

生死观探索

SHENGSI GUAN
TANSUO

金明武 ◎ 主 编
孙天威 ◎ 副主编



生命对每个人只有一次，珍惜生命是对自己的尊重，更是对父母的尊重。

每个人无法选择生的伟大，但有权利选择死的光荣。

为人民和祖国利益而死将重于泰山，会实现生命的永恒。

在实现强国梦、强军梦的征程中，我们的民族需要大力弘扬这种革命英雄主义精神。

生命百年、英烈千古。

綫装書局

生死观探索

SHENGSI GUAN
TANSUO

金明武 ◎ 主 编
孙天威 ◎ 副主编



线装书局

图书在版编目 (CIP) 数据

生死观探索 / 金明武主编. -- 北京: 线装书局, 2015.5
ISBN 978-7-5120-1836-5

I. ①生… II. ①金… III. ①人生观—研究 IV.
① B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 091904 号

生死探索观

作 者: 金明武 孙天威

责任编辑: 李鞍明 宁 静

装帧设计: 顽瞳书衣

出版发行: 线装书局

地 址: 北京市西城区鼓楼西大街 41 号 (100009)

电 话: 010-64045283(发行部) 64045583(总编室)

网 址: www.xzhbc.com

经 销: 新华书店

印 制: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 19

字 数: 200 千字

版 次: 2015 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

印 数: 0001-3500 册

定 价: 39.00 元

目 录

第一章 生与死的本质探究·····	1
第一节 生与死的界定·····	1
第二节 生命的绚丽与死亡的尊严·····	22
第二章 中国古代先秦诸子谈生论死·····	34
第一节 儒家对生命和死亡的认知·····	35
第二节 道家对生命和死亡的认知·····	47
第三节 墨家对生命和死亡的认知·····	60
第三章 西方哲学家对生死的反思追问·····	68
第一节 希腊前苏格拉底哲学家对死亡本性的哲学思考·····	69
第二节 希腊哲学家对生死的反思追问·····	75
第三节 近代西方哲学家对死亡的漠视·····	90
第四节 现代西方哲学家对死亡的直面·····	100
第四章 佛学大师的生死观·····	109
第一节 克里希那穆提论死亡的消逝与心灵的觉醒·····	109
第二节 《西藏生死书》的生死解脱·····	120
第三节 禅宗大师生死态度对现代人的启示·····	134

第五章 马克思主义生死观·····	145
第一节 马克思主义生死观的内涵·····	145
第二节 马克思主义生死观的特征·····	160
第三节 马克思主义者的生死观实践·····	174
第六章 心理学视域下的生死教育·····	189
第一节 弗洛伊德的死本能·····	189
第二节 死亡的恐惧与觉察·····	197
第三节 临终心理与悲伤辅导·····	207
第七章 热爱生命 善待生命·····	226
第一节 自杀的概念和成因分析·····	227
第二节 常见慢性自杀现象分析·····	239
第三节 自杀现象的防治·····	252
第八章 珍爱和平 挑战死亡·····	271
第一节 军人的职责与价值追求·····	271
第二节 心系国民 挑战死亡·····	279
第三节 生命百年 英雄万岁·····	284
后记·····	293
参考文献·····	294

第一章 生与死的本质探究

人的生命是一个从生物存在到社会存在，最后升华到精神存在的不断发展超越的动态过程。相应的，人的生命也可以简单地划分为生物学生命、社会生命和精神生命三个构成部分。这三者的发生、发展在个体的生命周期中交互存在，但任何一个生命构成的终结却与其他构成存在死亡异步的情况。比如，生物学生命的终结并不意味着其社会生命也同时终结，一个人死后他的后代依然在繁衍生存，依然有众多的人在怀念他、回忆他；同理，生物学生命的死亡也不意味着精神生命的终结，一个人所创造的精神产品可能对后世产生深远影响，甚至于流芳百世。所以，探究生与死的本质问题，并不能简单地基于生物或病理意义，而是要拓展到生命的所有存在形式。

