



THE DAY I DIED

死亡是永恒的开始，
生命是一次选择的机会，
天堂还是地狱，这是一个你可以不想，
但终归要面对的问题。

亲历死亡

[美] 史蒂夫·斯耶格伦 (Steve Sjogren) 著

郝子岩 译

CFP 中国电影出版社

一趟与死神亲密接触的旅程
一段重生后焕然一新的人生

亲历死亡

[美] 史蒂夫·斯耶格伦 (Steve Sjogren) 著

郝子岩 译

THE DAY
I DIED

图书在版编目(CIP)数据

亲历死亡 / (美) 斯耶格伦著; 郝子岩译. - 北京: 中国电影出版社, 2008.6

(光与盐丛书)

ISBN 978-7-106-02938-8

I. 亲... II. ①斯...②郝... III. 长篇小说-美国-现代
IV. I712.45

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 075026 号

© Copyright 2006 by STEVE SJOGREN

Originally published in the USA by Regal Books,

A Division of Gospel Light Publications, Inc.

Ventura, CA 93006 U. S. A.

All rights reserved

图字: 01-2008-2416 号

选题策划: 找到啦

封面设计: 门乃婷

责任编辑: 柴 芳 刘爱国

责任校对: 找到啦

版式设计: 刘爱国

责任印制: 卢晓波

亲历死亡——光与盐丛书

[美] 史蒂夫·斯耶格伦 著 郝子岩 译

出版发行 中国电影出版社(北京北三环东路 22 号) 邮编 100013

电话: 64299917(总编室) 64216278(发行部)

64296742(读者服务部)

经 销 新华书店

印 刷 环球印刷北京有限公司

版 次 2008 年 9 月第 1 版 2008 年 9 月北京第 1 次印刷

规 格 开本 / 880 × 1230 毫米 1 / 32

印张 / 6 字数 / 120 千字

书 号 ISBN 978-7-106-02938-8/I·0669

定 价 17.00 元



献 辞

谨以此书献给我的挚友——奥斯本·理查兹博士。当我在医院里情绪低落，无法自拔时，曾经要求任何人都不要来看望我。但你每天总是面带微笑来到医院鼓励我，好像我什么都没有说过似的，你为我祷告，希望我恢复健康。谢谢你没有听我的那些丧气话！正因如此我才能够好起来。

名家推荐

如何处理好与自己、家人、朋友甚至是素不相识之人的关系，可以说是危急时刻的巨大力量源泉，也是平安时无比快乐的源泉，《亲历死亡》就是一个生动的例证。如果你能将史蒂夫亲历死亡而得到的人生真谛带入你的内心，也许有一天你也会写出一本自己的《亲历生命》！

——基思·费拉齐

《亲历死亡》正是当今这个快节奏世界所需之书。我认为，所有真心想获得平衡生活的人都要读读这本书。史蒂夫讲述了一个神奇的故事，富有强烈的感染力，反正我是一口气读完的！该书对人生如此坦诚，让人为之精神振奋。

► 名家推荐

——斯蒂芬·勒布朗

在史蒂夫·斯耶格伦笔下，坦诚的文字令你震惊和感动，也让你充满激情。史蒂夫这个人无所畏惧，不知疲倦，非同寻常，又无比仁慈。如果你想发现真实，那就开始吧，这个故事向你展露无疑，同时也为圣唐妮能够容忍这个家伙而致敬！

——凯特·迈纳

如果你今年只能读一本书，就读这一本吧。这也许是我曾经读过的最坦诚的一本书。

——莱奥纳德·斯威特

史蒂夫带领我们重新回到那间死亡病房，然后又共同领略他死而复生之后的生活。史蒂夫以特有的幽默和热情，与我们分享了他在临近死亡中所领悟到的真知灼见与智慧，诸如结交诚挚的朋友，与配偶和家人建立亲密的关系，对陌生人也要多加关心，以及其他许多人生重大问题的思考。我在读这本书的时候，时而大笑，时而哭泣，时而忏悔。你读这本书时，也做好全新体验与心灵改变的准备！

