

从未知中解脱

10 个回溯前世、了解今生挑战的真实故事

Courageous Soul: Do Plan Our Life Challenges Before Birth



请关注作者的另一本书

《灵魂的出生前计划：你与生命最勇敢的约定》:

<http://onenesslove.blog.sohu.com/entry/9779878/>

当我们转换另一种理论架构，不可能的事看起来就拥有了无懈可击的证据……而那些无法想象的事，也变得稀松平常。

——麦可·伯格·犹太教祭司《BecomingLikeGod》作者

如果你为了保护峡谷不受到风暴的侵袭而遮盖住它，那你就无法看见峡谷美丽的雕琢纹路。

——伊莉沙白·库伯勒—罗斯博士

作者简介

罗伯特·舒华兹（Robert Schwartz）

舒华兹在一场通灵会中，因为与「非肉身的存有」进行了交谈而震惊万分，这些指导灵不但知道他在这一生中所做过的事，更对他的想法和感觉了如指掌。他们告诉他，他人生中许多痛苦艰难的经历，都是他自己在出生前决定好的。由于了解到如果知道了自己的出生前计划，将会带给人很大的疗愈作用，并且让他人了解到自己的人生考验所具有的深层目的，于是，在接下来的三年里，他致力于研究数十人的出生前计划，而有惊人的发现。

舒华兹曾是美国《生活》《美国新闻与世界报导》等杂志的自由撰稿人。也曾经有很长一段时间在企业中担任营销与公关等工作。他拥有达特茅斯大学的学士学位，以及凯斯西储大学的企管硕士学位。

译者简介

张国仪

纽约州立大学经济学士、纽约理工学院大众传播硕士。曾任纽约长岛News12 新闻台记者、台湾多所大专院校外语讲师。现任国立台湾大学土木工程学系计算机辅助工程组特助、台大土木系杜风电子报执行编辑、自由译者。译有《先别急著吃棉花糖》《万一吃了棉花糖》（以上方智出版）、《企业家的生存游戏》《这一生是无数的机缘》（以上先觉出版）。

目录

作者简介	2
译者简介	2
目录	3
序幕	4
自序	5
前言	9
寻找采访对象	9
故事	10
灵媒与通灵人	12
灵魂计划	13
1 出生前计划	16
为什么我们要转世为人	17
我们为什么要设计出人生困境	20
2 身体的病痛	26
裘恩的故事	26
朵莉丝的故事	46
3 养育残障子女	66
珍妮弗的故事	66
4 耳聋与眼盲	82
潘妮洛普的故事	82
鲍伯的故事	97
5 毒瘾与酒瘾	114
雪伦的故事	114
派特的故事	133
6 挚爱的人死亡	157
薇乐莉的故事	157
7 意外	188
杰森的故事	188
克莉丝汀娜的故事：第一个部分	208
克莉丝汀娜的故事：第二个部分	219
8 结语	238
尾声	240
推荐	241

序幕

一九六九年二月二十五日，当时年方二十的克里斯汀娜，在加州克莱蒙的波摩纳学院政治学系担任行政助理一职，那天她走到位于系馆地下室的信箱帮老板拿信。就在她的手碰触到信箱里的包裹时，炸弹引爆了，她整个人被炸得横飞过邮件室。尘屑与黑烟弥漫空气之中，六呎长的木头碎片如箭般纷纷射进她身后的水泥墙里，而爆炸所产生的火焰灼伤了克里斯汀娜的脸，使她暂时失去了视力。这场爆炸让她失去了右手的两只手指头，也震破了她双耳的耳膜。

克里斯汀娜在她出生前就计划好了这一次的经历。

而且她知道为什么。

自序

二〇〇三年五月，我是个自己开业做营销顾问的人，过着不算是实现个人抱负的生活。虽然还蛮喜欢工作中的某些部分，但我却完全没有从中获得任何深刻的满足感。我常常会觉得，就算我消失在地球表面，我的客户也根本不会注意到有什么不同，他们只会很快找另一个人来填补我的角色。更重要的是，我所过的生活并不是**我的灵魂**的独特呈现。身为一个没有宗教信仰但相信心灵力量的人，我一直很渴望能够创造一个「专属于我」的世界，只不过，那是个什么样的世界，我完全没有头绪。

我试遍了各种一般人寻求人生意义与目标时会试的途径，但我却渐渐迷失、错乱。就在此时，突如其来的一个灵感告诉我：为什么不去找个灵媒问问看？虽然我深信神的存在，但是(就我所知)我从来没有直接接触过任何超自然的力量。我觉得反正我也没什么好损失的，所以研究了几个灵媒，并且从中挑选出让我感觉最自在的一个。

我在二〇〇三年五月七日与这位灵媒会面咨询。我会清楚地记得日期是因为从那一天起，我的人生全然改变。我只向灵媒透露了一点点关于自己的事，并且只用最普通的字眼说明我所处的状况。她向我解释，每个人都有自己的指导灵，而我们会在转世投胎前，与这些非肉身的存有一起计划下一世的生命。透过她，我得以与我的指导灵对话。他们对我的一切知之甚详——不只是我曾做过的事，还包括我所想、所感觉到的一切。比方说，他们提到了我在五年前一次对神祷告的内容。在一个非常难熬的时刻，我对神祷告说：**「主啊，我没办法一个人面对，请派人来帮助我。」**我的指导灵告诉我，当时有好几个非肉身的存有对我伸出了援手。**「你的祷告获得了应许。」**他们说。而我则是目瞪口呆。

我急着想了解这些痛苦折磨所为何来，于是便向指导灵询问我曾在人生中面临过的几个主要挑战。他们向我解释，这些挑战都是我在出生之前便计划好的——并非为了受苦，而是为了能有所成长。我听到这个解释之后，全身战栗不已。我完全不知道任何有关出生前计划这回事，但却直觉感应到他们所说的话都是真的。

虽然当时我还无法理解，但是这一次的灵媒咨询却开启了我走向深刻的灵性觉醒。我后来才了解到，这样的觉醒其实是一种**忆起**——忆起了那个身为永恒灵魂的我，更明确地说，忆起了我计划自己要在这个世界里做些什么。

接下来的几个礼拜，我照常生活，但是指导灵所说的话却时时刻刻出现在我的脑海里，我不知该怎么办才好。有一天下午，我停下工作出门去散步——就在这时我经历了比与灵媒谘询时更深刻的事。**突然之间我对每一个遇到的人，都涌出了一股势如千军万马、全然无条件的爱！**没有任何文字足以形容这份爱的力量，我从不曾经验过如此强烈与深刻的爱，而且我也从来不认为有这样的爱存在。对每一个人——推着婴儿车的母亲、等待着乘客的出租车司机、在角落玩耍的小孩、站在理发店玻璃窗后剪头发的理发师——我都感受到纯然、不设限的爱。

虽然我从来没听过任何人有这样的经验，但是我直觉的知道发生了什么事：**我正在与我的灵魂进行深刻且直接的沟通。**事实上，我的灵魂对我说：「**这份爱就是你。**」直到此时我才相信，我的灵魂以这次的体会做为奖励，并为我即将开始进行的工作提供一点助力。

接下来，我开始深深着迷于阅读有关灵性及超自然力量方面的东西。当我在阅读时，我经常想起所谓出生前的计划。我这一辈子都只把挑战当作是无意义的受苦，而且认为其发生只是随机、突如其来地。如果我知道这些挑战是我自己计划好的，那么我就可以看见其意义非凡。光是知道这一点，就已经大大地减轻了我的痛苦。而如果我也能知道**为什么**我要规画这些挑战，我就可以有意识地去学习它们所要教导我的课题。恐惧、愤怒、怨恨、指责，以及自怜等感觉，就会被专注于成长的心情所取代。或许我还会对这些挑战心存感激说不定。

在这一段密集读书、向内在探索的时期，我认识了一位女性，她能够与自己的灵魂连结沟通，而且同意让我与她的灵魂谈谈有关出生前计划一事。我完全不懂通灵，所以当她在出神状态，而另一个很明显与她不同的意识存有开始透过她跟我说话时，我非常震惊。在五次的会面中，我与她的灵魂一共谈了十五个小时之久。

这些谈话的内容非常振奋人心，我的阅读与学习也因之获得了验证。她的灵魂巨细靡遗地告诉我有关她自己的出生前计划：我们讨论了各种不同的人生考验，以及某些人选定其中某些考验的原因。至此，我得到了对某个现象直接且具体的确认，而这个现象是极少数人能察觉到的。因为我在人生中所受到的种种痛苦，使我对他人的痛苦格外敏感——并且非常急切地想找到解脱——所以我对于能让其它人了解到出生前计划，而因此达到可能的疗愈效果感到非常兴奋。我知道自己所获得的信息能够减轻他们的痛苦，并且将全新的意义与目的带入他们的人生挑战之中。最后，我决定写一本与此主题相关的书，与他人分享这其中的重要性。

不过，我对眼前新方向的高度热诚，却遭受到了试炼，这份试炼就是，放下过去后所带来的不确定感。虽然过去的生活并没有达成我个人的理想抱负，但至少那样的生活是自在且熟悉的。然而，我却坚持下来了——其实，是不得不继续向前——因为想到了这份工作的重要性，以及这个让我终于可以用独特的方式展现自己，并且对这个世界有所帮助的机会，还有就是，我确知这一切都直接来自于我灵魂的体验。

一开始，我以为写这本书的念头是在这一世的生命中形成的。不过，事实上，我只不过是忆起了我自己在出生前所做的计划而已。与几位天赋极高的灵媒和通灵人共事后，我才发现，我的计划不只是就这个主题写一本书，还包括了访问出现在这本书中的人物。全部加起来，我与灵媒和通灵人会面了不下数十次，在这过程中，我与好几个有智慧的灵魂就大方向谈论了我的人生考验及出生前计划。在这本书中，我会把他们教导我的，提供给你参考。

现在我已经了解为什么自己要计划某些人生中的考验了：我想要踏上一段旅程，一段阅读本书的人或许也想要经历的旅程。有时候我也会觉得自己是受这个宇宙荼毒的被害人，或是会把发生在自己身上的坏事归咎给别人。我认为自己所受的苦既没意义又很空虚，而且当我无法用自己想要的方式来面对这些坏事时，我也会质疑自己的价值。但是，当我知道了出生前计划之后，现在的我了解到，我们其实可以用全然不同的角度来看待人生中的种种挑战。在写作本书时，我立下目标，要教导其它人我自己最需要学习的课题。

要按照着你自己出生前所订好的计划走下去，需要非常大的勇气。我深深渴望，同时也热烈期望着，你能肯定自己那无与伦比的勇气，在每一天、每一次的呼吸吞吐之间，随时确信自己的决定，拥抱挑战，并从中学习。有了这样的肯定，你会找到你的灵魂。

前言

为了研究出生前所设定的人生挑战计划，我与四位天赋异禀的灵媒和通灵人合作。我们一起从数十位参加者身上获得有关转世前计划的种种信息，其中十位将在本书中分享他们的故事。在这个章节中，我会说明我是如何找到这些人、灵媒与我如何研究他们的出生前计划，以及通灵大致是怎么回事。

出生前计划的基础概念——意即，我们的灵魂选择转世并体验这些挑战的原因——将在第一章中说明。

寻找采访对象

我张贴在网络和电子布告栏上的讯息，有许多人响应。有几次我具体说明我要找的人是：察觉到(或至少不排斥)出生前计划的可能性。而另外几次，我表示我想要找的是那些可以用超自然力的语言来谈论自己人生考验的人。还有几次，我非常简单明了地表示，我想找的是愿意讨论自己所遭遇的困境背后有何精神意义的人。我找了不同类型的人，而且尽量让他们的经验和背景能够有某种程度上的平衡。一般说来，大部分受访者都表示，他们有种强烈的动机，希望能帮助那些跟自己面对同样挑战的人。这十位最后出现在书中的受访者，其中有一位使用了假名，而且他们都表示希望能听到读者的响应。

十位受访者中有八位将他们的人生挑战安排成这一生的主要经历，也就是说，他们从人生最初始的阶段起，就开始去寻求出生前计划中的考验，而且他们知道这些考验非常有可能出现。其中一位(第二章的朵莉丝)则是把她的考验设定成次要的经历，意思是，这个次要的考验是否会出现，端看她如何响应主要考验来决定。另外一位(第四章的鲍伯)一开始并没有在出生前计划中决定他的考验是什么，反而是在经历了出生时的一场意外事件后，他的灵魂才藉此创造出了一张新的生命蓝图。在我看过的许多出生前计划中，只有这两位不是将人生考验设定为主要经历。我将这些故事也纳入书中当作一个重要的说明，我们的灵魂知道，并且会利用人生旅途中的岔路来帮助自我成长。

在阅读本书的同时，你可能会怀疑自己是否也计划了自己的人生考验。我的研究显示，绝大部分的人生考验确实都是经由选择而产生的。一般说来，越重大的考验，就越有可能是出生前预先挑选好的。如果某一次经验重要到会让你反复思考这是否是自己事先计划好的，那么，它很可能就是。不过，一个很重要的例外是，你必须特别留意那些我们的直觉警告我们要避开的事。当我们忽略了直觉的感应时，计划之外的考验就有可能会出现，所以，一定要注意那些发自内心的「危险讯号」，而且不论何时都要予以尊重。

然而，我的意图并非是想证明所有的人生考验都是计划好的，他们有可能是机率使然，或只是可能性的一种。当我们转世投胎时，我们拥有自由意志，而我们可以用这样的自由意志来创造一部分属于出生前计划中的人生考验。这里的关键词是创造。我相信一切我们所经历的事，都是自己**创造**出来的，而计划之外的考验则是被我们的波动吸引而来，因为我们需要那些经由它们所产生的智慧（在这种情况下，我们的直觉并不会引导我们避开我们所需要的学习历程）。我们的成长来自于经验本身，无论这份经验是不是我们预先计划好的。因此，如果你能专注在**为什么我可能**为自己安排了某一个考验，而非**我是不是**有为自己安排好考验，那么这本书才可能对你发挥最大的帮助。

有关**为什么**这个问题，等你在阅读这些故事和其它人的出生前计划时，就能够得到详细的说明。在其它人的计划中，你可能会听见自己内心的回响。我建议你不要限制自己只阅读那些与你本身，或你爱的人所面临的状况类似的故事，即便你正身陷于苦难之中。那些从不同人眼中看起来很不一样的考验，有可能是被安排来教导类似的课题，或产生类似的成长效果。你也许会从一个至少表面上看起来与你的人生完全不同的人的故事里，找到你以灵魂状态存在时的**动机**。

故事

每一个故事都从我与这个人的面谈开始，我在面谈中所针对的主题就是某一个特定的挑战。读者应该仔细阅读这些访谈内容。通常，这些访谈里都存在着一些一开始看来与挑战无关的细节，但之后在与灵媒咨询时，却会发现那对

于了解全局是非常关键的。我并没有把完整的个人历史放进去，因此，要知道这些事情是在这个人生命的哪个阶段发生的事，并不容易。

为了能够使本书发挥最大的作用，我把重点集中在一般常见的人生考验上，并且以这些考验的类型来编排章节顺序。某种程度上，这些故事可说是彼此建构在彼此之上。第一个故事能够让你对超自然力量有基本的认识，而这样的基本认识可以帮助你更容易理解接下来的故事内容。也因此，我建议你照着顺序来阅读这几个故事。

在本书中与我一起合作的灵媒与通灵人里，我认为其中四位：黛柏·狄巴瑞(Deb DeBari)、格琳娜·迪耶崔克(Glenna Dietrich)、蔻尔比·米德雷(Corbie Mitleid)与史黛西·韦尔斯(Staci Wells)，是最具有这方面天赋的。在身为灵媒的生涯中，他们都拥有不下千次为人通灵解读的经验。我与他们四位都分别进行过我个人的通灵会，而他们全都非常精确地说出了我人生中所发生过的一些事情，如果他们不是真的拥有超自然力，他们绝不可能知道这些事，而四人的能力也各有不同。蔻尔比是这么跟我解释的，灵媒和通灵人就像是大学里的教授一样：每个人都有不同的专业。如果你去参加一场全部都是大学教授的鸡尾酒会，你不会去找一位生物学教授问他有关社会学的问题，当然你也不会去请一位英文系教授帮你推导一道数学公式。相反地，你会知道他们每一个人在不同领域中的专长，而且欣赏他们每一位可以提供的不同知识。

书中的每一位受访者都与灵媒进行了一次或多次的通灵会。我跟受访者说，我会在一开始就向灵媒提出这个问题：「这个人生困境是在出生前就计划好的吗？如果是的话，为什么？」受访者都同意这是个相当不错的起始问题，至于接下来的提问将会根据这个问题的答案而衍生。某些案例的受访者同意让我主导在通灵会中大部分，甚至是全部的发问。

一般说来，如果灵媒史黛西·韦尔斯没有担任该场通灵会的主要解读工作，我就会请她和她的指导灵帮忙补充。这个补充具有几个重要的功能。首先，可以提供另一个佐证，证明这一场人生困境的挑战，的确是出生前预先计划好的。第二，可以提供更多有关这份计划的信息。第三，因为史黛西拥有极罕见的能力，她可以看见并听见我们在出生前做计划时的场景，她所有的解释与说明（不

论是主导或补充)，都向我们提供了当时**对话的实况**。这场对话让我们得以稍微一窥无形界的样貌，在这无形界中，藏有我们所深知的希望、情感，以及灵魂的动机。如你所见，这些对话只限于对人生挑战的计划——这并不是因为灵魂都不计划人生其它方面的事情，而是因为史黛西和我要求她的指导灵，只给我们与这方面讨论直接相关的部分。受访者接受的是主要的通灵解读，但是在当事人的同意下，一般说来也都会再次进行补充说明。在每一次通灵前，我会将受访者的姓名与生日告诉史黛西，这些是她的指导灵要看到这个人所需的资讯。

在史黛西所听见的出生前计划会议中，灵魂是以第一人称说话的，不过，在两次并非由史黛西主导的通灵会中，有个灵魂称自己为「我们」。史黛西的指导灵解释，灵魂以「我」自称时，表示的是当前这一个已经计划好的人生，而当灵魂说「我们」的时候，指的则是之前许多次的转世投胎。

在叙述了与灵媒所共同进行的通灵会后，每一篇故事都以我的批注作结。在这些批注说明中，我加入了我个人对于出生前计划与超自然力所做的研究，这其中也包含了我与非肉身存有，像是指导灵和天使的多次对话，这么做是希望能依据通灵会中所提到的种种再做延伸说明。

为了让内容能更清楚呈现，个人访谈及灵媒的说明皆经过编辑整理，并且，为了让阅读时能更容易理解，某些语句也有所润饰及修改。

灵媒与通灵人

灵媒与通灵者以各种不同的方式来接收讯息。如果他们的听觉特别敏锐，那么他们就可以听见非肉身存有的思绪（我用「灵体」一词来表示非肉身的存有，相对地，当我用「灵界」一词时，我指的则是整个无形界）。当灵媒或通灵人把「频道」调到与非肉身存有相同时，其实就很像是你在收音机上设定调频一样。正如每个电台都有一个特定的波段，与灵媒和通灵人说话的非肉身存有也是一样。就在这样的时刻，真正的心电感应于焉产生。而如果灵媒或通灵人的感受力特别敏锐的话，那他们就有能力感应到其它人的情感起伏。灵视

(clairvoyance, 译注：一种超感知能力，能够透过常人五感以外之方式来接收讯息)是一种能够看见已发生或即将发生事情的能力，而灵觉(claircognizance)则是一种由内而发的觉察能力，通常都会让有此能力的人产生某种感觉。通灵人很懂得该如何「让到一旁」，如此一来，另外那个意识体才能够藉由通灵人直接发言。黛柏·格琳娜、蔻尔比和史黛西都各自拥有上述这几种能力的不同组合，也正是因为如此，我们才能得知那些有关受访者出生前计划中的珍贵信息。

对灵媒和通灵人来说，使用某些字眼有着非常独特的意义。当他们说：「我收到……」「我感应到……」「我觉得……」这些字眼时，他们很可能正透过他们的通灵天赋接收某些讯息。大家都常会说「我觉得……」来表达自己的想法，不过，灵媒和通灵人却很可能会用「觉得」这个字眼来表示超越五感的感知。

灵媒与通灵人会与各式各样的存有进行交流，包括指导灵。指导灵是一个与我们关系非常密切的非肉身存在。绝大部分的指导灵都有过许多次的肉身转世，而透过这些转世经验，他们获得了极大的智慧，也就是因为这份智慧，让他们得以成为在人世间的我们的指导者。指导灵跟我们说话的方式和我们的灵魂一样：透过灵感、感觉、想法，还有直觉。每当我们有种「冥冥中」的感觉时，或者是我们「就是知道」这件事会这样的时候，往往就是我们的指导灵或灵魂（亦称为「更高层次的自己」）在与我们对话。举个例子，举个例子，某人决定不搭这班飞机，原因是他或她有种坏预兆，感觉到会出事，而最后也真的因此逃过一劫。指导灵非常清楚我们的人生计划，而无论这个计划中包不包含坠机，指导灵都会让我们产生不好的预兆。有人说，指导灵会对我们轻声耳语，而冥想则是个让心智澄明的好方法，让我们有机会可以听到指导灵想说的话。冥想经验丰富的人可以听见非肉身的能量注入身体时的声音，据他们描述，那声音听起来很像风声。

灵魂计划

在出生之前，我们与指导灵，以及那些即将和我们一同参与此次转世的灵魂有过非常深入的对谈。我们讨论我们想学习的主题是什么，以及要采用什么

方式来学会这些主题。每次当史黛西听到这些谈话，并且看到交谈的地点时，她都会发现其中的共通之处：即将转世投胎的灵魂聚在一间房里说话，而隔壁紧邻的另一间较小的房间里，则是指导灵在监督着他们进行筹画，当灵魂有需要的时候，他们就会来给予建议，另外还有一个黑白相间的「棋盘」或是「流程图」被用来规画接下来这一世中的各种「如果……那就……」的情节。棋盘上的方格则代表了这个人生命中的各个发展阶段。

在我和史黛西刚开始合作时，我误以为这些影像只是指导灵放进她脑子里的一种意象而已，只是因为要解释一种超越人类可以理解的概念和过程才这么做。但是之后她的指导灵告诉我，这些景象的确真实存在。他解释道，在无形界里，任何念头都可以实际、立即的创造出来。所有参与出生前计划的灵魂都同意，要在一个地方进行这样的规画，而且要使用一些工具来辅助进行，像是那个棋盘。因为这是大家的共识，念头一动，于是就产生了史黛西所看到的那些东西和场所了。

在另外一次通灵中，史黛西说出了下列有关灵魂在规画出生前计划时所用地点的描述：

这栋建筑物一共有八层楼，每一层楼有八间规画室。有人（非肉身的存有）告诉我，这是因为「八」这个数字代表了因果轮回和命运。所以这栋楼特别设计了八的波动频率，好让它可以更完整地发挥当初创造它的目的。

这栋建筑是八栋像花瓣般围成一圈的建筑群中的一栋。这些建筑物是四方形的，每一栋都是八层楼，每层楼都各有八间规画室。他们告诉我，还有十二个像这样的建筑群在另外一边，大部分的用途就是在其中规画人世的生活。他们说，如果可能的话，很多灵魂都喜欢回到同一栋建筑物、同一层楼、同一间规画室里。这样会让他们感到舒适安稳，而且在同一个地方，他们也比较容易感受到自己在每一世的进步，以及每一世间的过渡期。

当史黛西的指导灵把出生前规画会议的种种透过谈话说出来时，他一边也正在查看着《阿卡沙秘录》（Akashic Record，译注：阿卡沙秘录为一神秘学名

词。指一份自有时间以来，人世中一切事件、活动、思想和感觉的形象记录。根据大英百科的说明，阿卡沙是一种星光，是人类感觉不到的液态以太。据说只有一部分人，例如能令神鬼附体的人，才能感受到阿卡沙秘录)，不过他比较喜欢称之为《生命之书》。这本纪录完整记载了我们所有的经历、行动、话语及思考。当灵媒向客户提供有关前世的种种时，通常他们正是在查看这一本纪录。而艾德格·凯西（Edgar Cayce）这位伟大的美国灵媒，也在他一生中所进行的数千次通灵解读中使用了这些纪录。

灵媒在看见无形界的存有并与他们说话时，通常他们都会描述这些存有是男性或女性的形体，不过，事实上灵魂其实是男性与女性能量的综合体。所以，当黛柏看到一位受访者已经过世的亲人以他在世时的肉身模样出现时，那只是因为这个意识体自己选择了以这样的形象出现。而当史黛西在出生前计划的规画会议中，看见某个灵魂以男性或女性形象出现时，这是因为这个灵魂正在创造即将到来的这一世的性别能量——或者说试试看是什么感觉(史黛西和她的指导灵都称此为「披上性格的外衣」)。所以，指导灵的外貌是男是女也是一样的道理。指导灵同时有着男性与女性的能量，只不过他们可能比较认同某一种性别的能量，所以选择以那一种性别的外貌来呈现自己。

在规画会议中，无形界的存有也会使用一些非常现代的词汇。我跟着史黛西一起经历了某次规画会议，我问她的指导灵，他是不是真的说了**自尊**这个词，抑或是因为这是史黛西脑子里最接近他想说的话的词汇。他告诉我这的确是他说的。有时候，指导灵和其它的无形界存有说话时并不会遵照我们的文法。史黛西的指导灵告诉我：「我们不会总是按照你们认为正确的文法来说话。」

透过灵媒与通灵人，我们可以接触到这个我们规画轮回转世，并且在计划完成后回返的灵魂国度。他们就等于是拥有肉身的指导灵，这些灵媒与通灵人充满爱心，并且感觉敏锐，他们是洞悉一切的探路人。

1 出生前计划

或许你会觉得出生前计划这个概念听起来很吓人，特别是计划痛苦经历的那个部分。我很能体会这种感觉。对大部分的人来说，这个说法以崭新且极端不同的角度来看待我们所身处世界，以及我们走这一遭的目的。越是拥有伤痛的人生经验，越是让人难以接受这个说法。我对于这个想法的理解、接受，乃至最终的全心拥抱，这其中的过程变化相当缓慢，而且历经了好几个阶段，特别是我人生中最痛苦的几段历程。而在每一个阶段中，我都能感觉到过去的伤口开始愈合。愤怒与怨恨的情绪消退了，取而代之的是平静与喜乐的感受。我看见生命的美好，而在过去，同样的生命却令我茫然不知所措。

我写这本书的目的并不是要说服你相信出生前计划的真实性，而是希望秉着帮助他人的精神，提供一个改变我人生的想法。我只希望你能考虑这个想法的可能性。你并不需要相信这个说法才能从中得利。你只需要自问：如果是真的呢？如果真的是我自己在出生前就计划好这样的经历呢？我为什么要这么做？仅仅是如此自问，就可以赋予人生困境全新的意义，并展开一段自我发现的旅程。这段旅程并不需要你去信仰灵学或超自然的力量，只要你对自我成长和增进智慧有兴趣就行了。

在书中你会读到十个勇者的故事。你会知道他们在出生前为自己计划了什么及其原因为何。了解出生前计划的过程就很像是在观赏一座雕塑。如果你真的想要好好欣赏一件雕塑品，你不会只从一个角度去看它。相反地，你会绕着雕塑走上一圈，在某些地方停下来，由全新的视角来观看，并且突然发现之前所看不到的差异。每一个故事都是一个角度。从十个不同视角来观看出生前计划这个想法，你将会得到更完整、更全面的理解，比起只从一两个观点来解释或做纯粹的理论探讨要好多了。

我强烈建议你用「心」来阅读这些故事。「心」比「头脑」知道得更多，也更有智慧。理性的分析只能让你理解你所能理解的，而本书中的故事却是要让你去**感受**。当你是个不灭的灵魂时，你计划了目前的这个人生，那时的你根本不在乎头脑能够理解什么。相反地，你希望去体会那些藉由肉身的生命所带来的感受。人生困境的考验则是创造那些感受相当有力的方法，而这么做，对

于灵魂的自我了解有着举足轻重的意义。头脑并不能完全理解这些感受的意义，事实上，头脑还是种阻碍呢。从许多方面来说，生命其实是一段由头脑走到心灵的旅程。我们计划出人生困境的考验来促成这段旅程的发生，困境敲开我们的心，好让我们更了解它，也更懂得去珍惜它。

要开启通往心灵的这扇门，同理心就是钥匙。有了同理心，才有可能去理解这些故事及其背后的心灵意义。正如书中这些人需要勇气来计划他们的人生考验并且与你分享，你也需要拿出勇气来将心比心，进入他们的世界。我相信同理心能够疗愈伤痛。如果你想寻求疗愈的力量，那么你会发现，你的勇气将得到报偿。

这一章会提供你一些基本知识，让你可以更明白故事中所说的超自然力量是怎么一回事。如果你不太了解何谓超自然力，那么其中的一些想法可能会让你觉得实在太不合常理了，就像我也曾经这样想过。我希望你能有点耐心。这些道理有着非凡的意义，而且当你看到这些道理是如何在故事中发挥作用时，你就会知道它们是真实可行的——而当你把这些道理也应用在你自己的人生考验上时，只会发挥更大的力量。此外，这一章也会概述我在这些受访者的生命蓝图中所发现的共同点。有了这些信息当作路线图，你就可以在一个架构中，具体看见这些受访者所分享的智慧为何。

为什么我们要转世为人

我们在出生前所做的这份计划脉络深远，而且细节分明。这份计划包含的绝不只是选择人生考验，其背后还有更深刻的意义存在。我们选择自己的父母（他们也同样选择我们）、我们选择要在何时何地出生、要上哪几所学校、要以何处为家、要与哪些人相遇、要与哪些人发展怎样的关系。如果你曾对某个初见面的人有种似曾相识的感觉，你很可能真的早就认识他了。

这个人很可能是你出生前所拟的计划的一部分。明明是第一次看到或听到某个地点、名字、影像或句子，你却有种诡异的熟悉感，其实，那正是你对转世投胎前所讨论的事项的模糊记忆。在许多人生考验的规画会议中，我们会使

用出生后所将使用的名字和外貌，这样的作法可以方便我们在肉体的世界中认出彼此来。所谓「似曾相识」的感觉通常都来自前世所发生的事，但也有很多似曾相识的事情是对出生前计划的记忆。

当我们来到这个肉体的世界后，我们便忘了自己原来是个灵魂的存在。在转世为人之前，我们早已知道会出现这样的自发性失忆症状。身为超凡的灵魂，我们希望能忘记自己真正的身分，因为，在记起自己是谁的过程中，我们将更加认识自己。为了获得更深刻的觉知，我们离开了无形界——一个充满喜乐、安详与爱的地方——因为在那儿，我们无法体验与自身相反的一切。你可以试着想象一个只有光的世界。如果你从未曾体验过黑暗，你如何能够理解并懂得欣赏光明的意义？就是那份黑暗与光明之间的对比，为我们带来了更深层的认知，也正是因为有这样的对比，最终我们将记起真正的自己。肉体的世界能够带给我们这份对比，因为这个世界拥有所谓的**二元性**：上与下、冷与热、好与坏。二元性中的悲伤，让我们更懂得何谓喜乐。而这个世界中的纷杂扰攘，则让我们更懂得珍惜平安和谐。我们可能面对的憎恨怨慰，更加深了我们对爱的了解。如果我们从未体验过这些人性的面向，我们如何能懂得自己的神性？

想象你原是来自一个终年演奏着全世界最妙乐音的地方。这乐音不但令人深深沉醉，而且光华万丈。终其一生，你都会持续听见这样的音乐。这音乐从不止息，但这也代表了没有其他音乐在这个地方出现过。有一天你突然发现，正因为你一直在听同样的音乐，反而让你没有**真正**听见。意思也就是说，你并不真正了解这音乐的意义，因为你从来不曾听过其它的音乐。因此，你下了个决定，你要真正去了解这音乐的意涵。这时，你要怎么做才可能达成目的呢？有一个办法是：去一个没有家乡音乐的地方。也许那里有不同的音乐，而那音乐里有着刺耳的音符，或是不协调的乐章。这样的对比会让你对总是在家乡听见的音乐产生新的认识与欣赏。

第二个办法是：去一个没有家乡音乐的地方，并且用你的记忆把家乡的乐音重新创造出来。将那悦耳无比的音乐创作出来的经历，会让你更深入理解这些音符的美好。

还有第三个办法。这个做法比另外两个更有挑战性，不过也能够带来更大

的回报。你发现，要获得真正深刻的理解，你可以去一个没有家乡音乐的地方，并且在那里重新创作出同样的音乐，**不过，得在你已全然不记得那音乐是什么的情况下进行。**忆起家乡那动听无比的乐音，并重新将之创作出来的经历，将会让你对这音乐本身的伟大，拥有最丰富、完整，并且更延伸的体会。

所以，你勇敢启程前往这个提供第三个办法的世界。在那儿你听见了音乐，而由于你已经没有记忆，所以你认为那就是你听过唯一的音乐了。这些音乐中有些曲子很悦耳，但也有许多曲子听来非常不协调。这些刺耳的调子在你心里累积成了一股想望——最终将成为一个解答——那就是，重新创作出原始的音乐。

很快你就开始自己谱曲了。一开始，你很容易受到这个新世界中音量极大的音乐所干扰。然而，随着时间过去，当你从倾听外在的杂音转移到倾听你心中的旋律时，你的音乐创作就有了美好的进展。最后，你谱出了一曲传世之作，而就在你完成之际，你突然想起一件事：你所谱出的这首传世之作，**正是在家乡演奏的那一首乐曲啊。**这个记忆又唤醒了另一件事：**你，就是那音乐。**这并非是在自身之外所听见的声音，它就是你，你就是它。藉由在一个新世界创造自己，你现在已经完全知道自己是谁了——真真正正知道——如果你从不曾离开「家」，你绝不可能拥有这样的自我认识。

这样的体验正是灵魂所渴求的。每一个灵魂都是神性的火花，而每一个人——人类——都是灵魂能量的一部分，以肉体的方式呈现。每一个人的组成，都包含了只存在于短暂肉体生命里的特质，以及一个永生不灭的核心，而这个核心会在人死后与灵魂重新结合。灵魂无比浩瀚，远超过任何个人可以衡量，然而每一个人对灵魂来说却也都是不可或缺的，灵魂深深挚爱着每个人。

重要的是，每个人都拥有自由意志。所以，有人接受生命困境的挑战，也有人会排斥拒绝。尘世是个舞台，在这个舞台上，有人照着出生前所写的剧本来行动，也有人拒绝照章演出。我们选择如何回应挑战——是愤怒与苦楚，或是爱与关怀。当我们知道是自己计划了这些人生困境的考验，该如何选择就变得既清楚又简单得多了。

当我们存在自己的身体里时，灵魂会透过感觉来与我们沟通。像是开心的

感觉、平静的感觉，还有兴奋激昂的感觉，拥有这些感觉时就表示，我们与自己最真实的本质是一致的，这本质就是一个充满爱的灵魂。而恐惧或疑虑的感觉就刚好代表相反的意义。我们的身体是个极度敏感的能量接受器（同时也是发射器），透过感觉，身体会告诉我们，我们真正的自己与眼前所呈现出来的自己是和谐一致，抑或是背道而驰。

我们为什么要设计出人生困境

生命计划的制订让我们可以在记起自己真正是谁之前，体验到自己所不是的。这意思也就是说，在我们重新创作出家乡的交响乐之前，我们会先将其它错落不齐的声音探索一遍。这个模式在我开始为这本书进行数据研究之后，越显清晰。我把这类的生命蓝图称为「反面学习」计划。

举例来说，一个非常热心关怀的灵魂想要更认识自己的热心关怀，那么她可能会选择投胎到一个极度不正常的家庭。当她身处于缺少关爱的对待中，她就能更深刻的体会关怀。缺少某样事物，正是学习其价值与意义最好的方法。由于外在的肉体世界缺乏关怀，迫使她不得不向内心寻求，也就是在这儿，她发现自己的关怀之心。就在缺少关怀的肉体世界与她自身内在的关怀之心之间，她对关怀有了全然的理解，也因此，对自己也有了全然的认识。从灵魂的角度来看，这些学习过程中必然的痛苦是短暂的，然而其所带来的智慧却是永恒。本书中的每一个故事都有反面学习的成分在内。

记起我们真实的身分——崇高、无远弗届、永恒的灵魂——是超越人生困境的方法。比方说，认为自己就是这个肉体的人，一旦肉体受到严重的毁损，他们就会感觉到极大的愤怒。然而，其它那些肉体遭受到同样损坏，但认为灵魂才是自己的人，其所感受到的痛苦就会小得多。由于我们的人生困境呼唤我们记起自己是灵魂，这一件最初带来痛苦折磨的事，最终也得以缓解。将自我认知从人格——肉体扩大到灵魂的作法，可能会减轻我们身体上的痛也可能不会，但是，这么做绝对可以减少我们心里的苦。这样的觉醒既是人生困境的目的，同时也带来了极大的帮助。人生的困境挑战让我们对生命重燃热情，那是我们在投胎为人之前所拥有的热情。这件事本身，就值得大肆庆祝了。

当我们觉醒过来，或是以其它各种正面的方式来响应人生的困境挑战时，我们就开创出了一条「能量信道」，这条信道让其它人可以更轻松地去面对他们的人生困境——或从中振作起来。这个想法建立在一个前提上，那就是，我们每一个人的能量都与彼此互相连结，并且交互影响。本书中的故事在在都表示出，我们每一个人所能产生出来的影响力，远远超过我们自己所知。也因为我们能够对这个世界产生强大的影响，这份能力同样也就成为一个绝佳的机会、一份重大的责任。

我们每个人都是一颗种子，栽种在我们这个世界目前的振动之中。当我们透过人生困境所带来的成长而发出自己的振动频率，我们也从中提升了这个世界的振动频率。正如将染料滴入杯水之中一般，每个人都会改变这个世界的色调。当我们发出欢欣的感觉，即便当下我们是一个人独自站在山的顶峰，我们仍会发射出一种频率，让其它人更容易感受到欢欣。当我们发出平和的感觉时，我们会与某种能量共振，而这样的能量对于结束战争是有所帮助的。当我们怀抱着爱，我们会让其它人，不论是那些我们认识或永远不会认识的人，都更能去爱。也因此，我们是谁这件事，比起我们可能会做的任何事都要来得更有意义许多。

在本书第七章中，你会认识克莉斯汀娜和她的指导灵卡珊卓。对于「能量通道」，卡珊卓是这么说的：

一旦接受了人生困境的挑战，这个人就会接收到之前曾经开拓过这条路的人，所留下的疗愈能量。这条光之道路以关怀与疗愈的爱铺设而成，而这份爱与关怀也提升了（之后）走上这条路的人的频率。

从某个特定的人生困境挑战中学习并重新站起来，提升了这个克服挑战的人的气场。其他同时在场的人也会产生某种感觉，使他们感到沐浴在希望与信心之中。这样的体验并不一定是一模一样的，只不过，疗愈的频率能够带领着灵魂前进，但是灵魂本身一定要准备好接受带领。虽然（接受者的）肉体并不会因之改变，或得到符合物质世界标准的「治疗」，但是灵魂的确往更高处提升了。

受苦的经历对灵魂来说是无比隆重的一份礼物，对那些被挑选来协

助灵魂走上疗愈之旅的其它人来说也是一样。受苦的语言本身自成一种频率。身在其中的人从眼里、心里、脑子里，散放出这个频率。它的影响既深远又世俗。看见它、相信它，并且把爱与关怀分享给那些需要的人。正是因为那些微小且有意识的行为和善意，疗愈才有可能产生。我们应将美好良善的想法发送出去，即使身在远方，可以因此受惠的人还是能够接收得到。

正如我们的能量能够在这个空间中传递，同样地，这股能量也可以延伸到另外的空间之中。你会在文中读到所谓「较高」或「较低」的维度空间。**较高**不代表较好，而**较低**也不代表较糟，这些词汇只是单纯用来指称频率的不同而已。在较高的空间中，频率振动得比我们的空间要快，因此较高的空间是非物质(非肉身)的，但是这种较高的频率不但与较低空间的频率重迭，也包含了较低的频率在其中。简单来说，所有皆为一体。也正是因为如此，我们每个人所发出的频率，无论是爱或恐惧，都会朝无尽的外界发送，并且影响到非肉身的存有，以及其他那些看起来好像在离我们很远的「某处」的人。

当你在读这些故事的时候，最好牢记在心，我们在讨论其中某些概念时，语言是有其限制的。比方说，有时候我会以「从无形界来到这里」表示投胎，也会用「回无形界去」形容肉体死亡后这些人的状态。这些词汇与其它类似的字眼，都只是希望表示出概念上的转换，而非指实际地点上的异动。这些字词并不是要暗示维度空间上的区隔。化身为人并不是真的让我们从永恒的居所离开，应该说，仅仅是限制我们无法看见非肉身的部分罢了。而死亡，则移开了阻挡在无形界与我们之间的那层薄纱。

要能完全了解为什么我们选择去经验人生的困境，**一体与分别**的概念非常重要。当我们是灵魂时，我们持续处在一种觉知当中，我们知道自己与其它人之间有着密不可分的连结。我们知道自己与他人是一体，而且其实，我们与宇宙万物皆是一体。无条件的关爱与慈悲就是我们最真的本质。即使我们拥有个别的特质，我们也不认为自己与他人之间有所区隔。不过，对人脑来说这个基本观念却是自相矛盾的，因为人脑在设计上很自然就会产生「有所区别」的假象。当我们以灵魂的角色投射自己一部分的能量到肉体上时，我们故意让自己只能把焦点放在肉体上，也因此，阻断了对「一体」的认知。正因为我们

缩小了感知范围，使我们得以去计划那些我们的角色已经事先设定好的人生，并且为彼此提供人生困境的挑战。我们希望能以爱来响应这些挑战。如果我们做得到，那么在这一次的肉体生命结束后，我们会回复成灵魂，并且更加深入体会到何谓怜悯、同理心、一体，这些在我们的意识中曾短暂被蒙蔽住的体认。

如同本书中的故事所示，我们计划这些人生困境的挑战，是为了要达成某些目标。一个最常见的目的是为了获得疗愈，特别是：从过去几世中所留下的负面能量中获得疗愈。这么说好了，比方说有一个人在某一世中饱受恐惧的折磨，在那一世的生命完结之后，这个人很可能会带着一些残存的恐惧能量离开。尤其是如果这个人是在巨大的恐惧中死去。恐惧的低频能量不会完整的被带进灵魂所在的高频率非肉身国度，但总是有些残存的能量会不小心跨了界。这个人感觉得到这些低回不去的能量，所以，他会想要计划在新的一世生命中，藉由传达爱来得到疗愈。

我们也会因为想要平衡因果关系而计划某些人生挑战。因果有时候会被认为是所谓的「业」，不过我们也可以形容因果关系是存在于自己与另一个人之间的一种不平衡能量。很典型的就是，我们会与属于同一个灵魂小组的成员之间互有因果关系——这些成员与我们处在同一个体验成长的阶段中，必且一起经历了好几世的生命。在过去的几世生命中，我们对同一个灵魂分别扮演了丈夫、妻子、女儿、儿子、兄弟、姊妹、母亲、父亲、挚友，以及仇恨不共戴天的敌人等等角色（我在这里想起一个真实故事：有位父亲念床边故事给他的小女儿听，就在他讲完时，小女儿微笑着对他说：「爹地，你还记得我是我的小孩时，我是你的妈咪，我也有念故事给你听吗？」）。

举例来说，小组中的某个灵魂曾在某一世的生命里，花了多年的时间照顾另一个身体有残疾的人。如果之后这个担任照护者的灵魂计划了另一世的人生，其中的挑战就是拥有身体上的疾病痛苦，那么之前曾经接受过照护的另一个灵魂，很可能就会自愿想要担任照护人，以求得能量转换上的平衡。不过，到了肉身之中，两个灵魂都不会记得这个计划的存在。选择担任照护人的那一个可能会觉得，自己不得不去照顾另外一个人，实在是个沉重的包袱，甚至会把这件事看成是前世做了什么坏事的报应。然而事实上，完全没有什么报应，

单纯只是想要让因果达到平衡的一种渴望罢了。同样地，因为我们的角色是由自己编写的，我们当然也不是什么受害者。没有什么人是你要去兴师问罪的，事实上，根本就没有「罪」这回事。宇宙不会用让「坏事」发生在我们身上的方式来惩罚我们。就像地心引力一样，因果是中立、客观的法则，整个宇宙依此法则运作。我们站不稳而跌倒时，并不会怪罪于地心引力，或觉得自己是地心引力的受害人、遭受到地心引力的惩罚。当我们理解了因果也是以同样地方式运作之后，与人生困境相关的怨恨、受害、报应等感觉，都会烟消云散。在因果关系中，我们会更了解自己所希望学习的，并找到一份对这些挑战的恒常感谢，感谢它们开展我们的灵魂。

理解因果关系可以帮助我们跳脱批判，特别是对那些在人生中经历过重大创伤，或者像是吸毒、流落街头等「挫败」的人。通常这些人都是按照自己的计划在过他们的转世人生，并且平衡前世的能量。他们的人生，有时候从人的角度来看，会被贴上「失败」的标签，而从灵魂的角度来看，则通常算是不合格的成功。

大部分灵魂会以服务他人为目的来计划人生困境的挑战。这样的想望，是我们身为永生不灭灵魂的真实本质中，最底层的一面。当我们身为灵魂并且很清楚知道自己与他人是为一体时，我们会把服务当作是人生最基本的目的，而服务的机会则是妙不可言的祝福。正如那些在平衡因果关系的灵魂一样，那些看起来浮沉于红尘之中苦苦挣扎的人，其实正是在为他人服务。举例来说，某个灵魂可能计划要拥有酗酒的体验，因为这样做可以让其它人更能够表达同情，也因此更深入认识自己的同情心。社会中一些最严厉的批判，往往直指酒鬼以及其它一些人，而他们其实是在将我们所追寻的体验带给我们。如果有更多人知道就好了！

「光工作者」(light worker)的人生计划就特别是服务导向的。广义来说，这个词汇指的是任何一个发愿要帮助他人的灵魂。虽然成为荷光者并不需要计划特别伟大的人生挑战，但许多荷光者都会这么做，希望能够藉由克服这些挑战而给整个社群带来帮助。这一类型的生命蓝图并不比其它的更好(或更差)。很确定的是，在我们为自己计划、为数众多的转世之中，很多人都会在某一个时间点上担任这个角色。

当然，我们计划这些人生困境的挑战，有一部分是为了自己个人的成长。身为灵魂，我们在转世之间学到了许多东西，不过，当我们在这个肉身的世界中将这课题具体化时，这些课题的意义就会更深层地注入我们内在。以灵魂的状态来学习就像是坐在教室里上课一样，而在这个世界里生活，那就是田野调查了。在其中我们应用、检测并强化这些知识——这对灵魂来说是个强大的体验。

最终，无论是哪一种人生挑战，我所检验过的每一个人生蓝图都以爱为基础。每一个灵魂都受到一种想望的驱动，那就是给予并获得自由、无条件的爱，即使是在灵魂同意担任「负面角色」来刺激其它灵魂成长的情况里，也是一样。许多灵魂的驱动力也来自于要记得好好爱自己。我们**就是爱**。这句话的根据不只是我的研究，也包括了我个人直接的体验——我在〈前言〉中对自己灵魂的揭露。人生困境的挑战给了我们机会去表达，并藉此更深入认识自己就是爱的许多不同面向：同理心、宽恕、耐心、不批判、勇气、平衡、接受，以及信任。我们就是爱的人世体验，也可能会以不同的方式呈现，像是理解、平静、信念、乐意、感恩，以及幽默等种种美好德行。爱，是出生前计划的主题，也因此，是这本书的主题。

进入这个尘世之中，我们是暂时隐而不见的爱。当我们记起自己是谁的时候，我们内在的光、我们的爱，就会闪耀夺目得让所有人都看见。

我相信，这就是我们为什么在此的原因。

2 身体的病痛

在这个时代，艾滋病是最让人闻之丧胆的疾病。就在我写下这几个字的同时，有超过一百万的美国人艾滋病毒带原者，而全世界共有超过四千万的艾滋病带原者和艾滋病患者。每天，大约有八千人死于艾滋病。它的治疗方法会造成身体与情绪上非常可怕的消耗，而它的病征更使得病人与照护人，以及其所爱的人之间的关系，变得既复杂又扭曲。难道真的会有灵魂想要这样的经历吗？

当我决定要写一本关于出生前计划的书时，我立刻就知道身体上的疾病一定是我即将检视的人生考验之一。因为不说别的，基本上只要是人类，就一定会面对到健康的问题，所以这个主题有着不可忽视的重要性。我想知道，灵魂是否在投胎为人前，就已选择了要经历身体的病痛。有一个问题特别让我挂怀：灵魂是不是会计划罹患某种特定的疾病呢？如果是，那又是为了什么？

裘恩的故事

裘恩清楚记得改变他人生的那一天：一九九七年一月二十三日。那一天，他被诊断出罹患了爱滋。「他们用一组编号来称呼我。」他跟我说。我很好奇那是什么感觉，患了这种被整个社会认为很羞耻的疾病，羞耻到要用一组编号来称呼病人，而不能用名字。不过我很快就知道，耻辱正是裘恩这一世的主要课题。

裘恩出生在一九五六年亚拉巴马州的李文斯敦，一个人口只有二千五百人的小镇，当时社会动荡不安，美国南方的种族融合问题也方兴未艾。裘恩是白人，当他还小时，看着新闻播报萨玛的游行，消防水管和德国狼犬被用来抵挡想要投票的美国黑人。

到了青少年时期，裘恩拿了一份「亲爱的艾比」专栏给父亲看，想要藉此告诉父亲他的性向，专栏里艾比恭喜一名男子对自己同性恋的孩子抱持着开明态度。

「你想说什么？」裘恩的父亲问。

「呃……我想说的是，我是同性恋。」

他父亲老泪纵横，「你知道你是裘恩·艾摩尔，而我们家到你就要绝后了吗？我可以带你过河去，你可以在那里找个女人，然后好好快活一下。」

裘恩试着用另一种方法告诉他母亲。有一家电视台在广告一个白天播出的新闻特别节目，内容主要是对一个同性恋男子的专访（**他很年轻、成功，而且他是同性恋！我们将会采访他和他的父母**）。裘恩请他母亲记得提醒他要去看这个节目。

而当裘恩在书房里收看这个节目的时候，他的母亲坐在距离不远的厨房桌子旁，她做着平常想消解压力时会做的事！玩单人接龙。裘恩回忆：「每四秒钟我就可以听见翻牌的声音。她每翻一张牌就会喀地敲一下。喀、喀、喀！那声音越来越大声。」他边说边大笑。我想象着空气中的紧张气氛，还有他母亲脸上那种试着要专心玩牌的紧绷神情。

「我其实心里偷偷希望着她会进到书房来坐在我旁边，但是她并没有这样做。」裘恩难过地说。

在学校里，发现裘恩性向的同学开始嘲笑他，他被人叫「玻璃」，而且时常受到欺侮。有一次，一个老师把他拉到一边去说：「裘恩，你是个男人，为什么你不能摆出个男人的样子来？」裘恩告诉我，他从小到大所处的宗教氛围，也跟他的性向一样罪无可赦。

「你家是哪一个教派？」我问。

「卫理公会。」

「卫理公会怎么看同性恋这件事？」

「忤逆神的罪。」

「李文斯敦大部分人信的是哪个教派？」

「浸信会。」

「浸信会怎么看同性恋这件事？」

「你会在地狱里受火炙之刑。」裘恩大笑，「浸信会的人比较好战。」

「裘恩，我感受到的是，」我说，「你的个人生活中充满了耻辱——学校、家庭、宗教都是——而且你选择投胎到一个完全会被别人公开羞辱的族群和地方。」我的研究很清楚的显示出，灵魂选择他们的父母亲，以及他们出生的地点。「无论是私人生活或公众环境中都是羞辱，」我补了一句，「到处都是。」

「真的到处都是，」他同意我的话，「而且没完没了。我降生到一个充满耻辱的家庭、一个充满耻辱的地方、一个充满耻辱的年代。」裘恩还说，不只一个情人曾对他说出难听的话，让他感到羞耻不已。但是当时我还不知道，裘恩的过去其实有着更深远的重要性，一直到之后由灵魂那里获得有关裘恩出生前的计划内容才得以知晓。

艾滋病只是这个耻辱模式中的一环而已，无论是裘恩在美国南方亲眼见证的，或是他自己亲身经历过的情況，也都属于同一个模式。当他得知自己的诊断结果时，「感觉就是『嗯，是我自己活该』。」裘恩阴郁地说。

虽然觉得是自己活该，他依然受到了极大的冲击。「我回到箱型车上，我记得自己开着车在街上绕，看着路上的人各自做着各自的事，你可能从来没有注意过，但是我真的看见了这些人在做的事，感觉上他们移动起来就像是浓稠的糖浆一样缓慢。他们过马路、他们走进药局、杂货店，他们站在人行道旁说话。我经过了消防队，消防队员正对着消防设备在做些什么。我把所有车窗都关起来，然后开始大叫：「难道你们不知道整个世界都已经变了吗？」对我来说，真的是如此。

有一段时间，裘恩病得很重，而在医院进行治疗时，他曾有过一次濒死经验。「感觉起来雾很浓，」裘恩说，「不过我记得我在一间房间，里面很暗，有很多人围绕在我旁边，感觉很像是一场盛大的鸡尾酒宴。那个地方一点声音都没有，也没有人说话，但是我可以感觉到有很多人，而且他们都来自与我不同的国度。我觉得自己可以选择要不要加入他们，我很清楚记得自己选择了不要。那是个发自内心的决定，感觉起来就是『我不要留在这里』。」

裘恩选择活下去，不只是肉体的延续，而是另一种新生命的开始。

「在你与死亡天使擦肩而过之后，你会对自己所经历过的事情开始产生感激。」裘恩说，「我从此不再觉得羞耻了，真的。我发现就在自己如此接近死亡之际，我却一点都不想死。」

「裘恩，」我问他，「艾滋病和你的濒死经验，对于克服你的羞耻感有什么帮助？」

「你是说在经过了这么长的一段耻辱经历之后，我还会面对其它什么样的磨难吗？」裘恩回答，「处理恐惧最好的方式就是亲吻他的鼻子，然后他们就会消失了。濒死帮助我了解到，『他们』再也无法影响我了。我们都知道『他们』是谁。邻居、老师，还有其它那些时不时会从门里跑出来对我说三道四的人，他们已经不存在了。」

「我只想要活下去，活在真实里。」他补充道。

「裘恩，你会对一个正在经历耻辱的人说些什么？」

「被人羞辱的话语在我的人生中是实实在在、不可动摇的存在，对于扎实不可动摇的东西，你能怎么办呢？你就以它为基础，向上成长。」

裘恩与格琳娜的通灵会

身为通灵人，格琳娜会进入出神状态，而由另一个存有会透过她说话。有些通灵人清清楚楚知道通灵体所说的每一个字，有些则是对过程中所讨论的事有模糊的记忆，但是没办法逐字逐句记起曾说过的话。很不一样的是，格琳娜完全不记得对话的内容。在通灵会之后，她很好奇过程顺不顺利，以及我们究竟谈了些什么。她是个非常体贴的人，总是希望知道通灵时的讨论是不是有所帮助。

格琳娜一开始通灵，马上就看得很清楚了。她的声音变得稍微轻柔了些，而她的抑扬顿挫、语调，以及措辞则是有了非常明显的变化。有时候，就像在裘恩的通灵过程里一样，会有超过一个以上的无形界存有同时在场，并透过她说话。

「我们三个来到这里见你们，就像你们也是三个一样。」通灵体开始说话，「我们并不属于物质世界，而是来自灵魂界——就像你们说的，藏在面纱之后的那个地方。我们其中有两位从来不曾像你们一样以肉身方式存在过，我们来自天使的国度，对你们来说我们会一直都是无名氏，因为我们的名字是你们所无法发音的。所以，我们只会以有颜色的模糊形象出现在你们的脑子里，不过更常以感觉的方式出现。」

我们正在和天使对话，对于这个事实，我感到无比惊讶。透过格琳娜，我们穿越了那层面纱来到了无形界。这位天使的语调中带有一种甜美，让我非常放松舒服。这位天使的开场白和问候提醒了我，灵魂通常会透过感觉与我们沟通，而通灵人常常会看见非肉身存有所呈现的颜色，以及我们人类的气场。

在通灵会中，这些无形的存有不使用名字是很常见的事。每一种存有，无论有形或无形，都是一种能量。**能量印记**这个词汇说明了，每一个意识体都因其独特的能量而各有不同。这几位天使能够辨认出裘恩、格琳娜和我——还有他们彼此——都是因为能量不同的关系。

「我们其中一位有过许多次的投胎转世经历，」这位天使继续，「现在他可以直接和你们说话。」

「是的，我曾经投胎转世到你们的国度八百六十七次。」第二位天使说，「这是我转世到人身里的次数，另外数不清有多少次，我选择投胎到人类以外的肉身里。而且没错，在你们其中一个人投胎时，我选择了要当他（裘恩）的指导灵。我们在这么多次的转世中曾经一起过很多次，我们曾经是姊妹、我们曾经是母女、我们曾经是其中一个杀死了对方的敌人，而且，我们也曾经是最要好的朋友。」

「每一次你和我都会一起决定我们要在哪里碰面，以及要在什么样的情况下为彼此带来美好的成长经验。我们其实就是你们所说的灵魂伴侣。两个拥有非常相近的振动频率的灵魂——我们俩的这个频率有着非常相近的**颜色与声音**。」

「我想告诉你，我很高兴也很为你骄傲，在这一次转世中，你已经向前跨了好大一步。你证明了许多事情，也将许多能量往前推送。我一直都跟在你身

边，而在那些你认为人生到了最幽暗谷底的时刻，我会走到你面前鼓励你。是的，你会觉得我的能量非常熟悉。我希望你能记住，亲爱的，你的灵魂是多么美丽，从你心中散放出来的光，是多么耀眼。当你身边围绕着的尽是对黑暗的呼唤时，要能保持住这样的光是非常困难的。唯有真正的疗愈者、真正的圣人，能够身处那些尚未觉醒的人之间，还持续拥有睿智的心。保有你的心，并持续你的勇气。」

这位天使对我说：「我们听到你想问的问题了，但是我们希望你可以一题一题问。」

「谢谢你。」我开始发问，「裘恩在出生前就计划了要在这一世中经历艾滋病吗？如果真是这样，那又是为什么？」在通灵会开始前，裘恩和我达成协议，我们都认为这是最重要的中心问题。他和我一样渴望听到答案。

「好的，没问题。」这位天使回答，「这个地方（无形界）不存在任何沉重的能量阻碍进步的发展，或是禁止向前眺望的能力。那些过渡时间（介于转世之间的时间）会被用来评估和计划灵魂的下一步、下一个层次或阶段。你问题的答案是『是』。」

「的确，我们曾讨论过要从灵魂小组里释出血缘亲属和宗教信仰，这个小组是裘恩所属的家族（我们很快就会知道，天使指的是在之前的某一世中，裘恩灵魂小组中的某个人。在那一世里，这个转世的人做了某些奠基于恐惧的行为，以至于让他完全忘记了自己是灵魂——之前裘恩的小组中从来没有人经历过这样的事）。确实，灵魂小组中的每个人都同意，裘恩得挑起必要的重担，即便会出现所谓的阻碍或一些幻象，无论如何裘恩还是要持续发光，要成为光，而且开始看见并了解自己真正的本质。」

「那些（灵魂）一起彼此协助将他们的个性和想法灌输给裘恩，过程中也会制造出一些障碍给裘恩，他一定要克服之后才能清清楚楚看见自己真实的本质（你会在灵媒史黛西的辅助解读中看到，这位天使说的是属于裘恩灵魂小组中的一员，他在裘恩出生前就同意以羞辱裘恩来作为他的考验）。这感觉就像是一场障碍赛，你碰到同样的障碍越多次，就越容易调整自己的移动方式来跨过它、钻过它，或是从它周围巧妙地绕过，直到这成为你的第二直觉。当裘恩不再觉得跟身边的人比起来，自己很渺小、没有人爱、不讨人喜欢、不够圣洁，

他身为人时所面对的障碍就会消除了。」

在这些话中，天使传达出人生挑战最主要目的是：让我们知道，自己的想法和感觉创造了我们所处的实境。人生困境的挑战就像是镜子，反射出我们对自己的感受。从这层意义上来看，困境就是礼物，而智慧让我们得以认出它们来。

「的确，」天使解释，「肉体的用途是为我们带来觉醒，并在需要疗愈的地方发光。因为这会对他的灵魂家族，以及这个国度（无形界）产生重大的影响，所以这会以一种非常激烈且强大的方法来执行，好让所有人都能够从毫不遮掩的真相中获益。」

于是我们在此得到了答案：我们确定裘恩计划了罹患艾滋病的经历，不只是为了他个人的学习，也是为了整个灵魂小组的成长。这在其它受访者的通灵会中也获得证实，我们身为人，在这个地球上所创造出的提升与进步，不但会扩展我们个人的灵魂，也会扩展每一个在灵魂小组中的灵魂。

「可以请你再多说一些吗？」我问到，「关于罹患艾滋病这件事如何帮助裘恩成长的这一部分。」

「要能看见你自己真正是什么，相信属于自己的真相、自己的本体为何，」天使回答，「这是不可或缺的一步。这一切都在于，相信所有人都值得爱，值得无条件的爱。灵魂小组参与这一部分时，预先设定了有条件的爱，这样的爱要在特定的状况中才能被感受到——要遵照社会习俗、传统才行——而裘恩因为无法遵照这样的传统和习俗，导致家族成员收回他们的爱。在这样的状况下，裘恩对自己的想法就产生了：他不值得别人无条件爱他，只有当他按照设定好的方式表现，也就是达到他人的期望并且获得他人的认同时，他才会被爱。这时候，困扰就出现了，从小培养出来的人格也就此开始四分五裂。艾滋病的出现，就是要把对无条件的爱的渴望，与认为自己不值得别人爱的想法给分开。因此，当裘恩的灵魂开始发光，当裘恩看见那样的光，并且相信那就是自己，疗愈就此开始，也因此而完整。」

