Advances in Psychology 心理学进展, 2023, 13(4), 1470-1479
Published Online April 2023 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ap
https://doi.org/10.12677/ap.2023.134175

Hans汉斯

自我超越与生命意义：象征性不朽的中介作用

牛笑笛

郑州大学教育学院，河南 郑州

收稿日期：2023年3月19日；录用日期：2023年4月12日；发布日期：2023年4月24日

摘　要

针对疫情带来的存在性危机，存在主义心理学家重提自我超越的重要性。中国哲学思想中蕴含着丰富的不同于西方的自我超越思想，可以为个体重塑生命意义提供思路。本研究的目的在于探究象征性不朽在自我超越与生命意义关系中的中介作用，采用横断研究与日记研究的方法，无论是在个体内还是个体间，象征性不朽的中介作用都成立。讨论部分探讨了自我超越概念内涵的文化差异以及未来展望。

关键词

自我超越，象征性不朽，生命意义

Self-Transcendence and Meaning in Life: The Mediating Role of Symbolic Immortality

Xiaodi Niu

School of Education, Zhengzhou University, Zhengzhou Henan

Received: Mar. 19th, 2023; accepted: Apr. 12th, 2023; published: Apr. 24th, 2023

Abstract

In response to the pandemic's existential crisis, existential psychologists are revisiting the importance of self-transcendence. Chinese philosophy contains rich ideas of self-transcendence, which are different from those of the west and can provide ideas for individuals to reshape the meaning in life. This study aimed to explore the mediating effect of symbolic immortality on the relationship between self-transcendence and meaning in life. Through cross-sectional study and diary study, the results showed that mediating effect of symbolic immortality is valid both within and

文章引用: 牛笑笛(2023). 自我超越与生命意义：象征性不朽的中介作用. *心理学进展, 13(4),* 1470-1479.
DOI: 10.12677/ap.2023.134175

between individuals. The discussion section explored the cultural differences and prospects of the concept of self-transcendence.

Keywords

Self-Transcendence, Symbolic Immortality, Meaning in Life

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
Open Access

1. 引言

1.1. 生命意义与自我超越

生命意义指的是个体可以理解生活，被有价值的目标激励与驱动，以及认为个人在世是重要的(Martela & Steger, 2016)，包含目的，理解与重要性三个成分。

以往大量研究探索了生命意义的影响因素，企图提供多样的获取意义的路径(King & Hicks, 2021)。本研究也本着进一步探索影响生命意义关键路径的目的，探究自我超越对于生命意义的影响及机制。生命意义来源众多，根据 Reker 和 Wong (1988)提出的意义层次模型，影响意义的来源可以分为四种不同的层次；第一层是享乐主义，第二层是个人成长，第三层是自我超越，最高层是宇宙意义。其中第四层实际上是自我超越的扩展(Cloninger et al., 1993)。目前已有研究更多聚焦于前两层，围绕自我中心的意义展开(李虹，2006)，本研究针对高层次意义来源进行自我超越与生命意义之间的机制探究。

Wong 等人(2021)提出自我超越的概念，是相对比较全面的。从弗兰克尔的理论出发，梳理整合其他概念，形成四个自我超越特征与内涵：自我关注转向关注他人，指的是从自我中心的关注转化为对一些更伟大的事情或者更有价值的人的关注，这是一种无私的感觉，与更宏伟的事物或者更重要的人联系起来；外部动机转向内部动机；道德关注以及敬畏、无私等超越性情绪体验。疫情背景下存在主义心理学家重提自我超越的重要性(Wong et al., 2021)，刷新自我超越概念，构建自我超越模型(Worth & Smith, 2021)，指出自我超越是苦难中个体重塑幸福与意义感的重要机制(Wong et al., 2021)。本文在此背景下结合中国本土哲学补充自我超越与生命意义机制探究。

1.2. 象征性不朽与意义

象征性不朽是一种个体拥有本能欲望去保存以及发展个人连续性与持续性的感觉(Lifton, 1973)，是对于死亡焦虑的应对。象征性不朽的核心是价值感、意义感、安全感以及超越(Kesebir, 2014)。死亡恐惧理论认为象征性不朽是文化价值观提供给个体的一种死亡超越(Greenberg et al., 1992)，对于死亡恐惧的防御主要围绕文化价值观展开。文化价值观提供个体行为规范与标准，自尊源于个体对于文化价值观的遵循，当个体依照文化价值观要求行事时，感受到自我的价值感(Pyszczynski et al., 2004)。这种价值附属于文化实体之上，文化不会消亡，个人价值即不会消失，个人因此获得随文化一同不灭的永生感(Lifshin et al., 2021)。

