

论生命教育——关于青少年自杀现象的生死学思考

郑晓江

江西师范大学道德与人生研究所

内容摘要：本文主要探讨青少年的自杀现象，并提出应该大力推展生命教育，以减少生命之重大损失、减轻社会之严重问题，特别是让青少年能健康快乐的成长，获得生命发展的正确方向。生命教育即是围绕有关生命问题、生活问题、人生问题进行的知识传授过程，目的是让青少年理解生命、珍惜生命、关爱社会和其他人之生命。鉴于目前我国青少年自杀问题的严重，孩子们在生命、生活与人生方面皆存在着种种问题，在我国全面系统地开展生命教育就显得十分的急迫和必要，这也是创建和谐社会的重要组成部分，本文又进而探讨了生命教育的受众问题、内容问题和原则问题。

关键词：青少年 自杀现象 生死学思考 生命教育

有一份调查和分析材料说，德国的家长最希望孩子的前三项是：第一是健康；第二是快乐；第三是孩子能从事自己喜欢的工作。而许多中国的家长则不同，他们第一希望孩子学习成绩好；第二希望孩子健康；第三则希望孩子出人投地。所谓出人投地，多指孩子长大后能拥有巨额财富，超过大多数人；或者拥有很大的权力，成为政治新星，等等。可见，除了都希望孩子健康之外，德国的家长和中国家长对孩子的期望内容有很大的差异。

相比较而言，中国的家长们不太注意孩子个人的兴趣、独立人格的塑造；而对物质方面获取的要求又十分的强烈，这样一些对孩子的期望，造成许多负面的影响，比如：孩子沦为“考试机器”，过早地失去了童年和少年的天真、纯朴；孩子的心理负荷特别沉重，对外在的社会、他人的议论过分敏感，依赖性特别强，等等，甚至导致许多孩子成为人格偏执、被动型、独立性差、性格忧郁、脾气古怪的“问题小孩”，严重者会采取自杀的行为，从而造成生命不可挽回的损失、家庭其他成员的极度痛苦和社会的严重问题。

生命教育即是围绕有关生命问题、生活问题、人生问题进行的知识传授过程，目的是让青少年理解生命、珍惜生命、关爱社会和其他人之生命，并获得生命发展的正确方向。鉴于目前我国青少年自杀问题的严重，孩子们在生命、生活与人生方面皆存在着种种严重的问题，在我国全面系统地开展生命教育就显得十分的急迫和必要，这也是创建和谐社会的重要组成部分。

一、现象

2002 年中新网 12 月 11 日报道，中国大陆每年有高达 28.7 万人死于自杀。在国内，许多自杀者并没有精神疾病，其自杀是在遇到强烈人际关系冲突之后迅速出现的冲动行为。70%左右的自杀死亡或自杀未遂者从来没有因为其问题寻求过任何形式的帮助；60%的自杀死亡者和 40%的自杀未遂者在自杀当时有严重精神疾病；全国的综合医院每年有 200 万急诊自杀未遂病人，但在其急诊治疗期间接受过精神科评估或治疗的不到 1%。根据调查显示，在中国 659 例自杀未遂者中，仅 38%的人在自杀当时有精神障碍。许多自杀未遂者表现为冲动性自杀行为：37%的自杀未遂者自杀前考虑自杀的时间未超过 5 分钟，60%考虑自杀的时间不超过两小时。60%自杀者前两天有一个急性诱发事件，一般是人际关系矛盾。研究表明，每 1 人自杀会对周围的 5 个人产生巨大的心理影响。据

悉，中国是世界上自杀率最高的国家之一，总的自杀率为 23 / 10 万，而国际平均自杀率仅为 10 / 10 万，中国自杀率是国际平均数的 2.3 倍。一个人的自杀会给亲朋好友带来巨大伤害，这种伤害涉及到情感、社会和经济诸多方面，据世界卫生组织的估算，每年与自杀有关的经济损失高达数十亿美元。据有关材料，自杀已成为我国青少年人群（15 至 34 岁）的首位死因。这一点应该好理解，处于这一年龄段的人，疾病较少，身体好，自然非正常的死因，如自杀等会排在第一位。特别要引起社会、学校、家长注意的是，近些年来，我国的青少年的自杀率有升高的趋势，比如，据有关资料显示，中国北方某城市，每年自杀的中小學生达到 30 至 50 人之多；而在南方某城市的一个区，仅在九个月内，中小學生自杀案件就高达 13 起，有 3 人自杀身亡。

