

从“哀”的字形字义探析传统哀伤表达的特点

孔亚荣^{*#}, 江春红, 王心怡, 胡才志

曲阜师范大学, 心理学院, 山东 曲阜

收稿日期: 2022年4月18日; 录用日期: 2022年5月18日; 发布日期: 2022年5月25日

摘要

研究运用语义分析法对“哀”中蕴含的传统哀伤表达的特点探析, 传统哀伤表达的特点主要表现在三个方面: 其一, 哀伤需要表达, 一些传统的哀伤表达的方式为丧亲者的哀伤表达提供了途径和平台, 丧亲者的哀伤得以表达, 负面情绪得以宣泄, 有利于丧亲者走出丧亲的阴霾; 其二, “哀, 闵也”, 引申为哀悼之意, 其中蕴含了生者与逝者的社会关系, 传统葬礼仪式为亲友邻里互帮互助提供了有效的途径, 有利于社会关系的维持, 体现其社会功能, 也为丧亲者提供了社会支持和心理支持, 实现团体咨询的心理功能, 且“口”在“衣”内, 含包裹之意, 对应了儒家提倡的“哀而不伤”、“毁不灭性”的哀伤观念, 哀伤表达的节制性; 其三, 哀伤表达具有阶段性, 从丧亲初期浓烈的哀伤表达达到后面缓缓的释放, 是一个逐步释放的过程。

关键词

传统哀伤表达, 语义分析法, 心理功能

Analysis of the Characteristics of Traditional Expressions of Sadness from the Meaning of the Word “Sorrow”

Yarong Kong^{*#}, Chunhong Jiang, Xinyi Wang, Caizhi Hu

School of Psychology, Qufu Normal University, Qufu Shandong

Received: Apr. 18th, 2022; accepted: May 18th, 2022; published: May 25th, 2022

^{*}第一作者。

[#]通讯作者。

Abstract

The study used semantic analysis to analyze the characteristics of traditional grief expressions contained in “sorrow”. The characteristics of traditional grief expressions are mainly reflected in three aspects: First, grief needs to be expressed, and some traditional grief expressions are for the bereaved. The expression of grief provides a way and a platform to express the grief of the bereaved and vent negative emotions, which is helpful for the bereaved to get out of the haze of bereavement; Second, “sorrow” includes the social relationship of the deceased, and traditional funeral ceremonies provide an effective way for relatives, the friends and neighbors to help each other, which is conducive to the maintenance of social relations, and reflects their social functions, and also provides social and psychological support for the bereaved. It realizes the psychological function of group consultation, and the “mouth” is inside the “clothing”, which means wrapping, the Confucian concept of grief of moderation. The third point is that the expression of grief is staged, from the intense expression of grief at the beginning of the bereavement to the slow release later, which is a gradual release process.

Keywords

Traditional Sad Expression, Semantic Analysis, Mental Function

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

提到“哀”字，很自然会联想到哀伤，在当代心理学领域中，研究者们从依恋理论、创伤研究、认知应对研究、情感的社会功能等视角多方面对哀伤领域进行了深入探索(王纯娟, 2006; 刘建鸿, 李晓文, 2007; 唐信峰, 贾晓明, 等, 2013; 何丽, 王建平, 等, 2013; 唐苏勤, 何丽, 等, 2014), 但这些探索多以西方的哀伤理论为基础, 后有学者指出西方的哀伤理论缺少中国文化背景的适切性(李成齐, 韩布新, 2017)。对于一个没有基督教背景的中国民众而言, 如果运用西方的哀伤疏导方式, 显然是隔鞋搔痒、无济于事, 所以在中国文化环境中进行哀伤疏导, 必须采取中国模式, 这也就存在哀伤疏导方式的中国化问题(徐春林, 2007), 回顾我国文化历史可以发现在中华文明上下五千年的历史长河中, 对哀伤的探索早已蕴含在古人造字的智慧中, 中国先人造字时往往会折射出一些心理规律, 因为他们大多相信: “书, 心画也”(汪荣宝, 1987)所以每一个汉字背后可能都蕴含着丰富的心理学意义(汪凤炎, 郑红, 2010), 而且汉字本身是一种充满心理学意蕴的文字, 是记载中国人心理与行为方式及其特点与规律的“活化石”之一, 也包含着中华民族对人之心理与行为的认识与理解(申荷永, 1993), 因此想要对中国文化背景下的哀伤领域进行探究, 则需要对“哀”这一概念术语追根溯源, 从历史演化角度剖析“哀”的原始含义及其后的变化含义, 以便厘清此术语的本来面目及其隐含的文化与心理意义。研究采用语义分析法对“哀”的字形字义进行分析, 以厘清哀伤的心理学意蕴, 探究国人哀伤表达的传统方式与特点。

