


2014

“延續生命 擴大生命”——何懷宏教授  
〈預期壽命與生命之道〉讀後

Mingxian Shen  
*Fudan University, China*

Follow this and additional works at: <https://repository.hkbu.edu.hk/ijccpm>

 Part of the [Applied Ethics Commons](#), and the [Medicine and Health Sciences Commons](#)

---

This Article is brought to you for free and open access by HKBU Institutional Repository. It has been accepted for inclusion in International Journal of Chinese & Comparative Philosophy of Medicine 《中外醫學哲學》 by an authorized editor of HKBU Institutional Repository. For more information, please contact [repository@hkbu.edu.hk](mailto:repository@hkbu.edu.hk).

# “延續生命 擴大生命” —— 何懷宏教授〈預期壽命與生命之道〉 讀後

沈銘賢

何懷宏教授是我敬重的學者。非常感謝雜誌編輯部，讓我得以先睹何教授的大作〈預期壽命與生命之道〉（何懷宏，2014，51-64）。他提出了很有意味的問題：生命之道與預期壽命有什麼關係？通過對比 20 世紀法國哲學家 and 中國哲學家的壽命，發現法國哲學家的社會境遇如社會地位、物質待遇、醫療保障等，儘管比中國哲學家好得多，甚至一個天上一個地下，但法國哲學家的壽命卻不如中國哲學家。為什麼？何教授由此深入探索，得出重要而極富啟發性的看法：中國哲學家信奉並踐行比較合理、合適的“生命之道”，即對自然、對社會、對自己都崇尚自然中和的生命之道，“在相當程度上導致了中國哲學家的高壽”。

中華民族是熱愛生命，尊重生命的民族，中華文化是講道，弘道的文化。儒家開創者孔子既說“天地之性，人為貴”（《孝經·聖治章》），又說“朝聞道，夕死可也”（《論語·里仁》）。現在，隨着國家的安定和經濟的發展，國人的平均壽命大大提高，掀起了一股前所未有的“養生”熱，到處是養生會所、養生講座。但所謂“養生”多數只是養生之術，其間更不乏騙術。因此，我對何

---

沈銘賢，上海社會科學院哲學研究所研究員、復旦大學哲學系教授，中國上海，郵編：200235。

教授的探討很有興趣，認為它不僅在理論或學術層面，開啟了生命哲學的新視角，而且對於匡正重術不重道的時弊也有助益。

作為年近八旬的“老”知識份子，本人對我國 20 世紀 50 至 70 年代，知識份子備受各種運動改造、歧視及至迫害的歷史深有感觸。特別是“文化大革命”，知識越多越反動，臭老九之類幾成口號，上演了一齣反知識、反文明的醜劇。不過，在討論中國知識份子的境遇時，有兩點可能需要考慮。(1) 老百姓對知識份子還是尊重的。我出生在福建西部山區，從小深切感受到平民百姓對“教書先生”、“讀書人”如老師、醫生等十分尊重，總是希望自己的孩子像他們一樣“識字”、“懂禮貌”、“有出息”。這種傳統即使“文革”的暴風驟雨，也難以根除。(2) 知識份子的自我評價和追求。20 世紀成長的知識份子，尤其是那些可以稱之為“家”的高級知識份子，總懷抱着用知識和學問立身處世、光宗耀祖、報效國家的理想，總追求着自己價值的實現。依愚之見，這種自我評價和追求的力量是巨大的，有時足以抵擋政治的運動。

我最近讀《沈從文的後半生》（張新穎，2014），聯繫何教授的大作，深有感觸。沈從文(1902—1988)是我國著名小說家，倘不是於 1988 年 5 月去世，他很可能榮獲 1988 年的諾貝爾文學獎。但新中國成立後，他不可能再從事文學創作了，被分配到歷史博物館搞文物研究。許多人對此感到惋惜、不平，希望他繼續寫小說，但沈先生卻坦然接受這個“命”，並把自己的後半生寄託於文物研究，譜寫了一曲精彩深沉的生命之歌。

這與“生命之道”有什麼關係呢？難解難分。其一，珍生惜命。1961 年，正在住院的沈從文給劃為“右派”的得意門生汪曾祺寫信，說：“應當好好的活，適應習慣各種不同生活，才像是個現代人！”“一個人生命的成熟，是要靠不同風晴雨雪照顧的”。“我的生命就是在一種普通人不易設想的逆境中生長的……這生活教育，也就變成自己生命的營養一部分，而且越來越豐富。”（張新穎，2014，144）好好活不止是沈先生對後輩的要求，他自己也是這樣做的。他

