

健康與人生

暢談生老病死



西馬



布爾若



池田大作



Human Life and Health

商務印書館

健康與人生

西馬 布爾若 池田大作 一
暢談生老病死 商務印書館

健康與人生 —— 暢談生老病死

作 者：勒內·西馬 蓋·布爾若 池田大作

責任編輯：黎彩玉

出 版：商務印書館(香港)有限公司
香港筲箕灣耀興道3號東滙廣場8樓
<http://www.commercialpress.com.hk>

發 行：香港聯合書刊物流有限公司
香港新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈3字樓

印 刷：美雅印刷製本有限公司
九龍官塘榮業街6號海濱工業大廈4樓A

版 次：2007年4月第1版第1次印刷
(精) ISBN 978 962 07 6376 2
(平) ISBN 978 962 07 6375 5

Printed in Hong Kong

版權所有 不得翻印

Original Japanese Copyright by René Simard, Guy Bourgeault and Daisaku Ikeda, 2000.
Chinese Translation Copyright © 2007, Soka Gakkai

作者序

讓二十一世紀成為生命世紀

• 池田大作

“健康”，可說是二十世紀迎向二十一世紀的焦點課題。過去我在各種場合談論“健康”，此次有幸與加拿大蒙特利爾大學西馬校長及布爾若教授，以“健康與人生——暢談生老病死”為對談主題，發行了本書。

由於科學技術的長足進步，現代文明克服了自古以來、以傳染病為首的許多疾病，結合高超的外科手術，為人類幸福帶來重大貢獻。

而且，二十一世紀將是“生命工學”的時代，癌症、愛滋、心臟病及尖端醫療的革新，從細胞、遺傳基因次元乃至於腦的領域，應是指日可待。

可是另一方面，科學技術對“生命領域”的應用，提出了腦死、尊嚴死亡與胎兒的遺傳基因診斷、體外受精等嚴重的生命倫理問題。

還有快速變化的現今社會所帶來的壓力，造成心理及精神的過度緊張，使人們本有的精神力衰弱，引發象徵憂鬱現象的

心病。

遠離大自然的人們，了無氣力之餘，攻擊性卻大增，應回歸“心的故鄉”。

隨着對人生幸福的要素——“健康”，日益關心的同時，現代科學文明帶給人們的是“正面”與“負面”的雙重影響。

身為佛法信仰者，在迎接二十一世紀以及第三千禧年之際，我反覆思索如何促進“人類的健康”。就在此時，認識了研究癌症的世界權威西馬校長，及生命倫理專家、對基督教神學有深厚學識的布爾若博士，兩位都是長期從事大學教育工作的卓越教育家。

我們三人的對話，由西馬校長專長的癌症與愛滋病、布爾若博士研究的癌症告知及歧視愛滋與人權等醫學卓見開始(第一章)。

接着，探討健康的本質，論及“生命本有的調和”(第二章)，並以此為基軸，就“生與死”具體的生命倫理課題交換意見(第三章)。

進而追溯生命和人類的歷史，考察生命的形成、進化論及人類的誕生(第四章)。

最後“生命世紀的黎明”(第五章)，則以教育為中心，一邊揭露現代文明存在的社會病態，一邊嘗試構築朝向第三個千禧

年開拓的“人性觀”及“世界觀(宇宙觀)”。

西馬校長及布爾若博士，皆是治療現代文明病態的醫師，並以身為“人類的教師”，發表寶貴的知識和見解。

二十一世紀是科學性與精神性互相共鳴、融合，展現健全“人類文明”的“生命世紀”，與兩位博士的對話，也是基於對此的期待。

兩位博士與我的思索過程，若能豐潤讀者的“健康與人生”，同時成為參與綻放人性光輝之“人類文明”的資糧，誠感榮幸。

作者序

展開一場兼容並蓄的對談

• 西馬 (René Simard)