另据有关材料，全国每年约有 1.6 万名中小學生非正常死亡，平均每天有 40 多人，其中许多是死于自杀。据专家估计，中国青少年自杀的比率，在国际上也是处于中间偏上的位置。特别值得提出的是，据统计，中国每年还有约十三点五万的未成年的孩子要经历母亲或父亲死于自杀所带来的无尽伤痛，从而形成青少年的生死问题，他（她）们极易成为所谓“问题小孩”。可见，青少年的自杀问题（或生死问题）已经严重到非重视不可的地步，而预防青少年自杀，降低青少年的自杀率更是全社会、所有的学校和家庭共同的责任。因为青少年的自杀不仅仅带来自杀者宝贵生命的丧失，更引发出父母“白发人送黑发人”的刻骨铭心般的痛苦，还会引发许许多多的社会问题，对社会的和谐发展、家庭的和睦生活是重大的危害。

《四川青年报》曾经报道：四川省彭山一中两名初一优秀女生刘玲玲和黄莹越过 6 层楼顶的围墙，手牵着手跳楼自杀。在她们留给自己父母和亲友的信件中反复提到的内容是：“世界上没有什么可留恋的”，“到了另一个世界也许应是无忧无虑的吧”。山东东阿县姚寨乡一名 11 岁的小学女生，因背不出书而受到老师的变相体罚，便心生惧意，跑回家后服毒自杀。重庆市沙坪坝区 9 岁学生李君因被母亲反锁在家里做作业，心情狂躁不已，先是在家里乱砸杯子，最终手拿一双运动鞋和足球袜从 5 楼窗户纵身跳下。母亲闻讯后哭泣着说：“没想到自己的好心竟酿出如此悲剧。”《南方都市报》报道：2003 年 4 月 12 日，深圳职业技术学院管理系大三女生李花被发现在宿舍上吊自杀，被送往医院紧急抢救后不治身亡。《中国青年报》报道：2003 年 4 月 14 日，离下课还有一分钟，小楠提前走出教室，当下课铃声响起，她从五、六楼间缓步台的窗口坠下楼去……。知情的学生说：9 时 39 分，距下课只有一分钟，小楠一个人走出教室，我们想反正快要下课了，也没太在意。而当我们涌出教室后，发现小楠已躺在教学楼外西侧的水泥地面上，周围是一滩血。”

上述的例子还只是冰山一角，许多青少年的自杀现象并没有公开，因为学校视其为业绩的污点，而家长更以其为奇耻大辱，所以都不希望公之于世。亦因此，许多青少年的自杀现象没有进行深入的科学的研究。如此严重的问题，究竟应该怎么办呢？为什么人们的物质生活水平在不断提升，学校的设施在不断改善，而青少年之自杀问题却渐趋严重，而且自杀问题还另人担忧地日趋低龄化呢？家长在教育子女方面，学校在教育学生方面从小就应该注意哪些方面的教育呢？

教育是为人们提供处理社会、人生、生活中各种事务的知识与能力的过程。现代社会发展的一个重要特征就是教育受到普遍性的重视，人们已经不仅要在正规的学校接受多年的专门化的教育，而且在步入社会之后，仍然需要继续学习，此即所谓终生教育。但是，现代的教育系统有一个非常大的缺陷，那就是生命教育的缺位，而这已经抑制了现代人之生死品质的提升，并导致了严重的青少年自杀问题。

应该说，人之一生至少包括四大内容：生、老、病、死。对于人们如何“生”，怎样“生”，需要一些什么样的知识与能力，等等，人类文明史已经发展出相当完备的教育系统，包括教育的内容、教育的方式、教育的手段，无不越来越复杂和有成效。对于人们的“老”，社会也逐渐地重视起来，并建立起一整套养老制度，人们在青壮年时期的生活过程中，也相当注意有关“老”之后的生活知识，在未老之前已经有所准备了。至于“病”，现代社会越发达，有关“病”之知识就越普及，治“病”的技术也越来越好，而重视健康状况也成为现代人生最重大的问题之一，人们获得了相当多的教育。但是，现代社会虽然提供了越来越完备的有关“生”、“老”、“病”的教育，唯独关于“死”的

教育非常薄弱。在大多数的地方、在大多数的学校中根本就没有关于生命、尤其是关于死亡方面的基本教育。

所以，有必要全面地推展有关生命的教育，生命教育的核心则是生死观的教育。要让青少年们对生命的孕育、生命的发展有所认识，从而使之对自我的生命及他人的生命抱持珍惜和尊重的态度，并让学生在受教育的过程中，培养对社会及他人，尤其是残疾人的爱心，使中小学生在人格上获得全面发展，尤其是尽量避免青少年自杀现象的频繁发生。这应该说是推进我国大、中、小学生素质教育或通识教育中不可或缺的重要一环。

