

<<轮回>>

图书基本信息

## 前言

导读：爱是我们最谦卑的敬意显然，摆在众位读者面前的这本小书，是一本温暖人心的身心灵图书，我们希望借由这本书，让各位忙碌的现代人找到快乐的自我、真实的自我，学会掌握自我面质—自我安抚—自我转化，从而逐渐获得自我的完整人生，达到自我和谐。

关于“身心灵”，是近年来国内外医学界普遍公认和接受的一个概念，从权威科学的定义来说，“身”是指身体，“心”是指心理，“灵”可称之为灵性，是指和环境协调后心理的力量，医学界认为“身心灵”注重的是三个层面的统一与和谐，将人视做“身心灵”的统一体，以寻求整体的健康与灵性的成长。

自我的和谐是社会和谐的基础，这也是我们引进《轮回》这本国外心理学大师的畅销经典书籍的原因。

在目前全球流行的“身心灵”类书籍中，有一个显著的特点就是，许多科学家和医学家及著名作家纷纷向中国的国学吸取智慧和经验，包括本书也有很多东方传统文化的观点，读者在阅读中定能得到印证。

极具包容性和多元性的“身心灵”潮流，不仅涵盖了东西方哲学、宗教、心理学，而且在古老智慧与科学最新动态的启发下，发展出各种科学与古老智慧体系相结合的“身心灵”疗愈活动，如禅修、瑜伽、催眠等。

本书作者为国外著名的身心灵导师，本书文笔生动，12个案例中的主人公所遭遇的自我的困境、家庭关系的矛盾、事业的抉择、爱与不爱的迷惑等各种人生议题的思考都是我们每个人可能遇到的，因为我们每个人都能从中看到自己的影子，在这样“对号入座”的过程中，相信诸位灵性非凡的读者也能获得自我的身心灵疗愈。

特别需要与读者分享的是，和一般空谈灵性的身心灵图书不同，本书作者凭借丰富的临床经验，给予读者最切实的帮助，第3章后附“个人怎样做回溯前世的自我疗愈”，第11章更有特别篇章指导读者练习沉思和冥想，以达到平静喜乐。

诚然，这是一本关于爱的图书，作者深切地理解我们这些被爱的子民。

而爱也是我们对这个世界最谦卑的敬意。

爱，无法用知识和理性来诠释和规范，那么本书尝试用灵性的方法应该是最适切的显影了。

编者

## <<轮回>>

### 内容概要

为什么我总是深受某种病痛困扰？

为什么我特别讨厌某个种族的人？

为什么我明明不笨，却总是考不出好成绩？

为什么我总是跟父母处不好？

为什么我那么害怕心爱的人离开我？

如果你的心中还有其他千千万万个问题，快打开本书，答案很可能就在其中。

举世闻名的心理学家魏斯博士，曾以轰动一时的畅销著作《前世今生》，为广大读者开启了回溯前世之门，如今又将通过本书，带领我们走进未知的来生之旅，进一步揭开生命的多种可能性，帮助每个人思考并解决生命中的重大课题。

