

“獅子的點心”在人生的最後一刻，你想吃什麼？

讀書心得

健康管理中心 楊淑玲個管師

前言

在科技世代下，電子書或 YouTube、Podcast 不同的撥放軟體，提供了不同的視聽感受，也改變了閱讀習慣，因此要靜下心來閱讀紙本書需要更多吸引力及耐心。以『獅子的點心』為書名，若不看註解的確充滿無限想像，“在人生的最後一刻，你想吃什麼？”帶入了安寧療護的概念，但瞬間腦中出現的疑問是，為什麼是以吃為主軸？又為什麼要以獅子為主角？被一整片綠樹圍繞著的謐靜淡藍色海洋中，女子載著一隻小白狗划著小船，朝溫暖的陽光前進，書本封面呈現出寧靜中瀟灑些微孤獨、依賴、希望的感覺，種種成了吸引我閱讀此書的原因。

故事簡介

獅子家園是瀨戶內海檸檬島上唯一一間安寧療護院，由瑪丹娜護理師所創辦，裡面包含了炊事人員、照顧專員、看護、音樂治療師、志工、釀酒師及合作的醫師、藥劑師。在獅子家園中的工作人員及住戶可以自由使用暱稱，每個暱稱的背後代表著不同的意義。獅子為百獸之王不必擔心遭到敵人的攻擊，只要安心吃吃喝喝就好，因此命名為獅子家園。家園中住戶包含了音樂大師、修女、咖啡大師、年輕人、小朋友、老人，共通點都是癌症末期患者。家園中大家都是平等沒有階級之分。每位住戶都是獨立的臥房，除了可以享受島上的風光外，也可品嚐咖啡、葡萄酒，或依個人舒服狀況自由活動及選擇用餐時間及場所，不受限於居住規範。每位入住者可以寫下最想再次回味的食物及背後故事，家園中每個星期日，都會安排『點心時間』，以抽籤方式決定每次品嚐的點心，藉由點心時間除讓入住者能再次品嚐到充滿回憶的食物，也可以讓其他住戶藉由點心背後的故事沉澱自己的心情。小雨，在年輕的歲月中突然被告知即將面臨生命的末期，入住前歷經了否認、憤怒、磋商、憂鬱、接受等疾病適應階段，最後在未告知家人的狀況下，安排了自己入住獅子家園，隨身攜帶了陪伴自己成長的布偶及臨終時所穿的高級洋裝，選擇自己面對死亡。入住後，點心時間成了小雨最期待的時刻，在每次的點心時間聽著食物背後的故事，也開始正視自己心裡的期待，小白狗成就了她的第一個心願。在一次的點心時間，得知了 10 歲小女孩面對生命末期的態度在一次到訪中看到房間內『活著』的毛筆字，小雨終於寫下了回憶中的點心。

隨著疾病的進展，身體的疼痛感更加明顯，除了使用止痛劑緩解疼痛外，瑪丹娜搭配了芳香精油進行撫觸治療，過程中小雨打開了心房開始訴說心中的秘密，也坦承了自己很想活下去的想法，了解到自己住進安寧療護所，只是覺得對自己較有利，努力要讓自己接受死亡，但內心並沒有真正接受死亡。因此再次出現了憤怒及悲傷的情緒，但也因為面對自己想活下去的想法，獲得了心靈和生理舒適感。在瑪丹娜為小雨進行撫觸治療中，瑪丹娜聽出了小雨隱藏的期待，盡可能讓小雨在臨終前可以再次品嚐回憶中的點心及完整了點心背後的故事。

讀後感

書中每個角色人物，在面對生命末期時都有不同的態度及反應，有人在生命末期開始反省過去，向家人道歉，也承認自己的脆弱和自己和解；也有人不再背負價值觀的期待，一改過去不苟言笑的形象，努力營造快樂氛圍，帶給病友歡樂外也達成內心願望，照著自己生前計畫的臨終儀式，走完生命的最後一哩路。如同人生五道：『道謝』、『道愛』、『道歉』、『道諒』及『道別』。更讓我省思的是，即使住進了安寧療護所也不代表真正接受死亡，就如同書中女主角，剛開始是帶著默默等待生命最後一天的心態住進獅子家園，但入住後隨著心態的改變，由消極轉為積極，開始懷抱希

望，隨心所願，了解『想活下去』和『接受死亡』並非對立的兩面，即將面臨死亡才能更感激與珍惜，使得有限的生命裡，也可以獲得善終。因此，活在世界上不論是否面對生命末期，都需懷抱著希望，保持微笑，活著就有希望改變，往往知易行難，也常聽到越是痛苦時越要保持微笑，但笑不出來怎麼辦？作者的方法是『拿一根免洗筷或鉛筆咬在嘴裡，然後揚起嘴角，保持笑容看漫畫，就會變得超有意思，大腦會分泌出多巴胺，笑了就開心了』。書中點出的安寧療護並不著重在醫療照護，心理安適和身體舒適同為重要。另類的輔助療法包括音樂治療、撫觸療法、正向鼓勵、味覺刺激或是嗅覺的滿足或許對臨終照護也可達到加成效果。在小雨生命結束那一刻，瑪丹娜在其耳邊說了句：辛苦了，好好休息吧！我想對往生者應該也是種肯定吧！