语义分析法又称“字形字义综合分析法”(method of semantic and etymological analyses), 是指首先分析某一字或者词的字形特点及其中所蕴含的意义; 其次从历史演化的角度剖析此字或者词语原始含义, 以便澄清此术语的本来面目; 最后用心理学的眼光进行观照, 界定出此术语在心理学上的准确内涵或揭

示其内所蕴含的心理学思想的一种方法,是研究中国文化心理学的一种重要的方法(汪凤炎,郑红,2010)。

2. “哀”的语义分析

查阅《汉语大词典》《汉语大字典》和《辞海》,合并三本辞书的相同义项,“哀”的主要含义有5种:

- 1) 悲痛,哀伤;《易·小过》:“君子以行过乎恭,丧过乎哀,用过乎俭”。南朝梁刘勰《文心雕龙·哀吊》:“以辞遣哀,盖下流之悼”。
- 2) 怜悯,同情;哀其不幸;《诗·小雅·鸿雁》:“哀此鳏寡”。
- 3) 慰问,哀悼;《周礼·春官·大宗伯》:“以凶礼哀邦国之忧,以丧礼哀死亡,以荒礼哀凶札,以吊礼哀祸灾”。
- 4) 谓居父母之丧,参见“哀子”。
- 5) 形容声音凄凉悲切;潘岳《笙赋》:“辍张女之哀弹”。

纵观上述“哀”的诸多含义,可见“哀”多与死亡有关,不仅表示对已逝亲人哀伤的情感,也表达了对其他亡者的哀悼之情和对其他丧亲之人的同情。要想把握“哀”的内涵,需先对其字形进行溯源,查阅相关资料得知,“哀”字的甲骨文是缺失的,看其金文字体,发现“𠄎”字由“衣”和“口”两个部分组成,小篆的“哀”是由“衣”和中间的“口”组成,并且逐渐的演化成现在的“哀”字,不难看出,在字形演化过程中,“哀”字始终与“口”和“衣”相关,在对汉字的分析时,出现时间较早的字形或者较为完整的字形更具有直观性和深入分析的必要性,由于“哀”字的甲骨文字形缺失,所以研究选取其金文字体进行深入分析。

从字形结构上来看,“哀”字是由外部的“衣”包住了“口”,《礼记·檀弓》有云:“有妇人哭于墓间而哀”指人在悲哀时或泣或诉皆出于口,故以“口”为形旁,哀伤势必是需要用“口”来表现,即哀伤是需要表达出来的,或以哭声宣泄出来或化为言语表达出来;再看“口”部周围的“衣”,古人悲哀、哭泣之时皆以衣袖或衣襟掩面,因此“口”包在“衣”中,可看作掩面哭泣,此外“口”在“衣”内,存包裹之意,也可以说哀伤情感的表达需要克制,而不是毫无顾忌的完全外放出来。《文心雕龙·哀吊》篇:“哀者,依也。悲实依心,故曰哀也”。指的是心里流露出悲的情感,即为“哀”,所以可以得出“哀”的本意是指生者对逝者离世心里悲伤,这种心里的悲伤通过语言或者哭泣声表达出来,即为哀伤表达,但哀伤的表达不是随心所欲,而是有一个限度。

