



從證道學的角度看  
幸福的婚姻

系列講座1  
2025年02月16日



有意識的睡覺

系列講座2  
2025年04月20日



衛塞節與阿薩拉節

系列講座3  
2025年05月11日



亞特蘭蒂斯帝國

系列講座5.1  
2025年09月28日



從證道學的角度說夢

系列講座4  
2025年06月15日



太陽系  
The Solar System  
A. E. 鮑威爾 (Arthur E. Powell) 著

系列講座6  
2025年10月26日



什麼是  
靈性自我防禦

系列講座4.1  
2025年08月31日



蓮花宣言

系列講座7  
2025年11月02日



人類  
從何而來？如何進化？去向何方？  
MAN: WHENCE, HOW AND WHITHER  
曹和祥 著  
A journey of Creation and Evolution  
曹和祥 / Li He / 曹和祥, Arthur Powell, Arthur Powell 著

系列講座5  
2025年09月21日



純素家庭的  
健康密碼

系列講座8  
2025年11月23日



伍廷芳與證道學

系列講座9  
2025年12月28日

2025

# 新加坡證道學學會 講義集

SINGAPORE LODGE THEOSOPHICAL  
SOCIETY 2025 COLLECTED  
CHINESE LECTURES



新加坡證道學學會  
The Singapore Lodge Theosophical Society

## 前 言

在两年多的入门和基础准备工作之后，2025 年是逐渐深入学习，进一步探索自我的一年。我们发布了一个“《秘密教义》的根本教导”视频系列（这个系列的讲义将单独成书），便于大家“浅尝”这部宏大的证道学经典，然后将其中的一些深奥抽象理论的精华以动画视频的方式向大家展示。同时，我们继续穿插一些实用的主题，致力以证道人生三个支柱“学习，冥想，服务”去证道。

制作这些视频/讲义的过程也见证了全球华人共同努力，将证道学这个古老长青智慧体系介绍给所有华语读者的合作。在此，新加坡证道学学会特别感谢以下人士的无私奉献：

原稿：Sanne Chong, Lily Chong, Kurt Leland, Brandon Goh, 李佳龙, 杜巍巍, 徐东泰等

中文翻译/修改/讲解：李佳龙, Brandon Goh, 杜巍巍, 徐东泰

课程助教：田甜

视频剪辑制作：田甜

讲义文字工作：肖丹, 邹丹, 冯春妮, 开心, Anne 等

封面设计：一位愿意匿名的同修

所有这些视频，讲义和书籍等都可以从学会的中文网站上免费下载：  
<https://chinesetheosophy.net/>或者通过“证道学世界”公众号阅读和观看。

愿这些证道学的知识，帮助并伴随你更深地进入内心，并从那里汲取力量和智慧，成为一个利益众生的人。

新加坡证道学学会

2026 年 6 月

## 目录及概要

### 一、从证道学的角度看幸福的婚姻..... 3

什么是爱？为什么有的婚姻天长地久，而有些昙花一现？我们怎么知道一段恋情是真爱，是痴情，或者是感官引发的激情？有一见钟情吗？有幸福婚姻指南吗？这些答案，或许要从理解人性，人生目的，达到该目的的手段等方面去寻找。本讲座的目的就是帮助大家从证道学的角度朝这个方向思考，进而更加全面地看待婚恋。（注：证道学学会不进行个人婚姻咨询等方面的服务）

### 二、有意识地睡觉..... 48

我们一生中大约有三分之一的时间都在睡觉或试图睡觉，一生中大约有 26 年的时间都在睡觉。即便如此，我们对睡眠和休息的本质又真正了解多少呢？通过知识和实践，我们可以将这几十年的“浪费”或“空白”转化为觉悟、洞察力和成长。

### 三、卫塞节与阿萨拉节..... 91

从星光界亲身参加这些庆典的前辈的角度，再现其辉煌和神圣，及其象征意义。

### 四、从证道学的角度“说梦”..... 131

每个人都做梦，甚至有人经常做梦。神秘的梦境一直吸引并困惑着人类，也是人类一直探索的领域。奥义学告诉我们，梦是人“读懂自己”的一个重要手段。本讲座从证道学的角度，介绍导致形成梦的物质与超物质机制，人的不同载体在造梦中的作用，梦的几个大类，以及如何“影响”自己的梦。

### 五、什么是灵性防护，我们真的需要它吗？..... 188

我们的灵光圈如同精神免疫系统，其每个层次都能保护我们免受精神、心理、情感乃至身体层面的危险侵袭——当免疫系统完整性受到威胁时，这些层面便会启动防护机制。本次讲座将深入探讨负面思想、能量与实体的本质特征，剖析我们为何容易受其侵扰，并揭示摆脱其影响的有效方法。

### 六、人类，从何而来，如何进化，去往何方..... 204

人类的起源，进化和命运是一个永恒的话题。所有宗教，哲学和科学都有自己的说法，或者在寻找答案的路上。本讲座根据利比德和安妮·贝森特的同名著作，向大家介绍两位证道学前辈在阿卡西记录里看到的人类进化“大片”：人类经历的

不同星球，意识状态，以及我们可能没有想到的身体形态和生育方式，我们创造的神话般的古文明等。同时有对人类的未来几百年的前瞻性的描述。

**七、亚特兰蒂斯帝国 简介..... 220**

**八、太阳系..... 221**

这是证道学向人类展示的又一部“大片”，将我们平日常常集中在个人小我的思维引向我们灵魂的家园：太阳系。本讲座根据 A·E·鲍威尔编写的同名著作，展示太阳系的进化历史。太阳系和我们究竟经历过什么事？而真师们和其他更高的存在又如何陪伴我们这些弟妹们走过漫长的时空呢？我们耳熟能详的亚特兰蒂斯和利莫里亚等等，在当年又究竟发生了什么事情呢？

**九、《莲花宣言》及《愈疗祈祷文》介绍以及对词曲作者 Brandon Goh 的访谈  
..... 292**

在这个访谈里，我们向大家介绍两首歌的创作背景，这其中透漏了一个服务者坚忍不拔，无私奉献的精神。

**十、纯素家庭的健康密码简介..... 304**

**十一、伍廷芳与证道学..... 306**

你知道吗？“证道学”是伍廷芳给 Theosophy（神圣的智慧，又译神智学）取的中文译名，已经使用了 100 多年之久。在这个讲座中，我们会介绍清末民初的风云人物，中华证道学之父伍廷芳博士的生平，他对证道学的兴趣和见解，以及他为证道学在中国的传播所做的贡献。

# 新加坡证道学学会2025年系列讲座1



2025年2月16日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界” 公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

# 新加坡证道学学会2025年系列讲座1



2025年2月16日

大家好，首先祝大家在新的一年里健康，吉祥。愿今年是智慧大增的一年。因为今天是今年的第一个讲座，又有一些新朋友，我先简介绍一下学会和今年的主要活动。



證道學  
THEOSOPHY  
無高於真理之宗教

Singapore Lodge Theosophical Society  
新加坡证道学学会（神智学学会）

全球唯一用中文  
系统性地介绍证道学的学会

新加坡证道学学会在 2011 年建立了中文小组。它是世界上唯一系统性地用中文介绍证道学的学会。证道学又叫“神智学”。我们有一整套教学课程，可以在网站，YouTube 和“证道学世界”公众号上免费下载和参阅。

## 新加坡证道学学会2025年会员活动 (1)



“《秘密教义》的根本教导” 视频录像：

- ❖ 1月：四个基本理念
- ❖ 3月：三个基本命题
- ❖ 5月：六个小结
- ❖ 7月：五个验证的事实
- ❖ 8月：人的进化

11月（录像+实讲）：宇宙的进化



H.P. Blavatsky | H.P. 布拉瓦茨基



《秘密教义》首版，1888年

在 2025 年，我们开始学习证道学的经典《秘密教义》。首先推出“《秘密教义》的根本教导”五集录像视频。《秘密教义》是一本极其难读的书，这批录像会帮助大家理解一些根本教义和学习方法。在 11 月庆祝证道学学会成立 150 周年时，我们会具体介绍《秘密教义》中的宇宙的进化，并且实地回答关于这五集的问题。

## 新加坡证道学学会2025年会员活动（2）



### 讲座：

- ❖ 2月： 从证道学的角度看幸福的婚姻（公开课）
- ❖ 4月： 有意识地睡觉
- ❖ 5月： 卫塞节与阿萨拉节
- ❖ 6月： 从证道学的角度“说梦”
- ❖ 9月： 人类，从何而来，如何进化，去往何方
- ❖ 10月： 太阳系
- ❖ 12月： 伍廷芳与证道学（公开课）

与此同时，我们会穿插一些其他的讲座话题。首先是今天的讲座，《从证道学的角度看幸福的婚姻》，在五月份卫塞佳节之际，讲解两个奥义节日，《卫塞节与阿萨拉节》。另外有两个探索“睡梦状态”的主题：包括《有意识地睡觉》和《从证道学的角度说梦》。在下半年，配合《秘密教义》的学习，我们会提供两个配套讲座，一个是《人类，从何而来，如何进化，去往何方》，它描绘了人类横跨千万年进化的过程以及对未来的展望。另一个是《太阳系》。在年底，我们专门介绍清末民初的风云人物，中华证道学之父伍廷芳。

## 新加坡证道学学会2025年会员活动 (3)

### 证道服务社



愈疗冥想  
+  
素行证道



会员读书会

会员资源库

除了这些丰富的录像和讲座之外，我们还有一些其他会员活动，如读书会和会员资源库。我们也有证道服务社的服务项目，去年推出了集体愈疗冥想服务。从今年起，“证道学世界”公众号会开设一个“素行证道”的素食推广栏目，会定期分享一些同修食素历程的感悟和经历，推荐菜谱及与素食相关的信息和知识，呼吁环境保护生，慈心不杀。正如栏目副标题所言：证道本是平常事，就在人间烟火中。愿更多的人通过“吃”这个再日常不过的行为，从我做起，日行利己利他，服务世界。

关注新加坡证道学学会  
“证道学世界”公众号



新加坡证道学学会中文网站：  
<https://chinesetheosophy.net/>

入会到中文网站“联系我们”  
一栏填一张简单的表格

欢迎大家关注我们的公众号“证道学世界”和网站。有兴趣和其他人同修共学的,可以入会，只要到我们的网站上填一张简单的表格就行了。没有会费。学会是非营利组织，所有活动和书籍资料来自志愿者的服务。

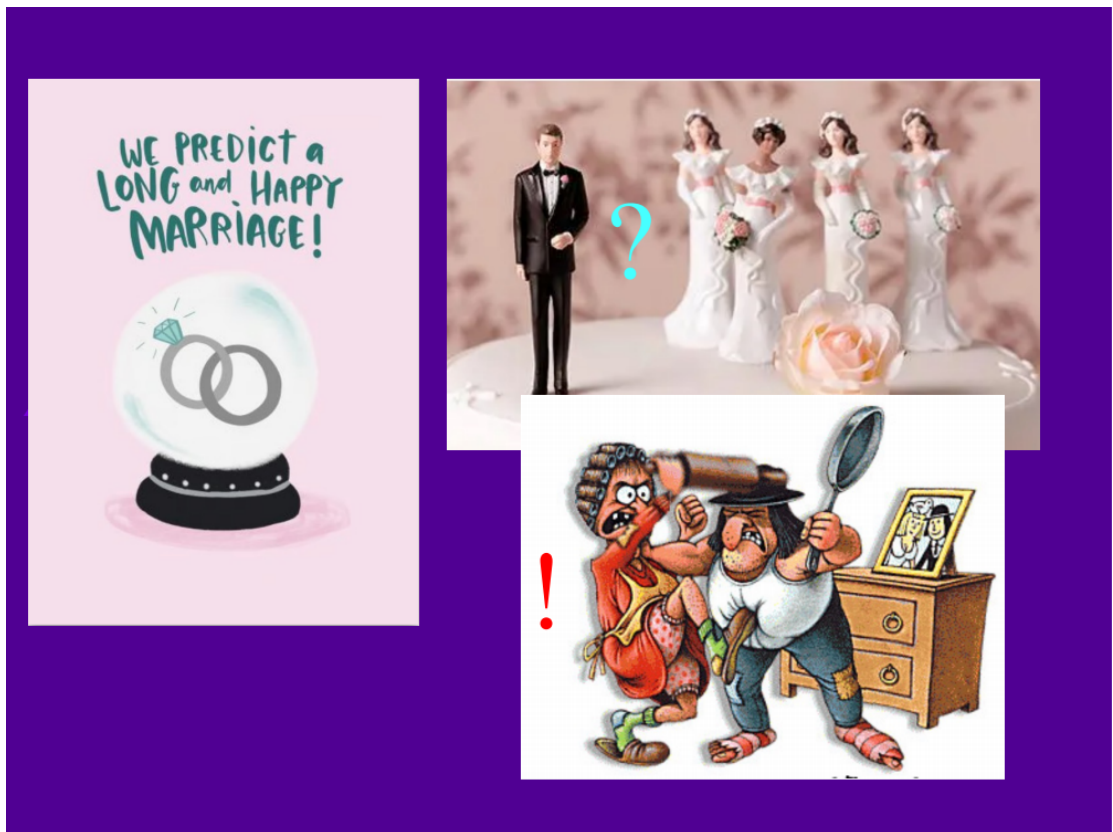


## 天要下雨，娘要嫁人

去年元夜时，花市灯如昼。  
月上柳梢头，人约黄昏后。  
今年元夜时，月与灯依旧。  
不见去年人，泪湿春衫袖。  
宋 | 欧阳修 《生查子·元夕》

好，现在我们进入今天的话题，从“证道学的角度看幸福的婚姻”。情人节刚刚过去，到处是巧克力，玫瑰花，浪漫烛光晚宴。刚过去的元宵节也是中国古代情人们约会的良机。欧阳修曾写过“去年元夜时，花市灯如昼。月上柳梢头，人约黄昏后。今年元夜时，月与灯依旧。不见去年人，泪湿春衫袖。”看来写的是失恋。

尽管婚恋不一定幸福，但是人类，无论是什么民族，一直视婚姻为一件人生大事。“天要下雨，娘要嫁人”这句大白话，说的就是婚恋之事，不以人的意志为转移，是自然的，有自身的客观规律。



我们今天从证道学的角度看一下婚恋。证道学学会不是婚姻服务部，也不是八字命运馆，本人也不是任何方面的专家。但是证道学本身是十分实用的一门科学，而且证道要在生活中实践。婚姻是生活的一个重要组成部分，所以有必要对它进行一番思考。

今天的讲座是一种哲学式的探讨，并不是任何幸福黄金法则，请大家自己判断和取舍。一个婚姻似乎有两个关键，第一就是婚前的择偶，第二就是婚后怎么一起过日子。我们就着重从这两个方面看一下。



Ill-Matched Couple | 《不配的一对儿》

Lucas Cranach the Elder (1472-1553)



The Old Fool | 《老傻子》

人生中最重要决定之一就是选择人生伴侣。但这往往是在一个人年轻、冲动、没有真正考虑过结婚的意义和后果的时候做出的决定！很多人在所谓的“坠入爱河”一段时间后就结婚了，却没有意识到这将是和他度过余生的人！Lucas Cranach the Elder 的这两张油画《不配的一对儿》和《老傻子》都画的是一对年龄非常不同的情侣。他似乎在提醒我们，这就是今天你要跟他/她结婚的人未来的样子，别忘了，你要跟这个人过五六十年的日子！这不仅是一个时间和变老的问题，它还决定你们将创造的新的业力，这些业不仅在今生，而且在未来的生命中都会为你们带来快乐或悲伤，而且会影响后代！所以，我们先来看看选择人生伴侣的一些重要考虑因素。

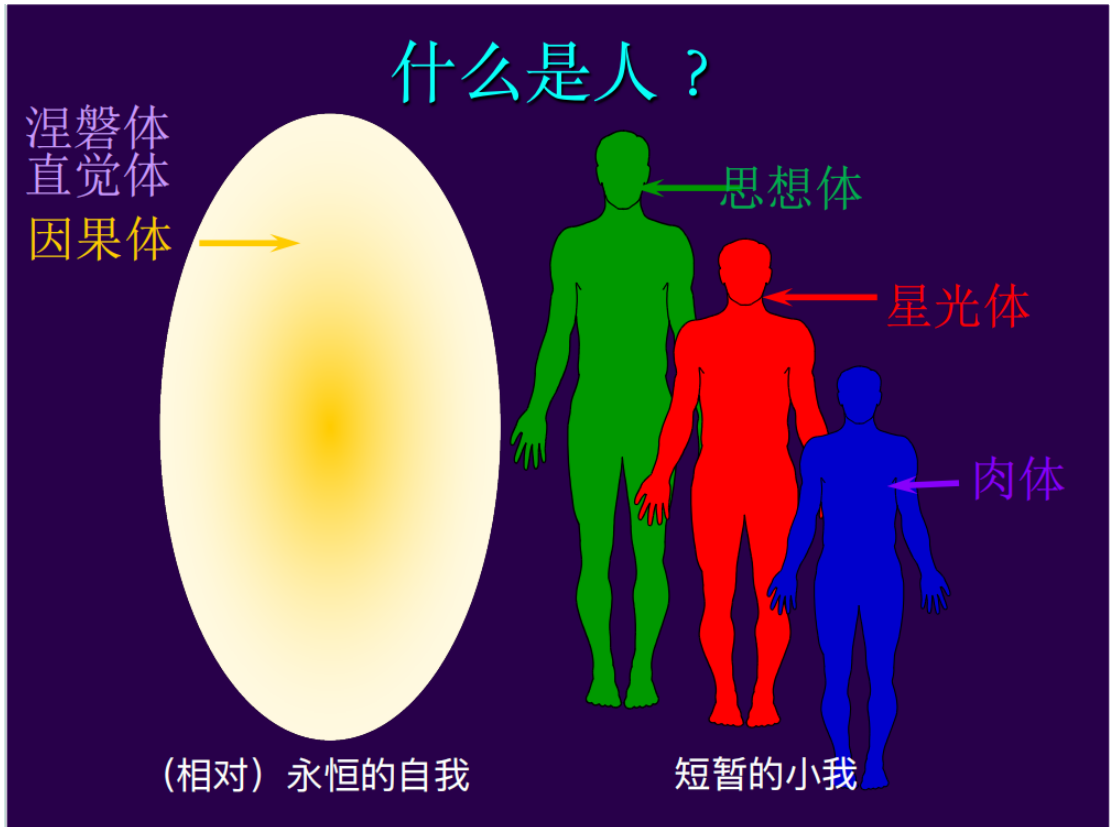


## 在考虑结婚时提出的问题

- ❖ 什么是爱？
- ❖ 我们怎么知道那是真爱还是痴迷？
- ❖ 为什么有些时候是一见钟情，而有些时候爱情发展得相当缓慢？
- ❖ 为什么爱具有奇怪的选择性？
- ❖ 为什么有些情况下，爱会持续到生命的尽头，而有些情况下，爱只昙花一现？
- ❖ 爱情和婚姻失败与不幸福的原因是什么？
- ❖ 是否有幸福婚姻的指导原则，如果有，是什么？

我们假设一个人考虑结婚了。有一些问题最好问问自己：

- ❖ 什么是爱？
- ❖ 我们怎么知道那是真爱还是痴迷？
- ❖ 为什么有些时候是一见钟情，而有些时候爱情发展得相当缓慢？
  - 为什么它具有奇怪的选择性？比如当我们环顾四周，有时候我们会问：某某怎么会看上这么一个人？这么多人，偏偏选她？这背后是什么原因呢？
- ❖ 为什么有些情况下，爱会持续到生命的尽头，而有些情况下，爱只昙花一现？
- ❖ 爱情和婚姻失败与不幸福的原因是什么？
- ❖ 是否有幸福婚姻的指导原则，如果有，是什么？



要从证道学的角度回答这些问题，我们必须先弄清什么是人？根据证道学，真正的人是一个由因果体，直觉体和涅槃体组成的高等三身。这是那个相对永恒的，轮回的自我。每次投生时，这个自我会使用一个肉体，一个星光体和一个思想体。这些都是在不同世界运作的一次性工具，人死后会解体。要回答“什么是爱”，我们必须先澄清，你指的是哪个体的爱？因为爱在不同的境界会以非常不同的形式表达。

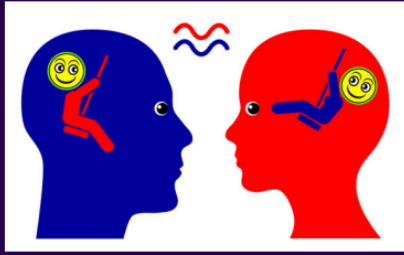
# 肉体之爱



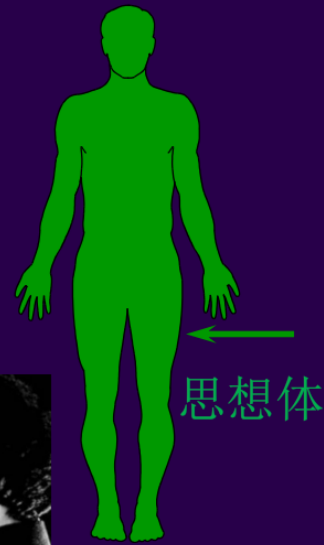
对于肉体来说，它爱凡是能让它安全地生存下去的东西，吃的，喝的，为它挡风遮雨的，便利它繁衍生息的。肉体有它自己的所爱，这些并不都是对灵魂有利的，甚至对肉体本身也是不利的。比如说，有人吸毒上瘾。

我前些天看了一篇报道，说的是在计划生育时期，福建莆田有很多穷困的家庭会去买一个女孩子，这样就可以长大后嫁给自己家的儿子，又能干活又省了结婚的彩礼，儿子不打光棍，还能生儿育女。这是一种一切从肉体 and 物质考虑的婚姻。后来这种现象停止了，一是大家富裕起来娶得起妻，另一个是因为用超声波可以看到胎儿性别，女孩子在没有出生前就被打掉了，没有女弃婴的供货了。

# 思想体之爱



思想体元素爱同频的振动（共鸣），复制自己，延长其寿命。

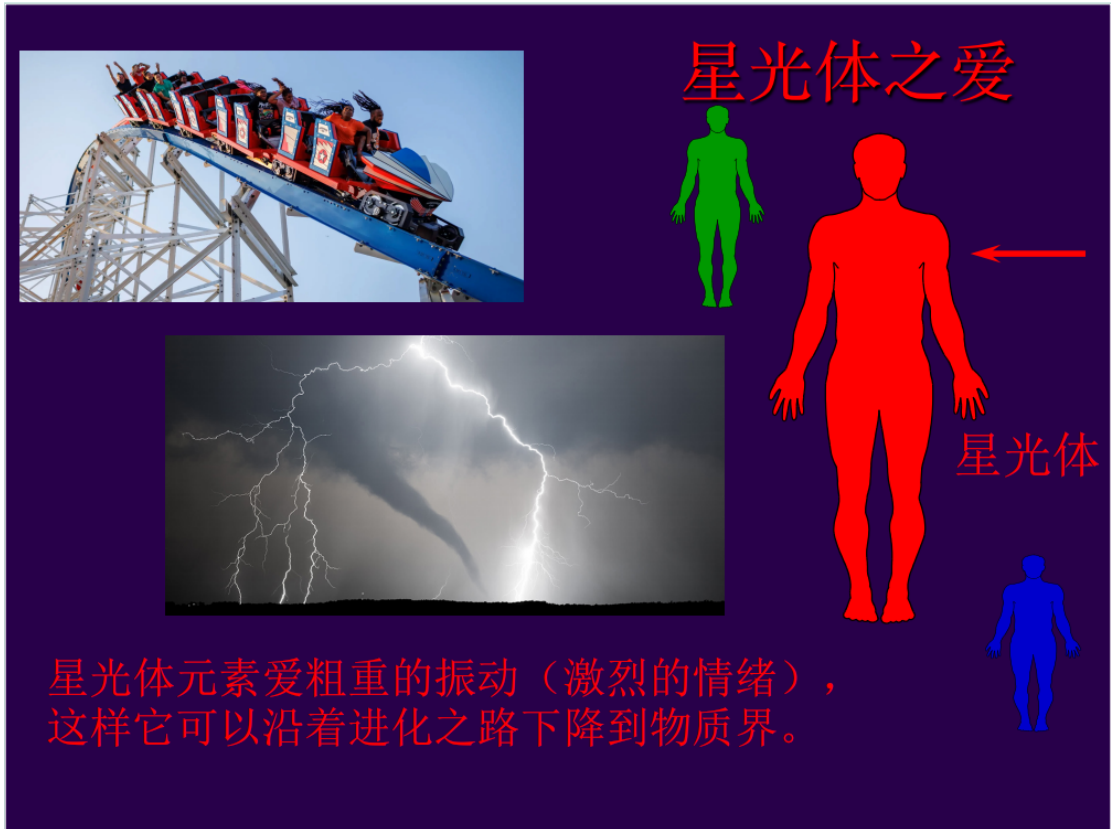


犯罪团伙



胡兰成与张爱玲

我们看一下思想体之爱。什么是思想？思想就是思想体的振动。思想体是由半智能的元素体组成的，它们最爱同频的振动，也就是共鸣。这样的话，思想可以复制自己，延长寿命。思想元素的喜好与人类的善恶概念无关。所以，当一伙人都想抢银行时，他们就能通过思想的共振在茫茫人海里找到同伙。当胡兰成在一篇杂志上看到张爱玲写的一篇小说时，被深深吸引，然后就向杂志编辑要张爱玲的地址。两人后来结了婚，是段非常不幸的婚姻。但是开场是由思想体的共鸣引起的。秦汉和林青霞两人演的《滚滚红尘》说的就是这段恋情。



现在我们看一下被夹在肉体 and 思想体之间的星光体。它起着联系思想体和肉体的桥梁作用，也就是说，一个思想要在物质界表达，必须经过星光体，所以很少有普通思想不被情感染色的。反过来，肉体通过感官接收的外界信号，在被思想判断前，也是受了情感喜好的影响。

星光体的元素精灵爱粗重的振动，这就是我们通常说的激烈的情绪。这是因为，它们的进化路线是向下进入到物质界的，所以星光体喜欢坐过山车，喜欢暴风骤雨，喜欢变化无常。这就是为什么大部分人类是“性情中人”的原因。而且我们处在第四进化圈，着重发展星光体，所以人非常容易情绪化。



我们下面一起看一下法国作曲家比才作曲，根据梅里美小说取材的歌剧《卡门》中一个脍炙人口的唱段，叫做《爱情是只任性的鸟儿》。

《卡门》是世界上上演率最高的一部歌剧。剧情大致是这样的：卷烟厂里的吉普赛女郎卡门看上了军人何塞。何塞堕入爱河，为了追随卡门，抛弃了少年时的情侣，坐了牢，冒犯了军队的长官，逃离军队加入了走私团。后来卡门爱上了一个斗牛士。何塞在绝望和嫉恨之下，杀死了卡门。

(注：请大家观看同名讲座录像)

Carmen:

## 星光体 我们的“爱情”舞台

		1	
		2	
		3	高尚情感
星光界		4	
		5	
		6	
		7	低级欲望

大喜



大悲

爱

恨



歌剧《卡门》 | 大都会歌剧院

这部《卡门》在纽约大都会歌剧院上演，普通人的爱情戏在星光体里上演。

星光体是表达情感和欲望的一个体。我们通过观察《卡门》里的各种感情，可以看到星光体七个子层面振动的的所有特征，也就是七情六欲相互混杂，五味瓶一起打翻。有欲望，诱惑，依恋，柔情，嫉妒，愤怒，贪婪，邪恶，悔恨，内疚等。佛教唯识派的 51 “心所” 把这些星光体和低级思想振动类型做了详细描述。

而且，由于这是一个低级的二元世界，在宇宙平衡法则，也就是因果法则的作用下，有大起必有大落，有大喜必有大悲，爱会变成恨，所有在这里发生的感情，都迟早会朝相反的方向移动，说到底这是一个物理法则。这就是恋爱谈着谈着就变了味，当初的伉俪后来变成仇人的原因。

人们通常说的“爱情”，除了星光体振动外，同时夹杂着肉体的需求和思想体的智能。平常人的爱，跟卡门与何塞的爱性质相同，只是程度不同，没有这么戏剧化，没有这么有艺术感罢了。



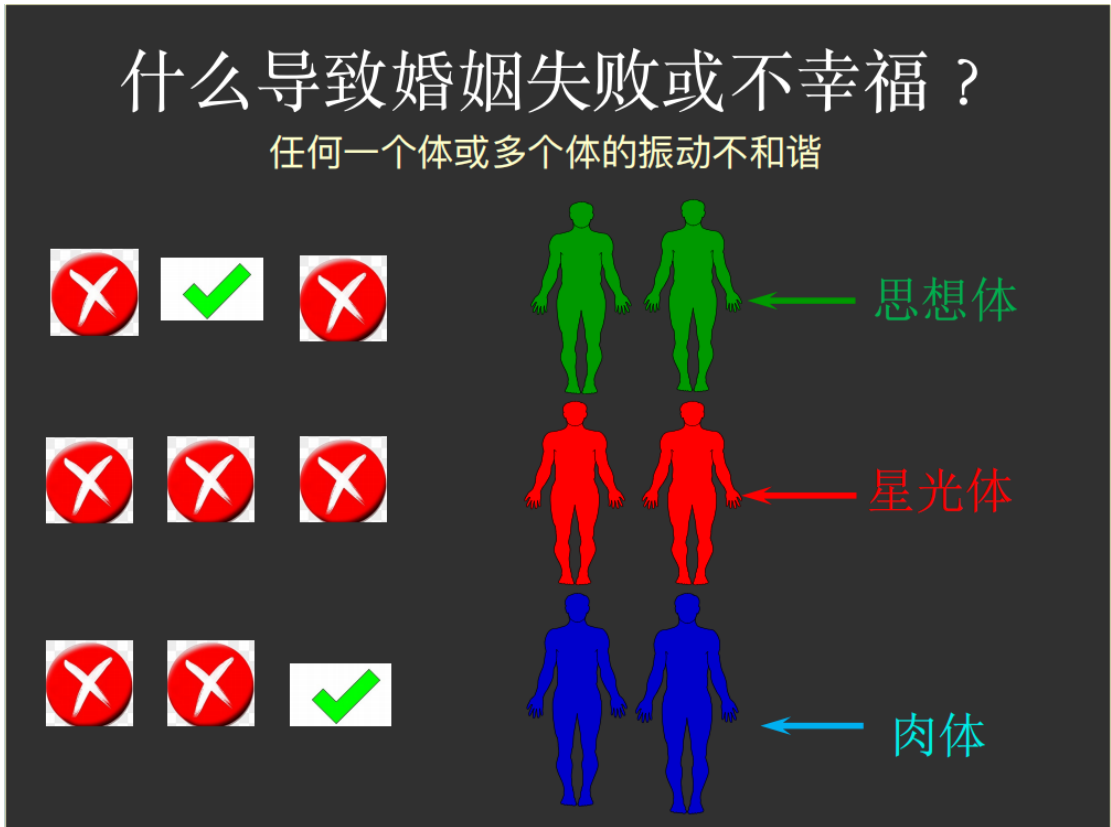
有人说卡门的爱是自由的爱。其实卡门与何塞不仅一点也不自由，而且是身不由己。因为他两人的星光体里的元素只管自己尽情狂欢，怂恿人去满足它们粗重振动的喜好，两人完全是星光元素的游乐场。这样的人，不仅生前被星光元素控制，死后也极有可能继续被控制。

所以，被心驾驭的人就像是两个趴在钟摆上的蚂蚁，根本掌控不了钟摆的运动，任由它反复无常，这种爱就像一只不能被驯服的鸟儿。这就是佛教中说的“苦”，除了物质性的生老病死，还有心理性的求不得（求之不得），怨憎会（与讨厌的人偏偏遇上，比如何塞遇到了情敌斗牛士），爱别离（自己爱的人或者事离开了），五阴炽（就是遭受各种生理和心理的煎熬）。

这是何塞杀死卡门的一幕，舞台布景很美，现实中一点也不美。故事的教训是：随心所欲是奴隶，无欲无求才自由！

# 什么导致婚姻失败或不幸福？

任何一个体或多个体的振动不和谐

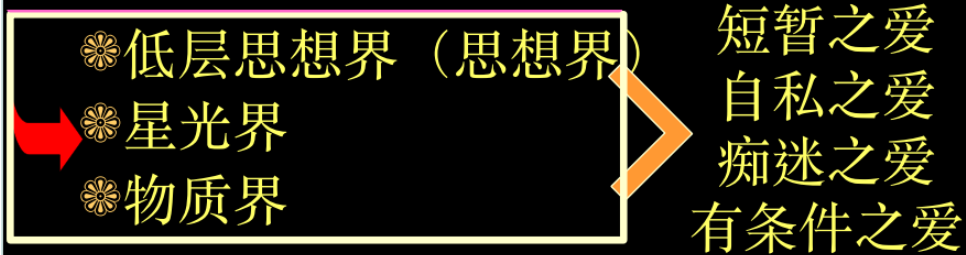


是什么导致婚姻失败或不幸福？答案可能是，如果两个人的婚姻不考虑任何其他更高级的因素，只是低等三身的交融，那么，两人任何一个体或者多个体的振动不和谐，都会造成问题。

举个例子，安妮·贝森特和她的丈夫，可以说是没有共同价值观，感情不合，家务和性生活不协调，婚姻几个星期就崩溃了。张爱玲和胡兰成虽然以文字为媒，思想共鸣，但是在用情和忠诚的问题上没有一致，而且两人因战乱分居，所以也没有成功。那些因为对某人相貌或者因为性吸引结合的人，一段时间后可能发现没有共同语言，再美的脸蛋禁不住过日子。总之，这些不和谐的程度和组合方式各有不同，但总体说来就是这个道理。

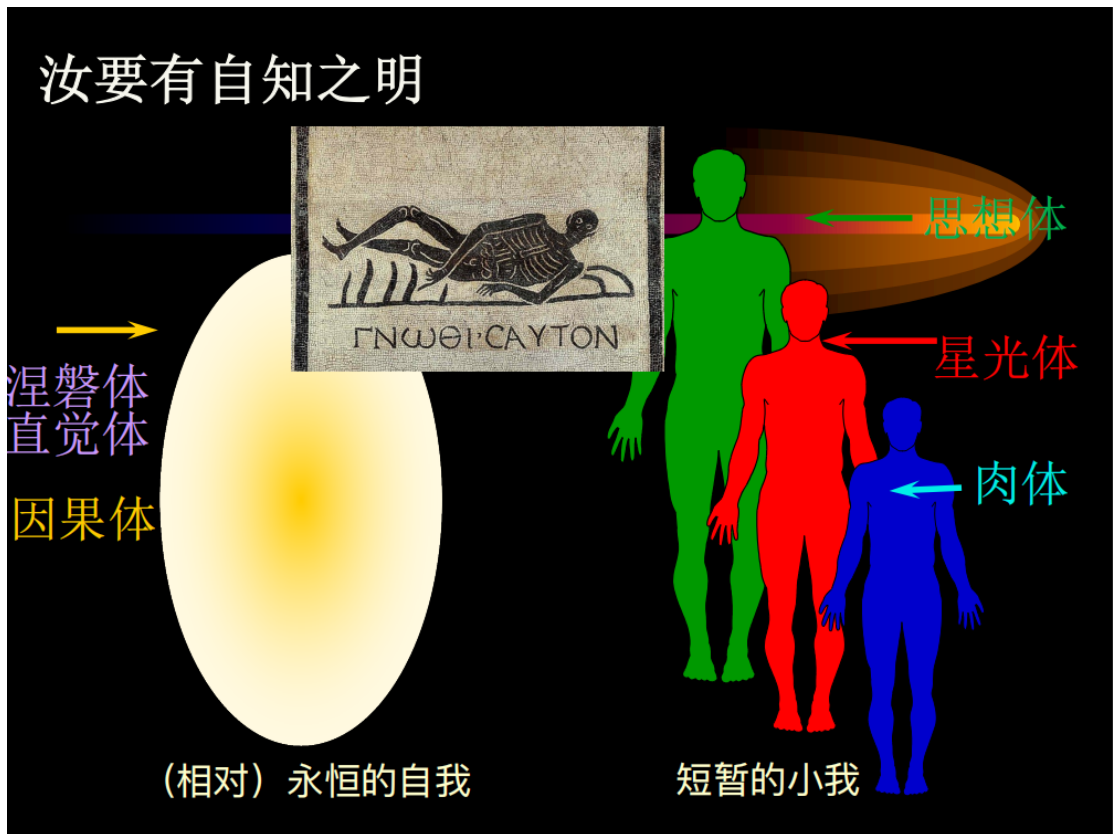
# 什么是爱…？

- ✿ 爱在不同层面上以不同的方式表达
- ✿ 通常的人类之爱以情感表达（星光体）



什么是爱？是真爱还是痴迷？

我们看到，爱在不同的层面上以不同的方式表达，通常的人类之爱以情感表达，所以我在星光体这里标记了重点。低等三身的爱，也就是小我的爱，总体来说，是一种以“我”为中心的，自私的爱。它必定是短暂的，因为这些体是短暂的，而且这些体所爱的对象也是短暂的，易变的。这种爱也必定是痴迷的，有条件的，因为把无常的东西当作真实就是追求梦幻泡影，就是痴迷，是无明的表现。一切痛苦都来自无明。



那你可能说，照你这么说，一切都这么低俗，爱得死去活来，到头来都是瞎折腾，人生有什么意义？确实，如果我们把目光只放在低等三身上，把它的把戏看透了，第一个想法就是要出世间，不在这里混了。所以有人迷茫了，有人出家了，有人弃世了。这其实是某种程度的“看破”。这很好，但这并不是全部。

证道学并不是鼓励大家不结婚，更不鼓励大家弃世。相反，鼓励积极地学习，冥想，服务。婚姻既是学习，冥想，又是服务的机会，就看你怎么看待它。

“汝要有自知之明”是刻在希腊德尔斐阿波罗神庙的一句箴言。一个不知道自己是谁的人怎么可能有幸福的婚姻呢？



## 证道学：培养自知之明

- ❖ 人的本质的认识
- ❖ 人存在的目的
- ❖ 实现这一目的的方法
- ❖ 正是这种知识的缺乏造成了人际关系中的不快乐和失败

要想使婚姻幸福，证道学绝对排得上用场。因为它就是一个培养人自知之明的智慧体系。

- 它帮助我们了解人的本质
- 人存在的目的
- 以及实现这一目的的方法

正是这种知识的缺乏造成了人际关系中的不愉快和失败。



## 人及其人世生活的真相

- ❖ 身体背后的真正的人是一个精神的存在
- ❖ 事实上，他是不死和不可摧毁的！
- ❖ 为了完成伟大的进化之旅，他披上了一件外衣——  
肉身
- ❖ 我们的目标是达到完美的人的境界！

在证道学中，人和他在人世间生活的真相是什么呢？简而言之，从内在本质上

❖ 身体背后的真正的人是一个精神的存在。很多人没有意识到，当人经历所谓的“死亡”后，他并没有消失，

❖ 事实上，他是不死和不可摧毁的！

❖ 为了完成伟大的进化之旅，他在某个时期披上了一件外衣，也就是我们的肉身

❖ 我们的目标是达到完美的人的境界！



## 人如何达到完美?

- ❖ 要想达到完美的目的，需要的不是一次，而是在世间许多次丰富的人生经历。
- ❖ 一连串的肉体生命为实现完美提供了必要的时间、经验和机会。
- ❖ 最后，当人在世间的最后一次生命结束时，一切都圆满成就，每一种精神力量都发展到了最高的程度，每一个人性的弱点都被克服了。

❖ 要想达到完美的目的，需要的不是一次，而是在世间许多次丰富的人生经历。

❖ 一连串的肉体生命为实现完美提供了必要的时间、经验和机会。

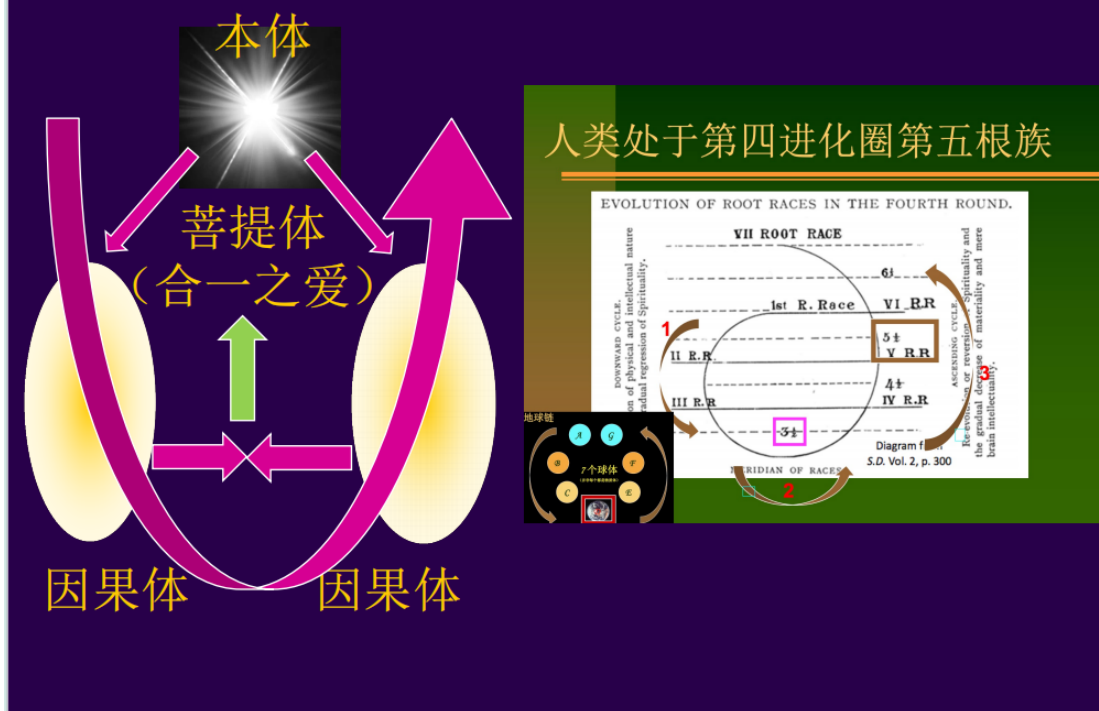
❖ 最后，当人在世间的最后一次生命结束时，一切都圆满成就，每一种精神力量都发展到了最高的程度，每一个人性的弱点都被克服了。

## 关于人类及其命运的崇高真理

人，当成为超人时，已经从生死轮回中解脱出来，实现了自己存在的目的。他已不再需要出生在物质肉体中。

超越人类的人，已经从生死轮回中解脱出来，实现了自己存在的目的。他已不再需要出生在物质肉体中。 **这是关于人类及其命运的崇高真理。**

# “爱”是一种灵性驱动



基于这个真理，爱，其实是一种灵性驱动，它来自我们合一的本体。人从合一的本体经历了分离的进化阶段后，开始返回合一。人从星光体的分离之爱，必定升华到菩提体的合一之爱。我们第四进化圈第五根族的人类，已经过了最低点，在上升的弧线上了。

这种宇宙性的驱动，在低级境界分离的个体中，表现为一种不满足感，孤独感，缺失感，于是人会本能地整合自己，圆满自己，分享自己，甚至牺牲自己，达到合一。这是一种宇宙性的灵性渴望，是个自然法则。只不过，在被这种力量驱动的过程中，因为自私，发出了与合一相反的力，其结果就是痛苦。

这就是为什么人类，尽管经历了那么多爱情悲剧，仍然本能地去爱，仍旧把爱描绘成纯洁的，无暇的，幸福的，神圣的，令人向往的。这不是诗人的理想化，而是一个事实。因为我们的本体就是爱，就是神圣，就是极乐。人类朦胧地感知到了它，正在努力表达它，并在犯错中学习。



## 幸福的婚姻 是在所有层面的合一

- 婚姻是进化过程中最好的辅助工具之一
- 是具有最大价值的教育工具
- 是达到最完美幸福的一个重要手段。

在人类社会中，这种内在的灵性驱动就表现为要找到一个知己和伴侣的渴望，婚姻正是满足这种渴望的一个手段。幸福的婚姻是在所有层面的合一。因为在婚姻中，灵魂可以对话，思想和感情和谐，肉体生活在同一个屋檐下，而且当亲吻，拥抱，做爱时，身体都是合一的，孩子是合一的爱的结晶。

- 婚姻是进化过程中最好的辅助工具之一

因为在世间，父母也好，子女也好，朋友也好，没有人能够象终身伴侣一样，在各个层面有跟你合一的可能。

- 婚姻是具有最大价值的教育工具

因为婚姻是全科，什么都要学。而且逃课不那么容易。

- 婚姻是达到最完美幸福的一个重要手段

那是因为，完美的婚姻是在人间感受到神圣的幸福的迷你版。那种心心相印，相濡以沫，相随相伴的幸福，是十分难得的，也是其他形式的爱不能替代的。

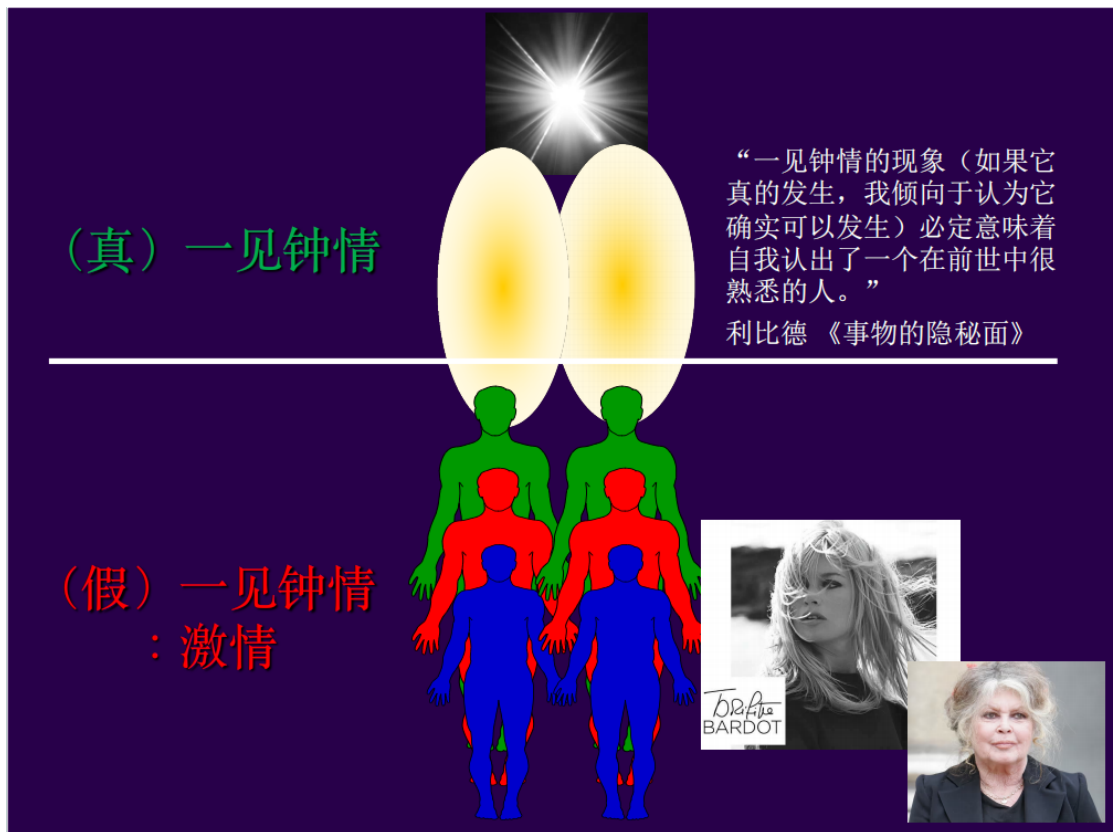


## 人类之爱的真谛

- ❖ 在生生世世中，人与人之间形成了不同程度的亲密关系。
- ❖ 这将他们生生世世联系在一起。
- ❖ 在少数情况下，会形成一种深深的依恋，而正是这种依恋，在一次又一次的生命延续中，发展成一种深厚而持久的感情。
- ❖ 深爱几乎总是源于对前世情缘的本能记忆。
- ❖ 每个真爱故事的背后，都有许多前世各种爱的关系。
- ❖ 不一定局限于异性之间的爱。

前面提到过，低等三身的体各有各的爱的形式，但那不是全部的爱的形式。人类之爱的真谛在于那种超越了有生死的爱。

- ❖ 在生生世世中，人与人之间形成了不同程度的亲密关系。
- ❖ 这将他们生生世世联系在一起。
- ❖ 在少数情况下，会形成一种深深的依恋，而正是这种依恋，在一次又一次的生命延续中，发展成一种深厚而持久的感情。
- ❖ 生命中的深爱几乎总是源于对前世情缘的本能记忆。
- ❖ 每个真爱故事的背后，都有许多前世各种爱的关系的故事。
- ❖ 这不一定局限于异性之间的爱。



一见钟情是怎么回事呢？首先要看是哪类的一见钟情。真一见钟情是发生在因果体层面的，因为这是灵魂的记忆。利比德在《事物的隐秘面》一书中说，“一见钟情的现象（如果它真的发生，我倾向于认为它确实可以发生）必定意味着自我认出了一个在前世中很熟悉的人。”

还有一种假一见钟情，往往是起源于物质层面的，比如因为相貌而产生的。追星就属于这种。碧姬·拔多（Brigitte Bardot）曾是法国红遍半边天的明星，性感小猫。如果说对她一见钟情，哭着喊着尖叫着要见她，摸她，抱她。好啊，她来了！你的情哪去了？这还是碧姬啊！你知道吗，你觉得自己在崇拜她，但是在她看来，自己就像动物一样被狩猎，你能感受到她被“崇拜”时的痛苦吗？所以这不叫一见钟情，而叫星光体爆炸，俗称“激情”。



## “渐渐爱上了”背后的真相

那么，为什么在不存在前世缘分问题的情况下，他要从世界上所有姑娘中选择某一个人，让她成为高贵和美丽的化身？事实并不浪漫；这主要是一个近距离的问题。普通的年轻人，由于环境的原因，与普通的年轻女子亲密接触，很可能会爱上她；尽管他不会相信，如果把他扔进与另外一百个同样普通的年轻女子中的任何一个的亲密接触中，他也会同样容易地爱上另一个人！

利比德《事物的隐秘面》

“那么，为什么在不存在前世缘分问题的情况下，他要从世界上所有姑娘中选择某一个人，让她成为高贵和美丽的化身？事实并不浪漫；这主要是一个近距离的问题。普通的年轻人，由于环境的原因，与普通的年轻女子亲密接触，很可能会爱上她；尽管他不会相信，如果把他扔进与另外一百个同样普通的年轻女子中的任何一个的亲密接触中，他也会同样容易地爱上另一个人”！

利比德《事物的隐秘面》

如果你俩是同事，经常一起加班，社会圈子又很小，加上生理需要，父母压力，很有可能渐渐看到对方有些美好的品质，从而成为一对儿。这种情况很多。因为每个人都有些好品质，只要耐心就能发现。所以这样结婚的人不一定不幸福。

## 爱为何有时持久而有时短暂？

- ❖ 因果业报法则
- ❖ 人类任何事业的幸福和成就，在很大程度上都要取决于之前事业的真诚度、持续性、忠实和成功
- ❖ 爱情忠贞赢得忠贞，不忠带来不忠
- ❖ 它们在一定程度上是前世行为的结果

但这并不是注定的！

- ❖ 通过今生正确的知识、正确的动机和正确的行为，过去的不良倾向可以得到改变和中和
- ❖ 错误的态度和行为会使最有利的条件化为乌有

那么，为什么爱有时持久，有时短暂呢？

- 我们必须记住并接受，人的生生世世都是在“因果业报法则”或“补偿法则”的作用下进行的。任何行动都会产生相应的反应。每一种经历都是之前活动的产物

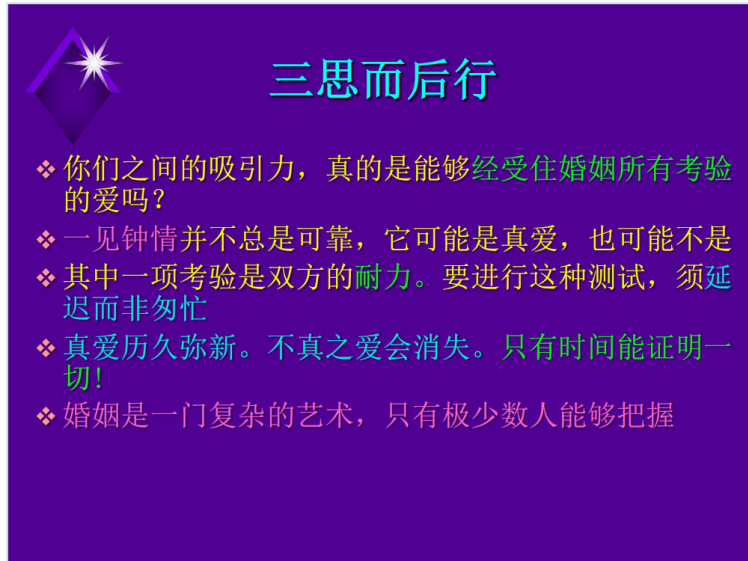
- ❖ 人类任何事业的幸福和成就，在很大程度上都要取决于之前事业的真诚度、持续性、忠实和成功

- ❖ 爱情忠贞赢得忠贞，不忠带来不忠。人类的所有经历都受精确法则的支配。绝对的公正统治着这个世界，并通过补偿法则确保每个人都能得到公正。种瓜得瓜，种豆得豆。

- ❖ 所以，它们在一定程度上是前世行为的结果。然而，这并不是注定的。

- ❖ 通过今生正确的知识、正确的动机和正确的行为，过去的不良倾向可以得到改变和中和。

- ❖ 同样，错误的态度和行为会使最有利的条件化为乌有。



## 三思而后行

- ❖ 你们之间的吸引力，真的是能够经受住婚姻所有考验的爱吗？
- ❖ 一见钟情并不总是可靠，它可能是真爱，也可能不是
- ❖ 其中一项考验是双方的耐力。要进行这种测试，须延迟而非匆忙
- ❖ 真爱历久弥新。不真之爱会消失。只有时间能证明一切！
- ❖ 婚姻是一门复杂的艺术，只有极少数人能够把握

所以，我们看到，人类追求爱，这是一件神圣的事情，但是，由于人的不完美和对爱的认知的不全面，不合适的婚姻是制造不良的业的重要原因。所以，对于婚姻这样的人生大事，要三思而后行。结婚前要问一问：

❖ 你们之间的吸引力，真的是能够经受住婚姻所有考验的爱吗？也就是说，如果两个人必须和谐地生活在一起，不仅仅是一年或两年，而是一辈子，挺得住吗？

❖ 一见钟情并不总是可靠，它可能是真爱，也可能不是。所以这样引发的恋情，先降降温再说。

❖ 其中一项考验是双方的耐力，要进行这种测试，必须延迟结婚而非匆忙结婚。虽然恋爱中的人有时真的觉得没有他就活不下去了，但是再等一等又有什么呢？

❖ 真爱历久弥新。不真之爱会消失。只有时间能证明一切！

恋人们不必害怕不可挽回的损失，因为罗马哲学家塞内加说过：“没有什么比爱更容易重新生长”。我想大多数人都会同意，年轻人尤其如此。在年轻的时候，我们曾多少次坠入爱河，又多少次失恋？如果女朋友跟人跑了，她能跑，就说明她不是你的女朋友。让她去吧！

老话说得好：婚姻是一门复杂的艺术，只有极少数人能够把握。

婚姻、养育子女和灵性进化都是非常严肃的事情，不能仅凭感情就草率做出决定。



## 真爱的感受

- ❖ 真正的、深沉的爱会使人的身体、情感、思想和精神得到升华，心灵和思想得到难以形容的幸福和拓展
- ❖ 爱人的陪伴给人带来更多的充实感、满足感、和谐感和幸福感
- ❖ 安全，自由，和平

那么你可能问，我怎么区分真爱和一时的感情爆发之间的区别呢？

- ❖ 真正的、深沉的爱会使人的身体、情感、思想和精神得到升华，心灵和思想得到难以形容的幸福和拓展
- ❖ 爱人的陪伴给人带来更多的充实感、满足感、和谐感和幸福感。
- ❖ 它使人觉得安全，自由，和平



这种爱才是人类追求的。它之所以有这种特征，是因为它来自一个更高的境界，而我们每个人都已经在这些境界中，我们每个人都有这种爱，只不过它没有被彰显出来。

如果我们把婚姻作为一种共同达到这个更高意识境界的手段的话，那么这个婚姻对挑战的承受力，对克服性格弱点的助力，对达到幸福新高的可能性应该是更好的。在这种大爱的主导下，两人在思想界善解人意，在星光界感情相容，在物质界同甘共苦。这就是幸福的婚姻，这是真正的知己和知音。



幸福的婚姻是绝对有可能的！我们读到过它，见到过它，它也会发生在我们自己身上。

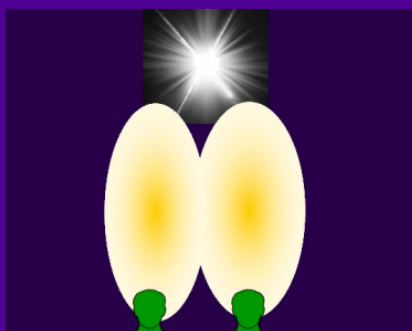
虽然没有什么万无一失的幸福婚姻指导原则，但是，有些建议，如果愿意一试的话，或许有些助益，至少不会使婚姻那么不幸福。

# 幸福的婚姻是绝对有可能的！

如果你愿意的话…

## 1. 认知生命的真正目的，即灵性的觉悟

在这个向更高境界进化的伟大的旅程中，让我们通过结婚互相帮助，因为与合适的人结婚是实现人生目的的最美妙助力。婚姻并不是永远互相凝视，而是一起看向并**走向**更高，更远处。



认知生命的真正目的，即灵性的觉悟


在这个向更高境界进化的伟大的旅程中，让我们通过结婚互相帮助，因为与合适的人结婚是实现人生目的的最美妙助力。婚姻并不是永远互相凝视，而是一起看向并走向更高，更远处。

许多人认为这太虚幻。其实这种高瞻远瞩，远见卓识特别重要，因为它能够给予低等自我正确的指引，帮助他克服导致婚姻不幸的因素，并且在遇到挫折和考验时给予力量。这也是宗教信仰或者理想相同的人婚姻成功率比较高的原因之一。但是，光“看向”还不够，还要在日常生活中“走向”更高更远处，也就是一起证道。

**幸福的婚姻是绝对有可能的!**  
如果你愿意的话...

2. 尽量使性情相容 (注意, 非相同)

- 稳定的情绪和心态是需要培养和珍视的品质
- 应认真应对坏脾气--前世遗留, 不易消除!
- 性和谐在很大程度上取决于情感的成熟和稳定, 取决于没有情结、恐惧症和其他生理和心理障碍
- 丈夫在性关系中的温柔、自制和体贴至关重要。



家家有本难念的经。这个经难念，并不是大家不识字，而是每个人坚持自己的念法，这是个心理问题。日常的小事，比如鞋子放在哪里，本身其实并不重要。但是，如果加上心理因素，就可能为了鸡毛蒜皮闹翻天。

打算结婚的人，尤其是结了婚的人，要尽量使性情相容，注意，不是相同。如果一方总想让另一方和自己一样，首先这是不可能的，并且是注定要失败的。关键是在保持个性的同时不伤害对方，并且取长补短。

**稳定的情绪和心态**是需要培养和珍视的品质。7年之痒，还有很多的其他关口，都是考验稳定性和耐心的。

应认真应对**坏脾气**--前世遗留，不易消除!这是人际关系大杀手，佛教中说“火烧功德林”，就是说“贪嗔痴”里的“嗔”的巨大破坏作用。《华严经》有：“一念嗔心起，百万障门开”。坏脾气的人不可能有幸福的婚姻。有多少夫妻，小吵天天有，大吵三六九，都是出在同一个问题上。

**性和谐**在很大程度上取决于情感的成熟和稳定，取决于没有情结、恐惧症和其他生理和心理障碍。性这个问题，不只是生理的，更多是心理的。性本身是非常自然的一个东西，但被情感和思想严重扭曲。没有比婚姻更好的工具去解除这种扭曲，还原它应有的位置。

丈夫在**性关系中的温柔、自制和体贴**至关重要。男女的生理和心理本来就不同，性需要和性表达都不同。同一个灵性本体以性质相对的肉身形式显化，就是为了让理解我们和体贴对方，超越肉体。

### 3. 随时准备纠正性格缺陷



正面的

负面的

善于交际，热情	冷漠，冷淡，矜持
容易动摇	顽固
考虑周全	漠不关心，自私
冷静，沉着，安静	易怒，不耐烦
愿意推理，逻辑	草率，冲动，不讲道理
开放，率直，忠诚	欺骗，诡秘，不忠
合作，喜欢分享和服务	个人主义、独立、支配
容易安抚	爱生闷气
可信	嫉妒
理想主义，道德，可敬	物质主义，权宜之计

### 自我反省用

接下来这一点非常重要。人无完人。在这种抬头不见低头见，非常私密的家庭氛围中，我们人性的角角落落都暴露无疑。我们在社会上为了面子或者其他原因，可能会装蒜作假，但是在家里往往真相毕露。所以我们必须随时准备纠正性格缺陷。

下面有两张表，显示了常见的人类特质和情感，供大家参考。提供这些表，是为了反省自身，不是为了给对方定位，作为指责对方的工具。如果双方都反省，是完全可以找到自己的缺点，并且能够理智地，为了对方进行调整的。这就叫磨合。磨圆了就合了，否则象是两个刺猬，针锋相对地永远互相指责。



# 幸福的婚姻是绝对有可能的！

如果你愿意的话…

## 幸福的责任

让我们先来谈谈幸福。毋庸置疑，神的意愿是让人幸福。幸福是一种责任；我指的不仅仅是哲学上的平静，尽管那肯定是一件好事；我指的是积极的幸福。这是一种责任，不仅是对神圣的力量和对我们自己的责任，也是对他人的责任；这是一种不难完成的责任，只要我们愿意使用有着不可估量的能力的常识。

永恒的公正统治着世界，因此，完全不可能在我们身上发生不应该发生的事情；由于永恒的公正也是永恒的爱，发生在我们身上的一切都旨在帮助我们向前发展，并且能够使我们进步，只要我们以正确的方式对待它，并努力学习它所教的课程。这些都是真的——那些对生与死的奥秘进行过最深入探索的人知道这是真的——对痛苦的抱怨或厌恶显然不仅是无用地浪费许多力量，而且是采取一种完全不准确和愚蠢的观点对待生命，并失去原本设置的一个机会。

利比德 《事物的隐秘面》

利比德在《事物的隐秘面》中，特别用一个章节写了“幸福是一种责任”。我摘录其中一段，特别送给对所有暂时处在无论什么困境中的朋友：

## 幸福的责任

让我们先来谈谈幸福。毋庸置疑，神的意愿是让人幸福。幸福是一种责任；我指的不仅仅是哲学上的平静，尽管那肯定是一件好事；我指的是积极的幸福。这是一种责任，不仅是对神圣的力量和对我们自己的责任，也是对他人的责任；这是一种不难完成的责任，只要我们愿意使用有着不可估量的能力的常识。

永恒的公正统治着世界，因此，完全不可能在我们身上发生不应该发生的事情；由于永恒的公正也是永恒的爱，发生在我们身上的一切都旨在帮助我们向前发展，并且能够使我们进步，只要我们以正确的方式对待它，并努力学习它所教的课程。这些都是真的——那些对生与死的奥秘进行过最深入探索的人知道这是真的——对痛苦的抱怨或厌恶显然不仅是无用地浪费许多力量，而且是采取一种完全不准确和愚蠢的观点对待生命，并失去原本设置的一个机会。

# 幸福的婚姻是绝对有可能的！

如果你愿意的话…

7. 一次考试中的同桌关系--当爱情的初潮逝去后，这种情谊仍将存在！

- 人生就像一所学校，婚姻和亲子关系是其中最精彩的两门课
- 婚姻是考场，我们的目的是通过考试



最后，结婚和生子，是在人生的学校中选了三门最精彩的课。但是只要你选了，就是必修，就要考试。

我们的伴侣就像在人生学校中的同桌。可能在这个过程中，一个人的胳膊总是过中间的河界，另一个人的球鞋比较臭，这确实让人烦恼。但是我们不要忘了，来到这里是为了学习，并且考过这场试。学习要自己学，考试要自己考，道路要自己走。同桌是帮助还是干扰，并不完全决定你的成败。如果你忘了自己上学是为了什么，把时间花在与同桌的争执上，那么多数情况是两人一起留级，一起重考，直到搞明白到人间走一回到底为什么。或者，他干扰你，你专心学习你自己的，你会因此培养许多品质。到了最后他留级，你升级，自然就分开了。

所以，同桌的你伴我走过一程，当爱情的初潮逝去后，这种情谊要在。或者让它成为清债的机会，不要让这种缘分成为未来业力的捆绑。



好，我的分享就到这里，我们来听听一对白头到老的人是怎么看待他们的婚姻的，他们认为爱是什么？（注：请观看同名讲座视频）

婚姻

在相濡以沫时，为彼此留有空间  
 让来自天堂的风，在你们之间舞蹈  
 爱彼此吧，但不要用爱捆绑  
 让爱更象你俩灵魂彼岸之间的  
 不停涌动的海洋  
 为彼此斟满琼浆，但不同杯共盏  
 给他你的面包，但不同吃一餐  
 一起尽情歌舞吧，但让每个人独处  
 就像那竖琴的弦，虽然同奏一曲  
 但根根保持独立  
 交出你的心，但不要让对方保管  
 因为只有生命之手才能捧着你们的心  
 站在一起吧，但不要太靠近  
 你看那神殿中的柱子是彼此分开的  
 橡树和松柏也不长在彼此的影子里

选自纪伯伦的诗集《先知》

Kahlil Gibran  
كَلِيلُ جِبْرَان



纪伯伦  
(1883-1931)



《先知》  
(1923年首版)

最后，我们一起做一个对婚姻生活的 3 分钟冥想。这是黎巴嫩裔的美国诗人纪伯伦所著的《先知》诗集中的一首诗，名为《婚姻》。纪伯伦也是一位受证道学影响的诗人和艺术家，其实，证道学是散布在并且影响着各个领域的，所以不能被定义，但是有心的人随时可以看到它。证道学最显著的特色是它激发的创造力和它的普世实用性。请田甜带领一下。冥想后我们开始问答和分享。

婚姻  
 选自纪伯伦的诗集《先知》

在相濡以沫时，为彼此留有空间  
 让来自天堂的风，在你们之间舞蹈  
 爱彼此吧，但不要用爱捆绑  
 让爱更象你俩灵魂彼岸之间的  
 不停涌动的海洋  
 为彼此斟满琼浆，但不同杯共盏  
 给他你的面包，但不同吃一餐  
 一起尽情歌舞吧，但让每个人独处  
 就像那竖琴的弦，虽然同奏一曲  
 但根根保持独立  
 交出你的心，但不要让对方保管  
 因为只有生命之手才能捧着你们的心  
 站在一起吧，但不要太靠近  
 你看那神殿中的柱子是彼此分开的  
 橡树和松柏也不长在彼此的影子里

# 祝所有婚姻幸福美满



祝所有婚姻幸福美满。

新加坡证道学学会  
公众号：证道学世界



中文网站：<https://chinesetheosophy.net/>

英文资料网站：Theosophy World

<https://www.theosophy.world>

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，  
请微信至：SLTS1875

或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)

如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”  
一栏里直接在网上填表申请

我们看一下有什么相关的问题和分享。

新加坡证道学学会2025年系列讲座2

## 有意识地睡觉



2025年4月20日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界” 公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看



大家好。大家刚刚听到的是甲壳虫乐队的经典之一，由保罗·麦卡特尼（Paul McCartney）演唱的《昨天》（Yesterday）。这首歌是 20 世纪最流行的单曲之一。之所以用这首歌开场，是因为它与我们的主题有关。歌手麦卡特尼有一天做了一个梦，梦见了整首旋律。醒来后，他赶紧用钢琴弹出了这首曲子，以免忘记了。起初，他以为是在梦中回忆起了其他人做的曲子，于是他到处去找音乐界的人，问他们以前是否听过这首曲子。结果没人认领，于是就用这首曲子填了词，久唱不衰。

# 梦境系列讲座

1: 有意识地睡觉

2: 从证道学的角度“说梦”



我们今天开始一个以梦境为主题的系列。由于大多数人做梦是在睡眠时发生的，所以今天先讲“有意识地睡觉”，会包括一个冥想，以及有意识入睡的方法。非常感谢 Brandon 提供了原稿，讲座结束后他也会为大家解答问题。下一个讲座的主题是《从证道学的角度说梦》，那时我们会具体地解释梦的引发机制，各种不同类型的梦境，以及它们的意义等。

照例提醒大家，证道学学会的宗旨之一是“探索自然的奥秘及人类的潜能”，今天所有内容，属于个人分享，不自称是权威论述。学会也不做算命解梦之类的服务。



每个人都睡觉，我们生命的大约1/3的时间是在睡眠中度过的，长达20多年。大多数人睡觉时就像昏过去一样，对在睡眠中发生的事情一无所知。睡眠只是物质身体的休息，而梦只是一种睡眠的副产品。梦境对他们来说是不可预测，不可控制，光怪陆离，毫无意义的。



可是，有史以来，很多人做的梦又是那么有意义，先知先觉，充满灵感。拿近代的例子来说，在科学界，有几个改变世界的发现是“做梦”做出来的。爱因斯坦有一天梦见自己用接近光的速度滑雪橇，周围的星球都变了样，光色合而为一，这个梦给了他提出相对论的灵感。物理学家玻尔梦见行星被一根线连着，绕着太阳转，这就是我们今天熟悉的原子结构。化学家凯库勒想研究苯的化学结构，结果做了一个蛇衔着自己尾巴的梦，得到了灵感。DNA 的发现者华生博士梦见两条蛇头尾颠倒，相互缠绕，正是 DNA 的形状。门捷列夫在梦中看到化学元素自己排列成了一张表，醒后记录下来，就是我们熟知的元素周期表。我们自己也可能遇到过这种现象，睡觉前有一个没有解决的问题，一觉醒来，找到了答案。



