

# 從生死教育看老人的靈性照顧

劉清虔

## 壹、前言

就人的生理發展而論，老人是一群與死亡較為親近的族群。因為，人到老年，困惑著老人最直接的便是身體健康的問題，慢性病纏身、健康亮紅燈、行動不便，在在都使老人有接近死亡的迫切感。於是，對於生死問題不再能迴避，必須加以正視，甚至，我們可說，老人的生死態度直接決定了他們晚年的生活光景，成為他們是否成功老化的一個重要關鍵。本國文化普遍避談死亡，也忌諱諸多與死亡有關的事物，例如大樓中沒有四樓，直接貼上五樓，因為「四」與「死」接近；送紅包時，數字也是避開「四」；汽機車領牌照，若是可行，也期待領沒有「四」的牌照。即使如此，死亡仍是人最終必經之路，無人可免。

既必須面對死亡，死後究竟何去？就不得不去思考。在人生哲學裡，人生三大問題是：生從何來？死往何去？當做何事？人必須先弄懂自己生從何而來與死往何去，才能對自我的生命定位，進而明白自己在此生當做何事。這自是一個人從年輕時就當思維的生命問題，只是，人往往只是埋頭向前衝，而將此根本問題遺忘或擱置。但是，當人到老年，再問「生從何來」已不重要，「死往何去」是個更重要且貼切的問題，因為，這直接關涉到他們在餘生當如何渡過。在眾多學科領域裡，最直接與死亡有關的便是生死學；而超越理性範疇的宗教，更是以人的靈魂為對象，以人的靈性修煉為目的，並從現世直指來生，透過宗教教義的傳遞，使人能看淡生死，甚至平安迎接死亡。

透過以上的論述，我們可以得到一個連串的命題積疊：一、要使老人成功老化、安享餘生，就必須使老人正視死亡的問題；二、要協助老人正視死亡，就必須對老人進行生死教育；三、要對老人進行生死教育，就必須關注到老人除生理、心理之外的靈性；四、要關注老人的靈性，就必須藉由宗教教育的教導；五、有了對宗教之死亡信念的認識，老人於是能身心平靜、安然面對死亡。最後，若一個老人瞭悟自己死後魂歸何處，自然有助於他更認真、豐富地度過餘年。

因此，在本文的鋪陳裡，首先提出三層次的人觀，藉以說明人的靈性在人生命結構中的地位，以及其所引動之生命形態；其次，以三層次的人觀為基礎，從賦權（empowerment）的進路談論老人生死教育的意義與重要性；再來，則進入宗教教育的領域，介紹幾個台灣主要宗教對死亡的看法，並將焦點置於對死後世界人將魂歸何處的探討。最後，論到宗教與靈性照顧的關係。盼藉此文，以宗教與生死教育為主軸，一探老人之靈性需求與靈性照顧。

## 貳、三層次的人觀

嚴格說來，所有的自然科學與人文科學皆是「人學」，因為，都是以人為中心的。自然科學中的醫學要使人得健康、建築的房子是給人住的、土木造橋是給人走的、電機資訊的設施是給人用的、機械的產出如汽車是給人開的。人文科學中的法律要規範人的行為、社會學研究人的互動、政治學探討人的權力運用、經濟學詢問人的需求與滿足。凡此種種，都可被視為一種「實用人學」。但是，吾等仍必須進入形上層次去思索人的根本意義、基礎價值，理解人的生命的層次結構及其需求面向，否則，當人以其智慧塑造出高科技的現代社會時，卻發現人非但沒有得到自由，反而受到宰制。

人作為一個思想的主體，正可對其自身進行反思，即意識到身為人而與萬物之差別，或作為人而論其應有的存有結構。馬克思的哲學人類學曾深度處理過這樣的問題(1)。然而，吾人在此提出一個三層次的人觀，藉以說明人之所以為人的根本意義。

### 一、人的生命結構：物質(低)—精神(中)—靈魂(高)

若論一個人的整體結構，絕不僅如表面所見之與其他動物相同的肉體，還包括存在著意識與思維的精神，更涵蓋追尋超越、邁向神聖、探求永恆的靈魂。但許多人面對此結構的態度卻是：對於肉體，不思自明；對於精神，證成即得；對於靈魂，存而不論。然而，就吾人的觀點，人作為一個卓越於其他萬物的存有者，只論物質，是低的層次，涉及精神，則更加提高；能跨足靈魂，才是最高境界。

#### 1. 人的物質層次

人首先是作為一個物質的存在體，是一個肉體，從科學的角度看來，人體有70%的水，其餘的30%則是由鈣、磷、鎂、鐵等礦物質所形成的骨骼，與由氨基酸、蛋白質等所組合的組織與器官。人體可以完全被物質所拆解，因為，人體就是物質。這個物質的組合必須維持其運作，因此，需要食物、水份、日光，這是一個人肉體的最基本需求。然而，如果人的一生只是在尋求這種物質身體的滿足，顯然無法滿足作為世間最高存有者一種本然的、自發性的本質。於是，在物質的需求得到滿足後，即會進行更高層次的追尋，那就進入精神的層次。

#### 2. 人的精神層次

當然面對外在世界的時候，開始想到自己是誰？在做什麼？為什麼世界萬物會是如此？就已經來到了精神的層次了。精神的核心屬性就是思維，人會對自身與世界有反應，並進行反思，這是因為人的肉體具有一套人藉以與外在世界溝通的感覺系統，簡稱為外感官，包括眼、耳、口、

鼻、四肢等，當然，所有的動物都有其與世界溝通的系統。而人的獨特性展現在人不會有反應，更會去反省，進而去進行記憶、分辨、判斷、創造、發明等心智活動。因此，身為動物要吃、身為人要吃好；身為動物要穴、身為人要華屋；身為動物要跑，身為人要坐車。文明，正是人的精神活動的累積。

### 3.人的靈魂層次

靈魂的存在，未若肉體般，是一個實體。從理性主義的角度言之，人只區分為肉體與精神，人所能探究的就是現實的世界。但是，宗教從超越性的觀點，就認為人的結構中，靈魂絕不可或缺，甚至會進一步去探究靈魂的作用以及在人死後的去處。在世界宗教中，猶太教、基督教、印度教、道教等都相信人有靈魂的存在，於是也都發展出一些獨特的方法，要修煉自己的靈魂，並企求今世的福樂而來世的安息。人死後所有的喪葬儀式，所處遇的也正是關聯到人的靈魂問題。靈魂是人的生命結構中的最高層次，也正是人與禽獸之所以不同的主要分界。

## 二、人的生命狀態：生存(低)—生活(中)—生命(高)

人是以什麼樣的方式存在？當我們說有人如行屍走肉時，他是否還被稱之為人？存在的狀態有高低之別、亦有貴賤之分，因此，我們便可將人的存在方式區分為只求肉體溫飽的「生存」，以及更高一點追求品質的「生活」，甚至是講求意義的「生命」。

### 1.生存：講究技術

動物的本能便是求得生存，因此，低等哺乳類動物與爬蟲類等，一出生即會自行覓食，覓食是每一種動物的本能。不僅是動物，作為動物之一的人也是如此，整個人類文明的發展，其實便是人謀求生存的軌跡。哪裡有充足營生的資源，哪裡就有人群的聚集；從古代的大河文化到今日的人口都市化，都清楚顯示此一定律。人必須生存，對台灣的先住民而言，渡

海來台，謀的是生存；早期農村社會，人人從早忙到晚，也是「為著顧三餐」，吃飯一直是華人社會的重要大事。若要生存，就必須講究技術，因此，有人學醫、有人學工、有人學農，百業之誕生即肇因於生存的需求。

## 2.生活：追求品質

然而，對所有動物而言，牠們的生命狀態似乎只停留在為覓食而生存。人卻不然，人會在吃得飽足之後，追求一些肉體物質之外的東西。因而，順應精神層次的需求，便要追求生活的品質。精神，所涉及的面向很廣，包括了音樂、繪畫、雕刻等藝術的欣賞，還有自然、社會、歷史等知識的求取；也企圖吃得更好、住得更好、穿得更美，這都是尋求精神層次的滿足。如前述，人的精神的一個重要屬性就是思想，故人會以其心智活動對外在世界進行改造，使世界更符合人所居住；今日進步的科技所代表的，正是人在取得舒適的生活品質時所進行的努力。

