



生死關懷與生命教育

芳・張淑美 主編
民、羅瑞玉、李昱平、鄧明宇
玉、陳慧姿、許玉容、鄭璿宜

編著



生死關懷與生命教育

紀潔芳・張淑美 主編
周守民、羅瑞玉、李昱平、鄧明宇
許素玉、陳慧姿、許玉容、鄭璿宜

編著



新頁圖書

有 著 作 權 請 勿 侵 害

生死關懷與生命教育

圖書編號 | 1901 A(3/1)

主 編 | 紀潔芳、張淑美

編 著 者 | 紀潔芳・張淑美・周守民・羅瑞玉・李昱平・
鄧明宇・許素玉・陳慧姿・許玉容・鄭璿宜

責任編輯 | 黃意婷

出 版 者 | 新頁圖書股份有限公司

地址 / 241新北市三重區重新路四段53號12樓

電話 / (02)2987-3956 傳真 / (02)2986-4034

粉絲專頁 | www.facebook.com/newpagebookcoo

定 價 | 300元

劃撥帳號 | 50153247 新頁圖書股份有限公司

出版日期 | 民國 103 年 9 月 修訂版

國家圖書館出版品預行編目資料

生死關懷與生命教育 / 紀潔芳等編著. -- 初版. -- 新北市：新頁圖書，民101.04 面；公分
ISBN 978-986-6198-29-8(平裝)

1.生命教育

528.59 101007472

本書作者群樂於將20%版稅贊助生命教育社會公益活動之推展

— 如有缺頁、漏印或倒裝等情形，請寄回由本公司負責換新 —
本公司已盡力處理書中圖文之著作權事宜，若有疏漏，尚請原著作權人與我們聯繫

推薦序

生命教育與生死關懷的活寶典

自2001年曾志朗部長宣布「生命教育年」起，臺灣生命教育即受到應有的重視，透過官方的各種重要措施以及正式、非正式的教育課程，使臺灣生命教育有了十多年的長足發展。當時在背後推動這項重大工程的專家學者，屈指可數，一路至今猶在這個領域潛心耕耘的元老級學者，更是鳳毛麟爪。本書由紀潔芳教授、張淑美教授領銜主編，並邀請前國立臺中護理專科學校周守民校長加入作者陣容，三位不僅是臺灣生命教育的開拓者，更是老師們的老師，直接或間接地培育了無數生命教育與生死關懷的專業工作者。

無疑地，三位教授共同見證了臺灣生命教育與生死關懷的發展。紀潔芳教授在彰化師範大學任教期間曾擔任圖書館館長，有計劃地採購圖書與教學媒體，大量收集國內外與生命教育相關之教學資源，這些豐富的資源使她可以承接後來教育部生命教育學習網的更大計畫，與更多的人分享。這些資源亦分散落在本書各個章節，每一章除正文所述之教學案例之外，延伸之參考資源是本書的特色，也是本書與其他生命教育書籍最大差異之處。近年來，紀教授更是退而不休，伸展觸角並奔走於兩岸四地之間，使華人地區因應如四川汶川大地震之災難事件時，不僅有學理，更能具體落實生死關懷。

張淑美教授長年在高雄師範大學耕耘生命教育的園地，規劃成立專班，培養無數人才，用心用力經營此南部生命教育之重鎮。周守民教授擔任國立臺中護理專科學校校長期間，更將生命教育融入全校的教學與生活環境，使每位學生都能在正規的以及潛在的生命教育課程中獲得薰陶。本人很榮幸與三位教授一起走在生命教育學術與實踐之路，十多年來一路相隨，四人都未曾離隊。

長江後浪推前浪，本書除了上述三位生命教育的前輩之外，新人輩出，一起參與寫作。羅瑞玉、李昱平、鄧明宇、許素玉、陳慧姿、許玉容、鄭璿宜等幾位老師，分別具有教育、心理諮商或輔導、生死學、哲學、老人服務事業等

