

台灣臨床佛學研究協會

Taiwan Association of Clinical Buddhist Studies



第四十五期 會訊

2024年06月24日出版

發行：社團法人台灣臨床佛學研究協會
發行人：張賢政理事長
總編輯：葉忻瑜祕書長
編輯：趙婉伶祕書

會址：23576 新北市中和區安平路 57 號 14 樓之 2 網址：<http://www.tacbs.org.tw>
電話：+886-2-2948-2282 E-Mail：service@tacbs.org.tw
郵政劃撥帳戶：台灣臨床佛學研究協會 郵政劃撥帳號：50053463
學術出版委員：蔡兆勳、胡文郁、張賢政、葉忻瑜、印融法師、普安法師、慈廣法師

安居學道 精進臨床佛學靈性關懷

文／張賢政

節氣來到夏至，在夏日我們安居學道，回顧過去幾個月也預備未來，研討醫學與佛學的結合，繼續精進臨床佛學發展，推動生命教育。

四月初的大地震，生命及土地相當程度的損傷，全國各界關注，民眾卻也展現相當的韌性與靈性力量，互助度過且成長。

協會今年度臨床佛教宗教師共識營順利於 3 月 17 至 18 日在新竹峨眉淨覺苑舉辦，感謝專業發展委員會主委普安法師、見溟法師、各委員們完善企劃且執行本年度活動，以及蔡兆勳教授、張寶方老師、洪宗杰醫師等協會理監事充實了課程及活動，加上志工群及秘書處同仁的輔助完備，參與的臨床宗教師們得以徜徉於大自然，精進靈性關懷助人技巧，也深度學習自我療癒照顧，身心靈都放鬆且成長。感謝中含法師在本期會訊詳實報導了共識營，我們得以再次學習並思考共識未來靈性關懷工作及專業發展精進方向。

合作夥伴團體蓮花基金會與大悲學苑四月起均陸續展開今年度各類人員的靈性關懷培訓課程，本協會的協辦實有賴於許多理監事參與相關培訓課程指導。除了協會主辦與協辦的研討會，本會許多理監事會員們也都持續貢獻於靈性關懷或安寧緩和相關學／協會及基金會的研討會或國際交流。相較於前一年社群媒體聚焦停止飲食議題過度簡化討論的讓人擔心，今年初以來，各個安寧緩和及靈性關懷專業團體已經有更大專業空間，也實際提供了多元周全且深度思辨的研討會課程或討論交流，這是本協會持續努力也樂見的社會發展。

除了共識營報導，本期會訊其他大作也都精采值得一讀。陳慶餘教授以佛說《金光明經》探討五蘊心法之究竟，五蘊心法是有為法，諸法實相；以義淨法師所譯並稱最勝王經的《金光明經》了解佛為世間眾生所說的五蘊解脫之道——當代的「金勝」法門。惠敏法師從愛因斯坦悼亡友的信，論述禪宗之「無住」，帶我們從物理學家或哲學家不斷探索時間的本質故事思辨，探討佛教又是如何了解時間與生死自在的議題。

常裕法師報導大林慈濟醫院第四屆培訓法師 OSCE 教學模擬，也模擬考也教學，記錄了嚴謹的規劃、實際進行、檢討討論過程，以及與其他靈性關懷教學團隊交流分享等內容，讓讀者認識臨床佛教宗教師培訓及評估的持續精進。

兩篇個案報告，常佑法師分享個案曉婷與家人互動過程，以慈悲與智慧轉化化解；普昕法師逐步陪伴楊爸及家人，體悟並促成生者與往生者皆安；兩個個案均靈性成長而圓滿。穗瑩等大悲學苑靈性關懷志工團隊於去年底協會研討會海報發表社區居家關懷助人者個案實例，探討陪伴界線的倫理決策，也值得閱讀思辨。本期會訊各篇文章都有夏日安居學道，精進臨床佛學靈性關懷的智慧。

（作者為本會理事長）

本期最新

- ▶五蘊心法之究竟——佛說《金光明經》P. 2
- ▶愛因斯坦之悼亡友信與禪宗之「無住」P. 5
- ▶2024 年臨床佛教宗教師共識營報導 P. 7
- ▶第四屆培訓法師 OSCE 教學模擬報導 P. 10
- ▶愛的祝福——子宮內膜癌病人靈性照顧經驗個案分享 P. 12
- ▶人人必修的一堂課——轉念祝圓滿陪你善終 P. 14
- ▶2023 年度論文海報 P. 15
- ▶護持捐款芳名錄 P. 16

五蘊心法之究竟

—佛說《金光明經》

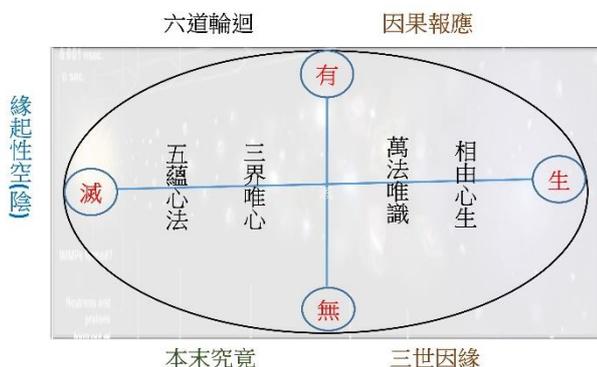
文／陳慶餘

前言

「金光明」的涵義，如星雲大師依前祖師大德所云，具備三層意義：(1)佛三身。「金」體真實，譬法身佛；「光」用能照，譬應身佛；「明」能遍益，猶如化身。(2)佛三德。「金」體譬法身，常樂我淨；「光」能照、能除，如般若。「明」無闇、廣遠，如解脫。(3)佛三性。以「金」體本有，如道前正因；「光」用始有，如道內了因；「明」是無闇，如道後至果。因此「金光明」三字代表佛的無上正等正覺，突破無明，生命輪迴解脫的智慧；也是入世法門，五蘊心法的究竟。。

