

生命文化研究 (1)

生命文化丛书

且爵生命

——生命文化漫谈

◎陆莉娜 袁正光 等著

这是一本述说生命文化学科建设、基本内容、课题前瞻及其学术背景的书。

生命文化是一个尚在形成中的学科。作者们对生命文化在不同的社会领域、不同的社会群体、不同的生命阶段和不同的生命状态下所产生的影响深有感触。生命文化研究对于帮助人们珍惜生命、善待生命，使生命获得更高的价值，具有非常重要的意义，并且十分紧迫。

中医古籍出版社

咀嚼生命

——生命文化漫谈

陆莉娜 袁正光等著

中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

生命文化研究. 第1辑/北京东方生命文化研究所编. —北京: 中医古籍出版社, 2007. 1

(生命文化丛书/袁正光, 陆丽娜主编)

ISBN 7-80174-482-9

I. 生… II. 北… III. 生命文化—研究 IV. Q1-0

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 143928 号

生命文化研究(一)

咀嚼生命——生命文化漫谈

陆丽娜 袁正光等 著

责任编辑: 高福庆

特约编辑: 吴 可

封面设计: 回归线视觉传达

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京东直门内南小街 16 号(100700)

印 刷: 三河国英印务有限责任公司

开 本: 680×980 毫米 1/16

印 张: 9.375 插页: 1

字 数: 134 千字

版 次: 2007 年 1 月第一版 2007 年 1 月第一次印刷

印 数: 0001~3000 册

书 号: ISBN 7-80174-482-9/R·477

全套定价: 180.00 元(本册定价: 18.00 元)



作者简介

陆莉娜，1949年参加中国人民解放军；1954-1961年在中国人民大学法律系读本科、研究生。曾任中国协和医科大学教授、系主任；2003年离休。曾获北京市优秀教师，享受政府特殊津贴。

北京市九五重点规划课题负责人，曾主编出版《高新技术在医学领域的运用》等读物，现为北京东方生命文化研究所所长、研究员。

袁正光，中国科协科普研究所原所长，北京东方生命文化研究所学术委员会主任、研究员。

长期关注观念与文化、科学与人文等相关领域的研究课题。

主要著作有《推动世界的力量》、《现代文明的基石》、《大学生综合素养导论》。



中医古籍出版社

关爱读者健康



这是一本述说生命文化学科建设、基本内容、课题前瞻及其学术背景的书。所以取名为“漫谈”，是因为既不追求严谨的结构，也没有统一的体例，只是几位倡议开展生命文化研究的同好，围绕“生命文化”这个主题，按照各人的风格，就自己所论的问题，款款道来。生命文化是一个尚在形成中的学科。作者们初涉其中，就已经对于生命文化在不同的社会领域、不同的社会群体、不同的生命阶段和不同的生命状态下所产生的影响深有感触。生命文化研究对于帮助人们珍惜生命、善待生命，使生命获得更高的价值，具有非常重要的意义，并且十分紧迫。