專業背景，也分屬在不同的職場從事生命教育的教學與實務活動。他們將生命的學問與經驗化作文字，使本書得以涵蓋生命教育的各種面向，連結天、人、物、我之關係網絡，探索愛、性、宗教、自殺、倫理、死亡與悲傷等議題，在靈性關懷及體悟中省思生命中深層的價值。

誠如本書開章明義所言「生命教育是全人發展、也應是全人教育」，要點燃內心源源不絕的那盞明燈，引起學習者自發的能量，在學習中實踐，在實踐中學習。本書每位作者都具有教育家深厚的學術根基，他們無私與傾囊相授的精神，在在體現其濟世助人、大愛大德的宗教精神，使眾生受惠，而書如其人，是生命教育與生死關懷的活寶典，讀者將受用無窮。

林綺雲

國立臺北護理健康大學
人類發展與健康學院院長

用愛搭橋

「生死關懷與生命教育」是一本用愛搭橋的經典。

17年生死路，用愛溫暖兩岸四地。

還記得1995年一年中，一通通如何面對死亡的求助電話——打進國立彰化師範大學紀潔芳教授的研究室。

「老師！我學生車禍走了，我該怎麼安撫班上學生？」

「老師！我好痛心，我學生自殺了……。」

「老師！我學生學習情緒低落，原來他爸爸三個月前自殺了……。」

慢慢地，這一連串的生死關懷與生命教育問題，在兩岸四地發生。

紀潔芳教授不遠千里，傳播生死關懷與生命教育的種子。不但坐而言——生命教育演講、示範教學、工作坊，且起而行到八八水災災區、四川玉樹等災區，不斷地出錢出力，關懷生命教育。今年紀教授更組織了生命教育教學經驗豐富的資深老師，有張淑美、羅瑞玉、許素玉、鄧明宇、李昱平、陳慧姿、周守民、許玉容、鄭璿宜等多年寶貴教學經驗的老師撰寫教科書，分享於莘莘學子。

如果，生死關懷與生命教育，都是生命的彩虹。

生命彩虹的另一端，正是人人嚮往的夢土。

橋，當作一座生死關懷的形象，是延伸正向的生命指標。

橋，當作一座生命教育實體，是通往無限的生命可能。

用愛搭橋，生死關懷沒有境外。

用愛搭橋，生命教育沒有疆界。

生命教育的橋，架下的岸邊沒有對立，不存在水土不服，國內外都適用。

生死關懷的橋，結構的石墩沒有上下，沒有宗教分別，讓今生通往來世。

我深深感受，紀教授的生命教育團隊始終以來不及的真誠，分秒必爭，奔

波兩岸四地，全心全力用愛搭起生死關懷的橋，全心全力用愛搭起生命教育的橋。

我深深感動，紀教授的生命教育團隊有一個生死關懷與生命教育的夢，陪伴更多龍的家族，走上生命的彩虹橋，奔赴生命的真善美。

周大觀文教基金會推動「全球熱愛生命運動」，承蒙國內外各界的支持與鼓勵，15年來，我們已表揚橫跨五大洲45個國家257位全球熱愛生命獎章的得主（<http://www.ta.org.tw>，有繁體、簡體、英文、德文、日文、法文、西班牙文版本），每年日本NHK、美國CNN、英國BBC等國內外媒體都以「生命的諾貝爾獎」報導，把愛傳出去。原來我們都是一群不怕辛苦，有志一同用愛搭橋傳播生命之愛的力行者。