諸法實相

本經譯本有五種，以唐朝義淨法師所譯十卷《金光明最勝王經》十九品，最為完備。依據本經各品所述，所開展的佛法核心理念如圖一。



圖一：《金光明經》所述的佛法核心理念

簡要說明如下：佛乃從生命輪迴中解脫，壽命無量。入世因緣，示佛知見。

無始以來，緣起性空，五蘊非我、不異我、不相在。識緣名色曰心。三界唯心，萬法唯識。相由心生，諸法實相。懺悔功德，六度修行。眾生流轉於三世因緣，六道輪迴而不覺醒。諸惡莫作，眾善奉行，成就菩提。因果報應，本末究竟。正法治世，真實不虛。

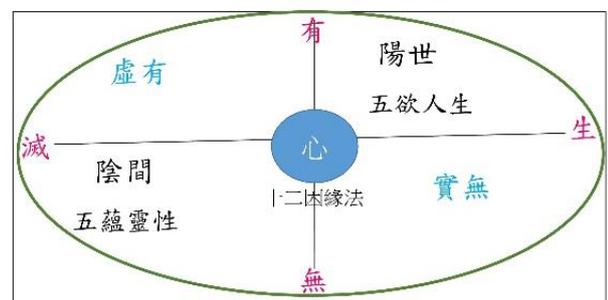
五蘊乃形而上的靈性。透過靈性修行，從生命輪迴的法界中，解脫出來。依世尊在《金光明經空性品》所說，深入體會五蘊心法之內涵。首先定義五蘊心法：

五蘊心法，諸法實相。實相無相，真空妙法。

世尊為欲利益菩薩摩訶薩人天大眾，令得悟解甚深真實第一義故，重明空性而說。

「我已於餘甚深經，廣說真空微妙法；今復於此經王內，略說空法不思議。於諸廣大甚深法，有情無智不能解；故我於斯重敷演，令於空法得開悟。大悲哀愍有情故，以善方便勝因緣；我今於此大眾中，演說令彼明空義。」

繼之，有情眾生在四度時空中，生命輪迴永不止息。依生滅、有無、實虛、陰陽四向度，構成五蘊心法四象限，以心居中。依《金光明經》所述，整理如圖二。



圖二：五蘊心法四象限

接著，依經文內容，佐證五蘊心法圖示實義，分別列出標題摘要。

陽世一身如空聚，心隨處轉，識如幻化，五欲人生，當知了別。

「當知此身如空聚，六賊依止不相知；六塵諸賊別依根，各不相知亦如是。眼根常觀於色處，耳根聽聲不斷絕，鼻根恒嗅於香境，舌根鎮嘗於美味，身根受於輕軟觸，意根了法不知厭，此等六根隨事起，各於自境生分別。識如幻化非真實，依止根處妄貪求；如人奔走空聚中，六識依根亦如是。心遍馳求隨處轉，託根緣境了諸事；常愛色聲香味觸，於法尋思無暫停。隨緣遍行於六根，如鳥飛空無障礙；藉此諸根作依處，方能了別於外境。」

虛有一虛妄分別，四大無我，終歸於滅，乖違病生，六道輪迴。

「此身無知無作者，體不堅固託緣成；皆從虛妄分別生，譬如機關由業轉。地水火風共成身，隨彼因緣招異果；同在一處相違害，如四毒蛇居一篋。此四大蛇性各異，雖居一處有昇沈；或上或下遍於身，斯等終歸於滅法。於此四種毒蛇中，地水二蛇多沈下；風火二蛇性輕舉，由此乖違眾病生。」

識依止於此身，造作種種善惡業；當往人天三惡趣，隨其業力受身形。遭諸疾病身死後，大小便利悉盈流；膿爛蟲蛆不可樂，棄在屍林如朽木。」

實無一諸法無常，無明緣起，種性虛妄，本非實有，四大皆空。

「汝等當觀法如是，云何執有我眾生？一切諸法盡無常，悉從無明緣力起。彼

諸大種咸虛妄，本非實有體無生；故說大種性皆空，知此浮虛非實有。」

心一眾緣和合，時失正慧，識緣名色，隨逐悲苦，本體是空。

「無明自性本是無，藉眾緣力和合有；於一切時失正慧，故我說彼為無明。行識為緣有名色，六處及觸受隨生；愛取有緣生老死，憂悲苦惱恒隨逐。眾苦惡業常纏迫，生死輪迴無息時；本來非有體是空，由不如理生分別。」

陰間一正智現前，五蘊皆空，最勝大法，降伏惱火，甘露法門。

「我斷一切諸煩惱，常以正智現前行；了五蘊宅悉皆空，求證菩提真實處。我開甘露大城門，示現甘露微妙器；既得甘露真實味，常以甘露施群生。我擊最勝大法鼓，我吹最勝大法螺，我燃最勝大明燈，我降最勝大法雨。降伏煩惱諸怨結，建立無上大法幢；於生死海濟群迷，我當關閉三惡趣。煩惱熾火燒眾生，無有救護無依止；清涼甘露充足彼，身心熱惱並皆除。」

五蘊靈性法界

五蘊心法是菩薩離生死輪迴、入涅槃的靈性法界。以下經文，說明五蘊皆空、無名無相的道理，明顯易懂。

天女請示世尊曰：「云何諸菩薩，行菩提正行，離生死涅槃，饒益自他故？」

佛告善女天：「依於法界，行菩提法，修平等行。云何依於法界，行菩提法，修平等行？謂於五蘊能現法界，法界即是五蘊，五蘊不可說，非五蘊亦不可說。何以故？若法界是五蘊，即是斷見；若離五蘊，即是常見；離於二相，不著二

邊，不可見，過所見，無名無相，是則名為說於法界。」

「善女天！云何五蘊能現法界？如是五蘊不從因緣生。何以故？若從因緣生者，為已生故生？為未生故生？若已生生者，何用因緣？若未生生者，不可得生。何以故？未生諸法即是非有，無名無相，非校量譬喻之所能及，非是因緣之所生故。」

「若不可生，則不可滅；若不可滅，無所從來；若無所從來，亦無所去；若無所去，則非常非斷；若非常非斷，則不一不異。何以故？此若是一，則不異法界。若如是者，凡夫之人應見真諦，得於無上安樂涅槃；既不如此，故知不一。若言異者，一切諸佛菩薩行相即是執著，未得解脫煩惱繫縛，即不證於阿耨多羅三藐三菩提。何以故？一切聖人於行非行，同真實性，是故不異。」

