

### 一、引言

從事心理治療工作，經常會遇到面臨死亡或面對死亡威脅的人，他們面對的可能是自己的死亡，或者是他們生命中一些重要人物的死亡；另外有一些求助者並不是正式受到死亡的威脅，但他們的生活卻是不斷地被死亡的恐懼或死亡的力量陰影所限制，以致他們不能充分地發揮他們生命的可能性。這些人可能不斷地迴避死亡，甚至否定死亡，但當人在生命歷程中不接受死亡的客觀必然性，其實也就是同時在否定着生命的一個重要現實，不肯正視死亡其實就是對生命的一種背棄和糟蹋，沒有面對死的勇氣不能有盼望地生活。

這生死問題顯明地是超出了一個心理治療師所能全面照顧的範疇，當中要求在哲學和神學方面的反省也非常艱巨，但從一個在實務中接觸人類面對死亡時的經歷的人，心理治療師的觀察和反省，以至個人在實存層面的體會，也許對這個問題的討論以及對生死問題的了解會有一點幫助，使之更豐富，更深入。

### 二、死亡狀態與死亡過程

#### 1. 客觀和絕對的死亡狀態

討論死亡問題的時候，很多人會將「生」和「死」想像為兩個絕對和對立的狀態，以為兩者之間有一道清晰的界線。一般人如果從醫學的側面去了解死亡，就會以為死亡是能夠可靠和準確地診斷的狀態，有一些明確的診斷指標的，例如腦細胞死亡就是其中一個重要指標；而從時間結構上去考慮的話，一般人相信人是在某一個指定時刻進入死亡狀態的，這時刻之前就是生的狀態，之後就是不可轉逆的死亡狀態了。

近代人文科學的研究一般將重點放在死亡過程上而不是將死亡當作一個絕對狀態去研究。這裡我們或許需要將死亡狀態和死亡過程的區分及其意義作一個交待。首先要指出的就是死亡狀態是個客觀的事實，一般是透過醫學診斷，是一個絕對的狀態，是不可回轉的，就算是接觸到有些報告關於一些人在醫學上已被診斷為死去然後復生的人，也只會稱那個「死」為一個「近似死亡」(near death)經驗。這種對死亡的了解是將死亡的意義完全局限在身體範疇內，將身體的死亡等同了個體的死亡；但倘若將死亡放在個人經歷的側面上來看，則死亡作為一個局限於身體範疇的客觀和絕對狀態是一個很不完整的了解。

## 2. 存有的幾個層面：身體、主觀存有、社會存有

如果說死亡不單是身體範疇的事就是假設了一種人觀；是相信人的存有不局限於身體的存有。例如我們現在獲悉某人離世的消息，他的身體被斷定為已進入死亡的狀態了，但這並不同於他已進入了無有(non-being)的狀態；他生前的作為仍然存在別人的記憶和懷念中，他的言行也許還影響着很多人和事，那人的身體死了但他在這個意義下是仍然存在的。所以個人存有(personal being)除了包括身體承托(embodiment)之外，亦有其社會存有(social being)的層面。個人存有的主觀部分在他身體死亡時亦停止運作，所有的經驗、思想和感受等都停止了，但他的一切言行作為社會結構中存留的卻可以繼續存在和運作，並且產生實質的效果。這個社會存有是由一個社會現實建構過程所產生的，這社會存有雖與個人主觀存有之間有着一定的關係，但其實是有着一定的獨立性。

當一個人的身體還未死亡時，他的主觀存有和社會存有中間是有着一個辯証的關係。個人主觀地經驗到自己存有是甚麼意義，與客觀社會相對於他而建構出來的存有意義，是可以有很大的距離。例如，一個政治領袖自己對自己的一生有一個主觀的體會，在他的經歷中一些重要的人物如家人、情人和朋友等，以及一些重要的事如童年經驗可能在他的主觀存有中有着的一種在客觀地建構的社會存有中很不同的意義，這些生活部分在此人的社會存有中可能相對地不重要，他的政治參與和言論反而更基要地界定着他的特性。

## 3. 客觀和絕對的死亡狀態是一個非經驗

當了解到人的存有是具備着這兩個不同而相對的層面時，究竟死亡可以有甚麼意思呢？首先，死亡作為一個客觀和絕對的狀態是個人不能夠經驗到的。上文提及到那些經歷過「近似死亡」的人實質上也算不得真正經驗到死亡，因為這種經驗欠缺了客觀界定死亡狀態的一些特質，就是絕對性和不可轉逆性。換句話說，真正經驗了死亡的人是不可以回來向我們道出死亡的經驗的。因此，將死亡作為一個客觀和絕對的狀態時，它祇能存在於客觀的社會意義建構世界裡，由第二者來指出及界定，對於死去的主體，死亡是一個非經驗(non-experience)，他最後能夠經驗的是一個邁向死亡狀態的歷程，這亦是心理治療所關懷的歷程。

