

## <<生长老病死>>

### 图书基本信息

书名：<<生长老病死>>

13位ISBN编号：9787561756430

10位ISBN编号：7561756437

出版时间：2007-12

出版时间：华东师大

作者：于光远

页数：292

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

## 前言

《吃喝玩——生活与经济》在华东师范大学出版社2001年6月出版，12月第二次印刷后，在上海举行了一次签名售书活动。

在这之后，出版社请我吃了一顿饭。

在饭桌上，我即席提出了一件工作，那就是继续组织力量写作并编辑一本她的姊妹作。

社长朱杰人当即表示支持，在座的有邓伟志和周洁。

这本书工作的进行，就在这种情况下初步定下来了。

事后，我就找了几位同志商量了一下，提出“生老病死”这四个字，这是人们常用的，似乎可以此为书名。

不过这有缺点，一个人不能一生下来就老吧！

在生与老之间，应该加一个“长”字，是否可以用《生长老病死》作为书名？

大家同意了我的提议。

接着就进一步讨论作者分工，提出除周洁担任责任编辑、胡冀燕担任我的助手之外，其他同志按照“生”“长”“老”“病”“死”五个方面各自写文章，其内容，一是个人对生长老病死的看法和做法，一是社会对生长老病死的看法和做法。

同时参加讨论的七位同志就“生长老病死”进行若干次对话。

把对话记录整理出来收进该书，作为该书的一个部分。

这样的做法，主要是我的主张。

回过来看，当时我考虑不周，而且对写作这本书的困难也估计不足。

出版一本书，当然要保证质量，而这是不容易的。

在七个人当中，我和胡冀燕在北京，其他五位在上海，虽然我们利用去上海参加其他活动的机会，想方设法碰头，讨论了多次，并六次进行了七个人的对话。

但不可能经常讨论，因此进展得比较慢。

不久前，2004年10月14日的晚上，我利用乔宽元也去张家港参加智慧学全国性会议的机会，研究了本书的写作工作。

我考虑了一下，在北京写了一篇《重写生长老病死》，并把此文通过电子邮件发给了在上海的同志，请他们先做准备。

于是在我到上海参加上市公司百强论坛的第二天，即10月21日，开了七人全体会议进行讨论。

讨论的最后是乔宽元代表大家来说的。

大家的意思不赞成重写，说这样做旷日持久，而这本书出版的时间也不能太迟了。

他们主张最晚明年要把这本书出版。

他们知道我毕竟是快满九十岁的人了，要做的事情很多，只要我写好这篇序言，其他的事情少做一点，把精力放在更重要的工作上，其他的事情，大家来做，有问题大家来解决。

我接受了这个意见，决定放手，解放了自己。

感谢同志们这样地帮助我。

当然，我还要提供我已经写了的文章，作为编好这本书的基础。

回北京后，我立即动手写序。

我考虑这篇序言的内容，应该首先讲清楚我对生长老病死的基本概念和这本书的基本结构。

关于人的生长老病死中的“生”，如果理解为一个人的诞生，只是指他成为我们这个星球上的一员。

这样来理解的“生”，仅是一个“时点”的事情。

它决不是一个诞生者自己做得了主的事情。

书中也就没有什么更多的话可说。

除了社会对他做的事情——“接生”之外，在“生”这件事情上，我们可以讲的话恐怕只是些带有哲学味道的、对宗教典籍中关于“生”的许多教义的评论的话了。

但是如果把发生在一个“时点”上的“生”和初生儿、婴儿、幼儿合在一起来写，那么由于这不再是

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

一个“时点”，而是一个“时段”或“时间间隔”的事情，就会有许多话可说。

在初生儿这个“时段”中，他已经具备“人”的基本属性，有了“人”的心理活动，有了某些意识，有了哭叫的行为表现。

