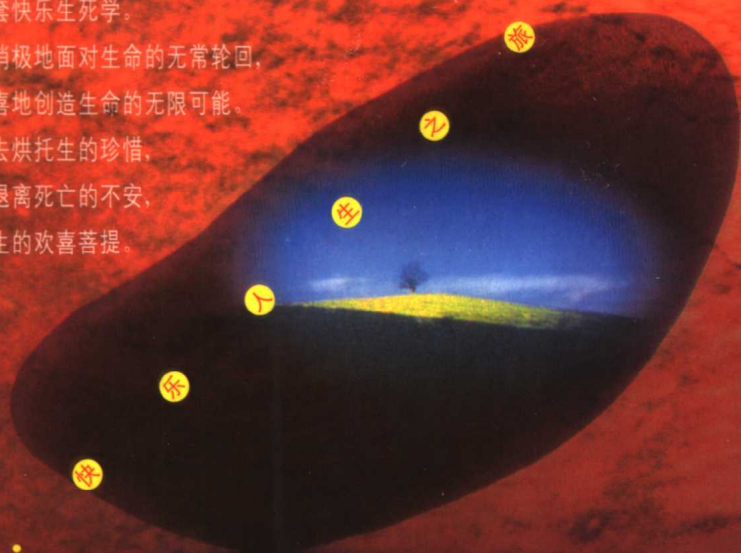


● 游乾桂作品集

[台湾] 游乾桂 ◆ 著

背叛死亡

- 《背叛死亡》是作者透过死亡反向宽心法，领悟出的一套快乐生死学。
- 它不是让你消极地面对生命的无常轮回，而是让你心喜地创造生命的无限可能。
- 以死的必然去烘托生的珍惜，用背叛引领退离死亡的不安，成为快乐人生的欢喜菩提。



中央编译出版社

I267
204



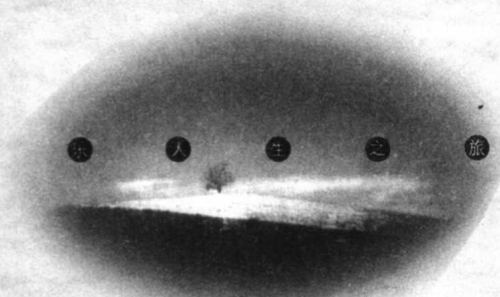
* T 0 1 7 8 2 7 *

• 游乾桂作品集

[台湾] 游乾桂 ◆ 著

背叛死亡

... 快 乐 人 生 之 旅 ...



ABY/63/06



中央编译出版社

台湾探索文化事业有限公司授权出版

图书在版编目(CIP)数据

背叛死亡/游乾桂著. - 北京:中央编译出版社,1999.1

(游乾桂作品集)

ISBN 7-80109-206-6

I.背… II.游… III.散文-作品集-中国-当代 IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 38691 号

背叛死亡 游乾桂著

出版发行:中央编译出版社

地 址:北京西单西斜街 36 号(100032)

电 话:66171396 66163377-618、617

经 销:全国新华书店

印 刷:北京通县向阳印刷厂

开 本:850×1168 毫米 1/32

字 数:200 千字

印 张:9.5

版 次:1999 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印 数:1-10000 册

定 价:18.00 元



《背叛死亡》是作者透过死亡反向宽心法，

领悟出的一套快乐生死学。

它不是让你消极地面对生命的无常轮回，

而是让你心喜地创造生命的无限可能。

以死的必然去烘托生的珍惜，

用背叛引领退离死亡的不安，

成为快乐人生的欢喜菩提。

目 录

上卷:背叛死亡

代 序:寻找活路——简介“死亡反向宽心法” (3)

生命大梦①:为自己设计一套葬礼

第一帖:遗书·····	(11)
第二帖:看坟·····	(15)
第三帖:墓志铭·····	(20)
第四帖:讣闻·····	(25)
第五帖:给儿女最后一封长信·····	(30)
第六帖:生命礼物·····	(36)
第七帖:葬礼·····	(39)

生命大梦②：寻找生命不死？

- 第一帖：炼丹……………（ 47 ）
第二帖：英雄……………（ 51 ）
第三帖：希望之旅……………（ 56 ）

生命大梦③：寻找轮回转生甬道

- 第一帖：灵魂……………（ 69 ）
第二帖：度亡……………（ 73 ）
第三帖：前世……………（ 78 ）
第四帖：轮回……………（ 83 ）
第五帖：送别与重生……………（ 88 ）