## 4. 生死之間與時間結構

假若將死亡歷程放在時間結構內考慮，即是放在生和死這兩個絕對狀態的中間，則問題馬上出現。其實，現時對於「生」和「死」的定義尚未有一致的了解，就在醫學上，生命究竟甚麼時候正式開始仍是可以爭論的：是精子與卵子結合的時候，還是胎兒脫離了母體之後才算是獨立的生命呢？至於死，現時的了解好像是比較清晰，一般是指向維持生命的重要活動功能不能繼續運作時，但具體的定義在近代醫學發展中也有着變化，而且就算是界定了這個死亡概念，根據上文的分析，它也只限於身體承托着的個人存有的終結，這個人有歷史的社會存有還是不會自動終結，而是有一個伸延。

即使我們不理會界定生和死所引起的問題，假設真的有生死兩個絕對狀態，我們再嘗試將死亡歷程放進由這兩端所劃出的時間結構中，則我們即可發現一個有趣的現象，就是死亡的歷程事實上是等同於生命的歷程，即是說在生命形成的刹那開始，這生命就不斷步向死亡；換句話說，生命的開展和死亡過程在時間結構上是處於相同位置，是同時發生的，整個過程既可視作死亡過程，也同樣是生命的過程。所以當我們純粹從這個客觀的時間結構來了解，人的一切活動和一切生活經驗，都是發生在「生死之間」。

### 5. 心理分析的生死結構二元性

以上的道理，似乎是簡單到了不得，人人都可以明白，但重點卻是人類生命所有活動之中都包藏了一個二元性，就是生的程序，以及同時並存的死亡程序；在心理分析的學說中，也有一個近似的精彩理論，心理分析學說認為，人的一切活動背後都有一個心理動能 (drive)，這個動能的根源就是人體蘊藏着的能量 (energy)。人類透過呼吸飲食和新陳代謝製造了能量，這些能量推動着人的各項活動，推動心理層面活動的能量，就叫做心理能量 (psychic energy)。心理能量可以表現為不同形式的心理動能，這些動能可以分為兩個等類：第一個稱為生命動能 (life drive)，包括了自我保存、建造、生產、繁殖、創作、愛護他人等方面；另一個等類的動能稱為死亡動能 (death drive)，包括了破壞、殺戮、仇恨、摧毀等方面。根據心理分析人的行為是由這兩等類的動能所驅動，而這兩等類動能是有着一個辯証的關係，兩者互相平衡以決定人類活動背後的意義和動機。人類活動的動機極少是單由一種動能所驅動，絕大多數是由生和死兩種動能配合引致的：既沒有絕對純粹的生，也沒有絕對純粹的死。在心理治療的體會中，一種創造性、建設性、有愛意傾向或表現，必然連繫着一些破壞性、摧毀性、仇恨或侵擊的傾向式表現的。比如在人際關係中就沒有所謂純粹的愛，因愛在所有愛的關係中都同時包含着仇恨的情緒。這些負面的情緒可能是競爭、妒忌、不滿、或恐懼等，這正是心理分析所強調的關係中的愛恨矛盾。簡言之，從這種對生死之間密切的辯証關係的了解，就可以知道要尋求明瞭何謂生命時，必須正視死亡是生命的另一面，或者說死亡是生命所必然附帶的條件。

### 6. 死亡過程作為人類經驗

根據上文的理解，想像死亡作為一個絕對狀態可能只是在概念上有意義的事，在人類實際經驗中，死亡過程才是一件可以關懷的事。人類除了可以經驗自己的死亡過程外，也可以經驗到別人的死亡過程，我們可以想像一個人去經歷另一個人的死亡狀態，例如說，一個人的親人死了，雖然對死了的人來說，起碼他身體承托的個人存有是絕對的死了，但這個未死的人所經驗的卻不是一個絕對的狀態，這個親人的死在這個未死的人的生活世界中是動態和可愛的。

