

妈咪给我上的最后一课

作者：杨靖柔

踏进马大医院缓和照护（Palliative Care）单位实习的第一天，陈教授问了我一道非常怪异的问题，“你希望自己怎样死去？”刹那间我想到的是，只要不是癌症。



我妈咪在 2014 年 3 月罹患血癌（急性骨髓性白血病 Acute myeloid leukemia）。妈咪一向个性坚韧、胆识过人，此天性这时候在她身上再次表现出来，她全力以赴与病抗斗。衰弱的免疫力使她要被隔离单独住在加护病房。整整一个月的单独让她有时间静坐冥想，她告诉我峇峇带着她到蔚蓝的宇宙翔游，让她祥和地度过那段日子。抗病的过程充满挑战，然而她从不放弃。



妈咪的峇峇同修、同事、佛友、教会朋友都纷纷到来为她捐血、诵经祈祷，那种发心和行动的力量让我体验到妈咪平时待人的真善美。一个月后，她挨过了危险期，接下来就是接受化疗。过了 6 个月，我们接到那不可思议的好消息，她的血癌基本上已治愈。大家都喜出望外，所有的努力得到了回报。感恩峇峇，我们的家重圆了，回到从前的完整。

妈咪是一个特出的女人，为人很热情，心地非常善良，很少拒绝别人的求助。在她的家族里、公司里，妈咪是给所有人带来希望的一盏灯。她教导小辈们无畏的精神，她鼓励我们去实现梦想，与我们一起面对和庆祝人生路上的甜苦喜忧。妈咪用她独有的方式引导我们成长，让我们感受到永远被爱的滋味。

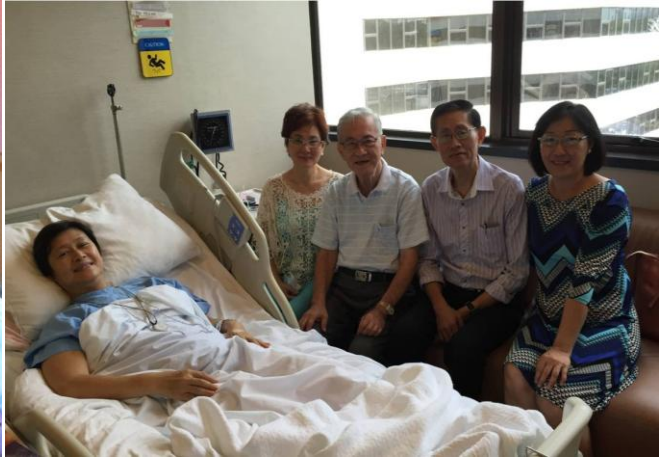
人生中总会遇到有些事永远回不了头，只可惜时隔太短了。过了约半年，妈咪不幸被诊断患上第四期肺癌，生存期只有几个月而已。我们被告知这可能是治血癌药物的副作用。我感到非常愤怒和失望，我学医而医学却辜负了妈咪；同一种药物，延伸了她的生命也带走了她的生命，是不是很讽刺？痛心之余，我们去征询第二医疗意见，然后第三、第四....得到的都是一致的结论。那一刻仿佛天塌了，我们崩溃了。这是不可能发生的，怎么可能一年内患上两种不同的癌症？峇峇，难道真的没有别的方法了吗？

那‘C’字再现，我们又做好准备一起抗斗。这第二次的癌症是不同的，医学上治愈的机率渺茫。妈咪勇敢地接受另一次的疗程.... 第一线治疗不成功，第二线失效，第三线也失败。月復一月，我们听到的只是“这种治辽不见效，癌细胞还在扩散着！”似乎无论我们转向哪里，老是碰到死角。妈咪开始厌倦这种永无休止的循环。

窥见妈咪生命的尽头，要怎么去面对？身为一个医科学生，死亡是司空见惯之事，但我不知道该如何面对自己母亲的死亡。我参与了缓和照护团队，纯粹为妈咪的即将离去作好准备。陈教授教我学习 **mindfulness**（带着不批判的态度察觉当下）。

我们开始以一种紧迫感生活，全家人放下一切，争取时间陪伴她。妈咪仍然每天早上如常到莎亚南公园练郭林气功和静坐，每晚念峇峇圣号，有空闲就放生抄经，让生活充实，尽量放下心中杂念。妈咪是幸福的，时常都有家人、同事、朋友、教友、僧伽等贵人陪伴在侧，为她祈福。