天使也非常优美地说明，在这个地球上的心灵成长，其精髓为何？一旦我们不再认为自己是有限制、有缺陷的人，相反地，我们记起自己其实是超凡入

圣的存在，那么，我们对自己的爱就会开始发光。要能认识自己内在的光，需要你改变思考的模式，以及更激烈一点，以身体的健康为代价。

「裘恩的灵魂是如何计划让自己的光由内而外发散出来呢？还有，裘恩的灵魂又怎么知道这个计划一定能成功？」我问道。

「所有投胎转世到你们国度的人，」天使回答，「都一定得要穿越最低微卑下的黑暗。那里有憎恨的频率、与神分离的频率、排斥的频率、恐惧的频率——所有这一切都被我们隐藏在波长与一般声音相同的频率之中。你们无法得知、无法看见，也无法衡量这些频率对人体的影响。」

「在这个肉身国度的你们以为，身体就是自己。你们以为自己就是恐惧、就是憎恨、就是排斥。正因为如此，所以你们可以谋杀别人、可以虐待或利用他人，因为你们依照最底层的频率来行动。当灵魂进入肉体时，大部分的清明思绪都会消失，而身为一个人，你们开始相信身体就是你。这也是计划的一部分，因为，忘记自己的神性，并藉由多次的尝试来记起真相，这样的过程带来强大的力量，可以坚定信念，并且将频率提升至更高的层次。」

（裘恩在之后做出这样的响应：「这完全就是我一直追寻的力量。我曾经做出一些非常明显的举动，试图要找到内在的那个主体，我知道它就存在我里面。艾滋病的经历让我相信，身体是受到了威胁，但是我的灵魂和存在，还有我的觉知，都丝毫不受到影响。」

「这样回答了你的问题吗？」天使问我。

「是的。」我说。虽然我还是很想了解裘恩的灵魂怎么会知道，或感觉到，裘恩的人生计划真的可以带来如此惊人的成长。「是不是有什么特殊的事件，是特别计划来彰显出裘恩的灵魂之光，而且他自己也能够看得出来呢？」

「灵魂其实编排了许多事件让裘恩去经历，他可能记得，也可能不记得，这些事发生的同时，其实正是要他开启对灵魂之光的觉知。」天使回答，「这是一个循序渐进的过程。人体振动的频率非常低，要在更高的频率中，真相才会显露。不过人体无法以很快的速度接收更高的频率，所以，人一开始只能短暂的接触更高频率，然后慢慢增加，让身体适应，这样细胞才可以累积光，并以一种渐进的方式带进更高的频率。」

天使说的这番话帮助我了解，身体的疾病是如何带动心灵的疗愈。但即便如此，我还是不免疑惑，为什么我们会需要这样的疗愈呢？「裘恩试着要去抚平的羞耻感——他深信自己不值得拥有无条件的爱——最初是从哪里来的？这种羞耻感是由什么创造的？」我问道。

「灵魂小组把这一点设定在血脉相传的某个人身上，而这个人属于有组织的宗教，可说他是具有巨大影响力的崇高人物。这个人的个性中潜藏有事先计算好的不平衡成分。而当这样的不平衡成分掌控了这个人的身体，就会变成充满各种恐惧的心理疾病。当这位祖先依循了这些恐惧去行事，恐惧的本质就会变本加厉，而且不只是反应在他个人的身体上，也会反应在他的子孙身上。」

我在其它的通灵会中得知，在肉体世界中，行为会强化情感，使之更深入的成为我们存在的一部分。也正因为如此，通常下一世的投胎，都是为了疗愈而来。因为，在肉体世界中所创造出来的，要在肉体世界中才能获得最迅速的消解。

「堕入这样的黑暗中是经过计算的，」天使继续说，「堕入这么低的频率里，是之前这个灵魂小组所未曾经历过的事。所以，在这次的实验中，透过 DNA 的基因排列，这个编码（恐惧的能量）被传续下去，并且广泛的被其它的灵魂小组采用，大家都认为这对降到较低频率中很有帮助。」天使在这里指的是，灵魂渴望透过经历相反的一切，以达到更深层的自我认识。

「一个人距离存在的真相越远，黑暗就会越深浓，频率也越低。」

「一旦灵魂小组在几次的转世后穿越了这些阴郁、沉重的能量，所有一切就会被消除了。灵魂小组会再一次认知到那光、那真实。这时，觉知的意识会更加稳固。当这些存有最后终于离开了转世之轮，进入了其它国度时，他们带走的是由这光所教导他们的种种。这样回答了你的问题吗？」

「是的，谢谢你。」我回答。「听起来，你是说裘恩的灵魂小组要他成为艾滋病患者，而他也同意。小组中的其它成员则是转世成为他身边的人，来批判他、拒绝他，并且不给予他无条件的爱。是这样吗？」

「是这样没错。」天使回答。

「这听起来是个颇有风险的计划，因为裘恩可能会相信身边人所说，最后认为自己真的不值得无条件的爱。」

「是的，他已经转世好几次了。这有一部分也是他自己灵魂的疗愈。」

「那么灵魂小组是不是继续使用同样的计划，一直到某一世这个人终于发现自己是值得无条件的爱呢？」

「是的。」

我们终于碰触到「人类为什么要受苦」这个亘古长存的问题了。我不想让天使觉得我接下来这个问题很难回答，但是我自己人生中有几次的苦难是这么深刻，我其实只是想了解这其中的必要性是什么。从很多方面来说，我对答案的需求促使了我进行这一次的通灵会。

「为什么要这么做？」我发问，「为什么不计划一个愉快美好的人生，其中充满了无条件的爱呢？要让一个人体会到自己值得，这样不是比较容易吗？」

「所谓的平衡，要经历过光明与黑暗两者之后，才能获得。」天使这么说，「所有转世到你们国度的人，都在其中的几次转世里，经历过身为光明与身为黑暗的存在。有的选择成为毁灭一个种族的人，有的则选择要虐待儿童。所有这一切都创造了某种程度的学习与了解。这是一个好与坏对立的世界，而在光明与黑暗、好与坏之间找出平衡，便能让你们脱离这个世界，带你们远离二元对立，并且在你心中创造出一种信念：一切皆为一体。」天使指的是神性的本质，以及宇宙中一体的存在。

「这是不是代表裘恩的灵魂小组疗愈羞耻感的方式，包括了愉快美好的转世，以及更有挑战性的经验，像是罹患艾滋病？」

「没有错。」天使说。听到生命计划的进展也同样采取平衡的方式，让我倍感安慰。

「之前你提到了较低的频率，」裘恩发问他的第一个问题，「我要怎么做才能提高频率呢？」

「我会跟你说，裘恩，宇宙中最高频率就是爱。所以，尽可能让自己长久保有这样的频率，这就是秘诀。」

「对那些患有艾滋病，并且也试着想要理解这其中更深层的心灵意义的人，你会说什么？」我问道。

「保持心灵的极度开放，」天使轻柔的说，「只听从你自己的心。这么一来，在超越你所能理解的层次上，各种疗愈都会接踵而至。」

我在其它的通灵会中也曾听其它灵魂说过类似的话。当我们关上心房，我们就阻断了那可以治愈我们的能量——主要是爱的能量。也因为如此，心中情感的僵硬冷漠，会造成身体上的不适。

「裘恩的灵魂小组中有那么多人，」我问，「为什么选中了他来经验艾滋病呢？」

「因为这次轮到他了。」天使如此告诉我们。

「就这么简单？」

「是的。」

「关于艾滋病的经历，还有什么其它重要的部分是我们需要了解的？」

「艾滋病是你们这个时代的瘟疫，」天使回答，「它点出了存在人类之间的一种憎恨模式，它也是一种日积月累的结果，因为人类已经好几个世纪、好几个世代都远离着灵魂而活，人类远离光，并且相信身体就是自己，让自己自外于一切存在。」

「那么，艾滋病的出现是要治疗人类，这样说正确吗？」

「完全正确。」天使这么说。

☆☆☆

虽然裘恩的通灵会并不是我所参与过的第一个通灵会，而且我也听过灵魂

向我确认，其它的受访者选择并计划了他们的人生考验。但是，这次我所听到的，还是让我很震惊。裘恩被选中来经历艾滋病，而我们也已经知道这是**为了什么**。我不禁要揣想，有多少艾滋病患者，或其他疾病的患者，心里认为自己的病痛是上帝或宇宙所给予的惩罚，就算没这么悲观，也会觉得这是一种无意义的折磨。与天使的这场对话清楚说明了，裘恩的经历虽然很痛苦，却是有深层意义的。事实上，可以说是具有脱胎换骨的力量。

裘恩形容这次的通灵会是大开眼界。「它让我了解到，我所拥有的神性，远比自己想得还多。比起过去那些年月，我现在更强烈体认到生命的目的。」他也提到，他的灵魂就像是裁缝师在修剪外套一样，敦促着他修正自己的性格。「粉笔的痕迹逐渐消失，而衣服也慢慢变得更合身了。灵魂，是我最完整纯粹的表现。」

史黛西的解读

虽然我称她为灵媒，但是史黛西就和格琳娜一样，也有通灵人的能力。有时她的指导灵透过她说话，而她对于究竟说了什么，只有一点点的记忆。另外有些时候，她的意识一直都保持在非常清明的状态，并可以复诵出指导灵所说的话，又或者她可以描述出视觉影像和感觉。

就像我在本书的前言中所说，史黛西有种了不起的能力，她可以看见和听见研拟出生前计划的会议。我常会觉得自己被送到了另一个世界，仿佛可以伸手触及在场的那些灵魂。能够见证这些对话，真是灵魂赐予的礼物。史黛西和我，甚至是所有读到这些文字的人，都得以瞥见另一个空间的吉光片羽，以及一场紧凑激烈的个人成长规画。在这里，灵魂讨论有关他们个人进化最私密的愿望，有时候，对过去几世人生的挫败，他们也开诚布公地致意。在史黛西的指导灵提供我们这些内容之前，要先取得相关灵魂的同意。我非常感谢他们开放的态度，让我们也能够参与这么私密的经历。

「我看到裘恩和他父亲正在就出生前计划对谈，」史黛西开始述说，「这两个人之间充满着伟大的爱。我看到他和他父亲的灵魂，不过看起来和他们在这一世里所使用的肉身非常相像。他的父亲正告诉他自己有多爱他。很明显地，裘恩已经决定要经历同性恋的人生了。在这儿也有讨论到一场重大疾病，甚至

可能会夺走生命。这些事情都已经被决定了。」

即便我之前也曾经与史黛西一起进行过类似的事，但当我听到她逐字逐句复诵了接下来的对话时，我依然感到惊讶不已。

裘恩的父亲：我不会羞辱你。

裘恩：我需要经历这些（羞辱的话）。我需要听到你对我说这些话，这样才能帮助我找到自己。这些羞辱会更坚定我的意向，并且给我所需的勇气来面对我的命运。

裘恩的父亲：那好吧，我同意这么做，不过这是因为我爱你（裘恩的母亲站在他父亲的身旁，他父亲伸出手来将她拉近）。我们也会保护你。

裘恩的母亲：我会爱你、照顾你，并且一生珍惜你。我有可能会拒你于千里之外。这对我来说相当困难，不过，我愿意为了你接受这个挑战。

「裘恩前几世的人生主题是要试着在情感与财务上独立。」史黛西继续，「他曾经连续四世都是非常穷困的，有一次还是在第三世界的国家里。他持续要求提高考验的难度，为了要建立一个坚强、具有扶持他人力量的自我意识，他与他的父母及另外某些人达成协议，要他们在心理层面上狠狠打击他，这样他才能够向自我内在寻求力量，并且建立起他自己的人格特质。」

史黛西刚才描述的是一个典型的「反面学习」生命计划。在这样的计划里，这个人在出生前就选择了要去经历一种人生，那是完全没有人想了解、喜欢的特质的人生。裘恩在之后跟我说了他对史黛西的解读的感想，「我相信我所选择的人生，刚好与我（身而为人时）最想要的相反，这样我才能懂得对他人的同情关怀是怎么一回事。」他说，在他人生大部分的时间里，他都认为他会受苦，都是因为前世对别人冷酷无情所得到的惩罚。现在他知道不是这么一回事了。

「我还接收到其它一些东西。」史黛西说，「裘恩选了在这个时代进入肉身

之中，是为了要经历这个时代意识革新以及性别革命。他想要活在这个时代、成为这个世代的一份子，这样他才可以经历这两件事。

「此外，他在过去几世的恋爱，甚至家庭关系中，也都有过无法好好控制自己行为的纪录。现在这一世，他也还在继续努力中。他计划让自己与某个人进行危险行为，并因此感染爱滋病，而这个人是他早就知道不应该在一起的人。不对的人与危险的行为加起来，刚好显示出他缺乏自我约束的能力。」裘恩之后告诉我，史黛西说的这段话真是一语中的，「对我来说，自我控制和自我约束可以说是很陌生的事。」

「我现在看到另一个出现在裘恩出生前计划会议中的人，她是裘恩学校的老师。」史黛西说，「她自认自己是很有艺术家倾向的，藉由在裘恩的这一世中担任他的老师，她努力加强自己性格中强势积极的部分，用以平衡她本身的艺术家性情。她在自己内在发展男性的能量，并且将其表达出来。无论她对他说了一些什么（羞辱的话），都透过了她自身的过滤。要达成这样的协议，她可说是最佳人选。裘恩从很久很久以前的几世里就认识她了，用我们的时间来算的话，应该是公元第三或第四世纪的时候。」

史黛西说的话提醒了我，灵魂会在所有的事物中寻找平衡，包括了男性与女性能量的表达。我访谈过的一些人，在前几世的人生里，正是有表达男性或女性能量的困难。于是他们计画了接下来的一世来练习这个技巧。

「还有其它关于要羞辱裘恩的对话吗？」我问史黛西。

「有人告诉我，就某种意义上来说，裘恩的同学并不是他的灵魂伴侣，因为他们并没有和他做出灵魂层次上的协议。」她重复指导灵所说的话来回答我，「不过，他们的指导灵传授了一些话让他们来说。他们的指导灵与裘恩的指导灵是并肩合作的。指导灵给了他同学一些该说的话，好让他们可以不假思索脱口而出。我刚刚有问，是不是每一次都是这样的情形，指导灵告诉我：『是的，每一次都是，而且他们根本不会记得原来是这样。』」

我感到非常惊讶，因为我之前没有听说原来指导灵可以影响人说话。不过，这与我在其它通灵会中得知的讯息倒很一致，在那些通灵会中，我知道我们的指导灵会很努力地确认我们真的经历到了出生前所计划的事情，即使这些经历

会很痛苦。虽然也许这些经历从人的角度来看会很不愉快，或是很难面对，但是从灵魂的角度来看，这样的经历却有着全然不同的意义。身为灵魂，我们知道人生只是一场以尘世为舞台的戏，而我们被伤害的程度，不会超过听到另一个演员对你说出台词时的难过。

我还想知道有没有其它出现在裘恩生命中的人，也是同意要羞辱他的。「那恋爱的对象呢？」我问。

史黛西停顿了一下，她正在调整接收这场会议其它部分的频率，有一段裘恩与一个男人的对话，而这个男人就是这一世较早时裘恩的恋爱对象。

男人：我不想这样做。我不想这样对待你。

裘恩：但是我想要这样做。我想听到有些人对我说出某些字句，我想要一种可以刺激我有所行动的态度。我想要这样。

「裘恩会做出这些声明是因为，这是他在前几世里就曾想过的事情。」史黛西解释。

裘恩：因为我是这么爱你，我会原谅你的。在我离开这一世时，我不会把这些话放进心里带走。我不会怪你，而且这不会产生新的轮回，让我们在另一世里再次成为情侣、让我练习原谅。

男人：做出这些声明加上这样的态度，真是很孩子气（他暂停了一会儿来考虑裘恩的要求）。我会同意你所要求的，但是我们之间一定要有爱。我们一定要经历爱才行。

裘恩之后告诉我，「我们的确有爱，我们真的经验了爱。」

「我现在看到换了一个人，」史黛西继续说，「这个人到处走来走去与其它人说话。我现在被带到一个地方，他得到别人的同意，一定会从某个人身上感染到艾滋病毒。他正在跟一群灵魂说话，这群灵魂全都会以同样的方式得病。他们说，在这样的经历中，除了学习自己个人的课题之外，他们也愿意藉此教导长辈们一个不容动摇的课题：宽恕与无条件的爱。这已经超越了个人事务，

成为这个灵魂小组更广大的目标。我看到这个人走向裘恩身边。」

男人：这里有个议题，比个人感染爱滋所获得的好处更加重大。我们可以教导我们的长辈、荣耀他们，并且提供他们一个难得的机会来经验、学习、成长。

裘恩：我同意，但是我自己也需要藉此来经历自己对改变的抗拒，并且学习更常运用智慧，做出更明智、更富有感情的事。

我现在终于了解裘恩的灵魂小组所承担的责任有多么重大。他们所做的是为了群体的利益。他们想要达成的是，为这个世界的人性多增加一些宽容。他们愿意忍受这个社会加诸在他们身上的批判，藉此让那些做出批判的人能够选择表达，并且知道，他们自己就是无条件的爱。

史黛西与她的指导灵提供了清晰的画面，让我们知道为什么一个灵魂要在出生前计划感染艾滋病，而他又是如何做到的。可是，那些并没有在出生前计划要得到艾滋病，却又得病的人呢？在这种情况下，如果有所谓的角色的话，这个灵魂又是扮演了什么角色呢？

「我有个朋友死于爱滋，但是他在进入这一世时，并没有这样的计划，」史黛西回答，「他自己选择了这样的结果。」

「是在灵魂层次上的选择，还是肉身的选择？」我问道。

「灵魂层次上的选择。不过做这个选择的他当时还在肉身里。」

「所以这个灵魂想要离开这一世投胎？」

「是的。」

「为什么？」

「我的朋友感觉不到爱，而且是从出生开始就没感觉过爱。他不想以自杀来做自我了结。他会想这样做是因为，在生病的过程里，他可以得到许多的爱 and 关注。他的更高自我（灵魂）也认同他的肉身所感。他的人生充满了哀伤，缺乏谅解，而且自责不已。要让他的灵魂离开这一世的生命，这是最简单的方法。」

「灵魂要怎么让肉身得到艾滋病？」我问。

「已经有很多种行为存在，很容易就有机会从随便几个伴侣身上得到了。」史黛西回答。

我还是不太理解这是怎么做到的。「但听起来好像是由灵魂来掌控这个人会不会感染艾滋病，灵魂是怎么做到的？」

「我们晚上睡觉的时候，会做许多灵魂层次的事。这个决定是在他睡着时做成的。」

「换句话说，这个人在夜晚进入了光体之中，与灵魂相会，然后答应等到睡醒，他就会去感染艾滋病毒吗？」**光体**这个词是用来形容我们成为灵魂时的外观样貌，这是个非常实在的形容词，因为我们那闪耀的身体是由光所组成的。

「是的。」她回答。

「史黛西，除了我们已经讨论过有关裘恩的例子，灵魂计划在人世经历重大疾病的最主要原因还有哪些？」

突然间，史黛西说话的方式慢了下来，而且变得更谨慎从容。在这场通灵会中，史黛西第一次逐字说出指导灵透过她想传递的话语。感觉上就好像是指导灵知道这次的解读已经接近尾声，而他想要提出他的结语。

「有很多（原因），包括自我和自私。」他说，「重大疾病可以用来让一个人由内在开始调整自己和自己的信念、价值观，以及对事情的看法。有时候疾病的发生也是轮回的一种平衡作用。」

「对一个身染疾病，或者是关心某个生了病的朋友，并想了解疾病更深层心灵意义的人，你会对他说些什么？」我问。

「要用很多很多的爱。此外我也要提醒你的读者，虽然当个生病的人，或是要照顾一个生病的人，看起来好像是个沉重的负担，但这是通往某处的踏脚石。疾病，是进化阶梯上的一级台阶。」

☆☆☆

裘恩规画了一个出色的人生大计。和所有灵魂一样，裘恩拥有选择出生地点及时间的权利。他选择了这个地方和历史上的这个时间点，正好让整个社会的耻辱反映出他内心的羞耻。选择了美国南方正在经历种族对立的时刻，他所计划的人生将萌生出对耻辱的重要理解，并在最终疗愈。

存在于这个世界中的耻辱环绕着裘恩，与他在私人关系中所感受到的耻辱相互映照。这已经是他可以计划出最具有挑战性的情况了。他选了一个小镇，在这里要隐姓埋名是不可能的事，也因此让他不得不隐藏他的性向。他让自己身边充满广宗教人士，而这些人并不接受他真正的本质。他选择了自己的父母——他灵魂小组的成员——他们持续且强烈的批判他。而在这些考验之外，他还外加了在我们这个时代可说是最羞耻的一种疾病：艾滋病。裘恩的人生画布上并没有轻松柔和的色彩。但是他带着勇气，选择了大胆、鲜明，而且可说是冲突的颜料来创造出这幅充满张力的图画，而这幅画面会让他觉知到自己美丽的灵魂。

裘恩的父母和他一样美丽。他们并不情愿扮演这个他所要求并编排的角色，而他们唯一的动机就是爱。同样的爱也促动了之前的爱侣，接受了同样困难的角色扮演。而他接受扮演这个角色的条件是，他与裘恩之间必须要有爱。裘恩那无法谅解的父亲、妄下结论的母亲，以及侮辱他的伴侣，都是爱。这也是为什么裘恩与他们在出生前计划的会议上，将讨论的重点集中在爱，这既是动机，也是经历。当裘恩的灵魂最终与他们的相会时，他会谢谢他们非常称职的扮演了这些角色。

灵魂就是爱，宇宙就是爱，我们就是爱。当我们穿越肉体看见内在的灵魂时，我们会记起己本来的面貌。暂时忘却自己的身分，然后再慢慢；步步恢复记忆——以及出现在过程中的对立——在在都给灵魂带来更深刻的自我认识，并且能更欣赏喜爱自己。对灵魂来说，若没有进入肉体之中，就无法获得这种赤裸裸的对立，更无从谈到理解了。而对肉身的人来说，重新发现自己是爱，

将会带来肉体与情感上的疗愈，这正是裘恩现在开始感受到的。

整个灵魂小组都会因此经历而受益。在这一世的人生结束后，裘恩会带着对耻辱的丰富感知回到他的灵魂小组中，并且非常清楚耻辱的感受与高尚的灵魂之间有着怎样的冲突差异。裘恩会与他的小组分享这些智慧，而这些智慧也将成为他们的一部分，最后他们会在进化的螺旋圈中更上层楼。裘恩住尘世所受的痛苦折磨会渐渐消散，而他与灵魂小组所获得的智慧，将永远伴随着他们。

自我原谅 是裘恩在这世疗愈过程中的试金石。他必须要能原谅其它人的偏执，但是更大的考验则是，原谅其它人对他说过的话。当裘恩知道自己是爱滋带原者时，他觉得是自己活该应得。从这里就可以看出他的羞耻感有多重。唯有透过他的濒死经验，他才能了解自己想要活下去，也值得活下去。在濒死经验发生之前，裘恩完全感觉不到自己本身是值得的。在黑暗与他最后选择继续的生命之间，产生了一种对比，刺激了记忆的回复。他再也不是父亲臭骂的那个人、不是老师与同学批评的那个人，也不是前任情人们所羞辱的对象了。他也不再因为得了爱滋而有所不同。这场疗愈的旅程就是一种忆起。裘恩从他与无形界的接触中觉醒，因而由内在直觉忆起了他自己无可衡量的价值。唯有勇敢的去拥抱黑暗，我们才能了解并全心感恩光的存在。

大部分我们在肉身世界中所经历到的黑暗，都是因为我们相信所有一切是独立存在的。我们相信我们是单独的个人，与其它人和灵魂完全不同、完全无关。正如天使所说，我们相信自己就是这个肉体。为了能进入肉体之中，这个幻觉必须要够说服力，这样才能提供丰富的灵性成长课题。如果我们不觉得一切都是独立存在的，那么生命就会缺少那种成为我们人生导师的严肃力量，而我们会失去成为生命学子的动机。

透过罹患艾滋病的经历，裘恩提供我们所有人一次机会去与真正的自己结合，而这份礼物正是由那些我们以最严厉严词批判的人所给予。那些酒鬼、毒虫、艾滋病患者，他们每一个人都给了我们机会去超越肉身的批判，进而成为宽容与同情最生动的展现。裘恩与灵魂小组中的其它人计划了艾滋病的考验，有部分原因是为了要教育社会。与其诋毁他们，我们其实应该要感谢这些人成为我们的老师。愿意经历艾滋病或其它任何考验，只为了要教育别人，这是种无私的表现。在某些情况里，这样的无私可以抵销掉过去几世人生中的自私行为。但无论在什么状况中，这都是爱的表现。

在真我被隐藏起来的状态下展现出爱——而且是在我们自己设计的情况下——这就是人生最基本的目的。当我们领悟到肉身只是暂时的遮蔽物时，我们将会通过这样的考验，并且从自我催眠中觉醒。裘恩就已经抛去这层遮蔽物，展现出底层灵魂那无尽、永恒的爱了。

☆

和裘恩一样，朵莉丝也经历了一场灾难性的疾病——乳癌。虽然疾病的种类不同，但它在个人成长中的来由与角色却是一样的。稍后你就会看到，朵莉丝的病是从她对自己的想法和感觉而来，就像裘恩的病也是肇始于他对自己的想法和感觉。所以，肉体的病痛，正反映出他们自己需要疗愈的部分。

我开始写朵莉丝的故事不过几天的时间，就有一位好朋友告诉我她得了乳癌。这个消息让我震惊不已，就我所知，我这位朋友一直都很健康。虽然她的诊断结果还算乐观，但她目前正因为接受化疗而非常虚弱。突然之间，我想要了解为什么这种事情会发生的想望比以往更加强烈了。

我是不是能揭露一些事——任何事都好——可以帮助我朋友及其它身处类似状况中的人呢？为什么我朋友和朵莉丝要碰上这样的考验？朵莉丝是不是和裘恩一样，在出生前就计划好要经历这场重大疾病呢？如果是，那是为什么？如果不是，那么朵莉丝的出生前计划是不是可以说明，为什么癌症会发生，或者朵莉丝可能从中得到怎样的成长呢？

朵莉丝的故事

「她可以在前一秒非常温柔地抚触你，然后，在下一秒以迅雷不及掩耳的速度反手劈你一掌，用力到可以打断你的脖子。」

这是朵莉丝对酒鬼母亲的形容。

十六岁时，朵莉丝与母亲之间发生了一件极具关键性的事。在既没有经验又很好奇的情况下，朵莉丝与朋友们一起买了包保险套。他们把保险套带到朵莉丝房里把玩，最后，他们把那包保险套留在朵莉丝的抽屉里，然后就忘了这件事。

几天后，朵莉丝从学校回到家，发现母亲醉醺醺地在她的房间里。「她把我所有的衣服都从衣橱里拉了出来，」朵莉丝说，「我的六个衣柜抽屉有五个都倒在地上。而她则很戏剧化地站在那里，手放在最后一个抽屉上用力地把抽屉

拉出来，抽屉都被弄坏了，然后她拿起那包保险套说：「这是什么？妳这个荡妇！」之后好几个礼拜，朵莉丝的母亲都叫朵莉丝「荡妇」和「贱货」。

「我觉得她说的也许没错，」朵莉丝难过地说，「当时我还是处女，但我之后就出去找个人很技术性地为我破处，因为我觉得自己好像不配。在那之后，我就真心地认为「性」是我唯一有价值的地方。」

朵莉丝也把母亲其它的贬抑批评都往心里放。虽然她形容自己年轻的时候是个「桃莉·芭顿」大胸脯型的人，但她并没有过胖的问题。只是，当她的母亲说她很胖，而且一点吸引力都没有时，朵莉丝对母亲说的话深信不疑。朵莉丝还记得她正准备要离家去上大学时，母亲问她：「妳要不要在去上大学前先去做个乳房缩小手术？这样妳看起来才不会那么像个怪物。」

「你永远不知道她接下来会做什么。」朵莉丝补充。

朵莉丝还记得自己与家人格格不入的感觉，但这不完全是因为母亲的言语侮辱，也因为他们是个犹太家庭。

「我一直觉得自己好像上错了巴士一样。犹太教完全没有给人任何归属感。」

当我在聆听她诉说时，我对她童年时的反应感到不解。何以一个那么年轻的女孩，会在她唯一接触得到的宗教面前感到如此浑身不对劲？朵莉丝并没有提到任何强行施加在她身上的犹太教信仰或仪式。但出乎意料地，我很快就发现答案是什么。

在朵莉丝三十多岁时，她首次被诊断出罹患了乳癌。「我的室友站在厨房里，我走了进去，」她回忆，「我看着她，然后说：『我有癌症。』我室友手上的玻璃杯掉到水槽里，砸得粉碎。接着她冲过来抱住了我。我们两人都无法相信这个事实。」

「我知道我不会死的。」她用一种陈述事实的口吻补充说道。我不懂为什么朵莉丝这么确定这件事。不过，同样地，原因很快就会揭露。

朵莉丝接受了放射线治疗及乳房肿瘤切除手术。在手术进行时，她和医生

开玩笑，要求手术室的人员将收音机调到某个特定频道，让她可以听她最喜欢的摇滚乐团演奏。

在手术与治疗之后，她认为癌症已经过去了。十二年后，她又被诊断出罹患，而且这次两个乳房都有。

「我还是没有去处理我对自己的感觉，以及那整个有关『性』的议题。」朵莉丝审视自己，「我还是会出现很糟的自我评价。那时我是个成功的作家，我四处旅游，但是心中总是会有个声音出现……」

医生跟朵莉丝说，两边的乳房都必须切除才行。几天之后，医生说的话才真正冲击到朵莉的心。

「我完全崩溃了，」朵莉丝坦白地说，「突然间我的脑袋里迸出了这句话：『他们要把妳的乳房切掉了。』我惊惶失措，嚎啕大哭。」

然而尽管对自己的健康状况怀着恐惧，朵莉丝还是尽量试着去安抚其它人。

「我习惯（在医师的候诊室里）在看起来情况最糟糕的人旁边坐，。我对一个女孩子说：「嗨，妳有什么毛病？」她看着我的表情好像我长了三个脑袋一样，然后她说：「我有癌症。」我说：「我也是。妳的是哪一种？」这样一来，她的防卫心稍微放松一些，而且也更愿意向外界倾吐了。」

在两边的乳房都进行了切除手术之后，朵莉丝感到松了一口气。「我好高兴一切都结束了，因为我不用再担心了。我也不用每次照乳房 X 光片时都胆战心惊的。」

「我很害怕看到这对『新生女孩』。我先生说：『亲爱的，妳看起来就像是个小女孩，这没有什么不好。』其实这样的胸部更适合我的身材比例。切除乳房的同时，也让我拿下了我眼睛前那副有色眼镜，我终于可以用真实的眼光来看我自己。而我精神上的所有痛苦也都消失了。」

当她发现竟然有这么多人是在为她祈祷时，朵莉丝对自己的看法有了更大的改观。很多人写下爱与鼓励的文字给她，并且让她知道她是如何启发了他们。

「有很多清楚的证据显示我完成了许多事，有许多生命都因我而受到感动。」她很开心的说，「我不能再继续否认自己。我是个充满爱心的好人，而且大大的改变了这个世界。」

「这对我来说是个日渐加剧的过程。但不是每个人都必须如此。」

朵莉丝现在可以看见这场病痛带给她其它方面的成长与疗愈。「我对女性能量感到很不安。我不信任这股能量，就像我也不太信任女性一样。我从来不懂该怎么玩女生那种操弄人心的游戏——我很讨厌这种事——我也不喜欢漂亮的衣服，更讨厌化妆。如果我说要去洗手间，你绝不会看到我在里面补妆打扮。但我还是需要向其它女性求援（当生病的时候）。所以我一定得学会尊重这份组成自己的能量。」

「朵莉丝，有关妳自己是谁这件事，妳认知到了些什么？」我问道。

「我是个坚强的甜姐儿，对人类的状况满怀同情。我很喜欢做人这件事。我对人类经验的直觉很敏锐，而且我也善用了这些经验。我非常感恩自己能够运用这些经验，对其他女性伸出双手，告诉她们：『来吧，妳一定过得了这一关。』」

「我从来不觉得自己是癌症的受害者，也从来不觉得这件事是被加诸于我身上的。我感觉到这是我自己选择的，一直都是如此。我一直都在寻找其中的恩泽。」

「朵莉丝，妳会对患有乳癌的人说些什么？」

「我在对别人诉说乳房切除手术及术后的重建过程时，我都会说那是一个很棒、很直接了当的手术。只要六个小时——前三小时进行爆破工作，后三小时再来做门面的重组。听到这样的说法，大部分人都会大笑。找出其中的幽默之处，以玩心看待，甚至与之翩翩起舞。没有人说妳一定要从这里面硬挤出点滴滴的悲苦。」

☆☆☆

我之所以选择找朵莉丝谈，有一部分是因为她的听觉相当敏锐。我希望她

可以获知她自己在这一世开始前所做的计划内容。但我完全没有料到的是，她会在我们的谈话过程中，就以惊人的方式运用了她的通灵能力。灵媒史黛西也在这个过程中加入我们，以提供另一个与非肉身界域的连结。

我原本期望朵莉丝可以将她从非肉身的存有体那儿听到的话语重述一遍，最主要是她的指导灵所说的话。但她立刻就进入了出神状态并开始通灵，我反倒有点措手不及了。而当我知道这个正在说话的存有体其身分为何之后，我更是大吃一惊。

我们开始进行之后，我发觉朵莉丝的声调中有股紧绷的能量升起。这个接通了的灵体以一种非常权威的口吻说话，从第一个字开始，整个说话的方式就出现了极大的改变。很清楚地，朵莉丝这个人已经不在这里了。她已经离开，而在她身体里的是个全新且无法辨认出身分的意识体。

朵莉丝的通灵经过

「这个灵魂（朵莉丝）对自己的力量怀有恐惧——我们现在称呼这样的恐惧为——对成功的恐惧。」这个通灵体如是说道，「这两者的组合很难搞。这个灵魂身处于女性构架中，面对的挑战比在男性构架中要大得多。当它居留在男性躯体里时（在过去的几世里），大多数时候都是非常具有男子气概的，虽然受教化的程度不一定更高或更低，但它绝对相信男性是较具优势的。这样的结果就是，在性别的两端种下了难解的因果。当身处在男性身体里时，女性这一端得不到尊重或同等的对待。而当身处在女性身体里时，性别问题总是会成为第一线的攻防——『性』成为一种武器，『性』也被当作是个筹码。

「在这一世里，我们利用各种机会来诱发因果的反应。这个肉体是个过分夸张的女性形体。而计划好的母亲——女儿情节，则是安排一个非常嫉妒女儿的母亲以及一场考验，让这位母亲在女儿尚保有处女之身时，就指责她没有守身如玉的美德。这时出现的是个二选一的状况。这个灵魂可以证明她母亲是错的，并且在其后数年间都仍保持处子之身。或者是，像她自己所说，她认为母亲一定知道一些她自己所不知道的事。从那个时间点开始，她就自己设定了性别是用来谈判的筹码，而且单纯是个她认为自己可以控制的交易物品罢了。

「也因为这样的状况，她的自我形象受到极大的荼毒，也带出了另一个间接的考验，权力与成功的考验。她相信自己没有办法去做任何不以『性』为基础的事情，并且获得成功。当一个人排拒正常的性别能量时，就会让癌症以聚焦的方式发生。

「这个人知道自己不会在第一次癌症出现的时候就死掉，因此在几乎不觉得恐惧的状况下，接受了手术与放射线治疗。然而，她的自我嫌恶以及对自我形象的难以接受，依然没有获得解决。所以，我们让她的癌症二度发作，这次引起了强烈的信念危机，但还是安然度过了。

「自我嫌恶随着年纪增长而更加纠结复杂，在同时，我们对她的指导已经出现了成果，而她也正要展开生命的旅程：于是我们决定，所有嘲弄、痛苦、自我嫌恶都必须移除，这样才能让她没有窒碍地继续她的工作。所以，她接受了「第二次的」诊断结果，在这个时间点上，医师认为当下最好的处置方式就是将乳房切除。这一次她的响应非常正面，而我们也感到相当欣慰。」

在我通灵的经验中，我发现每一个非肉身的存在都拥有其独特的能量。而在这一次的通灵中，我感觉到非常强大的能量。这股能量融合了既充分又能令人理解的说明，正如在过程中所看到的一样。这个存有体非常清楚全面的样貌，而且在呈现这个样貌时，并不受到情感的影响，然而，声调之中却又透露着关怀。很清楚的一件事是：朵莉丝的身体响应了她对自己的感受。我们的细胞听得见我们的想法，而且，它们会做出回应。

如果朵莉丝是我第一个进行的研究案例，那么我可能会认为朵莉丝的乳癌是种惩罚，因为她相信母亲所说的话，或者是因为她拒绝接受「正确的性别能量」。不过，我知道事情不是这样的。从肉身的角度来看像是种惩罚，但是从灵魂的角度看来，却是一个成长的机会。正如在裘恩的故事中，天使针对裘恩的羞耻感所说，疾病的功能是「在需要疗愈的地方放光」。从朵莉丝所形容的个人成长看来，跟裘恩一样，感觉就像是她的身体自己变成一块跳板，增加了自我感知的高度。

与我们通灵的存有体所说的**测验**，说明了许多经验都是事先计划好的，虽然我还没有找出原因是什么。不过在我丢出这个问题前，我想要知道跟我们说话的是谁。

「你用了好几次我们这个词，」我问，「『我们』是谁？」

「我们是大灵，我们包含了所有人格。人格是不灭的，他们也是这场大合唱里的一部分。我们与指导灵一起快速浏览过所有人格形式，并以 3D 绘图的方式，将人生计划拼贴出来。」

因为我知道灵魂就包含了所有转世投胎中的所有人格，我也知道所谓的大灵其实也就是灵魂的同义字。这样的宣告让我吓了一跳，因为我没想到朵莉丝会连结上自己的灵魂。也因此朵莉丝拥有这个绝无仅有的机会，能够直接与灵魂对话，讨论转世投胎的计划。现在我知道是谁在说话了，所以我将焦点放到朵莉丝的乳癌上。

「朵莉丝如果学会了自我珍爱与正确使用性别能量这两个课题，那就能阻止乳癌的发生，我这样的理解是不是正确？」

「正确。另外还要完全不带偏见的接受女性形体。」

「有哪些事情是计划好要出现在她的人生中，除了要来教导她这三个课题之外，也是要用来阻止乳癌的发生？」

「最关键的情节就是她十六岁时与酒鬼母亲之间的那一段。直到那件事之前，因果关系都还没有起任何作用。一旦当她接受了母亲认为她是荡妇的评价，而且相信她自己什么也不是时，她就走上了那条必然之路。她完全没有去想母亲可能是错的。」

「那次的事件是不是她与母亲的灵魂在出生前一起计划的？」

「是的。」

朵莉丝的灵魂刚刚确认了一件事，我已经经验过许多次了，包括在裘恩的故事里也有：那些给予我们最严峻考验的人，是听从了我们的指示才这么做的。在出生前，这些角色的安排就已经得到大家的共识了，这些扮演「施虐者」角色的灵魂是出于爱才会这么做，而且通常他们会把自己个人的学习延后到下一次转世，好让我们得到自己正在追寻的成长经验。

「在计划这一世的人生时，你为什么会选择要修练这三个课题？」我提出

问题。

「这个灵魂拥有许多成为老师、领导人的优秀特质。但是就像我刚刚所解释的，当这个灵魂转世到男性的肉身时，通常他会用性的能力来鄙视那些无法与他匹敌的人。缺少自我珍爱的意识倒是个比较小的问题，因为在男性的肉身里时，这比较不会成为讨论的议题。我们希望可以保证，这条串起因果的线可以在接下来的二、四次转世里圆满达成任务，所以，这一世的人生其实还排得蛮紧凑的。」

「你们有提到乳癌是你们所引发的，这是怎么做到的？」

「有某些参数是设定好要在某种情况下开始作用的，你就想成是一部精密仪器里的一座杠桿好了。我们在杠桿上安装了一个平衡装置，靠着正面的想法与接受，或者努力去消除有害的想法与情感，这个装置就可以保持住平衡。而有害的想法与情感则会改变身体的生化机制，唤起癌症发作的可能。」

「思考模式是否会触动某种较容易罹患乳癌的基因？」

「是的，但是如果你仔细去看看她父母两人的遗传背景，到目前为止，两边都还没有罹患过乳癌的案例。不过，基因突变也是有可能的。」

「在我看来，你们在设定这个计划的时候，好像冒了很大的风险，因为朵莉丝有可能以负面的方式来响应乳癌的出现。她有可能会满腔怒火或是怨天尤人。」

「人生没有所谓的闯关成功或失败，不过是选择属于你自己的课题罢了。我们愿意接受任何一种可能性。没有哪一种结果是错误的。」

在这里，朵莉丝的灵魂传达了一种观点，我之前也曾听过很多次。从灵魂的角度来看，没有什么事情或行为是「不好」的。一切都只是经历，而每一种经历都能教育我们，并带来成长的种子。

「当你们在计划人生的时候，你们会看到最可能走的路，对吗？」

「是的，我们会看到，这样说好了，我们会看到这条公路上主要的干道。每一个出门、副干道和替代路线也都会被标示出来。这些全都是这条路的一部

分而已，没有人需要把每一时的柏油路面都踏遍。」

「那你不会看到朵莉丝在其它转世里，不像她这一世那么积极面对的景象？」

「会。」朵莉丝的灵魂说道，「这就是为什么风险并不存在。在这个空间里没有发生的事，如果真的有必要的话，就会在另外的空间里发生。」

「另外的空间……是另外的肉身空间吗？」

「它们都是真实存在的空间。你能不能触摸到呢？可能不行。但是除非现在这个空间是梦，那么它们才会是梦。它们和现在这个空间一样真实，不过物理性让这个讲法受到限制。」

「所以，一个人所做的每一个决定都会出现在一个空间里？这样的话会有无限多个空间存在。」

「你觉得宇宙没有大到可以容纳这么多吗？」

「我相信宇宙是够大，」我说，「但是，身为灵魂，你如何能够去体验无限多的选择，以及无限多的空间呢？」

「我们并不觉得自己是有限的。所以，有足够的空间能放得下这一切。当你不存在（线性的）时间内，你就不需要赶着去做什么。这一切都没有所谓的时间。」

灵魂用了**没有所谓的时间**这样的说法，是刻意要点出时间，是我们这个肉身空间才有的观念。时间是种幻象、是一种操作的方法，也是要拥有某种经历所不能缺少的概念。

灵魂提到他们是无限的。这个说法有着非常重大的意义。思想是具有创造力的，无论是住无形界，或是在肉身的世界里都是。在无形界里，思想即刻就能创造，而住肉身世界里，如果思想能够持续拥有足够的频率和强度，那么它就会变成物质上可见的真实。信念，特别是相信自己无所限制的信念，能够强化思想的力量。一个人专注的思绪再加上相信自己无限的信念，其力量强大到可以排山倒海。

我很疑惑，朵莉丝在不同空间里以无限多种方式活动着，这些空间相互间有什么样的关系呢？「这个空间里的朵莉丝，是不是会被其它空间里做不同决定的朵莉丝『们』影响呢？」我问。

「很可能会。」

「那会有怎么样的影响呢？」

「其实这绝大部分要看领悟的程度。如果一个人被牢牢的禁锢在这个空间里，你可以想像，那就好像是要透过层层厚外套才能碰触到这个人。而当一个人对于自己可以在不同空间中存在的可能性，有比较高的觉知意识时，那就比较容易被影响，也因此比较容易理解其它的可能性。」

「你可以举个例子，说明一下这个朵莉丝，是如何被另一个住其它空间里做出其它决定的朵莉丝所影响吗？」

「她第一次被诊断出乳癌时，没有任何原因，她就知道她不会死。这是因为宇宙中的某处发出了讯息，在那里，她的乳癌状况更为严重，而且可能已经导致死亡了。我们不希望事情重演，所以，她自己会知道，在这个空间里，并没有计划要让她因癌症而死去。」

「你们提到过，朵莉丝有三个课题需要学习：正确运用性能量、接受女性形体，还有自我珍爱。可以请你解释罹癌经验是如何帮助朵莉丝学习这三件事的吗？」

「透过这次罹癌，朵莉丝发现，当一个人必须全神贯注在疗愈上的时候，性能力不过是次要的『天赋』罢了。在她眼前的更重要的是创造力、勇气、决心、放开胸怀拥抱机会，以及对他人的信赖。当你的脑袋和心灵中尽是这些想法的时候，把性当作武器和工具这件事早就已经被抛诸脑后，忘得干干净净了。

「至于接受女性形体这部分，朵莉丝现在已经理解『形体皆有其功能』这句话的意思了。形体不只是用来表现她的性别和性向而已，这种次要的特征并不会影响她的女性特征并不会影响她的女性特质，或别人对她的喜爱程度。也因此，她对身体的情绪性攻击也已经解除了。

「她努力面对自己的癌症，同时也藉此启发他人，从这些因她而受到鼓舞、得到善意响应的人眼中，她看到了自己，也让她知道向己还有更多值得爱的地方。」

「你们刚刚有说到，希望在接下来的三世或四世里消解所有的因果关系。在那之后又会是什么呢？」我问道。

「之后她会很忙。这个灵魂要求进行更多的教导工作。」

「是在无形界中进行教导的工作吗？」

「不是，我们说的教导是指在肉身世界。就像是你在一个干净整齐的环境里比较能够专心念书一样，一个人如果能不再受到自己的因果轮回干扰，那他就能更专注去教导他人了。最终，这个灵魂会成为指导灵。不过在那之前，还有很多要在个人世间学习、体验的东西。」

「一般说来，人也可以透过比较没那么痛苦的方式，来学习某此一课题，但是如果没有学会，同样地考验就会变得更严峻了，是吗？」

「这是很常用的一种方法，虽然我们会说这并不是唯一的用法。有些进化程度较高的灵魂会向愿到人世经历严峻的考验，虽然他们并不会要求这样的考验要有一定的因果关系，但是他们愿意成为他人的动力、改变的关键，并且担任他人人生旅程的启动阀，让这些人检视属于他们的因果难题，然后对自己应学的课题有所响应。」

「这个状况让我这个作者很难为。」我说，「如果我告诉别人说，你们会得癌症或是面临种种考验，是因为你们没有在更早之前就学会教训。我不确定这样的说法可以帮助他们。不过，如果事情真的是这样运作的，那我还是得说出来。」

「没有学到教训并不是一种失败。」朵莉丝的灵魂如是宣告，「你可以把它想成是选择另一种途径来学习。任何事都有可以批评的地方，同样地，任何事也都可以从不带批判、慈悲的角度来看待。」

「我可以在这里提一个问题吗？」史黛西问道。她从刚刚到现住一直都安

静的聆听着。

「我们很乐意听妳的提问。」朵莉丝的灵魂回答。

「人生是灵魂在进入这一世生命前就选好的，其中也包括选择各种可能的结局。而灵魂在进行出生前计划的时候，不是就可以看到了各种错综复杂的选项了吗？」

「没错，」朵莉丝的灵魂肯定的说，「在计划的阶段中，灵魂并不会害怕失败，因为他们知道没有所谓的分别。而人类，因为相信事物有所分别————我们和你们、对和错————所以会觉得，如果没有选择这条路，那就表示另外一条路一定比较简单，而因为这个人没有通过测验，所以他接下来的困难就会更加倍。但我们会说，选择走另外这一条路的灵魂，有着非常大的力量、非常成熟，而且很有勇气。」

「在我听来，灵魂经常在教导人——这人也是这灵魂的一部分——一些灵魂早就已经知道的事。比方说，我们说朵莉丝要学习的课题之一是自我珍爱。但我对灵魂的概念是，灵魂本身**就是爱**。所以感觉起来你们一直在教导自己本来就知道的事。可以请你帮我厘清这一点吗？」

「可以。」朵莉丝的灵魂说，「灵魂知道万物皆为一体，但是要让自己不知道这件事，才能够感受到所谓的『分别』，更藉此学会『回归本源』。此外，肉身带给灵魂的课题之中，包含了许多东西，让灵魂可以更了解身为人的经验。在灵魂知道自己就是爱，自己也被爱着的状况下，要学会爱的完整本质，我们就要去体验没有爱的状况，这样一来，我们才能从各个角度和面向来理解何谓自我珍爱。」

这些话让我想到在裘恩故事中的天使，他曾说，裘恩也是为了同样的理由，所以想要经历没有爱的情况。感觉起来，裘恩和朵莉丝两人都设计了「反面学习」的人生计划。

「当朵莉丝的人生完结之后，会发生什么事？」我问，「如果我说，她的能量会与你们结合，但在同时她仍是会保有自己的特性，这样正确吗？」依照我与灵魂曾有过的对话，这是我的理解。

「正确。某些部分的人格特质会在转化的时候消失，但是，一个人在肉身时与他真实的灵魂越靠近，那他的人格特质就越容易被保留下来。」

「那么，可不可以说这个人在前世里是另外一个人呢？」

「灵魂有些部分会随着一个人转世到另一个人身上。举例来说，在朵莉丝这个身体里，就有很大的灵魂残片，来自九十年前的一个男性德国士兵。」

我开始询问另外的议题。就我对灵魂的研究，我知道灵魂可以同时拥有一个以上的投胎转世。「你目前有几个转世肉身？」

「有两个在这个人世。」

这个答案让我不禁要想问，朵莉丝的灵魂在无形的空间中又有多少生命正在进行呢？「那在其它地方有几个？」

「无数个。他们出生、死亡、成长、离去，就像是按着步骤一样循序完成。」

「你们用了多少时间，如果我可以『时间』这个词的话，在看顾、带领这两个在人世的肉身？」

「我们一直有联系。那带着爱与慈悲的联系一直都在，不过，肉身来到这里是为了要更了解有关自己的一切，并且把这份理解带回来。」

「那么你们还参与了其它哪些事情？」

「我们也会担任其它人的指导灵和老师，同时我们也在追寻自己对『绝对』的定义。有许多经验是人类无法用语言描述或理解的。」

「你们的成长是不是也会随着肉身在学习人生课题时，表现得够不够好而不同？」

「他们学得够不够好并不重要。重要的是他们带回来的东西。他们能带来越多的资讯——虽然这并不是很正确的说法，但我们还是这么说吧——那么我们所追寻的也就能越快达成。」

「你们在计划朵莉丝的人生时，可以选择任何一个时代和地点。我这样的理解正确吗？」

「时间是个网络，并不是一条线。你说的是正确的。」

「为什么你们这一次要选择美国，这又是怎么办到的？」

「这是与其它灵魂协调而来的。因为这也是我们计划里一个比较有弹性的部分，所以我们同意选择美国。针对我们要求这个灵魂去执行的教导面向来看，美国是个很合理的选择，因为这里比较自由，而且在肉身范围里，比其它国家拥有更大的影响力。这个灵魂倾向于被安置在这个被挑中的时代里，位居世界中心的国家。举例来说，那位德国军官就出现在德意志帝国穷途末路之际，还有一个英国武士，则是玫瑰战争时期的关键角色，而这场战争改变了英国的统治路线。当然这个灵魂也有几次生命没有那么居于世界中心位置。像是在这一世之前的那一世，就是个比较没有什么影响的人生，是在美国的芝加哥。当灵魂要扮演一个重要的大角色时，挑选一个能获得全世界高度注意的地方，对他们自己和我们都是有好处的。」

「所以你们也可以选亚特兰提斯、古埃及，或者是公元三千年的美国。」

「是的。」

「那你们是不是也可以选择另一个与这里不同的肉身世界呢？」

「是的，但是我们发现这个灵魂在两足的人类形体中，表现得特别好，也因此，地球是最好的教室。」

史黛西插话进来：「我看到在德国那一世的一些片段。这次罹患乳癌的经验，其实也是要来帮助消除那一世中这个人的罪恶感。」

「没错，」朵莉丝的灵魂回答，「那一世里有两个课题是直接在这一世里被提出来的。第一个课题是强烈的反犹太人情节，这也是为什么这个人（朵莉丝）会出生在一个犹太家庭，而她自己也一直觉得这样的出身不太对劲的原因了。在寻求理解的过程中，德国的那一世——那个因果的结——就被解开了。」

「在身为男性的那一世里，这个人在与女性之间的亲密关系上，有很大的

问题。在德国士兵的一生里，一共有三个具有重要意义的女人出现。第一个是他在二十岁左右遇到的一个女孩，他非常喜欢她，而且对她满怀梦想，不过他的梦想最后都残酷的破灭了。然后是第二个，那是他在非洲当工程师时一次解放肉体的状况，对于打破种族藩篱一事，他有着非常深重的罪恶感，并因此痛恨自己。第三次则是这个女孩，在与她订婚后一个月，他就被杀了。有趣的是，如果你把这个未婚妻的照片放在生出这个人（朵莉丝）转世后的母亲旁边，你会发现这个未婚妻长得与这位母亲非常相像。」

「这个德国人是不是在战争时做了些什么事？他是一位飞行员？」史黛西问道。

「是的。」朵莉丝的灵魂说。

史黛西解释：「乳癌的发生，也是为了要减轻夺走无辜生命的罪恶感。这个人在活着的时候始终压抑着自己，尽管那份罪恶感一直都在。而在死亡之后，这个人还是无法原谅自己，至少没有到可以放下所有情感上负担的程度。」

「没错。」朵莉丝的灵魂肯定的说。

朵莉丝的见解补足了拼图里缺少的最后一块。我感觉到已经可以完全了解为什么朵莉丝要经历这么困难的考验，于是问了最后一个问题。

「对一个刚刚才被诊断出罹患了乳癌，而且不但看不到任何深层心灵意义，还质疑：『为什么老天要这样对我？』的人，你会说些什么？」

「一切都是选择，一切都是认知的问题。这并不是说肉身不能去感受恐惧或哀伤，但是，所有发生的一切，尽管是最艰辛难熬的那些，其中都深深埋藏了有关理解与美好的种子。乳癌的经历可以强化它们的意义，并且带来另外一种人生，而如果一直都保持着健康，这样的人生是不可能出现的，你从不知道自己拥有的天赋与力量，也会因此苏醒。如果一个人认为癌症是残酷无情的痛苦，那他就无法克服癌症。这个人已经先被打败了。而如果一个人可以用中立的态度来看待癌症，就像看待火一样，可以觉得它是好、是坏，或没有什么特别，那么这个人就比较能够接受这堂准备了很久的课程。

「病痛，就是不会好受。病痛是呈现情绪或心智上所遭遇难题的最终手段，

它纯粹只是另一种学习。

「这无关对错，更不是惩罚。这也不是神、你的指导灵，或你的天使不再爱你的表示。这是人类存在的一部分，就像人需要睡觉，需要冷和热的存在一样。等到人类学会在更高频率的层次里表达自己时，病痛就不再有意义了，所以会就此消失。」

「谢谢你们今天的谈话。」

「谢谢你们愿意让我们在另一种场合里进行指导。你们是完整无缺的，我们也是。」

朵莉丝的出生前计划会议

在与朵莉丝的灵魂对话后，我请史黛西进入朵莉丝的出生前计划会议中。

「我在一间有很多灵魂聚集的房间里，」史黛西开始诉说，「我现在专心在看的是朵莉丝和她的母亲。这位母亲的灵魂同意做出牺牲。她其实是个非常有爱心而且心地很宽厚的灵魂，但是她同意要扮演这个由她（朵莉丝）所编写的角色。这位母亲有某些肉身方面的部分是为了她自己的成长，可是一些对话却提到这位母亲该如何放掉自己的一些部分，然后加强另外一些部分，好帮助朵莉丝达成她的需要。我一直听到**牺牲**这个字眼，她好像要把自己的一些主要目标，延到下一世的生命进行。」

「癌症的出现，是朵莉丝为了要处理一些因果问题所可能做出的几种选择下的副产品。这些选择都在她面前被提出来讨论，也同时被列在一块板子上。我看到朵莉丝低头看着地板，而她的三位指导灵围在身旁。在地板上，我看到那块板子。上面是一张路径图，显示出要走的路，以及一路上该转的弯。同时，也写出哪些选择会造成哪些后果。」

「我看见朵莉丝点头说认同，她对这些灵魂告知她的概念有了更深的了解。她答应乳癌如果真的发生了，就一定会去面对，也答应会让乳癌成为觉醒的召唤。」

「有人告诉我，朵莉丝来自一群老师的团体。她的主要目的就是想以这个方式来服务他人。」

☆☆☆

就像裘恩的病，朵莉丝的乳癌肇因于她对自己的看法，这些看法触发了她在出生前自己计画好的事件。就像浪花拍岸一样，我们的思想对身体起着冲刷般的强大作用。而就像浪潮牵动每一颗沙粒，我们的思想也会潜入并撩动每一个细胞，用能量来改变它们。虽然看起来我们是为了要回应肉身现实中的种种，才会产生思绪，但事实上，是思想创造了肉身的实境。在人的形体中，每一个细胞都是一个独立的意识体，它们听从思想的声音。这个声音在我们身体里发出回音，就像在山谷里大声喊叫一样，细胞会呼应这声喊叫。

当我们在计划自己的人生时，就知道思绪的力量能够影响我们所栖身的身体。也知道为自己计划的考验做出的响应，有可能引发疾病。也正因为如此，朵莉丝和她的母亲在计划她们的人生时，更显示出了无比的勇气。朵莉丝希望能疗愈自己那股厌恶女性和女性形体的纠结能量，而她母亲则希望让这样的疗愈发生。从灵魂的角度来看，她母亲的刻薄话语是带着爱说出来的，因为这些话映照出朵莉丝内心的自己，而这个自己是需要被疗愈的。在出生之前，朵莉丝就知道听到这些话会让她非常痛苦。她也知道自己对这些话的反应会导致乳癌的产生。她的勇气，以及对治愈自己的渴望是如此强烈，以至于让她选择了这个人生计划，这些考验不为别的，而是为了找到这个人生的意义。

要羞辱一个人，有各式各样伤人的话可说、各式各样的方法可做。就朵莉丝想寻求的疗愈来看，她会选择「桃莉·巴顿」型的身体，她的母亲会不断地批评她的体重和胸部尺寸，或者是她十六岁时会发生那件重要的事，让她承受被骂荡妇和贱货的羞辱，就完全不是巧合了。朵莉丝的人生蓝图是种很明确的形式，要她接受是否能珍爱自己的考验。她母亲对她的性格和外貌的批评，是设计好来让朵莉丝看见，这些正是她在前几世中对女性的批评。正如朵莉丝的灵魂所说，在那几世的人生当中，女性并没有获得尊重或平等的对待。只要她能在母亲的指责面前，选择好好爱惜自己，这些批评的能量就会被释放出来，并且获得疗愈。但是当朵莉丝相反地选择了把母亲的这些话内化成自己，那个机制——计划中可能会出现乳癌这件事——就被启动了。正如有各式各样的言语伤害，癌症也有许多种类。而乳癌会出现在朵莉丝的人生中，就和其它事情

一样，并非巧合。

朵莉丝的灵魂告诉我们，她的癌症既不是失败，更不是惩罚。从肉身的角度来看，受苦是不好的，而且快一点学会总是比慢一点好。从灵魂的角度来看，任何一种经历都没有什么不好，而要学会像是爱惜自己这种事情，花多少时间都不重要。灵魂一直很清楚自己内在的本质为何，而且他们生活的空间里并不存在线性的时间。因此，灵魂重视的是成长，而不是成长需要花多少时间。

我们住这个世界中所看到的二元对立——对错、好坏——正好相对于灵魂的中立。尽管肉身总是习惯去批判所有出现在人生长河中的事情，但灵魂却安静的坐在河岸冥想，以不偏不倚、不带批评的慈悲心去观察。当我们记起这份中立性，深刻的内在平静就会出现。这本书很大一部分的目的，就是希望能够促成将肉身意识转换为灵魂意识。要达到这样的转换，就得对人生中可能发生的伤痛事件，培养出一种具保护性质的超脱。这样的超脱并不会消除痛苦的事情，但是可以减少它们所带来的折磨。对肉身来说，受了苦，很自然就会发出批判。而对灵魂来说，只要有所批判，很自然就会带来苦难。当我们觉醒，并且想起自己是不灭的灵魂，没有人可以伤害我们时，我们就不会再对人生考验有任何怨言了。在考验之中，我们拥抱中立性，并因之减轻了痛苦、放大了喜悦。

当我们将对自己的认知从肉身开展至灵魂，我们就为自己带来更精确的自我认识。同时我们也可以把焦点从人生考验所带来的痛苦，转移到它们所给予的智能与成长上。过去我们只看见毫无意义，现在看见的却是目标明确。过去我们只看见惩罚，现在看见的却是恩赐。过去我们只看见负担，现在看见的却是机会。我们再也不是人生的受害者，我们变成人生种种祝福的接受者。

在裘恩故事里的天使告诉我们，艾滋病是对人性的疗愈。同样地，从灵魂的角度看来，朵莉丝癌症也是一种形式的疗愈，而非疾病。当裘恩与朵莉丝放下耻辱和自我厌恶的情绪，转而选择好好爱他们自己时，他们同时也让这个世界上的所有人，都能比较容易将自我批判转换成自我爱惜。这是因为他们创造了一种爱的振动，或说是共鸣，这共鸣所传递的范围，超越了他们眼前即刻所见的这个世界。有人说，只要一只蝴蝶拍动翅膀，就可以在地球的另一端引发飓风。同理，裘恩与朵莉丝决定要好好爱自己这件事，也拥有深远的能量效应。当我们将想法由肉身转换至灵魂时，我们会想起我们在出生前就已经知