其實，生命本身就是橋，希望大家人手一冊《生死關懷與生命教育》，大家一起在橋上或橋下閱讀，用愛搭橋的一步一腳印，把這岸輸送到彼岸，把這一代輸送到下一代……。

周進華

周大觀文教基金會創辦人

活出生命應有的光采

近來接到朋友寄給我的短句，她說：

世界上有四件事情是無法挽回的……
扔出去的……石頭，
說出口的……話，
錯過的……時機，
逝去的……時光。

她給這段話下了一個結語：珍惜！相較於目前每天社會版報紙登載一些光怪陸離的新聞，何嘗不是不知珍惜的人生百態？而且是失焦的人生故事在天天上演著，真是令人感嘆，尤其身為教師的我們，更是徒呼負負，心中有一種來不及、追不過的焦慮感。也是因為這種體悟，我在2000年時就從自己身邊的學生開始推行生命教育的養成，直到2005年進入國立臺中護專擔任校長一職，更是放手積極形塑在校內應有的生命教育人文關懷氛圍，因此該校也曾獲得大專校院品德教育深耕學校的殊榮。然捫心自問，還有許多不及之處，部分也因時下缺乏統整易讀的大專生命教育教材，使得許多教師仍無意願或信心承擔此科之教學，因此在校園推動生命教育上，總是缺了教師這一環重要的主力。

有鑒於此，臺灣生命教育早期的兩大推手：紀潔芳教授與張淑美教授登高一呼，召集一群有志同好，願意追隨兩位之指導，歷經數次會議，檢討修改再檢討修改，致使拖誤原有的出版計畫，現在終於完成付梓，此刻心中感慰難以言喻，惟有深深致敬！

本書架構完整，敦聘各校專家，從探討中外生到死之意義，同時論及人生各階段的自我認知與生命關懷，並融合生命倫理、心理性別、宗教哲學、醫護專業、教育等領域知識彙集成冊，雖盡力旁徵博引，多次閱讀校正，仍難免有所疏漏，尚祈讀者不吝指導斧正，以期能再為臺灣生命教育多出版一本真正影

響人心、並值得一讀的好教材。

於此，謹希望所呈現的內容能激起更多師生對生命教育的學習熱誠，並「珍惜當下」，活出生命應有的光采，也對社會產生更大的善念效益，如此吾輩或能領悟筆者最喜愛的沈葆楨名言：

極一生無可如何之遇，
缺憾還諸天地，
是創格完人。

周守民

長庚科技大學護理系特聘教授

作者序（導讀）

關懷生命，活出美善

關於本書的生命

「生是偶然，死是必然」，如果從生物的法則來看，人無法掌握自己的出生，至於死亡雖是必然，但人也無法選擇死亡的方式與時機，生命的兩端似乎都無法自己決定。但生死兩端的這一段生命要如何活出意義與價值，卻是每個人的自由與必須面對的責任。也正因如此，吾人需要思索生命中什麼最重要？如果外在的名利財富都失去了，有什麼是最珍貴、甚至於還可以提升增長的？你同意嗎，真正的愛與情義是更珍貴的財富吧？往自己內在的心靈探尋與連繫，卻往往發現到向外聯結源源不絕的能量？真心的關懷與愛，不僅讓我們的內在生命充實富足，也帶引出豐沛的意義與價值，付出愈多，卻往往得到更多。同樣地，面對不可預期的苦難與死亡，我們可以選擇愛與意義，選擇讓我們內心平安喜樂的皈依與聯結。這本書就是基於愛與關懷的初衷，希望與讀者一起來思考生死的真相與大義，讓我們能安頓生死、活出生命的意義與美好。

本書的立意與發想，是由國內生死教育、生命教育的前輩紀潔芳教授的帶領與引導，邀請我們幾位作者加入實踐關懷的行列。她經常在上一個忙碌推廣生命教育的行程剛結束，又精神奕奕地趕來主持編輯會議，關照每位作者，給我們鼓勵與支持。因此，深受感動的張淑美雖然魯鈍也抱著學習的態度答應加入主編工作，但願能分擔紀教授的辛勞，然後又拜託李昱平幫忙各項聯繫與統整稿件的工作，我們很榮幸參與，但因為時間能力之限，本書如有不盡理想與疏漏之處，我們應該負最大的責任，也懇請讀者寬諒與指正。要感謝本書其他作者的貢獻與努力，尤其周守民教授在臺中護專校長任內百忙之中慨然應允撰寫第八章，增添本書之實用性；羅瑞玉教授完成很具靈性關懷的兩章；鄧明宇老師與許素玉老師多次遠道開會，帶來溫暖與激盪出寶貴意見；許玉容老師最早完稿，給作者群很大的學習與激勵；鄭璿宜老師在家中需要陪伴照顧長輩的

