



C mfort
C re
C ncern

燾明會

THE COMFORT CARE CONCERN GROUP

會訊

跳出生命幽谷
活出人生彩虹

第五十八期 · 2016 年 1 月 (非賣品)

編者的話

「動·人情緣」動物離世哀傷輔導服務

「我只是你的一部份，但你卻是我的全部。」

你的摯愛動物同伴



人們對動物來說是如此重要！

近年，動物成為人們的生活同伴，一些報導更發現主人因愛寵離世而尋死，可見牠們的離世對



主人可以做成很大的打擊。人言道：「我是你的全部，但你同樣是我的全部！」動物和人的情感關係是如此深厚。

數年前，本會的輔導員也因痛失愛貓而感同身受，望能延續愛貓留給她的愛和精神，除了關懷同路人，更希望讓大眾認識動物和人的情緣，以及當中所啓發的人生課題！有見及此，本會於去年開展「動·人情緣」動物離世哀傷輔導服務，為經歷動物離世的朋友提供個案輔導及互助小組，更為專業同工提供相關培訓。

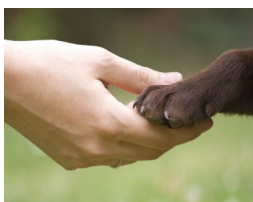
今期會訊將回顧及整理我們這大半年的前線工作經驗，並感謝義務同工邦 sir、同路人 Elisa、Man、Kelly、Christine 和 Wendy 參與籌劃是次會訊，並親身分享箇中的心路歷程，讓我們從不同角度去了解這課題。最後，我們要感激已離世的毛孩給予我們很多動力和啓發。



引言

香港的現況

根據 2015 年的主題性住戶調查¹，全港有 86,300 住戶飼養動物²，佔所有住戶的 12.6%，當中飼養狗隻的佔 37.7%，貓隻的佔 18.9%，25%飼養貓狗的住戶為單身人士。這現況反應了人們飼養動物漸趨普遍，牠們更成為人們主要的生活同伴，主人因愛寵離世而尋死的事件更反映如沒有妥善處理喪寵情況，其情緒、社交和生活均受到很大的影響，那份哀傷的程度及持續時段和喪親的哀傷沒有太大差別 (Archer, 1997; Gerwolls & Labott, 1994)³。根據本會的經驗，求助者面對喪寵的傷痛卻往往被忽略，令他們在哀傷路上變得孤單無助。



「動·人情緣」服務的理念

在支援主人面對動物離世之傷痛，我們首先要了解動物和主人

的情感關係 (attachment relationship) 及在其生命中的意義 (meaning)【此謂之前傳】，從而掌握這份情感連繫的缺失對主人的內在世界帶來怎樣的

¹ 主題性住戶統計調查第二十六號報告書 (政府統計處，2005)

² 在家庭以外的地方飼養動物的數字並不計算在內。

³ Archer, J., Winchester, G. (1994). Bereavement following the death of a pet. *British Journal of Psychology*, 85, 259-271.

Gerwolls, M.K. & Labott, S.M. (1994). Adjustment to the death of a companion animal. *Anthrozoos*, 7, 172-187.

☞ 下頁續 ☞

Charity listed on

Wise Giving 慈善機構



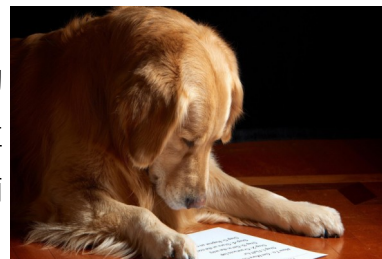
捐助機構
Funded by:



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

變化及衝擊【此謂之後傳】。這也引申到「動·人情緣」的兩層意思，其一是我們以了解「動」物和「人」之間的情緣為輔導切入點，其二是那份情緣可以很「動人」，讓我們對人生有更多的發現和體會。我們一般都把牠們稱為寵兒，但有學者以動物同伴 (companion animals) 或動物取而代之 (Tuner, 2003)⁴，因我們相信牠們並不只是屬於人們的「寵愛」，更不是「從屬」關係，而是互動、對等和獨特的關係。故此，這服務也稱為「動物離世哀傷輔導」。

今期會訊分為五部份，第一部份為香港保護遺棄動物協會 (SAA) 的專訪，第二部份為「動·人情緣」前後傳，當中由同路人小組的組員分享自己和動物的「前傳」和「後傳」，及接受服務後的轉變和體會。第三部份為一位社工參與工作坊的後感，第四部份為主題文章，探討動物主人的哀傷及輔導工作。最後部份為「動·人情緣」服務的活動花絮。



4 Tuner, G. (2003). Bereavement Counseling: Using a Social Work Model for Pet Loss. *Journal of Family Social Work*, 7, 69-81.