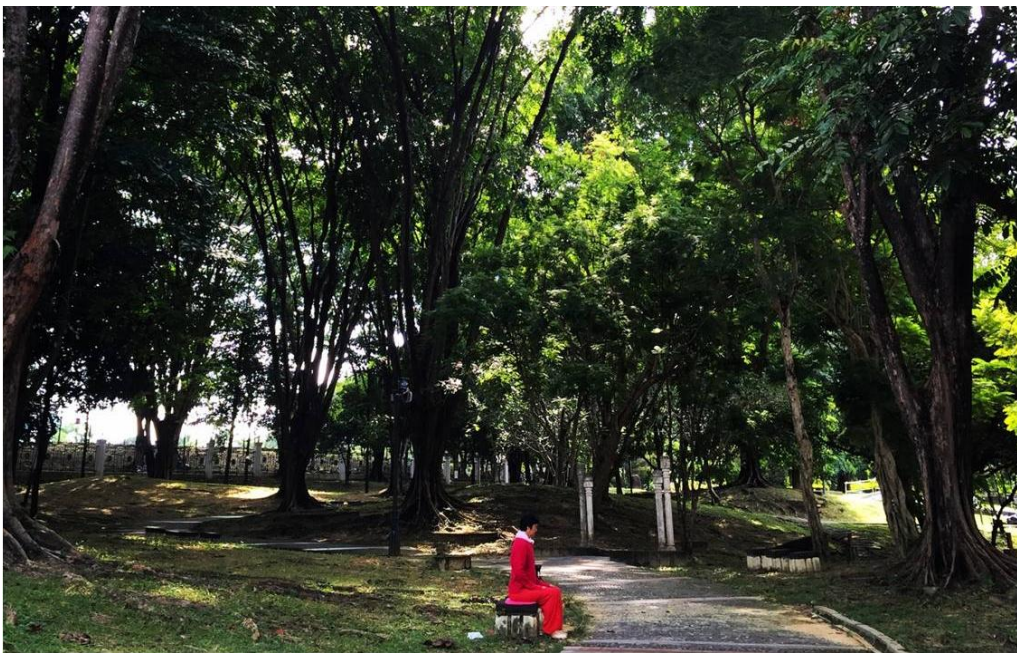
这段时期，我们有一些美好的日子，有些糟糕的，也有些彻头彻底糟透的。家人学习了安静平和地陪伴，不去分析或评判。



妈咪的生命力慢慢流逝....她渐渐吃不下东西，喂入她嘴里的食物几乎全部都吐出来。我感到恐慌，“那一刻真的到了吗？她快要走了吗？太快了，这不应该现在发生。”那一刻，我肺里的空气仿佛一下子被抽光。我想起 mindfulness：“呼吸。当你的思潮迷失于过去或被将来所牵引时，记得呼吸就好！”

一刻接一刻，一呼一吸地活着。我专注于呼吸，时间宛如缓慢下来，让我感觉到有更充分的时间及空间去领会在我周围发生的事情。Mindfulness 让我在混乱中寻得一种宁静感。

死亡有一股强大的力量，让我思考生命的意义和目的。Mindfulness 为我提供了反思和自省的安全空间，在那一呼一吸之间，我能够体验到妈咪生命结束前的奇妙和美丽。



2016 年 7 月，妈咪入院进行一个小手术以缓解她的呼吸困难。我丝毫不知道与她当晚的道别是我们最后一次的谈话。次日，我们唤不醒她，妈咪在家人陪伴下逝世，离她 55 岁生日只有 11 天。

“母亲的死亡是第一次没有在她陪同下度过的悲痛。”失去母亲是永远的痛，让我感到安慰的是，我们心里想说的话已说完。我很幸运能够认识和爱过这位给我生命的女人。有些回忆的牵动依旧那么刻骨铭心：妈咪清脆的笑声，走调的歌声，笨拙的舞步....

妈咪的去世给我迎来一次变革性的体验，令人心碎而又充满深意。我经历了妈咪生命的美满完结，并从中学习和接受它对自己人生的意义。我学会了生活和爱得更好。我的愿望是每个人都能够在人生的每一页中，包括死亡在内，发现生命之美！

