

The Death Class: A True Story About Life

生死功课

如何在死亡的启示下享受更好的生命
一堂关于勇气和疗愈的生命教育课

[美] 早崎绘里香
(Erika Hayasaki) 著
姚芸竹 译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



生死功课

The Death Class: A True Story About Life

[美] 早崎绘里香 (Erika Hayasaki) 著

姚芸竹 译



北京联合出版公司
BEIJING UNITED PUBLISHING CO., LTD.

图书在版编目 (CIP) 数据

生死功课 / (美) 早崎绘里香著; 姚芸竹译. —北京:
北京联合出版公司, 2015.8
ISBN 978-7-5502-4279-1

I. ①生… II. ①早… ②姚… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第290721号

北京市版权局著作权合同登记 图字: 01-2014-7826

The Death Class: A True Story About Life by Erika Hayasaki
Copyright © 2014 by Erika Hayasaki
Published by arrangement with Bardon Chinese Media and The Robbins Office, Inc.
Simplified Chinese translation copyright © 2015 by Beijing Xiron Books Co., Ltd.
All rights reserved.

生死功课

作 者: 早崎绘里香

译 者: 姚芸竹

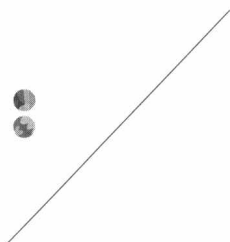
责任编辑: 王 巍

装帧设计: 门乃婷工作室

北京联合出版公司出版
(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)
三河市文通印刷包装有限公司印刷 新华书店经销
字数210千字 880毫米×1230毫米 1/32 9.5印张
2015年8月第1版 2015年8月第1次印刷
ISBN 978-7-5502-4279-1
定价: 38.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。电话: 010-82069336



告诉我，在你宝贵而狂野的一生中，
你究竟想要做什么？

——《夏日》，玛丽·奥利弗

前 / 言

告别信

那是1995年4月的一个星期三，清晨7点刚过，一个男人钻进了租来的莱德卡车，离开庞卡城上了路。他理了个板寸头，脸长得像葫芦，长窄的鼻子带点儿钩。他的T恤上印着林肯的头像，还有一句拉丁文标语“SIC SEMPER TYRANNIS”（暴君应得如此）。这人连续开车1小时45分钟，直至停在一家婴儿日托中心边上，他锁上车门，径自离开，任由炸弹的引信在卡车里嘶嘶作响。清晨9点02分，卡车爆炸了。

那一年，我16岁，还在华盛顿州林伍德市读高中。爆炸的那一天，我和几个同学早早地离开校园，我仍然记得自己坐在一个朋友家里的地毯上看电视，目睹了2000英里之外的俄克拉荷马城劫难。新闻里不断播放着消防员怀抱一个血乎乎的婴儿的画面；在艾尔弗雷德·P·默拉联邦大厦的废墟上，布满了血管一样的管道和电线。在这次袭击中，168人死亡，包括19个孩子。但是，这些逝去的生命其实并没有真正触动我。因为，那

一刻，那一天，发生了对我个人而言更为震撼的事情。

同样是在1995年4月的那个星期三，同样是在凌晨，就在蒂莫西·麦克维开车上路前往俄克拉荷马城之前几个小时，另一个人也正一路从我家附近向着啸松公寓驶去，我当时的家离这幢公寓只有几分钟车程。这幢公寓的265号房间里住着一个女孩——我的高中同学桑吉塔·拉尔。开车驶近的人，叫作詹姆斯·育空·麦克雷。他有一支枪，还有一颗破碎的心。他穿黑色衣服，戴一顶黑红色绒线帽。刚过凌晨4点，他驶近了啸松公寓。

桑吉塔当年16岁，一张圆圆的娃娃脸，红润的胖嘟嘟的脸颊，长而柔顺的黑卷发上抹着椰子油，看起来仍像个小孩。那一天，她本该像往常一样，涂着和指甲油一样颜色的口红，穿着比她5英尺身材起码大四码的牛仔裤，卷着裤脚，系着长腰带，来学校上课。那天早上很冷，她可能还会穿上件亚特兰大猎鹰队的毛衣，套上军绿色皮外衣，蹬一双白色球鞋，匆忙赶来上第一节课。

