

编者按：如何高质量地陪伴临终老人的陪伴，是近年来社会关注的热点。在中国，公益组织“十方缘”用十五年时间发展出独有的“三不原则”、“十八条行为规范”、“十大技术五步法”，为全国4000万临终老人提供陪伴，本期将为大家分享“十方缘”义工伙伴关于陪伴的故事。

如何让一个生命“回家”

作者：凤凰网公益

编辑：爱心志愿者

“爱是把家里人陪伴成他想要的样子”

郭书华 61岁，退休航天工人
十方缘四星义工，服务时长8年

进入十方缘之前，我母亲在很短时间去世了。我接受不了，一天浑浑噩噩，也不知道跟谁去说。偶然间看到十方缘公众号在招义工，“心灵呵护服务”吸引了我。本来担心不要退休的，通知培训的时候我知道自己多虑了。

一次完整的服务流程是这样的：9:30到养老院、穿义工服、学习十八条义工行为规范、陪伴老人、12点左右结束半天志愿工作。参加完培训我特兴奋，第一次陪伴带着“做好事”的心态，一股热情冲过去，结果碰到了这样一位老人：

“你坐啊。”她招呼护工把尿盆端下来让我坐板凳。上面有很多缝隙和尘土，中间还有一块湿。“这不是尿？”我心里嘀咕。我们学习了“十八条”，如果拒绝会给老人压迫感。所以我就坐在板凳一角。

老人看我坐下就哭了。“你能帮帮我吗？你能给我找心理咨询师吗？我什么时候才能走路回家？”这时我看到墙上有一张她的简历。原来她是我的同龄人，已经在养老院躺了四年了。她的腿都已经萎缩了，恢复是很难的。我也不知道怎么做。就带着情绪陪伴了她40分钟。

归队之后，我心里堵得慌，在领队的



其实我们是在相互陪伴

鼓励下分享了自己的感受。“书华老师，你当下可以想着用我们的‘心法’。”领队的二话不说把我敲醒了，我在心中默念道：“不分析，不评判，不下定义。”

在十方缘，处在生命末期的人我们都叫他“老人”。我陪伴过一名三十出头的“老人”。小伙子是回国创业中发现的脑瘤。他躺在首钢医院的安宁病房，插着呼吸机，眼神迷离。他爸爸茫然地站在大飘窗边，看我们来把脸别了过去，意思说“他都昏迷了还陪伴啥”。

我坐在小伙子身边念诗，念的《面朝大海，春暖花开》。一边念一边注视着他。快四十分钟的时候，我对他说：“帅哥，你喜不喜欢都可以回应一下我们！”因为之前有医生告诉我们，昏迷的人也是能听到感受到的。

一听我说回应，他爸爸妈妈都来到了病床前。一秒钟，两秒钟。没有人知道会发生什么，但他的食指真的轻轻动了两下。

我和她的妈妈拥抱在了一起。我在她耳边说：“我爱你，我爱你，我爱你，我爱你。”我听见她吞咽唾沫的声音。她抱住我不撒手。

“真实的爱不会伤害到谁”

闫然 36岁，心理咨询师
十方缘二星义工，服务时长6年

2018年我带着“公家”的任务加入十方缘。去年开始，受方树功老师感召，我在石家庄组建了老人心灵呵护项目。一个月下来至少四五周日下午要去养老院。

学安宁疗护时我听老师说，一些西方国家会把养老院幼儿园开在一起，于是我把孩子一起带上，开启了第一场儿童义工培训。我用图画版“十八条”给小朋友讲解什么是陪伴。

“如果看到爷爷奶奶双手双脚都被绑在床上，你可以解开带子吗？”“不可以，



安宁病房中临终的老人



闫然带着孩子一起去陪伴老人

因为爷爷奶奶会乱抓。”

“陪伴爷爷奶奶的时候可以接打电话吗？”“不可以。因为要尊重别人。”原来小朋友什么都懂。后来大家都说太打脸了，因为爷爷奶奶见到小朋友们后，都不太愿意“搭理”成年志愿者。因为我们成人陪伴老人会很拘谨，即便我陪伴了这么长时间，我都会觉得我放不下。

有一位半失能的爷爷，用动起来都困难的手臂端了一小盘樱桃西红柿给我儿子，我当时真就是“大人心态”，要冲过去说你不可以吃爷爷的东西。结果我儿子拿起来就吃。后来爷爷用微弱的语言让我知道他其实很感动，因为小朋友没有嫌弃他。