意义维持模型从意义角度思考死亡焦虑和象征性不朽(Proulx & Heine, 2006)。认为必死性摧毁了个体的意义，个体主要从四个领域获得流动性意义补偿，其一就是象征性不朽。当个体面对死亡焦虑，对于生命本体必将消亡的意识，损害个体意义建构，进而产生寻找意义补偿的动机，将意义赋予到自身之外

的实体或者精神、灵魂领域，肉体消亡，精神永存，以此赋予个体象征性质上的不朽与永生，至此，意义缺口得到补偿，意义之源继续充盈，危机度过(Van Tongeren & Green, 2010)。

无论是恐惧管理理论还是意义维持模型，表达个体对于必死性的防御与应对核心都在于对个体价值与意义的赋予。因此，象征性不朽提供给个体的意义感与价值感本身具有超越意味，即超越物质与肉体我，追求精神我的表征。超越是应对死亡的核心，也是象征性不朽的内核。

1.3. 象征性不朽的中介作用

“人类所有高级的思想，正是起源于对死亡所做的沉思、冥索，每一种宗教、每一种哲学与每一种科学，都是从此处出发的(冷成金，2012)。”中西方哲学中存在大量有关死亡超越的智慧。

首先是儒家。《论语－先进篇》中季路问事鬼神。子曰：“未能事人，焉能事鬼？”曰：“敢问死”。子曰：“未知生，焉知死”(郑晓江，2008)。以孔子为代表的先秦儒家关于死亡的问题看似是将死亡问题悬置，存而不问，实际提供了大量的超越思想去面对死亡，以生观死(高建，2008)。主要体现在几个方面：首先死亡作为终点价值评判存在，死的意义是由生前所作所为决定的；同时强调生前的意义和价值在于追求“仁”道，进而超越生死，其中“仁”即“爱人”“爱所有人”；《列子－天瑞》中，子贡倦于学告仲尼愿有所息，仲尼曰：生无所息，子贡悟：大哉死乎！君子息焉，小人伏焉；仁者息焉，不仁者伏焉。意思就是死亡对于君子意味着休息、安息，而对于小人、不仁之人就是灭亡(翟奎凤，2012)。儒家死亡超越哲学在于用道德伦理，核心是“仁”的追求践行来赋予自身价值，达到不朽。肉体生命消失，而精神生命、道德生命得到了保存。这种以道德精神超越死亡，是中国文化下的特色，首先对于死亡通透的智慧态度处处可见：“人胥知生之乐，未知生之苦；知老之惫，未知老之佚；知死之恶，未知死之息也。意思是人人都只看到活着的快乐，觉得年老是疲惫的，死亡是让人厌恶的，却悟不透生有生的苦，老有老的好处，而死亡意味着可以安息了，以及“存顺殁宁”指的是平静面对死亡(翟奎凤，2012)。其次，“仁义”等道德精神置于超越死亡的最高位置：《论语》中“朝闻道，夕可死矣”、“仁以为己任”、“志士仁人无求生以害仁，有杀生以成仁”、“生亦我所欲，义亦我所欲，二者不可得兼，舍生而取义者也”等等无一不表明对“仁”的道德追求超越死亡，在二者冲突的时候甚至可以舍生取义。儒家思想中处处可见对于死亡的超越与对道德、精神的追求，从根本上降低肉体生命的重要性：肉体生命服从于道德生命(朱承，2014)。道德生命至于最高层，而它是不朽的。事实上，儒家存在独特的象征性不朽，称为“三不朽”(张英，2007)：立功、立德、立言：“大上有立德，其次有立功，其次有立言，虽久不废，此之谓不朽”。立德就是一生践行仁义道德，立功指的是为国家与社会事务做出突出贡献；立言就是个人思想以及智慧的遗产，以及“为天地立心，为生民利命，为往圣继绝学，为万世开太平”、“此身殁矣，此言利于后世，此之谓死而不朽”(张英，2007)，无不体现儒家哲学的智慧：以精神不朽超越肉体生命必死的悲怆。

然而儒家对于死亡的态度并不说明其对于生命的轻视。相反，儒家强调对于肉身的敬畏与珍惜：“身体发肤，受之父母，不可损伤”。尽管如此，当肉身与仁、义发生冲突时，有必要牺牲生命选择精神价值，更凸显了儒家对于道德理想、精神境界的追求(朱承，2018)。

