

圓滿生命之旅

善終途徑有跡可循

● 普安法師

安寧療護的重要目標，在於讓癌末病人獲得好的生活品質並得以善終（good death）。現代科技醫療的進步，除了治療身體的疾病外，亦開始重視心理靈性層面比較形上的問題，因而促成末期照顧領域加入非醫療的專業人員，異於國外基督教體系的牧靈人員駐錫在醫院內進行靈性照顧。臺灣結合華人本土化的宗教信仰，由蓮花基金會推廣臨床佛教宗教師的訓練，將法師從道場的弘化場域轉向醫院的臨終關懷宗教修行，經過培訓之臨床佛教宗教師實際服務於臨床界，成為安寧團隊不可或缺的重要角色，安寧療護的推動逐漸朝向整合的方向發展。

當末期病人生命遭受疾病威脅，且朝向不可逆的衰敗進行時，其內心感受常是錯綜複雜且多變的，臨床常見的臨終處境有二：一是身心解離過程調適，面對的是心理、社會關係角色層面的社會期；二是朝向離世期的靈性問題，處於離世期的末期病人常有死亡恐懼、死亡焦慮，及對未來不知何去何從的疑惑等問題。以此理解，末期病人在生命的終點前能得到「有尊嚴」的善終並不容易，因為個人的生命歷程，無不受過去世及今生的因緣業力之牽纏影響。



普安法師

臨終時刻佛教徒常見的困境

筆者服務於中南部地區的醫院安寧病房，常見以下問題：其一是宗教信仰問題，家屬意見多有分歧及爭執，尤其南部民眾的信仰為一般民間信仰或佛、道教不分，有皈依及宗教修持、聽經聞法的佛教徒較少；在多元融合的情況下，病人臨終時家屬常要求皈依或是助念，

但病人與家屬對宗教法門的概念不清，或所知未明而產生「所知障」，造成臨終病人的障礙與痛苦。其二常見的問題是斷氣後八小時不能移動「大體」及不應在往生者面前哭泣的觀念不足，令人擔心移動或身體管路的碰觸及移除，造成往生者因而生起瞋恨心，無法保持「正念」反而生起情執。其三是因癌症所引起的劇烈疼痛問題，應視為「消業障」，不應給予嗎啡藥物及使用鎮定劑，以避免病人意識昏沉或散亂。其四為病人在臨終前的生命回顧或躁動狀態，被視為沒有修行或道心不堅固。以上問題，常困擾家屬或佛教徒。

臨終時刻，需要智慧面對生死。臨終場域將死亡赤裸裸地顯現，佛教徒在這生死試煉場，才知道我們對死亡的理解，大多是知識層面的理解，缺乏深刻真實的震撼體會。陪伴者若能調整自身面對死亡的態度，則有助於協助病人朝向善終之路前行。

面對以上諸多問題，臨床佛教宗教師通常會與家屬進行溝通，協調最佳的方式，在病人意識清楚時，能向他說明念佛的利益，及肯定病人對未來方向的信念，藉此建立信心，並與之陪伴共修。在臨終時刻以慈悲愛語增長病人的念佛信念，亦協助他完成心願、與家屬進行「四道人生」（道謝、道歉、道愛、道別）。人在離開此世時，能圓滿無憾地道別這個世間，相信是無所罣礙的。

琉璃池上懸明月，朵朵蓮花用心栽

臨床界對以上議題所提出的概念，是協助即將面臨死亡的病人，在生命斷裂處築起一道橋梁，與未來進行「連結」和「轉換」，從「失落的死亡世界」前往一處「充滿希望的彼岸世界」。實務作法為：首先要釐清病人的想法及認知，

並確認其病情發展、對宗教的概念、信仰虔誠與否和過去的生命經驗及背景，其次應確認家屬的認知及期待。確認相關訊息後，應就病人的個別性和期



盼，進行死亡前的準備並引導法門的學習，創造有利於面對死亡的因緣條件。

以臨終助念為例，「助念」是提起正念及極樂世界殊勝的觀想，令其生起好樂之心，助念者藉由西方極樂世界的「淨相」觀想與助念的「光明想」，傳達情感與祝福，令往生者善生到佛國世界；往生者透過助念達到內在力量的啟發，能於念念相續中建立依持的信心，培養出定與慧的力量和佛、法、僧感應道交。「臨終開示」對已生之惡令生懺悔，對此世的善行，肯定生命意義與價值，並進行四道人生，令生起善念，念念中能憶起此世所作已辦，無悔今生。之後能對佛國淨土的依報、正報莊嚴懷有淨信心，生起對來世的希望與準備，並帶著家屬的祝福往生到彼世。安寧的靈性照顧在臨終者往生前提供支持及導引方向的提醒，臨床佛教宗教師陪伴臨終者走向來世的過程，猶如細心呵護菩提種子萌芽的催生者，在佛國淨土栽植滿池的碧藕，他日必見朵朵蓮花搖曳，馨香馥郁。

在燈火闌珊處，點燃心燈

善終應是讓病人能解冤釋結，點燃心燈照路而行。樸實無華、憨厚的阿伯，膝下無子而領養一女，已婚嫁。他因罹癌之故，與不識字的妻子一同離鄉，遠赴北部就醫。雖然聽說北部的醫療資源較好，然而面對身處異鄉的孤獨與陌生的醫療環境，癌症的治療讓他身心俱疲。阿伯心想：「我像無根的浮萍，隨著流水東飄西盪，哪裡是我的終點？」在夜深人靜的夜晚望著天上的明月，孤獨的滋味如深陷黑暗的洞穴，慢慢侵蝕著活下去的意念，身體的痛苦及挫折感終於徹底擊垮無能為力的他，活著只是痛苦，有甚麼意義？他多次在左手腕劃下數刀，想親手結束生命，不要再拖累老伴。獲救後，阿伯情緒日漸憂鬱，也因治療無效，醫生勸他們回南部，離「老家」比較近。

