

# 面對病苦與臨終的篤定與正念

西蓮淨苑和尚尼<sup>上</sup>惠<sup>下</sup>慧<sup>下</sup>修法師最後的身教

文／法謙法師



西蓮淨苑住持和尚<sup>上</sup>惠<sup>下</sup>敏法師曾經說過，一個人在世上最有價值的，就是他的身語意。和尚尼，我的二師父，<sup>上</sup>慧<sup>下</sup>修法師（以下簡稱和尚尼），用她生命中最後的65天，為我們上了一堂佛法的生命教育課程：修行人如何透過身語意，在病魔與死魔的面前，展現佛教修行之戒定慧的價值？



修行人一樣得面對病魔與死魔，佛陀就是看到眾生的生、老、病、死苦等勢不可免，這才有佛法的解脫之道。面對病苦與死苦，沒有夢幻的神話，也沒有投機的僥倖，靠的還是平日點點滴滴累積起來、紮實的修行功夫。

因此，如何用佛法來面對人人皆不可免的病苦與死苦，這才是和尚尼要教給我們的事。即使有一個圓滿的結局，卻是來自一個「無事不有難、無難不成事」的努力過程。

## ■ 示現無常迅速

無常，常常在意料之外而突然降臨。和尚尼從去(108)年11月18日因為腹痛去北市聯醫仁愛院區急診而住院，三個星期之後宣告積極治療無效，轉安寧療護，故於去(108)年12月19日返回淨苑居家安寧照護，而於今(109)年1月19日正念往生。從住院到往生，整個期間不過就是兩個月的時間，成了她生命中最後的65天。和尚尼在病中殷殷告誡我們：「人生很無常。我之前都很健康，臨時生這個大病，所以要知道無常。」

## ■ 三個星期之內面對與接受病情

確實，這個無常來的又急又猛，絲毫不留情。住院第二天晚上，主治醫師已經高度懷疑是膽管癌。緊接著各種檢查，到住院第五天時確定診斷，是中央型膽管癌，這種癌

症的惡性與胰臟癌差不多，幾乎無法有效治療。由於腫瘤阻塞了膽管，膽汁無法順利流通，引發了膽囊炎與膽管炎，這些細菌感染進而可能造成全身性敗血症，必須先緊急處理，故於住院第八天做了第一次膽管內支架的處置，做完之後，即使輔以繼續注射第三代抗生素，和尚尼還是不時地發燒而且出現黃疸，有可能引流效果不好且持續感染，所以於住院第十七天，做了第二次膽管內支架處置。遺憾的是，做完之後還是一樣發燒，沒有緩解。住院第十八天，此時還不到三個星期，主治醫師便表示，經過內、外科與感染科，加上僧伽醫護基金會慧明法師特別拜託感染科名醫前仁愛醫院副院長顏慕庸醫師會診，一致的共識是第三代抗生素的感染控制效果有限，然也沒有更後線的抗生素可以更換了！換句話說，敗血症威脅的巨大陰影正籠罩著和尚尼。住院第十九天上午，和尚尼發作第一次敗血症大寒顫。下午，醫師召集僧俗二方眷屬開第二次家屬會議，讓大家有心理準備要從積極性治療轉成安寧療護。

三個禮拜過去！一開始在急診時，我們都以為開刀切除膽囊就沒事，沒想到最後演變成直接轉成癌末的安寧療護，大家都非常震撼。而這一切，就發生在短短三週之內。

關於病人本人的病情告知，在住院第五天召開第一次家屬會議中，醫師說明了診斷以及治療計畫，之後法謙即開始設法向和尚尼告知病情。住院第十天，和尚尼深所信任的外科部部長丁金聰醫師特來用簡單清楚的方式告知和尚尼關於膽管癌的病程。之後，於住院第二十天，丁醫師再來跟和尚尼說明癌症併發敗血症已經無法用第三代抗生素控制，必須做最壞的打算。