第一节 生与死的界定

弄清什么是生，什么是死，这是我们探究生死必须首先回答的问题。既然人的生命可以从生物、社会和精神三重属性予以界定，那么我们就可以分别从这三个方面展开，探究不同层面上的生死本质。

一、生物学意义上有机生命的存在或消亡

从宏观的视角看，一切事物都有生命，其本质内涵指的是绵延过程，也即事物的发生、存续和消亡的过程，反映的是物质从无序转变为有序最终又归于无序的周期变化。在此过程之中，物质不灭，但物质的结构发生了改变。而日常生活中我们所经常谈及的生命更多指的是有机生命，其外延并没有脱离生命的基本定义，它依然是一个生长变化的系统，但它更强调的是生命体对外界所做出的动态反应能力。根据人类的约定俗成，有机生命简称生命。

（一）生物学对生命的界定

虽然上述表述可以使我们对什么是生命有一个大致的理解，但具体到科学的定义，却是千百年来一直困扰学界的难题，至今没有完全解决。但无论如何，对生命的概念又是一个无法回避的问题，因为这将直接关系到人类对自身的理解，好在，现代生物学给出了相对明晰的界定。

现代生物学认为，生命是生物体所表现的自身繁殖、生长发育、新陈代谢、遗传变异以及对刺激产生反应等复合现象。在这里，其中任何单一的现象都不能简单地归结为生命。比如，火焰也能进行新陈代谢和繁殖，但人们通常不会认为它是生命。所以，生命特指生物体所表现出来的自身繁殖、生长发育、新陈代谢、遗传变异以及对刺激产生反应等复合现象。

从这一概念出发，生命的基本特征至少包含如下方面：

一是新陈代谢。生命是一个开放系统，生物体和周围环境不断进行着物质交换和能量流动。一些物质被生物体吸收后，在其中发生一系列变化，成为最终产物而被排出体外，这被称作新陈代谢。新陈代谢是严整有序的过程，是一系列酶促化学反应所组成的反应网络。如果代谢过程的有序性

被破坏，如某些环节被阻断，全部代谢过程就可能被打乱，生命就会受到威胁，甚至可能导致生命特征消失。

二是应激反应。生物能接受外界刺激而发生反应，包括感受刺激和反应两个过程。反应的结果是使生物趋利避害。在一滴草履虫悬液中滴一小滴醋酸，草履虫就纷纷游开；一块腐肉可以招来苍蝇；植物茎尖向光生长，这都是应激性。应激性是生物的普遍特性，但人的应激性表现更富有多样性和主动性。

三是生长发育。生物都能通过代谢而生长发育。一粒种子可以成为大树，一只蝌蚪可以成为青蛙。虽然环境条件可以影响生物的生长发育，但每种生物的生长发育都是按照一定尺寸范围、一定的模式和稳定的程序进行的。

四是遗传和进化。任何单一生命体都不能长生不老，他们通过生殖产生子代使生命得以延续。子代与亲代之间在形态构造、生理机能上的相似便是遗传的结果，而亲子之间的差异现象由变异导致。生物从约 38 亿年前至今，由简单到复杂、由低级到高级的演变过程便是进化的结果。

五是环境适应。每一种生物都有自己特有的生活环境，特定的结构和功能总是适合于在这种环境条件下的生存和延续。例如，鱼鳃的结构适合鱼在水中呼吸，陆地脊椎动物的肺结构则适应其陆地呼吸作用。适应是生命特有的现象，但是，任何一种生物对所处环境的适应总是相对的。同种个体由于遗传和外形上的差异，对环境的适应也总是存在程度上的差别。只要存在这种差别，哪怕是很轻微的，自然选择就会发生作用，推动群体向更适应环境的方向进化。