婴儿这个“时段”肯定比初生儿长许多。

在这个“时段”，他的特点是还没有“自我意识”，或者说“自我意识”十分薄弱。

幼儿这个“时段”比婴儿更长。

这时候他会说话，会走路，有了明晰的自我意识。

写初生儿、婴儿和幼儿的事情，内容就会相当丰富。

接着写“长”。

在“长”的概念中，本来应该包括初生儿、婴儿、幼儿的成长，不过在写作这本书的时候，可以从大一点的幼儿写起。

主要写少年和青年，写到他们“长大成人”。

在这个时期当中，他不仅长身体，而且长智慧、长知识，他们的活动扩张到社会的更大的领域。

社会生活的内容越来越复杂，发生了各式各样的社会关系，思想逐渐成熟，对人生就有某些感悟，有了各式各样的愿望、各式各样的意志，性的觉醒也是这个时段的事情。

在生老病死四个字中，生老之间那个“长”，时间可以很长，也可以不长。

要说复杂，在讲“长”的这个时段中，恐怕是最复杂的了。

接着就是要写“壮年和中年”。

“向老年过渡”不属于“长”的概念之内。

一个人什么时候开始向“老”过渡？

这是在生理学和心理学中是要研究的一个课题。

妇女的更年期比较明显，但恐怕不能说更年期是老的开始。

男性的更年期没有女性明显。

书中有对话的部分，因为参加者年龄不同、性别不同、经历不同，各有各的知识，各有各的体会，各有各的思想，可以减少许多缺点。

对“生长老病死”这五个字，“生”是要讲的问题的前提，“长”是生的延续，“死”是一个人的归宿，也可以说这三个字是基本的。

“老”不是每个人都有的。

至于“病”，一个人从小到大都会有“病”的，这一点是应该说清楚的。

最后，我想该讲讲“老”和“死”这两个字。

“老”是由于年龄增长达到一定的程度而必然出现的现象。

这时候他的外部器官四肢和内部的五脏六腑都会发生不同程度的、一种特定称之为“老化”的变化。

自然界某些化合物也是会“老化”的。

人的器官老化表现出来，就是感觉和脑筋迟钝，行动不便。

老和衰是相连的。

这两个概念有时合成一个词儿“衰老”。

老年人的身体状况当然因人而异，同时有共同点。

衰老表明这个人的身体已经是在走下坡路，健康的思想是以积极的态度适应老年人的这种消极的现实。

。

“老”并非只有消极的东西。

老年人的劣势是在身体方面。

但是老年人如果在平时努力工作和学习，脑子没有什么病，就会具有经验丰富、交友广泛，在社会上有比较高的威望这样的优势。

老年人的这种优势，他本人和社会应该使之得到发挥。

我在《老年于光远》这本书稿中写了一节“什么是老”，这样的内容应该在这本《生长老病死》里有。

“病”是健康的对词，它指人的身体发生了某种不正常。

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

而“老”的到来是正常现象，这是“病”与“老”的一个区别。

另一个区别是“病”有各种各样，这也与“老”不一样。

但是一个人总避免不了会生这种或者那种病。

一生没有生过病的人，可以说是没有的。

在这个意义下，“病”与“老”都是人生中必然会出现的现象。

不管什么年龄段的人，都有可能生病。

只是有的病老年人才会得，有的病年轻时就会得，有的病只有小孩子才会得。

当然也有的病不论男女老少都有可能得。

而“老”，虽然不是每个人都能活到老的岁数，但是只要活到那样的岁数就可以成为老年人。

“病”和“老”有许多区别是不言而喻的。

这一点在书中总是要交待明白的。

说“病”，1991年我得了男性乳腺癌，并转移到腋下淋巴。

手术后又因治疗不当，感染上丙型肝炎。

在第一次患重病之后，我还有不服老的思想。

在2003年我又因可疑癌症，动了一次大手术，打开肚皮，从肠子里取出了肿瘤。

所以说，写“病”我有点资格了。

我弄清楚了许多血液指标的意义，能对自己的病情一知半解地做科学研究，由于我能够得到医院的及时检查与治疗，本人对自己的健康状况又有了一定程度的认识。