东汉许慎的《说文解字》中提及:“哀,闵也”,从口、衣声,后段玉裁解释“闵”是“吊者在门也,引申之,凡哀皆曰闵”指哀悼者来到死者处,表达吊唁之情(冉莹,2021),称之为“哀”。通过“哀”的引申之意,可以看出,这里面隐含着一种社会人际关系,一般逝者家属为逝者举办葬礼,亲戚朋友或者与逝者有关系的人前来吊唁哀悼,哀悼便属于葬礼仪式中的一个环节,可以看出从古至今,个体的死亡,不仅仅是个体事件,而是以家庭为单位的重大事件。

对“哀”的字形字义进行分析得出,“哀”主要与死亡有关系,“哀”的主体是与逝者有关系的其他人,一般按照亲疏远近关系而来,“哀子”特指失去母亲的儿子,也可引申为失去父母的孩子,如果以逝者为圆点,以与逝者亲属远近关系为半径,那么逝者家属处于悲伤的中心地带,承受着巨大的哀伤,也是承办逝者葬礼的主家,而其他关系的亲友属于吊客,其哀伤也会随着与逝者亲密程度不同而有所不同。对于逝者来说,葬礼是人生的最后的大礼,不仅是最后的告别,也是对逝者灵魂的告慰;对于生者而言,葬礼为生者的哀伤提供了社会文化所认同的表达方式以及为生者的哀伤表达提供了特定的时间与空间,使得哀伤得以安全的表达。除了传统的葬礼仪式之外,我国还有清明节、中元节等一些祭祀先人的节日,在这些传统节日中,丧亲者通过祭酒、烧纸、摆供等祭奠仪式来表达哀思,以达到心理慰藉,

一些西方学者认为中国人的悼念活动具有广泛性、礼仪性和强化性，特别是中国的“百日”以及“七日祭”等(Braun & Nichols, 1997)，表明中国传统的哀伤表达的方式具有极强的文化特色，是古人经历千年流传下来的哀伤应对的经验与智慧，在之后哀伤表达与哀伤应对的实践中，可以更多的关注到传统哀伤表达方式中所蕴含的适应我国丧亲者心理特点的哀伤观念，力图丰富本土化的哀伤理论，为了能够从传统的哀伤表达方式中获得经验，就需要厘清国人哀伤表达的传统方式及其特点。

3. 中国人传统哀伤表达的特点

3.1. 哀伤需要表达

从对“哀”字形分析来看，不管是金文还是现代汉字字形，“哀”皆是口部，说明“哀”是与口有关，上文中也提到，“哀”的本意是指生者对逝者离世心里悲伤，这种心里的悲伤通过语言或者哭泣声表达出来，所以哀伤需要表达，一般人们在丧亲之后会感到哀伤，传统葬礼为我们提供了表达哀伤的途径，比如放声大哭，这是一种情绪的宣泄和表达，有利于个体疏导内心的郁结(邱小艳, 燕良轶, 2014; 李朝旭等, 2018)，和西方的葬礼上默哀的哀伤表达方式正好相反，传统葬礼的“哭丧”哭的越大声表明越有孝心(邱小艳, 燕良轶, 2014)，有些地区还会有“唱哭丧歌”的仪式，汉族的哭丧歌多以“散哭”为主，想到什么哭什么，内容也主要是以歌颂逝者生前的美德、表达对逝者离世的哀伤、倾述对逝者的思念之情以及哀叹自己苦难身世为主(罗永华, 2011; 金开诚, 吴美玲, 2012)，通过这些含悲蓄泪的哭诉和唱哭，使生者的哀伤得以用社会文化所接受的方式充分表达出来，为压抑的负面情绪提供了有效的途径，从而最大限度降低创伤后遗症的发生几率(邱小艳, 燕良轶, 2014)，也更有利于丧亲者葬礼之后走出阴霾，拥抱新的生活。但是在城市的殡葬仪式中，哭丧被压缩，几乎没有“唱哭丧歌”的仪式存在，因此相较于传统葬礼仪式，现代殡仪馆告别仪式在仪式的完整度上有所欠缺。