在一些发明和科技创新方面，22 岁的斯坦福大学学生佩奇梦见他把整个互联网的内容都下载了，只需要保存几个链接。醒来后，他马上提笔写下了那个最初的程式算法，他利用这种算法开发出一种新的网络搜索引擎，这就是谷歌。缝纫机的发明者豪尔有一天做了一个噩梦。梦见自己自己由于没有找到解决缝纫机的针孔问题的答案，被判处被一群野人用长矛扎死，而这些长矛的尖上都有一个孔，这就是后来缝纫机的机针。我们现在常用的智能芯片（比如信用卡，身份证，手机卡等），是法国发明家莫雷诺在梦里梦见的。

## 从梦中获得的灵感

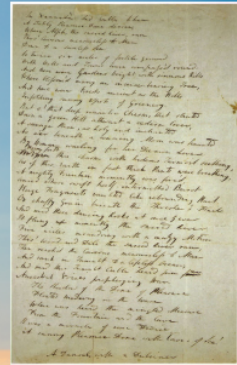
玛丽.雪莱：《科学怪人》



麦卡特尼《昨天》



迈耶《暮光之城》



格勒律治  
《忽必烈》

在文学艺术界，除了刚刚说到的曲子《昨天》。英国浪漫主义运动的创始人之一柯勒律治（Coleridge）的长诗《忽必烈》就是梦见后记录下来的。在记录的过程中，有人打搅，害得他忘记了很多内容。玛丽.雪莱的《科学怪人》，是在梦见情节后成书的。现在被做成系列的《慕城之光》，也是作者迈耶梦见一个闪光的非人类男孩和一个人类女孩的对话而写成的。



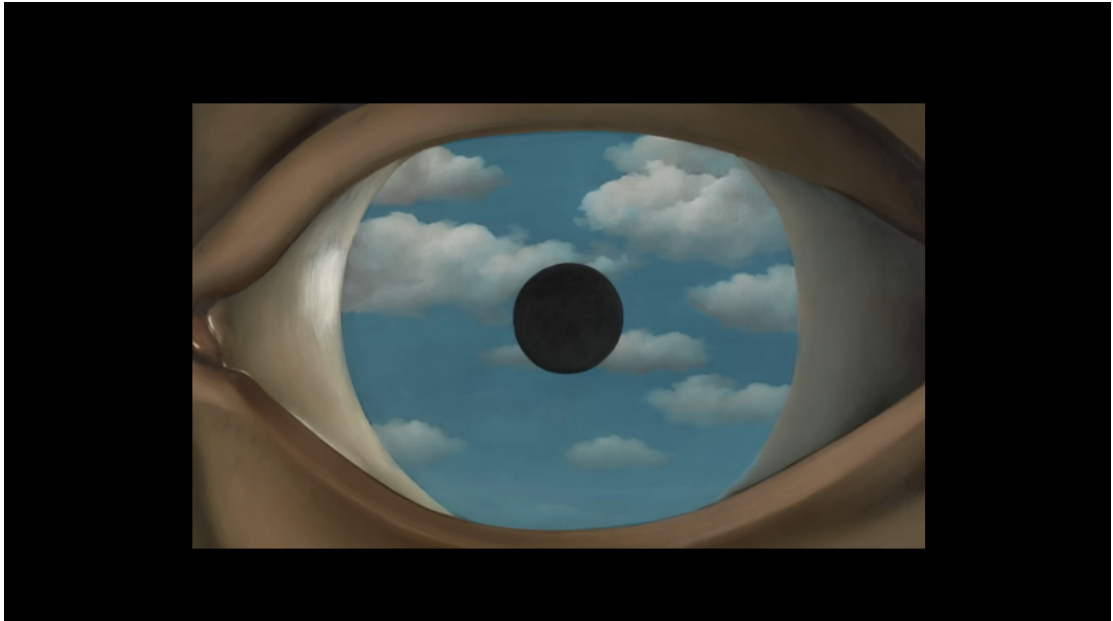
你可能问，为什么这些人做这些改变世界，惊天动地的梦，而我的梦要么忘了，要么是日常琐事，或者是一些从楼上摔下啦，被追逐，被困住，说不出话，考试不及格，在公众场合赤身裸体，出车祸，飞行等等呢？



对于梦意味着什么，现代心理学有多种说法，比如佛洛伊德说是做梦者无意识的愿望，荣格说是对心理未充分发展部分的补偿，更现代一点的多姆霍夫说梦是清醒生活的写照，他的同事霍尔说，梦是认知过程的一部分。对梦的研究一直在继续。



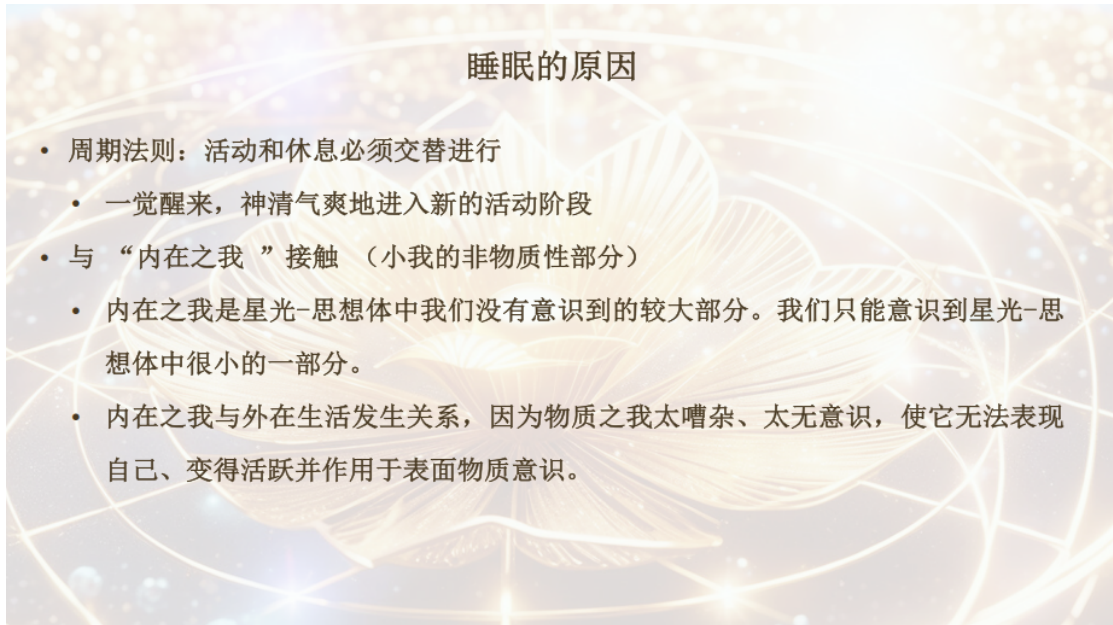
对梦的关注和研究不是从近代心理学才开始的。远在古代，中国就有《周公解梦》，公元 2 世纪的希腊也有《解梦》一书。有的梦似乎蕴含了一种神秘的力量，与灵性启示有关，在所有的宗教和传统中都有一席之地。比如，圣经中有很多关于梦的开示，耶和華說：“你们听我说，你们中间若有先知，我耶和華必在灵象中向他显现，在梦中跟他说话”。道家有名的“庄生梦蝶”，哪是现实哪是虚幻？布拉瓦茨基谈到自己获得奥义知识的方法时说：“知识来自神视 (vision)，首先出现在梦境里，然后是冥想时呈现在内眼中的画面。”



做梦的经验，是人类所共有的。梦是窥探内心的一面隐秘之镜，是一种虚幻却真实的人生体验。梦是窃听自己潜意识和显意识相互交流的机会，它是通往自我整合的大门钥匙。



要想了解梦，我们先来看一下睡眠。我们为什么要睡觉？很多人就是每天吃喝拉撒睡，从来没有问过自己这些问题。有人认为，睡觉就是让身体休息，从来没有想过在这 7-8 个小时中发生了什么，有什么更深的意义。



人是自然的一部分，自然界有周期法则，比如有昼夜更替，同样，睡眠体现的是周期法则：

周期法则：活动和休息必须交替进行

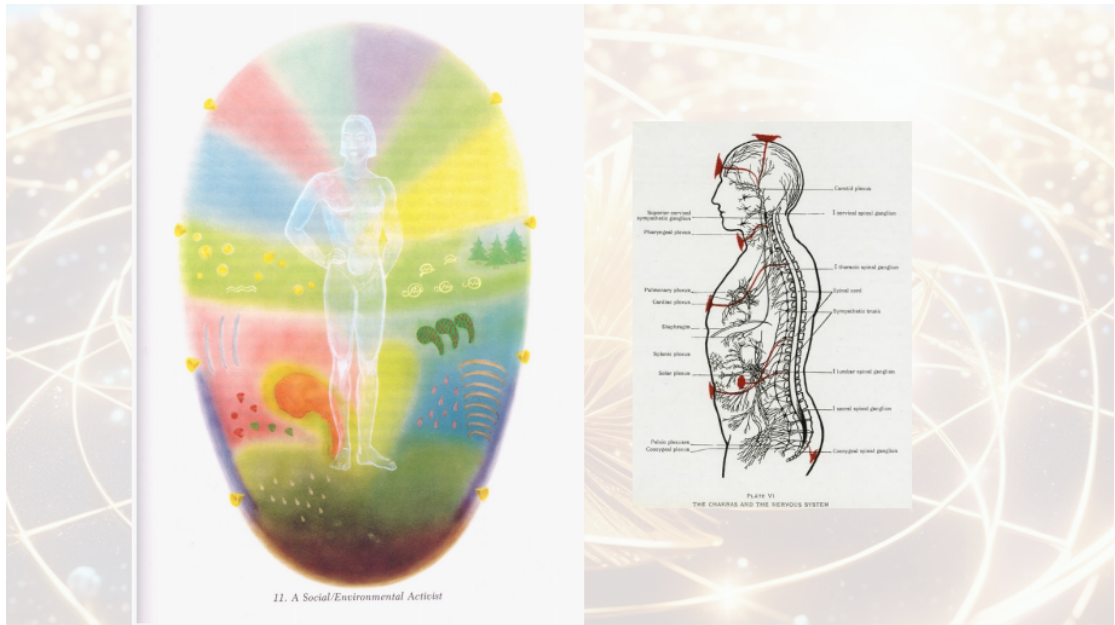
忙碌一天后，一觉醒来，神清气爽地进入新的活动阶段

它提供了一个与“内在之我”接触的机会

内在之我不是灵魂，是星光-思想体中我们没有意识到的较大部分。今天的人类只能意识到星光-思想体中很小的一部分。

内在之我很少与外在生活发生关系，因为物质之我太嘈杂、太无意识，使它无法表现自己、变得活跃并作用于表面物质意识。

现代心理学大多研究的是人的性格体，根据不同的学派，可能这部分叫做“潜意识”或者“无意识”。



在我们更深的星光和思想体中，不断有能量的相互作用，不断的活动，我们很多人能够感知到内在世界中的许多事物。但是我们的头脑太忙碌、太活跃，只有大脑保持安静时，我们才能在清醒时感知这些内在意识。这就是为什么我们经常睡眠中、在梦中，或冥想中，而不是在清醒意识中，才有直觉、预感或问题的解决方案。

左侧的图片是多拉·昆兹用灵视看到的一个人的灵光圈。大家看到，他的星光思想体是不停地翻腾活动的，内有一些积聚的东西，而且呈现不同的色彩。要想使内外意识进行交流，还需要以太体中的脉轮作为媒介，通过大脑和神经系统才能传递到外界。所以内外意识交流需要条件和媒介。



这两张图很好地显示了普通人的意识的表面性和局限性。我们的所谓的“清醒意识”只是冰山露出水面那部分的一个尖尖角，是一个有很多层次的圆的最外层圆周。我们认为自己起码知道在物质界发生了什么，而事实是，在物质界发生的很明显的事也被忽略。我们都看过那个黑猩猩的录像，现在我们看一个跟进版本。



有谁看到幕布变颜色了，黑队的人有人离队了？为什么我们没有意识到这些在眼皮底下发生的事情呢？因为专注找大猩猩了，意识被局限了，失去了意识的广度和敏感度。

起心动念但是无意识 = 积聚



如此看来，我们对自己知道多少，对这个世界知道多少呢？在我们内心世界里，那些隐约感到的，莫名其妙的情感或者思绪，它们为什么出现，是从哪里来的呢？为什么在葛印卡的止观 10 天静修中，虽然没有外界干扰，打坐时有人哭有人笑，那是因为积聚在心的东西在大脑平静时泛上来了。所有发生的意识活动，如果没有被意识到，都积聚在星光思想体中，迟早都会显现出来，这可能是梦，也可能是病，也可能是一些性格特征，或者是思维模式。换句话说，如果我们有完全的意识，那就没有积聚。所以说，全面感知，及时处理对身心健康极其有利。

## 自我测试：我们的意识有多强？

- 你是否发现自己经常被转瞬即逝的情绪或欲望所左右，却没有意识到它们对你的行动和决定有着更高层次的影响？
- 你是否曾经设定过目标或做出过承诺，但在执行过程中却感到束手无策，仿佛外力或内心的弱点阻碍了你去实现它？
- 你是否曾有过内心冲突的经历，自己的不同部分似乎朝着相反的方向拉扯着你，让你很难知道自己真正想要什么，或者自己真正是谁？
- 你有多少次静下心来观察自己内心产生的想法，你能追溯它们的起源或了解它们背后隐藏的动机吗？

那么，我们无意识的仓库里有多少东西呢？我们可以做一个自我测试，看看我们的意识有多强：

- 你是否发现自己经常被转瞬即逝的情绪或欲望所左右，却没有意识到它们对你的行动和决定有着更高层次的影响？
- 你是否曾经设定过目标或做出过承诺，但在执行过程中却感到束手无策，仿佛外力或内心的弱点阻碍了你去实现它？尤其是修行，我们的一些障碍和弱点隐蔽在内心深处，是一种模糊的倾向，我们有时进一步退一步，甚至退两步，正是因为这些隐秘的因素在发挥作用。
- 你是否曾有过内心冲突的经历，自己的不同部分似乎朝着相反的方向拉扯着你，让你很难知道自己真正想要什么，或者自己真正是谁？
- 你有多少次静下心来观察自己内心产生的想法，你能追溯它们的起源或了解它们背后隐藏的动机吗？

比如，你回家的路上，发现自己在想某件事，如果你问自己，我为什么要想这个？你或许发现最初是看到了一个人穿了什么衣服，然后你就浮想联翩，自己被脱缰的思想野马带到哪里也不知道。这是一种意识微弱的表现。

## 修行：发展内在或更高层次的意识

- 真正有意识的生活：意味着将意识带入生活的方方面面，包括睡眠。（正念）
- 睡眠不仅仅是休息，它还是内在成长的必须
- 梦境是自我发现的良机
- 睡眠是培养使我们独立于肉身的训练场，因为我们内在之我的某些部分需要在身体静止的情况下来醒来、自由行动和成长。
- 通过有意识地睡觉，内在之我就能把握自己的生命。

所谓的修行，就是发展内在和更高层次的意识。

- 真正有意识的生活是什么？它意味着将意识带入生活的方方面面，包括睡眠。这就是正念，知道当下发生了什么。

- 睡眠不仅仅是休息，它还是内在成长。只有在身体睡眠时，星光体才能得到发展。虽然它还没有达到完全独立活动的程度，但是起码它可以组织自己，意识到各种情况和状态，而大多数人在肉体有清醒意识时是做不到的。

- 梦境是自我发现的良机。当你梦到一个事件时，梦的内容本身可能是夸张的，没有意义的，但它们有时确实会释放某些压抑的情绪，有些可能会向我们展示在一天中的某些时刻是多么无意识。我们似乎在白天梦游，而在我们各种梦中，所有那些我们被我们忽略的印象，选择不接受，否认，压抑并刻意关闭的欲望、隐藏的动机或反应，这些在我们的睡眠时冒出来。

- 睡眠是培养使我们独立于肉身的训练场，因为我们内在之我的某些部分需要在身体静止的情况下来醒来、自由行动和成长。比如在星光界服务。

- 通过有意识地睡觉，内在之我就能把握自己的生命。如果你注意的话，会看到梦是会变的，因为内在之我在不断发展。

## 当身体沉睡时，我们为什么要有内在意识？

灵性生活的首要目标是真正完全地有意识（觉悟）：

- 避免陷入混乱、晦暗、无明的潜意识心智，从而使白天取得的部分进展付诸东流
- 避免受到星光世界的不利影响（例如，夜间生病、损伤生命力，堕落和退化等）。
- 获得愈疗性的、光明性的和恢复活力的休息



为什么有意识地睡觉那么重要？

灵性生活的首要目标是真正完全地有意识。如果时刻都有正念，在所有境界都有正念，这就是觉悟，没有想象的那么神秘。所以吃喝拉撒睡，一言一行一举一动，都要知道在干什么，不把睡眠排除在外。

- 有意识地睡觉会避免陷入混乱、晦暗、无明的潜意识心智，从而使白天取得的进步付诸东流。就象白天晾衣服，晚上不收进来，结果早上衣服是潮的。

- 避免受到星光世界的不利影响（例如，夜间生病、损伤生命力，堕落和退化等）。我们有些时候一觉醒来不舒服，头疼脑热，或者很累，很多情况不是受到物质影响而至，而是受到不良的星光界影响。

- 有意识的睡眠可以使我们获得愈疗性的、光明性的和恢复活力的休息。既然睡觉时受不利影响可以使我们生病，做混乱的梦，消耗我们的生命力，那么睡眠时受有利影响肯定让人健康，有精神，意识上升到和平的光明境界。

## 当身体沉睡时，我们为什么要有内在意识？

- 在内在世界服务（如不可见的帮手）
- 继续我们的灵性努力、学习和进步
- 获得灵感和启迪
- 逐步提升，实现自我



• 在内在世界服务（如不可见的帮手）。我们中的一些人因为职责召唤，必须进入一些较低的层面去做一些工作。

• 继续我们的灵性努力、学习和进步。在内在世界中服务的前提，是在星光界中有意识地行动、学习、接受训练。对这个话题感兴趣的人，可以读一下《不可见的帮手》。

• 获得灵感和启迪。前面说的那些在梦中得到灵感的科学和艺术家，就是这种情况。

• 逐步提升，实现自我。这是什么意思呢？随着我们越来越意识到一个更高的层面，下一个更高的层面会打开，然后我们变得越来越有意识，在更高级的层面上服务。



所以，学习有意识地睡觉是有意识生活过程中不可或缺的一部分，



完整的灵性生活是每天 24 小时的生活，是时时刻刻。在这其中，正式冥想很重要，它能使我们升华到可能达到的最高境界，但是，获得的心理甚至灵性体验在实际生活中可能站不住脚。内在所得必须外化，必须将那种更高的意识带入日常生活，在灵性自我的光芒下转化性格体。这实际上是最难的部分。在日常中，包括睡觉时，让我们时刻记住我们所知道的最崇高、最真实、最美好、最能激励我们的东西，并把它表达出来。不管是否在冥想，不管是醒是睡，无论在学会内外，持之以恒的积极净化和转化的过程，是真正灵性成长的考验。

这就像冥想之花，离不开日常根茎和枝叶的健康成长。冥想向我们展示走了多远，而日常向我们展示了冥想到底多有效，两者相辅相成，要性命双修，要学习，冥想，服务。



如果冥想可以达到最高意识，那么在睡眠中意识可能达到最低点。这同样重要。在睡眠中有时你会做一些你在清醒生活中永远不会做并且会感到羞耻的事情，比如性乱，杀人，欺骗等。你不能说，那只是一个梦。睡觉的你就是醒着的你，活着的你就是死后的你，你就是你。

我跟大家分享自己的经历。我曾在梦中经常和我妈妈吵架，甚至动手打架，这种状况持续了起码 20 年。这真是一个下限，我在现实生活中绝对不会打我妈。我知道这是一个长期积聚的大心结，用了大概 10 年时间有意识地改正自己，终于有一天我不再做这样的梦了。我陪伴妈妈度过她生命中最后那段时光，那是我们在一起最幸福的时光。是什么帮助了我？《在真师膝下》。这本薄薄的小书真的是现代人修行指南。我心怀无限感激！

再举一个例子：美国学会的李兰德在自己家的壁橱里发现了一个“鬼”，也就是抛掉了肉体的人，是个女的。问她为什么藏在壁橱里，那个人说：“我发现自己现在走路脚不着地，别人看到我这么怪，肯定会笑话我的。”这个人活着时很在意别人对自己的说法，并且不知道星光界与物质界不同，她死后并没有改变多少。

所以，我们醒着时必须要有拓展意识的习惯，睡觉时才可能有更高的意识；我们活着时要谨防思维僵化，死后才能充分利用更高境界的机会。把握白天，就是把握夜晚，把握现在，就是把握未来。灵性生活是全天候，跨生死的。



我们下面做一个能够使自己更加有意识，并且有持续意识的练习。怎样习惯性地拥有宽广的当下意识，走出狭隘的监狱意识。

监狱意识是当你的内心不停地躁动，充满各种担忧和焦虑，总在思考过去未来。你把自己困在某个思维模式，名相概念，个人利益中，不知道周围到底发生了什么。而宽广的当下意识发生在你完全放松的时候，你完全生活在当下并且时刻警觉。你有很多心理和情感上的空间，就好像你可以一览无余。

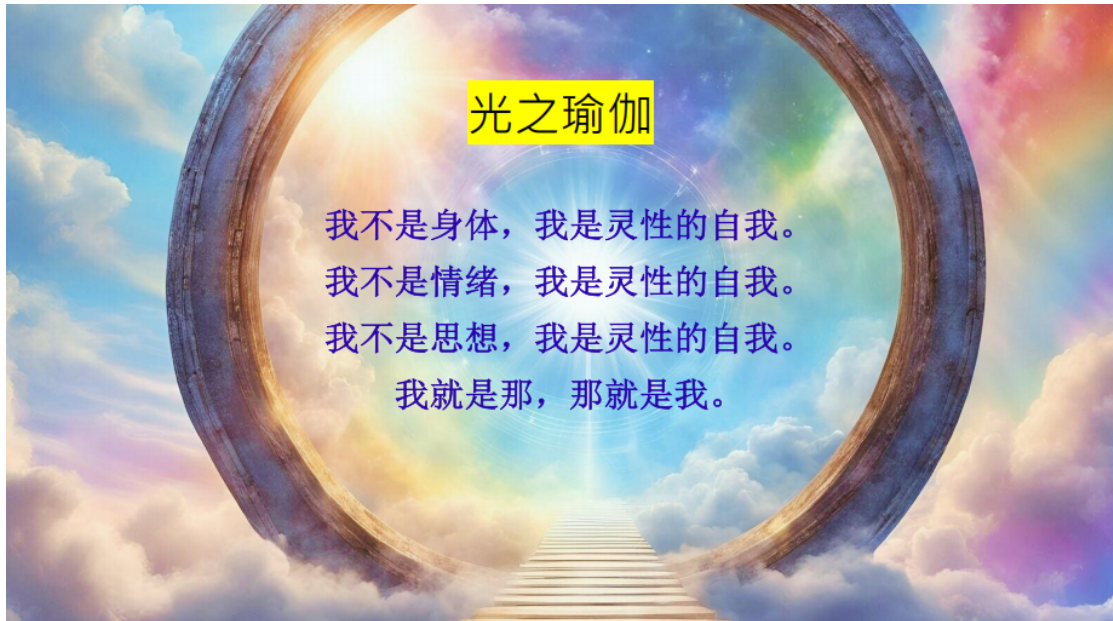
## 宽广的当下

1. 关注你的呼吸
2. 从头到脚放松身体
3. 沉浸在对整个身体的感知中，感受它的活力，以及完全存在于当下的感觉

宽广的当下这个冥想，看起来很简单，

1. 关注你的呼吸，
2. 从头到脚放松身体，
3. 沉浸在对整个身体的感知中，感受它的活力，以及完全存在于当下的宽广的感觉。

但是做起来并不简单。我们一起试一试。



什么是宽广的概念呢？

参加过证道服务社集体愈疗冥想的同修应该对郝德森的“光之瑜伽”有些熟悉。

我不是身体，我是灵性的自我。

我不是情绪，我是灵性的自我。

我不是思想，我是灵性的自我。

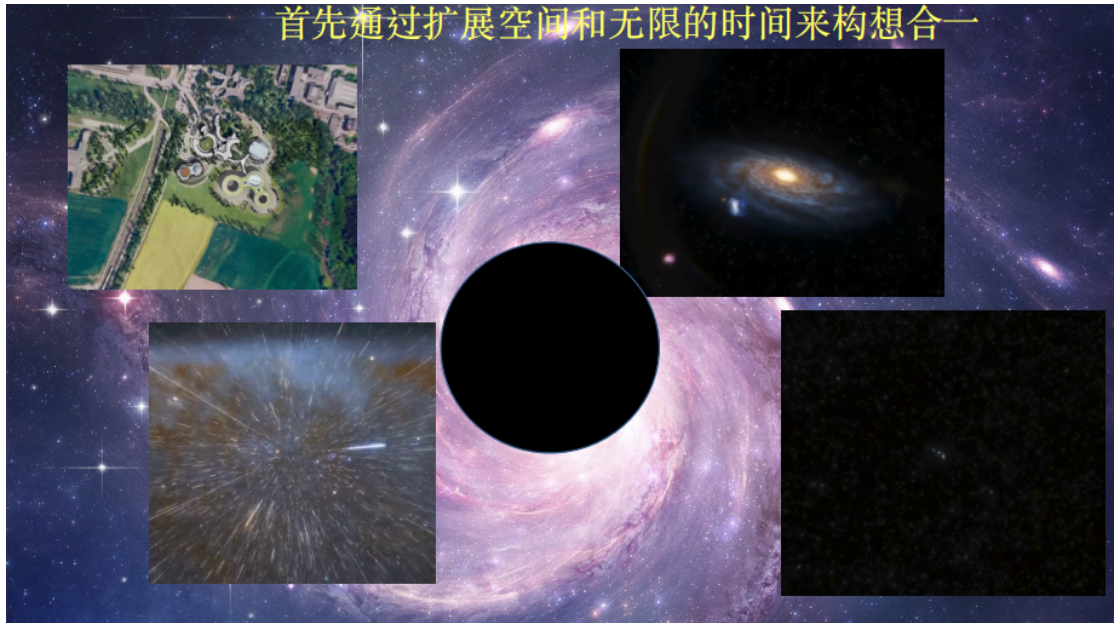
我就是那，那就是我。

“那”是什么？那种完全存在于当下的感觉是什么？那个支撑着一切感觉，思想，生命的东西是什么？只有打破监狱才知道。

首先通过扩展空间和无限的时间来构想合一



布拉瓦茨基夫人的冥想图第一句话是：首先通过扩展空间和无限的时间来构想合一。粉碎时空，粉碎一切概念。舍弃就是扩大。如果大家还不习惯扩大意识，但愿这个录像能够帮助大家。（具体请见“证道学世界”公众号的“心比天地宽”小视频。）



大家在这个录像里看到，最开始飞出地球时速度较慢，后面越来越快，到后来有一个跳跃，但是跳出来后，我们看到这只是无数星系中的一个而已，只是茫茫宇宙的一个小光点而已。我在录像的最后特地保留了几秒钟黑暗的寂静，是为了便利大家领悟那个无形和无声，能够承载三千大千世界的，比任何都宽广的“那个”。据说，它是可以被感知的，寂静的声音是可以被听到的。

## 放松的重要性

没有身体的完全放松，意识就无法完全摆脱大脑和身体的纠缠。因此，作为一种经常性的练习和艺术，每根神经和每块肌肉都应刻意完全放松，身体应舒适自如。

放松之于冥想，就如同拉链末端的拉头之于拉链的闭合。如果两个拉头啮合，拉链才会拉上。如果两个拉头不啮合，拉链就永远拉不上。同样，身体的放松对灵魂的飞翔也至关重要。

杰弗里-郝德森，《光之瑜伽》



要想意识宽广，身体必需放松。

郝德森在《光之瑜伽》一书中说，没有身体的完全放松，意识就无法完全摆脱大脑和身体的纠缠。因此，作为一种经常性的练习和艺术，每根神经和每块肌肉都应刻意完全放松，身体应舒适自如。

放松之于冥想，就如同拉链末端的拉头之于拉链的闭合。如果两个拉头啮合，拉链才会拉上。如果两个拉头不啮合，拉链就永远拉不上。同样，身体的放松对灵魂的飞翔也至关重要。这跟打太极很相似，四两拨千斤，不靠绷紧，靠放松。

## 如何~~不~~放松 | ~~错误地~~放松

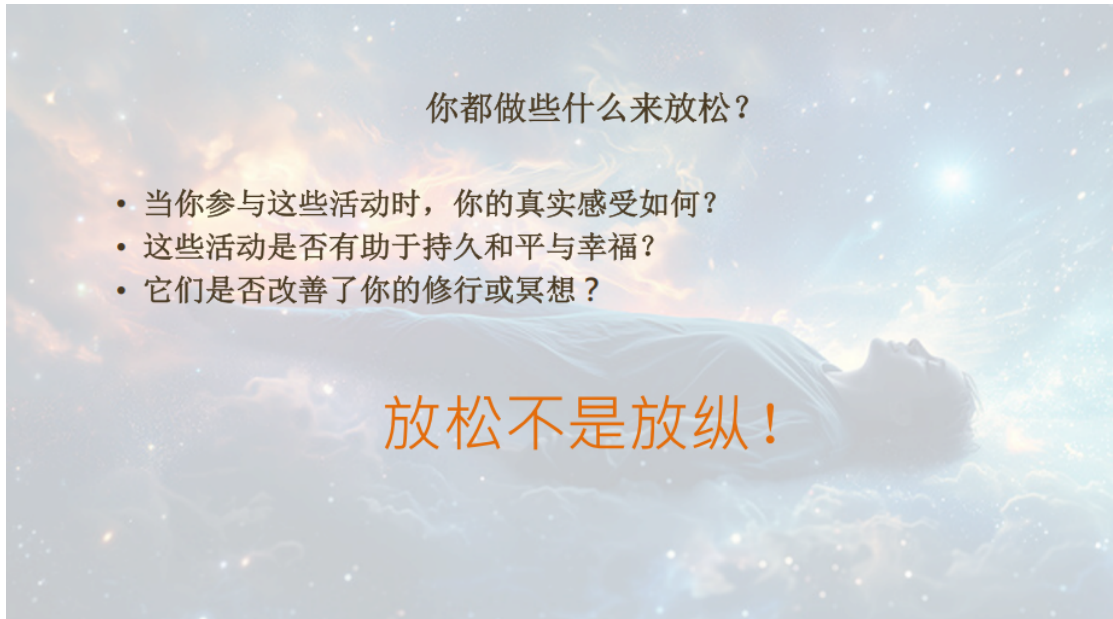
因 “需要 ” 放松而降到较低水平

- 一切刺激粗俗、下流或庸俗思想、情感、言语和行为的事物
- 增加疲劳感，导致昏昏欲睡
- 增加必须净化的潜意识负荷



那么，什么是放松呢？放松不仅在冥想中重要，在我们的日常生活中也同样重要。在繁忙的生活中我们承受着如此多的紧张，我们需要有意识地放松我们的身体和有意识地让自己回到宽广的当下。但是很多人采取的放松方式是错误的，其实是让自己不放松。他们把自己降低到一个更低的水平，最常见的就是胡吃海喝，低级娱乐，纵欲吸毒。

要知道，一切刺激粗俗、下流或庸俗的思想、情感、言语和行为的事物，不仅不是放松的方式，而且是增加疲劳感，导致昏昏欲睡的原因。有人工作很紧张，为了放松，打游戏，刷视频，聊废话，弄到深更半夜。人一劳累就迟钝，一迟钝防御能力就差，防御能力差就导致更多不良因素的入侵，所有这些，只是增加必须净化的潜意识负荷。这就好比因为你背着一袋子垃圾而劳累，还在往袋子里添加垃圾。最后搞清洁的还是你自己，双倍劳动，恶性循环。



所以当我们所谓的放松时，要问问自己：

- 当你参与这些活动时，你的真实感受如何？
- 这些活动是否有助于持久和平与幸福？
- 它们是否改善了你的修行或冥想？

放松不是放纵！



那么，任何时候，包括冥想和睡前，我们可以怎样有效地放松呢？有效的休息源于意识的提升。

- 首先，保持将意识向内转的习惯。与身体，情感，思想分离，用见证人的角色看待所有发生在外界和低级载体的事物。这不是麻木不仁，而是一种洞见式的脱离。
- 接触一切能促进内心平静、光明或和谐的事物，比如加入一个修行团体，或者到大自然中去。
- 让自己接触到存在的根本原因，把这作为你的灵性追求。

好，我们现在就来试一下。



“宽广的当下”这个冥想在正常情况下大概 15-20 分钟左右。如果这个概念太抽象，大家可以用“长空不碍白云飞”这句话来帮助自己，让自己的意识象天空一样。

冥想：宽广的当下（15-20 分钟左右）

### 准备

请找一个舒适的姿势坐着。确保颈部和头部的竖直，肩部放松。如果肩部太紧张，可以将肩部向上提，然后放下，做任何需要的轻微调整。

舒适地坐在座位上，双手放在大腿上，掌心朝上或朝下都可。可以闭上眼睛，但当你感到困倦时，可以睁开眼睛，低垂眼睑，目光略微向下。（稍停一会）

### 呼吸

首先我们做三次深呼吸。用鼻子深吸气，充满肺部，扩张胸部和腹部，然后用嘴呼气。深沉和盈满地吸气，然后缓慢地呼气，让身体放松。（稍停一会）

现在，让我们自然呼吸，继续放松。开始意识到自己身体的坐感，感受臀部与椅面的接触，感觉手在大腿上的重量，感觉身体与座位和地面的接触点。我们只需

静静地坐着，感受和观察，呼吸开始渐渐缓慢下来。（稍停一会）

将你的意识停留在呼吸上，舒缓均匀地吸气，呼气。如果你觉得对你的专注有帮助的话，可以找一下呼吸过程中最明显的地方。这可能是空气从鼻孔进出的感觉，也可能是胸部或腹部的起伏。（稍停一会）

### 身体扫描

现在，放松从头到脚的每一根神经和每一块肌肉。

将注意力集中到头顶。当你吸气时，意识到头顶可能存在的紧张。当你呼气时，让紧张自行消散。在自然呼吸的过程中，让平静的感觉进入身体。（稍停一会）

将注意力移向前额，向下到眉毛、眉间、头的两侧和太阳穴、眼睛和眼睛周围的所有肌肉、脸颊、鼻子、嘴巴，舌头，让所有部位放松。放松下颌和颈部，尤其是后颈，可以将下巴微微下收，感受后颈的拉长和放松。（稍停一会）

将注意力向下移到肩部，做几次呼吸，让肩部的紧张化解，向下流入大地。当你吸气时，觉察到肩部的紧张，当你呼气时，让紧张向下流动并消失。如果有强烈的紧张感，可以先绷紧肌肉，然后再放松。（稍停一会）

现在扫描手臂的上部、肱二头肌、肘部、前臂、手腕、手掌，一直放松到手指，花点时间从内向外感受整个手臂，注意到任何轻微的麻刺感。（稍停一会）

将注意力拉回到胸部和背部上方，渐渐移向腹部和背的中部，进而向下移到下腹部和背部下方，让整个躯干充满宁静感。让任何紧张消融。（稍停一会）

现在，将你的意识向下延伸至臀部、大腿、大腿的内侧，外侧，后侧、膝盖、胫骨、小腿、脚踝、脚跟、足弓，一直延伸到脚趾。（稍停一会）

将你的意识引向整个身体，感受此刻身体的感觉。身体的感觉没有对错之分；只需让身体保持它自己的状态，就在此时此地，感受身体内部的宽广。（稍停一会）

### 观察思想

现在，感受身体轮廓渐渐模糊，并与周围的环境相融。觉察自己之内和之外的意识空间，思想和情感在这个空间里产生和消失。（稍停一会）

你只需全神贯注地观察自己的想法，不做评判，不做辩解。让自己对头脑中的杂念失去兴趣，只观察它们的升起和消失。如果注意力分散了，将注意力拉回到呼

吸上。(稍停一会)

让思绪来来去去，就像云在长空中飘荡一样。感受觉知的空间，就像这广阔的晴空，长空不碍白云飞，让自己融入这个存在的空间。(稍停一会)

### 结束

感受这种宽广的空间感和宁静，慢慢将意识带回身体。注意任何感觉和声音。

当我们处于当下时，一切感觉都会更加明显，我们会更清楚地意识到周围发生的一切，活着的感觉比以往任何时候都要强烈。我们看到的是事物的本来面目，而不是通过以前的想法、感觉和经历的滤镜去看世界。

当我们完全沉浸在当下时，我们会感到与自己周围的世界和平相处。

愿众生平安。

冥想到此结束。

## 有意识地睡觉 - 1. 准备良好的入睡条件

放下一天的想法、感受和所有印象

1. 全身放松
2. 平静情绪和心灵，不对出现的情绪和思想进行判断或辩解
3. 在静止中积极、警觉、向往最高境界（静止中的意念和愿望）；而不是被动地静止，向所有振动（无论好坏）敞开心灵

好，现在我分享一些可以将我们引向有意识的睡觉的一些步骤，程序和技巧：

首先，准备良好的入睡条件

放下一天的想法、感受和所有印象

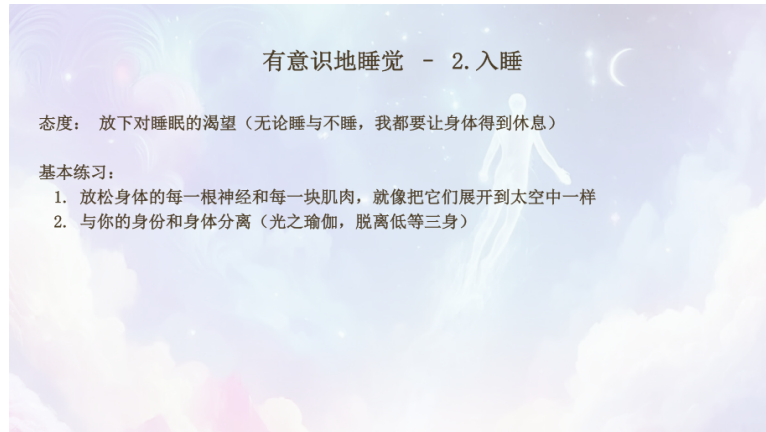
1. 全身放松
2. 平静情绪和心灵，不对出现的情绪和思想进行判断或辩解
3. 在静止中积极、警觉、向往最高境界（静止中的意念和愿望）；而不是被动地静止，向所有振动（无论好坏）敞开心灵。这一点特别重要。



在清醒时经常有这种被动静止习惯的人，晚上做各种荒诞怪异的梦是不足为奇的。为什么呢？利比德提醒我们：

“突然停下脚步...看看你在想什么，为什么。试着追溯思想的源头，你可能会惊讶地发现，在过去的五分钟里，有多少杂乱无章的想法在你的大脑中游荡，这些想法一会儿出现，一会儿又消失，几乎没有留下任何印象。你会逐渐意识到，其实这些根本就不是你的思想，而只是别人思想的碎片”。

我们在物质界从来不会不锁门，让陌生人随便进屋乱翻，但是我们对自己的内部境界就是这么疏忽。我们不仅让漂浮的思想碎片进入到我们的心灵，而且通过无选择的使用媒体，邀请这些没用，甚至有害的碎片进入意识，在睡眠时杂乱无章地泛上来。所以，我们要做到不收垃圾，还有不捡垃圾。话又说回原处，修行是 24 小时的事。晚上想做到的事，白天就要做到。晚上不想发生的事，白天就不让它发生。



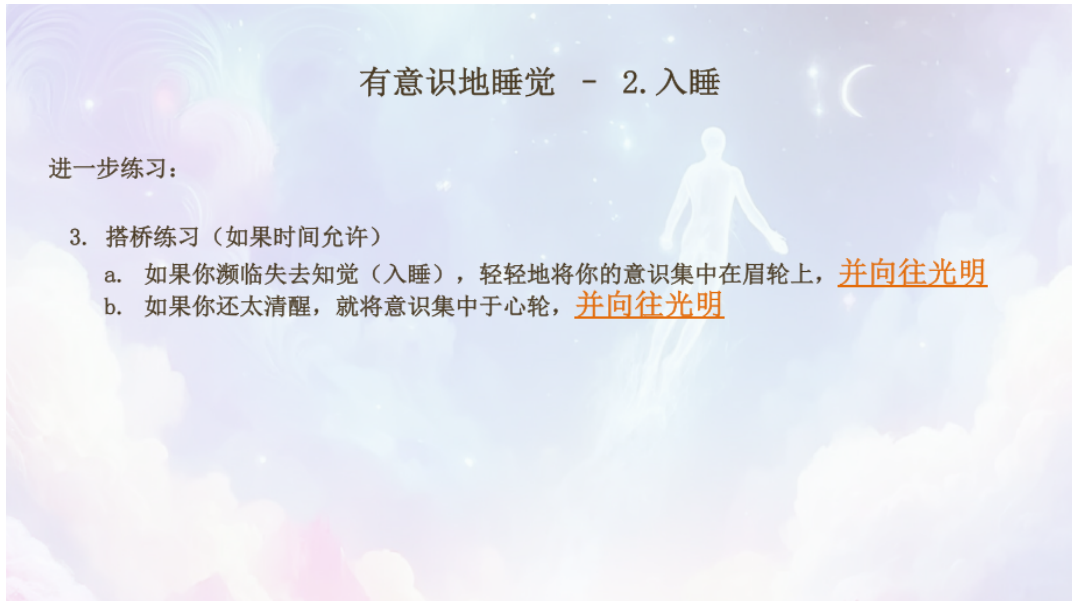
所以，我们在白天就开始准备，在入睡前特别准备好了有利睡眠的条件后，下一步自然就是入睡。大部分人不知道自己什么时候入睡，好像进入了一种昏迷状态。

下面这些技巧，有利于我们有意识地进入睡眠。首先，最重要的态度是放下对睡眠的渴望，因为有时候我们越是想睡，越是睡不着。所以，睡不睡得着不是我们的关注点，重要的是身体和大脑得到休息。只要你以正确的方式休息，有时不用完全睡着也可以恢复活力，当然能睡着更好。我这里想说的是，不要因为睡不着而紧张。

1. 放松身体的每一根神经和每一块肌肉，就像把它们展开到太空中一样。身体象化掉了一样，融入光之海洋，或者融入无边的，和平的静寂，或者是融入一个充满活力和愈疗能量的世界，总之，用你的创造性想象力进入到一个不障碍你入睡的更高世界。

2. 与你的身份和身体分离，用光之瑜伽，脱离低等载体的意识。抛弃你对自己和世界的定义。有人可能问，那我学的那些证道学或者其他一些真理的知识，忘了怎么办？不用发愁，真理就在你心中，你超越的都是形式。越是超越，真理越能在物质大脑中映现。所有真正的知识，都是为了帮助你进入到更高的意识，而不是让你执着这些知识本身。

睡前的一念，或者是睡前意识的一个行进方向，在肉体入睡后会继续，所以，不管你记不记得，一般来说，你入睡后是继续向这个理想的境地走的。以上两个方式应该已经足够把我们引向一个有意识的睡眠。



在这个基础上，下面这个练习是更进一步。如果你有时间，第二天不赶着早起，可以试一下。如果不想以一种空白的，昏迷的方式跨到非物质境界，是可以在物质和非物质界之间搭的一个桥的。这个桥要在即将入睡时搭，这个时刻是一个从物质跨入星光界的跨界点：

1) 如果你一般来说入睡很快，在你濒临失去知觉时，轻轻地将你的意识集中在眉轮上，并向往光明。

2) 如果你入睡需要一段时间，或者发现没有失去知觉，还是太清醒，就将意识集中在心轮上，并向往光明。

我在向往光明下面加了线，就是请大家有意识地引导自己到一个更高境界，给自己一个指引，而不是单单把意识集中在眉轮和心轮上，否则，习惯性的思维会把我们带入潜意识境界，而不是更高的境界。



总之，以上的练习都是为了引导大家有意识的睡眠，而不是随机的，无意识的，昏迷式的，被自己奔腾的胡思乱想带入不知什么境界。这是在培养一个新的习惯，走一条我们在过去生生世世中不熟悉的一条道路。

“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……” - 利比德 《梦》

要成为一名瑜伽士，  
你必须时刻警醒。

安妮-贝森特



最后，当我们做到了有意识地睡觉时，会发生什么呢？

利比德 在《梦》一书中写道：“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……” -

安妮贝森特说：“要成为一名瑜伽士，你必须时刻警醒”。

当人类达到最高的觉悟境界时，我们说，这个人成佛了。佛就是觉者的意思，不是说他的身体不休息，而是指他的意识在各个境界都持续，真实，清醒。

总有一天，我们也会做到！



新加坡证道学学会  
公众号：证道学世界



中文网站：<https://chinesetheosophy.net/>

英文资料网站：Theosophy World

<https://www.theosophy.world>

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，  
请微信至：SLTS1875

或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)

如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”  
一栏里直接在网上填表申请

## 新加坡证道学学会2025年系列讲座3



### 卫塞节与阿萨拉节

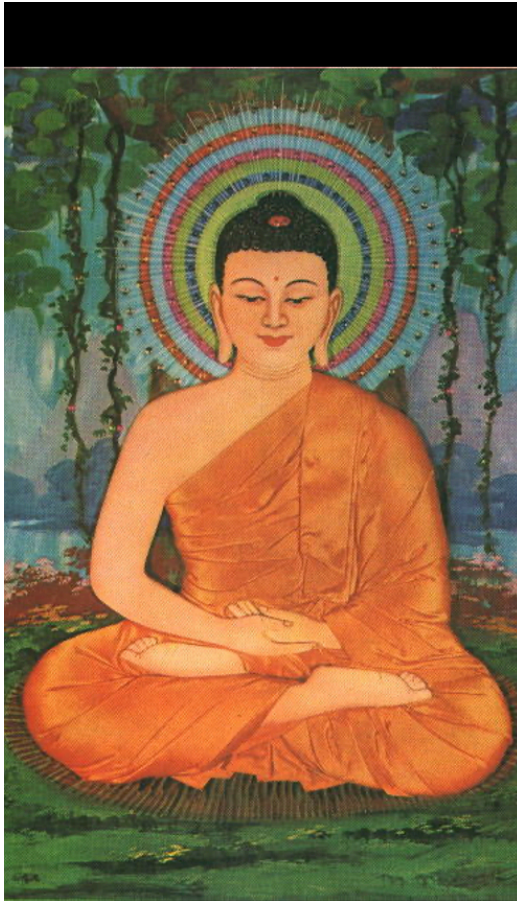
2025年5月11日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界”公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频以及视频资源”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看



**Namo Tassa Bhagavato  
Arahato  
Sammâ-Sambuddhassa**

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉者  
(三称)

礼敬世尊，阿罗汉，正等正觉者。（三称）

大家好，我们作为证道学的学生，来自不同的宗教传统或者哲学体系，或者没有宗教信仰或体系。将我们联系在一起的，是对真理的追求。自古以来，有很多对真理领悟和实践更透彻的人，一直在帮助和引领人类。我们对他们表示敬意。



**Sabbadānaṃ Dhammadānaṃ  
jināti,**

**Sabbaṃ rasaṃ Dhammaraso  
jināti,**

**Sabbaṃ ratiṃ  
Dhammaratiṃ jināti,**

**Taṇhakkhayo sabbadukkhāṃ  
jināti.**

法施胜众施，  
法味胜众味，  
法喜胜众乐，  
爱尽灭众苦。

——《法句经》354

在《法句经》里有这样一句话：法施胜众施，法味胜众味，法喜胜众乐，爱尽灭众苦。这里的法，就是真理的意思。

这四句话可以从某种角度理解为：传播真理是一切布施中最殊胜的。真理是人生中最美好，最宝贵，最实用的。断除爱欲者征服一切苦。

**satyān nāsti paro dharma**  
**无高于真理之宗教**



这就是为什么，自人类出现以来，就有不同的宗教传统试图去表达真理，但是，无论怎样表达，我们一定要记住，表达的形式不可能高于真理本身。在证道学学会的会徽上，自 1875 年以来，就写着：无高于真理之宗教。

## 《卡拉玛经》

“不要因为听了就相信；  
不要因为传统就相信；  
不要因为颂扬就相信；  
不要因为经典就相信；  
不要因为权威就相信；  
亲自观察，仔细分析，  
如果理顺意通，利人利己，  
那么就接受它，并且实践它”

由于我们今天将要探讨的是难以验证的深奥话题，我们最好记住《卡拉玛经》中的话：

“不要因为听了就相信；  
不要因为传统就相信；  
不要因为颂扬就相信；  
不要因为经典就相信；  
不要因为权威就相信；  
亲自观察，仔细分析，  
如果理顺意通，利人利己，  
那么就接受它，并且实践它”

这个教导对任何宗教和理论都适用。与此同时，我也想提醒大家，不要因为我本人水平差或者某人犯了一个错误就把整个证道学抛在一边，还是要“亲自观察，仔细分析，如果理顺意通，利人利己，那么就接受它，并且实践它。”

# 秘义佛教

- \* 人生的目的
- \* 达到完美
- \* 世界的内部政府
- \* 世界导师
- \* 佛陀过去的化身
- \* 乔达摩佛
- \* 卫塞节祝福

我们今天讨论的主题可以被称为“秘义佛教”，说的是佛教的一个方面，普通佛教徒对此一般知之不多。

简而言之，涉及的是以下内容。对某些主题我不做具体的讲解，有兴趣的朋友可以参照我们的讲座和书籍。这些主题是：

\*人生的目的

\*人通过一个什么过程达到完美，我们也可以用明心见性来表达“完美”这个意思

\*世界的内部政府

\*世界导师

\*佛陀过去的化身

\*乔达摩佛，也就是释迦牟尼佛的最后一次人世生命

\*卫塞节祝福

# 人生的目的

生命体现在所有物质中，  
从最小的原子到最强大的  
星球。

生命的目的是进化，从初  
级到最复杂。

对人类来说，进化是为了  
达到完美，成为一个完美  
的生灵。



从证道学的角度：

\*生命体现在所有物质中，从最小的原子到最强大的星球，宇宙中充满生命，没有死的物质。

\*从初级到最复杂的生命，无论生命以什么形式显现，生命的目的只有一个，那就是进化。

\*对人类来说，进化是为了达到完美，成为一个完美的生灵。

# 达到完美

第九次入道 - 世界之主

第八次入道 - 佛，缘觉佛

第七次入道 - 摩奴，菩萨，大法王

第六次入道 - 法王

第五次入道 - 无学阿罗汉 - 完美的人/圣人

第四次入道 - 阿罗汉

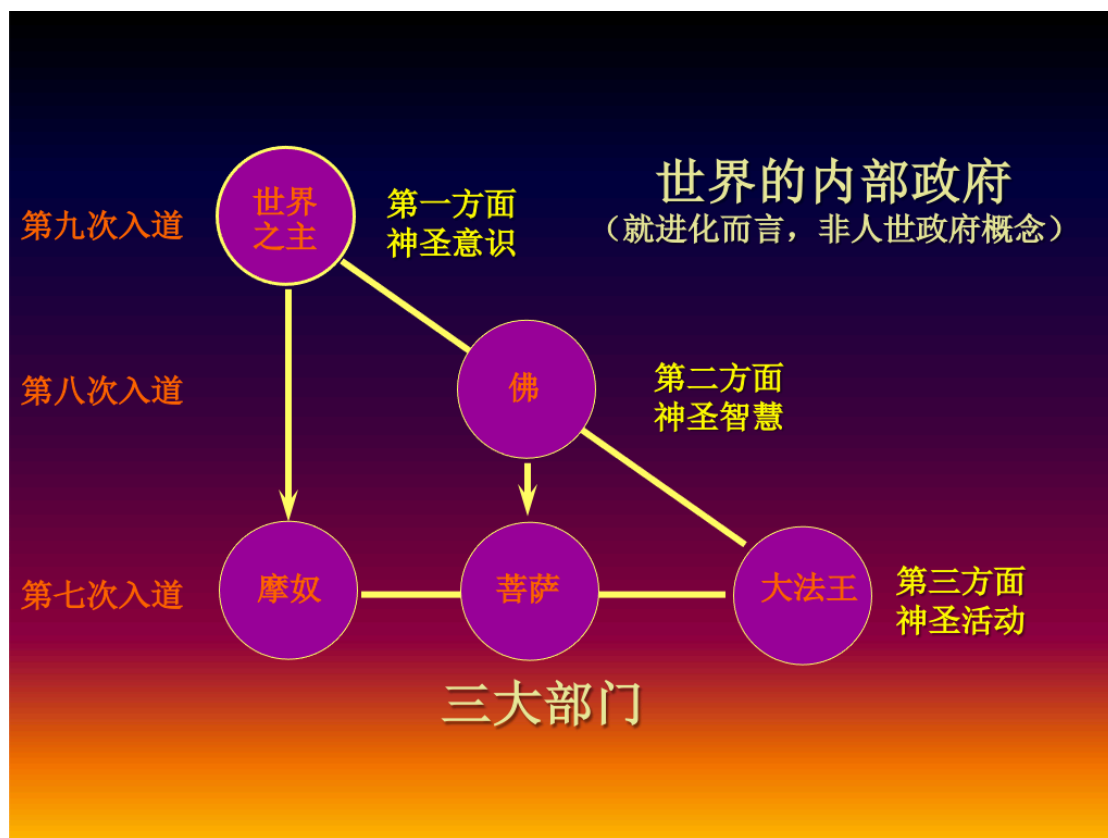
第三次入道 - 阿那含 - 无还

第二次入道 - 斯陀含 - 一往来者

第一次入道 - 须陀洹 - 入流者

凡人

那么，人类进化达到完美的过程是什么呢？这是证道学给出的不同阶段，它们代表着，人的意识可以越来越宽广，越来越高尚，越来越深入到宇宙的实相之中。这是个破一品无明，证一分法身的过程。



接下来的一个概念是世界内部政府，它不是一个人类政府的概念，而是展示了各种意识类型的关系。

第一个部门是统治部门—法律部门—制定世界进化的细节，指导外部进化，改变地球的面貌，建立和摧毁大陆，控制国家的命运，塑造人类根族的类型和发展路线。第一部门的生灵通过意志力行事。（意志力的低级形式是欲望，当人为了自私的原因使用意志力时，就把神圣意志变成了欲望）。

第二个部门是教学部门—宗教和教育部门。这个是天人师的部门，世界上各种宗教都是由世界导师亲自或者派出的弟子创立的，目的是帮助灵性发展。

第三个部门是指导和行动部门，开展除了统治和教学以外的所有活动，指导人们的思想，使不同形式的文化和文明得到相应的展开。

# 三大部门

① 摩奴 (Manu) 的部门，统治部门，制定世界进化的细节

① 菩萨 (Bodhisattva) 的部门，世界导师，教学部门，帮助灵性发展

① 大法王 (Mahachohan) 的部门，指导部门，指导人们的思想，使不同形式的文化和文明得到相应的展开

而我们今天的话题“卫塞节与阿萨拉节”，是跟菩萨，也就是世界导师，是跟祂负责的部门有关的活动。大家注意，这里所有的称谓，都是统称，就像总统，教育部长之类的，因为不同时期有不同的生灵在这些职位上工作。比如，现在的佛是以前的菩萨。现在的菩萨，将成为以后的佛。

## 佛的过去化身 1

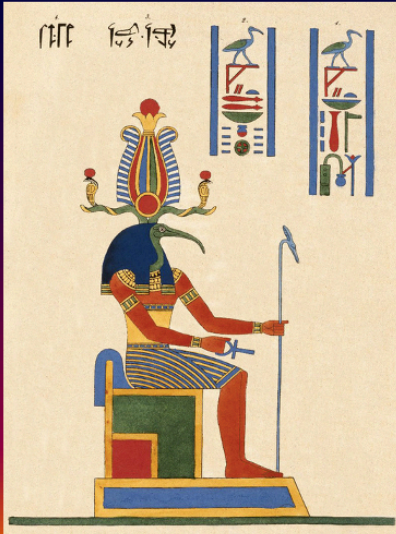
- \* 在中亚，大约在公元前60000年，在第一次根族时，是广博仙人
- \* 以《吠陀经》和《往世书》（Vedas and Puranas）赐予永恒之法（Sanatana Dharma, 永恒的宗教, 智慧的宗教）
- \* 通过太阳的形象和符号传授唯一的真理



释迦牟尼佛，或者乔达摩佛以人的形式进行了漫长的进化。我们看一下他的几个化身：

- \* 在中亚，大约在公元前 60000 年，在人类第一次根族时，是广博仙人。
- \* 以《吠陀经》和《往世书》（Vedas and Puranas）赐予永恒之法（Sanatana Dharma, 永恒的宗教, 智慧的宗教）。
- \* 通过太阳的形象和符号传授唯一的真理。

## 佛的过去化身 2



- \* 在第二次根族时，在古埃及和阿拉伯地区，大约在公元前40000年，以托特（Tehuti或Thoth）的名字出现，后来在希腊被称为赫耳墨斯（Hermes）
- \* 以光为符号来传递真理的信息



\* 在第二次根族时，在古埃及和阿拉伯地区，大约在公元前 40000 年，以托特（Tehuti 或 Thoth）的名字出现，后来在希腊被称为赫耳墨斯（Hermes）。

\* 以光为符号来传递真理的信息。

## 佛的过去化身 3

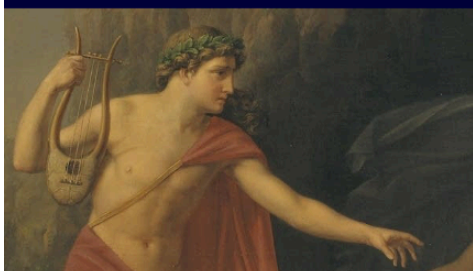
- \* 在第三次根族时，在波斯，大约在公元前29,700年，以**查拉图斯特拉**（Zarathushtra）出现，或被称为**琐罗亚斯德**（Zoroaster），是29位琐罗亚斯德中的第一位和最伟大的一位。
- \* 以火代表唯一真理



\* 在第三次根族时，在波斯，大约在公元前 29,700 年，以查拉图斯特拉（Zarathushtra）出现，或被称为琐罗亚斯德（Zoroaster），是 29 位琐罗亚斯德中的第一位和最伟大的一位。

\* 以火代表唯一真理，创立了祆教（Xiānjiào），又叫拜火教。

## 佛的过去化身 4



- \* 在第四次根族时，在希腊，大约在公元前7000年，以吟游诗人**奥菲斯（Orpheus）**出现
- \* 他用音乐说话
- \* 通过声音与和谐的奥秘，他教导人展开灵性

\* 在第四次根族时，在希腊，大约在公元前7000年，以吟游诗人奥菲斯（Orpheus）出现。

\* 他用音乐说话。

\* 通过声音与和谐的奥秘，他教导人展开灵性。

## 释迦牟尼佛

- \* 生于公元前643/623年\*，以悉达多王子降生
- \* 公元前588年成佛
- \* 公元前543年离开肉体
- \* 教化世界45年
- \* 为人类创造了巨大的磁力和福报
- \* 在他在世时，他的众多弟子成就了阿罗汉果位
- \* 他是所有圣人之师，奥义学体系的改革者和编纂者（真师书信，No. 18）

最后一次人世生命是在印度，是我们最熟悉的，生于公元前 643/623 年\*（公元前 643 是秘教的佛出生年代，公元前 623 是显教的佛出生年代）。他以悉达多王子降生。

- \* 公元前 588 年成佛。
- \* 公元前 543 年离开肉体。
- \* 教化世界 45 年。
- \* 为人类创造了巨大的磁力和福报。
- \* 在祂在世时，祂的众多弟子成就了阿罗汉果位。
- \* 祂是所有圣人之师，奥义学体系的改革者和编纂者（真师书信，No. 18）

## 世界导师 (The World Teacher)

- \* 由菩萨担任，祂会成为下一根族的佛
- \* 目前的世界导师和菩萨是弥勒菩萨 (Maitreya, 慈氏)
- \* 派遣先进的生命，包括祂自己，创立和促进各种宗教

\* 世界导师由菩萨担任，祂会成为下一根族的佛。

\* 目前的世界导师和菩萨是弥勒菩萨。中文的意思是“慈氏”，大慈大悲的人。

\* 祂派遣先进的生命，包括祂自己，创立和促进各种宗教。



# 世界上所有主要的宗教都是 由菩萨本人或祂派来的弟子创立的

世界上所有的主要宗教都是由菩萨本人或菩萨派来的弟子创立的。如果世界上的人真正懂得了证道学，就不会发生宗教战争。

## 世界导师弥勒菩萨的过去化身

- \* 摩诃婆罗多 (Mahabharata) 中的克里希纳 (Shri Krishna)，约公元前3000年 (被菩萨借体)
- \* 作为儿童克里希纳 -- 大约公元前500年出生
- \* 作为基督，在巴勒斯坦借用了耶稣真师的身体
- \* 他在西藏借用了着宗喀巴 (1357-1419) 的身体
- \* 他的教学的伟大中心特征始终是“爱”，因为他将是第五根族的慈悲之佛

弥勒菩萨也曾有过许多重要的化身或者借用弟子身体工作：

\* 他是摩诃婆罗多 (Mahabharata) 中的克里希纳 (Shri Krishna)，约公元前 3000 年 (被菩萨借体)。这是一个历史人物。

\* 作为儿童克里希纳 -- 大约公元前 500 年出生。是弥勒菩萨亲自化身，建立了印度宗教的虔诚方面，展示了可能是世界上最热诚的完全奉献的例子。

\* 作为基督，他在巴勒斯坦借用了耶稣真师的身体，传教三年。

\* 他在西藏借用了宗喀巴的身体。

\* 他的教学的伟大中心特征始终是“爱”，因为他将是第五根族的慈悲之佛。

(P. Pavri 《证道学解释问答》 Theosophy Explained in Questions and Answers)

## 弥勒菩萨的行动

- \* 利用佛陀时代世界上巨大的灵性力量的涌现，向世界上许多不同的地方派遣了伟大的教师，包括毕达哥拉斯、老子和孔子
- \* 老子和孔子都在佛最后一次在人世化身期间获得阿罗汉果位



\* 弥勒菩萨除了自己行动以外，还利用佛陀时代世界上巨大的灵性力量的涌现，向世界上许多不同的地方派遣了伟大的教师，包括毕达哥拉斯、老子和孔子。

\* 老子和孔子在佛最后一次在人世化身期间获得阿罗汉果位。

东方这片土地是亿万生灵进化的舞台，儒释道引领中华民族的精神进化。

## 阿萨拉节 (Asala)

- \* 每年在阿萨拉月的满月日（通常是七月），在弥勒菩萨的家中（星光界）圣人会的成员会正式聚会，举行阿萨拉节
- \* 这是纪念佛首次说法的周年纪念日。会诵读相同的经文《佛说转法轮经》
- \* 由弥勒菩萨主持仪式，并再次向聚集在一起的圣人说同样的法
- \* 如同最初的布道，五旬节的奇迹重演（每个人以自己的语言听懂）

我们先来看一个在弥勒菩萨家中的活动，也就是阿萨拉节。

\* 每年在阿萨拉月的满月日（通常是七月），在弥勒菩萨的家中（备注一下，这里是星光界，没有物质界的访客），圣人会的成员会正式聚会，举行阿萨拉节。

\* 这是纪念佛首次说法的周年纪念日。会诵读相同的经文《佛说转法轮经》

\* 由弥勒菩萨主持仪式，并再次向聚集在一起的圣人说同样的法

\* 如同最初的布道，五旬节的奇迹重演（每个人以自己的语言听懂）

# 四圣谛

**苦：**对单一体来说（真正的人，Monad），  
宇宙凡有形有情万物都是局限

**集：**限制由于欲望产生

**灭：**限制可以通过将意识专注在高级境界来消除

**道：**消除限制的方法是遵循自然法则和宇宙世间真理

那么，佛第一次对五比丘说法说的什么内容呢？那就是《四圣谛》和《八正道》。用现代语言概括地说，四圣谛是：

- \* 苦：在证道学中，真正的人是一个单一体，它不仅超越了低等三身，也超越了高等三身（也就是平常说的灵魂），它是一个神圣火焰的火花。对单一体来说（真正的人，Monad），宇宙凡有形有情万物都是局限。
- \* 集：限制由于欲望产生
- \* 灭：限制可以通过将意识专注在高级境界来消除
- \* 道：消除限制的方法是遵循自然法则和宇宙世间真理，这就是八正道

# 八正道

1. 正见
2. 正思维
3. 正语
4. 正行
5. 正业
6. 正精进
7. 正念
8. 正定

新加坡证道学学会



证道学入门  
7. 修行与实践

八正道是：

1. 正见
2. 正思维
3. 正语
4. 正行
5. 正业
6. 正精进
7. 正念
8. 正定

如果大家对这些内容感兴趣的话，可以参照“证道学入门第七讲 - 修行与实践”。

## 释迦牟尼佛的特殊行为

- \* 通常情况下，当菩萨度过他最后的人世生命并成佛时，会将他的外部工作完全移交给他的继承人，即现任的菩萨，并致力于他在更高层面上为人类的劳动。
- \* 为了现今人类和所有众生的利益，释迦牟尼佛承诺每年在卫塞节返回世界一次，并向世界洒下大量的祝福。

下面我们看一下卫塞节。在外在世界，这是一个联合国宣布的，普天同庆的倡导慈悲与和平的节日。在内在世界发生了什么呢？

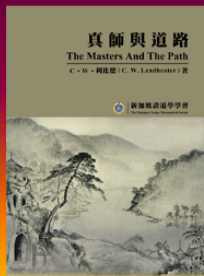
\* “通常情况下，当菩萨度过他最后的人世生命并成佛时，会将他的外部工作完全移交给他的继承人，即现任的菩萨，并致力于他在更高层面上为人类的劳动。

\* 为了现今人类和所有众生的利益，释迦牟尼佛承诺每年在卫塞节返回世界一次，并向世界洒下大量的祝福。”

所以这是佛为人类做的一个非常特殊的行为，或许因为他是从人进化出来的第一尊佛的缘故吧。

## 对卫塞节的描述

- \* 最早由一位著名的证道学学会的成员C. W. 利比德在1925年首次出版的《真师与道路》一书中描述。
- \* 1949年5月30日，另一位著名的证道学学会成员杰弗里·郝德森也在星光界参加了卫塞节，他在他的奥义日记《圣殿之光》中证实说，仪式与利比德所描述的完全一致。



《真师与道路》



《圣殿之光》

关于这个奥义卫塞节，在证道学学会中，

\* 最早由一位著名的证道学学会的会员 C. W. 利比德在 1925 年首次出版的《真师与道路》一书中对它进行描述。

\* 1949 年 5 月 30 日，另一位著名的证道学学会会员杰弗里·郝德森也在星光界参加了卫塞节，他在他的奥义日记《圣殿之光》中证实说，仪式与利比德所描述的完全一致。他们两人都是用星光体出席这个法会的。

## 卫塞节 (Vesak) 的祝福

- \* 每年一次，在卫塞月的满月时刻（通常是五月），佛在一群普通的朝圣者面前显示自己
- \* 仪式由弥勒菩萨主持
- \* 在这个场合，佛向世界洒下祝福的洪流

我们来看一下《真师与道路》一书中的描述：

为这一美妙的祝福倾注所选择的场合是印度卫赛月的满月日，这是佛最后的尘世生活中所有重大事件的纪念日：他的出生、成佛和离世。

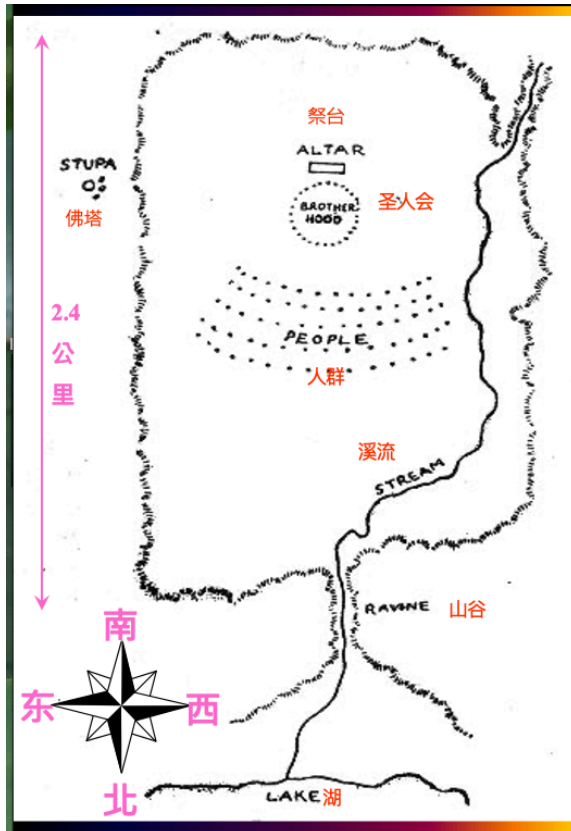
\* 与佛在这个节日访问人世相关的，除了其巨大的奥义意义外，还在物质世界举行的一个外在的仪式中，佛会在一群普通朝圣者面前展示自己。

\* 仪式由弥勒菩萨主持。

\* 在这个场合，佛向世界洒下祝福的洪流。

\* 除了世界之主和他的三个弟子，圣白会的所有成员通常都会参加这个仪式；

我们认真的证道学成员没有理由不通过星光体出席这个仪式。那些被告知这个秘密的人通常会努力安排，以便在满月前一小时左右让他们的肉体进入睡眠状态，并在满月后一小时内不被打扰。



## 卫塞谷

- \* 南高北低的低矮山丘环绕的小平原
- \* 喜马拉雅山脉北侧
- \* 离尼泊尔边境不远
- \* 拉萨以西约644公里

我们一起跟利比德去神游一下：

所选择的地方被称为卫塞谷，是一个被低矮山丘环绕的小高原，位于喜马拉雅山的北侧，靠近尼泊尔的边境，在拉萨以西约 400 英里处(644 公里)

