

東海大學宗教研究所
碩士論文

劃破纏縛之繭：
重新編織生命中的死亡意義

Breaking from the Constraint of the Meaning of Death



研究生：張依婷 撰
指導教授：趙星光 博士

中華民國九十九年六月

謝辭

這當中，許多感謝，都是心中受到的滿滿暖意，有時很難具切說些什麼，嘗試著表達，但所盡之意也無法達到百一。

對於口試委員的教授們是感謝。謝謝老師們傾盡心力的對我的論文閱讀、修改並且還提供了許多更加豐富及有趣的方向。除了讓我的論文在整體上顯得更為紮實外，也讓我在生命思考上又有了新一步的感受。尤其曾煥棠教授還與我討論未來可能面對到的生命問題，包括護理臨床上的運用，以及他自身體會的種種，在此我要說的是滿滿的感謝。

對於指導教授的是感激還有敬佩。謝謝趙星光老師對我的無限包容。我在書寫論文期間，曾多次放空自己，甚乎可說是停止了論文的進行，也因此而消逝掉了的許多時光，使得停滯許久的論文更是難以復工。但老師卻沒有給我一丁點怨言，他總還是帶著笑容，提醒著我必須把握每個我所存在下的時空，這也是讓我不再害怕並繼續完成論文的動力。另外要說的還有敬佩，一直覺得老師超級厲害，可以把常常陷入天馬行空思考的我拉回務實的軌道、每一次討論都可以輕鬆的解決我方寸大亂的問題...這都還只是九牛一毫。最敬佩的其實是他與世人、世事相處之心，一顆有所依恃的心，這是在論文之外，老師給我的一份非常寶貴的禮物。

對於我的家人要說的是感恩。尤其是我的爸媽，先說的其實是抱歉，性情暴躁以及常常三戒其言的我，總是令他們很擔心。要感恩的是他們的支持，從小時候到現在都是如此，不管我對未來作了什麼選擇，他們都給我很大的鼓勵。雖然進入研究所之初因為溝通上的問題，導致父親的不解，但隨後而來的日子，感受到的確是諒解，以及體貼的陪伴。他們的一顆良善之心，更是我在人生路上的一份最好的禮物，對他們的感謝之情，我想是怎樣也說不完的。

對於我的夥伴，要說的是感心。我的夥伴，現在也是我的丈夫。說起來真的是一個不簡單的傢伙，光說能陪我至今就不是一件易事。面對我胡亂使的情緒和性子，總是能屹立不搖，還不會因此說不愛我，又能與我一起討論人生中大大小小的事情，開心的、悲傷的、憂慮的、有趣的、喜愛的、厭惡的、生氣的、歡笑的、竊喜的，無所不談，連常常光顧的小吃攤老闆都好奇的問我們說「你們怎麼有說不完的話」。因此我要跟他說很多聲謝謝！

感謝學校裡的，是同窗同學們一起求學和相處的時光，每當一起上課、一起討論，他們散發出來的氣氛總是令我感到安心，並開心。還有常常提醒冒失的我應該注意些什麼的所上的助理陳昕，以及在我論文最後焦頭爛額時，一同努力和互相鼓勵的千慧學姐，都是我非常感謝的一群人。同時我還要感謝所有曾經給我一個微笑、給我一句鼓勵、一個指責也是、一個提醒也是、一個挫折也是，不管是人們，或事情，謝謝他（它）們在我的人生上有過的駐留。

謝謝所有人對我的幫助，希望在將來，我也能夠將像這樣的美好的心意，傳達給更多的人。

2010年7月15日 依婷 於台中

劃破纏縛之繭：重新編織生命中的死亡意義

Breaking from the Constraint of the Meaning of Death

摘要

本研究以敘事研究方法，藉由分析我的故事，探究自我在生命不同時期面對死亡的事件與死亡觀的建構歷程。使用艾瑞克森（Erik H. Erikson）的心理社會發展理論（psychosocial developmental theory）、皮亞傑（Jean Piaget）的認知發展學說，做為敘述個人面對死亡事件研究架構，發現敘事文中共有七個影響自我死亡觀建構的重要經驗：小學時期發生的「兒童遊戲中被埋葬的小麻雀」和「國小時同儕的死亡經驗」事件，讓我建立了成熟的死亡概念；「弟弟和國中同學的疾病發作」經驗引發我面對死亡時的自卑、無助及罪惡感受；在「長輩的死亡與死亡儀式」中，除了建立了宗教性的死亡概念—「死後世界的存在」、「生命具輪迴性」之外，也讓我對於原本所處家庭及社會環境所教導，「不談論死亡」的態度感到質疑；這樣的質疑到「寵物的死亡」經驗中，更轉變成自我對「不可談論死亡」態度的反動力量；大學時的「離家經驗」，使我將死亡與分離和失落、悲傷等負面情緒劃上等號；而在大學護理教育所學習的西方醫學知識，讓我學習到可以用「愛」與「生命意義」來對付面臨死亡的恐懼。但也因多次遭遇到的他人死亡經驗，使得初建立的應對方法無疾而終。

本研究讓我更深入的觀察到自我生命意義的轉換過程。這個發現可以採用歐文·亞隆（Irvin D. Yalom）對意義的說明和區分，來呈現出自我生命意義的變化。我原本擁有的「人間意義」，因為死亡和分離所帶來負面情緒的衝擊，使整個自我的意義系統落入「無意義」的危機，心理發展理論的分析依舊無法解決「無意義」的困擾。之後，藉著與宗教的相遇和信仰的追尋，加上對「宇宙意義」的認識，讓自我的生命意義邁向另一個不同的層次。

關鍵字：敘事研究、自我敘說、發展心理學、死亡觀、建構主義、生命意義。

Breaking from the Constraint of the Meaning of Death

Chang, Yi-Ting

Abstract

This study was to go into the building-up progresses which selfhood faces death events and death concept in particular periods of life by my narratives (narrative research). In this research, it used “psychosocial developmental theory” by Erik H. Erikson and “Cognitive-developmental theory” by Jean Piaget as study framework when describing a person faces death event; then, we found out there are seven important experiences which affected self-death constructivism: “finding out a buried sparrow when children were playing” and “a classmate’ death experience” in elementary school period made me establish a mature death concept; “younger brother and junior high school classmate’s diseases breaking out” experience bringing about self-abased, helpless, and guilty feeling; “an elder’s death and death ceremony” not only established religious death concepts – “death world’s existence” and “Samsara transmigration of souls”, but also called in question about “not talking about death” attitude which had been taught in primitive family and society; the same suspicion in “death of pet” experience took a turn to counter-revolution toward “not talking about death”; “running away from home” experience made me make off an equal sign between separation negative feelings, such as depressed and sadness, and death’s; western medical knowledge which I’ve been taught in college’s nursing education made me learn to use “love” and “Life meaning” to encounter great fear about death; however, this dealing matter had been disintegrate quickly after encountering several times of other people’s death experiences.

This research made me observe the switching processes of life meaning thoroughly. In this discovery, we could adopt Irvin D. Yalom’s statement of differentiate about the meaning to present the changing of life meaning. The original “Life meaning” had been impacted by negative feelings of death and separation; so the meaning of life suddenly became “meaningless”, even developmental psychology theory could not solve the persecution of “meaningless”. After that, self meaning of life had been upgraded to different level by way of aspiring after religious belief and understanding of “Cosmic meaning”.

Keywords: narrative research 、 self narrative 、 developmental psychology 、 death concept 、 constructivism 、 life meaning

目錄

第一章 前言	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 問題意識.....	4
第三節 名詞定義.....	6
第二章 文獻回顧	9
第一節 死亡學與死亡議題.....	9
一、死亡學在世界上的發展.....	9
二、死亡學在國內的發展.....	10
三、死亡學的研究範疇.....	11
第二節 死亡觀的形成之相關理論.....	12
一、心理發展面向的死亡—死亡觀的發展.....	12
二、社會文化環境對個人死亡觀塑造的影響.....	19
三、影響建構死亡觀的社會因素.....	20
第三節 死亡觀的建構.....	28
一、建構主義.....	28
二、建構主義與死亡觀的建構.....	31
第三章 研究方法	35
第一節 敘事研究的介紹.....	35
一、敘事研究理論的歷史發展.....	35
二、敘事理論的建構特質.....	36
三、敘事研究的方法.....	37
第二節 敘事研究之自我敘說研究	40
一、自我研究上的主體與客體.....	40

二、自我敘說的各種方法.....	40
第三節 敘事研究的優缺	42
一、敘事研究的優點.....	42
二、敘事研究的缺點.....	44
三、敘事研究的信效度.....	44
第四節 本研究的敘事發展	47
第四章 不可言說的死亡	48
第一節 原生家庭、死亡與我.....	48
一、我與我的家人.....	48
二、我的家庭與死亡的交會	61
第二節 在家的日子—幼稚園到國中的學習	71
一、幼稚園與鬼怪.....	71
二、國小的是與非.....	72
三、國中—在同儕身上汲取的經驗	73
第三節 出家門的闖蕩—兩個人共處的高中生活	75
一、第一個我—對未來的期待以及生命的學習	75
二、努力後的情緒落差—人生目標的疑問	77
三、第二個我—陷入與過去分離的悲傷	78
四、兩個我對未來的選擇.....	81
第四節 護理專業的學習與職場體驗.....	81
一、護理中的生命事件與生命學習.....	81
二、充滿挫折的護理職場體驗.....	87
第五節 坐視成敗，觀千里之行始於足下—宗教研究所的再學習歷程.....	97
一、挖出深埋內心的情感.....	98

二、對世間快樂的想法.....	102
三、他人對於追尋的質疑.....	104
四、走向信仰的意義.....	106
第六節 小結.....	108
第五章 自我死亡觀的建構與超越.....	110
第一節 兒童遊戲中被埋葬的小麻雀.....	111
第二節 國小同儕的死亡—我會死嗎？.....	112
第三節 弟弟和國中同學的疾病發作—失去親人的威脅.....	114
第四節 長輩的死亡與死亡儀式—面對死亡與喪葬的事實.....	115
第五節 寵物的死亡—家庭成員的態度與自我對死亡的反思.....	117
第六節 離家與分離—死亡的一種虛擬體會.....	118
第七節 對死亡的無奈—在災難與醫院中所面對的死亡.....	120
第八節 死亡意義與生命的碇泊.....	122
一、死亡在我人生過程中產生的困擾.....	123
二、死亡認知學習與面對死亡情境的落差.....	125
三、對生命意義的追尋—與宗教的相遇.....	126
四、生命碇泊的尋覓.....	127
第六章 結論.....	128
第一節 在死亡的邊界環繞.....	128
第二節 相信有一個絕對的真理並不笨.....	130
第三節 觸碰死亡的核心—無明與生死了悟.....	133
第四節 生命意義追尋的省思.....	136
第五節 最後的總說.....	137
第六節 研究限制與研究建議.....	137

後記：生命的回應	139
參考文獻	144

表目錄

表 2-1	Maria Nagy 兒童死亡觀三階段	14
表 2-2	Jean Piaget 的認知發展理論各階段	16
表 2-3	艾瑞克森心理社會發展論及其延伸之死亡概念	17
表 2-4	客觀主義與建構主義之比較.....	30

第一章 前言

第一節 研究動機

我的家庭並非是什麼特殊狀況的家庭，我的生活也並非如何的轟轟烈烈。決定要如何生活的，似乎也都是自己，因為連大學聯考的志願填寫，父母親也沒有給我任何的導向。在生活中做自己認為想做的事，說自己認為想說的話，享受自己認為的享受，我的日子就順著我所認為應該的樣子在行動。所以我努力要過好自己的生活，我堅定的認為應該…就可以…（應該做某些事情就可以快樂？幸福？）。進入學校環境，照著那個「應該」我唸書，努力使學校成績到我所能達到最好的地方；照著那個「應該」，我勇敢迎接著接二連三來的聯考，進入高中、大學，然後照著那個「應該」，我踏進了工作職場，賺取養得活自己的薪水，以及擁有某一階層的社會位子…就這樣，我在一連串相同的過程中過著生活。第一次，是在國中三年級的年紀，那時正沈浸在數學老師一句勉勵的話：「你們只要一腳踏進 XX、XX 學校，一腳就踏進大學」，我將整個重心都放在要考上好學校，但在一次與並非相交甚篤的同學口中說出的一句話，讓我發現原來我並沒有想到自己，也讓我真正的把目光拉回到自己身上，她說：「我以後想要做 XX 喔，你呢，你想要做什麼？」，頓時，我愣住了，除了小時候在作文簿上寫下多樣的「我的志願」之後，我根本沒有仔細思考過我要的是什麼，這時候面對屬於自己的問題的我竟然啞口無言，第一次意識到-原來我不認識自己在追求些什麼？我認為的「應該」是別人所賦予的。

第二次意識到自己所追求的東西，是在經歷許許多多次考試的經驗之時。考試會令我緊張，於是我會盡力準備著考試的內容，並且期待考試後那一段放鬆、遊玩、距離下一回考試還很遠的快樂生活，但是每次都事與願違，並非成績差，而是當所有科目考完的那一剎那，卻是我的情緒跌落谷底的時候，我不知道自己怎麼了，明明應該會很開心的，為什麼特別在這個時候負面情緒一直出現，整個人陷入無盡的空虛、孤單、慌張、悲傷、無助。同樣也在尋找自我的蔡麗芬（1995）說：「我雖然過著平凡的生活，可也算是穩定實在。而在我開始探觸精神學習的生活之後，我雖然一樣有穩定可發展創意的工作，一樣很努力的工作，一樣有各種

學習活動…可是我開始隱約感受到一種腳踩不到地的空虛感。」，原來達到我所建立的目標並沒辦法使我滿足，原來我完成我認為「應該」達到的目標並無法使我覺得快樂。一次次，不斷不斷的建立期待，以及期待的落空，我落入了不瞭解自己而不知如何自處的窘境。

也因此，我開始認真思考我要的是什麼？我希望自己能隨時感受到心中的快樂，更深入思考可以讓我快樂的原因，是周遭的人臉上所展出的真正的笑容包括父母、家人、朋友…等等我所遇到的每一個人。而會造成不開心的原因是什麼呢？觀察周遭的人事，任務失敗了可以再接再厲、考試不通過可以再重考、事業失敗了或許還可有另一條路，但是唯有身體的疾病無法選擇，也唯有死亡它更是一條我不願意遇到卻又避不開的路，也因為如此生命中的病與死似乎是造成人不快樂的最大原因。所以我決定要成為一個醫療人員，如此，我不僅可以擁有更多的能力和知識幫助病苦中的人，避免落入痛苦的漩渦中；在這個環境中也可以讓我瞭解死亡到底是怎麼一回事。朝著這個方向，我考上了護理系，畢業後進入醫院並毫不猶豫的選擇了腫瘤科病房擔任臨床護理人員，因為這裡有著讓人最無奈、最害怕、各種型態、各種式樣的疾病，這裡是所有單位中最接近生死的交界，是疾病纏人、治療複雜的一個單位。若我在這裡可以學習到面對病痛和死亡的方法及態度，讓我有更多的力量可以幫助周遭的人面對相關的問題，然後我認為這樣不但可以讓他人更快樂，我自己也會因此而更加開心。

當我真正進入了腫瘤科病房後，看到了許多種疾病發病的樣態，也看到了不同的患者面對疾病的態度，有些汲汲的在找尋各種所有可能的治療；有些在結束前的每一日，盡力過著自己想要的生活；有些每日為著不斷的疼痛而焦慮…，我跟著他們，經歷著一次又一次的生死相別，一次又一次的無助哭泣。在護理病患的學習上我更加用心，當我更深入的瞭解到疾病發生原因、治療方法、治癒機率、復發機率、新藥的運用以及護理的技巧，而當我同時也遵從學習時老師所教導的「全人護理」理念…裝備似乎已日漸堅固、武器似乎已精銳，但是我卻沒有辦法使在生病中的病患也能感到真正的喜樂，尤其是那些已經無藥物可用的病患、病情只會往下發展的病患、因經濟因素而沒有選擇的病患、一而再再而三好了又復發的病患時，我感覺到無能為力，鼓勵的話似乎已被消磨殆盡，希望正從身邊悄悄的退場。我給不出快樂，或者應該說我找不到這裡有任何的快樂。難道我所追

尋的方向是個錯誤？我迷失在我前進的路途上，我甚至看不到任何的出路，我必須要先停下來好好的審視自己的方向。就如世界著名的社會心理學家、心理分析師、哲學家、以及人文主義者佛洛姆 (Erich Fromm)所說的：「一個人心須先停下來才能改變方向。」。

當疾病與死亡帶來的苦難無可避免時，我們如何使自己在這樣的過程中，仍舊可以擁有心靈的平靜與喜樂？生物醫學日新月異，仍然無法協助人類避免生病與死亡帶來的失去與分離之痛苦感受。雖然我身為醫護人員，但是在面對生死交關之際，我發現，原來我自己也無法安慰自己、連我自己也覺得無望、連我自己也會不知如何是好、連我自己都沒有勇氣面對這些狀況，更遑論要去幫助別人了。經由在日常生活以及工作專業上的觀察，個人發現部分擁有宗教信仰的人，雖然沒有充足的物質條件（資源充足、健康身體...等），但是當他們親身面臨到疾病的折磨與死亡的威脅時，卻能展現出心靈的寧靜與生命的喜悅，這是為什麼呢？於是，我暫停了我的工作，並選擇進入宗教研究所，嘗試探索在生活上令我感到困擾的死亡議題，期待透過對宗教信仰的瞭解，發掘人類在面對生命歷程中不可避免的苦難時，如何得到所需心靈力量。正如崔默 (William Caloley Tremmel) (賴妙靜譯，2000) 所說的：「宗教之所以在人類歷史和個人生命中出現，是為了要應付那些攝人的、具威脅性的、且無法控制的事。其中最佳範例就是死亡。」。這是個很大的議題，當我開始思考疾病與死亡的課題，以及信仰在維持心靈平靜的力量時，我不知從何開始，觀察自己，原來自己的心裡對於這些問題的想法與概念也是一團亂。面對別人的苦難我可以如何作呢？個人認為要幫助別人之前，要先學會幫助自己，否則雖然一股熱忱想要讓別人得到喜樂，終究也只是泥菩薩過江罷了！因此，本研究將從釐清自己對死亡的認知著手，進一步探究個人在經歷對死亡議題的探索後，面對生命時態度與意識的轉變，並藉以建立個人更清晰的生命意義觀。

第二節 問題意識

本研究主要探討的問題主要有三個方向，焦點聚集在個人對死亡認知的變化，探究不同生命階段死亡觀的建構歷程，茲列如下：

一、藉由個人生命與專業經驗回顧，瞭解自己對死亡的觀點及其建構過程。

自我在未踏進宗教研究所探索死亡議題的那一段很長的時間裡，對死亡的瞭解有多少？如何去面臨死亡這個生命必定的事實？死亡對我來說代表了些什麼？我如何看待重要他人的死亡？我如何看待其他人的死亡？我如何看待自己的死亡？

人對死亡的看法，除了會影響到他在日常生活中與他人的關係，以及影響到個人面對生活事件的態度，歐文·亞隆（Irvin D. Yalom）（易之新譯，2003）表示：「我們對死亡的態度會影響生活和成長的方式，也影響我們衰老和生病的方式」。這種影響方式並非在個人真正瀕臨死亡時才產生，而是時時刻刻都會在的。在你作任何決定、選擇何種道路、發展出何樣的人生，任何時候都會受到它巨大的影響，歐文·亞隆同時指出：「死亡不斷在生命表層下騷動，而且對經驗和行為有巨大的影響。」。本研究的第一個要探討的問題，將時間點在作者尚未進入宗教研究所以前，未深入死亡議題的實際探索時，作者用何種的態度來面對死亡的議題？這一階段的生命及專業經驗中對於個人面對死亡時造成了何種影響？藉由這些經驗，作者建構出何種死亡觀點？

二、描述並分析作者在離開專業生涯後，投入死亡議題的探究歷程所獲得的心得，與對生命態度及意識的改變。

當自我更清楚的瞭解自己對於死亡的建構，以及死亡對個人的影響後，開始思慮到生之意義，尼布爾（Reinhold Niebuhr）在他的《人的本質與生命》中說：「當生命被切斷時…生命的意義就會被質疑。」（轉引自崔默著，賴妙靜譯，2000）。研究者深入透入死亡歷程的探究過程，也就是離開專業生涯進入宗教研究所的期間，他得到了哪些關於死亡的知識和資訊？歐文·亞隆（易之新譯，2003）表示：「生命和死亡是相依相存的；他們同時存在，而不是接續發生的。」，作者在對死亡議題的探究後，對於生命產生了什麼樣的心得？面對生命的態度即意識有了何種的轉變？

三、分析個人在上述兩個人生階段，對死亡觀點以及生命意義的結果，和對未來個人生命感與實踐的可能影響。

對研究者而言，從發現對自己的不瞭解，一直到確定了以服務他人為人生的目標，而且也確切的投入其中，作者以為這樣子走、這樣子做很完美，但是心裡卻沒有感到他所期待的平靜和喜悅，沒有那種找到人生的意義與目的般的喜悅，更莫說讓周遭人也能夠有如此感受了。而更糟糕的是，作者不知到自己在什麼地方錯了腳步，只知道他目前所依循的目標無法作為生命的主軸，無法成為生命的依恃，有人認為只要照顧好自己的生活就是人生的目標，有人認為追求名利才是主要目標，更有人認為就享受眼前吧！但是這些都不是成為「人之所以為人」的標準及指引人的「生活方式」和「生命型態」的依據，(曹秀明，1999)。人類因為總是有那麼一天必須經歷死亡，也就是因為如此，作者相信死亡對於整個生命的本身有絕對的重要性，歐文·亞隆(易之新譯，2003)：「死亡對生命有正面的貢獻。」。當作者對自己的死亡觀點建構有所瞭解，並且在探究死亡的過程裡有了某些的變化。這些對於死亡的瞭解和生命態度的變化，對於作者個人未來生命的定向可能的影響？在面對這生命中必須的失去時，未來生命可以何為方向？可能可以如何進行？作者在未來生命實踐上會有何種可能的轉變？

第三節 名詞定義

以下就本篇研究中多次提到的兩個主要概念「死亡觀」、「生命意義」作名詞上的界定。

一、死亡觀

對死亡觀下定義，首先得瞭解「觀」之涵易。「觀」，有景象、樣子、外觀，對事物的認識之意。因此死亡觀即是對死亡的樣子的想法，也就是對於死亡的認識、看法、想法和思考方式。個人之死亡觀可以說是吾人對於死亡的覺察（歐文·亞隆著，易之新譯，2003：131）。由於如何思索死亡的問題，其範圍牽涉極廣，因此，大部分的研究都把「我們如何思索死亡」這個範圍較廣的問題，縮小為「我們對死亡的焦慮程度」（Kastenbaum 著，劉震鐘、鄧傅仁譯，1996：131）；或者是對於死亡的認知，包括不可逆性（irreversibility）、無機能性（nonfunctionality）、普遍性（universality）、原因性（causality）等的基礎死亡概念（張淑美，1996:22-23）；抑或對於死亡之態度，包括吾人對死亡（death）與瀕死（dying）的各種情緒傾向與評價、對自己的死亡與瀕死的態度反應（Collett & Lester, 1969）。以及對他人的死亡與瀕死的態度反應（Collett & Lester, 1969；Kastenbaum & Aisenberg, 1972）。

在本研究中，就死亡觀的定義，將採用較狹義之說法：死亡觀是人對於死亡的基礎之死亡概念，包括不可逆性、無機能性等基本認知。此外還包含人對於死亡的態度，包括恐懼、焦慮、接受等如上所列之態度。

當然，死亡觀也可以更廣義的推向對生命整體的看法。原因在於，我們對死亡的态度會影響個人生活和成長的方式（歐文·亞隆著，易之新譯，2003：63）。歐文·亞隆進一步表示，對死亡的體認使我們深刻感受到生命，使我們的生命觀徹底轉變，並使我們的生活模式從分散注意力、麻痺和對瑣碎小事的掛慮，轉移到更真誠的模式。吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠（2002）也表示，人類已經能夠了解死亡對人類而言是不可避免的，也就是說人類能預期自己死亡終將來臨，進而了解到本身生命的局限。因此，人類面對死亡的态度也理應會對其生命的態度產生影響，並影響個人的生活。因此，對死亡的觀念更可以延伸至整體生命之認識。

二、生命意義

林文琪(2002:22)表示,究竟什麼是「生命的意義」?這個問題不是在問「『生命』的意義是什麼」,也不是在問「『生命』是什麼」。其所要探討的是「生命的意義」本身是什麼。生物學、生理學或解剖學等所研究的是動植物生命的現象。問生命是什麼?則不屬他們的研究範圍(薛保綸,1995:21)。那究竟,「生命的意義」是什麼?Crumbaugh 於 1973 年將生命意義界定為一種能給予個體存在有方向感與價質感的目標,藉由實現此目標的過程,個體可獲得「成為一個有價值的人」的認同感(Crumbaugh 著,游恆山譯,1987)。Hedlund (1977)認為,生命的意義指的是個人的意義,也就是個人存在的理由。它賦予個人力量與價質感,當個人能意識到自己存在的理由時,個人會感到有力量,並覺得自己存在是有價質的,此時個人將對自己的方向有應處的認知,並有動機完成自己所從事的工作(轉引自張瓊云,2002:6)。Csikszentmihaly 則提出意義的三種解釋:其一,為指一個目標或重要性,即事件之間基於一個最終目標而互有關連,它們有一種現成的秩序和聯繫,各種現象都不是隨機發生,都遵循一種可辨識的模式,指向一個最高的目標;其二,是指個人的企圖,一般人會在行動中顯示他們的目的,透過可預測的、表裡一致的方法,表達真正的目標;其三乃是指一種有秩序的資訊,界定事件之間的相關性,有助於澄清不相干或相互矛盾的事件,並確立其間的秩序(轉引自黃國城 2003:58)

除了對「生命意義」下定義之外,許多學者還進一步提出,生命意義有其不同層次的說法。心理學家馬斯洛(A. H. Maslow)用人類五大需求的說法,來表明生命目的的不同層次,每當較低層次的需求因為目的達到了讓一個人感到滿足時,他通常不會就此停止,不久,較高一層的需求便很自然地浮現出來,這五大層次由低至高分列如下:(1)生理上的需求(physiological needs);安全感的需求(safety needs);(3)愛與隸屬的需求(love and belongingness needs);被尊重的需求(esteem needs);自我實現的需求(self-actualization needs),(轉引自李清義,2004:46)。Frankl 將「意義」分成兩個層次:世俗世間層次的人生意義與高度精神性或宗教性層次的終極意義(或稱「意義的意義」,亦稱「超級意義」。世俗世間層次的人生意義,指謂人間世生命歷程當中,足以構成精神支柱的種種真善美價質取向與內涵,小如夫妻情愛或藝術欣賞,大如社會改造或國際合作等事。傅偉勳

(1993：29)提出的「生命十大層面與價值取向模型」，認為，人的生命由低至高應該具有下列十大層面：(1) 身體活動層面；(2) 心理活動層面；(3) 政治社會層面；(4) 歷史文化層面；(5) 知性探索層面；(6) 審美經驗層面；(7) 人倫道德層面；(8) 實存主體層面；(9) 終極關懷層面；(10) 終極真實層面。而本論文在生命意義分析的分層上則是採用歐文·亞隆(易之新譯，2003：572-573)的說法，即意義分為兩種層次：人間意義(terrestrial meaning)和宇宙意義。人間意義包括了目的：擁有意義感的人會認為生命具有某種有待實現的目的或功能，具有某種適合於自己的首要目標或許多目標。而宇宙意義是指有某種外在、超越人類設計，必然是指某種神奇或靈性的宇宙安排。在此只概略的述說一下歐文·亞隆對於意義的說法，其深一步的介紹，會在後面的章節呈現。

總結而言，各個學者依著自身的體會和瞭解，嘗試為「生命意義」做定義及內涵上的說明。本篇研究中，所提到之生命意義，也將以不同的層次觀點，來進行分析和討論。

第二章 文獻回顧

文獻回顧的內容有三大部分，第一節，簡介近代死亡學的發展；第二節，探討影響死亡觀形成的相關因素，包括人類死亡觀的心理發展、社會環境因素以及個人因素對於死亡觀的影響；第三節，死亡觀的建構，瞭解建構主義如何論說死亡觀的建構過程。

第一節 死亡學與死亡議題

一、死亡學在世界上的發展

美國亞利桑那州（Arizona State University）Robert. J. Kastenbaum，是推動死亡學運動的先鋒，他在最近（2003）出版的《麥美倫死亡與臨終百科全書》（Macmillan encyclopedia of death and dying）中指出，「死亡學」是探討臨終、死亡、悲傷及其相關思想、情感、態度及事件的學問。研究主題包括有：「死亡原因」、「生命及死亡的意義」、「臨終者的內在經驗」、「喪親者的悲傷歷程」、「生命權倫理難題之抉擇」、「死亡教育」及「緩和醫療與安寧療護」等等。死亡學（Thanatology）一詞，是由美國羅威·柏克（Roswell Park）在一九一二年所提出，該詞源自希臘神話中死神「桑納托斯」（Thanatos）的名字（孟憲武，2006：8）。美國是死亡學研究最早的國家之一，美國早期的死亡研究大致可以分為三個階段：一、探索期（1928-1953年）；二、發展期（1958-1968年）；三、普遍期（1968-1977年）。羅威·柏克創用Thanatology一詞的時候，該詞的內涵主要涉及一般所理解的死亡概念，尤其是瀕臨死亡者的反應。當時研究的學者把目光聚焦在瀕臨死亡者身上，他們認為從瀕臨死亡者處可以探索到如何對待死亡的知識。幾十年後，才有學者開始以整合的科學知識及心理學的觀點研究死亡的過程。一九五九年 Herman Feifel 從行為科學觀點編著了《死亡的意義》（The Meaning of Death）一書之後，死亡便成為學者專家們熱烈探討的題目之一，死亡學作為一門專業學科才得到發展。一九六九年庫伯勒·羅斯（Elisabeth Kubler-Ross）編著的《論死亡與臨終》（On Death and Dying）、一九七〇年沃倫（Veron）編著的《死亡社會學》、一九七二年 Robert Kastenbaum 編著的《死亡心理學》（The Psychology of Death）等著作，分別從心理學、社會學

等方面對死亡現象進行了研究（孟憲武，2006：10）。美國的「死亡學」(Thanatology or Studies of Death and Dying) 研究及「死亡教育」(Death Education) 興盛於二十世紀六〇年代，Robert Fulton 於一九六三年春天在美國明尼蘇達州的大學裡首先開創了美國大學課程裡的第一門正規死亡教育，第一場死亡教育的研討會於一九七〇年明尼蘇達州的哈姆萊恩大學(Hamline University)裡舉行(傅偉勳，1994：20)。研究死亡的期刊也相繼面世，如《死亡與臨終雜誌》(1969)、《死亡教育雜誌》(1977)以及《死亡學雜誌》(1973)等(孟憲武，2006：11)。

亞洲的日本在七〇年代開始關注死亡議題，自一九七五年後有關死亡話題的出版物迅速的增加，先後出版了《生與死的思考》、《人的臨終圖卷》等一百五十多本書籍。一九七三年，淀川基督教醫院就以「臨終照護」團隊小組展開對臨終病人及其家屬的關懷照護。一九八四年，上智大學成立了「生死問題研究會」，每年定期召開學術研討會，目的是讓人們互相傾訴、安慰進而尋求生活的價值，學習照顧瀕臨死亡、臨終病人及家屬，思索生命與死亡的意義等(孟憲武，2006：11)。並開始大量引進美國在這方面的探討成果，在短短二十年之內，日本在死亡學(或稱「生死學」)方面，已經出版了至少兩百部書刊，不但趕上美國，且有後來居上之勢。舉凡末期癌症患者的親身體驗、癌症主治醫師的醫療經驗、著名文人或學者的臨終日記或紀錄、安寧照顧(或稱「臨終關懷」)的課題關注與安寧院(Hospice)的設施管理、尊嚴死或安樂死的問題探討、醫療倫理學研究、高齡化社會種種問題的解決、死亡的精神超克課題、死後世界的探索等等，各門各類的日文書籍層出不窮(傅偉勳，1994)。除了美、日之外，英國死亡學研究的重點是醫學和社會學者對臨終和居喪方面的研究。德國則是從兒童的死亡教育開始，藉由教育消除學生對於死亡的恐懼，相繼許多國家也都開設了相關的課程，並進行了相應的研究(孟憲武，2006：12)。

二、死亡學在國內的發展

國內死亡學的發展則是近十幾年的事，不過普遍以「生死學」的名稱來取代之，這是傅偉勳教授在民國八十二年首先在國內提出的名詞，他企圖嘗試整合中西方思想，根據「生死是一體兩面」的基本看法，將死亡問題擴充為「生死問題」，探討現代人的死亡問題超克，以及生死的終極意義(傅偉勳，1993)。美國學者 Robert

Katenbaumu 也有相似的看法，他認為將死亡學界定為「生命的學問」會更為貼切（DeSpelder & Strickland 著，黃雅文等譯，2006）。吳庶深（2000）認為「死亡學」與「生死學」（Life and Death Studies）是相通的一個概念，都是以生命關懷為出發，在國際學術交流的研討會中，「死亡學」一詞已被普遍接受並使用，反觀我們國內因受文化、習俗等因素的影響，談論「死亡」一直被視為是社會的禁忌，因此用「生死學」代替「死亡學」可能較易被國人所接受，因為「生」的喜悅可以沖淡「死」所帶來的恐懼。

三、死亡學的研究範疇

死亡學的研究範疇發展至今，可以說幾乎涵蓋到所有學問，包括法律學、宗教學、藝術學（含文學）與教育學、安寧療護、悲傷輔導等實務領域（林綺雲、張盈堃、徐明翰，2004；周慶華，2002；段德智，1994）。死亡學發展初期，心理學家 Lindemann（1944）將死亡現象的焦點放在人類失落與悲傷的經驗與處理，對死亡學的發展有一定的影響，形成早期死亡教育、輔導或研究在實務與應用上的強調，後來的發展雖主要延續了此傳統，但是因應科學有純科學與應用科學的分流，死亡教育、輔導與研究也分成「純」（pure）學理取向與「應用」（applied）取向的一種學問。應用取向的死亡學，企圖協助專業人員做準備工作，幫助那些面臨死亡、臨終與喪慟的病患。因此應用取向的死亡教育、輔導與研究對臨床專業人員有很大的幫助，能夠協助他們照顧與處理臨終、死亡與哀傷的問題，知名的精神科學家 Kubler-Ross 提出一系列從臨床的觀察與研究發展出來的理論與方法。而後並陸續出現相關的課程與討論或學術研究會議，提供醫生、護士、心理師、教師、社工與精神科醫護人員等所需知能（林綺雲等著，2004：4）。另一方面，一九五九年 Feifel 出版《死亡的意義》一書，帶動了純學理取向的死亡教育、輔導與研究的發展（林綺雲等著，2004：5）。學理取向的死亡學，主要來自較為普遍與研究取向的純粹心理學，提供更寬廣的死亡教育角度，此種取向的焦點放在任何個體或團體中的個體的死亡觀點，而比較不重視與死亡和臨終有關的專業應用取向或相關內容，（Warren 著，林綺雲、林慧珍、徐有進、張盈堃、陳芳玲譯，2007：3）。這個取向廣泛涉及一般人或個體的死亡角度，不特定指某種職業或服務對象，透過正式和制度化的機制傳授死亡相關資訊，內容涵蓋甚廣，如宗教、哲學、文

學、科學、生物、藝術或歷史主題等（林綺雲等著，2004：5）。整體來說，當前主要的死亡學議題在於探討「死亡是什麼？」以及「如何來面對死亡？」兩大問題。本研究即嘗試將死亡學的探討問題聚焦在個人身上，探究「自己建構死亡觀的過程？」、「自己如何面對死亡？」，藉由如此一窺死亡學的殿堂。

第二節 死亡觀的形成之相關理論

相關的文獻顯示，一個人死亡觀的形成並非由單一因素所決定。個人所處的環境，包括社會文化環境和家庭環境，以及個人擁有的宗教信仰，乃至性別、年齡，以及個人個別與死亡相關的經驗等，都可能影響個人對死亡的態度，並影響對死亡觀的建構。本節將分別從「人類死亡觀的發展」，以及「死亡觀建構的影響因素」兩個面向來探討死亡觀的形成。

一、從心理發展面向的死亡—死亡觀的發展

年齡是否影響死亡觀的形成？黃天中（1991：35），根據心理學家的觀察，認為不同年齡的人對死亡及瀕死的態度皆不同，對死亡及瀕死的態度會因個人的成熟程度而改變。目前已有許多學者已經分別探討兒童、青少年、成人及老年人等的死亡態度。依據研究的內容，可以簡要分成兩個部分，第一部份是從人類出生臻至死亡概念「成熟」的各年齡階段的研究，也可說是對死亡的認知部分；第二部份則是就死亡概念已經「成熟」後的成年人、老年人等，探討與死亡有關的態度、行為、情緒等議題。

（一）死亡概念的發展及成熟的歷程

第一部份大都牽涉到死亡概念的發展，著重用階段性來描述不同年齡階段死亡概念的成熟過程，所謂成熟即是區別他人死亡與自我的死亡，從完全沒有概念開始，先瞭解「你死了」的概念直至「我會死」的概念。Schuster 和 Ashburn（王瑋等譯，1988：564）提出，對「我會死」要有成熟的瞭解，需先對下列的次概念有所認識：

- （1）我是一個與別人分開的個體（separate individual）。
- （2）有生命與無生命的東西有差別—我是有生命的。

- (3) 死亡是普遍存在的—包括我在內。
- (4) 死亡是不可避免的—我不能躲避。
- (5) 時間有現在與未來—死亡是未來的事。
- (6) 還可以活多久是未知的。
- (7) 死亡是永久的一世俗生命的終止。
- (8) 死亡是與已知的世界分離。

Kastenbaum (劉震鐘、鄧傅仁譯, 1996: 88-89) 也表示:「我會死」意味著自知之明、邏輯思考的運作、可能性的概念、必然之事、因果律、個人與肉體的定數、最終的結局與分離, 它需要在兩大鴻溝間築起一道橋樑: 從「我真實的人生體驗」到「生命終結的概念」。它包含以下的邏輯概念:

- (1) 我是一個有生命氣息的人, 一個獨立的存在個體。
- (2) 我是人類的一份子, 而人終歸難逃一死。
- (3) 按照理性的邏輯推理, 我必定會死。
- (4) 有各種原因會令我死亡, 有些原因彼此又互相交錯影響。
- (5) 雖然我可能迴避某項致命的因素, 但我不可能避開所有的因素。
- (6) 死亡將在未來的某一刻發生。在此之前, 我尚可活著的時光, 是我以往未曾經歷的。
- (7) 我不知道死亡在未來的哪一刻到臨。死亡是確定的, 但時機則不可知。
- (8) 一旦我的生命結束, 我就再也不能像世上的人一樣, 可以體驗、思考或行動。
- (9) 因此, 死亡代表著我與世界永久的分離。

這些對於「我會死」的瞭解只涵蓋到死亡最基本的定義, 包括死亡代表生理上完全且永久的喪失, 死亡無可避免的發生在每個人身上, 包括自己。

根據 **DeSpelder** 和 **Strickland** (黃雅文等譯, 1983/2006: 45) 的說法, 兒童正式的死亡瞭解的研究可追溯到一九三四年的 **Paul Schilder** 和 **David Wechsler**, 然而直到在一九四〇年代早期, 英國的 **Sylvia Anthony** 以及匈牙利的 **Maria Nagy** 的研究普遍才開始獲得較大的注意。**Anthony** (1940) 表示, 2 歲以下的幼兒並不瞭解什麼是「死亡」, 到五歲才有極少的概念, 9 歲左右可以為死亡做簡單的解釋。一九八四年, **Maria Nagy** 做一個非常有名且具影響力的研究, 時常被運用, 研究中蒐集 378 位三至十二歲的匈牙利小孩, 發展出兒童關於死亡意義的理論。理論

中區分三個階段，每個階段有不同特徵，第一階段（三到五歲），死亡不被視為最後的事件，而被視為一個暫時的狀況，在這階段的孩子對於「有人死亡時會發生什麼事？」的回答是「他們該去醫院」；第二階段（五至九歲），死亡被擬人化及偏離現實，例如「有人」會來把某人帶走，而這是可以避免的；第三階段（九歲以後），孩子知道死亡是無法避免，且不會有前兩階段那些不真實的想法（Nagy, 1948）。詳細階段與死亡概念的對照列表如下：

表 2-1 Maria Nagy 兒童死亡觀三階段

階段：年齡	死亡觀
第一階段：3~5 歲	死亡只是事件的暫時，是一種旅行或睡眠，且可以取消。死亡只是活動的變更。瞭解死亡是某種較少活動的情況，死者繼續生活在不同以往的情境裡，並且會再回到正常生活中。
第二階段：5~9 歲	開始瞭解死亡是終結但是能避免的，而且缺少必然性（即全部的人都會死亡），以及缺少個人涉入「我會死」的概念。 將死亡擬人化，視死亡為「惡魔來把人抓走」，且死亡只能發生在年紀大的老人身上，但他們仍然試圖逃避死亡。
第三階段：9~10 歲	對死亡的概念越趨向真實，且他們對世界的一般印象也趨向真實。 瞭解死亡是個人性、人類共同性、不可避免和終結的事情。認清死亡是生物最終、必然、普遍的結果。

整理自 DeSpelder 和 Strickland (黃雅文等譯，2006：45)，及黃天中 (1991：35) 兩書之相關內容。

這裡開始，將說明兩大類發展架構下兒童死亡了解發展的發展理論及模式，皮亞傑 (Jean Piaget) 一九五一年提出的認知發展理論，以及艾瑞克森 (Erik H. Erikson) 一九六三年心理社會發展階段 (Psychosocial Developmental levels) 的理論。兒童發展階段中關於認知理論最常被提及的是皮亞傑的認知發展理論 (Levels of Cognitive Development)，許多的認知與行為就建構在這基本的發展階段，再加

上環境的因素而成的（林慧珍，2000：83-87）。皮亞傑強調兒童時期認知的轉換（cognitive transformation），他認為個體自嬰兒期至成年期對世界認識的方式在循序的改變，並提出四個認知發展階段，如表 2-2。應用皮亞傑的理論在兒童死亡概念上的研究有許多。學者 Kastenbaum（劉震鐘、鄧傅仁譯，1996：90）認為，根據皮亞傑的理論，從嬰兒期開始，皮亞傑區辨出六個心智發展，然而抽象思維（皮亞傑稱之為形式運思）卻直到青春期才出現。雖然十歲的兒童已經嫻熟於「具體運思」，能思考實際之事，但他必須到青少年時期才具有運思思想的能力，才有辦法成熟的理解死亡。Koocher（1973），針對皮亞傑（Jean Piaget）的認知發展架構來探討死亡認知的研究，蒐集孩子問四個問題的反應：「什麼會導致死亡？」、「如何能讓他們活著？」、「你何時會死？」、「接著會發生什麼事？」在皮亞傑的架構中，孩子的認知能力及他們對問題的答案被分成不同程度，從運思前期的孩子到具體運思期再到形式運思期的孩子，他們對問題的回答越來越務實，除此之外卻也發現年齡與認知發展或與對問題的回答並無直接關係。

艾瑞克森（Erik H. Erikson）所建立的心理社會發展論（psychosocial developmental theory），在立論基礎上是以自我的發展為中心思想，涵蓋範圍為人類的一生。個體出生後與社會環境接觸互動而成長，一方面由於其自我成長的需求，希望從環境中（特別是在人際關係上）獲得滿足，另一方面又不得不要受到社會的要求（要求他必須遵守社會規範）與限制（禁止他不許率性而為），使他在社會適應上產生一種心理上的困難，稱之為發展危機（developmental crisis）或常性危機（normative crisis），（張春興，1996：128）。不同年齡階段產生不同性質的心理危機，都需要個體作反應。照顧者的死亡可說是兒童時期所遇到的最大危機，DeSpelder 和 Strickland（黃雅文等譯，2006：47-117）根據艾瑞克森的理論作延伸，說明兒童不同階段，重要他人的死亡對其在發展上的影響，參照表 2-3。

表 2-2 Jean Piaget 的認知發展理論各階段

年齡(約)	發展階段	特徵
0~2 歲	感覺運動期 sensorimotor	身體的動作獲得感覺；即使不在視線內亦知道東西存在（物體恆常性 object permanence）。皮亞傑認為，從嬰兒的觀點而言，看不見的東西是不再存在的（David R. Shaffer，1995/2006：336）。
2~7 歲	運思前期 Pre-operational	發展抽象思考與語言去瞭解世界。 （2~4 歲）概念前期： 全能神奇感，認為自己是世界中心；自我中心想法；所有大自然的物體都有感覺思想。 （4~6 歲）邏輯前期： 開始從事問題解決，眼見為信；嘗試錯誤；瞭解他人的想法；更多社會化語言；漸漸去自我中心，並發覺正確的人際關係。
7~12 歲	具體運思期 Concrete operational	運用邏輯能力瞭解具體想法；能組織並將資訊作分類；能操作象徵的想法與經驗能思前顧後；具有可逆的想法；經驗過的事物具有邏輯性思考。
12 歲以上	形式運思期 Formal operational	能邏輯推論抽象的想法與經驗；對未曾經驗的事物具有假設思考的能力；有演繹與歸納的能力；瞭解知識的複雜性。

