

（上接第三版）
後，又因虛弱立刻躺回床上，這種現象在民間俗稱「辭土」，據說就是「與土地告辭」的意思。依我在安寧療護服務18年的經驗：不是所有病人都有此現象，甚至在統計上是屬於少數，並沒有研究指出是什麼樣的末期病人需要「辭土」。

常見的瀕死症狀包括「譫妄」，有統計指出「在死前有85%病人會出現譫妄，77%病人有嚴重神智變化，且持續一週以上。」需考慮腦轉移、代謝性腦病變、電解質不平衡、營養異常、或敗血症等因素。「末期憤怒（terminal anguish）」是病人長期未解決的情緒問題及人際衝突，或長期隱藏的不快樂記憶（帶有罪惡感）。

這樣的末期病人會有呻吟、長吁短嘆、坐立不安、唉聲嘆氣、甚至哭泣悲傷等現象，此時給予較強之鎮定劑讓病人休息可能有幫助。我都說：應該在末期病人清醒時趕緊化解恩怨情仇，所謂「病床前解冤仇」，等到意識不清就問不出所以然了。這或許是少數末期病人被認為「辭土」現象的由來，可能如此解釋讓家屬可以比較安心。

二、「迴光返照」是「事後諸葛亮」的說詞？

另外一種要探討的臨終徵兆是「迴光返照」，屬於「臨死覺知」狀況。末期病人會躁動不安，看到一些幻影或說出奇怪的話。這可能是瀕死症狀，但也有可能是所謂「臨死覺知」。以我在安寧病房的照顧經驗，可分為以下三類。

第一種（最高段的）病人，能「自知時至」，主動告訴家屬或醫護人員：還有幾天或指出某月某日將會死亡，而且真的是「鐵口直斷」。第二種病人「若有所見」，看見已往生的親戚朋友來看他或說要帶他走，沒有多久就去了。第三種病人「若有自覺」，在生命的最後幾天會吵著要回家，有時病情會稍微好轉，就是一般常說的「迴光返照」，然後時候一到就永別了。

通常都是家屬事後回想起來，才說當時的情況應該是「迴光返照」，這根本就是「事後諸葛亮」。其實是因為末期病人的病情起伏不定，如果下滑之後直接死亡，就沒有「迴光返照」現象；但是有時出現稍微好轉，然後急轉直下，事後才推論這就是「迴光返照」。如果真的可以判定末期病人的狀況屬於「迴光返照」，我們一定會直接告訴家屬，好讓家屬早做心理準備，可惜醫護人員都沒這種能耐。

三、關於「沖煞」、「洗茅草」和「最後一口氣」？

第三種要討論的臨終徵兆是：末期病人在瀕死階段會出現呼吸暫停現象或所謂「啜嘆式呼吸」。曾有某慈善醫院的佛教志工師姊提醒我說：「許醫師，末期病人臨終前吐出的最後一口氣，你千萬不可以吸進去喔！」我不以為意，因為我經常陪在瀕死病人身邊要判定死亡時間。有時候家屬以為病人已經停止呼吸，等我到身邊時，病人才吐出最後長長的一口氣，而我卻剛好吸氣，假如這口氣吸進去真的會怎樣，我早就有事了。

這大概算是民間所謂的「沖煞」，可能引發沖煞的場合包括：喪葬、醫院、曠野、古厝、陰地、怪宅等。醫院本來就名列其中，而安寧病房一向被民眾誤認為有如「墓仔埔（台語）」的隔壁，其心理陰影更甚於醫院內的一般病房。

就有佛教志工師姊跟我那當護理師的老婆說：「你回家有空要洗茅草⁴。」我老婆說：「我每天在醫院上班，那不就一天到晚都要洗茅草了。」其實我老婆的阿嬤曾經告訴她：「你沒事不要去醫院。」她回答：「阿嬤，我在醫院上班，每天都要去醫院啦！」就像我開玩笑說：「醫師難道可以看到農民曆寫今日不宜探病就決定停診嗎？」

