

[美] 罗伯特·迪朱利奥 雷切尔·克兰兹 著

Robert DeGiulio and Rachel Krane

STRAIGHT TALK ABOUT DEATH AND DYING

同学，

咱们聊一聊

死亡



商务印书馆

同学,咱们聊一聊死亡

〔美〕罗伯特·迪朱利奥 雷切尔·克兰兹 著

涂晓红 译

Straight Talk about Death and Dying

Robert DiGiulio, Ph. D. and

Rachel Kranz

商 务 印 书 馆

2005 年·北京

图书在版编目(CIP)数据

同学,咱们聊一聊死亡/(美) 迪朱利奥,(美) 克兰兹著;涂晓红译. —北京:商务印书馆, 2005

(同学,咱们聊一聊)

ISBN 7-100-04318-2

I. 同... II. ①迪... ②克... ③涂... III. 死亡哲学—通俗读物 IV. B086-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 129310 号

所有权利保留。

未经许可,不得以任何方式使用。

Straight Talk about Death and Dying

Copyright ©2004 by Robert DiGiulio, Ph. D. and Rachel Kranz

Published under license from Facts On File, Inc., New York

此书经北京版权代理有限公司代理,由 Facts On File 授权。

TÓNGXUÉ, ZÁN MEN LIÁO YI LIÁO SǐWÁNG

同学,咱们聊一聊死亡

[美] 罗伯特·迪朱利奥 雷切尔·克兰兹 著

涂晓红 译

商务印书馆出版

(北京王府井大街36号 邮政编码 100710)

商务印书馆发行

北京瑞古冠中印刷厂印刷

ISBN 7-100-04318-2/G·672

2005年2月第1版

开本 787 × 1092 1/32

2005年2月北京第1次印刷

印张 4½

定价: 8.00 元

序

林崇德

读了写给中学生朋友的“同学，咱们聊一聊”丛书，联想颇多。

早在1983年，我在北京出版社出版过《中学生心理学》。我之所以写这本书，固然因为我是一名心理学工作者，然而，更重要的是，我当过13年的中学教师（自1965年至1978年）。我热爱中学生，也熟悉中学生。处于青春发育期或青少年期的中学生阶段，是人生的黄金阶段之一。青春是美好的，青春期也是人生最宝贵而又丰富多彩的年华。青少年最突出的表现是朝气蓬勃、风华正茂、富有理想、热情奔放，他们释放着聪明才智，身心都在迅速成长。青少年期是一个过渡时期，其首要特点是过渡性，即从幼稚（童年）向成熟（成人）过渡，是一个半幼稚、半成熟的时期，是独立性与依赖性错综复杂、充满矛盾的时期。

青少年希望受到人们的重视，把他们看成“大人”，当成社会正式的一员。他们思想比较单纯，很少

有保守思想,敢想、敢说、敢为。但是,在他们的心目中,什么是正确的幸福观、友谊观、英雄观、自由观和价值观,还都是谜。他们的自尊心和自信心在增强,对于别人的评价十分敏感,好斗好胜。然而,他们的思想也具有片面性,容易偏激,容易摇摆。他们的道德感、理智感和美感等高级情感在逐渐成熟。他们很热情,也重感情,但有极大的被动性,情绪情感的两极性明显,激情常常占有相当的地位。他们的意志特征在发展,在克服困难中毅力往往还不够。他们往往把坚定与执拗、勇敢与冒险混为一谈。他们精力充沛,能力也在提高和显露,但性格未最后定型,有时难以找到正确的活动途径。总之,青少年处于人生的十字路口阶段,难怪国际心理学界赋予他们种种“桂冠”:“心理断乳期”、“疾风暴雨期”、“反抗期”、“危机期”。所有这一切,亟需教育与培养,亟需学校、家庭和社会三方面的配合,从而使青少年度过人生有意义而动荡的阶段。

商务印书馆十分重视处于青春发育期或青少年期的中学生的教育和培养工作,引进了美国出版的“同学,咱们聊一聊”的中学生读本。我仔细阅读了10册内容,觉得有四点值得充分肯定:

第一,讲究科学性,即上能根据教育目的和教育

任务内容,下能针对学生特点,以便达到应有的效果。这套丛书作者的目的,不是就某个问题给青少年一个简单的答案或道德方面的评价,而是根据中学生读者的特点,通过社会科学和自然科学知识,帮助青少年澄清一些问题,提供一些不同的选择,并引导他们思考,然后作出某种抉择。

第二,强调可读性,即从社会学、生理学、心理学等学术的角度出发,以个案研究的结果,用种种不同的故事,通俗易懂地阐述问题,给出每个问题的当代同龄人的生活背景和生活知识,贴近读者,突出了可读性。

第三,强调实效性,即讲究效果。这里的10册书的内容包括中学生每天要接触的社会、学习、生活现实问题:钱、抽烟、家庭、家长、欺侮、死亡、中学生活、学习障碍、青少年赌博、心理障碍,通过实实在在的晓之以理,无形的德育尽力落到学生的观点和行为实处上,以便取得实用的效果。

第四,注意严谨性。这些“同学,咱们聊一聊”,毕竟译自美国的作品,中美的文化背景有差异,教育内容有区别,生活方式也不同,所以,商务印书馆编辑倪乐严格把关,取其精华,让中学生更健康地欣赏国外的作品。

4 同学,咱们聊一聊死亡

我恳切地希望广大中学读者喜欢这套丛书,用自己的审阅能力,消化各种内容,并热忱地为作者、译者和出版者指出不足。

是为序。

中学生：我像一棵树

在中学生活中，我们有比以前任何时候都难的功课，有比以前任何时候都多的问题。正因为这样，我们比以前任何时候都更需要关注和帮助。

有空闲的时候，可能我们会静下来想一想，应该怎样学习，应该怎样面对生活，应该怎样克服各种困难、应对各种麻烦。有那么多事情摆在我们面前，等着我们处理，我们目前要解决的是每天的功课、作业和各种考试，过些时候我们还要考虑中考、高考和就业。

我们都想有快乐的生活和顺利的学业，都愿意和老师、家长保持良好的关系，和同学、朋友和睦相处。因为，无论是突然之间还是循序渐进，我们都意识到，不能总依靠家长，我们要有自己相对独立的生活，包括约会、参加社会活动和解决学习上、心理上的问题。但是我们离不开家庭的养育，离不开老师教导，况且我们身上总有这样那样的问题，总会惹出各种麻烦

事,需要家长和老师帮助才能解决。

如果有什么人想用一句话概括中学生的形象,或许可以这样回答吧——中学生像一棵树。的确,中学生正处在身体、知识和生活经验的成长积累阶段。在这个重要的过程里,自然会发生很多意料之外和之外的事情,就像一棵树会长出枝杈,这些枝杈有的以后会变粗,有的可能必须被砍掉或被整形。这些枝杈的好坏直接关系到这棵树是否茁壮,是否可以成材。而这些事情中有一些是中学生必须面对的,如培养学习能力,认识和家长的关系,结交新的朋友,建立消费观念,适应身体的发育,面对社会现象和处理各种社会关系……这些在中学阶段生出的枝枝杈杈,就成了忙忙碌碌中学生活的组成部分。

可是中学生们是否想到过,解决这些问题最主要的依靠是什么?

我们通过出版这套“同学,咱们聊一聊”丛书,把我们对中学生的想法告诉大家。每本书名都直接给读者点明一个问题,也就像在一棵树的图画上放大局部的一个枝杈。其实,书里讲的无非集合了成年人的经验和比较科学的道理。同时,每本书里都穿插了一个或几个美国中学生的故事。这些故事无非是告诉

读者，他们对这些问题的态度、分析和解决办法。因为我们知道，解决这些问题离不开自己不断提高的能力和知识，离不开和朋友、家长及老师等人的沟通和他们的帮助，而所有的这些无不体现着对自己、对别人的尊重和爱护。这就是我们人类特有的情感和理念，它叫“人文关怀”。在人文关怀的文化中，每个中学生是都能够成材的。