「故知五蘊非有非無，不從因緣生，非無因緣生，是聖所知，非餘境故，亦非言說之所能及，無名無相，無因無緣，亦無譬喻，始終寂靜，本來自空。是故五蘊能現法界。」

菩提法平等行—六度正覺

經文最後，世尊以己為例，依法修行成正覺，令眾生得度。

「善女天！若善男子、善女人欲求阿耨多羅三藐三菩提，異真異俗，難可思量，於凡聖境，體非一異，不捨於俗，不離於真，依於法界，行菩提行。」

「由是我於無量劫，恭敬供養諸如來；堅持禁戒趣菩提，求證法身安樂處。施

他眼耳及手足，妻子僮僕心無悋，財寶七珍莊嚴具，隨來求者咸供給。忍等諸度皆遍修，十地圓滿成正覺；故我得稱一切智，無有眾生度量者。」

時諸大眾聞佛說此甚深空性，有無量眾生，悉能了達四大、五蘊體性俱空，六根、六境妄生繫縛，願捨輪迴，正修出離，深心慶喜，如說奉持。

結語

五蘊心法是有為法，來瞭解諸法實相。《金光明經》乃佛為世間眾生所說的五蘊解脫之道。佛性以金光明釋義，是成佛的境界。金光明可以代表佛的三身，即法身、報身和應身。對應十二因緣法的「無明」，即五蘊的「色、受、想三蘊」。

《雜阿含經》云：「如薄伽梵說：無明所覆，愛結所繫，愚夫感得有識之身。此言顯有異熟阿賴耶識。」因此唯識論中稱「無明」為種子識、阿賴耶識，其來有自。

臨床佛學靈性照顧架構中，五蘊心法提供有情眾生可修行的法門。此外，傳統五行理論，有了「金」來代表靈性，結合五行相生相剋的原理。金生水(身)、剋木(心)。反之，土(自然)生金、火(社會)剋金。使得臨床佛學「五蘊五行十二因緣法」，在生命輪迴法界的應用，更加周全。

總之，義淨法師稱《金光明經》為最勝王經，因此五蘊心法乃當代「金勝」法門。

(作者為本會榮譽理事長)

愛因斯坦的悼亡友信與禪宗之「無住」

文／釋惠敏

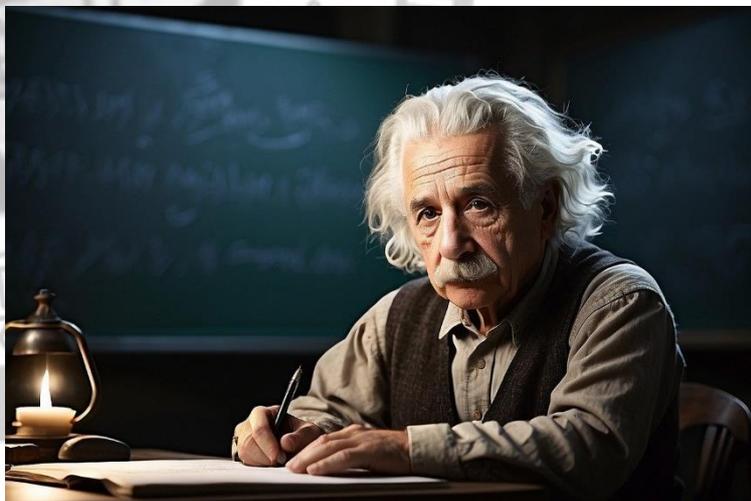
臨床宗教師在緩和照顧角色之一是擔任喪親者之悲傷輔導工作，協助他／她們減輕因親人往生的哀傷而適應不良（引發種種身心困擾），提供安寧療護之「全家」照顧。當然，一般親友之間的喪親因緣，彼此也會互相關心與弔慰。例如：愛因斯坦往生前約一個月，有一封悼亡友信，談論「生死與時間」的議題，常為世人所引述。

1896年，17歲的愛因斯坦（Albert Einstein，1879年3月14日—1955年4月18日）來到蘇黎世聯邦理工學院學習時，與他的學長、義大利裔瑞士籍米凱萊·貝索（Michele Besso，1873年5月25日—1955年3月15日）認識並成為摯友。

愛因斯坦畢業之後，也曾與貝索先生一起於瑞士伯恩專利局工作，他們常在下班後一起散步回家，討論科學與哲學問題。1905年，愛因斯坦首篇關於「狹義相對論」的論文〈Zur Elektrodynamik bewegter Körper，論動體的電動力學〉結尾致謝：「我想說：在處理這個問題時，我得到了我的朋友和同事 M·貝索的忠誠幫助，並且我感謝他提供了幾個寶貴的建議。」

之後，兩人都離開瑞士，在不同的國家，以不同的身分（物理學家、電機工程師）工作，但還是經常通信。1972年，皮埃爾·斯佩齊亞利（Pierre Speziali）編輯出版他們兩人的 228 封信件，成為

《Einstein, A., & Besso, M. Correspondance 通信集 1903-1955》一書。其中包含愛因斯坦在 1918 年寫給 M·貝索的一封信中描述：「沒有人像你一樣接近我，沒有人像你一樣了解我。」以及 1955 年 3 月 21 日，愛因斯坦寫給貝索（3 月 15 日去世）的兒子和妹妹的悼慰信，信末提到：「他（米凱萊·貝索）比我稍早離開了這奇異的世界，但這沒什麼。像我們這些信仰物理學的人都知道：過去、現在、未來的差異只是一種頑固而持久的幻覺（the distinction between past, present and future is only a stubbornly persistent illusion）。」



圖片來源：pixabay

義大利理論物理學家卡洛·羅韋利（Carlo Rovelli）的《時間的秩序，L'ordine del tempo》（2017年）之第7章「The Inadequacy of Grammar，語法的不足」提到這句悼慰語句「過去、現在、未