道的真相：「我们的行为、言语及思想，全都会对这整个世界造成冲击。藉由克服那些我们在出生前计划出来的考验，我们就能够创造出一种共振的频率来疗愈人类。

当我们在计划我们的生命时，我们会选择那些我们深爱，而且也爱着我们的灵魂来「合作」。和裘恩的父母一样，朵莉丝的母亲在出生前就知道，她与自己的孩子之间会出现令人痛苦的冲突。唯有真正深爱朵莉丝，并且愿意为朵莉丝的进化而付出的灵魂，才会同意忍受愤怒的冲击。以这样的方式来看，带给我们最深刻磨难的人，通常就是身为灵魂时，我们分享最多爱的那些人。当这一世的生命结束后，朵莉丝会感谢她母亲所给予她的成长，而他的母亲也会感谢她给了她这个机会来服务。对那些给我们带来最大考验的人心怀感激因为他们同时也刺激了我们的进步成长——这是灵魂层次的概念，但这也我们在尚为肉身时可以去做的。当我们做出这样的决定，我们就将生命中的责难消除了。没有了责难，才有可能宽恕，而有了宽恕，才能带来疗愈。

史黛西提到，朵莉丝的母亲为了要帮助朵莉丝，同意延后一部分自己的成长课题。这在灵魂之中是很常见的，他们会为了帮助其它人，而将自己的学习先放在一边。从肉身的角度来看，我们很难想象，那些对我们不好的人，实际上竟是以某种形式在为我们服务。更难想象的是，他们对待我们的那些所谓恶意为，其实都是他们所做出的牺牲。我们在出生前，对这些概念是娴熟于心的，但在投胎转世后却全都忘了。要记起这些概念，一个人需要更深入的去认识自己，而除了进入肉身之中，别无他法。

朵莉丝从这些考验中学到了许多。她希望学会自我珍爱，而藉由内化生病时家人朋友无条件奉献给她的爱，她达成了这个目的。她也希望能学会尊重女性，在她的前几世生命中她并没有这么做，但在她罹患乳癌这个几乎可说是女性独有的疾病时，她不得不像其它女性寻求精神上的慰藉，从中她看见了女性的力量，并由衷感佩。她希望能以更充满爱的方式来经历性别能量，而疗愈癌症的需求，带出了个人的创造天赋和与生俱来的勇气。当眼中只看见这些能力时，朵莉丝不再需要或想要，像过去那样使用她的性能力。当她回返成为灵魂时，她会因为这一生的美好而喜悦欢庆。痛苦折磨感觉不过是「一瞬间」的事而已，但是其中的智慧却会永远属于她。当她最终成为指导灵，她所指导的人，也将因此受益。你和我都可能是其中之一。

肉眼看见的，只是生命中微小的一部分，而看不见的，正好相反。在裘恩与朵莉丝的故事中，我们看到疾病就是疗愈。按照同样的逻辑，因为只看到疾病的表象而产生出的那种无力感，实际上只是一种副产品，来自于一个强健的存有所设计的人生计划。计划我们的人生并创造我们所追寻的成长经验，这样的力量无穷无尽，也是这股力量让我们计划了出现身体病痛的人生。当我们是灵魂时，我们知道真实状况如此。而当我们身为人类时，我们就无法看见这样的真实了——这也是我们设计出来的——一直到病痛及其它人生考验召唤我们去忆起这一切。接下来我们才会记起，唯有最最伟大的造物者可以创造出一个在其中，我们看起来势单力薄的世界，这个世界中充满了各种奇妙的机缘，让我们重新发现自己，并且重新得回我们的力量。

3 养育残障子女

生育出身体残缺的孩子，是令人最心碎的考验。除了希望孩子健康快乐之外，父母也很自然的期望孩子能够拥有比他们更好的人生。当一个小孩一生出来就是残障，或者日后变成残障，这样的状况通常都会在宇宙间产生愤怒的能量。我们不禁要想，为什么这样的事会发生在这样一个无辜的小孩身上？生出残障小孩的父母亲很可能会责怪是对方或自己的基因「不好」。他们的愤怒影响深远。

当我决定要从父母的角度来研究这个人生考验时，我发现了新的问题。如果灵魂计划让自己天生就是残障，理论上他们应该会和他的父母讨论这样的生命蓝图才对。那么，是不是有灵魂会同意成为残障小孩的父母呢？如果他们真的做出这样的计划，是他们自己所想要的经验，还是其实是接受了另一个灵魂的人生大计呢？如果是前者，那这个经验究竟提供了什么，让灵魂心甘情愿忍受这样的折磨？

珍妮弗的故事

「我知道我这样做是为了自己好，也是为了他们好。」谈到身为三个孩子的妈，而其中两个是残障这件事，珍妮弗这么说。她的口气非常肯定。

「我的儿子莱恩，现在十六岁，他患有亚斯伯格氏障碍，其实，就是高度自闭症的另一个新名称。他同时也患有躁郁症和注意力不足症。躁郁症是在他，少年时期才开始发作的，发作时会有剧烈的情绪摆荡，他的心情可以从『我很快乐，所有事情都太棒了』，变成『我在地狱里水深火热』那种程度的忧郁，或者是足以摧毁一切的那种愤怒。

「我的小儿子布德利，现在十一岁，他患有更严重的自闭症，而且他可以说是双眼失明。他的眼睛患有非常罕见的眼白化症，也就像是白子一样，只不过白化的是他的眼睛。」

珍妮弗离婚已经七年，并且独力抚养儿子。她解释说，患有亚斯伯格氏障碍的孩子，常会被人称做「小博士」，因为他们会特别专注在一两件感兴趣的

事情上。像是莱恩，他最感兴趣的就是天气和政治。他爱死了他的收音机，而且每天都会与当地的电视气象主播通电子邮件。他也经常写电子邮件给政治人物，给他们一些意见。

「我都教他去看事情好的那一面。」珍妮弗告诉我，「我说：『你拥有其它人都没有的能力』。如果你去问大部分的人，上一次做眼睛检查是什么时候，他们可能会跟你说：『我想是去年吧。』但是我的儿子就可以说：『是去年的五月二十四日。』他很会记日期。」珍妮弗很骄傲的说。

和其它亚斯伯格氏障碍患者一样，莱恩有时候会用刻板的单音说话，而且不看别人的眼睛。这样的结果就是，其它孩子都不想靠近他。最近有一次，珍妮弗带莱恩去看心理治疗师。「她问他有没有朋友，他说没有。然后她问他有没有交过朋友，他也说没有。当时我的心都碎了。」珍妮弗静静的说。

而珍妮弗的另一个儿子布德利，他会说的字大概不超过二十个。一直到最近，他与人的对话都只有「是」「不是」而已。不过，布德利会用手语来沟通。在发现布德利的双眼失明，到后来被诊断出是自闭儿，这中间有两年的时间。「在另一件事发生前，上帝先给了我们时间去消化之前的痛苦。」珍妮弗说，「对此，我一直都心怀感激。」

布德利在年纪更小的时候，会出现暴力性的发怒情况，经常会用自己的头去撞其它的东西。当事情没有按照他所预期的发生时，就会非常狂暴的发脾气。珍妮弗带布德利去杂货店买东西时，如果她走回前一排刚刚经过的货架，布德利就会大发脾气。而唯一可以不让他脾气爆发的方法，是顺着一道道的货架往前走，先把所有货架都走过一遍，然后再回头以反方向的顺序往回走。珍妮弗也发现，她不能在汽车加油时把布德利留在车上，因为只要她把引擎关掉，布德利就会认为他们要下车了，要是他们没有下车，他就会大发脾气。

和哥哥一样，布德利也有他独特的能力。「音乐就是他的天赋能力。」珍妮弗说，「真的很厉害，一首歌他听个一遍两遍，像是〈一闪一闪亮晶晶〉或是米老鼠俱乐部的歌，他就可以马上在琴键上弹奏出来。」

珍妮弗告诉我，当她第一次来这里，要亲口说出两个儿子的身心障碍症时，她很害怕自己会哭。

「为什么？」我问她。

「因为我想如果我哭了，我可能会停不下来。」

「珍妮弗，妳有问过上帝为什么会这样吗？」

「没有，我从来没有问过，因为我知道这一定是有原因的。而且，在我内心深处的某个地方，我知道自己一定和自闭症有关系。我高中时修过心理学，到了大学又再修心理学，而且还写了一篇有关自闭症的论文。当时我听说有一部和自闭症有关的电影《雨人》，我简直迫不及待想看。这些都是在布德利出生前很久的事。但是，下意识里，我的灵魂正在为我做准备，我知道的，有这么多心理疾病，但我偏偏就对自闭症异常有兴趣……」

「你提到你被挑选成为残障孩子的母亲这件事，其中有一部分也带给你自己好处。有哪些好处呢？」

「耐心。我必须学习变得非常有耐心。而且若非如此，我也不会认识那些了不起的爸妈，还有网络上的那些支持团体。有好多好多的人、事、物，如果不是因为这样，我都不可能有机会接触。」

「这让妳对自己有哪些认识？」

「我一直知道自己是个坚强的人，这些事情让我更加确定这一点。『天啊，珍妮弗，妳一定要当个强悍甜心才行』。我不只能够正常行事，而且非常平静。像我父亲，他的个性也是个斗士，他问我：『等哪天妳死了，布德利和莱恩要怎么办？』我说：『爸，我们能把握的只有今天』。通常大家会担心的事都不会发生。」

我请珍妮弗谈谈她的第三个孩子莎拉，她今年二十三岁。她告诉我，莎拉和布德利长得非常像，两个人都是金发，虽然家族里没有人是金发。而且他们俩的生日是同一天。在当时，这样的「巧合」对我来说并没有什么特别的意义，但之后在珍妮弗与灵媒的通灵会中，我才发现其中的重要性。

「莎拉一直都非常疼爱他们两个（布德利和莱恩）。」珍妮弗说，「我很努力要给每个孩子同样多的照顾，但这真的很困难。所以『正常』的那一个孩子，

通常得到的照顾是最少的。我也问过她，但她说：『不会啊，我从来没有怀恨过，我一直都知道他们很需要妳的照顾。』」珍妮弗和我很快就会知道，莎拉的出生前计划说明了她为什么会有这么惊人的正面态度。

珍妮弗认为她给儿子们的照顾，全然改变了他们面对挑战时的态度。举例来说，布德利就在一年前有了重大的突破。

「他终于拿到他的 DynaVox，那是一个经过设定的说话辅助器。」珍妮弗兴奋的说，「他在我开车的时候拍了拍我的肩膀，按下一个按钮，机器说出『鱼』这个字，然后他再按另一个钮：『喂』。我当时想：『喔，我的天啊！我们是在交谈吗？』我问他是不是今天晚上想要喂我们家的鱼，他说『是』。我开心得像是个拿到糖果的小孩一样！所以我又问了他一大堆问题。『你今天晚上想吃什么』？他按了『比萨』。我们真的有了一次完整的对话！这是头一遭。」

珍妮弗与蔻尔比的通灵会

在与蔻尔比进行通灵会前，我就已经很确定珍妮弗是自己计划了她此生的经历。我猜想，珍妮弗会有这么强烈的渴望要成为残障小孩的母亲，应该与她的前一世或前几世有很大的关系。若不是因为她寻求拥有这样的经历，她可能就不会有两个残障的儿子，而且也不会两个孩子都有多重的身心障碍。珍妮弗早年就对自闭症怀有莫名其妙的兴趣，这一点也强烈暗示出这是灵魂层次的规画。

蔻尔比以她惯用的祝祷词开始这次的通灵会：「天上的圣父、圣母、圣神，感谢祢给我们这个机会在今天侍奉祢。请祢以无条件的爱、保护、慈悲与智慧之白光环绕我们。让我们只能听见、看见真相。也请让我成为一面明镜，将珍妮弗、罗伯特、布德利与莱恩希望得知的种种事情传达给他们。让我的头、手、心，都全然只为祢奉献服务。以基督之名，此事必成。」

阿蔻尔比透过这祷词，请求灵魂给予我们所需要的指引，同时也在其中表达了我们的意念。对灵魂来说，意念具有非常重要的意义，因为意念能够引导能量的方向。蔻尔比在祷词中祈求自己能成为一面明镜，这样的请求是为了让她个人的意念缩到最小，因为她希望自己个人的看法不会偏颇了她所接受到的

讯息。

「珍妮弗，」蔻尔比说，「灵魂现在带我来到了一九三〇年代。这里是一间报社的办公室，里面的人匆忙的来回穿梭，手上拿着资料，打字机此起彼落的发出喀哒喀哒的声响。妳是这群人中坐在办公桌前的一个，妳也是个记者。妳正在写一篇大家不愿意知道的故事，主要是因为妳得到了一些关于『最终解决方案』（译注：『最终解决方案』指的是德国纳粹最恶名昭彰的屠杀犹太人集中营政策）的消息。妳感到非常无助沮丧，因为妳不停四处奔走，常常坐在走廊上等了好几个小时希望能会见某些人，最后却总是被打发掉。但是妳知道这些人（犹太人）没有办法为自己发声，妳得成为他们的声音才行。妳一直在向美国大众、国会，以及所有想得到的人大声疾呼，希望他们最后能够发现有这样的事在进行着。妳并不是犹太人，妳大可对此视而不见，好好的写社会版新闻就行了，但是在妳内心深处，妳非常害怕自己会被拒于门外，或是根本没有人听见妳所说的话。所以妳为这个世界做了一件事。

「妳有认识的人在欧洲，他们告诉妳集中营正在建造中、很多人莫名其妙失踪，以及犹太人遭遇了怎样的对待。这一切都是当时美国人在安逸中完全无所觉的事情。妳经常来往于纽约与华府之间，妳的办公室在纽约，是一家小型、比较独立经营、非常活跃的报纸。

妳用尽一切办法让华府看见眼下正在发生的事，请他们提供协助、提高美国的移民人数限制，任何可以有所帮助的事都好。但他们只是拍拍妳的头说：『是、是，我都知道。欧洲存在有这么久的历史了，我相信他们可以处理这样的事。』他们基本上可以说是与妳保持着一定的距离。没有人想要淌这浑水。没有人相信第二次世界大战会爆发，至少那个时候还没有。

「我感觉到的是，孩子们那时在欧洲。妳的两个儿子在铁丝网的另一面他们是纳粹。

「对你们来说，这一世的课题是沟通。妳曾用尽毕生的力量来与他人沟通，希望他们能够停止去做那些亵渎灵魂的事。在那个时候，妳的两个儿子，当时他们也是兄弟，一生都在替纳粹做宣传的工作。」

「我的老天！」珍妮弗大叫，「这真是太惊人了，因为我的大儿子从他还是

个小小孩的时候，就离不开政治话题。」珍妮弗的话又让我再次确认了我研究中的一点，灵魂通常会带着某种兴趣和嗜好转世投胎好几次。

「莱恩和布德利选择带着沟通障碍——或者说透过某种变声器——回到人世，原因就是要经历知道真相是什么，却无法表达出来的感受，因为他们之前明明知道真相，却将之隐瞒。」蔻尔比解释道。

蔻尔比所说的这些话，让我们稍微瞥见了莱恩与布德利两人的灵魂动机。在每一次肉身生命的尾声，灵魂都会做一次生命的回顾检视。而在这过程中，莱恩与布德利发现，自己因为身为纳粹的战争机器而扭曲了事实。也因此，他们计划了下一世他们要学习诚实对话的价值所在。他们希求身体的残障能够带给他们心灵的进化。

「妳再一次（在这一世中）拥有真实，并且尽力要将真实展现在世人面前。」蔻尔比对珍妮佛说，「妳答应他们要陪他们走过这一场考验，某种程度上也展现出妳灵魂的伟大。以灵魂的年龄来说，妳比他们年长许多。他们都还是年轻的灵魂，而妳已经到达成熟阶段了。当妳是个成熟的灵魂时，重要的是情感、对个性的认识，以及自己真正是谁，而非世俗的权力了。」各种不同年龄层次的灵魂转世到地球上来，最一般的规则是，年轻的灵魂会设计让自己在转世中经历到三度空间的议题，像是权力或生存等。相反地，年长的灵魂在肉身世界中，比较不会对征服掠夺有兴趣，而是对情感方面的议题比较有兴趣。他们很直觉的知道，藉由情感才能有所成长（虽然这已经超过本书的范畴，但我还是想要建议有兴趣的读者可以阅读「麦克系统」（Michael System）。麦克是一个意识体的名字，由一群遍布世界各地、能够接通他的灵的人所命名。这个意识体会在讨论生命蓝图时提到有关灵魂年龄的种种）。

「有没有什么是和我的女儿莎拉有关的呢？」珍妮弗问，「我会这么问是因为她和布德利在同一天出生，而且他们之间一直都有种联系。」

「我会告诉妳我马上就看见的景象，」蔻尔比回答，「我已过世的父亲出现在画面中，向我挥手。我完全懂这是什么意思，因为我父亲和我的生日就是同一天。我是他三十四岁的生日礼物。他指一指电话，再指一指妳，然后颌首。莎拉和布德利曾经一起经历过许多次的转世，不过一直都是最好的朋友。布德利知道这一次他会需要朋友来做他的姊姊，而她也答应了。」

「很常见的是，如果灵魂拥有一个伙伴，不离不弃、始终相随，并且对彼此有着非常深刻的了解——所谓的灵魂伴侣，但灵魂伴侣是最核心的团队，并不会只是你爱上然后与之结婚的人——这时灵魂就会选择经历不同的关系，像是父母与子女、兄弟姊妹、丈夫与妻子、老师与学生。在这里，布德利需要一个人可以仰赖，在他极度沮丧时帮他发声，而莎拉就是这个人。」

当他没有办法表达时，她会有很好的直觉，知道他想要什么。」现在我明白寇尔比的父亲表达的是怎么了：莎拉就是布德利与这世界之间的「电话线」。

「寇尔比，」我问，「在帮助了两个男孩学习沟通之后，珍妮弗的灵魂有了怎样的成长？」

「珍妮弗的灵魂已经进入我称之为『教导模式』的阶段了。」寇尔比回答，「当你成为一个成熟的灵魂——特别是就要转变成为『老』灵魂，更上层楼时——你一定要把『学校』的指挥棒交接下去，她目前正在学习的就是如何去教导其它的灵魂。」

寇尔比说的话印证了我自己的理解：在地球上的最后一世时，灵魂会设计好让自己把一直以来所累积的智能与知识传承下去，而这么做事实上就是向这个「地球学校」做出毕业申请。

「让我解释灵魂是怎么一回事。」寇尔比继续说，「你有手指头、手掌、手臂。我们的转世投胎就像手指头一样，每一根手指都从我们灵魂的主要部分向下延伸，而在生命结束后又回到原来的地方。他们都连结着手掌，也就是我们的灵魂、最完整的我们，而这个我们又与神连结，也就是手臂。」

「珍妮弗的手掌也伸进了这一世中来教导布德利和莱恩，虽然他们自己也努力在增进个人的成长。当我们个人的因果差不多都已经圆满的时候，我们的灵魂就会愿意去帮助其它的灵魂。」

从灵魂之光来看，珍妮弗这一场身为两个身心残障小孩母亲的经历，绝不会被误认为是对她的一种惩罚。不过，从她两个儿子在战争时所担任的角色来看，我们却很可能会误以为残障是对他们两个的惩罚。但是我知道，灵魂视因果关系为平衡能量的一个机会，而不是一种惩罚。

「蔻尔比，可能会有人把布德利和莱恩在这一世变成残障这件事，看作是他们曾经是纳粹分子的惩罚。这个部分妳可以说明一下吗？」

「不是因为一个人曾经是纳粹分子，就代表他的灵魂是黑暗的，而他就罪有应得。他们选择成为纳粹来学习。这是有关平衡与前后关系的问题。如果你手上有一千块钱，而你选择用那一千块钱去买东西，而不是拿来付房租和账单，那么结果就是你拖欠账单，而且被房东扫地出门。这是不是对你的惩罚呢？不是，这没有任何奖惩关系，只是原因与结果。人类一定要去除所谓『惩罚』这种想法。你的灵魂选择了各种事物来体验，有些人选择权力，有些人则选择了金钱。你可以在拥有很多钱之后，好好运用，但你也可以在拥有很多钱之后，依然贪得无厌。这部分可能得稍微扭转一下人类的想法，不过，就学习来说，这两者没有所谓的好坏，只不过是课本里的不同章节罢了。」

蔻尔比的解释再次证明了我所知道的：因果关系是宇宙间一种非个人的法则，它的作用在于维持秩序。少了因果关系，宇宙就会一片混沌。在地球上，很多状况看起来常常都是混沌一片的，那就是因为我们无法平衡在过去许多次转世中的因果关系。在这些看得见的场景背后，一个优雅且完美的平衡机制正在运作着。当灵魂在累世的投胎中增长了智慧后，他们会知道，负面的行动、话语和想法，都会产生某种最终需要获得平衡的效应，而且他们会选择一种生活方式，让自己不会再累加更多的因果关系。

「蔻尔比，这两个男孩都是来学习有关沟通的课题，为什么莱恩选择了亚斯博格氏障碍、躁郁症和注意力不足症，而布德利选择了重度自闭症和眼盲来学习沟通呢？」我说道。

「如果有人在大一就选择去上高级莎士比亚文学，而另一个人则选了大一作文呢？」蔻尔比反问，「你可以选密集班，也可以一个礼拜上两个晚上的课再加一堂实习。不论选哪一种，你都一定可以学会。要不要这么积极，是你自己的决定。」

「虽然布德利患有更严重的自闭症而且又眼盲，但他是个非常、非常快乐的小孩。」珍妮佛插话说，「而莱恩呢，信不信由你，虽然他有高度的行为能力，但是却过得非常辛苦。布德利的残疾比较严重，但是他的生活却比莱恩轻松很多。」

「我们就继续用大学和上课这些比喻吧，」蔻尔比说，「当你决定了你来到这里所要学的课题之后，你也会选择这门课的教科书。虽然这些课本的内容都是正确无误的，却有各种不同的诠释角度。」

「布德利想要封锁在他自己所患的（严重残疾）里，以确保他能学会。你也可以说他选了密集课程。而莱恩就比较像是在进行独立研究的学生。他知道自己应该要做什么，但是比较没有完整的规画出要如何达成。不过他们两个人都会在这一世中学到一些非常有价值的东西。」

「莱恩并不是第一次对政治感兴趣了，他是个领导者，这是他天生的倾向。在过去的几世中，有几世的他无法发挥领导的能力。此外，我们都会有男性和女性的前世，而莱恩的男女能量是女性稍微多过男性一点。身为男性的那几世，对他来说都是比较难熬的。」

我曾听过其它人也有类似的考验。通常一个人如果有过比较优越的男性转世，那么在他转世为女性时，就会感觉比较困难，反之亦然。灵魂在进化的过程中，会寻求男女能量的平衡，并且设计让自己在接下来的转世中，能够学会表达他们比较不熟悉的那一种性别能量。

「莱恩在过去一两年里曾有过几次通灵的经历，布德利也有。」珍妮弗说，「这是他们自己的灵魂使然，还是跟他们的残疾有关？」

「现在来到人世的大部分小孩，都是他们所谓的『靛蓝小孩』（Indigo Children），」蔻尔比回答，「靛蓝小孩是下个世代的新人种，他们天生比我们敏锐，能够连结到其它的空间。不是说我们就办不到，但这就很像是使用一部旧计算机，有时候你得外接一部调制解调器，或是换新电池才行。靛蓝小孩则是时下流行的笔记型计算机。他们有一切配备，他们可以用更快的速度读取自己的天赋。」

接下来是一阵短暂的沉默，代表蔻尔比的通灵即将结束。

我向她询问结论：「蔻尔比，妳会对养育残障孩子的父母说些什么？」

「把他们当作是无上的荣耀。」蔻尔比回答，「尊重他们的决定。不要抬起头问老天爷说：『为什么是我？』这不是一种惩罚。要记得，在他们的身体里，

有一个健全的灵魂，这个灵魂并没有语言障碍，也没有脊柱分裂症。他可以看、可以听、可以思考。他们只是选择了一件非常不合身、缝线扭曲错乱的外套，但在这外套之下，却存在着目的。」

史黛西的解读

为了获得更多的信息，我请灵媒史黛西为珍妮弗进行另一场辅助解读。一如往常，我告诉史黛西相关人等的名字与出生日期——她的指导灵需要这些信息来搜寻出相关讯息。我也跟她说了两个男孩的残疾本质为何。

一开始有一小段时间的静默，我们等待史黛西进入出神状态。「这里有一段对话是有关于独立，以及拥有一场能够让她完全自立的考验。」史黛西宣布。接着她就开始了这场通灵会。

珍妮弗：为什么一定要用这么困难的方式来达成这件事呢？

指导灵：妳自己选择了要在别人的经历中学习，并且透过你们的关系来成长，这份关系虽艰辛但却平静。成功扮演这两个男孩的母亲，是个非常崇高的理想，也是尊重他们的一种方式。这么做同时也可以完成妳希望以一种不曾经历过的方式，来为他人服务的心愿。

「虽然我还没有看到那两个男孩出现在她的计划会议里，但是我感觉到，她认识这两个孩子，只是还没有和他们谈过，他们和她属于同一个灵魂小组。她的灵魂小组是个进化程度很高的小组。这些灵魂都有比较崇高的理想，而且也喜欢比较严峻的挑战。

「在她的生命中，这两个男孩就像是一种无意识的提醒，让她可以保持坚定且专注。她可以选择，面对所发生的事，或者是选择相反的路，逃避她所应负的责任。她希望能够选择更高层次的路。

「我看看我是不是能往前，找到珍妮弗和莱恩、布德利的对话。」在史黛西将她的注意力移转到计划会议的其它部分时，中间有一段很长的停顿。她对珍妮弗的解读是以一种很典型的方式在进行着：史黛西的指导灵通常会先带她看到一般的『大画面』，然后再呈现特定的细节。

「她在另一世中也曾经是布德利的母亲，所以他觉得跟她在一起很安心。这一点非常重要，因为他自己选择要成为一个眼盲，而且非常敏感的小孩，所以他的母亲一定要是个能让他安心的人。」

「我听到他跟她谈起自己的恐惧。这份恐惧源自他的前一世，当时的他在英国某间孤儿院里度过了童年，所以他从来不知道何谓母爱。他在情感上受到的打击与折磨，让他在那一世里饱尝恐惧。他不想在这一世里再经历一次那种感觉。他不想让自己再来到一个会让自己受到伤害的地方。他说他需要以这种方式再在肉身里活过一世，他才能放下那些心灵受创的记忆。他觉得如果可以有一次的人生是受到关爱，而且不会被人丢进残酷的世界里的话，可以帮助他释放那些创痛。此外，布德利选择眼盲，因为这样一来，他就不会看到世间残酷的种种。」

「再加上珍妮弗总是充满爱心而且乐善好施，所以她也同意了。珍妮弗一直都不吝付出，只要有人请求，她一定都愿意为了她在乎的人去做。她觉得这是为你所爱的人付出的正确方式。所以，她答应了布德利的要求。」

「现在，让我试试我们能不能来看看莱恩的部分。」同样地，在史黛西寻找出生前计划会议中的其它部分时，又是一阵停顿。「我看到莱恩的灵魂在跟珍妮弗说话，他指出，自己的不平衡会提醒珍妮弗要以非常严肃的方式来对其他人负责。每一次他发作，就是在考验她是否能保持冷静，并且专注在真正重要的事情上。因为她这一世最大的考验就是要建立起坚定的自我意识，莱恩出现在她生命中，会让她保持专注在这个轮回的考验上。」

「我正在请我的指导灵告诉我，这些挑战对莱恩有什么意义。」我在一旁满怀期待等史黛西听完她指导灵所说的话。「莱恩有七次转世都是成为一个非常好学、聪明的人。其中一世的他是一位男性科学家。我听到的是他已经厌倦了这么多次有关教育与科学的追寻。他想要成为一个『不平衡』的人，看看那是什么样的经历。」

「我正在问为什么他会选择成为残障。」在史黛西的指导灵跟她说话时，又一次停顿。「因为有了这样的残疾，莱恩的这一次转世就不会被期待要有什么成就。这个重担就从他肩上卸下来了，他可以自由自在去探索一切他所想要的经历。他的自闭症已经足以让别人不会去期待他要有所表现了。珍妮弗同

意给他这样的人生，因为她也曾经有过好几次兴之所致的人生，所以她可以理解为什么他会想要这样的经历。这么做不但可以达成她自己的目的，同时她也了解他渴望从责任感中释放出来的感受。他想要很大程度的个人自由，而她藉由成为他的母亲来成就他的想望。」

史黛西沉默了下来。我想她是正在聆听指导灵提供的其它信息。所以当说话的人突然变成她的指导灵时，我是又惊又喜。能有机会与这个智慧的存有交谈，我感到非常开心且非常感激，在之后的每一次通灵会中也是如此。

「长久以来，这个灵魂都在面对着是否能专注达成肉身生命目的的考验。」史黛西的指导灵对珍妮弗说。现在史黛西说话的声音变得非常缓慢，而且有一点迟疑不决。「感觉上，这个情况看起来似乎是强加在她身上的，而且是她无可逃避的责任，这也会逼得她集中注意力在人生中，放弃个人的自由，因为这种自由对她来说是个很大的诱惑。过去有就好几世，她对人生并不认真，而且完全陷溺在享乐之中，对诱惑投降，这样的人生其实并不令人满意。她了解到，正如她的指导灵所说，她很容易受到诱惑。所以，她同意要独自一个人照顾小孩，特别是放弃有丈夫共同承担这个重担。」

在之前蔻尔比曾经看到珍妮弗在某一世的生命中培养出了一种能力——诚实沟通的能力——这对她的两个儿子非常有意义。而史黛西的指导灵则提到了珍妮弗的其它几次转世。当灵魂在规画人生时，他们通常都会依照之前转世的情况来做计划，其中某几次的转世特别具有重大的影响力和关连性。

我觉得现在我已经了解为什么珍妮弗、莱恩和布德利会如此计划他们的人生，所以我决定要问更深入一点的问题。

「还有其它哪些动机会让灵魂计划成为残障小孩的父母呢？」我问道。

「灵魂会选择成为残障是因为这是一个很难得的机会。」指导灵回答，「有时候，这么做可以让灵魂用另一种方式来学习同一个课题，而这个课题他们可能从之前的几世就开始努力学习了。一般说来，这对照护人来说是一种（被选择为）要展现同情心、怜悯与爱的考验。灵魂选择让自己成为其它灵魂出生的媒介，来向他们致意。他们选择要照顾这些灵魂，愿意让他们，也就是这些残障的孩子，去经历他们想要的人生——这里指的不是每天日常进行的那种人

生。这是个独特的机会，让残障的孩子以及他们的父母，来展现爱。这些协议都是基于爱而产生。」

「有时候生出残障小孩的父母会觉得内疚，他们会责怪自己或是自己的基因。你会对这些人说些什么？」

「自责其实就是自怜，但那不是重点。重点应该是在孩子身上。每件事的发生都有其目的，你认为是缺陷的事，其实正是一种考验，而且这考验往往可以在最后让劣势变成优势。记住，一切都是计划好的，这么想会改变你看事情的角度。责备、罪恶感和羞耻完全没有好处，而且会让你无法成长。相反地，你应该把这个看作一个机会。从一个更高的角度来看待这个孩子和你的人生吧。」

我想到布德利的脾气发作，特别是情况不按照他所预期的发生时，他就会非常生气。「珍妮佛要非常精确的拿捏她对布德利说的话，」我跟指导灵说，「你认为要如何与残障的小孩沟通呢？」

「缺少了自重与自信，那就不可能清楚而且精确的进行沟通。当父母彼此在沟通时，接受他们自身的一切、接受自己所有的感觉，这样他们也会与别人有比较好的沟通。孩子在长大的过程中，会发现自己的价值，所以他们也会要求父母这样做。」

「珍妮弗希望自己在这一世里可以少一点自我意识。在过去几世里她有着过度的自我意识，而且她并没有为自己做出最好的选择。当她的孩子要求她得小心每一个她所说出来的字时，他们正在帮助她学习这一课。」

「通常，人类说话时总是漫不经心，完全没有去思考这些话会带来的影响。残障的孩子提醒了父母，沟通不只要清楚，而且要经过深思熟虑。」

☆☆☆

珍妮佛、莱恩和布德利的故事让我们知道，生出残障的孩子并没有什么好怨慰，也不是什么错误。一般说来，孩子在他出生前就选择了自己的残疾，因为他们想要从中成长。同样地，那些计划要成为残障小孩父母的灵魂，也选择了要拥有这样的经历，藉此学习。

就某种程度来说，这样的计划其实与前世有关。为了要平衡他在孤儿院长大，情感上备受严酷考验的前世，布德利计划让这一世的自己有安全感，并且备受照护与支持。他选择来疗愈残存恐惧与创伤的方式其实并不罕见，灵魂通常都会在接续的转世中寻求疗愈。而莱恩则是渴望能在经过前面七世的紧凑压力后，稍事休息。他们创造出了一种人生，在其中他们必须接受考验，试着与世界进行真实的对话，藉此，莱恩与布德利两人都找到了方法，去平衡二次世界大战时他们的行为所造成的因果关系。至于珍妮弗，在二战时的她曾有「被人排拒及大家都不听她所说的话」的恐惧。也许，她就和布德利一样在寻求对恐惧的疗愈，也因此她愿意成为两个残障孩子的母亲，而这两个孩子有时候会拒她于千里之外，同样也会不听她的话。恐惧遮蔽了我们是永恒灵魂的记忆。如果我们不愿意去正视那恐惧，那层隔阂的纱就会变厚。而如果我们伸手拥抱那恐惧，我们就能拨开这层纱，看见那个计划好要把恐惧消除的勇敢灵魂。

有一些出生前的计划单纯只是为了能够拥有新的经历。像莱恩就是，他不只是希望能稍作休息，同时也想体验「不平衡」。他在这一世所感受到的不平衡——举例来说，躁郁症所带来的剧烈情绪摆荡——不但与之前的转世是极端的对比，也与他身为灵魂时完美、神圣的平衡全然不同。从更广的角度来看，他现在的经历创造出平衡，以及他对平衡的认识与感谢。少了不平衡，莱恩便无法完全体会平衡。身为灵魂的他，在离开这一世时，会更深入理解到平衡的美好之处。这份体验上的理解是肉身生命以及他母亲送给他的礼物，在他出生前，他母亲就答应要让他拥有这样的一生。

珍妮弗、莱恩和布德利也精心设计了他们的生命来学习某些课题。他们三个人都要学习沟通的重要性与价值，其中，珍妮弗在前世就对诚实的沟通有着非常令人激赏的表现，因此她能够对诚实沟通有更深入的理解。而莱恩与布德利则是非常有智慧的选择了珍妮弗来担任这个课题的老师。藉由教导莱恩与布德利如何沟通，她也服务了他们的灵魂。当她以关怀和无条件的爱来照顾他们时，她也从成熟灵魂往上进化到老灵魂。

无论是不是残障，孩子都是父母的老师，而莱恩与布德利在向珍妮弗学习的同时，也在教导她。因为他们，珍妮弗变得更有耐心，更认同自己的价值、能够节制过生活的能力，以及保持专注与坚定的力量。除了直接的教导之外，孩子更会透过他们选择出现在生命中的人，来增进父母的成长。这，也是设计

好的。当我们规画人生时，我们会安排一些状况的出现，而这些状况会把我们希望合作的灵魂带来。我在与一些残障孩子的父母亲谈话时发现，每一个父母亲都会提到，他们会因为自己孩子的残疾而认识一些非常了不起的人——他们对这些人都有似曾相识的感觉。非常有可能的是，他们真的认识。通常在大家都有残障孩子的这个共通点背后，还存在着非常特殊的连结。

正如我们所见，莱恩与布德利选择了非常不同的障碍，并透过这些障碍来教导珍妮弗，同时也考验他们自己。有一些灵魂会比另外一些灵魂更想要接受重大的考验。有这样倾向的灵魂，像是莱恩，就会想要寻找方法来平衡他这么多次的转世经历。如果莱恩和布德利选择继续学习有关沟通的课题，他们就很可能好好计划一个沟通更容易的转世，或是他们天生就有沟通能力的人生。

在某种程度上，我们会记得我们计划要遇见的灵魂，以及我们所选择的人生考验。珍妮弗在高中和大学时对自闭症的好奇，就是她对人生蓝图的模糊记忆。这不只是一种淡薄的记忆，就如她自己犀利的洞察指出，这个兴趣也是她的灵魂帮助她做准备的一个方法。我们的灵魂无时无刻不在跟我们对话，他们深情的向我们提供各种兴趣与渴望，为未来要走的路打好基础。如果我们仔细听，我们就会听见灵魂在向我们耳语着我们自己计划好的考验。

珍妮弗说自己是被选中的，她说的一点都没错。她的前夫也是。从人的角度来看，她好像是一肩挑起了独力抚养两个残障小孩的重担，然而，这也是珍妮弗与一个深爱她的灵魂一起计画好的，这个灵魂同意让她拥有她想要的经历，就像她同意给孩子们渴望的经历一样。这个剧本中没有任何坏人，只有灵魂以爱为出发点所做出的爱的举动。这样的爱也鼓舞了家庭中的另外两个成员，布德利和莎拉，计划出两人之间的亲属关系，而且莎拉可以凭直觉就知道布德利的需要，并能与他沟通。同样地，莎拉能够理解母亲必须把注意力集中在两个儿子身上，这也是她的出生前计划所产生的反应。

在这些交错的人生计划中，蕴藏着精致、复杂却又优雅的目的。为了要达成个人的进化，并且为他人奉献服务，珍妮弗、她的前夫、莱恩与布德利都因为爱而选择了彼此，就像其它身心残障的孩子、他们的兄弟姐妹和父母也选择了彼此一样。爱，因为给予而增长。因为灵魂就是爱，所以当灵魂去爱的时候，爱也随之扩展。成为身心障碍孩子的父母这份考验，是个去爱的机会。虽然过程非常困难，也非常令人心碎，但这份受到珍妮弗与其家人拥抱的考验，也让

他们的灵魂因而扩展。

他们全部都是沉默的英雄。布德利和莱恩可能会，也可能不会拥有被这个社会所称许或认同的成就，但是他们所完成的事，依然非常伟大。珍妮弗的耐心和慈悲也许不会让她获得什么奖项的提名，但是她的贡献却无远弗届。在离这个充满竞争与占领的世界很远的地方，不求名利、不求赞赏，数百万个身心障碍的孩子以及他们的父母，在勇气的试炼与确认中，静静度过每一天的生活。

他们的生命是悄然无声的壮丽。

4 耳聋与眼盲

在思考我们的灵魂计划人生时会运用的各种困难考验时，耳聋与眼盲这两种考验的强度，特别吸引了我的注意。我们出生前就知道，自己在肉身中只会拥有五种感官能力。我们也知道，最主要的感知接收来自于视觉与听觉。我问我自己，为什么会有人要选择这样一种困难重重的挑战呢？还有，为什么会有灵魂想要过一种缺少一大部分肉身经历的肉身生活呢？在问这些问题时，我想到了我的侄女，她出生时就几乎全聋了。

单单在美国，就有超过两千五百万个十八岁以上的人是轻微听障；另外有六百万人属于重度听障及全聋。在这一章里出现的人物是潘妮洛普，她从一开始就完全听不见。在我一开始与潘妮洛普聊天时，我想：如果她选择要从肉身生活的开端体验耳聋，那么，其中——一定有原因。我们是透过网络透过实时通打字来进行谈话的。

潘妮洛普的故事

「那是我七岁的时候，我问我妈为什么我会耳聋，当时我非常难过，而且非常渴望有个『好一点』的答案。我一边问一边啜泣。她把我揽在怀里，非常平静的向我解释，耳聋并不是我的错，上帝创造了我，而我是非常特别的。这是身为聋人的我，第一次非常真切的感到沮丧。我不喜欢当个聋子，可以说我根本不想这样活下去了。」

现年二十四岁、已经订婚的潘妮洛普，她的工作是教聋人手语和英文，她的学生有许多都不是美国人。「我给学生许多指引和自信。」她说。一般说来，她的学生都没有受过太多教育。潘妮洛普会从事教学工作，也显示出她是一位光工作者——选择特定的一种人生考验，藉此来促进自己与其它许多人的成长。

当她还是个孩子时，潘妮洛普经常受到恶梦惊扰而尖叫醒来。之后在与灵媒的通灵会中，这个部分的重要性就会被揭露。

潘妮洛普在九岁之前都一直就读于聋人学校，九岁时，她母亲决定让她去

一般公立学校接受主流教育。潘妮洛普发现她的第一间学校接受度很高，而且也给了她许多协助。在新学校里，有时候她会需要手语翻译，所以她也需要用其它方法来适应这个环境。

在小学和国中时，同学都很愿意跟我做朋友，因为感觉很酷，而且他们可以表现他们的手语技能。」她跟我说，「那些都是以白人为主的学校。所以有一年，我被选为种族代表及年度最受欢迎人物。」潘妮洛普的话让我不禁揣想，为什么她在出生前除了选择耳聋之外，还选择成为一位非洲裔女性？

到了高中，潘妮洛普发现比国中要困难许多。「我觉得我的黑人同学，不论听得见或听不见，都没有人真心接受我。」她回忆。当她在班上用她所谓的「诡异声音」说话时，她发现同学的脸上出现奇怪的表情。「你知道有句话叫做『沟通不良』吧？我那时候担心得要命。我很高兴自己没有因此愁白了头。」

「在所有经历中，我最喜欢的一次发生在某次的舞会中。我那时试着要在说完『哈啰』之后说出自己的名字，但是『』是个无声字，我没有办法发无声字的音，所以我最后大概是说『别妳洛补』。但就在我尽了最大努力说出自己名字后，一位女士转头问我朋友我是不是感冒了。这真的很伤人，那是我极不希望发生的事，但是类似这样的事情还是会发生。」

潘妮洛普说，在她认识的人之中大约有一半都能够听懂她说的话，通常，当有人听不懂时，她就会请他们给她纸和笔。「你绝不会相信有多少人不想拿纸笔给我，因为用纸笔要花比较长的时间。」

潘妮洛普在与人说话时，总是很担心自己话中的一些内容会被遗漏。有时候他们会误解她没有反应的意思，而有时候他们则会误解她过度的肢体语言。

潘妮洛普跟我说了一些特别会让聋人感到沮丧的行为。「有些人会刻意放慢说话的速度。其实我们并不会感激你这样做。如果我们需要你放慢速度好让我们读唇语的话，我们会让你知道。或者是，有人会跟我们大声说话，我看得出来。还有就是问我们识不识字。有时候，我们有些人会在纸上写：『不会』。」

我笑了，因为潘妮洛普调皮的幽默感。在那一刻我了解到，潘妮洛普不会知道她让我笑了，因为我们的对话是在网络上进行的。有多少次她透过电子机制与人对话，却完全不知道自己所说的话让别人有什么反应？如果是在我研究

出生前计划之前，我一定会觉得有点悲哀。但现在，我知道这是她自己所想要的经历。

「那么妳在学校有约会吗？」我问道。

「这是我在中学时最痛苦的经历了。我觉得自己已经准备好了，我觉得自己聪慧过人，而且我有好多事情可以与人分享。但是沟通障碍却让那些高中小伙子在爱抚亲吻之类的事之外，难以有所进展。我对那些事一点都不感兴趣，我想要跟人说话，我非常渴望拥有男性的支持与关怀。但是这让我伤得很重。」

潘妮洛普知道，尽管这些经历非常艰辛，但是却也让她变得更有心领神会的能力。「我感觉得到别人，还有那些没有说出来的话(这可不是双关语)。」她说，「我的失聪反而让我的感官更敏锐了。」

我问潘妮洛普，她在自己的失聪之中看见什么样的目的？

「我知道我是天生注定要失聪的，因为这样才能让我更了解那些受到忽略的人。」她回答，「我希望自己能成为所有对立族群之间的桥梁，不只是聋子与正常人，还有各种文化隔阂。」

我很惊讶潘妮洛普用了我知道的说法，而不是我想或我认为。「妳怎么会知道妳注定了要来了解那些受忽略的人呢？」我发问。

「我的心知道，我有这种直觉。我自己就因为耳聋而受到别人的忽视，所以我无法不去注意那些经历过类似遭遇的人。我很容易受到那些迷失、不被人接受或无法归类的人所吸引。我的灵魂仿佛想要将自己的怜悯之情，发挥在那些被人遗忘、无法展现自己的人身上。」

潘妮洛普与史黛西的通灵会

就在我们聊完的几天之后，潘妮洛普、我和史黛西又在网络上碰面，史黛西开始从潘妮洛普的出生前计划中接收种种讯息。这一次的对话也一样是在实时通上进行。

「我会把我所看到、听到和感觉到的景象都告诉妳。」史黛西打了这些字。「这些景象以精神上的方式传达给我，也是透过我的指导灵来告诉我的，他手

上有一本生命之书（阿卡沙秘录），这本书中包含了所有人的所有数据，无论是曾经活过的人，或是今天活着的人。

「我强烈感觉到，失聪是一个机会，让妳可以去探索成长之路的某些部分，那是之前妳没有机会去探索的，同时，也是妳与之前一世的连结。失聪让妳有机会更深入接触妳自己的内在经历、直觉与想法，甚至是妳在肉体上所出现的征状和反应。失聪帮助妳更认识自己。」

史黛西说她在前一天晚上梦到了潘妮洛普。史黛西经常会在通灵会开始前就接收到这个人的讯息，不过这是头一次以梦的方式出现。「我的指导灵告诉我，那是因为我已经把自己的频率调整到和妳一样，所以我可以收到与妳有关的讯息。我梦到了妳的前一世，也是因为这一世，妳才会决定要在这一世里成为聋子。」

史黛西看到的潘妮洛普大概是三岁，当时她亲眼目睹母亲遭受到男友在言语上的粗暴对待。「这个小女孩的感情非常、非常敏感。」史黛西说。而这样的语言暴力持续了两三年之久。从梦中史黛西得知。潘妮洛普在那一世里的母亲，也是她这一世的母亲。

在前世里，「语言暴力越演越烈，最后终于变成了肢体暴力。」史黛西打字道。「有一次，在盛怒之下，这个男朋友差一点就用电话线把潘妮洛普的母亲给勒死。他想要威吓她，让她乖乖听他的话。」

「有一天，潘妮洛普和邻居一起站在她、母亲和她男朋友一起居住的公寓外头。母亲与她的男朋友正在大声争吵，潘妮洛普和邻居都听到了摔东西和物品碎裂的声音。这位邻居双手环绕着潘妮洛普安慰她，他们两个人都因为害怕而动弹不得。」

「这个男朋友追着潘妮洛普的母亲跑进了卧室里。母亲进了卧房后反手就将房门锁了起来，把男朋友挡在门外。这个男朋友有把枪，他把卧室的门踹开，朝着潘妮洛普的母亲开了好几枪，潘妮洛普清清楚楚的听见了枪响。她的母亲最后因失血过多死亡。「这个男朋友跑进浴室里，坐在地上背靠着浴缸，开始嚎啕大哭。就在这个时候，邻居带着潘妮洛普走进了公寓里，她打电话报警，并且通知了潘妮洛普的一位亲戚。之后这个男朋友朝自己的头开了一枪，而潘

我问史黛西，是不是可不可以再跟我们说更多。

「有人告诉我，失聪让她可以从怜悯的角度来看待那些有残疾的人。这也让她对动物更有爱心，我知道她很喜欢动物。长大以后，她会去接触聋人，并且以各种方式帮助他们、为他们提供各种指引。」

「我也想要运用自己的身分(耳聋、女性、年轻、弱势种族)，让自己吸引更多人的注意，并且以更有创意的方式分享信息。」潘妮洛普说。「弱势种族……」史黛西说，「我能了解这和妳选择从怜悯的角度来看事情有关。妳觉得自己跟别人在许多方面都不一样。」

「没错！」潘妮洛普惊毒说，「我从来都不觉得有归属感。」

「潘妮洛普，到目前为止妳觉得如何？」我想确定她不会因为这个通灵会而感到不舒服，所以我问她。

「我有种解脱的感觉。」她回答，「从我有记忆以来，我就一直有着满腹疑问。身为一个人，我想我刚刚获得了某种肯定，而且我也不觉得自己那么孤独了。」

「史黛西，可不可以请妳提供在潘妮洛普的出生前计划会议中出现的那些对话？」我问，「就是她决定要成为聋人的那一段？」在史黛西「调整频道」要进入那些对话时，我和潘妮洛普等了几分钟。接着她巨细靡遗的描述了计划会议，仔细到让我觉得我们好像置身现场一样。

「我现在听到的是『思想对话』。」史黛西打字，「同时我也可以看见，潘妮洛普在一间大房间里，四周的墙非常高，墙上有许多图像——前世的图像。她的主指导灵和其它指导人都在那里。我看到潘妮洛普盘腿坐在地板上，另外还有一些灵魂也坐在地板上，他们会与潘妮洛普在接下来的这一世里进行非常重要的互动。其中一些灵魂在之前的转世中曾经与潘妮洛普一起过，不过这次他们只会在一旁看着她转世。她的主指导灵站在她身后，主导着会议的进行，并且向大家致意。」

指导灵：今天我们聚集在此，是为了要帮助潘妮洛普决定她的人生该如何进行。你们之中有许多位，都曾经在潘妮洛普之前的转世和过渡阶段中帮助过

她。潘妮洛普依然因为最近这一世所经历的事而备受煎熬，她希望能在即将开始的这个人生里找到疗愈。她请求你们每一位加入她的能量之中，让她决定自己要成为什么样的人、将会经历哪些事、不会经历哪些事，以及她要如何与在场的所有人做出最好的互动，以完成她的目标。

「每一个人都伸出『手』来，」史黛西继续，「我看到能量从一个人身上波动到另一个人身上，一直到这个波动穿透了整间房间，就像波浪般渗透了每一个角落。

「潘妮洛普第一个决定的就是她身体的颜色，这会是一种连结，存在于她与曾经是她母亲，现在也是她母亲的灵魂之间。当潘妮洛普决定后，我看见她的灵魂选了深色先『试穿』，然后接受这个颜色成为自己的颜色。

「潘妮洛普和她母亲也有一场思想对话，她们两个协议，让潘妮洛普的母亲生下她，并且用她前世没有做到的方式来照顾潘妮洛普。潘妮洛普向母亲的灵魂表示，她到现在还是很需要在母亲怀中感受呵护，所以她们两个都同意这一世中会有很多拥抱的时间。

「但是接下来她在前世所看到的景象突然跳进脑中，所以潘妮洛普请求不要让这些回忆再发生了。那个在前世射杀了他母亲的男人从群众中站了起来，他答应在潘妮洛普和她母亲这一次转世进入肉身时，他不会转世。然后又坐了回去。

潘妮洛普：还有那些声音，我很害怕自己会再听到那些声音。我一点都不想再听到了。

指导灵：亲爱的，你知道这些声音会一直回响在你的听力范围内。你愿意生下来就失聪吗？这样就不会有任何声音让你想起过去的事了。你还是会被过去的事以及你所看见的景象所影响，不过你会在是更深层的潜意识层面上感觉到这些事，这样对你来说也会比较容易一点。

潘妮洛普：我愿意。

指导灵：等一等（举起手来）。在你这么快就答应之前，你得先

考虑一下，妳在前世亲眼目击到的惨剧还是会继续影响妳，因为妳说妳想要在这一世中完成自己的疗愈。妳还是感觉得到这些事，但是妳会有一段时间没有办法弄清楚这是怎么一回事。

潘妮洛普：好的，这就是我想要的，我要这么做。

「不过，就在她认真去想的时候，她的能量有了些微的改变。当她理解到自己要努力面对什么的时候，刚刚那种可以再次重生的兴奋就有点被浇熄了。但是她还是同意要这么做，并且继续往计划的下一步前进。

潘妮洛普：我想要有能力给予别人一些什么。我想要让自己更能够发挥同情心。在前世里，我在还没有机会展现同情心之前，这份能力就随着我母亲的死而丧失了。我想要充满同情心的照顾许多人。

指导灵：妳会有机会运用这次人生的经历，展现妳自己内在所拥有的知识，并且以慈悲、怜悯及关怀的方式传达给其它人，同时也教导其它人。

「还有一些谈话内容是有关自愿帮忙的。像那位在前世协助潘妮洛普的邻居，在这一世会（以志工的方式）变成她稍后帮助的残疾人士之一，大概是在她三十岁左右。潘妮洛普说她希望用这个方式来报答之前的情意。

「这位邻居站了起来，他也同意这么做。我看到她灵魂的形象化身成一个有残疾的人，而这个人需要拐杖的帮助。我现在明白，灵魂的形象会在会议过程中改变，这样一来，所有相关的人在化为肉身时，就会比较容易认得出彼此的来。

「这些就是我目前为止可以看到的。有什么问题要问的吗？」

我非常惊讶于史黛西如此清晰的灵视能力，还有存在于潘妮洛普出生前计划会议中的震撼力量。史黛西的指导灵带着她所看到的部分，正好可以解释潘妮洛普想要成为聋人的动机。她的计划中充满了意义、目的与智慧。

从我的出生前计划研究中，我知道人都有自由意志，可以完全按照灵魂的计划来进行，或是脱稿演出。「那个在前世谋杀了潘妮洛普母亲的男人，」我问

史黛西，「那次谋杀是一个根据他个人的自由意志所下的决定，还是在转世前就先计划好的？」

「让我看看我得到的答案是什么……从他的计划会议中可以知道，他已经用了好几世的时间来面对自责与愤怒这两个议题了，但他还没有学会如何自我尊重。潘妮洛普的母亲说，在那一次的计划会议时，她自己其实也已经用了好几世的时间来学习处理关系的问题，但是她很愿意接受这个可以再次学习的机会——而且是跟他一起。在灵魂的层次上，她可以毫无限制的给予自己无条件的爱。」

「那场谋杀既无法预见，也不是事先计划好的，那的确是当下的自由意志所做出的决定。我没有看见潘妮洛普母亲的灵魂对他有任何不友善的想法，她很清楚为什么会发生那样的事，而且对于他所要面对的课题，她不但宽恕他，并且充满了怜悯之情。」史黛西下了结论。

我想到的是，依自由意志而动手的谋杀，一定会种下许多因果。「为什么这个灵魂不利用这一次转世来平衡他的能量？他大可以选择一个不会威胁到潘妮洛普的方式和情况。」

「因为这里没有我们所谓的权宜之计。」史黛西回答，「他还有很多时间可以在其它的转世中这么做。潘妮洛普这一世的重点就是要疗愈前世中的伤害。潘妮洛普非常敏感，所以如果他也出现在这一世中，那么她就不可能获得疗愈。有人告诉我，潘妮洛普最想要疗愈的部分，就是在前世的自杀。」

「我知道灵魂在处于灵魂状态时，可以用很多方法来获得疗愈。」我说，「为什么潘妮洛普选择要透过另一次转世来疗伤，何不就以灵魂的方式来进行疗愈呢？」

「有人跟我说，这并不是一种二选一的状况。这也不是那种『何不就如何』的情形。另一边总是会出现一些机会和指引来达到疗愈的目的。她的确与指导灵和母亲进行了许多次的会谈，这让她对事情有了一定程度的了解，但大部分都是我们所说的理智上的了解。她感觉到重返肉身的需要，因为这样才有机会以更深刻的方式获得疗愈。此外，她的母亲也需要在一定的时间之内重返肉身（她母亲为什么必须这么做的原因并没有被说明，很可能是因为她母亲想要一起

分享人生的那个灵魂已经快要转世投胎了)。潘妮洛普很想跟她在一起,所以她也必须继续以肉身形式来接受疗愈。而她母亲也很高兴有机会再次成为她的母亲,让她能够弥补之前发生的事。」

「史黛西,请问妳的指导灵,对一般读者或是那些失聪,但希望了解耳聋意义何在的读者来说,潘妮洛普的故事中,还有哪些需要提出来的重要面向?」

史黛西一字不漏的复述了她的指导灵所说的话,她直接把这些话打了出来。

「一、」他以条列的方式开始叙述他的重点,「一个人内在的经历,跟外在世界所发生的一样真实。二、耳聋能够让一个人更专注在他的目标上。三、耳聋并不是一种残疾,而是一个机会。失聪可以巧妙的将注意力转移,这对个人与心灵上的成长都是不可或缺的。失聪是一种选择,就和任何一种选择一样,它提供了一个机会,让你用达成目标所需要的方式来经历人生。有时候,灵魂会需要去平衡自己所曾经做过的事。有些灵魂曾经切下其它人的耳朵或肢体,他们觉得自己有必要惩罚自己,所以会转世来体验失聪、肢体残障,或者是断手缺脚。另外,有些时候灵魂会需要去体验自己内在的和谐感受。当一个灵魂像潘妮洛普一样敏感时,外界的力量、声音和能量都会让他很难达到和谐的境界。以潘妮洛普的例子来看,她的灵魂自愿关掉所有会让她想起前世惨剧的声音。要记得,放下恐惧是你在身为人的经历中最困难的挑战。潘妮洛普还在努力面对这样的考验。」

「有关你刚刚所说,灵魂会想要惩罚他们自己,」我问,「难道那不是因为他们想要培养自己的同理心吗?」

「同理心是个更高的目标。那倒是真的。但是如果一个灵魂无法原谅他自己,那他就会被卡住了。而当我们(指导灵)看到这样的状况时,通常我们都会发现灵魂选择了要惩罚自己所做的事。到最后,你会批判自己。这种时候通常会带着强烈共振的负面情绪回来(死亡),这会让你无法看清事情的全部面向。你会透过所谓的『恐惧眼镜』或『罪恶感眼镜』来看自己。在这种时候,你不会对自己有怜悯之情。」

我问他,恐惧在潘妮洛普这一世的人生计划中是否担任了任何角色?