在心理治療中我們常見一些人在一個親人(比如說父親)去世以後，這個親人並沒有因此從他的世界中消失，他仍可對他有很大的影響。假若他覺得從前沒有好好照顧父親，他可能感到有需要把喪禮辦得隆重點，或盡力發揚光大父親的遺業以作補償。就心理分析來說，有些人會對已去世的親人有一種認同，表現在言語、行為或態度上與這去世的親人相仿的現象。這都反映出那個親人的去世對當事人來說只是從一種存在狀態進入另一種存在狀態，他仍是經驗着一個過程。

## 三、死亡的意義

### 1. 聖經故事中的死亡

聖經中最先出現死亡的字眼就是在創世記有關亞當和夏娃的故事。我們小思想這個故事的時候，可以提出一些重要的問題。首先，當神最先告訴亞當和亞娃說他們若吃掉分辨善惡知識樹的果子就會死的時候，「死」對他們兩人來說是一件他們毫不認識的事，是沒有任何意義的，因為他們從未經歷過死亡，起碼沒有經歷過人的死亡，所以他們根本不可能明白死亡為何物。這裡就引起第一個疑問，就是亞當和夏娃在接受神的警告時，究竟能否明白死亡是甚麼意思呢？第二個可以提出的問題是，既然神說他們吃禁果的日子就會死，那麼，當日所發生的事，是不是就是死亡的意思？第三個問題是，為什麼知識(分辨善惡的知識)之果和死亡中間要有着這種絕對相連的關係？

對第一個問題的答案當然是否定的，但死亡對於人的經驗來說，最可怕的部分之一，就可能是它的「不可知」或「未知」的特性。亞當和夏娃所面對的警告就是一項不可知的可能性，或許可以推測到它是不好的，但實質如何，卻是不知和不肯定的。

至於第二個問題，根據聖經的陳述，他們兩人吃了禁果之後，並沒有立時停止心跳呼吸或腦細胞死亡，反之，他們仍然繼續做了許多事情，甚至生兒育女，但聖經確是清楚地說吃的日子就要死，故此傳統教會按字面意義推理相信亞當和夏娃當時是已經死了，因而賦予死亡一個定義，就是與生命之源(即神)隔絕；認為違背神的吩咐吃了禁果的那日起他們兩人就和神隔絕了，還象徵地從樂園

中逐了出去。但這隔絕有甚麼意義呢？是否表示人和神就不再相干、不再溝通、不再接觸呢？其實並非如此，神不單繼續和亞當夏娃二人有往還，甚至和他們的後代都保持溝通，該隱和亞伯的故事中可以清楚見到他們和神交往、對話、獻祭、商討等，可見，這「隔絕」是不可能實質行為上的意義的。傳統教會有人嘗試將人類世界形而上的間隔出一個靈性的區域，說神和人在靈性意義上隔絕，說甚麼神聖的神與污穢的人不可能相容，但其實神人的相交活動不斷繼續。

要解答這個問題，也許先從第三個問題入手會有些幫助。當我們想及「吃這果子必死」的意義時，必然會聯想到知識和死亡的關係。由於聖經故事所描述生命樹的果子和知識樹的果子都有兩種共同特性：都是「好作食物，悅人眼目」；兩者唯一不同的就是像蛇所說的一般，知識樹的果子能令人眼目明亮，如神能知善惡。事實上蛇在這方面並沒有說謊，他們吃了之後眼睛就明亮了，知道自己赤身露體，感到有善惡之分，意識到自己有惡的部分，有不完美的負面部分。當他們發現了自己的這一部分以後，就不能再在樂園裡生活了。

那樂園是甚麼意思呢？樂園其實就是童真世界(the world of innocence)。這童真世界中一切都是完美的、毫無缺陷的、美麗而永恆的。然而這童真世界並非真的可以是永恆的。從人類整體成長的過程看來，每一個人如果要真正成長都必須離開這個童真世界。童真世界，是沒有死亡的概念的，起碼沒有絕對和不可轉逆的死亡。例如，在兒童的動畫（或稱卡通）中我們常見的是主角們受火燒、槍擊、水浸、從高處墮下、被重物所壓、火藥爆炸等等災劫也不會死去；只要一搖身又再是生龍活虎般再次活動了。童真世界中所有事情都可以補救，縱然經常遇到危險挫折，但仍然相信這世界基本上是安全的，沒有真正不可挽救的事。巫婆的咒語永遠可以解除，遇險的主角永遠為人所救，善良美好的一方是長勝的，結局一定是快樂完美的。童真世界將生活中美好、正面和積極的事絕對化了；所有的醜惡、腐蝕和敗壞都是暫時性和必成過去的，最後完全純美的事物可以獨立存在。

