

MWYO辦生死教育展覽 冀年輕人學習面對失去



「MWYO青年辦公室」舉辦生死教育展覽，冀望年輕人明白失去是日常無可避免的事，提早學習面對失去。展覽今早舉行開幕儀式，主禮嘉賓、香港生死學協會總監梁梓敦亦表示，本港青少年成長過程中，大多被教導如何擁有更多，較少被教導「失去」，但指在擁有更多的時候，失去亦會更多，在面對失去時更會因不知所措，甚或出現較嚴重的情緒反應，應盡早練習如何面對失去。

「MWYO青年辦公室」早前與香港生死學協會發表報告，了解中學生對生死的意義、態度的看法，發現中學生傾向認為生命是有意義的，有四分之一受訪學生認為「死亡可以幫助逃離可怕的世界」。主辦單位為延續學校對話效果，在社區舉辦生死教育展覽。

展覽分5個展區 讓參觀者「擁抱快樂的片段」

《練習失去 — 生死教育展覽》由10月24日至27日在中環街市1樓Even Space舉行，展覽以「失去為主題」，共分為5個展區。「Lost and Found 物品展覽」以具有經歷的展品呈現出生命歷程間的失去和收獲、「四道人生」則以4道「道謝、道愛、道歉和道諒」透過互動裝置讓參觀者與自己交流，勇敢地面對道別、「擁抱快樂的片段」就透過引導參觀者寫下美好的回憶片段，重新找回前行的動力，「Goodbye and I "ll be Fine」作為最後的展區，予空間讓參觀者將感受和想法寫下，現場亦設有即影即有讓參觀者拍照留念。

民建聯立法會議員林琳獲邀出席開幕儀式，她在致辭時分享面對生死的體驗，其中首次看見屍體是在中學的時候，朋友因生病到醫院就醫，自己在醫院碰巧看到一具屍體由病房推出。

林琳分享笑喪「特別體驗」 失去亦不一定循負面角度出發

在分享中，林琳提到另一次經驗，曾抱着嚴肅的態度，及哀傷的心情出席喪禮，但旁邊的長輩對她說「笑喪嚟架，大家開心啲」。林琳當時訝異稱：「咦？乜可以咁㗎咩？」她表示，該次「特別體驗」令其明白，即使失去亦不一定循負面角度出發。

林琳認為，年輕人要學會與自己對話，及從不同途徑出發理解事件，懂得面對自己情緒尤其重要，「解到自己個結」。她表示，非常感謝主辦單位提供平台，讓公眾明白面對失去的重要性。

MWYO青年辦公室營運總監容德敏同表示。失去是人生歷程不可避免的階段。她以家庭聚會作例子，當吃完飯的時候，如果有後輩說「食完飯啦」，會遭到長輩斥責「應該講食飽飯」，遂反問：「係咪唔講就唔會發生？」。她認為，在面對失去時不應逃避，而死亡與失去亦不需要忌諱，希望青少年能夠學習和練習失去。