从构成生物体的分子成分来看，生命的重要特征在于，它们基本都含有被称作生物分子的蛋白质、核酸、脂质、糖、维生素等有机物，这些有

机分子在各种生物中有着相同的结构模式和功能。如一切生物的遗传物质都是 DNA 和 RNA，生命体内起催化作用的酶都是各种蛋白质，各种生物都利用高能化合物（ATP、NADH）等，都说明生命体在化学成分上存在高度同一性。进而，生命体的各种化学成分在体内不是随机堆砌在一起的，而是严整有序的。生命的基本单位是细胞，细胞内的各结构单元都有特定的结构和功能。生物大分子，无论多复杂，还不是生命，只有当大分子组成一定的结构，或形成细胞这样一个有序的系统，才能表现出生命现象。失去有序性，如将细胞打成匀浆，生命也就完结了。生命体是一个多层次的有序结构。细胞之上还有组织、器官、系统、个体、种群、群落、生态系统等层次。每一个层次中的各个结构单元，如人体九大系统中的各器官，都有它们各自特定的结构和功能，它们的协调活动构成了复杂的生命系统。

（二）生物学对死亡标准的厘清

从生物学对生命的定义中，我们已经可以相对明晰地看到，生命是一个从发生到灭亡的完整过程，这其实反映了明确的生死对垒性，生就是生，死就是死，从生到死，非生即死。因此，对什么是死亡，生物学也有相对明确的标准。

1. 传统的死亡标准

长期以来，心肺功能一直被看作生命的最核心特征。在远古时期古人所留下的各种壁画中我们就可以发现，原始人都是通过利剑、长矛刺穿动物的心脏以标示它们的死亡，狩猎的胜利。而在中国古代，也一直把心脏作为人之“中心”，认为“心之官则思”，把心脏作为思维的统帅、人体的主宰。基于上述历史延承，民间和医学界一直把呼吸和心跳停止作为死亡的唯一标示，这一标示一直延续到 20 世纪 50 年代。在确定人是否死亡时，

主要依据如下特征：心跳和脉搏是否已经停止，呼吸是否也相应停止，再辅以瞳孔是否放大，是否存在无条件反射等生理反应。

2. 脑死亡标准的提出

随着现代医学实践的不断发展，人们逐渐发现，在很多情况下，以心脏停止跳动作为死亡的最终标准并不可靠。在生活实践中，出现了大量的用心脏死亡标准被宣布死亡后在停尸期间重新活过来的现实案例。并且，现代医学也早已证明心脏并非人体的最高统帅。大量的心脏移植手术后，患者依旧是原先的个体，其并没有因心脏的更换而改变意识，这足以说明大脑才是人体的最高统帅，而并非传统理解中的心脏。由此，脑死亡标准被提到了现实日程，并且成为现代医学的非常重要的死亡标准。具体而言，脑死亡是指全脑功能不可逆性地永久停止，包括大脑功能停止和脑干功能停止两个方面。

大脑功能的停止：是指除运动、感觉之外，思考、感情等精神活动功能，即意识也都永久性丧失，脑电波消失。如果脑干功能尚存，有自发呼吸，则不能称为脑死亡，只能说是处于“植物状态”。

脑干功能停止：脑干有网状结构、脑神经核、延髓血管运动中枢、呼吸中枢等重要结构。因此，脑干功能丧失意味着上述结构功能停止。网状结构功能丧失导致昏迷，脑神经功能丧失则引起对光反射、角膜反射、眼球反射、前庭反射、咽反射、咳嗽反射的消失；延髓功能停止，则自发呼吸停止，血压急剧下降，直至脑死亡。