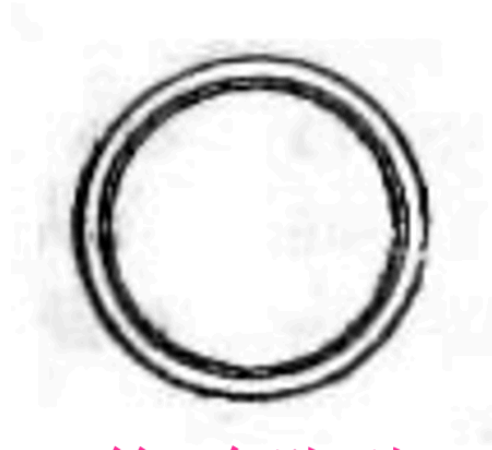
这个小平原大致呈长圆形，其长度可能为 2.4 公里，宽度则更小。地面从南到北略微向下倾斜（南高北低），大部分是光秃秃的或撒着石头，尽管有些地方覆盖着粗大的毛草和粗糙的灌木丛。一条溪流从高原西侧流下，穿过西北角，并在北侧的中间位置穿过一条被松树覆盖的峡谷，最终到达几英里远的一个可以看得到湖泊。



周围的土地似乎很荒凉，没有人居住，除了平原东边的一个山坡上有一座破败的佛塔和旁边的两三间小屋外，看不到任何建筑。在平原南半部的中心，有一块巨大的灰白色石头，内有一些闪闪发光的物质的矿脉。这是一个类似祭坛的石头，可能长 3.6 米，宽 1.8 米，离地高 0.9 米。

注：照片只为了提供一个意象概念，并非代表卫塞谷实地景观。

# 法会

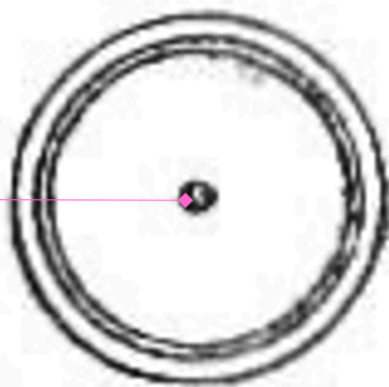


## 第1个队列

在满月前半小时，大法王发出信号，圣人会成员在大石坛北面平原中央的空地上聚集在一起，并排列成一个三重大圆圈，面向内，最外圈由圣人会的年轻成员组成，而更重要的官员们则占据最内圈的某些位置。

## 法会

弥勒菩萨



第2个队列



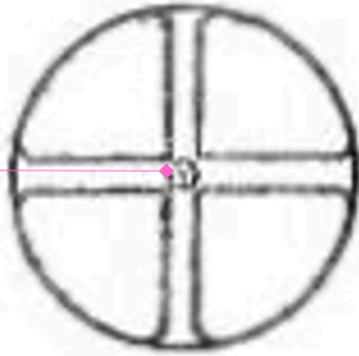
权杖

“然后用巴利语诵读佛经中的一些经文，当声音归于寂静时，弥勒菩萨在圆圈中心化现，手中握着力量权杖。这个奇妙的象征在某种程度上是行星逻各斯所倾注的力量的物理中心或支点，并且在数百万年前，当祂第一次让人类的生命波在我们的地球链中运动时，就被祂磁化了。它所在的地方暂时是进化的中心舞台，当它离开这个星球到下一个星球时，我们的地球将进入到非活动状态。据我们所知，卫塞节是它离开世界之主的唯一场合。它是一种由已不存在的山铜做的圆棒，可能有61厘米长（两英尺），直径约5厘米（两英寸），两端有一个巨大的球型钻石，上面伸出一个圆锥体。它有一个奇怪的总是被火包围的外观，有一个辉煌而透明的火焰光环。值得一提的是，在整个仪式中，除了弥勒菩萨之外，没有人触及它。”

在物质界，有一种叫“金刚杵”的法器，还有帝王在加冕或重大仪式时的权杖，跟这外表相似。

## 法会

弥勒菩萨

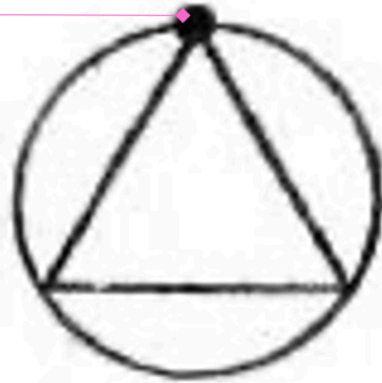


## 第3个队列

当弥勒菩萨的化身出现在圣人圈的中心时，所有的圣人和入道者都向他深深鞠躬，并念诵另一首经文。在这之后，仍然念诵经文，内圈分成八个部分，在外圈内部形成一个十字架，弥勒菩萨仍然留在中心位置。

法会

弥勒菩萨



第4个列队

在这个庄严仪式的下一个动作中，十字架变成一个三角形，弥勒菩萨向前移动，站在其顶点，因此靠近祭坛石。

## 法会

弥勒菩萨

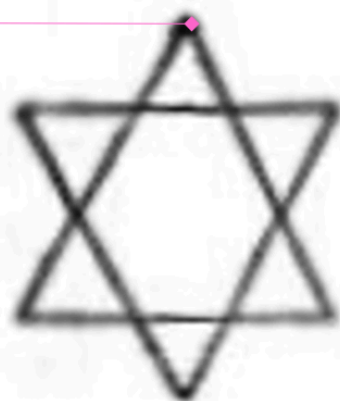


第5个队列

在祭坛上，在金碗前面的空地上，弥勒菩萨恭敬地放下权杖，而在他身后的圆圈变成了一个相当复杂的内弯图形，以便所有人都面对着祭坛。

## 法会

弥勒菩萨



第6个队列

“在接下来的变化中，弯曲的图形变成了一个倒三角形，这样我们就有了一个众所周知的证道学学会的标志，尽管没有环绕这个标志的蛇”。利比德指的是六芒星的图案。

## 法会

弥勒菩萨



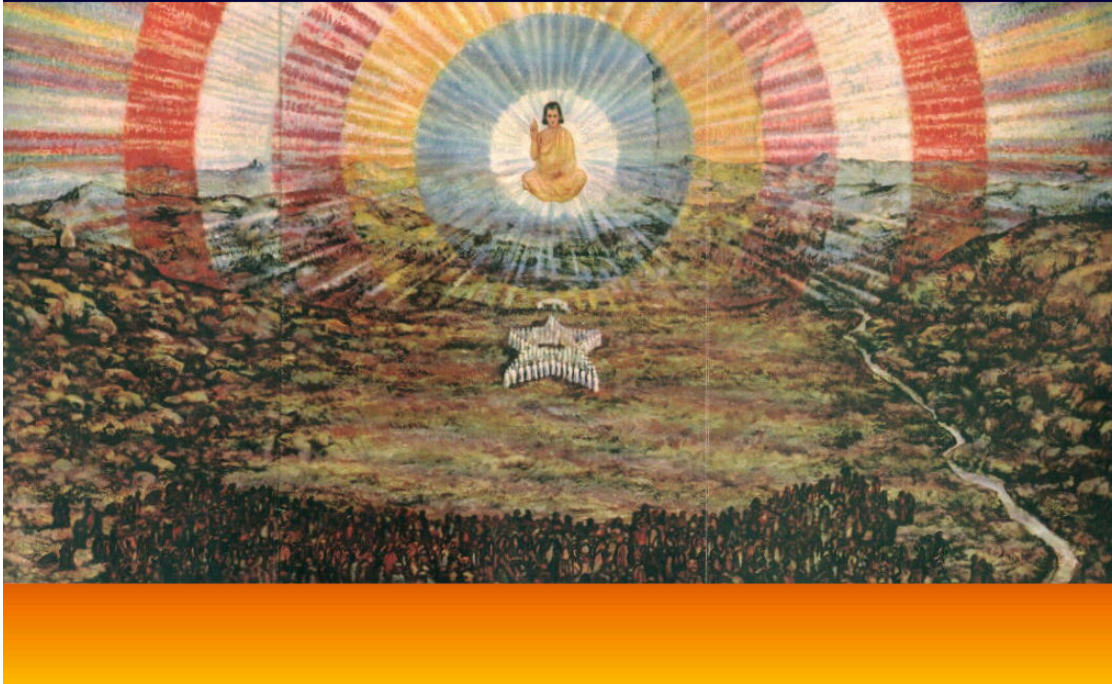
第7个列队

这个图形反过来又变成了五角星，弥勒菩萨仍然在最靠近祭坛石的南边，而其他大官或法王则在线条相交的五个点上。

当达到第七个也是最后一道仪式时，诵经声停止了，经过片刻的庄严寂静后，弥勒菩萨再次将权杖握在手中，举过头顶，用巴利语说出了几句铿锵有力的话：

“一切都准备好了；世尊，来吧！”

# 卫塞节祝福



然后，当他再次放下有火焰的权杖时，正好是满月时分。佛以一个巨大的身影出现在空中，漂浮在南部的山丘之上。

佛有他自己的特殊类型的力量，当他给世界带来祝福时，他就会释放出这种力量，而这种祝福是一种独特的、非常奇妙的东西；因为根据他的权威和地位，佛可以进入我们完全无法到达的自然境界，因此他可以转化并把这些层面特有的力量引到我们的层面。如果没有佛的中介，这些力量在物质生活中对我们没有任何用处；它们的振动是如此巨大，快得令人难以置信，以至于它们会在我们所能达到的任何境界中无意识地穿过我们，而我们甚至永远不会知道它们的存在。但事实是，祝福的力量散布在世界各地；它立即为自己找到可以倾泻的渠道（就像水立即找到一个开放的管道），从而强化所有的好工作，并为那些能够接受它的人带来和平。

**The Boy Chatta's Mansion**  
**花盖青年天宫事经**  
**Chattamāṇavaka Gatha**

Vimānavatthu 886 ~ 888

*by*  
*Visharad Srīma Ratnayake*

圣人会的成员双手合十鞠躬，他们身后的众人匍匐在地，不再起身，而其他人则唱着佛在世时亲自教给小学童查塔的三句偈：

《花盖青年天宫(事)》  
(Chattamāṇavaka-vimāna)

佛陀人中最胜，  
释迦族的圣人，世尊，已成就涅槃，  
他于诸力得自在，  
请向此佛入皈依。

此法无为、无厌恶，  
离贪、不动又无忧，  
甜美、练达、善分别，  
请向此法入皈依。

说凡布施得大果，  
即那四双清净人，  
那些八种见法者，  
请向此僧入皈依。

这就是《华盖青年天宫事》里的三句偈。

佛陀人中最胜，  
释迦族的圣人，世尊，已成就涅槃，  
他于诸力得自在，  
请向此佛入皈依。

此法无为、无厌恶，  
离贪、不动又无忧，  
甜美、练达、善分别，  
请向此法入皈依。

说凡布施得大果，  
即那四双清净人，  
那些八种见法者，  
请向此僧入皈依。

整个经的故事是：佛问一个在忉利天（刀）的青年为什么他的环境那么美好。青年回答说，是因为有一天他听了佛讲三皈依和五戒，并且在那么一刻做到了。当天晚上就被强盗杀死。只实践了那么一会儿所得的功德就可使他进入忉利天。

## 皈依佛，皈依法，皈依僧

皈依 (saraṇagamaṇa, conversion) = 自我转化  
由净信、尊重那（三宝）而灭除烦恼，转起那依怙行相所生起的心为皈依

佛：觉悟的人  
法：真理  
僧：根据真理生活并证道的人

这就是我们经常听到的三皈依：皈依佛，皈依法，皈依僧。

皈依，不是表面上加入某个宗教，拿一个皈依证，就像很多人认为的那样，当然这种外在的仪式对有些人非常有用，有它存在的价值；皈依也不是在强权或者威胁下，强迫某人加入某个宗教，就像中世纪基督教宗教审判者对犹太人做的那样；皈依也不是出生在某个信仰的家庭中，自动形成的一种人生信念。

它是一种主动积极的“自我转化”，英文中 conversion 里面的“转”的意思更加明显一点。在这里意味着由净信，尊重那三宝而灭除烦恼，转起那依怙（hù）行相所生起的心。意思就是说，以前我以感官和外境作为依靠而生活，现在我转化为以觉悟的人为榜样，以真理为指南，与根据真理生活并证道的人为伴，我愿这样生活。

这种自我转化，也就是皈依，是超越宗教的。从佛的不同化身中我们可以看到，“佛，法，僧”三宝存在于任何宗教和传统中，在任何国家和时代都可以找

到。



在这个法会的最后，人们站起来，凝视着佛，与此同时圣人会则为人们的利益诵读《吉祥经》的高尚话语。我们就以这一段美妙的经文作为冥想和结束。

#### 《吉祥经》

如是我闻，一时，佛住舍卫国祇陀园，给孤独精舍。时已深夜，有一天神，殊胜光明，遍照园中，来至佛所，恭敬礼拜，站立一旁，以偈白佛言：“众天神与人，渴望得利益，思虑求幸福，请求最吉祥？”

世尊如是答言：

勿近诸愚者，亲近诸智者，尊敬有德者，此谓最吉祥  
居于适当所，积曾作福德，自有正誓愿，此谓最吉祥  
多闻与工巧，善持诸禁戒，言谈诸善语，此谓最吉祥  
孝养父母亲，善护妻与子，正命无混浊，此谓最吉祥  
布施与修持，善待诸眷属，诸行为无咎，此谓最吉祥  
止避诸恶行，远离诸毒品，于法不放逸，此谓最吉祥  
尊敬与谦逊，知足与感恩，依时闻正法，此谓最吉祥  
忍辱与受教，皈依于圣者，依时论正法，此谓最吉祥  
精修与梵行，证悟诸圣谛，修证般涅槃，此谓最吉祥  
八风不动心，无忧无杂染，宁静无恐惧，此谓最吉祥  
如斯修诸行，常处不败所，随处得安稳，此谓最吉祥



吉祥是一种祝福，这种祝福不是靠祈求获得，而是在日常生活中，在身口意各个层面上践行正道，始终维持高尚的灵性追求的必然结果。因此，我们可以通过自己的努力获得每种吉祥。

愿众生平安

新加坡证道学学会  
公众号：证道学世界



中文网站：<https://chinesetheosophy.net/>  
英文资料网站：Theosophy World  
<https://www.theosophy.world>

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，  
请微信至：SLTS1875  
或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)

如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”  
一栏里直接在網上填表申请

新加坡证道学学会2025年系列讲座4

从证道学的角度说



2025年6月15日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界” 公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

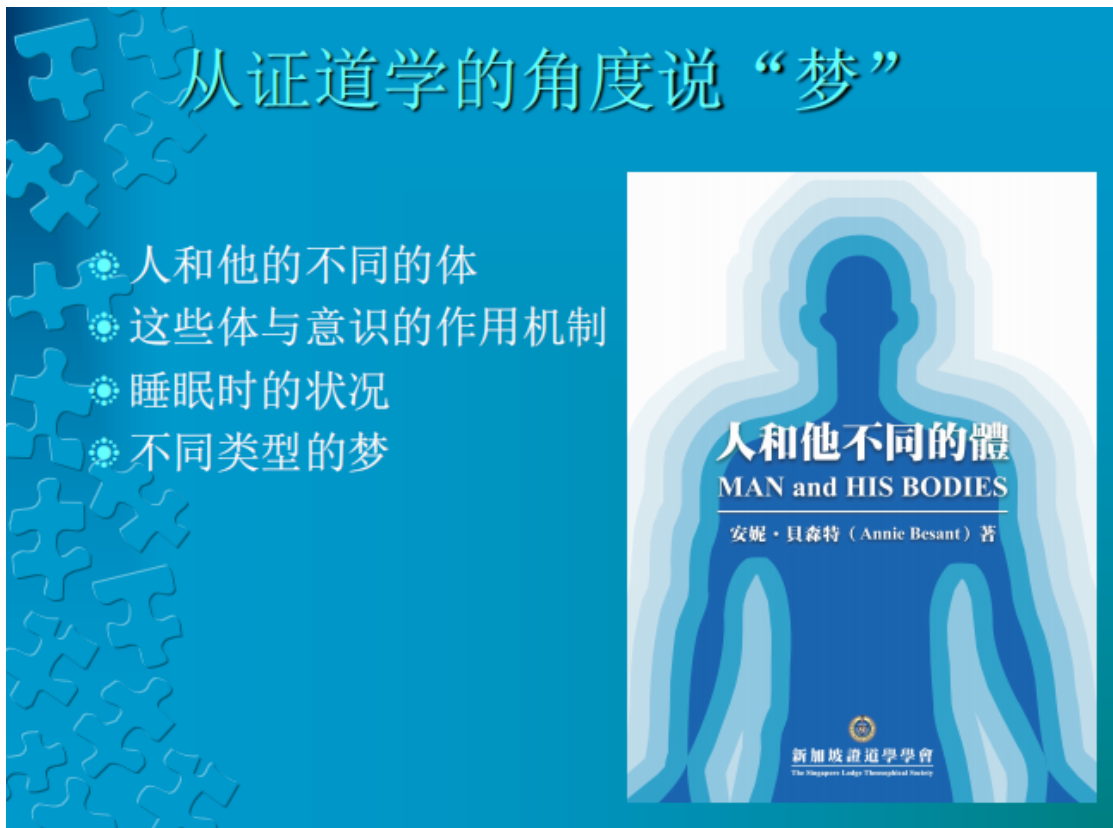
新加坡证道学学会2025年系列讲座4

## 从证道学的角度说



2025年6月15日

大家好，今天我们继续探索人类的意识状态之一，梦境。梦境是我们每个人都有的经历，是生命的一个重要部分。但人的意识不局限于醒，睡和梦。到了明年，如果因缘时机成熟，我们会一起学习死后意识，意识不是一个一死了之的事。再以后，我的愿望是，我们一同探讨通过瑜伽修行，在清醒时达到的超物质意识状态，也就是所谓的“禅天”。我们一步一步来。



“梦”是一个非常复杂的话题，我们可以从神经学，生理学，心理学等各种角度去研究它；也可以从宗教，哲学，神学的角度去研究它。今天从证道学的角度说梦是全视角的研究，因为证道学是科学，哲学和宗教的综合。

我们今天首先回顾一下人和他不同的体，然后看看意识是通过什么机制如何影响和使用这些体的。然后我们看一下睡眠状态时发生了什么情况，最后，我们分析一下不同类型的梦。

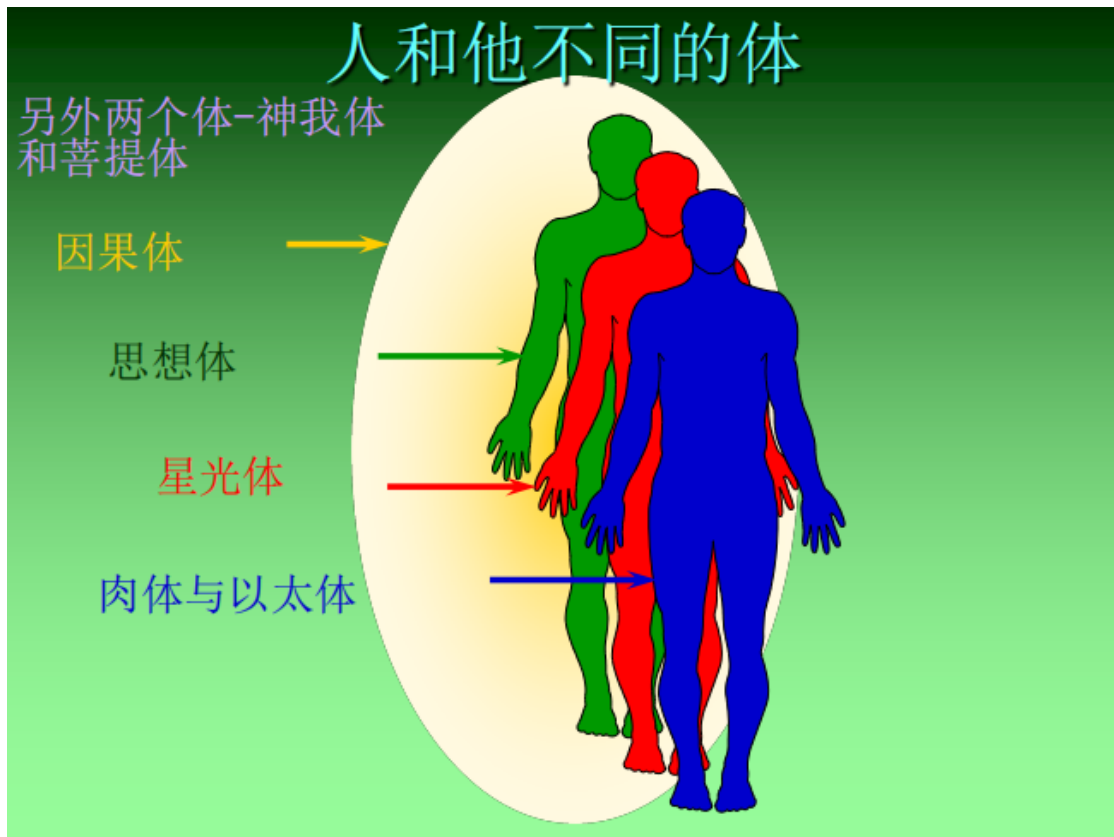
我假设同修们对证道学的一些术语都有些熟悉。新来的同修请读一下贝森特的《人和他不同的体》，或参加我们的读书会，或者参照《证道学入门》等讲座。

再强调一下，我不解梦,但是希望今天的分享可以帮助大家更全面地理解自己的梦境。

# 人的七个原则

精神	7. 神我（精神）	精神界（5）
精神灵魂	6. 菩提（明辨力）	菩提界（4）
人类灵魂	5. 末那（心智）	思想界（3）
动物灵魂	4. 欲爱（欲望）	星光界（2）
	3. 普拉纳（生命力）	物质界（1）
	2. 以太体	
	1. 肉体	

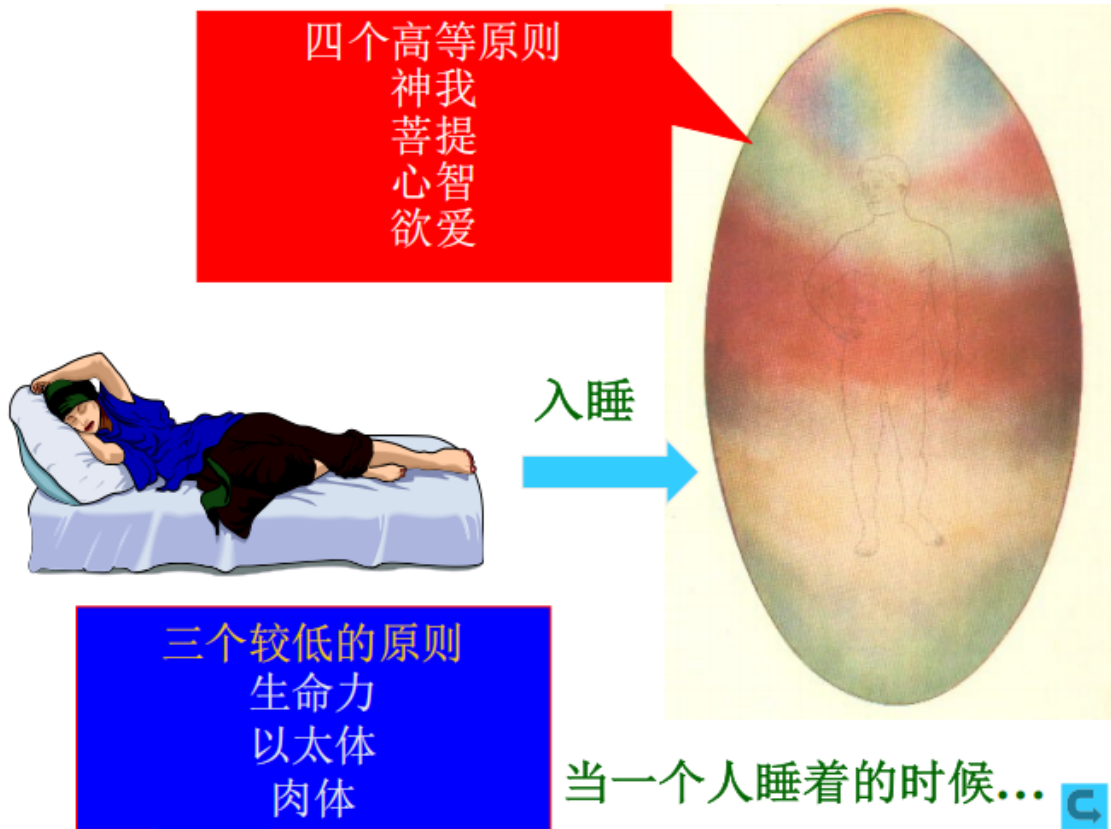
根据证道学，人是一个非常复杂的，神奇的组合。 我们有最高的精神，和最纯最强的辨别力-菩提，我们有智能，也有智能和欲望的混杂，叫做欲爱。我们的肉体存活需要生命力，除了肉体之外，我们还有一个和肉体一模一样的，但是更精细的体，叫做以太体。我们顶天立地，在宇宙的所有境界都有一席之地。



人在不同的境界活动，需要和这些境界相对应的载体，或者工具。就像在陆地上旅行需要汽车，在水里需要轮船，在空中需要飞机一样。这些体不是彼此独立的，而是互相影响的。

当一个人用思想体时，就是我们说的起心动念，会对高于它的因果体产生影响。由于因果体是一个人的灵魂所在地，所以，一个人的惯性思维建立起他灵魂的品质。“你是你所想”，说的就是这个道理。

同样，思想体的波动会在星光体中产生于它相对应的情绪，反之，一个人星光体中有欲望和情绪时，会在思想体中引起波动，并引起与情绪相对应的想法。一个人的思想和情绪也会影响他的身体状况和健康。所以，身，心，灵是互相关联的。



那么，用灵视观察，当人进入睡眠状态时，发生了什么呢？

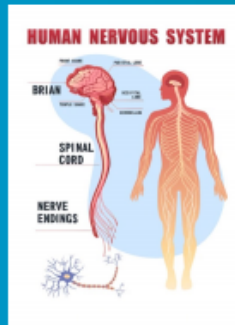
首先，物质体静静地躺在床上。注意，物质体包括肉体 and 以太体。人的四个更高原则从肉体中退到星光体中，星光体在人附近悬浮。事实上，我们通常称之为“入睡”的过程，就是这个退出的过程。

认识到这种暂时的分离非常重要，因为在研究梦的现象时，这种意识的移位是会影响自我和他的各种机制的。在白天醒着时，别人叫你你会答应，因为意识在肉体里；在睡着时虽然耳朵还在，但你不会答应，因意识不在肉体里。死亡和睡眠的根本区别在于，死亡时，这种分离是永久性的，而在睡眠时是暂时的。

接下来，我们看看意识使用这些载体的机制。

# 物理机制

- ☀ 我们的身体有一个巨大的神经中枢轴，终止于大脑。由此，神经网络在身体的各个方向上辐射
- ☀ 这些神经纤维线通过振动将外界的所有印象传递到大脑
- ☀ 大脑将它们“翻译”为感觉或知觉



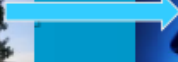
\* 首先，我们看看物理机制。我们体内的神经系统有一个巨大的中枢轴，末端连接到大脑，从这里向各个方向发出的神经纤维形成网络，遍布于整个身体。

\* 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。

\* 而大脑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

# 物质因素

- ☀ 所有的神经纤维都有相同的构造，但经过漫长的进化，神经纤维组已经“专用”于某些振动
- ☀ 大脑是我们神经系统的重要中枢，很容易受到我们整体健康状况的轻微变化的影响，特别是血液循环的变化



\* 同样重要的是要记住，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。它与负责声香味触的神经纤维的不同之处仅在于，经过漫长的进化，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。

\* 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，尤其是血液循环的变化。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，都会立即对大脑产生相应的影响，并通过大脑对全身的神经系统产生影响。



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。晚上吃大量夜宵，血液集中在胃部消化，会导致大脑供血不足。过午不食，在一些宗教节日中禁食，或许与这有关。

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。这在人多不通风的地方很常见。同样，睡姿不好，卧室通风不良都会导致大脑供氧问题。

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。有人晚上爱看恐怖片，看得肌肉绷紧，心怦怦乱跳，血流过快。

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，而妨碍它功能的正常发挥——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。

## 物质因素

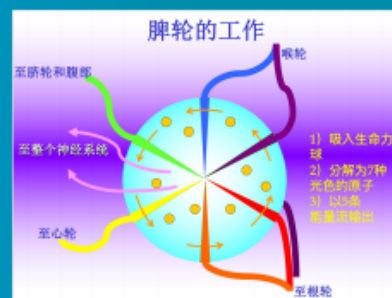
☀ 大脑有一种显著的倾向，即自动重复它习惯响应的振动



大脑除了精致，敏感，脆弱之外，还有另一个显著特点，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，比如抖腿；不平静的大脑在打坐时胡思乱想，意识很难控制这个习惯。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。我们的身体真的象一个动物或婴儿，有它自己的习性，当人的意识退出身体时，这种习性就更加明显。

# 生命力

- 玫瑰色的生命力沿着每条神经纤维的以太流动
- 印象向大脑的传递更多地取决于生命力沿着神经纤维以太部分的顺畅流动，而不是仅仅取决于物质神经纤维的振动
- 将印象从外部传递到大脑的工作并不是生命力本身，但它的存在对于印象沿着神经纤维传递肯定是必要的



然而，并非只是通过物质大脑，人类才能接收到印象。与物质大脑形状完全相同并且相互渗透的是我们的以太大脑，它是由比气体更精细的物质组成的。

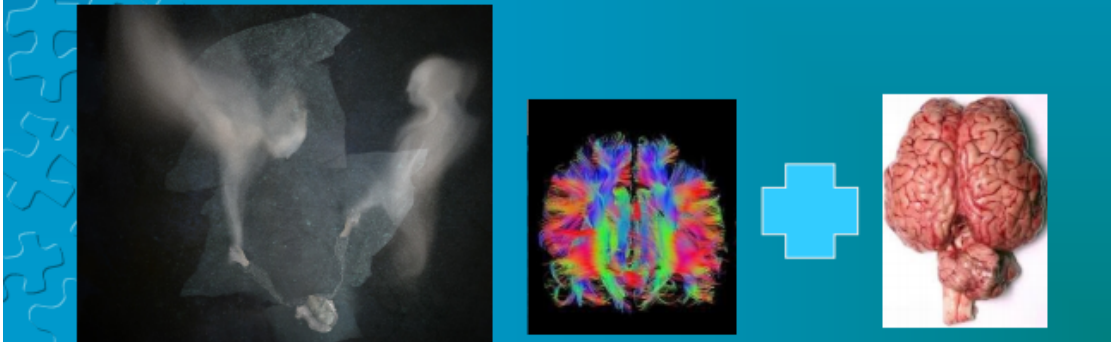
\* 以太体通常被称为生命力的载体，任何发展了灵视能力的人都能清楚地看到玫瑰色的生命力沿着包裹着神经的以太流动。要想知道我们的脾轮怎么吸收生命力并且输送到全身，请大家参考《脉轮，生命力和昆达里尼》这个讲座。

\* 印象向大脑的传递更多地取决于生命力沿着神经纤维以太部分的顺畅流动，而不是仅仅取决于物质神经纤维的粒子的振动。

\* 换句话说，没有生命力通过以太沿着神经流动，人的大脑是感知不到神经的振动的。

# 以太因素

- 以太大脑受到生命力流量或速度变化的影响
- 以太部分和物理大脑实际上是同一个物理有机体的两个部分
- 任何一方受到影响，都会立即对另一方产生反应
- 除非印象的两个部分都正常运作，否则无法确定印象是否会正确传递



正如血液循环的任何变化都会影响物质大脑的接受能力，从而改变通过它获得的印象的可靠性一样，以太大脑也会受到生命力的流量或速度的变化的影响。

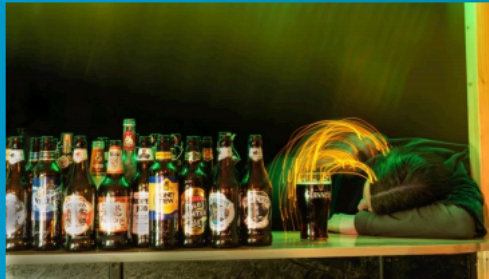
例如，当脾轮供应的生命力低于平均水平时，就会立即感觉到身体虚弱和疲惫，如果在这种情况下，生命力循环速度加快，那么这个人就会变得超敏感、高度易怒、紧张，甚至可能歇斯底里，而在这种状态下，他对物理印象的敏感度往往比平时更高，一个身体不好的人看到了健康人无法看到的一些灵象和幽灵，就是这种情况。

另一方面，如果生命以太的流量和速度同时降低，人就会感到极度倦怠，对外界影响变得不那么敏感，并且因为太虚弱而无法关心发生在自己身上的事情。

还必须记住，以太部分和物理大脑实际上是同一个物理有机体的两个部分，任何一个受影响，都会立即影响另一个。因此，除非两个部分都正常运作，否则无法确定印象是否会通过大脑机制正确传递；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。而且，大脑在睡眠中比在清醒状态下更容易出现这种失真。

## 星光机制

- 星光载体对外界印象的敏感度甚至超过了肉体以太体
- 它是所有欲望和情感的所在地，是自我从物质生活中收集经验的纽带
- 它特别容易受到经过的思想流的影响
- 这种机制也像其他机制一样，在睡眠期间更容易受到影响

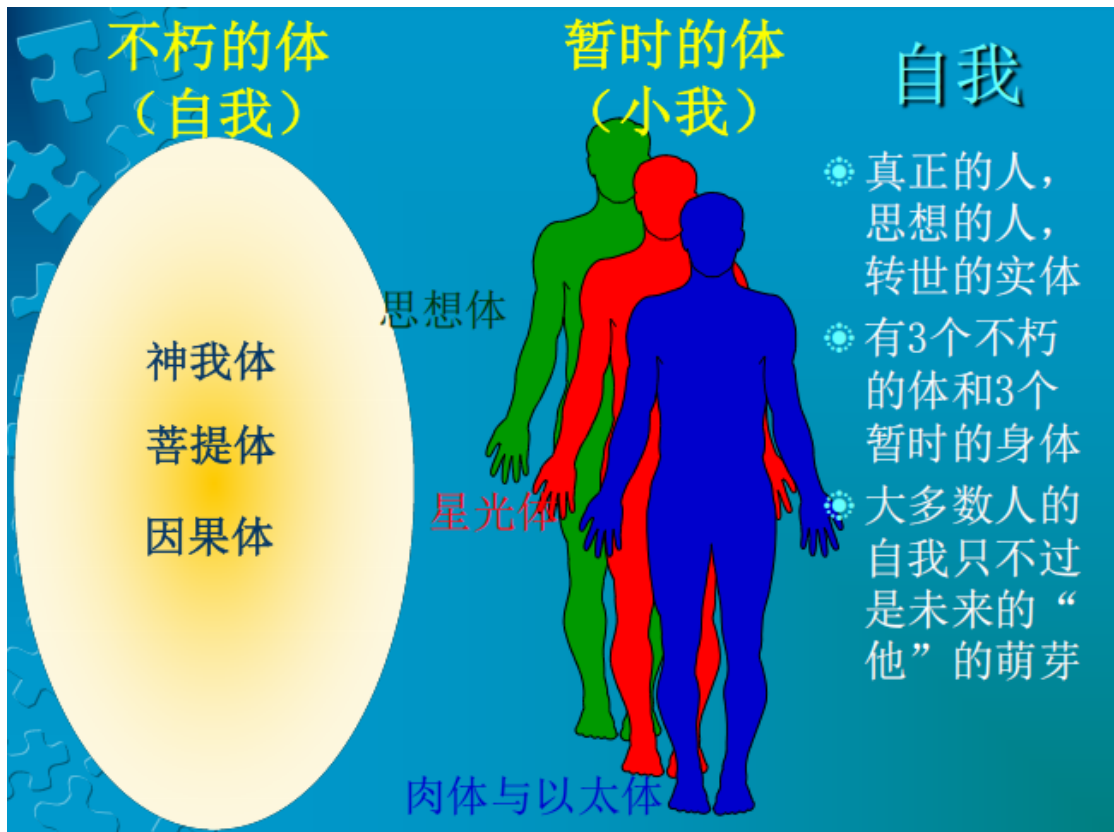


我们必须考虑的另一机制是星光体，通常被称为欲望体：

- \* 这个星光载体对外部印象甚至比肉体以太体更敏感，
- \* 因为它本身就是所有欲望和情绪的所在地，而且只有通过它自我才能在物质界活动，只有经过它这些物质界的经验才能回到自我。它起着桥梁和纽带的作用。
- \* 它特别容易受到经过的思想流的影响，当心智没有积极控制它时，它就会不断地从外部接收这些刺激，并热切地对它们做出反应。
- \* 这种星光机制也像其他机制一样，在身体睡眠期间更容易受到影响。许多灵视观察都表明了这一点。

在一个案例中，一个曾经酗酒人描述了他改造的困难。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，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，漂浮的思想形状或元素精灵无法给他留下任何印象；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，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。

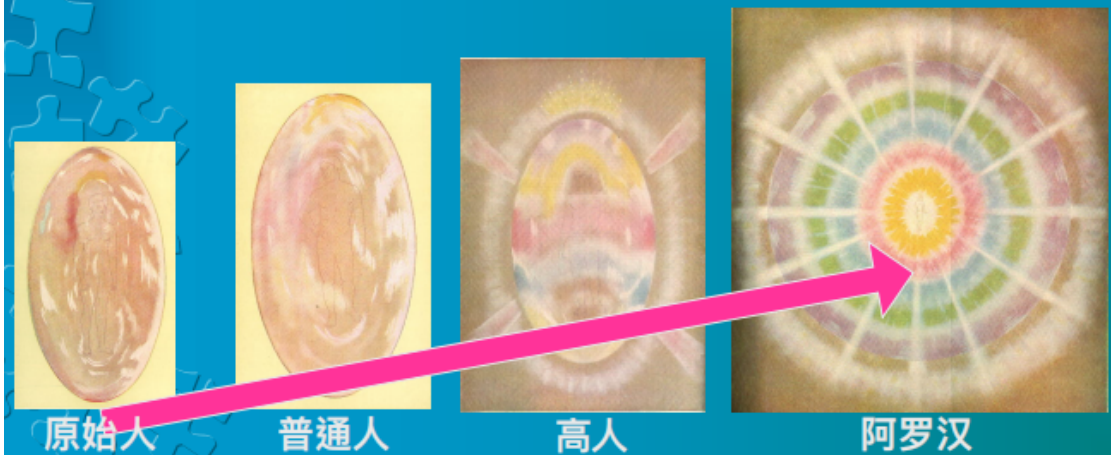


接下来，自我，他是：

- \* 真正的人，思想的人，转世的实体；
- \* 有 3 个不朽的体和 3 个暂时的身体或者工具；
- \* 大多数人的自我只不过是未来的“他”的萌芽，也就是说还不完美。

# 每个人的梦境与自我的发展程度有关

- ❁ 在早期阶段，自我对各种工具的掌握很小
- ❁ 他对思想和激情都无法完全控制
- ❁ 在睡眠时，普通人的不同身体的机制几乎在完全独立于他的情况下运作



我们的自我本身在进化。这些图片展示的是不同进化层次的人的因果体，大家看到，从原始人的空空如也到阿罗汉的圆满辉煌，因果体的大小、颜色、亮度和明确性是十分不同的。虽然每个人都是神圣的，但是神圣的彰显度不同；每个人的自我都不可能是邪恶的，但是他发展的品质有多少和高低之分。

- \* 在早期阶段，自我对各种工具的掌握很小；
- \* 他对思想和激情都无法完全控制；
- \* 在睡眠时，普通人的不同身体的机制几乎在完全独立于自我的情况下运作。

所以，每个人的梦境与自我的发展程度有关。

## 自我的工作

- 呈现给大脑的神经纤维的振动只是印象
- 自我的工作，是通过心智对它们进行分类、组合和重新排列
- 仅仅凭感官绝不足以得到准确的感知，自我必须对所看到的东西进行辨别
- 辨别力不是一种与生俱来的本能，而是对许多经验进行无意识比较的结果



自我与我们对外部对象的感知十分重要。

- \* 通过神经线的振动呈现给大脑中的只是印象，
- \* 而自我的工作，是通过心智对它们进行分类、组合和重新排列。

例如，当我看向窗外，看到一棵树时，我认出了它是树。实际发生的是，以特定速率振动的以太流，这是我们叫做光的东西，从树反射并撞击我的视网膜，我的敏感的神经纤维及时向大脑报告这些振动。

但在这时传递的信息不过是一些色块和形状，是自我通过心智从过去的经验中判断，这种绿色物体是一棵树，大小如何，距离我有多远。

天生失明的人通过手术获得视力，在一段时间内不知道他看到的是什么，也无法判断它们与他的距离。婴儿也是如此，因为它要去抓远处的物体，例如月亮；但随着婴儿的成长，它会通过反复的经验，判断它所看到的形状的距离和大小，以及与概念挂钩。

- \* 因此，我们看到，仅凭感官绝不足以达到准确的感知，而是具有辨别力的自我必须通过心智的作用来做判断；
- \* 此外，我们还看到，这种辨别力不是一种天生的心智本能，不是从一开始就完美无瑕，而是对许多经验进行无意识比较的结果。

我们必须记住这一点，因为这对我们分析梦境非常重要。

# 睡眠中的大脑

- 自我暂时放弃了对大脑的控制，但大脑并不是完全无意识的
- 它有一种模糊的自我意识（身体元素）
- 血液供应或循环的轻微变化会导致严重的大脑活动异常，例如消化不良会导致睡眠不安稳或噩梦
- 即使不受干扰，大脑奇怪的朦胧意识也有许多显著的特点
  - 它的行动在很大程度上似乎是自动的
  - 通常是不连贯、毫无意义和无可救药的混乱



在了解运作机制后，我们看看这些体在睡眠时的状态。

- \* 在睡眠时，当自我暂时放弃了对大脑的控制时，大脑不是完全无意识的；
- \* 身体本身（身体元素精灵）具有某种模糊的意识，它有点象一个小动物或者婴儿的意识；
- \* 睡眠时，自我暂时脱离大脑，所有可能影响大脑行为的因素现在都能够在更大程度上影响它。血液供应或循环的轻微变化现在会产生严重的大脑不规则运行，这就是为什么消化不良会影响血液流动，从而经常导致睡眠不安稳或噩梦；但即使不受干扰，这种奇怪而模糊的意识也有许多显著的特点。
  - 它的行动似乎在很大程度上是自动的
  - 结果通常是不连贯的、毫无意义的、无可救药的混乱

## 睡眠中的大脑意识特点： 身临其境的场景形象



外部刺激：在脸上滴水  
大脑的梦：身在一场大雨中

睡眠中的大脑还有其他一些特性。英国证道学学会的几个有灵视的人进行过实验

比如，朝一个睡觉的人脸上滴水，那人的大脑里的印象是身在一场暴雨中。  
为什么会这样？

# 大脑的朦胧意识

- ❁ 除了自己是当事人的场景形式，否则它似乎无法理解一个想法
- ❁ 所有刺激都会立即转化为身临其境的图像
- ❁ 它无法理解抽象的概念或记忆；它们变成了图像
  - 例如，荣耀的概念表现为一些荣耀的存在出现在眼前的景象



他人愤怒的思想形状



梦见别人恨“我”

\* 因为大脑的朦胧意识只能以场景的形式来理解一个概念，而且必须自己是“当事人”。

\* 因此所有的刺激，无论是来自内部还是外部，都会立即转化为身临其境的图像。

\* 它无法理解抽象的概念或记忆本身；它们立刻变成了图像。例如，如果向大脑意识提出“荣耀”的概念，那么它只能以某种荣耀的形式在做梦者面前以景象的形式出现；如果来自别人一种仇恨的想法以某种方式掠过大脑，那么，在大脑中，会出现一些虚构的演员对睡眠者表现出强烈的仇恨。总之，在大脑梦中，无论来自内部或外部的刺激，“我”都身临其境。

## 大脑意识特点： 身临其境的场景形象



战争的概念  
大脑的梦：“我”在打仗

所以，当你梦见自己在战场上时，这可能只是大脑的意识在睡眠时对于“战争”这个概念的解读或是从记忆库中翻出来的一些印象。由于它是一个低等的物质意识，因此只能以具象的形式来表达。由于它没有判断力，所以人我不分。

越是发生在大脑的浅显的梦，记得越清楚，因为本身就在大脑中发生的，没有一个从高层维度下载的问题。往往这些梦是最没有意义的，因为它们仅仅是扭曲的拼凑。

# 大脑朦胧意识突然“跨空间”

- “跨空间” - 做梦者瞬间到达一个掠过大脑的思想所想的地方
- 没有惊讶的感觉——它只是感知到眼前的图像；它没有能力判断它们的顺序或缺乏这种品质



场景 1



场景 2



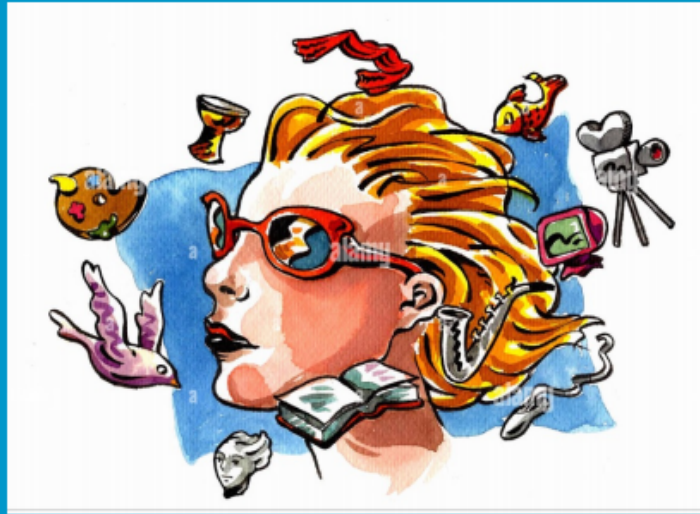
场景 3

大脑意识还有一个特色，就是每一个关于地理位置的想法对它来说都是一种绝对的跨空间经历。做梦者瞬间到达一个掠过大脑的思想所想的地方

如果我们在醒着的时候想到上海，我们会立刻想到上海的形象；但是，自我意识到我们的身体并不在上海。然而，在睡眠状态下的大脑意识，没有自我来判断这些印象，因此，任何暗示上海的想法（不管是自己还是别人的想法）都会使做梦者会突然发现自己在上海。在梦中充满了这种突然的场景变换。开始我在加州野外，突然我到了一所房子里，接下来又突然到了上海。

虽然这种惊人的变化在梦中非常频繁，但做梦者当时似乎从未对它们的突然性感到惊讶。为什么不惊讶？因为纯物理大脑意识中没有“惊讶”这种感觉，它只是感知到出现在它面前的图像；它无法判断它们的顺序或缺乏这种判断力。因为判断的不是大脑，而是自我。现在自我离开了大脑，就出现了这种见怪不怪。

# 大脑朦胧意识的联想



在这个半具意识的器官中可以看到另一个导致混乱的来源是联想。我们都熟悉联想在清醒生活中的奇妙瞬间作用；比如，一句偶然的话，一段音乐，甚至一朵花的香味，可能足以让人想起一系列早已被遗忘的记忆。想出神了，饭做糊了。

在睡眠中的大脑中，这一活动一如既往地活跃，但它在奇怪的限制下发挥作用；每一个这样的概念组合，无论是抽象的还是具体的概念，都变成了纯粹的图像组合；由于我们的联想是刹那发生的，从巨大的记忆库中拖出的任何东西都是以图像的形式出现的。可想而知，一系列这样的图像很少能被记住，因为没有什么来帮助记忆，就像有人给你看一大堆照片，然后问你顺序如何，你怎么可能记得住呢？

这就是为什么，在梦中，我们似乎一会儿看到这个，一会儿那个，毫无关联。



这种奇怪的大脑意识的另一个特点是，它对声音或触摸等最轻微的外部影响非常敏感，它会把它们放大和扭曲到几乎令人难以置信的程度。我们看看这种夸大的作用：

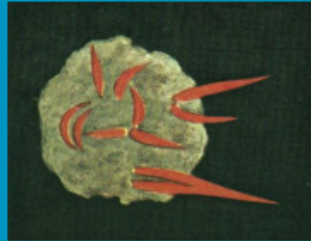
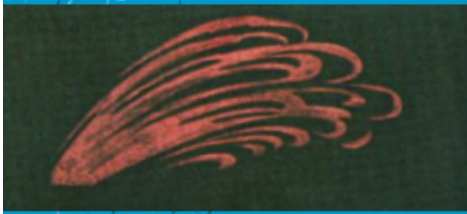
比如，有一个男人因为衬衫领子太紧而梦见被痛苦的绞死；另一个把轻微的捏一下变成了有野兽在咬他。有人回忆说，他床头的栏杆有一次脱落，掉在了他的脖子上，只是轻轻地碰一下；然而，这种接触让他做了一个可怕的法国大革命梦，在梦中，他被送上了断头台。

另一个人说，他经常从梦中醒来，他的梦充满噪音和雷声，很长一段时间都无法发现它们的起源；但最后，他将它们追溯到耳朵里发出的杂音（可能是血液循环的声音）。

研究到这里，很明显，单从物质大脑的角度，也有足够导致困惑和夸大的因素来解释许多梦境现象；但这还不是全部。

## 睡眠中的以太大脑

- ❁ 思想流不断地扫过它——不是它自己的想法，因为它本身没有思考的能力——而是别人的随意思法
- ❁ 我们生活在他人思想的海洋中，无论我们是醒着还是睡着了，这些思想都在不断地出现在我们的以太大脑中
- ❁ 在睡眠中，大脑的以太部分比平时更受这些思想流的支配，因为自我与它之间的联系暂时不那么紧密



前面说过，物质大脑还有和它对应的以太大脑。即使在我们清醒的时候，以太大脑对每一种影响都很敏感，在睡眠状态下更容易受到影响。

\* 用灵视可以看到，思想流不断地扫过它——不是它自己的思想，因为它本身没有思考的能力——而是总是漂浮在我们周围的其他人的随意思法。

\* 普通人的大脑基本处于两种状态：胡思乱想和被动闲置。当我们自己处于思考状态时，大脑就几乎不受外界思想的持续冲击；但当我们让它闲置的那一刻，思维就开始散杂和混乱，我们时刻生活在他人的思想海洋中。当有一个漂浮的想法重新唤醒大脑以太部分习惯的一些振动时；大脑立刻抓住它，强化它，使它成为自己的；于是，联想开始了，那些脱节、无目的的想法开始在大脑中流动。

在睡眠中，大脑的以太部分比平时更受这些思想流的支配，因为自我暂时和它的联系不那么紧密。

## 睡眠中的星光体

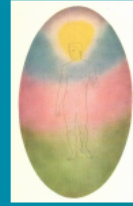
- 正是在星光体中，自我在睡眠中发挥作用
- 不发达的人的星光体漂浮在身体上方，无法移动到远离身体的地方
- 有一定发展的人的星光体的活动能力变得更大；它可到达离肉身很远的地方，而没有感到不适。它可以或多或少地带回对地方和人的明确印象
- 高人的星光体中没有低级粗糙物质



未开化的人



普通人



高人

\* 正是在星光体中，自我在睡眠中发挥作用。用灵视可以看到，它的外表因自我所处的发展阶段而异。

\* 对于完全没有文化和不发达的人，他们的星光体只是一团漂浮的雾气，形状大致呈卵形，轮廓非常不规则和不确定，其中的人形模糊。它只接受更粗糙、更剧烈的欲望振动，无法移动到离身体很远的地方。

\* 随着进化的进行，卵形薄雾的轮廓变得越来越清晰，其中的人形越来越接近身体的完美形象。它的接受能力同时增加，直到有一天它可以立即对星光界的所有振动做出反应。它的活动能力也变得更大；它可以到离肉体相当远的地方旅行而不会感到不适，并且可以或多或少地带回它可能去过的地方和可能见过的人的确切印象。

\* 在高度发达的人的星光体中，没有足够粗糙的物质对粗糙的振动做出反应。

总之，任何人的星光体，对跟欲望有关的想法或建议都非常敏感，当然在某些人身上，某些欲望可能更容易引起反应。比如，有人贪财，有人好色。

## 睡眠中的自我

- 对于不发达的人来说，自我和他下面的身体一样沉睡；他对眼前的景象视而不见，对来自更高层次的声音充耳不闻
- 人根据进化程度，分别处于从这种空白遗忘的状态，到在星光层面上的完全和完美的意识之间的任何状态
- 人越不发达，越只能记住发生在大脑层面的梦；人越发达，越可能将自我层面的经历印在大脑中

星光体在睡眠中的状态随着进化发生很大变化，但居住在其中的自我的状态变化更大。

- 在睡眠时，一个不发达的人的星光体象睡觉了一样，自我也象身体一样睡着了；自我对因果界的景象视而不见，对更高层次的声音充耳不闻，即使他偶尔有一些想法，因为他无法控制自己的机制，他也很难把它印在自己的大脑上，醒来时记住它。

- 观察处于不同进化阶段的睡眠者，可以看到，有人对高我全然不知，而有人在星光层面上有完全和完美的意识，当然这相对罕见。

- 人越不发达，越只能记住发生在大脑层面的梦；人越发达，越可能将自我层面的经历印在大脑中

## 睡眠中的自我 —— 一件憾事

即使是一个足够清醒的自我，也可能无法驾驭自己的大脑，无法控制无关紧要的思想图片，无法给大脑留下他希望它能记住的东西



有人说，我没那么不发达，应该可以使用星光体旅行，为什么记不住来自自我的东西呢？

即使是一个足够清醒的自我，在高层境界经常遇到重要的经历，但他可能而且经常无法掌控自己的大脑，无法驾驭大脑中混乱的思想图片，因此不能记住他希望记住的东西；当他的身体醒来时，他可能对发生了什么只有最混乱的记忆，或者根本没有记忆。这很遗憾，因为他可能在睡眠中经历很多对他来说最感兴趣和最重要的事情。

他不仅可以参观异国他乡的绝美景色，还可以与在世或已故的朋友见面并交流想法。他可能很幸运地遇到了那些比他知道得多的人，并可能从他们那里得到警告或指导；另一方面，他可能有幸帮助和安慰一些比他知道的少的人。他可能会接触到各种各样的非人类实体——自然精灵、人工元素体，甚至，与天使接触，尽管很少发生。

这种遗憾时常发生在所谓的知识分子身上，因为脑子静不下来。所以长期的，坚持不懈的冥想和修持特别重要。

## 自我：时间的超验感

- ☉ 在星光界中完全甚至部分意识到周围环境的自我开始展示他超凡的力量
- ☉ 他对时间和空间的概念与我们在现实生活中的概念完全不同，对他来说，时间和空间似乎都不存在

你生而有翼，为何竟愿一生匍匐前进，形如虫蚁？- 鲁米

\* 但是，无论人在清醒时是否记得发生的事情，在星光界中完全意识到或者部分意识到周围环境的自我都开始展示他的超凡力量。

\* 当人的意识从肉体中解放出来时（在睡着时，在出体时，在死后），具有非凡的能力。他对时间和空间的概念与我们在肉身中的完全不同。对他来说，时间和空间似乎都不存在。

在世界各国的宗教中和日常对梦的记录中，都有天上和人间时间不同的案例。比如古兰经里的先知穆哈穆德，梦到上天堂，游历各处天界，会见各种天使，醒来后打翻的一罐子水还没有流光。

你生而有翼，为何竟愿一生匍匐前进，形如虫蚁？- 鲁米。我们的灵魂就像长了翅膀一样，是可以跨越时空的。

## 时间的超验感 - 黄粱一梦

“开成七年，有卢生名英，字萃之。於邯鄲逆旅，遇道者吕翁，生言下甚自叹困穷，翁乃取囊中枕授之。曰：‘子枕吾此枕，当令子荣显适意！’时主人方蒸黍，生俛首就之，梦入枕中，遂至其家，数月，娶清河崔氏女为妻，女容甚丽，生资愈厚，生大悦！於是旋举进士，累官舍人，迁节度使，大破戎虏，为相十余年，子五人皆仕宦，孙十余人，其姻媾皆天下望族，年逾八十而卒。及醒，蒸黍尚未熟。怪曰：‘岂其梦耶？’翁笑曰：‘人生之适，亦如是耳！’生抚然良久，稽首拜谢而去。”经此黄粱一梦，卢生大澈大悟，不思上京赴考，反入山修道去也。

唐·沈既济·《枕中记》

一切有为法，如梦幻泡影，如雾亦如电，应作如是观  
《金刚经》

华人可能熟悉“黄粱一梦”的故事。说的是进京赶考的穷书生卢同学在邯郸的青年旅社入住，遇到高人吕翁。卢同学抱怨自己的穷困，吕翁给他一个枕头，说这个枕头能成全你的梦想。那时候旅社的主人开始煮小米饭，这就是“黄粱”，卢同学就靠着枕头睡着了。在梦里，他娶了美女，获得高等学位，当了官。不仅有文操，还有武略，打败外国侵略者。幸好没有计划生育政策，所以子孙满堂。最后光荣退休，长寿而终。总之，书中有颜如玉，黄金屋，知识分子的梦想全都实现了，财色名食睡都得到了。这时候，梦醒了，小米饭还没有煮熟，而他在梦中经历了一生。卢同学是有灵性的青年，觉悟到了所有这些凡夫向往的荣华富贵，只是梦幻泡影，所以不进京考公务员了，入山修道去了。

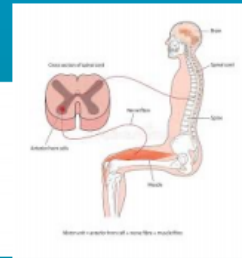
总之，在不同的意识境界中，时空概念是不同的。我们有时，早上在第一次闹钟响和第二次闹钟响之间会做梦，虽然最多只有几分钟，但是我们可以做一个似乎漫长的梦。

# 自我：戏剧化的力量

- 自我的另一个显著特点是他瞬间戏剧化的能力或习惯
- 唤醒人的物理刺激是一场梦的高潮，这场梦似乎持续了相当长的时间，而在现实中是完全由这种物理刺激本身所暗示的



枪响：梦的开始



醒来：梦的结束

梦

\* 自我的另一个显著特点，除了他对时空的超验感之外，还有瞬间戏剧化的能力或者习惯。

\* 唤醒人的物理刺激是一场梦的高潮，这场梦似乎持续了相当长的时间，而在现实中是完全由这种物理刺激本身所暗示的。

举个例子：一位德国作家 Richers 讲述了这样一个故事：一个人被一声枪响惊醒。在这期间，他做了一个看似漫长的梦，在这个梦中，他成为了一名士兵，当了逃兵，遭受了可怕的苦难，被俘，受审，被判刑，最后被枪决。在梦中这是好几年的经历，但是这个经历是被枪响引发的，并在被枪声惊醒的那一刻完成了。

我们看一下这个过程。枪响了。这种物理信息波，必须通过神经纤维传达给大脑，这种传输需要一定的时间——当然，只有几分之一秒，虽然短，但仍然是一段 时间，可以用极其精密的仪器进行计算和测量。这时的自我在身体之外，它能够 在不使用神经的情况下立即感知，在信息到达他的大脑之前的那几分之一秒时意识 到枪响了。

在这从枪响到醒来几乎不可察觉的时间差中，他创作了一部戏剧或一系列场景，高潮是导致唤醒身体的事件，也就是枪响；醒来后，当他受到身体器官的限制时，他在记忆中无法区分主观和客观，因此想象是自己在梦中演了自己编的戏剧。从枪响到醒来，好大一个梦！

## 戏剧化+时间差+载体限制



睡眠瘫痪症（鬼压床）

所以意识和意识的载体作出反应之间有个时间差，而且载体有自身的限制。来自自身的物理刺激，比如憋尿，呼吸不畅等等，也会导致一场似乎持续相当长时间的戏剧性场景，比如到处找厕所却找不到，或者被一个怪物追杀，给掐住了脖子喘不过气，最终醒来。由于自我的意识最快，而其他载体还处于各顾各的状态，以大大脑必须和物质大脑整合，大脑要对对神经发信号指挥，恢复肌肉能动性等等需要更长的时间，这或许可以解释出现在梦中动弹不得，跑不动，喊不出的睡眠瘫痪症，俗称“鬼压床”的现象。

往往这种梦记得最清楚，因为就在醒来前那一刻发生的。

## 戏剧化的习惯仅限于不发达的自我

随着进化，获得持续意识的人完全被更高层次的工作所吸引，他不在这些事情中投入任何精力，因此他不再做梦。

然而，这种自我戏剧化的习惯似乎仅限于相对不发达的自我；随着进化的发生，真正的人慢慢地理解了自己的地位和责任，他超越了童年的这些幼稚的游戏。就像原始人将每一个自然现象都转化为神话一样，未进化的自我也将他注意到的每一个事件戏剧化。

但是，随着进化，获得持续意识的人完全被更高层次的工作所吸引，他不在这些事情中投入任何精力，因此他不再做梦。

## 自我：预知的能力

- 自我超凡的时间概念的另一个结果是在某种程度上预知未来的可能性
- 如果人知道如何读取，那么现在、过去，在一定程度上还有未来，都摆在他面前
- 因此，毫无疑问，他有时会预见到对他低级性格体感兴趣或重要的事件，并或多或少地努力给大脑留下印象
- 偶尔，完整而完美的预见从睡眠的领域生动地带回来
- 但更常见的是，画面被扭曲、无法辨认或只是一种模糊的危险感
- 最常见的是，肉体根本没有印象

\* 自我超凡的时间概念的另一个结果是，在某种程度上预知未来的可能性

\* 如果人知道如何读取，那么现在、过去，在一定程度上还有未来，都摆在他面前

\* 因此，毫无疑问，他有时会预见到对他低级性格体感兴趣或重要的事件，并或多或少地努力给大脑留下印象

但是，我们应该知道这在普通人身上有多么难：他的自我可能处于半清醒状态，他几乎无法控制自己的各种载体，他被欲望干扰、他大脑以太部分被随意的思想流影响，或者他的肉体受到一些轻微的干扰，所有这些因素都会扭曲或完全压倒从上面带下来的信息，因此，预见未来不成功也就不足为奇。

\* 偶尔，对某个事件的完整和完美的预知从睡眠的领域生动地带回来；

\* 更常见的情况是，画面被扭曲或无法辨认，而有时所传达的只是一种模糊的危险感，

\* 最常见的是，肉体根本没有印象

# 命运还是自由意志？

☀ 人肯定拥有自由意志

☀ 但对于普通人来说，预见他的未来在很大程度上是可能的，因为他没有意志可言

☀ 他在很大程度上是环境的产物，他的业力将他置于特定的环境中，它们是决定他的行为的最重要因素，他的未来可以预见



有人说，当这种预见发生时，它一定只是巧合，因为如果事件真的可以预见，那么它们必须是预先注定的，在这种情况下，人就没有自由意志，换句话说，人掌握不了自己的命运。我们看一下证道学对宿命的看法：

\* 人肯定拥有自由意志。

\* 但对于普通人来说，预见他的未来在很大程度上是可能的，因为他没有意志可言。

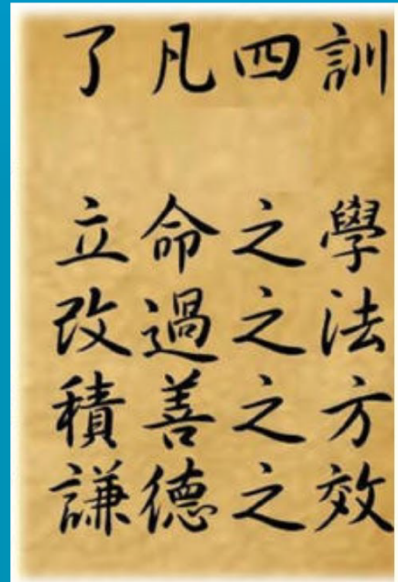
\* 他在很大程度上是环境的产物，他的业力将他置于特定的环境中，它们是决定他的行为的最重要因素，他的未来不仅可以预见，并且可以用数学的精确性来预见。

# 人是自己命运的主人

对于一个人有知识和意志的发达的人来说，预测未来的可能性不大

每个人是自己命运唯一的主人，是自己欢乐痛苦唯一的决定者，是自己生命的酬劳及惩罚的唯一裁判官。

《白莲之歌》



但是，对于一个人有知识和意志的发达的人来说，预测未来的可能性不大。

因为这个人不再是环境的产物，而是在很大程度上是环境的主人。当然，他生命中的主要事件是由他过去的业力预先安排的；但是，他允许它们影响自己的方式，他处理它们的方法，这些都由他自己决定，他的这些态度和行为反过来又成为“因”，会导致不同的“果”，因此没有所谓的预期连锁效应。预测这样的人的未来，最多是个个概率。

《白莲之歌》中给出了三个伟大真理，其中之一就是：每个人是自己命运唯一的主人，是自己欢乐痛苦唯一的决定者，是自己生命的酬劳及惩罚的唯一裁判官。

《了凡四训》说的就是这个道理。在最初，袁了凡听天由命，命被算中，连得到官府几斗米粮都被算准了。后来他知道可以改命，于是奋发上进，真的把自己的命运改了。于是写书教育后代：立命之学，改过之法，积善之方，谦德之效。

## 自我：象征性思维

- ⦿ 当自我在睡眠中离开身体时，它似乎在用符号思考
- ⦿ 在物质界，一个需要很多词来表达的想法，可以通过一个象征性的符号完美地传达给他
- ⦿ 当这样的想法印在大脑中时，就需要“翻译”
- ⦿ 通常，心智会适时地执行这一功能，但有时符号在没有译码的情况下被回忆起来(没被翻译的符号)，然后就会产生混乱
- ⦿ 有人有自己的“翻译词典”
- ⦿ 但每个人的“词典”可能相同吗？



\* 另一个值得注意的点是，当自我在睡眠中离开身体时，他似乎在用符号思考；

\* 在物质界，一个需要很多词来表达的想法，可以通过一个象征性的符号完美地传达给他。有的作曲家的一个梦，是整个一首交响曲；

\* 当这样的想法印在大脑上时，就需要“翻译”；

\* 通常，心智会适时地执行这一功能，但有时符号在没有译码的情况下被回忆起来(没被翻译的符号)，然后就会产生混乱；

\* 有人有自己的“翻译词典”。比如，在《自然之夜》这本书中提到，“一位女士，每当不幸即将来临时，她都会梦见一条大鱼。一天晚上，她梦见这条鱼咬了她小男孩的两根手指。不久，孩子的一名同学用斧头砍伤了他的两根手指。”

\* 但每个人的“词典”可能相同吗？梦见大鱼对于某个女士可能意味着不幸，对一个渔夫来说可能意味着收获。



## 有什么方法可以解释梦境吗？

问：“有解梦的方法吗？例如解梦书中的解释？”

答：“除了‘解梦者’的灵视能力和灵性直觉以外，没有其他。每个做梦的自我都不同，就像我们的身体不同一样。如果宇宙中的一切在物质界的象征都有七个钥匙，那么在更高的层面上，要有多少钥匙呢？” H. P. B.