她发现自己从前是一名施暴的纳粹军官，未来是一位受苦的阿拉伯少女，终于释放了心中的恐惧与偏见，找回生活的单纯快乐。

她看到自己从前是压力巨大的希腊建筑师，未来是一位伟大自信的治疗师之后，克服了学业上的心理障碍，圆了读医学院的梦。

从前与今生的记忆让她弥补了与父亲之间的关系，并且能够勇敢追求女性自主，获得了事业上的成功，也找到了个人的幸福快乐。

穿越未来的回溯，改变了他与女儿相处的僵局，使他对女儿的爱，能够成为生活良药，帮助女儿克服了致命的疾病。

他因为事业失败而想结束生命，但是对未来的一瞥，让他知道自己有更值得的选择，并消除了今生的忧郁与自杀念头。

还有更多饶富意味的故事，等你一起来感动

《前世今生》畅销书作者最新著作。

史上最真实震撼的心灵穿越全纪录，12个悲喜无限的轮回穿越故事，折射你我当下的种种状况，揭示获得爱、喜悦与生命的秘密。

## 作者简介

布莱恩·魏斯博士

魏斯博士是世界著名的心理学家及畅销书作家。

他以优异成绩毕业于哥伦比亚大学，并获得耶鲁大学医学博士学位。

曾任耶鲁大学精神科主治医师、迈阿密大学精神药物研究部主任、西奈山医学中心精神科主任，目前在迈阿密执业，并带领许多美国内外的研讨会以及专业训练计划。

魏斯博士花了多年时间写下本书，让公众了解到生命的真义与不朽。

这本关于轮回的书一经出版，在佛罗里达州连续两年居于排行榜，平装书印刷10次，译成11国文字，得到医师和专家的好评，被誉为史上最真实的轮回穿越全纪录。

全世界有数千名病患在他的协助与引导之下，成功摆脱生活上的焦虑难题，重获生活的平静与喜悦。

作者个人网站：[www.brianweiss.com/](http://www.brianweiss.com/)。

## <<轮回>>

### 书籍目录

导读 爱是我们最谦卑的敬意

前言 回溯的缘起

最近，我去了一个地方，一个我过去从未去过的地方，那里就是一来生。

第1章 灵魂何以不朽

人之灵魂似水，从天而降，蒸而升天，凝而坠地，轮回永生。

第2章 乔治的故事：暴躁抓狂，没用！

暴躁和抓狂其实就是一种暴力行为，只是你自己没有意识到而已。  
但是世界如此美好，这么暴躁真的不好，不好。

第3章 维多利亚、伊芙琳和米歇尔的故事：恢复健康的秘密

其实修行的目的，是改变固有的习气，让旧的模式一直持续，你就在一直重复人生的难题。

第4章 沙曼莎和马克斯的故事：原来同理心如此重要

请让我来分担你的痛苦，因为我和你一样感同身受，我们可以休戚与共，这皆来自无条件的爱。

第5章 休和奇亚拉的故事：悲悯心带来的奇迹

你见，或者不见我，我就在那里，不悲不喜。

你念，或者不念我，情就在那里，不来不去。

你爱，或者不爱我，爱就在那里，不增不减。

第6章 保罗的故事：耐心让命运自由展开

耐心乃圣，一动不如一静，能够忍得住，才能得圆满。

耐心是定功，耐心就是精进。

第7章 罗贝塔和安妮的故事：珍爱生命，远离暴力

爱比暴力更管用，信任更是爱的小密钥，放下恐惧与暴力，因为唯有爱，可以给我们最后的安全，假如我们都有一颗能合掌的心，我们就不会有暴力的拳头

第8章 布鲁斯的故事：你可知道沟通有多重要

没有谁能像一座孤岛，在大海里独踞，你的朋友和你自己，无论谁死了，都是自己的一部分在死去，因此我从不问丧钟为谁而鸣：它为我，也为你。

第9章 帕特里克的的故事：安全感究竟来自哪里

我害怕是因为我爱你，有时我在这个世界不自在，不想受伤害，最后我明白，其实只有我爱自己，你才能更爱我，因为你就是我，我就是你，因为成为我自己，让我可以安住当下。

第10章 约翰的故事：所谓命运究竟是怎么回事

生命的模式好像是天命所定，它设置一些障碍，为的是使你们从中学习与成长。

灵魂在前世所经历的，决定了这一生所需经历的体验。

天命需要被圆满地实现。

你无法从中逃脱。

第11章 【特别篇章】练习沉思和冥想，让自己平静喜乐

## <<轮回>>

沉思让我们更专注，而冥想则让我们更自在，我们的生命有时需要深度的宁静状态，它可以减少内心深处的烦恼与焦虑，以新的方式看待那些熟悉的事情，体会到平静与喜乐。

### 第12章 大卫的故事：找到灵性之门的钥匙

生来有些灵性，只为了悟一心，因此削光两鬓，灵性密微，可以积理，可以大顺。

### 第13章 克里斯汀娜的故事：最难的修行在亲密关系中

最难的修行，不是在深山独处，不是在禅坐中，而是在关系里。

我们在关系里，就如同背影和正面，你只能猜测正面是怎样，并不知道正面的真相，因此徒升起烦恼！

