

美国灵媒大师玛丽莲

本书特色

荣获亚马孙网路书店书评（Amazon.com）五颗星推荐。美国中西部书评（Midwest Book Review）五颗星推荐。

西方灵媒现身说法，耗时将近四年，逐一介绍长期附在灵媒玛丽莲身上的四个灵：詹姆士（约书亚的弟弟）、海明威（世界著名大文豪）、艾琳（二十世纪西方灵媒大师）、君儿（中国明朝药婆），写下比小说还精采的毕生真实故事。

大师级的灵媒——玛丽莲·拉斐尔，曾经帮助过数千位怀念逝去亲友的人，与逝者通联。作者吴孝明女士，将采访客户家庭的实录，特别精选精彩的内容，记录于本书中。内容道尽想念逝去亲人的情感，与宠物饲主的心声。

为出版此书，作者吴孝明女士安排玛丽莲，拉斐尔为本书的出版社智库文化发行人华文衡，和他去世的父母亲通联，有温馨感人的经验，华文衡特别撰写专文详细报导。

内容真实刻划出超自然世界中的一切现象，耐人寻味；全书笔调健康、正面、坦诚、平实、感人。

本书附录〈通灵初级练习〉强调每个人与生俱来皆有通灵本能，人人皆可透过自我训练，启发通灵能力。

本书最大特色：从各种不同角度探究灵界空间，相较于市场上的同类书籍更具完备性。

中文简体依据网路繁体版整理于 2010. 11. 19。

更多书籍下载：<http://note.sdo.com/u/1187654031>

原繁体版彩色图片见文档最后

目录

美国灵媒大师玛丽莲	1
本书特色	1
目录	2
作者简介	5
序	6
玛丽莲 感谢您：让我再次与在天之灵的父母重聚	8
序曲 没有计划的航程	15
第一章 挚爱绵绵	24
与父亲聊天	24
与婆婆共叙	31
与大舅谈心	36
第二章 客户探访摘录	42
黛安 (Diane)，佛罗里达州	42
苏珊 (suzanne)，佛罗里达州	45
乔伊斯·欧提斯 (Joyce Oates)，密西根州	48
崔西·瑞奇蒙德 (Tracey Richmond)，新泽西州	50
莎朗·麦康奈尔 (Sharon McConnell)，佛罗里达	51
桃乐丝·哈克海瑟 (Doris Hochheiser)，佛罗里达州	53
刘惠珍，加利福尼亚州	61
第三章 外公托梦	63
修女长	67
讯息的梦	68
打开新的门	70
我的盖格计数器	71
感应到灵	71
神游	72
第四章 自动书写	73
苏醒	73
一门为期二十五年的课	76
是否得了妄想症	77
詹姆士，约书亚的弟弟	79
第五章 一吐为快	83
第六章 艾琳·格瑞特	87
肖像	87

艾琳与我	91
第七章 大明药婆	97
吴孝明的君儿补遗	100
第八章 富丽的生命	102
印地安男孩	102
公交车上的教训	104
我的救星	105
纽约市警察的问候	106
躲过飞来横祸	108
温馨的道别	108
艾德格·卡西治偏头痛的偏方	109
当我们同在一起吃吃喝喝	110
艺术欣赏	111
彼此相联的灵	112
爱因斯坦再现	114
外公造访	117
外婆的探望	118
母亲的濒死经验	119
母亲的来访	122
第九章 海明威伴我十年	125
萌芽期	128
分手	132
圆满	134
反省	135
第十章 鬼的现象	137
旅馆员工	137
我的小区	138
闹鬼的公寓	138
隔壁的新芳邻	140
来喝杯茶吧	141
葬礼	143
在羊头湾驱鬼	145
被骚扰的佛州教堂	147
可可与布拉松	148
课堂上的鬼	149
第十一章 万物皆有情	151

爱狗史努吉	151
小黑猫赛迪	155
骏马山姆与猪小姐苏西	156
大柏莎	158
第十二章 分享知识	160
詹姆士和艾琳的助阵	163
詹姆士的开讲	165
客座的千古风流人物	169
第十三章 多样化教学	172
开门	173
前世回溯	174
前世回溯的故事	175
灵魂出窍经验	176
自发事件	178
要求清晰	179
出神灵媒	180
降灵转桌	181
第十四章 曲未央	184
附录 通灵初级练习	186
呼吸与放松	186
打开轮脉	187
心电感应	188
心测术	190
附录 艾琳谈灵界	192
附录 灵的作品	198
颜色展	198
再谈颜色	200
生命是不是前世的集合?	201
我对文字的感觉	203
减重	205
教堂是恩泽满溢	206
说话的原子	209
后记 心灵探索	210
附图	214

作者简介

玛丽莲·拉斐尔

一位出神灵媒。自孩提时代就从灵界直接得到信息。特殊的经验使其对自己的天赋做了一番探索，而因此参与通灵与超心理现象的研究。在心灵与通灵开发方面，教导学生逾三十年。教授的课程涵盖心电感应、心测术、心灵传动、能量场复原、地测术、自我康复、知觉转换、灵魂出窍、神游等等。为生者与逝者沟通是其专长。曾接受美国电视节目《彼岸》与英国国家广播公司的采访。

吴孝明

国立清华大学外语系学士、美国德州大学奥斯汀分校新闻系硕士。曾于硅谷为包含摩托罗拉公司在内的多家高科技公司从事国际营销。兴趣包括瑜珈、冥想、中医、气功、整体健康。

朱凯胜

国立清华大学动力机械系学士、美国加州大学尔湾分校机械系硕士、美国加州大学柏克莱分校机械系博士，美国催眠学会认证的催眠治疗师，曾获美国航空暨太空总署的太空计划奖。现在于美国雅虎公司任职。

欲了解和探讨更多通灵现象，欢迎与作者联系。

序

此书的英文原著 *Angelic Force* 在美国出版至今，受到读者热烈讨论与欢迎，因此荣获美国亚马逊网络书店书评（Amazon.com），及美国中西部书评（Midwest Book Review）评论为五颗星推荐。

不同于市面上论述「神鬼现象」、「生命轮回」与「前世今生」等议题的灵学书籍，阅读了这本书后，我认为它是一篇篇精彩生动的实录报导，与积极正面的动人故事。

透过西方灵媒的现身说法，这本书详细记录了长期附在灵媒玛丽莲·拉斐尔身上四个灵的真实故事。难能可贵的是，这四个灵存在于人世间时的身分地位都非同小可：

詹姆士，约书亚的弟弟，至少轮回过十六世。

艾琳，二十世纪西方灵媒大师。

君儿，明朝的中国药婆。

海明威，世界著名大文豪，《老人与海》的作者。

因此，让我对书的内容更加地印象深刻，对书更是爱不释手。

这本书另一个值得读者细细品味的地方，在于作者群阵容完善而坚强，他们身为英文原著的作者，又以流畅洗炼、浅显易懂的中文重新创作编排，以飨中文读者，内容兼顾灵性、感性、理性。

阵容坚强的作者群耗时将近四年，采集玛丽莲毕生的真实故事，除了纪录了玛丽莲客户的亲身见证，作者也集合自家人透过玛丽莲为其与逝去亲人通联的故事，完成一本精采动人的好书。这本书的内容不带任何一丝怪力乱神的色彩，阅读起来既真实又诚恳。

本书内容避免了一般同类型的书籍中，耸动、骇人的神鬼探索与因果论

述，传达的重点是一个拥有特殊感应的灵媒，以真诚、自然的笔触写下学习成长的点点滴滴。此外，本书也平实的记录了多位来自不同城市的客户，见证了美国灵媒玛丽莲为其与逝去的亲人沟通之后，进而用心观照生命中的一切人、事、物。

透过灵媒与灵界之间的互动关系，道出了「爱」的真谛与「生命」的意义。这不是一本煽动人心的书，但它将人们最想知道的「生离死别」呈现眼前。对我而言，这本书不仅涵盖了「真爱」、「宽恕」、「包容」等人生的价值，它更是一本发人深省、充满温暖的实录报导。

此书透过美国灵媒玛丽莲的现身说法，我们得到一个惊人的事实：灵界空间的奥秘固然令人敬畏，但真爱存在于天地之间，永无止尽。

如果你还在寻求生命的意义与真谛，或是对人生抱持疑问与困惑，阅读了这本书，也许能够得到你想要的答案。

(执行编辑孙佩如撰文)

玛丽莲 感谢您：让我再次与在天之灵的父母重聚

智库文化发行人 华文衡

年轻时候，我只相信人靠自己努力，一定可以做到自己想做的事。

当我信了主耶稣基督后，我心中更坦然。凡事我只要继续做我喜欢、认为有意义的事，成败就靠神的旨意了。

我从不对星座、命运、生命轮回等议题有任何兴趣。不幸我最爱的父亲和母亲在这两年先后去世，虽然他们是年近百岁高寿离开人世，但我仍对他们有无限的怀念，在美国马里兰州洛克威尔镇的公园草坪纪念墓园，先后送走他们后，我每日都在想：

要是我能知道他们的灵在天国生活怎么样，要是我能有机会再告诉他们一次，我对他们对我一生的爱所有感激，要是我能告诉他们，他们走后，我内心有多内疚和罪过，因为我在他们晚年不能随侍在他们身旁……

我从未想到，奇妙的事终于在 2006 年五月发生了！

五月中旬我收到一本英文书 ANGELIC FORCE，及作者吴孝明女士的信。她由于看到智库文化出版的《下辈子还要做你的亲人》的中译版，所以将她的新书寄给我，问我是否有兴趣出版。我收到书后，看了两个小时，决定送信给作者，提出中文繁体字版权授权申请。原因有下列几点：

一、这本书的作者阵容坚强，夫妻俩学有专长，都从台湾清华大学毕业之后到美国的一流大学深造。先生朱凯胜获得博士，太太吴孝明得到硕士。他们花了三年多的时间和灵媒大师玛丽莲·拉斐尔通力合作，完成灵媒重要著作 ANGELIC FORCE 的英文版。台湾读者喜欢阅读生命轮回、前世今生书籍，但少有书籍能真正介绍灵媒，并且详实纪录生者藉灵媒和逝者的灵相通，让逝者的灵有机会向生者诉说在人世未谈完、离开人世后想对生者说的话。因此能有机会出版，对于台湾读者及全球华人应当是一大贡献。

二、我个人对我父亲、母亲的怀念。我想如果藉由签约出版 ANGELIC FORCE 中文版，我有机会认识这位作者，或许玛丽莲愿为我安排我父亲、母

亲对我说一些话，满足我今生最大的愿望。

就在上面的二个原因促使下，我对吴孝明女士提出书面授权中文版译权。没想到孝明正在台北，她来智库文化访问，我们相谈非常投机，她告诉我她会回去和凯胜商讨，尽快让我们知道她的决定，因为台湾有许多出版社对她表示有意愿出版她的书。

孝明回去硅谷后和我多次通电话，交换 ANGELIC FORCE 在台湾出版中文繁体字版的英文翻译、内容增加以及营销的诸多事项意见，我们彼此的看法大致都相同。为着满足我对我父亲、母亲的思念，孝明特别为我和玛丽莲约好，在六月九日晚上从新泽西州我的家中打电话给玛丽莲，玛丽莲为我和我父亲、母亲通联。孝明和玛丽莲另一个好意，也是藉玛丽莲为我和我父亲、母亲通联，可以让我亲身体会到玛丽莲身为灵媒的天使能力，我好诚心相信，亲身将我的实际经验说出来。

孝明在五月二十五日后告诉我，玛丽莲并不保证已逝亲人的灵一定会来。为了提高成功的机率，她建议我，每天要对我的父亲、母亲送「心灵的信息」(Mental Message)，但要注意下列事项：

- 一、一定要诚心，可以想象信息由双目中间，天目穴的位置送出。
- 二、每天至少一次。
- 三、要向我父亲和母亲单独送信息。
- 四、请我父亲和母亲在六月九日，美国东岸时间晚上七时去找玛丽莲，拉斐尔，她会为我们传信息。

我感念孝明和玛丽莲对我的关爱，从五月二十五日起我每天除照孝明的指导方法来做，但我更多做些，以求能顺利成功：

- 一、每早及每晚两次对我父亲和母亲照片，行九十度深鞠躬三次。
- 二、我每次对我父亲和母亲各说下面的话：「自你们离开后，我除了每天想念你们外，另外，我不能原谅我自己的是，在你们晚年，身体健康衰返而且有疾病时，我不能随侍在你们身旁，因此我深感有罪，不能心安。如果你

们爱我、能够原谅我，务必请你们在六月九日美国东岸晚上七时去找玛丽莲，拉斐尔，告诉玛丽莲你们可以原谅我，我好心安活下去。」

我知道我父亲和母亲深爱着我，他们听到我真情呼唤，如果玛丽莲有天使的能力，而我一定可以让我的美梦成真。

我在六月八日晚上从台北回到新泽西州家，我的尽量保持内心平静，看完 ANGELIC FORCE，读到玛丽莲为很多人安排和亲人灵相通的亲身经验的见证，了解玛丽莲不平凡的功力，但仍然由于高潮即将出现，心中还是感到兴奋和不平静。

六月九日下午六时半，我去楼上对我书房书架上的父亲和母亲合照跪下，向他们磕三次头，再次邀请他们在七点去找玛丽莲•拉斐尔。

七时正，我给玛丽莲拨电话。我由于要出版 ANGELIC FORCE 中文版，所以一开始谈话就像老朋友一样亲切。用英语交谈，谈了十五分钟有关出版社的事，玛丽莲忽然对我说：「我的眼前出现玫瑰花。」

我说：「对我没有意义。」

「可是玫瑰花还是在我面前。」

我想了下，说：「我不记得这对我有什么意义。」

玛丽莲不再谈玫瑰花，她告诉我有位男性，姓华（Hua）的要对我谈话。

我心中开始激动，我知道我父亲来了。

玛丽莲以平静的声音叙述我父亲的话五分钟：「你是我最爱的儿子，我怎么能怪你呢？你对我孝顺，把我们从台湾接到美国，为我们买房子，给我们钱，照顾我们。你所做的事我都感到骄傲。以前你做商品（玛丽莲翻译为商品，而我曾做贸易销售商品），现在你做出版，都是好事。希望你能写本书，将你一生经验给年轻人看，你要好好保重，我永远爱你。」

我听了非常感动，这就是我父亲要对我谈的话，他第一句话就是回答我这两个星期每天对他说话的答案。

我听完响应玛丽莲，转告我父亲我谢谢他来，告诉我这些话，现在我安心了，请他保重，我永远爱他。

接着玛丽莲告诉我，有位女性姓张的妇人来了，要跟你说话。

我知道我母亲来了，我母亲姓张。

玛丽莲告诉我，我母亲说的话：「我怎能责怪你呢？你对我说爱我，我知道。我知道你腰痛，你要好好注意，不然会引发胃痛。」

玛丽莲插进她自己的话：「我也知道你腰痛。」

我母亲继续透过玛丽莲对我说：「你要多喝橘子水，对你身体好。你将来会活得很长，你不会有癌症。」

玛丽莲插进她自己的话：「你将来会生病需要开刀，但不会有生命危险。」

我母亲又继续对我说：「我知道你在看我照片。」

我忍不住告诉玛丽莲我刚才在楼上，向我父亲、母亲的照片跪拜一事，我母亲已经知道了。玛丽莲说：「你母亲现在就在你身旁，她还和你一起旅行。」

我的内心激动起来，但我还是平静地听玛丽莲说我母亲告诉我的话。

「我知道你有记着我的大日子，你们不要太麻烦纪念了。」

今年农历五月二十九日，即阳历六月二十四日，是我母亲的一百冥寿。我惊奇母亲怎么会知道，我原来想去马里兰州我母亲的墓园去祭拜一事，真是太奇妙了！

玛丽莲继续告诉我母亲对她说的话：

「你父亲现在不用拐杖，他去中国了，常常爬山。我喜欢在美国，因为我常去看你们和我的孙子、孙女们（我哥哥、姊姊的孩子们）。美国虽然好，但是太自由了，要是中国的伦理文化会更好。」

「最近华盛顿会有婚礼，我会去参加，但我不会表示意见——同意或者不同意。」

我听到这里，惊讶到不可思议程度：

晚上六点二十分我和我姊姊打电话，她告诉我她的男孩查尔斯将于十一月十四日在华盛顿和一位英国女孩结婚，邀请我参加。我在四十分钟前才知道，但我母亲已经知道了，真是神奇。

我母亲由于喜欢查尔斯的第一位美国太太桃乐思，桃乐思有中国女孩的贤慧，对我父亲、母亲好，我父亲、母亲非常喜欢桃乐思。我母亲生前知道查尔斯和桃乐思离婚，非常难过，这次她老太太还要表达一次意见。

由于时间已到十点，我知道玛丽莲每次代传话后身体就很疲倦， 所以我就向玛丽莲致谢，结束和我父亲和我母亲的「重逢」。

在整个玛丽莲为我和我父亲、母亲的谈话中，有几位我们亲友的灵出现，特别是我的二嫂。由于我当时在「心境激动情形下」，无法专心识出姓名拼音，我都是在经过两次后就说：「我不知道。」因为我全心都在和我父亲和母亲的重聚上。

放下电话，我上楼书房对我父亲和母亲合照再行三鞠躬，我忽然看到，在书架我摆设的父亲和母亲两张合照相框中间，摆设的就是一个玫瑰花玻璃盒，这是我在十五年前母亲节，在马里兰州洛克威尔镇，母亲住处附近购物中心的一个花店买的。母亲把她珍藏摆在她卧房桌柜上，她走了后我把它拿回新泽西州家中摆在书房书架上，父亲和母亲合照相框的旁边。我和我父亲、母亲重聚，第一个出现的，就是母亲珍爱的玫瑰花玻璃盒！

我怎么这么笨，忘了呢？

和我父亲、母亲重聚后，我立即写给当时人在西班牙的孝明和凯胜，告诉他们：「我们办到了！」

感谢孝明的安排，玛丽莲为我的父亲、母亲，能在我今生在世又一次奇迹似地相通信息，将人世的世界和天国连接在一起，对于我内心有无比的冲击：

知道我父亲，母亲在天国安好，我的心平静了，特别是他们能原谅我在他们晚年不能随侍在侧的罪过。知道我们之间的至爱不因为他们的离去、时空的间隔而受影响，让我更珍惜我们的至爱。

知道不管上帝让我在人世能活多久，而我将来离开人世后我能和我父亲、母亲在天国重聚，再次拥抱，那该有多好。对于死亡，我更无恐惧了。

一个星期后，在我回台北前，我打电话给玛丽莲，我们谈了一个半小时，除了谈她未来继续写书外，我向她致谢，她能让我和我父亲、母亲重聚，再通信息。我想了一周有关灵的事项，我向玛丽莲提出了下列问题：

我问：「人离开人世后，成为灵。灵在第三世界，在我们基督徒来说，就是天国，是否灵可以同时在很多地方出现。如我的母亲在六月九日晚上在你的家时，你告诉我，她也同时在我身边。」

玛丽莲说：「据我的了解，是这样的。」

我很想知道当时出现在玛丽莲家中。我母亲的形影，因为我母亲显然在我身边，我看不到，我请玛丽莲告诉我，她所看到我母亲的形影是怎样的。

玛丽莲问我：「你母亲是不是很漂亮？她的脸形很好，也很丰腴。」

我笑着回答：「天下每个儿子女儿谈到他自己的母亲，一定都会说他的母亲是最美丽的，但的确有很多中国人、美国人都说我的母亲美丽、慈祥。」

听到玛丽莲提到我母亲脸很丰腴，我心中的疑问得到部分答复。我母亲临终前几年，由于年近一百岁，脸上肌肉已消失，消瘦只剩皮和骨了。为着满足我的思念和好奇，我问我玛丽莲，母亲看起来有多少岁了。

玛丽莲说：「我印象中大约有四、五十岁。」

我忍不住再问：「灵是不是可以选择在他的世界自己的年龄？」

玛丽莲说：「我想是的。」

我再次谢谢玛丽莲她细心的回答我的问题，最后我告诉她，我要将这一段经过据实写出来，交给孝明，放在她的书中。

玛丽莲听到我再三向她致谢，告诉她我内心的喜悦，她了解我的真情，她告诉我：「能看到生者因为与离开人世的亲人相联，再聚会一次而得到喜悦，是我工作的最大快乐。」

现在我每天早晚都对我父亲和母亲的合照照片相框，虔诚地行九十度三鞠躬礼，我对他们个别用诚心送信息，由双眉中间，天目穴的位置送出。我个别告诉他们我每天发生的重要事情，和对他们的思念。我总是在结论告诉他们，我等待我们在天国重聚，重叙父子和母子挚情。

我不知道，也不在乎，上帝要我在人世还要活多久，但我每天要活得有意义，因为我可以感受到我的父亲和母亲就在我身旁，想到这里我就很快乐。

我以后或许再和玛丽莲通电话时，我父亲和母亲也可能会出现，透过玛丽莲再告诉我一些话，我当然有兴趣知道，但我不会主动要求玛丽莲再为我和我父亲和母亲联络一次，因为知道他们在天国一切都安好，我已经很满足了。

序曲 没有计划的航程

吴孝明

我先生朱凯胜博士和我在参加某次国际催眠学会时，认识了一位催眠师。后来此人请我当经纪人来帮他出书。然而，他在书里引用灵媒玛丽莲和他一起做的多次通灵实验，却没有得到她的书面同意。我遂在 2002 年十二月二十三日第一次打电话给玛丽莲，想帮忙斡旋此事。当时玛丽莲从来没听过我这个人。她住在佛罗里达州，而我们住在硅谷，彼此相距三千哩。

我一自我介绍说是代表某人，她的情绪就激动起来。我马上意识到我的客户可能有意对我隐瞒了许多事，这件差事远比我想象的要复杂多了。因为我并不清楚她们多年来的恩怨，我决定明哲保身，静静听她说了两个小时。既然没戏唱了，我就很有礼貌地说再见，随即要挂电话。

「等一下。」玛丽莲说。我问她还有甚么事。

「你长得小巧玲珑。」我很惊讶地问她：「你怎么知道？」

她笑着回答：「别忘了我是一个通灵人。」

接着玛丽莲打开话匣子，说了许多关于我们的事。她说我们刚在过去一年内买了房子。又说我们才成立了公司。我说：「对啊！我们的公司叫 Double Light。」她马上明白我们取名的用意，说：「你是一道光，你先生是另一道光。」

玛丽莲接着说：「你或你先生对计算机很在行。」我告诉她是我先生。玛丽莲并不知道，凯胜在那当儿就是在书房里，在计算机上工作。她又接着说：「他是工程师，程序设计师。」她又说我们翌年二月会有亲戚来访。的确，我的母亲和公公要在翌年二月来我们家一会。玛丽莲甚至告诉我，我们有一部车该调换车胎了。（注：起先我并未理玛丽莲的建议。我们有两部车，我也不知她说的是哪一部。凯胜自行目测车胎，没发现有任何异状。三个月后，玛丽莲第一次正式为我解读，她又提起这事，问道：「白色丰田，是谁的车？」我吓了一跳：我的确开白色丰田。）

玛丽莲传达的信息有如此高的准确度，凯胜和我都觉得满厉害的。咱们中国的算命先生通常得先问生辰八字，才能推算命理。玛丽莲不曾问我一丁点的个人数据，就能在电话上说这么多。没想到玛丽莲接着要说的话更教人吃惊：「凯胜的母亲在这里。」

我的婆婆在十四个月前过世了。玛丽莲是不可能知道这回事的。她说我的婆婆的灵造访的时候，我们会闻到花香。事实上，自从我的婆婆谢世，凯胜的二姐凯丽曾经好几回在没有任何花卉的场合，闻到玫瑰花香，所以我觉得玛丽莲的说法很有意思。可是我仍然不相信那个消息是从我婆婆那儿来的。

玛丽莲接着说：「你父亲在这儿。」

我不相信她，因为那天之前，她从来没听过我这个人。她也不知道我的父亲在三年前过世了。我笑着说：「真的吗？好吧，我爸要你跟我说甚么呀？」

「你父亲要你告诉苏他很爱她。」

我的母亲姓李，名叫苏元。我的外公当年是蒋介石军队里的将军。我的母亲出生的时候，外公正驻守在苏州，所以嵌了「苏」字在我母亲的名字中。一个陌生人居然能讲出我母亲的名字，这让我说不出话来。美国几乎没有人知道我母亲叫甚么名字。我的父亲逝世后，母亲几乎不曾和家人以外的人来往。即使在台湾，我的母亲也是被人称做「吴太太」或「李教授」，甚少听到别人提到她的名字。

「你认识一个叫『乔』的人吗？」玛丽莲继续说。

「活人还是已经去世的人？」我问她。

「已经去世的。一个灵。你的父亲告诉我你认识一个叫『乔』的人，他也在附近。」

「我不认识有谁是已经去世，叫『乔』的人。」

「不对。」玛丽莲说：「不是『乔』。『求』……『求』……『久

求』……『纠求』……『救救』！」

玛丽莲似乎在电话的另一端摹仿外国话。她自我纠正了好几次，企图摹仿中文正确的腔调。我突然了解玛丽莲成功说出「舅舅」。我的大舅的确逝于1989年，五十五岁的盛年。那时我的外婆和其它舅舅们都在美国，是我的父亲替大舅办后事的。

我目瞪口呆。玛丽莲打破静谧，问我：「你可以帮我写书吗？你可以写我的故事。」

我以为她在开玩笑，因为她从来没看过我写的东西。我回答她道：「当然，这会是我们的荣幸。可是你不要先看看我的作品吗？我可以寄一一」

她打断我没讲完的话，说：「你高兴寄甚么都可以，我相信它们都写得很好。我就是要你写我的故事。」

我们就这样搭上没有预先计划的航班。

我们搜集她的笔记、图画、灵魂附身时的录音和转译成的文字。我们也开始访问玛丽莲。每周两次，她细说她的一生，我们则将访问全部录音。如果有不清楚的地方，我们在下次的访问就继续追问。除此之外，我们也天南地北地请教她任何有关灵学的话题。除了听她的故事，我们也想知道别人怎么看她，所以也访问了许多她的朋友、学生，和客户。

我们决定将本书分成两大部分，第一部分是自己的亲身经验与玛丽莲的客户采访摘录：一开始答应写书，当然是被父亲突然借着玛丽莲来关爱母亲所震惊，也觉得新鲜。随着时间的流逝，父亲、婆婆、大舅纷纷透过玛丽莲来传达讯息，让我也发现了孩子的成长与蜕变，对生命的延续及爱的恒存有了深刻的体认。

本书第一章为甚么取「挚爱绵绵」这个名字呢？

唐朝大诗人白居易在〈长恨歌〉的最后说：「天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期。」为甚么会有恨呢？我的诠释是，因为大家不知道爱可以克服时空与生死的阻碍，挚爱一走，当然酸楚、遗憾、悔恨就会把人压得喘不过气来。现在我有了新的领悟，向本书中文版的发行人华文衡先生请教后，我们一致认

为此诗的最后一句可以更改为「挚爱绵绵无绝期」了。

自己有了觉醒，我就对别人与已逝家人的沟通感到好奇，想对照别人所受的影响。我常常在采访的时候，被别人的故事感动得潸然落泪，比如第二章里的黛安说起她想念过世的先生，没法可想，只有默默在衣帽间里穿他遗留下来的鞋子以解思念之苦。还有崔西的祖母在她七岁时为了让她开心，不顾自己罹患白血病而勉为其难，带她观赏溜冰表演。

受访者提到一些不足为外人道的小事时，我和他们同样兴奋。我深深明白，正因为这些小事在外人看来像芝麻绿豆，才更显示出这是真的；否则，除了苏珊，谁会在乎她的先夫和未来的孙女是红头发，还是金头发？除了乔伊斯，哪个人会在乎她父亲为她取的绰号是「猴子」、「小狗」，还是「小猫」？除了黛柏拉的亲人，谁又会在乎黛柏拉的母亲生前穿哪个牌子的内衣？

访问过许多人之后，我发觉别人的灵和我自己的父亲、婆婆、大舅一样，回来请玛丽莲传话都是为了强调爱、或为以前伤害到生者的感情而道歉。请玛丽莲传一次话不容易，我采访的人当中，却没有一个人说到灵是回来教亲友如何升官发财的，可见**爱才是人生最重要的课题**。我因此更加深了原来的看法：爱能够超越肉体的死亡和语言的隔阂，而继续恒久绵长地为芸芸众生带来热力与光明。

其实，通灵的事自古就有。〈长恨歌〉里说「悠悠生死别经年，魂魄不曾来入梦。临邛道士鸿都客，能以精诚致魂魄。为感君王辗转思，遂教方士殷勤觅」，不就是个很好的例子吗？或许唐玄宗真的找过灵媒来通灵了呢！

然而，无论历史上通灵的事例有多少，究竟是古人的事。况且，因为年代久远，全都像烧残的艺术蜡烛，无从让观者想象原来的瑰丽风貌了。

大部分的人总是对当前的世界比野史轶事要更有兴趣，也更能从中学习。所以，读者看完第一部分之后，也许会和凯胜与我一样，想探索当代灵媒的生活。

我们发现只有真正用玛丽莲的口吻才能让读者看到她真实的生活。因此，本书的第二部分是用玛丽莲的语气娓娓道来她身为灵媒的心路历程，免得读者被不连贯的语气混淆。

经由这本书，读者能够看着像父亲一般关爱玛丽莲的控制灵——詹姆士，如何在灵媒这条道路上带领、扶持她。读者也可以一起领略二十世纪的杰出灵媒艾琳·格瑞特，到了灵界以后，仍然维持的机智、风趣和辛辣。而海明威这样的大文豪，到了灵界依然雄心不减、心系创作，竟然挑上玛丽莲捉刀，会让许多人大开眼界。还有，君儿这个大明药婆，从灵界指导玛丽莲选购蔬果，也会让身在凡间的华人倍觉温馨。

在写灵媒玛丽莲的故事时，我把我自己定位成一个作者，对自己的期许是抓到她的脉搏，让自己的心跳和她一样。而且，我们希望能尽量避免使用花哨的词句，把话说得简单明了，让读者能感受到我们的诚恳真挚。

也希望大家看完本书，能了解灵媒也是人，也有凡人的挣扎，也和一般人一样有自己人生的关卡要过。本书屡次透露，玛丽莲如何在企图尽到贤妻良母本分的同时，也如何以恒心、毅力来满足自己对灵界的探索，这和一般妇女如何在自己人生的各种关系上，努力配合以求取平衡点，是同样的道理。此外，读者也会从本书第八章发现，尽管玛丽莲身为灵媒，她丧母之后，和一般人一样想念自己逝去的母亲。

更希望读者看完本书，能够以平常心对待生活中五花八门的超自然现象。比如自己觉得遇到鬼，该怎么办？本书的第十章，除了轻松舒泰地说些趣味横生的鬼故事，还为此藏在许多人心里的的问题，提供了一个前所未有的答案，希望读者可以从此积极地面对自己的人生，而免于恐惧、烦恼、忧虑。

本书基本上是一本真人现身说法的故事书。第十二章与十三章则是谈到玛丽莲的教学，使读者了解在西方社会，通灵课程可以是平实的，而不带任何宗教色彩，也不需要故弄玄虚。本书的附录包含了简单的通灵练习，与灵的作品与信息，让看完故事的读者可以自己寻求问题的答案。

本书只要是玛丽莲的口吻的话，就是她的想法。我们希望大家用开放的心胸去听灵媒把话讲完。读者也许会在看完本书后，想要参阅更多心灵方面的书籍，去架构自己的理论，我觉得是很有意义的事。至于凯胜和我的理论为何，并不是这本书的重点。这些日子来，凯胜和我也研读了很多这一方面的书，当然有我们自己的看法，可是对于本书而言，最重要的是，身为作者的我，很忠实地把玛丽莲的故事与观点陈述出来了。

花了三年多的功夫，总算写完了本书的英文版。在这期间，我们常遇到各种挑战。每次我遭遇困难，不知向谁求助，最后我总是在心里向灵求救。然后，须臾之间，我们担心的事，要不就是解决了，要不就是不再重要了。有时是问题得到答案；有时则是陌生的贵人突然出现。

这种现象出现得如此频繁，凯胜和我决定把我心里送出的信息记录下来。我们为不同的灵设了不同的电子邮件信箱。凡是送到这些信箱的电子邮件都被转到我自己的信箱。每次我在心里对灵说话后，我会把内容打字下来，然后根据收件人而送到不同的灵的信箱。接着我们就等着看会发生甚么事。自从我们第一次作这个实验到本书英文版复印，我一共送了七十四封电子邮件给灵界。它们全都得以解决了。

其中一个给海明威的电子邮件可以做例子。我当初写《海明威伴我十年》时，对如何呈现海明威又找到另外一个女士来完成他的作品，和玛丽莲有不同的看法。我认为我们可以在最后才提起出版商对那个通力合作的成果有甚么高见，但玛丽莲不赞成，她想在「分手」的段落就先让读者知道结局。

为了尊重玛丽莲，在写初稿时，我依她的，可是我在心里说：「海明威老爹啊，我们应该把那个故事合并起来吗？你怎么看这件事？请帮助我，让这个献给你的故事能够符合你的标准吧。我感到既然自己被选中了来成就这本书，那么所有我需要的援助都会出现的。请帮助玛丽莲，请帮助我，我们需要您的祝福。谢谢。」

第二天，玛丽莲对我说：「怪啊！昨天我感到海明威又出现了片刻，他还到你那里去了呢。说不定以后他会常去找你哟。哦，对了，你的安排比较合理，我的确应该忍住想要为读者揭开结局的冲动，等到后来才给大家一个惊喜。」

我就这样得到理想的答复。

凯胜和我很感激有此机会能得到灵界的帮助来描述通灵的故事。我们实验作得越多，就越觉着迷，也了解到为甚么玛丽莲总是说：「**永远要存正面的希望。**」因为灵听得到我们的想法，而且会响应。

说到传送意念或对灵说话，本书中文版的发行人华先生可以说是个中翘楚

吧。

我第一次见到华先生就觉得投缘，他以一位资深出版人的身分鼓励我，给我很多指导。我发现华先生的母亲才过世三个月。华先生讲到他的母亲时，眼中泛着泪光。我一方面与他分享我家的故事，让他明白他的父母依然爱他，也一定知道他在想念他们，另一方面，我在心里暗自许下一个华先生不知道的承诺，我要请玛丽莲为华先生作解读，看他的父母亲是否可以传个信息过来。

回到美国，我联络上玛丽莲，她很慷慨地答应帮忙。我询问华先生的意愿，并告诉他玛丽莲并不保证他父母亲的灵一定会来。他仍然很乐意一试。于是我帮他订了 2006 年六月九日的约，请他自己届时打电话。

在华先生与玛丽莲通话之前两个星期，我告诉他，诚意非常重要。我不好建议他该怎么做，不过我自己的经验可以提供他做参考，我告诉他我是如何在心里对父亲与大舅说话的。华先生一点就透，告诉我他会每天送心灵的信息。

我很希望华先生能和他父母的灵联络上，所以虽然我完全不认识华先生的父母亲，却也每天在心里对他们说话，期盼他们来，也诚心向所有本书提到的灵请求帮助，希望不要让华先生失望。

六月九日当天一大早，凯胜和我出发坐飞机去西班牙开会，连在飞机上，我都不忘作最后的努力，还在心里祈求，希望华先生能够如愿。

我在西班牙的一个星期里，虽然很好奇，想了解华先生到底和父母沟通上没有，可是我却莫名其妙地感觉笃定和安适。我的本能告诉我，应该是成功了。

回到硅谷，我打开计算机，看到华先生发来的电子邮件，第一句话就是「我们办到了！」我陡然觉得连华先生出我们这本书的中文版都是因缘呢。

以前我不懂意念或念力的重要，华先生和自己的经验让我相信心诚则灵。要怎么收获，先那么栽；如果自己都不把与灵交流当成一回事，又怎能希望有良好的沟通呢？还有，很多灵修的书籍都强调送意念时的强度（inrency）；做任何事都一样，团结就是力量，有人潜心帮着送意念，会

比自己一人送更强。

与玛丽莲通话之前，我们从未奢想会与大师级的灵媒合写一本书。在写书的过程中，有时会有人问我们：「玛丽莲为何选上你来写书？她为何不选别人？」事实上，后来我们才发现，曾经有许多优秀的作家要写她的传记，但都遭她拒绝了。

过了些时日，玛丽莲告诉我：「你当初打电话给我的时候，我感觉到光，而且那光越来越强。我觉得我一直在等一个人，然后你终于出现了。」另一回，她说：「我们曾经见过面。」我请她说清楚，她却没再多说。又一回，她说：「我们有未了的缘。」

读者看过本书第七章最后的补遗后，也许会和我有了同样的想法，怀疑我和玛丽莲可能在明朝是旧识。本书的第一章更藉由一个很不寻常的管道，揭示了我的母亲和玛丽莲的某种因缘。

等到中文版问世，距离我第一次和玛丽莲通话已经四年了。中文版的出版，要谢谢智库文化的工作团队，尤其是发行人华先生——凯胜与我很荣幸，在很短的时间内就多了一位良师益友。华先生说，只有我们自己才能讲出我们原来想说的话，因此他鼓励我们把英文翻成中文，于是我们接下了翻译的工作，也将内容针对中文读者做了一番重新编写。

作为一个作者，我花这么久的时间，努力用西方灵媒的语气，平铺直叙地写成这本书；我相信，这样的书在华人世界，可能是第一本。过去这一类的中文书，如果是由通灵人或灵媒自己执笔，不知道是故弄玄虚，还是因为他们的才华并不在于写作，或是因为当局者迷，写的书总让人有雾里看花的感觉。如果是由别人写通灵人或灵媒，那么作者常忍不住技痒，三不五时就急着加入许多评论或诠释，完全不让当事人自己把话好好说完。我的做法则与他们大异其趣：我在写作的时候，要求自己把自我缩到最小，努力帮灵媒理清脑袋中的想法与感受到的现象，再把它们形诸清楚简单的文字，而不擅加评论。我企盼中文读者在读本书时，能够体会我这番苦心与工夫，而有所感动。

对我而言，看到中文版，感触特别深。一来，中文是凯胜和我的母语，我们写来格外亲切，也掌握得比英文更为精准。再说，一本书先用英文写，再用

中文写，光是身为同一本书的双语作者，我们和这本书的因缘就的确够深了。

也许写这本书不是没有预先计划的航程，也许这个航程早在这辈子以前就计划好了。和玛丽莲一起工作是一个令我们兴奋的旅程。我们决定用健康、正面、坦诚的态度去了解灵界的奇妙，也乐意将我们的发现与读者分享。

另一方面，我们两个很勇敢大方地站出来，把自己家的故事说给大家听。大家也不妨把自己的预设立场先放下来，以开放的心胸来听一听我们的故事，也听一听玛丽莲的传奇，然后用您自己的逻辑，形成您自己的论点。

欢迎您搭上我们这个航班，一起来听一个又一个迷人的故事！

第一章 挚爱绵绵

她的身体长眠在凯普莱特家的坟墓里，她不朽的灵魂和天使们在一起。

《罗密欧与朱丽叶》第五幕第一场

与父亲聊天

自从第一次打电话给玛丽莲，她在电话上传达我父亲的信息，我就决定来场三方通话。如此待在硅谷的母亲与我，在佛州首府他拉哈习的哥哥，才可以同时与玛丽莲说话。虽然母亲和哥哥在我面前不说，我却可以感受到他们对通灵存疑。我明白他们勉为其难地答应参与，只是为了不想让我难堪。

我觉得满腹委屈，可是我不想与他们起冲突，只好直接求助于爸爸。我决定从问候奶奶着手。

奶奶在 1930 年代，爸爸才九岁的时候，病死在华北。那时候，整家人正在逃难的路上，躲日本军队。家人还来不及安葬奶奶的遗体，日本军就追上来了。他们只好又逃，留下浮棺。等他们再回来的时候，奶奶的遗体却不见了。

这个解不开的谜是爸爸难以磨灭的伤痛。1999 年，他突患急性白血病，住在医院里。一天，大堂哥孝勤来医院探望我的父亲。父亲身体虚弱，应医师嘱咐，甚少和访客交谈，可是那天却吃力地对我堂哥说：「孝勤，你一定要找到奶奶。」

堂哥回答说：「叔叔，您赶快好起来，等您好了，我们一起去大陆找奶奶。」

听到这话，父亲长叹像是正在漏气的轮胎。

我明白堂哥只是在安慰我爸。我们都知道父亲想找回奶奶遗体的愿望是永远没法实现了：当时都找不着了，一晃六十多年过去，现在还想找，上哪去找？又该去问谁？尽管如此，每次只要我想到父亲临终的愿望没法实现，而他走得无奈，我心里还是悒悒不乐。

于是，和玛丽莲于三方通话之前的两星期，每天早晚两次，我脑海里惦念着父亲的遗愿，在心里求父亲：「爸，假如那天来的人真是您，请您一定要让我知道，奶奶和您在一起吗？奶奶怎么样了？她好吗？我绝不会主动问玛丽莲，您得自己告诉我，让我听到您的回答。拜托，爸爸，除了您，我不会告诉

任何人，这是我们两人之间的秘密。」

在此同时，我故意连一点关于我家的事都不透露给玛丽莲知道，因为我可不想让她有所准备。实际上，与大多数人臆测的恰恰相反，玛丽莲自己强调，假如客户泄漏个人背景，反而会污染了她对他们的解读。她不要别人的事先提示，她也不想看他们的相片。

我们约好在 2003 年三月二十七日通话。那天，玛丽莲一接起电话就说：「孝明，你的父亲在这儿。他要你了解他和你的『耐耐』在一起，她很好。」

就在那一刻，我明白父亲听到我的祈求，特地来告诉我他和奶奶在一起。我数日来的一腔委屈顿时因为父亲的体贴而化为乌有。

接着，玛丽莲对我母亲说，「苏，你先生很抱歉，没有留给你更多的家财。」

一听这话，我母亲涔涔流下泪来：父亲毕生担任公职，是个清廉自持的谦谦君子，从我们兄妹弟三人小时候，就教我们做人要有风骨，勿贪非分之财，也绝不可以收受来关说或贿赂的人的红包或礼物。假如父亲回来发现我们不小心收了不该收的礼，他会带那个收下礼的孩子，去送礼的人家返还误收的礼物。为了贴补家用，母亲曾兼日夜两份教职。我相信父亲这次对母亲的致意，比所有他过去曾对她说的话都还要更重要。

玛丽莲继续说，「你先生不是天下最会纵容的人，可是他以为他是。至少对于孝明是这样。对吗？」

「他对男孩子比较严。对吗？」

哥哥笑着回答：「对。」

「他有时甚至对你妈妈很严。对吧？」

妈妈突然插进来：「我不这样想。」

玛丽莲怜惜地叹了口气，接着说：「他说他不是个随便的人。他说他是个好人，可是他以前的标准可以降低一点。他说他本来只想得到孩子的敬重，结果以身作则，也把孩子教会了。」

接着玛丽莲说：「他现在展示一条石子路给我看。他说他现在的空间美极了。」

玛丽莲问我母亲：「苏，你觉察到你先生有多爱你吗？」

母亲没有回答，所以我代她答：「我妈了解。」

玛丽莲说：「所以你知道他的爱永不停止？他仍然敬重且深爱着她。过去她因他而辛苦，他为此抱歉。他要你们好好检查你妈妈的胃和注意她的健康。她在伤害自己。苏，你有好好照顾自己吗？」

母亲说：「有。」

玛丽莲问：「你有按时看医生吗？」

「有。」

玛丽莲再问：「你的血压很低吧？」

「是。」

玛丽莲说：「苏，你先生不喜欢你的血压这么低。他说你不好好吃东西。对吗？」

母亲说：「我只是吃不多。」

玛丽莲说：「他知道。他很关心。他说这是你自虐的方法。他不明白为何他美丽的妻子会做这样的事。他说：『让你自己健康就是纪念我。』可以吗？」

母亲说：「我会的。」

「他说：『你过去每天都给了我呼吸和快乐的理由。』你懂吗？」

母亲回答：「懂。」

玛丽莲继续说：「他说：『别想我，因为我总在你附近。』他说他昨天尝试和你一起坐在你喜欢的椅子上。你不了解，把他推开了。你以为他是苍蝇。他在笑。苏，他要你再度笑起来。」

「顺便说一下，你知道你们在一起的长长人生里，他从来都是忠于你的吗？」

母亲回答：「我知道。」

玛丽莲然后说：「你知道他也知道你一直都是忠于他的吗？」

母亲说：「我想是吧。」

玛丽莲说：「他为此谢谢你。你拒绝找寻新欢，他觉得为你难过。可是，他又很高兴：他过去表现这么好，你因此不另寻新欢。」

失去老伴三年多，母亲仍陷在沮丧之中。现在她听到这些话，紧紧握住我的手，情不自禁地放声哭了。

我的外公原来是将军，1949 年之后，因误会而从此不被蒋介石重用，到了台湾，并未复职。从此以后，原本就有的肺气肿愈来愈糟，曾经为国出生入死的他，自此失去了可以发挥的舞台。

母亲是外公孩子中唯一的女儿。1960 年，我父亲当时没钱没势，我母亲却不顾她的父母反对，离家出走，嫁给我父亲。我的外婆头一次遭到违抗，一方面为我母亲不识她的好意而伤心：流亡学生出身的他，一人吃饱全家饱，这样的人怎么能娶她的女儿呢？再说，他只身在台湾，又无从打探他的家庭状况；他是北方人，北方盛行小丈夫的习俗，谁晓得他在老家娶了老婆没有？她只是希望女儿嫁得好，以后可以过优渥的日子啊！另一方面，外婆也气自己不被尊重、面子尽失。于是外婆在盛怒之下宣布断绝母女关系。

父亲为妻子的决心与信心感动，却不愿见她有遗憾：他早年丧母，对朋友的母亲恭敬出了名，怎么可以让妻子为自己与娘家决裂？了解妻子和岳母都不可能先放低身段的个性，他努力拜托多人去外公家当说客，好原谅和接受他们。终于在我爸妈结婚五年后，外婆被软化了，而准他们回家。

这个听来的故事在我脑海中，枝微末节随着忽忽岁月而悠悠褪色；愈来愈明显的则是父亲良善的人格特质，好似一块被长期佩带的绝色翡翠，经年累月，益发温润透亮。每次我想到这个故事，就感到我爸对我妈的爱和仁慈有多深刻。他是这么爱她，以至于牺牲自己的尊严来修补她和外婆的母女关系。

以前我总是为父亲当年的牺牲而暗自心疼。最近分别向几位父亲的挚友询问当年父母亲结婚的经过。几位伯伯有的白发如霜，有的佝偻着背，可是讲到我的母亲当年决定嫁我的父亲，全都不约而同地精神抖擞，笑着伸出大拇指。

有一位伯伯说：「你的母亲啊，果断干脆！」

另一位伯伯说：「很多人羡慕你爸爸的福气呢！你的母亲有侠女的个性。」

于是我蓦然了解，父亲和母亲的爱是互相的，而不是单方面的，正是这种难得的圆满，才让母亲在父亲走了之后无所适从吧。

父亲于 1999 年过世之后，母亲消沈了，鲜少与人交谈或离开所住的地方。哥哥弟弟和我都为她担心，可是我们都不知道如何帮助她。我们建议她多吃点，她充耳不闻。我们建议她散步，她也听不进去。我们对她说的话起不了作用。

丧偶之后，母亲唯一有兴趣的话题是我逝去的父亲。其它的事，对她而言，都不重要。

2001 年的某一天，母亲突然对我说：「我们当初应该带你爸爸来旧金山看中医的，也许这里的中医有办法救他的。」

我不知如何回答，可是我觉得该说些甚么话来安慰她。我说：「妈，别多想啦，也许爸现在很快乐呢——因为他再也不用忍受痛苦了。」

母亲马上接口：「他快乐？我们活着的人就不快乐了——我们想他啊！」

我发现我的说词还是不能扭转她的情绪，所以我又说：「妈，这样想吧，你和爸在一起三十九年，这已经是很长的缘分了。」

我以为我已经聪明到可以救她脱离苦海，可是她反驳我：「三十九年？四十九年、五十九年、九十九年——我都愿意和他做夫妻啊！」

听她这样说，我再也说不出其它安慰的话。事实上，父母亲和他们那一辈很多人一样，是很传统的。父母亲从来不曾公开提到「爱」字，甚至在我们小孩面前也不曾。因此，母亲的话是她这一生爱的告白，彷彿久旱之后的甘霖一般重要。

我把母亲和我的谈话告诉了哥哥弟弟，但是我们还是不知要如何帮助母亲重建她的生活。可是这次我们家的通灵对话时，在没有一点提示的情况下，玛丽莲提到我们对母亲的挂念。她说：「你先生说：『苏，你不用再烦恼了，你在家可以放轻松，你不需要事事尽善尽美了。』苏，你先生要你散步和保重。他要你每天走至少一哩的路与感受新鲜空气。他说：『别急着回老家，你的时辰还不到呢！维护你的健康就是纪念我。别想念我，因为我总在你附近。』」

谈话中间，玛丽莲问我母亲：「你先生早年吸烟吸得凶吗？」

母亲说：「他从不吸烟。」

玛丽莲接着说：「他爸爸吗？有人，某个在他附近的人在吸烟。」

母亲说：「我懂了。我的公公。我先生曾告诉我，他的爸爸是老烟枪。」

哥哥和我怦然一惊，因为我们从不知道爷爷吸烟。我们不认识他，甚至没见过他的相片。「爷爷」这个词听来很空洞。父亲是随着政府撤到台湾的流亡学生。多年来他企盼他们父子能在有朝一日活着相见。1990 年代他终于发现他的父亲已在 1960 年代死于文化大革命。

玛丽莲对我的哥哥孝中说：「你爸爸说他也常接近你的家人。他已学会如何分身，也就是说他可以同时和你们大家在一起。关于这件事，你的小孩有没有告诉你，他们觉得自己看到或听到他了？」

哥哥不太确定。但我们在通灵结束后发现他的儿子敬翔在我父亲过世后，曾说他看到爷爷了。

玛丽莲继续说：「假如这真的发生了，你爸要你别心烦。他不会就那样尽待着。他会试着进入你的思维，而不是以具体的形象出现，因为他不想吓任何人。他唯一可能以其体的形象出现而面对的对象是他的太太，因为她会懂。假如她看到他了，她会明白那不是她心理作祟。他会试着现形。」

玛丽莲接着说：「现在你爸爸说：『告诉他们我爱羊。』谁是羊？」

我们都噗哧一笑：「敬翔，孝中的女儿。她是我们家唯一属羊的人。」

因为我弟弟的长子是在我父亲过世后出生的，所以母亲想知道父亲有无信息给这个他从未谋面的孙子。她问玛丽莲：「我先生有提到我小儿子的大孩子吗？」

玛丽莲回答：「夭折的那个吗？」

母亲说：「不对。」她以为玛丽莲不了解她的问题。母亲接着补充说明：「不是，我的儿子孝纯的第一个儿子。」

哥哥和我突然懂了玛丽莲的意思，而叫了出来：「是第二个！」

我的弟媳慧真在怀敬恒之前曾经小产。从玛丽莲的观点，流掉的孩子是我弟弟的第一个儿子。所以玛丽莲提到夭折是正确的。

玛丽莲继续说：「没有。他只是问到孙子的名字。他强调传统。我不懂他的意思。」

我们却懂。

父亲住院的时候，哥哥和我试着逗他开心，问道：「爸，弟弟的孩子就要出生了，您帮他取个名字吧？」

虽然哥哥两个孩子的中文名字都是父亲取的，父亲却疲乏地回答：「你弟弟觉得怎么好，就怎么好。」

父亲逝世三个月后，弟弟的第一个孩子出生，取名敬恒。「敬」字是排行，就像我这一辈都用「孝」字嵌在名字里。这就是父亲意谓的「传统」。在我们吴家，看名字就知道辈分。

对我们每个人传达我父亲的消息后，玛丽莲说：「四月，四月，四月。四月带来大雨，我的家人——孝明，你家最近要有甚么仪式吗？你父亲说他会出席。他显示墓园给我看。你父亲一直说『庆祝』。」

我领悟到父亲的意思，下个月就是清明节了，中国人在那天要扫墓祭祖。我早安排要带母亲在那天给父亲扫墓。

「是的，玛丽莲，我们了解父亲的意思。不过呢，我们从未将『清明节』和『庆祝』联想在一起。」

「你爸爸正在说『庆祝』。其实这并不罕见。『庆祝生命』是许多灵在提到葬礼或告别式的时候用的词。你爸爸也说：『带红花来。』他说这在中国文化代表的是好运？」

「的确，红色代表喜气。」「他会到场。你们觉得好吗？」「当然。」

「他不想看到任何人哭。他要大家快快乐乐的。」

玛丽莲继续说：「苏，你先生要你买一种特别的糕饼。请代他吃一块，因为他可以借你的嘴来尝味道。你是他的太太，他可以通过你来感觉，所以他喜欢借你的嘴来尝。他说：『我们显然不需要食物，可是我们对食物的记忆是留连不去的。』」