生命大梦④：尊严赴死

- 第一帖：古代安乐死……………（ 97 ）
第二帖：现代安乐死……………（ 99 ）
第三帖：安息乐园……………（ 106 ）

生命大梦⑤：生“活”蓝图

- 第一帖：找死……………（ 111 ）

第二帖:殉道·····	(116)
第三帖:求生·····	(121)
第四帖:爱神与死神·····	(127)
第五帖:活着·····	(132)
第六帖:挑战阎王·····	(139)

生命大梦⑥:涅槃

第一帖:天国近了·····	(145)
第二帖:超越死亡·····	(150)
第三帖:天堂旅人·····	(155)
●中国生死学·····	(161)
●临终心理学·····	(168)

下卷:涅槃之旅

代 序三十三之思	(175)
----------	---------

生死之旅

1 生死玄关·····	(181)
-------------	---------

- 2 心灵摆渡..... (187)
3 公墓情事..... (191)
4 再生之旅..... (193)

人性之旅

- 5 四季禅歌..... (195)
6 人性之旅..... (201)
7 今夜微醉 (203)
8 千年情爱 (205)
9 空 (207)
10 深情 (209)
11 石狮的守候 (212)
12 穿过时间的长河 (214)
13 凤凰的血变 (216)
14 刀的哲学 (218)
15 魔术心法 (220)
16 再生智慧 (222)
17 人生驿站 (224)
18 街头皇帝 (226)
19 冷漠非歌 (228)

20	凡夫俗子	(230)
21	迎接梦想	(232)
22	问禅	(234)
23	心情三帖	(239)
24	深情三帖	(244)
25	问神	(249)
26	灭缘	(253)
27	戏·梦·人生	(255)
28	书的心灵护岸	(258)
29	点一盏心灯	(263)

山水之旅

30	曲水流觞	(268)
31	红尘过客	(270)
32	神仙之思	(272)
33	穿梭时空	(274)
34	爱心骗人	(276)
35	戒台寺的梦	(278)
36	檀柘寺的情	(280)
37	梦做陶渊明	(282)

文学之旅

38 文学六帖

鲁迅的家	(285)
茅盾的厝	(287)
沈从文的屋	(289)
郭沫若的宅	(291)
萧乾的人	(293)
曹雪芹的梦	(295)

上 卷

背叛死亡

代序



寻找活路

——简介“死亡反向宽心法”

谁最不怕死？

应该没有人。

只是怕死的人并不等于可以不死，于是人人怕死，又不能不死，反而建构出一套令人心烦的“死亡恐惧”，死亡的最大梦魇可能是“消失”与“割舍”。

肉体的消失与所有物的割舍，会让人在触及的刹那，冰冷布满全身，那种感觉很像置身冰宫中不经意打起的寒颤，电流通透全身。

这样的生死悸动每个人都会有过，有的人早到三十出头岁，有的人晚到七十岁以后，只是终究还是免不了死亡魔影的侵

扰,必须承接生命中唯一无法逆转的变项,那种感觉很酷。

跨越死亡关卡,不应该用教的,没有任何人有资格教另一个人如何免去死亡经验,或者如何勇敢面对死亡所带来的焦躁不安,但可以提供另一种思考的哲学。

这是我的“死亡假说”!我叫它“死亡反向宽心法”,或者“惧死矛盾宽心法”。

死亡反向宽心法的假说五论

假说之一是,如果葬礼像婚礼,谁说葬礼一定必须转折成冷冷冰冰的作品,每个人都有权在活着的时候,用一种轻轻松松的心情,为自己的葬礼谱一曲生命的交响诗,在还不很怕的年纪,轻轻柔柔、快快乐乐地完成生命终站的准备。