她家从斐济岛上搬到我们这个距西雅图以北22分钟车程的郊外小镇。前一天下课后，桑吉塔曾经带我来到停车场，指给我看她的生日礼物，那是一辆白色的轿车，她说我们很快就能一起兜风了。她甚至吻了一下车窗玻璃，在上面留下一块红莓色的印记，然后我们拥抱告别。她的单亲妈妈在华盛顿州瑞德蒙德的任天堂美国总部工作，每天上早班，用省下的钱买了这辆车。那一天的凌晨，911接到第一个报警电话的时候，她妈妈已经在公司

上班了。

凌晨4点18分，一位自称桑吉塔的女性打来紧急求救电话，称她听到有人在敲击她的窗户。她说这个人正试图破窗而入。一位邻居听到声音，也醒了，好像有玻璃破碎的声音，还有木板撕裂的声音，或者是铁钉猛地拔出的声音。这位邻居向窗外望了望，什么也没看见。

然而就在此时，入侵者已经爬入265号房间的窗户。911电话突然断了。接线员试着打回去，却只有答录机的声音。一队警察立即被派往啸松公寓，去调查这桩正在发生的入室抢劫案。

我们知道他有时会打她，我们也努力说服她离开他。她有一次曾经躲藏在我和母亲、弟弟一起住的公寓里，就是为了逃避詹姆斯。詹姆斯比桑吉塔大5岁，没有像我们一样上学，却经常将桑吉塔从学校带出去。他残忍怪异，有一次，他说服桑吉塔的一位朋友试用他的烫发配方，结果他使用的却是奈尔脱毛膏。

桑吉塔想要离开他很久了。我们的副校长知道这件事，桑吉塔年初已经在校警的协助下拟好了举报詹姆斯的家庭暴力报告。几个星期前，她下决心离开他，但他却如影随形，死缠烂打。就在向我展示汽车的同一天，桑吉塔曾经向另一位校警讲述她对詹姆斯的恐惧；下午4点左右，她还来到267号房间，对一位同龄的16岁邻居说，詹姆斯曾经威胁要伤害她和她的妈

妈。桑吉塔记下了邻居的电话号码以备不测。

那个漆黑的早晨，她跑了出去，詹姆斯在后面追。狗叫声吵醒了邻居。一些住户听见了窗外的尖叫声和脚步声，但是并没有起床。桑吉塔来到一楼的283号房间。根据警方报告，一位名叫谢尔曼的31岁男人，就睡在距离玻璃拉门不远的房内地板上，他听见有人敲门，也起床了，看到一个小女孩惊恐的双眼。她尖叫着：“救救我！救救我！让我进去！”

他还没反应过来，就看见一个比她高6英寸的男人从后面扑上来，把她拖出门廊，拖到草地上。谢尔曼看见他打开了他那9毫米自动手枪的枪栓，瞄准了她。

“求求你！不要！”桑吉塔尖叫着。

詹姆斯看了一眼玻璃门后的谢尔曼。谢尔曼吓得赶紧跑回去，躲在电视机后面。然后他听到一声枪响。

旁边284号房间的住户，看了眼窗外，看见草地上有一个女孩。她的样子好像正要坐下来，一个男人正俯向她。这时她的胸部已经挨了一枪。

“婊子！”那个男人吼叫着，“起来！”

“求求你！不要！”桑吉塔重复着，“求求你！不要。”

他开了第二枪。

桑吉塔倒下了，她的脸埋在草里。詹姆斯抬起头，看见284号的住户正扒着窗玻璃向外望。他们眼神相遇，詹姆斯跑掉了。他穿过一条小巷，径直跑回桑吉塔的房间，在那里，他用

一颗子弹结束了自己的生命。

三个小时后，世界的目光转向俄克拉荷马城。在学校，桑吉塔的朋友们被带到培训中心，心理咨询师严阵以待。我们被告知她的死讯，比其他学生要早。刚听到这个消息，我们几乎没反应过来。可是，几分钟后，校长用大喇叭向全校广播了这一死讯：“桑吉塔·拉尔，一位林伍德高中二年级学生，今天凌晨被枪杀。”刹那间，我们在房间里哭成一片，茫然不知所措。

我们在学校一边哭泣一边游荡，然后，朋友们钻进了我的本田小车，继续在校园外祭奠。我们漫无目标，转了几圈来到一位朋友家中，在客厅里打开电视，等着新闻里的消息。事情大多都是这样，对吗？一个人被枪杀了，整件事出现在电视或是报纸上。可是在那一天的新闻里，我们怎样也找不到桑吉塔，所有频道都在播放俄克拉荷马的消防员和狂乱的家长。当第二天的新闻里提及这场谋杀和自杀案件时，把她的年龄搞错了，说她大概19岁或20岁，甚至都没提及她的名字。接下来的一个星期里，关于她的死亡的新闻，大概都只能用简短二字来形容。没有足够的信息，或者只是这件事根本不够重要，不值得去详尽描述。

