

一 何谓 DNE

莎士比亚形容死亡为“有去无回的未知国度”果真是“未知国度”吗？有没有人到过冥界又回到人间？

自从盘古开天地，就流传着垂死的人逃过鬼门关，重返人间生活美满的故事。时至今日，科学技术日新月异，在莎士比亚那个年代束手无策的病危状况，现代医术都可以救治，使得这一类起死回生的故事，更时有所闻（见第三章）。

医药科技已经进步到能够重新界定死亡意义的地步。以前认为心脏停止就是死亡的观念已不再适用。许多心脏病发作的患者都成功地救活。只要脑部并未缺氧过久而受损，他们就可以“活过来”，而且不必担心有任何严重的后遗症。其中有少数特例，如心跳完全停止并超过安全时间，他们的脑部应该受损，但却奇迹般地复活。在本书中便有例证。

令人备感惊异的是，曾经垂死或技术被宣布死亡的人，竟然描述出非常类似的经历及感受。那些因意外事故或疾病造成生命濒临结束状态的人，有三分之一至二分之一的人，叙述出记忆鲜明、对他们影响深刻的经验，几乎没有什么例外，情形大致都相同。

早期知道这种现象的人 只有接触过病危者的医护人员。可是自从一九七〇年以来 这个问题渐渐受到一般人重视 引起大众广泛的关心 而许多学者专家也开始加以研究。

这种濒临死亡时所产生的现象被冠以 NDE 之名，而以幻觉和梦境加以解释的企图都失败了。也有人希望用科学来化解 NDE 指称所谓濒死经验其实是脑死过程的自然感受(见十八章)但这完全是没有根据的臆测 不但提不出证据 基础立论上也存在的错误。

到底什么是濒死经验？

第一位收集这种事例 并为它们创立 NDE 名称的人是雷蒙·穆狄博士 他所著的《死后生命》一书 于一九七五年在美国出版 从此揭开 NDE 研究风潮的序幕。

他对这个主题感兴趣 是开始于学生时代，一位精神科医生“死”而复生的奇迹。他听说这位精神科大夫因严重肺炎 在医生向他家人宣布他死亡之后 却又活了过来。这位精神科大夫历经 NDE 并将之诉诸文字。

这并非第一位精神科大夫以文章叙述 NDE 的细节，出生于瑞士的伊莉莎白·古博勒·罗斯 和纳粹集中营的幸存者相处后 认为在接近死亡时有意想不到的事情发生 在她的书《关于死亡与垂死》中曾提及。这本书和穆狄的著作相比较 对此项议题的探讨不够深入 属于一般讨论死亡的书籍 但它的确是第一次由医生提及

NDE 的著作。这位女医生对这个现象深信不疑 于是她相信人死之后仍有生命。

穆狄则进一步挑战这未知的领域 对濒死经验有一段典型的描述。

他对 NDE 的叙述 是一个拼凑出来的推论 它并没有真实而完整地发生在同一人身上过 但却包含了目前被认知为 NDE 的各种现象 只不过最初几个阶段可能有些细微差异。只有极少数人体验过最后几个阶段，大多数有濒死经验的人 都历经两、三个阶段后便回到人间 可能每个人接近死亡的程度深浅不同 活过来的速度也有快慢但不论原因何在，就我们所知，体验 NDE 开始几个阶段的人较容易找到。

如果要明白 NDE 的所有过程 让我们先来看一看穆狄博士的描写：

“一个濒临死亡边缘的男人 他的生理机能停止，医生宣布他已死亡。他听见医生这么说 并且开始听见一种刺耳的噪音 类似鸣金或嗡嗡作响的声音 十分巨大。在此同时 他感觉自己快速通过黑漆漆的漫长隧道。之后 他突然发现虽然置身在相同的空间 其实他已经和肉体脱离 他远远观察着自己的身体 仿佛旁观者。他居高临下看医护人员忙进忙出地施行急救 不禁悲从中来。

