

投稿類別：健康護理類

篇名：

我的身後事我做主—個性化告別式

作者：

謝文淑。樹德家商。高三 2 班

林冠雯。樹德家商。高三 2 班

楊采綾。樹德家商。高三 2 班

指導老師：

楊菀菁老師

壹●前言

一、研究背景

生、老、病、死是人生必經的道路，但又有誰可以坦然接受與面對呢？殯葬文化自古至今都受到世界各國及各民族的重視，而台灣和中國皆以倫理為本，注重孝道精神，而這個慎終追遠的想法從很久以前便深植人心。告別式除了是走完人生的最後一段路之外，也是我們要永遠離開親朋好友的時刻，因此告別式是整個殯葬儀式中最為重要的一環，倘若這項環節處理得不好，便無法給予往生者應有的尊嚴，也無法安慰家屬失去親人的傷痛。

回顧起傳統喪禮帶給大家的觀感，總會使人聯想到黑白遺照，而告別式的會場布置，總是讓人感到無比害怕，傳統遺照使用的是黑白沖洗的方式，照片則是挑選一般的大頭照，每每看到都會感覺到陰森，而民俗喪葬陣頭，像是五子哭墓、孝女白琴等儀式，讓碰巧路過的人十分避諱繞道而行。

個性化告別式的意義還隱含著「人權」，也就是把最後的選擇權還給往生者。殯葬業者也提出貼心的客製化服務，提升了大眾對告別式的需求，使喪禮能遵從往生者的願望及家屬的希望著手進行。

二、研究動機

由於本專題小組的組員對這個專題所探討的主題十分避諱，相信一定也有許多人存在著對告別式感到陰森恐怖的迷思，反之個性化告別式卻以溫馨感人的方式進行，希望藉由此專題突破大眾及本組組員對告別式的刻板印象。

人們往往對於「死亡」感到恐懼與不安，認為是件不詳的事，因此死亡一直是大家忌諱的話題，隨著個人意識高漲，大專院校也開始開起相關課程。例如：國立台北護理健康大學〈生死與健康心理諮商系〉、南華大學〈生死學系〉、玄奘大學〈生命禮儀學位學程〉、仁德醫護管理專科學校〈生命關懷事業科〉，死亡也不再和以往一樣是大家忌諱的話題，喪禮的籌備也像婚禮一樣受人重視。

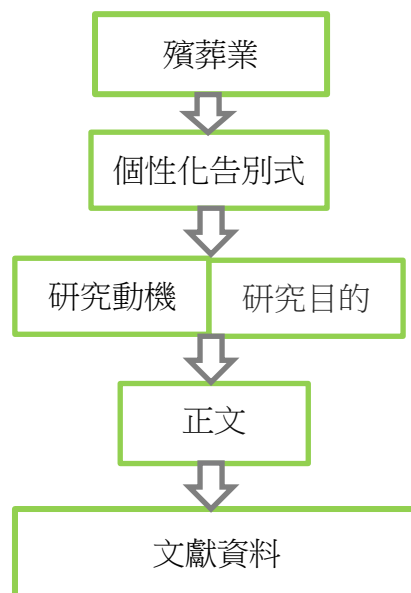
近年來人們的觀念更加開放，每個人都希望自己人生的最後一段路能與別人不同。有別於傳統喪禮，人們為了不讓喪禮的氣氛那麼傷感，也希望能讓往生者以自己想要的方式走完人生的最後一程，因此我們想了解為什麼會出現個性化告別式。由於社會日漸開放，人們對於告別式也有更多元的想法和選擇，進而產生了「個性化告別式」。

三、研究目的

本專題在探討個性化告別式的選擇因素、儀式的呈現方式、對殯葬業的影響以及了解個性化告別式所帶來的新商機和新喪葬的消費模式，進而提供更優質化與注重個人特色的服務，藉此提高市場競爭力。然而，「告別式」是人生道路中的最後一場「畢業典禮」，那麼不是應該讓它撰寫成最美麗的一張畢業證書嗎？親人的離去，往往讓我們沒有充分時間與正面的心情如同策畫婚禮般的精心策畫這場典禮。「個性化告別式」的出現代表著殯葬文化的創新，讓告別式不再是哀戚灰暗的，也可以是溫馨、感動的。

