

生死有感

關俊棠

每一位亡者、為生者而言，是一份啟示。

今天早上，你能夠睜開眼睛，見到你所疼愛的人，做一件你認為有意義的事，看到蔚藍的天空或毛毛細雨，有全新的二十四小時供你享用……可曾想過，這一切並非必然！

每天有人清晨離開了家，晚上再沒有返回來；有人晚上上床睡覺，第二天卻沒有醒過來，原來每天的生命都是一份白白的恩賜！我們是否每天都會好好地疼惜這條命，不去糟躪她，不會糊里糊塗地拿她來開玩笑！？

生命中有四樣東西不容我選擇，就是：生、老、病、死。生在何時何地，怎樣的家庭背景，什麼人做我的父母，由不得我選擇。人必定會老，不論你喜歡與否，歲月仍是一天一天地溜走；現代人有許多研究如何延遲衰老，但卻阻不住老的來臨。病、也是身不由己之事。無論一個人飲食如何健康，起居怎樣正常，仍很難避得開疾病的光顧。然後...就是死。人人都心知肚明，死亡是人生在世的最後歸程；好人壞人、貧的富的，最終都得跨過這一關。疼愛你的人會先你而去，又或你會比你所疼愛的人先走一步；面對這個現實，我們只能接受，沒得抱怨。

是的，生、老、病、死，由不得我們選擇；然而，我們卻仍然可以選擇用怎樣的態度和心境來面對它們。例如：父母不是我們選擇的，但既有緣成了親人，就得好好珍惜這個緣份。又比方沒有人喜歡疾病，但病倒時怨天尤人，抑或好好藉此學習多點愛惜自己的身體，則是我們可以選擇的態度。

每次當我們出席家人或朋友的追悼禮時，亡者的親人或好友都會分享對亡者的思念及陳述他／她生前的功勞和美德。這固然是對逝者一份很大的愛惜和尊重；然而，大家可曾想過，如果這份表揚能夠讓亡者仍健在人間時被聽得到，被

肯定的話，那豈不是更好！我們都知道世上沒有十全十美的人，包括你的至親至愛，然而人人都需要被肯定，都想知道自己在別人心中是被賞識的，這不單只是一種心底的期盼，更是一種權利。此外，親人和朋友的相處，貴乎彼此的欣賞；事事挑剔、樣樣都要據理力爭，硬要執著誰對誰錯，結果是關係緊張和破裂。能夠在是非黑白對錯當中，加一點點的「情」和「體諒」，甚至是「傷感」而非憤怒，人與人之間的關係會來得順暢及有人情味，自己好過，別人也好過。當然，這裡不是指人可以顛倒是非、指鹿為馬。中國人「隱惡揚善」說法中的「隱惡」不值得恭維；惡是須要正視的、誠實地去面對；但「揚善」則肯定是一種人人都得學習的美德。所以面對親人朋友，好事得快做，好話要快講。要愛，就得愛在生命未了時！

生、老、病、死，都是人生的必然。然而，這必然的人生的不同境遇中，卻同樣需要著「愛」的滋養，缺乏了愛，這必然就成了慘然！！在「生」與「病」兩個際遇中，人很需要別人的愛（他愛）。想想，我們能「生」於此世，不就是兩個人相愛的成果嗎？出生後能夠存活下來，之後的成長成熟、受教育、工作，闖出自己的天地，以至或顯或隱的成就，不都是因為別人許多的關愛、照顧為我所受的苦，肯定和扶持的滋潤，我們才能成為今天的自己！？

說到「病」就更明顯了，一個人無論怎樣懂得照顧自己，總難避免病痛的光顧。病了就得感恩地接受別人的照顧，謙虛地接納自己的有限及不完美。再者病也是激發起別人愛心的一個機會，讓「他愛」充滿人間。

相對於生與病中的他愛，在「老」和「死」的進程中，我們必須要有很多很多的「自愛」！在步向每天都變得「老」一些的過程中，自愛所指的是：「自律」，即珍惜健康，管好那喜逞一

接下頁