「恐惧在这个案例中是个残留物。潘妮洛普在恐惧中死亡，也因此她的灵魂无法超越。她知道自己需要放下恐惧，因为她还带着前世残留未解的恐惧。」

「谢谢你回答这些问题。」我说道。

「你太客气了，」他回答，「你也帮助我圆满了我的法（dharma）。」

☆☆☆

慈悲。

在与灵媒进行的许多次通灵会中，慈悲是灵魂最常提到的生命课题，另外还有对他人及自己的同理心和无条件的爱。身为永恒的灵魂，我们希望能认识自己的怜悯之心。这种自我认识，其实也就是去**感觉**，慈悲既是给予别人的礼物，同时也是别人的赠与。慈悲在我们心中产生，并且藉由在肉身世界的每一次展现而更加深刻。

失聪，在这个社会里被认为是种缺陷。被其它人看作是有缺陷的人，这就是一个机会，让你得以去同情那些跟你一样被社会归类为「不足」的人。这种对比并不存在于无形界之中。在那里，一切平等，而且每一个灵魂那光华灿烂的美，是不言而喻且毫无疑问的。没有任何一个灵魂是「不足」的，这个概念基本上就没有意义。而在肉身世界中，这种空洞、无意义的想法暂时被赋予了一层虚假的意义，好让我们藉此去理解并体验慈悲，若非如此，我们就没有办法潘妮洛普计划成为聋人，有一部分是为了要认识慈悲。她不只对聋人有着强烈的慈悲心，对那些受到忽视的人也充满了慈悲。她希望能强化正常人与聋人、对立团体，以及不同文化之间的联系。她的慈悲心，尽管出生在一个寂静无声的世界里，却在她搭建桥梁时，为她向世界大声疾呼。

潘妮洛普选择成为女性黑人并非巧合。在她想了解慈悲心的同时，她选择让自己同时属于两个族群，而她所属的这两个族群都经常遭受到无情的对待。无论何时，也不管是什么理由，当有人无情的对待她时，她对慈悲心的理解与渴求都会更加强烈。

女性、弱势种族，以及聋哑人士，他们长期以来都被剥夺了权利。当我在听潘妮洛普说话时，我特别注意到，她希望自己能改变这个世界的那种强大力

量，以及她所属的族群其实非常势单力薄，这两者之间有着强烈的落差。藉由让自己处于缺乏外在力量的情况中，她因此创造出强烈的动机去培养自己内在的力量。

潘妮洛普计划透过反面的事物来学习，这是在肉身世界中很常见的计划，也是一条通往灵性成长的道路。如果她没有选择这种她会经历到无情对待的状况，她很可能就没有太多机会和动机去培养她现在给予别人的慈悲。如果她没有选择这种缺少权力的情况，她很可能永远不会知道她自己有多大的能力可以改变这个世界。

要从肉身中表达出慈悲心是个很大的挑战，因为人的自我会制造出分别心和恐惧，有时候他们会战胜我们好的部分。在无形界中就不会是这样了。举例来说，在潘妮洛普的出生前计划中，那个谋杀了潘妮洛普母亲的人同样也被以慈悲对待。那里没有愤怒、憎恨或复仇的意念，相反地，我们看的是宽恕与理解。同时我们也注意到，对于潘妮洛普在前世自杀一事，完全没有批判，只有慈悲。她由始自终都没有批评或责备过这件事。她的确需要完成计划好要在那次转世中所做的学习，但是那些在场的灵魂，对于痛苦造成她结束自己的生命这件事，只表示出同清。

我们的灵魂不会批判其它灵魂。在无形界中唯一的一次评判，就是在做生命回顾检视时的自我评判。我们自己评判自己，没有其它人会来评判我们。指导灵会坐在我们旁边一起回顾我们的生命，偶而会提出在哪一些时刻里我们其实可以更有慈悲心，但就算是这样的评语，也是关爱的口吻，完全没有批评的意味在内。只有当我们在肉身里，而且感觉与别人有所分别的时候，我们才会批评别人，露出毫无怜悯之意的嘴脸。并不是因为我们有分别心才会去批评别人，事实上，批评本身就是造成分别心的原因。放下批判，以毫无分别的慈悲心去爱，这一切都是为了要记起我们是谁。

正如慈悲心是潘妮洛普出生前计划中的主要议题，渴望能服务他人也是。身为灵魂，我们会因为爱而去帮助其它的灵魂成长，而在潘妮洛普的计划会议中，就有许多灵魂希望能够以这种方式帮助她。在潘妮洛普设计的人生中，她会为人类服务，特别是为聋哑人士。而潘妮洛普的母亲也希望能帮助她，所以她给予潘妮洛普爱和肉身的拥抱，这也是在前世来不及做到的。那位邻居协助潘妮洛普的方式，则是给她机会来表达慈悲，也因此他愿意让身体带有残疾。

那个杀死潘妮洛普母亲的灵魂也强烈的想要为她提供服务，以至于他同意这一次不转世，也因此延迟了他个人的成长，并且暂时无法平衡自己的因果关系。以为他人服务的渴望来表达，爱，充满了潘妮洛普的出生前计划会议。

前世的计划也一样是如此。当潘妮洛普的母亲在计划那一世的时候，她知道这个将成为她男朋友的灵魂可能会有暴力行为，但是她想给他一个机会，让他能在肉身中培养出自我尊重的情感。在灵魂的层次上，她希望为他服务的心，一点都不因为他在之前的转世中曾有过多次暴怒的经验而稍有返却。这两个灵魂非常有可能再共同计划另一次转世，而这一次，他们会有更进一步的机会，让他可以选择爱而非愤怒。

我们深爱那些出现在我们所计划的人生中的灵魂。当我们在尘世时，他们可能会是那些把事情弄得更复杂的人、让我们倍感压力或担忧的人，甚至可能会是我们的「敌人」。而当我们不在肉身之中时，那些分居的老公和老婆、虐待小孩的父母亲和被虐待的小孩、互相敌对的工作伙伴，全都是相亲相爱的朋友。他们每一个都深深关切着彼此，而且为了前世中尚未完成的重要课题，经常会再度一起转世。

灵魂并不需要转世到肉身中才能进行协助的服务。史黛西在通灵会中告诉我们，在潘妮洛普的前世中，那些没有转世的灵魂就给了她很大的协助。在无形界中的灵魂传送爱和灵感，给我们带来非常大的帮助。他们会在梦中和我们沟通，而当我们醒着的时候，他们则会透过情绪来与我们接触。爱我们的人会一直在我们左右，无论他们有没有跟我们一起转世投胎。心的联系是永恒不变的。

前世中的邻居会在潘妮洛普现在的人生中扮演一个重要的角色。任何一个同意让潘妮洛普展现慈悲心的灵魂都很重要。学会接受爱与慈悲心很重要，而学会如何表达他们也一样重要。灵魂会计划生命中的意外、病痛、身体或心灵上的障碍！——比方说，让一个人不得不困在轮椅上的残障——藉此创造出一种情境，在其中，他们完全无法逃避另一个要对他们传达爱的人。这些灵魂在前世中可能没办法接受别人照顾与好意，所以他们计划接下来的一世要让自己不得不去学习这个课题。

灵魂也会选择某些考验来克服恐惧。就像史黛西的指导灵所指出的，潘妮

洛普希望能克服前世所留下来的恐惧。在这一世中，那份恐惧绝大部分被带进了潜意识里，而她的疗愈也会在潜意识中进行。当我们计划自己的人生时，我们会寻求不同种类的疗愈，包括了像恐惧这样的「负面」情绪。

在我做研究的过程中，我遇到了一个年轻男子，他在冥想的时候接触到了未来的自己，也就是说，那是他的灵魂在未来的转世。未来的自己告诉他，未来的人称现在这个时代为「恐惧年代」。想想看这个名称背后的意涵有多么重要。可以用来形容我们这个时代的词，几乎可以说是无限多，但是他们却选了**恐惧**。恐惧是主导我们这个时代的情绪。它已经是我们日常生活中很大的一部分，以至于我们不太会去注意了。从数百次的前世中累积而来，这些尚未得到疗愈的恐惧深藏在每一个人身上，并且成为一种集体意识。要治疗恐惧，我们得去经历恐惧——抗拒任何一种能量都只会让这能量更强大——然后选择超越。人生考验提供了一个机会去疗愈恐惧，无论是有意识的恐惧还是无意识的恐惧。

就像恐惧和其它的「负面」情绪一样，错误的想法也需要疗愈。举例来说，如果那个杀死潘妮洛普母亲的灵魂在肉身状态时创造出一种想法，相信自责是种美德，或是他这个人就是愤怒的化身，那么这个灵魂就会计划要在未来的转世时，去学相反的东西。「不足」这个标签，不论在自己或他人的身上，都不会是正确的用法。接下来的转世会利用「反面学习」的计划，在其中，与这个灵魂一起转世的灵魂会像镜子一样，反射出他所缺少的自我尊重。

我们提到了种种出现在潘妮洛普出生前计划中的概念，不过，没有出现的，也一样很重要：她没有任何关于耳聋这件事是负面、「不好」的想法，或者认为耳聋是某种形式的惩罚。潘妮洛普知道耳聋并不是以上所说的那样。她很聪明，知道耳聋是个非常珍贵的学习机会。事实上，因为她实在太过于急切想要这样的人生考验，她的指导灵还刻意让整个决策的过程减缓，确定耳聋真的是她想要的。她从来不曾抱怨或转而寻找没那么困难的挑战。其它灵魂也没有因为她即将要面对这样的挑战，而表示惋惜。就像潘妮洛普一样，他们认为这是一个成长的机会，而且他们也非常愿意支持她的追寻。

即便是现在，存在于肉身之中，潘妮洛普也能够看见从这个经历所带来的成长，而她非常感谢自己能在灵性上有这样的进化。我们不能小看感激的重要性。两支带有相近频率的音叉会产生和谐的共振，意思也就是说，它们会产生

一致的振动。同样地，感激的情绪是一个人与上帝最一致的频率。感激是一种高层次，甚至可以说是神圣的振动频率，与爱、宽恕、喜乐和慈悲同等级。感激的意思并不是说我们「很高兴」自己可以受苦。它的意思是，我们发现了人生考验中一个值得感恩的面向或前因后果。无论我们的考验有多么严峻，成长与学习一定都会发生。我们要肯定并珍惜这样的自我开展。

我们大部分人都会用自己的耳朵去听。潘妮洛普为了认识自己的慈悲心，所以选择了一个用她的心来听的人生。心自有它的语言，而潘妮洛普正在学习掌握它的抑扬顿挫。我们大部分的人都会去听外界的声音，会有人告诉我们你是谁、你该怎么想、怎么做、怎么活。而潘妮洛普则计划了一个她要倾听自己内在声音的人生。她注意倾听那呼唤，并且因之而更有收获。像耳聋这一类的人生考验，可以刺破那一层好似隔开了我们与神性的自己的纱。当我们伸手拥抱我们的考验。我们就会带着更深刻的自我认识，结束这段患上失忆症的旅程。潘妮洛普的失聪，带她找回了真实的自己。



鲍伯·范斯坦在本书中算是绝无仅有的案例。他的人生考验，失明，是唯一一个没有经过计划的「意外」（你即将会在下一章里读到，我们经常会在出生前计划好「意外」的发生，或者至少会计划让「意外」有可能发生）。在鲍伯与灵媒的通灵会中，我很惊讶的发现，鲍伯并没有在出生前计划最初的阶段就计划要拥有失明的经历。事实上，他原先其实为自己计划了一个非常不一样的人生。不过当他失明之后，鲍伯和他的指导灵接受了这件事，并且顺势创造出了另一个生命蓝图。

我特别把「意外」两个字括号起来，因为我不认为真的有任何事情是意外。这个宇宙秩序井然，即使小到显微镜大小的事物，都有其定理，在某种程度上1有时候是无意识的，有时候是有意识的——我们也一起创造了所经历的种种。在转世投胎前，我们编排了「意外」的剧本，等到了这里，我们又一起创造出其它的事件。不过，没有一件事是随机发生的。

一开始，我不确定要不要把鲍伯的故事纳进本书。我认为或许灵魂本身希望拥有某种特殊考验的故事，会对大家比较有帮助。但等我更深入思考这个问题时，我了解到，鲍伯是灵魂给予我们的礼物，他让我们看到，当没有预期的

事情发生时，在肉身界的灵魂会如何应对。

鲍伯的故事

「我从保温箱出来的时候，眼睛就瞎了。」

这就是鲍伯人生的开始。他出生于一九四九年十二月，早产了三个月，当时他的体重只有两磅多一点。由于保温箱使用了过量的氧气，导致他的视网膜细胞复制太快，形成一大片疤痕组织。

「当我还是个小孩子的时候，」鲍伯轻柔的开口，「我母亲从来没有正面告诉我，我是盲人。我会听到一些话，但是我不懂那是什么意思。一直到我大概三岁的时候，我才开始发现，我跟别人很不一样。我会听见有人说『把那盏灯关掉』或是『这里好暗喔』，但我完全不明白那是什么意思。我母亲说：『我看到希薇雅阿姨来了。』我问她：『妳怎么知道？』她就会说：『因为我可以看到她啊。』然后我就会问那是什么意思。她说：『有些人用眼睛来看东西，而你是用手来看。』」

一直到他开始上学，鲍伯才开始理解自己跟别人有多不一样。其它小孩在学怎么使用笔和铅笔的时候，鲍伯却是在学用点字笔和打字。每次他跟其它看得见的小朋友一起上课时，老师都会说：「我们要对鲍伯好一点喔，因为他很不一样。」当他摸到视力正常小孩所用的书本时，他很惊讶的发现，摸起来就像是空白纸张的一样。此外，他也很惊讶的发现到其它小孩不需要别人引导，就可以自己跑来跑去或是骑脚踏车。

「我那时候很天真。」鲍伯回忆，「有时候那些小朋友会说：『我现在伸出几只手指头？』我通常都会跟他们说：『我不知道。』这就让他们没辄了。其它失明的小孩会试着去猜，而且一定会猜错，这样其它的小孩就会嘲笑他们。所以，我的天真其实反而帮了我的。」

虽然鲍伯躲过了一些嘲笑作弄，但是他与视力正常的同学之间还是有相处上的困难。有一位经常得带鲍伯去点字室的同学，每次都故意走得很快，即使鲍伯请他走慢一点，他也不会慢下来。「他们应该要叫别的同学做这件事，」同

学抱怨，「你应该走快一点啊。」

鲍伯在家里同样也要面对考验。「我父亲不太理我，我想他应该很失望自己有个眼盲的儿子。」

结果就是，鲍伯大部分的时间都和母亲还有阿姨在一起，她们每一个都很有爱心，而且很鼓励鲍伯。有时候鲍伯会假装自己在朗读一本印刷的书，一边自己编造故事一边翻页。「有一次有个人告诉我，我把书拿反了，但是我母亲从来没有阻止我这样做。要照顾眼盲的小孩，这是非常好的作法，因为这会让孩子觉得自己跟别人没有太不一样。她总是知道怎么做才是对的。」当他们去买东西的时候，鲍伯的母亲会让他去摸那些商品，尽管偶尔鲍伯会把东西打破。她觉得这是让他学习最好的方法。

在社交上，鲍伯认为初中和高中比起小学要困难许多。「我那时候很寂寞，」他的声音里透着悲伤，「同学会讨论什么好玩、要去哪里玩，但是我从来都不是他们一起聊天的对象。」

然而，还是有诚心接受鲍伯的地方。鲍伯在十五岁的时候参加了一个音乐营。「那是我记忆中最棒的一个夏天了！不管我去哪里，都有人陪我一起去。」营队的工作人员对点字音乐非常感兴趣，而且鲍伯还加入管弦乐团吹奏竖笛呢。他的耳朵非常灵敏，这一点让他常常可以逗同伴开心，举例来说，他会告诉他们，刚刚的汽车喇叭声音是降 B 大调，或者开门时的吱嘎声是升 A 大调。

鲍伯毕业于奥博林大学。「我很为自己感到骄傲，因为我是从正常人就读的大学毕业的。在那里，因为我失明的关系，除了必须要达到的标准之外，没有人对我有任何额外的要求。我用自己渺小的方式试着去证明，失明不一定是跌跌撞撞的可怕阻碍。」在大学时，鲍伯承认了自己是同性恋的事实。关于这一点，我很快就发现，是他出生前计划的一部分。

至于鲍伯生活中最大的喜悦，则来自哈雷，一只拉布拉多犬，同时也是他八年来的同伴。「有时候我跟哈雷在一起，真的会忘记自己是盲人，因为我非常爱跟牠一起散步。」鲍伯回忆，「有人会觉得牠并不是一只最棒的导盲犬，因为牠很调皮。有一次哈雷从别人的盘子里叼走一块鸡排，在场的人都气坏了！但是在我心里，哈雷是绝对不会做坏事的，我就像是溺爱小孩的父亲一样。」

哈雷曾经救了鲍伯一命，当时鲍伯在地铁月台上，差一点就多跨了一步跌下铁轨。

我请鲍伯让我多了解一点失明是什么感觉。「鲍伯，你怎么知道某些东西是什么样子？如果是小一点的物体，你还可以拿在手上去感觉它的形状。但是像飞机这一类的东西呢？——你对飞机或其它大型物体是什么样子有概念吗？」

「老实告诉你，没有。」鲍伯回答。「有很多很多东西，你会学到这些字，但是你没办法把它们具象化。例如很多种动物，我其实不太知道牠们是什么样子，因为我从来没有摸过牠们。我也不知道摩天大楼是什么样子，还有天际线、月亮、星星等等，我全都不知道。我不知道形容一个人漂亮或丑陋是什么意思。」

「那你作梦的时候会看到什么？」

「我的梦全都是声音，就像广播节目一样。有趣的是，我在梦里的时候，完全不需要导盲犬或拐杖就可以走路。在梦里如果我想要去哪里，我自然就会到哪里。」(鲍伯所说的话让我想起来，当我们是灵魂的时候，我们只要专注去想自己所要去的地方，就可以「移动」了。)[「我在梦里没有太多感觉。我也闻不到味道。因为我从来没看过任何东西，所以梦里也只有声音而已。我是少数那些从来没有见识过明暗的盲人。」

「在你的梦中，有没有出现任何关于你成为盲人的解释？」

「没有……重点不是我是不是瞎子。如果我在梦里想要看菜单——那里也不会出现菜单这个东西，但我会知道菜单上的所有东西。我就是会知道。」

「鲍伯，盲人与视力正常的人有哪里不一样？」

「我想我们对某些事情会更加敏感：像是触感、味道，还有善意。当你双眼失明，你就会自动成为一个善意与恶意的测量计，因为你得这样才能活下去。」

我问鲍伯，如果他没有失明，那么他这个人会有什么不同。

「我对弱势的人真的有一份很深的同情。」他这么回答，也让我想起潘妮

洛普，「如果我看得见，我可能会是个很势利的人，我会更爱钱，也会更在意别人的美丑。但是这些东西对我来说一点意义都没有，重要的是一个人内在的本质。

「而且我认为，失明让我真正懂得爱动物，因为我知道依赖着一只狗，仰仗牠的智力来帮助你，那是什么感觉。你学会信任动物。你也会学会用一种可笑的方式来信任人，因为当你请人帮你带路的时候，你非信任他不可。」

鲍伯与史黛西的通灵会

我与鲍伯的对话让我对盲人所要面对的挑战稍微有了些认识。但尽管能够想象这样的挑战会带来多大的成长，我还是很想知道，鲍伯在计划的时候，是希望自己能在哪些特定的部分有所成长呢？当时，我还不知道鲍伯原始的计划中其实并不包括失明这个经历。灵媒史黛西为鲍伯进行了两次解读，两次的内容都整理在接下来的文章里。中间有好几次灵魂都要史黛西特别向我强调某些重点，好让我务必在这本书里把它们交代清楚。所以，在那些时候，我就会插入了（罗伯特）来指出这些灵魂特别强调的概念。

跟在其它通灵会的时候一样，史黛西在我们一起进行的过程中看见鲍伯有一个所有灵魂计画来世时会有的委员会。但是跟其它通灵会不一样的是，鲍伯的计划有两个新的委员会：一个是过渡委员会，负责将鲍伯可能会对意外所产生的反应整理列表，另一个则是决议委员会，鲍伯新的人生计划就在其中产生。

在史黛西开始第一次解读之前，我告诉她鲍伯是早产儿，而他在保温箱里的时候，因为过浓的氧气导致他失明。接着，史黛西巨细靡遗的确认了鲍伯最初以及后来新编的人生计划。我们知道了这一世，鲍伯想要学会珍惜自己并接受自己。为了刺激这样的成长发生，他原本计划的人生考验是：在与一位名为莫琳的女性结婚后，才发现自己是同性恋的事实。当失明这件事发生之后，鲍伯与他的指导灵就拟了一个完全不一样的计划，但却可以让他达到同样的目标。像这样的即兴创作，我和史黛西之前都没有碰过。我非常兴奋自己能有这样的机会，亲眼看见一个灵魂与他的指导灵，在肉身世界中马上就接受了如此重大、事前无法预见的发展。

「你是一个非常有责任感的灵魂，」史黛西在一开始接收讯息的时候就这

样告诉鲍伯，「你经历过许多次贫困的人生，希求能藉此增进自己灵性的成长。在那些人生里，你努力要克服的是缺乏自我意识，你否认自己，并且只给身体活下去所必须的东西。你曾经是个西班牙的隐世僧侣，这么做可以将你隔离在人类所有的剑拔弩张和不公不义之外。你为了自己的使命跋涉千山万水。你非常瘦，向别人乞讨食物，靠着他人的善意施舍而活。

「那一世的经历种下了让你选择现在这一世的契机。你比较喜欢隐居的生活，而且只想跟善良大方的人互动。你是个非常敏感的灵魂，这也是你在那一世以及之前的许多次转世里，选择让自己遗世独立的一部分原因。

「在这一世开始前的计划阶段中，你们讨论了许多有关让你的存在更加平衡，以及让你更融入这个世界的议题。现在你比较想跟人互动了，而你和你之前的家人互动起来感觉非常好。所以你可以计划一个人生，在其中你会让家人以你为荣，而你也会与他们更亲近一些。」于此同时，你也发誓要克服缺乏自尊这件事，你会缺乏自尊是因为你有点太过热衷于隐士类型的心灵成长了。你想要保有情感上的独立自主，因为这是你在过去几世里经过努力才获得的。要在目前这一世里从内在建立起你的自尊心，会是个挑战。你会来来回回找寻其它东西来肯定你自己是谁。

「还有一些讨论是关于在这一生中，会出现哪些事情来考验你，以及哪些方法可以让你达成目标。你的母亲会早产生出你是出乎意料之外的事。整个怀孕的过程都有人（指导灵）观察着，但是结果你还是突然早产了。无论什么都会有惊喜。」指导灵立刻就来到鲍伯的保温箱旁，等着他从身体里出来，进入意识状态，在那个意识状态下，灵魂就会被释放出来。他们知道这个状况很快就会出现。有的人会说他们把他从身体里拉出来，不过其实不是这样的。他们要我告诉你（罗伯特）这一点。」

史黛西继续说了下去，「我的指导灵要我们开始用那块棋盘了，也就是那块规画板。在那上面有一张表，根据一个人的一生，列出每一个阶段中策划好的成长和发展，这样一来灵魂才有东西可以参考。这块板子就像是流程图。每一张流程图就是一个问题。如果答案是肯定的，那你就会选其中的一条路走，如果答案是否定的，那你就会挑另外一条路走。

「当鲍伯在保温箱里发生了那件意外时，我听到的话是：『回去看看画图

板。』鲍伯和他的两位指导灵会合，一起回到那?耀规画板的会议室，他们把另外一个同样可以在这一世里达成他灵魂目标的办法给画了出来。

「他们带我去看鲍伯在发现自己又变成灵魂回到会议室时的情景……他被这个既快速又重大的变化搞得非常混乱，不知道为什么自己会在这里。他也不知道那个在婴儿的肉身上发生了什么事。但是他认得他的指导灵，而且毫无保留的信赖他们，也非常愿意接受他们的指引。

「我听到两位指导灵中代表说话的那一位告诉鲍伯，在产生肉身的过程中出了一些问题，让他的大脑吸收了过多的氧气。看起来鲍伯对这个消息感到非常震惊——他说不出话来，双眼睁得极大，连瞳孔都放大了，整个人呆滞忧郁。

指导灵：那一位负责把管子连接到你摇篮里的护士犯了个错误，你的肉身现在正躺在那里，她让过多的氧气流了进去，使得你大脑里的氧气浓度越来越高，而损伤就产生了。

「我看到他们让鲍伯看他自己的眼睛，也就是那个婴儿的眼睛。鲍伯的灵魂，虽然跟婴儿的身体连在一起，但同时又不在身体里面。他们透过心电感应的方式和他说话，他的意识看得到婴儿的那一双眼睛。他们给他看了受损的部分，以及从小到成年的过程中，那双眼睛会是什么样子。

指导灵：你的大脑没有受损，受损的只有眼睛而已。不过你的智力有了些许增进，虽然只有一点点，也已经足够带给你帮助了。你现在可以选择，是要重新评估你的计画，看看这些改变是不是还可以达成你想到的目标，或者是，如果你真的很想的话，你也可以离开这个肉身，回到我们身边，重新找一个家庭，规画新的人生。

「鲍伯非常快速急切的向他的指导灵发问，他问自己要怎么走路，他想要确定他的身体可以按照他预期的方式活动。他们向他保证一定可以。然后他问：

鲍伯：那我要做的功课怎么办？

指导灵：你还是可以完成。

鲍伯：这个身体上的缺陷会不会阻碍让我进行这一世的成长？

指导灵：我们现在可以来看看。

「在指导灵和鲍伯之间的空中，有三个规画板，最下方是他之前的计划，在那之上是过渡期的规画板，最上面的则是鲍伯在经历这个改变之后会有的人生计划。这些规画板就像「全像画面」——很像电影画面，并非实体。他们的思绪创造出这些规画板，而且还可以在上面画线。线条代表的是成长的过程。

「有一个画面出现了，上面有很多分岔的线条。其中有一些是房子，比方说，他出生的时候家人所居住的房子、他们搬家之后的房子，还有他长大成人之后所过着的地方，甚至还有大学校舍，全部都标在板子上了。这一切都出现得非常快。

「他们用想法把对象从一个板子移到另一个板子上，第一个从原来计划的板子上被移到过渡时期板子上的对象，就是他的母亲。

指导灵：我们就从你母亲开始吧。她在这一世里还是会跟你在一起，而且会继续做你的母亲。

鲍伯：这样很好。

「鲍伯看起来安心了不少。他做了一个深呼吸，然后轻轻叹了口气（或者可以说是松了一口气）。

指导灵：至于你父亲……

「他们把他从原来的板子移到中间的板子上。

指导灵：他也会跟你在一起。

「很快地，其它对象也跟着被移动——家里的宠物、亲戚，这一类的物件。他们全都被移到过渡时期的板子上。而当指导灵把他们移到过渡时期的板子上时，这些对象也同时会出现在最上面的那块板子上。

指导灵：这些对象不会改变，而且会持续在你的生命里产生出一样的影响、焦点和冲击。不过你的老师就要换掉了。这间学校（指着最下面那块板子上的学校那个物件），因为你的情况改变，所以已经不适合了。你现在要去上的是

这一间学校（指着那个突然出现在过渡期板子上的学校物件）。这间学校最适合你，而且可以教导失明的你如何在这个世界生活。接下来，我们来选你的朋友吧。

「他们来到中学这个部分。这些朋友从原来的板子被移动到过渡期的板子上，他们在鲍伯那个阶段的生命中是非常重要的。鲍伯也点头同意。他举起一只手指头放在嘴巴旁边，而另外一只手则撑住这一只手的手肘。

「指导灵把东西从原来的板子移动到过渡期的板子这一段期间，对话的速度越来越快。他们告诉我，这些对象是什么，对这本书的目的来说，并不重要。我刚刚请他们谈到在重要的部分时，务必把速度放慢。

指导灵：那位同意成为你妻子的女性，可以不用这么做了。你还是会上自我接受的考验，但不是跟她一起。到时候会出现的考验会更大，因为你生命中少了一个能够支持你的伙伴。

「鲍伯什么都没有说，他一面听一面考虑这件事。现在，他在问有关这位女性的问题，他叫她莫琳。

鲍伯：我可不可以至少拥有莫琳的友谊呢？

指导灵：那要看她的决定了。我们也带她来吧。

「只不过转念之间，她就被带来了。她还没有出生。我可以看到一个胸部以上的人形，那不是实体的人形——是可以透视的——不过那是一个女性的身体，是莫琳在即将投胎的这一世会有的模样，看起来她的年纪在二十五到四十五岁之间。在那个人形下方则是光体，也就是灵魂的身体。我的指导灵说那是『肉身外套』。她穿着一部分的肉身外套。当她想起自己对这一世里的计划，以及与鲍伯之间会有有的互动，她立刻就会变成这个样子。他们告诉我，她之所以只有一部分是肉身的模样，是因为她已经改变了主意不想加入了。

「他们让她看鲍伯的新人生规画板。很长一段时间，她什么话都没有说。最后她终于开口了：

莫琳：我想最好还是不要比较好。

「我看她抬起左手，她的右手数着左手的指头，在算这么做有几个理由。

莫琳：我们本来计划好要在这间学校相遇，但现在已经没办法了，因为鲍伯现在失明，不会去上这所学校了。

指导灵：无论如何，我们还是可以安排让你们相遇。

莫琳：不，我不想要这样。

指导灵：我们还是可以让你们在之前计划要相遇的年龄相遇。

莫琳：不，两个人一起在学校度过的那些日子是很重要的，这不会让我在鲍伯身边感觉更自在，他对我也会感觉更自在。这对他来说是更重要的。

「他们转头问鲍伯的意见。他能了解莫琳说的话，也同意她的看法，虽然很明显他看起来很失望。

鲍伯：我在此解除妳和我之间的协议。以后一定还会其它有机会和地点，我们可以再次一起，分享两人结合为一体的人生。

「莫琳牵起他的手。

莫琳：谢谢你。而且没错，一定会有这样的机会。在这一次之后再过三次转世，我们就又可以在一起了。

「他点头同意，然后两人拥抱。她的灵魂并没有走出这间会议室，只是消失了。让她离开并且放弃自己原先的期待，我听到鲍伯叹了一口气。他们要我告诉你（罗伯特）他放弃自己原本的期待这件事是因为，即使灵魂也会挣扎不已。我们虽然比较容易可以释怀，但对我们其中的很多灵魂来说，要能不怀有期待与预期心理，特别是对我们很重视的个体，并不是一件很容易的事。

「莫琳看得很清楚，现在鲍伯要去经历的人生并不会使她达到自己的目标了。从考虑能否达成她自己的目标之外，以及因为她对鲍伯无条件的爱，她知道自己不再是鲍伯人生的最佳伙伴了。所以她选择退场。」

史黛西停了下来，她向我打手势，表示她的指导灵在等一个问题，好让他继续告诉我们鲍伯计划的另一个部分。史黛西又再次展现了她能听见与看见计划会议的高超能力，只是鲍伯这一场应该算是出生后的计划会议。藉由观看这罕见的情况，我们偷偷瞥见了在薄纱之后的景象，见证了灵魂在投胎转世已经开始之后，重新打造新计划的过程。

灵魂把我们想知道的一切都呈现给史黛西看了。我们知道某些原来就在鲍伯生命蓝图中的重要对象被保留了下来，而另外有一些则是被替换了。我很想知道其它还有哪些事情是我们可以学习的。这个即兴计划的结果——鲍伯决定要继续以盲人的身分活下去——我们已经知道了。在莫琳已经选择了离开的状况下，为什么鲍伯决定要继续下去，而他又是怎么做到的？

「在这一世当中，」我问，「鲍伯希望可以学习去克服自我接受以及自我尊重的问题。有没有哪些谈话内容提到，失明要如何让他达成这个目标呢？」

「这（新的）一世的规画已经完成了。」史黛西在跳着往前观看计划会议之后如是宣布。她的指导灵现在正在告诉她会议的另外一部分。

「鲍伯接受了所有改变。」

鲍伯：我知道如果自己选择了接受这个身体和人生，我会有一些特殊的需要。请告诉我，在我努力要达到我原来计划的目标时，这会如何帮助或阻碍我的成长？

「两位指导灵同时说话，他们所发出的声音听起来就像是同一个人在说话一样。」

指导灵：你现在会在更年轻的时候就开始认识你自己了。因为少了视觉上的刺激，你会跳过至少二十年的成长历程，因为视觉影像会扰乱你，让你搞不清过去和现在的你，也会让你难以知道自己是谁，以及你选择要成为怎样的人。

鲍伯：听起来很不错。这也就是说我可以省下许多被浪费的时间和困难的状况。

指导灵：是的，你说的没错。不过失明会带来另外一些失明会有的特殊困境。

鲍伯：这我了解。

指导灵：虽然你还是会有能不能爱自己的考验，但是你可以在更年轻的时候就开始认识自己，这会让你超前一半。在这一世里，你进入小学时的心理状态，就已经到了原来的高中阶段了。

鲍伯：这样可以减少很多我原先计划在人生里的压力。

指导灵：是的，虽然你还是会有质疑你自己的时候，你还是会怀疑自己够不够好，或者是你自己是不是哪里有问题。但是你的智力会增加，而且你的分析能力也会增强。你会更早就明白生命中的一些关联性是什么意思，而且会理解得很清楚，此外，你对爱你的人所造成的伤害也会减少。

「当我说到**关联性**的时候，」史黛西解释，「他们让我看了一个画面，那是一个较高的自己（灵魂）与较低的自己（肉身）的画面，这两者之间有许多线相连着。鲍伯会了解这中间的一切，并且在很小的时候就知道这是怎么一回事。

「很明显地，鲍伯的婚姻原本是要让他真正了解到自己的同性恋倾向。毫无疑问，鲍伯试着要过异性恋者的生活。这些步骤都会被省略。他的成长会更直接与同性恋，以及随之而来的生活方式有关。鲍伯点头同意，他还在吸收这一切。

鲍伯：我怎么会知道自己是同性恋呢？

指导灵：你的经历会跟你如果没有遭遇意外的经历非常不同，随之而来的肉体考验也会很不一样。少了视觉的干扰，你会对自己有洞见和觉知，而且会持续的，或者说几乎持续的，与你的内在连结。

「他们告诉我，所谓的『内在』指得是一个存在于灵魂与（活着的）肉身之间的智慧介面。鲍伯的创造力会因此而增强。当一个人与自己的创造力有更强的连结时，这个人的灵性成长也会跟着加强，无论是有意识还是无意识的。

指导灵：你会对『善意』——人性的礼物——怀有之前你所不会有的感激。这会让你知道，你人很好也很有价值，而且身为一个人，你充满了爱，不但可以给别人爱，也很值得别人来爱。虽然你还是得努力，不过会比你如果视力正常要来得容易一些，因为视觉会扰乱你，给你带来一些阻碍。

「他们指着那两间不同的学校。」

指导灵：你还在这间学校的时候，就会知道自己与别人不同。你会知道自己受到男性的声音、气味，以及所有一切与男性有关的事物所吸引。

鲍伯：我懂了。

「这是真的，」鲍伯之后说，「我很小的时候就知道了。虽然我当时才八岁或九岁，但我就都知道我喜欢被男性拥抱，多过被女性拥抱。到了十三还是十四岁，我和男孩子在一起的时候就会很有反应。他们的声音吸引我，味道也吸引我。」

到这里，史黛西和她的指导灵结束了他们这次引人入胜的画面呈现。现在到了提问的时间了。

从之前与鲍伯的谈话中，我就发现到，失明带给他能否重视自我的考验，同时也带来动机和机会，让他去发现存在自己内在的爱。不过灵魂也告诉我们，鲍伯的另外一个目标是希望能与人有更多的接触。

「史黛西，请替我问你的指导灵，为什么鲍伯明知道失明多多少少会让他跟人群疏离，但他还是接受了失明的考验？」

史黛西说话的速度慢了下来，这时她的指导灵正直接透过她跟我们说话。

「用你们的时间来算，这个灵魂在出生后两天才被告知自己失明的这个消息。虽然当时他还没有完全失去视力，但是状况正在恶化之中。事情都已经发生了。这个灵魂和其它灵魂一样，在刚出生的前几周，会花很多时间进进出出他们的肉体。」

这个灵魂找到一个方法可以继续接受考验，而且依旧保持相当舒服的状态。」(我把这里所说的舒服解释为因为鲍伯在前几世中已经很习惯独处了。)」
「这一世的目标是要学习情感上的独立自主。」

「灵魂会怎么定义情感上的独立自主？」

「了解并体认到，一个人对快乐与幸福的感受，是由自己所创造出来的。」

「鲍伯在西班牙当僧侣的那一世里，他没有感觉到快乐与幸福的感受是他自己创造出来的？」

「我们不会用这样的说法。我们会说，他还是因为情感过于精确细腻而受到折磨。他认为把自己隔绝在世界之外、限制自己与其它人的互动、限制自己每天的日常活动，这样会让他比较容易去面对。」

「为什么失明能够让情感独立自主的目标更容易被达成？」我希望史黛西的指导灵能给我们越多解释越好，因为任谁都会想要知道为什么灵魂会选择要经历失明。

「因为这对灵魂来说是更激烈、更艰巨的考验。灵魂要以最快乐、最好的方式活在身为人的生命，唯一的一个方法就是要体认并学习到，他本身就是自己幸福的来源。在学习这一课的过程中，人一定要能够重视自己的价值。这个灵魂曾经有机会可以放弃这一世的生命，但是他选择留下来。他喜欢困难的挑战。」

「为什么鲍伯要选择成为同性恋？」

「在他这一世的人生出现意外的转变之前，有一位女性同意跟他一起经历婚姻。这段婚姻并不会一生一世。这个灵魂的内心会挣扎着要承认隐藏的同性恋倾向，面对这件事，然后终于觉得释然。这些会在晚年才发生。那样的经历会和现在的同性恋倾向所具备的效用是一样的，它带来了同样的考验和重点：能不能重视自己的价值。」

「在西方世界中，失明和同性恋不是很被人接受、认同和对待。这些都是考验。成为同性恋男子是考验能否自我重视的一部分。有时候，你需要更艰难

的挑战才能学会一件事。这个灵魂总是喜欢很困难的工作。」

接下来我又问，一个失明的人要怎么样才会知道，自己的失明是出生前就计划好的，还是意外发生的呢？她说，如果一个人是一出生就失明，或者是因为基因上的缺陷而失明，这就表示那是出生前计划好的。就在我质疑还有没有别的动机会让灵魂想要做这样的计划时，他跟我解释，很多作曲家会转世成为盲人，因为这样他们就可以继续轻松的听见音乐，而且就算灵魂在前世并没有当过作曲家，他们也经常会想要让听力或其它感官更灵敏（有时候可能因此会出现失明的结果）。还有，有艺术天分的灵魂经常会选择转世到一个眼睛看不见的肉身里。

「对于那些想知道失明是何种考验的人，还有哪些话你会对他们说？」我最后问道。

「失明的人，有时候会看见一些如果他们没有失明就看不见的东西。」

☆☆☆

鲍伯就是勇气的化身。一开始，他计划了一段艰难的旅程，让自己认识自己、接受自己，并且最终能够珍爱自己。当他发现自己的计划已经不可能实行之后，他做出另一种规画，让他可以保留原有的同性恋考验，并且加入了新的挑战：失明。在这个还没有办法完全接受「非主流性向」的世界里，选择成为同性恋这件事本身，就是很大胆的行为。在这之外还加上失明这样挑战，真的是非常惊人，也大可以回到灵魂的状态，避开这这个新挑战——这完全可以理解，而且也是个值得尊重的选择——但是他选择迎向挑战。

在鲍伯的第一个生命蓝图中，他和另一个他深爱的灵魂计划了在这一世里结婚。这段婚姻并不会持久。在研究的过程中我发现，通常我们在出生前就知道婚姻会不会长久了。离婚并不是种失败，而是我们自己计划的一部分。我们希望一起在婚姻中互相学习与指导，并且平衡我们的因果关系。当这样的成长圆满完成，这个婚姻的神圣目的就已经达到。我并不是说离婚或一生一世的婚姻都一定是事先计划好的，我们永远都有自由意志可以选择。我们可以选择离开一个我们曾经计划要共度一生的人，而如果我们想要拥有这个暂时的结合，也可以继续留下。

我们可以自己选择。

一开始，鲍伯所编排的人生，是他在已经结婚之后才发现并接受自己是同性恋的事实。

你可以想象他得多爱他自己，才能够完成这个计划。首先他必须先向自己承认同性恋这件事，然后他得鼓起勇气去告诉妻子。最后，他必须要够爱自己以及自己的配偶，才能够离开这个婚姻，因为他已经知道自己是谁。他是不是可以这样去爱自己，没有人知道，因为这样会妨碍到他肉身的自由意志，也会阻碍他去经历他自己创造出来的考验。不过，很清楚的是，他计划了一种人生，让这样的成长有机会出现。

当突如其来的失明出现在这幅画面中时，鲍伯创造了一个新计划，可以促使相同的考验再现。就像史黛西的指导灵所说，西方文化并不是很接受失明与同性恋的人。鲍伯选择了在历史上的这个时间点转世到西方来，他知道自己有时会受人排斥，而且非常有可能会是孤立而且寂寞的——这是一种延伸的表现，因为在鲍伯宣告自己是同性恋时，他的妻子也会出现无法接受的反应。

鲍伯规画的是一个从反面学习的人生计划。明知道这个社会有时候会怎么对待他的失明和同性恋倾向，以及下定了决心要让自己在提高自信心和懂得爱自己这两方面有所成长，鲍伯计划了这些状况的发生，使他能发现那些如果不这么做就不会发现的事。虽然失明这件事比他原来所寻求的考验更大，但失明却也在某种程度上增加了鲍伯达成目标的可能性，因为，正如他的指导灵所说，失明可以帮他摆脱外界的干扰。指导灵知道，这么一来可以让鲍伯轻松一点——从某个角度来看，也可以强迫他——去注意，并听见内在的智慧。

想象罗浮宫里的一个房间，墙上挂着一幅雄伟壮阔的风景画。第一个人进来走了一圈，却完全没有发现这幅画，也许是其它的画分散了他的注意力。第二个人进来走了一圈之后，在一段距离之外注意到了那幅画。他或她可能在经过的时候称赞了这幅画几句，但却没有停下来欣赏它真正的美。第三个进来的人在这幅画面前坐上好几个小时，品味它的每一分细节——笔触、颜料的质地、色彩间的相互作用、光线的运用。这个人发现这幅画实在是大师之作。

鲍伯选择失明，因为这是一个让他重新发现自己有多么美好的机会。目的

地——懂得爱自己——维持不变，但前往的路径却有了相当大的转折。鲍伯并不需要眼睛才能看见他内在那片景色的美好。不过，他可以用各种方式来看——站在一段距离之外来看、经过的时候才看到，或是仔细欣赏每一个轮廓和每一段截面。

鲍伯已经做了很多了。他不但培养出了相当高的同理心，特别是，像他自己说的，对那些「受到迫害」的人，还有很敏锐的直觉，可以判断出一个人的本质如何。因为失明的关系，鲍伯看见了哪些事情是重要的：与他人的关系、善意，还有慈悲。他学会信赖那些为他带路的动物和人。虽然他有时候会因为失明而受人排斥，他还是继续与人接触。他是个非常贴心、温和有礼，而且非常敏感的灵魂。这也是他在这一世中重新唤起的内在之美。

当鲍伯看见自己或别人的善良，他用的是心，而不是头脑。就是因为「心知道」，鲍伯才会是一支「善意测量计」。唯有在这种情况下，才能真正懂得任何一种形式的爱和美。当我们看到一朵盛开的花，我们不会去推理，因为它的颜色很好看、花瓣的形状很迷人，还有香味非常美妙，所以它才值得我们欣赏。当我们看到新生的婴儿，我们不会先去分析他的脸型或身材比例，然后才来判断这个婴儿值不值得我们喜欢。这些经历都会立即且直接进到我们的心里，就像善意也是。头脑是可以绕道通行的，没有翻译的必要。这样的理解既即时又自然。

当我们在灵魂的「家」时，因为能够不受到肉身头脑里嘈杂的干扰，这种打心底就知道的感觉，就是我们的本质。当我们选择转世到现在这个时代——无形界的存有有时称此为「理性年代」，因为这个时代很强调理性思考这回事——我们会暂时失去自己与心的连结，因为我们让自己与头脑的智力结合。简单来说就是，我们会去探索非我的部分。因为唯有透过心，痛苦的考验才能真正被学会——被疗愈——所以它们会强迫我们从理性分析转移到感觉。不再因为高高在上而得意洋洋，头脑反过来为心服务，而心也不再需要对头脑卑躬屈膝。当我们再次成为以心为主而的存在时，我们就会记起我们是谁。这个经历带来了深刻的自我认识，如果没有肉身界所提供的对比，我们不可能有这样的认识。

鲍伯的指导灵知道失明会为他带来「对善意——性的礼物——的感激」，而且这种打从心底涌现的感激，也会提醒他，让他知道自己是个「充满了爱，

能够去爱人，也值得别人来爱」的人。他们同时也知道他原先计划的人生会有「视觉刺激来干扰你……让你不知道自己是谁，以及你选择要成为什么样的人」。身为灵魂，鲍伯就是善良、贴心、温和有礼的体现。这些特质，通常很容易就会被肉身的吵闹声响给遮蔽了，但却受到灵魂的赞扬。鲍伯的失明使他更接近他内在的这些面向。这是一扇门，让他通往这一世所寻求的经历：接受自己与珍爱自己。少了视力，他无法看见自己肉身的形体，但透过善意，他得以一窥自己永恒的本体。

鲍伯的人生计划，就像其它许多选择转世来到在这个缺乏自我、缺乏爱的时代的灵魂一样，规画了要让他透过缺乏对自己的爱，以及经验创造这份爱的过程，达到更深入了解这份爱的目的。当我们是灵魂的时候，我们知道爱自己和爱别人都是很简单自然的。我们也知道，这两件事其实是一样的。只有在肉身里，我们可以勇敢的忘记，然后再重新记起爱自己的感觉。人生考验把这样的爱带给我们，让我们看到这样的爱就存在于我们自己内心，它让我们知道，我们就是自己生命中最伟大的爱。

5 毒瘾与酒瘾

为了让本书尽可能的发挥助人的功用，我特别把焦点放在一般最常见的人生考验上。当然，上瘾症也是其中之一。这一章将会从两个角度来探讨药瘾与酒瘾：第一个是从一位母亲的角度来看，她的儿子染有毒瘾；而另一个角度则是从正在经历成瘾症的这个人来看。属于第一类的是雪伦，丹姆宾斯基，她的儿子东尼正在与海洛因毒瘾奋战中。

和雪伦一样，全世界有成千上万的父母亲努力想要知道，为什么他们的孩子会选择去吸毒？他们深深感到内疚，责怪自己没有把孩子教好。很多人会认为，吸毒对孩子本身以及他们的家庭，都只是毫无意义的痛苦折磨。我不禁要想，出生前计划这个想法，有没有可能在某些程度上缓解这些父母的痛？或许能帮助他们看见这样的经历背后所存在的深刻意义。

在我一开始研究这个人生考验时，我并不知道这样的考验是不是在出生前就计划好的。我之前已经和珍妮弗(第三章)谈过，她的两个儿子一出生就有多重身心障碍。而这是珍妮弗和她的儿子一起计划好的，所以看起来，父母与孩子一起计划让孩子有毒瘾，也是有可能的事。

不过珍妮弗的儿子是生来就有身心障碍的，而雪伦的儿子则是在青少年时期才染上毒瘾。如果真的是雪伦和东尼一起规画了他的毒瘾，他们怎么知道这件事会在人生开始一段时间之后才慢慢形成呢？此外，为什么两个人，其中之一还是个非常爱孩子的母亲，会计划转世成有毒瘾的人，以及这个人的母亲呢？对这位母亲来说，这个考验能带来怎样的心灵意义？对孩子来说又有什么意义？这位母亲和小孩，又要在人生计划中如何互相配合，才能让两个人都获得他们各自想要的成长呢？

雪伦的故事

雪伦是在新生儿加护病房工作的专业小儿科护士，当时她正在医院工作，突然接到女儿莎拉打来的电话。莎拉和雪伦的丈夫约翰，发现东尼昏迷不醒躺在浴室的地板上，身旁有一支血迹斑斑的皮下注射器，他的手臂上绑着一条皮

带，肤色已经变紫了。

「我发疯了似的大哭，」雪伦回忆，「我冲出大门跳上我的车，跟我一起工作的医生在后面追我。她说：『冷静一点！妳这样不能开车。』她紧紧攀在我的车窗上。我不断重复地说：『拜托妳放开手！』最后，她终于放手了。我用最快的速度开车，一路上不停的祈祷：请让他在我到的时候还活着！拜托不要让他死掉！」

雪伦在医院和莎拉还有约翰会和。东尼注射了过量海洛因，他处于半昏迷状态中而且痛苦不已，后来才知道当时他心脏病发作。医生决定把他转到大型医院，雪伦立刻跟着跳上了救护车。

「两位紧急救护技术员都跟我说：『女士，妳不能上来。』」雪伦回忆。「我说：『我绝不会下车！如果哪一天你们的宝贝进了我工作的加护病房，我一定会给予最专业的照顾。现在，拜托让我待在这里！』」技术员同意了，雪伦一路坐在她儿子的身边。当他们抵达医院时，东尼被送进了特别的胸腔重症病房。医生告诉雪伦，他可能撑不过这一晚。

「我向上帝保证——哀求——只要救活他，我一定会尽我所能去帮助他以及其它需要帮助的人。」雪伦轻轻地说。「他躺在那里，看起来是那么的漂亮。他有着一整头深棕色的卷发，就跟他还是婴儿时一样。好长的一段时间里，我不停用手指头穿过他的头发，卷着他的头发玩，一边想着他是多么好看，我想着从小到大的他、想着我有多么爱他。在莎拉和东尼中间，我流掉了三个孩子。我当时非常想要东尼，我非常想要一个儿子。我家里一共有六个姊妹，所以我从来没有跟除了我父亲和丈夫之外的男性亲近过。我也没有兄弟或要好的男性朋友，所以我真的很想要一个儿子。每一个进到病房来的医生、护士，都称赞他是个俊美的孩子。」

东尼捱过了那一夜，医生告诉雪伦，他应该会活下来，不过脑部很可能已经受损了。毕竟，他们说，他在浴室里昏迷了大约有九十分钟。

东尼昏迷了五天，而雪伦从头到尾都坐在他身旁。最后，「他睁开了眼睛看着我。我知道他的脑子没有受损。」雪伦热泪盈眶的说。「他说：『对不起。』然后就哭了。我跟他说：『不要说对不起，东尼。现在没事了，你一定会没事

的。』

「我们彼此拥抱之后，我问他那时是不是想要自杀。他跟我说没有，那是意外，他并不想死。我听他这么说之后，真是大大松了一口气！这就代表他还是有可能可以战胜海洛因毒瘾。」雪伦这时啜泣了起来。「我一直在想，在养育他的过程中，我到底做错了什么？」她很伤心的说。

在医院的治疗之后，东尼先被送往勒戒中心，然后到了一个中途之家。在那里，他从一个室友的手上拿到海洛因，再次注射过量。这一次，在他接受治疗之后，雪伦带他回了家。

「我不知道自己应该觉得满怀希望还是满怀恐惧。」她回忆。「我的心情会在几分钟之内反复不定。上一分钟我感到绝望，而下一分钟我又觉得一切都会没事的。」尽管情绪摇摆起伏，雪伦和东尼说话时，却还是专注在正面的地方。她会跟他说，在戒毒中心的每一天，他都选择了不要吸毒。「想想看，有多少日子你都做出了正确的决定？」她鼓励着问他。

在寻求方法帮助儿子的过程中，雪伦加入了网络留言板，其中包括了提倡使用美沙酮疗法的留言板。美沙酮与海洛因的成分类似，但却不像海洛因那么容易让人上瘾，因此美沙酮经常被拿来作为戒除海洛因毒瘾的替代品。「我在那里遇到的那些人——有一些是有毒瘾的人，有一些则是支持使用美沙酮的人——他们每一个人都非常有爱心、开明，也很热心。」雪伦告诉我。在这些人之中，跟她最要好的是艾迪，他也正在努力克服自己的毒瘾。

雪伦藉由艾迪亲身的体验来了解东尼的感受。东尼现在整天把自己关在卧房里，只有偶而出来吃个东西。艾迪向雪伦保证，东尼这样的行为很正常，他现在想要躲避这个世界，是因为他想要恢复正常，但却又怕有些事情会引诱他再次毒厅复发。「艾迪会告诉我一些很深入的事，真是让我眼界大开。」因为艾迪有些留言实在太有启发性了，所以雪伦会把这些留言印出来，贴在东尼卧室的镜子上。到最后，东尼也和雪伦一样，开始非常喜欢艾迪了。

三个月之后，东尼离开勒戒中心，而艾迪则死于用药过量。雪伦从留言版上的一则讯息中得知了艾迪的死讯。

「东尼走进我房间，然后在我的床头坐下。」雪伦回忆。「我跟他说：『艾

迪死了。』他说：『什么？』我说：『艾迪死了，他用药过量。』他从床上站起来，我也站了起来，我们朝彼此走去，然后他抱住我。我们什么都没说，只是哭泣。」

艾迪死后十五个月，我与雪伦有了这场对话。从那时候一直到现在，东尼都表现良好。他交了一个新女友，而且也开始找工作了。我问雪伦，在这十五个月里，她自己有了哪些改变。「我变得更有慈悲心，也更懂得体谅。」她回答。「我现在有很多不同的看法了。我所学会最重要的一件事是，我无法控制东尼的行为。我可以支持各种好事，但是我不能勉强他去做。我不能控制他，我只能控制自己面对他时的反应。」

雪伦的工作生涯也开始有了转变。因为艾迪的死，以及她祈求上帝让她儿子能活下去时所做的承诺，雪伦在自己工作的医院发起了一个创新的计划：「美沙酮妈妈联盟」(MOM, Mothers Methadone)。这个计划针对接受美沙酮疗法的孕妇和她们的孩子，提供医疗照护和情感支援。在 MOM 之中，雪伦可以结合她对小婴儿的爱和新发现的热情，来帮助那些曾经有过海洛因毒瘾的人。

「我们与这些母亲互动，让她们觉得自己被人接受而且受到信任。」雪伦开心地说。「如果没有人支持她们，她们一定又会毒瘾复发，这样一来孩子就会没了母亲。然后这些孩子会被送到认养家庭去，他们的一生就此面临巨变，而且不会是好的改变。想想这会带来多大的影响。如果这些母亲可以持续不让毒瘾复发，而且可以亲吻自己的孩子，那么这个影响就实在是太大了！」

在雪伦开始 MOM 之前，她有时会对这些吸毒的母亲有所批判。「我会觉得，妳怎么可以这样做！但是现在我已经不会这么想了。」

雪伦同时也在医院的同事身上看到转变。「他们亲眼看见我的家庭经过这些事，这让他们惊觉，其实这种事距离他们并不遥远。如果这事会发生在我儿子上，那也就有可能发生在他们的孩子身上。这种想法真的改变了他们面对病人时的态度。」

「雪伦，」我问，「妳会对那些孩子有毒瘾的父母说些什么？」

「不要把这件事当成秘密隐藏起来。如果你愿意告诉别人，有很多人会帮助你。」

雪伦与格琳娜的通灵会

在与雪伦谈话后的几天里，她所说的一些话让我感到非常沉重。我不想让雪伦感觉她自己对东尼做错了什么。我见过一些原本充满悔恨与哀伤的人，在知道了是他们自己计划出这些人生考验之后，就此对一切有了完全改观的看法。我希望雪伦与格琳娜的通灵会能让她获得心灵的平静。

格琳娜先从分享她已经从灵魂那里接收到的讯息开始讲起，「灵魂告诉我一些关于妳儿子的事。他在其它几次转世里曾经做过某种职业，这种职业对他来说非常神奇，因为他有过事情自然而然就成真了的经验。也许他曾是个魔术师或巫医。他想要再次体验那种神奇的感觉。这也就是他会被那种（吸毒的）生活方式所吸引的一部分原因，因为当他注射那些毒品的时候，身体会产生一种奇妙的化学反应。

「他的人生是要创造出一些不凡的事物。他非常有才华，而且有着很好的天赋能力。你会发现，像爱因斯坦这一类为我们带来大量的信息、拥有音乐才华，或是很有创造力的人，都会在童年的时候为某些问题所苦，因为要把这样的振动频率完整的带进肉体里，其实有着相当程度的困难。但是一旦他们成熟了，你就会看见他们的才华源源不绝涌出。」

「在他染上毒瘾之前，他确实非常有艺术才华。」雪伦也肯定这样的说法，「不过他现在都不碰了，已经有好几年的时间了，不过他真的很有艺术方面的天分。而且他的智商有一百四十。」

格琳娜转换了焦点。「我在接收他的频率时，看见了恐惧。我感觉起来很像是恐惧。」

「我也是这样感觉。」雪伦很认同的说。

「如果我们拥有很高的天赋才华但却没有出口可以展现的话，」格琳娜继续，「它就会在我们身体里造成能量阻塞，而受阻的能量就会制造出疾病。所以，引导他再次藉由创作能力来展现自己吧。还有就是，爱他、爱他、爱他。他现在觉得自己做错了事情，所以在妳眼中他已经不再值得尊重，没有任何价值了。」

格琳娜话中的慈悲心是如此明白可见，我于是松了一口气，我知道雪伦不会有问题的。

「是我们为了要更好，所以在之前就计划了这样的事吗？」雪伦问道。

「为了要更好，同时也是因为你们的灵魂需要这样的经历。」格琳娜回答。「我们来这里经历所有一切，而我们在来之前就安排了所有事情，这样一来，我们才会拥有最完美的情节，藉此学会自己想要在这一次人生中学会的课题。」

「就妳个人来说，其实妳不必再回来的，妳已经完成了妳的学习历程，但是妳回来是为了要协助他。我的意思并不是说这就是妳此生唯一的目的，不过那这就是让妳决定要再次回来的最主要原因。在某种程度上，他也知道。这让事情非常美好，同时也非常、非常困难，因为他觉得很有罪恶感。」

听到这些话让我很惊讶，这是我第一次听到有灵魂已经不需要再转世了。雪伦的 MOM 计划在我脑中灵光一现——那就是她利用自己的痛苦转而去帮助他人的方式。我发现，格琳娜和我正在与一位高度进化的灵魂对话。

「他不知道该怎么照顾自己。」格琳娜告诉雪伦。「这些是他来到这里要学习的课题，而妳拥有绝佳的教养能力，这就是妳的天赋。他不只是接受妳的付出，同时也在观察妳，到最后他会与妳齐头并进。」

「有一天他跟我说了一些话，完全吓到我。」雪伦说。「他说：『妈，妳每天为每一个人所做的事，都让我很有启发。』」

雪伦、格琳娜和我接下来又聊了几分钟。然后是一段时间的沉默，在那之中，格琳娜的意识离开，而另外一个意识加入了我们。

「我们非常高兴的接受你们的邀请。」这个现在透过使用格琳娜身体来说话的意识体，以温暖的问候开场。很明显地，不只一个意识体加入我们的谈话，不过他们以一个整体来发声。这个声音有着非常愉快的语调，他们说话的时候轻声细语，也很温柔。

「我们带着爱欢迎你们来到这两个世界间的边缘地带。我们所在的空间与你们的距离，就像头发和头皮之间的宽度一样。我们是两个指导灵，其中一个

正在指导妳，雪伦，从妳开始计画的那一刻起，也就是在妳决定这次转世中妳想要学会的所有事情之前。我们住在天使的国度里，所以也许你们可以称呼我们为守护天使。你们有问题想问我们吗？」

雪伦之前就同意由我来主导我们的发问。我一开始先问了这两位通灵而来的存有的名字。「我们的名字是一种振动频率，所以我们不是很清楚透过通灵人的嘴巴，该怎么发音。」他们回答。

「谢谢你们今天来到这里与我们说话。雪伦和她的儿子东尼是不是在出生前就计划好让他去经历毒瘾，如果是的话，那是为什么？」

「你的问题答案是：『是』。」天使回答。「在选择好要转世之前，所有的经历都会先被规画好。精确的时间点、哪些状况，还有所有人该有的能量，一切都要在完美的安排之下，才能让灵魂去经历在你们的国度中才能获得的有关知晓与智慧的礼物。」

「透过成为一个有毒瘾的孩子的母亲，雪伦希望学习到什么？或者说她希望如何学习？」

「在一个属于人的空间中去经历这些事，对她来说是绝对必要的。她在一世的灵魂和肉身都拥有丰富的特质，这些特质可以创造出各种能力与能量，并且以一种永不匮乏的形式给予他人。所以她需要创造出限制，因为灵魂会利用限制在你们的国度中成长。当处在有所限制的状况下时，你必须克服挫折，努力运用自己内在的特质，并且集中自己的能量——这种能量能穿透身在你们国度中——的命运，创造出光与高振动频率的空间。」

天使给了我们一个很充分的解释，让我们知道为什么对那些永恒的无形界灵魂来说，肉身世界是如此吸引人了。当他们谈到限制的时候，我想起朵莉丝的灵魂(第二章)也曾经告诉我，灵魂是无所限制的。正因为有对比，才能带来更深入的自我认识，于是灵魂转世到肉身世界来经历有^^制的概念。「限制」这个概念，本身就是一个假象，它与我们身为灵魂时所知并拥有的伟大力量是完全相反的。在肉身世界里，我们接受了自己挑战，让自己向内求，并且，在这一次藉由人性的进化，在肉身世界里，我们挑战自己向内探求，并且在这一次藉由人性的进化，超越限制的假象。

我决定向雪伦的守护天使询问有关限制这个概念。「雪伦的经历中有哪些可以被定义为限制呢？」

「在她处理她儿子的事情时，她一直相信自己是完美的。但是她经历了一些状况，证明了她的能力与智慧有时候仍是无法控制她周遭的一切，包括她儿子的行为。她也得学会尊重身边的人所选择的道路，即使这条路和她自己的不同。她在这一个课题上学得相当好，同时也藉此测试并扩展了她的慈悲心，以及她对人性本善的信念。」

天使把雪伦的生命蓝图总结得非常好。很显然地，她与东尼一起计划了他的毒瘾，有一部分是因为也许这样她就可以知道，自己能够尊重他人而且很有慈悲心。雪伦不但没有接受有毒瘾的人都很「坏」这样的想法——这样想是错误的，而且很可能因此需要在之后的转世中寻求疗愈——反而在她自己经历痛苦时，请这些人给予帮助，藉此看见他们的好。她很愿意接受别人所给予的爱，而这样做也给了别人一个很棒的礼物——表达爱的机会。因为我们灵魂的真实本质就是爱，所以如果我们能在肉身中做到给予爱并接受爱，我们就会觉得这一生非常值得。

不过，还是有很多其它的可行的出生前计划，可以让雪伦达成这样的自我认识。「你所提到的这些事也可以透过其它方式的出生前计划达成。为什么雪伦偏偏要选择去照料一个有毒瘾的儿子呢？」

「这是她儿子的要求。」回答很简单。

不久之前天使有提到挫折。从我与雪伦的对话中，我知道她因为自己没有能力去掌控东尼的行为，而感到非常挫折。我也知道她已经超越挫折感，转而接受她无法控制东尼的事实。「身为一个有毒瘾的孩子的母亲这件事，如何帮助雪伦克服挫折感？」我问天使。

「这件事让她看见向身边的人求援这条路。」他们平静的说。「这也让她能够发现自己内在的特质并且强化它们，如果她没有经历这些事、如果她不是如此深爱她儿子，那么一切就不会发生。她现在正探索着黑暗（恐惧心爱的儿子会失去他的生命）与光明——一条通往慈悲与关怀的道路，让她对这个世界传递她的爱——之间的连接处。」

「就我所知，」我说，「当我们是灵魂的时候，我们只要用想的，就可以毫无阻碍的创造出东西来。如果是毫无阻碍，那么就不可能会有挫折。如果真的是这样，为什么灵魂会想要去学会怎么克服挫折感呢？」

「其实这只是衍生出来的感觉而已。在你们的国度中，透过情绪感觉才会有所成长。」

「你们刚刚提到，雪伦正在学习如何应用她自己的特质，这是什么意思？还有，她的经历要如何教会她这一点呢？」

「她的灵魂在过去许多次的转世里已经经历了很多了。她的经历已经很完整而且圆满。所以，这一世再度转世到这个肉身里，对于自己本身拥有这种程度的智慧与了解，她也有了更多的认识与体悟。所以她有一种跟身边其它人不一样的认知、一种傲慢的感觉，让她需要学会谦逊。一个人只有在经历过绝望的时刻、经历过完全无法控制结果的状况之后，才能懂得体谅、才能懂得慈悲。并不是只要看着别人去经历，或是从书上读到，或是有人告诉你这种经历，慈悲心就会产生。唯有透过自己亲身走过，一个人才能够获得这样的体认。」

之前天使也有提到，东尼的毒瘾还有另外一个目的，那就是，帮助雪伦集中自己的能量。我问天使这是什么意思。

「她现在已经有能力，以非常集中专注的方式，来运用透过这个经历而认清的慈悲与爱。她心里有一个很清楚的目标与目的。这个目标之所以会那么明确，都是因为她层层删除了不再适合的东西。」