回憶起在住院第二十二天，住持和尚欲來醫院探視和尚尼之前，由於和尚很關注病人是否知道自己的病情，於是法謙試著問二師父「假如和尚問您得的是甚麼病，您怎麼說？」和尚尼很乾脆地說：「膽管癌」。法謙又問：「預後會怎樣？」這下她更坦率直接地講：「死翹翹！」說完我倆相視一下，突然間笑起來！多麼豁達的一個和尚尼！面對即將來臨的死魔，臉上毫無畏懼之色。

一般來說，在確診罹患癌症後，癌症患者通常會經歷否認期、憤怒期、抑鬱期、妥協期以及接受期等五個心理變化階段，而和尚尼在短短三週內，即在「兩岸猿聲啼不住」的狀況下，悄然已是「輕舟已過萬重山」，直捷地面對它、接受它、處理它、放下它。

## ■ 通過擺盪、智慧抉擇

中央型膽管癌對西醫來說，是非常惡性、非常棘手，甚至可以說，缺乏有效治療方法的癌症。確定診斷，簡直就像是宣布死刑！大部分的人一旦碰上，絕境求生，不免



朝向「死馬當活馬醫」的想法，想盡、用盡各種正統療法以及另類療法，來延長壽命或者恢復健康正常，無可諱言，這是人類的求生本能。而且病人身旁的人，大多數也會鼓勵他積極治療，並且熱心地提供各種偏方、食補藥補的，或介紹耳聞、親證哪裡有曾治癒過類似的疾病的所謂「名醫」（不管有沒有醫師執照）。

和尚尼畢竟還是凡夫僧，初聞疾病噩耗時，她並不是沒有擺盪在「繼續住世，護持三寶」還是「萬緣放下，求願往生」之間；擺盪在「正規醫療」與「另類療法」之間。但是在沉心靜慮後，她很快地、很果斷地，以智慧選擇了實證醫學，如實地去面對並且接受適當的處置，把肉身的照護交付給信任的醫療團隊，把慧命的延續交託給佛法僧三寶。

整個醫療團隊包括仁愛醫院的內、外科部部長級醫師（廖麗瑛醫師、丁金聰醫師）以及黃庭章主治醫師、向來護持淨苑的陳乾原醫師，還有居家安寧照護簡秀娟護理師等；此外，本苑諸多接受過臨床宗教師專業訓練的法師們，還有與和尚尼淵源深厚的上慧下明法師（僧伽醫護基金會董事長，法師得聞和尚尼罹癌，立即由僧醫會提供褐藻醣膠俾供服用），這些護持者組成一個強而有力的身心支持系統為助緣，加上和尚尼本人的修行功夫為正因，在這些因緣下，和尚尼就這樣勇敢踏上這一段歸程。

## ■ 以戒定慧直面沒有僥倖、無法躡等的病程

### 住院期間

和尚尼的膽管癌病情，剛開始面臨的是敗血症的威脅。住院期間，病程循兩條路徑進行：一是膽管阻塞造成的細菌感染，二是膽囊內膽汁蓄積排不出來，化膿感染，故而在住院時注射了一個月的第三代抗生素，即是處理細菌感染的問題，不過最終宣告失敗。和尚尼出院時，抽血報告的數據已經不好，隨時有敗血性休克致死的危險。連醫師都說，只要停了抗生素，回去之後，也許撐個兩、三天，也許一、兩週，實在不敢說，總而言之，不看好就是。

### 回苑第一週

籠罩在敗血性休克死亡風險之下，和尚尼以癌末病人身分回到淨苑，但她不是立即躺臥在床要人服侍，而是想辦法恢復以前健康時有紀律的生活，該運動的時候運動，該吃飯的時候吃飯，該拜佛的時候拜佛，該做功課的時候做功課，當然，該教訓徒弟的時候還是要教訓。可能佛菩薩保佑吧，回到淨苑第一週，前五天都很平安，超出醫師不樂觀的預期，可是到第六天，開始嗜睡、黃疸加深，第七天，敗血症大寒顫在短時間內又連番來襲了！仁愛醫院丁醫師依一般臨床經驗推估，告知我們要小心，和尚尼有可能在接下來一週內往生！

