

夢

夢的實質及形成

DREAMS

WHAT THEY ARE AND
HOW THEY ARE CAUSED

C · W · 利比德 (C. W. Leadbeater) 著



新加坡證道學學會

The Singapore Lodge Theosophical Society

Dreams

What They Are and How They Are Caused

梦

梦的实质和形成

by C.W. Leadbeater

C.W.利比德 著

孙风 译

First edition published in 1898 | 1898年首版

Revised Enlarged Third Edition 1903 | 1903年第三版增补版

Fourth Edition 1918 | 1918年第四版

2025年中文首版

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net>

目录

第一章 引言	2
第二章 机制	3
第三章 自我	8
第四章 睡眠状态	11
第五章 不同的梦	23
第六章 关于梦境的实验	27
第七章 结语	30

第一章

引言

奥义学研究将我们带入到许多与日常生活中的经验和兴趣相去甚远的主题，我们虽然为其着迷，而且对它们知道的越多和理解的越深，这种吸引力就会呈现出一种几何级数的增长；不过，在内心深处我们仍不免意识到，研究这些内容还是会有些许的不真实感，或者至少是不切实际的。当我们读到太阳系的形成，甚或是我们自己的行星链的进化圈和周期时，我们不由会感到，它向我们展示的人类如何演变成我们现在的样子的研究，尽管抽象有趣也十分有用，但它终究只是间接地与我们当下的生活有关联。

然而，对于我们目前探讨的主题，却不存在这样的异议：看到这里的所有读者都做过梦——其中很多人可能还经常做梦；因此，他们或许会对借助证道学研究视角来解释梦境现象的尝试感兴趣。

我们可以采用的最简便的方法，可能是试着通过以下几点对我们的主题做多角度的阐释：第一，仔细研究影象通过物质层面、以太层面和星光层面传入到我们意识的机制；第二，观察意识是如何反过来影响并运用这一机制；第三，研究睡眠期间意识及其机制所处的状态；第四，探究人们所经历的各种梦境是如何产生的。

由于这本书主要为证道学研究者而写，所以我觉得自己可以自由地使用常见的证道学术语，而无需详细解释，因为我可以放心假定他们对此十分熟悉，否则我的这本小书将会远超预定篇幅。然而，如果这本书落入那些对偶尔使用的术语感到困难的人手中，我只能向他们表示歉意，并请他们参考这些基础的证道学著作，如贝赞特夫人的《古老的智慧》或《人和他不同的体》。

第二章 机制

（一）物质层面

首先，谈谈这一机制的物质层面。我们体内的神经系统有一个巨大的中枢轴，末端连接到大脑，从这里向各个方向发出的神经纤维形成网络，遍布于整个身体。根据现代科学理论，正是由这些神经纤维构成的神经网络通过振动，将所有来自外部的印象传递给大脑，而后者在接收到这些印象后，将其转化为感觉或知觉；所以，如果我把手放在某个物体上，并察觉它是热的，其实不是我的手有感觉，而是我的大脑在起作用，它根据沿着电报线，即神经纤维传递来的信息而作出反应。

同样需切记的是，身体的所有神经纤维在结构上是相似的，而我们称之为视神经的特殊神经纤维束——它将作用在眼球视网膜上的印象传递给大脑，从而使我们能够看到东西——与手或脚的神经纤维不同之处在于，经过长期的进化，它已经非常适合于专门用来传入和传出一组特殊的快速微小振动，我们称之为可见光。同样的说法也适用于我们的其他感觉器官；听觉、嗅觉或味觉神经彼此之间以及与其他神经的不同之处仅仅在于这种专门化：它们本质上是相同的，它们都以完全相同的方式通过向大脑传递振动来完成各自的工作。

我们的大脑是神经系统的重要中枢，它很容易受到我们整体健康状况细微变化的影响，尤其会受到流经它的血液循环的任何一点变化的影响。当血液通过头部血管正常和有规律地流动时，大脑（以及整个神经系统）能有条不紊地且高效地运作；但这种正常血液循环的任何改变，无论是数量、质量还是速度，都会即刻对大脑产生相应的影响，并通过大脑对全身的神系统产生影响。

例如，如果大脑血液供应过量，血管就会充血，大脑活动会立刻出现紊乱；如果血供减少，大脑（以及神经系统）会首先变得烦躁不安，然后昏昏欲睡。血液供给的质量也非常重要。血液流经身体时，主要发挥两个功能：提供氧气和营养给身体的各个器官；如果它不能有效执行这两个功能中的任何一个，就会引发一定程度地功能失调。

如果大脑的氧气供应不足，就会出现二氧化碳过量，人很快就会出现昏沉和嗜睡的情况。一个常见的例子是，在一个拥挤且通风不良的房间里，人们经常感到昏昏欲睡；由于房间里的氧气被人群持续呼吸所耗尽，大脑得不到应有的氧气供应，因此无法正常工作。

此外，血管内血液的流速也会影响大脑的功能；如果流速过快，会导致发烧；过缓则又会导致嗜睡。因此很明显，即便是微乎其微的影响，我们的大脑（记住，所有的身体印象都必须通过大脑）也可能会很容易受到干扰，而妨碍其功能的正常发挥——即使在清醒的状态，我们也极有可能经常忽略这些影响——当我们睡眠时，几乎肯定是浑然不觉。

在继续探讨之前，有必要指出这一物质机制的另一个显著特点，即它倾向于自动重复那些它习惯做出反应的振动。正是基于大脑的这一特性，造就了所有那些完全不受意志控制且往往极难改掉的身体习惯和举止小动作；而且，正如我们很快会看到的，相较于清醒时，这种自动性在睡眠中发挥着更为重要的作用。

（二）以太层面

然而，人接收印象并非仅仅通过我们此前提到的大脑。与身体的可见形态几乎完全相同并相互渗透的是“以太体”，它也有一个大脑，虽然是由比气态更精细的物质组成，但它和大脑一样是物质的。如果用超感知能力观察一个新生儿的身体，我们会发现其不仅被各种密度的星光物质所渗透，而且还被不同层级的以太物质所渗透；如果不厌其烦地追溯这些内在身体的源头，我们会发现，后者以太体——即构建物质身体的模板——是由业力之主（Lords of Karma）塑造而成的；星光物质是由投生的自我穿过星光界时聚集在一起的——当然不是有意识的，而是自动的。实际上，这些物质不过是自我在天堂世界时（译者注：因果界）携带的性情倾向在星光界的展开。在天界，这些性情倾向的种子由于缺乏表达所需的物质条件，一直不可能萌芽而处于休眠状态。

以太体通常被称为人类生命以太或生命力的载体（在梵文中称为普拉那，prana），任何已经发展出灵性能力的人都可以确切地看到这一情况。他会看到太阳的生命力原则尽管非常明亮和活跃，但几乎是无色的。太阳持续不断地将其倾注到地球的大气层中；他会看到脾脏的以太部分如何发挥其神奇的功能吸收这种宇宙能量，并将其专门化为生命力，以便更容易被他的身体吸收；随后他会看到生命力是如何在身体各处运转，以可爱的玫瑰色光的小球形式沿每条神经纤维运行，使生命的活力、健康和生气渗透到以太体的每一个

原子；当这些玫瑰色的粒子被吸收后，多余的生命以太最终会以蓝白色的光从身体的各个方向散发出去。

如果进一步研究这种生命以太的作用，很快就有理由相信，印象向大脑的传递与其说像通常认为的那样，仅仅取决于其致密和可见部分的粒子的振动，不如说更取决于生命以太沿着神经纤维的以太部分稳定地流动。若要详细介绍这一理论的所有实验将占用我们太多的篇幅，不过，指出其中一两个最简单的实验就足以说明其思路。

当手指被冻得完全麻木的时候，它就失去了知觉；而这种失去知觉的现象也能轻易地由催眠师通过意志操控产生，他只需在受试者的手臂上划几下，就可以使其手臂进入一种麻痹状态，在这种状态下即使用针刺或被蜡烛的火焰灼烧，也不会有丝毫疼痛的感觉。为什么在这两种情况下受试者都没有感觉呢？神经纤维虽然存在，但是在第一种情况下，人们可能会认为它们因寒冷和血管中血液供应不足而功能失常，但这肯定不是第二种情况的原因，因为在第二种情况下，手臂保持着通常的温度，血液循环也正常。