主題專訪

專訪簡介：SAA 是一所被遺棄動物庇護中心，以「愛護動物·尊重生命·不殺不棄」為宗旨，他們的員工曾經歷不少動物的臨終及死亡，也接觸不少經歷動物離世的朋友。有見及此，我們希望了解前線同工如何面對以上種種情況。



過去牠們曾是失寵的，現在牠們能安然憩睡！

受訪者：保護遺棄動物協會 (SAA) 創辦人

陳淑娟小姐 (下文簡稱「陳」)

范韻清小姐 (下文簡稱「范」)

筆錄：鄧海甄姑娘 (下文簡稱「鄧」)

鄧：你們為何會開展動物善別服務？

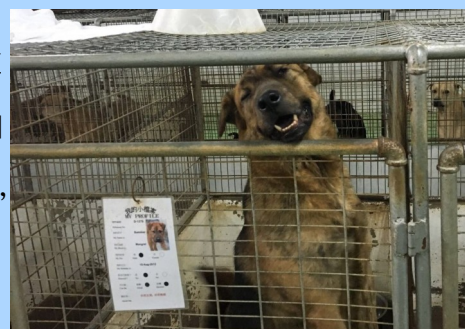
范：於 2003 年，本會其中一位董事的兔仔離世，我和她傾談過後，心情得以紓緩，我相信有很多朋友也有相同的遭遇，其實他們很想和志同道合的朋友表達感受。因此，我們在過去分別和聖雅各福群會及保良局合辦寵物善別分享班。

鄧：在你們的工作經驗中，可如何讓主人和動物之間得到善終和善別？

陳：在動物年老時，主人便要開始預備，知道何時應該「放手」，就是在什麼時候為動物安樂死，這對主人和動物來說都很重要的。

范：雖然本會的宗旨是「不殺不棄」，但當動物沒有 Quality of Life (生活質素) 或沒有尊嚴地生活，例如牠已不能自主地進食、走動及如廁等，我們是要給牠一個好的決定，但人們很多時候只看到自己，並沒有從動物的立場和需要去想。

陳：其實，當動物沒有尊嚴生活，對主人也會做成一定的壓力，反令當初那份愛因有張力而「變質」，我見過更糟的就是主人日後不想

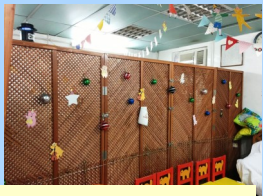


過去牠們曾是流浪街頭，現在牠們重現笑臉！

再觸及和動物有關的事物。那麼，為何不在最好的時間作最好的決定呢？主人要知道自己在動物生前是愛牠的，那便不會有太多的遺憾，就讓牠帶著開心離開這世界。就算將來不再養動物，也可在這方面做其他有意義的事。

范：記得我的沙皮狗在 15 歲那年，眼見牠越來越瘦，我每天都問牠：「你準備好未(安樂死)？」牠都走開不理睬我，一星期後，當我再問牠，牠就站著沒走開，像向我示意牠準備好了，當打了那一針，我感到牠像在喘氣，當時我開始質疑自己是否作錯決定，後來我和牠說：「你放心啦！我會懂得照顧自己。」跟著牠便呼了最後一口氣。所以，要回應「何時要放手」時，我覺得動物是自然會讓你不知道的，其實牠們對生死都抱有正面的態度，反之牠們最不放心的是主人呢！

鄧：沒錯，主人為動物的生死作所有的決定，反令自己承受很大的壓力，卻很少了解到動物的意願，牠們像是知道什麼時候要離開這世界呢！



給助養者與動物
開生日會的地方

范：我曾接觸一些較複雜的個案，主人對動物有很強烈的情感投射。在分享班中，某位女組員的父母在她年青時已離世，後來她養了一頭狗，把所有情感投放在牠身上，和牠相依為命。她努力生活和工作全是為了牠，當狗狗離世後，她不能上班，每天依舊為牠準備糧水，她責怪狗狗忍心拋棄自己，頓感生存沒有意義，曾想隨牠一同死去，而好友的一句話「牠老死也是預料中的事，你用不著那麼傷心！」自此她和好友反目。她在分享班中的轉變很大，後來她去旅行放鬆自己，參與義工服務，可見同路人的分享及明白對她的幫助很大。

