

希望心園

Heart of Hope Newsletter

Hope 希望之心
安寧醫護關懷中心
Heart of Hope Asian American Hospice Care

2018夏季季刊

因為您，愛聚沙成塔

遺愛人間，芬芳永存
交棒
標記與奇蹟
母親畢業了
愛的分享
如果我早知道
希望之心 帶來愛與希望

JOIN US ON
facebook

發行人：『希望之心安寧醫護關懷中心』
編輯：陳維珊 校對：王雪柳 美編：MingCreative

基督教角聲佈道團安寧療護關懷事工夥伴

遺愛人間 芬芳永存

陳維珊

執行長 / 共同創辦人

讓我如冬葉 緩緩自林梢凋謝吧...

因為，我的綠意已經沁潤過
在我的擁抱下歇憩的八方客旅。

讓我像落花 靜靜底飄離枝葉吧...

因為，我的馨香已經撫慰過
在我的氣息裡靜默的滄桑魂靈。

就像，旭日初升的瞬間
帶給萬物啟航的感動，
那麼，夕陽隱沒的刹那
同樣有靜好的餘韻留寄給人間。

從日出 到 日落
我已走訪過生命的四時，
我本因恩典而來，當成為祝福而去...

在我歸於塵土之後，但願
我在陽光與和風中翻飛的姿態
能被記住 並且...在被想起時
可以牽動人們的嘴角，
成為 愛 與 微笑...

2012年春天，我寫了這首詩紀念參加第一屆癌症熱線關義工訓練行列的一位姊妹。年青美好，充滿愛的生命，在29歲如花綻放的時節，戰勝白血病卻故去於骨髓移植產生的排異作用。最後與她談話時，她已經進入居家安寧緩和照顧。電話那頭，我們談她短暫人生曾有的抱負，對家人的牽掛，釐清她對信仰的疑惑。我們在笑聲，歎息，在沉默與淚水中交換對生命的感激。最後，她累了，但是捨不得掛電話。於是，我們禱告，沒有道別，我們用 "阿門"說"再見"...

遺愛人間

今天，我要再度用這首詩紀念希望之心安寧醫護關懷中心第一位醫療主任 (Medical Director)， Dr. Peter Wang。王醫師，第二代華裔美人，40年資深腫瘤專科醫生暨安寧緩和療護先驅。2016年四月，在艱辛籌備募款，同時對社區進行生命末期關懷教育宣導四年之後，希望之心正式向加州政府遞交醫療執照申請書。然而，在遞交文件後，原本已經答應接受我們聘任的醫療主任突然告訴我們，她有條件更好的選擇，她很抱歉要我們另請他人。於是，我們必須在州政府官員審核文件結束前儘快找到替代的人選並向州政府重新提報，以免所有之前的文件作廢，一切申請排期要重新來過，而這可能是另外一年的延誤。遞交申請前依規定除了機構行政負責人之外，也必須完成醫療主任與護理主任的聘任，這也意味著，我們自此開始進入「燒錢」的階段。機構的經費非常吃緊，任何作業的推遲，都會為我們帶來財務上的窘迫與危機，我們無法承受起任何可能的延誤。因此我們開始在灣區找尋任何可能的人選，上百通懇切的電

話留言，不放棄的電話追蹤與跟進，寥寥無幾的回應...

隨著時間的緊迫，我想起2008年我在主流白人的安寧療護機構工作時認識的一位醫師。在那個機構裡，我與他是唯二的兩個亞洲人，然而，所有工作人員對他都非常敬仰，不是因為他的頭銜，而是他三十多年資深的安寧療護經驗與醫者的心腸。我與他並不熟識，而且過了八年，我哪裡來的把握，能期待得到他的回應呢？然而，事不得不為，我禱告神給我勇氣，厚著臉皮撥通電話，留言告知我

是誰，以及我打電話的目的，請他方便時回覆。掛斷電話時，我想大概又做了一次石沉大海的白工，那種熟悉的失落感，讓我沉默的坐在沙發上發呆。

大約半個小時後，我接到王醫師打來的讓我從椅子上跳起來的電話，他告訴我，很抱歉，他已經不太記得我了。但是他認為希望之心想要建立一個專門服務華亞裔的非營利生命末期關懷機構是一個非常令人尊敬的目標，他已經退休了，雖然無法擔任我們的醫療主任，但是他願意成為我們機構的顧問。他告訴我，不要灰心，繼續尋找，只要有心的醫師，即使安寧療護的經驗不足，他願意協助訓練。之後老人家經常透過電話鼓勵我，還自己開車專程從San Ramon來到南灣，來回兩個小時的車程參加董事會。我又繼續找尋醫療主任，也進行過數次的面試，但是，始終找不到合適的人選。兩個月過去了，在面談5個醫師後，我告訴王醫師，我已經盡一切所能，實在找不到理想的人選，但又不願意將就隨便，實在感到很沮喪。這時，電話那頭，72歲的王醫師緩緩地說『這樣吧，我來當你們的醫療主任...』，他這麼一說，我竟突然呆住了！驚喜了數秒，然後理智立刻把我帶回現實，這麼資深的醫師，我必須要知道如何支付他的薪酬。於是我謝謝他，然後緊接著問他對薪酬的期望，我好做準備。那天，他是這樣告訴我的...

他說『Blanche，我瞭解你們財務上的壓力，你們要做的事情非常重要，非常崇高，不要讓金錢上的擔憂阻礙了你們的理想...我沒有任何對薪酬的期望，我將以義工的身份做你們的醫療主任』。難以置信我所聽到的，我問他，『您是認真的嗎?...』，他接著說，『謝謝你，給我這個機會回饋社會，我可以擔任你們的醫療主任一年，你就可以不用將就，慢慢再找到合適的人。還有一件事，我希望你知道，我是肺癌二期的患者，正在接受治療。你慢慢會聽到我說話時越來越沉重的呼吸聲，也會看到我水腫的外表，但是，你不要擔心，我是考慮過自己的體力和時間的』。

聽到他的健康狀況，我非常震驚。我告訴他，我感到非常抱歉，事先不知道他的身體情況，我不能接受他在這樣的狀況下還為我們機構做出如此大的付出。然而，他非常堅持地告訴我，『Blanche，你沒有其他的選擇，時間緊迫，你必須這麼做』。當下，我真的無言以對...只能謝謝他，然後，我聽到他在電話彼端，開心地笑了。而我，在電話這頭，靜靜的流淚...