### 第14章 盖瑞的故事：什么才是真正的未来

过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。

未来不会发生什么；它会发生在当下。

过去不曾发生过什么；现在是生命确实占有的唯一形态。

附录A 关于我们未来的真实预言

附录B 催眠与前世回溯

附录C 张德芬访谈轮回现象研究者魏斯博士

## 章节摘录

我们的灵魂是唯一而不朽的！

普罗提诺最近，我去了一个地方，一个我过去从未去过的地方，那里就是-来生。

时光退回到24年前，一个叫凯瑟琳的女士来找我做心理治疗寻求帮助。

那时，她遇到了一件离奇的事件，在一个确切无误的状态下，她回到了前世，她的这次轮回之旅甚至回到了两千年前和中世纪。

正是凯瑟琳的这次经历，彻底改变了我的一生。

凯瑟琳给我描绘了过去几百年发生的事情，那是她一生都不可能有的经历，但有其他的人或旁证证明凯瑟琳所经历的轮回穿越是真实的而非想象。

而我，一个接受过耶鲁大学、哥伦比亚大学医院专业训练的心理学博士，著名的心理治疗师，一位科学家，却丝毫不能用我所一直依赖和热爱的科学来解释这一切是怎样发生的，我唯一能做的事情就是，根据报告，证实凯瑟琳确实看到和感受到了前世，她的穿越轮回的回溯体验是真实无欺的。

在给凯瑟琳做心理治疗的过程里，我得到“大师们”（masters）的启示和教诲，这些大师或许来自非物质界，拥有更高的灵性和智慧。

根据凯瑟琳的描述，当她的灵魂出窍时，这些大师就守护在她的身旁，也正是这些大师的智慧，无形地指引了我，强化了我的思想，并深刻地影响到我的未来之路。

我为凯瑟琳的经验感到振奋和惊异，甚至羡慕，她可以如此深入地回到前世，当我听她娓娓道来她那些超乎寻常的体验时，我只感到奇迹般的神秘，那是一个我未曾进入和探索过的领域，让我兴奋，让我惊异万分，也让我有些许害怕。

我过往的经验和背景，让我不由地怀疑自己，是不是疯了？

我能相信我自己吗？

谁会相信我呢？

那个时候，我像一个突然拥有秘密的小男孩，但当我把这个秘密揭开之后，我的人生就此改变，踏上新的旅程。

彼时，我知道没有人会听我说的话，更不要谈及相信了，于是我花了四年的时间，写下了凯瑟琳与我共同经历的前世之旅-《前世今生》（Many Lives, Many masters）。

这本有些离经叛道的书出版后成为畅销书，但刚开始我曾一度担忧传统而科学的心理治疗学界会把我驱除出这个圈子，无论怎样，这个过程让我坚信我所经历和所写的都是真实无妄的。

在此后许多年里，我继续给病人做临床治疗，这也让我更坚信我所写的东西是正确的。

事实上，许多人，包括前来向我做咨询治疗的病人和其他临床医学家都承认了我的发现准确无误。

到目前为止，我已经运用催眠治疗法帮助4 000名病患回到前世，对于轮回转世这个事实，我也从刚开始的一度着迷狂喜，渐次回归到了平常心。

不过现在，曾有过的那种兴奋震惊的感觉又回来了，因为，当下的我不仅能让我的病患回到过去，而且，我也可以引导他们进入来生，和他们一起探索未来！

请再一次相信我，事实上，有一次我已经成功地引导凯瑟琳进入了来生，不过那一次，凯瑟琳看到的不是她的来生，而是我的来世，她清清楚楚地看到了我的死亡，我承认，当她把这一切坦白告诉我的时候，我的确觉得不舒服，“一旦你完成了你的工作和使命，你的生命也到了终了的时刻。

”她这样告诉我，“不过，在这之前，你依然有很多时间去完成你今生的使命。

”说过这些话，凯瑟琳进入了另一个次元，我也无从知晓更多细节。

数月以后，我在治疗过程中，询问凯瑟琳是否愿意再一次进入来生，我要在那里和她的心灵导师谈话，同她的潜意识沟通。

我的提议被凯瑟琳拒绝了，她害怕了，或许面对自己的来生的确是一个让凡人觉得恐惧的事情，当然另一个原因也可能在于，我提出这个要求的时机不对，毕竟那时我在此领域还过于年轻，无法像现在这样，能够控制好穿越来生过程中的种种危险。

需要说明的是，对于心理治疗师来说，穿越现在进入来生，比引导病患回到前世要更加困难，因为未来的一切尚未发生。

## &lt;&lt;轮回&gt;&gt;

假如，这时病人的经验仅仅是他的幻觉，而非事实，怎么办呢？

怎样才能证实病患看到的是真实还是幻觉？

似乎毫无办法。

众所周知，假如回到前世，所有的事情都是已经发生了的，过往的许多案例说明，是可以证明其真实性的。

而进入来生则有着不同的境遇，打比方说，如果一位母亲分娩在即，却看到25年之后，世界要毁灭，她或许会想，“我还是不要让这个孩子来到世间了吧，我不想他的生命如此短暂。