如果利用灵视能力，我们在某种程度上会得到一个更接近真相的解释，灵视者将告诉我们，冻僵的手指看似已经坏死，血液也无法在血管中通过，原因是玫瑰色的生命以太不再沿着神经纤维流动；要知道，尽管以太物质是普通人肉眼看不到的，但它仍然是纯碎的物质，因此会受到冷或热的影响。

在第二种情况下，灵视者会说，当催眠师通过催眠使受试者的手臂失去知觉时，他其实是将他自己的神经以太（或通常称为磁力）注入手臂，从而暂时逼退了受试者自身的神经以太。受试者的手臂仍然是温暖和有生机的，因为仍然有生命以太在其中流动，但由于这不再是受试者自身特有的生命以太，因此与他的大脑无法建立联系，所以无法向大脑传递信息，手臂也就没有任何感觉。由此看来，虽然生命以太自身并不是完全负责将印象从外部传递到人的大脑，但作为每个人自身所特有的生命以太，对于印象沿着神经纤维的正常传递肯定是必要的。

正如血液循环的任何变化都会影响较致密的大脑物质的接收能力，从而改变通过它获得的印象的可靠性一样，大脑以太部分的状况也会受到这些生命以太流的流量或速度的任何变化的影响。例如，脾脏特有的神经以太的数量若因任何原因降至平均水平以下时，身体会立即感到虚弱和疲倦，在这种情况下，如果其循环速度加快，人就会变得过度敏感，高度易怒，紧张，甚至歇斯底里。而这种状态下，他对身体的感知往往比平常更敏感，所

以经常出现这样的情况：一个健康状况不佳的人能看到灵象或幽灵，比他更健康的人却无法察觉。另一方面，如果生命以太的数量和速度同时降低，这个人就会感到强烈的倦怠感，对外界影响变得不那么敏感，总觉得虚弱无力，以致于对发生在他身上的事情也漠不关心。

还必须记住，我们所谈到的以太物质以及通常被认为属于大脑的密度更高的物质，实际上它们是同一物质有机体的两个部分。因此，任何一方受到影响，都会立即在另一方产生某种反应。因此，除非这两部分都正常运作，否则无法确保印象能否会通过这一机制正确传递；任何一部分出现异常，都可能降低或扰乱大脑的接受能力，从而产生模糊或扭曲的图像。此外，正如下面将要解释的那样，在睡眠中比在清醒状态下更容易出现这种失真现象。

（三）星光层面

我们必须考虑的另一个机制是星光体，通常被称为欲望体。顾名思义，这个载体完全由星光体物质组成，事实上，它是人在星光层面的表达，就像物质身体是他在较低的物质层面的表达一样。

事实上，如果证道学学生能学会将这些不同的载体，简单地视为自我在各个层面上的真实表达，就会为他省去很多麻烦——例如，如果他明白因果体（有时称为卵形灵光圈）才是转世自我的真正载体，只要自我身处其真正的家，即高级思想界，他就会栖居于其中：但当自我下降到较低层面时，为了能够在这个层面中发挥作用，他必须用这个层面的物质包裹自己，而由此吸引到身边的这些物质就构成了他的思想体。同样，当自我下降到星光层面时，就利用星光层面的物质塑造他的星光体或欲望体，当然，他仍然保留了所有其他的载体；在他进一步下降到最低的物质层面时，肉体就在灵光圈中形成，这样灵光圈就包含了整个人。

这个星光体对外部印象的感知甚至比肉体以太身体更敏感，因为它自身就是所有欲望和情感的所在——是自我从物质生活中获取经验的唯一连接纽带。它很容易受到经过的思想流的影响，当心智没有主动控制它时，它会持续不断地从外部接收这些刺激，并随之作出反应。

这一机制也和其他机制一样，在身体睡眠期间更容易受到影响。许多观察结果都表明了这一点，笔者近期听闻的一个事例就是很好的说明。一个曾嗜酒的人讲述他改过自新的

困难。他说经过长时间的戒酒，他已成功彻底消除了对酒精的生理欲望，以至于在清醒时，他对酒精已经绝对的排斥；然而他说，他仍然经常梦见自己在喝酒，而且在梦中他仍感受到了这种堕落行为带来的熟悉的可怕的快乐。

显然，在白天他的欲望受到意志的控制，随意的思想形状或路过的精灵无法对其产生任何影响；但当星光体在睡眠中被解放时，它在某种程度上摆脱了自我的掌控，其天生的极度敏感性再次得到体现，以至于它很轻易地对这些有害的影响作出反应，幻想自己再次体验到放荡不羁的乐趣。

第三章 自我

实际上，这一机制的所有不同部分都只是自我的工具，尽管自我对它们的控制往往还很不完备。因为必须始终记住，自我本身就是一个发展中的存有，对我们大多数人而言，自我目前不过是未来可能成为的那个完整形态的萌芽而已。

《慈岩之书》（the Book of Dzyan）中有一节提到：“那些仅获一星火花者，知识匮乏，火花微弱燃烧”。布拉瓦茨基夫人解释说，“那些仅获一星火花的人构成了普通的人类，他们必须在当前的宇宙进化期内获得智性。”（《秘密教义》，第二卷，第167页，1979年版）。对他们中的大多数人来说，这火花一直在微燃，它还需经过无数的岁月缓慢增长，直到达到稳定和耀眼的火焰。

毫无疑问，证道学文献中某些段落似乎暗示，我们的高等自我无需进化，因其在自身层面已经和神一样完美；但无论使用何种表述，无论采用何种术语，这些说法仅适用于“神我”（atma），即我们内在的真正神性，它确实远远超越了我们所能知晓的任何一种进化需求。

转世的自我无疑是会进化的，对于那些将灵视能力发展到足以感知高级思想界事物的人来说，其进化过程清晰可见。如前所述，这个相对稳定的因果体，是由那个层面的物质（若我们仍称之为物质的话）构成，自我带着它一世又一世，直至人类进化阶段结束。虽然每个个体化的生灵必然都有这样一个身体——因为拥有它才叫做个体化——但它的外观在不同个体身上绝非相似。事实上，在能看到因果层面的秘密的有灵视的人眼中，在普通的未开化的人身上，它几乎无法辨别，因为它仅仅是一层无色的薄膜——似乎仅够维持自身形态，形成一个转世个体，仅此而已。（见《可见和不可见的人》，图五和图八）。

然而，一旦人开始展开灵性，或哪怕只是在高级智能方面有所发展，变化就会发生。真正的个体开始拥有自己持久的特质，这一特质区别于每一世用于在周遭环境中进行人生训练的性格体的特质：这种特质会在因果体的大小、颜色、亮度和明晰度上展现出来，就像性格体的特质在思想体中展现一样，只不过这个更高的载体更微妙、更美好。（见同上，图版二十一）

在另一方面，它也幸运地与较低层次的身体有所不同，那就是在任何情况下，任何形式的邪恶都无法通过它表现出来。恶人通常只能在那个层面上表现为一个未充分发展的存有；他的恶习，即使在累世的生命中继续存在，也不能玷污那个更高的躯壳；恶习只会让培养相反的美德变得越发困难。

另一方面，沿着正确的路线坚持下去，很快就会在因果体上体现出来。对于一个在神圣之路上取得一些进展的修行者来说，因果体呈现出一种美妙绝伦、超乎尘世的景象（见同上，图版二十六）；而一个圣人的因果体是一个壮丽的光球，其光辉是任何语言都无法形容的。哪怕只是见过一次如此崇高景象的人，同时又能看到身边处于从普通人的无色薄膜到这一境界之间各个发展阶段的个体，就永远不会对转世自我的进化存有任何疑虑。

在早期阶段，自我对其各种工具的掌控力，以及由此对它们产生的影响力，自然是微弱的。他既无法完全掌控自己的思维，也难以驾驭自身的情感；实际上，普通人几乎不会努力去控制这些，而是任凭自己被低级的想法或欲望牵着走，随波逐流。因此，在睡眠中，我们提及的这一机制的不同部分很容易自行其是，几乎不受自我的干预。所以，在探讨梦境问题时，自我的灵性发展程度是我们必须考虑的因素之一。

对我们来说，认识到自我在我们对外界事物认知形成过程中所起的作用，这一点也很重要。我们要记住，神经纤维的振动传递给大脑的仅仅是印象，而对这些印象进行分类、组合和重新排列，则是自我通过心智完成的工作。

例如，当我看向窗外时，看到一栋房子和一棵树，我马上就能认出它们是什么，但我的眼睛真正传达给我的信息远不足以让我做出这样的识别。实际发生的情况是，某些光线——也就是以一定速度振动的以太流——经这些物体反射后，投射到我的眼睛的视网膜上，随后敏感的神经纤维再将这些振动传递给大脑。