他陪我們通過了加州執照審核，帶領醫療團隊開會討論病人的病情進展，教導護士們醫藥的處置；他把最精粹的安寧療護學理與實務結合，傳遞第一流的臨床醫療照護經驗，訓練工作人員如何與病人談話，好讓家屬與病人在最困難最恐懼的時候信任與接受醫療團隊的協助...。此後，他的身體狀況越來越困難，每次與他談話時，他沉重的呼吸聲，總讓我非常揪心。我們終於在8個月之後，找到了現任的醫療主任，王醫師這才退居助理醫療主任。他對我說，不要擔心，如果有任何變動，他會擔任後援。

2018年，四月，我在辦公室，接到他的電話。他告訴我，等我有空時，他得跟我談談如何幫助希望之心拓展服務，讓希望之心獲得更多經費上的奧援，才能使更多的人得到幫助。他還告訴我，不要覺得不好意思麻煩人，要多開口尋求支持和幫助。而且不要獨自承攬壓力，一定要照顧自己，因為我走的是一條很漫長很不容易的路。我謝謝他的提醒，然後，我們只是簡單的說再見。我不知道，那竟是我與他最後的道別...十天後，他結束了74年的地上歲月。

芬芳永存

六月初，我參加了他的追思紀念會，許多來自灣區各大醫院腫瘤專科的醫師出席會議，在座還有不少他照顧過的病人與過世病人的家屬，以及他過去的同事。他們分享了他的工作生涯，他的醫學成就，他如何視病如親...我這才知道，原來王醫師是腫瘤實驗醫療的先驅，曾是Valley Medical Oncology Consultants的創辦人兼執行長，他備受尊崇，許多灣區腫瘤專科醫師視他為精神導師

。在追思會上開放分享的時間裡，我上臺講述了他退休後與希望之心的故事。更令人驚訝的是，他的孩子，夫人和朋友，對我的分享表達了感謝與詫異，因為，他們從來不知道王醫師人生最後兩年時光裡，還繼續這樣在燃燒生命，照亮他人！

希望之心的成立過程歷時六年，漫漫長路的堅持裡是一群陪著我們筆路藍縷走過來的義工與同工。每一位加入希望之心的義工與同工都不是偶然的，而是上帝親自揀選與召喚的。他們無私，謙卑，信任與專注，只為了成就一個共同的感動—讓華裔家庭，在面對親人重病末期的艱難時刻，能夠不再受制於語言和文化的障礙，能夠獲得具有專業與愛心的全備關顧。希望之心這個以華人為主的生命末期關懷非營利專業事工，承擔著許多人的期盼，帶著遠大的異像；不只在舊金山灣區，也希望將來在成熟穩健發展後能把這個先驅經驗推展到北美其他華裔朋友匯聚之處，讓更多的華人得到幫助。

在舊金山灣區，我們希望除了目前的居家安寧照護之外，在十年之後，能夠建造一所安寧之家。讓無法在家裡安息的病人，最後能在有居家氛圍，舒適且具備個人隱私的場所，接受專業與愛心的照護，而家人也能有足夠的空間環伺在側，陪伴病人走完人生最後一段旅程。

愛的推手

這一切的願景，需要大家的支持才能實現。我們在目前必須有足夠的經費支援我們繼續維持高品質的醫療服務，直到我們能夠透過聯邦政府的醫療給付逐漸達到收支平衡。日後，我們也必須適時地提升工作人員的薪資報酬，讓優秀的雙語工作人員不是只憑著愛心無止盡的付出。每個人都有家庭責任要兼顧，提供一個合情合理的工作條件，才能讓他們無後顧之憂，長期全心投入服務。希望之心截至目前為止，已經照顧了四十個生命末期的病人，其中華人佔35位，白人兩位，越南裔兩位，韓裔一位。每天平均同時照顧六個病人。我們需要達到每日平均照

顧人數25人左右，所獲得的聯邦醫療給付才能收支平衡，這還不包括我們免費照顧的沒有保險給付或私人保險給付極少的一些經濟困難的病人。2018年的預算100萬，每個月固定開支需要約7萬至8萬元不等，到目前我們還欠缺60萬元。

王醫師離開了，我們雖然深深感到失落，但是我們依然感謝。感謝他溫暖的大愛，感謝上帝在希望之心開始階段，為一個小小的，如嬰兒般稚嫩的初創機構，召喚了我們不曾想望的名家大師；把一流的專業經驗手把手地傳承給我們，調教我們，協助我們建立起傑出的專業能力與精神。他最後的掛念是，如何拓展希望之心的服務與穩定希望之心的財務狀況。各位朋友，您願不願意也成為愛的推手，在您所能的範圍裡，支持我們，讓希望之心能繼續用愛心與專業照顧生命末期的華人朋友和他們的家人，給予失去摯愛的人們關懷與陪伴呢？

因為您，愛聚沙成塔！



▲ 陳維珊 執行長/共同創辦人

交棒，然後繼續往前行

龔振成 前任總經理/共同創辦人


在我們人生的每一個階段神都有美好的帶領和恩典。2011年秋天，當時和我一起的『角聲癌症關懷』服務的陳維珊資深安寧療護社工師提出為華裔生命末期病人成立一個提供安寧療護機構的想法，之後這個構想獲得角聲總幹事勞伯祥牧師的支持，再經由早期籌備委員會和後續的董事會多位會員的長期堅持，以及許多顧問、義工和捐助者的幫忙，『角聲癌症關懷』於2015年轉型並成為獨立的『希望之心安寧醫護關懷中心』。如今這個非營利的安寧療護機構已經取得加州安寧療護執照，也通過聯邦政府的驗證，開始為北加州矽谷地區的華裔生命末期病人和家屬提供專業的安寧療護服務。這個筚路藍縷的創辦過程，雖然非常艱辛，但所有參與者都見證了神在每一個階段的帶領和恩典。我相信神必繼續帶領這個機構未來的發展。