## 3.生命：尋求意義

人存在狀態的最高層次便是去追求生命的意義。生命的意義呈現在諸多的人生問題裡，諸如：痛苦何來？幸福何在？前路何往？或捫心自問：難道我就這樣過了一生？在我一生中最重要的事是什麼？我存在於世的最高價值是什麼？如果我現在就這樣死去，會有什麼後悔與遺憾嗎？當人對生命發出這麼多的問題，這些問題的匯集就形成生命的意義。人的靈魂會促使人思想今生來世的問題，不只尋求今生的安適，還要確定來世的安息。生命的意義一旦底定，也隨即確立了生命的目標與方向，更使人在追求肉體的滿足與精神的安慰時能不致失去生命的重心。

## 三、人的生命性質：獸性(低)—人性(中)—靈性(高)

當我們責備一位性侵害犯「你比禽獸還不如」時，言語的背後其實預設了此人在進行此行為時他的「人性」迷失了，篡之而起的是他的「獸性」。當我們盛讚一個人是聖人時，言語的背後同樣預設了此人品性之

高潔，超越了一般的人性，所展現的是更高的「靈性」。獸性伴隨肉體而來，人性是精神之所繫，而靈魂的產出物自然是靈性。

### 1. 獸性：肉體的本能性情

作為動物之一，人都有獸性。獸性並不全然是壞的，從樸實的意義論之，獸性所指即禽獸之性，何謂禽獸之性？不過是：餓了就吃、渴了就喝、累了就睡、發情了就交配、懷孕期滿就生產。這些都是動物的自然本性，人都會做，也都必須做。然若人只做這些，又與禽獸何異？事實上，肉體的獸性所具有的法則，便是祈求生存之道；但是，身為萬物之靈的人類，總會在獸性之外發展出另一套行事的法則，這便是道德。透過對道德格律的奉行，使人的行為抉擇可以擺脫獸性的格局，而展現出人性。這便是一種提昇，從獸性邁向人性的提昇。

### 2. 人性：精神的善惡良知

人性，自然是人天生所具有之性，其中已包含了獸性。人性，又可從兩個角度來談：首先，人性可以區分為理性與感性，這是人以其精神去面對外在世界時的雙手。在生活的品質裡，所求者亦是理性與感性的舒適與圓融，是精神境界的和諧。但是，理性與感性在行為表達之時卻常為人帶來困擾，事實是，有些人過於理性、有些人過於感性。其次，人性亦可分為善良與邪惡，這二者是道德的層次。對獸性的負面評價，其實就是人性之邪惡的代表，故當人遂行惡事，我們罵他禽獸。但是，人性亦有良善的一面，展現在助人、利他、顧全大局時自我所做的犧牲。

### 3. 靈性：靈魂的淨化運作

因為人有靈魂，才會去追問生命的意義，有從現世跨足永恆的超越性思想，進而發展各種達於彼岸的修行，這正是靈性的作用力。所謂修行，所修者即是靈性，因為靈性可作用在人的思考、行為，靈性也展現在全方位的關係之中，如天人關係、人際關係、物我關係。更重要的是，為什麼

人必須從人性向靈性提昇？因為靈性可作為人性之淨化，對人性進行存善去惡與去蕪存菁的洗滌，使人性的善良面存於現世；另一方面，靈性亦可作為理性與感性的樞紐，一個有良好靈性之人，必可在各樣不同的處境中，適度將理性與感性表達，而使事物和諧圓滿。

吾人分別從人的生命結構、生命狀態與生命本質三個面向，討論了三層次的人觀，旨在使人開始反省：位居中層的人性若是向下沉淪，則淪落成獸性；若向上提昇，則可修煉而展現靈性。作為精神實體而講究生活品質的人若向下沉淪，也可能只是個為求取溫飽、滿足肉體而生存；但也能向上提昇，轉而由靈魂主導進一步確定自身生命的意義，並為此意義而活。

### 參、老人生死教育的重要性

當人邁入遲暮，死亡已然迫近，雖然未至臨終，陰影卻已到來。生死問題會主動躍進老人的生活世界裡，會長久盤旋在他們的內在思維裡；沒有人會主動歡迎，但卻也完全躲避不了。而生死大事直指人的靈性，關涉人的靈魂；因此，老人的社會照顧必須涵蓋靈性照顧，而生死教育又必須成為老人靈性照顧的一環，甚至成為靈性照顧的啟動者。一個人的靈性塑造自然不是老年時期的專利，而是一個人一生都必須接受的生命陶成；但是，老人的靈性塑造與生死信念絕脫離不了干係，甚至，生死概念是否健康，直接關聯到老人是否成功老化。可見，生死教育對老人的重要性。

吾人接下來願從賦權（empowerment）的角度來論述老人生死教育的重要性。

#### 一、老人有權知道死亡是怎麼一回事

沒有人有權要求一個人在完全無知的情況下去接受一個他無法規避的事實，死亡就是其中一項。正如同許多人忽略了苦難在其生命塑造中所扮

演的正向角色——生命的智慧正是自苦難而來——反而每遇苦難就祈求消災解厄、以趨吉避凶，將焦點置於令自身不愉悅的感覺經驗上，平白無故失去涵養生命智慧的機會。同樣，當人對死亡賦予負面的價值觀時，亦會產生如此的觀念，想去躲避死亡，卻逃避不了；而一旦接受事實，卻也已近死期，亦平白失去取得生死智慧的機會。

因此，老人有權知道死亡是怎麼一回事，Albom在其著作《最後十四堂星期二的課》中，墨瑞教授曾說了一句名言：學會死亡，就學會活著。（Albom,1998:104）所謂「學會死亡」，意謂在了解生死各方面知識的基礎上，去面對一定會與我們相遇的死亡；並透過一些正確的觀念與智慧，來解消生死的困惑與痛苦，並能最終超越死亡。（鄭曉江，2006:146）並且，老人有權在理論上知道死亡的意義，亦在實務上明白在整個瀕死過程中，會為身體帶來什麼樣的改變、會承受什麼樣的痛苦。以便一旦這些現象出現之時，不致慌亂失措。世界諸宗教與哲學體系對於死亡皆有其獨特的見解與詮釋：死亡即如跨越一扇門，從此房到彼房；人死如燈滅；人死往生極樂世界；下到陰間或進入天堂。從另一個角度言之，當人瀕死，例如癌末，可能會出現肝昏迷、吐血、連嗎啡也無法止息的疼痛。這些都必須讓老人知道。

## 二、老人有權知道死亡後將魂歸何處

面對死亡，東西方文化大抵有一致的看法，那就是當死亡來到，肉體必會完全腐朽，以肉體為基礎的精神意志亦必隨之消散，而靈魂卻不同，人的靈魂會以另一種形式存在。在精靈崇拜盛行的亞、非洲早期先住民，認為人死後其精靈可到處遊走，或集於一處，或附在人的身上；人對於已死之人充滿敬畏，這些已死者即化為祖靈，祖靈崇拜或祖靈禁忌成為原住民信仰的一大特色。在東西方主要文化裡，都可見對死亡之繁複處遇儀式，因為咸認死者前往了一個專屬死人的世界，通稱為「陰間」，他們在陰間所過的是一個與陽間一般的生活，同樣需要吃、喝、玩、樂，一樣有

食、衣、住、行。因而，也分別產生不同的與死者聯繫的方式，或陪葬豐厚、或燒化器物；而喪葬儀式更是引導死者進入陰間的重要過程。

談論死亡最多的應屬「宗教」，所有處理喪葬事宜的皆屬宗教之範疇。因而，在理念上，諸宗教皆有其特定的死亡觀，讓信徒明白自己死後將魂歸何處；在儀式上，處理喪葬儀式者皆為法師、神父、牧師、師公等神職人員，也皆有其特定的法事、彌撒或禮拜。因此，老人有權在臨老之際知道自己死後的處境，這應是宗教的任務。每一位老人當在其自身的宗教裡明白關於死亡的真理，與其宗教團體維繫良好的生活關係，以致能篤定地知道其死後是上天堂回歸上帝、或轉世輪迴、或往生西方極樂、或下陰間定居。這對老人而言，是一個安慰劑。

### 三、老人有權因認識死亡而免於恐懼

人總是對未知之事而感到恐懼。華人酷愛算命，即是因為企圖想知道自己未來的運勢，以便尋求趨吉避凶的良方；只是，華人在喜愛算命之時，卻又不一定完全相信術士之口，滿心希望好事能實現、壞事沒個準。然而，面對死亡就又不一樣了，人一方面害怕死亡前的痛苦，另一方面又對死後的情況未知，心中的恐懼可想而知。在死亡來到之前，所有的人一致對死亡不予理會，認為「死亡離我還很遙遠」；直到病痛來襲、或步入老年，生命開始倒數計時，才開始緊張。人應該瞭解死亡，老人更應該，因為，老人自是一群與死亡特別靠近的人，我們沒有理由要求老人不要去想這個問題，或是哄騙他「要吃一百二」，所以好好睡，不要想太多。因為，老人有權因認識死亡而免於恐懼。

