

# 臨終精神關懷（上）

夏金華

## ——和諧社會建設中不可忽視的人生話題

內容提要：生死問題，是人生最大之事。我國由於文化傳統使然，國民一貫「重生」而「輕死」，不能積極面對死亡，甚至在病人危急之際，親屬們仍舊竭力回避討論死亡問題。因而，除了宗教信仰之外，其餘國民對於臨終精神關懷的觀念十分淡薄。本文結合佛教、基督教的相關精神實質，通過臨終精神關懷的必要性及其早期的宗教實踐、當今國內外臨終精神關懷的實踐活動，以及現實的困境與今後可能的努力方向三個方面的討論，以引起同道研究的興趣。這對於當前建立和諧社會的遠大目標是非常必要的，而宗教完全可以在這方面發揮自身優勢，無論在理論上還是在具體的實踐經驗中，均大有作為。

關鍵詞：臨終精神關懷 人生 佛教 基督教

人生最大的問題莫過於生死，它每天都在發生並且無法回避，涉及到千家萬戶，人人不可例外。我國是人口大國，且面臨著老齡化社會的到來。目前，國內六十歲以上的老人已多達一·四九億，而各種慢性病、惡

性腫瘤等日益成爲人們死亡的主要原因。按照《第五次全國人口普查公報》（第一號）的統計數據，我國總人口爲一二九五三萬，而人口平均年死亡率約爲千分之六，亦即每年約有八百萬人死亡。如果將因此涉及到的親屬和朋友等人數也計算在內，更是多達數千萬之眾！其中的影響顯然不可小覷。

除了天災人禍等非正常死亡人數之外，在八百萬死亡者中，絕大多數是由於無法治癒的疾病、衰老或意外事故等被「宣判」了「死刑」而等待死神降臨的廣大人群。當一個人在生存無望、行將就木之際，如何讓他（她）舒適、坦然、安祥而有尊嚴地走完生命的全過程，應該成爲我們這個日益走向富裕社會所必須加以重視的重大課題，也就是本文要討論的「臨終精神關懷」的問題。

這裏所謂的「臨終精神關懷」，有別於一般的醫療救護，是指一種特殊的照護服務方案，或者說是心靈的關愛。即醫護人員爲身患絕症而垂死的病人（一般存活

期約九十天），提供包括疼痛控制、心理治療等專業性為主的舒緩治療、看護和精神關懷，以維護病人尊嚴，提升臨終階段生命品質的努力<sup>1</sup>。可以這麼說，隨著社會的不斷發展，臨終精神關懷需求的迫切性將進一步顯現，而它成為整個社會日益關心的話題的時代終將會到來，因為每個人都會面對臨終問題。

## 一、臨終精神關懷的必要性及其早期的宗教實踐

「生，人之始也；死，人之終也。終始俱善，人道畢矣。」這是先秦荀子的名言。他主張「敬始而慎終，終始如一。」<sup>2</sup>並反對「厚其生而薄其死」的錯誤觀點。孟子也說過：「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼，天下可運於掌。」<sup>3</sup>而上古儒家所期望達到的理想社會裏也有關注「老有所終」的內容<sup>4</sup>。這是古代智者較早地關心人類臨終及其相關問題的言論，他們分別從人道和功利的角度表達了對人生晚景與臨終時刻的深度關切。荀子不僅將「終始俱善」——生死均佳的狀態視為人生的大禮之一，而且也看作是人生的最高境界；孟子則更是從善心出發，勸誡統治者善待老小的重要性；對「大同」社會的描繪也算是美輪美奐，可惜都是

枉費心機一場，善意的勸誡並沒有能打動「家天下」統治者的「鐵石心腸」，倒是留下了供後人討論的哲學話題。

以往長久的歷史證明，人生的最後階段常常容易被健康活著的人們所忽略。人們總以為那「最後一刻」離自己還遠的很，還有足夠的時間從容地留待以後去討論和準備，因而為著當前的營生之計，東奔西忙。期間，雖有時也間或看見或聽到自己同輩的人倒下了，也只是短暫地停頓一下、感歎一聲而已，卻也並不十分在意，而去往深處想，繼續做著既定的未來幸福生活之夢，加倍努力。可一旦大限忽然降臨時，便手忙腳亂，後悔莫及。

其實，古代印度佛教的創始人釋迦牟尼佛早已異乎尋常地告誡人們：「人命在呼吸間。」<sup>5</sup>並不斷提示生命的無常，苦口婆心，以警醒芸芸眾生。近代淨土宗大師印光也一再申明，「一氣不來，即成後世，」強調念佛往生西方的重要性與迫切性。然千百年來，機緣不遇，人們依然故我，並沒有引起足夠的重視，重複著春花秋落，與草木同腐的命運。

