



C m f o r t
C a r e
C o n c e r n

賸明會

THE COMFORT CARE CONCERN GROUP

會

訊

跳出生命幽谷
活出人生彩虹

第五十五期 · 2015 年 1 月 (非賣品)

編者的話

「生死教育」近年在香港漸趨流行，本會亦經常接獲不同的公司、慈善機構、大學等團體的要求，為他們舉辦生死教育講座或活動，就算主題和形式各有不同，但背後的目的都十分類似——希望參加者認真思考生死。

作為生死教育的工作者，其實一點也不容易，推廣生死教育的背後，教育工作者可能同時面對自身對生與死的疑問，甚或挑戰著人生價值或死亡的意義。到底一位生死教育人員是如何煉成？今期主題文章的訪問主角——Pasu(香港中文大學醫學院解剖實驗室防腐師伍桂麟先生)的心路歷程或許可以給予讀者一點提示，並感謝Vicky Law、Robson Tai、Charice Fan及Teresa Kwong四位醫科學生撰文。

另外，本會去年安排了參觀香港中文大學醫學院「無言老師」，今期特別刊登了本會義工胡雪娟小姐的參觀後感，又分享一下當天參觀的情況。

今期會訊更少不了本會最新的義工課程資訊，讓各位細閱。

最後，代表本會祝大家羊年身體健康，生活愉快！

輕輕，他承認當初考慮入行時也有恐懼，但真正開始防腐的工作後，便發覺原來「面對遺體防腐的聯想所帶來的恐懼，是多於面對死亡本身的恐懼」。

他認為一般人對屍體的恐懼源於我們對死亡的負面聯想，一方面是屍體聯繫到病菌和死亡，令人覺得有害；另一方面「沒有人想死，死會令人產生負面情緒。」

主題文章

醫學生遇上防腐師

香港中文大學醫學院醫學生
Vicky Law, Robson Tai, Charice Fan, Teresa Kwong

在現今的香港社會，我們是如何面對死亡？我們所建立的死亡觀是受甚麼影響？相信大部分人對於死亡都有某程度的恐懼，持避之則吉的態度。是次專訪的主角——香港中文大學醫學院解剖實驗室防腐師伍桂麟(Pasu)先生，每天在工作中面對著“死”，而且經常向大眾推廣生死教育，他又是如何看待死亡呢？

平常心看遺體防腐

讀藝術和設計出身的Pasu是一名八十後，但他從24歲開始便因為有親人從事殯儀行業而接觸遺體防腐的工作。除了為遺體作防腐處理外，他的美術背景不但讓他有很好的觀察和重組能力來修復死者的面容，更令他能以感性的角度出發去理解死亡，並關心別人的情緒變化。年紀

◀ 下頁繼續 ▶

Charity listed on

慈善機構
Wise Giving



社聯
HKCSS

捐助機構
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

因此人不但避諱自己的死，意息上甚至遠離別人的死，彷彿這樣可以令自己遠離死亡。但對他而言，死其實是一個自然的過程，而且他所作的是在幫往生者，即使死像恐怖，也可以從解構視覺意像的角度看待，加上本身基督教的信仰支持，故能以平常心面對。

推廣生死教育

在 Pasu 四年前轉到香港中文大學作防腐師後，致力推廣無言老師遺體捐贈計劃，同時也透過講座、電台訪問和電視節目推廣生死教育。他善用自己感性而天馬行空的藝術家本能重新包裝並推廣生死教育，消除人對死亡的無知和不確定而產生之恐懼，教導人面對家人、甚至自己的死亡。

但於現代社會中推廣生死教育要面對的其中一個挑戰就是人們覺得死亡離自己很遠。「我們擁有這麼多東西、醫療科技這麼的發達、現在的人均壽命這麼長，死亡好像只會在老人家身上發生... 我們用許多許多理由，其實是接受不了自己會死的事實。」Pasu 亦指出現代人的生活節奏急促，「得閒死唔得閒病」，根本沒有時間去思考死亡這回事。人們只顧滿足自己物質上的享受，提倡活在當下，更沒有思考死亡的空間。而隨著社會的改變，我們愈來愈以西方的個人主義生活，再也不會像從前群居一樣，那時死亡隨時在身邊親人鄰居中發生，某個人死去是整條村或家族的事；少了這些人與人的互動，也就更少激發我們想到死亡。