二、原因

在生命教育的研究和教学中，应该把如何看待和预防青少年自杀放在重要的位置上。应该指出的是，自杀正在成为除交通事故之外，直接威胁青少年生命的又一最大“凶手”。个中原因何在呢？

第一，仔细分析这类自杀案例时我们会发现，许多选择自杀的青少年缺少家庭温暖，比如：存在着暴力现象的家庭，父母离异的家庭，单亲式的家庭，以及孤儿或家庭遗弃等，都会造成孩子性格内向、孤僻、倔强，且学习不够好。而自杀少年有相当的比例有人格障碍、忧郁症、边缘型人格、精神分裂症。而据有关社会学的统计资料，82%的忧郁症病人曾尝试自杀，有 1/4~1/5 的忧郁症病人死于自杀。边缘型人格在青少年时期便会显露征兆，如开快车、嗜药等，有 12%~15%有精神分裂症患者会自杀。

第二，在人生中受到重大的挫折与痛苦时容易导致自杀现象的产生，这在缺少社会及人生经验的青少年身上更是显得十分突出。许多青少年走向自杀多是出于解脱人生痛苦的需要。在现实生活中，未成年人之心理、精神及人生的承受力都非常的差，经常是为一些似乎不那么重要的事情而走向自杀，对家人与社会造成了极大的痛苦和损失。

本来，死亡是人类最大的痛苦，也是人类最大的恐惧对象，可是有些青少年还是会选择结束自己生命的可悲方式。人世间的生活中，人们常常会为某种丧失而痛苦万分，可死亡是人们全部拥有的失去，这诚然是人间最大的痛苦。人们每到陌生之地便会产生担心害怕之感，越是陌生的地方，人们的恐惧越大，而死亡是人们最最陌生之地，这怎不派生出人们最大的恐惧呢？但是，虽然死亡乃人间最大的痛苦和最大的恐惧，可如果人们在生活中发生了某种事件、出现了某种状态、丧失了某种期望，有许多人就可以不顾这人间最大的痛苦与恐惧而毅然决然地走向死亡。可见，痛苦与恐惧也是相对而言的，在某种情况下，人生的不合意的状态比之死亡的痛苦与恐惧更令人难以忍受，于是人们就采取自我了断的方式来结束生命。不幸的是，如此之思与如此之行者在现代社会是越来越多了，且有低龄化的倾向，因为大多数的青少年实际上并不理解死亡究竟意味着什么？而他们也更不能忍受生活中的困难与挫折。

所以，第三、青少年的自杀的现象发生，在某种程度上讲，是教育的失误。从根本上而言，由于现代家长和学校缺乏对小孩进行与生命有关的教育，许多青少年并不真正理解什么是生命，生命产生、发展的真实过程，人之生命中真正的价值与意义是什么。所以，珍惜生命、保护生命，让生命沿着正确的轨道行进在许多青少年那里并没有特别清晰的概念。比如，在对生命态度上现代青少年就与传统社会的人有极大的不同，生命的神圣性淡化了、消解了。有一句青少年在对父母不满时常讲的口头语：“我又没有要你们生下我！”实际上就是不知生命神圣性的表现。实际上，许多小孩从小对生命就形成了某种程度的轻蔑态度，这成为自杀现象内在深层的原因之一。因此，家长、学校、社会应该对小孩从小进行生命神圣性教育，这是提高生命质量的第一关。

此外，因为以上原因，青少年对他人的生命亦显得冷漠，缺少起码的同情与关爱。《青年时报》报道：2004年9月，湖南株洲市张某家9岁半的小孩张方（化名）失踪两天没有消息。家长焦急万

分，到第三天才终于发现了已经落水身亡张方。原来，在 9 月 10 日下午 1 时左右，几个同学与张方一块出去玩，下午 6 时多，张方仍没有回家。家人到张的同学处问情况，都说“不知道”。后来查明，那一天张方和与他年纪相仿的 4 个同学一起到河边玩，不慎落水，4 个孩子在岸边眼睁睁地看着张在水中挣扎、呼喊、淹没却无动于衷。最后他们商量出一个办法，用沙子将张的衣服掩埋，然后各自回家。而面对张方焦急万分的父母，四人皆众口一词地说“不知道”！（《青年时报》2004 年第 1071 期）对生命如此冷漠，如此没有感觉，这真是人间的悲剧、家庭的惨剧、社会的大问题。但是，我们必须意识到，这主要责任并不在孩子身上，而在教育，在家庭、社会与学校的教育。那种以考试成绩为核心目标的教育机制，让孩子们失去了对生命的感受，也没有生命神圣性的观念，自然就缺乏珍惜生命、同情他人、体谅人、尊重人、关心人的基本素质。