鄧：由此可見，主人的困擾並不是單單由於動物離世，牠們的離世可能引發了當事人過往很多傷痛的經歷。

陳：這些引發出來的其他問題對當事人的影響可以是很大的，這也和他們本身的精神狀態、個人經歷、家人和生活等有關，故更需要社工或地區義工為他們提供支援。而我們則可就動物的健康狀況或動物和主人的相處之道給予意見。

鄧：在支援動物主人方面，本會過往推行的動物離世同路人小組也十分重視組員之間的互信和連繫，這份連繫仍可在小組以外的生活中延續。雖然當事人可能曾面對不少人生的缺失和無助，但牠們和動物的生活點滴及愛都是真實且有意義的，而主人更可延續對離世動物的愛，轉化成「大愛」去關懷其他有需要的動物。



小淘氣使我們懂得了勇敢的力量，並以他特有的方式向我們展示了全情投入生命的意義。

路易·貝易納

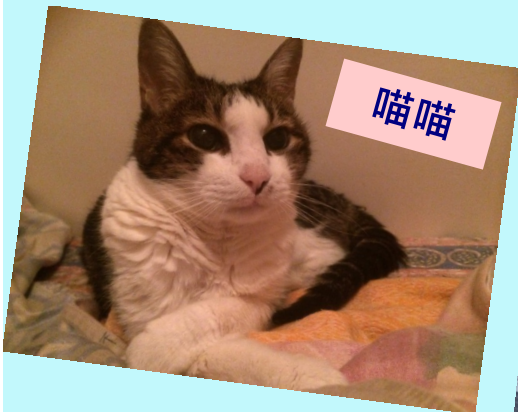


節錄自《一隻狗的遺囑》之 愛的代價

動 · 人情緣 ~ 前 · 後傳

簡介

於 2015 年，我們為一些經歷動物離世的主人推行一個名為「動 · 人情緣」同路人小組，當中包括小組分享及體驗式活動(如：大自然反思、參觀畫室)，並通過藝術創作抒發情感。如前文所述，此小冊子收集了各參加者於動物離世前後的心路歷程(亦即他們的前傳與後傳)、轉變及體會，並嘗試以動物和主人對話去分享這課題。



喵喵



唐龍 Bear



Wealthy



黑仔



Nicky & 媽咪 鄧姑娘



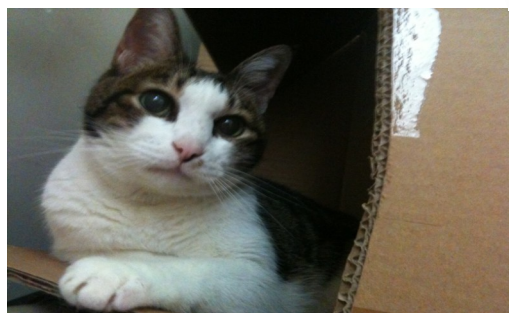
叻叻

「動・人情緣」的「前傳」和「後傳」



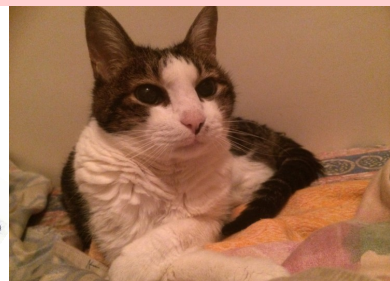
前傳 by 喵喵

在廿二年前的下雨晚上，我瑟縮在公園的一角，當年仍是小女孩的「姐姐」救了我，把我抱回家，從此我們如姐妹般一同成長。在家中，我是同伴中（其他同住的貓兒）的大家姐，兇兇的但卻很有風度，從不和牠們爭鬥。在家姐寂寞時，我會陪著她，在她流淚時，我會安慰她，因此，她特別疼愛我。當她的爸爸患上末期癌症時，我會陪爸爸坐陪他睡，當他入院時，我忍不住流淚了。他們都說我是家中的「守護天使」。