2016年希望之心取得加州安寧療護執照後，我覺得自己參與創辦這個安寧療護機構的階段性任務已經完成，一方面我希望能夠重回癌症關懷的領域，另一方面我覺得這個機構需要在專業管理更有經驗的人來協助執行長推展這個機構後續的營運。因此，2017年夏天我建議執行長和董事會開始物色合適的人選。有一天，我在互聯網搜尋有關華人癌症關懷的資料時，我看見了一份報導說中國大陸估計2015年約有430萬人被診斷罹患癌症，約有280萬人因癌症死亡，而且癌症人口逐年上升，癌症已經是造成大陸人口死亡的主要原因。當我看到這些龐大的統計數字時，心裡非常震撼，我想起1997年我曾在神面前立定服務華人癌症患者和家屬的心願。我感覺神似乎再度提醒我繼續去落實那個未完成的心願，於是我禱告尋求神的帶領。我想如果神開路，或許我可以把過去近20年在北美服務華人癌症患者、生命末期病人、和家屬的經驗與大陸有意發展類似關懷工作的基督徒分享，因為大陸在癌症關懷這方面

的資訊和資源都非常缺乏。

2017年年底神的確開了路，讓我有機會認識大陸的一間教會，他們看見了當地癌症病人和家屬的心靈需求，有意成立癌症和生命末期關懷團隊，希望藉著探訪和關懷把神的愛和恩惠介紹給病友們。神既然有這個帶領，我相信我交棒的時候到了。因此我向執行長和董事會請辭，並於2018年三月底離職。雖然我不再是希望之心的職員，但我仍然繼續參加董事會，直到任期滿足。我希望今後能專心去落實1997年我在神面前所立的那個心願。經過聯繫和禱告，2018年夏末我們夫婦和一位牧師將去大陸為一批有心關懷癌友的基督徒們提供關懷者培訓、協助教會成立關懷團隊服務當地的癌友和家屬。感謝神的恩典，希望之心於今年六月中已經聘任到一位管理經驗非常豐富的陳炳枝弟兄(Thomas Chan)擔任總務長一職。我相信在他的協助下，這個機構的營運會更上軌道、更有功效。

我盼望過去多年來一直支持這個非營利安寧療護機構的社會人士能繼續以遠見、愛心、禱告、和金錢來扶持這個初創的機構。雖然這個機構已經通過聯邦政府的驗證，可以獲得健保給付，但是因為『希望之心』照顧的病人中，有些沒有醫療保險，或有些私人保險只提供極少的保險給付，所以目前的收入仍然不足這個機構營運的支出。我們也需要大家把『希望之心』這個機構介紹給北加州矽谷地區需要安寧療護服務的生命末期病人（不分語言、社會、文化、宗教背景）。此外，我們也需要有更多能夠說雙語的醫護、社工、靈性輔導的專業人士加入這個團隊，以便服務日漸增加的病人。我深信這個符合華人語言、文化需求、具有特殊意義和任務的安寧療護機構將來在北加州矽谷地區，甚至其他地方，會帶出深遠的影響。請大家繼續支持和代禱，謝謝。



標記 與奇蹟

陳炳枝 (Thomas Chan) 總務長

因我在銀行的工作遷移，我們一家在1992年自香港移民到芝加哥。25年之後，於2017年的夏天，我毅然離開在財經界多年的管理工作，退休搬來加州灣區定居，與已經定居加州多年的其它家人重拾一起歡聚的時光。

我們離開香港時，是一家四口的。其後兒子Jon結婚生子而在西雅圖居住。孫子Clark已快三歲了。但我們抱著難捨難分的心情，離開已逝的女兒Janessa墳地，啟程去加州。她是早產的孩子，因腦部曾缺氧氣，導至確診為「大腦麻痺」嚴重殘障的人，她之後在10歲時去世。離開芝加哥時，我們心情很難過，感覺像是「摒棄」她一樣地搬走！

我一位在芝加哥的主內好友Norm曾對我說：退休不是退隱，而是從一個工作換到一個更有趣味的志向去。這樣的說法影響著我在灣區找工作，或另一立業的路向。有些人形容灣區是一塊安居樂業的樂土

，燦爛陽光，溫和的氣候和珍饈百味。如果我們將乾旱、高度的山火之災和不斷地震的威脅除去，這真是一塊樂土。

享受了這個近乎天堂(John Denver的Almost Heaven常響徹我腦海中)六個月後，我開始尋找我「新」的志向與事業；聯絡各方朋友和招募代理，和社區平臺、廣告及禱告。我相信我的經驗和資歷一定有找到就業的機會，而我也確實曾進行過一些電話和面試。過去我的職業生涯真的滿有祝福，不同的部門，優良的表現和上司的推介，我可以在不同的崗位範圍增值良多。現在要重踏「找工」的挑戰，我承認使我感覺不安。另一面來說，『必須』和『想要』找工作是斷然不同的感覺。「轉向一個好志向」幫我擴大機會的範疇。所以我第二的職業志向，就是去做一些與昔日不同，和慈惠的事業，例如扶助特殊的兒童和關懷病患者。

一個下午，我和我太太Alice應我大舅John Luk的邀請，參加「餐福團契」的聚會。我們未抱著希望，只是單純出席在嶺南小館的會議。通常我們去餐廳或酒店，主要是品嚐美味和禮貌的服務，從未想過能有此良機和餐館老闆與休息班的員工聚談。在聚會之後，我們把握機會自動向一些人表明想要做義工的意願以及我們服事的心志和熱衷事奉的方向。只是很可惜，「餐福」並不是神放在我們心中的異像。之後，我們也還去了「中信」登記做義工，可惜一直沒有回音，在總總我們接觸的人中，只有一位跟我們聯絡，他就是Wallace Chu(希望之心安寧醫護關懷中心董事主席)。自此我們成為朋友，他會抽空跟我們喝咖啡，吃早餐或午飯見面。我也送他我的履歷表，希望他推薦介紹給別的朋友。時間漸過，我們也平安地禱告神，求祂指引。

今年三月初，我們去了紐約參加太太的姊姊的卓越事工成就獎頒獎典禮。其間收到Wallace的電話，告訴我關於在「希望之心」機構的就業機會。那次因訊號不足，未能談及詳情。當我們回程登陸三藩市機場時，我的手機響了，這次是一平易溫柔的聲音向我介紹她是陳維珊(希望之心的共同創辦人暨執行長)。從這一刻開始，我步上了「希望之心」的旅程。維珊提到因為另一共同創辦人暨總經理，龔先生即將自希望之心退休，她正在進行機構新的人事安排，她邀請我兩星期後去她的辦公室會面。與此同時，我亦繼續摸索職場的情況。

