

死亡

奥 修 著 林 国 阳 译



上海三联书店

死

奥 修 著 林 国 阳 译

亡



上 海 三 联 书 店

死 亡

著 者/[印度]奥 修

译 者/林国阳

责任编辑/任关华

装帧设计/姜 明

责任制作/钱震华

责任校对/王碧芳

出 版/上海三联书店

(200020) 中国上海市绍兴路7号

发 行/新华书店上海发行所

上海三联书店

印 刷/华东师范大学印刷厂

版 次/1998年1月第1版

印 次/1998年1月第1次印刷

开 本/850×1168 1/32

字 数/80千字

印 张/4

印 数/1—11000

ISBN7 - 5426 - 1118 - 6

G·276 定价 5.80 元

译者序

献给

想要了解死亡奥秘的人

对死亡还存有恐惧心理的人

传统上我们总是认为死亡是一个悲剧，是一件悲伤的事，是一个忌讳，因此在我们的生活当中，我们强调生命，甚至执著于生命，而排斥死亡。这是一种非常偏颇的心态。试问，如果我们只歌颂白天，而不让夜晚也发挥出它应有的功能，那么我们的生活不是会严重地失去平衡吗？

宇宙的运行需要靠正反两极的交互运作，只有正极而没有负极是违反宇宙法则的。如果生命是正极，那么死亡就是负极，它们两者必须合作无间，人生的进行才会顺利，才会平衡。如果你庆祝生命，那么你也要庆祝死亡，因为生是死的开始，而死是另外一个生的开始，它们是绵绵不断、无始无终的永恒生命长串里的两个极小点。永恒的生命包含生命，也包含死亡。

在本书里面，奥修大师以他成道的智慧将他所洞察到的死亡真相表露出来，让我们对死亡有一个新的、正确的了解。我们常常说要有正确的人生观，我相信了解死亡在生命中的地位对我们建立正确的人生观有很大的帮助。人生中最重要的事情——爱和静心——都跟死亡有关，我们能够忽视这个人生重要的课题吗？

如果能够藉着了解死亡而免除对它不必要的恐惧,那么一个人将会变得更有勇气,使生命力的开展得以发挥得更淋漓尽致。

死亡是在孕育生命。

希望本书能够帮助你启发出更多的生命力。

谦达那

引 言

每当有人死了——你所知道的人，你曾经爱过的人，曾经跟你在一起生活过的人，已经变成你存在的一部分的人——某种在你里面的东西也死了。当然，你会想念那个人，你会感觉到有一个真空，那是自然的，但是那个真空可以被转化成一扇门。死亡是一扇门……

死亡是唯一留下来没有被人类腐化的一个现象，否则人类已经腐化了每一样东西、污染了每一样东西，只有死亡仍然保持是处女般的、没有被腐化、没有被人类所染指。当人们面对死亡，他们会觉得怅然若失，不知所措，他无法了解它，他无法从它做出一个科学，那就是为什么死亡尚未被腐化，那是目前世界上仅存的没有被腐化的事。

多少世纪以来，我们一直都被教导说死亡是反对生命的，死亡是生命的敌人，死亡是生命的终点。当然，我们都因此而变得很害怕而无法放松，无法处于放开来的状态。如果你对死亡无法处于放开来的状态，你在你的生命中将会保持紧张，因为死亡跟生命并不是分开的。

除非你接受死亡，否则你将保持只是一半，只是一部分，你将保持偏颇。当你同时也接受死亡，你才会得变平衡，那么一切就都被接受了——白天和晚上，夏天和冬天，光和黑暗，全部都被接受。当两者都被接受，当生命的两极都被接受，你就会得到平衡，你就会变得很镇静，你就会变得完整。

目 录

译者序

引 言

第一部分 在生命中唯一能够确定的就是死亡

- 一 停止那个转轮..... 2
- 二 为了一个虚构的明天而牺牲今天..... 7
- 三 达到神性的一道门..... 9
- 四 死亡是一个神话 12

第二部分 你的死是救星

- 五 虚假的宗教:害怕死亡和生命..... 16
- 六 东方有酵母,西方有面团..... 18
- 七 一切恐惧的根源 22
- 八 一个很容易的剥削 27
- 九 生命不应该被弄成神话 29

第三部分 注意看,你就会知道

- 十 为什么要执著? 只要歌唱 32
- 十一 生命只是一个挑情,死亡才是性高潮..... 38

第四部分 走入你存在的核心

十二 静心：到达彼岸之路	48
十三 不必死就知道死亡	54
十四 台风眼	55
十五 一支古老的黄金钥匙	58
十六 无瑕的觉知带来莫大的喜悦	63
十七 西藏的巴豆	67
十八 超越的王子	69
十九 没有兽性的美	76