由於這些理由，Pasu 承認年青人和中年人對死亡這題目缺乏興趣。反而老人家比較開明，因為他們看見自己的朋友過身時也會意識到自己的需要：不但要有心理準備，也要作實質的安排。而無言老師遺體捐贈計劃在 Pasu 和同事們數年的努力下得到廣泛市民的認識和支持，遺體捐贈的登記人數和死後捐贈遺體大幅增加，登記者當中有很多都是長者。要接觸年輕一代和中年人，Pasu 認為除了要用生動有趣的方法引起他們的好奇外，政府和媒體也要承擔教育的責任。

醫學生的生死教育

作為醫學生，我們也深感自己所接受的生死教育不足。例如我們到三年級出病房的時候，開始會面對病人病重、離世的情境，但沒有倫理課教導我們如何面對和接受病人的死亡，一切情緒的和衝擊均要學習自己消化掉，甚至在這“醫學生”和“病人”的角色和關係中變得彷彿沒有存在感情的必要。但事實上，同理心卻是作為好醫生的必要條件，Pasu 認為同理心和對病人的尊重應由第一次上解剖課開始培



育。若我們由解剖課開始已沒有對先人的尊重，而是只當他們為教學工具，那麼我們將來也會同樣冷酷抽離地視病人為物件或一個疾病。但若我們能透過默哀、寫感謝卡、參與無言老師的告別儀式等學習感恩、尊重和反思自己為何要學習解剖，那我們將來也會懂得尊重病人。「醫德高尚」、「仁心仁術」、「醫者父母心」的牌匾不應只是掛在醫生的工作桌旁，而是要“藏於心內，活在身上”。若醫生沒有尊重病人，以同理心與病人溝通，那醫生不過看病機器而已。



您啟發我尊重生命，您引導我發揮良能。
您我走入神聖殿堂，共同創造愛的循環。
我學習您大捨大勇，我效法您大愛精神。
您我心靈緊緊相伴，生生世世直到永恆。
謝謝您，感恩您！謝謝您，感恩您

《無語良師【卷一】》

「無言老師」- 感恩、尊重、愛

本會義工 胡雪娟

「無言老師」這項遺體捐贈計劃，對我來說並不陌生，因為我在一年多前已登記參與這項計劃。自問已大概清楚明白計劃的內容和意義，但還是參加了瞻明會 2014 年 8 月 16 日的義工進階訓練的「中文大學無言老師解剖實驗室參觀」活動，以對計劃的內容及最後遺體運送的安排，再作更深入的了解。

當天的參觀活動分為兩部份，第一部份是在講室內，由防腐師伍先生向我們詳細解釋「無言老師」計劃的內容及意義。本以為完全了解其內容及意義的我，已預備隨時進入「睡眠狀態」：遺體捐贈的意義當然是為了向現正就讀醫科的學生提供多些真實人體，讓他們更了解人體的構造及提供開刀做手術的練習機會吧！但聽了伍先生的分享，我才認識到原來計劃背後還有一些我從未想過的學習，就是讓醫學生學習尊重：尊重遺體捐贈者、尊重病人、尊重生命。

防腐師伍先生告訴我們，醫學生每次上完解剖課後，都要小心收拾及存放剛才學習用的標本和遺體，解剖後的切口亦要細心縫合好，藉以學習尊重遺體捐贈者，不隨便把它們當作一件學習工具；老師及伍先生亦鼓勵醫學生不時對遺體捐贈者及其家人送上慰問咭或感謝信，以學習感激捐贈者的無私奉獻及關心家屬。

