

道家生死觀下的 臨終關懷辨析

董平 王曉燕

摘要：

戀生懼死是人之常情。對於一個瀕臨死亡的人來說，其最大的悲劇莫過於沉浸於對死亡的心理焦慮之中。因此，臨終關懷的重要價值指向應是最大限度地減輕瀕死者的心理痛苦。人生的態度與死亡的觀點息息相關，瀕死者的悲哀正在於死亡焦慮中的生死困惑。道家文化倡導出生入死、道法自然、無為處世。它以低音悠揚但可震撼現代人心曲的生死吟唱，可以引導臨終者走出死亡焦慮的心理誤區，消解悲苦於無形。

安樂死是臨終關懷的應有之意。道家生死論尚自然，法自然，主張人為要與自然之序相協調，不應違反自然而強做妄為。道家反對用過枉之舉去擾亂人的生死變化，認為在死亡來臨時，順其自然，享其“安

董平，副教授；王曉燕，副教授，首都醫學大學社科部，郵政編碼：100054

《中外醫學哲學》1：1（1998年2月）：頁107~120。

© Copyright 1998 by Swets & Zeitlinger Publishers.

樂”，尊嚴而歸是不失為善終的。因此，在道家生死觀下，“被動安樂死”（即放棄治療）實為良策，而各種形式的“主動安樂死”（包括醫助致死）均與道家生死論主旨相悖。

關鍵詞：道家，臨終關懷，安樂死，生死觀，道法自然。

中國傳統哲學中的道家倡導“法自然”的生死觀念，主張“出生入死”不過是自然而然的變化。道家視生死猶如夢覺晝夜的哲學見解，為臨終關懷的實施與操作提供了一個重要的文化指令。本文擬將論證，人們對道家生死論的哲學認同，將給瀕死者以安寧與尊嚴，實現人們生命之旅的完美終結，完成人們追求善終的企盼。

一、瀕死者的悲哀—死亡焦慮中的生死困惑

對“生”，人們想的多，體驗的多，企盼的也多；而對於“死”，人們不願想、不願談、更害怕它的突然降臨。死亡對人類而言乃是最神秘、最無奈、最恐懼和最觸目驚心的事情。戀生懼死是人之常情，而對於一個瀕臨死亡的人來說，其最大的悲劇莫過於沉浸於對死亡的心理焦慮之中。因此，臨終關懷的重要指向之一乃是最大限度地減輕瀕死者的心理痛苦。

美國學者庫布勒—羅斯（E. Kübler-Ross）在1969年出版的《死亡和瀕死》一書中，把身患絕症病人從獲知病情到臨終時的心理反映過程劃分為5個階段：否認期、憤怒期、協議

要求期、抑鬱期和接受死亡期。⁽¹⁾一些從事臨終關懷工作和研究的中國學者認同羅斯的看法：“近幾年來，筆者觀察了自己所在的晚期腫瘤病區千餘名臨終病人，通過對他們實施生活護理、語言交流、心理護理，分析了臨終期患者的心理活動特點，認為一般須經過否認期、憤怒期、協議期、抑鬱期和接受期等五個階段。”⁽²⁾但也有的提出了不同的看法：“我們臨終關懷病房自開診以來，共收治癌症病人82例，其他疾病晚期病人16例，計48例死亡。在對這些病人臨床心理變化的觀察分析過程中，我們感到，他們從獲知病情到臨終時所表現的心理反應期，與庫布勒——羅斯的分期不盡相同，有着我們國人自己的特點，即在否認期之前，存在一個明顯的迴避期或替代否認期。”⁽³⁾然而，無論對臨終病人心理反映分期的看法有何不同，但在臨終病人存在着嚴重的焦慮、痛苦、悲傷的不寧心緒上，中外學者的意見大體上是一致的。中國山西省太原市人民醫院醫護人員楊春香、陳業芬調查結果表明：該院“249例臨終住院患者……住院期間精神上多有極度不安、恐懼、焦慮、悲觀、孤獨感等心理狀態”。⁽⁴⁾

死亡歷來是一個人類禁忌的話題。當人們談及死亡時，總是改變話題或委婉地表達。在英語中，“他死了”一詞，據一位教授的不完全統計，避諱的說法有五十種之多。漢語的詞匯更是極為豐富，這給中國人的死亡禁忌提供了語言上的極大方便。

(1) E. Kübler-Ross, *On Death and Dying*, the MacMillan Company, London, 1969.

