

R-05
CYL

人的优逝

陈元伦等 编 著

YK14/11



A0290353

中国医药科技出版社

登记证号(京)075 号

内 容 提 要

人应当优生,应不应该优死?人可以优生,可不可以优死?这是人类文明发展对自身生命质量提出的新问题,也是人们普遍关心的问题。本书是一部与优生学相对应的优死学校教材。书中系统论述了与人的临终及死亡有关的生理学、哲学、心理学、伦理学,以及社会学等问题;同时,又从实际上系统探讨了临终关怀,安乐死,以及死亡教育问题。本书是我国第一部优死学专著,既可作为医学院校进行死亡教育的教科书,又可作为社会人群了解优死学的通俗读物。

图书在版编目(CIP)数据

人的优逝/陈元伦等编著. —北京:中国医药科技出版社,1997. 6

ISBN 7-5067-1751-4

I. 人… I. 陈… III. 死亡-伦理学 N.R-05

中国版本图书馆CIP数据核字(97)第26869号

中国医药科技出版社 出版
(北京海淀区文慧园北路甲22号)

(邮政编码 100088)

河北省满城县印刷厂 印刷
全国各地新华书店 经销

*

开本 850×1168mm 1/32 印张 7

字数 180千字 印数 1—6000

1997年12月第1版 1997年12月第1次印刷

定价:9.50元

编 著 者

主 编 陈元伦

副主编 谭秀芹 王为民 郑晓江 张 芳 骆玉红

编写者 (按章节先后为序)

陈元伦 郑晓江 王 敏 骆玉红

王为民 王坦芳 衣乐然 谭秀芹

于俐君 张 芳 李祖成

序

生与死是人类最关注的问题,人生的意义和价值就蕴藏在死生之间。

但在实际上,人们却往往是重生轻死,乐生恶死,或只谈生不谈死,只研究生不研究死。孔子的学生想与孔子讨论死亡问题,孔子没好气地说:“未知生,焉知死?”古代李翱也认为,死的问题不必研究,人应该“尽其生之道,生之道既尽,则死之说不学而自通矣。”

千百年来人们总是厌恶死亡,诅咒、避讳死亡,不愿面对也不愿意探讨死亡,因而使死亡问题一直成为理论和实践的盲区。

近年来随着生命质量论的提出,社会对人生最后一章给予了越来越多的关注,既要“优生”又要“优逝”成了现代医学的热点。

人类应该怎样对待死亡?人类能否对死亡进行控制?人们怎样做到善终优逝?这些问题迫切需要医学家、社会学家从理论上做出回答,特别是在临终关怀事业日益发展的今天,要求医学对原有的知识结构进行调整,要对死亡问题进行“补课”,尤其应该在医学卫生院校开设“死亡教育”课程,并对社会人群宣传善终学说。

正是在这个时候陈元伦等同志编写了《人的优逝》一书,对这个人人讳忌的题目进行了深入的探讨。我为这本书的出版感到高兴,它比较全面而系统地阐述了有关死亡方面的理论和有关临终关怀的实践问题,初步建构了死亡教育学教材的学科体系。我认为这是一个开端,一个尝试,一个填补空白的善举。它为未来的“死亡教育学”或“优逝学”的诞生奠定了一个基础。

这本书可以作为我国目前在学校进行死亡教育的教材,也可以作为向社会人群宣传“优逝”问题的一本普及读物,这既是有价值的本子,也是十分有意义的创造,它虽然尚有不尽完善之处,但一定能

对人们舒适安详、有尊严地走完人生最后一段旅程有所裨益。

愿我国的临终关怀事业日益兴盛。

愿人人都能幸福的离开这个世界。

崔以泰

1997 年

前 言

人类文明的发展,使人类对自身生命质量不断提出新的追求。

从漫长的人类进化过程中看,以往人类对生命质量的追求多注重生活富裕与幸福程度、生活的意义和人生的价值这些方面。进入现代社会,人类对生命质量的要求发生了质的变化,这就是注重优生优育。在实践上我们看到的就是对怀孕的时间和身体条件等给予了更科学的重视,诸如孕妇的营养、胎教、婴儿的智力开发和教育等等。由此延伸,人们又提出了优生优活。可是人们对自身最后一个环节——临终和死亡,却没有给予足够的重视。这实在是个失误。人在为自身、为别人、为社会,以及为下一代创造、奋斗、拼搏了一生之后,在将要离开这个世界的时候却是痛苦的、悲惨的、失尊严的,这岂不哀哉!