來的差異僅止是一種堅固持久的幻覺」經常被引用，特別是「永恆主義」(Eternalism)的哲學家們。因為他們認為「流動與變化都是虛幻的，過去、現在與未來都同等真實，平等存在。」這種觀點現在被稱為「塊狀宇宙」(block universe)，把宇宙的歷史看成一整塊，全都同樣真實，時間從一個時刻到下一時刻的流逝只是個幻象。

但卡洛·羅韋利認為這個世界不是「靜止的」，也不是一個一切變化都是假象的「塊狀宇宙」。恰恰相反，如該書第6章「The World Is Made of Events, Not Things. 世界是由事件構成的，而不是事物」所述：「我們的宇宙是事件的世界，而非物體的世界」因為「這封信並不是想武斷地談論世界的結構，而只是想安慰一個悲傷的妹妹。」一封溫暖的信，談到了米凱萊·貝索和愛因斯坦之間的精神紐帶。在信中他直面自己失去一生摯友的痛苦，而很明顯，他也在思考自己將要面臨的死亡。這是一封深情的信，其中提及的「幻覺」和那些令人心碎的話語，並沒有涉及物理學家所理解的時間。這些都來自生命自身的體驗：脆弱，短暫，充滿幻覺。這段話談到的事情比時間的物理本質還要深刻。愛因斯坦於1955年4月18日去世，在他朋友死後的一個月零三天。

如同《時間的秩序》序章名稱「Perhaps Time Is the Greatest Mystery 也許時間是最大的神秘」的意涵，物理學課本告訴我們：「如同太陽看似在天上旋轉，但其實旋轉的是我們。時間的結構也並不像它看起來那樣，它並不是均勻統一地流動。」古今中外的物理學家

或哲學家不斷地探索時間的本質，佛教又如何了解時間與生死自在的議題？

或許我們可以參考印順法師《中國禪宗史》引僧肇法師(384年—414年)的〈物不遷論〉來解說禪宗之「無住」的意義，作為拙文的結語。《六祖壇經》說：「念念時中，於一切法上無住。一念若住，念念即住，名繫縛。於一切法上念念不住，即無縛也，以無住為本。……」一切法是前念，今念，後念——念念相續的。審諦的觀察起來：「昔物自在昔，不從今以至昔；今物自在今，不從昔於至今」。念念相續，而實是「法法不相到」的，「性各住於一世」的；不是葛藤一般的牽連於前後的。因為眾生不了解，「既知往物而不來，而謂今物而可往」，所以就念念住著了。經上說：「顧戀過去，欣求未來，耽著現在」；於念念中繫縛，往來生死。如能體悟自性的本來不住；一切法在自性，也無所住。直了現前——「來而不往，去而不留」，如雁過長空，不留痕跡；如見阿閼佛國，一見不再見。那就是念念不住，頓得解脫自在。」

(作者為本會常務理事、國立台北藝術大學名譽教授、法鼓文理學院名譽教授)

2024 年臨床佛教宗教師共識營報導

文／釋中含

攝影／陳盈靜、趙婉伶

春寒料峭、乍暖還寒時節裡，昨天還有些涼意，今天卻是風和日麗、晴空萬里，並隨著眾法師們一一到來，慈光普照淨覺苑，在噓寒問暖聲中，揭開一年一度宗教師共識營的序幕。



美麗的主持人葉忻瑜秘書長，歡迎大家共聚在此，這也是她當媽媽後首次參加外縣市舉辦的活動，但也因為共識營的關係可以到此舒展身心。首先張賢政理事長致歡迎詞，特別感謝前理事長蔡兆勳教授帶領大家大力促成活動，也非常感恩專業發展委員會主委普安法師以及委員們策畫今日的活動，見溟法師提供淨覺苑作為活動場地，及協會的志工朋友們的熱情協助。普安法師接著說明，因為臨床宗教師遍佈在台灣各地，相聚不易，這次共識營活動主題訂為「療癒」，就像蔡教授常常療癒非常多的病人與家屬，也很支持團隊，所以邀請蔡教授從醫師角度談如何療癒自己與調整心態，以供宗教師們學習。

首先隆重登場的是前理事長蔡兆勳教授演講「從醫師角度談靈性自我療

癒」。蔡教授說為什麼要療癒？顯然是有挫折，有挫折也要預防，就像人生病，怎麼預防我們不要生病也是預防不要挫折。蔡教授表示，從醫數十年，仍對醫療有源源不斷動力的原因是來自於「病家有改變、自己在進步」，因為照顧的病人離世了，將難過的心轉為更積極、更有動力。接著蔡教授從「臨床常見問題(心態)」、「臨床常見問題(醫療評估知識)」、「交流問題(以臨床專業照護為主)」、「臨床常見問題(基礎諮商)」、「培訓法師臨床被病人詢問之問題(生死)」等課程題目，特別從醫師與宗教師兩種主體之角度，來分別加以說明。宗教師們亦從臨床經驗回饋，從中釐清問題，最後蔡教授鼓勵大家要有支持的團體、要有朋友夥伴互相支持去度過困難或者是低潮的時刻，並感謝這些年來協會與蓮花基金會都一再努力讓法師獲得支持感，所以很高興共識營能夠持續舉辦，而二個月一次的視訊個案研討及互相聯繫也是很好的團體支持力量，因為要相挺支持，所以支持團體是很重要，當出現挫折時可以互相支持克服困難。



在享用多元化的精緻佳餚午餐後，接續下午第一堂課「擬真教學：無法跨越的界線與無法放手的愛」，由大林慈濟醫院心蓮病房盧巍之與曾筑謙二位資深護理師帶領大家做練習。巍之護理師表示此演練在大林慈濟醫院已有三年的時間，也有透過國外海報發表。這一場跨團隊教案演練，巍之護理師扮演標準家屬、筑謙護理師扮演標準病人，其餘法師則扮演醫師、護理師、宗教師、社工師、心理師，透過抽籤選出扮演的角色，分兩小隊進行團體演練。其他未扮演的法師則擔任觀察者，在演練十分鐘結束後進行內容回饋。過程中，每位觀察者屏息凝神、全神貫注地觀察表演者的動作和表情與對話，表演者更是盡情發揮臨床經驗；經由二隊法師生動的演出，有時趣味、有時感人、有時串出了許多笑聲，在模擬的這些場景對宗教師而言都是熟悉的，只因角色的不同而有不同的啟發。蔡教授回饋，這是第一次看到這樣的扮演，很創新、有趣。以宗教師的角色來說，把病人當作可互動的，細心地注意觀察病人的狀態，如果無法適時介紹團隊的醫師時，可練習自己如何推薦自己是靈性照顧的專家。普安法師則回饋，這個演練沒有對錯的問題，而是宗教師要學習跟團隊進行合作時要如何無縫接軌，以及提高我們的覺察性，讓團隊的成員適時補位。