但它们传达的究竟是什么信息呢？它们实际传递的所有信息，不过是在某个方向上，存在着一些颜色各异、边界或清晰或模糊的色块。正是心智依据过往经验，判断出某一特定的方形白色物体是房子，另一个圆形绿色物体是树，并且还能大概推断出它们的大小，以及它们与我的距离。

一个天生失明、通过手术重见光明的人，在一段时间内无法辨识所见之物，也无法判断它们与自己的距离。婴儿也是如此，人们常看到婴儿伸手去抓那些吸引人但远在其触及范围之外的物体（比如月亮）。随着婴儿长大，它会在反复的经历中无意识地学会本能地

判断所看到物体的大致距离和大小。然而，即使是成年人，对于任何不熟悉的物体，尤其是在昏暗或不确定的光线下看到的物体，也很容易在距离以及由此产生的大小判断上出现偏差。

由此可见，单纯的视觉远远不足以实现准确感知，还必须借助自我通过心智做出的辨别力，来处理所看到的事物。此外，我们还明白，这种辨别力并非是心智与生俱来、从一开始就完美无缺的本能，而是无意识地比较众多经验的结果。当我们进入下一个主题时，这些要点必须仔细牢记。

第四章

睡眠状态

灵视观察充分证明了这样一个事实：当一个人陷入深度睡眠时，在星光体中较高层面的原则几乎总会从身体抽离，在身体附近悬浮。事实上，我们通常把这种撤出的过程称为“入睡”。因此，在谈到梦的现象时，我们必须牢记这一重新组合，看看它对自我及其各种机制会产生怎样的影响。

那么，我们假设研究对象处于一种深度睡眠中，肉体(包括它的更精细的部分，也就是通常所说的以太体)安静地躺在床上，而自我在他的星光体中，同样平静地漂浮在身体上面。在这种情况下，这些不同的原则会处于何种状态，又具有怎样的意识呢？

(一) 大脑

当自我暂时放弃对大脑的控制时，大脑并没有像人们以为的那样变得完全失去意识。从各种实验中可以明显看出，肉体本身有一种模糊的意识，这种意识既独立于真正的自我意识，也不同于其单个细胞意识的简单总和。

笔者曾多次观察到这种意识的表现，那是在观察人们在笑气作用下拔牙的过程中。身体会发出含混的叫声，还会茫然地抬手摸向嘴巴，这清楚表明身体在一定程度上感觉到了拔牙的拉扯。然而，20秒后自我恢复对身体的掌控时，却宣称对拔牙操作毫无感觉。当然，我知道这种动作通常被归结为“反射动作”，人们习惯接受这种说法，仿佛它就是一种真实的解释——却没意识到，在此处这种说法只是个空洞的措辞，根本没有解释什么。

即便自我飘浮于上方，这种身体意识(尽管微弱)仍在物质大脑中发挥作用。但它的掌控力，自然远不及人本人，因此，上述提及的那些可能影响大脑活动的因素，如今对其影响程度要大得多。此时，血液供应或循环的微小变化，都会严重扰乱大脑活动，这就是消化不良(会影响血液流动)常常导致睡眠不安或做噩梦的原因。

然而，即便不受干扰，这种奇特而模糊的意识也有诸多显著特性。它的活动在很大程度上似乎是自动的，其产生的结果通常杂乱无章、毫无意义且令人费解。除非以自身作为参与者的场景形式，否则它似乎无法理解一个概念。因此，所有刺激，无论来自体内还是体外，都会即刻转化为感知图像。它无法直接把握抽象概念或记忆，这些会立刻变成画面

。例如，如果向这种意识暗示“荣耀”这个概念，它只能以某个荣耀的存在出现在做梦者面前的视觉景象呈现；如果某种“仇恨”的念头在其中闪过，它只能理解为某个想象中的角色对沉睡者表现出强烈仇恨的场景。

同样，每一个局部的与方向有关的想法，对它而言都成了绝对的跨空间。在清醒状态下，当我们想到中国或日本时，我们的思绪仿佛瞬间就到了那些国家；但我们清楚地知道，自己的肉身仍在片刻之前所处的位置。然而，在睡眠意识状态下，没有起辨别作用的自我来平衡较为粗糙的印象，因此，任何一闪而过的关于中国或日本的念头，会以瞬间实际跨空间到那些国家的形式呈现，做梦者会突然发现自己置身其中，周围是他恰好能记起的相关场景。

人们常注意到，尽管这类惊人的场景转换在梦中极为常见，但睡眠者当时似乎从不因转换的突然性而感到惊讶。根据的观察分析，这种现象很容易解释，因为在物质大脑单纯的意识中，不存在能产生惊讶感的因素——它只是感知呈现在眼前的画面；它既无力判断画面的先后顺序，也无法察觉其缺乏连贯性。

在这种半意识状态下，明显存在的极度混乱还有另一个根源，即联想在其中的运作方式。我们都熟知，在清醒生活中，联想的作用奇妙而迅速；我们知道，一个偶然的词、一段音乐，甚至是一朵花的香气，都可能足以在脑海中唤起一连串早已遗忘的记忆。

在沉睡的大脑中，联想依旧活跃，但却在奇特的限制下发挥作用。每一种观念的联想，无论抽象还是具象，都仅仅变成了图像的组合。由于我们的观念联想常常只是基于同步性，即实际上毫无关联的事件，对我们来说相继发生，不难想象，这些图像极易陷入极其混乱的状态，而且其数量几乎无穷无尽，因为从记忆的巨大宝库中唤起的任何东西都会以图像的形式呈现。自然而然，这样一连串的画面很难被记忆完整地复原，因为没有顺序可依来辅助回想。这就如同在清醒生活中，我们可能很容易记住一句连贯的句子或一首诗，哪怕只听过一次，然而在这种情况下，如果没有某种记忆方法，要准确记住一堆毫无意义的杂乱单词几乎是不可能的。

大脑这种奇特意识的另一个特点是，它对最轻微的外部影响，如声音或触摸，异常敏感，但却会将这些影响放大和扭曲到几乎令人难以置信的程度。所有研究梦境的作者都给过相关例子，实际上，只要对这个话题稍加留意，每个人可能都知道一些这样的例子。

人们常讲的故事里，有个人因衬衫领口过紧，痛苦地梦到自己被绞死；另一个人把别针的刺痛放大成在决斗中受的致命一击；还有人把轻微的掐捏感觉，想象成被野兽咬了一口。莫里讲述过这样一件事，他床头的部分围栏有一次松脱，落到他脖子上，只是轻轻碰了一下；然而，这微不足道的触碰却引发了一场可怕的梦，他在梦中置身法国大革命，上了断头台。

另一位作者告诉我们，他常常从睡梦中醒来，模模糊糊记得梦里充满了喧闹声、响亮的人声和雷鸣般的声响，并且很长时间都完全找不到这些声音的来源。但最终，他成功追踪到这些声音源自耳朵贴在枕头上时（可能是血液流动发出的）耳内的嗡嗡声，就如同把海螺贴近耳朵时听到的那种类似但更响亮的嗡嗡声。

至此想必很明显，仅是身体的大脑，就能产生足够多的混乱与夸张，来解释诸多梦境现象；但这只是我们需要考虑的众多因素之一。

（二）以太大脑

显而易见，即便在我们清醒时，机体的这一部分就对各种影响极为敏感，而在睡眠状态下，它必然更加易感。在这种情形下，灵视者观察到，不断有思想流扫过它——这些压根不是它自己的想法，因为它自身并无思考能力——而是那些始终在我们周围飘荡的他人的随意想法。

奥义学研究者深知“思想即物质”这一观点确有其理，因为每一个念头都会在可塑性强的元素精华上留下印记，并产生一个临时的生命实体，其存在时长取决于赋予它的思想冲动的能量。因此，我们生活在他人思想的汪洋之中，无论醒着还是睡着，这些思想都不断地在我们大脑的以太层面呈现。

只要我们自己在积极思考，从而让大脑充分运转，它实际上就能抵御外界这些源源不断的思想冲击。但一旦我们让大脑闲置，那股杂乱无章的思想流便开始涌入。大多数思想未经消化、几乎未被察觉就一闪而过，但时不时会有一个念头，重新唤起大脑以太部分熟悉的某些振动。大脑立刻抓住这个念头，强化它，并将其据为己有。这个念头又会引发另一个，就这样，一长串想法应运而生，直到最终也逐渐消逝，然后那毫无关联、漫无目的的思想流又开始在大脑中流淌。

