

（上接第三版）四禪。彼清明之心，遍滿全身；此比丘清明之心，無不遍滿全身。」如是捨斷一支，具備二支，入住第四禪。

喜是在第四禪近行剎那捨斷的，苦、憂、懼是在初禪、二禪、三禪的近行剎那個別捨斷。在初禪的近行定中（未達安止定），雖已暫時止息苦根，若被蚊虻等所嘍，或有不適的床座，則苦根會現起，在安止定則不然。在近行定苦根並未究竟止息；在安止定，由於全身遍滿喜樂，以全身充滿樂，則苦根止息。

在第二禪的近行定（未達安止定）亦然，雖然已捨斷憂根，但以尋伺為緣，碰到身心俱疲時，則憂根可能生起。若無尋伺，則不會生起；憂根生起，必有尋伺。二禪的近行定是不斷尋伺的，所以憂根可能生起；而二禪的安止定則不然，因為憂根生起的緣已斷。

同樣的，在第三禪的近行定中，雖然已暫時捨斷樂根，樂根仍可能再生起；第三禪的安止定則不然，因為在第三禪，是樂的緣的喜已完全止息。

同樣的，在第四禪的近行定中，雖然已斷喜根，但仍近喜根，因尚未證得安止定的捨，未能超越喜根，所以喜根可能會生起；第四禪的安止定，喜根絕不會生起，故說：「茲有比丘捨離苦樂，已先減喜與憂故，以不苦不樂、捨、念、清淨，入住第四禪。」由於四禪的貪瞋與貪瞋的緣俱滅，故貪瞋不再生起。

「不苦不樂」：即捨受，以和可意與不可意的經驗相反為特相，以中立為作用，以不明顯的態度為樂起，以樂的消失為近因。

「捨念清淨」：指由捨而生起的念清淨。在四禪，念非常清淨，而念清淨是由捨所致，故說「捨念清淨」。使念清淨的捨是中立之義，不僅念清淨，一切與念相應之法亦清淨。

雖然捨在較低的三個禪那也存在，但在初禪、二禪和三禪中不得清淨，因前三禪的捨不清淨，故俱生的念等亦不清淨，所以在前三禪不能說「捨念清淨」，而在四禪沒有尋伺，又有捨受，故心極清淨。因為捨清淨，念亦清明，所以只有第四禪稱為「捨念清淨」。

捨離一支，具備二支：捨離一支指捨離喜；事實上喜在同一過程的諸速行心中便已捨斷了，所以說喜是第四禪的捨斷支。捨受與心一境性的生起為具備二支，四禪只有捨與心一境性二禪支。

**5.第五禪：空無邊處定**

在《清淨道論》中，覺音論師（Buddhagosa）為前四個禪那做了很貼切的譬喻：「有一個在沙漠中旅行的人，他沒有帶水，感到越來越渴。終於，他看到遠處有水池，他非常興奮，充滿喜悅。」

「在沙漠中旅行，沒有帶水」並「感到越來越渴」指我們的內心追求喜樂、幸福及平靜，這些是無法從外境獲得的。「看到遠方有水池，非常興奮，充滿喜悅」類似在初禪所體驗到的感受，知道目標在望，雖然仍在遠方，但很快就會到達目的地。

後來，那人站在水邊，知道這池水能除去口渴，感到非常歡喜。這是描述二禪的境界，我們知道自己已經快到目的地。然後，他走到水池，盡情喝水，非常滿足，和剛才到處尋找池水的心境相比，是完全不同的，這是三禪的體驗。如果我們很長的時間沒水喝，我們知道此時身心是多麼苦惱，這個譬喻道出我們的心理和情緒：在追求渴望的東西時，內心總是煩躁不安。一旦找到我們渴望的東西，我們感到喜悅、滿足。這種喜悅的心境不是佛陀所說的最終目標，我們可以從中獲得繼續修行的動力，以及獲得新的內觀智慧。

