

逢甲大學學生報告 ePaper

報告題名：

生與死現象中的死亡課題

Some Issues of Death in the Phenomena of Death and
Life

作者：鄭芷伊

系級：風險管理與保險學系二甲

學號：D0128989

開課老師：劉秀齡

課程名稱：生死與哲學

開課系所：通識課程

開課學年：102 學年度 第 2 學期

中文摘要

人生在世，生與死是絕對躲不開的過程，該如何面對它們，是人們一生都該努力找出答案的一份功課。

而本文就如題目所言，是探討生死現象中的死亡課題，相信有很多人一定和我一樣對於死亡的存在感到迷惘、無知與陌生，但是在「生死與哲學」這門課程裡，從觀賞 Randy Pausch 的《最後一堂演講》影片，閱讀《伊凡·伊里奇之死》和《生死無懼》以及分組的安樂死報告裡，我找到了可以讓我安心的答案，不再迷惘、不再感到害怕；同時，也找到了繼續前進的方向及動力。

希望有心探索生死問題的朋友們，能透過我在課堂上所學習到的一些概念和心境上的轉移，作為進入生與死課題的先修班，同時也找出自己面對生命和死亡的態度。

關鍵字：

1 生死無懼

2 安樂死

3 伊凡·伊里奇之死

4 Randy Pausch



Abstract

In one's lifetime, it is inevitable that everyone should learn how to face one's life and death.

As the title of this article says, in this issue we inquire the phenomena of life and death. I believe that many people just like me feel so confused, ignorant and alienated, but in the course of "life, death and philosophy", I've learned the answers from watching the film which is about Randy Pausch's *The Last Lecture*, and reading the books named *The Death of Ivan Ilyich* and *Glimpse After Climpse* which about daily reflections on living and dying, as well as the group report about Euthanasia. Now may be I still have some questions about death but no longer feel confused and afraid; at the same time, I found the motivation and direction to move on.

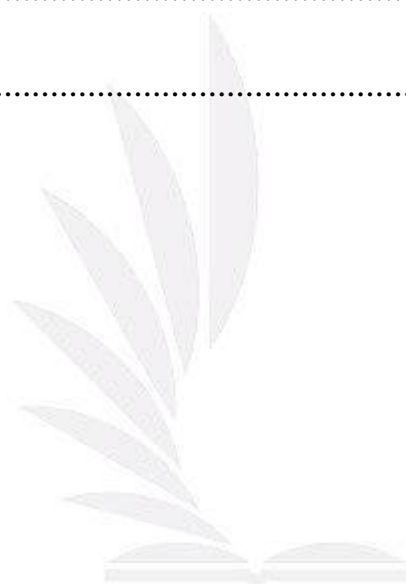
If you like to explore the issue of life and death, I would suggest that you may get starting with some concepts which I've learned as well as may learn to try changing the state of mind as I have done. Then you will find the right attitudes and the way toward your life and death.

Keyword :

- 1. Death Without Fear**
- 2. Euthanasia**
- 3. The Death of Ivan Ilyich**
- 4. Randy Pausch**

目 次

一、引言.....	4
二、Randy Pausch 的生與死——讓「我的死亡」變成「我的存在」..	4
三、《伊凡•伊里奇之死》常人之死的反思.....	6
四、安樂死——寓居於世的公眾生死議題之一.....	7
五、結語.....	8
參考文獻.....	9



一、引言

生與死一直是每個人的人生重要課題，同樣也是人生的必經之路，但是兩者卻有著極大的差異，通常「生」會帶來喜悅、感動、希望與新生朝氣蓬勃的力量，而「死亡」卻總是伴隨著心碎、悲痛哭聲及無止境的黑暗深淵，為甚麼兩者會差這麼多呢？我想，我們必須細細品嚐我們的人生才能找出這答案了。