责任编辑：高福庆

特约编辑：吴 可

封面设计：四色视觉传达



↑袁正光教授和夫人在香港



↑陆丽娜教授和爱猫在一起



←张靓文高级工程师在出访途中



↑ 黄宗汉73岁高龄圆了博士梦



↑ 唐锡阳教授和夫人马霞（已故）在长白山



← 上官一彪研究员生前和家人在一起

《生命文化丛书》第一辑编委会

学术顾问：匡扶之 沈 非

主 编：袁正光 陆莉娜

副 主 编：刘从明 雷祯孝 史义军

编 委：（按姓氏笔画为序）

乜荣芳 王正全 王梅红 史义军

田向阳 李振吉 朱明德 刘从明

刘 哲 刘 奇 陆莉娜 宋 玫

陈卫平 陈立新 苏京平 苏 明

罗冀兰 张 超 宗淑杰 赵仲龙

杨丽萍 周慧卿 周盛平 袁正光

袁玉兰 高福庆 唐锡阳 黄宗汉

董草原 雷祯孝

《生命文化丛书》第一辑总序

袁正光教授和陆莉娜教授嘱我为他们主编的《生命文化丛书》第一辑作序。这对我来说，无疑是一项勉为其难的任务。为了完成这个任务，我几乎通读了《丛书》第一辑所有书稿。

这些书稿对生命文化的意义、生命文化的基本概念、生命文化的学科体系以及某些分支学科，做了虽不能说很全面、系统却相当独到、深刻的论述，令我大为惊喜：原来生命文化还有这么多大道理！尤其是那些叙述处境艰难的人们，如残疾人、癌症患者、临终病人，热爱生命，同命运顽强抗争，以及在生死存亡关键时刻对生命的感悟的篇章，更令我感动不已，有时候不能不为之唏嘘。而那些讲述“生命大交换”、“大吃一经”等养生保健和饮食文化的著作，例举通俗易懂，文笔生动活泼，又使我兴趣盎然。不知不觉之间，最初的担心，变成了一次愉快的阅读，一次丰盛的生命文化大餐，这是我始料所不及的。

为了感谢两位教授给我先睹为快的机会，我想利用这有限而宝贵的篇幅，向读者介绍一下丛书中最重要的一些基本观点。希望通过这个介绍，读者能够和我一样，很快进入角色，成为他们主编的这套丛书的知心朋友。

首先当然要说一说什么是什么是生命文化。《生命文化丛书》中说：生命文化是一门与生命科学相对待的、尚在形成中的社会人文学科。生命科学从科学的角度研究人的“自然生命”的本质，研究人的健康、疾病和长寿的机理，研究人的生命和外部世界的物质关系；它的前沿阵地，是脑科学和基因科学。生命文化则从社会人文的角度研究和解读生命的意义，研究“文化生命”生成发展的规律，研究呵护和发扬生命的途径和方法，引导人们深刻体认生命的宝贵，从而珍惜生命，关爱生命，维护生命尊严，使人活得有意义，活得精彩，活得幸福和快乐。

我就此请教袁教授：从生命文化的角度，你怎样理解“活得有

意义，活得精彩，活得幸福和快乐”？他以一系列拷问回答我的问题。他说：当你富裕的时候，是不是就很快乐，很幸福？当你生活拮据的时候，是不是就不愉快，不幸福？当你顺利的时候，是不是能与人分享你的快乐和幸福？当你遭遇挫折时，是不是也能保持积极乐观的心态，减少痛苦的折磨？当你健康的时候，是不是能够保持良好的健身和卫生习惯？当你患病的时候，是不是能够心态平和，配合治疗？当你年轻的时候，是不是能珍惜生命的每分每秒，争取事业成功，享受人生快乐？当你步入晚年的时候，是不是能坦然面对，欣赏夕阳的美丽？当你工作的时候，是不是能如同关怀自己的生命一样，关怀他人的生命，并从中获得愉悦感和幸福感？当你在家的时候，是不是能够运用情感的艺术，让你的家人生活得快乐和幸福，从而你自己也快乐和幸福？当别人快乐和幸福的时候，你是不是能由衷地去分享？当别人困难的时候，你是不是能力所能及地给予帮助，为别人分担一些困难？

袁教授的答复，把生命文化的主要精神具体而细微地化作种种人生态度。这表明，在人类文化这个大系统中，再没有任何别种的文化，比生命文化更贴近人的生命和生活实际了。我认为，有了这样一番解读，生命文化不仅变得通俗易懂，而且变得异常亲切了。

生命文化作为一个学科，包含一系列基本概念：生命意义、生命意识、生命关怀、生命质量、生命价值和生命尊严。它的学科体系就是由这些基本概念和一系列二级、三级概念构成的。生命文化不是一个单一的学科，而是一个学科群，除了生命文化这个综合性学科而外，还包括许多分支学科，诸如生命伦理学、医学伦理学、优生学、养生学、饮食文化、形体文化、生死智慧、人才学等等。在生命文化的基本概念中，生命意义是最为重要的，它是生命文化中普照一切的光。不仅生命文化这个综合性学科本身，而且各个分支学科，都是解读生命意义的，只是解读的层次和角度不同。研究生命文化，最重要的，就是要深刻体认生命意义。