「定過抬油」、見慣世面

因 Christine 爸爸入院，喵喵整晚都不開心地坐著



後傳 by 家姐 Christine

雖然喵喵已達人類的百歲，但我仍是很難消化牠離世的事實，很不捨得牠。我和牠的感情和感動實在難以形容。我十分懷念牠，常覺得牠就在我的身邊。





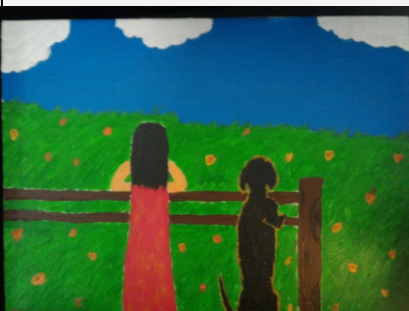
前傳 by Wealthy

我和親生爸媽及兄弟失散了，叔叔抱我回家，而長髮姨姨讓我吃得好。自此，我黏著他們不放，只想他們做我的爸媽。「碼頭」是爸爸常和我等

待媽媽落船回家的地方。我愛在草地上奔跑，笑得燦爛，媽媽笑說要向我學習享受當下、知足常樂、Simple is the best (簡單是福)！開心的日子就這樣過了4年。可惜，爸媽要分開了，媽媽要搬離家，卻無奈未能帶我走，她流著淚和我說「對不起」。自她走後，我很想見她，偷偷地跑去「碼頭」等她回來，一等再等又是三個月了。我的堅持打動了街坊，將情況告知媽媽，令媽媽最終決心帶我離開，不管生活多艱難，自此我們就相依為命地生活下去。我依舊嘗試跑在街上等媽媽放工回家，不幸遇上意外...

後傳 by 媽咪阿 Man

自牠死去，我失去了「靈魂」，除了堅持上班，便寢食難安，行屍走肉，生活像是失去「雙腿」。我害怕回家，更怕孤獨，家中的東西也因我們的生活而存在，沒有了牠又怎算一個家！我不明白為何發生在我身上，而 Wealthy 死後去了哪裡？那份傷痛無時無刻在蠶食我。因這次意外，我很討厭自己，我不想和人接觸和分享傷痛，更不想聽到別人說：『牠都走了，你不要那麼傷心』等說話，有次我和友人要向著海邊說出心底話，那一刻，我的腦海全浮現著我和牠的回憶，很想說聲「我很掛念你」，可惜全身顫抖的我卻說不出來；又一次，我在繪畫牠的模樣時，發現自己害怕憶起當日意外的情境，更害怕面對牠的容貌。那份自責令我不敢再養動物，每當見到小狗就會勾起過去的傷痛，我失去了信心，我更十分害怕牠們再突然離開。

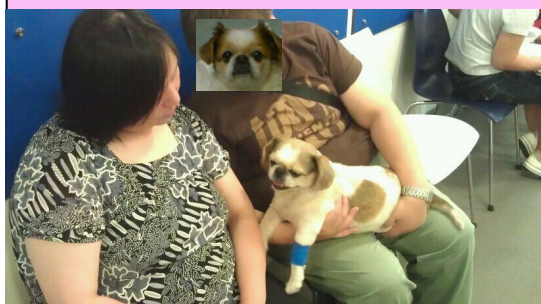


前傳 by 叻叻

爸媽離婚後，爸爸把我送給媽媽作伴。最初，我曾「曳曳」而令媽媽想扔下我。幸好，我的忠心打動了她，自此我們就相依為命，她把我當兒子般看待！多年來，她為我付出很多，盡心盡力地照顧我，我卻愛和她作對！有次我見到她很傷心地走近窗邊，我很害怕，苦苦的哀求：「不要扔下我，我需要你呵！」我很快已 13 歲，因病重而走不動，每次見完靚姨姨 (醫生)，媽媽都很難過，有天，她緊緊攬著我，帶我去看藍天白雲，和我說會去一個有得玩有得食，沒有煩惱的地方，在冰冷的房間裏，我在她的懷抱中，心想：「我真的要離開你嗎？」她便安撫我不用怕，我很想和她說：「我相信你，我去的地方會是很好的地方，你是為我好的，I love U！」

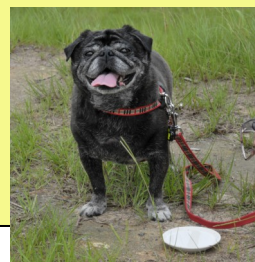
後傳 by 媽媽 Elisa :

當牠從我的懷中離世後，牠就由實實在在的生命變成軟棉棉的棉花。因此，在頭一年，我害怕接觸到軟棉棉的物品，如枕頭等，我又會在街上突然崩潰痛哭，且見到別人的狗，我會想搶走牠，毒死牠，心想為何死的會是叻叻，我仍感覺牠在我身邊，回家時呼喚牠的名字，買狗糧給牠。我自責過往對牠不夠好，未能明白牠的需要和感受。而且牠根本不想死卻被迫安樂死，牠一定很怒我吧！沒有牠，我想過尋死...



