

重生的可能～ 生前告別式

文 林美君
美國吉善業公司 財務長

告別式，多沉重的儀式，其實死亡是必然，不是偶然，為什麼我們不能從必然的角度來看告別式這件事，在生命的最後一段旅程中，如果可以親耳聽到身邊的人把對我們過去的一切說出來，該是多麼的幸福，有些話來不及說，當面對至親至愛離開後，那一句我愛你會變成多麼的沉重，而一句我想你又是如此遙遠，一句我會陪著你更是永遠不可能的任務，如果死亡就是那麼靠近了，為什麼不把我們那句說不出的話先說出來，讓遺憾不再，回憶永遠存在，祝福每一個接近死亡卻不害怕死亡的人。

如果告別式是一種重生的模式，我們是不是用生前告別式來檢視生命的意義與價值，我們是否更有機會透過生前告別式這樣的活動來檢視我們的生命，也讓參與這個活動的人更加珍惜人與人的互動，更去圓滿人生的幸福，生活中有許多過不去的關口，也許放在心中以為過去了，總說服著自己放下，也自認為放下了，可是總有一天看到某個場景或畫面又讓你觸動了心裏深處的痛，每個人總有些故事可能是婚姻、是愛情、是兒女、是父母，這些故事曾經都是一把利刃傷了你，是你不想再提起的痛，也可能

是你想說出口的那一句對不起，而你總在人後或夜深人靜時才回憶掉淚，更或許你一直告訴自己沒事了一切都過去了，一路走來你都很勇敢，你的小秘密也一直很安穩的住在心裏最深沉的地方，只是偶爾他會出來打亂一下你的生活，而你又把它強迫它回到自己內心最深處的地方，讓我們透過生前告別式給自己重生的機會，把過去的故事重新檢視一下，也許難過也許痛，但受邀來的都是可以陪伴你走過的至親好友，這個關卡過了，你會發現原來過去的事都只是一個學習是一個堂課，曾經走進生命中的每個人都是來教導自己學習人生課程的導師，在下課後應該更有勇氣面對現在的生活，擁抱未來的人生，祝福每一個在人生歷程中受過傷或無易中傷害過愛自己的人，能透過這個儀式能找回自己，原諒別人，放過自己。

告別式在過去是用在一個給在世者悼念死者的儀式，但也許我們可以把死亡這件事從必然的角度看，堅持我們自己最終的幸福，透過我們自己的安排與想像，利用這個儀式去檢視自己的過去，重新開始，了解告別式的真正意義，才是對生命最大的圓滿幸福。