

守護 憂傷的靈

梁梓敦

失去摯親對任何年齡的人都是一種莫大的打擊，喪親的重創足以令人一蹶不振。註冊社工梁梓敦（Arnold）對喪親家屬的反應瞭如指掌，因為從陪伴家屬到殮房認屍、協助辦理殯葬事宜，以至輔導喪親者走出情緒的幽谷，重回生活正軌，都是他的工作範疇。

Arnold是基督徒，又在基督教背景機構工作，基於尊重案主的信仰，他和同工們都不會主動談及信仰，除非案主提出。

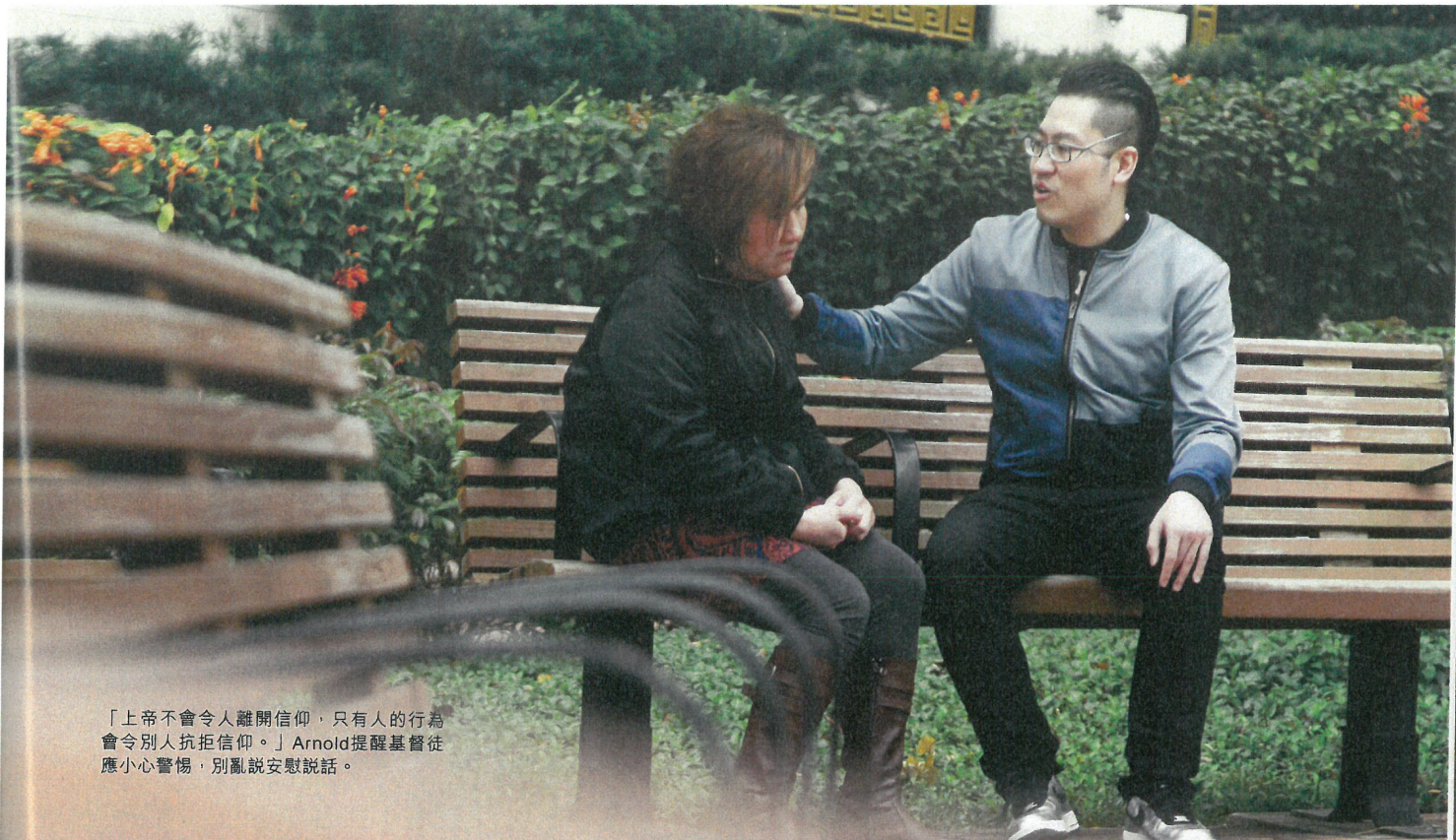
Arnold從社工系畢業便加入聖公會聖匠堂長者地區中心安寧服務部工作，負責陪伴喪親者走過傷痛的日子。冷靜理智、耐心地陪伴及說話小心謹慎，這三點都是擔當安慰者所不能缺少的。

