

死亡與再生--論《一片葉子落下來》、《精彩過一生》

孫秀君*

一、前言

生與死是人生最重要的兩件事。「人生從何處來」、「人死往何處去」是每個人心中都有的疑問。而「死亡，迄今為止仍是人類所面臨的最大困惑，那生命盡頭的永恆黑暗是個體無法超越的命運。¹」人生除了必須面對自己的死亡之外，常常還要承受摯愛親友過世的心痛與感傷。所以，學習面對死亡是每個人需要花時間關注的重要課題。學者辜琮瑜提到學習生死有四個功能：第一是練習面對恐懼。第二是練習面對未知。第三勇於面對內在的失落與哀傷。第四是看到別人是如何看待死亡、對待死亡，幫助我們找出或建立自己的生死觀。²因此，探討生死問題對人類有非常大的意義。

《一片葉子落下來》³、《精彩過一生》⁴都是知名的繪本。這兩本有名的繪本也都是以深入淺出的方式討論生死，極具教育意義。所以，本文選擇這兩本繪本作爲探討死亡議題的對象，也希望藉此了解、領悟生死。並以理性的方式看待生命，對死亡建立正確的態度。

二、《一片葉子落下來》、《精彩過一生》主要內容

（一）《一片葉子落下來》

書中主角是一片叫做弗雷迪的葉子，春天的時候他從一棵大樹樹頂的大枝上冒出頭來。同一棵大樹生長了成千上萬的葉子，但沒有兩片葉子是一樣的。在這根樹枝上最大的葉子是丹尼爾，他是弗雷迪最好、也是最聰明的朋友。葉子們一起感受天上的小鳥、微風、星星、月亮和太陽，還有季節的變化。弗雷迪特別喜歡有著漫長炎熱白天及溫暖黑夜的夏季。在經歷第一次降霜時，秋天到了。弗雷迪和他的朋友們，由於面對太陽的方向

* 弘光科技大學通識學院副教授

¹ 郭于華，《死的困惑與生的執著》（台北：洪葉文化事業公司，1994.10 初版 1 刷。）頁 1。

² 辜琮瑜，《生死學中學生死》（台北：法鼓文化事業公司，2011.10 初版 3 刷。）頁 28-31。

³ 本文所用《一片葉子落下來》版本：李奧·巴斯卡力，《一片葉子落下來》，台北：經典傳訊，2000.12 第 6 刷。

⁴ 本文所用《精彩過一生》版本：芭貝·柯爾（文圖）、黃迺毓譯，《精彩過一生》，台北：三之三文化事業公司，2011.3 19 刷。

不同，所以顏色也變得不一樣了。有一天，風像是生氣了似的把一些葉子從樹枝扯掉，引起葉子們的恐慌。這時，丹尼爾告訴大家，時候到了，葉子就該搬家了，有些人把這叫作死。從此刻起，弗雷迪的朋友一個個離開，而他成為那棵樹枝上剩下的最後一片葉子。到最後他的顏色褪了，變得乾枯易碎。一陣風把弗雷迪帶離開他的樹枝，他感覺到自己靜靜地、溫和地、柔軟地飄下，落在一個雪堆上。他覺得雪堆很柔軟、很溫暖，在這裡他感到前所未有的舒適。而他閉上眼睛，睡著了。

（二）《精彩過一生》

故事中孫子女問爺爺奶奶為什麼他們的頭會禿，皮膚會皺，爺爺奶奶就從頭敘說他們的人生故事。原來爺爺奶奶剛出生時，也是頭禿禿的、皮膚皺巴巴的。經歷了幼年時期的各種生活練習，然後，開始上學。從童年到大學，不同的年紀玩不同的遊戲、追求不一樣的冒險刺激。畢業後，他們從事電影工作，戀愛、結婚、生下兒子。兒子從小的生活過程也充滿驚險，長大後結婚生下孫子女。隨著爺爺奶奶的年紀越來越大，爺爺頭頂禿了，兩人皮膚皺了、裝了假牙、記性變差、身體開始縮小，但唯一不變的是追求刺激的樂趣。爺爺奶奶精彩的一生走到盡頭，如今即將面對死亡。他們不僅不擔心，反而誇張的想像死後的各種可能。

三、論死亡與再生

（一）死亡之必然

1. 死亡是生命自然的變化

唐朝王梵志有一首名詩：「城外土饅頭，餡草在城裡。一人吃一個，莫嫌沒滋味。」（〈城外土饅頭〉）⁵有生必有死，現實世界中知名的帝王如秦始皇、漢武帝，活著的時候掌握極大的權力，為了追求長生不死的仙丹妙藥，想盡各種辦法，最後當然還是失敗了⁶。因為死亡是生命自然的變化，沒有任何人能例外。

