

## 焦點新聞

</>  
XML{...}  
JSON

EN

科學

發布日期：114-07-10

### 背叛後分手要丟前任的東西嗎？



哲學家肯  
書：丟了或  
許更容易走  
向寬恕

文/公關組  
圖/趙之偉

一段關係因背  
叛而告終，往

往面對滿屋子承載回憶的物品——定情信物、合照、共同購買的傢俱——不知該如何處理？一篇刊登於國際哲學期刊《Synthese》的論文指出，丟棄與過往傷痛有關的物品，有助於寬恕對方的過錯，讓心裡更快釋懷。

這篇標題為「不受束縛的寬恕：延伸道德過程中的情感、記憶與物質」(Forgiving unbound: emotion, memory, and materiality in extended moral processes)由陽明交大心智哲學研究所副教授Christopher Jude McCarroll(中文名：游尚愷)與美國普渡大學Marta Caravà合作的論文，挑戰傳統認為寬恕是單純內在心理活動的觀點，主張寬恕也是一種延伸性的過程，涉及我們與物質環境的互動，包括那些引發記憶的物品與空間。

論文指出，寬恕的關鍵在於降低對加害者的強烈負面情緒。這通常涉及一種選擇性的記憶調整，只保留「要點記憶」(gist memory)，主動遺忘那些細節性的、情緒張力高的片段。透過這樣的機制，人們得以用更平靜的心情回顧過去，而不是反覆陷入情緒的漩渦。

那麼物品在其中扮演什麼角色？論文認為，認知與情感不必然受限於大腦，也延伸至物質世界。某些物品具有記憶喚起性。為了調節情緒，可保留那些帶來正向記憶的物品，遠離或丟棄那些令人痛苦的物品。

這樣的行為不只是單純的整理或清掃，而是透過主動建構日常的物質環境，有意地讓某些記憶線索不再出現，達到「線索依賴性的遺忘」，進一步推動寬恕的可能。

然而，Caravà 與McCarroll也特別區分了寬恕與放下(let it go)兩者的不同。寬恕是一個有意識的道德決定，意圖改變對加害者的態度，甚至可能修復受損的關係；相對地，放下則通常傾向於個人的療癒與情緒超脫，未必伴隨原諒的意圖。雖然兩者都能帶來心理上的釋放與緩解，但其道德意涵與人際後果卻截然不同。

這篇論文從哲學的角度替改變環境背書，提醒我們寬恕可從重新建構物質環境著手。丟棄那些讓人痛苦的物品不是逃避，而是一種主動面對與重新開始的勇氣。

#哲學 #記憶 #寬恕

## 相關圖片：



首圖

## 延伸閱讀：



113-09-11



113-09-04

兩院合併！「人文藝術與社會學院」富  
多元學科、創新人才培育之優勢

AI時代人文學科何去何從？高教論壇凝  
聚共識

[回上一頁 >](#)

展開/收合

## NYCU 國立陽明交通大學

 校址：300093 新竹市東區大學路1001號 [↗](#)

 電話：+886-3-571-2121

### 陽明校區

 地址：112304 臺北市北投區立農街2段155號 [↗](#)

 電話：+886-2-2826-7000

### 交大校區

 地址：300093 新竹市東區大學路1001號 [↗](#)

 電話：+886-3-571-2121

Copyright © 2023 National Yang Ming Chiao Tung University All rights reserved.



[隱私權及安全政策](#)