那一日，我抵達「希望之心」的辦事處後，被安排在會議室等候。工作人員為我送上一杯水和「希望之心」的通訊季刊。當我看到這刊物的封面主題，紅色字體「讓愛枝繁葉茂」，我驚訝不已。因為我太太的中文名子裡有「愛」字，我自己的名字裡有「枝」字。家人通常叫我們「愛枝之家」。我即時短訊給太太，連同這封面的相片，以及寫著『讓愛枝繁葉茂』的主題字樣。這是否是一個從神來的標記呢？

自此，從四月份開始，我就在「希望之心」擔任義工，並且在六月中正式成為總務長(Chief Office officer)。神很清晰地呼召我去服事「希望之心」

，而神答允董事會在禱告時對這個職務的候選人的條件要求和我的資歷也明確地吻合。這是維珊後來告訴我的。

我太太、兒子和家人對我的決定和改變--不再做財經銀行的工作而轉去「希望之心」服事十分支持。作為多年的芝加哥市民，我對Michael Jordan的體育精神，超敬業態度非常敬佩。他曾經是卓越的藍球員而改去打棒球。我也步他後塵，因為神，我亦由財經界轉到專業醫療事奉。

愛而釋手，我們放下女兒，與她離別的沈重心情是我們人生最困難的經歷。我們在生命中失去的許多事物大部分是可以重新建立的，但是失去摯愛，我們卻必須就此與失落共存。這個經歷，讓我和太太學習從新開始，讓神在我們缺欠上去積極靠祂而活。這個經歷，也讓我們見到「標記」，容讓神進入我們的生命裏活出奇蹟來！



希望之心
彩虹乳癌/婦癌互助小組

**時間: 2018年3月起每個月
第三個星期三**

上午10:30am至12:30pm

**地點: 希望之心安寧醫護關懷中心
1922 The Alameda, Suite 215,
San Jose, CA 95126**

報名電話: 1-408-986-8584
語言: 以普通話為主



母親畢業了！

作者 陽光

我的母親是一個很快樂的人，也是一個很好的基督徒，她一生愛所有的人，並且很努力的生活著。患了失智症的媽媽愈來愈迷糊需要長期陪伴，但是她的一生是最好的楷模，是非常可愛的人，每個人都愛她。患有長期失智症的母親在2018年初，突然不吃飯了，一個月瘦了四磅多。她的身體開始出現很大的困難，有很嚴重的便秘，半夜跌倒了五六次，狀況非常不好，照顧她，有時候很不容易。我們很擔心不知道母親接下來會怎麼樣，在經過母親的主治醫師診斷後，認為她已經可以符合安寧療護。於是，經過兩個醫生的推薦，我們認識了希望之心，在完成母親的病況評估後，他們很快的開始進入我們的家裡來，開始提供全方位的照顧。

希望之心的團隊，在這段時間裡無微不至的幫助我們包括，醫師，護理長，個案管理護士，洗澡的護佐阿姨，心靈輔導的社工，以及靈性關懷的牧師全都來了。他們每個人對媽媽都非常的好，讓媽媽得到最妥善的照顧。在照顧開始後的三個禮拜，媽媽的便秘問題，慢慢好了，也開始慢慢的願意吃飯了，而且我們跟希望之心的工作人員也建立了很好的友誼。

記得有一天媽媽摔倒了，我不想報告給個案護士，因為沒有什麼嚴重，好好的，不想再麻煩工作人員。但是替母親洗澡的護佐阿姨每一次都報告，細心地檢查，護士也在接到報告後立刻來了。當天，護

士來了以後就建議要裝一個護欄保護母親，而且在同一天下午四點，希望之心的工作人員就已經來裝好了護欄。我非常的驚訝，我心想，去哪裡找一個這麼有效率，這麼愛你母親的一個機構呢！

在這三個月裡，我很習慣的，接受了許許多多，定期而毫無延誤的幫助。不管是醫療的、心理的或者靈性的，我與工作人員都成了好朋友。我跟洗澡的護佐阿姨無話不談，非常的快樂。提供靈性輔導的牧師也教我們一個好方法，就是把聖經唸出來，當你念的時候，你的頭腦就在活動，因此我幾乎天天帶著媽媽唱詩歌，睡前我們唱半個小時。在唱詩歌的時候，我們體會到來自神的愛，我們體會到彼此的愛，我們堅定了信心，我們快樂，我們平靜。有的時候，我就讓媽媽抄一段經文或念出來。我相信在這樣念寫的時候，媽媽的頭腦就在轉，雖然她的病情很難回復。另外，這段期間，希望之心的義工，每個禮拜打電話給我一次，在電話中完全的傾聽我，不批評，默默的支援我，減輕了我內心許多照顧母親的壓力與痛苦。

母親的情況在三個月的細心照顧後，越來越平穩，已經不再符合接受安寧照顧的資格。希望之心還讓他們兩位醫師同時到家中探望母親，確認母親的情況的確相當平穩，所以，我們就很安心的地停止了安寧療護。母親離開希望之心的照顧之後的兩個禮拜，護理長還打電話來問候；兩個月之後希望之心的CEO(執行長)還打電話來問候媽媽跟我的狀況

，並且詢問我，希望之心有那些地方需要改進。我非常的感動，感謝。你想想，在越來越現實的世界上，去哪裡找一個你離開了兩個月，還會來關心你的醫療機構呢？這麼的無微不至！

這三個月裡，我從希望之心學到一件非常寶貴的事，那就是要做好預先的一切準備。不管是為了我們自己或我們的家人，我們都可以提前認識生命末期照顧，不要到臨頭慌了手腳不知道該怎麼辦。當你有機會認識，試著去瞭解。事先對經濟的、法律的、醫療的處理，與照顧的資源做好認識與決定。當你有一天不能自理的時候，你或您的家人就能夠有地方尋求幫助。同時，如果能提前完成預立醫療囑咐的文件，就能減少家人之間對如何照顧病人有不同看法和做法時，產生的矛盾和爭吵。

希望之心這個生命末期關懷專業機構，以實際的行動，給了我們家庭非常大的支持。這真的是一個非

常專業，用愛照顧病人，並且持續給予家屬關懷與陪伴的機構。我們雖然不像許多安寧療護的病人那樣經歷安寧療護的照顧到生命的末了，但是這個短短三個月，讓我真正看到了希望之心他們的初衷，他們那種以愛為出發點，有著專業的醫療知識，技能與經驗，並且毫不拖延，即時即刻的幫助！