人生最後的旅程，應該是要落葉歸根。阿伯思思念念故鄉的一切，帶著滿身的痛苦、滿心的創傷與抑鬱，像倦鳥歸巢般的心情，回到孕育他生命之源的故鄉，尋求緩和醫療的照顧。安寧緩和團隊積極幫助阿伯減緩身體的疼痛及不適的症狀，也努力與他建立信任關係，嘗試了解他心靈的孤獨痛苦及

內心的憂鬱來源，並確認他面對疾病的認知及想法。原來，華人文化對罹患癌症的制約，讓阿伯感到羞恥，他認為是上輩子造的惡，此世得到果報。在不斷地努力探訪下，阿伯的心窗漸漸敞開，在生命回顧中，他娓娓道來這段歷經三年的求醫心路歷程，夕陽的餘暉照映在阿伯滿是淚痕的臉上，我不經意地提到「泡茶」二字，阿伯的眼神出現一絲光采，這「茶」必定存在著非同小可的深刻意義。原來，泡茶是阿伯生命裡平凡卻又重要的儀式。

無止盡的病苦折磨總有結束的時候。阿伯在臨終之際，意識並無太大反應，我自責錯失時機，但當我輕喊他時，阿伯竟睜開眼睛，意識清楚地回應我，並記得「泡茶」的約定，我依約泡一壺茶，這10cc的茶，對他而言意義深遠。我倆舉杯，看著阿伯專注而慎重地舉杯輕嗅茶香，細口品茗茶味，帶著滿足而安詳的表情，感恩所有曾經陪伴、照顧過他的人，直說「這輩子值得了！值得了！」我胸口悸動著，淚水無聲息地落下。隔日阿伯就遠行了。

人在受苦的當下能得到同理是幸福的，令他道出此世的生命故事，並找尋生命存活的意義與價值。在阿伯的「泡茶哲學」裡品嚐到生命中最自然的哲學態度，面對病苦的傷痛轉化成生命的智慧，能接受此世的苦難，才能無所遺憾地安心離世。在所剩無幾的時間看見活著的生命尊嚴，同時能笑看生死，雲淡風輕地面對死亡，阿伯帶著醫療團隊的祝福及滿溢的愛，微笑踏上歸途。這滿分的感動與無言的說法，對我而言是最大的禮物與祝福。

生命無常，此世短暫的生命猶如曇花一現，在臨終時刻，病人所示現至高無上的生命教育，讓尚存活於世的我們看到典範得以學習。死亡準備是對生命存在的覺醒，亦是生而為人所應具足的本能。若能與我們的信仰結合，與自己、他人及這個世間產生連結和感應，就更能從內在產生無可言喻的力量面對死亡。偏遠地區的安寧照護推動逐漸有了成效，愈來愈多的家屬認同，並願意將至親最後的旅程付託予安寧團隊共同陪伴，直至終點。

善終是療癒親友悲傷的良方

佛教徒對臨終現象的理解，尚處於知識層面，對大體不能移動及不能使

用止痛藥劑等問題，大部分來自宗教信仰、傳言，以及家屬的預期悲傷情緒反應。「預期悲傷情緒」是指「預知」自我或重要他人「即將」死亡而產生的情緒，多數家屬容易感到自責、愧疚、無力感、疲累或擔心往生者的生命斷滅消失。臨床實務，首先藉由「臨終開示」引發病人生起善念，同時引導家屬進行最後的道謝，或向病人道歉、懺悔引導四道人生，宗教師再以病人的角度，向照顧者道謝、感恩，此舉常讓家屬感到安慰。在世間的關係層面能因此圓滿地畫下句點後，於助念期間啟發往生者內在的力量，以外在的助念因緣為增上緣，當下即具療癒作用。助念時的專注能幫助喪親者感受到阿彌陀佛的慈悲感應，助念後往生者的殊勝功德及感應，在往後的悲傷療癒歷程，將對喪親者產生相當大的助益。因為，透過助念過程，喪親者理解與往生者的關係並非斷滅，而是一層更高意境的再連結。助念儀式的進行，除能沉澱悲傷情緒外，亦能感受到被支持的力量，喪親猶如經行於生命的幽谷中，相約結伴同行，喪親者才能繼續往前走，並且因為病人的善終，緩解悲傷。

結語

安寧照顧看見對生命末期病人人性關懷的重要性。全方位的「五全照顧」（全人、全家、全程、全隊、全社區），以愛及真誠的關懷，用心陪伴遭受生命痛苦的病人及家屬。在這歷程中，也讓醫療團隊看見自己的限制及無力，而病人的生命故事及家屬的回饋，往往讓身處低潮及挫折的我們，再次獲得滿滿的能量及感動。雖常「悲欣交集」，看著受照顧的病人安心「善終」，家屬「善別」、「善生」的說再見，病人的善終能讓家屬走過悲傷的幽谷，重新再出發，臨終的照顧突顯出重要的意涵。安寧照護與佛教終極關懷概念的結合，讓末期病人面臨死亡時，成為增上的助力，並能圓滿無憾地安心說再見。照顧者啟發出內在的慈悲心懷，將死亡這個人生最大的危機，轉化成修行的動力並體現佛法的深意，是獻身於臨終照顧的最大收穫。🕉

作者現任臺大醫院雲林分院、佛教慈濟醫院大林分院
安寧緩和病房資深臨床佛教宗教師