前傳 by 黑仔

我是出生於上海的八哥，眾兄弟姐妹中，唯獨我是黑色，因此毫不起眼，也沒人喜歡我，只能瑟縮在暗角，幸得 Allen 舅父看得上我，兩年後，他捨不得扔下我而帶我偷渡來港，可惜媽媽因曾經歷喪犬之痛而拒絕收留我，舅父的堅持打動了媽媽，我才成功取得「單程証」，和媽媽生活了 14 年。我天生八卦，常鬧出不少笑話，成為家中熱話，媽媽更結識一班狗友，他們的感情很好呢！性格執著的我堅持出街「便便」，迫使媽媽也執著帶我出街，辛苦這位阿四媽媽了！有次，姨婆病重，我去醫院探望她，擺尾地告訴她：「我很掛念你啊！」終能完成她的心願。我更參加她的喪禮，和她 say goodbye。後來，我患上腎病，要常「尿尿」，不論風雨或寒冬，媽媽都無怨地堅持帶我散步，細心照顧我，對我不離不棄！



後傳 by 媽媽 Kelly

我最害怕的日子真的要來了！歲月真的偷走了牠。歡樂時光飛逝，一年前的牠仍是活潑，一年後的牠已遠去了，原來我忘了黑仔的一年，其實就如人們過了數年呢！每當想起昔日往事，眼淚便會湧出來。在這 14 年間，牠像是我生活的一部份，失去牠，我很不習慣。沒有牠在家等候，我不想回家呢！我令自己忙個不停以掩蓋心中的傷痛，朋友都建議我再養另一隻狗以解傷痛。我像魂不附體地在街上走著，失眠，食慾不振，我形容自己在「病發」。牠的東西一切依舊，所有的情景都冰封在牠在世的一刻 --- 和牠最開心最美好的時光。多謝牠 14 年來的相伴！



我們

的轉變.....

媽咪 / 家姐：

雖然我們已不在你們的身邊，但並不孤單，因我們幾個毛孩已聚在一起玩，我們也常常想起你們，也知道你們幾個姨姨常聚在一起，訴說我們的往事...但願我們午夜夢迴時能和你們相遇...

一群可愛的毛孩



Wealthy：媽咪，我知你很傷心又嬬自己吧。你最近怎樣？



Man：在過去的中秋，我做了花燈給你，那一刻，我終於能再望住你的樣子，也在家中留了一個角落給你，有你的氣味，讓我掛念你。我容讓自己哭和偷懶，而且和一班同路人的姨姨傾訴，使我很有共鳴感，明白到有愛就會有痛。以前我常想起如何對不起你，現在我會想到你曾帶給我的祝福 ---「生命影響生命」，離世後的你讓我學習到「珍惜」，要終生學習呢。雖然沒有你就如失去「雙腿」，但現在我裝上了「義肢」，你可以放心吧！



希望別人看到自己色彩繽紛的一面，接納自己也有不同的顏色，擁抱冷暖色，而且黑影背後總有陽光。



路遙遠又孤獨，不知出口在多遠；同路人就似樹蔭，縱艱難亦可擋住陽光

Man



Wealthy: 媽咪，我不在乎自己的生命有多長久，我仍是會跑出去等你回家！只因你對我不離不棄！黑仔，聽說你的媽媽是阿四，你也想和她說兩句嗎？



黑仔：阿四媽媽，現在每日你都不能做我的阿四，你會很悶嗎？



Kelly: 會呀，但你的出現讓我認識到很多朋友，感受到人間有愛，我和

(接下文)



Man 姨姨一樣，大家同哭同笑，但我接納自己有軟弱的時候，明白到哀傷是抹不掉啊！你的「堅持」讓我學習到「堅持」。我想起曾陪伴你經歷生老病死，更想起你完成姨婆臨終的遺願，原來我們曾為大家的生命付出，我以你為榮！雖然朋友叫我再養小狗，但和你 14 年的感情是不能被取代呢，我很難再遇上像你一樣聽話和懂事的小狗，世上可以有很多黑色的八哥，但黑仔大老爺只有一個！