此時，這位在沙漠中的旅人感到非常平靜。之前，為了生存，他不斷尋找水源而感到焦慮不安，他的口渴使他到處尋找水，現在，口渴已經解除，他走出水池，在樹蔭下躺著休息，從困頓中恢復過來。這種輕安和四禪的經驗一樣，是完全的寂止，讓心休息。

四禪是進入無色界禪的跳板，我們都有進入四無色界禪的能力，事實上，這些定境或可稱為「平凡無奇」，雖然這不是開悟，卻是開悟的基礎，並能訓練我們的心力。開悟不是簡單的事，需要極大的心力，所以我們必須先打好基礎。修習禪那需要耐心和堅忍不拔，而最重要的是，要有無所求之心。

前四個禪那是色界禪，因為我們在日常生活中有類似的境界，我們都有類似色界禪的體驗，所有這些定境都潛藏在心中，只是被我們的顛倒妄想和不斷生滅的念頭所障礙。

無論何種念頭生起，這些「定」被我們的念頭、情緒、反應、意見和觀念所障礙，這些我們所熟知的心理現象會障礙我們入定，這些念頭對禪修毫無意義，我們必須把這包袱丟掉，心才會轉到其他心識狀態，因此才可以進入這種禪定的境界。

有關禪定的論述和言論有些是矛盾的，讓人產生困惑。看了一些有關禪修的書籍，容易先入為主，會產生成見，妨礙禪修，所以沒有接觸任何禪修的論述反而更容易禪修。只要坐下來，放下心中的罣礙，心自然會靜止下來，沒有顛倒妄想，就能體驗禪那的境界。我們甚至不說是「入」定，而是把各種念頭放下，就像一隻從水池裡跳出來的狗，把水抖落一樣，我們也把念頭從心中抖落。

初禪到四禪是色界禪那，接下來的是四種無色界禪那。這四種禪那是無形無相的，在日常生活中，在一般的心識狀態下，不可能有無色界禪那的體驗。事實上，未曾禪修的人會覺得這有點像神話，而禪修者即使沒有無色界定的體驗，也會有粗淺的了解。

前四個禪那和身體的感受或情感有關，而佛陀所舉的譬喻全與身體有關，如佛陀提到全身遍滿喜樂；而在四禪，身體處於寂止狀態，這都和感受有關。而無色界定，只有心境（mental states），沒有任何情感或身體的感受，所以經中沒有任何譬喻。禪修者要證入這種禪那，平日必須不斷修習前四種禪那，直到心變得溫順、柔軟、平靜，不再頑固和抗拒，才能體驗更高層次的無色界定。

佛陀是這樣敘述五禪的：「茲有比丘，超出所有色想，滅除障礙想，不起異想，故達空無邊處的空無邊處定，因此先減色想，同時生起空無邊處樂之微妙真實想，以此之故，彼於是時，惟有空無邊處定之微妙真實想，如是由修習故想生；由修習故想滅，此由於修習也。」<sup>13</sup>

在四禪，我們不再有身體的感受，只覺察到心、感情、感受的寂止，所以到了第五禪「超出所有色想（身體的感受）」，我們毋須刻意去修便可以做到；而破除「障礙想」（all sense of resistance）就要刻意去破除才會成功。

通常我們會以皮膚為限的身體為「我」，皮膚以外就不是「我」了，我們都很清楚自己所佔的空間大小，這是我們強加在自己身上的自我限定。在前四個禪那，這種「界限」已經被擴大到某種程度，不再以身體為限，至少，禪修者的思想觀念不再僵化。從四禪退出，如想進入「空無邊處定」，我們可以觀察當時心所感覺到的身體邊界，並慢慢把它擴大。

「不起異想」意指我們必須超越個體，我們將事物視為個別的、有範圍的，這種「異想」是人類的心態，如果要進入空無邊處定，就必須超越所有的個體及其差異。有兩種進入空無邊處定的方法，我們可以同時用兩種或只用其中一種，至於要用哪個，視我們在擴大心識時遇上多少困難而定。第一種方法是先觀察身體的邊界，再將這邊界慢慢擴大到無窮盡的空間。假如在這個過程中遇上障礙，意識無法擴展，那麼可以用第二種方法：觀想森林、草原、山川、河流和海洋，再觀想整個地球和天空，以及地平線，當我們觀察到地平線時，再把它們放下，只剩下無盡的空間，這就是所謂的「不起異想」。