第五部分 全然享受——来自发光顶峰的看法

二十 从黑暗到光明	80
二十一 不死的真相	84
二十二 打破沙锅问到底	85
二十三 窥入前世	87
二十四 在电影的过程中保持清醒	91
二十五 死的权利	97
二十六 “庆祝”不知道有死亡	99
二十七 当你还有时间，快点学会那个艺术	101
二十八 醒过来唱歌	102

附录 死亡面面观	107
----------------	-----

**第一部分 在生命中
唯一能够确定的
就是死亡**

一 停止那个转轮

我的外公突然生病，那还不是他该死的时候，他还不到50岁，或甚至更少，也许甚至比我现在都来得年轻。我外婆只有50岁，还显得很年轻貌美。

我问她说：“他死了，你很爱他，但是你为什么没有哭？”

她说：“因为你的缘故，我不想在一个小孩面前哭，”——她是一个很了不起的女人——“我也不想安慰你。如果我自己开始哭，那么很自然地，你也会哭，那么要由谁来安慰谁？”

我必须描述那个情况：我们坐在一辆牛车上，从我外公的村子要赶到我父亲的村子，因为唯一的一家医院在那里。我外公病得很重，整个人都昏了过去，在那辆牛车上，只有她和我在照顾他。我能够了解她对我的慈悲。就因为我的缘故，她甚至在面对她所钟爱的先生之死也没有哭——因为我是当时唯一在场的人，没有其他的人可以来安慰我。

我说：“不必担心，如果你可以保持不哭，我也可以保持不哭。”很难相信，一个7岁的小孩居然可以保持不哭。

甚至连她都感到大惑不解，她说：“你怎么没有哭？”

我说：“我不想来安慰你。”

在那辆牛车上的那群人真的很奇怪。布拉在驾驶，他知道他的主人死了，但是他并没有往牛车里面看，因为他只是一个仆人，不该干涉家人的私事。这是他所告诉我的：“死亡是一件

私事，我怎么可以看？我从驾驶座上听到了你们所说的一切，我想要哭，因为我非常爱他，我觉得我好像变成一个孤儿，但是我不能回头看车内，否则他一定永远不会原谅我。”

我们是很奇怪的一群。他躺在我的大腿上。我当时才7岁就面对死亡，那个时间并不是只有几秒钟，而是持续24小时，那里没有路，要到我父亲的镇上去是很困难的，车子行进很慢，我们跟着他已经过世的身体有24个小时的时间……他是慢慢地死，渐渐地死，我可以感觉到死亡正发生在他身上，我可以看到它伟大的宁静。

说起来我也算是很幸运，有我外婆在场，或许，如果没有她，我可能会错过那个死亡之美，因为爱和死亡非常类似，或许一样。她爱我，她将她的爱洒落在我身上，而死亡就在那里，慢慢发生。

那辆牛车……我仍然可以听到它的声音——那个轮子压在石头上的嘎嘎声，布拉一直在对牛叫喊着，鞭子打在它们身上所发出来的声音……至今我仍然能够听到那些声音，它是那么深刻地根入我的经验。我想，甚至连我的死都没有办法将那些东西拭去，即使当我正在垂死，我或许都还可以听到那辆牛车的声音。

我曾经听过别人的死，但那只是听到，我并没有看到，或者即使我看到了，它们对我也毫无意义。除非你爱一个人，然后他死了，否则你没有办法真正碰到死亡。下面这句话应该特别强调：死亡唯有在一个所爱的人死的时候才能碰到。

当爱加上死亡围绕着你，就会有一个蜕变，一个很大的突变，好像一个新的人被生出来，你将永远不会再一样。但是人们并没有去爱，因为他们不爱，所以他们无法经验到我所经验的死。如果没有爱，死亡并不会给你进入存在的钥匙；有了爱，它才会交给你进入一切存在的钥匙。

我第一次对死亡的经验并不是一个单纯的遭遇，它就很

多方面来讲都是复杂的。我所爱的人正在垂死，我跟他的关系如同父子，他在绝对自由的情况下把我扶养长大，没有禁令，没有压抑，没有戒律。他从来不会告诉我：“不要做这个”，或是“不要做那个”。直到现在，我才能够了解这个人的美。

