

給山姆的信

08-09

癱瘓了 25 年後，心理醫師丹·戈特里布得知孫子被診斷出自閉症，再次受到打擊。他決定與山姆分享自己的經驗。《給山姆的信》一書便是戈特里布獻給七歲孫子的禮物。

此著作不僅彙集祖父寫給孫子的慈愛信件，也祈願世界能成一個更祥和、包容的居所。身為心理醫生，戈特里布每天都幫人們解決問題。然而，在給山姆的一封信當中，戈特里布醫生說，自己到了卅多歲車禍重傷後，才領悟人生的使命。

戈特里布醫生憶及他在意外發生後，躺在醫院病床上。癱瘓又絕望的他，覺得生命已不值得再繼續。所有親友都無法使他相信他仍是個有用的人。就在此時，他的護士走進病房，問他能否幫助她。她剛和男友分手，沮喪得想要結束生命。雖然自己也承受著極大的痛苦，戈特里布醫生仍在病榻開導她。在這件事過後，戈特里布醫生發現自己又有勇氣活下去了，因為他依然能夠幫助世人、有益於世人。於那次短暫交談中，他和那位護士無意間拯救了彼此的生命。

08-10

戈特里布醫生還憶起有一次輪椅卡在後院的洞裡。他大聲呼救，還憤怒嘶吼，但沒人聽見。最後，他放棄了。那一刻，他感到一陣平靜，鳥兒在枝頭歌唱，一束陽光照耀著他；他覺得自己被美與喜悅包圍著。這單純的快樂使他體認到，朝向人生光明面能帶來平靜與滿足。

戈特里布醫生相信，藉由助人，我們可找到人生的意義。他想起治療一名女性憂鬱症患者時，病患問他辭職來紓壓是不是好辦法。他建議她，如果真的辭去工作，就應該找些事來做。於是她成了兼職圖書館員，說故事給兒童聽。在這段期間，她第一次享受了人生，憂鬱症也大為改善。

在另一封信裡，戈特里布醫生憶起他看著孫子打高爾夫球時，不禁感到痛苦，因為他無法和孫子一起打球。但他看到孫子如此開心，自己便也充滿了喜樂。戈特里布醫生寫道，如果我們珍惜這樣的歡樂時光，人生會更加美好。藉由經驗的分享，他給予山姆最深的祝福，因為山姆在人生中必將面臨許多挑戰。他最後以祖父的關愛之情寫道，他感謝親愛的孫子將快樂和喜悅帶入自己的生命中。