所谓生命意义，是指人这个独特的生命有机体的意义。生命意义可以分解为两个方面，一方面是“作为实体”的生命的意义，

也就是生命本身的意义；一方面是“作为活动”的生命的意义，也就是生活的意义。两种意义有联系，但不是一回事。作为实体的生命，从娘胎里一生出来，就有意义。生命的这种意义是先天的，绝对的，无条件的，它存在于生命自身之中，不取决于任何外在条件。这说因为，生命本身携带着人类在几百万年的进化中所积累起来的独一无二的信息、禀赋和潜能。有这个实体，这些信息、禀赋和潜能就能发挥出来，没有这个实体，它们将全部被毁掉。这就是它的意义所在。

与生命本身的意义不同，生活的意义在于把生命所携带的信息、禀赋和潜能发挥出来，为社会进步和人类幸福贡献力量，并从中成就自己的事业，获得应有的满足感。生活的意义是后天的、相对的、有条件的：你的生活究竟有没有意义、有多大意义，全靠你自己的努力。

生命文化作为一个学科，其重要性，首先在于从理论上肯定了作为实体的生命，即生命本身具有先天的、绝对的和无条件的意义，从而为社会公正，为人道主义理论和实践，特别是医疗实践，奠定了最深刻的思想基础。无视或否认生命实体的这种意义，将会为弱势群体肆无忌惮地对待弱势群体的生命提供口实。因此，必须无条件地确立这样的原则：在生命面前，人人平等，不因为性别、年龄、种族、民族、肤色、宗教、地域、财富、地位和文化等等的不同而有所区别。生命文化所强调的这种意义，用最通俗的语言来表达，就是要把人当人，而不要把人不当人，或者把人仅仅当作经过特别标识的某种角色。

生命文化的重要性，还在于它强调了生活的意义是后天的、相对的、有条件的，从而为人们努力进取，不断超越自我，提供了理论基础。丛书中有两句话，非常发人深省：“生命是父母给的，生活要自己去打造。”这两句话极具励志意义。而对那些 30 来岁还赖在父母家里的“啃老族”们，则是一个很实在的忠告。

生命文化是一门古老而又时尚的学问，无论在中国，还是在西方，都可以追溯到两千多年以前。当孔子口中念念有词“仁者，爱人”、“己所不欲，勿施于人”的时候，当苏格拉底和他的弟子们反复讨论什么是“善”的时候，生命文化作为一门学问已经开始发

韧。但是，真正为生命文化提供大量有价值的思想理论观点的，还是文艺复兴时期的人文主义思想家。正是但丁、皮科、斐微斯这些人，大声疾呼，提出了人有神性、有尊严、有自由、命运应该自己做主的伟大思想。近代以来，许多思想家、文学家、科学家，也都对生命的宝贵、生命的意义，提出过不少有价值的思想观点，留下了诸多名言警句。但是，直到今天，生命文化作为一个学科并未真正形成。究其原因，客观上是因为社会一直处于尖锐的对立和斗争之中，缺乏把人当人，即当作可以大写的“人”来对待的环境；主观上是因为种种违反人性的思想理论大行其道，人仅仅被看作实现某种目的的工具，而不是被看作目的本身。在这种主客观条件下，以珍惜人的生命，弘扬生命意义为宗旨的生命文化，自然难有发展的空间。

现在，情况已经有所不同。尽管世界还很不安宁，局部战争、恐怖主义、教派冲突层出不穷，但是，关爱生命的明智的呼声毕竟越来越高涨了。而更重要的是，以激烈竞争为主要特征的现代生活，促使人们比以往任何时候都更加迅速地觉悟起来，认识到关爱生命的重要。同时，生命科学和相应的生物技术的迅猛发展，也使生命文化的创立成为刻不容缓的任务。因此，世界各国的政要、宗教界人士、企业家、学者、科学家等等，都在呼唤生命文化。可以预期，不久的将来，这门古老而又时尚的学问，一定会发展成为一门真正的社会人文学科。