波平如鏡，就好像參加小組後的心情，不像從前般情緒波動很大。



希望是一條可以行得過去的路。

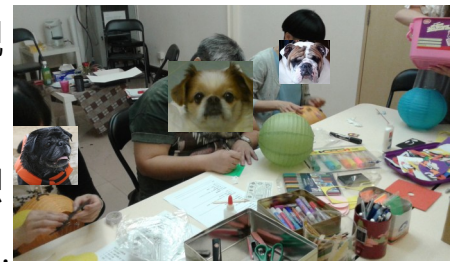
Kelly



黑仔：多謝你，讓我這「單程証」的小狗變得有價值和自豪。我認識了一位和我身型很相似的朋友仔叻叻，牠說你和牠的媽媽也相識了！叫 Elisa 姨姨？



Elisa: 叻叻，你在另一地方認識很多朋友，應不沉悶吧！你離開我的三年後，我嘗試去見姑娘 (輔導員)，更參加了同路人活動，我好像打了一支強心針，以前親友不明白我，我不想談也不想接觸人，自覺自己不正常，但現在可大哭一場，回想和你的點滴，你教曉我如何做人呢！現在，我並不是走出谷底，只是看開一點，我開始認識宗教，明白要放手，讓你安心去更好的地方，不要擔心我。我更希望你不要嬲媽咪，我從沒想過扔下你，安樂死是很困難的決定，但當時並沒有其他辦法，無論做了什麼決定，我很想和你說：「叻叻，我愛你！」



叻叻：你帶給我太多美好的回憶，我十分珍惜，不再嬲你啦！多年來，你受了很多苦，但仍為我而活，多謝你。我的生命令你更有動力去照顧其他流浪貓狗，我自覺叻叻！我的朋友喵喵也說牠同樣打動了 Christine 家姐呀！

(接下文)



Christine：喵喵，你很有靈性，每次懷念你時，都想起我們美好的成長經歷，讓我發現你和人的情感互動是如此深厚，還有你那份無條件的愛和陪伴，我希望把這愛心延續下去，和 Elisa 姨姨一同幫助更多流浪動物。看著你由少女變孀孀，再由孀孀變婆婆，用你的一生來陪伴，守護和愛我們一家，感激生命有你出現。



樽內有許多小動物、笑臉及色彩繽紛的小禮物，都是牠的摯愛，也讓我們看到生命種種美好。

Christine



喵喵：家姐，是我感激你在下雨的晚上帶我回家，是你先讓我感受到什麼是愛，是你和家人的愛溶化了我，令我不再害怕，重新去愛。



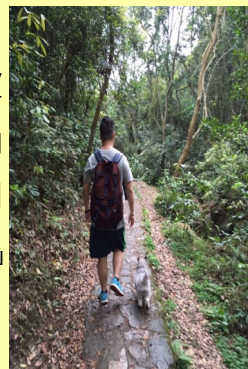
小組給我太陽和曙光，
不用孤單，有後路！



花花就好像提醒我要
繼續扮靚，照顧自己
Wendy



小時候，父母因要工作而把我交給爺爺嫲嫲照顧，週末才接我回家。我常大哭大鬧，不明白為何要和家人分離，對父母感憤怒之餘，自己也缺乏安全感，因此我常常渴望朋友的陪伴。我一直未能放下心中那份憤怒和不安感，直至我認識了女友的愛犬史納莎叫豆豆。我和豆豆一拍即合，無論我去哪裏，牠也會黏著我。有次，我和豆豆一同郊遊後，把牠送回女友家，當要和牠分離時，我望著籠中憂愁想哭的牠，牠「嘩嘩呼」地叫，焦急地走來走去，嘗試把門打開。那刻，我望著豆豆，竟看到小時候的自己，我頓時領略到父母的感受和難處，想起當年父母為口奔馳，只能在放假才能帶我遊山玩水，但仍想盡方法安排家人照顧我，讓我成長，這就像我對豆豆一樣。父母對我這三十多年的愛，我一直沒有理解，只有不滿和批評，而豆豆令我從小時候的自己活過來，重新感受到父母對我的愛。



參加工作坊後，我體會到動物就像人的縮影，同樣要經歷生老病死，豆豆令我體會到無私的結伴同行，我也嘗試以「豆豆」的方式，和親友們互相結伴同行，活著每一刻。若然身邊友人或服務對象經歷動物離世，我會陪伴他，聆聽他與動物昔日的故事；和他一起製作一本關於牠的生命之書，並且和別人回顧及分享。



主



題

文章

輔導員鄧海甄姑娘

當讀者在前文看過「動·人情緣」同路人小組組員的前·後傳，以及不同前線同工在前文分享的實務經驗，筆者嘗試整理他們的故事和自己的前線工作，探討動物和人的前·後傳，當中所帶出的相關課題，從而反思現時的哀傷輔導服務。