绝大多数人，如果仔细留意自己习惯称作“自己的想法”的内容，就会发现这些想法很大程度上是由这类随意的思想流构成——事实上，这些根本不是他们自己的想法，

而只是他人丢弃的零碎念头。因为普通人似乎根本无法掌控自己的思想。他几乎从未确切知道自己在某个特定时刻究竟在想什么，也不知道为什么会这么想。他不是将思想引向某个确定的点，而是任由思想肆意驰骋，或者让它闲置，结果任何被风偶然吹进脑海的种子，都可能在那里生根发芽。

其结果是，即便自我偶尔真正试图就某一特定主题连贯地思考，也会发现自己实际上做不到。各式各样的杂念从四面八方不请自来，而由于他完全不习惯控制自己的思想，也就无力阻挡这股洪流。这样的人根本不了解真正专注的思考是怎样的。正是这种专注力的完全缺失、心智与意志力的薄弱，使得普通人在奥义修行的早期阶段困难重重。再者，鉴于在当今世界的进化阶段，飘荡在他周围的恶念可能多于善念，这种弱点使他极易受到各种诱惑的影响，而只要稍加留意与努力，本可完全避免这些诱惑。

因此，在睡眠状态下，大脑的以太部分比平时更易受这些思想流的摆布，因为此时自我与它的联系暂时没那么紧密。近期一些实验揭示了一个有趣的事实：当通过某种方式阻止了这些思想流进入大脑的这一部分后，以太大脑不会完全处于被动状态，而是会非常缓慢且如梦似幻地从过往记忆库中为自己构建画面。稍后描述这些实验时，会给出相关示例。

（三）星光体

如前文所述，在睡眠期间，自我正是通过这个星光载体发挥作用。通常（对于任何开启了内在视力的人而言），可以看到它在床上的肉体上方盘旋。然而，它的外观会因所属自我的发展阶段而有很大差异。对于完全未受教化且未发展的人来说，它仅仅是一团飘浮的雾圈，大致呈卵形，但轮廓极不规则且模糊不清，而雾中的身形（肉体在星光层更浓密的对应体）同样模糊，不过大体上还能辨认出来。

它仅能接收较为粗糙、强烈的欲望振动，并且只能在距离肉体数米远的范围内活动。但随着进化的推进，卵形的雾团轮廓愈发清晰，其中的身形也越来越接近下方肉体的完美影像。与此同时，它的感受力也在增强，直至能对其所在层面的所有振动——无论是微妙的还是低俗的——即刻做出反应。不过，在一个高度进化之人的星光体中，其物质精纯度已自然涤净，无法回应低级振动的境界。

星光体的移动能力也大幅增强，能够轻松地由肉体所在之处远行至相当远的距离，还能带回关于所到之处和所遇之人或多或少确切的印象。在任何情况下，这个星光体始终对

任何涉及欲望的想法或暗示极为敏感，唯不同个体间最易引发共振的欲望存在差异：有些对更高级的欲望频率更为敏感。

(四) 睡眠中的自我

尽管随着意识进化程度的提升，睡眠时星光体的状态会发生很大变化，但栖居于其中的自我的变化更为显著。当星光体还处于飘浮的雾圈阶段时，自我实际上几乎和下方躺着的肉体一样处于沉睡状态；他对自己所在更高层面的景象视而不见，对声音充耳不闻，即便某个属于高层意识的信息偶然传达到他那里，由于他无法掌控自身机制，也完全无法将其印刻在物质大脑中，以便醒来后能够记住。如果处于这种原始状态的人能记起任何在睡眠中发生的事，那几乎无一例外是由于从内部或外部对大脑产生的纯粹物理印象所致——他真正的自我可能经历过的任何体验都会被遗忘。

可以观察到睡眠者处于各种不同发展阶段，从几乎完全浑然不觉的状态，到在星光层面拥有完全、完美的意识，不过后者相对少见。即便有些人在睡眠中足够清醒，时常能在这更高层次的生命体验中经历重要之事，但他们可能（且常常如此）无法充分掌控自己的大脑，无法抑制大脑中那些杂乱无章的思想画面，无法将自己希望记住的内容铭刻其中。因此，当肉体醒来时，他们对真实发生在自己身上的事，可能只有极为模糊的记忆，甚至毫无记忆。这着实可惜，因为他们本可能经历许多对自己来说极具意义和重要性的事。

他不仅可能游览遥远且美得超凡脱俗的场景，还可能与碰巧同样在星光层面清醒的朋友交流想法，这些朋友既有在世的，也有已逝的。他或许有幸遇见远比自己博学的人，并从他们那里得到警示或教诲；另一方面，他也可能有机会帮助和安慰那些学识不如自己的人。他可能接触到各种各样的非人类实体——自然精灵、人造元素体，甚至（尽管极为罕见）天使；他会受到形形色色的影响，有好有坏，有的令人振奋，有的令人恐惧。

他对时间的超验感知

无论他在肉体清醒时是否有所记忆，在星光层面上，对周围环境有完全甚至部分感知的自我，开始展现出一种远超凡的能力，因为当意识从肉体中解放出来时，便蕴含着非凡的潜力。他对时间和空间的感知，与我们在清醒生活中的认知截然不同，从我们的视角看，仿佛时间和空间对他而言并不存在。

我在此不想探讨这样一个极为有趣的问题：时间是否真的存在，抑或它只是我们低级意识的一种局限，而我们所谓的时间——过去、现在和未来——都“只是永恒的当下”

。我只想表明，当自我在睡眠、出体或死亡状态下摆脱肉体束缚时，似乎会采用某种超验的时间度量方式，这与我们平常生理意义上的时间度量毫无共同之处。可以讲出上百个故事来证明这一点；我只需举两个例子就够了：第一个是个很古老的故事（我想是艾迪生（Addison）在《旁观者》（The Spectator）中讲述的），另一个则是关于不久前发生的一件事，此前从未见诸文字。

相关例证

似乎《古兰经》中有一段精彩记述，讲先知穆罕默德某天清晨前往天堂，在那里他目睹众多不同景象，有人向他详尽阐释一切，他还与诸多天使进行了大量长时间的交谈。然而，当他回归肉身时，起身的床铺尚有余温，他发现仅仅过去了几秒时间。事实上，他出发时不小心打翻的水罐，里面的水都还没流尽！

接下来是艾迪生讲述的故事。埃及的一位苏丹觉得实在难以相信这一故事，甚至直截了当地向他的宗教导师宣称这故事是假的。这位导师是精通律法的大学者，且被认为拥有神奇的能力。他当即承诺向这位心存疑虑的君主证明，至少这个故事并非不可能发生。他让人端来一大盆水，恳请苏丹将头浸入水中，然后尽快把头抬出水面。

于是苏丹把头伸入水盆，可令他万分惊讶的是，他立刻发现自己身处一个完全陌生之地——在一座大山脚下的荒凉海岸边。最初的惊愕过后，这位东方君主脑海中冒出一个或许最为自然的念头——他觉得自己中了巫术，旋即便开始咒骂那导师使出这般可恶的手段。然而，时光流转，他开始感到饥饿，意识到在这个陌生国度，除了设法谋生别无他法。

他四处徘徊了一阵后，发现一些人在树林里伐木，便向他们求助。这些人让他帮忙干活，最后还带他去了他们居住的城镇。他在那里定居下来，工作了好些年，逐渐积攒了些钱，最终设法娶了一位富有的妻子。他与妻子度过了许多幸福的婚姻时光，养育了多达十四个孩子。但妻子去世后，他遭遇诸多不幸，最后又陷入贫困，年迈的他再次沦为运木工人。

一天，他在海边漫步，然后脱下衣服，跳入海中洗澡。当他抬起头，抖落眼中的水时，震惊地发现自己站在昔日的朝臣中间，身旁是许久之前的那位导师，面前还有一盆水。过了好一会儿（这也难怪），他才相信，那些充满变故与冒险的岁月不过是一瞬的梦境，是导师的催眠暗示所致，而实际上他只是迅速把头浸入水盆又抬了起来。

这是个不错的故事，很好地阐释了我们的观点，不过，当然，我们完全无法证实其真实性。然而，不久前发生在一位著名科学家身上的事则截然不同。很不幸，他得拔掉两颗牙，于是像平常一样吸入笑气（麻醉用）。由于他对这类问题很感兴趣，他决心在整个手术过程中仔细留意自己的感觉。但随着笑气吸入，一种昏昏欲睡的满足感悄悄袭来，他很快便忘了自己的意图，似乎陷入了沉睡。