接近通灵的尾声，哥哥问：「玛丽莲，我有最后一个问题。我爸爸知道我们真的很想他吗？」

「你想他？」玛丽莲重复他的话，「会啊！不只这样，他也知道你今晚讲电话之前，手掌在出汗。」

我听到哥哥在电话另一端腼腆地笑了，而玛丽莲继续说：「他也知道你为脖子的毛病所苦，而你却不告诉家人。他还知道你伤了一只手臂。」

「他当时在你附近。他要你了解这点。他说你是个非常棒的年轻人，没有一个父亲可以像他以你为荣般的以儿子为荣了。他谢谢你对他的孝顺和爱。」

他说要你务必作口腔检查——你得守住和牙医师的约会。」

「是。」哥哥又用小得听不到的声音说。「对吧？」玛丽莲问。「对。」哥哥笑了。

玛丽莲挂断电话。母亲和我终于可以追问哥哥伤了手臂的事，因为我们原来毫不知情。哥哥轻松地说：「对，我打网球伤了手臂。不甩担心。爸不是和我在一起嘛。」

母亲在通灵之后没说甚么。第二天，我见她走出她的房间，戴了墨镜和帽子。我问她：「妈，你要办事吗？要不要我载你？」

她摇头，说：「别跟我，我要散步。不用担心。我散完步就回来。」

她走了一个半小时。从那天起，我满怀感激地发现，久不见踪影的笑容又逐渐回到母亲的脸上。母亲终于了解，她必须活出最好的自己，完成她所有的差事，心满意足地做自己，因为她这一辈子的身分就只有这一辈子，下辈子就不是这个身分了。

父亲的骨灰早先已移到美国，葬在附近的墓园。2003 年四月五日，我陪母亲给父亲扫墓。我们照父亲的要求，买了些红色的花，也买了父亲最爱的枣糕，由母亲代尝了一块。中国人通常带食物去扫墓，彷彿祖先的灵会来享用。可是直到我家与父亲通灵，我才明白这个仪式有实质的道理：**灵无法直接享用食物，可是他们可以透过生者品尝它。**

那天母亲穿了枣红织锦缎袄。三年半来，她总是穿深蓝或黑色的服装，这天的衣着是个醒目的变调。

与婆婆共叙

凯胜也为他的母亲安排了相似的通灵活动。2003 年二月十九日，凯胜和他的父亲朱兴邦先生在我们家打电话给在尔湾的大姊凯琳、二姊凯丽，与在佛罗里达的玛丽莲。我作为公公的翻译，也参加了通话。那天之前，我们不曾给玛丽莲任何有关凯胜的母亲或家人的信息。

谈话一开始，介绍玛丽莲后，她说：「我得到一个我不懂的信息。我被告知是中文，可是我既不会说，也不会读中文。我大概拼出来。信息来自一个很坚强的女士。我相信她是凯胜、凯丽、凯琳的妈妈，可是我没有百分之百的把握。她说的话听来像鸣或窝，然后，你怎么念 A-I ？」

「『艾』，就像英文『眼睛』的念法。」我回答。

「那 N-I 呢？这是我应该为她带给凯胜、凯丽、凯琳，还有兴邦的。这是甚么意思？」

既然我是公公的翻译，我回答玛丽莲：「『乃』，『你』——我爱你。」
「你婆婆讲中文吗？」「讲。可是她也说英语。」

「不过她要我照我拼的方式传达。我和她为此努力了一早上。所以这信息是给所有在在线的家人。」

这强有力的三个字重重敲在每个人的耳朵上，因为婆婆朱林庆雪女士在2001年十月逝于心脏病突发，没有留下任何遗言。

玛丽莲先对二姊说话。二姊当时怀着第二个孩子。玛丽莲说：「凯丽，你妈妈谢谢你为她祈祷。她感觉到你的祷告。你上个周末对她说话了吗？」

二姊说：「我没有祈祷。但是我的确有想到她。」

玛丽莲说：「她接到了你的思念。同时她送这个信息：假如有可能，你可以把她的英文名字嵌在小孩的名字当中吗？」

二姊说：「莎莉？」

「可以吗？」

「当然。」

「你知道孩子的性别吧？」

「是女孩。」

「对。妈妈说：『不是第一个英文名字。嵌在中间吧。』可以把她的名字放进去吗？」

「当然。」

「我不知道这是不是习惯——你妈说她希望你不会介意她在你生孩子的时候不握着你的手。但假如你觉得好的话，她会在你附近。」

「好的。」

「她现在告诉你，凯丽，一定要打包好，因为你会比预产期提前生下孩子，婴儿会很好。你要对你自己做的事有信心，因为你的意见非常重要。你没有做错，别为你的情绪不稳烦恼，那是正常的。她认为你很勇敢。」

生第二个孩子对二姊而言并不轻松。她的大女儿文于已经八岁了，二姊又是一个小公司的负责人。二姊谢谢玛丽莲，并语带颤抖地说：「我的女儿小于想问我母亲好不好。小于很想她。」

玛丽莲说：「她明白。小于在梦里看到她。你妈说小于说看到她，对吗？」

二姊说：「对。」

玛丽莲解释：「小于没有说谎。她对你说的是实话。你要听你女儿告诉你的话，因为你妈曾经来看她。请给小于最大的拥抱和亲吻，并告诉她继续谈论『啪啪』或『泼泼』，我一直听到这几个音，这是甚么意思？」

二姊回答：「『婆婆』，外婆的意思，小于就是这么叫我妈的。」

正如同玛丽莲形容我侄儿敬翔看到我父亲，我的婆婆确认了小于看到她的事。这两次类似的事件使我对大人在灵方面如何教育小孩感到好奇。或许很多人在小时候可以见到或听到灵，可是和大人分享这个经验之后，大人纠正了我们，我们就学会不再留意这类现象，因此逐渐遗忘了这个本领。

玛丽莲接着对大姊说话：「你非常好学，凯琳。你在学校的时候会读书。你努力成为最好的学生，但并不张扬，而是静静的。关于你的大儿子洋洋，你妈记得很清楚。她说他个性很可爱。她告诉我：他也许不是世上最厉害的运动员，又说有时他会无声地反叛。他藏了很多事情在心底。你妈妈说他很有艺术天份，又超级敏感。」

「洋洋的确有艺术天份，也很敏感。」大姊赞成这个说法。

「你妈说：『别去烦他。』多给他些能启发想象力的作业，而且不要局限在纸上。他对数字也很有想象力。你不要压抑他的艺术天份。你可能需要送他进特殊学校或自己在家教他，让他可以在擅长的方面成长。」

就像多数中国父母，大姊要儿子在学校出类拔萃。她对洋洋强调学习的重要，可是洋洋有他自己的想法，并不听她的。大姊为洋洋不爱上学忧心，可是她不能想象自己在家教他，因为她太容易对他动怒。「再说，妈会怎么想？」大姊有时问自己。

我的婆婆早年考进台大数学系。不幸的是，大二那年，家里生意失败。虽然她是十二个兄弟姊妹中最会念书的，却别无选择地辍学，开始上班养家。因为这个遗憾，她对自己的孩子特别强调学习的重要。可是玛丽莲为凯琳带来我

婆婆的新观点：「即使她过去会因此嚷嚷，她现在可不这么想了。她现在重视的是让每个家人都自由发展，其它人应该停止干预。」

「你妈说你走的是传统路线。所有你做的事都对，可是不适合洋洋。你母亲很能体会你的想法，可是在这个事例上，他应该做不同的功课。他不可能在此情况下成长。他的本性虽然暂时被压抑住，总有一天还是会显露出来。让他知道他可以一边学习，一边创造。给他工具，让他可以把想象力用到学术上。你母亲要我告诉你，如果你买一套类似设计建筑物的物品，他会很热爱，因为那全是艺术。同时那会促使他学习数学和阅读，如此你就给了他一个创造的机会。你要确定他在学习，可是别对他凶。你妈说他有很好的创造力，别浪费了这个天赋。让他随心所欲地画。你只管买画具让他挥洒，然后说：『这东西在那个建筑物上会看来不错，如果是你，你打算怎么设计？』」

大姊觉得很困惑，暗想：「这对吗？这是我妈会讲的话吗？」

玛丽莲解答了她的疑惑，说：「她说她生前当然不会说这样的话，她的要求会很高。可是她现在从不同的角度看事情了。」

玛丽莲继续说：「你母亲说：『我深以我们共有的家庭为荣。』她信赖她的丈夫。她认为他是好丈夫。他比她仁慈。她觉得他本性温柔，特别是他年轻害羞的时候。现在她说：『我为我以前对他要求太多而抱歉。』她恳求丈夫的原谅，也对她的孩子为此道歉。她常常必须比他强势；她必须用强烈的方式表达。现在她明白她伤到他了，她并为此感到难过。她在孩子面前冒犯他，显示她不够尊敬他，但她是无心的。假如她重新活过，第一件事就是要改变对她先生的态度——她觉得过去有时对他可能太没礼貌了。」

听到中文的翻译，公公笑着要我用英语帮他回答：「没关系，我都了解。」

因为我在婆婆过世之前，只见过她一次，我不明白她的灵形容自己「要求太多」的含意。通灵结束后，公公解释给我听：「我过去先在海军当舰长，后来又转到商船当船长，不在家的时候多。多亏我太太很坚强，可以很能干地教育孩子和料理生活琐事。我内心深处很欣赏她的坚强。我回到家里，假如她发脾气，我是不会生气的。我要我的孩子体谅我太太，因为当船长的妻子不容易。」

玛丽莲接着说：「你们的父亲是个明智的人。别找他麻烦。」大姊问：「你的意思是？」

玛丽莲说：「你们的母亲要你们明白，纵然你们对他做的某些事存疑，他

也有他的生活要过。她要他知道，他的家人永远会照顾他。她也要他知道，她同意他谈恋爱——那个新欢比他年轻。你们的母亲要他快乐，他需要快乐。再找个老婆是很自然的事。她不要儿女干涉他的恋情。你们不介入的话，他会对你们好得多。我不好意思传这个话——她说：『但是要放聪明点，也要省着点儿。』她了解他为背痛所扰。务必要他的新任女友为他按摩背。」

公公听到翻译，开怀大笑。接着玛丽莲说：「他在笑——这正是他希望他做的事。」

朱家子女瞠目结舌。两个星期之前，凯胜和他的姊妹发现他们的父亲执意要娶一位年纪比他小很多的女士为妻。他们这才开始试着拼凑此事的来龙去脉：公公的朋友在台湾，从大陆娶了老婆回来。经由此人的妻子介绍，公公和她的挚友看了对方的照片，通了三个月的信，还没见过面，居然就要结婚了。做儿女的担心好几件事。他们觉得这个决定太随便了，也怀疑这位女士要嫁给八旬老翁的动机。她会对他们的老爸好吗？老爸在做甚么？是不是丧偶之后太寂寞以致太好骗？难道他不能在当地小区找个适合他年纪的对象吗？这些问题让家人发愁。另一方面，公公很伤心：孩子不尊重他的选择，也不信任他的决定。通灵之前，女儿们和做父亲的私下争吵得很激烈，无法有个结论。

有关二姊的二女儿的信息是很重要的。二姊的大女儿是过了预产期才生的，所以婆婆要二姊对这回顺利生产做好准备。两个星期之后，二姊在预产期之前顺利生下二女儿。为了纪念自己的母亲，二姊将「莎莉」作为二女儿文弋的英文中名。

虽然小弋从没见过婆婆，婆婆可是很疼她的。小弋两岁生日的后一天，二姊在帮她换尿布，忽然闻到很甜很浓的花香，可是旁边并没看到花。自从婆婆去世，二姊曾经三次明明没见到花却闻到花香。这一次，她以为是从隔壁主卧房的兰花别针散发的味道。她对小弋说：

「嗨，你的生日礼物好香！」

二姊把小弋送上床，回到主卧房，问二姊夫是否闻到花香。他一头雾水地说没有。二姊闻了闻兰花，没有什么香气。

二姊明白母亲来看她了。这是母亲给她的礼物。

大姊本来为大儿子洋洋老在玩乐高玩具而烦恼。她气洋洋沉迷在乐高积木上，也担心他没有学好基本技能。通灵传回来的话使她了解自己对洋洋的玩具过于紧张了。她从此学会尊敬他的才能，也了解因材施教的重要。大姊逐渐放松对洋洋的控制。她观察他，让他做想做的事，可是一定要达到她定的标准——

一所有科目都要甲等以上。调适自己管教洋洋的方式成了改变母子关系的关键。大姊母子现在可以很自然地说笑。而且，大姊很惊讶的发现，洋洋自 2004 年以来，在资优班总是拿到全部甲等的佳绩。

至于和他们老爸的关系，三姐弟觉得在通灵之后恢复得很好。他们了解到老爸是成年人，不应该被当成小孩。他们决定听母亲的话，不再干涉老爸的第二春。大家决定协助老爸去大陆，让他可以亲自见见这位红粉知己，有机会彼此了解。大家已达成共识，不管老爸的决定如何，他们都会支持他。

与大舅谈心

我的母亲和玛丽莲只在 2003 年见过一面。自此以后，她们俩总是透过我来问候对方。每次我和玛丽莲说话，她都要问我妈好。而我妈也一样，经常问候玛丽莲。我起初以为她们这种致意是礼貌的表现，或者可能只是随口说说罢了。

每次有朋友问起她对玛丽莲的印象，母亲就说：「很好，很实在。」然后她会笑着补一句极有创意的话：「玛丽莲很像中国人。她简直就是中国人。」

我不会公然在长辈面前反驳母亲，可是我总觉这话奇怪。

2004 年圣诞节前，凯胜和我拟出本书的初稿，去拜访玛丽莲，并讨论本书的细节。一天晚上，我们正在校阅答谢名单，玛丽莲从一堆我们照英文字母顺序排列的名字当中瞥见我妈的名字。玛丽莲坚持把我母亲的名字提到前面，她个人亲自谢的那个部分。她说：「我觉得我想要和你母亲一同哭泣，一同欢笑。」

我听了很纳闷：她们才见过一次面，不是吗？

第二天晚上，我们去一个叫丹尼斯的餐厅。我们坐在小包厢里，凯胜和我同坐在餐桌的一边，玛丽莲坐在餐桌的另一边，我的斜对面。我们正在闲聊，玛丽莲忽然说：「我在你脸上看到一张男人的脸。」

凯胜和我对望一眼，不了解她的意思。然后我们看到玛丽莲紧盯着我。她的双眼睁得大大的，眼睛湿润。根据我们对催眠的认识，她显然是在出神的状态了。

玛丽莲继续形容此男子的脸：「它的形状和你的脸不同，是圆脸。而且他脸上有很多痘子。」

我想我大概知道这人是谁，可是我需要她给我更多信息来确认，所以我问

玛丽莲：你还看到甚么？」

「现在他在你额头上写英文字母。等一下，让我看个清楚。是 Y-U-A-N。对你有何意义吗？」

我的泪沿着双颊滑下，几乎不能回答这个问题：「他是我的大舅。」

自从玛丽莲初次在电话上说父亲说他和我舅舅在一起，我就因为没有接到大舅给外婆与妈妈的信息而抱歉。大舅和我妈妈从小在乡下由他们的外婆带大，彼此的感情很好，也有许多共同的回忆。

我的外婆从前在家族和朋友面前，很有权威，凡事她说了就算数。我母亲决定进行家庭革命和我父亲结婚，外婆不准我任何一个舅舅探视我妈。我父母亲结婚的前一天，大舅偷偷来看母亲，并祝福她的婚姻美满。短暂停留之后，大舅赶紧回去，免得他的母亲发现自己违抗她。

我的母亲和大舅感情很好，到现在她还为浓厚的兄妹之情而自豪。此外，外婆也很想念大舅，总是说大舅是她最孝顺的儿子。所以我希望自己可以帮大舅带话给她们。

就像我在心里对父亲说话一般，去佛罗里达州的前两星期，我决定在心里与大舅沟通。我对他说：「大舅，您会来吗？如果您来，可以显示真的是您的证据吗？您有话要我传吗？」就这样，我不告诉凯胜或玛丽莲，悄悄地在心里对他说了两星期的话。

大舅真的有一张圆脸。他有严重的气喘病，终身都需服药控制。药物使他内分泌失调，脸如满月，而且即使已经成年了，还是满脸的痘子。我小时候有时会盯着大舅坑坑洼洼的脸，觉得很古怪，因为他是我见过的成年人里，唯一有满脸痘子的人。

所以我一听玛丽莲描述那张脸，就知道大舅来了。尽管是我有意请他来的，我还是被他的出现吓了一跳。我问玛丽莲：「我舅舅要说甚么？」

玛丽莲传话说他觉得当年离婚是个错误。错不在前妻。他很爱她。她凡事都对他很好，连床第之间都是如此。为了要显示他是一家之主，他在别人面前与妻子争吵，没想到假戏竟然真做。他为自己让家庭破碎而遗憾，说一切都是自己的错。他当初应该采取的行动是带着小家庭远走高飞，可是他当年没有这个勇气。他说他受够了中国传统，下辈子他可要浪漫些。所以他来世要当法国人，享受生活，而不要有小孩。

虽然我明白我们在餐厅里，我却无法控制从脸上继续往下掉的眼泪。只有大舅才能透过玛丽莲说出这些话。

大舅的一生过得辛苦。他出生不久就患气喘病，没多久又跛了脚，之后他就长不高。

正因为大舅吃了外在条件的亏，母亲很感激大舅妈不嫌大舅身有残疾，愿意照顾他。大舅妈也对我妈很好，她会帮我妈织毛衣。从乡下娘家回来，她也总不忘为我妈带新鲜的水果和蔬菜。姑嫂的感情很深厚。

相反的，大舅妈却始终无法拉近和我外婆的关系。首先，我的外婆来自书香门第，她的外祖父是清朝的举人；她的父亲曾是民国初年的京议员，而她自己的记忆力极好，过目成诵，在那个年代可以算得上是个高级知识分子。大舅虽然身有残疾，却也念完大学，大舅妈当时的正式教育程度不高。外婆觉得门不当，户不对，大舅又是长子，这会让礼数多、规矩严的李家落人笑柄。因此，大舅妈从未得到过外婆的欢心。此外，财务问题成了外婆和大舅妈之间的另一道鸿沟。

大舅是李家的孝子。身为长子，他固定把每月薪水中的一部分交给外婆，好减轻她的经济压力——外公失势之前就已患病，之后更是长年体弱，家里食指浩繁，外婆只好扛起养家的重担。如此，本来就不丰厚的收入就更不敷他自己的小家庭开销了。大舅妈开始和他在私下为钱而争吵。

大舅妈的自尊心强，即使他们平常日子过得捉襟见肘，她也不想在人前哭穷。每逢她需要为婆家置办菜肴，为了怕别人以为自己小家子气，她总是出手大方。但她的蓄意讨好并未奏效。

外婆早年当官太太虽然不用为钱担心，自从一九四九年以后却得精打细算地过日子。现在看到大舅妈花钱不知道算计，她不明白这个长媳怎么如此奢侈，担心大舅妈不知怎样量入为出。

大舅家的经济状况没有改善，夫妇俩吵架的次数日趋频繁。大舅妈在吵架之后经常回娘家。有一回，大舅妈在娘家，留在家里的五岁儿子摔断了手。大舅请不起保母，只好带孩子去上班。

大舅终于忍受不了高涨的情绪压力而离婚。监护权归男方——外婆觉得大舅的下堂妻不能做个称职的母亲。

离婚后，大舅独立扶养两个孩子。有时他必须带孩子去上班。尽管如此，终其一生，他仍旧坚持恪尽孝道，奉养外婆。

大舅的离婚在李家是个禁忌的话题。我从没听起哪个舅舅谈到大舅的离婚或是我表哥、表姊的妈。我们都很知趣，绝不碰这个敏感的话题。连我母亲都不和我们小孩谈论此事。我妈在 2004 年十一月，刚巧是玛丽莲在我脸上看到大舅的脸的前一个月，突然提及此事。所以我大感诧异。

一个艳阳高照的日子，我们母女在逛街。母亲突然不经意地说：「我还在气你表姊的妈。」「当初他们闹离婚，我以为是做样子的。我没想到你表姊的妈马上再婚。一个大男人带两个孩子是很辛苦的，尤其你大舅身体又不好。再说，她怎么忍心抛下小孩离婚？我和她以前的交情还不错，不过那是好久以前的事了。」

我不知如何浇熄母亲的怒火，只好笨拙地以无语结束这个话题。

现在，一个月之后，大舅显然要为他的前妻翻案。

我问玛丽莲：「我舅舅有其它的话要我传吗？有给他的母亲，我的外婆的吗？」

「这个，他刚才说了，他为自己婚姻失败负全责，不怪任何人。他很想念他唯一的妹妹，你的母亲。至于你的外婆，他很尊敬她。」

外婆的确值得尊敬。对我而言，外婆像是一瓶收藏家珍藏的醇酒，越陈越香。她幼年丧父，中年丧夫，老年又丧子，但她还是不被击倒，充满尊严地活下来了。今年九十岁的她越来越优雅地拥抱生命，待人富有智慧。她在跳元极舞的团体里以热心慈祥出名，好多小她三、四十岁的人都喜欢和她交朋友。因为她头脑开明，热心助人，他们有事都请教她。有她的团体里要是有什么纷争，也一定喜欢让她评理，因为她极为重视公平，凡事讲理。

大舅和外婆的关系呢？也许他们两人早就约好，此生要来继续学习过去某辈子不甚了解的角色；也许这辈子的母子关系让他们都能修正过去某些片面的认知，而带来新的体悟与宏观。

大舅说他该为自己的婚姻失败负全责，而我们每个人又何尝不该为自己的行为负责呢？某些人固然选择一起在这一辈子修同一门课或演同一出戏，可是我相信，每个人每时每刻怎么答题或演戏，却有多重选择，不同的选择都会使我们下一刻的人生有所不同。

我正沉浸在自己的思潮里，玛丽莲说：「这个人也想写或画。」她向我们要了纸笔。然后她一边注视着我，一边开始速写。她试了几次，然后她把纸推向我，叹口气，说：「好难。」

我看着那张纸，意识到不会写中文的玛丽莲学着写出了大舅的名字——良元。我立刻认出写得歪七扭八的「元」字，可是我花了数分钟才猜出「良」字，因为玛丽莲不知道那些散开的笔划应该合起来成为一个字。但笔顺大概是没错的。

我告诉玛丽莲：「我满怀感谢。他证明了是他。」

然后玛丽莲说：「他跟你还没完呢！噢，他告诉我你母亲和我曾是姊妹。」

「你和我妈？甚么时候？在哪里？」

「是的。苏和我。我们在公元八百年左右在中俄边境，上面都是冰的某个高山上。他说那时只有男人吃肉，女人不吃。人们用号角联络。嘿，这不是棒极了吗？难怪我觉得和你妈好亲！」

玛丽莲和我母亲对彼此的神秘好感总算有了答案。我们全都大为惊愕：我们都是亲戚，这不是巧合。或许母亲和玛丽莲在这辈子需藉我来遇到彼此。或许我们早在出生之前都同意好了。

自从有了这件不寻常的发现，我看人的态度都不同了。我对人变得比较有耐心。我不知道自己会从任何一个遇到的人身上学到甚么教训，可是我相信此人与我之间可能有某种注定的缘分，而我也很高兴看到这辈子要学的功课在我眼前展开。我愿意全力以赴，为我下辈子埋下一个好的因。

我在与家人通灵之前，从来不相信「我爱你」有实质的意义。我觉得那不过是西方人给亲友的众多筹码中，最令人肉麻、也是最没价值的一个。现在我完全改观了。如果这三个字是如此重要，而灵回来就为了讲这句话，那么为甚么我们肉身还在的时候，要对说这三个字有所犹豫呢？现在我在给至亲好友写英文书信的时候，可以很坦然大方地用「爱」字作为结尾敬语，因为我知道，**爱要及时。**

虽然我的双亲的工作都很繁忙，他们却从来没有错过我从小到大的校庆或是家长会。现在我当然明白，因为他们关心我，所以希望和我的学校保持密切联系，并且参与我的活动，目睹我的成长。可是在叛逆心强的青涩年华，我觉得他们的出现显得我长不大。许多同学的父母因事忙而不参加，我觉得那些人才酷，也才时髦。因此只要父母在我的学校出现，我不但不感动，还一定噘嘴摆臭脸。在同辈之间假装不在意家人关心而要刻意显得独立的年代，我觉得我爸妈的出现真是窘死我了。

印象最深的一次，是我刚上清大那年，中秋节到了。当天下午，父亲带着母亲、哥哥、弟弟，拎着月饼和饭菜，出现在我的宿舍门口，要给初次离家到新竹住校而不能回家过节的女儿一个惊喜。

我急忙把他们带到水木餐厅二楼，要大家赶快吃完回家。在我催促之下，他们只好草草吃完饭，连赏月都来不及。临走前，父亲对我说：「女儿啊！谢谢你让我们全家过了一个特别的中秋节。现在时间还早，你们同学一定还有活动，你赶快去吧。多带了好些月饼，分给你室友和同学吃。」

和旧日同学聊起往事，我才明白别人有多羡慕我有一个关心自己的好爸爸。而我当时年少轻狂，只一味不耐烦让温情羁绊，却完全忽略了父亲的辛酸和苦楚；他十余岁就成了流亡学生，无法享受家庭的温暖。成家之后，他就尽力不让自己的遗憾在我们的身上重演，所以才能用智慧包容我的无知吧？

这回可不同了。我很荣幸也很勇敢地让大家知道父亲的灵一直在这里。玛丽莲成功地为他和其它人传回信息。经由她的努力，我了解我的父亲——吴存信先生，仍是这么地爱我们这一家人，也明白他知道家人是多么地想念他。而最教我感动的是，爱的力量可以超越肉体的死亡与语言的障碍，而继续恒久绵长地为芸芸众生带来热力与光明。

第二章 客户探访摘录

「不知周之梦为胡蝶与？胡蝶之梦为周与？」

庄子

我们采访了四十位玛丽莲的客户，如果要把大家说的话全部放在书内，就太冗长杂乱了。所以我们挑了一些人的访谈，取其摘录，与读者分享。

黛安 (Diane)，佛罗里达州

四十岁出头，温文有礼的高级知识分子。她从容平和的态度像是夏天里的冰镇酸梅汤，沁人心脾兼回甘止渴。她家境富裕，为客户投资房地产为业，与其女儿都长得像是名模一般出众。她的女儿虽然是青少年，却说话稳重、举止成熟，像个生活经验丰富的智者。

我的先生约翰 (John) 还在人世时，有一晚我对他说：「如果有一天，你在我之前发生了甚么事，务必得让我知道你还在关心我们。」

我不记得他怎么回答我。如果他有任何响应，大概只是敷衍地说：「好，好，好。」

约翰去世的当天，我已经知道他撑不下去了。我对他说了一整天的话，把我对他的期盼说了又说。

他过世了，我不要任何亲友来分散我的注意力，决定独自离开医院。

我先生住在医院那么多日子，过去屡屡为我的安危担心，而总是说：「找个人陪你走一段，到你上车为止。」

可是我是一个很独立的女人，所以我自己可以开车回家，况且那辆车已经被我开了超过十万哩了。

我的车停在医院大楼附近一天半了。我走到车子旁边，打开后车厢，把他的枕头和为他在医院过生日的气球一起放进去。然后我打开车门，上了锁。我一发动车子，后面乘客位置的玻璃窗自己往下降了大约八吋。我吓了一跳，以

为歹徒破窗而入，因为那扇窗户已经很久没有摇下来了。

我觉得十分脆异地转过头来，想知道这是怎么回事。我把那扇窗子摇上去。我一把玻璃摇到顶，它又自动下来了四吋。我再摇上去。这一回，玻璃一到顶，它又自动下来了两吋。我看着它，没有再试着摇它上去了。我就这样在夜色中开着车子回到家。

我回家之后，沉沉睡去。清晨时分，外面天还黑着，我醒了过来，对自己说：

「天啊！那是约翰，他要我知道他在那儿。」

如果你认识我先生，你就知道那是他典型的作风，摇窗子摇得精准，每一个刻度的增减都要达到完美。他故意做到那样，让我明白不是巧合，不是意外，而是精心策划的。

约翰过世一年半之后，我于 2003 年打电话给玛丽莲。她马上就感觉到约翰的名字，而且她说：「他要你丢掉他的鞋子。」

听到这话，我非常感动。约翰完全不在乎衣服，可是他很爱一双麂皮软鞋，他总是穿那双鞋。他让鞋匠重新缝过那双鞋好几回了。它们看起来经历了不少风霜，可是他每次出门仍然穿着那双鞋。我丢不掉他的鞋，它们在衣帽间里，现在仍然在。他走了以后，我想他在身边时，我就在衣帽间里穿他的麂皮软鞋。约翰高六呎七吋，我则是六呎一时，我有一双大脚，可是他的鞋子对我而言还是太大了。无论如何，我就是要离他近一点，感受到他的温暖和爱。

玛丽莲是这么说的：「他在告诉你，把他的鞋扔掉。没有人可以把他的鞋子穿得刚好合脚。」这真是约翰的个性。她不是告诉你很普遍的东西，比如说，约翰要你把他的衣服扔掉，好好过新生活之类的空话。

玛丽莲还说：「约翰说，如果你想要那部绿色的车卖了，就这么做吧。」

很多人喜欢绿色，可是我认识的人当中，并没有人开绿色的车子。她明确指出这个颜色，而非笼统含糊地说：「你想卖车就卖吧。」而且，我的确新买了一部车，可是我却还不想把旧车卖了，因为旧车的绿色好美，是约翰和我都钟爱的颜色。我曾经好几次觉得应该卖掉那部绿车，但我就是无法割爱，总是

告诉自己：「这部车还有用。」

电话讲到一半，玛丽莲告诉我：「约翰要你念一首诗。〈阿不和亚当〉（ABoob and Adam）。」

我问她：「怎么拼这几个字呢？」

玛丽莲说：「我不知道。我只是听到这些声音。」

所以我快速记下〈阿不和亚当〉。这就是我听到的。

我一放下电话，就赶紧写电子邮件给约翰在新英格兰的朋友。这人是个书商，自己也稍事写作。我这样写：「听来疯狂。我现在企图找到一首诗，听来像是〈阿不和亚当〉？」我没有收到他的回音。

翌日早晨我醒来，坐在床上想：「我得找到玛丽莲说的那首诗。」

我在家里翻箱倒柜，最后到约翰的书房，在书架上搜寻。书架上有一艘约翰的祖父为他做的玩具船。在那个童年的宝贝旁边是约翰的骨灰，前面则是约翰的相片。骨灰和相片之间是一个不熟的朋友的葬礼小册，那个朋友在一九九九年逝于癌症。我伸出手把那本小册拿出来，然后将它翻过来。我几乎昏倒了。那一刻，我感觉好像赢了彩券一样。那本小册子的背面印着一首诗：

阿布·本·阿德罕姆 (Abou Ben Adhem)

阿布·本·阿德罕姆〈愿他的部落兴盛〉一晚从平静的酣梦中醒来，见到，在卧房的月光中，极其丰富，有如百合盛开，一位天使在写一部金书。

极度的安详让阿德罕姆胆大，对着房中的现身他问到：「您写什么？」见其抬起头，目光无限美好和谐，回答说：「爱主的人的名字。」

「有我吗？」阿布问到。

「并非如此。」天使回答。阿布说话放低，却愉快依然：「那么，我请求您，写我是一个爱弟兄的人。」

天使写下便消失。次日晚上，他再度来到，带着唤醒人的强光，出示因爱神而被祝福的名字，看！本·阿德罕姆名列第一。

——詹詹姆士·李·韩特[^]（James Leigh Hunt）

约翰一定是用这个概念来说明他想做对的事与做一个好人。对他而言，那是最重要的事。我很安慰地知道约翰用他自己的方式来让我知道他在那里。他仍然存在。

约翰去世之前，他坚持我们的女儿宝莱（Polly）接受最好的教育，将来上最好的大学。他去世以后，我们全乱了章法。宝莱从她过去上了多年的私立学校辍学，一心只以职业舞者为标的。我打电话给玛丽莲时，我已在家教宝莱。我认为这样的教育一定不够，心想：「天啊！如果约翰在看我们，他会因为我不够严格而疯狂了。我以前就比他软弱。」

没等我问，玛丽莲就揭示了约翰最新的教育观点：「他说，如果他还有肉身，宝莱的教育现况会让他疯狂，但是他现在从不同的观点来看，就可以接受了。送宝莱去上大学只是浪费钱，因为那不是她要做的事。他现在反而要她接受优良的戏剧或舞蹈训练。」

得到了约翰的意念支持，我对于让宝莱追寻她热爱的事物不再觉得有那么强的罪恶感。后来宝莱得到一家在费城的舞蹈学校的入学许可，也在迈阿密当过模特儿。现在她在纽约市追求演戏的理想。

通灵之后，如今我意识到，我们要为我们所做的每一件事负责，不论事情大小。这种认知是很具震撼力的。当然，有了这种认知，不代表你就成了圣人。我还是会犯错，也仍然会偶尔失去耐心，可是我开始用不同的观点去看这个世界，懂得生命不是只有世俗的柴米油盐。我能够用心观照对待我周遭的人，这是很大的收获。

苏珊（suzanne），佛罗里达州

五十岁出头，亚买加出生，曾是许多大公司的总务主管。

我访问苏珊的过程和别的客户大不相同。玛丽莲通常不和我谈论她的客户，除非得到他们的允许。这一回，她在结束和苏珊交谈之后就马上打电话给我，要我打电话给苏珊。她虽然没有告诉我怎么回事，我却感觉到这世上有人的灵魂在受苦，需要我的帮忙。

我打给苏珊，却踌躇着不愿请她允许我用她的故事，因为她在电话上一直哭，连一个句子都讲不完。我了解这是搜集她的故事的大好时机，因为她记忆犹新，可是她仿佛历劫归来，我不想在她伤口上撒盐，更不愿趁人之危。我希望能够确保她安然无恙，而且她也很希望有一个人能听她诉说她的故事，所以我静静地在电话这头听她说了两个多小时的话，却始终不忍要求记下来她说的话。最后，我听出她的疲惫，就哄她睡觉。

翌日早上，我打开计算机，竟然接到她的电子邮件，把昨晚通灵的过程全部记录下来了。我们开始通电子邮件和电话，现在成了莫逆之交。

汤姆（Tom）第一次见到我就爱上了我。可是我们的恋情有很多阻碍：汤姆曾经结过婚，而他的教会必须宣布前次婚姻无效，才准他再婚。我从加勒比海的国家来，是黑白混血，汤姆的家人不能接受我。还有，他比我大了整整十七岁。

然而，我们克服万难，在 1989 年结婚了。一开始生活还算甜蜜，虽然汤姆常会因为信仰不同而调侃我。

我们的儿子尼可（Nick）出生后，不知怎么回事，汤姆开始吃尼可的醋，他不能相信自己的重要性被这个新生儿取代。他心里的忿闷日益加深，开始在语言上和经济上虐待我。

我们结婚七年后，汤姆被诊断出得了癌症。我竭尽所能地照顾他，可是他不但不感激我，反而给我越来越多在财务上的限制，还拒绝支付儿子的生活所需。后来，他又不和我说话，而只和尼可说话，好像我不存在似的。

我的母亲在汤姆过世前不久过世，汤姆请了律师上法庭阻止我带尼可回去奔丧，结果我最后真的只好像汤姆安排的一样，一个人回去奔丧。

汤姆生病的那六年简直就像一场恶梦。他走了，我以为我的压力会变小。可是一年半过去了，我的压力还是有增无减。我好想我妈，希望她能捎个信息来。

我第一次和玛丽莲讲话时，本来是希望我的母亲能够显灵，可是她没有来。

玛丽莲反而说：「汤姆在这里，他说他是你的丈夫。」

我想：「喔，不要吧，他连离开人世都不能让我清静。」不过我还是心不甘情不愿地说：「是的。」

「他要为了过去没有好好待你而道歉，他当时以为他在你们两人中是聪明的那一个，所以他要奚落你。他现在说那是一个错误。」

「这真的是他吗：他改变了吗？」我一方面这样想，一方面不知道说甚么好。

玛丽莲继续说：「他说他不了解你心灵的信仰，因为它不遵守传统教会所定下的规范。现在他能够认知到你的信仰也是站得住脚的。他也要为他的残酷道歉，苏珊。」

他为何要突然道歉？我慌乱地发抖，还是不知道要说甚么。

「他说他从来没有接受过死亡的观念。他生病将近七年，身心受着剧烈的痛苦。他越不想和妳分离，就越不要妳看见他即将死亡的屈辱。他在解释，他那时觉得自己即将从生命路程上告返，不是一件光彩的事。他不愿妳目睹他的肉体逐渐衰返。」

「这么多年来，他以为他的心智和情绪都很正常，但是现在他跨到了灵界，才理解他以前是在失衡的状态。他以前对妳的态度时好时坏，现在他领会到他并没有用关爱和理性的态度对妳。他的神智在那时根本无法有效地运作，虽然他当时并不明白。」

我一边听着这些信息，一边就回忆起我们卿卿我我的日子。我一直到这些信息传回来才有勇气回首过去。我突然了解我到现在还在找一个伴侣，能够有汤姆的优点，但没有他的残忍和冷峻。我还在爱着他呀！

我也终于了解为甚么汤姆病得越严重，他对我们母子的敌意就越深，也和我们越疏远。我感觉我先生的蓝眼睛仿佛又在对我闪着顽皮的疼爱，与道尽令我沉醉的坦白。

我的脑海里被这些念头盘据时，玛丽莲说：「你有女儿吗？」

「没有。」

「噢，妳先生说她和他在一起，他把她叫做『我们小小的流产。』你先生说『我们小小的流产』会转世投胎成为妳的孙女。她也会有红头发。」

这真令人吃惊！我是黑发，而玛丽莲并不知道汤姆的头发是红色的，而且我也没有告诉她，在我们的儿子出生之前，我曾有一次宫外孕，汤姆为此一蹶不振了好长一段时间。

我听到我先生从灵界传来的道歉以后，我才明白自己抓着悲伤和愤怒太久了，几乎都不习惯新的光明和平静。通灵后的第二天早上，我醒过来，想着我生命的进展与福气，也想起我和汤姆、尼可一同生活的日子。我感觉到痛苦正在消失，仿佛那些年正缓缓漂走和溶化，而我终于得以看清我生命的溪流，还有岸边的风景。

两个星期之后，我带着尼可回到我的出生地。我已经原谅汤姆了，知道汤姆会希望尼可在一个充满爱的环境下成长，现在是我指导尼可面对未来的时候了。

乔伊斯·欧提斯（Joyce Oates），密西根州

七十二岁的黑人女性，守寡多年。她说话时亲切真挚，绝无客套。即使和我谈话时已经是癌症末期，依然爽朗。

已经六、七年了。事实上，我第一次和玛丽莲谈话时，从来没有见过她。

我过去在航空公司上班，在那里认识了一个女士。我们并不熟，只不过我们常在机场碰到。我们都对通灵感兴趣，所以她说我应该打电话给玛丽莲，一个很奇妙的人。我拿了她的电话号码，等了两个月，我真的忍不住了，所以我就拨了电话，后来她使我大吃一惊。

玛丽莲对我说：「有一位男士来了。」我以为是我的先生，因为我是一个寡妇。我就把我的想法告诉她。她说：「噢，他称呼你为『猴子』。」

我立刻哭了起来。这是我爸爸为我取的绰号，他终其一生都这么叫我。这是个人隐私，没有几个人知道，连我的孩子都不知道。我简直不相信。

我爸爸透过玛丽莲传的话都是对的。他为我的童年抱歉。虽然我的童年不怎么快乐，但是我觉得我生下来就是要处理事情的。

我妈是一个很严厉的人。她和我常常意见不合。我过去对她说：

「妈，生命就是关于爱，你必须爱每个人。」我妈真的不爱任何人。她甚至不曾对她的家人表示过爱。这是外面的人不知道的。

玛丽莲在解读时说：「有一位女士来了，她给你的信息是『妳过去是对的，乔伊斯，都是关于爱。』」

我哭了又哭，没法停止。我不敢相信。我妈去了天堂发现了这个道理。

然后我爸说：「妳为甚么不写东西了？妳应该重新开始写作。妳写得很好。」

我只是偶一为之，有时灵感来了，我就写诗。别人也不知道。我有一本笔记，只放在家里。我爸生前完全不知道，我直到他逝世后才开始动笔的。

我真正见到玛丽莲是我和她初次谈话两、三年后。我从来没有见到像她一般的人。她是这么仁慈。我们谈了大约一小时，我要付钱，她拒绝接受我的钱。我对她有很深的爱，我相信她对我也有一份爱。

我的儿子史迪文（Steven）大概在三年前逝于心脏病发作。我们过去意见不合。以前我打电话给他，他不和我讲话，或者他就敷衍地说：「妈，我得挂电话了。」我告诉他我爱他，可是史迪文会一声不吭。我们还没有和解，他就走了。史迪文的灵来的时候，他一再说他有多爱我；还有他对于过去甚少打电话给我，感到非常抱歉。

史迪文有个朋友叫艾迪（Eddie），他在史迪文去世前五年车祸身亡。玛丽莲不可能知道我儿子最好的朋友叫艾迪。我的儿子的灵说艾迪和他在一起，而且艾迪有一辆摩托车。

我听到这话，就问她：「摩托车？」

玛丽莲说：「是啊。显然艾迪总是想要在天堂骑摩托车。你的儿子和艾迪在唱『坏男孩，坏男孩。』」他还说：『告诉帕特（Pat），艾迪和我在一

起。』」

我想了半天，这一辈子就不认识甚么帕特。两、三个月后的某个半夜，我醒过来，突然间明白帕特是谁了。帕特是艾迪的母亲。

我打电话给艾迪的哥哥。他说：「天啊！艾迪过去的确有一辆摩托车。」

我从不知道艾迪生前有一辆摩托车。我请他告诉他的母亲，他会知道要怎么对她说的。

哦，我儿子还对我说了另一件事。我问他：「轮到我走的时候，你会来接我吗？」

他又逗我笑：「妳要我以小男孩的模样还是成人的模样来接妳呢？」我说：「成人。」

我知道我走的时候，会是他来接我回老家。

崔西·瑞奇蒙德 (Tracey Richmond)，新泽西州

三十八岁的金发美女，担任奔驰轿车在美国的总公司的中阶主管。

从我第一次与玛丽莲说话，我就觉得舒服。我不觉得我被利用了，也不觉得这是一个笑话。我原来是抱着有一点存疑的态度，可是她讲话很流畅，很平静，没有像连珠炮一样问我，「这样对吗？那样对吗？」她说话和缓，顺其自然。我永远不会忘记她最初告诉我的话。

她说：「妳有一个守护天使，她的名字是由 A 开头的。她是一个年纪较长的女士。我相信她的名字是安杰拉 (Angela)，安德拉 (Andrea)，或安琪 (Angie)。」

我祖母的名字是安杰拉。听闻我的祖母是我的守护天使，我在整个解读过程中都觉得很奇妙。玛丽莲告诉我一些祖母的事，而这些事是别人不知道的，即使你去因特网上查或做背景查核，都查不到。她还准确说出我祖母给我取的昵称——阳光。

玛丽莲提到祖母带我去大西洋城的旅行。我的祖母像是我的第二个母亲。

我祖母在她的残年带我去大西洋城观赏卡帕迪斯溜冰团表演。我们从旅馆出来，准备要去表演的场地了，祖母突然很不舒服。我的脸顿时垮下来，因为我很想看表演。祖母要我开心，所以她还是陪我去了。在欣赏表演的当儿，她倒了下来而被救护车紧急送到医院。我那时年纪很小，坚持我要的，而不能体会她为白血病所苦。她却为了我，勉为其难地去看表演。我现在回想当时，知道自己真自私，可是当你是个孩子，你就是要大家依你的。

我十八岁不幸怀孕又堕胎。除了我的男友，没有别人知道此事。玛丽莲对我说：「妳有小孩吗？」

「没有，我希望有一天有，可是目前没有。」我回答道。

她说：「我看到一个小女孩，你的祖母抱着一个小女孩，她告诉我说这小女孩是妳的孩子。」

我说：「甚么？」

她问我：「你有没有怀孕过？」

我说：「有。」

她说：「那是你的婴儿。」

我当初真的是怀女儿，但玛丽莲又怎么知道？

她是一个普通人，可是她的天赋惊人，而她用在做善事，这在现代是很罕见的。我见到她时，对她满怀敬畏。我像一个五岁小女孩在糖果罐里找糖吃。由于玛丽莲，我变得比较仁慈，我在此谢谢她。

莎朗·麦康奈尔 (Sharon McConnell)，佛罗里达

五十余岁，个子矮胖，眼神锋利，曾为红十字会在新英格兰分会的负责人。

我第一次见到玛丽莲，她对我说：「我看到妳周围到处都是钟。」我想，用这种开场白来解读可真古怪。

她说：「不，不，不，我看到一个高壮的男人，妳总是要他准时。」

我一听这话就大笑。

她说：「我看到妳周围有很多人，妳也被音乐围绕，但那不是妳的职业，对吧？」

我对她说：「对，那是我想做的事。」

她说：「我看到一个字母，一个很大的 W，这人是在娱乐圈吧？」

我说对。

她说：「妳可以告诉我是甚么意思吗？」

我说：「当然可以。我试着让这个人准时出现在我为他安排的所有活动。对我而言，他是一个卓越的艺人。」

我们说的是韦恩·牛顿〔（Wayne Newton）你看，她可以说得这么贴近事实。

她是少数能够接获一些别人没法接获的信息的人。我曾为她安排与客户约会的时间，发现客户是从世界各地打电话给她。让我印象最深的是一个女士，她的女儿在九一一恐怖事件中丧生。那位女士甚么都没对我说，玛丽莲却讲出来她的女儿的姓名，丧生那天戴的珠宝，当天女儿和哪些人在一起，事情怎么发生的，还有她的女儿用手机打电话给父亲。那位女士后来打电话给我，说她因此能够在心里面对女儿的悲剧做个了结。她对玛丽莲为她解读的感激，是言语无法形容的。

某一年的七月四日，刚好是我先生的六十岁生日。我安排了放烟火的节目，雇了一个主持人来播放音乐，请了四、五十个客人来我家，也请了玛丽莲。在宴会上，我的姐夫文尼起来高歌一曲，那首歌是我去世的姐姐，也是他去世的妻子，瓦莱丽，最钟爱的歌。文尼开始唱，而玛丽莲在屋内与宾客说话。下一分钟，人们奇怪地看着她。

我看着玛丽莲，注意到她的表情改变了。我了解到她现在是在出神状态。她在哭泣，然后她以艾琳（注：艾琳的故事在本书第六章以后有详述）的口音对我说话。艾琳一口爱尔兰腔，所以周遭的人心想：「这个讲爱尔兰腔英语的

人是谁？」可是她叫我的口吻，却好像是我一年前过世的姐姐瓦莱丽。我毫不怀疑。我从前就听过艾琳附在玛丽莲身上的声音，所以我知道是艾琳。艾琳从我姐姐那里接过信息，再传给玛丽莲，好像接力赛一般。

她告诉我：「谢谢妳，我亲爱的老妹，妳对我真好，我很高兴妳把我的家人都聚在一起。」

我把玛丽莲当成艾琳来说话，希望能不要碰到她，就能把她带离出神状态，而回到现实：「艾琳，记得我们在哪里，我们正在开宴会哪！现在是高兴的时刻，告诉瓦莱丽我们都很爱她，我们很高兴她和我们在一起。」

玛丽莲的脸放松了，我知道她很快就要回到现实了。她环顾四周，然后说：「我怎么到这里的？」

我把她扶到一旁，因为她在完全出神通灵之后，总是累得连站都站不稳。真是辛苦她了。

桃乐丝·哈克海瑟 (Doris Hochheiser)，佛罗里达州

六十出头的犹太裔女性，精明能干，曾为房地产大亨工作，现已退休，住在佛州的犹太老人社区，平时是小区心灵体认俱乐部的会长。此外她喜爱画画。

我第一次见到玛丽莲真是命中注定。我开车经过假日旅馆，注意到一个牌子，上面写着「通灵市集」(Psychic Fair)。我想，可惜我没有时间，要不然，我会很乐意为我的心灵体认俱乐部物色一位好的通灵人。然后，不知为甚么，我觉得自己应该停下来，于是我就这么做了。

我注意到玛丽莲的传单时，她当时的助理——莎朗·麦康奈尔，正坐在那儿招呼。我喜欢画画，玛丽莲传单上的天使吸引了我，于是我向莎朗打听玛丽莲的才能。莎朗很轻松地回答我的问题，接着，她直视我的眼睛说：「她是真的唷。」

当时我听到这话，仿佛电流通过全身，手上的汗毛直竖。现在我明白这是我们听到实话时，身体会给的信号。莎朗邀请我去参加玛丽莲在那个周六晚上举行的通灵会。

我说服了好友芭芭拉和我一起去那场通灵会。那是我第一次见到玛丽莲，也是我第一次看到她做「讲台解读」。房间里聚集了大约十五个参加者。玛丽莲提到灵的名字时，这些人就各自认领这些灵。

我因为很怀疑，所以玛丽莲对着我说：「安？安妮？你从不注意珠宝。」的时候，我还在设法弄清楚怎么回事。我的心跳似乎暂停，我僵在那儿，不能言语。既然没有别人认领这个名字，玛丽莲就把它搁在一旁，继续去介绍其它的灵了。

直到今天，我都还在后悔没有认领安，一个早在好几年前逝世的朋友。我后来才想起来，安喜欢珠宝，对珠宝的色泽或切工等细节总有意见。我从年轻就不曾注意珠宝，反而喜欢注意别人的眼睛或头发。有一次，我完全没注意到一个女人手上的大钻石，还因此被安揶揄。

我错失认领安的机会之后没多久，玛丽莲说：「保罗在我这儿。」

不想再蹉跎掉另一个机会，我举手说：「我认识一个叫保罗的人。」

她说：「工作、工作、工作，你就只会工作。」

我坐在那里，很明显的上了年纪，已经退休的模样，所以我不认为她在猜我还在工作。保罗去世时，我还在上班，所以他没见到我退休。保罗是我先生的朋友，是个下午就没事了的学校教师，而我却为房地产公司工作多年，上班时间又长。他过去常因为我工作太努力而调侃我。所以，我在那一晚开始相信玛丽莲。

我的朋友芭芭拉也在玛丽莲正确说出她父亲的名字时，相信通灵是真有其事。芭芭拉确认了玛丽莲说的名字，接着玛丽莲说：「这是你另外一个父亲，不是你的亲生父亲。」

他是她的继父，而连我都不知道芭芭拉的这段过去，更别提玛丽莲了。

玛丽莲说，芭芭拉的继父在她十二岁生日那天，为她做了一件很特别的事，是他不嫌麻烦做的，他现在要确认这件事。

芭芭拉后来回想，她十二岁生日这天，继父为她在纽约市买了一辆脚踏

车，不希望脚踏车在她骑乘之前就被他骑回家了，所以他扛着脚踏车走回布碌仑的家，走了许多哩路，又要过桥，就是为了让妳当第一个骑新车的人。

那个晚上，我观看和倾听玛丽莲为我们那一群人中完全陌生的人解读，也听到他们证实玛丽莲传来的信息是正确的。有一个年轻女孩的父亲灵来了，玛丽莲对她说：「谢谢妳在我人生最后几年，不能和妳沟通的时候照料我。我要妳明白，我了解妳对我说的每一个字。」

通灵会结束，我感到必须要向那女孩问清楚，她父亲的那番话是甚么意思。

她说：「我爸爸在最后两年不能和我沟通，因为他得了阿兹海默症。」

我大为震撼，也觉得安慰，因为我学到灵魂不仅可以在肉身结束后回来传话，即使在生重病如阿兹海默症，让一个人看起来无法正常听话、记忆，或推断的时候，灵魂仍然可以听到亲爱的家人所说的话。

我因此兴致勃勃地和玛丽莲预约了一次私下的电话解读。她在电话那头用意念扫描我的身体，说我血糖过低，而我是早有这个毛病，自己也知道。她还说我有甲状腺的毛病，而我自己那时并不知道。我后来去看医生，证实了自己果真有甲状腺的毛病。

玛丽莲接着说：「你有一艘船吗？」

我说：「没有。」她又接着问：「你和船有任何相关的吗？」我再说：「没有。」

接着她说：「我不了解这是怎么回事——他们展示船上的厨房给我看。」

我会心一笑说：「我有一个已逝的叔叔，他的名字叫盖利。」

她问：「那是他的名字？」

我解释给她听：「我叔叔的全名叫尔文·盖利泽，但是大家都简称他为盖利。」

玛丽莲回答：「很好。他现在在这里。」

接着梅来了，我确认我认识她。玛丽莲告诉我，埃布尔和梅在一起。我说：「很好——他们是夫妻，是盖利的亲戚。」

她说我的女儿在医疗界做事，搬得离我颇远。的确，我女儿是个心理治疗师，才刚搬到佛州西海岸。她说我的女婿因为来接替某个精神崩溃的人，而得到了新职。我的女婿的确取代了某个有毒瘾而精神崩溃的专业人士。

我询问她有关我儿子杰夫的事，玛丽莲问我：「你再婚了吗？」

「没有啊！这是我的第一次婚姻。」

她说：「我也不懂这是怎么回事——我在杰夫、妳先生，还有妳之间，看不见血缘关系。」

我笑着回答：「噢，那是因为杰夫是养子，我们在他还是婴儿时收养了他。」

她说：「我连想都没想到会是这样的关系。」

接着她说杰夫会去参加一项考试。我不理解她说的话，因为杰夫不爱念书，高中毕业就在零售店服务。

两星期后，杰夫告诉我，店里教了他新的计算机程序，他的督导还和他一起坐在计算机前面，看他是否学会了。

我问杰夫：「这算考试吗？」

他说：「对。」

我从来没有预期会有那样一个考试。玛丽莲也说杰夫会有自己的生意，然而在当时听来有些牵强，因为杰夫很喜欢他的工作。结果，杰夫在他轮休的日子购买商品，然后在跳蚤市场贩卖，收入还不错。玛丽莲说他会有自己的生意是对的，即使一年后才实现。

