

引用格式: 李伟言. 以死启生: 以生死教育照亮青年心灵 [J]. 华人生死学, 2025, (1): 131-137.



以死启生：以生死教育照亮青年心灵

——兰霞萍《大学生生死教育研究》评介

李伟言

摘要: 当下教育缺少对死亡的关照, 缺少以生死教育激发个体生命觉悟的努力, 导致培养出来的人局限于现实经验世界, 也易固化漠视死亡的文化。《大学生生死教育研究》的撰写源于对大学生群体生命状态的敏锐观察与思考, 凸显了大学生生死教育的必要性和价值, 建构了从大学生生死教育需求到大学生生死教育路径的理论体系, 通过规范研究与实证研究的融合、理论建构与实践反思的融合、生命关怀和社会关切的融合、教育学立场与跨学科视域的融合, 扩展了大学生生死教育的研究范式。其中所蕴含超越性向度, 也是作者精神品格的展现。生死教育研究有如燃灯, 死可启生, 当青年的心被光照亮, 他们生命才能迎来绽放。

责任编辑: 雷爱民

收稿日期: 2024-12-06

接受日期: 2025-02-12

发表日期: 2025-06-20

关键词: 大学生生死教育, 意义, 体系, 研究范式, 精神品格

中图分类号: G40-012; G40-02 **文献标志码:** A **文章编号:** 2957-370X (2025) 01-0131-07

生命有开始就有结束, 谁都不能幸免。死亡终结了个体往日的一切体验, 无论是岁月静好, 还是爱恨情仇, 无论是悲欢愁烦, 还是苦辣酸甜, 在死亡到来时, 通通都画上了句号。绯红的朝霞、璀璨的星光, 可口的美食, 漂亮的衣服, 高妙的书籍, 优美的艺术, 绚烂的春, 明丽的秋, 因缘际会, 似水流年……人世万事万物, 逝者也都不再目睹、耳闻、心感、身受。然而, 对这生命的必然规律, 对这人生中极为重大的事实, 人们却好似没看见, 把死亡作为一件不吉利的事, 将之与日常生活切割开来, 就像它根本不存在一样! 在这种文化心理下, 中国教育普遍缺少对死亡的关照, 缺少以生死教育激发个体生命觉悟的努力。而这反过来又固化了文化本有的缺陷, 导致培养出来的人更加局限于现实经验世界, 这不能不说是中国文化和中国教育的一大问题。在这种情况下, 有先行者涉足生死教育研究, 或阐发死亡教育的意义, 或介绍国外死亡教育的方法和经验, 或对青少年死亡态度和死亡观念进行考察, 或探究死亡教育的具体策略, 不同视点, 不同进路, 都显得十分必要。而更难得的是十年如一日, 对生死教育进行系统研究。兰霞萍的《大学生生死教育研究》就是这样深度躬耕而结的一枚果实。



一、现象与反思：大学生生死教育的必要性和价值

之所以锁定大学生为生死教育研究的对象，源于作者对大学生群体生命状态的敏锐的观察与思考。北京大学徐凯文教授在大量临床经验基础上提出“空心病”概念，用来形容一部分大学生的心理症状，这些大学生人际关系良好，但却有强烈的孤独感和无意义感，对生物治疗不敏感。作者洞察到上述现象的实质是价值迟钝和精神空虚，而这又与生死教育的缺失密切相关。“死亡是生命的刺激物，它迫使个体在生命时间有限的情况下思考人生的根本问题，以相应行为对生命意义强制做出决断。”^[1]如果个体缺少死亡视角的人生反思，也就缺少对生命存在紧迫感的体验，看不清生命的全貌，也很难激发寻求生命意义的冲动。追溯大学生群体的成长轨迹后不难发现，一方面，“现代社会背景和传统死亡文化熏染成长下的大学生，长期接受的是关于‘生’的‘有用’的知识，而学到的关于‘死’的‘无用’的知识非常少。”^[2]另一方面，中小学阶段教育的应试取向还未根本改变，过于追求分数阻断了教育和人生之间应有的联系，死亡及其相关议题在教育活动中十分匮乏，死亡觉醒促成个人成长的能动作用无从发挥，最终，“大学生创造丰富生命、充分展开生命的紧迫感与动力消失，大学生整体上呈现出一种生命无根感和漂浮感。”^[3]如何通过直面死亡和对死亡的探究、了解来舒缓对死亡的恐惧，学习处理人生中不得不面对的死亡事件，如何通过认识死亡、思考死亡来珍惜生命，填充生命的价值真空，为人生赋能，成为摆在大学生面前的重大而现实的课题。

