

生命回顧，安詳善終的方便法門

專訪慧哲法師

●本刊編輯室採訪整理

編者按：慧哲法師早年出家，學成之後即獻身於教育工作，為人師表，嘉惠國內莘莘學子，退休後轉而投入臨終關懷的照護工作，前往臺大醫院緩和醫療病房接受臨床佛教宗教師的訓練。如今，慧哲法師為資深臨床佛教宗教師，長期服務於安寧療護領域，與專業的醫療、志工團隊合作，共同照應病人與家屬在醫療、社會、心理等方面的需求。本刊特別採訪慧哲法師，她娓娓道出在安寧病房中服務的因緣與經驗，且看她如何藉由生命回顧的對話模式，以佛陀的慈悲本懷，引導末期病人勇敢面對生命的最後一段旅程。

聆聽，也是陪伴

「老爺爺，你過去從事什麼職業呢？」慧哲法師走入病房，和一旁的家屬寒暄幾句後，即對著躺在病床上的老爺爺問道。老爺爺鉅細靡遺地述說過去「寄藥包」的工作過程，從彰化縣線西鄉騎著腳踏車，照著名冊翻

山越嶺，挨家挨戶的遞送藥包，服務範圍甚至遍及新竹、苗栗地區。此刻，慧哲法師臉上帶著微笑說：「老爺爺，你真的很偉大！服務這麼多人，帶給人們健康的生活。」

每一次為安寧病房內的病人進行生命回顧，都是從聊天開始。慧哲法師說道：「當年老爺爺接這份工作，也可能只是為了養家餬口，可是在他生命的末期，藉由對話的歷程，我們可以給予他正面的回應與肯定。」言語之間，聆聽病人講述的生命故事，也是一種陪伴，更可從中肯定其生命的價值，重建得以把握當下的生命動力。

因緣匯聚，參與臨床佛教宗教師培訓

回想過去之所以投入安寧療護領域的因緣，慧哲法師回憶道：「我在一九九〇年從智光商工退休後，又陸續受聘於各佛學院任教。



慧哲法師

一九九七年，於臺中縣新社鄉天冷地區開始興建東林學苑，欲以此做為靜修道場。該地區依山傍水，風景怡人，原本是想要在道場裡息心辦道，隱居山林，追隨先哲慧遠大師『足不出虎溪』的精神，安度退休頤年。」然而，在道場落成後半年，臺灣卻發生近百年來傷亡損失最慘重的自然災害——「九二一大地震」，這場災難讓她因此轉念。當看到這麼多的傷亡出現，慧哲法師心中的使命感油然而生，她感覺可以再多為臺灣社會做一些事，正巧當時臺大醫院緩和醫療病房開始進行臨床佛教宗教師的培訓工作，也因此毅然決然的加入其中，成為安寧療護團隊的一分子。

其實，支持她成為臨床佛教宗教師的原因不僅於此，幼年時二哥的離世與成年後照護母親的經驗，讓她對生命產生不同的認識。慧哲法師內心也期許自己在人生歷程當中，能夠勇於接觸許多不同的領域，所以無論是早期從事社會教育工作，或是後來踏入安寧療護領域，她都能勇於接受挑戰，並和不同年齡層的服務對象融洽相處，從中直接或間接的利益對方，自己也得以學習到寶貴的經驗。

慧哲法師最初從事學校教育、僧才教育，後來轉而投入安寧療護領域，她感觸良多地說：「教育與安寧療護兩者，皆為生命的昇華，因為自己是具有宗教信仰的佛弟子，所以在兩種場域裡頭，即使方向不同，基本原則卻是共通的。若說其中有相異者，在學校，看著青年朋友們認真向學，充滿活力，生命彷彿日正當中，遂將自己的人生經驗傾囊相授；然而，在病房面對臨終者有如日薄西山，此時此刻特別感念無常的道理，特別珍惜病人一生的經歷，藉此反觀自身。對於病人未來的去向，也會啟發自我修行的力道。我對生命的態度一直是很篤定、堅持的，因為來自家庭的庭訓與學校教育的薰陶，讓我期望自己能夠成為一位認真負責的人。若要說有所轉變，那就是走過生命的長河，我的生命就如同長河兩岸的風光。與病人之間的相處，讓自己擁有更多省思自我的空間。」