時候，還投入本書的撰寫，令人感動；陳慧姿老師也是每會必到，不僅幫忙交通接送，還經常帶水果點心慰勞大家。親愛的讀者，這不是徒佔篇幅，而是要與您分享，這本書的團隊，就是「愛與關懷、生命教育」的夥伴與團隊！也邀請大家相互關懷，成為自己與他人的生命教育老師，儘管不夠完美理想，但是真誠美善！此外，還要特別感謝敬愛的林綺雲院長、周大觀文教基金會周爸爸的大序鴻文鼓勵、周守民教授的序言也介紹本書作者群與編輯群的努力。令人感動、非常感謝！

關於本書的內涵

茲將本書各章大要概述如下，允做「導讀」，盼望讀者一起開啟「愛與關懷」的心門，加入推動生命教育的行列。

本書第一章——〈點燃心燈〉，邀請讀者點燃生命的內在之光，展開生死意義的探討與生命意義的追尋，省思如何活出生命的積極意義；介紹引領吾人探索生命意義與價值等相關課題——「生命教育」的發展與推動；進而闡釋吾人終身都需自學與共修生命教育，為整本書宗旨揭開序幕。第二章——〈活水源頭〉，說明如何讓自己成為一個「整全」的人、要如何關照自己、與周遭人事物締結良好關係，包括實踐反省與自律的人我關係、建立愛與信任的親密關係、創造尊重與關懷的社會關係以及學習謙卑與感恩的物我關係，引領生命接連到快樂、成功與幸福的活水源頭。

生命開展過程，隨著生理狀態的發展、認知能力的增進以及生活體驗的增廣，人們不僅能建構出生活問題答案的多元選項，心中「為什麼要活著？生命是什麼？」的疑問也經常在追問自己，在找到滿意答案之前，焦慮、恐懼與空虛感可能盤據心頭，對於正要建構自己獨特生命意義的青少年與回顧總結一生意義與價值的老年人而言，更為突顯。本書第三章——〈橫跨兩代間的追尋〉，即是探討青少年與銀髮族可能遭遇的生命課題及其面對與因應的方法。第四章——〈珍愛自己〉，討論浪漫又嚴肅的「愛、性與生命」的關係與真

諦，透過對愛、愛情與婚姻等內涵與關係之探討，讓吾人思考在與他人親密交往時，能慎思「真愛是什麼？如何正確與負責地表達愛？」進而引發省思性行為的「該不該？可不可以？後果會如何？」的倫理思辨，希望能夠在應許的愛裡成長茁壯、在婚姻中找到更深刻的愛、尊重與包容，圓滿完成自己與所愛的生命樂章。

第五章——〈生命迴廊〉，則從東、西方文化的角度來開闊生命視野，認識各大宗教對個體生命現象的獨特詮釋與生命實踐，來尋找「生死」問題的答案，提供人們找到安身立命的皈依與寄託。科技的進步帶來便利與希望，另一方面也讓「人性」面臨前所未有的挑戰，造成個體對於生命的意義與目的出現了不確定性，社會價值與人性價值間出現嚴重的衝突，以及越來越工具性、物化的取向。本書第六章——〈真善美的世界〉，從生命倫理學的興起出發，具體討論解決生命難題的方法與原則，希望能夠找回世界的自然秩序、回歸人性良善的本質。第七章——〈To be or not to be〉，則從不同角度對常見的生命兩難議題，進行思辨與討論，試圖找出最大公約數，在合情、合理、合法的範圍內重建真善美的世界。