在《一片葉子落下來》中，弗雷迪和它的朋友們，從秋天開始，就陸續搬家（死亡），不論葉子是選擇對生命的淡然靜默、不執著（「有些葉子只是把手一放，靜靜飄落。」）或是執著地奮力掙扎（「有些葉子在掉

⁵ 李森譯注，《禪詩三百首譯析》（台北：建宏出版社，1995.11 初版 1 刷。）頁 6。

⁶ 霍韜晦著，《走出死亡》（北京：中國人民大學出版社，2010.3 第 1 版第 1 次印刷。）頁 156-157。

落前和風掙扎撕打」)，終究必須離開。

而《精彩過一生》中，爺爺奶奶明白告訴孫子女他們最後必定會走向死亡（「有一天，我們也會和其他人一樣死翹翹。」），他們面對死亡的態度是坦然而灑脫的。

所以，終有一天人會死亡。「死亡是世間最公平的事，沒有所謂的意料之外。」而且，「關於死亡的時間、地點、方式等，更無人具有特權可以事先知道。」⁷

2.不需害怕死亡

人們對「死亡」兩字常會有莫名的恐懼。人們為什麼會對死亡產生恐懼，到底害怕些什麼呢？可能的原因為⁸：(1)對未知的恐懼。(2)對失落的恐懼。(3)對分離的恐懼。(4)對死亡過程與狀態的恐懼。(5)對未了心願的遺憾。(6)對生存意義消失的恐懼。(7)對親人受苦的恐懼等等。然而無論恐懼死亡的原因是什麼，「恐懼是阻礙所有事物陰影，它將我們的感情、幸福和本質都置於陰暗之中」、「我們的恐懼感並不會阻止死亡，但卻可以使生命停頓。」⁹因此，克服恐懼是人生的重要功課。

在《一片葉子落下來》中，剛開始面對死亡，以弗雷迪和丹尼爾為例，葉子們呈現了兩種不同的態度。

丹尼爾面對死亡之事認為：「時候到了，我就死了。」但弗雷迪卻斬釘截鐵地對丹尼爾說「我不要死」，之後又說「我好怕死」，因為「我不知道下面有什麼。」然而丹尼爾回答弗雷迪：「面對不知道的東西，你會害怕，這很自然」、「但是，春天變夏天的時候，你並不害怕。夏天變秋天的時候，你也不害怕。這些都是自然的變化，為什麼要怕死亡的季節呢？」丹尼爾藉季節變換的過程讓弗雷迪了解，死亡也是自然會發生的事，實在不需擔心害怕。

《精彩過一生》，爺爺奶奶除了告訴孫子女他們最後必定會走向死亡外，還要孫子女動腦想一想，希望爺爺奶奶死亡以後變成什麼。讓孫子女

⁷ 辜琮瑜，《生死學中學生死》。頁 120-121。

⁸ 辜琮瑜，《生死學中學生死》。頁 68-75。

⁹ [美]伊麗莎白·庫伯勒-羅斯、戴維·凱斯勒，《人生的功課：生死學大師談生命和生活的奧秘》（北京：中央編譯出版社，2011.1 第 1 版第 1 次印刷。）頁 135。

也加入他們的人生遊戲，藉此化解孫子女對死亡的恐懼不安。

所以，死亡只是生命過程的自然變化罷了，實在不需徬徨、恐懼。

（二）生命之無常

古詩十九首：「青青陵上柏，磊磊澗中石，人生天地間，忽如遠行客。」¹⁰意思就是在說生命的短暫無常。「無常」是相對於「常」而言的。「常」指的是「恆常不變」的，而「無常」指的是「世間一切都在變動的狀態」、「沒有什麼是永恆不變的，沒有什麼能以不變狀態持續下去。」¹¹生命中只有一件事可以讓我們確信會發生，那就是一死亡。除此之外，所有的一切都是暫時的，也都是無常的，可能在一瞬間灰飛煙滅¹²。

外在事物最容易讓人體會「無常」的，莫過於花。唐朝龍牙禪師曾說：「朝看花開滿樹紅，暮觀花落樹已空，若將花比人世間，花與人間事一同。」¹³禪師以花來做譬喻，人世間無常的快速，就猶如花開花落一般的流動不息與變化無常。¹⁴