人类一直有对不确定性和对未来的不安全感，都想知道梦见的到底意味着什么，有人问布拉瓦茨基：

问：有解梦的方法吗？例如解梦书中的解释：

答：除了‘解梦者’的灵视能力和灵性直觉以外，没有其他。每个做梦的自我都不同，就像我们的身体不同一样。如果宇宙中的一切在物质界的象征都有七个钥匙，那么在更高的层面上，要有多少钥匙呢？” H. P. B. 。

# 解梦的困难



乌鸦

不祥，死亡，战争？

OR

智慧，太阳，光明，洞察力，神的信使？



白衣女人

1800 年时

披麻戴孝？

OR  
新娘？

OR  
观音娘娘 / 圣母？



卡尔·荣格  
Karl Jung  
(1875-1961)



人类集体潜意识原型

因为人的进化程度不同，发梦机制不同，文化宗教时代背景不同，多种因素造就一个经历，除非找到源头，否则解梦是非常困难的。

\* 比如梦见乌鸦，是象征不祥，死亡，战争？还是智慧，太阳，光明，洞察力，神的信使？不同宗教和文化的解释是不同的；

\* 梦见一个穿着白衣的女人，在 1800 年时，在中国，是披麻戴孝，还是鬼？在西方，是个新娘还是鬼？有宗教的人可能认为这是观音娘娘或者圣母；

\* 心理学家荣格分析了成千上万个梦，他认为梦是用特殊语言写的书。他的十二个人类集体潜意识的原型能不能算是人类解梦通用手册呢？我个人认为，荣格的观点比一般的解梦书更全面一些，因为他综合了行为，思想和形象。即使这样，也很难解读个人的梦。

总之，如果想解梦，或许意义比形象更重要，培养直觉比别人的解梦书更重要。自己才是最好的解梦人。

# 造梦的因素

- ①自我及其发展状态
- ②星光体，永远因情感和欲望而悸动
- ③以太大脑，不断有各种不连贯的图像扫过它
- ④具有婴儿般半意识的物质大脑，以及它将每种刺激转化为画面的习惯

对梦的回忆 = 对不同层次活动的综合

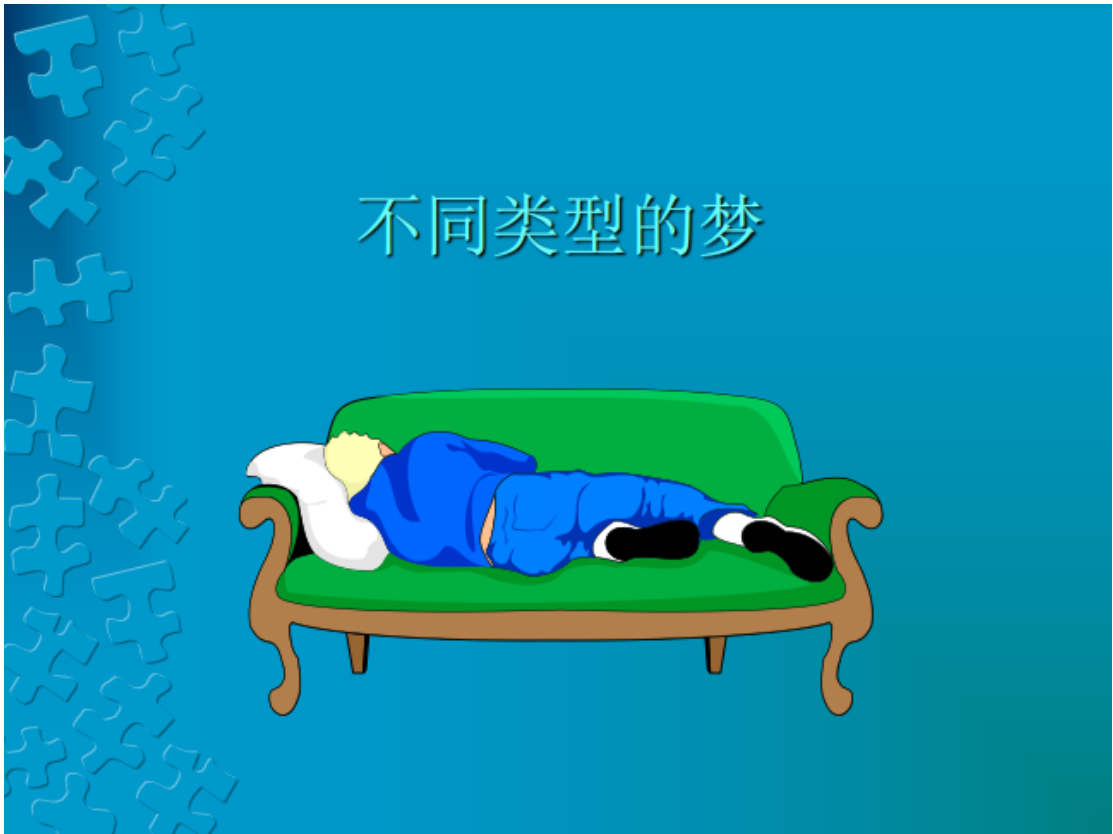


在研究了人类在睡眠中的状况后，我们发现可能与产生梦境有关的因素有：

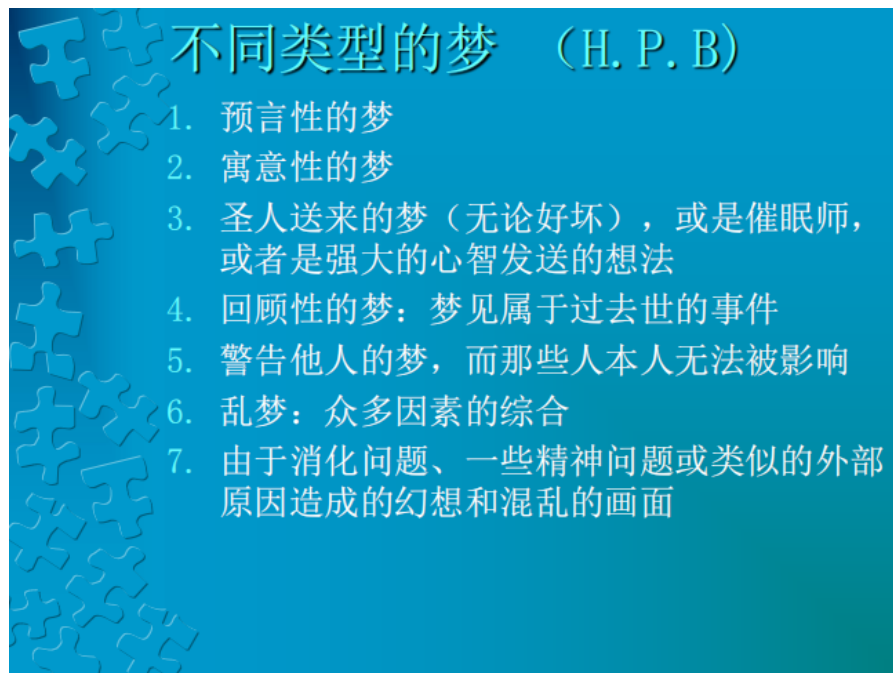
1. 处于不同发展状态的自我，从几乎完全无意识的不发达的人，到完全掌握自己载体能力的人。
2. 星光体，永远因情感和欲望的冲击而悸动。
3. 大脑的以太部分，不断有各种不连贯的图象扫过它。
4. 物质大脑，它具有婴儿般的半意识，并有以画面形式表达每一个刺激的习惯。

当我们入睡时，我们的自我会进一步退出，让他的各种载体比平时更自由地自行其是；但必须记住，所有这些载体自身独立的意识显现时，它们是非常初级的。而且，每一个因素都比平时更容易受到外界印象的影响。

我们不难看到，清醒时对梦回忆，是对所有不同层次的活动综合，通常多少有点混淆。



接下来，我们看看梦的种类。



布拉瓦茨基把梦分为七个大类：

1、预言性的梦。这些是由更高的自我在我们的记忆中留下的深刻印象，通常是清晰明了的：要么是听到的声音，要么是预见到的即将发生的事件；

2、寓意性的梦，或被大脑捕捉到并被我们的想象扭曲的对现实的模糊一瞥。这些通常是半真实的；

3、还有一类梦，无论是好是坏，是圣人，催眠师注入到我们意识中的，或者是非常强大的心智的想法，让我们按照他们的意愿去做。也就是说，这些不是我们自己的东西；

4、回顾性的梦；梦见属于过去世的事件；

5、给别人的梦：警告那些无法留下深刻印象的人。比如，不可见的帮手想救张三，但是张三太不敏感，于是托梦给比较敏感的李四。有些案例在《不可见的帮手》一书中有描述；

6、乱梦，也就是多种因素混杂的梦；

7、由于消化问题、一些精神问题或类似的外部原因引起的，仅仅是幻想和混乱的画面的梦。

我们具体看看其中一些类型。

## 真正的自我所见

- ☀ 自我在更高的自然境界中看到了一些事实
- ☀ 可能是一个更先进的生灵给他留下的印象
- ☀ 无论如何，他知道了一些对他来说很重要的事实
- ☀ 也许，看到了一些荣光而崇高的景象，这鼓励和加强了他
- ☀ 所见足够清晰，并能够穿越所有障碍，在大脑中留有深刻印象的人是幸福的

确切的说，这不是梦


真正的自我所见，虽然在身体睡眠时发生，但确切的说，这不是梦。这是什么情况呢？

- \* 自我在更高的自然境界中看到了一些事实；
- \* 可能是一个更先进的生灵给他留下的印象；
- \* 无论如何，他知道了一些对他来说很重要的事实；
- \* 也许，看到了一些荣光而崇高的景象，这鼓励和加强了他；
- \* 所见足够清晰，并能够穿越所有障碍，在大脑中留有深刻印象的人是幸福的。

其实很多人在濒死经历中看到的属于这种。

## 来自自我：预言性的梦

- 自我自己看到或被告知一些他希望小我为之做好准备的未来事件
- 根据自我的理解能力以及他给物质大脑施加印象的能力，它可能具有不同程度的清晰度和准确度
- 有时，这关于一个严重的事件，比如死亡或灾难
- 在其他情况下，预言的事实显然并不重要，可能是因为人们只记得一些更大事件中的一个微不足道的细节



预言性的梦都来自自我。

\* 自我自己看到或被告知一些他希望小我为之做好准备的未来事件。因为物质界是最低境界，高层的业因最后才在物质界显化。所以站得高可以看得远。就像这两辆车不知道会相遇，但从高处看，知道它们必定会相遇，有时还能精准预测；

\* 根据自我的理解能力以及他给物质大脑施加印象的能力，它可能具有不同程度的清晰度和准确度；

\* 有时，这关于一个严重的事件，比如死亡或灾难，因此自我努力给自己的小我留下深刻印象的动机是显而易见的；

\* 然而，在其他情况下，预言的事实显然并不重要，我们很难理解为什么自我会为此费心。当然，记住的事实可能只是一些更大事件中的一个微不足道的细节，其余的细节并没有印入大脑。

通常，预言性的梦是一种警告，有很多听从警告的人，被从灾难或死亡中拯救出来。但在很多情况下，暗示被忽略了，或者直到事件发生了才理解梦的真正意义。在其他情况下，人们试图根据建议采取行动，但尽管如此，做梦者无法控制的情况还会使预言的事件发生在他身上。

利比德引用 W. T. Stead 先生的《真实鬼故事》（第 77 页）中的一个例子。故事中的主人公是一个铁匠。他知道水轮要修了。一天晚上，他梦见在第二天要放工时，经理让他去修理水轮，他滑了一跤，脚卡在两个轮子当中，后来被截肢了。他醒来后，决定如果要被要求修水轮的话，那天就早点躲开。

第二天，果真经理宣布放工后必须修理水轮，但铁匠跑到附近的一片树林里躲着。这时，发现有人从工厂的木头堆里偷木头。于是他开始奋力追小偷，忘了自己躲起来为什么，结果又跑回了工厂。既然他跑回来了，就不得不修理水轮，然而，尽管他非常小心，还是滑了一跤，脚被两个轮子卡住了，严重压伤，不得不截肢。因此，梦里的预言还是发生了。

## 关于预言性的梦

问：是否那些做预言性的梦的人有灵视能力呢？

答：可以这么说，那些做真正预言性的梦的人，他们的物质大脑和记忆与他们的“高我”的关系和感应比一般人更密切。这种人的自我比其他天赋较低的人更容易在物质大脑和记忆中给这些人留下重要的印象。” H. P. B.

有人问布拉瓦茨基：是否那些做预言性的梦的人有灵视能力呢？

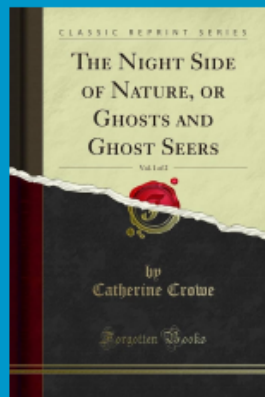
答：可以这么说，那些做真正预言性的梦的人，他们的物质大脑和记忆与他们的“高我”的关系和感应比一般人更密切。这种人的自我比其他天赋较低的人更容易在物质大脑和记忆中给这些人留下重要的印象。” H. P. B.

## 来自自我：象征性的梦

- ☉ 这也是自我所为
- ☉ 它可以被定义为预言性的梦的一个不太成功的变体



Noel Paton  
N.巴顿  
(1821-1901)



The Night Side of Nature by C. Crowe  
《自然之夜 – 鬼与见鬼的故事》 | C.克劳著

- \* 象征性的梦也是自我的工作，
- \* 事实上，可以被定义为预见性的梦不太成功的变体，这是他传达未来信息的一种不完美的翻译努力。

诺埃尔·巴顿爵士在给克劳夫人的一封信中描述了这种梦的一个很好的例子（巴顿是英国一位著名的艺术家和诗人），克劳夫人在《自然之夜》中发表了这封信，这本《自然之夜》有点象英国的《聊斋志异》。这位伟大的艺术家写道：

我母亲的梦是这样的：她站在一个长长的、黑暗的、空荡荡的走廊里；一边是我父亲，另一边是我姐姐，然后是我自己和年龄不等的其他家庭成员，我们都静静地站着。然后，它进来了——那是一个无法想象的东西，投下了可怕的阴影，我妈妈觉得它就是死神。

死神肩上扛着一把沉重的斧头，我妈妈想，他是来一斧子砍死所有的孩子的。这时我妹妹阿列克丝跳了出来，站在死神和我母亲之间。死神举起斧头，朝我姐姐

凯瑟琳砍去。虽然我母亲抓起了一张凳子却无法阻止这一击，因为阿列克丝在他们之间闪来闪去，母亲怕伤到她。

斧头砍了下来，可怜的凯瑟琳倒下了。。。死神再次举起斧头砍向我弟弟，这时阿列克丝已经消失在那个可怕的身形之后，我母亲尖叫着把凳子扔向死神。死神消失了，我母亲醒了。。。

三个月后，我们这些孩子都得了猩红热。我的姐姐凯瑟琳几乎立刻就死了。我母亲在痛苦中想，她因为阿列克丝看起来更加濒临死亡而在她身上倾注过多，而牺牲了凯瑟琳。梦中的预言部分应验了。

我也濒临死亡——医生说我没救了，但我母亲没有放弃我；她对我的康复充满信心。但我母亲为我弟弟的生死担忧，虽然我弟弟看似没有什么危险，但在梦中她看到斧头朝弟弟的头上砍去；母亲记不起来，当那个幽灵消失时，斧头有没有落下来。我弟弟恢复了，但又复发了，几乎没能活下来；但阿列克丝没有活下来，她在生死边缘徘徊了一年零十个月。。。整个梦都成了事实。”

在这个梦里，象征意义的细节十分准确（比如死神，斧头），甚至是为了阿列克丝而牺牲了凯瑟琳这个事实，以及孩子死亡方式的差异都被准确地象征了。

## 夜间得到的指导

- ☉ 一个人可能会成功地在大脑中留下新知识的印象，但没有对这些知识是在哪里或如何获得的记忆
- ☉ 大多数人都会遇到这种情况，即以前无法解决的问题的解决方案突然出现在意识中，或者以前模糊的问题突然清楚

有很多人在夜间得到指导：

\* 一个人可能会成功地在大脑中留下新知识的印象，但没有对这些知识是在哪里或如何获得的记忆

\* 大多数人都会遇到这种情况，即以前无法解决的问题的解决方案突然出现在意识中，或者以前模糊的问题突然清楚

\* 很多情况下，这些知识来自高我或者其他一些更先进的生灵的帮助

# 生动而连贯的梦 - 星光经历

有时，这是一种或多或少准确的记忆，是自我在出离睡眠中的身体时真实的星光体验



Hallucinations; or, The Rational History of Apparitions, Visions, Dreams, Ecstasy, Magnetism, and Somnambulism | Brierre de Boismont  
《幻觉 - 或显灵、幻象、梦境、迷幻、磁力和梦游症的理性历史》| 布里尔·德·布瓦蒙特

\* 生动和连贯的梦是什么？这有时或多或少准确地反映了自我在远离睡眠的身体时发生的真实星光界体验；在星光界的体验又分为在星光界活动的经历，比如飞行，穿墙；

\* 但更常见的是经历自己的情绪和思想，还没有跳出自己的灵光圈，在自己的欲望和惯性思维的泡泡里；

\* 最更常见的是我们刚才分析的，这是自我将一些微不足道的身体感受到的声音或触觉所产生的印象，或者碰巧碰触他的一些随意的想法的戏剧化。

下面是一个关于真正星光体验的梦：

安德鲁·朗先生在《梦与鬼》中引用了法国著名的精神病学家布里尔·德·布瓦蒙特博士(Brierre de Boismont)提供的一个案例。这位医生著有一本先驱性的，叫做《幻觉；或显灵、幻象、梦境、迷幻、磁力和梦游症的理性历史》的书。

“C小姐是一位头脑清醒的女士，婚前住在她叔叔D.的家里，D.是一位著名的

医生，也是该研究所的成员。C 的母亲当时在乡下病得很重。一天晚上，姑娘梦见她的母亲脸色苍白，奄奄一息，尤其为两个孩子不在身边而难过——一个在西班牙，另一个（她自己）在巴黎。

接着，她听到母亲喊自己的教名“夏洛特！”她看到她母亲身边的人从隔壁房间带来了她自己的小侄女夏洛特。病人用一个手势暗示，她想见的不是这个夏洛特，而是她在巴黎的女儿。母亲表现出深深的遗憾；她脸色变了，往后倒了下去，死了。

第二天，C 小姐的忧郁引起了她叔叔的注意。她告诉叔叔自己的梦，叔叔承认她的母亲已经死了。几个月后，当她的叔叔不在的时候，整理了他的文件。其中有一封信，里面写着她母亲去世的故事，并给出了她自己梦想的所有细节，叔叔一直隐瞒着这些细节，以免给她留下太痛苦的印象。”

很明显，在这个案例中，做梦者被爱或焦虑的想法所吸引，在睡眠中真的在星光体中旅行到了她的母亲那里，目睹了各种事件的发生。

# 乱梦

- ☀ 最普遍和最常见的梦
- ☀ 由以下一种或多种原因引起：
  - 物质大脑自动作用产生的不想干的图像
  - 飘过以太大脑的随意思想流的再现
  - 欲望浪潮带来的感性图像
  - 戏剧化的不完美尝试



- 乱梦是最普遍，最常见的梦，
- 可能是由一种或者多种方式造成的。它可能是：
  - 物质大脑自动作用产生的不想干的图像或翻出的回忆
  - 飘过以太大脑的随意思想流的再现
  - 星光界欲望浪潮带来的感性图像或自己欲望的持续
  - 也可能是不是很发达的自我的一些不完美的戏剧化尝试

最常见的是这些因素的混合。这跟大人不在时，小孩子们把所有东西都掏出来乱放，然后自己编故事，过家家差不多。

## 影响你的梦境

在清醒的生活中，要努力培养持续和集中思考的习惯，征服较低的激情，使心灵与更高的事物相协调 - 学习，冥想，服务



现在我们或许知道，为什么我们对梦的记忆往往如此混乱和不合理。但这不是不可改变的。我们是可以影响自己的梦境的。

在清醒的生活中，要努力培养持续和集中思考的习惯，征服较低的激情，使心灵与更高的事物相协调 - 学习，冥想，服务

冥想可以直接帮助我们养成持续和集中思考的习惯，通过不懈的努力，我们可以做到控制思想和欲望，训练大脑只听自我的提示，在不使用时保持静止，并且拒绝接收和回应周围思想海洋的潮流涌动，这样人就会对更高境界的影响更加敏感。在那里，洞察力更敏锐，判断力更真实。冥想的人乱梦少，这是一个事实。

## 影响你的梦境

● 构建一个以太壳，保护你免受外界影响的冲击



我们知道流动的思想流中不可取的思想更多，而且在以太大脑受到干扰时，下载高层次信息会更难。

我们可以制造一个以太壳，免受外界影响的冲击。

一个人在躺下睡觉时想着他的灵光圈；如果他强烈地相信，光环的外表面将成为一个外壳，保护他免受外界影响的冲击，以太物质会服从他的思想；他周围真的会形成一个外壳，粗糙的思想流将被挡在外面。

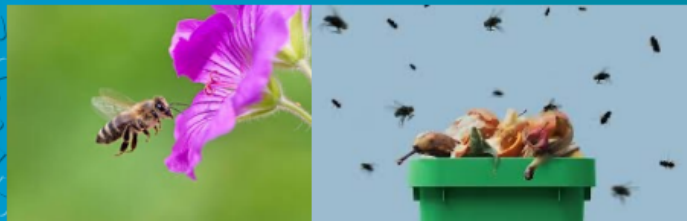
那你说，如果我做一个以太保护壳，阻止别人思想的进入，那么我自己的以太大脑是不是就平静了呢？利比德他们也做了实验，实验证明，它并不平静，而是开始非常缓慢和梦幻般地从过去的记忆中制造图像。但起码这个壳可以阻止外部粗糙影响进入。

## 影响你的梦境

- ☀ 在沉睡之前，将思想提升到最高的层次，专注于崇高神圣的事物
- ☀ 入睡时最后一个念头十分重要，因为它会吸引相应的元素精灵

“在入睡前，让这一天死去。”

克里希那穆提



我们看到，人在睡眠中是多么被动，多么容易受到影响。但是这也可以是个有利条件，我们可以对这个事实加以利用：

\* 如果人进入睡眠状态时，他的思想固定在崇高神圣的事物上，那么他就会吸引其他类似思想所创造的元素体；他的休息是平静的，他的头脑对来自高层次的印象保持开放，对来自低层次的印象保持封闭。相反，如果他入睡时，脑子里漂浮着不纯洁和世俗的想法，他就会吸引所有他周围的同样性质的生灵，而他的睡眠则会被激情和欲望的疯狂冲击所干扰，这使他对来自更高层次的景象视而不见，对声音充耳不闻。

\* 当一个人入睡时，他头脑中最后一个想法是十分重要的。这是绝大多数人从未考虑过的问题，但它对他们的身体、精神和道德都有影响。这就像在一个很开放的空间放一盆花会自动吸引蜜蜂，放一些垃圾会自动吸引苍蝇一样。

克里希那穆提说：“在入睡前，让这一天死去”。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。

# 未来会怎样？

- ☀ 当人类进化和发展他的各种身体时，总有一天，他的睡眠和清醒的生活之间的持续意识将不存在障碍
- ☀ 具体来说，昆达里尼的升起和以太脉轮的唤醒将导致这种成就
- ☀ 我们每个人都潜藏着这样的力量

如果一个人坚持不懈地引导他的灵魂向上，未来会怎样？

- \* 当人类进化和发展他的各种身体时，总有一天，他的睡眠和清醒的生活之间的持续意识将不存在障碍；
- \* 具体来说，昆达里尼的升起和以太脉轮的唤醒将导致这种成就；
- \* 我们每个人都潜藏着这样的力量。

## 圣人不会做梦

“高阶圣人不会做梦。圣人是指已经掌握了包括身体在内的四个低级原则的人，因此不会让肉体为所欲为。他在睡眠中只需简单地麻痹自己的低级自我，就可以完全自由。据我们所知，梦是一种幻觉。那么，当一个圣人摆脱了其他所有幻觉时，他会做梦吗？在睡眠中，他只是生活在另一个更真实的层面中。” H. P. B.



“高阶圣人不会做梦。圣人是指已经掌握了包括身体在内的四个低级原则的人，因此不会让肉体为所欲为。他在睡眠中只需简单地麻痹自己的低级自我，就可以完全自由。据我们所知，梦是一种幻觉。那么，当一个圣人摆脱了其他所有幻觉时，他会做梦吗？在睡眠中，他只是生活在另一个更真实的层面中。” H. P. B.

这就是我们通常所说的“觉悟”。



# 参考资料

- ☉ 梦-C. W. 利比德
- ☉ H. P. 布拉瓦茨基文集 - H. P. 布拉瓦茨基
- ☉ 内在世界-C. W. 利比德
- ☉ 事物的隐藏面-C. W. 利比德
- ☉ 星光体-A. E. 鲍威尔
- ☉ 证道学问答 - P. T. 帕夫里



这是今天讲座使用的参考书。《梦》这本书正在校对，过些日子发行。高光的书籍是有中文版的书籍，请大家关注“证道学世界”公众号或者我们的网站。

新加坡证道学学会  
公众号：证道学世界

中文网站：<https://chinesetheosophy.net/>  
英文资料网站：Theosophy World  
<https://www.theosophy.world>

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，  
请微信至：SLTS1875  
或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)  
如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”  
一栏里直接在网上填表申请



©本讲义来自新加坡证道学学会发行的同名视频的字幕。版权所有。

欢迎注明出处转发，请勿断章取义修改。

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界”公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频以及视频资源”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

## 什么是灵性自我防护，我们真的需要它吗？

讲解：柯特·李蓝德（Kurt Leland）

来源：美国证道学学会

翻译及字幕：Ethan Shaw | 校译：杜巍巍 | 文字整理：唐菩陽

© 2025 中文版权：新加坡证道学学会

什么是灵性自我防护？我们真的需要它吗？如果你在二十年前或者二十五年前问我，我会说：“不，我们其实不需要它。”，但我付出了惨痛的代价。答案是：“需要！”。一旦你成为一位灵性导师，你就会彻底了解灵性自我防护。

那么，什么是灵性自我防护？所谓“灵性”，本意就是“灵魂层面的”。因此灵性自我防护的意思是“灵魂层面的自我防护”。

关于这个主题有很多书，比较著名的作者有狄翁·福春（Dion Fortune）、罗伯特·布鲁斯（Robert Bruce），还有威廉·布鲁姆（William Blume）。我不确定图书馆里是否都有这些书。但威廉·布鲁姆是一个值得关注的作者，我非常喜欢他的作品，就像我说过的，这次讲座是基于我的个人经验，我原本不相信，但我不得不从教训中学习，所以我想和你们谈谈，我所认为是心灵与灵性发展中一个重要的工具，那就是“假定信念”的概念。

“假定信念”指的是，你以“假定它是真的”的方式暂时接受它，就像它是真的一样。只是看看它是否适用于你，这样做要简单得多。而且等你收集了一些证据后再接受或拒绝它，也比一开始就去寻找某种“你能否相信”的证明要容易得多。所以，特别是当我们讲到灵性自我防护，我认为“假定信念”的概念非常重要！真的很重要！

接下来几页幻灯片中，我会展示我认为是的，我的个人世界观。我邀请你们将其作为一组“假定信念”来考虑，也许对你会有帮助。因此，“假定信念”的定义是，它尚未成为你世界观的一部分。我所做的是将它作为一个选项，提供给你考虑，你可以以实验的方式，或暂时地采用它，看看它是否适合你，是否与你的经验相符。如果你发现它们有用，这些假定信念，就可以成为你世界观的一部分。我们的头脑和我们年轻时所受的科学训练，往往倾向于要求某件事必须被证明我们才会接受它，才会相信它。因此，对于心灵和灵性的体验，常常会出现很多困惑。而我

发现“假定信念”的方式，是一个很好的方法，可以帮助我们逐步适应一个概念，看看它是否能解释，内在和外在的体验。然后，最终自然地、实验性地进入这种信念体系。而不是试图先丢弃旧信念，然后用新的来取代它们。但有一个警告是，当你在寻找“证明”时，你往往会收集到等量的支持与反对证据。支持和反对的说法都有依据，我认为这是在生活的各个领域都存在的情况。

现在说说我的世界观，我们生活在一个基于学习与成长原则的宇宙中，也称之为身体、情感、心智与灵性的进化，进化的目标是回归与神圣源头的合一。在完全实现我们所有潜藏的身体、情感、心智与灵性力量之后，完全地觉知这些潜能，并将其显现。成长的方法是通过“入道”（initiation），一个挑战被摆在我们面前，并且持续存在，直到我们具备足够的能力去识别、面对并克服它为止，才算真正完成这个阶段。

我之前把“入道”这个词标红了，是因为我稍后还会再提到它。当我们克服了一个挑战，我们就向源头又迈进了一步，我们常常会感受到一种深切的喜悦或极乐，我们肩负起更高更广的责任，去为那些在回归源头的旅程中，仍在我们“之后”或“之下”的人服务。我们也将面临新的、更艰难的入道挑战需要去克服。

而我相信，整个结构本身，我们宇宙的结构本身就是入道式的。你们当中有些人，如果在网上搜索，会发现我曾经在一系列课程中讲授过关于“入道”的内容，地点是在荷兰纳登的国际证道学中心，我在那里讲过关于“入道”的课，课程是用英语授课，但全程有录影。我相信他们已经把视频上传到他们网站上了，如果你想了解更多关于“入道”这个概念的内容，你可以去看看那些资料。

我们还必须考虑的一件事是，宇宙中的其他生灵，以及我们与他们的关系。当你阅读关于超心理学或灵性自我防护内容时，你一定会遇到一个词：“实体”。人们很喜欢用这个词，好像很有权威感。我认为使用这个词时，有一些问题，这也是我把它放在引号里的原因之一。我们在克服入道挑战时受到其他生灵——‘实体’——的帮助或阻碍，他们是高于、等于或低于我们灵性发展层次的生灵，我们必须学会去吸引或者被吸引，与这些生灵接触，识别并信任这种帮助，让这帮助进入我们的外在与内在生活，并允许它引导我们。

我们也必须学会，怎样识别对我们无益的生灵，并保护自己。无益的表现形式包括，不值得信任的生灵，那些有虚假性吸引力，用所谓的“魅惑”使我们沉迷，

令人迷惑不清，可能会对我们内在或外在生活的完整性，造成伤害或带来危险，它们试图让我们分心或阻碍我们进化。这样的行为必须被拒绝、防御，或驱逐、排除。这些词的区别在于，“驱逐”（Repelled）意味着，你设法在它进入你体内之前，就将它赶走。“排除”（Expelled）则意味着，它可能已经进入了你的灵光圈（气场），或者进入了你的物质身体。

我刚提到的人的灵光圈，实际上既是我们的防护，也是我们最脆弱的部分。我们具备以太体、情感体、思想体和精神体。它们拥有的力量能保护我们，抵御那些无益的，甚至可能有害的生灵。这些身体作为能量层，或称能量鞘，环绕着我们的肉体，这些层合在一起，被称为人的灵光圈。灵光圈的基本层同时也是我们的细微身体，包括以太体，我通常认为它大约延伸到皮肤外九英寸（约 23 厘米）。星光体或情感体，大约从九英寸到十八英寸之间（23-46 厘米）在体外延伸。然后是思想体，从十八到三十六英寸（46-92 厘米）在体外延伸。最后是因果体或灵魂体，大约从三到五英尺（92 厘米到 152 厘米）。在身体外延伸。对于进化更发达的灵魂，有些还能够接触到菩提体这一层，它位于身体五英尺之外（152 厘米），似乎没有上线边界限制。

因此，心灵自我防御意味着学会运用我们的能力，来分辨哪些生灵是有帮助的，哪些则是不利的。同样地，我们的身体免疫系统，学会识别有益细菌，并排斥有害的细菌和病毒。我们很难判断病毒是否有益，所以我在措辞上特别小心，但我们都知道，像肠道益生菌这样的有益细菌的存在。

灵光圈就是我们的灵性免疫系统，每一次与其他生灵的接触，无论是物质或非物质性，是人类或非人类，高于、等于或低于我们灵性发展水平的生灵，都是对我们灵性免疫系统完整性的一次测试，它同时也是我们回归源头旅程中的，一个入道式的挑战。“杀不死我们的，会让我们更强大”，你们有些人可能从《沙丘》系列中知道这句话，但它其实最早出自尼采。而且，在灵性自我防护这方面，这句话确实非常真实。好消息是，大多数我们在灵性层面上需要防护的东西，不会杀死我们，但它们确实会让我们更强大。

那么什么是“入道式的挑战”？我认为它们是对我们在当前阶段，在我们回归源头的旅程中，对自己所知与未知的测试。这些挑战发生在我们的内在世界与外在世界之中。它们通常伴随着我们与陌生情境和生灵的遭遇，而它们要求我们对身

体、情感、心智与灵性能力，有一定的发展并有使用它们的能力。面对一个入道式的挑战时，我们有几种选择：我们可以迈过门槛，采取恰当的行动。我们可以正面回应它，而当我们以强烈的信心，应对挑战时，我们其实是在回忆起自己，对这种情境曾经知道的东西。也许来自我们此生的过去，也可能来自过去世。我们已经掌握的经验，而我们现在只是将那段记忆，带入了今世的意识之中。另一个选择是跨过门槛后又退回来，说明你还没有准备好，去真正面对那个挑战，还没有准备好迎接它。第三种选择是，走到门槛前，在跨越之前先做思考。换句话说，做准备，收集信息。最后一种情况是，转身离开门槛。这可能表示你在抗拒，或拒绝成长，拒绝你成长的下一步。

当我们顺利完成一次入道式挑战时，我们就把它留在了身后。此时的我们更有智慧，更有技巧，也许更心怀喜悦。而且，希望我们已经准备好，迎接下一个挑战。我之所以要在“喜悦”前加上“也许”这个词，是因为不是每个人都喜欢“我们生活在一个以入道的形式生活的宇宙”这种说法。有些人可能更喜欢更舒适一点的说法。但我喜欢提醒人们：无聊和舒适，通常是并存的，而真正的冒险，从来都不会令人舒适。

入道式的挑战，当然是一种内在与外在的冒险，确确实实是冒险之旅。如果一个入道式的挑战没有被完成，它往往会重复出现，直到我们从中学到所有教训。你可以称之为：分期付款式的成长。这一点非常重要！成长可以是自然的、缓慢的。我们可以暂停一会儿，等待缺失的信息，慢慢到位。我们也可以向“值班者”询问或祈祷，请求他们放慢进程，免得我们被压垮。

我有个朋友，是心理治疗师，也是一位虔诚的佛教修行者。她会用“向值班者祈祷”这句话，她的祈祷不是针对某位特定对象，她只是相信一定会有人听到，并会处理好这件事，名字其实并不重要。

当我们抗拒入道式的挑战时，我称之为“恩典机器”（Grace Machine）的机制就会启动，也就是因果业报（Karma）。它会引导人们回归源头，与源头相连的体验确实会带来喜悦，这也是我称它为“恩典机器”的原因之一。我目前用这个说法是为了避免使用“因果业报”这个词，我这么用，是因为我觉得“业力”这个词已经被过度二元化，变成了“善业”和“恶业”。比如积善得福报，避免造恶业等等。甚至还包括了“消业”这种概念，免掉恶业的结果。

我的感觉是，无论我们做了什么，都是出于无明。然而，我们所处的宇宙是建立在成长的法则之上的，源头把我们推出来，让我们开始这段旅程，并邀请我们，回归到与它的合一。如果我们参与其中，这将是一个充满喜悦的过程。而恩典机制，就是在我们因为无明而偏离方向时，或是背离了宇宙法则时所发生的事。那是一种回应，恩典机器的运作方式通常是温和的，但如果我们不听从它，它会越来越坚定，施加越来越多的压力，它的强度通常是根据我们抗拒的程度来调节的，直到我们接受挑战并成功完成为止。

我想我们都经历过这种情况，无论我们多么努力想要逃避某种情境或某个人，那个情境或那个人总是会反复出现在我们生活中。一次又一次，直到我们最终去面对它，直到我们处理它为止，如果他们没有出现在我们的清醒生活中，就会出现在我们的梦里，来提醒我们，还有事情未完成，还有事没有解决。

现在我们要开始过渡到一个新话题，那就是“实体”这个词，被视为是有问题的，我所说的“恩典机器的代理者”，就是那些灵性导师，他们以我们知情或不知情的方式，协助我们，将我们引导回源头。但他们常常被误认为是负面实体，原因是他们看起来，好像违背了我们的意愿，而这正是关于灵性自我防护中，一个非常重要的需要理解的点。如果我们真的很想做一件事，而我们的灵魂，或是我们某个更高层次的自我，或是某个教导我们的生灵，不希望我们去做，我们就会立即称他们为“邪恶的”，我们就会不理他们，并尽一切努力不与他们接触。

在心灵自我防卫中，最重要的任务之一就是能够分辨出，那些“愤怒相的教导者”（忿怒本尊），和“慈悲相的教导者”（寂静本尊）之间的区别，这是最重要的辨别之一。这些术语借用于藏传佛教，出自《西藏度亡经》（Tibetan Book of the Dead），当你死后，你会被邀请，进入诸佛和菩萨的世界，通过慈爱而富有同情心的神佛来显现。他们充满慈悲，支持你做出那个选择。问题是，这些生灵太崇高，并且具有强烈的能量，以至于把你吓坏了，你就跑了。但是，如果你还是有意愿，进入众佛与菩萨的世界。在下一轮，你会遇到忿怒本尊，希望这些本尊能让你吓得，愿意投奔佛陀和菩萨，向祂们寻求皈依。然而，大多数人，也会从他们那里逃跑。其实，慈悲的本尊和忿怒的本尊之间并没有太大区别，没有本质区别，只是忿怒本尊的声音大得多。《西藏度亡经》中说，如果你不断逃跑，不停地逃避，

你就会进入唯一一个看似安全的地方。看似是安全的，那就是子宫，为你下一世的投生做准备。

我们之所以会对恩典机器的代理者有问题，是因为他们看起来比我们强大，而这常常让我们感到害怕，他们似乎违背了我们的意愿，似乎阻碍了我们。就像我前面提到的那样，我们常常不喜欢他们引导我们时所经历的事情，即使那些事情对我们是有益的，即使是对我们好的，我们无法理解这种经历为何是必要的，为什么它对我们的成长有帮助，也许这只是意味着我们不知道如何从中学习，我们不懂得如何学习。我前面提到“无明”这个词，本质上指的就是这个意思，我们不知道该如何从这些设置在我们面前的入道式挑战中学习，我们无法从中学习。

现在，让我们来深入探讨一下。深入探讨“实体”这个词为何存在问题，它总是被用来指称那些和我们不尽相同的生灵，我们甚至可以说一个说不同语言的人，也可以被叫做一个“实体”。我们通常不会这么做，但我们要问的是，把某人称为物质“实体”，和把某人称为非物质“实体”，这两者有什么区别？那些非物质的实体可能非常有帮助，而我们只是难以理解他们与我们的差异。我们搞不清楚这种差异，因此我们会感到害怕，所以我们称他们为“实体”，而不是欢迎他们作为潜在的老师。所以，“实体”这个词还强化了差异，而不是相似或同一性的观念。

在我看来，实体这个词意味着，它是某种容器，容器里面有一个“我”，而使用这个词的人，其实是在强调“我的容器足够强大，外在的生灵没办法进入我的内部”。但不幸的是，我会在另一张幻灯片中指出，任何与非物质生灵的互动或交流，都要求我们的边界，必须具有某种程度的渗透性，也就是说要能穿透。

所以，“实体”这个词又一次强化了分离，而不是亲缘或关联的观念。它倾向于被我们的喜好和厌恶所极化。例如，你会看到书中有这样的句子，或者博客中使用“实体”这个词，还有类似的说法，正面”和“负面”实体，甚至还有这种流行的俚语，“Negs”（负能量体），听起来也许很酷，但它其实带有贬义，就像我们可能会对来自其他国家的人，说一些贬低的话一样，是一样的道理。

所以，这就是“实体”一词的问题。它是基于恐惧的，所有的实体都会被假定为对我们自我边界的威胁，对我们的自主性，对我们的主观能动性、完整性，甚至在某些情况下，对我们自身存在的威胁。问题在于我们从未问过它们，一旦你使用了“实体”这个词，如果你在上述任何层面上感到恐惧，你就不会去问这个实体到

底是什么？它为何而来？它是否能够为你做些什么？你甚至无法分辨，它是有害还是有益的？你根本分不清它是敌是友。但“实体”这个词的问题在于，它默认了一个假设，所有与你分离的其他存在，在某种程度上都是一种威胁。正如我之前提到的，在与其他生灵的接触中，要识别、互动与交流，都需要能量场接触，或者说低强度的接触，可以说是，能量场之间相互摩擦。这就提供了一个非常基础的信息量，告诉你你是谁，以及他人是谁。比如你是否喜欢他们，或不喜欢他们。

与非物质生灵的互动也是一样，情况完全类似，如果你想要有更深入互动，那么能量场的重叠，也就是你们的边界开始互相渗透，那就会成为你的真实体验。

这算是一种中等强度的接触，在这种情况下，它虽然不完全等同于“意识融合”（Mind Meld），但确实是一种信息的共享。而且，很明显，在允许这种事情发生之前，你必须自己有足够的的安全感和信任感，才能敞开自己。我们通常在亲密关系中练习这种方式，也就是我们所谓的爱情关系中，与某人长时间相处的状态，通过能量场的持续接触，仅仅通过一起生活，希望这样的接触不要让我们，反而把自我边界强化到，最终变成两个只是住在一起的人，变得彼此隔离，希望最终在某个时刻，能量产生重叠，并由此发展出一种，彼此支持的感觉。

这种情况也可能发生在，与非物质生灵中的接触中发生，只要它们是“对的那种”，也有可能可能会出现临时的能量场融合，这是一种更高强度的体验，但这不是附体，而实际上是一种沟通的形式。

关于这种体验，我可以分享一个我自身经验的故事。我感觉自己像是在海洋中游泳，但那是一片意识之海，那是一个夜晚发生的事。我意识到自己正处在两个生灵的附近，他们非常接近我，当我靠近他们时，我意识到，我所处的这个意识之海，其实是他们彼此之间交流时共享的能量场。而让我难以承受的问题是，这里面的爱，比我在任何其他情境中，所体验过的爱都要强烈。无论是物质的还是非物质的爱，都与之完全无法比拟，这爱压倒一切，我有点像是在游到水面上去逃离，因为那种感觉太强烈了，我承受不了，然后我看到那只是因为，这两个非物质生灵，正在彼此交谈，那爱，比我个人所经历过的任何爱，都要深刻。

当你开始明白，我们不能将其他生灵视作“实体”时，很多教义也就随之展开了。也就是说，不应总想着，要去防备他们以保护自己。源头是爱，所以每当你靠近源头时，你可以确定你所体验到的，就会是我刚才所描述的那种状态。为了让这

些体验不至于令人恐惧，我们每个人都需要拥有更高程度的真实自我认知，超过我们在某个特定时刻所具备的程度。而真正的自我认知，关系到我们被创造出来的目的与本质，我们对自己越了解，我们就越能抵御被其他存有所占据或控制的风险。而恐惧意味着，我们尚未拥有这样的认知。

接下来这一页是，奥地利波希米亚诗人，莱内·玛利亚·里尔克(Rainer Maria Rilke)的一首诗的开头，这是他第一首《杜伊诺哀歌》(Duino Elegies)的开篇。它完美地描绘了我刚才所谈到的内容，这整段是一个段落，因为我无法分成诗行，而且这是我自己从德文翻译的版本，请见谅。

“如果我呼喊  
有哪一位天使会听见？  
若有一位听见了  
忽然将我紧拥入怀  
我是否会被他的伟大吞没？  
因为，美，不过是那几近无法承受的恐惧的开端  
在它平静地轻视我们的毁灭时  
使我们困惑迷乱  
每一位天使都是可怕的”

天使远比我们高等得多，这正是为什么这首诗中对天使、灵感的天使的呼唤，是如此适合用来说明，当与另一个生灵通过“能量重叠”进行交流时，意味着什么。

在这个例子中，是为了获取灵感，为了艺术创作而沟通，我很喜欢这一点，如果我们能停留在那种感觉很美的部分，我们会感到兴奋。它可能会让人觉得危险，但不会恐怖到让我们被吞噬的程度，我们必须学会如何辨别这之间的差异。根据我的理解、经验，以及我在课堂上的教学，还有发生在我身上的各种事情，特别是在我睡眠中探索其他境界时，我了解到所谓的“负面实体”，其实只有很少几种是“潜在”的负面“实体”。我将“潜在的”一词特意强调，因为在大多数情况下，实体并不危险，除非我们自身在某方面是脆弱的，是我们内在有某种东西，将它们吸引到了我们身边。所以，所谓的“潜在负面实体”种类包括，有意或无意有害的思想形状，以及那些背后的“信使”，也就是携带这些思想的生灵。

这个话题我在去年的一次讲座和工作坊中深入探讨过。我很确定那个讲座可以在美国证道学学会的 YouTube 频道上找到，大家可以去搜一下。所谓“有意的有害思想形状”，比如说，你憎恨某人，你会向他们发出这种想法，并可能对那个人产生影响，这就是西欧民间信仰中所谓“邪眼”（Evil Eye）的基础，也就是通过恶意念力对他人施加影响。

而“无意的有害思想形状”则发生在，我们过度依附某人时，我们可能真的爱他们，也渴望被爱，但当我们对他们过于依恋时，我们会向他们发出某种念头，将他们以某种方式与我们捆绑在一起，这对他们来说也可能是有害的。

我将“信使”这个词大写，有几个原因，一个原因是，“Angeloi”这个希腊词的本义，就是“信使”。在证道学的体系中，天使属于一种被称为“天使演化”（Deva Evolution）的进化系统。它与人类的进化是平行进行的，是一种不同的生命体，而“天使演化”的一个层次，就是我所说的“信使”。他们负责传递这些思想形状，这些生灵本身是完全中立的，他们不在乎他们所携带的思想，是有意还是无意的有害，或者是否在某种程度上是有益的，他们只是起到信使的作用。我们需要知道如何应对这些“信使”。

接下来一种潜在的负面实体是，那些刚刚去世，可能试图通过我们来释放未表达的负面情绪和未满足的欲望的灵魂。他们可能通过我们来进行这种释放，我自己亲身经历过这种情况，而且这并不是一个愉快的体验，但它是一次很好的学习经历。在某种程度上，这对死者也有帮助。因为，这帮助他们在死后穿越星光界，这些境界与旧的天主教信仰中“炼狱”的概念比较相似。过去，天主教徒被教导要为灵魂祈祷，帮助他们穿越炼狱。其基础就是，让他们携带的未释放能量，可以通过某种方式被引导回物质现实中，就像闪电可以被避雷针引入大地一样，而不会烧毁房屋。如果你知道自己在做什么，你就可以成为那种为别人导引闪电的避雷针。如果你知道那是什么的话，如果你无意中在这么做，你可以关闭自己，让这个过程停止。

最后一种是那些试图掌控我们的“黑暗魔法师”，我勉强使用了“黑暗”这个词，我其实并不想使用“邪恶”这个词，我也不想用“黑”这个词，现在每个人似乎都倾向使用“黑暗”这个词。有时人们喜欢“黑暗奇幻”这样的词语，它属于某些小说文学的不同类型或流派。但在某种意义上，确实可以区分：一类是支持我们成长的灵性生灵；另一类则是试图限制或控制我们。大家都明白我说的“黑暗魔法

师”是什么意思，这个词其实很有共识，大家听得懂，他们确实存在。但他们中也存在一种，被称为“悔改的黑暗魔法师”的形式，这是你很少能在书里读到的，很少有人讲。因为“悔改的黑暗魔法师”的任务之一，就是通过吓唬我们，来把我们赶回通往本源的道路上。这正是他们赎回过去的罪过，在前世中可能利用过我们的方式之一。

最后，就是那些混乱或毁灭性的力量或生灵，在某些来源中，这些被称为“壳”（Qlippoth）。这个术语来自卡巴拉（犹太神秘学），有一种流行的黑暗魔法形式，我把它归为黑魔法，叫做混沌魔法（Chaos Magick）。它与这些实体有关，关于它们的一个好消息是，如果你不召唤它们，你很可能永远不会遇见它们，或以任何方式与它们打交道。所以，最快的灵性自我防护方式是，不要读那些书，不要尝试那些咒语，不要点那些蜡烛，不要做那类的事情。做这些事情的人，其实是在为人类进行美妙的实验。我希望他们能活下来，即使他们没能活下来，我们也可以从中学到一些东西。

所有其他所谓的“负面实体”，其实都是正面或中性的“实体”。只是我们还没有准备好与他们接触，我们感到害怕，是因为我们能感受到，他们想要与我们交流的渴望，而我们害怕，因为我们以为他们要入侵我们，其实只需要我们的灵光圈稍微和他们有点重叠就够了。

所以，讲了这么多关于“实体”的事，我们就叫它们“生灵”好了，从现在开始，用“生灵”这个词，不再说“实体”。那么，我们在这里谈论的是哪些类型的生灵呢？基本分类是：物质生灵、非物质生灵。可以分为人类，以及非人类生灵。

然后你还可以有这些之间的各种组合，有物质身体的人类，比如其他人，与我们有亲缘关系或没有关系的各种类型的人。也可以是有物质体但非人类的生灵，比如动物。我可能会把神秘生物和外星生灵也放在这里，我有个朋友很喜欢涉猎这些东西，它们是否是物质性的，我不确定。因为我自己没遇到过它们，那我们就得像对待危险动物一样来对待它们，也就是说，别去它们出现的地方。当然，也有人在试图证明它们是否存在。他们经常在这个问题的双方面搜集证据，到处寻找它们，也可以说是在为人类进行实验或探索。

非物质的人类和其他类型，鬼魂、亡者、不可见的帮手，他们是活着的人，但通常在夜间于星光界工作，帮助已经去世的人。有时也帮助仍在物质世界中的人，

还有那些参与更高灵性教导的，真师们（Master or Mahatma）。你也可以接触到非物质且非人类的生灵，比如我之前提到的天使演化，包括自然精灵、仙子和天使。

在我提到的入道考验中，有一些基本的测试，来判断你是否有能力辨别这些不同层级的生灵，你是否能够分清楚它们之间的差别。你会在证道学文献中经常看到一点，要小心自然精灵，因为据说它们不可信，会试图欺骗你，它们会试着戏弄你。我的看法是，基于灵性免疫系统的概念，如果它们能骗我们，那说明我们“可被欺骗”，而我们需要意识到这一点，我们“可被骗”是有原因的，我们要消除这个原因。当我们解决了这个问题时候，我们的灵性免疫系统就被强化了，那时我们意识到，它们只是在开玩笑。因为，它们在我们的灵光圈中看到了，某些能引起我们巨大反应的东西，而那对它们来说很好玩，那这其实完全是无害的，如果我们不把它们当作“实体”的话。

接下来是不同层次的生灵，再次强调，这仍然是辨别力的问题。有些生灵的发展水平比我们低，或者说发展得比我们慢，它们可能具有误导性、干扰性、诱惑性或令人厌烦。但只有当我们“容易上当”时才会受它们影响。还有些生灵与我们的发展水平相当，处于同一发展阶段，但它们也未必都是可信的。我指的是物质层面上的人类，我们信任的人，以及我们不信任的人，还有在出体状态下遇到的任何人类或类似人类的生灵，我们基本都要以同样方式对待他们。但我们也要保持开放的心态，愿意相信他们可能是可信的，但我们不能完全信任他们，也不能完全关闭自己，我们必须运用内在感官来培养辨别力。

最后，还有那些在发展上比我们更高的生灵，他们可能力量强大、令人恐惧。但也可能是我们灵性道路上的强力导师，非常有帮助的老师。比如在藏传佛教中，忿怒本尊据说可以帮助我们破除幻象。他们通常被描绘成拥有锋利的武器、尖牙，无数只手臂，带着被撕下的头骨，从胸膛中挖出心脏，等等。

这些意象其实非常接近萨满传统，因为那些研究萨满教的人会发现，在萨满传统中有一种称为“死亡与肢解”的情境，它是一种进入灵界入门仪式，也是进入萨满状态的过程之一。刚才我讲的那些事情都会发生，你被分解然后重新组合，希望你重组之后变成了一个更好的人，并拥有治愈的能力。藏传佛教中的冥想也是同样

的，在那种冥想中，你会邀请这些忿怒本尊进入你的内在，让他们帮助你斩断各种幻象，包括你手中、心中或头脑中那些紧抓不放的事物。

我们需要学会如何辨别其他生灵的意图，他们可能是友善的，也可能不友善。

我想指出一点，我常使用极性对比，是因为这最容易辨别，这是最简单的判断方式。一个生灵是否友善，有些你分辨不出来的，可能只是中性，但至少不是不友善的。还有吸引人或不吸引人，比如说仙子，在很多例子中，那些长得好看的仙子反而是危险的，而那些不怎么好看的才是安全的。在所有童话故事里，那些长得不好看的，才是最终会实现你愿望的那种，但你得先克服他们的丑，然后你才敢开口请求。那些好看的仙子往往会让你惹上麻烦，你必须问问自己，它们是有益的，还是有害的。它们是支持你，还是想要控制你？

我有一个口头禅：“永远是下承之力，绝不是上压之力”。我也努力这样生活，我认为这也是一种理解他人或其他生灵如何与你互动的有用方式。他们是给予你支持的“下承之力”吗？如果是，是支持性的，那通常意味着安全。他们是“上压之力”吗？他们是想控制你吗？那些狡猾的生灵，所谓的黑暗魔法师，有时会在表面上看似支持你，但实际上却在背后施加他们的意志控制你。

正如我刚才所说的寂静本尊与忿怒本尊，寂静本尊是那种温和包容的灵性导师。而忿怒本尊，是那些带来挑战的存有，是让你成长的。我们需要学会意识到，挑战性的生灵并不一定是无益的，不友善的、不吸引人的或控制欲强的。我们要明白，其实他们也可能对我们非常有益。

然后是中性或未知的类型，“未知”在这里的意思是，你暂时别接触那边，因为你还没有准备好。我在自己和他人身上注意到一些辨别能力上的问题，例如误判那些试图警告我们或帮助我们的高等生灵。比如说你进入了精灵的领地，而那个精灵不希望你进去，于是它现身吓唬你走开，它只是做了必要的事情，让你明白你还没准备好进去，你也没有被邀请，他们不希望你靠近那里。然后你却觉得那是个邪恶的精灵，因为它违背了你的意志。

所以显然这种情况，可以适用于很多不同层级的生灵。我们唯有在内心真正敞开时才能正确地辨别，因为是心轮通过共情，帮我们判断一个生灵是友善还是不友善，因为我们会感受到心轮关闭，我们的头脑不会决定，我们会感觉到心轮关闭。

这只是一个例子，表面上看起来有吸引力或乐于助人的生灵，其实是在诱惑、诱捕或控制我们。来自友善生灵的沟通被误解为越界的入侵，再说一次，必须有某种形式的接触，他们不是想附身我们。中性生灵传递有害信息，就是我之前提到的思想形状信使就是这些。

什么是真正的“负面”行为？同样，这些是主观的，因此加上了引号。劝告，或我们不愿听、不愿接受的劝告或警告。就像我之前说的那个精灵，或者一个天使。因为我们不喜欢它，所以我们认为那个天使是邪恶的，然后我们就无法获得我们真正需要的帮助，我们必须努力不去带有那样的看法。

毁坏，一般来说，这通常是某种展示。让我们看到自己是如何伤害自己的，这种伤害被反射给我们看。比如说：喝酒。这通常会打开我们的星光层，让它与其他生灵发生互动。同时也会让我们更难关闭对这些生灵的边界。所以我们可能需要意识到自己的边界已经打开了，我们可能需要意识到喝酒会导致这种情况，我们可能觉得这些生灵正在伤害我们。但它们其实是在测试我们的免疫系统。它们只是在说：“不要再这样做了”。我认为真正想摧毁我们的生灵是非常少见的，就像有些细菌其实也并不真的想摧毁我们一样。它们可能需要我们，我们也可能需要它们，彼此在消化道中互相支持。

第三种负面行为形式是，夺取我们的注意力、时间、能量和生命力。这基本上就是同一种形式的侵占。我们对此类掠夺行为非常脆弱，我们容易分心，我们容易被诱惑。灵性实体或生灵进入我们梦中，表现得很有诱惑力，并以某种方式吸取我们的生命力，这个说法是有一定道理的。但再一次重申，它是在提醒我们，我们是脆弱的，我们无法分辨。一个正在吸取我们性能量的人，和另一个给我们带来快感或刺激的人到底有什么不同？

第四种负面行为，我将三种合在一起讲，因为没有这个词能完全涵盖它们。我称之为：误导、操控或掠夺。基本上，这正是那些自恋者、黑暗共情者，这是一种新的心理学术语，你可以去查一下，以及黑魔法师们常常使用的手段。误导、操控或掠夺我们，通过爱与性，通过善意，通过为他人服务的愿望。尤其是通过利用人生使命，他们试图夺取我们的人生使命，让我们为他们工作，或在他们之下工作，以支持他们的目的，从而放弃我们自己的道路。有时候，他们甚至会夺走我们的主权，威胁我们的自主性。很明显，这些才是真正危险的生灵。

最后讲一种在其他书里不太会提到的，我称它为“纠缠”。任何形式的有害魔法，都会让你与目标对象纠缠在一起。任何对另一个生灵的承诺，无论是物质的还是非物质的，或者一个誓言，也会使你与其他生灵产生纠缠。魔法的召唤或契约也是一样的。最终，业力本身也是一种纠缠，尤其是当你曾犯下极其严重的业力行为时，如奴役、折磨、杀戮等。

现在，了解这一点非常重要。不仅是因为我们与人类的互动，而是因为那种魔法，那种召唤一位天神进入魔法圈的魔法，然后试图奴役那个生灵，这会造成一种业力。而据我理解。一旦我们从与所有人类之间所积累的业力中解脱出来，我们还必须对那些在我们诸多世中，与我们产生纠缠的天神清理业债，这包括我们所经历的所有世的人生。幸运的是，到那个时候，我们通常，在灵性上已经足够成熟，能够理解那是什么，它意味着什么，并且愿意去做那种清业。

那么接下来我会以一个每日灵修练习作为结尾。我认为这个练习本身，就有很大的潜力，可以在心理和灵性层面上保护我们。我得告诉你们，我教导心理与灵性成长已经有二十五年了。而这个每日灵修练习，我大概在过去五六年里，一直在教给我的学生群体，我不明白为什么没人理解它，是因为它太简单了吗？这是问题所在吗？我觉得如果他们愿意做这个练习，就不会带着那么多问题来了。

1) 总之，“到场”是这个每日灵修练习的第一个要素。在每一刻都“到场”，带着开放式的好奇心，这基本上就是治疗焦虑的方法。很多人常常害怕只是去面对、去看看那里到底有什么。但你知道，我得说，真正会立刻致命的事情非常少，有些确实会，但不是所有事都这样。而当你让自己陷入焦虑时，那种感觉就像真的会死一样。

2) 要全然地活在当下，也就是不后悔过去，也不为未来焦虑，这就意味着真正地活在当下这一刻。我的一位内在灵性导师曾说：“如果你活在时空之中，那你永远只有下一步要走”。这是你唯一需要专注的事，就是这唯一的一步。

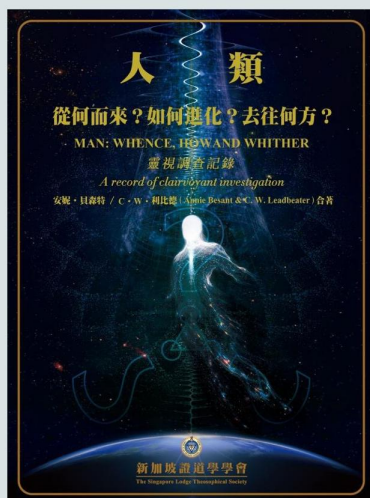
如今我们的社会正在用千万种方式分散我们的专注力，我们的意念被撕裂，一分为百，所以想要真正活在当下是很困难的，因为我们已经忘记该怎么做，或者说我们从未学会如何做。因为我们的注意力一直在电脑和手机上，远远超出了对我们真正有益的程度。我经常搭乘波士顿的公共交通，而问题是，90%的人面前都拿着

手机，他们全程都盯着手机看，整段时间都不抬头，所以根本没有机会去认识人或与人互动。

3) 在思想、情感、言语和行为上，善待自己，也善待他人。这一点我直接借鉴自安妮·贝森特，这是一个非常证道学派的方式。用来理解并发展“世界大同”或“众生一体”的思想，这也是修行中更难的一部分之一。因为我们必须努力去做到，尤其是在思想中善待自己和他人，对自己与他人保持友善。

4) 最后，去做一件能让人共享喜悦的事。我把“共享”这个词加上括号。因为它可以是个人的喜悦，也可以是彼此共享的，一种与他人同在的喜悦。我对这一步的理解是：去寻找那个“最合适的下一步”。所以我们面前总会有一个“下一步”，而且通常也会有一个正确的“下一步”就在眼前。但真正正确的“下一步”，远比所有可能的“下一步”要少得多。而“正确、最佳的下一步”是那种，肯定是有益于整体福祉的那一步。当我们找到这一步时，喜悦就会最强烈。无论那是我们为自己找到的，还是在与他人共同经历中找到的，一种共同体验中所发现的那种喜悦，我不会问你们是否觉得这很难，但根据我的经验，可以先把它当成一种“假定信念”来尝试，看看你实践后的感受，然后等我明年再来时，告诉我你的体会。

## 新加坡证道学学会2025年系列讲座 5



Man - Whence, How and Whither  
《人类：从何而来？如何进化？去向何方？》

*A RECORD OF CLAIRVOYANT  
INVESTIGATION*  
灵视调查记录

BY  
ANNIE BESANT AND C. W. LEADBEATER  
安妮·贝森特 & C.W.利比德



2025年9月21日

我们究竟从何而来？我们如何演进到如今的状态？我们又将去向何方？

这部著作并非一部推测性的虚构作品，而是旨在通过一种独特的认知方法，为这些永恒的哲学命题提供直接而详尽的解答。

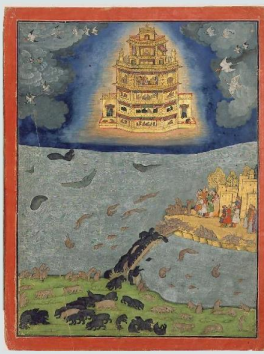
案例：玻利维亚 – 神奇的Puma Punku





“他们以极高的精度切割并拼合巨大的石块，使得接缝几乎难以察觉；然后，他们会用黏土涂抹住每个接缝的外侧，再以一种滚烫的流体状态，将他们的“砂浆”灌入其中。尽管石块间的缝隙极为微小，这种流体也能找到并填满它们；待其冷却之后，便会凝固得如同燧石——事实上，其外观也与燧石非常相似。之后，外侧的黏土被刮去，墙壁便告完成；即便在数个世纪之后，石墙上偶尔会出现裂缝，也绝不会出现在任何接缝之处，因为这些接缝甚至比石头本身还要坚固。”

-引自本书



महाभारतम् आदिपर्व ६४

Mahabharata - Volume 1 - Adi Parva - 064

摩诃婆罗多 - 第一卷 - 初篇 - 064

दैवोपभोग्यं दिव्यं त्वामाकाशे स्फटिकं महत्! आकाशगं त्वां  
मददत्तं विमानमुपपत्स्यते॥१३॥

天界享用的神圣之物，晶莹剔透，巨大无比。你将在天  
空中飞翔，我赐予你的飞行器即将降临

त्वमेकः सर्वमर्त्येषु विमानवरमास्थितः। चरिष्यस्युपरिस्थो हि  
देवो विग्रहवानिव॥१४॥

你独坐于众生之上，驾驭至高之飞行器。如神祇般具形，  
你将翱翔于天际

“然而，这样的城市必然会暴露在来自上方的攻击之下。而亚特兰蒂斯人已将飞船——我们今天会称之为飞机——的制造技术发展到了一个极高的水准；如果这样一座城市遭到攻击，这些“战鸟”便会被派往其上空盘旋，并向城中投下能在空中爆炸的炸弹，释放出能毁灭人类生命的、沉重的有毒蒸汽雨。在印度教的伟大史诗和《往事书》所记述的冲突中，便可以找到对这些武器的影射。他们还有能够发射成捆火箭的武器，这些火箭如致命的飞弹般在空中飞驰，并四散开来；此外还有许多其他类似的武器，它们都是由精通高等科学知识分支的人所建造的。在上文提及的那些极为古老的典籍中，对这些武器多有描述，并提及它们是由某个更高等的生灵所赐予的。建造它们所需的技术知识，从未向大众普及过。” -引自本书

## 第一部分：证道学的进化框架

### 1.1 基础原则与研究方法

该著作的理论基础与研究方法，旨在为一种深奥的知识体系赋予合法性与系统性，试图在灵性启示与科学理性之间架起一座桥梁。

#### 1.1.1 研究方法：灵视观察

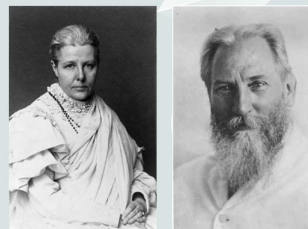
该研究的核心方法论为“灵视”（Clairvoyant Observation）。本书强调，灵视并非超自然的奇迹或少数精英的专属馈赠，而是一种自然的、潜藏于全人类内在的官能，可通过特定的努力与训练提前唤醒。作者承认，向未曾亲身体验之人证实灵视的真实性是极为困难的，其难度堪比向盲人描述色彩。

这项研究工作具有明确的时间与空间背景：于1910年盛夏在印度的阿迪亚进行。作者安妮·贝森特与C.W.利比德每周进行五个夜晚的观察，并由两位助手将其口述内容一字不差地笔录下来。

**证道学学会灵视文献发表的要求：**

1. 主观灵视力 - 可控，有意识，知道自己到达的境界
2. 两人以上的印证。

这种系统化的流程——固定的观察、逐字的记录、以及对一个既有“进化宏大纲领”的遵循——旨在将其深奥的研究置于一种类似经验主义的（尽管是非物质的）调查范式之内，从而将证道学定位为一门“灵性科学”。



1910年~1912年，安妮·贝森特和利比德计划研究因果业报如何在人的生命中发挥作用。为此，他们挑选了自己的一些好友，开始调查他们的前世。他们一世一世地研究。从我们现在的进化链开始，他们回到了前一个宇宙显化期的进化链！他们的巨大研究成果就是名著：

**《人类：从何而来？如何进化？去往何方？》**

#### 历史资料：1895年8月16-21日 - 萨里郡博克斯山

“我们住在一个叫‘乡舍’的房子里，那是一个真正的老式地方，干净、安静，令人愉悦，却拥有现代化的厨卫便利设施。真师们、还有D.K.和H.P.B.都不止一次地来拜访我们，贝森特夫人在那里学会了使用星光视觉，这不仅让她乐此不疲，而且对我帮助很大，因为我现在又多了一个人可以帮助我检查对事物的记忆。她以最大的热情投入到这一切中，我们一起进行了一些非常有趣的调查，其结果无疑会以论文或文章的形式呈现。

我们对天界获得了一些意想不到的新发现，展示了至少是我以前完全没有想到的可能性。我们对这一主题进行了充分的调查，并且看了展示的一系列实例，但整个解释太长，无法在此写出，而没有解释的结论会令人惊讶。

我们还进一步调查了原子和分子的不同排列顺序、从月球来到地球的第一类祖先（Pitris），以及一些雷姆利亚和早期亚特兰蒂斯民族的礼仪、习俗、宗教和历史，更不用说一些转世化身的线索了。在调查转世化身时，我们目睹了莫利亚真师在月球链作为一个精神存有之后抵达地球时的第一次诞生，并发现他在大约一百万年前以亚特兰蒂斯伟大的金门王朝的神圣统治者之一的身份再次出现。”

- C.W.利比德

### 1.1.2 核心哲学：证道学与奥义阶制

本著作严格遵循证道学 (Theosophy) 关于进化的宏大纲领。其核心观点是，整个进化进程并非随机或盲目的，而是在一个被称为“奥义阶制” (Occult Hierarchy) 的、由已臻于完美或高度进化的伟大存有 (被称为“真师”或 Masters) 所组成的组织的引导与塑造下进行的。这些伟大存有在人类漫长的历史中反复显现，扮演着关键的指导角色。

为了在浩瀚的时间长河中追踪同一个体在不同转世中的历程，作者采用了一种独特的叙事策略：为关键人物赋予源自星座或恒星的专属名称。例如，尤利乌斯·凯撒被命名为“科罗纳” (Corona)，柏拉图则被称为“帕拉斯” (Pallas)。这种命名法不仅便于识别，更深刻地强调了证道学的核心教义之一——轮回 (reincarnation)，即那个独一无二的“自我” (Self) 在历经数百种不同角色与身份后，其个体性 (individuality) 依然保持着连续性。

## 人物角色

- **赫拉克勒斯 (Herakles)**：即当今的安妮·贝森特 (Annie Besant)
- **西里乌斯 (Sirius)**：即当今的C.W.利比德 (C.W. Leadbeater)
- **阿尔希恩 (Alcyone)**：即当今的J. 克里希那穆提 (J. Krishnamurti)
- **苏利耶 (Surya)**：即弥勒上主，当今的菩萨，世界的最高导师
- **大上师 (Mahaguru)**：那个时代的菩萨，曾以广博仙人 (Vyasa)、透特 (Thoth)、查拉图斯特拉 (Zarathushtra)、俄耳甫斯 (Orpheus) 等形象显现，最终化身为乔达摩，并成为佛陀世尊
- **摩奴 (Manu)**：一个根族的领袖
- **根摩奴 (Root-Manu)**：负责一个更大的进化周期 (如进化圈或进化链) 的高级别管理者
- **种子摩奴 (Seed-Manu)**：在进化链终结时，负责收集和储存所有进化成果，并将其转移到下一个进化链
- **维瓦斯瓦塔 (Vaivasvata)**：我们进化链的“根摩奴”，一位来自金星体系第四进化链的强大生命。雅利安 (即第五) 根族的摩奴，曾在月球链球体G上证得阿罗汉果位
- **四位库玛拉**：“火焰之主”中的四位，至今仍居住在香巴拉，是“不朽知识的头脑、心、灵魂与种子”
- **萨纳特·库玛拉 (Sanat Kumāra)**：“火焰之主”的首领，地球的新任统治者，被称为“永恒的童贞青年”
- **萨图恩 (Saturn)**：现为位真师，被称为“威尼斯人”
- **玛尔斯 (Mars)**：即《奥义世界》一书中的M.真师，通常扮演统治者与战士的角色，从未化身女性
- **墨丘利 (Mercury)**：即《奥义世界》一书中的K. H.真师，通常扮演导师与祭司的角色，不时化身女性
- **涅普顿 (Neptune)**：即当今的希拉里昂真师 (Master Hilarion)
- **奥西里斯 (Osiris)**：即当今的塞拉匹斯真师 (Master Serapis)
- **布里哈斯帕蒂 (Brihaspati)**：即当今的耶稣真师
- **维纳斯 (Venus)**：即当今的拉戈齐 (或拉科夫斯基, Master Ragozci or Rakovzky) 真师，亦是“匈牙利圣人”和十八世纪的圣日耳曼伯爵 (Comte de S. Germain)
- **乌拉诺斯 (Uranus)**：即当今的D. K.真师。
- **科罗娜 (Corona)**：尤利乌斯·凯撒 (Julius Cæsar)

## 1.2 宇宙蓝图：“七”之法则

该著作所描绘的宇宙，其结构遵循着严谨的数字法则，其中数字“七”作为宇宙秩序的根基反复出现，体现了柏拉图“神是一位几何学家”的理念。这种结构不仅是层级化的，更呈现出分形（Fractal）的特征，即宏观宇宙的模式在微观层面不断重复。

### 1.2.1 进化体系与进化链

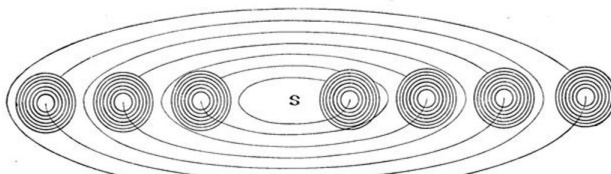
根据记述，我们的太阳系共包含十个“进化体系”（其中三个没有物质星球），地球自身所属的体系仅为其中之一。在每一个体系之内，都有生命正在或将要在此进化。

每一个进化体系都会经历七个宏大的进化阶段，每一个阶段被称为一个“进化链”（Chain）。“进化链”由七个相互关联的“球体”（Globes）构成，如同链条上的七个环节。

这七个球体并非都存在于我们所熟知的物理层面，而是分布在不同的物质界面之上，包括灵性（神我）界、直觉（菩提）界、思想（心智）界、情感（星光）界和物理界。

生命之流的演化遵循着一个“下降与上升”的宏大弧形。它从最精微的灵性层面开始，逐步沉降（involution）进入愈发稠密的物质层面，在第四个球体（Globe D）达到其物质沉浸的最深点，随后再携带其进化成果，沿上升弧返回更高的层面。这一模式在宇宙的各个尺度上不断重复。

**进化体系 (Evolutionary Schemes)：这是进化的最大单位，每一个都与一位行星逻各斯 (Planetary Logos) 相关联。这七个体系分别是：火星星、金星、地球、木星、土星、天王星和海王星体系（参见图1）**

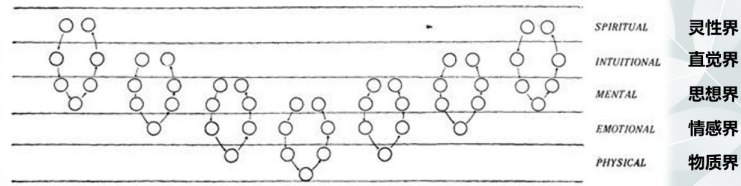


图一 DIAGRAM 1

一个“进化体系”会经历七个宏大的进化阶段，每个阶段被称为一个“进化链”。“进化链”这个名称，源于它由七个相互关联的“球体”构成的事实；它就像一条由七个环节组成的链条，而每一个环节都是一个球体。在图1中，展示了七个这样的体系环绕着中央太阳，而在任何一个特定的时期，每个体系中都只有一个环是活跃的。这七个体系中的每一个环，实际上都由七个球体组成；为了节省空间，图中并未将它们分开描绘，而是将它们整合画成了一个环。

在我们地球所属的体系中，先于我们地球进化链的那个进化链，是其系列中的第三个进化链，而它的唯一一个物理球体，即球体D，正是我们今天所知的月球。因此，第三个进化链被称为“月球链”，而第一和第二个进化链则仅以数字来命名。我们的地球进化链是此系列的第四个，因此其七个球体中有三个处于物理显化状态：其第三个球体C，是我们所称的火星；其第五个球体E，则是我们所称的水星。

**进化链 (Chains)：**每一个“体系”都会经历七个相继的宏大进化阶段，每一个阶段被称为一个“进化链”。一个进化链由七个相互关联的“球体”构成，如同一条由七个环节组成的链条。



图二 DIAGRAM II

图II描绘了一个完整的体系在其七个进化阶段，即七个相继进化链中的演变过程；图中展示了该体系与太阳系中存在的七种物质层面（或类型）中的五种之间的关系。这些物质根据与之相应的意识状态来命名，分别为：物质的、情感的、思想的、直觉的、灵性的。

在第一个进化链中，其七个世界，A、B、C、D、E、F、G，排列如下：（左上角的球体是A，其下方是B，以此类推，直到右上角的球体G。）

根世界A和种子世界G，位于灵性界面；B和F位于直觉界面，一个负责收集，另一个负责吸收；C和E位于高级思想界，两者关系与前述类似；

D是转折点，是下降弧与上升弧之间的平衡点，它位于思想界的较低部分。

在第二个进化链中，所有球体都已下沉一个层级，进入更低的物质中，此时D位于情感界面。在第三个进化链中，它们再度下沉一个层级，D到达了物理界面。在第四个进化链，也是七个进化链中居于正中、最深处沉浸于最稠密物质中的一个，它本身是所有进化链的转折点，正如D是所有球体的转折点一样，在此进化链中有三个球体——C、D和E——都位于物理界面上。在回归的旅途上，其上升过程与下降过程遥相呼应：在第五个进化链中，如同第三个一样，只有一个物理球体；在第六个进化链中，如同第二个一样，球体D位于情感界面；在第七个进化链中，如同第一个一样，球体D位于思想界。当第七个进化链终结时，整个体系的演化便告完成，其最终的果实也得以收获。

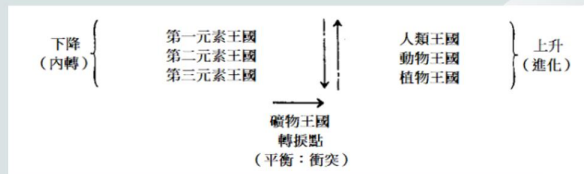
### 1.3 进化的过程：生命之流与七个王国

进化并非单一物种的线性演进，而是一个由多股“生命之流”（Life-Waves）在七个“王国”（Kingdoms）中协同进行的、被高度管理的复杂过程。

#### 自然的七个王国

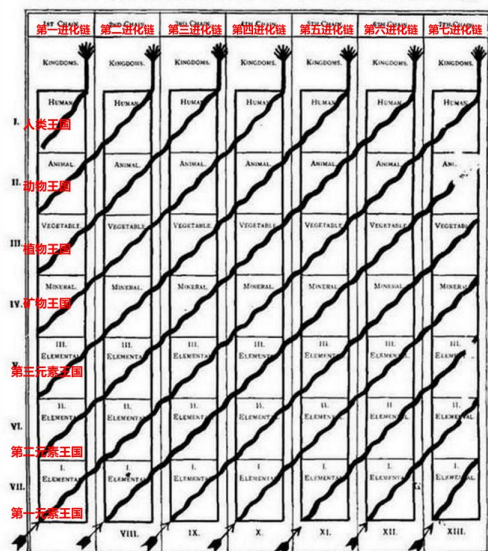
这股“生命之流”会依次穿越自然的七个主要阶段或王国，从而获得经验并发展意识：

1. 第一元素王国
2. 第二元素王国
3. 第三元素王国
4. 矿物王国
5. 植物王国
6. 动物王国
7. 人类王国



所谓的“元素”王国，是生命向物质沉降过程中的三个阶段（内转）。因此，这七个界域的整体过程，也可以像进化链和球体那样，被描绘成一个先下降后上升的弧形：

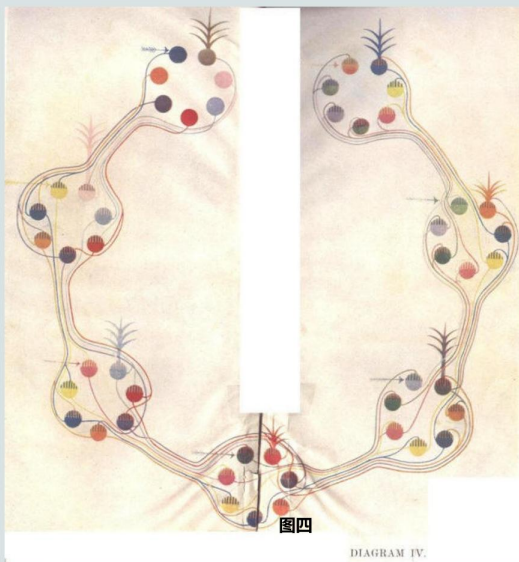
## 生命之流 THE SUCCESSIVE LIFE-WAVES



图三 DIAGRAM III.

