

從殯葬角度看生命管理

黃有志

【作者簡介】

黃有志，苗栗縣南莊人。現任國立高雄師範大學共同學科專任教授兼學生輔導中心主任。

壹、前言

生命可不可以管理？管理的目的何在？生命如何管理？事實上，吾人活著，每一分每一秒都在「創造」我們自己的「生命」，而不是等待著看「生命」會發生「什麼」。因此我們需要「生命管理」來引導我們自己掌握自己無常的生命。不過，首先要問的是—生命可不可以管理？基本上生命是無限創造延伸，所以生命是無法管理的，這是宇宙生命自然的現象。不過，本文主張在某個意義上來說，生命是可以作適當的管理的，因為生命既然是無限創造延伸，那麼當我們有意識地在「現在」這個時刻接受生命管理的觀念，那麼「生命管理」就被我們所創造出來，並在我們預期的範圍之內，「生命管理」就得以實現(黃有志，民 88a)。

進一步來說，生命管理是本著「人必一死」的社會事實或哲學家海德格所說：「人是向死亡的存在」的意義來立論的（黃有志，民 88b）。因為生命本質包含死亡，而死亡是隨時都有可能降臨的，人總是活在不確定的風險環境之中，因此生命是需要管理的。

其次，生命管理的目的何在？本文主張，生命管理最重要的是無懼死亡無所不在的威脅，試著超越對死亡自然的恐懼，一方面規避生命可能遭遇的風險，做好妥適避險的規劃；一方面體認生命的無常，先做好隨時可能辭世的準備，以無懼無憂的態度隨時接受死亡的來臨，同時以樂觀積極的態度體認生命的無常，而能好好珍惜把握人生的每一分、每一秒時間，從事有益人群社會的工作，藉此充實並豐盈自己難得的寶貴生命（黃有志，民 88a）。

第三，也是最關鍵的問題—生命如何管理？針對這個問題，正是本文撰述

的目的，本文嘗試從一般人較少關注或刻意疏忽的殯葬角度來探討生命管理的方法，此處殯葬係採廣義的意義，亦即一般所謂往生之身後事而言；本文將從計畫死亡的殯葬三層面分析生命管理的方法為何。第一是從葬儀自主談生命管理，第二從生前遺囑談生命管理，第三則從往生契約談生命管理。由於這是一個新的嘗試，冀望能提供國人一個全新的視野，觀照並省視吾人生命底層的本質與特色，為締建一個美滿幸福的人生而努力。

貳、生命管理的核心理念

一、生命管理的目的

本文主張生命管理的目的，就消極面而言，是使我們不畏懼死亡，勇於坦然地面對死亡；積極方面，則企圖掌握自己生命價值，使生命得以喜悅、得以豐盈，締建一個圓滿的人生。

生與死原本就是一體的兩面，否定了死，也就否定了生；人若愈是怕死，就愈無法開展豐盛的人生。唯有接受死亡，才能找到生命的真諦（傅偉勳，民 83a）。因為生命中無法擺脫死亡。從另一個角度來看，雖然死亡讓生命總有一天走到盡頭，使生命有一定的時限；也因為生命變得有限，才使我們懂得必須好好珍惜（黃德祥，民 87）。最重要的是，死亡教會我們，只有先體認死亡的意義，才能真正把握住生命的意義；也唯有坦然死亡，才能使我們勇於承擔生命的責任（傅偉勳，民 83b）。死亡為何使我們懼怕？學者分析大抵有以下四點（趙可式，民 87）：

- 1.對死亡無知的恐懼：傳統文化一向迴避死亡，視死亡為不祥，避之唯恐不及，於是流傳許多是是非非的禁忌，使死亡籠罩在神秘煙霧之中，人們由於難以認清死亡真相，自然會心存恐懼。
- 2.對失落分離的恐懼：從文化人類學的觀點來縮，個體的死亡，也是社群的失落。死亡時個體將從其所屬的群體脫離，社群則進行統整。由於死亡使個體喪失在社群的身份、角色與地位等等，在人間所擁有的一切都必須捨下，如果社群有意無意或刻意地掩飾處理失落與分離的過程，死亡自然使其成員恐懼。
- 3.對死亡過程的恐懼：傳統社會家庭成員往生，往往是在自宅發生，家中其他成員可以就近瞭解觀察往生的過程，並將之視為一個生命自然發生的現

象來理解。不過，近年來往生者比較常在醫院往生，家中成員較少接觸往生的自然過程，對死亡容易以想像的方式理解，一般人們所想像死亡的過程以痛苦與恐怖居多，因此對死亡自然害怕。

- 4.對人生過程的悔恨：由於一般人不敢面對死亡，一旦死亡來臨之時，方發覺人生還有許多未竟的心願，來不及實現；有許多悔恨也來不及彌補，更多的時候是對摯愛的親人，想表達內心真摯的愛，也來不及了。更多的無奈不捨，與不甘悔恨，總在往生時出現，因此死亡總讓人懼怕。

二、生命管理的核心理念

生命管理的核心理念就是如何突破以上大部分國人對死亡的恐懼，為自己排一個安適如意的人生，與培養瀟灑自如的生命態度。生命遠比我們所想像的短暫，當看清死亡的真面目時，我們就有能力成為自己生命的主人，掌握自己的命運。原則上生命管理的原則與方法就是：

- 1.破除對死於亡的無知，與死亡好好相處：死亡既然是與生命如影相隨，因此積極正確地認識死亡，接受死亡，並試著與死亡為友，就成為人生十分嚴肅而且重要的課題（Rando, 1984；傅偉勳，民 82）。同時具有堅定的宗教信仰，或對生命抱持健全堅定的信念，就可以克服對死亡的恐懼（趙可式，民 87）。
- 2.學習接受分離與失落，坦然面對人生悲劇：事實上，人生過程中都要面臨大大小小不少的失落，而人際之間的交往也不時上演悲歡離合的戲碼（黃有志，2000h）。中國人常說：「人生沒有不散的宴席」，更是道盡人生生離死別的實態。又說：「人生不如意事十之八九」既然如此坦然面對人生悲劇，常思一二如意事，不想七八不如意事，學習「捨得放下」，如此不是事事皆能稱心如意，因此樂觀進取、不急功近利的人生觀，就能超越對死亡的恐懼。
- 3.認識人的脆弱與有限，把握每天美好時光：既然知道死亡隨時可能來到，死亡教育就不止是課堂上知識的傳授，而是應在平常每一天的生活中，透過生活教育來實踐。其中最重要的就是體認死亡就在身邊窺視著，人生極為短暫，因此珍惜有限的現在，以感謝的心迎接每一天的到來，對每天所接觸的每一個人表達善意。更要對自己摯愛的人，隨時表達內在真誠的情愛。盡量不要讓悔恨與遺憾留到次日，今天就要為自己的過錯，誠心悔改尋求寬宥。讓每一天都是美好的一天，就是生命管理的精華所在（Corr, Nabe