三、对策

那么，社会、学校、家庭究竟应该采取什么措施来减少青少年的自杀现象，来强化生命教育呢？

第一、我们首先应该从不久前发生在中国及许多国家和地区的“非典”疫情中获得启发。在 2002 年下半年和 2003 年上半年的“非典”流行过程中，我们可以发现，即使是一种疾病，社会的透明度、信息的公开性都是十分重要和必要的。在中国，关于自杀的社会学数据长期不全、不准，现在即便有了较为清晰的自杀数据，但关于青少年的自杀人数和自杀率始终没有全面准确的数据，这不能不说严重地妨碍了对青少年自杀问题的研究，从而也大大阻碍了通过生命教育来降低青少年自杀率的努力。

在我们的社会，有一种习见，总认为自杀的人数、尤其是青少年的自杀是件很不好的事，是有损社会、国家和民族形象的事，所以最好是不要公开。我们的学校也有一种看法，认为青少年的自杀会严重地损害学校的声誉，所以，人们知道的范围越小越好。而我们的家长也将自己子女的自杀视为极不光彩的事情，虽然悲痛万分，但却低调处理。固然，青少年的自杀不是好事，是件不光彩之事，但却决不能视为有关社会、国家和民族的形象问题。因为，自从有人类以来，就存在着自杀的现象；而全世界自杀率最高的主要还是在发达国家，如丹麦、澳大利亚和日本等。所以，正如一位学者指出的：自杀是一个社会的严重问题，但决不是社会的阴暗面。不正视青少年的自杀问题，采取许多的办法来掩饰青少年的自杀现象，回避因青少年自杀所引发的种种社会的学校的问题，不仅不能稳定社会，“为国争光”、“为民族争气”，相反，会让我们因无法察觉这一问题的严重性而不能有效地研究它，从而无法采取有力的措施去加以解决，以达到降低青少年自杀率的目的，而由此引发的学校危机、家长的痛苦更是无法妥善地解决。而有关生命教育的内容，也必须以大量详实的社会学统计资料为依托来确立，决不能从抽象的大道理到大道理。应该说，生命教育是一种实践性最强的教育方式，其科学性实用性的要求也特别高，必须要有具体的生活实例与大量的科学的数据为基础，否则将沦为空虚无用。

第二、再具体到青少年的自杀问题。一般而言，只要分析青少年自杀的个案，不难找到其自杀的直接原因，比如：孩子心理预防机制不健全；恶性的外部刺激；缺损家庭、父母教育方式的专横或极度放纵；社会与学校的强大压力；精神障碍；极端的消极、失望、孤独、焦虑、痛苦等等。但有没有更为深层的原因？应该说是有的。一般而言，成年人的自杀，多起于内在的原因，是外在的某种因素导致其内在思想斗争，最后走上自杀的不归之路。而青少年的自杀，应该说大都起于外在的原因，他们的心智还未能发育完成，许多人并不知晓自杀的严重性，他们更不懂死亡究竟意味着什么？因此，突发性的外在的生活过程中的原因常常使青少年走向自杀，他（她）们毕竟还小，不能为自己的行为负全责。这样，父母与学校、社会，在青少年自杀的问题上有着更为重要的责任，在这方面我们要有清醒的认识。所以，在学校中必须要有生命教育，让青少年认识生命的起源、本质，存在的意义与价值，让他们在受教育的过程，获得对生命的正确态度。

据《华商晨报》的报道，在中国辽宁省，已经在各中学开设了有关的生命教育课程，其主要的内容包括：青春期的知识、毒品预防、法制、安全、公共卫生、艾滋病的预防、环境保护、性教育

等。辽宁省教育当局决定，为了扎扎实实地进行生命教育，除了学校的正规课程以外，准备用三年时间，有计划地分批在全省 100 个县区设立“未成年人生命教育指导中心”，主要工作是：对未成年人的心理问题、青春期困惑、危机状况进行有效的咨询、指导和帮助。（《华商晨报》2004 年 11 月 24 日）另据《光明日报》的报道，上海市正在制订出台《上海市中小学生生命教育指导纲要》，将在条件成熟时，投入巨资对青少年进行系统而有成效的生命教育，以遏制目前学校教育中普遍存在的“重分数轻育人”现象。学校的正规课程中，将把生存训练、青春期教育、心理健康教育等课程纳入教学计划，并切实地抓紧抓好。（《光明日报》2004 年 6 月 2 日）这些可以说是一个良好的开端，但相对于中国的几亿青少年来说，从广度和深度来说都是远远不够的。加强对生命教育本身的科学研究，尽快地在全国中小学推动生命教育的普及，可以说是中国目前教育界的重大任务。