——伯登·瓦戈纳

史蒂夫·斯耶格伦给我们讲述了一个充满信心的神奇见证，告诉我们如何应对不期而至的生活巨变。在这个过程中，我们不得不重新思考一下，这样急匆匆的生活节奏是不是让我们远离了真正的高品质生活。

——罗伯特·韦伯



前 言

每个人都想知道，至少是了解一点死后的事情，就像是电影预告片似的，要先睹为快。我们知道届时真实的情况并非仅仅如此，但无法想象死后到底会是什么样子。

亲历死亡的经历是如何改变一个人的？

每个人都想知道，至少是了解一点死后的事情，就像是电影预告片似的，要先睹为快。我们知道届时真实的情况并非仅仅如此，但无法想象死后到底会是什么样子。史蒂夫·斯耶格伦历尽艰难才有了管窥之见。在他发生致命医疗事故期间及其之后的经历中，正如本书中所披露的，他发现了人人都想知道的奥秘：死亡是如何与生命联系起来的。

我与史蒂夫是 25 年的老朋友。我亲眼目睹了他在事故前后的变化。史蒂夫的故事会让我们想到这样一些问题：我们能离开自己的躯体活下去吗？非肉体存在的感觉是什么？它安全吗？它可靠吗？我们真的了解生生不息的生命吗？人真的必须依赖于肌肉、血液、心脏和大脑之类的物质吗？对于最令人敬畏的上帝，我们又了解多少呢？当我们死去的时候，能够感觉或是确知上帝的存在吗？

史蒂夫是通过生活经常会遇到的关键时刻学会到这一点的：他所遭遇的事故使他以前的世界观发生了急剧变化。没有人愿意经历这样的痛苦危机。然而，一个曾经面临死亡（或是死而复生）的人会变得更睿智，这一点确定无疑。

亲历死亡的经历是如何改变一个人的？有一种可能性是：如果在死亡中我们并没有脱离这个世界，而是确实地看到了所发生的一切，那将会怎样呢？

在阅读《亲历死亡》这本书时，我又想起了一个曾常常萦绕在心的想法：“如果今晚你就死去，你会去哪里（指的是天堂或者地狱）？”我想，如果一个人能够像史蒂夫所描述的那样，

将自己的日常生活与人的本体相联系，那么问一些以现实生活为基础的问题也许会更有价值，比如：如果你知道自己只能活到明天——当然实际上还能活更长时间——你会采取什么样的人生的态度？如果你知道自己会永远活下去，那又会如何呢？在生命之路上，你会跟随谁？你会向谁学习如何生活？你会围绕什么（或是以谁为中心）来安排自己的日常生活呢？

自行车运动员阿姆斯特朗鼓励我们要“坚强地生活”。要做到这一点，就要求我们能够得到在现世和永恒中（不管是活着还是灵魂出壳）都安然无恙的保证。史蒂夫在本书中与我们分享了令人振奋，并能带来属灵生命改变的信息。他为我们展示了如何在生活中坚强和自信，并且让我们周围的人能够体验到谦卑的荣美，并给他们带来益处。

► 前 言

美国阿尔法公司执行总裁

托德·亨特

亲历死亡

THE DAY I DIED

- 第一章 亲历死亡的好日子 /1
- 第二章 亲历死亡的奇迹 /11
- 第三章 鬼门关前弄舞 /21
- 第四章 拼命变成一只慢乌龟 /31
- 第五章 拼命不认输 /43
- 第六章 拼命忘掉过去 /57
- 第七章 拼命做个好丈夫 /73
- 第八章 拼命做个好父亲 /89
- 第九章 拼命做个好朋友 /101
- 第十章 拼命施恩赐福 /113