& Corr 1994；鍾昌宏，民 88）。

4. 勇於承擔人生的責任，做好萬全周延的準備：生命管理有一個重要的課題，就是追尋生命的意義，或關切生命的終極關懷為何？這是一個人活著的根本責任。簡單來說，就是甚麼是自己一生中最在乎價值，什麼是自己生命中最重要。我們必須對此有所交代（孫效智，民 88）。其次，親人是自己最珍愛的，我們對他（她）們也有一份難以逃避的責任。由於死亡隨時會召喚我們，因此我們應認清自己人生的責任，凡事豫則立，做好萬全周延的準備，如此就不怕死神上門了。

總之，生命管理的核心理念，就是為死亡做好準備。就不必懼怕死亡的威脅。而突破對死亡的恐懼，就是在日常生活中勇於面對死亡，與死亡好好的相處。以下將從個體生命管理的觀點，特別從計畫死亡中的殯葬角度，如何超越死亡的陰影，掌握生命的美好與豐盈。

參、葬儀自主與生命管理

一、葬儀自主的意義

人生哲學最核心的議題是所謂的終極關懷（ultimate concern），亦即關生命意義的安頓、人生理想的建立等問題（傅偉勳，民 83a；孫效智，民 88）。哲學家海德格指出：「人是一種向死的存在」。生只是偶然，死卻是必然。生命的意義是什麼？人生的目標又在哪裡？這些是關係著每個人如何安身立命的重要人生課題，也是生命管理最重要的內容。人之所以自殺，他們最深的痛便在於意義的失落（Wright, 1985；孫效智，民 88）。人的內心底層一直渴望探求人生意義與建構人生理想，並以之作為人生努力的標竿。換言之，生命意義問題與實踐問題是互為表裡的，彼此環環相扣，緊密相連。任何人的行為實踐最終都反映他的終極信念，缺乏明確深刻的終極信念，很難建立明確深刻的價值觀。而價值觀與人生觀，是與生命意義與生命目標息息相關的。基本上，人有怎樣的人生觀與有怎樣的生活態度之間，是有著非常密切的關係的（傅偉勳，民 83a）。人要成為成熟自主的人就必須學習慎思明辨的判斷能力，以及為自己的判斷負責的態度。

從殯葬的角度來看，一個人在其往生時擁有自主抉擇權，自覺地要求安排

自己的葬儀式很重要的，一方面表達自己是自己生命的主人應為自己的往生方式負責，一方面更有一個積極的意義，即跳脫當前不敢面對死亡、排拒死亡的不良殯葬禮俗的束縛，為自己充實而有意義的人生，畫下一個圓滿的句點。眾所周知，台灣地區近半世紀以來，社會經濟文化的各方面都有長足的進步，唯有殯葬禮俗仍然十分的落後，這都是刻意迴避死亡，避諱面對死亡的不健全心態所致，而使「台灣社會的喪葬習俗最混亂，沒有禮儀規則，喪家普遍受葬儀社擺佈。有些人甚至標新立異，在喪車上跳脫衣舞，在葬禮中播放錄影帶，不倫不類」（趙可式，民 87）。

學者指出，現代人若真正認識生死，就應理性的面對當前不倫不類的殯葬禮俗，傳統禮俗，不應只是「服從」（obedience）而已，還應有所批判地建構（construction）（黃有志，民 80；孫效智，民 89）。事實上，所有傳統禮俗不是憑空而來，都是前人生活經驗的智慧結晶。禮俗與生活是一體的兩面，禮俗應能忠實反映現實的生活，其目的是促使社群成員順利調適現實的環境、圓融人際關係，與傳承優質的文化傳統。因此，從另一方面來看，禮俗本身是創造性與成長性的，但是其本體在於人，而非禮俗。不過由於人與制度都有惰性，使傳統禮俗有相當強的滲透特質，個體通常是在毫無批判之下接受，不過社會若只要求個體服從，而不重視對傳統禮俗的創新與成長的需求，就很容易扼殺個體的主體性，也容易助長人們對威權主義及傳統的盲從（黃有志，民 80）。

簡言之，從生命管理來看，對於傳統殯葬禮俗，個體應先省視禮俗是否符合現代社會的需求，其次從人性化的觀點建構出符合時代的新殯葬禮俗，如此才有所謂服從這些新殯葬禮俗的要求，建構與服從兩者對傳統殯葬禮俗不可偏廢。亦即面對傳統殯葬禮俗，應嚴肅思考下列課題：

1. 哪些傳統殯葬的禮俗應該予以繼承？
2. 哪些傳統殯葬禮俗該受到批判性的解構？
3. 又有哪些殯葬禮俗根本不符合這個時代的需要而應該予以揚棄，並重構新的殯葬禮俗？（黃有志，民 80）

二、葬儀無法自主的原因

一般說來，從殯葬禮俗中可看出一個文化對死亡的態度。傳統中國人對死亡抱持敬而遠之的態度，所以對往生後的處理受傳統禮俗的支配極大，可以說消極且因循，例如大部分清明時節到傳統墓園掃墓祭祖時，印象通常都不會很好，由於疏於規劃管理，墓園中不僅密疊層葬，而且凌亂不堪，顯得陰森恐怖，

加上墓園流氓（又稱墓蟲）的橫行霸道，強索保護費，使人對往生後最後安息之地—墓園存有負面的評價（蘇郁寬，民 90）。儘管政府多年來規劃建設「公墓公園化」的現代化墓園，但卻不普及，大部分的傳統墓園仍停留在四、五十年前的模樣，一點都沒有進步。這也說明政府對民眾「善終送死」的重大民生需求並不重視（黃有志、尉遲淦、鄧文龍，民 87；黃有志，民 89c；民 89e）。

四月初，台北市政府社會局長陳皎眉接獲不滿推動殯葬改革者的恐嚇信，信中揚言，要讓社會局的員工橫死街頭，市長馬英九對於業者公然以暴力脅迫公權力的膽大妄為做法表示震驚，上午要求市警察局成立專案小組調查，並公開宣示市府推動殯葬業務改革決心不受惡勢力影響，不會向暴力低頭（董智森，詹三源，民 90）。眾所周知，目前國內殯葬業的確有許多令人詬病之處，如何提昇國內的殯葬服務品質，發展以往生者個人化與自主化的葬儀，就成為邁入 21 世紀每個人重要的生活課題，因為每個人有一天必定會接受這一方面的服務，如何要求時下的殯葬業者脫胎換骨，提供優質化的殯葬服務，的確是值得國人一起來深思的（鄧文龍，民 89）。