中場休息喝杯咖啡、茶與精緻小點心後，隨即展開由張寶方老師帶來的「大地遊戲」。這是一種情緒的宣洩，要先放才能夠再收回來。需要的道具：一條白色手帕加一把小鐵鎚（有尖與圓的面）、幾片葉子或花朵，將這些花材敲打在白色手帕上面。寶方老師表示，因為情緒的壓抑，會累積成心理疾病跟創傷，在線上服務時都有一些天、人、物、我心境上的困擾，包括跟自己的關係。有時候覺得自己做起事情好像沒有達到預期的目標，所以會有挫折感、會覺得有哪一個點沒有做好，但是我們就是在抑鬱中把微小的塵清掉，繼而重新再來。所以要永久的莫忘初衷、要不斷地去把自己的內在去做清理。寶方老師再次強調，希望我們把內在複雜的或者是不舒服的念頭，藉由花材敲打在這一張手帕上，讓自己不愉快的小小灰塵，將它清乾淨。現場鏗鏘聲不絕於耳，法師們透過敲打花花草草，不僅可以拓印植物的美，還能消除負面情緒。



藥石過後，晚上是放鬆的古琴藝術欣賞。協會很榮幸邀請洪宗杰醫師與林碧君老師賢伉儷蒞臨演奏。洪醫師首先介紹古琴的知識跟歷史，古琴以前叫琴，民國以後才稱為古琴，琴是七條弦，是漢民族的音樂，傳承大約有三千年，早期只有五條弦，即宮商角徵羽，之後據傳周文王和周武王復加二弦，加八度上去，就變成七條弦。從琴的角度，讓洪醫師思維佛教食物中四食的問題，從「粗搏食」、「觸食」、「意思食」到「識食」，

從耳根聽受琴音就是運用到了觸食一樣，世尊教導觀觸食像皮被扒了的那種痛苦，要遠離不可執，到識食好像如受三百矛一樣不可樂著。洪醫師繼續描述：「回到古琴，彈了二十年，它會在觸食的聽覺裡面以琴音為所緣可以讓我在裡面沉靜下來，甚至到最後會進入一個當下入流亡所的覺空，就像蘇東坡所講的無弦琴，無弦怎麼會有聲音呢？此時猶須參悟。」之後由洪醫師與林老師賢伉儷分別與同奏九首動人樂曲，琴聲飄盪、餘音繞樑，久久不絕於耳。禪意古琴悠揚於夜色中，有助於大家放鬆身心入住精美的涵管屋。



翌日品嚐營養健康的元氣早餐後，映入眼簾的布幕是早上第一堂視訊課程，由臨床心理師石世明老師主講「正念心理陪伴」。課程的大綱有：1.正念減壓：內容與發展；2.正念認知療法：情緒；3.正念運用在癌症病人心理照顧；4.討論+Q&A。石老師說明台灣推廣正念十年，這個正念是西方的正念，即西方的科學家把禪修消化跟吸收之後發展出來的療癒模式，心理學家把它運用到心理治療裡面，正念源自《大念處經》，四念處——身、受、心、法。卡巴金博士在1970年代學了之後就發展成一個課程，因此正念是來自於佛教，但是因為在醫院裡面使用，所以就把它去宗教化，變

成全世界大流行的一個方法。石老師特別說明正念≠正向思考（或轉念），正念是刻意地，將注意力放在當下，對於一刻接著一刻，所顯露的經驗不給予評價，所升起的覺察，它可以改變腦迴路；正念減壓（MBSR）是結合傳統冥想靜修與當代科學研究；正念認知療法（MBCT）是心理治療的一種方法，其特點是將認知療法與正念修行結合，上述都有其一套相關訓練與課程規劃，目的在協助大眾如何管理情緒然後用在各種癌症症狀，特別是身心的症狀，最後用在陪伴。

共識營的尾聲由林宣蚊老師帶領大眾體驗頌鉢。林老師簡述頌鉢的起源，最早開始是石器（碗），但是二次大戰之後，因為戰後創傷症候群，開始有很多的自然療法被研發出來，頌鉢即是其中一個，其精隨在於體驗；接下來老師開始敲著大小不同的鉢，鉢聲此起彼落，聲音時而大或小、時而細時而高、低、有時清脆響亮，整個鉢聲迴盪在虛空中，不同的鉢聲，聲聲入耳，讓人深度放鬆，淨化心靈，讓靜心與頌鉢連結，活在當下。

今年共識營旨在療癒，每堂課都與其息息相關，當

我們聚集了正念且不斷增長慈悲與智慧，可以療癒自己並助人。二天一夜的活動，像是趟洗滌身心的旅程，大家相約明年，期待再相見。

（作者為培訓宗教師）



第四屆培訓法師 OSCE 教學模擬報導

文／釋常豁
攝影／蔣詠薇

2024 年 4 月 23 日是大林慈濟醫院臨床宗教師培訓中心暨疫情之後，迎來第四屆培訓法師的 OSCE 教學模擬。一早雖然餘震不斷，但考生仍抱著緊張又很歡喜的心來到醫院，好好準備下午場的 OSCE 模擬考。如此規劃主要希望透過這樣的演練，讓考生進入甄審考試前，有機會溫習並透過考官的回饋，了解臨床照顧有無需要精進及留心之處。