总结来说儒家哲学关于死亡的智慧集中体现在以道德精神，特别是以“仁”为核心超越死亡，建立不朽与意义，本质上赋予死亡以德性(颜青山，2006)，具有超越性追求。儒家一以贯之的追求“仁”，本质上就是一种自我超越的实践，仁爱是自我超越的核心(Wong et al., 2021)。儒家哲学是自我超越提供象征性不朽最好的证明。

道家对于死亡的认识具有审美色彩(冷成金，2012)，且超越性体现在：打破自我界限，把自我融合于宇宙层面，作为生灵、自然的一部分去理解。其自我超越涉及的是意义层次模型的最高层即宇宙的意义，

是自我超越更深一步的境界，自我和宇宙万物的和谐与联结感。道家认为一切遵循道的法则，即万物阴阳平衡，循环往复，生与死也不例外。即使肉体生命消亡，自我作为道与自然规律的一部分永存。个体把生死都看作是自然的一种方式，万物方生方死，本质上将道视为象征性不朽的理论载体，具有超越意味，进而给与个体意义与价值的延续感。

佛家也毫不例外的关注死亡，认为生与死的意义重大，超越的核心在于“无我”(彭彦琴等，2011)。“同体大悲”精确的说明了超越内涵：不分人与我以及慈悲(彭彦琴，沈建丹，2012)。这种无我脱离自我中心，放下所有执念，包括摆脱死亡。“我不入地狱谁入地狱”就是一种死亡超越，为了给他人带去福祉，甚至可以死亡。因此，在佛教看来，“无我”的个体可以通过给他人带去福报达到死亡超越。

佛家的无我是高层次的自我超越。

儒道佛三家对比之下，儒家是更为理性实用的，道家是自然超脱的(何丹，2018)，儒家治世，道家治身，佛家治心(刘立夫，张玉姬，2010)，三家提供不同的自我超越以达象征性不朽的路径。

海德格尔“向死存在”是著名的死亡哲学论断。死亡作为此在的终结是存在最本己的、无所关联的、确知的、而作为其本身却是不确定的、不可逾越的可能性。海德格尔要求每一个个体都承担起来死之畏，去常人化、面对个人生命存在的课题，从此在最本己的能在中筹划、操心，完成此在的澄明(甘祥满，2010)。海德格尔的死亡哲学教人必须意识到个体对于死亡的承担，将死亡视为存在本体，提供理性、勇气超越死亡焦虑，获得此在的意义。

与海德格尔的“向死存在”相比，儒家死亡超越哲学极具理性与实用色彩，面对死亡的实在性，关注现世的存在，鼓励个体积极地过有道德的自我超越的生活，获得精神生命之不朽，强调人的主体性、自觉性(徐春林，2006)相比之下海德格尔的向死存在实践功效差，“良知”作为死亡本真性的呼唤是虚无飘渺，难以把握的(冷成金，2012)。且儒家将死亡焦虑转向对于仁的追求，生与死都是求道工具(贾林祥，2007)，而海德格尔彷佛企图让人们靠纯粹理性无时无刻地直面死亡焦虑，未提供超越性思路。而儒道佛三家与之相比，整体都强调对于死亡的“顺”“乐”，不强调“畏”，并都具体提供了获得超越与不朽的方式。

其次从心理学的视角来看。自我既是朋友又是敌人(Leary, 2007)，它的“黑暗面”体现在自我保护(Alicke & Sedikides, 2009)、自我服务偏差(Baumeister et al., 2003)等。个体对于自我小心翼翼地保护与个体必死性之间产生巨大的冲突，因此产生死亡焦虑，自我有强烈的寻求防御机制的动机，主要是寻求意义、价值、安全感以及超越。安静自我针对自我的局限性出现，是降低的自我关注和防御心态，被证明可以缓解死亡焦虑，把自我和死亡渺小化。这种自我超越相对于自我增强或自我中心化对于死亡焦虑的缓冲作用更有效(Burson et al., 2012; Tangney, 2000)，原因可能就在于自我超越可以提供象征性不朽(Abdollahi et al., 2021)。

综上所述，基于哲学以及心理学理论背景，假设如下：自我超越通过象征性不朽的中介作用正向预测生命意义。

2. 方法及结果

2.1. 研究 1

研究一采用横断研究，探究自我超越与生命意义之间的关系及机制。

2.1.1. 研究对象

采取问卷星线上收集数据，最终收集到 423 份样本。其中男性 103 名，女性 320 名，三名女性不愿透漏年龄，平均年龄为 23.56，标准差为 2.886。高中及以下学历占 1.2%，专科及本科占 50.6%，硕士及