我喜爱这个人，因为他喜爱我的自由，唯有当我的自由受到尊重，我才能够爱。如果我必须去讨价还价，藉着牺牲我的自由才能够得到爱，那种爱不适合我，那种爱只适合较差的人，它不适合有知之士。

“我的主，这个生命是你所给我的，我带着感谢将它交还给你”。这些话是我外公过世时所讲的，虽然他从来不相信神，也不是一个印度教教徒。

在他过世之前，有一件事他一再一再地提起：“停止车轮……”我外公正在垂死，而他要求我们停止车轮，这是多么荒谬！我怎么能够停止车轮？我们必须赶到医院去，如果没有那些轮子，我们一定会迷失在森林里。

我外公说：“停止车辆，拉贾（奥修乳名），你没有听到我的话吗？如果我能够听到你外婆的笑声，你一定可以听到我的话。”

我告诉他：“不要担心她的笑声，我知道她，她并不是在笑你所说的，它是我们之间的事，它是关于我所告诉她的那个笑话。”

他说：“好，如果它是关于你所告诉她的那个笑话，那么她笑是完全没有问题的，但是那个轮子呢？”

现在我才明白，但是那个时候我完全不知道这种用语，轮子代表印度人根深蒂固的生死轮回。几千年以来，成千上亿的人都一直只是在做一件事：试着去停止那个转轮。他并不是在讲牛车的轮子，要停止车轮是很容易的，事实上，要使它保持转动才困难。

在那个时候，我无法了解我外公为什么那么坚持，或许是

那辆牛车——因为那个地方没有路——发出很多噪音，每一样东西都嘎嘎作响，而他正处于身心的极度痛苦，所以很自然地，他想要停止那个轮子，但是我外婆笑了，现在我才知道她在笑什么。他是在讲生死轮回，它以轮子作为象征，人的生死就好像轮子继续在转动……

那就是为什么我外公说：“停止那个转轮。”如果我能够去停止那个转轮，我一定会去停止它，不只是为他，而是为世界上的每一个人。我不仅会去停止它，我还会永远地摧毁它，使得没有人能够再转动它，但是它并不在我的掌握之中。

为什么要执著于那个观念？在他死亡的那个片刻，我开始觉知到很多事……那些事决定了我的一生。

我靠近他的耳边问他：“外公，在你离开之前有什么事要告诉我吗？有没有任何最后的留言？或者你要给我什么东西作为永久的纪念？”

他脱下他的戒指放在我的手上，那个戒指一直都是一个奥秘，他终其一生都不允许任何人去看它里面是什么，然而他自己却一再一再地去看它。那个戒指两边有玻璃窗，你可以看透它，上面镶有一颗钻石，它的每一边都有一个玻璃窗，他不允许任何人来看玻璃窗里面藏的是什么东西。里面是一个马哈维亚的雕像，那个雕像真的很美，也很小，它里面一定是一个很小的马哈维亚的照片，而那两个窗子是放大镜，它们把它放大，使它看起来很大。

他含着眼泪说：“我没有什么其他的東西可以给你，因为一切我所拥有的也会从你身上被带走，就好像它从我身上被带走一样，我只能够给你我对一个已经知道他自己的人的爱。”

虽然我没有保存他的戒指，但是我有满足他的愿望，我知道了“那一个”，而我是在我自己里面知道的。戒指有什么关系？但是那个可怜的老年人，他喜爱他的师父马哈维亚，而他

将他的爱给我。我尊重他对他师父的爱,以及对我的爱,他最后的话语是:“不要担心,因为我并没有死。”

我们都在等待看看他会不会再说其他的事,但是就只有这样,他闭起眼睛,然后就消失了。

我外婆拉着我的手,我头昏眼花的,不知道到底发生了些什么,我完全停留在当下那个片刻,我外公的头睡在我的大腿上,我举起我的手放在他的胸口上,他的呼吸慢慢、慢慢消失,当我觉得他已经不再呼吸,我告诉我外祖母说:“我觉得很遗憾,外婆,他似乎已经不再呼吸了。”

她说:“没有问题,你不需要担心,他已经活够了,不需要再要求更多。”她同时告诉我:“记住,因为这些是不能忘记的片刻,所以永远不要要求更多,已经存在的就足够了。”

我还记得那个宁静,牛车经过了一个河床,每一个细节我都记得清清楚楚,我一句话都没说,因为我不想打扰外婆,她也是一句话都没说。过了一阵子,我开始变得有一点担心她,我说:“讲一些话吧!不要那么沉默,它令人难以忍受。”