死亡不是生命的結束，我們和自己所愛的人只是暫時分開，將來還要再相聚。為了能讓我們所愛的人離世前最後幾個月的時間裡得到最好的照顧，我真心希望，其他的華人朋友能夠知道我們自己的華人社區裡，終於有了一個這樣能用自己的語言，瞭解自己的文化，充滿愛心又專業的生命末期關懷機構。我曾為了母親，盡我的一點心意捐款，也期望大家能夠有錢出錢，有力出力，即使為數不多，為了我們華人社區的好處，讓我們大家一起來幫助不以賺錢為目地的希望之心成長茁壯！

Hope 希望之心安寧醫護關懷中心 Heart of Hope Asian American Hospice Care

我們在尋找你，你知道嗎？

希望之心安寧醫護關懷中心，開始招聘專業醫，護，社工，靈性專業人員。我們提供優質的薪資福利，彈性工時，以及充滿愛與感恩氛圍的工作環境。

- 健康保險(Medical, dental, vision options)
- 機構付費事，病，年休(Generous paid time off)
- 機構付費假日(Paid holidays)
- 退休儲蓄計劃(401K with Employer Match)
- 彈性稅前醫療費用抵免
(Flexible Spending Account for Health)

如果，你是我們要找的人，請電郵你個人履歷表，若有任何問題也歡迎與我們電話聯繫，來函請寄：hr@HeartOfHopeHospice.org
電話：408-986-8584
地址：1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA 95126



2017年初有一個機會報名參加『希望之心安寧醫護關懷中心』"2017年第五屆重症及安寧醫護電話關懷熱線/家訪關懷義工訓練"。經由這次密集又嚴格的培訓，我學習到很多的知識，接收許多的訊息，與瞭解不少的現況，深深地體悟到生命的價值與意義；也由於每一個人都是獨立的個體，讓我學會了自由與尊重是那麼的重要。因為這份瞭解使我深切的認知對生命末期關懷的服務，除了知識與經驗外，最重要的動力是一份單純的愛心。

經過這一年半的培訓，付出，及成長，我經驗到人的善良與努力，也看到人的有限與無奈。在陪伴與關懷中我學習了聆聽，同理，尊重與尊敬。每一個生命的故事都是那麼獨特的，不平凡的。我所能做的只有謙卑的與尊敬的默默的陪伴，希望對方能感受到自己是被愛的被接受的。在付出中我也經驗到上蒼是如此的慷慨大方與美善，當你付出時你就有豐收，當你給愛時你必有愛相隨；當你是那麼單純的奉獻時，老天爺必裝備你，賜給你源源不絕愛的能力，在你的生命中注入與分施使你的生命豐富與美好。有一次我去醫院探望一位病人，這位病人大約七十多歲了，孤獨一人，先生四年前去世。當她看到我來時，她好高興，不怕了，心安了，似乎病痛都減輕了，甚至還告訴醫生和護士我是她的天使；由於這一切正能量的影響，醫生和護士似乎也更悉心的照顧她。我知道我付出的只是一點點，卻能帶來這麼好的效果，讓她和我都經驗到愛的力量，這使我非常感動。

當我參與希望之心義工服務期間，我看到每位同仁不分職務的不同而都能同心合力以"更"的精神，只有一個目的就是為了需要被關懷者的最大益處一起努力，看不到不悅，聽不到抱怨，常懷有感恩之心，使我們整個工作環境充滿了正能量，這使我非常感恩與感動。就像在 2017 年10 月28 日在希望之心年度特會上，短短的二三個小時，有講員演講，大型舞台劇，歌唱表演，多個攤位的義賣，還有點心招待等等。我們所有同工和義工總動員，一人身兼數職，大家忙成一團，不但當天的辛勞，更是年會前五個月的辛苦策劃，練習，排演等等說不清楚的準備工作，再一次肯定我們向愛的投身。

生老病死是自然的定律，老齡化又是當今全球的趨勢，你要也好不要也好，當時候來時我們總是要面對要接受，所以如果我們能夠在我們有能力的時候好好的準備，計劃，安排自己老年的生活，可以與家人討論與選擇自己生命最後階段的日子要如何的度過，這不但可以減輕家人的各種的負擔還可以使自己安心，這更是上天給與最大的祝福。

全美免付費電話重症疾病教育講座



2018年於每個月的第三個星期四下午6-7時（太平洋時間）舉行。免費及容易參加！你可以在全美各地或家裡使用電話參加國語電話講座。請事先報名以便取得免付費電話號碼和講義。

活動預告請致電

408-986-8584詢問或上網到
heartofhopehospice.org報名

1976年隨著留學潮，我辭去護理教師的工作。和許多年輕學子一樣，我懷著為台灣儲備護理專業人才，和滿腔熱血來美國求學。沒想到我所學的領域「精神科護理研究所」，在課室上必須能與人對答如流，另外跨文化的臨床實習，使得我的學習如雪上加霜。

記得第一個學年結束的暑假，有一天我們和朋友去郊區採蘋果。當天下午突然接到我的大姊來電說，我的母親過世了，當時噩耗傳來我痛哭失聲，呆望著桌椅上推滿的蘋果。我隨著一個衝動打電話給當

感高築。所以，原本一個垂手可及的碩士學位，因為沒有動手寫論文，就此石沉海底。

幾年前，我有機會參加了由『基督徒會堂』舉辦的，『希望之心安寧醫護關懷中心』的陳維珊臨床社工師的講座。會後我購買了一套，「因為愛，所以走出悲傷」的6片CD專輯。這套CD是專門為處理失去摯愛的人，產生的憂傷過程所製作的，聽這套CD開了我的眼界。一開始我訝異失落所愛的人事物的處理方法，是來於自外在的學習；我聽到最鼓舞正在憂傷過程中的人的一句話：『你一定會走出來』。



如果 我早知道...

