

MANY LIVES MANY MASTERS

人生是无尽的，我们不曾真的死去，也从未真的出生。
我们只是度过不同的阶段，没有终点。
人有许多阶段，时间不是我们所看的时间，而是一节节待学的课。

前世今生 16堂生死启蒙课

[美] 布莱恩·魏斯
(Brian L. Weiss) 著
谭智华 译

1988年起，连续**96**周雄踞美国畅销书排行榜

1993年，台湾金石堂网络书店**畅销书冠军**

2008年，名列**亚马逊**网络书店畅销书排行榜前列

译成数十种文字，台湾版狂销**500,000册**

畅销**20年**，全球读者口耳相传

众多权威心理医生联袂推荐 **抚慰百万人心灵的生死启蒙书**

前世今生

16堂生死啟蒙課

Many Lives, Many Masters

[美] 布萊恩·魏斯 (Brian L. Weiss) 著
譚智華 譯

目 錄

編者的話	3
第1章 我的生命被顛覆了	8
第2章 催眠療法	13
第4章 已逝的父親和兒子對我說話	33
第5章 “超意識界”的訊息	41
第6章 未知死，焉知生	54
第7章 3500年前，你是我舅舅	63
第8章 遇見永生的自己	73
第9章 死亡筆記	84
第10章 爸爸，我愛你愛了四萬年	101
第11章 末日大預言	119
第12章 “欠與償”	132
第14章 課業完成	156
第16章 我能治療痛苦的眾生，但是我好累	163
結語	169
附一：流覽千年萬年的我	171
望穿生命的秋水	171
尋覓恒久意義	172
如臨生命深淵	173
我的生命被顛覆了！	174
前世今生歷歷在目	175
流覽千年萬年的我	176
意識死亡靈犀浮現	178
翻開人生新頁	179
真誠擁抱世界	180
不再渴求全然滿足	181
望盡千帆身心安頓	182
附二：我看“前世今生”	183
從追逐前世到老實修行	183
以前世戒今生，用今生修來生	186
附三：前世與今生的交會	188
《前世今生》座談會	188

編者的話

2008年，一本講述生死輪迴的小書《前世今生》躍上美國亞馬遜書店暢銷書排行榜，其熱度至今仍熾。細心的讀者卻發現，這本書早在20年前就已經震驚全世界，在心理學領域內更是掀起了一場有關輪迴轉世的辯論風暴！

這本書的成書過程相當偶然——1980年，美國著名科學家、心理醫生布萊恩·魏斯接待了女病人凱薩琳，在催眠治療中發現了生死輪迴的秘密，學到了絕無僅有的生死課程，生活從此改觀。於是，他頂著社會輿論的壓力，冒著聲名狼藉的風險，將其治療過程寫成此書。

1988年，該書甫一面世，就連續96周雄踞美國佛羅里達州暢銷書排行榜，迅速引爆了歐美文化圈，旋即譯成數十種文字，風靡全球！僅臺灣版就銷售達500000冊……令魏斯始料未及的是，許多權威的心理醫生也連袂推薦這本小書！它正在改變數百萬普通大眾的生活！

在這本中，魏斯只是客觀地記錄下了他的治療全過程，沒有絲毫藝術加工，也沒有絲毫誇張文字。他甘冒天下之大不韙，只是要與更多的人分享生死課程，讓人們從現世的苦惱中解脫出來，在現世獲得最大程度的幸福感。這既是《前世今生》的現實意義，也是我們引進本書的初衷。

近年來，處於生死邊緣的哲人的臨終留言一次次震撼著人們，如《相約星期二》等。但與之不同，本書的

生死智慧不是出自臨終的哲人，而來自“超意識界”的“大師們”。他們以催眠狀態下的凱薩琳為“管道”，不僅傳授給魏斯生死課程，還透露了眾多世人聞所未聞的驚天秘密：

“我們可以選擇何時來到肉體的狀態，以及何時離開。我們知道何時目的算是完成了。我們知道什麼時候是終點，接下來便是死亡。”

“耐心和適當時機……每件事在該來的時候就會來。人生是急不得的，不能像許多人希望的時間表一樣。我們必須接受凡事來臨的時間。但人生是無盡的，我們不曾真的死去，也從未真的出生。”

“我們都有必須償還的債。要是沒有還完，就得帶著這些債到下一世去……在每一世，自己過的生活都是自己選的，要為自己負責。”

“任何事都必須有所平衡。平衡與和諧如今都被忽略，但是，它們卻是智慧的根本。現在凡事都做得太過。”

……這些話語有關愛與希望、信心與善意、德行與罪愆等。此外還有許多實用的建議：耐心與等待的價值；自然界平衡的智慧；消除恐懼，尤其是對死亡的恐懼；學習信任與寬恕等。正如《出版家週刊》所說，無論一個人是否相信輪迴，這本書都不會讓人失望。從更廣闊的視野及時空，追尋宗教、科學之外的生命意義——這才是本書想說的最重要的故事。

前言

凡事皆有其理由，也許事情發生的時候，我們既無先見之明，也不瞭解其中的原因，但假以時日和耐心，一切都會真相大白。

這就是凱薩琳案例的情形。我初見她時是1980年，她27歲。她因焦慮、恐懼和痛苦的侵擾，踏進了我辦公室尋求幫助。雖然這些症狀自幼時起就如影隨形地跟著她，但近來卻逐漸惡化。她每一天都覺得情緒麻木，無法正常作息，處在一種低潮、沮喪的狀況中。

與她那時的混亂生活相反，我的生活則一帆風順，有美好而穩定的婚姻、兩個小孩以及蒸蒸日上的事業。

從一開始，我的生活好像就在直線上前進。我一個呵護備至的家庭中長大，學業的成就不太費力就能得來，在大二那年我即立志要成為一個心理醫生。

我在1966年畢業于紐約哥倫比亞大學，然後進入耶魯大學醫學院，1970年拿到醫學博士學位。先在紐約大學貝列弗醫學中心實習，後轉到耶魯完成精神治療的住院實習。結束後，我受聘到匹茲堡大學教書。兩年後，我轉到邁阿密大學領導精神藥物部門。在那段期間，我在生物心理治療領域得到了相當的認可。在大學教了四年書後，我升為心理治療系的副教授，並被派為邁阿密一家教學醫院的心理治療科主任。當時，我已發表了37篇有關心理、精神領域的學術文章。多年有紀律的研究已把我的心智訓練成科學家和醫生的思考方式，把我往專業的保守主義窄路上推，我不相信任何不能以傳統科

學方法證明的事物。我知道美國各主要大學都在進行靈學研究，但我沒有在意——那些對我都太遙不可及了。

然後我遇到了凱薩琳。花了18個月的時間做傳統心理治療，想減輕她的症狀。當一無所獲時，我嘗試用催眠療法。在一連串的催眠治療狀態下，凱薩琳記得了引發她症狀的“前世”回憶。她同時也能做“管道”，傳達一些高度進化的“靈魂實體”的訊息，透過她，我知道了許多生與死的秘密。在短短幾個月內，她的症狀消失了，過得比以前更快樂、更平靜。

憑我的知識背景，我對這種情況簡直一無所知。當訊息一點點地揭示出來，我感到全然訝異。

我對於眼前發生的事並沒有一個科學的解釋，它不是人類心智可以瞭解的，而且遠遠超過我們想像的範圍。也許，在催眠下凱薩琳可以集中注意力於潛意識儲存的前世回憶；也許，她能捕捉到精神分析大師榮格（Carl Jung）所謂的“集體無意識”，它是我們周圍的能量來源，包含了人類全體的記憶。

科學家開始找尋這些答案。我們作為社會的一分子，在這些研究中都可大大受益，它將解開我們的心智、靈魂、死後延續的生命等種種謎團，以及前世經驗對我們今生行為的影響。顯然地，歧見很多，尤其是在神學、哲學、心理治療和醫藥領域。

無論如何，這方面的科學研究才剛萌芽，步調很慢，又不斷遭遇科學界及外界的阻力。

從歷史看來，人類總是不情願接受新觀念。伽利略發現木星的衛星時，同時代的天文學家完全不接受，甚

至連看都不願看一眼，因為這抵觸了他們原先的信念。現在的心理醫生和治療師也是同樣情形，對前世回憶和肉體死亡後的生存，即便已累積了相當多的證據，也不願檢視評估。他們的眼睛仍緊緊地閉上。

這本書是我對進行中的靈學研究的小小貢獻，尤其是探討死後經驗的支派。你所讀到的每一個字都是真的，我什麼也沒有添加，除了不斷重複的地方外；也什麼都沒刪節，只稍微更改了凱薩琳的身份，以保隱私。

我花了四年來寫這本書，花了四年才鼓足勇氣，甘冒專業的風險透露這些不正統的訊息。

某晚我在洗澡時，突然覺得非把它寫下來不可。我有種強烈的感覺，時候到了，我不該再隱藏這些東西。我所得到的訊息本意就是要與人分享，而不是據為己有。從凱薩琳而來的知識現在該借由我傳出去，最好的結果就是：讓大家都瞭解我所知道的不朽和生命的真義。

我從浴室沖出來，到書桌前坐定，望著那一疊凱薩琳催眠時錄的帶子。在清晨的曙光中，我想起在我少年時去世的匈牙利祖父，每當我告訴他不敢冒險時，他總會慈愛地重複那句他最喜歡的英文口頭禪：“管他的！”是的，管他的。

第1章 我的生命被顛覆了

第一次見到凱薩琳時，她穿著一件很好看的深紅色時裝，在候診室裏緊張地翻著雜誌。在此之前的20分鐘，她在精神科外面的走廊來回踱步，說服自己依約赴診而不逃走。

我到候診室招呼她，和她握手。她的手又濕又冷，證明了方才的焦慮。事實上，雖然有兩個她信任的醫生大力推薦，但她還是花了兩個月時間才鼓足勇氣來看我。

凱薩琳是個外表十分有吸引力的女子，中等長度的金髮，淡褐色的眼睛。那時，她在我任精神科主任的同一家醫院的實驗室裏做化驗員，並兼做泳裝模特兒賺外快。

我領她進診療室，穿過躺椅來到一張靠背皮椅前。我們隔著一張半圓辦公桌對坐。凱薩琳向後靠在椅背上，沉默著，不知該從何說起。我等著，希望由她來選擇話題。但幾分鐘後，我開始詢問她的過去。第一次會面，我即試圖理清她是誰、為什麼來看我這些問題的頭緒。

在回答中，凱薩琳逐漸向我透露了她的生平。她生長在麻省小鎮一個保守的天主教家庭中，排行老二。哥哥比她大三歲，擅長運動，在家中享有她所沒有的自由。妹妹則是父母最鍾愛的孩子。

當我們談到她的症狀時，凱薩琳明顯變得焦慮而緊

張。她說話很快，身子前傾，把手肘靠在桌上。她一直都為恐懼所擾。她怕水、怕卡到喉嚨，怕到連藥丸都不敢吞的地步；怕坐飛機、怕黑，更怕死這個念頭。近來，她的恐懼有愈演愈烈的趨勢。為了得到安全感，她常睡在大得夠一人躺下的衣櫥裏，每晚要經過兩三個小時的輾轉反側才能入睡。雖是睡了，但睡不熟，總是斷斷續續，很容易被驚醒。小時候常犯的夢遊和做噩夢的症狀也復發了，當這些恐懼和症狀愈來愈困擾她時，她的情緒也就愈加沮喪。

凱薩琳陳述這些經過時，我看得出她受的折磨有多深。多年來，我幫助過不少像她這樣的病人克服恐懼的威脅，也很有信心能幫凱薩琳渡過難關。因此，我打算讓她從童年談起，找出問題的根源。通常，這種洞察可以使人減輕焦慮。如果有必要，她的吞咽不那麼困難的話，我會給她服一些抗焦慮的藥，使她舒服一點。這是教科書上對凱薩琳此類症狀的標準處置。曾經我也從不遲疑地就給病人開安眠藥，甚或抗憂鬱劑，但現在我儘量少用了，要開也只開短期的。因為沒有什麼藥能對這些症狀的病根有所幫助，凱薩琳和其他類似的病人證明了這一點。現在我知道必定有根治的方法，而不只是把症狀壓下去。

第一次會面中，我儘量不著痕跡地把話題往她的童年推。由於凱薩琳對童年的事記得的出奇得少，我考慮用催眠來追蹤。她記不得童年有任何大的心靈創傷，足以造成今日的恐懼。

當她竭力去回想時，才能憶起一些零碎的片斷。五

歲時，有人把她從跳板推到游泳池裏，使她嚇得魂飛魄散。不過她說，即使在那個事件之前，她在水裏也從來沒有舒服過。11歲時，她母親突然變得很沮喪，無法過正常的家庭生活。去看心理醫生的結果，是接受了電擊治療，這些治療使她母親幾乎喪失記憶。這個經驗嚇壞了凱薩琳，不過，隨著母親病情的好轉，逐漸恢復自我，她的恐懼也消散了。她父親有長期酗酒的惡習，有時凱薩琳的哥哥得去酒吧尋回爛醉如泥的父親。酗酒也使他常對妻子動粗，於是她母親變得更加陰鬱退縮。但是，凱薩琳只把這些事當作無可奈何的家庭紛爭。

外面的世界情況好些。她在高中開始約會，她很容易和朋友打成一片，其中大多數是認識多年的夥伴。不過，她發現自己很難相信別人，尤其是自己小圈子以外的人。

她的宗教觀念單純而沒有疑義。從小就被灌輸傳統天主教義理和習俗，她從來沒有真正質疑過它的可信度和有效性。她相信一個恪守教義和禮俗的好天主教徒，死後將得到上天堂的賞賜；否則，將會遭受地獄之苦，掌握權柄的上帝和他的獨子會做最後的審判。我後來知道凱薩琳並不相信輪迴——事實上，她很少接觸印度教的東西，根本不清楚這個觀念。輪迴是和她從小被灌輸的觀念完全相反的東西。她也從來沒讀過有關超自然或玄秘世界的小說，因為沒興趣。她安全地活在信仰中。

高中畢業之後，凱薩琳修完了一個二年制的專業課程，成為實驗室化驗員。由於有了專長，又受到哥哥搬到佛羅里達州坦帕地（Tampa）的鼓勵，於是她在邁阿

密大學醫學院的附屬教學醫院找了一份工作，在1974年春天，21歲時搬到邁阿密。

和大城市比較起來，以往的小鎮生活雖容易、單純些，但凱薩琳慶幸自己逃離了家庭問題。

她在邁阿密的第一年，便認識了史都華——已婚，是個猶太人，並有兩個小孩，但和她以前交往過的任何男孩子都不同。他是個成功的醫生，魁梧而帶侵略性。他們之間產生了不可抗拒的“化學作用”，但這段婚外情走得坎坷而崎嶇。他的某些特質深深吸引著她，使她無法自拔。凱薩琳開始做治療時，她和史都華的關係已到第六年，雖然時有爭吵，但感情仍是鮮活的。凱薩琳對他的謊言和操縱怒不可遏，但仍然離不開他。

來看我前幾個月，凱薩琳動手術切除了聲帶上的一個良性瘤。手術前她就憂心忡忡，動完手術在病房醒過來時，她更嚇壞了。醫護人員花了幾小時才使她平靜下來。出院後，她去找愛德華·普爾大夫，他是一個和藹可親的小兒科醫生，凱薩琳工作時認識的。他們一見如故，很快就建立起友誼。凱薩琳可以對他暢所欲言，包括她的恐懼、和史都華的關係，以及愈來愈失控的焦慮等。他堅持要她來看我，而且不是別的心理醫生——就是我。愛德華打電話告訴我這回事時還強調，雖然別的心理醫生也訓練有素，但他認為只有我能充分瞭解凱薩琳。不過，凱薩琳並沒有打電話來。

8個星期過去了，繁忙的精神科主任職務，使我很快忘了愛德華那個電話。凱薩琳的症狀卻愈來愈嚴重。外科主任法蘭克·艾可醫生幾年前就認識凱薩琳，偶爾

在實驗室碰面時他們還會開開玩笑，他注意到了她近來的不快樂和緊張，有幾次想跟她談談，但都半途打住了。一天下午，法蘭克開車到一家小醫院去演講，在路上，他巧遇正開車回家的凱薩琳。把她招到路邊後，法蘭克從車窗裏大叫：“我要你馬上去看魏斯醫生，別再拖了！”凱薩琳的焦慮和痛苦愈來愈頻繁，而且每次發作持續的時間越來越長。她開始做兩個重複的噩夢。其一，她開車經過一座正崩塌的橋，車子掉進水裏，她出不來，快要淹死了。第二個夢是她在伸手不見五指的房間裏，不斷被絆倒，可是找不到出路。最後，她終於來看我了。

第一次見到凱薩琳時，我完全不知道桌子對面這個飽受驚嚇而困惑的病人，會把我的生活攪得天翻地覆，並且讓我整個人也從此改觀。

第2章 催眠療法

18個月的密集心理治療過去了，這期間凱薩琳每週來看我一兩次。她是個合作的病人，坦率、有主見，而且渴望痊癒。

那段期間，我們深入探討了她的感情、思想和夢境。她固定的一些行為模式使她領悟和瞭解了許多事情。她記起了過去更多重要的細節，例如她行船的父親常不在家，酒後會對母親拳打腳踢等。她更清楚自己和史都華的狂亂關係，也更能恰當表達她的憤怒。我感覺她現在應該好多了。通常病人如果能記起過去的不愉快，並能從更高、更遠的視角來洞悉這些事，總會進步許多，但凱薩琳並沒有。

她仍然深受焦慮和痛苦的折磨。栩栩如生的噩夢一再重複，她仍然怕黑、怕水、怕被鎖起來。睡眠也依舊斷斷續續，得不到休息。她開始有心悸，仍然不肯吃藥，怕喉嚨被卡住。我覺得我遇到了一堵牆，不管怎麼做，它仍然高得讓我無法爬過去。不過，隨著挫折感的來臨，我更有一股不甘罷休的決心。不論怎樣，我得幫助凱薩琳。

接著一件怪事發生了。雖然她很怕搭飛機，每次都要喝好幾杯酒強使自己鎮定，但是仍在1982年春天和史都華一起飛到芝加哥參加一個醫學會議。到了那裏，她硬要他陪著去參觀博物館的古埃及文明展。

凱薩琳一直對古埃及文物和古跡複製品有興趣。她絕不是個學者，她沒研究過那段時期的歷史，可是這些

東西卻使她有種熟悉感。

當導遊開始解說展出的文物時，她發現自己竟然可以糾正他——而且她是正確的！導遊很驚詫，凱薩琳則目瞪口呆。她是怎麼知道這些事的？她為什麼如此強烈地感覺自己是對的，而在大庭廣眾之下糾正解說員？也許這些是她忘記的童年回憶？

那次回來後，她告訴我發生的事。幾個月前，我就向凱薩琳建議過催眠治療，但她害怕，一直不願意。現在由於古埃及展的經驗，她勉強同意了。

催眠療法是幫助病人想起早已遺忘的事件的絕佳辦法。它本身沒什麼神秘的，只是一種集中注意力的狀態。在受過訓練的治療師引導下，病人慢慢放鬆身體，使記憶集中。我催眠過上百個病人，發現它對減輕焦慮、恐懼，改掉壞習慣很有效，還能幫助病人想起被壓抑的事件。有時，我能成功地讓病人追溯到兩三歲，回想起早已遺忘，但卻對現在生活投下陰影的經驗。我相信催眠療法能幫助凱薩琳。

我讓她躺在長沙發上，眼睛半閉，頭枕在小枕頭上，把注意力集中在呼吸上：每一次吐氣，釋放出一些長期積壓的焦慮；每一吸氣，又放鬆了一點。做了幾分鐘後，我要她想像自己的肌肉正慢慢放鬆，從臉部肌肉到下巴，然後是脖子、肩膀、手臂，再後來是背部肌肉、胃肌，一直到她的腿，她感覺到全身逐漸地沉到沙發裏。

然後我要她想像體內有一道白光，起初是在頭頂。慢慢地，白光逐漸擴散到全身，使每根肌肉、每條神經、每個器官都放鬆下來，沉浸在鬆弛、安詳的狀態中。她

感到愈來愈困，愈來愈安靜。最後，在我的引導下，白光充滿了她全身。

我慢慢由十倒數到一，每念一個數字，她的鬆弛程度就加深一層，更接近睡眠狀態。她可以專注於我的聲音，而排除其他背景雜音。數到一時，她已沉入適當的催眠狀態。整個過程大約花了20分鐘。

一會兒後，我要她回溯從前，記起童年的事。她可以聽見我的話並回答問題，而同時保持在催眠狀態下。她記起6歲時在牙醫那兒的可怕經歷，也能生動地描繪五歲時被人推下游泳池的情景，她當時噙了水，一直咳嗽，說這件事時也在我辦公室裏咳起來。我告訴她這件事已經結束了，她已不在水裏。咳嗽停了，她恢復正常的呼吸，同時仍在深深的催眠狀態中。

三歲時，發生了一件最糟糕的事。她記起一天晚上，父親闖進她漆黑的房間。他當時渾身酒味，她現在還聞得到。他撫摸她，甚至觸及下體。她嚇壞了，想哭，他用粗大的手掌蓋住她的嘴，令她難以呼吸。24年後的今天，在我診療室的躺椅上，凱薩琳開始抽泣。我感到我們找對了門，就可以長驅直入了。我確信她的症狀從此會迅速地復原。我輕輕告訴她那個經歷已結束了，她現在並不在那個房間裏，而在安靜地休息。抽泣停了。我把時間向前推，到她現在的年紀。在指引她蘇醒後，我要凱薩琳盡力回想她在催眠中告訴我的事。那次會診剩下的時間，我們討論了她對於父親的回憶，我試著幫助她接受這個“新”事件。她現在比較明白自己和父親的關係了，明白他的一些反應和疏遠，及自己對他的恐

懼。凱薩琳離開診療室時還在發抖，不過我知道她新獲得的認知值得讓她忍受這短暫的不舒服。

在揭開她痛苦、壓抑回憶的戲劇化過程裏，我完全把古埃及文物和她童年可能的相關資訊忽略過去了。但是，記起一些可怕的事件至少可以使她更瞭解自己的過去。我相信她的症狀會因此大有進步。

但是，一星期後她告訴我，什麼也沒有改進！我很驚訝，不瞭解是什麼地方出了錯。難道是三歲以前的事？我們已找出她怕水、怕黑、怕噙到的充足理由，為什麼這些症狀及無法控制的焦慮還時時困擾她？她的噩夢和從前一樣擾人。我決定讓她進一步回憶。

在催眠中，她用緩慢而優雅的細語講話。也因為如此，我才有辦法即刻逐字記下來。（省略號是她講話時的停頓，並非我的刪除或改編。不過，重複的地方不包括在內。）慢慢地，我把凱薩琳帶到兩歲的時候，但那時沒有什麼重大的事情發生。我清楚而堅定地指示她：“回到你症狀開始的那個時間。”但我對接下來的事完全沒有心理準備。

“我看到白色階梯通往一個建築，一棟有柱子的高大的白色建築，沒有門廊。我穿著一件長袍……一種質地粗糙的寬大袍子。我的頭髮結成辮子，是長長的金髮。”我迷糊了，不能確定發生了什麼事。我問她當時是幾歲，她叫什麼名字。“我叫阿朗達……18歲。我看到建築物前有一個市場。許多籃子……每個人都把籃子架在肩膀上走。我們住在山谷裏……沒有水。時間是西元前1863年。這附近土地貧瘠多沙，很熱。有一口井，

但沒有河，水是從山上來的。”

她說了更多地形等相關的細節後，我要她再往前幾年，長大一些，然後把看到的告訴我。

“一條石子路旁有許多樹。我看到煮東西的火。我的頭髮是金色的，穿一件長而粗大的棕色袍子，涼鞋。我25歲，有一個女兒叫克莉斯塔……她是瑞秋（瑞秋是凱薩琳的侄女，她們一向過往甚密）。天氣好熱。”

我目瞪口呆，胃裏隱隱作痛。房間裏冷了起來。她在催眠中所敘述的一切都很確定，並不遲疑。名字、日期、衣服、樹——都如此生動！到底是怎麼回事？她那時的女兒怎麼又是現在的侄女？我更糊塗了。我看過上千個病人，也做過許多次催眠治療，卻從沒遇到過這樣的幻想——即使在夢中也沒有。我指導她回溯到死亡的時候。我並不清楚要怎麼引導一個在如此幻想（或記憶）中的人，只是盡力朝造成恐懼的原因著手。接近死亡時候的一些事件，可能是特別怕人的。在她接下來的敘述中，顯然有場洪水襲擊了她們的村子。

“大浪卷倒了樹，沒有地方跑。好冷，水裏好冷。我必須救救我的孩子，可是辦不到……必須緊緊抱住她。我淹沒在水裏，噙到了。我不能呼吸，不能吞咽……咸咸的水，把孩子從我的手臂中卷走了。”凱薩琳喘著氣，呼吸有點困難。突然間她全身都放鬆了，呼吸變得沉緩平靜。

“我看到雲……孩子在我身邊，還有其他村裏的人……我看到我哥哥。”

她暫停一段時間，這一世結束了。她仍在催眠狀態

下。我目瞪口呆！前世？輪迴？我的臨床經驗告訴我，她並不是在幻想、在杜撰故事，她的思想、表情、對細微末節的注意，和她清醒時的人完全不同。所有有關心理治療診斷的理論在我腦海裏閃過，但都不能合理解釋她的心理狀態和性格結構。精神分裂症？不，她從來沒有錯亂的跡象，也從來沒有任何幻聽或幻覺等症狀。她並非那種沉浸在幻想世界、和現實搭不上邊的人；她並沒有多重或分裂人格。只有一個凱薩琳，她也完全清楚這一點。她並沒有厭世或反社會傾向，她不是演員，她沒有服用藥物或吃迷幻藥，喝的酒也很少。她並沒有心理或精神上的疾病可以解釋剛才催眠時那段生動的經驗。

這一段記憶，是從哪兒來的？我覺得仿佛闖入了一個所知甚少的領域——輪迴和前世回憶的領域。我告訴自己，這不可能：我受過科學訓練的理智抗拒著這種想法。但它確實存在，就在我眼前發生。我無法解釋它，但也不能否認它的真實性。

“繼續”我說，有點膽寒但又無限好奇，“你還記得什麼？”她還記得其他兩輩子的一些片斷。

“我穿一件有黑色蕾絲的裙子，黑灰色的頭髮上也綁著蕾絲帶。時間是西元1756年。我是個西班牙人，56歲，名叫露伊莎。我正在跳舞，其他人也在跳舞。（停了很久）我病了，發燒，冒冷汗……很多人都病了，快死了……醫生並不知道病源是從水裏來的。”我要她再向前推，“我康復了，可是頭還在痛；眼睛也還沒完全從發燒中恢復過來……很多人死了。”

後來她告訴我，這一世她是個妓女，因為感到很羞愧所以遲遲沒有說出來。顯然地，在催眠中凱薩琳也能評判一些她透露給我的訊息。

在回憶另一世時，由於凱薩琳曾經在前世中認出了她的侄女，所以我不禁問她，我是否也出現在其中？如果有的話，我很好奇當時我扮演了什麼角色。和剛才緩慢的回憶相反，她一下就回答出來了。

“你是我老師，坐在窗臺上。你教我們書上的知識。你很老，生出灰發了，穿一件有金邊的白袍……你的名字叫做奧格尼斯。你教我們符號、三角。你很有智慧，可是我不懂。時間是西元前1568年。”（這大約比著名的希臘犬儒學派哲學家狄奧格尼斯早了1200年，不過狄奧格尼斯在當時是個常用的名字。）第一回合結束，後面還有更多驚人的回憶。

凱薩琳離去後的幾天裏，我都在思考她催眠中講的話。我習於沉思，“正常”會診中浮現的細節都很難逃過我的分析，更何況她的特異例子。此外，我對死後的生活、輪迴、軀體外的經驗及相關現象，都持懷疑的看法。我心中邏輯的部分告訴我：這有可能是她的幻想，因為我並不能真正證明她的觀點或看見的東西。不過我也隱約意識到一個想法，就是要持開放態度，真正的科學乃是從觀察開始。她的“回憶”有可能不是幻想或想像，我們眼睛或其他感官感覺不到的事物也有可能存在，持開放態度可以收集到更多的資料。

我有另一個杞人憂天的想法，凱薩琳會不會拒絕再接受催眠？我決定暫時不打電話給她，讓她也好好消化

這個經驗。一切等到下星期再說吧！

第3章 一兩個鐘頭走完一生

一個禮拜後，凱薩琳步伐輕快地踏進我的辦公室。該先說明，她看起來比過去更靚麗，更有光彩了。她很高興地告訴我，長久以來害怕溺水的恐懼沒有了，怕吞咽的情形也減少了許多，睡眠不再被塌橋的噩夢打斷。雖然她記得前世的一些細節，但還無法把它們拼湊成一個整體。

前世和輪迴的觀念與她的宇宙觀並不相容，但她的記憶是那麼鮮明，那些景象、聲音、氣味那麼清楚，這經驗太強而有力了，以至她感到自己必定曾去過那裏。但她也不禁忖度，這個新發現要怎麼和她的教育與信仰合在一起。

那個禮拜中，我把在哥倫比亞大學念“比較宗教”的教科書拿出來看，結果發現，《舊約》和《新約》都曾提到過輪迴的觀念。西元325年，羅馬君士坦丁大帝和他母親海倫娜下令刪掉了《新約》中提及輪迴的部分。而西元553年君士坦丁堡的第二次會議證實了確實有此行動，並把輪迴觀念作為異端邪說。顯然地，他們認為“人不只有一輩子可以尋求救贖”的說法會削弱教會的力量。但是，原始的資料提到早期的神父確實接受輪迴觀念。西元2世紀興盛的早期基督教的一支諾斯底教（Gnostic）教徒——亞力山大的克萊蒙、奧瑞根、聖傑若米，和其他許多人都相信他們曾有前生，並會有來世。

但是，我從不相信輪迴這件事。事實上，我沒有花

過多少時間思考這個觀念，雖然早年的宗教訓練中隱約提及死後“靈魂”的存在，但我沒有真的深信過。

我是家裏四個孩子中的老大，每個孩子間隔三歲，我常是和事老和仲裁者。我們家在新澤西州沿海一個小鎮，屬於一個保守的猶太教區，父親比其他家庭成員更潛心於宗教，他把宗教看得很嚴肅，就像他看待任何世事一樣。孩子的學業成績是他最大的喜悅。他很容易被家中瑣事或衝突惹惱，然後就會撒手不管，由我來調停。雖然這對心理治療的生涯是極佳的職前訓練，但是回憶起來，我寧可童年時不負擔那麼多。我因此變成一個嚴肅的年輕人，一個習慣擔負過多責任的人。

我母親總是能適時表達愛意，不像父親那麼嚴肅沉重，他常用一些罪惡、殉道的觀念來嚇唬我們。她很少憂鬱，我們總是可以從她那兒得到愛和支持。

我父親是個商業攝影師，算是不錯的工作，雖然吃穿不缺卻也沒有多餘的錢。我最小的弟弟彼得出世後，一家六口要擠在一所只有兩個小小房間的公寓裏。

小公寓裏的生活是忙碌與嘈雜的，我總是逃進書本裏。要是沒去打棒球或籃球，我就不停地讀書。這個小鎮雖然有安逸的環境，但我知道教育是唯一的出路，我的成績也總維持在班上前兩名。

接到哥倫比亞大學的全額獎學金時，我已是個嚴肅而勤勉的年輕人，學業上的成就始終十分順利。我主修化學，畢業時是榮譽學生。我決定做一個心理醫生，因為這領域結合了我對科學及研究人類心智的濃厚興趣。此外，在醫學界的工作可以讓我表達對其他人的關

心與同情。同時，一次暑假在喀斯提爾山旅館打工時，我認識了卡洛，她既聰明又美麗。我們立刻被對方吸引，而且覺得很熟悉。我們繼續聯絡、約會、戀愛，並在我大四那年訂了婚，一切事似乎都很上軌道。很年輕人會關心到生、死，或死後生命的事，尤其當一切都很順利時，我也不例外。我所接受的是科學家的訓練，善用邏輯、理性、實事求是的方法思考。

耶魯大學醫學院的課程和實習，更鍛煉了我的科學方法。我的研究論文是關於大腦化學作用和神經傳導元的角色。

我加入了生物心理治療的新領域，它組合了傳統心理治療理論技巧和新的大腦化學科學。我寫了很多篇科技論文，在地方和國家的會議上演講，漸漸成為這領域中極具影響力的人物。我有點偏執、緊張、缺乏彈性，不過這些對於醫生來說是有用的特點。我覺得對任何一個走進我辦公室尋求治療的人，都已做好了充分準備。

