

林月琴老師重大傷病紀念獎助學金--心路歷程

人心是會生病的

宜蘭中心-鏡子

在那場風暴來臨之前，我是一個開朗、樂觀的人，從來沒想過，自己也會有倒下的一天，甚至住進了醫院；那段時間，世界彷彿失去了顏色，連呼吸都變得沉重，但也正是在那片黑暗中，我學會了停下腳步，學會傾聽自己內心的聲音；原來，我們不需要一直堅強，適時地允許自己脆弱，也是活著的一部分。

那段傷心的日子裡，我一邊扮演著媳婦、一邊是二個年幼孩子的媽媽，先生是職業軍人，長年駐守在台北，只有假日才能回到宜蘭陪我和孩子；平日裡，我與公婆、二個小姑同住，獨自面對生活裡的各種挑戰：懷孕、生產、育兒觀念的差異、母乳哺育、螃蟹椅…等等。舉凡一般家庭能發生的種種摩擦與壓力，都充斥於每天的日常，我都只能自己承受。某次爭吵之後，我意外發現先生可能有了外遇的跡象，那天我不停地哭，哭得彷彿那是我唯一能做的事。

就在孩子滿兩歲的那年，我開始外出工作。對當時的我來說，那是一份非常辛苦且吃力的工作；但我一咬牙撐著，為的目的是能夠存錢，有一天搬離那個讓我無法呼吸的環境，我做了很多犧牲，也忍耐了太多太多。

終於，在一連串的言語壓力與婚姻雙重打擊之下，我崩潰了。那段期間為了逃離婆家的壓力，我主動與醫生商量，決定住進醫院休養一段時間，讓身心靈都暫時停靠。先生也為了挽回我，常常到醫院看我，試圖喚起那些我們曾經還完整時的記憶，以及孩子們是多麼需要我，而這個家，也還需要我！期望彼此都能重新開始。

出院後，我在娘家休養了兩年多，當時孩子也回到娘家與我同住，我一直專心照顧孩子直到他們上學；當生活慢慢步上軌道，我決定重新出發。因緣際會下，我進入了社會福利領域工作。重回社會職場工作那段時間，我曾受過許多人的幫助：衛生所、療養院、宗教信仰，還有職場裡遇見的每一個溫暖的人。他們的出現，讓我開始思考：一個曾經生病的人，是否也能有能力去幫助別人？我是不是能夠更理解每一個受傷的人心境，尤其是心靈生病的人，旁人可以用什麼樣的角度鼓勵？而不是覺得沒有用的話。

在一次次的療癒與摸索之中，我重新拾起書本，開始學習、充實自己，讀書成了我與世界重建連結的橋梁；也讓我發現，我真正渴望的，是成為一位社工——一個能夠傾聽、陪伴、理解別人的人。我要用自己走過的路，去告訴正在黑暗中掙扎的人：「你不是一個人。」曾經，我以為這些都是不可能的事，但那些我以為跨不過去的種種困難，漸漸竟然也轉化為推動我前進的力量。

我雖然持有重大傷病卡，曾經也覺得那是一件很丟臉的事情，但如今我學會不再逃避、不再自責——因為那段經歷也是我生命的一部分。是的，我曾經生病，但我沒有停在那裡。我選擇站起來，因為我相信，未來的我，也能成為別人走出黑暗的光。