



# 愛別離苦

文／賴奕菁

花蓮慈濟醫學中心精神醫學部主任

人生能遇到真愛，應該是再幸福也不過的。順利結婚且生兒育女，又加上事業有成而經濟無虞，那恐怕就是幸福的極致了。但是，當事人跟我說：

「我寧願跟他沒有那麼相愛，那麼投合……，現在回想起來，還真是寧可感情不怎樣，現在才不會那麼痛苦。」

她，才四十多歲，新寡。她的丈夫從發現罹患癌症到過世，上天只給了半年的時間，就硬生生拆散了他們倆。

他的病在所有的癌症排行中並非很惡性的那類，多活個好幾年，甚至痊癒的，比例很高。確認診斷後，他們積極求醫，甚至遠赴歐美去尋求最先進最完善的醫療，懷抱著戰勝病魔的夢想。

「他走之前一個禮拜，狀況都很好啊！我們還在討論事業未來經營的方向，要逐漸放手讓子女接管公司，等他病好之後要去哪邊遊覽……，誰知突然間就急轉直下，我毫無心理準備，就看著他被急救、電擊……宣告……」她掩面哭了起來，「我相信不只是我，應該連他自己都很意外，怎麼就這樣死了！明明所有檢查數據都很好啊！不論斷層掃描還是正子攝影，都說沒有再擴散的跡象。他連吃飯都很不錯，自己還可以下床、散步……。所以，我們從來沒有想過要寫遺囑，需要去處理甚麼財產，我也根本沒有去問過公司的營運細節。」她擦一擦眼淚，費力地繼續講道：「其實，那些也不重要。沒有他，我活著也沒有甚麼意思。公司要繼續轉還是倒，我也沒有力氣去管、去想。妳看看我，我以前不是這樣子的，因為根本不想吃飯，我已經掉了十幾公斤的體重了。」

我的眼睛可以作證，在我面前的她，臉頰凹陷，兩腿在褲管裡看起來像竹竿一樣，上衣穿在身上就像掛在稻草人身上一個，寬鬆到可以隨風飄揚。

「我睡不著，躺在床上只想著我們的過往回憶。哭到累極了，含著眼淚昏睡過去，也是做夢連連，做的是好夢，醒來只是更加惆悵。噩夢呢？嚇醒，哭醒，繼續流淚到雙眼腫痛有如數百根針扎，連閉眼都刺痛不已。」「白天我根本不想動，即使兒女要我起來，我也是呆坐在沙發上，懊悔。反省著那時要是我再更謹慎一點，再積極一點，或許他就不會死了。他會死都是我的錯！……他那麼愛我相信我，我卻沒有辦法讓他活下來，我自己活著幹甚麼！該死的人是我，我寧可自己死，也不要自己一個人活著想他，難過……」

那麼，會想自殺嗎？

「那倒不會。我只希望自己能夠睡下去，就沒醒過來了。反正我也不想吃，昏過去，餓死掉，也好。如果一口氣上不來，就死了，也不錯。」

傳統上，東方女性處於婚姻中的弱勢地位，且無自己的事業可以滿足自我成就感，常常生命的重心並非丈夫，而是子女。當她們面臨喪偶之際，最後通常可藉由子女來支撐過去。所以，醫師常常能藉由與當事者談論她們的子女，強化與子女的情感連結，轉為繼續生活下去的動力。誰知屢試不爽的這一招，竟然在此踢到鐵板。

「小孩？我不想管他們。我把公司財務弄清楚，好把錢留給他們兩個，我不在乎。因為我先生過世太過突然，很多事情沒有交代，最近跑出一堆人宣稱他還欠他們甚麼款項，欺負我們死無對證，硬在吵鬧要錢。另外，欠我先生錢的人，因為沒留字據，口說無憑，現在也全都賴帳，打死不認。我根本不想管……，我只想要他回來，沒有他，其他一切都沒有意義。我從來沒有想過，有一天我必須要當寡婦。上天當時為何要讓我們相遇，才不到二十年，就把他收走？那麼多老夫老妻成天打鬧像仇人般的，卻都活得好好的。我們夫妻感情這麼好，為何反而要拆散？」

佛經裡有講到人生的「八苦」，我赫然發現「愛別離」這種苦活生生呈在我眼前。老夫老妻像仇人，卻都長命到互相折磨無止盡的，恐怕就是「愛憎會」了吧？

我說：「那應該多讀讀佛經吧！或許會有答案。」

她說：「不管聖經佛經，大家建議我讀的，我也都讀了。可是，經書看了是一回事，有沒有用又是另外一回事了。我愈讀愈困惑，他對人那麼好，照顧員工到可以幫忙離職員工創業，成為我們的合作夥伴……，這種好人為何短命？前世因緣？說實在的，我不相信，根本不對！好人卻短命，我不能接受。」

的確，應該得要到很高的智慧才足以看清人世的無常，從何而來，為何而來。看透、理解、接受，無罣礙的放手。或許，這正是我們為何需要累世輪迴（如果確有輪迴的話），因為就是要藉此反覆體驗人生而修練成此等智慧吧！

可惜，智慧除非平常就有在思考，才能在適當時機突然當頭棒喝而頓悟。承平時期的沒有做足苦功的話，艱難關頭因為一兩句話就會「開悟」，可屬本世紀最大的「妄想」了。況且，身心科醫師即使比別科醫師有餘裕多點人文氣息，多念到些形而上的心理治療或精神分析，還是凡人之屬，不會就此變成心靈導師或是神人之屬。期望醫生跟病患多講幾句，就能使人豁然開朗，不藥而癒的話，那醫院恐怕要變成神壇才對。於是我遞完多張面紙，仔細傾聽之後，還是無法免俗的開了點安眠與抗憂鬱藥物，期待她在吃好睡好之後，找回自己的生命潛能，長出新的自我以填補那失落的另一半。🌱