對死亡作出解釋，即是宗教的重要功能。宗教學家英格爾（J.M.Yinger）視宗教為「為完成某些功能所做的諸類型的努力」，在此關照下，他將宗教定義為：一個信仰與行動的系統，人們藉以和生活中最最終極的問題相鬥爭。(Religion can be defined as a system of beliefs and practices by means of which a group of people struggles with these ultimate

problems of human life.) (Yinger1970:3-4) 這樣的定義呈現出人對死亡的抗拒、不願屈服於挫折、且對企圖撕裂人類連帶充滿敵意。於是，宗教的價值便確立了死亡的事實。因此，藉由宗教的協助，或可使老人在其心中建立一套健康的、踏實的、甚至是帶有浪漫色彩的死亡信念，使其在死亡來到之際不致因無知而恐懼。（劉清虔，2004：6）

#### 四、老人有權在死亡未到前作好準備

受到本國文化的影響，一般人對死亡充滿了「忌諱」，多半不願正面去談論，甚至也不願直接說出「死了」的字眼，因此，便產生了許多對死亡的替代語彙，諸如：往生、蒙主恩召、過去、倒落（台語）、轉去（回家之意），或者是戲謔一點的說法，「他去蘇州賣鴨蛋了」（指再也不回來了）；亦有如布袋戲大師黃海岱之喪，他的子孫說「阿公去天頂做仙了」。說穿了，都是因忌諱「死」而發展出來的特殊死亡口語文化。也許人們會將死亡視為最後的敵人，但是，也應將死亡看成是生命的一部分，甚至是生命的必要條件；若逃避死亡，或假裝對死亡表示無所謂，或否認死亡在生命系列中的必要地位等想法，在各大宗教中皆被指為謬誤。（Bowker，1994:361）

死亡既無法逃避，就必須作好準備，事實上，老人有權在死亡尚未來到之前作好準備。筆者在擔任專職牧師十年的歲月中，親手送走超過廿位以上的老人。在老人受病痛折磨期間，經常前往他們的家或醫院去探望他們，除了詢問病情、給予安慰，為其祈禱之外，也積極為他們作好迎接死亡的準備。這樣的準備，一方面包括他們的財產等身外之物，另一方面則是信念的篤定與心情的寧靜。直到有一天，他們會告訴我：「牧師！我已經準備好了。」最後，我也會看到一個已經準備好的人安詳地離開世間。然而，這樣的準備當然不僅限於身染重病的臨終者，在老人還身體健康之際就已然準備好，其實是極其必要的。(2)

## 肆、老人死亡教育的內涵——諸宗教的死亡信念

如果，老人有權知道死亡是怎麼一回事，也有權知道死後將魂歸何處，更能因瞭悟死亡而免於恐懼，進一步作好迎接死亡的準備。那麼，有一個重要的關鍵於是浮現，那就是他們有權知道，而又當知道什麼。毫無疑問，與死亡最貼切的領域自然非宗教莫屬。雖然，文學可以對死亡作出唯美浪漫的描繪，哲學可以對死亡做出深入精實的論辯，但是，唯有宗教爲人建立一個關於死亡的可見盼望，亦是由宗教爲人送人生的最後一程。接下來，吾人欲論述台灣幾個主要宗教對於死亡，更貼切說對於死後世界的描述，致使讀者在面對不同宗教的老人時，可與之交談，進行生死教育。分別是：民間道教、民間佛教與基督宗教。

### 一、民間道教的死亡觀

#### 1. 民間道教看「人」

民間道教對死亡的觀點立基於其對「人」的觀點，認爲人是由三魂與七魄所組成。其經典如是表述：

「三魂者，第一魂胎光，屬之於天，常欲得人清靜，欲與生人延益壽、棄絕穢亂之想，久居人身中則生道備矣。第二魂爽靈，屬之於五行，常欲人機謀萬物、徭役百神、多生禍福災衰刑害之事。第三魂幽精，屬之於地，常欲人好色嗜欲、穢亂昏暗，耽著睡眠。夫人身有三魂，謂之三命，一主命、一主財祿、一主災衰。」《雲笈七籤·魂神·說魂魄》〈卷五四〉

「其第一魄名尸狗、其第二魄名伏矢、其第三魄名雀陰、其第四魄名吞賊、其第五魄名非毒、其第六魄名除穢、其第七魄名臭肺。此皆七魄之名也，身中之濁鬼也。」《雲笈七籤·魂神·說魂魄》〈卷五四〉

學者研究，以靈魂的觀念來看，第一魂胎光屬於生命之魂，第二魂

爽靈屬於智慧之魂，第三魂幽精屬於慾望之魂。古人也以魂魄作為人之生死的解釋，從生成與聚散的觀點來論之，所謂「人之初生，以七日為臘，死以七日為忌，一臘而一魄成，一忌而一魄散」或曰「人生四十九日，而七魄全；死四十九日，而七魄散」。（馬昌儀，1998:191）三魂七魄的觀念主宰一個人的生命形態，三魂之中只有第一魂胎光是好的，其作用乃為人延年益壽；第二魂則可好可壞，既可涵養智慧以得福祿，亦有可能機關算盡惹禍上身；第三魂幽精則是壞的，是不斷驅使人以滿足慾望為第一要務，陷人於災禍之地。七魄既為身中之濁鬼，道教就另有一套「煉七魄」之法，使這七魄儘量不在身中為惡。七魄係受三魂的控制，若魂飛則魄散。道教招魂術，主要即是面對受驚嚇之後三魂之離散，致使此人失去精神意志。

## 2. 魂歸何處——道教觀點

三魂在人死後各有去處，各有不同說法，最普遍的說法即是一魂前往神主牌接受供奉、一魂進入陰間、一魂入地獄受審後投胎轉世。或者有的說法是一魂入神主牌、一魂入陰間、一魂進墳塋。而七魄則在人死後，七日失一魄，至七七四十九日則七魄盡失。在牽魂引魄的過程中，道士的做法施咒就變成非常重要的法事。魂魄若不經道士牽引，則會迷失方向，不知何往。故我們可見每有意外亡故之失事現場，就有道士執招魂幡招五方之魂魄。

### A. 地獄

受到道教的影響，台灣民間相信，在人死後要面對閻羅王所轄之十殿的審訊，有罪的就按其罪行的種類與輕重受到處罰，等到進入第十殿時再接受最後一次的判決，或轉生或不得超生。其中，若在陽間積有善行，則在進入第一殿時就受到護衛保護通過十殿，進行最後判決，才進入西方淨土。（淨土的概念又明顯受到佛教影響）（鈴木清一郎，1994:37）而

道教觀念下的地獄，除酆都大帝為主宰外，另有十殿閻王及十八層地獄之說。分別是第一殿—秦廣王，負責保護生前有善行的靈魂，並遣護衛兵送他們度過金橋（奈何橋），以便前往西天。第二殿—楚江王，掌管割舌地獄、剪刀地獄、吊鐵樹地獄。第三殿—宋帝王，包括孽鏡台地獄、落蒸地獄。第四殿—五官王，掌管銅柱地獄、劍山地獄、寒冰地獄。第五殿—閻羅王，掌管油鼎地獄。第六殿—卞城王，掌管牛坑地獄、石壓地獄、舂臼地獄。第七殿—泰山王，掌管浸血池地獄、枉死城地獄、嶸地獄。第八殿—平等王，掌管火山地獄、落磨地獄。第九殿—都市王，掌管刀鋸地獄。第十殿—轉輪王負責最後的判決。凡陽間殘害禽獸者，就使他們轉生為禽獸，殺人者則剝奪他們永生的權利。善人被送至西方、或轉生善人。