“经过一段时间 他振作精神 渐渐接受眼前的状况。他意识到自己仍拥有‘身体’ 但和他脱离的肉体

比较起来 本质和功能都大不相同。事情很快地急转直下 死去亲友的灵魂纷纷出现 他们来迎接并协助他。还有‘一道光体’——他从未感受过如此充满了爱和温暖的接触出现在他附近。光体以非语言形式的方法询问问题 以瞬间影像回顾的方式 帮助他评价此生的功过是非。到了某种程度 他似乎遇到屏障阻碍 隔绝他在地球上的生命通往下一阶段。

“他发现他必须回去 他的阳寿未尽。可是到了这个时候 他已经习惯死后的形式 不愿回到人世间而有所抗拒。这样充满喜悦、宁静和爱的环境 使他如鱼得水、深深感动。不过尽管他不乐意 最后他还是重新和肉体结合 并苏醒过来。

“事后 他试着把体验经过和其他人分享 但并不是那么容易。首先 他很难以人类的语言形容非凡的经验及感受。同时 他发现其他人无法了解 甚至对他冷嘲热讽。于是他不再对任何人提起这件事。但这次起死回生 对他产生莫大的影响 特别是改变了他对死亡及生死问题的观点。”

英国心理学家玛特·葛芮本身有过 NDE 她的描述较精简 但主要内容则大致相符合：“许多因意外、手术 或其他原因造成生命垂危的人 都表示在昏迷时有了不寻常的遭遇。这个经验启发他们对人生的新认知。发生在上千个不同个体身上的类似事件 有许多相同的感受。通常他们会提到发光体、死去的亲友、体会到无

与伦比的宁静、美丽和升华 因此不再对死亡感到恐惧 并更进一步更深刻体会到生命的意义 从而以更开明、更具爱心的态度来面对一切。”

穆狄博士在书中记载了许多和他接触过、有濒死经验的人士。他强调他并非以科学的立场刻意聚集他们，而是他们的共通点 使他必须把他们归类在一起。

总括来说 他和玛特·葛芮对 NDE 的描述是良性的 对各个阶段更详尽的分析也有所助益。本书对濒死经验的描写 则以书中人物的亲身体验为主 但也大量参考了穆狄博士在七十年代的资料 以及往后其他有关这方面研究报告的内容。

这种经验开始于死亡的状态 有濒死经验的人并非意识清醒地历经这一切 他们大部分只是“晓得”却不知道这样的讯息如何得来。他们说 整件事是一种感觉而不是臆想 但它就是发生了 而且在当时是非常真实的。大部分的人对于发现自己死亡 完全不觉得难过或痛苦。

接着他们浮出身体之外。关于灵魂如何脱离肉体这个部分 也有许多不同的形容 不过大多数人就是感觉他们向上飘浮 逐渐离开身体。

所有属于人世间的烦恼牵挂消失无踪 只有宁静和平、快乐。别忘了 不论什么原因 垂死的人大多都会有实际的痛楚 而痛苦一旦不见了 他们便感觉轻松舒畅起来。那些行动不便、残障者 变得完整而健康。

经历 NDE 的盲人 竟能如正常人般目视一切。

有少数人可以确定 自己有个和原来相去不远的身体 如高矮胖瘦之类的差别。但大部分人则说 他们不知道自己的外形如何。可是他们知道 离开肉体的是真正的“我”。其中一人说：“在下方的只是一具空壳子，就像我脱下来的一件旧外套。真正的我 我的精华 我最重要的一部分 我的灵魂 我的精神 我的人格——随便你怎么称呼它——是浮在天花板上的。”

居高临下 通常在正上方 但也有可能偏于一侧，特别是在一个角落里)位置贴近天花板 他们可以看见自己。在这一个阶段里 他们所知道的事 是躺在那里昏迷不醒所不可能知道的。例如看到自己的身体 医护人员正在替他们急救 如果在事故现场 还会看到救火人员、救护队员如何设法拯救他们。事后 他们可能有办法重复现场人员的交谈 虽然当时他们根本没有知觉。偶尔他们还会移动 来到其它空间。最典型的个案 发生在一九六三年 当时对 NDE 的全面研究尚未展开 事情发生在一位住院的腹膜炎病患身上。那一间大病房呈 L 字型 当时病情严重的女患者躺在自己的病床上 看不见房间另一个角落所发生的事 应属合情合理。可是……