进而大脑死亡也被进一步划分为三个阶段，濒死期、临床死亡期和生物学死亡期。

濒死期：主要特点是脑干以上神经中枢功能丧失或深度抑制，表现为

反应迟钝、意识模糊或消失。各种反射迟钝或减弱，呼吸和循环功能进行性减弱。

临床死亡期：主要特点是延髓处于深度抑制和功能丧失的状态，各种反射消失、心脏停搏和呼吸停止。后两者被认为是临床死亡的标志。

生物学死亡期：是死亡的最后阶段。此期各重要器官的新陈代谢相继停止，并发生不可逆性的代谢。整个机体不可能复活。

（三）生物学定义的价值与局限

以医学定义为代表的生物学对生死的界定，将生死看作一个完整系统链条中的不同环节，对生死进行相对明晰的定义，体现了自然科学严格的可观察、可测量和可验证性，有助于人们较精确地把握生死的过程及其性质，特别是以科学的实验将人们对心脏的错误认识重新回归到对大脑的聚焦和关注，充分体现了自然科学发展对人身认识的不断深化和进步。作为自然有机体的一部分，人的生命与一草一木虽然有细枝末节的差异，但并不具有本质的差异，生就是生，死就是死，其本质也只不过是自然生命演化链条中的一个环节而已。所以，对生死，不必抱神秘主义的观点，也无须陷入唯心主义的窠臼，有生必有死，这只是一个再自然不过的客观规律，从而使我们能够坦荡地面对生死，消除人与生俱来的死亡恐惧。

然而，这种科学主义的生死观同时也会引发出一系列容易走向歧途的认知倾向，成为一些人生前沉溺酒色、无所顾忌，甚至是胡作非为、违法乱纪的借口。他们的口头禅是：“反正早晚都会死，何不让自己过得快活些、自在些！”“人生在世须尽欢，莫使金樽空对月”“人生苦短，及时行乐”……而在思想深处，支配这些言行的观念往往是：“一死万物空，一亡万事休，努力为了什么？奋斗又有何必要？”对于这些危险的人生观、世界观、不

合社会发展主流的言行我们需要高度的关注。倘使人们的认识都是这样，我们的社会还谈得上发展进步吗？我们的生活哪里会有真正的幸福安康？

所以，在客观承认生物学视角下生死定义的进步性的同时，我们还必须把对生死理解回归到“人”本位，超越生物主义的生死观，把对生死的理解由纯生物学领域延伸到人的社会生活和精神世界，将“人”回归到“人”，使生命和死亡同样焕发出绚丽的光芒！

二、社会学意义上个人与社会的结合

从社会学意义上讲，生与死不仅表现为生物学意义上的生理生死，还表现为人基于特定社会角色所衍生出的血缘、人际等多个层面的社会生死，人的生死与整个社会生活密切相关，代表了社会的“新陈代谢”，关乎到社会的正常运行和有序发展。

（一）社会学对“生”的认识

社会学视阈下的“生”离不开生物属性的生命，必须以生理生命为载体，但这并不意味着这两者完全重叠，在很多时候，两者存在不同步的情况。比如，一个被医学专家已经宣布治疗无效的植物人，由于种种原因又被家人、亲属和其他所有认识的人所摒弃，无人眷顾，苟延残喘，从生物学和临床的角度看，这个人依然是具有生命体征的“活人”，但从社会学的视角看，此人已经是一个“死人”，因为他已经不具备清晰的自我意识；同时，他所附带的各种社会关系已经割裂。反之亦然，一个被临床医学已经宣布“死亡”的人，因各种原因，比如其血脉相承的后代的追思祭奠，或是因其生前的丰功伟绩而被后人广泛敬仰，他依旧具有社会意义的生命。

因此，社会学所关注的“生”既有个人层面的心理自我，同时也包

含了社会层面上的社会自我，自我意识清晰，能够有效融入自己的社会角色，即意味着个体的“生”；反之，自我意识丧失，社会关系割裂，则代表了社会意义的死亡。这里的心理自我更多表现为人的自我意识，也即人“主观我”对“客观我”的认识和理解，这一过程伴随着人语言的发展，在两岁时就开始产生，幼儿开始明确“我”与世界其他事物是有区别的，“我”是一个独立的个体，生即意味着我知道我活着。进而，随着年龄的增长，这种自我意识将不断增强，不仅涉及了个体对自身的认识和理解，包括自己的生理特征是什么样的、自己的兴趣爱好有哪些、自己的认知水平怎么样、自己的性格特点又如何、自己的理想愿望是什么等有关自我本身的反复追问与认识，还包括了基于社会人所必然附带的对自己与他人、与社会之间关系的反复追问，比如，“我的人际关系怎么样”类似的问题。当一个人对这一切充满兴趣并活跃地与社会发生各层面上的互动时，个体是“活着”的，即谓之“生”。