然後凱薩琳成了阿朗達，一個曾經在西元前1863年生活過的女孩。現在她又出現了，比以前顯得更快活。

我再度擔心凱薩琳也許不願繼續。但是，她卻渴望再接受催眠，而且很快進入狀況。

“我把花圈投在水上，這是一個儀式。我頭髮是金色的，梳成辮子。我穿一件棕色織金的袍子和涼鞋。有人死了，某個皇室人員……的母親。我是皇家的僕人，負責準備食物。我們把屍體浸在鹽水裏30天，等乾了，再把內臟取出來。我聞到了，聞到屍體的味道。”

她自動回到阿朗達的那一世，但去到不同部分，這

次是清理死後的屍體。

“在一棟分開的建築物裏”凱薩琳繼續道，“我可以看到那些屍體。我們在包裹它們。靈魂從上面通過，每個人拿走屬於自己的物品，準備去投胎。”她說的話像埃及人對死亡和再生的觀念，和我們的信仰一點兒也不相同。在那種宗教裏，你可以帶走屬於自己的東西。

她離開了那世，休息著。過了幾分鐘，又進入另一個顯然是古代的輪迴。

“我看到冰柱，垂在一個洞穴裏……岩石……”她模糊地描述一個黑暗、淒慘的地方，現在她看來不太舒服。稍後她形容自己的樣子，“我很醜，又髒，全身臭味”，然後，她又前往另一生。

“我看到一些房子及石頭輪子的推車。我的頭髮是棕色的，用布包著。推車上有稻草，我很快樂。我父親也在這兒……他抱著我……是……是愛德華（那個堅持讓她來看我的小兒科醫生）。我們住在一個有樹木的山谷裏，院子裏有橄欖樹和無花果樹。人們在紙上寫字，我看到許多有趣的符號，像字母。人們整天都在寫，要弄一個圖書館。時間是西元前1536年。土地一片荒瘠。我父親的名字叫帕休斯。”

年份不完全吻合，不過我不確定她是否又在回溯上周的那一世。我讓她繼續留在那世，但往前推。

“我父親認識你（指我）。你和他談著收成、法律和政府。他說你非常聰明，我應該聽你的話。”我讓她再前進一點，“他（父親）躺在一個漆黑的房間裏，又老又病。周圍很冷……我覺得好空虛。”她前進到她死

亡的時刻，“現在我又老又虛弱。我女兒在身邊，就在床旁。我丈夫已過世了。女兒的丈夫也在，還有他們的孩子。周圍有好些人。”

這次她的死亡是安詳的。她浮起來。浮起來？這令我想到雷蒙·慕迪博士（Dr. Raymond Moody）對瀕死經驗的研究。他的病人也記得浮起來，然後又被拉回自己的身體。我幾年前讀過這本書，現在打算重新看一遍。不知道凱薩琳在死後還能記得多少事，但現在她只能說“我浮起來。”我把她叫醒，結束了這一節。

一時間，我對於任何已出版的有關輪迴的科技論文，胃口變得奇大無比，幾乎搜遍整個醫學圖書館。我研讀艾恩·史蒂芬生（Ian Stevenson）博士寫的東西，他是佛吉尼亞大學精神治療系的教授，在心理治療方面出版了大量著作。他收集了兩千名以上有輪迴記憶和經驗的兒童的案例，其中許多有外語能力，但他們根本沒學過也沒去過那些地方。他的案例報告都十分仔細完整，經過了謹慎的研究。

我讀了艾德加·蜜雪兒（Edgar Mitchell）的一篇精彩論文，並以極大的興趣檢視公爵大學的ESP（extra sensory perception，即超感官知覺、靈感）資料，及布朗大學杜達斯（G·J·Dudasse）教授的著作，並分析艾本（Martin Ebon）、萬巴赫（Helen Wambach）、施邁德勒（Getrude Schmeidler）、蘭茲（Frederick Lenz）、費爾（Edith Fiore）等博士的研究成果。我讀得愈多，就愈想再讀。我開始瞭解到，雖然我認為自己在人類心智各方面都有涉獵，其實懂得的還相當有

限。許多圖書館裏都有這類的研究成果和文字，卻很少人知道。它們大半是由著名的醫生和科學家處理、驗證過的資料，證據似乎非常充足。但是，我仍舊抱著懷疑的態度，發現自己很難相信它們。

凱薩琳和我，在各自的軌道上，都深深受到此經驗的影響。她在情緒上獲得改善，我則是擴展了心智的視野。凱薩琳被她的恐懼折磨了好多年，現在終於感到些許輕鬆。不論那是真正的回憶還是生動的幻想，我找到一個方法來幫助凱薩琳了，而且不會就此停下來。

在下一次催眠進行前，她跟我講到一個夢：在舊石階上下棋，棋盤上有一個個洞。她覺得這個夢特別鮮明。現在我叫她往回走，超越時空的限制，回去看這個夢是否在她前世生活中有其根源。

“我看到通往一個塔樓的石階……塔上可以俯瞰山巒，也可以俯瞰海洋。我是個小男孩……頭髮是金色的……奇怪的頭髮。我的衣服是短的、棕色白色相間、動物皮做的。塔上有幾個男人……在守衛。他們很髒。他們在玩一種遊戲，像下棋，但又好像不是，因為棋盤是圓形的，不是方形的。他們拿著尖尖的、像匕首樣的棋子，插進盤上的洞。棋子上有動物頭。這裏是克各斯頓（音譯）區，屬於尼德蘭（荷蘭前名），約1473年。”

我問她住處的地名，以及是否看到或聽到年份，“我現在住在一個港口，陸地延伸至海裏。有一個碉堡……我看到一間小屋，我媽媽用泥瓦罐煮東西。我的名字叫約翰。”

她前進到死亡的時刻。在這節催眠中，我仍然在找

有什麼大的創痛能解釋她今生的症狀。即使這些異常清楚的景象是幻想（我不能確定此點），她所相信或認為的事物仍可能潛伏在意識中，導致她今天的症狀。畢竟，我見過有人深深為夢所擾。有人記不清，究竟童年時真的發生過，還是做夢夢見的，但擾人的記憶一樣縈繞著他們的成年生活。

我很快瞭解到，每日累積下來的負面力量應該受到同樣的關注，譬如一個病人的嚴苛自我批評，可能造成比一件重大事故更嚴重的心理創傷。這些傷害的影響，因為混入了我們日常生活的背景中，更難被憶起或驅逐。一個持續自責的小孩，可能和記得某天被嚴重羞辱的孩子一樣失去同樣多的自信。一個平常家裏會有一頓沒一頓的小孩，跟經歷過一段饑荒時期的孩子對食物有同樣的危機意識。

凱薩琳開始說話：“我看到船，像獨木舟，漆成很鮮豔的圖案。我們有武器，投石器、弓和箭，而且很大。船上有大而奇怪的槳，每個人都得划。我們可能迷路了，天色很黑，沒有亮光。我很怕。我們旁邊有其他的船（顯然是一隊襲擊的人馬）。我怕野獸。我們睡在又髒又臭的動物皮上。我們目前在偵察。我的鞋子很有趣，像布袋……動物皮做的……在腳踝處綁住。（停了很久）我的臉被火光照熱了。我們的人在殺對方的人，但我沒有。我不想殺人，把刀握在手上。”

突然間她喉嚨咯咯作響，並急著吸氣。她說一個敵方戰士從後面扼住她的脖子，用刀劃過她的喉嚨。她在死前看到那個人的臉，是史都華。他那時長相不一樣，

但她知道是他。約翰死於21歲。

接著她發現自己浮在身體之上，並能看到底下的場面。她漂浮到雲端，覺得困惑不解。接著她很快覺得自己被拉到一個“狹窄、溫暖”的空間。她很快要出生了。

“有人抱著我”，她如夢囈般低語，“那個幫忙接生的人。她穿著綠袍，有白圍裙，還戴白帽，在後面摺起來。這房間有奇怪的窗子，好多邊。房子是石頭造的。我媽媽有長而黑的頭髮。她想要抱我。她穿著一件……粗粗的睡衣，摸上去會痛痛的。再度在太陽下曬得暖暖的，感覺真好……她……跟我現在的媽媽是同一個人！”上次催眠中，我要她仔細觀察前世中有沒有今生裏重要的人。許多研究宣稱，一群靈魂會一次又一次地降生在一起，以許多世的時間清償彼此的相欠。

在我安靜、微明的辦公室裏，我嘗試要瞭解這不為世人所知、我自己也十分陌生的領域，我很想證明它的可信度。我覺得需要應用科學方法來求證，那是過去15年來我在研究中嚴格要求的，現在該拿來評鑒凱薩琳口中說出的這些不尋常的材料了。

在這段時間，凱薩琳覺得自己通靈的能力更強了。她對事件和人的直覺後來都證實是對的。在催眠中，我的問題還沒出口，她就知道是什麼了。她做的很多夢都有預示性。

一次她父母來看她時，凱薩琳的父親對這些事表現出十分的懷疑。為了向他證明所言不虛，凱薩琳帶他到賽馬場。在那裏，就在他眼前，她挑出每次會贏的馬，他目瞪口呆了。結果獲得證實，她把所贏來的錢送給在

街上遇到的第一個窮人。她直覺地認為，不該用這新得來的通靈能力獲取報酬。對她而言，這能力有更深的意義。她告訴我，這經驗有點嚇人，可是她對眼前的進步太高興了，很渴望繼續下去。我對她的通靈能力又驚異又著迷，尤其是賽馬場那一節，可說是唾手可得的證明。她等於握有每次比賽的勝券，這並不是巧合，過去數周來發生了極不尋常的事，而我得盡力維持我的客觀。我不否認她的通靈能力。這些能力是真的，也能證明得出來，可是有關前世的事件是否也是如此？

現在，她回到剛剛出生的這一世。這次輪迴似乎離現在很近，不過她無法辨認年份。她的名字叫伊莉莎白。

“我現在大多了，有一個兄弟，二個姊妹。我看到晚餐桌……我父親在那兒……他是愛德華（那小兒科醫生，再度成為她父親），我父母又在吵架了。晚飯是馬鈴薯和青豆。因為飯菜涼了，他很生氣。他們常常吵架。我父親總是喝酒……他會打我媽媽（凱薩琳的聲音聽來很害怕，身子也不由自主地顫抖）。他會推我們。他不像以前那樣，簡直不是同一個人。我不喜歡他，希望他走開。”她像個小孩那樣講話。

在這種催眠中，我的問話自然大不同于傳統心理治療中的問話。我扮演的角色更像是導遊，要她在一兩個鐘頭內走完一生，找尋可能對現世有影響的重大事件。傳統的心理治療比這詳細、悠閒得多。病人說的每一個字都會被仔細分析，看有什麼隱藏的意義。每個臉部表情、肢體動作、音調的變化，都得加以考慮評估。但是對凱薩琳，數年的時間可能在幾分鐘裏就過完了。她的

情況像開著跑車以最高速度通過……並得在人群中找出認識的臉。

我把注意力拉回來，要她再把時間往前推。

“我現在結婚了。我們的家有一個大房間。我丈夫是金髮，我不認識他（也就是說，他並未出現在凱薩琳今生中）。我們還沒有小孩……他對我很好。我們彼此相愛，過得很快樂。”顯然她已逃出在父母家所受的壓抑。我問她是否認得出所住的地區。

“布列尼頓。”凱薩琳遲疑地低語道，“我看到有奇怪的老舊封面的書。大的那本用皮帶綁起來，是聖經。上面印著大大的字……是蓋爾語（愛爾蘭語之一支）。”

她又說了些我無法聽明白的話，不能確定是否就是蓋爾語。

“我們住在內陸，離海很遠，是……布列尼頓郡。我看到養豬和羊的農場，是我們的農場。”她確實是往前了，“我們有兩個男孩……大的要結婚了。我看到教堂尖塔……是一棟很古老的石造建築。”突然間她頭痛起來，呻吟著按住太陽穴。她說她在石階上跌倒了，不過後來痊癒了。她安享天年，死時家人都圍繞在身旁。

死後她又浮出了身體，但這次並不覺得困惑、迷亂。

“我感到一道明亮的光，感覺很好，我可以從光裏獲得能量。”她休息著，停留在一生與一生的“中間狀態。”這樣無聲地過了幾分鐘。突然她開口說話了，但不是先前慣用的緩慢低語。她的聲音現在沙啞而響亮，而

且毫不遲疑。

“我們的目標就是學習，通過知識成為像神一樣的存在。我們知道的事這麼少，你在此是我的老師。我們借由知識接近神，然後可以休息。接著我們回來，幫助其他人。”

我驚訝極了。她在死後可以傳達出教訓，可以從“中間狀態”傳遞訊息。但這訊息是從哪兒來的？聽起來一點兒都不像凱薩琳的話，她從未這麼說話、用這種詞彙，而且她的音調也截然不同。

我無法瞭解為什麼凱薩琳說出這些話，這不是她自己的思想，而只是轉述別人對她說的話。後來她指出，高度進化、不具形體的靈魂，才是這些訊息的來源，他們透過她來對我說話。凱薩琳不僅能回溯到前世，現在更能作為某種知識的“管道。”我竭力維持自己的客觀性。

她向我引介了一個新的方向。凱薩琳從未讀過庫博勒·羅斯 (Dr. Elizabeth Kubler Ross) 或雷蒙·慕迪博士的著作，他們都寫過關於死後經驗的書。她也從沒聽過西藏的轉世觀念，但是她敘述的卻是類似的經驗，這也算是種證明。要是我能掌握更多細節、更多能證實的事實就好了。我曾經懷疑她在什麼雜誌上讀過這樣的文章，或在電視上看過類似的訪問，雖然她極力否認，但也許潛意識中還記著。不過，現在她更超越這些已有的記述，而從“中間狀態”傳達訊息回來。

醒來後，凱薩琳一如既往，記得她前世的種種細節。但是，她卻不記得伊莉莎白死後還有什麼事情發

生，也不記得任何“中間狀態”說的話，只記得前世的生活。

“我們借由知識接近神”，現在，我們往這條路上走了。

第4章 已逝的父親和兒子對我說話

“我看到一幢正方形的白色房子，門前有一條鋪著沙石的小路。騎馬的人們來來往往，”凱薩琳以她慣常的朦朧低語說著，“有許多樹……一片農地。一幢大房子旁有好幾間小的，像奴隸住的小屋。天氣很熱。這裏是南方……弗吉尼亞州。”她說年份是1873年。那時她是個小孩。

“有很多馬和農作物……玉米、煙草。”她和其他僕人在大房子的廚房裏做事。她是個黑人，名字叫艾比。她突然有個預感，肌肉僵硬起來。大房子著火了，她看著它在大火中倒塌。我要她繼續講述。

“我穿著一件舊衣服，在二樓一個房間裏擦鏡子，這是一棟磚造的房子，有窗……窗子一格一格的。鏡子凹凸不平，邊上還有一個握柄。房子的主人叫詹姆斯·曼森。他穿著一件看上去很有趣的外套，中間三顆扣子，還有黑色的大領子。他留了鬍子……我不認識他（指未曾出現在此世）。他待我不錯。我住在他的領地上，平日負責打掃房間。領地上有一間學校，但我並未獲准去念書。我還做奶油！”凱薩琳輕聲地慢慢講，很注重細節。下面的15分鐘裏，我學會了怎麼做奶油。艾比攪拌奶油的知識對凱薩琳而言也是新鮮的。我要她再往前。

“我和一個男人在一起，但我們好像沒結婚。我們同床共寢……但並不是一直住在一起。我覺得他還好，但沒有很特別的感覺。沒看到小孩，有很多蘋果樹和鴨

子。其他人都很遠。我在採摘蘋果，有東西弄得我眼睛好癢”，凱薩琳臉上肌肉扭曲了一陣子，“是煙。風往這邊吹來……把燒木柴的煙也帶來了。他們在燒木桶”，她現在咳嗽了，“這種事常有。他們把桶裏的東西燒黑……瀝青……鋪在屋頂上防水。”

由於上周的精彩內容，我迫不及待地要她再進到“中間狀態。”我們已經在她做僕人那一世花了90分鐘了。聽了很多鋪床單、做奶油、燒木桶的事，我渴望獲得一些精神方面的訊息。

於是我沒了耐心，要她回溯死亡的情景。

“好難呼吸。我胸口很痛”，凱薩琳喘著氣，顯然相當痛苦，“心也痛，跳得好快。但我很冷……身體在發抖”，凱薩琳開始打顫，“房間裏有很多人，他們給我一種泡葉子的水（茶）喝，聞起來很奇怪。他們在我胸口擦一種藥膏。我發著燒……但覺得很冷。”她靜靜地死去了，漂浮到房間天花板上，可以看見自己在床上的軀體，一個60歲老太婆的小而蜷縮的身體。她就這樣浮著，等人過來幫她。接著，她感覺到一道光，並且被吸了過去。光愈來愈亮，我們靜靜等著，時間慢慢過去。突然間她到了另一世，是艾比之前的幾千年。

凱薩琳輕輕地低語：“我看到好多大蒜吊在一間通風的房子裏，味道很強，大家相信大蒜可以殺死體內的鬼怪，但必須每天吃。戶外也有很多大蒜，曬在院子裏。還有一些其他的藥品……無花果、棗、檳榔乾等等，這些藥品能治病。我媽媽買了大蒜和其他藥品，因為家中有人生病了。這些是奇怪的草根，可以含在口中，也可

以塞入耳朵裏，或其他有開口的器官裏。”

“我看到一個留鬍子的老人。他是村裏能治病的人之一。他會告訴你怎麼做……這裏有場……瘟疫……死了好多人。大家不敢為屍體熏香，因為怕傳染。死人就這麼埋掉，但村裏人心裏並不愉快，他們認為如此一來，靈魂就不能升天了（和凱薩琳死後的說法相反）。但人們繼續死去，也死了好多牛。水……洪水……人們因為洪水過後才得病的（她顯然剛剛才瞭解了這是流行病）。我也因為水而得病。這種病使你的胃抽搐，它是腸胃方面的病，身體會喪失很多水分。我在河旁邊，要提水回去，但就是這種水害死大家。我把水帶回去，看到我母親和我兄弟們。我父親已死了，弟弟病得很厲害。”

我並沒有再讓她往前，而是停下來，想著她在這一世與另一世間大異其趣的死後觀念。但她每次死亡的經驗卻很類似、一致。在過世的那一刻會有一個意識的部分離開身體，漂浮起來，然後被吸向一道美好、能灌輸能量的亮光。接著便等人來幫她，靈魂自動地升天。而熏香、葬禮或其他死後的程式和這都無關。它是自動的，無須任何準備，就像穿過一道剛開的門。

“土地很乾，很貧瘠……附近看不到山，只有平地，很廣闊乾涸。我一個弟弟死掉了，我漸漸復原，但還是覺得痛”，她的話並不長，“我躺在一張小床上，蓋了一些被單。”她病得很重，大蒜或其他藥草也挽回不了性命。很快地，她就浮出軀殼之外，被吸往那道熟悉的光，她耐心地等候別人來幫她。

她的頭開始擺向一邊，又轉到另一邊，好像在看一幅寬廣的風景。聲音又再次變得沙啞而響亮。

“他們告訴我有很多神，因為上帝就在我們每個人心中。”

我從嗓音和堅定的語氣知道她在“中間狀態。”接下來她所說的，讓我驚得大氣都不敢出。

“你爸爸在這裏，還有你兒子也在。你爸爸說你會認識他的，因為他名字是艾弗隆，而你女兒取的名字也和他一樣。還有，他的死因是心臟病變。你兒子的心臟也不好，是反過來長的，像雞心。他因非常愛你而為你做出重大犧牲。他的靈魂是很進化的……他的死償了父母的債。同時他想讓你知道，醫藥只能做到這個地步，它的範圍是很有限的。”

凱薩琳不再講話，而我全身不能動彈，只想努力理清混亂的思緒。房間裏冷得讓人發麻。

凱薩琳對我的個人生活幾乎沒有什麼瞭解。我只在辦公桌上放了一張女兒小時的照片，笑開的嘴裏露出兩顆乳齒。旁邊是一張兒子的。除此以外，凱薩琳不知道我家裏或我過去的事。我受過良好的傳統心理治療教育，心理醫生該維持一種空白的狀態，讓病人能自在地傾吐他的情緒、想法和態度，然後再仔細分析其中的曲折。我一向和凱薩琳保持距離，她真的只知道我做醫生的一面，而對我的私人生活無從瞭解。我甚至連執業證書都沒有掛出來。

我這一生最大的遺恨是第一個兒子亞當只活了23天就夭折了，完全沒預料到。當時是1971年初，他出生

10天后我和妻子卡洛從醫院回到家，他開始有呼吸的毛病，並不斷嘔吐，非常難以診斷。“肺靜脈迴圈不良，及動脈隔膜受損”，醫生這麼告訴我們，“發生的幾率是大概每一千萬名嬰兒才有一例。”肺靜脈原該帶著飽含氧氣的血液到心臟去，但接駁位置錯誤變成從相反的方向進入心臟。這就好比心臟是倒置的，真是非常、非常罕有的病例。

即便動了重大的心臟手術也挽回不了亞當，他幾天後死了。我們難過消沉了好幾個月，希望和夢想全黯淡下去。一年以後另一個兒子約旦出世，算是對我們的傷痛起了些安慰作用。

在亞當出生的那段期間，我正對是否選擇精神醫療而舉棋不定。我在內科實習期做得十分愉快，又有一個住院醫生的空缺等著我。亞當的意外使我堅定選擇心理治療做終身職業。因為現代醫學以其先進的技術和設備，竟不能挽回一個小嬰兒的生命，令我憤慨。

我父親的身體一向硬朗，直到1979年初第一次心臟病發作才亮起紅燈，那時他61歲。雖逃過第一次發病，但他的心肌已嚴重受損，三天後終於不治死亡。時間大約是凱薩琳第一次來看我前的9個月。

我父親是一個信仰很虔誠的人，不過恪守儀式的成分大過精神超脫的層面。他的猶太名字艾弗隆比英文更適合他。他去世四個月後，我女兒出生，於是我給她取相同的名字以紀念故人。

現在，1982年，在我安靜、微暗的診療室裏，卻有如振聲發聵的奧秘向我揭示開來，使得我雙耳欲聾。我

在精神的大海裏泅泳，不過我愛這水。我手臂上起了雞皮疙瘩。凱薩琳不可能知道這些事，甚至也沒地方可以查到：我父親的希伯來文名字；我曾有個兒子，死於千萬分之一幾率的先天性心臟缺陷；我對醫學界的看法；我父親的死和我女兒的命名——太細微、太充分了，不可能是假的。如果她能說出這些事，是不是還能說出更多？我需要多知道一點。

“誰在那兒？”我問，“誰告訴你這些事？”“大師們”，她輕聲說，“前輩大師告訴我的。他們說我活過86次。”

凱薩琳的呼吸平緩下來，頭也不往兩旁擺動了，她在休息。我原想要繼續，但剛才她透露的訊息使我一時腦中千頭萬緒。她真的有過86次前世嗎？還有“大師？”真的有這回事？我們的生命真的為一些不具有形體，但智慧超卓的大師主導？真的有一步步向上帝接近的道路嗎？從她剛才揭示的情形來看，似乎很難懷疑這些觀點，但是，要我相信卻也很難。我必須扭轉過去所累積的觀念。不過，從理智到直覺，我都知道她是對的，她透露的是真理。

那麼關於我父親和兒子呢？在某種意義上來說，他們還活著，他們從未真正死去。葬禮過後那麼多年，他們在向我說話，而且說出許多非外人所知的訊息要我相信，真的是他們。如果這些都是真的，那麼我兒子，誠如凱薩琳所言，是進化得很高的靈魂？他真的願意為我們所生，為“償債”僅僅活了23天，並且，為讓我明白醫藥的限制，把我拉回心理治療界？我深為這些念頭震

驚。但在我的膽寒之外，有一種巨大的愛萌出芽來，讓我強烈地感覺與天地是一體的。我很想念我父親和我兒子，能再聽到他們的消息是好的。

我的生命再也不會和從前一樣了。一隻手伸下來，扭轉了我的軌道，再也回不去了。那些我讀過的論文、研究，一一印證了它們的真實性。凱薩琳的回憶和訊息是真的。我認為她正確的直覺也是對的。我找到了實據，得到了證明。

但是，即使有這剎那的歡愉和瞭解，即使曾有這神秘經驗的片刻，舊日習慣的邏輯思考和懷疑仍然從中作梗。我會告訴自己，也許她只是特例，或憑藉某種通靈的能力。雖然這能力本身已很可觀，但並不足以證明輪迴或靈魂存在。可是，我讀過的上千個案例，幾乎都呼應凱薩琳的說法，比如能說外國語的小孩、前世致命的傷口成為今生的胎記、知道千里以外寶藏埋藏的地點、多年前某個特殊的事件。我瞭解凱薩琳的個性和心性，知道她會做什麼、不會做什麼。不，這次我的心智不能再愚弄我。這些證明太強大有力了，它們是真的，凱薩琳還可以在日後的診療中證明更多。

接下來的幾周，有時我會忘記這次的力量與啟示，有時我會陷進日常生活的軌道，擔心平時會記掛的事。懷疑仍會浮上心頭。似乎當心智不專注時，我仍傾向於過去的模式、思考和懷疑主義。但那時我會提醒自己——它真的發生過！我瞭解沒有親身經驗要相信這些觀念有多麼困難。對於理性瞭解之外的情緒接受，經驗是必要條件，但是經驗的衝擊總是隨時日而消退。

起先，我不明白自己怎麼變了那麼多。我知道自己變得較有耐性而平和，別人告訴我，我看起來非常安詳、快樂、鎮定。我覺得生命中有更多希望、喜悅，更多目標和更多的滿足。我明白自己不再有死亡的恐懼，不怕自己的去世或不存在，也比較不怕失去他人，雖然我會很想念過世的親人。死亡的恐懼力量驚人，處處可見人類對這種恐懼的逃避：中年危機、與年輕人發生婚外情、整容、勤於運動、累積財富、生小孩以延續自己的後代、費盡心機想變得年輕等等。我們是如此憂懼於自己的死亡，有時甚至忘了活著的真正目的。

我也變得不那麼嚴肅執著，我並不需要時刻繃得緊緊的，不過雖然我不想那麼嚴肅，這個改變還是有點困難，我要學的還很多。

現在我的理智確實開放了，願接受“凱薩琳所說是真的”的可能性。有關我父親和我兒子的細節，是無法從旁的途徑獲得的。

她的知識和能力顯然可以證明一種超凡的心靈能力。相信她是有道理的，不過我對一些通俗文學中的論調仍持懷疑看法。這些說得出許多心靈現象、死後生命的人是誰？他們受過科學的觀察和求證嗎？雖然有此次經驗，依著懷疑的個性，我仍會對日後每個新事實、新資料做審慎評估。我會檢查它們是否合于已建立的架構，會從每個角度去測試。但我也不能否認，架構已經在那裏了。

第5章 “超意識界”的訊息

我們仍在催眠狀態中。凱薩琳結束了前一世的休息，開始講一個廟前的綠色雕像。我也從神遊中回來，繼續細聽。她現在在遠古時代，亞洲某個地方，但我的思緒還留在大師那裏。真不可思議，我想。她在講前世、輪迴，可是比起大師透露的訊息，這些都變得無足輕重了。不過，我現在已瞭解，她得過完一世，才能行進到“中間狀態”——“中間狀態”是無法直接到達的。而只有在那兒，才見得到大師。

“綠色雕像在一間大廟前”，她輕聲地說，“是一間有尖塔和雕飾的廟。前面是17級石階。爬完石階後進到一間小房間裏。香在燒。沒有人穿鞋。頭髮都剃成光頭。他們臉圓圓的，眼珠是黑色，皮膚也很黑。我在那兒，因為腳受傷了來求助。我的腳腫起來，不能站立。腳裏刺進了東西。他們放了一些草葉在我腳上……奇怪的葉子……丹寧斯？（她指的可能是單寧酸，某些樹根、樹皮或果實中的天然成分，因它的止血特性常在古代作藥用）他們首先把我的腳洗乾淨，這是在眾神像前完成的儀式。我的腳裏有某種毒，因為踩到了什麼不潔之物。膝蓋腫起來，我的腿因受傷而非常沉重。他們在我腳上開了一個口，塞了一些熱熱的東西進來。”

凱薩琳現在痛苦地蜷曲身體，同時似乎因喝了某種很苦的藥而咳著。藥是一種黃色的葉子泡的。她這次痊癒了，但腿和腳的骨骼再也不能如從前活動自如。我要她再往前。她只見到大家過著一貧如洗的生活。她和家

人住在只有一個房間的小屋裏，連張桌子也沒有。他們吃稀飯，從來沒有吃飽過。她快速地老去，終其一生都沒有脫離貧窮饑餓，然後死去。我等著，不過可以看出凱薩琳已十分疲倦。但在我叫醒她之前，她竟說“羅拔·賈拉需要我說明”，我不知道羅拔·賈拉是誰，也不知要如何幫助他。之後，她沒有再說什麼。

醒來後，凱薩琳依然記得許多她前世生活的細節。但她對“中間狀態”的事、大師所透露的訊息，則完全記不起來。我問了她一個問題。“凱薩琳，‘大師’這個詞在你是什麼意思？”她以為是高爾夫球賽用語！她現在進步多了，但對於整合新觀念和原來的宗教上仍有困難。所以，我決定暫且不告訴她有關大師的事。此外，我不確定若告訴一個人他是“靈魂前輩”傳達智慧的“管道”，那人會做何反應。

凱薩琳同意下次催眠時我太太也在場。卡洛是一個受過良好訓練、頗有技巧的心理治療師，我希望聽聽她對這件事的看法。而且，自從我把我父親和兒子亞當的事告訴她後，她也很想幫忙。凱薩琳在敘說某一世的經驗時，我逐字記下都沒問題，但大師說話的部分則快得多，因此我決定用答錄機錄下實況。

一週後凱薩琳來了，她繼續有起色，恐懼和焦慮症狀都減輕許多。她的進步是肯定的，但我不明白為什麼好轉這麼多。她記得阿朗達時代的溺水、做約翰時喉嚨被刺、做路伊莎時死于水傳染的流行病及其他大小駭人事件。她一次又一次經歷貧窮、僕役的生活和來自家庭的虐待。在家中日日累積的一些小傷害也足以對心理造

成重大影響。對前世及此生童年的正視，或許有助於她的釋懷，但另外還有一種可能，會不會是這些經驗本身給她的幫助——就是死亡並非我們所想像的那樣，而使恐懼感減低？會不會是整個過程，不僅僅是回憶，提供給她療方？

凱薩琳的通靈能力日漸加強，並且更有敏銳的直覺。她和史都華之間仍有問題，不過現在比較能處理了。她的眼睛發亮，皮膚有光澤。她說，這星期做了一個奇怪的夢，但只能記得片斷。她夢到一條魚的紅鰭烙在她的手掌上。

接著我們進行催眠，她在幾分鐘內就進入情況，又快又輕鬆。

“我看到一種像峭壁的地形。我站在峭壁上，往下看。我在那裏看有沒有船來——那是我的職務……我穿著藍色的褲子……藍短褲，奇怪的鞋……黑色的，有鞋扣，好奇怪的鞋子……海平面上沒有船隻。”凱薩琳輕柔地細語，我要她前進到下一個重大事件。“我們在喝麥酒，又濃又黑。杯子很厚、很舊了，有金屬焊接的把。這個地方很臭，但聚了一大堆人。四周很吵，每個人都在高談闊論，鬧哄哄的。”

我問她是否聽到別人叫她的名字。

“克利斯群……我叫克利斯群。”她此生又是個男的，“我們在吃某種肉，並喝麥酒。酒很黑，很難喝。他們在裏面放了鹽。”

她沒看到年份，“他們在談論某個戰爭，談船把港口堵起來，但我聽不出來是哪裏。要是他們安靜點，我

就聽得到，但每個人都在講話，很吵。”

我問她現在在哪裏，“哈姆斯德……哈姆斯德（音譯）。這裏是港口，威爾士的一個港口。他們說的是英國腔英文”，她往前到克利斯群在船上的時間，“我聞到一種味道，什麼東西燒起來了，很難聞。是燃燒的木頭，還有別的。這味道很刺鼻……遠處有東西著火了，是一艘船。我們在裝貨！裏面可能是軍火。”凱薩琳變得激動起來。

“是一種火藥，很黑，會沾在手上。你得動作快。船上有一面綠旗……綠黃相間，還有三個尖的王冠在上面。”

突然間凱薩琳因痛苦而扭曲了臉。她相當難受，“啊”，她呻吟道，“手上好痛，手上好痛！有種金屬，滾燙的金屬在我手上，烙在我手上！哦！”我想起她那個夢的片斷，現在瞭解那片手上的紅色魚鱗是什麼了。

我止住那痛，但她仍在呻吟。

“有金屬碎片……我們的船毀了……港口區。他們控制了大局勢。很多人被殺了……很多人。我活下來了……只有手受了傷，但它隨著時間而痊癒了。”我要她往下一個重要事件前進。

“我看到類似印刷廠的地方，用油墨和版來印書，並把書裝訂起來……這些書都有皮革的封面，是用繩子裝訂起來的，皮革繩。我看到一本紅色的書……有關歷史的。但看不到書名，他們還沒印完。這些書好棒。那些皮革封面好平滑，是些很棒的書，可以教你好多東西。”