袁、陆两位教授主编的这套《生命文化丛书》，并不是学术专著，而是普及性读物。在生命文化普遍缺失的今天，对于广大读者来说，需要的正是这类普及性读物。我相信，这套丛书在普及生命文化基本知识，加强人们的生命意识和生命关怀等诸多方面，将会发挥重要作用。而丛书中提出的那些独到的、富有学术意味的理论观点，最终都将融入生命文化的学科之中。

匡扶之 2006年11月22日

序

生命文化是一门源远流长的学问。养生，保健，生死智慧，人生意义，“成物”、“成己”，今生来世，解脱，永生，凡是有关生命的思考，都属于生命文化。本书所以取名生命文化“漫谈”，是因为它没有严谨的结构，没有统一的体例，只是几位作者围绕“生命文化”这个主题，按照各人的风格，就自己论述的问题，慢慢道来。内容既涉及生命文化的基本理论，也涉及生活实践中对生命的体验，尤其是生死存亡的关键时刻，对生命的刻骨铭心的感悟。

生命文化是一门尚在形成中的学科，作者们也都涉足未深，对于生命文化这个学科的体系，以及它的基本概念，只有一个大概的了解，而且彼此之间在观点上也不尽一致。但是，就凭这些粗浅的知识，他们已经深深感到：生命文化，对于不同的社会领域、不同的社会群体、不同的生命阶段和不同的生命状态，都非常重要。一个人从生到死，或健康或生病，或成功或失败，或快乐或痛苦，或“重于泰山”或“轻于鸿毛”，都和生命文化分不开。只是有的人自觉到这一点，有的人没有自觉到。

自己懂得不多而敢于“著书立说”，这要感谢与马克思同时代的一位工人哲学家，此公尊姓狄兹根。他说过的一句话，鼓舞了我们的勇气和信心，使我们敢于冒这个风险。他说：“他相信他能够成为一个很好的老师，因为他自己懂得不多。”的确，懂得太多，有时候未必有优势。我们相信，读者诸君一定能够和我们几个“半路出家”的人一道，慢慢地深入生命文化的腹地，不仅自己有所领悟，而且能够把它传播到亲朋好友和其他人群中去。果能如此，我们就算没有白冒风险。

吴可

2006年10月8日

目 录

序	I
第一章 生命文化，一个古老而又时尚的话题	1
第二章 古代先贤们对生命的思考	7
一、中国古代先贤们对生命的思考	7
二、西方古代思想家们对生命的思考	13
三、中西古人对生命思考之比较	16
四、白居易、苏东坡等诗话养生	17
第三章 生命和生活，自然生命和文化生命	20
一、生命是父母给的，生活要自己去打造	20
二、生命结构的两重性：自然生命和文化生命	22
三、决定论、自由意志论和选择论	23
四、向巴金先生学习	25
第四章 生命文化和生命意义	27
一、生命文化：从社会人文角度研究和解读生命	27
二、什么是“意义”？什么是生命的意义？	28
三、怎样看待有缺陷的婴儿和丧失自我意识的病人	30
四、“人为什么活着？” 什么是生活的意义？	32
五、关于狄尔泰和恩格尔哈特	35
附：陈卫平先生来信谈生命意义	36



第五章 父亲寄语孩子们	38
一、让生命更快活些——排除人生六大 误区	38
二、家，是一个讲情感的地方——从美学看家庭 和谐	41
三、让生命活得更健全些——关于人格素质 ...	48
附录 关于素质教育的再思考	48
四、让生命更成功、更幸福——理性、感性、 悟性	62
第六章 面对死亡思考	76
一、写在前面的几句话	76
二、变暗淡为辉煌——对死亡思考	77
附录：傲视死亡的女子	83
三、我的告别	87
四、把有限的自然生命融入无限的文化 生命	95
附录：七旬老人圆了博士梦	98
第七章 我在唐山大地震中与死神擦肩而过	101
第八章 马霞和我们同行	108