虽然对老心服口服，但是我仍认为可以做怎样的工作就做怎样的工作，不但在北京家里如此，还坐着轮椅全国各地跑。

我很注意心理健康，因而身体总的说来不错。

上面说的老年人的劣势，我能比较冷静地对待，而老年人的优势，我能在自己身上发挥得不错。

我研究自己的长寿之道，研究我的活命哲学，提出信奉“喜‘喜’哲学”，喊出“莫辜负满头白发”的口号来勉励自己。

我这样的努力反过来又对我的身体起了好的作用。

我当然没有忘记自己的年龄，在工作中我就有抓紧时间“做事快一点”的思想。

于是工作内容就有“收摊子”的一条。

这样的工作我正在做。

不过我这个人有时候又忘记了自己的年龄，一方面在收摊子，一方面又在铺摊子。

人到九十，而且有病，不想到死那是不可能的。

“死是人生的归宿”，有生必有死，一切有限的事物都是如此，在多少亿年前开始形成的地球也有它毁灭的一天，何况人类只有千百万年的历史？

一个人从生到死的这段时间有一个词，叫做“寿命”。

对寿命是需要研究的。

这里有几个概念，一个是人的个体所能达到的寿命的长度；一个是人的个体已经达到的最高年龄；一个是人已经达到的平均年龄和某一个时期、某一个地区的预期寿命；一个是本人希望达到的寿命；一个是我写的“有效寿命”。

恩格斯的一个友人在恩格斯七十岁的时候给恩格斯去信祝愿恩格斯活到九十岁。

恩格斯说，他对友人的祝愿表示感谢，同时他表示“如果那时他和普通人那样变得十分衰老，但愿不在人间，请求那位友人原谅”。

在《老年于光远》这本书稿里有一节《老与寿命》，在这本《生长老病死》当中也应该有这么一节。

有一个问题，一个人的生命可以通过生儿育女来延长，这样的事情恐怕不能在这本书里详细地写

。

但是似乎应该提到它。

是否如此也需要大家讨论。

在这本书中，我想避免不了写我本人的很多体会和感受，但是这本《生长老病死》是讲生长老病

## <<生长老病死>>

死的一般，不是一本描绘作者本人状况的书籍。

为了保证这本书的质量，对生长老病死的一般，就要研究得尽量深刻一些。

在提出写这本书的时候，我说这本书是《吃喝玩——生活与经济》的姊妹作，说这话的时候，并没有认真思考所谓“姊妹作”指的究竟是什么。

对这一点甚至以后也一直没有深究。

不过在某一次对话当中，提到“生活”这个概念的意义，但也只是提到，没有展开。

我希望对这个问题继续进行讨论。

总之，生长老病死是一个很大的问题、很复杂的问题，有许多问题是我们七人都不懂，在这本书出版前的有限的时间内，以我们七个人有限的力量，是不可能研究解决的。

所以我曾经主张对“生长老病死”要出一套丛书，建立社会学学科中的一个专门的课题。

我希望现在我们写的这本书，能够对这件事情起促进的作用。

这篇序言就写到这里。

2004年11月4日 以上是2004年11月4日我为《生长老病死》一书所作的序。

距今已有两年半多一点的时间。

其间，我的主要精力放在像《治学方法一百条》和《老年于光远》这样收摊子的工作上。

去年八月，我因患脑血栓住进了医院。

我的身体和精力也大不如前。

这本书拖了这么长时间，与我有关。

日前，华东师范大学出版社周洁来看望我，我希望把《生长老病死》一书，作为《吃喝玩——生活与经济》的姊妹书，继续做好编辑和出版工作，周洁欣然同意。

我也仍主张，把“生长老病死”作为社会学学科中的一个专门的课题加以研究，在适当的时候出一套丛书。

而本书的出版希望能起到抛砖引玉的作用。

于光远 2007年6月18日

## <<生长老病死>>

### 内容概要

《老年于光远》里有一节《老与寿命》，在这本《生长老病死》当中也应该有这么一节。有一个问题，一个人的生命可以通过生儿育女来延长，这样的事情恐怕不能在《生长老病死》里详细地写。