“一天早晨 我感觉自己向上飘浮 竟然能俯视病房中其他病友 甚至看见我倚在枕头上 脸色苍白而憔悴。我发现修女和护士拿着急救的氧气筒奔向我病床

边 接下来是一片空白。当我睁开眼睛时 所看见的是修女正低头俯视我。我告诉她刚才所发生的事 起初她以为我说梦话。然后我指出，‘有一位头裹绷带的胖女人 坐在床上用蓝色毛线编织着什么东西。她的脸色十分红润。’修女听了大吃一惊 因为的确有一位刚动过乳腺手术的女病人 和我所描述的情形完全相符合。她还不能下床 而我——当然啦——根本没离开床铺。我又说了几件事 包括墙上停掉的钟 指针是几点几分之类的事 修女终于被我说服 相信我的确有过奇怪的际遇。”

第二个阶段便是隧道。这是濒死经验中最广为人知的部分 不过和其他各个阶段一样 并不是所有 NDE 的人都会经历它。有些人描述漆黑一片 他们没有看见隧道。也有人叙述类似通过隧道 诸如长长的山洞、漫长的走廊等等。有些人感觉是漫步经过 但大多数人则形容为飘浮穿越 而且速度很快。

接下来他们便看见光芒 凡是经过这个阶段的人，都觉得很不容易用语言加以形容光芒隧道的尽头。他们通常使用这种句子——“明亮但温柔”温和却强烈”。又都这么说，“比我以前所见到的都更加美丽。”他们之中有人在光中看见色彩 是一种彩虹光谱中的色彩。同样的 他们坚持那种美丽 超出了语言文字所能形容的程度。

通过隧道 他们便融进入光芒之中。但是在出口处

可能会有阻碍 他们不一定能过得去 或者他们是遇上屏障 门或栅栏 之后 才能离开隧道。在隧道的另一端 在光芒之中 每个人的遭遇有所不同 但他们的描述 却有着不可忽略的共通点 美极了。这类美丽的形容词 在和有 NDE 者的交谈中 会反复不断地出现：他们在那种经历中 看到太多超乎想像的事物 说不出有多么好 总是再三强调那种无与伦比的美。

出了隧道 有人看见漂亮的风景 有人遇到旧识。他们其中不乏 进入隧道之前便看到逝世的亲朋好友（有少数人是经由死去亲友引导才进入隧道的），然而正式的会面 包括交谈等等 必须在通过隧道之后才会进行。能够沟通到什么程度 说法也因人而异 有些像平常一样谈话聊天 有些似乎不透过语言 但‘知道’对方有所指示和交代。

偶尔 当事人会经历‘一生回顾’意思是他们一辈子的重要事件 或许是他们的所谓‘一生’都从眼前闪过。有时候甚至有监督者在旁边 评判他们的是非功过。

有些当事者遇见他们不认识的人，这些人称之为“天使”或“鬼魂”。也有些人会见到权威的主事者 称之为“光束” 因为看不出特定的形体 只是以令人敬畏或爱慕的发光体形式呈现。某些人与其交谈 以非语言的形式沟通 大部分人则单纯感觉到或看见‘光束’的存在。

到了一定程度 可能是整个事件的任何一个阶段), 当事人的灵魂被“遣送”回本身的肉体。送他们回来的 不是他们所遇到的人 就是他们听见的声音。而使用的句子大多为“阳寿未尽”。有些人特别被告知 因为有事待完成 他们必须回来。

其中也有人觉得 因为自己集中心思想着未了结的事 促使他们返回人间 以几位有年幼子女的父母亲而言, 这种情形特别显著。一个女人事隔数年回忆道: “如果发生在这个时候 我会心安理得地离开 不会有任何牵挂, 可是当时我的孩子们, 是多么需要我照顾啊。”

关于回来的经过 大部分人没有什么印象 他们就是突然发现自己灵魂附体 只有少数人对于如何重新回到肉体 有清晰的印象。

几乎所有 NDE 的人 都因此而有所改变——他们再也不那么在乎物质追求 对人变得更富有爱心 更着重精神生活 而且普遍对死亡失去恐惧感。然而 其中也有约百分之三的少数人经历了不愉快的 NDE (见十六章)。