目前國內殯葬業者與消費者（喪家）之間存在以下的緊張關係，從消費者角度分析，首先，一旦親人死亡，喪家往往陷入陷入精神的慌亂中，難以進行冷靜的判斷，這是因為親人往生帶來精神的極大衝擊，同時照顧病人也帶來身心的疲累。由於非得儘快實施殯葬事宜，因此無法以冷靜的態度和殯葬業交涉。連估價都來不及的情況下，就實施殯葬儀式的情形也有。如此一來，就成為喪家成日後後悔「當時全任憑業者擺佈」的根源。其次，親人死亡因無充分的時間準備後事，所以無法考慮得面面俱到。因此，即使要想讓往生者風風光光地「走得有自己的風格」，也可能因一時想不出具體的方法，只好按一般習俗，以「理所當然」的傳統模式舉辦。在此情形下，要舉辦出「突顯往生者之獨特風格」的儀式其實是不容易的。再者因為殯葬服務無法如一般商品般可以相互比較，所以喪家的「自主選擇權」受到限制。無論業者如何說明，消費者也難以對其服務有充分的選擇權。如此喪家不是在「內心樂意接受」的情況下委託殯葬業者，而是在「沒辦法選擇下」所做的委託，自然對殯葬業的服務有無奈也有不滿。進一步來說，因為目前殯葬業所能提供的服務內容不十分明確，因此費用方面也難以完全被消費者理解和接受。通常喪家是在往生準備與往生資訊不足的情況下，委託殯葬業者服勘，對於費用難免不能完全理解和接受，往往在業者請款時，就會發生糾紛與不愉快的情事（小谷綠，2000）。

從殯葬業者的立場來看，目前喪家辦理喪事，往往是親人死亡發生的當

下才開始張羅的。這樣一方面喪家難以在急促間獲得殯葬相關資訊，一方面則必須高度依賴殯葬業者。換句話說，由於喪家事前對殯葬事宜並無準備或具備相關知識，因此親人一旦往生就只好完全仰仗業者。甚至對於何事為業者所該做的，何事為家屬所該做的，幾乎完全不懂。如此一來，對業者而言，就容易產生「喪家的要求過多」之類的「服務需索過多」的困擾。另一方面即使喪家未對服務提出明確要求，但業者為了避免客戶的不滿，因此主動地提供各項殯葬服務，致使服務太過周到（服務過度）的情形也時有所聞。深入來說，目前喪家對殯葬儀式與殯葬服務，大都處於一種被動的立場，並非葬儀中的主事者，反而業者成為主導者；這是因為長久以來喪家本身無法產生自己在主事葬儀中的自覺亦是使然，也使的今天社會的殯葬儀式本身蒙上「無可奈何的社會性儀式」的色彩，難以突破及進步的主要原因（小谷綠，2000）。

三、葬儀自主與生命管理

為突破前述兩者的糾葛，國內殯葬業者可以參考日本業者的作法，例如日本 Liss 葬儀社，現在正嘗試依據往生者本人與家屬的情況做為服務的主體，深入理解客戶對葬儀的想法與看法，然後為客戶量身定做一套個別化的葬儀，以凸顯不同客戶的葬儀風格，並藉此來歸納成一個以客戶需求為中心的模式化作業。再例如日本的一柳葬具總店的做法是，以「葬儀其實是一種宗教儀式」為中心理念，而推出搭配宗教的各種葬具與服務，採用多媒體系統，與客戶洽談階段就將所有商品的照片進行展示，並將價格透明化，因此頗受民眾好評（小谷綠，2000）。

總之，未來國內殯葬業的發展，其葬儀的業務執行重點，亦將如日本由傳統的「葬具」轉向「服務」為主，服務則以尊重客戶的自主選擇權為核心，發展所謂個性化的葬儀。換句話說，未來國內殯葬業者唯有全方位的將客戶對葬儀的「想法」、「樣式」、「用品」、「服務」等，轉化並開發服務商品以滿足客戶的需求，否則在嚴酷的市場競爭中，必將難以生存（山折哲雄、安田睦彥，2000）。

再從我國從傳統的殯葬禮俗來看，從「土葬」到接受「納骨塔」走了十幾年，傳統的五子哭墓、花車儀樂仍然存在。不過，西方國家則不只土葬式微，骨灰後的處理更已走向「多元化」的發展，火化之後的選擇不只納骨塔，從納骨磚、納骨牆到樹葬，不一而足。去年底才前往澳洲、紐西蘭考察墓政的內政部民政司官員表示，西方國家的殯葬處理，愈來愈重視環保、衛生、美化綠

化，同時兼顧懷念追思的感情，其觀念相當值得參考。

以紐澳國家為例，西方的「火化」觀念更進一步，沒有所謂的「撿骨」形式，直接將火化的遺骸磨成粉，裝進體積更小的骨灰罐。由於磨成粉狀的骨灰已無衛生安全的問題，法令沒有強制規定如何處理，殯葬業者提供的服務因此相當多元化。其中有所謂的「納骨磚」即將骨灰罐直接鑲在花圃、庭園裡的造型景觀中，與環境結合為一，也許是雕像的石座、也許是車道與綠地間特意設計的隔間帶，外面則示以制式的銅牌紀念碑，若不近看，難以發現原來有人落葬於此。也有「納骨牆」的方式，亦即利用庭園的設計，將骨灰罐鑲在牆磚裡，牆面上再訂上紀念銅牌，佔的面積小，美化的庭園造型，也增添墓園環境的美化，親友仍然可以前往追思悼念，淡化的墓園色彩、美化的庭園環境，則使墓園環境顯得怡然自在。另外還有所謂的「樹葬、花葬」，則是將磨成粉狀的骨灰灑在選定的樹下、或花圃內，再標示以紀念碑，真正的做到「塵歸塵、土歸土」，人死之後回歸大地。在紐、澳地區的墓園裡樹葬區，不乏一個家族的骨灰共同滋養一顆樹，甚至一個家族共同滋養一個花圃的墓區。生死之事，與大自然結合，也使得「人」的存在意義有了另一種超然的境界。官員指出，目前澳洲、紐西蘭的殯葬業務最先進的，就是所謂的樹葬；不管公營、民營的墓園，都能提供相關服務（楊清雄、梁欣怡、鄭智仁、鍾蓮芳，民 90）。

本文想強調在生命管理的主旨，首要主張的就是往生安排的自主選擇權，以反省批判的態度面對傳統殯葬禮俗落伍不合時代的部分，企圖從殯葬業者手中取回自己的主導權，以節葬與潔葬的方式莊嚴地安排自己的往生葬儀。

