

序

親愛的朋友們大家好：

我做了一個夢，就如同醫師您現在告訴我的，”從今天起要開始逐步減少藥物，預計半年內就可以停藥”。希望每個病友，皆能有同樣的境遇。能大聲的說出”我自由了，再也不會為癲癇所苦”。

我深深的被大家的文詞所感動。以文辭精確的刻畫心中的情感是一件不容易的事，尤當此情感是那揮不去的烙印，是那上天加在身上的時，那需要多久的勇氣的寬容才能將此形諸於文字。這無非是藉此以舒發那刻的悲傷苦銘心，緩解「身心靈」上的痛苦。門診時，我相信我很清楚的可以搭上您們的心橋，感受到您的悲苦與希望。當您們對此疾病失望時，我感受到無比的悲苦。同時，我對醫藥治療癲癇進步的緩慢深感憤怒。當您告訴我這些時候較少發作，我心中的愉悅則難以形容。

我相信大家了解「上天在人生的旅途上佈下了幾道的關卡」，而您們終能通過這道考驗，它將離你遠去。而你則是因為此上天的「試煉」，更能以了解而堅毅的心情面對這“多變”的人生旅途。

更令我動容的是社會朋友們的文章，文筆中流露人性的關懷與光輝，如同母親仁慈的眼睛看著心愛的孩子，數次讓我流下感動的眼淚。在此，我願以如同疼愛我兒女般的感情，來撫平您的心靈；以我所知所學，來減除您的苦痛。

願上天幫助我們，得以解除這試煉的桎梏。

敬祝

身體健康、生活愉快

台灣癲癇醫學會 理事長

吳禹利 敬書

2013.4.10

得

癲癇朋友

目 錄

獎

作

品

國小組

第一名	愛護癲癇	楊雅雯	1
第二名	加油吧!不倒翁	廖昶勝	3

國中組

第一名	展翅飛翔的夢	江雨潔	4
第二名	我愛的見證	葉蕎茵	6
第三名	癲癇是我一生的朋友	周佳瑩	8

高中組

第一名	病後初癒	傅俊諺	10
第二名	我有癲癇疾病	劉孟潔	12

成人組

第一名	我們要的真的不多	劉沛清	14
第二名	重要的是，你選了什麼	賴旻瑜	18
第三名	不再只是將心比心	蔡馥仰	22
佳 作	感謝所有愛我的人	李美蓉	26
	心靈無病萬事通	廖月娥	30
	玉米田小不點伯伯，感謝您點醒我的迷失	蔡錦芳	34
	歷練後的彩虹	曾幼玲	40
	愛在哪裡	陳雨璇	43
	自我成長	蘇雪卿	45

得

社會朋友

獎

作

品

國小組

第一名	關心癲癇患者	吳秉樺	48
第二名	人間有情-關懷癲癇	洪瑋彤	51
第三名	人間有情-關懷癲癇	吳庭儀	53
佳 作	羽化中的蝴蝶	謝沛軒	55
	癲癇	鍾雨軒	57
	關懷癲癇	張庭瑄	59

國中組

第一名	關懷癲癇	林庭穎	61
第二名	悸動，觸動	周依玟	64
第三名	生命中的勇者	張君豪	66
第三名	欣沁	呂彥楨	69
佳 作	朋友，我願陪你走過	邱芳薇	72
	天使，我是你翅膀	鍾竹宥	74
	有愛無礙，癲現希望	林暉智	76

得

社會朋友

獎

高中組

作

品

第一名	關懷，喜樂之鑰	林芸懋	78
第二名	體悟，關懷再造	許家維	83
第三名	生命的電流	葉青雲	88
佳 作	我們沒有不一樣	陳資穎	91
	來自天堂的伊比力斯	林盈萱	93
	無法控制的生命	歐馥好	95

成人組

第一名	感謝每一天	吳淑鈴	97
第二名	遲到二十年的禮物	黃憲宇	102
第三名	帶他走出不見天日的牢籠	陳招池	105
佳 作	他不是鬼附身，而是會抽搐的天使	劉懷恩	109
	獨一無二的你	蔡幸娟	112
	一生勞苦的媽媽	徐桂珠	115
	校園驚見	游福生	117
	烙印在心裡的禮物	許淑媛	119

癲癇朋友 | 國小組 第一名

愛護癲癇

文昌國小 楊雅雯

我以前都不懂什麼叫做「癲癇」，也沒聽過什麼是「癲癇」，直到國小才知道，我聽到我得的是「癲癇」，我就覺得很害怕，有一種被歧視的感覺，不知道別人是怎麼看待「癲癇」的。

直到那一天我發作的時候，我失去知覺、腳抖手抖、口吐白沫，而且我也沒辦法控制我自己，因為我的頭都會去撞牆或者是去撞桌子。同學們都很關心我，老師也是很緊急的將我送到保健室休息，想讓我的「癲癇」快點好，但是我就是沒辦法控制我自己。

而且我也有給醫生看，醫生開給我的藥我也有在吃，看會不會好一點，而且我也有特殊狀況跟醫生證明，醫生叫我不要做什麼，我就不要做什麼。我們班的同學有些都很照顧我，雖然我以前都會發作，但是我一直試著控制我自己，我就是沒辦法，我一直很害怕我的病會一直跟著我。

我現在有按時吃藥，和我的病「和平共處」，身體雖然不能和其他健康的同學一樣好，下課我也會和要好的同學玩遊戲，進步的是體育課能跑八百公尺（但有時候真的很喘），和大家玩躲避球，流流汗真好。



編者小語：

雅雯小朋友，妳講到了一個很重要的觀念，正是我們在提倡的「和癲癇和平共處」！也許有的癲癇朋友，他們的發作並不好控制，其實全世界都是一樣，總有百分之二十左右的癲癇是難治的，不管吃甚麼藥都控制不來。這時，「和癲癇和平共處」就是一個最好、最樂觀的態度。一方面靜待醫師替你尋求進一步的治療方式，例如手術或食療，也可以併用運動、音樂治療或芳香療法等方式；一方面則靜待新抗癲癇藥物的問世。時機一到，

一切都對了，癲癇自然也就痊癒了。人生中，有許多的病症也是一直要和它們和平共處，例如中風、高血壓和糖尿病，甚至近視眼不也是伴隨我們一生嗎？

癲癇朋友 | 國小組 第二名

加油吧！不倒翁

光華國小 廖昶勝

每個人不是十全十美的，我也不例外，與癲癇共處在一起至今三年了，從敵人逐漸變成了好朋友，一路走來跌跌撞撞的很辛苦，到後來就漸漸習慣了它的存在。

癲癇不可怕，絕不會傷害他人，也許在日常生活上帶來很多困擾和麻煩，選擇勇敢面對，才有可能走向陽光、迎接未來。

「天生我才必有用」，相信老天爺是很公平的，祂不會只給缺陷而沒有優點，有些優點是要靠自己發揮出來的，只要有信心、毅力、勇氣三者具備，則天下沒有做不成的事，連魚兒都有逆水而上的毅力，我們怎麼可以遇到一點小困難就退縮呢？

不管如何，生命很可貴的，我們一定要把握住當下，過得精彩，創造一個屬於自己的奇蹟，不要被癲癇和那些外在阻力打敗。



編者小語：

昶勝小朋友，你親身經歷了癲癇，了解到癲癇在日常生活上帶來的許多困擾和麻煩，這些是一般人很難想像的。也許大家都知道，在癲癇未治癒前是不能開車或騎摩托車的，游泳也有其危險性。但是大家卻不知道，癲癇朋友連在過馬路、下樓梯、洗澡或做飯時，也都可能因為發作而導致受傷！因此癲癇朋友在生活中，處處都受到限制與不便。有人還因為發作而跌落台北捷運的軌道上！昶勝小朋友說得對，癲癇朋友們唯有選擇勇敢面對，嘗試各種藥物，甚至接受手術，才有可能走向陽光、迎接未來。社會民眾更該體諒他們，能伸出援手時，千萬不要猶豫。

癲癇朋友 | 國中組 第一名

展翅飛翔的夢

后里國中 江雨潔

黑暗的夜晚，一彎新月高掛天邊，當一絲的晨光劃過了天際，黎明的時刻也無聲來臨了。我靜靜躺在專屬於我的單人床上，熟睡著。突如其來的不安，我緩緩睜開眼睛，嘴唇微微顫了一下，這是發病的前兆。下一秒，無法控制的嘴唇，往嘴巴內捲，我掙扎著，卻無法停下，我緊抓著被單，呼吸變得急促，我……真的很害怕；每當發病時，我的心裡總是想著：「我是否能看見明天的天空？」

眼前逐漸變得模糊，失去了焦距，我沉沉睡去。當我再次醒來，我的床被上，淡淡的紅褐色血漬，那是我奮力掙扎的證據。我的頭暈眩著，黃色的膽汁，再次殘酷的告訴我，一切都是真的，我的身體狀況已不是我所想的健康了，超越了我所想像中的世界。

癲癇，就是腦波放電異常，而發病的狀況每個病人都不盡相同，但，都必須做定期的腦波檢查來追蹤，甚至是核磁共振……等其他檢查。治療也是個漫長的路途，好的話三年到四年可以控制下來且停藥，壞的話必須用更長的時間；且停藥也是有條件的！至少要在無發病的狀態下兩年半，然後才能慢慢停藥，中間一旦發病，時間就得重新累計，一點也不容易呢！

那堂課，我記憶猶新，老師用投影機，一一介紹著畢業旅行的景點，播放節目旅遊採訪的片段。看著班上同學笑得好開心，而我笑不出來，對於回條上勾還不參加的我來說，真的好難過，對我而言，那堂課彷彿過了一年的時間。當我回過神來，才發現一股灼熱滑過臉頰，我拭去了眼淚，但是卻流下了更多淚水，很透明，很脆弱。其實我很早就知道這可能是結果，我以為我早就說服自己了，後來我才發現，那都只是「我以為」，我只是在自欺欺人。

下課，同學拍了拍我的肩膀，要我別難過，拼命的想逗我開心。我覺得我其實是很幸福的，擁有了同學的一切關心，我們甚至還勾了勾手，約定好下次要一起出去玩呢！要拍下各式各樣的相片與我分享。雖然因為身

體的因素不能親自去體會人生中僅有一次的國中畢業旅行，但是同學的那份心意卻已經填補了我心中的遺憾；我開心的笑了。這次是因為家人的擔心和考量而去不成旅行，卻讓我對自己許下了承諾：「我要好好照顧身體，下次我一定要和大家一起去玩！去體會不一樣的世界！」我仰望著天空。

現在科技以及社會進步的今天，患有癲癇人口的比例不斷攀升，已經可以說是現代社會的文明病之一。平時也要保持作息的正常，也不太適合去聲光較強的場所活動。我深信，只要遵從醫生的指示，好好照顧身體，我也能去追逐我的夢想，使夢想展翅飛翔，不受拘束、不受限制，因為擁有健康的身體，才能堅持朝向自己想要的前進，也不會讓愛我的人操心。

曾經因為身體因素，老師特別的關照我，引起同學的反彈，認為我有特權，被重傷過，也花了很長的時間重新肯定自己，替自己療傷，才走出了那令我心痛的陰影。我告別了眼淚。其中，老師也給了我很多的協助，才造就了現在快樂的我，使我變得更堅強、更勇敢，視野也寬廣了。

或許，不經意的一句話，卻刺傷了和我同樣患有癲癇的病人，那為何不站在我們的角度來想一想呢？一個善意的微笑，一句關懷，一句「加油！」能開闊我們的視野，其實我們並沒有和大家不同，都需要大家的鼓勵，一片揮灑的天空，揮灑出自由，和夢想一同翱翔。



編者小語：

雨潔小朋友，許多癲癇小朋友和你一樣，從來沒參加過畢業旅行，甚至從來沒參加過班上的郊遊和遠足。原因不外乎家長怕小朋友發作，而不准其參加；或者老師和學校怕小朋友發作時，萬一處置不當而被家長控告。這些都剝奪了癲癇小朋友快樂的童年回憶。其實，只要好好妥協，小朋友還是可以去畢業旅行、郊遊和遠足。出外時，小朋友一定要記得帶著藥，定時服用；也不要玩得太過份、睡得太晚或夜遊。老師和同學也要稍加留意和照顧。最重要的是，家長切不可一出事就要告老師、告學校，這是導致今天許多癲癇小朋友被學校拒絕參加活動的最大原因。人和人之間一定要有信任，社會才會和諧，大家才會互相幫助互相照顧，而無後顧之憂。

癲癇朋友 | 國中組 第二名

我愛的見證

清溪國中 葉蕎茵

「愛」有很多種形式，有男女之間的「愛」；有家人之間的「愛」；有師生之間的「愛」；有醫生和病人之間的愛……等，但是不管是何種的愛，都是可以帶給對方力量和溫暖，當然雙方在識愛的前提之下，都必須要擁有一顆包容、寬大的心，才能感受到像聖經裡所說的：「愛是恆久忍耐又有恩慈……，愛是永不止息。」光看這兩句，自己要真正做到就已經很困難了，何況後面還要做到永不止息，可見愛是多麼珍貴和難得啊！但是愛的開始其實可以很簡單，只要你願意先多付出一點，慢慢的對方感受到的愛，就會累積成一股希望和力量。

我擁有許許多多人給我的愛，即使是我經常處在癲癇的陰影之中，這些愛一刻也不會拋棄過我，甚至還讓我體會到更多一般人沒有的愛，也讓我更接近這些愛我的人的心。我的乾爸爸也就是我的主治醫生——王傳育醫生，從小他就給我滿滿的愛。自從患了癲癇，他就在命運的安排下來照顧我，我開心時他陪伴我；我難過時他安慰我、鼓勵我；我病痛時他悉心醫治我；我遇到挫折時，他也教我如何重新再站起來，他就像我的另一位父親，我生命中的貴人，他總在不遠處永遠給我一份充盈滿滿的愛。因為有乾爸爸對我付出的愛，讓我的生命中充滿了希望，癲癇發作只是生命的小插曲，有時我反而感謝上天，因為我患有癲癇，才能獲得這位愛我、疼我，將我視如己出的好爸爸。

媽媽曾經告訴我，我很小的時候幾乎是一天發作上百次，住在長庚醫院也是一樣不停發作，我住醫院時媽媽為了照顧我辭掉了工作，她說，當時沒有任何親戚來看我，但我知道媽媽始終是沒有放棄我，一直用愛來呵護我，直到今日。現在我的病情已被控制住了，發作的次數也變少了，這全都要感謝醫生爸爸的用心治療和媽媽的細心照顧。此時我想我有這麼多愛我的人，又何必去太計較上天的不公呢？此刻我只要衷心感謝那些真正愛我的人就夠了！

愛是看不見的光芒，愛是摸不到的溫暖，愛是說不盡的感謝，愛只要每天多付出一點點。愛是如此輕柔的來到我們身旁，而我有幸能清楚的感覺出來。我不會在乎別人是否瞭解癲癇，也不猜測別人是否害怕癲癇的發作情形。今日社會上有許多人不明白何謂「癲癇」，因此對癲癇產生討厭、排斥，甚至誤解，但我相信只要用愛透過對大眾的付出和傳遞，如同陽光溫暖了你和我一般，不管多久多困難，總有一天大家都會瞭解癲癇的。也因為有愛，癲癇將不再是癲癇，而是一種意外的幸福啊！有大家的愛與祝福，就沒有過不去的坎坷，讓我們一起迎向有愛的前方，敞開心胸，擁抱未來吧！



編者小語：

由這篇文章中，可以看出蕎茵小朋友對王傳育醫師的感謝，她甚至暱稱王醫師為醫師爸爸！在現今動輒控告醫師、極盡抹黑醜化醫師的台灣社會，蕎茵和王醫師間的互動，尤其顯得珍貴與溫馨。我們可以保證，絕大部分的醫師們都是竭盡心力照顧病人的好醫師。但在動輒得咎、醫療糾紛頻傳的今天，台灣的內、外、婦、兒及急診科已經快要找不到醫師了，這絕非全民之福。如果大家都能像蕎茵小朋友般對醫師的辛苦充滿感激，醫師們就算再苦再累也是值得的。

癲癇朋友 | 國中組 第三名

癲癇是我一生的朋友

丹鳳高中國中部 周佳瑩

在一個安祥的午夜，我把睡得正香甜的爸爸和媽媽給嚇壞了。

這時的我才二年級而已，在這一個夜晚，我陡然全身抽搐，把睡在我身旁的爸爸給嚇醒了。此時，爸爸急忙的叫媽媽起床，告訴媽媽我全身都在抽搐著，這時慌張的爸爸和媽媽連忙的打電話叫救護車把我送去林口長庚醫院，到醫院時，我已經不再抽搐了，醫生就告訴爸爸和媽媽說現在可以出院了，不過下禮拜要過來醫院做一個詳細的檢查。時間快速的過去，很快的就到了，這天，爸爸開車載我和媽媽來到了長庚醫院做檢查，做完了檢查，醫生就說要等待報告出來才會知道結果。過了不久，檢查報告出爐了，但在此時醫生正式宣布了我罹患「癲癇症」，這時爸爸和媽媽不禁嚇到了，連我也嚇到了，這時醫生又接著說：「接下來每個禮拜都必須回診。」

之後，每個星期三我都要準時的回診做檢查，也拿藥回家，照三餐按時的服藥，一個月後，醫生就說接下來只需要兩個禮拜回診一次，但在這途中，我又發作了一次，我又做了許多的檢查，例如：抽血、腦波檢查…等。這都是要檢查我的腦波有沒有異常，但經過我的按時服用藥物，檢查報告是正常的，醫生就把每次回診次數減少，甚至也把藥量減少，這是因為我的病情沒有之前的嚴重了。但從我罹患了癲癇症之後，我發現我的一些同學會用異樣、異心的眼光來看待我，但我從來不會因為這樣而生氣，因為我都一直是這麼想的：如果今天換作是你自己，別人也用異樣的眼光看待你，那你的感受是什麼？不過我的有些同學則是覺得癲癇症是一個隱形的朋友，就把癲癇症也當作是他的朋友一樣，一起照顧這隱形的朋友，所以「癲癇是我一生的朋友」。

我現在已經停藥了，但我克服了癲癇至今六年了，我覺得我和正常人一樣，可以活蹦亂跳的，而上帝派給我一位朋友——「癲癇」，上帝希望我可以好好照顧它、呵護它。

這世界上有少數的人和我一樣罹患癲癇症，我希望他們可以愛護它，因為未來的路還很漫長，不要因為自己罹患了癲癇而放棄，因為癲癇想做你一生的朋友。



編者小語：

由這篇佳瑩小朋友的文章中，可以看到在剛出現癲癇的時候，醫師的診斷與處置方式。一般而言，最重要的是先要確認這些發作究竟是不是癲癇，因為有的病也會造成像癲癇的症狀，例如血糖和血鈉太低或罹患不自主運動時，必須要分辨出來。這必需要靠臨床目擊者的描述、病人自身的感受和醫師的經驗，配合腦電圖的發現，再來作綜合判斷。其次則要進行大腦影像檢查，例如磁共振造影檢查，來探勘大腦有無可導致癲癇的病變。另外當服用抗癲癇藥時，部分藥物必需要定時抽血，以監督它們在體中的濃度和對肝腎及血球的影響。由此可知，處置非常繁複，但一切都是為了病人好，所以一定要耐心遵照醫師的安排。

癲癇朋友 | 高中組 第一名

病後初癒

宜寧高中 傅俊諺

那天早晨，我一如往常地隨著清風，拂著淺淺的睡意，騎著腳踏車前往搭校車的地點，再搭校車去學校上課，但是就在早修，我正在用功讀書的時候，我忽然間無意識地昏倒，而且身體四肢還不停地抖動，甚至還翻白眼，嘴唇也咬到流血，頭也因為昏倒去撞到隔壁同學的椅腳，而受了傷。全班同學都被我嚇到，老師也趕忙去請教官和同學把我抬到保健室休息。

當我被救護車送到醫院時，爸爸也隨之趕到醫院，之後醫生就幫我做了好多檢查，有量血壓、照腦部 X 光和腦波、吊點滴，但是等檢驗報告要花上好幾天的時間。住院是我一輩子難忘的經驗，此一期間，我就像是全職的病人，除了只能吃飯、休息、洗澡外，哪裡都不能去，也不能做任何事，與被關在籠子裡的鳥一樣，甚至連我平常都可以做到的事，竟然還需要家人的協助，例如：洗澡、上廁所、散步、穿衣服、蓋棉被，還有，也因為我住院的關係，使得我的親朋好友都抽空來醫院看我，心中的暖意總在房門口開啟時湧上心頭，源源不絕。後來我的檢驗報告出爐了，醫生告訴我右腦因不正常放電，又加上我平常偏食和缺少吸收磷，才導致癲癇這位朋友找上了我。

自從我生病後，我才發現家人原來是這麼關愛我，在我的身旁，為我加油打氣，爸爸還請了四天的假幫我辦理住院和出院手續，還去學校替我請假和申請保險理賠，這一切令我深受感動、心存感激。此外，還有醫護人員的細心照料，以及我的媽媽和阿公、阿嬤，或是學校的老師、同學、教官的關心，使原本意志消沉的我，頓時恢復原來樂觀的樣子。

有了這次住院的經驗後，讓我深刻瞭解到，原來健康是這麼的重要，自己的生命與家人的心情一樣脈動起伏，如同唇與齒的關係緊密。沒有健康的身體，即使有再多的理想抱負，也很難將心底的夢想藍圖付諸實現。當我看見那些年紀幼小的孩子生病住院時，臉上流露出痛苦的表情，不時的哭鬧，父母在身旁不停地安撫，臉上充滿不捨的關愛，令我感到生命是

多麼的脆弱與可貴，所以照顧自己的身體是當務之急。愛惜生命，不要再讓父母與我愛的、愛我的人為我擔憂、煩心，從今以後要善用生命，去做更多有意義的事情。



編者小語：

俊諺小朋友在文章中提到，醫師告訴他，他的癲癇是來自右大腦的不正常放電所致。許多人聽了會覺得很奇怪，大腦竟然會放電？人的腦子竟然有電？這是真的，但也不難了解，因為人身體的組成主要是水分，其中含有許多的電解質和帶電的物質，例如鈉離子帶正電，鈣離子帶正電，氯離子帶負電，這些帶電的物質造成細胞內外帶有微量電的環境，所以人身上是有電的。一切的神經傳導和肌肉收縮都要靠電的傳遞，這也正是為何我們可以做腦電圖來看腦子放電造成的變化，心電圖和肌電圖的原理也是一樣。另外，當電流通過時會產生磁場，電生磁，磁又生電，二者互伴互生，這是簡單的物理現象，但也解釋了為什麼可以用磁振造影(MRI)來看到我們身體的構造。

癲癇朋友 | 高中組 第二名

我有癲癇疾病

喬治高職 劉孟潔

我本身就是一個有著癲癇疾病的人，從小這個病就一直跟著我，其實，當我知道我得了癲癇疾病時，我才國小三年級，6歲的時候，我突然間智商變低了，行為舉止都樣樣怪異，我的朋友漸漸變少了，一個一個離我而去，我有問過爸爸為什麼？！但是他總是不斷的安慰我，說：「沒關係，不是你的錯！」可是，其實，我自己很清楚為什麼，因為我有癲癇疾病。小時候，我爸媽就讓我學鋼琴和英語翻譯，所以我的功課很好、朋友很多，但，自從我得了這個病之後到現在，我幾乎沒朋友。有時候還會被同學嘲笑，嫌東嫌西的，還有人會說，我是白痴、怪胎，我真的很難過，這也難怪，因為這種病，有時候會突然發作，當我的朋友，真的很難為。我能瞭解這種心情，如果我的朋友有這種病，我也不太敢靠近他。

今天，我又發作了，當我醒來時，發現爸爸在我旁邊，而且我還躺在醫院裡，我就知道我又發作了。看到爸爸每天為了我這樣子辛苦的跑來醫院擔心我，我也好心疼，我好想讓爸爸不要再擔心我了，爸爸工作已經很辛苦，還讓他擔心，我真是個不孝女。

可是，就算這樣，我還是活到今天了，即使每天過得不開心，即使得了這種病，我還是勇敢的面對，並且讓自己更好過，因為命運掌握在自己手裡，若一直自怨自艾、自暴自棄，別人也不會看重你；要對自己有信心，不要輕易認輸，更不要向命運低頭，相信自己，只要努力，一定會越來越好的！悲傷過一天，快樂也是過一天，你要選擇怎麼過？！不要自怨自艾的活著，想想這世上比我更多病痛的，大有人在，他們卻不向命運低頭，努力活出自己的精彩，多往正面想，才能過得快樂！

人生不可能一帆風順，毫無挫折，未來記得要靠自己的智慧和善念去面對所有事物，我也不會忘記，我還有愛我的爸爸、媽媽、姊姊……，有這麼多人愛我，我終於知道我是幸福的！沒錯，我是有癲癇病，但我知道這世上還有許多愛我和我愛的人，所以我不會因為這個病放棄我自己，

反而會因為這樣更努力、更愛我自己，還要謝謝這些常常在我身邊照顧我的家人們，老師和同學們，謝謝你們！

我真的覺得，其實，我是這世上最幸福的女孩！



編者小語：

從孟潔小朋友的文章中我們得知，許多癲癇朋友的心是憂鬱的。他們時時擔心自己不定時發病的身體，害怕發作醒來後發現自己舌頭又被咬傷、嘴唇又被咬破、皮膚擦破或尿失禁又搞濕了褲子，甚至發現自己又被送到醫院裡。他們也會擔心發作時被周圍的師長同事看到，從此對他指指點點、閒言閒語，甚至因而丟了工作。也擔心經常發作導致無法好好讀書，無法好好工作而拖累家人。年輕人也因此不敢結交異性朋友，不敢結婚、不敢生育、不敢給另一半的父母知道。林林總總，太多太多的擔心，讓許多癲癇朋友的心無法高興起來。這些，都需要社會大眾給予無限的寬容、關愛予協助。

癲癇朋友 | 成人組 第一名

我們要的真的不多

劉沛清

每回回到了娘家，我都喜歡在還沒踏進家門前，先跑到老爸的菜園採些新鮮的青菜當食材。趁著週末難得回到了娘家，我一樣不例外，還沒進家門就先溜到老爸的菜園……當我手拿著小鏟刀正想著要先對一棵花椰菜下手時，我突然發現了在菜園的一角，有好幾株才剛剛發芽，但卻又是我未曾見過的紅色植物，我好奇的採了其中一片葉子，問了老爸說：這是什麼菜啊？好不好吃啊？只見老爸神秘的笑著跟我說：妳可別小看這幾株“藥草”，這可是花了我半年的時間才種植成功的。我皺起眉頭好奇的問了老爸：這難種的藥草是要種給誰吃的呢？沒想到老爸卻是正經八百的看著我，嚴肅對著我說：當然是要給妳吃的，這是爸爸的好朋友知道妳有癲癇，所以好心跟我介紹的，他說這可以治療癲癇，所以當老爸知道這些藥草對妳的癲癇有幫助時，老爸當然希望妳可以試試看……

老爸開心的跟我說：妳再等半個月，等老爸把這些藥草全晒乾了，妳就暫時先把現在吃的藥停下來，改吃這些藥草吧……，或許這種藥草的療效會比妳現在去醫院拿的藥還要有效喔！還沒等老爸說完，我就拉開了嗓門大聲大叫：老爸！你怎麼還是這麼糊塗迷信啊！這種沒有經過醫生評估的藥草亂吃了可會害死人的，你種的這些藥草我才不敢吃哩！當我還想斥責老爸，希望他別再輕易的相信這些口耳相傳的偏方療法時，令我意外的是平時脾氣一向不好的老爸，只是默默的轉身離開了菜園，不再理會我。當下的我才警覺，剛才我回應老爸的態度似乎已經傷害到老爸的心了，看到了老爸的反應，我只是覺得我的心情瞬間變得好複雜，而我只是愣在菜園，完全不知該如何向老爸解釋我內心的想法。

在離開了娘家回程途中，我的手機鈴聲響了，電話那頭老媽責問了我說：妳在菜園跟妳老爸說了些什麼？怎麼妳才一離開，妳老爸就莫名其妙的把他辛苦種了半年的那些藥草全剷平了，我問了妳老爸為何把辛苦種的藥草都剷平？妳老爸他竟回我說：他要把這些藥草當成有機肥啊！聽了老

媽的話後，當下的我不知該高興自己可以再一次“躲過”不再吃偏方、不再當白老鼠的惡夢，還是該感到慚愧。因為事後我才由老媽口中得知，約在半年前，老爸在無意間和朋友提到我的癲癇，並在談話中輾轉得知了一位曾經和他鬧的很不愉快的鄰居，有種這種藥草，愛面子的老爸不惜放下了身段，向這位鄰居要了很多次才要到了一株，這也花了老爸半年的時間，才多種出了另外幾株。

老媽偷偷跟我說：老爸會這麼急切的希望我吃他種的藥草，就是看我長時間一直在服用癲癇的藥物，他會覺得很不捨，所以他會希望若有更好的方法，讓我能夠早一點擺脫癲癇的藥物控制，同時脫離癲癇帶給我的精神折磨，他都希望我可以多方面的去嘗試。

和老媽說完電話後，我很想馬上打電話給老爸，我很想向他說聲：對不起。但我更想跟他說：我一直都有感受到他對我的疼惜，只是面對癲癇這可怕又難搞的惡魔，你肯定就是要利用正確的醫療管道，請求醫師協助你，讓醫師利用正確的療法為你的癲癇對症下藥，我深信唯有如此，你才有機會不讓癲癇侵犯你。反之，若你只是舉棋不定，盲目的抱病亂投醫，那你不但不能讓幸福的陽光溫暖你疲憊的心，反而只會讓癲癇把你自己的身體和生活搞得慘兮兮……