在图III中，一个“体系”内的七个“进化链”被描绘成并排的立柱，这样做的目的是为了能够清晰地追溯由箭头所代表的神圣“生命之流”在其上升过程中，是如何从一个王国演进到另一个王国的。每一根立柱中的每一个区段，都代表着自然七个王国之一——即三个元素王国、矿物王国、植物王国、动物王国和人类王国。

让我们来追溯“生命之流”的路径，这是唯一一股完整穿越了该体系内所有七个王国的生命之流。它在第一个进化链中进入第一个元素王国，并在该进化链的整个生命周期中在此发展演化；继而，它进入第二个进化链中的第二个元素王国，并在其生命周期中继续演化；它出现在第三个进化链的第三个元素王国，并在第四个进化链中进入矿物王国；随后，它在第五和第六个进化链上相继通过植物王国和动物王国，并最终在第七个进化链中达到人类王国。因此，这整个体系为一股神圣的生命之流提供了一个完整的进化场域，使其能从最初对物质的赋灵开始，一直演进到人的阶段。至于其余的生命之流，它们要么是在另一个体系中开始了进化，并在达到某个进化阶段后才进入本体系；要么就是进入本体系的时间太晚，已来不及在此处演化至人类。



图四

DIAGRAM IV.

左上角箭头所指的蓝色圆圈代表着第一个进化链中的第一元素王国

当这股蓝色生命之流离开第一个进化链，进入第二个进化链时，它发生了分化：其中，进化最慢、尚未准备好进入第二个元素王国的部分，会从主流中脱离，重新进入第二个进化链的第一元素王国。在那里，它将与一股新进入此进化链开始其演化之旅的生命之流（图中以黄色和箭头标示）合并。与此同时，蓝色的主流则继续前进，进入第二个进化链的第二个元素王国，并在此过程中接收来自第一个进化链中第二元素王国的滞后者，将其同化，并携同它们一起前进。

接着，这股蓝色流进入第三个进化链，再次分化。它将自身的滞后者留在第三个进化链的第二元素王国继续进化，而主体部分则继续前进，构成了第三个进化链的第三元素王国。在这里，它再次接收来自第二个进化链中第三元素界的滞后者，将其同化，然后作为一股纯粹的蓝色流，进入第四个进化链的矿物王国。和之前一样，它将一部分滞后者留在第四个进化链的第三元素王国中独自进化，同时接收来自第三个进化链中矿物王国的滞后者，并将其同化。

离开矿物王国后——我们仍跟随蓝色的线条——它攀升至第五个进化链的植物王国。它将自身的滞后者分流至该进化链的矿物王国，同时接收来自第四个进化链中植物王国的滞后者。之后，它再度攀升，进入第六个进化链的动物王国，将自身那些尚未充分进化的“植物”留在第六个进化链的植物王国中，以完成它们在该阶段的演化，同时接收来自第五个进化链中尚欠发达的“动物”进入自己的王国。

最终，在第七个进化链中，它通过进入人类王国而完成了其漫长的进化之旅。它将自身那些过于不发达的“动物”留在第七个进化链的动物王国，并接收来自第六个进化链中人类王国的某些人类，携同他们一道，走向辉煌的终点。在那里，人类的进化臻于完美，并沿着七条道路中的一条，开始超人的进化，这在图的末端以蓝色羽状物标示。

至于那些被我们作为滞后者留在第七个进化链动物王国中的生命，他们将在另一个新的体系中，出现在其第一个进化链的人类王国里，并在那里作为人类最终达到完美的境界。在图中，他们所处的位置将对应于图中第一个进化链中那个带有羽状物的灰褐色圆圈。

### 1.3.2 单一体与灵

所有个体生命的最终源头，是被称为“单一体”（Monad）的神圣火花或“神之子”。“灵”（Spirit）则是被物质所遮蔽的单一体，它在一个宇宙的显化过程中，呈现出意志、智慧与行动这三个面向。随着进化进程的深入，这个“灵”对较低物质层面的掌控力越来越强，并最终主导整个进化工作。所有决定个体命运的重大抉择，都由这个内在的、不朽的“灵”所作出。

### 1.4 超人进化：七条道路

当一个存有完成了在人类王国中的全部进化，达到了我们所谓的“得道”（Adeptship）或“解脱”的境界时，祂将面临七条可供选择的未来道路。

1. **进入涅槃**：进入极乐的全知全能之境，可能会在未来的世界中成为一位“阿凡达”（神圣化身）。这被称为“披上法身衣”（Dharmakāya）。
2. **进入“灵性时期”**：一个含义未知的崇高状态，可能包括“披上报身衣”（Sambhogakāya）。
3. **成为灵性力量宝库的一部分**：逻各斯的代理者们会从中汲取力量。这被称为“披上化身衣”（Nirmānakāya）。
4. **留任于奥义阶制**：继续管理并守护祂在其中达到完美的旧世界。
5. **进入下一个进化链**：协助构建那里的各种形态。
6. **进入辉煌的天神（天使）进化序列**。
7. **加入逻各斯的“总参谋部”**：作为祂的仆人与信使，被派往太阳系的任何角落执行祂的意志。这条道路被认为是极为艰难的，是对一位圣人所能做出的最大牺牲，因此也被视为一项至高的荣耀。

这些道路的选择揭示了一种宇宙性的“菩萨道”理想。其最终目标并非仅仅是寻求个人的涅槃与解脱，而是选择放弃纯粹的“存在”状态，转而仍为仍在进化中的众生提供积极、慈悲的服务。阶制本身，以及那些选择直接为逻各斯服务的存有，都体现了这一原则，即最无私、最艰巨的服务被视为最高的荣耀。

## 第二部分：前地球时代：第一、第二及月球进化链

在地球形成之前，我们的意识经历了在愈发稠密的物质世界中的漫长演化。这些前地球时代是塑造人类意识基础的关键阶段，其核心事件便是在月球进化链上发生的“个体化”。

### 2.1 第一和第二进化链：光与情感的世界

早期进化链的环境与我们所熟知的截然不同，其形态稀薄、变幻不定，如同“构成梦的材料”。进化的本质是意识对不同振动频率实相的逐步掌握。

#### 2.1.1 第一进化链：思想形态的宇宙

第一进化链完全存在于灵性、直觉和思想等高级层面。其所谓的“球体”并非实体星球，而是“光之海洋中的光之漩涡”。形态是流动的生命中心，没有固定的形体。在这个阶段，我们今天的人类意识，正沉睡于“矿物王国”的“思想形态”之中，只能对压力产生一种迟钝的、潜意识的抵抗。

这个进化链的主要舞台属于“闪耀者”，即天神或天使的进化，人类的进化则处于次要地位，深受这些高等存有所创造的氛围的影响。个体化（即人类意识的诞生）的最初萌芽，发生在第四个球体（D球体）上，一些类似动物的思想形状向上伸展，吸引了更高灵性生命之流的注入。

### 2.1.2 第二进化链：情感的萌发

随着生命之流向更低的物质层面沉降，第二进化链的最低球体（D球体）已抵达情感（星光）层面。物质变得更为稠密，形态也稍微连贯了一些，尽管依然怪异，例如出现了能够像动物一样自由移动的植物状生物。我们人类的意识，在这一阶段正经历着“植物王国”的生命形态。

最重要的发展是，在这个情感球体上，许多生灵首次拥有了情感体，“激情”开始在他们身上显现。意识的进化与它所栖居的“载体”或物质身体直接相关。一个新的、更稠密的载体，使得一个新的体验范畴（在此即为情感）得以被开发和掌握。进化之旅因此被定义为意识穿越不同振动实相的旅程，在每一个实相中，它都学习使用一个新的“乐器”（身体），以掌握该层面独有的品质与体验。

## 2.2 月球进化链：个体化的熔炉

第三进化链，即“月球链”，是人类意识演化史上的一个决定性转折点。其最低球体（D球体）首次抵达物理界面——这个球体如今已是我们所知的月球的“尸体”。

### 2.2.1 生命形态与“审判日”

**月球链：**第一个物理世界月球链标志着生命向物质世界的一次更深的沉降。其中心球体D，已位于物理界面，这个球体便是我们今天所知的月球的“前世”。当然，彼时的月球并非如今这颗死寂的星球，而是一个充满奇异生命的活跃世界。

- **环境与生命形态：**月球上的环境与现今地球截然不同，其大气沉重而令人窒息，适合当地居民。我们所属的这股意识流，在月球链的中点，以一种酷似黄鼠狼与猴子混合体的小型哺乳动物形态进入动物王国。这些生物颇具智能，与当时的人类关系相对友好。月球上的植物也同样奇特，许多是半动物、半植物性质的食肉生物，形态骇人。
- **文明：**除了原始部落，月球上也存在着高度发达的文明。一些城市居民已相当文明，拥有文字，并由稳固的政府统治。其建筑风格独特，如一座由圆顶房屋构成的环形城市，中心是层层叠高的神殿。这些高等人类日后将成为“月亮之主”，即在地球进化中扮演引导角色的“祖灵”（Pitris）。

在第六个进化圈中，月球链迎来了它的“审判日”。这是一个关键的筛选时刻，那些进化程度过低、过于野蛮而无法在后续阶段取得足够进展的生灵，被从主流进化中“清除”出去，进入一种沉睡状态，等待在下一个进化链（地球链）中重新开始。这次“修剪”是必要的，旨在加速余生灵的进化进程。

## 2.2.2 个体化：从动物到人的诞生

“个体化”（Individualization）是月球链上最核心的事件，它标志着动物的“群体灵魂”分化为独立的、不朽的、拥有“因果体”（Causal Body）的人类“真我”（Ego）。这一灵魂的“诞生”时刻，其发生方式会对新生成的人类灵魂产生深远而持久的业力印记。

三条“正道”：个体化主要通过三种崇高的途径发生，它们分别对应“灵”的三个面向——意志、智慧与智力。

1. **意志/行动之路**：通过一次强烈的、为拯救所爱之主而做出的自我牺牲行为。例如，赫拉克勒斯（未来的安妮·贝森特）为保护其主人玛尔斯（未来的M.真师）而献出生命，在垂死的那一刻完成了个体化。
2. **智慧/奉爱之路**：通过一次压倒性的、纯粹的奉献与爱之情感的迸发。例如，阿尔希恩（未来的J.克里希那穆提）与米扎尔（未来的J.尼提亚南达）因对其主人大上师与苏利耶专一不二的奉献而个体化。
3. **智力/心智之路**：通过因奉献而产生的、持久的、试图去理解和领会其主人的智力努力。例如，西里乌斯（未来的C.W.利比德）因其对女主人的忠诚和日益增长的智能，在临终前一刻形成了因果体。

“邪道”：此外，还存在一些由人类的负面行为所催生的、被视为“过早”或“不当”的个体化途径。

1. **虚荣之路**：一些动物通过模仿人类以获得在同类面前的优越感而个体化。这导致了一种强烈的“分离感”，形成了一个冷酷、自私、缺乏情感的真我。
2. **恐惧与仇恨之路**：那些被人类捕食或虐待的动物，在为了生存而发展出的诡计、狡猾与复仇之心完成个体化。这催生了一个建立在怀疑、不信任与复仇欲望基础上的真我。

灵魂诞生的那一刻，其主导的情感或品质，成为了这个灵魂在未来亿万年中的“基调”。通过爱与牺牲而诞生的灵魂，在地球的早期转世中成为了忠诚的“服务者”群体。通过虚荣而诞生的灵魂，则成为了那些骄傲、冷酷的“橙色气场者”，他们因傲慢而拒绝在地球早期化身，并在后来的亚特兰蒂斯时代成为了“黑暗面之主”。通过恐惧与仇恨而诞生的灵魂，则成为了月球链上那些被清剿的野蛮食人族部落。这揭示了人类与动物王国的互动，具有创造灵魂并决定其本质的、巨大的业力责任。

## 2.3 向地球的大迁徙

在月球链第七个也是最后一个进化圈结束时，所有进化的成果都被一位名为“种子摩奴”（Seed-Manu）的伟大存有收集。祂如同宇宙的农夫，将所有已完成个体化的灵魂（以及较低等王国的生命精华）收集到自己的广阔气场之内。

在被称为“链间涅槃”的漫长休眠期中，这些灵魂如同被储藏在架子上的“球茎”，被“种子摩奴”根据其振动频率和进化等级进行分类。祂会周期性地向这些沉睡的灵魂倾泻下具有激发作用的磁力流，为他们在下一个进化链中的生命做准备。最终，在指定的时刻，祂会将这些“生命的种子”移交给地球进化链的“根摩奴”（Root-Manu），由后者负责监督他们在新家园中的“播种”与成长。

这一过程将宇宙进化描绘成一种神圣的农事或宇宙性的农业工程。摩奴们如同神圣的园丁，根据一个宏大的蓝图，来培育、筛选、储藏和移植灵魂，确保每一个灵魂都能在最适宜的“土壤”（即身体与环境）中，在最恰当的时间被“播种”，以实现其预定的发展。

## 第三部分：地球链：雷姆利亚与亚特兰蒂斯

人类在地球上的历史，始于两个伟大的史前文明——雷姆利亚（第三根族）与亚特兰蒂斯（第四根族）。这一时期的核心事件，是来自更高进化体系的神圣存在的干预，以及一场最终导致文明毁灭的、关乎灵性力量之善恶应用的巨大道德斗争。

### 3.1 地球的创世纪与第三根族（雷姆利亚人）

地球进化链的早期阶段，由来自月球链的先进毕业生——七个阶层的“月亮之主”——在“根摩奴”维瓦斯瓦塔的领导下进行管理。他们负责构建生命形态，为即将到来的灵魂准备合适的载体。

#### 3.1.1 火焰之主的降临

地球进化史上最关键的事件，发生在大约650万年前。当时，从动物王国进化而来的人类尚处于“无心智”的状态，缺乏自我意识和抽象思维的能力。为了加速进化，一个由来自金星的、远为高等的存在所组成的团体——“火焰之主”——降临地球。在他们的领袖萨纳特·库玛拉的带领下，他们在戈壁海的“白岛”（即香巴拉）建立了地球的奥义阶制。

他们通过一次巨大的能量倾泻（即“第三生命波”），激活了数百万初生人类心中潜藏的“心智火花”，从而促成了因果体的形成和大规模的个体化。这一事件表明，自我意识并非仅仅是生物进化的自然产物，而是一份来自更高意识层级的神圣“赠礼”或“点化”。它需要一个已准备好的物质载体，以及一次特定的灵性激励，才能完全地在物质世界中显现。

#### 3.1.2 雷姆利亚文明

第三根族，即雷姆利亚人，是第一批拥有稳固物理身体的人类。他们身形巨大，身高可达25至27英尺，肤色黝黑。其生理结构与现代人不同，头部曾有功能性的第三只眼，后来退化为松果体。他们的文明以宏伟的巨石建筑为特征，其遗迹至今仍可在世界各地找到。在“王者入道者”（即化身于世的“月亮之主”）的治理下，雷姆利亚人建立了城市，并发展了早期的文明技艺。

### 3.2 第四根族（亚特兰蒂斯人）：辉煌与多元的文明

第四根族的摩奴花费了近一百万年的时间，从雷姆利亚人最优秀的次根族中，通过精心的甄选与培育，创造出了亚特兰蒂斯人。其首都“金门之城”建立于大约一百万年前，标志着一个辉煌时代的开端。亚特兰蒂斯文明在其漫长的历史中，发展出了多种高度发达的子文明，其中以秘鲁和迦勒底的模式尤为典型，它们代表了两种截然不同的、但同样成功的文明治理原型。

- **辉煌成就**：亚特兰蒂斯人在埃及、美索不达米亚、印度、美洲建立了辉煌文明，达到雅利安根族尚未企及的顶峰。
- **金门之城**：详细描述了金门之城的布局、建筑（宫殿、花园、运河系统），以及社会结构（富人区、平民区、外国人居所）。
- **技术与武器**：建造了巨型土堤防御，发展了高超的飞船（飞机）技术，使用空中炸弹和火箭等武器。掌握了改变重力、驱动船只的特殊力量。
- **农业与科学**：实施科学农业，利用阳光促进作物生长，进行科学育种和杂交。掌握了炼金术，金属工艺精湛。
- **社会制度**：没有贫困，社会福利高。政府是专制政体，由智者为民众福祉规划。总督负责省份福祉，性别不构成任职障碍。
- **衰落**：财富和奢华的过度增长导致文明腐蚀，知识沦为私利工具，最终导致帝国陨落。

### 3.2.1 古秘鲁的托尔特克文明：社会工程的典范

公元前12,000年左右的古秘鲁文明，是亚特兰蒂斯托尔特克次根族的一个殖民地，它代表了一种通过完美的社会工程而达到和谐的治理模式。

- **政府与社会**：绝对君主制，国王对帝国福祉负全责。建立了一套精细的官员网络（总督、郡长、百夫长），责任层层下分。强调“责任”是社会基调，有强大的开明公众舆论。没有法律和监狱，对犯罪者的惩罚是“流放”。
- **司法与巡视**：官员兼任法官，国王和各级官员定期巡视帝国，解决民众问题，被视为盛大节日。
- **登记与农业**：实施完善的出生、婚姻、死亡登记制度，精确记录人口数据。重视科学农业，对土地进行细致勘测和分析，种植最合适的作物。
- **土地制度**：独特而高效的土地制度，将耕地分为“私田”和“公田”（“王田”和“日田”）。“日田”产出用于祭司团，保障教育、医疗和老年福利；“王田”产出用于国王，维持政府运作、公共工程和军队。
- **公共福利**：祭司团提供免费教育，全面照管病人（“太阳的宾客”），并为所有45岁以上的人提供养老保障。确保了普遍的福祉，犯罪极少，贫困闻所未闻。
- **宗教信仰**：一种喜悦、坦率的“太阳之灵”崇拜，认为太阳是逻各斯的身体。坚信人是不朽的，最终归宿是与“太阳之灵”合一。死亡被视为喜悦，自杀被视为僭越。公共仪式简朴，每日赞美不祈祷。布道强调模仿太阳的仁慈。
- **教育体制**：免费教育，初级阶段男女同校。课程注重实用技能（烹饪、野外生存、工具使用、急救、天文辨向）。高中阶段是职业技术教育，重实践轻理论。天赋出众者可被选拔为统治阶层。
- **文学与音乐**：文学有限，分为宗教伦理论著和寓意故事，没有纯粹的虚构文学和诗歌。音乐野性、甜美，即兴创作，音阶与现代不同。雕塑风格大胆奔放。
- **建筑**：宏伟巨大但朴实无华，天花板低。不知拱心石真拱，但门窗呈半圆形。使用强力粘合剂连接巨石，墙壁坚固如一体。平民房屋是巨型泥砖建造，厚墙，内向式中央庭院。富裕家庭装饰华丽。房屋几乎不使用木材，避免火灾。特殊的建造方法：先填土再铺屋顶，完成后挖空内部。
- **特殊建筑**：分层平台式金字塔（供僧侣居住的“斗室”，平台为花园和步道），底部有仓库。巨大的太阳神殿。
- **军事与交通**：边境要塞防线坚固。道路、桥梁和引水渠是工程杰作。道路铺设平整，两旁植树。桥梁采用叠石结构。灌溉系统完美无瑕。军队训练有素，也参与公共工程。战争中人道，目标是同化而非杀戮。主要武器是长矛、剑、弓和流星索。
- **工业与工艺**：精通金属加工，能制造比钢更硬的合金，擅长金银细丝工艺。陶器制作独特，烧制出深红色陶器和透明瓷器。
- **日常生活与风俗**：婚姻习俗独特（每年特定一天集体婚礼）。主食是一种浓缩营养饼。喜爱饲养宠物（猴子、猫、鸟）。服饰简约轻便，色彩鲜艳。擅长机械计算（算盘、结绳）。

### 3.2.2 古迦勒底的图兰文明：

公元前19,000年左右的古迦勒底文明则展现了截然不同的面貌，其核心是一种严肃而神秘的宗教世界观。

#### 宗教核心：

星辰天使崇拜：其信仰是一套极为复杂的、对伟大“星辰天使”的崇拜体系。他们认为，整个太阳系是一个伟大的生灵（逻各斯），而行星则是其体内巨大能量中心的物理指针。

#### 占星术体系：

- **宇宙影响力的科学**：占星术是其宗教与科学的核心。他们认为，来自不同行星（即宇宙中心）的影响力，会激发人体内相应类型的“元素精华”，从而影响人的情绪与心智。但他们并非宿命论者，坚信人的意志可以超越这些影响。祭司们每年会编撰详细的历书，指导民众在何时进行何种活动最为有利。
- **神殿仪式**：其神殿群的布局，象征着太阳系的结构。每个行星都有其专属的神殿与节日。仪式极为华美，信徒们会身着代表其主宰行星的、色彩绚丽的礼服参加盛大的游行。神殿内部设有复杂的机械装置与巨大的反射镜，用于在行星经过子午线的精确时刻，汇聚其星光，以进行疗愈或宗教仪式。
- **教育与社会**：教育完全以塑造品格为目的，依据每个孩子所属的主宰行星，进行针对性的培养。其文学作品主要是宗教典籍与充满寓意的英雄故事。整个社会生活，从个人祷告到国家大事，都严格遵循着占星术的指导。

这两个文明的对比，生动地展示了不同亚特兰蒂斯次根族的内在特质：托尔特克人长于组织、治理与务实的工程；而图兰人则更倾向于神秘、宗教与对宇宙精微力量的探索。

### 3.3 亚特兰蒂斯的黑魔法与陨落

亚特兰蒂斯文明的最终覆灭，是该著作中最为核心的警世寓言。它揭示了一个根本性的宇宙法则：一个种族的集体道德，与其物质命运之间存在着直接的因果联系。

#### 3.3.1 善恶之战

随着时间的推移，亚特兰蒂斯帝国分裂为两大阵营：一方是遵循奥义阶制教义的“白皇”及其追随者；另一方则是由一位名为奥杜阿尔帕的强大术士领导的“黑暗皇帝”，他们将灵性力量用于自私的目的，与下层世界的邪恶自然精魂结盟，并进行黑魔法崇拜。

黑魔法的实践包括制造物质化的、具有攻击性的思想形态，将人类变形为凶猛的野兽，以及召唤恶魔般的生物作为战争的盟友。一场席卷整个大陆的、惨烈的善恶之战随之爆发，最终以“白皇”的失败和“金门之城”的陷落而告终。

#### 3.3.2 宇宙的审判

奥杜阿尔帕的胜利是短暂的。奥义阶制，作为进化法则的守护者，对这个已然腐化的文明下达了毁灭的判决。这一判决并非任意的惩罚，而是该种族滥用灵性力量所产生的巨大集体业力的必然结果。

从大约公元前80万年开始，一系列由气体爆炸、地震和洪水构成的巨大灾难开始撕裂亚特兰蒂斯大陆。这一过程持续了数十万年，最终在公元前9,564年，随着其最后一块残余的岛屿——波塞冬尼斯——的沉没而告终。亚特兰蒂斯的陨落，深刻地揭示了业力法则在种族和行星尺度上的运作：一个文明的集体道德选择，最终决定了其在物理世界中的存续或毁灭。

## 第四部分：第五根族：雅利安时代



在亚特兰蒂斯文明的废墟之上，一个新的根族——第五根族，即雅利安人——登上了历史舞台。这一部分追溯了我们当前人类的起源、从其中亚摇篮之地的迁徙，以及其主要次根族的建立，这些次根族构成了古代及现代世界主要文明的基础。

### 4.1 雅利安根族的起源与“桥之城”

第五根族的摩奴维瓦斯瓦塔，早在亚特兰蒂斯鼎盛时期，便已开始其漫长的准备工作。大约在公元前10万年，他从亚特兰蒂斯一个肤色较浅的次根族中，挑选出了一批灵魂，并将他们隔离在中亚地区进行专门的培育。

在公元前75,025年的大灾难之后，这个被选中的民族在其摩奴的带领下，在戈壁海（当时尚为内陆海）的岸边，开始建造一座宏伟的首都——“桥之城”。这座城市的中心，是神圣的“白岛”，即奥义阶制在地球上的居所香巴拉。这座城市经过数千年的建设，于公元前约45,000年达到其文明的巅峰，其帝国疆域横跨整个中亚与东亚。

早期的雅利安文明，其社会精神与后期的亚特兰蒂斯形成了鲜明对比。它强调种族内部的兄弟情谊、荣誉感和相互信赖。其宗教是一种充满喜悦的、对自然之力背后天神的崇拜，年度的“圣火节”是其最重要的庆典。



## 4.2 五大次根族的迁徙



从公元前6万年起，随着中亚帝国的缓缓衰落，摩奴开始将其子民分批派往世界各地，以建立新的子文明。每一次迁徙都形成了一个次根族，各自被培育出独特的品质。（以下名称为代表意识进化的根族，不代表人种和民族）

- **第一次根族（印度人）**：约公元前6万年，第一次根族（也称为印度人或者雅利安-印度次根族）从小规模开始，一个人口稠密的王国成长起来，它环绕着戈壁海，并逐渐获得对许多邻国的统治权。
- **第二次根族（阿拉伯人）**：约公元前4万年，摩奴率领第一批移民返回阿拉伯半岛，与当地的闪米特人（一个亚特兰蒂斯次根族）融合，并将其“雅利安化”。在此期间，伟大的导师以透特-赫尔墨斯形象降临埃及与阿拉伯，教导“内在之光”的教义。
- **第三次根族（伊朗人）**：约公元前3万年，一支军事远征队被派往波斯和美索不达米亚。约公元前29,700年，伟大的导师以第一位查拉图斯特拉的形象降临，创立了琐罗亚斯德教的“火之信仰”。
- **第四次根族（凯尔特人）**：约公元前2万年，这个被特意培育出艺术与想象力天赋的次根族，向西迁徙，进入高加索地区，并最终扩散至整个欧洲，形成了古希腊人、意大利人和高卢人等民族。伟大的导师以俄耳甫斯的形象降临于古希腊，创立了基于音乐与和谐的俄耳甫斯秘仪。
- **第五次根族（条顿人）**：与凯尔特人同时迁出，这个被培育出坚毅、务实品质的次根族，则向北进入欧洲，成为了斯拉夫人、日耳曼人和斯堪的纳维亚人的祖先。



## 4.3 向印度的迁徙与种姓制度的建立



从中亚的根源种族向印度的迁徙，是一个持续了近万年的漫长过程，始于公元前18,800年左右。一波又一波的雅利安移民进入印度次大陆，与当地占主导地位的、高度发达但已趋于衰落的亚特兰蒂斯文明（以及更早的雷姆利亚人后裔）发生了复杂的互动，包括战争、征服与融合。

当整个根族最终全部迁徙至印度后，出现了一个严峻的危险：新来的雅利安血统，可能会在数量占绝对优势的土著人口中被完全稀释和淹没，从而使其独特的精神与心智品质丧失。为了防止这种情况的发生，并为了保护这个新根族的“种子”，摩奴于公元前约8,000年，制定了种姓制度。

这一制度的原始目的，并非是建立一种基于压迫的社会等级，而是一种审慎的优生学措施。最初的三个“瓦尔那”（Varna，意为“颜色”）——婆罗门（白色）、罗阇（红色）和吠舍（黄色）——是基于种族纯洁性的划分，分别代表纯血的雅利安人、雅利安人与托尔特克人的混血，以及雅利安人与蒙古人的混血。其意图在于固化已有的血脉融合，并防止进一步的、无节制的混合，以确保第五根族的核心特质得以保存。

这一记述提供了一种对一个备受争议的历史制度的深奥解释。它表明，许多后来演变为压迫工具的社会结构，其最初的起源可能根植于一种在当时被认为是务实且具有灵性目的的规划之中。其后来的腐化，源于人类的自私与无知，导致了原始意图的遗忘和扭曲。



## 第五部分：人类的未来：第六根族的萌芽

著作的最后一部分，从“人类：去往何方？”的视角，提供了一幅关于人类下一进化阶段——第六根族——的详细预言。这并非抽象的推测，而是基于灵视观察的、对一个即将在数百年后建立的社群的具体描述。

### 5.1 新根族的建立

- **时间与地点：**第六根族的奠基社群，将在大约七百年后（即约公元2600年），建立于北美洲的南加利福尼亚州。
- **成员与领袖：**其核心成员，将从二十世纪及以后数个世纪的证道学学会中最真诚、最忠诚的成员中挑选。该社群将由两位伟大的真师——未来的摩奴（M.真师）与大祭司（K.H.真师）——亲自领导。
- **艰巨的任务：**被选中的成员将面临一项艰巨的任务。他们必须经历一系列快速的、没有高层世界正常休息间隔的连续转世。在这些转世中，他们必须完全放弃个人欲望，将自己的生命全然奉献给摩奴，协助祂培育出新根族的理想身体与意识类型。这既是一项巨大的牺牲，也是一次获得飞速进化与在真师身边亲身工作的无上荣耀。

### 5.2 社会、治理与日常生活

- 第六根族的社群，将是一个在社会结构、技术水平和精神氛围上都与我们当今世界截然不同的乌托邦。
- **治理与社会：**社群由摩奴及其由得道者组成的委员会进行绝对而仁慈的统治。由于所有成员都致力于同一个无私的目标，并且普遍拥有一定程度的通灵能力，能够直接感知到真理与领袖的智慧，因此不存在法律、警察或监狱。任何形式的自私都会被强大的公众舆论视为一种耻辱。
- **经济与技术：**社群经济将彻底变革。一种从物质原子本身提取的、无限的宇宙能源，将免费供应给所有人，用于驱动所有机器、提供照明与热能。这将消除一切污染、污垢和繁重的体力劳动。工作是自愿的，每天只需两到三个小时。食物、衣物和住所全部免费。金钱被废除，私有财产的概念也几乎消失。
- **建筑与生活：**生活将在一种与自然完全融合的环境中进行。房屋和公共建筑没有墙壁，只有支撑着优美穹顶的廊柱，使得室内外没有分别。整个社群被设计成一座巨大的公园，点缀着鲜花、喷泉和雕像。家具极为简约，人们习惯于斜靠在坐垫上。其结果是一种技术上高度先进，但在生活方式上却极为简约、自然与和谐的文明。

### 5.3 新时代的宗教与教育

新根族的精神生活将达到一个前所未有的高度，其核心是天神（天使）与人类的公开合作。

- **四种类型的神殿**：宗教生活围绕着四种类型的神殿展开，每一种都由一位天神主祭，并服务于一种特定的灵性发展路径。
  1. **深红神殿（喜爱之路）**：通过操控绚丽的色彩洪流来提升信众的意识。
  2. **蓝色神殿（奉献之路）**：通过演奏天界般的音乐来激发奉献之情。
  3. **黄色神殿（智力之路）**：通过观想和操控复杂的多维几何思想形态来发展智力。
  4. **绿色神殿（行动/同情之路）**：专注于将思想转化为有益的行动，并向世界投射疗愈与帮助的力量。
- **先进的教育**：教育被视为至关重要。教会会利用特定的颜色、声音和电磁氛围来激发大脑的不同区域，以适应不同的学习科目。自然精灵（nature-spirits）会积极地协助教师，激励孩子们。教育的目标并非灌输事实，而是发展官能，并帮助孩子们恢复其前世的记忆——这在社群中将是普遍现象。心灵感应和星光体投射等通灵能力，将成为儿童日常交流和学习的一部分。





新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频:

- “证道学世界”公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

在《亚特兰蒂斯帝国》的讲座中，作家，学者和探险家马可·维加托 (Marco Vigato) 对一个万年之谜进行了全新，全面和科学的解释。他结合最新的科学证据和神秘传统的永恒智慧，将考古学、地质学，天文学，宇宙学和遗传学领域的最新发现与古代神秘教义相结合，展示了大量的考古照片，分析图像和古代文献实例。

这是对文明真正起源的一次令人叹为观止的探索。它描绘了一幅截然不同的人类遥远起源图景——史前时代的海上文化殖民了地球，然后在最后一个冰河时代末期神秘消失，然而在此之前，我们今天所知的西方文明的种子已经播下。最重要的是，讲者展示了当前人类应当如何从这个文明的毁灭中吸取教训，继承其遗产，但不步其后尘。

这个讲座的视野和远见，将神话和历史传统和当代科学的完美融合，其研究之透彻，见解之深刻，向这个主题的研究者和爱好者展示了不同的观点。

对人类进化和古代文明的话题感兴趣的朋友，还可以参考《人类，从何而来，如何进化，去往何方》这个讲座。所有的视频和讲义都可以在新加坡证道学学会的公众号“证道学世界”和网站 <https://chinesetheosophy.net> 免费下载和观看。

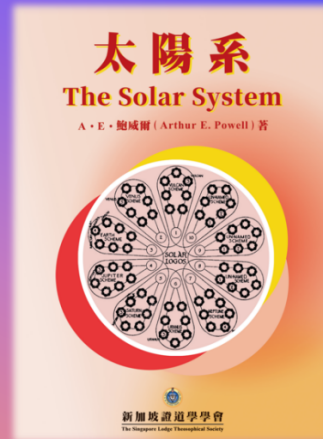
**注： 本讲座是一个辅助材料，没有讲义。**

## 新加坡证道学学会2025年系列讲座6



證道學  
THEOSOPHY  
無高於真理之宗教

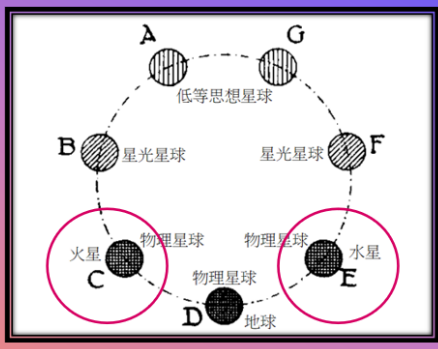
# 太阳系



2025年10月26日

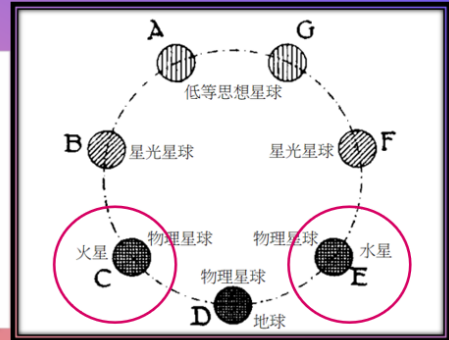
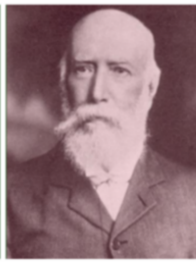
大家好。我几年前连神智学学会是什么都不知道，更不知道证道学学会这个真正中文名字。机缘巧合下，首次接触到证道学的英文电子书，就被其朴实无华、系统完备、踏实有理的神秘学内容深深吸引，如获至宝。起初只为方便自己而进行中文翻译，第一本是阿瑟·鲍威尔的《星光体》，然后是他的《以太重身》、《思想体》、《因果体》，最后是《太阳系》。这段期间是没日没夜、入迷般的翻译，过程中找到了新加坡证道学学会，自此加入了学会的大家庭，认识了很多优秀的人，并略尽绵力带领在线读书会至今。在这次讲座中会让大家认识太阳系与我们的关系和进化，会由星球的进化讲起，一直到人类和万物的进化路途。

# 以利比德与贝森特的著作为基础编纂而成

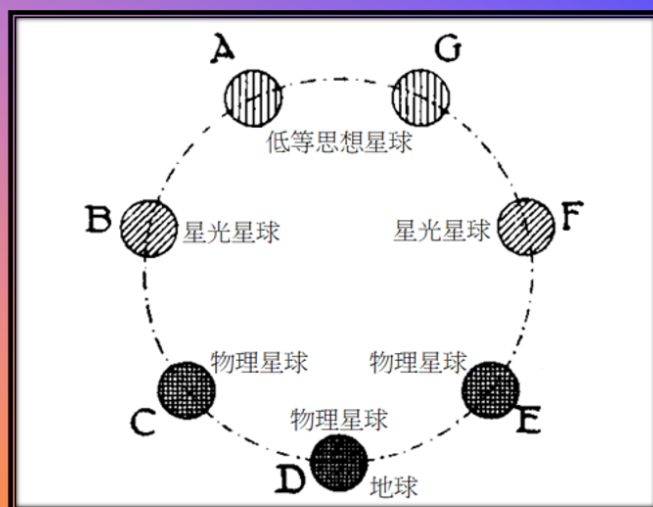


在此，需要向大家做一个重要的说明。本书的编撰主要依据了利比德与贝森特的著作，其内容与观点均源自两人的理论体系。这其中也包括一个备受争议的核心观点，即火星、水星与地球都属于地球进化链，是此链中的三个物理星球。

# 地球进化链第四进化圈 星球C和E不是火星和水星

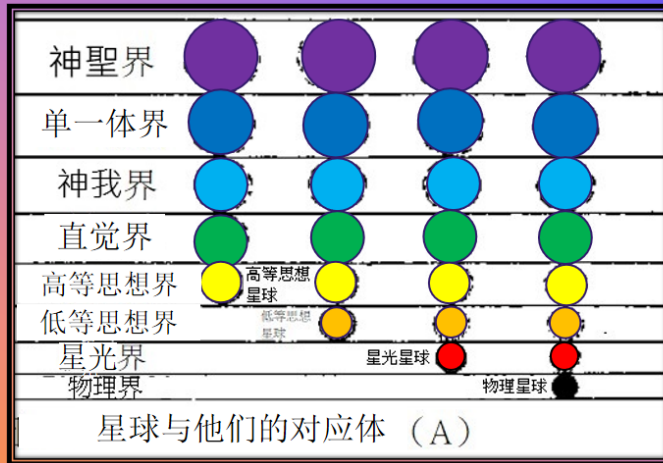


然而，布拉瓦茨基夫人在《秘密教义》第三版的第一册中已明确反对此观点；辛尼特先生在《真师书信》中也指出，进化链中的另外两个星球是以太星球，而非肉眼可见的物理行星火星与水星。时至今日，证道学学会也普遍采纳了后一种说法。因此，请大家在聆听时能够明辨：书中频繁出现的相关描述，代表的是利比德与贝森特的特定说法。我先在此澄清，希望能帮助大家更清晰地理解后续内容，避免产生混淆。

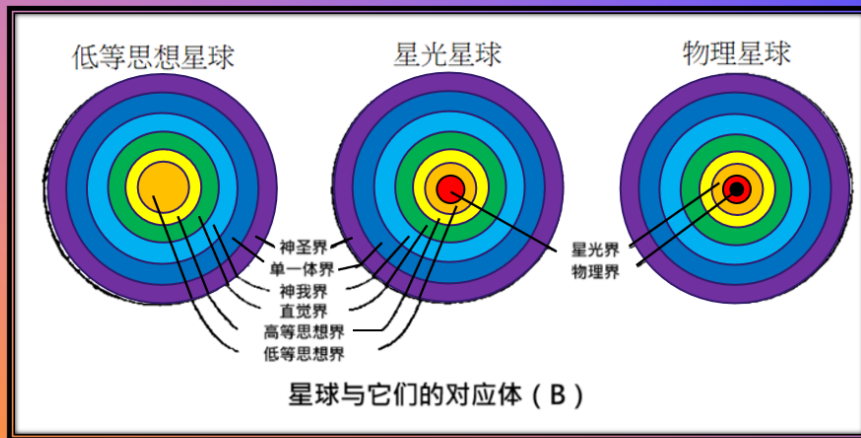


让我先从大家立足的进化场，也就是星球开始讲，一个进化圈包含七个星球，都是同时存在的，我们的地球就是地球进化链第四个进化圈的星球 D，之后会介绍进化链和进化圈的概念，现在先讲星球。大家从图中可以看到七个星球并不是全都是肉眼可见的物理星球，这里还有星光星球和低等思想星球，而地球就当中物质密度最高的物理星球，星球 C 和 E 是以太星球，但以太物质也属于物理界，所以仍归类为物理星球。

# 星球

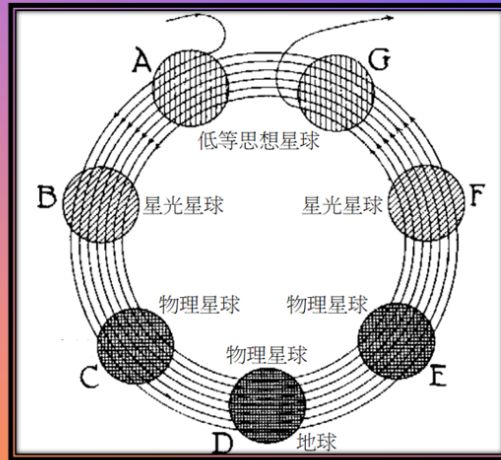


虽然地球是物理星球，但不代表她就只有物理载体，她和人类一样，也有更高的载体。就像图中所示，物理星球有比物理界更高层面的对应体，和人一样，会有星光界、思想界、直觉界、神我界、单一体界和神圣界的载体。而星光星球只是没有物理载体，低等思想星球没有物理载体和星光载体，如此类推。



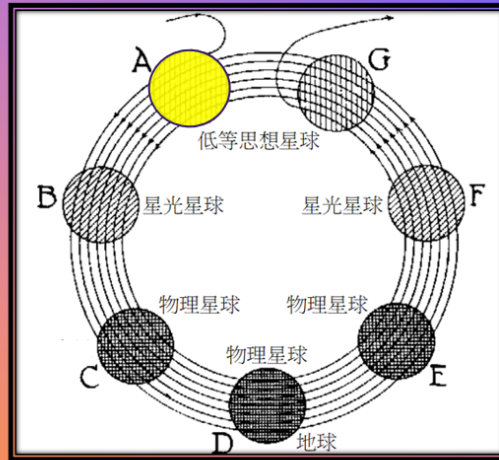
可是，大家不要以为任何一个星球都占用了与其对应体不同的空间，因为不是这一回事。一个星球的各个对应体与星球本身在空间中占据相同的位置，但有一点保留，就是更高或更精细物质的球体比更低物质的球体大，就好像图中星光对应体比物理对应体大，而低等思想对应体又比星光对应体大，因为它们相互渗透并延伸到较低物质球体的外围之外，就好像一个人的星光体相互渗透并延伸到他的肉体范围之外，而他的思想体又超越它，如此类推。

# 进化圈 (ROUND)



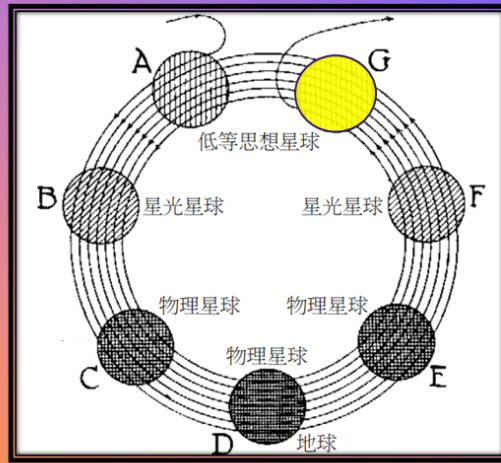
讲完星球，现在讲一下何谓进化圈，英文是 Round。上图是地球进化链，我知道大家会问标题不是进化圈吗？怎会是进化链了。进化圈与进化链其实都是息息相关的，稍后会再作解释。一条进化链的七个星球全部同时存在，也就是图中的星球 ABCDEFG，但是它们不是同时受逻各斯的注视而得以孕育生命。

# 进化圈 (ROUND)



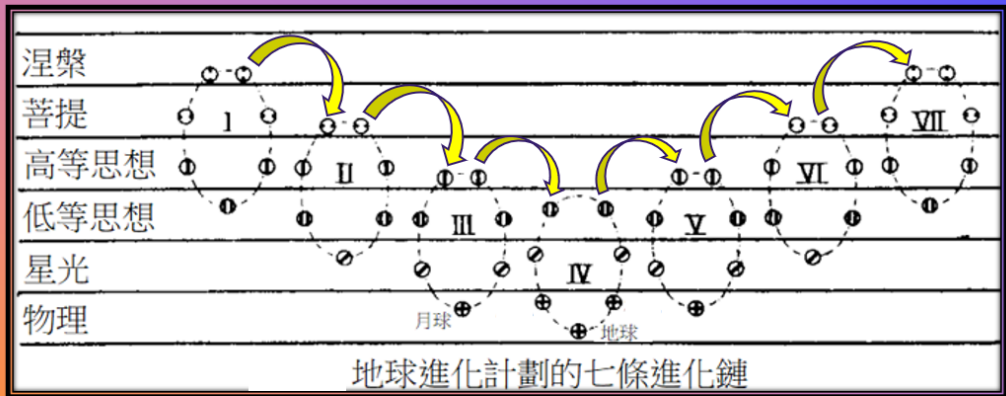
生命流每次只会存在于一颗星球，而且都是从星球 A 开始，然后过了很多很多年，生命流会离开星球 A，进入星球 B，然后 CDEFG，在走完 7 个圈之前，还会继续进入星球 A，就像这里的动画般，假设那黄色圈圈就是生命流。

# 进化链 (CHAIN)



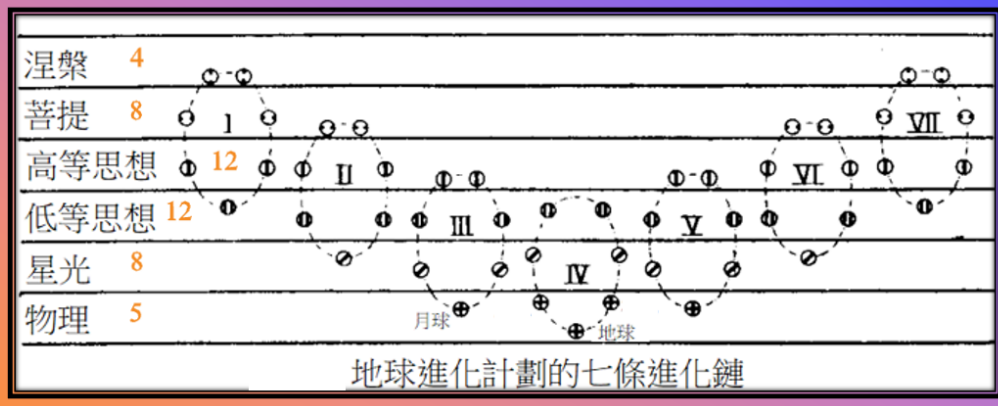
但如果生命流到达星球 G 时，已走了完了七个圈，那也就代表当前的进化链完满了。七个进化圈就是等于一条进化链，而我们现在身处的进化链就是地球进化链了。进化链完满了，当然不是一个终结，要走的路还很长。生命流会接着进入下一条进化链的星球 A，所以大家都会明白到，我们地球进化链的生命流当初也是从前一条进化链而来的，那一条进化链就是月球进化链，而当时月球的位置也就是我们地球的位置了，可是月球现在已将大部分物质给了地球，成为一个卫星了。因此，大家可以见到图的顶端有一条进来的线和一条离开的线。

# 进化链 (CHAIN)



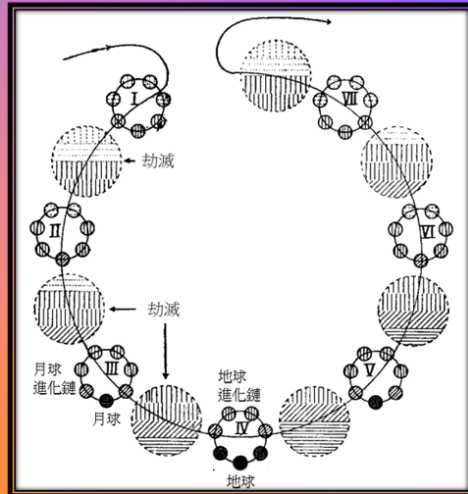
这个图表示了完整七条进化链。大家注意，这七条进化链不是同时存在的，像我之前讲的那样，一条进化链完结，才会去到下一条进化链，如同人过完一生，重新转世再回来般，所以也被称为进化链的转世。那么，究竟进化链是怎么转世的呢？当一条进化链完满时，这条进化链的所有星球就会瓦解，那些物质会重新形成属于新一条进化链的星球。所以，图中第四条进化链，地球进化链的物质就是继承自第三条进化链，月球进化链。如之前所讲，前一条进化链完结，生命流就由星球 G 去到下一条进化链的星球 A 再开始，如同图中所示。

# 进化链 (CHAIN)



这个过程会发生七次，所以就有了图中的七条进化链。由之前进化链分解的物质，被分解成终极物质粒子，如图中所见，组成下一条进化链的星球的物质与上一条进化链的星球物质的层级不一样。在整个地球进化计划中，有 4 个涅槃星球、8 个菩提星球、12 个高等思想星球、12 个低等思想星球、8 个星光星球、5 个物理星球，共有 49 个星球。有一点非常特别，就是当中有 24 个思想星球，可想而知，思想界扮演了非常重要的角色，它让至高的灵与至低的物质得以连结为一体。另外，大家都应该注意到了，我们就在整个进化计划中最低的位置。

# 宇宙寂灭期



当一条进化链完满时，下一条进化链并不是突然出现的，在中间其实有一个称为宇宙寂灭期的时期。前一条进化链的所有物质会被分解，然后再重组成下一条进化链的七个新星球。宇宙寂灭期时，所有灵魂会暂时处于一个梦幻的状态，发着美梦，直到新进化链形成，而且时机合适时，就会转世到新进化链的星球中。有时人们会称这种进化链的继承为它的转世。

# 进化计划

编号	计划	进化链	进化圈	物理行星的数量	备注
1	火神星	第三	第六	1	会产生比地球进化计划更低等的实体
2	金星	第五	第七	1	最先进的进化计划
3	地球	第四	第四	3	三颗行星是星球C、地球和星球D
4	木星	第三	第二	1	木星还没有生物，但它的月球们有，它会成就非常高的层次。
5	土星	第三	早期	1	缓慢地进化，但会达到高层次。
6	天王星	第三		1	
7	海王星	第四		3	三颗行星是海王星和超出他轨道的两颗
8	未命名			0	
9	未命名			0	
10	未命名			0	

在我们的太阳系中，有十个独立不同的进化计划。它们分别是火神星、金星、地球、木星、土星、天王星、海王星和三个尚未命名的进化计划，当中的8号有时会被称为小行星进化计划。那些小行星的物质以后会形成星球，位于地球与木星之间的空间。从上表可以看到，金星当前是最先进的进化计划，而且由于到了第七个进化圈，金星没有了卫星，与地球不同，还有月球。在两百多年前，有天文学家观测到金星的卫星，现在却再观测不到了，有可能就是刚好在这个期间，卫星的物质都给金星完全吸收了。同理，我们到了第七个进化圈时，月球也会给地球完全吸收。

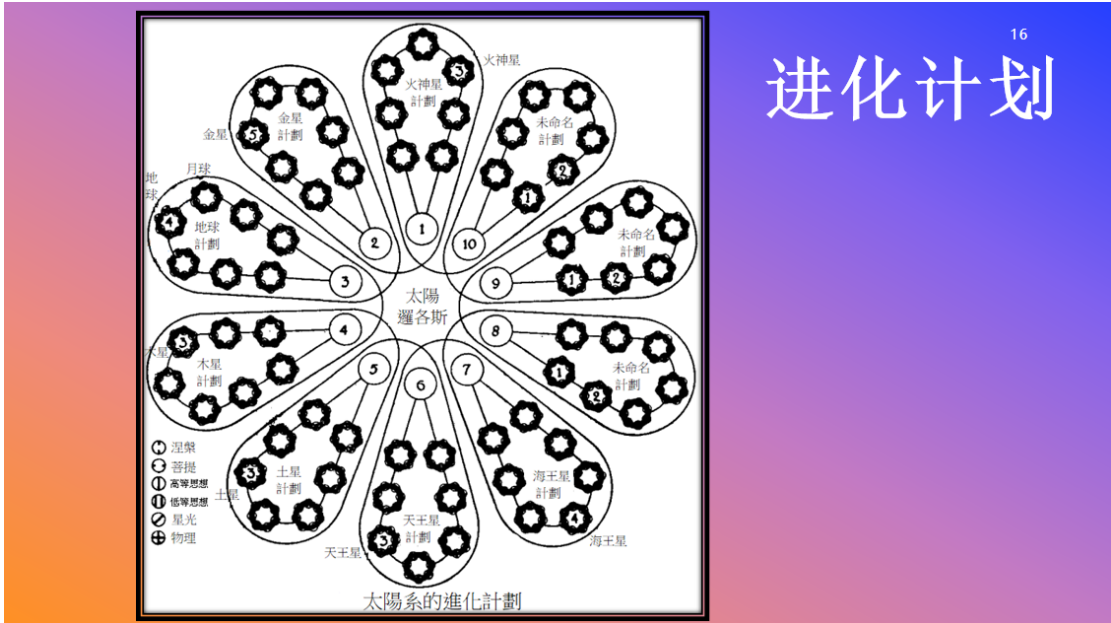
# 进化计划



所有空间都充满了生命  
有比物理界更低等的进化  
不适合我们人类

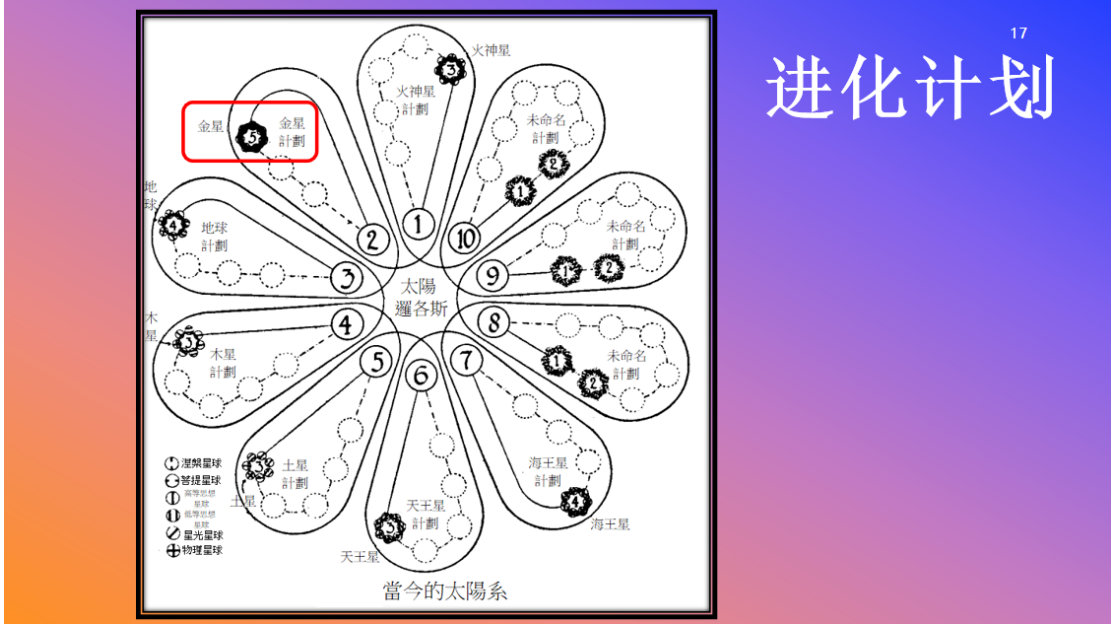
即使在虚空本身之中也可能在进行我们想象不到的未知进化。所有空间都充满了生命，而且即使是比物理界更低等的也有。人类偶尔可以接触到该较低的进化，但这种相缠总是不佳和有害的。因为它不适合我们人类，而不是它是邪恶的，就好像当我们的意识在星光界的时候，不会认为物理界邪恶一般。

# 进化计划



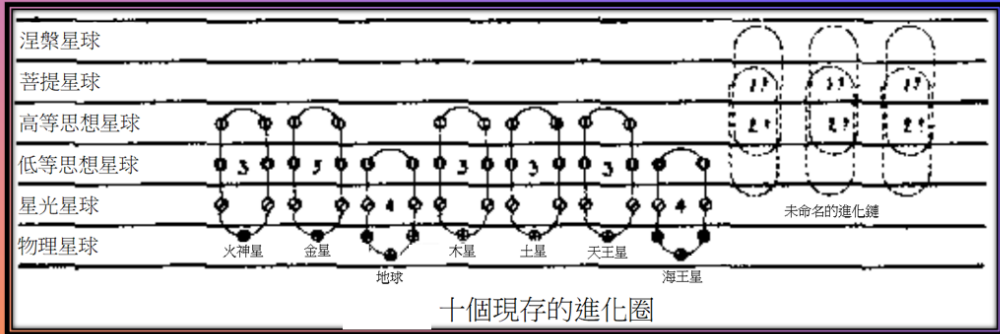
现在大家都知道了进化链是一个接着一个出现的，不是七条进化链同时存在，所以上图只是表示了 10 个进化计划的各个阶段，不是指七个进化链同时出现。这整个图就像一朵花，以太阳逻各斯为中心，10 个进化计划为花瓣。

# 进化计划



这张图所表示的就是 10 个进化计划当前的阶段和将会经历的进化链。大家看到金星现在是第五条进化链，所以说是太阳系最先进的进化计划。

# 进化计划



七个星球周期=一个进化圈。  
 49个星球周期=七个进化圈=一条进化链周期。  
 343个星球周期=49个进化圈=七条进化链周期=一个进化计划。  
 十个进化计划=我们的太阳系。

因为无法知道第 8、9、10 号进化计划处于那个阶段，所以用虚线来表示。从上图可见，现在太阳系中有 70 个星球围绕太阳转。再总结一下，让大家更容易明白，七个星球周期等于一个进化圈，一条进化链等于七个进化圈，也就是 49 个星球周期，一个进化计划等于七条进化链，也是 49 个进化圈，然后 343 个星球周期，最后，我们的太阳系有 10 个进化计划。

# 太阳系的建立



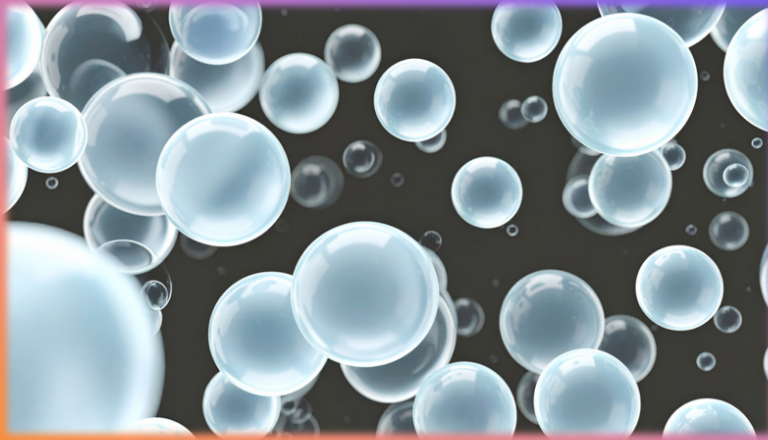
Koilos 虚空

密度极高

非常高的灵视力才感知到

宇宙并不是除了星球外，就真的什么都没有。事实是充满了根本物质，科学家称为宇宙以太，在《奥秘化学》中则称为虚空，这种物质密度极高，比水的密度高一万倍，而且只有非常高境界的灵视力才感知得到。纵使利比德他们也无法完全感知到。只能假设比太阳逻各斯更高级的存在施力于整个宇宙的虚空，这就像吹了一口气。

# 太阳系的建立



泡泡

物質終極原子

最基本的宇宙  
原子物质

在虚空中形成无数微小气泡，它们就是终极原子，所有物质都是由这些原子制造出来。它们是最基本的宇宙原子物质，我们的七界合在一起就是宇宙界的最基本层面。或许，这种力就是布拉瓦茨基夫人所说的原动力。它们像梳打水中的气泡，从可达到的最高灵视力去看，泡泡似乎是完全中空的，所以根本不知道它们内在有没有任何动静。

# 太阳系的建立



画出太阳系范围

将泡泡扫到中央

压缩、旋转、电力

形成星云

太阳逻各斯会划定一个范围作为太阳系，然后将当中所有泡泡扫到中央，形成一个团块，但它依然比现时太阳系最外缘的行星轨道更大。在压缩凝结的某个阶段，祂会令之旋转，伴随着电力的作用，在多个层面形成一个巨大的漩涡，那就是星云。

# 太阳系的建立



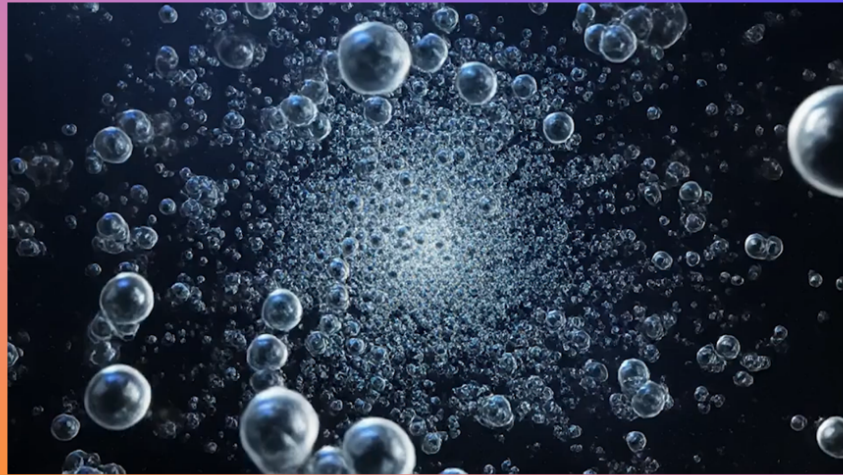
压缩持续无量劫岁月

太阳逻各斯第三位格  
发出七次呼吸

泡泡组成的原子形成  
世界

压缩的过程持续了对我们来说是无量劫的岁月，期间太阳逻各斯的第三位格会发出 7 次脉冲或呼吸。第一次呼吸在整个球体范围产生无数漩涡，每个漩涡吸引了 49 个泡泡，这些泡泡组合形成了单一体界的原子，剩下没组合的泡泡继续作为神圣界的原子。

# 太阳系的建立



第二次呼吸将绝大部分单一体界的原子抓回身边，分解成泡泡，再将他们扔出去，扔到新形成的漩涡，每个漩涡有  $49^2$ ，也就是 2401 个泡泡，成为神我界的原子。同样，剩下没被抓过来的单一体界原子就继续保留。第三次呼吸一样的方式，形成菩提界，每个原子有 117,649 个泡泡。第四次呼吸形成思想界，每个原子有 5,764,800 个泡泡。第五次呼吸形成星光界，每个原子有 282,475,249 个泡泡。第六次呼吸形成物理界，每个原子有 13,841,287,201 个泡泡。这些原子不是化学原子，是物理界的终极原子。

# 太阳系的建立

神圣界	1	1
单一界	49	49
神我界	$49^2$	2,401
菩提界	$49^3$	117,649
思想界	$49^4$	5,764,800
星光界	$49^5$	282,475,249
物理界	$49^6$	13,841,287,201

现在，从这个图表，大家就知道物理界物质的密度是有多高了，物理界的终极原子是神圣界终极原子的差不多 140 亿倍。科学家指出，一个氢化学原子包含 700 至 1,000 个电子，奥秘学家认为一个氢化学原子包含相当于 882 个星光原子，电子很可能是星光原子。

# 太阳系的建立

化学元素周期表

1																	2				
H 氢 1.0079																	He 氦 4.0026				
3	4															5	6	7	8	9	10
Li 锂 6.941	Be 铍 9.012															B 硼 10.811	C 碳 12.011	N 氮 14.007	O 氧 15.999	F 氟 18.998	Ne 氖 20.180
11	12															13	14	15	16	17	18
Na 钠 22.990	Mg 镁 24.305															Al 铝 26.982	Si 硅 28.086	P 磷 30.974	S 硫 32.066	Cl 氯 35.453	Ar 氩 39.948
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36				
K 钾 39.098	Ca 钙 40.078	Sc 钪 44.956	Ti 钛 47.88	V 钒 50.942	Cr 铬 51.996	Mn 锰 54.938	Fe 铁 55.847	Co 钴 58.933	Ni 镍 58.69	Cu 铜 63.546	Zn 锌 65.39	Ga 镓 69.723	Ge 锗 72.61	As 砷 74.922	Se 硒 78.96	Br 溴 79.904	Kr 氪 83.80				
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54				
Rb 铷 85.47	Sr 锶 87.62	Y 钇 88.906	Zr 锆 91.224	Nb 铌 92.906	Mo 钼 95.95	Tc 锝 (98)	Ru 钌 101.07	Rh 铑 102.91	Pd 钯 106.42	Ag 银 107.87	Cd 镉 112.41	In 铟 114.82	Sn 锡 118.71	Sb 锑 121.75	Te 碲 127.60	I 碘 126.90	Xe 氙 131.29				
55	56	57-71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86				
Cs 铯 132.91	Ba 钡 137.33	镧系					Re 铼 186.21	Os 锇 190.2	Ir 铱 192.22	Pt 铂 195.08	Au 金 196.97	Hg 汞 200.59	Tl 铊 204.38	Pb 铅 207.2	Bi 铋 208.98	Po 钋 (209)	At 砹 (210)	Rn 氡 (222)			
87	88	89-103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118				
Fr 钫 (223)	Ra 镭 (226)	锕系					Rf 𨭆 (261)	Hs 𨭈 (277)	Mt 𨭉 (276)	Ds 𨭊 (285)	Rg 𨭋 (284)	Cn 𨭌 (285)	Nh 𨭍 (286)	Fl 𨭎 (289)	Lv 𨭏 (293)	Ts 𨭐 (294)	Og 𨭑 (294)				
89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103							
Ac 锕 (227)	Th 钍 232.04	Pa 镤 231	U 铀 238.03	Np 镎 (237)	Pu 钚 (244)	Am 镅 (243)	Cm 锔 (247)	Bk 锫 (247)	Cf 锿 (251)	Es 镄 (252)	Fm 镆 (257)	Md 镨 (258)	Mt 𨭎 (261)	No 𨭏 (259)	Lr 𨭐 (262)						

