

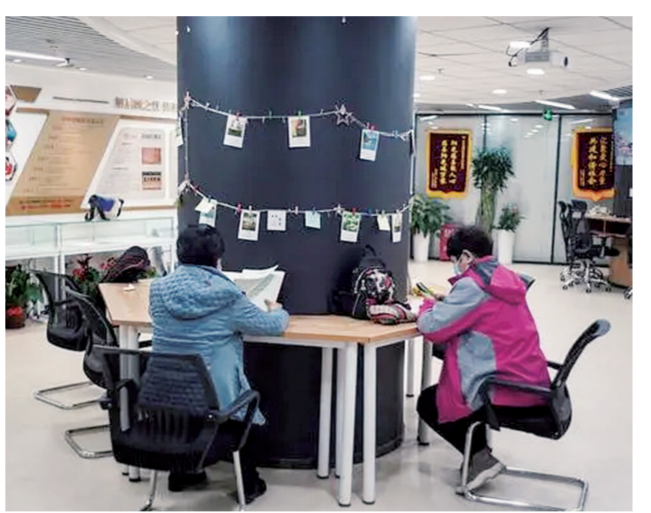


90后、00后也开始立遗嘱了！这堂“生死大课”如何面对？

遗嘱人年龄趋向年轻化，反映出人们对待生死的态度正在发生深刻变化，更是社会的进步



一个年轻人正在中华遗嘱库订立遗嘱 中华遗嘱库供图



中华遗嘱库北京第二登记中心的接待大厅

他们怎样看待立遗嘱？有人把它当作“人生述职报告”

近日，一则“90后女孩婚前立遗嘱”的新闻受到网友热议。当事人温州“90后”准新娘小李（化名）即将与爱人走进婚姻殿堂，她却先进进遗嘱库立下生前遗嘱。“不知道明天和意外哪个先来，如果有这么一天，我会把自己的遗产都归还给父母。”

今年24岁女孩甜甜（化名）已经在一年多前把自己的遗嘱立好了。具体原因是去年她发现自己皮肤上长了玫瑰糠疹，通过在网上问诊以为是免疫系统疾病，“当时以为很严重，没想好怎么和家人说，自己也很崩溃，所以先把遗嘱写好了。”她谈到，当时自己把现有的存款、首饰包包、社交账号运营等项目都写进了遗嘱里，“结果去了医院才知道只是过敏症状，自己吓自己。”

然而在病治好以后，她没有销毁那个冲动产物，反之留存在家中，时常写写改改。“世事无常，经常看见新闻里世界各地的天灾人祸，可能短短几秒钟一条鲜活的生命就消失了，我不禁担忧自己会不会也遇到这样的劫难。”

甜甜自认是一个多愁善感的女孩，每次她惶恐不安或者遇到挫折心情低落的时候，都会去更新自己的遗嘱。这个习惯反倒成了她快速冷静的方式之一。“这是我最接近死亡的时候，一笔一画都是我和自己内心最真实的对话。”甜甜认为，“立遗嘱”就像写“人生的述职报告”一样，重新审视自己的过往和未来，已经考虑到了最糟糕的事情发生，自然也不会那么害怕下一刻会不会就要离去了。

每次更新完遗嘱后，甜甜都会得到“为了自己爱的人好好生活”的无限动力，让她无比珍惜生活的美好和生命的可贵。

有人把它作为生日礼物送孩子

除了“给自己鼓劲”，还有很多对生死有着更为理性认知的年轻人，把“立遗嘱”看作一种未雨绸缪，值得主动为之的行为。当意外或死亡来临之际，他们提早立的遗嘱就可以规避一系列财产纠纷，让父母或者子女在经济上安度余生。

今年30岁，居住在加拿大的小蓝（化名）给自己满周岁的宝宝送上了一份特别的生日礼物——自己亲立的遗嘱。她谈到某天晚上突然就有了这个想法，随后她立刻就去咨询了律师，在多伦多立了遗嘱。

“万一意外来临我不在了，这份礼物能给她一份保障。我的全部资产都会由宝贝女儿继承，如果她还未成年，遗嘱也安排好了由谁来当监护人，执行清点我留下来的财产，和最信得过的朋友来当备选监护人等等。”她谈到。

有人把它当成另一种“爱的表达”