伍、死後民俗可以安慰家屬的悲傷？

⁴ 茅草在民間是驅邪、避陰、去煞的風水植物或護身植物，被群眾廣泛使用，俗稱「避邪草」，取其枝葉用之。據說茅草可去陰、邪之氣，一般若感身體不適、運勢不順、惡夢不吉、陰邪不寧等，可用茅草枝葉煮汁水浴，浴洗或擦拭等，亦能治一切邪氣造成的不吉。

一、民俗「死者頭七會回來」只是一種幻覺？

正常悲傷現象涵蓋範圍很廣且種類繁多，包括：1.情緒反應（感覺），2生理（身體）感官知覺，3.認知，4.行為。其中第3項的「認知」要探討的有：1.感到逝者仍然存在：這是與渴念的感覺相對應的認知部份。悲傷的人感覺到逝者仍存在於同一個時空之中，特別在逝者剛去世的一段時間尤其會有。2.幻覺：視幻覺和聽幻覺都是正常悲傷行為中常有的過渡經驗。通常發生在失去親人後幾個星期之內。有幻覺不一定表示會有病態的哀悼經驗。⁵

有位師父說：「假如你下班趕著回家而闖紅燈，運氣好可以提早幾分鐘到家，運氣不好就七天後一定會回到家！」講的就是民間習俗認為：死者在頭七（死後第七天）的時候會回家看看。對於「感到逝者仍然存在」的狀態，是親人所當然的內在感情，可是外國人認為是「幻覺」的過渡經驗現象，我則非常不以為然。

對台灣的家屬而言，在死者頭七那天，他們一定會看到、聽到或感覺到：看到熟悉的身影，聽到熟悉的聲音，聞到熟悉的味道，感覺到熟悉的氛圍出現；都沒有，就會說「沒有風而紗門自開」之類的靈異現象；就算這些都沒有，也能穿鑿附會的看到黑貓、白貓，黑狗、白狗，甚至蜻蜓、蝴蝶和飛蛾等昆蟲出現或停留在家中。

例如：在某位口腔癌末期病人死後頭七那天，有位安寧病房的護理師說：那位病人回來了，因為在病房走廊上有聞到他的腫瘤傷口的味道！護理師長期幫癌症末期病人進行腫瘤傷口護理，可以分辨出不同傷口的味道，竟然能夠指出是某位病人，有如辛曉琪唱的那首歌「味道」。又例如：根據新聞報導，洪仲丘命案之後，家中出現一隻飛蛾，一直停在客廳牆上的字畫上，家屬相信一定是仲丘回來了。

曾經有家屬跟我們抱怨說：「那個人實在是無情無義，頭七的時候也不回家裡來看看！」所以我演講時會半開玩笑的說：「大家死了以後要記得：假如還保有這種能力，千萬要回家一趟被看到，不然可能被家人嫌棄說你無情無義啊！」外國人竟然說這是「幻覺」，還包括「視幻覺」和「聽幻覺」，台灣人根本打從心底相信這是真的，假如你膽敢跟家屬說這是「幻覺」，他們大可以不要理你！

二、「牽亡」或「觀落陰」是本土化的悲傷關懷儀式？

《悲傷輔導與悲傷治療》書中，「哀悼的四項任務」第一項「接受失落的事實」有段話：「有些人藉著否定死亡的不可逆轉性，而阻止自己接受死亡的事實。通靈或牽亡是否定死亡是不可逆轉的另一種策略。其實希望和逝者重聚是種正常情感，特別是失落過後數日或數週，但若是長期懷抱這種希望是不正常的。」

我在講解這段話時，總是要先澄清「盡信書不如無書」，外國人說的話不要輕易就完全相信。我認為：家屬如果「否定死亡是不可逆轉」，就等於不承認親人已死亡，那家屬應該在人間尋找，而不是要藉由靈媒去陰曹地府尋找親人。因此，會去做「通靈或牽亡」的家屬，必然先承認親人已經死亡，才會想要去另一個世界召喚親人。

所以，「牽亡」或「觀落陰」其實是：家屬接受死亡的事實而非「否定死亡是不可逆轉」。因此，當家屬必須依靠這種悲傷關懷的本土儀式，去進行一些未完成的家務事，這是我們的民情與民俗。有些家屬在病人死後，會去「牽亡」或「觀落陰」，是為了解決未了的家務事或心願。余德慧教授說：光是問一句「你在那邊過得好不好？」就可以讓家屬悲傷的淚水奪眶而出，一切的思念都盡在不言中。