整理自 DeSpelder & Strickland (黃雅文等譯，2006：46-47)以及 Shaffer (1995/2006：336) 兩書之相關內容。

表 2-3 艾瑞克森心理社會發展論及其延伸之死亡概念

年齡（約）	發展階段	階段特徵	延伸的死亡概念
0~18 月	嬰兒期	信任 V.S 不信任	在嬰兒期，照護者的死亡將瓦解嬰兒對他人的信任感產生。同樣的，親近的人死亡會置家族成員於壓力中，不利嬰兒發展對世界的預測感。
18 月~3 歲	兒童早期	自主 V.S 羞愧、懷疑	重要他人死亡，特別是父母，會影響幼兒追求獨立的能力，並可能引起依附、哭泣、多欲等早期行為的特化。
3~5 歲	玩耍期	自動積極 V.S 罪惡愧疚	嬰兒期的自我中心被社會的整體我所取代。在這個過渡時期，許多發生的情況會導致退縮羞愧。例如，兒童幻想殺掉父母，大叫：「我希望你死掉」後，會為自己的這種想法感到罪惡。
6~12 歲	學齡期	勤奮進取 V.S 自貶自卑	這時期父母的死亡可能剝奪他的認同感。
12~18 歲	青少年期	自我認同 V.S 認同混淆	當青少年努力想變得獨立，此時親人的死亡會讓他瞬間「長大」。青春期易有內在及外在的衝突，遭遇親人的死亡可能導致許多無法解決的事件。
18~35 歲	成年早期	友愛親密 V.S 孤僻疏離	這一階段包括不同形式的承諾和互動，包括友誼、合作、合夥和加入團體。摯愛的人的死亡可能是這階段和下階段衝擊性最大的。
35~55or65 歲	成年中期	生產 V.S 停滯	孩子的死亡在象徵性和實際上都與成年期撫育的心理社會任務相抵觸。
55or64~死亡	成年晚期	自我統整 V.S 絕望	成功完成此階段任務將帶給我們智慧的力量，艾瑞克森描述為「面對死亡時對生命本身的了然和超然態度」。

整理自 DeSpelder 和 Strickland(黃雅文等譯，2006)及 Arlene F. Harder, MA, MFT (2002) 的相關內容。

（二）成年後的死亡觀發展

第二部份，針對死亡概念已經「成熟」後的成年人、老年人等，研究者們主要在探討與死亡有關的態度、行為、情緒等議題。Eddy 和 Alles (1983) 的研究，注意到成年初期人們傾向於視死亡為完全的剝奪者，因為剛成年的人會思考生命的真實意義及目的，也瞭解死亡是不可避免的；但同時，他們也無法接受英年早逝的事件。而到成年後期，接受度似乎就更高了。Shneidman (1971)，表示成年後期對死亡的看法似乎是：失去最後的知覺，即個人精神生活的全然結果。老年人的死亡態度為何？人們通常以為老人比年輕人更害怕死亡，但並非如此，Kalish 和 Reynolds (1977) 認為老年人確實要比年輕人較常想到自己可能死亡，但他們似乎已解決了它們的某些恐懼。而引起老人死亡焦慮的主要原因有「對瀕死過程的焦慮」、「對死後世界的焦慮」及「對喪失的焦慮」三種焦慮（蔡明昌，1994）。

發展心理學提供一套模式，讓我們能方便的理解不同階段對於死亡的概念、態度和反應，但是已有許多學者提出發展心理學應用在死亡概念上的一些批評和修正，其主要的批評例如：

- （1）年齡無法決定一切。林慧珍（2000：91），指出發展階段多數是以年齡做為參考依據，但年齡並非最重要或唯一的指標。Schuster 與 Ashburn（王瑋等譯，1988：567-575）認為，訂定每個階段的年齡都是武斷的，它受經驗、智力、家庭溝通方式、宗教導向、文化習俗所影響。Warren（林綺雲、林慧珍、徐有進、張盈堃、陳芳玲譯，2007：91）表示，我們可以很合理地相信，在一生中對於死亡及瀕死臨終的態度、認知是會隨著人生階段而改變，但年齡上的不同又很難獨特化。也就是說在年齡及死亡、瀕死相關的生活經驗上（個人經驗或一般活在戰爭下或天災的衝擊）所具有的差異仍不是很清楚。
- （2）迎接死亡並非老人獨有的任務，更精確的說，死亡並非任務（Kastenbaum，劉震鐘、鄧傅仁譯，1996：74）。德國哲學家海德格說「人是向死的存在」（轉引自馮滬祥，2005：162），說明人一出生就必須面對死亡的問題，這原非單獨是老年人的任務。

綜合以上所言，在兒童認知發展階段、社會認知發展階段、或其他學者提出的死亡概念發展階段等，這些藉由年齡作為階段性分類的眾多研究中，兒童在不同

的階段對於死亡會有不同的概念和觀點。就算是已經到了認知發展成熟後的時期，我們還是可以區分成成年期、成年後期、老年期等各階段，在死亡觀上也展現出其差異性。所以可以說年齡對於死亡觀的建構是有其影響的，但是這並不是唯一需要考量到的因素，因為年齡並無法決定一切。我們尚須注意到環境因素，也就是個人所處的社會文化環境對其死亡觀建構可能的影響。

二、社會文化環境對個人死亡觀的影響

社會可定義成：一個有共同文化、生活在一起、擁有普遍認同的一群人，建構有別於其他社會架構關係的實體。每個社會的體制並不相同，這種的獨特性就稱之為文化，是一群人生活方式的總稱（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：52）。換句話說，文化是一項社會特質，而非個人特質。文化是在社會生活中學習的總體，同時是世代相傳的所有事物，文化為人類提供一種優秀且快速的方法，去適應自然變化、地理變化、與氣候變化。文化與人類的關係是相互的雖然人類創造了文化（亦即「發明」語言和價值），但人們也藉由文化創造「人類」。諾曼·古德曼（Norman Goodman）（盧嵐蘭譯，1996：29）認為，文化會限制個體的自由，也會增加人類的自由。文化的非物質層面是社會生活的核心，包括知識（knowledge）、信仰（beliefs）、價值（values）、規範（norms）、記號與符號（signs and symbols）、語言（language）等。他並同時表示（1996：159）人們對事物的看法和觀點都會受到文化或次文化因素的影響。雖然死亡概念的發展是獨特且個人的，但是它仍有一些共同的性質，它深受個人的經驗和個人所生活的次文化與價值觀與信念所影響，（Schuster & Ashburn，王瑋等譯，1988：564）。因此我們可以說，社會文化的思考脈絡協助人們建構他們的死亡態度、死亡觀等想法和行為。死亡可以是一種心理和社會的歷程，對死亡的瞭解是獲得社會化發展過程之一，為社會（society）規範以及價值（values）學習和內化的過程，社會化並不止於兒童期，人終其一生會不斷在發展新的角色及價值，這也並非單向的過程，社會的規範及價值會隨著社會成員角色及責任的改變而有所調整（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：51；Sigelman & Shaffer，游恆山譯，2001：1104）。

三、建構死亡的社會因素

由於社會是一多種面向的集合，在探討社會環境對於個人死亡觀建構的影響時，我們必須再細分成幾個次單位來瞭解社會中的不同層面因素與個人死亡觀間的關係。在本文中所探討的因素包含社會中最普遍的基礎—性別角色、最基本的社會單位—家庭、專門處理死亡提供生命意義系統—宗教，以及具個體個別性的個人經驗，以這四個因素作為探究社會環境對死亡觀的影響。

(一) 性別

在同一個社會下，對男性與女性又會有所區別，Turner (張君玫譯，1996：172) 說：「在所有的社會中，人類都會區分男性和女性」。基於這個區分，文化的信念與規範指定了女人和男人各司其位，以及他/她們所應扮演的角色，並讓他們受到不同的對待 (Shaffer, 1995/2006：696-697；Schuster & Ashburn，王瑋等譯，1988：445；諾曼·古德曼，盧嵐蘭譯，1996：160-163)。在人類演化的歷史當中，女人和男人的地位可以說是版本無數，這充分證明，所謂的男女有別主要是基於社會文化的因素，而非生理因素。這種對兩性地位與文化界定過程就是社會性別(gender differentiation)；這個概念有別於生物性別 (sexual differentiation)，即男人和女人在生理上的差異 (Turner 著，張君玫譯，1996：172)。一個人對於性的概念會影響他多方面的生活、態度、價值觀、目標及行為 (Schuster & Ashburn，王瑋等譯，1988：442)。

在死亡概念、態度、觀點的研究中，性別是常常會被討論的變項。性別是否與個人死亡觀有關？許多研究指出，女性的死亡焦慮明顯比男性高，(Sigelman & Shaffer 著，游恆山譯，2001：1136)。在美國的樣本中，性別可能跟死亡焦慮有關。某些研究結果發現女性對於死亡比男性有更大的焦慮(Kausar & Saima, 2002; Neimeyer & Fortner, 1995)，但有些研究如 (Neimeyer, 1986) 的報告顯示男性和女性的死亡焦慮並無明顯差異。國內的研究顯示，女性也比男性害怕死亡，巫珍宜 (1991) 針對國中、高中、高職的年輕人的調查研究，發現女生比男生顯著害怕死亡與瀕死；但是性別在死亡態度上的差異，根據黃國城 (2003)，調查 267 位醫院志工後發現，男性之醫院志工比女性更會採取「逃離接受」的態度面對死亡；有研究指出雖然女性在死亡上表達的情感似乎也比男性多，但是在情感的感受上

卻是相同的。劉德威（1997），調查 314 位國中學生，女性比男性學生具有較多的不正確死亡看法，對死亡懷有較多的情緒，以及有較高的自殺危險性。

（二）家庭環境

家庭是社會中最基礎的單位以及最基本的制度（諾曼·古德曼，盧嵐蘭譯，1996：175；Turner 著，張君玫譯，1996：185），通常也是人生的第一個成長單位（張貴傑，2002：55-56）。儘管它因時因地有所差異。雙親或者家庭成員在日常生活中直接傳遞價值與信念給子女或彼此，這些死亡訊息有些是直接傳遞的，例如：「死亡就是這樣...」、「不要談論...」、「不要看，把頭低下...」這些都是家庭中認為面對死亡適當的方式；另也可以用無意識甚至行動的方式來做。家中其他成員的態度，會影響孩子當時以及日後的行為與價值，長大之後，也用這種態度影響他的下一代（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：53）。所以，進入理解生命體的死亡觀之前，有必要先探究原生家庭經驗為生死觀點的建構所帶來的影響。有研究指出，家庭談論死亡的氣氛，對於死亡恐懼、死亡焦慮、害怕情緒，有一定的影響。黃國城（2003）表示，就家庭談論氣氛而言，「儘量避免談論」及「很少死亡討論」之醫院志工比「很自然地與您討論」之醫院志工，有較高之「死亡恐懼」。傅鈺蕙（2007）對社會系學生的調查研究顯示，家中討論的氣氛對死亡恐懼有顯著的影響。巫珍宜（1991），研究結果顯示，曾經經驗家人死亡者，傾向害怕死亡、瀕死；自己曾經差一點死亡者，傾向逃離導向的死亡接受；家人避免談論死亡主題者，傾向害怕死亡與瀕死。黃琪璘（2000）研究發現，醫師幼年時家中討論死亡情形較公開者，分別在恐懼死亡、恐懼自己死亡有較低的程度和較高程度的接受死亡、及較正向因應死亡的行為反應，且達到顯著差異水準。

家庭除提供價值與信念外，在情感上也有提供支持的功能，這有助於家庭成員因應危機狀況（Shaffer 著，林翠湄、黃俊豪等譯，2006：824-825），包括生命最大的危機—死亡。Kastenbaum（1992）的一個研究顯示獨居老人有較高的自殺率。另一研究顯示愛滋病患者在面臨死亡時，家人的支持會顯得特別重要（Catania, Turner, Choi, & Coates, 1992）。廖芳娟（2000）研究指出，家庭狀況會影響警察的死亡態度。但有些研究卻有不同的結論，研究顯示與家人同住的人死亡焦慮較高，例如（Madnawat & Kachhawa, 2007）以量性研究的方式，在印度城市 Jaipur 共蒐集

有效問卷 299 份，平均年齡 70 歲，利用問卷調查探討老年人的死亡焦慮與年齡、性別、和生活環境間的關係，結果顯示年紀較大的女性，並且與家人居住在一起的，對於「死亡」這個字眼會有較高的焦慮（這與過去西方的研究一致）；但是卻意外的發現，與家人同住的人有較高的死亡焦慮。

（三）宗教信仰

宗教在處理有關生死存亡的問題上，可說始終扮演著重要的角色（周慶華，2002：170）。傅偉勳（1993：10）認為：「宗教的存在意義與價值即在於此。」。宗教除了可以提供人們生命的意義，也可以提供人們在面臨死亡時所需要的心靈慰藉。諾曼·古德曼（盧嵐蘭譯，1996：209-210）整理出宗教具有四項社會功能，包括：

- （1）社會凝聚：宗教提供一套共享的信念、價值和規範，人們藉此形成共有的認同。因此，宗教有統一的作用，將擁有共同價值的一群人緊緊黏附起來。
- （2）提供生活意義：宗教提供有關人類存在與目的的答案、陳述生與死的議題，以及指出人類期待的生活藍圖。宗教可以說是聯繫死亡與生命意義問題的唯一社會制度。
- （3）社會控制：宗教常常提供社會規範與法律的基礎。法律需要道德和合法的力量，這些都在宗教價值裡。
- （4）心理的支持：宗教是人們情感與精神支持的來源，這些是人們生活在複雜與不確定之世界中所需要的。

上述的功能中無論是提供生活意義或心理的支持都能相當有效的協助人們面對死亡的威脅，特別是在原始或古代社會裡最為顯著，因為一切重要的社會關係與社會行為，是由宗教信仰及禮儀行為予以強化的。一切社會關係如男女、親屬、階級等都需加以神秘的解釋，一切重要的生命危機如出生、死亡、成年、結婚等都需要經過一種隆重的宗教禮儀（衛惠林，1968：239）。但是在現今社會的死亡，就如生死學家傅偉勳所形容的：「死亡過程在許多方面都是更為可怕而令人厭惡的，也就是說更是孤單、機械化以及非人化。」，對於死亡，人們似乎更感受到孤離與無依，面對死亡問題，包括最親近的家人在內的任何他者都無法取代。在當代社會環境下，宗教是否已經失去了提供意義和心靈支持的功能？許多學者提出否定

的答案，認為宗教在現代社會中仍擁有強大的功能及影響力，例如：(DeSpelder & Strickland, 黃雅文等譯, 2006: 58; 周慶華, 2002: 170; 黃天中, 1991: 9)。洪謙德 (1998: 402) 認為，在影響人類未來發展的諸種因素中宗教牽涉到人類基本的信仰、利益、生死攸關的價值與最終的關懷，所以會在世紀交替間扮演更為重要的角色。

宗教的形式存在所有社會中，表現的種類各不相同 (諾曼·古德曼, 盧嵐蘭譯, 1996)。黃天中 (1991: 5-8) 表示，不同的宗教對於死亡的觀點也有所不同，各種宗教對死亡的不同詮釋，造成不同的死亡態度。Schuster & Ashburn (王瑋等譯, 1988: 576) 認為，大多數的文化和宗教都相信身體的死亡和腐朽與人格亡滅不同義。並預先假定神的存在為其信仰的基本教義。相信人是肉體與靈魂的結合。有些還倡言肉體死了後，靈魂會進入另一個肉體 (輪迴說)。其他的宗教—尤其是天主教和基督新教 (Protestantism) —相信靈魂在肉體死亡後仍然永存。以下略述不同的死亡觀點及相關的宗教：

(1) 輪迴轉世 (Reincarnation) 說

轉世或靈魂轉世說在印度教、佛教及其他許多宗教，都以這種方式來探討死後生命的問題 (崔默, 賴妙靜譯, 2000: 264)。就佛教而言，死亡是由業力來決定，業力是指有情眾生 (動物) 每一椿或善或惡的行為的現形，所謂「善惡到頭終有報」就是這個意思，佛法相信因緣果報，如果沒有因果、沒有業力，就沒有死。佛教也主張死後審判，與天主教和基督教不同的是，佛教認為將由自己的業力來審判自己。佛教相信輪迴 (Reincarnation)，有六道 (天道、人道、修羅道、餓鬼道、畜生道、地獄道)，而人死後是自己過去造業的因果而進入不同的道，(黃天中, 1991: 6-7)。

(2) 涅槃說

涅槃是佛教超越的境界也是最高的境界，(王小珍, 2004: 62)。涅槃即是斷滅 (nirodha)，意謂渴愛慾望永盡無餘，亦謂貪嗔癡三毒的徹底斷除。涅槃又分為兩種：有餘依涅槃與無餘依涅槃。聖者 (佛或阿羅漢) 已滅一切煩惱，不再造作流轉生死大海的業因，生前現身正得涅槃，不過還有酬報過去業因所受的身心存在，故稱有餘依涅槃，「餘依」即是現身之意。已經證得有餘涅槃的聖者，壽盡之時，從世俗世間的憂喜苦樂完全解脫，身心皆灰滅，完全歸入涅槃，無有生死可

言，稱為無餘涅槃，乃是傳統佛教的究竟理想（傅偉勳，1993：144）。

（3）上帝的國—天堂

這個觀點主要以基督宗教為主，包括天主教、基督教與東正教。依照正統耶穌宗教教義，歷史上的耶穌不僅僅是人之子，自始至終又是神之子，亦即「道成肉身」。他的福音，他所展現的奇蹟，他的死亡與復活等等不可思議的事實，其實都是神的事先安排，顯證神不因人類的罪而詛咒人類到底，使其無有復活永生的機會；反而主動表示寬恕、恩典之意，讓神子降生人間，為人類贖罪。耶穌基督必定再度降臨（*The Second coming of Jesus Christ*），在世界末日作最後審判。一切人類，不管在世或已死，一律都得經過主的審判，決定永生天國，或永墜地獄（傅偉勳，1993：116）。依據基督宗教的說法，人死亡只是暫別，死者是上天國，相信大家都能在天國見面。基督徒把死看成「在耶穌裡睡了的人」，說在基督裡死了的人將來一定要復活，而且「和主永遠同在」。基督徒認為信仰可以超越死亡，亦能追求幸福，且此種幸福不因死亡而結束，即相信在基督裡，罪得以赦免，並且圓滿地達成生存的使命，死後可以歸回「救主耶穌基督永遠的國」（黃天中，1991：3-4）。正如約翰福音十一章二十五-二十六節的敘述「復活在我，生命也在我，信我的人，雖然死了，必也復活，凡活著信我的人，必永遠不死。」。因此基督宗教主張死是永生的開始，所以死並不可怕。在基督教，因為耶穌替人贖罪而被釘死在十字架的行為，人的靈魂才能藉著罪惡的懺悔，藉著信仰以及上帝的恩典，從分離（墮落）的情況，轉化成一種超自然的情況，在其中享受著以靈的軀體，獲得重生的不朽生命，永遠與上帝生活在一起（崔默，賴妙靜譯，2000：272-273）。

個人死亡態度、概念和觀點都受宗教信仰的影響，Anthony（1940）的觀察顯示個人對死亡的態度會受宗教信仰、教條和禮儀的影響研究者進一步指出「宗教氣氛濃厚的家庭小孩，對死亡的看法比宗教氣氛淡薄的家庭的小孩有更明確的概念。」。許多學者的研究也發現，有宗教信仰的人，比較能夠接受死亡，焦慮與害怕的程度都明顯比較低。William 和 Cole（1968）說明宗教活動參與頻率較高的成年人，對死亡的焦慮較低，亦即具較積極之宗教信仰者比對宗教不熱衷者，較容易適應死亡的事實。黃國城（2003）的研究顯示，就宗教信仰而言，「基督教」與「天主教」之醫院志工，相較於「無宗教信仰」之醫院志工對於死亡具有較高之「趨近接受」。鄭美莉（2002），問卷調查台灣地區共 195 為安寧護理人員，研究

發現佛教與基督宗教的信仰可以增進死亡因應自我效能，信仰基督宗教可以提高臨終關懷自我效能。但是 Warren（林綺雲、林慧珍、徐有進、張盈堃、陳芳玲譯，2007：155）指出，除非個案對宗教有很好的定義及深度的宗教承諾，否則朝向死亡的態度似乎與宗教信念的相關性不是很顯著。

（四）個人經驗

生活經驗，特別是有關死亡或重大失落的經驗，會強烈地影響個人對死亡的态度與信念，可以說經驗對塑造個人態度價值有其重要性，因此探究個人獨特的死亡經驗是必要的（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：62）。這裡說的經驗，並非自我死亡的真實體驗，事實上人們根本無法「確實」經驗到死亡。福斯特（E. M. Forster）曾言死亡是人們必須參與卻無法理解的經驗（轉引自康韻梅，1993：1）。這說明了我們可以經驗的，是對死亡現象的觀察，但死亡的真相則注定無解，然而它畢竟是相對於生的必然存在事實，有生即有死，死亡是生命個體的必然遭遇。見過死人或死去的動植物能增進我們的死亡概念，因此，與死亡接觸的經驗確實是我們在發展有關死亡的概念時，所不可或缺的，（Kastenbaum，劉震鐘、鄧傅仁譯，1996：89）。個人與死者關係的差異，產生的死亡經驗會有所不同，個人所面對死亡的對象包括個體的死亡，如家庭成員、親戚朋友、認識的人等，與個人有某種關係的人的死亡；集體死亡，如社會上發生的災難事件導致的死亡，例如天災、疾疫災害等等，造成大量死亡的事件；另外，從事醫療專業人員在工作場域則必須經常面對到他人的死亡。

1.重要他人的死亡經驗

重要他人的死亡，對個人的死亡觀會產生重要程度的影響。張齡今（2007）研究顯示，重要他人的死亡對於受訪者價值觀的影響具有正面意義。鍾瀨鋌（2007）也認為，成人的重要他人非預期死亡的經驗，使得個人的人生觀變得較豁達、活在當下，不留遺憾、珍惜人事物、死亡觀會轉變為比較不怕死，認為死是生命所必經之路。重要個體包括祖父母、父母、手足、朋友至飼養寵物的死亡等。祖父母死亡通常是個人第一次經驗到的家庭成員死亡經驗（C. A. Corr & D. M. Corr 著，李閏華、張玉仕、劉靜女譯，2001：169-170），他們可能第一次看到父母公開的哭泣，第一次參加葬禮，總之，是第一次與死亡的接觸，雖然在我們過渡轉型的文化中兒、童也可能少有機會與祖父母相處，甚至關係僅止於偶而通電話或假

日拜訪。如果是後者，兒童可能幾乎不會因祖父母死亡經驗到個人失落，但不論如何會受到父母哀傷反應的影響（Rando, 1988）。父親或母親的亡故是一種常態的生活變遷，而且是我們絕大多數人都將會經歷的事件。如果是在兒童時期失去父母親，可能會對兒童產生持久的困擾；如果在到達中年後才面對到這個事件，這時我們通常在情感上已較不依賴我們的父母，而主要是把心力投注在我們自己的家庭中，再者，我們預期自己父母總有一天會過世，因而至少是在某種程度上我們在心理上已做好準備，（Sigelman & Shaffer 著，游恆山譯，2001：1143-1144）。對成年人而言，當他們的父母不再站在他們與死亡之間時，他們可能覺得自己在这世界上較為脆弱的孤單（Scharlach & Fredriksen, 1993）。他們也可能對於自己成為家族中資深的一代而感受到新的壓力（Osterweis, Solomon & Green, 1984）。有些人對於自己沒有為年邁的父母盡到更大的責任而感到內疚（Moss, M. S., Moss, S. Z., Rubinstein. R. & Resch, N., 1993）。大部分的子女深深感到失落，但他們在這同時也在自信和成熟方面有所增進（Scharlach & Fredriksen, 1993）。在手足的死亡方面，因為手足生長在相同的家庭，分享共同的文化、傳統、事件和記憶，手足間分享的共同經驗會產生情緒的連結，直到成年都還存在，（C. A. Corr & D. M. Corr 著，李閏華、張玉仕、劉靜女譯，2001：78）。因此，許玉霜（2007）表示，成人喪失手足的悲傷經驗，對其生死態度、個性的改變、自我角色的定位、人生觀等都會產生改變，並且終其一生活在因手足死亡引起的自責之中。就個人的朋友而言，雖然沒有血緣關係，但是一個親密好友的死亡也可以導致與家人死亡一樣重要的影響。McNeil、Silliman 和 Swihart（1991）注意到無論在任何年齡，朋友的死亡都是重大事件。陳怡靜（2005）研究顯示，經歷同儕死亡經驗的大學生，會在心中對同儕產生新的意義，以及對自己、人生或生命態度有不同看法。而面對動物伴侶的死亡，是擁有寵物無可避免的部分，無論是成人或兒童，動物伴侶死亡都可能是其一生中最重大的失落（Butler & Lagoni 著，李閏華、張玉仕、劉靜女譯，2001）。袁翠苹（2007），在《寵物似如親：經歷寵物死亡之生活經驗探究》論文中表示，寵物死亡除了帶來哀傷自責的衝擊情緒，更是引發個體對於死亡經驗的恐懼感，甚至拒絕再養。

2. 災難的經驗

災難造成的集體死亡經驗，對個人也會造成某種程度的影響，尤其透過科技發達之下產生的電視媒體，現代人能夠真正體會到戰爭、地震、饑荒等所引起的集體死亡的殘酷可怕，並且更敏感於集體死亡在政治、經濟等等層面產生的負面意義，也就是可能更能積極地從事於地震等有關自然災荒的防患工作，積極地反對核子戰爭，強調世界和平的重要性等等。集體死亡經驗最直接衝擊到的是災難中的倖存者。在一場災難中，倖存者或許會感受到一些較為奇怪的心理掙扎，也就是一種在災難當中，當他周遭的人們都遭遇到不幸的時候，倖存者卻幸運的存活下來的一種愧疚感。再者，這些倖存者，常常對於自身的未來感覺到相當的茫然與不確定，並且對於他們親愛的家人以及好朋友們，感到格外的需要幫忙與協助（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：211）。陳慶餘、邱泰源、釋宗惇（2003）調查 101 位在 921 大地震的倖存者，結果顯示地震將死亡恐懼變成具體的生活經驗，死亡概念變得比較真實；震災後出現比過去更積極的死亡準備概念，對心性也有正面的意義。而也由於現代的科技，讓我們每個人都有可能在瞬間成為所有災難的倖存者，因為這些災難消息很快地就傳遍全世界，大眾傳播媒體促使了一群民眾產生了危機意識，讓人們感覺到某些情況是受到威脅的（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：19）。吳慶烜（2006）即表示，台灣在 SARS 的衝擊下，直接或間接造成一般民眾休閒生活產生變化，亦造成一般民眾原有休閒參與的改變。范莉君（2005）說，在 SARS 疫情期間，民眾可能因為恐慌、心理壓力之增加，誘使自殺死亡之發生增加。

3. 醫療專業場域裡的經驗

專業醫療人員因為職業場域的關係，相較於其他行業，處於死亡較常發生的環境，即使照顧和瀕死病人的專家比較會接觸死亡，而且比其他人更熟悉死亡，但是死亡如此的親近仍然是有壓力的。當醫療照顧被定義為治療，照顧者很容易在病患過世時有挫折感。趙可式（2007：36-85），整理出醫師初次遭遇自己所醫治照顧的病人死亡時的十七種感受，包括震撼感、失敗感、無助感、無成就感、憂鬱、無奈感、無力感、挫折感、反省與內疚、不忍感、煩躁感與麻木、害怕感、驕傲感、惋惜與遺憾、矛盾感、倒楣感、無言與逃避。趙可式同時指出，就算是資深的醫師在多次面臨病患死亡的經驗後，增加了以「平常心」的看待死亡方式，

但是還是有些資深醫師會採取「撤除情感牽連」的因應策略，將面對死亡的理性與感情作切割。不僅如此，由於文化環境和專業角色規範的影響，專業助人者也會經歷到「悲傷剝奪」的處境。顏素卿（2004），在《專業照顧者的悲傷剝奪經驗初探－以加護病房護理人員為例》一文中指出，在加護病房的護理人員初始面對病患死亡時，她們的失落無法公開哀悼，她們的悲傷未得到社會支持，護理人員似乎經歷了「喪慟剝奪」的現象，甚至有人出現專業耗竭的危機。悲傷剝奪不只是當下的悲傷反應，其中也包含了對反應的後設、以及經驗過後的重重新整理都有可能被剝奪（李琇婷，2008）。個人認為，專業醫療人員面對照顧對象的死亡經驗與親人的死亡經驗之間會有所差異，對於個人的死亡觀建構的影響力也會有所不同。而截至目前為止，國內有關「面對病患死亡的經驗」對專業醫療人員的死亡觀的影響，尚缺乏相關的研究報告。

第三節 死亡觀的建構

縱然社會環境，以及個人經驗的確會影響到個人的死亡態度、看法、觀點和行為。但是不可否認，人同樣也具有選擇的自由，個人可以選擇他要用何種角度來看世界。建構心理學的著基點即在於此。Burr 和 Butt（許慧玲譯，1997：6）表示，個人建構心理學（Personal Construct Psychology）並不否認個人先前經驗對後繼生活有影響力，但是並非事件有強大的威力，而是人們解釋事件的方式有影響力，人們從經驗中選取的意義才是人格的重要成分。因此，以下將討論建構心理學，以及個人如何建構對死亡的意義。

一、建構主義

一九六〇年代，行為主義逐漸式微，認知心理學開始萌芽發展。認知心理強調認知與學習的主動性，建構主義的精神於是逐漸發展起來，到了皮亞傑在一九七〇年提出的認知發展論之後才被重視，經過 Bruner 等人極力倡導建構主義思想而盛行，逐漸形成科學教育全面革新的一股主要力量（郭重吉，1996；曾志華，1997）。十九世紀末期至今，「人本主義」的知識論思潮盛行，受後現代主義的影

響，知識論的觀點由客觀主義轉移至建構主義。客觀主義強調知識應是客觀、普遍、真實與確定的；建構主義則呈現出對實證主義化約論的一種反動，以及對解釋性假設的一種拒絕，認為知識並不反應一種客觀的實在(reality)，而是由心靈的建構性活動產生 (Warren, 林綺雲、林慧珍、徐有進、張盈堃、陳芳玲譯, 2007 : 119)。張靜譽 (1995) 提出現代建構主義的三個特點，包括：

- (1) 知識是認知個體主動的建構，不是被動的接受或吸收。
- (2) 認知的功能在適應，是用來組織經驗的世界，不是用來發現本體的現實。
- (3) 知識是個人與別人經由磋商與和解的社會建構。

根據 Neimeyer 和 Mahoney (1999 : 14) 歸納客觀主義與建構主義的比較如表 2-4 :

建構主義認為，雖然世界是客觀的存在，但是對於世界的理解和賦予的意義都是由每個人自己決定，意義可隨個人而變動，也就是說個人是意義的賦予者 (individual-meaning-giving) (Warren, 林綺雲、林慧珍、徐有進、張盈堃、陳芳玲譯, 2007 : 119)。Burr, V. 和 Butt, T. (許慧玲譯, 1997 : 20) 認為，事物的意義絕非固定不能動，在可接受、可選擇的意義或架構中，含有不確定的變化。Neimeyer (章薇卿譯, 2007 : 94-95) 表示，建構主義者視人類為一種根深蒂固的意義建構生物，以建構有主題的行為努力去強調、整理並寄望他們與這個世界的關連，這些主題表達了他們自身特有的文化、家庭以及性格。就個人層面來說，就表示人們會去建構意義的特質系統，一個圍繞著一套假設核心而整理出來的信念，這信念一方面掌控著他們對生活事件的認知，一方面引導著他們的行為朝向自我期許的方向而行。經驗是我們建構現實的基礎，個人攫取自身的經驗，建構出自己認為有效的解釋和意義。George Kelly 認為架構無法以其「真實性」或「正確性」去評估，但可以評估「是否有效」，Kelly 稱這個信念為「建構的變通 (constructive alternativism)」，(轉引自 Burr, V. & Butt, T.著, 許慧玲譯, 1997 : 3)。Neimeyer (章薇卿譯, 2007 : 94-95) 表示，建構主義學者認為，人們必須根據自己實質的效用、個人內在的一致性，以及他們與重要關係人的共識來建構並判斷事情的可行性。因此，不同群體有可能產生不同的意義系統。

表 2-4 客觀主義與建構主義之比較

假設	方法	
	客觀主義	建構主義
知識的本質	現實 (real) 世界的表現或複製。	對象的經驗和行動之建構。
知識的確認	事實 (truth) 具有一致的理論。知識主張和現實世界一致，藉由意識感覺顯現出來。	事實是連慣性的理論。藉由內部的一致性和社會的共同看法尋求確實可行的知識。
事實 (truth) 的本質	單一的、普遍的、與歷史無關的、增加的。	多樣的、有背景脈絡的、歷史的、paradigmatic
學科的目的	統一；發現依照法則的規律。	多元的、由地區性的知識所創造。
科學的方法	規範的；強調量的測量和控制的實驗法。	無政府主義的；強調質性的方法以及詮釋分析。
人類的心理作用	反應性的 (reactive)；實際情況和關係的地圖；調解。	前攝的 (proactive)；組織性行動的計畫；斷定、斷言 (predicational)。
意義的基本單位	概念或基模，在基礎上有相似的內部特徵。	藉由對比，建構或區別建立的意義。
意義間的關係	聯合的；認知如同孤立的自我陳述或角色建基在過去的偶然性。	系統的；自我組織架構是有建構等級的安排。
語言的角色	傳達社會的真實；符號系統。	構成社會的真實；分化的系統。

二、建構主義與死亡觀的建構

既然死亡觀，也就是死亡意義系統是隨個人變動和建構的，那麼什麼樣的情況會啟動個人去改變他原有的死亡觀，並建構一個新的死亡觀？在建構的過程中又受到哪些因素的影響呢？當我們以原有的死亡觀來面對死亡時，而仍然產生失落、悲傷、焦慮、恐懼的情緒時，我們會評估原本的死亡觀「無效」。傳統死亡學在面臨死亡帶來的負面情緒時，其原則就是去辨別一系列調適的階段或時期，從我們所愛的人即將或真正死亡開始，逐漸進入各種情緒反應的時期，直到此喪慟者最後完成某種形式的痊癒、和解或其他類似的狀態（Neimeyer，章薇卿譯，2007：92）。例如：Gerge Engel 於一九六四年描述繼死亡而來的哀傷過程四階段，驚愕和不相信（shock and disbelief）、覺察、恢復（restitution）、釋懷（resolution）；Kubler-Ross 一九六九年又在《On Death and Dying》一書中指出，臨終病人後提出瀕死反應的五個階段，否認與隔離（denial and isolation）、憤怒（anger）、磋商（bargaining）、沮喪（depression）、接受（acceptance），（轉引自黃天中，1991：43-45）；Rando（1984）三階段論，逃避階段（avoidance phase）、對抗階段（confrontation phase）、重新建立階段或調適期（reestablishment phase、accommodation）。上述對死亡的論述重點都朝向說明，個人面對死亡的發生所產生的情緒隨著時間而「復原」，也就是說只要等待時間的流逝，一切便可恢復到原本的狀態，這是一個被動的歷程。

但是建構心理學者認為，我們應該一反被動的態度一無可奈何的，做什麼也沒有用，還認為遭受失落的人只能默默地等待，應將其視為積極的因應歷程。正如存在主義哲學家羅洛·梅（Rollo Reese May）（朱侃如譯，2004：264）說，死亡引起的焦慮是具有建設性意義的。明白自己終將與同伴分離，會讓我們想要在此刻與他人更加親近。因瞭解人類活動與創造力終有斷絕之日所引發的正常焦慮，可以像死亡本身一樣，成為個人想在當下生活中，活得更負責、更熱情，以及更珍惜時間的動機。在這個歷程中，雖然還是無法避免死亡的毀滅性和不可避免性，但是我們建構的死亡觀將有機會能幫助我們面對死亡。歐文·亞隆（Irvin D. Yalom）（易之新譯，2006：64）表示，雖然形體的死亡會使人毀壞，可是對死亡的觀念卻能拯救人。

Neimeyer（章薇卿譯，2007：96-108）從建構主義的方向，詳細描述了當個人

遇到失落，尤其是死亡所帶來的重大失落和悲傷時，為何會導致意義（包含死亡觀）的重新建構，整理如下：

(1) 死亡事件證實我們以生活經驗為基礎的假設認知架構是否有效，或者也可能是一種不在我們的架構中的全新經驗。

當死亡的形式與我們所建構的和新理念有差距時，就挑戰了我們原本信念的正確性，以及理所當然的生活準則，在這種情形下，我們對生命的解讀、期盼和安排模式會有很重大的重建；而且從他的死直到我們自己的死，可能永遠都無法全然完成這個任務。從建構主義的角度來說，某種特殊形式的死亡或失落造就了我們現今整合經驗的方式，而不是死亡本身的「客體」性質。

(2) 悲傷不只是重新認識一個被失落破壞的世界的歷程，同時也是重新認識自我的過程。

悲傷是一種個人歷程，一種感受到我是誰，既熟悉又錯綜複雜的獨特經驗。人們一路行來，不斷的在整理對自己的認同，對生命中所遭遇的事件建立個人理論或給予詮釋，以統整自我和世界的關係。當事件動搖了我們和世界的關係，我們的回應就是試著將事情朝符合原有的整體理念與認同來做解讀。當這些努力都行不通，而我們最基本的自我感遭到襲擊時，對原來熟悉的事實就失去了掌控而產生不安，於是被迫要重建另一套假設認知架構。悲傷是個人意義建構的深層歷程。親人朋友（無論是我們曾經愛過或恨過的）之失落將引發自我認知的深刻轉變，對於這點我們需要看到更深的層次，若是沒有其他人可以代替那關係獨特的位置，那麼過往曾與逝者相處共享的種種面向便永遠地隨之消逝。

(3) 悲傷是積極做選擇的歷程。

悲傷是我們可以自己作主的事，而非受制於人的事情。我們所愛的人之死雖然是個艱難的事實，令人覺得無力抵抗，但悲傷經驗的本身卻可以有許多選擇。最基本層次的選擇，例如選擇是否要處理因失落引起的困擾；選擇是否不理會或壓抑個人的痛苦，並將焦點放在外在的事實改變了的調適工作上等等。另外悲傷的實質選擇，例如選擇是否對體弱親人的照顧、選擇是否保留或處理掉死者的遺物等等...。這些歷程遠超過被動歷程所謂的「等待」一系列可預期的情緒轉換，悲傷需要更為真實地被視為是加速抉擇的時期（包括存在的與可行的層面）。

(4) 悲傷是一種確認或重建個人意義架構的行為，因為此架構受到失落的挑戰。

當失落使我們發現原來對生活看法非常個人化的假設認知架構失效了的時
候，這便挑戰了我們因應調適主觀經驗與客觀需求之間的衝突，而必須重新建構
一個可以再度合理化的架構，而這個架構可使我們從此轉變的生命意義、人生方
向，以及對生活的詮釋有所復原。一方面，我們可能將失落同化入先前存在的意
義架構裡，儘量重申信念上的有效性，因為那是我們之前賴以存活信念；或者，
我們可以調整生活故事來符合自己所接收的改變了的事實；然而有的哀悼者則因
為這個死亡事件對先前的信念採取投棄、重審或深入思考的反應。兩種反應都可
以被視為是他們重新確認或重新建立了廣義的故事架構，在這當中，悲劇便被賦
予了個人意義。

(5) 情緒是有功能的，是意義建構歷程中的必要動力。

原來平穩的架構受到挑戰所產生的情緒波濤是有功能的，應將之（情緒波濤）
解讀為努力維護此意義架構所釋放的訊號。傳統悲傷理論強調情緒是傷慟的後遺
症，情感性悲傷反應只被當作症狀來處理。相反的，建構理論者，如 **George Kelly**
的觀點而言，人們對於失落產生情緒反應的特質是意義建構不可或缺的部分，是
歷程分析中難以觀察到的表態。

(6) 在失落的困境中，我們一再建構對自己的認同以與他人協調。

悲傷理論必須將失落個人化，並相信對於失落的調適，唯有在廣泛的社會情
境中才能被瞭解。因此悲傷工作可以看做是互相依賴且相互套疊的系統，分別在
自我、家庭、社會三個層面上的運作。

明白死亡帶來的失落是意義重新建構的機會，那接下來如何能夠詳細的瞭解
個人意義建構的實際歷程？**Neimeyer**（章薇卿譯，2007：102）認為敘說模式對
於去瞭解這個意義重建的歷程很有幫助，在具備治療的環境下，它具有實質的意
義，可以讓我們學習應如何看待和運用悲傷，是悲傷歷程的中心動力。如果將生
命視為一個故事——雖然是個文字加上我們行為與承諾所結合成的東西——然後失落
可以看成是一種打斷故事之連續性的事件，對此失落之前與之後所做的陳述造成
完全不連貫的威脅。敘說的內容是非常個別化的，也因為如此可以瞭解每一位死
亡反應者的細微差異。**Neimeyer**（章薇卿譯，2007：119-120）認為，沒有任何兩

個人可以假設他們面對同一失落，就會經驗到一樣的悲傷，這就是「悲傷無共通性」的基本假設。

總結來說，死亡是帶來失落與悲傷的重大威脅，也是個人重新檢視、修改或重建核心意義的重要契機。Kelly (1955) 將威脅定義在「覺察到個人核心架構裡即將來到的全面性改變」；Kelly 認為死亡是威脅的一種。死亡之所以對大多數人具有威脅性，那是因為他們覺察到他將有可能發生在他們身上，並且將導致生活中核心架構的巨大改變。

根據上述的文獻回顧，本研究將依如下之研究參考架構，作為陳述與分析自我死亡觀建構的參照。分析上主要有兩個方向，一為自我死亡觀之建構歷程，一為生命意義（死亡意義）的轉化過程。在自我死亡觀建構歷程的分析中，主要有兩個方面的參考架構，一為發展心理學的相關理論，以 Jean Piaget (1851) 的認知發展理論、Erik H. Erikson (1963) 的心理社會發展理論，及 Anthony 和 Maria Nagy 對於兒童死亡概念的階段方式的相關論述為主；二為社會環境脈絡上之分析，包括家庭環境、學校環境以及宗教信仰方面對自我死亡觀影響之相關研究等。探究的是自我在各個不同的心理發展階段、以及個人所處的不同環境脈絡之下，所產生的死亡觀念的差別和演進。而在生命意義（死亡意義）的分析上，則參就建構主義學者 Neimeyer (章薇卿譯，2007) 的說法，他認為個人的意義系統會因為重大的失落和悲傷，而重新建構。以這個論點，作為分析自我生命意義的建立以及轉變的過程的主要理論依據。

第三章 研究方法

第一節 敘事研究的介紹

一、敘事研究理論的歷史發展

「敘事」(narrative)一詞，亦翻譯為「敘說」，根據 Webster's New World Dictionary (1991) 的解釋是「故事、敘述或敘事體」，而「故事」是「說出發生什麼，或將發生的連貫起來，不管是真實或想像，用寫的或用說的。」，一般而言用「敘事」一詞是較為學術正式的用法（轉引自林美珠，2000）。敘事可以被定義成對一連串事件賦加具有組織的解釋，包含賦予故事角色能動性以及推論事件的因果關係，（Smith 著，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：144）。許育光（2000：17）對敘說提出說明，意指任何口語或書寫的表達，它以故事的形式展現一個人的生命歷程。敘說的形式無所不在的包含了我們的文化和社會，如童話、小說、說故事、笑話或是生活中的交談等，在個人層次而言，人們有屬於自己的敘說，能使他們明瞭自己的定位；在文化及組織層次來說，敘事的方式亦可分享信念並傳遞價值。「敘事」的研究範圍無法完全歸類於任何單一的學術領域，範圍包括有文學研究、歷史學、人類學和民俗學、心理學、社會學、社會語言學，甚至量化研究也感到興趣。專業工作者如醫學、護理、精神醫學和精神分析、社會工作、教育等，也會採用敘事取向，（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：12-13；McLeod 著，李茂興、吳伯毅、黎士鳴譯，2002：231）。因此，敘事研究可歸類為社會建構論的派典的一支，McLeod 同時表示，社會建構論取向是應用敘事概念最完整的取向。它與課程理論的再概論學派（the reconceptualization）、後現代主義（postmodernism）及敘事治療（narrative therapy）有著密切關係。再概念學派提出的自傳、敘說和生命史的撰寫，為敘說研究提供了方法；後現代主義的反敘事、不確定性、去中心化與解構「再現」，豐富了敘說研究的內涵；而敘事治療的解構並重寫生命故事，有助於喚醒自我，尋找個人內在生命的力量，為敘說研究在行動與實踐的功能注入活力，（何粵東，2005：59）。

敘事研究屬於社會建構論派典，亦可稱為「語言本位取向」（language-based approaches），它以語言、敘說作為媒介，目的在了瞭解個人的心理深層結構。社

會建構論學者表示自我的存在完全取決於我們日常用於理解自己和他人的語言（the language）和語言表達（linguistic practices），敘事取向雖然和人本取向與心理動力取向同樣關注個人「深層的」意義和獨特性，但在本質上卻有所不同，因為敘事取向特別強調「自我」與「社會結構」之間錯綜複雜的關係，尤其是「自我」與「語言」之間的關聯（Crossley 著，朱儀羚等譯，2004：13-14）。