## 回苑第二週

回苑第二週，細菌大軍壓境，與和尚尼短兵相接，和尚尼不屈不怯，二者形成拉鋸戰。第八天，和尚尼中午已經無法在侍者攙扶下步行到洗手間，整日疼痛與昏睡，必須增加止痛貼片劑量。可是到了第九天，和尚尼在沒有使用抗生素的狀況下，戰勝細菌，病情回穩，又可以下床走到洗手間。第十天病情穩定一些，晚上，她突然問旁邊的法師，有沒有聽到佛號聲？這個時候其實沒有人念佛，也沒有任何念佛的聲音，法謙感到有一點詫異，監院慧道法師趕緊問，您聽到是怎樣的念佛聲呢？能不能念給我們聽聽？和尚尼就開始唱念。第十一天，敗血症捲土重來，細菌發動更大規模襲擊，下午全身寒顫發作，陷入昏沉狀態、呼吸非常急促，此外又伴隨著大便失禁，我們想，怎麼上午都還好好的，這下子成了這樣，可能真的要往生了！第十二天，神奇的，和尚尼又戰勝了這一仗，早上醒來，完全不記得昨天下午發生的事，逐漸恢復正常。上午還會親自示範教徒弟如何摺衣服。總結第二週的病情進展，本來醫師預估有可能會因為敗血症往生，但是和尚尼與細菌交戰後形成拉鋸戰，和尚尼並沒有馬上被打倒。

## 回苑第三週

回苑第三週，和尚尼除了對抗外來的細菌，現在還要再加上自己身體器官的肝衰竭，內外夾攻，病情一日數變，但是戰況總是跌破醫師眼鏡，讓人嘖嘖稱奇。

第十七天，喘、痛苦、吞嚥功能下降，簡護理師下午來做居家護理，我們討論到她今天上午的一些徵兆，她也表示，已經有一些往生跡象。護理師幫她做口腔清潔與保濕護理，預防口腔潰爛，減少她的口乾舌燥與不適感。護理畢，她突然問護理師，今天要不要按摩腳，還是只有「按摩嘴巴」？逗笑了大家。繼續按摩腳，她覺得很舒服，眼睛眯眯似睡。我們一面學習，一面聽護理師分享個案，我問似睡中的師父聽得懂我們在講什麼嗎？她突然說：「你們又不是講英語，當然聽得懂。」我們嚇一大跳，覺得她看起來在昏迷，可是意識好像還清晰？晚上與仁愛醫院丁醫師 line 今天和尚尼的狀況，他表示：「聽起來是已經肝衰竭了，一般人這個時候很混亂，會行為與神智錯亂，有些人會失去自己控制的能力，師父是修持佛法的人，所以超乎想像的穩定，見識到佛法對身心靈的大威力。」所以這一天真是波濤詭譎、欲走還留的一天。

第十八天，從昨天晚間開始，和尚尼昏睡中除了帶有呻吟聲以及呼吸聲比較粗重之外，還有連續打嗝的現象，並伴有一些躁動。清晨醒後意識清楚，坐在書桌西方三聖佛像前，拿念珠念佛一陣子。今天清醒的時間不太多，多半臥床昏睡中，睡中有一些抓癢的躁動。直到下午清醒坐起身子，此時意識非常清楚。弟子們把握時間，都聚集圍繞在她膝下，法謙問她昨天昏睡中聽得到我們的念佛聲音嗎？她點點頭！昏睡中呻吟是有不舒服嗎？現在會覺得不舒服嗎？她說不會。然後她還很慈愛地給我們摩頂，承諾她到



西方極樂世界以後會回來接我們。

這一週的病情變化，真是一日數變，醫師都說不準。在敗血症與肝衰竭的雙重夾擊下，醫學上認定差不多應該要往生了，但是和尚尼都還是能轉敗為勝，從谷底再爬起來。只是肉身經過這樣的摧殘，越來越虛弱了。