但是似乎应该提到它。

是否如此也需要大家讨论。

在《生长老病死》中，我想避免不了写我本人的很多体会和感受，但是这本《生长老病死》是讲生长老病死的一般，不是一本描绘作者本人状况的书籍。

为了保证《生长老病死》的质量，对生长老病死的一般，就要研究得尽量深刻一些。

在提出写《生长老病死》的时候，我说《生长老病死》是《吃喝玩——生活与经济》的姐妹作，说这话的时候，并没有认真思考所谓“姐妹作”指的究竟是什么。

对这一点甚至以后也一直没有深究。

## <<生长老病死>>

### 作者简介

于光远，1915年生于上海。  
在大学时学的是物理学专业。  
1936年毕业时，已投身革命，不再做大物理学家的梦。  
他在长期实践中，成为我国著名的信奉创造性的马克思主义的哲学家和社会科学家、革命家和社会活动家。  
他热爱工作，热爱生活，善于观察，善于思考。  
几十年中笔耕不辍，撰写了两千多万字的文字，以深刻的人文情怀关注着社会和发展 and 民生的需求。  
本书是在他90岁高龄组织并撰写的又一新作。

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

## 书籍目录

序：生长老病死生关于“生”《小东的日记》到《非非——我的观赏动物》“终生日记”的厄运八十岁的我和刚出世的小外孙女长最早的记忆自我意识的觉醒和发展个性的形成关于幼儿教育研究儿童心理学，普及儿童心理学《编年故事？二十年前》序（摘录）抬头之必须老服老长命八十万小时《碎思录》小引八十自勉：好好学习天天向上从坐轮椅谈起写在2001年前的给亲友们的贺年信《我要……》我要现代化他已经是跨三个世纪的大学者《老年于光远》序关于“老”的科普我的老年生活和老年哲学我对老年的哲学思考和我的老年格言老人赋“银发浪潮”面前的思考智力的“返老还童”我睡眠的三个“比”“三不之道”病病中记趣（四则）癌细胞？白细胞？文学细胞我第一次得重病——1991年做乳腺癌手术2003年为可疑肠癌做了第二次全麻手术多么坚强的人！

与病床上的韦君宜的一次会晤一苇重病之后记病中的舟萍我总算履行了和冶方互相点名批评的协议任促夷面对的幽默《微笑面对人生》写在前面拔牙记食道有多长？

心理治疗靠自我爱也是一种药死死后的“殡葬传”和生前的“遗”我几乎丧命在北京王府饭店死——对它怎样认识和对待它重读鲁迅的《死》悼念钟敬文教授关于平均预期寿命——方舟子《长生的幻灭》读后老与寿命田家英的悲剧黎澍逝世四周年——他对病和死的一些观点俭者寿面对死亡示儿——假如我死了打开人体的“黑箱”加强对死亡的研究展望安乐死对话关于“生、长、老、病、死”的对话于光远、邓伟志等对话之一对话之二对话之三对话之四对话之五对话之六附录我正进行《生长老病死》的研究《生长老病死》写作的组织工作

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

## 章节摘录

(一) 什么是老 不属于生物的物质中的某些东西, 人们也常使用“老化”这样的语言。我不是说这样的现象, 它同我们现在讲的问题完全没有关系。

但是我不想把问题扯得太远, 因此只讲生物的“老”的问题。

先提一个问题, “老”是不是一切生物的普遍的现象?

生物, 总的说来分三大门类: 微生物、植物和动物。

我们把生物的这三大门类按这样的次序来排列, 是尊重生物进化的历史。

生物起源在地球的原始海洋里, 由于地球上出现某种特别的条件, 再经过很长很长的时间, 从海水中的碳氢高分子化合物中出现最初的生物。

那是最最简单的、比后来的病毒还简单得多的原始生物。

然后再经过很长很长时期的演化, 成为今天地球上的各式各样的微生物。

微生物没有“老”只有“死”。

生物, 即使最简单的, 总比非生物的结构复杂, 它的“死”就是它分解了, 不再存在与外界进行物质交换的主体。

会“死”, 是一切生物的普遍现象, 但是微生物无所谓“老”。

微生物只要“活着”、还没有死, 就只有繁殖和变异, 没有什么“老”。

写到这里, 我上面提出的那个问题——“‘老’是不是一切生物的普遍的现象?”