去思考這些指導方法，看看佛陀所說的是否真實不虛也很有幫助。界限是真實存在的抑或只是幻象？從科學的觀點來看，宇宙間根本沒有固體粒子，只有不斷離合的能量粒子。透過觀察，我們知道事物的真相，也知道所有的界限都是心製造出來的，因此會放下對「異想」的執著。<sup>14</sup>

佛陀所說的進入「空無邊處」的兩種方法是可以刻意去做的。透過修持空無邊處定，心會擴大，一般人將自己的心侷限於個人，無法觀察到宇宙的真相；透過思考和禪修，我們可以把心擴大。心的侷限越少，我們越能把心擴大，也越容易證到究竟實相。

通常我們所知道的與究竟實相無關，這種認知障礙了我們對究竟實相的了解。如果我們把心擴大，就能超越這些界限，我們都有這種潛能，我們可以把我們的潛能發揮到極致，不要把自己侷限在框框裏，要盡可能的把心擴大。

在修正禪時，我們試著平靜和專注；在修觀禪時，我們如實的觀察不同的現象，止禪和觀禪應同時修習。從經典中我們知道佛陀的教法是完整的，我們不可以只選擇一部份來修，而忽視其他的，這樣是無法解脫的。所有修行的方法包括：持戒、守護諸根、知足、正念正知、修習止禪與觀禪，這些都是不可或缺的。

**6.第六禪：識無邊處定**

復有比丘，超出所有空無邊處，達「識是無邊」之

<sup>[1]</sup> 見《長部》經典第93頁。

<sup>[2]</sup> 請參閱Ayya Khema的《何來有我—佛教禪修指南》107-122頁。

識無邊處，因此先滅空無邊處之微妙真實想，同時生起「識無邊處」之微妙真實想，以此之故，彼於是時，具有識無邊處之微妙真實想，如是由修習故想生；由修習故想滅，此由於修習也。<sup>15</sup>

在第五禪，禪修者體驗到空無邊處，現在要做的將注意力由無邊的空間轉向觀察空間的意識上。無論是在空無邊處定或在識無邊處定，我們都找不到有個人入入定，如果有，那就不是這兩種定了，因為有個觀察者在裡頭。在四禪，觀察者縮到最小，這使心力大為提升，變得很清楚。在第五和第六禪那，出定後，觀察者充分了解，除了無盡的空間或意識外，沒有人，也沒有任何東西。

有了空無邊處定，識無邊處定會同時生起，我們只需把注意力從無盡的空間轉到觀察空間的意識即可。

識無邊處定是證悟和禪修的一部份，透過修行，當我們有了這種禪定，心也會越來越清明，越能觀察實相，心不再偏狹，不再只關心特定的我。從空無邊處定和識無邊處定出定後，我們會發現苦仍然存在，修行仍未結束；只要心中還有自我，這個自我必定有苦。

**7.七禪、八禪、九禪：無所有處定、非想非非想定、滅盡定**

世尊復言：「布吒婆樓！復有比丘，超出所有識無邊處，達『所有皆無』之無所有處，因此先滅識無邊處之微妙真實想，同時生起無所有處之微妙真實想，以此之故，彼於是時，具無所有處之微妙真實想，如是由修習故想生；由修習故想滅，此由於修習也。」

第五、第六和第七禪經常被稱為毗婆舍那禪（vipassana jhanas）或內觀禪那。當然，我們也可以從色界的四個禪那證得內觀智慧。

在第五禪及第六禪所生起的觀智（insight），發現自我消失了，只剩下空間和意識。雖然有觀察者，卻找不到觀察的「人」，因為觀察者已經擴大到無盡的空間和意識。現在坐著正在讀書的觀察者，根本無法體驗到「無限」，而「無限」卻可以在禪那中體會，觀察者也可以擴大到無限。此時雖然有意識，這是心、沒有「人」在那裡。