我们虽无回天之力,不能免人一死,却愿共同探讨一下如何优死的问题,如能做到优死,那么人类才是在真正意义上获得了自由,真正在提高生命质量的追求上发生了一次革命性飞跃。

我们编辑这本书目的就是为医学生和护学生提供一个进行死亡教育的初级教材,也为社会人群提供一个关于“优死”问题的通俗读本。但又因写作人员的专业知识水平和写作水平难以足愿,因而只能算作一个大胆的尝试,作为一块引玉之砖,如能对正在兴起的临终关怀事业,能为人类的优死善终作一点有益的工作那就不胜欣慰了。

该书初始定名《死亡教育读本》、《死亡与死亡帮助》,均感不妥,后又改名《善死善终》。书稿写成之后,送请天津医科大学党委书记、中国临终关怀专业委员会主任委员崔以泰教授斧正,崔教授觉得在目前,书名还是以不直言“死亡”为好,他提议将该书定名为《人的优逝》。这是他于1993年就想到的题目,今天用来为该书命名,甚是慷慨。藉此说明并表谢忱。

该书在写作过程中又得到了江西省南昌大学古籍研究所所长郑晓江教授的大力支持，他不仅欣然同意将“中国古代死亡观与死亡文化”编入本书，而且奉献出他的另一篇大作“超越死亡”。郑晓江教授从事生死哲学研究已有15年，有许多死亡科学著作问世，是中国大陆生死学的权威，饮誉海内外。他所奉献之大作不但增加了本书的科学性，而且使本书的身价大增。

崔以泰教授和郑晓江教授的举动，表示了专家对优死问题的重视。

其余几章都是山东省烟台护士学校的几位教师撰写的：绪论、第一章：陈元伦；第三章：王敏；第四章：骆玉红；第五章、第八章：王为民；第六章：王垣芳；第七章：谭秀芹；第九章：于俐军；第十章：张芳；附篇：李祖成。

关于优死及死亡教育，目前尚未形成“学”，国内也无这方面的正规读本，更没有形成统一的科学体系和学科体例，好在我们不是在创立什么“学”，而是集萃一些资料以供实用之需吧，不足之处敬请专家指正。

本书参考了国内外许多学者的论文著作，不能一一列出，恳望谅解并致谢意。同时该书在写作出版过程中还得到了王承儒、隋冠毅、曲家琦、陈海英、王茹、于艳丽等同志以及烟台市护士学校修喜利、徐俊卿副校长，孙德峰、滕国华、赵丽塔等许多教职工的大力支持和帮助，在此也一并致谢。

陈元伦

1997年

目 录

绪 论	(1)
第一章 哲学篇·死亡态度与死亡观	(5)
第二章 文化篇·中国古代死亡观及死亡文化	(36)
第三章 生理篇·人的衰老与死亡	(55)
第四章 心理篇·临终心理	(72)
第五章 伦理篇·生命质量与尊严死	(91)
第六章 社会篇·人口老龄化的社会责任	(104)
第七章 实践篇(一)·临终关怀	(118)
第八章 实践篇(二)·安乐死	(137)
第九章 实践篇(三)·临终护理	(157)
第十章 教育篇·死亡教育	(171)
第十一章 综合篇·超越死亡	(188)
附篇·“死亡”体验	(205)