而我選擇「生死與哲學」這門課的原因是因為「死」，我想了解死亡，想知道它為甚麼會存在？明明它就像個只會吞噬生命的巨獸，人們卻還對它抱持著各種不同的態度，有敬畏、有漠然還有害怕等。記得小時候我曾為了「死亡」而對著爸爸大哭，小小年紀的我不懂死亡的意義，只覺得滿滿的害怕，害怕人會老去、死亡然後就不存在於這個世界上，怕將來我長大了爸爸媽媽就會變老，怕他們離開我，怕有一天沒有他們陪我，光是想像我就哭得很慘，邊講邊想邊哭，我忘記爸爸那時是怎麼回應我，只記得當下的無助及黑暗。雖然現在長大了，比較能夠接受死亡，也曾經歷過親密家人的離去，但害怕依舊存在，只是多了疑問，不懂造物主既然創造了我們，讓我們有緣相遇，成為家人朋友或者是夥伴，為甚麼還要讓我們經歷死亡？。最終，在這門課裡我找到了答案——「對死亡及無常的省思，讓我們在尚有一息時，好好利用此生；當我們死時，才不會悔恨、反責自己浪費生命。」¹的確，若是沒有死亡在前面，人們不會懂得珍惜，不會懂得檢視、反省自己。對我來說，死亡依舊是恐怖的存在，同時也有著師長般的地位，它雖然沒有實體不能開口指導我，但卻讓我從「心」出發去學習，由心而生的道理是絕不會讓我忘記的，會深刻的記憶在我的心理，直到永遠。

二、Randy Pausch 的生與死——讓「我的死亡」變成「我的存在」

但是，也幸虧有死亡的存在，我們的人生才能激盪出美麗的火花，才有質跟量的區別。Randy Pausch (1960—2008)，他是美國卡內基美隆大學²的計算機科學、人機互動及設計教授。在 2006 年，他被診斷患有胰腺癌，儘管進行了手術和化療，癌細胞還是擴散至肝臟及脾臟，並於 2007 年 8 月被醫生告知最多只有

¹ 《生死無懼》— 7.11。索甲仁波切/著、黃朝/譯，《生死無懼》，台北：圓明出版社，1997.4。《生死無懼》是作者依一年 365 天每天寫一篇文章，可以在三分鐘內進行反思與自我對話的簡短文章，而以月和日依序編碼。例：日期引文出處《生死無懼》— 7.11。「7.11」標示是本書中 7 月 11 日中的篇章。

² 卡內基美隆大學 (Carnegie Mellon University) 是一所研究型的私立大學，位於美國賓夕法尼亞州匹茲堡。因為其傑出的表現，使卡內基美隆大學被評選為新常春藤(new ivies)之一。另外，電腦科學研究和麻省理工學院並列全美第一、卡內基理工學院排名全美第六、全世界科技領域大學排名第七、商學院 MBA《經濟學人》世界排名十六、Business Week 商學院排名 15。

3 到 6 個月能存活。但他沒有因此而灰心喪志，反而更積極的面對生命，甚至在他人生的最後一刻站上講台，向台下的學生及聽眾分享他這一生的體悟與經驗。最後，Randy Pausch 於 2008 年 7 月 25 日過世，享年 47 歲。

我很開心老師在課堂上讓我們看 Randy Pausch 人生的《最後一堂課》的演講(*The Last Lecture*)，在演講一開始時他就說：「我們不談癌症，因為我已經花了很多時間在上面，懶得多談了。」聽到這句話，我感受到極大的震撼，有多少人得知自己因為疾病，只剩幾個月能活之後，還能像他那樣以誠實幽默的態度面對自己、面對病痛，甚至是面對人群？那時的 Randy 寶貴的生命已經在倒數了，但在這場演講裡，他沒有談到死亡，也沒有談到病痛，而是對我們訴說他兒時的夢想以及如何去實現、如何克服眼前的阻礙、如何幫助別人實現夢想等，整場演講笑聲不斷，有時還會夾雜著冷笑話，有歡笑也有淚水，更多的是扣人心弦的人生格言，連坐在投影布幕前的我也不禁紅了眼眶。在談到兒時夢想時，我的心裡也浮現了我的兒時夢想——成為老師、美髮師和婦產科醫生，我永遠也忘不了那個抱著期待的心情，用童稚的嗓音和堅定的口吻對家人、老師、同學訴說夢想的——兒時的我。