顯然克利斯群沉醉在看這些書並觸摸它們上，也模糊地瞭解了學習的潛在價值。不過，他似乎並未受過什麼教育。我引導克利斯群到他死亡的那一天。

“我看到河上有座橋。我是個老人了……很老。橋很難走，但我要越過橋……到另一邊去……我覺得胸口很痛……壓得我喘不過氣來……胸口好痛！噢！”她喉嚨發出咯咯聲，顯然是回憶到過橋時心臟病發作的情景。她的呼吸又急又淺，臉上和脖子上全是汗，並開始咳嗽，喘著要多吸點空氣。我忽然想到，再經歷一次前世的心臟病發感覺，是否危險？這是一個全新的領域，沒有人知道答案。最後，克利斯群死了。現在凱薩琳平靜地躺在長沙發上，深而勻地呼吸。我大大松了口氣。

“我覺得自由……自由”，凱薩琳輕輕地低語，“我在黑暗中浮起來……周圍有光……還有靈魂，其他人。”

我問她對剛了結的一生有什麼想法。

“我應該更有寬恕心，但我沒有。我並未原諒別人對不起我的地方，但我該原諒他們的。我並未寬恕。我把怨恨和怒氣吞下，藏了好多年……我看到眼睛……眼睛。”

“眼睛？”我重複道，感覺快遇到大師了，“什麼樣的眼睛？”“前輩大師的眼睛”，凱薩琳小聲說，“但我得等。我還有事情要想。”在緊繃的沉默中過了幾分鐘。

“你怎麼知道他們何時準備好？”我打破靜默，期待地問。

“他們會叫我。”她回答。又過了幾分鐘，然後，突然間，她的頭開始左右搖擺，而聲音也變成沙啞、堅定的嗓音。

“在這裏……在這度空間裏有好多靈魂，我不是唯一的一個。我們得有耐心。那也是我還沒學會的……有好多度空間……”我問她以前是否曾來過這裏。

“我在不同時候去過不同的空間。每一層都是更高的意識，會去哪一度空間視我們進化的程度而定……”她又沉默了。

我問她進化需要具備什麼條件，她很快地回答：

“必須和別人分享我們所知的。我們都擁有遠超過我們平常運用的能力。有些人比別人早發現這一點。你來到這裏之前，需先去除自己的惡習。若是沒有，你將帶著它一起到下輩子去。只有我們自己能除掉在塵世具有形體時所累積的惡習，大師無法幫我們去除。如果你抵抗而頑固地不改，就會帶著它到另一生去。若我們能掌握一切外在的問題，下一生就不會有這些問題。”

“我們還要學會去接近那些磁場（vibration）和我們不相同的人。具有相同磁場的人互相吸引是很自然的，但是，這樣還不夠，你必須走向那些磁場和你不同的人。幫助這些人……是很重要的。”

“我們都具備直覺能力，該順應著它，不要抵抗。抵抗的人可能有危險。我們從每個空間來並不具備相等的能力。有些人比較強些，因為他從其他空間累積了能力。人並不是生來平等的，但最後都會達到一點，在那一點上大家是平等的。”

凱薩琳停下來。我知道這些思想並不是她的。她對物理或形而上學所知甚少，不會知道空間、多次元、磁場等東西。此外，這些思想話語的美和哲學涵義，也超出凱薩琳的能力。她也從未以這樣一種簡潔、詩化的語氣說話。我可以感到有另一個更高的力量，嘗試通過她的聲帶傳達這些訊息，以使我明白。

不，這不是凱薩琳。她的聲音像做夢一般朦朧。

“在光束中的人……暫時不會有進展。除非他們決定要到下一度空間去……否則無法越過限制。只有他們自己能決定。如果他們覺得……具有形體時不再能學什麼……那麼就能過來。但如果還有必須學的地方，即使不想回去也得回去。在此地是一段休息時間，他們的精神力量可以得到休息。”

所以在一世過後的光束中，人們可以決定要不要再轉世，這取決於他們有沒有未完成的德行。如果覺得沒有什麼可學的，便可以直接進入靈魂狀態。這個訊息和我閱讀資料裏的死後經驗非常吻合，也解釋了為什麼有些人選擇回來，有些人則必須回來，因為還有的學。當然，所有講述死後經驗的人最後都回到了他們的身體裏。他們的故事也都有類似的部分：離開了身體，往下看別人忙著急救的情景；最後卻會看到明亮的光，或是遠方發著光的“靈魂”人物，有時是在隧道的盡頭；感覺不到痛；當他們知道肉身的任務並未完成、必須回去時，馬上就進到自己身體裏，重新有了痛覺和其他的感覺。

我曾有過幾個瀕死經驗的病人。其中最有趣的是南

美的一個成功商人，他是在凱薩琳治療結束後兩年來看我的。他叫雅各，曾於1975年在荷蘭被一輛摩托車撞得不省人事。他記得自己從身體裏浮出來，往下看出事的現場，有救護車，醫生在檢視他的傷口，以及愈聚愈多的圍觀群眾。他看到遠處一道金光，走近時，有個穿黃褐色袍子的僧侶。僧侶告訴雅各，現在不是他過來的時候，他得回到他的身體裏去，雅各感受到僧侶的智慧和力量。僧侶同時說了一些雅各這一生未來會發生的事件，後來都應驗了。雅各又回到他身體裏，躺在醫院病床上，恢復了意識，並且感到傷口痛徹心扉。

1980年，原為猶太裔的雅各到以色列旅遊，參觀位於海本（Hebron）的族長之穴（The Cave of the Patriarchs），這地方猶太教和伊斯蘭教都尊為聖地。自他在荷蘭的經歷後，雅各變得比較虔誠，也經常禱告。他走進附近一個伊斯蘭教寺院，和伊斯蘭教徒一起坐下來禱告。過了一會兒，他站起來要離去時，一位老教徒走過來對他說：“你和別人不同，他們很少會坐下來和我們一起禱告。”老人停了一會兒，仔細地看著雅各，才說：“你見過僧侶了。別忘記他對你說的話。”五年後，又在千里之外，一個老人也知道雅各見過僧侶——而且還是他昏迷不省人事時發生的事。

在辦公室裏，我想著凱薩琳最新透露的訊息，人生來並不平等——我們的造物主是怎麼看待這件事的呢？一個人出生時就帶著前輩人遺傳的天分和能力”，但最終我們會到達一個大家都平等的點”，我猜到達這個點還要好久好久以後吧！

我想到莫扎特和他不可思議的神童天分。這也是前世帶來的嗎？顯然不僅才能可能傳遞，“虧欠”與“償債”也都會傳到下一世。

我想到人類總傾向於同類相聚，避免或甚至排擠外來者。這是偏見和種族仇恨的根源，“我們必須學習，不僅去接近和我們的磁場相似的人，還必須幫助其他人”，我可以感受到這些話裏的洞察力。

“我必須回去了”，凱薩琳繼續道，“我必須回去。”

但我想多知道一些。我問她誰是羅拔·賈拉。她上次催眠中提及這個人，說他需要我的說明。

“我不知道……也許他在別的空間，而不是這裏”，顯然她找不到他，“只有他決定來找我時，我才有可能帶口信給你。他需要你幫忙。”

我仍然不明白我能如何幫他。

“我不曉得”，凱薩琳說，“但你才是他們要教的人，而不是我。”

這有意思。這消息是給我的，還是教我以幫助羅拔·賈拉？我從未接到過他的訊息。

“我必須回去了”，她重複道，“我必須先到亮光那裏。”突然她警覺起來，“哦，我耽擱太久了……我耽擱太久了所以得重新等。”

她等待時，我問她看到什麼、感覺到什麼。“就是其他靈魂、精靈，他們也在等。”

我問她等待時有沒有可以教我們的事，“有什麼我們必須知道的嗎？”“他們並不在此”，她的回答很有趣。如果大師沒有說些什麼，凱薩琳就無法獨立地提供訊息。

“我在這裏很不安。我想走……時間一到，我就走。”又過了沉默的幾分鐘。最後時間到了，她進入另一生。

“我看到蘋果樹……和一棟房子，一棟白房子。我住在裏面。蘋果爛了……有蟲，不能吃。樹上吊了一個秋千”，我要她看看自己。

“我有一頭淺色的頭髮，金色的。我五歲，名字叫凱薩琳。”我吃了一驚。她回到今生，記起五歲時的情景，但一定有某個原因。

“發生什麼事了嗎，凱薩琳？”“我父親很生氣……因為我們不應該在外面。他……用一根棍子打我。棍子很重，打起來好痛……我害怕”，她嗚咽地說，像個孩子，“他不打到我們受傷不會住手。他為什麼要這樣做？他為什麼這麼壞？”我要她用較高的觀點來看她的童年，並試著回答自己提的問題。我最近讀到有人能這麼做。有人稱這個觀點為“較高自我”或“成長自我。”我很好奇凱薩琳是否也能到達這一狀態。如果能，這將是一個很有力的心理治療技巧，一個到達瞭解與洞察力的捷徑。

“他從來不曾真正想要我們”，她輕輕地說，“他覺得孩子侵入了他原先的生活……他不想要我們。”

“也包括你哥哥？”“是的，他更是。我哥哥完全

是計畫外的小孩。懷他時……他們並沒有結婚。”這對凱薩琳是個驚人的消息，她以前並不知道父母是奉兒女之命結婚的。後來她母親證實了這一點。

現在往回看時，凱薩琳多了一份智慧和一種角度，這原先只在“中間狀態”才出現的。似乎，她有一部分“較高”的心智，一種超意識（superconscious）。也許這就是其他人描述過的“較高自我。”雖然沒有和大師接觸，但是，她在“超意識狀態”下的確擁有較深入的見解，而在清醒的意識狀態下，卻比較焦慮、受限。相比之下，清醒時的凱薩琳是個比較淺薄簡單的人，但她無法隨意進入“超意識狀態。”我在想，那些所謂已“成道”的東西方聖哲，是不是能利用“超意識狀態”得到他們的智慧和洞察力？如果答案是肯定的話，那麼我們都有能力這麼做，因為每個人都擁有超意識。榮格知道人類意識的不同層次，他提出“集體無意識”的說法，有點接近凱薩琳的“超意識狀態。”

但是我卻為她的意識和超意識間差距太大而受挫。當凱薩琳被催眠時，我驚異於她的超意識所做的哲學性對話。但是，醒來時，凱薩琳對哲學或相關的題目卻絲毫不感興趣。她活在日常瑣事構築的世界裏，對自己腦袋裏的天分視若無睹。

再回到催眠中。她父親折磨她，理由愈益明顯，“他還有很多得學？”我問。

“是的……沒錯。”

我問她是否知道他該學什麼。“他們並未向我透露”，她的語調是旁觀的，有距離的，“我該知道的是

對我重要、關係到我的事。每個人該關心……怎樣使自己……變得完全。我們都有功課要學……我們每一個人。一次學一樣，按順序來。只有學完一樣時，才知道下一樣是什麼。”她用一種低低的耳語說，但充滿關愛。

當凱薩琳再開口時，童稚的語音又恢復了，“他真讓我噁心！他要我吃我討厭的東西……是生菜、洋蔥，我最討厭的。但他硬要我吃，他知道我會反胃。他才不在乎！”凱薩琳開始乾咳。我再度建議她從一個較高的角度來看，為什麼她父親如此做。

“這樣可以填補他的一些空虛，彌補他對我的一些作為，所以他恨我，也恨他自己”，我幾乎忘了她三歲時那件性騷擾的事，“所以他要懲罰我……我一定做了什麼事使他記恨在心。”她才三歲，而他喝醉了酒，但這件事卻在她心裏烙下深深的印記。我向她解釋這個顯然的反應。

“你只是個小孩。你現在得把自己從罪惡感裏釋放出來，你什麼也沒有做。一個三歲小孩能做什麼？不是你的錯，是你父親的。”

“他那時候一定也恨我”，她輕聲地說，“我以前就認識他，但現在記不清楚了。我得再回到那個時候”，雖然已經花了幾小時，但我希望她能回到從前的關係中。我給她詳細的指示。

“你現在處於催眠中。等一下我會倒數回去，從三到一。你在催眠中，非常安全。我要你回到童年時你和他之間最重要的那件事上。我數到‘一’時，你就會回去，記起這件事。這對你的治療很重要，你辦得到的。

三……二……一。”

停了很久，凱薩琳才又開始說話。

“我沒有看到他……但我看到有人被殺！”她的聲音變得低沉而沙啞，“在別人償完他的孽障前，我們沒有權利突然中斷他們的生命，而我們卻做了。我們沒這個權利。當他們死掉而到其他空間時，就在那裏受苦，他們會不得安寧的。而再投胎時，他們的命會很苦。而殺人的人會得到報應，因為他們沒權利這麼做。只有上帝才能懲罰人，不是我們。他們會受到懲罰。”

一分鐘的沉默過去了，“他們走了”，凱薩琳耳語道。今天前輩大師又給了我們一個明白有力的訊息：我們不能殺人，不管是什麼情況，只有上帝才能懲罰人。

凱薩琳精疲力竭了。我決定暫緩她和她父親前世的恩怨，讓她醒過來。她只記得克利斯群那輩子和小凱薩琳的情形，其他一概不記得。她很累，不過很平靜、放鬆，仿佛卸下了一個重擔。我的眼光和卡洛相逢，我們都累壞了，既發抖又流汗，仔細聆聽每一句話，一同分享了這個難以置信的經驗。

第6章 未知死，焉知生

我現在把凱薩琳每週的會診排在一天的最後，因為每次都長達幾小時。過了一週她再來時，臉上仍有那種平靜的表情。她和她父親通了電話，沒有特別說什麼，但是，她以她的方式原諒了他。我從未看過她這麼平靜，驚異于她進步的神速。很少有長期受恐懼、焦慮症折磨的病人好得這麼快。當然，凱薩琳並不是一般的病人，她的治療方式更是史無前例的。

“我看到爐臺上有個瓷娃娃”，她很快進入深沉的催眠狀態中，“壁爐兩旁是書架。這是一幢房子裏的某個房間。娃娃旁有燭臺，和一幅……人像畫，是個男人……”我問她還看到了什麼。

“地板上鋪了東西，毛絨絨的……是一種動物皮。右邊有兩扇玻璃門……可以通到外面的平臺。房子前有圓柱，四級臺階通到下面。有條小徑，四周有高大的樹……還有馬。它們被拴在……前面的樹上。”

“你知道這是哪兒嗎？”我問，凱薩琳深吸了一口氣。

“我沒看到地名”，她說，“不過一定有年份，可以找到年份。是18世紀，可是我不知道確定的年份……這裏有樹和大朵的黃花。好漂亮的黃花”，她被那些花分了心，“它們很好聞，甜甜的黃花……很大很奇怪的花……中間有黑圈的黃花。”她停下來，專心看花。我想到法國南部的向日葵花田，便問她天氣如何。

“天氣很溫和，沒有風，既不冷也不熱。”我們仍然認不出地方是哪裏。我要她回到屋裏，離開那些惹人分心的花，並問她壁爐上的畫像是誰。

“認不出來……一直聽到有人在叫阿朗……他的名字是阿朗”，我問她阿朗是否是房子的主人，“不，他的兒子才是。我在此工作”，她再度以僕役的身份出現。像埃及豔后克莉奧派特拉或拿破崙那樣的豐功偉績，她連邊都沒有沾上。懷疑輪迴的人，包括兩個月前的我自己，常把箭頭指向為什麼有些功業彪炳或有特異才能的人不再轉世。現在卻發現，就在精神科，我的辦公室內，輪迴得到了科學的證明，而且透露了比輪迴更多的事。

“我的腿……”凱薩琳繼續道，“很重，受傷了，好像不是連在身體上似的……我的腿受傷了，是馬踢的。”我要她看看自己。

“我有黃褐色的頭髮，卷髮。我戴了一頂帽子，白色的……穿一條藍裙子，上面有件圍裙……我很年輕，不過不是孩子了。腿好痛，剛剛被踢到了，“她很明顯地處在痛苦之中，“馬蹄……它是一匹脾氣很壞的馬”，她的痛終於慢慢消退下去，“我聞到乾草的味道。馬廄裏還有其他人在工作。”我問她的工作是什麼。

“我負責大房子裏的事，有時也擠牛奶。”我想多知道些主人的事。

“他太太很胖，很邋遢。他們有兩個女兒……但我不認識。”

她加上這句，已料到我會問是否在今生出現過。我問她自己的家人。

“我不知道，沒看到他們。我沒有和什麼人在一起。”我問她是否住在此地，“沒錯，但不是住大房子。我住在……很小的，僕人的小屋裏。旁邊還養雞。我們撿雞蛋，蛋是黃褐色的。我的房子很小……只是一個房間。我看到一個男人，他和我一起住。他有一頭卷髮和一雙藍眼珠。”我問他們是否結婚了。

“沒有，不是他們觀念中的結婚。”她出生在那兒嗎？“不，我小時候被帶來的。我家很窮。”她的伴侶並不是此生的熟人。我指導她前進到下一個重要事件。

“我看到一個白的……一定是頂帽子。一頂女人的寬邊帽，上面有羽毛和白色蝴蝶結。”

“誰戴著這個帽子？是——”

她打斷我的話。“當然是女主人呀！”

我覺得自己有點笨。

“他們的一個女兒要結婚了，整幢宅院都在慶典的氣氛中。”我問報紙上是否有登結婚的消息。如果有，就可以找出日期了。

“不，這裏沒有報紙”，這一世很難找到一些客觀的佐證，“你看到自己在婚禮中嗎？”我問，她很快地回答，情緒有點低落。

“我們不能參加，只能看著客人進進出出。僕人是不准許參加的。”

“你的感覺是什麼？”

“恨。”

“為什麼？他們待你不好嗎？”

“因為我們很窮很可憐”，她輕輕地說，“而且無法改變，和他們比起來，我們擁有的東西是那麼少。”

“你是否離開過這個莊園？還是老死在這裏？”

她帶點憂思地回答：“我在這裏過完了餘年。”我可以感覺到她的悲哀。這一生既艱難又無望。我要她前進到過世的那一天。

“我看到一個房子，我躺在床上。他們給我一種東西喝，熱的東西，裏面有薄荷味。我的胸口好重，幾乎不能呼吸……我的胸口和背部都很痛……非常痛……開口講話很困難。”她呼吸得很快很淺，處於巨大痛苦中。幾分鐘煎熬後，她的臉平靜了，身體也放鬆下來，呼吸恢復了正常。

“我離開身體了”，她的聲音又變得低沉而沙啞”，我看到一道好美的光……有人朝我這裏走來了。他們是來幫我的，都是很好的人。他們一點也不害怕……我覺得好輕……”接著停了許久。

“你對剛過完的一生有什麼感想？”

“那個等會兒再說。現在，我只覺得平靜。這是一段給人慰藉的時間，大家都獲得了安慰。靈魂……在此找到了平靜，把所有肉體的痛苦拋諸腦後。靈魂在這裏非常寧靜安詳，這是一種美好的感覺……美好，就像陽光一直照在你身上。這道光是如此高妙！所有東西都是

從光而來的！從光裏獲得能量。靈魂直接到達它那裏，就像被一道磁力吸引。它很棒，就像……”

“光有顏色嗎？”

“五彩繽紛。”她停住，在光裏休息。

“你現在正經歷什麼？”我問。

“沒什麼……就是平靜。我在朋友之中。他們都在那兒。我看到好多人。有的很熟，有些則不熟悉，但我們都在那兒等待。”時間一分分過去，她繼續等著。我決定加快速度。

“我有一個問題。”

“問誰？”

“問你或問大師”，我說，“我想若瞭解這點會對我們有幫助。這個問題是這樣的：我們能選擇生和死的時間和方式嗎？我們能選擇自己的處境嗎？還有，能否選擇再轉世的時間？我想瞭解了這些，會大大減少一個人的恐懼。這兒有人能回答這些問題嗎？”房間裏頓時涼了起來。當凱薩琳再開口時，音色較深，仿佛有共鳴。我以前從未聽過這聲音，它來自一個詩人。

“是的，我們可以選擇何時來到肉體的狀態，以及何時離開。我們知道何時目的算是完成了。我們知道什麼時候是終點，接下來便是死亡。因為你知道這一生不能再多得到些什麼了。當你來此休息使靈魂重獲能量時，便得以選擇再回到肉身的時間、形式。那些遲疑而不回來的人，可能會失去使他們完滿的機會。”

我立刻知道這番話不是凱薩琳說的，“誰在跟我說

話？哪一位？”

凱薩琳以她自己的聲音答道：“我不知道……它來自一個管事的人，但我不認識他是誰。我只能聽到他的聲音，並加以轉述給你。”

她也知道這些知識並非從她而來，既不是潛意識，也不是超意識的她。她只是轉述一個很特別的、“管事”的人說的話。因此，另一個大師出現了，不同於上次那個。他的聲音和風格都不一樣，詩意而安詳。這個大師說到死亡時毫不遲疑，聲音和想法都流露出深深的慈愛。這種慈愛感覺起來溫暖而真實，但又跳脫在某個距離外，適用於每個人。令人覺得幸福，但又不是情緒化或盲目的。

凱薩琳的低語聲漸漸大起來：“我對這些人沒有信心。”

“對哪些人沒有信心？”我問。

“對大師們。”

“沒信心？”

“是的，我缺乏信心，所以我那一生才過得那麼艱難。我那一生裏沒有信心。”她平靜地評估18世紀的那一生，我問她從中學到了什麼。

“我學到了憤怒與憎恨，也學到了記恨別人的滋味。我還必須明白，我對自己的生活缺乏控制。我想要掌握，卻做不到。我應該對大師有信心。他們會引導我度過，但我沒有信心。我覺得自己從一開始就是受詛咒的。我從來不曾歡喜地看待事情。我們必須有信心……

我們必須相信，但我懷疑。我選擇懷疑而不是相信。”她停下來。

“那麼應該怎麼做，我們才會好過些？我們的路一樣嗎？”我問。

上次說到直覺能力的那位大師開了口。“每個人的道路基本上都是相同的。我們在有形體的狀態下都有東西要學。有的人學得比別人快些。施與、希望、信心、愛……我們必須都瞭解這些，而且要瞭解得透徹。並不是只有一種希望、一種愛——很多事情中間都包括了它們，有許多方式可以呈現它們。但我們只觸到皮毛而已……”

“有宗教信仰的人離這個境界比我們近，因為他們立過服從與純潔的誓言。他們付出許多卻不求回報。其餘的人則計算得失，並為自己的行為找出合理的藉口。回報就在於去做，不計得失成果去做……無私地做。”

“我卻沒有學會。”凱薩琳以她的低語加上一句。

“……但是不要陷溺。”她繼續說道，“不要過度……適中即可……你會瞭解的。你本來就瞭解。”她又停下來。

“我正試著做。”我說，想把焦點多放些在凱薩琳身上，也許大師還沒離開。“我要怎麼做，才能幫助凱薩琳克服她的恐懼和焦慮？怎麼學這些功課？這樣做就好，還是得換個法子？深入追蹤某個特定領域？怎麼做對她最好？”

答案是詩人大師低沉悠遠的聲音說出的。我從椅子

裏傾身向前。

“你做得很正確。不過這整件事是為你，而不是為她。”

“為我？”

“是的。我們所說的這番話是為你。”他不僅提到凱薩琳時用第三人稱，並以“我們”來自稱。那麼，真的有好幾個大師在了。

“我能知道你的名字嗎？”話一出口，我才猛然後悔，這根本就是俗世的習慣。“我需要引導，我有好多想知道的事。”

回答是一首充滿愛的詩篇，有關我的生與死的詩。他的聲音柔和安詳，我感覺到一個宇宙靈魂的遙遠的愛。我敬畏地聽著。

“你會及時得到引導……及時。當你完成這趟需要學的東西，生命就會終止，但在那之前不會。你眼前還有許多時間……夠你用的。”

聽到這話，我既焦慮又放心。我很高興他並沒有說得更詳細。凱薩琳顯得有些不安，她小聲地開了口。

“我在往下掉、往下掉……要找到我的新生……往下掉。”她歎了一口氣，我也是。大師們離開了。我反復推敲這些訊息。它的涵義如此驚人：死後的光和死後的生命，我們對何時生、何時死的選擇；大師令人不容置疑的引導；要學習及完成的項目，以一生一生來計算，而不是一年一年；施與、希望、信心和愛；不求回報地去做……而這些訊息都是給我的。但是目的為何

呢？我又要完成什麼呢？

這些在辦公室裏收到的訊息，對我個人和家庭都起了極大作用，並逐漸滲進我的意識層面。例如有一次，我開車和兒子去看一場棒球賽，途中遇到大塞車。以前我總被塞車惹惱，這次我們也許會錯過一兩局比賽，但我卻可以不動聲色，也沒有怪罪那個不上道的司機。我脖子和肩膀的肌肉是放鬆的，坐在車裏，父子倆聊天打發時間。我開始瞭解，出來的目的只是要和約旦共度一個快樂的下午，看一場我們都喜歡的比賽。只是想共處。如果我變得暴躁、生氣，就毀了我們的初衷。

我會看著我的孩子和太太，揣想前世是否我們也在一起。我們選擇要共商此生的喜怒哀樂嗎？我們是沒有年歲的嗎？我對他們感到無比的溫柔和愛。瞭解他們的缺點和過錯並不重要，愛才重要。

我發現基於同樣的原因，我也可以不在意自己的某些缺點。我不再事事苛求完美，隨時隨地都會自制，真的沒有必要強迫任何人。

我很高興能和卡洛分享這些經驗。我們常在晚飯後聊天，整理我對凱薩琳催眠內容的感想。卡洛很有分析的頭腦，她知道我一直以謹慎、科學的態度來處理這些經驗，但太投入了，於是便會提出一些相左的意見使我保持客觀。而當證據顯示凱薩琳說的是真話時，卡洛也分享了我的敬畏和喜悅。

第7章 3500年前，你是我舅舅

凱薩琳一週後再來時，我打算放上周錄下的帶子給她聽。畢竟，這個前世生活之外的詩般訊息是由她口中傳出的。我告訴她，她傳遞了一些在“中間狀態”或“精神狀態”的訊息，只是她自己記不得了。她不是很想聽。她目前比以前健康快樂許多，並不需要聽這個。此外，它仍然有點詭異。我苦口婆心地勸她聽，說這些話很美，很有啟發性，而且，是由她而來的，我希望與她分享。她聽了帶子上的呢喃低語幾分鐘後，便要我關掉。她說感覺太怪了，令她覺得不舒服。在靜默中，我想起那句“這是為你，而不是為她。”

我不知道這個治療要持續到何時，因為她每週都有些進步。只有一些小地方進展不大，她仍然害怕封閉的空間，還有，她和史都華的關係仍然若即若離。除此之外，她的進步是很可觀的。

我們幾個月來都沒有採用傳統的心理治療方式。見面之後，我們會聊幾分鐘上周的內容，接著很快就進行催眠回溯。不論是由於記起了重大的創傷，或卸下壓抑的過程，凱薩琳真的有了療效，她的恐懼和陣痛的侵襲都消失了。她現在不怕死亡的念頭，也不再怕失去控制。像凱薩琳這樣的病人，一般心理醫生會用高劑量的安眠藥和抗憂鬱劑治療。除了藥物以外，這種病人還會密集地接受心理治療，參加小組討論。許多心理醫生相信，像凱薩琳這樣的症狀有生物學上的根據，是因為缺少一種到數種的大腦化學物質。

當我讓她進入深沉的催眠狀態時，不禁想到：數周來沒有使用藥物、傳統治療或小組治療，她卻快好了，多麼令人高興。她並不是壓抑那些症狀，而是沒有症狀了。現在她遠比我預期的快樂、安詳。

她的低語聲又開始了。“我在一棟建築物裏，有圓頂的天花板，裝飾了藍色和金色的圖案。我旁邊還有其他人。他們穿著……舊的……袍子，又舊又髒。我不知道大家是怎麼來的。房間裏有很多雕像，有的立在石座上。在房間一端還有個大型的金身立像……有翅膀，看起來很邪惡。房裏好熱……好熱……因為這個房間沒有通風口。我們必須和村子隔離開來。這裏的人做錯了什麼事。”

“你生病了嗎？”

“是的，我們都病了。我不知道我們得的是什麼病，但我們脫皮脫得很厲害。天暗下來了。我覺得很冷。空氣很乾、很炙熱。我們不能回村裏去。我們得留下來。有些人的臉變形了。”

這種病聽起來很可怕，像麻風病。如果她曾有一世遇到這個不幸，那說明我們還沒跨過這個障礙。“你得在那裏待多久？”

“永遠。”她黯然回答。“直到我們死。這種病是不會好的。”

“你知道這種病叫什麼？”

“不知道。皮膚變得很乾，然後剝落。我來這裏幾年了。還有些剛到的人。想回去是不可能的，我們被放

逐了……只能等死。”

她這一生很慘，活在洞穴裏。

“我們必須自己獵取食物。我看到一些我們打來的野生動物……有角，黃褐色的皮毛。”

“有人來看你們嗎？”

“沒有，他們不能走近，否則也會得病。我們是被詛咒的一群人……因為自己做的一些錯事。這就是我們的懲罰。”她在不同的時空下有著不同的神學觀念，只有死後的精神狀態顯現出相當的一致性。

“你知道現在的年份嗎？”

“我們已經失去時間的軌道了，只有等死而已。”

“難道沒有希望了嗎？”我問，也感受到那股會傳染的沮喪。

“沒希望了。我們都會死。我的手很痛，全身都相當虛弱。我老了，很難移動半寸。”

“要是完全不能動了怎麼辦？”

“會被抬到另一個洞穴，丟在那裏等死。”

“他們怎麼處理死者呢？”

“把洞口封起來。”

“他們會在人死前就把洞封住嗎？”我在找尋她害怕封閉空間的線索。

“我不知道，沒去過那裏。我在有人的這個房間，好熱。我挨在牆邊，就躺在那兒。”

“這房間是做什么用的？”

“用來禱告……有很多神像。熱死了。”

我讓她前進些時間。“我看到一些白色的東西……白色蓋頂。他們在搬運某個人。”

“是你嗎？”

“我不知道。我很歡迎死神的降臨。身上實在太痛了。”凱薩琳臉部扭曲，並流著汗。我帶她到她死去的那一天。她仍在喘氣。

“很難呼吸嗎？”我問。

“是的，這裏好熱……好熱，又黑。我什麼也看不到……也動不了。”她在那個又黑又熱的洞裏，獨自一人，動彈不得，只能等死。洞口已經封死了。

她又害怕又悲慘，呼吸變得快而不規律。她終於死了，結束了這痛苦的一生。

“我覺得很輕……好像整個人浮起來了。這裏很亮，感覺很好！”

“你還痛嗎？”

“不！”她停下來，我等著大師的出現。但相反地，她沒有停留多久。“我很快地降下來，又要到某個身體裏去了！”她似乎和我一樣的驚訝。

“我看到建築物，有圓柱的建築物，這裏有好多建築物。我們在室外，周圍有樹，是橄欖樹，很美。我們在看什麼東西……人們戴著奇形怪狀的面具，遮住他們的臉。這是一個節日，他們穿長袍、戴面具，假裝成各

式怪獸或神話人物，在臺上表演……在我們坐的地方上面。”

“你在看戲嗎？”

“是的。”

“你是什麼樣子的？看一下你自己。”

“我的頭髮是黃褐色的，編成辮子。”她停住。關於她自己的描述和橄欖樹令我想到凱薩琳希臘時代的那一生，那時我是她的老師，叫狄奧格尼斯。

“你知道日期嗎？”

“不知道。”

“旁邊有什麼你認識的人嗎？”

“我丈夫坐在我旁邊，不過我不認識他（指今生不認識）。”

“你有小孩嗎？”

“我現在正懷孕（with child）呢。”她的用字遣詞很特別，是古代的用法，不像凱薩琳意識清醒時。

“你父親在那兒嗎？”

“我沒看到他。你在……但不在我身旁。”那麼我猜對了。我們回到約西元前1568年的時候。

“我在那兒做什麼……”

“你教書……我們都跟著你學習……正方形、圓圈，那些好玩的東西。狄奧格尼斯，你在那兒。”

“你還知道我什麼？”

“你很老了。我們有些親戚關係……你是我舅舅。”

“你認識我其他的家人嗎？”

“我認識你太太……和你小孩。你有好幾個兒子，其中兩個比我大。我媽媽已經過世了。她死時還很年輕。”

“你父親一直照顧你長大？”

“是的，不過我現在結婚了。”

“你快要生小孩了？”

“是的，我很害怕。我不希望在分娩時死掉。”

“你媽媽就是這樣去世的？”

“是的。”

“你害怕自己也發生同樣的情形？”

“這種事常常發生。”

“這是你第一個孩子？”

“是的，我很怕，希望快點生。我肚子好大，行動非常不方便……有點冷。”