警察来到桑吉塔的卧室，在詹姆斯的尸体旁边发现了一把枪，以及桑吉塔的学生证和驾驶执照。中午12点55分，一位警官和一位牧师来到任天堂总部——她妈妈工作的地方，告诉她，她的女儿已经被枪杀了。他们请她到验尸房去看一眼尸体。

在接下来的几天里，我好几次看见她的妈妈。在詹姆斯自

杀的公寓房间里，她倒在沙发上呻吟，看着我的朋友罗斯玛丽那张与桑吉塔有几分相似的面庞，呼唤着：“我的桑吉塔。”在验尸房，当桑吉塔的尸体被一种反光材质的厚布包裹着放入棺材时，我们看到她的额头上还用朱砂点着一颗美丽的痣，嘴角似乎还向上翘着，我听见她妈妈哭昏又醒来后痛彻骨髓的呼喊。在葬礼上，我再次听见她妈妈撕心裂肺的哭喊，特别是在桑吉塔被火化前的那一刻。她追着她女儿的棺材，似乎很想爬进去和她躺在一起。这一场景和这种呼喊，我永生难忘。

我当时是校报《皇家通讯》的一名编辑，我写了一篇关于桑吉塔的头版故事，努力想将当地报纸没有触及的细节全部囊括进去。几个星期后，我又为一家当地青少年报纸《西雅图时报》撰写了关于桑吉塔的文章。

桑吉塔是我认识并关心的人中间第一个死于暴力的，也是我以记者身份关注的第一起死亡案件。

时光飞逝，2007年4月16日，那是个星期一。新闻界震惊了。弗吉尼亚理工学院及州立大学发生枪击案。我当时担任《洛杉矶时报》国内新闻记者，驻地在纽约。我读着报道，死亡人数上升到20个，最终死亡人数仍然未知。我立即订了张飞往弗吉尼亚的机票。当天狂风大作，我们的小飞机在气流中像小船一样飘摇，但最终安全到达。到达的时候，太阳正冉冉升起。我租了一辆车，开往位于布莱克伯格的校园。

不到24小时之前，一位名叫赵承熙的23岁大四学生大开杀

戒。我的第一站是大学酒店，也是当地的会议中心。灰色的石头围墙里面，已经成为受害者家人及友人的聚集点。我到达的时候，一个哭红了眼睛的男人正绝望地穿过停着成百辆媒体车和信号机的酒店停车场。我经过的时候，他告诉我说，他的女儿埃因·彼特森，一位年仅18岁学习国际关系的大学一年级学生，一直没有回复他的电话。她爱打篮球，而她的姐姐在8岁时死于癌症。如果她能够找到任何方式联系她的家人，她一定会立即告诉家人的。

“她一定会打电话的。”另一个女人在他身后哭泣，“都这个时候了，她早该打电话了。”

他们告诉我，他们已经去了医院，但没能找到她。他们又接到消息，女儿可能在另一家医院，他们又立刻赶去，但那里收治的伤者并不是他们的女儿。这位爸爸想知道女儿的消息，只要我们任何一个记者有任何线索，他也不在乎面对无数的镜头和话筒。他给了我他的手机号码，告诉我如果有他女儿的消息一定要联络他。

当天空开始从血红色转向蓝莓色的时候，大学里的烛光游行开始了。几百个人裹着印有学院名字的毯子，拿着在纸杯中点燃的蜡烛。烛光摇曳着，人们在低声祈祷：“把宁静归还校园。”

我看着诺里斯楼，一栋石质建筑。楼里躺着31具逝去的学生和老师的尸体。前一天早晨，共有31人死亡，最惨痛的死亡发生在211教室，赵承熙杀了12个人，伤了6个，然后在这里开

枪自杀。当时这个教室正在教授中级法语课。我很快了解到，埃因正是在这里遇害。我决定写这个教室的故事，关注这个教室里曾经活过和死去的人。

我花了一个星期才找到了为数不多的幸存者。每一次对幸存者的采访，都会有同一个形象浮现在同学们心中，那就是约瑟琳·库图-诺瓦克，人们又称她“库图夫人”。她因想要保护学生而被杀。库图夫人崇尚法语，热衷于教授法语，喜欢在学生的论文上用感叹号来表达她的观点，喜欢在课上不时插两句法语歌词，而当学生们以她为榜样一同哼唱的时候，她则喜欢热情地张开双臂，好像她是一位指挥家。有时，她上课是如此动情，以至于在长长的句子中间，不得不深深地吸一口气，才能让自己平静下来。