如果我们再关注一下社会内卷，对大学生生死教育意义的感知会更深刻。由于就业机会的有限，大学生生存重压十分突出。加强各种实用知识技能的教育固然需要，但引导大学生认知自我、安顿心灵的人文教育同样重要。如果教育看到实用的目标在前就只抓实用，而不赋予个体坚实的内在支撑，那么当外部的压力变大时，个体也易在对实用性的追逐中走向崩溃。近年来大学生自杀、杀人等事件某种程度上也反映了这一精神困局，缺乏正确价值观和对生活的意义体验，个体更易受外部环境的影响和挤压，以至于走向极端，而当身处挫折与困境时，又可能出现对生命的放弃。大学（包括研究生阶段）是个体迈向社会之前最后一个学段，是正规化教育中培养健全人格的最后机会，如果这个机会没有被抓住，他们将带着精神的残疾步入社会，这不仅意味着他们往后的人生可能险象环生，对于社会发展来说，也是诸多问题和灾难的发源。生死教育根本上说是价值教育，是对生命的灵性关照。大学生生死教育的进行，不仅有助于治疗中小学阶段功利主义教育留下的病根，也通过启发大学生的生命认知、扩展其对人生的理解，赋予大学生面对生存重压时的人格支柱，最终有助于他们人生幸福。大学生生死教育的重要性和紧迫性由此凸显，《大学生生死教育研究》就是对这一时代课题的有力回应。

二、从需求到路径：大学生生死教育理论体系的构建

大学生生死教育实践尚处于起始阶段，此种现象与大学生生死教育的理论研究不够深入、系统直接相关，实践推展依托于理论先行，在学理层面理顺生死教育论域的关键问题，有助于推动大学生生



死教育的展开。《大学生生死教育研究》一书从概念的界定入手，作者在梳理了国内外研究者对死亡教育、生命教育、生死教育三个概念的定义后，澄清三者之间的关系，对生死教育的意涵和外延进行概括，对生死教育的分类、特性、理论依据进行论述。围绕概念所做的一系列工作为后续研究奠定了稳固的基石，而后，作者着力构建大学生生死教育理论体系，内容有以下几个方面：

一是大学生生死教育研究的视域与架构。不同学科视角下的生死教育涉及不同的问题，从不同学科视域去审视会大大地扩展生死教育研究。首先是哲学视域下的生死教育，作者在探讨生死教育的本质、生死教育中的权利、生死教育中的价值观问题之后，对海德格尔和萨特的生死教育哲学进行比较，发现了二者多方面的不同。其次是心理学视域下的生死教育，作者指出心理学视域的生死教育是以探究个体死亡心理为主要任务，试图发现死亡心理的某些规律特征，促进个体生命发展，并对其中的具体内容分别进行解释。最后是社会学视角下的生死教育，具体议题有生死教育与死亡文化、死亡相关议题及其教育意义等，作者逐一进行了阐发，尤其揭示现代社会死亡文化的变迁。基于上述学科视域，提炼大学生生死教育的四个关键问题，以此作为大学生生死教育研究的框架。

二是对大学生生死教育需求进行考察。从自我意识、行为动机与个体发展等不同层面探究大学生生死教育的内在需求，得出一系列重要观点：人的生命本能与死亡本能之间存在着持续互动，互动的不同结果显示为人不同的现实生命状态。死亡本能既不能太强也不能太弱，与生命本能协调才能激发生命潜能与活力。死亡意识有内在与外在两种来源，内在来源主要在身体，外在来源主要在于自我及自我经验。人们自觉地对死亡意识及其产生的恐惧进行有意抑制，形成有意抑制与无意抑制策略，死亡抑制与唤醒之间保持一定张力有助于构建生命意义。自尊与优越感是人类行为的根本动机，拒斥和否认死亡是个体行为的内在驱动力，超越死亡是寻求不朽体系践行英雄主义的持续过程。自尊是人的发展基本需要和坚实基础，意义意志是个体发展的动力，生命境界是个体发展的最终追求，但生命境界的跃升不能离开现实生活而实现。通过以上分析，揭示了死亡意识发挥作用的深层心理机制，大学生生死教育的内在需求得到澄清。