他以为自己第二天早上醒来，便继续日常的科学实验，还在各个学术团体前讲学等等。但始终有一种格外强烈的力量感与愉悦感相伴——每一场讲学都堪称卓越成就，每一项实验都带来崭新且重大的发现。这种情况日复一日、周复一周地持续了相当长一段时间，尽管确切时长并不确定。直到有一天，他在皇家学会发表演讲时，被在场某人的无礼举动惹恼了，那人说“现在都结束了”，打断了他的演讲。当他转身去看这是什么意思时，另一个声音说道：“两颗牙都拔出来了。”这时他才意识到，自己还坐在牙医的椅子上，而在那仅仅四十秒的时间里，他经历了那段充实的“人生”！

或许有人会说，这两个案例都不完全是普通的梦。但同样的情况在普通梦境中也屡见不鲜，而且有大量证据可以证明这一点。

施特芬斯（Steffens）是研究该领域的德国作家之一，他讲述了自己小时候与兄弟同睡时做的一个梦。他梦见自己身处一条偏僻街道，被一只可怕的野兽追赶。他惊恐万分地奔跑，却喊不出声，直到来到一段楼梯前，便转身往上跑。然而，因恐惧和狂奔而精疲力竭的他，还是被野兽追上，大腿被狠狠地咬了一口。他猛地惊醒，发现是弟弟掐了他的大腿。

另一位德国作家里利赫斯（Richers）讲过这样一个故事：一个人被一声枪响惊醒，而这声枪响在他漫长的梦境中是故事的结局。在梦中，他成了一名士兵，后来开小差，历经种种磨难，最终被俘、受审、定罪，最后被枪决——而这一长串情节丰富的“剧情”，都发生在他被枪声惊醒的那一刻。还有一个人，坐在扶手椅上抽雪茄时睡着了，在梦里经历了充满变故的多年人生，醒来时发现雪茄还燃着。这类真实可信的例子不胜枚举。

自我的戏剧化能力

除了对时间的超验感知，有些故事还体现出“自我”的另一个显著特点，即它瞬间构建戏剧情节的能力，或者或许更应说是习惯。在刚才讲述的被枪声惊醒和被掐醒的例子

中，可以注意到，唤醒当事人的身体刺激，成为了一场看似历经很长时间的梦境的高潮，尽管显然实际上整个梦境完全是由这一身体刺激引发的。

可以说，这种身体刺激，无论是声音还是触感，其相关信息都得通过神经纤维传递到大脑，而这个传递过程需要一定时间——当然，只是极短的一瞬间，但确有其时长，运用现代科研中极为精密的仪器是可以计算和测量出来的。“自我”在脱离肉体时，无需借助神经就能瞬间感知，因此在信息抵达其肉体大脑的那一瞬间之前，它就已经察觉到发生了什么。

在那几乎难以察觉的瞬间，“自我”似乎编排了一出戏剧或一系列场景，这些场景逐步推进，直至以唤醒肉体的那个事件为高潮。而当醒来后，“自我”受限于肉体的感官，无法在记忆中区分主观与客观，于是便以为自己在梦境中真实地演绎了那出“戏剧”。

然而，这种习惯似乎只存在于灵性相对未充分发展的“自我”之中。随着进化的推进，真正的人逐渐理解自身的位置与责任，便会超越这些早期的“童趣之举”。似乎正如原始人将每一种自然现象都编织成神话，发展程度较低的“自我”会将其注意到的每一个事件都戏剧化。但已获得持续清醒意识的人，会全身心投入更高层面的事务，不再为此耗费精力，因而也就不再做梦。

自我的预知能力

“自我”超常规的时间度量方式还带来另一个结果，即它在一定程度上具备预知能力。如果“自我”懂得如何解读，当下、过去以及在某种程度上的未来，都会展现在它面前。毫无疑问，它有时会预见到对其较低层次的性格体（即小我）来说有趣或重要的事件，并或多或少成功地努力将这些预见铭刻在性格体中。

考虑到对于普通人而言，“自我”面临着巨大困难：它自身或许都尚未完全清醒，对自己的各种“载体”（指身体等）几乎没有掌控力，因此无法阻止其传递的信息被欲望的冲动、大脑以太层面随意的思想流，或是影响其肉体的轻微身体不适所扭曲，甚至完全压制。明白了这些，我们就不会奇怪为何“自我”的尝试极少能完全成功。偶尔，对某个事件完整且精准的预见会从睡眠领域清晰地浮现于脑海；但更多时候，画面会被扭曲或难以辨认，有时传来的只是一种对即将降临的不幸的模糊感觉，而更常见的是，没法对身体施加印象。

有时有人认为，当这种预知发生时，它必定仅仅是巧合，因为如果事件真的能够被预见，那么它们必定是预先注定的，在这种情况下，人类就没有自由意志可言。然而，人类无疑确实拥有自由意志；因此，如上所述，预知只能在某种程度上是可能的。对于普通人的事务来说，预知在很大程度上是可能的，因为他几乎没有发展出值得一提的自己的意志，因此在很大程度上是环境的产物；他的业力将他置于某些环境中，而这些环境对他的影响是他生命中最重要的因素，以至于他未来的道路几乎可以以数学式的确定性被预见。

当我们考虑到大量几乎不受人行为影响的事件及其后果时，在那个所有当前正在起作用的原因的结果都是可见的层面上，未来的很大一部分，甚至可以在细节上相当准确地被预测，这似乎对我们来说并不奇怪。这一点已经被一次又一次地证明，不仅通过预知梦，还通过高地人的第二视觉和灵视者的预言；而整个占星学的体系正是基于对已存在原因所产生效果的这种预测。

但当我们面对一个灵性发达的人时——一个拥有知识与意志的人——预言便失去了效力，因为他不再是环境的被动产物，而是很大程度上成为了环境的主宰。诚然，他生命中的重大事件早已由过去的业力所安排；但他如何容许这些事件影响自己、以何种方式应对甚至克服它们——这些选择完全属于他自身，只能被视为概率而无法被确切预见。他的这些行动本身又将成为新的因，从而在他生命中引发一系列未被原始业力安排所涵盖的果。正因如此，这些结果既无法在最初被规划，也注定无法被精准预言。

可以用一个简单的力学实验来类比：若我们施加一定的力让球滚动起来，一旦球开始运动，我们无法以任何方式消除或减弱该力，但可以通过施加不同方向的新力来抵消或改变其运动方式。在完全相反的方向施加同等力，将使球完全停止；施加较小的反向力会降低其速度；从任何侧面施加力则会同时改变其速度和方向。

命运的运行亦遵循类似的法则。显然，在任一特定时刻，若不对既有的因果之流施加干预，那些正在运作的因必将不可避免地导向特定结果——这些结果在更高层面的存在看来已然显现，因而能被精确描述。

但同样显而易见的是，一个意志坚定之人，通过创造新的力量，能够大幅修正这些结果；而任何普通的灵视能力，唯有在这些新力量被启动之后，方能预见到这些修正后的结果。

预知能力运用的例子

笔者最近知晓的两件事，能很好地说明预知能力的可能性，以及坚定意志对其的改变作用。有一位常通过自动书写获取信息的先生，某天以这种方式收到一条信息，声称来自他略有了解的一位女士。信息里她告知他，自己极为愤怒和懊恼，因为她安排好了要做一场讲座，却发现约定时间到了，大厅里一个人都没有，所以没法开讲。

几天后，这位先生遇到了那位女士，以为这条信息说的是过去发生的事，便对她的遭遇表示惋惜。女士惊讶万分，称他所说的事着实离奇，因为她的讲座还没开始，而是定在下周，她希望这条信息不会成真。尽管这样的事看似不太可能发生，但自动书写所传达的内容确实成了预言。讲座当天，大厅里无人到场，讲座没能进行，演讲者既生气又沮丧，与自动书写所预测的完全一样。激发这段书写的是什么实体并不清楚，但显然它处于一个能够预知的层面。它或许真如自己所宣称的那样，是那位演讲者的“自我”，急于通过在物质界让她有所心理准备，来减轻她可能遭受的失望。

有人会说，如果真是这样，那“自我”为何不直接影响她呢？很可能是它完全无法做到这一点，而她朋友的敏感性，可能是它传达警告的唯一可行途径。尽管这种方式看似迂回，但研究这些课题的学者深知，有诸多实例表明，类似这样的沟通方式显然是唯一可行的办法。