现代社会生活节奏快，葬礼仪式被精简，时间也被压缩，一场葬礼的时间也就是三天，人们办完葬礼之后，马不停蹄的投入到快节奏的工作之中，在工作环境中，哀伤再也没有机会得到表达，哀伤的情绪也被压抑，但是悲伤的情绪也不会就此消失，而是成为一件未完成的事件滞留在身体的某个部位，长此以往，便会在日后的生活中产生一些莫名的情绪以及生理问题(何丽, 王建平, 2015)。因此一些传统的哀伤表达方式便可以作为一种补偿仪式，为丧亲者的哀伤表达提供途径，也有学者提出哀思的传统表达方法，即把我国传统文化和现代心理技术相结合的一种调节心理创伤的技术方法(张亮, 曲龙巨, 2012)，也就是说把祭酒、挽歌、祭奠等传统仪式与哀伤辅导的心理技术相结合，达到对丧亲者的心理修复(金宏章, 2008)。葬礼之后的节日祭祀为之前没有充分表达的哀伤提供了表达的途径和方式，是一种循序渐进的哀伤表达方式，哀伤被缓慢的释放，丧亲者通过烧纸、准备祭品等环节，缓解了愧疚和悲伤的心情，当丧亲者的哀伤被充分地表达出来，其悲伤的情绪也随之宣泄(李朝旭等, 2018)，帮助丧亲者走出丧亲的阴霾。

在农村，一场传统葬礼的功能不仅仅局限在为丧亲者哀伤表达提供途径和方式，彰显其心理疏通的功能，也是邻居好友前来哀悼，实现村庄人际互动(李汝宾, 2015)，互帮互助，增强村庄凝聚力，体现其社会功能(李贵生, 2020)，更是通过人群聚集，共同哀悼，实现团体咨询的心理功能，为丧亲者提供了社会支持以及心理支持，帮助其可以从失去亲人的哀伤中尽快恢复。

3.2. 哀而不伤、毁不灭性的哀伤观

《易·小过》之中提到：“君子以行过乎恭，丧过乎哀，用过乎俭”说的是君子可以在丧礼时，可以稍显哀伤，但是在程度上，只能小过，也就是说在哀伤表达时，可以稍过一些，但要注意度，即凡事有度。这与上文中，“哀”字字形中所表现的“口”被“衣”包裹，具有相通之意。这与儒家所提倡的

“毁不灭性”的哀伤观念也有异曲同工之妙，梁启超认为儒家之礼全在于一个“节”（冉莹，2021），《中庸》有云：“喜怒哀乐发而中节”，《礼记》道：“三日而食，三月而沐，期而练，毁不灭性，不以死伤生也”，其核心还是对于亲人的亡故，可以表达哀伤，但是不能无节制地悲恸以致于伤身，应该尽心、适度、合乎礼，否则为“过”（景怀斌，2007），如果过度的沉溺在失去逝者的哀伤中，将会对丧亲者的生活、心理都会产生巨大的影响。在秉持中和原则的儒家思想中“哀”属于一种合理的情感，但是在哀伤表达时也应该符合中和原则，以“礼”约束情感的表达，中和克制，哀而不伤。儒家文化对我国的文化和习俗存在深远的影响，其“哀而不伤”以及“毁不灭性”的哀伤观念依然在一定程度上影响着现代人的哀伤观，而且儒家的一些哀悼习俗给哀伤提供了正确的哀伤意识和哀伤疏导的过程（张亮，曲龙巨，2012）。传统的葬礼为哀伤的表达提供了过程，从逝者离世到葬礼举行再到之后七个“七祭日”“百日祭”“周年祭”，为哀伤表达提供了循序渐进的时间过程，这一方面照顾生者哀伤表达的需求，另一方面也为哀伤表达限定了时间，这种哀伤表达的方式和频率，既可以缓解丧亲者的悲伤，又可以将丧亲者及时从悲伤中拖拽到现实中，防止过度沉溺和卷入。