三是大学生生死教育的目标定位。大学生生死教育的目的对大学生生死教育过程起着导向、校准、调整和评价的功能，因此是大学生生死教育研究的核心问题。作者在书中构建了大学生生死教育的目标序列，将大学生生死教育的最终目的确定为超越死亡。依据布鲁姆教育目标分类理论，认为这一目的需要经历认识死亡（认知领域）、体验死亡（情感领域）、练习死亡（动作、技能领域）三个阶段，三个阶段不是并列关系，而是时而并列，时而呈现为跳跃的进程。依据上述目的，大学生生死教育课程目标则被表述为改变死亡态度、降低死亡焦虑、主动而持续的生命成长和提升生命质量。大学生生死教育目的与大学生生死教育课程目标之间是抽象与具体、一般与特殊的关系。

四是大学生生死教育内容的组织。在构建大学生生死教育目的与课程目标之后，作者对大学生生死教育内容进行研究，得出如下结论：认知领域的大学生生死教育内容是在科学层面对死亡进行全面系统了解所需掌握的知识，包括死亡的科学知识、死亡本质、死亡意义等；情感领域的生死教育内



容，包含从他者死亡的异己性领悟到自我死亡的本己性，从死亡事件与死亡现象中的惊讶跃迁至死亡意识唤醒，这个过程有个人情感的高度参与。技能领域的生死教育内容依据练习死亡的目标来组织，练习死亡并不是让人们真的练习死亡，而是在不得不的情况下能坦然接受死亡事实的存在，理性选择，周全处理死亡事件，减少死亡痛苦和死亡恐惧，死得更有尊严，更有意义，生死两安，死而无憾。练习死亡也包括对安乐死、自杀、堕胎、器官捐赠等议题的深入思考，以及对为了提升生命质量和死亡质量而进行的临终关怀、缓和治疗、悲伤辅导等内容学习。超越死亡是大学生生死教育的终极目的，围绕这一目的的大学生生死教育内容涉及超越是什么样的以及怎样超越，前者包括超越的特征和超越的状态，后者包含身体超越、心理超越、精神超越、行为超越等多种途径。

最后是大学生生死教育的实施途径探索。作者研究发现，高校设置生死教育课程是目前实施大学生生死教育的最好途径，家庭和社会及其相关机构可以在外围协助配合，营造生死教育的良好环境，完善和更新传统死亡文化。在阐明高校设置生死教育课程的意义基础上，《大学生生死教育研究》对实施大学生生死教育课程的条件、课程实施的过程包括课程标准的制定、课程方案的设计、生死教育课程的教学模式以及生死教育课程实施的评价做了逐一论述，为大学生生死教育的实践开展奠定了理论基础，至此，也形成了一套完整的大学生生死教育理论体系。

三、在融合中拓展：大学生生死教育研究范式的创新

自从台湾学者首次提出生死教育以来，生死教育研究就在缓慢进展当中，对大学生生死教育的研究也在推进，但后者大多是基于某一视角或以针对单方面展开的研究，和已有研究成果相比，《大学生生死教育研究》的可贵之处是做到了“四个融合”。

一是规范研究与实证研究的融合。规范研究是一种“合意性”研究，是对现象和问题进行深入分析和判断，运用逻辑推理发现和揭示事物之间内在关联，得出结论。它关注的是“应该怎样”的问题，为现实问题的解决提供理论参照。在《大学生生死教育研究》中，作者在对死亡教育进行内涵辨析和相关概述的基础之上，对大学生生死教育诸多关键问题并逐一论之，细致而整体地勾画了大学生生死教育的应然样貌。与此同时，他又以问卷法和访谈法，以大学生为调研对象，对大学生生死教育进行实证调查。规范研究与实证研究的结合，不仅扩充了大学生生死教育研究的知识生产，而且为大学生生死教育的推展和作者本人的相关实践提供了现实依据。

二是理论建构与实践反思的融合。作者并不满足于构建大学生生死教育的理论体系，他也极其关注相关实践：一方面，梳理当下大学生生死教育的主要形式，并对渗透融入式、活动组织式两种课程实施进行典型案例剖析，揭示了起效的原因，也指出二者各自的实施条件。另一方面，克服重重困难，将理论构想化为实际实施的课程，在对大学生进行理论探索和实证调研的基础上，在K高校开设“死亡教育与生命成长”的公共选修课，用测量调查、访谈调查和调查表调查的方式，评估生死教育学科课程实施的效果，发现存在的问题，提出进一步完善的建议，便于下一轮课程实施的优化。作者既是大学生生死教育的研究者，也是大学生生死教育的实践者。最后，根据三类课程的实施总体状