回顧我與池田 SGI (國際創價學會) 會長最初的相遇，是在 1990 年春天，創價大學與蒙特利爾大學簽署交流協定書的會場上。承蒙加拿大創價學會的關照，我有機會閱讀了池田會長親筆簽名的著作——英語版《暢談生命 (Life An Enigma, a Precious Jewel)》(講談社國際版)，為此衷心感謝。對於作者大膽且深入分析生命的起源及其多樣性，我深為銘感，並對透過東洋思想闡說進化法則，其嶄新寬廣的論點引人入勝。

在會面中，我們除了述及生命的起源，也回答了“我們從何處來？”、“我們是甚麼？”、“應往何處去？”的根本問題，還花了很長時間談論最近的分子生物學及遺傳學進步的涵義，闡述調和 (正常的成長與發達) 及混沌 (有害的成長與癌細胞繁殖) 的不同。至於科學家的社會責任及高等教育的重要性，我們的意見一致。除了與創價大學創辦人池田先生討論交流計畫的內容，我們也同意交換學生，並對兩所大學國際化的必要性交換意見。不待贅言，創價大學校園的各項設施也讓我印象深刻。

我們雖來自不同文化及學術背景，卻發現彼此有很多共同類似的觀點。池田會長不僅憂心為疾病、壓力和環境惡劣所苦的人們，同時也是一位擁有開啟人們心靈、擴大文化的哲學家，我個人深受感動，並深深覺得，哲學家與生物學家的一次邂逅，促成了豐富、有趣的對談。

一方面，由於“生物學”現今爆發性的發現，我們站在倫理問題的最前端，要求社會給與明智的管理運營。

另一方面，“哲學”乃一切學問之母。從世界各大學所頒贈的最高學位“哲學博士”來看，其重要性廣受世人認同。

會談進行中，我們也邀請了在生命倫理與教育領域有卓越成就的著名學者加入，賦予對談新的視野，本校布爾若教授的加入讓對談彌足珍貴。

對談中，池田會長一貫的主張是，希望讀者能愉快地閱讀，因此盡量避免科學的專門用語，使用淺顯易懂的話語。至於不能不用學術的部分，也要以一般人能夠理解的詞句說明。

本書論述健康與疾病、生命倫理及教育，焦點特別是放在癌症和愛滋病的問題上。儘管作者存在着距離和言語上的不同，以及各自工作量也很龐大，本書仍得以付梓，要感謝編輯的各位以及推廣本書的專家，完成此項了不起的工作。我們對大家始終如一的勉勵和用心，由衷表示感謝。

譯者序

健康的人生靠自己探求

• 劉焜輝

本書是西馬 (René Simard)、布爾若 (Guy Bourgeault)、池田大作的對談《健康與人生》的中譯本，原書副題為“暢談生老病死”。

池田大作曾任日本創價學會第三代會長，現為國際創價學會會長，從文明、宗教的角度切入主題；西馬博士任加拿大蒙特利爾大學校長，是癌症權威，從生理、病理學的角度看問題；布爾若博士是蒙特利爾大學教育學院教授，生命倫理權威，從心靈、生命倫理的觀點論述主題。因此，本書從病理學、倫理學、宗教學三個層面探討“健康與人生”問題，可以說是現代最需要的綜合觀點。原書於 2000 年付梓，作為二十一世紀人類重要指標之一，最為適當。

有機會翻譯本書，是一種享受，也是一種使命。“享受”是因為對談充滿智慧和前瞻性，彷彿站在時代最前端去探討健康問題；“使命”是因為可以讓更多華人閱讀本書，感到欣慰。

WHO 對於健康所下的定義是：“健康不只是沒有疾病，而

是身體、心理、社會很安寧的狀態。”紐約大學行為科學教授戴(Stacey Day)更提出“全人的”健康概念，用“生理心理社會健康”(biopsychosocial health)一詞表現。洛徹斯特大學國際著名的身心醫學教授恩格爾(George Engel)，也提倡可以廣泛使用的醫療模式，稱為生理心理社會醫學(biopsychosocial medicine)。由此可見，對於健康的詮釋，從二十世紀中葉以後都強調身體、心理、社會層面的統整(intrapersonal communication)。本書強調“健康是‘均衡狀態’的連鎖活動”，“是身體、情緒、社會、環境的持續能力”，池田大作更提出“克服疾病的過程本身可以鍛煉身心、洞察人生的意義、學習生命的尊嚴，因此可以開拓更充實的人生，創造更廣闊的‘均衡狀態’”，非常適合二十一世紀的健康定義。