四、研究步驟

表一 研究步驟



本專題透過網路資料、專業書籍以及問卷調查等形式所編輯而成，藉由問卷調查得知社會大眾對於個性化告別式的看法。

貳●正文

一、個性化告別式的定義

依照死者本身的興趣或需求來規劃告別式的會場，既能達成死者的遺願也能為告別式披上新的色彩，因此大家開始量身訂作自己人生最後一場的「畢業典禮」，

也就是我們所熟知的「客製化」告別式，亦稱「個性化」告別式。一方面提供家屬及親友緬懷，另一方面則是對死者的專屬紀念。賦予喪禮一個全新的面貌，更藉此讓親朋好友再一次追憶亡者。

(一)個性化告別式的源起

回顧以前 5、60 年代，治喪期比現在來的長，能讓家屬有較多的時間整理情緒，透過鄰居間的關懷，也讓家屬的悲傷得到分擔；相較於現在的都市生活，每個人的生活步調都十分緊湊，治喪期也大幅縮短，鄰居間的情感也不像傳統生活般一樣緊密，由於種種原因，個性化告別式就能讓我們在較短的時間內，讓心情獲得部分的調適。

民國 70 年萬安生命成立，民國 81 年龍巖人本成立，因此殯葬業可說是近三十年才興起的行業，萬安生命也在 96 年推出「用你想要的方式·道別」後，更於 97 年與「橙果設計」跨界合作，推出結合「療癒」、「環保」概念的「天堂·式場」，使告別式不僅具有個人的色彩，也更具有溫馨與時尚感！而龍巖人本於民國 97 年邀請黃國倫打造愛不止息生命之歌，又於 98 年四月邀請國際建築大師安藤忠雄簽約，合力打造世界唯一自然生態櫻花墓園。這兩家公司顛覆大家傳統印象的設計與合作，應該就是開啟告別式的另一扇窗。

雖然傳統告別式比較容易被大家接受，但近年來很多人也漸漸舉辦個性化告別式，由於這樣的告別式有別於傳統，不同於以往般哀戚，能自己參與會場布置及規畫之外，還能清楚地表達往生者的個性，更擁有睹物思人的效果，我們認為這就是個性化告別式興起的原因。

(二)個性化告別式的推動

近年來殯葬業者大力推動喪葬禮儀改革，例如：龍巖人本、萬安生命等，除了多元化的安葬方式外，也推動個性化告別式。一直以來傳統的告別式都具有深遠意義，但因時代的改變，傳統告別式已不是唯一的選擇。殯葬業者也開始推出具有紀念價值、緬懷死者的奠儀樣式。

由於傳統禮俗時常出現電子花車等隨行隊伍，往往帶給路人哀傷的感受，因此殯葬業者推出個性化告別式來撫慰家屬失去親人的悲慟，而個性化告別式具有緬懷死者的意義。

(三)個性化告別式的特點

個性化告別式雖然目前還不比傳統告別式來的普遍，但更多的人開始採用是事實，也許老一輩的舊觀念還是會認為個性化告別式是非主流，但相信未來的年輕人或開明的老人都能夠接受也採用。個性化告別式的興起不但是喪葬文化的一大里程碑，更是葬禮儀式的重大轉捩點。

而我們推測個性化告別式的應有之特點如下：

表二 個性化告別式的特性

特性	說明
獨特性	每個人都希望自己最後一場畢業典禮能與眾不同，殯葬業者藉此推出個性化告別式，期望能給往生者一個人生最美的句點。
獨創性	殯葬業者推出的生前契約也提供逝者家屬或大眾設計絕無僅有的告別式，以追悼往生者。
客製化	如同客製化手機殼一般，殯葬業者也以此為方向，結合生者及家屬的想法，提供告別式更多樣的選擇。
紀念性	告別式不只是送走往生者的儀式，更是撫慰家屬最直接的方式，因此會場設計與規劃必須具有紀念性。
地域性	因應各地方風俗民情不同，禁忌也不盡相同，必須尊重在地文化之特色。
關聯性	告別式會場的布置應與往生者產生關聯，可從逝者生前喜歡的事物進行設計，更能讓家屬看到那些事物有種「睹物思人」的感覺，彷彿逝者正在告別式的會場陪著他們，不曾離去。
歸屬感	雖然往生者已失去意識，但家屬仍相信他們還在身旁從未離去，透過他們的喜好設計而成的告別式，一定能帶給他們不同於以往的歸屬感。

二、個性化告別式與傳統告別式的比較

「死亡」雖然是人人都會經歷的過程，但人們總是感到畏懼與害怕，或許是親人的離去來的太突然，讓生者家屬感到錯愕也夾帶許多複雜的心情。形式上來說，傳統告別式較新式來的複雜。