⁵ 本段整理自J.William Worden：「Grief Counseling & Grief Therapy」，1991。李開敏，林方皓，張玉仕，葛書倫/譯，「悲傷輔導與悲傷治療」。台北心理出版社，1995：1-146，心理治療系列5。

親人在另一個世界過得很好，家屬就可以得到安慰。假如過得不好，就要問原因，然後找解決辦法。例如：靈媒傳話說「這裡很冷」，家屬可以燒棉襖或棉被給他；假如說「這裡很無聊」，家屬就可以燒一桌麻將外加三個牌搭子給他。如果靈媒找不到死者，家屬也可以得到安慰，因為有經驗的靈媒通常會說「他不在這裡，他已經投胎到更好的地方去了」，家屬當然更是安慰啊！

如果我們專業的醫護人員以為科學至上，不相信這些民俗儀式，認為只是邪門或騙局，只相信外國人寫的「悲傷輔導與悲傷治療」，那是自以為高尚，甚至是傲慢，卻從來不曾貼近家屬的悲傷心思，那麼這些悲傷的家屬大可以不要理會這種缺乏人性的專業人員，而其實「牽亡」或「觀落陰」正是本土化悲傷關懷儀式的其中之一種。

三、「夢見逝者」還是「託夢」比較可以安慰家屬？

我曾經跟著王浩威醫師學過東西方各種解夢學說，我認為：解夢其實就是賦予夢境某種意義。讓夢者可以自圓其說、各取所需、各安天命。好夢可以說成壞事來做為警告，惡夢也可以善解來安慰人心。例如：華人夢到棺材就說是升官發財之類的。

正常悲傷現象的第四類是行為，其中「夢見逝者」：有的是一般的夢，有的是惡夢。外國人可能當成單純的「日有所思，夜有所夢」，然而台灣人多半以為是「託夢」，所謂「託夢」一定是有意義的。對於華人民俗相信的這種「託夢」現象，我認為只要給家屬「善解」，或是為惡夢找到解決方案，家屬通常就可以得到安慰。

曾有家屬這樣跟我們抱怨：「我的兄弟姊妹都有夢到我爸爸，可是我爸爸唯獨不來給我夢，我爸爸是不是最討厭我，所以不肯來給我託夢？」因此，我習慣演講時跟大家半開玩笑說：「假如大家死後還保有託夢的能力，千萬要公平對待，不可以漏掉任何一個，以免被誤會說你對誰比較偏心啊！」

論語：「子不語怪力亂神」，並不代表孔子不相信，有可能只是抱著「存而不論」的態度罷了。孔子確實說過：「未知生，焉知死？」大家都因此誤以為孔子不談死。可是，古人古文可以互文換義，孔子說的這句話其實等於同時在說：「未知死，焉知生？」

四、傳統葬禮儀式為何需要到七七四十九天？

其實葬禮儀式若處理得當，可以增強失落的真實性，提供家屬表達對逝者想法和感受的機會，並可提供家屬社會支持網絡，因此有助於宣洩悲傷。但在民俗習慣中，七七四十九天是服喪期間，之後就各行各業、各自解散了。獨留那高危險群的喪親家屬，在人去樓空之後，更是寂寞空閨冷、悲傷獨自知！

以現代工商業社會的快速節奏，假如有公司喪假給到四十九天，連我都要去應徵。可是這個四十九天是有意義的，理論上，一般親人生離死別的悲傷，至少要用四十九天去完整宣洩，一兩週就被迫收拾悲傷上班去，還被迫要面帶笑容，基本上是不人道的對待，因此，我斷定現在人基本上都有許多未完成的悲傷。

古人說：「孝子守喪三年」，明清兩代官員逢父母之喪，依照現代公務員的名稱，是強迫「留職停薪」三年，過後才重新任用。我猜是因為：父母官假如有未完成的悲傷，萬一誤判而下錯決策，那是一方百姓都要遭殃的。那些被台灣百姓認為不知民間疾苦的當朝官員，我推測應該都有未完成的悲傷，才會導致政策與政務都荒腔走板吧！