(2) 趙美俠，“試談臨終關懷中的病人照護”，《首屆東西方臨終關懷國際研討會論文集》，首屆東西方臨終關懷國際研討會秘書處編印，1992年，第104頁。

(3) 焦蝶英、崔以泰等，“臨終病人心理分期及關懷對策”，《首屆東西方臨終關懷國際研討會論文集》，第94頁。

(4) 楊春香、陳業芬，“249例臨終患者的心理護理體會”，《首屆東西方臨終關懷國際研討會論文集》，第101頁。

便。在不同的場合，人們可以選擇不同的語言方式談及死亡。驚崩、隕滅、逝世、過世、長別、長辭、仙去、犧牲、殉難、捐軀等等，居然會有上百種意思。不僅世俗百姓忌諱死亡，名人高士也迴避死亡問題。中國古代聖賢孔子對死就不肯多談。他的學生曾向他問及死亡，他的回答是：“未知生，焉知死。”⁽⁵⁾

對死亡的禁忌，表明了人們對死亡的畏懼和對現世的關注。生與死雖然是人類生命對立、悖逆的兩端，但卻又是統一、聯繫的兩環，人對死之看法，常常影響人對生的觀念，對生之觀點，又往往決定了對死的態度。人們懼死的原因多種多樣，有人害怕死亡，是恐懼死亡時的痛苦；有人害怕死亡，是畏懼身後的歸宿；有人害怕死亡，是捨不得人世間的快樂；有人害怕死亡，是遺憾感嘆未盡的職責。然而，以上種種最終都源於對生與死的困惑。

中國學者對中國人的死亡和瀕死態度的調查表明，面臨死亡，人們最開心的事情有以下種種：⁽⁶⁾

(5) 孔子，《論語·先進》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，中華書局，1984年，第293頁。

(6) 崔以泰，“國人對死亡和瀕死的態度”，《首屆東西方臨終關懷國際研討會論文集》，第9頁。

組別	不能再有任何經歷	怕死後不知變成何樣	不知死後會發生何事	對家人責任未完成	我的親友會哀傷	所有計劃都得結束	死亡可能很痛苦	其他
城市居民組	366 15.93%	176 8.06%	206 8.97%	493 21.46%	231 10.06%	296 12.89%	471 18.15%	82 3.57%
農村居民組	34 16.11%	17 8.06%	19 9%	76 36.02%	17 8.06%	26 12.32%	17 8.06%	5 2.37%
城市教徒組	20 6.92%	2 0.69%	88 30.45%	66 22.8%	77 26.64%	16 5.54%	4 1.38%	13 4.5%
農村教徒組	9 2.25%	-	275 68.75%	40 10%	10 2.5%	30 7.5%	-	31 7.75%
大學學生組	249 23.65%	21 1.99%	94 8.92%	207 19.66%	146 13.87%	167 15.86%	90 8.55%	54 5.13%

中國人臨終前對死亡的恐懼和焦慮原因雖不相同，但概括起來基本上可以分為四大類：（一）畏懼死後的歸宿；（二）害怕死亡時的痛苦及親人為己之亡的悲痛；（三）捨不得人世間的生活與事業；（四）恐懼、沮喪，感到對親人的責任未盡；這些都與人們的人生觀念有着內在的聯繫。兩教徒組（天主教徒）以“不知死後會發生甚麼事情”為第一位，他們受天主教的影響，更關心死後的歸宿，這與中國傳統文化珍生淡死的特點不同，帶有濃厚的西方宗教色彩。而兩居民組均以“感到對親人的責任未完成”為第一位；大學生組以“不能再有任何經歷”為最開心的事情，則直接反映出中國傳統文化務實、現世的特徵。

中國是世界上最早的文明古國之一，發達的農耕經濟滋育了中國以生命為本的文化傳統。中國人是執著於現世的民族，有着強烈的務實、現世精神。許多中國人不相信死後還有靈魂的寄託處，人們拜神敬佛是企盼發財、降福從而活得更好，而