#### 回苑第四週

進入回苑第四週，和尚尼的肉身敗血症與肝衰竭的雙重侵蝕下，越來越糟糕，但是她的心力讓醫師見證了許多不可思議。首先是奇蹟式的迴光返照，再來是和尚尼的心，越來越像純真的孩童，呈現純潔真誠的赤子之心。到了往生前24小時，自言見到菩薩來了，雖然肉身免不了因緣法則，繼續敗壞，但是終究以願心突破業力，正念往生。

第二十八天，往生前四天，從下午開始身體明顯不舒服起來，傍晚又進入昏睡，晚間心跳加速跳到120以上，喘、心臟不舒服，逐漸進入臨終狀態。

第二十九天，往生前三天，早上還能起身念佛，但是到晚間，臨終譫妄與躁動現象出現，脈象很弱。

第三十天，往生前二天，譫妄與躁動現象過了之後，意識恢復清楚，下午護理師來都還能微弱地微笑打招呼。

第三十一天，往生前一天，早上六點多時，對侍者表示，見到菩薩來了，恭敬地對西方三聖像前合掌念佛，然而此時已經有火大分解的臨床表徵出來。上午仁愛醫院丁醫師再度來苑探視，和尚尼此時雖然已經非常虛弱，但是很歡喜見到丁醫師，丁醫師仔細端詳和尚尼，表示很不可思議，黃疸比在醫院褪了很多，在醫院的影像檢查中，癌細胞已經吃掉膽總管的中央了，沒想到現在黃疸褪了，臉部與手部的外表、膚色都還很莊嚴，沒有枯黃或水腫變形，也沒有腹水。他問和尚尼有什麼不舒服嗎？和尚尼居然說，沒有。法謙在旁邊插嘴說，有身體癢啊等等，和尚尼輕聲說，「那是他們的問題，不是我的問題」。聽得丁醫師都笑了。那一瞬間，我突然覺得，和尚尼很像維摩詰居士示病。下午開始，和尚尼臨終的譫妄與躁動開始明顯與頻繁。晚上陳乾原醫師前來診察，表示和尚尼可能快往生了。

第三十二天，往生當天，早上8:00和尚前來探視，並且開示：「她目前的『啊』聲，可作為『阿彌陀佛』佛號的一種『所緣』（修行的對象），好好善用。佛法的『所緣』無量無邊，都可以讓我們學習『無常、無我、寂靜』三法印。例如『安那般那念』或『四念住』，讓我們好好地、仔細地去觀察呼吸、身體的覺受，去覺察無常、無我，

以及不生不滅的空性，就像金剛經上所說的，『發阿耨多羅三藐三菩提心者，於一切法，應如是知，如是見。』如實知見，這就是阿彌陀佛了！」和尚也說，病人由於病因緣，讓她不能完整念出四字洪名，但是她能念出「阿」聲也是佛號。

於是和尚離開之後，監院慧道法師、弟子法詮法師與法謙，隨著和尚尼口中念「阿」，一起念阿彌陀佛。我們都很專注看她的口，看她出聲「阿」，我們就一起念「阿彌陀佛」，以她的律動為律動。經過沒有多久，和尚尼的「阿」就小聲下來，我們就更加專注注意，到8:30和尚尼的呼吸極慢、極緩，8:32吐氣之後就沒再吸氣了。沒有喘不過氣，沒有喉頭嘎嘎聲，沒有大吸一口氣大吐一口氣等等，就只有越來越平緩安靜的呼吸，直到最後。我們三人為見證。

綜上所述，和尚尼的病情展演，與一般膽管癌病患所要面臨的病苦的挑戰並無多大不同，包括：敗血症併發寒顫的顫抖與發燒、癌末的疼痛、喘不過氣、瀕死前的譫妄與躁動、大腦體溫調節失常致使的極端發冷、發熱，還有黃疸留下來皮膚劇癢的後遺症等等。這就是因緣所生法的平等性。這些醫學教科書上、紙上談兵的東西，和尚尼彷彿都親身演過一遍，只是有的演出一次就不再出現，有的則是反覆演出。和尚尼並不跳過這些步驟，雖然身為弟子的我，曾經幻想她會有跟一般病人不一樣的病程，不會受那麼多苦，但是她展現出來的是疾病的因緣法平等，頂多是同中有異。這無異告訴我們，生病或病苦一事，特別是修行人，不要抱持僥倖、不要想要跳過艱等，不要想我們可以免掉經歷這些。