前傳 VS. 後傳

不少文獻都指出動物對主人的身心社靈都有正面的影響和意義，那份感情甚或可超越人和人之間的感情。從組員和毛孩的「前傳」中，可見在人生的低谷(如：離婚、分手、家人患病)時，動物能給予愛、陪伴和信任，彼此相依為命，並視對方如自己的親人，牠的出現更拉近組員和親友的連繫。同時，組員也學習去付出和不離不棄，如此親密的關係對人有著什麼意義？人們能從中得到安全感、自我價值、愛與被愛等最基本的需要，尤其當人們曾活在過去的痛苦中，那份關係也許能讓人重燃久違了的信任，愛和希望，動物就如組員所形容的「守護天使」。



有時，主人也會在動物身上發現到久違了的「自己」，在當中重新了解自己，更以另一角度去了解和別人之間錯綜複雜的關係，從而修補關係，得到自我認同，是自我療癒的過程

有了這些「前傳」，我們便不難理解他們的「後傳」了，失去牠，組員變得行屍走肉，寢食難安，尤如失去了靈魂或部份的自己，有的會崩潰痛哭，有的會抑壓悲傷。他們對別人有莫名的憤怒，或是別人的冷言冷語「你為何那麼傷心？家人離世時也不見你那麼難過！」令當事人進一步抑壓情緒，並孤立自己；也有組員形容自己「病發」，並質疑自己是不正常的，可見這些哀傷都是不被認同 (disfranchised grief) 的。同時，動物的離世也會觸發 (trigger) 過往未處理的創傷或未被滿足的需要，例如：上述所提及不被認同的哀傷和自我孤立也令當事人勾起過往曾被人傷害的經歷。筆者曾遇到一些長者因經歷喪偶及和子女關係惡劣，而把情感轉移在照顧動物上，以紓解自己的喪偶之痛和孤寂。當動物死去後，那份被抑壓的喪親之痛及和子女的矛盾往往在這時候爆發出來。

安樂死

「是我決定牠的生死！是我殺死牠！」這往往使動物主人有強烈的自責感，令哀傷歷程變得更為複雜。筆者認為面對生命的終結當中已經有很多無助和無奈，再要為牠選擇安樂死或是以自然離世的方式迎接死亡，當事人一定有許多掙扎和困難。因此無論是因為不想見牠再受苦、想牠得到解脫、在家人壓力迫使或在不知情等情況下決定安樂死；又或是因不捨得牠離去、牠有生存權利等情況下讓牠自然離世。這個選擇某程度都反映了我們對生命、生活、疾病及死亡的理解。

其實，安樂死迫使我們去反思自己對世界、對宗教和對人生的想法，例如思考：「臨終動物 / 親人的意願及需要？」或「我們看重生活的『質』還是『量』？」...



宗教 / 靈性角度看死後的世界

動物死後去哪裡？彩虹橋 (據說所有動物死後會到這沒有痛苦的地方) 是否真的存在？很多動物主人也記掛毛孩死後的生活，並渴望在靈性/宗教上尋出路。雖然筆者對不同的宗教認識不深，但卻發現這課題在靈性/宗教上都具爭議性。有主人曾聽到一些宗教的說法：「這宗教沒提及動物死後會去 XX」或是「如果你仍不放手，牠便留戀塵世，不能去更好的地方」。筆者相信這些說法也有其道理，不過，主人可能會想：「牠不能去 XX，那牠會何去何從呢？會否受苦？」「為何至今我仍放不下？牠因而不能安心去更好的地方，是我做得不好。」可見若然未能適當處理這些靈性問題，主人可能變得更困擾和無助。其實，筆者認為所有宗教思想也是對生命慈愛的，所以，無論是什麼宗教或教義，抑或是彩虹橋存在與否，最重要的是我們應抱著非批判性的態度，讓當事人在我們/靈性的愛和接納中，體會到所有生命(包括離世動物)是被尊重的，從中得到盼望及慰藉，例如感受到牠仍安好，而牠和他的愛是永恆不變，且會延續下去！

再飼養動物

「牠死了，你再養過一隻！」再養一隻動物真的可療傷嗎？有組員分享，牠是唯一的，且十多年的感情是不能被取替，主人了解自己再養動物的心態是很重要的，若然誤以為新的動物是可替代離世的毛孩，這只會換來更大的失望，因離世的牠是獨一無二的；若然誤以為新的動物令自己忘卻過往的傷痛，但傷痛只是進一步被掩蓋，未能得到適當的處理。再者，當新的動物病重或離世時，主人又能再次承受那份傷痛嗎？



情感連繫的延續 (Continuing Bond)