患友們，癲癇已經在我們人生的路上設了太多的障礙和陷阱，想要跳過這些障礙和陷阱的先決條件，就是要先靠你自己。就以現實的社會來說：如果你自己都不想好好顧好自己的身體，那你想想，誰還會想理你啊！

坦白說：已經是兩個孩子的媽的我，在看到孩子生病時，那種期盼孩子趕快遠離病痛的心情，反射在老爸用心對我的癲癇相較下，其實是一樣的！所以在和老媽溝通後，我主動打了電話給老爸，我也試著把我每次參與澄清醫院，由謝良博醫師每一年都會為癲癇患友所辦的活動和老爸分享。我跟老爸說：謝醫師之所以會這樣勞心勞力的為癲癇患友無私付出，目的就是希望癲癇患友們可以在大方的走出戶外、走入人群的同時，更重要的就是希望在透過患友和患友們的互動中，灌輸身為癲癇患者的我們，絕對要有一個正確的用藥觀念和良好的用藥習慣。老爸在靜靜聽了我的心情後，也沒多說什麼……，我心想老爸可能還在生我的氣吧！

週末我再次回到了娘家，我還是習慣的先走到了老爸的菜園，被剷平的藥草已經種了其他的青菜，當我正猶豫要不要採些青菜時，老爸突然在

我背後蹦出了一句話說：妳在怕什麼？妳老爸種的青菜妳不用怕，因為這些青菜都是用有機肥料，我完全沒有使用農藥，所以妳可以大膽好好用老爸種的青菜，去祭祭妳的五臟廟，至於妳的癲癇，妳就好好聽謝醫師的話吧！妳能遇到像謝醫師這樣的好醫師，真的是妳的福氣，至少他開給妳的藥讓妳服用了十年，妳的癲癇也都一直有穩定的控制著……

在聽了老爸的話後，我原本心裡還想當著老爸的面，再跟老爸說聲：對不起！沒想到老爸卻先板著臉跟我說：妳都已經是兩個孩子的媽了，怎麼還像個孩子一樣，無法體會父母對孩子的那種關切的心啊！我又不是凶神惡煞，妳就別再跟我說對不起了，知道嗎？

我心想，原來我心裡在想啥其實老爸都猜測的到啊，那我只好告訴自己，那好！我就要改變所有不正確的想法；包括我曾經想過要自殺，我天真的想過，透過自殺讓死神一併把癲癇帶走，不連累家人。我要用感謝的心感謝老爸對我的關心和用心，我要讓老爸感受到他的女兒雖然是一個癲癇患者，但她一直很努力的想要打敗癲癇，她也一直不畏懼癲癇給予她的精神折磨，因為她有信任的醫師為她治療癲癇，她還有愛她的家人和孩子時時刻刻給她力量，讓她無懼面對癲癇這個惡魔！她更希望所有環繞在癲癇患友四周的所有人都可以瞭解，被癲癇纏上身的痛真的好痛好痛；倘若你無法感同身受，是否可以請求好心的人們，請你們把那些傷人的眼神和如利刀般刺人的話語，就別再無情的任意加諸在癲癇患者身上，我們這些癲癇患者要的真的不多，即使只是一個尊重的眼神、簡單的微笑……，或是一句“加油”的打氣聲……，真的就只是這麼簡單而已。



編者小語：

沛清的做法是正確的，癲癇朋友就算是要嘗試其他的治療方式，不論是草藥、針灸或靈療等，一定仍然要規則服用醫師開予的抗癲癇藥物。

每一種抗癲癇藥物引入台灣，事先都經過了嚴謹的把關，做過極多次的人體試驗。而且它們在歐美都已上市，入台前還要在台灣再做最後一次的人體試驗，確認符合國人體質而且具有療效後，才能在台上市。加上每

一種抗癲癇藥物，它的組成、化學式、吸收與代謝途徑、藥物交互反應，作用機轉與副作用等，幾乎全都了解得清清楚楚，一清二白！許多的草藥也都具有療效，但擔心的是，這些草藥是否也都曾做過嚴謹的科學試驗及生產管控？相較之下，服用抗癲癇藥物可以說是安全有效得多了。

癲癇朋友 | 成人組 第二名

重要的是，你選了什麼

賴旻瑜

回憶中，青春期的我們，總是那樣亮麗而青澀的，

能夠充滿自信、確實地表達出自己內心中真正的想法。

是那樣血氣方剛，與台上的老師偶爾會一言不合而爭吵了起來。

又是那樣羞澀，遲遲無法對自己喜歡的人傾訴仰慕之意。

但是，如果有一天，

你就這樣喪失了自信；喪失了表達內心想法的勇氣；喪失了去喜歡一個人的心意。

就這樣一個人封閉在自我的世界裡。

那，你還有勇氣去面對你的未來嗎？你還能夠探索你的未來嗎？還是，你會努力找回真心，努力創造出只屬於你自己的未來呢？

躺在大醫院的病床上，睡睡醒醒，我已經分不出是日還是夜，幾時還是幾分了。我所處在的急診室裡，匆促的腳步聲來來去去，偶爾夾雜著嬰兒的哭聲、家屬的嘈雜聲，與護理師們急促的對談聲。

我的病床周邊是以白色簾幕構成的純潔世界，隔離了我這個身上帶有疾病的人。我的右手正吊著點滴，手背上紮紮實實地感受到有異物刺進我的體內。而我的母親正趴在我身邊睡覺，當我困難地用左手撐起身體的時候，我的母親也同時被我驚動而醒來，然而，我卻不知道她在這裡陪我多久了……

面對母親屢次被我驚醒而沒睡好的臉，我感到一陣難過，自顧自地說

道想去上廁所，便打開病床旁的扶手，開始想盡辦法把自己沉重的雙腳挪到平地上去。

急診室旁的廁所很小，由於我拉著點滴架的緣故，上廁所也變得相當笨拙。洗手台前，面對鏡子，看到的竟是這樣憔悴的自己。

「癲癇……很可怕的樣子。」我這樣暗暗告訴自己。平常因為感冒而去慣診所的我，總是把生病看作是一種週期性的東西，並不會太害怕。然而這一次，我從醫生嚴肅的表情、父母擔憂的臉龐，讀出了「這不是普通的病」。

與點滴架雙雙回到急診室，我發現這裡充滿了各種的人。新生的嬰孩、佝僂的老人、與病魔掙扎的病患，更甚者，似乎有滿身是血，徘徊於生死邊緣的人。那時的我這樣想：每個人的人生，幾乎都是這樣過的，生於這個世上雖然不到十八年，總有一天也會離開這個世界吧？如果，上天安排我身患這樣嚴重的疾病，是不是縮短了生與死的距離呢？這樣看來，死亡，似乎不是一件那麼遙遠的事……

回到熟悉的國中教室，同學之間的嘻笑打鬧，似乎是不同世界的聲音。雖然我不在醫院的病床上，卻有一種無形的簾幕隔閡了我與外界。待在裡面任其崩潰，沒有聲音、沒有情感、沒有希望。我在這裡摸索著，竟是空空如也。只好將父母所教授的道德教條裝飾於其上，閉鎖起整個世界不讓別人發現。

很快地，這些教條起了非常大的作用。它如同藤蔓一般，漸漸地覆蓋了我的外表，相較於同儕們血氣方剛的鮮紅，老師與長輩們更喜歡這種循規蹈矩的深綠。猶記得某一次家政課繳交手工藝作業，老師因為不滿我的作品而退件，轉而向班級導師宣稱我沒交作業，導師則聯絡我的父母。在事件中我受到了責備，卻如落葉般地沉默，無條件地放棄辯解。如果老師們是負責在孩子的成長過程中剪去繁葉，進而使其社會化，並且適應世界規則的修飾者，那麼他們必然認為，這樣的沉默是他們剪裁後所呈現的道德藝術吧！

當時教室有個被遺忘已久的書櫃，它散發出來的氣息與整個班上的活力迥然相異，它帶著孤單的我看過少年維特的書信、快樂王子的雕像、動物農莊的革命等等。在另一次的音樂課考試中，老師將我選進了校內合唱

團，雖然進入了不同的人群之中，沉默仍占據了我大部分生活。那段時間，僅憑著筆尖，試圖描繪出自己所創造的奇幻世界。奇幻世界中的劍與魔法、智慧與勇氣，以及從不畏懼的心，一點一滴地不斷展開、展開……

走廊旁的窗戶灑下黃昏的夕陽，獨自坐在樓梯上，唇邊的中國笛隨著我的手指奏出時而高亢亮麗、時而低沉幽迴的樂曲，這是高中時我所參與的社團，社團內長我八歲的學姊則負責教我中國笛。如果跟著一般的老師，就可以學會優美的歌曲，那麼這位學姊教會我的，一定是演奏出屬於自己的靈魂之樂。

升高二的前夕，學子們的未來出現了象徵文科、工科與理科的三叉口。回憶起當初姊姊選擇組別的單子，是交由父母任意填的，當初他們是選擇了前景看好的理科，想必在三年後的今天，也是做如是想吧！這樣的決定在我寂靜的心中捲起一陣強烈的風暴，久久不能止息。不曉得何時，文學早已深深地扎根，這個甫新生的幼苗，如今卻要被如藤蔓的教條反噬，連同暴風一起消失在這樣黑暗的夜空嗎？

「問問看自己，你想要什麼？」學姊這樣子對我說。突如其來的樂聲驅散了暴風、斬斷了藤蔓，夜空雖然是黑暗的，但是星星滿天。如果這是僅屬於我的樂曲、我的才能，那麼，我何不編出它、修飾它、演奏它呢？儘管有跌宕的休止符，但也會寫出足以自豪的節奏，總是演出別人為你譜出的曲，那麼生命的意義又在哪呢？

之後，我以文科作為墊腳石，進而成為中文系的學生，甚至選擇在這個領域深造。很多事情真的非常巧妙，孤單的國中生活陪伴我的書籍，適當地開發了我的文學天賦；校內的合唱團，肯定了我的音樂才能。高中時期，文學輕輕喚醒了內心真正的想法；音樂的淵源讓我認識了學姊，助長了脫離束縛的勇氣，隨著時間的流逝，一步一步的走到現在。回想起國中時候自己的初衷，竟只是希望這樣喪失自信、不正常的自己，不需要讓父母擔憂，便一路做到這樣可怕而扭曲的地步，想起來，真的是非常地荒謬啊！

在大學的課程以外，我額外地去做了癲癇的研究。意外地，我發現這是一種較為常見的疾病，並且不如當初的我想像的那麼嚴重。常人常因發病狀況而對它感到害怕與歧視，這更是屢見不鮮的情況。曾查閱過高中三年的護理教材，對其一字不提；母親受過護理專業教育，也是一知半解，

也無怪癲癇病患普遍在社會上隱藏著實情過生活。

但，我們仍然可以決定自己要怎麼走。

我相信，不乏有癲癇患者都經過我那樣封閉自己的心路歷程。但，我們都比想像中強大，我們也可以選擇奪回自信、毫無畏懼地前進。在醫療技術落後的中世紀，甚至是西元前，都有患有癲癇的偉人，他們不受制於自己的病痛，努力地開創了偉大的帝國、廣為流傳的宗教、絕世的傑作與膾炙人口的文章。而醫學進步發達的現在，這樣的疾病，又豈能輕易地禁錮我們呢？

人生猶如提著燈籠，走在黑夜之中。每個人都支撐著別人，也被別人所支撐著，為何熄滅自己的蠟燭，獨自走在看不清的夜路上？若是能在自己的生命裡激起幾點火星，那麼，也有為別人照亮道路的能耐，最重要的是，你選擇了什麼。

破繭而出吧！等待著我們的，將是一片更美好、更令人自豪的天空！



編者小語：

旻瑜在文中提到，她曾查閱過高中三年的護理教材，對癲癇症是一字未提。其母親受過護理專業教育，對癲癇症也是一知半解。因此，旻瑜覺得這些導致了癲癇朋友普遍在社會上隱藏著實情過生活。

台灣癲癇醫學會與台灣兒童依比力斯協會在過去 20 多年間，曾請許多醫護人員親赴全台數百間國中小學，甚至高中、大學及幼稚園，對全校老師做癲癇宣導，也持續每年在台灣各縣市舉辦學校行政人員及校護癲癇研討會，目的就是希望老師們能多了解癲癇，加以協助。國中健康教育課本中，對癲癇已有簡單的介紹；學校的健康照護手冊中，也已將癲癇列為優先照護的情況。不足之處仍多，還有待努力，這不但是醫護人員的責任，也是癲癇朋友和家屬們自己的責任。因為，只有癲癇朋友和家屬才感受過切膚之痛，才知道需要社會大眾幫甚麼忙。這次的徵文比賽，正是台灣癲癇醫學持續多年宣揚癲癇正確知識的方法之一。

癲癇朋友 | 成人組 第三名

不再只是將心比心

蔡馥仰

二〇一〇年的八月，國家考試前，一場意外打亂了所有的人生規劃，我也遺失了半年以上的記憶。

直到今天，我不記得那段長達十餘天的急救、住院日子，所經歷插管、診治過程的各種不適與痛楚；卻深刻地記憶著：剛從醫院返家，人還傻呼呼地分不清楚家裡的固定擺設、記不得家人對生活應注意事項的各項叮嚀，只牢牢記得家人的這一句話「不要告訴別人，妳生了什麼病。」

就像犯了錯的小孩一般，我乖乖依著醫囑回診、復健，卻不敢向身邊的任何一個人問起，我究竟生了什麼病？直到半年後的某次回診，趁著家人不在，怯怯地向主治醫師問起我的疑惑，主治醫師笑著回答：傻孩子！妳沒有生病，妳只是要比別人多注意一些生活上的細節；還有，妳可以去查資料，妳會發現歷來只有聰明的小孩才有這樣的待遇……

直到那時，我才知道自己是所謂的癲癇患者。

回家上網，搜尋歷史記載與醫學說明，第一個躍入眼中的詞彙是羊癲瘋，心裡頭揪地一驚！對羊癲瘋的印象，只有小時候看過同學發作，全身抽筋的樣子好是可怕！然後是同學之間的歧視：沒有人想跟那個同學在一起！又或者童言童語之間的互相叫罵。羊癲瘋總是負面的詞彙，甚至大人們都會下意識地遠離、或者隱諱避談……

原來我是羊癲瘋？再想起剛出院時的家人叮嚀：「不要告訴別人，妳生了什麼病。」我隱藏著自己對未知「疾病」的恐懼，怯怯地在每次回診過程，偷偷觀察著診間裡的每一個人。看著部分病友在候診時的抽搐症狀，還有家人所轉述自己在送醫急診時的大發作「比他們更可怕！」，腦海揮之不去的是小時候身邊每一個人，對那位同學的歧視；更怕自己從小成績好、表現好的好學生印象，因為那場意外，還有病歷上多出來的這項記載，我

也成了被歧視的對象。

只是，上天對我真的很好，除了時時帶來樂觀勉勵的主治醫師，前主管也在此時成為我生命中的另一個貴人。病前，我因為衝刺國考，在主管最需人力的時候辭職，再一次聽見我的訊息，原本大家以為看好的我，已經傳來金榜題名的捷報，卻沒想到我是怯怯地向有著醫學背景的前主管詢問各項就醫訊息。他得知我的遭遇，沒有我所意料的歧視反應，相反地，他協助引薦許多醫療資訊與資源，更鼓勵我重返職場，在熟悉的職場找回自信。重返職場的我，為卸下心裡深處可能被歧視的恐懼印象，事事力求表現，卻感到另一層挫折：我不再像過往一般伶俐！幾乎是過目不忘的我，開始需要筆記、提示，才能記得事物的前後順序與細節。但主管並未因此加諸任何責難予我，他只是告訴我「開會時大家都要做筆記，這是一件很正常的事」、「妳沒有什麼不一樣！」、「筆記或工作進度漏失就是趕緊校正、追上進度，不要覺得妳的生活因為多了『必須定期回診』就跟別人不一樣；更不要覺得妳『必須定期回診』而沒把事情做好是理所當然的事……」

這項正面的叮嚀與鼓勵，讓我把腳步放緩，試著調適復健過程與病前生活的不同。是的，我記不起來工作或生活細節，也就是勤做筆記、多問多確認。有時詢問或確認的過程遇上同事與家人的情緒，難免受到不耐煩的對待，我也才深刻感受到過往自己不經意的情緒反應，是如何給對方帶來壓力或心理上的恐懼；這項轉變，讓我對人對事多了一分耐心與柔軟，更願意傾聽與等待。

在此同時，我也重新回到喜愛的單車與游泳運動，在一次又一次的「做好安全準備」（放慢速度、預備好各項緊急聯繫通知、與同行友人相互保持照應聯繫……），並且順利完成各次設定目標，我實在感受到自己並沒有因為這場意外而有任何「不同」，更樂於走入人群。隨著自我恐懼的減緩，我再一次搜尋相關醫學介紹與病友的經驗分享，也更體會主治醫師為什麼會說「聰明的小孩才有這樣的待遇」；原來歷史上很多名人都是病友，但不影響其生活或工作成就，例如拿破崙、梵谷、穆罕默德、聖女貞德……，病友聯誼組織更不乏對數理或藝術感受度極高的病友，大家都有著自信的表現。

「妳也是！妳對文字的記憶與領悟力高，要善用上天對妳的恩賜，適時鼓勵身邊的人。」主治醫師如是說。

自信心的拾回，使我不再恐於讓他人知道我的「曾經」，也更正面看待自己在出遠門開會、旅行時的各項準備。如此的心態轉變，反而讓我少了以往容易忘東忘西的缺失，更在待人處事上多了一份穩重，少了不必要的毛躁。在生活上，我踏入了婚姻，用規律的作息、穩定的心性（比過去更多了一分與人互動的細心與耐心，也更能珍惜他人對我的疼惜與用心），踏實面對人生的每一個決定；小則生活安排，大則人生期程的各項規劃，例如轉職、生子。工作上，我也跨出了過往對自己的侷限，勇於嘗試主管職。儘管偶爾還會因為生理上的小發作而略感不適，但我面對突如其來的生理不適不再恐慌，而會適時調整自己處於更安全的狀態，並在事後向友人、同事清楚說明我所需要的協助。漸漸地，家人、同事與友人不再視我為病人，甚至更因為曾經照顧我而習得相關知識與資訊，在必要時提供他人正確協助，糾正他人錯誤認知。

大海因波瀾壯闊而有氣勢，人生因充滿荊棘而更有意義。從大病初癒時的未知與恐慌，到今日的樂觀看待上天給我的不同歷練與遭遇，上天真的真的對我很好。我不記得急救歷程裡的任何苦痛，就連淚水與所有生心理的折磨，也是他人為我而受。但我很感謝上天刻意在人生旅途中為我安排這堂寶貴的課，讓從小因為求學過程順遂而在各項學習、工作歷程相對得天獨厚的我，深刻體驗了所謂的歧視與有苦難言，對人、事、物的感受不再只是「將心比心」，而是懂得如何傾聽不知該如何說出口的言語，不再為了遭受誤解而憤慨。我開始懂得珍惜每一分體貼，珍視每一分信任，更重要的是，我學會了愛要及時！

特別是，當我能夠送出祝福和愛，我不再感到孤單；每一刻，都湧現重生的力量。



編者小語：

馥仰在文中提到，她牢牢記得家人的叮嚀「不要告訴別人，妳生了什麼病。」這也是許多癲癇朋友的父母發自內心深處的話，不難看出父母對子女的愛和關懷。他們害怕子女因為癲癇而遭受不平的待遇，這也反映出他們的經驗中這個社會對癲癇朋友仍然不夠友善。

癲癇朋友常較一般人會遭遇更多的挫折，不論是求學、交友、就業或婚姻，需要社會提供溫暖與愛心。這需要我們每個人努力，讓空泛的口號化為實際的行動。馥仰說得對，不要再整天只會說「將心比心」，空口說白話是沒用的。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

感謝所有愛我的人

李美蓉

「你是誰？我曾經結過婚？」

「少來！我才大學剛畢業，我又不認識你！」

「你們是我的家人？現在馬上找來全家人，我才會相信你們！」

「為何我會在這個房間？他們為何把我綁起來？」

「他們一定是壞人，想把我捉起來做實驗！我一定要想辦法逃走！」

這些問題中的自我對話，相信很多人聽來會覺得好笑，心想：「一定是電視劇、卡通看太多了！」但，這是個真的故事，因為這個荒謬故事中的女主角，正是——我。

2004年，我長期熬夜，以最短修業年限完成了我的碩士論文，通過口試後並如願拿到學位，一切是這麼順利，正當我放下心中的一塊大石頭，準備大大地慶祝並放鬆時，這時老天爺卻開了我一個大玩笑，一個影響我後半人生的特大玩笑。

暑假學校輔導課期間，突如其來的一通學校打來的電話，劃破了家中原本寧靜、一如往常的早晨。「老師怎麼還沒到校上課？平常老師是不會遲到的呀！」姊姊以為我早上沒課，睡過了頭，打算到房間叫我起床上班，沒想到打開房門見到的卻是一個昏迷不醒，嘴角和枕頭上殘留血跡的我。在慌張的情況下，家人緊急將我送至成大醫院急診，從小到大從沒住過院的我，沒想到就此在醫院住了一個半月。

我病了，病得好重……好重……，因為腦炎導致昏迷、引發癲癇……這段住院昏迷期間，我做了無數次的檢查，身上也佈滿了數不完的針孔，昏迷指數曾低到剩下「三」，也因呼吸不順暢做了氣切手術，醫生甚至還告知家人要有心理準備，因為我可能變成植物人、昏迷不醒，甚或嚴重情況

下會離開人世。一連串不幸的狀況，接二連三地發生在我的身上，多次的病危通知，令我的家人傷心欲絕，而來醫院探望我的家人、朋友或同事，不是皺著眉頭，就是紅著眼眶淚眼漣漣地離開了。

所有愛我的人，他們很關心、很傷心、也很痛心，更手足無措。不過他們不曾放棄，家人朋友常在我身旁說些鼓勵我的話，希望我可以聽得到；姊姊也常播放佛經音樂，希望可以平穩我的腦波；先生同事們也默默向上帝禱告，希望我可以清醒；連從不拜拜的爸爸，竟也到各地的寺廟求神問卜，為我祈福……原來，我身旁好多好多愛我的人，只是我不曾用心去發現。

在加護病房待了一個月後，一天我竟突然稍微有了意識，睜開了雙眼，家人稍才剛露出了點笑容，但醒來後的我，發現自己竟躺在病房裡，全身滿是醫療器材，圍在病床身旁的一群人，是一張張陌生的臉孔，竟還包括醫生和護士。

「我怎麼會在這裡呢？」這令人納悶不解的問題，一直在我腦海裡盤旋著。

曾經因幻想，而誤以為自己是壞人集團實驗中，正被待宰做實驗的羔羊，因此自己不顧一切危險地努力掙扎，試著拔掉呼吸管、點滴、鼻胃管……等醫療器材，嘗試著想逃離實驗病房；也曾命令全家人到齊，好測驗他們是否是他們自稱的「我的家人」；我也曾要求看我和先生的結婚證書、結婚照，好證明眼前這陌生的人是否真的是「我的先生」……這些奇怪的舉動與要求雖擾人，但家人心中也燃起了一點希望，因為他們關心的我已稍清醒，不再昏迷了。

雖然每天仍得打點滴、抽痰、吃藥、治療，讓我感到極為害怕和痛苦，但奇蹟似地，在家人的陪伴與幫忙下，我轉到了一般病房，我慢慢接受了我生病且住院、喪失某些記憶的事實，我重新愛了這些關心我的「家人」，重新認識了這個一直待在病房照顧我的「先生」。也從完全不認得字、不會算加減乘除的傻瓜，努力地如小學生般地翻閱字典，重新再次認識我曾熟悉的字；從完全不記得生活狀況的我，認真地回想過去屬於我的生活；而以前曾去過的旅遊景點、美麗風光，也從照片中慢慢拼湊出屬於我的回憶。由於長期躺在床上無法自我行動，導致腳部肌肉稍微萎縮，在先生扶持下，我也慢慢地坐上輪椅，甚或緩慢地走起路來了。我很努力學習、仔細回憶、

認真復健，兩個禮拜後，我可以出院了，雖然帶著一大堆每天必須服用的藥物，但我終於可以回家了，回我模糊記憶中的家，帶著不安、緊張的心，得重新開始過我新的生活，不過這已是令我和家人非常高興的事了。

而現在的我，是醫生所說的「奇蹟」，因為曾經在死亡邊緣徘徊的我，竟又可回到正常人的生活了。雖然有很多和家人相處的溫馨畫面遺忘了，和先生認識戀愛的甜蜜回憶不見了，身上因治療、開刀後、發作跌跌撞撞後的難看疤痕留下了，還有很多的能力、知識、教學教材忘光了；不過，我很幸運，因為我還活著，而且比很多癲癇病人恢復狀況更為快速、更為良好，很多事情我還有機會重新再來一遍。

曾問過老天爺：

「為何我會生這種病？一種從沒瞭解、從沒碰過的病，一種無法想像的病！」

「為何會讓我在眾人面前發作，出現可怕嚇人的畫面呢？」

「為何要奪走我這麼多的美好生活回憶？」

「為何我要每天吃藥、定期到醫院去看醫生、做檢查呢？」

當然，這些都是無解的答案，因為腦炎，它留下了送給我這特別的禮物——癲癇。

幾年過去了，我失去了一些曾經擁有的，但我收穫我現在擁有更多的。現在的我，感到我比很多的病人幸運，因為我更能感受到身旁有無數愛我、關心我、照顧我的人。雖然這病無法馬上復原，每天都還得服藥，定期看醫生並追蹤檢查，但我知道我是個很幸福的人；因為我很早就可以回到講台上，拿起書本教起書來了，或許偶爾會叫不出學生的姓名，偶爾也會忘記某些教材內容的，偶爾也背不出一些曾經熟悉的文句，不過幸好我的長官、我的同事、我的學生能接受我的健忘。住院時的主治醫師曾告訴過我先生，我可能不會清醒、不能生育，但是我現在可是兩個活潑可愛又健康女孩的媽咪，總是很驕傲地告訴他人說：「她們是我的寶貝女兒！」。先生常說起我們倆曾經去過的地方，曾做過的瘋狂事情，雖然真的想不起來，不過愛我的先生總會笑笑地說：「你是故意的吧！好讓我帶你再去玩一次！」；還有原本矜持不曾說出「愛」字的家人，我和他們相處得更融洽，

也更懂得珍惜所擁有的家庭生活。原來老天爺給我的禮物並不只有影響我生活的癲癇，還給我好多數不盡的、別人所無法感受的——特別禮物。

這一場大病，我改變了很多，我懂得體貼、關心、珍惜、樂觀、知足……我也更懂得感謝，我感謝你們，感謝所有愛我的人。



編者小語：

美蓉在文中提到，她腦炎康復初期，甚麼都不記得了，連先生也不認識。逐漸地，她慢慢恢復記憶，重新回想起過去的點點滴滴，奇幻的歷程不輸電影情節。

一般人可能很難想像，但美蓉的描述確是完全真實。許多癲癇朋友因為罹患腦炎，而留下了許多後遺症。但幸運如美蓉者並不多，很多人康復的狀況並不理想，特別是智力上的損傷，通常較嚴重，而且形成日常生活之障礙。如何防止腦炎的發生，不再造成悲劇，一直是公共衛生上的一大課題。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

心靈無病萬事通

廖月娥

有一天回診時我和旁邊的男病友聊天，我們聊得很投機，我訴說克服癲癇症的心路歷程讓他作參考，他向我傾吐他很擔心正在工作時發作，被發現會引起別人閒言閒語，因此而增加壓力及同事相處不樂的煩惱。我說：「人生在世不可能萬事如意，存在缺憾是人生必然的，坦然面對現實，凡事才能隨遇而安。」

很多癲癇病友在工作時都會無時無刻提心吊膽、憂慮成愁，精神不穩定，工作就無法專心，因此不能得心應手，自然就會產生很大的壓力。每個人對壓力的承受、忍耐是有限度的，所以我們必須積極排解憂慮、消除壓力，才不會因過度緊張、恐慌而引起癲癇發作，最重要的我們要心理建設「心靈無病」，心裡沒有負擔、沒有壓力，心靈無病萬事通，一切順其自然，才能鬆懈解脫緊繃的心境。解鈴人還得繫鈴人，這一切還是得靠自己，我們不要把「難」放在心裡，我們要克服「難」，不要被「難」擊敗！消除壓力擊敗困難，生命才能散發光和熱，人生才有意義。不要輕視自己的力量，因為人有無限的可能，人生旅途崎嶇不平，在千變萬化的逆境中，只要有堅強的毅力，信心堅定不變，一定可以克服萬難擊敗挫折。「心如鏡」，鏡不會轉動，鏡中之物動轉不息，此乃境轉心不轉，堅強毅力、信心不轉變，凡事一定都能轉逆為順。

人生要經得起磨練，心境如要保持常常快樂，就必須不把「人生之途中所遇到的困境挫折、人們相處不樂之瑣碎事當成是非」，有些人常常在煩惱，別人一句「無心」的話，聽後卻「有意」的接受了，此乃說者無心，聽者有意，我們要學習「平常心」，如此才能包容他人「無心」的過錯。一個人若有平常心，則無論遇到任何逆境挫折，都能逆來順受，安然自在的心態則無「憂愁、苦惱」，拋棄所有的煩惱，踏入今日解脫的境界，如此才能「痛快」的脫離「痛苦」。人們心胸若窄小，世界就變得渺小；心境若雜亂，人生再寬闊大路，也變得凌亂不堪；內心之路若雜亂窄小，此生就寸