值得注意的是，不少年轻人喜欢通过微信遗嘱表达自己的感情。

中国老龄事业发展基金会发布的2023年度中华遗嘱库白皮书显示，自2020年3月，中华遗嘱库推出微信订立遗嘱服务后，截至2023年12月31日共收到97347份微信遗嘱。统计显示，留下微信遗嘱的人群中，大多数是年轻人，他们的年龄集中在20-29岁。

白皮书分析说，年轻人群体留下的微信遗嘱中，所表达的内容十分丰富：有向现任、前任、暗恋对象表白的，有向闺蜜好友倾诉的、也有向父母倾诉等等，反映出了当代年轻人对美好、纯真感情的向往。

中华遗嘱库遗嘱宣读仪式

立遗嘱有什么趋势？趋向年轻化，体现对生活的积极规划

浙江温州市华东公证处家事法律服务中心负责人汤晓峰告诉记者，十年来，随着观念进步，市民对遗嘱立立的关注度不断上升，一般情况下，市民在公证处立遗嘱的内容除了房产之外，还包括存款、股权以及黄金等贵金属等。而且，前来咨询订立遗嘱的年轻人数量有所上升。“现在年轻人的法制观念增强，大家对遗嘱也没有太忌讳了。”汤晓峰说，“一份遗嘱，不仅能避免家庭纠纷，传递情感，更能疗慰亲属，体现的不仅仅是财产的处理，更多的是情感的传承。”

中华遗嘱库温州服务对接中心相关负责人周江霞介绍，温州市民通过中华遗嘱库订立的遗嘱，覆盖60后至90后等年龄段的人群，整体趋向年轻化。“我们接待的客户大部分是60周岁以下的中青年群体，年纪越轻的客户反倒更对立遗嘱这件事没那么忌讳。”她说，“中青年人订立遗嘱人数的增加，并不代表他们对生死过度焦虑，而更多地体现了他们对生活的积极规划和前瞻性思考。”

她表示，近些年，立遗嘱不再是老年人的“专利”，年轻人开始立遗嘱，反映出人们对待生死的态度正在发生深刻变化，更是社会的进步。

周江霞还介绍，在通过中华遗嘱库订立遗嘱的温州市民中，女性订立遗嘱数量远高于男性，其中绝大多数是已婚人群。通过遗嘱处理的财产类型基本集中在房产，立遗嘱的原因则主要涵盖防止财产旁落、防止家人内斗、简化手续等方面。她表示，女性立遗嘱高于男性，主要是因为女性对安全感的需求，通常女性的风险意识较强，对家庭的责任意识较高。“年轻一代对尽早规划财富的意识觉醒，订立遗嘱不是一件令人忌讳的事了，而是传递对家人的关爱与责任，以及对未来美好生活的期许。”

新闻多一点

如何订立一份有效遗嘱？

那些表达爱与善意的微信遗嘱是否有效呢？遗憾的是，微信或其他新的网络电子手段只是载体，通过微信朋友圈、小程序或者电子邮件这些新形式所立的遗嘱，即便本身属于立遗嘱人的真实意思表示，但是由于不符合法律规定的形式要件，从法律角度来说都是无效的。

对于“立遗嘱”感到好奇且跃跃欲试的年轻人来讲，如何在足够自我表达的同时，将遗嘱的有效性和法律效力“拉满”？记者咨询了上海东一律师事务所律师陈焕昌。

“立遗嘱能够做到将遗产给到‘想给的人’，合法有效的遗嘱可以优先于法定继承，同时遗嘱所需要注意事项也是非常严谨，不然极易引发纠纷。”陈律师表示，形式要件是遗嘱合法的前提。

《民法典》明确规定，自书遗嘱的全部内容应当由立遗嘱人亲笔书写，既包括遗嘱中关于遗产处理的正文部分，也包括落款的姓名、日期部分，全部文字内容均要求由立遗嘱人本人书写。“曾经我遇到过类似纠纷，立遗嘱者没有把遗嘱的每一页都签上名字，导致了后续没有签名的章节内容被视为无效。”