作者 黃桂蘭

時的實習輔導Elaine，事後，我卻因否定母親去世的事實，把Elaine來看我的事忘得一乾二淨。在一夜之間我的母親因腦蜘蛛膜下腔出血過世，我的母親生前有高血壓，她不肯花錢看病，加上缺乏醫學常識一直沒有就醫。出國前，我曾經帶她去衛生所拿免費的藥物。當時我很天真，以為一個不曾吃高血壓藥的人，會因著我口頭上的叮嚀，以及能免費拿藥，就學會照顧自己。

因此在她去世後，除了離鄉背井的孤寂格外思念她，我無法處理自己因為沒有好好照顧她，而造成她的死亡感到內疚。我懊悔沒有遠程的追蹤她吃藥的情形，我也懊悔沒有交代小弟帶她去拿藥。作為一個專業護理人員，我更無法原諒自己，因為這個不能逆轉的過失，奪走了母親的生命，以致於我罪惡

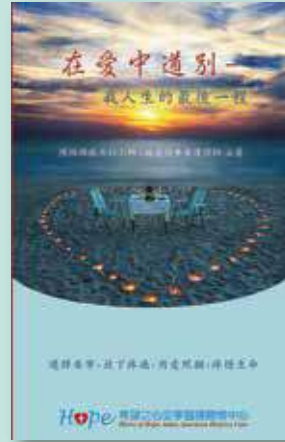
在「步向療癒的開端」的那課程，維珊說，令人遲遲無法面對所發生失落的傷痛，往往是因為對這失落的事件，存著兩方面的懊悔情緒。第一個稱為「內向的懊悔」，這是指懊悔自己無法改變因自己的行為所造成的失落。第二個稱為「外向的惱恨」，這是指著憤怒自己無法改變因為他人的行為所造成自己的失落。這兩種不能跨越的情緒難關，會使人呈現癱瘓而無法去面對失落的事實。我很驚奇維珊說中了我心底的事，因為我正是因著「內向的懊悔」遲遲無法面對失去母親的傷痛，而且因這傷痛導致輟學。維珊說，當你的心中存著「內向的懊悔」，你會經常想：「為什麼我當初不這樣做？」或者「如果我這樣做，現在事情就不會發生」，以上這些非理性的猜測，所產生的懊悔情緒必須被導引出來。維珊以行為科學幫助因失落摯愛而憂傷的人，

走出自我綑綁或者為他人所綑綁的死胡同。

她說，我們要學習從身份、角色、時間、與環境四個角度，去肯定當時的行為或做決定的出發點。第一「如果換成為別人，可能會有不同的做法，但是因為我的身分和角色，當時我只能這樣做。」第二「在不同的時間和環境下，我可能會有不同的做法。但是在那個時候、那個特殊的狀況下，我必須那麼做。」第三「我當時那麼做，因為那是我當時最好的方式。」第四「我當時那麼做，因為那是我當時所能做到的極限。」第五「在我所理解的狀況下，我已經盡了我當時的智慧、知識、體力、能力、與心力去處理那件事。」

雖然我曾經在別處的一個課程裡，了解到「憂傷過程」是從「否認」「憤怒」「討價還價」到「接受」等四個過程。我也向我的母親寫「一封信」，試著了結我心中無法見到她最後一面的遺憾。然而維珊一語道破，打開了我多年不能釋懷的心結。她的教導讓我了解，為何我會被罪惡感壓垮？為何我會輟學？為何我的憂傷過程那麼漫長？了解了我的行為的原因，也能因此接受我當時的行為而不再自責。我也認識自己的極限，當我勇敢的面對失落的事實，我才真正步向療癒的路。

聽完整套CD，我有一個感動就是將這些CD送到需要人的手中。我知道處理因失落的憂傷，必須讓當事人慢慢聽，慢慢吸收，慢慢認識自己的情緒，並以自己的速度慢慢地走出來。希望我的分享能帶給那些內心傷痛封閉多時，無法原諒，無法再信任，再去愛或被愛的生命一些迴響，讓傷痛的心靈能看見希望，走過悲傷！



由「希望之心」共同創辦人陳維珊執照臨床社工師和顧問趙波倩資深專業護理師共同撰寫的『在愛中道別 — 我人生的最後一程』這一本中英文對照敘述生命末期病人最後6個月身心狀態的手冊已經發行了。這本手冊以末期病人第一人稱的方式陳述，讓陪伴者和探望者了解病人

可能出現的身體症狀、意識狀態、心情寫照和最後的期許 — 受尊重、有尊嚴、安詳地與親人在愛中道別。如果您覺得這本書對您所認識的朋友或親人可能有所幫助而希望購買這本手冊，請將書價(每本\$5)連同加州購物稅和郵資每本共\$8.50寫支票給HHAACH，註明Book，寄到 Heart of Hope, 1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA 95126。歡迎您為這本手冊的後續發行捐款。



為了幫助在美國喪親或經歷生命重大失落的華裔朋友，角聲關懷在2013年3月正式出版「因為愛，所以走過悲傷」華語關懷系列6片CD專輯，已開放購買。每套CD售價60美元，美國

境內運費與加州購物稅另合計10美元，每套共計70美元。我們在希望之心的網站裡備有專輯試聽段落，歡迎各位前往

<http://heartofhopehospice.org/node/34> 試聽。如有興趣購買者，請直接從我們的網站下載申購表，連同支票寄到 Heart of Hope, 1922 The Alameda, Suite 215, San Jose, CA95126。

(支票請寫給Weishan Chen，支票下方加註 Heart of Hope, Healing Grief In Love Project。)



希望之心 帶來愛與希望

作者 小草

94歲的父親在四年前，因為免疫系統功能低下，不幸罹患「MAC非結核分枝桿菌感染」的疾病，這個病的症狀像是過敏症，特別的細菌造成皮膚發癢結包潰爛，只有強烈的抗生素才能克制細菌的增長和潰爛的停止。父親經由專科醫生開出六種抗生素服用，但是抗生素對身體有強大的傷害力，全身的重要器官會逐漸受損而最終衰竭死亡，四年間老父曾有二次停止服用藥物，但是很快又復發，而且此病菌有強大的抗藥性，一旦復發，就得用更強烈的劑量來壓制細菌，父親在長期服用抗生素下，身體飽受摧殘，健康每況愈下。

今年的二月份父親病情嚴重，雙腿開始腫脹疼痛，無法行走，尿失禁需要使用尿片，每日昏睡。此時醫生下達臨終照顧的指示，認為父親的壽命大約是三個月。雖然明白父親的疾病無法治癒，只能持續服用抗生素藥直到衰竭死亡，知道父親大限在即，心中有著無限不捨，只希望能陪伴父親到他最後的一天。

由於我在防癌協會做志工多年，認識曾在『美國防癌協會北加州分會』擔任主任的龔振成先生，後來龔先生致力於臨終照顧，因此也透過他認識了『希望之心安寧醫護關懷中心』的共同創辦人兼執行長陳維珊。於是我向父親的醫生表示，臨終照顧的機構要找『希望之心安寧醫護關懷中心』，就在醫生和醫院的社工連絡下，第二天希望之心的工作人員就迅速到達父母親的老人公寓。第一位我們見到的工作人員是護士小朱，她過去曾在台大醫院工作了20年，不但有多年照顧臨床重病病人經驗，還有一顆超乎尋常的愛心，她的到來對爸媽來說好像多了