枪杀事件8天之后，她的葬礼被安排在佩吉·李·哈恩园艺园的小亭中举行。几个她生前教过并侥幸未被射杀的同学和我一起，穿过校园去参加葬礼。库图夫人的木棺上覆盖着阿卡迪亚^①旗。葬礼这一天，恰好是她丈夫杰兹·诺瓦克的生日。杰兹是大学园艺系的系主任，他和库图夫人一样，对花和植物有着挚爱。

“约瑟琳，我亲爱的，如果真的有天堂，这里就是你的天堂。”杰兹在大约700位来宾面前致辞，“你的周围有你珍爱的家人和朋友，有你尊敬并热情帮助过的学生。”

① 曾是法国殖民地，地域覆盖北美洲的东北部，现多指加拿大大西洋沿岸省份里的法语地区。

一个学生在葬礼上发言，他本来是要去211教室参加这堂课的，但他醒迟了，结果就没能去。他失去了最好的朋友，代表所有同学向库图夫人致辞：“夫人，我想问，您曾用一种令人永远无法忘却的美妙方式感动我们吗？我们会永远爱您吗？”

他停顿一下然后说：“Mais oui, Madame. Mais oui. ①”

这也是我的文章的最后一句话。这篇文章发表了，几天后我回到纽约，精疲力竭，而且非常悲伤。

在桑吉塔死后的十多年中，我参加过无数次葬礼，写了几百篇讣闻，敲开过许多遇难者或幸存者的家门，采访过死者的亲人和朋友。我已经是一名试图探索并解释这个世界和人生故事的记者。但无论我写了多少篇故事，我仍然无法弄清楚死亡的残酷及其真实的含义。

我从弗吉尼亚回来的时候，纽约的冬天仍然很冷。有一天，一条来自新泽西的网页链接出现在我的屏幕上，立刻吸引了我的注意力。距离纽约不远的一位在校学生写了篇文章，是关于一位很受欢迎的教授。标题是这样的：“另一种生命的角度，用死亡来把握生命的每一瞬间：在肯恩大学上一堂奇妙的课。”

哈哈，一个死亡教授。也许我能够写点儿关于她的课堂的文章？也许我还会在写作的过程中学点儿什么，谁知道呢？

她就是诺玛·鲍伊博士，一位注册护士，并拥有公共卫生

① 法语：当然，夫人。当然。

监管硕士及社区卫生政策博士学位，拥有新泽西州尤宁县肯恩大学终身教职。从纽约驱车前往该校，只需要30分钟或者转一次快速列车。诺玛也是一位称职的母亲，育有两个女儿。她在急诊室、重症监护区、精神病房工作超过20年，然后来到了肯恩大学，她教一门关于精神健康、护理及公共卫生的课程。但诺玛在校园内广为人知，是因为她创立了肯恩大学最受欢迎的课程——“透视死亡”，等待听这门课的预约记录甚至排到了三年后，其受欢迎程度，唯有“人类的性”这门课可以比拟。

诺玛教授和我制订了一项计划。她允许我以一个记者的身份记录这门课，但条件是我必须以一名学生的身份参加学习。

就这样，虽然我已经关注她长达6个月之久，但是在2009年春的这个学期，这场漫长的心灵旅行才算是正式拉开了序幕。我踏进她办公室的第一刻，诺玛就说得很清楚，她对自己经历的死亡戏剧性事件毫不陌生。她发现自己常常处在这些事件旋涡的最中央。

她回忆起某一次寒假的经历，她的说话几乎一气呵成毫无停顿：“新年那一天，我的一个学生打电话给我，她在电话那头发狂一般地哭着。我当时一个人在家……她的父亲由于陷入破产，决定炸毁房子，同时炸死还在房子里的妻儿。他有一个疯狂的信念，认为他的妻儿会在另一个世界活得更好。”