有生必有死，這是千古不易的真理，人人心裏明白，但個個不能坦然接受。當臨終時刻到來，人們往往顯得非常無助、無奈，曾經的豪情，昔日的輝煌，難忍

的痛苦，不捨的親情與愛，……一切的一切都將隨著那深不可測末日一瞬的來臨而宣告結束，人們無法控制突如其來的死亡，從而對之充滿深深的恐懼。

有時在長期病患之後，親人的嫌惡也會讓最後的日子變得難熬。人們可能罹患癡呆，無法溝通交流，甚至連家人也不認得，但病人的內心一定非常痛苦，而且這種痛苦自己又無法表達出來，讓身邊的人知道以採取相應的對策而得到慰藉、緩解或消除，成為病人生命在最後日子裏提供關懷和支援的保障。

還有，從事臨終精神關懷者發現，臨終者們原先內心的精神生活被日常瑣事所佔據。而行將就木的出現掃清了這一障礙，它將生活中的一切錯綜複雜的枝微末節統統放下了，沒有顧慮，沒有負擔，使得精神的需要和盤托出。因為獨自面對死亡是一件極其痛苦之事，他們希望得到親切的照顧和溫柔的安慰，這是絕大多數臨終者都歡迎有人陪伴和支援的理由<sup>6</sup>。

此外，在科學發達的現代社會（尤其是在大城市），一般的醫療救護並不缺乏，相對來說，有的地方還已經做得非常完善了。人們對死亡已失去控制，因為死亡的方式正讓步於技術和制度，現代醫學技術有能力使用各種維持生命的系統干預和延長死亡的過程。然而這些努力，對於處在生命末期的病人來說，並無多大意

義，人類的醫學知識和醫院的臨床技術只能緩解他們肉體上的痛苦與不適，卻不能給予他們其他的幫助，尤其是精神上的關切。

因此，不僅醫學的發展需要臨終精神關懷，同樣文明社會的發展也需要臨終精神關懷，應該給臨終病人提供必要的心理關懷，減輕他們的痛苦，消除其焦慮不安和恐懼心理，幫助病人走過這人生最後階段度日如年的難熬時光。這比起國內外時下討論較多的「安樂死」來說<sup>7</sup>，是更好的選擇，更加文明，也更為人道。因為每個人都能在生命中找到心靈的風景。這些來自於家庭、文化、宗教、傳統以及他（她）生命中獨有的經驗和習慣，能使他們看到自己力量的源泉，幫助他們走過最艱難的時刻。

人的死亡正如人的出生一樣，如果說「生」是一個人一生中的第一件大事，那麼，「死」則是人生的最後一件大事。相對於「生」者來說，人們傾注了過多的重視，幾乎無以復加，而「死」在社會生活中明顯過於寂寞、冷清與灰暗，使死者抱憾終身的事情屢屢發生。這是我國特有的基本的「國情」之一，也是十分不正常的現象，沒有任何理由不予以高度重視。我們應當積極轉變「重生輕死」（甚至惡死）的傳統觀念，並採取相應的改進措施，做到「善始」而「善終」，兩全其美，使

「生如夏花般絢爛，逝如秋葉般靜美」成爲整個中華民族追求的人生目標。

其實，對於臨終精神關懷的問題，並非只有現代人才去關心和重視。早在人類社會的初始階段就已通過宗教來探索死亡問題。從地下考古的發現可知，人類的歷史一開始就有宗教意識，而且是很普遍的。早在新石器時代，歐洲人就相信死後還有來生，四五千年前的古代埃及文獻就提到僧侶、崇拜和來世，著名的金字塔墓葬，就是最好的證明。

從古到今，世界上沒有一個國家或民族是沒有宗教的，哪怕是太平洋小島上沒有文化的土著，也有他們自己的神和信仰。在我國西南邊陲的少數民族的村寨裏也不時可見非常醒目的宗教圖騰。宗教不僅是人類文明的母親，也是人生的重要信仰，更是試圖拯救人們免於死亡或得到永生的「靈丹妙藥」。其中對臨終精神關懷最爲重視的是佛教和基督教。

佛教創立於約公元前五世紀，教主釋迦牟尼佛原先是古代印度一個小國的王太子，他爲解決人的生死問題而出家修行，經過六年堅苦卓絕的苦行修煉，最後在菩提樹下得道成佛。從此，他建立僧團，開始數十年的傳教生涯，直至八十歲入滅。此後，佛教繼續發展、演變，從原始佛教、部派佛教、大乘佛教，乃至秘密之教