你相信吗?她居然唱起歌来!那就是我所学习到的,死亡必须庆祝,她唱出她跟我外公初恋时所唱的歌。

分离有它本身的美,就好像结合时也有一种美一样;分离有它本身的诗,一个人只要去学习它的语言,一个人必须去经历它的深度,那么,从悲伤本身会产生出一种新的喜悦,它看起来几乎不可能,但是它的确会发生,我知道。

摘自《金色的童年》

二 为了一个虚构的明天而牺牲今天

自从我外公死后，死亡变成一个我经常的伴侣，那一天我也死了，因为有一件事变得很确定，不管你是活了7年或70年，那有什么关系？你终究必须一死。

这么好的一个人，这么美的一个人，就这样死了，他的人生有什么意义？它变成一个折磨我的问题，那个意义是什么？他达成了什么？有数十年的时间，他都以一个好人在生活，但是那一切究竟有什么意义？它还不是就这样结束了，甚至不留一丝痕迹。他的死使我变得非常非常严肃。

甚至在他过世之前我就变得很严肃。到了4岁的时候，我就开始想一些问题，似乎人们只是在安排继续延缓到最后，我不相信延缓，我开始向我外公问问题，然后他会说：“这些问题！你还有一整个人生，不必急，而且你还太年轻。”

我说：“我看过年轻的男孩死在村子里，他们并没有问这些问题，他们还没有找到答案就死了，你能够保证我明天不死或后天不死吗？你能不能给我一个保证，唯有在我找到了答案之后，我才会死？”

他说：“我无法保证，因为死亡并不在我的掌握之中，生命也不在我的掌握之中。”

“那么，”我说：“你就不应该建议我延缓，我现在就要答

案。如果你知道,你就说你知道,然后将答案给我;如果你不知道,也不要觉得羞于接受你的无知。”

他很快就了解到,跟我在一起是别无选择的,或者你必须说是……但那并不很容易,你必须进入它更深的细节,你骗不了我,因此他开始接受他的无知,接受说他不知道。

我说:“你已经很老了,不久你就会过世,你一生当中都在做些什么?在死亡来临的那个片刻,在你的手中将只有无知,其他没有。这些是非常重要的问题,我并不是在问你一些琐事。”

“你去到庙里,我问你为什么你要去庙里,你在庙里找到任何东西吗?你在一生当中常常都去庙里,你也试图说服我跟你一起去庙里。”那座庙是他盖的,有一天他终于接受那个事实说:“因为那座庙是我盖的,如果甚至连我自己都不去,那么有谁会去那里呢?但是在你面前我必须承认,它是没有用的,我在一生当中常常去那里,但是我并没有得到任何东西。”

然后我说:“试试别的东西,不要跟着问题死,要跟着答案死。”但他是跟着问题死。

他最后一次跟我讲话的时候,那大概是他过世之前10个小时,他睁开他的眼睛说:“你说得对,延缓是不对的,我将带着所有的问题一起死,所以你要记住,任何我以前给你的建议都是错的,你说得对,不要延缓。如果有一个问题升起,试着尽快去找到答案。”

摘自《奥修圣经》第三卷

1985年1月21日晚上

三 达到神性的一道门

味帕沙那是一个活生生的、气力非常旺盛的门徒，她住在社区里，她是一个音乐家，而且是一个很狂喜的歌手。

她突然生病，每一个人都吓了一跳，她生了一个不能开刀的脑瘤……

每当有人死了——你所知道的人，你曾经爱过的人，曾经跟你在一起生活过的人，已经变成你存在的一部分的人——某种在你里面的东西也死了。当然你会想念她，你会感觉到有一个真空，那是自然的，但是那个真空可以被转化成一道门。死亡是达到神的一道门。死亡是唯一留下来没有被人类腐化的一个现象，否则人类已经腐化了每一样东西，污染了每一样东西，只有死亡仍然保持是处女般的，没有被腐化、没有被人类所染指。人类也想要腐化它，但是他无法掌握它，无法占有它，它是那么地捉摸不定，它仍然保持是不可知的。当人们面对死亡，他们会觉得怅然若失，不知所措，他无法了解它；他无法从它做出一个科学，那就是为什么死亡尚未被腐化，那是目前世界上仅存的没有被腐化的事。

使用这些片刻，当死亡突然进入你的意识，你就会觉得整个人生没有意义。它的确是没有意义，死亡将那个真理显示出来。当你突然碰到一个死亡，你会觉得贴在你下面的土地溜开