一個家人。爸媽的聽力都不行了，尤其和老爸的溝通，我多是用寫字的方式，父親也衰弱到通常以點頭或搖頭來表示他的意願，但是小朱有個天生大嗓門，居然能和聽力有障礙的爸媽談話。而且爸媽的英文能力有限，如果照顧他們的護理人員不能說中文，那麼臨終的照顧就無法完成，因此能在美國找到一個能夠以中文來服務的臨終照顧機構，是病人的幸運和幸福。此外還有另一位護理人員，每星期會有二次到父親家中為父親洗澡，因為失禁，愛乾淨的父親最喜歡洗澡，每次洗完澡都會睡得特別香甜。此外關懷中心的社工和牧師也來探訪，牧師的禱告讓父親心中充滿著上帝賜給的平安，也讓即將失伴的老媽心中，能有一個發抒她不安和恐懼的出口。

醫生在今年二月時評估，父親大約只有三個月的壽命，但在希望之心的照顧下，父親嚴重的雙腿腫脹和疼痛有了緩解，腫脹已沒有繼續惡化，疼痛也以藥物控制到不痛，不像早些時候，一站起來就痛的喊叫，而且舉步為艱，無法行走。在「希望之心」的照顧下，父親的生活品質提高，不再飽受疼痛之苦，雖然仍是舉步維艱，但還能靠助行器走幾步路。父親每天除了吃飯的時刻是清醒狀態，由於沒有體力，大部分時間如睡美人般閉目睡眠，衷心希望父親在世的短暫時光，不要受到太多疼痛之苦，也切切禱告希望他能在睡夢中羽化登天。

在此衷心感謝『希望之心安寧醫護關懷中心』工作人員辛苦又有愛心的陪伴，也希望有同樣情況的家庭能夠知道這個為華人服務的機構，為我們即將離去的親人，在離世前得到貼心的照顧。



因為您， 愛聚沙成塔

各位親愛的社區朋友們:平安!

您即將讀完本次的季刊，此時，我們希望您經由接受過或正在接受『希望之心安寧醫護關懷中心』照顧與陪伴的病人家屬，以及義工，同工們的分享，可以看出社區對我們服務的熱忱和愛心的肯定，病人與家屬在生命的低谷，最需要關懷的時候，能夠得到我們專業的幫助對他們是何等地重要!這些都是各位支持我們工作的成果!

我們去年八月以罕見的成績「零缺失 -Zero Deficiency」通過聯邦政府(MEDICARE)嚴格審核認證後，自去年12月開始能夠申請醫療服務給付。但是自我們去年和社區分享我們獲得聯邦政府認證後，我們從社區所獲得的捐贈經費支持大幅度降低。我們在此對希望之心的財務狀況做一些說明，希望讓大家有更清楚的資訊，才能知道如何協助與支持我們。

由於專業的安寧醫護機構必須具備完整的醫療團隊，提供全備的醫療器材與各種藥品，以及專業的經營管理。這些昂貴的花費在創業起初的階段完全無法只靠

Medicare 的醫療給付得到補足。目前我們已經照顧超過40位病人，其中大部分是華人，只有兩位是越南裔，兩位白人，一位韓裔病人。我們平均每天照顧6位病人，根據估算必須要達到每天照顧25個病人的時候，我們才能收支平衡。同時這還不包含我們所照顧的病人當中，有時候會有病人沒有醫療保險，或者私人保險給予非常低的給付。我們2018年度的預算是100萬美金，每月支出約7到8萬之間，每個月份的預算赤字約三萬到三萬五千元。到目前為止，我們年度預算還欠缺60萬。如果沒有其他捐款資助，只靠Medicare的給付，我們很快會耗盡緊急費用準備金!

為避免希望之心為華裔社群提供的安寧醫護工作受到任何負面影響，您的支持，無論捐款數量大小，對我們都是一種鼓勵，我們都深深感激。我們希望您能繼續與我們在這條用專業奉獻愛的路途上同行，繼續做我們堅強的夥伴與後盾。

因為您，愛聚沙成塔!

希望之心安寧醫護關懷中心

董事會 敬筆

捐獻方式

- 如果您願意捐款，請您把支票寫給
Heart of Hope Asian American Hospice Care，寄到
1922 The Alameda， Suite 215， San Jose， CA 95126
- 如果您上班的公司提供相對捐款(matching donation)，請您把申請表和支票一同寄給我們。
- 您可以在我們的網站heartofhopehospice.org透過PayPal捐款給希望之心。
- 您在Smile.Amazon.com購物時，請挑選Heart of Hope Asian American Hospice Care成為Amazon Foundation 贊助的受益單位。
- 如果您有意捐增值的股票或任何舊車，請打電話到(408)986-8584或電郵到info@heartofhopehospice.org通知我們。
- 如果您已經在Fidelity Charitable和 Schwab Charitable設立Donor Advised Fund (DAF)，您可以直接在希望之心的網站HeartOfHopeHospice.org把預備捐給慈善機構的款項捐到「Heart of Hope Asian American Hospice Care」。如果您在其他公司設立了DAF，請指定我們為受益機構。
- 最重要的是，請您把希望之心介紹給那些住在舊金山南灣地區需要安寧療護的生命末期病人和他們的家屬，讓我們周全的服務能夠陪伴他們走完人生的最後一程。

希望之心安寧醫護關懷中心

為舊金山灣區華人提供
重症疾病心靈關懷熱線
和全美癌症關懷熱線

1-888-663- 8585
每週一至週五，上午9
點至下午5點，由受訓
過的關懷義工接聽。
歡迎使用熱線。

希望之心安寧醫護關懷中心

誠徵下列義工：

- 電話關懷/家訪義工
- 中英文打字
- 翻譯（中英，英中）
- 季刊編輯
- 美術設計排版
- IT 電腦義工

彈性服務時間，請致電
408-986-8584 與我們聯絡。

1922 The Alameda, Suite 215
 San Jose, CA 95126

『希望之心安寧醫護關懷中心』，非營利機構，承接和擴展『角聲癌症關懷』原有服務。繼續協助全美華人癌症與其他重症患者和家屬，克服文化、環境、語言和心理障礙，面對疾病，並訓練關懷義工為病人和家屬提供心靈支持。目前已取得加州安寧療護執照，為北加州南灣及部分東灣地區的華裔生命末期病人和家屬，提供專業醫護服務與關懷。無醫療保險的病人，本機構將盡力提供慈惠專業醫護服務。