在第七禪（無所有處），我們知道不但沒有「人」，也找不到任何物體。同樣的，在第五禪（空無邊處）和第六禪（識無邊處），沒有任何物體可以執取，因為在整個宇宙中，根本沒有可以執取的堅實物體。有了禪那的體驗後，我們有了內觀智慧，因此對人和對世間的反應會改變，我們知道那些看似堅固的物體，事實上是不斷變遷的。

要證得甚深的內觀智慧並非一蹴可躄，要花時間，要一再證入不同境界的禪那，才能證得智與見(vision)，然而，這個境界不是涅槃，只是證入涅槃的過程。

「想之極致，是第八禪（非想非非想處）的境界，使心能休息最久，使心充滿精力，這是心進入第九禪那「滅受想定」（滅盡定）前的最後階段。經中記載，只有不還者（阿那含）和阿羅漢才能進入這種禪那。

某些論著詳細描述九禪：進入滅盡定的人彷彿死了一般，因為呼吸如此微細，以致於難以覺察，然而仍有生命力，仍有體溫及微弱的心跳。據說阿那含和阿羅漢可以進入滅盡定達七日之久。

在第八禪（非想非非想處），此時，心處於沒有活動的狀態，但又不是完全沒有覺知，所以不可以說有覺知，也不可以說沒有覺知。在九禪（滅受想定），即使是三果（不還者）聖人，仍有些微「我」的感覺；只有阿羅漢的滅受想定完全沒有「我」的感覺。

以上是有關四禪八定的修習法。如《清淨道論》所言：「須陀洹為『戒』圓滿者，斯陀含果亦然；阿那含為『定』圓滿者；阿羅漢為『慧』圓滿者。」若能圓滿戒學，再在禪修上下功夫，逮定學圓滿，即可證得三果阿那含。

對禪修有興趣者不妨放下萬緣，到緬甸禪修（必須禁語），待個三、五年，雖未必能證果，卻能讓自己的心更平靜，而對外在的事物（身外之物）也不會如凡夫俗子般的執著，能入安止定，同時又能修習觀禪，修習四念處，隨時隨地保持正念正知，逐漸圓滿八正道中的「定學」——正念、正精進、正定，精動的邁向解脫之道，他日必定能究竟解脫，永斷生死，不受後有。

<sup>[1]</sup> 請參閱《長部·布吒婆樓經》93頁。

本文作者果儒法師，國立中興大學中文系及法光佛研所畢業，後負笈斯里蘭卡求學，獲kelaniya大學碩士學位，著有《佛國之旅－斯里蘭卡見聞記》及譯有《觀禪手冊》、《內觀禪修之旅》、《不存在的阿姜查》、《阿姜查的內觀禪修》、《就在今生－佛陀的解脫之道》等十餘種書籍。

靈山現代佛教月刊雜誌社
LINGSHAN MODERN BUDDHISM MONTH
中華民國七十年六月一日創刊
創辦人兼導師：釋淨行
發行人：釋行新（郭陳敏）
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

【雜誌】
中華郵政台北誌第678號執照登記為雜誌
贈閱
【無法投遞請寄退回】

### 四念處專欄

一個偶然的機會，聽到了聖嚴法師說過的一句話：「我們必須重新思考我們的角色……。」感到十分受用。

與20世紀相較，生活或工作在21世紀的我們，無論在生活、工作，乃至生命的課題上，都有很大、很快的改變，因此重新思考我們的角色是必要的。以醫療為例，醫療的角色功能，已由「治療」、「治癒」轉變為「健康促進」，即幫助民眾與慢性病共舞——提昇慢性病人的生活品質。因此無論是醫院、醫療人員、病人(民眾)，勢必要重新思考和學習「醫療人員的角色與責任」以及「病人的角色與責任」。