肆、預立遺囑與生命管理

一、預立遺囑的意義

宗教家認為「接近死亡」能夠啟發內在的自覺，建構深刻而整體的人生觀，接近死亡是許多大宗教都重視的修行法門，這個法門無疑是了悟生死智慧、超越生死的源頭。所以宗教家主張，接近死亡應成為每一個人日常的功課，人不必、也不該等到真正死亡的時候才慌張無措地面對它。接近死亡之所以是了生悟死的重要法門，是因為生死是一體的（索甲仁波切，民 87）。人本質上即是一不斷朝向「死」的「生」。撇開死亡，人無法透視生命的意義；不認真生活，人也無從參透死亡的奧秘。因此，生死意義是互相發明的。瞭解生才能瞭解死，

瞭解死才能透視生。人怎麼生活，就怎麼死去；要怎麼死去，就必須先怎麼生活。希望「死而無憾」，就必須努力「生而無悔」；若活的時候刻意迴避死亡，不認真思考死亡的問題，一旦面對死亡，很可能就會死的倉皇失措、憂患恐懼（Wright, 1985）亦即，人對死亡的看法會影響人對生命的態度。人生好比某種旅程，死亡則是終點。有關生命終點的一切知識或信念都會影響人的人生觀與生活態度，勇於面對死亡，深刻體認到生死無常，不但不會墮入絕望或痛苦的深淵，反而會更加認真的生活，珍惜自己寶貴難得的生命。對生命終點一無所知，就彷彿旅人不知自己的目的地，無法決定人生旅程的方向，過著渾渾噩噩的生活（孫效智，民 88）。

進一步來說，對生命終點一無所知，容易使人陷於盲目的忙碌中，忽略生命中真正重要的事物。反而追求生不帶來死不帶去的事物，如名與利，因此很容易會遺忘了愛，尤其是對自己摯愛非常的親人之愛（Fulton&Metress,1995）。因此生命管理，從殯葬角度來看，為對自己親人負起應有的責任，表達自己深厚真摯的愛，同時充分掌握自己的人生，就應突破對死亡的恐懼，以預立遺囑的方式，坦然而無懼的隨時等待死神的召喚。

可嘆的是中國人傳統一向避諱談及死亡，因此當一般家庭面對親人臨終之時，時常出現一團慌亂、六神無主以及極度悲傷，哭天搶地不能自己的哀戚情景，這樣的情景越發使人對死亡充滿恐懼與害怕，而無法正面健康的面對死亡。眾所周知，人必一死，想像如果有一天輪到自己辭世的時刻，是否願意看到親人為了自己的往生後事，弄得一片慌亂、內心極度悲傷，甚至失去了生活的常軌。相信若死後有知，自己一定不忍心讓親人因自己的辭世，而承受許多不捨和痛苦。因此如何使自己摯愛的親人不會因為自己的離去而太過難過、多所牽掛？身後事也有個清楚的交代和安排，不會使親人因辦理自己的後事，惶惶然不知所措而一團慌亂？說起來辦法很簡單也不麻煩，就是所謂的「預立遺囑」，協助當事人避免因繼承而產生之種種紛爭、妥善處理遺產稅、有效管理遺產及其執行，讓自己身後之問題由自己解決，進而無後顧之憂，使生命活得更尊嚴。預立遺囑要能推行的關鍵在於國人傳統對死亡觀念的打破而已。一般人在生前大都會預先處理身後財產繼承，但是比較少想過如何協助親人處理自己辭世時的情感及後事的安排等等，認為這是給自己觸霉頭。這都與國人無法健康面對死亡的態度有關，因此唯有與親人勇於預先面對死亡，打破死亡的神秘面紗與禁忌，才能去除對死亡長久以來的恐怖與不安。如果無法心平氣和，以坦然的態度接受死亡，則目前各級學校推動的生命教育，就談不上周延與完備。

因為預立遺囑才是對自己人生負責任的態度，也才能為自己劃下人生最後完美的句點。

事實上，自 921 浩劫之後，社會上一些有心人士，開始積極推動國人預立遺囑的活動。尤其這次大地震，有不少小孩失去父母，變成孤兒，面對雙親過世，遺留下來的財產、慰問金、救助金，甚至貸款、債務，這些孤兒應該如何處理財務。專家人認為，如果這些孤兒的父母有預立遺囑的準備，或是為未成年子女指定受託人，如此子女的權益才不致於受損。不久前大園空難發生後，未滿十八歲的小萱繼承父親、繼母和弟弟龐大的遺產，卻受到親生母親覬覦，硬要爭取監護權，使整個事情變得複雜。類似情況，也同樣發生在 921 大地震之後，因為全家通通罹難，只剩稚齡弱子的案例很多，平常互不往來的親戚，可能通通冒出來，爭取當監護人，保管慰撫、救助金和財產，又無心照顧幼子。這都是父母未在生前預立遺囑所造成的結果。法界人士建議，在目前單親家庭越來越多情況下，許多法定監護人不見得適任，因為他們可能是已離婚、分居或不信任的親人，父母不妨利用預立遺囑中「信託法」的規定，指定信託人管理遺產，對遺產繼承人做最好的安排，否則，只好依照民法上對遺產繼承的順位分配，損及自己子女的權益（林淑玲，陳嘉宏，民 88）。

二、預立遺囑與生命管理

因為預立遺囑有許多意想不到的好處，不僅可重整個人財產之總結，在財產規劃裡，遺囑扮演了重要的角色。當財產的所有權人身故，如果沒有留下合法的遺囑，則繼承人對於遺產的分配若無法協議繼承，就只有依賴民法規定的應繼分。這就是為什麼遺產紛爭總會不斷上演的原因。還可了解家人與朋友的重要性，珍惜現在擁有的一切，更可以確定未來人生目標。筆者從網路上蒐集資料得知，一般完整的遺囑內容應具備以下五個主要部分（穩誠國際法律事務所，民 90）；第一部分為財產分配：（一）將所有的財產依性質分類，例如：不動產，如土地或房屋，動產部分則有銀行存款、股票、基金、債券、車子及古董及字畫等，做一贈與或繼承的聲明與安排。（二）列出財產所要分配的人的名單，例如祖父母、外祖父母、父母、配偶、子女、孫、外孫、摯愛的朋友、恩人，及慈善機構等。（三）將名單中的人填在所要繼承或遺贈的財產後面，並註明此部分財產由該人單獨繼承或受遺贈。（四）一般無需標明繼承或受遺贈之財產數額，只標明哪一項財產由誰繼承或受遺贈即可，有便於日後作適當之調整時而無需更改遺囑之麻煩。