今年共有四位考生，此次共有二場練習，考官則邀請見溟法師擔任第一關的考官，普安法師則擔任第二關的考官。除此之外，今年也特別榮幸有淡水馬偕醫院的兩位牧師及一位靈性關懷師蒞臨觀摩。牧師與普安法師認識於蔡兆勳醫師於台大醫學院的課程，牧師表示，淡水馬偕也有 OSCE 的教學，但目前僅就醫師、護理師、社工師與心理師等類別。針對靈性的部分，牧師也有計畫規劃靈性關懷人員的考試，也與專業的人員反覆討論，但目前仍有些不夠清楚的部分。故知道大林慈濟有臨床宗教師的 OSCE 考試之後，就向普安法師提出想到考試

現場觀摩的需求。經普安法師與醫院相關單位聯絡後，方成就此次殊勝的因緣。

中午在三樓的台灣咖啡餐廳用餐，透過用餐除了讓遠道而來的考官與牧師能感受到醫院的熱誠之外，也在用餐期間與 OSCE 考試中心的負責人雪莉主任、心蓮病房的裕藍護理長及培訓中心的負責法師普安法師，交談兩個院區對於靈性關懷的規劃，以及對於 OSCE 考試想了解的部分進行交流。牧師提到，目前馬偕的編制是病房區均有靈性關懷師，如果有需求就會轉介牧師，而每一位牧師也都有其負責的病房。這樣的編制，讓不管是不是安寧的病人，都可以在有需求的時候，受到良好的照顧。牧師也有提到，當然來到醫院的並非都是基督教或天主教徒，當面對其他信仰時，他們也希望能夠知道可以透過怎麼樣的方式進行照顧。

下午的考試主要先由雪莉主任於準備室與考生進行考前說明，並繳交私人通信物品及別上識別。而馬偕的牧靈人



員則分成兩個考場進行觀摩。考試主要分成兩個，第一關主要是病人的臨終照顧部分，第二關則為家屬的哀傷情緒。考前均有準備及看題兩分鐘時間，考試開始就進入考場，時間十五分鐘，五分鐘的考官回饋。第一關完成後，才進行第二關。當第一位考生完成前往第二關時，第二位考生才在第一關就位。依序進行，考試完的考生就到休息室填寫滿意度調查表，休息室與準備室是分開的，直至四位考生完成兩關的考試。

考試後，兩位考官、馬偕的牧靈人員與四位考生聚集會議室，大林慈濟醫院林名男副院長蒞臨會議室關懷與會人員。林副院長分享培訓中心的起源，也表示大林慈濟醫院與蓮花基金會合作成立臨床佛教宗教師的培訓中心，關於臨床宗教師的培育在全世界是走在很前面的。且馬偕醫院在安寧佔很重要的地位，故今日兩院的交流，也是很重要的里程碑。安寧講究五全照顧，對於心與靈的照顧，醫院也很肯定臨床宗教師對醫院的貢獻。更提到培訓中心從一開始，慢慢建立制度，到後來甚至有培訓手冊，去年更完成了《陪你善終》一書，內容充實更可視為教科書。馬偕醫院的牧師也分享，經過此次的參訪真的收穫很多，對靈性關懷的培訓有著更深刻的體驗，

不管是踏入醫院的感覺，甚至考試中法師們的表現。從法師們與病人的對談中，雖然內容多少會有所不同，但都有共同處，在在顯示靈性照顧訓練的扎實。對於之後規劃靈性關懷人員的 OSCE 考試，也更具有方向。院方也有準備禮物送給來訪的考官與馬偕醫院的牧靈人員，雙方合影留念圓滿此次考試與參訪的行程。



考試圓滿後，四位培訓法師回到心蓮病房小聚，有法師分享，此次再回到醫院受到滿滿的關懷與熱情，讓她感受到真的有「回娘家」的感覺。也很感恩醫院安排這樣的測驗，讓他們可以重溫在臨床照顧病人的感受，也透過師長們的指導，清楚自己還可以更好的地方。有法師表示，透過這樣的模擬考也讓自己更聚焦宗教師在臨床應該怎麼照顧，除了知道自己需精進的部分，更覺得透過十五周的學習，讓自己更有信心能通過考試。同仁也紛紛獻上祝福，祝福法師們順利通過蓮花基金會的考試。

(作者為台大醫院雲林分院臨床宗教師)



愛的祝福

——子宮內膜癌病人靈性照顧經驗個案分享

文／釋常佑

春天正是陽光明媚、百花綻放的季節，然而卻是曉婷生命中最艱難時刻的開始。曉婷與丈夫在同一工廠工作、交往、進而共結連理，婚後兩人與公婆同住，長女 32 歲、次女 31 歲，公公多年前辭世，因為曉婷癌症復發入住安寧病房，丈夫全程悉心照料，所以他們請了外籍看護照顧患有輕微失智的婆婆。

曉婷於 102 年診斷患有子宮平滑肌瘤，110 年組織切片顯示為基質瘤，隔年 2 月確診子宮內膜惡性腫瘤、8 月腹膜轉移。54 歲的曉婷原計畫退休後，每日要與丈夫騎腳踏車前往梅山運動，但癌症復發卻讓她不得不停下腳步，而於 112 年春天住進了安寧病房。身體虛弱疼痛的曉婷入住病房的第一天跟醫護人員要求不要打營養針，因為她說在網路上看到斷食善終，所以希望可藉由斷食盡快往生，經由醫護人員與臨床宗教師關懷了解後，曉婷明白自己對斷食的理解是錯誤的，並願意重新開始進食。

虔誠佛教徒的曉婷，在病房會看著佛教電視台做早課，臨床宗教師讚嘆她的用功並解釋西方淨土殊勝與信願行的重要性，鼓勵她每日持誦阿彌陀佛聖號，保持內心平靜祥和祝福自己與家人。信奉民間信仰的丈夫也日日撥弄念珠陪伴曉婷念佛，共同祈求在阿彌陀佛的庇佑下，曉婷可以平順無礙度過最後時光，以及來世回到西方極樂世界得到永恆的安寧。然而，曉婷心中卻有一絲絲的遺

憾，因為在她的回憶中，婆婆是一位非常嚴厲的人。嫁進夫家後，婆婆的嚴格教導令她感到壓力重重，也因此患上憂鬱症需定期於身心科就診。同時婆婆的嚴苛態度影響了曉婷對待丈夫和兩位女兒的方式，造成她與家人之間有著某種距離感，看著日漸凋零患有輕微失智的九十高齡婆婆，再看看生病的自己，讓她心中對婆婆產生出複雜的情感，想到自己過往對丈夫與女兒們的種種，內心感到深深的愧疚，也成為她心靈上一道難以抹滅的痕跡。