当时，这个女孩回到家中，房子里全是煤气。诺玛知道，那位父亲需要一位精神科医生。诺玛立刻开车出门，捎上这个学生和她的父亲，直奔医院。

同时，另一位学生的母亲恰好在新年这一天企图自杀，而一位她认识的年轻人刚刚自杀了。在这两起事件中，诺玛也被求助，帮着完成危机救援。

诺玛拉开一大叠影印的教学大纲的文件柜，柜上标签写着：“注意！我的抗抑郁药刚用完！”她的办公室门上钉着一篇文章：《弗吉尼亚理工学院事件一年之后》（*One Year After Virginia Tech*）。书籍和视频资料铺撒在地板上，可以看到一些标题，比如《校园里的致命疾病：脑膜炎》（*Killer Disease on Campus: Meningitis*）、《死亡自传》（*The Autobiography of Dying*）、《生命、死亡和两者之间》（*Life, Death and Somewhere in Between*）、《被迫谢幕：从协助自杀滑向合法谋杀的陡坡》（*Forced Exit: The Slippery Slope from Assisted Suicide to Legalized Murder*）、《纪念和庆祝：一本关于颂词、挽歌、信函和墓志铭的书》（*Remembrances and Celebrations: A Book of Eulogies, Elegies, Letters and Epitaphs*）、《老龄化的现实》（*The Reality of Aging*）、《没有什么比得上希望：一步步战胜癌症指南》（*There's No Place Like Hope: A Guide to Beating Cancer in Mid-sized Bites*）、《年轻的枪手》（*Young Shooter*）、《基督营》（*Jesus Camp*）、《从桥上跳下去》（*Jumping off Bridges*）……在她的桌上，有一张学生交给她的自杀纸条影印件——不是这个学生要自杀，而是她的妈妈。在这张纸条边缘有已经干了的血迹，纸条上字

迹颤抖：“我知道你们都应该有更好的生活，我很抱歉你们的妈妈居然是我。”

旁边有一封打印出来的邮件，标题是《我又来到伊拉克》。这是一位以前曾经参加过透视死亡课程的学生写给诺玛的，他如今被派到巴拉德空军基地的一家医院。这位军官描述他收治了一个全身超过70%烧伤的男孩，还收治了一名38岁的女性枪击受害者。他这样写道：“我发誓，她被枪击的次数比Tupac、Biggie Smalls和50 Cent三个人^①被枪击的次数加起来还要多。”他请求诺玛与她班上的同学分享他的信。诺玛将这封信夹在大纲里，拿起她的钥匙和书，向教室走去，她的玛丽简高跟鞋^②在大厅的地板上敲出一串“咔咔”的声音。

20世纪早期的大部分时间，公开而诚实地谈论死亡，特别是在教室里谈论，被视为品味低下。但到了20世纪60年代，一些学者开始相信死亡教育与性教育同等重要，甚至比性教育还重要，因为不是每一个人都有性生活，而每个人都会死亡。

在这个领域的研究先驱，比如精神病学家伊丽莎白·库伯勒-罗斯，她首先尝试“将死亡拉出黑暗”，这也正是1969年《时代》杂志一篇文章的标题。1963年，明尼苏达大学首次开设关于死亡的大学课程。其他学校纷纷效仿，这一新的学术领域很快被称为“生死学”。

① 译者注：均为美国饶舌歌手，都曾被枪击，其中 Biggie Smalls 死于枪杀。

② 译者注：指绑带圆头高跟鞋，带有欧洲贵族学院派复古风味。

到了1971年，全美有超过600个死亡课程。五年后，数量翻了一番。现在，上千个这样的课程被划分在从心理学到哲学、从医学到社会学的五花八门的学科下面。关注死亡和死亡过程的学术研究文章出现了，教科书、死亡教育研讨会也出现了。一些大学为学生提供关于死亡、濒死、丧亲后专注力障碍等课程和结业证书，就像在肯恩大学这样，这类课程作为一般选修课也逐渐向本科生开放了。

教师们都有各自的切入点：有些以讲课为主，讲解这一领域的学术研究及理论；而有些则带着自己的风格，比如在上课前让学生们点燃蜡烛默哀，等等。

不过，诺玛在十多年前开始教授这门课时，并没有听说过其他死亡课程。

那是个一月的下午，诺玛走入亨林斯楼426号教室，24名学生立即向教授问好。一排排桌边坐着早已等待的学生们，他们的脸庞被白炽灯光映射着，那种光可能会让你联想到医院病房。一小束微弱的阳光恰好从半开的百叶窗中射进来，照得见飞舞的尘埃。

“大家好！”诺玛一边说，一边调暗了灯光，“我们要做的第一件事，就是围成一个圈。”

学生们开始搬动桌椅。我选了一个靠近门口的座位。

“这是一堂卫生课。”诺玛继续说，“但与你们曾经上的卫生课都不一样，或者说与你们上过的所有的课都不一样。”