第三、在青少年自杀的问题上，社会某种不好风气的导向、家长的一些过度的企盼可能起着一种推波助澜的作用。比如：社会上物质主义泛滥、享乐主义盛行，金钱、权力、地位等等成为许多人唯一追求的东西。这些不好的社会风气导致许多家长皆以学习成绩作为衡量孩子的唯一尺度，盲目地以为孩子成绩好才能上一流的小学，考一流的中学，念一流的大学，将来才会有前途，才能出人投地。据有关材料分析，许多家长们对孩子学习成绩的近乎疯狂的追求，已经成为中国青少年自杀的第一位的原因。许多青少年往往是成绩不好，有时根本不是不好，而是离家长的期望有距离，便遭到家长的训斥、老师的不满，孩子自己也觉得无脸见人，心理素质不好者，可能因此而走向轻生。但是，我们必须看到，考试的威逼、分数的压迫等等，是常见的青少年自杀的直接原因，而更为深层次的原因则是金钱至上、地位至上之社会风气和父母那种对孩子成绩扭曲性的过高企盼，这是全社会及家长们都应该深刻反省的事情，也是在生命教育中要重点解决的问题之一。所以，生命教育的对象决不能只放在青少年身上，而应该将全体家长纳入教育的大系统中，也就是说，生命教育应该是一种全民的教育。其不应该是通常的那种传授一种知识并考核其是否为接受者掌握的教育，而是一种人们都应该具备的生命存在之素质的教育，是一种获得相关知识并必须贯之以生活的教育；也不是开设给部分人的教育，应该是广泛的社会性教育过程。

第四、若从最内在的方面来看，则应该看到，导致青少年自杀的根本原因还在他们被感染上一种不健康的人生观。所谓“新新人类”就宣称：“只要我喜欢，有什么不可以？”目前，中国的独生子女在青少年中已占有相当大的比例，这些“天之骄子”，上有二代甚至三代长辈全力以赴地去满足他们一切的生活要求，而他们也全身心地沉溺在感性生活之中，已经习惯了随心所欲、众星捧月、什么都不缺的人生，一旦大人不让他们看动画片、不让买想要的东西、得不到想获得的成绩、老师家长给脸色、在同学朋友中丢了面子、生活中不顺心、不随意，当然还有——不高兴，等等，那么，他们就可能去死——自杀。“我活得不好，我喜欢去死，我就去死”，这恐怕是那些自杀的青少年常见的思考模式，这也是“只要我喜欢，有什么不可以”的人生观派生而出的。

一般而言，青少年的自我毁灭大多是产生于一时的冲动，而人之生命的毁灭也往往只在一瞬间。因此，要大力推广生命教育，要让孩子们都知道：在这个世界上，你得学会珍爱生命，学会承受挫折。青少年只有在情感、人格和人性等各方面都得到较健康的发展，才能自然地体验到做人的尊严，并在自觉或不自觉中理解到生命的可贵，从而珍惜生命、呵护生命，获得生命的意义与价值。所以，必须加强对青少年生命观的教育，让他们知道生命究竟是什么？一个人应该怎样活着？我们应该拥有怎样的健康而合理的生活观？这些都必须纳入生命教育的大系统中来进行。

第五，如果从生死哲学上来思考青少年的自杀问题，可以获得更深层的理解模式。我们常讲的人生，实际上由二大部分构成：一是“生命”，一是“生活”。生命是人生的存在面，生活是人生的感受面。我们一讲“生活”就是指当下此在的感受，过去的生命已经过去了；未来的生活还没有开始，所以，人之生活是一个“点”，是某种当下此在的感受。而我们讲“生命”，则意味着人生过去、现在、将来的和合体。没有过去的生命，你不可能有现在的生命；若没有未来的生命，你是一个死人。所以，生命是一条“流”。成人往往已从生活过度到生命，可以理解在人之生活之内之上，还有生命的存在，因此要成家立业，要去创业，要去做一些伟大之事，等等。可是，青少年智力还未健全，他们很难意识到生命与生活的区别与联系，他们只知生活而不知生命，以为生活就是生命，以