她又前進了些時間。孩子快出生了。凱薩琳沒生過小孩，而我自醫學院的產科實習後就沒再接生過。

“你在哪裏？”我問。

“我躺在石床上，冰冷冰冷的。我好痛……拜託誰來幫幫我，幫幫我。”

我叫她深呼吸。她一面喘氣一面呻吟。接下來的幾

分鐘她痛得更厲害。孩子終於生出來了，是個女兒。

“你現在覺得好點了嗎？”

“很虛弱……流了好多血。”

“你要給她取什麼名字？”

“不知道，我太累了……我要我的孩子。”

“你孩子在這兒。”我隨口附和道，“一個小女孩。”

“嗯，我丈夫很高興。”她累壞了。我引她小睡片刻。一兩分鐘後，我再把她叫醒。

“你現在覺得好些了嗎？”

“是的……我看到了很多人。他們背上扛著籃子，籃子裏有好多東西……食物……一些紅色的水果……”

“這裏土地肥沃嗎？”

“是的，生產好多食物。”

“你知道這裏的地名嗎？要是有人問到村名，你怎麼回答？”

“喀西尼亞……喀西尼亞。”

“聽起來像個希臘小城。”我說。

“我不知道。你知道嗎？你曾經離開這裏去周遊世界，我沒有。”這是個誤解。凱薩琳以那一世的眼光來看我，身為她的舅舅，較年長而有智慧，她認為我會知道答案。

“你這一生都在村子裏度過嗎？”我問。

“是的。”她小聲說。“但你卻出門遠遊，帶回來許多我們不知道的事物。

你邊旅行邊學習，研究地理……不同的貿易路線，你可以把它們畫成地圖……現在你忘了。有很多年輕人登門求教，因為你懂圖。你很聰明。”

“你指的是什麼圖？星象圖嗎？”

“你瞭解各種記號、象徵。你可以幫他們……幫他們製成地圖。”

“你認得村裏其他人嗎？”

“我不認得他們……不過我認識你。”

“我們相處得好嗎？”

“很好。你對人很和善。即便只是坐在你身邊，我也覺得很歡喜，帶給人安慰……你幫助過我們。你幫過我姐姐們。”

“不過，總歸有個時候我會離開你們，因為我老了。”

“不！”她對我的死並未做好心理準備。“我看到一些麵包，很扁很薄的麵包。”

“大家吃這種麵包？”

“是的。我父親、我丈夫和我都吃，村裏人也吃。”

“現在是在過節嗎？”

“是……一個節日。”

“你父親在那兒嗎？”

“是的。”

“你孩子也在嗎？”

“是的。但她不在我身邊，在我姐姐那兒。”

“仔細看你姐姐。”我建議她，看是否也是個今生認識的人。

“她不是我認識的人。”

“認得出你父親嗎？”

“是的……是的……是愛德華。有很多無花果和橄欖……還有紅色的果子和扁麵包。他們殺了幾隻羊，在烤羊。”接著停了很久。“有個白色的……方盒子，人們死後就躺進那裏。”

“那麼，有人死了嗎？”

“是的……我父親。我不想看到他。我不想看他現在的樣子。”

“但你不得不看，是嗎？”

“是的。他們要把他抬去埋葬了，我覺得很悲傷。”

“是的，我瞭解。你現在有幾個孩子？”我要轉移她悲傷的情緒。

“三個，兩男一女。”她盡了回答的義務後，又繼續沉浸在低落的情緒裏。

“他們把他的屍體覆蓋在白布下。”她顯得很難過。

“我在那個時候也死了嗎？”

“還沒，我們喝著杯裏的葡萄酒。”

“我看起來是什麼樣子的？”

“非常、非常老了。”

“你好過一點了嗎？”

“不！當你走後我就只有一個人了。”

“你還有你的孩子呀！他們會照顧你的。”

“可是你知道這麼多事情。”她的口氣像個小女孩。

“你會安然度過的。你也知道很多呀，不會有事的。”我向她保證，她看來正安詳地休息。

“你現在平靜了嗎？你在什麼地方？”

“我不知道。”顯然她已過渡到“中間狀態”，雖然剛才那一生沒有經歷死亡。這一個禮拜我們詳盡地回溯了兩輩子。

我等著大師開口，但凱薩琳繼續休息。又等了幾分鐘後，我問凱薩琳是否能和大師交談。

“我沒有到達那度空間。”她解釋道。“要到了那裏才有可能。”

她一直沒到達。等了許久後，我把她從催眠狀態中喚醒。

第8章 遇見永生的自己

我們隔了三星期才進行下一次診療。在假期裏，我躺在熱帶海灘上，才有了時間和距離思考發生在凱薩琳身上的事：在催眠下回溯到前生，並能詳細描述、解釋她在清醒狀態下不知道的經驗、知識；透過回憶而大為改善症狀——這是最初18個月傳統心理治療無法達到的；能準確地透露她不知情的死後狀態，人不具肉身的狀態；死後的多重空間及每一重的功課——由靈魂前輩說出的話，其風格和智慧都不是凱薩琳所能達到的。的確，有許多地方值得細細思量。

多年來我治療過上百、甚至上千的病人，他們的情況幾乎涵蓋了所有精神病人可能出現的現象。我曾在四家大型醫學院教過書，也在診所、精神科急診室待過，見過無數各類的精神異常狀況。我知道所有的視聽幻覺，也知道精神分裂的妄想，看過歇斯底里、多重及分裂人格的病人。我曾做過防治藥物濫用協會（NIDA）的諮詢人員，很熟悉迷幻藥導致的症狀。

凱薩琳一點兒也沒有這些徵候或症狀。她身上發生的並不是另一種精神疾病。她既未失卻現實感，也沒有幻聽或幻視（看到或聽到並不存在的東西），或是妄想。她不吃迷幻藥，也沒有厭世傾向，沒有歇斯底里性人格，也不自閉。也就是說，她知道自己所做所想的事。在催眠中透露的訊息，和她清醒時說話的風格和內容皆不同。尤其是通靈，比如有關我過去的特定事件（有關我父親和兒子的資訊），以及她自己的。她具有這輩子

所無法達到的知識。這些知識以及整個經驗，是她的文化、教養中從未出現過的東西，甚至和她的信仰觀念相違背。

凱薩琳是個相當單純、誠實的人。她不是個學者，她沒法憑空捏造那些從她口裏說出的事件、細節、歷史和詩。身為一個心理醫生、一個科學家，我確定那些訊息不是來自她意識的部分。它是真的，毋庸置疑。即使凱薩琳是個演技純熟的女演員，也無法做到這些情況。這些知識太正確、太特別了，不在她的能力範圍內。

我思考著凱薩琳透露前世經驗後的療效。我們踏入這個新領域後，她的進步非常迅速，而且用不著任何藥物。這裏面有種神奇的治療力量，顯然比傳統心理治療或現代藥物有效得多。這力量包括的不只是憶起，緩解重大創傷，還有我們的身體、心理和自我所受的日常傷害。在一世又一世的巡禮中，我試圖用問題去探測這些傷害的模式，包括長期的情緒或身體虐待、窮困及饑餓、疾病及殘障、持續的迫害及偏見、不斷的失敗等等。我同時特別注意那些慘痛的悲劇，例如一次痛苦的死亡經驗、強暴、大災難，或其他可能留下永久印記的恐怖事件。這種技巧和傳統治療中回顧童年的方式是類似的，只是它的時間範圍擴大到幾千年，而非10年、15年。因此，我問的問題也比傳統心理治療中的更直接、更富引導性。但我們這種非正統的探索無疑是成功了，她迅速地獲得痊癒。

但凱薩琳的前世回憶有沒有別的解釋呢？會不會是她的遺傳因數當中帶著這些記憶？這種可能性從科

學上來講相當低。

遺傳性記憶需要一代一代不間斷的遺傳物質。凱薩琳一世一世活在不同地方，遺傳不時被打斷。她曾和子女一起在洪水中喪生，或不曾生育，年輕時就死了。她那一世的遺傳終止，並未留下來。而且她的死後重生及“中間狀態”又怎麼解釋呢？那時她沒有軀體，自然也沒有遺傳物質，但她的記憶卻持續著。看來，遺傳的解釋不足為信。

那麼榮格的“集體無意識”觀念呢？它是一個似乎可以借用的人類記憶與經驗之儲水庫。不同的文化常包含類似的象徵，甚至是夢裏出現的。據榮格的說法，“集體無意識”不是直接得到的，而是由大腦結構“繼承”而來的。包括每個文化中的動機和意象，不必靠歷史或傳播來灌輸。我認為凱薩琳的記憶過於明確，不適用於榮格的觀念解釋。她提到特定人物和地方的詳細情形使榮格的觀念顯得太模糊，而且還有“中間狀態”需加以考慮。總而言之，輪迴是最有道理的解釋。

凱薩琳的知識不僅詳細明確，而且超出她意識清醒時的能力。她所知道的事不是能從書中瞄到、又暫時忘記的那種。她的知識也不可能是童年時得到而一直在意識中被壓抑的。而且那些大師和他們的訊息怎麼解釋呢？它是從凱薩琳而來的，卻不是為了凱薩琳。他們的智慧也切中凱薩琳每一生的回憶。我知道這些訊息是真的。我知道它是真的，不僅因為多年來對人類心智、大腦、個性的研究，也是直覺的感應，甚至在我父親和兒子透露訊息之前。我多年科學訓練的大腦知道，我骨子

裏也知道。

“我看到許多裝油的瓦罐。”凱薩琳說道。雖經過三個禮拜間隔，她還是很快進入狀況。她目前在另一個時空，另一具身體裏。“不同的罐有不同的油。這裏好像是倉庫或什麼儲藏室。瓦罐是紅色的……用兩種紅土燒出來的，罐上有藍帶系在罐口。我看到一些男人……洞裏有一些男人。他們把瓶瓶罐罐搬來，堆在某處。他們的頭是剃光的……上面沒有頭髮。皮膚是棕色的……棕色皮膚。”

“你在那兒嗎？”

“是的……我在封罐口……用一種蠟……我用蠟來封罐口。”

“你知道這些油是做什麼用的嗎？”

“我不知道。”

“你看得到自己嗎？看看自己。告訴我你是什麼樣子的。”她觀察自己時停了一下。

“我梳了一條辮子，我的頭髮梳成一條辮子。我穿了一種長長的袍子，袖口、領口有金邊。”

“你是替這些修士——洞口中的男人工作嗎？”

“我的工作就是用蠟來封罐口。這是我的工作。”

“但你不知道這些罐子用來做什麼？”

“它們好像是在某種宗教儀式上用的。但我不確定……究竟是什麼，好像是一種塗油……塗在手上和頭上。我看到我脖子上掛了一隻鳥，一隻金鳥。它有個扁

平的尾巴，很扁，頭垂下來指著……指著我的腳。”

“你的腳？”

“對，正確的掛法就是這樣。有一種又黑……又黏的東西。我不知道是什麼。”

“在哪裏？”

“在一個大理石容器裏。儀式裏也用得到，但我不知它是做什麼用的。”

“洞裏有什麼可以顯示你待的是什麼地方，還有年代？”

“牆上什麼也沒有，空蕩蕩的。我不知道地名。”
我要她往前推。

“有一個白色罐子，某種白色瓦罐。頂上的把手是金的，他們鍍金在上面。”

“罐裏有什麼？”

“某種油膏，跟進入另一個世界有關。”

“是你要進入另一個世界嗎？”

“不！我不認識他。”

“這也是你的工作？為別人預備喪事？”

“不，是教士要做，不是我。我們只是提供油膏、香料……”

“你現在約幾歲？”

“16歲。”

“你和父母一起住嗎？”

“是的，我們住在一棟石屋裏。房子不大，裏面又乾又熱。氣候非常炎熱。”

“到你的家去。”

“我在裏面。”

“你看到家裏有其他人嗎？”

“我看到一個兄弟，我媽媽也在，還有個嬰兒，某人的嬰兒。”

“是你的小孩嗎？”

“不是。”

“現在有什麼重要的事情？去找出能解釋你此生症狀的事情，我們得瞭解它。經歷它是安全的，進到事件中吧！”

她用很輕柔的耳語說：“……我看到人們逐漸死去。”

“逐漸死去？”

“是的……他們不知道原因。”

“一種病嗎？”突然間我明白她又回到那個年代很早的一世，以前也曾回溯過的。在那世中，一種從水而生的瘟疫奪走了她父親和一個哥哥的性命。凱薩琳也為病折磨，但沒有因而喪命。人們試著用大蒜和其他草藥來治病。凱薩琳曾因人們未按習俗為死者熏香而憤怒。

但現在我們從另一個角度切入此世。”這種病和水有關嗎？”我問。

“他們相信是這樣。很多人面臨死亡。”我已經知道了結局。

“但你沒有因這場病而死？”

“對，我沒死。”

“但你病了。”

“對，我很冷……很冷。我要喝水……水。他們認為病是從水裏來的……水裏的什麼髒東西……有人死了。”

“誰？”

“我父親，還有一個哥哥。我媽媽沒事，她康復了，但她很虛弱。他們應該好好埋葬死者，不這麼做真是違反宗教習俗。我很生氣！”

“他們怎麼做？”我驚異於她的一貫性，完全和數日前回憶到此世的情形一致。這種不合常態的葬法再次激怒了她。

“他們把屍體放在洞穴裏。可是屍體需要經過修士的種種手續，它們該被好好包裹起來並熏香，但現在卻這樣放在洞穴裏。水淹到陸地上來了……他們說都是水惹的禍，不能喝水。”

“有方法可以治療嗎？什麼才有效？”

“有幾種草藥，不同的草藥。香氣……草藥的香氣。我可以聞得到它！”

“你認得出是哪種氣味？”

“一種白色的草藥，他們把它掛在天花板上。”

“像大蒜嗎？”

“到處都掛著……性質很像，對……你會把它放進嘴裏、耳朵裏、鼻子裏，到處都放，味道很強，大家相信這樣可以擋住惡靈進入身體的路。有種紫色的……水果，紫色的表皮。”

“你認得出這裏屬於什麼文化嗎？熟悉嗎？”

“我不知道。”

“紫色的果子也是藥嗎？”

“‘丹寧斯’。”

“它對你有幫助嗎？可以治病？”

“當時人是這麼認為的。”

“‘丹寧斯’”，我重複道，想證實它是否就是我們所講的單寧酸。“它們是這麼叫的嗎？‘丹寧斯’？”

“我只是……一直聽到有人講‘丹寧斯’。”

“這一世在你今生裏到底埋下什麼？你為什麼一直回溯到這裏？究竟是什麼地方使你不舒服？”

“宗教。”凱薩琳很快地低語道。“那時候的宗教。那是一種令人恐懼的宗教……恐懼。有好多東西是我怕的……有好多神。”

“你記得任何一個神的名字嗎？”

“我看到眼睛。我看到一個黑色的……有點像……像胡狼，是個雕像。它算是某種守衛神……還有一個女神，頭上戴了頭盔。”

“你知道她的名字嗎？”

“歐塞里斯（Osiris，古代埃及主神之一）……西雷斯（Sirus）……或近似的音。我看到一隻眼睛……就一隻眼，在鏈子上，是金子做的。”

“一隻眼睛？”

“是的……誰是海瑟（Hathor）？”

“什麼？”

“海瑟！她是誰？”

我從沒聽過海瑟，不過倒是知道歐塞里斯，要是發音正確的話，他是埃及女神愛色斯（司豐饒的女神）的丈夫。我後來才知道，海瑟是埃及的愛及歡笑女神。”她是諸神之一嗎？”我問。

“海瑟！海瑟！”中間停了一長段時間。“鳥……它是扁平的……一隻扁平的鳳凰……”她再次靜了下來。

“往前到你此世最後一天去。到最後一天，但尚未死的時候。告訴我你看到什麼了。”

她以非常輕柔的低語回答：“我看到人和建築。我看到涼鞋，還有粗布衣服。”

“然後呢？到你快死的時候。你發生了什麼事？你能看到的。”

“我看不到……我看不到自己。”

“你在哪裏？看到了什麼？”

“什麼也沒有……一片黑暗……我見到一道光，一

道溫暖的光。”她已經死了，已經過渡到精神狀態。顯然她不需要再體驗一次死亡。

“你能進到光裏去嗎？”我問。

“我正要去。”她平靜地休息，等待中。

“你現在能回頭看剛才那一生嗎？你現在能否明白？”

“不能。”她小聲說，繼續等著。突然間她顯得警醒，雖然眼睛還是閉著的，一如她在催眠狀態下總是閉著的。她的頭左右擺動。

“你現在看到什麼了？發生什麼事了？”

她聲音變大了。“我覺得……有人在跟我講話！”

“他們說什麼？”

“有關耐心。一個人得有耐心……”

“很好，繼續。”

回答出自詩人大師之口。“耐心和適當時機……每件事在該來的時候就會來。人生是急不得的，不能像許多人希望的時間表那樣。我們必須接受凡事來臨的時間，不要強求。但人生是無盡的，我們不曾真的死去，也從未真的出生。我們只是度過不同的階段，沒有終點。人有許多階段，時間不是我們所看的時間，而是一節節待學的課。”停了許久之後，詩人大師繼續道：“凡事會在該清楚的時候清楚，但你得有機會消化我們給你的訊息。”

凱薩琳停住了。

“我還有更多要學的嗎？”我問。

“他們走了。”她輕輕地說，“我什麼也聽不到了。”

第9章 死亡筆記

每過一週，凱薩琳神經質的恐懼和焦慮就減去一層；每過一週，她就顯得多了一分寧靜、一分柔美和耐心。她變得更有信心，而周圍的人也自然被她吸引。凱薩琳付出更多關愛，其他人也更關懷她。她真實個性中的那顆鑽石現在愈發明亮，使大家都看得到了。

凱薩琳的回溯，前後歷經千年。每次她進入催眠狀態，我都不知道這次她的前世會在哪裏。從史前洞穴到古代埃及，再到現代她都待過。而她所有的輪迴，都有前輩大師慈愛地監督。在今天這節催眠裏，她出現在20世紀——但不是以凱薩琳的身份說話。

“我看到一架機身和一個跑道，某種飛機跑道。”她輕聲說。

“你知道在哪裏嗎？”

“我看不到……好像是阿爾薩提安（音譯）。”然後，她更肯定地說了一次，”阿爾薩提安。”

“在法國？”

“我不知道，反正就是阿爾薩提安……我看到一個叫馮·馬克的名字，馮·馬克。一種棕色的頭盔或帽子……有護目鏡的帽子。部隊已被殲滅了。這裏似乎是荒郊野地。我想附近不會有城鎮。”

“你看到了什麼？”

“我看到了被毀的建築，地面被炸得滿目瘡痍。有一個很隱蔽的地方。”

“你在做什麼？”

“我在幫忙抬傷患。他們要把傷患移到別處。”

“看看你自己，形容給我聽。”

“我穿了一件夾克，頭髮是金色的，藍眼珠。我的夾克很髒。好多人受傷了。”

“你受過救傷患的訓練？”

“沒有。”

“你住在這兒，還是被帶來的？你住在哪裏？”

“我不知道。”

“你大概幾歲？”

“35歲。”

凱薩琳本人29歲，棕褐色眼珠，而非藍色。我繼續發問。

“你有名字嗎？夾克上是否有名字？”

“這是特殊的夾克。我是個飛行員……”

“你駕駛飛機？”

“是的，我必須飛。”

“誰讓你飛的？”

“我服的是飛行役。這是我的工作。”

“你也投炸彈嗎？”

“我們機上有個炮手，還有領航員。”

“某種直升機，有四個螺旋槳，固定機翼。”

我感到有趣，因為凱薩琳對飛機一無所知，我懷疑她清醒時可能不知道“固定機翼”的意思。不過，就像做奶油或為死者熏香一樣，在催眠中她知識淵博。

但是，這些知識中只有一小部分在日常清醒時被記起。

我繼續問。“你有家人嗎？”

“他們沒和我在一起。”

“他們安全嗎？”

“我不知道。我怕……怕他們會回來。我朋友快斷氣了！”

“你怕誰會回來？”

“敵軍。”

“他們是哪國人？”

“英軍……美國武裝部隊……”

“你記得你的家人嗎？”

“記得？我快搞混了。”

“我們往回走一點，還是同一世。回到快樂的時光，戰前和家人在一起的時候。你可以看到的。我知道那很難，不過我要你放鬆，試著想起來。”

凱薩琳停住，然後小聲說，“我聽到‘艾力克’這個名字……艾力克。我看到一個金髮小孩，一個女孩。”

“是你的女兒嗎？”

“是的，一定是……瑪格。”

“她在你附近嗎？”

“她和我在一起，我們去野餐。天氣真好。”

“除了瑪格還有誰跟你在一起？”

“我看到一個棕發女人坐在草地上。”

“她是你太太嗎？”

“是的……我不認識她。”她加了這一句，指她此世中不認得。

“你認識瑪格嗎？仔細看看她，是否認得？”

“是的，但我不知道……怎麼認識的，大概在哪裏見過。”

“你會想起來的，看她的眼睛。”

“是茱迪。”她回答。茱迪是凱薩琳現在最要好的朋友。她們初見時就有種熟悉感，很快就變成真心的朋友，彼此信任，不必說出口就知道對方的想法和需要。

“茱迪？”我重複道。

“是茱迪。她看起來像茱迪……笑起來也像茱迪。”

“那很好。你在家快樂嗎？或是有什麼問題？”

“沒有問題。”停了很久，”對，現在是不安的時代。德國政府內部有很大的問題，有關政治結構的問題。大家都有不同的意見，這樣會把我們的力量分散的……但我必須為我的國家而戰。”

“你對國家有強烈的向心力嗎？”

“我不喜歡戰爭。我覺得殺人是不對的，但我必須盡我的職責。”

“現在再回到剛才的地方，回到地上的飛機、轟炸和戰爭中去。時間是戰事開始後。英軍和美軍在你附近投炸彈。回去。你又看到飛機了嗎？”

“是的。”

“你對職責和殺敵是否仍是一樣的感覺？”

“是的，我們會死得毫無價值。”

“什麼？”

“我們會死得毫無價值。”她大聲地重複。

“沒價值？為什麼？不是很光榮嗎？你在保衛你的祖國和愛人。”

“我們只是為保衛少數人的想法而死。”

“即使他們是國家的領導者？”

她很快打斷了我的問題。“他們不是領導者。假如他們是，政府內……就不會有那麼多爭鬥。”

“有些人說他們瘋了。你認為有道理嗎？瘋狂追求權力的人？”

“我們一定全都瘋了，才會讓他們牽著鼻子走，讓他們叫我們……去殺人，以及殘害自己……”

“你的朋友不是全殉職了吧？”

“不是，還有些人活著。”

“有你特別接近的嗎？你飛行隊的同伴呢？那個

炮手和領航員還活著嗎？”

“我沒看到他們！不過我們的飛機沒被擊落。”

“你還要再開那架飛機？”

“是的，我們得趕快把留在機場的飛機……在敵軍回來前開走。”

“到你的飛機那裏去。”

“我不想去。”仿佛她可以跟我討價還價似的。

“但你得把它開離地面呀。”

“好沒意義……”

“你在戰前做的是什麼職業，記得嗎？艾力克做的是什麼？”

“我是一架小飛機……的副駕駛，專門運貨的飛機。”

“所以你那時也是飛行員？”

“是的。”

“會讓你常常不在家？”

她非常輕柔地回答。“是的。”

“往前去。”我引導她，“到下一次飛行去，你辦得到嗎？”

“沒有下一次的飛行。”

“你發生了什麼事嗎？”

“是的。”她的呼吸開始加速，也顯得激動起來。她已經到了死亡那一天。

“發生什麼事了？”

“我從火災現場逃開。我和同伴被這場大火拆散了。”

“你活下來了嗎？”

“沒有人活下來……沒有人躲得過戰爭。我要死了！”她的呼吸很重。“血！到處都是血！我的胸口好痛。我胸口……和腿……脖子都受了傷。痛得受不了……”她的表情顯示她正處在劇痛中，但很快地呼吸慢下來，變得較為規律了；臉上肌肉也放鬆了，有寧靜的表情，我認得這是過渡狀態的平靜。

“你看來舒服些了，結束了嗎？”

她停了一下，然後很輕柔地回答：“我浮起來了……離開我的身體了。我現在沒有身體，又是靈魂了。”

“很好。休息吧，你過了艱難的一生，經過一次艱難的死亡。你需要休息，好好補充能量吧。從這一生你學到了什麼？”

“我學到恨……無意義的殺戮……誤導的恨……許多人並不明白他們為什麼要恨。我們在肉身狀態時，被邪惡所驅使……”

“有沒有比國家的職責更重要的價值觀，使你不殺殺人？譬如個人的價值觀？”

“有的……”但她沒有詳加說明。

“你現在在等什麼嗎？”

“是的，我在等著進入更新的狀態。我必須等。他們會來找我……他們會來的……”

“好，他們來時我想和他們談談。”我們又等了幾分鐘。接著她的聲音突然變大而沙啞，我聽出是第一位靈魂前輩，而非詩人前輩在說話。”

“對於在肉身狀態的人，你這種作法是對的。你必須去除他們心中的恐懼。恐懼會浪費精力，使他們到這兒來卻不能得到該有的補充。從你的周圍注意暗示。他們首先進入一種深沉的……狀態，不感覺自己的肉體存在，然後你才能接近他們。困擾……只存在於表面，在他們靈魂深處，能產生想法的地方，那才是你應當接近的地方。”

“能量……任何事物都是能量，好多都被浪費掉了。高山峻嶺……深處是安靜的，中心是平靜的，但外界則是產生麻煩的地方。一般人只看到外在，但你能更深入。你必須看到火山，要做到這點，就得深入內部。”

“在肉體狀態是不正常的，靈魂狀態才是我們的根本。從肉體狀態推向無知的開端，要花較長時間才學得會一件事。到了靈魂世界，你只需要等就能更新。有一個更新的層次，你幾乎到達了……”

這令我驚訝，我怎可能接近了更新的狀態？“我幾乎到達了？”我難以置信地問。

“是的。你比別人知道得多得多。但對他們耐心點，他們並沒有你獲得的訊息。有些靈魂會去幫你，不過你目前做對了……繼續下去。能量不應被浪費，你必

須祛除恐懼。那將是你最大的武器……”

靈魂大師靜了下來，我思索著這些訊息的意義。我知道我成功地消除了凱薩琳的恐懼，不過這訊息有更廣泛的意義。它不僅證明了催眠作為治療工具的效果，也不僅僅是回溯前世的結果。我相信它與對死亡的恐懼有關，也就是火山內部的不安。對死亡的恐懼，這隱藏卻持續的恐懼不是任何金錢或勢力能消除的——這就是核心。但如果人類知道“生命是無盡的，所以我們不會死，我們也從未真正地出生”，那這恐懼就可以消除。如果他們知道以前曾活過無數次，將來也會再活無數次，不知會覺得多有保障。要是他們知道靈魂會在身邊給予幫助，而他們死後也會加入這些靈魂，包括他們所愛的故人，不知會覺得多安慰。要是他們知道“守護天使”真的存在，不知會感到多安全。要是他們知道對人的暴力和不公都得償還，可以少掉多少憤怒和報復的欲望。如果真的“我們借由知識接近上帝，”

那麼財富、權力又有什麼用？它們本身即是目的，而不是接近上帝的方法。如此一來，貪婪與嗜好權力變得全無價值了。

但是怎麼向人們說明這些訊息呢？大多數人都在他們的教堂、聚會場所或寺廟裏誦讀著經文，那些經文也記載著靈魂的不朽。但是儀式一結束，他們又回到互相競爭的軌道裏，依舊貪婪、喜好操縱、以自我為中心，這些特性都會阻礙靈魂的進步。所以，如果信仰還不夠的話，也許科學可以幫上點忙。也許凱薩琳和我的經驗需要自然、科學和行為學專家用科學、客觀的態度加以

研究、分析。但是，在此時，寫篇科學論文或一本書是我心裏最不想做的事。我想著那些會來幫我的靈魂，他們能幫我做什麼呢？

凱薩琳動了，開始低語：“有個叫基甸的……有個叫基甸的……基甸。他想跟我說話。”

“他說了什麼？”

“他就在附近，不停下來。他是某種守護者……但他現在只是跟我玩。”

“他是你的守護者之一？”

“是，但他在玩……到處跳來跳去。我想他是要我知道，他……隨時都會在我身邊。”

“基甸？”我重複道。

“他就在那兒。”

“這讓你感到更安全嗎？”

“是的。我需要他時他會回來。”

“很好。有沒有靈魂在我們附近？”

她從超意識的角度回答。“哦，有的……許多靈魂，但他們只在想來時才來。我們都是靈魂。但其他的……有的在肉身狀態，有的正在更新階段。其餘的就是守護者。我們也都做過守護者。”

“我們為什麼要回到塵世裏學？作為靈魂不能學嗎？”

“那是不同層次的學習，有些是必須在血肉之軀裏學的，必須讓我們感受到痛。成為靈魂時是沒有痛的，

那是一個更新的時刻，你的靈魂會恢復元氣。當你在血肉之軀裏，會覺得痛、會受傷，在靈魂形式裏則沒有感官，只有快樂、幸福，但它對我們只是……一段恢復的時期。人在靈魂形式時，彼此的互動是不一樣的。在肉體狀態時……你可以體驗人際關係。”

“我瞭解。”

她又沉默了。幾分鐘過去了。

“我看到一輛推車。”她開口說道，“一輛藍色的推車。”

“嬰兒車？”

“不，是人操作的……藍色的！頂上有藍色流蘇（掛絮），外面也是藍的……”

“是馬拉的嗎？”

“它有很大的輪子。我沒看到人在裏面，只有兩匹馬繫在前面……一匹灰色的一匹棕色的。那匹灰馬的名字叫愛波（Apple），因為它喜歡吃蘋果。另一匹的名字叫公爵。它們都是好馬，不會咬人，腿很長……”

“是不是也有一匹脾氣很壞的馬？一匹不同的馬？”

“沒有。它們都很乖。”

“你在那兒？”

“是的。我可以看到它的鼻子，比我的大好多。”

“你會駕車子嗎？”從她的回答，我可以看出她是個孩子。

“好多馬。還有一個小男孩。”

“你幾歲？”

“很小。我不知道，我不會數數。”

“你認識那男孩？是你朋友，還是兄弟？”

“他是個鄰居，來這裏……玩。有個……婚禮什麼的。”

“你知道誰要結婚嗎？”

“不知道。大人叫我們不准弄髒衣服。我有一頭棕色的頭髮……鞋子兩邊的扣子一直扣上來。”

“這是你的宴會服？”

“是一件白色的……時裝，周圍蓬蓬的，還在背後系了一個蝴蝶結。”

“你家就在附近？”

“是一棟大房子。”她回答。

“你就住在那裏？”

“是的。”

“好。現在你可以看看房子裏的情形，沒關係的。這是重要的一天，其他人也會穿得很整齊，穿著特別的衣服。”

“他們在做菜，好多吃的。”

“你聞得到？”

“是的。他們在做一種麵包。麵包……和肉……大人叫我們再出去玩。”

我不禁會心一笑。我告訴她進去沒關係的，現在她又被叫出來了。

“他們怎麼叫你們的？”

“……曼蒂……曼蒂和愛德華。”

“他就是那男孩子？”

“是的。”

“大人不讓你們待在房子裏？”

“對，他們太忙了。”

“你對這個有什麼感覺？”

“我們並不在乎。可是要不弄髒很難清理，什麼都不能玩了。”

“後來你們去參加婚禮了嗎？”

“是的……我看到好多人，屋裏很擠。天氣很熱。有一個牧師在那裏……他戴一頂很好笑的帽子，一頂大黑帽……把他的臉遮掉了一大半。”

“這是你家的快樂時光？”

“是的。”

“是誰要結婚？”

“我姐姐。”

“她比你大很多？”

“是的。”

“現在看得到她嗎？她是不是穿著結婚禮服？”

“是的。”

“她漂亮嗎？”

“漂亮。她頭髮周圍有好多花。”

“靠近一點看，有沒有在其他地方見過？她的眼睛、嘴巴……”

“有。我想她是貝琪……不過小得多。”貝琪是凱薩琳的朋友兼同事。她們關係很近，不過凱薩琳討厭貝琪評判人的態度，還有對自己生活的干涉。畢竟，她只是個朋友，不是家人。不過也許那個感覺現在不那麼明顯了。”她……喜歡我……我可以站到前面去，因為她在那裏。”

“好。看看你周圍。你父母也在嗎？”

“是的。”

“他們也一樣喜歡你？”

“是的。”

“很好。仔細看看他們，先看看你媽媽。記得她嗎？看她的臉。”

凱薩琳深吸了幾口氣。”我不認得她。”

“看看你父親，仔細看。看他的表情、他的眼睛……還有他的嘴。認識他嗎？”

“他是史都華。”她很快地回答。這裏，史都華又出現了，值得再追究下去。

“你和他的關係如何？”

“我很愛他……他對我很好。但他覺得我是個小討厭。他覺得小孩都很麻煩。”