”写了这一段关于微生物的文字之后, 这个问题就有了一个明确的否定式的回答。

因为生物三大门类中就有一大门类微生物不存在“老”, “老”不是“一切”生物“普遍”的现象。

当然反命题不能成立。

先说生物中第二个大门类植物。

植物同微生物一样也有“死”。

——不妨提前说一句, 动物也有“死”。

“死”的确是“一切”生物的“普遍”现象。

同时植物同微生物不一样。

植物有“死”, 也有“老”。

许多植物是一年生的草本植物。

这种植物在一年——或者更准确地说“一个生长季节”中, 完成了自己生长、结子, 然后枯死的全过程。

这种一年生的植物, 它在死去前的开始枯萎, 是它死亡的前奏, 我认为可以看作这种植物的“老”。

也有多年生的草本植物, 第一年结子后, 茎干枯死, 而在工中根可以过冬未死。

这时候的茎干枯死, 似乎就不好说这种植物“老”了。

许多木本植物都可以活许多年。

它们有自己不同的幼年期、青年期、壮年期和老年期。

不少植物是植物中的寿星。

我在西双版纳拜望过最早的茶树。

长命的银杏我在许多地方见过, 京西潭柘寺, 我记得就有两株, 可以活到千年以上, 而且每年都能结子。

这样长寿的树种大概并不很稀罕。

据说生长在美国加州的刺果松, 从它的年轮考察, 有的可以达到四千五百年。

再来讲动物的“老”的问题。

我手边有一本方舟子的《长生的幻灭。

衰老之谜》, 其中对动物的老死写得相当多。

“老”是否一切动物的普遍现象?

这个问题我过去没有想过。

我是一个研究哲学的人, 我觉得一切生物都有死这个高度概括的问题, 反而比较容易解决, 而是否一

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

切动物都有“老”的问题，那是具体的问题，我没有注意过这方面的问题，更没有研究过这个问题，当然也就说不出子丑寅卯、甲乙丙丁了。

我认为动物的“老”，总是它的生命史中身体变化的一种趋势、一段由原来的还没有“衰”的状况变“衰”的过程。

“衰”是一种渐变、量变。

量变引起质变，动物慢慢地变老了。

“衰”和“老”是分不开的。

这两个字经常连成一个词“衰老”。

“‘老’是否一切动物的普遍现象？”

这个问题，我看就可以用是否一切动物都有这样的过程来回答。

如果一切动物都有，答案就是肯定式的，如果某种动物没有，就不能说一切动物都有“老”了。

方舟子的书中写了一段蜉蝣的故事。

蜉蝣的幼虫在水中可生活几年，一旦成熟，立即交配死亡。

我认为水中的蜉蝣，既然还是幼虫，那时就肯定他们没有“老”。

而它成为成虫之后，完成了交配，它就死了。

这样的动物，我觉得就不好说一定有“老”。

方舟子在书中并没有这么说，也许我的说法不对。

这一点又使我在这本书里写一段“关于‘老’的科普”多了一个理由，便于听到专家的批评，得到专家的指正。

必须指出在这本书里写“关于‘老’的科普”，不是为了写微生物和植物。

也不是一般地写动物。

我特别想知道的是我们人类的“老”。

人类属于生物中的动物界的脊索动物中的脊椎动物，并且是脊椎动物中的哺乳动物。

在哺乳动物中，“人类”的寿命是最长的，我想“人类”的老年恐怕也会是最长的。

一个人如果不是由于战争、饥馑、传染病、事故……活到一定年龄，就会出现衰老的现象。

眼会老花，耳朵会背，记忆力会减弱，体力会下降，动脉会粥样硬化，心血管会有病，骨质会疏松，性功能会衰退等等。

当然每个人衰老的情况有所不同，即一个人进入老年，不是严格按照年龄一刀切的，本人的具体的身体和心理状态，会造成人与人是否到了“老”年的某些差异。

但是“老”的到来总有一定之规。

人有衰老，这一点似乎是非常明显的事情，没有任何可以怀疑之处，自古以来人们早就知晓，而且许多古文献中都有记载。

例如《论语·季氏》：“及其老也，血气既衰，戒之在得。”

