

人类是经由不断

的自我解析而逐步实现了解自然存在的，

是经由各种自然作用与其心灵本能之间的相互关联交织来完成自我认知和自我实现的。人类有史以来，充满了与其本性斗争的故事和经历。人类文化最深邃的核心内容，就是这种斗争的心历纪录和经验积淀。到头来，人类是不可能“自绕”而过地去探究和获得自然世界的最后秘密的。人与自然浑然一体，无可分离，而开启“天门”的钥匙就藏在人类自我的心中。

湖风 著

关于心灵与世界本质的对话

天堂之门和 自我之路

東方出版社

关于心灵与世界本质的对话

天堂之门和 自我之路

湖风 著

東方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

天堂之门和自我之路——关于心灵与世界本质的对话/湖风著. —北京: 东方出版社, 2008.8

ISBN 978-7-5060-3302-2

I.天… II.湖… III.心灵学 IV.B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 138077 号

天堂之门和自我之路——关于心灵与世界本质的对话

TIANTANGZHIMEN HE ZIWOZHILU

作 者 湖 风

责任编辑 姚劲华 苏向平

出版发行 东方出版社

(北京朝阳门内大街 166 号)

邮 编 100706

网 址 <http://www.peoplepress.net>

印 刷 北京瑞古冠中印刷厂

版 次 2008 年 8 月第 1 版 2008 年 8 月第 1 次印刷

开 本 880 毫米×1230 毫米 1/32 印张 10.5

字 数 250 千字

印 数 0,001 — 5,000 册

书 号 ISBN 978-7-5060-3302-2

定 价 26.00 元

总经销 人民出版社发行部

发行部一科 010-65257256 65244241 65246660

发行部二科 010-65243313 65123140 65136418

人民东方图书销售中心 010-65250042 65289539

开篇语

天堂者，自然自在；
门者，天道之策也。
天门者，人性与天性之通汇。

自我者，人之天性；
路者，本能之略也。
人道者，本能与天性之协适。

天之道，非常道；人之明，非常明。
循天道则人明；知人明则道成。
门开而启，跋步而径；
道者，门路是也。

—— Frank F. Meng
United States of America

前 言

2005年末至2008年初，在著名的中国心理咨询网站（www.xlzx.com），一些海内外的心理学者、科学工作者和其他研究人员，就“天堂、人间、地狱”、“自我接受是目标还是手段”以及“何为心灵本质”等主题展开了广泛而热烈的讨论，对话深入而持久，其内容涉及诸多学科和知识领域。这些“对撞”展现了系统、完整、具有高度思想价值的认识观念和方法论，并产生了大量富有思想意境和较高艺术成就的辞赋。

弧理论的创立人 Frank F. Meng [美]（其代表性著作《弧的原理》）和我一起，以“湖风”的名义全面参与了这次对当代心理学领域具有重大意义的跨国讨论。其间，Frank F. Meng 先生应用弧的原理及其方法论对诸多心灵现象的深层次问题进行了深刻和全面的解析与阐释，着重而详尽地剖析了心灵现象与自然自在之间的本质性关联，图文并茂，简洁明晰。其富于哲理的论述在开启当代心理学领域理论研究新通道的同时，也为哲学、物理学、生命科学等其他学科提供了强有力的思想武器，从而描绘出一个全新的人类精神画卷。这次讨论，充分体现了“用《弧》去揭示和验证古代思想的深邃和现代科学的迷惑，一切都是那么巧妙和吻合”（引自《弧的原理》序言）。

在此整理发表之际，我们又增添了许多尚未发表的最新内容，以期更加完整地表述弧思想及其方法论，力求最大程度地方便广大读者的阅读和理解。



天堂之门和

自我之路



本书对话人物及其观点均具网络真实性，且主要内容均已公开发表。在尊重发言人原意的前提下，笔者进行了适当的文词和次序调整。于此出版之际，对讨论的所有参与者一并表示衷心的感谢！

郭新刚

2008年6月6日



目 录

开篇语

前言

上篇：天堂之门——“天堂、人间、地狱”对话录 /1

第一章 何谓天堂？ /2

第二章 窄门狭径 /9

第三章 天堂之舟 /29

中篇：自我之路——“自我接受是目标还是手段”对话录 /81

第一章 自我接受是目标还是手段 /82

第二章 谁与同在？ /97

第三章 自我接受既不是目标也不是手段 /146

第四章 心理动力学原理模式 /161

第五章 能量与信息 /170

下篇：人本无心——“何为心灵本质”对话录 /189

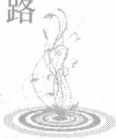
第一章 人人有心，心心不一 /190

第二章 真实与存在 /198



关
于
心
灵
与
世
界
本
质
的
对
话

天堂之门和 自我之路



第三章 精神自障 /225

第四章 精神惯性 /254

第五章 精神极限 /275

出版后记 /325

主要出席人物列表 /327





上篇

天堂之门

——“天堂、人间、地狱”对话录

第一章 何谓天堂?