的身體並不好，尤其在晚年，高血壓、心臟病等經常發作。住房條件也差，下放到“五七幹校”期間，住的房又漏又潮又黴，他都堅強地活過來了。其二，還要“延續生命擴大生命”。在同一封信中，沈從文還寫道：“好好把有用生命，使用到能夠延續生命擴大生命有效工作方面去”。（張新穎，2014，144-145）在這方面，沈先生是典範，令人感佩。“不升天，不下地，還得好好活在人間，把近廿年所學雜藝，盡可能一一作去”（張新穎，2014，244），把個人頭腦中的東西，“轉成為公共的知識”，是他的最大心願。為此，他付出了後半生的全部。比如，他後半生最重要的工作也是最傑出的貢獻，當屬《中國古代服飾研究》。為了做好古代服飾研究並成書出版，沈先生可謂廢寢忘食。其三，進一步還要發掘生命的“潛伏能力”。有一段時間（1975年前後），沈先生在廢寢忘食中，簡直出現了“返老還童”的奇跡：“一天經常只睡二三小時，日夜作事，不知什麼叫疲倦，也不吃什麼藥，頭從不再感沉重。”（張新穎，2014，265）他說，“從我學習經驗得來的結論，人必然還有極大的潛力（工作能量，記憶力能量，會通理解）可逐漸發掘出來”（張新穎，2014，264）那為什麼難以發掘呢？主要原因是人的“一切才智多使用在對付人的得失競爭上”，“因此試從一般人事得失上學習忘我，居然在意想之外把似乎早已失去多少年的某種潛伏能力慢慢恢復過來了”（張新穎，2014，269）。這種“忘我”，便是全身心投入工作“充分使用生命”，“與那一堆雜圖雜書共存亡，為最理想……我一生最怕是閑。一閑，就把生存的意義全失去了”（張新穎，2014，276-277）。

這本書的好處在於，不僅提供了大量沈從文直接討論生命的言論，而且這些言論大多記錄在寫給他家人、至親好友的書信中，是真實可信的，不是什麼違心之論，應景之言。沈先生活到86歲高齡，他的後半生或許足以表明，知識份子的自我定位有那麼重要。倘若他不是那麼深信可以適應新的命運，不是那麼全身心投入於文物研究，不是那麼致力於把研究化為可以觸及的成果，他的後半生將大

不一樣。我相信，像馮友蘭先生那樣 90 多歲還埋首於中國哲學史的寫作、寫完了便駕鶴仙去，也是為了完成自己的心願，實現自己的價值。這是支撐他生命的最大力量。

那麼，沈從文後半生所奉行的是不是也是自然中和的生命之道呢？我以為是的。因為它最大的特點便是適應（或順從）命運（或天意），並且在權衡利弊得失中，選擇適合自己的強項，排除人事得失之類的干擾。自然中和的生命之道，其核心理念或許可以概括為幾條，其表現形式應該是多種多樣的。讓我感到困惑甚至有點憂慮的倒是，在市場經濟和全球化的背景下，權力、金錢成為最高乃至唯一的價值追求。現在的知識份子，能否理解、接受、傳承自然中和的生命之道？不太樂觀。因此，我非常認同何教授文末所言：“讓生命能自然而然地享其天年，也是生命之為生命的一個本義，而且這也是‘生命之道’精神的表徵，這種精神如果還能滲透到社會，影響到眾人，則善美大焉。”（何懷宏，2014，51-64）

## 參考文獻

- 何懷宏：〈預期壽命與生命之道——以當代中國哲學家與法國哲學家為例〉，載范瑞平編，《中外醫學哲學》，2014年，第XII卷，第2期，頁51-64。  
 HE Huaihong. "Life Expectancy and Way of Life—A Comparative Study of Chinese and French Philosophers," *International Journal of Chinese & Comparative Philosophy of Medicine*, edited by FAN Ruiping, 12:2(2014), pp. 51-64.
- 張新穎：《沈從文的後半生（1948-1988）》，桂林：廣西師範大學出版社，2014。ZHANG Xinying. *Latter Half of Shen Congwen's Life (1948-1988)* (Guilin: Guangxi Normal University Press, 2014).