

## 心情故事類第二名 劉秀鳳

### 烏雲後的一道曙光

『我不了解我怎麼了？你又怎麼了？  
我只知道我們都生病了，需要彼此的一點關愛而已。』  
心裡的我，常這樣安慰著自己。

我的爸爸，今年 94 歲，失智 10 年，是我唯一的親人，卻也慢慢變成我不喜歡的人。

在我 26 歲那年，爸爸疑似有失智的狀況，那時的我不懂他怎麼了？  
只知道他開始出現囤積物品及塑膠袋、外面買東西付錢會亂給，懷疑別人要害他、  
足不出戶…等的狀況。那一段痛苦的日子，把他跟我都折磨得不成人形。  
去了醫院檢查才知道，他得了失智症。

爸爸變成我不認識的人了，他無法整理家務，什麼都需要我幫忙，脾氣也變得很暴躁，一點小事都會唸到我們兩個大吵起來。  
之後，為了要全職照顧爸爸，我辭掉了工作，那幾年，我身心俱疲，也是我人生最黑暗的時候。  
當時的我非常討厭爸爸，也因為不能上班，讓我自己覺得我是個沒有價值的人，身心靈都糟到了極點。

一直到現在，10 年過去了，我們多了許多貴人幫忙。  
白天，他去上日照中心上課，並固定請居服員來家裡照顧他，陪他散步、幫他買中餐。  
真的是非常感謝這些長照的措施，除了照顧者本身需要照顧之外，被照顧者更是需要被關注的一群人。  
現在想想以前照顧爸爸的日子，還真不知道是怎麼熬過來的？

這 10 年，每當我非常無助，想不開的時候，總會想到爸爸。  
「如果我走了，就沒有人照顧爸爸了」  
我不希望我的人生有遺憾，所有的悲傷總會在烏雲過後，晴天一陣子…  
一直以來，我都是這樣過來的。

我為了不讓自己太累以及想給爸爸最好的，我總會用盡我身邊所有能用的資源，讓所有的問題得到解答。

不管是長照資源或社工及個案師，都是我的貴人。

沒有機構喘息、居服員…等得善用，我還真的不知道該怎麼辦。

我感恩我的家人，朋友、生命中的這些貴人願意幫助我，我也非常感謝我自己，很努力想要把一切變好的個性，讓我和這個家都更好了！

『當你很想努力要做好一件事的時候，全世界都會來幫你。』

就像下過雨的天空，總會出現藍天還有一道道曙光。

只要你努力，一定會看得到！

『我總是到最後才發現，上天要我學習什麼。』

祂要我預備從現在開始的每一天，準備好以後沒有爸爸的日子。

所以，要珍惜他在我身邊的每一天，不管是快樂或悲傷的。

爸爸最近常對我說：「女兒啊！沒有妳我真的不知道該怎麼辦，真的謝謝妳！」

我也想對爸爸說：「爸，我也從你的身上學到我應該要學會的尊重、耐心與同理心，我還需要好好學習。

也希望在你人生的最後一哩路，我能陪你到最後，我愛你，爸爸。」

爸，你是我人生最溫暖的曙光，你知道嗎？