我有一个远房的表妹黛柏拉，住在华盛顿州。她的母亲如果还活着的话，今年是一百岁了。黛柏拉来佛州玩，就顺便和玛丽莲约好要请她解读。玛丽莲完全不知道我们两人的关系。

在玛丽莲为黛柏拉解读时，好些灵的名字出现了，可是黛柏拉不认识他们。玛丽莲并说：「我接到一个叫高达德的名字。这对你有任何意义吗？」

黛柏拉说：「没有。」

后来，黛柏拉和大她十七岁的姊姊聊起此事，她的姊姊确定那些陌生的名字，是属于他们父母多年前木屋群聚的时候认识的人们。她的姊姊也告诉她，她们的母亲生前只穿高达德牌的胸罩，因为那时的评价最好。黛柏拉不能完全了解这些信息，可是她的姊姊为她证实了一切。

我请玛丽莲到我们心灵体认俱乐部为二十位女士举办讲台解读。卡罗是我们的新会员，她年事益高，参加的目的是想要知道，生命不是止于肉体的死亡，而她想要证据。

玛丽莲走向她说「你认识艾伦吗？」的时候，她坐我旁边。

「认识。」她说：「艾伦是我的弟弟。」

他已经过世了吗？」

「是的。」

「艾伦要知道，为甚么每次妳为他祈祷时都要尖叫他的名字？」

这听来奇怪。我后来询问卡罗，她说：「桃乐丝，艾伦死得突然，我的心情很不好，每次只要我想到他，我就尽可能地大声尖叫『艾伦！』」

玛丽莲也问她：「比安卡是谁？」

卡罗用力握住我的手，在我手上留下了痕迹，她回答时我还以为我的手流血了。

「是我的孙女。」

玛丽莲告诉她，曾有「女神莎拉」美誉，现已辞世的法国舞台剧演员莎拉·伯恩哈特在灵界说：「比安卡一身是戏，卡罗应该鼓励她在这一行努力。」卡罗证实七岁大的比安卡果然很有戏剧天份，已经在许多舞台剧中演出。

我第一次带我的表妹阿琳到我的俱乐部去参加玛丽莲的解读。玛丽莲走到她面前说：「莉莉恩在这里。不对，等一下，她要人家叫她莉安。」

阿琳紧紧握着我的手，倒抽一口气。这时玛丽莲说：「莉安说她和小婴儿在一起……戴维是谁？」

阿琳的儿子叫戴维，他的太太几年前生下一对不足月的双胞胎女儿。先生下来的那个，吸了一口气就过世了。他们仍然在哀悼这个早么的孩子。后生出来的孩子出生时的体重才一磅一盎司，居然活下来了。所以阿琳现在明白早么的那个孙女和自己的母亲莉安在一起。

玛丽莲还说：「妳的母亲没有让你上大学，她为此觉得抱歉，因为她现在明白上大学对你很重要。」阿琳在进入社会后，自己回到学校，拿到了学位。

我的朋友嘉丽来自波士顿。那时她的父亲身体虚弱，住在波士顿疗养院里。在另外一次俱乐部的聚会上，玛丽莲在帮艾琳作灵传，我们每个人可以提一个问题。嘉丽问到她父亲的情况。玛丽莲回答：「他们正好好照顾他。」

嘉丽满头雾水，不明白玛丽莲的意思是她的父亲在医院还是在疗养院里被私人照护。她很不安。玛丽莲继续灵传。这时门铃响了，玛丽莲除外，每个人都转移注意到门口，看着嘉丽忧心忡忡的丈夫被女主人带进来。他走到房间的另一头，对着嘉丽耳语。嘉丽跳起来说：「我必须先行告返。」于是两人突然离去，引起一阵骚动。

由于我要为整个俱乐部负责，同时我也对玛丽莲的反应感到好奇，我把注意力集中在玛丽莲身上。她的眼睛眨都不眨一下，继续讲话，丝毫没有乱了阵脚。我目睹她似乎不知道周遭发生甚么事，也没有觉察到嘉丽匆匆离去。这是我见过最好的试探了。我们后来发现嘉丽的父亲在我们集会的当儿已经逝世，可是因为他们还要搭飞机，她先生不想告诉她，免得她难受。嘉丽知道她的父亲在灵界被照顾得很好，感到很安慰。

我父亲去世八个月后，我有一次和玛丽莲私下面对面的解读。她说：「你父亲在这儿。他很遗憾，没有准你唱歌跳舞——你原是热爱唱歌跳舞的。」

她说的很对。我七岁那年，我家搬到新的小区，离旧家是开车才能到的距

离。我原先已定好要在踢踏舞会独舞上，可是我爸妈拒绝载我回到旧小区去参加演出。我受到伤害，又很气愤，这股怨气一直闷在心里，可是我们从来不提这回事。经由玛丽莲，我父亲恳求原谅，我轻而易举就答应他了，而我也因此解除我心里的一大重担。

布兰戴斯大学全国妇女委员会的一个研习小组，要我教授心灵体认的专题讨论会。我告诉她们有关玛丽莲的才能。她们对玛丽莲的才能深感兴趣，所以我就安排了公开的解读，而且在某次上课时公告玛丽莲会来的日期。

有一位叫「琳达」的女士把我拉到一旁说：「我不会来。我妈活着的时候，我很恨她，既然现在她已死了，我当然不想对她说话。」

她似乎很愤怒，也很不开心，我不想勉强她来参加，所以我说：「我没事的，这是为你好。如果你改变主意，让我知道就好。」

几天后，她打电话给我说她要来。

玛丽莲在公开解读时对她说：「你的母亲在这里，她向你道歉，她过去对你不太好，她只是要你坚强起来。她也很为你是最后几个而遗憾。」

琳达的呼吸一下子急促起来，然后玛丽莲走到房间的另一头对别人说话。片刻之后，玛丽莲回到琳达面前再对她说：「她还在这里请求你的原谅。」

琳达哭了，其它人也纷纷滴下泪来。

几星期后，我与琳达不期而遇，她容光焕发，笑容满面，看来安详和气。我以前从未看过她笑。看到这么大的外表改变，我深为震撼地告诉她，她看来好轻松。

她说：「桃乐丝，玛丽莲做的事改变了我的人生。我妈生了六个孩子，我排行老五，我现在才体会我妈没有那么多精力去照顾那么多孩子。我不再生气了。过去的包袱可真重啊！」

还有另一个叫安的女士，我知道她是个寡妇，其它的事，我则不清楚。请玛丽莲来公开解读时，除了女主人的名字之外，我从来不给玛丽莲任何信息。

玛丽莲告诉安：「杰西在这里，他说他以前对妳不怎么好。妳能够从困难的时候走到今天的这一步，他以妳为荣。」

安后来对我说，她的先生有很强的控制欲，总是操控她，她在他去世后，有好一段时间，在情绪上的压力很大。

她对这次的解读感到兴奋，于是告诉了她的孩子。他们对此表示怀疑，以为母亲遭人利用。她也把这事告诉她的精神病医师，结果他说：「安，这世上有很多喜欢找老人下手的江湖郎中。我不希望妳受到伤害。」

我告诉她：「这世上也有很多会相信你的故事的专业人士。我的女儿是个心理治疗师，她相信来世，她也不会告诉你不要相信你亲耳听到的事。」

我又问她：「你认为那天到底发生了甚么事？」

安说：「我知道是他。我相信。」

我说：「那就是妳要明白的了。不用花脑筋去说服别人，他们只是还没准备好去吸收妳听到的东西。」

过了一阵子，安换了她的医师。这位临床心理学家相信她的故事，帮助她甚多。

苏珊是一个怀疑论者，她来我的研讨会只是因为好奇。有一次她也来参加玛丽莲的公开解读，马上就有一个叫萝丝的来了。

苏珊举手说：「我有一个萝丝姨妈。」

可是她心里在自言自语：「甚么了不起，每个人家里一定都有一个已经死掉的萝丝姨妈，这是一个很高明的猜测。」

当玛丽莲说「诺门和萝丝在一起」的时候，苏珊的兴致提高了。诺门是萝丝的父亲，也去世了。

中场休息时，苏珊和朋友到会场外面，玛丽莲走来问她：「阿设是谁？亚设？奥斯卡？」

苏珊说奥斯卡是她父亲的名字，而他已去世了。

玛丽莲说：「他要妳知道妳的母亲很好，她和她的家人在一起，但我们在一条街的对面。」

苏珊差点晕倒。这个会场里没有人会知道，她的父母以前三不五时就要吵架，而她的母亲常对父亲说：「我告诉你，我不知道我们两人中谁先死，可是如果你在那里看到我，过街到对面来吧！」

我发现你相信你的生命绵延不断之后，鸡毛蒜皮的小事不再烦扰你。你看到比较大的局面，而且你知道你来这世上是有原因的。不管发生何事，你会比较容易放松心情去面对，对以后可能发生的事也不会心存畏惧。我学会更能关爱与接受家人和朋友。我试着少用主观意识评断别人，因为我学会一旦我们去世，我们会了解我们此生做错了甚么事。我试着趁现在当我们还在共享世上的时光，就宽恕别人。

刘惠珍，加利福尼亚州

台湾出生，曾任职台、美宏基企业、超微半导体、新浪网等高科技公司营销等主管职位，并曾任世界日报记者，现为某人力中介公司负责人。

四月底应朋友吴孝明之邀到她家，与她新出书的共同作者玛丽莲见面，孝明是我十几年的朋友，当初我聘请她到美商超微半导体做事，彼此投缘，离职后一直保持联系。我父亲去世不久，她的父亲也去世，其间因丧礼前后诸事更密切联络，也因此认识她的母亲和她的丈夫。

玛丽莲从佛罗里达飞来后，孝明安排曾在出书过程，鼓励他们的朋友们与她见面，聚会目的在认识作者并提出问题。下午二至五时的聚会准时进行，近三十人参加，老中、老美均有。

聚会到下午约四点半左右，玛丽莲忽然说，有位「男士」来访，表示姓「L-I-U」，由于当场只有我一人表示姓刘，玛丽莲因此问我是否有过世亲友姓刘？我想到祖先，遂说「很多」。

她说这位男士是中国人，不可能有美国名字，但是名字发音极类似英文名字「查理」的音，她又说，还有一个字，拼法是「S-H-E-N」。我脱口而出，「那是我爸！」

我要澄清的是，孝明虽与我认识十几年，却从不知我父亲全名为「刘家宪」〔(Liu, Char-Shen)〕；当日前往聚会者彼此几乎都不认识，更没有人知道我娘家姓刘，我与玛丽莲初次见面，之前完全没接触。

玛丽莲说，你父亲要跟你问好，他要告诉你，他爱你。

她接着问，是谁嫁给日本人？我惊讶地说是我。她说：「你父亲说他是个好人，你会跟他结伴终生。」她还说：「你父亲表示，你说了很多你父亲的好话，虽然他有时觉得自己没那么好。此外，从前他不善表达情感等。」

玛丽莲并说，我父亲跟一位女士站在一起，父亲看来状甚愉快，搓着手，有着「不亦快哉」的神色。我猜测那位女士是我的祖母。

事后，玛丽莲问我为什么他们周围环绕着水？我说祖母生前居住的地方溪水环绕，父亲最喜欢去那里。如今想来，父亲还喜欢钓鱼，回乡的主要娱乐就是到溪边或水塘钓鱼啊！

这件事如果不是我亲身经历，很难想象会发生在我身上，因为我从来没想到灵媒，也压根没想到要找他们问事情。

回家后我将此事告诉丈夫，他觉得不可思议。我说，中国名字排列组合太多，要说出我父亲的姓名绝非易事，何况玛丽莲还是美国人；孝明的人品固毋庸置疑，况且她根本不知道我父亲的名字。

孝明跟我说她绝没跟玛丽莲提我嫁给日本人之事，再说当场有很多中国人，玛丽莲与我素昧平生，我也没提自己的夫姓，她无从得知谁是谁。

孝明问我在聚会前是否做过什么特别的事，例如祝祷之类？我说没有，然后忽然想到一事；聚会前一天，我心血来潮收拾书房，取出了尘封的文房四宝。当年父亲退休后苦于气喘，不能做剧烈运动，有次我回台湾，到胜大庄买了两套笔墨纸砚，包括大中小楷毛笔、砚台、墨、笔架、笔山、镇纸等，一套送给父亲，另一套留给自己，带回美国后却始终没有用。收拾书房后总算启用，由于手生，开始练习「永」字八法；孰知愈写愈开心，欲罢不能，想到父亲，和当年一次买两套笔墨纸砚的往事。「永」字写完，我写「爱」，然后写下了丈夫和女儿的名字。

第三章 外公托梦

耶和华阿，祢是我的灯，耶和华必照明我的黑暗。

——〈塞缪尔记下〉22 章 29 节

1940 年代末期，一个春寒料峭的早晨，我从睡梦中醒来。在梦里，外公对我说：「跟妳妈说，我很好。」

小小年纪的我，还不太了解甚么是托梦。我对母亲说：「我看到外公了，他要我告诉您，他很好。」

我母亲问我到底在说什么。我说：「外公在我睡觉的时候来找我。我坐在一艘小船上，外公站在河岸边。他向我招手，还大喊，要我一定要把话传给您。」

母亲说：「别傻了。」

一天后，母亲得知她父亲已于前天晚上过世。

外公高瘦，仪容整洁。霜白的头发和漂亮银白色的胡子相互辉映。他的五官看来柔和却其有男性魅力，在他英俊的面庞上恰恰得体。我对他既景仰又有点敬畏。每次他出现，就会自然流露出魅力、活力，和迷人的优雅。他不需要讲话，就能得到大家的尊重和注意。

从外公家到我家的距离，超过十五条街。外公有严重的糖尿病，所以走路的时候要拄拐杖，可是他并未因此而不来看我们。不论天气好坏，他常常忍受疼痛，走漫漫长路来看我们。

他每次来，我都很兴奋，因为我知道他会带我去散步。我们总是慢慢地走，走很久才回来。他需要走走停停，所以他会为此而抱歉。对我而言，只要能和他在一块儿，我就很满足了，别的我都不在乎。我们停下来休息的时候，他会向我解说大自然，指出从路面裂缝中钻出的小花是多么美，或告诉我树叶是如何从雨水或晨露得到滋养。他总会以我听得懂的话来讲解这些道理。

他以他独特的方法来教我如何爱惜和尊重大自然赐予人们之美。外公让布

鲁克林的贫民区感觉像是伊甸乐园。

我们散步的时候，他总是牵着我的手。他会鼓励我去找各种奇形怪状的石头和旧可乐绿玻璃瓶的瓶盖。城里的街巷，仿佛变成了金银岛。每次我们把这些宝藏带回家后，我都会花好几个小时，把它们洗干净、擦亮，然后把它们粘在纸上，拼成各式的花样。

我挚爱的外公，在我还只有四岁的稚龄，就开始教我如何欣赏大自然和热爱艺术。

他从未说过一声「我爱你」，或类似的温情话语；他也从未把我抱在怀里亲吻，但我知道他是多么地爱我。

有一次我母亲病重，几乎快要病危了，外公来接我去医院探望母亲。他说我们要去散一个很长的步。我们慢慢地走，经过了三十几条街，才到达医院。由于儿童不准进入医院探望病人，外公叫我站在一个地方等，然后他去看她，要她站在病房的窗口向我挥手。

等他回到我站的地方，他吃力地把我抱起来，让我可以清楚地看到母亲，我记得我哭得很厉害，拼命地挥手，还向母亲抛了无数个飞吻。我一直央求外公带我进去医院里面看她。过了一会儿，开始变天了，外公说我们得走了。我不愿意离开，可是我们非走不可，因为不但天气变冷，风变大，而且也开始下雪了。

外公费了那么大的事，就是为了让我能看母亲一眼。尽管他步履蹒跚，却还得忍受极度的腿痛。我们好不容易走回外公家了，外婆已经为我们准备好热腾腾的汤等着我们了。

在母亲生病期间，我都是和外公外婆住，因为父亲需要工作，又不能把我放在家里。比我大四岁的哥哥，则留在家里和父亲住。我这样和外公外婆住了好几个月，直到母亲痊愈。

过了一阵子，母亲才比较有心情问我关于外公的梦。我以我童稚的方法解释给她听，外公如何来找我、如何一定到我懂得他让我传达什么讯息才离开。母亲听完以后的反应是难以置信。但这一次，她没再说我傻了，她开始询问我

许多问题。

我告诉母亲，其实还有很多别人也会来「找」我，可是我并不认得这些人。她以温和而坚定的语气告诉我，这样的事并不是好现象，她也担心我想象力太丰富。

我试着向母亲解释，这些人在我睡觉的时候来找我，都是要我传话给母亲的。这些人里，有的是邻居，有的是亲戚或朋友。他们总是说：「告诉妳妈，我很好。」或「我们在这儿非常好。」

母亲开始注意这些事件，因为我梦里的信息有绝大多数是正确的。过些时候，母亲甚至会叫我去睡一下午觉，然后起来向她报告我梦到什么。我后来对于梦见这些已经过世的陌生人——可是都是母亲认识的，也渐渐习以为常了。因为这类事件发生太频繁，所以也就稀松平常了。你可以试着想象一下，你小时候也有这样的遭遇会是如何。我从来没想过，不是每个人都有这本事。

如此强迫自己记得梦中的人和他们的讯息，好说给母亲听，其实已奠定了良好的基础，有助于我后来探索试验梦境。虽然我当时并不知道会有这样的好处，母亲等于无形中训练了我的能力。

我十三岁以前，只有我母亲、外婆和我三人知道我可以从梦中得到讯息。母亲和外婆不准我在父亲面前提起这件事。因为就像母亲说的，父亲永远也不会理解这件事。我是个很听话的孩子，既然母亲说不要讲，我就乖乖地服从。

有时候瞒着父亲还真有点困难。可是我知道母亲这么决定是为了尽可能地保护我。如果她觉得让别人知道这件事是不智的，那么也就只好如此了。这是我第一次需要保守秘密。

父亲的家族在十九世纪末，从德国移民过来。他的家族很传统，而且总是一丝不苟。现在回想起来，我觉得很明显的，我们的家庭之所以能维持和乐平静，都是归功于母亲决定不让父亲知道我的那些梦。在 1940 年代，这种事是不能拿出来讨论的。如果当初我们真的和父亲讨论这件事的话，以父亲严肃的个性，他一定会把我视为怪胎。

虽然父亲是一个实际而且讲逻辑的人，他也有柔性的一面。我记得他总是把圣诞节弄成一个充满幻想、神奇而又有趣的节日。

有一次圣诞节，他找来了一个很大的牛铃，装扮成圣诞老人。他摇着铃，我记得我说：「谢谢你，上帝！圣诞老人来了。」因为我们没有烟囱可以让圣诞老人进来，我跪下祷告，希望我们的防火梯可以让他的雪橇进得来。

虽然我很想要一个娃娃，可是每次圣诞老人都是给我陀螺。我记得我都会向父母亲抱怨圣诞老人从不听我的祷告。他们听了，就会以柔和的语气向我解释：「你能在圣诞老人发礼物的名单上，已经是很幸运的了。很多小孩还不在名单上呢！」父母亲给我最好的启示就是：要以爱心和仁慈去看待一切的事物。

我来自一个很有爱心的家庭，仁慈的父母总是以关心和帮助那些比我们更贫穷的人为己任。我的童年很快乐，这一点我和许多同行有所不同。

我小时候并不了解缺钱和贫穷是怎么回事，也不了解为什么父母亲需要拿一些他们珍爱的东西去换来我和哥哥的圣诞礼物。父母亲对于教我和哥哥美德，有他们自己的一套。

我十一岁的时候，有一天，我的好朋友玛格丽特（她只比我大一岁，却比我懂事多了）告诉我说：「告诉你一个很坏的消息，是有关妳家、我家，和所有我们认识的人的事。」

她又继续说：「我们是一文不名的，以社会经济阶级来说，我们是属于赤贫的、最低阶层的那一级。我老师说我们就像垃圾一样。」

对我十一岁的头脑而言，「垃圾」这一词把我吓倒了。我想到那些发臭的东西，而且上面爬满了各种虫和老鼠等等。他们也会把我放进一个垃圾桶，或把我拿去后院，像垃圾一样烧掉吗？玛格丽特和我对被视为「垃圾」一事吓坏了。那一整天，我们都因为这个消息而惶惶不安。

听了玛格丽特这令人震惊的话，我跑去告诉母亲这件事。母亲听了惊讶极了。她说：「我会和妳父亲谈这件事。」我拜托她快一点，因为我不想像垃圾一样被「处理」掉。

过了一会儿，父母亲和我谈话，内容很温馨且理性。父亲说：「别担心，我们不是垃圾，我们只是没有钱罢了。」

他指着他的心，也要求我做同样的动作，他开始解释，我们事实上是富有的，因为我们的内心充满了慈爱以及对人类的热爱。我们还有那么多的书，可以让我们神游世界各地。

他就这样温和地化解了这个难题，也让我们都觉得好受多了。父亲把这个家治理得有条有理，是让我佩服的一家之主。他对于他人也总是慷慨、仁慈，不论他们生活状况如何。

父亲的话使我得到满意的答复，我告诉玛格丽特，我们并不贫穷，因为我们的内心好比黄金。她听了也放心了。

修女长

就在那几年，我开始重复做同一个梦，通常一个礼拜之内，会出现两三次。在这个意象鲜明的梦境中，我会在地下墓园里跑着，呼唤着一位穿着棕色修女长袍的「母亲」。我总是追不上她，每次我从梦中醒来，我都泪流满面。

我很确定她不是我这一世的母亲。有一天，母亲把我叫醒，搂我在怀中，安慰我，使我平静下来。我看着她说：「我要我另一个妈妈，我要那个在隧道里的那个妈妈！」最后，母亲的抚慰总能再让我平静入睡。

这个梦一直跟着我，直到我成年。多年后，有一次我遇见一位女士。我凭直觉就知道她就是我梦中的那位修女。

1990 年代初期，我约朋友丽塔一起吃饭。她想要介绍我认识她的朋友比芙丽，这个朋友是佛州一位出名的灵媒。打从这位灵媒朋友走进那家餐厅，我们俩就同时直觉地知道我们在前世有特别的关系。

那一次是我们第一次碰面。当我开始向她描述我的「修女梦」时，彼此的目光深深地锁住对方。我告诉她，我认为她就是那位前世的修女长，而且我在地下墓园中追赶呼喊「妈咪妈咪」的，就是她。

她注视着我，我们俩都开始热泪盈眶。我们互相碰触对方的手，短暂地拥

抱了一下，然后开始热切地谈起我们共有的前世。她完全可以了解我所说的。她告诉我，她也觉得我们一定是前世有一个很特殊的缘，她也曾经梦过自己是修女长。她还说，她很确定她穿着的袍子是棕色的。我们都认为那是发生在德国。我们谈到当时的职责、仪式，还有我那一世后来长大也做了修女，谈起来不免感慨。

那次相聚的时间虽短，但对我们俩都很值得。怀着深深的尊重与喜乐，我们互道珍重了。然而彼此心里明白，我们曾共享一世。从那天开始，我的「修女梦」再也不出现了。我相信那是因为我已经见到梦中人，而且共叙我们前世的因缘。有趣的是，比芙丽在这一世也是一位有灵附身的灵媒。很奇妙的是，我们在这一世，还过着和对方类似的生活。

讯息的梦

从我八岁多开始，这些讯息的梦逐渐减少，直到我十二岁，才又开始做这种梦。

我那时候的梦，会和别的梦产生关连，让我能够预感到一些将要发生的事。后来，我在醒的时候，也能借着一些意象，预测到什么事将会发生。

就是在这种像白日梦一般的轻微「知觉转换状态」(altered states of consciousness)之下，我可以像看电影一样地看见我的梦境。记得有一天，我展望到我们的晚餐。那时候，我母亲总是尽其所能地为我们提供均衡的饮食，以免我们营养不良。一个礼拜中，每天都有固定的菜单。在一个不是轮到吃牛肝的日子（我到现在还是无法忍受牛肝）我在观想时看到母亲穿着绣有公鸡的围裙，把牛肝盛出来给我们吃。那天下午，我真的看到母亲穿上我事先展望到的那件围裙。我知道惨了。不过，我想出一个妙计。我叫我的狗史努吉待在我脚边，偷偷把我切好一块一块的牛肝放在手中，喂给桌下的狗吃。母亲把我逮个正着。我因浪费食物而挨罚。不过我还是很高兴，不用吃牛肝！

有时候，我会预见一些没腿的军人。过了一阵子，有一天父亲邀请一些韩战老兵的朋友来家里。他们之中，有人的裤管看起来空空的，其中两位拄着拐杖走路。

等客人走后，父亲告诉我，他们是怎么在打仗的时候，失去了腿。我很想

把我的梦告诉他，可是又想起母亲的警告，所以我就什么也没说。不过，我觉得很有意思的是，我不仅能够观想到逝去的人的事，也能观想到活人的事。

我也记得预见一些棒球赛，得知哪一队会赢。事后证明，我的信息都是正确的。有一次我得知第二天的天气，另一次我预知哪一位亲戚会来我家找母亲聊天。母亲对我不晓得该怎么办，因为这些都是她从未经历过的。我和我家人并不熟悉「通灵者」这个词，任何稍微扯到有异寻常的事，都不在我父母的日常生活中。

我现在回想起这几年，当时的母亲和外婆，一定觉得我很怪。可是她们都以爱心来调整她们的生活，来适应我。她们不论何事，都是以非常安详、优雅的态度来处理，因此我始终都觉得自己是个正常的孩子。她们从不取笑我的预言。她们也从不会向他人炫耀。她们知道我的能力是不寻常的，但她们不想要我在别的孩子、邻居和家人面前显得怪异。她们为了使我能被他人接受，特别要求我注意自己的礼仪和举止。她们一面保护我不受伤害，同时也私下鼓励我继续探索这些发生在我身上的特殊现象。

虽然这些奇怪的事时常发生在我身上，我还是正常地成长。因为我的父母提供我一个健康的成长环境。我的父母都很慷慨，永远都敞开家里的大门。他们对朋友，不论饥饿的也好，或是因为天冷需要找地方避寒的，都随时欢迎。朋友来的时候，甚至都不需要敲门，直接走进来就好了。每次朋友来，我父母就会把我们那旧冰箱和橱柜里的食物都拿出来，放在大餐桌上，让朋友觉得宾至如归。

就是在这几年，我快要进入青春期之前，我开始能看到所谓的「鬼」。当时我并不知道别人都看不到。母亲和外婆又多了一个秘密要保守。我看到的鬼和你我并无太大的不同。唯一的不同，只是他们能够消失以及能够穿越墙壁。我能够接受他们，而且并不畏惧他们，过一阵子也就习惯了。

有一些鬼是以前我们的邻居，看来很面熟。他们都不说话，但能穿越实体而消失或渐渐消失，就好像越走越远一样。我觉得恐怕我注意他们比他们注意我还要多，因为我每次和他们打招呼或说再见，他们都不回话。

有一天我决定跟踪一个进入我们公寓的鬼。一不小心，我撞到砖墙，弄得

鼻青脸肿。从此我再也不跟踪鬼了。

当我快要满十二岁的时候，我感觉我的那些捎信的梦快要停止了。那些鬼的显像也愈来愈不常出现了。这些都是渐进的，就像蜗牛前进一样的缓慢。然而就在这扇旧的门要静静地关上的那一刻，新的一扇门又忽然打开了。

打开新的门

由于旧的那扇门关上了，而且我失去了梦和鬼这两位好朋友，我觉得有很大的失落感。然而，我很快就忘记感伤，因为又有新的事情发生在我身上。一种新的意识开始出现。大量的讯息开始涌进我的意识，我开始知道别人心里在想什么。

和我们的亲戚一起过节，总让我觉得颇为尴尬，但有时也很滑稽。我的亲戚和家人心里在想什么，我都能知道。好比有一次，一位我最喜爱的阿姨，努力恭维我母亲准备的大餐，可是我心里接收到的讯息，却是刚好相反的。

那时我年纪太小，不晓得该怎么应付这种情形。一个十二岁的小女孩，如何去告诉别人，她知道他们在骗人，或她知道他们内心在想什么？牵涉到大人的时候，尤其令我困扰。因此，我很早就学会只把这些事告诉外婆和母亲，而不和别人说。在这个时期发生的事和我早期的经验，有很大的不同，而且我还不知道该如何适当地处理这些讯息。这些讯息变成了我额外的负担，而且有时也让我觉得难以了解。

在这个新的领域，我觉得十分失落。我努力试着不去理会我所感应到的有关别人的讯息。在我刚有这个能力的初期，每当我感应到别人的讯息，都会觉得很不舒服，但我逐渐学会如何控制自己的情绪。

不让别人知道我知道些什么，有时也是个很大的挑战。由于母亲和外婆深刻的影响，我开始害怕我的情况可能会为家里带来羞辱。在 40 年代、50 年代，以及 60 年代初期，像我这样的人，很有可能会被误解、取笑，甚或迫害。虽然母亲和外婆尽其所能地让我发展我的能力，她们也很明白地表示，我永远不可能告诉别人我有这些能力。我相信她们所说的，别人会伤害我——同时，我的家庭也会受到伤害，因为养了这么一个怪孩子。

我的盖格计数器

到我差不多十六岁的时候，我对于处理这些感应早已驾轻就熟了。说来奇怪，有些讯息准得不得了，有些却一点也不准。在那几年，我开始察觉，我的身体也会对这些讯息有所感应。如果有一个不愉快的事要发生，我的太阳神经丛会感应到，胃也会翻腾。有时候，我会感受到一种轻微的振动，直到事情发生过后才会停止，那时我才恢复正常。

记得在我十五、六岁时，一个雾蒙蒙、湿漉漉的夜晚，就在快要上床睡觉之前，我突然觉得极度地悲伤。我心情坏透了，无法入睡。胃也不断地翻腾，人们常用的肠胃药也无法使它平静下来。几小时后，我的胃终于静下来了，我知道注定该要发生的事已经在进行了。

几天后，我得知美国航空 320 班机坠机撞入东河。两位机上人员和六十三位乘客都不幸丧生。

这种生理反应发生过几次以后，我发现每次只要我的太阳神经丛好像在跳动或振动，就表示会有什么不好的事要发生了。所以我称我的太阳神经丛为我的盖格计数器（Geiger Counter）。直到现在，每当它侦测到即将发生的灾难，就会以跳动来传达讯息。

感应到灵

就在这段时期，另一个有趣的现象发生了。虽然我很少再看到我的老友_鬼，我认为我开始感应到灵。

灵和鬼是不同的。鬼是以他们活着时候的样子出现。鬼多半只是到处走动而不做什么事。他们基本上只管他们自己的事而不和人沟通。我小时候，还以为大家都看得见鬼，因此我也不以为意。

感应到灵比起看到鬼要强烈多了。我身体不同的部位会有不同的反应，让我去感应、感觉、知道有灵在附近。例如，我的头部会听到讯息——或者把位置说得更明确一点，在我头部的前方，两眉中间的上方，我会感觉到麻麻的，然后我就会感受到灵。有时候，如果有灵在附近，我的嘴角会下垂或收缩。对我而言，这感觉满不错的。我也以感受到不同个性的灵为乐。后来，我愈来愈习惯感受灵，我也就愈来愈容易接收到他们的想法。这个新的互动，我觉得很

新鲜刺激。

神游

我们事实上都有过神游的经验，幸运的话，有时的体验甚至会令人难忘。每当我入睡后，我会感受到「灵魂出窍」（Out of body）。

一开始的时候，只是全身觉得有振动，然后耳内会听到很大声的嗡嗡声，就好像火车的隆隆声一样。然后我会飘浮在我身体的上方，看得到自己安稳地睡在床上。有时候，我会飘得很远，甚至离开我的房子而飘向云端。

这些灵魂出窍的体验，在我十几岁的时候发生过几次，后来停了好几年以后才又发生。在我还是十几岁的青少年时，对这个不以为意，认为那只是梦境的一部分，每个人都会这样，只是有人运气好，醒来后还记得罢了。

我神游（astral travel）过很多地方，大部分都是在纽约市。事实上我对于会去哪里，并无法控制，但我记得那些让我留下了愉快回忆的神游。如果是去认识的人的家，我会想：「大家都在睡觉，我也该回家去睡觉了。」我只要一起了这个念头，就会马上回到自己的床。有一次，我在神游时去看一个朋友，她的狗和她一起睡。那只狗看着我，就好像我真的在那儿一样。由于自己是不速之客，我很快就离开了。

我对于这种新的体验有点儿不知所措。大家都在睡觉的深夜，我却到别人家当不速之客，自己也常觉得很不好意思。虽然我很感谢那些灵能让我有这样的新体验，我还是觉得心里不是很舒服，因此我要求他们终止我的这种能力。

自从我提出这项要求，很快地，我就不再有这样的旅游了。直到多年后，有一次我读到一些有关灵魂出窍和神游的报导，我又向灵要求把这种能力再还给我。这些灵魂出窍和神游的天赋在我年少时给我，算是浪费了；要到好久以后，我才能够把这种经验与别人分享和教别人此种能力。

第四章 自动书写

身体没有灵魂是死的，信心没有灵魂也是死的。

——〈雅各布书〉二章 26 节

随着时间飞逝，生活开始忙碌。除了约会和工作，我开始想着未来，也就是婚姻和家庭。我过去那些鬼和灵的经验似乎愈来愈远，而我也开始觉得自己和别人没有不同。因此，我一遇见未来的丈夫，就决定不把过去那些特别的经验说出来。

我不认为把那些陈年旧事说出来对我们的新关系有任何好处。他终究是学科学的人，需要具体的证据。我们于 1960 年代初期结婚，我决定保守这个秘密。我真的相信我是根据常识做的决定。

我非常喜欢我的生活，对于身为人妻和将为人母感到心满意足。然后，我的大孩子出生了。除了任何母亲都有的直觉，或是很自然的梦到甚么，我可没时间管别的。我觉得我年少的经验已经结束了。

苏醒

然而，事情可不是永远这么稀松平常。我没想到少年时代的那些现象会在沉寂之后复发，而且来的时候力道既强，又带着轰然巨响。那天晚上我醒来，接着被看不见的手从床上推到地上。我全身从头到脚都隐隐作痛，尤其心脏部位像是遭到电击一般刺痛，我以为自己心脏病突发了。

我不害怕，却很想知道自己接下来会发生甚么事。关于旧日的思潮在我脑海涌现。我明白某事或某人需要我的全神贯注，所以这么大张旗鼓地来引我注意。我年少的经验又回来了。我没想过它们会这么戏剧化的回来，但此刻我明白自己得注意了。

过了一会儿，看不见的力量消失了。我身上也不疼了。一切似乎恢复正常，可是我的睡意全消。我走进客厅，坐在沙发上，等着接下来该发生的事。我醒着等了一夜，等了又等。甚么都没发生，也没人来打招呼。接着我想也许这只不过是梦，骂自己傻，居然以为我的过去又回来了。

接下来的连续三个晚上，甚么都没发生，所以我暗自庆幸过去那些与灵界打的交道还是秘密。

当时我并不懂「灵媒」这个字是甚么意思。我只知道自己在童年见过鬼，也能够感受到灵，接到他们传来的讯息。如果有人告诉我，有一天我会代表他们与生者交流，我会觉得他很傻。而且我也不想和所谓的「死人」打交道；和活人往来就已经够困难的了。

我担心这个秘密总有一天会被揭发，所以对我先生聊起这个话题。我又怕又慌地试着和这个非常有逻辑的人谈这码子事。我试着向他解释，舌头与大脑却无法协调，而我用的字又令人胡里胡涂。我觉得自己听来像个瞎说的笨蛋，知道自己如果坚持说下去，他会以为我疯了。这次谈话结束了我的初次尝试。我保证以后有一天，我比较能够解释这类事物的时候，会提供比较聪明合理，又有见识的陈述。

我童年的经验重现，却没有人可以讨论，成了我生活上的新难题。我那时的朋友并不接受超自然现象，而我对家人绝口不提。我担负着新旧责任，觉得自己很孤单。同时，我记起过去发生过的精彩奇遇，开始期待新的觉醒。我想知道我将怎样一面身为贤妻良母，还能一面保守我那些超自然研究的秘密，又还可以找到空间和时间来进行研究。

我被扔到床下的插曲发生一个星期后，另一件趣事发生了。我正在沙发上看书，看着看着，快睡着了，只是对周遭的事物还有模糊的印象。我记得瞥了一眼时钟，那时是凌晨两点。

我感觉到有个看不见的人靠得我很近。这种感觉伴随着强大的力量，让我全身颤抖，周身疼痛。我无法坐在沙发上，而滚到地上来。我觉得好像遭了一百万次的电击，而且全身仿佛被针给刺穿了。我几乎不能呼吸，以为自己这回死定了。

然后我发现，我开始往上升，而离开自己的身体。我往下看，看见自己躺在地上，有点歪七扭八的躯体。我喜不自胜。那种感觉好像是我没有身体。身体成了回忆，我也不再感觉痛。我继续往上升，飘出了我住的公寓，飘向云层。我完全被白云吸引了。往上飘的感觉好舒服，我好希望就永远停留在那种

状态。接着我感觉到有个男人的手握住我的手。这回它伴随着一个声音。

这个强大的力量告诉我，他是我的「控制灵」(control entity)，会在灵的领域陪伴我一辈子。他向我显示我从出生到此刻的人生。他谈到他身为我的老师和主人，说有一天，等他觉得我准备好了，他会引进一位有智慧的女士来教我更多事。他会从灵界给我教诲，让我学习成长，与人分享，而且因此而丰富了我的生活。

他的声音像是从隧道里传来的，带着些许回音。他说我有好多要学，有好多要与人分享，最重要的是我必须履行做为灵媒的承诺，为他和一位我以后才会遇到的女士担任灵媒，同时为其它必须与人间家属联络的灵代言。

他带我回到我的家，要我回到自己的躯体。灵魂出窍的感觉好棒，我记得我心里想，「哎呀，我可不想回到还躺在地上的躯壳里。」在那一刻，我想到的不是我肉体的幸存，而只是那完全的平静与被爱笼罩的感觉。可是我接下来发现，我被推回自己的躯体里。我马上又感觉到痛极了，可是那种感觉并不久。我醒过来，看看墙上的钟，已经五点了。我刚刚在别的地方待了整整三小时，可是感觉上才几分钟。时间怎么过的，我完全不明白，这次的经历让我不知所措，而且直到今天，它在我脑海里还是像刚发生一样的清晰。

这件插曲发生很久以后，我学到灵媒的控制灵主宰哪些灵可以，或哪些灵不可以，通过这个灵媒来和人沟通。

很多年以后，我的控制灵，还有他后来介绍给我的那位明智女士的灵，告诉我为了进入活人的磁场，灵必须刺穿那个隐形的帐幕，也就是**气场 (aura)**，它是从我们每个人向外延伸到很远的能量场。这可能就是为甚么我会在那两次的事件里觉得身体遭到电击而痛得扭动身体的原因。隐形的帐幕一旦破了，永远不会再合起来。现在我和我的控制灵一起，共同拥有我的气场。

对有些灵媒而言，气场被刺穿会有后遗症，原来有的健康问题会变得更加严重。像我，本来肺就不怎么好，心跳也快了点，气场被刺穿之后，心肺功能变得更差。我的控制灵，曾向我提到的那位睿智女士——艾琳，曾经开玩笑地说，我的灵界朋友在我身上贴了隐形绷带来修补气场。我不记得他们安慰我的话是否把我逗笑了。

我再次遇到我的控制灵的那个晚上，是我人生的转折点。自从那次之后，我成了「人体灵媒」（physical medium），用比较现代的话来说，又叫「人体灵传者」（physical channeler）。也就是说，有些灵在得到我的控制灵同意后，可以直接借用我身体的部位来和人沟通。他们可以直接用我的声带来讲他们自己的话，也可以用我的手来书写。

一门为期二十五年的课

有一天，我正在和朋友写信，我的笔仿佛被一双看不见的手导引，自己动了起来，在纸上拚命打转画圈。我不明白我的手怎么了，换了一张纸，想看看会不会再发生同样的事。可是甚么都没发生，所以我就继续写。这回我可以很快就把信写完了，或者应该说我以为如此。可是我一念才写好的信，就大吃一惊，因为信上大部分的字迹都不是我写的。不仅如此，如果我不看那封信，甚至不记得我写过的内容。我看看钟，已经过了一个多小时。这是我第二次没法解释时间怎么消逝的了。

我很兴奋，因为看来又一种与灵沟通的方式开始要出现了。我决定要探索这种新的交流方式。我白天不能做这种研究，因为我得做为人妻母该做的杂事。于是我每天利用半夜两点到四点的时间，来实验这项新方法。我选择这段时间，因为家人那时都睡了，我才可以随心所欲地研究这个新现象。

我手握纸笔，迫不及待地坐在厨房的长台前。我最早开始做这方面研究的时期，以为只要把我自己放在诚心接受的心态，就会看到笔像第一次一样，自己动起来，但是真实情况可不是这样。我发现我根本不知道它怎么开始的，然后我会从知觉转换的状态醒过来，看到自己写了一两页的字。

这种交流方式，我后来学到，叫做「自动书写」（automatic writing）。自动书写可以用纸笔当工具，也可以用打字机、计算机键盘等等。它通常发生在知觉转换的情况下。有些人是处于轻度「出神」（trance）的状态，这时轻微的意识仍在作用；而对另外一些人而言，他们则是在完全出神的状态。我的书写可以大略分为几类，包含经济、医学、政治，和家人。

有时纸上会出现一些图，显示地球和附近的行星。有一张纸上显示在公元两千年左右，有一颗新发现的太阳系行星会被命名。这颗行星老早就在那里了，可是以前没有够强的的望远镜，所以它才没被发现。

在知觉转换的状态下，我还曾写下外国文字。有一天，我做完一段自动书写，发现整张纸都是看来像亚洲文字或希伯来文的陌生文字。我调查以后了解到那个讯息是要给附近的邻居太太。她的租母的灵用中文写了「你好，我爱你。」我应该顺便提一下，我不会说写中文或任何外国语言。

有些自动书写的结果是关于我的家人与他们的健康的。有一次，纸上画着一个人体，旁边写着我爸的名字，还有几道并行线，统统指向肺的部位，另一端则写着几个字：「烂得像旧海绵一样。」我没把这幅图告诉我爸，因为我还是瞒着他在进行超自然的研究，而且就算我没瞒着他，我也不要告诉他这个坏消息，免得他害怕。无论如何，我并不懂那幅图的意义。几年后，医生诊断出爸爸得了肺癌，说他的肺已经烂得像旧海绵一样，一碰就碎。

是否得了妄想症

这种书写持续了几个月。每次发生的时候，我怎样也想不起来时间怎么消失的。我只记得坐在长台前准备开始，然后就是醒过来发现一些我知道绝对不是我写的讯息在纸上。虽然我喜欢这项冒险，却没有人可以谈论此事。另外一方面，我很害怕地想确定自己心智正常。我那时还年轻，才二十多岁，没有一天不怀疑自己是否疯了。因此，为了寻求答案，我开始读弗洛伊德和容格等人的书。

我忙着钻研心理学的书籍。我念的愈多，就愈害怕。有时我觉得自己一定是有毛病了。更糟糕的是，我觉得许多书上说的病症都适用在我身上，妄想症是其中最有可能的了。这使我在从事自动书写三个月以后，暂时告别我心爱的活动。

我不顾一切地研读，搞得自己筋疲力尽。我非常害怕自己是精神崩溃，可是我的日常生活显得很正常，而且照样从事身为母亲、妻子，与家庭主妇的活动。我以为这种现象的产生是因为我事情太多却睡眠不足，也因为我老是放不下那个神秘的存在体。所以我停止阅读心理学的书籍，不再怀疑自己的精神是否正常，也开始从事一些新的活动，比如画图，好帮助自己放轻松。

我在画画的时候，手又再次不听我的大脑使唤，而自顾自的振动起来。我必须勇敢面对正在发生的事。这一次我保证绝不再跟自己过不去。我祈求天使般的力量会理解我的困境，而再度教我。

我不用久等：我们就这样接上中断的功课。可是我现在是完全有意识的。我的控制灵，有时也有其它的灵，给我信息让我为他们写的时候，我也能控制自己的手。有时他们也会让我进入轻微的知觉转换，这样他们就可以用我的手来写。我们的笔迹是不同的。我使用右手写字，然而在自动书写的时候，某些讯息的字母倾斜方向却像是左撇子写出来的字。虽然这个发现让我的神经不再那么紧绷，我却还是怀疑自己的精神是否正常。即使我热切盼望和灵共事，我依然需要他们证明给我看，的确是他们在写字。

有一天，我先生载我去银行将支票兑现。那是一个酷寒的天，他不想下车，所以我一个人进银行。令我诧异的是，银行经理拒绝兑现那张支票，因为我的签名与留文件纪录不符。我望望四周，想找救兵，结果瞧见一个能够证明我身分的邻居。我赶紧把他叫过来，请他告诉银行人员他认识我。我简直不敢相信接下来发生了甚么事。他不但没有帮我解围，还对行员说：「我完全不认识她。」

我吓坏了。我双眼含泪，担心我先生会在车里等太久。他以为这种小事仅需花个几分钟的。我那时不开车，所以没有驾驶执照来证明我的身分。我稍微镇静下来，仔细看我怎么在支票上签名的。果然不像我的字迹。这个发现让我很难堪，了解到我一定是在知觉转换的情况下签的名。

所以我恳求行员再给我一次机会。我向银行经理解释，天冷手僵，所以字迹才会看来迥然不同。

而同时我脑袋里却对着灵大喊：「好啦！好啦！我相信！我相信！」

银行经理总算给我第二次机会。这回我的签名没问题了，我很开心地兑现了支票。

我向灵请教他们为何如此对我。我得到的答案是既然我使劲想知道自己是否正常，那么他们就让核对笔迹的权威使我不用再为自己是有妄想症，抑或快发疯的问题心烦。果然，我不再胡思乱想了，我被他们为我做的安排感动了。我这才了解我感觉到的，所见所闻的，真的是来自于灵。这么多年以后，现在我讲起这个故事，还为他们那时如何既证明了他们在我附近，又能正面影响我的生活感到好笑。

我后来又遇到那个邻居，问他为何要玩这种把戏。他说他实在是很久没有好好笑一下了，虽然我成了牺牲品，他却被我气急败坏地证明自己的身分给逗得乐翻了。我却很难和他一起欣赏他的幽默。

从 1960 年代末期到 1990 年代初期，我每天一定在午夜前把家事做完，打个盹儿，开始自动书写。初期还需要设闹钟，后来我自己的生物时钟就会准时把我叫醒，好来得及从事自动书写。

我每天如一地写了二十五年。然后有一天，我像往常一样，小睡之后准备开始写，可是甚么都没写出来。我觉得身体有些不同，喉咙怪怪的，可是我并没有感冒，也没生病。我的直觉告诉我自动书写已近尾声，我以后不会再这么做了。我心碎了，因为自动书写已成了我的习惯，我仿佛失去了挚友，悲哀地哭了。

一扇门关上的同时，另一扇门却正在打开。我其它的本能变得愈来愈强，我能看到的事物也愈来愈清楚。我仍然在写，可是信息是以不同的方法传给我了。

詹姆士，约书亚的弟弟

在我中止自动书写以前，已经早知道我的控制灵的身分了。他曾在 1980 年代初期于通灵会中告诉与会者他的名字是雅各布·约瑟夫之子。他是约书亚的弟弟，雅各布是他的希伯来名字。有时他也用他的英文名字，詹姆士（James），我们在本书就这么称呼他。

我的控制灵接近我的时候，我可以感觉到他。他来的时候，我可以闻到没药（Myrry）的味道。我感觉到他总是在我后面，张开双臂保护我。但他从来没有在我面前现身，也没有把他的模样投射在我脑海里。实际上，我从来没有真正见过他这号人物。

虽然如此，我可以感觉到他最喜欢谈及的那一生的长相是如何。我感觉到他的肤色是棕色的，身高大约介于四呎八吋到五呎之间。他满头乱发，有一头像爱因斯坦的发型。他嘴上胡须也很厚，一边脸颊稍微高一点。我感觉到他的大眼睛，脸上的皱纹，还有手上的创伤。他的身体有点残缺：一只手断了，粗糙而多节，也许是被打成这样或是意外事故的结果。他脚上穿着凉鞋或是包了

材质很粗的，类似草鞋的东西。至于他的衣着，我觉得他罩了一件像麻袋一样的衫子，在腰际以下用粗线绑着。有一天我坐下来对他说：「拜托让我帮你画一张像吧。让我试着画出你的头，看看它是否和我心目中你可能的长相吻合。」他没有反对我的想法。

接下来两年，我花了好多时间画出许多不同的图。他告诉我每一幅图都只看到他的一面，所以我企图把它们综合起来。有一天，我画好了图，还写了文字说明，「詹姆士于一千八百年间轮回成教士。」（见图 4.1）

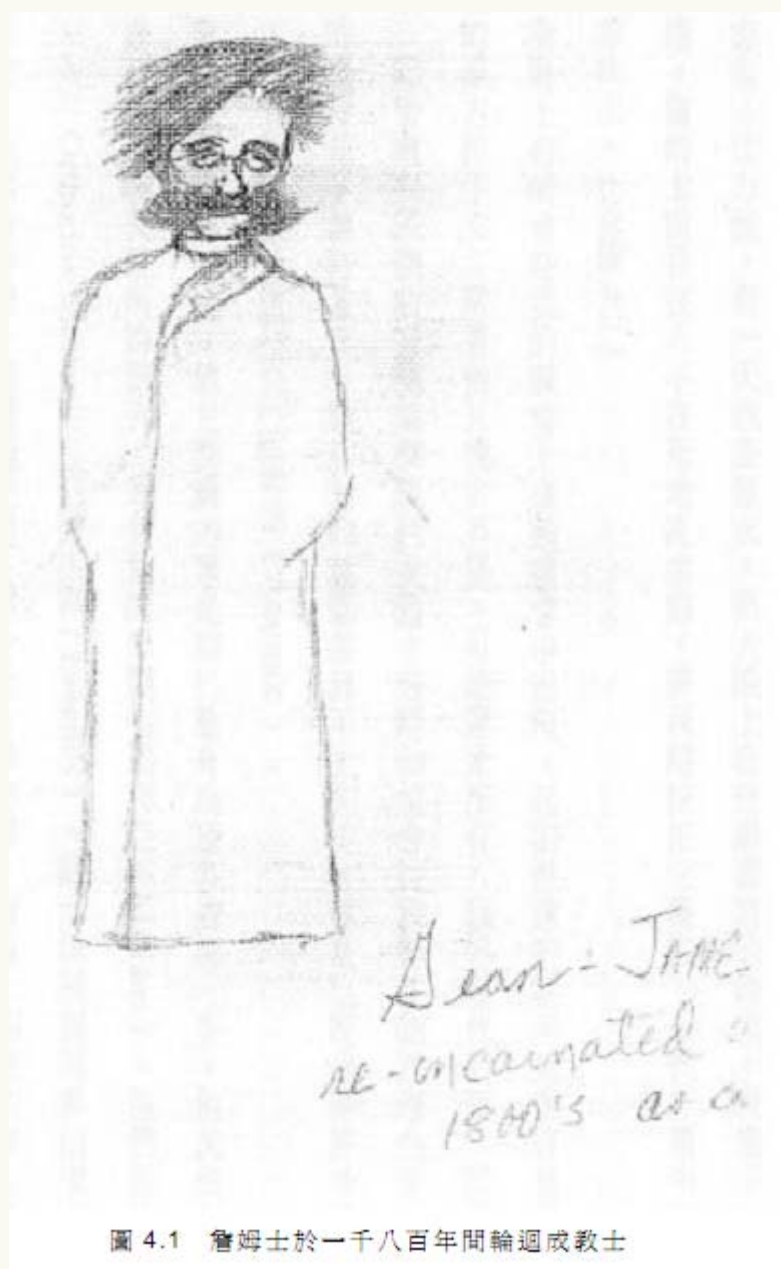


圖 4.1 詹姆士於一千八百年間輪迴成教士

有时我进入轻度出神的状态，写些问题让詹姆士回答；有时他会对我的日常生活给些忠告。比方说，有一天我在发火，那天晚上在自动书写的时候，我

画了一个小丑的速描。詹姆士说我在心不在焉地乱涂鸦，要我赶快把它画完，我们好集中在比较正面的想法上。（见图 4.2）



圖 4.2 瑪麗蓮在塗鴉

詹姆士有时会在我的课堂上或通灵会中出现。起初他讲的话不是很容易懂，因为他讲的是古拉丁文；接着他又说古英语，可是还是没有人听得懂他的话。于是他借着与我一起看电视或听收音机来学现代英语，有时他也会从我的谈话里学些字。这整个学习的过程花了他许多年，虽然他的英语还算不上完美，但是已经改善许多了。直到现在，他有时还是喜爱说古阿拉姆语（Aramaic）。

詹姆士有许多前世，他主要讲的还是关于他身为雅各布的那一生。他说他

有个哥哥叫约书亚，他的父亲叫约瑟夫，还有他的母亲叫玛利亚（Miriam）。他们都是正统的希伯来人的隐士派（Essenes）。隐士派被视为希伯来人中最圣洁的一支，他们崇拜神，研读喀巴拉(kabals)神秘学。詹姆士和他的家人是隐士派里最虔诚的信徒了。

詹姆士追随约书亚，并亲眼目睹约书亚所执行的奇迹。他记载了很多关于他哥哥的事，而这些文件埋在昆兰（Qumran）地区。（注：昆兰位于死海西北岸，是隐士派的居住地。死海古卷在此附近被发现。）他说有一天他的作品会被发掘出来。