“老”的意思就是与壮相对。

《左传·僖公二十八年》：“师直我壮，曲为老。”

我赞同这个解释。

这就是说老有两个因素，如果仅仅年纪大一点，而没有“衰”，还可以不说他“老”，反过来仅仅身体衰弱，但年纪不大，也不能说他“老”。

两条中第一条是基本的，这是按照客观规律，人年纪大到一定程度，“衰”的现象就显示出来了。

应该指出，随着社会在很长时期中的进步，“老”的年龄会略向后推迟。

我看《礼记·王制》上面写：“五十始衰，六十非肉不饱，七十非帛不暖，八十非女人不暖，九十虽得人不暖矣。”

这就是说在周朝，五十岁的人一般就到了“老”的时候了。

开始衰老的年龄，是五十左右，从那时起，身体越来越差。

不过在《礼记》这本书中，是用胃口和十白冷这样的很原始的办法来表示，并且这也只是贵族老爷能做到的事。

## &lt;&lt;生长老病死&gt;&gt;

普通老百姓哪里能够随便找个女人抱抱取暖。

不过就是有这样条件，到了九十岁，怕冷的问题，还是一点办法都没有了。

到五十左右进入老年，也许同更年期有关。

女子的更年期在四十五至五十五岁之间，男子也有更年期，但不明显。

不过五十就开始“衰”，还只是中国古代的情况，近代中国就不是这样了。

上面说的是从一个人的身体来说什么是老年的问题。

还有一些涉及老年人待遇的问题。

比如在《礼记。

王制》里讲到了“养老”的问题，并且有这样的规定：“五十养于乡，六十养于国，七十养于学，达于诸侯，八十拜君命，一坐再至，九十使人受。

”就规定一套喝酒吃饭的礼节。

就说在现代，苏联解体以前，“国家领导人”五十岁就可以做寿。

这些就是由人来规定了。

这些，再加上不同的人的特异性，我们对“什么是老”的问题的回答，应该说相当周全了。

由年龄起主导作用的身体上的“老”，即从自然科学角度来看的“老”是基础。

但是社会上对“老”有各种说法，比方实行离休退休制度，就需要对“进入老年”这件事情有一个年龄上的规定。

同时城市公共交通、城市公园也就按照年龄给以优待。

在这样的事情上，社会上往往只能按照年龄一刀切。

社会上也会对上岁数的人，给予特别的尊重。

就在上面引用的《礼记·王制》那几句话之后，紧接就是这么一段：“五十杖于家，六十杖于乡，七十杖于国，八十杖于朝。

九十者，天子欲有问焉，则就其室，以珍从。

”这一段话翻译成当代白话文，就是一个人活到五十岁的时候，他就会在家里拄着手杖走来走去，受到子孙们特别的尊敬。

到六十岁的时候，他就可以拄着手杖到“乡里”指指点点。

到七十岁的时候，他就可以拄着手杖到各国高谈阔论。

到八十岁的时候，他就可以拄着手杖到周天子那里上殿觐见。

（在中国的语言中，常常把八十岁的老人称之为“杖朝之年”。

）至于对到了九十岁的人（九十者），周天子有什么要问的时候（天子欲有问焉），就要到他的房间去（就其室），并且随身带着珍贵的礼品（以珍从）。

这表明不但对老人的尊重，而且对不同年龄的老人，还有所区别。

越老，给予越高的优渥。

<<生长老病死>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>