二、敘事理論的建構特質

人們在敘說中賦予生命經驗意義，可以說敘說是一種思考經驗的方式。林美珠（2000）認為，人類是天生最佳的故事敘說者（story-teller），而人可以說無時無刻都在說故事。人們在說故事中賦予生命經驗意義，故事也提供了一個人經驗的凝結與連續。Bruner（1990）表示，個人將經驗賦予意義的主要方式，是將經驗轉換成敘說形式。Clandinin 和 Connelly（2000）指出，敘事探究就是對經驗的理解，而經驗就是人們生活的故事，人們的生活即是故事，並且在敘說這些故事時，對之加以重新確認、修正、甚至建立新的故事。但個人經驗的敘事研究還需考量到個人所處的社會文化脈絡，人們如何建構經驗與意義會受到社會環境的影響。因為人們藉由敘說、說故事的形式與彼此溝通，因此故事也不僅是說者的敘說，敘事或故事的脈絡與說者和聽者所瞭解的社會世界是相應的，（McLeod 著，連廷嘉、徐西森譯，2006：138；林美珠，2000）。Riessman（王勇智、鄧明宇譯，2003：25），表示這個敘說的故事是說給特定的人聽，如果聽眾是其他的人，可能會有不同的版本。Gergen, K. J.及 Gergen, M. M.（1988）進一步指出自我敘事是社會性論述的性質（as properties of social accounts or discourse），是在互動發展中進行變化的，甚而，自我敘事是個被關係網中的人們建構出的語言工具，且在關係中使用，意即自我敘說是社會建構下的產物。也就是說，人的經驗與意義並不僅由個體創造出來（社會建構論者的立場），而且深嵌在文化中，受到文化的形塑。個人的認同決定於文化的歷史、個人在社會中的位置、以及個體可取用的語意資源。從社會建構論觀點來看，敘事體代表個體的經驗與文化系統之間必要的橋樑。我們一出生就在故事的世界裡，文化的結構是圍繞著神話、傳奇、家族傳說、以及其他遠從我們出生之前就存在，而在我們死後仍會繼續長久流傳的故事。McLeod（李茂

興、吳伯毅、黎士鳴譯，2002：240）表示，我們藉由這些故事當中的一部份，「生活於」故事裡，來建構個人的認同，故事結構與慣例往往會依文化群體的不同而有所不同。因此，在敘事研究中，多重的脈絡層面是需要被考慮的。Riessman（王勇智、鄧明宇譯，2003：47）表示，脈絡是多種層次的，牽涉到述說當下的歷史時刻、敘說者賴以生存的種族、階級和性別系統，他們的訴說必須在這些層級內加以解釋。因此，要瞭解個人的死亡觀（意義），還需要具備個人所處的情境脈絡的敏感性（context-sensitivity）。

三、敘事研究的方法

敘事研究不僅是思考的新方向，它的本身即是一種研究工具（林美珠，2000；何粵東，2005）。故事本身是它的研究對象，（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：4）。蒐集資料的方法眾多，是以一種故事的方式被蒐集，像是訪談中的生命故事，或是人類學家在觀察中以敘事方式記下觀察所得等（林美珠，2000）。何粵東（2005）列出三個蒐集敘說資料的三種方式，為個人經驗法（personal experience methods）、個人自傳法（autobiographical method）或自我民族誌法，以及書寫（writing）。個人經驗法指出了種種有關個人經驗的資料作為研究文本的可能；而自我民族誌（autoethnography）強調了研究過程（graphy）、文化（ethnos）與自我（auto），也就是說，自我民族誌是把作者的個人經驗融入研究與書寫的一種形式，將自我放置在社會脈絡之下的一種自我敘說，它既是一種方法也是一種文本；在書寫研究報告時，敘說者的自覺與角色佔有重要地位。當擁有豐富的敘說資料之後，這些資料需要被敏銳反覆閱讀，或進一步形成假設，所以研究者本身可以說並沒有一個假設告訴他（她）怎麼看資料，這和「紮根理論」的概念頗有異曲同工之妙（林美珠 2000）。敘說研究的分析，不僅僅是語言所指涉的內容而已，我們要問的是，這個故事為什麼是這樣說的？主要目的在瞭解研究對象在訪談時，如何賦予經驗條理及次序，使的它們生命裡的事件和行動變得有意義，（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：4）。因此研究所得的「意義」與「詮釋」（interpretation）就是最重要的核心焦點，（Crossley 著，朱儀羚等譯，2004：15）。這種是解釋的再呈現（representation）常是不可避免的（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：4）。許育光（2000：18），歸結出兩種理解敘說取向研究的

方法，其一為看重脈絡與整體的「故事性理解」，另一個則是在「互為主體」和相互建構的歷程中去發現隱含意義：

(1) 故事性理解

故事性思考與理解實在人類認知世界方式中的重要一環。所謂的故事性思考，其實是一看重脈絡的豐富及複雜性，以及以整體而非分割或抽離的方式來探索的研究課題，試圖以故事來認識人的經驗，並在回應和重構故事的歷程中達成一致和融會貫通的理解。

(2) 互為主體 (intersubjectivity)

意味著一個共同建構、互動的知識協商歷程，在主體與客體搭建的「我們關係」(we-relationship) 中聯繫起來，研究者與研究對象均平等的呈現其主體性；是一種非以保持距離或視對方為客體加以操弄、對待的態度。翁開誠 (1997) 認為互為主體的研究關係類似於諮商的過程，這種「互為主體的敘說」方式與「深層同理心」的運用類似；可藉由體驗故事、說出自己對故事的體認、聽取別人對故事的體認、重整自己對故事的體認等過程來達成。

敘事研究的研究過程以及研究的呈現方式各有差異。Riessman (王勇智、鄧明宇譯, 2003: 19-20) 指出，敘事研究過程大致上可分成五種層級的再呈現，包括關注→訴說→轉錄→分析→閱讀：

- (1) 關注經驗：在未經反思的整體裡做了選取。藉由思考，以新的方式主動地建構了真實。
- (2) 訴說經驗：即個人敘說的展現。它是在互動過程的第二個層級裏建構出來的。
- (3) 轉錄經驗：錄音、錄影、文本、書寫。不完整的、部分的、具選擇性的。轉錄言說 (discourse) 是個解釋性的過程，這個過程受到理論的導引。
- (4) 分析經驗：形式、次序、呈現的風格、如何安插訪談中的生命片段，都涉及決策的過程。對於作品的預期性反應，不可避免地會影響哪些內容將被涵蓋、哪些則被排除。最後，分析者創造一個後設故事 (metastory)，說明發生了什麼事。藉由訴說訪談故事的意涵，將被說出來的加以編輯和賦予新的型態，以及將它轉變成一個混和性故事，成為一個「虛構的文件」(false

document) (Behar, 1993)。

(5) 閱讀經驗：當讀者面對文字報告的時候，；需瞭解一個作品在不同的歷史脈絡下，可以引起相當不同的閱讀，縱使是同一個讀者亦然。

學者們對敘說研究的呈現方式提出個別的想法。Lieblich、Tuval-Mashiach 和 Zilber (吳芝儀譯，2008) 提出呈現方式的區別，他以文本形成的兩個向度：(1) 整體和分類 (holistic V.S categorical)；(2) 內容和形式 (content V.S form) 的交錯，來區分四類敘說性質的研究。第一個為「整體—內容」的類型，看重整體故事並將焦點放在內容上，將受訪者的生命故事或敘事材料視為一個整體，來閱讀與分析整體敘事所要傳達的主要旨趣或重要意涵；其二為「整體—形式」的類型，雖以整體來呈現故事，但是焦點置於形式和概念的分析更勝於內容；而第三類「分類—內容」的類型，如一般統稱的內容分析，將敘事材料依據關鍵字詞、片語或句子，分割成較小的意義單元，再將具有類似意義單元者群聚起來，使其隸屬於某一概念類別或主題，以提供作為進一步計數頻率或關連組織的依據；第四類則是「分類—形式」的類型，以區分、分類並加以概念化分析的方式。其中尤以「整體-內容」和「類別-內容」取向，最常被引用為敘事研究論文的研究方法。

有些學者強調敘事內容裡所必需包含的基本因素，Riessman (王勇智、鄧明宇譯，2003：41-42) 表示，敘說呈現的一個「完整形式」(fully formed) 包含六個共同的元素：摘要 (an abstract) (總結敘說的內容)、狀態 (orientation) (時間、地點、情境、參與者)、複雜的行動 (complicating action) (事件的次序)、評價 (evaluation) (行動的重要性和意義、敘說者的態度)、解決方式 (resolution) (最後發生了什麼事)、結局 (coda) (回到對現在的展望)。Clandinin & Connelly (2000)，提供了一個「三度敘事探究空間」作為敘事探究的架構—個人與社會 (互動) (interaction)、過去-現在-未來 (連續) (continuum)、以及地點 (情境) (situation)。任何特殊的探究都是由這三度空間所定義，敘事探究即是在這三度空間對經驗進行理解。Crossley (朱儀羚等譯，2004：16-17) 也表示，個人所經驗到的每一樣事物，都會從時間 (time) 和序列 (sequence) 兩大層面，以及事件與事件之間的連結與關係脈絡來進行理解。

第二節 敘事研究之自我敘說研究

一、自我研究上的主體與客體

敘事研究中的自我敘說，被應用在許多與自我探究相關的研究上。可以說，瞭解「自我」其實也是一種敘說，使得人能夠去蒐集過去已經做過的事，想像未來會變成如何，並且判斷這是否是個人的期待意向，(許育光，2000：20)。用「我」(I)來探究「自己」(me)是確實可行的，Mead (1967)提出主我(I)與客我(me)的概念來區分自我歷程(the self process)中的面向。主我是自我的一部份，會去感覺、去行動、會說話、也有感受，但是主我並沒有辦法知覺到自己和自己的世界。為了能覺察到自我，能反應出自我的意識、並進而進入意義系統，主我必須從過去的角度，也就是從客我的角度來看自己、體驗自己。客我也是自我，但是客我是之前的主我(the I at an earlier time)，主我會以歷史的角色，也就是客我的型態出現。藉由反身敘說，我們得以認識自身(余德慧，2002)。自我敘說類型的研究，通常包含了反應行動與脈絡意義等行動研究的型態。例如洪儷軒(2007)在《回歸自身，看「我」，與研究所階段的諮商學習》論文中，以自我敘說結合行動研究法，自身為諮商人員的她，在書寫的過程裡，找出對自己的看見與反思；林怡惠(2007)在《我與那百分之五的孩子：一位國小教師重新肯定自我與學生的探究》文中，以自我敘說結合行動研究法，從國小教師的故事探討其教導班上少數關係欠佳兒童的過程，並從中找到自我生命的價值與意義。

二、自我敘說的各種方法

自我敘說的文本呈現方式，可以說是一種研究方法。敘說方法有許多種，有些研究者書寫自我的方式採用自我民族誌(autoethnography)的方式，研究者並不採用傳統民族誌中旁觀者立場的習慣，可以說這是混和民族誌與自傳的一種寫作文本，(何粵東，2005)。以此為書寫方式的研究有，蘇陳端(2004)的《一個團體領導者的自我敘說》，以自傳式研究法撰寫記錄研究者自身學習成為一個團體領導者的歷程；張翠芬(2000)，在《一個青年女性自我之建構與轉化—自傳式民族誌取向》論文中，運用自傳式民族誌的方式，敘說一個青年女性自我之建構與轉化；黃怡樺(2007)，在《入山看見藤纏樹：離異雙親與自身情感糾結之敘說研究》

一文中，以自傳民族誌的方式敘說離異雙親與自身情感糾結，探究個人的經驗與轉化的行動歷。有些自我敘說的研究會加入第三者對於作者的敘說，這是一種「互為主體性」的寫作方式，例如陳秋山（2006）在《幻見與回歸-一個人道工作者的經驗與自身探究》文中，以自身在參與不同的國際援助組織時所遇到一連串的挫折以及理想的幻滅的經驗，以及與第三者相互敘事的資料為研究文本，應用敘事研究形塑自己並為自我定位；蕭育昇（2005），《我痛苦，所以我存在——一個助人工作者從生命經驗中的自我覺察與反思》，以自我的生命經驗及與第三者分享生命經驗的內容作為文本，反思痛苦所帶給他的生命意義，以及對助人工作者的價值信念與啟發；袁明孝（2008），在《奇妙的旅程——一個靜聽者追尋生命意義的自我敘說研究》論文裡，以自己寫的文本輔以第三者的敘說，藉由敘事研究書寫自己追尋生命意義的成長歷程；傅嘉祺（2007），在《捨得與失去——助人工作者的失落與自我整理》文中，用互為主體性的自我敘說及行動研究法，以自己為研究對象，述說在從事助人工作專業者的工作時所遭遇的失落經驗，並進行行動研究之實踐與反思；葉霜（2004）的論文《臨終陪伴經驗對專業助人者自我生命經歷之回溯與開展》，藉由自我敘說及第三者的敘說，探究在安寧病房的專業助人者的臨終陪伴經驗。由於自我敘說的研究講求的是以整體的態度看待自我，因此，書寫上大部分都是採取 Lieblich、Tuval-Mashiach 和 Zilber 所說的「整體—內容」方式進行，例如：周詩綺（2007）的《在肥胖身體經驗的探究裡面對自我——一個肥胖女性的故事》論文，以自我敘說的方式透過「類別-內容」、「整體—內容」的分析方法，探究一個肥胖女性的故事；張怡敏（2004），《一個諮商師的親子關係經驗對其諮商專業影響之自我敘說研究》，以敘事研究的方法，使用「整體—內容」的方式進行分析，探究一個諮商師的親子關係經驗對其諮商專業的影響；呂宿菁（2006），在《情緒經驗與專業發展：一個諮商師的自我敘說研究》文中，以敘事研究的方法，使用「整體—內容」的方式進行分析，探究一個諮商師的情緒經驗與專業發展。鍾燕昭（2007），《在生命轉折處探見心靈之光——一位特教老師的敘說研究》，以「整體—內容」分析法和依照詮釋循環（hermeneutic circle）原則下的主題分析法，對文本進行理解和詮釋，敘說自己在多次生命轉折點的心理歷程。以上說明的呈現方法都是目前自我敘說的研究中常常使用到的。

第三節 敘事研究的優缺

這裡介紹的事敘事研究方法的優點、缺點，以及在進行敘事研究時，信、效度維持的方式。

一、敘事研究的優點

敘事研究，以研究者本身作為研究工具，深度（in-depth）的探究個人的經驗和心理歷程，因此是屬於質性研究的一種。相較於量化研究，質性研究所關切的是主題的主觀世界樣貌。人類經驗因為身所處的情境脈絡、社會環境、文化氛圍以及個人對以上條件的知覺解釋不同而變化萬千，會產生不可測的特殊性，這樣的一個世界並不能由其他類似情境者推知。質性研究在許多研究方法上都注重主觀經驗世界的重構，著重點在於瞭解「日常生活」的人類經驗，而非社會一般流行的觀念或常規，（賴誠斌，2004）。因此，對於探究深具這種特性的人類經驗，質性的研究方法有其重要性。屬於質性研究範疇的敘事研究應用在個人經驗的探究上，除了一樣具有重視個別主體特有的特性之外，尚有四個特有的優點，茲列如下：

（1）為無秩序帶來秩序，並找到意義。

敘事研究最主要的功能，就是帶來秩序。因為個人所經歷的種種事件本質上是無秩序可言的，藉由故事的敘說，個人可以將無秩序的事件做有條理的組織，並且賦予某種意義（Smith 著，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：145）。敘事恢復個人秩序感的應用在創傷事件的產生時更為明顯。我們都遭遇過生活常規的中斷，包括個人問題、家庭問題、經濟問題和健康問題等，都會使個人無法完整敘說自己的故事，而形成敘事的殘骸（narrative wreckage），（Crossley 著，朱儀羚等譯，2004：126）。常規的中斷會激起人們想要恢復一些秩序感的企圖心，因此敘事成為恢復秩序感的重要手段，敘事的使用修補了故事的裂痕，讓個人的故事再次具有連貫性、連續性和意義，（Smith 著，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：145； Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：7）。

(2) 提供我們自我概念的架構

敘說不只為我們每天的生活帶來秩序與意義，也反過來提供我們自我概念的架構。我們對自己和別人敘說自己生命的故事，就這樣，我們創造了敘說認同，（Smith，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：147）。藉由敘說，我們定義自我，讓個人可以更明瞭自我的定位（Smith 著，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：147；許育光，2000：17；賴誠斌，2004：249）。因此當研究的焦點是放在個體主體性（subjectivity）和認同（identity）上時，敘事取向的研究是十分適合的（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：11-12）。

(3) 適合研究複雜的心理—社會主體。

有別於傳統的研究習慣將個人心理運作與社會做區隔。敘事研究將心理與社會融合成一個主體來看待。因為敘說是在特定的社會脈絡下產生的，在文化及組織層次來說，敘說的方式可用來分享信念並傳遞價值，因此透過敘說研究，我們可以理解敘說者以及他們的世界，（Smith 著，丁興祥、張慈宜、曾寶瑩譯，2006：148；許育光，2000：17）。Rosenwald 和 Ochberg（1992）表示，敘說取向揭露了社會生活—文化透過個人的故事說出自身。儘管，敘說者用看似平常的語詞來描述，但我們可以分析這些語辭如何受到文化和歷史的作用。因此，當適當的使用在研究中的時候，敘事提供研究者一個個人和文化認同和瞭解的鑰匙，（林美珠，2000）。它適合的領域包括符號互動論、女性研究等，可用來進一步檢視個別描述者的性別平等、種族壓迫、權力分配等問題（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：11-12）。

(4) 反映出生命整體的脈絡性

傳統的質性研究取向通常會根據解釋和概念化的需要，將文本分割成一個個的區塊，完全不考量其脈絡性，去除了敘說陳述中所具有的系列性和結構性特徵（Riessman 著，王勇智、鄧明宇譯，2003：7）。Mishler（1986）指出，敘事研究補足了這個缺點，使得故事之中不同意義要素可以互動和對比，其故事的建構方式會產生某種層次的意義，這種意義是極少反在映非敘說的研究中。可以說敘事研究的自我探究是統整自我各方面的一種方法。

二、敘事研究的缺點

Clandian 和 Connelly (2003: 263)，在講述敘說研究的著作中，提到敘事研究的一些缺點，這也是使用敘事研究之研究方法者，所常會遇到之風險、危險。其內容整理後列如下：

(1) 唯我論 (solipsism) 的危險：

敘說探究的一個中心信條就是互為主體的 (intersubjective) 特質。如果忽視互為主體的特質，那麼敘說探究就是過度地個人的 (personal) 與只注重人與人間 (interpersonal) 的，這就犯了自戀 (narcissism) 和唯我論的危險。這是探究者過分專注於「我，就是評論者」的這樣的想法時，所產生的問題。要解決此問題，必須找出方法，去意識到別人 (形式主義與簡化主義者) 可能會如何看待與談論我們的作品，要警覺地意識到作品的脈絡，也要從三向度的敘說探究空間觀點，來關切田野文本與研究文本的問題，這種體認稱作「警覺」(wakefulness)。助長此種警覺最好的滋養所就是反應團體 (response communities)，在反應團體中，多樣性是被尊重的、並且鼓勵產生其他可能性的想法。雖然要對外界的評論保持警覺，但並不代表必須要全盤接受。

(2) 每件事到了結尾時都會有很美好的情節：

Clandian 和 Connelly (2003: 263) 稱此為「好萊塢情節」。Spence (1986) 稱這種無缺點的 (clean)、無條件的情節 (unconditional plots) 過程為「敘說的潤飾」(narrative smoothing)。承認敘說潤飾就是為讀者開另一扇門，要讀者保持對所說的故事與未說的故事有所警覺。

三、敘說研究的信效度

由於在前段所提到之敘事研究的缺點和限制，讓敘事研究受到不可避免的質疑，而關於研究的信、效度與推論，更是敘說研究飽受質疑之處 (何粵東，2005)。對此，許多學者對於敘事研究的信、效度，提出了他們的看法。Ellis 與 Bochner (2000: 750-751) 認為，關於效度的問題取決於個人對於效度本身的定義。對他們而言，效度在於作品的逼真性，讓讀者感覺到所描述的經驗是栩栩如生的、可

信的、可能的。他們並建議判斷效度的方法：是否幫助讀者與異己者溝通，是否提供改善參與者、讀者甚至你自己的生活。Crossley (2004: 190-192) 提出了幾點，關於敘事研究在進行時，為了要維持一定的信、效度，所需注意的事項，於整理並列於下：

(1) 資料的詳細和豐富性 (information-rich)：

敘事心理學的研究和其他的質性研究取向一樣，並不採用相同的「代表性」(representativeness) 概念。相對的，它們希望能夠獲得詳細、資訊豐富 (information-rich) 的資料，這些資料不能和研究的情境脈絡分開來解釋，因為我們要的就是全面的意義和理解。因此研究的目標就放在對個人歷史的深入分析與洞察，從中體悟人際關係的複雜與曖昧。

(2) 有良好的依據與支持：

為了要支持自己的分析結果，研究者必須從眼前的資料中找出證據來強化其論點。

(3) 「全面性」(comprehensiveness) 及「連貫性」(coherent)：

對訪談的分析是否全面，而且前後連貫。

(3) 是否有意義：

對於研究參與者及其同儕來說是否「有意義」(也就是說是不是具有「可信性」與「說服力」)。

(4) 是否符合資料或理論訴求：

在分析的過程中，當陳述論點時，應該不斷地援引逐字稿中的字詞加以佐證。除此之外，在撰寫研究者省思時，也別忘了將你的發現和目前敘事心理學文獻中爭論不休的議題相互檢證。

Riessman (1993/2003: 146-152) 認為，敘說分析的有效性在於「解釋是否具有信賴度 (trustworthiness)」，「信賴度」並非「真實」(truth)，在語意尚有很大的差別：後者假設了一個客觀上的真實，而前者則把這個過程放入了社會的世界裡。

Riessman 並舉出四種方式來探究敘說研究的有效性，如下：

(1) 說服力 (persuasiveness)：即這個解釋是否有道理或能否讓人信服？

(2) 符合度 (correspondence)：一個研究者可以把結果帶回那些被研究者處。

- (3) 連貫性 (coherence): 為顯示解釋並不只有單一特定的目的, 連貫性必需盡可能的「深厚」(thick), 理想上要涵蓋總體的 (global)、局部的 (local)、主題的 (thematic)。總體的連貫是指, 敘說者藉由訴說所要達到的整體目的。研究者必須持續修改關於訴說者的信念與目的 (總體連貫性) 的最初假設, 以啟發對於特定敘說結構 (局部連貫性) 以及統整文本中反覆性主題 (主題連貫性) 的理解。
- (4) 實用性 (pragmatic use): 要考慮某個特定的研究, 最終能夠變成其他研究之基礎的程度。

Lieblich、Tuval-Mashiach 以及 Zilber (1998/2008) 提出四個評估敘事研究的準則:

- (1) 廣度 (width): 證據的綜合全面性。在敘事研究報告中引述受訪者的言詞, 且提供可選替的解釋, 可讓讀者自行判斷和詮釋這些證據。
- (2) 一致性 (coherence): 對不同部分的闡釋, 組成了一個完整且有意義的圖像。一致性可由內在和外來來評估, 內在指的是故事的各個部分如何整合在一起, 外在指的是以現存的理論和先前的研究來加以驗證。
- (3) 洞察力 (insightfulness): 在呈現故事與分析時, 有革新性與原創性。
- (4) 精簡性 (parsimony): 以少量概念來提供分析的能力, 且能展現優雅的美學吸引力。

藉由以上, 我們可以瞭解到敘說研究學者在研究信、效度上的努力, 但還是很難整理出一套標準的程序。就如 Riessman (1993/2003: 153) 所說: 關於敘說研究的有效性是無法化約成一套形式規則或標準的技術程序。在解釋性的研究裡, 並沒有教條性的取向, 某種有效性認定的過程對某些研究問題較適合, 對其他問題則未必。解釋性研究的有效性認定還是一個正在進行的、艱難的議題, 需要敘說學者的關注。

為了發揮敘述研究的最大優點, 並提升研究的信度與效度, 本研究在進行過程中, 即多所援引相關的理論, 作為自我分析上相關概念的對照, 以取得良好的依據和說服力; 在書寫自我敘事之前, 翻箱倒櫃的搜齊自己以往雜寫的日記和部落格及讀書心得等多方資料, 以求取在自我書寫的過程中, 能有充足的對證, 來維持資料的詳細和豐富性; 在分析之前, 更是反覆仔細閱讀文本, 務在分析上能有很好的連貫性及一致性。相信在步驟的嚴謹化, 可以提升研究的信度與效度。

第四節 本研究的敘事發展

本研究的進行方式分為四個階段。第一階段，蒐集並整理自己寫下的生活雜記、部落格文章等相關資料；第二階段，反覆深入的閱讀這些文本；第三階段：寫出自我死亡觀的敘事故事；第四階段：敘事內容的再理解，包括與文獻的對話。在第三階段，將以 Clandinin 和 Connelly (2002) 所提出的「三度敘事探究空間」作為敘事架構，以過去—現在—未來的連續性時間作為敘事順序的軸線，呈現出個人死亡觀的建構歷程。第四階段時，的閱讀分析將採用 Lieblich、Tuval-Mashiach 和 Zilber (吳芝儀譯, 2008: 15) 所提出的「整體—內容」的方式，關注的是一個完整的故事，並聚焦在其內容上。也就是將個人的整個生命故事視為一個整體，藉由詢問故事或其特定段落的意義，來傳達個人所要表達的特質或動機，或者個人所使用的特定意向所隱含的象徵意義等。因為本研究要探討的是個人死亡觀的轉變歷程，因此讓敘事隨著時間的順序來表達，相信可以更清楚的瞭解死亡觀隨著時間的變化狀況。而「整體—內容」的分析原則，將可以展現出生命的整體連貫性。

本研究的時間點將從作者有記憶以來第一次接觸死亡的經驗開始，直到現在。敘說的內容將分成兩大部分。第一部份，敘說自己與原生家庭成員間的關係，分別敘說我心中的爸爸、媽媽、哥哥和弟弟，以及當這個家庭經驗到死亡事件或面臨死亡議題時的反應和討論氛圍；第二部分，敘說我在社會環境下經歷到的死亡經驗，包括我在一般的學校環境、我在護理專業訓練的學習環境、我在醫療院所從事護理的工作環境，以及我在宗教研究所的進修場所。分別敘說我在不同階段與環境的互動，環境對於死亡的解釋與規範為何？我如何對環境的回應？個人整體意義的調適歷程為何？等。本篇研究希望藉由敘事的方式展現個人死亡觀的建構的詳細歷程，並且期望這一份研究能夠讓我找到未來人生的方向。

第四章 不可言說的死亡

在這一章中，要說的，是我的故事。故事分為兩個場景在進行，第一節〈原生家庭、死亡與我〉裡的場景，是我家裡頭，我與家人的共同故事，包括我與家中個別成員間的關係，以及與他們的情感牽絆；另，再以整個家庭為主體，敘說家庭所遇到的生命故事。第二節至第四節，是以我自己為主角，時間的前後為軸線，我所處的環境，包括就學時的學校、工作的場所、進修的地點都是故事的場景，演著一幕幕我與生命相遇的每個故事。

第一節 原生家庭、死亡與我

一、我與我的家人

(一) 童年的爸爸、不輕易展現悲傷的爸爸與我

1. 爸爸與其原生家庭之疏遠的關係—祖孫倆的生活點滴

爸爸並非在原生家庭長大的。他是家裡的長子，有一個妹妹和三個弟弟。他很小的時候不知為何原因，他就被父母送到他的奶奶（也就是我的曾祖母）那邊，而弟妹卻可以由父母親自養大的，直到現在他一直無法諒解父母親對小小的他完全不聞不問的態度。他說他的父母從來沒有來看過他，若是距離很遠也就算了，但事實上之間的距離並沒有很遠（我的估計騎腳踏車大概 10~15 分鐘會到）；爸爸常說「從來沒有...」，他的爸媽從來沒有來關心過他的。爸爸住的曾祖母那兒也是很窮的，年節拜拜需要用的牲肉都必須先跟肉攤老闆賒帳，等到家裡養的小豬仔長大了再還給人家。而上學讀書的前對他們而言是一筆很大的花費，也因此小時候的爸爸常因家中貧困繳不起學費，老師叫他回家拿時他又不肯跟曾祖母開口，於是只好在外面遊蕩玩耍，直到下課時間才敢回家，久而久之成績由前幾名一直掉到最後一名，之後除了在當兵的空閒時間有自己就著報紙練字之外，就沒再有學習讀書的機會了。時至今日沒有辦法讀完書一直是他心裡的痛，因此他常常可以跟那些成績不盡理想，或根本不會讀書識字的人當好朋友，他會與他們分享經驗並予以幫助，並且還常常說等他退休後，他一定還要在好好讀書，彌補他以前沒辦法讀完書的痛。不過貧窮的環境也養成他好動腦筋的特性；爸爸常常很

得意的說，曾祖母在過年時都會包五塊錢紅包給他，然後過年後會收回去，但爸爸總是有能力在過年後拿十塊錢還給曾祖母；他會去買一套類似戳戳樂的遊戲，然後在過年期間藉由擺攤的方式賺回兩倍價錢。雖然曾祖父母也很窮，但是爸爸在曾祖母那兒是得到許多疼愛的，例如曾祖母就常常會偷藏東西給他吃（因為東西不夠所有人吃）。也因此爸爸成家立業沒多久，我大概幼稚園或國小的時候吧！他一度把記憶力大大衰退的曾祖母接過來家裡一塊住，大概有一兩年的日子，這段日子讓爸爸覺得很溫暖。不過由於親朋好友的耳語不斷，「你這樣子人家會說我們作子女的不孝順，讓媽媽由孫子來照顧，這像什麼話！」類似的言語流竄，之後沒辦法，只好讓失明的曾祖母回到原來的房子住。相似的話語也在曾祖母的喪禮裡出現，因為爸爸負擔了大部分的費用，但是爸爸說因為曾祖母以前對他非常好，這本來就是他應該做的，並不是因為他特別孝順。

2. 爸爸對其原生家庭所深藏的怨

他小學沒畢業就隻身上台北打拼了。上台北多年的爸爸一直對萬華的龍山寺有很特殊的情感，他常常跟我們說以前有很多人都上台北工作，一群需要工作的人聚集在龍山寺前這的廣場，人山人海的人在這等待著賺錢的機會，而各行各業需要人工的老闆會開著一部部卡車到這裡來，被挑中的人就可以上貨車並獲得一份工作（每次聽到或想到這一段故事，我都會感到很傷心），爸爸也因此當了焊接師傅的學徒，學得了他一輩子中用來生活的技能；在台北的期間他的老闆和也在台北的叔叔給了他許多的支持和幫助，但來自家裡的關愛還是少之又少的，除了跟他要家裡所需的生活費之外，不曾寫過一份關心的信件給他，姑姑在某次的家庭聚會中說到關於她小時候幫忙父母寫信跟爸爸要錢的事：

當談到爸爸以前當兵、工作，然後會寄信回來的事情，姑姑說「那時後我印象很深刻，會寫信給阿哥都是要跟阿哥拿錢的時候... 因為那時後都是我幫忙寫信的」...

（2008年04月01日，部落格文章）

我看到爸爸在當場一言不語，沒有反駁，也沒有多說些什麼。他在台北待了五年後回到了家鄉—彰化，一肩扛起了整個家裡的經濟重擔，日常開支、弟妹學費、公

家祠堂的裝修費用、弟妹的結婚、阿公用來維護體面的費用…的確，爺爺喜歡結交一些我們所謂的酒肉朋友，也真的是如此，他們除了常一起聊天也就算了，喝酒、抽煙樣樣都來，爺爺為了顯示自己很大方，都常常請朋友喝酒吃東西，以致花了許多錢，聽說阿公以前還會跑到爸爸工作的地方跟老闆預支爸爸下個月的薪水，這也讓爸爸不勝困擾。爸爸由於父母對他的不關心，以及大量的花他辛苦賺的錢的舉動，導致長期以來爸爸對他親生父母親的怨恨感一直無法消退，雖然最近的他加入了慈濟，也學習要原諒，在他最近的談話中可以感受得到，這對他來說一就是一件困難的事情：

最近，他自己說「我很恨他們」「我也很想原諒阿，我也知道要原諒，但就是沒辦法...」

(2008年4月1日，部落格文章)

在近幾年的一次家族聚會中，當小叔叔在發表一段對爺爺的感言和感謝時，我隱約可以感受到一旁依舊默默不發一語的爸爸心中的感受，我把這些感受寫在部落格中：

在一次家族聚會中，我的小叔叔說「我很感謝我的阿爸」、「阿爸以前很疼我們，很窮也都沒有把我們送給別人養」、「那時後我們兄弟要結婚時，阿爸不想讓我們失了面子，也都跟人借錢來辦」。

但是我的爸爸，他結婚的時候婚禮的費用都是自己籌備的...他工作的時候，他的家裡不斷的跟他拿錢...我覺得姑姑和叔叔的學費少不了我爸爸出的份....

(2008年4月1日，部落格文章)

跟媽媽結婚後，阿公還是一樣不斷的向他拿錢，於是他們夫妻兩決定要搬出去住，他們到處租房子住，小時候我們家常常需要搬家，媽媽常說當他在洗椅子時，坐在地上玩耍的哥哥就會問「我們是不是又要搬家了」，這種狀況直到我幼稚園時我們有了自己的房子才終止，這棟房子至今還陪伴著我們。

3. 最疼我的爸爸

對我而言，在我小時候爸爸可是嚴肅又慈愛的，由於工作忙碌繁重的關係，一般的工作日不太會有笑容。但是出去玩又是另外一回事了，爸媽喜歡帶我們出去玩，在我們還不太會走路的時候，他們就開著有一台小 49cc 的瘦摩托車，載著兩個大人、三隻小蘿蔔頭，加上茶水、尿布、衣物等一大堆東西浩浩蕩蕩就到處去玩了。現在家裡的小蘿蔔頭也都長大了，嚴肅的他也就很少出現了。或許因為我是家中唯一的女孩子，哥哥和弟弟都說爸爸比較疼我。哥哥說有一次他週末放假回家，打電話請爸爸到車站接他，但是爸爸一掛上電話馬上忘記有這麼一回事（就因為工作太忙了嘛！），哥哥只得自己走路回家，而這種情形在我身上完全沒有發生過呢！還有一次是哥哥在他的高中聯考時，他趁著中午一大段的休息時間騎腳踏車回家睡了一覺，還特別吩咐媽媽要叫他起床，沒想到爸媽兩個人竟然都「忘記了」，等到哥哥驚醒時離考試只剩短短的時間，這還不打緊，他們還叫哥哥自己騎腳踏車趕去呢！弟弟以前也曾經跟爸爸抱怨說「為什麼姊姊要什麼都可以，我都不行…」，他覺得爸爸偏心，但我認為應該是我比弟弟少去跟爸爸要東西吧！就連媽媽偶而也會央求我請爸爸答應某些小事情；不過他們所「抱怨」的也並非空穴來風，爸爸對待我和對待哥哥弟弟的方式的確有所不同；爸爸跟哥哥弟弟講的話題大概都是有關於未來的規劃，例如工作和家庭照顧的問題，投資、創業、買房子等；而爸爸與我講話的話題內容都是比較軟的，這該如何說呢？例如他對曾祖母的情感、與兄弟之間的相處困境、對自己父親的愛恨、對別人的感謝…等。或許也因為如此，雖然很少發生，但我有時候會跟爸爸「冷戰」，尤其當我覺得他不瞭解我，或者是他為何阻止我做某些事時我會很氣的都不打電話回家，結果他都會被媽媽罵喔！

說了這麼多，讓我越來越慶幸爸爸是由曾祖母養大的，他的性情沒有受到我爺爺的影響讓我感到很安慰，他不會重視物質享受、也不會誇大自己（另一方面來說他是很謙虛的），他也教我們待人要誠懇，對父母和曾祖母都很孝順，對有恩於他的人更是一心想找機會報答。雖然爸爸到現在都還在感嘆他的父母的拋棄，但我都在心裡暗暗說「好加在」，因為我喜歡這樣子的爸爸，這就叫做謝天謝地嗎？

（二）集優點於一身的媽媽

1. 總是積極接觸各方事物的媽媽

媽媽他們家共有八個兄弟姊妹，她排行倒數第二，因為年齡相近的關係與小舅舅感情很好。外公好像好早就過世了，至少在我的印象中，我並沒有關於外祖父的記憶，媽媽也比較少跟我們提及有關他的事情。媽媽小時候家裡開了個小雜貨店，還擁有一台牛車，（爸爸說那時候的人家如果有牛車，算是比較有錢的，也就是比較有錢的意思），但是媽媽每次聽到這些都否認，她認為他們小時候也是很辛苦的。媽媽在讀書的時候，就得去工廠幫人家作「剖豆子」（蠶豆），包糖果紙等工作，她說「我小時候也是過得很辛苦的」。別看她現在溫柔婉約、掌管家中大小事務，看她年輕時候的照片才可以約略得知媽媽也曾經有過瘋狂的少年時期。聽說媽媽在結婚前曾經一度「離家出走」，自己一個人到台北，對一個鄉下小姑娘而言這可是一件了不得的事，她還在很短時間那就當上了公車的車掌小姐呢！最後還是爸爸衝上台北找到並帶回她的；不過這一段事件都是聽我爸爸說的，媽媽可是絕口不提她自己的「荒唐」事，「才沒有呢！」她是這樣子回答的。不過就算是長大後的她，也是不願意將自己封鎖在家裡的，該怎麼說呢，媽媽到現在都還一直是塊積極吸收資訊的海綿，就跟年輕人一樣的有活力，不過她吸收資訊的方向跟我們讀書的不太一樣，她的重心有教導小孩，例如媽媽讀書會、媽媽分享會等，她到現在都還是會對我們說「以前生你們的時候也不知道要怎麼教孩，都嘛是邊學邊做！」；她也很在乎身體健康，她常說：「人家那個太太本來身體很不好，但自從天天做運動以後，你看人家現在多健康！」，所以與提升身體健康的學習更是不可少的，例如太極拳、長生學、太極劍、和和音樂操、各種體操、氣功、太極扇等等，簡直是多到不行；另外一些她個人的一些單純的興趣，手語、歌仔戲，阿，還有樂器，揚琴、電子琴、笛等都是她涉獵的目標。雖然她的這些興趣都有其時間階段性，但是她每次的學習都是很認真的；相較之下，爸爸就不喜歡去參加這一堆課，很偶而的時候媽媽可以成功的把她拉去某個學習的團體，但是通常是失敗的局面，但是媽媽總是不屈不撓的繼續嘗試著。

2. 深信心理對生理有極大影響的媽媽

媽媽還十分重視心的作用力量，她認為許多時候都是我們自己的心在作祟，這種說法在我們抱怨的時候常常出現。當我在發脾氣的時候，她會鎮定的告誡我「相由心生」，甚至認為心的狀態會影響一個人的面容「常生氣的話會便很醜喔！」；當我們抱怨夏天太熱時，她會說「心靜自然涼」。大部分時候我是認同她的說法的，在我高中時的一篇小文章中就可以看出我對她的說法有很大的認同感：

…我便想起媽媽常講的一句話：「相由心生」。本來總是很反對她的看法，但，漸漸的、進入了團體生活，看多了，發現縱使一個人長得很好看，但要是整天愁眉苦臉，也就不怎麼樣了。反過來說，一個人在客觀的角度上是普通的長相，但相處起來，卻會感受到她滿臉洋溢的美麗，這不是很特別嗎？像看到一些老年人臉上的皺紋即可略知他的個性，有些人終其一生煩惱，你便會看見那眉頭深鎖的縐紋，當他常整天笑咪咪的，你便會發現那和藹又易親近的‘笑紋’，這就是真正的自我吧！那令人充滿愉悅和分享的心…

（高中時的讀書心得文章，第三篇）

但是她的這種個性在某些時候會惹我生氣。我從小皮膚就不好，天氣濕熱時手的背部就會冒出一片惱人又癢的紅疹子，再加上討厭的夏天名產一蚊蟲的叮咬，我整雙腳和雙手臂都會變成紅豆冰，因為常常忍不住去抓它，所以傷口也很難好。因為覺得很不好看，班上又有喜歡的小男生，所以我很不願意穿短褲；當皮膚狀況開始好的時候，通常都已經是秋天了。直到長大，我已經習慣穿長褲了，雖然裙子也有買，但是常常只是擺著美而已。對於這種感受，我覺得媽媽有時候沒辦法瞭解，因為我有時候還沒看到皮膚上的紅點點就開始覺得癢，隨身以及我所常出現的四周都會放著一罐萬金油，以防我任何時候覺得不舒服。但是「久病無孝子」，小毛病生久了總是另旁邊的人不耐煩，遇到會癢卻沒有蚊子吻痕的時候，媽媽到最後就常常會說「那都是你的幻覺，我們就不會，那是你自己心中一直想說有蚊子咬，才會覺得癢，你要分散你的注意力，多看看四周的景色就不會了…」（這就是大學上課時所講的轉移注意力嗎？），聽到這些話，我會很生氣，我明明覺得很不舒服，很癢，為什麼你要在那邊說風涼話，一點都沒有體貼我的心情，媽媽講了幾次之後，

我會跟她頂嘴，或乾脆不說話...離開家的日子久了，現在再回來好像就沒有聽她這樣說過了。

3. 我心目中的媽媽—善良又有耐心的好媽媽

雖然關於我皮膚的問題讓我覺得媽媽不是很體貼，但是老實說媽媽在我心目中可算是非常善良的一個人，她就連別人批評的話也都會三緘其口，可以說她是個不會說別人壞話的人，不管對象是誰都一樣。這種狀況在看電視的時候就很容易觀察的到。我們家在吃飯的時候都習慣看電視，尤其是爸爸都會利用午餐時間看一下電視新聞，通常新聞裡都會有各色人物，政治人物、路人、企業家、明星、等等，我們其他人常常會邊看電視、一邊評論電視中的人物，但是媽媽總是會替別人緩頰。對那些不太熟識的人也就算了，對於周邊認識的人她更是絕口不提別人的壞，當爸爸對某個人生氣，或者我們說學校某某老師怎樣不好，她都會替他們找辯解的理由就算心中有一些不好的感覺，她也常常選擇不說出口的一真是個好人！

從很小時候開始就有許多人說我跟媽媽長得極像，不過只是外表罷了，我的火爆個性和我的缺乏耐心都跟她很不像。我還記得高中時發生過一件事情，有一次有一個勾毛線的家政作業，我勾了一點點就覺得不好玩、沒有成就感，於是拖很久不想做，當隔兩天真的要交作業的時候，我在那邊很緊張、亂發脾氣，整個毛線亂成一團，打結得不成個樣子...媽媽通常都不會幫我作作業的、平常也沒有什麼指導，這就叫做自生自滅嗎？或許是很放心我的課業，所以不會插手管江湖事務，但是當我那一次在房間發著自己的悶氣時，時間已經很晚了，她本來只是要來向我道晚安並吩咐我別太晚睡，但當她看到我氣的快哭出來時，她竟然坐下來，在我還在發脾氣的期間，慢慢、慢慢的幫我把打結得線團全部解開。媽媽偶而還會關心我在學校的狀況，當然不是功課方面的問題，大部分都是問我結交了哪些朋友。但是我不喜歡跟他說學校方面的事情，有時候還會生氣的說「不要問啦！」，會不想回答也不是因為真的交到他們會不認同的朋友，可能是不好意思吧！如果一不小心，讓她知道了我某個朋友的姓名，她就會很厲害的記很久很久，甚至我都快忘記了他還會記得呢！只不過偶而會錯置名字罷了！她到現在都還認得我幼稚園的老師、曾經是同學的同村的人、曾經一起玩耍的同伴...很有趣，這就是我最愛的媽媽。

（三）差點死亡的哥哥、我的保護者

1. 哥哥初生時的死亡危機

我的哥哥比我就大那麼一歲，他出生時的身體狀況在爸媽心中可算是一個很重大的回憶，這也是我偶而會聽到的故事，哥哥一出生就面臨到的生命危機。他們（爸爸和媽媽，大部分是聽爸爸說的，媽媽每次在我們談到這個話題時，她大部分是抿著嘴不發一語的）說，哥哥一出生就全身黃，那是很嚴重的新生兒黃膽狀況，而對於這樣焦慮的家屬的唯一回應是「你們帶回去吧！」，住院住了一陣子後醫師表示他的無能為力，大概是請家屬帶回準備辦理後事之類的暗語；他們回家去向自己的親人求助，奶奶他們竟說「這個孩子不要了」，這就叫做置之不理（我已經忘記爸爸如何說奶奶他們的話了，但是聽起來給我的感覺是這樣）嗎？這是媽媽的第一次懷孕與生產，又遇到這樣子的狀況，在心中對自己產生很大的自責。醫院的醫師放棄後，媽媽只好抱著奄奄一息的哥哥到處求救，嘗試了許多醫院和偏方，再遠的地方也都含有一絲希望。幸好有家醫院有一位好心的護士告訴他們有關某位醫師的訊息，經過這位醫師的多次換血（爸爸說他輸了很多血給哥哥）程序，才救回哥哥一條小命，媽媽直到現在都很感謝那位告訴他們這個訊息的護士小姐。我不曉得哥哥是否對這件事情還有記憶，我想是沒有的，不過關於這個故事的內容他是沒有聽遺漏的了。哥哥活過來後，倒是一路上都還長的白白胖胖的，又加上是家裡的第一長孫，受到大人們的喜愛。或許也因為如此我總覺得他對於這個「頭銜」好似有一股責任感。他對爺爺奶奶也很孝順，我的印象中，奶奶常常都會拿一些家庭手工回家加工賺些錢，哥哥總是會乖乖的坐在旁邊聽奶奶說話、講故事，其他小孩早就趁機跑得不見人影了。直到現在他只要一回家，都會抽空去探望尚在人世的爺爺和外婆。

2. 聰明又喜歡教導別人的哥哥

哥哥對於自己擁有的聰明是很得意的，小時候的他總是喜歡搶頭旗；遊戲一定要搶著演拿著神奇金箍棒的主角孫悟空，得意的宣示他是第一個讀完家中最厚的故事書的人、驕傲的表示自己對數學是多麼拿手...我想他要說的是他很厲害。但是這樣的他並不會讓我感到不舒服，只是想說一句「有什麼了不起～」。確定的是他是我們加小孩中讀起書來最輕鬆的一位，從小到大也沒有遇上很嚴格作業很多