穆狄博士的研究工作 早期受到医学界权威的批评和攻击 指责他捕风捉影 所谈的不过是病人的幻觉而已。他们认为 所谓濒死的经验 根本缺乏证据。他们说没有错 的确找不出能被科学界认可的证据 因为 NDE 是无法送进实验室 在显微镜下分析、观察的。可

是到底是不是幻觉 却可以分辨 精神医生研究幻想症就知道 没有两个病人的幻想内容会完全相同 他们在事后也没有办法像 NDE 者那样 条理分明地叙述和记忆。幻想症的现象多为混乱、不可预测 通常病人沮丧 绝望 或受到打击而产生的 而有 NDE 的人表现出完全不同的情绪 他们平静 喜悦 镇定而安宁。

关于 NDE 还有一点令人诧异的情形 所有有此经验的人 对事情经过都记忆深刻。本书中的人物 大部分在两年之前便写下自己的 NDE 等我们开始整理研究这些故事 再度询问他们时。他们手边并无原稿 但所说出来的经过——不仅相差无几 而且几乎是完全相同的。

如果你拿相隔两年以上的事询问一般人 同样的事会出现相同的版本 尽管是出自同一个叙述者之口。人类的记忆本来就靠不住 就连重要事件都免不了渐渐褪色 细节多半不复记忆 事实变得七零八落。拿同一件事询问同时经历的两个人 例如请一对夫妻来谈他们的婚礼 那是他们的人生大事 但没有谁可以说得完整，总会有些出入 比方说一人记得，一人却忘记。至于说到作梦 很难得有清醒后一段时间还印象清晰的 而那些精彩万分 几天也忘不掉的梦 恶梦多于美梦 难道能终其一生不忘记 可是濒死经验却是永难释怀。

本书中收集超过三百位 NDE 者的故事 使用许多类似的语言 其中常听见的一句话是：“就像昨天才发

生那样记忆鲜明。’主动提供经验的人 不少人说自己的记性其实很差：’上星期的事我都记不住 更别说是十年以前的事了。然而唯独这件事，记忆中仍生动活泼 仿佛才刚发生。’很多人如此表明。

穆狄博士的贡献激发了其他人对这方面的研究兴趣。康乃狄克大学的著名精神学家肯尼瑟·瑞恩，以开明的态度来了解有关 NDE 的理论。他并未预设立场，也不敢确定他的研究结果 是否对穆狄博士的说法有所助益。他所面谈的对象 不单单包括有 NDE 的人，也含括了发生垂死状况但救活之后，并没有特殊经历的人。他肯定了穆狄的发现，并且因为他以较完整、严谨、科学的方式研究 使得 NDE 研究升格为值得尊敬、学院派的范畴——至少在美国如此。

他把 NDE 五个主要‘核心’因素列出来，可能比穆狄推论拼凑的过程更具代表性：宁静的感觉 和身体分离 进入黑暗（穆狄通过隧道的阶段）看见光芒，进入光之中。

差不多有 NDE 的人 都以这样的顺序经过这几个主要阶段 而根据瑞恩的形容显示 有百分之六十的濒死经验者历经宁静感受 百分之三十七和肉体分开 百分之二十三进入黑暗 百分之十六看见光亮 而总数的百分之十得以走进光芒之中。

“似乎是同样的旅程 不同的参与程度 同一条道路 走了不一样的阶段。”瑞恩说。

当他继续和 NDE 者面谈 他在主要因素上添加一些细节 意识到死亡之状态 宁静的感觉 离开肉体 , 进入黑暗 遇见“引导者”或听见声音 , 一生回顾 看见美丽色彩 进入光芒中 和“灵魂”会面。

另一位研究先锋是麦克·沙柏 他是一位心脏病学专家及心脏病专科医生。他对穆狄的书抱持彻底怀疑的态度 并且深信和几位状况一度危急的病人谈过之后 , 便有足够资料推翻 NDE 的说法。