等，傳播的地域也逐漸超出印度本土，向著亞洲、歐美等地擴張，從而由區域性的宗教變成爲世界性的宗教。

就臨終精神關懷而論，佛教宗派中數淨土教和藏傳佛教最爲著名。由於佛教認爲，人的死亡只是一期肉體生命的結束，而非神識的終結；一般情況下，神識在肉體死亡之際，將在業力的推動下，找到新的、相應的生命體繼續生存下去。周而復始，這也就是佛教所說的「生死輪回」。

爲超脫輪回的束縛，直接進入佛的世界，中國古代特別盛行的淨土教強調，平日裏信念堅定，並積極實踐念佛的法門，每念一聲佛，等於在極樂世界裏種下了一朵蓮花。只要信、願、行三者圓滿，等到臨命終時，阿彌陀佛就會來迎接行者往生西方，花開見佛。誠如經中所言：

若有善男子、善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號，若一日，若二日，若三日，若四日，若五日，若六日，若七日，一心不亂。其人臨命終時，阿彌陀佛與諸聖眾，現在其前。是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。8

如果由於種種原因，行者平常願力不夠，實踐也欠積極主動；或者只是在臨終時才良心發現，急想往生，

等等。遇到這種現象，則可以通過他人「助念」的方式，幫助他（她）「帶業往生」西方來達到目的<sup>10</sup>。

在藏傳佛教看來，死亡並不恐懼，它不過是又一次生的開始，前、後世的因果相連，不僅有力地敦促和勸導生者忍受苦難，加強自我修煉，而且讓臨終者平靜地看待死亡，世界總是在不斷地輪回交替過程中。藏傳佛教倡導安詳死亡，尤其主張選擇在家中去世非常重要，這是因為在熟悉的場所裏臨終者容易做到內心平靜，不受陌生人和陌生環境的干擾，同時請喇嘛念經，相信來世，使臨終者的身心痛苦得以減輕，獲得正視死亡的勇氣和信念。

西藏《中陰身救度法》一書認為，在某人臨終時，為之擺設佛龕和供品，可以啟示人們將死亡看作是一個神聖的過程，為之念經和祈禱，給予他（她）精神上的關懷是理所當然的，這種靈性的心理關懷給臨終者和家屬以心靈慰藉，從而坦然地面對死亡，走完生命的整個過程。

基督教雖產生於佛教之後，但在對待人的生死問題上，也有一套自己獨特的理論和做法。在基督教的神學體系中，臨終精神關懷與婚姻輔導、精神病輔導等一樣被歸入牧師或其他神職人員的關懷之中，使臨終者透過信仰的力量，得到內心的安寧，勇敢和安詳地面對死

亡，能坦然、平靜、有尊嚴地逝去。牧師或其他神職人員的關懷是教牧神學的一部分，牧師應給予病人及家屬正確的基督教生死觀教導，同時提供相應的心理輔導和實際生活的幫助。

此外，其他信徒也是臨終精神關懷服務的提供者，包括為病人禱告，同時為病人的親屬禱告，還為仇敵和逼迫你的人禱告，要為尚未得救的人禱告<sup>11</sup>。等等。基督教為臨終的信徒提供關於此生與彼岸的連續性的觀念，從而使他們能坦然接受生命的結束，因為那意味著人生痛苦的消除，並可以進入「天國」的樂園。

無論是從歷史的角度看，還是從現代臨終精神關懷的意義上說，佛教、基督教或其他宗教對臨終精神關懷有著不同程度的重要影響，尤其是基督教的教義對於現代臨終精神關懷事業的形成與發展有著重要的現實意義。這是因為不但以往的歷史明確記錄著這些宗教對人類生命意義探索的巨大貢獻，特別是對人生「最後一站」所體現的崇高精神關懷，使得其他各種有關的思想理論相形見绌；而且更重要的是，它們至今依然在全球各地發揮著極其重要的影響力，繼續著人類臨終精神關懷的千秋功績，其中的許多做法值得從事現代意義上的臨終精神關懷事業的機構借鑒與吸收。

