

Subject 第六屆「醫學人文經典閱讀」徵文得獎作品-生活之道-一個醫學生讀後感

■ 醫學組 第二名 / 醫五 江雅婷

對於生命，我們只加一份自己之所能，絕不取一份之所欲

泰然無愧、泰然無懼、泰然無爭—奧斯勒(William Osler)

醫學泰斗奧斯勒醫師開創當代醫學新風氣，提出以病人為中心，重視醫學生的通識教育與人文素養，和提倡「床邊教學」(bedside)的學習模式。他舉例道：「學習臨床醫學，如果沒有書本作導讀來學習病人的臨床症狀，就好像沒有航海圖來導引海上的航行。但是，如果沒有從病人身上觀察來學習醫學，而只讀書本，就好像學習航海，卻從未出海航行過。」精闢地說明臨床學習的重要性。除了在制度上的改革，奧斯勒醫師也如同他景仰的幾位偉大導師帶給他影響，以自己的身教替後人樹立效仿的榜樣(Role Model)。

這是一本挑選了幾篇奧斯勒醫師在全美各地演講的演講稿。奧斯勒醫師期盼醫學的制度臻於完美，也藉由闡述觀念想法希望學生能了解如何在醫學這大環境生存自處，內容不只是對學生的期勉，同樣是他本身時時刻刻銘記在心的話語。本書主要分成三大部分「生活之道」、「醫道」及「觀念與歷史」。在「生活之道」奧斯勒醫師講述在學生時代應該培養的氣質態度。第二篇「醫道」談及醫生的工作態度，護士與醫師病人之間的關係。最後一部分「觀念與歷史」奧斯勒醫師以為鑑往知來，回顧科學是如何進步、醫學制度是如何改革，提倡該有的新態度。

各位，機會為你們敞開著，你們的前途不可限量，

如果你們只顧著追求自己的利益，

把一份崇高神聖的使命糟蹋成眾多交易的工具，

一心只想著致富，你們定可以如願以償；

但如此一來，你們也就賣掉了一份高貴的遺產，

毀掉了醫師為人類之友這個始終維持得很好的名銜，

也扭曲了一個歷史悠久的優良傳統與受人尊敬的行業。

「過辛苦的日子，人往高處爬的時候，往往不會有事。但一旦成功了，許多人便在誘惑的前面屈服。」，慈祥的導師語重心長地對著晚輩說道，他知道只能在旁邊提醒，剩下的就端看個人的選擇。

反思當初在志願卡塗上一格格，任由黑白排列決定自己未來時，考慮的是什麼？社會告訴我的熱門科系？父母期許我走的路？亦或是「因為想要幫助人」。只是單純地想用最直接的方式去幫助有病痛的同胞手足。那時沒想過當醫生需要有過人的腦容量裝下看不見的微生物拉丁文學名，或是辨明頭骨那看似不經意的一個凹；沒想過會浸身在滿室的福馬林，還是目睹一群人拿著器械在病人身上進行改革前的破壞；當然沒想到「醫生」不只要會看病…。

一步踩著一天，不只是書上的知識，加上老師的身教，似乎漸漸了解步上醫學這途，肩上揹負的責任，社會對於「醫生」(即便只是個剛升上大一的醫學生)有怎樣的期待與要求。因為將來是要醫治生命的，所以一舉一動都被用放大鏡檢視。行醫是一種預防與治療疾病的藝術，是一種高貴的使命。醫生的存在不只是為了自己的生命，尚要讓別人的生命能夠獲得更大的快樂。如同前面所言，醫生志業繼承前賢所創下的良好名聲，個人的行為除了不要愧對社會給予的崇高地位，更該讓良好的傳統延續下去。

但是對醫學的熱情，往往被每天重複的事情給悶熄。當堆積如山的書本知識沖刷而來，或遇到時間以利刃抵著脖子驅使向前，常會忘了究竟為什麼要選擇這樣的生活。

不論從事什麼行業，成功的第一步就是對它要能感到興趣。

快樂的秘訣無他，獻身於一份能夠讓心靈滿足的工作而已。而成功乃是成就你想要的並以此知所滿足。

當我知道現在做的每件事都讓我往目標多前進一步，所做的事情變得可愛了。原來只要能多記下一隻寄生蟲的名字、多認識一種疾病，或多操作一次臨床技能，就有可能幫助到人。也許身體仍是勞累，但是心裡是滿足的—我知道我現在在做什麼。

「學習做醫生前，先學會做一個人。」除了指示身為醫者該有的體認，奧斯勒醫師也就自身經驗提出「生活之道」。這些生活態度不單單針對從事醫學的人，是每個人都可以學習的生命智慧。