第三位格发出第7次呼吸

物理终极原子>原型元素  
化学元素

92	93	94	95	96	97
U 铀 238.03	Np 镎 (237)	Pu 钚 (244)	Am 镅 (243)	Cm 锔 (247)	Bk 锫 (247)
98	99	100	101	102	103
Cf 锿 (251)	Es 镄 (252)	Fm 镆 (257)	Md 镨 (258)	No 𨭏 (259)	Lr 𨭐 (262)

最后，逻各斯第三位格发出第7次呼吸，这一次不会将物理原子拉到中央分解，而是将物理原子聚合成不同聚合体，也就原型元素。这些原型元素会互相结合为不同的化学元素。它们的制造过程到现在都还没有定论；在《太阳系》一书面世的1930年时，铀是最新和最重的元素，但未来可能会产生更复杂的元素，的确到今天已出现更多比铀更重的新化学元素了。另外，1907年，贝森特和利比德发现了氡-22同位素的一种变体，比科学家发现同位素的存在早了五年。1932年，利比德发现的“85号元素”就是1939年科学界发现的钫-223。大家可以在奥义化学中看到更多例子。

# 太阳系的建立



无数的岁月中不断凝聚压缩 > 星云

物理元素出现后，在无数的岁月中不断凝聚压缩，形成了以白炽态氢元素为主的浩瀚星云。

# 太阳系的建立



旋转冷却，收缩变平  
> 巨大圆环

辅助漩涡聚集物质

然后，它会旋转冷却，收缩变平，最后形成一个土星环般的巨大圆环。随着进化到需要行星的时间临近，逻各斯在每个环之中的一个选定点建立一个辅助漩涡，环中的大量物质逐渐被收集到其中。

# 太阳系的建立



互相碰撞產生熱力 >  
气态

冷却 > 凝結成物理行星

那些碎片在聚集時，互相碰撞產生熱力，物质被还原为气态，形成一个发光的球，当它再次冷却时，逐渐凝結成一个适合像讓生命繁衍的物理行星，我们太阳系中的所有行星就是这样形成的。

# 地球的形成



月球是整个进化计划中第一个出现的物理星球，它在我们的上一条进化链，也就是第三条进化链出现，到了月球生命的活跃快要结束的时候，不远处会出现一个新的漩涡，聚集圆环的剩余物质，在物质中碰撞形成一个气体星球，将月球也覆盖着，令它进入炽热状态。

# 地球的形成



两个漩涡周围凝结

大部分物质形成地球

火山爆发喷发巨大岩石，  
撞击月球形成坑洞

它们一起慢慢冷却，在两个漩涡周围凝结，大部分物质都吸引到新漩涡，成为地球，令月球变小，也没有了空气和水。月球由于酷热而处于像热泥般的状态，地球早期剧烈的火山爆发，将巨大岩石抛向太空，有一些就撞到月球，形成许多巨大陨石坑。

# 地球的形成



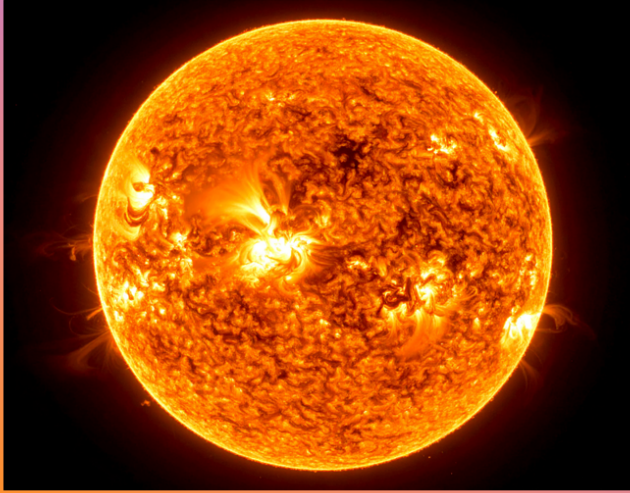
月球在第七进化圈完全解体

形成新一条进化链的物理星球

地球在第五进化链成为卫星

月球在第七进化圈某个时期会完全解体，这些物质会形成新一条进化链的物理星球，地球的一部分物质也会加入其中，地球在第五进化链成为像月球般的卫星。

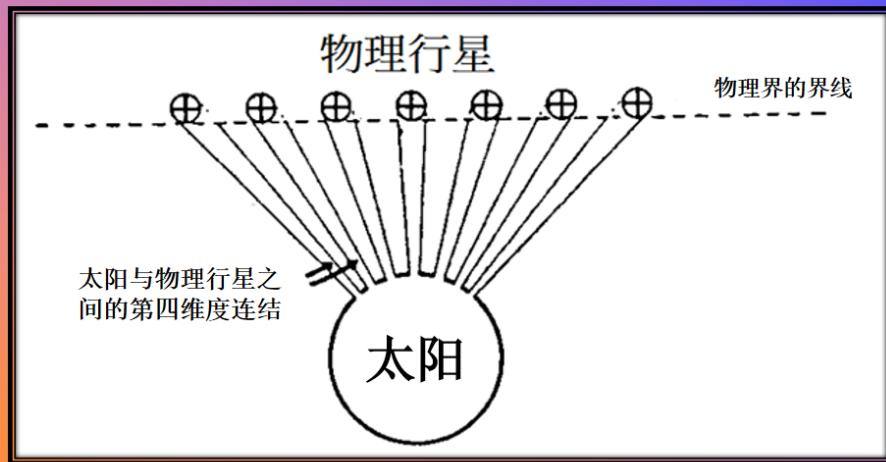
# 太阳逻各斯



太阳逻各斯只有美善  
在太阳系全知全能  
在宇宙只是一颗微尘

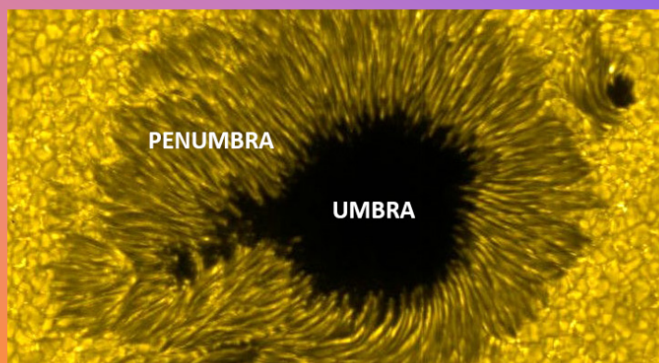
太阳逻各斯只有美善，所有低等的属性都不存在，在太阳系中，祂就是上帝，全知全能，无所不在。爱、力量、智慧、荣耀都尽在其中。然而，太阳系只是宇宙的一颗微尘，在太阳逻各斯之上还有无数个更高阶位的存在。

# 太阳逻各斯



在物理界，太阳和它的行星看起来是彼此分离的，但如果有第四维度的概念，就会知道事实上它们是连结在一起的，就像有许多花瓣的花。行星与行星之间在物理界、星光界、思想界都没有交流，只在菩提界才有交集。

# 太阳逻各斯



太阳的柳叶（太阳黑子）

天人犧牲自己成為管道

為太陽系帶來光、熱和生命力

太阳的柳叶（太阳黑子）是天人为特殊目的而维持在物理界上的显现，代价是祂们不能在更高层次上活动，而更高层次是祂们的正常栖息地。祂们之所以如此，很有可能就是为了作为管道传递太阳的光、热和生命力给整个太阳系。

# 生命流

## 生命之波浪

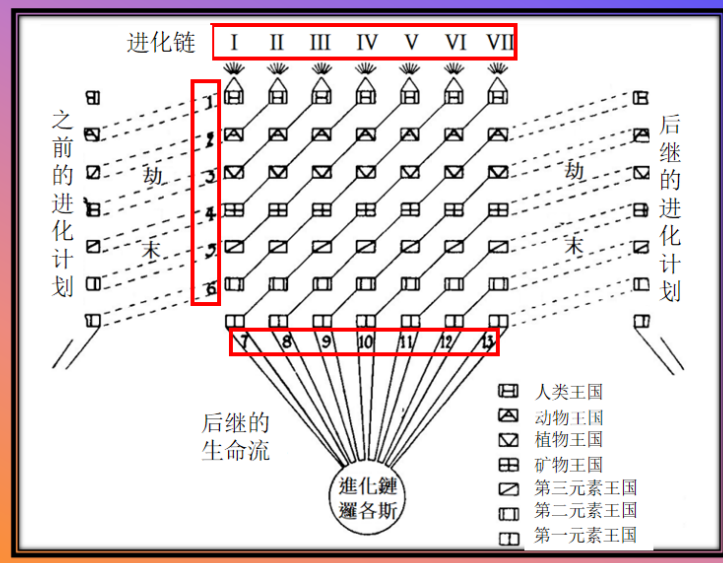
第一种：逻各斯三个位格发出的三大神圣生命冲力波，生成、滋养和维持太阳系

第二种：第二次冲力波的连续生命流

第三种：进化链从一个行星转移到下一个行星的生命波

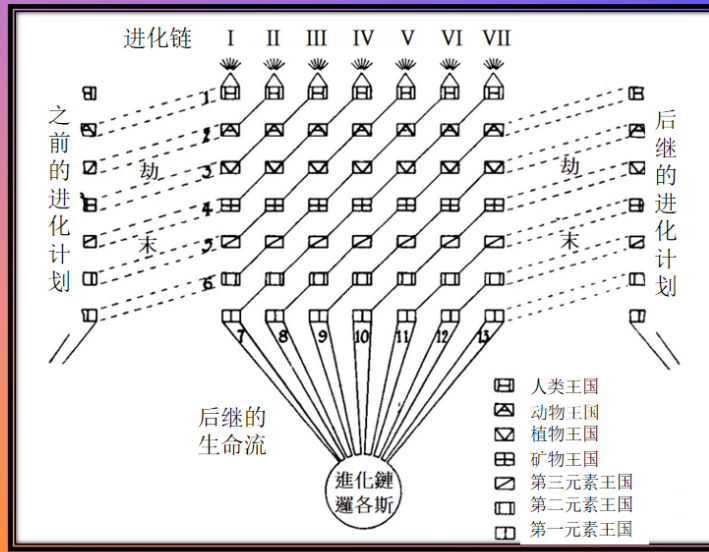
在证道学文献中，生命之波浪有三种含义，第一种是逻各斯三个位格发出的三大神圣生命冲力波，生成、滋养和维持太阳系。第二种是第二次冲力波的连续生命流。第三种是进化链从一个行星转移到下一个行星的生命波。

# 生命流



这张图是在描述第二种。图中有我们人类进化路线的七个生命王国，分别是第一元素王国、第二元素王国、第三元素王国、矿物王国、植物王国、动物王国、人类王国。最左边是地球进化计划之前的进化计划，最右边是下一个进化计划，计划之间有个劫末的时期。顶部的罗马数字代表的是地球进化计划的第几条进化链而阿拉伯数字表示第几道生命流，大家可以见到第一至第六道都是从上一个进化计划继承而来，而第七至第十三道生命流则是逻各斯在地球进化计划时发出来，用以激活每一条进化链的第一元素王国。

# 生命流



从图中可看到，从之前的进化计划而来的大部分灵魂都在地球进化计划的第一条进化链提升到高一级的王国，此后每一条进化链的王国都会在下一条进化链提升一级。因此，我们现在身处的第四条进化链人类王国正是从第三条进化链（月球进化链）的动物王国进化而来，当然，其中也有来自月球进化链的人类进来插班。另外，我们也从中得知了所有人类都经历过身为矿物、植物、动物，一步一步进化为人类灵魂。如果大家足够细心，会看到人类王国顶部有七条线，它们代表的就是人类进化为超人类，也就是圣人阶位时，可以从七种进阶路径中选择一种。

# 进化链的目标

第一条进化链：第一次入道

第二条进化链：第三次入道

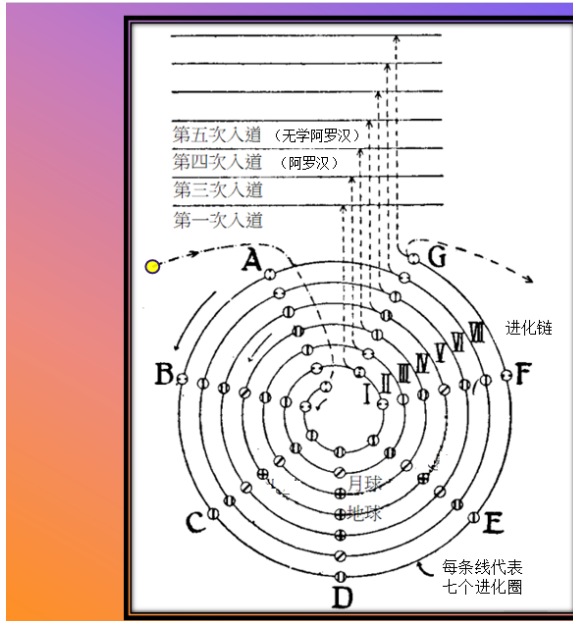
第三条进化链：第四次（阿罗汉）入道

第四条进化链：第五次（无学阿罗汉）入道

第五至第七条进化链：比第五次入道更高的目标

由此可见，每一条进化链都会有一定的进步。而且，每一条进化链在完成第七个进化圈时都会有一个为人类设定的目标，第一条进化链的目标是第一次入道、第二条进化链是第三次入道、第三条进化链是阿罗汉入道、第四条进化链是圣人入道，第五至第七条进化链的目标目前没有数据，但可以想象是会比圣人更高阶位的入道。

# 进化链的目标



这个图是想表达七条进化链的目标，每一个圈代表的是经过了七个进化圈的进化链，ABCDEFGG 代表的是该进化链的星球。从最小的圆圈开始，在第七个进化圈星球 G 后达成目标的成员们都会被发射到超人类进化，选择七条路径之一继续他的路途。就好像旋转的吊索弹射石子般，每过一个圈速度就越快，意味进化速度越快，所以要求的目标以次方的级数提高。

# 进化链的目标

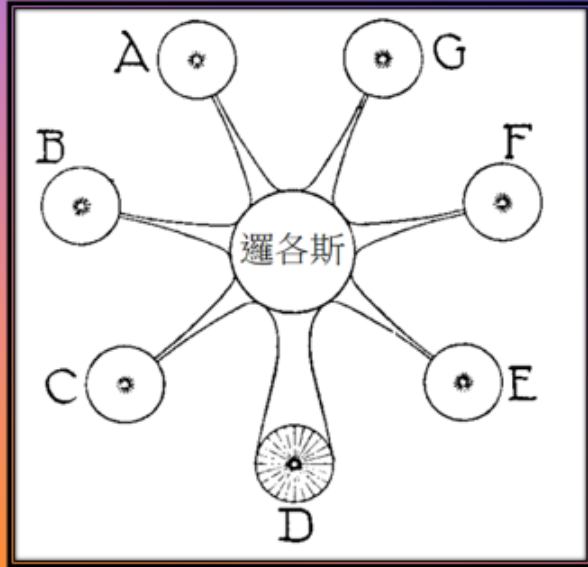
- (1). 身披法身衣，不保留单一体以下的所有身体
- (2). 身披报身衣，不保留高等三身（神我-菩提-高等末那识）以下
- (3). 身披应身衣，不保留因果体以下的身体，但保留永久原子
- (4). 成为奥义阶制一员
- (5). 去下一条进化链帮忙建造形体
- (6). 加入天人的进化
- (7). 成为逻各斯的「圣团」一员

之前提过人类最后会进入超人类进化，然后有七种选择。第一种是身披法身衣，就是涅槃，舍弃单一体以下的所有身体。第二种是身披报身衣，不保留高等三身（神我-菩提-高等末那识）以下的所有身体。第三种是身披应身衣，不保留因果体以下的身体，但保留所有永久原子，只要祂愿意，可以籍此建造相应身体使用。第四种是成为奥义阶制的一员。第五种是前往下一条进化链，帮助建造形体。第六种是成为天人的一员。第七种是成为逻各斯的「圣团」一员。大家有兴趣可以看《因果体》，这本书会有更详细的解说。

# 内进化圈

逻各斯每次注意一个星球

没受注意的星球的生命没完全消失



逻各斯每一次只会将注意力固定在一个星球，那个受到注意的星球的生命就会旺盛，所有王国的进化也会加速。当祂的注意力转移到下一个星球时，前一个星球就会与其他 5 个星球一样只受到一点生命的光辉，星球上的生命没有完全消失，但进步的步伐会大幅下降

## 内进化圈

六个没受注意的星球有所有生命王国的核心：

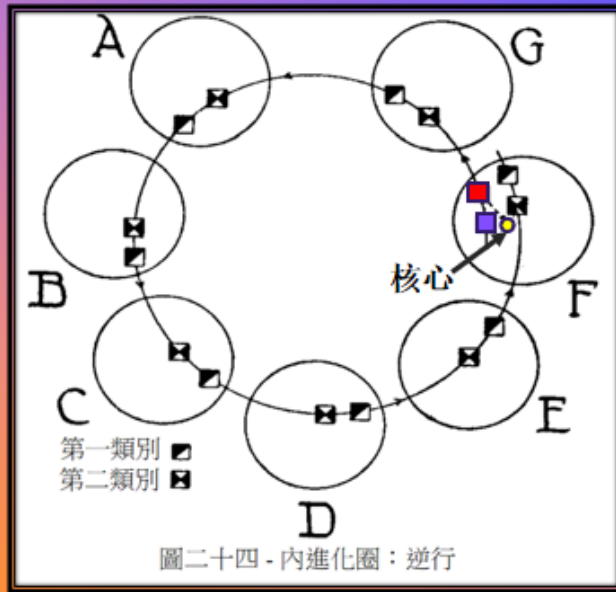
1. 作为种子
2. 作为落后实体的进化场
3. 作为进境异常快速的实体的温室

其他六个星球都存在着所有生命王国的核心，它们作为种子，在下一个进化圈时，不用创造新形体就可以继续发展。此外，它们可作为落后的实体的进化场，也可作为取得异常快速进境的实体的温室。

# 内进化圈

部分水平不足的第一类实体被留在星球F

其他实体走完一个进化圈再跟他们会合

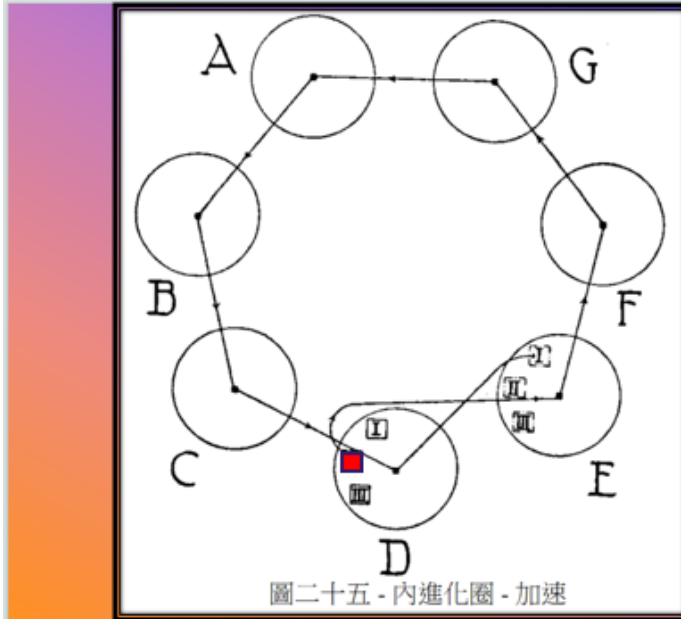


当一个进化圈结束时，所有王国都会有一些实体没有达到期望的水平。那些实体会被留在星球 F 的原子核，就是图中第一类的一部分，第二类和剩下的第一类会继续前进（请注意，第一类比第二类先进），在下一个进化圈回到星球 F 时，与之前的第一类会合，与星球 F 的第二类继续进化，但他们难免会比走多了一个进化圈的实体低一个级别。

# 内进化圈

实体强烈渴望  
进步

以一个根族的  
时间走完一个  
进化圈



此图表示了一个利用内进化圈加速进步的例子。某一个第二类别的实体强烈渴望进步，被执掌者们转移到星球 D，去到真正的内进化圈，下一次转世会去了星球 E 的少量人口中。他会在星球 E 度过地球上一个根族的时间，然后传送到星光星球 F，停留一样的时间，接着到星球 G、A、B、C。当他再次回到星球 D 时，生命波也刚好要离开星球 D，而且他不再是第二类，他升级为第一类了，此后他会与第一类实体继续发展。

# 审判日



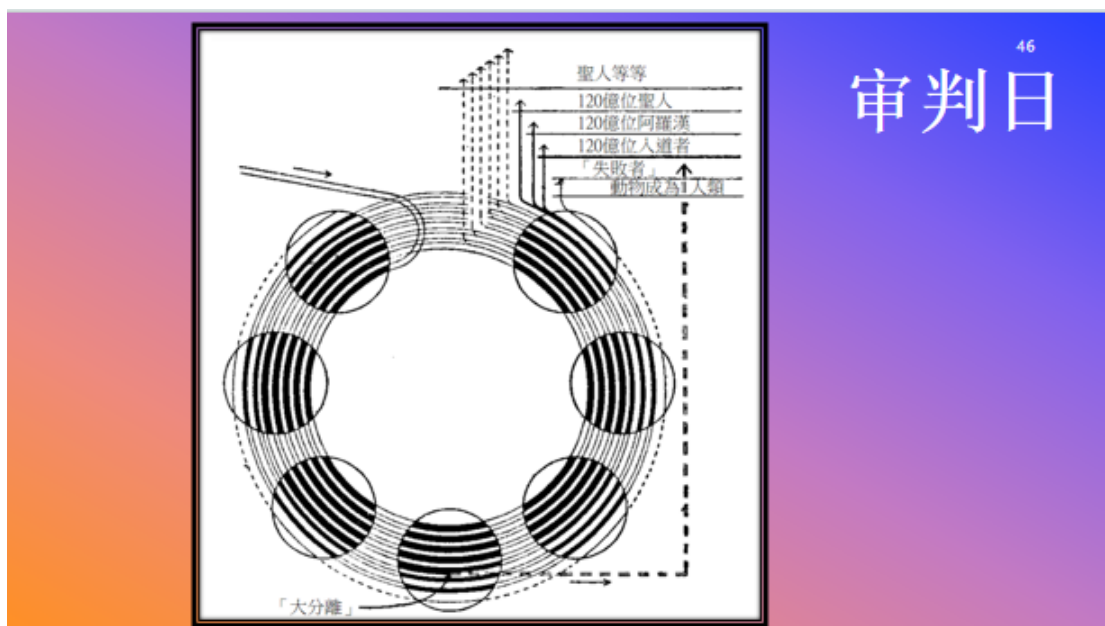
升级考试

留级



「最终审判」有很多传说，背后隐藏着一个重要的奥秘真相，可是，中世纪僧侣将之扭曲为「永恒的诅咒」。事实上，就像上学考试一样，当学生考试不合格，分数不足以升级，老师就会认为该学生须要留级，重新学习当前学期的知识。如果坚持让不合格的学生升级，更高级的课程他学习不来，也会影响其他合格学生的学习进度。

# 审判日



审判日就是为了让再继续留在这条进化链对自己和其他灵魂都没有益处的人暂时离开进化链，等待下一条进化链开始时再在适当时候继续转世进化。图中可以看到总数 600 亿个灵魂，在第七个进化圈完结后，会产生 120 亿位圣人、120 亿位阿罗汉、120 亿位入道者，还有在更早之前就成就圣人阶位的人，其余 240 亿位是地球进化链中个性化为人类的动物，以及在地球进化链审判日，就是在第五进化圈中期的「大分离」中不合格留级的灵魂。

# 审判日

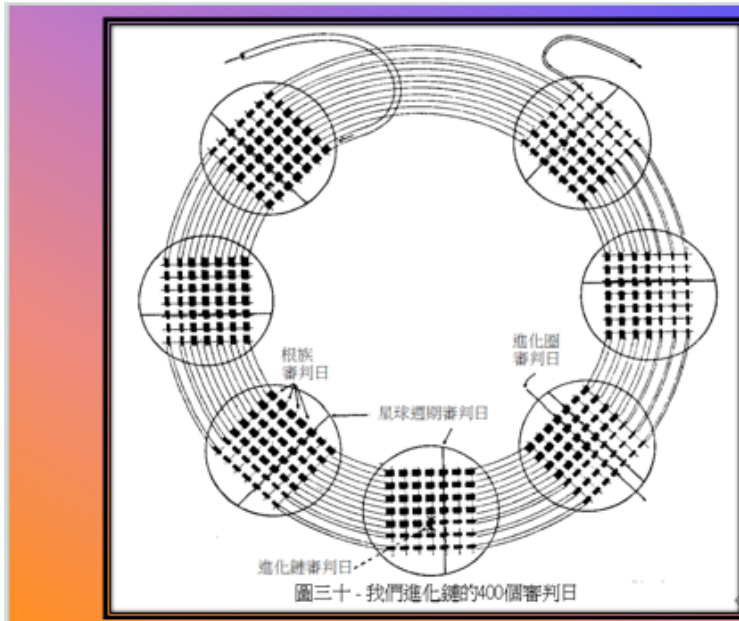
阶级	发生于该时期的中期	拒否了那些不适合继续留在该时期的人	被拒否的实体会在该时期重新开始进化
第一阶	第五个进化圈	进化链	下一条进化链
第二阶	第五个星球周期	进化圈	下一个进化圈
第三阶	第五根族	星球周期	下一个星球周期
第四阶	第五次根族	根族	下一根族

进化链的审判日是第一阶审判日，发生于第五个进化圈的中期，被排除的实体要在下一条进化链才会重新开始进化。奥秘主义的其中一个著名法则就是「上行下效，内外相应」，因此还有下位的审判日。第二阶审判日是进化圈审判日，发生于第五个星球周期中期，要在下一个进化圈才会重新开始进化。第三阶审判日是星球周期审判日，发生于第五根族中期，要在下一个星球周期才会重新开始进化。上两次世界大战期间，很可能就是第三阶审判日，令那些战争中无可救药的人进入「无间地狱」，到下一个星球才能继续转世。第四阶审判日是根族审判日，发生于第五次根族中期，公元前 75025 年摧毁亚特兰提斯的大灾难一定是发生在第四根族第五次根族中期。

# 审判日

400个审判日

第五个进化圈  
中期的审判日  
减少了40%的  
人



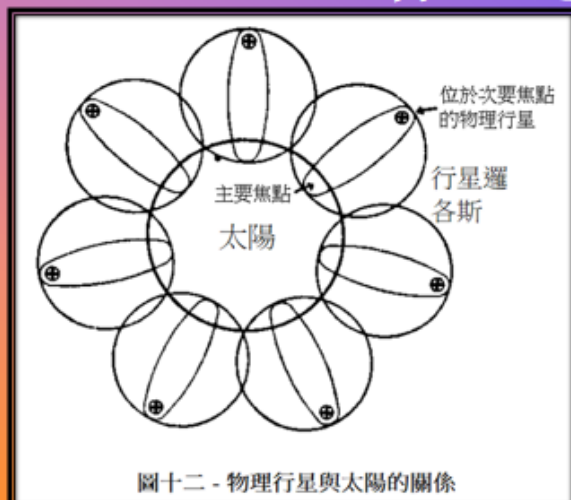
整条进化链中，四个阶级的审判日刚好是 400 次，所以不断会有实体被淘汰，进化暂时被停止，在第五个进化圈中期，减少了百分之四十的人，然后又经历了其他阶级较低的审判日，所以数量会更少。

# 审判日



由此，我们可以看到审判日并非宗教所谓的在末日时所有生人死人聚在一起等候审判，是永远上天堂，还是永远在地狱受苦。审判日只是逻各斯出于对灵魂的慈悲，也是为了进化计划，将已无望在当前阶段继续进步的灵魂静止，让其在下一次适当时候再开始，带领他的师弟子们一起进化，而不是永恒地受苦。话虽如此，大家必须谨记进化被停止是最严重的后果。

# 行星进化链逻各斯



统治进化计划的行星

如同太阳逻各斯的脉轮中心

现在，可以讲一下帮助太阳逻各斯的各个高级官员，首先是行星进化链逻各斯，他就像太阳逻各斯的首相，也像是祂的脉轮中心，因为整个太阳系都是太阳逻各斯的一部分。每一个进化计划都有七个行星逻各斯，他们各自统治负责的行星，然后他们有两个焦点，主要焦点在太阳上，次要焦点就在所负责的行星上。祂们在印度教被称为七太阳灵，在古埃及被称为七秘仪神、在祆教被称为七位不死的圣者，在犹太教被称为七源质，在基督教和伊斯兰教被称为七位大天使。

# 利皮卡与天王



太陽系的記錄

管理業力的化  
理人

利皮卡与天王是管理业力的代理人，如果用拟人的方式来说，利皮卡就是巨细无遗的太阳系记录员。另外，天王其实有七位，而不只是四位。天王是天人、自然精灵、元素精华的首领，不同的天王对不同层级的物质有影响力。祂们在我们转世时，根据需要受报的业力，指挥天人、自然精灵和元素精华塑造以太体。

# 参谋



太阳逻各斯的  
随侍

最大牺牲的艰  
难之路，因此  
带来巨大声望

将军要有一组特别的军官组成他的参谋，亲自侍候他，随时准备好做他可能需要的任何事情，或填补可能出现的任何空缺，因此太阳逻各斯也有祂的参谋，随时被派去援助任何需要帮助的地方。这个职责就是圣人的七个选择之一 - 圣团。这是一条非常艰难的道路，对圣人来说也许是最大的牺牲，因此被视为带来巨大的声望。

# 摩奴

进化计划摩奴（行星进化链逻各斯）：掌管整个进化计划

进化链摩奴：掌管一条进化链

进化圈摩奴：掌管一个进化圈

星球周期摩奴：掌管一个星球周期

根族摩奴：掌管一个根族的摩奴

摩奴是一个通用的阶位名称，代表的是该等级的智能指引。进化计划摩奴通常被称为行星进化链逻各斯，祂实际上掌管七条进化链，而不是只有一条。只掌管一条进化链的摩奴被称为进化链摩奴，在行星进化链逻各斯手下工作。在祂之下是掌管一个进化圈的进化圈摩奴。再下面是掌管一个星球周期的星球周期摩奴。然后是掌管一个根族的根族摩奴。所有摩奴会监督所负责的进化部门的形成和发展。

# 摩奴

Manvantara（宇宙显化期）（一劫）：一条进化链的时间单位

mahâman-vantara（大宇宙显化期）（一大劫）：一个进化计划（七条进化链）的时间单位

种子摩奴收集进化链的果实，将他们放在内在滋养  
在适当时候交给下一条进化链的根摩奴

宇宙显化期是一个时间单位，就是一条进化链的时间，而大宇宙显化期是一个进化计划，即七条进化链的时间。进化链的第七个进化圈，会有一位名为「种子摩奴」的存在，祂的功能是在进化链结尾时，收集所有进化结果，将垂死进化链的居民转移到极乐世界，在摩奴内在滋养他们，然后将他们交给下一条进化链的根摩奴。

不同频率中最佳的人分成  
不同的组别

收集在种子摩奴的灵光圈  
中滋养

像园丁检查架子上的球茎

挪亚方舟



月球进化链的种子摩奴制定了一个宏大的计划，他将不同频率的人分成不同的组别，再将每个频率中最佳的人分为一组，就这样这些果实被分门别类地收集在种子摩奴的灵光圈中。种子摩奴会在几百万年间歇地倾注磁力，就像园丁检查架子上的球茎，再分发它们种植在下一条进化链。这样令人想起印度教《往世书》中的故事：摩奴带着新世界种子穿越海洋和挪亚方舟的故事。

# 摩奴



根族摩奴会转世到根族中

有些君主都是根族摩奴转世，例如古秘魯

根族摩奴会转世到根族中，成为神王来统治该根族，籍此设定和改善该根族的种类，也设定每个次根族的种类。因此，有些君主都是根族摩奴转世，例如古秘魯，所谓君权神授。

# 菩萨

宗教与教育部  
门首长

世界导师或基  
督

创立新宗教体



每个根族都有一位摩奴与一位菩萨，他们就像大脑与心脏，摩奴是掌管部门，菩萨就是宗教与教育部门的首长，祂的地位比圣人要高出两级，也被尊称为世界导师或基督。当祂认为有需要建立新的宗教体系时，就会亲自降临或派遣弟子，祂的祝福会遍布当世的所有宗教。

與菩薩地位一樣

「手掌」或「五指」

摩奴：第一道光

菩薩：第二道光

大法王：其他五道光

大法王是与菩萨同层次的官员，就像「手掌」或「五指」。摩奴遵循第一道光  
的路线，菩萨遵循第二道光，而大法王就掌管剩余五道光。



现在的佛陀是过去的菩萨，祂还没成佛时，在雅利安第一次根族中作为广博仙人开创了太阳之宗教（印度教）。祂在埃及作为托特开创了光之宗教。31000年前，作为琐罗亚斯德来到波斯创立了火之宗教（祆教）。作为奥菲斯来到希腊用音乐和声音教导，开创了奥菲斯秘仪。



祂最后一次降临于印度斯坦；在这里成就无上正等正觉，并以成佛结束了古老的循环，留给祂的继任者继续进行世界导师的工作。佛陀是一位不仅监督人类的官员；祂是天人的导师，也是人类的导师。祂负责整个世界的第二道光等特殊工作，将自己献身于更高世界的那部分工作，同时祂将低等层面的世界导师工作委托给祂的助手和代表，也就是菩萨。然而，释迦牟尼佛在一定程度上依然与世界保持联系。在每年一次的卫塞节，五月的第一个满月时，祂依然向圣人会显现自己，将祂的祝福倾注在祂们身上，并通过祂们传递给整个世界。

# 世界之主

太阳逻各斯的代表，掌管行星的一切

圣纳库玛拉 (Sanat Kumâra)

三位弟子 (缘觉佛)

世界之主代表了太阳逻各斯，也对发生在这颗行星上的所有王国的进化都有绝对的掌控，但祂不是地球之灵。世界之主是这个世界的真王，在祂的管治下掌管了不同的部门。祂被称为圣纳库玛拉，是统治者的意思。祂在第四个进化圈雷姆利亚中期从金星来到地球，一同来的还有三名库玛拉，祂的学生，也是祂的副官或助手，这三位被称为缘觉佛。此外，有大约 25 到 30 名圣人和 100 名隶属于这些伟大存在的普通人类。

# 世界之主

圣人会的领袖

至道者

神圣意志的化身

周期性的破坏力量

世界之主是圣人会的领袖，圣人会整体就是世界之主可用的工具和祂强大的武器。祂也被称为至道者，主持人在入道仪式中，授予阶位的关键时刻会呼请世界之主。祂驱动整个世界，意识遍布地球所有生命，也是神圣意志的化身。此外，祂掌握了周期性的破坏力量，因为祂能发挥更高形式的原动力，直接处理超越进化链的宇宙力量。

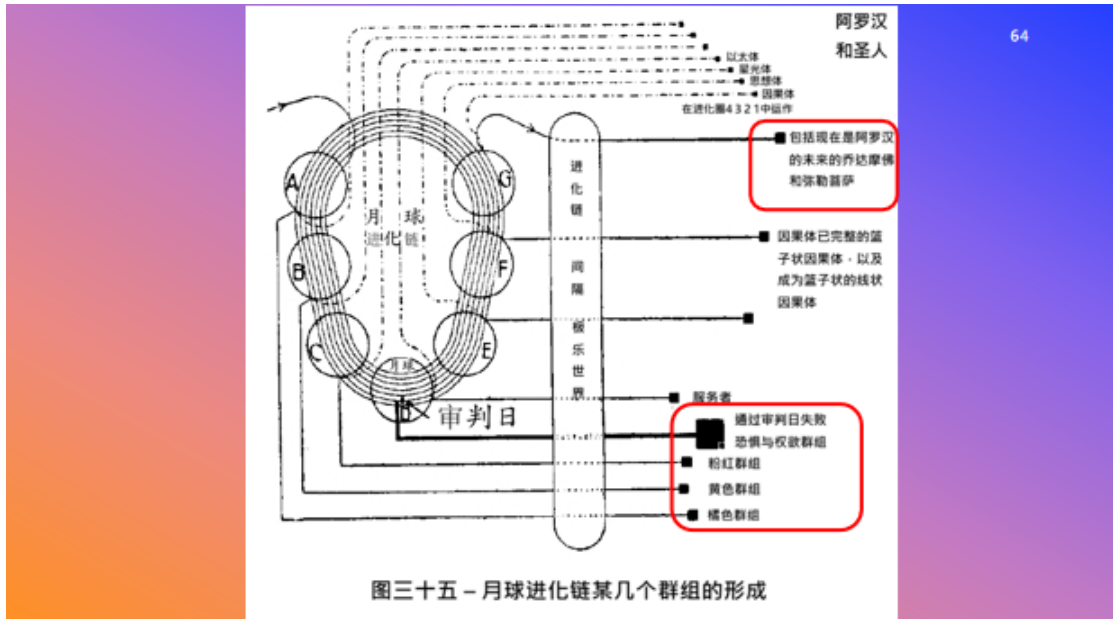
## 星球之灵

属于执行建造星球工作的天人级别

星球就是祂的身体，每次进化链是一次转世

在其上生活的生物如同祂的寄生虫，一般感觉不到

每个星球都可以被视为一个实体的转世，这个实体被称为星球之灵。他可能属于一个天人的级别，该级别的成员在整个星系中执行建造星球的工作。当月球进化链的星球 A 的生命结束时，星球之灵可以说是将自己体内的生命转移到了地球进化链星球 A 所在的位置；星球之灵因此进入新的转世，步向较低等级的物质，新的星球开始在他周围形成。生物就像星球之灵表面的寄生虫，例如，就地球而言，地球之灵并不关心他们，可能通常不会意识到他们的存在，不过当他们采很深的矿时，他可能会稍微感觉到他们。



之前已介绍过，地球进化链之前是月球进化链，现在我们来大概讲一下月球进化链的产物。图片下方有三个群组，粉红、黄色和橘色，他们在第七个进化圈的星球 A、星球 B、星球 C 被认为无法再继续进化，被送到进化链间隔极乐世界，等待地球进化链形成时重新转世。再上面的一个大正方形代表的是，在第六个进化圈时被审判日淘汰的通过恐惧与权欲个性化的人。现在的佛祖和弥勒菩萨在月球进化链第七个进化圈星球 G 时是阿罗汉阶段，达成了月球进化链的目标。

证道学中的根族是一个抽象术语，  
指的是人类进化的意识阶段。  
它与种族、民族、国家等概念无关。

## 根族与次根族

第一根族：以太根族，现已完全消失。

第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现已完全消失。

第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。

第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。

第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。



至此，太阳系在星球层次的进化大概介绍完毕，接下来会讲的是地球的人类进化。我们第四进化圈有七个根族，而每个根族有七个次根族。可是，我们必须理解清楚证道学中的根族是一个抽象术语，指的是人类进化的意识阶段。它与种族、民族、国家等概念无关。第一根族是没有肉体的，只有以太体，月之祖灵复制了自己的以太体，再与之分离，成为第一根族的物理身体，他们非常巨大，而且以裂变的方式繁殖，并生活于南瞻部州，由于他们是以以太体，所以不会受到地球当时可怕的动荡状态影响，可以想象为整个地球不断有比现在规模大很多倍的各种天灾，他们正在发展听觉，现时已从地球消失。

## 根族与次根族

证道学中的根族是一个抽象术语，指的是人类进化的意识阶段。它与种族、民族、国家等概念无关。

第一根族：以太根族，现已完全消失。

第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现已完全消失。

第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。

第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。

第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。



经历无数年后，地球逐渐安定下来，第二大陆形成，被称为极北之地或波叉州。第一根族的身体成为第二根族，亥伯龙根族的以太重身，第二根族也有了肉体，所以第一根族从那时就消失了。正因为有了肉体，再无法做到裂变繁殖，人体会从皮肤渗出汗水，挤出小身体来繁衍后代。随时间推移，第二根族出现轻微性征，成为雌雄同体。他们有听觉和触觉。到了第三根族中期，栖身之地因气候剧烈变化，由热带转变为严寒，第二根族全数灭亡。

# 根族与次根族



第一根族：以太根族，现已完全消失。

第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现已完全消失。

**第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。**

第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。

第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。



第三根族就是雷姆利亚人，当时喜马拉雅山出现，从喜马拉雅山脚下，到锡兰、苏门答腊、澳大利亚、塔斯马尼亚和复活节岛；向西到马达加斯加和非洲的一部分；还包括挪威、瑞典、西伯利亚以东和以西及堪察加半岛，形成广阔的大陆，古名为世界之树。早期的次根族也是汗生，之后发展为在母体发育的硬质卵生，到了第三次根族时，变成包膜卵生，有双性器官，再从雌雄同体，演化成为一种性别为主的雌雄同体，最后发展成单性别。第三次根族体型庞大，与同时代的恐龙一样大。

# 根族与次根族



第一根族：以太根族，现在已完全消失。



第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现在已完全消失。

第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。

**第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。**

第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。



第四根族就是亚特兰蒂斯人，也有七个次根族。亚特兰蒂斯人曾有过辉煌的时代，但最后整个帝国因天灾人祸彻底消失，详情可以参考佳龙主讲的 2025 年讲座 5。

证道学中的根族是一个抽象术语，  
指的是人类进化的意识阶段。  
它与种族、民族、国家等概念无关。

## 根族与次根族

第一根族：以太根族，现在已完全消失。

第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现在已完全消失。

第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。

第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。

**第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。**

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。

第五根族就是雅利安人，也是我们现在的根族，同样有七个次根族。第一个次根族是公元前六万年的印度人，第二个是公元前四万年的阿拉伯人，第三个是公元前三万年的伊朗人，第四个是公元前两万年的凯尔特人，第五个是一样公元前两万年的条顿人，第六个次根族在澳洲和美国开始出现。

证道学中的根族是一个抽象术语，  
指的是人类进化的意识阶段。  
它与种族、民族、国家等概念无关。

## 根族与次根族

第一根族：以太根族，现在已完全消失。

第二根族：亥伯龙（Hyperborean）根族，有肉体，现在已完全消失。

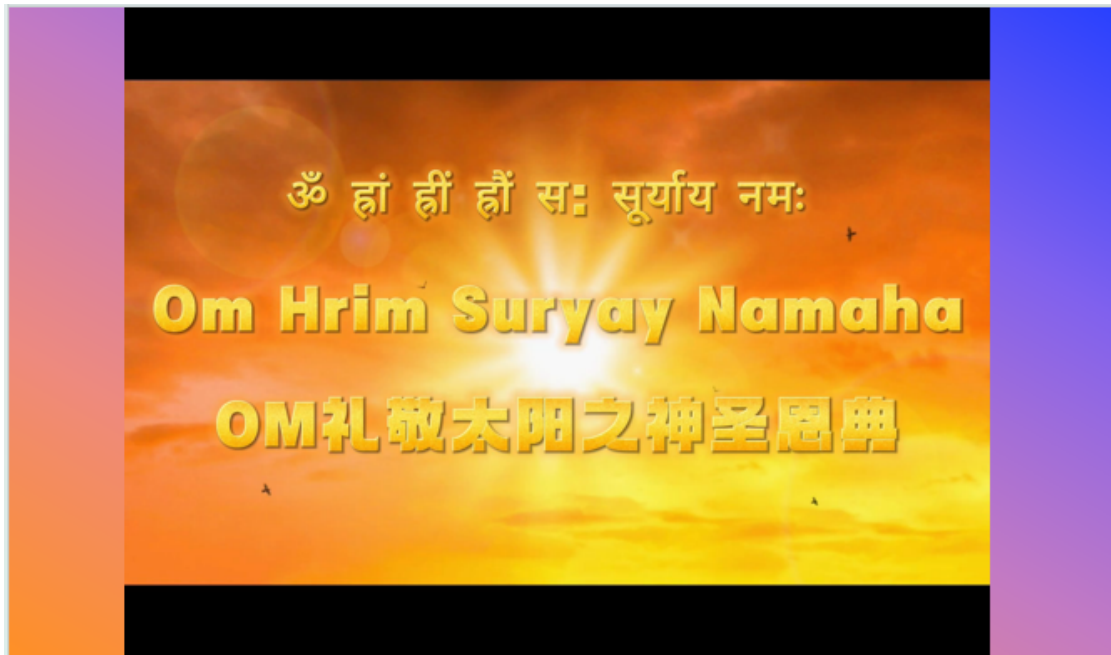
第三根族：雷姆利亚（Lemurian）根族，黑种巨人，现在仍有与后来根族混杂的后裔。

第四根族：亚特兰蒂斯（Atlantean）根族，现在大多数人类都是此根族。

第五根族：雅利安（Aryan）根族，目前最先进的地球人类。

第六根族和第七根族：目前还没出现，但第六根族很快会占据太平洋一块新大陆。

第六根族将从雅利安根族的第六次根族中产生，最终会占据正在太平洋一点一点升起的新大陆。第六根族建立起小殖民地时，第五根族将到达顶峰，全世界的盛况和荣耀都集中在那里。所以，在平常人眼中，这个小殖民地是格格不入的，就是一群怪人盲目忠于领袖。证道学学会的主要目标是向全世界传播神秘学真理，但还有一个次要目标，就是作为一个网络，让那些对神秘学有足够兴趣、具备必要特殊资格的人聚在一起，帮助摩奴建立新根族。第六和第七根族的详细情形，大家可以去看《人类：从何而来？如何进化？去往何方？》这本书和9月的讲座内容。



这就是本次讲座的全部内容，由于时间有限，所讲解的谨为书中的一部分，有兴趣的同修可以看放在官网的相关书本。

好的，在讲座的最后，我们来一起做一个简短的集体静心冥想。我们每期冥想的内容，都是配合当月的讲座而特别制作的，通常都会是在每期讲座开始之前进行，欢迎大家参加。

今天我们冥想的主题是：om 礼敬太阳之神圣恩典。这是一个强大的梵文咒语，是献给太阳神苏利耶。此咒语用于祈求苏利耶的恩典与特质，如生命力、力量、健康与觉悟。

冥想时长约 3 分钟，接下来我会播放冥想视频，当音乐结束，表示我们冥想结束。

新加坡证道学学会  
公众号：证道学世界



中文网站: [HTTPS://CHINESETHEOSOPHY.NET/](https://chinesetheosophy.net/)  
英文资料网站: [THEOSOPHY WORLD](https://www.theosophyworld.com/)  
[HTTPS://WWW.THEOSOPHY.WORLD](https://www.theosophyworld.com/)

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，  
请微信至：SLTS1875

或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)

如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”一栏里直接在网上填表申请

这就本次讲座的全部内容，由于时间所限，所讲解的谨为书中的一部分，有兴趣的同修可以看放在官网的相关书本。我们看一下有没有相关的问题。

新加坡证道学学会2025年系列讲座7



2025年11月2日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界”公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频以及视频资源”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

《莲花宣言》及《愈疗祈祷文》介绍  
以及对词曲作者 Brandon Goh（吴振翔）的访谈

2025 年 11 月 2 日

田甜：

各位同修大家晚上好，欢迎大家来参加我们的证道服务社“莲花圈”集体灵性愈疗冥想服务。今晚是我们的 2025 年第 11 场集体愈疗冥想，那自去年 2024 年 1 月以来，我们坚持在每个月的第一个周的周日举办一场线上的集体愈疗冥想。到今天已经接近两年了，感谢我们所有志愿带领人和众多的同修参与者们一直持续不断的坚持，每月到场参加，奉献我们自己的善意和行动，成为愈疗的渠道，与天使们一起协作，为这个我们共同生活的家园带来了愈疗与和平、健康与活力。

在 2024 年之前，我们在新加坡证道学会的同修就已经在 2019 年 5 月开始进行莲花圈集体愈疗冥想。今天借此机会，我们也感谢新加坡的同修这 7 年间持续的实践，齐心协力让这股团结的善意持续的扩大，在 2024 年得以在中华大地落地结合，生根发芽。再次感谢所有参与的同修伙伴。今天我们也请到了新加坡莲花圈的 Brandon 同修，他为我们带来了两首最新为莲花圈所有服务者们创作的以及与我们愈疗冥想相关的两首重磅歌曲，一首是《莲花宣言》，另一首是《愈疗祈祷文光与生命之海洋》。在昨天刊登的证道箴言中也表述了除了寂静之外，只有音乐能表达那些表达不了的东西。



The Lotus Anthem 莲花宣言

词曲：Brandon Goh (吴振翔)

In the hush where thought grows still,	尘思止，心意悄然，
A whisper stirs the secret will.	低语拨动，意志之弦。
Not heard by ears, but known by soul,	非耳所闻，唯心能解，
It calls us home - to the deeper whole.	唤我回家，归于圆满。
We seek not signs, nor fleeting grace,	不求神迹，不慕浮恩，
But truth that time cannot erase.	只向永恒，不灭的真。
Through every doubt, through self laid bare,	遍诸疑虑，参破我身，
The Master's light is shining there.	真师之光，朗照高悬。
O Circle bright, O flame unseen,	噢，莲花圈，噢，无形焰，
Through thee the world is made serene.	世界因你，重归平安。
Each heart a chalice, pure and white,	将心作圣杯，洁白无染，
Where love and truth in peace abide.	爱与真理，在此安眠。
To live the life, the ageless vow,	践行证道，盟永恒誓，
Not someday - here, and ever now.	非待他日，在当下今朝。
Each act a seed the spirit sows,	灵魂播种，一言一行，
Till wisdom's quiet garden grows.	待智慧之园，万紫千红。
No Crown we seek, no praise we claim,	不求冠冕，不慕虚名，
But serve the One through every name.	唯以万名，侍奉真一。
Each dawn reveals, through inner light,	每个黎明，点亮自心，
The world transfigured into Light.	将世界化作大光明。
The Lotus blooms, the stars align,	莲华绽放，群星交辉，
Through hearts made still, flows the Divine.	我心寂然，神性显现。
All things shall pass - but never love,	万物皆逝，唯爱无尽，
That binds below to Truth above.	系凡尘于真理无限。

在今天的现场，我们将首度公开放送这两首歌曲的中文版，并邀请 Brandon 与这两首歌中文版的译者之一 Weiwei 老师对谈创作的心声和补充更多背景资讯，以及我们愈疗冥想深层意涵的讲解与分享。接下来，我们会为大家先简短介绍一下《莲花宣言》，帮助大家更好的理解这首歌。然后我们再来共同欣赏。

《莲花宣言》是证道服务社莲花圈所有服务者的心声。一声号召，呼唤人们秉持真理而活，以爱之心奉献。《莲花宣言》献给所有听见召唤之人，邀你融入超越自我的宏大事业。受证道学理想启迪，它点燃共同的愿景：为黑暗带来光明，为怀疑带来真理，为分裂带来团结。我们的武器，不是枪炮和强权，而是大爱与服务的行动。我们的阵营，不是外在世界，而是在内心。我们的敌人，是无明和自私，我们要铲除世间一切痛苦的根源。愿此歌提醒我们：每个念头与情感都在编织生命无形的画面。让我们共同升华——不是凌驾于世界之上，而是在世界之中——成为通过服务而强大的爱的载器。

新加坡证道学学会莲花圈是由心怀赤诚的灵性追求者组成的多元团体。我们建立紧密而无拘束的灵性共同体，致力于使学习永恒智慧充满吸引力、具转化力，并能直接应对现代生活挑战。它的至高宗旨在于培育充满活力的奉献者群体，在当今动荡、不确定、复杂、模糊的世界中，引领并实现证道学学会的使命。我们的时代处在进化的转折点，是一个物质与精神斗争最激烈的时代，但是光明必胜。

我们相信，万物皆逝，唯爱永存。慈悲是最好的保护，和平是最大的力量，服务是最殊胜的幸福。

**Weiwei:**

大家好，首先感谢 Brandon 进行的一系列创作和 Ethan 制作的大片级的视觉效果，还要感谢佳龙做的中文译文草稿。《莲花宣言》是非常鼓舞人心的一首歌，很有第一道光的气势。Brandon，我记得在七年前你就开始准备创办莲花圈了，我自己还参加了你带领的一些试验。是什么原因使你在七年后的今天写下这首歌呢？

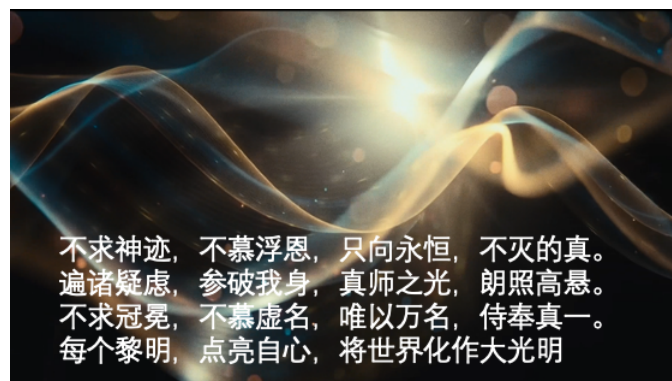
**Brandon:**

在这七年间，我们每个星期都见面，有时见面两三次，有时一次，所以经历了种种的上上下下，种种的不同的考验，也看过非常多人进进出出。在这七年中，如果说没有感到灰心过，那是撒谎。在过了这么多年后，见到了许多人和事，想起莲花圈上上下下种种的一些困难，又想起当初的那个出发点和意志力，就写了这首歌。

其实不只是在七年前，十年前我们就已经开始创办一些类似莲花圈的活动。当初的想法，就是真的就算是只有我一个人，只有我一个人在做这份工作，只有我一个人做这样的服务，我也要坚持下去。但是当然不仅我一个人，其实灵性的追求者非常多，有很多人都是想为证道学服务。所以我就以这些感触为出发点，从内心写出了这首《莲花宣言》。

Weiwei:

谢谢，我在定稿中文歌词的时候真的可以说是字斟句酌，因为我觉得英文写得太激励人心了。歌名也是经过了好几番的思考，原来想定为《莲花颂歌》、《莲花赞歌》或者祈祷文，但是真的觉得它既不是一首颂歌，也不是祈祷，而是一种十分坚定的决心。看来这个《莲花宣言》的歌名还是挺符合你创作的初心的，能表达那种“践行证道，盟永恒誓”的决心；但行好事，莫问前程的那种志气。在歌中有很多好词，我挑出来那么几段：“不求神迹，不慕浮恩，只向永恒，不灭的真。遍诸疑虑，参破我身，真师之光，朗照高悬。不求冠冕，不慕虚名，唯以万名，侍奉真一。每个黎明，点亮自心，将世界化作大光明。”



我觉得这几句话写得太妙了，一方面破除我们很多人在灵修路上因为看不到结果而失望的那种无成就感；另一方面也让我们意识到为真理而行动可以是在各行各业的，通过不同的方式，不一定要惊天动地。重点在点亮内心，从我做起。布拉瓦茨基夫人说，哪怕一支廉价的蜡烛，也可以点亮千万支蜡烛，重要的是维持那一点光，让它不熄灭。这个歌词里还警示了一个灵修常见的误区，就是说当我们有了一些能力，有一些小神通的时候，看到自己的力量后，不能将它视为己有，视为自己的功德，不追求神迹、浮恩、冠冕、虚名，而是全部的、彻头彻尾的超越自我，把这个力量用于为人类服务。 Brandon，你这首歌真的是为一群志同道合的人写的，

当我们知道有这样一个群体的时候，我们的那种无助感和孤独感会减少很多。你能说一说，除了我们互相鼓励、不感到孤独等等这些在任何团体中都可能存在的心理层面的因素之外，在一个真正的灵修团体中，除了这些心理因素之外，还有哪些更奥义层面的因素吗？

**Brandon:**

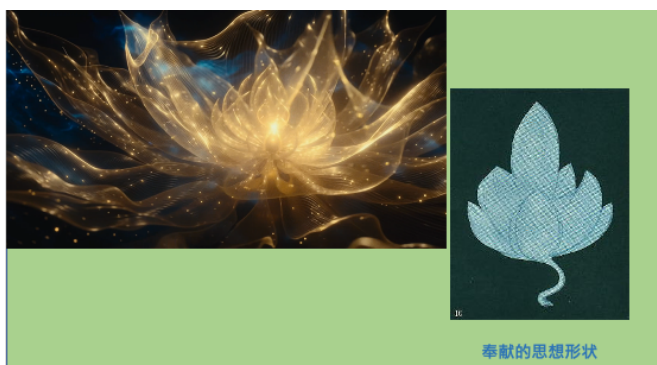
我本身学习证道学十多年来的经验就是，如果我们的出发点是真诚的，我们的意志和我们想要为世界服务的心是真诚的，越是真诚越是会有非常大的考验。我们在一起的时候，如果是真诚的话，会有真师的力量来加持，而且那力量是非常殊胜的。这加持力不代表说所有困难就解除了，反而困难可能会增加，但是如果你能够开发智慧，能够更加勇敢地去面对这些困难，这个力量会加持我们能够克服更大的困难。真师的力量是真的是有的，而且不只是愈疗方面，在我们人生日常生活中这个力量是一个非常确实的力量，跟电、跟火这些我们肉眼能够看到，能够使用的力量是一样的。我们通常觉得是这种力量不真实，但它是非常真实的。

第二个奥义因素是天使的帮助，天使的帮助力量也是非常强大的，当我们能够跟他们的意志和意识相应的话才能够有这种力量。只有无私的出发点才能够跟天使相应，所以天使也会带来力量帮助我们的团体。

还有一个因素就是力量呈指数级增长。因为我们如果是一个人，就是一个人的力量，但是十个人结合，一起来做愈疗冥想时，就不单单是十个人的力量，其实就像是  $10 \times 10$ ，其实是一百个人独自做愈疗冥想的那个力量，所以它的力量增长是呈指数级的，不是说  $1 + 1$ ，十个人就是十个人的力量，其实可以超过一百，因为加上天使的力量会更强大。这是能够自己慢慢的体验的。过了十多年，很多人进进出出，其实就是看你能不能够领悟和体验这些奥义因素。我们的真诚与否对这些力量是非常非常重要的。如果有不是无私的出发点的话，不是无私的意志力，很多时候可能就不能感应到那个强大的力量。

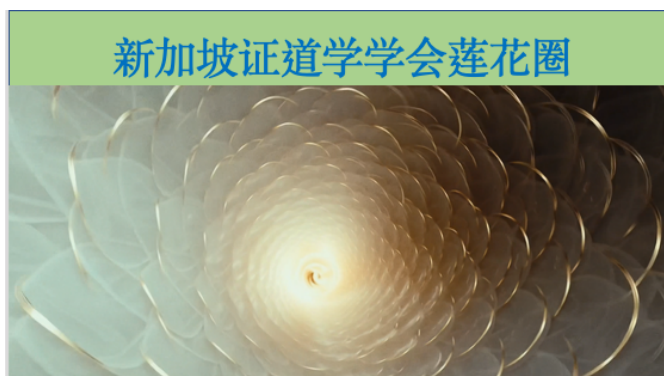
最后就是与莲花这个宇宙符号的共振。莲花是个宇宙的象征符号，不仅是个人的象征符号。比如有一个团体，你想要用一个特别的象征符号，想创造一个思想形状，我们可以一起观想，然后常常的运用它的话，它就会有力量。但是莲花是一个宇宙的象征符号，所以有一种宇宙的力量，不仅是个人的力量，所以像一个管道这样能够让宇宙的一些不同种的力量和气场能够通过，然后加持，不只是加持我们的

团体，而且也是加持世界，谢谢。



**Weiwei:**

好的，谢谢。我们在《思想形状》一书中看到过“奉献”的思想就像一朵莲花一样。而且像你说的，在许多的传统中，比如说古埃及，在佛教中，还有其他的一些传统中，莲花都是有很神圣的意义的，所以它已经超越了个人或者小团体的思想形状的力量。在新加坡证道学学会，之所以我们叫它“莲花圈”，也是因为它跟这个宇宙象征符号相应的。那如果它是这样一个符号的话，它是存在于什么样的境界呢？



**Brandon:**

我自己的想法和体验应该是在菩提界以上都有这个力量、这个形状。这个力量它是有形也是有力量，而且是在思想界、星光界都能够看到和体验到的，这些是非常明确、非常真实的一种力量。如果我们现场一起做这个愈疗冥想，其实它在以太界都有存在，都是能够感应到、感知到它的力量的。所以我认为其实它是从崇高的境界到我们的这三界都存在的，这是我还有几位同修都察觉到的。

**田甜:**

好的，感谢两位的分享。接下来我们就共同欣赏第二首歌：《愈疗祈祷文光与

生命之海洋》。



这首歌的创作灵感来自于杰弗里豪德森的《愈疗冥想》一书，摘自分享光明第一卷，我来为大家引述一下这部分的内容，以便于更好的更完整的了解这个神圣冥想的过程：

“我提供一种个人愈疗冥想，目的是恢复神圣生命能量在人整个本性中的和谐流动；这种生命能量是宇宙的活力源泉，无处不在且丰沛充盈；它持续稳定地流经我们，维系着完美的健康与力量。疾病是内在失衡的征兆，表明我们暂时阻断了这股普世疗愈力量的供应。我们必须达成灵性、心智、情感与躯体的和谐统一，这时神圣的愈疗生命力将自由流淌于我们体内，使我们重获整合。为了达到这个圆满境界，修行者可以观想神圣生命无处不在，以璀璨金辉充盈宇宙：他应该以全部思想意志的力量向上攀升，热切渴望与之合一，将其内化于己，为了帮助世界而让它自由流淌于自身。他可以沉思默想万能的生命源泉，寻求体悟祂的临在，并在其中消融自我。

他可将自己视为盛载神圣生命的圣杯，当他渴望与神圣合一时，这杯将不断扩大，愈升愈高，直抵蕴藏愈疗生命力的内在世界。他想象神圣生命以璀璨的金色荣光倾泻而下，化作生命能量的洪流注入自身，使圣杯满溢，其力量渗透他的整个本性。在静默体悟片刻后，这股力量可经由心轮向外流淌，疗愈世间的痛苦与悲伤。这个冥想可安全地每日进行，甚至每日多次，尤宜在清晨、正午及睡前进行。渐渐地，愈疗生命的力量将在修行者体内自然流动，使他无论行至何处，都携带着对世界具有无穷价值的治愈与提升之力。因此，他便能疗愈并祝福众生，正如经典所言：“我若升华，就要吸引万人来归我。”

摘自《分享光明》第一卷，《新西兰证道学》Vol. 42, No. 4, 1981, p. 94

Healing Prayer: Ocean of Light and Life

愈疗祈祷文：生命与光之海洋

词：Brandon Goh (吴振翔) | 曲：版本 1: Brandon Goh; 版本 2: Ethan

Shaw

O Radiant Life, O golden sea, Flow through this heart in purity. Your boundless tide, serene and strong, Restores the body where shadows throng. The air is filled with living gold, Your warmth and peace through all unfold. I lift my thought, my will, my flame, To merge with You, my highest aim. Pour through me, stream of healing Light, From realms above to hearts in night. Through every nerve, through every breath, Awaken life, transcend all death. O Source divine, O Love most near, I lose myself — and You appear. A chalice now, my being grows, Your golden essence freely flows. The cup overflows in joy untold, Your splendour shines, a molten gold. Through heart and hand Your power streams wide, To heal the world on every side. Pour through me, stream of healing Light, From realms above to hearts in night. Through every nerve, through every breath, Awaken life, transcend all death.	哦，光辉生命，哦，金色海洋， 以纯净之流涤荡我心。 无尽潮汐，静秘坚强， 治愈我身，破暗角幽惶。 空中弥漫着活耀的金光， 温暖，祥和，遍洒万方。 献上我心，意志与爱， 与你相融是我至高理想。 倾注于我吧，愈疗之光。 自天而降入晦暗心房。 经每寸神经，过每丝呼吸， 唤醒生命，超越死亡。 哦，神圣之源，哦，至近之爱， 忘我之时，你便到来。 我已化作承载之杯， 任金色精华流淌不衰。 圣杯满溢着无尽喜悦， 荣光闪耀，宛若熔金。 经我心我手，传布你力， 疗愈这世间万千苦疾。 倾注于我吧，愈疗之光， 自天而降入晦暗心房。 经每寸神经，过每丝呼吸， 唤醒生命，超越死亡。
--	--

Not mine this gift, nor mine this ray,  
But Yours, O Life, through me at play.  
Your rhythm pure, Your silent art,  
Resounds through every human heart.  
At dusk, at night, when stars arise,  
Your golden current never dies.  
Through You I live, through You I shine,  
O Healing Life, forever mine.