但當人離開童真世界後，就發現世界原來並不是這樣一回事。

生命中不但存有負面、敗壞、腐朽和黑暗的事情，這些事情甚至可能是很強大有力的，一個人並非每一次都能勝過，很多時會被這負面的力量所制服。其實，就在這些時候，人就真正面對生命的本質，就是生命中死亡的一面，因為生命必然包括死亡，沒有死亡的生命在人的實際經歷中是不可能的。回到亞當和夏娃的故事中，他們得到了知識，認清了世界中本來就存在着的正負或善惡兩面，就離開了矇昧的童真世界，面對有死亡，要勞碌掙扎、有危險和禍患的現實。從一個側面來說是死亡進入了他們的世界，但從另一個側面來說是他們進入了有死亡的現實世界。

## 2. 基督教的希望：正視死亡、肯定生命

人進入了有死亡的現實世界後，就要經常面對生死兩面中間的張力。人每一個行動都可以有選擇，這個選擇可能招致死亡腐朽，但也不可能實現生命積極的一面。基督教有救贖的觀念，要將人從死亡的限制中釋放出來。傳統教會中有人認為聖經中的救贖是讓人類可以回到像未失落的樂園一般的完美世界中，但根據以上對生死之間的現實了解，則救贖的意義可能有另一種詮釋。

人有了知識之後，離開了童真世界，進入了成熟和有判斷力的階段，人便要面對死亡。在這生死之間的生活，人並不是只可以消極地接受生命中的黑暗、敗壞和腐朽的部分。基督教信仰中提供了另一種選擇：在面對生命中必然的限制時，人類生命中正面積極的可能性也是很大的。這種發展生活中積極一面的取向，用聖經的語言來說，就是彰顯神的榮耀；具體一點就是要將神創造人時所賦予他們那個神的形像——所有人都共有的，是人之所以為人的最深層結構，是人存有的基本(ground of being)彰顯出來。生命的本身就是這個神的形像的顯彰，表達或展示。人之所以必須刻意地去進行這事，就正因為了解到生命中有死亡力量的制衡；在生死兩個力量對峙，互動和糾纏中，人必須着意地去選擇一個取向，才能從死亡那自然的腐蝕、限制和壓迫中突破出來。就是在這正視死亡力量的過程中，神的形像才真正的透過人的生活掙扎，顯露出它光輝美善的本質。

人應當如何生活才可以真正地實現神的形像呢？在人類生活處境中，每一刻都存在着許多可能性。其中一些可能的選擇會包藏着

生命中負面、黑暗、腐蝕的可能性較多，另一些選擇則更可能實現較多美善、積極或正面的可能性。人類很少會遇見一些絕對好的或絕對壞的選擇；在絕大多數的情況下都是一個平衡式妥協。而生命動人的地方就是容許人在這些抉擇中不斷朝一個方向移動，雖然當中不斷會有衝擊、限制、挑戰、委屈、試練等等，人卻是有可能本着信心而前進，面對這些困難中實現自己存有的基本，肯定生命的意義。

聖經有不少故事都是陳述人如何在眾多的困難局限中堅持生命正面的可能，以致最終能克勝苦難和困境，將生命提昇和發揚，彰顯出神形像的榮美。約伯在客觀世界的驟變中經歷對神、對自己、對世界的懷疑以至在最黑暗的時候重建一種信念，繼而引至一個新生，就是其中一個好例子；耶穌也是在面對自己生命的懦弱和黑暗時，在客西馬尼園的掙扎後，再在眾叛親離時面對世界的指控中堅持自己的取向，接受了身體的死亡是不可避免的，繼而透過一個死亡的過程來達成自己生命中最積極和美善的事，最後再建立了新生的可能性，則可以說是正視死亡和肯定生命的最精彩啟示。

基督教的救贖並不只限於從死亡力量中掙扎，而是指向一個更豐盛的生命，這個更豐盛的生命，不是童真世界中的美麗和諧、平靜安穩；這豐盛的生命是建立於一個充滿了迫害、誘惑、人性懦弱和種種困難的世界中，而要去掌握這豐盛生命的可能是建基於對擁有生命的執着，就如耶穌所用的一個吊詭：凡要得着生命的就必先要捨棄生命。在語言上好像有點問題，但對真正經歷過這種生活境界的人來說，是千真萬確的，有一首曾經流行過的電影主題曲（電影「玫瑰狂熱」The Rose）中有一段歌詞，也頗能道出這種態度，它說：「那害怕死亡的靈魂，永遠不能學會去生活」(It's the soul afraid of dying, that never learns to live)，人必須放棄生的執着，接受死亡的可能，才能真真正正地生活，而且活得豐豐富富。