本文作者許禮安醫師，係畢業於高雄醫學院醫學系，東華大學族群關係與文化研究所社會科學碩士，目前擔任高雄市張啟華文化藝術基金會執行長，並任職於衛生福利部屏東醫院家醫科兼任主治醫師，以及擔任台灣安寧照顧協會及台灣安寧緩和醫學學會理事，華杏出版社《安寧緩和療護》作者兼召集人，積極從事各種方式推動「臨終關懷」及「生死教育」，有興趣之讀者，可洽該基金會網站<http://www.zhangqihua.com.tw>查詢）

國內郵資已付
台北郵局許可證
台灣字3019號

雜誌
中華郵政台北誌第
6 7 8 號 執照
登記為雜誌
贈閱
【無法投遞請寄回】

四念處專欄

佛法是生死長夜的正明燈，遭受身心痛苦的末期病人，若能經由佛法的安慰、開導與修習，定能找到離苦得樂的光明大道。念佛法門是修習佛法六隨念的項目之一，而彌陀淨土法門的稱名念佛，更是下手易而成功高的難信易行之道。

釋尊一代所說教法，唯此一彌陀淨土法門，仰仗阿彌陀佛本願功德攝受之力，加上行人真信切願念佛之力，得以帶業往生極樂世界，直登不退，必至滅度，當生了辦生死大事。在照護陪伴身體與心力衰弱的末期病人時，能契機契理的適當運用念佛法門，對自他會是很有助益與啟發性的。

念佛蒙光攝，大喜充遍身

79歲的林爺爺是一位肺癌併骨轉移的末期病人，也是我同修的阿公。於住院期間，我同修有空就去看他，並找機會跟他介紹淨土法門。阿公聽聞彌陀淨土法門後，雖然有發願要念佛，跟隨阿彌陀佛往生西方極樂世界修行，但心中對此難信之法仍有疑惑，問：「我平常沒有修行，業障又這麼重，佛祖要讓我去嗎？」我同修回答：「阿彌陀佛的第18願，誓願平等救度十方眾生。只要您相信、願意去西方極樂世界修行，那麼稱佛名號，阿彌陀佛一定會來接引。不管您平常有無修行、學歷如何，或是業障如何深重，阿彌陀佛都願意收我們做學生。」我同修更進一步說：「極樂世界是唯一不必考試，只要信願念佛就可以往生的成佛保證班。」並引用了《那先比丘經》的譬喻，

浴佛法會 通啟

緣起：為了紀念教主釋迦牟尼佛聖誕，緬懷釋迦佛出世救人的精神，特舉行盛大浴佛法會，藉以宣揚佛德，祈使大眾早日成就佛道，報答佛恩。

法會內容：浴佛、供佛、師父開示。

主壇法師：上淨下行上人

法會日期：2014.05.4（星期日）

法會時間：上午9:30-上午11:40（法會結束後午齋）

法會地點：靈山禪林寺
新北市石碇區永定里大溪墘109號

報名地點：台北靈山講堂
台北市忠孝西路一段21號3、7樓

報名電話：（02）23613015～6
傳真：（02）23141049

※交通：講堂備有專車，上午八點於天成飯店前集合，敬請預先登記，以方便安排車輛接送，準時開車，逾時不候。

歡迎踴躍參加！

靈山講堂近期活動通啟（103年4月～5月）

目次	活動名稱	活動時間	活動地點	活動內容	報名時間及電話
001	優婆塞戒經講座	每月第一、三個星期日 上午09:00至11:00	台北講堂	敦請行新法師主講「優婆塞戒經講錄」（太虛大師著）	1.即日起報名 2.報名電話：02-23613016 3.報名地點：台北市忠孝西路一段21號7樓
002	禪坐健身班第294期開課	2014.5.1(四)	台北講堂	禪坐及靈山氣功	
003	佛誕節浴佛法會	2014.5.4(日)	靈山禪林寺	浴佛、供佛、師父開示等	
004	端午社區關懷	2014.5.31(六)	石碇	探訪石碇地區獨居老人及貧苦感恩戶	