3.3. 哀伤表达的阶段性

哀伤的表达具有阶段性；在丧亲初期时，丧亲者的哀伤表达可能是浓烈的，具有爆发性的，此时对于丧亲者来说，失去至亲之人的痛苦无以复加，可能会通过大声哭泣来表达自己的哀伤，上文中我们提到了“哭丧”，这也是在丧亲初期时，哀伤表达的一种方式，有利于负面情绪宣泄。葬礼之后的“头七”“七七”祭日，也为丧亲者哀伤的表达提供了循序渐进的途径，再到之后的周年祭以及每年的清明节，随着时间的流逝，丧亲者哀伤表达的需求将会有所变化，其哀伤表现的方式也会有所变化，由最初的痛哭到之后的啜泣再到最后的淡淡的忧伤，由失控转向重新掌握情绪的控制感，有学者指出，清明节正值春天，正是哀悼的日子，也是万物复苏的时节，是春天播种的季节，是新生命的开始，给人以希望感和生机感，其特殊的心理意向象征生机和希望，也预示着生者要好好迎接新的生活（周蜜，贾晓明，2021）。

一些西方学者提出哀伤的其中一个任务便是“重新安置对逝者的情感，并带着它继续生活”（Worden，2008），那么清明节等祭祀节日正是为丧亲者提供了重新开始生活的契机，传统的清明节日中蕴含着抚慰哀伤的大智慧，它是为数不多的用来缅怀先祖，祭祀亲人的节日，为哀伤的表达提供了暂时的窗口，且其哀伤的表达具有双向性，一方面高调的表达、敲锣放炮，不压抑，另一方面是淡淡的表达，隐而不发，“口”被“衣”包裹，从结构上看，也可以说是一种被衣服包住的口，是内心无法言语的伤痛，虽然哀伤表达的愿望已经不再强烈，但依然在特定的日子里，存有淡淡的哀伤，由于处于丧亲阶段的不同，哀伤的表达得到节制。研究者通过对丧亲者清明节的访谈得出丧亲者清明时节的哀伤更多地是“淡淡的”，情感可控（周蜜，贾晓明，2021），失去亲人那种浓烈的悲伤情绪已经随着时间的流逝而慢慢平息，但哀伤的心情还依然存在，并且不急于宣泄和表达，更多地是在内心默哀，看到新生的希望。因此随着时间的流逝，丧亲者处于丧亲的不同阶段，其哀伤表达也会有所不同。

4. 总结

通过对“哀”字字形字义的分析，发现“哀”的含义包含了传统哀伤表达的三个方面：首先“口”部的存在，说明了哀伤是需要表达出来，一些传统的哀伤表达的方式为丧亲者的哀伤表达提供了途径和平台，丧亲者的哀伤得以表达，负面情绪得以宣泄，有利于丧亲者走出丧亲的阴霾；其次“哀，闵也”，引申为哀悼之意，其中蕴含了生者与逝者的社会关系，传统葬礼仪式为亲友邻里互帮互助提供了有效的途径，有利于社会关系的维持，体现其社会功能，也为丧亲者提供了社会支持和心理支持，实现团体咨询的心理功能，且“口”在“衣”内，含包裹之意，对应了儒家提倡的“哀而不伤”、“毁不灭性”的

哀伤观念, 哀伤表达的节制性; 最后哀伤表达具有阶段性; 随着时间的变化, 丧亲者哀伤表达的需求也会出现变化, 传统哀伤表达的方式也会有所变化, “葬礼”“七日祭”“百日祭”“周年祭”以及每年“清明祭”从丧亲初期浓烈的哀伤表达达到后面缓缓的释放, 是一个逐步释放的过程, 直到每年的“清明祭”, 丧亲者的哀伤表达更为可控, 表现出淡淡的哀伤, 由外部宣泄转向内部的隐而不发。研究通过对国人传统哀伤表达的特点进行梳理发现, 儒家的“哀而不伤”“毁不灭性”的哀伤观念对哀伤表达方式也有所影响, 也契合了人类趋利避害的本性, 正是有了想要从负面情绪中摆脱的意识, 才衍生出很多适应性的仪式, 用来消解内心的哀伤和痛苦, 避免沉溺在哀伤中, 影响个人生活, 但如今, 快速的生活节奏打乱了建立完善的哀伤表达机制, 很多仪式被简化甚至遗忘, 哀伤表达方式的完整性被破坏, 而我国哀伤辅导发展短短几十载, 虽然有一些学者提出西方哀伤理论的本土适应性问题, 但是在哀伤理论的本土化构建上, 还是需要把握国人哀伤的特点, 关注文化的差异性, 可以把传统文化中的精华更多的融入到具体哀伤辅导情境中。