步難行！開朗放寬心胸，凡事提得起，放得下，世界寬闊無比。「愛」是人間的一份力量，但是除了有「愛」之外，必須要有「忍」，修身養性則能「忍」，忍辱、忍讓、忍耐則能「安」。人們有煩惱皆因「自我」的執著，不但使自己痛苦，也影響身邊的人；心胸開朗的「忘我」才能造就身心健康、幸福的人生觀。做事需秉持著「正義、真誠」，待人則需以「寬大、柔和」的態度，寬大的心胸才能容忍是非，逆境才能破除而解。人性之美莫過於誠，真誠為一切善法之源；人性之貴莫過於信，信心乃人生立世之本。有一首佛歌：「拈一盞明燈，燃希望之火，照亮黑暗的每一個角落，圓您迷惘，解開疑惑，海天任遨遊，歡喜自在心開闊，普讚成愛，普提靜坐，蓮花一朵朵。」

癲癇朋友們除了要克服癲癇不發作，還必須創造彩色的人生，必須從悲觀與無望中找出樂觀與希望。「生命」要存在，就得要「生活」，所以「生活」就是「生命」之本能，而「生活」就得靠自己腳踏實地的開創前途，努力工作。「生活」是燈，「工作」是油，若要「燈亮」，就得「加油」，才會有理想的人生；但是若工作不順利，前途理想毀於一旦，我們也不能氣餒，不怕吃苦不怕難「愛拼才會贏」。人們一生中最大的成就是從失敗中站起來東山再起，人生不怕從來，就怕沒有未來，不要擔心負擔多責任重，能受天磨方鐵漢，只要腳步站穩，力氣才會越用越大。難行能行，難捨能捨，難為能為，才能昇華自我的信心與人格。

我曾在癲癇病友成立的 facebook 看到一篇貼文：最近社會已變了樣！社會還是依照古老說法；社會很多人還是使用「羊癲瘋」來取代「癲癇」名稱，讓癲癇朋友不受重視，反而被歧視！想了又想，所以想把 facebook 癲癇協會名稱更改為「關懷身心障礙協會」，因為本會有很多其他疾病朋友，故本會希望都能照顧到身心障礙朋友們，讓大家都能走出現在的陰霾，跨出未來的一大步！本會將在 3 月 31 日更改名稱，贊同的請打個(讚)字！不贊同的請出個意見，讓協會參考該如何做！

我馬上回應留言：社會現實的現象——歧視癲癇症，是古老時代「羊癲瘋、豬母癲」不雅的名稱所造成的，因為以前醫學資訊不發達，一般人只知傳言，根本不認識、不瞭解癲癇症，所以會有好奇、閒言閒語的異樣眼光，這是無法逃避的事實。我們身患此病不該畏縮，更不該自卑，更加不應該更改癲癇協會名稱躲避社會大眾。我們應該要光明正大、抬頭挺胸步入社會團體，遇到他人對癲癇發作好奇，我們就應該馬上對他們機會教

育，宣導癲癇症該如何預防及正確處理發作狀況。這是我發作過後，就會對我身邊的人們馬上教育宣導，讓他們更瞭解、更認識癲癇只是腦細胞短暫觸電發作的小疾病。要改變社會大眾對我們歧視不利的現象，這是要靠病友們不怕被歧視、不在意異樣眼光，勇敢站出來，努力發揮己身能力開創前途，表現出我們仍然是個好端端有用的健康人，解鈴人還得繫鈴人。若是改名稱逃避現實的社會，這不就是病友們也以癲癇症來輕視自己了嗎？每位醫師努力辦各種活動，目的就是要讓大家勇敢站出來，他們用心良苦力挺我們，如台灣癲癇之友協會榮譽理事長施茂雄醫師、現任理事長曾元孚醫師，一年辦好幾次活動，犧牲他們的假日陪我們去登山踏青、騎腳踏車、搭遊覽車到各地旅遊，目的就是要大家踏出門檻出來透透氣。病友們不能老是躲在黑暗的角落守株待兔，這就是心靈有病才会有羞恥心，不敢見人，牛角尖只會越鑽越紮實，心結越結越緊，若永遠解不開，此生就沒希望，永遠也不快樂，我們絕對要排除悲觀的理念。歲月不饒人，時光直驅而過，有句話我們應該牢記在心：「一睜一閉一天過去，不睜不閉一生過去」。朋友們堅強站起來踏出門檻，凡事坦然面對，把握時光，快樂為自己短暫的人生而活，讓生命充滿陽光。

人的一生不要做有價錢的人，要做有價值的人，對人善良，樂善好施，助人為樂！慈濟釋證嚴法師的「靜思語」書中提及：「心田要多播善的種子，多一粒善的種子，就可減少一枝雜草；土地不耕種，則必雜草叢生，所以行善要日日行、時時行，不斷去行，凡事點點滴滴都需有善念。」癲癇朋友們必須開闊心胸，走出黑暗的角落，我們一生中有人關心，有人愛護，也能關心別人，愛護別人者，即是福中之福人。有心就有福，有願就有力，自造福田，自得福緣，我們要「捨得」造福人間，施比受更有福，真正的快樂是施捨後的那份安慰與喜悅。另一首佛歌：「蒼天高山與大河，有人無恙去求佛，佛說何不求自己，生活中就有佛，奉獻愛心和慈悲，學習依著去施捨，幫助窮困救病苦，平凡中見真佛，你能做，我也能做，人人行善，人人快樂，你來做，我也來做，天天行善，天天快樂。」



編者小語：

月娥在文中提到，曾在癲癇病友成立的 facebook 看到一篇貼文：「最近社會已變了樣！社會還是依照古老說法；社會很多人還是使用「羊癲瘋」來取代「癲癇」名稱，讓癲癇朋友不受重視，反而被歧視！」。

沒錯，癲癇俗稱「羊癲風」或「羊角風」，因發作中手脚僵直似羊之雙角而得名；又因病發時常會昏倒，故又稱「羊暈」。有的在發作中或剛結束時，口中發出低沉急促渾濁似豬叫聲，故本省老一輩的人常稱癲癇為「豬母癲」。以此類推，發作時發出似雞鳴者，稱為「雞癲」；似狗聲者，叫「狗癲」；似馬跑步時之鼻息者，叫「馬癲」。手會似猴子東搔搔西搔搔者，則稱為「猴癲」。實際上全部都是癲癇，只是以發作當時所發出的聲音或手脚外觀而付予不同的命名而已。這些名稱均聽來不雅，所以醫界早已棄之不用，而且自二十多年前即不斷呼籲社會大眾屏棄這些舊名詞。我們也要糾正身邊仍在使用這些名稱的人，還給癲癇朋友起碼的尊嚴。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

玉米田小不點伯伯，感謝您點醒我的迷失

蔡錦芳

生命旅程遇上印象深刻的事，雖只記得些許，但總會不定時浮現腦海。我忘不了去年夏天騎單車運動，回家路途中經過玉米田，大概因自己幼年曾經是農家子女，對於農村鄉野的情感格外濃厚，有一種很自然的關心與熱愛，見到綠油油的田疇，總會想看看是什麼農作物，我帶著悠閒的心情，東張西望彷彿尋寶般的感覺，精神抖擻好不快活。

就在我感到愉快，不知不覺哼起歌來的時候，見到一位伯伯在田裡工作，看他的動作好熟悉，那是小時候看阿公拿鋤頭除草的姿勢；令我納悶的是，他身高大約只有我的一半，遠遠的看，我猜想那位伯伯可能是個侏儒症患者，等到近距離一窺端倪，仔細瞧清楚，天啊！我的想像和事實差距太大了，真象是原來他的兩隻腳不見了，右手也只剩上半截，只有左手完整。本來放鬆心情，拋開愁緒的我，只是單純的好奇，卻突然目擊從沒見過，未曾想像過的畫面。

觸動我的心旋，引起我更深刻的關注，我有難以言喻的個人感受，也受到驚嚇，全身僵硬的不知愣了多久才回過神來，以至於左腳踏地不穩差點跌下車。他是誤觸高壓電或是車禍嚴重受傷截肢？還是操作機械失誤？一連串的問題在我腦袋盤旋，原本平靜的心靈，竟在那時感到隱隱傷痛著，一時激動的喉嚨彷彿浮起一塊食物滿起來。

無法解釋的感傷，心裡不禁感到憐憫與不忍，眼睛、鼻子不由得一陣酸，親眼目睹他是坐在地上，況且單槍匹馬，沒有人幫忙的情況下，竟然能夠用耳鬢和肩膀代替右手，支撐鋤頭柄上半端，左手握下半端，而且雖不完整的肢體，卻可以合作無間，能夠心無旁騖的專注，獨自默默的承受這殘忍的事實，我很佩服他能克服心理障礙，不在乎肢體缺陷，不受生命無常的傷害與衝擊，更驚訝那動作是那麼的完美俐落，不知那是經過多久的練習？我更疑惑他是怎麼移動身體的呢？

好想走到他身旁讚美他，跟他說：「伯伯，您真了不起。」但礙於自己反應遲鈍，拙於言談，只好用欣賞的角度凝望他。這件事對我而言，有很大的意義，雖只是短暫的不期而遇，但卻引起我極大的震撼，也給了我一個可貴的啟示；感謝玉米田小不點伯伯，在我情緒低潮迷失的時刻，適時地出現。

回首自己的成長過程中，前半段人生因絆腳石形影不離的跟隨著我，主導我成長的旅程；那時因害怕出狀況少出門，每次憶起那段無法忘懷又無法挽回的茫然失措、漫長又黑暗彷彿夢境的旅程，把自己完全封閉起來，就像與世隔絕，毫無準備，卻必須面對難以置信的新環境，一時又捉摸不清還真有點錯愕，強烈的感受被時代遺忘，也導致思考表達能力有某種局限和壓抑，就因只聽說從未踏入，對外面的狀況都無從瞭解。一無所知的我，沒有想像過，生活步調緊湊繁忙的現代社會，二十年來的迅速變化，自己竟然渾然不知。帶著好奇心重新開始，觀察周遭的環境，感到好陌生，在家根本接觸不到複雜的社會變遷啊！

雖然告別這特別不一樣的經歷——癲癇，這是我成長過程學到的另一種難以用文字，或言語表達的獨特經驗。因受限於活動的範圍狹窄，閱歷淺短，真的走出去，需要面對難以摸索的人際關係，嘗試新環境所遇到的問題，發覺自己適應不良，心中常會有種種困惑和迷失。因絆腳石的光臨，把我的前半段人生和現代社會做了一個截然不同的分野，就像是停頓在某個時刻，最先懷著一顆忐忑不安的心，進入人生的一個未知的階段，因為無法想像，難免緊張心慌。

現實環境最直接影響生活的考驗中，有些真實的經驗與接觸，遇到才知曉。自己跟現今的社會脫節有一大段遙遠的距離，就像活在自我設定的想像中，自己卻毫無自覺；碰到問題不知該怎麼解決而陷入困境，心裡的感受，有覺得不大對勁，但又說不出個所以然。開刀回來出去工作已有八年多的光陰，從單純的學校到住家附近的早餐店，面臨待人接物，有時需要抉擇或需要表示意見時，往往事與願違。

就因歷練不夠，處理任何問題明顯能力不足，而且有些課題常使我懷疑，別人感覺淺顯易懂的問題，我卻難以理解，也發現以往所學皆無用，不足以應付紛至沓來的難題，也有時會受限於不可抗拒的理由，那時工作中接觸到多元多變的新狀況，才慢慢清楚的瞭解，時代在變，我的一些根

深蒂固，習以為常的舊觀念也一定要改變，要學習嘗試新的考驗，在摸索當中學習，還必須觀察思考，不斷地修正自己的方式；也要分辨事情的輕重緩急，調整過去錯誤想法，強迫推翻自己，否則不可能適應得了新時代，終將被社會淘汰。

在早餐店的情形，就像高中應屆畢業生剛進職場，什麼都不懂，從新接觸的新環境，面臨了自己需要改變的階段，提心吊膽的度過許多險境。現在是創新求變的時代，墨守成規就是落伍，曾經有遇過才曉得，原來自己是一個不識時務，憨直不知變通的傻大姊，行事風格與觀念不同，和同事妹們做事總感到格格不入。我的不合時宜，和他們相差懸殊，感覺要進入狀況，實在不容易。工作中烏龍事件一籬筐，就因腦筋遲鈍，同事們開玩笑的話，我卻當真，彷彿置身在濃的化不開迷霧當中，搞不清楚那是怎麼一回事，歷經許多次總是要在事過境遷之後，反覆回想，領悟力實在差強人意啊！常自責怎麼這麼笨，需要檢討改進的太多了，我正在學習面對人生困境和意料之外的問題，失敗和錯誤是我學習過程最多次的經驗。

我知道每個人的人生就像波浪一樣，有高低起伏，我們一定要珍惜每一段光陰，順境和逆境都應該接受，所以我現在看書能夠瞭解，就像作者所寫的，難題和病痛是成長的補品，形容的真貼切。無法改變過去的遭遇，已經邁入中年的我，感受截然不同，因為癲癇曾經是我最親密最誠實的朋友，這是我生命旅程一個轉彎不平靜的一個過渡時期，心懷感恩的回想難言的往事，感觸良多，那種感受真是一言難盡啊！唯有親身體驗過，深刻領會的當事者，才會懂得健康是金錢買不到的財富。

想起在早餐店因增加工作量，大姊（老闆娘）耳提面命交代我做的事，我總是一轉身就忘了，記憶力減退的超離譜，若不是當事者，沒有人肯用心去瞭解，也讓我感到常有難以啟口的難言之隱。經過反省與思考的過程中，感覺之前因為有絆腳石陰魂不散的伴隨著我，這是我感到無奈難以忘懷的經驗，有苦難言的過往啊！工作時心情難免七上八下，同事妹們覺得輕而易舉的事，換我做卻從茫然，所知有限，到頻頻出狀況，有時竟然需要旁人提醒，後知後覺的感到慚愧，就因急躁而無頭緒，不夠機警的難以明瞭，把難以掩飾的缺點表露無遺。

客人在面前點餐，有太多種記不住，腦筋鬧彆扭，驚慌到束手無策的情緒緊繃，不曉得該如何應付客人的要求；無法事前評估的狀況，不知如

何是好；緊張的態度、尷尬的表情，真是窘態畢露；行為表現過度拘謹，缺乏隨遇而安的瀟灑，總是處於焦慮的狀態。感謝同事妹們幫我解除危機，這是我適應新環境所遇到的超敏感時刻，無法妥善處理，我也心知肚明不能只挑簡單的做，但總會有措手不及的狀況發生。

有事又被大哥（老闆）碎碎念，遲疑一瞬間，幾句不經意的話，竟然感到如此鋒利，讓我感到很羞愧站不穩腳，甚至莫名其妙的感到疲憊不堪，尷尬、難堪和無助中，可想而知情緒低落到極點。工作場合沒有人在意你的自尊，大家看的是你的工作效率，每天戰戰兢兢，唯恐稍為猶豫又要被唸，明知工作中有些事情太在意，只是跟自己過不去，但突發事件的影響，到了晚上萬籟俱寂該到床上休息的時刻，卻總是焦慮的輾轉難眠，感覺工作的過程好像在洗三溫暖，影響情緒的起伏轉換，心裡面總免不了惆悵和感慨。

現實裡的所見所聞，面對周圍的人事物，就因反應遲鈍，種種狀況常不易覺察；有時會覺得那已經超出我能應付的範圍，面對突如其來的挑戰，很多時刻，感覺難以把握，常苦惱思索、自責，造成對未知事物的恐懼感。成長歷程缺乏實際的經驗，事實證明我需要練習適應人潮多的場面，而且有時還牽涉到許多客觀的問題條件，考驗我這孤陋寡聞的井底之蛙，不懂人情世故，真的遇上，我承認自己的無知，還得接受不可預知又無法拒絕的時代變化。由於本身的弱點，難免時常感到困惑，更沒想到有時吐露心聲，我這一板一眼的人說的話，竟然會有人不相信；健忘是我學習過程的致命傷，工作中最難克服的障礙，常不自覺得陷入不必要的情緒困擾，被自己搞得暈頭轉向，竟然每天回家的路也曾經騎錯方向。

內心有難以言說的感觸和迷失，有時會有心酸的感嘆，因絆腳石的相伴，感覺那是我人生旅程當中艱難的掙扎。但憶起玉米田肢體不完整的伯伯，那一幕彷彿一幅無聲無息的畫，時常出現在我腦海。感謝小不點伯伯，他是我生命旅程的貴人，在我猶豫不決的時刻，點醒我的迷失，讓我深刻的體悟到，許多禍福得失，都是老天爺對我們最好的考驗，也覺察到令人憂心的問題在任何時刻都可能發生。

我知道無法逃避任何狀況，也一定會有難題和困境不斷出現。提醒自己，對未知的將來必須樂觀的接受，期盼自己曾經在早餐店，不諳人情世故應對、持續不斷的烏龍事件被揶揄過後，能慢慢改善容易緊張這缺點。

自問難道我終究無法被試探的嗎？在競爭激烈的境況下，自我質疑是必經的過程，這番過程很難理解，心態需要隨時自我調適，否則恐怕總感覺在「不如人」的壓力下，患得患失的增加許多莫須有的煩惱。

期盼若有遭逢突發或意外狀況時，憑藉自己的經驗和觀察力，能夠用圓融的人際哲學處理，讓突發事件有圓滿的結局，可以化險為夷的安然度過；更期待自己的學習效率能夠漸漸開竅，而不是常鬧笑話。工作環境或許不那麼盡如人意，總有些無法預料的狀況，也無法避免的，一定會遇上各種大大小小惱人的問題；但轉變原有的概念，換個角度看逆境，相較於別人的病痛算什麼，現在有健康的身體，就是一種無可替代的個人財產，更是快樂人生最基本的條件啊！

環顧四周病友的情形，我覺得既然比其他病友更得到老天爺的厚愛，幸運的擺脫絆腳石，就不可以用狹隘的眼光看問題，該珍惜和感恩。每次在病友與家屬相聚的場合中，感覺大家都很少表達自己的情感意見，彷彿在癲癇這陰影的籠罩下，大家都習慣板起一張嚴肅的面孔，彼此冷漠以對，氣氛很不好；這種現象是可以理解的，因為我們都有一段有點熟悉，似曾類似經過的故事，既然有共同的話題，這就能拉近我們的距離，我相信任何經驗都是值得珍惜的，讓我們能在短暫相聚的時刻，交換彼此的憂愁和喜悅，不要總是躲在陰暗的角落，要迎向陽光。朋友們，讓我們共同走出生命的難關吧！



編者小語：

錦芳在文中寫到，玉米田中的老農夫，沒有了雙腳，右手也只剩上半截，坐在地上，用耳鬢和肩膀代替右手，支撐鋤頭柄上半端，左手握下半端，一鋤一鋤地挖土。

這讓我們連想到日本有位作家叫乙武洋匡，他天生沒手沒腳，他寫了一本書叫《五體不滿足》，轟動日本社會。他行動完全依賴輪椅，但卻盡情享受生命。他說：「殘障只是我身體的特徵，沒有必要為身體上的特徵而苦惱。」

錦芳鼓勵癲癇朋友在遭遇挫折時，能和她一樣受到玉米田中的老農夫的感召，以樂觀、熱愛生命的勇氣來面對。我們也建議大家可以閱讀乙武洋匡寫的書，希望在當今台灣不景氣的低迷氣氛下，能提供癲癇朋友提振人心，鼓舞生命向上的力量。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

歷練後的彩虹

曾幼玲

回首來時路，藥物是從未離身的，過敏、氣喘、癲癇都是我的至親好友，但是也因著它們，我對台灣的醫療狀況更能掌握，也更懂得要如何與醫師溝通，甚至能用我不擅言詞的口，去安慰需要的人；「幼玲，最近病房有一位癲癇患者，不願意與別人溝通，我們說的他也不接受，可否請您來幫忙一下？」這是某位護理人員對我的邀請。

自我國中開始，癲癇就常與我面對面，所服的藥量曾經高達一天十二顆，但感謝上帝，在民國七十九年將我帶到了台北榮總癲癇特別門診，在那裡我碰觸到了醫師的視病猶親，也於民國八十年接受了我人生的第一次手術——右腦顳葉切除。在病房做術前檢查時，荒漠甘泉上的一段話，讓我信心更堅定「暫緩不是拒絕，許多禱告詞上批註著：我的時候還沒有到，神有祂定規的旨意，也有祂定規的時間。」我滿懷欣喜地迎接這次的手術，猶如家人形容「妳怎麼好像要進飛機場出國遊山玩水」。

經過了長達十一小時的腦部手術（包含在恢復室的時間），及十多年來的與癲癇共舞，更堅定我要幫助其他癲癇朋友及家屬的心，正如聖經所記：「我們在一切患難中，祂就安慰我們，叫我們能用神所賜的安慰去安慰那遭各樣患難的人。」因此每當回診拿藥，我的腳步定會迫不及待地前往台北榮總中正樓十七樓，因為我要將過往經歷，與正在病房做癲癇監錄系統錄影檢查的病友及家屬分享，這是再興奮不過的一件事，每當看到家屬那期盼進一步瞭解的眼神，就更催促我宣導癲癇及幫助其他病友的動力。當年因著台北榮總主治醫師的邀請，我有幸可以參與台北榮總超越巔峰聯誼會的召集人，那一段日子，是我上半場人生最精彩的一段回憶錄，也讓我上半場人生可以留下難以塗抹的成就感，就如哲學家說：人不知道他自己是誰，直到他發覺自己可以做什麼事；的確我從對人的服務中發現自己的長處，從長處中建立我對自己的信心。每當辦活動時，病友熱切的擁抱，家屬歡喜的笑容，讓我被愛環繞，被熱情激勵，我更深刻體會「施比受更

為有福」。過去曾經有一段時間，我退居聯誼會幕後，但看到一個個原本退怯的病友，因著當初參加聯誼會不同性質的活動，如今已可活躍於人前，甚至在任何一處與病友或家屬相遇，那一聲聲「幼玲，回來當會長吧！」的誠懇呼喚聲，更加成為我要重新出來接棒，繼續在前線幫助病友的催進劑。誰說患有癲癇的人生是灰色的，是沒有未來的？只要肯放膽向前，用心付出，善用人生每一點滴的歷練，我們還是可以揮灑出絢爛的彩虹人生。

於全球受矚目的 NBA 哈佛小子林書豪曾引述聖經的話：患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於羞恥。朋友們，人生本就不是一帆風順，每個人的人生都有患難，只是大小不同而已，而要如何去與之抗衡，就在於我們的眼光要放在何處了。加油，讓我們放眼世界，很多人的人生際遇比我們更崎嶇、更艱難，但他們都能一一克服，我們當然也不能例外，不要被自己的敵人——自我擊倒了，讓我們都能在困難中成長，活得更剛強、更得力。

（註：台北榮總癲癇特別門診，如今已併入神經內科，門診表上神經內科醫生大名後若有 S 標記者，為兼看診癲癇的專家。）



編者小語：

幼玲在文中提及她曾接受過顳葉切除術。癲癇手術有許多種，最常做的是局部或腦葉切除術，直接切除癲癇病灶或含癲癇病灶的腦葉，以根除癲癇為目標。其次為胼胝體切斷術，以減輕癲癇發作程度為目標，將胼胝體部分或全部切斷，使癲癇放電波無法傳遞至對側大腦半球，適用於在無法直接切除癲癇病灶，例如有多個病灶或病灶位於不得切除之重要功能部位。再次為大腦半球切除術，這是當有多個病灶為於同一大腦半球上，直接切除該大腦半球，以根除癲癇為目標。目前在台灣也有一百二十多位的癲癇朋友接受了迷走神經刺激術，這是以減輕癲癇發作程度為目標，適用於在無法直接切除癲癇病灶、曾經其他癲癇手術失敗或不願接受顳內癲癇手術者，方法是將電極纏繞於左側迷走神經上，讓埋於胸口皮下之放電器（似心臟節律器）定時定量放電，藉生物回饋方式來抑制癲癇病灶放電。

迷走神經刺激術手術過程簡單，但壞處是太貴，若無補助則需自費一百餘萬元。另外也有深部電刺激術，適用情形如迷走神經刺激術，但是電極需插至兩側大腦深部的視丘，較具侵襲性。

當癲癇常試過各種內科療法都失敗時，就可以考慮癲癇手術。至於手數種類及成功率，則需住院經過詳細評估後才能確定。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

愛在哪裡

陳雨璇

生命是什麼？無常是什麼？愛又是什麼？

我也曾經是個很健康快樂的小孩，我也曾經有好多的夢想，好多好多的曾經！可是在一次的腦部受到撞擊後，我的人生一切都變了，在我第一次暈倒後，無意中偷偷看到爸媽的眼淚，但是他們還是不放棄，全台灣的大醫院，幾乎都帶我去過了，就是檢查不出原因，只能看暈倒狀況，醫生判定為「類似癲癇」。

十幾年了……說長不長、說短也不短了，而大部分的朋友看到就嚇死了；但是，還是有幾個很好的朋友！這幾年工作找得好辛苦；這一路走來到現在，我真的走得很辛苦又難過。我不敢面對現實……因為只要我在別人面前暈倒過，別人總是用異樣的眼光看我。而在這些年我也感觸到，沒人會瞭解我們的痛苦，要忍受那種外界的取笑。我真的很害怕、缺乏自信、沒有安全感，或者是非常敏感，甚至會容易激怒，所以只要到新的環境，我都不敢承認，除非我真的暈倒了。

在工作上只要在公司暈倒，自己就知道準備找下一個工作了。這一切都是針針見血的生活領悟，也因此讓我體驗到生命中人情的冷暖。我曾經被指責得很慘，被人瞧不起，可是並非出於我願意！我幾乎把自己關起來，因為我不相信這世間還有愛，我不知道愛在哪裡？這種感覺，就像從天上掉下來的痛苦，沒有人可以瞭解我心中的痛苦，淚水只能往肚子裡吞；我也恨過為什麼是我？我也想過要自殺。十多年了……我已經數不清摔了多少次跤，一次又一次都掙扎著爬起來，狼狽的一次又一次的向前走，在我的心裡就是因為自己不停的默念著：「我還有一個家。」家讓我感受到，真的是一個避風港，給我溫暖、給我關心，為我撐起一片天；這幾年，除了家人，我真的要好好的感謝林口長庚醫院的吳禹利醫師，在他的治療和鼓勵下，我已經好了很多，病況也不再像以前一樣沉睡又嚴重了！

病了這麼久，到今年我才敢去申請「身心障礙手冊」，也因為我喜歡看書，所以現在的我，都會去找一些勵志的書，甚至有關身心障礙作者寫的心路歷程來參考別人的感受，現在的我已經慢慢的能夠接受現在的我，正式的重新看我自己。因為我一直告訴自己，在歷史上許多名人也都是癲癇患者，如哲學家蘇格拉底、政治家凱撒大帝或洪秀全、藝術家梵谷、小說家莫伯桑、科學家諾貝爾都是癲癇患者，但是他們也都是成功者。

在最近看了那麼多書，重新的學會看見自己，我才有感受，其實愛無所不在，但是它要用心去感受；只要我們有一顆充滿愛的心，就會發現其實愛佈滿人間……愛無處不在。人生到老一直都是在學習，現在的我已經可以慢慢體會，人生本來就有起起落落，而人就是經過失敗，才會讓自己更成熟……。我要好好的學習把自己的心沉澱下來，凡事用心、凡事認真、凡事真誠，細細去思考感受，就可以知道愛在哪裡！

上人也曾說過：「愛就是無私，沒有執著，不會比較喜歡誰或討厭誰；愛就是有平等心，對每個人都關心，都愛；不只愛別人，也懂得自愛。自愛的人會知道要好好修養自己。能守本分，多用心，懂感恩，知報恩，這樣的人生就是最清淨的愛。」



編者小語：

雨璇在文中提到，只要在公司暈倒，自己就知道準備找下一個工作了，這一切都是她針針見血的生活領悟。是的，現代的社會，尤其是當經濟不景氣、學校教育又以升學為主，而不再強調四維八德品德教育的現在，人性中的善似乎變得更隱晦而罕見。癲癇朋友們感觸尤深！

雨璇在文中也特別感謝吳禹利醫師，吳醫師在過去兩年擔任台灣癲癇醫學會理事長任內，帶領台灣癲癇界舉辦了許多癲癇學術活動及社會教育活動，也就是希望一方面加強醫師治療的醫療專業知識外，另一方面也能讓社會大眾更重視癲癇而協助癲癇朋友。吳醫師日以繼夜的無我奉獻，正可讓我們體驗到可貴的溫暖人情，讓我們向他致上誠摯的感謝。

癲癇朋友 | 成人組 佳作

自我成長

蘇雪卿

人生無常，世事難料，即便是我們賴以生存的地球，也分分秒秒在變動著，科技的日新月異，電腦、網際網路、醫學上的大幅進步（核磁共振、雷射…等等），高鐵的快速，火箭、人造衛星的發射，對外太空不斷的在探索，再再顯示人類一步步、一個階段一個階段的在進展，每一個階段引領著下一個階段的前進發展。因此身為人類的我們，若不能跟上大時代的腳步前進，必定會遭此時代的洪流所沖刷淘汰（亦即現今社會上流行語：長江後浪推前浪，前浪倒在沙灘上），而時間的挪移，世間的變化是不會就此停止的。

成長的過程是美好的，儘管生長在那物質、精神一切貧乏的年代裡，我仍能擁有一個快樂美好的童年。隨著大夥一塊上學唸書，國中、高中，並積極的準備大學聯考，但此時發覺每每念書中途即感頭部劇烈疼痛，但以當時的認知（或應是知識、資訊的不足），每每躺下來休息一會，一切又回復正常，這樣的情況下，一直持續了一段時間都沒有去理會它，甚至誤認為是青春期的女孩子月事、貧血的關係，在此情況下，我大學聯考自然是落榜了，爾後出社會工作做事、交男友談戀愛，一切也都順順利利。

