

與死亡對談

Start the Conversation

Ganga Stone ◎著

柯清心◎譯

與
死
亡
對
談

Start the Conversation

康閣·史東 著

柯清心 譯

Start the Conversation
Copyright © 1996 by Ganga Stone
Published by arrangement with Warner Books, Inc.
through Bardon-Chinese Media Agency
Chinese edition copyright © 1997 by Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.
All rights reserved

新心靈叢書④

與死亡對談

原書名 Start the Conversation

作者 Ganga Stone

譯者 柯清心

主編 林麗菲

責任編輯 葉懿慧

商標設計 陳國強

發行人 王榮文

出版發行 遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥 0189456-1 電話 365-1212 電傳 365-7979

法律顧問 王秀哲律師・董安丹律師

著作權顧問 蕭雄淋律師

印刷 優文印刷股份有限公司

□ 1997年1月1日 初版一刷

□ 1997年1月16日 初版二刷

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價 200 元 (缺頁或破損的書, 請寄回更換)

版權所有・翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-3128-X (英文版 ISBN 0-446-51959-6)

國家圖書館出版品預行編目資料

與死亡對談 / 康閣·史東(Ganga Stone)著 ;
柯清心譯 . -- 初版. -- 臺北市：遠流，1997〔民86〕
面；公分. -- (新心靈叢書；4)

譯自：Start the Conversation：the book about death
you were hoping to find

ISBN 957-32-3128-X (平裝)

1. 死亡 - 宗教方面

216.9

85013360

出版緣起

心靈新視野

王榮文

這套《新心靈》叢書所揭示的編輯理念是，不斷以一種新的視野，探瞰人類的心神與靈魂。

在內容上，它超越物質、時空與科學典範的規限，不排除人類經驗的任何部分，包括神祕經驗、精神感知，與直觀的智慧。在方法上，它仍然重視推理，但不以實證法為必然，而更致力於撼動人們生而有的想像力與領悟力。在品質上，它的格局必須博大得足供讀者親自參與思考及體悟，甚至有暫時存疑的自由；不強迫灌食任何一種信仰，造成迷信，或訴諸法術的教習，形成另一重心靈桎梏。

做為讀者的您，可以是科學的愛好者，也可以謝絕宗教教義，但這並不對立於您對心靈的關心，以及對智慧的嚮往。出版這套叢書，是基於我們對於人類身為萬物之靈的一種慶幸，也是一種提醒。讓我們尊重、了解並善加開發自己的高層精神力量，讓萬物因人類的智慧而美好。現在，就請接受我們的邀約，共同晤訪這幻化多姿的心靈大千世界。

〈專文推薦〉

敞開心胸，接納死亡

陳榮基

沒有人能夠否認，「每一個人都會死」，但大部分的人都避諱談死，都不願意去面對死亡，都沒有迎接死亡的心理準備。以致於一旦死神逼近自己或自己的親友時，譬如，一旦發現罹患絕症時，馬上會抱怨老天爲什麼如此待我？在無法否認或逃避之後，在發洩怨憤之後，緊接著的是無比的恐懼與哀慟。

更不幸的是，在台灣大約每四個人，就有一個，走向死亡之旅時，都要經過一段相當痛苦的疾病的折磨，諸如癌症、愛滋病或退化性的神經疾病，如運動神經元疾病（又名肌萎縮性側索硬化症）。對病人而言，身體逐漸衰弱，病痛有增無減，病人也會逐漸意識到自己可能是得了不治之症。對家屬而言，當醫生宣布此不幸消息時，一般的反應大多是：「我只覺得腳下地面一空，整個人掉入無邊的

恐懼裡，駭然的情緒翻天覆地而來，悲傷之情緊緊揪住了我，怎麼也揮不走。」我們可能呼天搶地，抱怨老天不公，「爲什麼會是我？」或「爲什麼會是我的家人？」但是，你可曾想想，「爲什麼不可以是我呢？」

其實，只要有生，自然有死，生老病死，每個人都需要面對。達賴喇嘛說：「身爲佛教徒，我把死亡當做是正常的過程。在我知道逃避不了死亡之後，就看不出有什麼好擔憂的了。」「死亡不是終點」，但是「死亡是不可預測的，因此在死亡真正發生之前，我們有必要做些準備的工作。」他又說：「我們大多數人都希望死得安詳。如果我們希望死得安詳，就必須在心中和日常生活中培養安詳。」佛教徒相信，臨終時若能萬緣放下，一心念佛，就有可能蒙佛接引，往生極樂淨土，永遠不再受輪迴之苦。

康閣·史東女士，在經歷了母親死於肌萎縮性側索硬化症的驚駭與哀慟後，開始涉獵東西科學、哲學與宗教的思想，融合各家學說之後，創辦「爲上主傳愛」(God's Love We Deliver)，她自一九八九年開始在美國各地，教授「與死亡對話」的課程。她從很多瀕死者的經驗中，體悟到「死亡並非生命的盡頭」。她說：

「死亡是靈肉分離的時刻，它只是道路的岔口，兩名原本十分親密的朋友在此處分別，靈魂繼續前行，而肉體則停留在原地。靈魂才是真實的我們，而真實的我們並未死亡。」

她認為：「死亡只是一種轉換，我們都會存續下去。」「了解死亡的真相，使你獲得解脫，真的，會讓你活在無懼無悲、生氣盎然的富饒境態中。」

累積多年的教學經驗，康閣·史東終於完成這本《Start the Conversation》一書，由柯清心小姐翻譯成《與死亡對話》，由遠流出版公司出版。如果你能敞開心胸，不要預設立場，仔細地閱讀這本書，史東女士將一步步引導你進入「死亡不是終點，它是生命的延續」的論點。