生死雖是自然之事，但很少人會將死亡納入生涯規畫中預為準備，因此面臨自己或摯愛親友的臨終，往往措手不及與悲傷不已，然而正因為來日不多，更需把握將盡的旅程，協助臨終者得到身心靈的平安，活出生命最後的美好與善終的尊嚴。第八章——〈生死兩相安〉，探討如何正確照護、關懷陪伴並滿足臨終者的身心靈需求，協助病人、家屬順利無憾地經歷生命的逐漸消失與悲傷的歷程，也是一種對生命的尊重、對舊情的懷念、對恩義的回報。第九章——〈花開花落〉，討論包括出生禮、成年禮、婚禮、壽禮與喪禮等生死禮俗，更進一步探討這些禮俗對生命的重要意義與對生命教育的積極啟示，能夠揭櫫生命禮俗中的生命教育意涵，是本書與其他類似專書專章所不同之處。本書認為生命教育是一生中都需要的，和每個人的生命發展緊密關聯。

生命中除了經歷令人快樂的美好事物外，面對失去至親好友、寵物、健

康…等等失落事件，則是人生中十之八九、在所難免。失落和分離是人生的創痛，悲傷則是撫平失落的歷程。有人會將失落事件當成沉重的巨石，壓置在心頭；有人則是抗拒、否認它的存在；也有人承認失落、面對悲傷並與之和諧共處，轉為成長的契機，開創人生新意義。本書第十章——〈枯木又逢春〉，說明悲傷的本質與樣貌，並試著將悲傷賦予正向積極的意義，以健康的方式經歷悲傷的歷程。第十一章——〈有呼吸就有希望〉，探討自我傷害及其原因，澄清藉自我傷害以解決問題的迷思，並提供實際的案例進行討論以學習如何防治自我傷害，更強調平時的生命教育才是更重要的自殺防治之道。延續本書生死關懷、引領省思活出正向積極生命意義的宗旨，本書第十二章——〈圓滿人生〉，再次提醒吾人要肯認人身難得、生命可貴，規劃「養生送死、善生善終」的生命終極關懷大事，更重要的是活著的時候要將愛與關懷落實實踐在生活中，提升人格之統整與靈性智慧，希望能圓滿活出生命的獨特意義。

關於本書的祝福

本書之規劃貼近書名：《生死關懷與生命教育》，每一章篇都在關懷、提醒、敘說生死的真相、生命的真義。盼望讀者透過本書，仔細品味生命這本最奇妙珍貴的書，由內心深處湧出關愛自己與他人、自然萬物、社會環境與地球生命的情操。不僅學到生命智慧，更願意付出行動，去關懷、去教育，以及接受終身不斷地共修與自學生命教育的功課，為自己的生命締造亮眼的成績單，活出生命的積極良善與美好，完成此生獨一無二的使命與價值！正如下列劇作家蕭伯納（1856－1950）的一段話，期勉我們都能活得精彩、死得安詳，善其生也能善其終，臨終時刻生命交棒前都能展現生命的內在光輝，無憾無悔地告別人間，安然自在前往下一個生命旅程。