”谁可以判断她说的是真实的呢？

她的决定是否合乎情理？

除非她是一个很成熟理性的人，才能分辨她所看到的是幻境、隐喻、象征，还是没有被歪曲的真实，抑或杂糅种种的复杂信息。

再例如，有一个人预先知道两年后自己将面临死亡，而死亡的原因是因为酒后驾车，他会惊恐失措吗？

他会从此不再开车吗？

这个来世的镜像会不会让这个人在当下产生更大的内心焦虑？

凡此种种，都让我告诫自己，不要轻易尝试进入来世，我甚至开始忧虑那些由此产生的自我满足的预言及处于心性不稳定的人，毕竟这样穿越的探索所产生的谬误风险太大。

从凯瑟琳开始来我这里做心理治疗，时光流转已过去24年，这些岁月中，一些其他的病人在治疗即将结束的时候会不由自主地进入来生，如果我判定他们有能力理解自己所看到的仅仅是幻觉，我会鼓励他们继续，我会说：“这个特殊的体验同心灵成长有关，目的是帮助你做出智慧的抉择。

不过，我们应该避免留下任何相关记忆（我指的是来生的记忆）、画面，也不要关注或与死亡及严重疾病等画面产生太强的连接，这仅仅是一个学习的过程。

”通常状况下，他们都会照我的话去做，这样的治疗是非常有价值的，效果值得肯定，有过这样体验的人通常会做出更聪明的决定，做出更好的选择，他们会看到并知晓自己在不久的将来，人生将面对三岔路口，他们会思考：“如果我选了这条路，会发生什么？

如果我选另外一条路是否会更好？

”而有时，他们的确可以看到未来成真。

常常有人来找我，告诉我他们预先看到的未来发生的事情：他们有能力知道尚未发生的事情。

而一些对濒死经验（死亡来临经验）的研究也证实了人的确可以预知未来。

这样的事也并非现在才出现，在上古文明时期的记载中，特洛伊有一个女预言家卡桑德拉，她能够准确预测未来，但甚少有人能相信她所说的预言。



## <<轮回>>

### 媒体关注与评论

人会对前世有兴趣，基本上都是因为对自己有兴趣。

人在这个世上，研究命相也好，灵魂也好，修行也好，对真理的兴趣也好，都是因为对自己感兴趣。

我以前对前世很有兴趣，在美国找过很多心理医生，想要通过他们来了解我的前世。

后来我了解到前世追溯并不是那么容易做的，不是每个人都能进入那种状态。

我认为研究前世今生有治疗的功效。

我们每一个人几乎都有病，很严重的心病。

多元化的现代社会，人际关系愈来愈复杂，知识的障碍愈来愈多，所有这些东西都会纠结成我们内心的烦恼与幻象。

我们研究前世今生，主要是站在治疗的角度，而不是追逐外在的现象。

凡是能达到治疗效果的东西，我想都有它的价值。

——胡因梦无论一个人是否相信轮回，本书都不会让他失望。

“耐性和适当时机\_每件事在该来的时候就会来。

人生是急不得的，不能像许多人希望的时间表一样。

人生是无尽的，我们不曾真的死去，也从未真的出生，我们只是度过不同的阶段，没有终点。

人有许多阶段，时间不是我们所看的时间，而是一节节待学的课。

”这些讯息并非传统宗教的价值观，而旨在揭示生命的意义。

——《出版家周刊》

<<轮回>>

编辑推荐

《轮回:前世今生来生缘》编辑推荐：史上最真实震撼的心灵穿越全纪录；揭示获得爱、喜悦与生命的秘密；抚慰百万人心灵的生死启蒙书；美国畅销书排行榜传奇力作；胡因梦、张德芬等身心灵导师睿智点评；国内外众多媒体热度关注连载报道；不论前世与来生，只有今生才是可以依持的，透过今生才能得到完全的疗愈。

不论过去与未来，只有当下才是可以掌握的，透过当下的体悟，才能见证生命的美好与价值。

抚慰百万人心灵的生死启蒙书，最真实震撼的心灵轮回之旅。

12个饶富意味的故事，每一个故事都有你我的影子。

史上最真实的回溯穿越，回答你关于前世与来生的终极问题，更带来最震撼的未来预示。

请与本书一起乘上时光机，理解生命难题，展开自我疗愈。

让平安喜乐重回心中，让心灵更安详自在。

《前世今生》畅销书作者最新著作。

12个悲喜无限的轮回穿越故事，折射你我当下的种种状况，揭示获得爱、喜悦与生命的秘密。

<<轮回>>

#### 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>