傳統的醫療，常常是醫師的建議說了算，但因社會型態改變、就醫方便、就醫經驗增加、醫療進步快速，以及罹患多種慢性病的人數增加，因此一個病，同時在不同醫院就醫，或一個人有多種疾病，在不同的醫院就醫，或因搬家必須更換醫院就醫等，是常見的現象，所以說影響醫療效益的因素很多。因此醫師的建議，已不一定是最適當、安全的，這與病人(家屬)的參與度有關，是故適當、安全的醫療決策，需要病人以及家屬的參與，而另一種的說法是，這也是病人以及家屬的一種「義務」。

試舉一例說明：

王女士51歲有高血壓、氣喘、心律不整，以及腎結石等多種慢性病，持續在他院治療。腎結石曾做體外震波碎石術8次，這次因搬家關係，換醫院就醫。

第一次去泌尿科門診時，醫師看X光，發現右腎

## 梁皇報恩法會通啟

主壇法師：上淨下行上人 領眾法師：行河法師
緣起：梁皇寶懺鑒於梁武帝元配郗氏，生前善妒，口出惡言，死後墮蟒蛇身，後因梁武帝懇請寶誌禪師作懺文十卷，為郗氏作懺悔，才得脫蟒蛇身，而上升切利天。可見懺悔功德不可思議，若能真心懺悔，必能消災增福。歡迎大眾共襄盛舉，祈願身心安康，風調雨順，國泰民安，人間早日成為淨土。

法會時間：一〇三年三月二十三日（星期日）上午9：30至一〇三年三月二十九日（星期六）下午17：00

法會地點：台北靈山講堂

台北市忠孝西路一段廿一號三樓

報名時間：即日起受理報名（電話、通訊、傳真、劃撥或親臨皆可）

報名地點：台北靈山講堂

台北市忠孝西路一段廿一號七樓

電話：（02）2361-3015～6

傳真：（02）23141049

郵政劃撥帳號：19726167號 帳 戶：靈山禪林寺

## 靈山講堂近期活動通啟（103年3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 <p>2. 報名電話：02-23613016</p> <p>3. 報名地點：台北市忠孝西路一段21號七樓</p>
002	禪坐健身班第293期開課	2014.3.6(四)	台北講堂	禪坐及靈山氣功	
003	梁皇寶懺報恩法會	2014.3.23(日)～2014.3.29(六)	台北講堂		
004	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	
005	佛誕節浴佛法會	2014.5.4(日)	台北講堂		
006	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	

靈山現代佛教月刊雜誌社
LINGSHAN MODERN BUDDHISM MONTH
中華民國七十年六月一日創刊
創辦人兼導師：釋淨行
發行人：釋行新（郭陳敏）
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

【雜誌】
中華郵政台北誌第678號執照登記為雜誌
贈閱
【無法投遞請寄退回】

## 21世紀的病醫關係新思維—醫療決策

鹿角結石4×4公分，建議做侵入性的輸尿管鏡雷射碎石手術，病人、家屬聽了後表示：前一個治療的醫師說，體外震波碎石術比較安全，拒絕醫師的建議。但醫師以健保規定及專業建議，堅持這是最適當的治療，最後病人接受建議安排手術，於住院次日手術。

手術當日下午，病人因呼吸困難，急救插氣管內管使用呼吸器，轉住加護病房。急救原因：右肺下葉水腫、心律不整、電解質不平衡等。住加護病房期間，病人因插管不舒服，希望拔呼吸管，病人丈夫看了不忍，要求拔呼吸管，他說：「上次在某家醫院拔管就沒事了！」，每次會考，為此與醫護人員爭執，直到一星期後拔管。

醫療照護服務的對象是人，必須有個別性的考量，雖然專家建議健保有規定，尤其是有多重慢性疾病，或曾在他院治療的病人，需要更多的考量。王女士的危機，在手術後發生了家屬才告知的現象，這在臨床常發生。雖然在決策過程中，醫療人員有責任以病人及家屬能了解的方法解說，但病人及家屬，如果不了解的時候，要表示不了解，且應主動提供與身體健康有關的病史資料，如曾做過的治療及反應、使用藥物(西藥、草藥或其他)、過敏史…等等，供做適當醫療決策的參考及安全準備。