她說：「我們無法抹去悲傷，無法除去人類生命中的哀愁，沒有什麼可以解除我們的哀慟，我們勢必會與我們所愛的人分開，而且分離任何時刻都可能降臨。可是你將能用不同的角度去體驗它們，不讓它們擊垮！」

一位有過瀕死經驗的人說：「這次經驗對我來說，最大的恩賜就是那種無懼的心情仍留在心底。我不再害怕了，不僅我對死亡的恐懼盡釋，生命亦變得豁達，

我真是滿懷感激。」

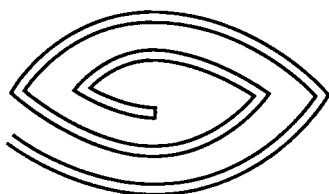
史東女士用西方的科學推論或法學印證的方法，引導讀者去安詳接受死亡。她用西方人的邏輯，達到與東方輪迴思想異曲同工的境界。能夠與死亡對談的人，能夠了解死亡絕不是終了的人，就有資格幫助親友安詳往生，或使自己能夠安詳往生。當死神降臨時，可以無憂無懼地準備走向天堂或走向極樂淨土！

台灣自一九九〇年以來，馬偕醫院開辦安寧病房，耕莘醫院設立聖若瑟病房，台大醫院及忠孝醫院成立緩和醫療病房，慈濟醫院創設心蓮病房等，與安寧照顧基金會、蓮花臨終關懷基金會及安寧照顧協會等，積極推動安寧療護的工作，就是希望能透過大家的愛心，協助臨終的人，都能免於痛苦，免於恐懼，安詳往生。這些年來，已有不少好書被介紹到國內，而《與死亡對談》就是這樣的一本好書，它值得所有從事或關心安寧療護的人閱讀，也值得每一位可能死亡的人閱讀。

【推薦人簡介】陳榮基，一九三八年出生於台灣新竹，歷經新竹師範附小、新竹中學及台灣

大學的求學過程，畢業於台大醫科。歷任台大醫學院附設醫院神經科住院醫

師、主治醫師、講師、副教授及教授之職。曾任科主任六年、副院長四年。現任台大醫院慈光佛學社社長，中華民國佛教醫事人員聯合會理事長及團法人佛教蓮花臨終關懷基金會董事長。將於一九九七年七月出任財團法人台北行天宮創辦的三峽恩主公醫院院長，繼續推動社區醫療服務及安寧療護工作。



新心靈

A New Vision of Mind & Spirit

《新心靈》叢書出版緣起

〈專文推薦〉敞開心胸，接納死亡

謝辭

〈引言〉一則弔辭

序言

〈前言〉本書之目的與其形成

1 蒼天待我甚薄！

2 滅絕心理造成的恐懼與哀慟

3 何謂證明？

4 瀕死經驗的意義

5 靈魂不滅

6 此刻的你

7 死亡會痛嗎？

8 再探恐懼與哀慟

陳榮基

[1]

[3]

[5]

[15]

[25]

[41]

[49]

[55]

[79]

[89]

[125]

[151]

9 無憾的一生

10 臨終

〈後語〉給神職人員的話

〔21〕

〔23〕

〔25〕

謝辭

本書僅獻給所有慟失親人，及即將面臨死亡而恐懼不已的讀者，願你的不安能得到撫平，願書中的觀點能消弭你心頭的懼意。

希望你能將書中的觀點化為信念，勇於將這些淺顯的道理運用於此刻的生活裡。願真理能帶給你寧靜，接受死亡實則並不存在的這項事實。

此書亦獻給依莉莎白·庫柏羅絲博士 (Dr. Elisabeth Kübler-Ross)。二十五年前，她為醫院及各地區倍受孤立與遺棄的臨終者挺身說話，如今眾人知悉的死亡臨終研究領域，皆因她的努力而起，羅絲博士獨立開拓這片領地，默默耕耘撒種，成績斐然。我們很難想像才不久前，這方面的書籍仍如鳳毛麟角，療養中心、支持團體，以及死亡的討論更是付諸闕如。

任何為臨終做計畫的人都欠依莉莎白一份人情，我們今天還難以看出她的貢獻全貌，但幾十年後，世人將有更清晰的認知。在我看來，她的奉獻具有非凡的意義。請繼續奮戰吧，依莉莎白，願妳此生的努力，能為眾生結出樂果。

〈引言〉

一則弔辭

班哲明·富蘭克林

我與你們同聲哀悼，我們失去一位可貴而摯愛的朋友，然而這是出於上帝意旨，當靈魂融入真實的生命時，有限的肉體必將躺下。所謂置之死地而後生，死亡實則是為重生所做的準備，唯有死亡，人類才得完全誕生。當不朽的生命群體中誕生一名新生的孩兒，當快樂的天堂添加新的成員，我們何必感到悲傷。

上帝將肉體借予我們的靈魂，讓我們獲取快樂、知識，並為同胞奉獻，這是上帝的恩賜。當肉體無法服膺這些目的，痛苦取代了歡樂，徒增我們的負擔，又無力完成肉體天賦的職責時，仁慈的上帝同樣賜予我們擺脫肉體的方法，那就是死亡。

有時，人會基於考量而心甘情願地斬去病痛的肢足，為解除疼痛而樂於拔除

嘴裡的牙齒。那拋下肉體的人，也永久解除了肉體可能造成的苦痛，以及肉體所承受的疾苦。

我們的朋友跟我們都獲邀參加一個永不散席的歡樂聚會，他的椅子先擺好了，於是他只好先我們而去。我們無法同時一起開始；既然你很快便會追隨而至，也知道能在何處找到他，又何必感到悲傷？