第二次入住安寧病房前夕，婆婆坐在輪椅上，溫柔地對曉婷說：「妳要好好照顧自己，不用擔心我。」這句話瞬間劃破曉婷與婆婆之間的嫌隙，讓她意識到這段關係已經超越了言語，多年的婆媳矛盾剎那間消彌和解了，曉婷的眼中閃爍著淚水，這一刻的親情，讓她體會生命的脆弱與珍貴，可是隨即又想到不久的將來婆婆就要白髮送黑髮，讓她又不禁悲從中來。

某日陽光明媚的下午，臨床宗教師陪著曉婷散步，煦煦日光灑在坐在窗旁的曉婷臉上，她微笑述說丈夫和女兒的點滴，高職畢業後就到工廠上班，在那裡遇到了現在的丈夫，她形容說兩人初看到對方，在眼神交會的瞬間，心裡彼此都浮現出一個想法：「就是他／她了，他／她就是我這輩子的伴侶」。婚後曉婷除了工作還要照顧公婆、先生、小孩，因

為壓力很大而患上憂鬱症，在安寧病房期間雖然丈夫很細心的照顧她，但因丈夫較木訥，甚少用言語或擁抱對她表達愛意，所以她內心很渴望丈夫抱她且主動對她說「我愛妳」這三個字；而對於兩位女兒因為過於擔心，所以從小就對她們叨叨唸唸，導致她與女兒們之間有一條看不見的溝渠，她希望女兒們可以原諒自己的嚴格態度，同時也渴望她們可以主動抱她，跟她說她們很愛媽媽。

臨床宗教師輕輕握住曉婷的手，鼓勵曉婷表達她對女兒們和丈夫的愛。在一片靜謐的氛圍中，曉婷開始寫下一張張充滿愛與祝福的卡片，她細緻地選用每一個字句來表達對家人的愛與感激，感恩他們一路的陪伴，並祝福他們未來的生命旅程中能擁有幸福和快樂。春天的陽光透過窗戶灑在卡片上，曉婷的內心也隨之綻放出一片柔和的光芒，她深知這些卡片不僅是對家人的祝福，同時也是對自己生命的一種交代。

回到病房後，宗教師以關懷之心，鼓勵曉婷丈夫表達內心情感。在宗教師的引導下，他輕握著曉婷的手靦腆的對她說：「我愛妳」，曉婷也擁抱丈夫露出歡喜的笑容，宗教師鼓勵他們對彼此做四道，丈夫擁抱著曉婷感謝她對家庭的付出，曉婷也感謝丈夫對她的包容與疼愛。假日女兒們探望時，曉婷也向她們對不起過去太嚴格，說她很愛她們，女兒們也與曉婷道歉、擁抱並說她們很愛媽媽。

曉婷最後一次住進安寧病房時，身

體已非常的虛弱，丈夫一如既往細心的陪伴在側，臨床宗教師探望時，感受到她生命即將轉向另一個國度，於是請曉婷丈夫握著她的手，宗教師跟曉婷說：「當您的丈夫握著您的手時就是在跟您說『我愛妳』」，曉婷聽了露出甜甜的微笑。在每一次的探望中，宗教師都肯定曉婷一生為家庭、為家人所做的努力與付出，同時也提醒她心中憶念阿彌陀佛，每當曉婷懷疑自己是否能去西方淨土時，宗教師總是以溫暖的話語安慰鼓勵她，提醒她信願行的重要，以及臨終要緊握阿彌陀佛的手，陪伴她念佛與祝福她。在夏日的某清晨，曉婷在丈夫的陪伴下安詳地離開了這個世界，在阿彌陀佛的慈悲光芒中，前往佛國淨土。

聖嚴法師在《聖嚴說禪》中提到：「當慈悲心一生起，怨恨就消失了」，曉婷在生命走向盡頭時，深刻領悟佛法慈悲與智慧的涵義，將過去曾有的誤會與仇恨轉化為對婆婆的祝福，同時也在生命最後旅程中，與丈夫和女兒們道謝、道愛、道歉、道別，化解了與家人的誤會，也避免了彼此的遺憾，圓滿劃下了生命的句點。

(作者為林口長庚醫院臨床宗教師)



人人必修的一堂課

——轉念助圓滿，陪你善終

文／釋普昕

六道輪迴會往哪一道？不覺地，為病人憂心……

楊爸，89歲，肝癌末期，由案妻陪伴輾轉於一般病房移動著；楊爸育有一男二女，案子因一時未察，聘用通緝犯而受累入監；長女為血液腫瘤科行政人員，小女為一般上班族。

以安寧共照來說個案的探視有較多次的因緣；一者案長女為醫院工作人員與長女角色衍生無形壓力；初次探視時案妻展露歡喜且主動侃侃而談，傾聽述說照顧及住院病史和生命回顧，案妻有憂鬱症病史，除了定期服藥與回診加上信仰依皈，狀況都穩定生活也能自理。案妻除了念佛也會談論神通之類的感應，與案妻分享正知見也尊重其因緣；楊爸則還能用簡單字句互動，關懷楊爸對病情的認知、有沒有擔心或放不下的事，表示沒有亦能面對生死，因楊爸也念佛便予鼓勵安住佛號，心安身亦安。

再關懷案長女傾聽壓力與想法和期待；楊爸晚婚，長女出生時楊爸約莫半百，緊密的親子關係讓案女自覺應擔起肩膀加上醫護背景及案子未出獄故受案母依賴，幾乎下班回家盥洗後便又回病房；評估案長女有哀傷情緒與深深的不捨，希望楊爸「再撐久一點」等案子假釋出獄。第三次探視多了看護加入，楊爸明顯很喘互動困難，加上血壓不穩定，因家人的期待而用上升壓藥等醫療處置。

