

# 順其自然

張大慶

何懷宏先生在文章中通過比較當代中國與法國哲學家的預期壽命，發現法國哲學家在社會境遇優於中國哲學家的情況下，壽命總的來說卻低於中國哲學家，並推測這主要和兩國哲學家所持有的不同“生命之道”有關，即中國崇尚自然中和的“生命之道”，在相當程度上使中國哲學家得享高壽（何懷宏，2014，51-64）。

預期壽命也稱為期望壽命 (life expectancy)，X 歲時預期壽命表示 X 歲尚存者預期平均尚能存活的年數。期望壽命是評價人群健康狀況、社會經濟發展和人群生存品質的重要指標，不受人口年齡構成的影響，因此平均期望壽命可用於不同國家或地區一般健康狀況的比較。一般來說，隨着社會經濟的發展及醫療保健服務水準的提升，人群的期望壽命在一定範圍裏呈現出增長趨勢。不過，該指標未包含疾病和傷殘的情況，更未反映疾病傷殘結果的嚴重性。因此，另一個概念——健康期望壽命(active life expectancy, ALE)被用來衡量人們維持良好日常生活活動(ADL)功能的年限。2000 年世界衛生組織(World Health Organization, WHO)推薦用健康期望壽命來反映居民健康的綜合情況。

影響人群的健康長壽的因素很多，包括遺傳、醫療衛生服務、行為、生活方式、社會環境、經濟等。19 世紀後期，法國等歐洲國家的人群健康狀況得到顯著改變，而中國人群健康狀況的改善幾乎比法國晚半個世紀（圖 1）（亞當·赫爾茲里奇，2005，6-7；中國衛計委員會，《中國衛生統計年鑒》）。

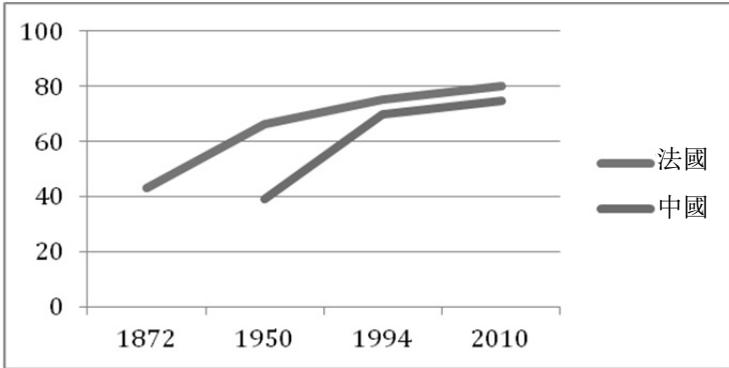
---

張大慶，北京大學醫學人文研究院教授，中國北京，郵編：100191。

《中外醫學哲學》XII:2 (2014 年)：頁 73-78。

© Copyright 2014 by Global Scholarly Publications.

圖：中國與法國平均期望壽命之變化



研究表明，嚴格意義上的醫學進步只發揮了有限的作用，而人們一般生活水準的提升、居住環境和營養改善對健康的貢獻更為重要（亞當、赫爾茲里奇，2005，6）。社會文化因素對健康的影響逐漸受到重視，尤其是隨着社會的發展，人們日益關注健康的公平與健康的社會決定因素。理論上，不存在任何生物學原因使得世界某地新生兒的期望壽命比另外一地要少 40 年；同樣也不存在任何生物學原因使得某國國內不同社會群體的出生期望壽命相差 20 年。然而，不幸的是，目前世界上不同地區的人口期望壽命的確存在着這種差距，導致這種差距的原因是健康的社會決定因素。世界衛生組織在討論健康的社會決定因素時，將社會與經濟環境、社會治理、宏觀經濟和社會政策、文化與社會規範以及價值觀等均納入分析的概念框架，並認為這些是影響人類健康“原因背後的原因” (causes of the causes) (CSDH 2008, 42)。筆者以為，世界衛生組織提出健康的社會決定因素實際上可進一步劃分為社會決定因素與文化影響因素，社會決定因素可能對出生時的預期壽命影響更大，而文化影響因素則決定了成年人的期望壽命，即嬰幼兒、孕產婦的健康更取決於社會經濟狀況、衛生資源的獲取與利用，而成年人健康長壽則更多地取決於生活行為方式與價值觀念。因此，何懷宏先生提出的哲學家所信奉的“生命之道”與其健康長壽的關係是可以得到辯護的。