註解：

1. 世界衛生組織 (WHO) 主張對人類臨終採納安寧和緩和醫療：「肯定生命的價值，而且將死亡視為一個自然的過程；它不刻意加速，也不延緩死亡的到來；它在控制疼痛以及身體的症狀之外，對病人的心理及靈性層面亦提供整體的照顧；它同時強調來自周圍的支持，不僅支持病人積極地活著直到辭世，也協助家屬，使他們在親人患病期間以及喪親之後的心理反應都能有所調適。」至今，我國對臨終關懷的定義尚未取得一致意見。
2. 《荀子·禮論》，《荀子簡注》第二〇九頁，上海人民出版社，一九七四年七月版。
3. 《孟子·梁惠王上》，《黃侃手批》白文十三經》中《孟子》第五頁，上海古籍出版社，一九八三年版。
4. 《禮記·禮運》所言「大同」社會的原文如下：「大道之行也，天下為公，選賢與能，講信修睦。故人不獨親其親，不獨子其子。使老有所終，壯有所用，幼有所長，矜（鰥）寡孤獨廢疾者皆有所養，男有分，女有歸。貨惡其棄於地也，不必藏於己；力惡其不出於身也，不必為己。是故謀閉而不興，盜竊亂賊而不作，故

外戶而不閉。是為大同。」（黃侃手批《白文十三經》第七九頁，上海古籍出版社，一九八三年一月版）

5. 在《阿含經》中，佛陀關於人命無常之說極多，如「人命極少」、「在呼吸間」等，又用「朝露」、「泡」等多種譬喻說明。可分別參閱《中阿含經》卷四十（《大正藏》第一卷，第六八三頁上十下）《佛說阿含正行經》（《大正藏》第二卷，第八八三頁下）等。

6. 「美」J.S. 霍爾德 J.V. 克蘭頓著、吳宇琦 方志燕譯《臨終——精神關懷手冊》第三一四頁，上海譯文出版社，二〇〇六年九月版。

7. 安樂死，指因現代醫學無法挽救而面臨死亡的病人的真誠要求，醫生為解除其不堪忍受的痛苦而採取無痛苦的措施，提前結束其生命。一九七六年曾在日本東京舉行過第一次「安樂死」的國際會議。對安樂死是否合法，各國學術界有著許多不同看法，難以取得一致，爭議至今不息。

8. 《佛說阿彌陀經》，《大正藏》第十二卷，第三四七頁中。

9. 指臨終者或去世後一段時間內，自己無法繼續念佛，為成就往生極樂淨土的願望，可由旁人代為助念，連續

不斷，從而幫助臨終者得以順利往生。

10. 帶業往生，這裏指人命終之後，帶著宿業，往生極樂世界。因為往生之後，人之宿業因「緣」不具足無法感

果而現行，從而獲得解脫。

11. 《新約全書·雅各書五：十四》，中國基督教三自愛國運動委員會、中國基督教協會印行本，一九八七年。

## 中國佛教會盛大舉行第十六屆理監事會議

中國佛教會於十一月六日上午十時假該會三樓會議廳舉行第十六屆第九次理監事聯席會議，此次會議由該會理事長淨良長老主持，明光法師擔任司儀，綜合今日的提案中有幾件較為重要的是：

一、有關第二屆世界佛教論壇所有事宜大致均已抵定，手中的議程有詳盡說明，討論時各位理監事可儘量提供寶貴意見。

二、有關世界佛教徒友誼會第廿四屆代表大會將於日本召開，邀請該會推派代表出席，也請大家討論。

三、有關四川大地震賑災款的撥送，該會已將二分之一款項匯給德陽縣金山中學，該校也定於年底動工，一切視工程進度，再決定將餘款匯送過去。

四、有關今年學術研討會經費方面尚有不足，但因去年的學術研討會還有盈餘尚可補其差額，因該會連續兩年舉辦研討會，成效頗著，教界一致希望能續

辦，明年剛好是該會遷台六十周年，因此，目前正在規畫，擬以圓寂之歷屆理事長及對教界有功之長老，作為學術之論述。

五、該會歷年資料經中正大學協助，已有十七萬筆資料掃描完成，並依序號編列中，希望在本屆任期內將各寺院的沿革及歷年檔案綱目完成出版。

六、九十七年度的仁王法會擇於何時、何地舉辦。以上各項重要提案，請大家踴躍發表寶貴意見，供會參考，俾利會務的進行與發展。

經大眾同意一致通過見來法師遞補為理事，隨後即進行補選常務理事，經圈選後，今能長老獲得八票，當選為該會常務理事，繼續為該會服務。之後再進行各項討論事項。報告事項及討論提案雖多，但均獲與會理監事熱烈討論，並同意實行之。由於與會者討論熱烈，大家邊用午餐邊發言，會議在下午一時始告圓滿結束！