2

(发言人) *Joshua Guo*:

SELECTIVE ATTENTION - if you focus your attention and your heart on the darkness, hatred, and sins, you turn the earth into hell; however, if you turn your attention and your heart into the light, the love, and the truth, you turn the hell into heaven. If you keep your heart, your mind, your soul and your strength on heaven, you live in heaven.

COMPARISON - if you compare yourself to others, you may turn heaven into hell, or may turn hell into heaven. You are stand on an unsatble situation.

ATTITUDE - if you are humble yourself, you turn your life into heaven; if you arrogant, you turn heaven into hell.

PURPOSE - if you aim to help, love, and care for others, you turn the earth into heaven; if you aim to harm, hurt, and discriminate against others, you turn heaven into hell.

FREEDOM - You can visit and experience the earth, the heaven and the hell. You are free to choose. It is the grace of the Creator.

REALITY - where are you at the moment, the earth? as most

of us are, the heaven? or the hell?

FAITH - if you really, truly want to go to heaven, go the narrow way, humble yourself like a child, and ask the right person for assistance or salvation, be humble, and prepare to listen and learn with your heart.

——约书亚（澳洲注册心理学家）

（发言人）满天飞：

Joshua Guo, Can you explain what are the really mean above the statements?

（发言人）Joshua Guo：

真的，真的很有意思，天堂真的是很有意思的。

Good heaven! 人们有时仅仅把天堂用作抒情——天啊！

Seriously? 真格的？有人真格的在寻找天堂！有机会请看《天路历程》或《忏悔录》，也可以看看严寒的个案研究。

真希望有友人替我把这个帖子翻译成中文，那该多好啊！把人间变为天堂。万分感激！！

满天飞，Have I answered your question?

（发言人）满天飞：

谢谢你，我不是故意为难你，只是觉得有点confusing（混淆），当然也有点好奇在内哦。

表面上所写的文字我明白，但是我的问题是它们真正的含义是什么呢？

（发言人）心伤可愈：

选择性注意——如果你把自己的注意力和心思放在黑暗、仇恨、罪过上，你就会使地球变成地狱；相反，如果你把自己的注





意力和心思放在光明、爱、真理上，你就会使地狱变成天堂。如果你一直把你的心、你的精神、你的灵魂以及你的意志倾注在天堂上，你就会生活在天堂里。

比较——如果你拿自己和别人比较，你可能使天堂变成地狱，或者使地狱变成天堂。关键在于你站在什么位置上。

态度——如果你谦逊，你就会使你的生活变成天堂；如果你自大，你就会使天堂变成地狱。

目的——如果你旨在帮助、爱、照顾别人，你就会使地球变成天堂；如果你旨在伤害、损害、歧视别人，你就会使天堂成为地狱。

自由——你可以参观、经历地球、天堂和地狱。你可以自由选择，那是上帝的宠爱。

现实——此刻你究竟身处何方？如同我们中的大多数人，是在天堂还是地狱？

信仰——如果你确实想去天堂，那么一直向前走，将自己视同孩子，向合适的人寻求帮助或救援。保持谦逊，准备倾听，并了解你的内心。

翻译的不对之处，请指正，谢谢。



(发言人) Joshua Guo:

心伤可愈，你的帮助令我内心产生一股暖流，这种感觉的名字叫——感激？欣慰？还有一点内疚？觉得自己要求过分，就与你分享我这感受。

满天飞，我认为，天堂真正的含义是因人而异的。能否分享你的看法呢？



(发言人) 扈谈李:

说说我的天堂地狱观:

天堂不在别处，在你我的心中。地狱也是。天堂不是来世的

景观，而在此时此刻。

恶有恶报，也不是来世报，而是即时报。凡作恶者，此刻内心的不安焦虑恐惧就是地狱了，何况还有恶行之后的懊悔、愧疚、羞耻……无时不报。而行善者，心地光明磊落，心态平和大气，也时时处处跟随着他。亦是即时报也。

心理健康是天堂的现代版。相应地，心理不健康或心理障碍、心理疾病，就是地狱的时髦说法了。

健康的心理意味着一定程度的利他主义下的忘我精神，一种不计回报的投入，自尊而不失稳重，不易受外部影响，生活充实而胸怀广大，为同胞疾苦与社会福祉不懈而无悔地努力。

活得不好或活得好，活在地狱或活在天堂，并不取决于你的运气，而取决于你的选择，你的智慧，你的爱心，你的责任感。在天堂里帮助你把你的行为融入你的环境，你与环境是一体的，你成为环境的主人。你不再是一个受害者，你永远知道自己之所以成为自己的原因，也知道你将要成为什么样的人。

你为跌倒的孩子扶一把；你为邂逅的陌生人送去一个微笑；你顺手捡起一块马路中央的绊脚石；你向流落街头的民间艺人投去一枚硬币；你把自己不能穿的旧衣服送给受灾的人；你去敬老院奉献自己的爱心；你捐献了吃用之余的钱物给慈善机构；你无偿地献了一次血……不计其数的通往天堂的路径，只要你愿意，你都可以轻松地找到。它有时候甚至不费吹灰之力，唾手可得。天堂就你身边，如果你愿意，它的门总是敞开着！……