的老師，這就叫做不費吹灰之力嗎？他小學和國中的成績雖然只有中中、中上的程度，但高中卻以黑馬的姿態考上很好的資優班，不過他私底下說他可也是有用功的，只不過表面看不出來就是了。當老師的志願是他很早就立下的了，因為他說在他國中的時候，看到自己的班上同學竟然到國中了都還不會寫自己的名字，令他感到很痛心，於是他便立志以後要作一個好老師，的確，他真的遵照了他的理想，現在是一所高職的物理老師。他的個性真的很適合「教導」別人，他時時秉著諄諄教誨的精神，對於同一件事情不厭其煩的用很多不同切入點跟你做解釋，我們都笑他很叨念，連大嫂對於要跟他去科博館都避之無恐不及，因為他會不斷孜孜不倦的跟您講解所有他所知的自然科學理論，我們笑說其實有時候我們並不知道那麼多的。

3. 在人生路程上總是心想事成的有福氣的哥哥

除了說他比較聰明一點外，爸媽也都說哥哥是比較有「福氣」的，不管是吃冰棒的再來一支，還是飲料的再來一罐都比較容易讓他得到；大人還說，看哥哥兩邊的耳垂子很厚又比一般人大，那是與佛非常有緣的象徵，而那也表示他的福氣真的比較好。或許真的是這樣吧，因為他的人生至今大概可說都有「心想事成」的，怎麼說呢？該這麼說吧，哥哥好像是個凡事都計畫得很好的一個人，對於人生的安排猶是；什麼時候結婚、生小孩、要在哪裡買房子、以後想要過什麼樣的生活、小孩要生幾個、生活費要怎麼分配...等等，他都已經在腦中不知轉了多少遍了，而就他目前的樣子他也真的是照足了他的行程表在實現。

4. 哥哥與我—保護者和追隨者

由於弟弟因常常生病需要特別照顧，所以我與哥哥的就學歷程也比較相近，可以說我總是那一個跟在哥哥的腳後跟在走的「追隨者」，媽媽也常常這樣子說，她說哥哥到哪裡我都是要跟的。記得以前一路上是跟著哥哥的，喜歡讓他牽著手；幼稚園就讀同一所了，國小、國中也是；到了高中，他在彰化高中，我就考上附近的彰化女中；大學的時候他跑到台北，我也一路跟著流著離家的眼淚到台北；我在工作時他也在台北一段時間，結果我們幾乎同時間說要離開台北，不過這一次是分道揚鑣的了，因為考試的關係他到了高雄，而我回到了宜人的中部。哥哥

則是我的「保護者」，哥哥總是在情勢危急的時候，會從一副事不關己的面具背後跑出來，張開雙臂為我擋開迎面而來的魔鬼，還會記得回頭笑著對我說「乖乖...沒有關係喔！」。從很小的時候好像就是這種局面了，媽媽說在我們還剛會走路的時候，她帶著我們兩個去市場買菜，因為市場裡頭很多人，於是我們被安置在一個玩具攤前面「你們乖乖在這邊看玩具喔，媽媽等一下就回來」「好」；但那玩具老闆認為我們兩個小孩子沒有能力買玩具，於是就趕我們走...哥哥只好牽著我一路找媽媽...媽媽說當她在警局時，看到的是一個一臉堅強的哥哥以及他手裡牽著的滿是淚水的妹妹，那時的我已經害怕到連警察伯伯拿來「賄賂」我的養樂多都忘記喝了呢！還有一次是我還是小學生的時候，某天下課跑到到遊樂器材區域去玩，突然間一個高年級的糾察隊揪住我，拿著一張垃圾說是我亂丟的，當時我慌了，根本不知道怎麼回事，或許是不小心從口袋掉下去、或許是別人的...但他堅持是我造成的，當時嚇得我差點哭出來，幸好哥哥看到趕緊跑過來跟他的同學說了些話，他才放了我。不過哥哥的照顧也會有出差錯的時候，最經典的事件是發生在我小學一年級入學的時候，爸媽因為太忙了，請剛上二年級的哥哥帶我這個小新生去學校上學，哥哥以他的邏輯認為既然他讀的是仁班，他的妹妹也應該一樣，於是他把我丟在一年仁班的教室後，就逕自一個人爽快的走去自己的教室了...直到一個老師拿著名單到我們班級，喊著我的名字，我才知道我走錯教室了，嗚嗚嗚...沒辦法呀，他也只比我早出來一年而已！

這個保護者的身份到我有工作能力後都還是如此。在台北的工作期間搬去跟哥哥一起住，不過因為要輪班的關係，也並不一定會常常碰到哥哥的面。記得有一次半夜作惡夢，被自己的驚叫聲嚇醒，坐在床邊喘著息不敢再睡，哥哥聞聲以為發生了危險衝了過來，聽了我的狀況後，他靜靜的走出房門，再次進來的時候，手中拿了一本地藏經丟給我，只說了句「這個給妳」，也沒多說什麼，雖然就只是一本佛教的經書，但是卻讓我感到很窩心，也不再那樣害怕了；這個事件比較令我驚訝的還不是他對我的關心，而是讀理工科、口裡常常講述各式科學理論的哥哥，身邊竟也會珍藏著一本佛教的經典，而且他認為「那是很有用的」。在決定放下工作回到台中讀書的那一段期間也是如此，那時的我心中經歷很大的掙扎，尤其是要放棄一個很好的工作機會及公務員的身份；來自爸爸方面的壓力很大，爸爸無法接受我放棄掉一個很好的工作機會，我也不知道怎麼跟爸爸解釋他

不曾聽過的系所名字...爸爸一聽到馬上用一種很沈重的語調回應我，雖然這正是我預期中的反應，但我還是覺得很傷心，為什麼爸爸沒法瞭解我，為什麼哥哥要讀書就可以，我要進修就不行？我是靠自己賺得錢讀書的，我也只是想要離家近一點，為什麼不可以？不過想離家近的這個理由沒有說就是了，電話一掛，擒在眼眶的淚水馬上潰堤，一直哭、一直哭，無法自己。而一旁的小梁極盡安慰之能事，但也束手無策，他趕緊去隔壁把哥哥請來，跟他講了個大概，哥哥拍拍我並說了些分析及安慰之類的，也不是挺厲害，但卻緩解了我的情緒。反正就是緊急危難的鈴響時他就一定會到的～

（四）辛苦生病的弟弟

1. 受到特別照顧的多病弟弟

弟弟可以算是家中的小寶貝。他小時候的身體很多大毛病，雖然臉蛋長得漂漂亮亮，卻容易癲癇發作，又有氣喘的毛病，每次只要生病都需要好久才會好，他小時候可是伴著藥石一塊成長的。由於身子比較虛弱，爸媽對於他的照顧顯得更為細心，小時候我和哥哥都是過馬路到村子裡明聖宮旁的一間托兒所上學，但是他卻被安排在離家裡一、兩百公尺很近的私立幼稚園就讀，不僅如此喔，好像還有校車接送，那時候的我是有一些羨慕他的，學校的遊戲器材很多、點心也比較好吃、還可以不用走路去上學（我和哥哥在幼稚園時就兩個人手牽手走路上學的）。不過那時小小的我多少也知道，並不是說爸爸媽媽比較疼他，讓他受更好的教育，他們只是希望能近一點才好處理某些的突發狀況...儘管如此，小時候打架的時候，有時都還是會脫口而出說「媽媽偏心，對弟弟就比較好...」，現在的我對於自己的不體貼感到很後悔。那時候爸媽為了治好他的病，帶著他跑過許多的醫院和偏方，常常都是留我們小孩在家，他們在下班後吃完飯後就會開著車或騎摩托車到處打聽，希望從他人的口中尋求有效的藥方，雖然常常只是一絲絲的希望，但他們都不嫌煩勞的一再嘗試。

2. 我的無助經驗—面對弟弟的癲癇發作

他的癲癇發病狀況會讓我有極大的恐懼，那次是第一次讓我驚覺到死亡的存在，弟弟可能就這樣死去，它的逼近讓我非常的害怕，害怕失去我的弟弟、害怕

看到爸媽傷心的臉龐、害怕現在擁有的幸福家庭生活會就此毀滅。那是我還很小的時候的事情了，大約十歲左右而已吧，那時候只有我和兩個鄰居小朋友（姊妹淘）以及弟弟在家，爸媽幹啥去我忘了，反正就是不在家，我們正高興的在客廳玩著遊戲，突然「叩」很大的一聲，弟弟竟一頭倒在地上抽噎，口吐白沫，兩眼上翻，牙關緊咬，那是癲癇發作，兩個朋友在一旁已驚嚇得連動都不敢動，我也不知如何是好，怕緊咬牙根的他傷了舌頭，於是雙手用力的要把他嘴巴打開，並趕緊請同伴幫忙拿了毛巾塞進他的嘴巴，心裡一直擔心他剛剛是否有撞到頭，會不會就因此而死掉？如果死掉了該怎麼辦？會不會因為我做錯了什麼動作導致他的死亡？爸爸媽媽一定會很傷心，我該怎麼辦？他持續在抽噎著，根本沒有意識，又不知爸媽去哪裡，真是欲哭無淚，還好平時有背叔叔家的電話，趕緊打電話去，幸好叔叔在家，我語無倫次的講了一番，叔叔家離家裡很近，但是等待的時間很漫長，我只能坐在地上扶住弟弟的頭等待救援，沒多久爸媽和叔叔也都趕到，弟弟也沒有再抽噎了，小鄰居不知如何是好也都回家了，呼～還好這一次並沒有造成很大的影響。雖然有過這樣的經驗，但是每次他的發病總是會讓我感到很害怕，那種不知如何是好的感覺會再重新縈繞。在國中三年級的日記中，都還可以發現在面臨到弟弟發病時的害怕和無助感受：

今天 my brother 的病又發了，大人又沒有在家，他一直說他的頭好昏，我好怕，還好叔叔（打電話）有來，還有父母也很快就回來了，不然我真的不知道如何是好。（希望他能健康的活下去）。

（1996年1月21日，日記）

3. 共同對付弟弟癲癇的家庭

癲癇的狀況直到某一帖有效的藥方才停止，這帖藥也甚為奇特，需要四種新鮮的藥草磨成汁後，按一定的比例混和服用。為了這方藥，媽媽必須到處去尋找這些藥草，有些在山上、有一些可以跟某些農夫要得到、有一些在不顯眼的小路邊。收齊後拿回家清洗乾淨，榨汁後按時服用。榨汁是一件非常麻煩的事，因為這些藥草有一個是藤類的纖維很多，所以要取其汁液特別困難，用壞了好幾台購物專家引以為傲的磨汁機。我們也曾嘗試用手工在研鉢裡搥磨，是一件很消耗力氣的工作，通常都是全家人圍成一圈輪流完成。不過這次的辛苦終於有了代價，

經過多次的服用後，他的發作次數漸漸減少，到現在已經都不會發生了。困擾的氣喘倒是靠他自己的運動才好的，他讀的高中離家裡有一點遠，騎腳踏車一趟快的話至少也要二、三十分鐘，不過也因為這段期間每天騎腳踏車上下學，加上他喜歡上的排球運動，高中三年讀完後，氣喘的狀況也有很大的改善了。現在的他非常注意自己的身體，記得在他讀書的時候偷偷的跟我談及此事（或許是因為我是從事護理工作的關係，使他願意跟我談。）他說他的氣喘情況在天氣不佳時還是可以感覺得到，所以他還是會隨身攜帶氣喘用的藥物以備不時之需，不過他特別提醒不要告訴爸媽，以免他們擔心。

4. 弟弟在求學上的挫折

弟弟的成績並沒有哥哥那麼好，或許是由於小時候常常生病的關係吧！但他還是希望能把書讀好，尤其高中階段讀的職業學校還蠻符合他的興趣取向，因為弟弟對於拆解和組裝一些東西非常有興趣，從很小的時候就這樣了，可以很有耐心的找出原因並把一件東西修好，他會去研究收音機、馬達、工具的內部構造，還會嘗試著拆裝它們。所以功課上他也是很認真，大學畢業後他決定考研究所，誰知考上的研究所其課程遠超他的負荷（因為非直接相關科系，所以要比別人加修許多學分），導致他讀書屢見挫折，於是他漸漸的把重心放在打排球和交朋友上面，每月花費的生活費也是與日俱增，爸爸好像常常跟媽媽為了這種事情吵了許多架（他們都會說，這不是吵架啦，是在溝通），爸爸到現在都會喃喃的跟我說「那時候我就跟你媽說我覺得不對，怎麼會錢花得那麼凶，但是你媽媽疼兒子，以致浪費了好幾年的時間！」，雖是抱怨，可是我卻在當中聽到許多父親對兒子的愧疚。

5. 我對弟弟的愧疚

我和弟弟小時候都在一起玩之外，但我卻比較少關心他在學校的狀況。我想（大概到大學之後才有這麼想，以前是不懂的），他應該是常常在操場邊樹蔭下不用上體育課的那種學生吧！據我所知，弟弟上學時只要到新的環境或遇到新的老師，媽媽都會特別叮嚀他的老師們避免讓他有過度劇烈的運動，所以可能是因為小時候的身體狀況致使他的朋友很少，因此很有可能常常被排擠。但是作姊姊的我在小時候竟沒有去關心到他的狀況，只顧關心自己。唉，有些對不住他，沒有在那時候給他多一些幫助。但是家裡的人還是認為我跟他的關係比較好一些，

哥哥曾經跟我說：「弟弟比較會聽你的話，你要當一個聯繫他跟家裡溝通的管道」。也是，他遇到無法解決的問題時大部分都會先找我；爸爸最近也說：「你弟弟只有在你回家時才會笑！」，對於這個現象我感到開心，因為至少現在的我可以有多一點幫助他的機會。

二、我的家庭與死亡的交會

（一）家庭裡的宗教

1. 充滿宗教活動的家庭

我們家庭對於生命的認識方式，除了科學上的具體知識外，尚有宗教信仰的因素摻和在裡頭。小時候的我們家是在台灣常見的一般民間宗教家庭，初一、十五、過年過節都會拜拜，土地公、地基主、神明、祖先以及各種常見的神祇，例如媽祖、關聖帝君、玄天上帝…等，有重要的考試時（例如聯考）會去拜一下文昌君，過年期間還會到不同的廟宇進香呢。這方面媽媽是一個規矩的祭祀者，對於祭拜可是照足了長輩（阿公、阿嬤）的交代，畢恭畢敬。過年後要開工也都特地請人看日子，甚至與農民曆做對照，每年常常因為開工的日子「沖」到與爸爸原本計畫難得的家庭旅遊日子，而與爸爸鬧冷戰呢！雖然說有在祭拜不同的神祇，但是對於佛寺和一般廟宇的感受還是有一些不同的。佛寺比較乾淨、花紋比較少、比較亮、比較大，地板都亮亮的，常常需要脫鞋子，也比較安靜、不會燻眼睛，而且都是吃素食，和拜拜時滿桌大魚大肉是很不同的。小時候爸媽偶而會帶我們到佛寺，也參加過佛教禪寺的夏令營，更有大型的佛教活動，爸爸媽媽在我們小時候曾經連續好幾年都會帶全家去南投的靈巖山寺朝山，對我來說這是一個辛苦但是也十分好玩的活動。這個活動在一開始是爸爸工作上的朋友提出相約的，我們也曾經和小舅舅及爸爸的一位朋友一家一起去。每次活動的開始大約都在傍晚，人很多，車子要停很遠的鄉間小路邊。過程其實有點辛苦，因為寺院在小山上，我們必須隨著沿路播出的觀世音菩薩（或者是阿彌陀佛）的念佛聲三跪九叩的上山，路途有幾百公尺，一條上山的路上總是佈滿了虔誠的信徒。雖然用走的上去也不會被怎樣，但心裡總覺得還要老實的跪上去才好，當然吸引我會去的原因，也是爸媽引誘我們去參加的原因：「到了山上會有免費的類似園遊會的攤

位，任您吃到飽喔！」。我們家的人普遍都不喜歡太過華麗裝潢的信仰場所，雖然爸媽在言語上比較不做表示，但弟弟每每去到金碧輝煌的佛寺時，都會說他不太喜歡金碧輝煌的裝飾，我猜他認為佛教的聖地應該清清淨淨就好，所以他每次到這種「過渡裝潢」的地方都會露出不太喜歡，或者不贊同的表情；哥哥也是如此，他以前也常常對此做批評，他認為僧人不應該跟金錢太過「掛勾」（這是我形容的），也不該太過參加政治活動，他的意思應該是類似在山中修行的感覺吧！

2. 家庭對於宗教的敬畏感受

與宗教有關的書籍也沒在家中缺席，在我們書櫃裡可以找到有關「放生的故事」以及一些別人送給媽媽有關宗教的故事書，佛教的與一貫道的一些勸人為善的書，從不曉得從哪裡來的，可能是廟裡拿的、可能是別人給的，因為有畫一些有趣的插圖，故事性也很夠，所以我常會拿來看，對於因果、報應的說法是有感到害怕的。家人之間相比較之下比較，就屬媽媽對鬼神的敬畏最為明顯，不論面對何樣的神明，她都散發出一股出自內心的敬畏感。想想，尊敬我還可以理解，但是她對於鬼神有一種懼怕的成份在裡頭。這種感覺可說是冥冥之中在進行的，她雖然是這樣的態度，但她卻也不會對我們（小孩）說些什麼，或解釋什麼。大部分她會偷偷的把大家離開那個場所（令他感到不安的地方），或者用「那個...」這個字眼來表示她的擔心，爸爸也心知肚明，偶而可能揶揄兩句，但大多還是順著媽媽的意思，離開讓她害怕的地方。我讀研究所後，人回到中部，也常常有機會回家，迷上一部卡通<花田一路>，因為是台語發音，甚覺有趣，於是拿回家給爸爸媽媽一同觀賞，內容講到一個小孩因為出車禍後，可以看到「魔神仔」後，幫助他們完成心願的有趣故事。沒料到爸爸媽媽也挺愛看的（通常媽媽是不太會觀賞我們喜歡的影片的）。...過一陣子之後，爸爸私底下偷偷跟我說，由於那部卡通裡對於人與鬼的逗趣和溫馨演出，媽媽看了之後，對於鬼神似乎比較不會有那麼大的忌諱了。出門在外，如果遇到同樣的狀況，現在的她可以面露微笑的用「魔神仔」代替「那個」，雖然還是會帶領大家離開她認為「陰陰（這是我自己形容的）」地方，但似乎情境上變得比較有趣而輕鬆。

（二）家庭與動物的死亡

1. 小麻雀的死亡

不知出於何種原因，在我的家中，消逝的生命周遭瀰漫著一股奇特的氛圍，這層薄霧足以讓你看不清死亡的模樣。先說動物生命死亡的經驗是常有的，這是一個比較沒有眼淚模糊觀察事實的機會，這種機會在我小時候是多的，但是這種經驗偶而還是會不經意的觸動我的心頭。我們的房子位置座落在彰化的小鄉下，周圍有著一大片種著各種作物的田地，在一片綠油油中夾雜著幾處土地填平後蓋了的中小型的工廠，我的家就是其中之一，鄉間的小加工廠。因此，我們小孩遊樂的場所常充滿著許多的小動物，蝴蝶、蜜蜂、老鼠、鳥、瓢蟲、毛毛蟲、螳螂等都是常見的物種，對於小動物的生生死死也就不足為奇，並不會有何種的感慨。但說也奇怪，在某次的小動物死亡經驗卻也使我至今仍記在心頭。那是一隻剛死不久的小麻雀，起先發現這隻小麻雀的是我們一群年紀相仿的玩伴，那時的牠已經是個冷冰冰的小屍體，躺在容易被忽視的黃土地上；或許也因為如此，才會被我們這群小鬼頭發現～誰知道呢？大人永遠看不到需要看到的東西。由於牠是死的，我們也不敢太去碰牠，只能用隨手檢來的小樹枝戳戳它，看它是否還會動起來，...「一動也不動，真的死了！怎麼辦？」... 我們一致通過，「它需要埋葬」，接著我們選了一個不會容易被其他動物找到的地方、仔細的挖了一個適合它的小小土洞、利用樹枝合力將它移到洞穴裡頭、覆上細細的黃土沙、並且還插上一支象徵「香」的枝條，學大人們拜了幾下。呵呵！就這樣，我們完成了小小的儀式後，一群小鬼才開始感到安心。過了一大陣子，我們又再度想起了躺在黃土裡的牠，決定要看看它現在「怎麼了！」，小心翼翼撥開墳樣的土堆，出現在眼前的是一副完整的、白亮亮的骨骸，一個深烙在我心頭的影像。至今的我還尚未明白那一副白骨對我的意義，在多年後的日記裡都還有描述到，那副麻雀骨骸對我的奇妙影響：

至今，那白骸依舊停留到我的腦中，也不是傷心、也並非新奇、也沒有喜悅，一個靜靜的、對我影響深刻的影像。

想的究竟是白骨、還是那陪我一起的玩伴... 還是... 希望我能早一些明瞭。

（2008年7月15日，部落格）

2. 對殺生的某種害怕

自家的庭院也養了些小動物，曾有過雞、鵝、和狗狗。禽類純粹是拿來滿足口腹之慾而已，但是媽媽宰殺的行動卻多少影響了我，記得在我年紀尚小的時候，媽媽為了省幾個錢，需要雞肉時總是自己處理，前庭裡放一盆冒煙的水以及一把磨利的菜刀，在加上央請爸爸從後院抓來的雞就可以了，我總是不喜歡看媽媽把刀抹在咯咯叫的雞的脖子上，會覺得不忍心甚至感覺很殘忍，等到張開眼睛時，已經進行到燙水脫毛的動作了，但雞肉總是好吃的。隨著時間的過去，不知怎麼的，雖然後院還有雞，但是媽媽漸漸沒有親自宰殺，而是改由傳統市場直接進口，我曾經問媽媽關於這樣的轉變，她說雞殺多了會覺得害怕。現在雞還是繼續養著，本想送給朋友，也就作罷了，現在我總笑稱後院的雞是在貽養天年呢！相似的狀況也出現在處理所謂「害蟲」的毛毛蟲身上。我不喜歡親手造成昆蟲和動物的死亡，但是媽媽和爸爸有時候為了自家作物—盆栽花樹的健康，常常都會出手「處死」那些一直啃著樹葉的肥毛毛蟲。老實說，對於花樹我的在乎少了些，倒是喜歡那蠕動著身體的小毛蟲，想著會有那麼一天化為蝴蝶，心裡就樂。因此每當我回到家看到他們欲除去這些小動物時，我都會挺身阻止。逐漸的，他們也開始學會任牠們摧殘那所剩無幾的小樹，並期待破蛹而出的激動。我很喜歡這樣的感覺，大家一起看著生命成長的感覺。

3. 家庭的親密寵物—小乖的死亡

自家養的動物中，最令我們動情的是曾經擁有的一隻小黃狗—小乖，牠的死亡帶給我的是一種未完成的遺憾感。起初牠的到來，大人比較當是看門的守衛，對小孩而言可是親密的夥伴，由於牠的機靈和聽話，我們全家人都很喜愛，只要一放學回家，第一句話一定是呼喊牠的名字，你會看到牠從某個遠方轉著尾巴奔向你。牠的壽命在同類中算長的，從我走路上學階段直到高中住宿時牠都在。事情發生在高中住宿時期，我假日回家「省親」的時候，一回到家、放下笨重的行李，便歡歡喜喜的呼喊著牠的名字，期待牠奔跑而來的身影；但那一次卻等了很久不見蹤影，只見媽媽面無表情的從廚房走了出來，手裡拿著正要澆花的水，淡淡的說了一句「牠不在了...」，除了生氣的問「為什麼沒有告訴我？」之外，我不知道可以再說些什麼話。而自此之後，爸媽也沒有再對牠的死亡方式或情景多加些什

麼註解了。後來，我們也嘗試養了幾隻小狗，但不知是因為大家已漸漸離家各忙自己的學業，亦或小乖在心中已無有取代的地位，對於後來養的幾隻狗狗就沒有再放入那麼多的情感了。十多年後的我，以為我對這段感情已經釋懷，因為畢竟只是小時候的寵物，我信心滿滿的認為我可以平靜的看待牠的死亡，沒想到這個自信在某次夢中破滅；原來我還是很在意、很想念牠，很想能對於牠即將離開之前做些什麼。這是長大後的我，離牠死亡時間以經一大陣子的我，所做的一場關於再次遇到牠的夢，在夢中的我擔心、害怕失去、不知如何是好：

小乖

你知道的～你知道牠的～

牠出現在我夢中

已經很老了，我可以看到他黃色的毛髮已經一部分泛白，尤其是嘴巴周圍...

我知道牠幾乎快要過世了，我輕拍大腿呼喚她，她會慢慢的走過來...

她吃的已經不多，我才拿一點點東西，她就吃不太下去，我一直看著她，不知道要如何對她好，我怕一轉眼我就失去了她...

我不知道該如何是好，很想讓時間停止，就停止吧，好嗎？

但他就是不停，他一直在走在走...走的我越來越慌張...

醒來，發現沒有人在身邊，不知道世界還在不在，還是因為不知道自己已經走到哪兒了...

我放聲呼喊、哭泣，希望有人聽見，希望有人過來哄哄我說一切都還在，叫我不用擔心...

(2007年4月9日，部落格)

（三）家庭與「人」的死亡

1. 說「死」的禁忌

爸媽對於表達自己心愛寵物的死亡就已經如此的輕，可想而知，在我們家死亡總是隱諱的，當直接面對到人類的死亡更是如此，不曉得為什麼，似乎講出「死」這個字，就像會讓拿著鐮刀的死神因為你的叫喚而轉過身來。例如在我年歲尚還天真的時候，那一段時日新聞不斷播報知名歌手鄧麗君死亡的消息；某一日進廚房，看到媽媽正忙進忙出的洗米炒菜，忽而想捉弄她一下，於是偷偷在他背後喊了一句「鄧麗君來了喔！」，本來覺得很有趣，一定可以小小的嚇媽媽一跳，沒想到媽媽竟臉帶惶恐並且嚴肅的轉過身來告誡我：「小孩子不要亂講話...」，好像是在責備我不可以亂喊已死的人的名諱，我只得乖乖的閉上嘴，心裡納悶著媽媽真正的意思為何。爸媽也不喜歡帶我們去醫院，那個永遠和病痛與死亡掛勾的地方，有時候也只說了一句「我們出去一下，待會就回來，你們好好顧家，不可以吵架...」就出門去了，通常都是在隱隱約約的不斷試探中才會知道他們是去醫院探望某人。對於參加親戚朋友的喪禮更是如此，他們一向都秉持著「沈默是金」的精神，所以只要看到他們一臉「小孩子不要多問」的表情，再加上急急塞入皮包的白色的奠儀，就大概知道他們要去哪裡了！但是這些行為大概跟一般人家差不多，還不足以顯現出他們對於死亡的極欲掩蓋，最誇張的事是我得知大舅舅死亡的過程。大舅舅比媽媽大十多歲，我只知道十幾年前就移居加拿大，媽媽平常也很少提他，我一直都以為他就住在加拿大不想回來了，誰知最近不經意中問了媽媽有關大舅舅的事，支支吾吾中才發現原來大舅舅早就過世了，可是她從未跟我們提起這件事，甚至連對外婆都不知道，因為「老人家承受不住白髮人送黑髮人」。

2. 家人對自身病痛和負面情緒的隱瞞習慣

我們家的人對於自身的挫折和病痛也都比較會隱瞞起來。爸媽如果身體有不舒服的地方，大部分都不會說，也很少會說自己累，你只能從他們的臉色和回話的語氣去猜測他們的狀況，在子女上也是不惶多讓的。我們家人彼此在互相問話的關心中，更是很少提及自己生病的消息，在電話中更是常常強說自己過得很好，什麼阻礙、不順利、身體最近比較不適等都不是我們會討論的話題。我的這種對於挫折會極盡隱瞞的行為在小時候就很嚴重了；在我小的時候有一陣子因為爸爸

的工作很忙，小孩必須幫忙做一些比較簡單的加工步驟，那也沒什麼，只是比較累人而已。但是那天不曉得我的哪根筋出了毛病，心想「如果我把手放在那機器上不曉得會如何？」，想完之後總得做實驗吧！當我的手再度拿出來時手指已經開始流血，有點害怕卻不怎麼痛，看到爸爸媽媽都還在那邊忙著許多事，不想告訴他們我受傷了，怕影響到他們的工作進度，也怕讓他們擔心，於是我編了個藉口就進屋休息去了，我一手抓著衛生紙試圖不讓血滴到其他地方，就這樣右手握著那受傷的左手不知不覺的就睡著了，爸媽事後說他們是工作到一半忽然發現我已經離開很久，遂進屋察看，才驚覺我滿手鮮血的躺在床上，嚇了他們一大跳呢！之後被帶到診所拔了指甲，手指腫腫的包了好多天的藥才好，確定無礙後，爸媽也才可以輕鬆諧趣的談論我的「天才」。對於我們家這種特性我也是最近才察覺的，我本來以為大家都會是這樣吧，但是當我真正跟小梁家接觸後才發現之間的天差地別，他們家的人都常會一起討論彼此的小問題（根據我的判斷是我們家不會談論的小問題），例如最近手有點酸、不小心被刀子劃到、流了幾滴血...等，自此之後我才對「自己人」有較多的認識。

3. 祖母死亡時的種種場景

這樣子的家庭性子在面臨到至親的死亡到來時，總讓我感到突如其來和不知所措，在祖母和曾祖母的死亡和喪禮過程中就是這樣。祖母的死亡對我而言有一股莫名的「震驚」感覺。祖父和祖母就住在附近，國小走路上學時都會經過的一座三合院，爸媽時常會帶我們去探視他們；小時候她會在客廳坐著做家庭手工，那是鐵製的夾子，黑色的，通常拿來文件用，小時候不懂的，但覺得夾子很像鯊魚的嘴巴；而祖母她也在我還沒完全長大時就過世了，這是我第一次遭遇親人的死亡。事情的發生是在我剛要升上國中的那個暑假，剛開始，爸媽開始需要在晚上出門，說奶奶生病需要去醫院，但從沒有帶我們去過，說什麼是小孩子抵抗力差最好不要到醫院；也不曉得過了多久，奶奶回到老家中，爸媽帶我們回去看她。那是房間裡頭的平板床上，昏暗的燈光下，奶奶靜靜的平躺在床上，不像平常都是坐著或站著在忙碌著許多事，旁邊的大人們說了一些話，但是我並沒有仔細聽，也不曉得怎麼著，我就往奶奶的腳邊坐下來，並不覺得奶奶有生病，忽然「你不要坐那裡，阿嬤的腳會痛」，接著是阿嬤臉上現出很不舒服的表情；再沒多久，

爸媽又得常常晚上出門，...某天傍晚，媽媽突然吩咐我們說，「你們快去換一件素色的衣服，我們要到阿嬤那邊」，我心裡開始很開心，認為阿嬤終於出院了，但我卻忽略了媽媽臉上並沒有笑容...到了阿嬤家，等沒多久就聽到救護車那刺耳的聲音，如所預期的在三合院廣場靠邊也就停了下來，急促下車的是護理人員和擔架，擔架上是一臉部負著手壓呼吸器的阿嬤，心中的不安稍稍安了一下「呼～阿嬤還在、還活著」，我們聽著大人的指示跟著喊「阿嬤，你回來了喔！」，可不曉得怎麼著，當擔架下車後，竟往拜祖先神明的大廳移動，而不是回到阿嬤的房間，開始感覺有點不對勁的我心裡安慰自己說「可能是阿嬤的房間門太小了吧，擔架進不進去」...可是接下來大人們的一連串行動，包括幫阿嬤擦澡、搭上的架子、撐起的布廉、靈堂的布置...心裡才開始反應過來「阿嬤走了...」。直到我長大後的日記裡，都還對著當時擔架直接進入大廳裡的過程耿耿於懷：

我心中還納悶著，猜說可能奶奶的房間太小間，不好進去所以暫時用大廳，我以為奶奶病好了可以回家了...都沒有人跟我說她病情重到會死亡，我只知道他們替奶奶梳洗後，接著便辦喪事，一切都好快好快，我都還來不及接受，我都還來不及跟奶奶說說話，我都還來不及...那時候好像是國小國中的時候..，我到現在才知道，那是留一口氣回家的方式，或許奶奶在下車前已經過世了...

(2007年4月9日，部落格)

接下來緊跟著的是一連串似乎已經排練好的傳統喪葬儀式，由於我是女生所以我可以在她們幫阿嬤換衣服時進出廳堂，這是我第一次接觸到人類的屍體，那是平躺在地上熟悉又陌生的阿嬤，我不確定她會不會再度呼吸，只隔一薄草蓆的地板會不會使阿嬤太冷？我不敢靠近，只是站著幫忙她們拿東西，大人們好像很知道該做些什麼，但我呆若木然。整個過程中我並沒有很傷心，也沒有掉眼淚，很想有一點眼淚可以說一說我的懷念，但是卻做不到；會懷疑，我是不是不愛阿嬤，這會讓我很愧疚，尤其還沒對壓到她那疼痛的腳道歉，也或許只是在她身上我並沒有很大的感情牽引吧。但是爸爸面對這件事情的舉動，總是令我回想；叔叔們常常邊守靈、折蓮花，一邊講述他們對阿嬤懷念的種種回憶，但是爸爸沒有...爸爸

在祖母這場喪禮中除了安排事宜外沒有說什麼話；在守靈的某一天，我記得那時候我正在守喪，手裡折著蓮花...我看到爸爸往大廳走了過來，我以為他只是要去巡視一下放置遺體的靈堂，但他走到大廳門口時突然跪了下來，整個人趴在棺木，手敲打著水泥地大哭，嘴裡好像喊著「你為什麼要這麼早走...」...在一旁的叔叔們趕緊跑過去扶他，好像在告訴他不要這樣失態。雖然那時爸爸的反應深印在我腦海中，但至今我根本不敢跟爸爸提起，有點想跟他討論，但害怕挑起我不會應付的爸爸的淚水，但又或許是害怕挑起自己的淚水吧，因為想到奶奶的死亡我總會聯想到當爸爸死亡突然來臨時我該怎麼對付我的傷心。現在已經搞不太清楚，害怕死亡的無法預警是因為惆悵奶奶的過世，還是因為害怕它的再一次到來，把我所愛的人帶走，這樣的感受在日記中總是可以看得到：

常常一次次的，是要說毫無預備嗎？我不曉得，我現在很害怕，害怕平順的生活背後，突然死神從帷簾冒出頭來，告訴我他現在要帶走我最愛的人，他輕鬆的說道：「嘿！我現在要將他帶走喔...」...難道他就不會先打通電話通知或事先敲敲門嗎？為什麼他要這麼沒有禮貌？我要怎麼說呢，要說他就是有這個資格嗎？

再隔一天就清明節了....

掃墓時，爸爸問阿公說什麼時候要撿骨，我看看墓碑，才發現原來時間已經過了很久很久，我以為奶奶才離開一下下，心情根本還未平復，原來我已經過了許多平順的日子，望著奶奶的照片，發現爸爸有一部份遺傳到奶奶的面容，看著看著....我知道它還會再來，但我到目前都還不知道如何是好...希望可以知道，希望可以不用傷心...不要傷心好嗎，乖喔～

(2007年4月9日，部落格)

4. 曾祖母的死亡以及對她的懷念

曾祖母可以說是爸爸更親近的一個長輩，因為爸爸是讓曾祖母給養大的。曾祖母以前很窮，命運也很坎坷，丈夫早逝，改嫁了兩次，都還是比她早走，我爸爸算是他的大長孫，一生出來就被她抱了過來，堅持要養這個寶貝孫（這是我最近聽叔叔說的），那時第三任曾祖父也是疼爸爸的... 在我的記憶中曾祖母的眼睛就已經看不見了，我到現在都不曉得是什麼時候開始的，爸爸說那是在他當兵回來之後的事了，起初只是視線模糊，結果因醫療並不發達，所以也不知道如何去處理，久了也就看不見了；但她自己一個人生活倒是沒有多大的問題，住在隔壁的女兒會煮飯來給她吃，其餘行、住、坐、臥、洗衣、如廁等大都可以自己來，活動上也算健朗。她生活的地方很簡單就兩個小小的房間，一間是供著曾祖父遺像的小客廳、一間就是她生活的起居房。房間不太需要燈光，也就暗暗的，小時候爸爸常常帶我們去看她，她總是會很高興的一一說出我們的名字，並且從床頭拿出餅乾零嘴等給我們吃，我們如果看到她房裡好玩的小玩意兒，只要開口要她都會很高興的送給我們。而她在祖母過世一、二年後也去世了，沒有很特殊的原因，年紀已經很大了。這次我連遺體都沒有看到，爸媽跟我們講的時間更晚了，我甚至不知道她是為何原因過世的。一開始就已經是靈堂上的綢布隨著風飄擺，以及一副亮木黃色的大棺木，架高高的，擺好好的，就在她以前起居屋的外邊，那是以前爸爸常帶我們來探望她的地方。這次靈堂的設置並沒有阿嬤的那個來的那麼大，因為她的兒女們並沒有過得很好，就小小的一個，也沒有廳堂放棺木，就用一大塊有著圖案的黃布包圍起來。在場的有許多我不熟識的人，因為有些是屬比較遠的親戚，是她另兩個丈夫的子孫，不同姓氏的，平常也很少見。葬儀社派了一個人專門負責處理家屬們的喪服，依照輩份、身份的不同而有所區分，玄孫的衣服特別不一樣，是漂亮的深藍色底配上紅色的邊帶用來表示喜氣；記得阿嬤的喪禮上也讓剛出生的小表弟（只是孫字輩的而已）披上一種形式的喪服，似乎表示能夠活到曾孫輩以上的出生是一件很好的事情。曾祖母的喪禮程序不再那麼冗長，大人們說這次連「做七」等儀式也要在一天內進行完，因為有許多人路途遙遠沒辦法再有同樣的時間一起回來。就這樣，只覺得整個葬禮進行得很快，她下葬的地方跟阿嬤是在同一個墓區，我們家的祖先也大多「居住」在這裡。每次，爸爸和媽媽在這種場合幾乎都默默不言，我看不到他們的心情，連哥哥弟弟

的也一樣，我們幾乎很少對話。我有感到一些傷心，對我來說曾祖母比阿嬤還要親很多，她在我家時是睡在我原本的房間的，我還記得我牽著她的雙手走去廁所，她那沒有牙齒卻滿臉笑容的模樣，現在想想好容易就可以逗她逗笑呢！她對生活似乎沒有要求很多，只聽她說過身體的不適，但從沒聽她抱怨生活物質的缺乏；她會唸有趣的俚語，以及講故事給我們聽，曾祖母有一張古床，沒有很多雕花，但是媽媽喜歡她的古香，所以很早就搬到家裡來了，我也很喜歡，有一段很長的時間它是我的床，每次想到曾祖母也曾經睡過這張床，還曾經發生過她被困在床上的趣事時，我都會睡的特別溫暖。但是，不同於阿嬤的過世，爸爸在曾祖母死後倒都還會很開心的跟我們談起他小時候在曾祖母「麾下」的趣事，以及他對她的懷念。

第二節 在家的日子—幼稚園到國中的學習

一、幼稚園與鬼怪

幼稚園的我，雖是過著矇矇懂懂只等著點心時間的上學日子，但在那時候就已經開始對鬼怪懷有恐懼感了。我是跟哥哥是同一年進入幼稚園的，他一進去就讀大班、而我在小班，整個學校也就這兩個班，那是所公立的托兒所，依附在一座拜很多神的寺廟的一側，對那座廟宇是熟悉的，因為每逢過年什麼的就會被爸爸媽媽帶過來這裡拜拜，到現在也還不清楚裡面供的是什麼神，大概有關聖帝君之類的吧。不過對小時候的我來說，那前頭的小廣場才是我最愛玩耍的地方，你不知道你下一刻會發現什麼樣的新東西。當然，幼稚園時期有一件令我十分苦惱的事情，真的是很苦惱喔！那就是「恐怖的廁所」，那是個有著一間間大大的門、門板暗暗的有著許多斑駁、木片剝落的痕跡，遠遠的就可以聽見生鏽的門關節轉動的嘎嘎聲，廁所是大大的一個坐式馬桶，整個廁所給我的印象是黑濛濛的...也不知道哪一天、哪一個時候、哪一個人開始講的，說裡頭有個穿著長長斗篷的女巫，繪聲繪影之下從此我再也不敢踏進去一步，所以小小的我雖然沒有多大的力氣，但是對於要到那裡上廁所，我可是抵死不從的...最後媽媽只得買個紅色小便桶給我用嘍！

二、國小的是與非

（一）猜拳輸掉的第一名

到了小學階段，算是我非常快樂的時期，媽媽忙碌的做著家事，爸爸每天準時的辛勤工作，有哥哥、弟弟、和一堆鄰居小孩陪著玩。功課可以很輕鬆的應付，放學後的黃昏是我們遊戲的最佳時間，附近農田農夫的三輪車是我們常常偷玩的大玩具，蓋房子用的沙土是我們玩伴家家酒最好的地方，當然還有老媽不用的破爛鍋子。功課雖然不是什麼大問題，媽媽也不會因為我們考得好就多誇獎兩句，他們都說「讀書讀得好以後也是你自己的，我們幹嘛要給你獎品」，但還是會喜歡自己的成績很好，久而久之就認為它很重要了。但在那時發生的一件事卻塑造了我未來的某種價值觀-成績很重要、但也可以不重要；在小學一、二年級的時候，有月考，共考四科，那一次，我拿了滿分，有另一個同學也拿了滿分，很高興，因為滿分可以上台領校長頒發的獎狀；但在領獎前，老師把我們兩個人叫到前面，跟我們講說，只能有一個人領獎，叫我們猜拳，贏的人是第一名，才可以上台領獎...結果，我輸了。現在的我覺得輸得挺好，它讓我知道，原來這個世界有如遊戲一般；它讓我知道，原來在意的所謂成績的重量竟是如此的輕；它讓我知道原來這一切的一切，可以一再用新的方式看待。

（二）同學死掉了！

這個年紀是充滿著許多光明的未來的，雖會到處玩弄小動物、小昆蟲，有時還可能不小心「過失致死」，但也都沒寄予多大的感觸，而在學校的老師們也幾乎不會談到「死亡」這回事，除了在高年級時遇到了一個偶而會講跟死亡相關的鬼故事的老師之外，似乎沒有人在乎這回事。但在小學四年級時發生的同儕死亡事件，卻打斷了我「未來無限好」的想像；一切都從聽說開始「聽說我們學校有一個同學死掉了」、「聽說他跑到水池邊玩掉下去淹死的」、「聽說跟他一起玩得另一個小孩回家不敢說，所以過很久才發現」、「聽說跟我們同年級耶」，剛聽說時是一種不可思議的感覺，怎麼會這樣，不可能吧！一定是他們在開玩笑，但漸漸的隨著說的人多了，也就相信了；雖然那個人我也不認識，但似乎第一次感覺到生命會突然的中斷，不會理所當然的長大。沒多久老師把全班集合起來，帶我們到那位小朋友的家，就在學校附近，我們並沒有進去看，老師讓我們在搭靈堂的廣場

整好隊、一鞠躬後就帶隊回學校了，老師前前後後也都沒說些什麼話，就這樣事情就算過去了。其實原本只是兩個普通的小孩相偕出去玩，就跟我們平時一樣，地點就在我每天上下學都會經過的釣魚池旁，廢棄不用的水坑對小孩而言是個適合探險的地方，不會有大人來干擾。但是一旦失去了生命，也就無法再挽回什麼，也就沒有「以後」了；這讓我想到爸爸跟我說過他小時候有許多次死裡逃生的經驗，那時農田的灌溉溝渠之間有許多很大的涵洞，急湍的水流總吸引著愛玩的小孩，是一項冒險刺激的免費遊樂器材，爸爸說他曾經陷在漩渦裡差點死掉，還好有貴人伸手抓住了他才撿回一條命，爸爸曾經看到幾個小孩的屍體從那兒拖出來，如果那是我爸爸，那現在的我就不是我了！

三、國中一在同儕身上汲取的經驗

（一）我與我的未來

國中的時候不再那樣愛玩田野遊戲，開始對於自己的未來有些規劃，很簡單，那就是聽老師的話，成績越高越好，最好能讀很好的高中，然後考進令人嚮往的大學，後續要怎樣也沒去想。尤其到了國三的時候，這類的說法甚囂塵上，老師說：「我們要考上最好的高中，若連高中都考不上就要考上最好的五專，連五專都考不好的人只能去讀高職」、數學老師說：「你們要努力讀書，只要一腳踏入XX、XX學校，另一腳就可以說已經踏進了大學。」。我也很乖，既然擁有很多經驗的大人們都如此說了，當然是把所有的心思都放在如何把書讀好上面，我的目標就是考上好學校。但在某一天的下課，我與一位平時比較不常聊天的女同學靠在走廊的欄杆邊閒聊，她成績平平，我猜他大概也跟我一樣過著「衝刺」的學校生活吧！但是他跟我說的是：「我以後很想要做XX喔，你呢，你想要做什麼呢？」，在那一瞬間，我愣住了，沒錯，這是個極其重要得問題，但為什麼我一直沒有去思考這個問題呢？記得小時候曾經在作文簿寫下我以後想當老師、科學家、畫家等各式各樣的志願，但那些好像不能代表些什麼；在國中剛入學的時候學校對我們學生作了一個性向測驗。因為媽媽也喜歡花花草草的關係，所以我也認為自己喜歡拾花拈草。雖然測驗也有正、負向的問題，但當時心裡早已知道這些題目會導致哪些結果（也就是說只要我想怎樣的結果，大概就可知道要怎樣填寫），我認真、真心、細心、沒有作假的填寫了這份測驗單。過了許久，結果終於出來，令我些

許驚訝，因為我從未將未來放在那上面一園藝類。我不知道，反正對於這個測驗就笑笑兩聲，然後丟在牆角，不想在意，因為我認為它只是測出我想要測出的樣子，並不是我真正適合的樣子。於是同學的問話，讓對未來並無特定目標，又不想將自己放在園藝上的我啞口無言，心裡一直轉思著，我要我自己的未來是什麼樣子？不是老師或那些大人麼說的，那些充其量只是個手段，重點是透過這些手段我要去什麼地方？遵循老師的說法和思考方式已經開始無法滿足我的需求，但是這個衝擊在如火如荼的考試準備中被掩蓋了下來，但在我心中已經產生了一些影響，它使我開始思考到我自己以及我與這個世界。