还有一次，这位先生以同样方式收到一封据称来自另一位女性朋友的信。信中讲述了她近期生活中一段漫长而悲伤的故事。她解释说自己深陷困境，所有麻烦最初源于与某人的一次交谈（她详细叙述了这次对话）。在这次交谈中，她违背自己的意愿，被说服采取了一种特定的行动方式。她接着描述了大约一年后，由于采取了这种行动方式，一系列事件接踵而至，最终导致了一起可怕罪行的发生，从此她的生活被彻底笼罩上阴霾。

和之前一样，这位先生下次见到给他信息那位朋友时，把信的内容告诉了她。她对这样的故事一无所知，尽管故事描述得有板有眼，给她留下了深刻印象，但最终两人还是觉得这不过是无稽之谈。

一段时间后，让她极为震惊的是，信中预言的对话真的发生了，她发现自己正被恳求采取那种被预示会带来灾难性后果的行动。要不是想起了那个预言，她肯定会听从对方，因为她不太相信自己的判断。然而，正因为心中有这个预言，她坚决地拒绝了，即便她的态度让与她交谈的朋友感到惊讶和伤心。

由于没有采取信中提到的行动，原本预言的灾难发生时间到了，却没有任何异常情况发生，时间就这么过去了。

或许有人会说，事情可能本来就是如此。也许是这样；然而，想想另一个预言是多么精准地应验了，人们不禁会觉得，这封信所传达的警告很可能阻止了一起犯罪的发生。倘若真是如此，那么这就是一个很好的例子，说明坚定的意志如何能够改变我们的未来。

象征式思维

关于“自我”在睡眠中脱离肉体时的状态，另一个值得注意的点是，它似乎以象征符号进行思考。也就是说，在现实世界中需要用许多话语来表达的想法，在那种状态下，一个单一的象征性意象就能完美地传达给它。

当这样的想法被印刻在大脑中，并在清醒意识里被记住时，自然就需要翻译。心智常常能正常履行这个功能，但有时只记住了象征符号，却忘了“译码”——就好像未经翻译就直接进入意识，于是混乱就产生了。

然而，许多人会常常将符号以这种方式带入记忆，并试图对其进行解析。在这种情况下，每个人似乎都有一套自己的符号体系。克罗夫人（Mrs. Crowe）在其著作《自然的暗面》（*Night Side of Nature*, 第54页）中提到：“一位女士每当遭遇不幸前，总会梦见一条大鱼。某夜她梦见这条鱼咬住了她小儿子的两根手指。随后不久，这孩子的同学使用斧头砍伤了那两根手指。我遇到过许多通过经验学会将某个特定梦境视为灾祸预兆的人。”不过，这些梦境解析者大多在几个关键点上达成共识——例如，梦见深水预示麻烦将至，珍珠则是眼泪的象征。

（五）梦产生的因素

在如此研究了人在睡眠中的状态之后，我们可以看到，可能与梦的产生有关的因素有：

1. 自我。其意识状态多样，从近乎完全无知觉，到能完美掌控自身各种能力。当“自我”越接近后一种状态时，就会越来越充分地拥有某些超越我们大多数人日常清醒状态下所具备的能力。

2. 星光体，它总是随着情感与欲望的强烈涌动而悸动。

3. 大脑的以太部分，不断有一连串毫无关联的画面扫过它。

4. 较低层次的肉体大脑，处于幼稚的半意识状态，且习惯以图像形式表达每一种刺激

。

当我们入睡时，自我会进一步向内收敛，让其所属的各类载体比平时更自由地按自身方式运作。但必须记住，当这些载体被允许展现自我意识时，它们所呈现的独立意识具有非常原始的特性。若我们再加上以下考量：此时每个构成要素对外界影响的敏感度都远超乎常态，我们就不难理解为何清醒时的记忆（本质上是各类活动轨迹的综合）通常总呈现出某种程度的混乱状态。现在，让我们带着这些思考，来探究各种常见的梦。

第五章 不同的梦

（一）真正的自我所见

严格来说，这根本不能归类为梦。在这种情况下，“自我”要么亲自看到了自然更高层面的某个事实，要么由一个更高级的实体将其印刻在“自我”意识中。无论如何，“自我”知晓了对他而言重要的某些事实，或者可能看到了某种壮丽且令人振奋的灵象，从而得到鼓舞并增强力量。若所见足够清晰，能冲破一切阻碍，牢牢印刻在其清醒时的记忆中，那这人是幸运的。

（二）预言梦

我们也将这类梦完全归因于“自我”的作用。“自我”要么自行预见，要么被告知某个未来事件，且希望让自己的浅层意识为此做好准备。预言梦清晰和准确的程度各有不同，这取决于“自我”自身理解该事件，以及在理解后将其烙印在清醒大脑中的能力。

有时，所预见的事件意义重大，比如死亡或灾难，这样一来，“自我”努力传递该信息的动机就显而易见。然而在其他时候，所预言的事情表面上看并不重要，我们很难理解“自我”为何要费神于此。当然，在这种情况下，被记住的事实很可能只是某个宏大得多的预见中的一个琐碎细节，而预见的其余部分并未传递到肉体大脑中。

预言梦往往显然意在发出警告，不乏这样的例子：警告被采纳，梦者因此免于受伤或死亡。在大多数情况下，这种暗示被忽视，或者直到预言成真，人们才明白其真正含义。还有些情况，梦者试图按暗示行动，但尽管如此，一些其无法掌控的情况仍会不由自主地将他置于预言中的境地。

此类预言梦的故事极为常见，读者几乎在任何一本相关主题的书籍中都能轻易找到。我从W. T. 斯特德（W. T. Stead）先生所著的《真实鬼故事》（Real Ghost Stories，第77页）中引用一个近期的例子。

故事的主人公是一家由水轮驱动制造厂的铁匠。他知道水轮需要修理，一天晚上，他梦到第二天工作结束时，经理留住他修理水轮，结果他的脚一滑，夹在了两个轮子之间

，受伤后不得不截肢。第二天早上，他把这个梦告诉了妻子，并下定决心，如果当晚有人叫他去修水轮，他就躲开。

当天，经理宣布，等工人们晚上下班后，必须修理水轮。但铁匠决心在那个时刻到来之前躲得远远的。他逃到附近的一片树林里，想着在树林深处藏起来。他来到一个地方，那里堆放着一些属于工厂的木材，他发现有个小子正在从木堆里偷木头。见状，他便去追那小子，想夺回被盗的木材，情绪变得异常激动，以至于完全忘记了自己的决定。等他回过神来，发现自己恰好在工人们下班的时候回到了工厂。

他无法不引起注意，而且作为首席铁匠，他不得不爬上水轮干活，但他决心格外小心。然而，尽管他万分小心，他的脚还是滑了一下，夹在了两个轮子之间，就像他梦中所经历的那样。他的脚伤得非常严重，只能被送往布拉德福德医院，在那里，他的腿从膝盖以上被截肢。就这样，这个预言梦完全应验了。

（三）象征梦

这类梦同样是“自我”所为。实际上，它几乎可以被视为前一类（预言梦）不太成功的变体，因为说到底，这是“自我”在传达有关未来的信息时，一种翻译得不够完善的尝试。

诺埃尔·佩顿爵士（Sir Noel Paton）曾在写给克罗夫人的一封信中，描述了一个这类梦的典型例子。克罗夫人将此信发表在《自然的暗面》（第54页）一书中。这位伟大的艺术家写道：

“我母亲做的那个梦是这样的。她站在一条又长又暗的空走廊里；一边是我父亲，另一边是我的大姐，然后是我，家里其他人按照年龄依次排列。……我们都静静地站着，一动不动。最后，它来了——那个难以想象的东西，它那阴森的影子在身前投射开来，将之前梦中的琐碎之事都笼罩在令人窒息的恐怖氛围中。它进来了，悄悄地走下从入口通向恐怖之室的三级台阶；而我母亲感觉那就是死神。”

“他扛着一把沉重的斧头，她觉得他是来一下子把她所有的孩子都毁掉的。那个身影一进来，我妹妹阿列克西斯就从队列中跳了出来，挡在他和我母亲之间。他举起斧头，朝我的姐姐凯瑟琳砍去——让我母亲惊恐的是，尽管她为此抄起了一张三条腿的凳子，却无法阻拦这一击。她觉得，要是把凳子朝那个身影扔过去，就会伤到阿列克西斯，因为她一直在我母亲和那个可怕的东西之间闪进闪出……”