中國的本土宗教道教更是一個希求長生久視的宗教；在中國文化的沃土上，源於齊魯，並在中國傳統文化中居主宰地位的儒家生生哲學和“哀死”觀念也深深地影響着中國人，關注現世，生不言死，是中國文化的重要特徵。它主張人生時要珍生、務生、樂生，不願生時就“荷鍤侍候”，隨時等待死亡的降臨。在這樣的文化氛圍中，當死神突然叩響生命之門時，人們的心裏充滿恐懼、焦慮就在情理之中了。

人生的態度與死亡的觀點息息相關，瀕死者的悲哀正在於死亡焦慮中的生死困惑。在重新認識和評價傳統文化的今天，人們終於從中國傳統文化的生命交響曲中聆聽到了低音悠揚但可震撼現代人心曲的道家生死吟唱。我們認為道家的生死玄想將是現代人擺脫死亡困惑、走出心理誤區的密匙。

二、道家的生死玄想——天道無為而自然

道家的生死哲思崇尚“自然”，歷史悠久。山明水秀、風光絢麗的楚地文化，是道家生死學說的源泉。楚地風韻造就了道家自然素樸，對生死淡泊灑脫的哲學旨向。

“道”是道家思想體系的核心和道家哲學的最高範疇，兼具宇宙本原和次序法則的雙重含義。作為宇宙本原意義的“道”，它是超感覺的、無限定的、永存的、變化不息的、生成一切的總根源。“道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和”⁽⁷⁾，這裏的“一”、“二”、“三”表示“道”生成天地萬物的歷程。“一”時，“道”處在“無”的狀態，宇宙渾然一體，充斥着混沌的“氣”“二”時，從無

到有，“氣”分陰陽；“三”時，陰陽之“氣”沖和而成萬物。“道”是本世界的本原，它產生了世界萬物，但是“道”無為無形，沒有情感與意志。“道”根本不同於上帝之類的神靈，“道”不是君臨世界主宰宇宙的人格神。“道”只是不含意志性和目的性的自然之序。“道”生萬物又存在於萬物之中，它不號令萬物又決定着天地萬物的存在和發展。正如莊子所言：“天不得不高，地不得不廣，日月不得不行，萬物不得不昌，此其道也”⁽⁸⁾。

“道”雖然是宇宙的創造者、支配者，但是“道”的本性是“自然”的。道家認為“人法地，地法天，天法道，道法自然。”⁽⁹⁾即人、地、天均以道為法則，而道則以自然為法則。當然，這裏並不是說自然在“道”之上，決定、支配“道”，而是說“道”的本性是自然的，是排除意志干擾的、自然而然的一種狀態。“道”順其自身固有的可能趨勢去運行，凡物莫能使之然，亦莫能使之不然。因此，世界上的一切事物都應遵循“道”的自然之序，宇宙萬物生生死死，處世修為都必須以這種自然性為其法則。道家主張“道法自然”，“天道無為而自然”，實質上就是否定了自然會符合人或社會化人類意志的觀點，強調“人之道”應服從自然無為的“天之道”，人類社會的發展應遵從宇宙運行的一般規律。

然而，道家提出“道法自然”，並非發言玄遠、遠離人生。實際上，這是提示人類不應在與自然的對立中盲目僭妄，而應超越這一對立，站在“道”的立場上，通過對現實世界的直接體驗去把握人與自然的關係，達到“天人合一”的境界，以“自然”為價值準則去指導人自身的行為。道家的“道”論，實質上是從宇宙根源的宏觀角度來探索人生，並就世界發展的

(7) 《老子·42章》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，第635頁。

(8) 《莊子·知北遊》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，第753頁。

(9) 《老子·25章》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，第619頁。

一般規律來給生死觀念和人生態度定位。

既然“道法自然”，而人又應從“道”的立場上去看世界，那麼人視生死當然應隨其自然了。道家生死論認為：“出生入死”，即出世即是生，入地即是死，人之生死乃是按自然之序的一種變化。在道家學者看來，“死”與“生”表面上看迥然不同，但從本質上講，它們的不同只在於變化的形態，即生命自然轉化的暫時形態不同。“死亡”作為人的生命的喪失，對於個別別人來說似乎來的太快、太突然，但就“死亡”自身而言卻是恆久不變的現象。在宇宙之中，萬物蓬蓬勃勃，沒有不生長的；變化衰萎，沒有不死亡的。生的時候人適時而來，氣散的時候，人順時而去。生與死好像日夜更替，有了生才有死，有死才會轉而為生。生死相繼，一去一來，一往一返，這是一種雙向互通的，從生到死、從死到生的過程，猶如四季運行變化一樣，人們既無法逃避，也無法在主觀或客觀上予以改變。因此，人死恰如安寢於天地之間，生者與死者都無需為其煩惱、痛苦。