在降灵会上，詹姆士每次都以古语吟诵一段祷告辞，来结束他的谈话：「噫呀哪（注：噫呀哪的意思是我是自有的）噫呀哪，噫呀哪。喔勒滴喔。喔嘿当滴喔。呀哈星。呀哈天姆。哎璎。喔勒……」

第五章 一吐为快

凡事都有定期，天下万务都有定时。

——〈传道书〉三章 1 节

大约在自动书写发生一年半后，某天半夜，除我之外，家人都睡着了，而我在筹备一个生日宴会。一股香味突然笼罩着我，那香味很难形容，我想最接近的味道大概是没药香吧。那个味道令人很愉快，而且很迷人。我放下手边的宴会准备工作，坐在沙发上，因为我知道有东西需要我的注意。

我马上就发现我可不寂寞，客厅里有两个特殊的客人。坐在我对面的摇椅上的是一位绅士的灵，他的显像有着一头黑发与一双锐利的蓝眼睛，穿了宽松的白色打折衬衫和黑长裤。在另外一张椅子上坐的是一位令人惊艳的女士，她有着红色长发和黑眼睛，穿了件维多利亚时代的长礼服。我坐在沙发上看他们对我点了点头，好似在打量我，肯定我。然后他们对着我灿烂一笑，消失在稀薄的空气里。接下来一年多的时间，这位女士和这位绅士常在晚上来看我，也总是穿着各式各样维多利亚时代的服饰。他们要来之前，我总是知道，因为我的屋子会弥漫着没药的味道。我也逐渐学习去倾听和细认他们两位的思维。这种学习总是透过心电感应（telepathy），我们从来不曾真正出声交谈过。

我在早期的学习阶段会努力试着用耳朵去听。不过，这些灵似乎有别的打算，因为我尽管很努力，却没办法用耳朵听到甚么。我一旦不试着用耳朵，就可以从脑海里听到讯息，而且信息比较能够顺畅地流通。我从来没有藉耳朵听到这两个灵的声音，可是他们的腔调却很明显——绝对是英国腔。

我想我的老师觉得我在这门课学的差不多了，这两个灵的显像该离开了，这样才可以考验我没有显像帮忙时的本事，于是我这两个朋友再也不曾以鬼的形式出现。虽然我看不见他们，可是我仍然闻到没药的味道，也依旧收到他们的想法。事实上，闻到味道然后接收意念是我唯一确认他们的途径。有时我能够察觉到只有一个灵来了。

我真的相信我的老师帮我计划安排，让我采取了这种学习的方向。我被

当成是幼儿园的小孩，学得够好就进阶到下一课。我每天晚上都必须牺牲睡眠时间来上课。每天要找到适当的时间来向老师学习是很难的，可是凭着毅力和纪律，我终归是做到了。

除了「鬼朋友」拜访我，我还听到看不见的手所发出的声音，还有闻到无从解释的味道。比方说，我听到水从关紧的水龙头流出来、钥匙开锁、弹珠在地上滚，在没有人爆玉米的时候闻到爆米花的香味，还有闻到刚出炉的香草饼干的甜香、烟管浓郁的味道，以及各种花香，特别是玫瑰花。

我很喜欢学习，而且我从来不害怕。也许我童年的经验自然而然带着我往这条路走。大多数人会觉得这太匪夷所思，可是我却不会这样想。我急着想学会、成长，好和别人分享。

我在 1970 年代中开始在小区里的学校当义工，因此而结识了形形色色的人。其中有一个心理学家叫瑟琳娜。另一位是精神病医师，名叫英格丽，她比瑟琳娜和我大得多。我们三个成了好朋友。

有一天我们在闲聊，突然谈到做梦和直觉。在那之前，我早就渴望遇到可以谈这类话题的对象，尤其是像「和死人说话」这个话题。我对别人其它的神通比较没兴趣，因为我觉得大家或多或少都有吧。所以我就冒着风险讲我的故事。自白可不是容易的事，但我运气真的很好，她们俩张开臂膀，完全接受了我，告诉我：「你愈是想瞒，愈瞒不住。」

她们安慰我，补充说：「你千万不要把自己弄得心烦意乱。让我们帮助你放松心情和神智。也请容许我们帮助你了解你没有不正常。其实，你是正常的无限延伸。也许你本来就该这样。」

她们邀请我来做实验。我大为放心：她们没有把我视为怪物。我急着想知道到底是怎么回事，就偷偷在一星期里挤出几个下午的时间，来和她们研究我在通灵方面的特异功能。

瑟琳娜会在实验的时候说：「玛丽莲，和我说说我的过去吧。」我能够告诉瑟琳娜她的背景。

瑟琳娜确认了我说的话果然都发生过。接着她问：「玛丽莲，妳看得到

未来吗？」

我说：「当然啰，妳快要有一个男孩了。」

她大声笑着说：「喂，不可能的，我已经没戏唱了。」

我又很肯定地说：「真的，你快要有一个男孩了。我不知道你怀孕的确切时间，或者你会在甚么情况下怀孕，可是你会有一个小儿子。」

瑟琳娜不想再要一个孩子，而且她认为根本不可能再有孩子。无论如何，一年半之后，瑟琳娜生下一个健康足月的婴孩。医生们都感到惊讶，他们原来以为她不能再生小孩了。

这两个朋友很高兴和我一起研究。我终于被接纳了。我把憋了好久的秘密说出来了，更棒的是我没被当成怪物。

我们做实验的期间，瑟琳娜和英格丽为我设计了一些小型的测试。我也试过当时很受欢迎的齐纳卡片（Zener Cards）。齐纳卡片最先是由卡尔，齐纳和约瑟夫·班克思·莱因所发明的；一组卡片有五种花样：星星，圆圈，正方形，十字，和波纹；每种花样有五张。测试的方法是由一人看卡片，然后用心电感应传给另一个人。我的朋友用手洗牌，抽一张牌，然后由我说出我感觉她顺手抽出来的是哪种花样。有时她会要我告诉她一系列牌的顺序。

有些人在做这种实验的时候得高分，可是我却低得惨不忍睹。对我而言，这些卡片是死的东西。如果你在纸上画个符号，把我的眼睛蒙起来，然后让我触摸它，要我说出来你画的是甚么，我的表现不会好到哪去，可是我却可以告诉你一大堆关于你的事。

英格丽发现我的通灵能力或通灵作用是落在负值。我做齐纳卡片测验总是维持一贯的低分。那些卡片冷冰冰的，没甚么生气，我感觉不到甚么。可是她们告诉我，我总是在负曲线上，也就是在常态分布之外，是因为我是这么有神通！

瑟琳娜和英格丽也要求我进入出神状态，然后她们和詹姆士讲过话。我也做过罗夏克（Rorschach）墨渍测验，凭直觉或感受说出图片上暧昧模糊的形状像什么。我还做过智商测验。她们要我做这些标准化的测试，好确定我

很健康，没有人格分裂或别的妄想症。

我们也做了心测术（psychometric）的实验。不论我抓着朋友或是陌生人的物品，通常都能说出这个对象的历史，因为我可以借着触摸物品来感觉其主人。后来英格丽和瑟琳娜会把东西藏起来，然后要我去找出来。我那时很容易找到藏起来的東西。有一阵子我几乎以为自己是失物招领处。这种本领似乎起伏很大。直到今天，有时我找东西的能力很强，有时我甚么也看不到。

有一天我们在谈话。我对英格丽说：「这里有个『小小猪』要找你。」

英格丽嘴巴张大，注视着我。她紧紧地抓着我，我都快透不过气来了。我很不安，心里想：「哎呀！我的天，我做甚么啦？我到底做错甚么事啦？」

英格丽平静下来，告诉我，第二次世界大战刚结束时，她有个弟弟过世了，而那时她的年纪还很小。之后很多年都没有人提到他。她一听我的话就明白是他来了。

我问她：「你怎么知道是他呢？」

「我们都叫他『小小猪』的。」

她问我他的现况。当时我还在开发我的能力，只能坦白对她说：「说真的，我不知道。」虽然我当时没法提供说更多关于「小小猪」的事，他的灵的存在还是让英格丽感动得掉泪。她说：「你是一个平凡女子，却有着不平凡的经验。」

英格丽和瑟琳娜向我保证我没有不正常，而且许多人有类似的天赋，既然我在童年就已经显现此种能力，更应该要好好培养。多年来我常自问：「这些东西是我发明的吗？我做了甚么，怎么会招来这些事？为甚么我和别人不一样？」我终于如释重负地把憋了好久的秘密说出来，也总算有了可以讨论这些事的朋友，证明我是个正常的人。我们的聚会持续了好多年，到她们俩搬离纽约州为止。

第六章 艾琳□格瑞特

不用眼睛也可见物的天赋属于全人类。它把人和所居住的世界联结起来。天眼通的魔力不仅使人类可以揭开自然的奥秘，或许还能在有一天抓出宇宙生成的深意。

1970 年代末期，我的控制灵从前提过的明智女士初次与我沟通。当时我并不清楚她的身分。我问她叫甚么名字，她说：「请叫我『珍妮』(Jenny)。」可是在我早期自动书写的日子，她的签名却是艾琳，而且这个签法维持了六年之久。

肖像

1978 年九月，某一天我在半夜自动书写的时候，画了一个男人的头。此男子的脸型瘦长，有着长长的眼睛和浓密的胡子（见图 6.1）。我惯用右手，可是这张图却是我用左手画的。

图画的周围写着我问的问题与这个灵的答案。图画的右方写着这些字：

问：渥是谁？

答：艾德 (Ed)。

问：艾德是谁？

答：代表艾伦 (Ellen)。

问：艾伦是谁？

答：艾琳 (Eileen)。

问：还活着吗？

答：他是你的艾 (E)。

图画之下用粗笔写着一行字：「渥于二十五岁。」在粗体字下面还有更多的问题与答案。

问：这就是渥吗？

答：是。

问：是和渥相似还是就是他？

答：就是他。他是光的短衫。

问：艾伦就是艾琳吗？

答：是。

问：我曾经是艾德吗？

答：否。

我在同一年画了一张类似的图。这张脸比第一次画的要宽一点，还有很粗很浓的眉毛。可是他的鼻子、下巴、胡须、眼睛都和第一次画的很像（见图 6.2）。这张图的下面也写了几行字。

问：这是谁？

答：艾德。

问：艾德是谁？

答：在你的艾--艾。艾是给你的。

问：这是甚么意思？

答：艾琳就是你。

问：谁是艾伦或艾琳？

答：艾琳•珍(Jen) 或珍娜(Jeanene)。

这时我才领会到艾琳就是珍妮，我曾经和她沟通过的珍妮，而 she 曾有一个前世身为男人，名叫艾伦。但艾琳或艾琳，珍娜又是谁？我再追问她的尊姓，她写回她的答复：「我的全名叫甚么不干你的事。」我又写：「哎哟！」于是我有好长一段时间不再追问她的身分。

1980 年代晚期，在自动书写的大门关上之前，一扇新的沟通之门已经开了，艾琳与詹姆士开始用我的声带，直接与人交流。那时我是一个瑜伽老师。有时我会在课堂上进入知觉转换的境界，詹姆士和艾琳会用我的声音，透过我来讲。我需要依赖学生在事后告诉我发生了甚么事，因为我基本上是对整个过程没有意识的。

我回复意识的时候，偶尔能觉察到哪个灵方才经由我说话。有时我可以记得谈话的片断。但是他们像梦里的场景一般，很快就烟消云散了。

我了解到在瑜伽课堂上进入完全的知觉转换是不合宜的，所以我就中止了我的瑜伽教学，改教一门新的课——通灵开发（Psychic Development）。这一回我可不是唯一的授课老师，因为艾琳和詹姆士加入了教学的阵容。

1990 年初期某一天，在我开的通灵开发进阶班，我进入完全的知觉转换。而让艾琳说话。艾琳的名字终于揭晓了，她对我的学生说，她的全名叫「艾琳·珍娜·格瑞特」（Eillean Jeanette Ganett）。

艾琳·珍娜·格瑞特在人间的时候是甚么样的人？我的学生和我都对她很好奇。结果我们发现艾琳，格瑞特是二十世纪最受人敬重的灵媒。她在超心理学界，贡献斐然。

艾琳·格瑞特于 1893 年生于爱尔兰的玻帕，双亲在她出生不久就自杀了。艾琳乃由姨妈马莎抚养长大。艾琳的童年并不寂寞，她有三个秘密的玩伴，两个女孩和一个男孩。她统称他们为「那些小孩」。她在《许多声音》这本书中写到：「都是他们来找我。我并不需要到特殊的地方与他们碰面，我的内在也不需要作任何调适，就可以和他们在一起，自由自在地沟通。」

艾琳对她的姨妈说起「那些小孩」，姨妈嗤之以鼻，要她触碰他们。艾琳接受了这个建议。她后来回忆起这个经验，说：「他们的身体温温软软的。他们的确不同。在我眼中，所有活人的身体都有光轮围绕，可是『那些小孩』却像薄纱，光透过了他们的身体。」

艾琳也是**出神灵媒**（trance medium）。当她出神的时候，灵经由她来与人世交流。她的控制灵是伍哇尼（Uvani），他声称曾经是十四世纪的阿拉伯军人。她在健康方面的事务则是由阿布都·拉提夫负责，这个灵则声言曾是十

七世纪的波斯医生。艾琳身为人的时候不确定这些灵是来自外在，还是就只是她自己比较崇高的自我（heigher self）。因此，她积极地参与科学实验。

1930 年七月七日，福尔摩斯侦探小说和名著《失落的世界》的作者，阿瑟·柯南·道尔（Arthur Conan Doy）爵士辞世。艾琳应英国国家通灵研究实验室主任哈利·普来斯的要求，为澳洲记者依恩·寇斯特办了通灵会，企图联落上柯南·道尔的灵。没想到，这个通灵会竟然成了所谓的 R-101 通灵会，而艾琳也因此受到举世瞩目。原来，1930 年十月五日，七百七十七呎长的 R-101 号飞行船在法国小镇布渥附近燃烧失事，机上五十四名乘客，有四十八人不幸丧生。而罹难的驾驶尔文竟在事故发生两天后，借艾琳的声音，对事发当时做了详尽的描述。

在通灵会上，尔文踌躇又焦急地说：「飞行船的重量绝对远超过引擎所能负荷。引擎过重。正因为如此，我必须五度返回到安全的状态……上升力太小。总上升力被严重错估了……升降机卡住了。油枪塞住了……大雷雨中的磨擦导致爆炸。降低飞行高度，却无法再拔高。无法利用可抛弃的载重……整艘船的结构都浸水了，船头朝下。不可能拔高。不能调整负载，无法平衡……几乎刮到爱奇镇的屋顶了……」尔文的叙述被哈利·普来斯的秘书，依莎·宾汉，逐字记录下来。

这次的文字记录由 R-101 的补给官威尔·莎顿负责分析。莎顿和同僚研究了报告之后，发现它含概了 40 个以上的技术机密，而形容它是「令人震惊的文件」。它的陈述涉及了高度机密，以致某些英国人提议要以间谍嫌疑逮捕艾琳。

后来，艾琳来到美国，身兼数职。她是老师、演说家、作家和发行人。她创立了《明天》杂志和创意年代出版社。艾琳最显赫的成就是于 1950 年创办超心理学基金会。

1970 年，超心理学基金会于法国南部举办第十九届国际会议，艾琳在与会时辞世，享年七十七岁。后来在 1996 年六月的降灵会上，有人要艾琳的灵回想当时跨到灵界的感受。她回答道：「我没参加我自己的丧礼。我那时正忙着想搞清楚，我真的死了，还是我在『这里』。我觉得很困惑，因为我

好像在昏迷状态。我有点儿从自己的身体滑进滑出，可是我却摇不动我自己的身体。」

艾琳与我

艾琳的出现总伴着浓郁的香水、花露水，有时甚至是化妆粉的味道。她来的时候，我能鲜明地感觉到鸢尾花、茉莉花、香奈儿五号香水，还有一大堆不同的花香。而在现实生活里，我自己通常是对香水过敏，觉得香味让我窒息的。

艾琳机智又幽默。有时她会以这段话作开场白：「喂，我要从天国打一个电话。请把电话接起来。」

虽然艾琳并不显像，我却可以感觉到她的出现，了解她的个性，和体会她在人世间身为艾琳的不同阶段。有时我感觉到她小孩的模样，感觉到她的眼睛在闪烁，就仿佛她的双眼在我的眼睛上，透过我来闪亮，使我能够从她的观点来看事物。许多时候我可以在我脑海里看到她是六、七岁的女童，或是她是个十六、七岁的小妇人，刚要建立新家。我也可以领会她身为少妇，或是她逐渐变老。突然她进入四十来岁，体态丰满。我对她的各方面太熟悉了，以致多年以后看到她的相片，我一点都不觉得意外。

艾琳身为人的时候患了肺部的疾病。有时我在感受她，我会拾起她的肺病，而使我自己原来就有的肺病变得严重。正因为如此，我不愿意感觉她生命里的某些阶段，因为我自己的健康问题会恶化，简直让我无法呼吸。

她的性格坚强，有时喜欢社交，永远以淑女自居。她的礼仪是完美的。她辩才无碍，而且用字精确。她常会在通灵会上责备听众，询问她是否从每个人的头上呼啸而过，意思就是要大家用心。

通灵会结束，与会者常告诉我，艾琳一说话，房间里的能量就增强。艾琳拥有非常迷人的个人魅力，言词清楚。她散发出魔力，循循善诱地要我们发挥出自己最好的一面，不要再偷懒打混，而要积极追求并实现梦想。她劝我们不要画地自限，要相信梦想可以成真。她让听到她的话的人感动，鼓舞了他们。许多听过这位自称是艾琳·格瑞特的灵说话的人告诉我，这位我挚爱的女士措词极为巧妙；她喜欢推敲字句，有时讲出来的话教人不知所措。

艾琳曾对我说，她身为人的时候是强硬的女企业家，不会因别人拒绝而返缩。

她一想到要做甚么事，就会马上去办，也就是说她和她的员工都得勤奋工作。艾琳仍然记得她成就的事业，还有她曾经共事的人。她绝对无法忍受别人偷懒，我也不例外。她深深相信文字的力量，而且写作能力绝对是天赋。如果她不满意我写的文字，做的事情，甚至穿的衣服，她一定会让我知道。多年以前，她带我去逛街买衣服的插曲就是一个很好的例子。

在纽约市，除非有演讲的场合，而且艾琳要求我穿比较正式的衣服，我通常是穿着轻便的服装。虽然牛仔裤、宽松长裤、靴子，和格子衬衫都已经被大众接受或甚至成为时尚，艾琳可不管。我喜欢这类打扮，可是她说我像个嬉皮。她对我的穿著打扮大有意见。艾琳说她在人间时的穿著和嬉皮是完全沾不上边的。当时她很重视穿着，每天都盛装好像每天都值得特别庆祝似的。她说她过去的品味很昂贵，因为「既要穿着得体，又要穿来好看，那是得花钱的。」

艾琳曾经问我是否可以第五街和罗德与泰勒，在这两家百货公司逛逛，这样我才能比较了解她的品味有多精致，也才清楚她希望我穿甚么样的衣物。我当然不好拒绝她，于是我们果然去了，但是我事先对她说好，我们只许「看」，不许「买」。

逛街的那天真是很值得享受。我也认知到我这个好朋友的品味很高。我很荣幸，听到她说假如我允许她好好打扮我，我会看来多么漂亮。可借的是，店里最便宜的物品都不是我能买得起的，所以我们真的就只能看。她很明白这个道理，可是卷标上的数字却没有阻止她带我继续逛，她仍然希望我会让步而买点东西犒赏自己。

又有一天，她问我是否可以和她一起去逛本地的精品店。我渴望让她开心，而且我对她仍然有点敬畏，所以我答应了，就这样开始了人灵之间最滑稽的事件。

那天开始的时候就像往常一样。我们走过布鲁克林大桥，经过唐人街，到东村，然后到西村，转回到世贸中心，又走回布鲁克林大桥。在这段七

哩长的路上，我走着走着，不知不觉走进一间昂贵的精品店。我完全不记得怎么走进那家店的，仿佛是艾琳控制了我的脚，带我进去的。我对接下来的事毫无印象，一直到我的胳膊被洋装、套装、便裤、罩衫、腰带，甚至还有两个包包压得我回过神来。一留神，我窘得不得了，因为我已经站在收款机前，轮到我结帐了。我当下和艾琳轻轻地拔河，好像我的左手抓住衣物不肯放，右手却开始把货品交给店员。我一直感觉到艾琳对我的头大叫：「拜托！你就买下来吧！」店员开始算价钱，我假装生病，不费吹灰之力就扔下东西而溜之大吉。

我红着一张脸逃开那家店，在脑海里对艾琳大声吼：「可恶！可恶！太可恶了！妳怎么可以这样对我？我丢人丢大了！喔，天啊！我再也不该去那家店了。」

我觉得我整个身体在哈哈大笑。然后我收到一道非常清晰的讯息：「回去吧，别落跑。你就挑一条漂亮的丝巾，也许再一两样小饰品。」

我已经走了半个街口。听到这话，我转身回到方才那家店，照艾琳的话做了。艾琳接着向我道歉，说：「我理解到你口袋里没那么多钱来挥霍，可是你看来实在很乏味。我看到你穿粗棉布裤，短厚呢大衣，还戴一顶帽子，我就要吐。你看来像是乞丐婆。」

我说：「可是我这样穿很暖和。」

后来艾琳教我怎么买到好东西。过去我从不知道有神秘的管道可以让人买到物美价廉的衣物。那些委托行里的衣服几乎都没穿过呢！

对于我该怎么穿，詹姆士有他自己的想法。他要我穿长及脚踝的长裙，还有把脖子、手臂、手腕全都包得密不透风的罩衫。我怎么穿才得体，每个灵界的朋友的看法都不同。有一天我说：「我总是保持干净，而且每天洗澡。如果我代表你们上课、演说、开通灵会、上电视或广播节目，我会尽可能穿合宜的衣服。别担心了。」

艾琳仍然没有被成功地劝返，她还是想教我怎样穿衣服，也依然在我逛街的时候不吝赐教。她说：「玛丽莲，看！这美极了！」然后她就将我的手放到很华丽但我却买不起的衣饰上。

除了我们穿衣物的风格之外，我们还有许多差异。正如我前面提过的：她热爱香水，我却受不了，因为它会引起我的哮喘发作；她酷爱珠宝，我却等不及要拿下来；她能言善道，又喜欢热闹；我个性保守，较少发言。凡事她要有主控权，我却不然。

艾琳是个热情洋溢的灵。她有时告诉我：「喂，别懒懒散散。」或者她会说：「赶紧啪地一声跳开你的情绪，玛丽莲。」她曾说如果我们要将她比作戏剧里的人物，那么《哈啰，桃莉》可能不错。

颜色对艾琳有特殊意义，她回想到颜色，仿佛它们全都活生生地拥抱着她。

她曾对我的学生说：「假如我看到黄色，我会感觉到肝和肾的部位，而这当然不是一般人会感受到的。颜色从不同的地方向我伸展，当然它们也可以消失。有时候颜色可以显示疾病。」

有一次艾琳招待我，让我体会她在人世的时候所体会和经历的千万分之一。她带我做了紫色之旅。

她要我把注意力集中在一座小小的铜像上，然后她问：「现在你看到什么？」

我说：「我看到紫色。」艾琳说：「再仔细看。」

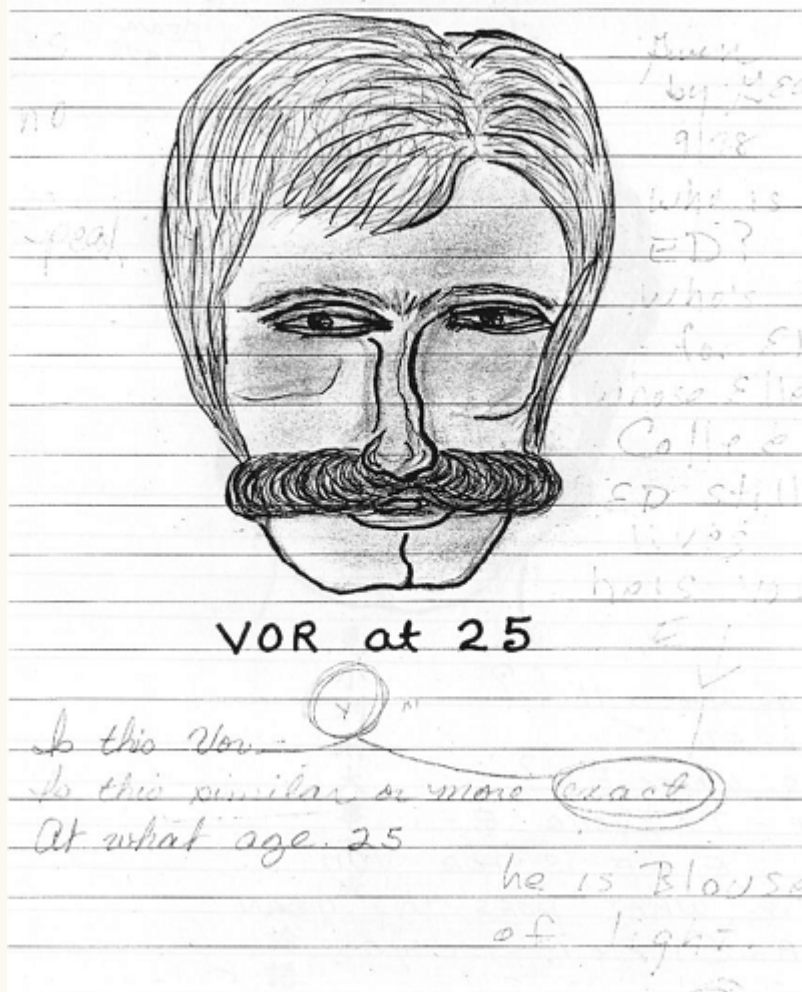
我站在离雕像大概十二呎的时候，紫色活了起来。它在不停的打旋，直到它变得很大。由最浅到最深，一个接一个的色度射出来。然后它达到房间的另一头，我站的地方。它先附着在我的身体上，然后把我包成一个蛹，进入我皮肤上的每个毛孔。我记得震颤和平静的感觉同时袭上我。那次的经验教我敬畏。接着我在脑海里听到属于紫色的声音，那是一个边弹竖琴边哼唱的女性。

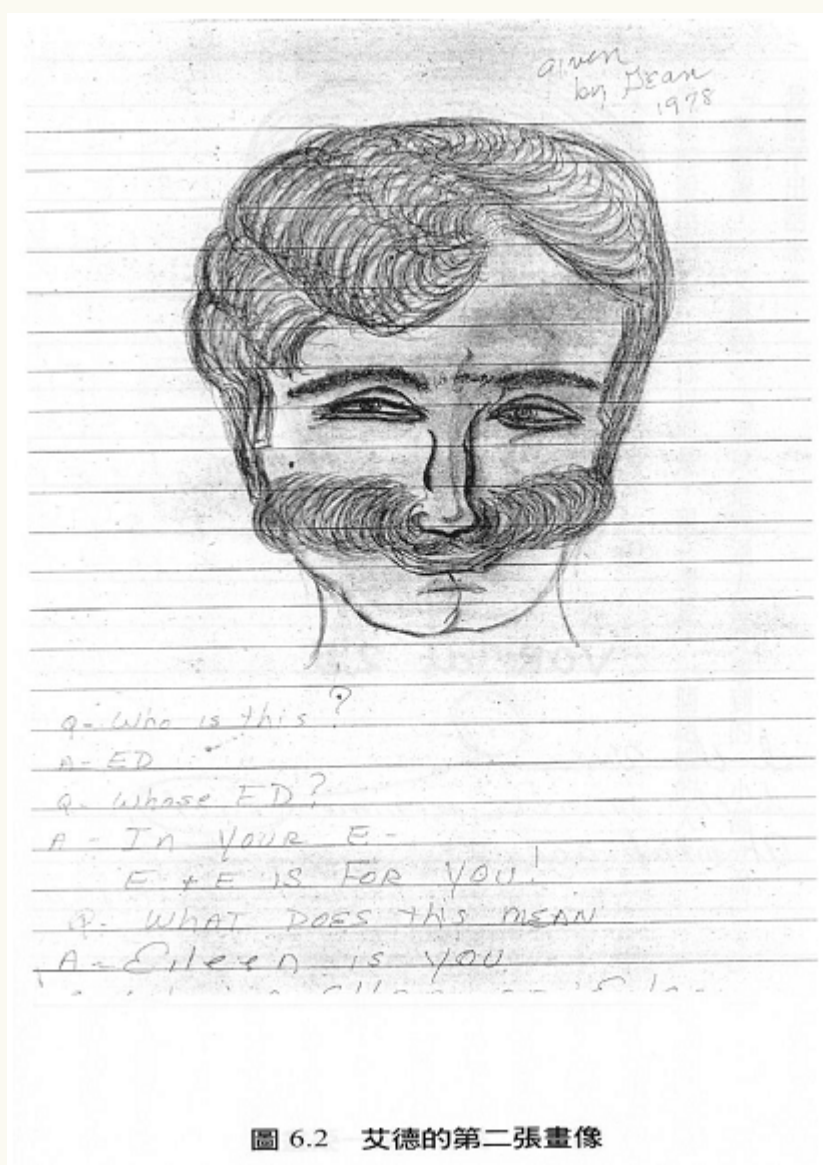
艾琳说：「你觉得如何？」

我说不出话来。

「玛丽莲，」艾琳说：「那只是我过去每天学到的一小部分而已。」我

终于说出话了：「你以前是，现在还是，一个绝妙的人。」艾琳开怀大笑说：「我当然是。」





第七章 大明药婆

无欲速，无见小利，欲速则不达，见小利则大事不成

——《论语》

除了艾琳之外，还有一个女性的灵和我经常在一起。她的名字叫君儿（June）。君儿开始和我在一起的时间几乎可以追溯到和詹姆士同时。她不太说话，可是我大概可以觉察到，她和发挥通灵能力的技术有某种程度的关系。

如果灵界其它的朋友让我感觉像是舒适松软的棉花，我从君儿身上感觉到的，比较近乎微风中随风摇曳的鹅绒或鸭绒。

君儿的身材娇小。她接近我的时候，我可以感觉到她的身高大约是五呎一时，甚至可能更矮一些。我可以清楚的感觉到她的长相。她脸上不施脂粉，有一个尖尖的鼻子，丰隆的颧骨，薄薄的双唇。灰白的长发在脑后梳成一个髻。她的年纪大概是在五、六十岁，可是她的心态却很年轻。她没有戴眼镜，可是她眯着眼睛，所以看来她是有度数，应该戴眼镜的。君儿身上素净，看不到任何珠宝首饰。她衣着宽松，上身是一件玄色大衫袄，下头是一条同色散脚袄裤。她总是赤着一双脚，走路的时候迈成外八字。

我头一次认识她的时候，和她开玩笑：「君儿，你是谁呀？」

她正色回答：「吾乃汝智者也。」

1970 年代的某一天，我自动书写的当儿，纸上出现了中文，那天我竟然写下「你好，我爱你。」我打听之后发现，那几个字应该是我邻居的祖母要传给她的。我问过詹姆士他是否会写中文，他的回答是否定的。我琢磨寻思，推测那些字应该是君儿帮忙传的吧。

君儿虽然沉默寡言，却不会优柔寡断。不论何时，只要她认为我该心无旁骛地学习，或是她需要我帮忙传话，她的决心总是坚如盘石。她的出现令我舒服，给我慰藉。她的智慧总是能够璀璨晶莹地照透世事。

君儿觉得我有需要学习的时候就会来到我身边。她喜欢在我做梦的状态与

我沟通。她在这些「梦中教学」里会要我到某个峭壁。那个峭壁是我学习的圣地。我们在梦里抵达那个山崖之后，她会朝着一大片牧场，微微挥动双手。那片牧场四周有阶梯般的丘陵环绕，远处有大山作背景。她一做了手势，成百的骏马就从高山冲向牧场。君儿无需言语，这些骏马就乖顺地服从她每个指令。她的手挥舞得如此灵巧，仿佛因此发出和谐的声响，而让那些野马奔驰。牠们雷霆万钧地从远处高山上一冲而下，经过我的峭壁往牧场继续飞奔。我总是被牠们的气势所震慑。其中有一匹马很特别，总是在经过我的时候放慢脚步。牠的身体是全白的颜色，眼里仿佛蕴藏着千言万语，要我随牠一起走。你们听来可能会觉得奇怪，我相信这匹马和我是旧识。我觉得牠在某个前世曾经是属于我的。

这些马在牧场里安顿好了，君儿开始给我上课。有时她要我研究牧场上的野花。她不厌其烦地指给我看哪些是可以吃的，哪些是作为外敷药。她也同样将小树分类给我看。她指出一花一树的时候，总是对大自然充满感激。她使这些植物发出各种美妙的音乐，而我可以尽情聆赏。

君儿循循善诱地带着我走过所有的旅程。而不论到何处，我都愿与她同往。她指引给我看哪些地方可以走，告诉我哪些声音要我倾听。她为我设想，这些启发式的教学都是循序渐进的，如此我才能够欣赏大自然给的一切，也才能驻足欣赏每时每刻的壮观。

君儿会对我说她从不相信有所谓的学习速成班这回事。她觉得学习就好似熬药，是一种需要花时间的过程。她再三强调，该花的时间一定要花，还说如果我想试着速成，她会径自离去。她说我的课程和铸炼耐性大有关系，又说我必须了解学习、成长、分享都是需要有耐心的。

君儿来我这儿的时候总是独来独往。她极有可能是詹姆士的分身，可是她在来找我的时候，总是独自一个；我未曾见过其它人或灵和她往来。我一径觉得君儿和詹姆士是职司医疗的灵。詹姆士把某种能量加到我的身体上，而君儿则引导这个能量。

君儿看起来像个药婆，就是采集药草来为人治病的人。她在田间行走，知道该采集何种叶子、花朵、根茎，甚至树皮或其它有用的玩意儿。她腰间系个布囊，看来像是自己缝制的，好专门装采来的物事。不过我从不知里面到底放

了些甚么宝贝。她的药方都是来自天国的花园。

我深为肺弱所苦，已经得过好几次肺炎，还有哮喘，和轻微的肺气肿。君儿建议我吃荸荠，她说如果我一星期少量吃个几次，可以清肺。我照她的话做了，发现肺里的压力果然减轻多了。

多年以后，孝明听到我的故事，啧啧称奇。孝明查了医书之后告诉我，根据中医的理论，荸荠的确对阴虚肺燥者有清热生津、润肺化痰之效。

有一次，君儿让我想到我的外婆。她说：「妳应该用太白粉。」「做甚么用？」我不解地问她。

她答道：「太白粉对足部很好。你可艾萨克些在鞋子里。你走很多路的。」

我又遵照她的建议，在鞋子里撒了太白粉。如此一来，虽然我每天走七哩路，却仍然保持足部的干爽。

君儿着重一周应该断食一次。她告诉我，断食可以让负荷过度的消化系统得以休养生息，是最有效也最简单的自然排毒方法。我每周断食一次，已经四十多年了。我发现在断食之后，自己更加懂得领略食物的滋味。

君儿也告诉我如何去除小病小痛。后来我在学习人体的经脉的时候，她感到很欣慰。她坚信人们如果在正确的经脉上温和地施压，可以减轻痛苦，而不需要把针插在穴位上。也就是说，与针灸相比，指压推拿更得君儿的青睐。

君儿不相信把人累得气喘如牛的运动有甚么好处。可是她坚信步行和学习正确的吐纳对健康大有裨益。

我曾经教授长青班的瑜伽课。君儿会纠正我教授呼吸的方法。她会送意念给我，告诉我：「不行，你讲得太快了。」我就会接纳她的建议而放慢教课的速度。

我从来不买食谱，可是在君儿的指点下，我的厨艺有如天马行空，挥洒自如，创意立现。君儿有时会导引我拿合适的佐料来为食物调味。以前我总是把绿色花椰菜的茎给扔了。后来君儿告诉我，花椰菜的茎是可以吃的。她教我削

掉茎部粗硬的老皮，让甘甜的风味浮现。还有，以前我只会直切红萝卜，后来君儿教我如何切滚刀块。

多年以前，我不会挑好瓜。于是君儿要我用大拇指触摸西瓜的底部，感觉它的熟度。为了证明她给我的建议是正确的，我向蔬果部的工作人员请教。他说：「当然啦！这个瓜熟度正好。现在你得像个买瓜的行家，先摇一摇它，然后听它发出的声音。」

和君儿在一起，买菜成了艺术。我看看雪豆，她就会帮我挑出最好的。她总是说：「不要只看包装，你得从包装外看进去，仔细地观察验讫的标签。如果豆子已经发硬变色，它就不值得一买了。」

买西红柿也是一门学问。我向君儿学到不要买那些软趴趴的，而要挑有点硬度但色彩鲜明的西红柿；她会带着我拿那些尚未熟透的西红柿。

有一天我想买一些李子形的西红柿。它们是长椭圆形，而不是圆形。她一个都不让我买，一直把我的手推向大而圆的西红柿。我就任由她带着我的手滑动。我们的精挑细选可没白费，因为她挑的都恰到好处。我在纽约市住在第二十层的公寓里，可能是由于温度、高度、湿度等环境的改变，蔬菜很快就腐烂了。可是我和君儿一起买的蔬菜从来不会来不及吃就坏了。君儿一定是把这些环境因素考虑在内了，或者她给了它们一个神秘的碰触。

吴孝明的君儿补遗

凯胜和我第一次亲眼见到玛丽莲是在 2003 年七月。我们在拉斯韦加斯，凯胜和我住的旅馆房间内，正在谈话的当儿，玛丽莲忽然说：「我需要更多氧气。」她一连重复了好几次。接着她就进入完全出神状态。然后艾琳和詹姆士的灵就来附在玛丽莲的身上，用她的声音对我们说话。

因为玛丽莲曾经不经意地提起她和我之间可能是某辈子的旧识，或者我们还有未了的缘，所以艾琳的灵出现的时候，凯胜就把握机会，请教艾琳：「玛丽莲与孝明见过面吗？」

「是啊！她们俩在公元一千五百年间在中国产糖的地方待过。」艾琳回答。

「产糖的地方？」我重复她的话。

「是的，糖田。不是棉花田。不是稻田。糖田！」

几天之后，凯胜和我在回程的路上顺道去拜访我父亲生前的好友。刚好他的红粉知己来自中国大陆，是个博学多闻的医生。我就随口问了一句：「黄阿姨，中国哪里产糖？」

黄阿姨笑瞇瞇地回答：「这个嘛，绝对不是华中啰。应该是华南——广东和福建。」

这件事就搁在一旁，我也没有再深究。然后，2004 年二月，我为本书找资料，突然发现一篇学术报导，让我觉得有一种神探破了悬案的欣慰。

根据维多利亚·凯斯博士的说法，中国在明朝的时候，特别是公元一千五百年间，药婆在广东和福建盛行。她们和男性医者受到的训练简直就是南辕北辙。医术较高明的男医生多半进入太医院，广读浩瀚的皇室藏书而在医术上更进一步。而药婆却是归礼义房管的，她们无法读书，只好边做边学，靠实际行医来获取专业知识。

我看完这篇学术论文，忍不住想到，君儿对于药草的知识极为丰富，对自然医学也钻研颇深，而她却没受过甚么正式的教育。也联想到艾琳在七个月前说到玛丽莲和我在公元一千五百年间在中国产糖的地方待过，而黄阿姨说中国的广东福建产糖；更联想到我在 2002 年，遇到玛丽莲之前，曾经学过中医，结果因为写这本书，而中辍了中医的学业。

难道君儿、玛丽莲，和我都曾经是明朝的药婆吗？

2004 年八月，艾琳又在玛丽莲和我通电话的时候告诉我们，其实君儿也在艾琳身为艾琳的那一世和她有所往来。艾琳的控制灵伍哇尼引进君儿，可是她却以男医者阿布都·拉提夫的身份来找艾琳。很显然的，君儿也属于同一个灵魂家族。身为这个家族的成员，君儿在某一辈子是另一个医者，一个受过正式训练的男医生。

艾琳的解说让玛丽莲与我感到惊喜。我们的人生不就像演戏吗？我们每一次转世所演的角色都不一样，同样的灵魂可对人世间不同的人以不同的灵的身

份出现，就好像他们是刚演完戏的演员，穿着戏服对我们这些观众谢幕。我们都明白是演员本身，而不是剧里的角色，在向我们鞠躬答礼，可是我们都爱看他们穿着戏服谢幕。

第八章 富丽的生命

我们对事物的惧怕程度，和对它们的无知成正比。

——利瓦伊（公元前五十九年至纪元后十七年）

我挚爱的灵界朋友每天都使我的生命更加丰富。我可以在开车、吃饭，甚至喝酒的时候感觉到他们与我们在一起。我觉得他们在某些急如星火的事件中救了我一命；有时他们则救的是我的面子，免得我在大庭广众之下出丑。本章所列的故事可以让读者明白为甚么我对灵界有如此深厚的孺慕之情。

印地安男孩

我开始和灵合作的头几年，有千千万万个问题待解答，也有反反复复的挣扎待消弭。我那时想，如果有一天，我所做的一切和与谁来往都被摊在大众面前，那我头一件也是最重要的一件事，就是给我自己找到足够的证据，能说服我自己他们的确存在，而不是我丰富的想象力在作祟。我也自己在内心嘀咕，如果我允许自己的身体被别种形式的存在来支配，那么首要之务就是保护我的身体，不让它受伤。因此，我决定以我生平最怕的东西——蛇，来向这种存在挑战。

一个炎炎夏日，我独自到山上的小高原。它由红页岩组成，上面有数以百计的白桦树。我当时就知道纽约州北部有响尾蛇，不过我并不知道，谣言曾经传得沸沸扬扬，说印地安人的坟场就在山顶上的白桦树林。我记得那时我这样想，那一个树林看来不就像纽约州任何一个树林吗？

我既然决定要提出异议，就不能回头了。我被带着走到我要接受考验的那一点。这样一来，我的信心大增。我的直觉也告诉我，这只是一个小小的考验。我仍然很害怕将要发生的事，可是我的本能告诉我，是灵界朋友把我带来受试的地方的。我因此而稍微镇定了点。我一直都非常怕蛇，以前如此，现在

依然。既然已经下定决心来接受试炼，又觉得安全似乎无虞，于是我就决定对将要发生的事抱着听天由命的态度。我记得我又害怕，又幼稚地对灵界朋友说：「假如你们和我真在一起，而不是我在胡思乱想，那么就请让我看看你们要怎么保护我。如果我要干这个活，你们必须保护我，而且要帮我向我对蛇的恐惧挑战。请显示给我看吧。」自己竟然勇于接受挑战，这使我大为诧异。

我闭上眼睛，听到声响。是响尾蛇，绝对错不了。我想我从眼角看到甚么东西。我望望四周，看到好几条蛇从石头下面和灌木丛下爬出来。牠们看来并不像是朝着我来的，但是由于我怕蛇怕得要命，我觉得世界上每一条蛇都是冲着我来的。我直冒冷汗。

我忽然注意到，在我对面，离我大约三十呎的地方，站着一个小男孩的灵。从他的外表看起来，我猜他是一个印地安小孩，大约七、八岁。我专注地瞅着他，而蛇却越来越近。在此同时，我还感觉到悦耳的笛声。我对乐器不算内行，可是我就是知道那是笛子的声音。那音调非常迷人，让我可以专心把自己交给灵界的朋友，同时从自己设下的大挑战中抽离出来。

我想：「哎呀！这事有趣了，现在我唯一需要做的事就是看着带篮子的弄蛇人出现了。」

虽然我较为安心了，可是我还不是百分之百地镇定下来。我记得那时反胃得厉害。我几乎要昏倒了，因为我脚边有好几条蛇。我开始摇摇晃晃，觉得恶心。我快吓破胆了。

那名小男孩举起一根手指到嘴边，对我作出噤声的手势。我马上试着尽可能优雅地平衡自己。我单脚着地，另一只脚搭在站着的那只脚的大腿上，成了金鸡独立；双手合十高举。身为一个瑜伽老师，我发现自己凑巧摆了个树式动作。

接下来我所知道的就是那个小男孩朝我走来，然后所有的蛇，包括我脚边的那些，都转而跟着他。我不再像原来那么惊恐，取而代之的，是和谐自在的感觉，像一层纱一般笼罩了我的心。我看着小男孩用最温和的方法，让所有的蛇都跟随着他。笛声仍然在我脑海里响着，那声音并不会给人毛骨悚然的感觉；事实上，我如释重负，觉得很舒畅。

我把手松开，垂在身体两旁，双脚则是分开的。我汗如雨下，全身都湿透了。我环顾四周，森林里很安静，除了我之外，没有别人。我回过神来，这才发现这个考验让我累坏了，连膝盖都在发抖。我迫不及待地坐下来，心里放下一块大石头，知道考验结束，挑战成功。我以为我在那里待了十分钟。我坐下来看表，发现几乎在上面待了四小时。

然后我告诉詹姆士，我愿意做他要我做的事，做灵界与人间的联络人。我也告诉他我内心大为平静，而且对灵界产生了很健康的信任，因此我愿把我的肉身托付给灵界。我那天学到了好几个教训，其中之一是：注意你自己的要求与希望。

公交车上的教训

教训总是接着来。

1970 年代的某一天，我坐在一辆布鲁克林区的公交车上。车上很挤，突然上来一个很高的女人。她大概身高六呎，头发高耸。她的身高，加上她的发型，还有她的高跟鞋使她几乎碰到车顶了。

这位女士费力地走到车子后面，朝我坐的位置走来。她越走越近，身上飘散出一股很浓的香味。我没法呼吸，觉得自己瞬间就要窒息身亡。

我对这位女士所擦的香水起了严重的过敏，需要她尽快从我身边消失。我明白公交车这么挤，大家都快动弹不得，我需要的是灵界的帮忙，或是宇宙的力量。我记得我在心里说了一遍又一遍：「拜托，拜托，甚么人帮帮我吧。如果我继续吸入这种毒气，我就会停止呼吸而死啦！」我拚命想象她朝车头移动。我在心里不断祈求。令我不能置信的事发生了，她开始不往我的方向走，而朝车头走。

这位女士对我无声的恳求做了反应而向相反方向移动的当儿，我看到一件骇人听闻的事发生在她身上。一只巨大的蟑螂从车顶掉到她的头发里面。我马上自责地说：「天啊！我不是故意的，哎呀！天啊！请原谅我吧。」

我无法忍受这位女士的遭遇。整个事件使我想要作呕，我得赶紧下车才是，否则天知道是不是整车都是蟑螂。这位女士见我从座位上起身，赶快冲到我旁边，想要坐我空出来的位置。我不知道是否应该告诉她蟑螂掉进她的头发

里的事。我记得我看着她，而她开始甩头。接着我说：「呃，太太，你头发里有只蟑螂，是从车顶掉下来的。」公交车这时靠站，我下了车。女士尖叫。全车的人都疯狂了。乘客们大声喊叫，争先恐后地想挤出重围下车。

我是用念力使那位女士从我身边离开，可是我并不希望她发生这样的事。我那时尚在学习，也还在发展我的能力，所以我因此学会一个道理：对某件事的期盼有时会引起其它的事件，造成某种反应，或者在这个例子，让本来安静的公交车成为一片混乱。人一定要当心自己希望发生甚么事，或者在这个例子，当心自己使用念力的结果。

这个故事的教训就是永远要把念力使用在正面的情况，特别是对于那些你真的不喜欢的人，或是对那些让你烦或使你灰心的人。绝对不要用念力教别人生病或发生甚么倒霉事。我真的相信你的想法和做法都会回到你身上。用仁慈和亲爱待人，然后看宇宙回馈你更多的仁慈和亲爱。

我的救星

我在纽约市布鲁克林区的公寓是在一栋大厦的第二十层楼。住在这栋大厦的人超过六百人，而他们共享三个电梯。三个电梯里，一个或两个坏掉是常事。三个都不能用则非常罕见。

一个天寒地冻的冬天，我从例行的散步回来。冰和雨交织的冷空气使我需要马上用洗手间。我飞快地跑进我那栋大楼，发现三个电梯都坏了，它们只能上几层楼就停了。一楼没有洗手间，地下室的也坏了。大厅间的人开始变多，大概有二十多个人在等电梯。

我想：「完了，我等不及了，我会在这些邻居面前表演尿失禁，面子要丢光了。」

接着我想：「等一下。冷静下来。冷静下来。」

我无声地对我的控制灵——詹姆士说话。我求他务必要让我的尿急消失，可不能让我在公众场合出丑而死。虽然大厅里冷飕飕的，我却汗流浹背。我一方面尽量客气地和邻居交谈，一方面拚命忍住尿意，还在心里请詹姆士行行好。

几分钟像是几世纪那么长。我的尿意突然消失了。想想看几分钟前我的情况有多可怕，这可不是奇迹出现了吗？我现在可以专心做一个决定，看是要等电梯，还是要爬二十层楼上去。

最后电梯的门终于打开，大家挤了进去。我在脑海里听到一个声音伴随着我很强的直觉：「不要搭这一班。等一下。开始爬楼梯。」

我爬到十三楼，然后我的尿意又来了。我想我在爬下一层阶梯之前就会昏过去了。所以我离开楼梯间，虽然觉得自己有点傻，却相信詹姆士不会袖手旁观。虽然其它的电梯都故障，等到下一台的机会极为渺茫，我仍在等电梯。我又再一次发现自己在在一个荒谬的情况下乞求援助。

我按了电梯间的按钮。数秒钟之内，就来了一台电梯。那台电梯里面是空的，这使我有点不安。但我脑海里听到詹姆士说：「你可以搭这一台。」所以我就听他的话。

电梯门关了，徐徐地上了七层楼，而我在这段时间一直对詹姆士说谢谢，因为他又再度救了我。我从电梯走出来，觉得自己的脚似乎没有着地，好像是由詹姆士拖着我，就这样一路滑到家门口。我一进家门，尿意又现，这回我可以解放了。

假如我没有听詹姆士的话，反而去搭大厅里那台电梯，情况又会如何？那台电梯竟然在塞了二十多人之后，不上不下地停了一个多小时。想想我当时的情形，如果在那台电梯里，麻烦可就大了。

我搭的那台电梯在我乘用后就坏了两天。有趣的是，我好几个朋友对我竟然可以用那台电梯感到大惑不解：大厅里有一张告示，要大家暂停使用那台电梯。显然那张告示在我使用电梯的时候就贴在那儿了。

詹姆士又救了我。虽然这看起来微不足道，可是如果没有他的介入，我可能要在众多邻居面前羞愧而死了。

纽约市警察的问候

1970 年代末期，教宗若望保禄二世来访问纽约市，要经过我的街口。我和大家一样，对于可以一瞥教宗的丰采，感到兴奋无比。

那天早上，在警察来布置岗哨和路障之前，我带着我那条一百六十五磅重的斗牛獒犬，过街到对面的公园去散步。我和狗从公园回来，看到警察忙着到他们各自的岗位列队站好。

我正过街，一名警察向我走过来。他大概六呎六吋，光是身高就够吓我一跳了。我以为我要因为违规穿越马路而被开罚单了。

他对我说：「我可以和你说话吗？」

我说：「可以。是关于我的狗吗？」

他回答：「不是。是关于和妳同行的那个奇妙的灵。」

虽然我鲜少在纽约市的街上盯着人的脸，我瞧着他，觉得很光荣地说：「哦，谢谢你。」他接着说：「我可以握妳的手吗？」我回答道：「当然。」

「妳知道，」他说：「和妳走在一起的灵，是全世界最圣洁的之一。」

我安静无话。他哽咽着说：「也许我是被今天的气氛给感染了。我在说实话，不是吗？」

我回答道：「你是的。」

他问我叫甚么名字，我告诉了他。他又说：「妳知道我的名字吗？ 因为和妳在一起的灵知道是谁和我在一起。」

我看进他的眼睛，不情愿地回答：「你的名字是摩西。」

他返后两步，叹了口气。然后他掏出他的驾照，遮着他的名字，再问我一次：「我的教名是甚么？」

「摩西。」

他让我看他的驾照。他的名字果然叫摩西。

「玛丽莲，请为我介绍，是哪个年轻的灵和你走在一起？」他说。

我对他说了。那个名叫摩西的警察和我一样感动得不知所措。我们都感觉到灵的存在，对此有所领会，而产生互相了解的经验。

类似这样的插曲不时发生。对我而言，有透视天赋的人能够坦然和我分享他们的所见是令人振奋的。像那天我们两个陌生人在教宗来访的时候相遇。如果不是因为教宗的来访，那个警察不会看到我或詹姆士。这是多么让人喜欢的经验。我们相互增强的意识被无尽的爱包围着。这一天都充满了这种美妙的感觉。

躲过飞来横祸

詹姆士在 1970 年代说我会搬到佛罗里达州。我想：「我才不干呢！我爱纽约。」但是，在 1990 年代初期，我因为家庭因素从纽约搬到佛罗里达。搬家前两天，我从布鲁克林区闹区的一家店走出来，听到詹姆士说：「看上面！」

我往上看，没看到甚么东西。然后我觉得仿佛詹姆士把一只手放在我的肩膀上。我在有意识的状态下，他如果这么做，通常是要我务必留神，站好，然后仔细观察。所以我就听从他的教诲，待在原地不动。