第二部分為指定遺囑執行人：此一部分法界人士認為極為重要，因為如果沒有一位可靠的遺囑執行人，即使遺囑寫得再周詳再完善，也是徒勞無功。因此，撥一筆財產作為遺囑執行人的酬勞是必要的。要注意的是，遺囑執行人決不可由繼承人或受遺贈人擔任，必須由第三者始能中立地執行遺囑內容。

第三部分為往生儀式的安排：在內容上可以包括，(一) 確定往生儀式之費用上限，並由遺囑執行人或由其指定人負責執行，費用則由既有財產中支付。(二) 規劃往生儀式大致之過程、規模、及所要的感覺。(三) 預先可以寫好一封離別感謝的信函，可以在遺囑中拜託某人在往生送別儀式中公開宣讀。(四) 可以在遺囑中要求執行遺囑者，準備乙份精緻的小禮物，送給當日參加送別儀式之來賓，以示感謝。

第四部分也是遺囑中十分重要的一部份，就是對親朋摯友表達自己內心最深的情意，可以用信函的方式一一表達，這是對親朋摯友最體貼周到的情感表露，將想對親朋摯友說的話寫在信裏，並由執行人交付。信中除表達謝意外，若有什麼遺願，都可寫在信中。最後一個部分則是寫下自己未來的計劃：(一) 規劃未來數年內的人生目標，在這數年內要完成的計劃，均一一寫下。(二) 此部分最為重要，因為遺囑不應只是單純的處理身後事，遺囑更可以隨時警惕自己，檢視現在是否已給了家人最好的保障，若答案為否定，就須努力去完成目標。

由上可知，遺囑不但完整的安排自己的身後事，避免很多不必要的紛爭，更甚者，可反省現時之財產狀況是否能給家人一份安定的保障，提醒自己朝遺囑內之目標邁進，不斷進步。如果希望此生過得充實、圓滿，不後悔曾浪費自己的生命，更不為做過的事情感到後悔，在活著的時候，就應該對周遭的人付出更多的愛心。死亡的積極意義是：「把握當下，好好珍惜並善用生命中的分分秒秒。」人生無常，一天有八萬六千四百秒，每個人每天都要過八萬多個秒關，只要有一個秒關過不了，人生就結束了，因此我們必須珍惜而且善用生命中的分分秒秒。如果每個人都為自己的死亡做好心理準備，那麼人與人之間將因珍惜而產生良好的互動，整個社會、國家、進而全世界都將成為人間樂土(見融法師，民 85)。所以說，若要擁有圓滿的人生，預立遺囑誠不可少，這是生命管理的第二個實踐的方法。

伍、往生契約與生命管理

一、往生契約的意義

生死是一體的兩面，人如果不能生而無悔，就不可能死而無憾；同樣的，人若不能真正勇敢坦然面對與接受死亡，也很難掌握住生命的意義。如同前述，宗教鼓勵人們接近死亡，所謂接近死亡指的是一種主動或有所自覺的面對死亡。接近死亡最好能在日常生活中去體會。更具體的說，就是在日常生活中便多花心思面對生命的無常，反省死亡的必然，從而思考生命中真正值得追求的目標與理想。如果一個社會因恐懼死亡而遠離死亡，或刻意遺忘死亡，甚至否定死亡，則人們對死亡的過程與處理避之唯恐不及，死亡過程也變得孤獨非人性化與機械化。值得注意的是，刻意迴避死亡的社會，其成員大部分只顧著自己生活，忌諱死亡，也就會躲避一切與死亡相關的人事物。然而，人人皆有死，這也就意味著，當人被死亡的陰影籠罩時，他也同時必須面臨被社會遺棄的命運（Whirthlin Group, 1995; 陳芳玲，民 87；孫效智，民 89）。

從殯葬角度來看生命管理的目的，就在於勇於接納死亡，以計畫死亡的觀念，妥善安排自己的身後事，尤其能確切地使自己親人不因自己的往生，而帶來情緒上困擾與經濟上的問題，事實上，要目前有一個方法就是簽訂所謂的「往生契約」（又稱為「殯葬生前契約」）。甚麼是往生契約？1994年9月1日東京舉行了「Liss'94 殯葬展」。Liss 創立於1993年，首先提倡了「殯葬生前契約」服務體系而受到媒體的注目。其實此一「殯葬展」的舉行可說是具有試探市場反應的另一層意義。該次展覽的主題為「自己的死亡儀式，由自己來安排往生事宜」。民眾參觀的盛況大大出乎主辦單位意料。不過當時在日本「往生契約」服務體系仍未成熟（山折哲雄、安田睦彥，2000）。

一般傳統上，若能在生前為自己先準備好死後的葬儀和歸葬之地，對高齡者而言，就等於得到了「安心」，並為自己的餘生帶來更大的生活勇氣。然而，往生者的問題並未就此結束。死亡之後仍然會遺留給家屬許多問題。例如死後為繼承的各種相關手續，以及財產的處理等，就要委託會計師或律師。此外，對往生者家屬陷入悲傷過渡，如何安撫其情緒也是一項問題。另外往生者往生後的祭祀也是一大問題。目前殯葬業者只要替喪家安排實施完葬儀，責任就算完成。但如採取「往生契約」的模式，則完全不同傳統，係亦全方位的服務簽約客戶，包括高齡者的生活、醫療、精神、法律、財產的處理等相關知識，都

將是往生契約的殯葬業者必備的服務條件。換言之，業者必須將自己的事業與前述各相關行業的實施策略聯盟產生緊密的合作關係，在這樣的環境中，往生契約扮演了關鍵性的角色（碑文谷創，1998）。

美國是往生契約的先進國。這是因為美國是個相當講究個人主義的社會，這和具人情社會傾向的國人習慣是不同的。一般國人的葬儀，在費用方面是靠「奠儀」來維持的，通常奠儀佔整個葬儀花費的一半左右。在美國由於沒有贈送奠儀的相互扶持的習慣，因此喪葬費用全由家屬支付。當事人為了不讓身後事宜成為家屬的經濟負擔，因此產生了費用自己先行準備的想法。而在喪葬儀式與後續種種服務，也由於無法獲得鄰里親友的幫忙與支援，故只能全權委託葬儀社辦理 Dwayne1998；碑文谷創，1998）。

