

生命在爱中蜕变

To portray of the soul and flesh

韩金英 著

基因是你人生的剧本
从一出生就开始演我

团结出版社



图书在版编目(CIP)数据

生命在爱中蜕变/韩金英著.——北京:团结出版社,2003.1

ISBN 7-80130-528-0

I. 生... II. 韩... III. 韩金英—自传

IV. K825.42

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 097073 号

出版:团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号)

[电话:(010)65133603(发行部)65244792(编辑部)]

<http://www.tuanjiecbbs.com>

E-mail:unitypub@263.net

经销:全国新华书店

印刷:北京天顺鸿彩印有限公司印刷

开本:890×1240 毫米 1/32

印张:8 印张

字数:100 千字

印数:10000 册

版次:2003 年 1 月 第一版

印次:2003 年 1 月(北京)第一次印刷

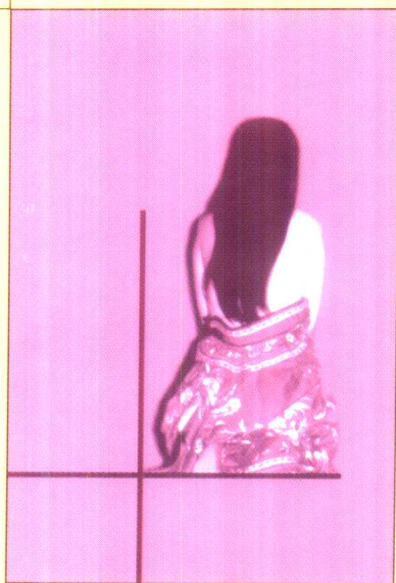
书号:ISBN 7-80130-528-0/K·141

定价:28.00 元(平)

(如有印装差错,请与本社联系)

生命是愛

前言



跳起灵性的舞蹈

《生命在爱中蜕变》这部创新的自传,没有传统传记的陈谷子、烂芝麻编年体的注事罗列,而把生命的课题:爱生、死、爱性、命等,通过简略的事件的叙述,从一点出发,对生命进行深度的挖掘与展示,将一个人的内在划分为几个版块,揭示人类共同的生命本质:内在自由、快乐的生命本质;内在柔软、无限的生命本质;内在大爱、接纳的生命本质;内在丰富、独特的生命本质。

这种独特的结构,使它与传统的传记的封闭式结构不同,它是一个开放式的精神宴会厅,读者不必从头到尾地读,随便翻阅哪一篇,传主的精神游历都在与读者互动。从个性的经历,走到共性的本质的揭示,让读者在读故事的同时,点亮自身的光明,解开自己的困惑。传主40年的人生坎坷领悟的生命的真理,是献给现代人快乐、平安、美满、成功的心药。

无限的爱与活力激情,那一体的境界就是天堂。天堂是现实,是我们本来的真我的显现。那当下一刻,没有孤独分离的个体,没有过去的阴影与未来的焦虑,只有生生不息的现在,时时刻刻都结合于大爱之中。它是一切的一切,圆满不可分的整体,大而无外,小而无内。无形无相、永恒不变、一体不分、无穷无尽,它是圆满的爱,无限的光明,纯粹属灵的境界,也是大我、真我。

原来,大我是生命的源头,我们执著追求的各种爱,不过是让我们回归生命的源头。我们沉浸在创作、性爱、赚钱等等,都是我们的灵性雀跃成长的土壤,本体大我纯粹属灵的境界记忆的唤醒。我们是灵性的动物,完美、成功、光明就是我们自己。

生死缠绵的爱与生命的觉醒，像两个端点，我在这两极中摆动。像是难逃如来佛的手掌心，我的生活曾经总跳不出这个怪圈。

灵魂总是倔强地朝着吸引她的方向走，她根本不理睬肉体的成绩与痛苦，只是一味地实践她自己的“我是谁”！每一次与爱分别，都感到痛不欲生，可她又冷冷地把我唤醒：生命就是变化，只有变化才是永恒的。一旦你执著，你就错过了真实，错过了生命。如果你是完全安全的，你就是死的。只有死的东西是不死的，所有活的东西从一出生就开始走向死亡。花儿早上开放，黄昏败落，这就是生命。对生命而言，教条永远不会是真实的，因为教条不可避免地必须是清晰的、整齐的、明了的，而生命并非如此——生命是浩瀚的，是矛盾的。