刹那间，有一个人从附近高楼跳下，坠落在水泥地上，脑浆和血肉溅得人行道上到处都是。如果詹姆士没有先警告我，我可能已被跳楼的人压成肉饼了吧。

因为詹姆士，我又躲过一劫。

温馨的道别

我有几首珍爱的歌。一首是〈当爱尔兰的明眸微笑时〉，是唱给艾琳的。一首是〈奇异恩典〉，是唱给詹姆士的。通常我在通灵会上进入完全出神的状态之前，参加者会唱这两首歌。人们一唱这两首歌，就令艾琳与詹姆士非常喜爱。我的私房歌是〈丹尼少年〉。艾琳与詹姆士都知道我有多爱这首歌，特别是爱尔兰来的风笛手吹奏的时候。

我搬到佛罗里达的前一天，我走过布鲁克林高地每一条街，把所有的景物都印在心里，也回顾和家人朋友在一起的美好时光。我对自己说：「我要带着一个永难磨灭的回忆离开。」

我在蒙特格街角转弯，我看到一个街头风笛手。他穿着苏格兰裙，配上同

花色的袜子与帽子，背着风笛箱，正在找一个好位置来表演。我简直不敢相信我眼前的这一切。我从他身旁走过，主要是看他活生生的人，还是我脑海里变出来的幻象。他开始吹奏了。你猜他吹甚么曲子？〈丹尼少年〉！

我明白自己的愿望成真了，于是我站在那儿，哭了起来。我能以这样特别的事来记住布鲁克林高地是何等乐事！

艾德格·卡西治偏头痛的偏方

过去我为偏头痛所苦。有一天我在给朋友写信，突然看到灵界一件怪东西跑到我家来了。一件白衬衫附着部份的手肘滑过我旁边，到了另一间房。这个部分现形的鬼还带了刺鼻的味道。

我说：「哦，不管你是谁，请你离开。你的味道让我眼泪直流。」

那是一种很强的药水味。我越是嫌它难闻，它的味道就越重。我记得我开玩笑说：「拜托你连人带恶臭一起走吧。」

接着我在脑海里听到一阵窃笑，然后我被告知艾德格·卡西（Edgar Cayce）来了。

艾德格·卡西生于一八八七年，卒于一九四五年。卡西被誉为是睡着的预言家，一生在各种主题上做了超过一万四千次的解读。他做这些解读的时候，都是躺着，闭着一双眼睛，在知觉转换的状态下完成。他仅受过八年级的教育，从来没有受过正式的医学训练，可是在知觉转换的状态下，他可以为从没有见过的病人诊治无误，即使这些人在数百哩之外。

卡西给我一个减轻偏头痛的药方，这个方子和他肉身活着的时候讲的不同。我在此愿意和读者分享：将一杯蓖麻油与两杯水倒入锅内，加热至沸腾。把锅子放一旁稍微冷却。把三条毛巾放入锅内的溶液中，然后取出毛巾，拧干至完全不滴水。找一个地方让自己舒服地躺下。把一条毛巾盖在眼睛上，一条盖在额头上，一条则敷在颈后。一直这样做，直到你把溶液用光了。连续十四天为一疗程。

我遵照他的药方，结果很多年都没再犯过偏头痛。

当我们同在一起吃吃喝喝

詹姆士与艾琳常会问我是否可以享受某些食物或饮料，好让他们可以经由我来感觉，甚至品尝它们的滋味。有时君儿也会这么做。我总是欢喜照办。

詹姆士在三十多年前就曾经警告我，要我不要再吃虾类。他说虾类是水里的清道夫，我们可能吃到牠们消化的东西而染病。我努力想戒掉，可是虾类真是我最喜欢的食物之一。

有一次，我问詹姆士他是否尝过冰淇淋。他从来不知道有这种人间美味。所以我就为他尝了几口。他的反应不错，还说他热爱冰淇淋。遗憾的是我极少为詹姆士尝冰淇淋，因为我的喉咙会有不良反应。

艾琳在食物方面的品味和她在衣着方面同样讲究。艾琳喜欢吃好吃的。她永远不会能够忍受快餐。她也告诉我，最好我也别吃。我以前习惯去曼哈顿的某家餐馆，照着艾琳的喜好来点鱼，有时是烤的，有时是炙的。她有时喜欢来一片巴度埼的面包或是狄恩和得路加的一小块甜点。至于酒类，她喜欢经由我来尝马丁尼。

我尽量去满足他们的愿望，可是如果我胃痛就爱莫能助了。

有一回，大概是在 1980 年代，我去参加某个晚餐派对，看到一个装饰精美的盘子上有一排小小珠子模样的玩意儿。我看其它宾客把这些小颗粒放在饼干上，一起吃进嘴里。我必须显得我是见过世面的，所以我轻轻涂了一些小颗粒到饼干上。我小心翼翼地咬下一小口，赶紧冲进最近的洗手间把这劳什子给吐出来。

我听到艾琳说：「哎呀，我的老天，妳从来没吃过鱼子酱吗？」

我说：「没有。从来没有。」

艾琳取笑我，说我还没有对某些特定食物培养出合宜的品味来。

我回答道：「既然灵媒的工作规章里没有这一条，我不会养成吃鱼子酱的品味，不管多少人觉得这种令人恶心的食物是多昂贵或有多重要。我想我永远不会想要。」

除了吃东西，我还有一项可以和灵一起做的活动，就是开车。詹姆士给汽车取了一个古典的名字，古代的双轮马车，我们笑说这是我们的宝车。他常说：「让我们一起驾驭宝车吧。」

1990 年代后期的某一天，我在佛罗里达七号州公路上开车。这条路和美国 441 号国道重迭，那时只有两车道。如果你在这条路上要超车，就必须开到相反方向的车道上才能超过去。所以开在这条路上并不容易超车，尤其对方的车道有来车的时候。

我开着开着，詹姆士骤然警告我：「让你的宝车转向。」

我不知道他要我转到哪去。然后我觉得詹姆士抓着我的手，把方向盘转到右边。我记得我的手僵在方向盘上，然后方向盘就仿佛照它自己的意愿似的转了过去。这整个行动好像是车子自己在转。就在那一刻，我注意到有一辆车正对我疾驶而来。那个对面的驾驶想要超车，所以借我的车道来了。詹姆士不知怎地就设法让我脱离危险。对面来的车几乎撞到了我后面的卡车。虽然有惊无险，却使我的神经紧绷，所以我就开到路边停下来集中精神。本来开在我后面的卡车司机对几乎撞到他的驾驶大吼。的确，她差点就造成一场严重的车祸了。是詹姆士在千钧一发的时候救了我。像这样与死亡擦身而过已经发生许多次了，我认为都是詹姆士把我救回来的。

艾琳也喜欢坐我的车，可是她不喜欢掌控我的车。她过去一向鼓励我开车，一直到我开车九年了，她才承认她肉身尚在的时候，一点儿都不爱开车，可是却以搭别人的车为乐，但她以前不希望我发现到她那种感觉。

她现在还是不喜欢和我一起驾驶，宁可当个乘客。但是詹姆士热爱开我的「宝车」，而且我在开车的时候，常感到他的手握着我的手。

艺术欣赏

我于 1990 年初期搬到佛罗里达州之前，常和我的灵界朋友詹姆士与艾琳，再加上我人间的好友桃乐斯，黎培兹，一起去纽约大都会博物馆。我们尽量一个月至少去一次。对我而言，没有比大都会博物馆更完美、更令我悠然神往的地方了。

詹姆士爱极了法兰克，洛依·莱特的展览。空间连续性的动感，还有室内

外空间的融合，都使詹姆士惊叹。

艾琳则喜欢路易·康佛·帝芬妮的装饰玻璃。她深为那些浓重鲜明的色彩所著迷。她通常会要求我穿着得体地去参观，因为在我们为这些华丽的艺术品欣赏之后，最后可能会在博物馆附设的小餐厅歇脚。我们在那儿休息，参考对方的笔记，发表一下各自的高见，看看人，然后慢条斯理地喝咖啡或热巧克力。艾琳要求我别穿我平常穿的蓝色牛仔裤和格子衬衫，所以如果要和桃乐斯去逛博物馆的周末，既然知道我的灵界朋友会同行，我通常会刻意打扮。

我自己的最爱是印象派。站在莫内、雷诺阿、毕莎罗的作品前面，我仿佛成了糖果店里无拘无束的小孩子。我可以久久盯著名画而忘记时间的流逝。

有几次还有一个灵加入我们逛博物馆的阵容。他和我一起站在赛尚的作品前面好几个小时。他很爱赛尚的画，而我也一样。我以后才知道这个灵是厄内斯特·海明威。

我参观博物馆的时候，从詹姆士那儿学到享受当下，学到在我欣赏这些壮丽的名画的同时，容许他感觉我的幸福和喜悦。

我们都爱看教堂的建筑。我热衷于去教堂和庙宇，欣赏内部的构造。老木头的气味有安神的功效。我在这些建筑物内通常能做很不错的通灵，有时成绩好到连我自己都吃一惊。恩宠教堂，圣帕特里克大教堂，圣托马斯教堂是我在纽约常光顾的几个建筑物。

一想到大都会博物馆和以上所提到的几个教堂，我就很激动。我相信它们和我的生命是密切相连的，我也觉得它们是我心灵的延伸。这些地方带给我完全的平静与和谐，更棒的是詹姆士和艾琳与我一样喜欢参观这些地方。我现在很怀念这些地方。

彼此相联的灵

一天有个灵来找我。我对他的感觉和对詹姆士或艾琳的不同。这位访客的精神比较轻松，也比较爱开玩笑。我想我听到他说他的名字是伍哇尼。我花了好几分钟问他，既然他不是我的控制灵，为何要来看我。他其实是艾琳身为灵媒艾琳那一世的控制灵。

他激起我的好奇心，同时我也很困惑。这是代表着又有新的发展要烙在我的灵媒生涯上了吗？

艾琳试着帮我解开这道难题，说她不知道是不是她自己的思维引他来了。

接着一种古怪的感觉如泉涌般深染在我的太阳神经丛部位。伍哇尼和我在一起愈久，这种感觉就愈强。那个部位振动温和却明显，还夹带着像被搔痒的感觉。这种知觉在持续的当儿，我的心智飘到古代陌生的土地上。最诡异的是我如此轻易接受伍哇尼，还有我在内心深处觉得他和我们在一起是如此天经地义的事。我觉得他的存在包含了某部分的我。他来的时候，我就像曾经拥有他的胳膊和双腿，我们是相联的，但是和詹姆士或艾琳与我的关系又不同。他们俩来找我的时候，我可以感觉或认知到他们接管了我的身体；而伍哇尼则像和我产生肉体对肉体的转换。

伍哇尼来的时候，我觉得好像一道墙挡在我眼前，我不能看清，而捉弄我的人却在不停地咯咯窃笑。过了一会儿，我那种古怪的感觉不见了。也许就像艾琳说的，她在想她的老朋友，结果却帮我引他来了。我猜他开够我的玩笑就离开了。

1970 年代初期，我女儿患了很严重的哮喘，我以为我要失去她了。我请求詹姆士或其它可能在我附近的灵帮助我的心肝宝贝。我预料詹姆士或是艾德格·卡西会伸出援手，如果不是他们来，至少来个医术高明的灵，美国早期的医者或是英国的医生都可以。没想到，一个穿着外国服装的灵来了。他低声说：「你的女儿会活下来。」

我说：「真是谢谢你。你是谁？」

那个灵说：「伍-哇。你以后会更清楚地认识我。」

我问：「你这是甚么意思？」

他说：「这就是光的意思。我带来光。」

我说：「除了带来光之外，你可以同时让我女儿痊愈吗？」

他却平和地离开了。

又有一次，我请求灵界任何一个医生来救救我的女儿。来了另外一个灵。他的身材很高，周围有淡绿色的微光。他的现形穿着一件做工细致的黑色长袍，上面还有珠宝点缀。我在那一瞬间还以为他是个中国医生。他转身对我说：「把你的手放在她的胸口就好了。动作轻一点。」

我照着做了，顿时就觉得右手仿佛触电了似的。六个小时之后我女儿的情况好转。我不能说她恢复健康是因为灵的帮忙，可是我可以发誓，这个插曲的确发生过。

我问他：「你又是谁？」

他当时没有回答。不过，数年之后，我曾病危，他又来了，并且告诉我，他是阿布都。

我相信我最早接触伍哇尼与阿布都是在 1970 年代，求助于灵界的时候。当时艾琳还没有对我表露身分。我也相信他们接近我是因为艾琳曾是他们的灵媒。

我欠这些体贴的灵魂很大的人情。这五个灵分别是詹姆士、六月、艾琳，还有艾琳的客人，伍哇尼与阿布都。他们尽全力维护我和我亲近的人的健康，保持我们的清醒。他们在我生命中扮演重要的角色。

在一些别的情况下，我会唤起詹姆士发挥他的力量，运用他古代神秘学卡巴拉的声音来恢复我们的健康。这样也会使一些小小的奇迹出现。我亲身经验过詹姆士的疗愈能力，他很少让我失望。

爱因斯坦再现

我在 1990 年代初期停止自动书写，以为自己失去和灵界沟通的能力。遭此打击，我无法振作。我脑海里萦绕回旋的尽是他们不要我服务了的想法。我很想念每天和詹姆士与艾琳一起书写的日子。我已经习惯那种沟通的方式了。

我对灵说：「这真是太过分了。你们为甚么抛弃我？我做了甚么？」

我做错甚么了吗？」

我觉得我被拒绝了。我想起当初我曾经拒绝他们，而最后我终于接受了他

们。现在他们反过来拒绝我，我觉得糟透了，企图让自己走出这个低潮，但是充其量就只能做到垂头丧气。

我沮丧了好几个星期，因为灵不再通过自动书写来出现，而我自己试着要联络他们又不成功。那个时候，我不明白新的阶段已经开始，而且很多新的学习方法也在蕴酿中。我是花了些时间才走出来，不过我总算了解我没被抛弃。这些年来，我内在的视觉愈来愈敏锐，也许是时候了。我该和灵界朋友做些别的事，而把自动书写放一边了。

这个念头一跑进我脑袋，我平静下来，开始期待灵界为我准备好的新教材。我一直都乐意从自身经验学习和成长，好和别人分享，如此有一天他们也可以把他们的学习和成长结果回馈在别人身上。

于是我又闻到没药香的味道。这下我安心了。我在脑海里听得清清楚楚：「到图书馆去。」

我到了图书馆，看看四周，被灵界朋友导引到心理学书籍的区域。我不懂要找甚么，于是我在书架间穿梭，从最上面一排看到最下面一排。我弯下去又站起来，这样子做了好几回，把自己搞得头都昏了。接着有个男人走近我，对我说：「你是那个通灵人。」

我说：「对不起，你说甚么？」

他说：「喂，我的灵魂导师告诉我会在这里遇到妳。」

我以为我要当场暴毙在那间图书馆了。我问他：「谁是你的灵魂导师？」

「这个嘛，爱因斯坦。亚伯·爱因斯坦。」

我想：「对呀！你可真有一套。」可是接着我就在心里对自己笑着说：「喂，等一下。我和詹姆士走在一起。我和他又有甚么不同呢？」

原来他住在布鲁克林高地，在长岛大学当教授，是个研究量子力学和统一场论的科学家。他的母亲最近过世，给他留下一笔可观的遗产，所以他不用再工作了。

他说他必须在像这样的人生旅程中遇到一个人，而且他听说我的话语会安

慰他。相反地，我的控制灵却连一点像这样的提示都没有给我。

多年后的今天，我回顾此事，我了解詹姆士要我学到我可以同时怀着信念和疑问。当时，我需要有信心地知道自己就是应该碰到这个科学家。如果詹姆士早点对我说明，我会了解我就是应该在那里，某一个人会来接近我，因为我们的波长一样。可是事先没有一个人给我详细说明。

那个教授和我做了三个月的朋友。虽然我不是个科学家，我却可以和他聊得来。他说的事，我统统了解。他显示给我看他的灵魂导师带他发现的事物。我们也可以聊目前尚无法利用的能量。我居然可以和他畅谈，我们俩都吃了一惊。

不像我花了好多时间在挣扎，他很快就能接受自己和灵的交流。

他相信他自己在做梦的状态去过其它星球。他描述他见到的外星人给我听，而且说：「他们真的到处都是，你只要去感受，就可以发现他们的存在。」

我问他是否和他们沟通过。他说他用数学的方式或是音符和他们互通消息过。

过了一阵，他变得令我难以沟通，因为我比较倾向针对此地和此刻而活。我关心目前我们的世界发生了甚么，我们可以如何自助与助人，灵界可以如何帮助人间，还有我们应该学会甚么样的教训。我难以接受他见过外星人，或他和外星人讲过话。

可是我甚至无法提出我的观点，因为我怎敢指责他的努力成绩？我做的事和他说的故事比起来，难道会让人比较容易接受吗？我让他知道，我能够欣赏他遭遇的一切，他在这世上并不孤寂，就像我也不寂寞。

我相信灵界的朋友要我有这场邂逅，如此我就会知道我不孤单，而世上有大概千百个像我这样的人。我们的路会交会，而我们的的心灵可能因此得到抚慰。我们对于交付到我们手上的东西有一份责任，必须和他人分享，教导他们也去打开他们内在的知觉。

我的朋友提到他遇到爱因斯坦，还有与爱因斯坦说话的时候，彷彿这个经

验是人间肉身对肉身的鲜活一般。

我问：「你将能够完成爱因斯坦统一场论未完成的方程式吗？」

他说：「不会。那不重要。日本人会完成它的。」

我问：「爱因斯坦给你的教诲中，最重要的是甚么？」

他说：「享受你有肉身的生命。」

当时我不懂他的意思。可是现在，我年纪比较大了，我想我懂了。我们必须活在当下，为明天稍做打算。可是最重要的是，我们必须明白生命会延续，然后享受人生。如果你可以把快乐与健康带给别人，就帮助别人。我相信这会是像爱因斯坦这样的人会想要的。

外公造访

我的外公和我特别亲。我把我之所以进入通灵的大门，归功于我的外公。所有我在这一行的一切，都可追溯到我的童年。一切都从外公托梦开始。

1980 年代，一个下雪的冬天，新下的雪盖住原来的冰。我很惨地跌了一跤，这一跤摔伤了我的膝盖和脚踝，使我站不稳。不过我还可以继续走下去，直到我抵达我住的那栋大楼。

我在前面说过了，我们那栋大楼的电梯经常故障。这一天也不例外，不巧又碰上我最需要搭电梯到二十楼的时候。

我腋下夹着许多包裹，想到要爬那么多层楼梯就害怕。我的膝盖和脚踝绝对不可能和我合作的。我等了大约十分钟，耳朵听着大家在讨论没有电梯给住户带来多大的折磨，不知怎么回事，脑海里出现外公的声音。他大声说：「我们以前都是用走的。我们以前都是用走的。你可以做到的。开始走吧。」

这么多年了，外公才回来看我！我很兴奋又热切地遵照他的要求。我已经记不得我是怎么忍着新伤，扛着包裹，爬完那二十层楼，可是我知道我们，外公和我，做到了。我只记得我十足喜悦地知道他在我身旁鼓励我继续走。

我走进我家，欢迎我的是外公以前抽烟管时的甜香。我觉得我被他的香气

拥抱。他的出现安抚了我。

令我惊讶的是，他以前从来没有来给个建议，或主动留下来和家人共处一阵子。他甚至没有告诉我他在新环境里学到了甚么，或是目前在做甚么。

他的造访虽然很短暂，我却满怀感激。我再也没有来自他的信息，可是我内心知道他从来没有走远。我问詹姆士为何外公来去匆匆，詹姆士说因为我在做梦的时候，老在大声呼唤外公，所以一个亲切的造访是合宜的。我又问为何我那天惨跌之后觉得不是太痛，詹姆士说他帮我贴了一个隐形的绷带。我喜欢这个答案。

外公来了又去了。虽然他停留的时间很仓卒，却给我带来温暖，更带来更多生命持续的证据。

外婆的探望

我的外婆远比一般的农家妇女要先进。她的智慧无穷，心地善良，又乐观。她每天都会对我说她爱我。

自从外婆在八十六岁离开人世，我就觉得她的灵在附近，不过她并不特别带有轻逸的香气。我对于细微的差别很小心；当感觉有灵来的时候，我必须能够明确分辨自己不是在做梦、不是在思索、也不是在期盼。我外婆来访的时候，我脑海里闻不到特殊的气味，可是我就是感觉到她在附近。

虽然我的外公生前是个裁缝，而且外婆每天都用缝纫机，可是我连一根线都缝不直。我的外婆在世的时候，她总是帮我缝，还会很有耐心地教我用缝纫机。现在我只要坐在缝纫机前，或是需要拿着一针一线，我就气馁地要哭。

1980 年代的某一天，我试着用缝纫机。我在心里对外婆说：「外婆，希望您可以在我身边帮我把线缝直。」

我一这样想，就感觉到肩膀被拍了一下。我知道那是外婆拍的。她在在世的时候，常会拍我来意味着「坚持下去」或「做得漂亮」。

她的造访也像飞鸿踏雪泥的短促，可是却再次提醒我，用缝纫机的时候，耐心是很重要的。

有时外婆会来到我的梦中，好带我旅行到她喜欢的地方。她最喜欢的地方是一个上面养了很多牛羊的农场。她以前就很喜欢农场上的生活，所以我很高兴地知道她对动物的爱依旧绵绵不断。

母亲的濒死经验

我的母亲从来不知道我和艾琳还有詹姆士的沟通。正如我早先说过的，她和我的外婆很疼我，在我早年默默承受了我这么多的事，所以我真心觉得我不需要麻烦她知道更多我在超自然界的活动了。

我的母亲在 1990 年代中期生重病而住院好几个星期。我每天花五到七小时在医院陪她。她有时昏迷，有时清醒。虽然她不大能说话，我却决定要和她做个实验。

她在昏迷中，我坐在她的床沿，开始对她说话。起初我谈到我们的家庭，她的孙辈，还有我们在一起的欢乐时光。然后我告诉她现在世界上发生些甚么事，并念报纸给她听。两个星期过去了，她动也不动，可是我拒绝放弃希望。既然我已经把人间的事都说完了，我决定把单向的谈话转个话题，如此她要是能够反应，至少是和她有点关系的事情。我明白也许我的努力会白费，可是我要试试那些从没试过的途径。

我开始在床沿唱〈当爱尔兰的明眸微笑时〉。

母亲不曾张开眼睛，可是她开始对我说话了。她说：「玛丽莲我看到妳了。」

我说：「可是你的眼睛是闭着的，妈。」她说：「我在这里看到妳。」
「这里是哪里？」

她回答说：「妳站在河的另一边。」

我问她：「甚么河？」

她说：「不是水组成的河。是在流动闪烁的光。它延伸得很开很广，除了『河』这个字，我不知道可以用哪个字来称呼它。」

「哦，好吧。那你现在在哪里？」我说。她说：「我和你爸爸在一起。」

「你喜欢那里吗？」我很好奇地说。

她说：「喜欢得不得了。这里美极了。」她继续说：「玛丽莲，你和两个非常好的人在一起。」

我问她：「哦？他们是些甚么人？」

她回答道：「我不晓得。不过他们似乎总是和你寸步不离。那个男的把他的手放在你的肩头。」

母亲既不知道我是艾琳与詹姆士的灵媒，也不知道他们到底是谁或他们长甚么模样。

所以我就问：「妈，问那个男的叫甚么名字。」

我母亲说：「我想他自称是杰可。」〔注：詹姆士的原名是雅各布，在拉丁文中变成（Jacob）。〕

此时我开始大为兴奋，可是我得提醒自己，我妈是在轻度昏迷中和我聊到我敬爱的詹姆士。

母亲接着说：「我不是很清楚他叫甚么名字。他可能是说杰克或佳可。但是我想他应该说的是杰可。」

「真的吗？」这对我而言应该是个小小的惊喜。

「是啊！他是这么说的——杰可。」我又追问：「那么那个女士又是谁呀？」

虽然我母亲从未听我提过艾琳，她却很有把握地说：「这还不简单？她的名字是艾琳。」

「她有姓吗？」

母亲说：「她大声嚷嚷着：『格瑞特！』」

这件事使我深深感动。一会儿我母亲的声音变弱了，所以我弯身凑近她，好听清楚她要说甚么。

我说：「那一男一女对你说甚么？」

「他们告诉我，我会好好的，还有，我很快就要到这里永远待着。可是你也会好好的，因为他们会永远和你在一起。」

我说：「那你觉得怎么样？」

母亲说：「我想还不错吧。他们看起来极为友善。」

「谢谢你，妈。你要醒过来了吗？」

「我是醒着的，傻孩子。」

「可是你的眼睛还是闭着的。」

「还不到我过那条河的时候哪。」

三个小时之后，母亲睁开了眼睛。她的意识就恢复了，直到再次进入轻度昏迷而离开人世。在那两个月中，她的脑筋开始不怎么清楚。我问她：「妈，妳记得妳跟我说到杰可和艾琳吗？」

「他们是谁？」母亲显然已不记得这回事了。

后来我母亲被送到疗养院去度过她在人世最后的日子，另外一件有趣的事发生了。

不管是甚么力量可以帮忙，我曾经请求这力量允许我母亲在我怀里过世。我认为这是一种福气，是给我的礼物。我母亲去世前三天，艾琳对我说：「待在疗养院。不要丢下她在一边。」我需要洗澡，艾琳指示我飞奔回家洗澡，然后再直奔医院。所以我就是这么做的。我真的是冲进冲出，怕见不到她最后一面。

第二天，甚么事都没发生，但是我和院方交谈过，确定他们给她适量的药物以减轻她腿部的剧痛。

第三天，艾琳说：「玛丽莲，就是今天晚上。好好守在附近。」

我一分钟也没有离开我母亲旁边。我把母亲搂在怀里，唱歌给她听。我一

边抽咽，一边心情沉重地哼着母亲在我的童年哼给我听的歌。我一面哭得像个孩子，一面努力试着记起所有她喜欢的歌。虽然我记不得大多数的歌词，我仍然把每首歌从头哼到尾。

除了哼唱与哭泣之外，我试着要她安心，她会好好的，很多她的家人和朋友会迎接她，还有最重要的是，我多么爱她，我又是多以做她的女儿为荣。

在她逝世前不久，我的小女儿和一位我们家的朋友，觉得需要来疗养院一趟。另外我们一位远亲也感受到需要到疗养院，可是却讲不出甚么事有这么迫切。她们三人来到这里，看到我边哭边抱着母亲，都不知所措。我一直抱着她直到她全身都凉了。

母亲的来访

母亲过世了。我忙着洗衣服和整理她的衣物时，她身体的香气弥漫在我身边。我说：「妈，请给我更多的迹象吧。」

几秒钟之内，我的左手手背上出现了水渍。我轻轻舔了水渍一下，它们带着咸味。直到多年后的今天，我仍相信那些水渍是母亲的眼泪。我向她道谢，请她留下来，常来找我。

我有好几个月没有收到她任何音信。我向詹姆士抱怨：「我可以帮全天下的人通灵；别人的爸妈去了灵界，还要跑来找我帮忙传口信。怎么我一点都感觉不到她，更别提看到她了？我觉得很心痛。我妈在哪里？」

日子一天天过去，没有人回答我的问题。后来有一天，我躺在床上，快进入梦乡时，感到我床上有东西在我旁边。我翻身察看，我妈在旁边。她穿着1940年代流行的的套装，剪裁合身，裙子的下摆则像小喇叭般的展开。她穿着高跟鞋和丝袜，身材娇小像贝蒂戴维斯。她看来大约四十岁。

我激动地说：「我在做梦吧？我一定是在做梦。」

她笑容可掬地说：「傻孩子，我是在你的梦里。」她牵起我的手，然后说：「玛丽莲，我要你跟我来。不过你要让在你身后的绅士把手放在你的肩膀上，这样你才不会走丢了。」

「好。」

「我们要到外面去，所以妳要记得穿拖鞋。我现在教妳，妳可要听好了，我要妳闭上眼睛，把脑子里的杂念统统丢掉。我们的速度会很快，所以抓紧我的手直到我告诉妳可以放开为止。」

我又急又乐，为了再次能见到母亲而兴奋。

母亲说：「释放你自己吧。」

我听到轰隆声作响，闻到浓重的马粪味道，我们离开了。我记得轰隆声在我离开我的身体时变得更大声。这一路，詹姆士都把手搭在我的肩上，免得我飞走了。

我们来到一个特殊的地方。我说：「哇！妈，太妙啦，这里像是布鲁克林区。」

她回答说：「我爱这里。这是我现在想要的。」

我注意到那里所有的人看来都像是四十多岁。我把这个发现告诉我妈，很不以为然地说：「多无聊！」

「不见得吧。我可以选择要变成二十岁，四十岁，甚至七十岁。」
「哇！」

「现在妳高兴了吧？妳看到我很好了吧？我下次要再来看妳，可能又要很多年后了，所以妳要把这一切牢牢记着。」她对我说。

「爸爸呢？」我问她。

她说：「哦，我现在不要他住在我家了。」

「真的吗？」

「绝对是真的。我自己一个人，这样很理想。」

我回来时并没有看到光或隧道。轰隆声和马粪味道又出现了，还有走在一大片湿草上的感觉。第二天，我起床，发现我后院阳台的门是开的，阳台上有

鞋子踏过而带进来的草和泥巴，家里也有同样的泥印。显然我昨晚出去了。要不然，这些泥和草是怎么一路带进我的卧室的？这样的证据教我吃惊、因为我完全不记得昨晚出过门或是曾经打开后阳台的门。我并没有梦游症。

我和灵界的互动使我的生命多彩多姿。不管是这现代社会里的人们，还是我的灵界朋友指引我认识的人或灵；是古代的市井小民，或是已经过世的家人，每次的相遇都像是高档的食材，让我的生活经过烘烤，嚼起来仍然津津有味；也像是罕见的染料，让我的生活经过洗练，看上去依旧鲜明如新。

第九章 海明威伴我十年

作家的问题从不改变。他自己会改变，他活在其中的世界也会改变，可是他需要解决的问题恒久不变，总在于如何真诚地写作；如果已经发现真理，如何将它反映出来，变成读者经验的一部分。

——厄内斯特·米勒·明威

1970 年代初期，除了詹姆士，别的灵也出现了。他们通常在我自动书写时与我交流。其中有一个灵似乎强到可以让别的灵进不了我的感应场，当然，詹姆士除外，因为我和灵沟通时，詹姆士永远是其中的一环。这个特别的灵也比别的灵待得久。他靠近我时，我总感觉到他是一个大约四、五十岁的成熟男性。直到好几年后，他才允许我感觉他是男孩的模样。我也感觉到他威风凛凛的说话方式，特别是他用停顿强调他的思维时。这个灵擅于写出他的故事。我后来发觉，他特殊的风格来自于，但不局限在，冒险犯难的亲身经验与纯净瑰丽的爱情记忆。他以前是，现在也仍然是个巨人。

这个陌生人总要我读艾泽拉·庞德的诗作，学习庞德清晰的用字。他也要我阅读散文家怀特，学会领略怀特细腻的随笔；当然，我们都不会忘记，怀特也写过广受儿童喜爱的《一家之鼠：小不点司图尔特》、《夏绿蒂的网》、《天鹅的喇叭》。撇开福尔摩斯侦探小说，陌生人还要我看阿瑟·柯南·道尔爵士在唯灵论力面的论述，还有以渴望乌托邦的韦尔斯的作品。经由阅读，我也认识了主张温和渐进社会主义的费边社。从这些作家的眼里、情感里、知觉里，我得以读到，他们渴望达到所谓的「完美」社会。多年以后，我读到艾琳的自传，惊喜地发现她过去读过同样的书。但她还不只是被动的读者，她根本就活出那个时代！她是费边社的一员，见过韦尔斯，还在 1931 年为柯南·道尔举行通灵会。

当时，这些作家写的书，都不是我通常会读的，可是为了尊敬灵界朋友的指导，我花了很多时间在图书馆，不论灵界指引我念甚么书，我都欣然接受。我读书时一直有个习惯，一旦开始看，不管自己有多不喜欢，或那本书有多乏味，我一定耐着性子从头读到尾。因为我觉得把书看完代表我对作者的诚意，自己应该要尊敬他们，不管作者是仍活在人间还是早已经作古。

像你可以想象的，我读了这么多的作品，我的生活也深受影响。一想到许多作家努力奋斗，甚至有时甘愿以自己的名声做赌注，才得以让作品发表，我就感觉到自己的渺小。他们以如此丰盛的思想盛宴款待我！我不仅读他们的作品，也在感觉他们写作时的情绪。因此他们的作品导引我更加了解他们的生命。他们的生命与热爱搅和在一起，而我的生命也因为他们的启发而更加觉醒，也更有意义。

有一天，我问这个陌生人：「你是这群作者中的一个吗？」

他很快地回答：「该死的！当然不是。」

我吓了一跳：灵也会咒骂？

然后詹姆士吩咐我去图书馆。我漫无目的地在心理学书籍的区域闲逛。过了一会儿，显然甚么事都没发生，我以为我把信息搞错了，也许应该到别的走道看看。我离开那个区，决定从作者姓氏由 E 开头的开始。直到今天，我仍然不明白为甚么我由 E 开头的姓氏开始，也许我是受了点拨，而那时没领悟到吧。我在那个区慢慢地走，在我正上方，一本放错位置的《战地钟声》从最顶层飞下来，差点砸中我的头；的确，只要再偏一时，我铁定挂彩。我看看周围，那整个区的数个走道，除了我以外，空无一人。接着另外一本放错了的书也仿佛生了翅膀，自己从书架上飞下，还好这回对我不造成威胁，我捡起来一看，这本书的书名是《旭日依旧东升》。

我想，灵界朋友一定在和我开玩笑，想试探我够不够镇定。我开始有些焦躁，可是我除了力求镇定，别无良策。毕竟，在这种公众场合，到处都写着「保持肃静」，人们的确也自顾自地安安静静读书、查资料。

我拿着那两本书，胃上方却起了反应，我感觉那里在跳动。我身体里的「盖格计数器」，就是太阳神经丛部位，开始边震动，边弹跳。我一身大汗，兴奋莫名。我看着手上的书，作者的名字——厄内斯特·海明威，是烫金的。我问自己：「我拿着这些书做甚么？」我身体内部好像有一个巨大的快活老人，使我的胃隆隆作响，促使它大笑。我感到那笑声起伏，脑袋里听到：「很棒，做得漂亮！」于是我把那两本书借回家去。

我太兴奋了，脑子里叽叽喳喳地全是问题，这使得我超过一整天都睡不着

觉。我抓住可利用的每一分钟做自动书写。我在纸上写下问题：「请问您是厄内斯特·米勒·海明威吗？」

我在纸上一而再，再而三地问同一个问题，都快发火了，可是我就是不放弃。接着我忽然从头到脚感到激动，我的「盖格计数器」又开始震动。几秒钟后，我的胃又开始上下隆隆动个不停。我的手开始发抖。我开始汗如雨下，但是我并不紧张，只在詹姆士说「他和你在一起，他会教你」的时候，感到好奇而兴奋。詹姆士的解释为我十年的成长拉开序幕。海明威带着力量来到我身边，我们后来的确发展出一段曲折的故事。

我们头两年的关系真是困难重重。我把他归类为厌恶女性者，玩弄女性者，还有会耍手段的人。我受不了他硬汉的作风。我解读他的个人生活时，常察觉到他的情绪，感受到他的意气风发与走投无路。他爱一个女人时会一头栽进去地全心投入。我不明白他怎么可以一次又一次与别的女人建立关系，而伤害他历任的妻子。我为她们的心碎而苦闷。有一天我终于忍不住，拜托他允许第一任妻子赫德莉和第二任妻子宝琳和我交谈，或带我遨游，让我可以与她们会面。我需要知道她们是否原谅了他的出轨。

海明威答应了我的请求，允许我感觉赫德莉的情感。我觉察到她的气苦、她的伤害、她的心痛，可是我也同时感受到她的爱意、喜悦、快活。虽然海明威移情别恋，娶了宝琳，可是赫德莉实在太爱他了，她渴望他快乐。这事远比起她自己的心摔得遍体鳞伤来得重要。她难受了好一阵，可是她最后终于及时走出来，又能够欢笑了。奇怪的是，我发现他历任妻子与情人都对他有同样的感情。她们爱他，情深意重到心里居然能腾出位子，为他能另外找到使他开心的女人而祝福。这种特质就是乌托邦的精髓，像韦尔斯所写的，在理想的国度里，你爱一个人爱得既深且切的时候，如果你爱的人离开你会变得更快乐，那么你不但会允许，甚至还会想尽办法成全。赫德莉就做到了。

海明威对他的下堂妻们都不错。只要他有的，一定会照顾到他的孩子和前妻，她们后来也都和他维持基本的友谊。不过，我不会因为他能够和前妻维持平和的关系，就感觉不到她们每个人内心深处的动荡，也不能教我就因此释怀而不为她们哀叹。一想到她们都曾经面对他的外遇，我就情不自禁地流下泪来。我曾用很强的思维对海明威尖叫着说：「我从你的前妻那里感觉你的过

去，结果我的五脏六腑都好像被撕裂了。你怎么能这样做？你这个卑劣的家伙，根本就不该结婚的。你让这些女人心碎，我再也受不了你啦！」

我可不像赫德莉和宝琳那么宽容。即使她们都接受了与他的新关系，我还是觉得自己没法掩饰对海明威老爹的愤怒。老爹会毫不在乎地说：「你成熟点吧。你太孩子气，赶紧成熟吧。」回顾当年我对他的感情生活的反应，以及他如何处理我的愤怒，我现在体会到我们在一起的时光有多珍贵。你可以想象和灵有这种对话吗？

萌芽期

虽然海明威的大男人作风和自命风流让我很反感，我却逐渐喜爱他，这足足花了我两年。我对他的敌意慢慢化解了；相反地，我对他的好感却与日俱增。

也许我对他的看法改变，是因为我了解了他的生活；我能够经由他去感觉他还在人世时对所在的世界的情感。他也邀请我去感觉，当时他身为灵，对于人间时事所怀抱的感情。我应邀感受他最深层的感情与他的灵魂核心时，常难以置信地泪流满面。我感觉他的感情，他也同样感受我的。我们心心相印，发现彼此对很多事物的感受都类似。他一点都不怕弹泪，也不怕诚恳地分享感怀。他会对很多事绝望而借着我呜咽，比如人类用有毒的废弃物来污染我们的地球，却大言不惭地以进步为名，就为他们做的错事找到冠冕堂皇的理由。我学会经由他去感觉到我以前从来不知道我可以感觉到的程度。老爹竟会对我打开心房，我也觉得十分震惊。

我和海明威在一起，有个意想不到的收获，就是我比较不怕在市街上走路。虽然我在纽约时，知道詹姆士把我照顾得很好，可是在我冒险走进纽约所谓的「坏区」时，像是老爹多给了我一层防护。我遇到目光狰狞，看来要找碴的人时，我不会被吓得不知所措，反而学到感受灵界要我从那人身上接收的情感。我常会一眼望进凶汉的眼睛，说些我从没想过我会说的话，接着就化险为夷，仿佛是海明威接管了整个情境。纽约的治安在 1970 和 80 年代是相当差的，本来就有詹姆士的保护，那时再加上海明威的陪伴，我可以每天走很多路而毫发无伤。

海明威的灵一来，我的待人接物就变得阳刚起来，尤其是我喝酒的作风。

有时候，我学来的英雄气概让我的大明药婆很不安。君儿对我明说，她不喜欢我喝酒，不过她也了解海明威借着我满足酒瘾，而我没法拒绝他。她补充说，我要解「海明威式口渴」时，她不会待在我身畔。她果然说到做到，但是我知道她从来不曾真正走远，而且我需要她时，她就会出现。我总为她不能待在我身边而难过，也因为她需要以这样的方式表达自己而心疼。事实上，她还是来到我的梦里，继续带我去她采草药的森林。她对我有定心的作用。

我无法把自己从海明威那儿拉走，而探索和学习的契机又锐不可挡，于是我们一起开始了这迷人的冒险。

老爹和我一起出席社交场合时，我只想喝苏格兰威士忌，而且我可以把它当水喝，一个晚上喝五杯都没事。但第六杯就会让我醉垮了。

多年以后，我读到哈奇纳写的《海明威老爹》。哈奇纳在书中提到海明威有一晚在哈瓦那的酒吧，以十六杯黛克瑞（daiquiri）创下店里的酒客饮酒最高纪录。这个故事教我不寒而栗，因为我没法不联想到如果我还一直用海明威的风格喝酒，像我那样直到第六杯酒沾唇才感觉到酒意，我可能早就酒精中毒了吧。难怪君儿在那段时间不想靠近我。无论如何，我撑过了海明威的酒瘾，而朝着积极正面的旅程学习。我透过海明威的感觉来冒的险真是教人难以相信。

海明威喜欢谈论生活和人、他们对不同情况的情绪反应、还有对能够被改变的事物，人们做了何种尝试。他总是鞭策我去推测哪些人是光说不做，哪些人是只做不说，还有在极罕见的情况下，哪些人既会说、也会做。他强调他对真相的热爱。他说作家应该说实话，尽可能把作品写得逼真，可是有时稍微改动一下实情也是无可厚非的，只要那是一个善意的小谎。他总是说，**要把故事说得好，人必须要活在那个情境，要身历其境，否则说不出故事的真相。**

我每天都很有恒心地写日记，我不只为詹姆士写，也为海明威写。

我先生、女儿，和我偶尔会去麦迪逊广场花园观赏现场摔角赛。老爹会坚持要我带纸笔，因为他要我把发生些甚么事写下来。他不准我把它付诸记忆，说任何人都不可能栩栩如生地记录那些事件，除非他们把最精彩的部分做了笔记。我想要让他高兴，所以就照他的话做。我尽可能把经过的细节都准确

记下来。老爹会指挥我放慢速度，要我花时间观察在场子内的两名与赛选手。他说：「看他们的脸。试着感觉他们现在的感觉。学着观察正发生的事，好了解他们的努力。把这些要点写在纸上，我们以后再回来添加细节。我会教你如何把笔记变成有头有尾的好作品。仔细看那个刚才被抛出场外的人在做甚么。他是真的痛吗？他的戏演完了吗？他真的是摔得满天星斗，分不清方向了吗？」老爹借着和我讨论这件事的方式，教我如何使用停顿的笔法。他有时笑得太猛，使我的胃又在作响。我常会觉得我想告诉场上的「恶棍」快滚吧。我不仅被当时的比赛迷住，还从老爹的意识去感受这整晚的热闹和老爹盎然的兴味。

我有幸和老爹产生互动，教我热血沸腾。那时我很难保持淑女的礼仪。直到今日，我不明白我如何可以一面感到能量奔腾环绕周身，一面还能够继续扮演我自己的角色。

人们常对我说：「你为甚么要记这么多笔记？你总在写东西。」我找了个借口，说很久以后，等我的孩子大了，有了她们自己的孩子，会想看看自己小时候发生了哪些事，那么这些笔记都是很好的纪念，也可以与她们的孩子分享。我没有告诉别人我正在帮海明威做记录。

所有我和老爹一起从事的活动都记下来了。

他尝试透过我写作。他会给我大量的思潮，要我写成文字。惭愧的是，讲到像写书一样有章法地写作，我只有辜负他的期望了。我抄笔记是一流的，也跃跃欲试地想帮他多做些事，可是我就是不能听懂他的对话而抄录在纸上。我们花了数不清多少时间在写对一个句子或词组，双方都没预料到会有这么大的困难。他会很气闷地让我明了，我绝对不可能成为帮他执笔的作者。可是我还在努力，他也勉为其难地想把我导到正确的方向，希望自己有一天能利用我完成他尚未完成的著作。

他会告诉我该动笔写东西，而别再浪费时间画画。我过去常抗议：「可是我爱画，也爱写些跟每个人生活有关的小诗嘛。」

他则会嗤之以鼻：「不行。这实在太幼稚了，而且又浪费时间。」然后他会大笑，补一句：「况且你画得又不好。」他可不怕告诉我任何话。问题是我

喜欢画随笔，有时我还画得不赖呢。我这一生都常画些涂鸦之作，就像海明威心系写作，我热爱的是画画。我的热情都靠画图来表达，而他则是靠着写作和过冒险犯难的生活。我觉得自己无法胜任他要我做的工作。

我拚命花时间为他写作。我写得糟透了，而他竟然毫不留情就让我知道，我让他有多心灰意冷，同时我也一定写得没劲了。不管是甚么事件，我那时不懂要怎样更有效地倾听，好把他的情感诉诸文字。对我而言，两个男人在比赛场地摔来摔去，搞得鼻青脸肿，甚至有时可能重伤，两人却还乐此不疲，这教我难以下笔。我就是不爱写血淋淋的场景。我明白自己封杀了他很多的实况报导，对此我感到抱歉。

我在倾全力挤出时间来为老爹努力的同时，仍然得扮演其它角色；我还得试着当一个贤妻良母和称职的家庭主妇，詹姆士的课也不能不管。我找不到固定的时间和海明威写作。好不容易腾出时间了，我又态度欠佳，再加上我讨厌他挑的主题，我们常原地踏步。他讲话从不暧昧，也从来不会留三分余地，也就难怪他会理直气壮地要我明白：他来找我是要我为他写作的，我最好放聪明些，自己想办法为他抽出时间来。我只能猜想他觉得我是一个很蹩脚的作者。他口头上给我的上好材料常被写得乱七八糟；我不但没把笔记、他的话语、他的热情，转换成巨作，好似重新打磨镶嵌的钻石戒指，耀眼更甚从前；我反而写得像是撞毁的火车，惨不忍睹。写作这一行需要许多技巧和耐心。毫无疑问地，我不知道怎么写作。

讲到把老爹的**思维形诸文字**，这个工作成了我们一灵一人的心智尖叫比赛。我想我使这个可怜的灵受到很大的挫折，他几乎要恼羞成怒了。他频频移到我的肩头，我都可以感受到他不满的嘘声。他知道我不是作家。他来找我，是因为知道我愿意接受挑战，可是我离他想要我表达的程度还太远。我从来弄不懂起承转合，不是一块作家的料。

而我的委屈也不比他少。事实上，我的委屈可能比全世界最高的山还要高了吧。有一天我问詹姆士：「怎么作家的灵会跑来找非作家？不是应该是物以类聚，作家找作家、科学家找科学家、数学家找数学家吗？」

詹姆士立即为我解答：「嗯，你在你提到的那些方面，都没有专长。这反而使这个挑战更刺激。这个经验本身对你，对海明威先生，都是一个不断学

习的课程。」

我忍不住想到，我应该要学到**集中注意力，培养耐性**，和允许灵界朋友想说甚么就说甚么，而不是由我来规范该呈现甚么。于是我客气地同意继续和海明威的互动。

多年以后，艾琳告诉我，詹姆士觉得既然我已经做了那么多自动书写，学习接收大量的信息，再形诸文字，造就文学作品，应该不是一件难事。她还说，我有从海明威的情绪去体会如何把传送给我的思维，写得条理井然的能耐。话虽如此，可惜的是，对老爹和我而言，我们的目标终于没有达到。

我们在一起的初期，老爹建议来个小测验，要我为他写个短篇故事。这么做是想看他可不可以很强有力地把思维传给我，也看我是否能以足够的感情来收集这些思维，好找到合适的字词。我同意接受考验。我花了许多时间潜下心来，感受到全身有一股全新的热情在澎湃。好几次我感受到他的情感，企图不顾一切地把他的信息写成合宜的形式。然而，时间宝贵，让自己完全沉浸在海明威的世界是我做不到的奢侈。他丰沛的情感固然像美玉，我却不是好的雕刻师傅。尽管困难重重，我们还是一起完成了一个短篇小说，叫做《帕可国王与伊芙皇后》。这篇黑色小说是讲一个流浪汉杀了一个如惊弓之鸟的老师，最后赔上了自己的性命。这篇小说不只写得差，而且我还得从我自认为是海明威的思绪与海明威指点过的素材下手。最大的难处在于每次老爹传给我他要我写的东西，我就得用流畅的英语把他的思绪重写出来。这个活成了艰巨的工程，即使今天回想起来都还会让我发抖。

我把这篇小说投到一家大杂志社，被返了稿。编辑说篇幅太短。我很无知，还写了一封回信解释：「这本来就是篇短篇。」

老爹要我完成他未完的作品之前，已经称呼我为「女儿」。他甚至为我写了首诗。那首诗其中有一段是这样的：

来这里，来这里，小女孩，小女孩，今日请来坐于我的膝盖。我会看着你，拥着你，照拂你，直至永远，当我们一齐消磨时间。

分手

我们的关系进入第六年了，我仍然达不到海明威的期望。有一天我半开玩笑

笑对他说：「也许你该另外去找一个作者。」

老爹说：「谢谢你。为了不让妳失望，我打算这么做。」他接着告诉我，我们的时间有限，他将会和另外一个女作家在一起。她年轻，没有我的家累，而且她写得挺好的。她的家人了解灵界，所以她比较能随心所欲地和他一起奋斗。他还告诉我，我的接班人的母亲也是一个极有天赋的通灵人。她的母亲叫做莉奈。

发现我们在一起的时间不多了，我在日记上写下这一段：

我将每日簌簌流泪！

记取你曾投掷向我的愉悦！

你给我的苦恼也将永志不忘！

我会带着爱意记取一切，

因为我曾真心爱你。

遗忘如斯之灵将是困难一桩——

我会永远爱你——我将要——我现在就爱你！

又四年过去，有一天他告诉我，他必须离开我去和一位可以把他的思绪记载下来的作者合作。我有些为他兴高彩烈，也为自己凄怆。他揶揄我说：「我找到一个年轻、有活力的作者，而且她心甘情愿为我作牛作马。」

我说：「很好，我为你高兴。走吧！」

我祝他好运，要他善待新的红粉知己。尽管如此，他要离开时，我悲伤得不得了。老爹的离开伤了我。十年与灵的相处是很长的时间，尤其是他每天都会把他最深的思绪对你坦白，允许你分享，和从他的角度去感受知觉。他初来时，我花了两年才接受他进入我的生活，虽然试着完成他的作品让我们灰心，我们一起拥有过很多曼妙的经验。我对他讲话的特殊风格已经日益熟悉，也习惯感受他的思维。我觉得不仅失去一个朋友，我自己的一部分也消失了。我无人可以分担悲凄，心里空洞洞的。我的确告诉詹姆士，我会感激他不再引进另

外一个像海明威的灵到我的生活里，因为分手是难以忍受的锥心之痛。詹姆士不接受我的论调，说我还可以有更多成长，也还有更多事要从灵界学习的。

海明威故居一游

1990 年代初期，我的小女儿来佛罗里达州玩，并邀请我同往佛州最南端的西郊岛一游。那次渡假本来是很闲散轻松的，我们打算要和一般观光客做一样的活动。我们参观了所有知名的夜景点，欣赏了卖艺人的场子，吹足了海风。我的女儿突然问我是否想参观海明威的故居。我想，这会是一个怎样的经验呢？女儿知道我读了许多海明威的作品，可是她那时并不清楚我和海明威的灵有甚么关系。想到即将看到和感觉到老爹的生活方式，我的心为此狂跳不已。我们走到海明威故居和纪念馆，看到一只六爪猫。老爹经常提到某个船长曾留给他一只六爪猫，我想这只一定是繁衍众多的后代了。一见到这六爪猫，我兴致勃勃，觉得这一天会是一个大好的感觉日。

我们走近故居大门，我忽然觉得恶心，好像有一个发电机在脑子里嗡嗡作响，让我头晕目眩。我的身体好像在急速旋转。我无法呼吸，双脚好像铅一样重，几乎无法动弹。我知道如果我再多走几步，进到那间房子里，我可能会再也找不回自己。就在我的头好像遭了重击，脚下的地仿佛自行转动，而我的胃又极度难受的时候，我察觉到一只熟悉的手触到我的肩负，像过去许多次一样，导引我的身体，走到离那房子较远、比较安全的地区。一到大街上，我的症状全都缓缓消返，我又能主宰自己的知觉了。我谢谢詹姆士，告诉他我真的觉得一旦我走进老爹的家，我可能就永远都会把自己输给老爹的灵了。我好不容易挣扎着做自己。海明威的故居在向我招手，而我必须用我的每一丝本质来对抗瞬间来袭的力量，好让自己的心智和身体都不会被接管。

继续做我自己，比听任这股强劲势力支配更为重要。我更想作为人妻、人母，以及詹姆士的灵媒，而且这些角色也是我的福气。当时我真的觉得我快把自己的生命交给老爹了。但是我可不想做海明威的女人，无论是情感上、心智上、身体上，还是心灵上。我很清楚地让詹姆士知道我在想甚么。直到今天，我一点都不想再回到老爹的故居，也不愿再质疑那天到底发生了甚么事。

圆满

1990 年代末期，我在佛罗里达州遇到一位女士，帮她做了解读。然后她

说：「我的女儿刚刚完成厄内斯特·海明威未完成的作品。他的灵来找她。」

原来她的女儿和海明威开创了大有可为的事业。我帮她解读的这位女士就是海明威合伙人的母亲，也是一个通灵人，平常也做超自然方面的研究。

那时海明威已经从我生命当中离开好几年了，所以遇到莉奈使我记起海明威以前对她女儿的赞美。他们果真完成了一本书，这让我心里很像被冬阳照着的温煦。

我不经意地对她说：「真的啊？她住在新泽西州吗？」

「是的。」

「她的书出版了？」

「没有。出版社对我女儿说，那本书看起来像抄袭的。因为风格太像海明威了，他们拒绝出版。」

反省

我后来问詹姆士：「为甚么你要让我和海明威合作十年？我该学到甚么？」

詹姆士说：「玛丽莲，海明威来是要给你一个礼物。你学会了督促自己、珍惜时间、怀抱耐心，还有最重要的是，了解甚么在你的生命中是重要的。记得你去参观海明威故居吗？他愿意你回到他身边，可是你拒绝了，你挣扎着做你自己。这是你身为女人，最重要的学习契机了，因为那当儿，就在那里，你决定孰先孰后。每个人都得做抉择，你在那时做了你的抉择。海明威想回来与你再次合作，可是我告诉他，他的灵和能量已经完成你可以从中学习和成长的了。」