显然，社会学意义上的“生”较之生物学意义的自然生死有了更进一步的发展和深化，是更深层次的生死探讨，它从社会人的角度，将人的生死与其生存、发展的社会做了紧密结合，“生”更多意味着与社会生活存在的关联和意义及其对社会发展所产生的影响。在此过程中，人在从事生存活动和追求生活目标时必然会伴随着各类主观心理感受，可是享乐观念的，也可以是苦难观念的，当然，也可以是两者兼具的。不同的人生观念将伴生不同的人生认识和体验，持享乐观念的人认为生命应该是快乐的，应主动回避痛苦，人活着就应该及时行乐，尽情享受，如果条件不允许，也应该学会以苦为乐；持苦难观点的人，比如以佛教为代表的广大信徒，则认为人生是苦难的深渊，充满了各种烦恼与痛苦，生、老、病、死、怨

憎会、爱别离、求不得、五盛阴都是苦难，所以人生就是修炼；持兼具观念的人则认为人生就是一个悲欢离合、喜怒哀乐的大杂烩，本来如此也就听天由命、顺其自然了。换言之，“生”的社会互动过程产生了各种生活的态度和人生状态。

（二）社会学对“死”的理解

与对“生”的认识相对的，则是社会学对“死”的理解。社会学意义上的“死”是一种基于自我意识的消亡而导致的社会角色的迷失。所以说，这种死亡理解更多是一种社会的相对死亡观。也就是说，即便一个人的生理器官依旧在工作，但如果他的自我意识已死，那么由他及其他所承载的社会角色为中心的各种社会关系实际上已经断裂，甚至不复存在，则对社会的其他人而言，他等同于已经“死”了。这种有关“死亡”的界定更加注重人的社会属性及其存在意义，在一定程度上将生物学意义上的人与动物不分的观念分离开来，具有积极的现实意义。具体而言，社会学对“死”的理解可以表现为如下方面：

首先，死是社会存在和发展的客观必然^①。“人事有代谢，往来成古今！”死亡对于社会发展而言，是一个不断消除旧的、僵化的东西和补充新鲜血液的过程。如果没有死亡，社会就会充满旧的、过时的物质和思想，社会就会失去发展的活力和动力。因此，没有死亡，就没有社会的“新陈代谢”。我们生活的全部实践在维持自我生存、促进社会发展的同时，也是在为后人做铺垫、打基础。只有深刻地认识到死亡对社会发展的这一意义，我们才能正确看待它，并为自身的努力和奋斗找到最合适的理由，因为我们当下所享受

① 周德新·论死亡的本质及其社会性·社会科学辑刊，2010（3）：71:74.

的本是前人辛苦劳作的成果，同样，我们所为之奋斗的，也为泽及子孙后代。

其次，死亡是个体存在和价值的证明^①。死亡意味着各种社会关系的割裂，特定社会角色的终结，但也只有死亡，才能表示个人存在过以及这种存在所产生的社会价值。道理很简单，只要活着，人就可能通过实践创造各种未知的可能性，直到死亡，则所有存在过的实践将被盖棺定论，我们也才能够真正的证明自己曾经存在过，社会才能赋予这种存在以相对客观的价值评定。当然，这种伴随死亡所产生的价值评定也只能是一种相对的客观，因为人主观意识的复杂性会导致人的各种社会活动带有一定的迷惑性，在真实意图没有表露之前就死去，其之前的社会实践可能具有一定的模糊性。正如白居易《放言》中所言：“周公恐惧流言日，王莽谦恭未篡时。假使当年身便死，一生真伪有谁知！”真实地反映了这种价值证明的相对客观性。