在演講結束前，他甚至還說了足以使任何人都羞愧的話：「我不知道如何不快樂過生活，我都快死了，但我依然很快樂。剩下的人生中，每一天我都要繼續快樂過生活，因為這是我唯一知道的方法。」的確，人生是沒有過不去的關卡，要怎麼過關，端看你面對生命的態度，這是我看完影片後最大的收穫。同時，我還想到了高中英文課本的一段內容：「你可以選擇要用甚麼態度來過生活，可以選擇樂觀的態度，也可以選擇悲觀，而我選擇了樂觀來過我的每一天。」是啊，生命的方向的確掌握在自己手裡，既然有開心快樂的態度，又何必選擇悲觀來讓自己過的不舒坦呢？人生的旅程就是這麼不長也不短的一段而已，如果一個好的想法可以使我們的人生更富足圓滿，那我們還需要猶豫選擇嗎？當然是做就對了！而且我覺得比起留下鉅額財富給後代，我更覺得留下知識、態度才是最棒的，錢財花完了就沒了，而且可能還會養成後代們的壞習慣，但是前人的知識、態度卻是最為寶貴的資產，他可以影響一個人的思想、行為甚至是那個人的一生。

Randy 還說了一句令我印象深刻以及大大影響我的一句話：「阻擋在你面前的高牆並不是為了阻止我們，而是為了讓我們有機會去證明自己有多想達到這目標，這道牆是為了阻止那些不夠渴望的人，它們是為了阻擋那些不夠熱愛的人而存在的。」因為我是一個四肢非常不協調的人，要跳舞真的是很難，勉強要跳的話大概是國民健康操或是護眼操那種程度，但是我的體育課偏偏是跳舞，而且還是韓國藝人舞團的舞，那真的是要快、要扭、要性感，每次要考試時壓力就會很大，很怕成為粥裡的老鼠屎拖累我們這組，但在我因為跳舞考試而感到極大的壓力及恐懼時，我想到了 Randy、想到他說的高牆，於是我告訴自己：「Diamond 妳可以的，妳真的可以，只要跨過那道牆妳會長大。」帶著那股力量，在考試那天我用輕鬆愉快且享樂的心情跳舞，結果真的很不錯，還被老師誇獎了一番，心裡非常感謝 Randy，因為他的話鼓舞了我，讓我有力量去跨過眼前的高牆，的確，

跨過高牆後我證明了自己，證明我能做到，證明我沒有氣餒，證明我撐到了最後一刻！感動在心裡膨脹，感謝也在心底萌芽，謝謝 Randy 說了這句振奮人心的話，在這同時我還學到了面對困境時該有態度，就像上面所說的一人生的確是沒有過不去的關卡，要怎麼過關，端看你面對生命的態度——我，親身體會到了。

一個人的死亡，可以重於泰山，也可以輕於鴻毛，不可否認 Randy 絕對是重於泰山，對我來說，一個人對世界的貢獻度不是用「量」來衡量，而是影響的程度。在老師沒給我們看這影片前，我完全不知道 Randy 的存在，但沒想到在看完影片後他影響我這麼深，我時時刻刻都會想到「牆」，因為人生真的是由不同大大小小的挑戰所組成的，我會想到以前遇到的瓶頸，幻想我跨過那些牆的畫面，這對我來說是前進的動力，因為有時遇到困難時，我會用過去的障礙來激勵現在遇到障礙的自己，這是我對自己的加油打氣。

三、《伊凡·伊里奇之死》常人之死的反思

在這門課裡老師還讓我們閱讀了大文豪托爾斯泰的《伊凡·伊里奇之死》(*The Death of Ivan Ilyich*)。我覺得伊凡·伊里奇虛度了他的一生，雖然他的生活光鮮亮麗、令人稱羨，但這一切不過都是個假象。伊凡·伊里奇是高等法院的法官，他所處的圈子都是些達官貴人，但那個圈子卻充滿了自私貪婪的味道，包括他自己以及家人。對於曾經是同事、牌友或是勉強稱得上是朋友的人的死亡，竟是以如此冷漠的態度來面對，彷彿對他們來說不過是個路人的死亡罷了，只是這路人之前曾經是個高官，現在他的離去對他們的圈子能貢獻多大的好處或壞處而已。但最讓我驚訝及厭惡的是伊凡·伊里奇的妻子及女兒，對於親人的死亡她們竟然是在盤算如何能拿到更多的利益！但是轉念一想，伊凡·伊里奇被這些人用這樣的態度對待，甚至是在他死後，其實是很正常的，因為他自己就是那類人，人們常說「物以類聚」，什麼樣的人就會吸引什麼樣的人當朋友，我非常贊同這句話，相信在我们的生活中就已經有許許多多這樣的例子了。「我們一生的所作所為，造就我們死時的情況。每件事，絕對是每件事，都和它有相關聯。」³ 他們每個人都是伊凡·伊里奇，以同樣的態度、同樣的冷眼，來看待這世界上的人事物，真正的伊凡·伊里奇只是幸運的在臨死前走出那虛假又浮誇的世界，打破那幻想的泡泡。