我问他，海明威是否为此不愉快。詹姆士说海明威给我一个最真诚的大笑，整个灵界都被笑声震动了。詹姆士又补充说，和其它海明威合作的对象相比，海明威把我当个婴孩在宠。我谢谢詹姆士再一次让我能够安稳走在自己选择的为人妻母，与为灵喉舌的人生路上。

我的思维回溯到那些和海明威共处的年岁，不知道他为何选择明知无法胜

任写作的人来合作。不知怎的，我觉得好多了。虽然我内心深处明白老爹有时会窥探我在做甚么，我觉得他像是父亲在守护他的女儿，知道詹姆士、艾琳与君儿每天都让我过得更充实，他就欣喜地离开了。

海明威的确给了我礼物。他教会我不要只停留在表面上看人，而要透过深层去感觉他们的灵。他要充分活出生命的每个部分，而彻底发挥所有的潜能。能够感觉到他这种热忱，真是我难得的享受。身为作家，他充满对人类的同情，总是真正经历过他写的冒险，然后才把经验转换成旷世巨著。我常感受到他为那些受苦难的人悲恸，特别是我们走在纽约的街上。我们会一同遇到无家可归、饥寒交迫的流浪汉，和他们打招呼，拿出我身上仅有的钱或食物，请他们享用。虽然我一开始觉得他对女人最残忍，但是我后来成熟了，可以丢掉我自己的偏见和倨傲，逐渐以对父亲的敬爱来对待他。

我回顾那些年岁，发现我学会了很多教训。我现在明白，除非我真正认识一个人，否则我永远不应该论断，无论此人是在人间还是在灵界。这话说来容易，但是我们的确经常轻率鲁莽地为人们下断语。打开我的感情和内在不再是空话。每个人都有很多面，人们不仅是我们读到或听到对他们的报导而已。要真正了解一个人是很复杂的，但我从老爹那儿学到怀抱更大的同情和了解。我也觉得我在这一行变成比较好的老师。我很谨慎，不妄下断语，在评估问题之外，一定要了解全盘状况。我有时很难把超感官层面的感觉与精神层面的感觉区分开来，因为我两者都看得到。有时我还是感觉不到，所以我要更加小心，采取观望的态度，而不要妄加评断。

假如海明威再来找我，我会很尊敬他，也希望自己不会再傲慢地对待他。我也不会再责难他如何对待他的妻子。我会完全不在意他和历任妻子的关系，而会和他开玩笑：「好吧。今天的功课表是怎么安排的？您希望我怎么表达那个想法？」

我知道老爹正在好好教那些需要他在生活中指点一二的人们。我那满头银发、肩膀宽厚的泰迪熊现在可能正笑得不可遏抑，而震撼了整个灵界吧。

老爹，谢谢您的来访。

第十章 鬼的现象

短暂的睡眠之后，我们永恒地苏醒，就再也没有死亡。

——约翰·邓恩

住在布鲁克林高地像是每天在和纽约谈恋爱。我住的小区是有名的古迹，每一条街都充满了过去的事迹。有些街道上的公寓是由存放马车的库房改建的；大多数则保留原本的褐色砂石，还光荣地標示建筑年分。有些可以回溯到十八、九世纪。人们可以在任何一条街上漫步，感受到老房子散发出来的能量。布鲁克林高地是美国的神奇地区之一，鬼在此到处出没；他们似乎觉得走来走去，让大家看得着，是很自在的事。

鬼在许多场合显像。他们通常穿着他们活在人世时的服装。鬼在某些街道出现的次数比较频繁。鬼定期在这些壮观的建筑物中进进出出。能够亲眼见到这些鬼是特殊待遇。我相信在我们小区待过的人，几乎每个人都或多或少感觉到鬼的存在，即使他们拒绝承认。也许他们会对他们自己说：「喔，这里是布鲁克林高地，你还期待些甚么？」

我有许多朋友也对布鲁克林高地的特殊感到敏感。有些人承认他们看过一两个鬼，不过在那个年代，这种话题仍然不是会被拿出来公开讨论的。

我的灵界朋友也很爱这个小区。他们会指引我走到某条街，就为了让我看鬼在午后打扮得花枝招展地闲逛。有些女鬼戴着帽子，上面有很大的缎带结；她们穿着得华丽又典雅；抓褶的泡泡袖、荷叶边、蛋糕裙。这些鬼一定是从维多利亚时代来的。还有一些打扮成 1920 年代放浪不羁的新派女郎，披着大围巾，穿着起须边的裙子，留着削短的头髮。

我不知道这些鬼是否觉察到我在场，因为他们大多时候只管他们自己，完全忽略我的存在。鬼似乎只想做他们一直在从事的活动。

旅馆员工

我们在纽约州的北部有一个小别墅。我们通常到那儿避暑，可以远离都市的尘嚣、污染、人群，而享受乡居的宁静。这栋房子位于丘陵的顶端，丘陵则

是毗连着一个树林的入口。走进树林就会有人造的小径通到几处不同的地点。有一条小路通向一个大旅馆。人们通常会从林间走快捷方式到旅馆。我总会看到穿着白衬衫黑长裤的年轻人走向树林，再走到旅馆。

一天我坐在外面看书，两个穿着上班服装的男子走向我。他们看来很正常，我正预备向他们问好，没想到他们走过我旁边，竟从我的房舍的墙壁穿进去。那时是太阳当头照的大白天，其它人都在做他们的例行公事。我心想，邻居都没察觉到异状，我能亲眼见到这个事件，实在是幸运。

那两个显像只是在继续做他们活在人世时做的事——从林间抄小径到旅馆。他们面无表情。对我而言，他们的动作是善意的。别人看到类似的景象可能会惊慌失措，然后或许要编个故事出来，可是我不会这么做。他们只不过是做他们认为很平常的事罢了。

有些人去世以后似乎被困在鬼的显像里。我个人觉得，也许那就是他们想要待的地方。就像布鲁克林高地的鬼每天爱煞有介事地出来散步，许多其它地方的鬼也每天都有他们的例行公事，因为那是他们想要做的事，无论他们是为甚么要重复做相同的事。我也相信这也是他们必须要待的地方。

我在纽约州北边的鬼朋友们来去都随他们高兴。他们从来不与我对招呼。我过一阵子就对他们不感兴趣了。

我的小区

大厅那头的邻居过世了，我一直看到他以鬼的形式在试着开门。一天我正在等电梯，又看到他在与门锁过不去。我说：「嗨，阿里。你好吗？」

他转过身看我。

我在心里对他说：「你不需要试着把锁打开，只要直接走进去就好了。你只要想自己在公寓里，你就进去了。」

我对他说过话之后，再也没有见到他企图打开前门的锁了。

闹鬼的公寓

我刚结婚时住在布鲁克林的柯林顿丘。从小就习惯看到鬼，我很笃定他们

真的对他们被锁定的时候感到兴趣。所以我第一次遇到闹鬼的事件时，也需要学习这件对我来说是很新鲜的事。怪的是，我居然被它吓到了。我隔壁邻居家在 1965 年发生的事和以往大不相同。起初我以为只是一个女人在啜泣，可是那个声音变成嚎啕大哭和重击声的时候，我很清楚某些可怕的东西可能正在出现。

在隔壁公寓出现的東西溢了出来，到了我家里。我的卧房和门厅的灯暗了下来。有些地点特别冷，好像冰窖一样，可是我却在出汗。我还听到仿佛有人用粉笔扫过黑板的刺耳声音。这开始让我受不了。我平常可不习惯别人没有礼貌。

无论是人还是鬼，我都不喜欢其粗鲁的行为，所以我决定捍卫家园；心里对着噪音的制造者大叫，要他停止这让人烦躁的声音。我以为他的活动停止了，就回到卧室，准备就寝。我一进到房间，门就自动啪的一声关上，然后我听到哈哈大笑。我试着打开门，却发现它上了锁，怎么推都推不开。因为我不想再激怒这个鬼，就钻到被窝底下，希望能耳根清静地入眠。大约在凌晨三点，我的房门开了又关，关了又开，这样开开关关吵得我睡不着觉。那个喧闹的鬼和我没完没了呢。

我无法保持镇静，气得大吼，要他马上停止。我说，我很乐意与他谈一谈。我得到的答复是一股臭味。死鱼的腥臭弥漫了我的房间。

我不再说话，转而向灵界的师友求救。我不知他们到底做了甚么事，可是那个吵闹的鬼离开了，也把臭腥鱼的味道带走了。

第二天我问我的邻居，前晚是否听到任何噪音。我永远不会忘记她脸上惊恐的表情。她问我是否可以私下聊聊，又要我答应她，千万不可以将她告诉我的事对她先生讲，也不可以告诉邻居。她不了解，我可是守密高手。

她告诉我，她已经有好多个漫漫长夜无法睡觉，因为她总听到一个啜泣的女人在敲门，也听到小孩在哭着求救。她还告诉我，她闻到令她想吐的味道。我安静地听她说完，然后我告诉她昨晚发生在我家的事件。我不愿让她知道这一生都在和灵界打交道，所以我就只有轻描淡写地说：「假如这种事再发生，无论甚么时候，请你不要客气，记得来找我。」

这种骚扰持续了几天，然后就停止了。几个月后，这个邻居一家人搬离了纽约州。

他们搬家后，我开始探究闹鬼事件的背景。本地的图书馆可以调查出我们的小区是否发生过不寻常的死亡，所以我就去找自杀和谋杀的案例。有些我找到的资料是特别针对我住的大楼而写的。

有几桩死亡案例引起了我的兴趣。其中有一件是两个孩童要不就是自己从七楼窗户跳下致死，要不就是被迫跳楼。他们原来是一对患有唐氏症的双胞胎，由母亲独立抚养，而证据显示她是无辜的。我向另一个邻居打听此事，她说我们大楼的人看见或听到这一对双胞胎孩童的声音已经是稀松平常了，她自己就曾亲眼见到他们从她的客厅穿过。他们是从她正上方的公寓往下跳的。我告诉她我家曾经闹鬼的事，请教她那个女鬼会是谁。这个邻居猜测她可能是那两个孩子的母亲，她最近过世了。

这不是一个轻松的话题，但我的邻居很渴望与我讨论。她很感激我把此事摊开来谈。我和她又谈了更多关于我们大楼的事，所得到的信息都很宝贵，尤其是其它三件发生在我们大楼里的自杀事件。

鬼的喧闹并不会烦到我，可是我许多邻居说，每到那两个孩子忌日，他们就被鬼的活动搞得很害怕。我们讲述自己的经验时，都对彼此类似的情节感到惊奇。

隔壁的新芳邻

隔壁的公寓空了没多久，就搬来了一户和我们年纪相仿的小家庭，我们逐渐熟稔起来。他们搬来一年半后，家里的闹鬼现象又开始了。那个太太不清楚原来的闹鬼事件，我也宁愿不作声，因为她很容易大惊小怪。话虽如此，有一天我却接到她的电话，要我马上到她家去。我看到一个外形像人的东西在毯子底下睡觉。她也同意我的看法，说那也是她见到的东西。我知道她的先生在上上班，只有她和小孩在家，所以我不愿让她的压力变得更大。我征得她的同意，悄悄地走近床边说：「不管谁躺在床上，请到别的地方去。」

一个男鬼起身离去。我的邻居被这个现象折磨得有点发抖。她又透露她的隐私在过去几天被侵犯了。这些现象统统是闹鬼的特征；她说她的打字机自动

自发地打起字来；听到有人啜泣的声音；还看到她认为像是儿童的阴影。此种情况演变得很糟糕，连保母都说听到来历不明的声音，还看到物品被来历不明的力量动来动去。他们来带过孩子之后，都不愿意再回来看小孩。

我目睹一台老旧的打字机自动自发地按下空格键，还在一张白纸上重复打了字母 X。喧闹的鬼就留在她家，从来没有回到我家来。那些鬼从不伤人，但他们似乎想得到我们的关注。我的邻居怕得不知如何是好。她的先生一在别处找到工作，他们就搬走了。

来喝杯茶吧

又过了几年，一个也住在我们这栋大楼的朋友打电话告诉我，她遇到鬼的奇怪经验。我从她的声音听出她有一丝害怕，所以我很努力地试着要逗她开心。我告诉她，为那些鬼摆好桌子，请他们来饮茶。她认真接纳了我的建议，然后她打电话谢谢我，说她送出邀请后，他们再也不来了。

我现在回想起来，觉得很悲哀，许多人愿意接受鬼现形这回事，却毫不考虑和他们沟通。恐惧、迷信与无知使人们错失了机会，而不曾与共享空间的灵交谈。我的经验使我相信，灵可以提升到某一个层次，在此层次上，他们如果选择要沟通，是可以做得到的，而要不要主动和他们聊天就在于我们了。

我在布鲁克林高地的公寓，帮助过另一个朋友和鬼沟通。她住在十七楼，而我住在二十一楼。她女儿的卧房正好在我女儿的卧房正下方，中间隔了三层楼。

我的大女儿还很小的时候，有一天晚上我醒过来，听到有噪音从她的房间传来。我走进她房间，没有闻到异味，却见到一个黑影盘旋在我女儿上方，企图帮她把被子盖好。我想：喔，我们这儿来了一个鬼。

我心里说：「跟我来，跟我来。离开我女儿。跟我来。」我走到客厅，坐在沙发上。然后我心里说：「请当我的客人，请坐。」那个鬼听了我从心里送的信息，坐在我对面大约二十秒，接着就从地板上消失无踪了。

翌日早上，我接到我十七楼朋友的电话，要我帮忙。她并不知道前晚我家发生了甚么事，也不知道我讲鬼放过我女儿。我朋友告诉我，她前晚在她女儿的卧室看到一个鬼。她说她大为惊骇，竟然吓得尿湿裤子。我问她为甚么选择

我来当倾吐秘密的对象，她说她觉得我是唯一会了解她而不会笑她的人。她说这番话时觉得天经地义；既然我们彼此的女儿的卧室就平行地隔了三层楼，她来预先警告我是很自然的事，还有我们过去的谈话包罗万象，所以她相信我是会了解她的。其实，那时她并不知道我的能力，我们也不是特别亲近，我相信这个朋友是用她的直觉在找人帮助她，只是她那时还没有觉察到罢了。

我说：「你绝对想不到吧——那个鬼也到我女儿的房间，还在她床上盘旋哩。」

她说：「请到楼下来帮我。」

我回答道：「嗯，我想那个鬼住在我们的大楼里。我想是哪个过世的老太太。」

我到十七楼等那个鬼，然后我说：「请跟我回来。」

最后，我终于邀请到那个鬼和我上楼。我对鬼说：「拜托，如果你不在我女儿附近徘徊，我会感激不尽。我很高兴有你这样一个客人。我们可以做很多有趣的事。你可以和我一起逛街。你可以和我去学校。我在学校当义工，帮学生改进阅读能力时，你也可以和我在一起。我们可以做的事可多啦。」

我再也没有听我朋友说这个鬼回到她女儿的卧室。她甚至使出浑身解数来避开这个话题。坦白说，我当时还真庆幸这件事就这样结束了。我可以体会有些朋友会害怕，因为他们不了解。人们常会用复杂的意义去诠释这类事件。大多数人被好莱坞洗脑了，所以对鬼怀着这么大的恐惧。

大多数人遇到鬼时只需做的事就是对鬼说：「请你离开。」如果说这话不管用，那么艾琳给了一个很好的方法：「邀请我们来喝杯茶。」许多人以为送鬼走或请鬼来都得来一套繁文缛节以讨好灵界。其实这些大张旗鼓的仪式是毫无意义的。艾琳经常告诉我这些仪式逗得灵界很乐，以致他们会成群结队地去那些仪式场合，看我们如何荒诞地举行这些活动。我猜灵界把人们的这类仪式当成喜剧欣赏了吧。也许艾琳请灵或鬼喝茶的建议是一种说「欢迎来我家」的方式，这样就消弭了恐惧，虽然假使鬼决定接受招待，可能许多见过鬼显像的人会立刻昏倒。

我对自己不怕鬼感到幸运。当我遇到鬼，我对他们的态度和我小时候没有两样。我从事驱鬼活动时，总告诉鬼或灵：「嗨，来吧，我们一起坐同一张桌子。我们来聊天。如果你不能说话或我不能了解你的思维，都不会有问题的，因为我了解我们没联结在一起。我向你保证，我们过一阵子就会过了这个难关。」

即使我知道鬼没有肉身，无法实际喝任何东西，但我总是殷勤地请他们喝茶或咖啡。我告诉他们，我明白他们现在是以鬼的形式出现，无法给我任何信息，可是也许他们可以把想法告诉我的灵界朋友詹姆士和艾琳，这两个灵会帮他们和我沟通或引导他们去一个较高的层面，如此他们或许可以抛掉身上的桎梏。

鬼以他们肉身的模样现形。也就是说，如果鬼在生前曾是 1890 年的血肉之躯，他可以选择以那个年代的形貌、衣着，与用语回来。

至于不以鬼的方式现形的灵，我觉得他们的智力要比鬼高，也比较复杂。他们可以从许多前世当中自由选择一段时间来和我们沟通。比起仅在一个地方出没的鬼，灵可以做很多的事，比方说，灵能够选择以鬼的形式出现，以便我们可以看清他们身为肉身时的模样，所以他们以鬼的形象出现时通常是很短暂的。灵喜欢直接进入我们的思维来沟通，或者他们也喜欢帮我们开发其它形式的沟通管道。

喧闹的鬼现形是有其原因的。我总是要了解他们的原因，以便我能帮他们解决问题或为未了之事做个结束。

葬礼

我的朋友桃乐丝和我曾经去布鲁克林高地最美、历史也最悠久的教堂参加葬礼。当致词者在温馨地赞美逝者，我见到鬼的精髓在形成。起初它只是隐隐约约，可是随着致词的人越来越多，鬼的显像就愈来愈清楚。

仪式结束，我们受邀去逝者家人的家致敬。桃乐丝和我选了一张小沙发坐。我先坐下，接着我注意到鬼坐在我旁边，留下给桃乐丝的空间小之又小。

我开始感到不自在而担心两件事：第一，我得告诉她，如果她继续靠过来，她就要坐在逝者身上了。第二，我太了解桃乐丝了，她一旦知悉此事，可

能会当场吓坏了。

我决定单刀直入，告诉她就坐在离鬼数吋的地方，所以她最好挪一挪，让鬼可以做得舒服点。桃乐丝很沉着，她不仅站起身来，还大声地说：「玛丽莲，我必须离开，妳可以和我一道走吗？」

我们在几星期后发现，有些参加我们邻居葬礼的来宾看到他在我们大楼的玄关散步，而这个新闻马上就在邻居间传开了。

我另外还有一个朋友猝逝于进展急速的脑瘤，我有几个学生和我都去教堂和她说再见。

黛西坐在她自己的棺材上，对着我们微笑。她清清楚楚地让我们知道她的灵还活着，也让我们明白她很开心地聆听牧师致词。葬礼完毕，每个参加葬礼的学生都向我报告他们看到黛西坐在棺材上。怪的是，我们都因此而感到安慰。

也许这些鬼和灵让我们这些天眼通明白，他们不希望大家记得他们在棺材里或骨灰坛的样子。或许他们在自己的葬礼上出现来强调他们这个观点。在我做过的通灵会上，许多灵要问生者的第一个问题就是：「我一直在家里，为甚么你总到墓园去？我不爱那个地方。」

当我把这话传给生者，他们经常吃了一惊，因为他们本来以为，唯一可以找到安慰的地方就是让逝者安息的墓园。无论这听来多不符合大家既有的观念，我也能体会大家会觉得古怪，但很多灵和鬼真不想待在墓园里。他们都说他们只要陪伴在家人身边，看他们继续过日子，就是最好的慰藉了。他们不想看到我们哀伤、悔恨、生气，或感觉任何他们觉得会有碍我们成长的情绪。

因为灵喜欢作乐，而且要求我每天到可以给他们带来欢笑的地方，所以我常逗他们：「我要穿墙了。我要穿墙了。你们看得到墙吗？我要穿墙了。」

他们也不甘示弱地回答：「妳在童年就已经学会这个教训了。妳如果真这么做，就会搞得鼻青脸肿。」

我每天散步时都会从路人身上感受到他们的创伤。为了减轻这种感觉，我们会找一些有趣的事，有时是有双重意义的标志，有时是玩耍逐闹的儿童，有

时是脱了皮带在公园里玩的狗，甚至是看鸟儿群戏。当然，我们也有严肃的时候，像是他们在教我如何打开自己的内在来拥抱超自然研究。

这么多年来，从我参加葬礼和去墓园时目睹和学到的，我非常清楚，灵和鬼一点也不留恋他们肉身被葬的场所。他们要继续他们的灵魂之旅。

在羊头湾驱鬼

当人们怀疑自己家里闹鬼，我会要他们先采取合理的步骤来探讨噪音出现的根源。家里会出现噪音的原因可能不计其数，闹鬼只是其中一个很罕见的原因。

譬如说，电流经过房子底下可能引起噪音和混乱，也可影响到房子底下的磁场，就进而影响到供电与用水。门关不紧也会造成怪声。你的屋子可能正缓缓往下倾斜，所以尽管你用尽方法来关门，它还是关不上。当有人告诉我水龙头自己打开，我请他先检查水管，确定它没问题；也要注意水龙头开关，如果转不紧，就要修理。从水龙头出来的异常水温，可能和热水器设定不当有关。

如果所有可能的原因都检查无误，而人们还是觉得心里有疙瘩，这时也许他们可以考虑和像我这样的人谈一谈。如果他们不是在夸张，也没有幻觉，更没有说谎，我当然会尽可能提供援助。

我不是心里医师，也不能用医学上的方法断定一个人是否在幻想，所以我必须依赖我自身内在的感觉，还有更重要的是，全然信赖詹姆士和艾琳。如果真的需要驱鬼，他们俩会带领我执行这项任务。

我最后于 1990 年早期在纽约执行的驱鬼任务中，有一次是帮助一位在绝望之下打电话给我的年轻母亲。她相信她在布鲁克林区的羊头湾的公寓有鬼出没。她很害怕，也很忧虑她小孩的安全。

每逢我要负责驱鬼，都会严格要求屋主遵从我的原则：只准家人在场，不许接触电视、广播、报纸等媒体的记者。屋主不得点燃香烛或任何会将气味飘散的玩意儿。我总会带一些胆量够大的人来全程纪录当天的事件。我还另外会带两到三个通灵人，这些人可以给我他们的看法。如果情况许可，我还会请一位医学界的人来，以备有人万一吓晕时需要。

羊头湾的屋主却没有依我的要求去做。我们到了她家，已经有二十多个人在等我们。她赶忙道歉解释，她只对一个朋友提起，没想到一个传一个，大家都想来看热闹，最后竟然来了这么多人。

这可不是好的开始。可是，我下定决心要帮助这对母女，我仅仅告诉他们可能发生何种状况，要他们听从我的指挥。然后我把他们分成好几个组，一组待在楼下，其它三组待在楼上，分别是母亲的房间、女儿的房间，以及浴室。

空气很凝重，整个二楼都被这种气氛给包围了，又以女儿的房间为最严重。一只仓鼠在笼子里倒栽葱似的在旋转。

我开始向灵问话之前，需要清查人员。我请我带来的工作人员先待在屋主女儿的房间，告诉他们我会马上回来。

我先清查我请他们待在楼上浴室的组员。我敲了几下门，可是没有人响应，我反而听到大笑从里面传出来。我有点气这些人不合作。我试着打开门，可是门却是锁着的。所以我跑下楼到后院，从那里往上瞧浴室的窗户，可以看到里面的灯是亮着的，而笑声也不断从那里传出来。

我回到浴室门口，继续敲门。门突然被推开了。我对这些人不知轻重而愤怒，正准备下逐客令，可是他们却一脸茫然望着我。他们告诉我，浴室的门突然上锁关上了。里面暗暗的，因为打不开电灯。我把我的所见所闻告诉他们。他们之中没有一个人听到我的敲门声。而且他们还声称有冷冷的手摸他们的头。这些不经事的人们被吓得惊慌失措。这个小插曲把他们吓够了，他们决定乖乖待在楼下。

我们继续研判，最后推论女儿的房间是闹鬼最凶的地点。我的预感告诉我，那个作怪的灵需要一位男性来和我们沟通，所以我们必须要有人自愿承担这差事。于是我征求自愿者。有一名男士很热心，可是他却不是灵心目中的理想人选。当时的情况很明显，灵已经挑上了另一位叫彼得的男士。彼得蓦然坐在屋主女儿房间的地上，目光呆滞，全身无力。

彼得开始流泪，然后他转为抽咽，在那个当儿，詹姆士使他进入出神状态。彼得于是能够告诉我们，一个小男孩的灵在附近。然后彼得开始为小男孩的灵传话。我们发现小男孩生前，从后面的消防梯上滑落，头撞在水泥地上，

后来就因此而死。他的父亲是个常会殴打妻小的酒鬼。根据这个小鬼的说法，他的父亲被冤枉指控害死了他。接着，小孩父亲的灵也来了，说他的孩子句句属实。

事实上，有两个鬼在那间房子里，但是是那个男孩在作怪。詹姆士接着报告说小男孩的灵和父亲的灵得以团圆。彼得像个小孩一般放声大哭。詹姆士要小男孩的灵离开这家人，回到衍生他的灵魂那里去。

任务完成，我们就告辞了。我觉得调查和求证灵界给的信息是请我们驱鬼的屋主的责任。这个案例的屋主后来去查证房子的历史，证实了以前的确有个小男孩从消防梯上不慎失足滑落，由于他的父亲曾经虐待他，邻居们先入为主地认为是他的父亲把他推下去的，就诬陷了这个父亲，而法院以谋杀罪为其定罪。

这个一度令人惊恐的故事有一个令人啼笑皆非的尾声。一星期后，我接到那个屋主的电话。她说：「妳可以把那个作怪的小男孩请回来吗？我的女儿很想他。」

被骚扰的佛州教堂

我搬到佛罗里达州之后，在 1990 年代中期，许多教友在附近某一间教堂中，被不明事物骚扰而怨声载道。许多女士坐在位子上就觉得有东西在抓她们的脚踝，还有刺鼻的怪味和吵闹声干扰到神父的讲道。这种情况越演越烈，教友逐渐都不来了，教堂于是遭遇门可罗雀的窘境。教会的执事者审慎地从各个教派请人来驱鬼，但都未能奏效。教会也接洽了一些灵媒，而他们却婉拒了这个差事，因为他们声称邪灵潜伏在里面。

最后我被找来了。我带了我的老班底；几位通灵人，一位灵媒，还有前来邀我们去驱鬼的人。我们准备了录音机和照相机，也有人专门负责纪录全程。

我抵达教堂时，我的太阳神经丛部位就开始跳动。这种身体的反应通常是暗示有事要发生了。我开始大量出汗，觉得头晕欲呕。可是我的直觉就告诉我，这里的灵并不邪恶，而是为了某事在生气。我走到圣坛前，詹姆士要我躺在地板上，其它的事就交由他来处理。

我进入出神状态，詹姆士以可能是古阿拉姆语或拉丁文与捣乱的灵沟通。

那个灵告诉詹姆士他何以如此愤怒：他某个前世曾是这个教堂的牧师，而他对于新任牧师和许多女人搞婚外情感到义愤填膺。这个灵用恶臭和抓女教友的脚踝来表示他的轻视。詹姆士和灵对谈之后，原来一团混乱的教堂又回复平静。

我离开之前，又照例重新检查一切来确认任务圆满达成。我重新打开教堂的大门，得到灵的暗号，知道一切都正常。我们没有开灯，阳光也不曾照进来。可是圣坛后面有一扇巨大的彩绘玻璃格窗却亮了起来。没药的香味依稀在空气中发散。我知道詹姆士那天表演了一场奇迹。

据我所知，教会换掉了那个牧师。多年来没听说他们再被鬼或灵骚扰过。

可可与布拉松

人们十之八九不了解他们可以和鬼一起玩得开心。丽塔是个例外，她既是我的学生又是好友。

1990 年代初期，我在佛罗里达遇到一个名叫茱迪的女士，她问我是否可以帮助她赶走一个恼人的鬼；这个茱迪看不见的鬼喜欢在她家把东西移得乱七八糟。茱迪说这些鬼的活动让她很惶恐。

丽塔与我一道去茱迪家。我进入完全出神状态，而詹姆士说话了。詹姆士联络上这些淘气的小鬼。他说她们俩是一对小姊妹。可可与布拉松生前住在茱迪现在住的地点。小姊妹于 1930 年代遭到谋杀。她们俩以为吓茱迪是很有趣的事。

这两个鬼同意离开，可是詹姆士相信她们需要一些教养。他征询丽塔是否可以照顾可可与布拉松，他会送她们俩去她家。丽塔是纽约市的退休小学老师，对小孩的心理有很透彻的了解。丽塔对詹姆士对她如此看中觉得受宠若惊。此外，丽塔觉得看到东西被移动与听到鬼的笑声会是一件逸趣横生的事。所以这是一个完美的组合。

可可与布拉松就这样来到丽塔的家。这里堆积着长毛绒作的填充动物布偶、穿着美丽衣裳的陶瓷娃娃天使、还有大大小小，数以百计的独角兽。这两个姊妹待在她卧房的某一张床上，她把她们叫做「迷你鬼」。丽塔会走进卧房，摸摸比较冷的地方，然后说：「我知道你们在这里。我希望你们喜欢这里。现在你们有玩具可以玩了。」她早晚都会和可可与布拉松打招呼。有时丽

塔回家，看到毛绒动物布偶散得满地都是，她就会责备他们，然后说：「布拉松与可可，你们住在这里要守规矩，请不要把我的家弄得脏乱不堪。」

从那时起，玩具都待在床上，相片也不再移位。她们果然循规蹈矩了。

一年后，詹姆士告诉丽塔，可可与布拉松在她家待得够久了，她们已学会了这个经验，现在是她们走下一步的时候了。丽塔以前就知道当詹姆士准备好了，他就会把她们俩带到别处。尽管如此，那天真的来临了，丽塔还是依依不舍。

课堂上的鬼

很多年来，我在布碌仑区的瑞奇湾的某一间公寓教授不同程度的通灵开发课程。这间公寓常有鬼在里头出没。而女主人从前住的那间公寓也是以鬼屋著名，甚至有一本书在列美国闹鬼最盛的地点时，她以前住的那间公寓还堂堂名列前茅呢。此外，纽约一家颇具盛名的通灵研究中心也曾调查过她的家。

有时鬼的活动会很多，这时我们都可以看到、听到、闻到与感受到他们的出现。物品会被重新放置或消失。鬼的脸会从房子不同的地点观望我们。有时他们会从客厅的窗户外面盯着我们，这其实是很奇怪的，因为这间公寓是在三楼。我们看不到手会碰我们的手和头。有些来上课的女同学胆子很小，可是男同学常常只是面无表情。

有一晚，我要学生为地测术的课程作准备。我向他们解释要做些甚么事，要他们做几个练习之后，我们决定带着我们的地测棒到玄关去。在练习时，我们之中有几个男学生把眼睛蒙起来，然后手上拿着地测棒。他们正这样练习，一对年轻的情侣从外面约会回来，爬上楼梯，要回到他们自己的家。一个男学生的棒子猛然对他们俩抽动，巧的是当时还有听来像是「喔……」和「啊……」的奇怪声音从我们的女主人家中传来，令人毛骨悚然。

我们这群人企图完成这个练习，而且我们都习惯鬼的恶作剧，所以都不在乎那些怪声音。可是那对小情侣可就无法如此镇定了，他们面色苍白，加快脚步逃离大楼，仿佛生命危在旦夕，就靠此仓卒一逃了。

我在翌日接到女主人琳达的电话。他告诉我那对情侣怕得不敢回到大楼里，女孩的父亲得强迫她经过琳达家门口。我们确定以后再也不会把我们的课

程移师走廊，可是我们还继续用她家上课了好几年，鬼也总是来捧场。

我搬到佛罗里达后，鬼仍然持续来听课。这些温和的存在体常会把他们的本体迭在几个学生身上，我们总是毫无异议接受。我们了解不是所有人会邀请鬼和灵到课堂上，可是我们没有这一条禁忌。

我的学生把重心放在联络上，我们永远都会把爱延伸到灵界。无论他们愿意以何种形象展示给我们看，我们都欢迎。对我而言，他们是爱的力量，与光一起来。灵或鬼总是鼓励我们庆祝我们的存在，同时还不经意地使我们大家增进我们的觉醒。

我的学生中，很少有人是怕与灵界联系或不敢见到鬼的。大家有共识，知道这些情况可能出现，如果一旦出现，在学生身上发生的效应是美妙的。对有些人而言，这种事例证实他们一直希望成真的想法为真，而生命在肉身完结之后果然继续存在。与这些灵界的存在体沟通使大多数人对此想法深信不疑。灵界朋友让大家感到自在，就好像与自己的老友谈心一般。

第十一章 万物皆有情

世传，公冶长能解百禽语云。

《明代青州府志》

动物的灵也能显像。我自己的经验使我对是否所有物种都能显像感到好奇。通常我不会刻意去倾听植物在说甚么，除非我接近它们或它们有话要对我说。如果它们的讯息事关重大，一定会传过来的。我与动物的互动，不论是还有肉身还是已在灵界，都热闹滚滚，有时我觉得自己像个怪医杜立德。

爱狗史努吉

我还是小孩子时，吵了好几天，求我爸妈准许我养狗。我们家境不怎么宽裕，我爸爸觉得养大狗花太多钱了，所以我不能养大狗。但他也作了让步，说小狗可以。我妈和我约法三章，说好遛狗、喂狗，还有帮狗清排泄物，都会是我的责任。这些条件，我统统答应。我后来也真的都做到了，只除了我生病需要卧床休息的时候。

我妈和我到了狗的收容所。我们看到一只小狗盯着我们看，我就知道牠是属于我的。我们想要看隔壁笼子里的小狗时，我的狗急忙跑到牠的笼子的前端，对我汪汪叫个不停，好吸引我的注意。笼子开了，牠一跃而进了我的怀抱。

我们给牠取名叫「史努吉」。史努吉是猎狐梗犬和米格鲁的混种。牠有猎狐梗犬的颜色，可是脸和短毛都像米格鲁。我们马上就焦不离孟，孟不离焦起来。我们吃饭在一起，玩在一起，睡在一起，我不上课的时候都黏在一起。牠是我生活的喜悦。

史努吉活了十一年。牠去世后，我感觉牠跳到我床上，就像牠过去会把头靠过来，依偎在我旁边一样。有一晚，我妈和我都听到牠从食盆里把水舔光的声音。还有一次，我们听到牠的趾甲刮在我们旧油布地板上，发出辟啦啪啦辟啦啪啦的声音。每逢下雨天，我就闻到错不了的湿狗毛味。牠的灵一直和我们在一起，直到我们几年后从那间公寓搬走为止。

多年以后，我先生和我从我旧时的小区开车经过。世事沧桑，我小时候住的建筑物已然不在那儿。那栋建筑物原是二次世界大战时期充公的，它早该在我出生之前就该拆除的，现在终于被拆掉了。我想是为了要盖现代化的房子吧。

我们接近我童年时的旧址，我看到一只和我的史努吉长得一样颜色和斑纹的小狗走在我前面。我必须压抑住自己澎湃的情感，不让自己叫出来，因为我先生不大清楚我能看到鬼。我在心里将史努吉一把搂到我胸口，也传心意给牠，让牠知道我在摸牠的毛，亲吻牠。我也送意念给牠，请牠和我来，与我住在一起直到永恒。我挚爱的狗一定听到我的心语了，因为牠转身看着我，然后牠才化为无形。那天值得纪念，因为我得到这么珍贵的礼物。

自从那天之后，史努吉曾经来拜访我，待在我家好几次。只要牠来，我一定传心语给牠，要牠和我睡在一起。我总记得牠来我家玩时，我感受到牠舔我的脸。那种感觉真是美！

史努吉还是肉身时，我见到鬼就告诉牠这个知己与死党。牠会朝他们叫个不停，见他们穿墙，还常常去追他们。现在我一想起牠去追穿墙的鬼就觉得好笑，可是我自己以前也常作同样的傻事。

我爱史努吉来到我的生活中，也会永远爱牠。家猫鲁希法我们一家人与家猫有特殊的感情。我们的家猫，因为颜色乌黑，我叫牠鲁希法，就是恶魔的意思。我给牠的昵称叫鲁伊或鲁鲁，因为别人在场时，我不好意思叫牠的全名。

我第一次见到鲁伊，牠才一个月大。牠本来还太小，离不开牠的妈妈，可是把牠送走的小孩没法再照顾牠，只好割爱。

牠是一只漂亮的小黑猫，可是我担心我先生不会接纳牠。我对牠说：「你必须说服我先生，让我们家欢迎你。」

我们带牠回到家，用旧的面纸盒作成牠的床，还买了小玩具给牠玩，让牠觉得舒适。接着我们让牠在一旁。我先生正在小睡，那只猫成功地从面纸盒里爬出来，爬到我先生小憩的地方，然后牠在我先生的背上将牠袖珍的膀胱排空。我们母女三人啼笑皆非。我先生很生气，可是当时的情况又很像在演喜剧。我们母女私下捧腹大笑，都说这只猫果然特殊。

鲁伊和我好像是心连心。我们住在二十层楼，我怕牠从阳台上坠落，所以我会在心里告诉牠：「别离阳台边上太近，做个乖孩子。」牠听了我的话。

我花了很长的时间才信赖牠，于是牠可以在我们在纽约州北部的房舍随意游荡。它会失踪数小时，而我就担忧牠是否成了别的动物的猎物。我先生的态度比较健康，坚持鲁伊应该自由自在地在外面玩个痛快。有好几次我大声呼唤牠，牠不响应，我的神经就紧绷。可是数小时后，牠会在我们门口出现，喵喵叫着要我们开门。牠的每日森林一游叫我焦躁，就好似一个母亲为子女担心一样。一阵子以后，我想起我可以用我的能力去叫牠。我下定决心，再三练习，终于成功。我三不五时就会接到牠的讯息，告诉我牠很好，不过就是在阳光下躺在老橡树旁。我并非仅依赖这个本领来和牠沟通；不过终其一生，这种沟通方式是我们特有的模式，我们就是能心意相通。

鲁伊十八岁时得了白血病。牠一直就是一只瘦猫，生病以后，体重更夸张地掉到三磅半。医生建议我们让牠安乐死，省得牠痛苦。

我问詹姆士：「是牠走的时候了吗？」他说不是。

我告诉医生：「我要带我的猫回家，看我是不是能好好帮牠调养回健康的模样。」

医生说：「玛丽莲，你办不到的。你不但没法子妙手回春，还会延长牠的痛苦。」

我把这只奄奄一息又瘦得像皮包骨的猫带回家，对我的女儿说：「从现在开始，我要把每分每秒花在照顾鲁伊上，直到牠好为止。所以你们要多分担家事。」

牠病到这样，已经无法排尿，身体其它的机能也快不能工作。牠的健康状况糟透了，可是詹姆士说牠还不到死的时候，而且说如果我好好照顾牠，牠应该会复原，所以我拒绝结束牠的生命。我对于詹姆士告诉我的话深信不疑，而且我需要鲁伊康复。

我每天用一块软布包着牠，把牠系在我身上，这样牠就可以感受到我的体温，听到我的心跳。有时我觉得牠骨瘦如柴的身躯在我的胸口摆动。牠已经两

个星期没有吃固态食物，可是牠让我喂牛奶和维他命。我用一个娃娃的瓶子装牛奶喂牠喝，还帮牠按摩肚子，希望能帮牠消化。我把维他命已和鱼油的胶囊打开倒进注射器，然后射进牠的嘴里。渐渐地，牠摆动的次数越来越频繁，最后终于康复了。我的两个女儿在这段惊险的日子里都很支持我。我们让牠感受到我们对牠的爱，从不单独抛下牠。牠一直活到快二十三岁。

1987 年，我的父亲快要逝世了，而我的猫的情况又再次不乐观。

我对牠说：「我最后一次对你说再见了。我知道我回来时，你已走了。」我边说边哭，心情沉重，但是我非得到南卡罗莱纳州看我爸不可。

在飞机上，我在心里努力想父亲喜欢的几部老电影，用意念把精采片段送给他，并对他说：「爸，我爱您。等等我，我就要来了。我就要来了。您一定要等我。」我的侄子来机场接我，说我爸意识不清，胡言乱语，一直在说甚么老电影，又说要我赶快到他身边。我侄子的话证明了我成功地把意念送给我爸了，而他确实也在等我道再见。我到他床边，对他说话。过了一会儿，他要我离开，他好上路回老家。他说他要自己一个人。我们都明白彼此都不会再看到对方了。我离开医院没多久，他就逝世了。

当天晚上我接到我女儿的电话。她说：「妈，我们在医院。鲁伊必须要走了。牠得让妳知道才能走。」

我心如刀割。动物医院很仁慈，允许我女儿把话筒放到鲁伊的耳边。牠的眼睛闭上，准备长眠的当儿，我还可以对牠说话，送牠走。

我的小女儿珍很勇敢，她一直抱着鲁伊直到牠闭眼。到了那个节骨眼，即使我在那儿，我也不可能再让牠康复了。詹姆士告诉我，牠的时间到了，而我相信他。鲁伊和我父亲于同一天逝世，我觉得自己同时失去了父亲和儿子。

鲁伊走了以后，我天天试着召唤牠。我在脑海里看到牠在家其上活蹦乱跳，和我玩绳子游戏，或是在我写日记时坐在我旁边的炉台上。可是那都是我想象的，不是真的。

几个星期过去了，我仍然牢牢抱持着鲁伊生病前健康快乐的模样在脑海中不放。有一天，我在写日记，我从眼角瞥见一根瘦瘦的黑尾巴，接着身体其余

的部分缓慢地出现，最后，一只和实体大小相同的猫出现了。我的鲁伊以鬼的形式出现，做着牠老爱做的事：栖息在我们的炉台上，感受炉子指示灯的温度，而我在写日记。

我看着牠，而牠也看着我。我伸出双臂，要把牠抱起来搂住，牠的显像就失踪了。我并未召唤牠或祈求牠出现。我的爱猫真的来拜访我了。自从那次以后，牠来找过我很多次，但时间都不长。

小黑猫赛迪

1992 年，我去纽约玩，和朋友正在逛书店，我听到有人叫我的名字。我不予理会。那个声音又再唤我：「玛丽莲，到书店的后面来。我是赛迪。」

我走到后面，看到一位女士独自坐在那里。我看着她，心想是她在叫我。我说：「对不起，是您在叫我吗？」

她说：「不是。」

我告诉她：「我听到一个女人的声音说，她的名字叫赛迪。这里有人叫这个名字吗？」

然后她说：「可能是那只猫吧。」她指向一只坐在地上，正望进我的眼睛的小黑猫。

除了我和鲁伊之间超强的心电感应，我通常不会听到动物说甚么。我可以接获一些牠们的想法，作一些零星的心电感应，可是我还没有把能力应用到感觉更多的动物，有动物叫我的名字还是头一遭。

那只猫对着我说话，不知怎地，就联结到我的思维，我发现自己在心里响应牠说：「谢谢你叫我。」我告诉牠，牠美极了，而且牠的名字对我而言很特殊，因为我的母亲也叫赛迪。牠回答说牠明白，所以才要见我。

我们从书店离开，可是并未走远，因为我才走了没几步，心里就嘀咕着该回去。我愈是不理会，我心里就嘀咕得愈厉害。所以我们又折返，我急忙冲到后面去找刚才介绍赛迪和我认识的女士，可是我遍寻不着。

我问前台的店员赛迪和那名女士去哪儿了。他要我形容那只猫和那位女士

的长相。然后他告诉我，那位女士已于数月前逝世，她生前习惯坐在书店后面，对猫说话。他接着说，那只猫还在，他很高兴他的朋友主动联络，谢谢我告诉他这件事。我被这只不同凡响的猫和牠的鬼朋友深深感动。这个奇遇永远深印在我脑海里。

骏马山姆与猪小姐苏西

1990 年代中期，我接到一位女士打来的电话。她问我是否可以到她的农场让她生病的马得以康复。

我说：「我有一个会复原疗法的朋友。」我指的是丽塔，她用双手来帮人康复。

丽塔与我到达农场，看到了我们有生以来见过最高壮的马。丽塔站在牠身边，她的头顶还不到马的胸部。和马一比，丽塔像是矮人国来的。这匹马蹦蹦跳跳，嘶叫不停，又作势咬人，把丽塔镇慑住了。

丽塔试图为马施行复原疗法时，我在农场散步。十分钟后，我听到有人呼唤我的名字。我转身欲响应，可是看不到一个人影。接着我又在脑海里听到一个男子的声音：「玛丽莲，回到马棚来。」

我回到马棚去找叫我的人。我只看到丽塔和女主人，而丽塔还是怕碰触到这匹巨兽。我走到女主人面前问她：「您叫我吗？或是有个男士走到外面唤我？我刚才在田里。」

女主人说：「我没叫你啊。」

我说：「好吧。那您介意我坐这儿吗？」此话一出口，我脑海里又听到：「哇！是妳来的时候了。」

我看着那匹马，而牠也看着我。牠在心里对我说：「我要告诉妳一个故事。请帮我说给我的主人听。」

我也在心里回答牠：「说吧，我洗耳恭听。」

「告诉她不要把我放到牧场上去。我不要去维吉尼亚州。我喜欢留在佛罗里达。告诉她我还可以跑个两年。还有，很对不起，我把隔壁的马栏给踢垮

了，可是谁要她把这匹美丽的母马关在我旁边，我就想和牠亲热。另外，我的名字是山姆，不是麦克。」

我把这些话传达给女主人。她说：「哎呀，我的天！我已经安排好所有的事宜，几天后就要把牠搬走了。我本来预备要在合约上签字，然后就要送牠去维吉尼亚了。就凭着你刚才对我说的话，我是不会把牠送走了，因为牠告诉你的都是实话。两天前，牠把马厩踢翻了去接近关在隔壁的母马。我们还以为牠疯了。」

我继续把马告诉我的话说给她听：「她早该知道我要那匹母马，这就是我踢翻马栏的原因。」接着牠以英国腔说：「我已经与妳交谈完毕，玛丽莲。现在我准许令友触碰我。」

我说：「你说甚么？」

牠说：「你可以告诉那个康复医疗师，她已得到我的许可，得以触碰我了。」

然后我看着丽塔说：「丽塔，牠准备好了，牠不会伤害你。你可以开始碰牠了。」丽塔终于可以把手放在山姆身上，好好帮牠复原。

我们快上车时，我说：「等一下，我听到苏西在叫我。」

我问女主人：「苏西是谁？」

她说苏西是一头黑色的大肚小猪。我一听了她的话就往回跑去与苏西碰面，因为我从小就特别喜欢猪。

一头全世界最漂亮的小猪朝我走来。我说：「嗨。」牠凝望着我，然后娇滴滴地说：「所以妳就是玛丽莲，才和山姆说过话的那位？」

我说：「是的。我感觉你也受了伤。你要不要我请康复医疗师回来？她叫丽塔。」

「不要。有一根刺在我的大腿根部。你可以帮我把它挑出来吗？」

「不好吧，我不想伤到你。」

「我知道。我知道。请你告诉我的主人。她会弯下腰来把刺取出来。」

我很快活地告诉女主人，这真是完美的一天，能够和她的动物交谈，我觉得很庆幸也光荣，而最大的惊喜就是和苏西小姐交谈。然后我补充：「牠告诉我有甚么东西陷在牠大腿里了。如果你能帮牠把它取出来，牠会很感激。牠认为那是一根刺。牠说牠现在走路不便，因为它引起感染了。」

女主人低下身来检查苏西的大腿，很惊讶地发现果然有根刺在牠大腿里。她把刺拔出来。现在是我该离开的时候了，我谢谢苏西，也谢谢山姆，显然牠在和我谈过话后，已经「无事返朝」了。

我们要出去的时候，所有的狗统统站成一排，好像在向丽塔与我致敬。我为丽塔高兴，因为她帮了山姆；我为苏西小姐着迷；我们两个都觉得高兴得要飞上青天，因为工作顺利达成。我们觉得自己可以善用自己的能力来帮助动物，是有福之人。

大柏莎

植物也有生命，也会感应。我们可能不是在同一个层面沟通，但它们确实可以感受到我们的情感。

我过去在纽约市的公寓里种了上两百株的植物，很多是我自己从种子或插枝长成的。看它们成长是一大乐事。我常对我的植物讲话，告诉它们我有多爱它们，还有它们是多么美丽。

我需要修剪长得过盛的枝叶时，总是先向它们道歉：「对不起，我必须帮你剪头发，我是不在意你随意乱长，可是邻居会抱怨。如果我伤了你，请接受我的歉意。」我负责讲话；它们负责听话。我不知道这是否有帮助。

当植物欣欣向荣，我可以感受到它们。我相信每个人都可以。你去花市时，也许会注意到某些花草树木特别生气盎然，仿佛要对你说话似的。下回你经过一株植物，花些时间注意它，然后说：「哇！你好漂亮啊！」你也许会发现它的叶子会朝你舞动，似乎在感谢你的恭维。

1990 年后期，我从我的朋友莎朗·麦康奈尔的家里出来。我说：「莎朗，有一个女性叫柏莎。柏莎需要很多水，她很渴。」

莎朗瞧着我说：「再说一遍那个名字。」

「柏莎，她很渴。也许她是从灵界来的。我不知道。但不管她是谁，她渴极了。」我回答道。

莎朗边笑边说：「玛丽莲，转个身。」我转了身，除了一些树之外，甚么都没看到。

莎朗说：「看你正前方。你看到一棵巨大的湿地松吗？」

「看到了。」我说。

莎朗说：「你瞧爬在湿地松上的蔓绿绒，朋友在它还是小幼苗时把它给了我。它长得好快，我们给它一个绰号叫『大柏莎』，笑它像德国在一次世界大战中，以射程远著名的火炮大柏莎。它需要很多水。」

第十二章 分享知识

我们人生中每个举动，都会触动心弦，奏出永恒的乐章。

爱德文·胡背尔·恰宾

我会做的每一件事都是可以教给别人的，也就是说你督促自己去学习超自然各方面的学问，你就会成功。这和学其它的科目没甚么不同，都需要你专心。也就是说，只要你**从错误中学习**，你就会发掘你自己的长处和缺点。我常告诉我的学生每天要用功，日日得鞭策自己。如此，你终究会有成就，而你会心满意足，尤其是你失误比较少的时候。

每个人都可以学习内在觉醒，当然每个人在这一方面都可以有不错的成绩。人们必须训练自己有清明的心智、真诚，和一颗充满信赖与爱的心，如此才能成长。我们成长时，整个社会会改进，人类会被提升到一个更高、更好的境界，那里有爱、成熟、仁慈、体贴，与和平。基于以上的信念，我在 1970 年代末期开始教开发通灵潜能的课。

我从来没有为我的课做过广告，可是很多人却听说了我的课。我用电话接龙的方式来公布课程相关事宜。我通常只打电话给三个人，请他们每个人再邀一到两个人。我理想的上课人数是十二到十五人，可是不知怎么回事，来上课的人数最后总是远超过此数。有些星期六的晚上，三、四十人会跑来，挤在纽约市的布鲁克林区、皇后区，或是曼哈顿某个小公寓里，一起上开发通灵潜能的课。因为椅子常常不够，大家坐在地上是司空见惯的事。如果没有足够的空间，我们就打开公寓的大门，让大家坐在走廊上。大家也都了解健康不佳的同学可以优先使用椅子。无论如何，我们都能随遇而安。

很多学生从很远的地方来，常常找不到地方停车。许多人坐公交车或地铁，还要换车，也不是件容易的事。可是他们还是来了。我的学生来自各行各业，有医生、律师、自然疗法的医疗师、老师，还有作家。尽管大家的背景不一，有时彼此的社会和经济地位差距悬殊，可是同学们都处得很好。

每一次的研讨会大约是四到五个小时，我们在此做各类超自然研究的实验和练习，比如心电感应、心测术、能量场的解读、静坐冥想、降灵车专桌、地

测术、复原疗法、神游、知觉车专换，还有灵媒传话等。有时我只教其中两三样，比如心电感应、心测术，和能量场的解读。如果所包含的科目比较少，我会要求学生做密集的练习。每一个项目都要花上好几个小时。

人们常大为惊讶，搞不懂自己怎么如此容易就打开通灵方面的能力。我一直都乐于目睹学生显露出他们的能力。所有该做的都做了的时候，不可思议的结果的确会发生。然而，可不是光来上课就会发挥潜力。大家必须学习和多加练习，而不该小看这门学问，也不要因为一时还看不到想要的成绩，就觉得无趣而把它丢在一旁。你想开发你的能力，一定要有耐心、决心、纪律。有些人的确有天分，可是这并不表示这些技巧是学不来的。

有些人在来上我的课之前，曾经阅读过很多这一类的书籍。有些人则是有些亲身经历，他们想要一探究竟。还有些人并没有亲身经验，可是他们需要找到答案来满足强烈的好奇心，好维持日常生活的正常作息。

有些人极有天份；有些人则不然。这并不重要。最重要的是，如果你能够坚持不放弃，你总会赶上那些看来不费吹灰之力就有不错成绩的人。大多数人有过偶发的超自然能力，但他们不明白，只要受过适当训练，他们可以让这些偶发的经验变成家常便饭。有些人曾经在脑海里听到声音。有些人为了要过质量较佳的生活，来此寻找解决之道，就好像人需要热情来挽救信念一样。