绪 论

一、人皆有死

印度佛教典籍中有一个故事说，一个名叫绮瑟·高太米的女人，她心爱的儿子死了，这使她极为悲痛。她抱着死去的儿子哀求所有的邻人，把她的儿子救活。人们都说她已经疯了。一天，一个男人对高太米说：“我不能给你救命之药，但是我知道有一个人能。”高太米问是谁，那人说是佛陀。高太米找到佛陀，佛陀说：“我需要一把芥树种子。”高太米见他没拒绝治疗儿子，非常高兴。佛陀随后又说：“这把种子必须来自那些没有失去过儿女、配偶、父母和朋友的家庭。”可怜的高太米从一家到另一家寻找芥种。人们都同情她，给她种子。然而当她问到“您家庭中是否有子女、夫妇、父母去世”时，人们都悲伤地答道：“天哪，活着的少，死去的才多呢。你别来惹我们难过了。”高太米没有找到一个不曾有过死人之事的家庭。她疲倦而绝望地坐在街上。灯火消失，黑暗降临，她突然悟到：没有什么万灵药可以挽救死亡。她从虚幻的希望和不必要的悲伤中醒来，心里变得平静，去火葬场将儿子火化了。

这个故事说明，“人皆有死”，死亡一视同仁都会降临每个人的头上，正如中国的吕不韦在《吕氏春秋·节丧》一书中所说：“凡生于天地之间，其必有死，所不免也。”

二、君子乐谈其生不忍谈其死

无论怎样健康，也终有一死。生命的延续实际就是死亡系数的增加，增年即是减年，人们实际上是每天向自己的坟墓走去。对人来说，这是一个头等重大的现实问题，是一个值得用全部心灵与理智去深入品味思索的现象。但是人们愿意去绞尽脑汁地谋取一官半职，愿意

为一蝇头小利而惨淡经营，愿意为鸡毛琐事而耿耿于怀，却不愿意去为那重大的归宿问题而花费一点心思。人们宁愿把这一重大事件全部托付给哲学家。这种态度显示了人们对死亡的回避和否认。

就世界大多数民族来讲，都有对死亡忌讳的习俗，这是一个奇怪的现象。真是“君子乐谈其生，不忍谈其死”，大凡在正式场面人们都不直接言死。这种习俗在我国就十分典型，戴圣《礼记第二曲礼下》记述中国关于死的忌讳是这样：

“天子死曰崩，诸侯死曰薨，大夫死曰卒，士曰不禄……祭王父曰皇祖考，王母曰皇祖妣，父曰皇考，母曰皇妣。夫曰皇辟。生曰父曰母曰妻，死曰考曰妣曰嫔，寿考曰卒，短折曰不禄。”

在平常也是这样，一个人死了，我们就说他老了、去了、走了、不在了、上西天了（去印度释迦牟尼的原籍），文雅一点讲则是病故了、去世了、逝世了、西逝了、仙逝了、与世长辞了，加上了这样一些轻描淡写而愉快的涂饰。国外亦如此，有人统计，在英语中，“他死了”一词，忌讳的说法也有 50 种之多。现代发达国家的人普遍地对死亡采取回避的态度，人们只为自己的晚年生活做准备，计划着退休以后可以选择的工作和娱乐，留下一定的资金，以备晚年生计所需，并不愿去认真考虑自己的死及将死的事。

奇怪的是医学也不愿言死。

三、医学不应当回避死亡

作为传统习俗或文明礼貌，人们不直接言死，尚可理解，而作为负责人的生老病死的医学，也对死亡采取回避态度，那就令人不可理解了。在写作这本书的过程中，笔者查阅了《辞海》、《汉语大辞典》、《现代汉语词典》中“医学”、“医疗”、“医院”、“医生”的条目，竟没有一处提到“死亡”。

商务印书馆 1983 年 1 月出版的《现代汉语词典》中这样定义：

医学：以保护和增进人类健康、预防和治疗疾病为研究内容的科学。

医疗:疾病的治疗。

医院:治疗和保护病人的机构,也兼做健康检查、疾病防治等工作。

医生:掌握医药知识,以治病为业的人。

上海辞书出版社 1989 年版的《辞海》这样定义:

医学:研究人类生命过程以及同疾病作斗争的一门科学体系,属于自然科学范畴。从人的整体性及其同外界环境的辩证关系出发,用实验研究、现场调查、临床观察等方法,不断总结经验,研究人类生命活动和外界环境的相互关系,研究人类疾病的发生、发展及其防治、消灭的规律,以及增进健康、延长寿命和提高劳动能力的有效措施。

.....

医生:掌握医药卫生知识,进行疾病防治工作的专业人员的统称。.....