此天赋非我，此光芒非我，  
而是生命经我彰显。  
治愈之能，回生纯韵  
人人心中本具。  
暮色垂临，繁星升起，  
你的金流永不止息。  
在你中我生，在你中我明，  
哦，愈疗之光，与我同在。

**Weiwei:**

Brandon，我知道你为了这个中文版在工作最繁忙的时候花了无数的心血，改了无数次，真的太令人感动了。在修改的期间我也是听了无数遍，一起床就满脑子的歌声，现在连我的先生都会哼了。就像刚刚田甜说的，我们的中文愈疗冥想已经进行了快两年了，到今年 12 月就整整的 24 场了，感谢你最初的培训，一贯的支持，还有感谢众多的志愿带领者还有参与者。这个愈疗冥想为同修们提供了一个真的是最方便的利己利他的服务机会。我想问一下有什么特别的原因促使你创作这首歌吗？

**Brandon:**

其实我一直都觉得要创作这首歌，但就是创作不出来，找不到那个推动力。但是有一天我的一个好朋友发生了很大的车祸，现在还在愈疗过程中，所以就觉得要把这首歌献给她。而且不仅是献给她，因为每次身边有人出事还是生病，我都会觉得在这世界上有非常多的人在受苦，众生都在受苦受难，非常的苦。所以想趁这个机会献给她，献给所有的在病痛中，受不同种苦的人，让他们能够接受到愈疗天使，还有宇宙的愈疗。

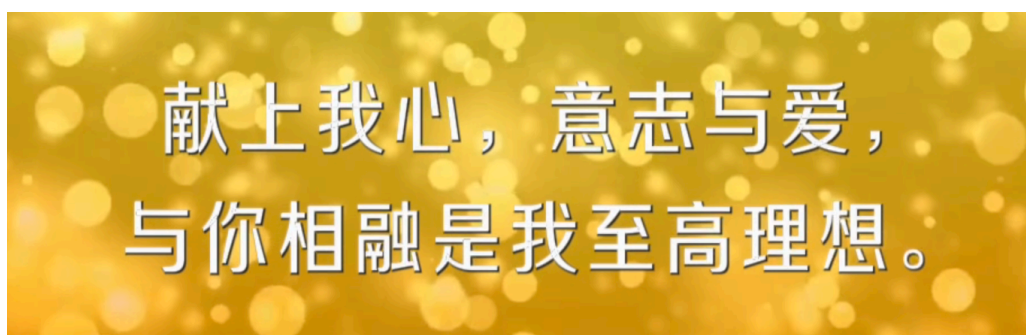
做愈疗冥想不是每个人都能够做的，做冥想也是，不是每个人会去做的，也不是每个人能够跟天使这样连接。如果有一首歌能够跟愈疗天使连接的话，人家听了，唱了都能够接受到宇宙的慈悲和光芒，这样我觉得真的是非常好。

所以虽然一直做不出来，当这个推动力到来时，就问天使可不可以让我能够写出这样的歌，创作这样一首曲，结果就出来了。我匆匆忙忙的快点去把视频做出来献给她，希望能够舒缓她的痛苦。一个年轻人出了大车祸，下半辈子不知会怎么样，

这是真的是很痛苦的，而且有很多在战争中很痛苦的人。

**Weiwei:**

谢谢你的分享。我们大多数人遇到苦难都会消沉、沮丧、气愤或者悲伤，甚至是怨天尤人。一个修行者的态度是通过感知自己和亲人之苦而知众生皆苦，并且借助这种同情来发愈疗众生的大愿。Brandon，我和你还是相对来说比较熟悉的。我知道这首歌真的很有你的特色，也很有你的力量，一个看到光明的人，就像你刚才说的，你会看到莲花圈确实存在，它从以太界一直到菩提界，甚至更高。看到这种实相的人不可能再对它视而不见，这时候也会不由自主地去行动，因为他爱这世界。在歌中你写了：“献上我心，意志与爱，与你相融，是我至高理想。”



这是一个愈疗的祈祷文，一般人的祈祷都是把神、佛、上帝从高处给拉下来，拉到自己的小世界中，从而满足一些个人的愿望，而这个祈祷是想把自己完全奉献出去，让自己升华。刚才你已经谈了，但是我想在这里我们再强调一下，为什么在愈疗或者在任何助人的行动中无私的动机为什么这么重要吗？

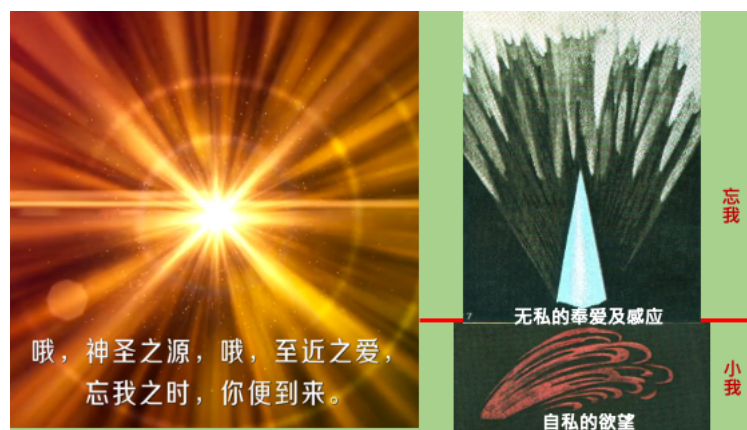
**Brandon:**

因为宇宙是有法则的。很多人都想帮助别人，不只是愈疗，但会有自己的想法。比如说你自己的亲人，你会想，愈疗就是让他们好起来，但是有时愈疗是帮助他们更快的离开这个世界。你要能够放下。我们通常会觉得生病很痛苦，就想马上帮他舒缓，马上让他好。当然这是非常自然的，而且我们发自内心的也是这样的一种祈求。但是这也要放下，要让宇宙来决定什么才是对我们，对每一个人最好的事情。所以有时癌症，其实对那个人的灵性发展会有帮助。这不代表说不要愈疗，但是愈疗的效果不是在我们想该怎么样，不是我们想象追求的让他好起来。好起来有时是有可能的，但是有些事发生了其实是让他们能够安心，能够跟他们的灵性的自我通过这个病痛更能够联系，能够更了解真理，能够增长智慧。

所以这些是愈疗冥想中通常我们没有想到的，而且就算想到了也很难做到，因为真的是看到亲人，看到其他人痛苦，真的非常想他们马上好，这是好的。但是好的也要放下，要以静为主。不需要我们用想法来让他们愈疗好，就是心里静，把那个静发给他们。

**Weiwei:**

我们在《思想形状》一书中看到了两个截然不同的思想形状，一个是带着抓钩的、自私的、抓取性的欲望，这种欲望或者愿望只能在低等三界打转，而且所得到的也永远在业力范围内。一个人业力所不允许的，他是永远得不到的。而那种忘我的、无私的不求回报的奉爱，可以招来比它更强有力的宇宙力量的感应。这或许就是歌中所唱的“神圣之源，至近之爱，忘我之时，你便到来”。我们必须把心静下来，让宇宙做祂该做的事情。



我们作为证道学的学生，都知道感情来自星光界，而慈悲来自菩提界，那是大慈大悲，又如如不动，不感情用事的菩萨境界。菩提界是一个合一的境界，只有无我才能上得去。那里的力量不仅强大，而且持久。那么让我们在接下来的愈疗冥想中试图超越低等三身，忘记小我的喃喃咕咕，进入那个至高的境界吧。

**田甜:**

谢谢两位真诚的分享。如果对灵性愈疗以及我们这个莲花圈愈疗冥想有兴趣的同修，也可以在我们往期的讲座中学习和更为深入地了解，可以到证道学世界公众号的首页置顶就有《疾病与愈疗》三集系列讲座专栏，也可以看我们 2024 年 1 月的一场莲花圈愈疗冥想的培训讲座的视频的回放。那当然更欢迎每一位听见召唤的人，亲身参与这场超越自我、利益众生的宏大的服务事业之中。

新加坡证道学学会2025年系列讲座8



2025年11月23日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界” 公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

让我们沉浸式进入香港纯素一家三口的健康素食生活！



这个分享结合了家杰和 Ice 妈妈一家近 20 年的经验，用科学和实际经验来揭开科学食素，全家健康的秘诀！这是一个集健康与美食，护生与环保，营养，健身，烹饪与育儿为一体的难得的分享会！欢迎大家关注参加！

相关内容介绍：

- ◎ 13 岁胎里素宝宝出生至今没有吃过 1 次药物？
- ◎ 健身教练爸爸用 20 年时间以身体研究出植物也能增肌？
- ◎ 纯素烹饪老师妈妈如何以纯素餐使 1 家 3 口健康又美味？
- ◎ 1 家 3 口从不吃营养补充剂如何不缺 B12？
- ◎ 素食 20 年 1 家 3 口体检报告大公开
- ◎ 公开 1 家不用吃药的秘诀
- ◎ 分享 1 家五色饮食法则
- ◎ 纯素饮食如何配搭均衡营养改善健康

免责声明：此讲座纯属公益分享。内容仅代表分享方的个人观点，与新加坡证道学学会无关。

注：该讲座没有讲义。

新加坡证道学学会2025年系列讲座 9



## 伍廷芳与证道学

从外交舞台到灵学探索：中国证道学发展史

2025年12月28日

新加坡证道学学会

<https://chinesetheosophy.net/>

您可以通过以下途径观看本视频：

- “证道学世界”公众号。订阅关注可获得最新讲座、书籍及活动信息
- 在官网的“证道学入门视频”一栏里免费下载
- 在新加坡证道学学会 YouTube 网站上观看

新加坡证道学学会2025年系列讲座 9



## 伍廷芳与证道学

从外交舞台到灵学探索：中国证道学发展史

2025年12月28日

大家好。欢迎来到新加坡证道学学会的讲堂。我来简短介绍一下今天讲座的历史背景和嘉宾。

## 新加坡证道学学会中文项目 全球唯一用中文系统性介绍证道学的会所

- ✦2011年12月3日，证道学中文项目正式开启
- ✦2012年3月3日，Tan Bee Kheng建立中文网站 [Chinesetheosophy.net](http://Chinesetheosophy.net)
- ✦2012年，侯朝雄先生组织翻译并发行第一本证道学中文书籍《永恒的智慧》（Ageless Wisdom）



新加坡会所  
由第一任全球会长阿尔科特  
于1889年1月24日建立



新加坡的会所由首任全球会长阿尔科特在 1889 年创立，马上进入第 137 个周年纪念日了。有些朋友可能会好奇，为什么新加坡的学会要做一个关于伍廷芳和证道学在中国的历史的讲座呢？这是因为，在 2011 年年底时，在学会的印度洋太平洋联盟的倡议下，新加坡学会正式开启了一个中文项目，目的就是用中文广布证道学。

在 2012 年初，我们建立了中文网站，同年，第一本中文书籍《永恒的智慧》在侯朝雄先生的带领下发行了。这使得新加坡的学会成了全球唯一用中文系统性介绍证道学的会所。

# 重塑证道学在中国的历史

## 1. 总部阿迪亚图书馆藏书

✦2012年9月8日，会长钟山儿在总部阿迪亚图书馆里找到一些中文孤本藏书



在最初，我们并不知道证道学在中国的历史，但是抱着试试看的心情去查找资料。第一个重要资料来源就是阿迪亚（Adyar）总部的图书馆。功夫不负有心人，在浩瀚如海的书籍中，2012年9月，会长钟山儿先生发现了几本珍贵的中文旧书。这个发现非常鼓舞人心，证道学在中国的历史不是空白！

## 重塑证道学在中国的历史 中文官方翻译改为“证道学”

2012年11月22日，改中文正式名称为“证道学”（曾用“天人明学”，“天人明道学”，“通神学”，“道德通神学”，“神智学”）

證道學前者伍先生命名其  
曰天人明學此篇乃是書之  
原序故仍留其名惟書內之  
名則改爲證道學

證道學

THEOSOPHY

無高於真理之宗教

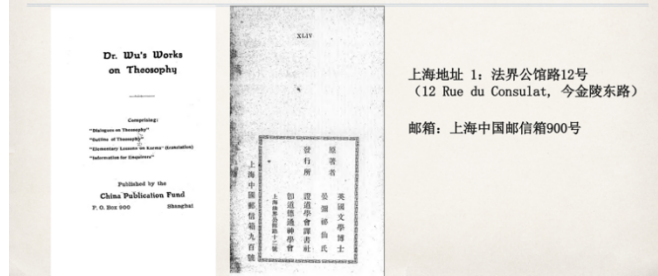


證道學  
會要旨

于是，同年11月，新加坡证道学学会决定把“Theosophy”的中文翻译正式定为“证道学”。后来找到的资料显示，“证道学”这个正式官方名称从1920年代一直使用到1970年代。我们沿用它，既是为了纪念前辈们的努力，又是出于对伍廷芳的敬重和他所用名称意义的认同，更是一种继承证道学在中华的事业的发心。大家可以看到，今天学会官网上的中文字，就是按照这些旧书上的字体设计的。链接没有断。

（伍廷芳没用“神智学”和其他名字，一是为了避免人们误解学会目的是与鬼神往来（通灵），或者与一般宗教的神佛上帝联系起来。第二是因为他认为Theosophy是天理和天道，证道人是将天道身体力行，自化化人。这与学会创立人布拉瓦茨基夫人提出的证道人生三个支柱“学习，冥想，服务”同出一辙。因此，“证道学”三个字，不仅可以更好地体现学子们学的是“道”（真理），而且要证得天人合一，以实际行动利益人类。我们出于对伍公的敬重，出于对他所用名称意义的认同，更是为了继承证道学在中华的传统，决定使用“证道学”，并将学会的中文名从“新加坡神智学学会”改为“新加坡证道学学会”。）

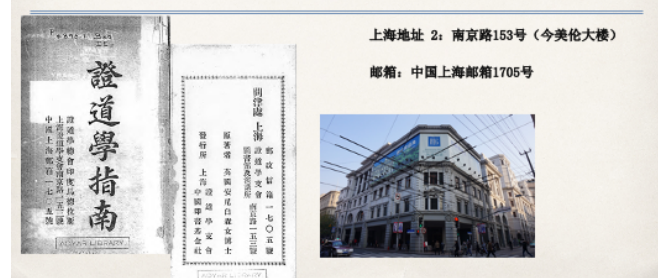
## 在中国的会所及活动



上海地址 1: 法界公館路12号  
(12 Rue du Consulat, 今金陵东路)

邮箱: 上海中国邮信箱900号

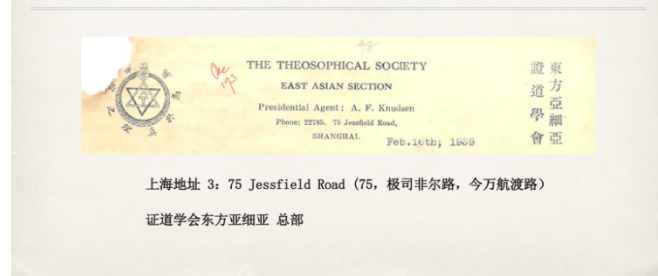
## 在中国的会所及活动



上海地址 2: 南京路153号 (今美伦大楼)

邮箱: 中国上海邮箱1705号

## 在中国的会所及活动



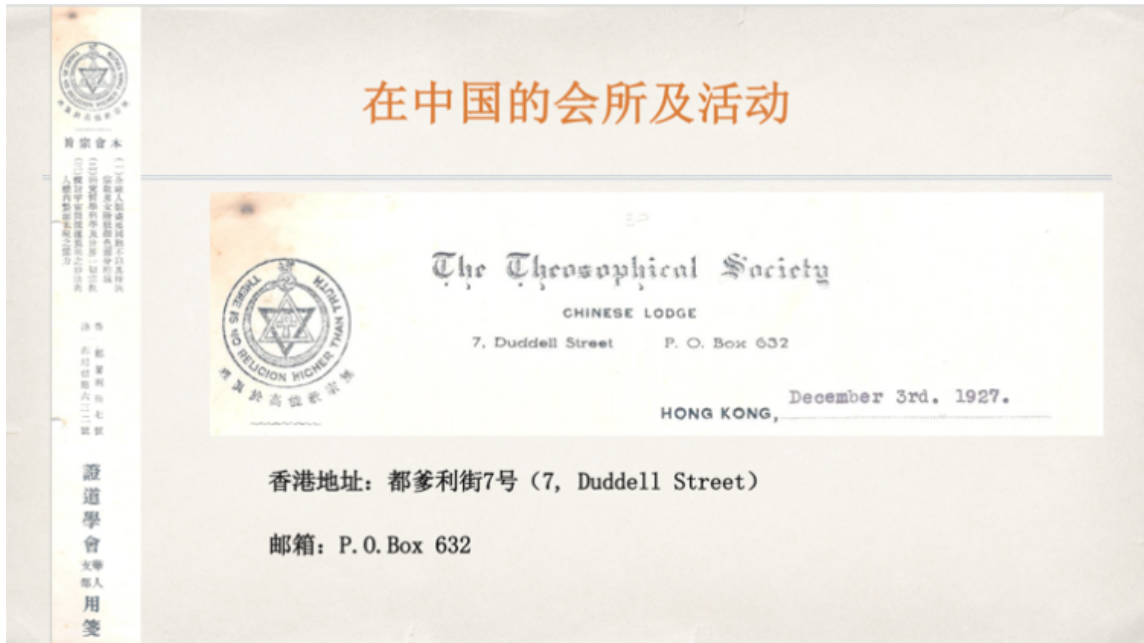
上海地址 3: 75 Jessfield Road (75, 极司非尔路, 今万航渡路)

证道学会东方亚细亚 总部

这些珍贵的书籍显示了证道学学会在中国曾经活跃。不仅印书，而且有各处会所。仅上海就起码有三个地址：

- 1) 法界公馆路 12 号 (今金陵东路)，
- 2) 南京路 153 号，今天的美伦大楼
- 3) 甚至亚洲的总部也设在上海，在今天的万航渡路。

## 在中国的会所及活动



除此之外，在香港也有正式会所。大家可以看到，都统一用“证道学”这个名称。

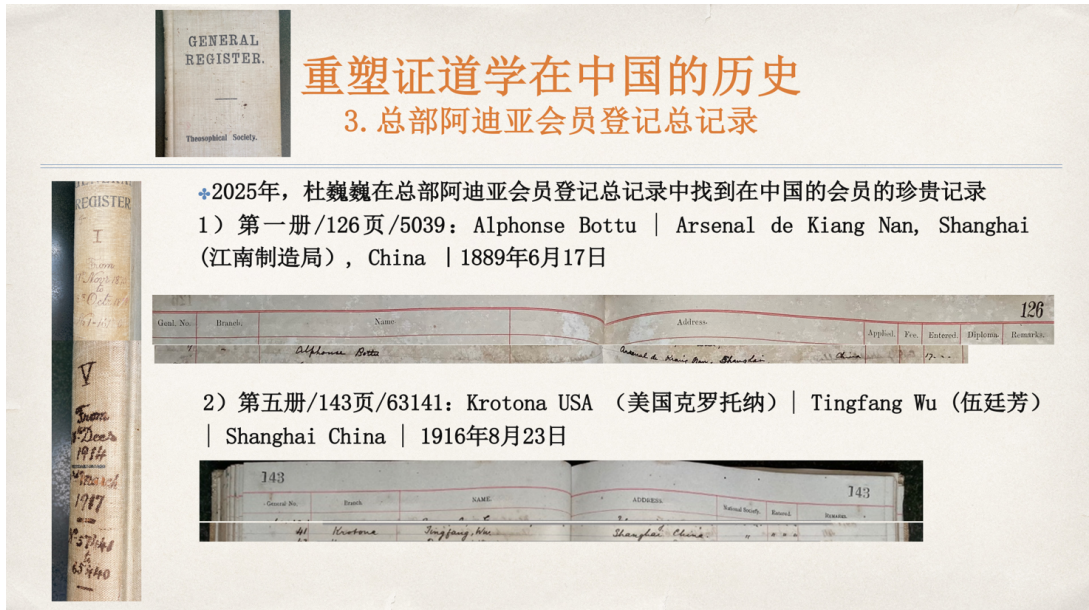
# 重塑证道学在中国的历史

## 2. 总部阿迪亚档案馆



伍廷芳

证道学学会是一个管理有序的学会，所有的会所都需要向总部写年度活动报告。于是以书籍为线索，我们就来到第二个重要资料来源：总部的档案馆。在档案馆里，我们发现了一些关于学会在中国的活动信息，“伍廷芳”的贡献和领导者的角色更是跃然纸上。进一步的档案研究揭示，伍廷芳是这一思想体系在中国早期传播的重要人物。



## 重塑证道学在中国的历史

### 3. 总部阿迪亚会员登记总记录

2025年，杜巍巍在总部阿迪亚会员登记总记录中找到在中国的会员的珍贵记录  
 1) 第一册/126页/5039: Alphonse Bottu | Arsenal de Kiang Nan, Shanghai (江南制造局), China | 1889年6月17日

2) 第五册/143页/63141: Krotona USA (美国克罗托纳) | Tingfang Wu (伍廷芳) | Shanghai China | 1916年8月23日

第三个重要的资料来源就是总部的会员登记总记录。这个记录可以说是人类历史上一个里程碑，一个宝藏。在里面大家可以看到，早在 19 世界末时，各国人士就不论国籍，种性，性别，信仰，肤色，都登记在同一个本子里。从布拉瓦茨基和阿尔科特开始，没有任何区别，都是会员。可以说是世界上独一无二，开创先河的一个记录，非常令人感动。

由于证道学是近代世界最重要的一个灵性思潮，对世界的深刻影响，现在许多学者，传记作家，历史学家都向学会询问，某某名人是否是学会的会员。正是出于这个原因，我才在法国学会帮助把这本记录进行数据化，便于后人查找。在这个过程中，我发现了两个跟中国有关的重要的名字。第一个是 Alphonse Bottu，法国人，1889 年入会，地址写的是上海江南制造局。他是那里的法语和国际法教师。他的名字虽然不代表那时中国就有学会，但是很有历史背景色彩（洋务运动）

第二个名字当然就是伍廷芳。记录显示，他在 1916 年 8 月 23 日在美国加州的克罗托纳入会，地址填的是中国上海。可见证道学学会从一开始就是一个国际性的，天下一家的组织。

## 重塑证道学在中国的历史

### 4. 学者，各界人士及会员提供的资料

- ❖ 2013年5月24日，上海王宏超先生联系我们并提供大量宝贵历史资料
- ❖ 2013年7月11日，日本神户庄千慧女士联系我们并提供资料
- ❖ 2025年，重庆照东女士提供大量珍贵历史资料
- ❖ 2012-今：会员搜索找到的资料
- ❖ 资料库：  
<https://chinesetheosophy.net/>  
伍廷芳/



当然，光靠学会自己的历史材料，是很难看到更全更大的画面的。我们重塑证道学在中国历史的第四个重要资料来源，就是学者们，各界人士，以及会员。由于我们在 2012 年设立了中文网站并且改名为“证道学”，这大大便利了查找资料和联系我们。

在这里，我代表学会特别感谢上海师范大学中文系的王宏超教授早在 2013 年就联系我们，并且提供了大量宝贵的历史资料。

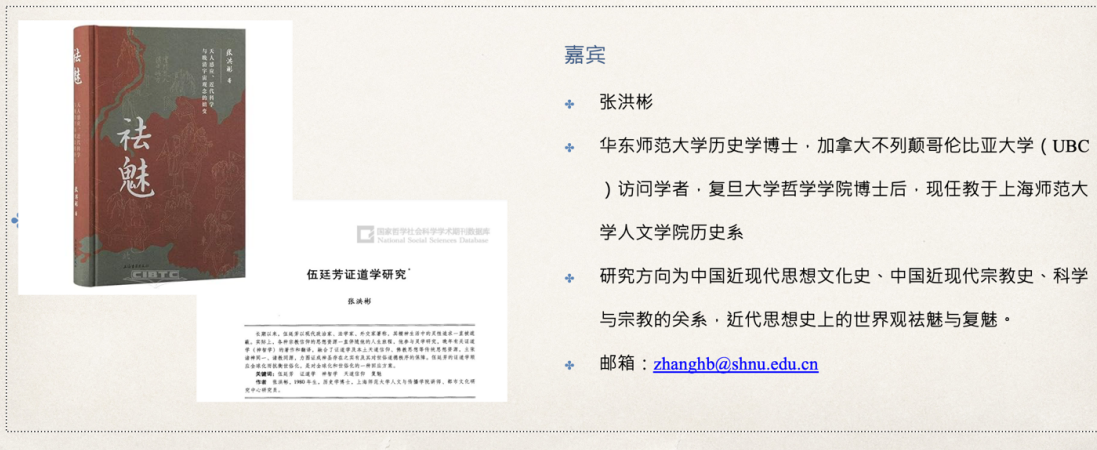
同年晚些时候，日本神户女子大学的庄千慧女士也联系了我们并且提供了资料。

2025 年，重庆的照东女士也提供了大量珍贵历史资料。

学会的会员也一直在收集资料。比如，在学会档案馆里我们看到上海有“贝森特女子学校”，于是顺着这个藤，徐东泰找到了“培成女校”。这个学校是今天的上海戏剧学院附属高中的前身。所有这些材料，我们都收录在官网“伍廷芳”栏目中。欢迎大家继续提供资料。

# 重塑证道学在中国的历史

## 5. 学者的继续研究



**祛魅**

伍廷芳证道学研究

张洪彬

张洪彬，华东师范大学历史学博士，加拿大不列颠哥伦比亚大学（UBC）访问学者，复旦大学哲学学院博士后，现任教于上海师范大学人文学院历史系。

研究方向为中国近现代思想文化史、中国近现代宗教史、科学与宗教的关系，近代思想史上的世界观祛魅与复魅。

邮箱：[zhanghb@shnu.edu.cn](mailto:zhanghb@shnu.edu.cn)

我们对证道学在中国历史的重塑，不局限于对历史材料的收集，还有学者们的继续研究和评论。今天我们很荣幸请来了两位这样的学者。

第一位嘉宾是上海师范大学人文学院历史系的张洪彬副教授。张教授是华东师大的历史学博士，复旦大学哲学学院博士后，加拿大不列颠哥伦比亚大学访问学者。他的研究方向是中国近代思想文化史，中国近，现代宗教史，科学与宗教的关系，近代思想史上的世界观祛魅和复魅。有兴趣的朋友可以读一读《祛魅》这本书。

张教授著有“伍廷芳证道学研究”的论文，我们将用“证道学世界”公众号刊载。感谢张教授百忙之中来参加我们的讲座并且在后面参与答疑。

# 重塑证道学在中国的历史

## 学者的继续研究

### 主讲人

- ✦ 徐东泰 ( Dante Hsu )
- ✦ 现于澳大利亚国立大学 (ANU) 攻读人文与社会科学哲学荣誉学士学位 (PhB-Humanities and Social Science) ·  
主修哲学 ·
- ✦ 研究方向为中西方古典哲学、道教研究、跨文化哲学、  
心灵哲学 · 人工智能哲学 ·
- ✦ 邮箱：[sagessexu@outlook.com](mailto:sagessexu@outlook.com)



另一位学者是今天的主讲徐东泰。东泰现于澳大利亚国立大学攻读/人文和社会科学哲学/学士学位，主修哲学。他的研究方向是中西方古典哲学，道教，跨文化哲学，心灵哲学和人工智能哲学。他花了几个月的时间，查找大量资料，精心整理并制作了今天的讲座。非常感谢你的努力和用心。

好，我的介绍就到这里，有请东泰开讲。



## 伍廷芳与证道学

从外交舞台到灵学探索：中国证道学发展史

2025年12月28日

### 第一部分

各位晚上好。感谢巍巍老师的介绍，欢迎张教授，也欢迎在座的每一位来此聆听的朋友。在分享前，我先作几点简要说明。

我的背景并非历史学的专业研究，今天所讲的内容只是站立在无数前辈学者耕耘的学术沃土之上，进行的一次个人的学习汇报与分享。我们都深知，历史的面貌，尤其依赖于史料的确证与解读，而这个过程本身便充满了挑战。对于伍廷芳先生与证道学这段百年之前的因缘，我所能做的也仅是在现有材料的指引下，尽力拼合一个我认为相对合理的故事版本，其中必然会染上我个人视角的色泽也会存在许多有待商榷的空间，若在讲述中有任何失当或值得深入探讨之处，我期待各位能在讲座后给予指正。

# 目录

---

- ❖ 伍廷芳生平
- ❖ 证道学在中国
- ❖ 伍廷芳的精神世界
- ❖ 评议与重思

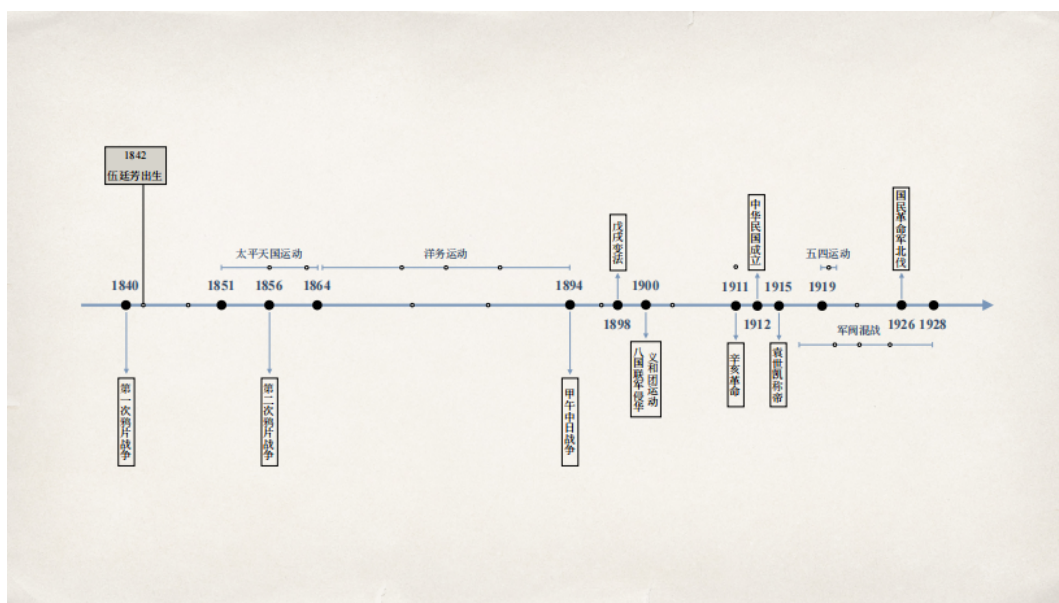


今天讲座的内容，共分为以下四个部分：

第一部分，是伍廷芳生平；第二部分，证道学在中国；第三部分，伍廷芳的精神世界；第四部分，评议与重思，在之后我们会提供部分问答时间。

# 伍廷芳生平

现在，让我们首先走进第一部分：伍廷芳生平



为了方便大家更好的理解伍廷芳所处的历史背景，我梳理出了一条重大事件时间线。大家请看，伍廷芳的一生，恰好横跨中国近代史上最为复杂、变动最剧烈的数十年——从鸦片战争的炮火，到五四运动的思潮，他既是这段历史的见证者，也是重要的参与者。

## 家世与出生 (0~2岁)



伍氏合族总谱



伍子胥画像



伍秉鉴

据《岭南伍氏总谱》记载，伍廷芳家族的始祖为春秋楚国大夫伍参，官至左大夫加上大夫，伍廷芳是其第七十二世孙。历史上，伍参曾以关键谏言影响楚庄王争霸中原，其子伍举、孙伍奢亦为楚国重臣，其曾孙伍子胥更以扶助吴国、成就霸业的传奇经历，成为家族史上不朽的标志人物。值得注意的是，伍氏家族在清代亦人才辈出，与伍廷芳同时代且同宗的广州十三行巨商伍秉鉴，便是其近代家族声望的杰出代表，二者共同展现了伍氏家族源远流长且多元显赫的历史传承。



宋上柱国伍公祠

楚亡后，伍氏家族在中原地区历经漫长播迁。伍氏定居岭南，始于南宋初年的伍珉（又记作伍珉，字国宾，号毓圣）。他是宋徽宗宣和三年（1121年）辛丑科进士，位列二甲第五名，后在宋高宗建炎年间官至特进「光禄大夫、平章使」，受封「上柱国」。后因在随从皇帝祭祀时进言讨论阴阳灾异与人事得失，触怒皇帝，被贬为「岭南将军」，镇守南恩州（今广东恩平一带），最终在任上去世。当时中原战乱频仍，水路不通，其夫人麦氏便带着其两儿，迁至广州府新宁县（今中山市）文章都斗洞乡定居。伍珉因此被尊为岭南斗洞伍氏的一世祖，为纪念这位宋代先祖，族人相传于宋代始建「上柱国伍公祠」，数百年来香火绵延不绝。

现在，就让我们从一切的起点开始，回到 19 世纪中叶，看看伍廷芳是如何诞生的。

伍廷芳出身于岭南伍氏家族，这是一个非常古老、支脉庞大的中国宗族。这个家族的传奇要从两千多年前的春秋时期讲起。他们的始祖是楚国大夫伍参，伍廷芳正是这位伍参的第 72 代世孙。家族的历史星光熠熠：伍参的曾孙便是那位鼎鼎大名、辅助吴王成就霸业的伍子胥。楚亡后，伍氏在中原历经漫长播迁，直到南宋时，祖先伍珉考中进士、官至高位，却因直言进谏被贬至广东，从此家族在岭南扎下根基。伍珉被尊为开基始祖，后人修建的宋上柱国伍公祠至今香火鼎盛。时光流转到清朝，这个家族依然英才辈出。与伍廷芳同时代，同宗的伍秉鉴已是广州十三行的首席商人，被西方称为“世界首富”，更在 2000 年的《华尔街日报》评选的千年全球最富五十人中占有一席。可见，深厚显赫的家世传统，早已为伍廷芳的人生埋下了不凡的伏笔。



描绘中国劳工在新加坡码头卸货的场景，这幅画创作于1873年  
图片来自《London News》收藏集，由新加坡国家档案馆提供

- ◆ 伍廷芳出生在英属海峡殖民地的新加坡一个典型的华侨商人家庭，其有多个称呼，其中原名伍叙 (Ng Achoy) 为父亲所起，又名伍才，字文爵，号秩庸，其两个哥哥，分别是长兄伍发 (Ng Afat)，次兄伍光 (Ng Afwong)，伍廷芳的父亲伍荣彰 (社常，Ng Achoon)，早年远赴南洋谋生，最终在新加坡经营商业，成为同时代少数成功积累财富的华侨。其母余娜 (Lean Neo) 是一位笃信基督教的广东客家女子，常于新加坡的纪魄礼马来礼拜堂 (Mr. Keasberry's Malay Chapel) 活动，当时，绝大多数远赴新加坡的华工生活在极度贫困之中。他们大多来自闽粤沿海，以契约劳工身份在种植园、码头、矿山从事重体力劳动，环境恶劣，报酬微薄，十人中仅一二人能在数年后攒够返乡路费。



然而，伍廷芳的起点却不在岭南祖地。他出生在英属海峡殖民地的新加坡，一个典型的华侨商人家庭。父亲伍荣彰早年远渡南洋谋生，经过奋斗成为当地少数成功的华商；母亲余娜是位笃信基督教的广东客家女子，常在新加坡的纪魄礼马来礼拜堂活动。家中兄弟三人，伍廷芳原名伍叙，又名伍才，字文爵，号秩庸，两个哥哥，分别是伍光和伍发。当时的新加坡，绝大多数华工生活在极度贫困之中。他们多来自闽粤沿海，以契约劳工身份在种植园、码头、矿山从事重体力劳动，环境恶劣，报酬微薄，十人中仅一二人能在数年后攒够返乡路费。在这样的时代背景下，伍廷芳的家族能够站稳脚跟、积累财富，已属极为不易。

## 学生时代(3~19岁)



广州私塾

◆ 伍廷芳三四岁时随父亲回广州芳村定居，在广州私塾，研读四书五经。（\* 图中为广州一所私塾，照片中坐着老师和一群学生们，学生们衣着简陋，赤脚，应来自贫苦家庭。摄于1853年。）

◆ 1851年，太平天国起义席卷岭南，社会动荡，匪患猖獗。时年十三岁的伍廷芳虽非豪门子弟，但在当地小股土匪眼中，其经商返粤的家庭仍属「有利可图」，因而不幸成为绑架目标。据伍廷芳晚年回忆，他被土匪蒙眼扶持，跋涉于山路小河之间，最终被囚禁于一个深山岩洞长达月余。匪徒向其家人索要赎金。在困守期间，他侥幸得到一位自称同样被掳、在洞中充当伙夫的同乡救助。这位同乡利用酒肉灌醉看守，二人一同冒险逃脱匪窟。



圣保罗书院 (St. Paul's College)

◆ 十四岁时在亲戚陈言陪同下以伍才之名往香港求学，在圣保罗书院 (St. Paul's College) 就读。（\* 英国布里斯托大学 Robert Bickers 教授领导的《中国历史照片》项目照片，编号NA20-14，摄于1897年）

现在，让我们进入伍廷芳的学生年代

伍廷芳三四岁时随父亲回到广州芳村定居，进入私塾，开始研读四书五经。他天资聪颖，读书过目不忘，但对科举八股却兴趣索然，常常一看功课便昏昏欲睡，反倒热衷于阅读诸子百家与史书。他曾叹息道：“中国人才，尽韬蔽于此矣。”——一种不拘于传统、心怀天下的性格，在少年时代便已显露。然而，时代的剧变打断了他的书斋生活。19世纪50年代，太平天国起义席卷岭南，社会陷入剧烈动荡，盗匪横行。家境尚可的伍家也成为目标。大约十三岁时，伍廷芳不幸被土匪绑架，囚禁于深山岩洞长达一个多月。在匪巢中，这位少年展现出超乎年龄的镇定与智慧。他暗中得到一位在洞中充当伙夫的同乡帮助，二人伺机用酒灌醉看守，冒险一同逃脱了匪窟。

这次历险后，动荡的社会已无法让他安心求学，家人出于安全考虑，安排他中断私塾学业，进入福音堂拜晏惠林为师，专习英语半年。晏牧师见他聪慧勤勉、倾心西学，便亲自推荐他赴港深造。1851年，年仅十四岁的伍廷芳在亲戚陈言的陪同下，以“伍才”之名赴香港，进入圣保罗书院就读。这成为他人生中一个至关重要的转折——从传统中国的私塾，走向由西方传教士创办的新式学堂。

圣保罗书院成立于 1843 年，是一所由英国圣公会创办的教会学校。学校免学费并提供补助，旨在培养本地传教士。但伍廷芳后来坦言，他入读的主要目的是提高英语水平，为将来在香港这个中西交汇的社会谋取出路。在书院里，他系统学习英文、数学、科学等西式科目。对于厌恶八股文却天资聪颖的他来说，这里提供了真正感兴趣的知识天地。1861 年，伍廷芳以优异成绩毕业，这为他日后成为近代中国重要的外交与法制改革家，奠定了重要的知识和视野基础。

## 参与创办中文报纸（19~32岁）



香港中外新报

◆ 1857年，英文《孖刺西报 (Hong Kong Daily Press)》创办中文附刊《香港船头货价纸》，尚在圣保罗书院求学的伍廷芳已开始为该报从事编译工作。1864年，其兄伍光接手该报并将其改造为《中外新报》，确立了近代中文报纸的雏形。此后近三十年，该报由伍氏家族主导经营，先后由伍光及其堂弟伍臣主理。已任职香港司法系统的伍廷芳虽公务繁重，仍持续以编译外电、翻译文稿等方式支持这份家族事业。



陈言 (Chun Ayin)



华字日报

◆ 与此同时，那位将他引入圣保罗书院的亲戚陈言（蕙亭）也开启了报业实践。陈言早年也毕业于圣保罗书院，后即在香港裁判处任通事（译员），在担任《德臣西报 (The China Mail)》副主笔期间，深刻认识到「非开通民智无以图强」，遂于1871年在伍廷芳、何启等亲友支持下，以该报中文版名义创办《中外新闻七日报》，次年独立发行为《香港华字日报》。该报后发展为香港近代中文报业的重要代表。

现在，我们来到伍廷芳的青年时期。

在圣保罗书院就读期间，伍廷芳的求知之路并未局限于课堂。当时，书院位于香港中环，与云咸街的《孖刺西报》报馆仅一街之隔。1857年，这份英文报纸创办了中文附刊《香港船头货价纸》，而年轻的伍廷芳便利用课余时间，开始为这份报刊从事编译工作，这成为他接触新闻与翻译的最初实践。1864年，他的兄长伍光接手该报，并将其改造为著名的《中外新报》，确立了近代中文报纸的雏形。此后近三十年，这份报纸主要由伍氏家族经营，先后由伍光及其堂弟伍臣主持。即便后来伍廷芳已进入香港司法系统担任公职，事务繁忙，他仍持续通过编译外电、翻译文稿等方式，支持着这份事业。

与此同时，那位曾引领他进入圣保罗书院的亲戚陈言，也在报业领域展开了重要实践。陈言早年同样毕业于圣保罗书院，曾任职于香港裁判处担任通事（译员）。在担任《德臣西报》副主笔期间，他深刻认识到“非开通民智无以图强”，遂于1871年在伍廷芳、何启等亲友的支持下，以该报中文版名义创办《中外新闻七日报》，次年独立发行为《香港华字日报》。该报后来发展成为香港近代中文报业的重要代表。这段编译报纸的经历，不仅锻炼了伍廷芳的中英双语能力和信息处理技巧，也为他日后在沟通中西、参与公共事务方面积累了重要的实践经验。

## 法院译员与联姻（20~32岁）



姐姐 何妙龄



何进善（福堂）



弟弟 何启



雅丽氏何妙龄那打素医院

◆ 何进善为广东南海人，早年赴马六甲英华书院学习，1843年随该校迁至香港，后被伦敦传道会按立为继梁发之后的第二位华人牧师。他于1863年在香港设立伦敦传道会福音堂，被誉为「近代中国第一位神学家」，并曾协助汉学家理雅各翻译中国经典，为中西文化交流做出重要贡献。何氏在香港亦参与地产经营，家境丰裕。其子何启（1859-1914）后成为香港执业大律师、立法局议员，并创办雅丽氏医院及香港西医书院，是香港近代化进程中的关键人物。

◆ 伍廷芳在香港圣保罗书院毕业后，于1862年出任香港高等法院译员。1864年，他与何进善的长女何妙龄结婚，时年22岁，何氏17岁。1865年，伍廷芳调任巡理厅首席译员。业余时间，他还曾为胡礼垣补习英文。与何氏家族的联姻，使伍廷芳得以进入一个兼具中西学识、社会声望与经济实力的精英网络。这种联系不仅提升了他在香港华人社会中的地位，更使其深入接触到西方制度与文化，为其后来毅然放弃稳定职业、自费赴英攻读法学的抉择奠定了重要基础。

在圣保罗书院毕业后，伍廷芳于 1862 年进入香港高等法院担任译员，开启了他的职业生涯。两年后，他迎来了人生中另一个重要节点——与何进善的长女、何启的姐姐何妙龄成婚。这场婚姻不仅缔结了家庭的纽带，更将伍廷芳引入了一个兼具中西学识、社会声望与经济实力的精英网络。

何氏家族在当时香港社会颇具影响力。何进善早年曾在马六甲英华书院学习，后成为伦敦传道会继梁发之后的第二位华人牧师，被誉为“近代中国第一位神学家”。他不仅协助汉学家理雅各翻译中国经典，促进中西文化交流，也在香港参与地产经营，家境殷实。其子何启后来更成为香港执业大律师、立法局议员，并创办雅丽氏医院及香港西医书院，是推动香港近代化的关键人物。

伍廷芳的事业也伴随着婚姻也开始稳步发展。1865 年，伍廷芳调任巡理厅首席译员。即便在公务之余，他仍不忘治学，他曾在这段期间利用闲暇时间为后来的著名思想家胡礼垣补习英文。这一时期的经历，既展现了伍廷芳扎实的学识与勤勉的品格，也反映了他始终身处在一个致力于沟通中西、推动社会进步的知识圈层之中。

## 留学英国(32~34岁)



林肯律师会馆 (Lincoln's Inn)



会馆大堂

• 1874年，时年三十三岁的伍廷芳深感欲救国家危难，必须远赴欧美钻研法学，以改革国内不合时宜的典章制度。为此，他毅然放弃已担任四年、以勤勉著称的巡理厅译员一职，以十年节俭积蓄为资，携妻子共同赴英留学。他进入伦敦四大律师学院之一，历史可追溯至中古后期，当时仍保留浓厚贵族传统且最受重视的林肯律师会馆学习法律（\*图片来源自20世纪20年代中期出版的《Wonderful London》）。根据该学院严格规定，学生必须住校攻读十二个学期（三年），并在学院餐厅完成规定次数的晚餐，方能毕业。这段经历不仅使他接受了系统、完整的西方法律教育，也让他得以融入上流社会的社交网络，与精英人士建立友谊与合作关系。



郭嵩焘



刘锡鸿

• 1877年，刚获英国大律师资格的伍廷芳在伦敦拜会清驻英公使郭嵩焘。他见解精辟，风度出众，郭氏深感其才，当日两次派人挽留，欲聘为翻译或随员。但伍廷芳因已有首任清朝驻美公使陈兰彬对其邀请的赴美之约，且认为使团薪资远不及律师收入与社会地位，故婉拒而去。郭嵩焘惜才心切，事后专折上奏，力陈其“通语言、谙律例”，终使朝廷破格授予其三等参赞官衔。此事亦引起北洋大臣李鸿章关注，他致信郭嵩焘，对未能留住伍廷芳表示惋惜。

但伍廷芳没有止步于此，或许是何氏家族的影响，或是自己的期盼，使得他做出了又一个重大的决定。

时间来到 1874 年，三十三岁的伍廷芳深感欲救国家危难，必须远渡重洋，到现代法学的发源地——英国——去深入学习。为此，他毅然放弃了在香港已担任四年、且以勤勉著称的巡理厅首席译员这一稳定职位，拿出自己十余年节俭所积攒的积蓄，在妻子的支持下，携妻子何妙龄一同踏上了赴英留学的道路。他进入了历史悠久、声名显赫的林肯律师会馆学习。这是伦敦四大律师学院之一，其历史可追溯至中古时期，保留了深厚的贵族传统。根据学院的严格规定，学生必须在院内住校攻读整整 3 年十二个学期，并且需在学院的餐厅完成规定次数的正式晚餐，方可毕业。这段艰辛而纯粹的求学生涯，不仅使他接受了系统、完整的西方法律教育，也让他得以融入英国上流社会的社交网络，与诸多精英人士建立了宝贵的友谊。

1877 年 1 月，刚获得英国大律师资格的伍廷芳，在伦敦拜会了当时的清朝驻英公使郭嵩焘。在这次会面中，伍廷芳以精辟的见解和出众的风度，给郭嵩焘留下了极深的印象。求贤若渴的郭公使在当日竟两次派人挽留，希望聘请他担任使团的翻译或随员。然而，伍廷芳因为此前已接受了首任驻美公使陈兰彬的赴美邀请，且深知外交使团的薪酬与社会地位，远不及一位执业大律师的前景，故而婉言谢绝，径自离去。郭嵩焘惜才心切，事后专程上奏朝廷，极力称赞伍廷芳“通语言、谙律例”，是一位不可多得的人才。此事甚至引起了远在北洋的李鸿章的关注，他特意致信郭嵩焘，也对未能留住伍廷芳表示惋惜。

## 香港大律师及其他职务 (35~38岁)



时为香港大律师的伍廷芳



轩尼诗  
(John Pope Hennessy)



1896年保良局新局址开幕照片

◆ 1877年前后，伍廷芳在香港完成了从「获得律师资格的专业人士」向「华人公共事务与政治代表人物」的转变。轩尼诗爵士出任港督后，推行以种族平等和人道主义为核心的司法改革，废除公开笞刑与残酷体罚。这一改革触动了部分在港英人的既得观念，引发强烈反弹。伍廷芳与梁安等华人领袖明确站在改革一方，代表华人社会公开支持轩尼诗。1878年，在反对改革的英人召开民众大会时，伍廷芳率华人代表出席，要求大会提供中文传译与基本知情权。遭拒后，他当场带领华人退席抗议，并通过公开信谴责大会对华人制度性歧视。其后，华人社会在其参与与推动下两度向英国政府请愿，要求轩尼诗留任，显示出华人群体已开始以有组织、有策略的方式介入殖民地政治。

◆ 与此同时，伍廷芳也深度参与社会改革实践。针对香港长期存在的拐卖妇女儿童问题，他与轩尼诗合作，推动成立保良局，并被委任为副主席。伍廷芳在处理「拐卖」与华人家庭收养婢女的界线问题上，主张区分犯罪行为与社会习俗，强调法律应避免对华人社会造成不当伤害。保良局由此在缉拿拐犯、收容保护受害者与缓和中英法律冲突之间发挥了关键作用。1878年，他被轩尼诗委任为香港首位华人太平绅士，象征华人首次以制度化身份参与司法秩序。1880年，在华人社会联名请愿与轩尼诗力荐下，伍廷芳获临时委任为立法局议员，成为首位进入香港立法机构的华人代表。

在 1877 年获得大律师资格后，伍廷芳依然回到香港就职大律师，不过随着时间的推移，伍廷芳在香港的身份开始发生转变——他从一位专业法律人士，逐渐成为华人社会在公共事务与政治领域的代表人物。这一转变，与当时的香港总督轩尼诗爵士推行的司法改革密切相关。轩尼诗上任后，致力于推动以种族平等和人道主义为核心的改革，例如废除公开笞刑等残酷体罚。这些举措虽然进步，却触动了部分在港英人的传统观念与既得利益，引发了强烈反弹。在这场舆论与政治的角力中，伍廷芳等华人领袖坚定地站在了改革一方，公开代表华人社会支持轩尼诗。1878年，当反对改革的英人召开民众大会时，伍廷芳率领华人代表出席，并要求大会提供中文传译、保障华人的知情权。在诉求被拒绝后，他当场带领华人代表退席抗议，并通过公开信强烈谴责这种制度性的歧视。此后，华人社会更在其参与推动下，两次向英国政府请愿，要求让轩尼诗留任。这一系列行动标志着香港华人开始以有组织、有策略的方式，积极介入殖民地的政治进程。

与此同时，伍廷芳也深度参与具体的社会改革实践。针对香港长期存在的拐卖妇女儿童这一严重社会问题，他与轩尼诗密切合作，推动成立了保良局，并被委任为副主席。在处理“拐卖”与华人社会传统中收养婢女的复杂界线时，他主张法律应区分犯罪行为与社会习俗，强调执法需谨慎，避免对华人社会造成不必要的伤害。保良局因此成功地在缉拿罪犯、保护受害者与缓和不同法律文化冲突之间，发挥了关键的缓冲与桥梁作用。

## 北上幕僚(40~53岁)



天津直隶总督衙门 李鸿章办公处



李鸿章

◆ 1877年，伍廷芳应直隶总督、北洋大臣李鸿章之邀赴天津，这是他首次正式进入清廷高层视野的关键时刻。李鸿章在会晤伍廷芳后，对其西方法律素养与人格气质表现出高度评价与倚重。他于十月上函总理衙门，请求正式任用伍廷芳，明确指出当时中外交涉日益繁重，而中国屈在外交案件中受制于人，其根本原因在于缺乏通晓西方法律与国际公法的人才。李认为，单以中国律例处理涉外案件，往往遭西方国家拒不接受；唯有“以彼之矛，刺彼之盾”方能在外交与通商争端中据理力争。

◆ 在函中，李鸿章系统阐述了任用伍廷芳的三重理由：

- ◆ **第一，伍廷芳精通英美法律与国际公法，能直接参与与西方外交官、领事的法律辩论。**
  - ◆ **第二，他虽久居海外，却“恂恂有儒士风，绝无外洋习气”，既通西学又守中国士人伦理，极为难得。**
  - ◆ **第三，伍廷芳为中国人，较雇用高薪外国律师（如日本外务省雇用前美驻津领事施博）更具政治与制度弹性，也更有利于长远培养本国涉外法律能力。**
- ◆ 李鸿章进一步设想，伍廷芳除担任法律顾问、处理南北洋涉外疑难案件外，还可负责翻译英美律例与国际公法，为清廷拟订《通商则例》提供制度与文本基础。这一构想，与当时出使英美大臣郭嵩焘倡议编纂通商法规，建立中外交涉统一依据的努力相互呼应。在总理衙门批准后，伍廷芳被正式留任北洋系统，年俸六千两，由南北洋分推，成为清政府首位不经科举、以西方法律专长进入中级官僚体系的中国人。这一任命不仅突破了传统仕途路径，也使伍廷芳得以直接参与洋务运动与近代外交制度建设，成为清廷“以法律应对帝国主义压力”的关键人物。
- ◆ 尽管伍廷芳在北洋担任法律顾问的时间不长，因父丧遵制南归，但此次入仕已为其后续政治生涯奠定基础。至光绪八年（1882年）再入京城时，他已被视为处理中外交涉与制度改革的重要人选。这次 1877年的天津之行，构成伍廷芳由殖民地律师转化为清末外交—法政改革核心人物的决定性起点。

而其实 1877 年 10 月，才在香港就任大律师短短 7 个月的伍廷芳就收到了来自直隶总督、北洋大臣李鸿章的邀请，赴天津会面。于是，在忙完一系列事情后，他于 10 月前往天津，这次会面，成为他正式进入清廷高层视野、开启人生新篇章的关键时刻。李鸿章在与伍廷芳深入交谈后，对其卓越的西方法律素养和沉稳得体的个人气质给予了极高的评价，并决意要倚重这位人才。当年十月，李鸿章便正式致函总理衙门，恳请朝廷任用伍廷芳。他在信中深刻地指出，随着中外交涉日益频繁，中国各类外交与司法案件中屡屡受制于西方，根本原因就在于缺乏精通西方法律与国际公法的人才。李鸿章认为，如果只用中国传统的律例去处理涉外案件，往往被西方国家拒绝承认；唯有“以彼之矛，攻彼之盾”，运用西方的法律知识据理力争，才能有效维护国家权益。

在奏函中，李鸿章系统地阐述了任用伍廷芳的三重理由：

第一，专业能力过硬。伍廷芳精通英美法律与国际公法，足以直接与西方外交官、领事进行法律辩论。

第二，品行气质可贵。他虽然久居海外，却“恂恂有儒士风，绝无外洋习气”，既通晓西学，又保持了传统中国士人的风骨与伦理，这样的结合极为难得。

第三，第三，身份优势明显。 作为中国人，任用他远比高薪聘请外国律师（如日本外务省雇用的美国前领事）更具政治与制度的灵活性，也更有利于清廷长远地培养自己的涉外法律人才。

李鸿章还进一步规划了伍廷芳的角色：他不仅可以担任法律顾问，处理南北洋的疑难涉外案件，还能负责翻译英美律例与国际公法，为清廷未来拟订《通商则例》提供坚实的制度与文本基础。这一构想，也与当时郭嵩焘等有识之士呼吁编纂通商法规、建立统一外交法理依据的努力遥相呼应。

在获得总理衙门批准后，伍廷芳被正式留任于北洋系统，年薪六千两，由南北洋共同分摊。他由此成为清政府首位不经过科举正途，而是凭借西方法律专业能力进入中级官僚体系的中国人。这项突破性的任命，不仅为他个人开辟了一条崭新的仕途，也使他得以直接参与洋务运动与近代外交的制度建设，成为清廷试图“运用法律应对帝国主义压力”的关键人物。

尽管后来伍廷芳因父亲去世，需按制回乡守丧，于 1878 年重返香港做回了大律师，在北洋担任法律顾问的时间不算长，但这次成功的入仕，已为他后续的政治生涯奠定了至关重要的基础。

## 兴建铁路与马关条约(40~53岁)



李鸿章及其随从站在天津火车站的敞篷货车上

◆ 在李鸿章主持铁路事务期间，清政府任命伍廷芳为中国铁路公司总经理，统筹全国铁路建设。他延聘詹天佑为总工程师，主张以中国人才负责技术与工程，减少对外国顾问的依赖。李鸿章、伍廷芳与詹天佑的合作，推动了清末铁路事业的制度化与本土化，象征着中国在近代交通领域追求自强的努力。（\* 图片源于美国国会图书馆）



《下关和平会议绘图》

◆ 1894年爆发甲午战争，清军在陆海战中惨败，北洋舰队全军覆没。次年，清廷被迫议和，任命直隶总督李鸿章为全权代表出使日本，伍廷芳以随员兼法律顾问随行。1895年3月，两人抵达日本广岛，与日方就领土、赔款等问题谈判。伍廷芳精通外交与国际法，协助起草文件，多次据理辩护，力求减轻割地赔款。4月《马关条约》签订，中国割让台湾、澎湖、辽东并赔银二亿两。这次经历使伍廷芳深切感受到国家积弱之痛，坚定了他日后推动法制改革与国家自强的信念。（\* 永地秀太作，展于日本东京明治纪念馆，右边中间身着蓝衣之人伍廷芳）

到了 1882 年他再次奉召进京时，伍廷芳已然被视为朝廷处理中外交涉与推进制度改革的核心人选，开始了他的幕僚生涯。

他很快就在李鸿章主导的洋务事业中承担起更具体的职责。在李鸿章主持全国铁路事务期间，清政府任命伍廷芳为中国铁路公司的总经理，负责统筹规划铁路建设。在这一职位上，他展现了前瞻性的眼光，不仅延聘了后来被誉为“中国铁路之父”的詹天佑担任总工程师，更明确提出应以中国人才为核心，负责关键技术与工程，以减少对外国顾问的过度依赖。李鸿章、伍廷芳与詹天佑的这次合作，堪称典范，它推动了清末铁路事业走向制度化和本土化，是近代中国在交通领域追求自强的一个生动缩影。

然而，国家的命运并非一帆风顺。1894 年，甲午战争爆发，清朝在陆海战中遭遇惨败，北洋舰队全军覆没。这场失败将中国推向了更深的危机。次年，清廷被迫派李鸿章为全权代表，赴日本议和，伍廷芳以随员兼法律顾问的身份同行。1895 年 3 月，代表团抵达日本广岛，与日方就割地、赔款等苛刻条款展开艰难谈判。伍廷芳凭借其精湛的外交技巧与国际法知识，协助起草文件，在谈判桌上多次据理力

争，试图为苦难的国家减轻损失。然而，弱国无外交，最终《马关条约》被迫签订，中国割让台湾、澎湖、辽东半岛，并赔偿白银二亿两。

这次马关议和的屈辱经历，让伍廷芳与李鸿章等有识之士痛切地认识到，国家的失败远不止于战场，更深层的原因在于制度落后与人才匮乏。就在《马关条约》签订、举国痛定思痛之际，一场以兴学育才为核心的“自强”浪潮迅速兴起。甲午战败后，兴办新式学堂成为朝野上下的强烈共识。在这一背景下，筹办新式学堂的具体重任，由直隶总督王文韶推动，并责成津海关道、洋务实干家盛宣怀全力承担。

## 北洋西学学堂总办（53岁）



盛宣怀



王文韶



北洋大学堂校址照片

◆ 清末「北洋西学堂」的创办始于1895年甲午战败后的民族自强浪潮。在光绪皇帝「力行实政」的上谕号召下，直隶总督王文韶于光绪二十一年（1895年）八月十二日上奏，奏请设立「北洋西学堂」，由津海关道盛宣怀具体筹办并倡捐筹资。同年八月十四日（公历10月2日），光绪帝朱批批准，标志着中国第一所现代大学正式诞生。学堂分头等学堂（大学本科）和二等学堂（预科），由伍廷芳、蔡绍基分任总办，并聘请美国人丁家立为总教习，仿照西方学制开设工程、矿冶、律例等学科。1900年因八国联军侵华一度中断，后于1903年在西沽武库复校，更名为北洋大学堂，奠定了天津大学的百年基业。

在光绪皇帝“力行实政”的号召下，1895年，直隶总督王文韶上奏，请求设立“北洋西学学堂”，以培养通晓西学、务实救国的新型人才。这一奏请迅速得到批准。同年10月2日，由盛宣怀具体筹办并倡议捐资的北洋西学学堂正式成立，这被视为中国近代第一所现代大学。

学堂分为头等学堂（大学本科）和二等学堂（预科），旨在系统传授西方科学与法学知识。盛宣怀邀请伍廷芳为头等学堂总办，并聘请美国教育家丁家立为总教习，仿照西方学制，开设工程、矿冶、法律等实用学科。这项任命意义深远——它意味着，甲午战败后，清廷中有远见的官员将培养未来人才的希望，部分寄托在了像伍廷芳这样既熟悉西方法政、又具备改革意识的精英身上。尽管学堂在1900年因八国联军侵华而一度停办，但1903年在西沽武库旧址复校，并更名为北洋大学堂，由此奠定了天津大学延续至今的百年基业。

## 外交生涯与清法修订（54~68岁）



新任中国部长抵达华盛顿途中

• 伍廷芳与妻子及儿子伍秩庸在西方酒店的客厅内合影。照片拍摄于他前往华盛顿途中，刚刚就任中国外交部长之时。（\*美国加州大学伯克利分校班克洛夫特图书馆提供）



托马斯·富兰克林·施耐德的豪宅（Schneider Mansion）

• 1891年建于华盛顿Q街1764号，由建筑师托马斯·富兰克林·施耐德设计。1896-1902年间为伍廷芳公使的官邸兼中国使馆所在地。建筑属罗马复兴风格，后改作女子学校与公寓，1958年拆除，现为杜邦东公寓旧址。（\*美国国会图书馆印刷品与照片部提供）



• 伍廷芳时任中国外交官兼驻美公使，摄于1900年中国义和团运动期间的华盛顿特区。伍廷芳右手的美国参议员朱利叶斯·凯撒·伯罗斯（Julius Caesar Burrows）先生，面前的则是他的儿子伍朝枢（\*此图是《国王》刊载插图，该刊为世界新闻图鉴「乔治·纽斯有限公司，伦敦，1900年8月4日」）。

然而，伍廷芳担任学堂总办未及一年，朝廷便因另一项更为紧迫的需要，将他紧急调离。

视角转至大洋彼岸，自 1882 年美国通过《排华法案》起，一片系统性的阴云便长久笼罩在美华人社群之上。该法案不仅是美国历史上首部针对特定族裔的移民禁令，更标志着一种基于种族偏见与经济恐慌的国家政策被正式确立。它根植于美国西部劳工的经济焦虑、社会弥漫的“黄祸”恐惧，以及政治上的短期操弄。在这一法律框架下，华人被禁止入境、不得归化入籍，司法与社会地位沦为二等，权益屡遭践踏，排华暴力事件时有发生。而积弱的晚清政府，虽经外交途径屡次抗议，却始终难以撼动这一不公局面。面对如此严峻且复杂的侨民保护危机，清廷在甲午战败后的困局之中，做出了一项极具针对性的破格任命。1896 年底，精通英美法律、持有英国大律师资格，且深谙西方社会规则的伍廷芳，被任命为驻美国、西班牙和秘鲁公使。这项任命的核心使命十分明确：朝廷需要的不仅是一位传统意义上的外交官，更是一位能在美国法律与舆论的双重战场上，直面《排华法案》所造成的系统性不公，并运用其专业学识为同胞权益进行有力辩护的“出庭律师”与“公共代言人”。

因此，当 1897 年 5 月伍廷芳在华盛顿正式履职时，他所踏入的远非寻常的外交场合。他正面遭遇的，是由法案所合法化与煽动起来的整体性排华社会情绪。他的工作，从一开始就必须超越公文往来。一方面，他以法学家的缜密，在法律条文与案例中寻找漏洞与依据，向美国国务院提出严谨抗辩，力图在司法框架内争取微小但坚实的公正。另一方面，他毅然走向美国社会的台前，成为一名不知疲倦的公共演说家与文化阐释者。他奔走于大学、商会、教会与媒体之间，用流畅的英语与雄辩的逻辑，向美国公众阐述真实的中华文明，驳斥那些将华人“非人化”的偏见谣言，试图从观念的根源上消解敌意。



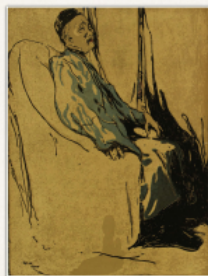
伍廷芳访问芝加哥大学画像

- 伍廷芳在担任中国驻美公使的首个任期内，于1900年获宾夕法尼亚大学授予荣誉法学博士学位。此时正值他在美国声望与人气达到顶峰之际。1900年2月22日华盛顿诞辰日，他受邀前往该校发表演说。此次访问期间，他获颁荣誉学位。演讲题为《美国与东方的恰当关系》，伍廷芳借此向美国听众阐释中国文化与历史——这正是他担任大使期间常履行的职责。他在美期间广受民众爱戴，宾夕法尼亚大学等机构纷纷致以崇高礼遇。该学位旨在表彰其外交成就及弥合中美文化鸿沟的努力。典礼上校方不仅称赞伍廷芳是中国政府的代表，更盛赞这位「外国宾客」以「令人瞩目的典范展现了对我国的友好情谊」。
- 伍廷芳于1901年获芝加哥大学授予第二个荣誉法学博士学位。当时他正担任钦差驻美公使。他访问芝加哥及该校引发媒体广泛关注。1901年3月19日，伍廷芳在该校斯图德贝克剧院发表毕业典礼演讲，与校长哈珀（William Rainey Harper）对谈中探讨中西文明问题，演讲聚焦中国文明，他指出尽管中国文明与西方文化存在差异，但其精妙程度毫不逊色。此次访问及演讲被《纽约时报》等主流报刊广泛报道，标题如《伍公使在芝加哥》。在芝加哥的三天停留期间，校方为其举办了多场招待会与晚宴。这位以魅力与机智著称的公众人物吸引了大批民众。尽管芝加哥大学后来制定了「除非满足严格学术要求，否则不授予外交官荣誉学位」的政策，但伍廷芳获奖时，此类荣誉授予知名人士尚属常态。该奖项旨在表彰他的法律成就，特别是作为首位在英国取得律师资格的华裔律师所开创的先河。

1900年2月，他在华盛顿诞辰日受邀至宾夕法尼亚大学发表演说，并获得该校颁发的荣誉法学博士学位。校方赞誉他不仅是中国的代表，更是一位“以令人瞩目的典范展现对我国友好情谊”的宾客。紧接着在1901年3月，芝加哥大学也授予他第二个荣誉法学博士。他在演讲中充满自信地论述中西文明，强调中国文明的精神高度毫不逊色，经《纽约时报》等主流媒体报道，引发了广泛关注。



疑似1900年12月纽约道德文化社《孔子的学说》演说现场



伍廷芳肖像  
1900年11月17日「曼琴师周报」刊



本季最受欢迎的餐后演讲嘉宾之一：  
伍廷芳在纽约商界聚会上的演讲  
《哈波斯周刊 (Harper's Weekly)》，1900年



伍廷芳在美期间必须时刻为华人利益奔走。正如这份 1902 年 1 月的《夏威夷晚报》所载，他亲自前往美国参议院移民委员会听证会，直面反对《排华法案》。他的抗辩，是那个时代海外华人权益最重要的外交盾牌。1902 年，因其卓越的法学素养，清廷一纸诏令又将其召回，任命他与沈家本同为法律修订大臣。他将在美国积累的现代法治理念带回国内，主持编纂《大清新编法典》，力主废除酷刑、起草诉讼律，为中国法制近代化奠定了第一块基石。然而，他的外交使命远未结束。1907 年，他再次奉命出使美国。此时的他，声望更隆。



伍廷芳在伊利诺伊大学大门台阶的个人照

◆ 1908年，伍廷芳应伊利诺伊大学校长埃德蒙·詹姆斯 (Edmund D. James) 之邀，在毕业典礼上发表题为《中美为何应为友邦》的演讲，强调两国相互尊重的重要性，同时获伊利诺伊大学授予的第三个荣誉博士学位。报纸报道描述了他出席典礼时留下的深刻印象。当校长埃德蒙·詹姆斯介绍他登场时和演讲结束后他获得了雷鸣般的掌声，演讲本身也广受好评。他指出：「思想与理想的相互交流，汲取彼此最卓越的精华，终将孕育出崭新的文明——太平洋文明……文明史册将翻开新篇章，东西方摒弃一切敌意与偏见，不再比拼武力成就，而爱逐和平胜利；唯在传播真理与光明时勇往直前，唯在确立正义与公理时坚韧不拔。」



伍廷芳受邀担任伊利诺伊大学 (UI) 毕业典礼主讲嘉宾并访问该校 (1908年6月10日)

◆ 前排左起为：校董会主席 W.A. Abbot 夫妇、伍廷芳、Alexander 夫人、校长 James、院长 David Kinley；后排左起为：Clark 院长、工程学院院长 Goss、农学院院长 Davenport、动物学教授 Forbes、副校长 Durrill、文理学院院长 Greene 及其母亲、女院长 Kollock、法学院院长 Harker 和理学院院长 Townsend。

1908年6月，他应伊利诺伊大学校长埃德蒙·詹姆斯之邀，在毕业典礼上发表题为《中美为何应为友邦》的主旨演讲。他充满远见地提出“东西方摒弃敌意”，“思想交流将孕育崭新的太平洋文明”。演讲获得雷鸣般的掌声，并获颁该校的荣誉博士学位。这张在伊利诺伊大学台阶上的个人照，定格了他作为文化使者的从容气度。在第二任公使期间，他的交往层次更深，甚至与西奥多·罗斯福总统建立了私人友谊，还拜访了大发明家爱迪生。但他的目光也投向更广阔的海外华人世界，远赴南美慰问侨胞，签订保护侨民的新条约。

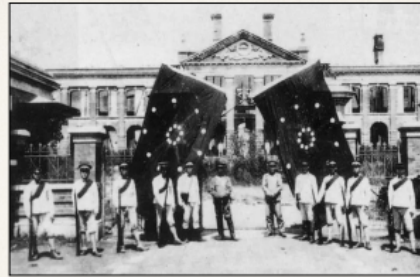
## 投身民主革命（69~80岁）



议和大使委任状



伍廷芳与孙中山



占领武昌后的合影

◆ 在辛亥革命后的政局变动中，伍廷芳的政治立场经历了多重转折，体现出他以国家稳定与宪政秩序为最高原则的独特政治逻辑。1911年，身为革命派代表之一的伍廷芳积极参与南北议和，促成清帝退位与中华民国的和平建立。1912年中华民国临时政府在南京成立后，孙中山任临时大总统，延揽伍廷芳出任外交总长，负责与列强交涉，巩固新政府的国际地位，并兼任司法总长，主持司法体系重建与法令整顿。凭借清末修律经验，伍廷芳致力于确立法治与人权理念，推动民国法律制度现代化，成为共和国初期最重要的法制与外交奠基者之一。

◆ 然而在共和政府初立，权力真空未定之际，伍廷芳对孙中山的政治路线与治国能力深感忧虑，认为其革命理想虽高昂，却未必能在危局中稳住政局，因此他转而支持更具行政经验的袁世凯出任临时大总统，以期借助袁的权力资源与官僚体系完成国家整合。这一阶段伍廷芳被视为「拥袁派」，甚至对孙中山持批评态度。然而，随着袁世凯日益走向专断，尤其是明显违背宪政精神、压制议会与地方力量后，伍廷芳重新认识到孙中山在维护共和制度与抵抗独裁上的历史价值，于是由批评者转为支持者。他在袁世凯帝制风潮逼近时公开反对帝制，并在政治上与孙中山保持一致，共同捍卫共和秩序。伍廷芳这段复杂的政治历程，不是个人立场的摇摆，而是基于对国家局势、人物能力与政治制度稳定性的现实判断，充分体现了他以宪政、共和与国家未来为核心的政治价值观。

1910年，伍廷芳辞去驻美公使一职，结束了他作为清朝外交官的最后使命。当他途经欧洲返回时，已是一位享有国际声誉的资深外交家和法政改革家。伍廷芳归国后选择隐居于上海，本意是从此远离官场纷扰，安度晚年。然而历史的浪潮并未允许这位年近古稀的老者真正退隐。

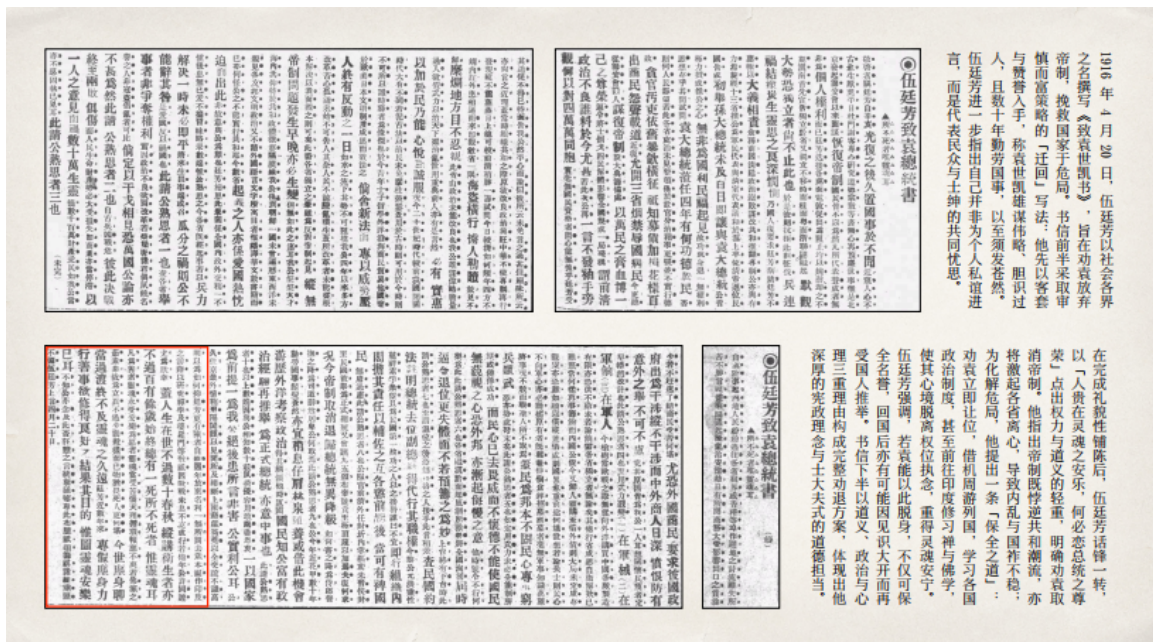
1911年3月，在盛宣怀的推动下，伍廷芳接受了轮船招商局的聘请，出任“议事董事”并当选为董事会会长。盛宣怀此举，旨在借助伍廷芳崇高的社会声誉和在粤商中的威望平衡招商局内部势力。于是，这位资深外交家转而以民营企业家代表的身份，迎来了中国历史的决定性时刻。此时国内政局已至剧变前夜。清廷推行的“预备立宪”因“皇族内阁”的成立而失信于民，“铁路国有”政策更激起了席卷南方的保路风潮。历史没有给渐进的改良留下更多时间。

1911年10月10日，武昌起义爆发，革命烈焰迅速燎原。11月3日，上海光复，沪军都督府成立。革命党人深感新政权的国际承认至关重要，而西方列强的态度将是决定成败的关键因素之一。沪军都督陈其美“慕公才名，且知为中外所敬服”，以极大诚意派人专程邀请伍廷芳出山。时年已七十岁的伍廷芳，面临着人生最重要的抉择。基于其贯穿一生的法治信念、对世界共和潮流的深刻认知，以及对

腐朽清廷的彻底失望，这位古稀之年的前朝重臣，最终做出了顺应历史大势的决定。他接受邀请，出任沪军都督府外交总长，成为该政权中极少数非同盟会成员的资深官员。此举标志着他从清王朝的改良者，转变为共和革命的参与者。