以上占 48.2%。职业分布中学生群体为 75.7%，工作者占 24.3%。

2.1.2. 研究工具

自我超越量表使用 Wong 等人(2021)编制的自我超越量表，共 10 道题目，条目如“我的生活是有意义的，因为我为比自己更重要的事物而活”以及“我一生致力于追求真善美的理想”等，1~7 计分，从“非常不同意”到“非常同意”，总分越高，自我超越水平越高。研究中量表克隆巴赫系数为 0.86。

象征性不朽量表使用以往研究中采用的两道题目测量(Horner et al., 2022)，研究中量表克隆巴赫系数为 0.91。

生命意义感量表使用生命意义感问卷(MLQ)的意义存现分量表，共 5 道题目，1~7 计分，总分越高，生命意义感越强。研究中量表克隆巴赫系数为 0.87。

2.1.3. 数据分析

使用 SPSS 25.0 进行描述性统计、共同方法偏差检验，项目打包；Mplus 进行潜变量结构方程模型建模检验中介效应。

2.1.4. 共同方法偏差检验

采用 Harman 单因子检验法进行检验，结果显示，旋转后共提取 6 个公因子，第一个公因子的解释率为 32.80%，低于临界值，因此本研究不存在明显的共同方法偏差。

2.1.5. 结果分析

首先是描述统计与相关分析。如表 1 所示，自我超越与象征性不朽、生命意义感两两正相关，相关系数在 0.386 到 0.458 之间，符合预期假设。

Table 1. Correlation analysis
表 1. 相关分析

	$M \pm SD$	1	3	4	5	6	7
1) 自我超越	4.42 ± 0.03	1					
2) 生命意义感	4.74 ± 0.05	0.46**	1				
3) 象征性不朽	4.71 ± 1.76	0.35**	0.28**	1			
4) 性别	1.76 ± 0.02	−0.05	−0.009	−0.021	1		
5) 年龄	23.56 ± 0.14	−0.05	0.07	−0.013	−0.07	1	
6) 受教育程度	2.47 ± 0.52	0.16**	0.15**	0.121*	−0.05	0.42**	1
7) 职业	1.24 ± 0.43	−0.18	−0.07	−0.120*	0.03	0.36**	−0.28**

注：$^{*}p < 0.05$，$^{**}p < 0.01$。

其次是中介检验。为了优化模型、减少误差，题目打包策略被采用，最终潜变量结构方程模型结果显示：自我超越对生命意义感的中介模型拟合良好，$\chi^2 = 491.794$，$df = 147$，$\chi^2/df = 3.35$，CFI = 0.917，TLI = 0.903，RMSEA = 0.074，SRMR = 0.060。

具体结果如表 2 所示，自我超越经象征性不朽预测生命意义感，95%置信区间为[0.09, 0.25]，中介效应显著。路径系数如图 1 所示。

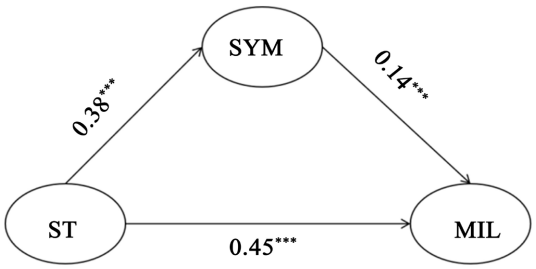
2.2. 日记研究

研究二旨在探究每日自我超越与生命意义水平之间的关系以及每日象征性不朽在其中的中介作用。

研究二聚焦于个体内和个体间的中介效应是否成立，再次验证研究一的结果。

Table 2. Mediation result
表 2. 中介结果

路径	效应值	Boot SE	p	效应量(%)
ST-MIL	0.45	0.11	$p < 0.001$	
SYM-MIL	0.14	0.06	$p = 0.029$	
ST-SYM	0.38	0.05	$p < 0.001$	
间接效应	0.07	0.04	$p < 0.001$	13.46%
总效应	0.52	0.07	$p < 0.001$	



注：ST：自我超越；SYM：象征性不朽；MIL：生命意义。$^{***}p < 0.001$。

Figure 1. Mediation path
图 1. 中介路径图

2.2.1. 研究对象

采用线上被试招募的方法，在收集横断研究数据时留下联系方式以便有意愿被试参与后续的日记研究，最终有效参与共 50 名被试，其中男性 19 名，女性 31 名，平均年龄 23.55 岁，标准差 1.78。