医院:以防治疾病为主要任务并设有病房的医疗预防机构。一般设有门诊部、住院部、各种诊疗辅助部门和行政管理部门,为居民施行医疗预防工作,同时结合工作进行科学研究和医务人员的培训。

.....

医疗:(无)

上海辞书出版社 1986 年第一版的《汉语大辞典》这样定义:

医学:①古代培养医药人才的机构。

②以保护和增进人类健康,预防和治疗疾病为研究内容的科学。

医生:①古代从官学中学医肆业的人。

②掌握医药知识,以治病为业的人。

③指医术。

医院:①即太医院。掌医药的官署。

②以治疗病人为主要任务并设有病房的医疗机构。

医疗:①医治。

②疾病的治疗。

从以上权威性的解释中，我们可以得出这样的结论：“死亡”与医学无关。

实践上也如此。三年的医学中专、五年的医学本科，课程设置三、五十门功课，却没有一本死亡医学；学生上课数千个学时，却没有一堂课专门谈论死亡；必修、选修的课本重达几十公斤，却没有一章一节专写死亡；浩如烟海的医学书籍中没有一本死亡学，对医生护士进行死亡教育却找不到一本相关教材……。

医学也这样羞于谈死，这样不愿涉足死亡，在科学高度发展、人类高度文明的今天岂不怪哉。

四、人死种种与终末帮助

引起人的死亡有多种原因，归纳起来大体有 3 种情况：一是主动死亡——自杀；二是被动死亡，包括社会政治原因、自然灾害；三是自然死亡，包括病死、老死等等。病老原因引起的死亡，除了意外的暴卒猝死外，大都要经过一个过程，甚至是一个痛苦的漫长的过程。这个人生落幕的过程，医学必须参入。不是如何想方设法无休止地延长这个过程，而是应当从生命质量角度出发帮助病老人安然舒适地度过这个过程，使人生的落幕更尊严、幸福、优质、辉煌。

五、建立一门优死学

死亡是人类不可避免的归宿，有史以来，人类已有 800 多亿个生命个体走向这一归宿。将来最现代的医疗水平也不可能把地球上所有的疾病都治愈。人们在优化自身的过程中，一方面注重对生命的一端——“生”的优化，产生了“优生学”；另一方面又提出了对生命另一端——“死”的优化，即力图注重生命价值和质量，至死保持人的尊严。在这种情况下，医学再也不能在死亡面前淡漠处之、踌躇被动了。它应该教会人们怎样正确对待死亡，应该帮助人们舒适安详地走向死亡。因此应该建立一门“优死学”，即人的优逝学。

第一章 哲学篇·死亡态度与死亡观

古罗马卢克莱修在《物性论》的长诗中有这样的句子：

一定的生命的一定的终点，

永远在等待着每个人；

死是不能避免的，

我们必须去和他会面。

中国的庄周也有过类似的话：“死，无君于上、无臣于下，亦无四时之事，纵然以天地为春秋，虽南面王乐，不能过也”。（《庄子·至乐》）以上两段话讲的都是一个道理：有生必有死，中外古今，贵贱贤愚，概莫能外。

人生固有一死的道理虽是尽人皆知的常识，但是，由于各人所处的历史条件、自然地域、文化背景和心身素质的不同，而表现出对死亡的不同态度和不同的死亡观。在开篇之首先让读者了解一下这方面的情况，在与死神交手的时候不无意义。

一、死亡之态度

态度之作为一种心理现象，既是指人们的内在体验，又包括人的行为倾向。换句话说，态度就是指一个人对其周围事物所持有的认识、评价、看法，如赞成或反对，肯定或否定，接近或疏远，喜欢或厌恶等等。态度对本人的行为具有指导性和动力性的影响。

对待“死亡”，人们在使用这个词语的时候虽然总是避讳，但真正要直面于他的时候，不同的人却有不同的态度。归纳前人的倾向，基本可有3种类型。

（一）乐观者

对情愿自杀者或慷慨就义者面对死亡表现出的一种乐观主义态

度，大家尚可理解，而对“正常的”临终人来说，谈到“乐观”，似不可信。然而这决非杜撰。

千百年来，我们听惯了对生命的赞歌，人们歌颂太阳、歌颂春天、歌颂爱情、歌颂事业，而把憎恨和厌恶的脏水泼向死神。然而，查看一下人类文明史诗的长卷中又不乏赞美死亡的篇章。