道家生死論認為，從具體的“個物”來看，有自身形態的生長與滅亡，但從整個宇宙演化的高度來觀照，萬物中的任何一物都可通過此形態的滅亡和彼形態的再生而轉化為他物，世界萬物遞相化生終始則同。事物變化，首尾銜接，環環相扣，循環不絕，道家謂之“天均”。“天均”之下，人類的生死猶如一條無始無終的“鏈”，個人的生死只不過是這鏈上的一環，悟透此理，死而何懼。道家主張，人應當迎諸自然，送死迎生。人的一生不過電光一閃，如不悟此理，視死之如臨斷崖，確屬愚昧之見。人不應拘迂形體軀殼，大化同流，方可在自然萬物中求得生命的安頓和心靈的超脫。

道家強調，人要順應萬物的本然做到自然無為。在道家看來，自然和人為是對立的，人為就不自然；但另一方面自然和人為又是統一的，即人在本質上和根源上都是自然的，因此人

應該保持自己的自然本性，人的行為應該符合自然之序。要順應自然，放任而行就必須無為。莊子說：“無為而才自然”⁽¹⁰⁾，“莫之為而常自然”⁽¹¹⁾。道家特別反對一切有害於人的生命本性的文化行為和經驗活動，強調追求一種自然而然的自然境界。這種自然境界表現在人自身上就是一種人生的自然狀態。人如達到了這一境界，一切便無不自然了。在道家看來，要自然需無為，要無為需無心，要無心須忘我，忘我而入自然之境，就會不知何者為物、何者為我，這樣在物我兩忘的境界中，一切莫不自然。

道家法自然、求超脫的人生哲學，不但深刻地影響了中國的傳統文化，也給今人在臨終關懷方面以極大的啟迪。

三、臨終關懷的道家文化指令——把握生死脈絡，擺脫死亡焦慮

在道家生死論的觀照下，臨終關懷的價值取向在於對臨終者實施最大限度的心理關懷。“安樂死”作為臨終關懷的應有之意雖然在倫理道德方面已取得中國公眾的大致認可，但其法律問題仍然層層疊疊使之步履維艱。另外，由疾患導致的軀體疼痛可以通過不同的途徑使用藥物來控制，而死亡之瞬間痛苦與否，目前又尚無客觀指標能夠予以證明。然而，有些死而後生的人的自述表明，在死亡的瞬間他們感受到的是不同尋常的安寧、平靜和絕無痛楚的感覺。“我的生命似乎就懸在我的唇間。我按部就班地合上眼睛，似乎便於把生推出去，甘願地沉

(10)《莊子·田子方》，參閱《重讀莊子·原文部》，四川人民出版社，1996年，第287頁。

(11)《莊子·繕性》，參閱《重讀莊子·原文部》，第272頁。

於怠惰，放自己走。那個想法只浮在我靈魂的表面上，像其他的一切一樣脆弱，可當真不但沒有沮喪，卻是混有那甜蜜的感覺，那是曾讓自己滑入睡眠的人們有過的。我相信這是許多人都有過的同樣的狀態”。⁽¹²⁾ 如果這種死亡經驗是真確和普遍的話，那麼，死亡的苦痛就主要集中在死亡前的臨終階段，主要來自心理的折磨。

情緒波動、感情悲傷和心理焦慮是臨終病人的共同心理症狀。因此，臨終關懷的重要價值指向應是解救瀕死者痛苦的心靈。中國俗話說：“心病還需心藥醫”。解除臨終病人心理苦痛的心藥良方，就是依道家生死論的超脫理論：超越物我的界限、超脫人生的功利，超然自身的生滅、從大道流行中走出死亡的心理誤區。

在道家看來，人們畏懼死亡的心緒，來源於物我的對立，以及妄圖通過對自然的超越而實現生命永恆的幻想。生生死死的自然之序是人類無法改變的。因此，人們在死神的陰影下生存，時刻面對死亡將臨的嚴酷現實，畏懼！悲哀！傷感！就在情理之中。人要破生死，就要“見獨”！做到“生死齊一”。道家認為，人生在世必須“外物”、“外天下”和“外生”，即在喧囂的塵世間，卻獨能體悟到內含於外在“物”、“天下”和“生命”中的“道”。而後又能守而不失，自然與之合為一體，昇華為常人所體會不到的高深意境，即：人道合一、生死為一，超越了時間維度的束縛，匯融於大自然生生不息的永恆之流，達到“天地與我並生，而萬物與我為一”⁽¹³⁾ 的玄妙奇境。