《一片葉子落下來》中，到了某一天開始，「風兒卻扯著葉梗推推拉拉，幾乎像是生氣了似的。結果，有些葉子從樹枝上被扯掉了，捲到空中，刮來刮去，最後輕輕掉落在地面上。」代表葉子的生命過程各有不同，凋落時間也各有不同，有的早一點，有的遲一點，並非全體一起開始、一起結束。

《精彩過一生》中，作者還用圖畫暗示我們，「人生的每一個階段其實都充滿了危機。」¹⁵如嬰兒時期，嬰兒車失控衝向山坡。幼兒時期，馬桶旁邊畫了一顆引爆的炸彈。學爬行時，常常會撞到牆壁。學說話時，背

¹⁰馬茂元，《古詩十九首探索》（高雄：復文圖書出版社，1984.11 初版。）頁 69。

¹¹辜琮瑜，《生死學中學生死》。頁 118。

¹²阿南朵著、翠思譯，《對生命說是》（珠海：珠海出版社，2009.10 第 1 版第 1 次印刷。）頁 162。

¹³《禪門諸祖師偈頌》（〔已新纂續藏經 第六十六冊〕，〔禪宗類〕〔諸宗著述部〕，【中華電子佛典協會】http://cbeta.org/result/normal/X66/1298_001.htm 1010427))

¹⁴慧聰法師，《論五眼所觀花·非花·非非花：第三章慧眼下的花》（【千華台部落格】

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!EHOIxXKXHQfLtZW8jkkRe7M-/article?mid=591010204>)

¹⁵黃迺毓，〈怎樣精采過一生〉。芭貝·柯爾（文圖）、黃迺毓譯，《精采過一生》（台北：三之三文化事業公司，2011.3 19 刷。）

後有一隻大怪物伸出舌頭襲擊。學站立時，就像單腳站在蛇的頭上等等。外在環境處處都有會傷害孩子的事物存在，處處潛藏著危機。而隨著不同年紀的成長過程，自己本身也經常偷偷嘗試讓人提心吊膽、冒險刺激的事。所以從嬰兒到老年間，如果當中有任何的危機、關卡無法順利通過，生命就要在這裡劃下句點了。

這些提醒我們，生命不是永恆的，何時結束也沒有標準答案，當我們領悟生命無常的事實後，不要再把「活著」視為理所當然。所謂「壽終正寢」，也只是華人社會普遍心理，對於死亡的一種深切企盼罷了¹⁶。

（三）死後的可能性

萬物都會死，也不需害怕死亡，但死後將往何處去呢？對於死後靈魂的歸處，不同的宗教、文化，不同的信仰與認知將會得到各式各樣不同的解釋，但沒有一種解釋能代表絕對的答案。死亡的真相與死後的世界是人類無法確知的內容，所以這些解釋也只能隨個人選擇決定接受與否¹⁷。

《一片葉子落下來》弗雷迪曾問「我們死了會到哪兒去呢？」丹尼爾回答：「沒有人知道。這是個大秘密！」而當弗雷迪掉落後，作者敘述，「他不知道，冬天過了春天會來，也不知道雪會融化成水。他不知道，自己看來乾枯無用的身體，會和雪水一起，讓樹更強壯。尤其，他不知道，在大樹和土地裡沈睡的，是明年春天新葉的生機。」--「新的開始」。從這裡作者讓我們明白了：死亡並不是代表一切毀滅，而可能是另一種形式的新生，又會是一個新的開始。也代表整體生命是綿延不斷的。

《精彩過一生》爺爺奶奶要孫子女思考，爺爺奶奶死亡以後可能會變成什麼。爺爺奶奶也對此提出了各種的可能性，如：「章魚」、「麋鹿」、「小寶寶」、「小蟲」、「綿羊」、「醃洋蔥」、「外星人」、「鬼魂」、「瘦巴巴的雞」等等。作者用了一個非常幽默的方式做為結束，他讓爺爺奶奶最後變成了一大群雞隻裡的兩隻雞，而且還抱怨說：「這是誰出的鬼主意？」