不過值得注意的是，現代社會就連最起碼的“沒有疾病”也不可多得。文明的進步固然使落後國家的細菌感染、營養失調等疾病改善不少，但是和現代生活的壓力有很深關聯的體質，如過敏性疾患、胃潰瘍、高血壓、狹心症、偏頭痛、糖尿病等，卻層出不窮，先進國家的慢性病成為主體。本書對於環境問題、壓力問題、心理疾病問題都逐一分析。尤其現代社會的急遽變化、自然與生活環境的惡化、人際關係的複雜化，使人們的“心”忐忑不安，兒童的欺凌事件、過動、注意力不能集中、暴力傾向、無力感、孤立等，成人的適應不良、精神官能症傾向、憂鬱傾向、

藥物依賴、賭博、退化現象等，在在說明了心理層面的重要性。針對這些問題，對談從正面提出分析，難能可貴，凡此都是近年來臨床心理學和心理治療學討論的重點。由此可觀，對談內容是具有相當的前瞻性。

本書從癌症與愛滋談到生命倫理的課題，對於生命的起源和死亡花相當多的篇幅討論，這也是令人佩服的。譬如歐美人對於死亡的研究向來採取否定的態度，直到1959年懷費爾（Herman Feifel）的“死亡的意義”問世，洛斯（E. Kubler-Ross）的一連串研究，才使“死亡的否定”完全改觀。東方人一向把死亡視為禁忌，避免去談它。近年來，生命學、死亡學、死亡教育、臨終關懷、悲傷輔導等名詞開始受到注意，不僅大學設有專業課程，研究所也有碩士博士論文的實證研究。“死亡”的研究之所以成為熱門話題，其原因不外是醫學進步的結果，在醫院內發生“醫學之死”或“治療的專政”等現象，器官移植技術的進步也具有影響；人口學的變化，老人人口的增加；社會變動，在醫院死亡者增加；美國對“死亡”的重新發現是由心理學家、社會學家參與；歐洲尤其是法國，是由哲學家、歷史學家參與，這也是有趣的事實。

本書既然以“暢談生老病死”為副題，對談中對此有非常精彩的交集。池田大作從佛教的立場詮釋“四苦”和日常生活的三

苦(愛別離苦、怨憎會苦、求不得苦)，以及“戒、定、慧”的修行，西馬、布爾若則從現代醫學與生命倫理的觀點闡明活在當下、人的尊嚴、權力、友愛、自我療癒的道理。令人想起近代科學——醫學的發展在處理與生老病死有關的身體、生理層面的痛苦，的確有很大的進步，而近代科學的自然觀與傳統、宗教世界的矛盾、對立，產生現代人內心深處的焦慮、不滿、不和諧的心情，自1960年代以來發展而被重視的超個人心理學，就是要填補科學與宗教的空隙，治癒現代人的心理分裂，超個人心理學的理念和方法，正是處理生老病死問題的一道曙光。三位東西方巨匠的鼎談內容與超個人心理學的內涵不謀而合，怎不令人興奮呢！

本書最後一章是以“生命的世紀”為題，討論現代物質文明的病態、教育的使命、科學技術與倫理、哲學的融合，布爾若特別強調“健康”是不斷探求“均衡狀態”，是“意義”的追求，想起意義治療(Logotherapy)大師法蘭克(Viktor E. Frankl)在集中營悟出的道理：“活出人生的意義來”，誠然，健康的人生是靠自己探求。

