

# 從大廠辭職後，她成了遺物整理師



“遺物整理是為了讓生者更好地活着，

是留下關於逝者的美好記憶。”

四年前，西卡告訴媽媽，她要當一名整理諮詢師。她的媽媽——那個頗為開明的國企員工，聽到女兒的職業規劃後沉默了，“你要去當一個藍領？”

兩年前，武漢解封的第三天，西卡沒和爸媽說，便偷偷跑去武漢做遺物整理。那是她第一次接受遺物整理的委託，媽媽知道後又沉默了。

西卡理解媽媽的反應，她把當整理諮詢師比作“1”，做遺物整理師則是“2”，“對於父母來講，接受我的職業肯定需要一個過程。一開始他們花了一兩年去接受1，當他們接受1之後，我又突然告訴他們要做2，這對他們來說是雙重打擊。”

但其實，在西卡的職業規劃中，她理想的情況是抵達“3”——“生前整理”，讓更多人了解到“原來我可以生前就規劃好自己的身後事”。

這并不容易。在國內，“死亡”和“遺物”常常被誤解為“晦氣”“不吉利”，“生前整理”則是一種“觸霉頭”“咒人不幸”的行為。因此，對於逝去親人的遺物，很多人的處理方法是“燒一燒”“扔一扔”。

可是，遺物真的不需要整理嗎？

“物品會說話，我們每個人的物品就構成了我們自己。遺物整理的落腳點，是怎麼把委託人和物品以及逝者的聯繫建立起來。”西卡說，“我希望在循序漸進中，讓大家漸漸有一個正確的生死觀，一個完備的死亡與整理的概念。”

“讓生者更好地活着”

2022年1月15日，一場名為“來信”的遺物展在上海42咖啡館舉行，展出內容多來自於漆曉生老先生的遺物——他生前收到的信

件節選。

能舉辦這樣一場普通人的展覽，是西卡不曾想到的。

一年前，上海老人漆曉生去世。他無兒無女，妻子早已過世，將房子留給了陪伴他走過晚年時光的護工，但對於如何處置房中物品，却未留下只言片語。公證員找到西卡，希望她整理老人遺物。

一走進書房，西卡就確定老先生是一個“知識分子”，“他的書、他寫的東西、他的筆記，包括他記筆記的方式，用很多種顏色的筆突出記錄他不同的感受，就像《脂硯齋評語》一樣，特別細膩。”

更引起西卡注意的是，在漆曉生的遺物中，她一共整理出63封信件。這些書信都來信於同一人——漆曉生的弟弟漆黔生。通過漆黔生信中敘述，大家發現漆黔生還有一個孩子默默活在人世間。

這個孩子叫“小明”，患有孤獨癥，在父親去世當晚被送至福利院。

西卡突然想為小明做點什麼。她馬上行動起來，與漆曉生繼承人商量，能否將兩位老人的信件展出。敲定後，她又聯繫策展人、志願者，編寫《生前整理筆記本》，連同漆曉生老先生的書籍、兩位老人來往書信的掃描圖，一起放到展廳售賣，賣的錢則專門用於志願者對小明的探望。

“遺物整理是為了讓生者更好地活着，是留下關於逝者的美好記憶。”西卡說。

“那朋友怎麼評價你？”記者問西卡。

“奇葩吧，（他們）覺得我做的事好奇怪，有時候覺得我太衝動，像去武漢這事他們肯定不支持。”她笑了笑，又補充道，“正向的評價可能有勇敢、愛人的能力比較強，其他就沒什麼正向評價了。”

2020年疫情期間，西卡在網上看到一篇有關“武漢遺物”的文章，

她被打動了，想志願為這些在疫情中逝去的人做些什麼。她聯繫了近100家人，最終接受她入戶整理的有三家。“3%的幾率，不少了。”西卡說。

時至今日，西卡仍然感念這次前往武漢的經歷，“我印象深刻的不是某一個細節，更多的是對於武漢這個城市的印象。這三家都給了我很大的包容和接納，接受一個陌生人走進他們的私人空間。”

一些細節，西卡不願多講，但當記者說得不對時，她又忍不住“辯護”：“有個爸爸去世，是因為他送兒子出門，結果他不小心感染。後來整理出來的他的遺物很少，基本上都是家人共用，這也說明一個父親對於家人的投入和愛。他不需要很多東西，都是為了這個家。”

“其實這三家人有個共性，他們都很愛家人，都覺得對方離開得太突然，想在心中留一個思念逝者的機會。”西卡說。

“直接幫助別人的工作”

西卡是在28歲下定決心當遺物整理師的。雖然在父母眼中，這是一個很突然的決定，但西卡知道，這是她深思熟慮後的選擇。

在成為遺物整理師之前，她做過稅務師、廣告策劃、互聯網大廠打工人等工資還不錯的工作，但她不停問自己是不是真的快樂。

“好像也挺快樂的，一種沒有職業規劃的快樂。”

更多時候，她形容那個時期的自己是“工具人”，是“零件”，“麻木、人生沒有意義”。

這種感受第一次蹦出來是在2014年，西卡24歲時。當時，她查出體內有一顆腫瘤。等待檢查結果的那幾天，她問自己：我能在一個青春剛開始的時間留下什麼？什麼也留不下來，能留下的好像祇有物品。

那是她第一次想到物品和人的生命之間的聯結。

還有一次是在2016年，她看了一部日劇《我的家裏空無一物》。女主人公是個扔東西“狂魔”，家裏沒有電視，沒有桌椅，待客時要從收納櫃中拿出那種日式盤腿椅，拖地時整個屋子都是空的。

西卡一下子被震撼到，“原來生活還可以這樣過……”