不過，美國往生契約的發展，也經過一段業者與消費者抗爭的時期，這是因為早期美國的葬儀社所提供的喪葬相關商品服務都是由業者自行提供一成不變的一式化的東西，其所服務的詳細內容或金額都不是很清楚。消費者少了選擇的自主權，對服務商品的品質又無從要求，因此難免對業者產生不信任感，這也加速了殯葬消費者權益運動的開展，消費者權益運動的結果使得殯葬業者有義務，將棺木等葬具與殯葬服務之詳細內容和費用等資料透明化與公開化，同時因此也促成了明訂殯葬內容之「往生契約」風氣的興起。資料顯示，這是由於美國在 1960 年代發生民眾關心有關「死亡」的社會性議題之後，緊接著「殯葬」成為 1970 年代民眾們的關心焦點。而美國的殯葬消費者權益運動也在 1970 年代達到高潮。同樣的，隔鄰的日本，「死亡」是 1980 年代日本社會上流行性的議題，「殯葬」則成為 1990 年代民眾們的注目焦點，而殯葬消費的自主話與個人化運動，目前在日本也正方興未艾，如舉辦喪事在有如五星級飯店中舉行（碑文谷創，1998；山折哲雄、安田睦彥，2000）。

二、往生契約與生命管理

進一步說，所謂「葬儀生前契約」，從字面上解釋為「在活著時訂定好的葬儀契約」，這樣的其實是沒有實質意義的。真正的意義應是：「在簽約前，殯葬業者提出殯葬相關資訊與相關服務商品，由消費者自行選擇商品和服務，業者並對消費者所選購的商品與服務提出保證履行的一種契約保證。」從上述的定義可之，往生契約具有以下特性（碑文谷創，1998；小谷綠，2000）：

- 1.業者具有事先提示「消費者者可以選擇之資訊」的責任：向來消費者因無相關殯葬相關資訊，因此並無實質的選擇權可言。今日社會價值觀趨向多

元化，這也影響了葬儀方面。使民眾有機會得到正確的殯葬方面的資訊，也有了較個性化的自主性選擇，有別於傳統葬儀非得如此不能稱之喪禮的選擇。

- 2.服務費用的透明化：「葬儀生前契約」之所以受到矚目，是因為業者所提供的服務商品其費用的透明化，同時葬儀以服務的等級區分出費用的多寡等，這些相關服務業者都盡量設法使消費者一目了然。
- 3.消費者自主選擇是必要條件：除了提供各式各樣的商品資訊讓消費者選擇外，另外選擇的主導權必須在於消費者手中，這個大原則是生前契約的核心理念。亦即，往生契約是以消費者量身定做的一種個別化服務。
- 4.中途解約是消費者的當然選擇權：由於葬儀發生的時間是指涉未來，並非完全確定，因此消費者擁有中途解約的絕對權利，加上外在的環境會變，人的處境當然也會變，因此一度決定簽約的事，仍有讓消費者「變更的自由」，而消費者的這項權利必須受到保障。
- 5.簽約者本人的主觀意願必須受到優先受的尊重：一般說來，往生葬儀雖是為往生者而舉辦，同時也具有為遺族而舉行的目的。因此往生契約最好盡可能使簽約者本人與家屬都滿意。不過如簽約者本人因病而不具行事能力，也應由家屬擔任契約的當事人。總之，生前契約的精神係以當事人主觀的意願應優先受到尊重。
- 6.費用的支付方式：生前契約既然採取以簽約方式辦理，就有必要制定收費標準。然而，卻有不少收費上的難題。因為葬儀何時會舉行沒有人能拿得準，而且物價變動程度不容易掌握。不過當往生契約中服務商品與服務的內涵決定之後，有必要在契約中進行費用的估算，並將之明確化。從日本經驗可之，最好所繳納的費用應該交付專業壽險機關來代為運用，才是萬全之道。
- 7.「契約履行保證」及適當之監督機關的必要性：既然是往生契約，其屬性就是對未來取向的一種契約。因此，當事人有權要求業者之「履約保證」。同時應有第三者公正客觀且具公信力之非營利組織監督業者「履約保證」顯然是必要的。因為生前契約簽約後到履行隔著一段時間，而且履約時簽約當事者(往生者本人)已經不在人世。如果業者不照約定履行合約內容，就會招徠其他簽約者的不安與疑慮。因此公正的監督機關絕對是有存在的必要性的。

進一步分析日本社會往生契約受到重視的要因，簡要歸納有以下幾點（日

本主婦和生活社，1996；碑文谷創，1998；日本新葬制研究會，2000）：

1. **高齡者的福祉息息相關**：隨著高齡化社會的到來，日本未(不)婚的單身者增加、配偶死去獨自生活的老人增加、只有老年人的家庭增加，這些都是未來高齡化社會的現象。即使有親人在，但因「小家庭化」「低生育率」的緣故，無法得到老後安養或將身後事委託家人的銀髮族日益增多。此外，親屬間的關係、居住地區的擴散遠隔也都使老人們更加不安。因此，把葬儀生前契約制度建構得完備，就是因應高齡化社會排解高齡者的對死後不安的社會性必要施策之一，成為高齡者社會福祉的重要一環。
2. **葬儀資訊的公開透明化**：日本最近幾年來，因一般民眾對殯葬的看法有了突破，不再視死亡為禁忌；因此葬儀方面的服務商品也一變而為消費者可依照自己意願來選擇的服務商品了。日本人與國人一樣，民眾對殯葬一事採取迴避的態度，在發生之前絕口不提、能避開就避開，然而一旦發生就顯得驚慌失措。但現在已有明顯的改變，日本人能夠事先主動瞭解並取得相關往生葬儀的資訊，並強烈表達依照自己意願選擇服務商品。
3. **特殊服務轉為生活服務**：在日本由於對於往生事物不再是一種禁忌，隨著民眾觀念的改變，與殯葬業研發多樣性、個性化的服務商品，並將資訊公開化，價格透明化，使得往生需要的服務與商品，由以往的「特殊」性服務與商品，逐漸成為生活「幸」的商品與服務。以因應消費者的新消費動向，同時也直接催生往生契約日趨成熟發展。
4. **「個性化」葬儀的興起**：目前在日本表現自我「往生者個性」的殯葬風潮正在高漲。把「死亡」視為「生的完成」的觀點正在普及。希望葬儀反映出自己生前個性和行事風範的人也增加了。在家屬方面，也希望能夠為往生者舉辦與其生前風格相符的「體面」葬儀，這樣的現象也都在增加中。不避諱死的到來，且為了讓自己僅存的日子活得更積極，有這樣想法的人的增多，自然加速在事前為自己張羅身後事的新風氣。
5. **開拓新客源方面的努力**：在新的殯葬消費思維興起後，業者也面臨了必須擺脫傳統「等待」客戶上門的營業方式。尤其面臨由消費者自主選擇業者的新時代，以及其他競爭者業者也積極進入此一市場等的衝擊。業者們除了強化現有的設備及營業利基外，更必須加強軟體方面的服務，其中積極開拓生前契約的客源就是顯例。