当爱来临时，我感觉到伸展、开放、送出、显露、分享、治愈的能量。我看到我灵魂的进化，我最爱的，有同情心、有耐心、愿付出，并且愿助人的我。那个明智、宽容和……爱的我。

所有的事件只代表一个让你决定做你是谁的一个机会。所有发生在我们身上的坏事，都是我们自己选择的，没有一件事其本身是痛苦的。痛苦是错误思想的结果，它是思维里的一个谬误。痛苦来自你对一件事的批判。去掉批判，痛苦便消失了。做你想做的事，做能反映、能重现一个更真实的你自己的事。

那个以恐惧为基础的爱之实相，左右了我对爱的经验；因为，我不只看到自己接受了有条件的爱，也看着自己以同样的方式付出爱。恐惧是退缩、关闭、抽回、逃跑、躲藏、掠夺、伤害的能量。恐惧以衣裳包裹着我们的身体，爱则容许我们

赤裸裸的站出来。恐惧依恋并且抓紧我们所有的一切,爱则送出我们所有的一切。恐惧紧紧的抓住,爱则温柔的拥住。恐惧是占有,爱是放手。恐惧使人心痛,爱则抚慰人。恐惧攻击人,爱则改善关系。爱,但不要占有。你一旦占有……你不知道:你在深处已经被占有了。你一占有,你就被占有了。占有者就是被占有者。不要占有——因为占有试图破坏别人的中心,而别人是不会允许你这么做的。如果你试图破坏别人的中心,那么你的中心就会在这种努力里面受到破坏。最了不起的提醒者,并不是外在的任何人,而是你自己内在的声音。

认识自我,活出自我是人生成功的关键。不认识自己,也许就投错了行,一辈子自我得不到发挥,一辈子没有得意过,真心快乐过。你不认识自己,你就不知道需要什么样的配偶;你不了解自己,不知自己对错,你教育孩子,也许会好心办了坏事,扼杀了一个天才。

我们几代人受的教育,都是起用我们的左脑功能的科学、逻辑、数学等,应试教育使我们得到的只是记忆的训练。长期被闲置的我们的右大脑是混乱的,无秩序的,它比较像一首诗,而不是论说文。它是情感性的,感受性的,它是诗、美、爱的来源,也是创造力的来源。我们的教育在这方面比较薄弱,人们追求权势、金钱,生活却缺少诗意。有了优美的城市环境,却没有盎然的诗情。所有的教育,灵性的成长是根本,开窍,会让学习变得自主,自觉,会一通百通,更重要的是走上充满创造性的、获得智慧的生命自由之路,而不是一个无用的高分的机器。

写亲情,写母亲的去世,我最想说的是我们的心与身体

的关系。健康肇事者是我们自己的心,这是根本原因。你发怒、抑郁、哀伤都会破坏你的免疫平衡功能。当已经得了病,把自己交给医生、药物,就是不交给自己,如果你不把自己生病的真正原因找到,即使医好了,还会复发。相反,你发现抑郁的情感生活使你创造性的能量得不到发挥,你真正改变了自己,把自己的生活调整到创造性的工作,给你极大的快乐,就是得了癌症也会起死回生。

写对婚姻的反思,它让我思索亲密关系的相处之道。离婚的人们,几乎都是盲目走入婚姻的。我们以为自己不完美,找自己缺的来补,以为这样就美满了。可是,往往并不能补。一个丑女人找了一个漂亮男人,她不自觉地注意打扮自己,想控制男人,她紧张,恐惧男人被人夺走。她希望的爱,得到的却是恐惧。其实,需要和补充,都是自己的问题,自己存在不自信,不爱自己的问题不去解决,而是找个盖子,把问题盖起来。我们生活中的很多不快乐,都是回避问题的盖子主义造成的。为家庭牺牲的“中国妈”,其实是没有自我的人,这个问题会投射到亲人身上,就是抱怨。

这本书在视觉上,也与传统的自传不同。呼唤生命觉醒的主题,用照片,生命的丰富信息载体作为有力的证据,进行从外到内的演绎。照片的制作、设计、注释都反映着我对生命的理解。所有人体,是我自拍,用电脑设计的,里面蕴含着我对文化与生命深度的探索,希望把人们带到生命的更优雅崇高的境界里。