Contents

亲历死亡

THE DAY I DIED

Contents

- 第十一章 拼命做个好邻居 /125**
- 第十二章 拼命学会说话 /133**
- 第十三章 拼命活到90岁 /139**
- 尾 声 亲历死亡之后的日子 /151**
- 后 记 泰丽·夏沃死的那一天 /155**
- 自 传 史蒂夫·斯耶格伦的成长故事 /165**
- 附 录 /173**



第一章 亲历死亡的好日子

这一切真是令人难以置信，就在几年前，也是一个像今天一样的美好日子，位于路那头的郊区医院似乎成了人间地狱，一切都混乱不堪。更令人难以置信的是，我就是那个躺在手术台上，在生与死之间苦苦挣扎的人。

今天是初冬一个美好的日子。室外空气清新，我家后院里，松鼠在空空的大树干里互相追逐嬉戏。好斗的红色松鼠追赶着灰色松鼠。它们对这个世界并不关心，似乎也永不疲倦。看着它们嬉戏真是一种享受，比看卫星电视要有趣多了。

这一切真是令人难以置信，就在几年前，也是一个像今天一样的美好日子，位于路那头的郊区医院似乎成了人间地狱，一切都混乱不堪。更令人难以置信的是，我就是那个躺在手术台上，在生与死之间苦苦挣扎的人。

在这之前，医生曾治好了我的两个膝盖。尽管刀口会隐隐作痛，但那次手术非做不可，也有助于我克服天气的影响。现在我又要切除胆囊，但这次手术却似乎有什么地方不大对头。后来才意识到，这是我生命中最为险恶的一天。此前，我一直在为又要进医院而忧心忡忡，总感觉似乎不太对劲。我甚至考虑过用记号笔在我的腹部写上“只取胆囊”。我可不想外科医生错把我当成一个要截肢的病人。

不祥之兆

通常我非常讨厌早晨，动手术那天上午比往常更糟糕。妻子詹妮开车送我去医院，就在这短短几英里的路上，我觉得胃里在翻江倒海。离医院越来越近了，我仍在犹豫是否要做这个手术。冥冥之中，我意识到自己还没有完全做好手术的准备——无论是对这次手术风险的估计，还是要给我做手术外科医生的记录，以及这家医院的信誉，我几乎一无所知。现在我了解得很清楚了，但这不过是事后诸葛亮而已。

当我们抵达医院的时候，我仍然处于高度紧张状态。我感受到的这个不祥预兆是什么呢？医生看上去有些紧张，一副完全不知所措的样子。护士们看来也惶恐不安。大部分设备好像都不能正常运转，就连卫生间的厕纸都薄得只有一层！你尽可以说我是疯了，但现在看来，那种乱糟糟的样子确实不是个好兆头。

有一个护士，察觉出我非常紧张，就给了我一片镇静剂。很快我就放松下来，不再担心任何事，也不再抱怨什么了。所有不祥的预感都一散而尽，我的态度也转为“快点动手吧”。在医生和护士做最后的准备工作时，我幸福地坐在一边和詹妮闲聊着。对于我的小命将要交到什么样的一些专业人士手里，我仍一无所知，但确信这并不是什么大手术，就像给我的膝盖动刀子一样。我永远都不会忘记，当我被推到手术室门前的大厅时，和妻子的谈话：

“我爱你，詹妮，待会儿见。”

“我更爱你！”她回答说。

“不，我更爱你！”我说。

我们就这样一直持续这种小游戏，直到手术室的大门在我身后呼然关上。我被安置到手术台上后，詹妮的声音被麻醉师冰冷的声音所代替。他例行公事地数着“十，九，八……”，还未数到“七”，我就被笼罩在一片黑暗之中了。

就在那张手术台上，在那所郊区医院里，在那种麻醉状态中，我知道了什么叫死亡，以及死而复生又是怎么一回事。



温馨回忆

就在 10 天前，詹妮和我还度过了我们 25 年婚姻生活中最美好的一次感恩节。无论是我的体力还是情绪，都处于很好的状态。尽管这次手术已经预约好了，但我并未过多地去想它，还有火鸡和馅饼等着我呢。