“他很嚴肅嗎？”

“不，他喜歡跟我們玩。但我們問太多問題了，要不是我們問太多問題，他會對我們很好的。”

“那令他很煩？”

“是的，我們該向老師學，而不是他，所以我們才要到學校去。”

“這聽起來像他講的話。他對你說過這些？”

“是的。他有更重要的事情做，他得管整個農場。”

“是個大農場嗎？”

“是的。”

“你知道地點是哪裏嗎？”

“不知道。”

“大人有沒有提過城市或國家的名字？小鎮的名字呢？”

她停下來，仔細地聽。”我沒聽到。”她又靜下來。

“好，你想對這一生多知道點嗎？往前推，或者……”

她打斷我：“這樣夠了。”

治療凱薩琳的整個過程，我都不太願意和別的醫生討論這一案例。事實上，除了卡洛和其他一些“安全”的物件，我根本沒提過這些驚人的消息。我知道這些訊

息是真的，而且非常重要，但擔心同事的反應使我保持緘默。我仍然在乎我的名聲、事業，以及別人怎麼看我。

但是，我的懷疑卻一週一週地被凱薩琳口中吐出的話所消融。我常重放那些帶子，再度經歷催眠時的情景，覺得非常生動、直接。但其他人只能聽我口述，雖然有力，但絕非他們自己的經歷，我覺得必須多得到一點資料。

當我逐漸接受並相信這些訊息，我的生活也變得更單純、更容易滿足。不需要玩什麼把戲，也不需要假裝、扮演其他角色，或做我不想做的事。人際關係變得更誠實、直接。

家庭生活中更沒有了困擾，更能放鬆心情。對凱薩琳的故事，不願公開的態度消除了。令我驚訝的是，大多數人都很感興趣，而且想知道更多。許多人告訴我他們個人的超自然經驗，不論是前世夢境、脫離身體的經驗，或其他。有些人甚至對他們的配偶也未提過。幾乎一致地，大家怕說出來後，即使家人或心理醫生也會覺得他們奇怪、胡言亂語。但這些靈異的經驗卻相當普遍，比我們想像的更常發生。只是因為人們不願透露，它們才顯得稀少。而愈是受過高等教育的人愈是不願提起。

服務於我所在醫院某個部門的主任，是享有國際聲譽的專家。他曾和過世的父親說過話，父親還曾數度使他免遭危險。另一個教授，在夢中知道了他一個複雜研究實驗所缺的步驟，結果驗證了夢的正確。另一個著名的醫生，常在接電話前就知道是誰打來的。西部某大學

有位女心理學博士，她作研究一向謹慎而細密。但她從沒有告訴過任何人，第一次去羅馬時穿梭在大街小巷裏，仿佛記憶中有張地圖，她準確無誤地知道，下一個轉角會是什麼。雖然她以前沒去過義大利，也不會義大利語，卻不斷有義大利人對她說義大利語，誤認為她是當地人。

我瞭解為何這些專家不敢開口，我就是其中之一。我們不能否認自己的經驗和感覺，但所受的訓練在很多方面卻和這些訊息、經驗相反，所以我們開不了口。

第10章 爸爸，我愛你愛了四萬年

一週很快過去了。期間，我一次又一次反復地聽上回所錄的帶子。我要怎麼接近“更新”的狀態？我並不覺得特別受啟發。而前輩們執意要幫我，但我怎麼做呢？什麼時候才會發現？我會受到試探嗎？我知道我必須耐心等待，我記得詩人前輩的話：

“耐心與適當時機……凡事該來的到時候就會來……在該清楚的時候你就會瞭解，但你得有機會消化我們給你的東西。”所以我要等。

這次開始前，凱薩琳說了一個前幾晚做的夢的片斷。在夢裏她住在父母家中，半夜裏起火了。她很冷靜地幫著清出房內的東西，但她父親卻躑躅著步，好像對眼前的緊急狀態視若無睹。她把他推向屋外。突然，他想起一件忘在屋裏的東西，便差遣凱薩琳再回到熊熊大火中去拿。她記不起那件東西是什麼。我打算先不解這個夢，看看她在催眠中是否有別的機會。

她很快進入深沉的催眠狀態。“我看到一個戴頭巾的女人，但頭巾沒有遮住她的臉，只是包著頭髮。”然後她靜下來。

“你現在看得到那頭巾嗎？”

“看不到了……是黑色的織錦，上面繡了金色圖案……我看到一棟建築……白色的。”

“你認得這座房子？”

“不。”

“是棟大房子嗎？”

“不大。房子背後有峰頂積雪的山為背景。不過山谷裏的草是青的……我們在那兒。”

“你能進那棟房子嗎？”

“是的。它是用一種大理石建的……摸上去很冷。”

“它是座廟或宗教性的建築嗎？”

“我不知道。我想它可能是座監獄。”

“監獄？”我重複道。“裏面有人嗎？或是附近？”

“是的，有些士兵。他們穿黑色的制服，肩上有金色流蘇（掛絮）垂下來。戴黑色頭盔，頂上有尖尖的飾物……還有紅色的腰帶。”

“你身邊有士兵嗎？”

“大約兩三個。”

“你在監獄裏嗎？”

“我在別處，不在裏面，但很近。”

“看看周圍。附近有山、草地，還有那棟白建築物。除此之外，有其他房子嗎？”

“要是有的，也不在附近。我看到一棟……單獨的房子，蓋在牆後面。”

“你認為它是個碉堡或監獄，或者類似的建築？”

“可能是，不過……它非常孤立。”

“這對你為什麼重要？”停了許久，“你知道這裏是什麼地方、什麼國家？士兵們在哪裏？”

“我一直看到‘烏克蘭’幾個字。”

“烏克蘭？”我重複道，驚異於她每一世的變化。”你看得到年份嗎？或是時代？”

“1717年。”她遲疑地回答，接著又糾正道，“1758年……對，1758年。

有好多兵。我不知道他們做什麼的，都佩了長彎刀。”

“你還看到、聽到什麼？”我問。

“我看到一處泉水，他們用來喂馬喝。”

“那些兵騎馬？”

“是的。”

“那些士兵有沒有其他的稱呼？他們怎麼叫自己的？”

她聽著。“我沒聽到。”

“你在他們之中嗎？”

“不。”她的回答又再次像個小孩，常是單音節的。我必須變得非常主動。

“但你看他們就在附近？”

“是的。”

“你住在城裏？”

“是的。”

“好。看看是否能到你住的地方。”

“我看到一些破衣服。看到一個小孩，小男孩。他的衣服很破，全身發抖……”

“他在城裏有家嗎？”

接著停了一段時間。

“我沒聽到。”她繼續說。她對這一生銜接得似乎有點困難，所以回答有些模糊、不肯定。

“好。你知道男孩的名字嗎？”

“不知道。”

“他發生了什麼事？和他一起去，看發生了什麼。”

“他認識的一個人是囚犯。”

“是朋友還是親戚？”

“我相信是他父親。”她的回答很短。

“你就是那男孩？”

“我不能肯定。”

“你知道他對父親在牢裏有什麼感覺？”

“知道……他很害怕，怕他們會殺他。”

“他父親做了什麼？”

“好像他從軍隊裏偷了些東西，一些文件什麼的。”

“那男孩並不完全瞭解？”

“是的。他可能再也看不到他父親了。”

“他能去看他父親嗎？”

“不能。”

“他知道他父親要被關多久嗎？或知道他能不能活？”

“不知道！”她的聲音發抖，顯得非常沮喪、哀傷。她並沒有提供多少細節，但顯然被目睹、經歷的事困擾。

“你能感覺那個男孩的感覺。”我繼續說道，“感到恐懼和焦慮，是不是？”

“是的。”她再次沉默下來。

“發生了什麼事？往前去。我知道這很困難。但往前去，一定有事情發生了。”

“他父親被處決了。”

“他現在有什麼感覺？”

“他父親因莫須有的罪名被處死，但他們處決人根本不需要什麼理由。”

“那男孩一定很難過。”

“我不相信他完全瞭解……發生的這些事。”

“他有別人可以投靠嗎？”

“是的，但他的日子會很艱難。”

“後來那男孩怎麼了？”

“我不知道。他也許會死……”她的聲音很悲傷。她又停了下來，好像在左顧右盼。

“你在看什麼？”

“我看到一隻手……一隻手在白色的什麼東西旁邊。我不知道它是什麼……”她又沉默下來，過了幾分鐘。

“你還看到什麼？”我問。

“什麼也沒有……黑暗。”她若不是死了，就是和那烏克蘭男孩失去了聯繫。

“你離開了那男孩？”

“是的。”她輕聲說。她在休息。

“你從剛才那一生學到了什麼？它為什麼重要？”

“不能草率地審判一個人，得公平對待他，很多人因為我們草率的判斷而毀了。”

“男孩的生命因為他父親的判決而變得又短又難。”

“是的。”她又沉默了。

“你現在能看到別人嗎？或聽到什麼？”

“沒有。”再度是簡短的回答，然後沉默。為了某種原因，這個短暫的一生特別地耗費力氣。我指引她休息。

“休息，感覺安寧。你的身體會恢復的，你的靈魂在休息……現在覺得好些了嗎？得到休息了？那小男孩的確過了艱難的一生。不過你現在休息了，你的心會帶你到其他時空……其他記憶中去。你在休息嗎？”

“是的。”

我決定進一步追索她家失火、父親要她到火場裏拿一件東西的夢。

“我現在有個關於……你父親在夢裏的問題。你可以回想它，那是安全的。你在催眠中，記得嗎？”

“記得。”

“你到屋子裏去拿樣東西，記得嗎？”

“是的……一個金屬盒子。”

“那裏面有什麼重要東西使他叫你回火場裏去？”

“他收集的郵票和硬幣……”她回答。

她在催眠中居然對夢的細節可以記得這麼清楚，和清醒時大相徑庭。催眠真是個有力的工具，不僅可以使人走向最遙遠、隱蔽的心智，也提供了更詳盡的記憶。

“他的郵票、硬幣對他而言很重要嗎？”

“是的。”

“但讓你冒了生命危險，只為搶救郵票和硬幣——”
她打斷我：“他不認為是在冒險。”

“他認為這樣安全？”

“是的。”

“那麼，他為什麼不自己去？”

“因為他認為我的動作比較快。”

“我懂了。那麼，對你來說是個冒險，是嗎？”

“是的，但他不瞭解這點。”

“這個夢對你還有什麼其他的意義？有關你和你父親的關係？”

“我不知道。”

“他似乎不著急逃出著火的房子。”

“沒錯。”

“他為什麼如此悠閒？”

“因為他想逃避事情。”

我抓住此刻來解析她的夢：“是的，這是他的老模式，他要你幫他做事，譬如拿那個盒子。我希望他能向你學習。我有個感覺，那火代表時間快沒了，你瞭解這點，他卻不瞭解。因此他慢慢踱步，又遣你回去拿東西。你知道得更多……可以教他更多，但他卻並不想學。”

“是的。”她同意道，“他不想學。”

“這是我對這個夢的看法，但你也沒辦法強迫他，他只能靠自己去瞭解。”

“是的。”她再度同意道，而且聲音變得低沉而沙啞。

“火若是燒掉了我們並不需要的肉體，是沒什麼關係的……”一個靈魂前輩透露了這個夢完全不同的角度，我驚訝於他的突然插入。

“我們不需要肉體？”

“是的。我們在肉身狀態時會經過許多不同的階段：從嬰兒變成兒童，再由兒童變為成人，由成人邁向

老年，為什麼我們不再跨過一步，擺脫成人的身軀進到精神層面？這是我們該做的。我們不會停止成長。進入精神層次，我們仍繼續在那兒成長，要經歷不同的階段。當我們在靈魂狀態時，肉體已遭焚毀。我們必須經過一個更新階段、一個學習階段，還有決定的階段。我們決定何時回去、回到哪裏去，以及為了什麼原因。有些靈魂選擇不再回去，而繼續另一個發展階段，於是他們就保持靈魂的形式……比那些回去的人稍久些。這些全是成長和學習……持續地成長。肉身只是在塵世上的工具，能永久長存的是我們的靈魂和精神。”

我並不認得他的聲音和風格——一個“新的”前輩在說話，吐露重要的訊息。我希望多瞭解一些精神領域的奧秘。

“在肉體狀態下學得較快嗎？有什麼原因讓某些人保持精神狀態、某些人又回到肉身？”

“在精神狀態下學習快得多，但我們得選擇好什麼是需要學的。如果我們需要回去經歷一場關係，就回去；如果結束了，就繼續。在靈魂的形式下，你一樣可以和那些肉體狀態的人接觸，只是看有無必要……是不是有什麼重要的事情他們非知道不可。”

“怎麼接觸？這些訊息如何傳遞？”

令我諒訝的是，凱薩琳的低語變得更快、更肯定。“有時你可以出現在那人面前……就以你從前的模樣出現。有些時候可以僅做心靈感應。有時訊息會含蓄難辨，但多半那個人知道所指為何。他們會瞭解，因為那是心靈對心靈的接觸。”

我對凱薩琳說：“你現在所知的訊息、智慧是很重要的……為什麼在清醒的時候卻不能傳遞給你？”

“我想我不會懂的，沒有能力去瞭解。”

“那，也許我可以教你瞭解，好讓你不再害怕。”

“是的。”

“你聽到的那些前輩，他們說的話和你的很類似。你一定知道很多知識。”

每當她在這種狀態，就擁有令我驚訝的智慧。

“是的。”她簡單地答道。

“這是你自己心裏本來就有的？”

“是他們放進來的。”她仍歸功於那些前輩們。

“是的。”我說。“那麼我該怎麼傳輸給你，好讓你不再恐懼？”

“你已經做到了。”她輕輕回答。她是對的，她的恐懼已消除了。催眠記憶一開始，她的進步就非常迅速。

“現在你要學的是什麼？這一生對你來說最重要的、能讓你持續進步的收穫是什麼？”

“信任。”她很快地回答。她已經知道主要的目的。

“信任？”我重複道，驚訝於她的快速反應。

“是的，我必須學著有信心，也要信任別人。但我沒有，我認為每個人都想害我，這使我對許多不該回避的人和狀況都刻意疏遠，反而和不該在一起的人共處。”

她在“超意識狀態”的見解是驚人的，她知道自己的弱點和長處，知道哪些方面需要注意和下工夫，也知道怎麼求進步。唯一的問題是，這些見解需要傳達到她的意識中、應用在生活裏。超意識的洞察力是不凡的，但它本身還不足以改變她的生活。

“那些該斷絕的人是誰？”我問。

她停了一下。”我怕傷害會從貝琪……或史都華那裏來……”

“你能避開嗎？”

“不完全能，但可以避掉他們的一些意見。史都華總想把我套牢，而且他一步步成功了。他知道我怕，怕離開他，他就利用這點讓我待在他身邊。”

“貝琪呢？”

“她總是破壞我對他人的信心。我看到善良時，她就看到邪惡，而且她想把這些種子散佈在我心裏。我在學習信任……我該相信他人，但她讓我滿腹疑慮，這是她的缺點。我不能讓自己照她那種方式想。”

在凱薩琳的“超意識狀態”下，她可以看出史都華和貝琪兩人的性格弱點。催眠中的凱薩琳可以做個絕佳的心理醫生，富有同情心，又有正確的直覺。清醒的凱薩琳並不具備這些特質，至於搭起兩者的橋樑就是我了。她的進步意味著兩者間有了互通，我試著更進一步做搭橋的工作。

“你信任誰？”我問，“想想看。誰是你可信任和學習、並接近的對象？”

“我信任你。”她低語道。這個我知道，但她必須多信任一些日常周遭的人。

“是，你可以信任我。但你也應該接近其他日常生活中的人，他們跟你共處的時間更多。”我要她成為完整而獨立的人，而非依賴我。

“我可以信任我姐姐，不知道還有什麼其他人。我可以信任史都華……但只到某種程度。他真的在乎我，但他有迷惑的地方。他的迷惑會不自覺地傷害到我。”

“是的，這是真的。還有其他你信任的人嗎？”

“我可以信任羅拔。”她回答。他是醫院的另一名醫生，兩人是好朋友。

“是的，也許將來有更多你可以信任的人。”

“是的。”她同意道。

想到未來的訊息，我不禁心中一顫。她對於過去說得如此正確，通過前輩大師，她知道那些特別私密的事件。那麼，他們也知道未來嗎？果其如此，我們能分享這未來的知識嗎？我心中湧起上千個問題。

“當你像現在這樣和超意識接觸，能否發展直覺領域的能力？你有可能看到未來嗎？”

“是有可能。”她同意道，“但我現在看不到。”

“有可能？”

“我相信是的。”

“你做這事不怕吧？你能前進到未來，得到一些不會令你害怕的中立資訊嗎？你看不看得到未來了？”

她的回答很簡短：“我看不到。他們不允許的。”
我知道她指的是前輩大師們。

“他們在你附近嗎？”

“是的。”

“在和你說話嗎？”

“沒有。他們監督一切。”所以，在監督下，她無法偷窺未來的事。也許這樣瞥一眼並不會得到有關個人的訊息，也許這個探險會讓凱薩琳過於焦慮，也許是我們尚未準備好怎麼應付這種訊息，總之，我不想勉強她。

“那個以前在你身邊的靈魂，基甸……”

“你想問什麼？”

“他需要什麼？為什麼在你身邊？你認得他嗎？”

“不，不認識。”

“但他保護你免受傷害？”

“是的。”

“前輩們……”

“我沒看到他們。”

“有時候他們會給我一些訊息，既能幫你又能幫我的訊息，即便他們沒對你講話。這些訊息也能給你嗎？他們能在你心裏放上思想嗎？”

“是的。”

“他們也監督你的回憶？”

“是的。”

“所以這些輪迴的解釋是有目的的……”

“沒錯。”

“……是為你也是為我……為了教導我們，遠離恐懼。”

“溝通的方式有許多種。他們選擇許多人……表示他們的存在。”不論是凱薩琳聽見的聲音、經歷的通靈現象，或是她心裏的想法和智慧，目的都是一樣的——為了顯示前輩大師的存在，甚至超過這個，為了幫助我們通過智慧變得如神一般。

“你知道他們為什麼選上你……來做‘管道’？”

“不知道……”

這是個有意思的問題，因為清醒時的凱薩琳連錄音帶都不願聽。“不知道。”她輕聲說。

“這令你害怕嗎？”

“有時候。”

“有些時候則不？”

“對。”

“它可以是一種保證。”我說，“我們現在知道我們是永恆的，就不會害怕死亡了。”

“是的。”她說。過了一會兒，“我必須學習信任。”她回到此生主要的課題上來，“當值得信任的人告訴我什麼，我該學著相信。”

“當然也有些人信不得。”我加上一句。

“是的，但我搞不清。當我遇上可以信任的人，就得跟自己不肯信任的習慣作戰。”我再次欽佩她的見解時，她沉默了。

“上次我們談到你小時候，在院子裏和馬在一起，還記得嗎？你姐姐的婚禮？”

“一點點。”

“那次是否還有更多的訊息？你知道嗎？”

“是的。”

“值得現在回去探尋一下嗎？”

“現在不能回去。一生裏就有好多事情……每一生都有許多可知道的。是的，我們得去探尋，但不是現在。”

於是我轉向她和她父親的惱人關係。“你和你父親的關係是另一個領域，一個在此世深深影響你的因素。”

“是的。”她簡短地回答。

“經過另一個尚待探索的領域，在這段關係裏你有許多可學的。和那個很小即喪父的烏克蘭男孩比較，你並沒有這種不幸，而且，有了父親，許多困難都減輕了……”

“但也更是個負擔。”她做結論道，“思想……思想……”

“什麼思想？”我注意到她到了一個新領域。

“關於麻醉。當你被麻醉時，還可以聽得見嗎？竟然能聽得見！”她自己回答了自己的問題。她現在低語得很快，變得很激動。“你心裏很清楚是怎麼回事。他們在談論我的窒息，談論動喉嚨手術時我窒息的可能性。”

我想起凱薩琳的聲帶手術，那是她第一次來見我前幾個月的事。她手術前就很焦慮，在病房裏更是嚇壞了，護士花了幾小時才把她安撫下來。顯然，醫生在手術時講的話，對她有如晴天霹靂，我回想起在醫學院時的手術實習。我想起當時的閒聊、玩笑、爭論，和外科醫生的勃然大怒。那些病人在潛意識層面會聽到什麼？他們醒來後，思想和情緒會受到多大影響？病人在最重要的恢復初期，那些評語會給他們正面還是負面的動力？有人因為手術時聽到的負面評價而死嗎？他們會因為覺得無望而乾脆放棄嗎？

“你記得他們說些什麼嗎？”我問。

“他們說必須放一根管子下來。等他們把管子抽出後，我的喉嚨可能會腫起來。他們以為我聽不到。”

“但你卻聽到了。”

“是的，所以我才會有這些問題。”經過今天這次催眠後，凱薩琳對吞咽或窒息不再害怕了。“那些焦慮……”她繼續道，“以為我會窒息的焦慮……”

“你現在覺得沒事了嗎？”

“是的。我可以撫平不安情緒。”

“你能嗎？”

“是的，我能……他們該小心自己說出口的話。我現在想起來了。他們在我喉嚨裏放了一根管子。後來我沒法跟他們講我的反應。”

“現在你自由了……你聽到了他們的話。”

“是的，我聽到了……”她安靜了一兩分鐘，然後頭開始左右晃動，似乎在聆聽什麼。

“你似乎在接受訊息，知道它們是從哪兒來的嗎？”我希望前輩們出現。

“有人告訴我……”她含混不清地說。

“有人在對你說話？”

“但他們走了。”

我試著叫他們回來。“能不能請他們回來……幫我們？”

“他們只在想來時才來，不是我能選擇的。”她肯定地回答。

“你控制不了？”

“是的。”

“好吧。”我繼續，“但有關麻醉的訊息對你很重要，那就是你害怕窒息的來源。”

“是對你重要，而不是我。”凱薩琳反駁道，她的回答在我腦中反復迴響。

她對窒息的恐懼會痊癒，但這個揭示卻對我更為重要。治療人的是我，她的簡單回答包括了多重意思。我感到如果能瞭解這些層面，會使人類之間的關係躍進一

大步，也許這個幫助比痊癒更重要。

“為了讓我幫你？”我問。

“是的。你能削弱他們的憾事。你已經在做了……”她在休息中，我們兩人都學到了重要的一課。

我的女兒艾美，在過完她三歲生日後不久，跑過來抱住我的大腿。她抬起頭來說：“爸爸，我愛你愛了四萬年。”我朝下看著她的小臉，覺得非常、非常快樂。

第11章 末日大預言

幾天後，我從一個深沉的夢裏驚醒，突然覺得凱薩琳的臉在我眼前一閃，比真人大上幾倍。她看來很難過，似乎需要我的幫忙。看看鐘，才凌晨 03：36。沒有外界的雜訊把我吵醒，卡洛在我旁邊睡得正熟，我揮去這個念頭又倒下繼續睡。

同一天凌晨約三點半，凱薩琳從噩夢中驚醒，她流著冷汗、心跳加速。她決定以靜坐來鎮定情緒，並想像在我會診室裏被催眠的情形。她想像我的臉，假裝聽到我的聲音，然後漸漸睡去。

凱薩琳變得愈來愈通靈，顯然我也是。我回想起心理學教授講的在治療關係中“移情”(transference)與“反移情”(counter-transference)的互動。

“移情”是病人對治療者所代表的過去某個人投射的感情、思想、願望。“反移情”則恰好相反，是治療者無意識間對病人的情緒互動。但這個凌晨的巧合卻不屬於兩者，它算是一種精神感應吧。不知怎的，催眠打開了這個“管道”，或者是，前輩大師和守護者及其他人造成了這次感應。總之，我並不驚訝。

這次會診中，凱薩琳很快進入了催眠狀況。她迅速緊張起來，“我看到一大片雲……很嚇人。”她的呼吸很急促。

“還在那兒嗎？”

“我不知道。它來得快也去得快……就在山頂

上。”她仍然很緊張，呼吸沉重。我怕她是見到了核爆炸。她會看到未來嗎？

“你看得到那座山嗎？像不像爆炸後的樣子？”

“我不知道。”

“為什麼會令你害怕？”

“太突然了，就在那裏。有好多煙，很嗆人。又很大，在一段距離外……”

“你是安全的。能更接近一點嗎？”

“我不想再靠近了！”她斷然回答。她如此堅決倒是不常見的。

“你為什麼這麼怕？”我再問。

“我想那是一種化學物質或什麼的，在它周圍很難呼吸。”她困難地吸著氣。

“像一種氣體嗎？是從山裏冒出來的……像火山嗎？”

“我想是的，它像一朵大香菇。對，就是這樣的，但是是白色的。”

“不是爆炸、核爆炸之類的？”

她停下來一會兒，才繼續道：“是……火山爆發一類的。很嚇人、很難呼吸，空氣裏都是灰塵。我不想待在這兒。”她的呼吸漸漸恢復到平常的和緩速度，想來她離開了那個駭人的現場。

“現在比較容易呼吸了吧？”

“是的。”

“好。現在你看到什麼了？”

“沒什麼……我看到一條項鍊，在某人脖子上的一條項鍊。藍色的……是銀鏈，掛有一顆藍色寶石，周圍還有更小的寶石。”

“藍寶石上有什麼嗎？”

“不，它是透明的，我可以看穿它。那名女士有黑髮，戴了一頂藍帽……帽上有很長的羽毛，衣服是天鵝絨做的。”

“你認得這女士嗎？”

“不。”

“你在哪兒，或者你就是那女士？”

“我不知道。”

“不過你看到她？”

“是的。我不是那女士。”

“她多大年紀？”

“四十幾歲，不過看起來比實際年齡老。”

“她手上在做什麼事？”

“沒什麼，只是站在桌子旁邊。桌上有一個香水瓶，是白底綠花的圖案。另外還有一把刷子、一把銀把手的梳子。”我對她描述的細節感到驚訝。

“這是她的房間，還是一間商店？”

“是她的房間。有一張四個床柱的床，是棕色的。”

桌上還有個水罐。”

“水罐？”

“是的。房間裏沒有掛畫，但有好看的窗簾。”

“還有別人在附近嗎？”

“沒有。”

“這名女士和你的關係是什麼？”

“我服侍她。”她再度以僕人身份出現。

“你在她手下很久了嗎？”

“不……只有幾個月。”

“你喜歡那條項鍊嗎？”

“是的。她戴起來很高雅。”

“你有沒有戴過那條項鍊？”

“沒有。”她的回答很簡短，所以我需要主動提問來獲得基本資訊。她令我想起自己尚未成年的兒子。

“你現在多大？”

“大概十三四歲……”果然同樣年紀。

“你為什麼離開了家人？”我問。

“我沒有離開家人。”她糾正我的話，“我只是在這裏工作。”

“我懂了。工作完了你就回去？”

“是的。”她的答案只留下極少的探索空間。

“你們住在附近嗎？”

“很近……我們很窮，所以必須工作……當傭人。”

“你知道那女士的名字嗎？”

“貝玲達。”

“她待你好嗎？”

“好。”

“你工作很累嗎？”

“並不累。”與青少年對話向來不是簡單的事，即使在前世中也一樣，幸好我受過訓練。

“好。你現在還能看到她嗎？”

“沒有。”

“你現在在哪裏？”

“另一個房間。有張鋪了黑布的桌子……流蘇（掛絮）一直垂到桌腳處。我聞到好多草藥……還有很重的香水味。”

“是你女主人的嗎？她是不是用很多香水？”

“不，這是另一個房間。我在另一個房間裏。”

“這是誰的房間？”

“一個黑黑的女士。”

“黑黑的？你看得到她嗎？”

“她頭上纏了一圈又一圈的布。”凱薩琳小聲說。”而且又老又醜。”

“你跟她的關係是什麼？”

“我剛剛來這裏拜訪她。”

“為什麼？”

“看她玩牌。”我直覺地知道她要來這個房間算命。這真是個有趣的對照：凱薩琳和我在這裏進行心靈上的探險，在她的前世間來來回回探尋，但是，也許兩百年前，她去找過算命師預卜她的未來。我知道現世中的凱薩琳並沒有找人算過命，對四色牌也不清楚，這些事令她害怕。

“你可以看出你的命運嗎？”我問。

“她看得見許多事。”

“要問她問題嗎？你想知道什麼？”

“想知道……我結婚的物件。”

“她拿牌算了以後，對你說什麼？”

“我的牌裏有幾張是……有樹幹的。樹幹和花……但還有箭和某種線條。另外一張牌有聖杯……我看到一張男人拿盾的牌。她說我會結婚，但不是和這個人……其他我就看不到了。”

“你看得到這位女士嗎？”

“我看到一些硬幣。”

“你仍和她在一起，或到了別的地方？”

“和她在一起。”

“那些硬幣看起來是什麼樣子的？”

“它們是金的，邊緣不太平滑，是方形的。有一面

是個皇冠。”

“看看硬幣上有沒有年份。”

“一些外國字。”她回答，“由X和I湊成的。”

“你知道是哪一年嗎？”

“17……什麼的。我不知道。”她沉默下來。

“這個算命師為什麼對你重要？”

“我不知道……”

“她算的後來實現了嗎？”

“……但她走了。”凱薩琳低語道，“走了。我不知道。”

“你現在看到什麼？”

“什麼也沒有。”

“沒有？”我很驚訝，她會在哪裏？“你知道自己的名字嗎？”我問，想把她的各個線索拼湊起來。

“我已經離開那裏了。”她已經離開那世，在休息了。現在她已能靠自己做到，不需要再經歷一次死亡。我們等了幾分鐘。這一生並沒有很重大的事，她只記得一些特殊的細節，及去找算命師的經過。

“你現在能看到任何東西嗎？”我再問。

“不能。”她輕聲說。

“你在休息嗎？”

“是的……不同顏色的珠寶……”

“珠寶？”

“是的。它們事實上是光線，但看起來像珠寶……”

“還有什麼？”我問。

“我只是……”她停下來，然後聲音變得大而肯定，“周圍有許多話語和思想飛來飛去……是關於共存與和諧……事物的平衡。”我知道前輩就在附近。

“是的。”我鼓勵她繼續，“我想要知道這些事情。你能告訴我嗎？”

“目前它們只是一些句子。”她回答。

我提醒她。當她回答時，是詩人前輩的聲音，再聽到他開口令我一驚。

“是的。”他回答道，“任何事都必須有所平衡。大自然是平衡的，飛禽走獸和諧地活著。人類卻還沒有學會這一點，他們不斷在摧毀自己。他們做的事缺乏和諧，也沒有計劃。自然就不一樣了，自然是平衡的。自然是活力和生命……及休養生息。人類只知道破壞。他們破壞自然，也摧毀其他人，最後他們會毀掉自己。”

“這是個可怕的預測。世界持續混亂與動盪，但我希望這天不會太早到來。”

“這什麼時候會發生？”我問。

“會比人們想的還快發生。自然會存活下來，植物會存活下來，但我們不會。”

“我們能做什麼來防止這種毀滅嗎？”

“不能。凡事都必須平衡……”

“這個毀滅會在我們有生之年發生嗎？我們能改

變它嗎？”

“不會在我們有生之年。它來時我們已在另一個空間、另一個層次了，但我們會看到。”

“難道沒有辦法可以教導人類嗎？”我繼續尋找出路，求取萬分之一的可能性。

“要在另一個層次才能做到，我們會從中得到教訓。”

我往光明面看：“那麼，我們的靈魂會在不同的地方獲得進步。”

“是的。我們不會再到……這裏。將來就知道了。”

“是的。”我贊同道，“我需要告訴這些人，但不知怎樣他們才聽得進去。是真的有方法，還是他們必須自己學？”

“你不可能讓每一個人知道。要阻止毀滅，就得每個人身體力行，但你不可能做到這一點。毀滅是阻止不了的，他們會學到的。當他們進步到某一個階段，就會學到這件事。會有和平的，但不是在此，不是在這度空間。”

“最後會有和平？”

“是的，在另一個層次。”

“但是，似乎還很遠。”我抱怨道，“現在人們似乎還很鄙陋……貪婪、渴望權力、野心勃勃。他們忘了愛和瞭解，以及知識，還有很多事有待學習。”

“是的。”

“我能寫下什麼來幫助這些人嗎？有沒有什麼辦法？”

“你知道方法的，用不著我們告訴你。但它沒有效果，因為最後我們都會到達同一層次，那時他們就知道了。大家都是一樣的，我們並不比其他人偉大，所有這些不過是課業……還有懲罰。”

“是的。”我同意。這一堂課可真深奧，我需要時間慢慢消化。凱薩琳沉默了。我們等著，她休息，我咀嚼著剛才一個鐘頭裏的聽聞。最後，她打破沉默。

“那些五光十色離開了。”她輕聲說。

“那些聲音、句子也是？”

“是的，我現在什麼也沒看到。”她停下時，頭開始左右搖擺。“有個靈魂……在看。”

“在看你？”

“是的。”

“你認得他嗎？”