四、結語

如繪本《一片葉子落下來》、《精彩過一生》所描述的，葉子弗雷迪和

¹⁶鄭曉江主編，《中國死亡文化大觀》（南昌：百花洲文藝出版社，1999.11 第1版第2次印刷。）頁13。

¹⁷辜琮瑜，《生死學中學生死》。頁31-32。

夥伴們在經歷了四季的更迭、孫子女在爺爺奶奶的解釋後，都逐漸理解了生命過程，理解死亡是生物界自然的現象。因為是自然的現象，也就不需要太過擔憂焦慮。

既然所有的人皆要面對老、病、死的狀況。老、病、死是人生沒有辦法避免的，那麼學習輕鬆坦然地面對死亡，或許就是最好的方式了。如《最後十四堂星期二的課》墨瑞教授所說：「只要你學會死亡，你就學會了活著。」¹⁸因為「你要知道自己會死，並且隨時作好準備，這樣就好得多。這樣你在活著的時候，就可以真正的比較投入。」¹⁹「了解死亡，就不怕死亡。」²⁰化解對死亡的焦慮和恐懼的同時，也捨棄了對生命的種種執著。

《西藏生死書》作者索甲仁波切說：「我們大多數人只有在臨終的那一刻才會珍惜生命，這是多麼令人悲傷的事啊！」「只有懂得生命是多麼脆弱的人，才知道生命有多可貴。」²¹死亡讓我們明白生命有限，所以才會格外珍惜。也才會認真面對、重新檢視自己活著的模式，重新思考在死亡之前要如何以正向積極的態度有意義的過一生，讓生命能更有價值。

參考文獻

一、專書

李奧·巴斯卡力，《一片葉子落下來》，台北：經典傳訊，2000.12 第 6 刷。

芭貝·柯爾（文圖）、黃迺毓譯，《精采過一生》，台北：三之三文化事業公司，2011.3 19 刷。

米奇·艾爾邦著、白裕承譯，《最後十四堂星期二的課》，台北：大塊文化出版公司，2001.10 初版 45 刷。

李淼譯注，《禪詩三百首譯析》，台北：建宏出版社，1995.11 初版 1 刷。

余德慧、石佳儀著，《生死學十四講》，台北：心靈工坊文化事業公司，2011.10 初版 13 刷。

馬茂元，《古詩十九首探索》，高雄：復文圖書出版社，1984.11 初版。

¹⁸米奇·艾爾邦著、白裕承譯（《最後十四堂星期二的課》，台北：大塊文化出版公司，2001.10 初版 45 刷。）頁 104。

¹⁹米奇·艾爾邦著、白裕承譯，《最後十四堂星期二的課》。頁 103。

²⁰聖嚴法師，《生死皆自在—聖嚴法師談生命智慧》（台北：法鼓文化事業公司，2011.4 初版 5 刷。）頁 135。

²¹索甲仁波切著、鄭振煌譯，《西藏生死書》（台北：張老師文化事業公司，2003.10 初版 309 刷。）頁 24、40。

辜琮瑜，《生死學中學生死》，台北：法鼓文化事業公司，2011.10 初版 3 刷。

聖嚴法師，《生死皆自在--聖嚴法師談生命智慧》，台北：法鼓文化事業公司，2011.4 初版 5 刷。

阿南朵著、翠思譯，《對生命說是》，珠海：珠海出版社，2009.10 第 1 版第 1 次印刷。

索甲仁波切著、鄭振煌譯，《西藏生死書》，台北：張老師文化事業公司，2003.10 初版 309 刷。

霍韜晦著，《走出死亡》，北京：中國人民大學出版社，2010.3 第 1 版第 1 次印刷。

[美]伊麗莎白·庫伯勒－羅斯、戴維·凱斯勒，《人生的功課：生死學大師談生命和生活的奧秘》，北京：中央編譯出版社，2011.1 第 1 版第 1 次印刷。

郭于華，《死的困惑與生的執著》，台北：洪葉文化事業公司，1994.10 初版 1 刷。

鄭曉江主編，《中國死亡文化大觀》，南昌：百花洲文藝出版社，1999.11 第 1 版第 2 次印刷。

《禪門諸祖師偈頌》，〔 卅新纂續藏經 第六十六冊 〕〔 禪宗類 〕〔 諸宗著述部 〕，【中華電子佛典協會】

http://cbeta.org/result/normal/X66/1298_001.htm （ 1010427 ）

二、期刊論文

趙德坤，〈向死而生，體悟永恒--中國禪宗的生命終極意識探析〉，《宗教教學研究》2011 年 02 期。

鄧俊、樂麗華，〈生與死的洗禮--米奇·艾爾邦《最後十四堂星期二的課》簡析〉，《黑龍江教育學院學報》2012 年 02 期。

鄭曉江，〈重構生死觀的核心價值〉，《江海縱橫》2011 年 08 期。

慧聰法師，《論五眼所觀花·非花·非非花：第三章慧眼下的花》，

【千華台部落格】

<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!EHOIxKXHXQfLtZW8jkkRe7M-/article?mid=59> （ 1010204 ）