婚後，也就在老大國小六年級，老二幼稚園大班時，一天夜裡老公晚睡，進房時發現我臉色蒼白、手腳抽筋，一驚非同小可，立即將我送醫檢查，診斷為腦部動靜脈畸型，必須動手術且經醫師的評估，我還至少需動二次以上的手術。年輕嘛！也受過一點教育，拒絕聽從一些民間習俗療法，經由醫師的說明後，即刻辦理住院手續，準備動手術，經過 2-3 次的腦部手術，第三次手術是因第二次手術後血流不止，在醫師手術後尚未回家裡，我因瞳孔放大，應緊急將醫師召回，才再次止住血流（同時，光是加護病房，我就住了 21 天，這些日子非常感激我的二位媽媽，親生媽媽一直在醫院照顧我，婆婆幫我照顧二個孩子）。但術後我才驚慌失措，人生也頓由彩色變為黑白，因為手術後造成我臉部歪斜（由原來同學口中的上帝傑作，

變為一鐘樓怪人)喉嚨也發不出聲來，左半邊手腳更是不對勁(因腦部三叉神經右腦手術，傷到了左邊運動神經)，同時又發現腦傷，有了癲癇後遺症。

雖然癲癇經醫師的藥物控制住了，但左邊手腳就是不聽使喚，因此我成了名符其實的半邊人(內心的痛苦使我多次想要自殺來逃避人生)，經醫師的鼓勵，要我做復健，大約半年的時間恢復了說話的能力，左腳走路也較正常了，但之後，遇到了瓶頸，左手始終是無力失能了。我也因此失去了工作，但這段時間，老公一直默默的在支持我，媽媽聽說我住院，第二天即從金門趕搭第一班飛機來台照顧我，之後在家裡每天為我念經祈福，二十年如一日，使得我再也沒有勇氣提到自殺了。

心想：成功是為有準備的人而設的，於是我由北部搬回台南的婆家，並進入空中大學進修重拾書本，我除了選修內外科護理學類(希望能多瞭解一些醫學上的知識)，也大多選修心理層面的知識(希望自己心裡能正面些)，整整用了八年的時間，我由空大畢業了，雖然身體上的缺陷仍未痊癒，但在心理上我多做自我調適；尤其這八年間我都參與了社團活動，加入社會服務社，常常服務一些弱勢及老年人，並藉由觀察摸索，以另一個角度來面對別人身上的苦痛，無形中自己身上的苦，不再是苦了。八年的空大生活，我不但知識增加了，見聞也拓展了，更有人際關係上的體驗收穫，這難道不是應了一句：塞翁失馬，焉知非福。

手術至今，二十個年頭了，隨著年歲漸長，徘徊過生與死的不確定，現在我終於明白了，身體上的病痛，我努力過了，但無法達到自己所願，強求對自己並沒有實質的助益。同時我也瞭解，其實人生旅程中我們仍有許多導師引領指引我們，無論是知識層面或心理精神層面，不要拘泥在自己小鼻子小眼睛的觀念裡，而更深體會到：退一步自然幽雅，讓三分何等清閒，忍幾句無憂自在，耐一時快樂神仙，好！真好！



編者小語：

雪卿在文中提到，她參與社團活動，加入社會服務社，常常服務一些

弱勢及老年人，並藉由觀察摸索，以另一個角度來面對別人身上的苦痛，無形中自己身上苦，不再是苦了。

是的，人生以服務為目的。我們也可以藉由他人身上的痛苦，了解自己是多麼幸福，正所謂比上不足，比下有餘是也，因此對人生能更樂觀地看待。這是服務所帶來的收穫。

德蕾莎修女是世人的榜樣，她收容癲瘋病患、藥癮、娼妓、受虐婦和愛滋病患，照顧那些被遺棄在水溝旁、垃圾堆、馬路邊的奄奄一息的窮人，讓他們得到溫暖，安慰和應有的愛及尊嚴，最終能平靜安詳地離開人世。她，讓世人知道了甚麼叫做愛。台灣也有許多默默的德蕾莎，雪卿就是其中之一。與其給他們按個讚，不如讓我們效法他們！

社會朋友 | 國小組 第一名

關心癲癇患者

丹鳳國小 吳秉樺

「啞吧」叔叔是隔壁村子的金水孀婆的兒子，他從小就沒有語言，所以村子裡的孩童儘管稱呼他為「啞吧」叔叔。

「啞吧」叔叔有著濃眉大眼，而且他的手腳和身體都是粗粗壯壯的，看起來一副孔武有力的模樣。每一個大清早，他總是一手提著藤條坐在牛車上，一手拉著綁住牛鼻環的繩子，快樂的下田去，與去上學的我擦身而過。在他的臉上，經常掛著嘴角微微上揚著靦腆的微笑、篤實的神情。當夕陽把天空染得一片火紅時，他又一手拉著牛車，一手提著藤條地回家，日復一日從不間斷。直到有一天，已經是日正當中了，「啞吧」叔叔卻遲遲沒有回家用餐。隨著時間一分一秒的流逝，大家覺得不對勁，村民立刻趕往稻田裡查看，找了老半天，還是沒有發現他的蹤影，只看見天天陪他下田的水牛被一條繩子繫在一棵大樹下「哐！哐！」的咀嚼著青草。後來，有人發現遠方的水池旁堆著一大捆草，大夥兒立刻上前查看，赫然發現「啞吧」叔叔早已趴在池子裡，一動也不動了。看來，他是被水給噎死的。隔天，我才從村民的口中得知，「啞吧」叔叔從小就患有癲癇，當他在湖邊為牛洗草時，正巧癲癇發作，暈倒在水中，被水噎死了。

癲癇是一種很難根治的病，雖然可以用藥物控制發作，但是幾乎都需要終身服藥。癲癇發作時，患者會出現肌肉痙攣、僵直、間接性不隨意運動、突然喪失意識、記憶和口吐白沫等癥狀。不過，前述的不隨意運動影響的是隨意運動，因此不影響呼吸、眨眼等正常的隨意運動。為什麼癲癇會發作呢？主要有腦部受傷、光刺激與中風等。「啞吧」叔叔可能在洗草時受到水面反射的光線刺激而癲癇發作，又因肌肉痙攣而倒臥水中，被水噎死。

我們要怎麼幫助癲癇患者呢？首先，醫學方面來說，可以投藥物控制病情，如果病情無法得到藥物控制，就只能以較高風險的手術治療了。其次，如果在公共場所遇到癲癇發作的患者，請不要驚慌逃竄，他不是中邪，

更不是發瘋，他是需要社會大眾伸出援手的癲癇患者；如果患者可能有生命危險，你的一通求救電話，或許可以跟死神換回一條人命呢！請別排擠他，癲癇患者也有人權，請大家接納、包容和尊重癲癇患者。在家裡，可以將周遭的凸出物加上安裝防撞墊，並隨時陪伴患者。最後，在學校方面，患者家屬要告知學校患者的發作時機，並成立緊密良好關係，以確保患者的安全，並在周邊加裝安全防護撞墊。

記憶中的「啞吧」叔叔是那樣的健壯、開朗，但是卻因為周遭的人不瞭解癲癇這種病的症狀和病發的時機，才會讓「啞吧」叔叔因病發而失去寶貴的生命。現在，醫療的進步使許多癲癇患者的生命有保障，但是在社會中卻要忍受他人異樣的眼光。我覺得，只要我們接納、包容癲癇患者，不僅可以掃除患者被嘲笑時心理的痛苦，也能使社會更加和協。



編者小語：

秉樺小朋友很會說故事，啞吧叔叔的故事一步一步地牽引著讀者。悲傷的是，啞吧叔叔因為碰巧癲癇發作，發生溺水意外。

秉樺說癲癇是一種很難根治的病，雖然可以用藥物控制發作，但是幾乎都需要終身服藥。其實，只要選對正確的抗癲藥物，規則服藥2~4年，70~80%的患者將會獲得良好的控制甚至痊癒。而剩下的20~25%可藉癲癇外科手術改善或根治。更何況，有許多本身就是良性癲癇，只要吃一點點藥就可以完全控制，時間一到就痊癒了。

秉樺也和科南一樣，猜測啞吧叔叔可能在洗草時受到水面反射的光線刺激，誘發光刺激性癲癇發作而倒臥水中。確實，癲癇中5%的患者特別容易被某些特別因素誘發其發作，好比強光或突如其來的聲響等。這種可以被某些特定因素所誘發的癲癇，通稱「反射性癲癇」。可被光誘發的癲癇，稱為「光反射性癲癇」或「光敏感性癲癇」；可被聲音引發者稱為「聲音反射性癲癇」：「驚嚇性癲癇」，因為受到驚嚇而發作；「音樂導致性癲癇」，因為聆聽某些音樂而發作；「思考性癲癇」，因為思考而引發；「浸泡熱水引致的癲癇」，因為接觸熱水而引發；「刷牙引致的癲癇」，因為刷牙時刺激到牙

床而引發。在日本也發現因為打算盤而引發的「算盤癲癇」。聽起來有些不可思議，有人吃東西也會引發癲癇，稱為「吃誘發性癲癇」。甚至有人在大便時，也會誘發癲癇。這些反射性癲癇的患者，應想辦法避免該誘發因素，但最重要的還是要吃藥。我猜，啞吧叔叔應該沒有接受治療才會如此！

社會朋友 | 國小組 第二名

人間有情-關懷癲癇

二林國小 洪瑋彤

「癲癇患者」不管是在以前，還是在科技發達的 21 世紀的今天，他們都被以異樣的眼光來看待。但，其實癲癇並不恐怖，就算發病了，也只是有些奇怪的動作，讓你嚇得直尖叫而已，而且發病時也不會做出任何傷天害理的事情，為什麼大家都要跟他們保持距離呢？試想，我們如果站在他們的立場，自己還會這樣對待他們嗎？他們會得到癲癇，難道是出自本意的嗎？他們只不過是較不受幸運女神眷顧而已啊！我們憑什麼用異樣的眼光對待他們？而他們又為什麼要承受這種痛苦呢？

而且，受到不公平對待的人還有——癲癇病患的家屬，當自己的孩子正在和病魔拔河時，為人父母的一點忙都幫不上，那種痛豈是用言語就能說明的呢！再者，如今的社會錦上添花的人多，能夠雪中送炭的人卻少之又少，又有多少人能伸出援手去幫助那些病患的家屬呢？

然而，在科技發達的今天，癲癇不再是絕症，它已能用藥物來控制了。反觀古代，我們又豈知有多少人死於癲癇之下呢？但，現代的科技雖能控制癲癇，但卻無法控制罹患癲癇的人數，根據統計每一千人就有五至十人罹患癲癇；然而，台灣罹患癲癇的人數就有十至二十萬人。

古今中外，罹患癲癇的名人也不少，例如：在哲學史中佔有相當地位的蘇格拉底和他的徒弟柏拉圖，歷史上著名的聖女貞德，以及伊斯蘭教的先知穆罕默德等；然而並非每個人都能幸運的活下來，例如：英皇喬治五世之公子約翰王子，俄羅斯作曲家莫傑斯特·彼得羅維奇·穆索爾斯基，以及德國作曲家諾伯特·布爾格謬勒……等。

我的想法就是希望所有人都能將心比心，和顏悅色的來對待他們，他們跟我們一樣，都是地球村的一員，他們也想當個正常人，他們也想跟我們一起玩啊！他們也有活下去的權利！我們並沒有資格嘲笑他們，更沒有資格排斥他們！因為他們比我們之中的任何一個人都還要堅強！都還要有

資格活下去！

也許，當我們和顏悅色的邀請他們跟我們一起玩時，他們內心深處的那道亮光將會發光，將他們從黑暗的深淵中救起，對他們而言彷彿幸運女神又重新眷顧他們了呢！只要我們願意向他們打開心扉，儘管是一個簡單的問候，甚至是一個小小的微笑、點頭，就能使他們心中注入一股暖流，使他們重新復活，我們也等於是他們生命中的貴人，對他們而言，我們彷彿賜與他們新的生命，能夠讓他們再重新活一次呢！



編者小語：

從瑋彤小朋友的文章中，看出他年齡雖小，但很有愛心。在瑋彤心中，癲癇朋友和家屬常受到不公平的對待，確實也反映出一般人的心態。其實，癲癇朋友也是正常人，每個人都會生病，癲癇朋友只是罹患癲癇症罷了，和一般人罹患血壓、糖尿病或中風沒有兩樣。只差在癲癇因為無法預測何時發作，造成傷害的機會較大而已。沒有理由以異樣的眼光看待他們，或給與不平等的對待。我們期待瑋彤小朋友能身體力行，影響周圍的人，以行動來支持癲癇朋友。

社會朋友 | 國小組 第三名

人間有情-關懷癲癇

溪州國小 吳庭儀

在一個下大雷雨的傍晚，小蕙拖著一身疲憊的身軀，下班搭著公車回家，就在到站下車的那一瞬間，小蕙突然眼前一黑，一腳踩空，整个人跌下公車，全身還不時抽搐，旁人看到這樣都受到驚嚇，尖叫聲此起彼落，一時之間大家都不知如何是好，直到車上有位阿婆一直喊：「快拿個東西給她咬，別讓她咬到舌頭啊！」這時車上乘客及司機連同路人才回過神來，有的人趕緊打電話叫救護車，有的人急忙幫她撐傘，有的人幫忙扶抱她到店家騎樓，等待救護車的到來。

到了醫院，急診室一時也聯絡不上小蕙的家人，因為小蕙獨自在台北工作，也沒有人可以照料她，這是她第一次發病，以前她從來不知道自己患有癲癇這種病，一向都覺得自己身體強壯的像頭牛「耐操耐打」型，怎知老天爺向她開了一個大玩笑，令她不知如何去面對未來，面對家人，南部老母親、小弟還在等她這份薪水貼補家用，這可怎麼辦？

清醒後看著急診室人來人往，好忙碌，可是小蕙的心情卻很茫然，忽然有一個人溫柔的拍一下小蕙的肩膀，原來是剛才公車上的阿婆，她說：「小姐，你還好吧？是我跟這位許先生送你到醫院的，你可以告訴我你家的電話，我聯絡你的家人來照顧你好嗎？」小蕙落下淚說：「阿婆、許先生謝謝你們，我是一個人住在台北，我的家人在南部，不要聯絡我的家人好嗎？我怕他們擔心。」阿婆說：「可是你這樣狀態需要休息啊！」醫生適時的出現，化解了小蕙的不知所措，醫生告訴小蕙：「目前狀況屬於輕微，會發生今天這樣的情況，應該是最近太累了，飲食、情緒都不佳吧！現在開始需要配合藥物治療，及正常作息，別熬夜或太累，再定期追蹤。只要控制得宜，應該可以維持正常生活的。」目送醫生的離去，小蕙不禁淚流滿面，該怎麼辦？

阿婆和許先生這時發現小蕙情緒很激動，許先生問：「小姐你有什麼困難嗎？有什麼地方是我可以幫忙嗎？」小蕙不發一語，只是一直落淚，阿

婆看了著實心疼，於是問小蕙是否有經濟問題，小蕙點點頭，過一會才說出自己需要養家，不能沒有工作，自己也要生活啊！阿婆聽了就問小蕙：「你要不要來跟阿婆住，阿婆目前一個人住，兒女都在國外，這樣我可以照顧你，你也可以省下房租，壓力就可以輕些了。」小蕙說：「這怎麼行，您與我不熟識，這樣麻煩您，不好啦！」阿婆說：「不會啦！大家認識就是有緣啊！醫生也說了，其實這病可以控制，你只要配合醫生，按時吃藥，回診追蹤，應該就不成問題了。」這時許先生也提議說：「你可以申請看看傷病卡、補助等，你放心，我會幫你找資料。」小蕙感動得落淚，心想：「原來人間處處有溫情，這麼有人情味。」上天雖然關了一扇門，卻也同時為她開了另一扇門，讓她不會徬徨無助，她由衷謝謝所有幫助她的人。



編者小語：

庭儀小朋友寫的故事相當感人而且真實，特別是發作後，小蕙請求大家不要聯絡她在南部的家人，以免他們擔心。

真的，很多癲癇朋友害怕家人擔心，有發作也不敢告訴家人，所有的苦都自己一個人往肚子裡吞。但是，為了早日康復，我們還是建議不管發生甚麼事都該告訴家人。因為，發作時之表現，是醫師治療癲癇的重要參考。而癲癇症又和別的病不一樣，它發作時常會伴隨意識障礙，病人自己無法得知發作時之表現，全靠目擊者才能告訴醫護人員發作的一五一十。再者，家人因為生活在一起，常是目擊的證人。更因為親情的聯繫，家人較一般人更能監督病人準時服藥與固定之生活作息，而協助病人完成所需的療程。

社會朋友 | 國小組 佳作

羽化中的蝴蝶

建功國小 謝沛軒

去年中秋節，在爸爸的同學會上第一次遇到小姊姊，高高瘦瘦，皮膚白白得像沒曬過太陽一樣。小姊姊靜靜的坐著，看我們這群男生玩紅綠燈、躲貓貓，一會她也忍不住了，求她父母讓她玩，蔡伯伯、伯母禁不住她的要求答應了，但不斷叮嚀她，玩一會要記得休息，別讓體溫升高。

我們聽得一頭霧水，一群小孩一下子就玩開了，突然「砰」的一聲，小姊姊直挺挺的倒下，手腳僵硬、牙關緊閉、口吐白沫，肢體抽筋，嚇得我們尖叫。大人立刻跑了過來，蔡伯伯說：「她只要體溫上升，就會抽搐、痙攣，請大家讓開一些，給點空氣。」蔡伯母保護著小姊姊的頭部，協助側臥，維持呼吸道的通暢，但過了十分鐘還沒停下來，所以決定就醫。爸爸的同學會就在大家驚嚇、擔心中匆匆結束。

後來爸爸和他的同學們才知道小姊姊從小就受癲癇所苦。再一次見面是雙十節假期，小姊姊的爸媽邀請我們到他們新開張的民宿作客，小姊姊看到我們，靦腆的說：「上次嚇到你們了，真不好意思，現在已經好多了，發作次數比小時候減少很多，醫生說，等再長大一點，會越來越改善。」我們聽了都為她高興，想她總算苦盡甘來，不必再受病痛的折磨。

沒想到農曆年初二，爸爸接到電話，小姊姊感冒併發腦炎，腦部化膿發高燒，情況很不樂觀。爸爸決定親自去給蔡伯伯和小姊姊加油打氣。爸爸回來後心疼的說：「小姊姊瘦得只剩皮包骨，身上擦滿管子，已經在加護病房住了兩星期，雖然不能張開眼睛、不能開口說話，但聽到爸媽的聲音，眼角就會流下淚。」我心裡想：「小姊姊實在太可憐了，好不容易身體好些了，又要受這場病的折磨。」

上天垂憐，兩個月後小姊姊以堅強的鬥志戰勝病魔，但是上天又給她更大的挑戰，醫生告訴蔡伯伯、伯母：「病毒侵襲腦部，腦神經受損，後遺症包括語言障礙、運動肌無力，要把她當小嬰兒一步一步慢慢復健，只是

會比照顧小嬰兒更辛苦。」

經過三個月後，小姊姊可以在輪椅上坐一會了，蔡伯伯、蔡伯母答應了我們的探訪。雖然我有心理準備，但看到小姊姊無力的癱軟在輪椅上，還是相當震撼。蔡伯母說：「每天要抱著小姊姊到醫院做四個小時復健，雖然復健很苦，但是小姊姊咬牙苦撐，有時痛到眼淚都流下了，還繼續堅持，所以進步的速度連醫生都訝異。」小姊姊還無法開口說話，但她認真的聽著我們交談，手還不停的擠壓玩具熊做小肌肉的復健。

今年中秋節又再次見到小姊姊，她現在靠著媽媽攙扶就能走路，不再完全依賴輪椅了；也可以小口慢慢吃固體的食物，不再需要以鼻胃管灌食了。看到小姊姊的進步，眼眶熱熱的，鼻子酸酸的，真不知道她吃了多少苦頭，蔡伯伯、伯母流了多少眼淚，才能進步到現在的樣子。面對病魔不屈服、勇敢對抗的小姊姊，真是個生命的鬥士，她把大家的關愛化為力量，帶領她超越病痛，相信憑小姊姊堅毅的精神，一定可以忍受像毛毛蟲成長蛻變的痛苦，像美麗的蝴蝶般破蛹而出，迎接燦爛的未來。



編者小語：

我們相信，小姊姊一定可以聽到沛軒小朋友的祝福而早日康復。

有一種發作在小朋友很常見，叫做熱性痙攣。熱性痙攣不是癲癇，它也會全身抽搐，與癲癇有點像卻又完全不一樣。因為，它只有在發高燒的時候才會發生，是人體對發燒的一種反應，可以不必吃抗癲癇藥物。通常發生在六個月大到六歲之間，以一到三歲間最多，六到八歲以後則不應有熱性痙攣。通常發生在發燒38度以上，尤其在39度和40度最多。一般僅為輕度短暫或僅一次不再發的，愈後都很良好，而且不會有後遺症，本質上相當良性。僅少數的熱性痙攣可以造成死亡或腦部嚴重損傷，0~20%的熱性痙攣的病童以後可能會有癲癇後遺症。由上述看來，這位小姊姊體溫上升時雖會發作，但不是熱性痙攣，而是癲癇無誤。

社會朋友 | 國小組 佳作

癲癇

北成國小 鍾雨軒

癲癇，對於很多人來說，是一個很陌生的疾病，但對於我來說，它卻一點也不陌生。

在我的身邊，碰巧就有一位患有癲癇的患者。有一次，我們在上體育課，發現隔壁班在操場上有一陣騷動，我看見老師和同學們，很著急地看著那位倒在地上的同學，我也很心急的忙著湊過去，瞭解一下發生了什麼事，親眼目睹這位同學倒在地上不斷抽搐，口中吐著白沫，神情呆滯的樣子；原來，這位同學得了癲癇症，我第一次這麼近的看見癲癇患者發作時的痛苦。此時，似乎什麼也幫不上他，只能默默地祈求，他發作的症狀趕快結束，恢復正常。

這時候，對他感到很惋惜，怎麼會這麼不幸得到這種病呢？也要慶幸和珍惜自己有一個健康的身體。

我們常常從別人的口耳相傳中，有一些誤解：以為在癲癇症發作的時候，在病患的口中塞入毛巾，防止他咬到舌頭，其實這是個錯誤的做法，因為在癲癇發作時，在病人口中放入任何東西，可能會對其造成無法想像的傷害。

對於這些得到癲癇疾病的患者，我們應該要秉持著尊重和接納的態度，來面對這些癲癇病患，而不是對他們有所歧視或排擠；且也要以關心，來對待這些得到癲癇的人，他們最害怕的就是別人異樣的眼光，最希望得到的就是他人對他的關心；我們更要多多瞭解他們發作時的症狀，和緊急時的措施。希望，大家都能關心身旁得到癲癇的病患，你的一個關懷，可能會點亮他的生命之火。



編者小語：

雨軒小朋友在文內說到：「我們常常從別人的口耳相傳誤解：以為在癲癇症發作的時候，要在病患的口中塞入毛巾，防止他咬到舌頭，其實這是個錯誤的做法，因為在癲癇發作時，在病人口中放入任何東西，可能會對其造成無法想像的傷害。」

雨軒小朋友的觀點很正確，癲癇發作時，千萬不要強撬開嘴巴硬塞任何東西到患者口中，尤其是鋼鐵製之刀叉、鉛筆、筷子或手指，以免造成咬合關節撕裂、牙齒斷落或救助者手指咬傷；也不要強壓患者之手腳，以免弄傷肌肉。只要用手或衣物保護其患者的頭及四肢，同時移去四周之桌椅硬物，不使撞傷，靜待患者發作完自動甦醒即可。

社會朋友 | 國小組 佳作

關懷癲癇

右昌國小 張庭瑄

許多人總是對癲癇病患投以歧視和異樣的眼光，也對癲癇病患有些誤解；但事實上，他們並不全然是我們大家所想的樣子，同時，我們也應該用心去瞭解社會上的癲癇朋友們，並試著包容、接納他們。

長時間和癲癇病患相處的友人或家人親戚等，應確認癲癇病患有沒有如：飲酒、熬夜及睡眠不足等不良習慣。上述這些都有可能是導致癲癇病患病發的原因之一，必須特別注意。癲癇病發時有許多症狀，如：突然昏倒、口吐白沫、四肢抽搐、大聲呼叫……等。當遇到癲癇病人發病時，應依照下列述說來做緊急處理：我們應該先確保病人的周圍環境是否安全，如：是否有樓梯容易使病人滾落，或因意識不清而使病人誤撞牆壁……；在發現病人有疑似發病的現象時，可先提醒患者坐下來，並幫助他平復情緒；先讓病人側躺在安全的地方，不要為防止其將自己咬傷，就硬塞東西或手指至患者手中，發作時不要強行餵藥、四處搬動或強行按壓病患肢體，若癲癇病患的症狀連續發作，且時間達五分鐘以上，應立即送醫。

癲癇病患並沒有跟其他人異常之處，只是他們有著我們所沒有的突發性疾病，就算如此，我們也不應該歧視或看輕他們，應該給予更多的包容和尊重。歷史上也有許多偉人是癲癇的病患，如：名畫家梵谷、伊斯蘭教先知穆罕默德、聖女貞德、軍人拿破崙等，他們並沒有因為癲癇看輕自己，反而努力的完成自己的理想，做自己的夢，最後也的確在歷史上名留青史。如果我們做得到，那癲癇朋友們一定也做得到，因為他跟我們一般人是一樣的。也許，在某些方面和層次上，他們的確和我們有所不同，但這又如何？對於癲癇的朋友們，我們應該尊重和包容他們，雖然他們並不會因為我們的這些舉動而病情好轉，但至少我們可以讓他們瞭解到，世界上還是有許多人會給他們祝福；他們並不會不適合成為我們的朋友，世上還是有人情味，還能讓他們感受到溫情；讓他們有勇氣克服心理層面上的障礙……

我們並不是什麼都沒辦法為癲癇朋友們做，只要多多包容、關注、尊重，相信他們一定能體會。



編者小語：

庭瑄小朋友在文內說到，許多人總是對癲癇病患投以歧視和異樣的眼光，也對癲癇病患有些誤解。

這些誤解其實由來已久，除了「羊癲」和「豬癲」等不雅的俗稱，造成一般人先入為主的錯誤觀念外，另一則是來自對「羊癲風」的「風」字誤解，因為許多人已為是「羊癲瘋」。當然，「羊癲風」與「發瘋」完全無關！這個誤解的由來可能有三：病人在發作時（尤其是複雜部份發作）或剛發作完後，常會有短暫幾分鐘的迷糊，此時可能會出現漫無目的的動作或答非所問的言語，甚至有幻視（枕葉或顳葉癲癇）、幻聽（顳葉癲癇）或幻嗅（顳葉或額葉癲癇），讓人誤認發瘋。有的病人則因癲癇而遭受歧視或排擠及其他挫折，造成個性孤僻或憤世嫉俗，讓人安上瘋字。有的病友則因癲癇來自腦炎、腦瘤或腦傷，而導致智力障礙，而一般人常誤將智障者較不合常理之行為當做是「瘋」。以上的種種誤解，有待大家努力去澄清，還給癲癇朋友應有的公道。

社會朋友 | 國中組 第一名

關懷癲癇

中道中學國中部 林庭穎

「人，生來就不完美，一輩子必須面臨各式各樣疾病的困擾」。同樣是半杯水，有人嘆氣只剩下半杯，但有人慶幸還有半杯，就看你怎麼面對困境、解決問題。就像口足畫家謝坤山，同時喪失了一個眼睛、一隻腳、一雙手，但他並不因此而自悲、自憐，因為他知道這樣是無濟於事的，他反而更努力的表現出自信、勇氣、堅持、積極、樂觀進取等精神，並致力走出自己人生的康莊大道。對於癲癇的朋友，也許謝坤山的事跡可以給予心靈上的啟發。

對癲癇的錯誤認知，讓許多癲癇患者工作受限，但是，只要有正確的認知，其實癲癇患者也能從事自己喜愛的工作。在媒體上看到一則報導：二十七歲的李小姐，任職花蓮慈濟醫院護理師。她說：在她二十一歲時癲癇發作，讓當時尚年輕的她無法接受，還好是媽媽帶著她勇敢面對，才讓她願意接受治療。她回憶第一次發作時，當時還是個實習生，雖說發作僅短短一分鐘的時間，但若在為患者打針時發作，則會影響到病患的權益，也因此轉為糖尿病衛教工作。她說每次發作後都會詳加記錄，積極接受藥物治療，因此讓發作的次數愈來愈少。她說：「發作時，最怕有人拿毛巾塞嘴巴，其實只要斜躺保持呼吸暢通，大約幾分鐘後即可恢復。」而身旁若有人陪伴，也是心靈上最大的支持。

在很久以前民智未開的封閉社會中，癲癇一直被認為是瘋子或不齒的疾病，再加上癲癇因不定時的發作、引人側目的表現，常影響許多癲癇朋友的情緒，使其感到徬徨無助、膽卻、孤獨無依；有時又會感覺社會的冷酷和無情，因此造成其交友、求學、謀職及婚姻上的困難。

對於癲癇朋友遭遇到的處境和壓力，也許不是我們一般人所能體會，但我們要以平常心面對我們身邊周遭的任何一個人，不論他是否有癲癇症狀，都要和他們成為好朋友！千萬不要有排擠的心來歧視他們哦！要讓他們真正感覺到「人間處處有溫暖、人間處處有溫情」。

在癲癇的相關資訊中，讓我瞭解「癲癇」這種病已有多年的歷史，包括科學家諾貝爾、畫家梵谷、音樂家海頓、文人莫泊桑、甚至是凱撒大帝、拿破崙、蘇格拉底……等等都是歷史上的癲癇名人，可見癲癇病人其實與一般病人無異，在各行各業上都可以有優秀的表現。