他所询问的前两位病人 证实了他的想法 根本没有所谓的濒死经验。可是令他难堪的是 他面谈的第三位病人 描述出典型的 NDE 现象。就在他继续追究之下 他发现越来越多的实例 而他和其他研究人员一样 深深受这许多故事的相同线索所吸引。

因为穆狄博士的著作 开启了对 NDE 全方位的探讨之门 许多以前不敢说出自己经历的人 都站出来公开他们的亲身体验。但在美国以外的地方 世界上仍有曾经有 NDE 却担心不被接受与相信的人 而对这件事羞于启齿。我们今天能够有大量关于 NDE 的资料 除归功于医学进步之外 主要肇因于对超自然不平凡的怪异事件的接受程度提高 而言论自由 使原本只敢和最亲近的人谈 NDE 的人 愿意和更多人分享他们的经验。刚开始他们选择的倾诉对象 仍局限在应该能了解、同情的人 整体而言 有百分之七十的 NDE 报告 , 来自教区的神职人员。

事情的发展如滚雪球般 越来越多人公开自己 NDE 的故事 从事这方面探讨与研究的人也日渐增加。而深入主题之后 有更多的细节被发掘出来。例如大多数有 NDE 者 在事件中敏锐度大增 和以往日常生活的体验不可同日而语 色彩倍增艳丽 声音大为清晰 所有的感受灵敏异常。

一九八一年间 肯尼瑟·瑞恩博士在美国成立濒死经验研究协会 (the Association for Near Death Studies), 这便是国际濒死经验研究协会的前身。协会是交换研究成果及最新发现的中心, 同时也提供研究的素材。对 NDE 者的支持机构而言 (这一类的机构遍及全美有数间) 协会是极佳的伞状组织联络网路 也是专家寻找研究对象的好去处。在英国有一个 IANDS 的分会 (International Association for Near Death Studies)。

最引人关切的研究项目是 多少人有过 NDE 瑞恩的报告显示 发生性命危急状况的人 有百分之六十有类似的经验 而百分之三十七的人经历可辨识的 NDE。其他专家得到的数据则从百分之二十二到百分之四十八。另外还有一个比较艰难的问题 人必须多大程度接近死亡 才可能发生 NDE 麦克·沙柏和莎拉·库兹格合作结果。得到百分之四十三的数据。

针对一般大众的调查, 要得到可靠的数据实属不易。例如 到底有多少人曾经有 NDE 有一项市场调查显示 美国有百分之十五的人宣称 当他们 生命发生

危险时“有过”不寻常的经验”。当然啦，没有特别声明是何种“不寻常的经验”，大多数人的答案都会是肯定的。毕竟任何状况下“生命发生危险”本身就是不寻常的经验了。而所谓“生命发生危险”的定义也十分模糊。试想如果在 NDE 的数据中有一半是正确的，那么推论起来，全美人口有百分之三十有过严重意外或病危的情形，几乎是不可能的。事实上，我们一生面对死亡的机会，大部分只有一次而已。

至于那些真正曾起死回生的人，为什么有些有 NDE，有些却没有，这也是十分热门的研究重点。研究人员发现，NDE 分布的现象很平均：没有男女的差异，没有宗教信仰虔诚度的问题，年龄不是原因，教育、阶层、财富等等都看不出有任何影响。打个比方说，在生命垂危时，是否产生 NDE 现象，就和买了彩票之后会不会中奖一样，无法预测。甚至和当事人有没有接收过 NDE 相关资讯——如经常谈论 NDE、看这一类书籍、电视上的专题报导等无关，并不能提升 NDE 的发生率。如果说有什么差别的话，那么在两性之间对待 NDE 的态度上，的确有明显的不同。女人较常把这种经验说出来，或写下来，较容易与人分享。或许男人比较害怕遭人嘲笑或讥讽。女人对于异象的接受程度高，习惯抒发内心的情感。毕竟 NDE 绝对蕴藏许多内心的感触。本书中提供自身经验的女性较男性为多，但男性 NDE 的涉入层面较深，可能体会越深刻，想与人分享的意愿