况，探究大学生生死教育存在的一般性问题，并提出适用于不同课程的改进建议。这种既有理论抱负又脚踏实地的“上天入地式”研究，在死亡教育研究领域还是开创性的尝试。理论与实践的融合，既赋予《大学生生死教育研究》浓郁的学理色彩，又展现了教育研究的实践品格，有利于激励大学生生死教育课程的开拓，为其实施提供有益借鉴。

三是生命关怀和社会关切的融合。《大学生生死教育研究》以大量篇幅论说死亡教育与提升生命质量之间关联，生死教育教大学生认知死亡、思考死亡，实质是引领他们探索生命、充盈生命和抚慰生命。作者主张通过死亡唤醒“触动生命意义的机关”^[4]，引导普通个体关注和投身人类不朽体系，最终超越死亡。与此同时，倡导通过让大学生习得有关死亡处置的应用性知识与技能，如临终心理与死亡品质、丧恻心理与悲伤辅导，使他们有能力处理生命中重要他人的离世等丧失性事件，也适当消解对自身死亡的恐惧，坦然而安详地面对生命大限，有尊严地死去。虽然《大学生生死教育研究》字里行间浸润着对个体的生命关怀，但作者并未丧失社会关切。在书中，他还论述了生死教育与死亡文化的关系，主张把对安乐死、自杀、死刑、器官捐献、生前预嘱推广、临终关怀、安宁照顾、殡葬改革等死亡权利、死亡尊严、死亡社会管理等死亡议题纳入大学生生死教育的内容中，这在启发学生对生命思考的同时，也帮助学生“反思上述问题在真实社会情境中的复杂性和价值冲突”，^[5]提高他们对上述社会复杂问题的应对和选择能力。以大学生生死教育改善死亡文化，推动相关社会问题的解决，这无疑是一种高瞻远望。

四是教育学立场与跨学科视域的融合。该书研究大学生生死教育，对大学生生死教育进行需求考察，目标审思、内容建构、途径探究，最后聚焦于我国大学生生死教育实践，分析存在的困境，最终提出改善建议。这不同于单纯对某一群体死亡观念、死亡态度的探讨，也不同于与死亡有关的实际应用研究，其出发点和落脚点都在于“教育”。立场是教育学的，视野是跨学科的。作者在哲学、心理学、社会视域下分别对生死教育进行理论探讨，论及生死教育中的权利、生死教育中的价值观、个体死亡心理、现代社会与死亡文化变迁，死亡的社会管理等诸多话题，使作者对大学生生死教育目标的确 定和内容设计有丰满的知识背景和丰富的思想资源。除此之外，该书对大学生生死教育的论述，还运用了医学、生理学、伦理学、文学、佛学等领域的知识，援引了诸多贤哲和杰出人物的观点和事例。与此同时，也融合了中西文化中的相关学说、论点，既有对西哲死亡观的剖析，如对海德格尔和萨特生死教育观的比较，也有对中国传统文化中相关内容探讨，如对儒家不重视死亡观点的反驳，主张不仅看到“不知生，焉知死”，也要“死生有命，富贵在天”“朝闻道，夕死可矣”，注重价值观理解的整体性。“生死教育是一种境界教育”，“生死一体、两相安、三自在”，倡导“内修的生死教育培训”，这些简洁、精到的见解中，都可看出中国古典文化的影子。

四、寻求超越：生死教育研究者精神品格的展现

大学生生死教育研究对研究者的素养要求极高，要有综合性的学养，有不同学科之间穿梭的能力；要擅长逻辑思辨，不仅能够对所涉及的问题有深度运思与批判性考察，还能把诸多相关的论点纳



人统一的思考过程之中整合和贯通；要具备正确的死亡价值观，而非“以其昏昏使人昭昭”。如果要了解大学生死亡态度、死亡观念等现实情况，还要熟练运用实证研究方法。而最重要的是研究者自身的价值坐标和精神品格，他愿意去思考人生，有追寻生命意义的超越性的意向，有探究生死奥秘的强烈志趣，有对人的心灵生活的深刻理解，有在日常生活持续的修炼与悟证，有自发的死亡觉醒意识，否则，研究也好，课程实施也好，只能成为理论的堆积和知识的灌输。