2.2.2. 研究程序

初始被试 54 名收集完毕之后，给与每个人一个不同的编号，提示被试记住并每次填写同样的编号，说明知情同意权以及研究注意事项和被试费用问题。在明确没有疑问之后，第二天开始发放特质前测问卷，其中包含性别年龄等人口统计变量。前测后缺失一人因个人原因不再参与后续研究。剩余 53 人继续参与一周后的日记研究，持续 7 天，每晚 7:30 左右发放日记链接，并于 10 点左右再次提醒被试于当晚完成。经过数据整理，去除编号 44、54 的数据，原因是填写不认真，以及编号 53 的问卷存在缺失值。实验结束后，根据数据质量给每位被试 7~10 元不等的费用，最终保留 50 名被试的 400 份数据。

2.2.3. 研究工具

自我超越的测量是使用 Wong 等人(2021)编制的自我超越量表，根据载荷共选取 4 道题目，并加上“今天”做状态限定，具体条目如“今天我认为，个体应该充分发挥自己的潜能去造福社会”“我今天致力于追求真善美的理想”采用七点计分，1 (非常不同意)到 7 (非常同意)，分数相加，总分越高自我超越水平越高。采用 Mplus 构建无条件三水平模型，计算得到本次重复测量项目的信度为 0.97。

生命意义的测量使用 Li 等人(2021)编制的四成分生命意义量表，各维度取一道题目，1~7 计分，总分相加分数越高，生命意义感水平越高。方法同上，信度为 0.80。

象征性不朽量表在研究一的基础上加上“今天我感觉”限定词。

2.2.4. 研究结果

首先，使用 SPSS 做相关、描述性统计分析，结果如表 3 所示。

Table 3. ICC and correlation coefficient
表 3. ICC 和相关系数

	ICC	1	2	3
1) ST	0.696	1		
2) SYM	0.707	0.518**	1	
3) MIL	0.583	0.795**	0.606**	1
4) SEM	0.489	0.651**	0.489**	0.802**

注同上；SEM：自尊。**$p < 0.01$。

其次，采用 Mplus 建立零模型检验内部相关性系数(ICC)以及建立多水平结构方程模型(MSEM, multilevel structural equation modeling)进行嵌套数据的中介分析(方杰等，2014)，分别建立 1-1-1 以及 2-1-1 的中介模型。同时，采取贝叶斯中介估计方法进行中介效应显著性检验，文献表明贝叶斯估计更适合小样本且分层数据的中介分析(Estreder et al., 2019)。中介检验结果如表 4 所示。

Table 4. Mediation effect result
表 4. 中介效应结果

1-1-1 中介(预测变量是自我超越)						
	Estimate	*Posterior S. D.*	95% *MCCI*	Estimate	*Posterior S.D.*	95% *MCCI*
个体间			个体内			
ST-MIL	0.60	0.107		0.35	0.051	
ST-SYMB	0.60	0.101		0.30	0.051	
SYMB-MIL	0.15	0.078		0.25	0.051	
SE-MIL	0.64	0.112		0.48	0.05	
间接效应	0.06	0.037	[0.003, 0.129]	0.08	0.024	[0.038, 0.131]
residual variances						
SYMB	0.637	0.119		0.909	0.03	
MIL	0.076	0.042		0.519	0.038	
indirect effect/total effect		effect size: 9.1%			22.86%	

注：ST 自我超越，MIL 生命意义，SYMB 象征性不朽，SE 自尊。

3. 讨论

本文采取 Wong 关于自我超越的定义与测量，在疫情背景下，基于中西方死亡哲学的异同进行自我超越与生命意义之间关系以及机制探究，为自我超越的时代价值增加证据。疫情泛滥是一个机遇，凸显自我超越的潜能：即提供象征性不朽，缓冲死亡焦虑，成就生命意义。

首先本文为意义层次模型提供证据，自我超越正向预测生命意义，与以往理论以及实证研究一致。其次，结果验证了中西方的死亡超越智慧，即自我超越提供象征性不朽，赋予个体生命意义。与以往研

究一致，自我超越可以缓冲死亡焦虑：个体将自我放在群体中存在，内群体认同感为死亡意识提供防御(Sani et al., 2009)；精神超越减缓死亡焦虑(Piotrowski et al., 2020)、自我超越降低疾病患者的死亡焦虑与知觉压力(Abdollahi et al., 2021)、自主或自由意志作为自我超越的特征之一，在控制自尊之后仍可以发挥死亡焦虑缓冲作用(Horner et al., 2021)。对于以往研究的补充在于证明了自我超越对于死亡焦虑的缓冲是通过象征性不朽。