“我不能確定……我想可能是愛德華。”愛德華在去年過世了。他似乎真的無所不在，總環繞在她身邊。

“那個靈魂看來是什麼樣子？”

“就是一道……白色的……像光一樣。他沒有臉，不像我們認識的樣子，但我知道是他。”

“他和你有什麼溝通嗎？”

“不，他只是看。”

“他在聽我說話嗎？”

“是的。”她小聲說。“但他現在走了。他只是來看看我是否安然無恙。”我想起守護天使這個普遍的觀念。看來，愛德華相當接近這個角色，而凱薩琳也提過守護的精靈，我懷疑我們小時候的“神話”多多少少根植於模糊的過去記憶。

我也揣測著靈魂間的層級，誰做守護者，誰成為前輩大師，或是兩者都不是，只是學習。應該有基於智慧和知識的評分，看離最終成為類似神的目標還差多遠。這是好幾世紀以來，神學家傾心追求的目標，他們對此神聖的結合瞥見過一眼。我並沒有這種親身經驗，但通過凱薩琳的“管道”，卻似乎有了最佳的觀點。

愛德華走了，凱薩琳也安靜不語。她的臉上現出安詳寧靜的表情。她擁有的的是何等的天賦——能夠看穿生命、看穿死亡，和“神們”說話，分享他們的智慧。我們在吃知識樹的蘋果，只是它不太多了，我懷疑還剩下多少只蘋果。

卡洛的母親米奈，癌細胞由乳房擴散到骨頭和肝，已到生命的最後階段。這個過程已拖了四年，現在用化學治療也緩不下來了。她是個勇敢的女人，堅忍地承受著這種磨人的痛苦。但我知道病情正加速惡化，她的終點不遠了。

而凱薩琳的會診同時進行著，我把這份經驗和啟示與米奈分享。我有點驚訝，她這樣一個實際的生意人，卻頗能接受，並想知道更多。我給她一些書讀，她消化得非常快。她為我和卡洛安排了一次猶太教神秘哲學的

課。在猶太神秘文學裏，輪迴和“中間狀態”是基本的要旨，不過現代猶太人多不瞭解這一點。米奈的軀體雖衰弱了，精神卻堅強了。她對死亡的恐懼減輕了許多，開始期待和所愛的丈夫重新結合。她相信靈魂的不朽，這使她能忍受這些痛苦。她掙紮著活下來，等著看另一個外孫的出生——她女兒唐娜的第一個孩子。她來醫院做治療時和凱薩琳見過一面，聊得很投機，凱薩琳的誠懇和誠實使米奈確信來生真的存在。

死前一週，米奈決定住進醫院，由護士照顧她。唐娜、她丈夫和6周大的女兒也來醫院和她道別。我們也幾乎不間斷地待在她身邊。米奈過世的前一天晚上6點，我和卡洛才剛從醫院到家，卻都有種強烈的衝動想回去。接下來的六七個鐘頭，充滿了安寧和一種超越的精神力量。米奈雖然呼吸很費力，但不再痛苦。我們談到她大約過渡到“中間狀態”，看到亮光。她回顧自己的一生，大多數時候默不做聲，並盡力接受負面的部分。她似乎知道這個過程不完，她是沒法走的。她在等待一個特定的時間才謝世，那時是清晨，她有點等不及希望時候早點到來。米奈是第一個我用這種態度導引臨終階段的人，她的信心增強，我們的哀傷也因這整個經驗而獲得緩解。

我發現自己治療的能力大為加強，不僅在恐懼或焦慮方面，關於生死、哀愁方面的諮詢尤其有進步。我會直覺地知道哪裏出了問題、治療該從哪裏著手；我能夠傳達平安、寧靜、希望等種種感情。米奈死後，許多其他走向人生終點或遭受喪親之痛的人，都跑來找我求助。有些人對凱薩琳或一些死後生命的事沒有心理準

備，但即使不說出這些事，我發現，我同樣可以傳達類似訊息：一種聲調、一個眼神、對他們心情的瞭解或是一句話，都可以傳導一種希望，被遺忘的精神和共用的人性，甚至更多。對於那些願意接受更多的人，我會建議他們讀一些書或分享凱薩琳的經驗，這些對他們都有如打開一扇窗子，獲得新生的力量。

我非常相信心理治療必須有開放的心靈。以凱薩琳的例子而言，一些科學性的記錄工作勢在必行，而實驗性的工作更該展開。心理治療師該考慮死後生命的可能性，並融入他們的諮詢中。他們不一定要用催眠回憶法，但應該保持心靈的開放，和病人分享他們的知識，並且不要不相信病人的經驗。

人類現在正被死亡威脅著。愛滋病、核戰爭、恐怖主義和許多其他的災難日夜威脅著我們。許多青少年甚至都認為他們活不過20歲，這真令人難以置信，但也反映了我們整個社會的巨大壓力。

以個人的層面而言，米奈對凱薩琳訊息的反應是令人振奮的。她的精神變強了，而且在巨大的肉體痛苦中仍感到希望。但這訊息是給我們大家的，不只是瀕死的人，我們也有希望。我們需要更多的臨床醫生和科學家重視其他類似凱薩琳的案例，以肯定並擴散這些訊息。答案就在那裏——我們是不朽的，我們會永遠在一起。

第12章 “欠與償”

自第一次催眠以來，已過了三個半月。凱薩琳的症狀不僅真的消失了，還得到比痊癒更多的進步。她散發出光芒，周圍有一種平和的能量。人們自然地被她吸引。她在醫院餐廳吃早餐時，不論男女同事都想過去跟她同一桌。“你看起來好美，我只是想告訴你這個。”他們會這麼說。她像個漁夫，用一條看不見的釣線把大家拉過來。而她以前在同一個餐廳吃了幾年，卻沒有人注意到。

如同往常，她在我光線柔和的診療室裏很快進入催眠狀態，一頭金發散在枕頭上。

“我看到一棟建築……石頭砌起來的。頂上還有尖的裝飾。這裏是山區。很濕……外面很濕。我看到一輛馬車。一輛馬車從……前面過去。車上有乾草、稻草一類的，給畜牲吃的食料。還有一些男人，他們拿著一種布條，綁在杆子上隨風飛的布條，顏色很鮮豔。我聽到他們談摩爾人……摩爾人。還有一個戰爭。他們頭上有種……金屬做的頭盔。年代是1483年，有什麼關於丹麥人的。我們是跟丹麥人打嗎？有一場戰爭在進行。”

“你在那兒嗎？”我問。

“我沒看到那些場面，”她輕輕地回答，“我只看到馬車，雙輪的，後面可載貨。馬車是沒有頂的，邊上用板條釘起來。我看到……他們戴一種金屬項鍊……很重的樣子，做成十字架形。是什麼聖者的節慶……我看到劍。他們有種刀或劍……很重、很鈍，在為戰鬥預備

著。”

“看能否找到你自己。”我引導著她，“看看周圍。也許你是個士兵，從某地看著他們。”

“我不是士兵。”她對這點很肯定。

“看看四周。”

“我帶來一些補給品。這裏是個村子。”她靜下來。

“你現在看到什麼？”

“我看到一個布條，某種布條，是紅白色的……白底上有個紅色十字。”

“這是你們的旗子嗎？”我問。

“是國王軍隊的旗幟。”她回答。

“是你這邊的國王？”

“是的。”

“你知道國王的名字？”

“我沒聽人提起過。他不在這裏。”

“能不能看到你穿的衣服？往下看，說說你穿得什麼樣子。”

“某種皮的上衣……裏面是一件很粗的襯衫。皮上衣……是短的。某種動物皮的鞋子……不是鞋子，更像靴子。沒有人和我講話。”

“我知道。你頭髮是什麼顏色的？”

“淡金色，但我老了，所以還有些灰髮。”

“你對這場戰爭有什麼感覺？”

“它已成了我的生活方式。我在上次的小衝突裏失去了一個孩子。”

“一個兒子？”

“是的。”她很悲傷。

“家中還剩下誰？還有什麼人？”

“我太太……和我女兒。”

“你兒子叫什麼名字？”

“我不知道他的名字，但我記得他。我看到了我的妻子。”

凱薩琳做過男人，也做過女人。此生雖然沒有孩子，但前世卻養育過不少兒女。

“你妻子看起來是什麼樣子的？”

“她很疲倦，很疲倦。她老了。我們有些山羊。”

“你女兒還和你們住在一起嗎？”

“不，她結婚後就搬走了。”

“那麼，就你和太太兩個人？”

“是的。”

“你妻子還好吧？”

“我們很疲倦，又很窮。日子一點兒也不容易。”

“是的。你們失去了兒子。你想念他嗎？”

“是的。”她僅如此回答，但哀傷之情顯露無遺。

“你是個農夫嗎？”我改變話題。

“是的。我種小麥……像小麥的東西。”

“你一生中，國家都遭遇戰爭，發生了許多悲劇嗎？”

“是的。”

“但你活到這麼大年紀。”

“他們是在村外打，沒有打到村裏來。”她解釋道，“他們必須……翻山越嶺去打仗。”

“你知道這裏的地名？”

“我沒有看到，不過它一定有名字的，只是我沒看到。”

“現在是什麼宗教的日子嗎？你看到士兵們都佩戴著十字架？”

“對他們而言是，對我則不是。”

“你除了妻子和女兒，還有別的家人嗎？”

“沒有。”

“你的父母已過世了？”

“是的。”

“兄弟、姊妹呢？”

“我有一個姐姐還活著，但我不認識她。”她指的是在現世中不認識。

“好。看看你是否能在村裏或家裏認出其他人。”

如果人們真會結群地轉世，她很有可能會認出別的在此世中重要的人。

“我看到一張石桌……我看到碗。”

“是在你家嗎？”

“是的。我看到一種用玉米做的……黃色的東西。我們正在吃……”

“好的。”我試著加快速度，“這對你來說是很辛苦的一生，很艱難的日子。你現在在想什麼？”

“馬匹。”她小聲地說。

“你有養馬？還是別人的？”

“不，是士兵們的……他們中一些人騎馬，但大部分人走路。那些也不是馬，是驢或什麼體型比馬小的牲口，它們大都很野。”

“現在把時間往前推。”我指引道。“你很老了。試試看你一生中的最後一天。”

“但我並沒有很老。”她反駁道。她在前世中不太能接受暗示，發生了什麼就是什麼。我不能揮去她真實的記憶，也不能讓她改變發生過的細節。

“這生裏還有什麼大事嗎？”我問，改變了策略，“有什麼要讓我們知道重要的事情嗎？”

“沒有。”她不帶感情地回答。

“那麼，往前去，讓我們瞭解你需要學的是什麼。你知道嗎？”

“不知道。我還在這兒。”

“是的，我知道。你看見什麼了嗎？”

過了一兩分鐘她才輕聲回答：“我浮起來了。”

“你已經離開老人的軀體？”

“是的，我浮起來了。”她又進入不具肉身的狀態。

“現在你知道要學的是什麼了嗎？你又過完了辛苦的一生。”

“我不知道。我只是浮起來了。”

“好的。休息吧……”又過了沉默的一陣子。然後她似乎在聽什麼。突然她開口了，聲音大而深沉。這不是凱薩琳。

“總共有7個平面，每一面由許多層次組成，其中一個平面是記憶。在那個平面裏你可以收集思想、想法，得以觀看剛才過去的一生。那些在較高層次的人可以看到歷史，他們可以回過頭來教我們，但我們較低層次的人只能看到自己剛過完的一生。”

“我們都有必須償還的債。要是沒有還完，就得帶著這些債到下一世去……好讓它們還掉，你在還債中能得到進步。有些靈魂進步得比其他的快些。當你在肉體狀態還清了債務，就結束了一生……要是有什麼事打斷了你還債，你就必須回到記憶的平面，等待你所欠的那個靈魂來見你。當你們兩人能同時回到肉體狀態時，才能再轉世。但是由你決定何時回去，以及回去後該如何做。你不會記得其他的前世……只會記得剛過完的這一生。只有高層次的靈魂——那些“聖者”——才能記起歷史和過去的事件，來幫助我們，教我們該怎麼做。”

“在我們回到肉身前需要經過7個平面。其中之一

是過渡的平面。我們在其間等待。這個平面決定你會帶著什麼到下一世。我們都會有一個……主要的特性。可能是貪婪可能是色欲，不過一旦決定，你就需要對那些人‘償債’，而且要在那世中克服這個特性。如果沒有做到，將來還要帶著這個特性，外加另一個，到下一世中，負擔就更重了。你過完的每一生若沒有償清這些債，下一生就變得更難；要是完成了，就會有容易的來世。所以等於是你自己選擇會過什麼樣的人生。在每一個階段，自己過的生活都是自己選的，要為自己負責。”

凱薩琳接著沉默下來。

這些話顯然不是出自一個前輩大師。他們自稱為“我們較低層次的，”有別於那些在較高層次的靈魂——“聖者。”但是他們傳達的訊息很清楚，也很實際。我猜想著其他五個平面和它們的特色，不知“更新”的階段是否為其中之一？而學習階段與決定階段呢？所有從靈魂狀態不同層次來的訊息都具有一致性，只是傳達的風格殊異，用詞、語法不同，但是內容一致。我漸漸得到一套有系統的靈魂學，這個學說講的是愛與希望、信心與善意。它檢視了德行與罪愆，對別人與自己的債務。它包括了前世和一生與一生間的靈魂層面，說的是靈魂透過和諧與平衡得到的進化，進化至與神相連的狂喜境界。

此外也有許多實用的建議：耐心與等待的價值；自然界的平衡所蘊含的智慧；消除恐懼，尤其是對於死亡的恐懼；需要學習信任與寬恕；不要去評判別人，或終止他人的生命；直覺能力的積累和應用；以及，也許是

最重要的，“我們是永生的”這不可動搖的概念。我們超越生和死，超越時間和空間；我們就是神，他們就是我們。

“我在漂浮。”凱薩琳低語。

“你現在是在哪一個狀態？”我問。

“沒有……只是浮著……愛德華欠我一些……他欠我一些……”

“你知道他欠你什麼？”

“不知道……他欠我……一些訊息。他有些事要告訴我，也許是我妹妹的小孩。”

“你妹妹的孩子？”

“是的……一個女孩，名字叫史黛法妮。”

“史黛法妮？你需要知道她什麼？”

“我要知道怎麼跟她聯繫。”她回答。以前凱薩琳從未對我提過這個外甥女。

“她和你很親近嗎？”我問。

“不，但她想找到他們。”

“找到誰？”我問。我被搞迷糊了。

“我妹妹和她丈夫。而她唯一的途徑就是通過我，我是‘管道’，愛德華有消息。她父親是個醫生，在費爾蒙南部開業。消息會在需要時到我這裏。”

我後來知道凱薩琳的妹妹和她未婚夫決定領養一個女嬰，他們當時還不滿 20 歲，也沒有結婚，領養是

通過教會辦的。那次之後並沒有什麼相關的消息。

“是的，”我同意道。“當時機來臨。”

“對，那時他就會告訴我。”

“他還必須告訴你其他什麼消息？”

“我不知道，不過他有事情要告訴我。而且他欠我什麼東西……是什麼我不知道。反正他欠我。”她靜下來。

“你累了嗎？”我問。

“我看到一個馬鞍。”她輕聲回答，“靠在牆上。一個馬鞍……我看到小房子外面的一塊毯子。”

“是個馬廄嗎？”

“他們在那裏養馬，有好多馬。”

“你還看到了什麼？”

“我看到很多樹上面有黃花。我爸爸在那兒，他在照顧馬。”我瞭解到她在跟一個小孩說話。

“他長得什麼樣子？”

“他很高大，有灰色的頭髮。”

“看得到你自己嗎？”

“我是個小孩……小女孩。”

“這些馬是你爸爸的，還是他只是照管它們？”

“他只是照管它們。我們住在附近。”

“你喜歡嗎？”

“是的。”

“有一匹最喜歡的嗎？”

“有。就是我的馬，它叫愛波。”我想起她叫曼蒂的那世，也有一匹叫愛波的馬。她又回到那一世了嗎？也許是從另一個角度。

“愛波……好的。你爸爸讓你騎愛波嗎？”

“不，但我可以喂它吃東西。它用來拉主人、四輪馬的貨車和外出的車。

它很大，腿很長。要是你不小心，會被它踢到。”

“還有誰和你在一起？”

“我媽媽在這裏。還有一個姐姐……沒有看到其他人了。”

“現在看到什麼了？”

“我只看到馬。”

“這是一段快樂時光吧？”

“是的。我喜歡馬廄的味道。”她特別指出馬廄。

“你聞到馬的味道？”

“是的。”

“還有乾草？”

“是的……它們的臉好軟。這裏也有狗……黑狗，還有貓……好多動物，狗是打獵時用的。他們要是去獵鳥，就會把狗帶去。”

“你發生了什麼事？”

“沒有。”

我的問題太模糊了。

“你在農場上長大的？”

“是的。那個照顧馬的人，”她頓了一下，“他並非我真正的父親。”

“他不是你真正的父親？”

“他……不是我的生身父親，但是他對待我如同父親。他是我繼父，對我很好，有雙綠色的眼珠。”

“看看他的眼睛，那雙綠眼珠的眼睛——看你是否認得他。他對你很好，他愛你。”

“他是我祖父……我祖父，他非常愛我們。我祖父非常愛我們。他以前總是帶我們出去玩。我們到他喝酒的地方去，我們可以喝汽水。他喜歡我們。”

我的問題使她跳出那世，而進到觀察、超意識的狀態，她在看凱薩琳現在的這一生，以及和祖父的關係。

“你仍然想念他？”我問。

“是的。”她輕輕回答。

“不過，你看到了以前他也和你在一起過。”我解釋著，想減輕她的傷痛。

“他對我們很好。他愛我們，從來不對我們大吼小叫。他會給我們零用錢，到哪裏都帶著我們。他喜歡這樣，但他死了。”

“是的，但是你會和他重逢。你知道的。”

“是的。我以前也和他一起過。他不像我父親那樣，他非常不同。”

“為什麼一個如此愛你、善待你，另一個卻不一樣？”

“因為他學到了，他已償還所欠的。而我父親卻沒有，他不瞭解……他得再來一次。”

“是的，”我同意道，“他必須學會愛、養育。”

“對。”她回答。

“要是他們不瞭解這點，”我加上了一句，“就會把小孩當做財產，而不是該愛的人。”

“是的。”她同意道。

“你父親仍然得學這點。”

“沒錯。”

“你祖父已經瞭解了……”

“我知道，”她打斷說，“我們在肉體狀態時有好多階段要度過……就像進化的階段。從嬰兒到幼兒……再到兒童……在到達目標前有這麼遠的路要走。肉體形式的階段是辛苦的。到了靈魂狀態就輕鬆了，只需要等待、休息。現在是辛苦的階段。”

“在靈魂狀態有多少階段？”

“7個。”她回答。

“是些什麼？”我問，想再肯定一下不久前提到的那兩個階段。

“我只知道兩個。”她解釋道，“過渡階段和回憶階段。”

“那也是我聽過的兩個階段。”

“我們以後會知道其他的。”

“你和我同時學了這個。”我說，“今天學到的‘欠與償’是非常重要的。”

“我會記得該記得的。”她加上謎樣的一句。

“你會記得這些階段嗎？”我問。

“不，它們對我並不重要，而是對你重要。”

我以前也聽過這句話。說這些似乎不只是為了我，或是為了可以幫助她。

但是，我不太能明白更大的目的是什麼。

“你似乎好多了，”我繼續說，“你學了這麼多。”

“是的。”她同意。

“為什麼現在人家這麼受你吸引，向你靠近？”

“因為我已從許多恐懼裏解放出來，而且能幫助他們。大概他們也感受到這個。”

“你能處理得來嗎？”

“可以。”其實是沒問題的。“我不害怕。”她又加上一句。

“很好，我會幫你的。”

“我知道。”她回答道，“你是我的老師。”

第13章 他們說我活過86次

凱薩琳不再沮喪，甚至比一般人更健康。她的前世回憶現在開始重複，我知道我們已趨向一個終點，只是這個秋日她再度進入催眠狀態時，我還不知道五個月後的下一次會是最後一次。

“我看到一些雕像。”她開始了，“其中一些是金子做的。我看到泥巴。人們在做罐子。是紅色的……他們用了一些紅色的材料。我看到一棟棕色的建築，就是我們所在的地方。”

“你在建築裏面或是它附近？”

“在裏面。我們在做不同的東西。”

“你工作時看得到自己嗎？”我問，“描述一下，你穿的什麼衣服？看起來什麼樣子？”

“我穿了一件……長長的、紅色的袍子。我穿的鞋子很奇怪，像涼鞋。我是棕色的頭髮。我正在做某種雕像。是……一個男人的雕像。他手上拿了根細棍子……教鞭。其他人在做……金屬的東西。”

“這裏是一家工廠嗎？”

“這只是一棟房子，用石頭蓋的房子。”

“你正做的雕像，手上拿了棍子的男人雕像，你知道他是誰嗎？”

“不知道，就是個男人。他照顧牛群……母牛。這裏有很多雕像。我們只知道它們的樣子。材料很有趣，

但很難做，不斷有碎屑掉下來。”

“你知道這種材料叫什麼？”

“不知道。它是紅的，紅土一類的。”

“這些雕像做好之後呢？”

“有些拿去市場上賣，有些送給不同的貴族。只有做工最細的那些會送給貴族人家，剩下的就拿去賣掉。”

“你和這些貴族打過交道嗎？”

“沒有。”

“這是你的工作？”

“是的。”

“喜歡嗎？”

“喜歡。”

“你做了很久嗎？”

“沒有。”

“很會做嗎？”

“不太會。”

“需要更多經驗嗎？”

“是的，我正在學。”

“我瞭解了。你和家人一起住？”

“我不知道，不過我看到棕色的盒子。”

“棕色的盒子？”我重複道。

“它們只有小小的開口，我們把雕像放在裏面。盒子是木頭做的。”

“雕像有什麼作用？”

“與宗教有關係。”她回答。

“有什麼相關？”

“這些雕像是許多神像、護法之類的。人們很怕他們。這裏還做很多其他的東西。譬如棋盤，上面插動物頭形狀的棋子。”

“你還看到什麼？”

“這裏很熱，又濕，灰塵又多……很多沙。”

“附近有水嗎？”

“有，是從山上來的。”這一生聽起來似乎也很熟悉。

“這裏的人害怕嗎？”我探詢道，“他們迷不迷信？”

“害怕的。”她回答，“每個人都怕，我也怕。我們必須保護自己，否則會生病。”

“什麼樣的病？”

“會讓人死掉的病。好多人都奄奄一息。”

“從水裏來的病？”我詢問道。

“是的，天氣很乾……很熱，因為神很生氣，在懲罰我們。”她回到用單寧酸的那一世。我想起了讓人恐懼的宗教，歐塞里斯和海瑟的宗教。

“為什麼神會生氣？”我問，雖然已經知道了答案。

“因為我們不遵守律法，他們很生氣。”

“你們違背了什麼律法？”

“貴族所制定的律法。”

“要怎樣才能取悅神？”

“必須佩戴一些東西。有些人掛在脖子上，那樣可以驅邪。”

“有一個人們特別怕的神嗎？”

“所有的神我們都怕。”

“你知道任何一個神的名字嗎？”

“我不知道名字，只看到他們，有一個是人身動物頭，另一個看起來像太陽。還有一個像鳥，是黑色的，它們的脖子上都有一圈繩子。”

“你逃過了這場災難？”

“是的，我沒死。”

“但是你的家人死了。”我記得這段。

“是的……我父親。我母親還好。”

“你兄弟呢？”

“我哥哥……他死了。”她記起來了。

“你為什麼能活下來？你有什麼特別的措施嗎？”

“沒有。”她回答，然後改變了焦點，“我看到了

裝油的容器。”

“那是什麼？”

“一個白色的東西，幾乎像大理石。那是……雪花石膏……做成盤子……他們把油放在裏面，是用來做塗油儀式的……”

“由教士來做？”我問。

“是的。”

“你的職責是什麼？你也幫忙塗油？”

“不。我負責做雕像。”

“這裏還是那棟棕色建築？”

“不……是廟裏。”她不知為了什麼原因顯得很難過。

“你出了什麼問題嗎？”

“有人在廟裏做了觸怒神的事情。我不知道是誰。”

“是你嗎？”

“不是……我剛看到教士。他們在準備某種祭品，某種動物……是一隻羔羊。教士都是光頭。上面一點兒毛髮也沒有，也沒有鬍子……”她沉默下來，過了幾分鐘。突然間她變得很警覺，像在聽什麼。當她開口，聲音是低沉的，是個前輩大師。

“在這個層次，有些靈魂可以向仍在肉體狀態的人顯現。只有當靈魂有什麼未了的約定時……才可以回到肉身去。在這個層次，靈魂與肉體是可以互通的，但其

他層次不行……在這裏你可以運用通靈能力和肉體狀態的人溝通。有很多方法可以做到這一點。有些能讓人們看到靈魂顯現，有些則可以用感應力移動物體。只有那些有需要的靈魂才來這個層次，像是有什麼未履的約定，就可以來做某種程度的溝通。或是生命突然中斷，也是來這個層次的理由。很多人來這裏的原因，只是因為能看到塵世的人，並和他們很接近。但不是每個人都選擇要有所溝通。對某些人而言，這可能太嚇人了。”
凱薩琳靜下來，似乎在休息。

她開口輕聲地說話：“我看到亮光。”

“亮光會給你能量嗎？”我問。

“就像重新開始一樣……它是重生的力量。”

“在肉體狀態的人如何感受這種能量？怎樣使他們也充充電？”

“用他們的心。”她輕輕地回答。

“但要怎麼達到這種狀態？”

“必須在一個非常放鬆的狀態，通過光就能達到……恢復。如果你很放鬆，就不會再消耗能量，而是能恢復，在睡眠時人就得到恢復。”她目前在“超意識狀態”，我決定進一步詢問。

“你重生過幾次？”我問，“都是在這個環境嗎？我指，都在地球上嗎？或是還有別處？”

“還有別處。”

“你還去了其他什麼層次、什麼地方？”

“我還沒有結束必須在此完成的課業。在沒經歷完所有生命以前，不能再朝前走，而我還沒經歷完。還有好多世……好多約定和債務未償完。”

“但你一直在進步呀！”我觀察如此。

“我們一直在進步。”

“你在地球上經過幾世了？”

“86世。”

“86世？”

“是的。”

“你全記得嗎？”

“當它對我重要時，會全部記起來。”我們經歷了10~11世的片段或重點，近來不斷重複。顯然，她不需要記起其他75次左右的前世。她的確有了顯著的進步，至少在我看來。她在這裏得到的進步，也許不是靠著回憶前世。將來的進步，甚至也不是靠我的幫助。

她又開始輕聲低語了：“有些人用迷幻藥接近這個不具肉身的狀態，但他們並不瞭解自己所經歷的是什麼。”我並沒有問到迷幻藥的事。凱薩琳在分享她知道的事，不論我有沒有問起。

“你不能用你的通靈能力讓自己更進步嗎？”我問，“你似乎愈來愈行了。”

“是的。”她同意道，“它很重要，但在這裏則不像其他層次那麼重要。那是演化和成長的一部分。”

“對你和對我都重要？”

“對每個人都重要。”她回答。

“我們要怎麼發展這種才能？”

“從關係中發展，有些更有能力的會帶著更多訊息回來。他們會找那些需要發展的人，說明他們。”她進入一長段休息中。

離開“超意識狀態”後，她進入另一生。

“我看到海洋。我看到一棟在海邊的房子，是白色的。船在港口來來去去。我可以聞到海水的味道。”

“你在那兒？”

“是的。”

“那房子像什麼？”

“它很小。上面有尖塔……還有個小窗可以看到海，裏面有個像望遠鏡的東西。”

“你用這個望遠鏡嗎？”

“是的，用來看船。”

“你是做什麼的？”

“有商船進港時我們就報告。”我記得她在另一個前世裏也做過這個，那時她叫克利斯群，是個在海軍戰役中受傷的水手。

“你是個水手嗎？”我問，想尋求肯定。

“我不知道……也許。”

“看得到你穿的什麼嗎？”

“是的，某種白襯衫、棕色短褲和有大扣帶的鞋

子……我將來會成為一個水手，但現在還不是。”她能看得到未來，但此舉也使她一下跳到未來。

“我受傷了。”她哀號著，因痛苦而蜷曲。“我的手受傷了。”她真的是克利斯群，並且又經歷了海戰。

“是不是發生爆炸了？”

“對……我聞到火藥味！”

“你會沒事的。”我心裏知道結果，安慰著她。

“很多人生命垂危。”她仍然相當激動，“帆都碎了……港口的一部分被炸得面目全非。”她在觀察船的受損情況，“我們必須修理船帆。”

“你康復了嗎？”

“是的。帆上的纖維很難縫。”

“你能用手做事了？”

“不，但我在看其他的……帆。它們是某種帆布做的，很難縫……很多人死了，很痛苦地死去了。”她悲泣著。

“怎麼了？”

“我的手……痛。”

“你的手會好起來的。再往前一點。你後來又上船了？”

“是的。”她停下來，“我們在南威爾斯。我們得防衛海岸線。”

“誰攻擊你們？”

“我相信是西班牙人……他們有一支大艦隊。”

“接下來發生了什麼？”

“我只看到船，看到港口，還有商店。有的店裏在做蠟燭。還有賣書的店。”

“是的。你去過書店嗎？”

“去過，我非常喜歡去。書是很美好的……我看到很多書。那本紅色的是歷史書。這些寫的是城鎮……和土地，還有地圖。我喜歡這本書……還有一間店在賣帽子。”

“有你喝酒的地方嗎？”我記得克利斯群對麥酒的描述。

“是的，有很多。”她回答，“他們有麥酒……很黑的麥酒……還有一種肉……羊肉。還有麵包……很大塊的麵包。麥酒很烈，我嘗得出來。他們也有葡萄酒和長長的木桌……”

我決定叫她的名字，看看反應。”克利斯群！”

“在！你有什麼事？”

“你家人在哪兒，克利斯群？”

“在一個鄰近的鎮上。我們從這個港口出海。”

“你家裏有誰？”

“我有一個姐姐……一個姐姐，瑪莉。”

“你女朋友在哪裏？”

“沒有女朋友，我只認識鎮上一些女人。”

“沒有特別要好的？”

“沒有……我得回到船上。我打過很多次仗，但沒喪生。”

“你活到老……”

“是的。”

“結婚了嗎？”

“應該是。我看到一個戒指。”

“有孩子嗎？”

“是的。我兒子也航海……我看到一隻手抓著什麼東西。” 凱薩琳開始作嘔。

“怎麼了？”

“船上的人生病了……是從食物裏來的。我們吃了壞東西，是豬排。”她繼續幹嘔。我要她再往前，嘔聲才停下來。我決定不再往前推到克利斯群的心臟病。她已經很累了，於是我將她帶離催眠。

第14章 課業完成

我們隔了三星期才再會面。我的大病和她的假期耽誤了診期。凱薩琳在這段期間仍舊容光煥發，可是碰面後她卻有點焦慮。她說已進步了這麼多，感覺也很好，催眠似乎不能再給她什麼幫助了。當然，她說的沒錯。在普通狀態下，我們在數周前就開始對治療做個結尾。我們所以繼續，一方面是我對前輩大師的訊息感到興趣，另一方面是凱薩琳仍有的一些小毛病。她幾乎痊癒了，而回溯的前世也一直重複。但萬一大師有更多的話要告訴我呢？沒有凱薩琳，我們該如何溝通？我知道要是我堅持，她會繼續來的，但我覺得這樣做不對。於是，我有些難過地同意了她的看法。我們談了過去三星期發生的事，但我的心不在那上面。

五個月過去了，凱薩琳仍有進步，她的恐懼和焦慮減輕許多，生活品質和人際關係也大有進展。她現在和另一個男子約會，雖然和史都華的關係也沒斷。

從懂事起，這是她第一次真正感覺到生命裏有喜悅和快樂。偶爾，我們會在走廊和餐廳裏碰到，但沒有正式的醫生、病人式的接觸。

冬去春來，凱薩琳又到我這裏掛了號。她一直重複做一個夢，夢見某個宗教把蛇放在甕裏作為祭品，她和其他人被丟進甕裏。她試圖用手攀住粗糙的壁面爬出來，蛇就在她下方，到了此刻她就驚醒了，胸口狂跳。

雖然中間隔了這麼久，她還是很快進入催眠狀態。一點兒也不令人驚訝地，她很快回到一個古代的前世。

“我在的地方很熱。”她開始說。“我看到兩個黑人站在一堵又冷又濕的石牆前。他們右足踝上綁了繩子，繩子上還穿了珠子及流蘇（掛絮）。他們在用石頭和泥巴造一間倉庫，存放麥子和其他打過的穀類。糧食由鐵輪小推車運來，上面蓋了蓆子。我看到水，很藍。負責的人在對其他人發命令。下了三步臺階就是穀場。外面有一個神的塑像，它有鳥的頭、人的身，是季節之神。牆的縫隙用瀝青封起來，防止潮濕空氣，好讓穀子保持新鮮。我的臉上癢癢的……我看到我頭髮裏有藍色的珠子。附近有蚊蟲，讓我的手和臉很癢。我在臉上擦了刺激性東西好趕跑它們……好難聞，是一種樹的汁液。”

