

走過哀傷務實篇

~親身經歷成為別人的祝福

漂萍/思牡 整理

角聲社區中心及光鹽社聯合舉辦「陪我走過哀傷路」的免費課程，共有 11 堂，10 月 12 日“走過哀傷務實篇”，講員鄧福真教授(Sam Houston State University 社會學系教授，也是光鹽社的理事長)，她講述去年六月先生返台參加騎自行車登山隊，不幸因心臟病發而驟逝，當時自己也在返台途中，下機後接獲家人電話通知要我直接趕去醫院，這愕耗傳來真是令我震驚不已。鄧福真教授分享完，她提出兩個問題：

- 1) 親人離去那段時間，有那件事和人是最讓你感動的？最讓你頭痛的？
- 2) 如果人生可以重來一次，你會做有什麼不一樣的選擇？

見證一：學員/師母(她)與丈夫非常親密，當先生突發心臟病離世後，當日正是星期日。她獨自籌畫要安排喪禮事宜。在美南新聞發佈訃聞、喪禮邀請那一位牧師講道、程序安排、製作懷念影集 ppt 等。

學員/師母的先生在數年前，幫忙教會去世的長輩陳先生辦喪事，去找教會王姐妹幫忙打喪禮程序暨印製，言談中說到：「若是哪一天我走了，希望王姐妹你也幫忙我打喪禮程序……。」

當學員/師母找王姐妹幫忙打字時，王姐妹才想起師母先生曾對她說得話，所以學員/師母希望也為先生出版一本懷念潘 xx 牧師，她和兩位好友不眠不休，花了兩天時間超速完成懷念集。

追思感恩禮拜中，師母安排有十一位嘉賓站台講述追思懷念她先生潘 xx 牧師的生平和事蹟。有一位牧師自香港剛下飛機不久，便馬上出席和主持這個喪禮，每一位都是盡心竭力。因此，有很多朋友幫忙和協助這次喪禮，每一位收到懷念潘 xx 牧師紀念冊的人，都感到這是神特別恩待潘牧師，當天每人都帶着感恩的心情，還回顧那位牧者一點一滴的趣事，並有說有笑，沒想到一個喪禮可以給人一種不一樣的感受。

見證二：學員 T 的丈夫離世，她不斷說：“教會有很多人來幫助，”而且學員認為教會的弟兄姐妹，盡心協力幫助她。丈夫有很多台灣的老朋友一起參與喪禮，令她感到非常安慰。但她本想為丈夫作一本紀念冊，但仍沒有時間真正進行處理。雖然有很多相片，但內容方面或設計也暫未決定。

見證三：學員 L 丈夫離世後，鄰居馬上來到家中安慰和鼓勵我(學員)，暑假期間女兒用一個月在家中與我同睡，並且她與我手牽手一起禱告，這對於我是極大的幫助和安慰，因為死者是一位合唱團員，所以團員當中已經預備一些歌曲在喪禮當日獻唱，特別選了一些是死者最喜愛的歌曲，由於死者離世非常突然。但是最令我感動的一件事情，就是半年前他已經接受主耶穌基督。當時他的身體非常軟弱。但他曾對我說：“離世時間是由天父掌管的，他不知道。” 兩個月後，他突然離世，我的心中仍感到安慰。而頭痛的事情：包括如何處理面對要喪禮或者其他事而感到極大的困難。另外我問兒女有否遺憾的事情未能與父親達成，但他們說：“沒有” 因為這數月，他們都有足夠時間好好互相溝通。”

學員分享結束後，講員則開始講有關下面的需提醒和注意的事：

A.

- 1) 生前有沒有準備---立遺囑：1. 在美國立的遺囑只適用於美國不適用中國因為法律規定不一樣。2. 有些情況有遺囑也沒用。3. 如果情況不是很複雜，網上就有些免費的遺囑模版，填完下載到可以公證的地方公證。公證時要兩位與遺囑利益不相關的人簽名。費用大約\$26。找律師大約\$2-300。
<https://www.freewill.com/will/getstarted>、
- 2) 生前醫療指示：清楚表明當你生命到最後時，希望如何處理？生前醫療指示表格，醫院和網上都可以下載，填完有兩位見證人簽名即可，不需要公證。
- 3) 指定受益人：銀行：POD (Payable on Death) 指定那些人可以直接處理去世人的賬號。
其他帳號：退休金，401K，信託基金，人壽保險，股票；指定受益人（主要的/Primary 和 次要的/Secondary）。

B. 去世的時刻---證件：遺囑，駕照，信用卡，護照，保險卡

申請死亡證明

明白各種保險規定如人壽保險，意外險

生活方面：房產證，車子產權證

財務方面：銀行帳戶，基金，股票和債券

報稅數據

器官和遺體捐贈

C. 葬禮的安排---最後衣物的準備

追悼儀式的安排

火葬和或土葬?

墓地的選擇

D.安葬後---答謝參加者

告知社會安全局，駕照處，選務處.

停止健康保險，人壽保險和汽車保險, 駕照，信用卡.

房子除名-到 **County Appraisal District**

銀行帳戶不要馬上關.

需要找律師 (**Probate Attorney**) 嗎？

大部分的除名，用死亡證明可以解決，但是有些地方

如果要你出示法院的文件上 (**Letter of Administration**)

寫上 你是法定執行人，就需要到 **Probate Court** 。

一般殯儀館會通知社會安全局。如果沒有，帶死亡證明到社安局或打電話至：**1-800-772-1213**。

如果去世的人有領社安基金，要儘速告訴社安局，免得以後要退回。

配偶或未成年小孩（**16** 歲以下）可能可以拿社安基金。

社安局會付**\$255**。(安慰金)

如果拿 **Medicare**，社安局會通知 **Medicare** 部門，其他如 **Drug Plan** 和 **Supplemental Plans** 要各別通知公司。

配偶補貼 (**Widow Benefits from Social Security Office**)

曾經結婚 **9** 個月以上，且去世的人已經工作滿四十點。

配偶必須滿 **60** 歲才能拿，除非配偶殘障或照顧未成年的小孩（**16** 歲以下）。一家可以拿的上限是 **150%**到 **180%**的去世者的基本社安基金。

如果 **60** 歲之前再婚也不能拿，照顧未成年小孩例外。

如果曾經結過婚十年，且 **60** 歲前沒有再婚，可以拿。

E.如何往前走---

財產方面：遺囑，指定受益人或設立 trust fund。

醫療方面：生前醫療指示 (Living Will and Power of Attorney, Medical Advance Directive)。

生活方面-簡單，保存重要文件，後事清楚交待。

在極難跨過的時刻是誰才能與你同行，神對你不離不棄。

**我的肉體、和我的心腸衰殘，但 神是我心裡的力量、又是我的福分、直到永遠。詩篇 73 篇 26 節