至于生活感受不好就放弃生命存在。因为他们往往把生活的感受视为人生的全部，所以，生活中的不顺心、不如意、不高兴等等，皆可以成为走向自杀的理由，他们并没有意识到，生命丧失的严重后果。传统中国人有一种人生观，叫做“好死不如赖活”；现代人有一种人生观，可称为“赖活不如好死”；而青少年更有一种独特的人生观，可名之为“感觉不好就去死”。所以，不正确不健康的人生观是导致青少年自杀的最主要最内在的根源。

在生命教育中，必须强化人生观教育，加强挫折教育，使孩子们学会承受挫折，明了挫折其实是人生成长之基础和动力，从而具备在逆境中奋发努力的能力，以提高孩子们的生命质量。应该在生命教育中让青少年意识到：人不仅仅是属于自己，还属于家人，属于社会，生命只有一次，失去便不能复生。人之生命是由父精母血构成，只有在社会中才能存在和发展。这样，孩子们就可以意识到：我的生死决非个人私事，而是家庭的、社会的和大众的。此外，必须在生命教育中还告诉孩子们一个道理：对那些已经自杀者来说，他们也许是一种解脱，可是他们是否想过自己亲人的莫大痛苦和社会的严重问题呢？所以，学校和家长的教育都要让每个孩子学会努力与别人相互沟通，个人生存奋斗的同时也要感觉到亲人和他人、社会的作用，从而使自我在生命层面上与所有的人和社會相关联，建构一种生命意识与社會责任感。也唯有从生命层面入手，才能使孩子学会承受挫折，寻找到生命之意义与价值，学会关爱社会和他人，从一个“自然人”过渡为全面的“社会人”。

四、方法

为了推动生命教育在中国健康、快速地展开，让广大民众接受到有关生死的各种有益的知识，建构起合理的生死观念，降低自杀率，尤其是青少年的自杀率，使现代中国人之生死品质得到较大的提升，有必要对生命教育如何开展的问题作一探讨。

生命教育本质上是一种生死观的教育，不唯青少年需要，不唯有自杀念头及行为者需要，也是全社会所有成员都应该具有的知识。比较而言，中国在生命教育方面处于相对落后的状态，但不可否认的是，经过各方的努力，近年来生命教育亦有长足的发展。尤其是台湾地区的生命教育已有十余年的推展，取得了举世瞩目的成绩。随着民众富裕程度的提高，社会文明程度的上扬，可以预见在生命教育方面中国将肯定会有一个大的发展。

第一，关于生命教育的受众问题。

生命教育的对象要有一个较科学的分类，因为不同的受众，应该有不同的教育目的和内容，并达到不同的接受程度。为此，应该把生命教育的受众分为以下四类：

(1)专业人员。主要包括研究生死问题的人员、教师和医护人员。对这样的教育受众，应该教导以有关生死问题的系统性的知识，要求他们比较全面、比较深入地去掌握生死学，及其人类围绕着生死产生的一系列其它的相关问题。尤其重要的是，这些专业人员还必须进而学会运用生死学的知识去帮助大众正确地对待生死问题。

(2)病患者与亲属好友。这是生命教育中比较特殊的受众，亦是最需要立见效果的受众。在对这部分人员进行生命教育的过程中，决不能试图让他们去掌握生死学的艰深理论，亦不必将有关生死的诸问题全部讲清，而重点只能放在：一方面通过细致地沟通，了解对象已有的文化素养和宗教背景，其原先对死亡有什么看法，其面对死或即将丧亲的情况下，最恐惧、担心、忧虑的究竟是什么。另一方面，则根据对象的有关情况，有针对性地运用生死学的知识，帮助对象解决死亡的焦虑、恐惧和各种思想负担，使患者能坦然面对可能的死亡结局，亦使患者家属和好友有准备地接受丧亲之痛。

(3)在校学生。学生是在学校接受各种教育的受众，必须使之从小就有关于生死的正确观念。在小学阶段主要应该让学生们从生理上理解死亡的观念，知道死亡是一切有生命之物的必然归属。在中学阶段，生命教育应该把重点从死亡的自然属性逐渐扩充至死亡的社会属性，即让学生们明白，

人类之死与动物之死不一样，包含着许多生命伦理、社会责任、文化传统等方面的含义在内，尤其要让中学生掌握正确的死亡观念，并能够转化为促进人生、规划人生的有益资源。在大学阶段，则可以让学生们了解历史上各大文明传统对死亡的不同理解和阐释，帮助学生在理性的基础上进行有效地选择，建构起比较合理的生死观。