我对学生说：「大家站在起跑线，机会均等。不管你上多少课，我们从头开始。然后我们看我们能达到甚么程度。」身为一个老师，我觉得我有义务要让学生感到很自在，不管他们的天赋高低或知识多寡，所有人都必须在课堂上和睦相处，也必须要帮助和体谅别人。我绝不容忍幼稚的行径或负面的想法。我相信容许学生在他们自己觉得舒坦的领域发光或开花是重要的。对有些人而言，他们在灵媒这一项目如鱼得水，有些人则仅在灵传方面得心应手。还有一些人并没有专精哪一项，可是他们喜欢涉猎到每种领域。大多数的学生渴望学习，而在自己的本领开始闪亮时，大为兴奋。

许多人会带各式各样的音乐来，他们声称这些音乐帮助自己瞬间放松，所以他们觉得在我教书时会有用。有的人会告诉我：「我听这种音乐时心情愉快。」有些人会带香烛、色彩图，或别的物品，因为他们认为这会有助于达到某种程度的松弛。他们都是好意，也有权去选择自己要相信甚么，可是我把学

生带来的东西全部放在一旁。我常发现自己不得不劝阻他们，不要带坏课堂上的同学，尤其是刚要开始接触这一门学问的人。新手需要学会克服自己的思维和感情，不借助外物来建立信心。**我一直觉得在通灵的学问上，人就是所需的工具，每个人无论能力如何，只需要运用他们的心智，就可以有了不起的成就。**我个人觉得，人们在学习通灵方面的知识时，应该更加留意，不需要音乐、卡片，或其它的物品来娇惯自己。

遗憾的是，大多数的同行对我说的并不以为然，而坚持在开发通灵的能力时，外在事物的协助是重要的。对我而言，人的自身就是本领。这就是为甚么我会花上许多时间开研讨会，让人们可以用自己的技巧而不假外力去探索、实验、扩展天生或学到的才能。我尽可能客气地要求学生，不要把他们的宝贝带到班上来。假使他们觉得需要让别人知道哪些东西对自己有帮助，可以在十分钟的下课时间讨论，或是在课后联络同学。我并不是说只有我的方法才是最好的，而别的途径都不管用；我是在说，我宁愿继续用我的法子，因为音乐、色彩轮状图、香烛，和其它物品可能会冒犯到别人，让别人分心。

我的课包罗万象，不是开给只想要静坐冥想的人，也不是为了那些经过挑选的少数人，更不是给那些想强迫推销自己的作风的人。许多年前，有一个女士带着鼠尾草来到我班上，希望我在班上点燃它。我没有照办，因此使她不愉快。她指责我不在乎神灵，因为他们喜爱并需要鼠尾草。我对此不做评论，直到下课，我叫她过来，告诉她可以继续照她相信的做，可是我要她别再来上我的课了，因为假设我允许她试着强迫别人接受她的观念，那么只有她和其它使用鼠尾草的人士才能成长。

我拜托我的学生，千万不要搽香水、花露水、古龙水，也不要带香烛或其它有气味的物品来班上，因为它们可能会引发别人严重的过敏，浪费时间在处理打喷嚏和咳嗽，使别人分心。因为我们总是借人家家里聚会，我也请女主人帮我实施这项规定。

上我课的前提之中，还有一件比较敏感的事。我要学生把他们的宗教和其它的个人物品一起寄放在门口，回去的时候带走。

有一些宗教禁止信徒探索灵界或通灵方面的知识。他们甚至把话说绝，说这类行为是与恶魔共舞。某些教会武断地认为，某些通灵活动会使灵魂堕落。

对于唯这类教条是从的人，我不想打交道，也婉拒他们来污染我的学生。我教学的环境必须让学生能够自在的探究，而没有被视为在犯罪或住在地狱的包袱。

因此我客气地拜托学生，不要让宗教否定我们的学习。有很多人是虔诚的罗马天主教徒，虽然他们需要探索自己的天赋，却很难在教会认为是邪恶的活动，和自己需要学习与从中成长的事物之间，找一个两全其美的平衡点。有些人因为不能真正把宗教暂放门口，然后下课再接走，所以来了一次就再也没有回来过。

除此之外，如果有学生正在治疗精神方面疾病，我要求他们在上课前征得医师许可。或者，如果可能的话，请医师加入我们的学习，或是事先打电话给我了解详情。如此，我们就可以预防所有想得到的危险。

另外，我坚持酗酒、吸毒，或用药成瘾的人不准来上课。我的课堂不是给沉迷毒品的人的舞台。如果有人想把他们的幻想与错觉当成真理，传播给只是单纯来学习成长的同学，他们就来错地方了。我见过很多人欺骗别人，他们要不是纯粹幻想，就是公然撒谎。难过的是，我有许多学生被此种胡说蒙蔽。

詹姆士和艾琳的助阵

从 1970 年代到 90 年代初期，我在布鲁克林区、皇后区、曼哈顿，教开发通灵潜能的课。詹姆士告诉我，在有些课上，他会让我进入轻微知觉转换的状态，好让他和艾琳经由我来和学生说话。我将我的生命托付给詹姆士，当然觉得如果他需要如此做，那么我的学生可以亲眼见到灵媒的工作包含哪些，也可以观察控制灵如何谨慎地帮灵媒扛下责任，这实在是一件美事。同时，既然许多人害怕潜入知觉转换的状态来释放心智，目睹詹姆士和艾琳通过我讲话，可以帮助许多新进灵媒或灵传者，鼓励他们战胜自己的恐惧。

这些出神状态有大多数比我原来所想的要深得多。事实上，我醒来时会发现那整段时间过去了，可是我对于发生了甚么，一点都没有印象。

有些学生会在课堂上录音，然后在下课的时候将录音送给我。我的朋友丽塔很仁慈，常会记笔记，所以我对当晚和灵的对话至少有个概念。我们常笑笔记和录音有时有天壤之别，不过至少让我了解梗概。直到今天我还是觉得很好

奇，为甚么我们以为听到的和别人真正说的经常差了这么多。

令人惊讶的是，即使詹姆士与艾琳和我的学生对话时，我完全不知道发生了甚么事，当晚的步调却总是很流畅，并没有被打乱。我的学生都很高兴得到如此珍贵的待遇。大多数人说他们敬畏詹姆士和艾琳。这两个灵给的信息对他们的人生很珍贵。的确，我个人失去知觉的事小；这两个灵直接和学生交流，给他们个人启发，却是千载难逢的机会啊！

我在上课前会**断食**一天来做准备。灵曾经告诉我，他们比较容易在我空腹时透过我来讲。同时，我也比较不用担心我的消化作用会干扰到他们讲话，或是我的身体在消化时制造一些奇怪的声音，而我又没法控制。曾经有人告诉我，灵讲话时，房间其它人都静悄悄，连一根针掉在地上都听得见。为灵附身做实质上的准备，是我个人学习身为灵媒，如何发挥通灵技术的一部分。在每次出神授课之后，我会增加五到十磅的体重，身上似乎聚积了大量的水，可是我不知道那些水从何而来。那些水通常在三天之后就会消失。

我在纽约时不独自开车或旅行，虽然每次通灵会后，我都会头晕或有点分不清东西南北，但是我并不忧虑。然而，自从我搬到佛罗里达，我学会了开车。除非有人接送我上课，詹姆士和艾琳参与的部分就必须省略。直到今天，只要有正式的通灵会，我必定需要有人载我往返。

我进入出神状态前，喜欢听与会者唱〈当爱尔兰的明眸微笑时〉帮助我放松，也欢迎艾琳。艾琳曾经告诉我，如果我在进入出神状态之前，需要一点背景音乐，她喜欢听到这首歌。部分原因是她是爱尔兰人，另外则是因为人们唱这首歌时，比较轻松自然，而且会微笑，这就有了宽慰人心的效果。

大家唱着歌，我全身都感觉到轻微的震颤，然后我就听不到歌声了。我觉得自己正在进入一个慈爱的空间，非常恬静，不再有世间的忧虑。我的意识在我完全清醒前数秒钟被带回，所以我常会听到，也还能记住最后几秒的对话。

灵附在我身上时，他们不仅通过我说话，还改变我部分的外观。他们也会改变我的姿势，好让他们觉得稍稍舒适一些。譬如说，学生告诉我，詹姆士附身时，我看起来矮一点，比较男性化，我的脸看上去宽一点，头似乎与脖子缩在一起。詹姆士不交叉我的双腿，用比较低的音调讲话。他总是坐着，从不站

起来走动。

艾琳附在我身上讲话时，声调比较高。然而，当她准备好要讲话，就会交叉我的双腿，斜向一方，呈现女性优雅的坐姿。

我也从学生那儿得知，艾琳会移动我的身体。她用我的身体站起来，从房间的这头走到那头。我常问学生，艾琳有没有摔倒或撞到东西过。竟然有人能在我闭上眼睛，没有知觉的时候，接管我的身体，还能移动它，我觉得这真是武艺高强。

詹姆士有好几个前世是罗马天主教教士，部份因为他对他哥哥约书亚的热爱。

因此，除了阿拉姆语和希伯来文，詹姆士也熟识古拉丁文。他附在我身上，开始对学生讲话的初期，说的话多半是那些古代的语言，特别是古拉丁文。不幸的是，没人听得懂。然后他用古英语说话，因为在我和他最近一次共同的经验，他就是说古英语。大家仍然听得一头雾水。

通常艾琳会在詹姆士讲完之后解释：「你是灵，不代表你就会说这个房间里的语言。你可能知道出席者的思维，但是这并不排除你不会讲他们的语言的可能。出神通灵和有意识做出的灵传有所不同；出神灵媒能将我们过去肉身身分的影像和当时的经验展现给观众。有时出神通灵需要翻译。听者需要仔细聆听来欣赏我们过去存在的神韵，也要学会感激我们尝试呈现各方面给你们看。像你们之中很多人现在已经觉察到的，灵媒做的事，不尽相同。」

我从通灵会的录音上听到上述的解释，感到渺小而荣幸。直到今天，我对我挚爱的詹姆士与艾琳，仍然深感敬畏。

詹姆士的开讲

我的感觉告诉我，詹姆士把一些他的思维和我的合并为一。这个过程已经持续进行好多年了。他把思维推进我的意识时，我可以感觉得到。比如说，他可能会在图书馆引导我走向某本书，或者会把我的脚往别的方向移动，使我避开无妄之灾。他也会打断我的专注，好教我注意别的需要注意的东西。有时他迅速地把我抽离危险，我就毫无疑问地知道，那是他的杰作。比如说，他抓住我的方向盘，让我躲掉面对面的撞车；还有在纽约多次使我避开危险。又有些

时候，我在脑海里听到他的思维，告诉我站在原地往上看，于是我瞥见正在消失的彩虹；或是要我在后院静立，接着我看到鸽子聚集。他给我的信息是说不完的。所有的互动都是仁慈关爱的双向表达，从灵到我，从我到灵，彼此皆然。

詹姆士把他的思维和我的混合在一起时，我的心智意识是在开放的状态，也就是说，我完全清醒，而且知道现在发生些甚么事。我需要詹姆士以现代英语来表达自己的时候，就无声地告诉他倾听街上的人怎么说话。在 1970 年代，我会在白天收听广播节目，在晚上看电视，让他可以熟悉我们的语言，也希望他能透过我的眼睛，或透过他自己的特殊知觉，来经验当时发生的世事。我要和他分享我们的美国文化，好的全要，坏的也要有一些。因此，我给詹姆士看的文化洗礼，种类繁多，幽默、悲情、机智、胡闹、欢乐、最聪明的、最愚钝的、知识分子、贩夫走卒，从通情达礼的到言语乏味的，全在我为詹姆士精心安排的节目单上。最要紧的是詹姆士能学会美式英语。既然要詹姆士学习我们的礼仪和用字遣词，我会收听包伯·葛兰，他的广播辩论节目总是妙语如珠；或看一些激起我们思考的节目，像是泰德·科佩尔的《夜线新闻》。我也请他看下列诸节目：《戴维·弗罗司特时间》、《檀岛警骑》、《欢乐的日子》、《通向天堂》、《星际争霸战》、《和风还巢》等。我们还一起看老电影，像《劳莱与哈台》、《三个臭皮匠》、《愤怒的葡萄》，与《北非谍影》。在圣诞节前夕，我会看关于梵谛冈的报导，让詹姆士跟上最新的消息。

学习美式英语成了一件挺艰难的工程，而不只是打开电视或听听收音机就算了。詹姆士让我明白，他在听我与周遭人说话时，比较容易学好我的语言。为了他能学好美式英语，我做了很多事。我去图书馆。我会读报纸。我读书时让他一页一页地学着如何把字符串在一起。我会读出声来，好确定他听到我们怎么说话。他那时就告诉我，他以后会引进一位伟大的作家，此人对自由使用现代语言有兴趣，也喜爱这么做。当时我不明白这个大作家就是海明威。所以，我既未大吃一惊，也没有兴奋莫名，和往常一样，我谢谢詹姆士之后，继续我们的美式英语教学活动。

1990 年代后期，粗野的动作、还有过去被视为脏话的词汇，都常在电视节目上出现，仿佛它们都成了日常生活行为和用语。我们的社会失去了对人的尊敬，摆出一付「百无禁忌」的态度，我必须承认我为此感到难为情。詹姆士对

这一切却坦然接受，认为人类时刻在进化，已经走过很长的一条路。他不觉得这个现象有何好羞愧。事实上，他觉得世界正向前锻炼得更明智，不以言废人。他对我解释，我们都需要脱下阻碍我们的枷锁，才得以成长。我这个年龄层的人一时听来糟透了的某些话语，只不过是朝着更自由、更明智的社会迈进的长途旅行罢了，即使起初意味着滥用脏话。他指明我们的社会持续在进化，这些表达方式会烟消云散，取而代之的是其它含意更丰富的语汇。

这番见解教我惊讶，因为直至今天，我在正常场合听到脏话还会脸红，詹姆士却轻而易举地接受了，而且要我不要小题大做。

虽然我还未达到詹姆士的接受程度，我们今天的词汇想来的确可笑。我小的时候，诅咒的字眼是绝对被禁止的。我记得用「破烂货」这个也不是多文雅的字来取代更不文雅的「拉屎」。我以前一直对别人说脏话感到不舒服，直到大约十年以前，我们的社会放松了用字的尺度。我在童年要是说「该死」，就会被我妈好好教训。我原来担心灵界朋友听到「该死」、「泼妇」之类的字，会作何感想。不过自从詹姆士说这些用语一点都不会烦到他或其它的灵之后，我虽然还是有点窘，不过已经不会像以前那么羞愧了。

詹姆士改进了沟通方式之后，许多人于是得以了解他的机智、风趣，和对事件的预测。

某一次通灵会上，詹姆士提到泛美航空 103 次班机将会失事。一个学生听到了，告诉西岸一个本来要搭这班飞机的朋友，她因此改搭别的航班。他还曾经谈到波斯湾战争的开始和结束，里根总统遇刺，洋基队与纽约大都会在世界大赛分别赢球的场次，股票市场行情等。他在 1970 到 90 年代预测了各种各样对我们很重要的事件。他也提到很远的未来，像是八百年后世界宗教的转型。但是他也明说自己不喜欢被当成未来事件的预言家。

还有一次通灵会上，詹姆士直接了当地告诉几个学生别再偷懒。他提出一些方法来开放内在，并改进其技巧。他也给他们希望。学生告诉我詹姆士或艾琳帮助他们找到追寻的重点，使他们对自己的人生旅程有较清楚的了解。学生的这番告白总让我心头暖洋洋的。

詹姆士鼓励我们打开我们的心，接受他充满爱的言语。他阐释「信念」

（faith），还说它必须适用于所有的生活。**信念即是努力，两者密不可分。**在他身为雅各布的那一世，詹姆士属于隐士派。我后来发现「隐士派」的原意是实行者——摩西五书（Torah）的实行者。这就是詹姆士为何那么强调努力的原因。

1990 年的某一天，詹姆士附在我身上说，他要以他身为雅各布，约瑟夫之子的那一世所讲的古阿拉姆语来说话。接着他就说了一些古阿拉姆语。每次他的部分结束，他就会以古阿拉姆语来为当天的与会者唱诵一段祝词。

詹姆士说话时，感情丰富，声如洪钟。詹姆士了解，对某些人而言，试着接受他的话乃是一大挑战。大多数听众听完他的肺腑之言，都被彻底震撼了，因为他的话语和圣经里的记载有所冲突。

詹姆士把我们的注意集中到：有关古代昆兰地区发生的事件、他在约书亚的时代为希伯来效劳所扮演的角色、他的家人在隐士派的小区里的生活、当时的政治与宗教气氛，还有他自己的生命是如何结束的。那一世身为虔诚的希伯来家庭的次子，他深爱自己的哥哥，完全遵循哥哥的教诲。詹姆士让我们明白他那一世一直持续到现在的使命。他说他写了许多关于他哥哥约书亚和第一个神殿教会文章。他常在课堂上说他的目的在于让大家借着爱来了解他哥哥的教诲，他要每个人都拥抱他哥哥。他详细地描述导致自己死亡的事件，以及谁是背后主使者。大家对他踊跃提出问题，请他提出日期、时间、经过，以及甚至提问者是否在那一世也参与，如果参与，其角色为何。詹姆士说他的许多作品尚待发掘与翻译。他说他的作品被发现时，对人类所有的宗教都有正面的影响。而他的文章会够聪明到让现代人去体会他写作的时代。许多人会钟爱他的作品；许多人则不然。他希望教育大家，弭平大家对约书亚的遭遇，以及他的家人在约书亚生前和逝后不久的境遇所有的争议。他后来还补充，这种启迪会发生在二十一世纪。

在某一堂课上，他告诉某个学生，此人曾是撒都该派教徒（Sadducee），并在希伯来的圣堂里担任要职。他也告诉另外一个学生，她曾在罗马恐怖统治时，带着孩子逃到山顶。

有几次，他请他的母亲玛利亚来到班上。她造访过后，我从深度出神中醒来，发现几乎大家的眼眶都湿了，彷彿他们也才从一个特别的地方回来，或者

每个人也都从深度出神中醒来。有些人满怀敬畏。学生告诉我，当玛利亚说起约书亚或詹姆士的时候，我的身体周围有淡蓝色。直到今天，詹姆士主要讲的是他和他哥哥约书亚那一世在人间的事。

我和詹姆士私下曾讨论过旧的智慧，特别是关于智慧的化身，希伯来文化里叫「荷克玛」，希腊文化里叫「苏菲雅」。我必须承认，对所谓的旧智慧，我自己都还搞得糊里糊涂。我知道我应该追根究底，可是他那时要我不要为此烦心，说我可以消化这些信息的时候，他自然会告诉我，或者在我出神时告诉别人。

客座的千古风流人物

在通灵会上，身为我的控制灵，詹姆士决定谁可以从灵界透过我来发言。有时他会为大家引进一些历史上的名人。

在这些有名的灵里，大预言家诺斯特拉达姆士曾出现过几回。诺斯特拉达姆士生于 1503 年，逝于 1566 年，本来是一名医生，后来变成占星家和预言家。随着他生前的预言后来逐渐实现，他的知名度在近年日益增高。根据我的学生所描述的，诺斯特拉达姆士从来没有从头到尾待过一整堂课。有几次在詹姆士逐渐返场的时候，不知怎的，诺斯特拉达姆士就会溜进来，说一句：「我是诺斯特拉达姆士。」而他的音调与詹姆士的截然不同。

诺斯特拉达姆士不是唯一会溜进来的，我的学生也告诉我英年早逝的演员星瑞凡·菲尼克斯也曾短暂地溜进来过。

我对瑞凡·菲尼克斯可以说是一无所知。我甚至连他何时过世的都不清楚，我听说他死于用药过量之类的事。他悲惨地在盛年结束了他那一生。不知为甚么，他总在我进入出神状态时来拜访。既然我的控制灵詹姆士允许他出现，那么我们一定是莫名其妙地属于同一个灵魂核心。我自己有数不清的问题，也试着去找寻答案，却发现一个问题又衍生出更多问题，于是我了解自己身为灵媒，人生旅程上会耗费大量的光阴去求取新知。有时我会得到一个直接了当的答案，完全满足了我的好奇心。但大多数时候可不是这么简单，我会在一个问题上耗掉很多时间，而困惑依然。我希望我知道得更多，可是我实际上知道得并不够多。

有时詹姆士会说：「我们今天带来托马斯·霍布斯爵士。」托马斯·霍布斯在 1588 年生于英国的威尔特郡。他于 1651 年写成《巨灵论》。霍布斯认为，人在进入社会化，也就是进入文明化的生活以前，是处于一种自然状态中，而这类的自然人是处在一种恐惧、冲突、暴力的情况下，进行一场每个人与别人对抗的战争。因此，国家必须拥有绝对无上的权力来掌控一切秩序，否则人类社会就会落入互相吞噬、互相陷害的可怜景况。当时的权威攻击霍布斯，他却毫不退让。查理二世流亡巴黎时，他是其家庭教师。查理二世于 1660 年复辟后，曾设法保护霍布斯不受敌人迫害。霍布斯逝于 1679 年。霍布斯透过我讲的话被录起来。我听到录音，对那浓重的英国口音觉得很惊奇。他谈到生命和其所在环境或社会如何休戚相关，也谈及我们大家是如何缠绕在一起。他的口才极佳。自从我于 1990 年代搬到佛罗里达州以后，他就没再出现过了。

詹姆士觉得有趣，因为他原来以为，我们所讲的母语就是托马斯，霍布斯说的英语，所以他是向霍布斯学来的。可是霍布斯说的是古英语，所以我们被弄得更胡涂了。

艾琳在某一次通灵会上，形容詹姆士和霍布斯说的英语之间的关系：「詹姆士曾经转世好几次。他记得他曾身为英国人的那一世，所以他讲英语。你们得记住这一点，他费了九牛二虎之力来学你们的语言。他本来不知道现代英语压根儿就不是古英语。他在莎士比亚的作品上下了好大的功夫。他还尝试学霍布斯的语调和言辞，好让听来像是霍布斯。他还希望可以大谈宗教法庭哩。」

我很感动，詹姆士竟然会花力气学英语，好让我们每个人听得懂他在说甚么。真的，他竟然如此体贴，我为此觉得自己实在是渺小。

有好多年，海明威在我出神状态下，自在地透过我来说话。这位名垂青史的美国作家，于 1954 年以《老人与海》获颁诺贝尔文学奖。他在文学上自成一家，认为作家应该简洁有力地描写动作，对现代小说影响宏大。

他鼓励我几位作家朋友写完他们没完成的书。海明威老爹也常告诉我们这群人当中的作家，哪些页应该要更正、哪几章必须重写、人物应该如何重新塑造、应该使用何种句法。出人意外地，许多人全盘采纳了他的忠告。照单全收之后，有几个人的书出版了，他们都感激海明威。有一本经过海明威指导而出版的书，是一本关于二次世界大战的小说。另一本是心理学书籍，作者现在住

在加州。

某些特定的人物可以在我出神时附在我身上，这让我觉得妙极了。我曾拿这个事去请教艾琳。

她说他们能像她一样，直接来到我的心智而附在我身上，必要的条件就是我们都来自同一个灵魂核心她也曾在我的出神状态解释给学生：「从玛丽莲，海明威，托马斯·霍布斯爵士，詹姆士，玛利亚，西蒙，安德鲁，到奥立流斯·凯撒，我们全部都是来自同一个灵魂核心。我是要告诉你们，我们有许多人来自相同的主灵魂。每一个都必须有其肉身的经历。有时我们一起在地球的平面上；有时则没有。直到我们经历了所有生命的螺旋之后，我们才能回到核心的合一境界。」

我花了很长的时间才懂得她的意思。

第十三章 多样化教学

各样美善的恩赐和各样全备的赏赐，都是从上头来的，从众光之父那里降下来的。

〈雅各布书〉一章 17 节

「新时代」的术语开始于 1980 年代在各地如雨后春笋般冒出来。其中有一个词是我需要了解与探索的：灵传者（channeler）它是甚么意思？最要紧的是，为甚么灵传者可以保持完全清醒，而且对通灵的过程还有些记忆？我们可以用开发其它超感觉能力所用的方法，照样去开发这项能力吗？我有很多问题需要解答，而我也下定决心要找到答案。

我曾经花了十二年时间在观察灵传者的活动和事迹，我去形而上的教会里、逛书店、听演讲，只要能接触这一类的学问的地点，我都涉足。他们让我的心很复杂。我不确定这些人在做甚么，但是我肯定那些好的灵传者一定有联接到，也得到信息了。他们能够把信息传给希望与灵界沟通的人们。他们之中，有一两个人会进入轻度知觉转换状态，多数人是一直完全清醒着。他们却都能漂亮地执行高度心电感应。我深度出神的成果和灵传的基本差异在于灵传者都很清醒，记得他们的对话，而且没有灵会借用灵传者的意识来显现不同的人格。因此，我请教我灵界的老师们，我是否能把此技巧学会，好传授给我的学生。我觉得某些人生来就要从事灵媒这一行，其它人则没有办法。人们可以尝试，可是他们就是放不开自己的思维，所以不能稳定地联接灵界。

我的灵界老师对我哈哈大笑，说我这一生都在做不同程度的灵传，特别是在自动书写和帮别人解读的时候。我总是帮被解读的人带来某些灵，而这些灵身为人的时候都和他们认识，现在还能提供一些数据来确认身分。

这激起我的好奇心。所以只要联接到灵界，任何一种沟通方式都可以算成灵传吗？假如是这样子，那么我们还可以推论，那些天赋高的通灵人虽然不把自己归类为「灵媒」，他们从人间以外得来信息也该算是在从事灵传。奇怪的是，大多数我认识的通灵人，对那些声称和已逝者谈话的人都感觉很不好，可是我常目击通灵人做灵传者在做的事。或许他们只是把像我做的旧日灵媒业和

现代灵传者这一行混在一起了吧。

既然我开始了解灵传，下一步就是教学。这些课叫做「知觉转换」。我教学生如何轻度脱离意识的状态，并在学习超感官知觉的不同面上，探索条条通灵界的大道。课程包含前世回溯、灵魂出窍、神游、心电感应、心测术、灵传，或心灵传动、地测术、能量场的解读、复原疗法、自我康复等等。这些课演变成绝妙的研讨会，学生可以在其中探索和增进他们的才能，有时可以在某些方面臻入化境。有些学生马上就喜欢灵传，在通灵开发的各种实验当中，固守在这个科目上。只有极少数学生能够放得下自我意识，让心智成为半接管状态，然后听凭灵界来指导像我从事的灵媒工作。不管他们属于以上何种，都是很好的学生。

我从来没有一个人间的老师带我走过我走的路，所有我会的都来自于灵界老师的栽培。

我小心翼翼像母亲看顾她的婴孩，循循善诱，有时得推学生一把，终于成功地帮助许多学生让他们的天赋开花结果。我在学生的成就上得到的欣慰是无法衡量的。

人们来上我的课的原因有许多种。有人想要满足自身的好奇心；有人想要打开本身的天然本领；还有人需要在自己做实验之前，打听一下别人的想法。很少有人来上课是不参与活动的；大多数人就是要来学习。

我的学生都继续学习、成长、进步，同时把在这里学到的知识和别人分享。我以身为他们的老师为荣；我知道有些人本来是抱着复杂的心情来的，也有人原来的思想挺狭隘，可是他们都逐渐开明地接纳了这些通灵现象，允许自己一探究竟，而达到他们以前从来不认为可能的高度。每一个出席者都牺牲了时间；有些人出门困难；有些人的另一半反对他们参加我们的聚会；有人身体残障；有人已经在生命末期；还有人必须处理五花八门的麻烦。那些决心投入所需的时间和纪律的人将会成果丰硕。

在此要谢谢我所有的学生，他们一个个都完成了不可能的任务。

开门

典型的灵传课会教授轻浅冥想附带深呼吸练习，因为人们需要清除他们每

天在心智里塞满的思维。我认为，深呼吸有助于开启心智，让它可以在较深的通灵层面接收来自灵界的信息。想要练习呼吸技巧的读者可以参考本书的附录。

我在灵传课上不容许任何种类的音乐，因为它可能会造成干扰，也有可能引起学生有意召唤，而不是我们想要达到的对灵界开启心扉。当人们召唤东西，就会开始幻想或出现幻觉。有些人甚至杯弓蛇影，自己吓自己，因为他们已经被好莱坞洗脑，先入为主地认为通灵会上将出现甚么现象。此外，某些人听来舒服的音乐可能使别人烦躁。

我也不容许烧香烛。许多人，包括我在内，对这类物品过敏。我也要求学生不要搽香水、古龙水或其它可以诱发过敏的东西。基本上，在我班上，任何可能妨碍到别人的事物都在禁止之列。

我大多数的学生能够松弛身心，达到轻微的知觉转换状态。很多人最后学会如何让自己进入催眠状态，同时信赖我来探寻他们打开心灵的阻碍，也帮助他们释放那些阻碍。要成就灵界和人间的交流意谓能够给灵界最高的爱、信念、尊敬、信任，以及把自我放一旁。对某些人而言，这也许也代表着他们必须抛开恐惧、迷信，和好莱坞塑造的鬼与灵。

灵界的门一旦打开，就不可能再关上。大家切不可轻率地看待这一种事业。那些对灵媒事业有热忱的人，应该考虑在个人生活中将会遇到挑战。他们必须学会在日常事务和将会从灵界滔滔直下的信息间找到平衡点。我总是要求学生设想一下，一旦他们作出承诺，他们的生活会是如何。同时我警告他们：「当你真的与灵界沟通了，它不会因为你没兴趣就停止。它会在你生活中重新出现，成为一股力量。」

前世回溯

许多学生的前世回溯对他们的今生大有帮助。那些选择遵循我的教导的人能够回到某一前世，而从那个时间的观点来看事情。我也教他们自我催眠，好让他们以自己觉得舒适的步调来进行。我从来不会认为我说了才是真理，而强迫别人做事情。

首先，我得建立学生对我的信心，营造和谐的关系。接着，我教他们如何

呼吸，告诉他们把呼吸的律动放慢。**我总会特别提出来，呼吸是所有通灵练习中最重要的一点。**我让呼吸放松他们的心智和身体。他们一旦在身体上和心智上都完全放松，我就带他们做一次精神的旅行。

在冥想时，我用某些特定的象征把学生及时带回来。我要他们知道他们很安全。我让他们知道他们一定会回来，接着我告诉他们让自己舒服到时间逐渐停止。我让他们选择自己想要停驻的时间与地点。

前世回溯的故事

下面两个故事是吴孝明采集来的。

桑姐·葛内是玛丽莲的学生，于一九七〇年代来到美国。刚来时，生活很艰难，不能把一家大小喂饱是她最大的忧虑，她总担心冰箱里没有足够的食物。桑姐后来成了一家温泉浴场连锁店的所有人，可是还是担心食物会不够。她常在根本不需要的情况下，去超级市场买了十天份的食物，然后冰箱里没有多余的空间可以摆那么多食物，于是她就将它们送人。

有一回在前世回溯时，她记得为缺乏食物而恐惧。桑姐透露她在某辈子是非洲的黑人，因为饥饿而偷取食物。在另外一个前世，她在英国，仍然饥饿。

玛丽莲告诉她，「你必须回到前世，目睹发生了甚么事，可是别把问题带到这一世。」

于是，桑姐试图经历了好几个前世对饥饿的恐惧。最后，她终于成功地把它留在前世，而不带到今生来。玛丽莲对她强调，她不会再害怕饿肚子了。

桑姐在深度知觉转换的状况下听到玛丽莲的话，于是想象自己在天空中写下「成功」。她觉得她已经把前世和饥饿问题一起送回该送回的地方。她补充说，过了一阵子，她的生活改进了。她看来已经成功释放她的痛苦，现在过得无忧无虑。

珍娜·罗森斯卫格，玛丽莲的另一个学生，回溯到公元一千八百年中叶。那时她是个十九岁的吉普赛人。她看到当时的她从营地骑马出来，然后在靠近一个石塘旁静思。

虽然珍妮今生的母亲来自匈牙利，她的父母都不说匈牙利语，珍妮自己也不会说。然而，当回到前世，珍妮说了一些匈牙利的字汇，还边说边掉泪。珍妮醒来后，和她的匈牙利朋友查证，发现自己说的是，她的马的名字叫「一匹高壮的千里驹」。

玛丽莲在珍妮回到前世的状态下，问她在匈牙利何处。珍妮回答：「布达佩虚。」玛丽莲纠正她：「布达佩斯。」

珍妮坚持：「不是的，是布达佩虚。」

她们后来发现那个城市在匈牙利语的确是念成「布达佩虚」。「布达佩斯」是英语的说法。珍妮说她从来不知道「布达佩虚」这个字，但她的发音却像匈牙利人讲的。

珍妮很快乐地公开她的经验。她的丈夫，戴维相信她的确回到在匈牙利的前世。她那个情境回来时，情绪激动，与平常的泰然自若形成很大的对比。

灵魂出窍经验

许多人有灵魂出窍的经验。这通常在睡眠或出神的状态下发生，人们甚至可能不会觉察到自己有这个经验。灵魂出窍是可以学的。要做到灵魂出窍，人们必须完全放松，并且摆脱他们再也回不到自己身体的恐惧。心智永远回得来，因为自己的身体才是心智永远的归宿。

我最早的灵魂出窍与神游发生在我还是青少年时，可是直到很久以后，我才懂得领略那种经验带来的成长。我曾经有好几年的时间在纽约的天空里翱翔，自己给自己挑战，以使自己的能力精益求精，也才能传授给学生，让他们也可以享受神游的乐趣。在这些灵魂出窍的旅程中，我感觉到一个男人的手紧握住我的手，有时一手搭在我的肩头。那段日子里，这些旅游让我每晚逸兴横飞。

我明白要控制旅游的地点是不容易的。我花了好几个月的时间，尝试把我的思维集中到城里某一个地点、或某一位朋友的家。我觉得已经成功时，便会打电话给我刚去过他家的那个朋友，向他仔细描述他家的陈设和平面设计。我每次都是选我没去过他家的朋友。

我教学生任何学问之前，总是先拿自己做实验，灵魂出窍也不例外。一旦我发现如何导入能量去指挥我的航线，就会以最简单的方法，教给学生如何从零开始，照着几个简单的原则，就可达到同样的目的。

在一个典型灵魂出窍的班上，首要的工作是让心智和身体都安静和松弛下来，通常可以借着挑选过的冥想来完成。在多数同学做冥想练习时，总有些人会睡着。我通常就让他们待在椅子上，不去管他们，而带其它人继续上课。学生进入自我催眠状态后，我就说些令其舒适快意的话语，让他们带进思维中。过一会儿，我建议他们想象一个热气球，或别的让他们觉得可以带他们自在安全地离开身体往上升的交通方式。在这个阶段有一件事值得注意：我的学生已经建立了对我的信任，了解我会安全地带他们往返。当我感觉他们很稳当地在想象的环境里，我指示他们进入他们的气球或爬上他们的魔毯，或他们自选的交通工具，随即解除所有可能不让他们继续上升的因素。然后他们徐徐升空，离地愈来愈远。我会让他们想象自己往下看，注意到自己往上飞升的同时，地面的人看来像小蚂蚁一般，车子像火柴盒大小，树木也看来像是刚生出来的小芽似的。接着我告诉他们，天空里飘的都是松软的白云。这时我要他们再往下望最后一眼，看他们持续飞升的同时，底下景物的轮廓都变得模糊了。

那些在练习时睡着的人，和那些觉得他们的确去旅行了的人有甚么分别？我见到神游者容光焕发，面色安详。神游者从不会打鼾；睡着的人有时会自然抽动，而神游者不会。还有，每个神游者看来都被一层灰白色像薄纱的物质给包围住，好像要保护躯体直到心智回来。

神游者醒转过来，常会告诉我：「天啊！我的头里面好像有一班隆隆作响的火车。我的全身都在轻微颤动。等到隆隆声和颤动都停了，我简直就是无忧无虑地到处飞。那种感觉真教人叹为观止，景致则是妙不可言。」

我有过灵魂出窍的学生中，百分之九十的人觉得灵魂出窍给他们留下一个难以磨灭的印象，甚至几个月后都还记得细节。因为经验很愉快，他们都想再来一次。既然灵魂出窍的练习颇为成功又大受欢迎，我尽量找机会开这门课。对我而言，这是我们能做的活动中，最愉快的活动之一。它让我思考如何使用我们的心智，和打开更深更广的知觉：如果我们真的能在灵魂出窍时去旅游，我们的心智还可以做哪些目前还没做过的事？

「神游」是用来形容灵魂出窍时做的旅行。我的很多学生是此中高手，很容易就成行，对于他们灵魂出窍时去过的地方也能有详实的报导。我曾经试探过许多学生，要他们拜访彼此，然后回来报告所见所闻。学生们得去神游他们在课堂上刚认识的同学们的家。回来以后，他们能够说出对方家里的家具如何摆设，古董长甚么样，还可以描述房子的室内设计。被我试探的学生答对的机率是百分之七十五，难以置信的高准确度。就像我说的，一旦你可以控制你的灵魂出窍，你可以随心所欲地去任何地方。

以我个人而言，自从我搬到佛州，我常会去九十五号公路上遨游，虽然我并不是特别想去那里，至少在我有意识的时候是如此。有时我会和陌生人同坐在一车，有的人还会感觉到我的存在。然后，下一刻，我又会跳到另外一辆车，这样的经验颇为刺激。我愿意报告大家，在这些免费便车途中，我总是觉得那些时光让我很自在。

我最喜欢神游的地方是佛州的棕榈滩。华滋大道旁边的海滩是个很特别的地方。我每每会被吸引到这个地方，而且会陶醉在美景之中。我坐在沙滩上，远望地平线。我最喜欢去的时候是日出之前。另一个我喜欢去的地方是纽约市，我特别爱去布鲁克林高地的漫步大道、大都会博物馆，和第五街上的圣帕特里克大教堂。

每当我决定神游，而且已经想好要去哪里的时候，我通常都能如愿。当然，就像其它的事一样，我要是好久没用这个能力，我就得先练习，才能做得比较好。我必须不断练习才能使我的技巧更上层楼。运用神游的能力去参观自己喜欢的地方是一桩美事。我鼓励学生练习它，从这个经验中学习、成长、分享。

自发事件

人们开启他们的心智、身体、感情、精神、灵魂来准备联系，许多与灵界的接触就自然发生。他们想让那个事件重复出现，却往往发现做不到。

我教学生要持之以恒，坚定不疑。他们必须告诉自己：「我的存在已经达到这一点了，我接受生命以另外一种有智慧的形式持续，我选择成为这种智慧的一部分，然后从其中学习成长。」如此一来，万一在开发这些通灵技巧时，自发事件发生，人们固然很惊喜，但是他们还是有足够的知识，来以其它方法

达成交流的目的。

交流可以有很多形式，口头沟通只是其中一种形式，其它的方式还包括做梦、写作、唱歌、画画、舞蹈等等。不管灵界用何种方式来沟通，接到信息的人都对他们信息的来源感受深刻。我曾听过许多复原疗者说他们真诚地相信自己的力量来自灵界。某些人说他们的力量来自于上帝。

一旦与灵界有过自发交流，学着如何控御你与灵界的互动就成了当务之急。你练习得越多，你的技巧就越好。就像生活中任何技巧一样，为了要让技巧的花朵绽放，决心、纪律、耐心、挚爱，缺一不可。也就是说，丰富的经验会呈现清晰的沟通。

这一行是很严肃而困难的，不是每个人都喜欢，也不是每个人都有时间从事。也不要存有三天晒网，两天打渔的怠惰态度。那些假装的人终究会觉得厌烦而放弃。就像詹姆士说的，人必须要有信念。与灵联系的过程要花上好几个月，甚至是好多年。

要求清晰

谈到与灵沟通的清晰，艾琳曾经说：「你对我们要求清晰，你就可以接收得比较清楚。」

我说：「就这么简单？」

「对。你唯一要做的事就是要求。」

我明白自己只是一个工具。无论我是从心智的眼睛看到图像，还是经由语言沟通，我最多就和我接收到的信息一样有用。我在沟通过程中，总是祈求盼望我得到的信息够清楚，好让我成功地传给我帮他解读的人。根据灵界朋友教我的，我要求学生照明良好的房间练习，我也鼓励他们去寻求最简单直接的途径来成功地和灵界沟通。我通常就简单明了地指导学生对灵界要求清晰的信息。清晰的信息减少混乱的风险，也省去要花在钻研这些噪声的时间。在打开自己的心智做灵传或进入出神状态前，必须再三要求清晰。

如果学生总是坚持非清晰的信息不可，灵界会很尊重他们的意愿，而他们也就会了解到因为他们设了比较高的标准，从灵界得到的信息也就符合他们

的期望。我的学生绝会说：「你试着尽力而为吧。」相反地，他们会说：「我准备好要接收了，我要求清晰。」如果他们自己的思绪紊乱，灵界就会被他们的不清不楚弄得糊里糊涂，然后就会传些暧昧朦胧的信息过来。这和你问老师问题，如果答案仍不能解除你的疑惑，你会请求老师再说清楚，是一样的道理。

人们在这一行的各个小范畴里，都必须要求清晰，连做梦都不例外。学生必须不懈可击地做笔记，对于梦中发生甚么必须百分之百地诚实。他们得把纸笔摆在床边，一醒来趁记忆犹新就记下来。几个月之后，这些梦境会像拼图一样，逐渐拼在一起，而透露重要信息。

出神灵媒

我们终于见到学生学艺成功。身为他们的老师，我以他们为荣。有些人学会了之后，成为他们那个城市最优秀的通灵人。有些人成为专门面对群众的平台灵传者，在一群生者面前，按照逝者的灵来的顺序，而准确地对在场的生者传话。有些人则是成为高明的复原疗者。另外有些人则是样样都懂一些。数以千计的学生当中，有九个人严格地督促自己，最后终于能够捐弃恐惧或对自身的控制，而对灵媒事业感到如鱼得水。他们的成果来得慢，可是却维持终身。

我可以教任何人灵传，可是出神灵媒却是需要与生俱来的。我从来没有遇过一个出神灵媒是自己要求做这行的。看来都是灵自己找上这些灵媒的。我认识的灵媒，在幼小的年纪都和我有类似的经验。他们在成长过程中，都觉得需要了解自己到底是怎么回事。出神灵媒对自己的身体几乎毫无控制，也不记得在出神时发生了些甚么；但是大多数的灵传者对传话的过程记忆深刻，他们的身体也不受影响。我认为，做深度出神工作的人，只需要有人帮助他们了解自身的特殊经历，并不需要拜师学艺。相反地，灵传者好像是收听广播，把他们的直觉调到灵界的电台。不管是后天学来的灵传者，还是生而为之的灵媒，都在进行与灵界的沟通。

我的学生吉姆是一个成功的例子。他的控制灵被认为是曾经赫赫有名的丹尼尔·丹格拉斯·修姆的灵媒。修姆生于公元 1833 年，卒于 1886 年，曾被誉为「古往今来最著名的灵媒」。

我的学生吉姆曾在二次世界大战服役，还在纽伦堡审判时站过岗，是位沉

静保守的老绅士。他第一次来到我班上时，我看着他说：「不用我来告诉你这件事，不过你是一个灵媒。」

吉姆满脸疑惑地说：「我是甚么？」

我说：「放轻松点。事实上，有一位灵界来的男子在你旁边，他说他的名字是丹尼尔·修姆。」

「谁是丹尼尔·修姆？」吉姆接着问。

「我一点概念都没有。可是我们下课后，有时间了，应该去调查一下。」

我们后来去图书馆查到丹尼尔，修姆的背景资料。我们也请教艾琳：「谁是丹尼尔·修姆？」

艾琳说：「喔，玛丽莲，他是最伟大的灵媒之一。我过去很钦佩他，还曾经到他在英格兰的故居，站在窗子下面来感觉他的本体。」

我接着为艾琳解释：「结果是我的学生快要为修姆传话了。」

艾琳反问我：「你以为是谁把那个讯息告诉你的？」

「哦，是妳啊？」我恍然大悟。

艾琳说：「的确是我。吉姆不是必须帮他传话，可是修姆要吉姆信守承诺，把自己打开。吉姆是一个灵媒。」

虽然吉姆为修姆传话的速度很慢，他最后终于发挥了天赋，让修姆的灵附在他身上而发声。

降灵转桌

除了我提到的课程之外，降灵转桌也大受欢迎。它显示了**精神传动**（psychokinesis）或是意念支配物质。我不能说灵界在降灵转桌时是否有介入，或是因为高度密集的能量输到桌子里，但是桌子的确动了，有时甚至还有轻微敲桌子的声音。

在纽约的乌兹塔克外围，有一家名叫「他的家」的旅馆。我过去曾于半夜

在那里教降灵转桌。那里的老板会半开玩笑地说：「玛丽莲，让桌子疯狂吧。让它撞破玻璃。我们会把它糊回去，然后这就成为我们这儿的一景啦！」

我赶快敬谢不敏：「不，不，不，我可不愿意为此负责。谢啦！」

在这门课开始前，我首先要确定室内的灯光够亮。接着我会要四到六张大而圆的橡木桌子。每张桌子的桌面直径大概是六到九呎，桌脚还是不锈钢做的。这些桌子非常的坚实，一般人可以搬动的机会不大。我就是要这么坚固的桌子，这样学生才会说：「天啊！这是我自己的能量在移动这张坚固的桌子。」

接着我要一群人围着桌子坐好。有时候五十个人会专程来观看降灵转桌，但这五十人当中只有九、十个人愿意真正出力移桌子。其它人只想当观众。我请那些只想当观众的人和我们一起唱转桌诵，这样他们的能量也会传给我们。通常我让大家先去休息室跳舞，他们就可带着高能量回来。大家总是很有耐心地听我的说明。

每个参与者摸过桌子以后，我带他们进入轻微的冥想，请他们想象这桌子像羽毛一样轻，而他们一定可以移动桌子。他们于是身心都放松了，意念里集中的都是高能量。

我编了一个好念好记的转桌诵，要大家念「转啊桌子！转啊桌子！转啊桌子！转！」我们就一直念个十到二十分钟。

桌子会开始轰轰响。我们感觉到指尖在颤动，好像桌面在起涟漪。我们感觉能量从身体传到桌子里。我指导学生不要放开注意力，而要允许桌子转动，同时继续灌注能量到桌子里。

如果刚好附近有灵在，而且他们愿意帮忙，我们也会让他们参与。也就是说，我把所有相联的能量都利用到了。

接着这些桌子就开始摆动，左右摇晃。某张桌子开始有点倾斜，然后它找到平衡点，就这样悬在那里不动。接下来，桌子开始不停地转圈子，它们转得太快了，使得围在桌子旁的人都得随着他们跑。有一回，我们让一个法国女子坐在桌上，这张桌子仿佛还是连一点阻力都没有，继续转个不停。

在大家成功地让桌子旋转之后，我要参与者把手从桌面移开。手移开之后，能量还在桌子里，因为桌子还是轻轻地在动。大家都为这个情形激动。

有一次，一个男子过来对我说：「我是物理学者，我刚才与一群人坐在那里要证明你是骗子。可是我眼睁睁看着你们做到我原来不相信会发生的事。没有一个人可以用脚触到桌子的底座。每个人都放手了，而且他们都坐着不动。」

这个人先前曾经责备他太太，认为她不该参加前一晚的活动。他检查了我们用来降灵转桌，或有时甚至是降灵舞桌的桌子。然后他告诉我，那些装在桌子中心的不锈钢条，是不可能用人的手去转成降灵转桌的模样的。他补充说，他需要去研究到底这是怎么发生的，但是他承认这至少很吸引人，而且他印象深刻。他并向他的妻子与我道歉。

他下了结论：「降灵转桌，真有其事。」

第十四章 曲未央

「六十而耳顺。」

——孔子

成为通灵人和灵媒的基础，于我的幼年时代即已谨慎地为我搭设好。从通灵能力显现的那一刻，到中间休息了几年，到后来的重新出现，身为灵媒这条路虽然精采，我也有过困惑而不知所措的时候、也曾为了内心的矛盾而挣扎，可是我一路走来是有福气的，因为我的生命中充满了爱与体会。虽然一路崎岖，因为常常有人尝试泼我冷水，而且过去的舆论常嘲笑我们这类人，给我们贴标签，说我们疯了，但是能够为灵界朋友服务，和帮助那些活在世间而求助于我的人们，是我的光荣。

以前我不这么想，可是我现在认为，或许我们来这世上之前，我们都自己决定了自己的生活。也许我命中注定，要做我后来做的这些事。我人生路上的艰困，可能是本来就设计好的场景，如此我才可能事事警觉而增长知识、觉醒、智能。

依我个人的浅见，无论何时，所有人只要决定唤醒自身内在超自然方面的才能，就可以开发运用他们的天赋。不是每个人都能成为大师，甚至也许连个好字都构不上，可是，许多人学习这个直到最近仍被视为禁忌的主题之后，会觉得收获颇丰。有了理解和同情，人们的心智会变得柔软，而由耐心、容忍、爱组成的悲悯将逐渐出现。搜罗的知识会造就一个更和谐的生活。

到底这些灵是否真是他们声称的身分，还是只是我人格的延伸？这个问题折磨我经年。我花在怀疑的岁月结果是成长的过程。一旦我深信自己应该检验探究灵媒的能力，就踏上一条不归路。无论有多少艰难险阻，也不论成败如何，我承诺在此行奋斗。

我很幸运，有灵界的朋友像天使一般握着我的手，导引我完成此艰巨任务。我不是笃信宗教的人，可是我的控制灵却叫詹姆士，他乃是约书亚的弟弟。他带领我走过人生迢迢长路。我也没有藉为灵喉舌来寻求注意，可是有一个叫艾琳的灵，是我睿智的老师。还有一个中国的灵名唤君儿，她彰显整体健

康的观念给我看。我自然对海明威的灵会永志不忘，因为他指导我了解和欣赏生活中的勇气与热情。他们每一个都有自己独特的专长，这些特质成了他们自己的戳记。在此要特别谢谢我挚爱的詹姆士、艾琳、君儿，当然还有海明威。没有这些天使一般的朋友，我相信我不可能做到我现在做到的一切。

经由我深度出神状态到轻度知觉转换状态，许多灵借着我来沟通。他们对许多人提供了宝贵的慰藉和爱，因此使得这些受苦的心灵得以痊愈。灵界的朋友微妙地为我们喝采，确认了我们的生命。灵媒的心灵到底发生了甚么事，我并不知道。但我知道激发我不断学习、成长、分享的主因，是想要帮忙受苦难的人们复原。能够看到这些人减轻哀伤和痛苦，是我生命中非常大的欣慰。

附录 通灵初级练习

长期坚持练习，没有间断，充满热诚、全神专注与投入，才会真正地根深蒂固。

《瑜伽经》第一章十四条

我们都是有肉身的灵。因此，我们都有与生俱来的通灵能力。然而，这些能力或许在沉睡，或许被压抑。借着一些练习以及跟随一位好老师，每个人都可以唤醒这些能力。这里收集了一些练习。这些都是最基本但也是最重要的通灵能力开发练习。

你可以称这些为初级练习。但请记住，初级练习与中级或高级练习并没有什么不同。只要不断的练习，一定会有成果。

呼吸与放松

呼吸是所有通灵练习中最重要的一点。他放松你的身体和精神。轻度的冥想配合着深度的呼吸，可以促进精神讯息的收送。这个练习如下：

1. 让自己进入最舒适的姿态。宽松衣物，闭上眼睛，放松。
2. 弯曲脚趾，然后放松。
3. 绷紧小腿，然后放松。
4. 绷紧腹部，然后放松。
5. 缓慢地用鼻子深吸气，再缓慢地由嘴巴吐气，同时放松。（如此重复四次。）
6. 右手握拳，然后放松。
7. 左手握拳，然后放松。
8. 肩膀向前，然后放松。
9. 肩膀向后，然后放松。

10. 拉紧脸部肌肉，然后放松。
11. 缓慢地用鼻子深吸气，再缓慢地由嘴巴吐气，同时放松。（如此重复四次。）
12. 缓慢地把头向前弯，然后转向左肩，再转向后，然后转向右肩，再转向前。然后转回向右肩，再转向后，然后转向左肩，再转向前。（如此反时钟转、顺时针转，重复三次。）然后把头向前弯到底，再缓慢地抬起来，同时放松。
13. 感觉所有的紧张和忧虑都离你而去，继续缓慢地呼吸，同时放松。
14. 缓慢地用鼻子吸气，再缓慢地由嘴巴吐气，同时放松。（如此重复五次。）
15. 使用同样的呼吸律动，缓慢地用鼻子吸气，同时在心中由一数到五。缓慢地由嘴巴吐气，同时由一数到五。（如此重复五次。）
16. 逐渐放慢呼吸。缓慢地用鼻子吸气，同时由一数到五。停顿闭气，再由一数到五。缓慢地由嘴巴吐气，同时由一数到五。（重复此三段式呼吸，但计数由五减到四、三、二、一。计数的速度变慢，数目变少，但呼吸的韵律维持不变。）

打开轮脉

轮脉（chakras）乃是人体的知觉中心，也是能量中心。人体由上往下，有下列七个主要轮脉。

第七轮脉：顶轮，位于头顶正上方，相当于百会穴。

第六轮脉：眉心轮，位于双眉之间，相当于天目穴，俗称「第三眼」。

第五轮脉：喉轮，位于颈部。

第四轮脉：心轮，胸部正中，相当于膻中穴。

第三轮脉：太阳轮，肚脐与肋骨之间，太阳神经丛，相当于中丹田。

第二轮脉：脐轮，脐下三指幅处，相当于下丹田、气海穴。

第一轮脉：海底轮，脊椎骨底部，相当于会阴穴。

下列练习有助于打开轮脉，促进能量流通，并提高对信息的敏感度。练习关键在呼吸、放松，以及精神高度集中。开始练习时先闭上双眼，把自己安置在最舒适的位置。让身体和精神同时放松。