服務項目:

- 舊金山灣區重症心靈關懷熱線
1-888-663-8585 (週一至週五)
- 癌友互助會
- 安寧療護電話關懷/家訪義工訓練
- 各類重症專業醫療照護社區講座
- 全美免費癌症關懷電話熱線
1-888-663-8585 (週一至週五)
- 全美免費重症疾病電話教育講座
(每月第三個週四6-7時，太平洋時間)
報名電話(408)986-8584
- 免費抗癌資訊和社區資源轉介
- 『希望心園』關懷季刊

希望之心安寧醫護關懷中心於2017年11月至2018年05月收到下列捐款和活動贊助：

A. Friend of Life Pioneer Donor生命之友先驅捐助者或活動贊助者, \$50,000以上. Liu, Juchi Tang & Teyin Mark

B. Friend of Love Donor慈愛之友捐助者或活動贊助者, \$10,000至\$49,999. En-Yong Foundation; PYSF Family Foundation; Daibiller, Jenny Chin Lin; Wang, Jackson; Western Digital Corp.

C. Friend of Hope Donor希望之友捐助者或活動贊助者, \$1,000至\$9,999. The Home of Christ in Menlo Park; The Chyan Family Agape Fund; Yang, Samson & Lin, I-Yin; Han, Cheol & Kim, Kyung Sook; Liu, Karen Kit Fong; Hung, Alvin & Rebecca; Cheng, Yuan Chai AKA Eleanor Ching Trustee; Ching, Andy & Rosita; Liao, Yu-Fuen & Wu, Stephen T L; The Lai Family LTD. Partnership; Wong, Jasmine; Lan, Jaing; South Bay Bible Church; Chen, Roulhwai & Ellen; Ching, Margaret; Hsiung, Esther K.; Huang, Neng Chun & Huaqin; Johnson & Johnson; Lam, Kai C. & Lai, Kofen R.; Liang, Horng-Jyh; Lin, Juichih & Meihsai Wen; Ng, Kenneth Wenghang & Hanna Hongchin; Sun, Linda S; Taiwanese American Presbyterian Church; Ueng, Su Fang & Tzou Shin; Yang, Mimi H & David J; Yip, Kam

D. Friend of Hospice Donor安寧之友捐助者或活動贊助者, \$1,000以下任何金額. South Bay Agape Christian Church; Cui, Jeffrey; Chu, Yingling; Lin, Teh-Cheng & Tu, Chyi Hsyam; Chu, Louis Gwo-Jiun; Chang, Kan-teh Paul; Ling, I-Yung; Cheung, Kong Ling; Crosspoint Community Church; Hou, Vicky Shang Wen & Hsiang Lin; Hsu, Ta-Lin & Joyce; Hu, Henry; Huang, May & Howard; Miller, Dale B.; Ng, Anthony C.; Ng, Tao-Fei Samuel & Sin-Lan Suzetta; Yeh, Wenchin & Mang-Ling Wu; Leung, Michael; Richard Tuo Shung Memorial Fund; Applied Materials; Huang, Kuo-Tai Victor & Yung-Chia Angel; Hwang, Chi-En; Kwok, Lichen; Xie, Hongling; GOOGLE INC.; Network for Good; Chien, Paul K & Pauline I; Fan, Sharon; Glory and Wonders World Mission; Li, Tomi & Teresa; Liu, Clement & Peng, Lixi; Nutrition House Restaurant Inc.; Oracle Corporation; Zhang, Wesley; Wong, Alan & Gladys; Hu, Thomas & Alice; Tan, Chen K; Fok, Katherine Sik Ling; Chan, Peter; Chen, Chia-Lin & Shen Yuan; Chen, Jane; Chin, Shu-Shi; He, Gloria or Thomas; Hsu, Shih Yih & Li Chen; Hsue, Miranda & James; Huang, Joyce L & Milton T; Lee, Chun-Sheu; Tam, Hung Keung; Tsai, Janice; Wang Ping Acupuncture Clinic; Weikai Family Foundation; AmazonSmile Foundation; Chen, Jau-Jiun; Wu, John H; Brown, Robert A. Jr; Chan, Andrew & Sophia; Chan, Kennedy & Naomi C Uyeda; Chang, Linda E.; Chang, Paul & Celia; Chao, Shaw Cheng & Tony S; Chen, Bao Rong; Chen, Ya Nan; Curtis Instruments, Inc; Huo, Anchun; Kao, Iming & Young, Gene; Ko, Sau H; Lam, Jane Y.; Lee, Sze Ming; Leung, Shee & Li, Gang M; Liu, Chia Shen; Liu, Corey and Lucy; Lo, Calvin & Liang, Cheryl; Pak, Eric; Schwab Charitable - Kuo, Samuel and Mary; Szeto, Wavin; Tang, Mun Tong & Siu, Hao Wan; Tsao, Yu-Hwa; Tseng, Pamela; Ung, Frances Ho; Ung, Poyee Law; Wong, Paul & Jennie; Wu, Eugene W & Nadine L; Yang-Wurm, Teh-Jung; Yang, Chin-Po Paul; Yang, Te-Tuan & Chiang Y.; PayPal Giving Fund; Lam, Paul Q & Elaine Yle; Xing, Helen Y; Chau, Jenny; Chen, Shu Hwa; Hu, Guanghui & Ding, Jianqiu; Lai, Jun; McKesson Foundation Corp.; Ng, Louise May-Koon; Shu, John C.; Yen, Benjamin; Mak, Helen S L; Kao, Mingh; Yeh, Chichau Charles & Chin-Yen; Anonymous; Jiang, Grace; Timothy Su

Distribution of Exenses, November 2017-May 2018

	Nov	Dec	Jan	Feb	March	April	May
Income	\$48,839.60	\$62,535.52	\$18,640.68	\$37,634.44	\$49,785.71	\$38,523.56	\$153,180.03
Expenses	\$59,936.01	\$77,496.06	\$54,636.55	\$71,274.2	\$84,630.87	\$54,618.12	\$63,805.29
Net Income /Loss	-\$11,096.41	-\$14,960.54	-\$35,995.87	-\$33,639.76	-\$34,845.16	-\$16,094.56	\$89,374.74