我们还要告诉大家的是，这套丛书的翻译工作得到了福建师范大学外国语学院的大力协助。

商务印书馆编辑部

2004 年 12 月

目 录

- 1 美国人对待死亡的态度 1
- 2 青少年对死亡的反应 30
- 3 应对死亡的过程 46
- 4 应对死亡 72
- 5 死亡及与死者的关系 107
- 6 寻求帮助 121

美国人对死亡的态度

菲利西亚一直认为自己是一个普通的孩子。她家里有时也有争吵,但是她和父母及两个弟弟相处得很好。她去年上的初一。在这所很大的中学里,她一个人也不认识,觉得很难受,但今年她上初二了,有了很多朋友。同时,今年她迷上了戏剧,将在下学期学校上演的一部戏里担任主角。

可是,最近菲利西亚的父母似乎在为什么事担忧。一天,菲利西亚从学校回来后知道了这件事。她的爸爸把她拉到一边,告诉她妈妈生病了,将不得不辞去电话公司的工作在家养病。

“但是,只是到她康复为止,对吗?”

“噢,当然。”她父亲回答,但菲利西亚觉得他的声音怪怪的,不知道他说的是不是实话。接着,爸爸又说:“我们不应该让妈妈和弟弟们担心。因为你最大,

我才告诉你。但是不要让你妈妈知道,好吗?也不要对你弟弟、朋友或任何人提起这件事。对于其他人来说,你妈妈只是请了一段时间的假。”

菲利西亚同意了。表面上看,她很平静,其实她的内心却很害怕,各种各样的想法和疑问在她脑子里翻来覆去的。妈妈的病到底有多严重?妈妈是卧病在家,还是要住院?她是会好起来还是会死?如果她死了,谁来照顾自己和两个弟弟?爸爸一个人行吗?如果他受不了怎么办?他会跟别人结婚吗?

菲利西亚也想到了一些小事。这个周末,妈妈本来要带她去买一件新衣服,是不是不能去了?原来都是妈妈做饭,现在是不是要我做了?妈妈病了,自己还想这些事,菲利西亚感到很羞愧,但又忍不住会想。菲利西亚的爸爸非常伤心,所以她不想问他什么。她敢肯定,谁都不能谈起的事情一定很可怕。

哈里一直有很多朋友。自从五岁以来,他一直有一位最好的朋友。他十二三岁这两年,最好的朋友是克莱姆。他和克莱姆以及其他伙伴们经常一起去看电影、玩电子游戏、踢足球、打棒球,但有时只有他和克莱姆两个人闲逛。他和克莱姆无话不谈。哈里把不愿告诉别人的事告诉克莱姆,克莱姆也把自己的秘

密告诉哈里。

一个星期一的早上，哈里去上学，发现克莱姆没来。哈里知道克莱姆和他的家人周末去他爷爷家了，星期天晚上才回来。但是这天早上，看到他的朋友没来上学，他还是有点吃惊。他问负责年级点名的老师，克莱姆在哪里？他希望听到她说克莱姆感冒请假了。可是，老师脸上的表情很奇怪。她说：“很抱歉，哈里，克莱姆上周末出车祸，被送到医院，已经死了。”

哈里惊得目瞪口呆。克莱姆周末已经死了，怎么没有人告诉自己？他想哭，但在老师和同学们面前他不愿意哭。他想喊、想砸东西、想飞快地奔跑来摆脱这种可怕的感觉。而他的老师却说：“很抱歉，哈里，你现在最好回到教室去，不要迟到了。”

哈里失魂落魄地回到教室上课，但仍然无法相信自己听到的事情。他想，或许老师是开玩笑，或者是老师听错了。老师甚至没多说什么。可是，他很想知道到底发生什么事了。第二节下课，他想打电话去克莱姆家，可是学生不能使用办公室的电话，除非有急事，而秘书认为这不是急事。“你可以回家再打。”她说。

放学后，哈里跑回家。他爸爸已经到家。“你知道克莱姆出事了吗？”哈里问，“是真的吗？”哈里的爸

4 同学,咱们聊一聊死亡

爸什么也不知道。哈里告诉他这个消息后,爸爸劝哈里不要打电话到克莱姆家。他告诉哈里:“这时候他家里人需要安静。外人不要打扰。”

哈里简直难以相信自己听到的话。我不是外人,我是克莱姆最好的朋友!难道没有人理解这对我意味着什么?