「沉穩，就是在任何情況下都能保持冷靜與專心，是暴風雨中的平靜，是在重大的危急時刻保持清明的判斷，是不動如山、心如止水。」。醫師需要具備清醒的頭腦與慈悲的心腸。醫學工作戰場不是在柴米油鹽、武器也不是筆或算盤，我們面對是活生生的人，遇到的是各式各樣的狀況。需要倚賴內心的寧靜，換取處變不驚的沉穩，做出正確的判斷。而唯有豐富的經驗，才能成就真正圓融的沉穩。求學階段可以由小事開始練習「沉穩」，例如發表意

見前，再三思考。醫者的形象也就是這樣磨練出來。

曾經累積的懊悔眼淚有多重？計畫有多少終究只是計畫？「活在現在」是大家耳熟能詳的普世價值，但是如何著手？「首要之務，不是著眼於既不可追又不可及的過去與未來，而是做好清清楚楚擺在手邊的事情」。是的，奧斯勒醫師強調我們既不是活在過去，也不是活在未來，所以需要的是全心全力做好每一天想要完成的事情。而往往也就是由這一連串的小事影響我們的一生。若能藉由養成習慣來累積，產生的力量將不容小覷。相對的，不良的習慣也可能陷我們於不義。亞里斯多德(Aristotle)：「說到習慣，只有開始的時候咱們才是主人，習慣之養成，漸進而無形，如疾病之生成。」。生活只是一種習慣，養成良好的習慣觀念，才能有助我們創造更美好的生活。

「學而不思則罔，思而不學則殆」猶在讀書人耳邊，在醫業這一行更是得時時謹記於心。利用書本工具習得知識，思考消化後轉換成可以發揮實際效果的力量，並懂得運用。即所謂的「學習由病人開始，自病人引申，於病人完成」，一步步將知識提升到智慧。英國詩人丁尼生(Alfred, Lord Tennyson)：「知識迎面而來，但智慧躑躅不前」。英國詩人考柏(William Cowper)也說：「知識與智慧，絕非同一樣東西，甚至不太有關聯。知識，是在腦子裡塞滿別人的想法；智慧是在心靈中聆聽自己的。知識是以自己所知甚多而驕傲；智慧是以自己所知有限而謙卑。」其中清楚明白「自己所知所能有限」尤其重要。托爾斯泰(Leo Toistory)：「我們唯一知道的事情是：我們一無所知。而這正是人類智慧的最高境界。」，人類的能力是有限的，盲目莽撞地與死神肉搏經過數次挫敗，接踵而來是失望、是沮喪，病人也未必能有好的結果。孟子曰：「人有不為也，而後可以有為。」顯然是較「知其不可為而為之」的態度適用在醫學治療。學海不止有無涯廣度，更擁有深度。學思不得有偏廢外，如何昇華至可隨手運用到實際生活，使得做學問是一輩子的志業。

行醫之於你們，全在乎於你們自己一對某些人，或許是煩惱、操心，是一輩子的困擾；對有些人，則是每日的喜悅，是可以造福人類的快樂人生。秉持著學無止盡的學生精神，你們當可以充分實踐我們這個行業的崇高使命—知所謙卑，乃能知道自己的弱點，進而尋求力量；滿懷信心，乃能知道自己的能力，並承認自己的有限；以繼承光榮的傳統為榮，乃能珍惜前賢賜給人類的這份禮物；抱持確定不疑的盼望，確信未來的福祉必將大於過去。

就一個尚未真正踏入臨床的醫學生而言，書中談論的部分內容仍無法有深入的理解。舉凡醫界的沙文主義？門戶之見的產生？越趨於專業而眼界也越顯狹隘？身為一個臨床教育者扛著怎樣的重責大任？以至醫學與宗教的關係，都只能依賴想像臆想作者的心意。封底寫著「本書值得珍藏，於書房、於心房」，於是這樣廣闊地探討「醫學」各範疇的書籍，在時間軸上能隨著累積的不同經歷，提供讀者不同的省思。而書中每個擁有厚度的字句，讓不同心境也會探索得到不同的體會。能在書架上擁有一位生活導師，是件幸運的事。以後路上遇到的困惑，也許可以繼續藉由此本書再尋找清明。

還記得一層一層打開俄羅斯娃娃的驚喜，細細觀看每個手工精緻大小相異的木質娃娃，小心翼翼地期待究竟還蘊涵著多少次讚嘆。傳說當看到最小的娃娃時，可以對她許願，她會幫助你實現。從步上醫途那刻，我知道我也獲得了一個俄羅斯娃娃，我將用各種方式去探索醫學的內涵，去品嚐去欣賞。當可以如俯仰吸吐自然般地身為一個醫者，我想也就達成「自我滿足」這個最終願望。