(4)普通大众。普通大众是社会上最大的生命教育的受众。他们往往文化层次不一，生活习俗不同，收入状况各异，在推展生命教育方面困难也最大。对普通大众最有效的生命教育手段当然是通过电影、电视、文学作品等。普通大众一般不会接受抽象观念的教育，而对有形象、有情节、有感人场面的影视作品接受度较高。所以，要有计划、有组织、有资金投入地去拍摄、撰写具有生命教育意义的影视和文学作品，并开展各类宣导活动，使生命教育能普及到社会的各个层面。

第二，关于生命教育的内容问题

生命教育一定要建立在问题意识的基础之上，也就是说要针对普通人所遭遇到的生死问题给予相应的知识传输。因此，必须把死亡学、生死学、生死哲学的学科研究和生命教育作严格的区分。从最一般的情形而言，人们一生中所遇上的死亡问题略有五：其一，死亡价值论的问题，即人之死与动物之死不同，后者的死是一种纯自然生理的过程，而人之死则还有其社会及文化的意义在内。所以，人在自然死亡之前，有时会有一个选择死亡的问题。比如：有些人觉得某种道德的价值、某一崇高的事业、某种美好的理念，等等的价值要高于自我的生命价值，于是便会勇于赴死去实现这些价值。当然还有些人因种种原因对生活丧失了兴趣，觉得死是一种比生更好的状态，所以也选择了赴死。对前一类人社会一般许之为“杀身成仁”，“舍生取义”；而对后一类人，则被称之为自杀者。在生命教育过程中，当然要提供给受众合理的死亡价值论，同时应该教育人们不要轻易地走放弃生命的绝路。其二，面对人类必死的整体命运和每时每刻都在发生着的陌生人之死，我们应该抱一种什么样的态度问题。为此，在生命教育中必须讲清死亡的生理过程，传授动植物及人类生与死的物质基础，以及人之死的特殊性的有关知识。并且，要让受众建构起对他人之生死的同情、怜悯之心态，对人类生死命运的敏锐感觉。只有当人们对生与死有一种心灵的震颤，才有可能帮助其建构起合理与合意的生死观；若人们对生死抱一种漠然处之的冷淡态度，则有关的生命教育将丧失其作用。其三，面对亲属之死，人们如何把悲伤情感控制在不伤身害体的范围之内，并尽快地从心灵痛苦中超拔出来，步入人生正常的轨道？一般而言，人们丧亲之后的感情悲伤对人之精神与肉体都有较大的伤害，严重者甚至会导致自杀事件的产生。因此，生命教育要针对这种一般人普遍遭遇到的问题，提供给人们各种有益的观念和智慧，帮助人们在遇到亲人之亡的事件时把伤害降到最低限度。其四，每一个人无论生前状态如何，都或迟或早会死去，这是生命教育过程中最大、最迫切需要解决的问题之一。人之死的必然性，使人之生笼罩在浓厚的死亡阴影之下，人们也就必然会或强或弱地产生对死亡的焦虑与恐惧，尤其是那些“预期死亡者”更是如此。“预期死亡者”指患上绝症且被宣告不久于世者。这类人的死亡痛苦超过任何其他的人。因为，虽说是“预期死亡”，但十分确切的日子还是不能确定，可这一天又必定会到来，于是，患者陷于一种日日都可能死亡的极大恐惧之中。人之生变成了被死亡全部控制的领地，患者处于一种完全透不过气来的悲惨感受之中，无法摆脱心灵上的痛苦煎熬。现代社会中的人很难象传统社会的人在家中亲人环伺下迎接“善终”，大多都是因患病而在医院里咽气。所以，“善死”的状态现代人越来越难以企及。这就大大增加了现代人所经受的死亡痛苦。为此，生命教育应该先提供给大众有关死亡的合理观念，培育人们的心理素养，使人们比较早地建构起面对自我之死的健康心态。其五，有关死刑、堕胎、器官移植、“克隆”、自然灾害、核子战争等等关系到人之生死的一系列问题。人类科技的发展，尤其是生命科学的发展，将使人之生死问题与传统伦理道德发生紧张，人们将会遇到许多有关生死的一般性问题。生命教育承担着让社会大众了解这些问题，并正确对待这些问题的重要任务。

第三，关于生命教育的原则问题。

在生命教育的过程中，除了要有问题意识外，还必须贯彻以下几种原则：(1)要以人生为出发点谈死亡问题。在具体的生命教育的活动中，要善于把死亡问题转化为人生问题。生命教育所言之