（二）未說的道歉—好朋友的發病

在國中階段的我還有一個令我耿耿於懷的事件。那是對於一個好朋友尚未說出道歉，他跟我弟弟一樣也有癲癇的病症，而我之所以會知道是來自一個慘痛的事件，雖然發生過後並沒有造成很大的傷害，但是現在每每想起總會有很大的愧疚感。事情是這樣發生的，在我國中的時候，有一次專任老師的課，老師因為臨時有事，交代數學小老師的我幫忙管理班上秩序，但是其實那時候的我高興的不得了，因為平白多出了一堂空堂，我們一夥人特地商量不要把這件事情告訴導師，免得她又要安排一大堆考試，這一節課我們班玩得很瘋，吵鬧的聲音傳到訓導處，結果全班被叫到訓導處前面罰站，這還不打緊，站了一陣子，排在我前面的男同學不知為何，突然整個人往後倒，我做了一件讓我很後悔的事—我竟然本能的避開了他，腳往後踏的一瞬間已經後悔了，結果他一頭撞在水泥地上，主任趕緊找來老師和導師，我受到數學老師責備的眼神，之後當然受了導師一節課的訓話，但是我最擔心的還是我那個同學，都是我害的，如果我把秩序管好，如果我去告訴導師我們這一節課空堂，如果我不要一起玩，如果我不要往後退，就不會發生這樣的事情了。

第三節 出家門的闖蕩一兩個人共處的高中生活

高中對我而言是一個很特別的轉換期，用青春期這三個字根本無法好好形容。它的特殊在於讓我發現了許多不為人知，更精確的說應該是不為我知的事情吧。這時候出現了兩個我，嘻笑的日子和想念的生活共同譜成這個時期的曲調。第一個我是早就知道了的，活潑、快樂、充滿笑容，可以與同學相處融洽。第二個我是從高中開始顯現出來的，是一個承載著許多情緒的我，情緒諸如想念、悲傷、回憶、對家人的感受等，有如在夜裡匍匐前進準備襲擊你的游擊隊，隨時都可能出現。

一、第一個我—對未來的期待以及生命的學習

（一）努力迎向美好的未來

高中時讀的是女校，很快的交了另一群要好的朋友，這時的我依然可以跟班上的同學相處得很好，喜歡在考試的壓力下與同學嘻嘻鬧鬧，喜歡在宿舍的床上與室友無所不聊的聊到睡著，對於生命雖然還有許多不解，但是卻充滿希望，也或許是因為對未來的不清楚吧！偶而會跟室友們聊起未來，年輕的我嚷嚷著不需要活太久，只要生活精彩就足夠，因此喜歡看偵探小說的我，在某一次的日記寫下了兩段話，明確的說出對生命的無限期待，以及對精彩美麗的生命過程的期待：

其實說不想活太久不是因為世界太沒趣，而是只想走過奮鬥、辛苦、忙碌的那一段，而不想呆坐著、無所事事的面對死亡的來臨。
Wast time所以不要誤會，假若有一天，突如的死亡，請相信，不是自殺，因為我有堅強的生存力，要是有的話，一定是謀殺，相信我。

（1998年11月11日，日記）

美好的事物，都是短暫易逝的，不是嗎？

能有那麼一天，看盡世界的心動？

生命 何須長久

（1998年11月11日）

（二）學習對生命的尊重

這個我在高中的生活很單純，所面臨的問題很簡單，除了選組時需要做選擇外，其他的事只要「勇往直前」即可。成績高，就不怕您沒得選，至於要選什麼，那是很久之後的事了。升高二時的選組對我而言是一件很重大的事情，因為必須把自己未來的方向變得更明確一些，而我並沒有跟家裡的人透露任何有關要選組別的風聲，這是我自個兒的事情，不是嗎？這次的選組或許是因為身處女校的關係吧，大部分同學都是選社會組的，但我可能一開始只是不想和大多數人一樣選社會組，或許也只是我們家的性子是偏理工科的。自己也不是很曉得，我剛開始是選社會組的，但在填組別的前一天卻臨時改了主意，覺得我得要選自然組才可以，或許是小時候的生活環境讓我對生命的議題有著興趣吧！關於生命的問題也真的觸動了我，印象最深刻的學習課程大概就是生物課的實驗了，說實在的，倒不是吸收了多少的知識，而是之中生命死亡的體驗以及老師那令我感動的態度。對於親手造成的死亡我還是會避免的。生物實習課的解剖一章總是令自然組的人感到興奮，而老師卻在青蛙解剖的這堂實習課以一往反常的嚴肅臉孔出現在大家的面前，令原本吵雜的討論聲嘎然而止；老師一進門立即表明他的立場：「沒辦法，這是規定一定要上的課，你們在過程中不要給我吵鬧，好好聽我的解釋」，他表示不讓我們施行課本介紹的麻醉法：「你們技術不成熟，反而會使牠們受苦，所以我們改用其他方法來麻醉」。的確，用麻醉劑讓青蛙吸昏總比用細針「攪盡牠們的腦汁」卻無法麻醉還要來的好些。雖然之後的現場仍舊慘不忍睹，被我們昏死的青蛙，因麻醉效果過後醒來，本能的跳開對他虎視眈眈的人群，牠並沒有察覺到牠的肚子已經被剖開，一心只想逃跑，但那內臟就是跟不太上牠的腳步...整個教室充斥著驚呼聲還有嘻笑聲，實驗就在這樣吵吵鬧鬧鐘結束，之後我看著老師很慎重的將那些青蛙的屍體做了某種處理，那些動作表現出他對於這小生命所付出的尊敬態度，著實讓我感動許久，或許這就是我選第三類組的原因吧！同學的某次實驗更加深了我對於需要尊重各種生命的看法，參與實驗的同學為了瞭解青蛙的再生能力，於是依不同程度將青蛙的腳剪斷，並觀察其是否具有再生能力，當他們嘻笑的描述他們如何處理這些生命時，我在心中有著不苟同的態度，這時的我只默默的離開不參與討論，其實心中也有些許的掙扎的，對於這件事情的對錯我摸不著頭緒，或許真的只是在責怪她們那對生命的隨便態度吧！但我在面對

生命體時卻有一個極大的「缺點」，那就是害怕，對於死亡的害怕，不知是否因為小時候因果報應的故事聽多了，還是本能的對於腐朽的死亡感到恐懼，總之就是會害怕，害怕自己造成更多的死亡，例如其中一堂課需要把活的蚯蚓丟入酒精裡「淹死」後進行解剖，那死亡的氣味和蚯蚓的掙扎是我一直避免回想的畫面，在那當下我只能掩面、搗鼻，還好有許多勇敢的同學極欲進行這項手續，我也就讓了他們，但是動手剖開的動作還是很想嘗試的。也害怕看到死亡的血腥，有一段時間，同學們曾把實驗用的小白鼠養在教室後的小籠子中，白白小的很可愛，只要根莖類食物就可以滿足了，但不知從何時開始，老鼠詭異的一隻隻陸續的消失，我們猜想他們可能聰明到會「逃兵」，想說也沒關係，牠們出去也是會把自己過得很好，某天當我又興致沖沖的跑去觀察那可愛的小白鼠時，看到一個本來不在籠子中的奇怪東西，湊臉一看，竟是老鼠的半邊新鮮屍體，著實嚇得往後跳了一大步，這就叫做同類相殘嗎？不敢在腦中想像那嗜血的畫面，雖然在那時達爾文的進化論正風行，適者生存或同類相殘的畫面是可以接受的，但也僅止於課本或電視畫面罷了，在現實生活中我還是會去避免直視的。

二、努力後的情緒落差—人生目標的疑問

這個亮麗的、對生命充滿熱忱的我在大考試的時候面臨極大的挑戰。在考試的過程中我的反應算是特別的吧！在國中的學習階段就稍微有這樣的情況，高中時由於離開家沒啥依靠，這種情緒的起伏更是明顯，有一堆考試的我，最重視的當然是段考以及模擬考這種大考，雖然腦筋並非多聰明，但是對於考試也都是拼了命在準備的，尤其在臨考前的熬夜，其動力來源就是考試後的放鬆和快樂。想像著考試後要怎麼玩、要作許多自己喜歡的事、要好好的睡幾個大頭覺、可以把惱人的課本丟在一旁、可以自個兒去騎個腳踏車...多好啊，所以考試當天是不會緊張的，反正我能做的最好的就差不多這樣，反倒是期待考試完的愉悅多了許多。但是考試後的狀況往往與自身的想像天差地別—我沒有想像中快樂，甚至與考試前的心情還差了一大截，這是什麼狀態？所有喜歡的事物、為未來立下的目標、所有我所可以散發的光芒都猶如流星般急速殞落。心中繞著許多問題，思索著這一切的一切（讀書、準備考試）是為了什麼，為什麼我花了那麼大的力氣之後卻沒有我要的輕鬆快樂，我好像失去了某種東西，以致於不再準備考試的心中突然空空

蕩蕩，玩也玩不出個什麼勁，為什麼會如此呢？隨著下一次考試得到來和結束，同樣的狀況反反覆覆，這就叫做重蹈覆轍嗎？但是不這麼做又好像會落入無法救拔的深淵，這麼做了卻又找不著有何意義。未來目標似乎已變成無底的空洞，這是我該追求的嗎？為了什麼？只是為了讓生命的繼續下去嗎？如果沒有了這些，我還剩下些什麼？

三、第二個我一陷入與過去分離的悲傷

第二個我就是在這種狀況下日趨壯大。他不僅僅是在考試後，在夜深人靜時、在日光照耀卻單獨一人時、在一時不小心的狀況下都會出現。與他人相處時總有另一個我來擔當，而這個我是沈默的，在一個人的時候才會出現。這個我充滿著許多的想念和哭泣，是對以前許多日子的想念，雖然過去的日子並非比別人特別的精彩或有趣，但每每想起卻不知怎的多了許多的眼淚。有一些是對以前朋友同伴的想念，包括學校生活的我。在學校與同學們嬉鬧的畫面與這個我呈現極大的反比，那時的快樂卻是此時的傷心，因此畢業典禮對這時的我，是帶著濃濃情緒的。同樣是畢業典禮，國小和國中的確有太大的不同，國小的畢業畢竟沒有那麼多感傷，因為認識的人也都住在這個村子裡，也或許一起玩最瘋的同伴並非是學校裡的同學，而是左鄰右舍的小孩和哥哥，隨便騎個腳踏車就可以找得到人，所以國小的畢業典禮是快快樂樂的迎向挑戰未來的里程碑。沒想到這種感覺在國中畢業時開始變了樣，雖然畢業那一天並沒有多大的感傷，因為接下來還有好幾天要到學校與同學們一同努力準備高中聯考，但等到真正考試完，跟考場上的熟悉臉孔道別後，一轉身才驚覺這已經是個離別了，遊戲的笑聲、傳紙條的小紙張、全班被老師罰站、討論誰喜歡誰的問題...都已經成為過去，無法再追回。大家隨著各自填寫的志願分飛各處，遙遠的距離足以慢慢打斷彼此的聯繫。一同玩耍的同伴也一樣，我擁有一群小時候一起辦家家酒、一起到處探險的鄰居朋友們，在那多年的玩耍遊戲讓我以為這樣的快樂會永永遠遠，卻因為他們搬了家，也因為大家升學之後沒有了下課的遊戲時間，於是漸漸的我們不再有聯絡，或許該說不知怎麼聯絡吧！物換星移，那充滿油菜花和小蝴蝶的田地、那抽水馬達旁供我們嬉戲的小溪流、隔壁農田農夫的改裝三輪車、用粉筆畫在水泥地上的跳格子...不自覺的全都相繼消失了，四周的農田漸漸的被填平、蓋了一間又一間的工廠和房子，

熟悉的人離開，新來的鄰居也住了進來，在這過程當中，自己也汲汲營營於新的課業和生活，只有在一個人時才深深感受到這重大的失去。這些想念還包括對於家人一同生活的日子，對家的極度思念是在高中的時候才發生的。高中時就讀的學校雖然加沒有很遠，但還是有令我感到麻煩的通車過程，加上沒有離過家的我對在外住宿生活的嚮往，於是從這時開始便成為不折不扣的住宿生。住宿的生活除了有一種獨立感的興奮外，還多了許多的憂傷，第一次從電話中聽到媽媽的聲音就哭了，沒離開多少天就發現自己會很想家，之前的那種離開家的有趣、新鮮感已經蕩然無存。這時候的我還是可以每個禮拜回一次家，火車站就在學校附近，常常是很期待週末回家的日子了，「再過兩天就可以回家了」、「離回家還有倒數十二小時」等等都是我期盼回家的話語，也因此同學都會笑我很戀家。雖然這時的我離家很近，也可以常常回家，但還是常常因為想念哭了許多回。回家的開心可以跟同學分享，但是哭泣的心情卻不會跟朋友說，就只自己一個人躲在暗暗的角落流淚。爸爸曾經偷偷小聲的說過一次「如果當初選擇離家近的高中就好了！」，但這就叫做回天乏術嗎？但或許是由於離開了家，才開始注意到家人對自己的重要性吧！也因此漸漸的對他們發的脾氣變少了、漸漸的開始有了想為他們做點什麼的心情，想念些什麼東西呢？或許是已不再供我們任意採集的門前花草、或許是爸媽辛苦工作的身影、或許是與哥哥弟弟吵架打鬧的日子、也或許是坐在熱騰騰飯菜桌邊的我們、也或許是擔心，對於他們是否可以過得好的擔心。對家的想念還包涵著感受到漸漸長大的孤單，這是感到「翅膀長硬了」後的孤寂。翅膀硬了，足夠讓人興奮，卻似乎不是什麼好事，你非得要獨立的自己來，沒有援手、沒有耍小孩子脾氣的理由，離開了那個窩，世界變得不再那麼安全，這些感覺就有如《荒野之狼》中所說長大後被母狼推出巢外的小狼，必須自己獨立存活的孤單，意味著與母親永遠不再有任何關係，再次相遇也只是陌生「狼」。在日記中可以明顯感受長大帶給我的感覺：

最近，也不知何時開始，有了睡不著的跡象，不知道是不是天氣熱，亦或成績不好，或者覺得黑夜太長，不可浪費呢？開始，找不到自己的歸屬，尋不著一個自己的床，夜裡的生活也就有如魂牽夢縈般的拌入生活當中，沒有個安全的住所，安全的足以使我入眠，或許這也是沒長高的

原因吧！煩躁、無趣，便無從著手寫日記。渾渾日子裡，每天的面容總是「強顏歡笑」，稍縱即逝，沒有人再關心，因為妳已有自己的空間、自己的長大、自己的獨言。但是究竟為什麼，說個緣由，卻是如此不易，從此喜歡一個人，只要求一輛腳踏車，不需人陪伴。

（1998年6月某日，日記）

於是面對無窮盡悲傷情緒的這個我找了一些解決方法。例如，讓自己單獨一個人，偶而自己一個人到操場漫步，探索還遺留在校園的防空洞，以及在升旗台後頭那一步寬的寂靜空間，尋找同樣待在過去日子裡的事物。另一種方法則是找一個傾訴的對象，但對充滿這些情緒的這個我而言並沒有任何的實質朋友，因為我怕他們無法應付我那「反應過度」的眼淚，於是找到了「風」和「雨」，旅居在外的我開始跟它們變成了無話不談的好朋友。喜歡風也不是一兩天的事，面對常常出其不意的情緒，風是隨時都會在的伙伴，應該說它無所不在，所以我很信任它，在我需要陪伴的時候都有它在，又不會回話反駁我的看法，也不會盡說些於事無補的安慰話語，它可以傾聽我所有的心事，所有快樂和不快樂的心事，所有害怕和不害怕的事。喜歡有雨這個朋友也不是一、兩天的事情了，同學們每每覺得這樣的喜歡很奇特，無法理解，倒是爸爸媽媽也沒有表現出這有什麼不妥的地方，所以我也就這樣嘍！這就叫做從善如流嗎？在晴天，我會笑得很開心，同學都說我笑點很低，莫名其妙就會覺得很好笑，我也覺得是如此，真的是覺得很有趣的，還狐疑的看著旁人不解的臉龐問著「你真的不知道嗎？」；在晴天，我會蹦蹦跳跳的述說著風的香味、我會撿起一朵花並且同他道早安、我會給經過身旁的每個人一個大大的笑容。但雨天的我不一樣，「雨」這個朋友提供的是可靠，雖然我家並不是賣雨傘的，爸爸的鐵器也都很怕雨，但我卻眷戀著有雨在的日子，只有在兩天才可以放心的將自己浸泡在悲傷的情緒中吧！因為雨天通常也都是不出門的日子，灰暗的空氣讓人不需要再有眼神的交會，世界的紛擾似乎可以暫時休止，這是我的心可以安靜的時候，我可以躲起來，在昏黃的桌燈旁、蜷曲在容得下我的椅子上，封閉所有可供進出的空間，不需要任何人的關心。在這時候，我對家人的想念、與好朋友相處的回憶、對愛人的掛心，有如穿著朦朧的小精靈舉著精亮的仙女棒，在周遭不停的舞動，提醒著我在陽光下所遺忘的東西。我放心的放縱

自己，發狂的想像著當爸爸、媽媽、哥哥、弟弟過世時的清晰畫面…這是一種矛盾的心情，它會使我情緒極度下沉，卻又讓我的心感覺到無比的安全。第二個我就這樣在這兩位朋友的陪伴下，度過了高中的日子。

四、兩個我對未來的選擇

第一個我與同學們維持著很好的關係，對於生命也投以許多關注；第二個我對於生命的型態，附隨生命而來的聚首和分離的感觸極大，在這兩個極端的衝突之下，讓我產生許多自我瞭解上的疑惑，究竟我是快樂或不快樂？究竟我是活潑或是內向的？若這都是我的話，究竟我要的是什麼？我又想到國中時同學問我的一句話：「你將來想做什麼？」。於是這兩個我開始商量著自己的未來方向，有沒有不對生命造成任何傷害，甚至對生命有益的未來？有沒有能為我所愛的人所做，讓他們得以開心的未來？有沒有不必因為父母、親人甚至周遭許多人的病痛而悲傷的未來？同時能為生命、為所愛的人好的未來在哪裡？或許...擅長各種治療的醫學領域有我需要的答案。於是填寫大學志願的時候，依著分數我選擇了護理系，一個符合我未來需求的科系，爸媽仍舊一點都沒有插手，也沒多說什麼話，但當媽媽知道我以後要當護士時，她是高興的，她說「這是個救人的行業」，我很開心能夠作一個我喜歡，而他們也可以很為此高興的工作。

第四節 護理專業的學習與職場體驗

一、護理中的生命事件與生命學習

(一) 921 地震的首次衝擊

對大學生活的期待，是興奮多了些的，因為未來的目標變得比較清晰，有躍躍欲試的心情，想要趁大學時間好好的撈他一筆，畢竟能學習的東西太多了，不是嗎？但一開學的 921 大地震卻狠狠的給了仰望美好前景的我重重的一擊，使我再次意識到人的生命可在任何時間中斷甚至停止。921 是發生在我大學開學前一天的晚上，入睡時是充滿期待的，室友也相處了一小陣子了，早已情同姊妹。半夜，正熟睡中，忽聽室友的叫喚聲，原以為只是開玩笑，等到她的手伸到我床上用力的搖我，我才意識到狀況的嚴重—地震來了，搖的形式別於以往熟悉的樣子，住

在二樓的我們趕緊跟一同往樓下跑，封閉的宿舍出口早已擠滿了人，大家都想出去，但沒辦法，四周黑漆漆沒有一點電源的我們只能向周遭一樣不解的人詢問怎麼回事，外頭沒有一點聲音，有手機的人嘗試撥著號碼，但終究與這個世界斷了聯繫。這時想到的是彰化的家人，發現在音訊全無的情況下，與家人的距離是多麼遙遠，開學的興奮早已煙消雲散，隨之而來的是害怕，害怕這不尋常的地震對家人帶來的傷害，設想著許多的可能，最多的是死亡，心裡慌亂的作「如果爸爸、媽媽或哥哥弟弟死掉了」如此的恐怖想像。一直等到電話中終於傳來爸爸慣用的開玩笑語氣，心裡的石頭才著實放下。在地震剛結束的那個夜晚，也不知道怎麼樣，只能看周遭狀況作判斷，等一大陣子，大家覺得還好了，才又回宿舍，那時候覺得，就應該只是一個大一點的地震而已，應該還好，但是事情並非有如爸爸那令人放鬆的笑聲般容易接受。電力恢復後，電視開始徹夜的播著救災進度和死傷人數，災害比自己夜半時的預期更為嚴重，雖然身處的台北並沒有多大的變動，但開學還是因此而延後。能做什麼呢？小小的我在放假的那幾天裡只能盯著電視看著那一幕幕的死亡，每個人的話語都有著許多的驚魂未定，沒有人可以明瞭災難的無預期降臨代表些什麼，或者僅只是機率問題爾爾。漸漸的，新聞內容又回到平常的軌道，學校也早就開始恢復運轉，校園裡多了災區大學的學生們來此修課，大家都穿著便服，來來往往也看不出其中的差別。世界也似乎又開始恢復到原先的生活步調，只是步伐間還有著些許的沈重感，這時候的我不知道 921 地震影響了我多少，至少實質上面應該是沒有的，爸媽和家人們都還在，位居台北的學校也沒受到多少損害，因此，天真的我以為隨著時間，這些痛苦的感覺將可漸漸修復，大家都是這麼說的，不是嗎？

（二）生命處理的思考

1. 實驗室小白鼠的生命

921 地震過後，大學的生活還是令人振奮的，一進學校，許多老師就教導我們批判性的思考，似懂非懂，不過許多有趣的課程和不同的啟發方式，的確讓我更有空間或膽量去思考一些事情，而非像以前只是學習他們認為必須的課程而已。在大學的課程修習過程中，讓我與生命的概念更接近了許多，其中包括非人類的生命看待，因為畢竟是理組的課程，在大學裡終於還是讓我遇到了以小白鼠為對

象的實驗，這是繼高中的經驗後第一次親自接觸用小白鼠為對象的實驗，心情紛雜，畢竟那是活生生的生命，高中時對於同學的那種忿忿之情猶尚存在，怎知這種情境也將落在自己手中。那是課本裡設計好的實驗，目的是為了讓學生瞭解實驗的操作過程，用的對象是小白鼠，跟一般實驗一樣，分為實驗組和對照組，但我的重點並非室內實驗的內容和所得的結果，而是後續的「收尾」動作，在實驗的最後一個步驟，為了維持將來實驗結果的準確性，不管是有被動過手腳的實驗組小白鼠，抑或只是放在一旁等著對照另一方的小白鼠，都逃不了被「銷毀」的命運，看著那在籠子裡跑來跑去的老鼠，實驗課的助理拍拍胸脯的說了一句「這些交給我們吧！」，但我擔心的並非收拾「物品」上的麻煩，而是那些小小生命即將橫死的命運，我曾一度衝動想要將那些小白鼠帶回去養，但終究是沒有的。這時的我在心中已經偷偷的打定主意，非必要的狀況下，我絕對不要再從事這種實驗，縱使它對人類整體帶來的龐大利益，縱使它肩負著增加知識的使命，但我就是不要。

2. 人的本性

在所修習的課程中，也不乏有對人性的思考內容，對於人性的探討也觸動了以往一直倍受別人關懷的我，不過我的震撼並非來自國文課對孔孟荀思想的辯論，因為對我來說還太困難，那是在英文課的震撼吧！老師利用了一些時間選了幾部電影讓學生欣賞，那次是多年前的片子「蒼蠅王」，是一部很久之前改編自經典小說的影片，描寫一群因某種原因漂流到荒島上而必須獨自生活一群的小孩子，剛開始他們模仿著成年人所教導的建立一個類似文明的社會，但逐漸的分成兩個派別，彼此追逐甚至為了自以為是的想法而進行獵殺，在這部片子中創造出的情境裡，極盡顯露出人性卑劣殘忍的一面。這部片子，讓我對人的看法有了不一樣的思考，在我的生活環境中每個人都對我很好，或許吵架、或許責罵，但也都是出自對我好的心。以往的我實實在在的相信人就有如孟子「人性本善」的說法一樣，都有著如小孩般的天真、浪漫、純潔，但是經由這部影片讓我瞭解到人也會有滿足自己的需要。我不想在這裡安插入任何對與錯的評判，因為其實在這當中展現的也非殘忍，只是自然的本性，我想大人跟小孩在遇到類似情境時都會是一樣的，所以我並不失望於人性，也沒有因此厭惡人，只是看清楚了一些人內

心的運作，可以讓我更知道如何來面對「人」，相信這對我將來的工作能有些助益吧！

3. 解剖課裡的大體

不過多瞭解一些人性對於我碰觸屍體的恐懼並沒有很大的幫助，上一次看到奶奶的屍體我也只敢保持一定的距離望著，對著裝著屍體的厚重棺材更是感到害怕，這次在學校裡是著著實實接觸到死亡的人類了。在一堂大體解剖實習課，雖然對於護理系而言，我們只是「參看」，並無實際動手切割，不過這可是我第一次在上課的環境下接觸人類的屍體，那是福馬林處理過的了，重重的福馬林味道瀰漫在實驗室中，讓我想起高中被我們丟入酒精中的蚯蚓。某些同學的嘻笑聲讓我感到不舒服，隱約是在生氣著她們的不尊重。戴上手套後，我們從老師手中接看不同的器官，冷冰冰的手感，那是一副副已經停止運轉的內臟，心裡只吶悶著是什麼樣的人會願意捐獻大體？這是哪裡來的人？曾做過什麼事？風光的、頹喪的，現在也就躺在這兒，靜靜的，無法發出一絲聲響。為了感謝那些捐贈大體的人，醫學院會訂定大體公祭的時間，地點就在一踏進門的大廳，簡單安詳的布置下陸陸續續有穿著白袍或西裝的人來致意。我除了抱著感謝的心看著整個過程之外，也在心裡問著自己是否以後也會做相同的決定？學校的處理方式讓我感到些許的欣慰，畢竟他們奉獻了全部，完全不是為了自己。我在這些課程中的學習雖然並非很透徹，但這一些種種的大小事卻給了我許多思考的空間和啟發。

4. 我的遺書

護理系裡更是充滿著關於人類生命的課程，那是身體、精神及心靈等全方面的方面的全人護理課程。人的生命是無常的，當進入大學時系上的老師就常常釋放出這個訊息，任何時刻、任何地點都可能是我們的死亡場景。這次的 921 大地震中就有一個近身的例子，一個住宿的學姐因幫朋友慶生到台北東星大樓，結果不幸喪生，她在大一時寫下的遺書作了某種的幫助！因此在入學之初，老師即按照傳統讓我們各自寫下自己的遺書，她並無給這一份遺書任何分數，只是告訴我們這個活動的重要性。我很認真的思考著自己的這份遺書應該如何書寫，處於當下的我並無任何遺產分配的問題，除了一些喜愛的陪伴娃娃想請人再多照顧一下；我所擁有的東西也沒有特別珍愛到需要保藏的，要說有的話，就是未說的愛了吧！

我有許多愛的情感沒有表達，對於爸媽，雖然相處融洽，但卻也很少說出愛；對於朋友，雖然嘻嘻笑笑，卻也不會直接說愛；對於周遭的人，雖然面容微笑，但更不會說到愛。總覺得如果快死了，跟他們表達愛是一件很重要的事，如果來不及，將會是很遺憾的一件事。我擔心若我比爸媽早死，他們一定會非常傷心，但是如果我早已說出我滿滿的愛，他們應該會比較開心吧！於是在我的遺書中我假設我將死，而我要對所有我愛的人跟他們說我的愛，其實這個感覺也非偶而發之，高中的時候就開始有這樣的「理想」了。就有如格列佛曾到過的馬國一般，馬國的居民在死前都會坐著車道親朋好友家跟他們道別。總認為要讓每個人都知道我對他們的愛（然後會很開心擁有這份愛），這樣這一輩子也就無什麼遺憾了吧！在整理完這份小小的遺書之後，我也開始遵照著我的「遺願」來執行，怎麼說呢？對於我最愛的爸媽，我開始說愛，從家書的書寫中開始加入明確的「我愛你」，雖然並沒有寫很多封信，但內容都很明確的告知我對他們的愛—這是我認為即將死前會做的最重要的事。

（三）遠離家鄉的孤獨眼淚

家很重要，卻在這時候離我更遠了，應該說台北對我而言是離家很遠的「外地」，孤立無援是我自己造成的。第二個我漸漸的滲入第一個我的生活當中，開始在與別人相處中顯現出來。在同學間已無法擁有許多的歡笑，在大學的我幾乎是把自己封閉住的，沒有主動交朋友、除大一曾短暫的參加過服務性社團之外沒有參加其他任何的團體活動。並非是拒絕與別人互動，只是變得不主動與別人的世界產生聯繫，與同學的討論活動不會再多加入生活的閒聊，應該說不再經營新的友誼。最好的朋友就那麼一個，大部分也都是她的主動關心多了些。在剛選上系學會會長的她跟我說：「你不要太孤僻」後，我才真正驚覺到自己這樣的改變，畢竟「孤僻」在以前未曾出現在我身上的。或許是因為分離使我太過悲傷，在離家這麼遙遠的地方，我不敢碰它。因為再怎樣的美麗，總還會是必須要分開，就跟以前一樣，那些一同玩耍的伙伴、那一同努力一同歡笑的同學們，現在都已經遙不可及，就好似不曾出現過一般的虛幻。不想再受到更多這樣的情緒襲擊，於是我偷偷跟自己說：「何必呢！只要沒有開始，應該就可以多承受那一層痛苦了」，自然而然的也就慢慢疏離與別人的友誼了。家跟友誼是不同的，它是永遠也逃不

了的牽絆，但因路途變遠，可以回家的頻率就漸漸減少了。回家會是最開心的日子，提著媽媽在開學準備給我的旅行包包，手拿著早就訂好的火車票就可以出發了，回家路上的風景可美的，那越來越熟悉的鐵路邊景總是令我感到溫暖，到站後等爸媽來接的時間，連那來往的路人都異常的親切。回家的日子，不管是讓爸爸開車載著到處玩，抑或整個下午窩在客廳盯著電視畫面都可以感到很高興；但是最讓我傷心的時間卻也在回家沒多久之後發生，坐火車回台北真的很難熬，如果能夠一上車就睡著那是最好的，但常常都不是，在車站與家人道別後坐在車廂中的我，望著窗外呼嘯而去的故鄉，眼淚便會滾滾流下，無法遏止，心中想的是前一刻還在家中很開心的畫面、爸媽幫我打包行李並塞入一大堆水果的景象、結束相聚的感傷卻同回家時的高興一樣的強烈，我只能看著窗外，任由腦海的畫面不斷的打擊，直到哭累了、睡著了才肯罷休，一醒，又回到了台北，只得盯著那黑黑昏昏的天空，不知所以。

（四）SARS—被排擠的經驗

第二個我在大四時發生的傳染病 SARS 事件的觸發下發揮到極致，也是在同學面前爆發出來的第一次。本來以為嚴重的流行傳染疾病是課本上的東西，雖然研究顯示，在戰場中造成死亡的主因是疾病，但這頂多不定時成為電影中的主題，或者是歷史故事中的主角而已，由於台灣衛生單位的努力，這種狀況在國內算是少見的了。但就是發生了，剛開始傳出的是嚴重的致死率，緊接著疫情如火如荼的蔓延，屬於國內大型醫院的台大醫院當然更無法倖免，沒多久急診室前搭起了發燒篩檢站，草地上也建了幾間臨時病房，以及一堆穿著隔離衣的醫護人員，籠罩而來的緊張氣氛，讓我們也暫停了醫院的實習。我們的系所剛好在台大急診室的旁邊，而住的宿舍是在急診室的另一邊，救護車的聲音已經無法驚擾我的睡眠。這年大四的我剛好遇到社區的校護實習，但是由於台大醫院屬於 SARS 的處理中心，每天駐守在那兒的新聞車發出的許多新聞讓人心惶惶，尤其在大醫院附近的居民更是如此。因此我們這群準備要到校園實習的人被拒絕了，理由是「你們是台大醫學院的學生，我們擔心你們帶來感染。」，當時只是感到有些許不悅，因為那間學校也在醫院附近而已，跟被拒絕進入醫院的我們，感染的機率應該是差不多的，不過理性的想想，其實也是啦，如果可以避免的話，何必要冒這個風險呢？

畢竟學生實習也並非萬分火急的重要事，跟人的生命比較那是差的遠了…於是不多久，老師另覓了一處實習場所，而實習就在 SARS 的伴奏下忙忙碌碌的結束了。在最後一堂課的討論裡，當我平鋪直述的講到剛實習時被拒絕的事件時，我的眼淚竟撲簌簌的往下滴，因為「天阿，這是我第一次被當作可怕的感染源！」，這就叫做勢不可檔嗎？我那無話不談得好朋友私底下趕緊揪著我問「我怎麼沒有聽你談過這件事？我不知道這個對你影響那麼大！」，的確，連我自己也是不曉得的，那是第一次有機會稍微體會到被「隔離」的心情，那似乎是一股被鬱積許久的感覺，被排擠、被拒絕、被誤會的強大委屈感，藏在心的很深處而不自知。

大學的四年中，前後被 921 大地震和 SARS 整整的包圍住，加上第二個我的蠢蠢欲動，整個大學生活似乎變得搖搖欲墜，少掉的是「為作新詞強說愁」的浪漫，多的是對於人類脆弱生命、世事無常多變的體驗。

二、 充滿挫折的護理職場體驗

畢業並取得執照後，我以正式護理人員的身份，踏入醫療的場域，有趣的是這一次執照考，卻沒有引發我的「試後心情低落症」。在徵選護理人員時，我的第一志願便是選填腫瘤科病房，加入腫瘤科的一部份原因也是因為想要擁有可以幫助別人的能力，因為我認為「癌症」是最難處理的疾病，它會發生在每一個你想像的到的部位，牽扯到身體的多重器官和系統，並且可能產生多重的併發症，對於一般人來說這個名詞似乎代表了死亡的宣判。如果能夠在這個單位磨練自己應付多種疾病的能力，我相信我可以學習到最佳應付死亡的方法，雖然我沒有能力可以像醫生那樣，但是如果有能力把病人的痛苦照顧好、如果有能力幫病人解決生活上的不便、如果有能力可以減輕病人的負擔，那當爸媽生病時，我也就能夠好好的照顧他們，讓他們在痛苦中也可以開心，這樣我或許就能處理好家人死亡的問題了。幸運的，我如願以償的進入腫瘤科的照護病房。的確，在腫瘤科病房裡我接觸到癌症病患的各個治療階段，從初步發現、多項身體的檢查、各種化學或放射線治療、治療成功、治療失敗，疾病末期、急救或放棄急救，以及死亡，但卻也遇到了一些挫折和問題。

（一）臨床護理的實況

1. 醫療現場的困境

雖然當今的科技已經有非常大的進步，也有一大群菁英投入醫療相關研究的行列，但是真正在醫院裡面才深深感受到醫學無法阻止死亡的可怕，這樣的例子在腫瘤科病房裡更是可以遇得到，死亡對任何人而只是時間早晚的問題。有一些是直接來自醫療技術的「來不及」，不管研究人員多麼努力，但有時候就是趕不上：記得第一次見到的老太太是神采奕奕的，由依舊健朗的先生陪伴入院做常規的化學治療，她都會帶著笑臉跟我們暢談他的家人、生活以及在美國的小孫子；隨著一次次的住院，經歷藥物無效後的換藥、需要自費的新藥物...不斷對新藥的期待及失望，讓她臉上的笑容漸漸消失，身子也日漸虛弱，最後只剩下她先生有能力可以和我們正常交談，自此唯一能期待的大概只剩下那實驗桌上研發中的藥物了。說起來總是令人感到悲傷，有時死亡的提早到來來自經濟能力的侷限，個人的金錢買不到現有的科技，在醫院中就曾遇到一位經濟能力不足以支持他治療的病患，他是一位男性中年患者，也是家裡的經濟支柱，小孩都還在讀書，離能夠獨立生活的年紀還很遠，在生病期間，老婆除肩負起家中的重擔外，還需分身照顧他日漸衰退的身體，他對於是否要使用新的治療方法總是考慮再三，因為每一劑藥物都有著讓人窒息的負荷，不是一般人的能力可以輕鬆承受的，何況藥物是否有效也是一種賭注，就連緩解副作用的藥物也沒有多便宜，加上疼痛控制，那簡直是在「燒錢」。因此在使用完健保局核可通過給付的傳統藥物後，就再沒有其他的選擇了。這樣的狀況在大醫院中並不鮮見，經濟能力不足的病患都只能從最傳統的治療方開始進行，並非沒有藥效，那是健保局經多年的使用後認定有一定治療率的藥方，只是副作用相對新藥而言比較大，食慾不振、虛弱、掉髮、噁心、嘔吐...等副作用對於治療中的病患都可說是恐怖的折磨，常常會放棄治療的原因也是來自於此。經濟能力的影響還牽涉到病患照顧的層面，由於台灣醫療體制的關係，護理人力的配置讓生活自理不變的病患很難自個兒好好的住在醫院裡面，大部分會有家屬或請的看護協助，因此若家中沒有多於人力，又沒有足夠金錢支付龐大的看護費用，在這種情境之下再加上面對疾病的那疲憊不堪的身體，...會讓人非常心疼，通常面對這種病患都會讓自己在多花些時間在他身上，但常常因為工作上的忙碌實在是分身乏術，不知怎麼辦才好？又有幾分愧疚感，因為這應該也

是護理人員的分內工作不是嗎？這一方面的需要是身為醫護人員的我實在很難有什麼樣的幫助，除了照會社工師看看是否能尋找更多一點的社會資源之外，就想不到其他別的了。

2. 對同理心的疑問

本以為習得醫學相關知識已經可以很「妥當」的照顧好一個人，但是卻還是有許多個人能力無法所及的地方，當醫療科技已經走到束手無策，是護士的我們還能做些什麼？學習上的老師說，醫護人員除了身體的照顧外，還有精神和心靈上的支持及安慰，因此該如何安慰似乎是個更大的問題，要做到最好的安慰必須要同理對方的心，這個觀念是各個老師上課都時時耳提面命的。在精神科實習的某次討論中，更讓我有機會仔細思考何謂同理心的這個問題。在實習之餘，老師帶著我們討論著如何與病患培養關係，良好的溝通關係是醫療的第一步，尤其在精神科病房更是如此。當然，我對於如何建立同理心還有許多的疑問，但同學提出的方法卻使我可以進一步的思考；她說：「我都會跟病人說我跟她也有同樣的困擾，對一位暴食症的病人的狂吃狂吐，我跟她說在我身上也發生同樣的狀況，這樣子她就會比較信任我，也願意跟我說話。」，我聽了這些話後心裡並沒有給予喝采，而是對於這種說法有些許不舒服，因為我不會這樣做，因為這似乎是在「說謊」不是嗎？除了想要真誠的面對病患之外，心中還思忖著另外的問題，難道我沒有過這種疾病經歷、我也沒有親人有過相同的病症，這樣是否就沒資格同理別人了呢？

（二）我想到的辦法有用嗎？

1. 對生命意義的困惑

我認為，能同感於他人的感受在照顧病人時是一見十分重要的事，但進一步的還必須再多給一些東西，我感受到每一個人可能都會需要的東西，那就是生命的意義，如果一個人的心中有著秉持的意義，那麼他一定有辦法自己將生命過得很好，不管在治療成功或失敗，甚至是面對即將到來的死亡的時候。但是在這個信念前面有著更大的難題。其一，在於有些人執持著我認為並無法屬於「意義」這一行列的東西而以為是意義。那是一間比較小的單人房，醫院本是舊式建築，

近因改建剩一些空間，故隔了間單人房，設備都齊，走道小了些，治療車進去後就很難「閃身」，通常都是沒有其他單人房了才會在這一間病房。那一次，裡面住著的是來做化學治療的中年女性，家屬和陪伴的人就有兩三個，加上護士，若又剛好有醫師查房便會顯得十分擁擠。每當要換藥或打針的時候，一般的家屬都會問一些東西，或投以許多的注意，但是他們很特別，當我推著治療車進入時，他們會做的事就只是挪個位置給妳爾爾，甚至有時連病人本身都不太會理護理人員對她做了什麼。他們大部分時間都在做啥？原來他們目光所集的是那單人房的電視螢幕，上頭密密麻麻佈滿了許多紅色和綠色字的股市報導，真是積極投入生活的人啊！當時心想，對他們來說都已經生活無虞、金錢充足到足以住單人房（癌症病患需長期之治療，故能一直住在單人房應該是有非常充裕的經濟能力），竟還得用盡心思在股票買賣交易上，令我甚覺有趣。那將死的身軀又算什麼？（這就叫做置生死於度外嗎？），他們似乎完全信任醫療可以使其痊癒，這種事連我都不相信，難道生病還不足以提醒她生命總得逝去？不曉得她「金錢」的背後代表什麼？代表兒孫滿堂或幸福生活嗎？代表自己能力的肯定嗎？代表什麼她還記得嗎？那時的我對於這樣全心投入於物質的生命不置可否，但那看起來的確是他們的最高意義。

有時候難題發生在不同的人有著的不同的「意義」，甚至就發生在病患及其周圍的家屬中，那些意義是我很難去否認或判斷它的重要性的。一位由父母的陪同進入醫院治療的年輕男孩，正就讀高中的患者，他的父母表示他以前是學校足球隊的一員，運動非常厲害，但是住到病房的他，腫瘤大到讓他的身體看起來十分扭曲，兩個肩膀及背部被腫塊撐得很高，在治療過程中，醫護人員們灌輸了許多治療的希望，對於許多人來說加油和鼓勵似乎是非常重要的事，這就叫做心靈力量嗎？我不懂，但是他們就在這樣的狀況下嘗試了許多化學治療的療程，由於活動不易造成身體背後躺出一個很大的褥瘡，每次換藥都需要費盡心力的翻身讓我們處理那充滿滲液的傷口，尤其在疾病末期，大量的滲液需要更頻繁的換藥動作，這無疑也是一種折磨。我曾嘗試要對他多一些瞭解，但不曉得是否是因在一旁父母講了所有需要說的話，還是生病的痛楚，還是因為身體形象的受損而不喜跟人講話，還是說這個年記得小孩只喜歡跟同儕分享，總之當我還不懂如何跟真正的他而非父母溝通時，他的治療已經面臨失敗的處境，在他死亡的前一天，他的意

識漸趨昏迷，他的父親跑來護理站詢問我該不該打強心針讓他清醒一下，因為他們夫妻各自僵持不同的意見，媽媽希望的就只是讓他在止痛藥物的幫助下走完人生的最後一段路，我當下也不知如何作決定，但隱約根據安寧療護所教導的理念，認為不要再增加病患的痛苦，就讓他這樣死去。最後家屬在互相的溝通下還是決定給他一針強心針，他在死之前有醒了一下，他父親為此認為自己的兒子很勇敢臨死都要一拼，並很感激的謝謝醫護人員的幫助。這個事件，讓我感到很迷惘，當我真的認為我已經同理，並做了我認為最好的說法，但還是不夠，我不夠瞭解他的心、他父親的心以及他母親的心，家屬認為的好和我的不同，或者該說家屬間對意義的認同也都不同，究竟對一個生命來說怎樣做才是真正的好呢？到底什麼是最重要的？是否有那絕對的真理？如果沒有那面對這樣的狀況是否就無話可說。

有時候「捫心自問」的同感會讓如何安慰的問題變得無解，連自己都安慰不了，何況是真正陷在其中的當事人呢？那是對於即將是去的年輕生命的安慰。生病的一個十七歲的小弟弟，不大不小的小弟弟，住在離護理站最遠的三人房，不太喜歡講話，在病房中除了父母的陪伴外，另外還有一個年紀相仿的女朋友，女友早上打工賺錢，下班後到醫院來陪他。這時的他已經試過許多的療程，但還是無法產生效果，此時可算是他的瀕死階段。因為身體的不適，他沒有花任何心力跟醫護人員講話，就靜靜的躺在床上，因著呼吸的舒適度調整其姿位，平躺、頭部與肩膀墊高、更不舒服時只能採坐姿並抱著大枕頭，而爸媽在一旁隨時的協助擺放他的姿勢。他的父母都還不算太老、中年人，講話也客客氣氣的。遇到這位病患是在我值小夜班的時候，在他睡覺的時候，女友會爬到他床上躺在他身邊，兩相依偎在那小小的病床上，父母在一旁也不會去阻止他們可能是最後的相聚。通常在病房中是不允許家屬睡到病患床上的，不過這一次我們很有默契的不做任何阻擋，或許這就是我們唯一可以幫助他的動作吧！而事情真的發生了，他的呼吸漸行變喘，也漸漸的只能採取九十度坐姿才有辦法呼吸，家人和親人們聚集在他身邊，醫護人員只能提供嗎啡緩解他的呼吸困難，其餘只是定時的觀察他的呼吸速率，能看的只是他越來越慢的費力呼吸，束手無策，不再也無法做任何其他的動作。他的家人對於喪葬的相關事情已準備好，女友在旁摟著他、沒有掉一滴眼淚，她睜睜的望著他…終於呼出最後一口氣，過世了。當班的我寫好運送屍體

的卡片，聯絡太平間的人員。全家人跟著遺體，有些人默默的流淚、有些人抿著嘴一臉嚴肅，我在後頭送走這個人，不知如何看待這樣子的死亡。沒有很傷心、有一些嘆息、有一些認為人生本就有可能會這樣，在想他的女友以後的日子會如何？他的父母經過這長段時間的照顧，是否已經處理好感傷的情緒？整理完他的病歷、歸檔、退藥後還得繼續處理其他病人的事情，通常這個時候其他床的病人和家屬也會知道這個病房又有人過世了。許多無助和無奈湧上心頭，口裡說不出任何的安慰，只能這樣，還得繼續我的工作，不想做任何的連結（自己對家人的連結），那一夜就這樣。之後我自己自問了好幾回，若我與到同樣的情形，若我是家屬、若我是病患，我會希望如何？在這個時候，除了基礎的照護程序，我真的不知道醫護人員還能給出什麼我想要的東西，根本沒有，我要的健康，我要的多一點時日、我要的多一點家人的笑聲...都不是可以來自他們那邊的。那現在身為護理人員的我，又能多給些什麼呢？我不知道。

2. 愛要即時？

在這些過程當中，我對於自己同理他人感受的能力總覺不足且驚腳，雖然找到了「生命意義」這冠冕堂皇的詞句，卻對它所知甚少，它是什麼樣子，或者說它該是何種模樣？這讓整件事變得非常荒謬，連自己都不懂的東西，如何讓別人知道？懷著這些疑問，我又再度回到「愛要說出口」這種愛要即時的信念，因為大家都是這樣說的：

他們說 我們要學會去愛別人

他們說 這個世界需要愛

他們說 要好好去愛

他們說 愛要即時

他們說 愛要說出來

就連電視都在說 勇氣、正義與愛

（2008年5月8日，部落格）

這是一道翻箱出來的曙光，但這次我卻沒有什麼信心，因為當沒有說出口時，你會對它充滿期待，就有如這首歌《愛有什麼不好》中的歌詞一樣：

作詞：姚小民

作曲：姚小民

愛有多好誰不知道 那為什麼說不出口

因為不好意思被人聽到

我好想要一個擁抱 但是只有眼睛做到

可不可以給我一個擁抱

小的時候什麼都敢說 長大以後反而變害羞

有所保留不代表成熟 Love Love Love Love Love Love Love

La La La La La

(合音)說我愛你

My Dear 愛有什麼不好

My Friend 有什麼好不愛

愛有多美好說出來才知道

(合音)愛是擁抱 愛是微笑

My Dear 愛有什麼不好

My Friend 有什麼好不愛

愛有多美好要做了才知道

但是愛了很多，卻也會因為失去它而感到更加的悲傷，就像卡通《小魔女 DOREMI》中勇敢愛的道魯賓女王：

道魯賓女王本來是掌理魔女世界的女王，因為愛，捨棄了女王的身份，在人類世界與相愛的人類結婚。魔女的壽命幾千年，容貌不會有多大的改變。於是她結了婚、生了兒子和女兒、先生過世、兒女長大、兒女結婚、有了許多孫子、兒女老了、孫子長大、兒女過世了、孫子各自有了伴侶、孫子也老了、孫子一個一個離開了...