第四次楊爸已呈彌留狀態，升壓藥

持續用著，予案妻關懷得知，前天與案子視訊做了四道人生也表示近日或可假釋，但日期不確定，於是案妻有了期待希望能見最後一面；欲釐清是病人還是家人的期待，案家屬說法不一，宗教師嘗試將焦點拉回楊爸，從現實面觀察楊爸的受苦，輔以宗教輪迴及信仰的堅定心予以引導：要幫助楊爸善終還是強留那一口氣？或者讓楊爸自己決定呢？以善終的角度來看，臨終那一念至關重要，強撐一口氣對楊爸來說六道輪迴會去哪一道不禁令人憂心呢；其次是將楊爸的精神傳承下來還是見最後一面是真孝心的表現呢？提供案家屬作思考後轉為楊爸開示四大分解與加強正念，安住佛號，為自己做最好的選擇。

兩天後共照交班，是日長女向團隊表示停用升壓藥以舒適照顧為原則讓楊爸自己決定時間，而楊爸也在隔日平安，案女感謝宗教師的關懷開示，關鍵話語六道輪迴案妻聽進去了，也表示楊爸是平靜往生的（後記：案子至月底仍未獲假釋）。

「生者與往生皆安才是真安」是案女的體悟，楊爸對案子出獄及是否能最後一面了無牽掛，更不願見案子綁著腳鐐手銬來院探視留下心中印痕，顯見楊爸慈父愛子之心；案妻透過信仰的引導當下轉念以楊爸善終為要，案女則卸下無形的壓力為彼此解套，也為這份臨終關懷寫下了善美的結局。

（作者為台中榮總臨床宗教師）

大悲學苑 居家訪視
從醫院走進社區



從彈性界線的觀點-陪伴高齡喪偶婦女之經驗分享

From the perspective of flexible boundaries - Sharing experiences in accompanying elderly widowed women

郭穗瑩 Sui-Ying Kuo、林芳如 Fang-Ju Lin、王浴 Yu Wang

大悲學苑

研究目的

在社區居家關懷時曾碰到喪偶高齡婦女，在喪夫的第一個晚上，不敢一人獨處，又不希望遠親相伴，關懷員那晚住進老奶奶家陪她渡過難熬的第一晚。但這樣做是否失去志工倫理守則及界線？讓陪伴的關懷員很不安，該如何解套？關懷員利用參與觀察及訪談資料，將此現象提出討論，希望被照顧者與關懷員都能安適。

文獻查證

一、志願服務倫理

倫理是規範服務「可為」與「不可為」的選擇依據（林，1999），志願服務倫理之重要性：不只「要做」還要「做對」。志工必須遵守倫理守則（曾，2005）。我國的志願服務法第15條亦有此規定。

二、社區服務的特性

關懷員的服務往往必須「進入服務對象的生活」與之共在。有些問題都必須在服務過程中與對象一同摸索，因為不只服務對方的內心，更服務他的生活與周遭環境的關係。也因此，必須根據雙方的關係進程、服務對象的生活等彈性調整。（郭，2019）

三、服務的界線如何拿捏？

界線是保護，但不是圍牆（呂，2013）。界線與關係呈正向，當界線模糊時，關係是變動。愈難畫分往往是最重要。當界線明確走向極端，就成為「界線僵化」（陳，2015）固守原則。除了模糊與僵化的界線，我們還有另一個選擇：彈性界線。彈性界線指的是，你可以有原則，但要保留隨機應變、可調整的部分。你所付出的，對方回應的，都是case by case。

案例

因照顧罹患腦瘤的張爺爺（85歲）緣起，關懷員與這個家結緣歷時2年，平時家中只有夫妻及外傭居住，雙方親友大多移民國外。適逢外傭離職時，相伴60年的張爺爺於清晨在宅往生，關懷員及時到府協助，完成庶務手續後，已午後。

張奶奶數次呢喃的說：今晚怎麼辦，很害怕獨自一人，又害怕要來陪她的人為了安慰她一直說話，想到還要招呼來陪伴的人，更累。

一段時間陪伴後，關懷員小心翼翼的詢問，如果是由我們來陪您呢？張奶奶焦慮的情緒轉為驚喜：妳們可以嗎？有妳們陪我最好了。關懷員思量後即刻答應，陪伴她度過難熬的第一晚。

討論

當高齡喪偶，要重新適應一個人的生活及環境，不同的人有著不同的難度，哀傷陪伴須建立在深度「共在（being with）」的基礎上，雖然共在的過程會使角色轉化，容易產生界線混淆。但關懷員思考過「我該做什麼」及「怎麼做才是對的」之問題等倫理思辨。經驗較豐富的關懷員對「時間點」相當敏感，知道哪些時候對象特別需要協助，如果能保持彈性服務界線，有益於被陪伴者身心獲得安定感，雙方亦不會因界線限制而受傷或有所遺憾。

結論與建議

資深關懷員能洞悉察覺高齡喪偶婦女孤寂感受，知道被陪伴者特別需要哪些協助，關懷員幾番掙扎，雖然知道有違倫理守則，為了個案的最佳利益，當下做了[陪伴喪親者過一晚]的決定而且獲得督導的支持。此個案經持續陪伴已回復健康生活。希望以後再有類似的個案，應採用[彈性界線]原則，以符合個案最佳利益。

Thank You

台灣臨床佛學研究協會護持捐款芳名錄

113 年 01~05 月

釋證悟、曾靖雅、郭溢、郭晉、胡三妹、林美蓮、三寶弟子、吳姿秀、釋普安、
洪宗杰、林碧君、張寶方、廖士堯、三寶弟子、釋慧襄、洪芬苗、釋慈涼、江麗滿、
彭仲環、徐瑞明、李素貞、林賽華

緩和醫療 人間道場 · 習法傳法 己度度人

會費繳交

113 年度會費已開始繳交，
煩請撥冗至郵局或銀行繳交費
用。

年度會費：NT. 500 元

(如不確定繳交年份，請來函
service@tacbs.org.tw 詢問)

捐款及繳費方式

【郵政劃撥】

帳號：50053463

戶名：台灣臨床佛學研究協會

【銀行電匯或轉帳】

銀行：合作金庫銀行台大分行（代號 006）

帳號：1346-717-033962

戶名：社團法人台灣臨床佛學研究協會

(電匯或轉帳後請來函告知，以俾作業。)