這種以感恩、尊重、愛為基礎的教育，實在令我不得不慨歎。現今世代的同學，在學校裏學到的，又真的好像只是限於課本上的知識。大家所重視的只有分數及畢業證書。幸好中文大學的醫科教育透過「無言老師」這項遺體捐贈計劃，讓醫學生學習並實踐「尊重」這門學問，否則教育出來的只會是冷漠的治病機器。

令我反思到也要感謝對我們同樣是對我們無私奉獻、關懷備致、照顧和陪伴我們一起成長的父母，不應該將父母給兒女買最好的，穿最好的，食最美味的視為理所當然，明白要愛得及時，多關心、多關懷及慰問無私奉獻的父母。了解過遺體捐贈者對社會的大愛及奇妙的人體構造，無論我們留在世上的時間有多少，也要好好真惜生命、互相幫助、互相尊重，過有意義的生活，活出精彩的人生！



活動的第二部份是參觀解剖實驗室，手術桌上展示了用捐贈者遺體塑化成的人體標本。可能因為自己十分敬重捐贈遺體者那無私的大愛，所以當日毫無驚惶不安的感覺，反之，我對人體各部份的構造感到極為讚嘆。造物主創造了既複雜、又能互相配合與效力的人體結構，真是奇妙！了解過遺體捐贈者對社會的大愛及奇妙的人體構造，無論我們留在世上的時間有多少，也要好好真惜生命、互相幫助、互相尊重，過有意義的生活，活出精彩的人生！

從伍先生提供的資料，得知推行這個計劃後，認識及參與捐贈計劃的市民日漸增多。因處理遺體的設備有限，所以未能接收及處存所有捐贈者的遺體，以致捐贈者身故後不一定能達成捐贈遺體的意願，有時家屬會因而感到有所遺憾。當時我聽到此情況的一刻也感到失望，像是未能為社會出一分力似的，但伍先生提醒我們：「有足夠的遺體提供給醫學生學習，其實是一件值得大家開心的事情，因為遺體不足而需到處找捐贈才是更令大家擔憂的事。」不同角度看同一件事情，的確又有不同的見解，現在我要重新對我的家人說：「當我身故後，若未能成功捐贈我的遺體，真的要"開心都嚟唔切"」！

曾經跟朋友提及我已登記參與這項『無言老師』計劃，他們不約而同地露出驚恐不安的眼光，經過解釋其背後的意義，及知道現時大眾接受遺體捐贈的普及情況後，他們對『無言老師』遺體捐贈計劃有所改觀，及欣賞參與捐贈遺體的人士。相信這顆無私奉獻的種子，已埋藏在他們的內心深處，寄望這顆種子將來成長後，像被風吹似的，繼續向外傳播。

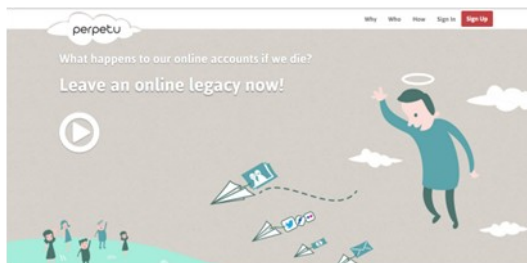


近年，「生死教育」一詞在香港逐漸普及，很多中小學均會在週會又或通識科內加入相關題材，讓年輕一代嘗試探索這個既尊嚴又敏感的話題。然而，隨著資訊科技的發展，要讓更多人認識「生死」，單靠學校和書本已不足夠。

有見及此，坊間有很多機構透過體驗式的教育活動來讓人反思生死，例如在旺角行人專用區拍攝「遺照」、舉辦最後派對等，目的是希望用不同的手法引起人們對生死課題之關注。是次生死百科就選擇了一些較少人知道的團體和活動，讓讀者對他們有更多的認識。



機構成立於 2013 年。目的是一個在講求個人化，生死自主的年代，協助不同人士在能力許可時安排好 <最後派對>，讓自己走得安樂，也不怕家人手足無措。



在今天的香港，大部分人都擁有電郵、Facebook、Twitter 等不同的電子帳戶。而人終有一死，有沒有想過怎樣處理網上遺產??