她還在，依舊貌美，愛別離的悲傷讓她無法承受，於是她使自己沈睡，悲傷的情緒有如粗壯的荊棘靜靜的鎖著她... 一直一直

(2009年3月6日，部落格，道魯賓女王的悲傷)

許多事，就算是魔法也無能為力，魔法無法抑止悲傷、魔法無法述說心意、魔法

無法控制想法、魔法其實無法改變一切。醫院裡面也是一樣的，在病房中遇到一對兒女，對於生病的媽媽他們的確把愛表達的淋漓了吧！他們的媽媽雖然患有癌症，但卻是病房的開心寶貝，她總是能開心的跟醫護人員聊天，甚至有時還會邀護理人員一起唱歌同樂。她有一對非常愛她的子女，他們是我見過表達「愛」十分徹底的家人了，並非說他們的愛就多了別人許多，而是說他們很確切的表達出來了。雖然擁有的錢不多所以住的是健保房，但是他們對媽媽可算是盡心盡力，可以發現每餐的菜色都是他們親身精心的揀選，並且是在醫院的克難環境中親自準備每一餐的餐食。他們對於母親的治療過程更是小心翼翼，對於醫護人員的處置都詳加記錄在筆記本上，主治大夫巡房時也都就著記錄下的疑問一一查問，可以說他們的媽媽在治療時似乎不用再擔心。但是種種的這些努力依舊抵不過死亡的召喚，不久的某一天，她的狀況在一夜之間變得非常差，腦部轉移已嚴重影響到她的生命，垂危之際，她的兒女開始不再輪班而是不眠不休的陪在她身邊，兒子在護理站和病房之間奔走著任何一絲的希望，女兒坐在床上抱著自己的母親流淚...在病房門口，望著這一幅畫面，我想著「愛到底對不對」，就算說出所有的愛、就算付出自己的所有，死亡到來時，終究還是會傷心，而且是非常非常的。這也是學著開口跟爸媽說愛後，漸漸意識到的相同問題，愛，也一樣無法阻止我的眼淚，對於愛過的事、愛過的人總是會有更多的想念和不捨，更放不下的傷心。

（三）風雨中的浮木

1. 疲憊的身心

要找的答案依舊沒有著落，對於病患的苦難依然無能為力，漸漸的自己的心已經被不安和疲累所淹沒，工作於我而言變成一件壓力很大的事情，壓力大到下班後不想再對任何人提起，不想再讓壓力的事情重演一遍，就像是日記中說的：

突然發現，自己好像不喜歡跟家人提到工作中的狀況，似乎不想再回想，是否太累、太忙或太悲傷，刻意的去忘記，連自己都不想跟自己提起，就當作是遺忘的記憶的一部份。

（2006年2月22日，日記）

但是其實並無法真正忘記它的存在，那些突如其來的急救以及急救的失敗、行政部門下達一堆無甚意義的紙本作業、關心下個月的假日是否有連假可以回家、擔心要如何使愁眉苦臉的病患露出笑容、憂慮止痛藥的效果、期望可以準時上下班、擔心交班是否不完整或過渡冗長、希望同事的感情也都能順利、病患傷口一直有滲液，照會專科護理師後效果好像不如預期、社工能力有限而病患沒有能力支付醫療費用...還有常常襲擊自己的情緒，想念爸爸、媽媽、哥哥、弟弟、以前的朋友、小時候的生活、下雨的天空...對喔，還有家，我知道還有家，但是家在那遙遠的地方，遠到我一度以為已經變成夢中的東西。為了離家近一些，搬去跟哥哥一起住一塊，就像以前小時候總是拉著哥哥的衣後角一樣，或許哥哥也沒有多對我說些什麼，但心似乎有了一些些依靠，但還是不太夠，因為輪班的關係，在忙碌工作之餘，迎接我的是沒有人的房間，只能自個兒一個人空空的等著那「美好的未來」的到來，時間變得很漫長、很無助，想要有任何可以填滿它的東西，但就是怎麼也找不到，就如日記裡的描述一樣：

昨兒個了吧，用了他的筆寫下第一頁，需要不斷不斷的告訴自己不要哭，不斷不斷的用手按著電視遙控器，不敢停下來，不斷不斷的找事做，真的睡不著，不知如何是好，整個人空白了下來，不知如何是好、不知如何是好，好似不斷不斷的等待。

哪一天、等怕了 怎麼辦，我已經怕了！

音樂開著，歌曲一首一首的轉，它也不敢停吧！

（2006年2月22日，日記）

想要逃開，逃開這種不知怎麼辦的感覺，但是傷心這支軍隊好似抓住我的這個弱點不斷襲來。這時候，開始放下想要在台北「打拚」的慾望，只想要回家，想要回到爸爸媽媽的身邊，好好對他們好的心情常常在日記中出現，

覺得想趕快回家，不要有後悔，總覺得能在爸媽身邊是一件很快樂的事，不想讓他們太辛苦，很想賺很多錢，然後可以讓他們不用再工作了～傷腦筋呢

（2006年4月14日，日記）

好想打電話回家，但清醒時他們已經睡了，可不可以打給清醒時候的他們？

好想好想回家，

不想讓自己後悔，

要回到最愛的人身邊。

(2006年2月24日，日記)

2. 死亡與宗教的際遇

在工作受挫和想念家的狀況下，我想到了兩全其美的辦法，何不走進知識的殿堂尋找我的答案，再多學些東西，並且這一次離家近一些。但是要學些什麼呢？腦袋瓜裡轉著所有病房中看到的一切，我抓到一條線索，這是我沒仔細碰過的答案，那是信仰的力量。在病房中也見識了一些宗教信仰，有一些是我從小時候的生活經驗中就知道的，但也沒有太深刻，對於不同的宗教就只抱持著尊重的心態，除此之外並無太特殊的感受。但是在遇到了許多照顧的挫折，以及一張張痛苦的臉龐後，我開始注意到宗教似乎帶來了些許的不同。照顧這位病患時，他已經進入臨終階段，因為第一天上班比較忙，也沒有時間去瞭解他的所有背景。一旁待著的是準備來「接」他的幾個家屬，大家靜靜繞在病床旁看著病患，而我盡我的基本義務頻繁的觀察著數字漸漸降低的監測器，在他停止呼吸的那一剎那，家屬的眼淚終於潰堤，護理長在這時走了進來，原本並沒有特別認識護理長的宗教信仰，也沒聽他提起這方面的相關話語，但這時的她卻鎮定的對著已經停止呼吸的他大聲頌著幾段類似「回歸天主」的祈禱文，結束後並安慰家屬—用面對基督徒的方式。在病房裡的氛圍似乎變得不一樣，但我無法瞭解確切的差異在哪，我知道這應該會帶來某種的幫助，但是是怎樣的幫助？而效力到底又有多大？如果非基督徒的護理人員也可以這般的做嗎？我在大學時因為興趣曾經讀了聖經的內容，就當看故事書一樣的，對於整個基督宗教也不甚了解，不過這次的事件卻提起我對於宗教的興趣。在某一次的機會下，遇到了一個我認為對宗教一定很瞭解的病人，那是一個在單人房的神父，平時只有一個服侍他虛弱病體的教友。他總是靜靜的，沒有跟我們講些什麼話，也沒有任何抱怨，一堆化學藥物使他的身軀看起來是如此的孱弱，可以看的到被副作用襲擊的痕跡，但他還是一樣靜靜的，

其實我有一些話想要問他，但總是說不出口，怕觸犯了些什麼，想問他有什麼「好方法」，可以避免病痛，可以在生病的時候也可以很開心？如何可以多一些什麼我所缺少的安慰人的能力呢？宗教會有辦法嗎？因此，我選擇了東海大學研究所，它將宗教學和生死學以及生命教育相結合的方式，激起了我極大的興趣，或許在這裡可以解決我的許多問題也說不一定。

第五節 坐視成敗，觀千里之行始於足下一宗教研究所的再學習歷程

進入宗教研究所的我，就有如卡通《夢之蠟筆王國》故事中的席爾巴公主一樣：

席爾巴公主是蠟筆王國中極受嬌寵的一個小公主，有著父王、母后的疼愛，以及整個蠟筆王國子民的崇敬，但其實或許是因為如此吧，她有著許多的壞習慣。有一天，可怕死神到來，將她的父王母后變成石頭，而席爾巴是武烈女王（曾經打敗死神並將它封印的女王）的傳人，有能力可以打敗死神，但是她首先必須要將十二個壞習慣改掉，才有辦法與死神對峙，於是席爾巴公主踏上旅程，一路敲擊著自己的壞習慣，讓發出的聲響震攝著自己。

（2007年6月12日，部落格）

就如同她一樣，我從小到大，受著許多的、連續不間斷的保護。從小，一直有爸媽在背後默默的保護，不會給太多的壓力，只會問說怎麼啦？有沒有開心的笑呢？功課很多嗎？要適度的休息喔...哥哥也總是在情勢危急的時候，會從一副事不關己的面具背後跑出來，張開雙臂為我擋開迎面而來的魔鬼，還會記得回頭笑著對我說「乖乖...沒有關係喔！」；學校的同學也是一樣的，雖然到了大學的我把自己封閉、鎖上禁止進入的厚板門，但是還是有一個朋友，她可以不管我是否付出我的視線，就在身邊，鼓勵、陪伴、保護，試圖幫我抵擋會傷害我的人...有著好多好多的呵護，總覺得只要一叫喊，就馬上會有人過來，不一定會是誰，但是就會有人，從小到大，就是這樣的被保護著...呼，也因此長出了許多的習氣，我想藉著讀研究所的機會，汲取知識、沈澱自己，讓自己有更好的轉變讓我可以茁壯的

勇氣打敗破壞的死神。改變之前要，先要有通徹的瞭解，這就叫知己知彼嗎？因此在開學之初，我就已經立定志向—我要瞭解我自己。好像真的有那麼些效果，在研究所的這段過程當中，淌在心裡深處的恐懼似乎漸漸清晰；與家人拉近的距離也讓我有機會整理與家人間的情感；藉著跟同學和老師以及上課內容的接觸，提供了我更廣闊的思考方向，關於快樂以及生命的意義；對於「相信」的接近，讓我進入了另一個自己。

一、挖出深埋內心的情感

（一）921 地震的再度衝擊—對於災難的傷痛

那原本是在很深很深的心裡，一個我所遺忘的地方，沈靜的創傷在研究所的這段期間突然蹦了出來。那裡有著 921 地震的傷痕，雖然在 921 過後不多久，社會秩序開始恢復正常，但是時間並無沖淡任何東西，頂多沈澱在深深的底部，隨時都有可能被攪和起來。第一次的震盪是在研究所上課的時候，突如其來的地震嚇壞了我，正準備奪門而出，沒想到其他人卻神色自若，連門也不用打開，也不用找掩蔽，他們談笑風生的話語讓我有些驚訝，為什麼他們不會害怕，明明這些人當初可是在震度很大的台中耶！這到底是怎麼回事？難道是我的害怕有問題嗎？當心裡還在暗暗納悶著時，我又跟爸爸去到某個觀光區去玩，那兒剛好有個展示館，主題正是地震，裡頭也沒多大，就只是粗糙的展示了地震的場景、幾個假人（還是傳統服裝店的假人偶）擺出示範救災裝備的姿勢，牆上貼了許多 921 時的紀錄照片，本來當作休息順路繞進去看看，但我一走進去才看了幾眼，就覺得頭暈不舒服，跟爸爸說了一聲，他們也就陪我結束短暫的參觀...這又是怎麼回事？為什麼我會有這樣子的反應？這時候，在很多年之後的這時候，或許是歇息的心讓我可以看的比較清楚，我才開始發現，原來，我還很在意；原來，我還很害怕；雖然，它沒有讓我失去；雖然，它也沒讓我受傷。但是，到底為什麼？是一種恐懼？我在怕什麼？一種對分離的深深恐懼嗎？緊接著我開始發現自己有一些小習慣，我會避免去接觸某一種事件，這些事件也非我曾經經歷過的，但卻是我不想面對的一些事，那有關於天災人禍、有關於帶來的流離失散。這些事大概就電視或電影中的素材吧，每每都會很快的用遙控器轉離這種頻道，但有時還是會不小心遇到它，那是在上課中曾經些微提到一個話題，關於《螢火蟲之墓》，由

於它是動畫，畫面又很可愛，但可愛的畫面裡描述的是一對小兄妹在戰爭中的悽慘遭遇，當時的我不小心接近了它，怎知會如此令人心痛。因此當大家興高采烈的討論著看過這部片子的感想和心情時，我卻說不出話來，也不想再一次看這部片子。總之對於跟戰爭有關的片子，我絕對不會去碰觸，不管是英雄式的、轟轟烈烈式的、紀錄片式的、跟愛情有關的...我都不要。它有著顛沛流離、妻離子散、大地荒蕪、那逃難的畫面、那一張張慌張、無助、痛苦的面孔，總是令我無法忍受。對於天災所造成的苦難也是一樣，光光是卡通中的一小段已知劇情，即足以讓我感到異常的傷心，那是在動畫《海之傳說-媽祖》中，林默娘在波濤洶湧的海面挽救爸爸和哥哥的那一段劇情，這一小段劇情在我還無防備之下，觸動我心中對於苦難的無力的傷痛，在部落格裡頭是這麼寫的：

最近有機會把這部卡通看完。因為畫風蠻可愛，而且我也挺喜歡傳挺民間故事的題材，又是做成動畫...其實這部動畫還蠻輕鬆的，充滿法術以及漫天閃光和水花。

但當劇情不小心進入了某一畫面—那是一群出海的船上遭遇到暴風雨的情景，許多人落海，而主角焦急的使出所有她會的法術在救人，但落水的人是那麼多，狂風暴雨，洶湧波濤下還有一群作惡之怪...當你發現你已使出渾身的力氣卻回天乏術時，蒼白的臉上我以不知道還可以有什麼表情。

這種痛，似乎有過，沒辦法很清楚回憶，但眼裡的淚卻已不斷的滾落。

(2009年9月2日，部落格)

這種痛苦就有如在病房中救不回病人的生命般，總是那麼令人無措。對於地震、對於戰爭、對於災難的害怕一一浮現，似乎在提醒我要好好的審視他們。

(二) 緊緊家人的心

對於家人的情感也是一樣需要審視的。在東海大學讀書意味著離家近了許多，想回家的慾望隨時都可以被滿足，也讓我有許多的機會和時間整理自己與家人間的情感關係。我一度以為因為離家很近，自己對於分離的傷心已經好了許多，但是就在一次哥哥短暫的回家並離開後，我才感覺到事情並非那麼一回事。哥哥

回家只有一天，那天下午就準備要回去了，當我還在床上做著夢，溫暖的享受著家人回家的喜悅時，哥哥就已經離開了，一句再見都沒有說，起床後的我才發現對於要與家人分開的傷心依舊，依舊那樣的可怕，不敢告訴任何人自己的傷心，只得一個人窩在桌邊，把一顆顆潰堤的眼淚藏起來。下頭的文章是我在那時的傷心下，寫下的字句：

我該怎麼辦
我以為我會很好
可是卻是無法停止的哭泣
我想要找到愛一個人的解藥
我以為我會很好
但是我卻無法微笑
無止盡的悲傷沒有人明瞭
我該怎麼辦
我已經用盡所有的力氣
卻找不到愛的出口
只想要一個永遠永遠的擁抱
難道這樣也叫奢求
我以為我會很好
但是它卻不斷不斷的向我走來
提醒我，我總是離它不太遠
我以為我會很好
我只想要忘掉
但我只能微笑 告訴你我真的很好

（2007年5月20日，部落格）

愛別離的痛苦，在這時候赤裸裸的向我呈現。

（三）愛的衝突與矛盾

來自所愛的人的不諒解，也一樣讓我流盡了委屈水。其實這次回中部，大部分的原因都只是想要回家，放下薪水還算優渥的工作，以及別人羨慕的公務人員

身份，但我覺得我還是做了最好的選擇，一個不會讓我後悔的選擇，因為望著爸爸媽媽漸漸老去的臉龐，我只想多待在他們身邊久一點。反正讀完書後還是可以找工作，我不想一直努力，努力工作、努力讀書、努力做很多事...然後失去與他們在一起的日子。但是他們就是不懂，他們希望我照著之前的腳步，順順利利的過活，就像我之前一直執在手中的目標一樣。雖然他們沒有用言語明確的表示，但從種種跡象中，我深深的感受到他們的責怪、他們的不諒解，自己就有如故事書《哈利波特》裡的家庭小精靈多比一樣，在兩個衝突的價值觀中責怪著自己，部落格裡寫著如同多比般的感受：

突然覺得自己很能瞭解多比的感受及行為。

多比是哈利波特裡面一隻很特別的家庭小精靈，他逃離了壞主人家，變成自由之身，並成為哈利波特的的好朋友...他雖然恢復自由，但每次一講到他舊主人家的惡形惡狀，他就會一直用頭撞牆壁，一直說「壞多比、壞多比...」，責怪自己觸犯了不可以講主人壞話的舊條規。

會有這個感覺，也許是開始於最近上課時講到爸媽時都會很想哭，也並不因為爸媽發生了特別的事，而是一直在發生最不特別的事—皺紋漸漸的增多。我想到我以前有一段很長的日子，一直想要趕快賺很多錢，讓爸媽的日子能夠快活些，努力的增加自己的能力，然後畢業後趕緊找到工作，然後在台北也一直努力的工作...或許是在病房裡學到些什麼，或許是因為突然發現，我過的生活很惶恐、並沒有很快樂。每次每次的回家，看到的，感覺到的都是傷心的感受每次要再離開時也都是強顏歡笑的道別，然後坐在火車的座位上一直哭，一直哭，哭到睡著...現在，選擇了一家離家裡近的學校讀書然後可以每個禮拜回家，感覺好高興常常可以跟家人談論有的沒有的問題~~他們看起來也開心許多，心裡認為這樣子是好的。但當想到沒有辦法賺很多錢，甚至目前的狀況是不要「虧」就不錯了~嗯。

然後就會同多比一樣...很想要用頭撞牆壁，一直責怪自己....但是我正在行我認為最好的選擇，不是嗎？但就是會沒法控制的責怪自己~

(2006年12月21日，部落格)

尤其是爸爸給我的這種感覺更是明顯，於是我開始轉為生氣，這是我以前遠在他鄉所沒有的情緒，反正我就是生氣，生氣他永遠的不滿足。他自己也常常講，老人家就是需要家人多陪一點。他還講過這樣一個故事，內容大概是這樣的：大兒子出國當教授，但是都不回家、而兒子開公司賺大錢，但一樣不回家、只有三兒子雖學歷不高，但卻憑著少少的薪水待在父母身旁，每日辛勤服侍，爸爸說那三兒子最孝順。我覺得我做的跟那三兒子一樣，為什麼在他眼中又不對。他真的知道自己真的要什麼嗎？結婚的事情也是如此，爸爸說要我們結婚，我問他：「我們結婚你會很開心嗎？」，他爽快的說會，的確也是，哥哥結婚時他高興了幾天，我結婚時他也高興了幾天，但也只是那幾天，然後之後又是一連串無止盡的叫我趕快畢業找工作、叫我趕快生小孩給他抱、叫我趕快趕快，那之前結婚時那個開心又算什麼？這時候的生氣是受著委屈的生氣，我不知道當我有達到他的要求時，他是否也是一樣就高興了幾天，然後繼續覺得還少了一些東西。不過這個生氣的我有媽媽讓我做後盾，在與爸爸因為這些感覺而鬧彗扭的期間，媽媽訓了爸爸一頓，沒多久我也跟爸爸從修舊好，雖然這些感覺、這些矛盾感不會很快的消失，但是我跟自己說「慢慢來」。

二、對世間快樂的想法

（一）虛幻的世間

再來就是我在學校裡面所想得到的東西了。其實，我在這個研究所裡，最簡單也是最難的目的，就是尋找快樂，能夠快樂的作法、想法或任何可能的途徑，就跟我以前一直在做的一樣，就好像全世界的人都在做的事一樣，不是嗎？有人認為吃很多美食會快樂、有人認為有很多錢會快樂、有人認為家庭和協會快樂、有人認為愛人會快樂、有人覺得證明自己的存在會快樂、有人認為找到自己的意義會快樂、有人認為完成神的使命會快樂、有人認為把工作當遊戲會快樂、有人認為站在頂端會快樂、有人認為當個小螺絲釘會快樂...人們用盡方法尋找如何快樂，但好多人找不到，這是為什麼呢？雖然我對真正可以快樂的答案還是很模糊，或許刪去法可以幫助我一些，至少我可以知道哪些方法無法讓人真正的快樂。我已經知道發展心理學中的各階段任務已經吸引不了我，對我而言似乎有些虛幻，就像我玩的遊戲《虛擬村莊》一樣：

虛擬村莊的遊戲裡頭有一群人，耕作、研究、探索、教導及養育下一代... 遊戲的數度很慢，過一小時他們才長一歲，這還是我特地調快了速度的。所以常常就開著看那些小人們在做些什麼。年紀還小的小孩只會玩，滑鼠點到他時還會發出嘻嘻笑的聲音。很是有趣。.... 觀察這些許你的人還挺好玩的.... 但是不曉得，應該祇是隔了一、兩個晚上，那個小小人竟冒出了白髮，「elderly」—這是電腦畫面顯示著他的狀態，... 沒多久，角落的死亡之地就多了一座刻了他的名字的墓碑...

在周遭來往的人們不也都是如此，玩耍、長大、磨練增加自己各項能力、教育下一代、老了、步伐緩慢的往死亡邁進。中間或許蒐集了許多食物、或許蓋了漂亮的房舍、或許研發了新的技術、或許探索了新的區域... 最後從電腦中消失... 不多久，一個長的很像的小人又開始在海邊玩耍... 我已經不知道對於這些該說些什麼，回頭打著自己的論文，得到些經驗值、只是不曉得這些經驗值能拿來做些什麼是不會消逝的東西。

(2009年3月27日，部落格，歛噓)

爸爸曾經跟我說的理想中的生命就是這樣，那是我以前也一直認為我的人生就要這樣子走的路，不用想太多，但我開始問自己「就這樣，然後呢？」，如果依照「傳統」的作法，我相信不會有答案。

(二) 助人的意義

同學在他的論文中說到另一個可以快樂的方法，那就是助人，我並不否定，但似乎有一些問題需要思考，這個疑問來自某個被我不小心看到的幼兒動畫《小小機器人》：

小小是一個很會修理東西的機器人，機器村裡的人只要有東西壞了都會找他，而且問題也都能很快解決。有一天，總共有三組人馬請他修理東西，分別是一對姊妹、一個胖太太、一個蝙蝠機器人（人名是我自己編的，因為我並不是這個動畫的忠實觀眾喔！），他幫那一對姊妹修理完滑板後，那一對姊妹就急著玩起來了，小小說：「唉...」；之後他幫了胖太太和蝙蝠機器人修理完東西，他們也都馬上轉回去忙他們的東西，小小

說：「雖然我很高興能幫的上忙，但是為什麼只是一句謝謝都沒有呢？」... 於是他想到了一個辦法，當那三對人馬又再度找他幫忙時，他坐在樹下假裝打瞌睡，當那三對人在那邊吵翻天「我先來的，小小要先幫我修」、「我的比較緊急，他要先幫我」... 他還是一樣繼續打瞌睡，這時，有一隻小鳥也飛過來請小小幫忙，小小馬上幫了他，也得到了感謝... 那三對人才覺得不對，並發現自己沒有說「謝謝」的錯誤，於是最後小小也幫了他們的忙，並且得到感謝...

(2008年3月22日，部落格)

動畫中被定位成愛幫助人的小小，要的是一句「謝謝」。小小因為幫助別人但沒有得到感謝而不開心，他為了要讓別人學會謝謝而不幫忙，但是如果他這樣做，也沒有得到別人的反省，他們依舊故我，那小小是否就不繼續幫助人了呢？到底是助人本身就快樂？還是隨著助人而來的感謝才會使人快樂？對於小小的行為，我很快的下了負面的評價，因為如果助人是快樂的，那何來又另外要加上「謝謝」？那不就成了不是為了助人而助人，卻是為了「謝謝」而助人了呢！如果一直助人，但卻沒有得到感謝，那怎麼辦？你或許會說，「謝謝」是表示這個幫助有受用—但有時受用也不一定說「謝謝」的！不是嗎？不過雖然自己當時對他下了負面的評語，認為助人並非要建立在會得到感謝上面，但是當晚立刻作夢，內容來龍去脈已經不清楚，我只記得我很生氣的對父母講：「我花了那麼多心力想要幫助你們，為什麼你們都不知道感恩...」，醒來發現自己雖然義正嚴詞的說小小，不知不覺卻跟小小一樣想法～有些諷刺，但也給了自己更多的警惕。

三、他人對於追尋的質疑

要幫助人，什麼樣才是真正的幫助這個問題又轉到「生命意義」這令我困惱的東西上頭。在探尋的同時，與同學的一段談話，更是帶给了我很大的打擊。關於生命意義與死亡的問題，他說「可能是你工作中遇到比較多，所以才會想很多。」、「是你太敏感了」、「我知道人都會死阿，可是我並沒有想這麼多耶，反正我就把現在的事情做好就可以了」。這時候我才知道，其實有很多人不在意的。本來，自己認為這個很重要，覺得別人心裡也都會常常想到這個問題的，就算是沒有想到，但是只要告訴他們，他們也會認為很重要的，因為自己認為這是最重要的事，

很多書、很多什麼的學家也都是這麼說的，不是嗎？但事實似乎不是如此，他這麼說，他說那可能是我多愁善感、那可能是因為我有很多創痛的經驗、那只是因為我想太多...是這樣嗎，震攝於死亡是因為我過往所經歷過的許多相關經歷？我跟指導教授說了我的感受，現在也不記得他說了些什麼內容，但內心是受到鼓勵的，在日記中寫出了我思考完同學的話之後的再出發：

但是，它並不閃耀

但是，它並不動人

但是，它並不....實在...他們說的

事實上，該說他們過得很滿足，

事實上，該說他們適應的很棒

事實上，該說他們...我不知道該怎麼說

我只知道，我並不滿意，

我只知道，這樣子不夠，

我只知道，我要的更多，

我要深藏在它裡頭真正的閃耀，

我要而且我會因為它而動人，

我要並且說它就是最真實的實在，

它、生命的意義

它、生命的真相

它、生命的實在

它、永恆的永恆

(2008年5月8日，部落格)

我相信有一個永恆的真理存在，真真實實的，而且是我們最需要的。

四、走向信仰的意義

關於相信或者信仰，學校裡的環境讓我接觸了許多，系所上的人有著不同的宗教信仰，如基督教、天主教、佛教徒、摩門教、道教...而且許多人都是非常秉持著信仰在做事，整個氣息就是跟別的地方不一樣。我可說是裡頭普普通通的一個吧！對宗教沒有什麼特殊感受，未來也沒有想要像媽媽那樣過年過節都要拜拜的生活，也沒特別奉某種想法為圭臬。或許是死亡帶來的分離、失去讓我感到極大的恐懼，那感覺就正如《莊子 齊物論》中所描述的「大恐縵縵」，這個感覺讓我開始想要相信些什麼，但是對於相信我依舊不知從何著手，就跟日記中描述的一樣：

小恐惴惴 大恐縵縵

取自《莊子 齊物論》

恐：恐懼

惴惴：擔心的樣子

縵縵：一種沮喪、灰心、無望的感覺

的確，好像是...

一種沮喪、無能為力、自己呆坐在一旁，看著

洶湧波濤

翻滾沙石

滄極窮盡

殞落消逝

似乎任何動作已經毫無助益，

仍舊呆著、仍舊手足無措...

親愛的，你在害怕什麼...

死亡那強大的毀滅力量使你無能為力嗎？

是它，拿著砍盡一切的大刀的它，

還是那個失去，奪走擁有的失去...

現在帶著的微笑又如何？

實現了承諾又如何？就怕是要實現的已經實現了..

現在只能等待嗎？

然後你告訴我說，我們自己可以決定要如何等待，快樂的等待或者痛苦的等待...

但是它還在，帶著詭異的笑容守在必經之路上...

你看到的不是跟我一樣嗎？那裡漆黑一片，

你總肯相信那裡有著最溫暖的亮光

為何你總肯相信那裡有著最美麗的迎接

為何你相信，為何我無法相信

我好希望好希望好希望我能相信..

它在那裡，仍舊猙獰的微笑，我該愛它嗎？愛它或許會好些的...

（2007年4月15日，部落格）

好像有很多問題找不到答案，不知道該問誰，也不知道有誰可以問，用理性的思考方式的結果就是沒有結果，不知道是哪裡來的力量抗拒將答案指向一個更高的單位，所謂形上吧。其實已經漸漸相信，但又倔強著想要用自己可以理解的方式來找到答案，其實已經漸漸相信，但卻也不願向別人承認自己的思考方式改變，我把自己困在旋轉門裡，還沒決定要從入口或是出口走出去。漸漸的，不曉得是因為跟同學相處多了，還是父母開始進入慈濟並有某些的改變、還是小梁不定時的跟我講些佛教的有的沒的，我漸漸的開始願意相信。相信某些我不知道的力量，相信某些我未曾有過的想法，這是一種隱約的，仔細想時便會有摸不著頭緒的感覺。而不曉得為何，或許是開始相信，然後浮躁會默默的消失，恐懼會怯怯的走開，然後笑臉會不禁的浮現；許是多瞭解了自己一些，瞭解了自己的弱點，以及與家人的關係。傷的情緒襲擊的頻率變少了，且幅度和時間也相對的減弱的說，就像是宣布颱風要來，然後門窗都貼滿了膠帶，冰箱也放滿了食物，但是卻只有

輕輕的吹幾口風灑了些許水一般爾爾！也開始看著以前的回憶而可以不哭泣，在日記中可以明顯感受到這樣子的改變：

聽回憶

忘了說，這是一首歌的歌名，最近不經意聽到的，

那裡頭到底藏了哪些東西，

是否總得花些時間去聽聽呢？

現在的我聽著以前的回憶，那現在的我在哪兒？

我想跟回憶說，

現在的我過得很開心，

現在的我每天也都好期待，

謝謝你給我的～當然我也會創造更多更多的你

你說 這樣好嗎？ 嘻嘻

(2008年4月2日)

雖然現在的我還沒真正的體會到什麼是真正的快樂，也還不知道那生命的意義、絕對的真理是什麼東西，但發現自己正一步一步的邁向它，面對這個世界時，開始有了些勇氣。

第六節 小結

剛開始，死亡的概念對我而言，是經由家庭以及學校的雙重加乘影響所塑造的。家庭的「不說」加上學校的「不教」，使我將死亡、生病歸為一類，並認為是一種對人的傷害，它們會造成與親人之間的別離，且會因而產生失落、悲傷、不捨等負面情緒。面對這些事件我必須避免談論、避免探討，避免一再引發心中不必要的負面情緒，甚至認為經由談論將會遭致不幸的結局，這樣的思考過程在我心中，儼然成為一套理所當然的事實和方法。高中開始，走出家庭防護系統的我，一邊開始享受成長後獨立的喜悅，另一邊也開始真正赤裸裸的經驗到分離，雖然

並非由死亡造成，但卻讓我時時刻刻想到死亡的恐怖。在這當中我體驗了失去許多東西的感傷，以及無盡的哭泣。在面臨到這些情緒時，我試圖尋找許多方法，想要解決掉這些不被允許的悲傷。在高中的時候，我雖然因襲家庭的教導，秉持「不說」的傳統，對於離開家帶來的悲傷，我不跟家人說，也不跟同學或朋友說。不過，為了緩解自己的情緒，我用了兩個辦法來解決：(1) 回家，回家以及期待可以回家是讓我開心的方法，但再度離開家門卻會引發更大的傷悲；於是我(2) 建立假想中的傾聽對象，也就是虛擬朋友，我將「風」和「雨」納入我的密友名單，是我述說心情以及發洩情緒的對象，但這個方法帶來的快樂並無法持久。由於心總是繫在家人的存在及陪伴，為了不失去這一條心情慰藉的線，我在大學的專業領域選擇進入護理系就讀，解決未來家人可能面臨生病甚至死亡的事實，期望能習得延長壽命之法，以避免分離的到來。大學畢業後，更往有著種種疾病症狀的腫瘤科病房鑽，為的就是讓自己具備「拯救生命」的能力，希冀藉此習得避免面臨因病和死造成與家人分離的悲傷。

在醫療領域中，我瞭解到「人還是會走」，光只是學習延緩死亡的到來還不夠，於是我前後找到了一些方法，冀望能減少面臨「人得走」這個事實時的負面情緒。找到的兩個方法如下：(1) 把愛說出口，是一反以往「不說」的心態，而是嘗試把愛說出口，讓人生不要有遺憾，而能好好的面對死亡，並且藉由工作場所提供的機會來觀察此項策略是否成功。但是在臨床上，我看到的是，當說出愛，也做了許多愛，死亡降臨時，依舊會是無止盡的傷心，而非如我所認為的可以了無遺憾。於是產生了第二個方法；(2) 企圖找到人生的意義，藉由正確的看待生命，以解決死亡的問題。但是當我開始察照這樣的想法時，我發現當中有著很嚴重的問題，到底怎樣的「東西」才可被拿來堪稱為「意義」？關於「生命意義」，除有各種的論述和支持之外，甚至還有相背的狀況出現。真的會有一個值得依靠，能讓人擁有後就可以快樂，並且不懼死亡的意義嗎？為此，我苦惱不已，我找不著意義在哪裡。嘗試了上述兩種方法，未果，甚至陷入苦惱當中找不到出口。我轉往 3.內視自己、走向信仰。我嘗試走入宗教研究的領域，並藉由其所提供的知識和思考方式，探查「死亡」在自我內心的運作。

第五章 自我死亡觀的建構與超越

在這一章將就自我死亡概念的建構歷程作分析。當中採用發展心理學的理論，為自我死亡的建構方式作發展特性上的對照，並進一步詮釋自我生命碇泊的意義追尋。

分析的理論，將以艾瑞克森（Erikson）的心理社會發展理論、皮亞傑（Piaget）的認知發展理論，加上同樣將死亡概念依年齡作階段性研究之學者—Anthony 和 Maria Nagy，所觀察之結果，作為討論的依據，對照並探討自我死亡概念的發展歷程。艾瑞克森認為，人格發展是終其一生的歷程，共可分為八個階段，由於個人身心發展的特徵與社會文化的要求不同，每一個階段都有其獨特的發展任務，其所面臨的發展危機，對於未來下一個階段的發展有實際的影響，如果上一個階段的發展危機得到積極的適應與解決，個體的行為表現能夠適應社會環境的要求，則化危機為轉機，反而促進個體的成長，而能順利發展至下一個階段，否則危機不能解除，個體將會遭遇到適應的困難，並進而阻礙到以後各個階段的發展（蘇建文，1998：23-24）。皮亞傑的理論則強調認知思考的處理與知識的建構，他認為兒童的認知發展是呈階段進行的（程小危，1998）。每個兒童的發展階段順序相同，後續的階段不僅包括了先前階段的特質，且將其認知結構重新組織，因而產生新的品質，容許兒童表現更高層次得的心智活動（蔡春美，1988：121；蘇建文，1998：31）。此認知發展觀點聚焦在兒童如何建構知識，以及隨著時間他們的建構如何改變（林美珍，2007：16）。由艾瑞克森的理論可以延伸探究「死亡」危機，在各個階段所造成的影響；而由皮亞傑之理論可推探，各階段對死亡的認知方式。Anthony 和 Maria Nagy 更直接觀察兒童對於死亡的概念，並將其以階段性作為描述。

就敘事的內容，個人與死亡相關的經驗是影響自我死亡概念建構的依據。因此第一節至第七節，將以生命過程所遭遇的死亡事件作為素材，就影響自我死亡建構甚巨之七種不同經驗作分析，以說明自我死亡概念的建構歷程。為了能夠清楚瞭解自我死亡概念建構的發展，行文上以時間前後順序的方式分析。死亡問題即是生死問題，死亡問題與生命問題乃是一體的兩面（傅偉勳，1993：100）。因此，在討論自我的死亡建構之後，在第八節中，將說明自我所體認的死亡與意義之間的關係。

第一節 兒童遊戲中被埋葬的小麻雀

在敘事文中所描寫的，處理小麻雀屍體的這個類似兒童遊戲的事件，是一件對我而言具特殊意義的事件，在過程當中自我的死亡概念有了某種程度的建立，主要在死亡的基本認知，即死亡的生命體不會再有所反應，這是「你死了」的概念開始建立，不過此時自我尚未意識到「我會死」的問題，只是對外物死亡的一個覺察，...自我對死亡的認知符合了當時的死亡發展階段。另外，也建構出一套符合社會環境的教導所衍生出的處理死亡的方法，一套粗略的埋葬以及宗教儀式。

自我死亡概念的初步建立，是在兒童的遊戲時間並不足為怪，因為事件發生的時間是在我國小低年級的時候，據發展心理學的階段說，約落在艾瑞克森的玩耍期和學齡期之間；也是處於皮亞傑理論的運思前期和具體運思期之間。對此時的兒童而言，遊戲是一件重要的活動，這個事件也是在一個遊戲的過程裡發生的。遊戲可促使兒童探討死亡的觀念(DeSpelder & Strickland, 黃雅文等譯, 2006: 152)，每個小孩對於同樣的經驗可能會有不同的回應。在這次的遊戲中，自我對外界小動物的死亡開始有探究的行為，符合艾瑞克森的理論，兒童在玩耍期之後，會把注意的焦點轉移到外部環境的調查上，這是對環境的積極調查(Newman, B. M., & Newman, P. R., 著, 郭靜晃、吳幸玲譯, 1994: 345)。這時候的我已對外界的死亡現象感到興趣，並著手調查。從自我在面對到小動物屍體時的確認讀的動作，包括「冷冰冰的(頁63)」、「一動也不動，真的死了!(頁63)」等的描述，可知自我已經瞭解反應是生命的特徵，當生命體不再有反應時，他們也就不再是活體，即是死亡了。自我面對死亡會有這樣的反應，與DeSpelder和Strickland(黃雅文等譯, 2006: 152)的說法相同，他們表示小孩對死亡的典型覺察是：「它再也不動了」。除了調查之外，自我也開始嘗試解決小麻雀死亡的這個問題，這個動作符合皮亞傑理論的說法，他表示這個時期的小孩對所遇到的問題開始從事解決的動作。自我在解決死亡的動作上除了符合發展階段的說法外，其選擇的死亡解決方法是受到社會環境影響的。

在小麻雀死亡的事件中，可以觀察到自我受到社會影響的影子。這個影響屬於宗教方面，主要是由於家庭環境和同儕之間所形成之宗教環境。我的家庭是屬於融合了一般民間宗教與佛教的台灣傳統家庭，因此相關的宗教活動是在日常生

活中是常見的，這在敘事文中都有描述到，例如：一般民間信仰的多種神祇「初一、十五、過年過節都會拜拜，土地公、地基主、神明、祖先以及各種常見的神祇例如媽祖、關聖帝君、玄天上帝等，有重要的考試時（例如聯考）會去拜一下文昌君，過年期間還會到不同的廟宇進香呢。（頁 61）」，以及民間信仰的祭拜活動「媽媽是一個規矩的供奉，對於祭拜可是照足了長輩（阿公、阿嬤）的交代，畢恭畢敬。過年後要開工也都特定請人看日子，甚至與農民曆做對照（頁 61）」；佛教教育活動的參與「小時候爸媽偶而會帶我們到佛寺，也參加過佛教禪寺的夏令營（第四章，第一節，充滿宗教活動的家庭）」，以及佛教的朝山等儀式「更有大型的佛教活動，爸爸媽媽在我們小時候曾經連續好幾年都會帶全家去南投的靈巖山寺朝山（頁 61）」。就以上的描述，可知我的家庭環境極常接觸相關的宗教活動，根據結構功能主義（功能論）者表示，屬於社會單位的家庭滿足了特別的社會需求，包括將孩童社會化，以及規範其生活等（Anderson & Taylor 著，林冷等譯，2007：355）。自我藉由家庭環境學習到的一些宗教對於死亡的規範，在小麻雀的死亡事件中表現出來，例如屍體的掩埋、插香祭拜等與一般民間信仰或佛教都相同的儀式等，都可以明顯觀察到家庭環境對於自我處理死亡時的影響。

至此，在這個事件裡自我所建立的死亡概念如下：（1）死亡代表「生命不再有反應」，此認知與心理發展學家描述兒童對死亡的看法相同；（2）死亡是個必須處理的問題：這個概念符合皮亞傑對於幼兒遭遇問題（死亡）的反應；（3）死亡需用宗教方法來處理：這是自我經家庭環境社會化時所學習到的社會規範。

第二節 國小同儕的死亡—我會死嗎？

國小同儕死亡的經驗，讓自我的死亡概念由「你會死」漸漸轉向「我也會死」的思考方向，此時的認知發展已經可以讓自我瞭解到死亡是生命最終的結果，是生命完全的中斷。而在主觀的死亡態度方面，主要是受到學校環境的影響，學校處理此次學生死亡的方式，含有中國悠久哲學的儒家及道家的思維，這也使自我的死亡概念和態度轉趨保守不說的態勢。

同儕的死亡是發生在我國小的時候。屬於皮亞傑之具體運思期的我，已經具有分類的技能（Newman, B. M. & Newman, P. R. 著，郭靜晃、吳幸玲譯，1994：376）。

此能力讓我可以把雖非同班級但卻同年級的死者歸為同一類，而產生某種程度的認同，在本文中「其實原本只是兩個普通的小孩相偕出去玩，就跟我們平時一樣，地點就在我每天上下學都會經過的釣魚池旁（頁 73）」，自我藉由平時一起相同的活動、以及放學時經過相同的地方與原本不認識的同儕產生認同。這樣的認同也有助於自我在面臨同儕死亡時，會運用邏輯思考能力進一步推估至「我也會死」的事實。自我在此時對死亡的概念，已經可以瞭解到死亡是生命的終結、死亡可使生命完全中斷，如敘事文中說的「一旦失去生命，也就無法再挽會什麼，也就沒有以後了」、「生命會突然的中斷，不會理所當然的長大。（頁 72）」，都是在做如此的概念敘述，這與 Nagy（1948）對兒童死亡觀研究的第三階段的描述相合，她表示兒童在 9~10 歲時，已經能夠瞭解死亡是生物最終、必然、普遍的結果。因此，在同儕死亡的經驗裡，可發現自我的死亡概念的發展已經臻至成熟的階段，這與黃啟峰（2004）對國小高年級學童死亡概念之發展的觀察相同。

雖然自我死亡概念因為個體的發展狀況，加上同儕死亡的經驗而成熟，但那僅是客觀的認知概念。相對的在面對死亡的主觀態度方面，卻深深受到學校教育的影響。學校不僅教導特殊技能，還藉由灌輸兒童某種態度、信仰、及行為來達成社會整合的功能，將文化的觀念和社會的價值觀傳遞給下一代（Calhoun, C., Light, D., Keller, S., 2004：241）。在同儕死亡的這個事件裡，學校就是灌輸了儒家及道家在面對死亡時態度，老師面對此死亡事件持不去談論之態度「在學校的老師們也幾乎不會談到「死亡」這回事（頁 69）」、「老師前前後後也都沒說些麼話，就這樣事情就算過去了（頁 73）」，即是林綺雲（2000：23）所描述的儒家思考特色：重死重喪但避諱死亡。學校的態度雖然是避免談論死亡，但「死，祭之以禮」的責任卻不能免，這也是為儒家思想所注重的，因此老師會有帶領全班同學做哀悼禮節的動作「沒多久老師把全班集合起來，帶我們到那位小朋友的家，就在學校附近，我們並沒有進去看，老師讓我們在搭靈堂的廣場整好隊、一鞠躬後就帶隊回學校了（頁 73）」。