一本本生命回顧的小冊子，是慧哲法師為病人準備的貼心禮物

一段生命的結束，是另一段旅程的開始

陪伴病人的過程裡，臨床佛教宗教師所關注的其中一個面向，乃是病人的心情是否安詳，是否能於生活中保持正念，藉此把握機會培善植福，種下未來投生善道、往生佛國淨土的因，讓病人能一路好走，這是慧哲法師從服務過程中所獲得的深刻體會。另外，當病人臨終時，臨床佛教宗教師會引導家屬向病人道謝、道歉、道愛、道別，以感恩的心情面對離別的當下，並為病人進行臨終開示，安排臨終助念，使病人在離開人世的最後一刻，能以安詳、平靜的心踏上另一段旅程。宗教師在整個過程裡，扮演著舉足輕重的角色。

然而，每每面對盡心照護的病人離世，情緒又該如何調適？慧哲法師說：「從事安寧療護領域的工作，會切身體會到『無常』的道理，若能對佛陀的教法反覆思維，研讀經典，了解生命在六道中流轉的原理，從往生阿彌陀佛極樂世界的淨土法門中，也能清楚地知道：生命的結束並不代表什麼都烟消雲散。面對生死，難免會有感觸，可是宗教師如果無法適時調整自身的心情，又該如何帶領病人以正向的態度面對每個全新的一天？」

在慧哲法師所任職的中國醫藥大學附設醫院美德安寧病房，其臨終處理流程為：當病人離世，醫師會宣告死亡時間並開立死亡證明書，再由護理人員進行大體護理，接著是由宗教師與志工進行臨終開示、助念或禱告，社工為家屬做悲傷輔導，最後團隊成員代表會在電梯前送行，將後續事宜轉由禮儀社接手，全程以恭敬的態度面對每一次的離別。長期投入安寧療護工作的人生經驗，與深入法藏所獲得的般若智慧，讓慧哲法師以開放、恭敬的心，坦然面對生死，向病人道別。

投入安寧療護工作所需具備的人格特質

臨床佛教宗教師的培訓資格，原本需要有出家十年以上的資歷，目的在於確認參與培訓的法師是否具有擔任臨床佛教宗教師的僧格素養，藉此評估其對佛法的學養與戒律的體驗。然而為因應安寧療護領域的人才需求日漸增加，此項標準也逐漸放寬許多。慧哲法師也認為僧格素養的判斷標準，也不是一定要以時間

做為準則。然而臨床佛教宗教師應該具備的人格素養，依據慧哲法師的觀點，大略可分為以下幾點：一、僧格的素養；二、人生哲學的素養；三、心理諮商的素養；四、社會倫理的素養；五、宗教儀禮的素養；六、靈性境界的自我修為。

其中，「僧格的素養」與「靈性境界的自我修為」兩點，乃期望參與臨床佛教宗教師培訓者需要具備菩薩性格，能將佛法裡的因緣觀、無常觀、平等觀內化為自我生命哲學的涵養，使自己往後在病房內與病人及家屬互動時，能夠順暢無礙地將佛法的觀念介紹給他們認識。另外，無論是成為臨床佛教宗教師，或是投入安寧療護領域的志工人員，在人格特質上皆須具備服務他人的熱誠與悲心，服務過程中處理各項事務，也需要以耐心加以面對。最後，尚需團隊合作的精神，病人在臨終的狀況之下所要面對的種種，將會是全面性的問題，若能以尊重、合作的態度與團隊成員互相溝通、配合、互補，才能在過程中帶給家屬與臨終病人最適宜的幫助。