靈山 現代佛教 第1版
第359期 2014年4月出版

靈山現代佛教月刊雜誌社
LUNGSHAN MODERN BUDDHISM MONTH
中華民國七十年六月一日創刊
創辦人兼導師：釋行新（郭陳敬）
編輯：靈山現代佛教編輯委員會
發行所：靈山現代佛教月刊雜誌社
社址：台北市忠孝西路一段21號7樓
7F, No.21 Sec. 1, Zhong xiao W. Rd.,
Zhongzheng Dist., Taipei City 100, Taiwan(R.O.C.)
電話：02-23613015～6 傳真：02-23141049
郵政劃撥帳號：19726167號 帳戶：靈山禪林寺

彌陀來迎笑咪咪

第 359 期 2014年4月 出版

■許煌炎

勸信說：「阿公！我們的業障像石頭，不管業障輕或重，都會沉入輪迴的苦海。但是只要我們願意把它放在阿彌陀佛的大願船上，那麼就可以出離苦海了。」阿公聽完，思惟其中的法義後，破除心中的疑惑，也堅定他要念佛往生極樂世界，離苦得樂的信願。

後來，爺爺往生的因緣成熟，於臨終助念開始，我先佈置好小佛堂，供奉西方三聖像與蓮花燈，然後依《佛說觀無量壽佛經》的經文：「一—光明徧照十方世界，念佛眾生攝取不捨」，觀想阿彌陀佛放光現前接引諦諦。經過十小時的助念後，家屬掀開往生被瞻仰遺容，掀開的當下，大家都愣住了。原本剛往生時臉上還有些痛苦的表情，助念後笑得整排牙齒都露出來了，恰如兒童般的天真爛爛，好甜喔！於第二天要入殮時，遺體像是沒有骨頭般，非常的柔軟。不由得讚嘆阿彌陀佛本願力與其光明名號（歡喜光佛）的不可思議，並深信阿彌陀佛四十八願中的第三十三願「觸光柔軟願」是真實不虛的。

爺爺的信願念佛往生，就如《佛說無量壽經》所言：「其有眾生，遇斯光者，三垢消滅，身意柔軟，歡喜踴躍，善心生焉。」真是念佛蒙光攝，大喜充遍身。同時也啟發了家屬對阿彌陀佛「其佛本願力，聞名欲往生，皆悉到彼國，自致不退轉」的信心。

啟發自己去省思生死大事

從陪伴末期病人的實務中，啟發自己省思：死亡！我準備好了嗎？藉由經常思惟《佛說無常經》

靈山禪林寺藏經樓
興建資金勸募 啟事

本寺創辦人上淨下行人，畢生重大志業之一，為將漢文大藏經翻譯成越文大藏經，承上人宏大願力及十方善信殊勝助緣，目前翻譯印經事業已近圓滿，越文佛經及著作陸續出版。茲為安置倡印之越文佛經，而興建藏經樓，以利流通。

勸募辦法

（一）募款以二百單位為募款目標。

（二）靈山禪林寺擬於興建藏經樓募款目標達成後，啟建梁皇懺懺法會，為功德主祈福消災

（三）藏經樓興建後廣泛使用於藏書、講經、僧寮等…利益眾生

靈山禪林寺 新北市石碇區永定里大溪墘109號
連絡人：釋清根 0933-138-619
釋清藏 0933-469-132

靈山講堂定期活動表

名 稱	主 講 人	時 間
梁皇寶懺法會	行河法師 主持	週二 晚上07：30～09：00
梁皇寶懺法會	行河法師 主持	週四 上午09：30～上午12：00
禪坐健身班	張文松老師 主持	週四 晚上07：00～9：30
藥師經法會	每月第二週日	週日 上午09：00～12：00
禪林出坡	每月第四週日	週日 上午09：00～
優婆塞戒經講座	行新法師	每月第一與第三個星期日 上午9：00至11：00

地址：台北市忠孝西路一段21號7樓（捷運台北車站3號或7號出口）
電話：（02）2361-3015～6

名 稱	主 講 人	時 間
藥師寶懺共修	行河法師 主持	每週 週四晚上07：00～09：30
法華經法會	行河法師 主持	（每週第三週、週六、日）早上8：30～下午6：00週日下午甘露施食

地址：台中市進化路575號16樓之1（國產大樓）
電話：（04）3702-1688～9