在同儕死亡的這個事件中，自我所建構的死亡概念和態度構如下：（1）死亡是生命最終的結果，是整個生命的完全終止；（2）我也會死：自我的死亡概念從「你死了」進展到「我會死」，會有這樣的進展也與個體發展狀況有關係；（3）不可談論死亡：這是環境影響而建立之死亡態度；（4）死亡禮儀之重要性遠大於情

感的抒發。有就是說自我在成熟的死亡概念下，更學習了是面對「不談論死亡」的態度。

第三節 弟弟和國中同學的疾病發作—失去親人的威脅

周遭親友疾病發作的遭遇，包括哥哥出生時差點死亡的家庭故事、弟弟長期受的疾病侵擾，將整體家庭的分為導引至「報喜不報憂」的態度，...。加上國中同學發病的經驗，於自我的個體發展更產生相當程度的衝擊，是自我在將來選擇人生方向時的重要依據。

我所處的家庭是屬於有慢性病童的家庭，這是我家對於死亡採取不談論以及隱諱的主要原因。張芷雲（1998：143）認為，小孩的慢性病會使一個家庭陷入愁雲慘霧中，由於每天生活中的變數都有可能威脅到小孩的生存，全家無法逃脫小孩得了慢性疾病的陰影，也就是說，小孩的慢性病所引發的苦痛會同時擴展到家庭。在我的家庭草創初期，尚未穩固時就面臨了哥哥的急性疾病以及弟弟的慢性疾病帶來重大衝擊，疾病對身體及周遭家人本身就是很沈重的負擔，如果再加上它可能造成無可收拾的結果—失去家人的失落感，那更是令人無法忍受。於是我的家庭這樣思考著：「既然疾病的發生是難免的，但至少我們可以有辦法去避免負面情緒」，於是避免談論負面消息的防衛機制誠然穩固。死亡尤其如是，由於死亡代表生命全然的結束和中斷，充斥著許多的負面訊息，因此更被我的家庭納入禁止談論，以及必須避諱的重點。

幾次目擊甚至被迫必須處理的疾病發作，是自我在發展上所遇到的危機，包括面對疾病或可能死亡時，自我的自卑感、無助感以及罪惡感。就艾瑞克森的理論，學齡期的發展任務是勤奮進取 v.s. 自貶自卑，這個時期的兒童開始對自己是否對社會團體有貢獻做出評價（蘇建文，1998：25），並對獲得技能與從事有意義工作產生渴望，成就一項工作就更增加學習的意願。但是朝自貶自卑方向發展的兒童，則對成功的可能性持有低期望並不為成就情境所打動，即使是對工作非常自信且對新的挑戰感到振奮的兒童，也有可能因為無法掌握的某一特定技能而體驗到某種程度的自卑（Newman, B. M., & Newman, P. R., 著，郭靜晃、吳幸玲譯，1994：394-395）。在自我處理疾病發作的技能上即是如此，在敘事文中提到弟弟疾病發作

的經驗，在當下的我都呈手足無措、慌亂，並且無法處理的情況「弟弟竟一頭倒在地上抽搐，口吐白沫，兩眼上翻，牙關緊咬，那是癲癇發作，兩個朋友在一旁已驚嚇的連動都不敢動，我也不知如何是好（頁 59）」，造成往後在面對需處理疾病或死亡的情況時，都會容易認為自己無法處理的自卑感以及無助感。他人疾病發作的經驗不僅讓自我產生自卑和無助感，也有罪惡感的成分在裡面，因為與弟弟的相處難免會有吵架的狀況，由於父母也對於生病的弟弟多些關注，讓我更在中心比較並產生嫉妒感，嫉妒感的產生讓自我感到罪惡感，因為我會聯想他的發作可能就是因我的嫉妒而起的。會這樣聯想是很正常的，林慧珍（2000：104）說，手足關係是世上最親密的關係之一，對兒童而言，手足間除了愉快的事情，有時也會產生某些不愉快的情緒，因此手足的死亡易讓兒童易產生罪惡感認為這次的死亡是因他而起，他必須為這次的死亡負責。同學的疾病發作，我的後退造成他的受傷「站了一陣子，排在我前面的男同學不知為何，突然整個人往後倒，我做了一件讓我很後悔的事—我竟然本能的避開了他，腳往後踏的一瞬間已經後悔了，結果他一頭撞在水泥地上，主任趕緊找來老師和導師，我受到數學老師責備的眼神，之後當然受了導師一節課的訓話，但是我最擔心的還是我那個同學，都是我害的（頁 71）」，同樣讓自我沒有盡到保護而導致可能致同學於死的罪惡感。因此，當同學問及我未來的方向時，我會自然而然的朝醫療方向去思考，想藉由習得醫療的技巧，為他人疾病發作時自我心中所產生的自卑、無助及罪惡感受負責。

綜合上述，擁有病童的家庭經驗以及因此而造成的氛圍之下，自我所建構的死亡概念和態度有：（1）死亡是需避諱，及禁止談論的：這個家庭環境所教導的死亡態度與學校所教導的「不可談論死亡」相似；（2）死亡是一件必須解決的事；（3）死亡會引發我自卑、無助及罪惡感受。

第四節 長輩的死亡與死亡儀式—面對死亡與喪葬的事實

曾祖母和祖母的死亡，是在敘事文中唯一的兩次參與喪葬禮儀的經驗，也是第一次有機會對人類死亡的屍體作觀察，更可說是往後對父母或手足死亡的想像「範本」，這樣的死亡，讓我確實感覺到死亡就在我的身邊，進而產生了對死亡害

怕和恐懼的情緒感受。而藉由這兩次的道教喪葬儀式，自我也內化了與宗教相關的生命觀（世界觀）。但是更重要的是，雖然在這些經驗中，家庭的各種反應強化了自我「不談論」的死亡態度之外，卻也因為當中父親情感爆發的突發事件，自我心中埋入了「是否可以表達對於死亡的情感？」的疑問及發想。

在祖母與曾祖母的死亡經驗中，我感到特別的震驚，這是由於我與兩者除了血緣關係外，也都曾有過很長時間的相處和親密關係。不再是遊戲中死亡的小動物、不再是隔壁班陌生的同儕，而是我著實接觸過並經營過感情的親人，因此他們的死讓我感受到死亡的近在咫尺。這兩個事件的發生，都是在我剛進入皮亞傑所說的形式運思期，這個階段所具有的抽象推理思考能力，讓我推測到將來我還必須面對到父母親以及自己的死亡。雖然前兩次有關死亡的經驗，已經讓我思考到我會死的事實，但自我並未對死亡作更深入的探討和想像，而這兩次親人死亡的經驗中所接觸到的種種事物，包括放在大廳裡冰冷不會再動的屍體、靈堂的布幔、厚重的棺材，以及許多親人的聚集等，才是真正讓我更具體更真實的想像到與我最親近的親人—父母，以及自己的死亡，並且經由想像體會到自我面臨死亡威脅時的恐懼和害怕的情緒，敘事本文中說道「想到奶奶的死亡我總會聯想到當爸爸死亡突然來臨時我該怎麼對付我的傷心。現在已經搞不太清楚，害怕死亡的無法預警是因為惆悵奶奶的過世，還是因為害怕它的再一次到來，把我所愛的人帶走，這樣的感受在日記中總是可以看得到（頁 69）」即是在表達自我想像到死亡可能會隨時無預期的到來，心中的害怕和恐懼情感。

自我在這兩次親人死亡的經驗，因為參與宗教的喪葬儀式，在自我的內心對於宇宙的觀點植入了「死後世界」及「輪迴」的概念。這兩次的喪禮都採取道教的儀式，這些儀式有傳統文化中的道教二元論，如天與地、陽與陰、神與鬼；三層式的宇宙觀（曾煥棠，2000：294），呈現出我們對死後世界的信仰（龔萬侯，2005）。而儀式的目的，也正是希望死者能藉著輪迴投生到較好的地方。

親人的葬禮經驗在形塑自我的宇宙觀之外，還讓自我在死亡態度除了「不談論」外有了第二種的思考方式—「人是否可以表達對於死亡的情感呢？」。雖然在這次經驗中，家人尤其是父母都在直接、間接或無意識的情況下，其行為都傳達出「不可談論死亡」的禁忌。而雖然宗教喪葬儀式具有心理層面的功能，能讓死者家屬因對死者的愛與依附之親密程度不同而表達出他們的哀傷，道教也是視親

人死亡為「反璞歸真」，並會庇佑後代子孫，但在另一方面，卻又對死亡採取敬而遠之的避諱態度，故在喪禮中的許多禁忌，為的就是希望能將人鬼做一區隔（曾煥棠，2000：260）。因此可說不說死亡的態度在家庭及儀式的雙效加乘之下得到了強化，但是爸爸在儀式進行中出乎意料的表現，其情感的爆發和悲傷的呈現，讓自我為「不說」的死亡態度提出質疑「人是否可以表達對於死亡的情感呢？」。這第二種不同以往的態度，對往後作者在思考自我該持何種死亡態度時，有著很深遠的影響，在之後的敘事文中可以明顯看到自我逐漸推翻推轉變了自己「不談論死亡」的態度，朝向「要去談論死亡」的態度發展。

在兩位親人的死亡經驗中，自我的死亡概念和態度有了新的發展，包括：(1) 自我對死亡產生恐懼和害怕的感覺；(2) 死後世界的存在；(3) 生命具輪迴性；(4) 對自我「不談論死亡」的態度產生質疑。

第五節 寵物的死亡—家庭成員的態度與自我對死亡的反思

小時候非常親密的寵物的死亡事件，讓我意識到自我對家庭的死亡態度感到生氣，這個生氣感受，加強了自我推翻家庭建立之死亡態度的決心。寵物雖然不是人類，其地位和死亡也往往受到周遭人的貶低，如果說對人類的死是「避免」去談論，那對於寵物的死根本就是「不需」去談論了。對於寵物的死漠視，是社會上普遍的狀況（DeSpelder & Strickland，黃雅文等譯，2006：159），但事實上研究指出，寵物的死亡對於與寵物建立友誼的兒童是個很大的失落（林慧珍，2000），這樣的失落可以觸發人類有關死亡和生命意義的思考和體悟，（李珮華，2010；劉子綺，2006；袁翠莘，2006）。敘事文中，寵物死亡的經驗於我亦是如此，雖然就親人死亡的經驗而言，之前已經經歷過祖母和曾祖母的死亡，但那時還有宗教儀式供情緒的抒發和悼念，而親密寵物的死亡所導致的失落和悲傷是完全沒有被安慰到的，在敘事文中可以看到多年後的我仍舊對寵物死亡有著悲傷的情緒：「十多年後的我，以為我對這段感情已經釋懷，因為畢竟只是小時候的寵物，我信心滿滿的認為我可以平靜的看待牠的死亡，沒想到這個自信在某次夢中破滅；原來我還是很在意、很想念牠，很想能對於牠即將離開之前做些什麼。（頁65）」。除了悲傷的情緒，這個經驗還讓我意識到家庭裡尤其是父母對寵物死亡的忽視，以及整

體對於死亡避諱談論的氛圍。這個意識讓我感到非常生氣，對於「不談論死亡」的死亡態度感到生氣，生氣的情緒也成為我未來圖謀改變的動力，是我想要對家庭的死亡態度從質疑導向非得轉變不可的主要原因，可說寵物死亡的經歷是對我對家庭整體成長反動的真正開始。

第六節 離家與分離—死亡的一種虛擬體會

與家人的分離，於我而言，是影響我很深遠的一段經驗，敘事文中大半的故事都是在敘說我對分離經驗的感受和悲傷情緒。分離的經驗的開始，是在我的青少年期，當中對自我的心理社會發展上除了有部分的自我認同外，卻也同時處在在認同混淆的危機之下。這個與家人分離所造成危機，形成了自我確立未來人生方向的重要契機。

第一次需長期離開家，是在進入高中後的住宿生活，艾瑞克森視此時為青少年期，是由自我認同與認同混淆這一核心衝突的演變所統一起來，他認為青少年期發展順利者，可以有明確的自我觀念與自我追尋的方向，稱之為自我統合；而發展障礙者的特徵是，生活無目的無方向，時而感到徬徨迷失，發生角色錯亂的現象（蘇建文，1998：26）。自我在高中時的發展卻是兩個方向，自我認同與認同混淆，雙向併行的。艾瑞克森所謂的自我認同有著自我整合的特性，高中的我開始整合自己的過去（例如：自己一直一來的喜好）、現在（例如：學校性向測驗的結果），並開始嘗試對未來自我生命做可能性的思考（例如：是否要遵循老師的思考、自己的未來與世界是要有什麼樣的關係），這樣的思考過程已經進入到艾瑞克森的自我認同及自我統合的階段。當中也牽涉到皮亞傑所言在這個階段具有的「可能性」（可以遵循或不遵循老師的說法）與「思考性」（思考自己對於園藝性向的思考歷程、思考他人—老師對於學生未來的思考方式）的思考特徵。自我整合的表現包括在選族住宿生活以及選擇組別的時候，這些都是自我想要脫離家庭獨立自主的宣示。

雖然高中的我逐漸在發展自我認同，但是離家的情緒卻讓一心想要獨立自主的我產生了內在和外在的衝突，因而陷入了認同混淆的危機，正如學者們所說：青少年和父母關係，他們一方面想要建立自己的自主性，一方面也希望維持和父

母親的關係（林美珍、黃世瑋、柯華葳，2007：277）。這時的我所產生的危機，符合了幸曼寧（1998：541）所描述之青少七個認同問題的其中三個，如下：

（1）前瞻性的時間或混淆的時間：

意指青少年面對危機時，沒有體認到時間的改變是不能挽回的（幸曼寧，1998）。在敘事中可發現，高中的我不僅沒有體認到時間的不可挽回，還在自己的學校生活中另闢了一個時間（自己一個人、下雨天）和空間（學校操場、防空洞、升旗台後頭的小空間）來回憶過去的家庭團聚和學校生活，以避開必須對未來有計畫和行動（離家、選組）的壓力。

（2）自我肯定或自我懷疑：

在敘事文「附隨生命而來的聚首和分離的感觸極大，這兩個極端的衝突之下，讓我產生許多自我瞭解上的疑惑，究竟我是快樂或不快樂？究竟我是活潑或是內向的？若這都是我的話，究竟我要的是什麼？（頁81）」中的字句，可以瞭解到因為「分離」的原因，自我分裂為二，一為外顯的快樂自我另一則是內縮的悲傷自我，這樣的兩個不同狀況卻都是自己，讓我無法統整自己對自己的看法，進而產生自我懷疑。

（3）意識信念形成或價值混淆：

青少年要開始選擇人生哲學，理想或宗教信仰為一生的內在支持（幸曼寧，1998）。顯然，此時的我雖已對自我現有的價值，也就是符合社會的價值感到懷疑，如敘事文中所言：「所有喜歡的事物、為未來立下的目標、所有我所可以散發的光芒都猶如流星般急速殞落。心中繞著許多問題，思索著這一切的一切（讀書、準備考試）是為著什麼（頁74）」、「這麼做了卻又找不著有何意義。（第四章，第三節，努力後的情緒落差—人生目標的疑問）」。但卻又尚未建立新的自我生命價值「這是我該追求的嗎？為了什麼？只是為了讓生命的繼續下去嗎？如果沒有了這些，我還剩下些什麼？（頁75）」，因此在自我認同上產生了價值混淆的危機。

青少年時期是作決定的時期（林美珍、黃世瑋、柯華葳，2007：267）。上述的危機雖讓自己為自我產生懷疑和混淆，但作為自我轉變或自我價值和理念確立的過渡期，危機其實扮演著促使我思考自己未來的催化劑。由於對離家的深刻情感體驗，讓我首次將「分離」、「失落」與「死亡」劃上等號。「在這時候，我對家人的想念、與好朋友相處的回憶、對愛人的掛心，有如穿著朦朧的小精靈舉著晶

亮的仙女棒，在周遭不停的舞動，提醒著我在陽光下所遺忘的東西。我放心的放縱自己，發狂的想像著當爸爸、媽媽、哥哥、弟弟過世時的清晰畫面…(頁 80-81)」，由於家人在心中佔有的極其重要的地位，使自我有勇氣決定要站起來對抗死亡。而對抗死亡的第一個決定，就是進入醫療相關領域—護理系就讀，藉此裝備自我對抗死亡的種種能力。

在青少年時期遭遇的分離經驗造成之認同混淆危機，讓自我在死亡建構上有了進一步的發展，包括：(1) 死亡等於分離、等於失落，會令人悲傷；(2) 醫療知識可以對抗死亡。

第七節 面對死亡的無奈—在災難與醫院中所面對的死亡

大學時遭遇的兩次重大傷亡災難事件，以及醫療工作碰到的他人死亡事件，這些生命歷程提供了許多的境界，讓我有機會對小時候和西方醫學所建立的面對死亡的態度作檢視，「實地」的測試自我心中的死亡概念和態度。而測試的後果，卻讓自我的發展朝向負面的結果。

雖然我的小時候已有接觸宗教（道教、佛教、民間宗教）所建立的「死後世界」及「輪迴」的宇宙觀，但顯然大學四年的護理教育所提供的西方科學對於宇宙的說法，更為令我所接受及內化。西方醫學提供的死亡概念很簡潔，也很容易瞭解，是屬於客觀的、成熟的死亡概念—身體功能的完全喪失、生命的完全中斷。其死亡態度的重點並非「死後」而是「生前」，我在當中學習到兩種面對死亡的態度，一為「要避免死亡」和「要延緩死亡」，二為自我對安寧療護處理死亡理念的兩個體悟：「給予愛可以緩解死亡的傷痛」、「擁有生命的意義足以對抗死亡意義」。這樣的教導和體悟正恰好加強了我想要對抗死亡決心。也因此在大學畢業後就立即投身臨床護理的單位，進入腫瘤科病房為的就是確實實行對抗死亡的行動。

我的生命經驗中曾經歷了台灣的兩個重大災難事件，921 地震和 SARS 傳染病事件，這兩個事件的共同特徵是大量的死亡以及對群眾對死亡的集體恐慌（恐懼）。在醫院的腫瘤科病房亦是如此的氣氛，常常可遭遇到的死亡，以及病患和家屬對於靠近的死亡有著的極大恐懼（恐慌）。這些與充斥著死亡的環境和職場領域，即成為自我測試先前一連串事件下所建構之死亡概念和態度的最佳場所。在

工作職場的實務操作的實際經驗中，例如：治療藥物含有許多折磨人的副作用、治療的失敗以及病患死亡等，證實了現今人類的科技無法完全避免死亡。在這些場所屢屢經驗到的人的生死別離，更讓我深刻感受到親密與愛需要承擔承諾的風險，那就是「離別」和「死亡」所帶來的痛苦，這樣的痛苦使我在「給予愛可以緩解死亡的傷痛」的態度上產生了怯步和懷疑。當瞭解到病房中病患本就各自擁有不同意義系統時，才發現自己對意義的多樣性以及其本質性瞭解的太少，使得這個方法流於想像而無法確實施行。在每一次病患死亡之後，每一次按照自己所學習到的對付死亡的方法卻不得其所的時候，都讓我感覺到自己對付死亡方法的失敗，一個個失敗的經驗更加強了兒童時期就隱伏在心中的對疾病處理的無助感。因此，我的心理社會發展朝向孤僻疏離的發展面向：「在同學間已無法擁有許多的歡笑，在大學的我幾乎是把自己封閉住的，沒有主動交朋友、除大一曾短暫的參加過服務性社團之外沒有參加其他任何的團體活動。並非是拒絕與別人互動，只是變得不主動與別人的世界產生聯繫，與同學的討論活動不會再多加入生活的閒聊，應該說不再經營新的友誼。(頁 85)」面對死亡無助感受的加深，連帶的使我對死亡的害怕和恐懼加劇，再加上環境因素，其中他人和其家屬面對死亡的态度對我的害怕和恐懼所產生的極大共鳴效果，讓自我面對死亡的态度顯得更加退縮和害怕。

他人死亡事件的經歷中，發現自我建立了三種面對死亡的态度，包括：(1)「要避免死亡」和「要延緩死亡」；(2) 給予愛可以緩解死亡的傷痛；(3) 擁有生命的意義足以對抗死亡意義。自我死亡概念和态度也在這些經驗裡有著深淺不一的失敗記錄，驗證的不成功，使得自我在面對死亡的态度上更加的害怕和恐懼。

就以上對於七個經驗的詮釋及論述，可整理出自我在面對死亡上的建構包括了死亡概念、死亡态度、以及面對死亡的情感反應三個方面。就自我的死亡概念而論的建構，是從小麻雀死亡事件中「死亡代表生命不再有反應」的概念，到同儕死亡事件時的概念「死亡是生命最終的結果，是整個生命的完全終止」。從死亡的客觀概念而言，自我的死亡概念在國小高年級時就已經建構出成熟的概念，與成人的死亡概念沒有很大的差別。比較特別的是，由於宗教環境的影響，自我的死亡概念除了對死亡的客觀了解外，還含有宗教所建立的宇宙觀在裡面，例如「死後世界的存在」及「生命具輪迴性」的概念，即是來自台灣民間宗教、道教和佛

教所共有的思想。

而死亡態度的建構，主要是受到社會環境中的家庭和學校單位的雙重影響，自我的死亡態度含有宗教和中國儒家和道家哲學的思想，自我因循社會教導而建立的死亡態度有「死亡禮儀之重要性遠大於情感的抒發」、「死亡需用宗教方法來處理」、「不可談論死亡」、「死亡是需避諱，及禁止談論的」。面對死亡不談論、避諱的態度在祖母與曾祖母死亡事件的影響之下有了改變，自我開始對「不可談論死亡」、「死亡是需避諱，及禁止談論的」的死亡態度產生質疑。到了寵物死亡的事件發生，自我由於對父母「不談論死亡」的死亡態度感到生氣，並進而想要讓自我摒除這樣的態度。到了最後一個事件—他人的死亡事件經驗中，自我已經完全去除「不可談論死亡」、「死亡是需避諱，及禁止談論的」的態度，朝向自己在西方醫學領域中所學習即體會到的死亡態度「給予愛可以緩解死亡的傷痛」、「擁有生命的意義足以對抗死亡意義」發展，不過由於在他人死亡事件經驗中的種種失敗例子，最後所建立的死亡態度也將面臨改變或修改的路途。

自我對於死亡的情緒，也是自我在死亡建構上的特點。自我在面對死亡尚有著許多負面情緒，包括在親友疾病發作經驗中所說到的「自卑、無助及罪惡感受」、在親人死亡經驗裡的「恐懼和害怕的感覺」，以及在分離經驗中自我對死亡更產生了悲傷的情緒「死亡等於分離、等於失落，會令人悲傷」。隨後而發生的事件包括分離事件和他人死亡事件，使得這些負面情緒的強度顯得更為劇烈。

第八節 死亡意義與生命的碇泊

在前一部分中分析的自我死亡概念的建構，除了死亡概念和態度的發展外，還包括對死亡的無助和悲傷的情緒感受，這些感受造成自我生活上極大的困擾。但這些困擾並非完全沒有益處，根據 Neimeyer（章薇卿譯，2007：119-120）的說法，悲傷可以將個體帶往意義重建的過程。而形成意義建構形式和樣貌的重要因素，除了心理發展和社會文化因素外，還包括靈性。Neimeyer 認為靈性，是宗教和宇宙觀之信念。他認為，在我們對死亡和失落的回應上來說，宗教或靈性都扮演著影響深遠的角色。也就是說超越死亡困難的重要機制，在於宗教和宇宙觀信念中所闡訴的意義，而這也是我生命的碇泊處。

文中提到許多與意義有關的信念和想法，在這裡我要先就意義的不同層次作說明。採用的是存在主義大師歐文·亞隆 (Irvin D. Yalom) 對於意義的說法和區分。歐文·亞隆 (易之新譯，2006：572-573) 說明，意義 (meaning) 和目的 (purpose) 的區別，意義和目的具有的不同意涵：「意義」是指道理或清楚的條理，一般用法是指某件事意圖表達的意思，尋找意義的意思是指尋找清楚的條理；「目的」是指意向、目標、功能，我們詢問某件事的目的時，是在問它的角色或功能：它是作什麼用的？要達到什麼結果？

藉由這樣的意涵，歐文·亞隆把意義可以分為兩種層次—人間意義和宇宙意義。我的生命意義是什麼？這個問題，是指某些哲學家說的「人間意義」(terrestrial meaning)。人間意義包括了目的：擁有意義感的人會認為生命具有某種有待實現的目的或功能，具有某種適合於自己的首要目標或許多目標。而生命的意義是什麼？這個問題，才是在詢問宇宙的意義，詢問的是一般生命是否符合某種完全連貫一致的模式。這可說，宇宙意義是指有某種外在、超越人類設計，必然是指某種神奇或靈性的宇宙安排。人間意義可能具有完全屬於塵世的基礎，也就是說，人可能不需要宇宙的意義體系就擁有個人的意義感。擁有宇宙意義感的人，通常會經驗到相應的人間意義，也就是人間的意義符合宇宙意義的實現或和諧。

往下的幾個部分所要論的是，自我在面臨死亡與分離所帶來的悲傷時，個體在生命意義上的重建過程。並採用歐文·亞隆對意義的說明和區分，來呈現出自我生命意義的變化。

一、死亡在我人生過程中產生的困擾

從自我整體的敘事內容來看，死亡是我人生過程中形成一股很大很複雜的力量，對於自我的生命發展而言是困擾和疑惑。這個力量改變了我與別人的關係、和他人的相處模式，這股力量還深刻的影響自我人生道路的選擇。死亡的力量所產生的困擾，可用以下三個點來表明我遭遇死亡的困擾。

(一) 我有多害怕死亡—恐懼、威脅、失落

敘事文中說的都是死亡各個面向讓我產生的極大害怕和恐懼。死亡當下所呈現的模樣，冰冷不動的屍體、不再有呼吸的身軀；死亡進行當下的情狀，生命徵

象的漸漸消逝、一旁親屬的不安、任何復甦奇蹟的無理等待、死亡前痛苦的病身；即將來臨的死亡，人類無法避免的一死、死亡將中斷現在所擁有的一切...。不管是過去、現在或將來的死亡，都讓我感到害怕、恐懼。這樣的感受，也可說在整個故事中的其中一個主軸，自我在說著自己有多麼的害怕死亡。

對於死亡的害怕和恐懼感受，是自我在工作場域上的一個很大的困擾。身在一個與助人相關的護理行業，是經常需要與死亡近距離碰觸到的，但是對於死亡的害怕也間接的讓我無法處理病患和家屬的害怕，只能同時陷入死亡情緒的愁雲之中。

（二）「深陷」悲傷的惡性循環

死亡和分離讓自我深陷悲傷的惡性循環中。死亡和分離的失落使我悲傷，悲傷讓我想為所愛的人多做一點事、多給一點愛，但給予許多的愛的後果，卻讓我更為其後必然而來的分離感到更加的悲傷和失落，於是我再度想要多做些什麼，再度為所做的失去感到悲傷...就這樣，自我陷入了無法處理悲傷的惡性循環。這樣強烈的、無法緩解的痛苦時時困擾著我日常的生活。它干擾了我與他人新的關係的建立，為了不再失去，我不得不把自己封閉起來，避免關係建立、情感投注後的失去。這個情形在自我生命歷程中越來越嚴重，從高中時負面情感的不外露，到大學時期只有一個朋友，並且不參與任何團體活動的孤僻性格，至職場工作以後更選擇了與人疏離的生活模式，不再有深入的友誼關係。Neimeyer（章薇卿譯，2007：4）表示，這種因失落而起的深沈空虛感，使得我們落入唯有選擇疏離與淺交的生活模式，也就是說不再對他人產生真正的依附，企圖減緩因無可避免的失落所帶來的痛苦。這句話也是悲傷與我的寫照。

（三）自我建構出了一個無意義的世界—人間意義的危機

在與死亡相處的過程中，我企圖賦予世界運作一個意義，冀望能突破死亡的完全中斷性，我檢視了一切我想的到的以及遇到的任何屬於人間的意義系統。包括人類生命傳承之責任、物質生活的富裕和享受的追求、助人者以及他所想要的回饋、名流千史、只要做好現在不必理會死亡的言論等，這些人間的意義在自我敘事的本文中都被我一一思慮過，這是一些可以讓許多人「快樂」生活在世間的意義。但當遇到死亡時將一切化為無的特性，這些由人自己所創造出的意義似乎無法堅實的存在，也跟著流於消滅一途。死亡事件在在的證實了我以生活經驗

為基礎的假設認知架構無效，於是自我落入的對世界的困惑。這樣的困惑讓自己生活沒有一個可以依從的基準點，整個對生命繼續的思緒和判斷也陷入混亂，甚至懷疑是否有繼續活下去的必要。

二、死亡認知學習與面對死亡情境的落差

雖然在第二節中，我用了發展心理學和社會環境因子，來探討其對自我死亡建構的影響，對於自我的死亡概念、態度和情緒等也都獲得了一定的瞭解。但是當再進一步問到我所遭遇到的困難和問題：為何對於死亡的焦慮、害怕和悲傷在我身上會顯的如此的嚴重？是否經由心理學的理論可以獲得另一種異於人間意義，而可以超越死亡的意義？這時碰到的極限是：

（一）心理認知說的是共通性，無法解釋我的情緒強度的「特異」性。

心理學對於因死亡產生的情緒作了許多的定義和描述，對於面對死亡的種種態度和行為作了許多的分析。它找了一個所有人的共通性，但卻無法說明為何死亡在我心中所佔的地位會如此的重大？為何同樣的一件事情，我會比別人還要更加的悲傷和害怕？Neimeyer（章薇卿譯，2007：119-120）對此狀況提出說明，沒有任何兩個人可以假設他們面對同一失落，就會經驗到一樣的悲傷，這就是「悲傷無共通性」的基本假設。但這也僅止於現象上的描述，依舊無法找到我會有如此情緒反應的癥結點。

（二）心理認知無法跨越意義的存在

當我發現人間意義在應付死亡時的不夠堅固，而轉往科學學理上探求時，卻發現就心理學思考上的某種程度而言，這個世界並沒有意義。這樣的說法並非是說心理學沒有提供任何意義系統，而是在說心理認知學認同存在這個世界上的所有意義，而變得沒有其核心意義可言。心理認知學對於意義的態度，就與這個講求多元化的世界一樣，只考慮到對不同意義的自由和包容，重視的是「個體必須擁有屬於自己的意義」而非「個體絕對需要的意義」，也因此忽略了意義之間的衝突和對立。於是，當我在心理學的範疇裡想要探求一個足以對付死亡的意義，容易讓人陷入「眾多意義」的無所適從的混亂局面。

三、對生命意義的追尋—與宗教的相遇

進到宗教研究所學習的這段期間，是自我敘事最後一段所處的場域，也是在說自我對生命意義的追尋現況。它是我原本人生計畫的中斷點，也將成為我未來人生的開始點。它為目前的我提供了一個極佳的空間，讓討論宗教與死亡不再是個禁忌。同時，宗教研究所的環境更讓我與更高層次的意義—宇宙意義相遇。

（一）生命意義尋找的停止點也是開始點

在現階段宗教研究所的學習，是我人生方向的一個重要分隔點。在這個地方，我讓我原有的人生計劃方向產生中斷，想要有這樣的中斷和停止，主要是自己給自我的一個機會，讓自我從面對死亡和分離的種種困境中，可以暫時的停歇，並作為尋找突破原本思考模式的一個契機。在停止以前的一切，卻又尚未開始進行未來的中繼點上，我得以休息並整理那一團混亂的追尋生命意義的步伐，得以沈澱所有起伏的情緒，並改用較為平靜的眼光細細審視。藉由整理和審視自我之生命意義，我可以為生命意義的追尋選擇較為正確的方向，所以這樣的停歇也是邁向下一步出發的開始。

（二）特殊的環境解除了討論宗教之宇宙意義的禁忌

方永泉（2008）表示，在過去的教育中，宗教一直被等同於「迷信」、「灌輸」等觀念，與宗教有關的課程並不見容於學校中，尤其是公立學校中，甚至隸屬於某些宗教的私立學校也非以該宗教的教義，而是以升學率來做為對學生與家長的號召，影響所及，使得社會大眾對於宗教並不了解，常產生兩極化的態度，要不就是對於宗教完全不了解採取輕蔑不尊重的態度；要不就陷入盲信或狂熱，遂使得有心者得以將宗教當作斂財或謀取名位的工具。我之前所處的環境即是如此，多不會公開討論宗教這個議題，甚至而還有極大的偏見，這從我選擇要進入宗教研究所就讀時，父親的反應出的擔心可見一斑。由於社會如此的偏見，使得在一般環境之下要討論宗教所提供的宇宙意義時便多有所忌諱。但是在宗教研究所，其學術立場，以及當中老師和同學的態度，所營造出的氣氛，讓我可以與他人自由公開的討論宗教的各個層面，包括各種宗教的教義及其對世界、生命和死亡的看法和說法。

（三）自我與宗教的相遇

除了在宗教研究所的學習領域中對宗教意義的學術性討論外，由於遇到的許多同學大多是宗教信仰者的原因。自我也開始嘗試真正投身作為一個信仰者的行列之中。選擇投身的對象，來自從小就在家庭中就有所接觸的、信賴度最高的佛教教義。藉由投身，我希望能夠確實的體會其宇宙意義對死亡的理解，以及對宇宙的說法所表達的含意。

四、生命碇泊的尋覓

在宗教研究所所中的自我沈澱、整理，以及對更高層次的宇宙意義的進一步理解之下。我得到了幾個對於我目前困境的解決方法，茲列如下：

（一）生命的中心點—真理的追尋

真理既是世界背後的真實，也是心智追逐的目標。自古至今，許多的思想家、哲學家、宗教家對於真理都多有所探討、論說和定義。我心目中的真理，在其本質上具有永恆性(eternity)、普遍性(universality)、絕對性(absoluteness)、一致性(consistency)以及超越性(transcendancy)等性質，不因人、事、時、地、物等各種因素的不同而改變。雖然約翰·鮑克(Jhon Bowker)(1994:360)對於真理的存在如是說：在既不能證實又不能證偽的情形下，真理的確定仍然懸而未決。因此不管是用邏輯推理，或是科學驗證的方式，都無法證實真理是否存在。既然無法否定真理的存在，那麼做為未來自我的方向，我願意放手一搏，一試真理的追尋，追尋一個讓自己的整體生命得以依循，作為思考中心點的絕對的、永恆的生命意義。

（二）人間意義與宇宙意義的和諧—世俗世界裡的實現

走回困境產生的地方，是我目前解決問題的主要方向，讓人間的意義符合宇宙意義的實現和和諧的途徑。這個方向，是將現在的我與過去作銜接，來瞻望未來方向。我要以現在對於宇宙意義有所瞭解的我，來解決我所遭遇的困境核心—死亡及分離。這些困境的主要產生點有兩個，一個是我的家庭，一個是之前讓我遭遇到種種他人死亡的護理工作。藉由宇宙意義所說之生命的真理，自我可與周遭的人建立一種新的關係，這樣的關係可以解決我與他人相處上的困境。宇宙之意義亦可在臨床病患的護理上有所運用，其看待生死的超越性對自我在面對他人死亡時，應可提供不同以往的心境和想法。這也是我挾宇宙意義而得之碇泊處。

第六章 結論

在這個部分，我用了譬喻的方式來作為我的結論，因為我認為它此法最能表達出心中的感受。要比喻的對象，是以進行這篇論文的一連串的活動，包括訂定自己的研究方向、查詢相關文獻、以及對自己死亡建構過程的長篇敘事。第一節裡，我用「達特吉娃鼠」來比喻自我死亡過建構中，所使用過面對死亡的種種方法，就有如達特吉娃鼠的言論內容一般，華麗而不實用；第二節，敘述著自我開始願意相信有一個可對付死亡的、絕對真理的存在，並用一首歌來比喻我心中願意去相信的轉折歷程；第三節，用了兩個故事來比喻我所體會到的的佛教教理，以及其在面對死亡上的應用；第四節，有別於前三節固著在「面對死亡」的討論，我用《千年女優》這個故事來譬喻在故事中我所要呈現出的自己的另一個模樣，一個只是因為喜歡追尋中的的自己，而才去尋找死亡答案的自己。

第一節 在死亡的邊界環繞

先說的一個譬喻，是我在追尋解決自我死亡問題時，所遇到的達特吉娃鼠們。他們是在一部動畫中很不起眼的一群小角色，就我的印象中也僅僅出現個一兩次，但是在他們對某一次行動討論方式，與我在敘事內容的整個過程中，有著某種程度的契合，那一段討論是這樣子的：

在魔法陣天使—勇者與柯柯麗中，出現的壞人當中的一群小角色，三隻老鼠。當魔王找他們商量如何進攻無限之塔時，以下大概是他們的談話內容：

老鼠 A：「無限之塔是個極度危險的地方」

老鼠 B：「無限之塔就像針堆起的塔，不是隨便的人可以靠近的」

老鼠 C：「無限之塔的重重機關，我們需得從長計議」

喜歡用難懂的字句交談，但是沒有意義。這是達特吉娃鼠的特性

（2009年7月2日，部落格）

常常在討論死亡的時候，都是如此的。死亡就有如一座我想要攻打的堡壘，為了能夠拿下這塊領土，我找來的一群謀士幫忙出主意，這群謀士就如達特吉娃鼠一般，提供了許多難懂的、華麗的字句，但對實際的攻打行動一點幫助都沒有。剛開始的時候，是我的爸爸、媽媽還有整個社會，他們是主張原地安居防守的保守派。對於死亡，他們告訴我，那裡充滿著危險，是「生人勿進」的恐怖地方，我們的行動必須小心翼翼，因為就算只是小小的談論聲響，都會引來敵人的襲擊。因此我按兵不動，嚴令所有的人慎勿超越了敵我的邊界。但敵方的叫囂聲擾動了大軍的心情，敵人演奏的樂聲激起了思鄉的情緒，整隊人馬躁動不安。於是我在心中思忖著，如何打破敵我對立的僵局？終於，我請來了遠近馳名的軍師，傳聞他對應付如此的狀況、這般難纏的敵人，有著得心應手的高明手段。他來自堅實的醫療體系，手擁著一部幾經淬煉而成的寶典...。的確，軍師的話語激起我們的鬥志，以及成功攻打的信心，連我最初的謀士都承認他的謀略非常值得一試。他說，我們不該尚未行動就感到害怕，被自己無知的想像所蒙蔽而怯步不前，他花了許多的時間跟我說明，這件事情對於整個人類而言是一件非常重要的事情，是大家都必須去面對及重視的。我們徹夜談論，如何讓所有的兵將都瞭解這樣的局勢，相信，只要激起整個軍隊的注重，於拿下城堡這件事簡直易如反掌。結束長時間的學習與言論，我下定決心，起身面對及抗爭的行動刻不容緩。

我們首先發動攻擊的，是死亡的一支大軍駐紮地，也是充滿病痛的所在—腫瘤科病房。但，舉軍踏入戰場的結果卻不如預期，對手堅不可摧，長期的戰事使得局勢陷入膠著，屢攻不破，換來的是疲憊的身軀和充滿無助的心。士氣低落的我，被迫只得暫時收兵，重長計議。我開始廣招民間的能人異士，希望能解決現在陷入的窘境。有一天，一個荷著鋤頭的老人，拖著蹣跚的腳步來謁見，獻策給正不知如何是好的我。老人表示他曾聽說有一個隱居深山的高人，沒有人確切知道他到底知道些什麼，不過或許他有辦法可以處理我目前的境況，甚而可以直搗那多次來擾，卻又不得不面對的死亡，祂的藏身之穴。這位高人娓娓道著他面對死亡的種種經驗，他說著死亡擁有著千變萬化的面貌，分析死亡在我心中所顯現出的種種模樣，並且告訴我家庭、社會的種種因素，會影響我攻打死亡這座堡壘的能力。因此我再三仔細查清這些因素的底細，發現果然家庭、學校、社會、職場等環境，對我影響甚大。...但，一切的一切，那又如何，寫完了一整篇的敘說，縱使

有了這許多的瞭解，我依舊害怕，對於死亡我依舊不知所措。我所遇到的三群謀士就有如那三隻達特吉娃鼠一般，用了三種方式向我說明要面對死亡是多麼重要的一件事情，其中包括種種的經驗、羅列在教科書中的各個理論，但卻沒有人給我任何武器，任何可以真正攻破城堡的武器。所以，到了最後，死亡依然在那兒，矗立不搖。

於是忍不住要問，說了自己的故事又如何，帶來許多眼淚，頂多更分析了眼淚的成份，那又如何。就如課堂上老師說過的一句話「生命的定調很重要」。當然，這句話一說出來的時候，就得到許多人的認同，表示大家本來就是這樣認為的，就像是「如何面對死亡很重要的」一般。但是我卻一直覺得這句話好空洞，說出來時好像很炫麗，卻像那被打像天空的煙花一樣...人們望著它，好美，但卻好短暫，在那裡人們看不到一丁點真實，就像達特吉娃鼠說的話一樣。...Of course I know！我當然知道這個很重要，每個人也常常對著彼此講著這一句話，但卻都忘了說到底該定哪一種調？或者說該如何定調！用愛來抵抗死亡就夠了嗎？一個擁有意義的人就夠讓死亡臣服了嗎？許多的詞句喊起來響亮，卻是不完全。我想要定一種調，我需要一個可以真真正正讓死亡徹底失敗的藥。或許，就在信仰裡頭。

第二節 相信有一個絕對的真理並不笨

再說的，不是譬喻，而是有關我與信仰、我與我所定的調，用了一首歌《silly Dreamer》的內容來表達出自我轉向信仰的歷程。雖然在我的家庭生活中，總離不開宗教的活動，但是接受學校科學教育的我，一直把信仰的部分放在存而不論的狀態，這也是學習自儒家的教法，所謂「未知生，焉知死」、「子不語怪力亂神」的精神，是確確實實做到了。尤其，實證科學知識的攝取，更讓我不把宗教信仰（形上的信仰）放在心裡面，所以在某次原以為是跟我「同陣線」的哥哥把佛經給我的動作，的確是讓我受了不小的「驚嚇」。這件事的發生不禁讓我這個跟隨者有些慌了手腳。怎麼回事？哥哥的想法不該是跟我一樣的嗎？他怎麼會把一部佛教的經典擁作貼身之物，甚至視為可解決問題的方法。再加上在工作上對於信仰的力量的觀察，於是，我把棄在一旁的信仰拿起來，仔細端詳，或許這裡有著絕對的真實（真理）。相信有它的存在，說不定並不是愚笨的夢想者（silly dreamer）。

Silly dreamer 的想像來自動畫 strawberry shortcake - sweet dreams movie 裡的一首歌曲，一首合唱曲，裡頭包括草莓妹對於夢想產生沮喪，以及朋友們對她的鼓勵：

Silly Dreamer

[Strawberry Shortcake]

Silly dreamer. What were you thinking ? You dreamed so big. There was no way you could win

Silly dreamer. Your hope is sinking. You never really had a chance
So why' dja bother to begin?

When your most favorite dream' s. About to shatter. And you see it' ll never come true. Why keep on hoping your dream. Will ever matter? And if it won' t. What' s the matter with you?

Silly dreamer, You' re better off with open eyes. No disappointments or being taken by surprise. You wished upon a star. But it was too high to achieve. Silly dreamer. Silly dreamer. Weren' t you just silly to believe?

[Ginger Snap]

Silly dreamer. Don' t stop your dreaming

[Orange Blossom]

No dream' s too big. And no victory too small

[Angel Cake]

Silly dreamer. It' s you who leads us

[Lemon Meringue]

Without our dreams. How on earth. Would we get anywhere at all?

[Ginger Snap, Angel Cake, Orange Blossom and Lemon Meringue]

When it seems like you ought to stop believing

And it feels like there's no more you can do

Just hold on, knowing darkness is deceiving

With the light

All your dreams my just come true...

[Strawberry Shortcake]

Silly dreamer. You still can dream with open eyes. And see a
future. That smiles on anyone who tries. Keep wishing on that star

[Ginger Snap, Angel Cake, Orange Blossom and Lemon Meringue]

Keep wishing on that star

[Strawberry Shortcake]

Who knows what heights you might achieve

[Ginger Snap, Angel Cake, Orange Blossom and Lemon Meringue]

Silly dreamer. Silly dreamer

[Strawberry Shortcake]

It's never silly to believe!