## B.陰間

「陰間」與「地獄」這兩個名詞，在民間觀念上似乎沒有什麼區別，實質上各有其意義，「陰間」屬於傳統民間信仰，也就是原始宗教的類型；「地獄」則混雜了佛教與道教的思想如因果報應、賞善罰惡、輪迴轉世等。（楊淑欣，1985:17）一般說來，人的第二魂則下到「陰間」，這是道教接受傳統來世觀的安排。而這條靈魂欲前往陰間生活之前，必須藉著道士的法力「引魂」、「做功德」，直到和鬼世界的政府打通關節之後，才能保證亡靈在那裡可以安逸地生活。（董芳苑，1997：270）民間子孫將亡靈送往陰間的法事叫做「做旬」，此法事通常在七旬之後功德圓滿。所謂「做旬」就是人死後，子孫每隔七天所做的供奉；每奇數旬者為「大旬」、偶數旬者為「小旬」，遇大旬則做盛大祭祀，遇小旬則舉行簡單的祭祀。而子女在做完旬之後，便會為亡靈預備一切在陰間的必需品，如前所述，陰間是一個與陽間相對立的生活世界，亡靈在此地的生活需求一如在陽間。如此，便需要後嗣燒化紙錢供其在陰間花用、燒化紙屋供其在陰間居住、燒化紙車供其駕駛。隨著時代的進步，燒化那些紙糊的東西就五

花八門，許多現代化的電器便在燒化之列；似乎陽間愈現代化，陰間也必隨之現代化。另外，也因為有陰間的歸處，因此也才有「牽亡」的儀式產生，台灣民間通常是由「乩姨」負責與亡靈溝通，成為通陰陽兩界的使者。然而，她要到何處引魂上來與子孫見面，自然是陰間。

### C.神主牌：點主合爐

習慣上，台灣人習慣將逝世的先人視為家中的成員，為此，每個家庭的廳堂或透天厝的頂樓都會設置「神主牌」供奉祖先。一方面表示祖先靈魂之永生以及家族血脈之延續，另一方面則可防止祖上靈魂淪為餓鬼乞食以致危害子孫。（董芳苑，1997：261）因此，在居喪期滿，也就是做旬結束後功德圓滿之時，由道士做法將最後一魂引回家，接受子孫供奉。

「合爐」的意義，就是在死者居喪期滿，把香爐灰的一部分，放在祖先牌位的香爐中，這樣，死者的牌位才能和祖先牌位供在一起；但也有人把死者的新牌位火化，僅在歷代祖先大牌上寫進死者的名字。（鈴木清一郎，1994:342）神主牌，其在家族中的「象徵」意味與「宗教」意味是相當的。其「象徵」意味在於自儒家思想以降的「慎終追遠」的孝道表徵，不拜公媽是極其不孝的事；另一方面，其「宗教」的意義又在於使子孫與祖先的連帶不致中斷，進而期望這般的聯繫能導致蔭庇子孫的效應。

## 二、民間佛教的死亡觀

### 1.佛教看「人」

佛教是一個尋求「正覺」的宗教，主張包含人在內的世間萬物皆非永恆。從第一次說法到最後的遺言，釋尊始終強調一點：沒有東西是永恆的，包括自我與靈魂。據《大涅槃經》的記載，釋尊圓寂時的最後遺言是：腐朽是一切混成事物的內在必然，故請保持警覺。而在《中部尼柯耶經》裡更提到了大家耳熟能詳的斷言：萬有無常（sabbe sankhara

anicca)。 (Bowker,1994:304) 因此，佛教看人，我們必須掌握兩個重點，即：人是無常的，以及人是由五蘊所構成的。

「哦！比丘，沒有什麼東西——色、受、想、行、識——是永恆的、不滅的、不變的、長存的和常駐的。至尊此時撮了一點牛屎於手中並接著：比丘啊！即使是像這麼一點的永恆、不滅、不衰、長存或常住的自我還存在著，那種完全離苦脫難的純粹生命，便沒有可能產生。」（《雜阿含經》第廿二章九十六節）  
（筆者以白話表之）

何謂五蘊？五蘊是五種精神與物質的力量，也是五種遮蔽佛性的因素，佛陀稱之為人生痛苦的根源。這五種根身聚成人的精神作用，與身體的假相，曰「五蘊非有」。印度教分大我與小我，佛教則認為並沒有永恆不變的我。

- a.色蘊（本質）—色就是物質，即地、水、火、風四大衍生物。
- b.受蘊（感覺）—受就是領納，有苦、樂、捨三受。
- c.想蘊（概念）—想就是構造，由感覺而來的思想概念。
- d.行蘊（行爲）—行就是行爲動作，人的行爲有善業與惡業。
- e.識蘊（辨別）—識就是辨別，人的感官會本能地去識別所緣的對象。

人是五蘊的存有者，五蘊化成即為「生」，而五蘊俱滅即為「死」。

## 2.生命死後——佛教觀點

在論及死後的生命，因佛教發展了兩千六百年，從印度的原始佛教東傳至中土，佛教自身歷經三次經典結集，再加上派別眾多，對於死後生命的論述亦各有不同。大乘、小乘的觀點即有不同，顯宗與密宗又略有歧異；其有甚者，在中國又與傳統宗教有相融，以致今日一般大眾雖曰自己信佛教，卻仍對教義全貌感到陌生。大抵說來，關於人死後，佛教大致分

爲以下幾種觀點：

#### A. 進入涅槃

佛陀見眾生因「我執」而起貪、瞋、癡三毒，所以力主五蘊與根身的我是假我、幻我，只是精神的構念與幻覺。「我」是無常的假相，是因緣聚合、與能變壞的苦聚。即「諸法無我」。行是造作的業，世事不得永恆常住。時間是無常的，從前世、今世、來世的流轉不息證之；宇宙是無常的，皆從因緣而生，不停幻滅。除「因果律」之外，一切皆無常，諸行皆是苦。故曰「諸行無常」。是以，人生是一連串無始無終的生死輪迴，有曰「天下無物、無時不爲汝父母、兄弟、與子女也。是故菩薩可殺生乎？其待眾生如己也，菩薩以教化慈悲爲己任也：斷不得食肉，否則眾生懼矣。」涅槃之意爲斷絕因果、終止輪迴、寂靜入滅、正覺圓滿。「阿羅漢」是小乘佛教修行的最高果位，不再有業力與輪迴，死後五蘊分裂，不再成爲人，即達到涅槃。而在大乘佛教裡，涅槃即是一種超越生死、超越緣起的絕對存有，具有「常、樂、我、淨」四種性質：一曰常德，因爲涅槃是永恆不變、沒有生滅，故名曰「常」；二曰樂德，因爲涅槃後，生命寂滅永安，離卻一切苦，故名「樂」。三曰我德，意謂涅槃是真實不虛的，故名爲「我」；四曰淨德，是說涅槃超越一切垢染，故名曰「淨」。

（鄭曉江，2006:177）佛法之修行者故而可免於對死亡的恐懼，因爲，此生之死，意謂進入佛國的新生。

#### B. 中陰身

佛教認爲，人死後在另一期生命的出生之前，叫作中陰。中陰又叫做「中蘊」、「中有」。人是由五蘊（色、受、想、行、識）所構成，解脫生死即是出離五蘊、不受五蘊所困。根據《俱舍論》第十卷，中陰身有五個名字，分別是意生身、求生、食香、中有、起。(3)所謂「中有」，即是

在死有（人死去）與生有（投胎）中間的一種存在，照古代雅利安人的思想，這是一種很小的「細身」。（龔天民，1990:34）一般說來，人死後七七四十九日的時間內，人的靈魂稱為「中陰身」，這個身體是由非常稀薄的、像瓦斯樣的物質構成，所以肉眼看不見；又像電波、磁力那樣，可以透牆而過，完全不受阻礙，大小如嬰兒一般。（莊錫慶，1992:74）也有說是像五、六歲的兒童。(4) 從佛教的觀點看，人死後之世界的第一個階段即是「中陰」，以中陰為過渡，而繼續前往其他境界，或是進入輪迴、或是入淨土。然而，其中是否亦有「變化」的可能性？當然有，若在中陰身時得聞佛法，或親屬為其祈福供養，做種種佛事，便能使這一中陰身前途上昇；如果由於積怨難消，再加上親友和仇敵的干擾，會使得中陰身改變方向而墮於惡道。因此，在西藏密宗特別重視「中陰身救度法」，即使在顯教，也主張臨終的助念與七七四十九天的超度。（釋聖嚴，1988:89）