表三 傳統與個性化告別式的比較

	遺照	安葬方式	圖片
傳統告別式	傳統告別式呈現的遺照較為死板，通常是黑白的證件照。	(一)土葬 將往生者的遺體置入土葬棺入殮。中國文化一直以來皆是以人為本，就連人死後都認為應為往生者保留最美好的一面，因此不會傷害到遺體本身的安葬方式，就是中國人所稱的「土葬」。	 <p>圖一 土葬</p>
		(二)火葬 將往生者的遺體置入火化棺，再運至火葬場進行火化，火爐的溫度最高可達 870—980 °C。領取骨灰後，並以骨灰罈封裝，再安奉在納骨塔內。形式較土葬簡單。	 <p>圖二 火葬</p>
個性化告別式	現代告別式上有了更多元的選擇，不但能使用彩色證件照，還能使用平日的生活照。	(一)鑽石葬 鑽石葬是由親人的頭髮，寵物的毛髮或骨灰當中提取真正的碳，透過將骨灰製成鑽石的方式，我們可以也能將對親人的思念戴在手上，這就是近年盛行的安葬方式。	 <p>圖三 鑽石葬</p>
		(二)太空葬 將火化後的骨灰裝入唇膏般大小膠囊裝的特殊容器，至於火箭上的最上一節，隨著火箭升到外太空。這不但是近年來最熱門的安葬方式，更是許多太空迷的夢想。	 <p>圖四 太空葬</p>

三、殯葬業者的新契機

(一)納骨塔

舊式納骨塔多採用陰沉且較深的顏色，陳設方式通常以整排排列，新式納骨塔營造出引人入勝的明亮外觀與寬闊舒適空間感，廳內也打造溫馨雅致的氣氛，讓往生者及親友彷彿在家中一樣的自在。

(二)會場佈置

傳統告別式的會場多以白色輓聯為主，而花卉則一貫採用菊花或百合，個性化告別式則採用較溫馨的字句，花卉則不像以往般拘束。

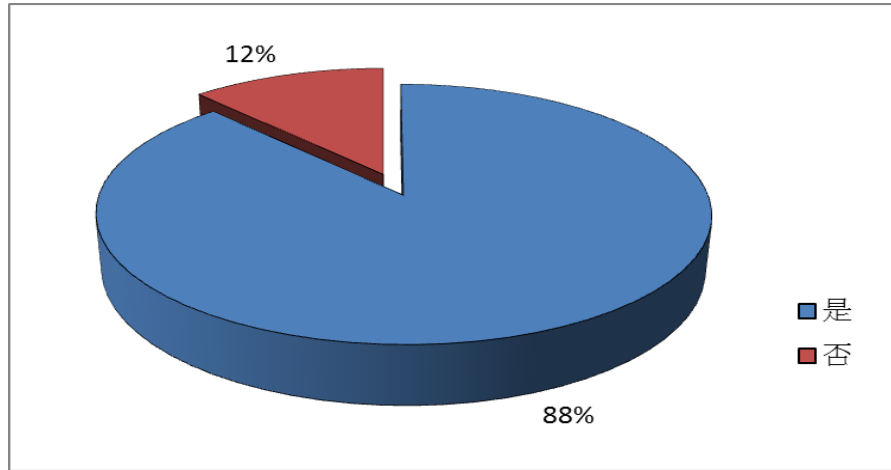
表四 殯葬業者的新契機

	納骨塔	會場布置
傳統告別式	<p>1、顏色：較陰沉且深 2、陳設方式：整排排列</p>  <p>圖五 傳統納骨塔</p>	<p>1、白色輓聯為主 2、花卉多以百合或菊花</p>  <p>圖六 傳統會場</p>
個性化告別式	<p>1、外觀鮮明 2、陳設方式：各區平均分配</p>  <p>圖六 傳統會場</p>	<p>1、採用較溫馨的字句 2、花卉不如以往般拘束</p>  <p>圖八 個性化會場</p>