**血肉之軀，在病因緣下，眾生平等，要靠的是我們平日累積的菩提資糧所滋養的戒定慧。**在戒定慧功德的支持下，和尚尼肝昏迷的臨床表現顯得非常非常特別：雖然她跟一般膽管癌病人同樣會經歷意識模糊、嗜睡或昏睡等肝昏迷，但是只要這段時間一過，和尚尼又會回神甦醒，意識神智恢復得跟正常時一樣。就這樣，色身與意識的變化起起伏伏，常常是從正常跌落谷底，又從谷底出人意表地再爬升回來，連幾乎每日都來診察的陳乾原醫師也直說不可思議，說和尚尼很不簡單，通常肝昏迷，就是一直昏睡過去的，她清醒、清楚時間，相對的長，讚歎她有難得的「**身輕安**」。和尚尼在臨床上的表現，還有丁醫師、廖醫師等這些醫療專業人士見證下的不可思議。

## ■ 菩提資糧以為憑，突破重圍奔西方

和尚尼在短短的兩個月中，面臨排山倒海、席捲地、撲面而來的巨大病苦與死苦，她所展現心力之堅強、篤定，以及正念往生，正是我們要學習的。除了和尚尼此生平日所累積的護持三寶事、聞大乘法等福慧資糧，依據侍者們日夜隨侍在側的觀察，和尚尼有四個重要特點：



一、對於三寶的信心與恭敬，心如金石。例如，即使色身虛弱到不能控制大小便、侍者第一時間立馬動手處理眼前時，而她第一句話一定是說：「把佛像捲起來。」

二、把面見阿彌陀佛、往生西方極樂世界，視為唯一歸處、不二目標。在幾次昏迷、不省人事時的囁語中，我聽到她一直口稱「極樂世界」、「西方極樂世界」。看起來在第六意識暫時失去清楚功能時，她阿賴耶識中根深蒂固的彌陀種子，依舊閃閃發亮引領著她。

三、堅持紀律，難行能行，難忍能忍。在規律生活（包括飲食與運動）與做功課上，和尚尼即使在病中也從不懈怠，服膺「自己做自己的監香」的信條。打個比方來說，就像已經運轉七十五年的老機器，念佛的功能幾乎不見暫停，若真要說有暫停之時（從外觀上看），從來也不是螺絲鬆了、鏽了的原因，而是暫時供電不足。不管是在醫院或在淨苑，和尚尼只要身體堪忍，從沒停下來做功課或念佛，最多只聽到她嘆氣說：「現在精神要集中很不容易，要花比以前更多時間才能做完。」（PS. 指誦完阿彌陀經或持楞嚴咒，又或者計數念佛）

另外，法謙還特別觀察到，和尚尼對於癌末病人應該攝取的營養，並非「劍走偏鋒」式的斷食求死或過分補給，而是一種「中道」的態度。和尚尼曾說，在阿彌陀佛還沒有來接之前，要能顧好自己的肉身，在因緣許可下還是要注意營養的攝取，才有精神體力繼續精進念佛。在此，要替和尚尼特別感謝僧醫會免費提供褐藻醣膠營養補充品，和尚尼到往生前都很珍惜地持續服用。

四、堪忍病苦，反求諸己，懺悔業障，逆來順受，把苦受不作違逆想。黃疸帶來的皮膚劇癢、癌末的疼痛不適（雖然已經用止痛貼片控制）、腸胃機能障礙導致腹部脹氣、腿足水腫，以及每次寒顫打顫與其後的疲憊與發燒、盜汗不適，加上末後幾日口乾舌燥與口腔黏膜潰爛，在在折磨和尚尼的色身。但是對於這些症狀，我們從沒聽她抱怨過，她總是逆來順受，醫療或護理可以處理的，就交給醫師或護理人員甚至我們來幫她處理，醫療上不能處理的、無法緩解的，她就默默的承受與面對，用無常生滅的心態來度過，同時誠心發露懺悔。