他强调遗嘱需要立遗嘱人亲笔签名，此处签名必须是正式的姓名，即身份证、户口簿等证件上登记的姓名，不能为笔名、艺名、小名。

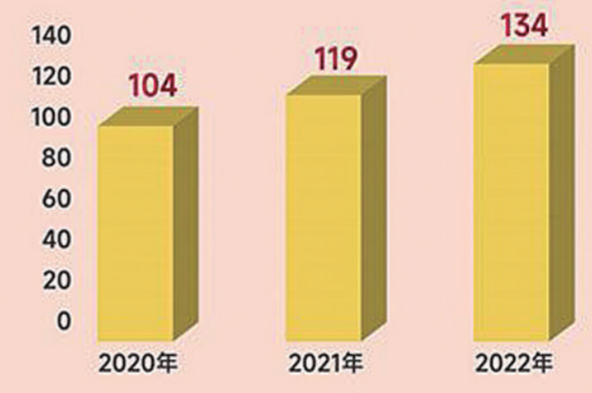
另一方面，遗嘱需体现出立遗嘱人的真实意愿，要做到这一点，就要确保立遗嘱人在立遗嘱时头脑清醒、意识清晰、未受胁迫，但这些都是比较主观的判断。

同时，遗嘱内容要指向明确，不能含糊不清。“在遗嘱中，建议将遗产范围进行精准描述，少使用‘我的份额’‘我的财产’等概括性描述。”陈律师说，特别是财产与家庭成员共同共有时，要讲清楚哪份财产的多少份额由谁继承。

他还建议，拟定的遗嘱可以选择在中华遗嘱库登记，也可以选择去公证处进行公证，带来仪式感的同时，也便于遗嘱原件的存档。综合封面新闻、浙江日报、中国青年报等



“00后”立遗嘱人数量



(数据来源：中华遗嘱库)

三年来共有357名“00后”立遗嘱，他们基本上属于大学在读学生，有部分是刚刚踏入社会工作不久。

“00后”遗嘱涉及财产类型



(数据来源：中华遗嘱库)

“00后”人群立遗嘱主要处分的财产是“银行存款”、“虚拟财产”为主。

遇到不可治愈的伤病末期或临终时自己提前决定采取哪种治疗方案“生前预嘱”入法一年多，你会选择吗？

清明节，人们在这一天祭奠追思离世的亲人。今天，我们来关注一个有关生命与死亡的话题“生前预嘱”。什么是“生前预嘱”？指的是人们在意识清醒时签署的，确认自己未来如若遇到不可治愈的伤病末期或临终时，要或不要采取哪种医疗治疗方案的意见指示文件。

2023年1月1日，修订后的《深圳经济特区医疗条例》正式开始实施，这是全国首次将患者临终决定权——“生前预嘱”纳入地方性法规。深圳这个《条例》中有关“临终决定权”的第七十八条具体是这样规定的：收到患者或者其近亲属提供具备下列条件的患者生前预嘱的，医疗机构在患者不可治愈的伤病末期或者临终时实施医疗措施，应当尊重患者生前预嘱的意思表示。

目前深圳的这个《条例》实施一年多，大家对“生前预嘱”的接受程度如何？会选择提前签署吗？

从了解到接受，我的生命我做主

杜芹是深圳首位签署“生前预嘱”的当事人。她曾经面对过自己的亲属老人患了重病到生命末期，却无法自己选择是否继续治疗，甚至连救治的方式也不能自主决定，这让老人承受了巨大痛苦，同时也让家人遭受经济上和精神上的双重压力。

“如果医疗条件以及疾病不得去面对，我的选择就是放弃一些不必要的治疗，我会选择在愉快的状态下终结生命。”杜芹说。

在杜芹看来，在生命的终末期能够有尊严地面对死亡，是一种健康的死亡。随着年龄增长，如何能让自己在临终时安详离去，不让子女违背自己的意志抢救，她一直在期待有制度上的保障。2022年，她偶然接触到深圳市生前预嘱协会，在这里她了解到，深圳正在酝酿一部法律：鼓励人们在意识清醒时签署一份预嘱，说明在不可治愈的伤病末期或临终时的需求，这让她一直关注着这件事的进展。

经过将近一年的酝酿，2022年7月5日，深圳市人大召开法规解读会，首次对修订后的《深圳经济特区医疗条例》进行公开解读。了解清楚细则后，征得了家人的同意，杜芹在条例正式实施不久，就签署了生前预嘱协议书。

杜芹说：“我立了生前预嘱之后，其实也相当于推动了身边的很多人可以去做好事。让他们能够关注自己的内心，关注自己的生命、健康、医疗的规划。”

