

老師：許麗清
書名：身後事：香港殯葬文化探尋
作者：梁偉強/ 劉銳業
出版社：三聯書店（香港）有限公司

分享：

死亡，一個往往被視為忌諱的話題，但人生在世，難免會面對死亡。其實如何坦然面對死亡，學會、面對、接納，然後放下，卻是一個人生課題。在漫漫人生中，我們不單單要面對自己的死亡，更要面對身邊的人一一逝去。

人生就像沙漏，嬰兒的第一聲啼哭便已是人生時鐘倒數的第一下。我想死亡其實並不可怕，可怕的是我們不懂得面對死亡。死亡教會我們時間的珍貴，教會我們學會活在當下，教會我們珍惜眼前人。

適逢電影《破地獄》上映不久，又遭遇身邊親人的離世，加上閱讀這本書後，讓我對死亡的感觸良多。我想，葬禮也算是一場人生的畢業禮，在短短的葬禮中，回想逝者的一生，在腦中閃過一幕幕相處的場景，凝視逝者安詳的睡覺，為他送上一枝白菊送行，從地上的世界畢業，到達下一站天上的世界。

香港的葬禮因歷史的原因，有不同宗教及文化的葬禮。而形形色色的葬禮儀式，其中蘊含的意義，除了送別逝者外，還有就是讓在世的人藉着儀式學會放下、學會道別、學會接受，不再沉溺於悲傷中。

生與死，往往是很多人生命中的課題，從生與死的課題中，學會沉澱反思，反思自己與世界、與別人和與自己的關係，不要在物是人非，滄海桑田的時候，才後悔光陰已在手中悄悄流走，懊惱自己在過去的選擇，把每一天當作最後一天去生活，去珍惜，我相信生命會少很多遺憾。

面對死亡並不可怕，可怕的是我們沒有直視死亡的勇氣。