“死”，并非指人的生理之“死”，而是对活着的人谈观念上的“死”。其目的仅放在、也只能在提升人之生死的品质上。生命教育最终希望让人们面对“死”不恐惧、不焦虑、且心安坦然，这本身就是一种较佳的人生状态，而非人死的状态；其次，生命教育试图让人们面对亲人之死时不要痛不欲生、伤身害命，这本身也是人之生而非人之死；最后，生命教育要求人们对人类之生死的命运有一种敏锐地感受，对一般社会性的生死问题有一种全面的了解与合理的态度，亦是为了人生的状态趋于更好，而不是为了死本身。总之，生命教育过程中，一定要牢牢把握由“生”观“死”，又由“死”观“生”的原则，出发点与落脚点皆在“生”而非“死”。如此才可能谈清有关“死”的问题，并使生命教育能被人们所广泛地理解和接受。(2)要有生动活泼感人的教育形式。国内外成功的生命教育的实例都说明，生命教育有无效果、能否为广民众所接受，关键当然首先在其内容是否能解答普通人的生死困惑；其次则在于有否好的形式。所以，在生命教育中一定要广为引进电影电视文学音乐座谈会等等民众喜闻乐见的形式，在轻松的氛围中使民众了解死亡这样一个沉重的话题。(3)要坚持开放性的教学原则。在生死观和生死态度的教学过程中，切忌认为某一种生死观和态度就百分之百的正确，而其它一切生死观与态度皆错误，并企图让所有的人皆接受某一特定的生死模式，否则将使死亡的教育离现实的人越来越远，最终毫无效果。正确的做法是：在生命教育的过程中，一定要让人们广泛地了解人类历史上曾经出现过的各种类型的生死观念与智慧，说明它们在何种范围、程度上具有其现实的应用价值。事实上，要解决人之生死这样人世间最复杂的问题，非得调动人类历史上各民族一切有关的思想精神传统的资源，而这就必须在生命教育的过程中贯彻完全开放的原则，对受众采取讨论的方式、引导的方式，容纳多种生死观念的并存和发生作用。

五、结论

1、综上所述，今日我们要降低青少年的自杀率，减少生命的重大损失、家庭的巨大痛苦、社会的严重问题，强化生命教育是当务之急，而且必须使信息公开，加强对青少年自杀数据的调查整理，并公之于世，让全社会和学校家长都了解和高度关注这一问题，同时组织专家学者加强研究，获得解决的方式方法，进而内化成生命教育的内容，让青少年，也让学校和家长都能够掌握，并贯彻到教育的实践当中。

2、必须大力改变社会偏重物质、盲目倡导享受的不良风气，尤其是要改变家长们只以“分数”论英雄、只以“出人投地”看孩子的错误的价值标准。当然，我们还应该大力引进西方各国在控制和降低青少年自杀率方面的成功经验，如此等等，当我们的社会有一种良好的风气，家长学校也有一种正确的价值观念，而孩子们也能通过正规的生命教育了解生活与生命的真正奥秘时，降低青少年的自杀率才有了可能。这是一项造福千千万万个家庭的大事，也是减少社会问题创造和谐社会的重要方面，更是各类学校获益匪浅的事情。

3、生命教育必须要有正确的方法。在生命教育的受众方面要有所区分；在生命教育的内容问题方面要根据不同的人群给予不同的教育；在生命教育的原则问题上则要以人生为出发点谈死亡问题、要有生动活泼感人的教育形式、要坚持开放性的教学原则等等。

Life Education Is The Perpetual Theme Of Education

---thinking about the phenomena of adolescent's committing suicide in the philosophy of life and death

zheng xiao jiang

Abstract: This article mainly inquires into the phenomena of adolescent's committing suicide ,posing an argument

that life education should be developed vigorously in order to reduce the losses of life and alleviate the grave social problem, particularly to help adolescent grow up healthily and happily and attain the right direction of the life development .

Life education is a process of knowledge's passing on centering on being problem ,living problem , life problem .It aims at helping adolescent understand life、cherish life and treasure others' and social life. Because of adolescent's committing suicide gravely in China recently, and because of children's having various of problems about being、living and life, it is urgent and essential to put forward life education completely and systematically in China, which is also an important part to establish the harmonious society

keywords: adolescent the phenomena of committing suicide thinking in the philosophy of life and death life education

作者简介: 郑晓江, 1957 年 6 月生, 江西省万载县人, 江西师范大学道德与人生研究所教授, 中国哲学史学会理事, 中华炎黄文化研究会理事, 中国实学学会理事, 武汉大学传统文化研究中心兼职研究员, 主要研究生死哲学。(通讯地址: 江西南昌市阳明路 306 号出版大厦附楼 1403 室; 邮编: 330008 ; 电话: 0791-6895307 ; 13979117006; 电邮: iangzh@163.net)