很重要的一個步驟。

如果說護理之路最有成就、最有價值的點在哪裡？就是去幫助別人。

感恩護理這份工作，讓我有一技之長，讓我感受到家人的平安是一種幸福；擔任主管職，讓我可以照顧更多病人、提攜更多護理新兵。

對於未來，我還有很多想追求的，成為專科護理師、讀研究所……每個抵達的終點，都是可以再出發的新起點。

（採訪撰文／楊寶月）