



臨終經驗

給亡者護理人員的指引(2)

彼得芬域醫生 蘇碧妮小姐

鄧世熙中譯

「生命提昇慈善基金會」受作者(彼得芬域醫生及蘇碧妮)委托及授權，將其寫給病人親友的兩冊指引，譯成中文以饒益華人群體。

- 1) 臨近命終－給亡者親友的指引
(Nearing the End of Life: A guide for relatives and friends of the dying)
- 2) 「臨終經驗」－給亡者護理人員的指引
(End-of-Life Experiences: A guide for carers of the dying)

作者簡介

蘇碧妮 (Sue Brayne)



蘇碧妮原本是國家註冊護士，及後她在伊利沙伯·羅絲基金接受了「生死和轉化」導師的培訓。2001年她完成了死亡的修辭及儀軌文學碩士學位課程後，她開始與彼得芬域醫生共事，作為研究「臨終經驗」的榮譽研究員。她在「臨終經驗期刊」，發表了數篇學術論文，並為護理人員在「臨終關顧靈性方面」開辦培訓工作坊。她亦為心理治療師，專長於創傷和喪親輔導，並為延續教育的老師。

彼得芬域醫生 (Dr. Peter Fenwick)



彼得芬域醫生是(英國)皇家精神科學院榮授院士。他主要工作範圍在神經精神科和癲癇病。他曾擔任聖湯馬士醫院，西敏寺醫院及長期在莫斯理醫院和英皇學院精神科學院，牛津的威奇利夫病院等顧問醫生職位，目前他在修咸頓大學神經精神學系任職。他對「臨終經驗」及「瀕死經驗」的研究有長期的興趣。在1987年，他是首位在英國有關「瀕死經驗」紀錄片中亮相的人士。他現時帶領一跨科系的項目，研究「瀕死經驗」對亡者及喪親者的重要性。

因此，「臨終經驗」是甚麼？

我們認為有兩類的「臨終經驗」：超個人的和最終意義的。

1. 超個人的「臨終經驗」

超個人的「臨終經驗」有着出世間的性質，看來不單預測死亡到臨，並經常使死亡方式平靜和舒緩。可是「臨終經驗」不能輕易地與病理上的死亡過程聯繫上。

因為「臨終經驗」是多元文化的，有些人會看到一些他們信仰的宗教人物。例如基督徒會看見耶穌或瑪利亞，或印度教徒會看見維修奴。其中一項最著名的「臨終經驗」實例，是(意大利)翁布里亞的阿西西的聖方濟教堂內喬托的壁畫，環繞着的聖方濟墓。

當中一幅壁畫顯示，在聖方濟臨終時，一群天使在合唱。另一幅壁畫顯示在意大利某處，一名僧人瀕近死亡，他感知聖方濟亦在瀰留狀態，喊道“等等我，聖方濟，我來了，我來了”。

超個人的「臨終經驗」可包括，例如：

- * 有關已故親人或宗教人物來臨的影像，幫助亡者渡過死亡過程。
- * 能夠從其他領域來去，通常有慈愛和光明於其中。
- * 雖然相隔遙遠，一些與亡者感情密切關連者，經歷某些巧合。例如，當亡者離世時刻，他(指與亡者感情密切關連的人)看見亡者來臨，通常述說他們情況還不錯。有時出現的事件是跨越遠方和經常發生於(亡者)正在死亡的一刻。
- * 其他奇怪或超逾的現象出現時，正在或接近死亡的一刻。例如室溫的變化，時鐘同步停止，目睹水氣、霧氣和形體圍繞遺體。這些形狀可能連帶慈憫的感受、光芒和安慰，伴隨目擊者多年。
- * 貓、狗和雀鳥會有怪異行為。在亡者逝世後，有些護理人員感受到室內有某種“存在”停留了一段短時間。護理人員通常形容這是一種溫暖慈愛的氛圍。亦有人覺得煩擾。

2. 最終意義的「臨終經驗」

最終意義的「臨終經驗」的深層重點似在催促亡者，逝世前處理好未了的事項。如此一來，死亡來臨時，可以舒解存有問題的不安及令亡者作好精神上的準備。

最終意義的「臨終經驗」包括，譬如：

- * 突然渴望與離異的家人和解，或理順個人和家庭事情。
- * 之前紊亂，半昏迷或全昏迷的人士，不期然會感受到一些清醒時刻，使他們可堅持與周邊人士道別。
- * 昏迷或瀰留人士，在逝世前，似乎有一種等待親人來臨或離去的能力。
- * 醒覺或入睡中的深度夢境，有助於個人放下一些生平事件，在準備死亡時或許也有一份助力。

「臨終經驗」的靈性特質

超個人和最終意義的「臨終經驗」，看似有靈性的特質，例如賦有意義和目的，盼望、連繫和信仰。

護理者和亡者經常描述這些內含慈憫和安撫的經驗，例如：平靜、慰藉、問候、舒泰、美麗、預備、寂靜。

在大多數的情況，看來「臨終經驗」舒緩了精神上的痛苦和焦慮，因而步向死亡時好走一些。（「臨終經驗」）看來與由藥物引起的幻覺而構成的焦慮和苦惱截然不同。.....(待續)



彼得芬域醫生及
蘇碧妮
Dr Peter Fenwick
and Sue Brayne