綜上可知，往生契約為多樣化時代以「個人」為主體的葬儀制度，這和傳

統一成不變，完全由業者一手主導且一成不變的葬儀模式，在本質上迥然不同。這是因為社會對死亡與殯葬的議題已經逐漸不再視為是禁忌。同時消費者易事與消費者保護運動的風起雲湧，所以未來的殯葬市場也必須嚴苛面對「無視於消費者意願就無法立足」新時代挑戰（日本主婦和生活社，1996）。往生契約使個人能妥善的安排自己的身後事，與前述的預立遺囑與殯葬自主，形成完整的生命管理機制。總總，生命是一段旅程，每一個人出生後，即徐徐朝著必然的死亡終點前進，死亡既然無法避免，就應以坦然正面的態度透過生命管理的方法，積極規劃屬於自己的往生事宜。

陸、結 論

一、生命教育與生命管理

眾所周知，萬物始於「生」終於「死」，「生」、「死」本來就是生命的一部份，也是每個生物必經的歷程，吾人既然能以喜悅期待的心情迎接生命的誕生，也應以坦然尊重的態度面對死亡的來臨？然而「生」、「死」畢竟是人生大事，也是每一個人人生必須學習的重要課題，如何看待、如何處理，將關係著我們的生命態度。近年來國內教育界，開始重視生命教育，教育部甚至將今年訂為「生命教育年」，希望在各級校園內能全面落實實施生命教育，教導學生學生能珍視愛惜自己生命（曾志朗，民 88）。這本來是一件立意美善的教育政策不過筆者卻不保持太多的期望。理由有二，一是教育部推動生命教育，為了擔心學生對死亡的恐懼，似乎有意無意的將死亡課題排除在外（劉明松，民 87，劉源明，民 87；孫效智，民 89）。「死亡」一直是各個社會的禁忌。而在中國的社會裡，由於自古有孔老夫子「未知生，焉知死」的名訓，大人對死更是避諱，小孩也就不准觸及這個話題。然而教育是為孩子的未來做更好的準備，生、老、病、死是人生的自然現象，如何讓孩子面對死亡，自然也是教育重要的一環（Knott，1979）。中國人一向避諱談及死亡，例如走在路上路若出殯的隊伍迎面而來，大多數的父母總教孩子扭頭閉眼或繞路，以為不接觸死亡相關的現象就能迴避死亡的事實。令人不解的是探討生命的起源，懂得珍惜生命，關懷與尊重之外，不也該認識死亡嗎？認識探討與死亡相關的主題，做好有關克服死亡的恐懼與往生的準備等等，應該是「生命教育」裡不可或缺的一部分。尤其在家庭中，最適合引導孩子參與家人處理喪事的過程，讓孩子了解死亡的

意義、家人對死亡的態度與悲傷心理的調適，以及相關殯葬事宜的處理。讓孩子從小養成珍惜緣分、愛惜生命的概念（黃有志，民 90）。同時培養孩子自小就能勇敢、坦然的面對死亡、不避諱談論死亡，並能為死亡做好準備，更能透過死亡了解自己為甚麼而活的真諦。由此看來，在我們周遭，時時刻刻都是施行「生命教育」的契機。因此生命教育的實施最好透過家庭教育，從日常生活做起（Wright, 1985）。

可惜從小，「死亡教育」一如「性教育」般，一直是老師與父母避之不談的領域，總是要等到發生了才開始去認識（巫珍宜，民 80）。確實，生命過程中有些事件是很難處理，死亡即是其中一件，如何啟齒和家人與孩子談死亡？談些什麼？什麼時候談？答案是什麼？在在都考驗著為人父母者的智慧，同時也表現了父母本身對死亡的態度。生死教育將一如性教育，成為生活教育的一環，父母應保持開放的心靈與態度，避免預設立場，利用日常生活事件與孩子討論生命與死亡的話題，幫助小孩一起打開死亡禁忌之門（Velelz&Cohen, 1988）教導孩子尊重生命，以健康的心態面對死亡，認識生死的緣由與意義，減少對死亡的恐懼，協助孩子建立正確的生命價值觀，學習愛惜自己與別人的生命（鍾昌宏，民 88）。

二、生命管理的真諦

事實上，生命管理的意義，主要是因為死亡不獨立於任何生命之外，無時不直接影響我們的生活。因此生命管理就是希望大家能接受「死亡」，讓死亡不僅是生命中的必然，同時也成為人人隨時可以預習的課題。而且只要能勇於面對死亡，自然能活出真正的生命情調。達賴喇嘛曾說：「如果我們想要死得安詳，就要學習如何好好過生活；想要安詳地死去，就必須培養心靈的寧靜和生活的平和。」（孫效智，民 89）生與死是互相牽連，否定了死，也就否定了生；愈是怕死，就愈是恐懼人生。接受死亡，才能找到生命的真諦。有生，自然有死，這是每個人遲早都需要面對的，是正常的過程，逃避不了的，既然知道逃避不了，就要認真學習如何面對並坦然地接受它（黃有志，民 88b；民 90）。

進一步來看，若對死亡有更深入的了解，對於每分每秒、每一個所遇到的人或事，就更能將它視為如同一生最後所面對的事物一般，不但是最後一次，而且也是最新鮮的一次。若能用這種態度處事或待人，自然會流露出真誠的心；不會有先入為主的觀念，而且會當非常珍惜而全力以赴。因為是最新鮮的一次，所以不會受過去的影響；同時也是最後一次，所以也不會因循苟且（見融法師，

民 85)。從這樣的態度衍生，我們的生活態度：今天應該說道歉或感謝的話語，今天就說；應該要改進的，不要留到明天再做，而是今天就做。把任何人事或遭遇都當成第一次和最後一次，真誠認真的對待，就是本文一再強調生命管理的重要內涵。

總之，本文認為死亡是一個很現實的問題，每個人都知道自己有一天會死，但沒有人把它當真。因此死亡不是理論上談得很多就能夠克服的，為什麼我們都害怕『死』？難到因為不捨得分離嗎？怕存有遺憾嗎？那又為什麼有那麼多的遺憾後悔呢？如果把每一天當最後一天來過，是否就能免除悔恨呢？因此死亡並不可怕，而是實際上看自己如何面對、處理，生命的價值不在活的時間多少，而在於生存的是否有意義。死亡，沒那麼恐怖，只是換個方式、換個形式，存在不同的空間裡。因此本文乃以生命管理為出發，剖析若是整個社會有意遺忘死亡，不敢面對死亡，其後果是堪憂的。若能以計畫死亡做為生命管理的核心理念，以殯葬自主、預立遺囑與往生契約，為往生所做的具體作為突破對死亡的限制與恐懼，如此才真正能認清自己生命的方向，而有能力成為自己生命的主人，進而掌握自己的命運，圓滿無憾地邁向生命的終點，安詳地告別今生今世，留下永恆的懷念與祝福(鄭書芳，民 86；張淑美，民 89)。