我也不知道是什么使得这次感恩节显得格外不同。也许是我们邀请来参加节日庆祝的人都相处融洽吧。我们的好朋友露丝和玛丽安 20 年来一直都出席我们的庆祝活动。这对母女生活在一起，感情至深，常人难及。她们的祷告常常得到回应。她

们的母女情深足以打动人心。我亲眼见证她们的行为改变了许多人的生活。我能和她们在一起真是无比喜乐啊。

应邀而来的还有丹和玛丽·波特夫妇。当詹妮和我 1985 年来到辛辛那提开办教会时，我们在当地可说是举目无亲，一切都要从零开始。丹是我最早认识的人之一。那时他才 19 岁，正要上大学，也在考虑着如何度过他的一生。那些岁月里，我成为丹的朋友，并看着他创办了一个视觉艺术公司，娶了一个漂亮的妻子，建立了令人羡慕的家庭。詹妮和我把丹和玛丽·波特夫妇看作最亲密的朋友。

我们的大女儿吕蓓卡也参加了我们的感恩节晚宴，至少是来待了那么一会儿。她刚刚 17 岁，正在读高中。吕蓓卡性格外向，交际广泛，所以她只和我们一起待了几个小时就出去会朋友了。让我再炫耀两句吧！无论是谁，当你进入房间，只要吕蓓卡在，她都会跳起来迎接你，与你握手，让你觉得自己好像有多重要似的。你猜怎么着，她确实觉得每一个人都很重要。

当吕蓓卡还只有 5 岁大的时候，我对詹妮说：“我敢说，咱们的女儿将来长大了一定会成为一名营销人员。”目前，吕蓓卡在加州的圣地亚哥从事药品推销，干得非常不错。尽管年龄比竞争对手小十多岁，她还是成功获得了一个竞争非常激烈的职位。

劳拉是我们的二女儿。她帮着准备了感恩节的大餐。劳拉与吕蓓卡大不相同。她是个艺术家。在这次感恩节的时候，她还只有 14 岁，在读 9 年级。从天性上说，劳拉是个恬静的人——不过，当时她正处于某种转变之中。她也认识到了这一点，正如她在日记中所说：外向型性格更有助于她实现自我。

作为父母，看到劳拉艰难地改变着自己，确实有种心痛的感觉。不过，功夫不负有心人，她逐渐地变成了另一个人。随着劳拉性格的转变，她有了更多的朋友，在学校里也有了更多的乐趣。几年后，当劳拉高中毕业时，学校的年鉴中记载了1500名毕业生中最有魅力的6位学生，劳拉就是其中之一。

我们的儿子杰克比劳拉小7岁，在那年感恩节时只有7岁大，上小学二年级。杰克入学前的测验还不错，又长了一副大个子，所以我们提早一年将他送进学校。他一直是个人迷可爱的小男孩。在这次感恩节上，他让大家觉得非常开心。

杰克长得非常像我。他快15岁了，已经比我高出几英寸了。他的吉他弹得不错，照相也是行家里手。我的这些技术也还可以，但坦率地说，在这两方面他都比我强。

这就是我们这一群人——我的一家和一些老朋友，也是这个世界上与我最亲密的人。在那次感恩节上没有发生什么特别的事情，却非常完美。那天快要结束的时候，詹妮和我都说“这是我们曾经度过的最美好的感恩节之一！这样的好日子不会太多了。孩子们都要去读大学了，我们还是把它留在记忆中，感恩吧。”当时我们还一点都不知道这句感言竟然成为被应验的预言。

几天后就是詹妮的生日，我们一家决定晚上一起出去庆祝一下。镇上的小戏院正在上演《圣诞欢歌》。这部戏以前我至少看过三次，一点也不想再看了，但我不想让大家扫兴，所以就一起去了。

后来所发生的一切证实，那天晚上的圣诞剧给了我一个启示。和剧中人物斯克鲁奇一样，我也预见到了即将来临的圣诞