基金项目

国家社会科学基金项目“鲁西南民间信仰的文化心理学研究”(编号: 19BZJ001)。

参考文献

- 何丽, 王建平(2015). “节哀顺变”不科学. *心理与健康*, (3), 24.
- 何丽, 王建平, 尉玮, 谢秋媛, 唐苏勤(2013). 301 名丧亲者哀伤反应及其影响因素. *中国临床心理学杂志*, 21(6), 932-936.
- 金宏章(2008). “5.12”心理重创学生哀思传统表达方法. *中国健康心理学杂志*, 16(8), 959.
- 金开诚, 吴美玲(2012). *丧葬文化*. 吉林文史出版社.
- 景怀斌(2007). 儒家思想对于现代心理咨询的启示. *心理学报*, 39(2), 371-380.
- 李朝旭, 韩洋, 高伟伟, 袁玉琢, 谢伟, 卫静远(2018). 中国传统殡葬习俗的宗教心理疗愈意义. *宗教心理学*, (1), 260-288.
- 李成齐, 韩布新(2017). 丧子女父母的哀伤: 过程、机制与诊断. *教育教学论坛*, (46), 101-102.
- 李贵生(2020). 民间丧葬仪式研究综述. *河西学院学报*, 36(3), 92-98.
- 李汝宾(2015). 丧葬仪式、信仰与村落关系建构. *民俗研究*, (3), 127-134.
- 刘建鸿, 李晓文(2007). 哀伤研究: 新的视角与理论整合. *心理科学进展*, 15(3), 470-475.
- 罗永华(2011). *农村丧事操办习俗*. 西南师范大学出版社.
- 邱小艳, 燕良弼(2014). 论农村殡葬礼俗的心理治疗价值——以汉族为例. *中国临床心理学杂志*, 22(5), 944-946, 929.
- 冉莹(2021). 《文选》的“哀伤”——试论《文选》“哀伤”类目形成的思想文化史背景. *复旦学报(社会科学版)*, (1), 61-72.
- 申荷永(1993). 汉字中的心理学. *心理科学*, (6), 51-52.
- 唐苏勤, 何丽, 刘博, 王建平(2014). 延长哀伤障碍的概念、流行病学和病理机制. *心理科学进展*, 22(7), 1159-1169.
- 唐信峰, 贾晓明, 侯力琪(2013). 农村丧亲个体应对策略的定性研究: 以江西省上饶县某农村为例. *中国心理卫生杂志*, 27(10), 785-790.
- 汪凤炎, 郑红(2010). 语义分析法: 研究中国文化心理学的一种重要方法. *南京师大学报(社会科学版)*, (4), 113-118, 143.
- 汪荣宝(1987). *法言义疏*. 中华书局.
- 王纯娟(2006). 哀伤或不哀伤? 当西方的哀伤治疗遇上台湾的宗教信仰与民俗. *生死学研究*, 3(1), 93-131.
- 徐春林(2007). 哀伤抚慰的中国模式初探. *江西师范大学学报(哲学社会科学版)*, 4(6), 27-30.
- 张亮, 曲龙巨(2012). 哀思传统表达的哀伤处理与新意. *学理论*, (23), 152-153.
- 周蜜, 贾晓明(2021). 清明节哀伤的心理意义及特点的探索性研究. *心理学通讯*, (4), 226-231.

- Braun, K. L., & Nichols, R. (1997). Death and Dying in Four Asian-American Cultures: A Descriptive Study. *Death Studies*, 21, 327-359.
- Worden, J. W. (2008). *Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner*. Springer Publishing Company. <https://doi.org/10.1891/9780826101211>