

《每天，回家的路就更漫長》讀後心得

內科加護病房 馮宥訢

在生命的盡頭有一間醫院病房。病房中央的地板上，搭了一頂綠色的帳篷。帳篷裡面，一個人驚醒過來，上氣不接下氣，驚恐不已，無法認出自己身在何方。坐在他身邊的年輕人悄悄地說：

「別害怕。」

本書作者菲特烈·貝克曼，內容描述罹患阿茲海默症的一位老爺爺，當他的回憶正一點一滴地逐漸流逝時，期盼能緊握住摯愛孫子的手，讓他最後才消失。這是個愛人及親人間，隨著抓不住記憶的遺忘，乘著回憶的小船，緩緩地道別的故事。

在向陽的長凳立在一座廣場上，小孫子諾亞總是不願意向爺爺承認自己不知身在何處，因為這是他們常玩的遊戲，任由爺爺帶他到他們還沒一起造訪過的地方。有時候，在城裡換四趟公車；有的時候，帶他走進房子後面，湖邊的小樹林裡；也有的時候，會坐爺爺划的船，划得久到諾亞都睡著了。一直等到划得夠遠，爺爺才會輕輕說：「睜開眼睛囉！」，然後給諾亞一張地圖和一個指南針，要諾亞想辦法為他們倆找到回家的路。爺爺對人生中的兩件事具有堅定不移的信心：數學和他的孫子。在爺爺年輕的時候，有一群人計算著該如何將三個人送上月球，是數學將他們成功送去之後又平安返回地球。數字永遠能讓人找到回家的路；但是記憶裡沒有座標，也沒有路，更不存在任何一張地圖上。

阿茲海默症是一種不正常的老化現象，它比我們想像的還要常見，人數隨逐年增長。而受影響的不僅僅是患者本身，深愛著他們的家人也會受到影響，照護阿茲海默症患者是項非常困難艱鉅的任務，他們的家人最終會出現高度的情緒緊張與憂鬱，病情會隨時間而惡化，最終走向死亡。閱讀此書的過程中，我不經意地反覆思考，若我們不懂醫療，不懂護理，我能為他們做些什麼，也或許有天...是我的家人。

在記憶遺忘的過程中，就如同半夢半醒，曾經吟唱的熟悉歌謠、圓形廣場上習慣坐的長凳、盛開風信子花香、書房裡的書桌、迷你計算機和裁成正方形的筆記紙.....，每樣事物看起來是如此熟悉，但又陌生，我們或許會用狐疑的眼神望著對方，相信那時的眼神看起來，會讓人有些驚訝，我知道我們彼此都是恐懼的。心中的想法漸漸無聲，此時，或許會氣餒又懊惱，不停地翻找著記憶，然後...開始哭泣，因為「這些事，真的很難解釋。」

「別害怕，沒什麼好怕的。」我們可以這樣告訴自己，即使，我們心裡不是這麼想；我們可以一起和他們經歷回憶，坐在熟悉的長凳上，和摯愛的家人聊著聽不膩的笑話，捕捉覺得刺眼的陽光，看看熟悉又陌生的人們，聞聞記憶中的花香，身旁坐著一位說很愛你的陌生人，或許我們有天，在對方的腦海裡，越來越小，越來越淡，但我們一直都在，我相信，這是在藥物治療之外，更值得我們去做的。

作者致讀者：

「老化最糟糕的一點，就是我的頭腦再也想不出新點子了。」在我頭一次聽到這一類的話之後，便始終無法完全忘懷，因為這正是我最害怕的：肉體還沒投降前，想像力就已經棄守。我想，有這種恐懼的人不只我一個。人類有個奇怪的傾向，就是比怕死更怕老。

當記憶流逝的恐懼，遇上家人的愛，我們期待在走向盡頭前的這些道路，讓阿茲海默症的患者不再孤獨。或許，一生時間太短，曾經年輕的家人，髮絲已雪白、蒼老，但永恆的是曾經存在的痕跡，當醫學無法治癒時，我們必須讓他們走的更安心，用我們所學及有限的能力，陪伴他們，溫柔地握著他們的手，走在曾經熟悉的道路，慢慢地，慢慢地，沿路欣賞著回憶的畫廊，或許過程會有難以解釋的時候，直到他閉上眼睛。

在醫療救治病人時，是如此的信心十足，在護理著病人時，是如此的得心應手，但在面對阿茲海默症患者漫長的道路，我們必須要一步步做的更多，雖然醫學總是期待跑在前方，但陪伴的過程只能緩緩地隨著他們的腳步，穩穩地移動，那怕他們想多休息一會兒；我相信，醫療讓生命得以延續，護理將使他們走得更美。

文末，「你很快就要起床，現在是平安夜早上，而我曾愛過你。」