### 3. 生命的執着：從基督教到心理治療

根據福音書所記，耶穌有關生命的言論，我們可以看出，生命是不可以抓住的；對生命緊張徬徨地去抓緊的人反而會失去生命。然而當人能以一個捨棄的態度，不執着於要擁有生命的時候，那生

命便不僅能有機會展示出來，而且將會是一個更豐盛的生命。那麼，生命的執着究竟是怎麼樣的呢？有些人認為，生命是每個人所應得的東西，是一個人所擁有的，好像他的資產一般，甚至認為生命是自己最重要的資產，所以不能輕易捨棄。但事實上生命並不是人去做些甚麼來換取的；換句話說，生命是不勞而獲的東西，不是買回來或賺回來的。它是一件發生在人身上事，故此人並沒有權利去追討些甚麼。此外，每個人其實都沒有，亦不能參與決定自己是否需要這生命，又不能決定這生命的長短。當一個人得到生命時，這生命就自然包括了正面和負面。若得到生命的人只顧接受其中美好的部分而不接受其負面部分是不可能的，這只會將生命扭曲了。

聖經中也明顯接受一個事實，就是每個人在生命中所領受的機會和可能性是可以有差異的，耶穌所說的「好管家」的故事中，大概可以體會到耶穌對於人應當怎樣處理生命所賦予的可能性的基本態度。首先生命的可能性並不是自己所擁有的，只是一些暫時托付給人的東西；而每個人所領受到的內容是可以有相對的豐富或貧乏。這個差距並不是重要的，最重要的是那人如何去處理這些可能性。一個人如果想要豐富自己的生命，可能要冒險。那個將錢埋在地下下的僕人就是選擇了一種好像是最安全和沒有風險的方法；他甚至可以用解釋這一切是爲了主人的好處，然而他實在是浪費了機會，糟蹋了生命。另外兩個僕人則是冒了風險而得到了收獲。當然聖經也提到一些比較不冒險的可能（給兌換銀錢的人放款收取利息），顯示出生命有不同層次的處理。最大的罪過或不幸就是將生命的可能性埋沒了。這種生活的態度，在現實世界中是常見的。在心理治療中也有很多求助者有這種掙扎，就是一方面很想抓緊現時自己所擁有的一切，一點不肯放棄；另一方面不願冒險去探求生命的新領域，結果就是把自己的生命埋葬了，這才是一個死亡的生活方法。生命中最可怕的倒不是死亡的可能性，而是由於對生命負面可能性的懼怕而產生的畏縮、對生命的埋沒、糟蹋和浪費、不去面對生命所賦予的眾多可能性，這才是死亡最惡毒的地方。

心理治療也經常指向人生命中黑暗的地方，使人有勇氣去面對自己軟弱和黑暗的一面，從而啓示一個重整生活取向和態度的可能；當中牽涉相當多的選擇和冒險，一般都要求一個人放棄一些他自

已執着的生活方式或習慣，從而擴闊他生活世界的死能性，實現人性中較積極的部分，這與以上所探討關於生死之間的看法非常吻合。

#### 四、對死亡的恐懼

上文提到對死亡的恐懼會局限了生活的可能，但人為何如此恐懼死亡和死亡所代表的力量呢？其實透過人對死亡的恐懼可以引至對人的生活狀態有更深入的了解。

首先，死亡是一種未知甚至不可知的事。上述亞當夏娃的故事中也可看到人類最先接觸到的是一個空泛的概念。人類一般對於未知的事都有一定的恐懼，因為未知的事是人不能掌握其規律、不能操縱或控制的。如果有一些事是可以影響一個人生命中的重要部分而又在他的知識和操縱之外，自己就有可能受到一些不可知不可控制的事所傷害，他就會感到焦慮和恐懼。人在這種處境中一般都會尋求對那些會影響到自己的外在事物進行操縱，而很多時要操縱這些情況是需要一些資料或知識的，有了有關的資料或知識，操縱的可能性就提高了，自己避免受損傷的可能就更大，這就是一般人對未知的和不確定的事情的焦慮。但死亡卻是一個人所共知的未知，是一個最確定的不確定 (a most well-known unknown, a most certain uncertainty)。它的真正內容雖然不是人能知悉的，但一些可觀察的破壞、終結、和摧毀卻是很多人經驗得到或想像得到的。死亡到臨的時候，好像很多在生命中所珍惜、所寶貝、所認為有重要意義的部分都將永遠失去。