王女士在門診時，可能沒有充足時間與醫師互動，應利用住院到開刀前的時間，告知醫療團隊成員，曾有急救插呼吸管等狀況，以便能於術前就做預防性的安排，如開刀後，先在加護病房觀察，或其他

## 293期 禪坐健身班 開始招生了

歡迎參加台北靈山講堂舉辦的「禪坐健身班」教學！

透過禪坐，您可以更接近自己、更認識自己；知道如何運用智慧來紓解生活的壓力以及解決生命所遭遇的問題；而配合氣功的教學，使您學會如何舒適筋脈，健全體魄，達到動靜皆宜，生活充滿喜悅與自在的人生。

一、時間：2014年3月6日(四)起

每週四晚上7：00～9：00（為期二個月）

二、地點：台北靈山講堂

台北市忠孝西路一段二十一號三樓

三、內容：佛教禪坐與氣功健身教學。

四、報名地點：台北靈山講堂

台北市忠孝西路一段二十一號七樓

五、電話：2361-3015、6

六、注意事項：報名請攜帶相片兩張。

## 台北講堂

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	張文裕老師 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09：00～10：00
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

## 台中講堂

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

## 靈山 現代佛教 第1版

靈山現代佛教月刊雜誌社
LINGSHAN MODERN BUDDHISM MONTH
中華民國七十年六月一日創刊
創辦人兼導師：釋淨行
發行人：釋行新（郭陳敏）
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

【雜誌】
中華郵政台北誌第678號執照登記為雜誌
贈閱
【無法投遞請寄退回】

21世紀的病醫關係新思維—醫療決策
梁皇報恩法會通啟
293期 禪坐健身班 開始招生了
靈山講堂近期活動通啟（103年3月～5月）
靈山講堂定期活動表

靈山現代佛教月刊雜誌社
LINGSHAN MODERN BUDDHISM MONTH
中華民國七十年六月一日創刊
創辦人兼導師：釋淨行
發行人：釋行新（郭陳敏）
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

預防措施，這樣才能確實保障病人安全，醫療人員也才能安心，同時提高醫療效益，減少醫療資源浪費。

目前，醫院都會在醒目的地方，或住院須知裡，告知病人的權利與義務，除了是醫院評鑑規定，亦為了提醒病人要得到適當、安全的醫療，必須提供完整的健康資料供參考，包括現在及過去的疾病史、治療（傳統西醫、非傳統西醫）；當然，醫療人員也有收集健康資料的責任。

為了提供完整健康資料，「病歷摘要」好用又方便，如臨時掛急診，或如王女士的例子，在轉院治療時，需主動拿出病歷摘要給診療醫師參考，他們會很感激，這樣醫療人員也能於最短時間內認識你的健康狀況，做較適當安全的決定。尤其是有兩種以上疾病，或領有重大疾病、常住院的病人。

大環境、小環境一直在改變，許多事或許我們都還來不及或沒有適當時機思考各自的新角色；比如，攸關生命健康醫療新角色的思考就是，病人（民眾）常會措手不及，醫療人員也會措手不及的。我們已身處在健康促進的新世紀，必須了解及學習，醫療人員扮演的角色已與過去有許多的不同，適當安全的醫療決策，需要病人（民眾）、醫療人員的共同參與，這樣大家才能善巧應用醫療資源，有和諧的醫療環境。

本文作者高碧月小姐，馬偕護校，以及台北護理健康大學老人碩碩士班畢業，曾在基督教、天主教、佛教的醫療機構服務。因喜歡臨床，而重返臨床工作，現任恩主公醫院安寧共照護理師。因生活上的經驗，以及喜好歷史與旅行，常從不同的觀點，省思現代醫療體系中，有關健康生活適當性的相關課題。

## 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上人，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，啟建梁皇寶懺法會，為功德主祈福消災

（三）藏經樓興建後廣泛使用於藏書、講經、儀寮等…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	張文裕老師 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09：00～10：00
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