第一章

生命文化：一个古老而又时尚的话题

袁正光

6月21日，开始了我3个多月的“北美学术及探亲度假”。从北京到纽约，历时约12小时30分钟。纽约的纽瓦克机场，就坐落在新泽西州，离我住的地方，大约半个小时的路程。新泽西不愧为花园之州，从纽瓦克机场一出来，到处都是树林覆盖，在树丛之中蜿蜒地分布着一条条公路，在公路的两旁，星星点点坐落着一幢幢二楼小洋房，样式各异，无一重复。早晚，我很喜欢坐在凉台上，仰望蓝天，想所里的同事。这里，绿树成林，四周幽静，蓝天白云，雀鸟争鸣。我的感觉是从繁华的世界大都市北京来到了人烟稀少的偏僻小乡村。有意思的是，一坐下来看到树梢密密的树叶，时而一动不动，时而随风飘摇，大自然的生机，使我脑子里想的满是生命文化。

在茫茫宇宙之中，在浩浩生灵世界，只有人类才有生命意识。人类与所有生物最大的差别，就是人有意识，而且首先是意识到自己的存在，自己的生命，自己的生与死，意识到自己短暂的一生，对生命倍加珍惜。于是，以生命意识为起点，开始了生命文化的漫长发展——人类从生命意识开始，进一步思索生命价值，生命质量，生命尊严，以及生命关怀，并最终思索生命的意义。生命文化的这六大观念，奠定了我们生命文化研究的六大基本概念或者基本范畴。其中生命意义，是前五个基本概念的综合。

生命文化，说得更简洁一点，就是关于生命的文化。正如生命科学是关于生命的科学一样。这里，关于文化的定义，我们用

了美国社会学家波普诺的见解：文化是一个国家、一个民族或一群人，共同具有的符号、价值观及其规范。规范，包括习惯规范、道德规范和制度规范。也就是说，文化首先是一种共识，共同具有的才是文化。同时，文化包括符号层面、观念层面和制度层面等三个层面的文化。

生命文化，就是一个国家、一个民族或一群人关于生命的符号、价值观及其规范的共识。在人类有文字记载的几千年中，这些共识大量的体现在名人、名著、名画、名诗、名影视以及各种宗教信仰之中。我们研究生命文化，首先就是要把以上“五名”——名人、名著、名诗、名画、名影视，“三经”——圣经、佛经、古兰经中关于生命文化的结晶挖掘出来，集中并展现在生命文化的基础理论之中。这本身就是一项巨大的工程。

比如，科学名人爱因斯坦关于生命价值的论述：“一个人很难知道他在生活中什么是有意义的，当然也就不应当以此去打扰别人。鱼对于他终生都在其中游泳的水，又知道些什么呢？”看来有点免谈生命意义的味道。但是，他却说过如此精彩的话：“我们吃别人种的粮食，穿别人缝的衣服，住别人造的房子。我们的大部分知识和信仰都是通过别人所创造的语言由别人传授给我们的。……个人之所以成其为个人，以及他的生存之所以有意义，与其说是靠他自己的力量，不如说是由于他是伟大人类社会的一个成员，从生到死，社会都在支配着他的物质生活和精神生活。”逝世前，他还对友人说“只要有一天你得到一件合理的事情去做，从此你的工作和生活都会有点奇异的色彩。”其实他对生命意义，有着深刻的见解。

古希腊西西弗斯的神话，也是对生命的一种解读：人的生命好像命运注定要永远推一块巨石上山，当石头靠近山顶的时候又滚下山来，于是又重新再推，如此循环不息。许多名人如雨果、歌德对此都有自己的见解。

电视剧《银杏飘落》，展示的是关于生命尊严的思考。电视剧中的女主角，一位回城的知青，为了一句承诺，把战友的孩子当成自己的女儿，含辛茹苦把她抚养成人，牺牲了自己的爱情、家庭和幸福。但是，当女儿成功举办钢琴演奏会时，她却突然失踪，