便越强烈。

一项研究显示 有 NDE 的人比没有 NDE 的人 有着更多童年挫折的经验 较多 NDE 的人来自父母离婚或分居的家庭。但从另外意义上分析这可能表明 童年承受较多压力的人 发生对生命具威胁性意外及疾病的机率较一般人高得多。

另一项在意料之中的研究结果则告诉我们急救时间拖得越久的人 越有可能经历 NDE。而和一般推论正好相反的是 当事人若受到麻醉剂、其他药物 以及容易引起幻觉的化学物如大麻、迷幻药、酒精等影响时，发生 NDE 的可能性反而较低。

以下现象是综合归纳对 NDE 者研究的部分结论：

* 发生意外者感受较强烈的狂喜 并且对回到肉体有极端排斥的反应。

* 心脏停止的人，经常看见已经去世的亲人和朋友。

* 接受麻醉的病人 对光芒的部分意识较深。

* 发生意外者较可能感觉时间缓慢下来 或者变得完全无关紧要。

* 心脏病发作的人较可能经过隧道。

* 年轻人的 NDE 较神秘新奇。

* 发生在夜晚的 NDE 关于光和遮影部分感觉较强烈，色彩鲜明些，光线也更亮，同时，溺水事件中的

NDE 也有同样的状况。

有许多人相信自己接近死亡 便足以产生 NDE 现象。一项英国人的研究显示，有百分之五十八历经 NDE 并且深信自己几乎死去的人 其中只有一半是医生认为病危 且必须靠机器救回来的。其他的人 即使情况的确危急 但就算不使用现在的科技 应该也能度过难关。然而就因为他们自认快死了 而使他们产生 NDE。本书中有一位女士 她发生可怕的绞链锯意外，她当时误以为伤及动脉 以为自己会因流血过多致死，于是产生 NDE。可是事实上 伤口虽然严重 需要外科缝合 但并未割断动脉 也没有立即的生命危险。

对 NDE 研究最有趣的部分来自儿童 儿童必须确实一脚踏入死亡之门 才会产生 NDE。可能因为他们的人生经验不足 认知有限 对自己的身体状况不了解，很难自我判断病情的严重性。

儿童方面的研究非常重要。本书十八章中收录了有关驳斥 NDE 的任何理论 指称 NDE 不过是脑子的活动，并非灵界的接触，更不是有死后世界的证明。当然 将来的科学有可能找出证据 证实 NDE 不具意义，只是人类脑子的作用 可是我们有强而有力的理由相信 科学不能够否定 NDE。

理由之一便是儿童也有 NDE。大人可能受了暗示，因为信仰、文化、传播媒体的洗礼 会在他们情况危急

时经由下意识浮现产生 NDE。但儿童是一张白纸——年纪越轻越纯真，他们不能分辨“浮在天花板上看自己”有多么离谱。快速穿越隧道、看见美丽的光束这种经验很新奇，然而和他们第一次搭火车、飞机也相去不远，他们不会想那是“异常”的事。

一位美国医生马文·莫斯以儿科医学教授的身份，专门研究儿童的 NDE。他面谈了二十六位心脏病童，将心得写成“靠近光”内容，记载起死回生的儿童对此经历的精彩描述。

引起他对这个题目感兴趣的，是一位名叫凯蒂的小女孩。凯蒂几乎溺毙在游泳池中，正式纪录脉搏停止十九分钟。当脑中缺氧到这种程度，病人至少已经成为植物人。尽管当时莫斯大夫尽力抢救，却不敢对她的存活抱任何希望。她的家人一点也不悲观，日夜守候在凯蒂病床旁祈祷，对昏迷中的小女孩侃侃而谈，握住她的手。三天之后，她清醒过来，而且打破了医学的定律，正常地恢复过来，而且没有脑部损伤的现象。

为了想知道意外现场的情形，莫斯大夫要她尽量回想当时所发生的事。没想到她的回答竟然是“你是指我看见天使的时候吗？”她接着描述了 NDE 的清楚细节，包括低头俯视他和其他医护人员对她施救，如何经过隧道，遇见“天使”，被带到看见她家人的地方，最后回到肉体上。“你以后就会知道了，莫斯大夫，天堂好好玩的！”