由于律师的工作身份，杜芹平时接触到不少来咨询“生前预嘱”的人。一年多来，在她的影响下，前后有10多人签署了“生前预嘱”。

深圳为“生前预嘱”立法后，当患者进行临终抢救时，如果设立了预嘱，表示采取或者不采取创伤性抢救、生命支持系统或延续性治疗，医院要尊重患者本人意愿，患者本人的决定权得到了法律的尊重和保障。只要是符合年满18周岁并且有民事行为能力的人，在健康和意识清楚的状态下，都可以选择签署生前预嘱。条例实行一年多以来，签署人群从一开始的临终病人，逐渐被更多的人接受。

有调查数据显示，如果家人患上某种无法医治的疾病，超过六成年轻人选择坚持让家人接受包括创伤性抢救在内的治疗方法，直到生命最后一刻。生前预嘱在深圳入法时引发广泛关注和讨论，因为从法律层面，“安静离世”这一愿望被看见，被尊重。

“生前预嘱”与安宁疗护密不可分

修订后的《深圳经济特区医疗条例》正式实施，为生前预嘱的推动提供了法律保障，很多人开始认识和关注生前预嘱，而与生前预嘱密不可分的安宁疗护、生命教育等近几年来也取得了积极的进展。

生前预嘱在国内最早起源于北京。2013年，北京生前预嘱推广协会成立，成为我国第一个推广生前预嘱的社会组织。协会的公益网站名字就叫做“选择与尊严”。点开生前预嘱登记中心的网页，映入眼帘的有这样一段文字：“推广生前预嘱，让更多人知道，按照本人意愿，以尽量自然和有尊严的方式离世，是对生命的珍惜和热爱。”截至目前，在登记中心注册登记签署生前预嘱的当事人已经接近6万人。

在北京生前预嘱推广协会会长王瑛看来，虽然深圳的生前预嘱入法，在法律层面上向前迈出了一步，但推广仍然面临不少挑战。首先，由于中国人忌讳谈论死亡的观念根深蒂固，也就不自觉地阻挡了公众去思考如何让死亡更有尊严。另外，患者是可治之症还是不治之症，医学上是有明确判断的，每一个医生也都非常清楚。但在实际操作中，由于生前预嘱本身出自患者意愿，即使具备法律效力，但真正到实施的时候，往往患者本人已失去了决定的能力，具体的治疗措施，医生还是要和患者亲属沟通，造成生前预嘱实行困难。

王瑛说：“这样一份文件尽管是有法律效力的，可是它和医院的安宁疗护能够接上，还需要另外一份法律文件，也就是由医院为主体订立的一份文件，实际上是整个缓和医疗的制度，能够充分保证生前预嘱里面的个人对自己生命在进生命末期以后的若干选择，才能够真正意义上落地，所以这几个是谁都缺不了谁的。”

现代医学并非万能，但面对弥留之际的痛苦，医学仍然可以有所作为。生前预嘱的推广，和安宁疗护密不可分。安宁疗护，也被称为缓和医疗、临终关怀，其基本原则就是承认临终患者的死亡是正常过程，既不加速也不延缓，只提供缓解临终疼痛和不适的办法，在身心、精神等方面让患者活得有质量，追求生命的安详与尊严。

近年来我国积极推动安宁疗护服务发展，全国设有安宁疗护科

的医疗卫生机构已经超过4000家。作为最早试点安宁疗护的城市之一，北京目前已完成12家安宁疗护中心，21家老年护理中心的转型建设。

国家卫健委老龄健康司一级巡视员张晖说：“到2025年，每个安宁疗护试点市的每一个县区至少都要建有一个安宁疗护病区，有条件的乡镇卫生院社区服务中心，要建立安宁疗护的病床，每个试点市要建立1个覆盖全域，兼顾城乡的安宁疗护服务体系。”

我们需什么样的生命教育？

无论是生前预嘱还是安宁疗护，越来越多的人开始接受。尽量无痛苦、有尊严的死亡观念。执行生前预嘱，选择安宁疗护，为了病人在生命最后时刻减轻痛苦，还需要包括医疗、法律等更多社会力量的参与，保障其执行力。另外在更重要的层面，我们需要什么样的生命教育？其实每个人对于死亡的认识与思考不应该到了生命的末期才进行，更多、更深入地生命教育与思考，相信可以帮助更多人在整个生命周期中，特别是在生命的最后时刻，获得应有的平静与安宁。

据央视新闻客户端