葬礼像婚礼,多多少少可以冲淡一些“白色恐怖”。

假说之二是,如果死了是必然,那么就应该如何好好活着,我企图以死的必然去烘托生的珍惜。

本来无法承受、自怨自怜、引以为苦的死亡不安,变成好好活着的欢喜菩提。

活着有了积极的意义,便可蓄满能量直接触碰人生的疼痛与困境。

假设之三是,我把人的底层分成神之心与兽之心,神性的部分视为人生快乐、焕发与斗志,兽性的部分窥探人性中在意与自卑的黑漩涡。

神性的心永远必须与兽性的心拔河,你可能拔赢,也可能拔输。

神性之心，我把它分成四个向度，自由向度、积极向度、追寻向度与人生向度。

自由向度游走出澎湃的心灵，不受压力，不喜约束，不爱限制，它们企图用自由的意志装扮自己的精神层面，自由的心情比较没有死亡的迷障。

积极向度有着开天辟地的胸怀，吻合与揉搓着“做”的哲学，不论是面对生命的困境或顺境都将全力以赴，它们习惯以积极克服人生中的荆棘。

追寻向度则是追寻人生中对自己有利部分的本能，人出生之后，就会本能地懂得追寻生命意义的高招，什么是快乐？什么是幸福？什么是乐趣？什么是喜悦？都以追寻找着答案。

最后则是人生向度，在这个向度里，把人生意义的探索归纳进来，当人生向度中的意义取向往主动、进取、信任、挑战、面对、迎接的角度思考，生的意义自然会胜过死的烦恼。

兽性之心则把人生的悲惨面纳入，用痛苦、愧疚、无常、空洞、无望、孤独、麻烦堵塞人生，它把人生的一切一切解释成“终极绝望”。

兽性之心分成三个向度，悲苦向度、罪恶向度与空无向度，悲苦想的是“一切皆苦”，将生命狭隘地定位在“苦”的角色上，一切皆苦，表示人生没有转折的余地，那么自然跳脱不出生命困境。

罪恶向度则说出了生命原罪的思考逻辑，仿佛“一切皆罪”，杀了一个人是罪，但如果不小心踩死一只蚂蚁也令人耿

耿于怀,想必人生一定会变得战战兢兢,了无生趣。

空无向度有些绝望的味道,在苦与罪的构筑中,人生应该是无趣的,无趣的人生自然很空无,无趣的人生自然找不出活着的意义。

神性的心会随着年纪的增长而渐渐淹没,六十岁以上的人,兽性的心慢慢开始的在人生历程中,占尽上风。自残形秽的恶质灵魂取代了快乐有劲的心情,形成了压力重重的老人症候群,神性的心重新建构成了人生未来的最后希望。

假设之四是,我把人类面对危机的心情,分成四个历程,否定、质疑、悲伤与绝望。

陷于危机中的我常常会出现这样的逻辑——怎么是我,不是别人,那时候的感觉近乎真空,没有喜、怒、哀、乐,只有否认一切的事实。

然后会质疑事件的真实性,他们会不会弄错了,会不会误诊,会不会愚弄我。

终于到了必须承认事实的时候了,他以悲伤的心情承接这个被他使劲否认的一切,厄运还是落在他头上,他成了被精灵戏弄的孩子。

在他无力反击的情形下,选择绝望。

绝望的人需要有人帮他找寻希望。

假设之五是,把生死的学问从“教”的殿堂拉下,不谈顿悟,只将它很单纯地定义在“理解”的部分,生死的学问真的不应该来教的,没有任何一个人有权利,教另一个人如何把生死的事看得云淡风轻,也不可能是顿悟两个字,可以潇潇洒洒坦

然以对的,但它却是个可以“讨论”的主题,死的反向宽心法试图把死的事设定在可以谈的部分,它从死的概念中抽离,用一种“生”的命题加以观照,用生的快乐“反向”治疗死的“恐惧”。

逆向式思考

死亡反向宽心法的理论架构,原生于《易经》的穷则变,变则通,通可久的概念,以及太极生两仪的哲学观照,相信“相生相克”的人生哲学,就如同两仪一般,可以换一个面思考,如此“逆向式”的思维,提供了另一种模式的方法论。

严格的说法则是:演一出“悲剧里的喜剧”,将生命里的悲苦情绪抽离,强行灌注欢喜的元素,用它来改变生命潜能,把悲苦转化成生命的动力,把罪恶扭转成创造生命的意义,把空无流荡成再生的契机,然后“活下去”。

人生没有绝境的,只要你愿意换个思考角度,总有机会找到柳暗花明又一村的桃花仙境。

于是我把死亡的命题解释成婚礼的延续,或者说,如果葬礼像婚礼。

命题中我把遗书、度亡的观念逐一地放进文章之中,尝试把另一种正面的死亡观照带进文化。

这套死亡反向宽心法,基本上有它的限制,跟一般的西方心理学一样,信任生信心,是否有效建构在你喜不喜欢这套说法。