癲癇不是罪，也不會傷害他人，更不會傳染，因此癲癇並不可怕。可怕之處在於人們無法破除既有的錯誤觀念。只要人人皆願意多花些心思去瞭解癲癇，不僅能使自己懂得接納癲癇病患，更能於其發作的同時，提供最適當的協助。其實癲癇病人只要服藥控制良好，做好自主管理，很多行業都是可以從事的。

有些得到癲癇的朋友因無法接受事實，而一味的逃避與消沉。其實只要換個角度去思考自己的病症，就會發現「癲癇只會讓你更明白生命的可貴」。

世界上沒有不幸的人，只有不幸的心靈，開放胸懷你還是能擁抱陽光、擁抱生命。最後，期盼每一位社會人士「多一份關懷，少一段距離」，不要以異樣的眼光看待癲癇病患。讓我們一齊多充實癲癇知識，民眾宜拋棄異樣眼光，當身邊有癲癇朋友時，請不要吝於伸出援手，接納他們、讓他們可以感受到社會的善意與溫暖，學會擁抱希望和生命的陽光。



編者小語：

庭穎小朋友在文內說到，對癲癇的錯誤認知，讓許多癲癇朋友工作受限，其實癲癇朋友也能從事自己喜愛的工作，例如李小姐在花蓮慈濟醫院擔任護理師即勝任愉快。

是的，只要稍加注意工作的性質與工作環境的安全，癲癇朋友也能從事自己喜愛的工作。一般上，宜避免需攀高的工作，例如建築。廚房中因有瓦斯爐及滾燙之鍋具，容易造成燒燙傷，亦宜避免。當然，需駕駛汽、機車的行業，也不適合。台灣的癲癇朋友中，從事各行各業的都有，其中不乏醫師、護士、老師、藥師、物理治療師、醫檢師、工程師、電腦程式

設計師、作家及運動選手等。這些癲癇朋友們都極出類拔萃，也告訴了我們，無需被社會的錯誤認知干擾自己的一生。

社會朋友 | 國中組 第二名

悸動，觸動

弘道國中 周依矜

他們的靈魂，在我們無法企及的角落；我們的眼光，在他們無法接納的世界。靈魂與軀體頓時的分離，我們不會體會，因為他會再回來；但電流不斷釋放電能，他們卻能體會，因為他不會再離開。

癲癇，就是這樣的知覺，不能掌控自己的想法，只能被「自己」這樣操控。他們的無奈、他們的自卑，都來自我們的眼光，如果我們不要鄙視、不要藐視，或許他們能坦然的面對、坦然的承認。

在我國小的時候，班上有一個同學就得到了癲癇。她很信任我，只有告訴我一個人，而她的媽媽，也特別拜託我照顧她。其實我不瞭解什麼叫做癲癇，因為她看起來並沒有異樣，我只被告知不能讓她的情緒有太多的高漲。就在某一天，她突然從座位上跌了下去，全身不斷的抽搐著，全班同學頓時嚇傻了，老師趕緊過去，當她穩定下來後，只是一直抱著老師。

老師在事後告訴我們，她只是把她當作一棵樹一樣的抱著，她是缺乏意識的。剎那，我覺得生命的掌控權似乎不能只握於自己的手中。老師跟我們解釋了她的病症，也告訴我們他們要的不多，只求我們像一般人一樣的對待，不是多餘的同情與關懷，只是平等的對待和相處。我只是想著，如果老師可以成為她的大樹，那我們也能成為她的陽光，照耀她的世界。

現在，我們班也有一位癲癇患者，但是在這個祕密沒有被說出前，大家對他是排擠、是諷刺、是唾棄，也是厭惡。因為癲癇，使他的智能不斷的下降，他跟我們的不一樣，大家都明白，只是沒有人瞭解。他沒有在班上發作過，所以大家只是把他當作一個智障在看待，對他做出各種心寒的事，我們都忘了，他也是人，他有自尊心、有反駁感，只是他沒有說出的時候。

我從來沒有忘記過，在老師說出他得癲癇時，大家的沉默。那些沉默，

是懺悔、是反省，但是是包容、是接納嗎？

在我十五年的歲月裡，我遇到了這樣的他們，我看到他們想讓大家接納的心，那是他們的努力、他們的付出，但是那些，常常是沒有收穫的結局。我從未在他們眼上看到怨恨，電波一次次侵襲他們的腦，但是卻侵襲不了他們的心。沒有一顆心會因為努力追求目標而受傷，我不懂他們發病時的痛，但我能懂他們被排擠的心碎。

在未來的旅途中，我們還會遇到癲癇的朋友、癲癇的患者，我們應該學習如何尊重、面對他們，他們的病不會傳染，但是我們的冷漠卻會傳染。現在，那位同學在我們班上的排擠情形已經大幅改善，只是已經種下的成見，有太多人無法放下，這就是叫人心碎的事實。我真的很希望，大家能對他有多一分的關懷、多一點的笑容；他或許不夠聰明，但是他絕對比我們想像的好相處。



編者小語：

依玆小朋友的親身經歷，讓大家在一次地震懾於人心的冷漠。依玆說，大家對那位癲癇小朋友排擠、諷刺、唾棄及厭惡，把他當作智障看待，對他做出各種心寒的事。

兒童是國家未來的主人翁，有這樣的兒童，國家未來會有希望嗎？我們相信人性本善，但是為什麼這些學童會如此冷酷？就算是智障的小朋友，也不應該如此對待！是台灣的教育失敗了嗎？還是大人表現如此，小孩子有樣學樣？古人有云：「君子之德風，小人之德草，草上之風，必偃」。身為大人的我們，可能未能做好的榜樣，才導致今天的後果，我們應深加檢討。

社會朋友 | 國中組 第三名

生命中的勇者

安平國中 張君豪

人類大腦的功能包羅萬象，正常的腦細胞放電可以使人們能夠應付周遭的一切事物；但若因先天或後天因素，使腦細胞不正常放電，引起反覆發作，這種慢性腦部疾病就稱為「癲癇」。

嚴格說來，癲癇它並不是一種疾病，而是一種症狀而已。但因患者每次發作時，所呈現的昏迷、口吐白沫及四肢抽搐的景象，往往會令旁人卻步，也因此，有很多人對此疾病產生了誤解，甚至在無形中與患者產生了距離。殊不知，如此無心的舉動，已對患者的心理造成了傷害，久而久之，患者逐漸被人群所孤立起來，最後封閉了自己，只生活在屬於自己的世界當中。

其實，以往我對「癲癇」的認知就與一般人一樣，只知病患發作時會有抽搐及口吐白沫的情形，在內心一直認為這些情景只會在電視的戲劇情節上才會看得到，在真實的世界裏，它是不可能發生在我的生活當中。直到我上了國中之後，在一次體育課的體適能測驗中，班上有一位同學突然在操場中倒下，看著同學倒地不起而且四肢抽搐的景象，令同學們都非常的驚慌，所幸，體育老師趕緊通知健康中心的護士阿姨到場處理，才將此事件圓滿落幕。

事後，護士阿姨為了避免班上同學對「癲癇」產生錯誤的認知，因而對班上同學詳述了有關癲癇的相關知識。原來癲癇的發作及誘發原因有許多種，例如：腦部發育障礙、腦膜炎、腦退化、睡眠不足、過度疲勞、心情緊張……等等，都會造成癲癇的發作，而患者發作時，其實周遭的人並不需要過度緊張，只要保持冷靜，保護患者的頭部，要讓患者頭側一邊及側臥，以確保呼吸道暢通，將唾液引流和避免舌頭後倒而堵塞呼吸道。如果有過緊的衣物，要把它鬆開來，之後只需要靜靜觀察他的發作型態，照顧患者的安全，絕大多數在發作五分鐘內會自動結束，絕不需要為了怕患者咬到舌頭而硬塞東西或手指至患者口中，反而會造成患者口腔、牙齒的

傷害，因此患者在發作時不要用力約束患者，甚至給予任何藥物或食物、水，以防噎到。更重要的是，身旁的人應詳加記錄患者發作的情形和時間，以提供醫生做出正確的診斷。

另外，癲癇患者絕對和平常人一樣，都應享有一般人該有的權利，即使是癲癇兒童也有接受教育的權利，因此家屬及師長都有其義務及責任去瞭解及執行癲癇發作時的基本處理方式，以協助他們能夠安心就讀。在學校，也應該讓所有學生對癲癇有基本認知，使同學彼此之間不會排斥癲癇學生，並能主動上前給予關心，並伸出溫暖的雙手真心接納他們，不再對癲癇產生誤會及恐懼。

在求職方面，許多公司老闆因不清楚癲癇的症狀，而拒絕錄取癲癇患者，以至於剝奪了他們的工作權；其實患者應主動、積極向公司老闆說明癲癇的造成原因、發作症狀，並強調癲癇的症狀是可藉由藥物來穩定控制，以增加錄取的機會。不過對於烹飪、開車……等可能發生危險的行業，則應儘量避免及禁止。

至於癲癇患者及其家屬，則應保持樂觀、健康的心態。事實上，世界上有許多名人都患有癲癇，例如：蘇格拉底、梵谷……等，因為他們皆不屈服於身體上的缺憾，最後終能成為世界偉大的思想家及畫家；由此可知，其實每個人的命運是掌握在自己手裏，「一念之間」就可讓自己的人生變成彩色或是黑暗，所以千萬不要氣餒，況且在現今醫療科技的日新月異，能控制癲癇的藥物陸續問世，癲癇已不再是不能治療的疾病，因此，如何讓社會大眾能瞭解癲癇的相關資訊，進而接納癲癇患者，讓患者順利回到社會，使他們能夠過著愉快且正常的生活，是國家、社會及每一個人民所應共同努力的目標。



編者小語：

君豪小朋友對癲癇症了解得相當透徹，內容也正確無誤。君豪說，許多公司老闆因不清楚癲癇的症狀，而拒絕錄取癲癇患者，以至於剝奪了他們的工作權。

君豪說得很正確，我們也贊成癲癇朋友應該主動、積極地向公司說明癲癇的造成原因、發作症狀，並強調癲癇是可藉由藥物來穩定控制，以增加錄取的機會。癲癇朋友於應徵時誠實地告知公司，另一個好處是萬一在辦公室發作，同事們可以因事先已得知，而不致臨時慌了手腳，錯失提供適當協助的機會。

社會朋友 | 國中組 第三名

欣沁

積穗國中 呂彥楨

微風徐徐拂過我的雙頰，背著書包的我口中哼著不成調的曲子，漫步在上學的路途。教室中，陽光輕輕灑落在樹木的空隙間，為生命注入一絲活力。我手中靜靜躺著老師剛發下的紙條，上面清清楚楚的寫著 502。

牆角的一個教室，被樹蔭遮擋著，只有一絲陽光透露出夏天的氣息，我好奇的向上望了望，班牌上有著清清楚楚數字：502。

待我坐定，我四處張望了一下。此時，講台上早已站定一臉嚴肅的老師。老師張開她那抿的一絲不苟的嘴唇說：「各位同學大家好！今天我要替大家介紹 502 的小天使，程欣沁。欣沁是一位患有癲癇的小天使，希望大家日後多多照顧她。」在同學們的熱烈鼓掌下，從老師身後慢慢走出一位個子矮小、長相清秀的女孩，女孩靦腆的笑了笑，發出細如蚊子的聲音：「大家好！我是欣沁。」老師這時開口說：「有沒有人自願照顧這位小天使呢？」台下有些調皮的男生開始七嘴八舌的說「癲癇？會不會傳染啊？」「這啥病？聽起來好恐怖喔！」台上的欣沁開始有些羞赧，不安的動了動嘴唇，卻始終沒吐出一個字。老師這時中氣十足的吼著：「安靜！」吵雜的教室突然安靜了下來。老師的視線在全班同學中穿梭，大家都極力的把身子壓低，誰都不想接下這燙手山芋，畢竟大家對癲癇的認知是十分有限的。最後，老師的視線落定在我身上，我心中警鈴大作。老師平板的聲音，徹底的把我打進地獄。至少，我當時是這麼想的。老師清了清喉嚨，眯起她那原本就細小的眼睛，看了看我說：「班長，老師就請你照顧欣沁了！」不容我反駁，老師指了指我身邊的空位叫欣沁坐下。身邊的同學雖然沒有人說話，但是那目光卻似針一般，讓我坐立難安。

下課，老師叫我過去，告訴我一些癲癇患者的症狀，並教我如何處理。在同學們吱吱喳喳的聲音中，我聽到了鄰座的女生們正在說的悄悄話。其實，放大的悄悄話聲，比較像是故意說給我聽的。甲女：「哈哈！好險不是我。」乙女：「對啊！誰知道癲癇是不是傳染病？」甲女十分認同的點點頭

說：「對啊！要不然到時候無緣無故被傳染到癩癩，那我們豈不衰死？」乙女：「說不定她們倆人正是同病相憐吧？」聽著她們惡毒的語言，我心中一片惡寒，原本就潛存的一絲同情突然如海潮般湧現。

幾天後，我正專心聽講時，忽然一聲「啊！」接著發出了碰撞的聲響，全班同學都不約而同好奇的尋向聲源處看。程欣沁的身體似雕像一般僵直的落在地上，幾顆白色藥丸隨之散落在地上，一時間，安靜的教室忽然吵雜了起來，有些人驚恐的表情中帶著嫌惡，有些人七嘴八舌的討論著：「快扳開她的嘴巴！」「毛巾！？毛巾！？」「喂！要筷子還是要湯匙啦？」雙眼上吊的程欣沁，嘴唇倏地發青，口水源源不絕的流出，我愣了一下，直到旁邊的同學推了我一把，我才回過神來。但是我卻手忙腳亂，慌得不知如何是好，似乎有聲音催促著我掏出衛生紙拭乾她的唇角，慌亂中有人幫著鬆開她的袖口以及領口……。時間在等待中靜止，空氣中凝結著緊張與疑猜。2分鐘後，程欣沁的眼睛疲累的緩緩合上，似乎不願張開眼睛面對這難堪的局面。美麗的欣沁化身為同學口中的巫婆，她終於轉動眼珠睜開眼，顫抖的身子如同颱風夜裡擰轉的葉子，吃力的用手撐起身體，拍拍裙子上的泥土說：「謝謝！」然後我在她靜靜垂下的眼簾和抿著的發白嘴唇中讀到一股內疚和自責，彷彿做錯了什麼。我拿著剛拾起的藥丸，輕輕推了她一把：「吃了吧！」她的眼眶中閃爍著感動的淚光，不讓淚滴落下。

在同學的道別聲中，她，默默的背起書包，一語不發的走出教室。我追上她的腳步，併肩說：「朋友，別逞強，要記得吃藥喔！」「明天見囉！」她錯愕的看著我。隨即露出一臉陽光般的笑容。

我知道欣沁小小的身軀承載了莫大的歧視。人們對不知名的病症總會有過多的誤解和闡釋。但渴望被接納、被理解是所有人共同的期許，欣沁也不例外。只是人生的路途對她而言特別坎坷而多舛。我上網找了許多資料，企圖為她拉近同學的距離，但隨著發病次數和強度的增加，欣沁似乎愈來愈消極，曠課的次數愈來愈多。夜深人靜時，我常想起欣沁帶著笑意的背影，我深深祝福她，同時也感謝老天爺對我的恩典，讓我得以因欣沁而認知自己的幸福與富有。



編者小語：

彥楨小朋友，希望你經由照顧欣沁，自此了解什麼是癲癇症，以後有機會也能替其他的癲癇朋友服務，或把正面的訊息帶給不了解的人。

我們也覺得很詫異，為什麼欣沁發作時會立刻化身為同學口中的巫婆？如果欣沁是我們的姊妹，還會把她當巫婆嗎？古人說：「民胞物與」，要將每個人都視為自己的同胞。希望大家能將心比心，千萬不要有形無形中做出傷害別人的行為。

社會朋友 | 國中組 佳作

朋友，我願陪你走過

善化國中 邱芳薇

早晨的太陽，熱情的舞滿天空，也渲染了教室，像是后羿將劍直射向我的背脊來，火熱而溫暖。而精神洋溢的我，想著新同學要來，滿心期待能與她成為知心朋友！

老師在講台上介紹著同學，台下的每個人都睜大了眼睛，張大了嘴巴，不約而同的說：「哇！好美啊！」新同學有著炯炯有神的杏眼，襯托著她那嘴角上揚的甜美；白皙的皮膚，突顯出她兩頰的紅潤，自然散發一股古典的美感。小琬是它的小名，就和她的個性一樣，溫柔婉約，卻又不失剛強。我很快就與她成為朋友，小琬也不只一次略帶擔心的告訴我她有癲癇的狀況，那時的我並不以為意，每天焦不離孟，孟不離焦的膩在一起；但是，誰知一次運動會時，她的癲癇突然發作了，竟成為我揮之不去的恐懼。

那一天，滿天烏雲，冷溼的空氣刺穿了皮膚，孤單而寂寞，而精神萎靡的我，正因今天早上發生的事情感到恐懼。當時，我跟小琬開心的盪著手，哼著歌正準備一起去一百公尺的跑道集合，但是走到一半時，小琬突然用力的甩開我的手，跌倒在地，全身因抽搐而不斷顫抖扭曲，炯炯有神的大眼，彷彿被抽了靈魂似的空虛；白皙的皮膚，紅潤的雙頰轉成慘白的無力，我震驚了，此刻躺在這裡，臉色蒼白，表情痛苦任由邪惡的巫婆折磨的，是誰？那活力充沛的小琬呢？那溫婉堅強的小琬呢？人群漸漸朝這裡移動，而我卻驚慌的轉身快跑。

半年以來，我不曾與她說話，刻畫在心板上，難以抹滅的痕跡，是我無法跨越的障礙，我與她常常四眼相交，她眼神中充滿了殷切的盼望，孤單佔滿了眼；而我的心為害怕所緊緊盤據，恐懼流竄了胸臆；直到，某日放學後，陰雨霏霏，劃破天際的雷電此起彼落，閃電霹靂的夾擊，令人直打哆嗦。我沒有帶傘，只能拿起書包放在頭頂，衝破了雨，突然一把傘出現在我的上頭，阿！是小琬！我的心急切著與她說聲謝謝，腳底卻毫不猶豫

的狂衝，後面的她也奔馳著，突然間，她滑倒了！我腳底踩著猶豫，腳尖抹著躊躇，要扶起她嗎？半年前那轉身離開的畫面重現，半年後愧疚的心聲躍起，那一秒，我奔向她，將她扶起，「對不起」有默契的從我們口中脫口而出，濃濃的虧欠，滿滿的不捨，此刻隨著溫熱的淚，悄悄的，滑落……

之後，我下定決心要瞭解癲癇，因為我的朋友需要我的力量。與小琬深聊之後，深深發現自己的無知。我一直以為，癲癇病發的當下，就像感冒的病毒一樣是會傳染的，因為我的愚蠢，造成對小琬的傷害，自己居然在她最需要協助與支持的時候，因為內心的恐懼與不瞭解而無情的轉身離開，拋下無助的她。對於癲癇，我知道必須拿下造成約束的物品、不能試圖終止她的發作；若發作時間過長，就必須送醫院急救；必須記錄下發作狀況，就診時必須告訴醫師；癲癇並不會傳染，雖然在他們發病間，會造成昏倒、暫時失憶等，但不會因為這病狀，造成他們心理的不便，他們與我們一樣有活力的心，澎湃的熱情。

小琬雖然是患有癲癇的人，但她的熱情，依然可以舞出歡動的曲目，即使在發病，在她不得不向邪惡的巫婆屈服時，我會牽起她的手，陪她躍過，不管在哪裡：「朋友，我願陪你走過。」



編者小語：

芳薇小朋友，希望妳和小琬永遠是心靈相通的好友。其實，每個人都得到癲癇的可能，因為只要造成了大腦的傷害，就有可能留下癲癇的後遺症。

造成癲癇的原因依年齡不同而不同，先天腦發育畸型、周產期腦缺氧、先天代謝障礙和中樞神經感染，是導致新生兒癲癇的主因。中樞神經感染，頭部受傷和遺傳，則是兒童與青少年癲癇的主因；成年人常因腦瘤導致癲癇，老年人則常因中風導致癲癇。要知道，75~80% 的癲癇朋友會獲得良好的控制或痊癒，現在我們好好照顧他們，也許有一天反過來換我們得到了癲癇，反而要靠他們來照顧，這正是所謂的助人助己呀！

社會朋友 | 國中組 佳作

天使，我是你翅膀

中庄國中 鍾竹宥

那天，金黃的陽光灑了滿地，大家都被這抹明亮所渲染，帶著愉悅、吹著口哨，享受逍遙的體育課。

但呈現在我眼前的卻不是如此佳景，盤旋於腦海的，是烈日烘烤著大地，榨乾了活力與朝氣；因為早上不敵時間催促，餐盒水壺成了被遺忘的可憐蟲，我嘗到了口乾舌燥的滋味。

好在班導有一份備用餐具，我們前往辦公室的途中，老師告訴我一則關於癲癇的徵文比賽，在這之前，我與癲癇只是兩條未曾交集的平行線，陌生得尷尬，但在得知消息後，內心有波熱浪正洶湧澎湃的翻騰著，莫名的悸動在醞釀，就這樣開啟了我與它之間奇妙的連結。

心不在焉的過完下午，好不容易捱到放學，我連招呼都來不及打，就飛奔回家，這是我頭一次如此歸心似箭，該如何下筆的念頭霸道的佔據滿腦，忽地我猛然想起一則故事。

那是個堅強的女孩，如同折翼的天使，她患有先天性癲癇症，某次段考前的週末，她與同學相約到圖書館為張牙舞爪的期末考做準備，她們決心打敗囂張跋扈的考試，就在前往的路途中，女孩發作了，一旁的朋友嚇得不知所措，最後是好心的計程車司機替她們收尾。

但隔天朋友卻大肆散播消息，聯合眾人排斥她，這是女孩第一次感到如此失望，那幾天她食不下嚥也睡不安穩，一闔眼就會浮現眾人嫌惡的嘴臉，歷歷如繪，揮之不去，驅之不離。

往後，類似的情況不斷，發作成了不定時炸彈，一次是體育課，一次是午休，一次是校慶，一次……

她漸漸習慣異樣的眼光，飽受嫌惡、孤立無援的她，也從不抱怨，她

以為上輩子自己是天使，因犯下滔天大罪被遣到人間受罰，因此她說服自己接受，認為一切都是理所當然，就這樣堅強卻也寂寞的度過童年……

其實癲癇症不是如此可怕，只有不諒解的人才會對它避之唯恐不及，它是種神經系統的疾病，音譯「伊比力斯」，多由於腦部受傷或腦疾而起，不到 5%為遺傳性。患者發作時可能手腳痙攣、口吐白沫，知覺喪失、大聲喊叫等，但在短時間內即恢復如常人，此種病症極難治癒，但可用藥物控制。

在看完那故事後，我真的很心寒，患者們是善良的天使，幸運的我們應以感恩、包容的胸襟對待他們，溫暖並照亮他們的心房，而非迴避、打擊他們，讓擁抱他們的是喜悅的天堂，不是孤寂如影隨形的腳步。

因為一次的糊塗記，讓我與癲癇打破了僵局，可謂「塞翁失馬，焉知非福？」，願我編織的文章能化作隱形的翅膀，陪伴癲癇症患者翱翔在湛藍的天際。

天使，我是你翅膀……



編者小語：

竹宥小朋友，在看完你說的那故事後，不但你很心寒，我們也很心寒。我們台灣的教育竟然如此不堪，只因為一位小朋友癲癇發作，同學就大肆散播，聯合排斥，還要投以異樣的眼光，嫌惡她、孤立她！天呀！這是講究忠孝仁愛信義和平的我們嗎？還好，還有你，竹宥小朋友，希望你能擁有天使的翅膀，將愛散播到台灣的每個角落。

社會朋友 | 國中組 佳作

有愛無礙，癲現希望

民德國中 林暉智

突如其來的黑暗吞噬掉一切，頭腦就像電線走火般的不正常放電，突然的抽搐、意識的改變、異常的感覺、怪異的行為，這就是「癲癇」。

還記得我第一次接觸「癲癇」這個名詞是在國中一年級，班上有位女同學叫做小涵，小涵上課時有時會莫名其妙的吶喊，以高亢的聲音打斷老師上課，或在不知不覺中做一些奇怪的動作，常常成為老師眼中的頭痛人物，在班上也成為被排擠的一員，同學們把她當作「異類」一樣看待，下課時大家爭先恐後的模仿小涵上節課做的動作，似乎把他人的痛苦建築在自己的快樂上。起初我也有點厭惡她，不過我知道小涵會這麼做一定另有蹊蹺，儘管同學慢慢的遠離她，看到她就趕緊離開現場，好像她會咬人似的，能走多遠就走多遠，而我心中還是保持不動，默默在一旁觀察，小涵的心房就隨著這些冷嘲熱諷的壓力下，漸漸關閉，不再對外敞開。

而我因為好奇心的促使下，慢慢的接近小涵，一開始她覺得我是不懷好意，不敢對我開口，而我的火熱熱情攻破了她的心房，終於肯開口跟我說話。在跟她的交談中我知道她其實患有先天性的癲癇，那些不自主的奇怪動作及叫聲都不是她故意要做的，而不敢跟班上同學坦誠的原因，是因為怕大家會變本加厲的欺負她，依稀她那時的眼神是多麼無奈，多麼渴望我能瞭解她，多麼希望班上包容她。聽了她的訴說，我開始反省，原來自己是多麼惡劣，多麼可惡，現在我能做的就是找回那消失已久的笑容，以及讓她重回到班上，我告訴她靜思語中的一句話：「心不平安是真正苦，身體的病痛不一定是苦。」所以要趕緊打起精神，不能再頹廢下去了，快點行動去融入人群，就因這句話，燃起小涵心中的鬥志，她也決定放手一搏，而這一搏，搏出了「幸福的勝利」。

「不經一番寒澈骨，焉得梅花撲鼻香。」「沒有巨岩，怎麼能激起美麗的浪花呢？」而班上的冷嘲熱諷就是小涵的嚴寒和巨岩。或許「癲癇」是你人生中的「絆腳石」，不過它也可以成為成功的墊腳石，「山不轉路轉，

路不轉人轉，人不轉心轉。」方法有很多可以去試，「大鴨游出大路，小鴨游出小路，不游就沒有路。」不可以那麼簡單就屈服癲癇，而許多名人都有癲癇，如：莎士比亞，因此不要讓癲癇囚禁了你的人生。班上的同學聽了我的勸告和說明，各個開始檢討，小涵自己也很努力的去爭取，同學們有困難，她總是跑第一個，熱心過人的程度令人佩服。「上天為你關了一扇門，必為你開啟另一扇窗。」而小涵擁有傑出的美術能力，這就是老天為她開的另一扇窗，她善用自己的專長，為班上奪得壁報「特優」的名次，也為自己拿下全國美展的優異成績，終究也贏得了班上每一位同學的掌聲。

而在這個過程中我多學了一課，曾經小涵對我說出拿破崙的一句話：「一個忠心的朋友，是菩薩的化身。」在我還沒出現關心、協助她時，她的心中是如此空寥寂寞，黑暗籠罩了她的世界，自從我的出現，人生撥雲見日，出現了另一到彩虹，好比惠特曼說的話：「面對陽光，陰影只能在你背後。」而在她心中我是那道牽引她走出黑暗的陽光。而我才真正要感謝她給了我幫助她的機會，更讓我領悟到「朋友之間最珍貴的贈品，是原諒與寬恕。」的道理，謝謝妳願意原諒之前的我。

有愛無「礙」，「癇」現希望，對癲癇病人要用愛去關懷、去包容、去尊重，多付出一點愛、一點耐心，或許伊比力斯天使們曾有心如槁木、萬念俱灰的時候，不過終會有雨過天青的到來，而我們就是要牽引他們邁向希望的光，讓他們勇敢的張開翅膀，勇敢去愛，勇敢去創造屬於自己的一片天。



編者小語：

暉智小朋友，你很會引用格言，靜思語、拿破崙和惠特曼全都被引用了出來。希望我們每個人都是菩薩的化身，有著菩薩溫柔的心，替菩薩用愛幫助有需要的人。

社會朋友 | 高中組 第一名

關懷，喜樂之鑰

屏東女中 林芸懋

「我跟你說一個，關於我和一個女孩的故事。」坐在我對面的國中同學J，喝了一口拿鐵。

D是我的同班同學。她是一個非常安靜的女孩，總和所有人保持禮貌而冷淡的距離。就像籠鳥，只待在安全的角落，旁觀著身邊的人、事、物，和大家格格不入，也無人想和她深交。

「那，」我問。「為什麼想關心她？」

因為她很柔弱，猶如柳般的柔弱，需要小心的保護，而且她的瞳是憂鬱的色澤，她沒有笑過。我想看她開心的樣子！他語氣真誠。

我覺得她需要的是笑容，而不是悶悶不樂。

所以我每天都努力的為她做一點事，關心她，像是幫她拿東西，教她功課，交東西之類的，偶爾也和她聊些微不足道的小事。總之，至少她的同學中，還有我在關心她。

「結果呢？」

她一開始也不太習慣，每次都很生澀的說謝謝。但時間一久，她也就和我走得近了些，待我也不像一開始有著若有似無的隔閡，而我們也變成朋友。

我們會聊自己的事，但那時的她不愛提自己的事，就算有，也都是她和家人的事，完全不提自己以前的學校生活。

那個時候我不知道她一直想隱藏的秘密，我只是覺得她好像不喜歡體育課。他有些難為情的承認。

某一天的體育課，要測驗 800 公尺的長跑。雖然她的表情流露出一不安，

但是她又硬撐著跑，結果……

她在跑完的那一刻，突然整個人往前摔倒，像斷翅的蝴蝶一般，無力的墜至地面。

接著，同學們發出嫌惡的叫聲，匆忙的走避，只留下她一人自己在草地上無助的抽搐。

我嚇到了，可是我的視線卻離不開她的臉。她的表情痛苦的扭曲，嘴角還流出口水，那一張痛苦的臉龐，讓我呆立一旁而不知所措，直到她的表情漸漸恢復原來的清新。

幸好她沒事。他心有餘悸的說。我完全不知道要怎麼辦。

那真的很可怕——雖然我不應該這樣說，但當你看見一個人在你面前倒下，還很痛苦的扭曲著，你什麼也沒辦法做，連思考也沒辦法。

「結果呢？」

她只發作了幾分鐘，接著她就坐起身來了，臉頰有點破皮，滲出一絲的殷紅。一開始，她的神情恍惚。但等她回過神，看見我的時候，她臉上異常紅艷，一直盯著我。J的眼神望向遠方。