自我超越是西方心理学首先提出的概念。事实上中国哲学思想从开始就具有超越性意味，不是对于“小我”“自我中心”的研究，而是“大我”“无我”的追求。个体小我的欲望不被提及甚至被消除，自我从开始就存在于与他人的关系之中。同时中国哲学强调情感与道德，“仁”是贯穿一生的追求，为个体提供巨大的意义，包括死亡超越与不朽。中国文化中蕴含着诸多可以超越死亡的情感追求，“舍生取义”“为国捐躯”“宁死不屈”“死而后已”“为生民立命”等都体现了死亡较之于个体的精神追求不值一提。现代社会也是如此，疫情以来各界社会人士，面对死亡威胁与挑战齐心协力，相互关爱。疫情的意义不仅是苦难，更是检验了自我超越精神(Wong et al., 2021)。自我超越是最好的转化苦难达到幸福与意义的方式，这与佛家思想不谋而合。佛家认为烦恼皆菩提，无我是将苦难修炼为智慧的方式。疫情的相关文献也证明了自我超越在困境中作为一种优势资源存在(Flotman, 2021; Kim et al., 2021)。

从这个角度看来，自我超越是中国文化的底色，疫情就是最好的检验。中国人思想中蕴含的“大我”、“无我”的超越思想，是应对苦难最好的资源，在疫情带来的死亡焦虑中，提供象征性不朽，将死亡渺小化，追求无私与奉献。不朽似乎是中西方都会使用的对抗死亡焦虑的方式(Routledge & Arndt, 2008; Dechesne et al., 2003)，但不同之处在于，中国本土所强调的自我超越带来的不朽是真正意义上的精神永生，不是自我中心化的被动防御或者将自我价值依托于其余不灭实体，以求“小我”的安宁，而是将精神价值至于死亡之上，主动创造不朽，将不朽的追求视为精神层面的追求，并不以摆脱死亡焦虑为目的。对于生的追求不是中国文化思想中的首要追求，精神与道德追求才是首要的，因此超越带来的不朽对于死亡焦虑的缓解只是精神追求的副产品，最重要的是对于个体生命意义的升华与塑造。

4. 局限性与未来展望

文章存在以下几个局限性。第一，使用的自我超越与象征性不朽内涵和量表是从西方文化视角出发的，中国文化下的超越思想极其丰富与目前使用的内涵有差异，应该针对不同文化中自我超越思想的异同，补充、整合最本质的自我超越概念，发展相应的量表。

中国哲学思想中的自我超越从儒家的“大我”、道家的“忘我”到佛家的“无我”逻辑基础不同于西方的独立我即自我作为独立、永恒的实体，存在清晰界限；而东方特别是中国人的自我边界不封闭，将他人、环境融合其中。儒家将自我放于家族、社会关系以及国家中，强调“仁爱”的大我；道家将自我与宇宙融为一体，强调“忘我”；佛家认为自我是由动态情境、经验组成的，非永恒的，不存在实体，更无界限，不区分自我他人，与他人同苦同乐，“无我”就是不区分自我他人的慈悲心与智慧(彭彦琴，孙琼，2018)。然而西方的自我超越概念摆脱不了自我本体的局限，存在滑向自我中心的危险(吴先伍，2019)。中西方对于象征性不朽的理解与追求也不完全一致，中国文化下不朽是精神与道德追求的副产品，精神生命本就位于物理生命之上。

第二，被试群体单一性。文章大部分采用大学生作为研究对象，未来应该扩大被试群体与年龄范围。自我超越作为一种智慧，应该受经历与年龄影响。

尽管存在局限性，文章为自我超越提供中国文化视角以及补充证明自我超越对于生命意义的作用机制：即通过象征性不朽，并进一步对比超越与不朽在东西方文化中的差异。

未来研究的展望：首先，对于意义层次模型的进一步探究，可以通过实验启动不同层次的意义来源，

对比个体是否在自我超越实验条件下拥有最高的生命意义感；并探究生命意义层次模型的常人信念。其次，挖掘中国哲学宝藏中的自我超越内涵，对比中西文化，总结出最本质的自我超越概念。最后未来研究应继续着眼于自我超越优势资源的探索，为解决现实社会问题提供思路。

参考文献

方杰, 温忠麟, 张敏强, 孙配贞(2014). 基于结构方程模型的多重中介效应分析. *心理科学, 37(3),* 735-741.

甘祥满(2010). 死亡与此在的澄明——早期海德格尔对死亡的诠释意旨. *兰州学刊, (2),* 17-20.

高建(2008). 儒家的生死智慧——死亡超越之道. *科技信息(学术研究), (19),* 122-123.

何丹(2018). 先秦道家的丧祭思想——兼与儒家死亡哲学的比较. *理论月刊, (3),* 59-67.