一个星期六下午,卡门第一次听到那个消息时,她正和她的朋友们在购物中心买东西。好像是说,她们班一个叫乔希的男孩,在学校院子里一棵树上上吊自杀了。24小时新闻广播电台播出了这一令人震惊的消息。在购物中心上班的一个女孩听到后,告诉了卡门和她的朋友们,很快,这个消息传遍了购物中心。

卡门感到很难过。她不太熟悉乔希,在卡门的学校,这个年级有三百多人呢。但是,她听到有人自杀很难受。她记得跟乔希说过一两次话。一次在图书馆,一次在生物课上。他当时看上去很孤独,想尽力表现得友好。她想,如果我对他更友好些,或许他就不会这么做。

她想和朋友们说些乔希的好话,但令她吃惊的是她们根本不以为然。“哎,那个人很怪。”艾琳说,“别人谁会做这么疯狂的事?”

“的确，我觉得他在学校做这样的事真是太可恶了。”琳达说：“我们现在怎么敢走到那儿？他难道不会选其他地方吗？”

“或许他想引人注目。”玛丽安说，“唉，可是没用，因为我根本就不记得他。”

此时，卡门感到更难受。她为乔希难过，同时也为她的朋友冷酷无情而伤心。为什么别人不伤心，而她却如此难过，她感到疑惑。为什么她总是跟别人不一样？她不想让她的朋友们知道。所以，她就不再说什么了。可是那天晚上，她准备睡觉时，觉得很恐惧，胆战心惊，总觉得看见窗外有什么东西，听见走廊和隔壁房间有什么声音。她整夜做噩梦，梦见乔希。

接受死亡

历史上，人类始终努力接受一个不可否认的事实：当生命走到尽头，我们每个人都会死。在我们的生命中，我们所爱的某些人会在我们之前死去，留下活着的人为这个人的死亡而哀伤。

对于这个无法逃避的事实，不同的文化有不同的处理方式。有些地方，死亡的事比较多。在人类历史上相当长一段时间里，婴儿死亡率非常高。也就是

说,在所有出生的婴儿中,许多活不到五岁。而且,在20世纪前,妇女常常死于分娩,有的地方分娩死亡率达妇女总死亡率的三分之一。事故、饥荒、疾病和恶劣的生活条件使预期寿命缩短。许多人很可能四五十岁前死去,按我们的标准看,这就是早逝。由于在这些地方,病人和临终的人往往由他们的家人照顾,在孩子们成长的世界里,既有健康的人也有患病的人,有的人身强力壮而有的人却面临死亡。

如今,世界上许多地方仍然存在以下某些状况或所有状况:婴儿死亡率高,妇女死于分娩的概率高,预期寿命相对较短,由家人在家,而不是由医生在医院照顾病人或临终的人。虽然这些地方的人,也为失去亲人而哀伤,但是,他们不会被死亡本身所惊吓。孩子们很小就可能目睹他们熟悉的人死去,比如说弟弟妹妹,祖父母或父母,邻居或朋友。在农村的孩子还可能看到宰杀牲畜,为生存而捕杀野生动物。他们亲眼看见死亡在生活中不断出现,有时死亡甚至是为了保护其他生命。

而在我们这个社会和世界上的一些经济发达的大中城市,由于经济、社会、医学的进步,早逝已不常见。在美国的大部分地区,婴儿死亡率相对较低,也就是说大部分的,虽然不是全部的,婴儿出生后能长