我们有的儿童工会问爷爷奶奶，“你为什么坐轮椅啊？”爷爷奶奶会说“我生病了”。然后小孩就会问，“那你还能好吗？”大人在旁边坐着，会觉得这个问题好尴尬。但老人很真诚地告诉他：“年龄大了不会好了。”后来我们发现，老人没有受伤害，小孩也没有觉得尴尬。是我们失去了纯真。真实的爱，其实不会伤到谁。

“我守护着老人也守护着自己”

苏星 30岁，儿童心理治疗师
十方缘一星义工，服务时长1年

第一次进老人房间陪伴时，我挺紧张的。那位叔叔躺在床上，躯体不能动，只有眼珠子能转，好像一下子回归到婴儿状态。我很心痛，拉着他的手跟他说，我叫苏星。他无法用语言回答，就用眼神回应我。不可思议的是，当我们一起唱《没有共产党就没有新中国》的时候，他的语言一下子迸发出来，整个人变得很有力量。

还有一个阿姨。我陪她做手工花的时候，她突然抱住我，说来月经的时候，你一定不要去工作，要好好在家守护自己。她的拥抱很温暖，让我想到了自己的奶奶。

后来我们照了一张比心的合影，她还把手工花送给了我。我把花放在了工位上，当生活或工作遇到困难，看到这朵花就像看到阿姨，就可以带给我力量。

我在养老院做的是爱与陪伴工作，让我学会以更全然接纳的状态面对家庭。我和爸妈的关系变得更亲近了。回到家，我会用抱抱和拉手对爸妈表达爱。我也变得没那么自我了，遇到不一致的想法，我在关系层面打开新的理解视角。

我觉得这是一个影响人的过程，我可能影响了三个人，但是我朋友可能会影响九个。当有一天我也躺在病床上，也会有人守护我，也可能是我自己守护自己。

(感谢受访者郭书华、闫然、苏星)



后记：

爱心基金会衷心感谢来自美、中两国爱心人士与志愿者的无私捐助和奉献支持。

爱心基金会享有美国联邦政府501(c)(3)免税待遇和美国联邦政府联合捐款(CFC#10769)，如您有意支持中国农村的爱心助学和健康教育，中美文化交流及生态环保、可持续发展项目等，爱心基金会将全力助您达成心愿。

如欲了解爱心基金会，请浏览爱心网页：www.aixinfund.org 如欲联系爱心基金会，可Email: aixinfund@gmail.com

或致电Tel: (202)-321-8558 张伊立博士
(301)-529-9419 高放先生

您的善款支票可寄往：

AiXin Foundation, Inc.
13621 Valley Oak Circle
Rockville, MD 20850



嘉盟地产 UnionPlus Realty

1-084

全职房地产经纪人

MD、VA、DC 执照



王志浩

Owner/Principal Broker

公司: (301)309-8859 手机: (202)276-6928

传真: (301)738-8158 免费: 1-800-908-5188

email: hallwang1688@yahoo.com 维州: (703)688-3298

地址: 751 Rockville Pike, #27-B, Rockville, MD 20852

●二十年以上房地产买卖经验

●在全部买卖过程亲自把关

●多项优惠购屋计划

●客户换房时卖房本人只收1%佣金

●第一次买房者将获免费赠送本人执笔的买房必读宝典《购屋指南》

本公司诚征经纪人, 全职、半职均可

服务特点



叶黎

Li Ye

Broker/Owner

202-271-8066 (C)

301-292-1000 (公司)

E-mail: liye@remax.net

Licensed in MD, VA and DC



华府首家华人创办的RE/MAX房地产公司诚聘新经纪人

● 诚邀房产经纪加盟 ● 全国联网, 环球客源 ● 免费定制个人网页

● 定期业务培训 ● 交流成功案例 ● 一流办公设施 ● 专业规范管理



Samantha He 何青
240-686-5588
samantha.q.he@gmail.com



Jay Yu 余海豪
301-529-3985
Yujayhomes@gmail.com



Ana Maria Carretero
301-740-5488
amcarr07@yahoo.com



Betty Tang
240-988-6110
chengbettytang@gmail.com



Elaine Wu
240-704-2008
elainewu.realty@gmail.com



Jing Liu 刘景
301-215-0629
jingliuhomes@gmail.com

地址: 17B Firstfield Rd., Ste 208, Gaithersburg, MD 20878

鸿运贷款公司

FORTUNE MORTGAGAE
CO. (NMLS# 201418)

PRESIDENT 王立明 (NMLS# 206213)

JOE WANG TEL: 301-309-1818

各类房屋贷款

信用第一 文件保密 快捷通过

最新推出适合医生职业的贷款项目

5% down, no MI, no Point,

3.125% for 5yr Arm

另有80/20 100% LTV产品, \$0首付, no MI