## ■ 宗教經驗秘而不宣

和尚尼素日就是低調不喜張揚的人。到最後的日子裡，她才道出在這一段病程中，她的宗教經驗。歸納如下：

一、在仁愛醫院住院時，當天晚上一踏進病房就感覺地面是柔軟的，此外，還數度見到阿彌陀佛與諸大弟子現在空中。

二、同樣在住院期間，曾夢見殿堂內坐著一大群身著袈裟的莊嚴大眾僧，但是由於自己身穿病人服，儀容未整，所以不敢進去殿堂裡面。

這裡特別要提出來的是，在住院期間，她的病程尚未進到肝衰竭或肝昏迷階段，神智一直都很清楚。

三、回到淨苑居家安寧，有一天侍者幫她翻身按摩，一翻身，她看到她平日案桌前的阿彌陀佛接引圖，左下方有朵蓮花，她馬上用指頭指著蓮花說，她總算看到她在這裡，以前都沒有看到過。也是在這段安寧照護期間，有一天晚上，她聽到旁人聽不到的佛號唱念聲，並試著唱念給旁邊的法師們聽。

四、往生前一天（1月18日）清晨四點多醒來，之後向侍者表示，看到菩薩來了，並且表示自己可能今天要往生了。（註：和尚尼於1月19日上午8:32往生）

和尚尼茶毗之後，我們發現她隨身常用的木質念珠（入殮時由法謙親自放入棺木中），在攝氏900多度的高溫焚燒下，留下一顆完整珠子，就像本苑開山<sup>上智</sup>下諭老和尚在茶毗之後留下三顆念珠一樣，被我們淨土行人視為念珠舍利。

## ■ 看護的學習心得

在這65個日子中，從看護的角度，我們學習到「以病人為中心」之照顧最高指導原則。尊重和尚尼的意願，包括她想吃的藥、想見的人、想做的事，而非「以愛之名」或者「這樣對她比較好」的理由，來勉強她、善意欺瞞她或敷衍她。當然，要做到這項非常不容易，必須跟她好好溝通「為什麼會這樣」，以及「為什麼要這樣」。因此，借重專業，以及提升自己的專業知識與技能也就非常重要。

此外，和尚尼有一群真心敬愛她的徒弟，每個人在這最後的65天，或多或少都參與了貼身照顧她的過程，這讓她很欣慰、很安心，沒有被特定人專擅把權，有事大家一起討論，可以協調，看到徒弟們能夠同心協力、分工合作、互相支援與支持，讓她能更加放心地離開。



最後，要感謝眾多成就和尚尼正念往生的助緣，除了檯面上的支持系統，還有更多低調、默默地替和尚尼集氣、迴向的善因緣，這些當然都是她幾十年來，堅持與人為善的結果。她就常告誡我們，不要與人太計較、要放下身段與人和合。

和尚尼往生迄今將近滿月，但是常常在某一些生活情境裡，自然浮現她的身教與言教，歷歷在目，言猶在耳，特別是她面對難事的篤定與正念，這正是她留給我們最珍貴的禮物。🌿



### 慧修和尚尼生平

- 1945年12月（農曆11月）生
  - 1970年於光明寺緣遇智諭老和尚
  - 1971年出家
  - 1972年隨老和尚開創西蓮淨苑，為「當家師」
  - 2001年淨苑第三代僧眾出家，為「和尚尼」
  - 2007年「當家師」榮退，轉任「輔導監院」
  - 2019年11月18日示病住院
  - 2019年12月19日回淨苑緩和醫療
  - 2020年1月19日正念往生
- 世壽75歲，僧臘48年，夏臘45年



### 作者小檔案

法謙法師，和尚尼侍者群之一。台大醫學院公共衛生學系、研究所畢業，美國約翰霍普金斯大學公共衛生碩士，法鼓文理學院佛教學系碩士。出家前曾任政府衛生行政機關與公立醫院管理職務。