轉化生命經驗，重新思考人生價值

慧哲法師認為「善終」最高的境界，誠可謂「自知時至，身無病苦，心無貪戀，意不顛倒，如入禪定，蒙佛接引，於一念頃，生極樂國。」但若以此為最高的標準，並不容易達成，端看每個人行持佛法的機緣與



多生累劫培植的善根福報。換句話說，若平日能藉著佛陀所開演的法門努力用功，於生活中反覆思維建立正見，或持名念佛，或修持禪定，藉此開發智慧，累積福德資糧，這同時也是為自己的「善終」預做準備。

往生前能夠保持正念是相當重要的，最後一念若能保有正念，將能依此往生善道或投生佛國淨土。臨床佛教宗教師所進行的靈性照顧，在這個部分始終給予病人強而有力的支持作用。在靈性照顧模式下，慧哲法師則會建議病人及家屬進行生命回顧，藉此重新體會生命中善、惡、好、壞的經驗，協助病人將負面的經歷轉換為精進向善的助緣，並從中感受「無常」的道理，進一步藉由佛陀所開示

的「四聖諦」——苦、集、滅、道，重新思考人生的價值所在。

然而，病人在歷經病痛的折磨後，有時會失去求生的意志，心想：「我已經病入膏肓，還需要做些什麼？」面對如此情景，慧哲法師說：「無論照顧的過程中向病人說什麼，做什麼，目的就是要讓病人有事做。無論他的生命期還剩多長，都期望他能活在當下。」病人在病床上，容易胡思亂想，臨床佛教宗教師會利用許多時間和病人互動，以專業的諮商輔導技巧，引導他們往正面的方向思考。如果病人能轉化生活經驗，重新獲得活在當下的動力，進而昇華自我生命，利用持名念佛法門、觀想念佛法門，從痛苦、負面的情緒中跳脫而出，甚至會願意為來生做準備。如果是其他宗教信仰的病人，也可以利用禱告等其他方式，讓情緒保持平靜，這些都是相當難能可貴的，也是臨床佛教宗教師致力的目標與方向。

以權巧方便，照護病人的心

生命回顧的對話模式，誠如以上所說，乃是從「聊天」開始。藉由聆聽病人講述的生命故事，從故事背景中了解病人與家屬的想法，協助整理病人一生的過程，再從中找尋生命的意義。除此之外，慧哲法師也會和病人家屬溝通，請家屬提供病人的照片，眾人一同利用照片進行生命回顧，一邊看照片，一邊說故事。

若是敘述的過程裡，病人提到與他人之間的恩怨與衝突，臨床佛教宗教師則會嘗試扮演調解的角色，引導病人思考不同的觀點，安心放下。無論病人的時日還剩多少，但在過程中，他會逐漸尋回生命的意義，也會依此找回生命的尊嚴。生命回顧的成果不僅如此，慧哲法師還特別為病人及家屬製作一本本生命回顧的小冊子，讓他們能夠將滿滿的回憶收藏起來。

慧哲法師回憶，曾有位皈依佛門二十多年的佛弟子罹患重症，把患病的原因歸咎於平日不用功修持佛法，才會受到如此的果報。慧哲法師慈悲地對他說道：「佛菩薩們大人不記小人過，過去已經無法再追回，我們可以重新開始。」她以善巧方便，自然地將病人的負面心念，轉換為精進向善的動

力，而後貼心地計算病人家族成員的數量，贈送病人十二串星月菩提念珠，每一串念珠代表其中一位家人，並附上一句祝福法語，鼓勵病人每天撥出不同時段利用各串念珠持名念佛，並將功德迴向祝福每一位家人。後來，不僅病人努力修持念佛法門，家人來探望病情的時候，也會隨手拿起屬於自己的那串念珠，一同精進念佛。直到病人即將往生的時刻，每一位家人也都拿起念珠，一同在病人身旁定心念佛，場面既溫馨又安詳。