「你说她也想要学会尊重其它人所选择的路向。这个经历是怎么帮助她达到目标的？」

「她为自己创造了一个所在，在其中，她能够去理解并怜惜其它那些与她选择了不同生活的人。她所尊重的是那些选择。她现在已经可以认同任何一条道路都会带来觉知。重要的是其中的课题，而不是那些被选择的路径。这是很高程度的智慧。」

天使的话让我想到我在这一生中曾经批评过的人。有多少次我曾经质疑过，为什么某些人要选择这样一条路，一条在我认为是错误的路？就像东尼，

那些人选择了这些路，是因为这样可以为他们带来所需要的体悟。

「你说这个经验同时也扩展了雪伦对人性本善的信念，那是怎么做到的？」我对这个答案特别感兴趣。因为雪伦的经历通常都会带来痛苦、愤怒、自怜，以及挫败的感受，但不知道为什么，她反而可以利用这些经验看到了更多其中的好。我想要从雪伦的经验中学习。

「有各种大大小小的事情让她绝望得失去了控制。但她的作法救了儿子一命，并且把他从执迷不悟中拯救了出来，这种执迷不悟在她看来是有生命危险的。在那些时刻里，她向外求援，而这些人也以善意和鼓励响应了她。这在她内心建立了信任的基础，让她不只可以向力量的深井探寻，也知道身边会有人在——虽然都是陌生人——这些人会支持她、认同她，并且提供她信息与指引。她现在也选择要成为他们其中之一了。」我想到雪伦对其他人的建议：找人帮忙。

虽然雪伦能从其它人那里得到爱，但这依然是一条非常痛苦的道路。还有其它的什么原因让她计划了这样的经历吗？她主要的动机是想要更深入去理解之前已经学习过的课题吗？那么她对东尼的爱呢？还有，她为什么想要帮助他完成他的人生计划呢？我请天使更深入的说明这些问题。

「当灵魂转世为人的时候，有些记忆会丧失。」他们解释，「所以虽然看到这些课题的时候可以想起来，但这些记忆却没有被储存在意识里。所以，这些经历是要来让她想起，她自己的灵魂相信，透过这些考验所给的限制，她所拥有的智慧与理解将更为稳固。」

「她的主要动机是为了要帮助她儿子吗？」

「正是因为对她儿子的爱，才让她选择了这条路。」

「那么她做这个计划的动机里，有没有一部分是为了要造福这个世界？」

「所有事情都是让人学习的情境，一个人（在肉身世界里）为自己所创造的所有情感、所有智慧，都会影响你们国度里的其它人，并且改变所有的空间。任何做出来的事、说出来的话、产生的想法，都会产生向外扩散的涟漪效应，透过这个个人的情绪波动，进而牵动了所有空间。人类的大脑没有办法很清楚

的理解这个概念，而且这个说法可能要有到了某种程度之上才能听懂。不过我们还是选择告诉妳。」

在所有的通灵会中，无形界的存有都会给我们一些重要的信息。有些时刻我会特别感受到他们提供了一种绝对不可或缺的智慧。现在就是那种时刻。天使刚刚描述了每一个人类与生俱来的一个重要责任——也是一个机会。我们对所有自己所做的事、所说的话和所想的想法，都要负责。当我们了解到所有行为、言语及思想，这样的责任会影响到其它人——不只是地球，而是整个宇宙——这时候，这个责任就变得无穷尽的大了。我不禁想，有多少次我们感觉自己很渺小、很无能呢？如果我们能了解这个事实，那就再不会有人这样感觉了。而且我们会尽力在每一个时刻里表达爱，只有爱而已，包括我们在进行「个人」的思考时。感觉起来，雪伦已经在某种程度上体悟到这个智慧的真谛了。我想起她在描述 MOM 计划将会带来的影响时，她所展现的那种热情。身为灵魂的她为自己计划了一种人生，在其中，充满了天使刚刚描述的体悟。

「雪伦在经历这些事情之后，」我说，「她在自己工作的医院展开了一个新计划，帮助那些有海洛因毒瘾的怀孕妈妈。她与东尼一起计划这样的经历，是不是也有部分原因是她想要做这件事？」

「是的。」天使简单的回答。

现在，雪伦人生计划中的美已经完全清楚的呈现出来了。基于对这个计划的了解，我猜想艾迪是不是也是这个生命蓝图的一部分。

「有一个雪伦遇见的人，他现在已经回到灵魂的国度了——他在这里的名字叫做艾迪——他给了雪伦很多支持与帮助。艾迪是不是雪伦灵魂小组的成员之一呢？他是不是也是东尼计划中的一部分？」

「他是东尼灵魂小组的一员。」天使纠正我的话，「而且，是的，他也参与了这次的计画。」

「当他们在计划的时候，雪伦和艾迪怎么知道他们最后可以找到对方呢？」

「这也是计划好的。」他们平平淡淡的说。「所有事情都是同步发生的。」

在这里，天使指的是没有所谓巧合这回事。像雪伦与艾迪这样在网站上因为「偶然」而认识的人，其实是因为彼此相近的频率吸引了彼此前来：也就是同类相吸。就算他们没有在网络上相遇，他们也以其它的方式认识。

我问天使，东尼那一次注射过量差点死掉是不是也是计划好的。

「是的。」他们再次这样回答。

「为什么雪伦和东尼要在染上毒瘾之外，再加上用药过量这样的经历呢？」

「这会让能量累积到一个点，情绪也会越来越强，这样可以帮助转化的产生，并且让他们必须要做出决定。」

「东尼还有另外两次用药过量。那也都是计划好的吗？」

「是的。」

「为什么他们觉得计划三次用药过量会比较有帮助呢？」

「每一次的用药过量都会产生个别的情绪爆发能量，接着会再让这份能量转化。」我不是很明白天使所说的意思，不过我想大概跟雪伦的 MOM 计划有关。

「雪伦大可以在出生前计划中安排好要帮助染上毒瘾的怀孕妇女，她不需要让自己有一个吸毒的孩子。」我指出，「东尼的毒瘾与雪伦发起的这个计划之间有什么关连？为什么她要计画这两件事呢？」

「这中间有一种热情——一种转化了的能量——是透过这些毒瘾事件，以及雪伦自己生命中无助和绝望的感受而产生的。然后，这份能量被转移到她所发起的这个计划中，用来帮助那些相关的人，让他们可以获得更高层次的意识觉醒。参与这个计划的客户全都是她们自己选择了这条路和这些经历。她们这么做，使得类似雪伦这一类的人，可以在这个世界中创造出慈悲与信赖。她们愿意让雪伦以各种不同的方式反复的去体验慈悲。她们也愿意让她以尊重与尊敬的态度来看待她们的过去，而不是用愤怒和怜悯。在你们的国度中，有关悲伤与怜悯，还有很多要需学习的，尤其怜悯，是对他人非常不尊重的一种态

度。为了要将觉醒与更高的智慧带进你们的国度，才会出现这些课题让你们学习。」

我问天使，雪伦选择成为母亲而不是父亲，是不是有什么原因？

「在你们的国度，」他们回答，「母亲与孩子之间的血肉连结要强烈得许多。从文化上来看，男性不被要求与自己的孩子在情感上拥有非常紧密的连结，而且这么做也不会受到他人尊敬。在雪伦这个案例里，情感上的紧密连结是必须的，如此才能给予支持，而这样的支持也才会被需要、被渴望。只有女性才能够清楚而且灵活的提供这种程度的养育。我们看到这已经有些改变了，而且变得更平衡，不过就在我们说话的此刻，这还没有完全被你们的国度接受。」

「雪伦选择有一个染上毒瘾的儿子而不是女儿，这是不是有什么原因呢？」

「性别的选择并不重要。」

「雪伦和东尼在计划染上毒瘾的时候，是不是特别挑选了海洛因？如果是，原因是什么？」

「是的，」天使说，「是因为海洛因的化学成分。他们需要一种非常强烈的毒瘾，海洛因刚好适合这种需求。」虽然我早就已经知道出生前计划是非常精细的，但是我还是很惊讶于雪伦与东尼计划中竟有如此的细节：他们不只是计划了染上毒瘾，而且还特别挑选了毒品的种类。

「灵魂是怎么影响理智与身体，造成最后染上毒瘾呢？」我问。我试着想要弄清楚——与东尼是如何知道染上毒瘾这件事最后一定会发生。

「在很多地方都会发挥影响，其中好几种，你们的科学家和过去的先人都很清楚。有一种是星座学，透过星座，计划会影响性格、能力，以及外貌。另外一种你们所知道的就是 DNA 的遗传了，细胞上的信息会从一个人身上再传给后代。」

「雪伦和东尼在计划这个经历的时候，他们有没有想过让东尼染上酒瘾的可能性呢？如果有，那是什么他们最后没有选择酒瘾呢？」

「酒的化学成分不适合。」

「雪伦在计划她的人生时，她有没有考虑过让自己有一个以上染毒瘾的孩子？」

「没有。」

「为什么她很明确的只要一个染上毒瘾的孩子呢？」

「依她的智能与知识的程度，这些事情已经足够驱策她、启发她找到她需要前进的方向了。」

「他们有没有讨论过让他真的在某一次的用药过量中死掉呢？」

「有。」

「那么他们为什么没有选择这么做？」

「在两个人合作的人生里，会有更多机会可以创造出疗愈的空间，并且两人之间会互相带来更多的体悟。」天使回答。我这时才想到，如果东尼的死会为两人带来更有意义的经历的话，那么他们就会在出生前计划中这样做了。

「我知道灵魂可以选择任何转世的时间和地点。为什么雪伦和东尼会选择在这个时间点转世到美国来呢？」

「在这里会有许多机会让他们去体验他们自己的限制，同时也可以开展他们的觉知，而这么做不但是为了他们自己，也是为了他们身边的其它人。指数性的成长会出现在你们国度的这个时间点里。很多选择转世到这个时间里的灵魂，都已经完成了转世学习的历程，而且经准备好要前往其它国度了。」

「为什么现在这个时间点里体验限制的机会，会比其它不管是过去或未来的时间点多？」

「这个星球正在经历一场系统解构。在过去那些旧系统解构时，世界就会一片混沌。对于限制和成长来说，混沌是其中一个部分——非常有必要的部分。或许也可以算是最肥沃的一个学习空间。」

「你会对一个有毒瘾，而且正在努力希望能了解其中更深层心灵意义的读者，说些什么？」

「尊重你自己的过去，这是非常重要的，认识你自己，学着了解你自己是谁，然后好好爱自己。」天使说。

「你会对一位孩子染上毒瘾的父亲或母亲读者说些什么？」

「差不多一样的话。」

「还有哪些事情对读者来说很重要或很有帮助，但我却没有问到的？」

「如果能注意到觉知是可以扩展的，这样会很有帮助。不需要毁坏身体或让身体受伤，就可以让觉知扩展。这个技巧就在你们国度中所有人的身边。现在是时候重新想想在你们之前存在过的某些文化与人种，开始去了解，甚至把你们祖先珍惜的那些能力再应用出来。」

我问天使，对那些有毒瘾的年轻人、那些觉得他们让父母失望的人，或感觉到其它形式的罪恶感或自我批判的人，说些什么。

「他们选择了自己要走的路，心中怀着一个真实的目标。在你们的国度中，有时候，身边其它人强加在你身上的价值观或评价，会遮蔽了真实的目标。文化或家庭的压力就是一种。年轻人的人生中现在开始了一种运动，要超越普世的价值观，并且要让旧有的宗教体系、教育体系、科学体系、政治体系——这些在你们的国度中属于主导控制与支配的东西——要不然就更加开阔，要不然就彻底毁灭，然后再建立起新的体制。」

「对那些在心里批判吸毒者，但是现在却希望自己不要继续批判他们的读者，你会说些什「在大部分情况里，周围的人的批判，可以帮助这些正在经历毒瘾的人，让他们完整体会到所有的情绪，他们会知道这是他们自己的选择，也是走上这条路所必须经过的一部分。所以，所有事情都是有用的。在你们国度中，所有被创造出来的事物是具有意义的。所有事物都值得尊重。无论是你同意他们作法，或者是能够体谅他们都好，这些人需要被尊重。」

「一个身染毒瘾的人，要如何在遭人指指点点之中有所成长呢？」

「遭人指指点点会让他们创造出限制，在这之中，他们一定要能认为自己是值得别人和自己去爱的，尽管事实上有一些人很不能接受他们的行为。如此一来，他们才能克服。」

雪伦在这里问了天使一个问题。

「请你们告诉我，我在医院发起的那个计划会有多成功？它会持续成长吗？」

「我们会很诚心的告诉妳，所有妳投入在创立这个帮助他人的组织上的努力，都会非常成功。唯有思想、唯有经历、唯有能量——只有这些东西会成功的影响到妳所处的国度。也因此我们请妳认为自己的计划和努力都是成功的，不管其它人会有什么样的看法。将这些东西好好存放在妳心中那块荣耀的地方。」

「谢谢你们。」雪伦说。

「非常谢谢与我们谈话。」我也向他们道谢。

「我们深深祝福你们。」天使说。「能被你们邀请到这里来，真的让人觉得荣幸。」

道别之后，这次的通灵会就即将结束了。我和雪伦之间有一小段时间的沉默，因为我们正在消化刚刚所听到的讯息。我安静的坐着，细细回味着我从天使身上所感觉到的温暖与爱。

「中间有好几次我都在哭。」雪伦说，填补了沉寂的空白。

我问她是哪些时刻触动了她。

「有两个地方让我最感动，」雪伦回答。「当灵魂讨论到限制和失去控制，以及这样的经历基本上会让我更谦卑的时候。我之前有提到过，这个经历让我有了非常大的改变，我变成一个更有慈悲心的人。如果你在五年前问我是不是个慈悲的人，我一定会说：『当时是啊！』一直到现在，我才知道那是什么意思。还有当你问到艾迪的时候，我那位已经不在我们身边的朋友，光是听到他的名字就会让我难过起来，不过知道他是东尼计划中的一部分，对我来说一切就比

较有道理了。」

☆☆☆

和大部分的我们一样，雪伦和东尼设计了从反面学习的人生：他们编排了暂时的肉身角色，这个角色与他们永恒的非肉身身分有着显著的对比。东尼并不是一个有海洛因毒瘾的人，他是一个勇敢的灵魂，敢于接受在人生中染上毒瘾的挑战，藉此来学习自我培育。而雪伦，她既不是一个挫折的母亲，也不是一个会看着那些有毒瘾的怀孕女性，暗自在心里质疑：「妳怎么可以这样做！」的护士。相反地，她是一个充满了爱的灵魂，计划了让自己挫折与指责别人的状况，藉此，她或许最终可以体验并认识到，自己就是尊重、宽容与慈悲的化身。超越追寻个人的经历与智慧，雪伦和东尼以一种为全体人类昭示的使命感，一起做出了让东尼染上毒瘾的计划。这是光工作者的计划，他们的生命蓝图必须要分享内在的光，让所有人都能向上提升。在她出生之前，雪伦就知道她会因为儿子的毒瘾，而发起一个计划，来帮助染上毒愈的怀孕女性。在她出生之后，雪伦可以运用自由意志，让自己的心慢慢僵硬，并且不愿意向外求援。然而，透过多次的前世经历，她已经进化到一个程度，这时慈悲就是她能做出最好的回应了。大家眼前都可以很清楚的浮现出这个画面：东尼计划了让自己染上毒瘾，而雪伦说：「我会做你的母亲，由始至终都会爱着你，而且我会藉由这个经历来帮助其它人。」

雪伦和东尼的故事提醒了我们，肉身世界只是个假象，在其中所出现的一切，都不是看起来的那个样子。有时候，这种对人类的奉献会以大规模的公众活动来进行。更常见的是，它会以机会的方式出现，让我们能够超越自己对他人的批判。批评会让我们与被批评的人之间产生分别，而这份分别心，会创造出恐惧，而且让我们无法看见我们出生前就知道的真相：我们皆为一体。我们每个人都是一个巨大、合一的意识体中一个微小的部分、是上帝心脏里的一个细胞。去批评责备别人，就是让自己与神性分离：放下分别心，你就会记起这一切。

一个很重要的问题是，我们对他人的批评会召唤出我们自己的哪些部分呢？如果，举例来说，我们批评一个有毒瘾的人很软弱，那么其实我们自己也有某个部分是自己也觉得很软弱的。如果我们没有在某些时候、某些状况中看见自己很软弱，那么我们就不会去批评别人很软弱。相反地，我们可能根

本不会注意到那些被称之为软弱的行为和个性了。所有对别人的批评，其实都是对自我批评的面具。它也必须是这样。当我们勇敢的丢开面具，并勇敢的承认我们对自己真实的感觉，深远的灵性成长就会发生。这个过程非常困难，而且需要坚定的对自己坦诚才行，但是随之而来的收获却是非常大的。

雪伦现在具体的实践了不批评别人这一点。儿子毒瘾复发时，她并没有责骂他，反而是提醒他，在戒除毒瘾的过程中，其实他有很多次都成功。她给了染上海洛因毒瘾的怀孕女性无条件的爱与温暖。她在那些网络上认识的人身上，看到的不只是毒瘾所带来的麻烦，她还深入了他们的灵魂之中，看见了慈悲与关怀。她对他们完全没有怜悯的感觉。就像格琳娜在之后告诉雪伦和我：「怜悯分隔了我们，而慈悲则让我们合一。」去怜悯一个人，意思就是把这个当成受害者来看待，也因此无法看见这个人活在计划好的考验中所展现出来的勇气。

现在，雪伦唯一会批判的人就只有她自己了。这份自我批判有部分来自于她认为自己不够完美。我们的信念，特别是那些关于自己的信念，建构了许多天使所说的限制。要学会好好爱自己并接受自己，需要我们找出这些对自我的想法，并推翻它们。我非常衷心的期盼，这场与天使的通灵会能帮助雪伦——以及其它那些孩子染有毒瘾的父母亲——看见，没有什么好责怪。

批判也是种思想，而思想是活生生、会流动的能量。因为能量会吸引类似的能量，所以批判也会吸引爱批判的人。这世界是面镜子，我们在其中看见自己。如果我们身边有好批评的人，那么很可能是生命要我们检查一下，看看自己是不是也喜欢批评，或者有爱批评的倾向。

除了给我们机会去超越对他人的批判，染有毒瘾和酒瘾的人，也送了我们一个礼物，让我们有机会去付出自己的慈悲心。他们想要提供我们这样的机会是因为，这也是他们计划这个成瘾症的一部分动机。正如天使告诉我们的，那些染有海洛因毒瘾并加入雪伦计划的怀孕女性，就让雪伦可以反复的去体认自己的慈悲心。究竟是谁在为谁奉献服务？如果我们关心一个对毒品有依赖的人，而且质疑为什么这个人会给我们带来情绪上的痛苦，那么也许我们应该要考虑这个可能性：我们希望自己可以在这一世中展现慈悲，并且因此认识自己就是慈悲。我们所爱的那个人，正藉由提供我们所渴求的经历来表达他对我们的爱。我们可以选择让自己觉得生气、受伤、受到拖累，或者我们可以认清这

个体验虽然痛苦，却是一个了不起的机会，让我们更深入去认识自己。

雪伦面对儿子染毒瘾的经历还带来了另一个礼物：加深了她对人性本善的信念。想想雪伦所做的选择。她大可以选择相信人生比痛苦和挣扎还要难熬，她也可以选择相信其它人都会伤害她、批判她。她可以选择相信人生最好的存活方式就是让自己的感情麻木，并且在情感上与别人保持一段距离。相反地，她选择告诉其它人她有多挣扎，并且接受他们所给予的爱。她坚强到愿意承认自己脆弱、她拒绝悲苦与批评的折磨，藉此，她对爱有了更深层的认识与理解，如果没有东尼染上毒瘾，那么这一切就不可能会发生。就像天使所说：「在你们的国度中，要透过情感才能成长。」雪伦选择要在肉身世界去感受爱，而这个肉身世界中的对比，刚好可以提供无形界所不存在的选择，因此雪伦缓缓从她自己内在接收了对爱更深层的认识。

雪伦在这一世中给予和接受的爱所带来的影响，远远超过了她个人的范围。「你所做的事情、所说的话、所想的想法，全部都会制造出涟漪效应。」这句话中的真理一点都不夸张。就象石头丢进池塘里一样，我们的生活也会对无限远的远方产生影响。我们无法透过眼睛看见这些扩散效应，但它们会反射到整个宇宙中。这么看来，自我的转化也可以改变其它人————如果他们已经准备好要接收能量效应。而藉由培养对他人选择不同道路的尊重与宽容，雪伦也让我们每一个人都更容易去尊重，并接受我们生命中其它人所做的选择。藉由对东尼展现慈悲，雪伦也为我们铺了一条路，让我们可以去表达自己的慈悲。透过她对 MOM 计划中那些女人的爱，她学会了将爱给予那些如果不这么做，那她就永远不可能遇见的人。当她发现何谓自我宽恕，她也在那些永远不会听见她的话的人心中，种下这样的种子。而当东尼学会如何照顾自己、让自己成长，他同时也帮助了你——这本书的读者——学会照顾自己、让自己成长。当一个人疗愈了他自己的某个部分，全人类都会因为这股增高了的振动频率而获得疗愈。我们的力量就有这么大。有时产生的效应是立即可见的，而另外一些时候，它们就比较不那么直接，也不容易被察觉，但影响的力量还是一样。世界会跟随着我们能量觉醒的方向移动。

在出生之前，我们知道自己所拥有的力量。雪伦和东尼在完全的觉知意识下，计划了让东尼染上毒瘾，藉此向世界展现爱是什么模样。

他们做到了。



我们已经知道一个母亲是如何看待儿子的上瘾症了，接下来我想了解一个自己本身患有上瘾症的灵魂，是怎么看待这件事的。我和派特谈过，他曾经有超过四十年都处于酒精中毒的状况中。

派特酒精中毒的时间长度，暗示了这是他生命蓝图的一部分。虽然短期酗酒可能是一个人的自由意志——那是条无法预期的道路——但从派特的状况看来，他不太可能没有在出生前计画中安排生命中这么重要的情节。

派特的故事

「我很早就出生了。」派特一开始说话，就让我们两个人都笑了。尽管我们要讨论的是很严肃的话题，派特的幽默感依然不减。「一九三三年六月七日。」派特在德州的阿玛利洛市长大，这也解释了为什么我会听出他说话时有一点刻意拖长语调。他的声音散发出温暖与友善的感觉。

派特说他在五十八岁的时候停止喝酒，而他从十四岁就开始喝，当时他和一个朋友参加了一个在阿玛利洛市新建的小区中心所举办的青少年舞会。

「我和我朋友两个人都很害羞内向。」派特回忆。「有人给我朋友和我一些啤酒，我们就喝了——难喝死了——但是效力马上就发作，让我觉得『嘿，我很会跳舞，而且那边那些女生都很爱我』！然后，天啊，我走进舞池开始跳舞，玩得很开心。酒精让我变成舞王、以为自己长得很帅、超有男子气概！，就是这些狗屁，其实我知道自己根本不是这样，不过，酒精给了我一个假象，让我觉得自己真的就是这样。」

派特当年最想做的事就是逃离阿玛利洛市。在十六岁那年，他从学校休学，在母亲的同意下，加入了海军。「等我们后来进了日本和香港，那时候我就已经可以跟那些大男生喝酒了——他们大概也才十七、八岁吧。等我离开海军的时候，我已经完完全全是个酒鬼了。」

离开海军之后，派特几乎天天喝酒，他通常都是喝醉了去上班，上班的路

上慢慢让酒醒，回家之后又开始继续喝。他绝对不去没有提供烈酒的餐厅吃饭，也不会去戏院看电影，除非他能偷偷带一瓶酒进去喝。「我就像傀儡一样被酒精操纵。」派特这么说。

在那些年里，派特做过各种工作，包括救生员、教师、教堂夏令营的经理，以及最让他在情感上有所收获的一份工作：为城市小孩开办的户外教育训练中心的执行经理。「不管我做什么工作，我都可以马上就做到最高的职位。」派特很就事论事的说。「每一次只要我以很快的速度升了职，我就更肆无忌惮的喝酒，而每一次差不多都是这种时候，我就会辞职。现在回想起来，我很怕别人太看得起我的能力。」派特在这里简短的提到了恐惧，当时这一点并没有太引人注意，不过之后我们会发现，这份恐惧有具有重大的意义。

派特现在和第二任妻子雪莉在一起。他和第一任妻子卡萝有三个孩——凯西、唐娜和安德鲁。派特为了要和雪莉在一起，离开了卡萝以及三个孩子。之后他的工作是帮人修理汽车发电机。在他们的这段婚姻中，雪莉自己也为酗酒所苦。

派特在描述他的家庭历史时，我不禁要猜，他的两位太太和小孩是不是在出生前就知道他会酗酒？如果知道的话，他的酗酒问题会如何帮助他们达成这一世人生所想要达成的目标呢？另外一个问题是，雪莉是不是也计划了要经历她自己的酒瘾问题呢？我把这些问题写在笔记上，等接下来派特与灵媒进行通灵会的时候可以用。

「我喝得越多，我就越想喝。」派特继续。「当我在喝酒的时候，我会想：『我根本不需要戒酒嘛，所有事情都很完美。』即使是在我发现自己是个酒鬼的那天晚上，我都还自己恭喜自己不是个酒鬼。」

「派特，那天晚上发生了什么事？」我非常有兴趣的问。看来我们来到了一个关键的时刻。

「我那时候五十八岁。下班后我回到家，看到有罐啤酒，所以就拿来喝了。」派特的声调明显开始变得紧绷。「然后我开始自己跟自己说话。我坐在地板中央，对自己说：『你知道吗，派特，你绝对不可能会是酒鬼。昨天晚上你才喝了一罐而已，今天晚上也只喝了一罐。』我只是坐在那里，就可以看见自己在

跟自己说话。『家里还有伏特加和葡萄酒，这个家里什么酒都有，但是你跟本连碰都没有去碰它们。这就证明了你不是酒鬼。』所以，我恭喜自己，然后就开始庆祝。」派特开始哭泣。「我把家里所有的酒都喝光，所有我找得到的酒。我的头脑其实很清醒，但是我的身体却完全无药可救。我已经完全被酒精掌控了。」

「就在那天晚上，我请上帝帮助我。」派特很努力克制自己停止啜泣。「你看，我已经有好几年的时间都一直在咒骂上帝。我跟我的小孩说，也许是有个上帝，不过他也只是个可怜的混蛋。我不相信会有一个充满慈爱、专属于你个人的神存在。那是不可能的事。」

「『神啊，请帮助我！』我这么说。我是真心真意、用自己全部的灵魂在祈求的。我被打败了——彻底的、完完全全的被打趴在地上了。我不能再这样下去。就在那个时候，奇迹出现了，不是出现什么白光或燃烧的草丛之类的东西，但是我知道神就在我身边。」派特的声音里有着坚决的肯定。

派特的生活并没有马上改变。事实上，他又继续喝了三个礼拜的酒。在那三个礼拜的时间里，那天晚上所带来的影响却一直还在，最后终于让他住进了一家戒酒中心。四天之后，「我想喝酒的瘾头就完全消返了。」派特说。「在那之前，我从来没想过不喝酒会是怎么一回事。」

我怀疑派特这种近乎一辈子都有喝酒冲动的个性，是不是遗传而来的。我的出生前计划研究中清楚显示，我们可以在出生前选择我们的父母。如果派特想要在这一世里体验酗酒的经历，他很可能会选择有酗酒倾向的父母。

「派特，你父母亲也都喝酒吗？」我问。

「我父亲大概也算是个酒鬼，不过他是自己躲起来偷偷喝的那种，他去哪里都会带一个小小的随身酒瓶。我母亲则是滴酒不沾。」

「酗酒对你的第一次婚姻和孩子有什么影响？」

「我已经喝到根本不知道自己结婚了。」派特承认。「我其实可以说是从我的孩子身边逃跑的。我走的时候，甚至没有跟他们说再见。我这样做真实毁了他们。」

接下来的几年中，派特的三个孩子都出现了各种状况。安德鲁在还是个小
孩的时候，就有行为乖张的问题，后来也吸毒酗酒。凯西也是染上毒瘾。派特
告诉我，他的三个孩子后来都回头了，但是他还是非常后悔自己给他们带来了
这么大的痛苦。

「我回头向，在他们还那么不堪一击的时候就离开……」派特这时已泣不
成声。他停顿了一阵子让自己冷静下来。「他们需要爸爸，他们需要一个爸爸
的形象。我，很明显，根本就不是。」

我问派特酗酒有没有影响他和雪莉的关系。

他告诉我，雪莉从来没有因为他喝酒而责怪过他，他们也没有因为喝酒问
题而吵架。但是，「我把自己所有的问题都怪到她身上，很典型的酒鬼行径。」
派特说。「我认为是我的绊脚石，也是因为她，我才会离开那个执行经理的职
务，结果只好跑去帮人家修理汽车发电机来赚钱。但事实上，是我自己要辞职
的。」

派特迟疑了一阵子没说话。我安静的等着他，察觉到他正在考虑要不要告
诉我某件事。

「我曾试着要自杀，好几次。」他突然说。「我有一辆小货车，还有一间小
小的汽车厂（用来修理汽车发电机）。我在我的小货车上做了一个装置。我的
驾驶座后防有了一个很大的工具箱，我把非常重的发电机放在上面，瞄准了我
的后脑勺。我的计划是去冲击一棵树，一棵我看过最大的黄樟树，就在一条弯
弯曲曲的密苏里路上面。我没有活的机会，因为后面那台发电机会把我的脑袋
给砸烂。」

「我试了两、三次，每一次都有其他的状况出现。有一次是对向车道有灯
光靠近，我不能冒险让别人受伤。另外一次是一只兔子挡在中间。」

「一只兔子挡在中间？」我很惊讶地问。

「牠就这样跑到我的货车前面。」派特大笑。「而我呢，我绝对不会开车去
撞一只兔子。结果我只好顺着公路开，没办法绕到旁边去撞树了。」

「你有没有想过这只兔子可能不只是个巧合？」

「奥，当然！我想那盏车灯也不只是个巧合而已。」派特直觉的发现了一件我在研究中所学到的事——这世上没有所谓巧合这回事。偶然的事件，通常都是天使或指导灵安排好的，让我们可以继续往自己计划好的路上走。他们为我们带来——而且让我们能够活着去体验——那些我们灵性成长所需要的经历。

「派特，你在喝酒的时候会发怒吗？」

「酒精让我比较不那么愤怒。」他解释。「我可以因为一些很小的事情就——『碰！』——被激怒。我可以只因为把罐子弄到地上就开始发飙。不一样的地方时，现在我不再碰酒精了，我可以瞬间就与我所知道的神，在意识上做连结。」

「派特，在很长的额一段时间里，你都不觉得真的会有一个充满慈爱、专属于个人的神存在。之后你却来到了一个你知道神是慈爱的境界。你是怎么从之前那里来到现在的呢？」

派特再次提起坐在地板上的那晚，当时他知道了神就在他身边。他也感谢戒酒无名会帮助他认识了神。

「现在，」他补充，「如果生命的状况突然变得凶险，这不会很常见啦，我会自我审视，看看自己个性中的哪一个缺点跟这份凶险有关，然后我就把这一切都交给上帝，心里就平静了。我发现我们其实都是上帝的孩子，而且祂其实也不是个坏家伙，祂不会把你打倒在地。，事实上，神只会让我们向上提升。」

派特说他向所有挚爱的人保证自己已经洗心革面，而他们也都原谅了他。

「我的宝贝女儿（凯西）说“爸地，我很感激你在喝酒的时候所做的一切。我必须经过那些你让我去经历的事，才能成为今天的这个我。」这些话让我深受震撼！」在一封向卡萝道歉的信里，派特在信末说他爱她。卡萝的回信里写：「我也爱你。」「这真是让我招架不住！」派特说。「她竟然还能去爱一个离她而去的老小子，真是不可思议！」

「派特，对那些所爱的人正在为酗酒所苦的读者，你会说些什么？」

「我们不知道自己生病了。」派特回答，突然之间他再度热泪盈眶。「我们是最后才知道的人。如果没有人告诉我们，我们很可能会杀了自己和别人。」

「对那些正在与酒精搏斗的人，你会说什么？」

「撑到奇迹出现的时候。那一天一定会出现，就这么简单。」

派特与史黛西的通灵会

在与派特交谈的过程中，我能感觉得到他受了很多折磨，而且也已经获得了极大的疗愈。这其中的对比落差，大得惊人。感觉起来，派特挚爱的亲人也一样受了很多苦，同时也获得了很大程度的疗愈。无论是派特或是我，都不知道这样的经历是不是事先计划好的，或是为什么要这样做，但是我们非常渴望能够找到答案。我很有信心，史黛西和她的指导灵会让我们详细的知道，派特与他家人的出生前计划内容为何。

史黛西进行了一场主要、一场辅助解读的通灵会，过程都整理在接下来的内文中。每一位出现在派特计划中的家庭成员，都同意把内容公开在史黛西的辅助解读之中。一如往常，我把所有人的姓名和生日给了史黛西，好让她的指导灵去翻查《阿卡沙秘录》上的资料，我也告诉她，所有人都和派特有亲人的关系。

「派特，」史黛西说，「我在接收你的频率的时候，我看见感情关系是你这一世最大的挑战。我也看见，是你自己选择了要透过感情关系中的因果，来进行学习的历程。另外一个有关因果的是，我看到你有了灵性的成长。你也许会说：「我们不都是这样做的吗？」是没错，有一些人选择——真的是在灵魂层次上所做的选择——让感情关系成为生命中主要的学习焦点。但也有一些人选择完全不要感情关系这个课题。你会很惊讶的发现，大部分的人都会一路浸淫在这个考验的负面状况中，只为了产生足够的动力，让自己可以获得灵性上的成长。」

「当我把注意力转移到为什么你要在灵魂层次上选择去经历酗酒时，我一直感应到这与你的父亲有关连。你知道是怎么一回事吗？」

「我完全不知道。」派特回答。「他在我大概九岁的时候就过世了，我对他所知不多，而且我以前一向很怕他。」

「我们再深入下去就知道原因了。」史黛西回答。「另外一个与因果有关的考验，我在这里也要提一下，那就是对家庭的责任——你出生的那个家庭，还有你之后创造的家庭，以及那些你把他们当作是一家人的人。」

「雪莉的生命中需要去克服的因果考验，最重要的就是她有太多冲动了。我在她的几次前世里看到了好多好多婴儿。她一直在努力克服自己对性的冲动。虽然对她来说，灵性成长在这一世里并没有因果关系的重要性，但是在灵魂层面上她认为这个（酗酒），可以帮助她克服那些冲动。」

我们现在知道灵魂会在出神前选择拥有酗酒经历的第一个原因了。但是，我不是很清楚，染上酒瘾这件事要怎么帮助一个灵魂去克服冲动？「是不是藉由过量的饮酒，雪莉就会有冲动的行为出现，因此带来苦不堪言的下场，然后她就学会了，还是酒精会让她不去冲动行事呢？」

「前者。」史黛西说。「而且，就是冲动造成她开始喝酒。我经常在看到某人在进行因果课题时，出现这种滥用改变心情的东西或是上瘾之类的状况。我的指导灵告诉我，雪莉的在出生前计划中选择了酗酒这件事。」

「现在我要闭上我的眼睛，更专注在你身上了，派特。看看我可以在出生前计划的会议中得到什么讯息。」当史黛西在进入了更深的出神状态时，中间有一阵短暂的寂静。

「我感应到的第一件事情是你坐在地板上，派特。我看到你身边还有其他人，不过现在我不太能清楚看见他们。看起来你好像坐在一块西洋棋盘的旁边，不过比真的棋盘大多了。每一个方格大概是四英吋大小，颜色有黑有白。有人告诉我，这是你在思考某些主题的时候会有情境。」

「你和一位男性的指导灵一起坐在地上，旁边还有一位自称是你叔叔的人。你们三个一起编排着你的人生图表。你现在要面对『二择一』的选择。要

不然就是在你这个年纪——看起来第一个选项好像是十岁——的时候这样做，不然的话，就是你那样做。而如果你选择要那样做的话，这个就会在之后才发生。就是这一类的谈话内容。

「我还看到另外一个指导灵也在旁边。罗伯特，这是另外跟你说的，好像每次我们看到的计划会议，都会有一个或一个以上的指导灵在场，不过，还有另外一个在层次上更高的存有，会在这里担任基督人的角色。派特，那位我看到和你一起坐在地板上的，是你的主指导灵，你这一生他都在旁边陪伴，特别是，有人告诉我，当你在与酒瘾奋战的时候。」

「在这个计划会议中，还有一些讨论是关于你的基因谱系，让你有潜伏的酗酒倾向。我看到你的祖先们，他们是农夫，特别喜欢喝自家酿的烈酒。但我没有看到他们其中有谁是酒精中毒的。他们全都行为正常，而且有能力把工作做好，但是他们每天都喝酒。但我没有看到他们其中有谁是酒精中毒的。他们全都行为正常，而且有能力把工作做好，但是他们每天都喝酒。这里面一定有酗酒的倾向。所以，有一些关于基因产生前置作用的讨论，你也觉得没问题。」

「还有毛呢和雪莉两个人绝对是协议号了要一起走过这段旅程。你们两个之前，在灵魂层面上有着非常深的爱，是一种类似血缘关系的友谊。你们两个在过渡时期以及许多次的前世中都是朋友。有一部分的讨论是，既然你们两个人都要学同样的课题，那么你们可以手牵手一起去学。」

「他们特别计划了要一起酗酒吗？」我问史黛西。

「是的。」她回答。

「这就让我想起来了。」派特说。派特直觉的记忆对我来说意义非凡。我已经了解到我们的记忆，包括前世和转世之间的过渡期，都储存在我们的 DNA 里。我认为派特会突然「想起来」，就是他与基因上所写的资讯产生共鸣的表现。

「我看到他们手牵着手讨论这件事。」史黛西告诉我们。「我感觉到，这是他们在其中一个人出生之前，所谈的最后一件事。」

雪莉：我愿意加入。

派特的叔叔：你确定你要这样做？

派特：是的，这是我学习不再害怕的唯一方法。

「派特，你喝酒是为了要掩饰自己的愤怒与恐惧。你对你父亲的恐惧，就是在意识中提醒你，要学着放下恐惧。我看到你这样的恐惧来自于你（在前世）曾经是个士兵的经历。你很年轻就在战中身亡了，大概是十九岁左右的时候。我看到你走在一个到处都是士兵死尸的战场上，最后——我完全不想描述细节——你也被杀了。你的恐惧就像是胆汁冒进你的喉咙里一样，因为你是最后一个还活着的人。」

「恐惧在你其他的前世里应该也是个主题。我现在看到你的另外一世，你是最早来到美国定居的那群人中的而一个，你坐在一个有篷子的马车里。你的马车遭人攻击，所有人都被杀死了。所以，这里也有恐惧存在。」

「你（在这一世里）的恐惧并不是对死亡的恐惧。你的恐惧是害怕孤单，以及无法靠自己面对人生。」

现在，整个画面开始清楚起来了。很明显地，派特带着恐惧的能量来到这一世的人生。灵魂会在直接连贯的下一次转世里，寻求疗愈那些之前转世中还没有被疗愈的部分。派特在出生前就知道，他会用酗酒来处理恐惧的问题。要看他最后如何面对自己的酗酒，才能决定恐惧是不是会被转化。它的计划非常大胆而且巧妙：恐惧会引起酗酒问题，但却也因为酗酒才带了对恐惧的疗愈。

「这也是为什么雪莉要跟你以前分享这段旅程的原因之一。」史黛西对派特说。「她其实就是要来给你安慰，并且在一路上给你爱。她的用意是希望能一直在你身边。」

我问史黛西，派特计划了一个有酒瘾的伙伴一起走这一程，而不是自己一个人去体验酗酒的经历。他这么做是不是有其他的原因？

「这样一来，就会有个人了解他而不是批判他。」史黛西解释。「有一个人让他去经历他该走的路，而不是强迫他去改变。」因此，从出生前计划的角度来看，雪莉是个非常好的伴侣选择。如果派特被强迫改变了，那他就无法去实行自己的出生计划，也没有办法得到他所寻求的疗愈经历。」

「派特，这是你和雪莉在一起的感受吗？」

「完全正确。」他很肯定的说。

「她从来没有要求过你不要再喝酒了？」史黛西问。

「没有，而且也从来没有威胁说她要离开我。」派特回答。

当在听派特说话的时候我想到，有很多人因为选择了有酒瘾的伴侣，或是持续跟这样的人一直作伴，而受到朋友和家人的责备。做出这种决定的人通常被认为很笨、缺乏自信，或者甚至是在做自我惩罚。然而雪莉，在她对派特的爱之外——这样的感情在他们出生前就存在了——为了两个人的成长，她深情地给予了派特和自己所需要的额经历。这两个灵魂之间所发生的事，美好得超乎我们所能想象。

我问史黛西她是不是可以让我们知道更多有关派特的酗酒，是如何帮助他达到目标的呢？在她聆听有关那一部分的对话时，中间有一段很长的停顿。

「这里有人警告他，这样子的人生会有多难受，特别是在小时候，还有你，派特，不会有机会跟爸爸有亲昵的交流。你不会拥有正常小男孩会经过的成长历程，在你的人生里，父亲这一部分是缺席的，而你会一个人孤零零的被丢在那里。

「这样一来，你用酒精来填补缺少父亲这一块的前置工作就完成了。从爸爸的小儿子到成为一个男人这中间，你不会有所谓的过渡时期。另外，身为一个青少年的你，满腔愤怒。这份愤怒时用力掩饰恐惧的，而酒精可以缓和你的愤怒，并同时麻痹你的恐惧。这些都是事先计划好的，每一个步骤都经过你的同意。」

我非常惊讶，对于即将要经历的人生，派特竟然在出生前就已经知道这么多细节了。他不仅注意到该有哪些人生考验，也注意到潜藏其下的愤怒与恐惧，以及这一切会从什么开始。

我猜想，或许派特的父亲为了要帮助派特更往目标靠近，所以同意了他在派特很小的时候就死去。我问了史黛西这个问题。

「有人告诉我，他的父亲并没有同意那么做。」她告诉我们。「他父亲在这场计划会议之前就已经出生了。他父亲的死已经早就计划好了。派特选择了这个人来做他的父亲是因为——我听到我的指导灵正跟我说——『因为这个人的状况刚好可以让派特去经历他所需要经历的，并藉此克服他的酒瘾。』」

这是个很重要的揭示。我们刚刚知道了，派特不只是计划了他的酗酒，而且还计划了让自己可以克服酗酒的问题。因为我已经在许多人生计划中看过这一种规划模式，所以我能了解派特极度渴望能够去体验成为一个酒鬼和不再是一个酒鬼之间的对比，以及做出这种转换的经验。当我们是灵魂时，对比与创造的过程两者对我们来说都是非常珍贵的，而如果少了肉身世界所提供的二元性，这两者都不可能产生。

我还是很好奇派特为什么选了哪一个灵魂来做他的父亲。「他选择这个人做父亲，有一部分是因为他值得这个人会在他很年轻的时候就死掉吗？」我问。

「是的。」史黛西回答。

「所以他想要这样是因为父亲早死这回事，最后会导致他酗酒吗？」

「他知道是什么事情让他走上酗酒这条路，除了基因的遗传之外，」

「在他转世之前他就知道自己会酗酒几十年吗？」

「是的。」

「他为什么会想要体验酗酒的经历呢？」对恐惧进行疗愈是其中一个动机，但我想看看派特的出生前计划里是不是还有其他更多动机。

「因为他失去了与一切所有的连结、与神的连结、与自己的神性本质和灵性的连结。这是一条可以让他恢复这些连结的路。除此之外，他没有其他的办法。你知道我们都是越痛苦才越能学得会吧？这就是一个越痛苦才越能学得会的案例。」

这正是我希望史黛西和她的指导灵提供的洞见。史黛西之前提到，派特希望这一世能专注在灵性这个议题上。现在我们知道为什么了。很显然地，派特在前几次的转世中失去了「神」这个概念。正因为他失去过灵性，所以现在他

想要拥有重新将灵性创造出来的体验。而且派特要的不只是去体验灵性本身而已。由于这是他个人想望，所以他大可以计划用这一生的全部去追寻灵性。但是他没有这么做。派特想要感受到强大的连结丧失感，这样他之后才可以拥有——也因此更深入的去认识——建立与神的连结的经历。

我觉得我们已经碰到派特人生计划的核心了。现在我们知道了派特的目标是什么，我非常想了解为什么他觉得这个计划可以成功？

「酗酒的体验时如何让他重新与神连结呢？」我问史黛西。或许派特的路线规划图可以为那些正在与酒瘾缠斗，或是与自身灵性对抗的人，指引出一个方向。

「会想要回头来寻找并且重新开启灵性上的连结，是因为灵性的完全匮乏，而这时由酗酒所造成的。」史黛西指出。换句话说，派特设计的是一个典型的反面学习计划。他想要疗愈几世忠所未解决的恐惧——在肉身里所体验到的恐惧——并且以肉身的形式去体验与神的连结。在出生之前，他就已经决定要把酗酒当作触媒，带他走向他所设立的那些目标。

但是万一派特「被酒给喝干」，然后哪里都不去了呢？他的计划有风险。我问史黛西，派特是不是出生前就知道他可以扭转情况？

「他们告诉我，这与他生命中的循环周期有关。」她一边在听她的指导灵说话，一边回答。「他知道在某个年纪——某个循环结束的时候——他会有必要的手段来克服酒瘾，并且达到他的目标。」

在这场通灵会一开始的时候，史黛西就提到，派特这一生都持续在平衡他感情上的因果关系——这是肉身生命常有的一个目的。「史黛西，」我问，「在派特的感情关系这方面，酗酒帮助他完成了什么？」

「他与酒精的关系超过了他与其他人的感情关系。在几十年之后，你会了解到，酒瓶没有办法取代真实、无条件的爱。你对无条件的爱的渴望超越了对麻醉剂的渴望，而麻醉的效果又让你慢慢减少了长期的用量。总的来说，他们告诉我，你因为酗酒的关系，经历到情感关系上的匮乏，这反而让刺激了你对情感关系的需求。」

「非常正确。」派特承认。

不过，还是有其他很多种方式可以让派特达成他的目标。我问史黛西，派特有没有考虑过其他的考验，像是养育一个有身心障碍的小孩？

「他们告诉我，养育身心障碍小孩这件事并不存在他的经验意识里。」史黛西回答。「他才刚经历过前世，在前世中他看到身边其他的士兵不但用酒精来治疗伤口，也用酒精来治疗他们的精神和心理。这才是他所熟悉的。」史黛西所说的话，再次确认了我在其他出生前计划中所发现的：灵魂通常会选择一些曾经在之前出现过的考验。

「史黛西，」我说，「你知道，我们一直都有自由意志。万一派特选择了这一生都不喝酒，那么这对他的目标会有什么影响？」

史黛西在聆听指导灵说话的时候，中间有一段漫长的停顿。

「如果是这样，那么这段经历就不会有那么强烈的效果。」她说。「也许还需要另外一或两次的转世，才能够达到一样的程度。他还是会结婚，还是会有几个小孩。但是他内心的愤怒还是不会消退，而且他可能不会是个让孩子可以在感情上有所依靠的父亲。他也可能会选择对工作上瘾也不一定。要增进情感上的亲密度、让情感更丰富并且可以随时涌现，这些都依然会是他的人生考验，不过他不会在这样的人生中学到这些。但是他现在就已经在学了。」

在史黛西复述了这段重要的讯息时，我突然想到，派特可能会有很多次机会，很乐意的把酒瘾换成工作瘾。做了这样的交换之后，虽然结果会是一个比较不那么痛苦的人生，但同时，也不会有那么多的成长。我不禁要想，有多少已经复原的酒精中毒患者会以后悔的眼光来看待自己的酗酒，而且或许认为他们浪费了自己的人生？有多人会批判自己是软弱的呢？如果他们知道其实这完全是他们自己想要的经历的话呢？如果他们了解酗酒其实加速了他们的成长——某些人的成长甚至大到已经不需要再接下来一或两次的转世了——那么，他们的感觉会又有什么改变？

我们刚刚已经知道为什么派特和雪莉要计划酗酒的人生经历了。现在我想看看派特人生其它的重要人物——他的前妻和小孩——是不是也在出生前就选择好要有一个酗酒的丈夫和父亲。我请史黛西去聆听他们的计划会议。

「我现在闭上眼睛，看见我每次都会看见的那间会议室。」史黛西说。「我看见派特的女儿凯西，以她的光体出现，而不是两只脚的人形，而且她闪闪发光！她全身上下都有光点笼罩。我看到她飘了过来，降到地上。我听到她问派特：『我能帮你什么忙？』」她说道我这个字的时候特别加了重音。我感觉得到这是一个极度慈爱、关怀、体谅的灵魂，内在有着非常强大的力量。我的指导灵告诉我，她是个老师，而且她在派特的几次前世中也会是他的老师。她已经同意要在派特的人生中担任一个角色，虽然她同意的时候这个角色还没有很明确的定案。现在，她跟派特一起坐下来，厘清他需要她的什么。派特谈到他的人生在某些时间点上会非常迷失。而且我听到迷失者两个字被特别强调出来。

派特：我需要你为我指引方向，并且持续给我力量。虽然你会是个孩子，但我会知道你是谁。虽然我会对你有父亲该有的责任感，我的孩子，但有一部分的我会看见你内在的光芒与智慧，而且我会在心灵的层次上知道，我一定要遵循你所给我的方向。

「凯西微笑便点头同意了。」

凯西：但是我也会需要你为我带路，因为我也是你的孩子。因为我得面对我自己在「自我价值」上的问题，有时候我会觉得很寂寞，我会需要人安慰。这时候我会让你知道。

「派特把双手放在她的光体上就像他把手放在她的肩膀上一样。」

派特：我知道，我答应我会在你身边陪你。

「凯西跟他谈到她在这一世中的一个目的是要在个人的独立状态上找到平衡点，意思也就是说，在她该停止的地方，会有别人继续接下去做。她谈到她会有强烈的倾向去承担另外一个人的痛苦，并且对别人的痛苦感同身受。」

凯西：你会变成我目的中的一部分——帮助我找到平衡点，并且为我在自己和别人的状况与感受之间，画清界限。因为我会成为你的女儿并且深深爱着你，我会去承担你的痛苦、感受你的情绪，虽然我可能不理解那些是什么。

派特：是的、是的，我懂。

凯西：我会向你寻求导引，把你当成我的镜子，让我看见，提醒我自己是谁，但是，能不能学会就要看我了。我不要求你承担保证我一定可以学会这个课题的责任。那是我的责任，而且是我一个人的责任。你会用自己的方式来导引我，而我不会对你有其他的期望。

派特：（松了一口气）我爱你，欢迎妳在时间到了的时候，成为我的女儿。

凯西：我会在这里留到那个时候。当你需要我的时候，你可以在睡梦中呼唤我，我会跟其他很多人一样出现在你的梦中。

「他们的对话到此结束。让我看看接下来会有什么事或是会有谁。」史黛西在接受会议其它部分的时候，保持沉默没有说话。「现在是派特的另外一个女儿唐娜。她以人类的形貌出现，两只脚，一个大概九或十岁的小女孩，她的头发扎成了一个小马尾。」

这真是个惊人的发展。为什么唐娜会以一个小女孩的样子出现呢，我请史黛西的指导灵为我们解释这一点。

「那是因为她现在正在吸纳这一世她会有的姿势态度，一个小女孩的情态。」史黛西回答，复述指导灵所说的话。

「派特在对话过程中看到的她就是她的小女孩模样吗？」

「是的。我的指导灵说，灵魂会『试穿』下一世里自己会有的性格和样貌。有一部分的出生前计划会议，是为了要让他们学着去认出那些肉身上的记号。有百分之九十八的机率，这些记号会被嵌进这些人的潜意识里，帮助他们在人生中认出他们的灵魂伴侣来。」说到灵魂伴侣，我知道史黛西与指导灵指的是重要的人，不一定只有情人是。

「她蹦蹦跳跳的来到他身边，看起来很高兴。他在派特面前坐了下来。」

派特：我希望妳能出现在我的人生中，这样一来我就可以爱妳、疼妳，并给妳指引，而妳也可以告诉我路该怎么走，带领我前往我需要去的地方。

唐娜：爹地，有时候我需要你对我很坏。你看起来像是排拒我的那些行为恶劣，会强迫我去探寻自己的内心。虽然我知道你是因为酒才会这样，但这样

还是会强迫我去向内寻求、去衡量我自己感觉，以及我对现实的认知。我需要这样做，因为这会很强烈的提醒我自己是谁。虽然一开始看起来我好像会自我意识过剩，并且充满疑惑，但我会成长。这就是我在这一世里需要去走的路，也是我需要你为我做的事。

「派特拍拍未来这个女儿的头，答应了她的要求。」

派特：我很抱歉之后会发生的事。我爱妳，虽然我很清楚妳需要我这样做，但是我还是很抱歉会给妳带来痛苦。

「唐娜握住他的手，那一只刚刚拍她头的手，将之移到她的心上。」

唐娜：不要抱歉，你不会给我带来痛苦。这是我的选择，我要为这一切负责。

「然后她就离开了。现在，我请我的指导灵再让我看更多。」

「我看到卡萝，派特的第一任妻子，走进来。她穿着一件我只能说是属于牧场的衣服。她看起来好像前世是个美国牧场中的女人，大概是十九世纪初期的时候。她穿着一件简单的印花棉布衣，她的头发很简单的向后绑了起来。我的指导灵告诉我，她的衣服同时表示出她对前世还是非常依恋，另外就是她的本质是非常务实的。」

「卡萝和派特是在弥补前世被打断的生活。我看到那是在密苏里州的一个牧场（密苏里州正好也是派特在这一世里计划要自杀的地方）。他们有一个孩子。他们和另外两个家庭都被印地安人攻击。我们通常会说被『剥头皮』，但是在我看来他们的样子却像是头被砍掉了一样。卡萝同意和派特在这一世里在一起，因为这样她就可以拥有本来在前世就可以拥有的东西。辛苦的生活是其中之一，小孩则是另外一个部分。」

「史黛西，她有没有提到为什么她想要嫁给一个想要拥有酗酒经历的人？」我问。

「我请我的指导灵带我去看。」

派特：我很可能会有酗酒以及情感匮乏的问题。

卡萝：如果你愿意照我的方式做的话，你就不会有这个问题。（她对他摇着手指头。）

「一开始，他觉得蛮难过的，好像他的预期落空了。但是接下来我看到他直接站起来说：

派特：那么我需要在你的生命中让你看见，生命不只有一种方式，生命不是只有黑与白两种颜色而已。我一定要让你看见灰色的地带。

「她不是很高兴。她的脸都皱在一起，表情很生气的样子。然后她放下了抗拒。

卡萝：我想你是对的。那么我会对你开放我自己，我会让你进入我的心中，希望你可以打破那包围在我的心和感情周围的枷锁与高墙。我一直都只让我的孩子进到我的心里，但这次我也会让你进来。我很害怕这意味着我会被伤害，但是我还是会让你进来，因为我知道你爱我，而我也爱你、关心你。

「派特拿起她的手，把它们握在自己的手中好一阵子。她点点头，站起身来离开了。

「我看到派特的儿子安德鲁走进来。他叫派特『爸爸』。他谈到有关能量的事。他谈到精力过剩的问题，还有完美主义。

安德鲁：我想要的一直都比我拥有的更多。我会一直想为我自己和我的人生去争取更多。

派特：是的、是的。

安德鲁：有时候我会失去平衡，还有我会忘记身边那些爱我、依赖我的人。有鉴于我同意当你的儿子，并且去做那些你需要我去做的事，我也需要你在我被自己过度旺盛的能量冲昏头的时候，把我拉回来，因为这样的能量让我忘了自己的家人，也忘了自己几斤几两重，我需要脚踏实地。我需要你成为我生命中的基石，虽然你自己其实都很不稳定。就算你没有提醒我哪里是两脚可以踏稳的地，但我只要看你，就知道哪里不是地了。

你的行为可以帮助我，你的行为可以教我不要让自己冲得太远，专心致志是很重要的。

「他们谈到安德鲁拥有极高的智能。他这一生会花很多时间在机械方面的工作，进行创新发明。他曾经是爱因斯坦实验室的研究助理，但是他从来没有从头到尾把一个计划完整做完过。他的注意力很容易被转移，一下子就想去做其它的事情，结果最后一事无成。安德鲁会以科学研究工作来让他这一生学习更专心致志去做一件事，但是他的本质也一定会让他有所成就。不断想要去做某件事、去成为某个人物的动力会一直都在。他会以他的父亲为警惕，藉此让他能够专心并且脚踏实地。」

史黛西突然沉默下来，她和她的指导灵结束了他们对无形界那令人惊叹的窥看。

很明显地，派特挚爱的人也是他人生考验中一个不可或缺的部分。此外，他们不是只接受了他生命蓝图中的计划，他们也视此为促成他们个人成长的一个机会。

我等待着与史黛西的指导灵讨论他呈现给我们的这些信息。他一直都很棒的智慧来源，而我有好多问题想要问他。

「史黛西，」我说，「请帮我问你的指导灵，灵魂计划酗酒的经历还有哪些其它的原因吗？」

「有很多很多原因。」史黛西回答，一字不漏的复述了指导灵的话。「有些灵魂选择这样做是因为他们不是很适应肉体的形式，而酒精成为一种让他们可以在两个世界中生活的中介质。另外有一些灵魂则是因为在前世选择了虐待其它人，所以他们选择在这一世虐待自己的身体，藉此来平衡因果关系。我的指导灵列出了一长串的原因。」

在这里，史黛西的指导灵所说的选择，指的是由一个人在出生后所拥有的自由意志而下的决定，并非在出生前与其它灵魂先编排好的角色。如果那样的虐待是在出生前大家一起同意的，那就没有所谓的因果关系需要去平衡了。

我很惊讶会有灵魂不太适应生活在肉身之中。我问史黛西为什么会有这样

的状况出现。

「他们告诉我，这可能是下一个进化阶段正在开始。他们还不习惯在这个新阶段中寄居在肉身里。有时候那些生来就有严重智能障碍或者是肢体障碍的人，就是处在新的进化阶段中，所以他们会过一种比较偏向观察者，而不是参与者的人生。」我想到珍妮弗（第三章）的儿子莱恩与布德利，他们都计划了肉体上的残障，以便让自己得以成为一个观察者的角色。

「『下一个进化阶段』，意思是不是说，其中大部分灵魂是第一次转世吗？或者是说他们正在学习新的课题？」

「应该这么说，通常是他们在新进化阶段中的第一次转世，而不是他们第一次转世到肉身中。」史黛西说，复述着指导灵的话。「不过，也会有一些是第一次转世到肉身中的灵魂，特别是那些之前已经在其它星球的学校里上过课的灵魂，在那里结束后来到地球。」

「是什么让灵魂选择酒精，而不是其它任何一种毒瘾呢？」我想知道。

「有些时候是因为（在即将到来的一世中）刚好有酒精可以用。另外一些时候是因为酒精可以让身体产生最适当的反应。而通常很多时候只是因为大家对酒精比较熟悉一些。」

「就我所了解，人类的身体根本不适合喝酒，你的指导灵又怎么看呢？」

「我的指导灵衷心同意你的看法，除了那些掉在地上的发酵水果之外，有时候你会看到动物去吃那些发酵了的水果。酒精会杀死脑细胞。」

我对这个回答感到有点困惑。「如果神是全能的，那么祂一定早就知道人类最后会用葡萄和其它植物来制作含酒精的饮料。那么，如果人类的身体根本不适合喝酒，为什么神让这些东西出现在地球上呢？」我问。

「我听到的是，」史黛西回答，「葡萄和葡萄汁并不需要经过发酵就已经对人体有益，而且早期酒的使用方式，并不会让人上瘾。此外，这也是一种试炼。这是地球这间学校让我们有机会去学习的课题之一。」

「史黛西，你的指导灵刚刚有提到，某些灵魂会计划酗酒的经历，是因为

前世他们曾经恶意对待过别人的身体，所以现在选择要虐待自己的身体。不知道可不可以请指导灵针对这个部分再多说明一点？因为我知道因果是一种学习的方式，而不是惩罚。」

史黛西的指导灵说，灵魂的确有时候会设计一种人生，让自己以过去对待别人的方式来对待自己。他接下来说，在死后，所有的灵魂都会寻求自我宽恕。有一些不需要计划这样的转世就获得了自己的原谅，有一些则没有。另外一些则是想运用在过渡期间所学到的东西，在下一世中协助他人。这些灵魂计划出一种人生，让自己在其中成为成瘾症的咨询人，有一些则会在生命蓝图里计划先去体验酗酒，以便在稍后成为对别人更有帮助的咨询人。」

「一个可以原谅自己去虐待别人身体的灵魂，和一个无法原谅自己这样做的灵魂，两者之间有什么差别？」我问。

史黛西说话的速度慢了下来，她的指导灵正透过她说话。

「清明、悔恨、进化。」他回答。他解释，无法对虐待释怀的灵魂会失去清明的心（也可能会因此选择要惩罚自己），而且，自我宽恕是成长路途中非常重要的一步，因为它会带来无条件的爱。

「地球这个学校最主要是要教导你们放下恐惧，并且无条件的去爱。」他补充。

提到恐惧，让我想到派特计划好去疗愈他那些未解的恐惧的方式。「史黛西，就我所了解，灵魂会把能量放进这个人下一世的身体里，好让他可以获得疗愈。这样的描述方式正确吗？」