不過，東西方文化在自然觀與人生觀上的差異，並不比個體之間所信奉的自然觀與人生觀差異更大。實際上，在西方思想史上，自古以來既有強調研究自然、干預自然的理性主義(Rationalism)傳統，也有順應自然、遵循自然法則的經驗主義(Empiricism)傳統。從古希臘的希波克拉底(Hippocrates)到文藝復興時期的帕拉塞爾蘇斯(Paracelsus)直至現代的整體健康(holistic health)論者，都非常重視個體攝生法在保持健康方面的價值，主張順其自然地維持身體平衡狀態，以達到延年益壽。薩拉勒醫學校(The Medical School of Salerno)《養生訓》的攝生歌訣“晚餐輕簡，節制酒漿；靜愉營養，祛病良方。”(Regimen Sanitatis Salernitanum 1976)與中醫的養生傳統可謂異曲同工。

若同何先生一樣，稍稍擴大一點樣本，將統計組群從法國哲學家延伸到法國文人學士，如表 1 對相同時期法蘭西學院(The French Academy [Académie française])的 40 位院士的壽命加以統計，不難發現結果與何先生統計中國文人壽命的結果相同，即該群體成員的壽命均數也高於同一時期的平均期望壽命。這些法國文人是否也持有崇尚自然中和的生命之道或許是個值得討論的有趣話題，並且其中三位哲學家的平均壽命更達到 91.66 歲，高於同組中十二位歷史學家的平均壽命 87.75 歲，和二十五位作家的平均壽命 86.88 歲。看來，樣本的選取在類似的研究中扮演了重要的角色。更為有趣的是，如同中國歷代不乏崇尚通過煉丹、服食或房中、導引之術以達到延年益壽之目的樣子，19 世紀末 20 世紀初，一批法國科學家則通過注射性激素或移植睪丸來尋求恢復青春。恰如錢鍾書先生所言：“東海西海，心理攸同。”（《談藝錄》，序）無論中國還是法國，人們是否健康長壽，的確與人們所遵循的“生命之道”密切相關，並且這一問題在個體中似乎比在群體中有更為明顯的體現。

表 1：法蘭西學院的 40 位院士的壽命統計(Académie française)

姓名	生卒	職業	壽命
Louis Leprince-Ringuet	1927-1997	歷史學者	70
Hector Bianciotti	1930-2012	作家	82
Marguerite Yourcenar	1903 -1987	小說及散文家	84
Aaron Jean-Marie Lustiger	1926-2007	樞機主教	81
René Huyghe	1906-1997	藝術史、藝術心理與藝術哲學寫作家	91
Jean Paulhan	1884-1968	作家、文學評論及期刊出版人	84
Jacqueline Worms de Romilly	1913-2010	語言學家、古典學研究者	97
Jean Rostand	1894-1977	生物學者、哲學家	83
Jean Guéhenno	1890-1978	作家、文學評論人	88
Jean Guitton	1901-1999	天主教哲學家、神學家	98
Alain Peyrefitt	1925-1999	學者及政治家	74
Jules Romains	1885 -1972	詩人、作家	87
Maurice Schumann	1911-1998	政治家、記者兼作家	87
Jean Mistler	1897 -1988	作家、文學史學家	91
Fernand Braudel	1902 -1985	歷史學家（年鑑學派〔Annales School〕重要人物）	83
Antoine de Lévis-Mirepoix	1884-1981	歷史學者、小說及散文作家	97
Jean Delay	1907-1987	精神病及神經病學專家、作家	80
Edgar Faure	1908-1988	政治家、歷史學者	80
Fernand Gregh	1873-1960	詩人、文學評論家	87

