《人間世》

0311

當被癌症撞上時怎麼辦

目　錄

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.135～137	無	1 每個人都要有心理準備和高度警覺	1.1 現代人罹患癌症的可能性相當高 1.2 但也不必杞人憂天
		2 罹患癌症，就面對事實，積極治療	2.1 放鬆身心來面對，接受癌症的事實 2.2 正面思考，善用患病的機會來自利利人

0311 當被癌症撞上時怎麼辦

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.135	無	1 每個人都要有心理準備和高度警覺	1.1 現代人罹患癌症的可能性相當高 1.2 但也不必杞人憂天

1 每個人都要有心理準備和高度警覺

1.1 現代人罹患癌症的可能性相當高

1.1.1 居安思危，才能臨危不亂

1.1.2 定期作身體健康檢查，以便及早發現，及早治療

1.1.2.1 加上禪修等的精神修養，罹癌的可能性會減少一些

1.2 但也不必杞人憂天

1.2.1 平時保持飲食正常、作息正常、心情平穩

1.2.2 過多的擔心和焦慮，只會降低身體的免疫力

教材範圍		主題	子題
書籍	光碟		
P.135～137	無	2 罹患癌症，就面對事實，積極治療	2.1 放鬆身心來面對，接受癌症的事實 2.2 正面思考，善用患病的機會來自利利人

2 罹患癌症，就面對事實，積極治療

2.1 放鬆身心來面對，接受癌症的事實

2.1.1 如此，病人會比較輕鬆，家人不致恐慌悲苦

2.1.2 把病交給醫生，把命交給佛菩薩（或者是自己的宗教信仰）

2.1.2.1 如此一來，自己就是沒有事的健康人

2.1.2.2 想做什麼有意義的事、想學什麼有興趣的東西，就去做、就去學，

讀懂一句 受用一生 法鼓山心靈環保讀書會

只要不太勉強自己的體力

2.2 正面思考，善用患病的機會來自利利人

2.2.1 一位篤信佛教的醫師，把身上的癌細胞稱為「癌菩薩」

2.2.1.1 他在接受化療的過程中，深刻體會病痛的苦，而生起慈悲心

2.2.1.2 回到工作崗位上，便以無我的慈悲心看護所有的病患，化浮躁脾氣為溫柔友善，樂意主動呵護病人

2.2.2 提前預知死亡，可以在有限的生命裡，多做自我淨化的工夫

2.2.2.1 縱然已被醫生告知要準備後事，只要不怕死，不等死，說不定還有奇蹟出現

2.2.2.2 有不少人都說感謝癌菩薩使他們懂得人生，也度他們進入佛門

2.2.3 家屬應坦然接受家中有人生病的事實，細心照顧癌症患者，自己不要急壞、累壞

2.2.4 癌是菩薩，患者是菩薩，在共同宣說「苦聖諦」的無上佛法

2.2.4.1 生老病死是人生的四大苦事，平時卻很少意會得到

2.2.4.2 罹患癌症，就把它看作是現身說法的菩薩

2.2.4.3 要處理、要治療，但不用怨怒憤恨、不必憂悲苦惱

討論題目

1. 為甚麼每個人都要有被癌症撞上的心理準備和高度警覺？
2. 一旦罹患癌症時，該怎麼辦？
3. 如何從正向的角度來看待癌症？