如今回頭看，西卡認為，那部劇主要講的其實是收納而非整理。“收納單純強調物品擺放，整理是梳理自己的物品、事件、人際關係等，是在我們的生活甚至生命中

建立一個思考體系。”但自那之後，她開始對“整理”有了一些模模糊糊的想法。

“有些人可能祇經歷一件事情，就很快蛻變，對我來說，我需要一個過程。”西卡說。

2018年，西卡的眼部需要做一個小手術。刀片揮舞，她忍不住紅了眼眶。主刀醫生看出西卡心裏的害怕，囑咐護士握緊她的手，還像哄小孩一樣假裝“凶”她：“你眼圈不要紅，你眼圈一紅，我就知道你又要哭了。你已經是大孩子了，不能像小孩子一樣那麼容易哭。”

西卡很感動，主刀醫生一天要接待很多病號，可能兩分鐘就換一個，“但像他那麼大腕兒的醫生，還在很細微的方面關懷患者，給我一種安定感，這樣的人太有力量了”。

這件事對西卡觸動很大，她想做一份工作，一份可以直接幫助到別人的工作。

西卡把這個想法講給朋友聽，朋友急得趕緊勸她，說任何一個職業，都在直接或間接地幫助到別人，再不濟也會產生GDP。話是這麼說，可西卡還是說服不了自己，她待在辦公室裏就覺得透不過氣來。

此後不久，她就辭去了BAT大廠的工作，從整理諮詢師做起，成為遺物整理師做準備。那時，西卡還擔心一旦告訴委託人自己也做遺物整理，會把好不容易才找過來的委託人都嚇跑。

然而後來的發展出乎她的意料。“不管是委託人，還是身邊的人，我突然發現我可以和很多人聊死亡了，越來越多的人開始接受並鼓勵我。”

不祇指向“身後”

也應指向“生前”

最近，西卡剛接到一個遺物整理的委託，此時距離遺物主人逝世已近十年。“父母都已經走了，子女不住在那邊，他們又不知道怎麼面對，所以擱置多年，那個地方就像被封印了一樣。”西卡說。

做遺物整理師久了，她發現，來委託的人都有這個共性，“不知道自己要做什麼”。

“從20歲到100歲，不管他們走過了多少歲月長河，面對我時反應都差不多，都像小學生一樣，茫然、幼小、無助、可憐。他們不知道未來怎麼面對離開這件事，也不知道離開之前要做什麼”。

這時，西卡就會向他們拋出一個問題：“促使你找到我的最大動力是什麼？”

回答五花八門。有年輕人說自己特別難過，心情已經連續低沉好幾個月，不知生活如何進行下去。也有委託者認為自己已經走出困境，希望通過整理遺物紓解家人的悲傷。還有老人年齡大了，沒有其他家人，問西卡他能在生前做些什麼。又或者，老人去世後，家中子女找到西卡，想知道老人遺物有多少，方便分割。一般聽完委託人的回復，西卡心裏已經有了底。

如果是情感寄托類的遺物整理，她會花大量時間和家人溝通，一件一件確定遺物的處理方式，尤其是照片、日記、信件等珍存了過往記憶的物品，西卡會特別注意。如果是偏法律類的遺物整理，她則會更側重於遺物清點，將每一項都仔細地記錄在案，甚至不用移動全部物品。

在西卡看來，“遺物整理”是一個很宏大的概念，它不祇指向“身後”，也應指向“生前”，涉及到社會學、醫療保險、財產分割等多個領域。

她以日本紀錄片《無緣社會》為例，“反映的是日本老齡化、少子化、不婚這樣的大環境，是社會學領域的問題；背後還涉及到這些老人怎麼安排自己的臨終護理，是醫療領域；還有養老金安排，過了多少歲，能領多少錢，又屬於養老保險方面的知識。他們要分配的東西和事物太複雜了，誰來給他們整理？”為此，過去幾年，西卡看了很多資料。

她記得自己看的第一本講述生命的書是《活出生命的意義》，作者是弗蘭克爾，一個從納粹集中營裏走出來的心理學家。

不看書時，西卡就看紀錄片，像《人間世》《生命裏》，講的都是生老病死、臨終關懷、意定監護等生命命題。她也有意識地讀各種法律資料，2021年遺產管理人制度確立後，她還研讀了《民法典》。

這些塑造了西卡的生死觀。她從不避諱談“死”，也不認為“遺物整理”是一件冰冷、消極或者憂傷的事情，相反，“它是溫情的、默默的、克制的”。

對應到遺物整理的過程中，西卡定了一條規矩：“把情感的閘門關掉，保持理智與清醒。你不能哭哭啼啼，這樣會給對方帶來麻煩。”

西卡想起來，有時候她和委託人一起整理遺物，看到逝者年輕時的照片、興趣愛好，聊着聊着兩人還會相視一笑，“那一刻是幸福的”。



## 華盛頓亞裔法律援助中心

Asia Pacific Legal Aid Center

● 對特殊低收入者和殘障人士提供免費援助



法律諮詢、翻譯公證、各類移民、會計報稅、合同審閱、  
辦理駕照、入籍考試、租房糾紛、交通罰單、結婚離婚。

諮詢電話 202-802-1663  
(國語、粵語、台語和英語)  
電話 301-512-4986  
(By Appointment Only)  
傳真號碼: 301-789-6691  
aplacd@yahoo.com

律師團隊: 具有 MD、VA、DC 律師執照  
法律顧問: 周波律師 法律助理: 趙元嘉、秦川

服務時間: 周一到周五, 上午9點到下午5點。  
中心地址: 11502 SENECA FOREST CIRCLE  
GERMANTOWN MD 20876