Perpetu 是其中一個可幫忙處理這些網絡遺產的公司，它暫時支援 Facebook、Gmail、Twitter、GitHub 等，讓用家就不同服務作不同設定。



在思別雅座，大家雖是陌路人，但一起享受茶點，討論生死。我們的宗旨在「提高大眾對離別的意識，鼓勵大家珍惜在世時間」。思別雅座是一個討論生死的地方，無特定主題或預設安排。這是一個供大家談論的空間，並非善別輔導小組。

義工基本訓練班 2015-2016

耋明會於 2014 年度的義工總服務時間為 9,192.5 小時。末期病人及喪親人士的需要龐大，本會將於 4 月舉辦義工課程，希望招募有意加入我們義工行列的社區人士，以實際行動關懷末期病人及喪失摯愛的朋友。

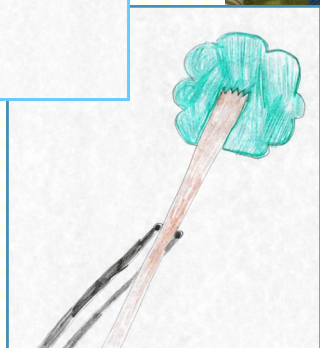
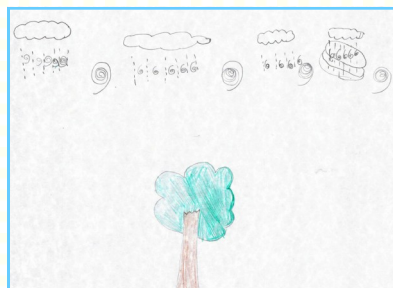
我們的義工課程內容豐富，除了授課形式的學習外，還有機會外出參觀及透過角色扮演掌握服務基本知識和技巧。而面試合格的準義工，更會參與生死探索工作坊了解自己，預備服務末期及喪親人士。敬請留意本會網站及 Facebook 專頁的最新消息，期待在課程中見到你!



日期 / 時間	主題	講者
2015 年 2 月 28 日 下午 2:30-4:30	義工服務簡介會	本會職員
2015 年 4 月 11 日 下午 2:30-4:00	紓緩治療服務 與臨終關懷	麥潔雅女士 (靈實醫院紓緩治療病房 資深護師)
2015 年 4 月 11 日 下午 4:30-6:00	哀傷關懷	陳智豪博士 (香港中文大學 社會工作學系助理教授)
2015 年 4 月 18 日 下午 1:00-5:00	殯殮儀式的意義與程序	殯儀從業員及本會職員
2015 年 5 月 9 日及 19 日 下午 2:30-6:00	關懷技巧(一)、(二)、(三)、(四)	本會職員
2015 年 5 月 22 日晚上 或 5 月 23 日下午及晚上	面試	/
2015 年 5 月 30 日 上午 9:15 – 下午 6:00	生死探索工作坊	本會職員
2015 年 6 月 6 日 上午 11:30 – 下午 1:30 (暫定)	醫院管理局的防感染課程 及 義工迎新會	/
2015 年 7 月至 12 月	實習	/



中心花絮



「我會好好的」兒童小組
喪親小朋友透過小組輔導，認識離別及死亡，學習表達及處理因親人離世的哀傷。經歷過暴風雨後，小樹搖搖欲墜，但仍有架子撐著，不會倒下。就如作畫的小朋友一樣，失去爸爸固然痛楚，她就像小樹苗一樣就快倒下。幸好身邊的人陪伴著，而她也找到支撐自己的『架