我們不一定要忘記死去的摯親，反之可重整和轉化和逝者的關係，並以另一種方式延續下去，人和離世動物的關係也是如此。有組員感受到離世的動物們互相陪伴，並不孤單，且守護著他們；更有組員從自己和動物的關係中體會到那份無條件的愛和陪伴、活在當下、簡單是福、愛與痛並存等人生課題，希望以不同的方式延續這份體會，例如幫助流浪動物，關懷同路人，建立正面的生活態度等等，以生命影響生命。因此，容許有意義的情感連繫有助主人適應 (Carmack & Packman, 2013)。



輔導服務的反思

每個「後傳」都有「前傳」，面對動物離世，求助者呈現出來的困擾只是「後傳」，要了解他們的傷痛，我們便要認識他們的「前傳」－動物主人在人生中的缺失、創傷及他和毛孩的故事。我們更要探討本土化的動物離世哀傷歷程及評估，同時重視當事人的主觀經驗而非把他們標籤化或病態化 (pathological)，把哀傷正常化 (normalization)，尊重他們的步伐，容讓他們痛哭或不流露，並接納自己的局限。

結語

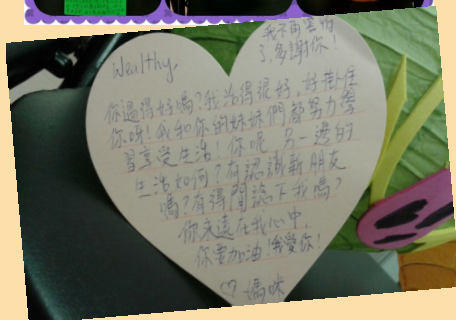
作為前線同工，我們更要裝備自己，當動物在世或臨終時，便要及早識別及支援有需要的動物主人，同工不要輕看當事人的哀傷情緒 (後傳)，因為我們可能更需要承載他們在哀傷背後的人生創傷和苦痛 (suffering) (前傳)。

我們能在「動·人情緣」中體會到動人故事，我們又能否在人和人之間同樣體現到那份堅持、活在當下和無條件的愛？這是值得我們反思的，每個人也曾有人際關係中經歷或多或少的傷害，這更提醒我們要把這份體會延伸至人和人之間的關係中：筆者能在愛貓 Nicky 的臨終時安心陪伴牠，只因當時得到同事的體諒，協助分擔工作，筆者深深地感受到被明白和接納；同樣地，同路人因著離世的毛孩而連繫上，並感受到同路人之間的「同在」、「扶持」和「愛」！這些也許才是治療心靈的良藥。

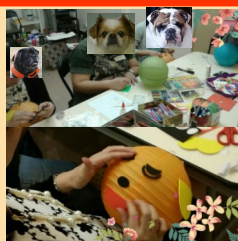


活動花絮

小組成員到 Art Venture 畫室參觀，在欣賞其他動物主人把毛孩的樣貌畫出來時，我們已深深感受到背後那份思念和愛，更發現繪畫如何表達難以言喻的情感。



「每逢佳節倍思親」，通過花燈製作或書信，重現毛孩的笑臉，為牠們送上祝福！



在毛孩所熱愛的大自然環境下，重溫牠們的生活點滴。



傳媒報導

太陽報(2015 年) ~ 大搜查：寵物離世「導」別哀痛

http://the-sun.on.cc/cnt/news/20150916/00410_004.html

香港佛教 (657 期，33 頁) - 生死相安 ~ 「動」「人」情深 (上)

<http://www.hkbuddhist.org/magazine/657.pdf>

香港佛教 (658 期，29 頁) - 生死相安 ~ 「動」「人」情深 (下)

<http://www.hkbuddhist.org/magazine/658.pdf>



33

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

生死相安

活動推介

本會將於 5 月推行「動·人情緣」同路人午間小聚及互助小組，歡迎照顧晚年動物及經歷動物離世的朋友參加。

服務查詢

詳情請向本會輔導員鄧姑娘查詢。

(電話：2361 6606；電郵：heidi@cccg.org.hk)

嘽明會會訊 第五十八期 2016 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、李彥儀

嘽明會

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、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、胡潔英女士、
陳煒嫻醫生、郭凱儀女士

嘽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 ➡

本人樂意捐助嘽明會：

港幣\$ _____

☐ 網上捐款：請登入網址 www.cccg.org.hk

☐ 劃線支票 (抬頭請寫「嘽明會」)

支票號碼 _____

☐ 銀行入賬
(嘽明會匯豐銀行賬號 441-264702-001)

☐ 繳費靈 PPS (嘽明會商戶編號 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 嘽
C 明
C 會
mfort
re
ncern

嘽明會 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 電子郵件 Email : cccg@cccg.org.hk