「我的指导灵说『是』。」

「像恐惧这一类的负面情绪无法存在于无形界那较高的频率振动中，关于这一点，你的指导灵怎么说？」

「的确是如此，但这不表示所有灵魂都随时处在那样高的振动频率之中。」

「所以，有这一类情绪的灵魂在无形界中，是处于较低频率振动中吗？」

「我的指导灵说，你在做这样的描述时要特别小心。『较低的振动』这个词其实不够精确。成为指导者的『较高的』灵魂——那些不需要再转世到肉身之中的灵魂——已经达到了较高振动的境界。但这并不表示其它灵魂的价值就比较低。他不希望这样的说法被误解成一种阶级制度，因为事实并不是这样的。」

「为什么像恐惧这一类的情绪会在肉身死后依然存在？」

「这要看灵魂在离开人世的时候经历了什么、感觉到什么。」史黛西回答。她的说法让我想起来，派特在前世至少就有两次是在极度的恐惧中死去的——第一次是在牧场里被印地安人攻击致死，第二次的他则是一个作战中的士兵。我也想到了潘妮洛普（第四章），她也在这一世里寻求疗愈，希望能化解她在前世死亡时所感受到的恐惧。

「所以，人在死亡前的感受是非常具有决定性的？」

「是的，当人快要死的时候，他们会回顾这一生，而那些还没有解决的事情会紧紧跟随着他们。离开身体没多久之后，他们通常会针对那一生做出一些决定，确认哪一些是他们在未来转世时，想要或下想要重复的经历。」

「所以人应该要尽可能让自己在一个充满快乐和爱的地方离世？」

「是的。」史黛西说。「在我的经验里，最好的离世是身旁围绕着挚爱的人，那也是离开人世最平静的一种方式。」

☆☆☆

和很多喝酒的人一样，派特利用酒精来为自己创造一个新身分。酒精的确是为他做到了，只不过，那并不是他所预期的身分。

派特以为酒精能够让他成为另一个全新的人：一个擅趁言辞、有着精湛舞技、长相外型大受女性欢迎的人。但事实上，他成为的那个人其实是个孩子——神的孩子。

酒精真的是把派特打趴在地上。在最黑暗的时刻里、在认为他这一生可能不会有好日子出现的绝望心情下，他拥抱了他的灵性。随着时间，绝望渐渐变

成了热情。而现在的他就是带着这份充满热情去拥抱上帝，在这么做的同时，也拥抱了他自己。

当我们转世——意思是，我们把自己意识的一部分放进一个身体里，并且专心的去感受这个肉身世界的一切——我们创造了一个假象，让我们以为自己与一切是分开的。在某些转世中，这个幻觉会比起其它几世来得真实。在之前的几次转世中，派特相信了这个假像是真实的，因而失去了对神以及对自己的神性的感受。

派特计划了从很年轻的时候就开始酗酒的经历，因为他希望现在这一世的开始，是处于一个丧失神性连结的状态中。从那个起点开始，他希望自己最终能来到一个「被彻彻底底、完完全全打趴在地上」的地方。派特在地上哭求着上帝的那个夜晚，那个明明白白充满着寂寞与孤独感的夜晚，正是他祈求得到的经历。在那个痛苦的深渊中，派特希望能找到重燃他灵性的火光。正如史黛西和她的指导灵所说：「正因为彻底缺乏灵性上的连结，才会回头来寻找并完成这样的连结。」

灵魂会选择酗酒的经历来作为人生的考验，是因为这样的经历可以让我们这些永恒的灵魂创造出与神连结的感觉。透过这样的创造，我们可以更深入的了解这样的感觉。戒酒无名会在全世界各地拥有超过两百万位会员，他们在戒酒计划中都会使用著名的「戒酒十二步骤」。和派特一样，每一个人加入这个计划的人都会不曾失去那样的连结。我们知道自己是神的一部分，以及，我们就是神。虽然我们永远不会失去这份神性，但我们在肉身中时，我们却可以忘记自己拥有神性。曾经有过如此的经历，派特希望能重新感受到他与神是一体的。当他回到灵魂状态时，他会带着对这份连结的认识与感受，如果没有透过肉身生命的酗酒经历而创造出对比，这样的认识与感受就不可能发生。

靠着极大的力量，派特在丧失连结的感受中活了痛苦的四十四年。只有最勇敢的灵魂，会放逐自己在与生俱来的爱之外，只为了要更懂得爱。正如派特所展现，肉身世界中的经历其实并不是它们看起来的那样。某些人称之为软弱或逃避的举动，事实上是对人生挑战最完整、最坚定的拥抱，而这份挑战正是灵魂计划中最严酷的一种。社会的谴责，遮盖了实践这个计划的人的光芒，他们实际上比他们看起来的样子拥有更多内涵。他们的角色是酗酒的酒鬼，但是扮演这个角色的演员，却是充满勇气的转世灵魂。

在这里，假象层层掩盖了自己，而且通常是以极端的方式这么做。很显然地，全世界的人都可以在派特的身上看到恐惧，就像他自己也看得到一样：对社会状况的恐惧、对女人的恐惧、怕别人太看得起他的能力的恐惧。就像史黛西所说，他恐惧孤单、恐惧无法靠自己一个人面对人生。这些都是前世所留下的恐惧展现在这一世里。这些假象隐藏了在肉身里那个想要学习不再恐惧的勇敢灵魂，这个灵魂在出生前就选择了要对父亲怀有恐惧，藉此提醒自己意识中更深层的恐惧，他计划要在小时候就失去父亲，为了藉此引发酗酒的行为，并且最后因为酗酒的经历而获得对恐惧的疗愈。只有勇敢的人会计划让自己恐惧。

我们的恐惧让我们与真正的自己分离，也因此我们得去找寻自己，而非逃避。举例来说，派特以自己的孤单来引发恐惧。只有当他真正感受到彻底的背弃，他才能理解到他从来都不曾，也永远都不会真的孤单。从这个看起来像是被神背弃的经历中，他找到与神的连结；因为投降，于是获得主权。藉由创造自己最终极的恐惧，派特召唤自己记起永恒的真实。也因此，他所创造的假象得以剥除，派特展现在我们眼前的是，恐惧是一位大师级的老师，它让我们看见自己。

也许有人会问，究竟谁是真正的派特？派特是爱。派特是在出生前计划会议中，对其他灵魂所表达出来的直接、毫无限制的爱。因为是爱，派特计划了酗酒的考验，不只是为了自己的成长，也为了他所爱的人的成长。透过这样的光来看，派特的酗酒是为了要对那些选择出现在他生命中的人提供服务。卡西学到了对自己的认知、界线与平衡。要理解平衡，有什么方法比透过由父亲酗酒所引起的不平衡更好？唐娜与派特相处的经历，迫使她向自己内在寻求爱，这是一个典型的反面学习计划。正如心理学家荣格所说：「老看着自己所缺少的，这种人作梦。懂得去看自己所拥有的，这种人觉醒。」派特对唐娜的恶劣对待，是唐娜要求的，藉此她体悟到了自己真正的本质是充满爱的灵魂。安德鲁学会了如何专心致志并且脚踏实地。卡萝了解何谓灰色地带，而雪莉也有机会去发现自己就是慈悲与爱。透过派特的服务，每一个灵魂都扩展了自己，最后，也扩展了派特自己。

在派特的出生前计划会议中，这些即将成为他家人的灵魂，都认为自己有责任让派特从酗酒中学习某些课题。而在肉身世界中，我们对出生前的选择没

有记忆，所以往往会相信都是别人造成了这些状况。我们可能会出现恐惧、愤怒、憎恨、自我怨恨、责备、觉得自己是被害人，或是其它各种无法代表我们灵魂本质的反应。当我们因觉醒而向自己内心探寻，我们会记起原来是自己要求了这些事情的发生。然后我们就可以自由的选择不同的反应，包括去感谢那些让我们得以成长的人。我们现在可以对那些我们曾经责骂过的人说谢谢。谢谢你因为如此关心我，所以愿意承受我这么多年愤怒的攻击。谢谢你实现了你的承诺，并且尊重我们在出生前所订下的约定。就像卡西对派特说的，谢谢你让我能去经历成为现在这个我所需要去经历的一切。

谢谢你。

在我们生活的这个世界里，有千千万万的人因为遭遇了种种人生考验而认为自己很糟糕。其中一些是酒鬼。他们可能觉得自己让所爱的人失望了。但也许，像派特一样，他们选择了要担任一个酒鬼的角色来为其它人服务，并且藉此铺设一条扩展自己灵魂的道路。这条路看起来很漫长，就像派特，一直到我们醒悟过来，开始去寻找那个一直都存在，却在我们忙着去看其它东西的时候，隐藏在心中的什么。

6 挚爱的人死亡

在人世间的众多考验中，遭逢挚爱的人死亡，也许是最常见的一种。除非我们在年纪很轻的时候就死去，否则我们非常有可能在人生中失去某一个我们在乎的人。几乎我们所有人都会面临这样的经历，这也说明了，这样的经历可以提供成长的机会。如果不是这样的话，我们的灵魂就不会想要追寻在这个肉身世界中的生活经验了。

然而，在某些人生命中的死亡却比其它人要来得突兀。为了想了解为什么灵魂要在出生前做出失去心爱的人的计划，我与薇乐莉有了一番长谈。在我们进行这段谈话的时候，薇乐莉四十二岁，她已经失去了两个亲爱的人，其中一个包括她的独子达斯汀，他在三个月前过世了。薇乐莉觉得谈谈她的经历可以帮助她疗伤，而且她也希望这样做能帮助其它人疗伤。我非常感谢她愿意在这么伤痛的时候和我谈这些事。

薇乐莉在生命中失去了两个重要的人，两个都是很突然的死去，而且年纪都很轻，这也显示出这两人的死亡是出自于她的出生前计划。如果真是如此，为什么薇乐莉选择要经历两次这样的失去，而且其中之一还是她唯一的孩子呢？

薇乐莉的故事

「我会跟他一起做所有的事。」薇乐莉谈起达斯汀，她与第一个丈夫生的孩子。她已经离婚又再婚了。「我们会一起参加印地安向导（Indian Guides 译注：『印地安向导』是美国 YMCA 的活动分支，目的为运用印地安人价值观念为核心，制作各式亲子活动，以增进父亲与儿子之间的连结与亲密度）的活动，还有所有棒球、篮球的运动。我记得他还小的时候，有一次他想要试试打棒球，所以我们开车到球场去。我们才一下车就发现，那里是一群小孩版的米其·曼托（Mickey Mantles. 译注：美国纽约洋基队知名球员），咻咻的挥着球棒打球——轰！每个人真的都很厉害、很厉害。达斯汀和我走到铁丝网旁边，看着他们。他这一辈子从来没有碰过棒球手套，但他说：『没问题的，妈咪，我想试试看。』他就这样跑进球场去，什么都下懂，跟那群全都像是米其·曼托的小

孩一起打球。我从来没有为他这么骄傲过！他很有胆量。对我来说，那是达斯汀最真实的一面。」

对薇乐莉来说，达斯汀还有两样非常突出的特质，一个是他的聪明才智，另一个是他不拘泥于一般常识的限制。他的聪明才智充分展现在计算机和汽车上，有一次他甚至一个人组装完成了一个汽车引擎。至于说他下拘泥于一般常识的限制，这一点很明显可以从他总是永不嫌累的不断质疑这个世界看出来。

「感觉就好像是他永远都知道有更好的方法可以做同一件事。」薇乐莉观察到。「他在面对这个社会时总是会有许多不适应的时候，因为他缺乏一般事物是如何建立的常识。」

薇乐莉从来不知道达斯汀有多少朋友，一直到为他守灵的那一晚，有二百五十个他的朋友前来吊唁。「他们一个一个走上前来，」薇乐莉回忆，「像是犹大走过来说：『妳的儿子是我所遇见过最聪明的人。』他们就像这样一直走过来告诉我同样的事。他所有的同侪朋友都以他为榜样。」

在达斯汀过世前的一个礼拜，有一天薇乐莉坐在客厅的窗子旁，没有开灯，窗外细雨飘飞。达斯汀走了进来，在她身边坐下。当他伸手要去把一盏立灯打开时，薇乐莉跟他说：「不要开灯，小达，我喜欢自然的光线。」就这样，他们坐在一起，静静的，看着雨水顺着窗玻璃滑落。

达斯汀死的时候是十九岁。一个星期五晚上他回到家，走进薇乐莉的卧室，他们聊了几句，然后彼此拥抱互道晚安。「我爱你。」薇乐莉跟他说。「我也爱妳。」达斯汀回答。而让薇乐莉很惊讶的是，达斯汀竟然愿意让她亲吻他，平常他不是感性的人。

隔天早上薇乐莉开车越过庞恰特雷恩湖（Lake Pontchartrain），进入纽奥良市。那天傍晚她开车回家，庞恰特雷恩湖堤道一如往常，让她飞升于水面之上。「我往左手边看去——粉红色的云，很美丽的夕阳。」她还记得很清楚。「有时候我会想，那是不是就是达斯汀死掉的时候。」

薇乐莉回到家，她的狗泰丝跑来迎接她，就和平常一样。「嗨，泰丝，妳今天还好吗？」薇乐莉拍着牠的头问。整间房子静悄悄的，薇乐莉以为达斯汀出去了。接着，「我打开了达斯汀的房门。他躺在他的床上，两脚却在地板上，

就像是他往后倒在床上的样子。他的两只手臂摊开在身体旁边，他的头歪向右边。一旦你成为母亲，从你的小宝贝出生那一天起——不管他们年纪有多大，都是小宝贝——你就会经常走进他们的房间里，看看他们有没有在呼吸，那是母亲才懂的事情。我走到他身边，马上就知道他没有在呼吸！我说：『小达？』没有回音。我喊得越来越大声：『小达！小达！』还是没有回答。我把狗丢到达斯汀身上，看看牠会有什么反应。结果，牠连看都没看他一眼，就好像他根本下在那里一样。

「我跑进客厅，一直对自己说：老天！不要！不可能会发生这种事！这只是场恶梦，这不是真的！我那时候想，如果我可以很肯定的这样说，那就真的会是我讲的这样……」

就在这个时候，薇乐莉看到她先生的车子开上了家里的车道。「达斯汀没有呼吸了！」她对着大门大喊。她的丈夫马上冲进来，开始对达斯汀做心肺复苏术。「醒来！醒来，达斯汀！加油，小子！」他一边压着达斯汀的胸部一边喊叫着。同时，薇乐莉打了 119，然后跑到屋子外面去等救护车来。救护人员抵达的时候，他们的动作看在薇乐莉眼中就像是慢动作一样，她猛推着他们进到房子里，大叫：「快一点！快一点！」

没有多久，救护人员就告诉薇乐莉达斯汀已经死了。他们说，死因是用毒过量。

「达斯汀才刚从学校考完试回来，他很高兴。」薇乐莉伤心的说。「他考得很好，而且还跑出去庆祝。之前母亲节他才写了一封很美的信给我，告诉我他有多爱我。他从来没有写过这样的信给我。你根本没办法想象前一天你的孩子还好好的，然后突然之间就走了。」

在为达斯汀守灵的那一夜，薇乐莉的妹妹薇琪到她家里来，跟她说了一件很重要的事。「薇乐莉，达斯汀昨天晚上来找我了。我这一生中从来没有感受过这么强烈的喜悦和幸福。他看起来很棒，像一道光一样。而且他跟我说：『薇琪阿姨，跟我妈说，我天生就是一道光。』我很抱歉，薇乐莉，我不知道他这样是什么意思。」

「我很高兴！」薇乐莉很激动的说。「这就是达斯汀会做的事，他透过这个

世界上我最信任的人来向我保证，他还活着，而且过得很好。」

两天之后的晚上，薇乐莉突然从熟睡中醒来。「在我醒来的那一刻，我飘了起来。」她说。「不是我的身体浮了起来，是我。在我飘起来的那一刻，我感觉到达斯汀，我的孩子。那一刻没有时间存在。我在那一瞬间知道了所有事情。有一股能量在那里，那是我所感受过最强大的东西！我就是达斯汀、达斯汀就是我，而在那短短的几秒之内，我知道了所有与他有关的一切。他很开心，我知道，我可以感受得出来。」

达斯汀的死，是薇乐莉生命中第二次伤心欲绝的失去挚爱的人。

十二年前，薇乐莉一边做服务生，一边念大学。有一天下课后，她决定要去拜访她表姊萝蕾恩的先生布莱德，他工作的地点离她的学校很近。那一天，布莱德的朋友 D.C 刚好也来找布莱德，所以布莱德介绍他们两个认识；薇乐莉根本没多想什么。

之后布莱德打电话给薇乐莉，告诉她他和 D.C 打算要去赌场玩几天，问她不想跟他们一起去。「好啊，感觉会很好玩。」她跟布莱德说。到了约好的那天晚 D.C 不承认，但是他说布莱德——在他的要求——说他不去了，好让他们俩可以约会。

就在那一晚，薇乐莉与 D.C 坠入爱河。「我真的觉得我之前就认识他了。」薇乐莉沉吟的说。他们的感情进展神速。「我们在一起的每一分钟都很浪漫。我们两个人的恋爱可以说是要把握住每一个当下，因为我们不知道他什么时候会被叫去海底出任务。」

D.C 是一个职业潜水员，他的工作是维护钻油台的管线。这份工作非常危险，而且体力上的负担非常大，以至于大部分的潜水员在四十岁之后就不会再继续做这行。通常，他们都不知道什么时候会接到下一次的任务通知。「你的整个生活规画随时都会有所更动，因为这些人可能在上一分钟收到通知，接下来就要离开一个礼拜或者两个月的时间。」薇乐莉说。

「我们是在九月二十八号开始约会的。」她回想。「二月十七日，D.C 向我求婚。那时我们在我的公寓，坐在床上聊天，窗外的树上有一只红雀。D.C 跟我说：『红雀一定都是成双成对一起活动的，再等一分钟，妳就会看到牠的伴

回来。』当然，我们真的有看到。然后，很安静的，他说：『妳什么时候要嫁给我？』我说：『你开口问我的时候！』我实在太兴奋了！」

就在他求婚的一个小时之后，D.C 就接到通知要去工作了。薇乐莉和他一起开车过了庞恰特雷恩湖堤道，来到他的公寓整理他的潜水装备，然后 D.C 的朋友兼潜水伙伴，强尼，就来接他了。「那个画面就像是昨天一样。」薇乐莉说。「他和强尼一起坐上货车，我站在那条街上挥手。那是我最后一次看到他。」

两天之后，薇乐莉正在餐厅打工的时候，猛一抬头，一她就看见布莱德和罗蕾恩。他们把她拉到空无一人的餐厅红酒室里。「薇乐莉，发生了很糟的意外，」布莱德告诉她：「D.C 死了。」

「他不可以死！」薇乐莉尖叫。「他之前才要我嫁给他！」

罗蕾恩和布莱德还不知道他们订婚的事，带着不可置信的眼神呆望着彼此。

第二天，薇乐莉收到潜水公司的一封信：

在接近十四点的时候，第一位下水的潜水员戴维·柯普兰 (D.C.) 降到了两百八十五呎的地方。透过对讲机，他很急切的呼叫着要上来。

信中写道，接下来听到了一阵喘息的声音，然后他们就派强尼下水去察看究竟发生了什么事。当他来到 D.C 的身边时，D.C 深深的看一眼，然后就把他推开。强尼在之后说道，当时他就知道 D.C 会死掉。然后 D.C 伸手把自己的氧气面罩拔掉。

「他不是自杀。」薇乐莉解释。「他已经有十五年的潜水经验了，他是专业的潜水人员，他知道有什么事情不对劲了。」

薇乐莉到现在还是不确定当时发生了什么事，不过她知道在那之前的一个礼拜，有一天 D.C 和布莱德在布莱德家里一起看足球赛。「后来那天晚上 D.C 来找我的时候，额头上肿了一个好大的包。我问他：『发生什么事了？』他说：『我只是太高兴我遇到了妳，所以我向布莱德道谢，我们像球员一样抱在一起用头抵头。』我猜他用头去抵布莱德的时候——而且很讽刺的是，他是因为爱

我才会这么做——可能在头上撞出了一条裂痕或者是脑震荡之类的，所以当他潜到水里之后，头部受到过大的压力。」

D.C 的死所带来的痛苦实在太过强烈，有一小段时间，薇乐莉用酒精来麻醉自己。她说，花了两年的时间，她才觉得自己恢复正常。

「在他死之前，」薇乐莉补充，「有一次我们一起坐在沙发上，他看着我，然后说：『我很抱歉我花了这么久的时间才找到妳。我保证下次不会了。』我完全没有问他是是什么意思。」

「他是我的真爱，像这样的真爱不会天天从你家门口经过。我失去了我的未来，至少感觉起来是这样。」

薇乐莉与黛柏的通灵会

薇乐莉所说的话深深感动了我。她非常优雅且坚强的面对了人生中两位挚爱的死亡，而且她愿意敞开来谈论有关这两次经历的种种，希望这么做可以为其它处在哀伤中的人带来意义，并因此得到安慰。

为了要找出这其中的意义，因为失去挚爱的人是大家都会经历的过程，所以我征求薇乐莉的同意，而她也很有亲切的答应了我与其它三位灵媒一起去研究她的出生前计划。其中一位灵媒是黛柏·狄巴瑞。黛柏已经为这本书中的故事主角提供了很多次的解读，他们都觉得黛柏非常敏锐、很有洞见，而且非常精准。我从其它的通灵会中知道，她可以直接与那些已经过世的人说话，她也可以很清楚听见她的指导灵所说的话。这些指导灵肩并肩的与黛柏一起，将有关肉身世界和无形界的信息和智能，提供给她的客户。

通灵会一开始，D.C 立刻就与黛柏接触了。虽然我之前就听过黛柏与灵界的人说话，但我还是再次对她的能力感到佩服不已。

「我不是她的『前任』。D.C 跟黛柏这样说，黛柏则一字不漏的照着说了出来。「我还是把她当作我的未婚妻。」他用这个甜蜜的宣言开场。

「我知道自己不会活很久。」D.C 继续往下说。「我知道自己不会活到很

老的年纪。我〔在那次的潜水意外之前〕有好几次都差一点死掉。」

「他让我看了一张合约。」黛柏解释，她说的是 D.C 在出生前与其它灵魂一起拟的协议书。「这一场意外是在另一边计划好的。他还让我看了一辆摩托车。他骑摩托车吗？」

「是的。」薇乐莉确认了这件事。

「他有好几次都差点出车祸死掉。」黛柏说。「如果他没有因为车祸死掉，那么就会有其他的意外带走他。」

「那时候到底发生了什么事？」薇乐莉急切的问。这么长的时间以来，她一直在揣测 D.C 的死因。

「我觉得我的脑子快要炸开了。」D.C 回答。「这是最糟的一种死法，我一定要阻止它发生。」D.C 证实了强尼对薇乐莉所说的：他知道自己会死掉，所以他一定要有所行动，让自己死得痛快一点。

「你从这其中学到了什么？」薇乐莉问他。

「很多很多。」回答。「我以前是个不怕死的人，以某个角度来看，我对生命并不是很尊重。我会毫无意义的拿自己的命去冒险。这其中有很大一部分是前世留下来的影响。我在好几世里都是士兵，有很多次我都要为了我根本不相信的理由去拚命。此外，还有一个课题是学会感激爱。这个部分我学到很多，而且我依然在妳身边。我不会马上就回去〔再次转世〕，因为我想在我回去之前把某些课题学好。我想要准备得更好一点，我想要知道自己的目的是什么。这一次〔刚过去的这一世〕，我并不知道自己的目的是什么。」

D.C 所说的是我们每一个人在进入肉身世界之后，都会经历到的遗忘过程。当我们是永恒的存有时，我们非常清楚自己转世为人的目的为何。但是当我们出生，并穿过了无形界与肉身世界之间的那层薄纱之后，我们就会忘记——有些人则是一生都想不起来——我们来到这里是为了什么。而通常人生中所出现的考验，就是在提醒我们这一点。

「我想要让妳知道，我还爱着妳。」D.C 对薇乐莉说。

「我也爱你。」薇乐莉跟他说。

「我不想让妳以为我离开是因为我不爱妳了。」D.C 补充。「我离开是因为我真的爱妳。我不想用过去式，因为这份爱会一直都在。」

「为什么要这么困难？」薇乐莉轻声的说。「为什么我们不能在另外那一边学习就好了？」

「在另外那一边，」黛柏解释，「我们不会感受到在这里感受到的负面情绪。这些负面情绪——我不想说『不被允许』——但是我们不会有一样的感受。」

黛柏谈到的是在无形界所缺乏的二元性，或对立性。我们在灵界或人间，都一样会有平静、欢喜、爱的感觉，但是只有透过转世到肉身之中，我们才会真正了解「低振动频率」的感觉，像是愤怒与憎恨。在那样的经历中，无论会有多痛苦，我们都会开始真正去认识自己。

在这个时候 D.C 离开了，达斯汀出现在黛柏面前。

「D.C 离开了，不过他还是留在我们附近。」黛柏告诉我们。「他想要给达斯汀能量。」

「我那时候其实很不快乐。」达斯汀对薇乐莉说。「我不知道自己做什么。我把事情弄得一团糟而且不知道该怎么去处理。我并没有自杀，那是个意外。但其实我那时候已经走上一条不归路了，我染上了毒瘾。有些人可以偶尔吸一次毒，还是活得好好的，但我不是那种人。我试着要瞒住妳，试着要保持某种程度的正常，但是我的内心却渐渐被狂暴的愤怒充满。我和内心的愤怒搏斗过，但我想得不够清楚。我这一生都蒙着双眼在生活。我没有办法信任别人。因为缺乏信任感，所以我做出了这个决定。我很抱歉，我不想让妳对我感到失望。」

「我知道，」薇乐莉温柔的说，「我没有对你感到失望。」

「那是第二次了。」达斯汀说明，「在之前几个月我就有一次差点用毒过量。」

我问达斯汀，他和薇乐莉是不是在出生之前就协议好了他会在什么时候死去。

「我会在二十五岁之前死掉。」达斯汀回答。「我从十五岁开始——中间有十年的时间——可以选择什么时候要死。我的合约上说，如果我活超过二十五岁的话，那我就会继续留下来。我有选择的权利。」

「不过那样的选择是灵魂层次的，不是肉身层次的，对吗？」

「是灵魂层次的。」达斯汀肯定的说。

「我们这样做是为了什么？」薇乐莉问。「这是我要学习的课题吗？」

「是你们共同的课题。」黛柏告诉她。薇乐莉前世的某一个影像这时出现在黛柏的脑海里。「在前世里，薇乐莉是（达斯汀的）孩子。薇乐莉先死了，是受伤的关系，她从马上摔下来。薇乐莉，那时妳在整地、耕种。那是拓荒时期的时候。我看到像是拓荒者穿的衣服。达斯汀因为妳的死非常伤心。」

我问黛柏，薇乐莉在现在这一世反过来体验这样的感觉，对她有什么帮助？

「我听到我的指导灵告诉我：『她现在已经到达慈悲的境界了。』」黛柏说。「这个意思是说，她在灵性上迈了一大步。通常，这会让许多之前设定好的课程和缓下来，或是变得比较容易一些。这其中有很大的成长。」

这段关于慈悲境界的说明正好与我的理解不谋而合。在研究许多生命计划的过程中，我已经慢慢了解到慈悲境界的一个定义是，跳出了因果关系或是计划好的「课程」。就薇乐莉来说，她独生子突如其来的死亡带来的冲击太过深，使她不再需要进行生命蓝图中所设计其它的课程。我想到灵媒史黛西·韦尔斯在许多人的出生前计划会议中，看到他们的人生窗体上列着「如果……就……」的选项。毫无疑问，薇乐莉的生命窗体也有自己关键的「如果……就……」选项：如果薇乐莉能从她儿子的死之中学习，那么 X 就会发生。而如果她没有，那么 Y 就会发生。

不过，究竟是什么样「很大的成长」把薇乐莉带到了慈悲的境界呢？

「同理心，以及慈悲心。」黛柏回答。

「真的是这样。」薇乐莉说。「这种体认，变成了你自己的一部分，而且不

会消失——永远。」

「她运用了这个体认，并且做了好的转化。」黛柏补充。在当时，黛柏并不知道她自己所说的话最后会被证明有多么准确。在卡翠娜飓风袭击纽奥良之后，有一次，薇乐莉在一家便利商店里买东西，碰到一个女人孤伶伶的站在货架前。因为飓风侵袭而受到重创，这个女人正在啜泣，她的身体不停抽搐着。

「我只是一直拥抱她。」薇乐莉之后告诉我，在她们的拥抱结束后，这个女人很感激的对她说：「妳有很大的能量。」在那一刻，薇乐莉就是慈悲心和同理心的真实呈现。这个肢体动作背后的神性，正是驱使灵魂选择前来肉身世界的力量。当薇乐莉在肉身世界中将这样的特质具体表达出来时，她知道，如果没有经历过失去亲爱的人，她对这些特质的理解，不可能达到这种规模与程度。在那一刻，薇乐莉把自己的痛苦转换成了爱。

她做到了。

「黛柏，」我问，「妳的指导灵会对那些试图要排拒痛苦的人说些什么？」

「他们说：『拥抱它，拥抱痛苦，跟痛苦说：我要一直哭，哭到没有眼泪为止。然后继续哭，把痛苦释放出来。』」黛柏说。

接着达斯汀又继续说：「我浪费了我有的天赋，下一次我要好好发挥。而且我下一次要更坚强一点，这样当别人不认同我的时候，我才能够承受。我需要相信自己。我很难过我的死让妳这么伤心。」

「但那是我们一起决定的呀。」薇乐莉说。

「我知道，」达斯汀回答，「但是我们不会再做一次像那样的决定了。我们不会再让彼此伤心了。这个课程已经结束，现在，我们要往更高深的地方去了，我为妳感到非常骄傲。我会试着让电话响一声，我现在正在学着操控电流，等我的消息吧。有时候妳会作梦，那就是我可以和妳说话的时候。等妳醒来，马上试着回想妳刚刚做的梦，我会传讯息给妳。我非常非常爱妳。」

「我也爱你。」薇乐莉说。

「我知道。」达斯汀说。「我们在这里感觉得到爱，但是是用不同的方式，

感觉起来更加强大。」

「他给了我一阵能量的波。」黛柏解释，「当他们感受到爱，他们全身都会与那感觉共振。」

「你看见你对其他人的生命所带来的帮助了吗？」薇乐莉对达斯汀说。

「看见了。」达斯汀说。「我之前不了解自己做了多少。下一次我一定还要做得更好。」

「黛柏，对那些正在面对失去挚爱的人，你的指导灵有什么要说的吗？」我问。

「他们说，这不是针对个人发生的。」黛柏回答。「这是神在给他们送灵光。当我们了解这不是一件针对个人的事，而是我们自己选择的，我们的想法就会改变。」

与薇乐莉的灵魂对话

透过黛柏，达斯汀和 D.C 两个人都表示了他们很好，而且之前他们的肉身死亡是在出生前就计划好的。我感觉得出来，与他们对谈给薇乐莉带来了很大的安慰。她更了解了他们为什么会死去的原因，而且，更重要的是，她有机会向他们表达自己的爱，而他们，也同样对她表达了他们的爱。

为了要更了解为什么灵魂会在投胎前就选择好要失去未婚夫和儿子，所以我请灵媒蔻尔比，米德雷连结薇乐莉的灵魂。我很想知道更多有关薇乐莉的生命蓝图，以及她设定的人生挑战目的何在。此外，我也很想听听薇乐莉的灵魂会提供的信息，有关为什么灵魂会计划转世，以及他们是如何进行的。

因为我们的灵魂包含了每一个他们曾经转世过的人的意识，他们有时候会在通灵的时候以「我们」来表达自己的爱，就像薇乐莉在接下来的对话中一样。

一开始，在蔻尔比进入出神状态时，有一阵短暂的沉默。等我感觉到她已经准备好了，我就开始发问最基本的问题。

「为什么薇乐莉要经历失去未婚夫和小孩？」

「她之前也曾失去过这两者，而且处理得很糟。两个人都是和战争有关。」薇乐莉的灵魂表示。

就像每个人都有自己独特的能量，无形界的存有也是一样。当薇乐莉的灵魂透过蔻尔比说话时，我可以感觉到能量的变化。那是一种超越一般五感的感受。我感觉到一种存在、一种属于薇乐莉更高自我的生命力量。而且在与蔻尔比对话的过程中，有好几次都可以清楚听出她声音的腔调、节奏，以及轻重缓急都已经完全不一样了。

「她在一九一六年时失去了未婚夫。」薇乐莉的灵魂继续说。「当时有种迷信，当你回到前线去打仗的时候（第一次世界大战），不应该与人有婚约，因为这就像是在你背后放了一个靶心给人家瞄准一样。但是她和她的未婚夫觉得这样的事不会发生在他们身上。当她的未婚夫真的战死时，她就发疯了。她试着要从窗户跳出去、拒绝进食，而且老实说，她变成她家人同情的对象，以及见不得人的耻辱，虽然她的家族在英格兰南方并不算是贵族，却也人面颇广。她最后终于在一九二〇年自杀身亡。」

「她很快就又再转世了，很多自杀的人都是这样。这次她出生在美国西部，但她有着外国人血统。她在十八岁的时候结了婚，很快就生了一个儿子。她（在第二次世界大战的时候）被送到美国的俘虏收容所，因为她不算是真正的美国人。她的小孩被带走，于是她失去了孩子的音讯。她一直都持续不断、孤独的盼望着可以看到自己孩子的还活着。但是这个孩子在一一十岁的时候出车祸死了，当时他喝醉了走在路上。」

「未婚夫、儿子。她已经在爱与失去之间琢磨好一段时间了。我们一直为这个人（薇乐莉）祈祷，希望她现在能够了解失去的无常，并且知道，一个人可以在爱过之后放下，再继续走下去，直到在离开肉体后（再次）相见。」

我停顿了一会儿，想要好好吸收灵魂刚刚所说的这些话。灵魂以实际却热情的语调告诉了我们这个宝贵的信息。这里面没有批评的暗示，只有提到薇乐莉在两次的前世中经历了伤心欲绝的失去。有趣的是，她在第二次世界大战时的那个儿子，死去时的年纪和这一世的儿子达斯汀不相上下。我不禁要想接下来会出现什么。

「你是薇乐莉更高的自我吗？」我非常好奇的问。

「是的。」

「我想要弄清楚前世的事。D.C 是不是一九一六年那个在战争中丧生的未婚夫？达斯汀是不是那个当薇乐莉在俘虏营的时候死掉的儿子？」

「是的。」

「你刚刚有提到你希望薇乐莉能了解失去的无常。为什么对一个人来说这很重要？」我很刻意的用一种不挑衅的语调来问这个问题。我希望薇乐莉的灵魂知道我问这个问题的目的是发掘意义，而不是要让她以为我察觉到这个人生计划里有什么错误的地方。

「想想，万一有人误解这样的失去是一种人生的失序呢？当你了解到无常、当你了解到改变是这个连续的空间与时间中唯一不变的，那么你就会知道，像这样的失去来了又走，永不停息。这些灵魂再次与她一起，他们是真正的灵魂伴侣。她可以在这样的经验中提炼出这两个灵魂对她的祝福，带着这样的祝福来改善她的生活，而不是脱离正面的方向，反过来对自己、对神或信念发出控诉与责备。

「人是由灵魂、更高的自我所创造出来的。」薇乐莉的灵魂补充。「人是一种假象，要在地球这个空间、时间中学习这些课题所必须要有的假象。因为如果没有身体和时间，有很多东西是没有办法学习的。」

现在，这里出现了一个很好的议题，看起来这是个很好的时机去探寻人与灵魂之间的差异。

「就我对人的了解是，」我说，「人拥有一个永恒不灭的核心，这个核心在人死亡后并不会随之消灭，并且会与灵魂重新结合，此外，人也会有一些暂时的性格特征，只存在于活着的时候。」

「你讲的很正确。」

「所以，当一个人转世的肉身死了以后——就像这一世的薇乐莉死了以后——她那永恒不灭的核心将会与你重新结合？」

「到这个阶段都没有所谓的分离。不要把它想成是重新结合，因为这样好像就是在说之前曾经分离过。从来就没有分离这回事。一个人在死亡之后所感觉到的，那种与神以及更高的自我结合在一起的感觉，其实只是因为眼前挡住视线的蜘蛛网被拂去了而已，不代表之前这两者之间没有连结。」

这个说法我也在其它与灵魂的对话中听过，在这里再次得到证实。不过，对于薇乐莉承受如此深刻的痛苦这件事，我还是觉得有点说不上来的奇怪。即使薇乐莉的灵魂刚刚已经解释过了，但我还是很难理解，真的有必要做到这样吗？其实，我对每一个在故事中曾经谈过的人，都有这样的感觉。我想知道为什么他们要受这样的折磨，而且我想要给他们一些有关于此的认识，好让他们可以减轻痛苦。

「对灵魂来说，投胎到肉身之中可以获得什么样的成长？」

「地球或是其它实体的星球可以提供一些学习，但是这些学习一定要透过肉身的身体、肉身的需求，以及肉身的互动才有办法去经历。我们就拿两个人的饥饿与口渴来做例子吧。如果贪婪与恐惧是最强烈的两种情绪，那么有食物和饮料的那一个人，就会千方百计阻止另外一个人得到这些食物和饮料，或者去偷取另外一个人拥有的那一点点东西。如果这个人的情绪是慷慨、服务的精神以及完整的爱，并且他也了解到眼前这个状况是转眼即逝的，那么仁慈关爱之情就可以传递出去帮助另外那个人，这时这个灵魂就会进化。」

「所有细节都在投胎转世前经过讨论。这样做会不会有点过分呢？大家把事情改来改去，各种选择也会一直变换，一直到最后决定了一个版本，然后把这个版本登录在《阿卡沙秘录》上。在这次的情况中，死亡被当作是某个实验中的第一次尝试。指导人会讨论这个人（薇乐莉）的进展够不够好，然后看看也许可以用另一个效果更好的机会，而不是原来那个。」

「为什么这个生命计划里要安排两次而不是一次的死亡呢？」对我来说，一次的死亡就可以让人了解失去的无常，而就算安排了很多次的死亡，还是有可能无法让人了解这一点。

「通常，」薇乐莉的灵魂回答，「这个人经验到死亡的时候，她都没有处理得很好。我们觉得，让她在（地球上）第一次学习的地点和时间里，加上她已

经知道的那些信息，她有更好的机会可以处理这两次〔死亡〕。这一次在地球上的人生充满了困难，而且是很阴郁的困难，这使得接受心灵意义的能力，变得再直接不过了，而通常这样的能力都被隐藏起来。对她来说，这次来学习灵性上的真相这件事变得很简单，再简单不过了，因为这些力量无所不在。」

「你觉得薇乐莉已经完成了你们所希望她完成的吗？」

「她很勇敢。比起我们在过去两百年间的所有转世，她去看的能力要优秀很多。我们相信，如果她将这两次死亡的经历变得更有意义，接受它们的无常，并且带着它们的影响走完这一生，把这些影响看作让她人生得以完整的一部分，而不是破碎的一部分，那么，这些课程将会在这一世之后顺利完成。」

「她可以从自己的痛苦中有目标的学习，然后再用她新发现的力量去影响那些失去自己的孩子或未婚夫的人。她可以给他们同样的安慰，并且让他们了解失去的无常，还有他们可以从人中找到好的事情，靠这些好事去过完自己在地球上剩下的年岁。」

「无论你要学的课题是什么，一定有一件事是你要学会的，但是这就好像是看了一本书，然后只有你自己知道书里所有的事情。里面的那些信息会随着那本书的佚失而消散，然后死去。我们灵魂会以守护天使或指导灵的方式，把自己所学到的东西教给别人。而做为人，你所学到的，也一定要留下来给别人，因为一个人或一本书，就可以影响整个世界。」

在这里，薇乐莉的灵魂所说的话正好呼应了我曾经听过的：直到我们把所有在转世中所累积下来的智慧留在地球上，我们就不会，也不能完成转世的轮回。

「你之前提到，这三个人一直重复在扮演着失去和爱的角色。可以请你们告诉我有关他们一起努力学习这些课题的其它转世吗？」

「这两个大人经常是一对丈夫与妻子的组合。这是从一千五百年前的一世开始的，那些需要学习的课题也就从那时候开始启动。那个孩子有时候会在其中扮演孩子的角色，有时候是朋友，有时候则是兄弟姊妹的角色。并不是每一次他都需要从〔薇乐莉的〕身体里出来。」

「在那一世里发生了什么事？」

「在一千五百年前，他们两个隶属一个突击队……」

「你是说薇乐莉和 D.C 两个人？」

「是的。他们的任务是要去杀死女人和小孩，他们的动作非常干净利落，甚至还有点乐在其中。也就是因为这样的创伤让他们必须去感受他们加诸于别人身上的失去。自从那个时候开始，这两个人就是感情很好的兄弟，这样的紧密关连随着时间发展下去，并且（在接下来的转世里）重复了好几次，而他们需要学习的课题也随着继续。」

「在突击队的这一次，他们两个都是男性？」

「是的。」

我觉得我现在已经知道为什么要计划两次的死亡了，所以我决定扩大延伸这场对话的焦点。

「那些失去挚爱的人会读到薇乐莉的故事，」我说，「我们谈论到要了解失去的无常。你会对这些哀伤中的人说些什么来帮助他们？」

「学着去穿透那层纱。没有人真正失去了另一个人。如果你知道当你将自己的精神力量发挥到最大的时候，你就可以接触到那些爱你的灵魂，这个时候你还会因为失去而感觉到那么悲伤吗？他们不再以肉身的形式与你长相左右，陪你一起去野餐，或是帮你洗碗，或是参加你小孩的毕业典礼，但是他们还是看得见。灵魂的感情是不会死的。有很多人的父母亲或祖父母已经死了很多年了，但是这些人还是看得见他们的爱依然强烈流动着，不是吗？当一个人离开人世，你要放下心来，因为你该从这个人身上的都已经得到了。如果一个人走了、如果一个人的肉体不在了，你就带着从他身上获得的宝藏，继续你自己的人生。一个人不管是在四十岁或八十岁死掉，他都按照计划好的方式活过这一生。」

「灵魂在出生前计划好去经历失去挚爱的人，特别是当这些人还年轻，而且是死于我们所认为的非命，这其中还有其它什么特别的理由吗？」我问。我

想尽可能给那些像薇乐莉一样失去孩子的父母一些安慰。

「你以为是我们单方面做出了这样的选择。想想那个男孩，那个孩子。如果是他自己选择了要过一个短暂的人生，并且为了自己好，所以选择了薇乐莉成为他在这个世界时的肉身母亲，而她也同意呢？有时候，当灵魂想要加速自己的成长时，他们就会选择一段短暂的生命。我们希望你能知道，没有所谓简单的答案。所有生命都是互相关连的，这是最基本的灵魂常识。所以，你如果问 A 会发生是不是因为 B——不是，A 会发生是因为 B、B 十、C，以及其他很多原因，这也是为什么转世投胎前需要计划的原因——为了保证这个生命剧本会帮助他们学习自己想要的课题。」

「你可以做些什么来鼓励这个人去学习呢？」

「这通常都是在潜意识里进行。但是，当一个人不再沉睡、集中起注意力、把自己稳固下来，并且向外探索而接触到那永恒的核心时，达到目标所需要的所有认同、所有鼓励、所有信念，就已经在那里了。当一个人在熟睡的时候，你不能拿一本书到他面前跟他说：『拿去好好读。』他们在睡觉啊。不过，如果他们醒来并且看着你，那你就可以把这本书交给他们。」

「在很多情况里，」我说，「我看见一种模式，如果这个人在睡觉，就会有一些小灾难发生。如果这个人还不醒来，那就会再发生一个大一点点的灾难，如果这个人还是继续睡，那么更大的灾难就会出现。感觉起来好像是这样渐次增强的。」

「你所说的不是鼓励，那只是叫人起床而已。你刚刚问的是鼓励、爱、温柔的触摸，好让痛苦可以被免除、困难得以被克服。而你现在说的那种情况，则是会在一个人睡着的时候发生。一个人如果自己向内去寻求那个核心，那会是比较简单的方法。这样一来最难受的痛苦就可以被解除，并且可以得到很深的理解。」

「听起来薇乐莉已经做到你希望她做到的事了。但是如果她没有的话呢？如果没有以爱和鼓励来响应这个考验，你们可不可以，或会不会制造出某种人生灾难，让她得到你们所希望的觉醒呢？」

「她身边可能会出现其它的失去。」薇乐莉的灵魂回答。「她可能会看到一

些伊拉克寡妇和小孩影片，因此受到震撼转而检视自己的失去。但是我们并不打算让她生命中的人一个一个死去，直到她觉醒为止。至少不会在这一世里这样做。」

「有其它灵魂是这样计划他们的人生的吗？」

「理论上是有可能的，但这并不是我们的选择。」

「为了让人了解失去挚爱的人生考验有何意义，还有什么是很重要的？」

「并不是因为他们很坏，所以这种事才会发生在他们身上。即使是一千五百年前所发生的那件事，也没有所谓的好与坏。你没有办法杀死灵魂。这个概念对人类来说或许很难以理解。这也不是说我们就这样原谅杀人的人，或不把杀人当一回事，否则，因果关系也不会存在了。」

「当你在计划人生的时候，你会在过程中找前辈高人或神来讨论吗？」

「当然。不过就像我们可以用某一些方法来指导这个人，而不用另一些方法，前辈高人也会以某种方式来跟我们一起进行计划，但是他们并不想要逐条逐条的做，因为这样一来的话，那我们灵魂要学些什么呢？这些前辈高人的灵魂是更精微细致的振动。灵魂有一部分的成长是来自于用那样的理解和能力去帮助他人。生命以爱和服务为本，没有其它的东西了。」

「当你和 D.C 以及达斯汀一起计划薇乐莉的人生时，是不是就已经决定好他们会在什么时候、以什么方法死去呢？」

「一共有三、四或五种可能性吧。没有人只有一种出路的。」

「D.C 和达斯汀还讨论了哪些可能性？」

「D.C 的有抢劫、中风、煞车失灵、癌症。」当薇乐莉的灵魂提到煞车失灵的时候，我马上想起在黛柏帮薇乐莉进行的通灵会中，D.C 在黛柏的脑海里创造出了一个摩托车的影像。很显然地 D.C. 差一点就在一次摩托车的「意外」当中死亡，而这也是她在出生前就计划好的一个可能性。「而那个孩子的话，我们就让他可以选择有意识的自杀，还有一个机会是这个孩子会为了救另一个孩子而死。另外还有一个机会则是让这个孩子在之后的一次自杀炸弹客攻击中

丧生。」

「在他们这一世真正死掉之前，是不是还会出现其它的出路选择？」

「是的。」

「为什么最后他们是在那一个特定的时间、以那一种特定的方式死去呢？」

「这是三个灵魂一起同意的，他们认为这是可以带来最多成长的时间点。」

「这样听起来好像是灵魂造成了这些死亡的发生。我这样的理解正确吗？」

「并不是我们造成了死亡的发生。」薇乐莉的灵魂解释。「举例来说，有些人会在一些意外中毫无理由的生还。在那样的意外中，这个人是没有办法选择自己是要死还是要活的。所以灵魂会帮他们看，并且决定现在时候还不到。要记得，虽然灵魂和肉身感觉起来好像是分开的，但他们并不会违抗彼此。灵魂不会跟肉身吵说：『时候到了，该走了。』『不，时候还没到。』你一定要了解，肉身是由想法所创造出来的结果。」

「在达斯汀的情况里，」我指出，「用毒过量是个意外，他并没有想要自杀。所以灵魂的决定是如何转变成他的行动，造成他的死亡？」

「就像你所说，那是个意外。毒品的份量可能会让他致死，也可能是刚刚好。」

「但是他的灵魂就在那时候决定要结束这一世的生命？」

「这你就得问这个灵魂自己了。从我们的角度来看，我们会同意你所说的。」

「所以达斯汀的死不是因为他用毒的量有多少，而是他的灵魂决定了多少的量可以让他死亡？」

「没错。」

「所以他的灵魂所做的决定就转化成他身体里的一种生化反应？」

「没错。」

「而如果他的灵魂并不想在当时结束这一世的生命的话，那同样剂量的毒品就不会造成他的死亡了？」

「或者是灵魂会安排状况以外的事发生，让他不会有那么多剂量的毒品在手上。」

「灵魂是怎么做到的？」

「灵魂是怎么让一辆车向左转而不是向右转呢？」

「这是个好问题。灵魂是怎么让一辆车向左转而不是向右转的？」

「利用脉冲（一时的念头）。我们就拿另一个想要服毒自杀的孩子来做例子吧。不知道为什么，在他进行到一半的时候，他突然被灵魂感动了，他醒了过来。在他手上还有足够的毒品可以致他于死，但是这个人不会再把剩下的给吃下去了。达斯汀没有这样的觉醒呼唤。」

「你之前有提到，」我说，「肉身的转世可以让灵魂学到少了肉身就没有办法学到的事。但就我的了解，有部分存有从来就不曾选择投胎到肉身之中。如果转世投胎到肉身中是学习某些事情的唯一方法，为什么有些存有选择不要拥有肉身的生命呢？」

「并不是所有对灵魂成长来说非常重要的经历，都包含在化身为人的经历之中。没有语言可以解释，一个不曾转世到地球来，或投胎到人的肉身中的灵魂会如何学习。」

这让我很惊讶，因为这段对话中很自然的一个重点就是要来讨论到反面学习的人生计划。我向他们解释，从我的研究中，看起来很多灵魂计划的人生中，会让身为人的他们藉由反面经历来学习他们想学习的课题。

「如果一个人想要学习无条件的爱而来到一个让自己备受批评的地方，那这就是个动机型的人生。」薇乐莉的灵魂说。「这其中就是动机与灵感的差异了。」

大部分人透过动机来学习，而从地球被创造的方式来看，负面情绪千百年来一直都是大部分人学习的方式。接下来你会往前移动，时间开始加速、振动频率越来越快，这时候灵感的学习方式就会比较有效了。」

「在某些情况下，我听说某些特定的能量会被灵魂放进一个人的身体。这是不是一个人组成的一部分方法？」

「是的。」

「那么薇乐莉被放进了哪些能量？」

「灵魂给她的是一种特殊的智慧、好奇心、坚毅，以及愿意超越痛苦的意念。」

「灵魂要如何创造坚毅的精神呢？」

「问上帝他是如何创造花朵的。没有任何质量可以被解释。」

接下来我问，一个人的生命中有多少事是出生前计划好的。

「这不是只有一种作法。有些灵魂的成长等级会需要他把所有的事都计划好。等灵魂变老一点以后，他就会愿意开放更多选项。你不会预期一个首次投胎转世到地球的灵魂，会像已经转世过许多许多次的灵魂一样，把很多事情都交给当时的情况来决定。并不是所有灵魂都在同样的进化阶段中，也不是所有创造肉身与因果的方法都是一样的。」

「你会对薇乐莉说些什么可能会对她有所帮助的话？」

「她的心比预期中的更大，而她所受到的伤害，也比预期中的更小。很肯定的是，她的努力已经让其它的灵魂受益。我们希望她照镜子看见自己的时候，会感到非常平静。」

「为什么你之前会认为她的心没有那么大，而她所受到的伤害会更大呢？」

「因为对这个人来说，这一直是个非常困难的课题。这一次她跨出了很大

的一步，让我们非常高兴，也非常感激。」

「为什么薇乐莉和 D.C 不能有更多时间在一起？」

「因为这里需要出现的是订婚那件事，要他们两个同意与对方相守一生。」
薇乐莉的灵魂回答。「他能活多久在这里不是重点。」

「你之前也有稍微提到这一点，不过，我想要确认我的理解是清楚正确的。
为什么订婚这件事这么重要？」

「当两个人互许终生，表示他们两人这个时刻里情投意合，两个人中间的阻隔会降低，同时这也是一种信任的象征。在婚姻的原型中，双方都会认为：『我就是你。』通常大家在结婚典礼上只是说出那些话，其实心里并没有真的这样想。而薇乐莉与 D.C 两个人之间却完全没有虚情假意。因此，在这段恋爱关系中的第一个部分，也就是两人之间的紧密连结，已经达成。至于第二个部分，就是让她失去。」

「薇乐莉住在纽奥良，这个城市之前才遭遇到很严重的飓风侵袭。这也是她出生前计划的一部分吗？」

「飓风的侵袭让她刚好处在一个到处都有人失去至亲的地方。如果她真的可以学会无常并且藉此去帮助别人，那么纽奥良对她来说就是个最适合的地方了。」

「这也是为什么你让她住在纽奥良的原因？」

「是的。」

「在她的人生计划中有没有出现哪个灵魂跟你说：『我正在创造一次转世来经历在飓风中失去挚爱的人所带来的巨大痛苦。我们能不能一起规画，这样一来薇乐莉就可以提供协助给那个我即将转世成为的人呢？』」

「这很有可能发生，但其实没有。」

「薇乐莉对心灵成长相当有兴趣，你会鼓励她在哪一个部分下功夫，或是要特别去注意的？」

「我们会建议她努力让情绪维持在中心点。当一个人的情绪像钟摆一样两边来回摆动，要回复平静需要比较长的时间。但当一个人的情绪稳定在中心点的时候，他就会有能力去接触其他任何的领域，而且当要回复平静的时候，也不用经历那么多困境、花那么多时间。」

「她要怎么做才能够达到这个目标呢？」

「她自己会知道的。这个灵魂并不会给自己列出课程大纲。如果我们今天跟她说：『妳要做 A、B、C。』她不会听、不会尝试、更不会想去体验看看。人总是希望拥有更多的细节，因为他们怕自己会做错些什么事，或者是漏掉些什么，但这样是不对的。会有许多机会出现在她的面前，她要自己去挑选。否则，人就真的只是一种机械装置了。」

「还有什么重点是我需要理解但我却没有问到的？」

「你的问题已经非常充足了。」

「其它还有什么你想说的吗？」

「我们这次已经将你所需要的都给你了。」

「谢谢你和我交谈。」

「不客气。」薇乐莉的灵魂说。

史黛西为薇乐莉所做的补充解读

为了要尽可能完整的呈现出薇乐莉的人生计划，我请灵媒史黛西读取出生前计划会议中有关 D.C. 和达斯汀死亡的讨论。在解读之前，我告诉史黛西达斯汀是死于用毒过量。当我们开始进行，我非常安静的期待着，史黛西的指导灵这时正在翻阅《阿卡沙秘录》，并且把所看到的数据提供给史黛西。

「她和她的指导灵刚开始对话，」史黛西宣布，「他们告诉我，这位指导灵已经在三次转世中都是她的良师与益友了。在前世里，他曾经是她的丈夫和父

亲。我听到他们在讨论薇乐莉已经经验过的主题。她喜欢有系统、有顺序的去学习，但是当她们转世到肉身中之后，这对她们来说就是个考验了。

薇乐莉：我也曾经很专注的面对某些考验，但我经常被那些吸引我注意力的事情给打乱了平衡。如果我集中精神在某个特定的主题上，接下来我的人生就会开始往负面的方向走。

指导灵：偶尔是会有一些不平衡的事情出现，让妳转移了焦点，不过这些事同时也能帮助带领妳回到妳的学习核心。

「场景现在开始改变了。我看到她在和 D.C 讨论。」史黛西停下来聆听他们的对话。「薇乐莉非常强烈希望能够与他再次在肉身生命中有恋爱关系。我听到他说：

D.C：我这样会对妳不好，因为我计划只在肉身里停留很短的一段时间，我会离开妳。

「不论时间多短，她都愿意和他在一起，她非常想要他。这里也讨论到这样的经历可以如何帮助她达到目标，他们谈到他们会〔在投胎后一起〕规画人生，甚至会谈到生小孩的事。

D.C：但是妳会失望。

薇乐莉：如果你所说的失望是我只能在生命中拥有你一小段时间，那没有关系。因为这样可以让我去挑战是否能再次找回自己，以及在这一切发生之后，再次找回内心的祥和与平静。你的出现会是我生命中的礼物。

「他答应这么做了，虽然他知道最后他的过世会给她带来悲伤。我看到他伸出手去碰触她，用一只手抚摸她的脸颊，他对她有这么深的爱，但同时也非常心疼她即将要面对的痛苦。不过他了解自己的角色可以为她带来帮助。在他和薇乐莉坐下来讨论她的人生计划之前，他早已经和另外一个人协议好他将英年早逝了。

「我现在要去找达斯汀了。」

再一次，史黛西停了下来，这时她的指导灵正带她前往达斯汀出现的部分。

「我在他们讨论到一半的时候走了进去。」史黛西解释。「他已经在叫她『妈妈』了。为了他好，他们已经决定他也会早早离开人世。我听到有人说：『反正不是这样就是那样了。』」

「这是在平衡因果关系。在前世里，这些角色就已经决定了。在那一世里，她死掉时的年纪，比他在这一世里还年轻很多，而他当时是她的母亲。他们过着很艰苦的生活，在一个牧场里，非常穷，工作非常辛苦，而且日子非常刻板无聊。也因此达斯汀比较兴奋，他计划这一世里要有一些机会让他更有生气勃勃的感觉。我感觉到，达斯汀（在这一次转世成为薇乐莉的儿子时）会有点没办法让自己的意念专注。他答应帮助薇乐莉藉由她的需要获得平衡，但他希望薇乐莉给他照顾、爱和能量来交换，就像他在前世里给她的那样。

薇乐莉：（对达斯汀说）我想要照顾你。我想要把你生出来，然后尽我所能的照顾你。这一类的责任对我来说是很稀松平常的。我会持续从照顾家庭与家人的经历中成长，这就是我的本源。

指导灵：妳需要培养更强的自我价值，而不是只有自我纪律。否则即使等妳回来（在死后回归成灵魂），妳还是会带着不知道自己是谁的疑惑。妳总是会觉得自己是某人的妻子、母亲或女朋友。这对妳来说已经是很长久以来的考验了，妳要发现真正的自己，并且愿意相信这样的自己就足够了。这一次的转世可以帮助妳找到妳内在的平衡。

「达斯汀说他两个世界都喜欢——肉身的存有和灵魂的存有——一样喜欢。他在之前的六次转世中拥有很多能量。这些能量移动得很缓慢，而且都是很世俗的能量。他想要在即将到来的这一世里，将这些能量驱除、表达出来。我听到他说：『就是这样了。我去，我把事情做完。』他有一些自己想做的事。他想要直截了当的去做，全部做完，然后回家。

「他在另外一边是有事情要做的，他会和很多在前世和这一世里当过他亲戚朋友的灵魂互动。他也会照顾小孩子。他认为自己的工作有三分之一都是在另一边进行的，而且他做得非常好。这些来到无形界的小孩年纪大概是从五岁到十五岁不等，达斯汀帮助他们，特别是那些突然死亡的小孩，他会安慰他们、陪他们玩，让他们适应情况。此外，他热爱音乐而且非常投入其中。他想在肉身世界中把事情做完——用很快的速度做完——这样他才能够回来继续他的

工作。

「有一个与他的死有关的人，他们是〔在出生前就〕协议好的。他就是从这个人手上拿到毒品的，他是他的主要供应来源。这个人是他最亲近的朋友，尤其是在他开始吸毒之后。我听到达斯汀说：『带我离开。』意思也就是：『成为造成我死亡的原因。』

「另外我还看到更多，我看到他们两人的某一次前世，那是在中世纪的时候。我看到带着盔甲的武士——金属炼衣和头盔——骑在马上。他们两个人是在国王军队中一起作战的士兵。达斯汀的朋友在战争中受重伤就快要死掉的时候，他请达斯汀再补他一剑，这样他就可以少受点痛苦。达斯汀了解他朋友的感受，所以就照着做了。

「达斯汀对吸毒、死亡或是将死的经历都没有任何负面的情绪能量。因为他不觉得这些事情是负面的，他认为这些事是来帮助他达成目标的。他的目标是什么？早点离开。这一世对他来说并不是沉重的一世。他只是来了，把事情做完，在过程中好好享受，然后离开。吸毒单纯只是一个历程而已。达斯汀在之前就已经得到保证，他这一生都会得到很好的照顾，而且不管在他接触毒品之前或之后，他都不会有什么大碍，因为他和他母亲已经有了协议。他知道她会一直在他身边。吸毒这件事，有部分也是他表达个人自由的一种方式，同时也是他结束生命的方法。

「我想回到薇乐莉身上来。」史黛西补充。「在每一场讨论中，大家都认为她会因为他人的选择而承受许多悲伤。她觉得自己可以应付得来。她了解在这样极端的情绪感受之下，会产生出钟摆效应，最后带领着她找到自己内心的平衡所在。

☆☆☆

永生不灭的我们无法理解死亡是什么，但是我们却可以在肉身世界中创造出死亡的假象。这样的假象并不是无形界中的我们，在无形界中的我们永远都会知道自己的永恒不灭，并且自己与其它灵魂永远都是一体。当自己是灵魂时，薇乐莉知道 D.C 和达斯汀跟她是一体的，就像她也与他们是一体的。她没有办法理解自己怎么可能会与他们分开。他们是一起分享了多次转世的灵魂，他们

之间的爱非常深切，而他们的心之间的联系是无法斩断的。在灵魂的状态中，D.C，和达斯汀对她来说仅是一念之遥而已。

所以他们的联系不会改变。就像之前的故事中天使告诉我们，无形界的空间与我们之间只有一根头发的距离，它与我们互相交错，并且环绕在我们肉身空间的周围。薇乐莉感受到与 D.C 和达斯汀的分离，这中间看起来是一道她觉得自己无法跨越的鸿沟，但事实上却是她自己那永生不灭的灵魂所创造出来的象。除了强大灵魂可以像变魔术一般的制造出假象，甚至让自己这个创作人看起来都觉得是真的之外，还有谁能呢？正因为忘记了自己在出生前就计划好，要让自己融入这个自己所设计的假象之中，现在薇乐莉很可能已经记起来——并且更深刻的理解到——身为无限的存有是什么意思。当她伸手碰到那层纱，不管是经由灵媒，或是透过她的意识与她儿子的意识相结合，她记起了分离只是种假象。记忆中还有其它的：她自己是永恒、强大的灵魂。透过记起自己是永恒、强大的灵魂，薇乐莉更能够深入认识、体验到，自己真正是谁。