“斧头落下，可怜的凯瑟琳倒下了……那无情的身影再次举起斧头，砍向我弟弟，弟弟就站在队列中的下一个位置。此时，阿列克西斯不知闪到了那可怕访客的身后何处。母亲尖叫着，将凳子朝那身影的脑袋扔去。他消失了，母亲也醒了过来……”

“三个月过去了，我们几个孩子都染上了猩红热。姐姐凯瑟琳几乎立刻就去世了——母亲悲痛万分，觉得凯瑟琳是被牺牲了的，因为当时她过于担心阿列克西斯，觉得阿列克西斯的危险似乎更迫在眉睫。这个梦的预言部分应验了。”

“我也命悬一线，医生都已放弃，但母亲没有；她坚信我能康复。至于弟弟，起初大家都觉得他没什么危险，但母亲曾看到那把梦中的斧头砍向他的头，所以忧心忡忡，因为她记不清那幽灵消失时，斧头是否落下。弟弟康复了，但后来病情复发，险些丢了性命。然而阿列克西斯没能挺过来。这个可怜的孩子熬了一年零十个月……她去世时，我握着她的小手。……就这样，这个梦完全应验了。”

这里很值得注意的是，象征意义的细节对应得多么精准，甚至包括为了阿列克西斯，凯瑟琳成了做出牺牲的那一个，以及她们死亡方式上的差异。

（四）生动连贯的梦

这类梦有时是对“自我”离开沉睡的肉体四处游荡时，真实星光界体验的一种记忆，准确度有高有低；或许更常见的是，“自我”将一些轻微的身体声音、触觉所产生的印象，或是偶然想到的某个随意念头，以戏剧化的形式呈现出来。

关于后一种情况的例子前文已有列举，而前一种情况的例子也有很多。我们可以举安德鲁·朗（Andrew Lang）先生在《梦与幽灵》（Dreams and Ghosts, 第35页）中引用的一则轶事为例，该轶事源自法国著名医生布里埃·德·布瓦蒙（Brierre de Boismont），他称这是自己亲身了解到的事情。

“C小姐是一位头脑清醒的女士，婚前住在叔叔D先生家中。D先生是一位著名的医生，也是研究院的成员。当时，她母亲在乡下重病缠身。一天夜里，这位姑娘梦到自己看到母亲面色苍白，奄奄一息，尤其因两个孩子不在身边而悲痛万分——一个孩子在西班牙疗养，另一个（就是她自己）在巴黎。”

“接着，她听到有人叫自己的教名，‘夏洛特！’在梦中，她看到母亲身边的人从隔壁房间领来她的小侄女，也是她的教女夏洛特。病人打了个手势，表示她要的不是这个夏洛特，而是在巴黎的女儿。她流露出极度的遗憾，脸色一变，往后一倒，便去世了。”

“第二天，C小姐的忧郁神情引起了叔叔的注意。她把梦告诉了叔叔，叔叔承认她母亲已经去世。几个月后，叔叔不在家时，她整理叔叔的文件，叔叔平时不喜欢别人碰这些文件。其中有一封信，讲述了她母亲去世的经过，信里的所有细节和她梦中的情形一模一样。D先生一直隐瞒此事，以免这些细节给她带来太大的痛苦。”

有时，清楚生动的梦所涉及的事情远不如死亡那般重大，比如F. G. 李 (F. G. Lee) 博士在《暮色瞥见》(Glimpses in the Twilight, 第108页)中提到的这个例子。一位母亲梦见自己看到儿子在一艘形状奇特的船上，站在通往上层甲板的梯子脚下。他面色极为苍白憔悴，诚挚地对她说：“妈妈，我没地方睡觉。”不久后，儿子来信，信中附上了那艘奇特船只的草图，图中画出了通往上层甲板的梯子；他还解释说，在某个日子（也就是他母亲做梦的那天），一场暴风雨几乎把他们的船掀翻，他的床也被彻底浸湿了，信的结尾写道：“我没地方睡觉。”

很明显，在这两个例子中，梦者因爱或担忧的思绪牵引，在睡眠中确实以星光体的形式，前往了她们极为关心之人的所在之处，并目睹了所发生的种种事情。

(五) 混乱的梦

这是迄今为止最为常见的梦的类型，如前文所指出的，它可能由多种原因引发。它可能只是对一系列由低级肉体大脑无意识的自动活动所产生的毫无关联的画面和荒诞变形的、或清晰或模糊的记忆；也可能是对源源不断扫过大脑以太部分的随意思想的再现；如果其中出现任何形式的感性意象，那是由于尘世欲望那永不停息的浪潮，很可能还受到了星光界某种邪恶影响的刺激；它可能是由于尚未充分发展的“自我”尝试将想法戏剧化，但做得并不完善；或者（且最常见的情况是）它可能是几种甚至所有这些影响错综复杂地交织在一起的结果。伦敦证道学学会分会近期借助其成员中的一些有灵视能力的研究者，对梦境状态进行了一些实验，简要讲述这些实验，或许能让我们更清楚地了解这种交织是如何发生的。

第六章

关于梦境的实验

我即将讲述的这部分研究，其特别目的在于探究，是否有可能在普通人睡眠时，对其“自我”产生足够强烈的影响，使其醒来后能够记起相关情形；同时，也尽可能地想要弄清楚，通常阻碍这种记忆的因素是什么。最初的实验对象是一个文化程度不高、外表粗犷的普通人，类似澳大利亚牧羊人那种类型。从他身体上方漂浮的星光体形态来看，外部几乎只是一团不成形的雾气。

结果发现，躺在床上的身体，无论是其较为粗糙的部分还是以太体部分，意识都很迟钝、沉重。前者在一定程度上对外界刺激有反应——例如，往脸上洒两三滴水，会在大脑中唤起（尽管有些迟缓）一场倾盆大雨的画面；而大脑的以太部分，像往常一样，是一条被动的通道，任由源源不断、毫无关联的思想流过，它很少对这些思想产生的任何振动做出反应，即便有反应，其行动似乎也有些迟缓。漂浮在上方的“自我”处于未充分发展且半意识的状态，不过，星光体外壳尽管不成形且轮廓模糊，却表现出相当的活跃度。

漂浮的星光体，在任何时候都能轻易地被他人的有意识思想所影响，这种轻易程度几乎难以想象。在这个实验中，尝试将星光体从躺在床上的肉体拉开一小段距离，然而结果是，一旦距离超过几码，两个载体（肉体 and 星光体）都会表现出相当程度的不安。因此有必要停止这个尝试，因为很明显，再进一步拉开距离很可能会让这个人惊醒，而且很可能使他处于极度恐惧的状态。

实验选定了一个场景——一幅热带山顶壮丽景色的画面。操作者将这一栩栩如生的画面投射到“自我”如梦似幻的意识中。“自我”接纳并审视了这幅画面，不过是以一种迟钝、冷漠且毫无欣赏之意的方​​式。这个场景在他眼前呈现了一段时间后，此人被唤醒，目的自然是看他是否能将其作为梦境回忆起来。然而，他对此事毫无印象，除了一些模糊的、最本能的渴望，他从睡眠状态中未带回任何记忆。

有人提出，或许外界源源不断流入他大脑的思想形状，会分散其注意力，使其无法接受来自更高层次的影响，从而构成一种阻碍。于是，等这个人再次入睡后，在他身体周围形成了一个磁力外壳，以阻止这些思想形状流入，然后再次进行实验。

当大脑被剥夺了惯常的玩意后，它开始极其缓慢且如梦似幻地自行构建出这个人过往生活中的场景。但当他再次被唤醒时，结果完全相同——对于呈现在他面前的景象，他的记忆一片空白，尽管他隐约觉得自己梦到了过去的某件事。于是，这个实验对象暂时被放弃，因为很明显，他的“自我”发育程度太低，而他的欲望原则又过于强大，成功的可能性微乎其微。

后来，对同一个人再次尝试，这次倒不算完全失败。这次呈现在他面前的场景，是战场上一个扣人心弦的事件，之所以选这个，是觉得比起风景，这类场景可能更能吸引他这种思维类型的人。毫无疑问，这个尚未充分发展的“自我”对这一场景的兴趣，比之前那个场景要浓厚。但当此人醒来时，记忆还是消失了，仅留下一个模糊的印象，觉得自己刚才在战斗，可在哪里战斗、为何战斗，他完全忘了。