這是生命中純粹的喜樂：

我體認到自我存在的意義，也珍惜這份深刻意義！

我以為，我的生命屬於全宇宙！

只要一息尚存，我就有權利全力以赴，以達目標！

希望當我死去的時候，我的存在意義已經完全實踐。

為生命而享受生命！

對我而言，生命不只是短短蠟燭，而是一把炫麗的火炬。

交棒之前，我要讓它燃燒，發出燦爛的光芒！

～劇作家蕭伯納（1856—1950）

張淑美

國立高雄師範大學教育系教授

李昱平

中山工商教師

國立高雄師範大學教育系博士候選人

紀潔芳

現職

彰化師大、吳鳳科大、山東大學兼任教授，開授生死教育教學、臨終關懷等課程

教育部生命教育學習網計畫共同主持人

杭州師範大學弘一大師、豐子愷研究中心特約研究員

學歷

中興大學農業經濟研究所碩士

經歷

曾任彰化師範大學教授及圖書館館長

教育部高中暫行課程綱要生命教育類科——「生死關懷」科研擬

教育部推動生命教育諮詢委員會第五屆委員、教育部及各縣市政府生命教育活動評審委員

2010年獲宋慶齡基金會生命彩虹獎

2004年榮獲加拿大The International Network On Personal Meaning 協會頒發終身成就獎

多次參與美國ADEC(美國死亡教育與輔導學會)與ASS(美國自殺協會)工作坊培訓

每年赴澳門、香港、杭州、溫洲等地培育生命教育種子教師

著作

著有《生死教育教學》(臺北：華騰)、合編《生命教育》(臺北：泰宇)大學教科書及相關論文數十篇

張淑美

現職

國立高雄師範大學教育學系教授、高雄市市政府教育局「友善校園輔導小組」(生命教育組)、「殯葬設施審議委員會」委員、世界宗教博物館生命領航員聯誼會諮詢委員、佛教蓮花臨終關懷基金會「生死教育委員會」委員

學歷

國立高雄師範大學教育學系哲學博士、美國加州州立大學Fresno校區博士後研究

經歷

中學教師、大學助教、講師、副教授

高雄市生死教育手冊指導委員

教育部高中暫行課程綱要生命教育類科「生死關懷」科
研擬

教育部高中課程綱要「生命教育」科審查委員

教育部「推動生命教育諮詢委員會」第四、五、六屆委員

教育部2005年「推動友善校園有功人員獎」（大專校院組）

教育部生命教育中程計畫草案（民99-102；民103-
106）研擬計畫主持人

美國死亡教育與諮商學會終身會員

中華生死學會第一、二屆理事

臺灣生命教育學會終身會員與第一、二屆理事

著作

專著《死亡學與死亡教育》（高雄：復文）

《生命教育研究、論述與實踐—生死教育取向》（高
雄：復文）

編著《中學生命教育手冊—生死教育取向》（臺北：心理）

審訂《生與死的教育》（臺北：心理）

合著《生命教育》（臺北：心理）、《實用生死學》
（臺中：華格那）

合編/著《生命教育》（高中職用書）（臺北：泰宇）

《生死關懷與生命教育》（臺北：新頁）

合譯《生死一線牽—超越失落的關係重建》（臺北：心理）

《學校為何存在？美國文化中的全人教育思潮》（臺
北：心理）

《如何成為全人教師》（臺北：心理）

主譯《生命教育—推動學校的靈性課程》（臺北：學富）

《生命教育—全人課程理論與實務》（臺北：心理）

發表生命教育、生死學等相關研究與論述著作數十篇

專長

生命教育、生死學與生死教育、靈性教育

周守民

現職

長庚科技大學護理系特聘教授

學歷

美國阿拉巴馬州立大學護理教育行政學博士

經歷

美國馬里蘭州立大學護理行政學碩士
中國醫藥學院護理系學士
國立臺中科技大學教授兼副校長
國立臺中護理專科學校校長、教授
教育部技術型高級中等學校課程綱要擬訂綜合活動類
科目召集人
臺灣大學生命教育科技育成中心教師在職進修生命教
育類課程教學學分班「生死關懷」課程召集人
社團法人臺灣生命教育學會常務理事
教育部「護理人力培育小組」專案小組委員
中華民國專科學校教育聯盟第一屆理事長
102年衛生福利部30年資深護理人員表揚
100年教育部「三等教育文化專業獎章」得主
99年臺灣護理學會年度傑出護理人員專業貢獻獎得主

羅瑞玉

現職

美和科技大學老人服務事業管理系副教授

學歷

國立高雄師範大學教育學系博士

經歷

諮商心理師國家考試及格
屏東縣政府性別工作平等委員、屏東縣教育處學生諮
商輔導中心督導、屏東縣國民中學生涯發展教育暨技
藝教育推動小組委員
國民小學小教師、高雄市立中正高工國文教師、輔導
主任、主任秘書
屏東師範學院副教授、國立高雄師範大學兼任副教授
屏東師範學院學生輔導中心主任、美和技術學院諮商
輔導中心主任
崇仁醫護管理專科學校學務主任
教育部文藝創作獎（1986）