(12) 參閱劉易斯·托瑪斯，《水母與蝸牛·一個生物學觀察者的手記(續)》，劉紹明譯，湖南科學技術出版社，1996年，第81頁。

(13) 《莊子·齊物論》，參閱《中國傳統文化叢書》，三秦出版社，1990年，第26頁。

道家認為，世界上的人與物只不過是宇宙無窮變化系列中的暫時形態，故而人生意義的開拓只能在心靈世界中進行。人應從種種慾望的束縛中解脫出來，從種種人際的糾纏中超脫出來，以求擺脫患得患失的精神痛苦，去致力於生命自由的“逍遙”，去領略生死齊一的完全灑脫和歡欣。道家的這些主張雖則玄奧，但面對死亡的嚴酷現實，自然主義的道家生死論，卻能使瀕死者超越自我，以一種超然的態度感受現實的悲劇性，從而克服死亡前的心理焦慮，這不失為臨終關懷的有效文化對策。

在儒家文化的深厚土壤中培育起來的歷史責任感，使中國人的心理負擔超重。生時為家、為國、為民族、為社會嘔心瀝血、操勞一世，死後這種責任依然附身。修墳立墓本為庇蔭子孫、造福後代，真是“化作春泥更護花”。沉重的歷史責任感是造成瀕死者臨終時心理恐懼和心理焦慮的重要原因。而以死為息的道家生死論，已為臨終關懷的心理疏導做好了歷史的理論準備。

莊子曾言：“夫大塊載我以形，勞我以生，佚我以老，息我以死”⁽¹⁴⁾。即大自然賦予我生命形體，讓我辛勞為生，直到老年才能閒散下來，死後才能得到徹底的休息。道家以死為息的觀念基礎是一種徹底的自然主義。在道家學者看來，面對世事，人們只應接受自在的實存，而不應分辨這種實存；人們只應有事實的認識，而決不能有價值的判斷。事物就是事物，變化就是變化，生死就是生死。人們決不可對之有任何優劣美醜是非善惡的價值評判。人們在實存的世界中如若做到不雜有價值的看法，那必然能坦然接受任何的變化；相反，如果人一有價值的取向，就會採取種種規避的思慮和行為，而這恰恰是人精神的桎梏，恰恰是人悅生惡死情感波動的最深刻根源。因

(14) 《莊子·大宗師》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，第705頁。

此，“造化者”給人以生命，實為勞人；使人之死，實為息人。人們應生順自然，死歸自然，不必摻雜個人的價值判斷和好惡情感於其中。

道家學者要求擯棄世俗分辨是非的小智慧，直接與“大道”同一，然後再觀照生死，這是一種體驗式的神秘主義途徑。但道家引導人們不悲於死、不喜於生決非勸人輕生就死。事實上，道家學說本質上內蘊着更為深刻的道理，即在超脫了生死的執着後，人們便可以更輕鬆的活夠自然賦予的壽限，消解人生悲苦於無形。

臨終病人的死亡焦慮，表明瀕死者已陷入一種文化困境，即以往積淀的文化傳統已無法應付今日嚴酷的死亡現實。此時，道家生死論則以一種清新寧靜、氣韻生動的自然向失意者昭示一種新的人生觀，使瀕死者不再那麼憤激、牢騷，在自然的提示下平息自己，以一種超然的態度面對生死。道家尚自然，自然也像慈母一樣以柔愛安慰每一個痛苦的心靈。在自然那裏，人將獲得一顆宇宙之心，通過自身人生價值的轉換，心靈苦痛者將真正消解一切悲劇性的思想情結。道家通過一種以天合德的自由精神把天然的自然歸結為暢神之物。在自然的神秘、寧靜、幽邃的氣氛的薰陶下，人將放下生死之心、功利之念、貪慾之情，在自然那裏獲得徹悟，獲得真正的安慰而達到一種與自然純然合一的閒散悠然的境界。