### C. 輪迴

「輪迴」即投胎轉世，台灣民間稱為「後出世」。人死以後會去投胎轉世，雖是原始佛教借自印度教的觀念，但在佛教與台灣民間信仰中都極度受到重視，並成為對死亡認知的普遍概念。「輪迴」之所以可能，其基礎在於「業」（Karma）與因果律。在佛教有部中宣稱，眾生的生死輪迴和世界萬物的生成變化，都來自一個「業」在支配，「業」是行為或動作的意思。「業」聯繫著過去、現在、未來三世，人的行為可以分為身業、口業、意業三種。做了惡業便得惡果，行了善業便得樂果；這兩種「果」又可成為招致未來苦果或樂果之因。業的種類有十種，稱為「十業道」，分別是：殺生、偷盜、邪淫、虛誑語、雜閒語、廉惡語、雜穢語、貪、瞋、癡。（龔天民，1993:98）此十業又叫「十惡業」，而若在其上各增加一個「不」字，就成了「十善業」。至於「業」的「報」在何方？當然是在輪迴之中。一般都說是「六道輪迴」，事實上，在《大智度論》中有云，說

「有部」僧所提的是「五道」，即地獄、餓鬼、畜牲、天、人；但是，在「婆蹉弗妒路部」僧則加上阿修羅，而成爲六道。（任繼愈，1989:127）至於六道的概況如何呢？照佛教經典所描述，即爲天道、人道、阿修羅道、畜牲道、餓鬼道、地獄道。(5)

#### D. 西方淨土（極樂世界）

對佛教的教義而言，淨土的思想是晚近淨土宗一派所發展出來的，在此之前，佛教是以「涅槃」來表明一個正覺修行、功德圓滿、解脫輪迴的境界。「涅槃」的梵文是Nirvana，Nir即是「不」的意思，Vana是「織」的意思，其詞意爲：不織生死、斷去煩惱；或是「不生」，超越生死苦難之意。後來大乘佛教將「涅槃」賦予「動」的意義，使其成爲一個世界；到淨土宗，才又興起多采多姿的阿彌陀佛西方淨土來，這是一個充滿諸般快樂的極樂世界。從《無量壽經》與《阿彌陀經》所陳述的西方淨土，是在我們現存世界的西方十萬億佛土的地方，名曰極樂、或是安樂。（釋慧嚴，1998:19-22）相對於我們所處的「娑婆國土，五濁惡世」，簡直有如天壤。有云，「西方極樂世界國土清淨平坦，氣候溫暖適中，萬物光麗、宮殿莊嚴，六時雨花、寶蓮充滿，寶樹發音、化鳥演法，是一個微妙莊嚴的清淨國土。而極樂世界的眾生，身相端嚴、壽命無限，具六神通，常住正定，且具智慧辯才，得無生忍，道心不退，不墮惡道，此西方世界所稱爲極樂也。」（于凌波，1962:188-9）

然而，什麼樣的人才能夠往生淨土，進入西方極樂世界？淨土中有九個階級，稱爲「九品」，死後去淨土的人，係根據他生前阿彌陀佛的程度，被分配在九個不同的地方，九品是上品、中品、下品，每一品再分上生、中生、下生，凡上品上生者即可成佛，但下品下生者卻必須在蓮花池中經過十二大劫（一大劫是十三億四千四百萬年）後，才可以再開始聽佛法，慢慢地修行。且修行淨土的人相信，人在臨終之時，會見到阿彌陀佛

與諸聖眾到他的跟前來接引他前往淨土。（劉清虔，2003:143）

### 三、基督宗教的死亡觀

#### 1. 基督宗教看人

依照《創世記》所記載，人的生命來自上帝向人吹的一口氣，使人成爲有靈的活人。在基督信仰傳統裡，很清楚指出人是從上帝而來的受造物，聖經一開始就言明：人是上帝依照自己的形象與樣式所造（創世記一26）。因此，加爾文曾說：「在上帝一切的工作中，人是神的公義、智慧，和良善的最高貴、最顯著樣本。」（Calvin,1986:103）從類比的概念論及人類，人可說是上帝的複印，擁有從上帝而來的種種能力；另一方面，從人的本質來談，人是具有肉體與靈魂的存在物，特別是靈魂。「靈魂」是人的本質中最重要的一環，加爾文認爲這是指那不朽、而屬被造的本質、是人最高貴的部份：靈魂具有對上帝的認識、對善惡的判斷能力、能對如上帝或天使等無形的存在物構成概念，靈魂亦超乎世界之外，能對感官所無法達致的事物進行知覺（Calvin,1986:105）。

基督信仰中的「人」是有「位格」（person）的人，能意識他本身爲自我，能反省自己，用理智及意志命令自己活動，以符合其所希冀的目的。唯獨上帝有完全的「位格」，而人反映了上帝的位格，如此，便能夠擁有自我的意識與自願的行動，這使人有異於禽獸和物類（Ward,1993:16）。就此而論，在基督信仰關照下的人觀，人並不是可以獨立被理解或注視的，他的存在依賴上帝（的創造）、他的特性來自上帝（的賜予），更進一步講，人的一切皆依從於上帝，故此，唯有在與上帝關聯的狀態下，人方可被稱之爲人，也才是真實的人。這種與上帝「相互關聯」之人的自我理解，是基督信仰的重要基石之一，在這般的基礎下，人才得以去認識上帝、接受救恩，並尋得其生存意義及價值。在祈克果的觀點裡，一個完整、具主體性的個人，必須是一個基督徒，因爲基督徒是一個完全面對上

帝的人，而只有完全面對上帝的人才能成爲完整的人。他說：「人之所以爲人，就在於與上帝的交往。……一個人的偉大與渺小完完全全取決於他自身與上帝的交往程度。」（祈克果，1999:4,8）

## 2. 天堂地獄——基督宗教觀點

上述這種將人的存在與上帝相關聯的思考模式，便自然形成基督信仰與其他宗教迥然不同的生死觀。這是一種關係的生死觀，其原型出自舊約聖經的創世記，在伊甸園中，上帝對亞當說：「園中所有的果子你都可以吃，唯獨分別善惡樹的果子你不可以吃，你吃的日子必死。」結果亞當吃了卻沒有死，反而活了九百卅歲。如此的結果可從兩方面理解：其一，上帝說謊，其二，上帝對死亡的認知與一般性的認知不同。上帝當然不可能說謊，因此，理由自然是後者。當亞當順服上帝命令時，保有與上帝的和諧關係，對上帝而言，亞當是個活人；然而，當亞當違逆了上帝的旨意（即是犯罪），他與上帝和諧的關係受到破壞，有了罪的隔絕，從上帝的眼中看來，他犯罪那一剎那就已經死了。什麼是「得救」？便是指關係的恢復，是出死入生；所謂「永生」，便是指關係的持續，且持續到永恆。因此，存在的關係即是生死的關係，這種關係的基礎便是人與上帝的關係。至於人死後，基督宗教有以下幾種看法：

### A. 樂園與陰間

在新約路加福音裡記載耶穌所講的一個故事：「有一個財主穿著紫色袍和細麻布衣服，天天奢華宴樂。又有一個討飯的，名叫拉撒路，渾身生瘡，被人放在財主門口，要得財主桌子上掉下來的零碎充飢；並且狗來舔他的瘡。後來那討飯的死了，被天使帶去放在亞伯拉罕的懷裡。財主也死了，並且埋葬了。他在陰間受痛苦，舉目遠遠的望見亞伯拉罕，又望見拉撒路在他懷裡，就喊著說：『我祖亞伯拉罕哪，可憐我吧！打發拉撒路

來，用指頭尖蘸點水，涼涼我的舌頭；因為我在這火焰裡，極其痛苦。』亞伯拉罕說：『兒啊，你該回想你生前享過福，拉撒路也受過苦；如今他在這裡得安慰，你倒受痛苦。不但這樣，並且在你我之間，有深淵限定，以致人要從這邊過到你們那邊是不能的；要從那邊過到我們這邊也是不能的。』」（6）在另一處，當耶穌被釘在十字架上時，與身旁的強盜有一段對話。那同釘的兩個犯人有一個譏笑他，說：「你不是基督嗎？可以救自己和我們吧！」另一個就應聲責備他，說：「你既是一樣受刑的，還不怕神嗎？我們是應該的，因我們所受的與我們所做的相稱，但這個人沒有作過一件不好的事。」就說：「耶穌啊，你得國降臨的時候，求你記念我！」耶穌對他說：「我實在告訴你，今日你要同我在樂園裡了。」（7）因此，人的靈魂在死後的兩個去處，基本上就是樂園與陰間，二者有深淵相隔；相信耶穌之人前往樂園，不信之人墮入陰間。