目

录

前言：生命是爱/1

爱是对神的体验/1

永恒的灵香/37

千古美女驻颜术/63

性爱的理想境界/85

灵性的成长/107

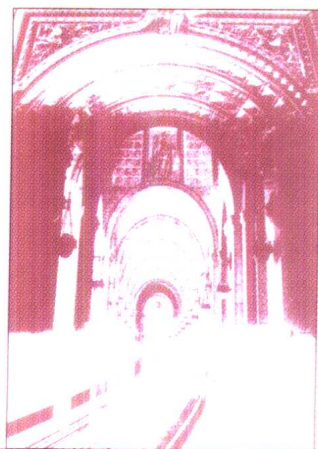
母爱的神性/137

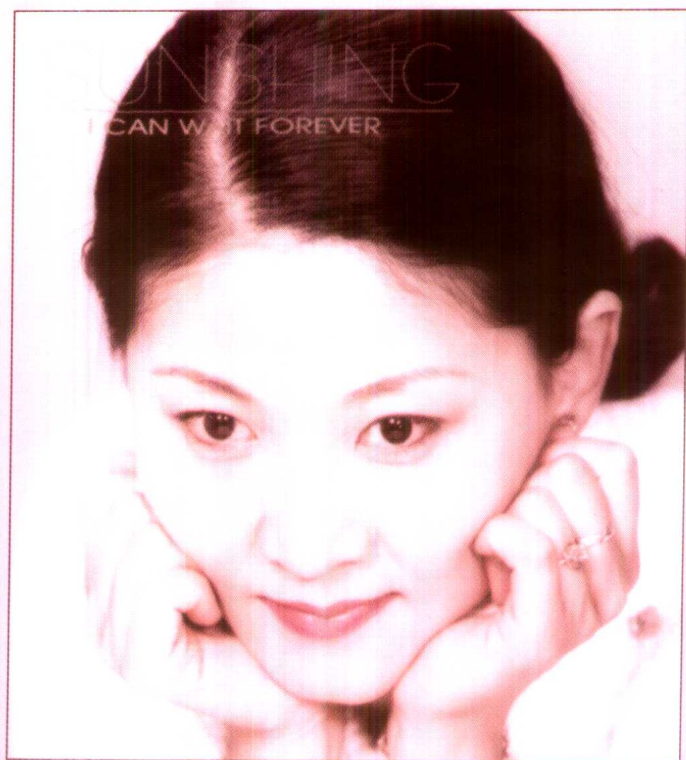
片刻是金/165

婚姻的誓约/191

生命密码/229

爱是对神的体验



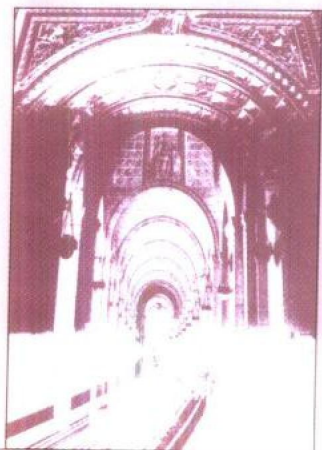


老子是最伟大的钥匙
你可以用它打开
所有存在于生命中的锁



面
对
真
我

隐藏的和谐比看得见的和谐更好。
因为看得见的是在表面上的，而表面可以欺骗，
表面可以被培养，被控制。在中心，你是存在性的，
在表面，你是社会性的，婚姻是在表面上的，
爱在中心。爱有一个隐藏的和谐，
婚姻有一个看得见的和谐。



爱是一种被穿透的感觉,生命的中心被穿透。你心中孕育了多年的梦想,奇迹般地在现实里出现了。这很难,在你的一生而言,非常稀有。在被震撼、被征服中彻底迷失,爱成为你的神,你为爱赴汤蹈火,生命中被注入一种惊人的能量,诗意浓彩重抹在你的整个存在里。你的灵魂沐浴了甘露,你的中心发生了巨大的革命。爱是不需要培养的,第一眼爱了就爱了。如果你用了大脑,动用了理性,那只会制造关系,只是相识,爱是非理性的。