本書專有術語曾請藍耿立博士、趙湘台博士斧正，謹此致最大謝意。

目 錄

作者序	讓二十一世紀成為生命世紀 池田大作	i
	展開一場兼容並蓄的對談 西馬	iv
譯者序	健康的人生靠自己探求 劉焜輝	vii

前 言	為了人類及新世紀，暢所欲言！	I
-----	----------------	---

第一章 癌症與愛滋病

癌症的歷史與現況	24
癌症的預防與治療	31
癌症告知——醫師與患者的繫絆	47
愛滋的威脅與對應	55
愛滋與人權	65
複製技術與生命觀	75

第二章 健康與調和

- 健康的本質 86
- 健康與疾病 92
- 與環境調和 98
- 一生青春的生活方式 107
- 戰勝壓力的方法 117
- 如何面對心病 126
- 理想的人生 134

第三章 生命倫理的課題

- 宗教與醫療倫理 144
- 死亡的定義 152
- 腦死 160
- 尊嚴死與死亡痛苦的克服 168
- 如何面對死亡 175
- 生命的誕生 182
- 生殖技術與生命 193

第四章 生命的進化和人類的誕生

生命的起源 200

生物進化論 212

人類的誕生 224

各種生命觀 232

第五章 生命世紀的黎明

現代物質文明的病態 250

人性教育的理想方式 263

大學教育的使命 276

理想的大學與社會之互相啟發 279

科學技術與倫理、哲學 282

邁向“生命世紀”——世界公民的條件 290

後 記 今日的行動決定人類的未來 布爾若 313

前言

為了人類及新世紀，暢所欲言！

池田大作(以下簡稱**池田**) 能與加拿大知名的私立大學——蒙特利爾大學^①西馬校長及布爾若博士就“生老病死”及“健康與人生”對談，我喜出望外。

西馬博士是病理學和細胞生物學的世界權威，特別在癌症方面的研究大名鼎鼎，也是針對癌細胞採用抗癌劑，所謂“抗癌劑療法”著名的先驅者。而布爾若博士則是生命倫理及教育學的權威。

兩位就二十一世紀焦點領域暢談專業及智慧，希望能給讀者們加深“生老病死”的知識見解，成為開拓健康人生的資糧。

勒內·西馬(以下簡稱**西馬**) 對能從事有價值的工作，我深感歡喜。對我而言，至少能為受到癌症及愛滋病煩惱的人，以及對憂慮科技進步神速，恐影響生命的人們，給予一些鼓勵。

過去，不論在東京或蒙特利爾，與SGI會長多次的對話機會，對我很大啟發。

池田 蒙特利爾大學與創價大學在學術、教育的交流，從1994年開始，一直順利而深入，我身為創辦人，感到衷心欣喜。

1998年4月，貴校東亞研究所與我創辦的東洋哲學研究所締結了學術交流協定。簽署儀式上，很榮幸得到西馬校長蒞臨現場。儀式上，校長“真理與科學的調和正是對人類的貢獻”一席話，可說與我們對談的意義相通。

蓋·布爾若(以下簡稱**布爾若**) 第二次世界大戰時，加拿大與日本的關係惡化，持續了一段交流困難的時期。可是，兩所大學的交流，開啟了新的合作之道，實在是一件了不起的事，我也是透過這途徑而與SGI會長見面。

西馬 1990年訪問創價大學的情景，至今仍無法忘懷。女學生們唱歌歡迎的那一幕……，雖然她們已經畢業，美好的畫面仍留在我腦海裏。

在創價大學時，我也看到有關SGI會長偉業的一部分。創價大學的校園裏，洋溢着吸收、包容一切事物、結交好友的氣氛。而且，不僅只是教授知識，還有對於人的培育。而緊鄰創價大學的，有收藏豐富的美術館(東京富士美術館)，對學生而言，是美好的文化環境。

池田 您富有情感的觀察力，我非常感謝。貴校是代表貴國的世界著名學府，這點我非常了解。

西馬 蒙特利爾大學是法語系的學校，包括研究所共有十三個學系、五萬名學生，可說是北美及南美最大規模的學府。