姓名	生卒年	職業	壽命
José Cabanis	1922-2000	地方法官、小說作家	78
Félicien Marceau	1913-2012	小說、劇本及散文作家	99
François Charles Mauriac	1885-1970	各類文學作家、文學評論人	85
Étienne Gilson	1884-1978	哲學家	94
Jean-François Revel	1924-2006	歷史學者、散文作家	82
Marcel Pagnol	1895-1974	劇作家、電影創作人、小說作家	79
Georges Duby	1919-1996	歷史學者	77
Joseph Kessel	1898-1979	記者及小說作家	81
Henri Troyat	1911-2007	小說作家、歷史學者	96
Claude Lévi-Strauss	1908-2009	人類學者	101
Maurice Druon	1918-2009	政治家及小說作家	91
Jean Gwenaël Dutourd	1920-2011	小說作家	91
Maurice Rheims	1910-2003	小說作家、藝術史學者	93
Michel Mohrt	1914-2011	編輯、散文及小說家、文學史學者	97
Maurice Genevoix	1890-1980	小說作家	90
Louis Leprince-Ringuet	1901-2000	物理學家、電訊工程師、科學史學者、散文家	99
Jean-François Denia	1928-2007	政治家、散文及小說作家	79
Ambroise-Marie Carré	1908-2004	教士	96
Jean-Louis Curtis	1917-1995	小說及散文家	78
Bertrand Poirot-Delpech	1929-2006	記者、散文及小說作家	77
Georges Dumézil	1898-1986	語言學家、文化史學者	88
平均:			86.87

## 參考文獻

- 中國衛計委員會（中華人民共和國國家衛生和計劃生育委員會）：《中國衛生統計年鑒》網頁，瀏覽於 2014 年 11 月 12 日：  
<http://www.nhfpc.gov.cn/zwgkzt/tjnj/list.shtml>. National Health and Family Planning Commission of the People's Republic of China. *China Health Statistical Yearbook* [Online]. Available from: <http://www.nhfpc.gov.cn/zwgkzt/tjnj/list.shtml>. [Accessed: 12<sup>th</sup> November 2014].
- 何懷宏：〈預期壽命與生命之道——以當代中國與法國哲學家為例〉，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.
- 〔法〕菲力浦·亞當、克洛迪娜·赫爾茲里奇著，王吉會譯：《疾病與醫學社會學》，天津：天津人民出版社，2005。Adam, Philippe and Herzlich, Claudine. *Sociology of Health and Medicine* [*Sociologie de la maladie et de la médecine*], translated by WANG Jihui (Tianjin: Tianjin People's Publishing House, 2005).
- 錢鍾書：《談藝錄》（補訂本），北京：中華書局，1986。QIAN Zhongshu. *Record of Remarks on the Arts*, Revised Edition (Beijing: Zhonghua Book Company, 1986).
- Académie française (The French Academy). [Online] *Académie française: Les immortels: Les membres* Available from: <http://www.academie-francaise.fr/les-immortels/les-quarante-aujourd'hui>. [Accessed: 14<sup>th</sup> October, 2014]
- CSDH (Commission on Social Determinants of Health). *Closing the Gap in a Generation: Health Equity through Action on the Social Determinants of Health. Final Report of the Commission on Social Determinants of Health*. (Geneva, World Health Organization, 2008).
- Regimen Sanitatis Salernitanum (A Salernitan Regimen of Health)*. *A Critical Edition of Le Regime Tresutile et Tresproufitable pour Conserver et Garder la Santé du Corps Humain*, translated by Patricia Willet Cummins (Chapel Hill: North Carolina Studies in the Romance Languages and Literatures, 1976) [Published online in *Gode Cookery* by James L. Matterer, 1997-2013] Available from: <http://www.godecookery.com/regimen/regimen.htm>. [Accessed: 13<sup>rd</sup> November, 2014]