贾林祥(2007). 试论儒家的意义治疗思想. *医学与哲学(人文社会医学版), (11),* 61-63.

冷成金(2012). “向死而生”: 先秦儒道哲学立论方式辨正——兼与海德格尔的“为死而在”比较. *中国人民大学学报, 26(2),* 65-74.

李虹(2006). 自我超越生命意义对压力和健康关系的调节作用. *心理学报, 38(3),* 422-427.

刘立夫, 张玉姬(2010). 儒佛生死观的差异——以二程对佛教生死观的批判为中心. *孔子研究, (3),* 107-116.

彭彦琴, 江波, 杨宪敏(2011). 无我: 佛教中自我观的心理学分析. *心理学报, 43(2),* 213-220.

彭彦琴, 沈建丹(2012). 自悯与佛教慈悲观的自我构念差异. *心理科学进展, 20(9),* 1479-1486.

彭彦琴, 孙琼(2018). 精神信仰的心理功能及其作用机制. *苏州大学学报(教育科学版), 6(3),* 91-100.

吴先伍(2019). “自我超越”抑或“超越自我”?——儒家形上超越的他者之维. *华东师范大学学报(哲学社会科学版), 51(6),* 42-50+175.

徐春林(2006). 论王阳明的生死哲学及其现代价值. *南昌大学学报(人文社会科学版), 37(4),* 49-53.

颜青山(2006). 关于儒家的死亡德性论——“大哉死乎”与“顺命”. *江西师范大学学报, 39(4),* 3-8.

翟奎凤(2012). 从孔子论“生无所息”看儒家的生死哲学. *西北大学学报(哲学社会科学版), 42(1),* 132-136.

张英(2007). 论儒家的死亡超越. *学术交流, (2),* 18-20.

郑晓江(2008). “乐天知命”与“安之若命”——儒家生死智慧之现代诠释. 见 中华日本哲学会(编), *中日“东亚生死学”国际学术研讨会论文集*(pp. 13-20).

朱承(2014). 儒家的 “生死念头”. *江苏行政学院学报, (4),* 18-20.

朱承(2018). 儒家的生死观念与终极关怀. *中国儒学, (0),* 25-40.

Abdollahi, A., Panahipour, H., Allen, K. A., & Hosseinian, S. (2021). Effects of Death Anxiety on Perceived Stress in Individuals with Multiple Sclerosis and the Role of Self-Transcendence. *OMEGA-Journal of Death and Dying, 84,* 91-102. https://doi.org/10.1177/0030222819880714

Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2009). Self-Enhancement and Self-Protection: What They Are and What They Do. *European Review of Social Psychology, 20,* 1-48. https://doi.org/10.1080/10463280802613866

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest, 4,* 1-44. https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431

Burson, A., Crocker, J., & Mischkowski, D. (2012). Two Types of Value-Affirmation: Implications for Self-Control Following Social Exclusion. *Social Psychological and Personality Science, 3,* 510-516. https://doi.org/10.1177/1948550611427773

Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A Psychobiological Model of Temperament and Character. *Archives of General Psychiatry, 50,* 975-990. https://doi.org/10.1001/archpsyc.1993.01820240059008

Dechesne, M., Pyszczynski, T., Arndt, J., Ransom, S., Sheldon, K. M., Van Knippenberg, A., & Janssen, J. (2003). Literal and Symbolic Immortality: The Effect of Evidence of Literal Immortality on Self-Esteem Striving in Response to Mortality Salience. *Journal of Personality and Social Psychology, 84,* 722-737. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.722

Estreder, Y., Tomás, I., Chambel, M. J., & Ramos, J. (2019). Psychological Contract and Attitudinal Outcomes: Multilevel Mediation Model. *Personnel Review, 48,* 1685-1700. https://doi.org/10.1108/PR-07-2018-0237

Flotman, A. P. (2021). Work as Meaningful and Menacing Phenomenon for South African Middle Managers during the COVID-19 Pandemic: The Role of Self-Transcendence in Cultivating Meaning and Wellbeing. *Frontiers in Psychology,*

12, Article 650060. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.650060

Greenberg, J., Solomon, S., Pyszczynski, T., Rosenblatt, A., Burling, J., Lyon, D., Simon, L., & Pinel, E. (1992). Why Do People Need Self-Esteem? Converging Evidence That Self-Esteem Serves an Anxiety-Buffering Function. *Journal of Personality and Social Psychology, 63,* 913-922. https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.6.913

Horner, D. E., Sielaff, A. R., & Greenberg, J. (2021). Autonomy, Meaning, and the Mediating Role of Symbolic Immortality. *Journal of Humanistic Psychology.* https://doi.org/10.1177/00221678219913 76