第一个男人是我的前夫,虽然有性,但只是相识。性是属于肉体的,物质层面的。人们误以为是夫妻,有性关系就是爱,那不是爱,只是相识。我的中心并不能打开,晦暗的内在总没有阳光射进来,照亮自己,看到自己的模样。像一本尘封的日记,从来没被打开过。处女情结的捆绑,原始的占有的记忆,所有女孩子都经历过的,误以为那些记忆里找不到痕迹的东西是爱。我那时是个观念传统而抑郁不乐的女孩。爱是生命的中心被打开,我称第一次见到自己的生命的中心为初恋。我的初恋发生在遥远的地方,和一个父辈的作家。那本散文集《漂泊的舟》,是我十年生活的缩影,文章背后的故事,是情感追求的履历表。我21岁大学刚毕业,参加郭沫若学术讨论会,认识了他。

我多愁善感,在乐山看郭沫若的生平照片展览,居然哭了。由于写了研究他的诗歌的文章,对这位诗人有了更多的了解,崇拜他的才华,从他宽宽的额头上,我能看到神的光环。那种小女生崇拜英雄式的爱,莫名地强烈。当

生命的深度



揭示
内在自由、快乐、
内在丰富、
独特
的
生命
本质
内在
大
爱、
接
纳、
内
在
丰
富、
独
特

听同参观的人议论,郭老身边的女人对郭老不好,竟然打他的头,我的眼泪唰地就涌出来了,心很痛,如果是我在他身边……

郭老已经去世了,可是,眼前这个长着和郭老一样额头的人,引起了我最深切的注意。他也是个四川的大才子,相貌好像就是年轻时的郭沫若。但,他情绪有点低落,周围的人避而远之,无形的压力,灰溜溜的眼神,落寞的举止、内心的冲突、焦灼,是他给我的最初印象。听说他正挨整

我去听了 he 给当地师专做的一次演讲。数千人的大礼堂内座无虚席,整个礼堂被一种沸腾的情绪充满着。他满面通红,神采飞扬,捆在身上的枷锁,在那时被他的神光照得透明,尽管那绳索还在,可是,他的精神已经超越了它。他活泼泼的真我,散溢出醉人的芬芳,我像被接上了电极,第一次体验敏感的神神经遭遇一浪一浪的电击,全身的血脉在通畅欢歌,共鸣、崇拜、眩晕的巨大磁场把我吸入那深邃的旋涡。他就是我那时崇拜的英雄。我崇拜毛泽东,也是喜欢他的额头,崇拜雨果,有大的人类爱的作家,那些只是驻在内心深处的秘密,而今,遇上了现实里的真人,仿佛是找到了自己的神、灵魂的归宿

在乐山大佛的头顶上,有一座古色古香的建筑,叫“碧津楼”。夜幕下一片寂静,月亮像一个大铜盘,挂在眼前,只有海鸥偶尔飞过楼的栏杆,打破了这宁静深远的天堂世界。我们谈巴金的人类爱,雨果的人道主义,聊《红楼梦》的人物。我是在《红楼梦》里泡大的,对它如数家珍

1985年在成都。背后的人就是他。



我倾向周汝昌性灵派的观点，从灵性上得出的是感受性的、独特的新鲜观点，我们几乎惊人地一致

两个灵借着文学的话题在发生着强烈的共鸣。本以为我的崇拜心理会让我低矮很多，然而，我们却是平等的、极度快乐的交流。就连我最拿手的二胡曲《良宵》，也是他最喜欢的。我感受《良宵》，有时是含着泪拉的，老师也不如我拉的好。那天上的超凡的快乐，我是看得见，感应得到的。而眼前这心灵的共鸣，这绝妙的月夜，在宏大的人类爱精神的氛围中，与古今中外文学画廊的精彩角色会面，我的美梦成真的奇迹，正是《良宵》极度优美、快乐的真实再现。我真心地感觉那是天上的快乐，只有这样形容才不过分。

在这个无限的大境界里，心灵之门被开启了，原来我们的心可以造出那样美妙的世界，我们的内在像个宝藏，每一点灵光闪现，每一个发现的闪亮，都是生命的甘露。那一整夜的畅谈，如入天宫般的神仙游历，见到了我的神，我的圣父。

那是个好风如歌的夜晚，心第一次找到家。外部的景色完全变成了内心的舞台，原来《良宵》那天上人间的美景，是我心灵家园的背景，乐曲表达的极度的快乐，是生命的真相。它们早就长在了我的内心，如今，我的神的出现，让我看到了我的内在的宝物与风景。爱是终极的真实，爱的感受是对神的体验，当身心充满爱时，肉身即神，与神合一，真正找到自己的神。以前不知道，我认不出来。当爱首次驻进我时，只感到一种无法抵抗的神秘力量，我