## B. 死亡即睡眠

死亡是什麼？聖經舊約在論及人的死亡時，一般的用語都是「歸到他列祖那裡」，例如：「亞伯拉罕壽高年邁，氣絕而死，歸到他列祖那裡。」（創世記廿五8）以及「以撒年紀老邁，日子滿足，氣絕而死，歸到他列祖那裡。」（創世記三五29）還有「雅各囑咐眾子已畢，就把腳收在床上，氣絕而死，歸他列祖那裡去了。」（創世記四十九33）到了王國時代，敘述方式亦略有更改，但精神並無多大差異，「大衛與他列祖同睡」（列王記上二10），「所羅門與他列祖同睡」（列王記上十一43），「巴沙與他列祖同睡」（列王記上十六6），都指涉人在死亡時即進入另一種存在狀態，且死亡之人都會集中在一處；甚至，舊約敘述者不稱死為「死」，而稱是「睡了」，認為死亡之後是另一種「生存」的狀態，是另一種形式的「活」。

### C. 復活與永生

基督信仰對於死亡的著墨不多，顯然死亡不是人最後的終局，因人是會復活的。耶穌在論及「復活」的題旨時也曾說：「至於死人復活，摩西在荊棘篇上稱耶和華是亞伯拉罕的上帝、以撒的上帝、雅各的上帝，就指示明白了。上帝原不是死人的上帝，乃是活人的上帝，因為在祂那裡，人都是活的。」（路加廿37-8）基督信仰強調靈魂的不滅，也就是人死後是以另一種狀態來活，肉體雖然已腐朽，但是，靈魂卻如常活著，必須接受審判。在審判之後，得救之人得到永生、而未得救者則永遠沉淪。保羅也勸勉帖撒羅尼迦人說：「主必親自從天降臨…那在基督裡死了的必先復活，以後我們這活著還存留的人，必和他們一同被提到雲裡。」（帖撒羅尼迦前書四16-7）是故，「復活」與「永生」是基督信仰中的重要基石。復活指的重新擁有血肉之軀，而永生則是永遠活著的生存狀態。

### D. 天堂與地獄

隨著上述生死關係的探討，天堂與地獄便形成兩種觀點，一種是形質論，另一種是非形質論。形質論觀點下的天堂與地獄，意謂天堂是一個實質的地方，有黃金街、是碧玉城，有極大的榮美，是如同地上生活的另一種天上生活。在那裡，人永遠與上帝同住，不再有憂傷、痛苦，不再生病、流淚；有永遠的平安與喜樂，日日安息在主前，天天敬拜、讚美、服事；雖是肉體的存活，但不再有婚姻嫁娶；亦有不同獎賞，端賴在世時對上帝的事奉而定。而地獄，也是一個地方，那裡叫做硫磺火湖，有不滅的火、不死的蟲，人在那裡必須承受大到幾乎無法忍受的痛苦，心靈的煎熬與肉體的疼痛是時時刻刻且永無止息的，只要一想到，就會令人不寒而慄。現在一般基督徒心中的天堂意象，多屬形質論。

非形質論觀點下的天堂地獄，並不在經驗意義上著墨，而重視與上帝之間關係。認為當一個人不認識上帝時、與上帝的關係尚未恢復，就是生

活在地獄之中，因為所謂地獄，便是一個與上帝隔絕的狀態，因此，地獄並非將來之事，而是現前之物，指的是一個與上帝全然無涉的生命狀態，即是活在罪惡與私慾的捆綁中，從現在到永遠。而天堂則正相反，當一個人歸信基督，罪惡得赦，讓上帝在生命中掌權，認識上帝並活在上帝的旨意之中，享受尊主為大的平安與喜樂，天堂就已開始，從現在直到永遠與上帝擁有甜蜜和諧的關係。

在老人的生死教育中，明白自身宗教的生死觀是至為重要的。這是一個人朝向死亡之際，靈性的安定之道。這足以使人得以平靜安穩接受即將死亡的事實，且得以用尊嚴的方式向世界告別。

## 伍、宗教與靈性照顧

透過宗教來為老人建立健康的生死信念，也就是明白其宗教的生死觀與死後的世界，雖仍未來到，卻能因有一份的認識而不致驚惶失措，而在其餘年繼續穩定他的人生腳步。這是靈性照顧的重要一環，因為當生死概念底定，一個老人便可在以宗教為基礎的信念上，由其靈性來指導其肉體與精神，使其個性更加圓融、關係更加和諧。而靈性照顧的意義，更是為一個老人建構其整全的老年生活。吾人將進一步論述靈性照顧的意義，以探究宗教與靈性照顧的關聯性。

### 一、靈性照顧的意義

Clebsch 與 Jaekle 從基督教的觀點，提出了靈性照顧所應涵蓋的四大要素，包括醫治、支持、修復、引導。「醫治」，意謂幫助別人克服某些弱點和邁向整全，這些醫治的行動可以同時是肉體的與心靈的，但焦點永遠是一個人的整全與和諧。「支持」，是指照顧的行動旨在幫助一個受傷的人，忍受或超越某個已無法或不大可能修補或挽回的處境。「修

復」，是指致力重修破裂的關係，這正是宗教靈性照顧的本質，即不單著眼於個人，乃至於整個群體。「引導」，指的是提供人足夠的資訊，以幫助人作出明智的抉擇，藉以邁向成熟的靈性。（Clebsch & Jaekle,1964；Benner,1998）在此四大要素的基礎上，靈性照顧呈現出以下幾重的特性：

### 1.相互性

靈性照顧並非是只為自己而做的事，而是為了彼此雙方的。雖說我們有責任去關愛自己，並對自我進行深度的自我探索，但是，靈性照顧的焦點仍是一種為了他人的活動。對基督教與伊斯蘭教而言，都是屬於一種「愛鄰舍」的宗教實踐。照顧者需要去細察他人的心思、情緒。非同於社會照顧的對象主要在於獨居、行動不便、慢性病等的老人，靈性照顧更及於諸如受情緒傷受害者、心靈受捆綁者，期能協助他們建立一套完整的人生觀，進而邁向整全成熟。

### 2.道德性

靈性照顧必須協助老人在面對過去的傷害時，指出愛與寬恕的重要性。當老人學會對過往的自我進行自我寬恕，並對所有曾傷害過他的人心存饒恕，身心隨即得到釋放。這是一種道德的轉化，為老人建立一系列的道德科目，不僅能治療過去，更能展望未來，讓老人明白該用一個什麼樣的心態來生活。使一個也許一生的年日都在昏暗中渡過的老人，能有機會迎向遲暮的陽光。道德性是人生命中最深層的部分，道德性的思考是關心他人真正的核心所在。但是，如何有效地將道德元素引進老人的生命中，對照顧者而言，確是一項挑戰。

### 3.群體性

靈性照顧的理念基本上即是將人視為一個繁複人際關係中的一份子，因而協助老人有良好的人際關係，並建立起完善的人際網絡，成為靈性照顧的主要目的之一。因為，一個具有成熟靈性之人，必能融入群體之中，

並在群體中建立自己，也建立他人。換句話說，離開了群體，就沒有自我實現的可能性，人是在群體中實現自我的。因而，使得靈性照顧的群體性展現在協助老人擁有健康的群體生活，即不僅求獨善其身，更要求兼善天下。

#### 4.對話性

靈性照顧並非照顧者向著被照顧者的單向關係，而是雙向的；靈性照顧不是演講式的、不是指導性的、更不是辯論性的；而是一種談話、討論、甚至是對話性的。對話的基礎在於關係，關係的核心又在信任。因而，靈性照顧是在一個彼此信任的前題下，開放自我、真誠相對，共同探索問題，一起尋求解答。然而，在靈性照顧的對話性之中亦存在著諸多障礙，最大的即是自我封閉，或對自我的瞭解不夠，都會使得對話時將焦點轉移，或只談些無關緊要的事；而一個缺乏勇氣與害怕親密關係的人，亦會使對話的有效性難上加難。

#### 5.整體性

所謂靈性照顧的整體性，指的是一個完善的靈性照顧絕非僅限於神職人員，而是包括教師、朋友、醫師、諮商師、輔導員、社工員、心理治療師等不同專業的人共同來參與的。當然，從宗教的角度言之，神職人員在其中佔有中心的地位。因為，靈性照顧的終極目的乃是企圖協助老人因宗教信仰及其所教導的生死信念，來建立一套妥善的人生哲學，在自我與群體中得以和諧往來，使老人能在今生享受平安、喜樂的生活，並在面臨死亡之際能豁達開朗。