道家主張按“自然無為”的觀念行事，就是要求人們認識自然、尊重自然，以順乎自然的態度去處理事情，反對人為的追生避死。老子曾說：“生之徒，十有三；死之徒，十有三；人之生生而動，動之死地，亦十有三。夫何故？以其生生之厚”^[15]。他認為人的生命中，生與死的因素各佔三份，但有些人為了求生，往往步入死路，結果使死的因素又增加了三份。

[15]《老子·12章》，參閱《中國哲學史資料選集·先秦之部》，第605頁。

其原因都是過分求生，為“生生之厚”而入“死之徒”。人如果求生慾望太強，生命保健操作中太有作為，反而害生、損生、喪生。

在臨床中，身患絕症的臨終病人往往飢不擇食、慌不擇路，四處求醫希求奇蹟的發生。在治療過程中，因未見轉機或病情急轉直下，心理負載過重而承受不住導致加速死亡。這充分說明，臨終關懷的心理疏導作用是十分重要的。當然，人對生死取無為之態度，這種無為並非無所作為，要人們甚麼都不做，超然於現實之外，而是以靜制動，順物而為；這種無為是以有為為目的，以有為為補充，是以自身生命力的發展為依據，以無為來順應生命力的自身轉化。以無為為有為，以靜制動，以柔克剛是道家無為論的主旨。

北宋歐陽修在《黃庭經》序中說：“道者，自然之道也。生而必死，亦自然之理也。以自然之道，養自然之生，不自戕賊天閥而盡其天年，此自古聖智之所同也。”^[16]道家法自然生死觀的關鍵在於堅持“純一之道”，順乎自然，透悟生死，不求於外力而無索求牽掛，心情開朗，隨波逐流以養天年。這些觀點在某種意義上與現代自然醫學有異曲同工之妙。

道家順生死，主無為的哲理在臨終關懷中是十分重要的。它不僅會使臨終者在心理上得到極大的安慰，而且也為安樂死疏順了在臨終關懷中的關係。

道家生死論尚自然，法自然，反對用過枉之舉去擾亂人的生死變化。因此，以此論推導“被動安樂死”（即放棄治療）當是臨終關懷的應有之意。道家認為人要真正超越“生死”，就不應“厚生”、“貪生”，時時以“生”為念的妄為有時會事得其反。據一個年老婦女的報告說，她在“死亡的過程中惟一

[16]參閱葛榮晉，《道家文化與現代文明》，中國人民大學出版社，1991年，第50頁。

痛苦和沮喪的是被人干擾。有幾回，她被施以治療措施，以保持她的氧供應或恢復體液和電解液。但每一次她都感覺到活過來是一種折磨，她深恨打斷她的死亡過程。”⁽¹⁷⁾道家生死觀的深意在於使人認識到，無論生或死，都是大道演化的結果和特定階段，因此人們要隨順，不要妄圖改變之。以生生之念導引自己的行為，就是妄為，就會在實踐中遭到失敗，導致痛苦。在死神召喚時順其自然，享其“安樂”，尊嚴而歸，是不失為善終的。

道家主張無為，主旨是任其自然，不違反自然地強做妄為，主張人為要與自然之序相協調。因此，各種形式的“主動安樂死”（包括醫助致死）均與道家生死論的主旨相悖。老莊認為，人之生死都是大道流行的變化。人之生命的價值既不在於為己；也不在於為他，其珍貴之處只在於它是“大道”演化的一種形式和表現。因此，面對生命的自然進程，人們既不應為“死”而悲，更不可為“生”而哀以至於棄生就死。人應終其“天年”而不中道而“夭”。“天年”是大自然賦予人的壽命時限；“夭”即人們因外在原因或由外部手段而終止生命。道家主張，每個人都應該在生命的旅途中努力去體驗及復歸自然之“大道”，棄絕任何智巧，以順乎自然的態度去對待生死。

不同的文化精神，以其不同的觀念體系向世人警示着不同的價值困境，昭示着走出這種困谷的出路，支配着人類不同的心理心態和行為方式。道家文化將人的視野引向高遠，將人的心靈融入浩瀚的宇宙大道之中，把握道家生死論的思想脈絡，臨終者的手中就有了打開死亡焦慮的心理密匙。

(17) 參閱劉易斯·托瑪斯，《細胞生命的禮讚·一個生物學觀察者手記》，第44頁。