接著，她問我：「你們都看到了吧……？」

但我沒有回答，因為我還沒真正回過神，所以我只有循著聲音茫然的回看她。

她突然站起來——即使她看起來非常疲累，卻又逞強的不肯跌倒——而且以難堪的眼神瞪了我一眼，緩慢卻又堅強的走出我的視線。

記得我還呆立了一下才回到教室。他微眯起眼，似乎在努力回想。

但是教室裡沒有她，只有一群不上課而在底下私語訕笑的同學，不用說也知道他們在討論剛剛的事情。其實，我那時覺得，幸好她不在。

「那你有跟著他們起鬨嗎？」

沒有，她也是我的同學、我的朋友，也只是普通的人。

而且，她的神情認真。我們都不夠完美，有什麼資格要求別人和我們一樣？

接著，過了好幾節課，她才回到教室上課，但大家對她的態度就和平時不一樣了。她才踏進教室，就被笑得好慘，雖然老師揮手制止，但那種刺耳的訕笑連我都覺得討厭，久久不散。

而她沉默，長長的頭髮遮住臉，看不見表情，但是應該很難過吧？

「所以，你有安慰她嗎？」

「有。」即使大家都無視的從她身邊走過，我還是默默的走到她旁邊，輕撫她的背。

「妳還好嗎？」

「……」她搖了搖頭，「不要理我。」聲音哽咽。

「別這樣，他們不是故意的，他們只是無知罷了。」

我實在不會安慰人，只能很笨拙的說些無意義的話語。

她終於抬頭看了我一眼——帶著苦澀的難受——低聲說了一句讓我無言以對的話，「沒關係，我早就習慣了。」

我難以想像她話中的意義，所以我天真的問了一句話，「那妳不會難過嗎？」

她眼神是悲傷的溫柔，「難過也沒用，並不是討厭就不會發生的。」痛苦促使這可憐的女孩如此無奈的早熟。

「真可憐！」我能夠明白那種不受大家歡迎的悶與痛。

「是。」他贊同。「幸好老師及時介入處理，給我們上了一堂受用無窮的課，一堂教導我們寬容和溫柔的課。」

趁她請假在家休息時，老師說了一個故事。「有一天，一群人押著一個女人到耶穌面前，請求祂處罰這個犯了通姦罪的女人亂石之刑。但是耶穌只是淡淡的說『你們要處罰她也行，那就由沒有犯過罪的人先擲石吧！』

眾人皆沉默下來，最後各自無趣的散去。接著耶穌輕輕的扶起她，說『以後要重新生活，不要再犯錯了。』」

老師先說了這個故事，然後語重心長的看著我們，說：「你們也不是小孩子了……，我以為排擠這種事不會在我的班級裡發生呢。」

「你們知道我說的故事，是為了告訴你們什麼嗎？」

全班靜默了，似乎是想起自開學來的排擠和最近的嘲笑。

「你們知道歧視——尤其是對一個什麼事都沒做的人——是多麼無意義又不成熟的事嗎？」她的表情非常憤怒，「D 只是一個和你們一樣的小孩，只不過是得了一種叫做『癲癇』的病而已，你們知道她的辛苦嗎？就算不特別關心她，也不能這樣歧視她！」老師的語氣很重，顯現出她的怒意。「而且，你們也沒有資格歧視其他任何人！」

全班幾乎是低垂著頭，不敢迎上老師那盛怒的眼神，彷彿被老師的話語給鎮壓住。最後，她冷冷的說：「我希望你們能回去好好的瞭解，到底什麼是癲癇？也思考一下，究竟要怎麼對待人才是正確的？」

老師並沒有花很長的時間斥責我們，但這似乎帶給同學很大的反思——因為他們的臉上，或多或少都帶上心虛和害臊，有人還因此而面紅耳赤。

翌日，她來學校時，他們恢復幾天前的安靜，不再對她開惡意的玩笑，而她雖然疑惑大家的轉變，卻明顯的放鬆下來。

這算是好的開始，我想。不論他們的沉默是被迫或是真心，至少，這個環境不再那麼充滿敵意。而要使它變得更溫馨，就有賴我和她主動融入全體。

「要不要和他們一起玩？」我問她。

她思考了三秒，最後怯怯的搖頭，「他們不太喜歡我……，我知道。」

「那就想辦法讓他們喜歡妳吧？」

「要學著尊重的是別人，但是要學著贏得友誼的是自己。」或許我的態度有那麼一點強硬，但這應該是她必須克服的課題。終於，在我的努力之下，她跨出了第一步，開始和同學聊天——如我一開始做的事。

雖然他們一開始，只是礙於不好開口拒絕，但隨著時間過去，他們漸漸的洗去自己的偏見，慢慢的發現她的好而喜歡上她。而彼此生疏的距離，也因而拉近。

到現在已經沒有一個人再提起她的病，取而代之的，是因瞭解而逐漸貼近的關心和友誼。

而她，也終於洗去一直帶著的憂鬱，因為開朗，而染上一層開心的笑容。

「所以，這是個關於『朋友』的故事嗎？」我問。

「不。」他又笑了，「這是一個關於關心的故事。重點是放下成見、放下偏見、用心去關懷，接著，就會看見你以為的病者並不可怕或可厭，而是和一般人無異的，可愛。」



編者小語：

芸懋小朋友，D 的故事很吸引人，妳的文筆也很優美。妳也很幸運，遇到了一位嫉惡如仇、充滿了正義感的老師。若不是他的當頭棒喝，D 今天可能還在被同學排斥中。這位老師，我們要向他說：「謝謝你！老師」

社會朋友 | 高中組 第二名

體悟，關懷再造

華興中學 許家維

癲癇，兩個「疒」部就道破了一切。

剛進國中的我，對學校的環境還很陌生，相信其他人的感受也跟我一樣，既害怕又興奮。幸好我小學幾個朋友也跟我讀同一間國中，心中的恐懼感也得以抒解。就在我還在慢慢摸索國中生活時，時光就在不知不覺中悄悄地溜過，我也多認識了一些人，也因此無意中聽到班上有人有病。

癲癇，我對著個疾病不是很瞭解，但剛聽到時，心中就不知不覺如同反射一般，投出一股不信任感，或許因為是病，病總是不好，感官上也就「惡屋及烏」了。我迅速地瞥了他一眼，那一瞥瞬間轉為睥睨，就好像我是白人，他是黑人。自那天以後，我刻意的悄悄地觀察他的行為舉止，雖然與一般人的舉動大同小異，但總有一種莫名的感覺，那種感覺實在很難形容，或許是默默的奇怪吧！每次在路上看到他，他總是獨自一個人，頭低低的，不發一語地經過我們身旁，就好像心中藏有不可告人的秘密一樣，如此更加深我對他的偏見。除此之外，他在上課時常常需要跑廁所，諸多怪異的現象，除了讓我對這病更加蒙上一層畏懼外，我還暗忖這病會不會傳染，甚至偶爾會出現一些外號及嘲笑聲，這些層出不窮的歧視，班導當然不能視若無睹，雖然實行了幾種解決方法，但效果有限。

就像老師們常常提醒的，時間過得很快，我們好像在一轉間眼就國三了，但時間並沒有淡化我們的歧視，反而讓我們漸漸習以為常。有一次我好像是吃壞了肚子，上課的時候想上廁所，我一通知老師後就立刻直奔廁所，過了一陣子，我的肚子也稍覺舒緩，我忽然發現我忘了帶衛生紙，感覺我的臉好像剎那綠了一下，尷尬之餘我瞄一下手錶，離下課還有一段時間，失望之後我又保持蹲姿一會兒，雖然這樣很累，但我又不願站起來，直到我幾乎快發瘋，想不擦屁股就回教室，奇蹟剛好降臨，我突然聽到腳步聲，救星出現了，有人跑到我的隔壁間，於是我馬上問他有沒有帶衛生紙，可不可以借我，他不發一語，接著衛生紙從我頭上飛了過來，瞬間我

有種解脫的感覺，就跟沙漠中的人看到綠洲一樣。擦完屁股後，我把剩下的衛生紙扔回去，並附上一句輕聲的謝謝，然後走回教室，回到教室後，我發現他的位子 is 空的，此刻，我的臉比沒帶衛生紙更綠了，我想應該是慘綠。

那一天我終於瞭解什麼叫禍不單行，從那一刻起我感到渾身不對勁，那邊癢這裡痛的，考試更是不順利，再加上老師認為我掃地沒掃乾淨，罰我放學留下來打掃……，總之一切的不順心，我都算在他頭上。那天我覺得上天一定是看我不順眼，等大家都走了之後，我最不希望的人卻留下來了，我赫然想起他是掃另一邊的，看到他去拿掃具更刺痛我，讓我知道這並不是作夢，我整顆心簡直是掉進了谷裡，灰心之餘，我還是得做該做的事，我勉強自己不要掃得有氣無力的，反而打起精神掃得很快，除了想盡快逃離他的無聲荼毒外，我還想早點回家看電視，但那天事情總是出乎我的意料，在我來得及掃完地之前，老天爺早已搶先一步降下傾盆大雨。我掃完之後，雨勢仍然很大，我看一下手錶，我要看的節目已經快開始了，我已經沒時間等雨停了。這時，我看到他緩緩地從書包裡拿出一把摺傘，於是我考慮了一會兒後，下定決心勉強自己厚起臉皮問他可不可以一起走回家，其實我家離他家並不遠，而且剛好順路；不過我平常都故意繞遠路，只見他眉頭皺了一下，但還是微微地點頭表示答應，就這樣我們一同走出校門口。滴答的雨聲似乎想凸顯我們之間的寧靜，走了一小段路後，我終於忍受不了這煩悶的尷尬氣氛，我率先打破沉默，與他聊一些生活瑣事，但我意外地發現他的聲音不知為何那麼小聲，小聲到連雨聲都比他的聲音還大，有時我都不知道他是否有在跟我說話。「你有癩癩喔？」我突發奇想的問道，「不行喔？」突然他一邊惡狠狠地瞪著我一邊大聲說道，同時將我推開準備跑走，那一幕至今還歷歷在目。我被他突如其來的舉動嚇到了，傻傻的愣在那裡，我不解他這奇異的舉動，下一刻我想起導師曾對我們大聲斥責：「你們瞭解被歧視的感受嗎？」，於是立刻大叫對不起，只見他停下腳步，站了一會兒，我以為他沒有聽到，於是加上一個九十度鞠躬再大叫一聲對不起。然而雨傘輕易地從他手中掙脫，雨水打在他身上，彷彿又滲進他的心，剎那，我好像可以完全地感受到他心中的冰冷世界，我緩緩地走向他，且不經意地再說聲對不起，「對不起，我失控了。」他再度回到之前的小聲，我望著他的臉，臉上的水滴我分不出是淚還是雨。「你很生氣吧？」我輕聲問道，「生氣有什麼用？」他狂吼著，接著他就跑走了，彷彿要逃離什麼似的，我望著他逃走的背影。雨持續滲透著，好像朦朧了我，

讓我覺得似乎尚未看清什麼似的。

那晚的雨令我輾轉難眠，我翻來覆去不知道在胡思亂想什麼，最後好像在一個明確的決定中入睡。但是半睡半醒的，我也不曉得是否睡著了，唯一感覺真實的是隔天的疲倦感。即使還很睏，我早早就到學校了，我呆坐在位子上，若有所思的望著門口，別人跟我搭話，我好像也沒聽到，直到他緩緩地走進來，我才離開位子走向他，那天他特別晚到，幾乎已經遲到了。「昨天的事，我感到很抱歉，真的很抱歉。」我想那是我第一次如此誠懇道歉，但他只是微微地點頭就走了，或許這就是他接受道歉的方式吧！我灌輸強烈的催眠後，才稍稍地鬆了一口氣。接下來的下課時間，我儘量毫不保留地對他付出善意，但他一開始似乎不太搭理，為了怕他再度受傷，我用詞也都很小心。幾天之後，我終於笑破他的孤獨，他心中的那堵高牆才一點一滴地卸下，對我的善意展開一連微笑，但他似乎已忘記怎麼笑了，第一次笑的時候還有點尷尬。

天上的雲無拘無束，我的心也如同那雲的一份子，高牆尚未完全卸下，當初偷工減料的笑容就立刻出現了問題，看似的美好也出現了一點瑕疵，充滿敵意的眼神一個一個出現，甚至逼迫我面對，令我無法忽視，那眼神就彷彿一隻隻餓狼，隨時要攫向我的心，將之大卸八塊，甚至我又好像聽到口水滴向我的聲音，突地眼神轉為數陣秋風，直向我襲來，瑟瑟我的精神，一陣又一陣，是與毒打不同的滋味，卻有相同痛進骨裡的感覺，發自四方的毒箭不僅個個不花吹灰之力，還十分精準，我想即使銅牆鐵壁也無法抵擋地住，更何況我的心我的精神既非銅牆，亦不是鐵壁，只是平凡的肉身而已。一切朦朧終於清晰，最後我也只能向全班化的霸權投降。我不再找他了，只一味補回以往的人脈，幾天後，我再也沒看到他了，接著導師走了進來說：「他轉學了。」

歡呼過後，就要面臨基測了，通常不會有人會在國三轉學，「他在新環境會更好」我不斷的催眠自己以降低自己的罪過，我苦練了好久，表面的晴天才成功的掩飾心中的陰雨綿綿。基測當天，我的心還是忐忑不安，無法靜下來，第一天考的國文就已挫折我，並非題目出的很難，問題則是在作文題目；我聽從老師的建議，先看作文，然而題目正是合作的經驗，當下，我的回憶像走馬燈般迅速的跑了一遍，我對他的種種罪過更加顯眼了，心跳加速的更快，心中的追逐戰自然也更加激烈，我跑得上氣不接下氣，疼痛愈演愈烈，思緒一片混亂，我持續對抗心中的激昂，使之無法外洩，

幾乎無法正常思考的我，即使休息過後，也沒有一絲一毫好轉的感覺，隔天的考試也是相同的情形，所以我沒考好。發完成績後，我什麼也沒辦法說，把教科書丟在一旁，走出教室，此刻的我已經嘆不出氣來了，仔細想想嘆出來又有何用？於是抬頭仰望廣闊的天空，天空片片雲朵同樣自由的飄來飄去，而溫暖的陽光則若隱若現，若隱若現……。

包裝是一門深奧的藝術，現今社會人所產出的產品，個個品質也愈來愈佳，除了價格之外，包裝更成了產品重要的附加價值，只要包裝地夠精美，就可以為產品內容加不少分，也因此就算品質略遜一籌，還是能吸引不少顧客。

從生番到熟番，從熟番到高砂族，從高砂族到山地同胞，從山地同胞到原住民，從原住民到原住民族教育法，從原住民族教育法到原住民族基本法，除了不斷抗爭外，我想更名也是一個重要的因素，種種努力才得以開花結果。

老人痴呆症，我對這病的第一印象就是痴呆；阿茲海默症，我對這病的第一印象就是海或者是默。

癲癇患者也不是瘋子。"Epilepsy" 這個字來自希臘文，意思是「擁有、支配、控制或掌控」。然而癲癇，或稱腦癇、羊癇，種種名稱投射出的第一印象，不是瘋子就是喜憨味道。伊比力斯症，另一種名稱就比較沒有歧視的第一印象。然而現今人們最常聽到就是癲癇，最常有的第一印象相信也相去不遠，瞭解關懷的確是個好方法，但我私下認為這不夠有效率，現今社會被時間追著跑，怎麼會有時間關懷？尤其經濟不景氣，顧好荷包都來不及了，哪來的閒情逸致？以伊比力斯症代替其他稱呼，雖然是治標的方法，但我私下認為也是之中最快速的。

伊比力斯朋友的痛苦是等不得的，那種痛苦應該沒有人可以承擔，只有親身體驗過的人才能瞭解，不然都只是沾到邊而已，所以何不「人間有情，關懷伊比力斯？」



編者小語：

家維小朋友，你很會講故事。確實如你所說，癲癇的兩個「疒」部就道破了一切，讓人不堪。

是的，不論是人間有情，關懷癲癇，或是關懷伊比力斯，最重要的還是要起而行，以實際行動來關懷癲癇朋友。除了寫作文外，若你想到甚麼方法，都歡迎告訴我們，我們一起來做！

社會朋友 | 高中組 第三名

生命的電流

新生醫專 葉青雲

生命的起始，來自一股電流；腦神經細胞經由一個動作電位，發送訊號傳遞訊息；心臟也是從左心房上的竇房節產生節律；人跟人之間也由一瞬的電位開始產生火花。只是過多的流量在任何事情上都不好，電位超過閾值，所有的神經開始不聽指揮，無法靜止的膜電位，開始加成在身體各部位，導致無法收拾的——抽搐。

每個小孩，都是上帝牽著手來到這世界上的。父母盼望著小孩平安、快樂、健康成長，只是太多的奢侈不是每個人都可以擁有的，但是他們從不感到不幸，因為他們勇於面對生命的缺憾，做生命的戰士。

癲癇不是傳染病，也並不是瘋子，但是癲癇常給人一種可怕的印象，也容易造成許多家長很大的壓力及恐慌。癲癇簡易來說就是大腦皮質上平時會一直放出微量的電波，以維持腦的正常功能。如果這些腦細胞同時放出過強的電流，則會引發癲癇的發作。因此當大腦皮質上的腦細胞瞬間不受控制地亂放電，導致臨床上出現抽搐、失神、幻覺、錯覺或異常行為等發作現象，而且有時會反覆的出現，這就是癲癇。現今的醫學已有進步的改善了癲癇疾病的診斷與治療，但是一般人還是對癲癇的認知與觀念遭受民俗和迷信的誤導，而無法擺脫偏見與歧視，使得癲癇病友比較無法與常人一般的就學、就業，以及擁有正常的社交生活。

還記得七歲的我，第一次看見妹妹癲癇發作的樣子，當時的情景現在已經很模糊了，只記得全家都被嚇得目瞪口呆，妹妹當時沒哭，因為病情進展的太快，不到一歲的她還來不及反應。後來，媽媽帶著妹妹跑遍各大診所、醫院問診。民國 93 年的時候，不知道是科技尚未如此進步，還是大家對癲癇的意識不像今日這樣濃厚，媽媽帶著妹妹進了一間有名的醫院，住院期間，妹妹曾多次發病，但是當時的醫生卻質疑我妹是故意裝出來引起我們注意的，那時不諒解和沒同理心也就罷了，何必說那種話來打擊我們。我們也試過很多方法，連民俗療法的喝符水都試了，直到有一天

我們遇到一位有緣的醫生，那是一個天氣晴朗的午後，還沒輪到我妹看診時，妹妹又發作了，當時熱心的醫生為我們做的緊急處理，如今仍感恩在心。在經過多次的奔波後，擺蕩起伏的心終於有了落腳，接下來隨著醫生治療的腳步，病情也才漸漸穩定。

一直以來，癲癇伴隨著妹妹長大至現在，即將升上國一的她，不畏懼未來，因為她知道身旁有很多人愛她，愛在心裡發芽，在生命中延續。可是，我突然想到比妹妹還要更嚴重、痛苦的病友們，身邊是否也有人不斷的給他們撫慰、支持，是否也有人用愛與關懷來照顧他們……。

今年學習護理已經是第五年了，接下來的日子也希望可以投入這行業，來照顧病人。我們的護理學分中有一項是臨床實習，當在小兒科實習那一站時，我遇到了一位七歲的小男生，印象很深刻，因為他與妹妹的疾病一樣，所以使我想照顧他的心更強烈了。弟弟不僅有癲癇的疾病，還有合併「呼吸窘迫症候群」，學姊說這不是一項簡單的挑戰，於是經驗不足的我，跟著有經驗的學姊一起照顧。他無助且空洞的眼神我還記得，雖然年紀還小，但是可以感覺得出來他想健康長大的心情，手和腳的肌肉幾乎都萎縮了，口水也會不自主的流下來，母親總是在旁耐心的照顧他，不會說話的弟弟，可以感覺的出很想跟媽媽說聲謝謝。弟弟非常害怕外人，只要不認識的人接近他，就會使臉部的肌肉抽搐得更厲害，在旁的媽媽花了好大一番的功夫才安撫好弟弟。不捨與心疼全湧上了心頭，眼前的視線也模糊了，仔細想想這弟弟原本也可以像其他小朋友一樣，快樂健康的在學校學習，一起在草原上奔跑，而不是像眼前這樣的場景。我們都是第一次遇到這種無可奈何的事情，也決定要好好的憐惜那個小男生，讓他感受到無比的溫暖。

第二次見到弟弟，為了讓他感到安心，於是我們輕輕的呼喚他的名字，並且用很溫柔的聲音告訴他，我們是來幫你量體溫的，不要害怕，柔柔的拍著弟弟的肩膀。當時，我們看見他的嘴角輕輕上揚，笑了，雖然臉仍然是在抽動的，但是此時此刻溫馨無一處不在，只是怕不爭氣的眼淚又掉了；那是一個下雨的夜晚，時間大概七點，我們全部跑到護理站去安撫自己的情緒，原來只是這麼一點點的舉動，就讓弟弟安心，雖然在很早以前就知道關懷與體諒的重要，可是沒有再比今天深刻的了。

一路走來，弟弟的媽媽也曾被很多人數落過，所以剛開始時並不是很

喜歡我們，只覺得我們是什麼都不懂、也什麼都不會的實習護生，後來發現我們並不是她所想的那樣，所以漸漸的與我們說內心話。我只覺得，這世界上有太多太過分的人，就連生病也要看不起，但是這世界上也有很多充滿溫暖的人，用感恩、愛與關懷來包容任何事。如果面對陽光，陰影就只能在身後，那些受苦受難的病友們，我們更應該給予他們希望，如果我們都放棄了希望，那麼他們又怎麼可能會有動力勇敢面對。在這些種種的相遇中，我體會到，愛是永無止境的進行曲，於是，我衷心祈禱，希望在這世界上，會有更多人意識到關心的重要，也會有更多人縮小自己，身體力行去支持癲癇的病友，去真正瞭解癲癇這疾病，而不再只是口耳相傳的片面之詞。

生命的起始，如果全是來自一股電流，那麼我們就把手牽著手，串聯起所有愛的電波，共同面對、陪伴每個癲癇疾病的病友們，活出更精采的明天，綻放更美的笑容吧！



編者小語：

青雲小朋友，你的文字間已經充滿了醫療水準，嗅得出專業的味道。你說妹妹曾多次發病，但是當時的醫生卻質疑她是故意裝出來引起注意的。那個醫生應該是懷疑她「假癲癇」。

「假癲癇」並不罕見，它是指病人的發作源自於心理作用，可將其視為一種對外界挫折的不正常反應或不正常的感情宣洩方式，常為了博取他人的同情或逃避某些事情而發生。假的發作在腦電圖上記錄不到癲癇放電波，它也不會導致受傷，不會尿失禁，發作時不會神智喪失，發作後不會迷糊，發作常長達半個小時甚至更久，常發生在人多且熱鬧的場合，發作前常有情緒激動的情形。診斷要靠醫師的經驗，或用暗示的手法來誘發。在治療上，必須仰賴精神科醫生和心理專家。根據統計，假性癲癇患者中至少有百分之五十同時合併罹患真的癲癇。這個時候治療的第一步，就是要先將真的癲癇治好，並且同時施以心理治療。

社會朋友 | 高中組 佳作

我們沒有不一樣

惠文高中 陳資穎

那三年，我看著嘲弄、不安、孤獨，到後來的理解、包容在她的身上來來去去。曾經，我也是那浪潮中推波助瀾的兇手，經過一次又一次的反省與瞭解，我才發現自己在她身上學到好多好多，學到那些我在一般人身上看不見的。她，是我的癲癇朋友。

才剛開學沒多久，她的癲癇就無預警的發作了。大多數人不明白癲癇到底是怎麼回事，每個人都很慌，什麼也沒有做，只是盯著她看。我清楚記得，當我回過神，她已不支倒地，雙眼無神，口吐白沫，全身不停的顫抖，我簡直無法想像如此嚴重的事，可能是在她生活中常常上演的。

經過這件事之後，班上許多同學都帶著異樣的眼光對待她，加上她平时的舉止、思考模式也和一般人不太一樣，大家都避而遠之。常常，她總是自己做自己的事，不和人群往來。嘲笑、戲弄的聲音慢慢浮現，沒有人跟她在一起，我不知道她是怎麼想的，但是「無知」往往會遮蔽雙眼，然後蔓延到一個群體上。這排斥，持續了一年、兩年之久。

直到那次，真的很嚴重的那次。炎炎的夏日午後，懶懶的一切是多麼令人舒適，想伸懶腰。又是一聲巨響打亂了整個節奏，我湊過去人群中，她重重得摔在地上，雙眼仍是飄向遠方，那個我永遠也無法知道那是哪裡；而抽搐，這次抽搐的顫抖深深的觸動我心，直達我心裡那塊最柔軟的地方，我伸手將她扶起，她的手很用力抓住我的手，抓出一道紅紅的傷痕，我的心裡像是有一塊巨石重重掉落，那讓我感覺到我像是她絕望時燃起希望的浮木。我輕輕拍她的背，沒有說話，我不知道該說些什麼才能安撫她的情緒，甚至，在這種情況下什麼話都是多餘的。直到護士阿姨帶走了她，我仍無法緩和我激動的情緒，良久，良久。

班導師為了這次騷動做了很大一番功夫的開導，我們這才深深瞭解，患有癲癇的人，生活比我們辛苦多少倍；每天要吃很多很多藥，生理和心理都承受極大負擔，但他們仍樂觀面對，盡力讓自己過得和正常人一樣。

我們不給體諒，反而貼上異類的標籤，對他們不甚公平，也狠狠的傷了他們的心。而那次之後，漸漸大家都可以比較釋懷，開始有同學會去跟她說話，因為患有癲癇的她心理狀況不是太好，常常會感到懼怕或不安，我和同學們就會待在她旁邊，安慰她、緩和她的情緒、撫平她不甚安寧的心靈。朋友越來越多的她，慢慢也融入班上，沒有人再排擠她，因為比起她的痛苦，我們能做的就是把她當作一般同學，並在有需要時幫助她，這才是我們該給的體諒與包容。她，就和我們一樣。

癲癇患者就和一般人沒什麼不同，反而，面對上天給他們的挑戰，他們多了份堅韌與堅強，這或許，也是我們做不到的。和她分開也一段日子了，不知道她現在過得如何，但我想，她一定依然用她善美的笑容過她的人生，用她澄淨的心靈面對種種挑戰。



編者小語：

資穎小朋友，妳發現自己在好朋友身上學到好多好多，學到那些在一般人身上看不見的。無形中，我們也從妳的文章裡，也學到了許多東西。

社會朋友 | 高中組 佳作

來自天堂的伊比力斯

竹林高中 林盈萱

「小晞，沒事的，一切都會沒事的。」母親口裡說出的言語，不知是在安撫我還是她自己，但我們都希望這是一場夢。母親抱著方才發病後還在顫抖的我，我躺在母親的懷裡，像隻受到驚嚇的小動物，發抖著，驚恐的張大眼睛，彷彿剛才發生的事像一場突如其來，令人措手不及的大地震。沒錯，我是個癲癇患者，人稱伊比力斯。

五歲那一年，我在家中的客廳玩著我最喜愛的小火車，一陣令人感到莫名恐懼的聲音傳入我耳裡，我恐懼的放下小火車，接著我小小的身軀開始顫抖、抽搐，眼睛上吊，並口吐白沫，在廚房裡洗碗盤的母親，見客廳一陣安靜，有些不對勁，前來察看才發現初次發病的我。

「這位太太，您的孩子是患有癲癇的孩童，不過你放心，雖然醫不好，但現在有藥物可以控制，不過需長期服藥。」醫生口裡說出的事實如晴天霹靂，從此父母對我簡直呵護至極，我想要什麼就有什麼，即使要上刀山、下油鍋，也在所不惜要拿給我，也許這是他們對我關愛的方式，但在我眼裡，這太過的關愛像是種同情，我覺得我承受不起，我害怕我付不出對等的回報，無法負荷這些愛。這讓我自己時常譴責自己，永遠譴責不完，還不如被誰責怪會比較好過一些。

我認為我發病帶來了不少麻煩，但卻沒有任何人把我當普通人看待，看似仁慈，其實非常殘酷，有的只是我對自己的苛責。有時，嚴厲的背後有著仁慈；有時，表面上仁慈，實際上卻是十分殘酷。面對癲癇患者，大眾多半都會仁慈、包容以對，但是光是仁慈是不行的，人從生下來就註定了要孤獨的走完這一段歷程，不管它是開滿鮮花還是荊棘密布，這個世界就是這樣，你唯一能依靠的，只有你自己。我們和正常人相同，只是在些許部分有些不同，但我們依舊可以像一個普通人般過著自己的生活，我們只是需要大家的平等對待。