## 二、宗教與靈性照顧

宗教，其實是靈性照顧的主要施力點。美國蓋洛普民意調查公司曾在一九九七年發表一份報告，其中顯示：在美國六十五歲以上的老人中，有四分之三認為宗教信仰非常重要，而人的年紀愈大，會傾向更常禱告；

在年齡組最大的一群回覆者當中，亦有四分之三的人每天至少有一次的祈禱。（Levin & Taylor,1997；愛家基金會，2006）然而，研究亦顯示，並非因為這些老人已到臨終之齡，因此變得更加虔誠；對大部分的長者而言，他們對於宗教的熱忱與其先前的宗教活動有關、也與其個人成長與經歷的多數時間，甚至與其是否有慢性病有直接的關係。因為，個人的信仰與宗教模式通常會依循一個穩定的模式，老人在退休前的宗教參與是退休後宗教投入的合理指標。如果長者早年是一位虔誠的人，可能老了也是；若長者在年輕時對信仰不太熱衷，到老了也會依循一樣的模式。因此，一個人宗教心靈的塑造必須愈早愈好，在年輕的歲月即擁有一個穩健而成熟的心靈，絕對有助於其將來的老化歷程。

### 1.宗教≠靈性

心理學家Gerald May曾說：「如果宗教包含的只是不問因由地去依從行為準則、或非經驗性的神學與儀式，宗教可以在毫無靈性的情況下仍然存在。只有當人開始認同自己與那終極的靈、超越者或奧秘有關係，而那種關係開始透過某些具體行為表現出來（例如敬拜等），這樣的靈性才是宗教。……沒有成為宗教，任何的靈性追求都不能有太大的進展。」（May,1982:30）因此，不光是基督宗教，在佛教、伊斯蘭教與道教之中都存在著靈性發展的可能性，也就是說，透過宗教來進行靈性照顧，讓老人與宗教中的他者、或超越者、神秘力量相對遇，使其靈性有真正活化的空間。這是每一個宗教都能做的事，也都應該做的事。

### 2.宗教靈性的作用力

老年人有一個最大的困擾，就是慢性病。身體的病痛一旦襲來，輕則定期就醫，重則連生活都無法自理。而與身體相關的精神亦可能隨之萎靡，使人看起來總是病懨懨的，一點生氣也沒有。但是，作為一個靈性的存有者，人的生命不應該由肉體來決定其精神與靈性；因而應反其道而

行，由其靈性來統攝他的精神與肉體。所以，由宗教所形成的力量，便成爲一位身處病痛中的老人的力量來源，使他們仍能在苦中作樂。以基督教爲例，「相信上帝」能幫助一個老人處理失落與健康的問題，並發現新的人生意義；真實的信仰是積極的，這包括了對信仰的實踐和帶著新的熱情生活。有研究顯示，靈性很成熟的人，也就是那些同意「我的宗教信仰是我人生中最重要影響」的人，表示他們「非常快樂」的數字是其他人的兩倍。（愛家基金會，2006:341）這正是宗教靈性爲老人帶來的作用力。

### 3. 宗教作為照顧者的支持系統

不單是受照顧的老人需要宗教信仰所帶來的力量，從事靈性照顧的人自身亦需要強而有力的支持系統，那自然亦是宗教，以及他所屬的宗教團體。老人是所有族群中最困難改變的一群人，因此，在照顧的過程中總是會出現許多的無奈、沒有成就感，以及巨大的挫折感。一位從事靈性照顧的人若自身的靈性不健全，輕易就被困難打倒，就不太具有說服力。然而，一個人的有限與軟弱卻永遠是存在的，所以，照顧者本人必須要有信仰。若是神職人員從事靈性照顧，自然沒有問題；但是，非神職人員在從事靈性照顧時，他自身的信仰必須堅定，這是他的服務動力的最大來源。另一方面，宗教團體正可爲照顧者提供一個休息、重整、得力、再出發的中繼站，讓照顧者的宗教熱情與靈性熱力持續旺盛。

### 4. 靈性照顧補社會照顧之不足

台灣社會長期忽略宗教，認爲「子不語怪力亂神」，以致於宗教團體所成立的神、佛學院不受承認；作爲道德基礎的宗教教育完全被排除在正規教育系統之外。正信之宗教使人的慾望降低，自然也降低了貪婪與爲非作歹的機率。台灣在另一方面，卻又呈現出一個宗教崢嶸而起的欣欣向榮之景象，但卻缺乏實質的宗教內涵，所求僅是自身的利益與物質的慾望。人皆有宗教性，卻不一定把宗教置於生命中的重心。老人社會照顧所及又

多僅在其生存與生活的領域，無法及於一個老人的生命意義與死亡預備。如今，靈性照顧的領域一旦興起，便可補此缺憾，達到「老有所終」的最後目的。

### 三、老人的靈性塑造

在基督宗教的氛圍裡，教會，其實就是一個生命教育的團體。基督徒所看重的，不僅是今世的生活，也追求來世的永生；物質的生活固然重要，靈魂的得救更加重要。對基督徒老人來說，他們是一群與上帝更加靠近的人；猶太古諺語曰「死亡是見到上帝唯一的方式」，就表明當離死亡愈加接近，整個的生活就必須更符合上帝所要求的方式。因此，教會對老人的生命教育，主要的重點即置放於「生命的重整與重塑」，企圖在歷經反思與覺察的過程後，將生命重新置放於正確的位階。

在基督信仰的靈性關照之下，一個老人的生命樣態該如何呈現呢？他雖不必如少年人般事事錙銖必較，也不必繼續期待自己該建立何等的家業；但也不致什麼也不做而靜靜等死。老人的生命仍有積極奮進的可能，是在自身之生命塑造的事上。吾人在此，擬節錄部分足以代表基督教靈性生活的格言，是從中世紀極具份量的神秘家肯培斯（Thomas Kempis）的名著「摹擬基督」（My Imitation of Christ）（或譯：活出基督）所出（Kempis,2002）：

#### \* \* 論生命——

- ◎人的內心能愈為和諧與單純，他就能更不費力地明白更多高深的事，因為他能接受從上頭來的智慧之光。
- ◎一個清潔、單純而穩定的靈，是不會為繁雜的事務所分散；因他所做的一切是為榮耀上帝，他只致力於內心的平靜，沒有任何利己的思想。
- ◎謙卑地認識你自己，比起研究高深的學識，是更為可靠的一條通

向上帝的道路。但因許多人總以為智識的追求，重於實踐德性的生活，所以他們經常受到欺騙，以致產生不出什麼果效；潔靜的良心與德性的生活，與智識相較起來，應該居於首位。

### \* \* 論群體生活——

- ◎假如你想保持與他人相處得和諧平安，你必須在許多事情上，放棄你自己意志的決定。而善於與人相處，並得到喜樂生活的人有福了。
- ◎假如你想過教會生活，你必須為了基督的緣故，樂意被人看作世上愚蠢的人。外表上的儀文習慣並無多大用處，最重要的乃是行為的改變，能完全控制內心的愛好，這樣才能做個真正的基督徒。
- ◎只想追求屬世的事物，卻不尋求上帝及其靈魂得救的人，所能得到的必然是煩惱和愁苦。不能力求自卑並甘居人下的人，絕不能享有長久的平安。

### \* \* 論內在人性——

- ◎路加福音說：天國就在你的心底。你的全心要歸向主，並離棄這個悲慘的世界，則你的魂必享安息。學習輕看外面的事物，使自己作內在的尋求，你就將發現，上帝的國進入了你的心底。
- ◎世上並非你久居之所，在任何地方你都是客旅；除非你的內心能聯於基督，你將無法得到安息。這裡既非你所能安息的地方，為什麼還要站著到處觀望呢？你的居所應該是在天上，地上的所有事物只是偶然的一瞥。所有事物都將消逝，而你也與他們一樣。
- ◎一個平安的人，比起知識淵博的人，能做出更多的善事；一個隨

從情慾的人，常把善的變為惡、並且易於相信邪惡；一個良善平安的人，能將萬事化為良善；一個知道如何忍受的人，必能享有大量的平安。

透過以上文字所表達的生命境界，充份展現基督宗教對老人生命模塑的典範，無非是向內追求純淨、單純，向外展現謙卑、柔和。這般的信念與價值，是在每一個老人的聚會之中，或有形、或無形的傳遞，使老人得以在自身的生活世界中，將如是的生命形態作漸進式的實踐。