当她被困在与挚爱的人分离的想法中，薇乐莉同时也体验并了解到自己就是信任与信念。

在前一个故事里，帕特在出生前计划好要转世成为一个酗酒数十年的人，只为了要能体验与神全然分离的感受，并且藉此重新建立起他灵性上的连结。就像帕特，薇乐莉现在透过内在的认识而碰触到了另外一个空间，这样的认识由痛苦而来、也因为痛苦而加深。如果 D.C 和达斯汀没有离开，薇乐莉要如何相信他们曾经来过？如果他们没有死掉，薇乐莉怎么会相信他们其实永恒不灭？正是因为质疑，有意义的信任才会产生；正是因为不确定，真正的信念才能被创造。唯有在这样的状况下，对立才会明显、选择才更让人觉得重要。每一次当薇乐莉穿透这层纱，去感受达斯汀和 D.C，持续不断传送给她的爱时，她就能更加理解肉身死亡的假象和无常。了解到肉身的失去，同时也增加了对灵魂不可能消灭的理解。我们从来不曾失去自己所爱的人，他们也从来没有离开我们。当这一生圆满结束时，薇乐莉，这个曾经明显感受过的失去、以为自己的核心并非永恒的她，将回返到灵魂之中，与 D.C 和达斯汀分享一种全新并且更深刻的认识——他们的生命和爱皆为永恒。

正如这次转世里的情况为薇乐莉心里带来了信任与信念的感觉和认识，这些经历也可以让她去体验原来自己就是慈悲与同理心。就像在之后薇乐莉说

到：「我对人类所受的苦难有了深入的理解。」她的确是。然而，这已经不再只是一种理解而已了，这是她存在的意义。当薇乐莉在拥抱那个在遭受到卡翠娜飓风蹂躏的女人时，她感受到——真正感受到——那个女人的绝望。薇乐莉同理心的深度，以及慈悲心的浓度，都淬炼自她自己灵魂所经历过的黑暗夜晚。在便利商店里的那一刻，薇乐莉的痛苦让她能够宽大的去了解另外一个人的痛苦。

薇乐莉可以计划一个无忧无虑的人生，但是这样的人生不会创造出痛苦以及由衷的共鸣，让这一切在飓风来袭时得以擦撞出火花。当薇乐莉拥抱她时，这个女人感受到这样的同理心与慈悲来自一个真正能「了解」的人。她觉得有人了解她，也因为如此，她不再是一个人孤独承受着痛苦。而在达斯汀和 D.C 过世后感到孤立无援的薇乐莉，她所感受到的痛苦也减轻了很多，只因为她撑了过来。这种在能量上亲密连结的冲击，其力量之大无可计算，同时也远远超过了一个只在概念上了解受苦是什么感觉的人所给予的安慰。就在当下这样的爱的表现中，薇乐莉创造了对自己新的认知：她就是同理心和慈悲心。当她离开了肉身的世界时，她会带着这个更高的自我认识回到灵魂中，并且永远都是她的一部分，一直到带来这个认知的痛苦消失在时间流逝之中很久以后。

在薇乐莉为自己疗伤与帮助别人疗伤的过程中，她会在自己内心建立起坚定与平衡的感受，这样的平静稳定与死亡所带来的伤痛、激烈的情绪完全相反。这，也是她计划中的一部分。正如薇乐莉在她的出生前计划会议中说，她在几次前世中都曾经经历过失去平衡的感觉。灵魂会在接下来的一世中去平衡在前世没有获得平衡的部分。虽然就人的角度来看，D.C 和达斯汀在出生前就选择好要离开薇乐莉，是件非常难以理解的事，但是就灵魂的角度来看，这些选择全都是出于爱。D.C，和达斯汀计划了能够促进他们自己，以及所有身在其中的人成长的人生，包括了薇乐莉。正如薇乐莉的指导灵所观察到的，就是他们的死所引起的这份不平衡，可以带领她回到她自己内在的中心点。薇乐莉将会找到那个中心点，并且经历史黛西所提到的钟摆效应，让她转移到灵魂层次的概念上，更加体认到失去的无常。

在她的转世中，薇乐莉勇敢的臣服于自己的计划中，这将有助于增进她自己的价值感，也就是她的指导灵所说的自我价值。当她看见自己每一天在失去达斯汀和口。。之中继续活了下去；当她认识到自己就是自己所经历的一切的

伟大创造者；当她在这个肉身世界中以信任、信念、同理心、慈悲和平衡来展现自己，她就会知道要好好珍爱自己的感觉，而这感觉并不用依靠她在某一世中担任谁的角色来得到。薇乐莉目前在这一世中所经历的失去，由她自己所设计的失去，将会给她动机，让她渐渐由肉身的意识转移到心灵的意识。就像她的指导灵曾经告诉她，她总是把自己定义为某人的妻子、母亲或女朋友。这一世当中她也有这样的身分认知，但是失去了那些让她可以扮演这些角色的人，促使薇乐莉去想起，自己不只是这些身分而已。薇乐莉的生命蓝图让她去认识自己，就像她现在所知道的 D.C 和达斯汀一样，都是永恒不灭的灵魂。

薇乐莉的故事同时也告诉我们，因为我们不知道别人的出生前计划，所以我们也不能去批评别人为了实现他们的计划而选择要过的人生。举例来说，很多人都会用很严厉的言词来批判卖毒品的药头，但是在灵魂的层次上，达斯汀因为与这个人之间有着很深的爱，所以他们一起计划了这次的转世，而在其中，达斯汀委托他扮演一个攸关生死的角色。就像薇乐莉一样，这个药头答应让达斯汀决定自己的生命——与死亡——以达到他所要的成长。当这个药头最后回返到灵魂中时，达斯汀会带着爱向他问候，并谢谢他把这个角色扮演得如此成功。同样地，薇乐莉也会向 D.C 和达斯汀表达感激，因为他们让她得以去学习她所计划好的一切。更重要的是，这里不会有任何责备。所有人都知道他们不是受害者，而且事实上，也没有所谓的受害者存在。没有所谓的罪，也不需要有任何原谅，因为他们每一个人都按照计划做出了美好的演出，这里面哪有什么错误可以去原谅的呢？

虽然这些角色都是在出生之前就已经选择好，并且获得大家一致同意的，但是在真正实行这个计划的时候，仍然会有痛苦的感觉产生。薇乐莉从这样的痛苦折磨中学到了很多，也有很多可以去教导其它那些活在痛苦折磨中的人。在她儿子死了之后，从这个经历当中她知道自己必须去拥抱痛苦。就像指导灵在黛柏的通灵会中建议她：「说『我会一直哭到自己没有眼泪为止』，然后再继续哭。」指导灵知道，被压抑的痛苦，不会有痊愈的时候。

为了疗愈痛苦，也许可以这样想，其实我们与自己的关系，就像我们与其它人的关系一样。假设一个很要好的朋友在失去所爱的人之后，来找我们寻求支持，我们一定不会抱着双手不敞开胸膛迎接，然后还转身离开，我们也不会跟这个朋友说我们没空，或者是告诉他他得放下痛苦继续活下去才行。那么为

什么我们有时候要这样对待自己呢？薇乐莉在 D.C 死后不愿面对自己，转而去向酒精寻求安慰，但是在达斯汀过世后，她却因为够爱惜自己，所以愿意让自己去感受失去。当我们在悲伤时，我们更需要自己的爱，那一种在朋友哀伤时我们会毫不吝惜付出的爱。

也因为哀伤是非常痛苦的，所以有时候我们会想要试图去缩短这个过程，甚至完全把这样的过程丢到一旁去。对灵魂来说，哀伤是表达爱的一种方式，而任何一种表达爱的方式都是一种疗愈。如果我们抗拒悲伤，我们就会在自己的能量包裹在痛苦外面，然后把它锁在某个地方。哭泣是身体消除这种能量密度最自然的方法，眼泪让能量保持流动，也因而能更进一步的进行疗伤。

当我们了解到哀伤的价值后，我们可能会觉得自己应该要哭才对。在灵魂的层次上，应该的能量与真正的疗愈是不一样的。应该是头脑中理智的概念试着要去控制心的处理方式。当我们告诉自己「应该」「一定要」「必须」去做某些事的时候，我们就是在让头脑去设定我们行动时的振动频率。然而，比我们去做了什么动作更重要的是，我们在做那件事时的振动频率。

当哀伤是当下、自然的情绪表现时，我们就能获得最有效果的疗愈。因为「应该」而去哭泣，那是透过了我们的自我意识来哀伤。但因为我们想哭而哭，则是一种温柔而且充满了爱的方式，可以滋养我们。

灵魂从来不会在我们的哀伤中抛弃我们，也从来没有一个人会独自悲伤。那些「独自哀伤」的人，身边围绕着指导灵、天使，以及已经离开人世的人，他们给我们的爱是超越一切的。肉体会死，爱却不会。当我们想起那些已经回到灵魂之中的人，我们思绪的能量就会将他们召唤回我们的身边。通常他们都会试着跟我们说话，就像达斯汀透过薇乐莉的妹妹传递讯息给她一样。他们有能力把想法传进我们的脑子里——当我们醒着的时候，或当我们睡着的时候会更强烈——把他们的感受传进我们的直觉里。因为现在他们的能量不再受到肉体的阻碍与限制，他们可以，就像达斯汀所说，透过像是电话这一类的装置来沟通。就像指导灵和天使他们可以安排一些「巧合」来指引、疗愈，或是帮助我们一样。比方说，很常会见到一个哀痛逾恒的人在失去了心爱的人之后不久，就会碰到(并且收养)一只流浪动物。此外，所爱的人在回到灵魂的形式中之后，也会制造出熟悉的味道，像是他们之前用的古龙水或香水味道，来告诉我们他们还在。我们的悲伤有时候会阻碍我们去察觉他们所留下的讯息，但是我们如

果愿意相信已逝的爱人还在，那么这就像是邀请，让他们为我们的生命带来疗愈的奇迹。

最后，肉身的死亡是灵魂在人生计划已经圆满达成后所做出的选择。「当一个人死了，那就确定他该得到的都已经得到。」薇乐莉的灵魂这么告诉我们。这样的确认让我们了解到，亲爱的人死去并不是我们的错。某些我们觉得自己有责任的致命意外或状况，其实只是这些亲爱的人在出生前所计划好的人生出口罢了。那些你认为自己造成了另一个人死亡，或应该要去阻止另一个人死亡的人，你们应该要知道：没有人的死不是经过他个人同意的。所以，原谅你自己吧，让自己的心获得平静。

在我们出生前计划中的信念与信任这两种智慧让我们知道，那些我们所爱的人，在他们的生命中撷取了一切他们原先想要寻找的成长、美好与丰盛。他们很平静的知道自己已经按照自己的计划活过了这一生，而他们也会与我们分享这份觉知，以及其所带来的平静。

7 意外

在地球上，发生在肉体上的意外看起来是随机的。当这些意外不太严重时，我们会认为是倒霉，而当这些意外很严重时，我们就会认为是悲剧。发生意外的人，就像是受到了残酷的宇宙之手所拨弄，这只手随心所欲的分配幸运与悲剧，冰冷的漠视一切，毫不公平。也因为如此，我们通常都很害怕意外的发生，而让我们的生命蒙上一层黑暗的色彩。但是，就像前面几章里所提到的，肉身世界里所发生的事，很少是我们眼睛所看见的那样。

这一章要探讨的是看起来非常互相矛盾的想法：计划好的意外。许多意外都是在出生前所计划的，为了要获得成长、为了要能为他人服务、为了觉醒，以及为了能更深入的认识自己。不但是经历意外的这个人可以获得重大的成长，还包括了每一个受到影响的人也都会成长。最终，因为所有生命都是互相连结的，所有人都会受到影响。

这一章里你会读到两个经历过重大意外的人：杰森·德斯顿，以及克里丝汀娜。在他们出生前，就都选择了要面对与众不同的挑战。

杰森的故事

「没有什么比这更棒了。」杰森在巡视自己的后院时这么想。那是二〇〇四年八月一个温暖、晴朗的午后。他的朋友在其中穿梭，开心的聊着天，等着杰森和他的太太达薇娜即将要准备进行的烤肉晚餐。稍后，等太阳下山，他们就会聚集在喧哗的营火旁大快朵颐。杰森和达薇娜的儿子：杰朗和葛瑞特，福克斯，大家都会亲昵的叫福克斯狐狸(Fox)，他们这时正在泳池里玩水，而其它的小孩子则是在草地上奔跑、笑闹着玩游戏。杰森不久前才刚通过了一个主厨指导职位的面试，这份工作可以说是他一生梦想的实现。那一天早上，他用很爽利的速度帮他那一英亩的草地除了草。「就像是超人。」杰森忧伤的说。

没有多久之后，他的人生即将全然改变。

达薇娜把杰森叫来，要他开始准备晚餐了，他一时玩心大起，从她身边跑掉，跳进泳池里想要溅杰朗一身水。「我就像平常那样跳进去，只是这次不太

一样。」杰森回忆。「这次我的头撞到了泳池底，感觉就很像是被雷劈到我的脊椎一样，我想要挥动手臂让自己浮上水面，但是我做不到。我一直往水里沉，完全动弹不得，我只能向水投降。」

「接下来我所知道的是，我看到了很清楚的画面，里面都是我所爱的人，我看到了所有我舍不得放下的人事物。我没有办法形容当时我所感觉到的平静和安详有多么强烈，我想要拥抱那种感觉，留在那种感觉里面，但我是一个三十二岁的男人，有妻子、有小孩，还有事业，时间还没到。我接受到一个来自更高力量的讯息告诉我说：『你会活下来的。你不会有愧疚、悔恨或是任何一种负面的情绪。』」

杰朗是第一个发现状况不对的，他试着要去拉他的父亲时，才发现父亲完全没有反应。然后他看着父亲的眼睛——发现他根本不在那儿了。朋友把杰森从泳池里拉了出来，达薇娜拚命压他的胸膛，尖叫着：「你不会死的！你不会就这样死掉！」

杰森断了两节颈椎。他被直升机空运到医院，医生为他进行了紧急手术。很快的杰森和他的家人就会知道，他的胸部以下已经完全瘫痪，虽然他还可以稍微移动手臂上的几块肌肉。

「我醒来时，喉咙里插着一根很粗的塑料管。」杰森说。「我身上到处都接了各式各样的管和电线。我不太感觉得到肩膀以下的任何部位，不过，我却感觉得到一种非常难以忍受的疼痛，我从来不知道竟然可以这么痛。那是我的骨头在痛，从骨头的深处发出来。我第一个反应就是想要拉掉喉咙里的那根管子，这样我才能开口说话，因为我的脑子里思绪奔腾。那是我一生中最漫长的一天，一整天我都没办法开口说话。我只是想要告诉大家：『我还在这里，一切都会没事的。』等到他们要找一条比较深的血管来进行静脉注射时，我父亲才看到一滴眼泪从我的脸颊滑下来，他这才知道我还在。」

在接下来的几天里，虽然他自己的状况这么糟，杰森还是很关心其它人的感受。

「我觉得自己有责任要让身边的人尽可能觉得很好。」他说。在进行呼吸治疗时，他们在他身上穿了一件会振动的背心，用来将肺部的积水排出来，杰

森发现这是个好机会。「我为大家唱歌，我唱的就像这样：『我该(开)着我的遮(车)……』引来一群人聚集在我病房门口，大家都在笑。我很高兴自己还活着，也因为收到神的讯息而充满了力量！我想让身边的所有人快乐，虽然我正在面对一件自己根本想象不到有多困难的事。」

杰森在加护病房待了两个礼拜，然后又在复健中心住了三个月。复健的过程非常缓慢，一开始他的肌肉完全没有反应，他需要别人喂他吃饭、帮他换衣服。

等到杰森开始在复健中渐渐有起色的时候，他才发现他的生活永远不可能跟以前一样了。复健过程中出现了一个特别煎熬的时刻：复健师要他将一个三明治切成两半。

「我的复健师拿出一把小型的法国刀，放到我的手里。」杰森还记得。「我当主厨很多年了，我可以用一把法国刀做很多事。但我只是瞪着那把刀看，心里想着过去我每天开始工作的时候，都会先把六个大洋葱、好几根胡萝卜和一大把芹菜全部切好放进锅子里烫熟，从头到尾只要十五分钟。现在，我很勉强才能把刀子握在手里，更不要说去切三明治了。那时候我终于崩溃大哭。」

杰森靠着一句座右铭熬过复健：「我会……我可以……」意思是：「我会试到我可以做到为止。」同时他给自己订了一条规则：绝对不用不行这两字，除非前面加上了还这个字。

虽然他很高兴能够离开复健中心，但是回家也是一件非常艰辛的事。

「大家都不知道、不了解，而且很疑惑也很担心他们这样会不会弄伤我。」杰森解释。「每一天，我都要不停思量究竟我需要多少帮助，还有我加诸了多少压力在别人的身上。」

至于达薇娜，虽然杰森形容她的本性非常坚强，但是这一切的经历对她来说还是太难受了。「她还是很不能接受看到她的丈夫没有办法移动胸部以下的身体。」杰森告诉我。「她把自己的难过都藏起来，不想让我觉得她好像把我当成一个残缺的人。」他们也还在努力适应这件事对性生活所带来的影响。「很伤心的感觉，还有失去的感觉。」杰森静静的说。「我们还在努力之中。」

「杰森，」我问，「你怎么跟两个孩子说明这次意外？」

「小狐狸会说一些像是：『爹地，你记不记得以前你的脚可以动？记不记得以前我们会一起去钓鱼？』的话，我会说：『爹地还是可以去钓鱼，只是跟以前会有点不一样而已。』杰朗对我的状况则是充满了爱心，他并没有把这件事当成悲剧。但是他必须要比以前更加照顾他的母亲和弟弟。他已经开始扮演这个角色了。」

杰森的母亲也是照顾他的人之一，但是他们之间的关系有时候会变得很紧绷。「她对于照顾我这件事非常小心翼翼、无微不至，而且从来都不用我想要的速度和方式来做。」杰森解释。「所以有时候我会跟她说这里可以加快一点，然后她就会变得非常沮丧。她真的曾经哭着跑出房门过。『喔，这样子不够快？待会儿见！』但是她展现出了母亲那种无条件的爱。她愿意为我做任何事。」

他们所居住的小区也凝聚了大量的爱。邻居办了一个募款餐会和无声拍卖会，来为杰森家的残障坡道和加宽的大门筹钱。朋友们帮忙劈柴并且整齐堆好，有一次他们还在木柴上刻了「JT」两个字母，当作礼物送给他。当地的教堂捐献了一整套新的淋浴设备。这么多人以这么多种方式来帮助他，达薇娜还在报纸上写了一封信感谢所有人。

「不过，还是有些人就再也不出现了。」杰森说。「我一个大学的朋友到加护病房来看我，他跟我说：『老实说，我不想看到你，因为我想记得你以前的样子。』我在复健中心的时候他也来过一次，不过自从那次之后我就没再见过他了。有很多人眼里看见的还是我，而不是那个意外。但有些人看见的却是那个意外，而不是我。」

渐渐地，杰森开始适应他的新生活。经过了多次练习之后，现在他可以自己吃饭了。他可以帮自己洗澡，一直洗到有人来浴室接他出来为止。一天中穿衣服和吃饭的过程，有时候一共要花上四个小时。杰森没有办法拿笔，但是他可以用挥动整只手臂的方式来写字。「耐心这个课题有许多不同的层次。」他观察到。

「我并不后悔自己跳进水中的那一刹那。」他补充。「特别是就我的了解与看法，我知道会发生这样的事一定是有原因的。」

「杰森，对于那些刚刚经历过一场意外，或者是关心着身边发生意外的朋友的人，你会说些什么？」我问。

「我会去想自己还拥有的。」他回答。「我还可以记得住事情、玩拼字游戏，让脑袋更灵敏。很多本来不可能认识的人，因为这件事而紧紧连结在一起。对此我深深感激。」

「还有什么是你希望大家知道的？」

「哭可以帮助疗伤。还有就是，底层里，这个人还在。并不是因为这个人看起来和以前不一样，或者没办法再像以前一样移动，就代表了他身体里面的那个人已经不在，或是你就不再爱这个人了。我相信我们是适应力很强的生物。我们可以适应，然后克服。」

杰森与史黛西的通灵会

在和杰森谈话的时候，我很惊讶于他保持正面态度的决心。在访问过许多人之后，我的结论是，我们都被赐予了这几样礼物——个人特质、家人朋友、同步性——我们需要这些才能去接受，并且将我们的人生考验转化为我们的成长。我们会不会这么做，是由我们的自由意志所选择。但是杰森，我感觉得到，他被赐予了坚强的意志，这样的意志推动了他向前，即使，或者说正是因为他人人生中这个困难的考验。受到濒死经验的启发，他决定不受负面想法的影响。他直觉的知道，这起意外发生是有原因的，而他也在其中寻找意义。我有种感觉，他永远不会停止这样的探寻。

为了知道灵魂对杰森这场意外的目的有什么洞见，我请史黛西去聆听杰森的出生前计划会议。在开始解读之前，我告诉她杰森和家人的姓名与生日，并且告诉她杰森因为跳水意外而四肢麻痹（四肢麻痹也被定义为瘫痪的一种，只是瘫痪的部分为四肢）。

「我看到他在和三位指导灵说话。」史黛西在她开始听见并看见杰森的出生前计划会议时这么说。「我看到四分之三的房间都被杰森和他灵魂小组里的人占满了，这些人有的会和他（在地球上）有所互动，有些则会留在无形界里。」

那三位指导灵则是站在房间另外四分之一的地方。杰森正热烈的在和指导灵说话。

杰森：我想要这样的挑战。

指导灵：你明白在那之后一切都会改变吗？

杰森：我明白。我已经苦恼太久了，当我在肉身里的时候，我总是会被「立即性」这个概念给俘虏。每当我进入肉身生命，一直到长大成人，我都忘记其实我所看见的并不是一切。我在这一次又一次的转世中都有个习惯，我会去注意那些最有立即性的事情——社会结构、当时最流行的是什么、社会认同、地位，还有成就——并且否定任何我在进入这个人生之前所想要追求的心灵议题。

我想要成为无私的人，不是只为了我的家人，而是为了更多人。我想要用我的精神力量让他们看见这一点，以及我能够启发他们去做些什么事、拥有什么样的感觉。我想要为其它人奉献，用一种可以帮助我再次看见自己灵性的方法。

指导灵：你最大的心灵成长和信念上的突破——而不是信念本身的增加——会出现在你发生意外的三到四年后。这一段时间你会有很快速的成长，你会听到耳朵里出现提醒和各种声音，这是敏锐听力所呈现出的一种现象。你的听力、肉体和心灵上的都是，会在这一段时间增加。

杰森：太好了！我很欢迎。

「他们告诉我，杰森已经在这个进化的最后一个阶段。」史黛西补充，重复她的指导灵所说的。「这是他最后一次学习这个课题，他现在做的正是他为了达成目的所想要做的。」

由于这样的人生考验一定会给身边的其它人带来很大的冲击，所以我知道杰森一定和其它那些会跟他一起转世的灵魂有所讨论。我问史黛西她是不是可以听到杰森与其它灵魂的对话，从他的母亲开始。

「他跟她说，这个意外会发生在他大概十岁左右。」史黛西说。「那就会是

另外一个不一样的意外了。我看到她哭了起来。她的手举在他们俩中间，一直挥动着表示『不要』。

母亲：不要、不要、不要！我不答应这样做！那像是失去你一样。我之前已经失去过你了。在几次的前世中你也曾经先我而去。我不希望这样的事再次发生。即使你还在，只是被困在自己的身体里，那感觉还是太像再次失去你了。

「在那些前世里杰森也是他母亲的儿子吗？」我问。

「儿子、兄弟，还有伴侣。」史黛西回答。「在他们是伴侣的那一世里，她是丈夫，而他是妻子。」

「他怎么解释为什么想要这么做？」

杰森：我的目标是要体验一件事，可以强迫我在肉体的意识中理解到，我不只是我的身体，也不是我们自己评价自己时所认定的这个美好结构。我自己就是最重要的裁判。

「在我听到这段话的同时，」史黛西说，「我看到了一个十八世纪的画面。他那时候属于上流社会。在当时，外型、社交和社会地位就代表了一切。他这一世就是想要超越那一世的种种，并且获得平衡。」

母亲：我希望这件事不要发生在你小时候。

杰森：我同意把这件事往后延。我会和我太太讨论发生的时间。

「现在我看到了杰森的妻子达薇娜，这是一段非常严肃的对话。他们谈到了他们第一次相遇，他们谈到了他们的爱情滋长，然后结婚、生小孩，以及当杰森的人生突然急转弯后，他们两人的关系会变得更认真。他们也谈到了这个所谓的『意外』，我们都知道其实并不是意外。」

「我看到杰森把他的手放在自己的脖子上，我听到他对这个即将成为他妻子的女人说了很严重这个词。」

杰森：这个意外的结果会非常剧烈，所有事情都会被改变。

达薇娜：这样会让你在心灵层次上有所增长。这就很像是面包，一旦放进烤箱里，就会膨胀起来。

「达薇娜能够了解为什么他会想要做这样的选择：这样一来，他才可以从放下他在过去四次前世里所持有的那种自我限制的信念，从中将心灵解放出来，并且因此成长。这也是为什么是四肢麻痹的原因。」

「史黛西，所谓自我限制的信念有哪些？」我问。

「认为所有事都只有一种正确的作法。」史黛西回答。「在其中一世里，这样的想法以宗教的方式表现，另外一世则是以顽固严苛的性格表现。他们没有告诉我更详细的内容了。」

这是个重要的发现。在四次的前世里，杰森在肉体上都有绝对的自由，但他却给自己的想法设下限制。为此，他在这一世计划了肉体上的限制和思想上的自由。确实，肉体上的限制是为了要创造出他在思想上的自由。这样的对衬是刻意造成的，这其中的因与果关系非常完整。

「史黛西，你能听到更多杰森和达薇娜之间的对话吗？特别是有关于这场意外对他们的婚姻所造成的影响？」我问。

然后史黛西听见：

达薇娜：对我来说，要照顾你这件事，在心理上、感情上和体力上，都会让我很难承受，更不要说在这件意外发生后，除了你之外，我还得照顾我们这个家。（叹气）这并不是我第一次过这种很艰难的人生，但是这么做符合了我想要为他人服务的人生目标，我会为你和其它跟你一样的人服务，之后你就会知道这些人是谁了。这对我来说会是个很大的考验。我不知道我有没有爱你到可以这样做。我不知道自己可不可以爱你比那样还多。

「她的意思是说，爱那个四肢麻痹的你。」史黛西解释。「我没有听见她要离开他的决定。」

史黛西的指导灵接下来带着她到了会议中的另一个部分。

「我看到杰森在与这一世中成为他父亲的灵魂说话。」史黛西说。「杰森父

亲的灵魂看起来非常知道自己是谁，而且很沉稳。他和杰森在很多世里都曾经一起，也有过各种关系，但通常都是家人的关系。

杰森：我在很多次转世里都以你为榜样，于是我再次选择来到一个有你的肉身做我榜样的地方，即使我已经长大成人了还是一样。

「这是一个玩笑。」史黛西观察到，杰森跟他父亲说话时，语气中有种非常轻松的语调。

「杰森在说这些的时候话里有开玩笑的成分。」

一开始我很震惊，杰森竟然可以用这样的方式来谈论他的意外。以他所要面临的严厉考验来看，他语调中的轻松简直是不可思议。接着我想到的是，史黛西的指导灵，这一位高度进化的存有，他带我们来看杰森所开的玩笑，一定有他的意义。之前每一次史黛西去读取出生前计画会议时，她的指导灵都会带她去那些最重要，也可能最有帮助的对话场景里。他会选择这一段对话，毫无疑问一定也是有同样的意义。

我更深入去想杰森的笑话以及我听到时的第一个反应时，我突然了解到，我是从他性格的角度去看他的这一段旅程。如果我们相信自己的确有可能遭到永久的损毁的话，那么，一场严重的意外就真的会是一件很可怕的事了。但是身为永恒的灵魂，我们其实是不会真的受到伤害的。就是这个灵魂层次上的理解，让杰森可以跟他的父亲开玩笑，而史黛西的指导灵会想把这一段与我们分享的原因也正在于此。

这提醒了我，史黛西的指导灵选择了出生前计划会议中的某些部分，都是有很好的理由的。我问他为什么要让我们看见杰森的目前拒绝杰森一开始的计划，不让他在小的时候就遭遇到那样的意外。

「他说，杰森目前的那段对话可以展现出，我们在计划的过程是可以自由选择的。」史黛西回答。「那是她的选择，她不要杰森在她照顾之下的童年期间就遭遇到意外。我们可以选择我想要与不想要面对的情况。杰森对他母亲的爱，促使他延后了意外发生的时间。到了杰森与达薇娜交谈的时候，时间就已经决定好了。他决定要等到他长大成人之后。他转而去跟达薇娜谈，是因为他想问看看达薇娜愿不愿意成为他人生中的一部分，她可以选择要或不要。」

「灵魂会不会比较喜欢在哪些特定的时间发生这场意外？」我问。

史黛西说话的速度偏慢了下来，现在是她的知道灵通过她来说话。「这是要根据许多事才能做出的个人选择。」他说。「有时候灵魂会比较急切（要完成一个转世投胎的循环），有时候则是其他的一些因素，像是地球的能量在这个人这一世的某些时间点才会出现。你可以用占星学或其他数值计算方法，像是命理学，来定义或称呼这些能量。灵魂在出生之前就知道这些能量的存在。」

「灵魂会计划让自己经历意外还有哪些原因？」

「平衡因果关系是最主要的原因。如果一个人会在前世用很痛苦的方式去伤害了另外一个人，那么他们通常都会计划好，要出现在对的地点、对的时间，受到另外这个人亲手的伤害。很多时候我们需要更多洞见。意外的发生会强迫这个人改变他看事情的观点，因此让他们拥有洞见，这样的洞见在多次的肉身前世里都曾帮助过他们。」

「对那些遭遇了改变一生的意外的人，你会说些什么？」

「心灵超越一切。要永远记得，你不只是你的身体而已。」

「对那些心爱的人在意外中受到严重伤害的读者，你会说些什么？」

「你正在经历的这件事当中有着极大的慈悲。这是一个测验，试探你是否能无条件的去爱，以及是否能在他人为你服务之时，或是在未来当你需要帮助，而由他人为你服务之时，永远记得这一点。还有，记得宽恕，因为愤怒一定会在某个时间点上累积爆发——对这件意外的愤怒、对这个发生意外的人的愤怒、对事情为什么一定要变成这样的愤怒。记得，在所有出现愤怒的时刻里，好好练习宽恕。」

杰森与黛柏的通灵会

除了史黛西的解读之外，杰森也与灵媒黛柏和她的指导灵进行了另一次的通灵会。我们开始的时候，我只告诉黛柏，杰森因为一次泳池跳水意外而变成四肢麻痹，他有两个儿子，以及他的妻子名叫达薇娜，如此而已。接着黛柏就

开始很仔细倾听她的指导灵说话，他们向她说明杰森想要在目前这一世中寻求怎样的经历。

「这是你们两个人（杰森与达薇娜）之间的协议。」黛柏对杰森说。「你的大儿子，他来是为了要照顾你。这对他来说是个非常重大的课题——慈悲心、同理心。不过最主要的是你和你太太之间的协议。我看到在过去的几次前世中，都是你在照顾她。我看到一个画面，她生了一种病，是长期的病。还有另一次前世，她是你的弟弟，而你是她的姊姊。你想要藉由一次重大的苦难来消除这些因果关系，这样一来你就不需要再回来了。你跟达薇娜说：『我们就这么做吧（意外），这样就不会只在老年的时候才有这个经历。』而她说：『我想要跟你一起，我愿意这么做。』」

就像史黛西，黛柏看到杰森希望在年纪比较轻的时候发生意外。很明显的是，她听到了出生前计划会议中另外一个部分，也就是在杰森的母亲要求他别在小时候发生意外之后的部分。虽然杰森同意了母亲的这个要求，但是他还是很想要经历长期的挑战，于是他就去问达薇娜，可不可以让意外发生在他们还年轻的时候。

「另外一件事，」黛柏继续，复述着她从指导灵那儿听来的话，「你其实可以选择是要继续活下去，或者是离开。你中间是不是曾经失去意识？」

「我完全没有意识，没有脉搏，什么都没有。」杰森确认了这一点。「是我太太给我做了心肺复苏术。」

「我接收到的是，你必须决定要留在地球上继续你的计划或者是离开。你可以自己做选择。在你失去意识的那段时间里，你说：『我要留下来，我会撑过这一切。』」

「我看到一个画面，里面全都是对我来说很重要的人。」杰森对黛柏说。「感觉就好像在跟我说：『你想要留下来跟他们在一起，还是要离开？』」

「当我们选择了这么困难的任务时，」黛柏解释，「我们的指导灵会让我们选择，他们会给我们一条返路。如果你想要改变主意，你可以这么做，但是你选择了要继续完成你的计划。你想要跟这个世界说：『并不会因为我的身体不完整，就代表我这个人也不完整。』每个人都会从中有所成长，不是只有你、

你太太，还有你的小孩。你也给了其它人机会去做好事。当你需要帮助的时候，就是你给了他们机会，让他们能够去接纳一些新的事物。」

就在黛柏讨论着杰森的人生计划时，我不禁要想，他的灵魂怎么能够确定这样的意外一定会在这个肉身世界中发生呢？

「黛柏，灵魂要怎么做才能让意外发生呢？」

「通常，我们的指导灵会保护我们。」黛柏回答。「他们一直都在给我们警示讯号。一般说来，杰森的指导灵会（透过心电感应）告诉他：『这个泳池太浅了，不能跳水。』但相反地，这一次他们没有这样做，因为他们知道他就是在等待这样的机会来临。」黛柏的说法也确认了我在研究出生前计划时所见：我们的指导灵会把想法放进我们的脑袋里——感觉起来很像是我们自己的想法——来保护我们，避免我们去经历不是自己想要的人生考验。

我的指导灵有时候会说，当准备好要整个人跳进去，或是做一些他们不该做的事的时候，他们真的就会让这个入摔个四脚朝天。突然之间这个人绊了一跤，于是就朝其它方向去了。

再一次，我对灵魂以这种神奇的方式与我们同在而感到惊讶不已。虽然我没听说过有灵魂会在肉体上直接去干扰人的生活，然而这个新的讯息确认了我的了解，我们的指导灵会尽他们的力量去做任何事，来确保我们按照着计划好的人生走。在某些情况中，他们得采取一些行动，而在另外一些情况中，他们则是要压抑自己不能出手，就像杰森的指导灵在他跳进泳池那一刻所做的一样。在所有情况下，我们的指导灵会因为出于对我们的爱，以及想要帮助我们的心，而有所动作。

我问黛柏她可不可以看到更多杰森的出生前计划。

「指导灵在问杰森，这真的是他想要的吗？」黛柏回答。「他们说，这个意外可能会有很多不同的发生方式。杰森很坚持意外发生时的年纪，他说：『这不会到我六十岁的时候才发生。』他们让杰森和达薇娜去看之后杰森要经历的画面，以及这些事情会如何影响他们的小孩。指导灵对达薇娜说：『妳真的想要成为这其中的一部分吗？妳得成为一个妻子、母亲、护士，以及看护。』她说愿意因为这其中有一些她想要学习的课题，像是如何拥有同理心。当你对某

个人有同理心的时候，重要的是如何把这份能量转化，并且实际上传送给这个人，让他获得疗愈和爱。

「每个人在不想继续下去的时候，都会有个出口可以选择。」黛柏补充。「即使是达薇娜在进行心肺复苏术时，她也可以选择停止。不过她的灵魂会告诉她，杰森需要留下来。」

「所以，在达薇娜进行心肺复苏术的时候，她的灵魂也正在跟她进行沟通，要她继续？」我非常惊讶的问。

「没错。」黛柏说。「『妳答应了要这么做的，继续做下去。』」

黛柏停顿了一下，聆听她的指导灵跟她说的话，「他们告诉我，达薇娜正在学习耐心这个课题。」

「达薇娜的确是在学习耐心这回事。」杰森告诉我们。「我们今天还谈到这件事。她说，如果说她从这个意外中学到了什么，那就是耐心。」

「在你这个部分同样也有耐心这个议题存在。」黛柏跟他说。「也许你脾气有点不太好，又或者有点太任性。」黛柏这么说的时候，我想起杰森和他母亲之间有过冲突时刻。

「说话暴躁大声，而且很爱讽刺人。」杰森笑着同意。

「他们告诉我，」黛柏继续，「对你来说，其中一个很大的课题就是把意念形象化。想象你的手在动、想象你的脊椎又重新有了连结。这里面有很多是大脑的意念而不是实际肉体。这些你过去放进肉体中的能量，现在要放进你的意念里。这一切都要靠你自己的努力了。你所选择的道路是要启发别人，让他们知道，身体也许会受到伤害，但大脑还是可以健全运作的。」就像史黛西，黛柏看到了杰森的出生前计划，他想要体验在意外发生之后所得到的自由——或者说意外的发生，就是为了要制造出这样的自由。

「我接收到的是，有时候大家对待你的方式就好像你根本不在那里一样，就好像他们会帮你做决定。」黛柏说。「嗯，但是你的大脑并没有麻痹。有一部分他们要学习的课是，他们不应该忽视你想要什么。」

「妳说得没错。」杰森告诉她。「他们替我做了好多决定。」

「黛柏，」我说，「妳刚刚有提到杰森想要一种经历，可以让他平衡因果关系，并且可以因此不用再回到地球来。为什么这对灵魂来说是很重要的事？」

「灵魂会去看《阿卡沙秘录》，一本关于前世的书。他们会边看边说：『我那次是在战争中被杀死的，一匹马踩过我身上，我在那里没有待太久。』其实这就很像是：『嗯，又再来一次了。』他们在其它的空间中其实还可以学到其它课题，但却不会有身体的重量和肉体上的痛苦。」很明显，杰森因为想要去更高的空间，所以设计了这最后一次在肉身世界中的转世。

「我们可否知道杰森小孩的计划呢？」我问。「他们为什么会计划拥有这样的经历呢？」

「你的大儿子，他叫什么名字？」黛柏问杰森。

「杰朗。」杰森说。

「我在另外这一边看到他（还未出世的样子），他和达薇娜很亲近，他想要跟她在一起。她对杰朗说：『你要仔细想想，这对你来说会不会太沉重了？』他说：『不会。我会从发生的所有事情里学到东西。』他也想要在达薇娜身边支持她。他们告诉我，他正在学习无私这个课题。你的小儿子，他叫什么名字？」

「葛瑞特。」杰森回答。「但我们都叫他狐狸。」

「他不是很确定自己要去哪里。在另外这一边，他们不确定要让他去你家里，还是另外一个家庭。但是他和杰朗很亲近，所以他来这里主要的原因就是他与哥哥之间要好的感情。」

「他哥哥希望他来。」杰森大笑。「杰朗坐在圣诞老人的腿上说：『我要一个弟弟！』」

「然后葛瑞特说：『如果他要我去，那我就去！』」黛柏说。「他们两个从许多前世中累积了很多因果关连。他们曾经是兄弟、父子、夫妻。他们也曾是一对父母，他们是彼此的力量和支柱。」

我问黛柏，还有谁要学习什么课题是我们所没有讨论到的？

「有，杰森的母亲。」黛柏回答，一边在听指导灵跟她说话。「一样，也是同理心。她哀求杰森（在出生前）不要这么做。」黛柏和史黛西听到的是同一段对话。「她觉得这太困难了，杰森跟她说他必须这样做。所以，有一部分的她已经准备好了，她知道会有事情发生。「她在学习同理心，即使她是这么想要拯救他、愿意为他做任何事，但她还是需要学会放手。她所需要学习的一个重大课题就是，不要剥夺别人的力量，因为只要一有需要，她就会想去帮别人处理问题。她的课题中有一部分就是要让其它人也能从这个情况中学习。这里有很多灵魂可以成长。」

「黛柏，」我说，「请帮我问妳的指导灵这个问题：对一个刚刚才经历了重大意外，而且努力要找出其中意义的人，还有哪些重要的事他应该要知道？」

「让我听看看他们怎么说。」黛柏说。她停下来聆听。「还是有希望的。通常医生都太悲观了。我们都需要知道，在经历了一段特殊的经历后，还是会有希望、还是可以好好活出人生的。你可以用意念来治愈你的身体。更多的疗愈是有可能出现的。」

「黛柏，请帮我问妳的指导灵，还有什么其它原因，会让灵魂在出生前计划经历意外？」

「有时候，他们只想在这里待几年而已。」黛柏复述指导灵的话。「一场意外可能是他们计划好的离场机制。有时候，意外是要让一个人觉醒。就很像是一个会问自己：『我的人生目标是什么？我是不是在浪费时间，或者我在做的事是我自己想做的吗？』很多时候，在发生了这样的意外之后，很多人会重新调整他们的人生方向。此外，我的指导灵也告诉我，有时候灵魂会安排『进入』。有些时候，意外是让另一个灵魂进入（这个身体），并让原来这个灵魂离开的机会。」

虽然「进入」的细节已经超过了本书的范畴，不过这的确是个真实的现象。当一个灵魂认为他已经学会了该学的，或者是他永远没办法在现在这一世中学会他想要学的东西，这时候，这个灵魂就可以「离开」这个身体，意思也就是说，把他自己的能量从这个肉身里抽走。一般说来，把能量从肉身里抽走就意

味着肉身的死亡。但是，如果另外一个灵魂觉得，他在某个转世生命已经开始一段时间之后才进入，得到的学习效果会比从新生儿阶段开始要来得更好，那么他就可以选择「进入」这个身体。这么做之后，就出现了交换的情况。之后，这个进入的灵魂会拥有原来那个灵魂的所有记忆，就好像他或她从一出生就在这个身体里了一样。虽然这些记忆都会保留下来，但是有时候这个人还是会出现很大的性格变异，这可能会在人际关系上带来很多麻烦。有些「进入」的灵魂很清楚知道发生了什么事，有些则不知情。大部分知道怎么回事情的灵魂都选择不跟别人说，因为害怕别人把他们当疯子。

正如黛柏的指导灵所说，意外会让人重新调整人生的方向。也因为如此，我们也计划了一些可能会发生的意外，来作为生命中一个关键的转折点，尤其是当我们需要记起自己的目标是什么的时候。如果我们能透过直觉想起来——直觉是我们灵魂的脉动——那么意外就不需要发生。反过来说，如果我们忽略了自己内在的提醒，那么这个讯息就会以更加强烈的方式传递给我们，这方式也包括了重大意外的发生。我把自己的认知告诉黛柏。

“我们的灵魂会不断想要引起我们的注意。”黛柏确认。“当他们做不到的时候，他们就会给我们一拳，因为我们同意了要做一些事，而我们最好赶快开始去做。”

“黛柏，”我说，“在杰森濒死的过程中，有人告诉他，他一定不能有后悔或负面的想法，这对他来说很重要。你的指导灵要怎么说明，才能帮助大家更了解这个部分呢？”

“人都会怀疑为什么这种事要发生在我身上。”黛柏说。“他们都会生气。指导灵正在告诉我，愤怒也是一种能量。不要把怒气引导到自己身上，把这样的能量拿去运动、将意念形象化、激励自己继续向前。这个时候你才真的会有灵魂上的成长。然后，等你成功做到了，不论是多么微小的成功，你都要庆祝一番。开心一点。每天都要祝福你自己的身体。不要说：‘这该死的身体’，要说：‘这个很棒的身体会尽它所能给我最好的服务’。还有，指导灵跟我说，当你觉得伤心的时候，你就可以哭。如果他们忍住不肯哭，那么最后就会变成愤怒。眼泪可以清洗灵魂。”

“黛柏，杰森跟我谈到这个意外是如何考验着他的婚姻。对于那些婚姻关

系因为发生意外而备受考验的读者，你的指导灵会说些什么？”

“他们说：‘沟通、沟通、沟通。’无论什么事，他们都一定要拿出来谈。杰森，达薇娜不想让你知道她很担忧也很害怕。但是她一定要告诉你：‘我很担心这件事。’也许你可以对她说些鼓励的话，这样她会觉得她还有你可以依靠。她觉得如果她说了些什么，会让你受到伤害。然后这一切累积到某个时间点就会变得无法收拾，所以她会想：‘如果我离开，他就可以好得比较快，而且这样对我们两个都好。’”

“我很好奇，”杰森说，“有关那些受到这件事影响的其他人——朋友、其他的家人、远房亲戚等等。”

“对他们来说，这同样也是灵魂上的成长。”黛柏告诉他。“你给了他们机会让他们发挥自己最好的一面。你感动了他们的心，所以他们想为你做些什么。就这么简单。”

☆☆☆

对出生前计划的认知，可以带来更深层的疗愈，但是这样的疗愈需要哀伤的陪伴与相随，而不是取代。任何一种失去，包括失去行动能力，都需要藉由哀悼来进行疗愈，你不能因为痛苦所以急切的想要简化这个哀悼的过程，这是一个从肉身转化到灵魂意识的过程。最好的方法就是与痛苦并肩坐着，然后哭泣，这才是应该要做的选择。哀悼是心的一个渐进处理程序，哀悼最好的方式是轻轻的，带着自己的尊严、对自己的善意、温柔，以及慈悲。

随着时间，想法会跟着改变。最有疗愈效果的改变是去了解，就像史黛西的指导灵所说，你不只是你的身体。这份了解会让一切不同。杰森在濒死经验中与神接触，这让他确定了在肉身世界之外，还有其他的什么。如果他相信没有什么其他的了，他就是他的身体，而当他死去，他就再也不存在了！想想看，他会有多么生气！相反地，他知道自己灵魂，而且知道他来自一个，就他自己所形容“平和、宁静且开朗”的地方，而他最后也会回到那里去。

在这以外如果再加上对出生前计划的认知，那么你的想法可能会有更大的改变。有了这样的觉知，这一世的生命只是向无限伸展的其中一个动作而已。还有，这一切并不是随机、胡乱发生的，也不是毫无意义的折磨，而是一个精

心设计、充满目标的计划。实行这个计划的我们也并非只是一个矿物质的组成物而已，我们是我们的灵魂，而灵魂，是永恒不灭的。

我们来自那个平和、宁静且安详的国度，最终也将回去，在那儿，我们无法体验到对立。

在那儿，平和永远不会被打破、宁静永远不会被干扰、开朗永远不会被改变。缺少了对立，我们就无法真正了解或欣赏那些幸福。于是我们决定转世来到一个对立的世界，这个地方没有那些幸福，但我们却可以在实行自己的人生计划过程中，将之创造出来。就像杰森在他的出生前计划会议中所说：“我想要用我的精神力！让他们看见这一点，以及我能够启发他们去做些什么事、拥有什么样的感觉。我想要为其他人奉献。”杰森会完成他的计划，藉由在他心里重新创造出“家里”那样的平和、宁静与开朗，并且，他现在所感受到的愤怒，会带给他更深的理解，让他更感激那些感受。当杰森开始在心中重新创造出家的感觉时，他同时也让自己想起来，他是个永恒的灵魂，而灵魂的本质就是爱。

正是因为他是爱，所以杰森才会想要为人奉献。是的，就因为我们是爱，所以服务才会是许多人生计划中的基础。爱激励了服务的心，而服务也给我们带来了爱。也许有人会想：为什么像杰森这样的灵魂，既然想要服务别人，却又计划了一个看起来服务能力受到限制的人生呢？答案是，服务也可以是种能量。事实上，所有的服务都是能量，不管这样的服务会不会在这个肉身世界里产生实际的动作。

当杰森在人生道路上创造出内心的平和，他也开拓出一条频率的小径，让其他在创造自己内心平和境界的人经过的时候，会比较轻松。因为这样的能量路径并不需要任何实体的行动才能开创，所以杰森只要他在心中创造出平和，就可以对这个世界——以及无形界——带来很大的影响。在这本书中一再出现的讯息是，我们的振动频率对整个宇宙的影响，要比我们的身体所做出来的行为大很多。一个独自静坐在山顶上的隐士，向外发散出和平频率，他所带来的和谐，会比一个怒气冲冲争取和平的抗议游行还要更多，因为游行中的每个人所发出来频率，只会制造出更多他们激烈陈词所反对的那样东西。因为如此，杰森的身体不会阻碍他的能量所带来的影响，相反地，身体的状况还能够激发他的能量。他的疗愈就是我们的疗愈，他的平和就是世界的平和。

虽然光靠他自己的能量就可以产生很大的影响，但是杰森的生命蓝图也希望他能透过与别人之间的关系，进而帮助他们学习。他的服务有一部分是透过教导的方式。就像黛柏指出。杰森计划了一个悲惨的意外来教导别人，身体的瘫痪并不代表心灵的瘫痪，即使一个人的身体有缺陷，并不代表这个人就是不完整的。而另外一部分，杰森服务别人的方式是，让他们来服务他。会计划一场严重的意外，通常是因为这样的意外可以给我们机会，让我们去展现慈悲、同理心和宽恕，并且因此更深入的了解到，自己就是慈悲、就是同理心、就是宽恕，而这宽恕也包括了自我宽恕，让发生这个意外的人能够原谅自己所感觉到的愤怒。所有这一切美好的德行，我们的灵魂都无法在无形界中表达或知晓，因为无形界中并没有身体的残障。同样地，杰森服务也以实际的行动展现。最近，他开始了一个新工作，成为一位独立生活专家，帮助其他那些在意外中受伤的人如何调适。虽然他传递给他人的资讯也非常宝贵，但是影响最深远的还是他的能量。在他的新生活中，他让其他人看见了他的精神力量。他启发他们如何去做、如何去感受。他正在为他人奉献服务。他就是计划了这个人生的灵魂，而他就像自己计划的那样，很勇敢的活在其中。

就在他勇敢活着的同时，他也受到一群来自天上、深爱着他的存有所启发，其中包括了那三位帮助他计划人生的指导灵。无时无刻他们都带着爱围绕在他身边，在他为他人奉献的时候，他们也为他奉献，藉由帮助杰森完成目标，他们也完成了自己的目标。灵魂对杰森，以及其他那些将个人的苦难转化为对世界的服务的人，怀着深深的尊崇之情。因为感激，所以他们在那层纱后喝采鼓掌，在那层纱背后，杰森所有的思绪、情感，以及行动是所有灵魂都知道、感觉得到、也看得到的。或许，杰森的人生计划之所有会出现敏锐的听力，就是让他可以有一天听见，那为了尊崇并荣耀他的勇气和对人所做的服务，而进行的天上大合唱。

就像杰森的意外帮助其他人记起了他们自己就是慈悲、同理心和宽恕，同样地，这场意外也让杰森记起了他自己真正是谁。在前世中，杰森不记得真正的自己，事实上，他根本没有看见自己就是灵魂。就像他自己说的：“我在一次又一次的转世中都有个习惯，我会去注意那些最有立即性的事情。”而在其他的转世里，他则把心思都放在“社会的认同、地位和成就”，以及“我们评价自己时所依凭的这个美好身体”上。为了要平衡因果并且记起自己是谁，杰森设计了一个人生，在其中，这些事情会被他认为是很微不足道的。重要的

是，他不是在为前世惩罚自己。应该说，他给了自己另外一个机会去创造并因此更加认识到，自己在这个暂时的肉身中，其实是个不灭的灵魂。他人生中那场改变一切的考验就是为了要展现他真实的身分——爱，他所计划的意外事件，在这里，就像是炼金术中最重要的转化剂。

就像在毒瘾与酒瘾那一章里的派特一样，杰森希望能有一个考验来“帮助我再一次看见自己的灵性”。灵性，在他的前世中非常模糊不清，因为他总是只注意当时最流行的是什么东西，而在这一世，灵性藉由“信念上的突破”而呈现出来。杰森的指导灵所说的这几个字有着非常重要的意义。“信念上的突破”，要在我们不带着自己的信念去行动时才会出现。反过来说，“信念上的突破”，也就代表信念上有了真正的成长。虽然对杰森来说，在意外发生之后要有信念上的突破，现在看起来还太快了，但是这颗种子已经早就种下。在他与神接触并收到那个讯息的时候，这颗种子就种下了。当他感受到无形界中那全然的平静时，也就是这颗种子被种下的时候。而就在杰森直觉的知道这个意外发生一定有某个原因时，这些种子已经悄悄开始发芽成形。面临这么重大的考验，杰森的路途中也许会有碰上完全失去信念的痛苦时刻，然而，也就是在这样的停滞时刻，信念才会重新建立，并在看不到的地方开始无声的成长，让杰森朝看见真正自己的那一天又更近了一点。

比这些更重要的是，杰森的生命本身就是勇气的展现。他的指导灵了解这一切遭遇会有多么困难，所以据此询问他。他的母亲知道这后果有多严重，所以泪流满面，最后只能要求他把意外发生的时间从孩童时代移到成人之后。杰森知道这场意外会改变一切，但这就是他想要的，因为这给了他一个机会，让他可以圆满完成“这一个进化的阶段”。有许多计划是非常大胆的，很少有人敢去承担。这些计划是由那些无所限制的灵魂所设计，他们克服了自己所创造出来的限制，藉此认清自己是谁。

实行这个计划所需要的勇气，比设计这个计划还要大得多。实行像杰森这样计划的灵魂，绝对不可能看不见每天生活所需要的勇气有多少，而看得见这份勇气的灵魂，也绝对会从爱惜自己之中而成长。最终，以各种形式创造及展现爱，就是这个肉身生命的唯一目的。因为勇气，杰森完成了他在出生前所选择的人生，藉由这块试金石，他与世界分享他自己及他的爱。

克莉丝汀娜在一九六九年遭遇了一场可怕的意外。虽然她活了下来，但是死亡的确以其他形式发生了——她过去生活的方式，以及她过去思考与存在的方式，都不存在了。然而，在原来的位置上，一个崭新的心灵意识就此诞生。虽然克莉丝汀娜忍受了极端的痛苦折磨，但她仍视此经历为一份礼物。她发展出这个想法的过程，就与这个想法本身一样不凡。

克莉丝汀娜历经了一段从愤怒自责开始，最后到达平静、宽恕与感激的旅程。她之所以能够将自己的痛苦历程转化得如此彻底，并且以正面的方式来发挥，有一部分是因为她知道了自己的出生前计划是什么。她在很久以前就知道自己计划了这个永久改变她人生方向的意外，而她也知道为什么自己要这样做

克莉丝汀娜的意外带她进入了另一个工作领域，在这个领域中，她完成了自己在出生前所想要做的，就是去治疗许许多多的人。在这个意外发生之后，她拿到了语言治疗学的博士学位。现在，在工作时，她治疗各种神经障碍症的患者，最主要是脑部受损、肿瘤、中风，以及动脉瘤的病人。同时她也研究灵气疗法（Reiki）和 ARCH——来自夏威夷的一种古老疗法。她治愈了成千上万的人，获颁许多专业奖项，她现在可以说是这个领域中的大师了。

克莉丝汀娜能够了解出生前计划，以及这场意外有何心灵上的意义，有一部分来自于她与她的两位指导灵卡珊卓和里欧娜的对话。她的故事让我们看到，灵魂会用如何美好的方式教导，让我们不只能实践自己在出生前所拟定的计划，同时也能从中获得所有的智慧并有所成长。

跟这本书中的其他故事不一样，克莉丝汀娜的故事会分成两个部分来述说。第一个部分会集中在那场意外，以及在非常短暂的时间内随之而来的事件，包括克莉丝汀娜了解到原来是自己计划了那场意外。而为了要提供有关克莉丝汀娜是如何觉醒的详细状况，我会接着呈现我与卡珊卓的对话。在第二个部分则是我与克莉丝汀娜的谈话，她分享了在那次通灵之后，她对这段经历和疗愈，所产生的另一些深入的观察与体会。

克莉丝汀娜的故事：第一个部分

感觉起来，这一天跟其他的日子没有什么不同。克莉丝汀娜，这位在波摩

纳学院政治学系担任行政助理的二十岁女孩，才刚结束和平常一样的工作，正在等丈夫来接她。他应该要来了才对，她在想不知道什么事耽搁了他。克莉丝汀娜之后才知道，他看书看到忘了时间（在克莉丝汀娜与灵媒一起进行的通灵会中，我们会发现，他本来就不应该出现）。

为了打发时间，克莉丝汀娜决定去看看老板的信箱，信箱就位在她上班那栋楼的地下室。等她下了楼梯，她才注意到信箱里有个包裹。很幸运地，而且完全没有经过意识就做出了这个决定，克莉丝汀娜在楼梯的底端就伸出手去拿那个包裹，而不是直接走到信箱的正前方去。

“那是个定时炸弹。”克莉丝汀娜解释。“引线绕着包裹的边缘，所以当我一碰到，它就被引爆了。我被炸飞到一堵坚硬的水泥墙上，爆炸的力量把许多六英尺长的木头碎片射进那面墙，那些木片像很大把的剑一样刺进了墙里。天窗也被炸飞到四层楼高以外的地方。

“我完全看不见东西，因为我的眼睛里都是炸弹碎片。我全身也都是碎片，我的胸口、我的头，到处都是。那颗炸弹炸掉了我两只手指头，也把我的耳膜震破了。我非常非常痛！有一个和我一起在学校工作的男子跑来，问我：‘你是谁？’他根本认不出我来了。”

大家把克莉丝汀娜从瓦砾堆中拉出来。“我可以感觉到我脸上的雨水。”那个认不出克莉丝汀娜的男人在她身上一些重要的地方加压，非常可能就是因为这样才救了她一命。“非常巧地”，他不久前才读了他太太的一本护理书籍，从中学到那些主要压力点的位置在哪里。“我根本不知道自己干嘛去读那种东西，”他告诉克莉丝汀娜，“我只是那天很无聊而已。”

一辆救护车紧急把克莉丝汀娜送到急诊室。刚好在几天之前，医院才新买了有磁性元件的仪器，用来清理伤口。把她的眼皮缝起来以便让眼睛维持张开，接着医生拿起磁铁放在她的眼睛上面，开始帮她把炸弹碎片吸出来，磁铁的角度要与碎片进入眼睛时的角度一致，这样才不会造成再次的伤害。

接下来的那些日子是克莉丝汀娜一生中最艰难的一段时间。“我的头痛得不得了。我在六天之内从一百一十磅瘦到八十五磅。我不能吃东西，因为我的嘴唇被缝了起来，而且我也不能睁开眼睛，因为眼睛整个肿了起来。还有我

的脸被烧焦了，洛杉矶的炸弹拆除小组到来医院找我，其中一个男人一看到我就昏了过去。”

全部加起来，克莉丝汀娜一共经历了十次手术，包括脸部的整容手术，以及几次手部的手术。在某一次手术过程中，内科医师把她脸上的皮肤全都磨掉，只剩下一层，然后用鬃刷把上面残留的火药给清干净。

“一段时间之后，有一天我睁开眼睛，发现我可以看见颜色了！”克莉丝汀娜非常兴奋。“我跟护士说：‘你穿的那件红色洋装真好看。’每个人都哭了，而且全都高兴得跳上跳下！”

最后，克莉丝汀娜决定要把大学念完。虽然身体已经恢复了一大半，但她还是处在剧烈的疼痛中，而且视力仍然非常微弱。也由于她的右手打上了石膏，只能用不是习惯用的左手来写字。当她向教授要求在笔试的时候可不可以给她额外的时间作答，他们的表情像是在担心她会作弊。

“这让我的愤怒累积到了一个高点。”克莉丝汀娜承认。她知道，这愤怒中有很大的成分，不是对那些教授，而是对那场意外及放炸弹的那个人。

然后，正如她的人生之前就在这个大学校园里有过一次重大改变，改变又来了——这一次是透过了与无形界的接触。

“有一天我正在穿越校园，觉得很自责，好像是我引起那场意外一样。”她说。“突然间，我好像收到了一个（灵魂传来的）讯息，告诉我，我跟其他人一样好，而且我并不会因为身体上的残缺而有任何不同，因为我知道自己需要知道的一切。这感觉就像有人把我肩膀上的重担卸了下来一样！我全身所感觉到的宽恕是那么强烈。事实上，我有好一阵子动弹不得。接下来我开始感到欢欣鼓舞，而且我了解到，我不需要去理会别人的眼光，因为有一个中立状态是我可以依靠着活下去的。要从受害者的思想范畴里走出来，最重要的一个关键就是原谅。”

当克莉丝汀娜在描述这些重要转折发生的时刻，她声音中的感情告诉我，这力量对当时的她来说有多么强大。有时候，最不平凡的天启，会出现在最平凡的时刻。虽然这些时刻里也会有知识的出现，但是这样的力量会留在感觉里，而这样的感觉可以连结不同的空间。没有任何言语可以形容这些感觉，而任何

一个有过这样经历的人，都不会再是以前的那个人了。

灵魂给了克莉丝汀娜一份礼物，让她了解到什么是中立状态——那是睿智的无形界存有看待所有经历时，不带一丝批判的纯粹状态。从人的角度来看，人生考验通常都是“坏”的，因为它们看起来会带来痛苦。但是从灵魂的角度来看，人生考验是中立的经验；带来痛苦是因为人将人生考验评价为“坏”，而不是因为那个考验本身。就在克莉丝汀娜穿越校园的时刻，她深深感觉到并彻底了解何谓中立。也是因为这样的了解，她部分的愤怒与自责得以化解。