常常，我們看不清虛無的假象，總是讓自己活在充滿幻想的泡泡裡，從不檢視自己、反省自己，以至於終其一生所有的一切都是虛偽的，那些執著固執的人甚至在面對死亡時，依舊會堅持守住假象，然後以他自認為最有禮、最端莊的姿態來迎接死亡，我認為這是身為人最大的不幸，「執著是我們所有問題的根源」⁴，但偏偏執著的人永遠看不清事情的真相，永遠活在虛假的生活裡，永遠以自己為

³ 《生死無懼》—2.4。

⁴ 《生死無懼》—2.2。

中心出發，永遠永遠都是如此。人們能在世是難得的福氣，若為了些微不足道的事情而執著，那實在太浪費了，執著猶如手中緊握的沙粒，抓得越緊流失的越快，有時候換個心境，世界會更輕鬆開闊。但是也會有幸運的人——在死亡來臨前恍然大悟，走出虛幻的泡泡世界，「死亡之時，有兩件重要的事：一是生前的所作所為；二是死亡那一刻的心理狀態。縱使我們生前造了許多惡業，若在死亡之時，心靈能有真正徹底的改變，將對來世是有決定性的影響，能改造我們的業，因為死亡那一刻是淨化業的絕佳時機。」⁵伊凡·伊里奇就是如此，在臨死前遇到了救贖他的光明，才恍然大悟他的一生都是錯的，幸運的是他還有修正的空間，在生命最後一刻，還能傾聽心裡的聲音，還能放下並且原諒。對我來說原諒是一股溫暖的力量，就像春天午後溫暖的微風，帶給萬物新生的希望，並且在原諒的同時，也寬恕了自己。

另外在課後延伸閱讀方面，老師還分享了《生死無懼》一書讓我們仔細思考人之所以為人的心性——人的本質。每段內容都蘊含了許多人生道理，仔細閱讀，是會讓人回味無窮的，其中我最喜歡的部分是「最痛苦的時候，可能是最開闊的時候；最脆弱的時候，也可能是最堅強的時候。」⁶我非常相信困境會為人類帶來堅毅、帶來希望，但前提是別被眼前的困境給打敗。凡事都要有相信自己的勇氣，相信自己能把眼前所有的不可能都化成可能。我一直記得小時候有部偶像劇裡的一句話：「當你跌落山谷時，別灰心，至少接下來的每一步都是向上的，抬起頭，還能看見滿天繁星。」每次遭遇困境，我都會想起這句話，它最激勵我的部分是「至少接下來的每一步都是向上的」，最美麗的部分則是「抬起頭，還能看見滿天繁星」，為了看見滿天的繁星，我會前進、會向上、會擁抱希望，絕不放棄。脆弱時也別絕望，藏起脆弱、抬頭挺胸、昂首闊步，這是我隱藏脆弱的方法。當內心處於脆弱狀態時，絕不能顯現出來，哪怕內心有多麼煎熬、多麼虛弱，因為壞事通常都會接連不斷而來，所以一定要杜絕這種可能，絕不能讓脆弱外顯，讓自己有再被傷害的機會。

四、安樂死——寓居於世的公眾生死議題之一

課堂上還有分組報告這個活動，而報告的主題就是緊扣著生與死，我們這組選擇了安樂死這個議題，為了報告我們找了許多資料，也發現安樂死並不如我們所想的那麼簡單，它需要考慮的層面有太多了，若是幫助瀕死且為不可逆病症之病患解決一切痛苦，那是美意，但若不小心而淪為奪人性命的工具，那該怎麼辦？該生或該死是無法明確界定的，而身體上的痛苦也是如此，我們每個人都是獨立的個體，耐痛度也不盡相同，這在安樂死上該如何有明確的規範呢？我想這是安樂死議題上永遠也無解的問題。