死亡固然有其未知和可知的部分，但它更可怕的部分是它的絕對性和不可逆轉性；相對於個人來說，死亡更是完全不可控制的事，就如生命的賦予一般，死亡是發生在人身上事，當事者很多時是無從估計或控制的。

##### 1. 信心

基督教信仰中對於未知和不能控制的事有一種態度。人的可能反應並不單限於恐懼無助的感覺；信就是人在面對未知和不可控制的事出現時，給予人勇氣和開啓新的可能性。人生命中所有重要的抉擇，差不多都是在沒有足夠的資料的情況下作出的。在這些抉擇中，一個人一般都不能將處境中所有因素都控制得到；很少的事是

一個人可以有絕對把握或百分之百的保證的，無論是做生意、發展和別人的關係，或其他計劃營謀，都沒有絕對成功的保證。很多人就在面臨這些抉擇時希望能掌握更多資料或作好更多準備，以求對處境有較好的控制；但一般都不能如他們所期望的實現。生命其實就是一場不斷進行的信心遊戲，每一段落都要求信心的投入，一切都是基於有限已知的事情，來面對另一些未知的事情，這就是信的本質；而只有本着這種信念去冒險的人才能真正體會生命的豐盛。那些需要對一切確知以及要能控制處境才願前進的人是不可能真正地生活的。所以說對未知和不能控制的死亡所產生的恐懼，就因為它帶來對生命的埋沒和糟蹋，這可能比死亡本身更可怕。

##### 2. 意義建構過程——超越死亡的可能

當然從常理的角度看，死亡好像是一件絕對的事，對人一生所作所為實行了全面的推翻、否決和終結，信心也好像只能在個人有生之年給予勇氣和開啓新境界，但事實上是否如此呢？正如上文所說，死亡不等於一切變為無有；它可能只是一個轉易，從一個狀態轉易到另一個狀態；它是否代表人生一切意義的終極就要視乎當事人的意義建構過程才能判定。例如，在革命運動中，很多人以此為一生終極理想；他可能在革命未成功前已經去世，不過，他生前的作為以至他的死為這理想帶來的貢獻是可積累的，死亡並不能否決他生命的豐富意義，反而是將它擴張和提昇了。基督教對於個人的自我有一種了解，就是個體只是屬神的羣體或神國度中的一員，個人的意義建構是可以連繫到人類整體的存有基本上。倘若一個人在生命中追尋的終極意義是與一個羣體緊密相連，那麼，個人生命的終結並不能終結、否決或推翻這個人生命的意義。很多人都在自己生命中確切地掌握了生命終極的追尋，也體會到這追尋是和一個人類的羣體緊連在一起的。既然如此，那麼不論這追尋是以宗教、政治、藝術或其他形態呈現，它都是將那人帶出了常理世界的局限，走出了死亡的意義否決之外了。既然死亡只是威脅着身體承托的個人主觀存有，個人若將自己的生活世界建構在自我局限之外，緊連於人類羣體和歷史，則個體的死亡是可以超越的。

### 3. 懼怕死亡、否定死亡與永生的追求

剛才提到透過意義建構的途徑去超越死亡，是指示着一種生活的取向。每個人需要在自己的生命中掌握自己生命的終極追尋，但亦有很多人執着於對生命的擁有，不願面向死亡的絕對性。其實甚麼是擁有呢？人對世界事物的擁有其實也就限於生死之間；而且所謂擁有，可能只是一個社會制度或法律上的概念。假如有人買了一本書卻沒有讀過，相對於一個在圖書館借了這書來看完的人，他是擁有這書呢？還是沒有？生命的擁有也有些相似，重點不在於形式上的擁有，而是去經驗；能夠有更大的容量去經驗生命，顯然比所謂擁有較多較長的生命更有意思。一個滿足於生命內容豐盛的人，對於何時死去可能沒有太大的執着；他可以接受死亡有可能隨時來臨，每一刻的生命都是不可重複。每個時刻就只有一個機會將生命盡情發揮，每刻都有一種「此刻死去，沒有遺憾」的從容態度，這樣，生命才能無障礙地充實。