“我的頭髮編成辮子，又用金線編上珠子，頭髮是深黑色的。我是皇室的成員。會到這裏是因為某個節慶，來看教士的塗油……為即將來臨的收割季節慶祝。只有動物祭品，沒有活人祭。被宰的動物血滴下來，滴進一個盆子……流到蛇的嘴裏。男人戴著金色小帽子，每個人皮膚的顏色都很深。我們有從別地來的奴隸，經過海運過來的……”

她靜下來，我們一同等待著，仿佛這幾個月不存在的似的。接著她像聽到了什麼。

“他們告訴我的這些……都太快、太複雜了……有關改變、成長及不同的層次，一個‘瞭解’的層次、一個‘過渡’的層次。我們一世結束，如果課業完成了，會移往另一度空間，另一個生命。我們必須完全瞭解。如果沒做到，就不能晉級……因為沒學會，所以得重

複。我們必須各方面都經歷到。我們知道索取，也要知道給予……有好多好多要知道的，也有好多靈魂牽涉其中。所以我們在這裏、在這個層次，大師們……都合而為一了。”

凱薩琳停了一下，然後以詩人大師的聲音說話：“我們告訴你的到此為止。以後你就要靠自己的直覺去學了。”

幾分鐘後，凱薩琳用她的低語說：“有一道黑色的圍籬……裏面是許多墓碑。你的也在其中。”

“我的？”我有點驚訝。

“是的。”

“你能看到上面的字嗎？”

“名字是‘諾貝’，1668～1724年。墓前有一朵花……這裏是法國或俄國。你穿一件紅色的制服……從馬上摔下來……還有一個金色獅頭勳章。”

沒有其他的了。我把詩人大師的話解釋為：今後不會有其他訊息借凱薩琳的催眠透露給我了。我們沒有必要再繼續診療，她已痊癒，我也學到能學的。其他的，我只有將來靠自己的直覺去感應了。

第15章 亟待檢驗的通靈實驗

兩個月後，凱薩琳打電話來預約，說要告訴我件有意思的事。

當她走進我辦公室，一個快樂、微笑的凱薩琳出現在眼前，內在的平靜使她整個人都很有光彩。我微微一驚，不禁想起以前的凱薩琳以及短期內她巨大的改變。

凱薩琳去看了艾瑞絲·薩絲曼，一個有名的通靈星相家，尤善於看前世。我有點驚訝，不過也可以理解她的好奇。我很高興她有信心這麼做。

凱薩琳是從朋友處聽說了艾瑞絲，她打電話約了時間，並沒有透露任何在我診療室裏的事。

艾瑞絲只問了她出生的時間和地點。從這些資料，她就推算出凱薩琳的命盤，說她是個可以知道自己前世細節的人。

這是凱薩琳第一次遇上算命師，她真的不知道對方會說出什麼。令她驚訝的是，艾瑞絲竟證實了大半凱薩琳催眠後說出的話。

艾瑞絲借著說話及草草畫起的星相圖，轉到另一種狀態。幾分鐘後，她說凱薩琳脖子曾被勒過，並在前世中被割過喉嚨。割喉嚨是在一次戰爭中，凱薩琳死時是個年輕男子。

當接下來形容凱薩琳是個年輕男性，穿著海軍制服、黑短褲及有奇怪鞋扣的鞋子時，艾瑞絲眼睛亮了起來。突然間艾瑞絲抓住凱薩琳的左手，凱薩琳立刻感到

一陣劇痛。艾瑞絲說曾有尖東西刺進手里弄傷了凱薩琳，而且留下了永久的傷疤。那時發生了大規模海戰，地點不在英國海岸。艾瑞絲繼續描述凱薩琳的航海生活。

艾瑞絲說了更多個前世的片段。在巴黎有過一次短暫人生，凱薩琳是個小男孩，年紀很小即死於貧困。另一生是個住在佛羅里達西南岸的美國印第安女人。在這生中她是個醫生，赤腳行過百里。皮膚很黑，有雙奇怪的眼睛。她會給傷處塗油、敷上草藥，而且非常通靈。她喜歡戴藍寶石飾品，中間還穿插一顆紅寶石。

另一生中凱薩琳是個西班牙人，職業是妓女。她的名字是以字母L開頭的，和一個年長男人同居。另一世，她是個有錢人的私生女。艾瑞絲看到一棟大房子裏的家族徽記。她說凱薩琳很美，還有修長輕盈的十指，會彈豎琴。她的婚姻已約定。凱薩琳愛動物，尤其是馬，她待動物好過身邊的人。

另一個短暫的生命，是做個摩洛哥小男孩，因病而死。她也曾在海地待過，會說當地話及變魔術。

還有一次，她是個埃及人，負責準備葬禮事宜。那時她是個紮辮子的女孩。

她在法國和義大利也有過幾世。其中之一，她住在佛羅倫斯，信仰很虔誠。後來她搬到瑞士，住進修道院。她是兩個兒子的母親，喜歡金子和金雕像，並佩戴一個金十字架。在法國，她被關在一個又黑又冷的監牢裏。

在另一世，艾瑞絲看到凱薩琳是個穿紅色制服的男性，周圍有很多馬和士兵。制服顏色紅色、金色混雜，

可能是俄軍的。還有一世，她是古埃及的努比亞奴隸。在某一刻她被抓起來，關進牢裏。另一世，她是個日本男人，與書本和教學為伍，相當有學問。在不同學校執教，活到很老。

最後，在一次較近代的輪迴裏，她是個德國士兵，死于戰役。

我對艾瑞絲描述的前世細節，驚訝得說不出話來。它和凱薩琳回憶的相關性，十分驚人——克利斯群在海戰中手的受傷及衣服、鞋子的描述；露伊莎做西班牙妓女的一生；阿朗達和埃及的葬禮；約翰做強盜時被史都華的化身刺了喉嚨；艾瑞克，那個倒楣的德國飛行員及其他。

此外，與凱薩琳的現世也有關聯。例如，凱薩琳喜歡藍寶石，尤其是青金石。不過，她去見艾瑞絲時什麼也沒戴。她總是非常喜愛動物，尤其是馬和貓，覺得跟它們在一起比跟人相處要安全。此外，若要她在全世界挑一個地方去旅行，她會選佛羅倫斯。

但是說什麼我也不能稱這經驗為一個有效的科學實驗，因為根本無法控制變項，但它就是發生了，我也覺得該在這裏記下一筆。

我不太確定那天是什麼情形。也許艾瑞絲無意識地用超感應去“讀”凱薩琳的心，因為那些前世已在她潛意識中。或者，艾瑞絲真能用她的通靈能力辨識前生的種種訊息。無論如何，凱薩琳去算了命，她們兩人用不同的方法得到了一樣的結果，凱薩琳在催眠中由回溯獲得，艾瑞絲則借通靈“管道”獲得。

很少人能做到艾瑞絲這點，很多號稱通靈的人只是利用人們的恐懼和好奇來斂財。今天，通靈的騙子似乎是從發達的出版物而來的，像美國著名演員莎莉·麥克林的暢銷書《面臨困境》（Out On A Limb），又為此道造成一股新的潮流。許多人大作廣告，廣為招徠，在“入定”的狀態下告訴滿懷戒懼的觀眾這種陳詞濫調：“要是你不與自然和諧，自然也不會與你和諧。”這些話通常是用一種和“媒介者”本身不同的音調說出的，還時常混入一些外國發音之類的，訊息含糊但適用很廣。通常涉及超自然的層次，很難評斷真假，而區分真偽卻是很重要的，否則整個領域都將蒙上不明之冤。我們需要認真的科學家來研究這項重要的工作。心理醫生有必要做診斷過濾，篩掉精神異常、偽裝或厭世傾向的病人。統計學家、心理學家及醫生都對這些評鑒及未來測試極為重要。

在這個領域中踏出的重要步伐該用科學的方法來做。在科學上，催眠原是用來解釋現象的，以此為出發點，假設必須在控制的情況下來檢驗，這些檢驗的結果必須經過證明與反復驗證，才能形成一個理論。一旦科學家有了自覺成熟的理論，都必須由別的研究者一再地測試，並得到相同結果才行。

杜克大學的萊恩（Joseph B. Rhine）博士、佛吉尼亞大學心理治療系的史蒂芬生（Lan Stevensan）博士、紐約市立大學的史邁德勒（Gertrude Schmeidler）博士詳細而可靠的研究，及許多其他嚴肅的研究者，都證明這是可以做到的。

第16章 我能治療痛苦的眾生，但是我好累

自從凱薩琳和我分享這難以置信的經驗以來，四年過去了，它對我們仍然有著深遠的影響。偶爾，凱薩琳路經我辦公室時，會進來打聲招呼，或和我討論一下她目前的問題。她從不覺得需要再做催眠，無論是處理什麼症狀或找出一個新人在前世和她的相關。我們的工作已經完成了。凱薩琳現在已能完全地享受生命，不再受阻於什麼。她現在擁有的快樂和滿足感，是以前認為不可能有的。她不再害怕疾病或死亡，生命對她是有意義和目的的，現在她身心平衡，與自身關係調適良好。她有一種內在平靜所散發的光芒，許多人希望擁有但很少人能真正得到，她覺得更有精神了。對凱薩琳而言，一切發生過的都非常真實，她一點也不懷疑其中的真實性，並且視為不可分割的一部分。她並沒有興趣繼續加強她的通靈能力，縱使這是別人在書本或任何演講裏也學不來的。瀕死的人或家中有快死的人，常來找她開解，他們似乎自動投向她，和她談過後，就覺得好受些。

我的生命幾乎也有了和凱薩琳一樣大的變化。我的直覺變得很敏銳，更能察覺病人、同事、朋友一些隱秘的部分。即使他們未對我開口，我似乎就知道了好多事。我的價值觀和人生目標轉移到較為人性關懷，而非功利的方向。靈媒、術士、巫醫這類人愈來愈經常出現在我的生活裏，我開始有系統地評估他們的能力。卡洛也和我一同發展，她對死亡與瀕死的諮詢格外熟練，現在並組織起末期愛滋病患者小組。

我開始練習靜坐，不久以前，我還認為只有印度教徒或嬉皮士才流行這個。凱薩琳傳遞的訊息已變成我日常生活意識的一部分。腦中記著生命的深層意識，及死亡是生命的一部分，我變得更有耐心，更富同情心，更能愛人。我也覺得更能為自己的行為負責。不論是正面的或負面的，我知道到頭來皆會付出代價，一報還一報。

我仍然撰寫科技論文，在專業會議上演講，並主持精神醫療部門。但現在我跨在兩個世界裏，五種感官的現象世界，由我們的身體與生理需要代表，及非肉體層次的另一個世界，以我們的靈魂和精神為代表。我知道兩個世界是相連的，全都靠能量。但它們常顯得如此分開。我的工作就是銜接兩者，並謹慎而科學地記錄它們的關聯。

我的家庭也蒙受其惠。卡洛和艾美具有超過一般人的通靈能力，我們也玩笑地鼓勵他們發展這種技巧。兒子約旦成為一個偶像型少年，很自然地居於領導地位。我終於變得不那麼嚴肅，而有時也會做一些不尋常的夢。

凱薩琳最後一次會診之後的幾個月，我睡覺時會有種奇怪的傾向。有時夢境很鮮明，我在夢中聽課，或對演講者發問，夢中老師的名字叫非羅（Phio，愛好、偏好之意）。醒來後，有時還記得夢中討論的東西，我就會隨手記下。在此略舉一些例子，第一個是場演講課，我看出前輩大師的影響。

“……智慧是很慢才能得到的。這是因為容易吸收

的知識，必須轉化為情緒的，或潛意識的知識。一旦轉化好了，這種印象就是永久的。這種反應的必要催化劑就是行動。沒有行動，觀念就會萎縮、褪色，理論知識沒有實際應用是不夠的。”

“平衡與和諧如今都被忽略了，但是，它們卻是智慧的根本。現在的人們凡事都做得太過：喝太多酒，抽太多煙，開太多宴會，說太多沒有內容的話，擔心太多，有太多是或非的想法，不是全部就是沒有。這不是自然的法則。”

“自然界是平衡的。野獸只會破壞一小點兒地方。生態系統不會一團糟，植物被吃掉，又長出來；食物來源被消耗，又獲得補充。有花可供欣賞，有水果可以吃，但根還留在土裏。”

“人類還沒有學會平衡，卻先被貪婪和野心所驅，為恐懼所役使。照這種方式下去終有一天會毀了自己。但自然界會生存下來，至少植物會。”

“快樂根植於單純。思想和行為的過度傾向只會減損快樂。過度會掩蔽基本的價值。宗教人士告訴我們快樂來自心中有愛、信仰和希望、行善和散佈友愛。他們的確是對的，若有這些態度，平衡與和諧也就不遠了。它們應是基本的生存狀態，現在，卻成了很稀罕的東西。仿佛人類在地球上並非以自然狀況存在，得經過改變，才能讓愛、善心和單純駐紮心中，才能感覺純潔，去除長期累積下來的恐懼。”

“一個人要怎樣才能有這種改變，這種不同流俗的價值觀？一旦達到了，又怎麼維持它？答案似乎很簡

單，它是所有宗教的共同點，人類是不朽的，我們現在所做的就是修道、學習。我們都在學習，要是你相信不朽，一切就簡單了。”

“若人的某部分是永恆的，並有足夠的證據和歷史支持這一點，為什麼我們還做這些壞事呢？為什麼還要踐踏別人以謀私利，實際上是毀掉了我們的修業？最終我們都要到同樣的地方去，只是速度不同。沒有什麼人比其他人偉大。”

“想想這些教訓。理智上，答案都已經在那裏，不過它們需要身體力行來完成，變為潛意識中永久的印象，才是關鍵所在。光在主日學校背誦它是不夠的，只有空談沒有行動並無價值。讀到或談到愛、慈善、信心是容易的，但是去做、去感覺它，都幾乎需要意識的改變。不是酒精、藥物或一時情緒的短暫改變，恆久的改變是靠知識和瞭解、行動和實踐來維持的，必須把它轉化成日常生活的習慣。”

“要瞭解一個人並不比別人更偉大，去感覺這點，練習去幫助別人。我們都在同一條船上，要是我們不互相提攜，這個星球真的會很寂寞。”

另一個夢裏，我問了一個問題：“為什麼你說我們是平等的，實際上卻不如此？我們的美德、脾氣、財產、權利、能力、天賦、智慧等等，沒有一樣是相等的？”

答案是個暗喻：“這好比每個人心裏都擁有一顆大鑽石。想像一顆一尺見方的鑽石。它有一千個面，但這些面上都蒙上了塵土。靈魂的工作就是去清潔這些面，使它恢復光彩，能反射彩虹的多種顏色。”

“現在，有些人已清潔了很多面，使鑽石發出動人的光芒。另一些人只清理了幾面，所以還不能發光。但是，在灰塵底下，每個人心裏都有一顆千面鑽石。它是完美無瑕的，差別只在於經過清潔的面數不同。但每一顆鑽石都是一樣的，都是完美的。”

“當所有面都已清潔，能反映完整的光譜時，鑽石就恢復到它原來的純粹能量狀態了。光仍留下來，就好像製造鑽石的步驟反過來，所有壓力都消除了。純粹能量保存在光的彩虹裏，而光裏面有意識和知識。”

“所有的鑽石都是完美的。”

有時候問題很複雜，答案卻簡單。

“我該怎麼做？”我在一個夢中問過，“我知道我能治療痛苦中的人，但他們的人數多到我處理不了，我好累。可是他們這麼需要我，我能說不嗎？說‘不行，已經夠多了’，這樣對嗎？”

“你的角色不是救生員。”這是夢中的答案。

最後一個例子是我為其他心理醫生記下的。某日清晨6點醒來時，猶記得我在夢中對一群心理醫生的演講。

“在心理治療急速醫藥化的今天，我們不該忘記一些傳統的方法。我們是少數仍有耐心和同情心與病人談話的醫生。我們仍然花時間在晤談上。我們增進了病人對疾病的瞭解，讓他們因這層發現而好起來，不只是用鐳射光來治療，我們仍然用希望來治療。”

“今天，其他醫學分支都認為傳統方式治得太慢，太花時間。他們寧願用科技，也不願用心力建立病人與

醫生間一種相互滿足的關係。理想化、合乎倫理、能使個人滿足的方法逐漸失陷，變成經濟、效率、隔絕治療法的天下。結果，我們的同事愈來愈感到孤立與沮喪；病人覺得匆忙、空洞，沒有受到關懷。”

“我們不該被高科技誘惑，反該成為其他人的榜樣，讓大家看到，耐心、瞭解和同情能幫助病人，同時也能幫助醫生。多花一點時間去和病人說話，喚起他們的希望和對痊癒的期待——這些多被遺忘的醫生特質，我們一直應該以自身作為範例。”

“高科技在研究和增進對疾病的瞭解上很管用。它可以是一項無可限量的臨床工具，但永遠不能取代醫生的個人特質和方法。心理治療可以是醫學專業中最有尊嚴的一科。我們是老師，不該放棄這個角色，尤其不能在目前放棄。”

我現在仍會做這種夢，不過只是偶爾。通常，靜坐或在高速公路上開車，甚至做白日夢時，話語和想法都會在腦中一閃。它們通常和我的意識、平日的想法、觀念有所不同。常常來的正是時候，解決了我正苦思的問題。我把它們用在治療和日常生活中。我把這種現象視為我直覺能力的擴展，並因此得到激勵。對我而言，它們是我走對方向的標誌，即使我還有很長的路要走。

我聽從我的夢境和直覺。當我這麼做時，事情似乎頗為順利。反之，就有些不對勁。

我仍然覺得前輩大師就在我身邊。我不太確定我的夢和直覺是否受到他們的影響，但我想是的。

結語

這本書現在完成了，不過故事仍繼續下去，凱薩琳仍好好的，沒有復發什麼症狀。我對引導其他病人的回憶一直很小心，要看他們的症狀有什麼特性、是否對其他療法抗拒、是否容易被催眠、對這種方法是否持開放態度，以及我的直覺是否認為可行等。從凱薩琳以後，我大約對十多個病人做過詳細的前世回溯。這些病人沒有一個是精神異常、妄想傾向或多重人格的，並且都有大幅度的進步。

這十多個病人的背景與個性皆有很大差異。一個邁阿密海灘來的猶太家庭主婦，記得她的數個前世：耶穌死後不久，她在巴勒斯坦被一群羅馬士兵強暴；中世紀時住在一個法國修道院裏；曾在日本度過慘淡的一生；19世紀時她在新奧爾良經營一家妓院。她是除凱薩琳外唯一能從“中間狀態”傳回訊息的病人。

她的訊息也是完全通靈的，並能知道我過去的事，甚至具有準確預測未來的能力。她的訊息來自一個特定的靈魂，我目前正分類整理她說的話。我仍然是個科學家，她所有的材料都需要經過評估和驗證。

其他人除記得死後離開身體、浮進光裏之外，不再記得什麼，並且無法傳回任何思想或訊息，但是每個人都有生動的前世記憶。一個精明的證券經紀人在維多利亞時代的英國，度過了愉快而平淡的一生；一個藝術家在西班牙宗教審判中受過刑罰；一個餐館老闆不敢開車過橋或經過隧道，記得在古代近東地區被活埋過；一個

年輕醫生記得他是個維京人，在海上遇難；一個電視製作人600年前在佛羅倫斯受過折磨。病人記錄還在增加。

這些人也記得不同的世代生活。但某一世揭示以後，症狀也就好轉。現在他們每個人都堅信自己以前活過，將來也會再轉世，他們對死亡的恐懼降低了。

並不是每個人都需要做回溯治療或去找通靈人，甚至靜坐，那些有困擾的人才需要。對於其他人，保持一顆開放心靈才是最重要的。要瞭解生命不只有眼前所見的，生命在我們的五種感官之外還能延續。對新知識及新經驗要持接受的態度。“我們的目標就是去學習，經由知識成為像神一般的存在。”

我不再介意這本書可能對我事業的影響，我所分享的訊息更為重要，而且，如果傳播恰當的話，對全世界都會有益處。

我希望大家能由書中內容得到說明，減輕對死亡的恐懼，借這些訊息所揭示的生命真義，把自己的生活發揮到極致，尋求和諧與內在平靜，並對人類同胞伸出愛的援手。

附一：流覽千年萬年的我

臺灣東華大學教授

餘德慧

望穿生命的秋水

有一天午睡做夢，夢見一個蕭瑟的秋日，我在一塊美式的墳場，看到自己的墓碑。滿園的落葉，西方人的墓碑是嵌在地面上，唯獨自己的墓碑直立著。

我睜大眼睛看著墓碑上的字，有點變幻莫定，一下子是“顯考某公之墓”的古文，一下子是連名帶姓，外加“生於某年，卒於某年”的現代文。墓碑後的埋棺處，一塊隆起的草皮有些乾枯，落葉夾雜。想像裏頭的屍體，有撫今憶昔之感慨。

倒不是這個夢使我驚奇，反而是它提示了我人生的空間。從現在到埋骨之際，我到底有多少更豐富的日子？可是，這樣想，又覺不妥，因為日子匆匆忽忽的，許多做的事、講的話，都會變得模模糊糊，回憶也只是片斷，難道豐富的日子就是這些殘留的記憶嗎？

記得有一回，我從學校回來，一邊洗澡，一邊哼歌，忽然覺得人生愜意，此時此刻的感覺，正是我夢想的——可是，過了幾秒鐘，心頭卻一陣悲哀，因為我挽不住這樣的感覺。我一向身體不好，頭痛、虛耗的時候多，健健康康的時候少，此時正是我最健康的時候；平時做學問，緊張、苦思的時候多，此時正是我想到一些道理的時候；平時一個人獨來獨往，可是偶爾有個人幫你，有著被照顧的感覺，心裏一陣高興。悲哀的心情卻是，

這麼多好的時刻是“恰好碰上”的，就好像坐在山崖上看下面的海浪，兩股浪相撞之後，總有那很短的時間，兩股力量互相抵消，水面變得平靜平滑，無花無浪。這個時刻很快地過去，又是波浪四起，水花亂濺。

尋覓恒久意義

有人常說，要珍惜美好時刻。然而，美好時刻的回想，總有一份深藏的悲哀。在一個不好的時刻，去回想美好的時刻，並不是一件高興的事，惋惜傷情倒是真的，買個好東西，可以賞玩半天，說珍惜還有話說，但也是過了就過了。

為了解決這種生命經驗匆匆忽忽的流動，人們會去尋覓流動生命裏一些較恒久的意義。史丹福大學心理學教授 Irwin Yalom 是個喜愛沉思的人，他說，我的作法是把重點放在生命中一些不變的事上——就是“既定存在的事實，”包括了“死亡”——生也有涯；“孤獨”——在人來人往之中，我們依舊是“生而孤獨，”沒有人會代替我們死；“自由”——我們既然活在這世界上，就得為自己做決定打算；“無意義”——外在的世界並沒有內在的意義，是我們把意義灌注在生命裏頭，意義是自己設計的。

Yalom 的話比較坦誠，他指出了人活在世界上的本來面目。在中國的俗諺裏，也有類似的話語，“夫妻本是同林鳥，大限來時各自飛，”“生不帶來，死不帶去。”但是這些話往往被人視為“人生狠話，”認為這種觀點不是太露骨殘酷，就是消極。

因此，Yalom 的話若是說給一般人聽，即使不像老

太太那樣“呸、呸”幾聲，也會不以為然，以為“哪有這種神經病，一天到晚把死、自由、孤獨掛在嘴上，”簡直太不吉利了。

Yalom 醫生對心靈的奧秘採取比較坦誠的態度。他最喜歡的生命箴言是：“當你參加別人的喪禮時，弄清楚，那也是你的喪禮。”他引用玄學詩人 John Donne 的話說“當喪禮的鐘聲響起，那是為所有的人敲的。”這是很不吉利的說法，但是卻千真萬確。

如臨生命深淵

他曾經有個病人，就在得知他的太太罹患末期癌症之後，做了一個惡夢，夢見老家殘破，自己被怪物追逐。Yalom 突然領悟到，那破敗的家是病人的身體，太太將亡，病人恐怕也難逃一死。

這就是“生命的深淵。”我們的潛意識裏永遠潛存著對死亡的畏懼；只要我們活著，潛意識就存在著死亡的意象。在這生死相對的人生裏，是不是有更高的智慧來教導我們？

魏斯在治療女病人凱薩琳之前，自認為是保守的科學主義者。他從來不相信超心理學的鬼話，只相信科學能驗證的事物。

他用科學的方法治療凱薩琳，歷經18個月毫無效果。凱薩琳是個典型的恐懼症患者，她害怕水，甚至連吞藥丸都怕被水嗆到；她怕坐飛機、怕暗，也害怕死亡。她的病情一再惡化，夜裏經常一合眼就做噩夢。魏斯對這種病症並不陌生，他駕輕就熟地讓她回憶童年往事，

開些抗焦慮劑讓她容易入睡些。

開始治療的時候，魏斯隱約覺得凱薩琳的童年一定發生了什麼事，幾經挖掘，凱薩琳只記得一些零零碎碎的事情。在凱薩琳五歲的時，她依稀記得自己曾經被人推到游泳池裏，再被救了出來。可是，在這件意外事件發生之前，她早就對水懷有很深的恐怖。11歲時候，凱薩琳的母親因為嚴重的憂鬱症入院。

她的父親是個酒鬼，哥哥常常在夜裏到酒館，把爛醉如泥的父親拖回家。酒醉的父親常打母親，弄得全家雞犬不寧。

我的生命被顛覆了！

像這樣的家庭，魏斯相信童年的凱薩琳一定受到了一些深刻的心理創傷。就診之前，凱薩琳的狀態很糟糕，連續兩個晚上都噩夢連連：開車過橋，橋居然垮了，她連車帶人摔到河裏，逐漸沒頂；另一個夢，在一間黑漆漆的房間裏，她想逃出，卻在黑暗裏被東西絆得東倒西歪，逃不出來。

魏斯在他的日記上寫道：“第一次治療凱薩琳時，我從來不知道我的生命將由此被顛覆了——這個擔驚受怕的女子坐在我的前面，居然是個催化劑，把我的生命完全改觀了。”

魏斯醫生到底改變了什麼？為什麼這麼一個科學家居然開始相信前世輪迴？為什麼這位科學家願意冒著風險及嘲笑，把他的真實故事昭示天下？

原來，他從凱薩琳的治療裏，突然擺脫了科學的約

束，陷入人類巨大的奧秘裏。

魏斯曾幾次勸凱薩琳做催眠治療，可是凱薩琳硬是不肯，她害怕那種似夢幻般的黑暗。有一次，凱薩琳隨她男友到芝加哥，進入當地的古博物館參觀正展出的古埃及文明展，忽然有著似曾相識的感覺。當導遊解說的時候，她會不由自主地糾正他。凱薩琳自己也覺得莫名其妙。回到邁阿密之後，魏斯再度說服她接受催眠，她終於心不甘情不願地答應了。

於是，魏斯要她回憶早期的事，在催眠中說話。照魏斯的臨床經驗，凱薩琳的症狀應該會好轉。但不幸的是，凱薩琳的病情毫無轉機，於是魏斯再度催眠治療，把她引到兩歲，但無事發生，魏斯又引她往一歲走。突然，魏斯聽到凱薩琳說出一些他從未想過的事：“我看到通往一個建築物的臺階，那是一個好大好白的建築物，白色的拱門，沒有門廊……我穿著一件長袍，很粗的料子，我的頭髮系起來，長長的金髮……”

前世今生歷歷在目

魏斯不禁驚呆了，他催眠過上百的病人，卻從未碰到過這種事。他的腦中猛然閃過一個念頭：“莫非是輪迴？莫非她在說自己的前世？”他又細細地問了一些生活細節，顯然凱薩琳並不是在瞎扯，一切清晰無疑。魏斯尋思道，凱薩琳患精神分裂嗎？這些話是來自她的幻覺嗎？是分裂性格還是病態性格？魏斯又從她的臨床資料裏，一一否定了這些症狀。

魏斯的心情恍若隔世。他覺得自己好像碰到了一些心靈之秘。前世記憶？

這個陌生的知識對他這個科學家簡直是不可能的事，可是卻又在眼前活生生地發生，搞得他又不能否認。

魏斯又問凱薩琳記得什麼，凱薩琳又說了她的兩個“前世，”一次是在西元1756年，她是個西班牙人，名叫露伊莎，56歲。當時由於瘟疫，許多人都生病了，露伊莎也正病著；另一次，她是個妓女。經過這次催眠後，凱薩琳的病情才開始好轉，年輕的活力及嫵媚又回到她的臉上。雖然，她不相信輪迴之說，可是她確實感受到“前世”鮮活的記憶，以及強有力的衝擊。魏斯醫生卻沒有這麼好過，他翻查有關前世的書籍，卻又對輪迴疑惑重重。他是典型的猶裔美國人，在學術上力爭上游，在大學念化學，在醫學院搞生理精神醫學，全然不信轉世之說。

可是凱薩琳每次的催眠治療都會說一些與她前世不同的經驗，也描述自己如何死亡。根據研究瀕死經驗的雷蒙·慕迪博士的說法，人們死亡之前會“飄浮”著離開肉體，而凱薩琳也是這麼說的。

流覽千年萬年的我

魏斯翻閱布朗大學杜達斯教授的文章，也讀遍了其他研究第六感學者的書，愈來愈覺得自己在變化。他開始懷疑科學給他的限制，問題不在於科學的對錯，而是他發現人對自己生命的態度並不是科學關心的主題，但人是通過經驗關注生命的。

美國“神經與精神醫學之父”梅爾（Dr. Adolph Meyer）教導他的學生時，總喜歡說一句話：“不要在不癢的地方搔。”意思是“不要去碰沒有發作的部

分。” Yalom 說，“死亡”的陰影在人生各處莫不癢，而魏斯正搔到了癢處。

這個癢處並不是凱薩琳口中說出的“前世”，而是“前世”的概念。它突然把“死亡”的意義做了一個很大的轉換：我們並不只是活在肉身的數十個寒暑，而是活在一個千萬年的時間視框裏；“看遍一生”並不只是回顧眼前這個肉身的一生，而是把千年萬年的一生一世翻轉著看，像流覽著千年的日記。

所謂的“我”，突然化身為千千萬萬個人，時而為高官，時而為奴僕，時而得意一生，接著可能窮困一輩子。在一個“一生”裏，我們只看到一個“我”；在缺乏“前世觀”的視框下，我們總是固執地把這個“我”緊緊地懷抱著，過度認真地對待它。可是，一旦把這個“我”放在千古裏看，它只是我們互古生命脈中的一個人相。於是，把自己放在“不止一生”的觀照裏，“我”突然被提升到一個較高智慧的位置來觀想——那是一種超越生死的解放感。

馬丁·海德格爾教授（Martin Heidegger）是20世紀最偉大的哲學家之一。早在1929年，他就探討了這個問題。他深深瞭解，人的肉身會死亡，但是人真正體會到“自己會死”的念頭後，卻可以使生命充滿生機。在某些宗教裏（例如禪宗），修道士總是把“生死大關”當作參悟的目標，參破生死並不是準備去死，相反的，那是為自己尋找活路。死亡是事實，但死亡不是生命最後的時刻，如果把肉身的死亡當作最後的終結，那麼我們從出生的一刻就註定了死亡。這是相當缺乏意義的簡

單思維。

意識死亡靈犀浮現

於是，海德格爾在巨著《存在與時間》裏提到，人有兩種基本的存在狀態。一是“沒有死亡意識”的世界，人們以世俗價值的“物”作為存在的目標。

當我們迷戀功名成就時，功名成就的價值便不容許我們去思考死亡。因此，在這樣的世界裏，死亡要被排斥在意識之外，我們要假裝它不存在，或者獨斷地主張“一死百了”的便宜話頭。生活在這般世界的人，往往必須以競爭的心虛張聲勢，活在不能太真誠的生活中。

另一個世界叫做“靈犀意識”，在這個意識世界裏，人們知道肉身的脆弱，但是在精神上，你必須用心去承擔活著的責任。人會變得有靈性，乃至理解“死亡”的意義，使自己真誠地度過自己的生活。

俄國小說家陀思妥耶夫斯基因受刑前幾分鐘被釋放，頭腦從世俗的思維轉入“靈犀意識”。托爾斯泰也曾在《戰爭與和平》中描寫主人翁安德烈也經歷過這種轉化。安德烈前半生過著官僚式的空洞生活，而當他被拿破崙的軍隊逮捕，同樣在最後時刻被釋放後，他的生命變得神采飛揚，因為他開始懂得為自己承擔責任。可以說，“死亡”讓人們對自己產生了一種承擔的勇氣。