美国电视剧《荣誉与死亡——海明威》中有这样一个画面：现代文坛巨匠海明威站在威尼斯河上，目睹缓缓移动的送葬船队，情不自禁地发出一声赞叹：“死亡真美”。

俄国伟大作家托尔斯泰曾经追求：像写鲜花一样写死亡。某种死亡肯定使托尔斯泰感受过鲜花一般的绚丽与芬芳。

印度大诗人泰戈尔一生崇尚“生如春花之灿烂，死如秋叶之静美。”他在《飞鸟集》中的：“燃烧着的木块，熊熊地生出火光，叫道：这是我的花朵，我的死亡。”就是对这种美的描述。

法国诗人拉马丁在布热湖边，留下了对死的著名沉思：

也许，在这人世之外，

别有天地和真正的光明，

假如我把这躯壳遗弃在大地，

眼前定会出现梦寐以求的奇境。

在那里，我陶醉在我所痛饮的山泉，

在那里，我将找到希望和爱情，

我一心所向往的美好理想，

不是这苟活于人世的浮生。

回溯 200 多年前，当浪漫主义思潮席卷欧洲的时候，海明威、拉马丁的心声可以在许多作品中找到共鸣。十分有意思，那是一个最热烈地歌颂生命、歌颂爱情、歌颂自由的时代，同时又是一个歌唱死亡，歌唱死神，歌唱毁灭的年代。拜伦、雪莱、济慈、诺瓦利斯、霍夫曼等一大批文坛巨子，曾经把自己的歌喉无私地献与人间光明与炽热的生命，献与流云，献与朝霞，献与恋人的笑脸。然而又正是在他们的心底

里，发出了对坟墓、尸骨和死亡以最深情的呼唤。

英国女诗人克里斯蒂娜·罗塞蒂的《歌》，把死亡想象成一种无比安然的状态：没有忧愁，没有渴望，没有期待，没有焦虑，没有怅惘，心灵感受着真正的恬静。

到美国女诗人狄金森的笔下，死亡则具有更为丰富的色调：

泥土是唯一的秘密——/死亡，是仅有的一个/你无法从他的“家乡”/查出他的全部情况。

没有人认识“他的父亲”——/他从不是一个“孩子”——/没有任何游戏伴侣/也没有“早年的历史”——

勤奋！言语简洁！/守时！严肃稳重！/象盗匪一样放肆/比小河流水安静！

像飞禽，它也垒窝！/它的巢常被基督洗劫——/一只又一只知更鸟，/偷偷溜进去安息！

《泥土是唯一的秘密》

死亡像一个可爱的少年，既纯真，又丰富，既调皮，又柔顺，既善于学习，又安分守己，既有不幸，又有安宁。死亡成了一个让人既怜又爱的美貌少年。

蒙田说：“死亡充满爱和谦恭”；雪莱说：“死亡的背后有真理”；诺瓦利斯称：“死是新婚之吻”，他们视死亡为摆脱痛苦的安眠。现代瑞士诗人黑塞在《流浪者致死神》的诗中写道：“死神，你也会来找我，/你也不会忘了我；/于是结束痛苦，于是折断锁链。/你还显得遥远而陌生，/亲爱的弟兄，死神。/你不顾我的困境，像悬空的一颗寒星。/你终究会来接近，/并满怀火样的热情，/来吧，亲爱的，我在此地，/带我走，我属于你！”流浪者在这个世界上孤独，贫寒，无家可归，生命完全被痛苦浸染，只有取消生命才能去掉痛苦。为了去掉痛苦，带他离开人世，跟着死神走，流浪者找到了一个伴侣，消除了痛苦，找到了一份温情，不再感到凄凉；找到了一个归宿，不再到处漂泊；找到了一份欣慰，不再是满怀哀痛。

西方作家哈兹利特说：“死亡如渡假，死后，不再应邀登上生活的舞台；衣着严整或是褴褛，大笑或是哭泣，受呵斥或是被捧场，都无所谓。我们始终安卧在隐蔽之处，舒适温暖，安然无危，一直长眠数千个世纪，而不期望被唤醒，我们被遮盖在最优质松软的土地之中，平静安宁，无忧无虑，长期处于未成熟状态，比婴儿睡着更深沉香甜。”

