在思念裡，與你一起向光而行

攀樹體驗 × 藝術創作的遺族關懷之旅

文／臺中榮總緩和療護病房藝術治療師 王華雯



▲ 安寧緩和醫療團隊陪伴遺族參與關懷活動，留下溫暖合影。

「好久不見，你最近好嗎？」

對安寧團隊而言，病人離世、家屬離開醫院，並不代表陪伴就此結束。那些曾經在病房裡一起走過生命最後一段路的家屬，在告別親人之後，仍是我們心中惦記的人。

今年，臺中榮總安寧緩和醫療團隊將年度遺族關懷活動帶到東海大學，以「攀樹體驗 × 藝術治療」邀請家屬再次相聚。活動當天，許碧珊主任與李隆軍主任也親臨現場，關心並慰問家屬，傳遞醫院持續關懷遺族的心意。安寧團隊的護理長、副護理長、專科護理師、護理師們、藝術治療師、社工師及實習諮商心理師，也一同走出病房，陪伴家屬參與這場特別的生命體驗。不同於坐在室內談論失落與思念，這次我們走進陽光與樹影之間，試著透過身體與自然，重新感受生命的力量。

戴上安全帽、穿好裝備，抬頭望向高大的樹木，有人躍躍欲試，也有人站在樹下遲疑：「我真的爬得上去嗎？」雙手握住繩索、雙腳一步步往上踩，攀爬的過程並不總是容易。有時需要停下來喘口氣，有時不知道下

一步該往哪裡，但樹下始終有團隊夥伴與家屬彼此鼓勵：「慢慢來，我們在這裡。」

這樣的畫面，也像極了失去摯愛之後的生活。

悲傷沒有一條標準的路，也沒有人規定我們多久應該走到哪裡。有時向前一些，有時停留一下；重要的是，在感到疲累的時候，知道有人願意陪伴，也逐漸發現，原來自己仍擁有繼續前進的力量。

當家屬慢慢攀上樹梢，從不同的高度重新看見眼前的風景，臉上的緊張逐漸轉為笑容。有人突破了原以為做不到的高度，有人在樹上自在地張開雙手。「勇敢」不是不害怕，而是即使心懷恐懼，仍願意嘗試向前。

攀樹之後，我們透過藝術治療創作，將自然中的體驗與感受轉化為具體的表達。樹木有根，才能承受風雨；有枝葉，才能繼續朝向陽光生長。就如同我們與逝去親人的關係：死亡帶來了離別，卻不會抹去曾經存在的愛。那些共同走過的日子、留下的記憶與思念，也能成為支持我們繼續生活的力量。

看著家屬與安寧團隊再次聚在一起留下合影，一張張熟悉的笑臉，讓這次「回家聚」有了更深的意義。從病房裡的照護，到離院後的持續關懷，團隊始終相信，安寧療護不僅陪伴生命走到最後，也陪伴留下來的人，繼續走往未來。

我們想讓家屬知道：不需要急著忘記，也不必勉強自己走出悲傷。思念可以一直都在，而我們也可以帶著愛，慢慢走向新的生活。

中榮安寧團隊會繼續在這裡，陪伴每一份思念，也陪著每一個生命，在自己的步伐裡，再次找到向光而行的力量。



▲ 攀樹活動中，家屬在團隊陪伴與彼此鼓勵下，依照自己的步調勇敢嘗試，感受支持與前進的力量。