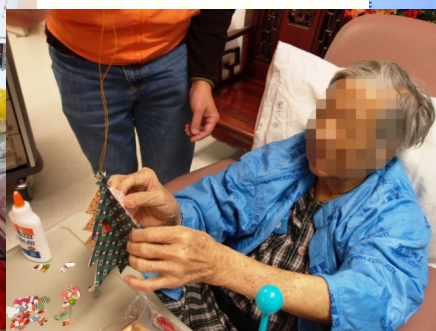
園藝治療小組

以植物為媒介的輔助治療，讓喪親者向逝者表達思念，並覺察及處理哀傷



醫院聖誕節探訪活動

義務小丑與義工扮演的聖誕老人為紓緩科院友們及家屬表演，更一起製作聖誕樹掛飾。



義工進階訓練 – 香薰按摩膏製作及淋巴去水腫按摩工作坊

紓緩科院友經常受水腫的困擾，香薰導師即場示範按摩手勢，義工們馬上互相按摩練習。



中心消息

- 贖明會「活出生命行 2014」已於 10 月 19 日順利完成並籌得款項約港幣 18 萬元，所有籌得款項將會用於本會兒童哀傷輔導服務，衷心感謝當天出席和支持我們的各界人士。
- 本會已於本年 2 月正式更新舊有的贖明會 Facebook 為專頁，歡迎各位到 <https://www.facebook.com/cccgghk?pnref=lhc>，讚好並追隨我們的專頁，瀏覽本會最新資訊。
- 本會定期為喪親人士舉行「伴行哀傷路」講座，由輔導員講述常見的哀傷反應，並透過過來人的分享，讓喪親者進一步了解自身的哀傷反應及如何適應日後生活。下次講座將於 3 月 7 日星期六上午 10:30 舉行，歡迎來電本會報名。



贖明會會訊 第五十五期 2015 年 1 月

督印人 黃志安

編輯小組 李秀英、許明儀、梁嘉儀、黃清揚、鄧海甄

贖明會

榮譽贊助人 香港聖公會鄭保羅大主教 馬安妮太平紳士

榮譽顧問 黎守信醫生、李錦洪先生、吳思源先生、謝建泉醫生、衍空法師

董事會 陳永佳先生(主席)、郭紫達女士、楊偉芳女士、

黃凱怡女士、冼君行博士、謝俊仁醫生、郭敏怡女士、

陳智豪博士、陳寶妍女士、林雅頌女士、鄧惠雄先生

贖明會是一間非政府資助的慈善服務機構，自 1987 年服務香港，幫助離世者得到安慰和支持，有尊嚴地走完人生的旅程；也協助喪親者安然地與家人道別，在生死離別的體驗中，重拾信心，重整生活，活出精彩的未來。

本會服務包括：

- | | |
|------------|----------------|
| 1. 哀傷輔導服務 | 4. 過來人義工服務 |
| 2. 家居及醫院探訪 | 5. 義工訓練及招募 |
| 3. 殯儀支援服務 | 6. 社區生死教育及專業訓練 |

支持我們 ➡

本人樂意捐助贖明會：

港幣\$ _____

☐ 網上捐款：請登入網址 www.cccg.org.hk

☐ 劃線支票 (抬頭請寫「贖明會」)

支票號碼 _____

☐ 銀行入賬

(贖明會匯豐銀行賬號 441-264702-001)

☐ 繳費靈 PPS (贖明會商戶編號 9331)

☐ 每月定期捐款(請寄給我自動轉賬表格)

姓名(先生/小姐/女士) _____

地址 _____

電話 _____

電郵 _____

填妥表格請寄回香港九龍長沙灣麗閣邨麗荷樓三樓平台 303-305 室，或傳真至(852)2361 6294。

郵票



C 贖 mfort
C 明 re
C 會 ncern

贖明會 THE COMFORT CARE CONCERN GROUP

香港九龍長沙灣麗閣邨麗荷樓三樓平台 303-305 室

303-305 Podium Floor, Lai Ho House, Lai Kok Estate, Cheung Sha Wan, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel.: (852)2361-6606 傳真 Fax.: (852)2361-6294

網址 Website: www.cccg.org.hk

电子邮箱 Email: cccg@cccg.org.hk