我對信仰的拋棄，對於信仰的不屑一顧，就有如前段歌詞中草莓妹對於夢想的沮喪和不相信。除了不屑一顧，我還一味的朝著相反的方向奔跑，恨不得自己離不真實的信仰越遠越好。但是一路上的失敗，以及哥哥行動上的鼓勵，讓我開始偷偷的往信仰方向看，這樣的情形只要仔細端詳自我敘事的最後一段，我在研究所期間的種種思維和想法，就不難明白我對信仰所能提供的絕對真實已經動了心。雖動了心，卻也被先前科學致上的觀念所束縛，但《Silly Dreamer》的最後一句詞

兒— It's never silly to believe!卻感動了我，這首歌就彷彿是對自己的鼓勵，「去相信並不笨」。去相信有一個值得相信的絕對真理並不笨，去相信一定有一個可以完全對付死亡的方法，並不笨。於是我的信仰開始奠基。雖然在敘事文中仍陷在科學的窠臼裡，擔心被實證的言論訕笑，於是對於信仰總不明說，甚至刻意隱而不說，只在自我敘事的後頭，以宗教研究所的種種教導為某種藉口，才敢把自我的死亡觀與信仰連結上關係。然而，這個信仰原本早就存在我的家庭裡頭，存在我說的與家人有關的每個故事裡，那是我從小耳濡目染的佛教，我想，面對死亡的方法的「調」應該就在佛教裡頭。

第三節 觸碰死亡的核心—無明與生死了悟

再多用幾個故事來譬喻，對於我鎖定的「調」，對於我透過信仰所瞭解的死亡。我對死亡的瞭解，來自佛陀《大方廣圓覺修多羅了義經》（唐闍賓國沙門·佛陀多羅譯）的說法：「善男子！一切眾生從無始來種種顛倒，猶如迷人四方易處；妄認四大為自身相，譬彼病目見空中華及第二月。善男子！空實無花病者妄執；由妄執故，非唯惑此需空自性，亦復迷彼實華生處；由此妄有，輪轉生死，故名無明。」。意思是，由於人的無明，不明白真正的自我，而對自身與自心產生錯誤的認識，乃至妄執為我，隨著虛妄執著的身心之生生死死，而以為自己在生生死死，所以才有所謂的生死輪迴（陳錫琦，2000：159）。這樣子的想法，讓我對於我要去攻打死亡的行為有了幾層的認識：第一層，生滅原是我無明所建構，實際上根本沒有東西可以失去；第二層，死亡來自自我對自己錯誤的認識，是不存在的對象。

在敘事文中清晰可見，於我而言死亡代表著失去，究竟死亡使我失去了什麼？失去了我的家人，文中有許多我對家人的依戀，單單短暫的分離就會使我淚流滿面，何況是死亡帶來的真正失去；失去了我的朋友，一起歡笑、一起遊戲的朋友。不多說別的，就單單這兩樣，已經讓我手忙腳亂，哭得唏哩嘩啦。開始時是自己妄執有一個我，這個我與世界產生了種種的關係，包括親子關係、手足關係、朋友關係等，這些關係到最後變成「我的」，於是我堅決的不想放下，對於即將因為死亡而失去它們，我感到萬分痛苦，就如卡通《KERORO 軍曹》裡的 KERORO 心理

狀態的變動一般，故事是這樣的：

有一群 K 隆星人，他們來地球的主要目的是侵略藍星(地球)，隊長 KERORO 等五人寄住在日本的一個家庭中，與這個家的冬樹、夏美和媽媽之間有著微妙的感情和關係，這些只是背景.....

有一天，因為某個原因，他們五個人加上冬樹和夏美都失去記憶，忘記自己是誰...於是他們開始用各種方法想要知道自己是誰...過程中，他們發現他們的腦袋中對某個字，或某個東西特別敏感，於是他們開始在這方面作了許多猜測...他們來到一個房間，他們猜想這五個 K 隆星人和冬樹、夏美是一家人，於是他們開始各自模擬家庭中的角色，而 KERORO 也戴起一頂只剩一根頭髮的帽子，當這個家庭的「爺爺」...之後，他們發現應該有別的線索，追查之下，發現有一個定時炸彈倒數計時正接近尾聲的炸彈，於是他們開始爭論要減掉炸彈上哪一根線來阻止引爆，隨著爭論，時間也一分一秒的過去，在最後一秒時，其中一個人說「不管了，隨便剪一條」，於是在最後的那一秒鐘"喀差"一聲，竟然沒有剪到任何一條線，而是剪斷了 KERORO 的那一根頭髮，KERORO 慘叫了一聲「阿...這是我僅剩的一根頭髮呀....」...附帶一提，KERORO 本來就沒有頭髮...

(2008 年 3 月 21 日，部落格)

老實說，KERORO 本來就沒有頭髮；老實說，有沒有頭髮對本來的他來說根本不是問題。而在這個時間的他，竟看這根頭髮如此重要和無法割捨。我也是如此，我與他人的關係被我設定為「自己」重要的東西，爸媽對我的疼愛、哥哥弟弟對我的信賴、朋友對我的喜愛，都是我的。於是就像 KERORO 緊緊抓著不放的那根頭髮一樣，我也把自以為自己的東西攬在身旁，不許死亡來碰它一根汗毛，不容許任何的失去。

第二層，死亡是不存在的對象，就由迪士尼卡通《森林泰山》來比喻吧！那一集故事是這樣的：

營火邊有兩個女童軍、森林之王泰山、以及泰山的朋友一隻金剛...，他們正在聽著其中一位女童軍講故事~~~燈火搖曳、四周黑漆漆、她正在說著一個恐怖的故事「接著，喬治打開那一扇高聳陰暗的門後，他發

現門後是....」，正說到這裡的時候，金剛連忙把女童軍叫到一旁跟她說「你千萬不能講恐怖故事，不然那泰山會持續一長段時間緊張害怕到睡不著覺，對什麼事都大驚小怪...害我也沒有辦法休息』，女童軍聽了之後便答應了金剛，回到營火邊後，她繼續說「結果那個門後....沒人...哈哈，很好笑吧，泰山」她把恐怖故事改成一個笑話，但是沒想到泰山竟然也嚇出一身冷汗「呷!!!沒人!!!後面沒人!!!哇~~~~~」於是那一晚回到家後，他開始做了很多措施，防備「沒人」的到來。接著，金剛準備要回到與泰山共同的樹屋睡覺時，泰山在對講機質問他「你後面有沒有跟著什麼人?』，金剛說「喔，拜託，泰山，讓我進去，我後面沒人」，泰山「呷!!你後面有''沒人''，不准你進來」....一陣混亂後，泰山躲進了一個被很堅固金屬包圍的小房間裡，他把自己關在裡面，並且很得意的說「哈哈，這樣我就放心了，這可是特別訂做的超高級堅固保險箱，沒人可以進來，也沒人可以出去」，說完他停頓一會兒，想著自己說的話「呷!''沒人''可以進來，''沒人''也可以出去，哇~~~~~」接著又繼續著泰山逃命的戲碼.....

(2008年4月15日，部落格)

這算是一部用誇張手法表現的卡通吧！看完之後，第一個感覺是覺得「很好笑！」；第二個感覺是覺得「很有趣」，「沒人」這個構想很有趣；第三個感覺是「我會不會也是像泰山一樣？」。對於死亡，我設下了許多防備，為的就是讓死亡不得其門而入，但是死亡是否就像「沒人」那樣的存在？於是我對著不存在的死亡說「不要來」，於是我想像有一個死亡的城堡需要去攻打，於是我研擬了許多對付死亡的方法...而實際上，我所在乎、我所害怕，我所要解決的是自己的幻覺—「死亡」。

這些便是我經由佛教教義而對於失落和死亡的一些體會。失落感即是來自事物的滅，但種種自己以為的生滅，就有如 KERORO 頭上那一根對他而言本就不必要的毛髮，是自我無明妄見所建構，因此事實上根本沒有東西可以失去。於死亡，也是如是說，死亡亦是滅，亦是自我無明造作使然，就有如泰山建立出的「沒人」一般，似乎有個害怕的對象，實際上這個對象卻不存在。

第四節 生命意義追尋的省思

最後一個譬喻，說的不再是我在這個過程中得到了什麼、或我對死亡的想法有著什麼樣的轉變和體悟。而是跳出來看自我在敘事文中的模樣，一個只因為喜歡追尋中的自己而追尋的人，就有如日本導演金敏所致作的動畫《千年女優》中的女主角一般。這部動畫說的故事是這樣的：

發生的時候是在第二次世界大戰的日本，一個小女孩愛上了她冒險幫助的年輕逃兵，兩人約定「和平到來之後，我一定要帶妳到我的故鄉去，去看那裡的冬天一片白雪皚皚、一望無際的銀色世界。」。…年輕逃兵早已不知所蹤，這位小女孩從少女、成年、直至結婚後，都一直不斷的、勇敢的追尋著她所深深愛上的這一個人。身為女星的她，所主演的每部影片的角色也都有如現實中的她一般，一幕幕的場景不管是荳蔻少女、高強的忍者、準備飛向太空的女太空人，千百種角色裡都充滿著她追尋愛的身影。…之後的之後，她老了，成了床榻上已無當年風韻的將死之軀，這時依舊沒有找到那個她所深深愛著的人。身旁的人為她哭泣，責怪自己沒能來得及幫助這位老人家完成她一生所追尋的願望。她笑笑的说：「那個人的身影在我記憶早已模糊不復。直到最後，我才發現，我真正喜歡的不是他，而是那一個不斷追尋著的自己。」

通常在卡通中，冒險完，都會有一個快樂的結局，結局關乎著打敗惡魔、解決難題，並重新與心愛的人相聚。但顯然，這《千年女優》的故事並非如此，她並沒有如願以償與愛人再度相聚，但她卻用另一種方式看待自己努力卻沒有得到成功的過程。就如主角在找尋她所愛的人一樣，我對於自己的生命也是如此，不顧一切不斷在尋找、不斷在汲汲追趕著一個「終極答案」，一個可以解決生命中所有問題的答案。在這個過程中，一再的失敗，一再浮出的新曙光，以及如流星般殞滅的希望。或許，正如她所說，到了現在，有沒有找到這個終極答案、有沒有找到面對死亡的方法對我而言並不重要，並沒有那樣重要。或許，從頭到尾，我只是因為我喜歡這個樣子的自己，一直追尋著答案的自己。

第五節 最後的總說

當初，寫這個题目的目的主要是要處理自己無可救藥的悲傷情緒，由於這些情緒與分離和死亡的恐懼有著很大的牽扯，於是我變決定單刀直入的方式，從自我與死亡的關係上下手。整個論文進行下來，我得到了自我死亡觀的整個建構歷程，我瞭解到其中的轉折和建構的相關原因...然後，我一無所有。自我生命歷程中對於死亡的問題所尋求的種種答案，就有如從達特吉娃鼠口中說出的言語一般，華而不實，只能在死亡周圍就著一定的軌道旋繞，而永遠也無法碰觸到死亡的核心。因而，我轉而向我一直不願意相信的信仰層面張望，藉著歌曲內容所帶來的鼓勵，我讓自己不僅是偷偷張望，而是全新的願意去相信信仰的力量，而這樣的轉變似乎有著某種效果，佛教教義的瞭解和體悟，似乎對死亡的問題有所幫助。寫到這兒，我不禁反問自己，這一切一切的真正結果到底是如何？結果是自我似乎找到了面對死亡的方法，但事實上又沒那麼確定，在敘事文中只提到這個方法似乎緩解的許多的悲傷情緒，但卻還不夠讓我斬釘截鐵的告訴你這個方法絕對有用。於是乎，整個對死亡問題的追求又在這樣似是而非的言語下沒了結果。

不過，其實在最後的最後，我為自己留了個讓我可以真正說嘴的結果，那就是在這整個歷程中，我紮紮實實享受到了追尋真理的樂趣。

第六節 研究限制與研究建議

一、 研究限制

這個研究的對象是單一的個人，雖可詳細探究一個人的死亡和意義建構歷，但其所得之結果，並無法提供一個人類普遍的狀況。再者，就整體自我發展的「超越」問題，這個世界並無對意義有一個共同的想法，各據一詞，因此在講到「超越」上就成為一個問題。怎樣的發展方向才叫做超越？死亡觀之間真有高低之分嗎？這是在研究當中無法具說且無從證實的。

學海無涯，也可說是這個研究上的一個限制，舉凡各路學者都對於死亡及其意義都各有其論述，而人生畢竟有限，基於研究時間上之限制，於我而言至今還未能攫取所有與「死亡意義」相關理論或說法作通徹之瞭解，此也為研究在分析廣面上的主要限制。

二、研究建議

就這個題目《面對死亡—自我死亡觀的建構與超越》而言，除了如本篇所使用的學理之外，尚可以從不同的理論範疇來參考和討論。例如哲學上的思考，包括東方的儒家哲學、道家哲學等，或者是西方各派哲學家都多有對於死亡的相關論述和看法；亦或是近代心理學中之意義治療理論，或者是存在心理治療理論，也都有就死亡所帶來之生命意義問題，多有所深入的探討。因此，這些也是這樣的研究將來可以繼續發展的可能方向。

雖然此研究結果並無法說明一個普遍性的狀況，但此種敘事研究方法，在面對個人的相關工作上卻可以多有所應用。例如在護理臨床上面對的病患，或者是個別的輔導上，皆可有適當的轉化和運用。

後記：生命的回應

在這裡，我將就前面之研究分析與討論，回應出自我心中的感受和想法。共分三部分，包括研究過程中的感受以及論文的輾轉過程、對於「意義」問題的另一種思考，以及自己未來之路的方向。

一、 論文的輾轉

研究對象為自己，是在進研究所的開始就已經十分確定的一件事了。想要處理這個世界的一切事物，我想，從根本的自己出發是對的。面對這個世界的種種，我所能控制、所能行動的也只是自己，因此不先處理自己本身的麻煩、不研究自己，那要研究誰？這樣想之後，研究對象也就確立了。但要研究自己的什麼呢？要解決自己的哪些疑惑呢？在這篇論文之下筆之前，我就已經知道，此篇論文的書寫並無法完全解決在我內心纏結的許多問題，包括情緒的強大起伏的原因，以及是否真可確實尋得人生的意義等疑問，都非一時三刻，或一個碩士論文可全然處理的事情。於是我將它當作一個階段性的，對於自我某種理念（觀點）的釐清，整個論文方向也由自我認識，縮轉至對「自我死亡觀」的瞭解。但是由於死亡觀與意義的不可分，致使整個牽涉範圍還是很廣，因此如何順著主脈走是時時需注意的到的問題。

我可以跳出我來看自己嗎？這關係到主體性的問題，雖然已有一些學者對此自我分析之方法表示可行，而且實際上也已有一些人做過這樣子的研究，但實際上仍屬少數。所以當我跟同學或學長姐談起自己的論文時，總難免會受到質疑，甚至認為不可行。難道自己本無法知道真正的自己？不然為何自己還要去瞭解自己？如果自己需要去瞭解自己，那個將被瞭解的自己又是誰？那個執行瞭解的本體又是誰呢？這些有點像是哲學對於本體的命題題目，的確讓我昏頭，不過挾著自己的一身熱情，加上理論上的支持，我願意嘗試看看究竟瞭解自己是怎麼樣的一回事。

在整理回溯自己以前的日記和文章時，發現文章中的我既熟悉又陌生，熟悉在於那確實是從我的手中寫出的文字。陌生的是，我不太確定我是否可以體會過去的我的心思？因為那文字當中透露著似曾相識卻又陌生的想法。這樣的感覺很

奇特，就像是一群曾為兒童的大人，卻還必須用盡辦法在兒童身上瞭解兒童一般。這或許就是「主體」與「客體」的感受吧！

以往從未停步為整理自己的狀況之下，所感受到的挫折、所遭遇到的瓶頸，都只能胡亂的就往心理深處塞。這次進行的研究，卻得把那些心底之物打開，於我而言，確是一件不容易的事，有點像是在翻攪著一鍋已黏稠難以分辨的過去。要再像故事般寫出來更是一件難事，本想有一篇精彩絕倫的故事，寫出的卻是一篇關於自己的雜說，唉！或許在研究限制上該加上「文筆不佳」這一項。還好，重點並不是在文筆的優美，而是我在說一個什麼樣的自己，以及我得到一個什麼樣的自己。

在第五章的分析和討論中遇到了許多的困難。由於我一開始的重心，都是放在自我死亡觀的發展與心理認知相關理論上的對照，雖這本是此篇論文的目的之一，但怎麼寫都好像覺得不對，與老師有許多次的討論，卻都觸不到這篇論文所真正要講的核心。直至，老師要我嘗試跳出傳統論文寫作形式的限制，寫出自己真正想要說的東西、自己對於自己故事的整個看法和所得。自此，我才寫出了第五章的最後一節，有關於自我生命意義的碇泊。

二、對於意義的思考永遠不會結束

論文進行到需要去分析自己的意義系統時，尋找相關文獻資料的過程，真的可說是「亦喜亦憂」。喜的是，這個世界還是有許許多多的人在關注這一個問題，有關生命意義的問題。只要是有「人」在進行研究得和領域，似乎都會有「人」對這個議題感到興趣，可說「人」對此議題可是感到興致勃勃的。從我所接觸的醫學領域、心理學領域，在大學期間和研究所時稍有碰觸的哲學領域，以及宗教領域等皆然。因此要搜尋到與「生命意義」相關的資料並不是一件非常困難的任務。雖是這麼說，但這項優點也是讓我「憂」慮的主要原因，由於方向眾多，混亂了我的思緒，我一度找不著論文方向的切入點。我在一堆讀也讀不完的文獻裡迷失了方向。有些東西，好像有些瞭解，卻又好像不是很瞭解，以為可以足夠，但卻又得再看更多更深入的資料，有種「永無止盡」之感。

再者，當確定論文走向之後，我面臨到另一個問題：對於不同的意義是否該去批評（批判）？這牽涉到對於不同意義高低的評判，以及我憑什麼可以去做評

判？當然，許多學者們對於不同的意義系統已多有所分類。就其所言之意義系統的高下之分，居下之意義系統大致也都是有關生理滿足、物質需求滿足、功利成就滿足之相關事項；但居上之意義系統則有著較多的歧異。雖宗教或者信仰常居意義系統之上首，但不同宗教之間的評價又各有其異。在哲學的思考上亦是，同樣是運用哲學之邏輯思考，不同之思考家之間也是多有所不同之說法。在這裡我要強調的是，關於意義系統的層次高低之分，尚未有一共同所認同之定論。因此在分析自身不同時期之意義系統之變化與比較時，便有著相當之困難。因此在論文的行文中，我某種程度避開了高低之比較，但在這行文之尾，不禁還是對於這樣的感想做稍許的回應。

「生命無意義」的生命意義是否真的不妥？若就文中所言，確是造成自我心中之徬徨與無措。但是之後所遇到之佛教教法，對其「空」之說法的理解，某種程度卻與「無意義」這個說法有謀和之處。而這時接受並願意相信佛教的我，卻似乎沒有因此而感到無所適從，佛教與先前對於「無意義」這一層體會產生的共鳴，反倒讓我能更快接受及理解佛教在隨後所指陳的另外一個境界。因此，雖說「無意義」的這個意義曾讓我傷透腦筋，但他卻不失為自我生命意義往後發展方向的一個重要的中驛站。

再說「生命可以有多種意義」的這個自我混淆階段。雖說在前文中，對此我都說不滿意，並一意的想要依著有如理想主義者們的想法一般，非得要找到宇宙裡唯一的真理不可。但在這裡，我還是想要說說，我對「生命可以有多種意義」這個說法的進一步想法：「生命可以有多種意義」，其中思考邏輯上，是否有就是在說「無意義」呢？因為若說生命意義，有著生命整體的規準之意，那麼「有眾多意義」的眾多規準之下，也就沒個規準可言，那不就與「無意義」的無規準，有著極為相似之處嗎！

三、我的前方之路

在對於自己想要多些瞭解的願望，其實包含了尋找自己未來繼續走的出路。未來我能如何？未來我想如何？由於完成此篇論文的幫助，增加了自己在面對死亡上的信心，因而希望在接下來之人生實質之路上，依舊是朝著原本所從事之護理人員的工作前進。雖說如此，如何前進是個問題，要問的是「現在的我，會用

什麼方法去面對死亡？」。瞭解自我的死亡概念，以及對死亡的思考，在臨床上有一定的幫助力量。因為在很多時候，治療者本身即是工具，尤其在與患者或家屬進行心理或心靈上的交流時常常是如此。再者對於自我死亡觀的分析能力，也可以運用在他人對死亡的思考脈絡上的理解，相信可以較快速並深入的瞭解所需幫助的對象。宗教性的思考，是往後在護理工作領域中，可以切入的一個新的重點，也是我非常想嘗試運用在工作上的一個方法。此次的研究，或許可以讓我敞開心胸，與他們談論宗教信仰或生命意義之終極關懷的話題，並藉此協助他人找到可以超越死亡的依歸。

更切身的未來，則是我與家人的關係。此次的研究，似乎讓我與家人的關係有所轉換。不同形式的關係牽扯到的是我面對家人死亡的態度。我如何看待家人的死亡，將是我往後在面對死亡時會遇到的一個很大的人生關卡。我想，在完成此篇論文之際，我也找到了對於將來家人死亡的因應之策。第一步，仍舊還是儘可能緩解病痛所造成的身體不適，依恃的是當今科技發展下的醫療知識，這是我所沒有改變的。但對於無法緩解之生理的病痛，以及對死亡的懼怕，我將轉向宗教信仰上的思考作為辦法。因此在寫這段論文的期間，我開始慢慢的嘗試，讓自己去操作某些可能的轉變，包括自己先開口與家人討論與死亡相關的話題、後事處理的問題、生病的處理問題等等...這就叫做首開先例嗎？而這個家庭原本面對死亡的結構，似乎也因為我的開始行動，而漸漸有所轉變，牽一髮而動全身大概就是這個意思吧！在這家庭轉變的過程中，由於我的父母也大概在同一時間開始深入的接觸宗教，我實在無法確切分辨孰先孰後的問題，似乎是同時發生，因此整個家庭的轉變過程當中，各個因素是怎樣的一個關連變得很難確定。不過，整個家庭，至少說我與父母親的關係上，是真的有了許多的變化。

我的父親，開始跟我談論他對於自己人生行走至現在，意義上的困惑。也跟我述說他在病痛時想到的死亡問題，雖然還不算深入，但卻是個破冰的開始。母親也比以前更對我說她所遭遇到的病痛，和處理的方法，而不像以前總是輕輕帶過。她也在這段期間對我講了許多她與外婆的情感牽連，她對外婆的擔心，以及對外婆即將死亡的打算，不再揭喜隱憂。連我的弟弟，竟也第一次跟我談起他對十幾年前，死亡的小乖，的想念和憂傷。我將這些改變看成是正向的，並且期待未來的發展。

尋找真理是我的現在也更是我的未來。我在文中一直熱切的表達出想要找對絕對的真理，也相信它一定存在，但在尚未找著這個真理的情況之下，我一度質疑著自己是否真有達到自己當初書寫論文時，想要解決自己生命所有問題的目標。或如其他人在寫自我敘事論文中所說的自我超越。在此，要表達自己的超越對現在的我來說，變成一個很大的困難。直到我因緣際會之下看到了威廉·詹姆士，2005年的著作《真理的意義》，這本書裡中表達了他的哲學態度是「總是不斷尋求」的習慣，他強調「經驗是一種歷程，沒有任何一種觀點，可以宣稱是真理的最後篇章。」。因此於他而言，真理是一種「脆弱的平衡」，當一種真理被建立時，正顯示其不足之處，而隨時會被後來的論點所補充或推翻。藉此，雖我依舊持理性主義者的想法，相信有一個超越經驗的存在，但我不得不為我目前的狀況，作一個超越上的說法，我的超越是別於他人所認為的另一種超越，是階段性的超越，是不斷超越過程中的某一階段性的平衡狀態，未來待續。

作為一個對於死亡的研究者，我還想要進一步對相關的議題有所瞭解，包括對各個意義系統的更深入的瞭解，以及對信仰的多加體會。還想將研究對象擴展至他人，瞭解不同個體對於死亡的思維及感受。該說，更深遠的目標不單單只是臨床上，或是我與我的家人。期望的是藉此能夠有更多能力、更大的力量，幫助所有走在通往死亡之路上的所有人類，讓所有的人都能夠更坦然及平靜的面對生命的全部。



參考文獻

一、中文文獻

- 丁興祥、賴誠斌(2001)。心理傳記學的開展與應用：典範與方法。**應用心理研究**，**12**，77-106。
- 王小珍(2004)。佛教生死智慧。載於鄭曉江(主編)，**宗教生死書**(壹，頁 33-106)。台北市：華成。
- 李琇婷(2008)。**諮商師的悲傷剝奪經驗研究—以協助企圖自殺者為例**(未出版之碩士論文)。淡江大學教育心理與諮商研究所，台北縣。
- 李珮華(2010)。**飼主面臨寵物患病末期照顧經驗之研究**(碩士論文)。中國文化大學心理輔導研究所，台北市。
- 李清義(2004)。生命的意義與價值。載於林治平等著，**生命教育之理論與實務**(第二章：37-98)。台北市：心理。
- 巫珍宜(1991)。**青少年死亡態度之研究**(碩士論文)。國立彰化師範大學輔導研究所，彰化市。
- 呂宿菁(2006)。**情緒經驗與專業發展：一個諮商師的自我敘說研究**(未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系在職進修碩士班，台北市。
- 余德慧(2002)。追尋敘說自我的主體。**應用心理研究**，**16**，173-214。
- 何粵東(2005)。敘說研究方法論初探。**應用心理研究**，**25**，55-72。
- 吳秀碧、賀孝銘、羅崇誠(2002)。**大學生生命意義觀之探討**(全人發展取向之輔導與諮商專業人力培育之模式探討，子計畫二。教育部提昇大學基礎教育計畫，九十年年度計畫執行報告，編號 H141)。彰化市：國立彰化師範大學輔導與諮商學系
- 吳庶深(2000)。「生死學」與「死亡學」本是一家。載於林綺雲(主編)，**生死學**(誌，V-VII)。台北市：洪葉。
- 吳慶烜(2006)。**嘉南學報(人文類)**，**32**，384-398。
- 吳蕙蘭(2000)。**喪親青少年死亡態度、悲傷反應與因應行為之研究—以九二一地震中部災區為例**(未出版之碩士論文)。靜宜大學青少年兒童福利研究所，台中縣。
- 林美珍(2007)。人類發展之研究與發展理論。載於林美珍、黃世瑋、柯華葳著，**人類發展**(第一章，頁 3-30)。台北市：心理。

- 林美珍、黃世瑋、柯華葳 (2007)。 **人類發展**。台北市：心理。
- 林美珠 (2000)。敘事研究：從生命故事出發。 **輔導季刊**，36 (4)，27-34。
- 林怡惠 (2007)。 **我與那百分之五的孩子：一位國小教師重新肯定自我與學生的探究** (未出版之碩士論文)。國立新竹教育大學人資處輔導學，新竹市。
- 林香君 (2005)。應用敘事探究於教師經驗的轉化：以一位實踐統整課程教師的教學意義建構為例。 **教育資料與研究雙月刊**，65，125-134。
- 林綺雲 (2000)。 **生死學**。台北市：洪葉。
- 林綺雲、張盈瑩、徐明翰 (2004)。 **生死學—基進與批判的取向**。台北市：洪葉。
- 林慧珍 (2000)。兒童對死亡概念的認知。載於林綺雲 (主編)， **生死學** (第三章，頁 79-113)。台北市：洪葉。
- 林慧珍 (2000)。器官捐贈與安寧療護。載於林綺雲 (主編)， **生死學** (第十三章，頁 407-442)。台北市：洪葉。
- 周詩綺 (2007)。 **在肥胖身體經驗的探究裡面對自我 一個肥胖女性的故** (未出版之碩士論文)。國立台北教育大學心理與諮商學研究所，台北市。
- 周慶華 (2002)。 **死亡學**。台北市：五南。
- 幸曼寧 (1998)。青年期的發展與適應。載於蘇建文等著， **發展心理學** (第十五章，頁 499-536)。
- 孟憲武 (2006)。 **人類死亡學**。台北市：洪葉文化。
- 威廉·詹姆斯(William James) (2005)。 **真理的意義**。台北縣：立緒。
- 洪鎌德 (1998)。 **21 世紀社會學**。台北市：揚智。
- 洪儷軒 (2007)。 **回歸自身，看「我」，與研究所階段的諮商學習** (未出版之碩士論文)。國立新竹教育大學教育心理與諮商學系，新竹市。
- 侯冬芬 (2004)。 **雲嘉地區資深榮民生命意義、死亡態度與生活品質之相關性探討** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 范莉君 (2005)。 **SARS 疫情對自殺及意外死亡之影響評估** (碩士論文)。國立台北護理學院醫護管理研究所，台北市。
- 段德智 (1994)。 **死亡哲學**。台北市：洪葉。
- 約翰·鮑克 (Jhon Bowker) (1994)。 **死亡的意義** (商戈令譯)。台北市：正中書局。(原著出版年：1991 年)。

- 袁明孝 (2008)。 **奇妙的旅程——一個靜聽者追尋生命意義的自我敘說研究** (未出版之碩士論文)。佛光大學生命學研究所，宜蘭縣。
- 袁翠苹 (2007)。 **寵物似如親：經歷寵物死亡之生活經驗探究** (未出版之碩士論文)。國立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義市。
- 陳世芬 (1999)。 **兒童及青少年死亡概念內涵與發展之研究** (未出版之碩士論文)。國立中山大學教育研究所，台中市。
- 陳怡靜 (2005)。 **大學生面對同儕死亡的悲傷轉化歷程** (碩士論文)。臺北市立教育大學教育心理與輔導研究所，台北市。
- 陳秋山 (2006)。 **幻見與回歸：一個人道工作者的經驗與自身探究** (未出版之碩士論文)。花蓮慈濟大學社會工作學研究所，花蓮市。
- 陳慶餘、邱泰源、釋宗惇 (2003)。 921 震災前後民眾死亡概念與態度之改變。 **安寧療護**，8 (4)，353-363。
- 康韻梅 (2003)。 **中國古代死亡觀之探究** (未出版之博士論文)。國立台灣大學中國文學研究所，台北市。
- 許玉霜 (2007)。 **喪手足成人的悲傷反應及調適歷程之探究** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 許育光 (2000)。 敘說研究的初步探討-從故事性思考和互為主體的觀點出發。 **輔導季刊**，36 (4)，17-26。
- 崔默 (William Calloley Tremmel) (2000)。 **宗教學導論** (賴妙淨譯)。台北：桂冠。(原著出版於 1997)
- 曹秀明 (1999)。 **多瑪斯倫理哲學研究** (未出版之博士論文)。輔仁大學哲學研究所，台北縣。
- 郭重吉 (民 85)。 建構論：科學哲學的省思。 **教育研究**，49，16-24。
- 黃天中 (1988)。 **臨終關懷：死亡態度之研究**。台北市：業強。
- 黃天中 (1991)。 **死亡教育概論—死亡態度及臨終關懷研究 (I、II)**。台北：業強
- 黃宇達 (1997)。 **死亡焦慮:性別、年齡與死亡焦慮歸因之角色的探討** (未出版之碩士論文)。中原大學 心理學研究所，桃園縣。
- 黃怡樺 (2007)。 **入山看見藤纏樹：離異雙親與自身情感糾結之敘說研究** (未出版之碩士論文)。輔仁大學心理學系，台北。

- 黃國城 (2003)。 **高雄市醫院志工幸福感、死亡態度與生命意義感之相關研究** (碩士論文)。國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄市。
- 黃啟峰 (2004)。 **高雄地區國小高年級學童死亡概念、死亡態度之研究** (碩士論文)。國立高雄師範大學教育學研究所，高雄市。
- 黃琪璘 (2000)。 **台北市立綜合醫院醫師對死亡及瀕死態度之研究** (未出版之碩士論文)。國立臺灣師範大學衛生教育研究所，台北市。
- 張苙雲 (1998)。 **醫療與社會：醫療社會學的探索**。台北市：巨流
- 張淑美 (1996)。 **死亡學與死亡教育—國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度極其相關因素之研究**。高雄市：高雄復文
- 張翠芬 (2001)。 **一個青年女性自我之建構與轉化—自傳式民族誌取向** (碩士論文)。輔仁大學心理學研究所，台北。
- 張春興 (1996)。 **教育心理學—三化取向的理論與實踐**。台北市：台灣東華書局
- 張怡敏 (2004)。 **一個諮商師的親子關係經驗對其諮商專業影響之自我敘說研究** (未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系在職進修碩士班，台北市。
- 張靜譽 (1995)。何謂建構主義？。 **建構與教學**，3，第一版。
- 張齡今 (2007)。 **志願役軍官面對重要他人死亡之因應歷程** (碩士論文)。國防大學政治作戰學院社會工作研究所，桃園。
- 曾志華 (1997)。以建構論為基礎的科學教育理念。 **教育資料與研究**，14，74-80。
- 曾煥棠 (2000)。死亡議題。載於林綺雲主編， **生死學** (第九章，頁 291-310)。台北市：洪葉。
- 程小危 (1998)。學前到學齡期階段認知發展歷程。載於蘇建文等著， **發展心理學** (第六章，頁 171-209)。台北市：心理。
- 馮友蘭 (1997)。 **人生的哲理**。台北市：生智。
- 傅偉勳 (1993)。 **死亡的尊嚴與生命的尊嚴—從臨終精神醫學到現代生死學**。台北市：正中。
- 傅鈺惠 (2007)。 **社工系學生死亡恐懼之研究** (未出版之碩士論文)。慈濟大學社會工作研究所，花蓮。
- 傅嘉祺 (2007)。 **捨得與失去—助人工作者的失落與自我整理** (未出版之碩士論文)。東吳大學心理研究所，台北市。

- 葉至誠 (2000)。 **社會學導論**。台北市：揚智
- 葉霜 (2004)。 **臨終陪伴經驗對專業助人者自我生命經歷之回溯與開展** (碩士論文)。國立台北師範學院教育心理與輔導學系，台北市。
- 趙可式 (2007)。 **醫師與生死**。台北市：寶瓶文化。
- 廖芳娟 (2000)。 **臺灣警察之死亡態度研究** (碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 衛慧林 (1968)。 **社會學**。台北市：國立編譯館。
- 蔡坤良 (2004)。 **小琉球漁村老人生命意義感、死亡態度與幸福感之研究** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學系，嘉義縣。
- 蔡明昌 (1994)。 **老人對死亡及死亡教育態度之研究** (未出版之碩士論文)。國立高雄師範大學成人與繼續教育研究所，高雄市。
- 蔡春美 (1988)。 **兒童智慧心理學**。台北市：文景。
- 蔡麗芬 (2006)。 **生命歷程作為宗教經驗-一個禪修者的自我序說探究** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學系，嘉義縣。
- 歐文·亞隆 (Irvin D. Yalom) (2006)。 **存在心理治療 (上)(下)** (易之新譯)。台北市：張老師文化。(原著出版年：1980年)
- 劉子綺 (2006)。 **成人飼主面對寵物死亡的心理調適與歷程之研究** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義市。
- 劉德威 (1997)。 **青少年生死態度與自殺危險程度關係之研究** (未出版之碩士論文)。中原大學心理學研究所，桃園縣。
- 鄭美莉 (2002)。 **台灣地區安寧病房護理人員宗教信仰與死亡因應之關聯初探** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義縣。
- 鄭曉江編 (2004)。 **宗教生死書**。台北市：華成。
- 諾曼·古德曼 (Norman Goodman) (1996)。 **社會學導論** (盧嵐蘭譯)。台北市：桂冠。(原著出版年：1992年)
- 賴誠斌 (2004)。 **自我敘說探究與生命轉化——發生在蘆荻社大的學習故事** (未出版之博士論文)。輔仁大學心理學系博士論文，台北縣。
- 謝昌任 (2003)。 **新約死亡概念及其生死教育意涵之研究-以耶穌與保羅為例** (碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義縣。

- 薛保綸 (1995)。 **人與人生**。台北市：華泰
- 鍾燕昭 (2007)。 **在生命轉折處探見心靈之光** (未出版之碩士論文)。國立嘉義大學家庭教育研究所，嘉義市。
- 鍾瀾鋌 (2007)。 **成人面對重要他人非預期性死亡中學習經驗內涵與歷程之探討** (碩士論文)。暨南國際大學成人與繼續教育研究所，南投縣。
- 顏素卿 (2004)。 **專業照顧者的悲傷剝奪經驗初探——以加護病房護理人員為例** (碩士論文)。國立台北護理學院生死教育與輔導研究所，台北市。
- 蕭育昇 (2005)。 **我痛苦，所以我存在：一個助人工作者從生命經驗中的自我覺察與反思** (未出版之碩士論文)。東吳大學社會工作學系，台北。
- 羅洛·梅 (Rollo May) (2004)。 **焦慮的意義** (朱侃如譯)。台北市：立緒。(原著出版年不詳)。
- 蘇建文 (1998)。續論。載於蘇建文等著， **發展心理學** (第一章，頁 1-38)。
- 蘇陳端 (2004)。 **一個團體領導者的自我敘說** (未出版之碩士論文)。國立台灣師範大學教育心理與輔導學系，台北市。
- 龔萬侯 (2005)。 **牽亡歌陣儀式意涵之探討——以台南地區為例** (未出版之碩士論文)。南華大學生死學研究所，嘉義市。
- Anderson, M. L., Taylor, H.F. (2007)。 **社會學** (林冷等譯)。台北市：湯姆生。(原著出版年：2006 年)
- Burr, V., & Butt, T. (1997)。 **個人建構心理學入門——解讀你的心靈** (許慧玲譯)。台北市：心理。(原著出版年：1992 年)。
- Butler, C. L., & Lagoni, L. S. (2001)。寵物死亡。載於 Corr, C. A., & Corr D. M.編 (2001)。 **死亡與商慟：兒童輔導手冊** (李閏華、張玉仕、劉靜女譯)(211-231)。台北：心理。(原著出版年：1999 年)
- Calhoun, C., Light, D., Keller, S. (2004)。 **社會學概論** (林瑞穗編譯)。台北市：麥格羅希爾。(原著出版年：2001 年)
- Charles A. Corr & Donna M. Corr (2001)。 **死亡與商慟：兒童輔導手冊** (李閏華、張玉仕、劉靜女譯)。台北市：心理。(原著出版年：1999 年)
- Corr, C.A. & Balk, D. E. (Ed.) (2001)。 **死亡與喪慟：青少年輔導手冊** (吳紅鑾譯)。台北：心理。(原著出版年：1996 年)

- Crossley, M. L. (2004)。 **敘事心理與研究：自我、創傷與意義的建構** (朱儀羚等譯)。嘉義：濤石。(原著出版年：2000年)
- Crumbaugh, J. C. (1987)。 **生命的主題：從意義分析中獲得自我實現** (游恆山譯)。台北市：書泉。(原著出版年不詳)
- DeSpelder L. A. & Strickland A. L. (2006)。 **死亡教育** (黃雅文、詹淑媚、賴貞嬌、鍾美慧、許薰文、林泰石、洪申發、林郁真譯)。台北市：麥格羅希爾。(原著出版年：2005年)
- DeSpelder L. A. & Strickland A. L. (2006)。 **生命教育：生死學取向** (黃雅文等譯)。台北市：麥格羅希爾出版。(原著出版年1983年)
- Kastenbaum, R. (1996)。 **死亡心理學** (劉震鐘、鄧博仁譯)。台北：五南。(原著出版年不詳)
- Lieblich, A., Tuval-Mashiach, R., Zilber, T. (2008)。 **敘事研究：閱讀、分析與詮釋** (吳芝儀譯)。嘉義市，濤石。(原著出版年：1998年)
- Martin, T., & Doka, K. (2000)。 男性化悲傷。載於李開敏編。 **與悲傷共度：走出親人遽逝的喪慟** (187-196)。台北：心理。(原著出版年：1996年)
- McLeod, J. (2002)。 **諮商概論** (李茂興、吳伯毅、黎士鳴譯)。台北市：弘智。(原著出版年：2002年)
- McLeod, J. (2006)。 **諮商與心理治療質性研究** (連廷嘉、徐西森譯)。台北市：心理。(原著出版年：2000年)
- Newman, B. M., & Newman, P. R. (1994)。 **發展心理學：心理社會理論與實務** (郭靜晃、吳幸玲譯)。台北市：揚智文化。(原著出版年：1991年)
- Neimeyer, R. A. (2007)。 **走在失落的幽谷—悲傷因應指引手冊** (章薇卿譯)。台北市：心理。(原著出版年不詳)
- Riessman, C. K. (2003)。 **敘說分析** (王勇智、鄧明宇譯)。台北市：五南。(原著出版年：1993年)
- Schuster & Ashburn (1988)。 **人類發展學：人生過程整體探討** (王瑋等人和譯)。台北：華杏。
- Shaffer, D. R. (2006)。 **發展心理學** (林翠湄、黃俊豪等譯)。台北市：學富文化事業有限公司。(原著出版年：1995年)

- Sigelman, C. K., & Shaffer, D. R. (2001)。 **發展心理學** (游恆山譯)。台北市：五南。
(原著出版年：1995 年)
- Smith, J. A. (2006)。 **質性心理學：研究方法的實務指南** (丁興祥、張慈宜、曾寶瑩
譯)。台北市：遠流。(原著出版年：2003 年)
- Turner, J. H. (1996)。 **社會學** (張君玫譯)。台北市：巨流。(原著出版年：1994 年)
- Warren, W. G. (2007)。 **死亡教育與研究—批判的觀點** (林綺雲、林慧珍、徐有進、
張盈堃、陳芳玲譯)。台北市：洪葉。(原著出版年：1998 年)。

二、英文文獻

- Anthony, S. (1940) .*The Child's Discovery of Death*. New York : Harcourt Brace.
- Behar, R. (1993). *Translated woman: crossing the border with Esperanza's story*. Boston:
Beacon.
- Braun, M., & Berg, D. (1994). Meaning reconstruction in the experience of parental
bereavement. *Death Studies, 18*, 105-169.
- Bruner, J. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- C. M. Parks(1988). Bereavement as a Psychosocial transition: Processes of
adaptation to change. *Journal of Social Issues, 44*, 53-65.
- Catania, J. A., Turner, H. A., Choi, K. H., & Coates, T. J. (1992). Coping with death anxiety:
help-seeking and social support among gay men with various HIV diagnoses. *AIDS, 6*,
1037 – 1038.
- Clandinin, D. J., & Connelly. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in
qualitative research*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Collett, L. J. & Lester, D. (1969). The fear of death and the fear of dying. *The Journal of
Psychology, 72*, 179-181.
- Eddy, J.M., & Alles, W.F. (1983). *Death Education*. St. Louis: Mosby Publishing Company.
- Feifel, H.(1959). *The Meaning of Death*. Toronto:McGraw-Hill.
- Gergen, K. J. & Gergen, M. M.(1988). Narrative and the self as relationship. *Advances in
Experimental Social Psychology, vol.21*, 17-56. American Press Inc..

- Gross, A. L., & Ballif, B. (1991). Children's understanding of emotions from facial expressions and situations: A review. *Developmental Review*, 11, 368-398.
- Kalish, R. A., & Reynolds, D. K. (1977). The role of age in death attitudes. *Death Education*, 1, 205-230.
- Kastenbaum, R. (1992). Death, suicide and the older adult. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 22, 1 – 14.
- Kastenbaum, R. (Ed.). (2003). *Macmillan encyclopedia of death and dying*. New York :Macmillan Reference.
- Kastenbaum, R., & Aisenberg, R. (1972). *The psychology of death*. New York: Springer.
- Kausar, S. & Saima, A. (2002). Correlates of death anxiety in Pakistan. *Death Studies*, 26, 39 – 50.
- Kelly, G. A.(1955). *The Psychology of personal constructs* (2 Vols.). New York: W.W. Norton.
- Koocher, G. P.,(1973). Childhood, death and cognitive development. *Development Psychology*, 9, 369-375.
- Kubler-Ross, E.(1969).*On Death and Dying*. London : Routledge.
- Lindemann, E. (1944). Symptomatology and Management of Acute Grief. *American Journal of Psychology*, 101, 141-148.
- Madnawat, A. V. S., & Kachhawa, P. S.(2007). Age, Gender, and Living Circumstances: Discriminating Older Adults on Death Anxiety. *Death Studies*, 31(8), 763-769.
- McNeil, J. N., Silliman, B., & Swihart, J. J. (1991). Helping adolescents cope with the death of a peer. *Journal of Adolescent Research*, 6, 132-145.
- Mead, G. H. (1967). *Mind, Self and Society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Milo, E. M. (1997). Maternal responses to the life and death of a child with a developmental disability: A story of hope. *Death Studies*, 21, 443-476.
- Mishler, E. G. (1986). *Research Interviewing: Context and Narrative*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Moss, M. S., Moss, S. Z., Rubinstein, R. & Resch, N. (1993). Impact of elderly mother's death on middle age daughters. *International Journal of Aging and Human Development*, 37, 1-22.
- Nagy M. (1948). The child's theories concerning death. *Journal of Genetic Psychology*, 73, 3-27.
- Neimeyer, R. A. (1986). The threat hypothesis: A conceptual and empirical defense. *Death Studies*, 10, 177 - 190.
- Neimeyer, P. A. (Ed.) (1994). *Death anxiety handbook: Research, instrumentation, and application*. WH: Taylor & Francis.
- Neimeyer, R. A. & Fortner, B. V. (1995). Death anxiety in the elderly. In G. Maddox (Ed.), *Encyclopedia of aging* (2nd ed.; pp. 252 - 253). New York: Springer.
- Neimeyer, R. A., & Micheal J. Mahoney (1999). *Constructivism in Psychotherapy*. American Psychological Association : Washington, DC
- Osterweis, M., Solomon, F., & Green, M. (Eds.). (1984). *Bereavement: Reactions, consequence, and care*. Washington, DC: National Academy Press.
- Rando, T. A. (1984). *Grief, Dying, and Death: Clinical interventions for Caregivers*. Illinois: Research Press Company.
- Rando, T. A. (1988). *How to go on living when someone you love dies*. New York : Bantam.
- Rosenwald, G. C., & Ochberg, R. L. (Eds.). (1992). *Storied lives: The cultural politics of self-understanding*. New Haven, CT: Yale University press.
- Scharlach, A. E., & Fredriksen, K. I. (1993). Reactions to the death of parent during midlife. *Omega*, 27, 307-319.
- Shneidman, E. S. (1971). You and Death. *Psychology Today, Jane*, 43-80.
- Williams, R., & Cole, S. (1968). Religiosity, Generalized Anxiety, and Apprehension of death. *The Journal of Social Psychology*, 75, 111-117.

三、網路資料

方永泉（2008）。**從當代西方宗教教育理論看我國宗教教育的可能性**。上網日期：
2010年03月10日。網址 <http://web.ed.ntnu.edu.tw/~ycfang/religiousedutheory.htm>

Arlene F. Harder, MA, MFT（2002）。*The Developmental Stages of Erik Erikson*. Retrieved
February 10, 2009 from
<http://www.learningplaceonline.com/stages/organize/Erikson.htm>