上述素养在当下并不易获得，弗洛姆在《理解人性》中曾写出了这样的观察：“鉴于我们今天的教育极不充分的事实，只有一类人能够对人类灵魂获得真正的理解。他们或者是悔悟的罪人，或者是那些曾经卷入过精神生活的漩涡，纠缠于其中所有的错误中而能最终自救的人，或者是那些曾经靠近这一漩涡并且感觉到其中的激流拍打自己的人，另一些人自然也可以掌握人性，尤其是那些具有认同移情能力的人。对人的灵魂洞悉最深的人，是亲身经历了种种激情的人……因为这种个体曾越过人生的重重困难，曾经从生活的泥泞中挣脱出来。他们从人生的这些经历中受益匪浅，获得力量，升华了自己，理解人生好的一面，也理解人生坏的一面。对于人生的这种理解力，没有人能和他们相媲美，正派的人当然也不能。”^[6]

幸运的是，作者在这方面独有优势。霞萍对精神事务有一种常人少有的敏感，怀着对生存之真理性的敬畏，渴望存在的意义。他为人忠实厚朴，这点也体现待己上，不漂浮不做作，倾听内在心语，认真对待自己只有一次的人生。还是在青年时代，他就有意识地与周遭保持一段距离，于俗世中为心灵开辟一片净土，不断地思考生命，体悟生命、书写生命体验。硕博期间他对包括佛学在内的人文、宗教领域有广泛涉猎，不仅铺垫了他丰厚的知识背景，培养了他理性思辨的能力，也滋养了他的这份灵气。他把生活中的坎坷和不顺也变成磨炼心志的机会，凭借对生命境界的执着追求，奋力突破外界施加给自己的限制，真正地活出来，所以这本书也可视为作者多年来自我生命探索的结晶。书中问题的提出、理智的辩难、误区的澄清、贤哲的援引、现状的探查、对已有研究成果的钩沉爬梳，对他人相关教育实践的用心介绍和中肯评价，特别是对课程实施中对自我短板及其对课程效果影响的反躬自省，无一不展现了霞萍的内在，带着他超然向上、厚朴谦卑的人格底色。

掩卷沉思，心情在沉重与希望之间。社会重生讳死的文化心理、功利主义的价值取向、激烈内卷的时代氛围、高校绩效主义的教师评价，以及缺乏专业自主权的教学管理，种种不利因素叠加，积弊时弊并存，为生死教育课程开疆辟土，艰难程度可想而知。但幸好，还有兰霞萍这样的研究者、实干家以及和他有同样志趣的人。我愿意称他们是燃灯者，他们奋力举起灯火，让人们循着微光前进。当更多的人加入燃灯者的队伍，灯火就会汇成一片光明。当青年的心被这些光照亮，他们生命才能迎来绽放。而只有绽放的生命，才能撑起我们民族的未来。

参考文献

- [1] 兰霞萍. 大学生生死教育研究[M]. 天津:天津人民出版社,2024:3.



- [2] 兰霞萍. 大学生生死教育研究[M]. 天津:天津人民出版社,2024:2.
- [3] 兰霞萍. 大学生生死教育研究[M]. 天津:天津人民出版社,2024:2.
- [4] 兰霞萍. 大学生生死教育研究[M]. 天津:天津人民出版社,2024:206.
- [5] 兰霞萍. 大学生生死教育研究[M]. 天津:天津人民出版社,2024:111.
- [6] 弗洛姆·理解人性[M]. 北京:国际文化出版公司,2001:9.

Mortality gives Meaning to Life: Illuminating the Youth' s Psyche via Life-and-Death Education——A Review of Lan Xiaping' s Research on Life-and-Death Education for College Students

Li Wei-yan

Abstract: Contemporary education lacks attention to death and fails to utilize life and death education to inspire individual awareness of life. This has resulted in individuals limited to the realm of practical experience and a cultural tendency to disregard death. Research on Life and Death Education for College Students stems from keen observation and reflection on the life state of college students, emphasizing the necessity and value of life and death education for this group. The book constructs a theoretical framework encompassing the needs for and pathways to life and death education for college students. By integrating normative research with empirical studies, theoretical construction with practical reflection, life care with social concerns, and educational perspectives with interdisciplinary approaches, the work broadens the research paradigm of life and death education for college students. The transcendental dimension embedded in the research also reflects the author's spiritual character. Life and death education serves as a guiding light: through death, life can be illuminated. When the hearts of young people are enlightened, their lives can truly flourish.

Key words: Life and death education for college students, meaning, framework, research paradigm, spiritual character

作者简介 (ID):

李伟言, 女, 教育学博士, 海南师范大学教育学院教授, 通讯地址: 海南省海口市龙昆南路99号, 海南师范大学教育学院。邮政编码: 571100。Email: jlweiyan@126.com