參●問卷分析

一、請問您是否參加過告別式？

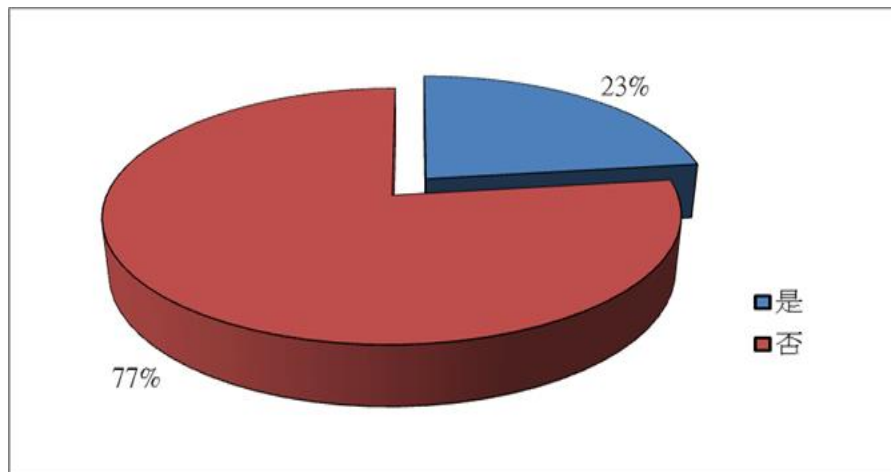
經本專題調查後發現有 88%的人參加過告別式，有 12%的人未參加過告別式。



圖九 社會大眾是否參加過告別式分析圖

二、請問您對告別式是否感到害怕？

根據問卷調查，77%的人對告別式感到害怕，23%的人不會對告別式感到害怕。

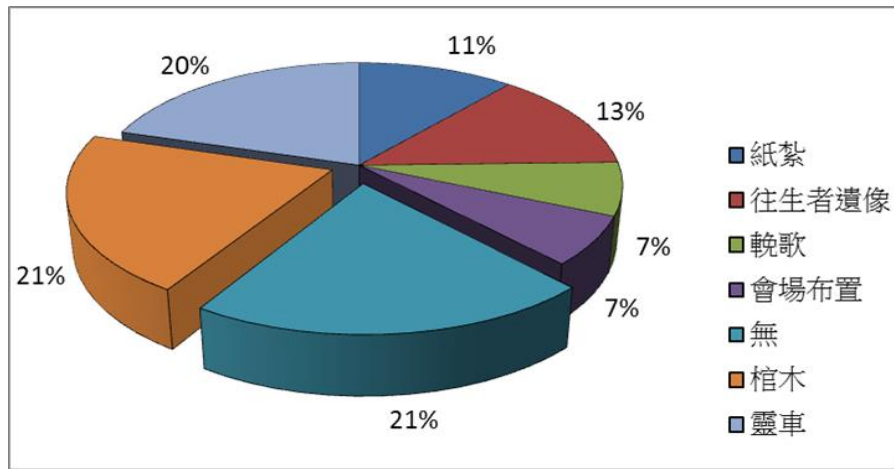


圖十 社會大眾是否對告別式感到害怕分析圖

三、請問您對告別式的哪些事物感到恐懼？(可複選)

經過問卷調查，有 21%的人不會害怕告別式上的任何事物，21%的人對於棺木感到害怕，最少人對於輓歌和會場佈置感到害怕。

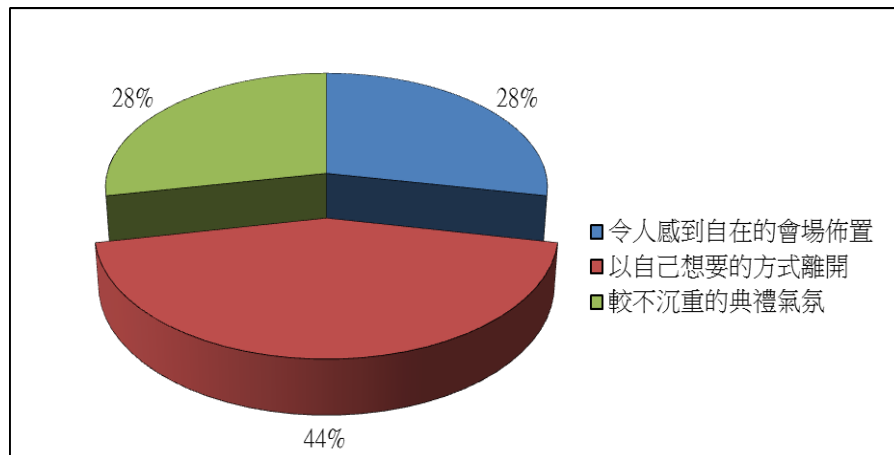
我的身後事我做主—個性化告別式



圖十一 社會大眾對告別式上哪些事物感到恐懼分析圖

四、請問以下那些因素讓您想選擇個性化告別式？(可複選)