但很多人並非用這樣的態度去生活；他們每刻的生活都是假設自己會繼續活下去。聖經也曾指出這種態度的虛幻；將來是不可知的，死亡可以隨時到臨。這並不是說人不可以有計劃。其實，聖經也很強調希望，但所有對將來的希望都是建基於這個不確定性的正視。然而不少人卻不願意接受生命的局限，不願接受將來的不確定性，不願意接受死亡的實在性。自古以來人們透過問卜、求籤、煉丹、求仙、求長生不死、立遺囑以求將自己的影響伸延到死後等，企圖去否定生命的局限，排除生命的隨機或然性，否定個體死亡的必然性，結果只是令自己無法誠實地面對此生以及充充實實地生活。基督教傳統中也有人按聖經的字面意思解釋永生，以為是生命客觀地在時間上永恆的伸延下去。永生當然是生命的伸延，但卻不一定是在時間上，更大的可能是在意義上的伸延。當人使用常理世界的語言去描繪一些深層的經歷時，經常都會用空間和時間結構來作比喻。譬如形容愛是多麼「深」，是「地久天長」；說神是「在天上」的文字等；這些都是比喻語言用以表達一些大幅度、高濃度、令人傾倒的經歷，不一定是指客觀的時間或空間的伸延，如果明白到聖經比喻語言的本質，我們對永生就可能有另一種了解。

### 五、超越死亡——復活和永生

永生的意義有不同的層面，其中一個就是在生命中尋求超越，超越生命的限制及局限，但這當然是建基在生命本身所賦予的可能性，將生命的可能性作極至的發揮或伸延；這伸延是無限的，好像水平線一樣，不斷走前，但它依然是繼續展開的。

在基督教的討論中，永生是相對於死亡的局限；永生就是超越了死亡，而超越死亡的起點就是面對死亡。耶穌就是先選擇了死亡，進入了它的領域，經歷其中的黑暗、限制和妥協，然後重回生命裡面；而這個生命就是經過這些轉變，超越了常理世界結構的局限，這生命不是以一種形態永遠繼續下去。聖經用神話語言，從變化面貌、受死、復活後顯現，及至升天去代表生命形態的轉易及不斷超越。這種永生的意義有異於一般人以為在時間上的伸延，也不是一般人冀求以生殖後代去延續自己生命的某部分，或是以遺囑吩咐去伸延自己的活動和影響力，而是正視生命轉易的本質，在有限的時空中創建無限的內容和意義。

#### 復活與重生——基督教與心理治療

如果說永生是生命的伸延，是對死亡的超越，而又說永生的起點是面對死亡，則進入死亡的領域後重回生命是必需的。在生命的負面部分，直接由人的行動去實現出來的就是罪，即是在生活處境面臨的抉擇中，沒有選擇最好的可能。這種不完美的選擇正實踐了死亡的可能性，同時壓縮和妥協了生命顯彰的機會。但罪卻是不可避免的，每個人在一生的抉擇中，不可能不出現錯誤，因此不可能始終完全都是只實踐生命的美善。每個人都犯了罪，而罪並不能透過個人努力去解決；換句話說，既然人不可能單靠一己的努力去體現生命的完美，聖經啓示的出路是要透過一種「放棄」的態度，人要先承認單靠自己的努力不能成功，需要神的恩典，神的恩典就是在生命中已經賦予給人的眾多可能性，包括了作為具有神的形像的人的生活可能性，更包括了與人相交中所發揮比個人生命境界更大的可能性。這個羣體概念從創世記中提到人獨居不好，需要配偶，以至要生養眾多，及至後來選民、神國和教會的組合，都是指示出人類可能最終是羣體性的。其中最重要的就是當一些有不完美部分的人生活在一起的時候，大家可以承認和面對大家不完善的部分，

互相幫助對方去克服這些不完美。當然這些不完美不能完全克服，但整體卻是有可能透過一同努力趨向完美，使人類生活正面的可能性可以得到發揮，這也是神的恩典的部分具體表現，幫助個人超越本身的局限。

了解到基督教的救贖的羣體性意義後，就可以在這背景中討論個人克勝死亡而重生的可能性。重生並不是指身體的再生，而是指生命取向的重整。這個重點在耶穌與尼哥底母論重生的過程可以較清楚地看到。生命取向的重整很多時都涉及在人際關係中承認自己的不完美，然後與其他人一起去面對和尋求改善。心理治療在結構上是很相似的過程，都是讓人在人際關係中面對自己的黑暗一面，在接納和協助下尋求出路，重建自己的生活，這個生命取向重整的可能就正是人類生命的一種特色，是超越死亡可能性的條件。