編者小語：

盈萱小朋友，妳爸媽之對妳呵護至極，妳想要什麼就有什麼，即使要上刀山、下油鍋，也在所不惜要拿給妳，這正是父母對子女的愛。

許多癲癇小朋友的父母都是如此，部分是出自內心的愧疚，他們自責沒把小朋友生個健康的身體，因此就以溺愛的方式來彌補。有時，愛之反而害之；有的小朋友變成驕縱任性的小霸王，有的則盡情吃喝成了胖哥胖妹。其實，小朋友們罹患癲癇，不是父母的錯，父母無需自責。癲癇小朋友的教養方式，基本上和一般兒童無異，切勿因他們有癲癇就過份遷就他們。

社會朋友 | 高中組 佳作

無法控制的生命

明誠中學 歐馥好

我只是想要一雙抹淚的手，您卻給了我整個溫暖的擁抱。我會永遠等待下去，直到能親口說上一聲「謝謝！」。

人生路途迢迢，漫長而短暫，粗曠卻也精緻。生命如花，艷紫嫣紅；生命如歌，美妙動聽；生命如酒，芳香清醇；生命如詩，意境深遠。總有折翼的天使誤打誤撞激起你生命的波波漣漪。

假若有一天，身體不再聽從我的呼喚；假若有一天，因為控制不住自己的生命，而讓我備受打擊；假若有一天，癲癇成為我生命中最熟悉卻也最不願相見的伴侶；我是否還有勇氣，像你一樣堅強的走下去。

終於明白，並非只有我的生活才充滿悲傷與挫折。即使最聰明、最成功的人，也同樣遭受一連串的打擊與失敗。這些人和我不同之處僅僅在於，他們深深知道，沒有紛擾就沒有平靜；沒有緊張就沒有輕鬆；沒有悲傷就沒有歡樂；沒有奮鬥就沒有勝利；這是我們生存所要付出的代價。起初，我還是心甘情願、毫不遲疑地付出這種代價，但是接二連三的失望與打擊，像水滴穿石一樣，侵蝕著我的信心，摧毀了我的勇氣。現在，卻因癲癇朋友的堅強與樂觀，我要把這一切都置之度外。我不再是行屍走肉，躲在別人的陰影下，在無數的辯解與託辭中，任時光流逝。從未想過癲癇發生在我的身旁時，我將要如何面對，時間剎那的靜止，屏住呼吸，於是我開始踏進他們不受控制的世界去瞭解他們。現在我知道，靈魂遭受煎熬的時刻，也正是生命中最多選擇與機會的時刻。那不受控制的時刻，反反覆覆的煎熬著癲癇的世界。不要去憎恨它，沒有它，你無法成為如今這麼堅強的人！

也許癲癇的世界是需要關愛與感恩，只有用更多的愛心去滋潤他們內心乾渴的希望，是這樣的關懷讓我領悟，從平平淡淡的生命中體會出點點

滴滴的感動。愛心是一片照射在冬日的陽光，它使貧瘠交迫的人，分外感到人間的溫暖；愛心是一泓出現在沙漠的泉水，它使瀕臨絕境的人，重新看到生活的希望。

讓我的溫暖成為飄飄灑灑的春雨，使他們即便在寒冷的冬天，也能感受到春天的明媚；讓我的關懷成為一泓清泉，使他們即便蒙上風塵的歲月，仍然清澈澄靜；讓我的關注與尊重，成為一方陽光，再次鼓起他們生命風帆的激動。愛不是人生中的一個凝固點，而是一條流動的河流，這條河流造就了我們生命中美麗的情感之景。幫助，興許只是舉手之勞；而感謝卻是永無止境。生命不正是有無數個感動所構成的嗎？

癲癇患者需要我們，需要我們伸出愛的雙手擁抱他們，容我們用微薄的力量，凝聚成愛的星空，讓他們感受到人間的溫暖，讓他們依舊感受得到人間處處的溫情。



編者小語：

馥好小朋友，妳的文章印證了「三人行，必有我師」的說法。從癲癇朋友身上，我們可以學到很多東西，尤其是不畏挫折與屹立不拔的精神。

社會朋友 | 成人組 第一名

感謝每一天

吳淑鈴

親愛的寶貝：

每每一看到你，或在工作上一想到你，媽咪的第一個念頭，就是感謝。

你來到這個美麗的世界，已經一年半了，這一年，你越來越進步了。首先，你已經不用吃藥了，真的要感謝張開屏醫生。那是你滿四個月後的某一日，爸比，媽咪和姊姊特別北上台北榮總，再為你照一次腦波，張醫生亦是爸比媽咪查了很多資料，做了一些功課，為你再另外找的醫生。一進診療間，張醫生就吹起口哨，模仿鳥叫，引起你的注意，他仔細、專心檢查你的行為，後來又答應讓你做清醒腦波。

因為媽咪忘不了你上次在上間醫院做睡眠腦波時，天真信賴的張開口吸取安眠藥時，那一聲淒厲的哭聲，媽咪不捨，遂以餵母乳方式讓你睡著。但一進腦波室，媽咪有點訝異，小小的腦波室竟然有三扇門，而你在檢查時，隔壁未關門的房間電話鈴響了好幾次，又不斷傳出開關門的聲音，你因睡不熟而擺頭，當中起來了兩次；另一方面，幫你做腦波的檢查技術師真的很忙碌，除了幫你做，又幫另一位哥哥做，還要忙著接聽電話，……總之，你做腦波的環境不若媽咪在書上看的那般理想，那應該是有著淡藍或淡粉色裝飾，能使人心情平靜的房間，幸運一點時，或許有著可愛的卡通圖案，如米老鼠或凱蒂貓陪你安心入眠，不然，至少應該是個安靜悠閒的診間，但都沒有耶！媽咪就這樣很緊張的看著檢查技術師白袍下鮮紅色的格子褲，及橘紅色的布希鞋倉促的來來去去。

媽咪就再尋找不用強迫你入睡，可以做清醒腦波的地方。台北榮總的醫生做到了，做腦波的診療室亦是安靜，像是可以聽到時間呼吸的聲音，技術師人也祥和，為讓你能安靜不要一直亂動，媽咪就邊哺育母乳，邊輕鬆的跟在另一診間看腦波圖的技術師聊天，時間不知不覺就溜走了。

他很愉快的拿了圖譜給媽咪，像是送給我一份祝福。把腦波圖拿給醫

生的路上，媽咪仔細的看了一下，似乎真的沒有在書上看的異常放電的尖銳線條，小心翼翼的雙手將腦波圖拿給張醫生，他仔細看了看，淡定的說沒有放電，再跟我們討論你從出生後種種照護情形，就以一種堅定的口吻說：「可以不用吃藥了。」離開醫院的路上，縱使是八月炎夏的正午，媽咪卻覺得風突然變得好溫柔，陽光也不再刺眼，周圍似乎有樂聲響起，腳步也輕輕唱著歌，或許偷偷長出翅膀，媽咪覺得步履輕盈如飛。

寶貝啊，其實媽咪私心裡早就認為你應該不太會發作了，只等著醫生一句「不用吃藥」的特赦令啊！因為，你的情況真的比較特別：產檢時你一切正常，因為胎心音較平緩，必須提早兩週來報到，不但媽咪未做好準備，你應該也很惶恐吧！然後，還未給媽媽抱過，讓媽媽好好撫摸你，看看你可愛迷人的臉蛋，就被著急的救護車送去要行駛半個多小時的另一間大醫院。你小小的腦袋裡一定一團迷惑，你小小的眼睛看不清，小小的耳朵或許只聽到一堆尖銳刺耳的聲音，而你小小的心靈卻一定擾攘不安，如果那時你做的腦波圖能平靜平緩如小饅頭般的山峰，媽咪反而會覺得神奇。

當媽咪獲知你可能是新生兒癲癇，就開始尋找關於癲癇的資料，而剛好爸比和媽咪又認識兩位在賣治療腦部疾病藥物的朋友，他們對於癲癇也有很清楚的認識。在討論你的病情與媽咪研讀的書籍中，媽咪發現，關於新生兒癲癇的研究還真是少。或許新生兒癲癇不像成人癲癇那麼頑固或嚴重吧！感謝主！但是，身為人母，尤其是一個剛生產完脆弱又堅強的母親，我想記錄一下從你出生到現在滿一年半的情形，只希望能給予每一位愛護子女的母親與父親一個美麗的希望，也算是媽咪的一種感恩與回饋吧！

寶貝，你的情形真的比較特別，而其實，每個人何嘗不是獨一無二的。媽咪知道判定癲癇的根據主要有二：一是臨床症狀，是癲癇至少發作過兩次以上。二是看腦波圖是否有放電。說到癲癇的臨床症狀，到如今媽咪還有點疑惑，因為媽咪至今未曾跟那第一位照護你的小兒科醫生見過面，當那位醫生要跟爸媽說明你的症狀時，爸比顧念媽咪剛生產完，所以自己聽完之後，再轉述給媽咪。因此之後媽咪想要再找那位醫生詳問，卻都找不到，之後更聽說她轉任台北的某間醫院了。

那時，媽咪只有又央求了當你出生時，在兒童加護病房照顧你的護士，卻又找不到那位，倒是找著了一位對你病情頗知悉的熱心護士，但她也只是簡略說明，並說依規定還是要主治醫生告知才對。所以依她的說明就是

你出生那天晚上，發現血氧濃度突然降低，雙手無力下擺，對你的腳底刺激也沒什麼反應，所以就先給你抗癲癇的藥物；第二天早上，你同樣的情形又發生一遍，所以又是同樣治療。然後因為那間醫院神經專科醫生前幾個月剛好離職，討論的結果，第二天下午，你就被救護車咿啞咿啞送往另一間更大型的醫院了。

第二天剛好是禮拜六，第三天禮拜天，第四天第五天清明連假，再加上排做新生兒腦波的時間只有禮拜二跟禮拜五，也就是說你很緊急的被送往大醫院，卻得等到一個禮拜後才能幫你做腦波！

其實當時媽咪還真不諒解大醫院的制式規定，那一個對你病情不太知悉的一個禮拜，媽咪只能胡亂猜測，徬徨無依，憂傷度日……現在想想，或許那時媽咪該更正向思考要感謝老天的眷顧，及你那時候的堅強，也許因為你的狀況還不錯，並不危急，所以醫院才制式的按照既定日程幫你做腦波。

媽咪幾乎天天去看你，看到你一天天有進步，媽咪才能安心；和你講話，摸摸你的手腳，媽咪才能放心。你真是個聰明的小孩，一定能感受到媽咪想你念你的心情，你的情況恢復得很好，從未再發作過，兩個禮拜後就可以出院了！

你知道嗎？當姊姊一看到你，就興奮的環繞著你轉，忍不住的摸摸你的小臉與小手，也答應媽咪要好好照顧你。你真的有個好姊姊，以後你一定要對她更好哦。

你知道嗎？以前媽咪在剛生完姊姊後，若聽到姊姊肚子餓、尿布濕或不舒服的哭聲，縱使媽咪覺得自己很有耐心，聽久了也會有點不耐煩，尤其是姊姊半夜時的啼哭聲，對白天仍要上班的媽咪，真覺得又累又煩。但是對於你的啼哭，媽咪卻覺得欣慰與高興，因為你一出生就是因為不太會啼哭而被送進加護病房的，你在加護病房又因為手腳突然放鬆無力，而被第一間醫院的醫生認為可能是新生兒癲癇。所以當你一回家，媽咪聽到你宏亮的哭聲，就只有高興，而當你半夜啼哭時，媽咪知道，那是你健康的證明。所以你真是比姊姊幸運多了，你的哭聲與伴隨的手腳舞動，得到的是更多媽咪會心感恩的笑容。

這一年多來，你的身高體重雖然比同年齡的孩子稍微瘦小一點，會走

路的時間也是到了滿一歲半才比較穩，也只會說「爸爸」、「抱抱」等幾個簡單單字，但是其實媽咪並不太擔心，因為雖然你現在生長較慢，但是成長曲線是有在進步的，說不定以後會長得像創作歌手王立宏那麼高帥又有才華；而且雖然你不像姊姊一歲時就會走路，但是你行事其實比姊姊小心，如你的姊姊像你這麼大時，已從床上摔下過兩、三次，可是你只摔過一次，因為你很早就自己從床上慢慢爬下來，不用媽媽教，非常有技巧的；而雖然你現在還不太會講話，但也還屬正常範圍，媽咪知道幼兒要到兩歲後才比較會「鸚鵡式學語」，跟著學說的語彙比較多。

而且，雖然你不太會講話，但你很會「聽話」：說「要洗澡了」，你會自己很高興的走到浴室；說「吃飯」時，你會快速走到餐桌旁；說「穿外套」時，你也會聰明的舉起雙手，讓媽咪輕易的幫你套上；你頑皮時，阿嬤大聲罵你時，你會愧疚得想哭；你會生氣的和姊姊搶玩具；也會很興奮的和姊姊一起玩；聽到音樂時會跳舞；會自己拿遙控器開電視；尤其是你竟會分辨出同樣都是白色長方形狀的冷氣遙控器和音響遙控器，拿到不同遙控器時，你就會往不同的方向指……你的一點小小進步，媽咪都覺得好快樂；你的一點小小頑皮，媽咪也有更大的寬容。你真的比姊姊幸運，因為你獲得了更多的愛與關懷。

前陣子媽咪看了「桃姐」這一部電影，有了另一番感悟，那是由劉德華叔叔和葉德嫻阿嬤主演的，描述一對主僕親如母子的感情。裡面有一段對話讓媽咪感觸頗深，那是葉阿嬤中風後，劉叔叔有感而發：「五年前，我接受心導管手術，桃姐那時身體好，對我照顧有加，我才能那麼快康復；現在桃姐中風了，剛好我身體健康，可以好好照顧桃姐，主的安排剛剛好。」媽咪想到你出生到現在的情形，也覺得主的安排很值得感恩：因為媽咪生育過你的姊姊，所以對於照顧你比較有經驗；因為你小阿姨剛好念醫學院，所以媽咪有很多較專業的書籍可以參考；而當你回家後，你的姊姊又很懂事，懂得照顧你，不會像一般三、四歲的孩子容易欺負弟弟、妹妹，或和弟弟、妹妹爭寵；又因為你的狀況，媽咪請了半年育嬰假可以好好陪陪你和姊姊，再加上原有的假期，就幾乎有滿滿八個月可以天天和你倆膩在一起，真的要感謝你，讓媽咪能毅然決然請育嬰假，幫媽咪達成了從你姊姊一出生就一直縈繞於腦的願望。……寶貝，我們真的都要學習從逆境中看到希望與甜美，看到上天要贈與我們的禮物。

最近媽咪又偶然看到一本名叫《奇蹟》（天下遠見）的書，是由一個曾

經腦中風的腦神經科學家吉兒·泰勒寫的，作者寫到：「我經歷了一種罕見的腦部中風……短短四小時內，我透過腦科學家好奇的雙眼，看到我的腦袋如何一點一滴喪失處理資訊的能力。兩三個小時後，我已經不能行走、說話、閱讀、寫字，甚至連自己的生平都想不起來……」那是一九九六年，吉兒阿姨才三十七歲，但是吉兒阿姨並沒有被擊潰，且憑藉著對大腦的專業瞭解，用右腦解救了左腦。八年後，吉兒阿姨奇蹟似的康復了，從失去語言能力到重歸哈佛大學講堂，而且還開發出右腦的潛能，達到安祥平和的涅槃境界！

媽咪提了這本書和你分享，是因為人類的大腦真的是一個奧秘神奇的地方，有著不可思議的力量。雖然腦中風與癲癇的病因和症狀不同，但是同樣都是屬於神奇的大腦轄區。而且，媽咪覺得如果吉兒阿姨那幾乎致命的腦中風都能神奇的康復，那麼你曾有的癲癇其實不算什麼，媽咪覺得治癒的關鍵在於對自己病症的認知力，自我的療育信念，以及更重要的樂觀開朗的態度。其實，媽咪對你的癲癇不再發作幾乎有百分之百的信心，也希望每個有癲癇兒的父母親，對孩子有更大的信心與正面態度，因為信心常能產生奇蹟。到時候，希望你和吉兒阿姨一樣，能夠體驗「疾病不是終點，而是另一段美麗旅程的開始！」的感謝心情。

（p. s. 有個朋友剛出生的兒子也有癲癇狀況，身為母親的擔憂，我心有同感，故寫下我照顧孩子的心情點滴與孩子的狀況。我不知能安慰同為有癲癇兒的母親的心情到什麼程度，但真的覺得，只有父母堅強，孩子才能習得堅強：父母樂觀，孩子也會擁有樂觀。這是孩子教我學得的功課，感謝孩子。）



編者小語：

親愛的淑鈴，張開屏醫生是一位有口皆碑的小兒科醫師。幾十年來，他除了春風化雨、教導出了台灣今天許多的兒童神經科醫師，更擔任過台灣兒童依比力斯協會理事長及多屆台灣癲癇醫學會理監事，是台灣癲癇界的支柱。您找到他替小寶寶治療，只能用幸運二字形容！妳知道嗎，他也是台北榮總最帥的醫師喔！

社會朋友 | 成人組 第二名

遲到二十年的禮物

黃憲宇

在我的生命經驗中，曾和癲癇病友有過兩次難忘的相逢。也因為他們的現身說法，讓我更瞭解這種「不該被汙名化」的疾病。

那是小學四年級吧，隔壁班轉來了一個新同學——阿賢，是我班上好友阿俊的親哥哥。剛轉來的時候，大家覺得好奇，為什麼他哥哥現在才轉來呢？又為什麼跟他弟弟念同一年級呢？疑問在小學生的腦袋中打轉，各種流言也開始在同學之中不脛而走。「聽說他哥哥是得了一種奇怪的病。」「好像發作的時候會昏倒，然後會一直發抖，流口水耶！」「之前的學校大家都怕他，他才轉來我們這裡的！」流言紛飛似假亂真，當時的我決定親自去問阿俊。「我哥喔！對阿，他真的有病，一種叫羊癲瘋的病。不過那個沒關係啦！等它過去就好了。」天性樂觀到有點散漫的阿俊，看來也不怎麼瞭解哥哥的病情。於是關於阿賢的病，始終沒人得到正確的訊息。隨著時間過去，大家淡忘了這件事，卻開始注意阿賢的另一項才能——踢毽子。

那時整個國小中高年級男生，風靡毽子的程度可說是盛況空前。校園裡的每個角落、樓梯間，只要一下課，就可見三五成群的男生圍成一個圈子，開始較量腳上功夫。福利社銷路最好的，除了可樂果之外，就是用雞羽毛紮成的毽子。而男生在班上的地位，除了月考成績外，就是以毽子分高下。只要會踢毽子，你就是王，能得到大家的欽佩與愛戴。阿賢一轉來，立刻就嶄露他在毽子上的天賦。各種高難度的招式都難不倒他，很快地他立刻成為眾所簇擁的對象。只要有他在的地方，總是有一堆人圍觀看他踢毽子。熱愛毽子的我，也是觀眾兼挑戰者之一，常常在一旁吆喝吶喊。有一天下課，大夥又圍在走廊上踢毽子，阿賢正在和人較量，踢到一半，我們發現阿賢神情一變，忽然整個人倒在地上，全身不由自主地開始抽搐。所有的孩子都傻住了，沒人知道為什麼他會忽然變成這樣！我看到他似乎非常痛苦，但又不知道該如何幫他。有幾個反應快的，立刻去跟老師求救。不久上課鐘響，幾個老師也趕來了，找來擔架把他送進保健室。一陣混亂，

孩子們其實都嚇壞了，我們都等著老師為我們說明阿賢到底怎麼了。但我印象中，當時的老師只告訴我們：「阿賢生了一種特別的病，大家以後如果發現他又這樣，要趕快來報告老師。」於是，對於這個叫做「羊癲瘋」的病，我還是一知半解疑惑重重，一直到上了大學。

大學時我就讀心理系，系上在大三時開了一門很硬的必修課——「神經心理學」。我們花了整整一年，把腦神經系統鉅細靡遺地讀過一遍，也開始瞭解很多疾病在大腦中對應的生理基礎；常見的如阿茲海默症、帕金森氏症等。而我也終於知道，小時候阿賢的「羊癲瘋」，正式的名稱為「癲癇」。它並不是什麼詭異神秘的病，而是因為腦部細胞過度放電所引發的現象。癲癇發作時其實不具太大的風險性，大約經歷數分鐘後，等待放電現象漸趨平穩，病患也會跟著恢復正常。而我們需要做的，只是將病患帶到一個安全又顧及隱私的地方，讓他成復甦姿勢側躺，維持呼吸道暢通即可。多年的疑惑因為這一堂課而解開，阿賢發作那一幕留在心底的恐懼印象，也隨之煙消雲散。

畢業後我成為老師。有一年夏天，我們借了一間大學的理工學院辦暑期課程，把一百多個國小孩子帶到大學裡去上課。一天下午，我正在借來的臨時辦公室備課，一個三年級的男生忽然衝進來，大喊：「老師，有一個大姊姊在走廊那邊昏倒了！」我和坐在對面的另一位男老師對望一眼，兩個人立刻從椅子上跳起來，往孩子指的方向拔腿衝去。到達現場的時候，孩子們圍成一圈，我撥開人群，發現是一個女大學生，躺在地上弓著身體，身體不斷抽搐。那一瞬間，童年記憶和眼前景象重疊在一起，我彷彿看到二十多年前的好友阿賢，也是那樣的躺在人群之中，失去意識、眼神渙散。九歲的我不知所措，但是這一次，我知道該怎麼辦了！我注意到那位女學生穿的衣服，是該校物理系的系服。而物理系的系辦公室，就在理工學院裡頭，我判斷她應該就是物理系的學生。於是我和另一位老師，合力把她抱到旁邊平坦安全之處，並幫她調整成復甦姿勢。另外，請人幫忙立刻去通知物理系。沒多久，幾個物理系的同學趕到現場。他們到了之後，不斷跟我們道謝，也告訴我們這位同學過去就有癲癇病史，不時就會發作，他們同學之間都已培養出應變默契，很知道該怎麼協助她度過發作期。有了她同學接應，我們在心裡為這位女同學祝福後，也就放心離開。

事發隔天，我利用上課的時間和孩子討論了這整件事。除了稱讚他們能在第一時間迅速應變外，我也準備了投影片，把關於癲癇的正確觀念介

紹給孩子們。教學多年的我相信——「生活本身，就是最好的學習場域。」二十年前那次踢毽子事件，我並沒有從老師身上得到答案。今日身為人師的我，角色互換，更應扮演好教育的職責，讓孩子能從這次救人事件中有所學習。我願他們得到對癲癇的健康認知，也讓台灣更多的癲癇病友走出汙名化的處境，得到更安全的處置、更友善的對待。

隨著我的講解，孩子們的恐懼疑惑一掃而空，對癲癇湧出更多的理解和體諒。課程最後，我邀請孩子們閉上眼睛，一起為昨天昏倒的大姊姊祈福。看著純淨的孩子閉眼努力祈禱的樣子，我的心底湧出無限歡喜與寬慰。二十年前，不知如何幫助阿賢的那份遺憾，終於得到了彌補。

「對不起，老友，這是一份遲到了二十年的禮物。」我在心底悄悄對阿賢說。



編者小語：

親愛的憲宇老師，您對癲癇發作的處置很得宜。但若環境許可，可讓病童就地躺下，無需因顧及隱私，而搬動病童去另覓地方（因搬動中，病人反而可能受傷）！

社會朋友 | 成人組 第三名

帶他走出不見天日的牢籠

陳招池

自從阿龍在上課時間發生全身痙攣的怪病以後，就長期缺課，因為他父母迷信坊間「魔鬼附身」的說法，索性把他關在暗無天日的房間內，以擺脫惡魔繼續糾纏，來確保孩兒的性命。

民國六十一年，我從師專畢業分發到偏遠一間小學校，擔任四年甲班的級任導師。開學的第一天，我帶著忐忑不安的心走進教室，一眼望去，烏鴉鴉的人頭，其中有一個學生特別突兀，是超熟齡的阿龍，我起初還誤以為是伴讀的學生家長。後來從學籍簿裡查出，他比同學年的孩子年長五歲，以此推算，正常入學的話，現在他至少是國中生。

上課第一天，阿龍給我一個相當震撼的見面禮，就是倏忽倒地、眼球往上吊、口吐白沫、全身抽搐不已，畫面極為驚悚，委實把我嚇得魂飛魄散、不知所措；約七、八分鐘過後，劇烈的抽搐動作稍加緩和，臉上肌肉亦漸趨舒展，然後自己慢慢坐起來，這時我看到他四肢有多處磨破皮，泌著鮮血，實在很不忍，但又愛莫能助。

剛開學的九月天，艷陽高照，教室蒸騰，阿龍發病的頻率相當高，三天兩頭就發作。護士來過，告訴我說，他罹患癲癇，俗稱「豬母彩」，目前尚無良藥可醫治，只要給予安全保護，不讓他倒下時碰撞硬物受傷即可。於是，我從家裡搬來一張軟墊鋪在他的座位上，避免抽搐時與粗糙的水泥地摩擦，除此之外，我對他的幫助可說一籌莫展。

兩星期過後，教室不見阿龍的身影，因鄉下通訊困難，久久聯絡不上他。我擔心長久缺課恐影響學習進度，於是利用假日親自上山走訪。我拿著學籍簿按圖索驥，走在人煙絕跡的山徑上，繞過高低起伏的相思樹林，一路只有蟲鳴鳥叫聲跟我壯膽；約近午時分，終於聽到狗吠聲，循聲望去，一間茅草屋坐落於山腰。

阿龍的母親駝著背，從屋內走出來一探究竟，我立刻奔向前去，向她說明來意，她表情靦腆，一再磕頭致歉，不斷的說太麻煩老師了。這一趟路真的很艱辛，難怪這些年來，沒有任何老師前來關心，因此，阿龍讀書落後人家很多年。

「阿龍呢？」「他在哪裡？」「怎麼沒上學？」……？我一連串的发問，他的母親並未給我回應，只把我引入一間暗無天日的儲藏室裡，裡面堆放了農具和農產品，還有一個榻榻米大的空間，只見阿龍垂著頭坐在一張藤椅上，神情相當落寞，就像一隻垂死的羔羊，等待上帝的世紀大審判。

「這到底怎麼一回事？」我情不自禁的問道。她母親走到孩子身旁，輕輕摟著他的肩膀，心情沉痛又無奈的說：「阿母也不想把你關在這又黑又暗的房子裡頭，因為很多人告訴我說，得這種病不能見到陽光，也不能出去，否則會被鬼魅纏住，一輩子都無法脫身，你就忍耐一段時間，等天氣涼爽些，再看看吧！」然後轉身對我說：「老師，我年紀這麼大，才生下阿龍這一個心肝寶貝為我傳宗接代，若有任何閃失，我就斷了子嗣，無法對神明廳裡的列祖列宗交代。讓他上學，風險太大了，您能給我保證安全無虞嗎？」

聽到最後一句話，我腦子轟了一聲，把湧出喉頭的話又硬吞回去。「對呀！上學之路如此遙遠艱辛，誰敢保證途中不會發生危險意外？畢竟人命關天呀！」

就在這個時候，阿龍突然傾斜跌倒在地，身體不自主的抽搐，毛病又發作了，只見她母親立即跪在他身旁，嘴巴念念有詞：「天靈靈，地靈靈，拯救眾生的觀世音菩薩，快來驅走附身在我兒身上的妖魔鬼怪，我一生沒做虧心事，不要懲罰我孩子吧！……」

五分鐘後，一切又歸於平靜，孩子累了，媽媽也倦了，房間裡異常靜謐詭異；該是我開口的時候，我清清喉嚨說：「阿龍絕對不是不能見陽光，當然也不是魔鬼附身，而是一種腦波放電現象，故發作時全身肌肉會抽搐，就像一個人感冒生病一樣，會全身痠痛、流鼻涕、咳嗽等現象，差別只是發病的症狀不一樣而已。」

這時，兩個人都好像得到主耶穌救贖一樣，眼睛發亮，急著問我：「您又不是醫生，怎麼知道這些？」「我不是隨便亂講，以前上課老師有教，書

上也有介紹這種病。妳孩子不幸得到了，情緒的好壞最重要，妳不讓他上學，把他關在房子裡，悶都悶死了，還有好心情嗎？心情不好，病情更糟糕。」

從她母親臉上表情由哀轉喜窺知，她已完完全全被我說服了，知識果然戰勝無憑無據的道聽塗說。接著，我提出具體的協助建議：「孩子上下學路途確實遙遠，沒人陪伴，安全堪慮。」阿龍的母親也附和著：「對呀！我就是不放心這一點。」「那這樣好了，您把孩子帶到路口，我騎車子會經過，順便載他一程，這樣孩子少走一大段路，比較不勞累，說不定可以減少發作的次數。」

「那太麻煩您了，怎麼行呢？」我一心只想著：「只要讓他正常到學校讀書，才是對他最好的安排，不然又會錯過讀書的機會，不是更遺憾嗎？既然上天把這個病童交給我照顧，就是考驗我的能耐，那就接納這份『愛的禮物』吧！辛苦一點，算得了什麼？」臨別前，我不忘給他們母子加油打氣說：「現在醫學很進步，總有一天會等到醫藥問世，到那時候，孩子的痛苦就可以解除。」只見她母親含著淚光，頻頻向我致謝。

這趟艱鉅的任務因此搞定，心裡的負擔減輕了不少，歸途的腳步似乎輕快許多。

從此以後，阿龍正常回學校上課，同學看到這位許久不見的「老大哥」都主動對他釋出善意，有的為他講解缺課的內容，有的下課陪他到戶外散步、聊天，有的願意為他跑腿服務等，充分發揮同窗之愛，每個孩子都像可愛的小天使，擁有一顆柔軟的善心，全心幫助阿龍度過慘澹的歲月。