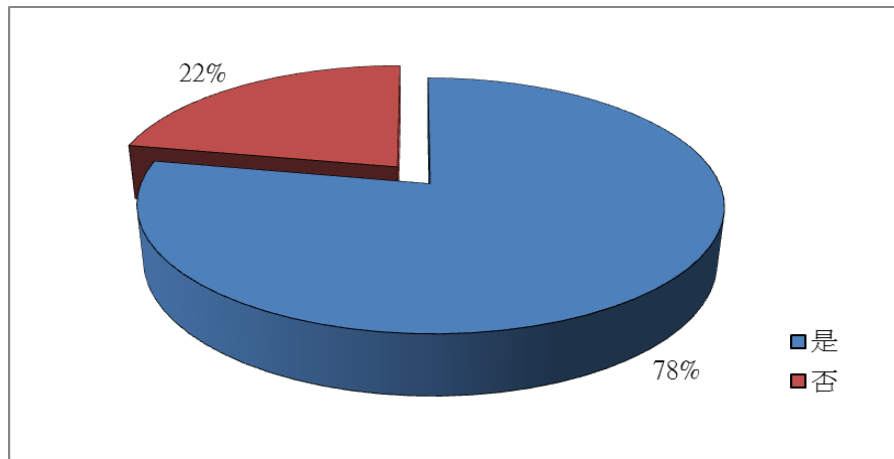
現今有 44%的人想要以自己的方式離開，另外 28%的人會因為會場布置而選擇個性化告別式，其餘的 28%則是因為較不沉重的氣氛而選擇。



圖十二 社會大眾因為哪些因素想要選擇個性化告別式分析圖

五、如果可以自己選擇，您是否會採用個性化告別式？

最後我們發現有 78%的人願意選擇使用個性化告別式，而 22%的人則會繼續使用傳統告別式。



圖十三 社會大眾對於採用個性化告別式的意願分析圖

肆●結論

「告別式」不僅是走向我們人生的句點，更是與親友見最後一面的時刻。告別式往往帶給我們哀戚難過的氣氛，也許多數人認為這是正常的，畢竟送走親友也不是件高興的事，但是經過本專題所探討的「個性化告別式」得知其實告別式也可以是不帶有沉重感、讓人感到自在的一種儀式。

個性化告別式透過往生者的喜好、興趣給予往生者「絕無僅有」的紀念。我們將此想法分成兩種層面，一方面是希望逝者走的安心且不帶有這麼多對人世間的眷戀；另一方面則是給予逝者一場最特別的「人生畢業典禮」。從來沒有想過告別式也可以這麼的客製化、這麼的多樣性。這個重大的決定成為了殯葬業的新契機，更為家屬增添了一個告別式樣貌的新選擇。

據調查結果顯示，有 44% 的人願意採用個性化告別式，是因為能夠按照自己想要的方式離開人世，由此可得知現代人個人意識逐漸抬頭，不僅是婚禮、房屋樣式等，就連告別式都希望是自己精心打造的。其他兩個原因分別是會場布置以及典禮氣氛；再度確定並不是每個人都認為告別式一定得是難過或傷感的，也有部分人希望會場不再充滿著哀戚以及無限的感傷。再者是典禮氣氛，傳統的典禮會場總是聘請國樂團亦或孝女白琴等民俗喪葬陣頭，其呈現方式不僅讓難過情緒達到最高點、更使部分民眾認為是種「打擾」。藉由改變會場氣氛可以減輕家屬悲慟的情緒，更能夠消除大眾對告別式的既定觀念。

雖然無法得知個性化告別式未來是否會成為殯葬業的主流，也許仍有多數人堅持要使用傳統告別式，但我們仍可以透過此專題得知：

一、個性化告別式未來將成為一個殯葬新選擇

- 二、個性化告別式將不再只是一個非主流文化
- 三、將會有更多人逐漸採用個性化告別式

伍●引註資料

- 一、何冠妤(2007)。個性化告別式—會場規劃範例與設計。臺北市：五南。
- 二、龍巖人本 官網。2015.9.30。 <http://www.lungyengroup.com.tw/>
- 三、萬安生命 官網。2015.9.30。 <http://www.wonann.com.tw>
- 四、台灣殯葬資訊網。2015.10.10。 <http://www.funeralinformation.com.tw/>
- 五、TVBS 新聞網。2015.10.14。最後的光芒！骨灰變「鑽石」。
<http://news.tvbs.com.tw/old-news.html?nid=551370>
- 六、自由時報網。2015.10.14。太空葬 40 萬，骨灰罈繞地球 146 年。
<http://old.ltn.com.tw/2004/new/feb/20/today-int6.htm>