## 陸、結論

老人靈性照顧的範圍極為廣闊，本文特重宗教與生死教育，希望藉由對生死的正確認識，再加上靈性照顧的覆蓋，老人仍可活在向前的希望之中，而不是哀聲嘆氣地等待死亡。老人社會照顧在台灣已逐漸成熟，但是，老人靈性照顧卻仍在起步中。在過去十年的牧師生涯中，吾人已在教會長期從事靈性照顧，這在基督信仰與基督教會中也相當完整。如今，民間信仰的相關宗教機構，亦必須發展出該宗教特有的靈性照顧系統，如此，在社會與社區照顧的區塊裡，才能做得更加完全。

（本文根據吾人在美和技術學院「2007年社區與社會照顧研討會」2007.3.30.所發表的論文增修而來，感謝東華大學陳宇嘉教授對本文提出的精譬評論）

## 註釋：

1. 馬克思曾經提出一個關於「人」的重要命題，即「人是類的存有」，這是馬克思在論「人」時一個極重要的概念，即：人之異於動物在於人的本質是一種「類本質」，作為人與人的自我意識密切聯繫的屬性之一，它是人優於一切生物體的條件（宋國誠，1990:215）。馬克思所謂的「類存有」，包含了兩層的意義——
  - A. 作為一種類存在物，人理解自身為某種特定族類的存有，並懂得把自我和自我活動予以對象化的區分。
  - B. 類存有係指人能夠意識自己作為人類所固有的本性，即意識到人與他人之間作為人類所具有的共同性（Plamenatz，1975:67-8）。

在這兩層意義中，前者意指「對象性」，後者則指「普遍性」。馬克思在《一八四四年經濟學—哲學手稿》中提到人的類存有，乃在說明人應該把自己的生活當作意識設想的對象，把自己的生命確證與生活開展視為目的，從而使人成為人，用一句話來表達，即：人把自己當人看（李英明，1985:120）。換言之，馬克思提出「人是類的存有」這個命題，首先最主要是說「人應該作為人來存在」，因此，從剛開始主張之「人的根本就是人本身」、「人是人的最高本質」〔整全無異化的人，是人這個存有的最高本質〕，到「人應該作為人來存在」，其中有一貫的內在聯繫性。

2. 現行社會已開始倡導生前契約、生前告別式等觀念，都是在提醒人要在死亡臨近之前做好準備；在諸多廣告的強力宣傳下，也民智漸開。在生前就為自己計劃後事的人愈來愈多，許多人也已不忌諱地在生前就為自己看好墓地、選好塔位、訂好棺木，當自己

去世之時，子孫不必盲然失措。這些觀念都值得繼續推廣。

3. 中陰身，因其依意求生得化身，因而謂「意生身」；又因其經常喜好尋察當身之處，而名「求生」；依各種喜愛的氣味維持和營養他們的身體，故名「食香」；因為是處於從此生的敗壞到另一生出現之間的過渡期，所以叫「中有」；他能夠產生生命過程中的另一個身體，而他本身卻是不藉父母等緣，乃自然而生，因此又稱為起。（參閱釋聖嚴，《學佛群疑》，台北，法鼓文化，1988，頁87。）
4. 對於「中陰」，佛教本身亦有不同的說法，根據《大乘義章》第八卷，色、欲兩界之眾生皆有中陰身，唯上善及重惡眾生，死後立即往生淨土，轉生善類；或直墮地獄及餓鬼道，所以沒有中陰身。也就是說，一般人都有中陰，但極度為善之人與極度為惡之人沒有中陰身。但另一方面，在《釋淨土群疑論》卷二裡，又有兩種說法，其一是，往生淨土，不經中陰，因為命終之時，即生於蓮花之中，所以不應有中陰；其二是，往生淨土之人，從此穢土而生彼淨土，是死此而生彼，在這中間當有中陰，不過，雖經十萬億佛土，僅如彈指頃，沿途以諸佛國土的香飯之氣滋養其中陰身。（同前，頁88）
5. 所謂六道輪迴，基本上為以下六道：
  - A. 天道—修上品十善者可前往此道，此道福報最多，樂多苦少，成為「天人」，過自由、快樂、逍遙的日子，且至少可活九十萬年。
  - B. 人道—修中品十善者可得此果，此道苦樂參半，又回到從前做人的日子。
  - C. 阿修羅道—修下品十善者達此果，雖亦屬天道之流，但瞋心過重，心懷憤怒與怨恨，善鬥好爭。轉生此道，雖不必受苦刑，

但再輪迴至下三道者為數不少，因為係整日打殺鬥爭之故。

- D. 畜牲道—犯十惡五逆下品的人死後墮入此道，這些畜牲遍生於六道之中，牠們愚癡無知、吞噬虐殺，區分為卵生、胎生、濕生、化生四種。
- E. 餓鬼道—犯十惡五逆中品的人死後墮入此道，其形狀是頭大、肚子大，卻瘦骨如柴，食物置入口中則化為火炭，故不得食，經常受餓，其痛苦勝於畜牲。
- F. 地獄道—犯十惡五逆上品的極惡之人墮入此道，地獄之數目多不勝數，基本上分為根本地獄、近邊地獄、孤獨地獄，亡靈得受各種痛苦。

6. 本段故事出自路加福音第十六章。

7. 本段記事出自路加福音第廿三章。

## 參考書目

- 于凌波（1962） *向知識分子介紹佛教*。台北：淨心文教基金會出版。
- 任繼愈（1989） *宗教辭典*。台北：博遠出版社。
- 李英明（1985） *紅色天堂夢*。時報。
- （1986） *馬克思異化論之研究*。政大東亞所博士論文。
- 宋國誠（1990） *馬克思的人文主義*。台北：桂冠。
- 祈克果（1999） *基督徒的激情*。魯路譯。北京：中央編譯社。
- 馬昌儀（1998） *中國靈魂信仰*。上海：上海文藝出版社。
- 莊錫慶（1992） *佛教小百科*。台北：漢欣文化事業公司。
- 鈴木清一郎（1994） *台灣舊慣習俗信仰*。馮作民譯。台北，眾文出版。

- 楊淑欣 (1985) *台灣民間來世思想的探討*。台北：橄欖文化事業基金會。
- 董芳苑 (1997) *探討台灣民間信仰*。台北：常民文化出版。
- 愛家基金會 (2006) *銀髮族的全人關懷*。台北：基督教文藝。
- 鄭曉江 (2006) *生死學*。台北：揚智。
- 劉清虔 (2003) *神、人、生死*。台南：人光出版社。
- 劉清虔 (2004) *向真理靠近一步*。台南：人光出版社。
- 釋聖嚴 (1988) *學佛群疑*。台北：法鼓文化。
- 釋慧嚴 (1998) *淨土概論*。台北：東大圖書公司。
- 龔天民 (1963) *佛教學研究*。台中：中國基督徒文字佈道中心出版。
- 龔天民 (1990) *答佛教人士十問*。台北：歸主出版社。
- Albom, Mitch(1997) *最後十四堂星期二的課*。白裕承譯。台北：大塊。
- Bowker, John (1994) *死亡的意義*。商令戈譯。台北：正中書局。
- Calvin, C. (1986) *基督教要義 (上冊)*。徐慶譽譯。香港：基督教文藝出版社。
- DdSpelder, L. A. & Strickland, A. L. (2006) *死亡教育*。黃雅文等譯。台北：五南。
- Benner, David G. (1998) *Care of Souls: Revisioning Christian Nature and Counsel*. Michigan: Grand Rapids.
- Clebsch, William and Jaekle, Charles. (1964) *Pastoral Care in Historical Perspective*. New York: Aronson.
- Levin, J. S. & Taylor, R. J. (1997) "Age Differences in Patterns & Correlations of the Frequency of Prayer", *The Gerontology*, 37(February 1997)

- May, Gerald.(1982) *Will and Spirit:Contemplative Psychology*. San Francisco:Harper & Row.
- Plamenatz, John. (1975) *Karl Marx's Philosophy of Man*. London:Oxford University.
- Thomas a Kempis.(2000) *活出基督(My Imitation of Christ)*。黃天健譯。台北：巨流。
- Ward, A.Marcus.(1993) *基督教教義綱要（下卷）*。高昭龍譯。台南：東南亞神學院協會出版。
- Yinger, J. M.(1970) *The Scientific Study of Religion*. New York: Macmillan.

---

作者簡介：劉清虔，美和技術學院老人服務事業管理系專任助理教授，社會工作系與長期照護學位學程合聘助理教授，台灣基督長老教會牧師。