

# 從我的存在與他的存在談自殺防治

馬偕紀念醫院精神科暨自殺防治中心 方俊凱 主任

*這幾年，我的確也協助不少人走過人生的最低潮  
然生命的事並不是這麼簡單的...*

## 我到底是為什麼存在於此呢？

在醫學院大四那年，有一次在苗栗通霄參加靈修會，困惑的我問當時學生團契的輔導：「我畢業後去唸神學院，好不好？」陳啟應牧師告訴我什麼，其實我忘掉了，我只知道和他談過後，我想要幫助陷落痛苦的人。幾年後，我就成了精神科醫師。

對於精神科醫師這樣的專業，每天都在面對陷落痛苦的人。這幾年，我的確也協助不少人走過人生的最低潮，然而生命的事並不是這麼簡單的。午夜夢迴，每每最令我痛苦的事，莫過於自己的病患自殺身亡。

在醫療的世界中，生老病死是天天上映的連續劇。各科醫師都會面臨到無法救治的疾病，面臨到放手讓自己的病患走向死亡。誠如二十世紀存在主義哲學家馬丁·海德格所言：人類的存在都是向著死亡存在的。每個人的終點都是死亡，醫師面臨病患死亡的場景，是理所當然的。就連我自己，也意識到必定有死亡的時刻。但是，精神科醫師面對的病患，有一群人是未有身體非死不可的疾病，卻是想要儘速結束自己的生命，也就是自殺。這幾年來，在我的心靈深處，埋葬著

好幾位自殺身亡的病患與自殺成為植物人的病患，多希望他們只是一般的秋葉飄零，安然歸於塵土。

幾年前的某個週四夜，莫言先生第一次走入我的診間，神色黯淡地告訴我：

「我想殺了我的太太，然後自殺。」我靜靜地看著莫言先生，看著眼前這位相貌堂堂的男士。幾秒後，他隨即改口：「醫師，你放心，我只是說說罷了。」我開始嘗試了解眼前這位三十歲不到的先生，傾聽他的苦衷。原來，他的妻子正在附近的婦產科診所待產，再兩天就是預產期，莫言先生即將當爸爸。原本是美好的生命即將到來，為何此時死亡的陰影如此幽暗？在我答應他不洩露私人秘密後，莫言先生開始認真地告訴我發生了什麼事。雖然是第一次會談，我卻深深感受到他心靈深處的苦痛，專業的判斷告訴我，他住院會比較好。當我和他談及住院調整自己身心的可能性後，莫言先生告訴我，他必須照顧待產的妻子，也不會讓未出生的兒子成為孤兒，他說他會好好活下去。我被他看似真誠的眼神與溫柔而堅定的口吻說服，就不再堅持住院的事，轉而與他討論日後治療的計畫。離開診間之前，莫言先生向我道謝，並允諾下週回診。

每次病患離開診間，或是從病房出院，我常常必須面對自己內在的爭戰，是相信，還是不相信。相信病患不會放棄自己，相信病患肯再給自己一次機會。只要不死，還有改變的可能，還有可能創造出自己獨一無二的生命。多麼希望，我可以相信病患懂得這個道理。

莫言先生到門診後的第四天，也就是週一，那天早上，我在病房接到一通中年男子的來電。

「方醫師，我是莫言先生的叔叔。」

我的腦海閃過很不祥的念頭，他死了吧！

「他怎麼了嗎？」我問。

原來莫言先生的太太在看診的隔日，就順利產下一位健康的男寶寶。週六，莫言先生的遺體在家裡被發現。叔叔在電話的那頭，哽咽的聲音道出事情的經過。沒有任何遺言，沒有任何跡象，家屬完全不知道發生了什麼事，為什麼莫言先生要自殺。

「方醫師，我們昨天在整理他的遺物時，發現他在馬偕看診的藥袋，上面有你的名字，我們想問你，知不知道他為什麼要自殺？」

能說嗎？要說嗎？為什麼那天沒有堅持讓他住院？我居然是他在人間唯一

知道他痛苦的人！內心很煎熬、很掙扎。最後，我把能說的部分告訴家屬，他要求保密的事，我沒有讓家屬知道。當一位精神科醫師，還有什麼比這個情境更令人難以面對的，更難以承擔的。莫言的叔叔最後還向我道謝，讓他們知道為什麼他為何非走上這條絕路。情何以堪！

過去幾年來，陸續知悉幾位病患自殺死亡，但是仍然必須告訴自己，救一位是一位，不要讓自己和病患的家屬留下遺憾。我到底是為什麼存在於此？若是從我的社會功能看來，我開始相信上帝讓我協助病患在活著的時候能盡力地活著，在自然死亡的那一刻到來時，病患能安然且無憾地離開。為了這樣的存在意義，我既是精神科醫師，也是安寧緩和醫學專科醫師，更讓自己成了生死教育與輔導研究所的碩士，加入美國死亡教育與諮商協會 ( Association for death education and counseling, ADEC ) 與國際腫瘤心理學學會 ( International psycho-oncology society, IPOS )。很多人不能理解我的選擇，但是我必須誠實回應自己的存在意義。

今年三月的某個週四下午，劉珣瑛主任突然找我，談及成立自殺防治中心的想法，多年來心中的陰霾，一時之間彷彿曙光乍現，於是我將自己所瞭解的各種資源與人才，一一向主任報告。自殺防治是一場攸關生死的作戰，我們必須要有一支能作戰的部隊，像是「搶救雷恩大兵」一般，把自殺的人從死亡的邊緣搶救

回來，讓他們能夠再有一次面對人生的可能。如今，自殺防治中心已經不再只是理想，而是存在於馬偕紀念醫院，它將發揮全方位的功能，協助自殺未遂者能夠創造活出意義的機會。

我在想，莫言先生如果沒有自殺身亡，他現在應該可以開始煩惱寶貝兒子唸那所幼稚園的事，可惜生命不能再重來。上帝對人最公平的事之一，就是讓人有機會活在這個世界，並且最後一定會走到生命的盡頭。走到生命的終點前，真的有非得提前加工死亡的必要嗎？就這樣自殺而離開人間，真的會甘心嗎？自殺防治是絕對必須的，也是基督教醫院展現耶穌基督愛的表現。壓傷的蘆葦，祂不折斷；將殘的燭火，祂不熄滅。自殺未遂的人宛如壓傷的蘆葦、將殘的燭火，上帝非但不折斷、不熄滅，還要再給他一次獨一無二的人生。

**把握當下的生命，不要放棄，你我還有今天。再給自己一次機會。**

馬偕紀念醫院自殺防治中心  
Suicide Prevention Center, Mackay Memorial Hospital