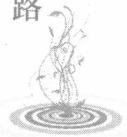
——谢谢 Johuo Guo，你为我们打开了天堂与地狱之门，让我们在路口可以定睛察看，慎重选择。与 Joshuo Guo 及其他朋友分享体验，是我的快乐。此刻，我就生活在天堂里！

(发言人) 满天飞：

李老师以上所说的我明白了，谢谢！

我也很同意李老师所说的，天堂是在心里，善恶也在乎自己





的做法……

(发言人) haa:

心伤可愈，看到你的翻译以后，自己觉得好可悲和后悔。真的，我曾经以为自己做什么事都没有后悔这个词，可是现在我真正意识到了知识这两个字的深刻含义。所以，现在我决定充电，这是我唯一能补救的。希望不久的将来能与你们真正的分享。

(发言人) 心伤可愈:

回 haa:

不要后悔，更不要难过，从现在开始就可以了。希望我们共同进步。

祝你开心，幸福。

回 Joshua Guo:

我的天堂很简单：能养活自己，心理健康，有自己喜爱的事情做，我就是生活在天堂里了。

(发言人) 戏:

我想，一些生活条件不是很好的人，却因为有着和睦的家庭关系，所以一家人总觉得生活在天堂里。而相反一些富裕的家庭却总会出现各种分歧，使之虽拥有用不完的财富，却总感觉是生活在地狱里。

所谓贪婪是万恶之源，无止境的想拥有也许是一种痛苦。然而人的贪婪或者说欲望，却正是引领人活下去的精神支柱。

只是我们要懂得知足常乐这个道理，也许会有更多的时间生活在天堂里。

(发言人) Joshua Guo:

Thank 恳谈李 for your opinions, I really appreciate it.

我想补充几点，如有不当，请多多包涵。

(1) 我得承认我不是一个圣人，但我相信像我这样的凡人，和你们一样，也是能尝到天堂滋味的。

(2) 我觉得，你们所描述的天堂好像有种能力，如浪潮般涌进我的心灵，令我敬仰。

(3) 我只是个澳洲纽省政府认证的心理学家，像严寒样，要在澳洲别的省份执业的话，还要申请牌照。我的意思是，我对天堂的理解是有限的。

(4) 对鱼来说，水是它的天堂；对鸟来说，天空是它的天堂；对幼虫来说，茧是它的天堂；对破茧而出的蝴蝶来说，鲜花是它的天堂。

(5) 科学、天文学、文学、艺术、神学爱好者的观点会是什么呢？

(6) 记得毕业时，和导师 Dr. Huson 这样道别说：“Stay in Heaven.”，她回答：“I will.”

(7) 对你来说，天堂是什么呢？很多治疗师都注重客人心目中的天堂。对吗？悬谈李。



(发言人) 心伤可愈：

下面引用悬谈李发表的内容：“活得不好或活得好，活在地狱或活在天堂，并不取决于你的运气，而取决于你的选择。”

Whether you live well or not, live in the heaven or the hell, it is not determined by you fortune, but your choice. In the heaven you will get help to blend your behavior with the environment around you with your wisdom, your love and the sense of your responsibility. You are united with the environment, you become the master of the environment. You are not a victim any more. You will forever know why you are yourself and what you will become.

Help a tumbled child up, give a smile to the stranger, who you



encounter, pick conveniently up a stumbling block at the center of a street, give a coin to a folk artist drifting about the street corner, and contribute your old clothes that you can not dress any more to some ones suffered from disaster, contribute your off hours to geracomiums, contribute your money to charities out of your buying food and commodities, donate blood one time...there are so many loads leading to the heaven that you will find them conveniently if you would like to. Sometimes, you can even find them effortlessly and easily. The heaven is by you and if you like its door will always be open for you.

Thank Joshua Guo for your opening the door of the heaven and the hell for us. So we can observe carefully at the crossing and choose cautiously. It gives me pleasure to share my experience with friends. Now, I am living in the heaven.



第二章 窄门狭径



(发言人) *Joshua Guo*:

My friends, I can't open a door to heaven, nor to hell. But please consider this words quoted from the Bible, Matthew 7: 13, 14:

“Enter through the narrow gate. For wide is the gate and broad is the road that leads to destruction, and many enter through it. But small is the gate and narrow the road that leads to life, and only a few find it.”

“引到永生，那门是窄的，路是小的，找着的人也少。”

我得承认，许多思想都不是我原创的，可能是父母教的，可能是老师给的，可能是书上说的……

许多不甚明白，包括上面这句。不知道这里指的永生是否与天堂有联系？怎样才能找到那窄门，那小路？

真期望有大师指点！

(发言人) 愚谈李:

下面引用 Joshua Guo 发表的内容：“引到永生，那门是窄的，

关于心灵与世界本质的对话