勿好心做壞事

喪親者在復原期間情緒波動十分平常，呼天搶地痛哭、冷靜沉默、內疚、遺憾、焦慮、埋怨、憤怒，甚至有幻覺，都是喪親者可能出現的情緒表現。Arnold強調，喪親者在這段時期最需要的是「陪伴」，讓他們盡情傾訴就是很好的安慰方

式：「離世親人是喪親者生命中缺失的部分，陪伴就是希望他們就算有缺失，也不感到孤單（lost but not lonely）。」

不少基督徒經常將「這都是上帝的安排」掛在口邊，Arnold指出：「用這句話解釋死亡和苦難，很容易觸及喪親者的痛處。有位姊妹和丈夫都是虔誠基督徒，丈夫突然離世，她身邊的基督徒說了這番話，令她很難受並對信仰產生懷疑，及後她更離開教會。」喪親者的情緒正值敏感時期，好的話聽不進去，壞的話卻縈繞心頭。「像『時間都過了這麼久，還想來做什麼！』這些話只會



「上帝不會令人離開信仰，只有人的行為會令別人抗拒信仰。」Arnold提醒基督徒應小心警惕，別亂說安慰說話。

為喪親者帶來傷害，所以喪親者親友切記要『勒緊舌頭』！」

死亡怎說出口？

傳統中國人對死亡的忌諱，導致成年人不太懂得處理喪親的情緒，如何跟家中孩子及長者交代親人辭世的消息就成為一大難題。「小孩子的情緒是很敏感的，他們對死亡不是沒有感覺，只是需要成年人用生活實例，將抽象的死亡概念立體化。例如說：死亡即代表以後見不到那位親人，不能跟他／她吃飯、通電話或玩耍等，小孩子便會明白死亡是什麼一回事。」Arnold常聽到喪親家屬說「不想刺激老人家」，於是對長者隱瞞親人離世的消息。他解釋，老人家其實不像我們想像中脆弱，年約70歲以上的長者可能曾經歷打仗、資源缺乏的年代，死亡對他們並不陌生。「如果選擇隱瞞就要隱瞞一世，還要跟所有親友協定一個說法。如果沒有信心辦

到，應該選擇告訴他／她。如果老人家後來識破謊言，又錯過了送別的機會，內心的遺憾和失落感更大。」若然親友不懂如何開口，可以交由專業人士或社工代勞向長者交代，但必須選一個適當的時機及環境，並有最少一位讓長者信賴的親友在旁陪伴。

珍惜眼前人

Arnold入職初期，對死亡的理解都是從課堂和工作中學習得來，直到自己經歷摯親離世的傷痛，才深切體會喪親的滋味。「我2007年加入聖匠堂，媽媽在2009年初癌症病發。後來爸爸打電話通知我，說癌細胞已經擴散到媽媽的骨骼中，當時我不懂面對，回家後不敢看媽媽的房間，一直採取逃避態度。直至某天醒覺，想到不要讓大家留下遺憾，我便把握時間跟媽媽多相處、多拍照、多傾談，談兒時的事、談自己將來的目標，以及媽媽最大的心願——為我日後的

孩子改名。」梁媽媽最終於2010年初辭世，Arnold說他只為媽媽哭了兩次：「由於沒有遺憾，對媽媽只剩下懷念和不捨，所以很快便走出喪親的哀傷，這經歷令我成長不少。」

Arnold從事臨終關懷、喪傷輔導及生死教育等工作轉眼八年，負責個案超過700宗。「看盡很多喪親故事，從案主身上學了許多，我對死亡還沒有麻木的感覺，依舊有被觸動流淚的時刻，覺得仍然有更多工作可以給臨終者及喪親家屬發揮更大幫助。」因此，Arnold積極拓展像「安在家終」的全新服務計劃，也透過電視節目及各種藝術及生活化的方式推動生死教育，希望令更多人積極正視死亡，珍惜在世時與親人共享的時光。