在世俗的思維裏，我們只有逃跑。有個寓言說明了這種逃跑的困境。有一天，有個人看到“死亡天使”站在市場上跟人聊天。天使說，今天我在這裏有幾個人要召回……話都沒說完，這個人就嚇倒了，深怕自己就是

那些該死的人之一，於是他躍上快馬，一溜煙離開了本鎮，到了遠方一個叫“沙馬坎”的小村。天使繼續他的聊天：“某某在哪裏？”那個“某某”剛好就是那個飛奔到“沙馬坎”的人。有人告訴天使，某某應該在本鎮。天使說：“怪了，他應該是四個禮拜之後在沙馬坎見到我的”。

“把頭埋在沙子裏”的駝鳥永遠逃不掉死亡。從精神分析看，那是因為潛意識裏，死亡代表了巨大的虛無，我們害怕掉到那“心靈的深淵”裏。

翻開人生新頁

魏斯醫生的經驗還不算戲劇化。有一個酒鬼用另一種方式點醒了自己。由於酒癮太嚴重，他被家人逼迫去參加戒酒團體。可是這位酒鬼依然故我，常常醉醺醺地參加戒酒的討論會。有一次，他實在是醉得太厲害了，在討論會中昏迷過去。大家把他抬到長沙發上，圍在他的身邊討論該怎麼辦，最後決定送醫院。這個過程都被攝影機全程拍下來了，有人就把這盤錄影帶送給這酒鬼。

酒鬼一個人看著錄影帶，想起當年他的酒鬼哥哥死的時候，一夥人圍在他哥哥的屍體旁討論喪事的情景。現在，他發現自己仿佛就是一個死去的人，親人在他屍身旁邊討論他死後的事。他一邊看，一邊發毛，仿佛就這樣死了一次，現在又活過來了。這使他恍然大悟，開始思索自己的一生該怎麼過。

有一個腎臟病病人，每天為洗腎痛苦萬分。後來有個機緣，她得到換腎的機會。移植手術非常成功，她仿

若重生。她自己感歎道，這個手術使我體會到兩種生命。

第一個“我”已經死在洗腎的時候，那個“我”不敢面對死亡，是個世俗的“我”。第二個“我”是個重生的人，從死裏生出來……

第一個“我”是個對人世輕忽的小孩，它只是“被日子過，”一味地抱怨人生不公平、食物難吃、衣服難看、上課打盹、別人太囉嗦；他的人生目的只是在找哪個地方有好玩的，哪個地方能買到好吃的，哪個地方可以消磨時光……日子就這麼漫無目的地過下去了。這個“我”被一切膚淺事物羈絆著。第二個“我”就是現在的“我，”被生命的奇妙陶醉著，看那蔚藍的天空、美麗的花朵，才知道有價值的生活是什麼樣的……因為面對死亡，才懂得了真正的生活。

真誠擁抱世界

美國參議員紐伯格獲知自己的癌症已到末期時，才翻然領悟生命的真諦是什麼意思。在死之前，他提到自己的變化：

“在我得知自己的癌症惡化時，我不再想到我參議員的高位、我在銀行的存款或者對這世界的野心。自從生病之後，我與妻子從來沒有吵過架。但過去，我總罵她老是不從牙膏的底部擠牙膏刷牙，煮的飯菜難吃之極，不會招待我的朋友，花太多錢買衣服。可我現在顧不上這些瑣事了……”

“反之，我開始把以前理所當然的事視為恩賜——能夠與朋友共餐的快樂；搔搔狗兒的耳朵，聽它打嗝；

能有老伴相伴；在床上守著床燈，靜靜地讀書，看雜誌……即使是喝杯果汁，我也覺得是生命的恩賜。這是我第一次領略到生命的救贖，我知道我的肉體將毀，才使我捕捉到了人生的真義。想想過去的荒唐，最健康的時候，我被那種虛假的驕傲、錯綜複雜的價值，以及五光十色的瑣事攪和著”。

不再渴求全然滿足

紐伯格的第二個世界就是讀者熟悉的阿保美代文學——在阿保美代（日本漫畫家，用漫畫寫散文的作家）的世界裏，自己與這個世界是如此真誠地擁抱，一個小小的散步，踩著落葉細細地品味，領略自然的美；與人說話，不再害怕，不再虛飾，因為曾經面對過死亡，已經沒有什麼好怕的了，真誠成為生活的核心。

宗教的真諦往往強調的是“不再渴求”。放在現實裏，只有曾經接近死亡的人才能領略。與佛洛德齊名的榮格在經歷“生死一線”的心臟病發作時，就體驗到這種“不再渴求”的意義。

當榮格心臟病發作而瀕臨死亡之際，他感到自己好像浮在地球的表面上，逐漸要離開這個星球，他知道這生就要過去了。雖然那時的感覺很痛苦，可是卻賦予他一種全然的滿足。榮格說，那時他覺得“不再有任何渴求，”有一種很自由平和的心情，一種深刻的解脫。後來，發現自己又被拉回到人世時，他感受到一種難忍的壓抑感，好像又要回到“小盒子”裏。他才理解到在人世間，生活原來就是一間囚牢，人被人世的諸種力量緊緊地攬住。

榮格停留在這種瀕死狀態好幾個禮拜。他說，這是他一生最美好的經驗，“整個身子懸浮在空中，自己像是在宇宙的子宮裏被呵護著，雖有無盡的空曠虛無，但深度的快樂使我不會害怕，那時我心裏想著：這真是無可倫比的福祉，其美妙處難以言喻”。 “唯有捨棄，才能再生”。

望盡千帆身心安頓

魏斯也發生了類似的改變，他說：“日復一日地聽著凱薩琳的錄音帶，我的疑慮漸漸消融，我的生活變得很單純，更容易滿足。我不再與人玩人情的把戲，不再以自己的身份做虛驕的身段，變得更坦誠、更直接”。

魏斯覺得，如果世俗的繁華不能幫我們找到安心立命的智慧，那麼我們必須用另一種意識來保持仁愛與簡樸。在那種意識裏，我們有著對人類望盡千帆的終極關懷。

一旦我們跳過那道閾限，眼前頓然開朗，一切身心終將安頓。

附二：我看“前世今生”

前世輪迴的觀念對佛教的善男信女來說，是毋庸置疑的。但是對20世紀受過西方科學洗禮的人而言，卻是無稽之談。《前世今生》一書出版後，挑起了許多讀者對生命、死亡、輪迴、前世、來世……的好奇與迷惑。我們特別邀請了臺灣著名作家、翻譯家胡因夢女士，臺灣超心理學學會理事長、學者黃大受教授針對“前世今生”這個主題，進一步探討人類心靈的奧秘。

從追逐前世到老實修行

胡因夢

前世追溯（Past-Life Regression）的實驗我自己做過。我是看了莎莉·麥克琳的《面臨困境》後，才知道美國新墨西哥州有個神奇的女巫師。這位女巫師從小就有與大自然合一的經驗，常常覺得自己是樹或石頭。後來開始有靈療的能力，並且學會了中國的針灸。她把針插在人的7個輪脈上，那個人的意識裏就會出現前世的畫面。我有一次去美國，就特意從紐約飛到新墨西哥州這個“光療中心”（Light Institute）。這個地方很偏僻，但是很多人不遠萬里從世界各地飛來，想借著前世追溯來認識自己的潛意識裏到底有些什麼東西。

這位女巫師本人已經不做治療了，而是訓練一批助手來做。先是一位猶太籍的女助手來幫我做，我對她感覺不好，於是換了一位印度籍的。“光療中心”的宣傳上說是用針紮輪脈，結果她並沒有用針紮，而是用指壓

加上一些心理暗示，想要引導我慢慢進入深層意識狀態。我這個人通常都保持很清醒的狀態，不容易接受暗示，眼見這個印度女人費了好大的力氣，花了好多時間，我卻什麼反應都沒有，心裏覺得有些不忍，就編了兩個故事來滿足她。於是她就用我編的故事一條條地分析我的個性。我從紐約趕過來，花800美元來做前世回溯，她們卻沒有按照宣傳上說的來做，我就發了一頓火，結果那位印度女人引咎辭職，猶太女人也被解雇了。

這個經驗使我瞭解到前世追溯並不是那麼容易做的，不是每個人都能進入那種狀態，這次實驗可以說是完全失敗的，毫無收穫。

但是，曾經有位密宗的喇嘛用“神通”來看我的前世。但我覺得我知道前世以後，對我並沒有太大的幫助。因為我知道以後，它就變成一種概念，一個心理暗示，這個概念與心理暗示會多方限制我。譬如說，我的前世做過法師，也有很多世是貴族，法師和貴族這個概念一旦進入我的意識，我可能會自我膨脹，意識擴張，也許生出權威感，也許有了先入為主的結論。這些都會阻礙我用開放的態度，即所謂的“空性”來面對自己或他人。因此追溯前世對我來說並沒有幫助，反而生出障礙。

我以前對前世很有興趣，在美國找過很多的心理醫生，想要通過他們來瞭解我的前世。但是經歷了種種意識擴張的體驗後，我還是回到了佛家正統的修煉道路。

佛家不強調前世或後世的最主要原因是：以佛家的角度來看，我們無意識裏的全部記錄，無論是過去、現

在或未來，全都存在我們每一刻當下的意念裏面。也就是說，我每一刻的起心動念已經包括了過去、現在和未來的記錄——現在的一切是未來事情的原因，而過去種下的所有因現在都在結果。所以佛家不強調輪迴，甚至不強調過去心、未來心，而是訓練一個人永遠維持一種清醒的狀態。這種清醒狀態就是在每一個當下、現在，都能夠察覺到的意識活動。

譬如說，我現在的想法是什麼，我的感受、內在情緒、情感狀態是什麼……這些我全部都要覺察到。這個察覺（awareness）就是佛家強調的佛性。在純粹的覺察裏是沒有意志力的，不是刻意在做這件事情，而是在放鬆的狀態，維持頭腦的清醒與機警。通過這種察覺，我們才能深刻而完整地瞭解自己的意識活動。一個人如果能隨時隨地維持這樣的察覺，就不需要借助催眠，或進入前世、後世來瞭解自己了。

我們維持頭腦清醒，通過不斷的察覺，達到一個成熟的階段後，就有能力一目了然自己在搞什麼把戲。到那個時候，我們的心就可以安住在每一個狀態裏面了，不抵抗，不逃避，久而久之，就會收穫“開悟”的經驗——“悟”就是這樣產生的。

基本上，我不排斥也不否定意識擴張的經驗。我認為研究前世今生有治療的功效。我們每一個人幾乎都有病，很嚴重的心病。多元化的現代社會，人際關係愈來愈複雜，知識的障礙愈來愈多，所有這些東西都會糾結成我們內心的煩惱與幻想。我們研究前世今生，主要是站在治療的角度，而不是追逐外在的現象。凡是能達到

治療效果的東西，我想都有它的價值。

人會對前世有興趣，基本上都是因為對自己有興趣。人在這個世上，研究命相也好，靈魂也好，修行也好，對真理的興趣也好，都是因為對自己感興趣。我一開始是對哲學有興趣，接著對超心理學有興趣，後來才進入正統的佛家修煉之路，在生活中老實修行。

以前世戒今生，用今生修來生

黃大受

根據我50年來研究歷史學、超心理學的經驗，以及多年耳聞目睹許多輪迴轉世的故事，我相信前世輪迴，也相信鬼神等靈異現象。

超心理學會成立以來，不斷從各方收集到關於前世輪迴、靈異現象的資料，也常有人打電話來談這方面的事情。我個人長年往返於世界各地，也見聞了不少奇人異事，相關的事例非常多。我國歷史上就有這樣的記載：明朝王陽明先生一日出巡時路過一座寺廟，舉目一看，似曾相識之感油然而生。走到後院一個封閉的房間，更加熟悉，他向住持詢問，得知此屋是50年前前任住持過世後才封閉的。王陽明非常好奇，堅持要開門一看，進屋後發現了前任住持留下的一首詩，詩的大意是說50年後，開門入內者就是他投胎轉世之人。王陽明這才發現，自己的前世原來是一位出家和尚。

在臺灣有一對夫妻，先生很年輕就去世了，太太在先生每年生日時都煮麵祭他。多年以後，一位年輕軍官每年生日都夢到有人煮麵給他吃，一天路過此地，仿如

夢中吃麵的地方，進屋拜訪之後，赫然發現自己與牆上年輕先生的照片長得一模一樣，年老的太太也認識他，說：“你終於回來了”。他才知道眼前的老太太原來是自己前世的妻子，不禁恍然大悟。

我認為我們應該以一種客觀的態度來看待前世輪迴。目前社會上有兩種迷信現象，一種是宗教迷信，一種是科學迷信。前者是因為對某種宗教的狂熱信仰而產生的盲目信從；後者則指過度信奉科學實證，認為無法用科學實驗證明的事都是無稽之談，都是不存在的。我認為前世輪迴不是宗教迷信的產物，它確實存在，雖然目前還不能以科學的方法來開發、研究它。

更重要的是，我們之所以會對前世輪迴有興趣，是因為每個人都想知道未來會怎麼樣，即有前世輪迴則人必有來生。所以我們若想從前世輪迴上獲得一些益處，就應該把精力集中在今生後世上；要想有一個更好的後世，今生就應該多發善心、許善願、做善事、結善緣、收善果，使得今生祥和圓滿，後世當然就會更美滿了。

附三：前世與今生的交會

《前世今生》座談會

黃榮村（主持人，以下簡稱黃）：《前世今生》這本書在臺灣的暢銷，讓許多作者又羨又妒。我們希望能聽聽著名醫生王溢嘉、學者高天恩對前世今生及這本書的看法。

王溢嘉（以下簡稱王）：從學生時代起，我就對各種怪力亂神及神秘現象極感興趣。但我讀遍各種文獻，卻發覺我不相信。老實說，我其實是隨時準備相信這些神秘現象的，但到目前為止，我尚未發現任何研究的報告或事蹟足以說服我相信它。

高天恩（以下簡稱高）：我個人專業研究的方向是英美文學，但20年來，對於歐美文學中的神秘主義，或宗教與科學間的關係，我也有較高的興趣。我本身是佛教徒，在密宗的修持上已摸索了十幾年。對《前世今生》這本書，我並不特別贊成或反對，對作者整本書的成就，我的立場是Yes, but……此書中描述的經驗，其實可以以佛家的人生觀、宇宙觀來解釋。作者的寫作態度頗為誠懇，但我認為某些部分他囿於知識的局限，處理得不盡理想。本書原名是“Many Lives, Many Masters,”直譯為“許多的轉世，許多的導師，”而“Masters”一字，即文中所謂的“大師”。作者限於學識、經驗，似乎未將其特質及層次加以界定或歸類，這其實也是可以用佛家宇宙觀加以理清的。此外，我也希望能夠就西

方科學家對科學的反省，談談科學知識的局限性——有些事情科學是既不能做假設，也很難求證的。

黃：我們先請王醫生告訴我們本書作者的話可信不可信？如果可信，書中的個案凱薩琳可信不可信？

王：站在科學及精神醫學的立場來看這本書，我們會發現，其實，類似的書國內外都有。比較特別的是，本書標榜作者是受過嚴格科學訓練的著名心理醫生。在這點上，我對於魏斯醫生的開放心靈與職業勇氣感到敬佩，但如果我們從嚴謹的科學及精神醫學觀點來看，卻又不得不失望了。本書提到的一些事例，從科學的角度而言是值得懷疑的。凱薩琳在催眠中自稱回溯到西元前1863年的前世，據她所言是埃及時代，但是她為什麼會知道當時是“西元前1863年？”書中所述的每段回憶大都同一模式。魏斯醫生應該鍥而不捨地要求她以當時當地的語言說話、溝通。至少，也應該質疑為什麼一個西元前的女性竟然會使用現代美語。可惜的是，自稱具有懷疑精神的魏斯，卻對這一疑點視若無睹，他所做的努力只是把凱薩琳的話原封不動地抄錄下來，卻又大言不慚地宣稱輪迴轉世在他的辦公室裏得到了科學的證明。另外，從精神醫學的角度來檢視，魏斯醫生未指出一個極為重要的統計數字：透過催眠所喚起的回憶只有50%的可信度——被催眠者所憶起的往事，可能有一半來自於幻想、催眠師的誘導或暗示，甚至是為了討好催眠師而編造的故事。這裏，我覺得他疏忽了，甚至無視一個心理醫生應承擔的責任。本書標榜耶魯醫學博士所著，但該院1950年

曾發生過一件轟動醫學界的大醜聞。一位名叫柯迪亞的人類學家，為探討心理醫生與病人間的互動關係，徵得院長同意，假扮成一個精神異常的患者，到該院就診。心理醫生按照傳統療法，要求其住院醫療，柯迪亞佯裝精神狀態不佳，在該院診治了幾個月，後來醫生覺得他的病情已有好轉，准予出院。事後院長才告訴醫生，這位病人是偽裝的，醫生感到很憤怒而且覺得被羞辱了。此事在學界堪稱大事件，也使得整個學界痛下決心反省到底何處出錯？後來，整個心理學界便放棄了精神分析的傾向，回歸生物醫學為主流的模式。說及此事並不是要說明凱薩琳所言是個騙局，而是要強調一個心理醫生不能只根據病人所敘的內容即著作成書。雖然此書標榜科學，但我總覺它這方面的色彩稍淡，反而像一本報導式的小說。

黃：凱薩琳是魏斯所在醫院實驗室的化驗員。根據他的觀察，凱薩琳不該有次元、空間、能量等較高深的知識，所以魏斯醫生覺得可信度很高，基於此點請您解釋一下，好嗎？

王：書中並不能看出次元等有何特別的地方，也沒有一般讀書人所不能懂的較高深的學問啊。

黃：現在有請高教授——一個“修煉過的”人——談談自己的看法。

高：我同意這本書絕不是最好的談論輪迴轉世的書。這本書夾議夾敘的寫法確有可議之處，書中的故事確實是有聞必錄，但我也相信該書所描寫的案例絕不

是一場騙局。從佛教的觀點來看，人透過修行以明心見性，經禪定，甚至服食迷幻藥，都可能接觸到多重宇宙，達到各種不同的意識境界。

佛經上也指出，釋迦牟尼成佛後，對於宇宙間一切往生往世，以及無盡的來世，剎那間便能了若指掌。我們一般人雖無法達到那麼高的境界，但人與人之間還是有不同層次的差別的。不得不說的是，凱薩琳回憶的86世，其中有許多疑點。例如，她每次的輪迴全是轉世為人而未曾進入畜牧道，以佛家的觀點而言，醫生在這方面不曾質疑，可能是因為知識不夠深。但我必須強調的是，佛教雖然有輪迴的觀點，但並不寄望於自己會有一個最佳的來世。因為，佛教輪迴的最終目的便是要超脫輪迴，達到涅槃的境界。

西方現代的科學發展至今也不過300年的歷史，它有自己的假設、程式，以某些工具求證，求得某種客觀結果，但也因此有其局限性。我想舉一個真實的例子說明這一點。1877年，美國堪薩斯州的凱西（Edgar Cayce）因喉嚨劇痛前去就醫，結果在深度催眠之下，他竟然能為自己及別人開藥方治病。而且，漸漸的，他指出病因不只是肉體的因素，還包括前世等等。因此，他除了開出藥方之外，也會要求病人做一些善事、多修行等等。雖然清醒後凱西完全不懂這些專業醫學知識，甚至因輪迴的觀念與他信仰的天主教相抵觸而極為不安，但在20世紀20～40年代，共有2000多人接受過他的治療並得悉他們的前世姻緣，也借此瞭解到他們今生的性取向。

值得注意的是，即使有些人間隔十餘年後再度求診，凱瑟所講的前世因果還是一樣的，所以可信度相當高。凱西則自述自己某一世是埃及的祭司，具有超能力，但因縱欲過度，德行不彰，所以此世努力修行補過。凱西的這段事蹟至今還有錄音記錄，這些也會令我們思考，是否在催眠狀態下獲得的知識與訊息，都只能被貶為“催眠師的誘導或深度暗示”的結果，而且也似乎可以當《前世今生》一書的佐證。

黃：這一事例未必就能充分表達前世今生中的輪迴觀點。可以請高教授談談您在夏威夷皈依西藏高僧，以及這位老師圓寂及轉世的情形嗎？

高：當初，我在夏威夷皈依這位西藏高僧，追隨他學佛法，與我閱讀輪迴轉世的書有關。佛家的許多經典，都曾述及生死輪迴，僅以《高僧傳》安世高為例。漢朝時，安息國（今之伊朗）的王子安世高在漢桓帝時來到中國會稽還債，在暴亂中身亡。而前世殺他的人當場目睹後，有感於他“三世因果，絲毫不爽”便開始修佛。而梁武帝愛妻死後變蟒蛇，唐朝悟達國師“人面瘡”等故事也都耳熟能詳。

黃：當年子貢曾問孔子關於人死後有沒有靈魂，孔子出於教化的目的，回答說：“未知生，焉知死？”墨子則認為人死後有靈魂。

王：我必須先陳述一個事實，即有關於凱西的資料都是由他家人成立的一個基金會所提供的，而且他的事蹟主要是在電視、收音機上流傳，學術界對他的研

究極少。這可能是學術界的疏忽，甚至連美國靈學研究會（ASPR）都沒有調查過他的資料。凱西喉嚨劇痛，可能由於神經及心理因素，也許不吃藥也能痊癒。另外，凱西開的藥方大部分以草藥、飲食建議及按摩療法為主，這也是一種信心療法。至於有關凱西的種種超能力，我們也許應該持一個開放的心靈，“寧可信其有，不可信其無”。我想指出的是，我們如果把許多神秘現象視為一種思辨的哲學是極有趣的一件事，但如果當真，可能就會造成很大的麻煩。至於輪迴轉世之說則比較複雜，在科學上尚有爭論。另外它也是宗教信仰的一部分，我們應該予以尊重。

黃：能否請您再談談書中關於前世、輪迴及宗教信仰的內容？

王：我對佛教經典不太瞭解，但讀過一些筆記小說及人類學的調查資料。而筆記小說其實是古代的“報告文學”。在中國，人畜輪迴是很普遍的，但西方則很少見。值得注意的是，筆記小說中的轉世故事特別指出了輪迴對人倫的破壞。清朝李慶辰的《醉茶志怪》記載了一則故事，說一個秀才死後，靈魂走到女兒家裏，而他的女兒正臨盆待產，結果秀才一個閃失，投胎成為女兒的兒子。秀才因痛苦這一結果，變成啞巴。一家人得知此結局，不但沒有因轉世輪迴而喜悅，反而因遭此人倫大變而抱頭痛哭。我舉此例是想說明，儒家的倫理觀是建立在唯一可見的現世觀點上的。如果凡事要考慮無數的前世業

障，對於儒家的人倫觀將造成極大的破壞，所以儒家是絕對排斥轉世觀念的。筆記小說代表了人們的想法，可滿足一般老百姓對靈魂不朽的渴望，也提醒大家這份渴望可能會對現實帶來困擾。它所代表的是儒家和佛家兩種思想在中國人內心的糾葛。

高：佛教有很多層次，並非單純的吃齋、念佛、修橋、鋪路，它更是一種修持。不入虎穴，焉得虎子，如果王先生真有科學實證的精神，不妨試試修禪。談及筆記小說對人倫規範的破壞，我認為王先生似乎放棄了科學的求證立場。另一方面，關於人倫立場，佛家常言：“眾生如母，”相信在無限的時空之中，眾生會經歷無限的輪迴，因此六道眾生皆可能是我累生累世之父母，如今淪為畜生，我何忍食其肉？因此，素食主義對佛家而言，是一種大孝，一種悲憫情懷，是人倫關係的極致。

我還想再舉個例子。赫胥黎從早年的虛無主義到不可知論者，再成為一個神秘組織的信仰者，可以說極富戲劇性。1955年赫胥黎在第一任妻子患癌症臨終前，遵循《西藏度亡經》的作法，在妻子耳邊不斷地呢喃叮嚀，要她放下一切人世間的牽掛，縱身迎向前面的清靜法界。赫胥黎臨終前，也請第二任妻子照此方法將他度亡。他雖然相信輪迴，但最終的希望仍是永遠超脫輪迴，這正是一個虔誠佛教徒的作法。

最近三四百年西方的科學發展，把基督教的神學基礎、宗教信仰幾乎連根拔起。尤其近100年來，有許

多敏感的詩人、哲學家、藝術家非常渴求宗教經驗，但卻沒有安心立命的寄託，也沒有修持的法門。英國心理學家萊恩（R. D. Laing）就曾在一本書中提到尼采、赫德琳、克雷爾等人抑鬱發瘋而終，原因之一就在於得不到精神寄託。其實西方宗教史上從奧古斯丁開始，許多人一心一意地修行，希望能與上帝溝通，然而17世紀宗教革命後，“與上帝溝通”的神秘主義者卻被教會視為天才或怪物，更多時候是怪物。教會認為人若能與上帝直接溝通，教會則毫無存在的價值。教會始終壓抑神秘主義的修持，科學也壓抑宗教，結果，19世紀維多利亞時代，英國人史無前例地紛紛喪失信仰。歷史學家如卡來爾，科學家如達爾文，小說家如哈代，紛紛放棄神職，脫離教會。這並不是偶然現象，這種歷史背景也說明了赫胥黎這一類的西方知識份子為何在20世紀乞靈於東方神秘主義。

黃：這裏，先問高教授兩個問題，一是一個人若娶了前世的母親為妻，那該如何？二是若一個人殺了前世殺他的人，一報還一報，那麼法律上該如何審判？

高：這很難回答，但一個虔誠的佛教徒會覺得這並不重要。佛教重一體兩面，一是最高的智慧，一是最大的慈悲，兩者並存。佛言：“三千大千世界，每一寸土地都是我曾為救眾生肝腦塗地的地方”。這說明了佛的慈悲，至於佛的智慧，因為我還只是個凡夫，所以無法充分揣測。凡夫與佛的差異，就像“蝌蚪”與“母蛙”的關係。一群小蝌蚪在河裏幻想著岸上種種美景，“宗教之美，百官之福”，但岸上

回來的母青蛙卻說：“事情並非如你們的想像，等你們蛻變成青蛙之後就知道了”。我自己當然是一隻“小蝌蚪”，但我深知由“小蝌蚪”變成“母青蛙”，卻必須時時勤修，如果唯讀筆記小說而不勤修，只怕很難一窺究竟。

黃：前世經驗與精神醫學有很密切的關聯，可否請王醫生談談有關催眠的一些相關案例。

王：如前所說，催眠療法的可信度只有50%。基本上，心理醫生對於是否有前世並不是很感興趣也很難去求證。但有趣的是，前世的回憶通常與今生的困境有關，例如一個恐水症患者，他的前世原來是被水淹死的。儘管真假難辨，但醫生卻發現患者在回溯前世時非常痛苦，好像正在體驗該事，但醒來後原來的症狀都會顯著改善。因此有些心理醫生會採用前世療法，但它並非正統療法。

我相信前世回憶與催眠師的誘導及暗示有關，美國肯塔基大學曾作過一個著名的實驗。他們隨機找來了三組學生，第一組告訴他們輪迴轉世確有其事，結果催眠之下，有85%的人宣稱回溯起前世；第二組以中性的指導語，客觀地描述前世經驗的未知性，則只有60%的人憶起前世；最後一組則以充滿批判的話語談論前世，能回憶前世的人降為10%。這個實驗相當強烈地指出催眠的暗示作用。

另一例則是非常著名的福克斯三姐妹，她們自稱鬼魂附身能通靈，遂造成1848年起全美國多了三萬靈媒，她們甚至到白宮及英國維多利亞女王面前表

演，極具盛名。但1888年，三姐妹之一卻做了一番告白，表明通靈之說全是騙局。

黃：王醫生總是提一些不相信的例子，高教授怎麼看呢？

高：我始終不願談論個人經驗，我希望盡可能客觀解釋。舉一個例子，有關宋朝黃庭堅的故事。黃庭堅26歲中進士，官拜黃州知州，一天在衙門午睡，夢見吃了一碗芹菜麵，醒來尚有餘香，第二天仍做相同的夢。夢醒後，他便出門往前尋去，看見一位老太太，發覺老婦人正以芹菜麵追懷死去26年的女兒忌辰。一談之下，前塵往事又回到腦中，而老婦的女兒生前的詩文竟與黃庭堅今生詩文雷同。他認出了前世的母親，跪拜在地，並奉養終生，這是江西省修水縣誌上的一段記載。相似的事件，出現在柏楊的前世今生愛情小說《龍眼粥》中。我問柏楊先生是否受黃庭堅的影響，但他不承認，也表示不信輪迴，寫此故事只為表現愛情的偉大。

9年前，我曾與柏楊先生、他的夫人張香華及一位昆蟲學博士姚安莉小姐，受一個道士之邀，到道壇上親歷“落陰觀”（臺灣民間道教的一項法術，據說當事人會在法師引導下靈魂出竅，周遊地府）的實際過程。當時，姚安莉在道士的作法下，真的神遊地府一番，她在陰間見到了過去深深愛慕她，卻因病辭世的一位美國友人，並在我們眼前一人分飾兩角，像演雙簧般同時用英文說出雙方的對話內容。這件事，我覺得就像莎士比亞在《哈姆雷特》中所

說的：“天上地下之間，有太多奇奇怪怪的事情是遠非你那小小的哲學體系所能解釋的”。

黃：最後，我想請兩位就輪迴轉世、修行、法律、倫理，甚至科學的觀點作一個結論，談談其社會功能的問題。

王：我覺得對靈魂轉世這個問題，一般人渴望得到的是心靈的真實，而非客觀的真實。

我說一個民間廣泛流傳的方孝孺的故事。方孝孺因得罪明成祖而被滅門十族，民間傳說他是由父親早年所殘殺的一窩蛇投胎轉世來報仇的。我覺得如果以因果報應來解釋方孝孺這件事，那麼他所表現出來的讀書人的高風亮節及信仰，以及明成祖的兇殘本性，都在前世因果及輪迴的論點下化為一縷青煙，這不但將稀釋一些可貴的情操，也嚴重地扭曲了真正的歷史。

“菩提達摩東來，只為了尋一個不受人惑的人”。我想用這句話作為我的結語。

高：我想，王醫生主要從科學角度來批判，而我則從閱讀的資料來談，所引用的也多是當代物理、心理學家、醫生本身對科學極限的反思。科學雖然力求客觀，但卻很難永遠客觀，這是由人的局限所造成的。美國心理學家馬斯洛就曾針對科學家的傲慢與偏見提出批判，將他們的態度歸納為：“我的網網不住的東西，不能稱之為魚”。若網洞太大，很多魚網不住，就稱之全不是魚，未免太過偏頗了。另一句話：“如果我手中的工具只是一把榔頭，我就把一

切的東西都當成釘子”。從中可以看出科學的捉襟見肘與自以為是的一面。

1964年諾貝爾獎得主查理斯·唐斯曾在其所著《論科學與宗教匯流》一文中談到，科學與宗教的交融是不可避免的，兩者有相通之處，疆界也並非完全涇渭分明，兩方面都是要尋求終極的真理。我想科學與神秘主義間各有自己的傲慢與偏見，我們應盡可能地循中道而行。當代物理學家卡普拉曾寫過一本書《物理之道》。書中他分別從目前最尖端的量子物理學及印度教、佛教等東方宗教談起，並試著把當代物理學家和東方神秘主義宇宙觀的相似處指出來，顯然是企圖將傳統格物致知的外家功夫與致良知的內家功夫共冶一爐，使其相輔相成了。我不妨引用卡普拉的話作為結論：“神秘主義或許懂得道的根源，卻疏於道的枝幹；科學則精於道的枝幹，但卻漠視它的根源。儘管科學並不需要神秘主義，神秘主義也不需要科學，但我作為一個人，卻兩者皆需”。

黃：《前世今生》這本書現在為什麼這麼暢銷？

高：我想可能有愈來愈多的人們漸漸趨於接受靈魂轉世似乎是事實的觀點。輪迴的觀念一來能解決人們對死亡的恐懼，二來也頗能為現代人的空虛心靈帶來某種慰藉，雖然他們未必瞭解最終的解脫應是進入涅槃，終止輪迴。最後，知識界——包括某種科學家、心理學家、人文社會學家——對靈異現象持一種較開放的、接受的態度，也是造成這類書籍暢銷的原

因。

王：關於這點，我與高教授看法並無不同，只補充兩點，一是一種週期性的發作的社會現象，並不因科學的昌明而消失，因為科學無法提供我們生命的意義或價值及圓融的生命觀。

一位未來學家奈斯比曾預測未來人類對於靈性的追求將成為一種趨勢，一股潮流，他曾經說過一句話：“High Tack, High Tough（高科技、高感觸）”。

人類需要的是深刻的感觸，這是科學所無法提供的。即使輪迴與靈修會成為潮流，我覺得那並不代表真實。想像要與真實、科學要與宗教做一個區別，一如“中國物理學之父”吳大猷先生所說：“知識不是靠宣傳”。暢銷書並不表示具有真實性，它與真理是完全不同的兩碼事，要理清楚。