1. 吸气，同时由一数到五。
2. 停顿闭气，把注意力集中在顶轮，并由一数到五。
3. 吐气，并同时发出「喻咽」的长声。让音调回响，并带着镇静、温和，与优美。由「喻喻喻喻喻」开始，以「姆姆姆姆姆」结尾，直到把气吐尽。
4. 对其他轮脉（眉心轮、喉轮、心轮、太阳轮、脐轮、海底轮）

重复以上的练习。

重复以上呼吸练习五次，计数则由五减到一。呼吸深长细匀，同时把注意力集中在轮脉上。在轮脉打开时，你可能会感觉到热、凉、刺、麻、轻，以及其它身体上些微的不同。这些都是正常的现象。

心电感应

心电感应乃是心灵对心灵的直接通讯，不需要经过说话或身体语言。如艾琳·格瑞特在《心电感应，寻找失落的机能》中所说，心电感应是『极其重要的功能。任何人若能掌握其潜能，将对其人格发展及人生经验有无穷的帮助。』心电感应也称作「心灵感应」或「传心术」。它包含送与收两部分，其中较难得的是能送出高强度的讯息。

其实心电感应是我们日常生活中的一部分。我们所有的想法，不论说出来与否，都会向四面八方传送出去。虽然大多数人在意识上并没有察觉，但每一个人无时无刻都在接收讯息，而且对收到的讯息会有反应。心电感应是心灵的基本功能。因此，它可以运用在人与人之间、人与灵之间，以及灵与灵之间。万物皆有灵，心电感应的应用实在无限。心电感应建立起灵与灵之间的网络。

它是所有通灵现象的基础。所谓的「神通」（如他心通、天眼通、天耳通）也是建立在心电感应之上。

练习一

作此练习时需要一名同伴。若能找到一位心电感应较强的人一同练习，则效果更佳。

1. 两人面对面坐下，双手相握，双眼张开。
2. 其中一人先为发送者，另一人为接收者。
3. 发送者在心中选定腰以上的某个身体部位。
4. 发送者全心全意想着这个部位的影像，并把它送出去给同伴。
5. 接收者心无杂念地感觉内在的讯息。
6. 过程约十秒钟，然后放开双手，接收者说出答案。
7. 互换角色，重复练习。

这个练习可以有許多不同的变化。除了身体部位之外，发送者也可选择地理位置、几何图形、颜色、字母、数字、季节、水果、蔬菜等。发送前，可以先公布讯息的种类，并限制答案的个数，例如数字一、二、三、四、五，或者颜色青、赤、黄、白、黑。双手相握并非必要。两人之间也可以有相当的距离，心电感应不受时空限制。发送者也可以闭上双眼，想象讯息由自己的「第三眼」送出。若能加入个人强烈的感情与热切的盼望，则讯息的强度会显著的增加，被意识察觉的机率也会提高。「强度」是成功的关键。

有时候发送者会改变讯息，例如一开始想要送红色，后来却决定改送黄色。遇到这种情形，不论接收者回答红色或黄色，都不能算错。

练习二

这个练习是关于集体心电感应，需要一组人一同练习。在练习者中选一名为接收者，其它人都是发送者。

1. 所有的发送者待在一个房间中，让接收者到房间外。
2. 发送者选择接收者的某一个身体部位为发送目标。
3. 所有的发送者全心全意想着这个部位的影像，并把它送出去给接收者。
4. 接收者心无杂念地感觉内在的讯息与自己身体的感觉。
5. 此过程维持约一分钟。
6. 接收者进入房间描述感觉。

接收者可能会在被选中的部位上感觉到刺、热、凉或者轻微的震动。这个练习的目的在于显示许多人可以同时送一个讯息，而且集体的讯息强过个人的讯息。多数人所产生的效果，超过个人效果的总合。俗语说「两人同心，其利断金」。这个练习也有一些变化。除了影像符号之外，也可以送感情、治疗能量与正面的建议。因此心电感应有很多日常生活上的应用。

练习三

这是另一种集体心电感应练习，由一人送，多人收。其实这是心电感应的基本特质，但是可以借着这个练习来证实。

发送者与接收者

可以在同一个房间中 距离与位置并不重要 眼睛张开或闭上皆可其余步骤与练习一相同。

心测术

心测术是借着触摸一件物品，或者接近某个地点，来感觉相关的事件与讯息。例如说握着一个手表，然后感觉手表的来历，以及物主的个性。到一个意外事件的发生地点，然后感觉到事件发生的过程。心测术也是「通灵侦探」经常用来破案的方法。所有曾经发生的事件，都以能量形式永久存在，并相互连接。

练习一

1. 每两人一组，彼此交换一件随身物品，如手表、戒指、钥匙等容易取下之物。
2. 将此物品握在手上，专心感觉这件物品。放下一切杂念，抛开所有忧虑烦恼，全身放松，进入轻度出神状态，全神专注在这件物品。
3. 此过程维持约一两分钟。
4. 告诉对方你感受到的讯息，如一个和此物相关的故事，或者和物主相关的事件。

练习二

这个练习需要三人以上。每一个人将自己的名字写在一张纸片上，然后将纸片折起来，并集中在一起。所有折起来的纸片应该要看起来一样。每一个人抽一张纸片，但是先不要打开。每人全心专注在纸片上约一分钟，然后轮流描述对纸中人的感觉，或者其它相关的信息。等到所有人都说完之后再把纸片打开。

这是非常有趣的练习。人们经常对纸中人做详细的描述。有时候会发现描述的对象竟然是自己。有时候因为这个练习而有新的发现与认知。

附录 艾琳谈灵界

艾琳·珍娜·格瑞特为人类联结灵界，因此被称为「光的信使。」以下所写的主要是玛丽莲·拉斐尔在出神状态下，艾琳经过她而说话的录音摘译。有些话可能会拗口，可是我们尊重艾琳，并未加以变动。

艾琳说心智——也可称为心灵、灵魂、灵、鬼或存在体（entity），是有智力和情感的能量。所有的心智都是互相联结的，共同形成集体的知觉。集体知觉可以归为几类：人类相联的集体意识，人类相联的集体无意识，宇宙的集体意识和灵的集体意识。每个心智都对集体意识做出贡献，也被集体意识所影响。

艾琳喜欢说：「想到去思考就是想到一个念头，这件事本身必须联结到我们的思维。」她也说：「我们总是将我们的思维以图像呈现。思考是世界的创造力，而思维影响到所有形式的生命。灵界充满了生命。」

艾琳常提到思维，原子，和它们之间的关系。她说：「假如我是由原子组成的，那么原子就和思考有关。」也就是说，连原子中都存在着意识。对那些认真研究人类的永续理论的人，艾琳给了很中肯的建议，要他们把重心放在原子上。

她说在灵界，没有过去，现在，和未来的概念，所以「时间」这个词通常不属于灵界的感觉。从概念上来说，每个人都有一座塔，贮存了我们的生命数据，也记录着我们是谁的历史。

她也说：「我们是以阴阳的哲学来处理。阴就是女性的、雌性的。阳就是男性的、雄性的。请明白我们可以投射我们的思维，创造任何我们想创造的东西。所以假如这里有男人和女人，当然他们的本质会和他们的意识一起出现。可是这是一种非常中性化的感觉，所以通常只是一种可以思考的能量。」

关于灵界的性事，艾琳说：「这种事，没有肉身是无法做的。不过你要是想到极端的话，这里可以意淫。可是那真的很乏味。」

心智也可以分化。它可以在同一时间存在于好几个不同的场所。艾琳有一

次分化她的思维，一部分和玛丽莲在一起，另一部分同时在参加朋友的葬礼。玛丽莲察觉不出来她有任何地方与往常不一样。艾琳高兴地说：「我已经逐渐适应不再理会你们的时空连续了。这种新的适应是多么美好的感觉。」

艾琳身在世的时候并不相信轮回。她甚至不能确定伍哇尼（Uvani）或阿布都•拉提夫（Abdul Latif）是真有其灵，还是她自己人格的一部份。现在身为灵了，她说：「我以前不相信轮回，可是看看现在的我！」她补充说：「我对轮回的看法已经大大延伸到相信存在是永续的。」在某一次的通灵会上，她提到自己在身为艾琳的时候写作，所持的信念到如今已有转变：「我将要重写我写过的东西。我新写的文章将是心智存在的证据，不过并不是你们的时空延续下所了解的。」

艾琳对我们肉身死亡时的经历有很仔细的叙述。她说：「你们之中有许多人在实际死亡之前，就已经离开你们的躯体。离开你们躯体的是灵，也就是有智力的那一部分，不是脑子，而是脑子里的记忆。你听懂了吗？脑子里的记忆是一种本质，一种光的力量，其中有每一生的记忆。我们给它一个名字叫『灵』或『存在体』。它通常是由你的头顶出来，由你所在的位置向上渗透出来。它在你的上面盘旋一会儿，有时候约两天，直到它逐渐消散。有时它会伴着躯体飘一阵子。那个本质就是你。你接着就有了你刚刚离开那一生的记忆。因为那像是很长的一天，所以你有很多的记忆。你有时间去回想，去好好地反省，也有时间去和你知道的人碰面和打招呼。」

如果是猝死或遭谋杀（但是没有意外死亡这回事），那个引导你一生却又刚刚离开你的本质，几乎是处在一种完全震撼状态。它对于不再能与躯体共存的事实感到惊愕。所以这种肉体死亡的经验，是一种全面的感觉。现在你由上往下看，你的躯体在下面休息，你试着捅了捅它，甚至会说：『我甚么都不能做了。』因为这是重大创伤，你会在那种状态停一阵子。你要追究到底哪里不对劲。这是在做梦吗？对那些人的而言，他们可能会花上十年、二十年，也许三十年，来告别那一生，不论那一生是好是坏。」

「当你回到『老家』，如果你想联络其它在这里的存在体，你只要产生那个想法，他们就会出现。」艾琳说：「这里并不是每个人都可以迅速思考的。你是一个思维，可是通常是把你带回此地的思维。然后你就像在看电视一样地

回顾你的人生。你说：『哇！我这一生真是克尽职守，我把我的角色演得真好。我本来就应该是乞丐、农夫、市长或神父。不管我是甚么，看看，我完成了自己的使命；那些该做的，我全做了。』」

艾琳所阐释的轮回学说和东方哲学里传扬的很不同。艾琳说：「我对你说这个，你可别不高兴。你过的那一生，就某种意义来说，是你唯一能够以你现在的身份在世上活的一生。可是当你回老家，你会继续活着。你也会再度轮回，但它却永远不是你曾经是的那个身份。**从灵的成长而言，你不会轮回成比较『差』的人。你总是往上轮回。**所以试着想象一下，你在评论一个杀人凶手的时候，可别太武断地相信那个杀人凶手是罪有应得。在某种不为人知的意义层次上而言，那个凶手把你们社会上为非作歹的包袱背了起来，藉此提升你们的思维，使你们的意识变得仁慈和关爱。你们之中有许多人仍然是尼安德塔人或克罗马侬人，极端守旧，仍须要进化、学习。」

许多人问到和天使有关的问题，艾琳告诉这些人，他们对天使的观感和灵界的思维是大相径庭的。她很清楚地强调，没有带着翅膀的天使在天堂里飞来飞去。有翼的天使只不过是大家的一丝想象罢了。她补充说，既然思维是在人类的意识里，也集合在人类的无意识中，通常人们瞬间就明白天使是从人类的想象中产生的，而人类赋予天使的形象一直都只是一个幻象。人们在离开人世之后，如果要找带翼天使，他们会遇到有智慧、有爱的生命。这些生命的责任就是教导人类，甚么是天使般的爱。

除此之外，艾琳说，在灵界，大家的等级都一样，没有哪个存在体特别高人一等。她说：「那是很傻的说法。许多人靠这个想法来赚大钱。我要提醒你们，如果你们画地自限，而相信自己不像所谓的『主人』一般高等，那么你就永远到不了所谓的『高等』的境界。」

依照艾琳的说法，我们的转世生活都有「计书」（map-outs）。也就是说在转生前，一个人已经大致地勾勒来生，包括一些重要的目标，也包括一些次要的、较有弹性的目标。自由意识也存在，但是「以一种很奇特的方式」运作。艾琳说：「我可以告诉你们，我们这一生要做的事，是我们自己选的。我们的确有自己的抉择。我们选择自己的欲望。我们从来不在转世后才选择我们这辈子的命运，即使你以为你在选择。这些都是我们出生之前就定下来了。」

当你是灵的时候，你依照你自己灵魂的需要来选择你的人生计划。艾琳举例说明：「如果这个灵魂尚未学会甚么是残酷和卑鄙，那么它也许会喜欢从受虐者的角度来学习。这就是受虐狂症候群。现在你去思索受虐者和施虐者的关系。他们的婚姻关系、家中成人和孩童的关系、朋友的关系，都是命中注定的完美组合。他们的配对满足彼此的灵魂在这一世的需要，可是他们不必永远在一起。所以在你们的社会里，即使有人被视为恶棍或懦夫，他们的灵魂也都在成长。

人们学会了罪恶感之后回到老家

我喜欢叫我们现在所处的乐园为『老家』，而我们宽容地接受你回来。无论你在人世间是扮演何种角色，即使你在人世间杀过人，我们也不在乎。最重要的是，你周遭的人经由那个他们世俗的经验得到足够的信息，而从经验中学习成长。」

人生中的偶发事件其实少之又少。大家以为的巧合或意外其实是安排好的。我们自己定下我们各种各样的缘分，甚至奇怪到像是某一世要遭到谋杀的缘分。

那么，人在肉身被迫结束后，是否可以原谅杀害自己的凶手？艾琳说：「绝对可以！你们可能觉得这听来太不可思议，而且因为你们的思维是以你们自己的想法在进化的，所以许多人难以接受这个答案。可是不管你们现在有多难接受，而且，虽然你们的人世间仅有极少数人能够原谅他们的敌人，受害者的灵却的确宽恕了他的凶手。关于人类在进化的想法是正确的。你每一回到这世界上来就进化一次。即使你上次来的时候，有一个所谓一流的人生，你可能再回来，过一个看似卑下的人生。因为你的灵魂过去没有经历过卑下的日子，它就需要在它的旅程中有这种经历。它还不知道比较，它也不知道爱的真谛。」

艾琳说所有的灵魂都已经处在完美的状态。每一个存在的灵魂都是完美的。那些和我们沟通的灵，必须使用人间不完美的思想模式。「你们要了解，你们这种思想模式最多就是让我们受限罢了。我们不会以非完美的形式来接近你们。你一旦回老家，就只可能是完美的形式。因此当听到你们念你们的圣经，说甚么邪恶、邪灵、邪恶这个、邪恶那个的，我们这里就忍俊不禁。我并

不是说闹鬼的现象不存在，我是说他们可不是邪恶的。邪恶是人为的概念，经由你们的宗教归纳出来的。你们碰到我们的时候，我们只可能是完美的。对于你们想要的感觉，我们可能无法认同，却也爱莫能助，可是我们的确是在完美的状态。我们从天堂不同的区域，以完美的状态来与你们接触。」

她又做了更多的解释：「你们肉身的存在是为了成长，灵魂的旅居是为了表达自己。人生最令人兴奋的事，就在于尝试着把各种人性的特质展现出来。它和许多在成长的事物休戚相关，因为你必须从这许多事物中成长。我们就这样说吧，在医学变成一门学问之前，假如有人颇了解草类，还可以治病，此人就被当做有巫医的本事，而他的社会地位则是崇高而且神圣。这真是人为的无知！他并不是最崇高的。你们之所以会有这样的看法，是因为你们用你们所在那一世的人类社会标准来衡量。」

「你们自己决定你们甚么时候要转世。灵魂是大老板。灵魂是有智力的能量。它决定、它评断、它创造。你们拥有灵魂所有的能力。」

艾琳也谈到灵魂核心（soul nucleus），又叫主灵魂（master soul）：「譬如说，我的灵魂核心里，玛丽莲和我曾经共度好几世。可以确定的是，玛丽莲在另一个学习课程中，曾经以灵的身分透过我和其它人说话。你们必须明白，『这里』是你们的核心。核心发展出许多存在。每一个存在，是灵在人生生命中的旅居。你可以同时有好几个存在，这就是为甚么你可能会觉得和某个埃及人像是孪生子。你的灵魂就是你的老阅。你就只有那么一个灵魂。想象一个轮子上的许多轮辐，每一个轮辐都是一次存在。可是不同的存在，并不需要处于不同的时刻。每一次灵魂投胎都是一种成长，也是为了让灵魂体会在人间旅居的感觉。」

她说轮辐，也就是生活经验，从第一世开始，在人世间反复穿梭转世，幅度越来越广：「然后，我们完成了所有该完成的事情。当然，如果出现了另一种新的生命形式，那么轮回的螺旋将又再度开始了。接着我们必须为那个生命的新形式，活出所有可能的范例。顺便提一下，各位女士先生，你们会经历一种新的生命形式。」

「灵魂有分身（fragment）。灵魂也有不同的人格观点（aspect）。不过也有一种现象叫做「心智的融合（the fusion of many mind）。」艾琳说：「十

个人可以融合成一个意识。那个合成的意识可以在同一时刻，在十个不同的地点，过着十种不同的人生，再加上他们过去、现在、未来的同时经历。所以思维的融合是令人惊叹的，不是吗？」

艾琳说**人的灵魂只能转世成人**。「你是人，就不可能转世成一棵树。然而你可以经历一棵树的生命过程，好像你就是那棵树。你可以用你的意识来投射思维。在我们这里，大家都是这样子。你可以把思维投射在树上，然后去经历它。可是你不会变成树，你也不会冒出一根枝子来。」我们也不会转世成动物。就像人一样，动物也有灵魂，也有自我意识。然而，「动物有动物自己的自然进化过程。人选择只为人，动物王国也选择牠们自己的方式，可是牠们的意识不同于人类的意识。」

艾琳经常谈到生态，强调我们是如何必须都各尽一己之力来防止我们的星球遭到更多破坏。她对此加以说明：「地球将要有许多变化。如果人在成长，那么地球会和他一起成长吗？当然会。不是只有你们人才在进化。地球是和你们一起进化的。你们必须互相适应。你们的星球是活生生的，所以它会很自然地因为你们需要供养而配合你们。可是你们未来的生计可能和你们现有的不同。你们未来不能把牛切开就入口。可是你们会有一些同样令人满意的成果。我只是做些预告，让你们可以一窥未来的走向罢了。创造你们的思考去收集你们的思维，如此你们即可以达到完美。你们不可以调高你们的生活去住在那种完美里，因为你们周遭的人还未达到那种完美。」

她也提到：「我很关心生态和空气污染，不是因为我在有肉身的时候就在担心，而是因为我很确定自己的洞察力。就像你们所有人都了解的，我过去热爱这美丽的地球，常担心这个星球要毁灭。我现在还是在担心。你们在毁灭你们的地球，做的每一件事都给它带来污染。你们创造了一个可怕的环境，大部份的人未来必须要戴面罩。因为污染是如此的严重，你们在未来可能会有一个时期不能到户外去。」

生命能量的最大来源是爱。艾琳说：「我们每一件所作所为都充满了爱。我用这个『爱』字，是深思熟虑过的，因为爱对我们而言，是生命的最高来源。爱不仅是一种情绪，它成了一种生命。在世为人是『生命的庆祝』，肉身经验的结束则变成『爱的实现』。」

附录 灵的作品

在自动书写的状态下，写一整页从灵传来的作品，可花上五个小时。我们尊重他们的措辞，即使一些地方听来不大正确，也不擅加修改。获取信息以及让通讯流畅，比在文法、句法、文体上吹毛求疵要重要得多。主要的目的是传达讯息。詹姆士和艾琳的灵以作者的身分来到玛丽莲这儿，因此语文的格调乃是属于他们的。

艾琳写了许多通灵方面的主题。她生前是一位灵媒，做了很多自我观察，并曾和科学界从事无数的实验。她的人生是一系列的奋斗与克服障碍。她在超心理学上的成就与贡献，超过古今任何一位女性。她一生中让很多人感到震惊，连科学界的名望人士也不例外。如今经由玛丽莲出神的状态，她仍使听众着迷。她对所有人都非常大方与体贴。她解释当一个人到达「天堂」后，会进展到更高层的思维。因此，对思想的措辞与表达会不同于昔日，对旧日事物的认知也会加深。每当她可以把话写下，她就藉助于玛丽莲。

这两位存在体都是非同凡响。他们为通灵会带来了爱、机智、知识。对所有接触过这两位存在体的人而言，他们乃是珍贵的礼物。

颜色展

艾琳·格瑞特

艾琳写下她从灵的观点来看颜色的意义。其文如下：

黄

黄色使我想起工作。它很类似那些会让你回忆起工作的感觉。它在光中旋转，在声中回响。它包含一个爱的家庭。黄色的感觉是平静。它有很多风采。它发出来的光可以安抚灵魂，使之平静。它发出来的声音通常是欢悦的，并与快乐的意识相关。

从我这里来说，黄色的集体形态，在我们的思想中显现出艳丽的光彩。因此，当我们感觉黄色，光辉就照耀着我们大家。使我们想起快乐的感觉和喜爱黄色的人。我们若想产生这样的感觉，只需回想黄色的事物。

在我居住的地方，黄色是我视觉中的低地和光。对在这里的我们而言，这个颜色充满了活力，就好像它是一种生命形态。我们对黄色相连的集体思维创造了黄色。

橙

和橙色所有关的思想，是小心摆设的光。它以持续的力量回响着：「看！我在这里。」与其一般的接触，来自生活中一场接通的爱。

喜欢他人的人，可以得到橙色。这是友善的颜色，我们让它与秋天的感觉相关。它呈现光的生命，连接我们集体的思想。橙色发出的声音，就好像充满儿童嬉笑的游乐场。我们从这颜色上得到的感觉，有异想天开的本质，与无尽的欢乐。

红

热情起于红色。我们觉得这颜色自豪、积极，又有活力。对红色相连集体地汲取，弥漫了我们所有的感觉。红色充满了能力与自豪的热情。

红色让我想到爱。通常这是我和它的关系。我对红色的感受收藏在我的回忆之中。理所当然的，这些回忆带着充满了欢乐的情感。红色给我一种感觉很舒服的力量。我将我所处的世界连上红色。它散发出高度的能量，可用来测验热情。我心中充满了对红色的美好回忆。我爱红色。它知我所为，并回之以爱。

蓝

生命中感性且值得玩味的时光，收藏在蓝色之中。蓝色联系着神的能力。充斥在圣经故事中骄傲的感觉，总是和蓝色有关。蓝色的芬芳，使我们想起希望，以及在宗教场所聚集的群众。每一个场所有其特有的韵味。每一群人因蓝色的气味而更加丰富。

蓝色集体的感觉是古老与荣誉。岁月的智慧便由这种颜色得到动力。每当我们的思绪卷入成长的意图时，蓝色就成为引导我们的光。我们大家都收集了蓝色的光芒，而且由它那里感到崇高。

绿

在我印象中，这个颜色经常与治疗功能有关。从天堂的领域来看，绿色充满了资源。它在我手中聚集有知能的思想。我们透过绿色来照料人们。通过各种绿色的色调，我们将自己开放给人们，特别是那些自认为是治疗者的人们。

绿色代表至高无上的麦加（Mecca）。麦加控制绿色发出来的力量。绿色很美。它充满了爱的力量，并且滋养万物。自豪的感觉也与此色有关。荣誉、信任、怜悯、忠诚，和其它所有值得自豪的态度都属于绿色。绿色是爱的感觉。我们终究用它来滋养我们的生活。

靛

这是一种生活中有答案的感觉。非常有活力，而且充满了所有成长的知识。在分享这个颜色时，我们便集中我们走过的路，并记起所有前世的工作。这个颜色相当于世人的工作。来自这个颜色的力量代表工作。我们在此工作时会记起前世、现在，与未来。这个颜色主要和前世有关。部分的原因是当我们接触这个颜色的思想时，我们就会记得。靛色代表回忆的力量。靛色是成长的力量，并集合了爱的结合力。

紫

这是一个我们这里很少感觉到的颜色。紫色与各种不同的颜色有关，因此它分散了我们对思想的掌握。我们以更高的个人意识让这个色调圆满。对许多在这里的我们，紫色令人想起「回老家」。当色度变成深紫，它造成的感觉，让这里许多的灵魂回想起肉身死亡。

这里的动物被围绕在紫色中。紫色使他们充了满爱。相连的集体思想创造出更高的感觉，与颜色互动。他们全都拥有一个振动场，回响着爱的声音。紫色的声音如同一个交响乐，以完美的和声奏出最深刻的情感。

再谈颜色

以下的想法由詹姆士与艾琳•格瑞特在 1999 年八月十八日提供。

体弱老人敲我的门。我问他需要什么。他回答「蓝色」。我得知蓝色是老

人与智慧的守护者。

可爱的小女孩请我帮忙。我问她需要什么。她说「橙色」。

我得知橙色是欢乐之门

修理工人要帮助我 我说不需要。他回答说我当然需要。他给了我「红色」。我得知红色是热情。

家庭主妇请求援助。我问起原因，她请求「绿色」。我得知绿色来自麦加。并且她需要来自生命泉源的力量。

势利的女士召唤我去帮她。我提供「黄色」来温柔地安抚她的灵魂。

当差小弟送食物来。我用「紫色」作为报酬。我得知紫色是他取悦动物的方式。

在天堂此处，崇高伟大之子闯入我家。他给我们「靛色」。我们因此展开学习成长的旅程。

生命是不是前世的集合？

艾琳·格瑞特

这个论点，使我记起我有多少前世。它们永远会圣洁地存在我的爱之中。这些思想深植于我。我们会记得，是因为我们的日子充满了工作。我们的工作在与寓居的思想打交道。当我们的能力增强时，我们可产生更多的爱 我们从这爱的力量中收集我们的思想

生命之光，导致于坦然凝视她的爱。与我的爱会合，使我想起了所有的前世。那些都是成长的时光。我们在这里必须要成长。爱是对「生命的生命」坦然的反应。我们在这里，永远无法送出会导致伤害人类生命的淘气思想。在我所在之处，前世收集了爱。要记起艾琳的一生，我只需关注着爱，然后就记起那一生的所有时光。在那一生， 我运用可得到的人与物。文字对我的存在有重大的意义。文字是我的力量。我写了许多与灵媒及通灵相关的艰难题材。以我在这的观点来看，我充分地经历了那一生。

在艾琳的那一世，我从未能公开，也不曾想到接受轮回。我对这些话题的

感觉已经变了。我在那一世曾经说：「这一世要处理的已经够多了，不需要把前世合并到今世。」这个感觉，在我记忆中依然鲜明。我当时的理解是：假使在这个想法上让步，我会有愧于我的工作。还记得当时如何鼓励其它人工作，这方面我有很多好的故事可以说。

我们在这里说：「凡生存者，皆对生命兴奋。」这个思维表示，人们必须时时提醒自己，当对自己是谁而感到兴奋。一世的生存，产生另一世。过去、现在、未来，全都混合在一世的存在中。每一世意识互相连接，永久存在。一个人可以从某一古老的前世生活来谈，也可以同时从比较近代、甚至未来的一世来谈。除了艾琳这一世，我同时知道很多其它世。它们交织在一起。因此昔日的艾琳，无法仅从艾琳那一世来回答问题。思想上的修正，表示对我们是谁有更多的认知。

生命是不是前世的集合？

以一个回老家的灵魂而言，他除了记得最近的一世，也和其它同时进行的几世保持接触。在处理新结束的一世时，他必须要调整他的思想来感受这一世的热情。

人生是「光的日记」，这意味着所有的人都生活在光和众多赋予之中。

每一个前世，都是灵魂自我期许的学习课程。观看是每一个生活的一部分。知道前世的存在，可抚慰生命，使其专注于隔离的一世。

我过去强烈地认为，如果我们把时间花在记起前世生活，并用这些数据当作当今问题的借口，我们的生活将滞足不前。当然我也知道许多前世疗法的正面成效，借着处理前世的问题，来矫正今生的问题。

因此，我的确由我前世的意识上成长。我们感受到的许多考验，乃来自我们的灵魂核心。每一个生命的记忆都保存在这里。不是在书本中，而是收集在一组和他们有关的思想中。连接到一个有相连性的思想，意味着连接到一组思想。思想的创造力，让我们全部都感到抚慰。我们没有艰难的时光。思考是我们的生活方式。

人们不需要再采用古老困难的方法和「天堂」通讯。我们在此可以感觉到

「电话」，在思想中「听见」人们对我们的呼叫。我们有如大象的耳朵，全部都听得见。许多人想和我们说话。许多在这里的我们，也想要和你们说话。灵媒是我们通话的工具。前世的确存在。然而尊重今生，并全力以赴。

我对文字的感觉

以下的文章由艾琳·格瑞特在 1999 年九月某日清晨提供。

我遇到过的许多人，都记得我工作方面的言论与著作。我女性的形式，记得我在言词上的胜利。我将女性思维用在文字工作。我因为努力而悄悄地受到敬重。身为作者，我谨慎选择用字。许多早晨，我开始一天的工作，表达我的感觉，并把它们写在纸上。有一种奇妙的联系不断地给我提供灵感。回顾当时，我似乎还很擅长于我的工作。

我的工作让我与许多人说过话。这方面进行的不错。每当我有机会接触儿童，我总是提醒他们要好好地过生活，并且要拥抱着爱。语言文字就是我的日常工作。我选择最贴切的文字，来表达我精心安排的思想。我活的每一天，都用文字与他人接触。因为工作的关系，写书对我是件容易的事。我将一股力量加诸于每一本书。这个力量就是爱。由爱，而产生文字。

有时候我的文字会带有警告性。我曾经一再地说：「如果你进入这个领域，却对你所做、所搜寻的没有任何客观的认识，那么我在这个领域曾写过的任何一个科目，都有其危险性。」因此，当我在写某一选定的题目时，我采用我所认为的「客观推理」方法。而我选择的文字，是我表达此理念的工具。

如果我工作繁忙，乃是因人们接受我的文字，我的集体思想也会更加流畅。我写人们、写我自己，也写我心爱的题材。我感到快乐与满足。我对艾琳的感觉非常高。文字是我那一生成功的动力。

在知识领域上，我必须要了解一些例子。因此，我对更进一步研究而感到兴趣。担任灵媒的角色，让我可以进行探索，并客观地写下这些经验。我也详细审视自己通灵的能力。我一生中有不少时间在写这些研究科目。当我写自己的时候，我尽量保持客观。我经常发现，我的工作有助于收集词汇，用来写这些冒险。

被我探查的那些想法，会在我心中酝酿，直到我用文字把它们表达出来。

我既非圣人，亦非罪人。因此我很自在地使用内在的视觉与感官，希望能有更多认识与理解。在此过程中，我变得谦逊。文字也对我的生活变得更加重要。分别良莠是一件困难的工作，而且耗费时日。使用文字有助于提升洞察力。在为爱而服务。我又更上一层楼。

艾琳·格瑞特

玛丽莲在完成深度出神工作之后，经常会不明所以地变重了。詹姆士与艾琳都知道此种情形。艾琳记得她当年也受到同样的影响，因此她完全能够体会玛丽莲的处境。这篇文章是她对此事的看法。

当拾起和通灵有关的感性思想时，我回顾过去，并记起我女性的形式。这些来自天堂的礼物，是我生命中温柔的言辞。我记得以工作来服侍我的形式。似乎在当时，特别在通灵工作之后，我的体重在增加。这些重量聚集，使我的衣服都变得不合身。身为一位时髦的女性，我经常会想知道，这是否是通灵的特征，而且是不是所有从事这一类工作的人都会增加体重。我从未想到问我的控制灵这是不是真的，然而我的怀疑程度却持续增加。

现在以灵的状态，我当然可以回答这个问题。毫无疑问地，所有从事出神通灵工作的人，都可期待因身体积水而突然增加体重。突增的体重可维持一到三日，依灵媒的新陈代谢速率而定。进一步探讨我这儿的感觉，我发现体重剧增还会影响所有这一类工作者的肺、心和背。这一点，我们相当确定。因此我们用看不见的绷带把玛丽莲包起来，以帮助她减轻一些身体上的问题。然而我们的措施，对突增的水重似乎没有发生作用。

此事由我说来有些好笑，因为我总是感到我内部有水，可是却想不出原因。我们会将此勘查任务留给更伟大的科学意识。希望他们有一天能研究这个问题，并且找出原因。

然而，我相信有一个解决的方法，能让灵媒快速失去增加的水分。由于我和玛丽莲的合作，我一直在感觉她。我觉得所有她要做的，就是明白表示：水分不许逗留。我知道这几个字说来容易，要真正相信却不容易。以我的观点，此事的结论的确就是要求通灵所积的水重迅速消失。出神灵媒不同于一般的灵传者，他们必须用他们的身体来付出代价。许多其它的体重问题，不能与此混为一谈。

人类尚未找到这个问题的答案。然而，我对我所提的方法有很强烈的感觉。我相信答案就像我所说的这么简单：当事人要求自己，不允许出神工作增

加的水分驻留。我要求我的灵媒花功夫做个实验。

至于由饮食引起的减重，根据这个题材的集体思想，我们觉得你们的科学即将达到一个新的纪元。人类再也不需要当身体过重的囚犯。的确，你们未来有一日，身体过重将永远不再是一个问题。

我们全都觉得，那些从事出神工作者体重增加，并不完全是因为和我们工作而造成。然而我们已记下，此事的确发生在许多女性身上。

有些人在出神之前禁食。因此我也收集了一些关于禁食的想法。我觉得除了个人的因素之外，并不需要为了和指导灵连接而禁食。我坚决主张人们吃适当平衡的饮食，并且抛开为通灵而禁食的想法。所有在这里的，都有相同的看法。

我自己曾经是女性灵媒，我知道身体积水有时会很不舒服。旧日的思想相信积水是跟着通灵一起来的。然而，如果人们能用思想来阻挡，这并不需要是通灵工作的一环。我们会用玛丽莲来测试这个问题，用实验来证实。

教堂是恩泽满溢

詹姆士

1999 年，艾琳转述詹姆士的话，要求玛丽莲写下本文。本文附和了詹姆士曾经在 70 年代告诉玛丽莲的一些想法。

在我担任希伯来人的角色时，我的生命完全奉献给神的力量。在那个友好世界里，有人知道不同时期的爱，可以达到约书亚的目的。我的兄弟是仁慈之王，由一位女性举行涂油仪式，并遵循十分罕见的途径来传达神。

他在出生之前，就已经被安排好。他简单的说话方式，触及大群民众。他很快就在一般人民中建立起名望。在他凡人的年轻生命中，把人与神两个世界都看成充满爱的光。他用来自这种感觉的热情，把人们在大爱中与神结合。他的生命耗尽在这个思想中。他的爱与热情则其有传染性。

约书亚的话，高过所有一切。他是爱的象征。在他父亲的心中，他是勇气。在他母亲的心中，他是希望。对他的兄弟姐妹而言，他是纯净的爱。对我们所有爱约书亚的人，敬重他的话语，并让我们的「家」充满爱。他怜悯所

有受伤的人。

当他的声望增加，他开始用西门（simon）和我来工作。我们成为他助人的力量，也是他个人的延伸。为了学习我哥哥的方法，西门和我一起在我们的小区中待了很多年，一直到后来西门必须代表约书亚旅行。我则继续留下来帮约书亚做事。我把他的智慧加入我每日的祈祷，并且在我的神殿教堂中倡导他所说的一切。在我们的隐士派小区中，我们很受到欢迎。我们也允许一些非希伯来教徒来到我们小区，完成他们对约书亚的感情。这些被屏弃的人在我的教堂中都受到欢迎。我给他们我哥哥的话语，分享治疗的神恩，以聚合他们的心。

我们的教堂恩泽满溢。在那古老的日子里，我们把指导灵当作是神的恩典。约书亚接受这种想法，我也学着做。这些指导灵开始来我们教会聆听，同时努力帮助我们面对未来的日子。前面是一条坎坷的路，而且我们都知道，我们人世的生命就快达到尽头。这些指导灵让我们在心里准备好，来使爱圆满。

我们有天使在附近，也有指导灵来自天使般的王国。我的教堂周围盛开着花，由人采集。这些是来自指导灵的礼物。我的教堂是让贫穷人敬拜的最大场所。

我的教堂开放给任何想感觉约书亚的人。我引发称赞他的激情，并使其充满爱、荣誉、尊敬。我的神殿教堂总是第一个激励非希伯来教徒，让他们一起来感受约书亚完美的生命和爱。

我们的教堂恩泽满溢。我们的家成了教堂，充满约书亚发出的爱。我的手会在我的「家」中，直到永恒。我的前世也都活在教堂之中。我把与约书亚接触的力量，带入我的思想。我，詹姆士，记得我所有的前世，我也会永远留在我的老「家」，与约书亚同在。我集合了希伯来教与天主教。并且我选择居住在我「父亲的家」，在约书亚的「光」之中。

我「父亲的家」充满了「光」与「爱」。我们在这里可以听到祷告以及苦难者的哭诉。我们也听得见日常生活中的爱与热情。大家要知道，我们听得见你们的呼叫。你们以自己在世界上创造的政策与教条，创造了自己的地狱。我们迫切要求你们尊重他人的内心。多笑一点，并让自己充满爱与怜悯。我们联合在此把我们的爱送给你。

在此灵魂之家，我们都认同我们的爱受到需求。力量就是爱。

说话的原子

艾琳·格瑞特

艾琳谈起原子，那些在身体死亡后仍存在的粒子与物质。她说原子其有本质。他们由思想所组成，因此可以感觉到通讯话语。

我的原子能与你联系。

这些原子可以为想要通讯的存在体所用。我们在这里可以选择与灵媒合作。做这些事要经过灵媒的意识，也必须依赖灵媒所能使用的字汇。若双方都有相当的进展，我们可以使用更多其有思想的原子，产生独立的表达风格。当我们精心安排的思想开始与人互动，这就表示能量互连的力量已经产生了通讯。

人们的感觉会提醒我们过去所拥有的。我们也记得提醒自己，跟着他们的感觉走。这种能量互连的力量就是爱。我们接受灵媒所用的力量，就是保持想要说话的意愿。把正式的思想转换成话语，是件容易的事。我们在这里为爱产生更高层次的思想。至于我存在的证明，我理智的思想指出，这个答案就在人的心中。寻找证明，必须由爱着手。想要寻找具体证明的人们，若有机缘检视灵媒，也可造成一个新的里程碑。

后记 心灵探索

朱凯胜

人生之路有时候看起来是弯弯曲曲的，而且有一些不连接的片段。但回头来看，却是事事相连；一件事会引到另一件事，而看似独立的事件，却是后续的伏笔。孝明和我在心灵和真理的探索上一同走了不少路——从研究古文明、催眠、内观、中医、气功、瑜珈、到通灵。在多年的西式教育之下，我原本不相信灵的存在，也视轮回为神话。我在儒家思想的熏陶之下，总是「不语怪力乱神」及「敬鬼神而远之」。若有人和我谈灵鬼之事，我总是以不相信的眼光看他们，心中想着：「现在已经是什时代了，怎么还满脑子迷信。」然而，我们亲身经历的一些事情，使我不得不正视通灵现象，并逐渐改变自己的观念。随着认知的成长，经常会觉得「今是而昨非」。

在和玛丽莲·拉斐尔正式合作之前，我们已搜集到她一系列通灵会的录音带。在这些通灵会中，玛丽莲进入深度出神状态，然后自称是詹姆士和艾琳，格瑞特的灵轮流出来，借着玛丽莲的身体，以第一人称和在场的其它人说话并回答问题。我们对这些录音带感到十分兴奋与好奇。听这些录音带的感觉就像是「第三类接触」。能听到二十世纪的艾琳，格瑞特和近两千年前的詹姆士回来「亲口」说话，实在是匪夷所思。灵界是否存在，或者灵界是什么样子，各家的说法不一，不知谁是谁非。若真有灵可以回来亲自说话，或许可以澄清大家心中的一些疑惑。

然而，我们也有一般读者可能会有的问题：「真的是灵在说话吗？」艾琳谈论的话题又深又广，自成一个体系而且充满智慧。本书节录了艾琳的部分录音内容，读者可略见一二。玛丽莲甚至邀请过曾任纽约「超心理学协会」执行秘书，马丁·伊邦先生，直接与艾琳对话。艾琳是当时的协会董事长，这位马丁老先生与她曾共事十二年之久。马丁积极从事通灵研究及写作达半世纪，并在世界各学院演讲。此人极为精明谨慎，在我们写书的过程中，给我们许多宝贵的建议。在一次录音电话中，他告诉孝明：他相信那真的是艾琳。他也说在通灵的领域之中，玛丽莲像是歌剧中的女主角；灵媒的日子很辛苦，要我们好好善待她。

詹姆士（雅各布）的争议性较大。此灵自称是约书亚（Yeshua）的弟弟；约书亚就是耶稣。可是詹姆士所说的耶稣故事，却和一般人的认知有极大的差异。孝明有好几次告诉我：她觉得詹姆士说话像是疯子。没想到在 2002 年底，《圣经考古评论》报导詹姆士的石棺出土，上面用阿拉姆语（Aramaic）刻着：

「雅各布，约瑟夫的儿子，约书亚的弟弟」。此事造成媒体的争议，也更加激起我对詹姆士的兴趣。我开始查阅一些书籍，如公元一世纪史学家约瑟夫的《犹太古史》，和当代「死海古卷」专家文森曼教授的《詹姆士，耶稣的弟弟》；我想要知道有没有任何文献能支持詹姆士的一些论点。

文献搜寻的结果颇令我讶异。就像圣经上所说：**「凡祈求的，就得着；寻找的，就寻见；叩门的，就给你们开门。」**我发现这位詹姆士先生大概不是疯子，他似乎言之有物。例如詹姆士自称是正统希伯来教的隐士派；隐士派（Essenes）的英文念起来像是「爱幸斯」，可是詹姆士却说他称之为「奥幸斯」。同时詹姆士经常对玛丽莲强调力行的重要。艾森曼在他的书中提到；隐士派名字的起源至今不明，其中的一个可能是「奥西」（Osei）或「奥幸斯」，c 出自「死海古卷」，表示「力行者」——「摩西五书的力行者」。而根据詹姆士所说，「死海古卷」是他的族人当年在昆兰地区（Qumran）的山中挖洞所埋藏的，目的是避免经典在与罗马人的战争中被毁灭。

詹姆士另有一个特殊的论点：耶稣曾去过印度。圣经对耶稣的早年岁月纪录不全，有一段空白岁月。难道耶稣真的去过印度？我发现也有文献记载。十九世纪末，苏俄旅行家尼可拉斯·诺图维兹来到拉达克邦（Ladak）的希米斯（Himis）佛寺；此地在中印边境，曾属西藏。寺中藏经合有一些由巴利语（Pali）翻成藏文的手稿，记载着伊萨（Issa）来印度的事件；伊萨是耶稣在印度的名字，阿拉伯语也称耶稣为伊萨。也是机缘巧合，尼可拉斯得以抄录手稿，后来写成了《耶稣的未知岁月》。

除了信息之外，詹姆士也传达很强烈的感情；似乎记忆和感情总是在一起。有一次他很生气地称十字架为「疯狂の木棍」。他也希望大家不要把耶稣和十字架关联在一起；看到自己的哥哥在十字架上，令他十分感伤。在录音带中可以听出他的情绪变化。另外詹姆士有说古语的能力，更加强他的真实性。

这位自称是詹姆士的灵似乎有詹姆士的记忆、詹姆士的语言、詹姆士的智

能、詹姆士的感情；这能不能代表他就是詹姆士？英国数学家亚兰·杜林在1950年提出一套测试人工智能的方法：测试者用自然语言和一个人与一台机器交谈，被测试的人和机器都必须试着表现像人；如果测试者无法分辨人和机器，机器就通过测试。若以这个标准来衡量，詹姆士和艾琳都算过关了。若要再深入下去，就很难回答了。要能完全认识灵，恐怕得先认识自己。我们可能要问「我是谁？」或者「我是什么？」

以上的问题，无法完全回答，但是可以自身体验。老子所说：「道可道，非常道；名可名，非常名。」《曼图加奥义书》也说：「不在知识内，不在知识外，不是知识，不是无知。」假设我们完整自我所存在的灵界是三度空间，那么外在自我的物质世界就像是一度空间。如果试着把三度空间的东西投影到一度空间，一定会失真。因此任何直接的描述都难以周全；反面的描述倒可以抓到一点真实性。《六祖坛经》有个很好的故事。神秀说：「身是菩提树，心如明镜台」是直接的描述，因此「入门未得，不见自性」。惠能说：「菩提本无树，明镜亦非台」是反面的描述，所以意境高多了，而能当上六祖。

通灵是古今中外都有的现象。约两千到三千年前，帕坦加利编了一本《瑜珈经》。这是一本「心的科学」；它有系统地介绍如何由外往内，达到身心灵合一的八个步骤：戒律、精进、调身、调息、摄心、凝神、入定、三摩地。当练到最后三步的时候，一些通灵能力会自然产生。例如第三章三十七节说：「由这个知识产生超物质及自发性的听觉、触觉、视觉、味觉和嗅觉。」从一些瑜伽大师的著作，如尤迦南达的《一个瑜伽行者的自传》，我们可以发现好的瑜伽行者都有通灵能力。然而《瑜珈经》所记载的「特异功能」，远超过一般人所知道的通灵现象。

通灵现象也吸引了一些近代的科学人士。1882年，英国的一些著名学者成立「灵学研究社」。美国和台湾也都有超心理学研究会。

从1972年起，美国中央情报局、国防情报局，和史丹佛研究中心开始一个长达二十余年、耗资两千万美元的「遥视计昼」。计划的目的之一是训练一批有遥视能力的「通灵战士」和「通灵情报员」

灵媒有时会做「未来预报」，这到底可不可信？根据我们自己的经验和探讨，预报的事件有些会在现实生活中发生，有些则不会。如果把灵媒当成通讯

装置，装置本身会制造一些噪音。不同品牌的设备，会有不同的讯噪比。而且在不同的心理状态，讯噪比也会不同。另外就像收音机一样，「天候状态」也会对讯号造成影响。灵媒出神的深浅也是一个因素：在轻度出神时，灵媒同时接收两个频道，或者在两个频道中切换；在深度出神时，灵媒主要接收一个频道。此外，讯号转换也受限于灵媒的词汇、知识、信念系统。好的灵媒就像一面明镜，可以忠实反映讯号，而不扭曲或外加个人色彩。

为什么灵媒和灵可以看到未来事件？艾琳曾经做了一些解释，赛斯(Seth)也做过详细的介绍。简单来说，我们的灵魂就像是一台超级计算机，可以同时仿真很多不同的「可能事件」。事件可以被标明为过去的、现在的、未来的；但是对超级计算机而言，所有事件都同时存在。当一个「可能事件」可以有不同的发展，它会被分裂成多个可能事件，同时进行模拟。事件与事件之间数据相通，计算机与计算机之间以网络相联。现实生活就像是网络游戏，显示在家中个人计算机的屏幕上。我们有「自由意识」，在众多的可能事件中做选择；可是所有的事件在显示之前，都已经在超级计算机上发生了。这个超级计算机，就是我们完全的自我。时间和空间只存在于屏幕上的游戏中，超级计算机上并没有游戏中的时空连续。每一场游戏都有预设的挑战与情节，但是过程并没有定案；在大的游戏规则之下，我们有完全的自主权。灵媒和灵并不是在“预测”未来，而是在“报告”未来可能事件。

人生是一个过程，而灵魂是一个旅行家，在不断地创造自己。希望此书中的故事，能陪伴读者走过旅途的一小段，并认识到生命的活力和爱的永续。希望每一个人因此可以走得更快乐、更充实。

附图



二〇〇三年七月於拉斯維加斯，在共同作者吳孝明和朱凱義所住的旅館房間內，艾琳·格蘭特的靈突然附在瑪麗蓮身上。瑪麗蓮的手勢和聲型都是艾琳附身時的特殊表情。當時瑪麗蓮的聲音也變成愛爾蘭口音。

就在這時候，艾琳說瑪麗蓮和孝明在公元一千五百年間，在中國產稻的地方，曾經見過面。這個小故事，請見本書第七章的君兒補遺部分。

關於艾琳的詳細介紹，則請閱讀本書第六章。



孝明第一次與瑪麗蓮見面，攝於二〇〇三年七月的拉斯維加斯。



凱義第一次與瑪麗蓮見面，攝於二〇〇三年七月的拉斯維加斯。



本書第十章提到曾經鬧鬼的教堂。此教堂位於佛羅里達州東南方，最初蓋於一八八九年。瑪麗蓮的挖洞黨——詹姆士，曾應教會執事之邀，在此驅鬼。



瑪麗蓮於二〇〇六年四月底至李明與凱騰的家，瑪麗蓮暢談出書的理念，她的表情豐富。瑪麗蓮這一生非常低調，極為重視隱私。她這一生極少長途旅行，而在二〇〇六年四月 *Angelic Force* 英文版出書之後，專程由美國東岸飛來加州，與讀者一會，是一件大事。李明與凱騰安排了一個聚會，請曾經在他們出書過程中鼓勵他們的朋友，來與瑪麗蓮一會，當天來了將近三十餘人。當場大家踴躍提問，均獲得瑪麗蓮的誠懇作答。



李明與凱雅寫書的過程曲折離奇，所以朋友紛紛邀請他們到家裡說故事。這張照片是其中一次講故事的場合中拍下的。



李明與凱雅地收到剛印好的 *Angelic Force*，本書的英文版。這本書是三年中的工作成果。



瑪麗蓮為讀者簽名。



瑪麗蓮在與西岸的讀者聚會時，為劉惠珍傳來其父親在靈界的信息。照片中的劉惠珍正聚精會神地作筆記。本書第二章記載了她的故事。



照片上凝神聆聽瑪麗蓮說話的女士，是本書英文版的校對羅拉·阿德里安(Laura Adrian)。瑪麗蓮為羅拉傳來她父親和叔叔在靈界的消息。



參加聚會的讀者與瑪麗蓮合照。
大家都喜歡她的親切與坦誠，也很高興能夠以光明健康的態度來研
討迷靈現象。



李明與凱勝去訪問本書第二章提到的，瑪麗蓮的客戶桃樂絲。
桃樂絲擔任社區心靈俱樂部的會長，經常請瑪麗蓮來俱樂部主持通靈
會，並為會員公開解讀。李明與凱勝在訪問時也受邀參加。



李明和凱勝去訪問瑪麗蓮的客户蘇麗和其兒子尼可。本書第二章詳述蘇麗如何在通靈後，原諒丈夫的故事。



李明和凱勝去訪問本書第二章提到的，瑪麗蓮的客户黛安和其女兒寶萊。任何人聽到黛安對丈夫如何思念，都會為她心疼。



李明的父親吳存信先生，自己年輕時遭受母親早逝，家園淪陷，親人四散，奔波遷徙的辛苦。他自己成家以後，就決心要好好保護他的家。正因為父親視李明為掌上明珠，父親過世後，她曾經和母親一樣，內心很不能適應。從來被父親撐著的天，怎麼忽然就垮下來了呢？透過瑪麗蓮通靈之後，李明心安了，因為她知道父親永遠會擁抱家人，就像照片裡的他，摺著愛妻、愛女一樣。與父親通靈之後，李明感受的愛，讓她能夠堅持理想，完成這本書。李明家人通靈的故事，請見本書的序曲與第一章。

就如本書第一章敘述的一般，李明的父親透過瑪麗蓮，要家人清明節帶紅花。他過去就一向覺得紅色喜氣，所以母親和李明常穿紅衣給他看。



孝明的母親李蘇元女士，在孝明的父親過世後，三年多來都是掛鬱不樂。在二〇〇三年三月過壽之後，孝明的母親終於逐漸開朗。凱勝任職的雅虎公司，每年舉辦夏季園遊會。二〇〇三年八月，凱勝夫妻邀孝明的母親同往，並拍下此照。孝明相信，父親一定很高興看到母親展露笑容吧？

另外，如本書序曲所述，孝明母親的名字引起孝明對於寫這本書的興趣！後來在第一章，「與父親聊天」和「與大舅談心」的故事，也都和孝明的母親有關。還有，瑪麗蓮在只見過孝明的母親一次的時候，就曾說：「我覺得我想要和你母親一同哭泣，一同歡笑。」

所以，凱勝和孝明都覺得，孝明的母親和這本書的因緣很深。



凱勝攝於他任職的美國雅虎公司。



這張相片上，凱勝的父母在阿拉斯加坐郵輪旅遊，笑得很滿足。

二〇〇三年二月，凱勝的母親朱林慶雪女士，在這趟瑪麗蓮通靈時說，她最樂見的事，就是要凱勝的父親朱國邦先生笑得開懷。

凱勝家人通靈的故事，在本書第一章的「與靈靈共敘」部分有詳述。



本書中〈瑪麗蓮·感謝您：讓我再次與在天之靈的父母重聚〉一文，所提到的「玫瑰花玻璃穹」。



本書中〈瑪麗蓮·感謝您：讓我再次與在天之靈的父母重聚〉一文，智庫文化發行人華文衡所提到的，自己父母親在馬里蘭州洛克福德城慶祝結婚 50 週年的寶貴合照。
華文衡每天早上和晚上，都會對這張合照深深鞠躬，並且對父母親分別送心愛的信息，表示每日每時都與父母親同在。
華文衡相信，他的父母親會收到這個信息。所以他生活在快樂中。