參考資料

小谷 綠（2000）。漸變的葬禮、消失的墳墓。岩波書局。

山折哲雄、安田睦彥（2000）。墓葬的自由和自然葬。凱風社。

日本主婦和生活社編著（1996）自己的葬禮。主婦和生活社。

日本新葬制研究會編著（2000）。自然葬。寶島新書社。

林淑玲、陳嘉宏（89 年 10 月 9 日）。「專款照顧孤兒 政院決設信託基金」，中國時報，地方版。

巫珍宜（民 80）。青少年死亡態度之研究，彰化師大輔導研究所碩士論文。

見融法師（民 85）。「臨終關懷——談死亡教育」，安慧學苑文教基金會製作「菩提樹下」節目，香光尼僧團採訪。

<http://humanity.nia.edu.tw/~huimin/concern/edg1.htm>

索甲仁波切（Sogyal Rinpoche）（民 85）。西藏生死書，台北：張老師文化公司。

- 吳瓊洳(民 88)。生命教育課程的設計, 台灣教育月刊, 第 580 期, 頁 12-18。
- 孫效智(民 88)。生死尊嚴與生命智慧, 載於李遠哲等著, 生命的教育(頁 81-197), 台北: 聯經出版社。
- 孫效智(民 89)。從災後心靈重建談生命教育。台灣教育月刊, 第 589 期, 頁 52-61。
- 曾志朗(民 88 年 1 月 3 日)。生命教育 — 教改不能遺漏的一環, 聯合報 4 版。
- 陳芳玲(民 87)。生命教育課程之探究, 台灣省中等學校輔導通訊, 第 55 期, 頁 29-34。
- 陳芳玲(民 89)。死亡教育, 載於尉遲淦(主編), 生死學概論(頁 61-80), 台北: 五南出版公司, 頁 61-80。
- 鄧文龍(民 89)。殯葬管理, 載於尉遲淦(主編), 生死學概論(頁 167-188)。台北: 五南出版公司。
- 趙可式(1998)。「讓人生更加完美」——生死教育手冊【線上查詢】, 健康天地電子報, 第 24 期, <http://healthland.mvnet.com.tw/024-19.htm>。
- 張淑美(民 89)。生死教育之實施心得舉隅, 成人教育簡訊, 第十九期。
- 黃有志、尉遲淦、鄧文龍(民 87)。殯葬設施公辦民營公辦民營化可行性研究, 內政部民政司委託研究報告。
- 黃有志(民 80)。社會變遷與傳統禮俗。台北: 幼獅文化公司。
- 黃有志(民 88)。自殺風潮與死亡教育, 新講臺, 第 3 期, 頁 12-13。
- 黃有志(民 88 年 10 月 14 日)。重建 從安心起步, 中央日報第十四版。
- 黃有志(民 89 a)。高齡化社會與計畫死亡, 政策月刊, 第 50 期, <http://www.kmtpcc.org.tw/news/index.htm>
- 黃有志(民 89 年 11 月 3 日 a)。協助空難倖存者走出陰霾, 中國時報, 39 版。
- 黃有志(民 89 b)。殯葬設施公辦民營的可行性分析, 政策月刊, 第 51 期, <http://www.kmtpcc.org.tw/news/index.htm>
- 黃有志(民 89 c)。大地震後的往生服務理念, 政策月刊, 第 52 期, <http://www.kmtpcc.org.tw/news/index.htm>
- 黃有志(民 89 年 11 月 3 日 b), 九二一週年談災後心理復健, 中央日報, 25 版。
- 黃有志(民 89 d)。析論當前殯葬法規的修訂, 政策月刊, 第 53 期, 頁 53-56。
- 黃有志(民 89 e)。悲傷輔導, 載於尉遲淦主編, 生死學概論(頁 109-133)。

黃有志(民 90 年 2 月 23 日)。如何有效化解自殺危機,中國時報,39 版。

碑文谷創(1998)。自己想要葬儀。小學館。

黃俊正(民 87)。生命教育的體驗與建言,台灣省中等學校輔導通訊,第 55 期,頁 24-28。

黃德祥(民 87)。生命教育的本質與實施,台灣省中等學校輔導通訊,第 55 期,頁 6-10。

董智森,詹三源。(民 90 年 4 月 7 日)殯葬改革擋財路? 北市社會局遭恐嚇,聯合報,地方版(大台北)。

傅偉勳(民 82)。死亡的尊嚴與生命的尊嚴:從臨終精神醫學到現代生死學。台北:正中書局。

傅偉勳(民 83)。生命的尊嚴與死亡的尊嚴。台北:正中書局。

傅偉勳(民 83)。學問的生命與生命的學問。台北:正中書局。

楊清雄、梁欣怡、鄭智仁、鍾蓮芳(90 年 1 月 9 日)。西方還有納骨磚納骨牆,民生報。

劉明松(民 88)。生死教育的推展與實施,台灣教育月刊,第 580 期,頁 7-11。

劉源明(民 88)。談生命教育之推展,台灣省中等學校輔導通訊,第 55 期,頁 47-48。

鍾昌宏(民 88)。生命如花籃—教孩子認識生與死,台視文化公司。

鄭書芳(民 86)。高齡化社會中的死亡教育(下),香光莊嚴五十期,
(<http://www.gaya.org.tw/magazine/50/education1.htm>)

穩誠國際法律事務所,一遺囑結構範本,網址:
<http://www.vvsplaw.com/html/will.htm>

蘇郁凱(民 90 年 4 月 6 日)。盜墓斂財出新招『墓蟲』大發死人財,中國時報,專題報導。

英文部份

Corr,C.A.,Nabe,C.M,&Corr.D.M.,(1994).*Death and dying life and living*.Pacific Grove,California:Books/Cole Publish Company.

Dwayne. A(1998).: The Economics of Death. *Death Studies*, (22).3,1998

Fulton G.B.& Metress E.K.(1995).*Perspectives on Death and Dying*.Bosto,:Jones and Bartlett Publishers.

- Knott, J.E.(1979), "Death education for all." In H.Wass(Ed.), *Dying: facing the facts*. Washington, D.C.: Hemisphere Publishing.
- Rando, T.A.(1984), *Grief, dying and death*. Illinois: Research Press Company.
- Velez, C.N.& Cohen, P.(1988). Suicidal behavior and ideation in a community sample of children: Material and youth reports. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 27, 349-356 .
- Wright, L.S.(1985). Suicidal thoughts and their relationship to family stress and personal problems among high school seniors and college undergraduates. *Adolescence*, 20(79), 575-580.
- Whirthlin Group(1995), *American Attitudes and Values Affected by Death and Death Care Services*, Columbus, OH: Funeral and Memorial Information Council.