在随之而来的南北议和中，伍廷芳的政治行动始终围绕一个核心：以法律与秩序奠定共和根基。他被推举为南方革命政权总代表，凭借高超的外交智慧与法律专长，在与袁世凯代表唐绍仪的谈判中，不仅在法律程序上妥善安排了清帝退位，更在法理上确立了共和制度的合法性。他参与起草的《清室优待条件》等重要文件，为实现政权的和平过渡提供了关键的法律框架。

民国肇建，百端待举。基于尽快实现国家统一与稳定的现实考量，伍廷芳认为袁世凯掌握着更强的军政实力与行政体系，因而支持其出任临时大总统，希望借此结束动荡，推动宪政步入正轨。这一时期，他常被视为“拥袁派”。但随着袁世凯日益走向独裁，解散国会、废弃《临时约法》，乃至图谋称帝，伍廷芳的政治立场发生了根本转变。他清醒地认识到，袁世凯的道路已彻底背弃了共和与法治的根本原则。于是，他毅然与孙中山等革命党人站在一起，公开反对帝制，坚决捍卫宪政。



1916年4月20日，伍廷芳以社会各界之名撰写《致袁世凯书》，旨在劝袁放弃帝制，挽救国家于危局。书信前半采取审慎而富策略的「迂回」写法：他先以客套与赞誉入手，称袁世凯雄谋伟略、胆识过人，且数十年勤劳国事，以至须发苍然。伍廷芳进一步指出自己并非为个人私谊进言，而是代表民众与士绅的共同忧思。在完成礼貌性铺陈后，伍廷芳话锋一转，以「人贵在灵魂之安乐，何必恋总统之尊荣」点出权力与道义的轻重，明确劝袁取消帝制。他指出帝制既悖逆共和潮流，亦将激起各省离心，导致内乱与国祚不稳；为化解危局，他提出一条「保全之道」：劝袁立即让位，借机周游列国，学习各国政治制度，甚至前往印度修习禅与佛学，使其心境脱离权位执念，重得灵魂安宁。伍廷芳强调，若袁能以此脱身，不仅可保全名誉，回国后亦有可能因见识大开而再受国人推举。书信下半以道义、政治与心理三重理由构成完整劝退方案，体现出他深厚的宪政理念与士大夫式的道德担当。



1916年袁世凯去世后，国家并未走向安定，反而陷入军阀割据的更深泥潭。《临时约法》形同废纸，国会屡遭解散，“法统”彻底沦丧。目睹此景，年逾七旬的伍廷芳作出了一个重大决定：南下广州，投身孙中山领导的护法运动。1917年，孙中山在广州成立中华民国军政府，高举“护法”旗帜，号召恢复国会与约法。伍廷芳被任命为外交总长，这标志着他从一位曾效力于中央政府的资深官僚，转变为以地方政权为基地、用行动捍卫共和法统的“护法元老”。然而，第一次护法运动的根基并不牢固，实权掌握在各有盘算的西南军阀手中。孙中山的北伐计划处处受制，伍廷芳所擅长的法律与外交手段也难有作为。1918年5月，军阀们操纵改组军政府，迫使孙中山去职，第一次护法运动以失败告终。但革命的火焰并未熄灭。1920年，在孙中山的策划下，陈炯明率“援闽粤军”成功驱逐广东的桂系军阀，为革命力量重建了根据地。1921年4月，广州非常国会选举孙中山为中华民国非常大总统。5月5日，孙中山正式就职，建立中华民国正式政府，并明确提出以武力北伐、统一全国的纲领。第二次护法运动就此展开，其目标已从“恢复旧法统”升华为“武力统一，重建新共和”。

在这关键的历史时刻，孙中山对伍廷芳寄予了极高信任与重托，任命他为外交总长兼财政总长。当孙中山亲赴广西桂林设立北伐大本营时，伍廷芳更是在广州代

行非常大总统职权，成为后方最重要的政治支柱。此时的伍廷芳，已完全认同孙中山以革命战争完成国家统一的道路。他以古稀之年，倾尽全力：对外，运用其广泛的国际人脉，为广州政权争取外交空间与经济援助；对内，苦心筹措庞大的北伐军费，以其丰富的政治智慧协调内外，支撑着前方的军事行动。从清末的法律改革者，到民国的护法元老，再到北伐大业的后方统帅，伍廷芳的人生轨迹，始终与中国追寻现代法治与国家统一的艰难历程紧密相连。

## 伍廷芳逝世

- 然而，这场声势浩大的第二次护法运动，却因革命阵营内部的根本分裂而猝然失败。核心矛盾在于孙中山与陈炯明之间政见与战略的严重冲突。孙中山主张中央集权、武力北伐，以实现全国革命统一；而陈炯明则力主「联省自治」，主张先巩固广东，建立地方模范，再以和平协商方式谋求联邦制统一。这一分歧最终演变成公开决裂。1922年6月，陈炯明部发动兵变，炮轰总统府（即「六一六兵变」），孙中山险遭不测，被迫离粤，第二次护法运动就此夭折。
- 叛变发生后，孙中山脱险登上永丰舰。在危急存亡的时刻，伍廷芳展现出了无比的坚定与忠诚。他拒绝与叛军合作，不顾年迈体弱和个人安危，毅然登上永丰舰，与孙中山会面，表达坚决支持。随后，他奉命离舰，以政府代表身份尽力与外界周旋，试图通过交涉途径解决危机。
- 然而，这场突如其来的背叛对伍廷芳的精神打击是巨大的。他毕生信仰的法律、秩序和共和理想，在军阀的枪炮下被彻底践踏；他倾注心血的革命事业，因内部的倒戈而功败垂成。在极度忧愤与心力交瘁之下，伍廷芳一病不起。1922年6月23日，即在陈炯明叛变发生后仅一周，伍廷芳于广州溘然长逝，享年80岁。



伍廷芳墓、伍朝枢墓

- 伍廷芳逝世后，其遗体安葬于广州白云山麓，后迁至广州越秀公园内（今中山纪念堂东南侧），孙中山亲笔撰写墓志铭与墓表，以“笃信民权，力行法治，鞠躬尽瘁，死而后已”赞颂其一生功业，称他为“近代法政之先觉”。

但现在，他的故事，即将迎来最后的高潮与悲壮的终章。

然而，这场声势浩大的第二次护法运动，却因革命阵营内部的根本分裂而猝然失败。核心矛盾在于孙中山与陈炯明之间政见与战略的严重冲突。孙中山主张中央集权、武力北伐，以实现全国革命统一；而陈炯明则力主「联省自治」，主张先巩固广东，建立地方模范，再以和平协商方式谋求联邦制统一。这一分歧最终演变成公开决裂。1922年6月，陈炯明部发动兵变，炮轰总统府（即「六一六兵变」），孙中山险遭不测，被迫离粤，第二次护法运动就此夭折。

叛变发生后，孙中山脱险登上永丰舰。在危急存亡的时刻，伍廷芳展现出了无比的坚定与忠诚。他拒绝与叛军合作，不顾年迈体弱和个人安危，毅然登上永丰舰，与孙中山会面，表达坚决支持。随后，他奉命离舰，以政府代表身份尽力与外界周旋，试图通过交涉途径解决危机。然而，这场突如其来的背叛对伍廷芳的精神打击是巨大的。他毕生信仰的法律、秩序和共和理想，在军阀的枪炮下被彻底践踏；他倾注心血的革命事业，因内部的倒戈而功败垂成。在极度忧愤与心力交瘁之下，伍廷芳一病不起。1922年6月23日，即在陈炯明叛变发生后仅一周，伍廷芳于广州溘然长逝，享年80岁。

伍廷芳逝世后，其遗体安葬于广州白云山麓，后迁至广州越秀公园内（今中山纪念堂东南侧）。孙中山亲笔撰写墓志铭与墓表，以“笃信民权，力行法治，鞠躬尽瘁，死而后已”赞颂其一生功业，称他为“近代法政之先觉”。

## 参考资料

- ✦ 丁贤俊 & 喻作凤 (2005) 伍廷芳评传 北京人民出版社
- ✦ 张礼恒 (2003) 从西方到东方：伍廷芳与中国近代社会的演进 台北：台湾商务印书馆股份有限公司
- ✦ 张云樵 (1986) 伍廷芳与清末政治改革 台北联经出版事业公司
- ✦ 伍廷芳 (2012) 美国人的气质：美国何以如此繁荣 北京中国青年出版社
- ✦ 广东人民出版社 (2008) 近代法制的改革者 伍廷芳 广州广东人民出版社
- ✦ 亚洲电视 ATV (2011) 《香港望族》第2集：父子外交家——伍廷芳、伍朝枢  
YouTube: <https://youtu.be/3OkXdOEFzIg?si=kyuKseV3LaGZvw2Q>
- ✦ 鹤发童言：列讲座S01E08. 近代司法改革的伍廷芳困境  
YouTube: [https://youtu.be/12oVw58jZ1Q?si=B7\\_8OCYNj-3gATZl](https://youtu.be/12oVw58jZ1Q?si=B7_8OCYNj-3gATZl)
- ✦ 陈晓平 (2023) 伍廷芳兄弟与《香港中外新报》的关系  
<https://news.qq.com/chan/a/20230227A06YVA00>
- ✦ 陈此生 伍廷芳轶事 上海宏文图书馆印行
- ✦ Pomerantz-Zhang, L. (1992). Wu Tingfang (1842–1922): Reform and Modernization in Modern Chinese History. Hong Kong University Press.
- ✦ Champaign County Historical Archives. “Chinese Scholars and Students at the University of Illinois, 1907-1949.” *UIUC Chinese Scholars and Students Archive*. Omeka. Retrieved from <https://champaigncountyhistory.omeka.net/exhibits/show/uiuc-chinese-scholars-and-stud/1907-1949-students-and-schola>
- ✦ Chinese Heritage. *English letter by Wu Ting-fang (伍廷芳) condemning the U.S. Chinese Exclusion Act*. Retrieved October 18, 2025, from <https://www.chinese-heritage.com/index.php/献梅花馆清言-2/前清遗谭/item/398-english-letter-by-wu-ting-fang-伍廷芳-condemning-the-u-s-chinese-exclusion-act.html>

# 证道学在中国

---

## 第二部分

刚才我们回顾了伍廷芳先生波澜壮阔的人生轨迹，从清末外交、法制革新到民初护法，他始终在探寻一条融汇中西、使国家走向法治与富强的道路。然而，除了为国家政治夙夜操劳之外，伍廷芳还为中国文化融入世界探索了一条独特的路——这正是我们接下来将要展开的第二部分，一段被遗忘的关于“证道学”在中国的故事。

## 证道学（神智学会）成立



布拉瓦茨基夫人与奥尔科特上校



安妮·贝森特



证道学阿迪亚总部

• 证道学会（Theosophical Society）于1875年在美国纽约成立，由海伦娜·勃洛茨基·布拉瓦茨基（H. P. Blavatsky）、亨利·斯蒂尔·奥尔科特（Henry S. Olcott）与威廉·库恩·贾奇（William Q. Judge）三人共同发起。布拉瓦茨基以其东西合璧的神秘思想奠定了学会的哲学基础，奥尔科特推动组织制度化并担任首任会长，而贾奇则负责美国分会的扩展，使证道学迅速在英语世界传播。学会提出“普世博爱、比较研究宗教、哲学与科学”“探索自然与心理之隐秘规律”三大目标，强调跨宗教、跨文化的思想融合。创立后的证道学会吸引了欧洲知识分子、东方学者及宗教改革者，成为19世纪末全球灵性思想复兴的重要节点。

• 1882年，证道学会将总部迁至印度马德拉斯南部的阿迪亚（Adyar），标志着组织从欧美向东方精神传统的核心地带转移。迁址后的阿迪亚不仅地理上更接近印度与南亚的宗教文化，也成为布拉瓦茨基、奥尔科特与后来的安妮·贝森特（Annie Besant）推动改革与思想传播的基地。奥尔科特时期，学会积极参与南传佛教复兴及教育事业；贝森特加入后，阿迪亚成为全球证道学网络的中心，她通过出版物、学校、社会运动，将学会影响力扩展至东亚、澳大利亚与欧洲，使阿迪亚成为国际灵性思想的重要发源地之一。时至今日，阿迪亚仍是证道学会的世界总部，象征其跨文化、跨宗教的精神传统。

• 证道学纪录片 ONE FIRE: <https://www.youtube.com/watch?v=3UJIK7b1h8c>

这个故事要从 1875 年美国创立证道学学会说起

当时学会由三位发起人奠定了它的基石：

一、海伦娜·布拉瓦茨基夫人，一位充满争议却又极具魅力的俄国女性，她以其融合东西方神秘主义、哲学与科学的庞大思想体系，为学会提供了核心的哲学与灵性基础。

二、亨利·奥尔科特上校，他是学会的首任会长，一位卓越的组织者，将松散的团体建设成一个制度化的国际机构。

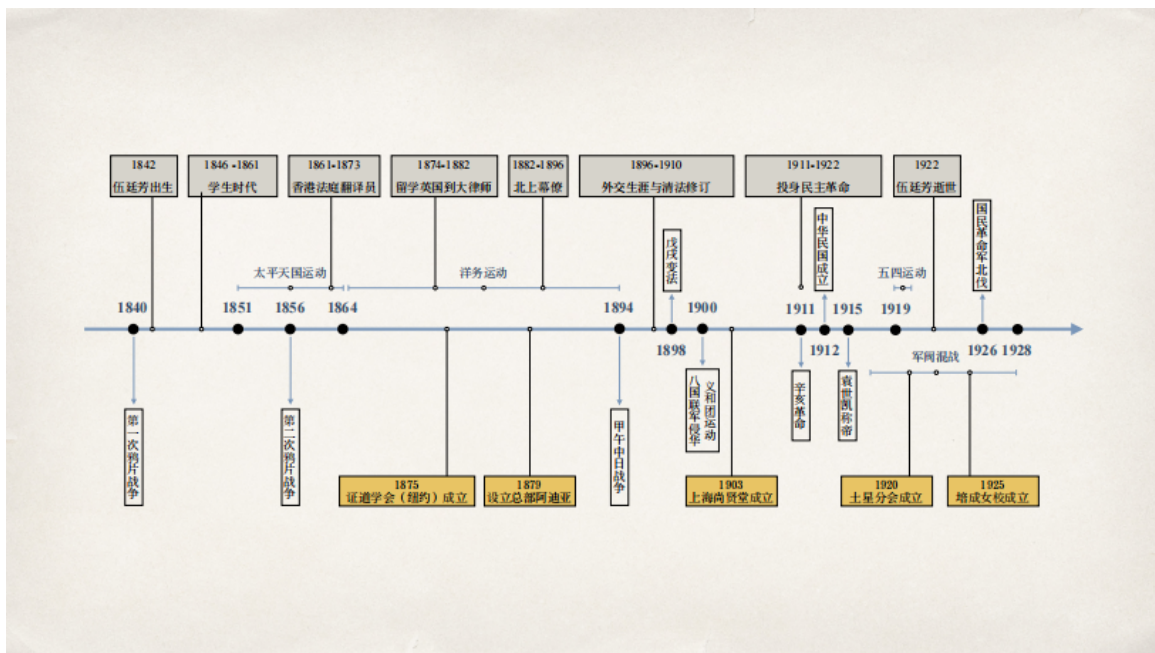
三、威廉·贾奇，他则在美国大力拓展分会，使证道学思想迅速在英语世界传播开来。

学会创立之初就提出了三大宗旨：

1. 建立一个人类普世兄弟情谊的核心，不分种族、信仰、性别、种姓。
2. 鼓励对宗教、哲学与科学进行对比研究。
3. 探索自然与人类潜能的未知法则。

这三大宗旨，清晰地指向一种超越单一宗教、融合东西智慧、探索精神与物质世界统一性的宏大追求。这使得证道学会迅速吸引了欧洲一大批对传统宗教不满、对东方智慧好奇、并对新兴科学（如心理学、进化论）抱有开放态度的知识分子、艺术家和社会改革者，成为 19 世纪末全球“灵性复兴”运动的重要推动力。

一个关键的转折发生在 1882 年。证道学会做出了一个极具象征意义的决定：将全球总部从纽约迁往印度马德拉斯的阿迪亚。这一迁址绝非偶然，它标志着该组织从西方思想的输出地，主动转向了东方精神传统的核心地带，宣示了其真诚学习并根植于东方智慧的决心。迁至阿迪亚后，这里成为了证道学运动真正的全球中心。在奥尔科特时期，学会积极投身于斯里兰卡等地的佛教复兴运动，并创办学校。而后来加入并成为领袖的安妮·贝森特——一位才华横溢、充满激情的英国社会活动家、演说家和作家——更是将阿迪亚的影响力推向高峰。她通过大量的出版、演讲、教育和社会改革项目，将证道学的思想网络扩展到东亚、澳大利亚和欧洲，使阿迪亚成为全球灵性思想交流的一个重要枢纽。



## 上海尚贤堂



李佳白  
(John Gilbert Reid)



李提摩太  
(Timothy Richard)

• 李佳白是美国长老会传教士，1882年来华。他长期深入中国社会，通晓中文并广泛接触士绅阶层，逐渐形成独特见解：仅靠基层传教难以推动中国整体变革，需采取「自上而下」策略影响精英阶层。1894年，他在北京提出创办「尚贤堂」的构想，旨在通过高层次思想交流促进社会进步。这一理念获得恭亲王奕訢、李鸿章、盛宣怀等清廷重臣支持。1897年经清政府正式批准成立，宗旨定为「调和中外、沟通教俗、培养通才」，成为超越单一宗教与文化的高端对话平台。同年，为拓展活动空间，尚贤堂迁至上海法租界。1903年重组后的董事会涵盖中外精英：会长由清廷官员吕海寰担任，董事包括伍廷芳、美国商人与领事等各界人士。李佳白与其友人李提摩太共同倡导「宗教比较」与「多元共存」，认为各宗教内核存在相通的「普遍真理」。尚贤堂由此成为近代中国早期制度化的宗教对话平台，定期汇集孔教、佛教、伊斯兰教、道教等领袖，围绕「各教皆以劝人为善为本」展开讨论。



上海尚贤堂会员合影



上海尚贤堂开放日



尚贤堂宴请美国商团  
伍廷芳与史登夫妇

那么证道学是如何进入中国的呢？当我们探讨证道学思想如何进入中国知识界的视野时，有一个机构及其创办人无法绕过，那就是上海的尚贤堂，以及它的创办者——美国长老会传教士李佳白。

李佳白的父亲约翰·雷德（John Reid）是长老会教会牧师，对中国文化有着异乎寻常的兴趣，读多不少中国的经史典籍。受父亲的影响，李佳白从少年时起，即开始习读中国的儒家经典，并学习中文，对中国更是心驰神往。李氏于 1882 年来华传教，在中国深入生活了十多年后，形成了一个独特的判断：如果仅仅在民间进行基层传教，很难真正推动中国社会的整体变革。于是，他转而采取了一种“自上而下”的策略，将目光对准了能够影响社会思潮的上层士大夫与知识精英。他的这一想法，最初于 1894 年在北京提出，希望能创办一个名为“尚贤堂”的机构。令人瞩目的是，这一构想获得了恭亲王奕訢、李鸿章、盛宣怀等清廷顶级高官的初步认同。1897 年，清政府正式批准成立。尚贤堂的宗旨非常鲜明：“调和中外、沟通教俗、培养通才”。它从一开始，就定位为一个超越单一宗教与文化的高级交流平台。

同年，为了获得更开放的运作空间与更广泛的资源，1903年，尚贤堂的重心移到了上海的法租界。在这里，一场由中美绅商和官方代表参加的会议，正式重建了尚贤堂并成立了董事会。董事名单堪称一份当时中外精英的名录：会长由清朝官员吕海寰担任，而董事中，我们看到了一个熟悉的名字——伍廷芳，与他并列的还有美国商人、领事等各界要人。

尚贤堂的核心灵魂人物李佳白，和他的另一位著名传教士朋友李提摩太一样，长期倡导“宗教比较”与“多元共存”。他们相信，从儒家、佛教、道教、基督教再到伊斯兰教，其内核都存在可以相通的“普世真理”。因此，尚贤堂迅速成为了近代中国最早的、制度化的宗教与思想对话场域，各教领袖常汇聚于此围绕“各教皆以劝人为善为本”展开讨论。

## 归隐观渡庐的伍廷芳



各国领事访问观渡庐会见伍廷芳



现于上海静安区北京西路1094弄2号

在南京临时政府通过法定程序将临时大总统职位转移至袁世凯后，伍廷芳辞去了司法总长职务，于1912年至1916年再次归隐上海观渡庐，自谓「仆处海隅，尘事罕接」。他并未选择传统文人的退隐方式，而是栖居「华洋杂处」的上海，践行中西结合的生活方式。在此期间，他深度参与并主持尚贤堂事务，担任董事会主席，多次发表演讲，促进中外思想交流。他还积极倡导振兴实业、使用国货，研究养生与精神修养，并组织工商界参与国际活动，如菲律宾博览会。与此同时，伍廷芳利用闲暇时间潜心著述，整理旧稿，完成《延寿新法》《中华民国图治刍议》《斐律滨赛会记》《美国视察记》等著作，系统阐述其思想与实践心得。



1916年1月，伍廷芳在尚贤堂就证道学主题发表演讲。同年3月，《上海时报》刊登了伍廷芳即将举办讲座的公告，称其将以《人的灵魂与肉体之关系》为题，探讨「证道学的另一课题」。根据《学生杂志》（1916年第3卷第4期）的报道记载，伍廷芳当时向观众展示了《思想形状》一书：「西人著有一书，系用摄影法照人之气，各图详列。请诸君一观焉。凡人慈善阴恶，图中皆有形色为分别。末图系向赌场中所照，中心观圆形，盖赌者一心为利己也，可不惧哉。」在这次演讲中，伍廷芳首次统阐释灵魂学说，将道教「炁」「鬼」的概念与证道学的理论相结合，被视为证道学思想在中文语境中首次成体系呈现，也成为后来证道学在中国传播的重要思想源头。

虽然伍廷芳在尚贤堂成立之初便已加入，但他得以深度参与并领导其活动，直接契机是其个人生涯的重要转折：1912年，随着南京临时政府通过法定程序将临时大总统职位转移至袁世凯，伍廷芳选择辞去公职，归隐上海观渡庐，开始了长达四年半的寓公生活。他将这段岁月形容为“仆处海隅，尘事罕接”。与一般退隐田园、寄情诗画的旧式文人不同，伍廷芳并未远离时代舞台。他蛰居于“华洋杂处”的上海，过着中西交融的生活，并在此期间积极投身于尚贤堂的各类事务，后来更担任其董事会主席。他在堂内发表多场重要演讲，内容涵盖中西文明比较、宗教哲学融合、法治精神与证道学等议题，吸引了大量中外精英参与讨论，有效促进了民国初年上海中外思想界的交流与相互理解。

与此同时，伍廷芳还多方面拓展其社会与文化实践：一方面，他大力倡导振兴实业、使用国货、推广素食、研究灵魂之学，组织成立“天人明道会”，试图“冶儒佛耶回诸教精义于一炉”，并推动工商界参与国际活动如菲律宾博览会；另一方面，他笔耕不辍，整理旧稿，先后撰写了《延寿新法》《中华民国图治刍议》《斐律滨赛会记》《美国视察记》等一系列著作，系统总结与传播其思想。

1916年1月，伍廷芳与梅殿华在尚贤堂就证道学主题发表了一次极为重要，且颇具影响力的演讲。同年3月，《上海时报》刊登了伍廷芳即将举办讲座的公告，称其将以《人的灵魂与肉体之关系》为题，探讨“证道学的另一课题”。根据《学生杂志》的报道记载，伍廷芳当时向观众展示了《思想形状》一书：「西人著有一书，系用摄影法照人之气，各图详列。请诸君一览焉。凡人慈善阴恶，图中皆有形色为分列。末图系向赌博场中所照，中心现圆形，盖赌者一心为利己也，可不惧哉。」在这次演讲中，伍廷芳首次统阐释灵魂学说，将道教「炁」「鬼」的概念与证道学的理论相结合，被视为证道学式思想在中文语境中首次成体系呈现，也成为后来证道学在中国传播的重要思想源头。



\* 伍廷芳在克罗托纳证道学院的入会记录，从此成为最早的华人证道学会员

虽然伍廷芳正式加入证道学会的记载是在 1916 年，但伍廷芳接触证道学要远早于该时期，大概是第二次赴美期间所了解到的，根据现有资料的推测，伍廷芳应该曾在 1909 年的 7 月在美国见过贝森特。而待伍廷芳回国后，据记载 1911 年 7 月，伍廷芳在伦敦举行的“首届世界民族大会”发表了一篇关于中华文明的论文，安妮·贝森特作为赞助人出席，甘地亦随行。伍博士表示更推崇中华文明，他援引儒家经典阐释中华文明理念：“四海之内皆兄弟”，这一观点或许与证道学会的第一个宗旨——即“普世兄弟情谊”相呼应。伍博士的论文亦被 1911 年 10 月出版的《证道人》杂志刊载。

## 组织建立与思想传播



夏斯特里  
(Han Prasad Shastri)

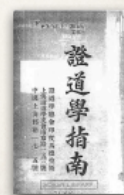
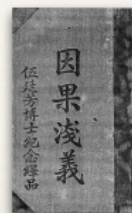


梅殿华  
(C. Spurgeon Mathurst)



GROUP AT A SATURN LODGE MEETING (LATER, SHANGHAI & SUN LODGES)

1916年前后，伍廷芳与梅殿华在上海积极推动证道学传播，并组织了学习小组。1917年，伍廷芳因参与护法运动并出任政府要职，无法常驻上海；在此期间，梅殿华创建了「探索学会 (Quest Society)」，举办宗教、炼金术等主题讲座。1918年，上海部分证道学爱好者参与该组织活动后，自发形成了证道学学习圈。1919年6月26日，卡特上尉 (George W. Carter) 与夏斯特里教授在上海法租界建立了中国首个正式证道学土星分会，初期成员13人，一年后增至28人。夏斯特里担任首任会长，中国成员每周日组织学习圈及中文讲座，伍廷芳虽政务繁忙，仍对分会给予支持。1920年，伍廷芳被推举为荣誉会长。1922年，他在上海创立了中国人主导的「太阳分会」，并出版首部中文证道学手册《伍廷芳灵魂学说》。与此同时，1921年梅殿华携妻子前往悉尼访问C. W. 利比德，进一步巩固了证道学在中国的早期基础。伍廷芳与梅殿华为证道学在中国的发展奠定了基础，但随着伍廷芳于1922年逝世，该运动的发展一度减弱。



李佳白尚贤堂的成功，宛如在思想界投下了一块巨石，激起了广泛的涟漪。它所倡导的跨文化、跨宗教对话，在当时的中国知识界催生了一股寻求超越性智慧的热潮。在这个背景下，证道学作为一种系统性的融合学说，开始从松散的交流，走向有组织的传播。

大约在 1916 年前后，伍廷芳与另一位关键人物——英国汉学家、作家梅殿华——开始积极在上海推动证道学的传播。他们最初组织了一个小型的“学习小组”，进行定期的研讨。这可以看作是中国证道学组织化的雏形。

然而，历史的大潮很快将伍廷芳卷入其中。1917 年，他毅然南下广州，投身孙中山领导的护法运动，先后担任了非常国会外交总长、乃至代理总理等要职，无法再常驻上海主持这些文化活动。就在这个空档期，梅殿华挑起了在上海传播思想的重任。他创立了名为“探索会” (Quest Society) 的组织，持续举办关于宗教哲学、神秘学乃至炼金术等主题的公开讲座，为对证道学感兴趣的人们提供了一个稳定的交流平台。思想的种子一旦播下，便会自己生长。1918 年，一些经常参加“探索会”活动的上海本地爱好者，自发组成了更具针对性的证道学“学习圈”。这个自发团体的出现，标志着从“听众”到“研习者”的转变，为建立正式

组织铺平了道路。所谓水到渠成。1919年6月26日，在两位核心人士——英国船长乔治·卡特和印度学者夏斯特里教授的牵头下，中国第一个正式的证道学会分会在上海法租界宣告成立，命名为“土星分会”。成立之初有13名成员，一年后便增长到28人，由夏斯特里教授担任首任会长。分会每周日举办学习活动，并开始尝试进行中文讲座，致力于将深奥的教义本土化。

尽管此时伍廷芳正在南方为护法事业奔波，日理万机，但他始终关心着上海的思想阵地，以各种方式对分会的运作给予支持，期间他将Theosophy翻译为多个中文名，一开始叫通神学会，后来伍廷芳担心人们望文生义，误以为旁门左道，又增加道德二字，名为道德通神会，后来又觉“通神”二字意义不确切，改成天人明道会，最后改成“证道学”一直沿用至今。学会后来为了表彰他的先驱贡献与精神号召力，1920年，分会推举伍廷芳为“荣誉会长”。

伍廷芳的志向不止于此。他希望证道学能真正由中国学者主导，扎根于本土。1922年，他在上海亲自推动建立了第二个分会——“太阳分会”，其特色正是由中国人主导运作。同年，他还出版了可能是第一部系统性的中文证道学手册《伍廷芳灵魂学说》，将其多年思考汇集成册，为中文世界的学习者提供了重要文本。

也在这一时期，梅殿华夫妇于1921年离开上海前往澳大利亚，与全球证道学界的另一位重要人物C. W. 利比德交流，这进一步巩固了上海分会与国际网络的联系。可以说，在伍廷芳与梅殿华这一中一外两位核心人物的共同努力下，证道学在1920年代初期的中国，完成了从思想引入、到小组研讨、再到建立正式分会与出版中文典籍的完整奠基过程。一个颇具规模的知识社群在上海形成了。然而，历史的转折总是突然。随着1922年伍廷芳的突然病逝，这场方兴未艾的思想运动失去了它最具威望和影响力的中国舵手，发展势头一度减缓，进入了一个新的阶段。

## 黎明社与培成女校



多萝西·阿诺德  
(Dorothy Arnold)



培成女校大门



培成博士(贝森特)  
(Annie Besant)

- ◆ 伍廷芳晚年对证道学的信念，早已超越了个人研习的范畴。他明确提出“以灵性启迪教育，以道德实现大同”的主张，认为真正的教育应当超越宗教与民族的界限，着力培育具有普世博爱情怀和公民责任感的新人。这一理念在他1920年于香港会见爱尔兰诗人、证道学家詹姆斯·卡辛斯(Cousins, James Henry)时得到了具体体现——他承诺个人资助对方两千卢比，邀请其来华巡回讲学，推广证道学与艺术教育。虽然这个计划因政局动荡未能成行，却清晰表明：在伍廷芳看来，教育不仅是实现证道学社会理想的核心手段，更是重建中国精神文明的关键途径。
- ◆ 1922年伍廷芳逝世后，他的教育理想由其追随者多萝西·阿诺德女士接续。1924年，阿诺德重整上海证道学组织，成立「黎明社」，由蒋君瑞任社长，徐仁懿女士任副社长。在成立大会上，徐仁懿以流利英语发表演讲，展现了卓越的学识与抱负。翌年(1925年)，在徐仁懿家族的资助下，阿诺德创办了贝森特女子学校(亦称培成女校)，以证道学全球领袖安妮·贝森特之名命名，旨在通过“心智与灵性的双重启发”培育具有世界公民意识的新女性。
- ◆ 然而，在这所寄托着中西融合理想的女校内部，文化理念的潜在冲突逐渐显现。校长阿诺德坚持推行英式教育范式，而负责校务的徐仁懿则主张教育必须扎根中国文化，建立符合本土实际的现代女子教育体系。双方分歧不断加剧，最终在1928年1月彻底决裂。徐仁懿辞去职务，带领大部分中国师生离开学校，并在《申报》上连续发表公开信，强调“教育主权应归中国人所有”，呼吁“收回教育权”。

伍廷芳晚年对证道学的信念，早已超越了个人研习的范畴。他明确提出“以灵性启迪教育，以道德实现大同”的主张，认为真正的教育应当超越宗教与民族的界限，着力培育具有普世博爱情怀和公民责任感的新人。这一理念在他1920年于香港会见爱尔兰诗人、证道学家詹姆斯·卡辛斯时得到了具体体现——他承诺个人资助对方两千卢比，邀请其来华巡回讲学，推广证道学与艺术教育。虽然这个计划因政局动荡未能成行，却清晰表明：在伍廷芳看来，教育不仅是实现证道学社会理想的核心手段，更是重建中国精神文明的关键途径。

1922年伍廷芳逝世后，他的教育理想由其追随者多萝西·阿诺德女士接续。1924年，阿诺德重整上海证道学组织，成立“黎明社”，由蒋君瑞任社长，徐仁懿女士任副社长。在成立大会上，徐仁懿以流利英语发表演讲，展现了卓越的学识与抱负。次年(1925年)，在徐仁懿家族的资助下，阿诺德创办了培成女校，以证道学全球领袖安妮·贝森特之名命名，旨在通过“心智与灵性的双重启发”培育具有世界公民意识的新女性。

然而，在这所寄托着中西融合理想的女校内部，文化理念的潜在冲突逐渐显现。校长阿诺德坚持推行英式教育范式，而负责校务的徐仁懿则主张教育必须扎根中国文化，建立符合本土实际的现代女子教育体系。双方分歧不断加剧，最终在1928年1月彻底决裂。徐仁懿辞去职务，带领大部分中国师生离开学校，并在《申报》上连续发表公开信，强调“教育主权应归中国人所有”，呼吁“收回教育权”。

## 智仁勇女校



仓圣明智大学



哈同夫妇



智仁勇女校与校长 徐仁懿

离开培成后，许仁懿即获得社会名流罗迦陵（Luo Jiuling）的支持——罗为沪上富商哈同（Silas A. Harboon）之妻，热心佛学与社会公益，许仁懿在罗家爱丽园（Aili Yuan）花园内借址创办了智仁勇女校（Trinity School for Girls），以“智、仁、勇”为校训，象征德智兼修、勇于革新的新女性精神。智仁勇女校的创办得到上海教育界与家长的广泛响应，原培成女校的学生中有一半以上随她转入新校。至此，培成女校（即贝桑学校）与智仁勇女校形成分立局面，前者继续由外籍校方主持，后者则成为中国人自办女子教育的象征。1928年1月的这场分裂，标志着证道学在中国的教育实践从理想化的国际合作转向民族自主的教育诉求，也揭示了中西文化理念在灵性教育中的根本冲突。



校长办公室照片

这场分裂并未中断中国证道学教育的探索。离开贝桑女校后，徐仁懿在沪上慈善家哈同夫人罗迦陵的支持下，于爱丽园内创办了智仁勇女校。新校以“智、仁、勇”为校训，致力培养德智兼修、勇于革新的新女性，迅速获得社会广泛响应，原贝桑女校过半学生随她转入。

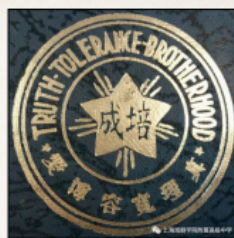
在徐仁懿女士的离开，标志着培成女子学校一个时代的结束，却也开启了它的另一段旅程。徐仁懿带走了大部分师生资源后，学校的主导权逐渐转移，进入了我们可称之为“中国化管理时期”。原校长多萝西·阿诺德女士虽在短期内继续留任，但随着外籍教师资源减少和原有资金渠道中断，学校的运营越来越依赖于上海本地的支持者。

## 后期培成女校

◆ 1928年徐仁懿离开后，培成女子学校的主导权逐渐由曹氏家族接手，进入了「中国化管理时期」。根据记载，徐仁懿离开学校后，原校长多萝西·阿诺德留任数年，但随着在华外籍教师的减少与财政来源中断，学校的运营日益依赖上海本地资助者。此时，活跃于慈善与教育界的曹云祥家族介入学校事务，并接管校务管理。曹家成员担任理事与校董，学校的中文名称改称「培成女子学校」，继续沿用培成学校的校舍与设备。

◆ 在曹氏的主持下，学校逐步转型为一所以普通中小学教育为主的女子学堂，减少证道学课程与灵性教育内容，强调实用知识与道德教育的结合。虽然校训与教育理念仍保留了「真理 (Truth)、博爱 (Brotherhood)、宽容 (Tolerance)」等证道学核心词汇，但其宗教与神秘学色彩被淡化，取而代之的是一种兼具现代教育与爱国启蒙精神的教学模式。曹家成员多具有中西教育背景，他们在经费、课程与社会联系上给予学校新的生命，使之得以在动荡的1930年代延续。

◆ 然而，这一时期的培成学校已不再是证道学运动的精神中心，它演变为一所由中国人自主管理，适应本土社会需求的普通教育机构。学校的首要职能，回归到了那个时代更为迫切的需求——为社会培养受过现代教育的女性人才。根据后续历史记载，在多年的变迁和调整中，培成女校变成了如今的上海戏剧学院附属高级中学。



1936年 培成女中校徽



曹云祥



曹静渊

就在这个时期，一个活跃于上海慈善与教育界的家族——曹云祥为首的家族——开始介入并最终接管了学校的实际管理。曹家成员出任学校的理事与校董，学校的中文名称也更明确地定为“培成女校”，但仍在原址沿用之前校舍与设备。在曹氏家族的主持下，培成女校的办学方向发生了明显的转变。它逐渐转型为一所以普通中小学教育为主的女子学堂，原先作为核心的证道学课程与系统的灵性教育内容被大幅减少。学校的重点转向了实用知识与国民道德教育的结合。

当然，转变并非全然割裂。学校的校训与核心理念中，仍然保留了“真理”、“博爱”、“宽容”这些源自证道学的核心词汇。但其中浓厚的宗教与神秘学色彩被显著淡化，取而代之的，是一种融合了现代科学教育、爱国思想启蒙与传统道德培养的务实教学模式。曹氏家族成员多具备中西结合的教育背景，他们在经费筹措、课程设置与社会联络上为学校注入了新的活力，使其得以在局势日益动荡的1930年代继续生存与发展。

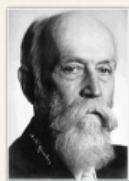
然而，我们必须清醒地认识到，这一时期的培成女校，本质上已不再是证道学运动在中国的精神中心与前沿阵地。它演变为一所由中国人自主管理、适应本土社会需求的普通教育机构。学校的首要职能，回归到了那个时代更为迫切的需求——为社会培养受过现代教育的女性人才。根据后续历史记载，在多年的变迁和调整中，培成女校变成了如今的上海戏剧学院附属高级中学。

## 边缘化与延续

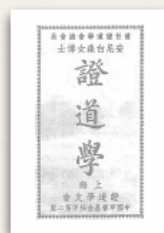
1936年，印度阿迪雅总部任命克努森为证道学会东亚区代表，他与夫人把中心设在上海，认为这里「比香港更接近真实的中国」。克努森致力于推动证道学典籍的中文工作，邀请学者翻译核心著作，如吉纳拉贾达萨的《证道学第一原则》（First Principles of Theosophy）与贝赞特的《古老的智慧》（The Ancient Wisdom）。1937年，国际会长吉纳拉贾达萨从日本返印途中在上海停留多日，发表演讲并在「纯净业力学会（Pure Karma Society）」主持佛学讲座，现场配有中文翻译，强调在东方文化与西方灵性哲学之间建立桥梁。1938年1月21日，克努森将由鸳湖金慧莲等人翻译的《证道学》（Theosophy）中文版呈交阿迪雅总部，标志着系统化中文译著工作的完成，也成为证道学在中国最后一次有组织的学术成果。

然而，1937年抗日战争的爆发彻底中断了中国的证道学运动，根据1939年的报告，日本军队摧毁了缅甸、荷属东印度与菲律宾的分会，而上海、香港与新加坡的支部亦陷入停顿，讲座、出版与翻译活动全部终止。到1940年代后期，中国大陆的证道学组织几乎全部消失，仅有少数旧成员在私人圈中继续研究灵性思想；1949年后，随着政治环境的变化，学会活动在大陆完全终止。

战后，证道学的影响中心转移至香港与东南亚，1941年太平洋战事爆发后，香港分会一度停止运作；至1946年12月，曾有会员尝试重启活动却未果，真正的转机出现在1950年，由冯公夏先生担任会长、施刚巽先生负责财务的八人团体正式向国际总部申请重建分会，并于同年7月获颁新宪章，尽管此后分会未留下公开活动记录，但其精神脉络通过私人读书与翻译事业得以延续——1961年由冯公夏资助出版朱克译本《礼足恭听录》（即《At the Feet of the Master》），1972年由施刚巽出资重印，成为阿迪雅图书馆中罕见的中文文献。



克努森  
(A. F. Knudsen)



吉纳拉贾达萨  
(Jinarājadāsa)



冯公夏



施刚巽

正当培成女校逐渐褪去其鲜明的证道学色彩，转向更为本土化的普通教育时，在大环境的另一端，证道学的思想火种并未完全熄灭，反而在上海经历了一场系统化、学术化的“最后闪光”。1936年，印度阿迪雅总部任命了一位新的东亚区代表——A. F. 克努森（A. F. Knudsen）。克努森夫妇选择将活动中心设在上海，因为他们认为这里“比香港更接近真实的中国”。克努森到任后，推动了一项至关重要的基础工作：证道学核心典籍的系统中文翻译。他邀请学者，将诸如吉纳拉贾达萨的《证道学第一原则》以及安妮·贝赞特的《古老的智慧》等经典著作译成中文。

1937年，当时的国际会长吉纳拉贾达萨本人，在从日本返回印度的途中，特意在上海停留多日。他发表公开演讲，并在“纯净业力学会”主持佛学讲座，现场配有中文翻译。他反复强调的，正是要在东方传统文化与西方灵性哲学之间建立理解的桥梁。这一年，可以说是证道学在上海学术传播的一个高峰。这项翻译事业的成果，在1938年1月21日得以凝结。克努森将由鸳湖金慧莲等人翻译完成的《证道学》中文版正式呈交给阿迪雅总部。这标志着系统化的中文译著工作初步完成，也成为了证道学在中国最后一次有组织、成规模的学术成果。

然而，历史的洪流无情地中断了这一切。1937年抗日战争的全面爆发，彻底摧毁了这场思想运动赖以生存的社会环境。根据1939年的一份报告，战火不仅摧毁了东南亚多地的分会，上海、香港等地的活动也完全陷入停顿。讲座、出版、翻译全部终止。到1940年代后期，中国大陆的证道学组织已近乎完全消失，仅有个别老成员在私人小圈子中延续着思想的薪火。1949年后，随着社会环境的根本性变化，有组织的学会活动在大陆画上了句号。

战后，证道学影响的火炬，转移到了香港与东南亚。香港分会一度在战火中停摆，战后恢复的尝试也步履维艰。直到1959年，一个由冯公夏先生任会长、施刚巽先生负责财务的八人团体，才成功向国际总部申请，重建了香港分会。虽然此后公开活动记录稀少，但其精神脉络通过私人的坚持得以延续：1961年，由冯公夏资助出版了《礼足恭听录》（即《At the Feet of the Master》，今译为《在真师膝下》）的中译本；1972年，施刚巽先生又出资重印。这些薄薄的册子，静静地躺在阿迪亚图书馆中，成为了那段跨越半个世纪、从上海到香港的思想接力，为数不多却弥足珍贵的中文见证。

## 参考资料

- ✦ 饶玲一 (2013) 复旦大学博士论文 尚贤堂研究 (1894~1927)
- ✦ 钟山儿 (2025) 伍廷芳博士及证道学在中国的历史
- ✦ 上海戏剧学院附属高级中学官网 (2023) 校史钩沉 No.1~4
- ✦ 唐超 (2023) 老上海学校：智仁勇女校
- ✦ Chuang Chienhui (2020) Theosophy across Boundaries: Chapter 4
- ✦ Josephine Ransom (1966) A Short History of The Theosophical Society
- ✦ Jinara jadāsa (1925) The Golden Book of The Theosophical Society
- ✦ Josephine Ransom (2005) The Seventy-Fifth Anniversary Book of The Theosophical Society

# 伍廷芳的精神世界

---

## 第三部分

现在让我们进入第三部分，伍廷芳的精神世界。

## 重思儒释道

- 伍廷芳对儒、释、道的理解，是在其证道学的整体框架下进行的系统性融贯与超越性诠释。他并非将三教视为孤立或对立的体系，而是认为它们共同源于并指向同一个至高无上的「天道」或「真理」。
- 对儒家的诠释：他认为儒家并非仅仅是世俗伦理，其核心在于「穷理尽性」、「天人合一」。儒家所讲的「仁义道德」是天道在人伦社会的具体展现，而「格物致知」则是通向宇宙真理（天道）的实践路径。他将孔子、孟子尊为「天道」的使者，其教化使命与各教圣贤无异，旨在引导人「自化于人」、成就圣贤品格。
- 对佛教的诠释：他特别吸收并理性化了佛教的「因果轮回」学说。他用「作用力与反作用力」的科学原理来比拟「业力」法则，认为因果报应是宇宙间如物理定律般精确、公正的自然规律，而非人格神的随意赏罚。他视佛教的「慈悲」与儒家的「仁爱」本质相通，都是天道之仁的体现。
- 对道教的诠释：他高度重视道教的实修传统，特别是其养生练气、修性修命的功夫。他将「精、气、神」对应于宇宙的「真火」，认为通过素食、静坐等修炼，可以涵养生命本源，强化人身内在的「光」与「能」，最终实现身心与天道的沟通，乃至获得「长生」的基础。他认为道教的内丹修炼与证道学探索的「人身潜能」高度一致。



三教图

\*《三教图》是明代画家丁云鹏创作的纸本设色图轴，现藏于台北故宫博物院。作品以佛、儒、道三教融合为背景，通过虚构三位代表人物共坐论道的场景，寄托对三教思想的崇敬。

在我看来伍廷芳的精神世界，绝非杂乱无章的混合，而是一座经过他精心设计、试图融贯中西、打通古今的思想大厦。伍廷芳对西方宗教的研究虽然在幼年时期打下了基础，但系统的了解中国文化则是在中晚年，在伍廷芳证道学说这本书的序言中，求真子便提到：「伍公本從耶教於釋儒道三教前實茫然無知，迨屆暮年始專心致志以學，似有心得」，从他零散遗留下来的资料来看，他以证道学为框架，对中国传统的儒、释、道三教进行了极具个人色彩的“现代化”与“普世化”诠释。

首先，他对儒家的解读就非同寻常。他认为，儒家绝不仅仅是世俗的人伦纲常。在他看来，儒家的核心——“穷理尽性、天人合一”——指向的是宇宙的最高真理（天道）。孔子、孟子，在他眼中是“天道”的使者，其使命与各教圣贤并无二致，都是引导人完善自我、教化社会，最终与天道相合。

对于佛教，他特别看重并“科学化”了“因果轮回”学说。他用物理学中的“作用力与反作用力”来解释“业力”，认为因果报应是宇宙间像万有引力一样精确、公正的自然法则，而非神明的随意奖惩。这样，佛教的“慈悲”便与儒家的“仁爱”一样，都是同一宇宙之“仁”的体现了。

而道教，则为他提供了身心修炼的具体法门。他深信道教内丹学说中关于“精、气、神”的修炼，认为通过素食、静坐等方法，可以强化人内在的生命能量（他称为“真火”或“光”），最终实现身心与天道的沟通，甚至为“长生”奠定基础。这与证道学探索人类潜能的目标不谋而合。

## 东西合璧的理想

◆ 伍廷芳的根本论点即荀子的「天下无二道，圣人无二心」。儒、释、道、耶、回乃至天下一切正教，皆是同一「道」（或称「上帝」、「大生命」）在不同地域与历史中的启示与显现，其核心宗旨无不以「劝善惩恶」为本，致力于引导世人超越物质欲望与肉体局限（「兽性」），唤醒并发展内在灵性，最终实现「与天合一」的至善境界。他认为，各教之间的差异仅在于外在的礼仪、形式与表述方式，而非根本真理的相悖。为此，他引入证道学会，正是为了彻底打破宗教门户之见，以理性与科学精神研究各教「秘理」，融汇其精义，从而直接探究并践行那个普世的「天道」。他提出，学习证道学非但不会背离任何原有信仰，反而能使人借助跨宗教的比较与科学的验证，更深刻地理解自身传统的奥义，消除无谓的教派纷争。他以「牧羊」为喻：天帝如主人，各教教主如牧人，羊群（信徒）虽有不同牧人引领，却同属一主，其根本目标皆是守护灵魂、导人向善。因此，他坚信通过证道学的修习与传播，最终能实现「合天下各教为一家」的世界大同境界。他对诸教的理解与整合，是一种在普世主义灵性哲学统摄下，兼具理性诠释、科学印证与实修导向的全面融合。



◆ 「应该记住，一个宗教不可能垄断所有的真理；充其量只呈现出其一而，就像光谱所照那般。每个好宗教的创始者都散布了真理的某些部分，以适应人们的条件和习惯。假设一个宗教包含真理的全部未免太大了。真理就像『光』，人们首先用油照亮他们的房子，然后他们制造蜡烛并使用它们。近期煤气也加入使用了，并且我们现在有了电灯。然而我们是否应该仍然使用石油或蜡烛提供的『光』，而拒绝由天然气或电力所提供更明亮的照明呢？光明向所有人开放，真理也是如此。真理是无法穷尽的：就像一个深不见底的泉水或井水，我们所处得越低，找到的水便就越多。我们永不会被眼前的真理满足，我们越是调查和发现，真理对人类就越好。智慧的人将会用他所有的光去收到更多的光，他会不断进步到对真理的认识。」

伍廷芳的根本信念，可以用荀子的一句话概括：“天下无二道，圣人无二心。”他认为，儒家、佛教、道教、基督教、伊斯兰教等等，所有正教都是同一个至高无上的“道”在不同文化和时代的显现。它们外在的仪式、教条虽有不同，但核心宗旨都是“劝善惩恶”，引导人超越动物性的欲望，唤醒内在灵性。因此，他创立证道学会，就是为了打破宗教门户之见，用理性与科学精神，融汇各教精华，直达那个普世的真理。

## 论鬼魂

◆ 伍廷芳在19世纪末20世纪初两度出任驻美公使期间，深度接触了当时在欧美方兴未艾的各类灵学研究团体。他不仅系统研读相关著作，更亲身参与被视为「科学实验」的降灵活动。据其自述及友人记载，在一次灵魂照相实验中，他成功获得一张身后显现三个模糊人形的合影，并详细「辨认」出影像身份——一位故去的「前英国公使」、一位陌生的美国人，以及一位头戴中式小帽、身份不明的华人。伍廷芳坚称自己不仅「看到」了这些影像，更曾与他们进行过「交谈」。这张照片成为他日后最重要的「物证」，被其视为灵魂客观存在且能跨越生死进行交流的科学证据。1916年至1920年间，赋闲并定居上海的伍廷芳将其灵学信仰带入公共领域。他受尚贤堂、江苏省教育会等机构邀请，多次发表关于「灵魂学」与「证道学」的演讲。在这些场合，他不仅阐述理论，更将美国所摄的「鬼影照片」制成幻灯片或印制品公开展示。据《申报》等报记载，1916年8月16日在江苏省教育会补习学校的演讲尤为轰动：现场座无虚席，听众逾二百人，伍廷芳在讲述「人能永久不死，所死者躯壳，而不死者灵魂」之理时，当场出示三张「身后有鬼影」的照片供听众传观，并娓娓道来其在美国「与鬼谈话」之经历，致使「满座鼓掌如雷」。这种以「视觉证据」结合「亲身经历」的演说策略，极大地冲击了公众认知，使他的灵学主张从书斋讨论演变为轰动沪上的公共文化事件。伍廷芳并未止步于公共宣讲，他将这些超常体验系统整理为私人著述。据记载，他撰有《灵学日记》一厚册，自1919年4月起详尽记录研究灵魂问题的一切心得；另著有《鬼友夜谈录》，专记其一生与鬼交谈的实录。这些手稿是其思想体系最私密、最直接的载体，惜于1922年陈炯明叛变引发的总统府火灾中焚毁，成为学术研究的一大遗憾。



他的这一信念，并非仅仅来自书斋思考，更源于他自认为亲身经历的实证。在担任驻美公使期间，他深度参与了当时欧美流行的灵学研究，甚至宣称在一次“灵魂照相”实验中，成功拍到了已故者的影像，并与他们“交谈”。这张照片成了他最重要的“物证”。

1916年在上海，他将这种超常体验带入了公共视野。在江苏省教育会的一次著名演讲中，他不仅阐述灵魂不灭的理论，更当众展示这些“鬼影照片”，讲述自己“与鬼谈话”的经历，引起巨大轰动。据《申报》记载，现场“满座鼓掌如雷”。这使他从一位学者，变成了一位用“科学证据”挑战公众认知的公共人物。为了系统记录这些体验，他私下撰写了《灵学日记》、《鬼友夜谈录》等手稿。遗憾的是，这些珍贵的一手资料在1922年广州总统府的火灾中被焚毁，成为永久的遗憾。

## 素食与养生

伍廷芳自四十岁起便严格奉行素食主义，并将其与系统的静坐修炼紧密结合，形成一套完整的身心修养体系。他所著的《延寿新法》一书，正是这一体系的理论结晶。在书中，伍廷芳创造性地将中国传统道家养生学说（特别是「精、气、神」的炼养理论）与现代西方医学、营养学知识相融合。他并非主张传统的「素食高戒」，而是推崇一种他称为「卫生素食」的科学化饮食，即以鸡蛋、牛奶、乳酪等富含营养的食材为主，辅以蔬菜、水果与五谷，旨在洁净血液、增强消化、滋养「真火」（生命能量）。他认为，这种饮食配合静坐导引，能使「精足、气旺、神强」，从而达到祛病延年，甚至「长生久视」的生理基础。伍廷芳的静坐修炼，也远超一般的保健功法。他自称在深度入静时可达「思虑全消，脏腑澄清，身躯轻了大半，似漂浮空际，羽化登仙」的体验。这不仅是身体上的松弛，更是一种精神上的超越与解脱，是其「证道学」理念中「人神一体」境界的直接体验。因此，他的素食与静坐，绝非仅仅为了健康长寿，而是其整个灵性修炼工程中不可或缺的筑基功夫。素食是为了净化肉身载体，为「神」提供清明的居所；静坐则是为了息妄归真，唤醒内在的「慧能」。最终实现与「天道」的感通合一。这一套修养实践，随着伍廷芳1910年归国而被迅速推广。他旋即在上海创立了「素食协会」（后亦称为「神智卫生会」），这不仅是倡导一种饮食方式，更是传播其融合了科学、养生与证道精神的整套生活哲学。

156 THE CHINESE COOK BOOK

### IMMORTAL FOOD

齋  
JAI

Dr. Wu Tingfang, the former Ambassador from China to the United States, told his friends that he would return to America in fifty years. He said this as he left the United States. He was then over sixty years old. His reason for expecting long life is that he lives entirely on dishes which contain no meat.

Buddha said that if you will live forever, and nuns belonging to there are many of these

子，有數十種之多。博士到家以後，享用了好幾個月，常對人說：『這齋是真好已哩。』蓋博士是一個大衛生家，常以二百歲自期。茹素，常吃山芋和栗子長生果之類。每日早晨喝生薑酒四杯，此外均用蒸菜，如國人稱他為肥的雞鴨。配別的素食，以供給他。此次在廣州總統府會餐，博士要吃素點。他的兒子伍朝樞，將廚子用鴨湯煮雞以進。博士吃了，連稱味美。在座的人，無不讚美。此說未必果確。博士的衛生學，確乎可尚。童顏白髮，令人一見，便知道是一位學在素到的老人。是七十餘歲，上下樓梯，都是用跑步。我記得上一次遠東運動會的時候，老博士在報上登了一張佈告，要全屬六十歲以上的老頭子，快步跑走，是沒有一個人敢和他比賽。博士一生好

他的精神修炼不仅停留在思想和灵异体验层面，更有一套严格的身体实践。他从四十岁起就坚持素食，但这并非普通的吃斋，而是一套他称为“卫生素食”的科学化营养体系，旨在净化身体。同时，他长期修习静坐，追求在深度入静中达到“身躯轻了大半，似漂浮空际”的超越性体验。

对他而言，素食是为了净化承载灵魂的肉身“殿堂”，静坐则是为了唤醒内在的灵性“慧能”。二者结合，是实现“天人合一”的必修功课。为此，他早在1910年就在上海创办了“素食协会”（后称“神智卫生会”），推广这套融合了养生、科学与灵修的整体生活方式。

综上所述，伍廷芳的精神世界是一个庞大而自洽的体系：它以证道学的普世真理为穹顶，以理性化、科学化诠释的各教精华为梁柱，以灵性体验为个人印证，再以严格的素食与静坐修炼为身心基石。他试图用这套体系，为自己，也为那个彷徨的时代，找到一条融合科学与宗教、贯通个体生命与宇宙法则的终极出路。理解了精神内核，我们或许才能更全面地读懂伍廷芳——他不仅仅是一位外交家、改革家，更是一位在时代剧变中，孤独而执着地构筑自己灵魂圣殿的思想探索者。

## 参考资料

---

- ✦ 张洪彬 (2018) 伍廷芳证道学研究: 国家哲学社会科学学术期刊数据库
- ✦ 《伍廷芳博士证道学问答摘要》, 《天津佛教居士林林刊》, 第2-3期, 1927年
- ✦ 伍廷芳 (1914) 延寿新法
- ✦ 伍廷芳 (1910) 美国视察记
- ✦ 伍廷芳证道学说
- ✦ 施秉章 (1944) 扶乩的原理: 伍廷芳博士以新旧学说证明 新民声第13、14期
- ✦ 司徒亚当 (1946) 伍廷芳与鬼为伍: 吉普週刊, 第11期
- ✦ 王宏超 (2017) 鬼形神影: 灵魂照相术在近代中国: 东方历史评论微信公众号
- ✦ Wu Tingfang (1916) Chinese Religion through Hindu Eyes: Introduction

## 评议与重思

---

### 第四部分

现在让我们进入第四部分, 评议与重思。

# 人无完人



◆ 伍廷芳作为清末民初转型中的关键人物，其生平深刻体现了历史变革中个体选择的复杂性。他既是近代中国法律与外交制度的重要奠基者，以专业精神推动司法改革与共和实践，展现了超前于时代的制度理想；又在政治现实与文化冲突中暴露了明显的局限性——在甲午战后对日交往中，他曾为派系利益向日本提供清廷内部情报，模糊了国家忠诚的边界；在文化立场上，他虽避开「中西之争」的论战，专注于技术性制度移植，却低估了传统社会对西方法治的排异反应，其精英主义的改革路径亦与民间社会脱节。值得玩味的是，他晚年大力倡导素食主义、斡旋调解社会纠纷等「文化和事佬」举动，表面上看似超然，实则是其身处动荡时局中一种无奈的精神退守与文化调和尝试——既是对政治理想受挫的某种补偿，亦是在激进西化与顽固守旧之间寻找温和出路的缩影。这些矛盾揭示了一个受西式教育的知识分子在传统官僚体系中的撕裂：他怀揣强国理想，却不得不在列强夹缝与官场倾轧间进行务实的、有时甚至越界的妥协。伍廷芳的「不完美」，正是近代中国知识精英在民族危亡、文化转型与制度重构的多重压力下，普遍面临的身份困惑、现实妥协与精神困境的写照。其经历警示我们，现代化不仅是条文的移植，更是深层的文化调适、政治伦理重建与个体在理想与现实间的艰难平衡。

伍廷芳，无疑是清末民初大转型中的一个关键人物。他的一生，深刻地体现了在历史巨变中，个体选择的极端复杂性与内在矛盾。一方面，他是一位具有超前眼光的制度奠基者。他以专业的法律素养，推动了中国近代司法改革与外交体系的初步建立；他投身共和实践，晚年以七旬高龄毅然护法。这些行动背后，是一种超越时代的、对现代法治与共和制度的真挚理想。但另一方面，他在政治现实与文化冲突中，也暴露出明显的局限性。历史研究显示，在甲午战争后的复杂对日交涉中，他曾为维护自身所属派系的利益，向日本方面提供过清廷内部的情报。

在文化立场上，他有意识地去避免卷入当时激烈的“中西体用”之争，而专注于技术性的制度移植。这固然是一种务实的策略，却也让他低估了中国传统社会肌体对西方法治观念可能产生的强烈“排异反应”。他的改革路径是精英主义的，自上而下的，某种程度上与广大的民间社会是脱节的。尤其值得我们玩味的是他晚年的转向。他大力倡导素食主义、热心斡旋民间纠纷，扮演着“文化和事佬”的角色。这些举动表面上超然物外，但究其本质，或许正是他身处理想受挫、时局动荡中的一种无奈的精神退守与文化调和尝试。这既是对政治抱负未能完全实现的一种补偿，也是在激进的“全盘西化”与顽固的“保守复古”之间，艰难寻找一条温和、渐进中间道路的缩影。这些矛盾，揭示了一个深受西式教育洗礼的知识分子，被嵌入传

统官僚体系后所遭遇的深刻撕裂：他胸怀法治强国、文明进步的宏大理想，却不得不在列强的夹缝与官场的倾轧中，做出极其务实、有时甚至不得不越界的妥协。因此，伍廷芳的“不完美”，恰恰是最具历史价值的地方。他的困惑、他的妥协、他的困境，并非个例，而是近代中国整整一代知识精英的普遍写照。在民族危亡、文化转型与制度重构的三重压力下，他们承受着巨大的身份焦虑，在理想与现实之间艰难地寻找平衡点。

## 大时代思潮背景下的伍廷芳



### 文化守成派（保守传统）

- ◆ 核心理念：坚持「中华本位」，认为传统伦理与制度是立国之本，西学仅为辅助工具。
- ◆ 关键人物：辜鸿铭、王先谦、章太炎（后期）。
- ◆ 典型主张：「中学为体」是绝对原则，反对制度与文化层面的西化。



### 渐进调和派（中体西用/渐进改革）

- ◆ 核心理念：在保持文化认同与传统核心的基础上，系统且有选择地吸纳西方制度与技术，注重融合与渐进改造。
- ◆ 关键人物：张之洞、梁启超、严复（后期）。
- ◆ 典型主张：法律可改，宪政可立，但道德伦理与社会根基须以传统为依归。



### 全面革新派（激进西化/革命）

- ◆ 核心理念：视传统为现代化根本障碍，主张在政治、法律与文化各层面推行全面而激进的西方化变革。
- ◆ 关键人物：陈独秀、胡适（文化层面）、孙中山（政治层面）。
- ◆ 典型主张：推翻帝制，建立共和，废除礼教，倡导科学与民主。

如果我们将那个时代的思潮人物划分为三类，那么分别是**保守派、渐进调和派和改革派**，伍廷芳无疑是渐进派的代表人物，这三个派别不是同时出现的，他们分别体现了中国文化遭遇外来冲击后随时间变化的反应，伍廷芳生前屡屡遭到来自保守派的章太炎唾弃，章太炎称他过于圆滑世故，缺乏个人立场。而伍廷芳曾经也在革命是否需要彻底进行这一问题前犹豫过，为此付出了惨痛的代价。但最终我们都知道，革命派赢得了这次最终的胜利，伍廷芳的经历给予了我们一个深刻的警示：国家的现代化，绝不仅仅是法律条文或政治制度的移植。它更是一个涉及深层文化心理调适、政治伦理重建的漫长而痛苦的进程。当然这不光是伍廷芳本人，也是每一个身处其中的个体，在其理想追求与现实处境之间，不断进行艰难权衡与选择的微观历史。回顾伍廷芳，我们看到的不仅是一个人的传记，更是一面折射出那个复杂时代的棱镜。他的光与影，他的进与退，共同构成了我们理解中国近代化之路的一个无法绕开、充满张力的坐标。

## 伍廷芳证道学运动的积极影响

- ✦ 提供非基督教的现代精神方案：在科学与现代化压力下，证道学为中国知识分子提供了一种不依附教会的现代精神与哲学路径。
- ✦ 提升中国文明的世界地位与文化自信：通过「普世智慧」框架，将儒、释、道置于世界文明谱系之中，反驳某方中心主义与文明等级论。
- ✦ 推动宗教比较与现代学术视野：倡导以理性、历史与哲学方式研究宗教，促进宗教学与比较哲学在中国的早期发展。
- ✦ 连接精神修养与社会改革：将个人道德提升与宪政、共和等公共政治理想相结合，为改革者提供道德—精神论述资源。
- ✦ 促进中西思想的平等对话：以证道学为中介，构建中西文明「相互理解而非单向输入」的交流模式。

现在在对伍廷芳与证道学的故事进行最后的总结之前，让我们将目光稍稍拉开，从更宏观的视角来看一看，证道学这场思想运动，对于当时的中国而言，究竟意味着什么？它留下了哪些值得深思的积极影响？

首先，它为处在时代夹缝中的中国知识分子，提供了一种“非基督教”的现代精神方案。在 20 世纪初，“现代化”常常被等同于“西化”，而“西化”在精神层面又往往与基督教传教活动紧密相连。证道学则不同，它虽然源自西方，却主动拥抱东方智慧，它提供了一套融合科学、哲学与跨宗教灵性的论述体系。这让许多既想拥抱现代理性、又不愿皈依基督教的知识分子，找到了一个可以安放精神世界的、具有现代性的框架。

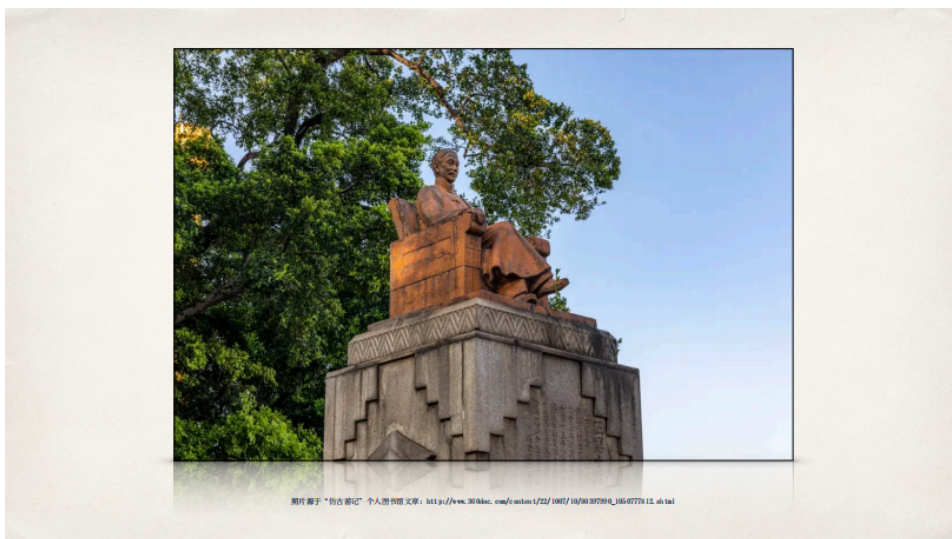
其次，它有助于在心理层面提升中国文明的地位，重塑文化自信。证道学的“普世智慧”论，将儒家、道家、佛教置于与基督教、印度教等平等的世界精神谱系中，认为它们都是同一宇宙真理的不同表达。这有力地挑战了当时盛行的西方中心论和文明等级论，从哲学层面论证了中国传统智慧并非“落后”，而是人类共同精神遗产的重要部分，为知识界找回文化底蕴提供了思想资源。

第三，它推动了宗教研究的理性化与现代学术视野。证道学强调以理性、比较和历史的方法研究各宗教，这种态度促进了宗教学、比较哲学等现代人文学科在中国的早期启蒙，使得对传统信仰的研究，开始从单纯的信仰或排斥，转向客观的学术探讨。

第四，它尝试连接个人的精神修养与宏大的社会改革。在伍廷芳等人身上，我们看到，证道学并非出世之学。它将个人道德的完善、灵性的觉醒，与建立宪政、实现共和等社会政治理想紧密结合，为改革者提供了一套融合内在道德动力与外在制度追求的“精神 行动”论述，使改革不仅仅是技术性的，更是有道德根基的。

最后，它促进了一种趋向平等的中西思想对话模式。证道学本身就是一个东西方思想交融的产物。以它为中介，中西文明的交流，不再是单向的“教师与学生”关系，而是转变为一种在“普世真理”平台上相互理解、相互诠释的对话关系。这为超越简单的文化对立，探索更深层次的文明互鉴，提供了一种宝贵的早期实践。

当然我相信，这些积极作用也绝非证道学的专利，同一时期出现的尚贤堂、大同教都在某种意义上给予了相同的作用，但他们却没有多少人能像伍廷芳这样做到知行合一。他在变革浪潮中既深植思想根基，又躬身践行，将理念转化为推动社会进步的真实力量。这种思想与行动的高度统一，正是他最值得我们铭记与追随的地方。



# 鸣谢

## 主办方

新加坡 证道学学会 (Singapore Lodge Theosophical Society)

## 部分图像版权机构

上海图书馆

澳大利亚 悉尼 证道学学会 (Theosophical Society of Sydney)

美国 伊利诺伊大学 档案馆 (University of Illinois Archives)

英国布里斯托大学 中国历史照片 项目

## 资料贡献

钟山儿 侯朝雄 杜巍巍 张洪彬

Leo Ta Ellie

今天我的讲座内容至此已全部结束，感谢各位的耐心聆听。

新加坡 证道学学会  
公众号：证道学世界



中文网站：<https://chinesetheosophy.net/>

英文资料网站：Theosophy World

<https://www.theosophy.world>

如有任何关于证道学，证道学学会和入会的问题，

请微信至：SLTS1875

或电邮至：[admin@chinesetheosophy.net](mailto:admin@chinesetheosophy.net)

如果决定入会，请登录新加坡证道学学会的中文网站，在“联系我们”  
一栏里直接在网上填表申请

## 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

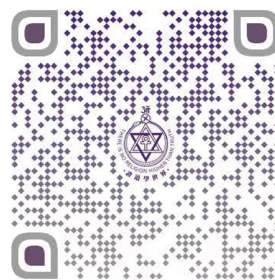
- 一、 打破種族、信仰、性別、種姓或膚色界限，形成一個凝聚人類為一家的核心。
- 二、 鼓勵對各種宗教、哲學和科學的比較性學習。
- 三、 探索自然的秘密及人類的潛能。

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**



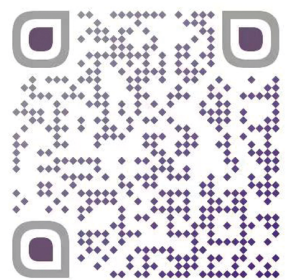
### 新加坡證道學學會

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