Horner, D. E., Sielaff, A., & Greenberg, J. (2022). Self-Determined Immortality: Testing the Role of Autonomy in Promoting Perceptions of Symbolic Immortality and Well-Being. *Motivation and Emotion, 46,* 429-446. https://doi.org/10.1007/s11031-022-09944-3

Kesebir, P. (2014). A Quiet Ego Quiets Death Anxiety: Humility as an Existential Anxiety Buffer. *Journal of Personality and Social Psychology, 106,* 610-623. https://doi.org/10.1037/a0035814

Kim, J. J., Munroe, M., Feng, Z., Morris, S., Al-Refae, M., Antonacci, R., & Ferrari, M. (2021). Personal Growth and Well-Being in the Time of COVID: An Exploratory Mixed-Methods Analysis. *Frontiers in Psychology, 12,* Article 648060. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648060

King, L. A., & Hicks, J. A. (2021). The Science of Meaning in Life. *Annual Review of Psychology, 72,* 561-584. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921

Leary, M. R. (2007). *The Curse of the Self: Self-Awareness, Egotism, and the Quality of Human Life.* Oxford University Press.

Li, Z. H., Liu, Y. N., Peng, K. P. et al. (2021). Developing a Quadripartite Existential Meaning Scale and Exploring the Internal Structure of Meaning in Life. *Journal of Happiness Studies, 22,* 887-905. https://doi.org/10.1007/s10902-020-00256-2

Lifshin, U., Horner, D. E., Helm, P. J., Solomon, S., & Greenberg, J. (2021). Self-Esteem and Immortality: Evidence Regarding the Terror Management Hypothesis That High Self-Esteem Is Associated with a Stronger Sense of Symbolic Immortality. *Personality and Individual Differences, 175,* Article ID: 110712. https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110712

Lifton, R. J. (1973). The Sense of Immortality: On Death and the Continuity of Life. *American Journal of Psychoanalysis, 33,* 3-15. https://doi.org/10.1007/BF01872131

Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The Three Meanings of Meaning in Life: Distinguishing Coherence, Purpose, and Significance. *The Journal of Positive Psychology, 11,* 531-545. https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623

Piotrowski, J. P., Żemojtel-Piotrowska, M., & Clinton, A. (2020). Spiritual Transcendence as a Buffer against Death Anxiety. *Current Psychology, 39,* 994-1000. https://doi.org/10.1007/s12144-018-9810-1

Proulx, T., & Heine, S. J. (2006). Death and Black Diamonds: Meaning, Mortality, and the Meaning Maintenance Model. *Psychological Inquiry, 17,* 309-318. https://doi.org/10.1080/10478400701366985

Pyszczynski, T., Greenberg, J., Solomon, S., Arndt, J., & Schimel, J. (2004). Why Do People Need Self-Esteem? A Theoretical and Empirical Review. *Psychological Bulletin, 130,* 435-468. https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.435

Reker, G. T., & Wong, P. T. P. (1988). Aging as an Individual Process: Toward a Theory of Personal Meaning. In J. E. Birren, & V. L. Bengtson (Eds.), *Emergent Theories of Aging* (pp. 214-246). Springer Publishing Company.

Routledge, C., & Arndt, J. (2008). Self-Sacrifice as Self-Defence: Mortality Salience Increases Efforts to Affirm a Symbolic Immortal Self at the Expense of the Physical Self. *European Journal of Social Psychology, 38,* 531-541. https://doi.org/10.1002/ejsp.442

Sani, F., Herrera, M., & Bowe, M. (2009). Perceived Collective Continuity and Ingroup Identification as Defence against Death Awareness. *Journal of Experimental Social Psychology, 45,* 242-245. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2008.07.019

Tangney, J. P. (2000). Humility: Theoretical Perspectives, Empirical Fingings and Directions for Future Research. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19,* 70-82. https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.70

Van Tongeren, D. R., & Green, J. D. (2010). Combating Meaninglessness: On the Automatic Defense of Meaning. *Personality and Social Psychology Bulletin, 36,* 1372-1384. https://doi.org/10.1177/0146167210383043

Wong, P. T., Mayer, C. H., & Arslan, G. (2021). COVID-19 and Existential Positive Psychology (PP2.0): The New Science of Self-Transcendence. *Frontiers in Psychology, 12,* Article 800308. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.800308

Worth, P., & Smith, M. D. (2021). Clearing the Pathways to Self-Transcendence. *Frontiers in Psychology, 12,* Article 648381. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648381