復活和重生在現實生活中的意義就是從死亡的局限中掙脫出來。當人到達一個階段，生命衆多的可能性都好像受到限制，人就感覺到了絕境，客觀地好像是沒有解決辦法了。在這些處境中，生命中負面的力量好像是極其強大，人好像是束手無策；但在心理治療的經歷中，往往看見當事人在重新審視自己的生活，面對自己的黑暗的當兒，漸漸走出一條出路，將自己整個生命處境重整，不可能的成了可能；原先好像牢不可破的結構亦起了變化。在這重整的裡面，人就基於生命所賦予的可能而開啓了新的出路和新的可能性，重新回到生命中。這個生命的重整可能包括了對過往的事賦予新的意義；對將來有了新的希望，以致對現時的生活也有了新的態度，從絕望困境中回到滿有盼望和活力的新生，這就是心理治療中所見的重生。

由此看來，心理治療是有一個宗教向度的，就是透過與人深切的接觸，使人感受到生命是不斷可以重整的；從生命的負面部分，即是死亡世界的部分中掙脫出來，開啓了一個更積極、更有力的生命，使人能實現生命的衆多可能性和豐盛。

在這裡有一點須要強調：心理治療並非要取代其他形式的個人反省或信仰反省。其實在很多情況中，世俗的心理治療往往忽略了對人的整全關懷；很多時太偏重於某些心理部分，例如理性思想、情緒、自我形像或人際關係等，這些關懷當然也可帶來一定程度的

重整，可以給予人新生的希望，但這重整是不完整的，一個完整的重整，是須要關懷人生活處境的整體，包括人自己所建構的世界以及覆蓋他的社會和歷史背景。帶着這種整全關懷的治療，可能已不適宜稱作心理治療了，或許稱為「人理治療」(anthropotherapy) 會更適切。

## 六、總結

作為一篇探討死亡的文章，首先要澄清死亡的概念和辨清死亡狀態和死亡過程的分別；繼而指出死亡對人的可能意義；進而提出死與生兩者中間不可分割的關係，生與死的力量如何在人生中交錯；接着就是把人生定位在生死之間。生命的豐富內容及其可愛的地方，就正好在生死之間的掙扎裡衍生出來。人類的生命歷程中要擁有對生命可能性的盼望以及面對死亡的容量和勇氣，才會令生命有真正的充實。對死之恐懼的克服，亦建基於對死亡的正面了解。其實，人越發恐怕、逃避或否定死亡，就越發容讓死亡的力量有更大的機會去腐蝕和壓制人的生命。

最後討論了心理治療作為一種克勝人生黑暗面的方法，指出在此過程中它讓生命可以發揮更大的可能性。但心理治療並不是唯一的途徑，甚至很多時不是一個完整的方法，但它到底是其中一種釋放生命的程序。心理治療工作者要正視人實存的關懷，並透過助人掌握生命中的終極關懷的過程，去達至一個對人整全的照顧。

崇基學院神學組出版

吐露叢書

- ①郭佩蘭編：《一九九七與香港神學》，1983。
- ②江大惠、郭佩蘭編：《豐盛的福音—從九七所引發的反省》，1984。
- ③江大惠編：《基督徒與政治》，1985。
- ④吳梓明、黃道一編：《公民教育—從基督教信仰與實踐的角度作回應》，1987。
- ⑤江大惠、劉綺華編：《死死生生》，1987。

牧愛叢書

- ①陳慎慶著：《未亡人—一個性倫理判斷的嘗試》，1987。

崇基學院神學組吐露叢書⑤

死死生生

特約編輯：江大惠  
執行編輯：劉綺華  
出版：崇基學院神學組教牧事工部  
沙田中文大學崇基學院神學樓  
設計製作：和記印刷有限公司  
本港代理：恩奇書業有限公司  
九龍彌敦道562A號二樓  
電話：3-7809938

初版：一九八七年十一月

版權所有

Chung Chi College Theology Division  
Tolo Theological Series ⑤  
Death and the Meaning of Life

Edited by:  
Joseph Tai-wai Kaung & Ina Yee-wah Tan

Published by:  
The Pastoral Programme  
Chung Chi College Theology Division  
Theology Building, Chung Chi College  
The Chinese University of Hong Kong, Shatin, Hong Kong

Design and Production:  
Friendship Printing Co. Ltd.

Local-Agent:  
Amazing Grace Books Ltd.  
562A Nathan Road, 1/F, Kowloon.  
Tel: 3-7809938

First Edition, November, 1987

ISBN 962-7137-05-7

© 1987 By The Pastoral Programme, Chung Chi College Theology Division  
All rights reserved