我请克莉丝汀娜多谈谈在那场爆炸后她如何平复情绪，其中包括灵魂传给她另外的讯息，为她心里的伤口产生了疗愈的作用。“我经过了伊莉莎白·库伯勒-罗斯（译注：《天使走过人间》一书作者）所描述的几个阶段，她解释人在走向死亡之前会经历的各种情绪。我经历了愤怒与自责，我也试着要去讨价还价，她所讲的那一切我都试过了。有一次，我突然很清楚了解到，那是我自己（在出生前）所做的协议，然后一切突然就平静了。我没有什么理由再这样苦苦挣扎下去了。”

“克莉丝汀娜，从你的话中我听得出来你和你的指导灵有进行交谈。你是不是从其中才把整件事情拼凑起来呢？”

“是的，透过谈话以及其他很多事情。有时候，讯息会从书里传递给我。我会走进一家专卖心灵丛书的书店，从书架上抽出一本书来，随便翻到某一页，通常上面就会出现要给我的讯息。我有一个指导灵叫卡珊卓，一个叫里欧娜，她们会告诉我一些讯息，而且经常在各种状况里保护我。如果 I 需要进行某些特定的事项时，我就会和大天使麦克连结。”

在我访谈过的这么多人里面，很少人知悉，是我们在出生前计划了自己的人生与考验。如果他们之前就相信出生前计划的存在，那么他们可能会像克莉丝汀娜一样放弃挣扎了。我们这个社会通常会将放弃与脆弱和投降划上等号，常常会有人告诉我们绝对不能放弃。但是，在与这么多人谈话的过程中，我一再注意到，抗拒只会让痛苦更强烈，而接受却能让痛苦消散。

因此我开始认为，放弃，才能通往真正的坚强。

“我也收到一个讯息告诉我，受苦会带来能量上的平衡，”克莉丝汀娜继

续，“人在受苦的时候，会释放出一种能量，让其他人朝某些事情更往前进。这对我来说非常有道理，所以我就继续往前进。”

我问克莉丝汀娜，她后来知道炸弹客是谁了吗？

“我一直不知道。”她回答。“好几年前我就曾这样想过：‘我真希望可以联络上这个送炸弹来的人，因为他需要知道，我在很久以前就已经原谅他了。’是我和这个人协议好要让这件事发生的。”

“有一次我在进行眼睛手术的时候，听到了一个声音，它对我说：‘现在你已经了解相对论的意义了。每件事都在同时发生，也都在不同时间里发生。’所以我发现，如果所有事情都在同时发生，那我就没有理由不原谅这个人，因为我早就已经经历过了。”

“克莉丝汀娜，如果我说炸弹事件是另一个灵魂为你所做的服务，这样正确吗？”

“那是一份礼物。”她毫不犹豫的说。

“你会说你对此充满感激吗？”

“会，我非常感激。”

克莉丝汀娜在这里与我们分享的，是一个接一个不凡的感受、洞见与经历。而在其中我认为最了不起的是她的宽恕与感恩。她彻底、清楚的原谅了那个人，那个所做的事造成她多年来身体与心理上充满强烈愤怒的人。虽然有很多人可能会被愤怒消磨殆尽，生活也被痛苦完全摧毁，克莉丝汀娜却找到宽恕，并因此获得平静。更了不起的是，她在很久以前就已经原谅了那个炸弹客。她的宽恕并不随着时间流逝、伤口痊愈而产生，事实上，她是躺在手术台上进行手术，修补着这个人所造成的身体伤害时，在宽恕这一点上有了极大的体认。在这样的状况下还能去原谅，是非常少见的，而在最后还能感恩自己拥有这样的经历，则更是罕有。

为了能更了解克莉丝汀娜如何得到如此深层的疗愈，我请她与卡珊卓进行通灵。当你在阅读卡珊卓所说的话时，请在心中谨记，你也拥有在身旁为你指

引启发的指导灵，他们为你所做的，就像卡珊卓为克莉丝汀娜所做的一样。克莉丝汀娜的超听觉能力并不是一种与指导灵接触的特权，同样的智慧与爱也一样洒落在我们所有人身上，无论我们的意识头脑是否能够看出无形界的存有正是这智慧与爱的源头。他们会以各种方式来指引我们：情感、直觉、冲动、画面，以及我们心中的渴望。至于要不要去听，那就看我们自己了。要这么做，我们可以先让自己的头脑安静下来，并且相信自己能听到灵魂说话。如果不这么做，那么这些指引可能就会因为我们心智上的躁动，或者是因为我们不相信自己能听得到而被忽略。

在我们要开始的时候，我不禁想，卡珊卓的智慧话语，是否也会让我以更多的宽容与感激，来面对不管是过去或未来的考验。我希望，或许这些话也会让其他人在他们的人生中做出一样的选择。

克莉丝汀娜与卡珊卓通灵

“卡珊卓，”我问，“为什么克莉丝汀娜会在出生前计划经历那场爆炸？”

“她想要把希望带给这个世界。那是她最重要的任务。这么做可以让人了解，身体只不过是躯壳，我们可以活很多很多次，而你有机会让每一次都活得很有尊严、很平静。”

卡珊卓一出现，现场的能量不知不觉就起了变化，感觉得出那是一个非常与众不同的意识存有。克莉丝汀娜的声音传达出那些字，但是在那些话语背后，却有着一种很不一样的感觉。

“但是一定还有很多其他的考验可以让克莉丝汀娜完成同样的目标，为什么她要特别计划一场炸弹的爆炸呢？”

“很简单，因为她可以幸存。而且这样的经历够剧烈，足以引起其他人的注意，这样他们才会愿意聆听。”

“为什么那个放炸弹的人会在出生前就计划好要这样做呢？”我提问。

“那是种自由。”卡珊卓回答。“这与任何负面的涵意无关。”

“如果我说这个放置炸弹的人，是以这样的行为在为克莉丝汀娜和这个世界服务，这样正确吗？”

“正确。神把这个人当作一个工具，利用他来让许许多多的人睁开双眼，超越时间，看见真相。”

“当这个放炸弹的人死掉回到无形界之后，他会不会感觉到自责或后悔？”

“那是检视生命过程的一部分，不过他不会有任何后悔的感觉。”

“这个灵魂会不会很骄傲自己把角色扮演得很好？”

“那只会是种中立的感觉。”

“放置炸弹这件事是不是也达成了其他目标？”

“是的。”卡珊卓说。“这件事完成了一个无意识群体的思维进程。你们〔人类〕有时候会受到思绪之海的牵引，这份牵引来自于宇宙的意识，而有时候，你们会受到行为的影响。这些行为会造成战争以及对人的伤害。这场爆炸让许多灵魂开始思考，活在地球上的他们究竟扮演了什么角色。”

在这里，卡珊卓为个人与集体意识画了一条很明确的重要界线。在地球上，每个人都会受到集体意识〔能量〕的影响。而在我们进化的过程中，这个集体意识的基础有很大一部分建立在恐惧之上，举例来说，对死亡的恐惧、对肉体受伤的恐惧、对经济状况逆转的恐惧等等。这些能量影响了我们的思想与感觉。由于集体意识所扮演的角色，以及所其拥有的力量并不是安排得非常好，以致我们常常会把他们的恐惧误认为是自己内在的恐惧。事实是，这些恐惧都来自于集体的能量。

我还是不太明白这么做对那个同意放置炸弹的灵魂会有什么益处。“放置炸弹的那个灵魂可以学到什么？”我问卡珊卓。

“这个灵魂实现了一种深度的理解，而这样的理解则来自于乙太体的振动。”乙太体通常指的是围绕在我们身体四周那些肉眼无法看见的能量层。这些能量加在一起，就会组成很多人着爱，这样说正确吗？”

“完全正确。”

“他们在前世也曾经一起过吗？”

“是的。他们进行过另外一些与疗愈有关的行动——与其他人的共同疗愈，并且以其他方式来提高地球的觉知意识。”我注意到卡珊卓用了其他的这个词。正如其他的疗愈方式，爆炸事件也是被设计来提高觉知，它们背后的意图是相同的！

“就我的了解，”我说，“灵魂可以选择转世到任何地点、任何时间点。”

“是的，没有错。”

“为什么克莉丝汀娜和那个放置炸弹的灵魂要选择这个时间点的美国呢？”

“这和自由有关。”卡珊卓说。“这和一个人无意识的那个部分，以及另外一个人有意识的那个部分有关。某种程度上来说，克莉丝汀娜对那个时间点的地球政治情况是毫无意识的。

克莉丝汀娜朝着计划好的方向前进，但她没有做出必须的意识选择。越战中期她哥哥被调去越南，这个人〔克莉丝汀娜〕完全不懂他所经历过的事情有什么意义，一直到他回来，而且她自己也经历了那场意外为止。”

“所以克莉丝汀娜计划了这场意外来唤醒自己，让自己能清醒的活着？”

“没错。”

“那么她有没有机会在她生命更早期的时候就觉醒，这样一来这场意外就没有必要发生了？”

“没有，那个时候她还没有办法觉醒。”

“卡珊卓，我所见过的是，灵魂在一开始会用很隐约的方式，试试看这个人能不能觉醒。如果这个人没有觉醒，那么灵魂就会用更激烈的方法。到最后，某件重大的事件，像是炸弹爆炸，就会发生。但是在克莉丝汀娜的例子中，这

个过程好像刚好相反——灵魂一开始就选择了这场爆炸，而不用那些隐约的方法。”

“在这一个人身上，是这样没错。”

“为什么克莉丝汀娜的灵魂要这样做？”

“因为她有更高的目标，那就是要唤醒其他的人，将希望和觉知带给他们。”

“卡珊卓，在计划这场爆炸的时候，他们知道这场爆炸一定、绝对会发生，抑或是有可能会，也有可能不会发生？”

“有可能会，也有可能不会发生。自由意志的选择一直都在。她可以选择不要（加入），而另外一个察觉到的灵魂也可以选择不要这样做。”

“自由意志是生活在地球上时，每一个人发出和谐振动频率的方式。你可以藉由增加自己的频率来改变你之前所选择的课题，学会充满慈悲，以你侍奉主的方式来对待每一个你在地球上遇见的人。你可能不会知道自己正在做这样的改变，因为你们这个星球上的频率非常密集，但如果你一直持续——我的意思真的是一直——选择更高的路向，那么更高的频率就会让你对别人做出更多充满爱的行为。

“你可能会来到那个放着你所有纪录的地方，过去、现在、未来的纪录——《阿卡沙秘录》——并在此读取你的生命计划。这个计划可能会因为爱的思绪与祝愿而有所更动，而爱的思绪与祝愿可以带你进入一个对人类更好的思想模式里。”

卡珊卓在这里使用了思想模式一词，她的意思是，事实上，思想就是种能量。我们最初拥有思想时，它是没有实体的一种形式。如果我们(或其他人)经常去做这样的思想，或是在想的过程中拥有足够的感情，那么这个想法最后就会出现在肉身世界里。也就是因为如此，负面情绪可能会造成（例如）身体上的疾病。

卡珊卓继续说：“你只要请你的指导灵在阿卡沙图书室里，以目前的形式

把你的档案实体化，然后冥想你已经做出的改变，这样他就可以把你带入更高的意识里去。你可能不会一直都察觉得到这些变化，但不要害怕——你的守护天使和指导灵，会持续把你心里感受到美的那个瞬间记录下来。在你进入《阿卡沙秘录》时，请他们把那些情感展现在你的灵性意识里。

“地球目前每天都在持续增高（振动频率）中，有更多灵魂已经提高到一个境界，可以用更高的思想模式来生活了。很快地，那些不想为了让所有人更好而有所行动的人，就没有生存的空间了。当你选择要把爱、和平与光带给路途中遇到的每个人时，你原先所选择要学习的课题可能就不再适合。你可以持续让自己去发掘每一个人的好处，带领他们发挥自己最好的部分，藉此来改变你自己，并为所有人造福。

“人生考验只是一个让灵魂慢下来的方法，这样他们才能去落实那些环绕他们身边的美好。如果你感觉出自己在地球上的行动越缓慢，你的神性频率就越高。痛苦与折磨只是你可以选择的工具，有些美好的灵魂会选择它们是因为，他们可以拿走别人身上的痛苦，让这些人在地球上的生活不再痛苦。这是一种非常高形式的活人献祭——奉献出你的肉身的身体，让其他人得以拥有一个没有痛苦与折磨，充满欢欣感受与自由的生活。你不会去承受超过你所可以负担的，但有些灵魂会选择在特定的某一世中，透过意识发展的薄纱，去经历比较剧烈快速的改变。奇迹是会发生的，而你也可以做出改变的选择。地球上的痛苦与折磨不一定都能够在这个实体世界里获得转化，但是那个承受苦难的人，可以选择一个正面振动的思想模式，藉此做出改变。那些生活在考验中的人都是英雄和女英雄，他们是在地球上完成超越的表率。事实也正是如此。”

在我进行研究的过程中，我没有听过任何人提到，出生后的行为可以改变出生前计划的说法。卡珊卓这番发人深省的说明，让我在直觉上知道这一点都没错。既然我们计划人生挑战是为了要能去体验并知道自己就是爱的各种形式展现，而如果我们在这个考验出现之前，就已经达到了认识自己的目的，那么这个考验的安排就不再需要了。在克莉丝汀娜的情况里，她没有办法去认识自己，因为她已经与其他人约定好，要以经历爆炸事件来作为对他人的服务。在某种程度上，她还是可以选择不要加入这样的计划，但是这样的选择却会与她自己想要服务的心相抵触。在我看来，基于各种理由，好像应该是那位炸弹客比较可能选择不要造成这次的爆炸事件吧。

“卡珊卓，”我问，“如果那个放置炸弹的人最后选择了不这么做，那么之后克莉丝汀娜的人生中还会出现什么事来唤醒她呢？是不是有备用的计划？”

“是的。”卡珊卓回答。“意识运作的方式，会与她所居住的地球的振动模式有关。会有其他事件发生在她的家庭里。”

由于克莉丝汀娜的人生计划是为了要提升意识，这让我想到，也许我和她在出生前也约定好，要让她在这本书中分享她的故事。很肯定的是，一本书可以提供另一种公开形式，让克莉丝汀娜来传达她那有关希望的讯息。

“卡珊卓，克莉丝汀娜是不是在出生前就计划了要在我写的这本书中讲她的故事？”

“是的。”她的回答很简单。虽然有一部分的我已经预期了这个答案，我还是受到了如触电般的振动。我在出生前就已经认识克莉丝汀娜了！我不只认识她，我们还一起计划在彼此人生的这个时间点碰面。我有种奇妙的感觉，好像我们的计划已经有了成果。

“克莉丝汀娜和我在前世里在一起过吗？”

“你们曾经有过接触。”

“她和我怎么知道这一世我们可以找到彼此呢？”

“这是个意识之海，频率的振动模式将你们俩带到一起。你们属于同一个灵魂小组。”这个讯息虽然令人震惊，但我知道这是真的，特别是克莉丝汀娜在做的事，与我现在正投入其中的事是如此类似。我非常高兴能够找到一位属于同一个家族的灵魂。

“卡珊卓，”我说，“有一些阅读克莉丝汀娜故事的读者也经历过意外，你会对他们说些什么？”

“你的忧伤、愤怒、‘为什么是我’的想法，以及最后的接受，都是这个课程的一部分，如此才能达到某种灵魂程度的意识觉醒。这是一个美丽的过程。很重要的是，要在每一个过程中原谅你自己，如此才能达到最高程度的意识觉醒，然后重生美丽、慈悲，以及对所有经历这同样过程的人的了解。”

克莉丝汀娜的故事：第二个部分

充满了智慧与洞见的卡珊卓，帮助我了解这场爆炸的目的，以及克莉丝汀娜如何能在心理上获得疗愈。克莉丝汀娜计划了这场爆炸，有部分是要让自己疗愈自己，而藉由疗愈自己，也帮助其他人疗愈。宽恕是她启动内在疗愈的关键，而当她了解到，是她在出生前计划了那场意外，而且这么做是为了服务这个世界，原谅就更容易了。

克莉丝汀娜正式走上医疗者这条路，是在完成大学学业没多久之后的事。那时候，一位语言病理学领域的熟人邀请她去观察病人。因为受到这次经验的强烈吸引，克莉丝汀娜对神经失调的病症大感兴趣，并且开始在医院里工作。很快她就知道自己要透过进行一个很特别的工作来服务其他人。

“大家都想知道我的手怎么了。”克莉丝汀娜告诉我。“当我解释发生了什么事的时候，他们慢慢开始了解，事情还是有希望的。这也是为什么我的灵魂计划了让这么可怕的事发生，因为我要带给其他人希望。如果一个人因为不得不走上了另一条路，从此开始朝另一个方向前进，并且因此而更有创造力，那么任何人都可以做得到。”

我请克莉丝汀娜谈谈她的病人。

“我碰到的那些人都在受伤之后变得非常有觉知。”她说。“他们都了解自己的目的是什么。每一个人都告诉我，这对他们来说是一趟心灵的旅程。我问他们，如果重来一次，他们还会不会这样做，每一个都说会。我所碰到的那些人，大部分都要两到三年，有时候要五年，才能恢复。有一些人在最后的心灵成长阶段中要学习的，是容忍与耐心。他们会随着受伤而学到这些技巧。”

“他们之中有很多人经历了多次的意外，而且是一次接着一次的发生。车祸发生的次数会增加。一旦你经历了一次车祸，接下来再发生一次的机会就会以指数的方式增加。这些人并不是自己（透过负面因素）引起这些意外的，他们大部分都是被动的。我从中所得到的讯息是，这和灵性成长以及灵魂的进阶有关。如果他们没有在第一次就发现，那么他们就会再得到第二次的机会。”

“克莉丝汀娜，”我问，“你有没有从灵魂那里获得一些资讯，有关于这些人想要学习容忍与耐心之外，还有什么其他原因使得他们在出生前计划了这样的考验？”

“有时候是为了要学会爱自己。”她回答。“有些人——那些非常没有觉知的活着，并且以极快的速度去做所有事情的人——藉由把生活的脚步放慢来学习爱自己。其他的课题则是与他们身边的人有关。那些身边的人才需要学习的人。这些人同意拥有这样的考验，是因为要藉此提供讯息给其他人。这些其他人要学习如何去爱那些受伤的人，并且学着去了解，在地球上用肉眼看不到的东西（例如脑部创伤），的确是存在的。

“有一部分我所得知并且要告诉其他人的讯息是，他们约定好要让这样的事发生。当你这样告诉别人，会让他们变得非常平静。而当他们开始了解的确是他们自己定下这样的合约要来学习某些课程时，那他们就前进了一大步。”

“克莉丝汀娜，身为一个医疗者，你会对那些必须忍受身体上重大痛苦的人说些什么？”

“在你自己面前画一个圈，”她建议，“走进那个圈圈里，朝痛苦靠近，不要试着让自己转开。这样痛苦就会慢慢减低到你可以承受的程度。”

在克莉丝汀娜做出这个建议的同时，我想起那些经历过重大意外并曾与我交谈的人，除了身体上的痛苦之外，他们通常也会面临到人际关系上的重大改变。

“克莉丝汀娜，在爆炸意外发生后，你生命中的人际关系有了哪些改变？”

“我有些非常要好的朋友就此永远离开我的生活了。”她很平静的说。“大家了解生命是如此脆弱。如果像这样的事可以发生在自己认识的人身上，那也有可能发生在他们自己身上，这让他们觉得很可怕。应该会留在你生命中的人就是会留下来。有时候，你得一个人去走这段路，而且你也不需要太多外界的帮助。但你可能会觉得你需要。觉得自己需要别人，并且让自己沉溺其中的人，就会变成受害者。如果你向自己内心寻求，你会发现，无论你是自己一个人，或有人陪伴，那条路都已经为你打亮了光。你所需要做的，只是（向灵魂）祈求帮助。”

克莉丝汀娜在人际关系上最大的改变，发生在她与丈夫之间。

“我先生把我照顾得无微不至。”克莉丝汀娜回忆。“他像个父亲一样支持着我，也非常保护我。他认为是因为他迟到才会导致这件事情发生。”

虽然她的婚姻最后还是结束了，也虽然这么多年来她承受着身体与感情上的痛苦，克莉丝汀娜还是原谅了那个炸弹客。我不禁要想，她还有没有什么其他的智慧话语，可以与那些挣扎在宽恕之中的人分享。

“祝福那个人，祈求他们获得原谅。藉由释放他们到一个比我们自己更高的意识中，来原谅他们。”克莉丝汀娜建议。“最好的方法就是释放，因为憎恨他们只会消耗你的能量，你大可以拿那些能量来为这个世界做更多的好事。”

“在超越了原谅之后，你又是如何达到感激的呢？”

“就像洋葱一层层被剥开一样。我很感激自己还能活着。我很感激痛苦开始升华。只要身上的痛可以暂停三十秒钟，我就会很感激。一开始我并没有那样的感觉，因为那种痛是持续不停的，但是最终会累积到一个点，如果你一直去看黑暗的那一面，你就再也无法承受了。那时你就会选择要去看光明的那一面。”

那么有关于那个炸弹客？

“他是被挑选出来做这件事的。”克莉丝汀娜说。“我想，要去做这么一件我们不会认为是出自好意的事，那他一定是非常高的光，才会被雀屏中选。”

克莉丝汀娜与史黛西的通灵会

为了要获得克莉丝汀娜生命蓝图中更进一步的资讯，并且听见她与指导灵之间的对话，克莉丝汀娜和我，与史黛西，威尔斯进行交谈。我把克莉丝汀娜的姓名与生日提供给史黛西，我告诉她克莉丝汀娜很多年前在一次爆炸意外中受过很重的伤。我们满怀期待的等待着史黛西聆听她的指导灵所说的话。

“当我集中注意力到发生意外的那一年，”史黛西开始说话，“我听到的是：

‘那是因果的一年。’那场意外并非意外，那是计划好的。”

“没错。”克莉丝汀娜说。

我们又停顿了一小段时间，等着史黛西的指导灵带领她去计划会议的现场。

“我看到你，克莉丝汀娜，站在这个房间里，你的灵魂小组的中央。这里有一间比较大的房间，灵魂小组的所有成员都在这里，隔壁紧邻着还有另一间比较小的房间，里面是指导灵聚集的地方。你穿着一件象牙色的袍子，很简单、很服贴，样式非常自然。你正在说你想要治疗这个世界。

“在这一场出生前计划会议中，有很多关于灵性成长的讨论。你在这一世里所继续追寻的主题是，发挥灵性的力量，那是从十字军东征时期你就开始学习的课题。你是个个子很小的女人，很会说话，而且非常聪明，你可以避开士兵的耳目进行你的工作，你的工作是保护那些可能会受到怀疑的人。你援助他们、喂饱他们、给他们地方住，你也会告诉他们可以走哪些安全的路径。当你的朋友被抓进监狱里成了阶下囚，你会透过铁栅栏递送食物和衣服给他们。你在那一世里没有被逮捕过，但是你有很多朋友都被抓了。所以，你产生了要服务他人的愿望，并且希望帮助别人以可行的方法来发挥自己心灵的力量，这是继续前世的一个因果主题。

“在所有事情之中，人的心智是最吸引你的。我看到你和一位指导灵，以及其他三位灵魂小组的成员，正在讨论你想要如何在这一世里研究人的心智，以及心智与身体疾病之间的各种关连。你想要让大家可以用更好的方式来发挥运用自己的心智。

“他们请我展示一段与那场意外有关的谈话。我感觉到特别有一个人要为这场意外负责。我看到你与这个灵魂讨论事情，我听到你同意成为事件中的一部分。

克莉丝汀娜：这会为我的生命开启一扇新的大门。这件事会成为一个非意识的精神提示，让我知道是时候该走上自己想走的路了。我需要像这样的事情发生，好让我修正自己的方向，并且想起自己的人生目标是什么。

“这件事就很像是在墙上炸出一个大洞，让你可以穿过这个洞，进入人生的下一个阶段。”史黛西补充。“我听到你解释，在你从这场爆炸慢慢复原的过程中，你会运用心智来发挥自己的力量，不只是让身体得以恢复健康，也在心理上和感情上获得疗愈，并且拥有疗愈自己的意愿。”

“如果这场意外没有发生的话，对你来说，很容易会走上另外一条路，一条承担起家庭责任，把自己的需要放在最后的一条路。你是个拥有非常大能量的女性。你的灵魂生气勃勃而且行动力十足。你看起来充满了热诚，你说自己一定会没问题的。你的灵魂表现出对这件事很开心的样子。你的灵魂小组中有些成员对此什么都没说，他们只是不偏颇的聆听并且观察。其他人则是震惊，你竟然会想要用这么剧烈的手段来改变自己的方向。你对此置之一笑，你说：‘我需要这样的能量才能做到那样的改变。’”

“那颗炸弹，”史黛西问，“是不是放在一栋砖造的建筑物里？”

“是的，”克莉丝汀娜确认，“在一栋非常、非常古老的建筑物里。”

“那么我在看的的就是正确的了。”史黛西回答。“我又被带到一个地方，你坐着，正在和那个制作了炸弹的灵魂说话。他是个非常安静的人，只有在做炸弹时会弄出一些声响来。不过至少在灵魂上，他是个有着很奇特的慈悲心的人。他在好几世里都有透过言语表达自己的障碍，他无法轻松与人对话，更别说是出现在有许多人聚集的公众场合里了。在某一世里，他患有精神分裂症。不过他还是让自己保有了慈悲心。”

“你们在讨论这件事的时候，他没办法和你面对面谈。他的慈悲心让他想要逃跑躲起来。他比较喜欢在别人看不见的地方默默做事。你们两人的对话是有一搭没一搭的，你会先说几句话，接下来是一片沉默，然后才会再有几句话出现。之后他站了起来，你伸手把他拉回来，他担心的是你会不会好好的，你对他的方式就像是指导灵一样。他也是你灵魂小组中的一员，而且你也见到他在好几次的前世里都经历了同样的挣扎。我看到你对他伸出援手。”

克莉丝汀娜：一切都会没事的。

男人：我从来都不想杀人、让人受伤、让人残废，或是让任何人受到伤害。那从来都不是我想做的，我只是想要表达自己想说的话，我只是希望有人可以

清楚听见我想说的。

克莉丝汀娜：我们听到你说的话、我们也看到你了。所有在这里的人都听到你、也看到你。我会帮你的忙。我会为你达成你的目的，而藉由这么做，我也会达成自己的目标，这你难道不明白吗？

“你说‘我会帮你的忙’，意思是要帮他解决他在沟通上的障碍。他正在与放炸弹的罪恶感缠斗，他不要伤害你，或者是去做任何需要为伤害你而负责的事，但很明显的是，你所计划的人生一定会让他陷入难解的纠结之中，而且这么做，也无法让他达到原先预想能够表达自己的程度。他会再一次躲在幕后，偷偷摸摸的，做一些会对别人造成极大影响的事。对他来说，一切都与沟通有关。

“我感觉到一股能量，克莉丝汀娜，你对他有着非常非常多的爱。我听到你向他保证，试着让他走出自己的观点，站在你的立场来看，他这么做对你会有怎样的帮助。在你们的谈话里你做了很多说服的工作，并且两人一直握着手。你试着向他表达，这么做对你只会有好处。”

克莉丝汀娜：不会有事的，是我自己想要这么做的。我会帮你，也会帮我自己。我只会看到光。负面的事并不是一定只会带来负面的结果。有时候负面的事是一条路，通往完整的自己。我们一定都要从某个地方开始才行。

“所以，”史黛西下了结论，“他是你灵魂小组中的一员，而你对他有着深深的慈悲。”

我现在非常了解爆炸事件是如何让克莉丝汀娜朝她这一世的目标迈进了，但是，我不是很确定引起这场爆炸，要怎么帮助那位炸弹客去克服他前几世里的沟通障碍呢？

“我不是很清楚放置炸弹可以帮他什么？”我对史黛西说。“这可以帮他完成什么？”

突然之间，史黛西说话的速度慢了下来，语调变得有些迟钝。她的指导灵现在正直接透过她对我们说话。

“这个灵魂在这一千年之间，一直处在自我意识过剩、聪明反被聪明误的循环中，他在好几次转世中都出现了暴力倾向。在另外一次前世中，他曾是爱尔兰共和军的一员，他经常在做暴力的事，像是帮忙计划攻击事件、帮忙制造炸弹。这一直都是他沟通的方式。对他来说要拥有亲密的感情是非常困难的。但在这一切的背后，他还是非常需要建立起对自我的尊重。这一世，以及与炸弹和克莉丝汀娜交集的这一段，是他另一个前世的延伸，他一直困在那个循环中没有解脱。”

史黛西离开得突然，回来得也很快，她的声调又回复到平常的模样。她继续聆听出生前计画中的对话。“他和克莉丝汀娜讨论，是不是要让他被抓到，或是被困在现场，这个炸弹可以让他找到他所需要的帮助。我们都会在好几世里重复去做那些弄巧成拙的事，一直到我们发现这样做对自己一点帮助都没有，这时才会放下，继续向前走。这是两件不同的事：一是了解到这样做根本没有帮助，另外一个，能不能就此修正自己的方向。克莉丝汀娜非常投入于帮助他们修正方向。她自愿成为另一个人暴力沟通行为下的结果，藉此希望能帮助他改正自己。我在这里一直听到‘平静’这个字。她希望这么做可以帮助他找到平静。”

“他一直都在这样的行为中得到报偿，当爱尔兰共和军的时候，他非常受到尊敬，而且进入了组织的核心，让他觉得自己很重要。他又再次走上与好几次前世相同的路，这条路对他来说，比其他路向都要容易得许多。但最终，他一定得要转换方向的。克莉丝汀娜希望这一世就是那最终的一次。”

“我有见过他吗？”克莉丝汀娜问。

“这一世没有。”史黛西告诉她。

接着我问，我们是不是可以听听克莉丝汀娜与史黛西一开始在会议室里看见的三位指导灵之间的对话。当史黛西在聆听的时候，中间有一段很长时间的停顿。

“克莉丝汀娜，你父亲是指导灵之中的一位。另外两位（在这一世里）都是女性。其中一位的外型是年纪比较大一些的中年妇女——你的母亲，而另外一位的外型是一位金发的年轻女性。”史黛西看到的是灵魂在他们即将投胎的

那一世里会有的样貌。“你的父亲、母亲都很关心你的幸福与安全。他们一直问你：‘你真的想要这样做吗？’

克莉丝汀娜：是的，我想要这样做。我可以面对这一切，我很坚强，你们知道的。我可以面对全世界最大的挑战。

“那位年轻女性，”史黛西补充，“是意外发生前出现在你生命中的人。”

“应该我的朋友爱丽丝。”克莉丝汀娜说。

“你们两个并没有计划好要做一辈子的朋友。”史黛西说。史黛西的话提醒了我，我们常常会计划好，在限定的一段时间里做另一个人的朋友或配偶。但因为我们不记得这个约定了，所以我们会把一段友谊或婚姻的结束看作是一件负面的事。其实不是。我们与其他人分道扬镳，是因为我们已经完成与他们一起计划好的事了。

“没错，她不是。”克莉丝汀娜确认。

“这绝对是一段意外前的友谊。”史黛西说。“我有种感觉，她是你那个时候最要好的朋友，也许还是你的室友？”

“完全正确。”克莉丝汀娜说。

“我听到她说：‘你确定这场意外是你真的想要的？’噢，我现在看到你先生走到你们四个人的面前来了。他一直都和灵魂小组一起坐在旁边观察。我看到他用手臂环抱着你。

丈夫：我会为你减轻一些负担。我尊重你所做的一切。我很敬重你为我们这么多人护持着光。在你复原并且累积力量的过程中，我会尽我所能来支持你。

“他亲了你的额头一下，克莉丝汀娜，而你也用手臂环抱着他。你们两个人之间有着深深的理解，以及对彼此的敬重之情。没有其他人再说话了。”

克莉丝汀娜前夫的出现，让我想起了另外一个问题，那是我第一次与克莉丝汀娜交谈时就有的问题。“史黛西，”我说，“爆炸发生时，克莉丝汀娜的先生本来要来接她下班，但却迟到了，因为他看书看到忘了时间。有没有可能是

因为他或克莉丝汀娜的指导灵让他专注阅读到那样的程度，致使他忘了时间？”

史黛西沉默了几秒钟，她的指导灵正在告诉她那关键的时刻。

“一点都没错。当时他的意识状态受到改变，完全脱离了现实的世界。是有一位指导灵站在他身后，在那命定的时刻里指挥着一切，以确定所有事情都会顺利发生。这位指导灵其实就是我在出生前计划会议中所见过的其中一位。”

“是卡珊卓还是里欧娜？”

“卡珊卓。”史黛西说，复述着她的指导灵所说的话。

“史黛西，”我说，“请你的指导灵带我们去听其他的对话，任何有关克莉丝汀娜提到她要如何从这这场经历中成长，或是这场经历会让她做些什么来造福人类的对话。”

“我看到了出生前计划会议的一开场。”史黛西宣布。“克莉丝汀娜和她的最高指导灵在一起，这位指导灵是男性的外型。我在之前其他的通灵会里都会提到规画用的板子，我在这里又看到了。这一块看起来像是真的板子，和在地板上的那种样式不同。我看到克莉丝汀娜拿了好几块东西，而且跳过好几个方格。她正在和她的指导灵说话。

克莉丝汀娜：我〔在前世〕已经有了很大的进展。我可以继续在这一世拥有更大的成长。我想要这样做，我有这样的能力。

我想要做有意义的事。无论在什么样的状况下，我都要做有意义的事，并且以有意义的方式来帮助其他人。

“他们也谈到她可以进行教学、讲课和写作等等，这些都是来自指导灵的建议。克莉丝汀娜说：‘我需要更实际的贴近人。’他们也谈到克莉丝汀娜的智能，以及她懂得分析人、状况、家庭互动方式的能力。这些都是她从好几次的前世，以及转世间的过渡期中所累积下来的技能。克莉丝汀娜比了个手势指着她的心说：‘我想要有所不同。’

“克莉丝汀娜谈到她在十字军东征以及法国大革命时所做的事。在那两世

里，她所做的是为人接济食物、帮他们找地方躲藏、带他们去下一个安全的地方。

克莉丝汀娜：我已经很厌倦做这些事了。我想要服务别人，但是我不想要做这么基本的事情。我想要用自己帮助人的能力来做些不一样的事。

指导灵：你可以成为这一波勇敢的新浪潮。这些人进入肉身之中的这个时间点，正值这个世界慢慢开始再次拥抱所谓看不见的能量，甚至会非常受到各种疗愈方法的吸引，而且这些事情不会再被认为是巫术了。

“克莉丝汀娜同意要努力增进自己疗愈的能力。情感上的疗愈，其最终极的目的，通常就是要带来灵性的成长，也正是她最想要帮助别人的地方。她同时也想帮助别人发现自己该走的旅程为何，并且让他们进入自我发现的程序之中。

克莉丝汀娜：在那么多次的前世里，我已经非常清楚知道自己是谁了。这给了我力量，让我得以如此坚强、让我能够争取和对抗、并且帮助别人去争取和对抗。我想要拥抱其他人，让他们能够发现我所发现的自信和自我的力量。

“接下来他们谈到克莉丝汀娜自己该如何重新发现这件事——为了要能够记起来——这样一来她才能够去教导别人。

“现在我看到另外一件事。”史黛西很兴奋的说。“克莉丝汀娜，你在意外发生之后是不是有一段时间失去了意识？”

“我反反覆覆一下醒来，一下又失去意识。是的，有一段时间我的确是失去意识的。”

“我看到的是——这些都是在你的出生前计划会议中谈到的——在你失去意识的那段时间里，你的指导灵和灵魂小组的成员，会一起帮助你。他们会试着在灵魂层次上提醒你，有关这场意外的目的是什么。他们也会帮助你治疗你，让你知道自己所拥有的疗愈能力，并且提醒你，你想要把这一切带给其他人。你得到了很多帮助。”

“没错。”克莉丝汀娜肯定的说。

“在这一部分的计划会议里，”史黛西说，“你的指导灵谈到如何与其他更多人接触。他们鼓励你去和许许多多的人接触，将你丰富的知识传递出去，用你的力量、目标和感受去感染其他人，让他们知道什么事情都可以完成。他们谈论了很多你可以在晚年做的一些事情，像是写书，这本书可以成为你向外接触的一个平台，让你四处去旅行，给你公开曝光的机会。他们讨

论这是你大约五十岁的时候可以做的事。你曾经想过要写一本书吗？”

“其实，我真的想过。”克莉丝汀娜回答。“我还想好了是哪一类的书呢。”

在那一刻，我想起卡珊卓曾经说过克莉丝汀娜选择要加入这本书的写作。

“史黛西，”我说，“卡珊卓告诉过我，克莉丝汀娜和我属于同一个灵魂小组，我们一起计划了让她在这本书中告诉我她的故事。你可以听到那一段对话吗？”当史黛西转换注意力到那一段对话时，中间出现了一阵很长的静默。

“这个灵魂小组里有很多、很多位作家。”史黛西在影像变得清晰之后告诉我们。“我听到〔指导灵告诉我〕一句话：‘这个灵魂小组之中有个智慧知识的宝库。’我看到你，罗伯特，你坐在克莉丝汀娜正在讲话的那个人后面四排的位置上。我看到你拿了一个写了字的板子在手上，还有一支很像触控笔的东西。你从灵魂小组的群众中站起身来，走到克莉丝汀娜旁边。你一边走一边还在写什么东西。我感觉到，你在很长的时间里——换句话说，也就是在很多世里——一直都是个观察者和编年史记录人。你培养出了很好的观察能力。

“虽然你在克莉丝汀娜的生命里只是一个小角色，她还是很高兴看到你走上前来。你坐下来和她详谈细节，她兴奋的紧紧交握着两手。

罗伯特：我想要记录你的事件。

克莉丝汀娜：噢，太好了！请你务必这么做。

罗伯特：我要写一系列的书，想要在第一本书里写你的故事，这本书会按照时间顺序来记录灵魂的旅程，我们每一个人来到人世都会经历到的旅程。我想要在其中加入你的旅程，用来表现因果关系。

虽然卡珊卓已经说过我们计划了要合作，但是听到我自己在转世前所讲的那些话，真的是完全不一样的事——而且非常震撼人心。这些内容和其他灵媒在我的私人通灵会中所说的完全一致；他们说，我曾经转世过许多次，而且都是担任观察与记录人类经历的角色。

不过，我听到因果关系这个词的时候，却觉得有点困惑，因为我一直都以为因果关系是种平衡的关系。虽然当时我并不知道，我在出生前用了这个自己早就已经忘记的词汇，对我出生后所进行的工作，有着非常大的影响。我现在已经可以把因果的平衡看成是因果的现象了。

“我看到这时候对话中出现了一颗苹果。”史黛西继续。“你拿着那颗苹果，罗伯特，你用它来比喻播种，这就是你希望这本书可以达到的目的。

罗伯特：我想要在很多人的心中种下这个种子——知识的种子、灵魂觉醒，以及灵魂旅程的种子——并且解开这个谜题，或者应该说是很多人所认为的谜题。在这个过程中，我的经历会包括了自我发现，而你（克莉丝汀娜）的故事会照亮其他人的因果旅程，以及灵魂可以选择前进的各种路径。

“你们彼此拥抱了对方一下，你们两人之间有着共识。”史黛西补充。

我又有了另外一个问题。“史黛西，你能够听到克莉丝汀娜和卡珊卓之间的对话吗？”接着史黛西对克莉丝汀娜和我复述了卡珊卓所说的话。

卡珊卓：你（克莉丝汀娜）和我一起在好几世里努力要让其他人知道，他们并不孤独，无论什么时候，都有很多人愿意帮忙。这就是生命循环的一部分。灵魂与肉身的生活之间并没有界线，这两者是一体的。而透过你和这本书更可以展现出来，即使拥有不同人生的人，也会经历同样的事。有人觉得只有自己单独在经历这样的事，那只是个自私的幻觉。允许这种自怜的幻觉出现，只会阻断你与生命之流，以及永恒之间的连结。唯有让自己保与生命之间的连结，人才会进步。唯有了解到所有人皆为一体，人类才能进入意识的下一个阶段，那也是我们所有人想要达成的更好的境界。

就这样，史黛西与她的指导灵结束了向我们揭示克莉丝汀娜出生前计划会

议中的对话。

当我们在聆听那些对话的时候，我产生了几个印象，一个是克莉丝汀娜对那个筹画了爆炸事件的灵魂有着极深的爱与了解。我开始向史黛西和她的指导灵询问后续的问题，请他们告诉我灵魂小组中的成员是如何与那个炸弹客的灵魂互动。

“其他的灵魂只是给予协助和帮忙而已。”史黛西回答。“在灵魂的国度中，没有批评与指责。他们只是给他爱，并允许他去做他为了进化而必须去做的事。”

“史黛西，我想请问你的指导灵，克莉丝汀娜的意外与因果有什么关系？”既然因果关系这个词又在我面前出现，我决定善加利用。

史黛西的指导灵再次透过她直接说话。“就像你在这本书的其他故事中所发现的一样，你会发现，意外通常都不是意外，意外通常都是为了要能转换意识的层次，而事先安排好，并且大家互相同意的事件。当灵魂通过那层纱来到人世时，他们会忘记他们来之前所做的计划。像这一类的事件，一般都是具有目的性的提醒，甚至是在潜意识里也是如此。潜意识正是转换发生的地方。以这种方式来看，意外可以被当成是因——虽然我们指导灵认为那只是个提醒——用来制造出转换到新方向、新焦点的果。

“在意外后丧失意识的那段时间里，我们和这个灵魂有了全面的接触。我们提醒她她所选择的目标和命运，藉此拥抱她，并且帮助她在失去意识的那段时间里提升自己的频率。当她重新恢复意识，这个灵魂在下意识里已经种下了一颗种子，最后可以长出她所想要的结果。”

“这对我来说很有道理。”克莉丝汀娜说。

克莉丝汀娜所想要的结果就是，记起她已经计划好了要做一位疗愈者。正因为我知道克莉丝汀娜想要疗愈这个世界，而且她的故事将会被许多寻找疗愈的人看见，我决定要扩大我们发问的范畴。

“我想要请问有关疗愈的事。”我对史黛西的指导灵说。“克莉丝汀娜经历了很多种疗愈，包括了生理与心理的疗愈。她原谅了那个放置炸弹的人。就我

所了解，宽恕实际上可以改变这个原谅别人的人的 DNA，还有被原谅的人的 DNA。这样说正确吗？如果正确的话，那会对基因有什么改变？”

“你这么说是正确的。”他确认了这一点。“在染色体上面会产生变化。这个主题包含在阿育吠陀理论(译注：阿育吠陀为印度一种传统医药学。Ayuveda 一字为梵文，Ayur 意为“生命”，Veda 则为“智慧”。亦有人将阿育吠陀译为“生命科学”)中有关疗愈的那一部分里。你发出能量，然后那个被你原谅的人会在无意识中感觉到一道宽恕的波。他们要不要接受这道宽恕的波，要由他们自己决定。很多时候这个人会继续难过下去，不想原谅自己，不过这道波却可以释放他们，这样他们才可以进步。”

“如果这个人接受了宽恕，染色体实际上会出现什么变化？”

史黛西这时暂时停止通灵，她开始描述她的指导灵此刻在她的脑子里创造出的一个画面：染色体上有些坚硬的东西掉了下来，另外一些柔软圆滑的东西递补上去。

“那会让能量——你们有时候称之为‘气’的能量——在身体和心理上的流通都更为顺畅。”指导灵继续说。“随着这样顺畅的流通，让你朝向人生目标迈进的那股能量就会出现。这股能量可以穿透我们身体与心理那些比细胞还小的单位。”

“哭可以疗愈 DNA 吗？”我问。

“当哭是为了释放，而不是因为自怜的时候。”他回答。

“那么笑也可以疗愈 DNA 吗？”

“笑容非常具有疗愈的作用。笑可以刺激贺尔蒙分泌，以清洗我们的身体，把毒素洗去，并且促进液体的循环。至于笑会不会改变基因呢？应该说笑可以防止基因出现具有毒性的改变。笑应该比较算是一种预防保养，而不是转换。有时候癌症病人会采用笑声疗法来进行细胞的治疗，但是笑本身并不是，也不会产生 DNA 股上的改变。笑可以让身体更正面的运作，并且与自身达到一种平衡的共鸣。”

“我还想要问水是不是也有同样的功能。”我说。“我们谈论到哭也是疗愈的一部分。在我所交谈过的人中，有些观想到他们在水中清洗自己，或是躺在一条溪流中。一位日本科学家江本胜写了一本书，他对水说一些话，然后将水结冻来分析水的结晶。他发现，高振动频率的字眼，特别是爱和感激，会让水产生最漂亮的结晶体。水在疗愈里扮演了什么角色？”

“水渗透了身体的每个部分、每个分子。”史黛西的指导灵说。“水接收频率也发出频率。水可以产生磁力，也可以消解磁力。水是媒介，也是启动器。”

“如果一个身体或心理受伤的人对水说话，用‘爱’和‘感激’的想法来‘设定’水的频率，然后喝下这杯水，这会促进身体或心理上的疗愈吗？”

“会的。对水说这些话会让水带有生命的力量，一种能量。喝下这杯水可以把这份能量带进身体里，帮助身体透过各个器官来释放并清除那些有毒物质。”

我从史黛西的声音可以听出来她已经累了，与她的指导灵通灵需要消耗非常大的能量。我决定请问他的结语。

“有些人听到或读到像是爆炸这类事件后，会开始害怕、大肆批判，并且更加感觉到自己与他人之间的分别。对这些人，你会说些什么？”

“每件事都有它的原因。”他表示。“判断一个人进化的标准是，他有没有将负面的事情转换成正面的能力。持续抓住负面情绪，并且怀抱着批判和恐惧的想法，对这一类事情的真相不会有什么帮助。我们应该关注的是，如何利用自己的时间来发挥最正面的效果，无论这段时间是坐在轮椅上，还是用来跑马拉松。所有事情一定都有正反两面。这就是这个世界的二元性。少了负面，你就无法体验或知晓何谓正面。少了负面，你就不会有想去体验正面的动机，因为当我们穿过那层纱的时候，我们会忘记这一切。

“如果你发现自己对那些你看起来是凶手的人充满了批判的想法，那我们希望你知道，在这些不可解的谜之中，一定有一个正面的结果。我们想对你说，所谓不可解的谜，也只是一个假象。那些打开报纸或电视，看见世界上发生了各种事件而有所批评的人，我们想说的是，你只是挑了一条最简单的路来走，而且没有好好的把事情都看清楚。每件事背后都有更深层的意义。我们希望这

本书中的例子可以帮助教导大家，对于每件事情的多重意义，以及它可以如何帮助人成长，都要再三思量。”

☆☆☆

“我看到的只有光。”

这么简单的一句话，是克莉丝汀娜在她的出生前计划会议中对她接下来的人生所做的宣言，这句话的意义，比表面上看起来的还要深远太多、太多。这句话明白表示出，她要做真正的自己。她在其他人身上所看见的光，包括放置了炸弹的那个人，都反射出了她自己内在的光。而在别人的脸上，她也看见了自己的反影。

这本书的中心思想是，我们就是爱。这不只是个善意的见解，或者想取悦人的情绪语言。

这就是我们身为不灭灵魂的本质。这从我们在出生前就想为彼此服务的心念中可以很明显看出来。这从我们与那些计划一起共享人生的灵魂互相温暖的拥抱，以及互相所说的慈悲话语中传达了出来。这也反映在人生计划中，它们以祝福的方式给了我们一个机会，让我们去发现，并且更了解身为爱是什么意思。

在我们无形界的家里，只有光存在。少了黑暗、少了光的对比，我们无法真正、完全的了解并感激我们所看见的光。少了爱的对比，我们就无法全然并精确的知道，我们自己是谁。因此，我们安排了自己的人生，在其中，我们忘记自己真正的身分，希望各种考验能够唤醒我们看见自己，我们很确定，透过记起自己的过程，我们会更认识自己。

当我们是灵魂的时候，看到的只有光，也没有什么事是需要原谅的。在那里，我们知道自己是爱，所以也只会表达出爱，因为你只能表达出自己所知道的事。没有一个知道自己是爱的灵魂，会表达出爱以外的感情。没有一个知道自己是爱的灵魂，会做出任何需要被原谅的事。

然而，原谅也是爱的一种表达。少了表达原谅的机会，我们就不会在肉身中体验到自己是爱。因此，我们定下合约，在其中，我们部分的人，忘了自己

是爱，会做出一些看起来需要被原谅的事，而另外一部分的人，同样也不记得自己是爱，则是要接受能不能宽恕他人的考验。

克莉丝汀娜和那个炸弹客之间就达成了这样的协议。克莉丝汀娜不是她在这一世中曾经感受过的强烈愤怒和罪恶感，她，是由那些感受汇集而成的爱和宽恕。而那位炸弹客也不是我们想像中所是的一切。他不是引发爆炸事件的那份憎恨，相反地，就像他的灵魂所说：“我从来都不想杀人、让人受伤、让人残废，或是让任何人受到伤害。那从来都不是我想做的。”

他希望自己能够清楚的被听见，这只是个单纯的愿望，希望自己在肉身里也可以接受到爱与理解，就像他和克莉丝汀娜两人的灵魂一起计划人生交集时，克莉丝汀娜所给予他的爱与理解。

这场交集同时为克莉丝汀娜创造出了机会和动机，让她可以记起一切。计划中的安排是，有一部分觉醒会出现在意外发生后她陷入昏迷时，她的指导灵和灵魂小组的成员会在这时候出现来提醒她的计划：疗愈自己并进而疗愈他人、为这个世界做出贡献、记起一个人可以获得的最大礼物是什么。

因此，克莉丝汀娜的人生计划是光工作者的计划，意思是，灵魂在出生前就计划好要唤醒自己内在的智慧，为了达到卡珊卓所说的：“为所有那些经历一样事情的人，重新建立起美好、慈悲与理解。”重要的是，克莉丝汀娜要先记得自己最初的焦点是光，如此她才能与他人分享这份光。藉着记起的过程，她提高了自己的振动频率，在这个频率中她能再次提升并疗愈自己。是她的能量，而不是她所说的话或行为让她获得疗愈和提升，这份能量所拥有的力量，来自于她个人的转化。唯有当克莉丝汀娜看见了炸弹客身上的美好，她才可以帮助那些受害者去原谅，也唯有当克莉丝汀娜真心觉得感激，她才能够让那些受苦的人也发展出同样的感受。

克莉丝汀娜可以为人带来这样的幸福，因为她在应该是无法原谅的愤怒状况中，原谅了别人。真正说起来，是她那真实不虚的宽恕，而不是她的专业，让克莉丝汀娜成为疗愈者。她原本大可以关上心房，但她却选择了向别人大大的敞开自己的心。每一个走在疗愈途中的人，都跟随着她的脚步。就算克莉丝汀娜在这个社会扮演了另外一个不同的角色，就算那些脚步不是那么清楚易见，它们所影响的范围还是一样广阔。

如果你想要将光和疗愈带给人类，却觉得自己的影响受限于角色的问题，你觉得自己的力量因为情况而减弱、你能接触到的只有身体受到意外伤害的人，那么，放轻松，我保证全世界的人都会知道你在这儿。大家都听得到你、看得到你。甚至是你的声音到不了的地方、你的脚步踏不到的土地，即便是在那些地方，每一个灵魂，在超越意识、超越人类感知能力的范围之外，都还是感觉得到你的存在。你所带来的影响依然无远弗届的向外传递，穿过所有空间，那些看起来似乎距离你很远，但实际上并不远的空间。你所维持的光亮、你所扩展的宽恕、你所创造的疗愈，以及你所记得自己所是的爱，都会让所有肉身以及所有灵魂深深感受到。你可以把希望和觉知带给他们，克莉丝汀娜在出生前就答应了，要把希望和觉知带给你。你也可以完成你的出生前计划，就像克莉丝汀娜现在完成了她的一样。

当克莉丝汀娜回返无形界时，她的人生所带来的影响，将会继续以涟漪效应在这个肉身世界中向外扩散。就像一只放在玻璃窗上的手，我们每个人的生命都会在触摸之后长久留下指纹。我们有些能量，就像卡珊卓所说，会长存在思想形式里，而我们所有的能量都会穿过时间和空间，不只影响着与我们一同存在于地球上的人，也会影响之后才来到的人。

要了解我们每一个人在这个世界上所留下的不可磨灭的痕迹是什么，我们就必须要正面看待这个伟大的责任。克莉丝汀娜在出生前就知道这份责任，所以她计划了一场考验，让她获得日后得以遗留给后人的重大疗愈。也或许，藉此，克莉丝汀娜的前夫可以了解他在克莉丝汀娜人生中所扮演的角色，并且获得心灵上的平静。如果他真的了解自己所扮演的角色，那么他的罪恶感将会被自我宽恕所取代，他的悔恨也会变成接受与平静。如果他发现到自己充满勇气的扮演了这样一个角色，而且是在自己没有意识到的状况下这么做的，那么，他对自己的爱会就此绽放。如果没有觉醒，那么他就会持续陷溺在自己所创造出的假象中，而这个假象其实是他在出生前，为了自己的成长与学习所计划出来的。

同样的事情也会发生在那位炸弹客身上。能不能转换他对自己的想法，就端看他能不能理解到自己的角色是“一道来自高点的光”。虽然现阶段他还是会觉得自己是愤怒与憎恨，但他之后可能会知道，他其实无意要伤害任何人，他只是希望让别人听见他，而且，他成为了克莉丝汀娜带给这世界疗愈的方法。

如果他达到了这样的觉醒，那么他就会接受克莉丝汀娜所给予的宽恕，这份能量是如此强大，甚至可以穿透并改变人类的基因。当我们回返无形界成为灵魂时，我们会想起自己与那些“对我们不好”的人所一起拟定的出生前计划，他们的光会在我们面前再次闪耀。直到那一天到来之前，我们的考验就是，要在肉身中、在那层纱背后、透过我们自己选择要忘记他们真正身分的失忆症状，看见他们的光。

要这么做，我们应该先了解到，在我们生命中出现的那些人，都是永恒、不具肉身的灵魂，在这个肉身世界中暂时扮演了某个角色。就像那个放置了炸弹的灵魂一样，他们只是一个很大的计划中的一部分，而这个部分对我们来说通常是保持秘而不宣的。但是我们会知道，每一个我们所遇见的人，都是神所闪耀出的光芒，是充满爱、超越宇宙的存有，而我们与他们是为一体。少于这些的，都不真实。超过这些的，则皆为假象。

只会看见光，意思就是，只会看见每个在地球行走的人内在的神性。

正是如此，我们记起真正的自己。

8 结语

从我开始这段旅程到如今已经三年了——写作这本书，真的是一段旅程。在这趟兼具肉身与超自然力的航程中，我非常荣幸能听到这么多勇敢灵魂的故事。真的，他们全都是我的老师。同时，我也从那些与我对话、睿智的非肉身存有身上学到了许多。他们每一个都触动了我的心、开展了我的生命。

透过他们，我现在明白了这个最基本的真相拥有着无限的力量：我们不是我们的身体。有什么比这还简单？但是，对于像处在杰森这种状况的人来说，这样的理解会让一切不同。如果你的肉体无法动弹，而你相信那就是你唯一的生命、你就是你的身体，那么，你只会有着无尽悲苦的绝望。但是如果，从另外一个角度来看，你知道——也就是说你感觉到——你自己是永恒的灵魂，那么接下来就会是个完全不一样的人生。如果你更进一步知道，是自己计划了自己身体上的残障，那么这其中就有更深刻的涵意了，而你的人生就成了对这其中意义的一场追寻。受苦是光明的所在，空虚也会因此被目的所取代。

在这三年之中，我开始相信每件事情背后都有更深的意义。我的信念、信任都有所成长，并且我也更加愿意降服于意味深长的生命之流中，即使我不知道河水将带我前往何处。我看到了我们这个世界，虽然存在着愤怒与心碎，却依然无法改变它与生俱来的美。我感受到生命的甜美。我——在每一个角落——感受到这一点。虽然有时候我们会因为痛苦而想逃避、而看不清楚，但是这份甜美一直都在，存在于每一份艰苦背后、每一个状况之中。

我们的挑战就是在自己的人生考验中去发现这份美。

在我知道出生前计划之前，我常常会很同情那些看起来比我不幸的人，举例来说，我会可怜那个在街上无家可归的流浪汉。而现在，我会意识到，这种看起来“很糟糕”的经历，也许都是事先计划好的，这么一来，我只有感到肃然起敬。我问自己：这个人想要学习什么？或是想要奉献什么？我提醒自己：他可能正在拥有他自己想要的经历。我告诉自己：他展现了极大的坚忍不拔，去执行这么困难的人生计划。虽然我不知道为什么有灵魂要为自己选择那样的挑战，但我所知道的是，生命以智慧来设计、以爱为基础。也许，我对我自己说，那个流浪汉计画要有这样的人生是因为，这样可以让我和其他经过的人施予他一些帮助，或者是对他说一句善意的话，让我们去体验慈悲，并且就此知

道我们就是慈悲。

以这样的方式，我认清了一件事，即便看起来如此渺小的事，都有其意义。在我知道出生前计划之前，我看到的都是人生表面的价值。但现在，在我与裘恩交谈过后，我才了解到会有灵魂选择要罹患爱滋，因为这样才能让我和其他人可以在宽容之中成长。与派特聊过之后，我才明白，有人会计划酗酒，以找回他自己的神性。而从雪伦身上，我看到了许多父母亲身上永不消减的爱，而且不禁要怀疑：你和你的孩子是不是计划了毒瘾，好让我们看见爱的模样？

而曾经我会有所批判的事情，现在我会看见其中及其背后神圣的规律。曾经我认为有瑕疵的地方，现在我也只看得到完美——那是生命按照我们的计划缓缓开展的完美。这份开展最好的证明，不只存在于我们所面临的人生考验中，同时也存在于看起来最微不足道、最不重要的日常琐事里。每一片从树上掉落的叶子、每一根随风摇曳的草……没有任何事情是随机发生的，每件事都有其神圣的规律。永远如是。

我也了解到，我们每一个人都有自己神圣的目的，也都有自己存在于此的原因，这其中包括，但也远远超越了我们自己想学的课题。意思是，我们计划了人生考验，不只是为了记起自己真正是谁，也是为了要与别人分享我们自己，以及我们独特的本质。裘恩教我们宽容、朵莉丝带来了疗愈，而珍妮佛让我们看见什么是真心的沟通。鲍伯温暖的善意、潘妮洛普的慈悲心、派特深厚的信念，以及雪伦坚韧的心，在在都让我们受益良多。薇乐莉让我们知道，爱是永恒的。杰森坚强的生命力启发了我们，而克莉丝汀娜则帮助我们在看来黑暗的处所见到了光。

每一个灵魂都来到这里成为爱，他们原本就是爱。

勇敢的灵魂，是唯一，也是所有。

尾声

在爆炸发生地二十五年后，克里丝汀娜再次回到那个让她的生命彻底改变的地方。

这天的天气温暖，橘子树的香味飘散在空气中。学生们开心的一边聊天，一边穿越校园去上课。有一些人则安静的坐在尤加利树或棕榈树下，看书、思考、做白日梦。

在那她曾经工作的建筑物里，克莉丝汀娜正站在地下室的信箱前。有一些信箱是空的，有一些则满是信件和纸张。有一个人走过来拿他的信。他伸手打开了他的信箱，拿出几封信，然后转身，就这样离开了。

克莉丝汀娜爬上楼梯，来到主要楼层。她沿着一条走廊走，经过了大厅，穿过了门廊，然后走进这晴朗的天气里。

在远处，圣塔安娜山脉矗立着，像是沉默、永恒的卫兵。一道金黄色的阳光洒在山坡上，一阵低吟着喜悦的风，在山谷间荡起阵阵回音。

推荐

充满悲悯之心的作品…读者在看完一次后，还会根据自己人生中的各种状况，回头反覆翻阅参考书中的内容。

—————安妮·豪斯 Euro-Reviews 书籍评论网

不可不读的一本书…如果你正在找寻自己的灵魂，这本书会与深深埋藏在你记忆中的真相相互呼应。

—————雪莉·萝 AllbooksReview 书评网

强烈推荐本书给那些试图要了解痛苦、悲惨，以及失去意义，并因此质疑生命、死亡或上帝的人。我们之中有谁没有在自己的人生里遭遇过这些挑战与疑问呢？在我研究死后世界、灵性与人生目标的这八年中，我发现，有关为什么人生会存在挑战的原因，没有人写得比罗伯特·舒华兹更贴切了。

—————鲍伯·奥森 OfSprit.com 编辑

当我们愈懂得生命的意义，我们就愈能了解自己所做的选择有多么重要。罗伯特·舒华兹对于我们在这个世界正在做的事，以及为什么要来到这个世界的原因，提出非常完美、可能的说明。我强力推荐这本书。

—————丹尼恩·白克雷《死亡、奇迹、预言》《光之秘密》等书作者

祥和宁静的封面隐藏了罗伯特·舒华兹将他的研究成果带入出生前计画时所带来的震撼。…整体说来，这是我所读过的同类书里最棒的一本。」

—————安娜·杰瑞琪威斯基新时代零售业杂志

舒华兹的研究是一场确认生命意义的运动，它让我们知道，我们掌握著自己灵魂的学习，而且我们也不是在变化无常的命运操弄下，无助的受害者。

—————露丝·帕奈 NEXUS 杂志

身为一个读了数不清多少本心灵与新时代类别书籍的编辑，做为我个人永恒收藏的书本非常有限，而本书就是其中的一本。如果你正试著要把谜题拼凑出来，这本书将会提供你其中的一条线索“非常重要的一条线索”你绝对不会想错过。

—————珊蒂·沙格比尔《星球上的光工作者杂志》、《新地球的孩子杂志》编辑

为什么「坏事会发生在好人身上」真正的原因…这本书带来清楚明白的思绪与平静，因为它让你了解到宇宙运作的方式。

—————黛安·威利斯芝加哥国际濒死经验研究协会（INDA）主席