慧哲法師利用各種善巧方便，讓病人能夠在佛法的修持上找到精進的方向，也因此順勢影響病人家族裡的其他成員，一同進行內心的修持，這讓病人在內心中產生一股支持的力量。

面對生死議題，可提早思考，開放溝通

如果能把每天都當作全新的一天，也是生命的最後一天，用充滿熱情與珍惜的心態面對生活周遭的一切，生命的價值與意義也會因此而改變。若要向健康無病的人討論生死議題，宣導「善終準備」的觀念，慧哲法師說道：「若就緣起法的角度進行觀察，因為每個人的因緣不同，當下所需要的東西也會不同。藉由持續的關心與對話，總會有機會覺察到適合的時機。」當她在美德病房內向醫學院的學生分享生命經驗時，總會向學生勉勵：「每一天，我都期許自己能夠學習到新的知識，一件做事情的新方法。晚上，我會利用時間閱讀書報，也從中讓生活經驗產生新的啟發，處處留心皆學問，生命的價值與信念也會因此慢慢積累下來。」

因為無常，每個人生命隨時都會產生變化。死亡，是生命歷程裡的一件大事，沒有人能避免經過生、老、病、死的過程。如果能夠仔細思考：「未來若生病，我該如何去面對？」、「有那麼一天，我將和這個世界道別……」將來若生命的路程突然產生轉折，也才不至於過於慌張、焦慮、不安，能以穩定平和的心態面對即將到來的境界與挑戰。

慧哲法師提到，若要和長輩談論生死議題，平日就要和長輩培養輕鬆的聊天氣氛，趁著長輩身體健康，心情愉悅平靜的時候，跟著生活周遭發生的事件，挑選適當的時機開啟話題：諸如親友往生、新聞事件、連續劇裡的情節，順勢詢問

長輩對生死議題的看法。例如：「生命真的很無常，如果遇到這種情況，你會想怎麼處理？」利用間接的話題引起討論的動機，引導長輩說出對死亡的想法，還有想要晚輩如何安排，同時回憶過去，思考未來。另外，也可以向長輩說明：討論生死議題，並不代表馬上就會發生，當討論結束，彼此更可以安心過生活，不用擔心無常來臨時自己會驚慌失措，沒有解決問題的方向。

傅偉勳教授曾在《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》一書中提及：「人世間最公平的就是每個人都會死亡。」慧哲法師在與旁人討論生死議題時，會選擇以輕鬆、愉快的方式進行溝通，畢竟這是每個人必經的過程，如果以開放的心態去面對，主動把臨終前的安排交代得清清楚楚，就能夠避免造成親人的困擾，生死兩相安。在安寧病房裡，病人是所有臨床佛教宗教師的老師，與病人互動，時時都是反觀自心最好的因緣與時機，並從中獲得豐實的收穫，支持自己行於菩薩道上，朝向成佛的究竟目標，邁步向前。◎

受訪者現任中國醫藥大學附設醫院美德安寧病房資深臨床佛教宗教師

看盡海上生佛國的宇宙風華 ——華嚴平行宇宙

閱讀《華嚴經》就像是乘坐星際航艦翱翔於本宇宙，並穿梭遍歷各個不同宇宙，看盡海上生佛國的宇宙風華。華藏世界所描述的心識宇宙，遠遠超乎我們目前對於物質宇宙的了解。但根據已有的天文科學發現，我們還是可以找到一些蛛絲馬跡，證實心識宇宙與物質宇宙之間的相似性，這或許有助於科學界釐清平行宇宙的運作方式。

2015年1月25日(星期日)

下午2時30分

主講人：楊憲東教授

國立成功大學航空太空工程研究所特聘教授

地點：台南市立文化中心國際會議廳地下一樓會議廳
(台南市中華東路三段332號)

主辦單位：台南市政府文化局、中華慧炬佛學會南區分會

聯絡電話：06-2881677

〔公益講座·歡迎各界人士自由入座〕