接下来选取的实验对象是一个层次高得多的人——一个道德高尚、受过教育且有学识的人，他有着宽广的慈善理念和崇高的抱负。对他进行朝脸上滴水的实验时，他的物质大脑中立刻呈现出一幅极为逼真的大雷雨画面，而这反过来又作用于大脑的以太部分，通过联想唤起了一系列生动的场景。当这种干扰结束后，通常的思想流开始涌入，但可以观察到，其中有更大比例的思想在这个大脑中引发了反应——而且反应的振动要强烈得多，并且在每种情况下都会引发一系列联想，有时会在相当长的一段时间内将外界的思想流挡在外面。

这位实验对象的星光体，其卵形轮廓更为清晰，内部密度较大的星光物质构成的形体，与他的肉身极为相似。此外，欲望的活跃度明显较低，而“自我”本身则具备更高层次的意识。

在这种情况下，星光体可以被拉到离肉体数英里远的地方，而两者似乎都不会产生丝毫不安之感。

当把那幅热带风景画面呈现给这个“自我”时，他立刻以极高的兴致欣赏起来，怀着满腔热情，赞叹并细细品味其中的美妙之处。让他欣赏了一会儿后，将这个人唤醒，但结果却有些令人失望。他知道自己做了个美妙的梦，可完全记不起任何细节，脑海中最清晰的那几个难以捉摸的片段，不过是他自己大脑中杂乱思绪的残留。

和对前一个人一样，对他也重复了这个实验，并且在他身体周围加上了一层磁力外壳。和之前的情况一样，大脑立刻开始自行构建画面。“自我”对那幅风景画面的热情甚

至比第一次还要高涨，马上认出这就是他之前看过的景色，带着欣喜若狂的赞赏之情，逐一审视着它的诸多美妙之处。

然而，当他沉浸在对这一景色的欣赏时，下方的以太体大脑却在自娱自乐，回忆起他学生时代的画面，其中最突出的是冬日里的一幕场景：地面覆盖着白雪，他和一群玩伴正在学校操场上相互扔雪球。

当此人像往常一样被唤醒时，结果十分奇特。他清晰地记得自己站在山顶，欣赏着壮丽的景色，脑海中甚至还清楚地留存着那景色的主要特征；但真实景色中赋予画面丰富色彩的绚烂热带植被，在他的记忆里却变成了白雪皑皑的大地，仿佛周围的乡村都被雪覆盖了！在他看来，正当自己沉醉于眼前展开的美景时，突然，就像梦境中常见的快速转变那样，他发现自己一下子回到了多年未曾想起的老校园，和多年未曾想起的儿时伙伴们一起打雪仗。

第七章

结语

这些实验无疑清晰地表明，我们对梦境的记忆为何常常如此混乱且不合逻辑。同时，它们也解释了为何有些人——那些“自我”尚未发展、各种尘世欲望强烈的人——根本不会做梦；以及为何许多其他人只是在偶尔的有利条件下，才能混乱地记起夜间的经历。此外，从这些实验中我们还能进一步明白，如果一个人希望在清醒意识中收获“自我”在睡眠中所学到的东西，他就必须学会控制自己的思想，克制所有低级欲望，并使自己的心智与更高层次的事物相协调。

倘若他肯在清醒时费心养成专注且持续思考的习惯，很快便会发现，由此获得的益处并非仅在白天发挥作用。让他学会掌控自己的心智，证明自己不仅能掌控低级欲望，也能驾驭思想；让他耐心努力，做到完全掌控自己的想法，这样他就能始终确切知晓自己在思考什么以及为何思考。他会发现，如此训练后的大脑，会习惯于只听从“自我”的指引，在不使用时保持安静，拒绝接收并回应周围思想海洋中随意涌动的思潮。如此一来，他便不再对来自非物质层面的影响无动于衷，在那些层面，洞察力更为敏锐，判断力也比在低层世界中更加准确。

在训练大脑的以太部分时，施行一个非常基础的魔法或许能帮到一些人。当外界的思想流被阻断时，大脑自行生成的画面，肯定比那股混乱的思想流本身更不容易妨碍对“自我”经历的回忆。所以，排除这股浑浊的、恶多善少的思想流，本身就是朝着期望目标迈出的重要一步。而且，做到这一点并不太难。当一个人躺下睡觉时，可以想着环绕自己的灵光圈；强烈地意愿让灵光圈的外层变成一个保护壳，阻挡外界影响的侵入，灵光圈物质就会听从他的想法；一个保护壳就会在他周围真正形成，思想流也就被隔绝在外了。

***警告。**因某些原因希望在睡眠时保护自己肉身的学员需注意，不要重蹈不久前一位可敬朋友的覆辙。某次，这位朋友费了很大力气，用一种特别难以穿透的外壳将自己包裹起来，但他用的是星光体物质而非以太物质，结果当他离开肉身时，这层外壳也跟着他一起离开了！自然，结果就是他的肉身完全失去保护，而他自己整晚都飘浮着，被三重“

铠甲”包围，完全无法发出任何振动去帮助任何人，也无法受到老师或朋友向他发出的任何友爱思想的帮助或有益影响。[摘自 C. W. 利比德所著《事物的隐秘面》]

在我们进一步的研究中，另一个凸显的要点是，人在入眠之际脑海中的最后一个念头极为关键。绝大多数人压根不会想到这一点，然而，这个念头却在身体、心理和道德层面影响着他们。

我们已经了解到，人在睡眠中是多么被动，又多么容易受到影响。如果他在进入睡眠状态时，心思专注于崇高神圣之事，那么他就会吸引由他人类似思想所创造的精灵围绕在身边。他会安稳地休息，心智对来自更高层面的印象敞开，而对较低层面的印象封闭，因为他已将心智引向了正确的方向。相反，如果他入睡时，脑海中充斥着不洁和世俗的念头，他就会吸引所有粗鄙邪恶的生灵靠近自己，同时，他的睡眠会被激情与欲望的汹涌浪潮所困扰，这使他对来自更高层面的景象视而不见，对声音充耳不闻。

因此，所有热忱的证道学者都应特别注意，在入睡前，将自己的思想提升到力所能及的最高境界。要记住，最初看似只是梦境入口之处，或许很快就能引领我们进入那些更为宏大的领域，唯有在那里，才可能获得真正的洞见。

倘若一个人坚持不懈地引领自己的灵魂向上，其内在感知终会开始觉醒；心灵圣殿内的光芒会越燃越亮，直至最终获得完整且持续的意识，那时他便不再做梦。对他而言，躺下入眠不再意味着陷入遗忘，而是焕发光彩、满心欢喜且充满力量地踏入那更为充实、高尚的生活，在那里，永无疲惫之感——在那里，灵魂始终在学习，即便他的全部时间都用于奉献；因为这奉献是为伟大的智慧真师们效力，而真师们赋予他的光辉使命，便是尽己所能，助力他们那为推动和引导人类进化而永不停歇的事业。

證道學學會的使命

通過培養不斷深化的理解和實現永恒智慧，精神自我轉化和所有生命一體性來服務人類。

證道學學會的三個宗旨

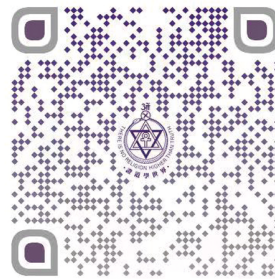
- 一、 打破種族、信仰、性別、種姓或膚色界限，形成一個凝聚人類為一家的核心。
- 二、 鼓勵對各種宗教、哲學和科學的比較性學習。
- 三、 探索自然的秘密及人類的潛能。

中文網站——<https://chinesetheosophy.net/>
英文資料網站——<https://www.theosophy.world>
如果決定入會，請登錄新加坡證道學學會的中文網站，直接在“聯系我們”一欄裏網上填表申請。
如有任何關於證道學，證道學學會和入會的問題，請微信至**SLTS1875**或電郵至**admin@chinesetheosophy.net**



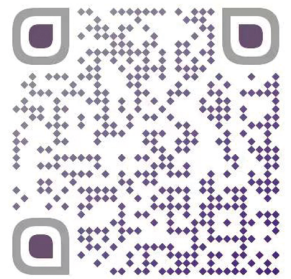
新加坡證道學學會

The Singapore Lodge Theosophical Society



證道學世界公眾號

公眾號ID-zheng dao xue shi jie



證道學學會中文網站

<https://chinesetheosophy.net/>

非賣品