哈兹利特对死亡之态度的描述，实际上是对一种生存状态的描绘，一种富有诗意的生存方式的描绘。诗意来自于对绝灭的断然否认，任何一个能够坦然无畏地面对死亡或冥思死亡的人，都会否认死后的绝灭，或者视死亡为再生的途径，或者相信自己死后有些东西会留存下来。那些惊世骇俗的名言，从一定意义上讲，都给人们提供了从精神上征服死亡的勇气。

西方民族对死亡的恋慕大都与此有密切关系，既然可怕者不是死去，那么主动走向死亡就意味着人们大胆地粉碎了死神对自我精神的征服，就赢得了做“人”的尊严。受此心理支配，许多西方人可以宁静坦然地走向人生的彼岸，有的是自己欣然地拥抱了死神。

法国浪漫时代的一个少女在笔记上写下了下列想法：

死是一种筹码，因为它是天堂……我的整个人生最着迷的观念是死亡，它总使我微笑，没有什么能让死亡这个词使我感到悲伤。

有一对年轻夫妇，不到 20 岁，在花园里散步，男方在日记里写道：“我们谈话，谈了一个小时的宗教、不朽、死亡，它们显得甜蜜。我们在美丽的花园里说着这些话题。”他还说：“我愿年轻时死去，我一直有这样的愿望。”他的行为证明自己的愿望是真诚的，结婚之后几个月，他死了。他的妻子，一个法国新教徒，描绘他的最后呼吸时说：“他的眼睛，凝视的目光，转向我——他的妻子，我感到了从来不曾想象过的东西，我感到了死亡的幸福。”

古希腊哲学家伊壁鸠鲁是坚决反对恐惧死亡的人。他本人快死的时候，坐进热澡盆，喝着浓郁的醇酒，头脑里充满了关于哲学推论的回忆。在临终的信中，他把自己死去的一天称为自己最幸福的一

天。爱因斯坦谈到死亡的时候说：“生命——这是一出激动人心辉煌壮观的戏剧。我喜欢生命，但如果我知道过3个小时我就该死了，这不会对我产生多大的影响。我只会想，怎样更好地利用剩下的3个小时。然后，我就会收拾好自己的纸张，静静地躺下，死去。”历史上有许多伟大人物就是这样平静地死去的。

上面所描述的，是不同时代、不同民族的心灵对死亡的一些感受，是他们对死亡的美化。自然，这些美化具有不同的性质，包括了不同的文化心理与价值取向。

生活对许多人而言，并不是诗，而是不堪承受的困顿与折磨，是饥饿与寒冷、卑微与孤独，人们感受到生的卑微，生的丑恶，生的痛苦；当痛苦的滋味超过了人的心理承受力时，承受者就会把死亡视为美的去处。

对死亡的美化和向往，不能说是与作者个人对人生的体验无关。长途跋涉，浑身疲惫的旅人渴望有一栖身之所，美美地睡上一觉。在人生旅途中累了的人，被世间的纷争、矛盾折磨得心力交瘁的人，疾病缠身痛苦极甚的人，往往深深地企盼着死亡。在他们的心目中，死亡意味着安宁与幽静。那里没有仇恨，没有猜疑，没有突然而来的惊愁，没有防不胜防的诡计。那里的人有恬静的美，因而怎能不一心向往死亡。

有这样一个极端的例子，据说：古希腊的塔盖伊人，孩子出生的时候，亲族便团团围坐在这个孩子的四周，历数着人间的一切苦恼，并为这孩子出生之后所必然体验的一切正常事件表示哀悼。但是在埋葬死者时，他们却反而欢欣快乐，因为他解脱了许多灾难，而达到了完美幸福的境地。在中国类似这种习俗也可见到，虽然生了小孩子的时候不哀悼，但对一个生活不能自理的耄耋者或长期受疾病折磨的人去世的时候，也要吹吹打打地送葬或欢欢乐乐地会宴，农村称这种丧事为“喜丧”。

（二）达观者