此時，我深切的體悟到：「當班上有特殊兒童，等於上帝派遣過來的活菩薩，他幫助我們修練好品德，也藉以檢驗教育的成效，是多麼大的福氣呀！」這是我服務教育生涯中，面對許多特殊兒童的座右銘，也是在我倍感無力時，支撐我付出愛與關懷的最大原動力。

如今，阿龍在醫藥的控制下，像正常人一樣結婚生子，完成他母親傳宗接代的任務。罹患癲癇並不可怕，亦如身體亮紅燈一樣，按時服藥，多做戶外運動及注意自身的保健，都能跟正常人一樣可以活得長長久久；當然社會的接納與體諒更不可忽視，唯有在安全無恐懼的環境下，他們才有尊嚴與勇氣活下去。



編者小語：

親愛的招池，您的名字讓我們不禁想起一位終身奉獻兒童教育的小學校長——陳招池。希望台灣的老師都能有和您一樣的愛心，協助特殊兒童度過人生難關，像阿龍般也有光輝燦爛的明天。

社會朋友 | 成人組 佳作

他不是鬼附身，而是會抽搐的天使

劉懷恩

二十三年前，我隨著鐘聲，到達初任課程的教室，全班四十六雙眼睛，像是要把我看透：這個老師，有沒有帶著葫蘆，裡頭有沒有裝著藥？

這樣的鐘聲，逐漸變成上課下課、上學期下學期、上學年下學年、前一個十年、後一個十年……

城城到我班上的時候，我心裡想：好啊，班上又多了一個萬人迷了！

他捲髮，就像羅馬時期安東尼的塑像；瘦削的臉，可以讀出一股剛毅的信息；身形碩大，英姿煥發，放在籃球場上，就是一堵活動的人牆。

這幾個年頭，教育律動的節奏極快，教育改革、學校評鑑，國民教育改為基本教育，九年改成十二年，學生就如同潮水，潮來潮去，畢業多年以後，能讓我喊出名字的學生，大約剩下不到三分之一。

城城，就是那三分之一中的之一。

剛要開學的時候，我習慣性的「閱讀」班上新生的各種表件，對於需要特別關心的學生，我會一一註記，以備不時之需。

城城的「健康檢查記錄卡」，在特殊註記事項欄位，勾選了「其他特殊健康狀況聲明」，上面出現了「癲癇」兩個字，說明欄上註記著：「偶爾會有失去意識的狀況」，字跡潦亂卻圓熟，應該是家長的筆跡。

我把它當作例行公事，因為，比起其他學生註記的「心臟二尖瓣脫垂」、「氣喘」等等我比較從字面可以瞭解的疾病，「癲癇」，應該就只是一個名詞。

不過，受到「失去意識」四個字的緊箍咒影響，上課的時候，我不時將眼光往教室的角落飄去，他坐在那裡，聚精會神，兩眼直視黑板，振筆

疾書，肩膀往前偏移，雙足平放，這是行為心理學當中，標準專注的模樣。

城城專心的時候，比塑像還要塑像！

直到有一天下課，幾個同學衝進辦公室，一邊喊著：「阿城被鬼附身了！」

我終於跟「癲癇症」，有了正面交鋒的機會！

城城端坐在課椅，口中發出「咯咯」的聲音，他望著黑板，但是似乎是望著好幾百公里的遠方，他似笑非笑，欲言又止，不自主的抽搐，像是按照一段不合律的節拍。

他坐在我們當中，可是卻不屬於我們！

看著他的症狀，我不禁想起多年前一次的海上驚魂，船外是七級的狂風，十呎的大浪，船身在風雨中飄搖，不聽使喚。

他的身體，是否也是一艘力抗狂濤的船？在症狀襲來的時候，他也試圖穩住他的身體，在地平線上，試圖保持莊嚴的平衡……。

我印象當中的那個萬人迷，很快在學校護理師的到場協助下，在同學的哄鬧聲中，回復了神智！

在我眼神的示意之下，所有同學都回到座位，繼續下一節的學習！

我利用這個空檔，聯繫上阿城來自純樸鄉間的母親：「歹勢喔！給老師帶來攪擾，實在是很歹勢呢！」

從電話中，我才知道城城小時候車禍腦傷的事實，我才回想到：我的學生頭上有一塊被掩蓋住的頭皮，是寸草不生的。

隔天，我利用城城請假的空檔，跟同學宣布阿城昨天在課堂上，是癲癇的典型症狀，大家要適時的幫忙，如果他手裡有一些會引起受傷的東西，要輕輕的移開，他會慢慢地「回神」。

最後給他們一個結論：「他不是所謂的鬼附身啦！」

三年，就像是一隻在射線上飛行的箭，才離開了弓，就抵達靶心。城

城戴上了象徵畢業的帽子，跟媽媽一起走到禮台上。

「謝謝老師三年的照顧！」城城深深的望了我一眼，鞠完躬，很快又回到列子裡，和同學有說有笑去了。

那一個眼神的瞬間，這些年的影像片段，忽忽而過：學生在他發作時，會自動護衛成人牆，好像在呵護一朵微小的蓓蕾；在他回復神智之後，全班會很有默契的，彷彿未曾發生，如同船過，未曾留痕。

我那時才知道，城城是同學的天使，因著他，我們知道了這個多彩紛繁的世界裡，有著這樣玄妙的一個疾病角落；我和同學們有幸有機會成為他的天使，伴他度過這段不時發作的風風雨雨！

這一切，都是癲癇教會我的事！



編者小語：

親愛的懷恩老師，城城是同學的天使，也是大家的老師。因著他，大家都長了學問，學到了書本上教不到的知識。因著他，大家都成了天使，激發了人心深處的善。我們一起祝福城城！

社會朋友 | 成人組 佳作

獨一無二的你

蔡幸娟

新生訓練這一天，學校裡熱鬧非凡，家長們帶著小寶貝們高興的迎接嶄新的學習環境，臉上透露出小寶貝成長的喜悅。教室裡來了許多的小一新鮮人，走廊上有許多家長圍觀，一同與孩子認識新老師，身為新手教師的我，心底也藏著緊張的情緒，因為這是親、師、生第一次的見面，而孩子們帶著稚氣、純真的臉龐進到教室，有些還掛著燦爛的笑容，少數則凝視著窗外熟悉的面孔，以讓心中的不安得到一點點的安慰，五味雜陳的心情在大伙的心中。我送上見面禮，並帶領孩子認識新環境，培養彼此的默契，就此，我與這群孩子結下不解之緣。

會後，有部分的家長留下，個別說明孩子的狀況，其中，令我印象最深刻的是小飛(化名)的爸媽，「他有熱痙攣」、「不可以太熱」、「會抽筋」、「不能有太大的壓力」，好奇的我不解這究竟是什麼原因？但因為第一次見面，也不便多詢問病情，以免傷害到父母心中的痛。心想，我需要認識爸媽，瞭解爸媽對於孩子病情的態度，加上時間急迫，因此僅稍微瞭解萬一事發的處理方式，例如咬住衣角、注意頭部、側躺休息……等，心裡不疑有它，但隱約感受到空氣中瀰漫著一股特別的氛圍，謹記著教室裡要保持通風，以免小飛不適。

某天早上，突然接到小飛父親的電話，「老師，小飛昨晚癲癇發作，全身無力，今日請假。」，我心想「不是熱痙攣，怎麼是癲癇？」腦海中隨即閃過，某次於旅遊，見到其他旅客們一伙人拍照，開心對著鏡頭「耶！」，好不歡樂，正為這幸福、快樂的時光留下美好的回憶，這時，突如其來「碰！」一聲，驚嚇到所有在場的遊客，驚慌中只見有名男性倒下，全身肌肉僵硬、開始抽搐，旁人趕緊扶起患者的頭部，打開嘴巴，將軟性的脫鞋放入嘴巴，接著，患者口吐白沫、流涎與眼球上吊，身體仍不停的抽搐著，一幕幕映在眼簾，令人措手不及，所幸，最後患者意識清楚，隨即送往醫院做診療，雖然只是短暫的幾分鐘，卻讓我久久無法釋懷，記憶猶新，透過在場其他人的口中，我認識了「癲癇」這個名詞，更目睹發

病時可能出現的特徵。因此，電話那頭小飛父親傳來「癲癇發作」讓我有點錯愕。

坦白說，從小飛高大、壯碩的外型，活潑、善良的個性，學業成績雖不盡理想，但富上進心，上課經常主動發言，妙語如珠，逗得同學們哄堂大笑，難以想像，從小飽受病魔的摧殘。所幸，在爸媽悉心的照料下，將近一年多以來未發病，因此，追根究底，帶著疑問與小飛父親從電話中做進一步的瞭解；原來，媽媽接送小飛從安親班往返回家的路上發病，可能是孩子面臨課業上的心理壓力而導致。在震驚之餘，也鳴起了我心中的警報器，隨即展開對於癲癇更詳盡的認識，並請學校健康中心護理人員給予建議。

首先，瞭解發病的原因與正確的處理方式，接著，與小飛的父母做進一步的訪談，例如：小飛病情發生的前兆、是否有按時服藥、最近一次發生的情形等等，最後，帶領全班孩子討論，萬一班上有同學不小心昏倒或是發生意外狀況時，該如何處理？師生模擬意外發生，如同每學期初學校舉行的防災演練，希望孩子正視問題的嚴重性，遇到突發狀況時，不慌張、報告師長、協助同學、做立即完善的處置，以讓傷害降到最低，最後，也藉機告訴孩子們，在校若有任何身體不適，一定要報告師長，常會發現部分的孩子，在校身體不適選擇強忍面對，或甚至以哭泣的方式表達，讓生理影響到心理的情緒。

身為教師，總會遇到形形色色的孩子，每屆的學生特質與氣質也迥然不同。教導學生「認識自己」的同時，我提醒自己，也必須教導孩子們「接納自己」，從而與他人相處、尊重他人。過去，我有一位學生因為基因異常，身上總會有數不清的傷口與水泡，俗稱「泡泡龍」，脆弱的皮膚，輕微的碰撞則破皮、流血，身上一道又一道的傷口，是他對抗病魔的證據，讓人看在眼裡，疼在心裡，然而爭氣的他，讓我看到希望，也看到一位默默與病魔對抗的勇士，這是另一則動人心弦的故事。我想，健康的身體是無價之寶，然而身體的狀態不是個體所能選擇的，不論是正在飽受看得見的，或看不見的疾病摧殘，這都是老天爺的試鍊，考驗人面對逆境的態度，相信老天爺關上一扇門的同時，祂也正打開一扇窗，等待有心人發現窗外的美好。

每個孩子都是獨一無二的，謝謝特別的你們，讓我們大家能夠共同學習、成長，認識自己、接納自己，並將心比心，與他人相處，試著接納人

生裡的不完美，上一堂寶貴的生命教育的課程；試著學習做一個傳遞關愛的天使，散發能量，讓人間處處有溫情。



編者小語：

親愛的幸娟老師，我們非常贊同您的見解。尤其是在協助病童方面，您說，首先要瞭解發病的原因與正確的處理方式，接著，與父母做進一步的訪談，例如：發作的前兆、有否按時服藥、最近一次發生的情形等等，還要帶領全班孩子討論，萬一班上有同學不小心昏倒或是發生意外狀況時，該如何處理？師生模擬意外發生，如同每學期初學校舉行的防災演練，希望孩子正視問題的嚴重性，遇到突發狀況時，不慌張、報告師長、協助同學、做立即完善的處置，以讓傷害降到最低。這些觀念，我們將推廣到台灣所有的學校和老師，真是非常好的參考。

。

社會朋友 | 成人組 佳作

一生勞苦的媽媽

徐桂珠

媽媽的死亡是我莫大的心結。

媽媽在我成為大學新鮮人那年去世，而意外成為孤兒對我造成的心靈傷痛，甚至事發到十多年後，我依然還無法自然的開口，提起媽媽已經去世的這個事實。

那天，爸爸孤身一人來探望正在台北讀大學的我，那時姊姊已結婚搬離原生家庭，妹妹也出外就讀五專。就這樣，媽媽因癲癇症發作，孤零零一人無掙扎地溺斃在浴室的浴缸裡。這樣一樁說不出口的荒謬意外，讓我爾後像個孤魂野鬼一樣，以遊戲人間的態度虛度了無數個年頭。

爸爸天生是遊手好閒的個性，不負起養家活口的責任，因此沒有生兒子又堅強負起家計的媽媽，所受的心理煎熬可想而知。唯一的翻身希望是讀書出頭天，她非常希望我們姊妹三人在學業上爭氣。

從小學開始，我就是考試拿第一名的小孩，而我的優秀是媽媽最大的驕傲！縱使家境很差，苦命的媽媽認命地一肩擔起整個家計，媽媽的縱容讓我從小就不用做家事，只需要好好唸書。也許是家計太操勞了，竟讓她患了癲癇症。然而太沈重的生命苦痛，超出一個天真孩童的理解力及承受度，不懂事的我，當初甚至並不是個好女兒。癲癇症發作的媽媽，每每呈現猙獰樣貌和痛苦嚎叫聲，總是嚇得還年幼的三姊妹，遠遠地躲縮在屋子角落！有時目睹媽媽病發時頭部大力碰撞地板，流了一地鮮血的血淋淋現場，那種驚心動魄程度，總讓我不時輾轉做惡夢！

飽經家境清苦和病痛折磨苦難的媽媽，一直灌輸我要一直往上爬才能讓人看得起的觀念。可惜的是當我大一那年，媽媽就病發意外身亡，她並來不及看到我往後拿博士學位、在大學教書的榮耀。投注所有青春歲月換取到功成名就，少年得志而飛黃騰達的我，以為終於報償了浩瀚母恩。

年輕不懂事的我，初時以佛教的觀點來看這件事，總是以為自己或是媽媽上輩子造了什麼孽，才會讓癲癇症糾纏半生，自卑自憐的情節讓我拒絕生小孩，心裡也隱隱害怕會有癲癇症遺傳。直到成了基督徒，才打開了多年心結。理解不管是否患病痛，不管病痛有沒有得到醫治，每個人天生都是不完美的個體，每個人卻也都是珍貴的生靈。

現在的我已懷胎四個月，漸漸體會到我有多麼愛我的媽媽，也漸漸瞭解何謂「子欲養而親不待」的遺憾。深深地憐憫媽媽因癲癇症所受過的創傷和苦痛，我知道，癲癇症並不是原罪，而人與人之間的真愛才是最強力的醫治良藥。



編者小語：

親愛的桂珠老師，您母親必定以您的成就而驕傲，也因妳有美滿的家庭而微笑。相信您會將對媽媽的愛，化為對學生的大愛。

社會朋友 | 成人組 佳作

校園驚見

游福生

有一天，那正好輪到我的導護工作，那天，我很早去上班，學校有幾位學生已經來到學校了，林工友正在澆花，不知何故，這位工友倒在地上，學生圍在旁邊觀看著，驚慌表情寫在學生的臉上，不知如何去處理！

我走進校門，突然，有一位學生來報告，說有一位工友昏倒了！我來不及走進辦公室，就急急忙忙停下車子，下車去看林工友，我一看就知道那是癲癇症發作。林工友右手還拿著水管，斜斜倒在花園的旁邊空地上，不省人事！我看情況不對，我不敢亂動他的身體，我觀察附近有沒有堅硬的磚塊石頭，以便跟救護人員說明。我先打一一九，救人要緊，詳細告訴地點，不到幾分鐘，救護車就來了；接著我通知校長和校護，讓他們知道學校發生此事。

救護車把工友載到醫院，經過幾小時後，我利用上課的空檔時間，買一些水果去看他，他含著淚水，拉住我的手，直說謝謝！這一天，我幫他向學校請假一天，好讓林工友在家休息！

當天下午我下了班，我從電腦網路上蒐集一些有關癲癇症的注意事項資料，把資料影印一份，特地送給林工友參考，也順便去關心一下他的病情狀況。在我服務數十年當中，我也遇到過學生有癲癇症，我略知其中一二，這種病發作一陣子之後，很快就會恢復正常，最要注意的是正在發病的時候，要非常注意患者的安全，因為患者發病中，完全失去意識，昏迷狀態。如果發現有危險的時候，要斷然先移開危險區，以免生命遭受威脅！患者自己什麼時候發病，自己完全不知道，也無法控制，這是像不定時炸彈一樣！

我從事教育工作數十年，遇到患過敗血症的學生，遇到過腦部剛開刀痊癒的學生，也遇到過癲癇症的學生。林林總總，不知遇過多少脆弱又驚險的生命個體，這些生命非常脆弱的孩子，都是家長特地來拜託的，站在有教無類的教育立場，我沒有拒絕的權力！有一位立法委員，把一位隨時

有狀況的孩子，他常常都會發作癲癇症，交給我說：「這是我的唯一小孩，也是全部的生命寄託，就拜託你了！」當時我聽了之後，我好感動，我知道自己責任的重大，我幾乎沒有笑容地答應他。他看得起我，我又眼見危急在前，我何忍去推辭不救呢？我不接，一定是我其他同事來接啊！所以，我堅定樂意地答應接受有生命狀況的孩子！

每次接到脆弱生命的個體，我在班上，就立刻成立一個五人保護小組，這個小組，我會在班上說明，賦給特殊的權力，享有特殊的待遇，在我嚴密的監督下，進行教學！為了預防誤會，增添麻煩，凡是科任老師來教學，我會書寫一張名單和注意事項，交給科任老師知曉。每節下課休息時間，我都會儘量留在教室內，以防萬一事故的發生！雖然提心吊膽，但是我的嚴密組織和監控，總算跟家長密切合作，孩子在我手裡都平平安安帶過去了，圓滿完成任務！

在校園裡，當過老師的人，遇到癲癇症的機會最多，所以當接任新班級的時候，要用心去閱讀學生的資料，必要時，要做個別談話，充分瞭解學生的病史，多跟家長談起病況，多跟學生本人聊聊，老師十足掌握病史，這是生命關天的大事，要小心處理，要愛心去照顧。小生命剛剛萌芽，生命都很脆弱，需要健康人和成人的愛心灌溉耕耘，才會長大結果！盼望有癲癇症的人，不要灰心，避免到危險地方去，好好規劃自己的人生，踏實去完成，你的人生會是很精彩的！



編者小語：

親愛的福生老師，您說每次接到脆弱生命的個體，您在班上就立刻成立一個五人保護小組，這個小組，您會在班上說明，賦給特殊的權力。凡是科任老師來教學，您會書寫一張名單和注意事項，交給科任老師知曉。每節下課休息時間，您都會儘量留在教室內，以防萬一事故的發生！在您的嚴密組織、監控和家長密切合作下，孩子在您手裡都平平安安帶過去了，圓滿完成任務！

非常棒，這又是一個應該推廣到台灣所有學校和老師的極佳參考處理方式。

社會朋友 | 成人組 佳作

烙印在心裡的禮物

許淑媛

<烙印在心裡的禮物>

原來上帝給我們禮物有附加品，讓我們學會感恩，學會謙卑，以及學會如何珍惜每分每秒責任與愛烙印在心裡的體會及領悟，也就是因為成長的順遂，才能看到上帝教導我們的珍貴禮物。

<癲癇不是病>

癲癇是指僵直的動作，與抽筋意義相同，表示反覆陣發的中樞神經症狀，以行為異常及肌肉僵直表現。癲癇不是一種病症，而是因腦部病變或其他疾病而引起腦部功能改變，所造成的複雜症狀，約有半數的兒童，抽筋原因不明，肌肉衰弱情形、頭痛、失語、協調障礙、思考過程障礙、無法控制。癲癇俗稱「羊癲癇」，古希臘醫學稱之為神聖的疾病，無論東方或西方，古人以為癲癇是因為魔鬼附身或神明降罪所致，因此治療不外求神問卜或驅鬼符咒。事實上癲癇不是一種「疾病」，癲癇也不是一種「精神病」，癲癇只是一種被「烙印」的疾病，從古至今，俗稱「羊癲癇」等的錯誤名稱及印象所致，所以癲癇變成是一種常遭受到歧視、誤解，與社會偏見的慢性疾病，人類有史以來，各種文化都有對癲癇病人歧視的記載，因此使得癲癇患者必須要面臨並承受更多更大的無形及有形的壓力，皆面臨許多的考驗，可見有關癲癇的大眾教育是十分重要！

<醫學院裡的冬天>

在醫院大堂意外地邂逅陳振禮，當時我還是醫學院的學生，振禮和我家是多年鄰居，我們從小就一起玩一起念書，懷著張載所說「為天地立心，為生民立命，為往聖繼絕學，為萬世開太平」的熱血，在大學聯考下，我們選擇了醫學院就讀，為的就是能夠懸壺濟世，然而面對身邊親朋好友的生離死別，難免有些無奈和悵然。

<瘦小身軀隱藏在醫院大堂>

如今振禮的女兒因為癲癇入院，振禮坐在冰冷板凳及醫院大堂裡，看來格外沮喪又不知所措，臉部消瘦了許多，那種瘦不是每天大夜班、小夜班的熬夜，而那種瘦是一般人無法體會的倉皇失措及無助，當下的他很需要大大的擁抱。停頓了一下，我鼓起勇氣，拍著他肩膀，向前問他是否需要我一起上樓探望女兒，他說：「我原來就是為了要照顧她而來這醫院，但已呆坐在這裡半個小時多了，因為我不曉得面對她抗戰癲癇症的時候，要說些甚麼才能安慰她脆弱溫柔的心？女兒是上帝的禮物，也是同時考驗我對生命的體悟。」我看到他心如刀割及內心悲慟所流出剛強的眼淚，在白暫的皮膚下更看出來他蒼白的惶恐，收起所有的怨天尤人，命運安排，勇敢地面對眼前的女兒，這樣的純真無邪，這樣的乖巧可愛，天使與病魔同在。

<發現癲癇症的驚恐>

聽著振禮的女兒訴說著當她病症發作時，居然能夠在這樣脆弱的聲音底下，訴說她的心聲，我們相當佩服與心疼：有時在強直階段，突然喪失意識，可能發出不由自主的喊叫、肌肉僵直、呼吸短暫終止；有時在陣攣階段，肌肉抽搐與鬆弛的現象交替出現，可能咬住頰內或舌頭而流血，口吐泡沫、停止呼吸維持數秒（當事人可能皮膚發青）；在發作過後，意識恢復，開始呼吸，短暫的意識混亂或睏倦，可能嘔吐或出現大小便失禁的情形。強直陣攣性發作。

<加護病房的春天>

在冰冷的加護病房裡，振禮告訴我原本病發時，大家都不知說什麼才好，因為女兒給人就是非常堅強及懂事，是家中非常有力的精神支柱。然而，重要不是我們應說些甚麼，而是如何聆聽，從某個角度來說，用心聆聽是能為癲癇症病人做的最重要的事情。人們通常只能承受有限度的壓力，傾訴可以減壓。聆聽病人的傾訴，讓他抒發，可以平復其情緒，換句話說，即使你不能為病人提供解決問題的答案，但也已經安撫她的心情；所以我們不斷地取悅她女兒，所以看到她幸福洋溢的笑臉，頓時之間，病房裡帶來許多冬天過後的春光。

事實上，在加護病房裡，扮演「好聽眾」的角色帶來春天曙光，可以起很大的效用。在美國曾進行過一項研究：病人向一批受過簡單聆聽技巧

的人傾訴煩惱，扮演「聽眾」的人不准說話，只可點頭及說「我明白」或「請繼續說下去」，他們亦不得向病人發問，或與病人傾談病況。一小時後，幾乎全部參與的病人都認為自己的治療有效，有些病人更打電話給這些「治療師」，詢問可否再次會面，及感謝他們的治療。這個實驗告訴我們：不需解答病人的問題，只靠耐心聆聽，亦會對病人的病情有所幫助。

<暖暖的夏天流過心田裡>

透過訴說與分享，暖暖的夏天流過心田裡，也因為擔心振禮的女兒產生恐懼或焦慮，有些親友主張避免與振禮的女兒傾談，但邏輯是這樣的：「如果我問病人是否擔心放射治療，原本他可能不擔心，我的問話反而引起他的擔心。」這想法不一定正確，先前英國心理學家曾對末期病人與親友傾談進行過研究，結果證明傾談並沒有令病人產生新的恐懼及焦慮，反之，對病情避而不談反會加深憂慮。有研究指出，沒有傾談的對象，會使病人感到焦慮和孤立無援，心情和病情都會越來越沉重。其實，當一個病人充滿焦慮時，是沒有心情說話的，壓抑情感的原因之一是覺得羞愧。很多人不願意抒發某些情感，譬如恐懼及焦慮，因為他們覺得自己是害怕一些「不應該」害怕的東西，所以感到羞愧。

親友如果能以關心、接納和理解的態度，聽振禮的女兒訴說害怕及對病情無知的感覺，可減輕她的恐懼和羞愧，重拾信心。嘗試與剛得知患了癲癇症振禮的女兒傾談，聆聽振禮的女兒傾訴，是絕對有幫助的。至於要創造傾談的環境與氣氛，讓彼此打開心房傾談，需要雙方都覺得自在。

<踏上懸壺濟世之路>

揮別醫學院的學生生涯，踏上懸壺濟世之路，步入醫院學習人生的生老病死的社會大學，振禮的女兒告訴我，除了如何應付學會聆聽的方法以外，踏出最重要的第一步：微笑、擁抱與聆聽，生命一切都會開始改善。面對病人訣竅在於學習聆聽，並永遠滿懷感恩的心，照顧病患的身體以及心靈，希望癲癇症能受到妥善控制及照顧，傳遞上帝的愛的禮物與深刻擁抱生命的體悟！



編者小語：

親愛的淑媛醫師，您一定會是個好醫師！謝謝您教導我們，微笑、擁抱與用心聆聽，也是癲癇治療成功的最重要的課題之一。

台灣癲癇醫學會

第十一屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽

- 一、宗旨：本學會鑑於癲癇朋友在成長及就學過程中飽受歧視和誤解，希望藉由徵文比賽，宣導癲癇實用知識，幫他們在教育及工作方面獲得更多的關注與尊重，感受到人間有溫暖，處處有溫情。
- 二、指導單位：行政院文化建設委員會、教育部
- 三、主辦單位：台灣癲癇醫學會
- 四、協辦單位：中國醫藥大學附設醫院癲癇病友俱樂部、台大醫院癲癇病友聯誼會、台中榮民總醫院神奇之友會、台北市立聯合醫院中興院區癲癇峰造極同學會、台北榮總超越巔峰聯誼會、台灣兒童伊比力斯協會、台灣癲癇之友協會、光田癲癇病友聯誼會、社團法人台南市癲癇之友協會、社團法人高雄市超越巔峰關懷協會、社團法人雲林縣癲癇之友協會、花東地區癲癇病友會、長庚醫院癲癇病友會、屏東縣癲癇之友服務協會、為恭醫院癲癇病友會、恩主公醫院閃電俠聯誼會、財團法人彰化基督教醫院癲癇之友會、跳躍的音符兒童發展協進會、澄清癲癇之友會、堰新癲癇病友聯誼會。
- 五、比賽方式：
- (一) 參加對象：社會人士及全國大專院校、高中、國中、國小之學生均可參加。
- (二) 題目：自訂（以關懷癲癇相關題目為主）。
- (三) 甄選方式：由主辦單位邀請專家評選。
- (四) 截止日期及送件方式：
1. 即日起至 **102年10月31日**（星期四）。（郵寄以郵戳日期為憑，e-mail 以收到本會回覆信函為準）
 2. 郵寄：請將「報名表」貼於作品背面右下角，郵寄 11217 台北市石牌路 2 段 201 號，台灣癲癇醫學會收。
（請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別）
E-mail：請將「文章及報名表之電子檔」寄至 epil1990@ms36.hinet.net。
（請註明參加人間有情-關懷癲癇徵文比賽及組別）
 3. 作品得採個人或集體寄送。
- (五) 參賽分組：（共分八組）
- 癲癇朋友組：① 國小組② 國中組③ 高中組④ 成人組（大專以上及社會人士）
- 社會朋友組：① 國小組② 國中組③ 高中組④ 成人組（大專以上及社會人士）
- 附註：癲癇朋友組參加者本身為癲癇病友，且為讓評審參考病人狀況給予適當評分，請家人影印相關資料及簡述病史，以供評分參考。
- (六) 參考資料請上台灣癲癇醫學會 www.epilepsy.org.tw、台灣癲癇之友協會 www.epilepsyorg.org.tw、台灣兒童伊比力斯協會 www.childepi.org.tw、高雄市超越巔峰關懷協會 kea.wingnet.com.tw 查詢。
- (七) 評審結果公告：**102年12月31日以前**（暫訂），由主辦單位專函通知得獎者，得獎名單並公布於本學會網站。
- (八) 頒獎日期將專函通知，配合本學會活動進行頒獎。

六、獎勵辦法：

- 第一名/每組各取一名、獎金 3,000 元，獎狀乙面。
- 第二名/每組各取一名、獎金 2,000 元，獎狀乙面。
- 第三名/每組各取一名、獎金 1,000 元，獎狀乙面。
- 佳作/每組各取三名、每名獎狀乙面。

注意事項：

- (一)、凡參賽作品之版權，皆屬於台灣癲癇醫學會，該單位有權公開展覽及修改內容，印製成各種社教資料之相關印刷成品。
- (二)、參賽作品不得抄襲或模仿，若涉及抄襲、模仿之相關罰則，由送件者自行負責。
- (三)、參賽作品一律不予退還。
- (四)、該組參賽作品未達給獎標準者，該獎項得縮減名額或從缺。

第十一屆「人間有情-關懷癲癇」徵文比賽 報名表					
姓名			分組	☐ 癲癇朋友組（就醫醫院：_____） ☐ 社會朋友組	
性別	年齡		組別	☐ 成人組 ☐ 高中組 ☐ 國中組 ☐ 國小組	
就讀學校			班級/科系		
聯絡地址					
身份證字號			病史簡述 & 相關資料 (癲癇朋友填寫)		
手機					
聯絡電話					

MEMO