⁵ 《生死無懼》— 2.19。

⁶ 《生死無懼》— 5.20。索甲仁波切/著、黃朝/譯，《生死無懼》，台北：圓明出版社，1997.4。

在我個人方面，我非常贊成安樂死合法化，雖然還有許多灰色地帶，但我堅信安樂死合法化的利絕對是大於弊的，政府應該加強宣導推行，並且在每個階段都必須嚴格把關。每個人都有選擇的權利，即使是死亡也可以為自己做出選擇，與其在痛苦中延續生命，不如直接面對死亡，死亡固然恐怖，但我覺得躺在病床上進行侵入性的治療，反而更讓人感到恐懼及黑暗，況且站在家人的角度，看著自己的親人因為不可逆的病痛而受盡痛苦與折磨，又何嘗不是種痛苦及壓力呢？另外，最重要的一點，我覺得在進行安樂死之前有個非常重要的但書，即「病人的自願」，所以病人可於生病之初對醫生說明自己的意願——若我的疾病到達某程度時，即可執行安樂死——但還是需要經過兩名醫師以上的醫療診斷證明，且此病症須為無法以持續治療改善的病症，若符合上述，即可執行安樂死。

由於安樂死議題在台灣一直沒辦法合法化，於是在中華民國八十九年通過了「安寧緩和醫療條例」，此條例類似於美國的「自然死法案」⁷，它雖然不是大家所認為的安樂死——一旦病痛到達某一程度，隨時可以執行安樂死，但是卻非常接近我理想中的安樂死模式，因為它把病人的自願放在第一位，同時也保障了病人的選擇權及尊嚴，簡單來說，就是把病人放在首位，任何事情、任何決定都是以病人為優先，在生活上，對於「選擇」我們幾乎是不假手於他人的，生活上的大事小事是如此，更何況是攸關生命存續與否的大問題，所以在死亡之前，我們當然有資格為自己做出最合適的選擇！

五、結語

生命是上天美麗的恩惠，它豐富了世界，使世界存在各種不同繽紛的色彩；它也創造了人類，使這個世界更靈活生動。世界上的人類形形色色且分散各地，因為有著一段又一段的緣分所牽引，才能組成人與人的相遇，進而相識、相知、相惜，而緣起代表新生，緣滅則會帶來另一個緣起，緣起緣滅，生生不息，但是死亡卻是完全與之相對的存在，它吞噬生命、斬斷緣分，帶來無盡的黑暗與痛苦，但這黑暗與痛苦卻可以由本身面對死亡的態度來化解掉，這是在課堂上最大的收穫。

每個人的生命都是上天獨有的賦予，我們應當珍惜生命中的每分每秒，要如何豐富這每分每秒、該如何面對生命盡頭的死亡，這一切都掌握在我們手中，可以像伊凡·伊里奇那樣，也可以像 Randy Pausch 那樣，It's all up to you！但是別忘了死亡，它永遠都會在我們之前，如黑洞般吞噬著我們對生命的熱愛與希望，但是也別忘了在它吞蝕一切生命背後所代表的涵義——珍惜。

⁷自然死法案，美國於 1976 年立法，是指對末期臨終病患不施以增加痛苦且拖延死期的醫療，並非所謂的「安樂死」。

參考文獻

索甲仁波切/著、黃朝/譯，《生死無懼》，台北：圓明出版社，1997.4。

托爾斯泰/著、許海燕/譯，《伊凡·伊里奇之死》，台北：志文出版社，1997.7。

安 寧 緩 和 醫 療 條 例 ：
<http://www.6law.idv.tw/6law/law/%E5%AE%89%E5%AF%A7%E7%B7%A9%E5%92%8C%E9%86%AB%E7%99%82%E6%A2%9D%E4%BE%8B.htm>

Randy – The Last Lecture ：

http://www.ted.com/talks/andy_pausch_really_achieving_your_childhood_dreams?language=en