三、精神意义上的生死价值

如果说生物学意义上对生死理解更倾向于对生死现象的探讨，社会学意义上的生死更类似于一种对生死问题的探究，则精神意义上的生死更像是一种对人生终极价值的追问，反映了人区别于动物的更高境界。精神意义上对生死终极价值的反思由来已久，中国古代的先秦诸子到近代的西方哲学伟人，甚至于诸多禅宗大师，都对生死价值进行了长期的论证与思考，得出众多发人深省的观点和结论。

① 周德新，《论死亡的本质及其社会性》，《社会科学辑刊》，2010年第3期，第71—74页。

（一）儒、道、释对生死的认识

中国有着五千多年悠久的历史积淀，中国古代先哲以其高远深邃的视角对人生、社会和自然的进程进行了深刻的反思与解读，形成了众多发人深省、立意深远的观点和结论，其中也包括对生死问题的认识和解读，这里我们选取更具代表性的儒家、道家 and 佛学有关生死价值的观点，以便从不同的视角加深我们对生死本质问题的理解。

1. 儒家精神不朽的生死观

总体上讲，儒家对生死问题的理解所持的观念是唯物的，儒家的众多学者都把生命看作一个自然的过程，认为生是个体生命的发端，而死则是所有人生命的终结，生死转化不以个人意志为转移，往往是一个外力无法改变的自然进程。作为儒家探究生死本原的开山之作，《周易》中就提到“生生之谓易”^①，把生死看作一个交替和流转变化的过程，气聚则为生，气散则为死。这种变化与日月星辰的变化一样，是一种自然变化，并且是一种时刻不息的运作。就如宋代学者朱熹所认为的那样，死亡的到来是必然的，就像白天过后黑夜一定会到来一样。儒家进而认为，把握了这样的道理也就明白了生命为什么会出现，而死亡为什么一定同样必然到来。

虽然从整体上看，儒家对生死的认识是唯物的，但这并不意味着儒家对生与死给予同样的关注，相比之下儒家更关注生的问题，认为只要拥有了富有价值和意义的人生，实现了精神上的追求和升华，就可以达到不朽的境界，就不会再恐惧死亡，就能够自然而然地面对死亡。具体到对生的

^① 殷昉，《周易》，重庆，重庆出版社，2010年版，第41页。

理解，儒家持生而“立命”的观点，强调我们的生命如何在世间“安立”，也即在有生之年确立生存的价值与意义。而对于死后的世界，我们无须思考，不必多管。用孔子的话说，“未知生，焉之死”，“未能事人，焉能事鬼”。也就是说一个人在活的时候都不知道怎样才能活出人生的滋味，还要花尽心思去思考死亡的问题，显然是多余的。显然，孔子并不信奉所谓的鬼神，而是要人们尽量把思考的重心放在现实生活上，放在如何自强不息，通过“立德、立功、立言”实现精神不朽的问题上。

带着这种对生死的认识，儒家在生活态度上特别强调道义在苦与乐、荣与辱问题上的标尺作用，“志士仁人，无求生以害仁，有杀身以成仁”，死亡并不可怕，只有能成就仁义道德，就可以面对死亡而毫无惧怕。因此，只要是朝向人生道德理想、人格完善为目的的努力，就是人生之乐、人生之荣；而违背道义或者是重利轻义，则是人生之苦，同样也是人生之耻。所以，人生的价值不在乎长短，而在于是否活出了仁义道德，因为同样是面对死亡，有的是“轻于鸿毛”，有的则是“重于泰山”！

2. 道家任其自然的生死观

道家的生死观是自然的，这种自然是一种自然而然的状态，并没有儒家所言的仁义礼智等内容的规范。用老子在《道德经》中的话说：“天地不仁，以万物为刍狗。”这里所谓的不仁，就特别针对了儒家的仁义观点，认为天地就是天地，是一个自然而然的状态，没有所谓的礼义廉耻的限制。生死也一样，是一个自然发展的历程。因此，面对生和死，我们应该平心静气，不以生喜，不以死悲，应该以一种积极的态度参与其中，尽量使我们更好地生活，对得起命运赋予我们的生命时限。显然，与儒家将个人生死与社会需求相结合的生死观念不同，道家更看重生命本身的价值，“生