



撰文：李志誠
博士（生命教育學院院長）

甚麼才值得思考？

筆者日前到書店閒逛時，看到一本名為《我好想死？求生與求死之間的掙扎》的書，書中集中討論日本驚人的自殺現象，除了道出醫者對自殺者屢次輕生的決定感到惋惜，對自己不能及時拯救生命感到扼腕外，更道出了不少自殺未遂者的真正心聲。

《我好想死？》的序言中提到，日本每年因自殺而死亡的人數，甚至比因交通意外身故的人數多出四倍。何等諷刺的是，當有人急於結束自己生命的同時，也有不少正為求生而與病魔、命運搏鬥。面對兩極化的表現，不禁要人深思：到底甚麼才是值得人用生命去思考呢？

只想到死

有人認為「人生總有一死」，因此，生活怎麼樣都不再重要，何況「今朝有酒今朝醉」呢？過分輕看生命，令生命的一切事情都變得輕率、隨意，也令生命變質。筆者曾讀到六十年代的一則趣聞，論到半個世紀以後，將會是科技主導的世界，人們的生活質素將會愈來愈高，也會愈來愈幸福。結果，五十年後的今天，生活水準提高了，人類的幸福指數卻大幅度降低。

事實讓人知道，這是個最好的世代，卻也是個最壞的世代，或許五十年前的人們，都沒有想到，今天的人類竟然會陷進了複雜難解的心靈困頓，竟然在人生找不到進與退的路……原來，科技的進步，同時令人與人的競爭加劇，令人與人的相處陷進了冷漠的機械式溝通中。因此，工作或課業的壓力，構成了個人問題；家庭問題形成了精神壓力，最終，沒有出路的人們，把「死亡」視作出路。

然而，死亡絕對不是結束！有研究顯示，一個自殺身故的人，至少影響六位在世的人。因此，所謂

的「解脫」，都只是推卸責任的表現。其實，只要勇於承擔責任，就沒有解決不了的問題。再大的問題都能夠解決，關鍵在於，你是否有這個決心、這份勇氣？

曾經有一位日本的長者分享過對人生的看法，他指出：「到頭來，活着不過是自我想通罷了！」生命的意義，從來都不是等候死亡，與其被「要死則不用活」的想法阻礙人生，何不試著去想通自己呢！



■相較於年輕人拚命求死的決心，年長者對生命的熱誠拼勁及珍視，更教人感動。