



啟明星 向死而生

文／陳健鵬醫師授權轉載

2018年3月，〈啟明星生命關愛中心〉在山東濟南註冊成立。如今，啟明星就像一個保護網，一個降落傘，保護著越來越多的患者和家屬，直面人生，笑看風雲，生死兩相安。

〈啟明星〉發起人陳健鵬醫師是廣東汕頭人，2010年博士畢業後，順利成為山東省立醫院腫瘤化療科醫師。

每天的工作就是面對癌症，直面生死，這讓他思考了很多事。

沒有發芽的種子

2015年5月5日，陳健鵬醫師在科室裡做了兩次名叫《向死而生》的分享課，把四年多來對死亡的理解、對人情冷暖的經歷做了一次系統的梳理，這番分享廣受好評。這一天，被他視為自己的“覺醒日”，因為這次分享的最大受益人不是聽眾，而是他自己，因為他通過分享前的梳理與準備，把自己接下來的人生道路想明白了！

因為使命，因為放下，因為敞開，他與臨終者們也逐漸成了“生死之交”，曾經痛罵他的那位臨終者，在彌留之際說：“陳醫生，如果人生能夠再重來一次，我還是會選擇得癌然後兩年後死去，因為得病的每一天我都知道自己為什麼活著，遠勝過得病之前追名逐利，渾渾噩噩的日子。”

臨終關懷，真正要落實，卻是困難重重。

從1999年開始，濟南市立五院、山大二院、千佛山醫院和齊魯醫院等省城的四所醫院都先後開設過臨終關懷病房，但一直門可羅雀，最後都以關門告終。

因為所有人都只關注病人的生存期，住進“臨終”病房，病人家屬覺得晦氣，醫護人員工作壓力大且對死

亡無法釋懷，醫院覺得有限的病床被佔據，產生不了效益。“四顆種子播下地，都沒能生根發芽，臨終關懷缺乏生存的土壤，如水中月、鏡中花一般遙不可及。”

陳健鵬醫師認為，推行臨終關懷，家屬是重要的關鍵因素。“一旦檢查出腫瘤癌變，家屬比病人還緊張，明明是癌症，卻千方百計隱瞞病情，非要讓醫生說是炎症。但是病房裡全都是癌症患者，每天做著副作用那麼大的化療，病患會相信自己得的是普通炎症嗎？就是白天裝著不知道，配合家屬演戲，到夜深人靜的時候，臨終者其實會很孤獨，很無助，很痛苦。如果大家都不願打破，臨終者與過世後家屬的遺憾將永遠無法彌補。”

多年以來，受中國傳統孝文化的影響，家屬“以愛之名”成為橫亙在醫、病溝通之間的一道無形高牆，隔絕了臨終者被臨終關懷的可能性。陳健鵬醫師經由多年的醫療經驗得知，開啟“臨終關懷”這道門的鑰匙，其實握在家屬手中。

“只有宣導知情權，開展生命教育，並最終推動立法，臨終關懷這片堅硬的土壤才有可能鬆動。”

喚醒一萬人，幫助一億人

可只憑陳健鵬一人，根本撬不動“臨終關懷”這塊巨大的頑石。

“人除了吃飯睡覺，一生剩下的時間不過一萬多天。即使我每天關懷一個癌症家庭，那我充其量一輩子只能關懷一萬家庭。根據資料統計，中國2017年全年癌症新發人口是480萬，而且大部分一確診就是晚期，目前這個數字還在隨年遞增。這也就意味著每年有接近400萬人因癌症離世。而在2015年英國經濟學人智庫關於全球死亡品質的排行榜中，中國倒數第十！可以說許多中國人是‘不得好死’的。有這麼多需要臨終關懷的家庭需要幫助，就憑陳健鵬一個人單打獨鬥的關懷，只是杯水車薪。思及此，陳健鵬決定搭建一個大愛平臺，在這個平臺上每天喚醒一個人，讓更多的人來瞭解臨終關懷，關愛臨終家庭，如果除去睡眠每個人一生都有一萬多天，我要能用我今生這一萬天來喚醒一萬個人，每個人又有一萬天，那一萬乘以一萬就是一個億，愛心就能無限度地放大出去。”

由於相同的理念，陳健鵬結識了心理諮詢師司春陽等，成為最早的發起人。2015年12月，他們嘗試走出醫院科室，組織了第一次針對癌症病人及家屬的“臨終關懷”線下活動。與此同時，臨終關懷公益平臺計畫也開始萌芽。

金字塔高 地基必先廣

〈啟明星〉身上自帶著創始人陳健鵬醫生的“佛系”氣質，做事不急不燥，

也不急於擴充，緩慢而充滿溫情，這讓〈啟明星〉在其他飛速發展的公益組織面前顯得有些另類。

同時臨終關懷的理念，本身就是不加速也不延緩，關懷癌症末期病人和家屬，營造出臨終者被接納、被尊重、被關愛、無痛舒緩、充滿愛的家庭氛圍，讓臨終者可以不留遺憾地離開，這本身就是一個需要時間的用愛逐漸消融恐懼的過程。”

因此，幫助一個人好好地死，其實就是幫助他，從此刻起，好好地活到終點。同時，別忘了，我們人人終有一死，對於被關懷的臨終家屬與給予關懷的臨終志願者而言，直面死亡以後的生命，一定會變得不一樣。對於還活著的人，這是一次珍貴的生死教育，也是〈啟明星〉聚焦家屬與支持者，所謂「向死而生」的意義所在。

而在2017年7月，〈啟明星〉有幸結緣了來自臺灣的慧明法師，法師充滿了智慧的引導與加持，讓齊魯大地這個“佛系”的安寧療護公益大愛組織，在初創期便展現出了十分強大的生命力，走在了正確的發展軌道上。

夫妻同戰場

〈啟明星〉經過在一年多的發展，各方面能力都得到了提升，2019年計畫打造臨終關懷的“山東模式”，並重新搭建濟南臨終關懷病房。自三甲醫院指導，二甲醫院實踐，最終走進每一個

社區與家庭，工作人員和志願者通過專業和愛，既給病人提供舒緩治療減緩病痛，又給病人和家屬提供心靈支援。

專業，是指由醫生護士、心理專家和社會工作者組成的三位一體互助小組，用科學的方式，為癌症患者及家屬提供最需要的專業說明，減少無助與恐懼獲得安全感；而愛就是團隊成員與家屬一起，用愛去引導與陪伴臨終者。

這是一項耗時耗力、多方聯動的巨大工程。

在〈啟明星〉的幫助下，越來越多的病人和家屬逐漸明白“如何更好地做一名癌症患者家屬”和“如何更好地直面癌症，與死亡和解”。死，並不是最重要的，最重要的是如何好好地活著。〈啟明星〉一直致力於推動生命教育，引導公眾直面死亡，從而更好地活著。

2018年“99公益日”前夕，〈啟明星〉癌症家庭互助與教育基地在省立醫院掛牌，這是山東第一家癌症家庭互助教育基地。與以往的臨終關懷病房不同，這次醫療、心理與社工三方聯手，又一顆種子被種到了地下。

在陳健鵬醫師和眾多志願者的共同努力下，〈啟明星生命關愛中心〉日漸成長為一個以生死為重要核心，連接病人、家屬、志願者、醫院、社區等多個群體的大愛平臺。