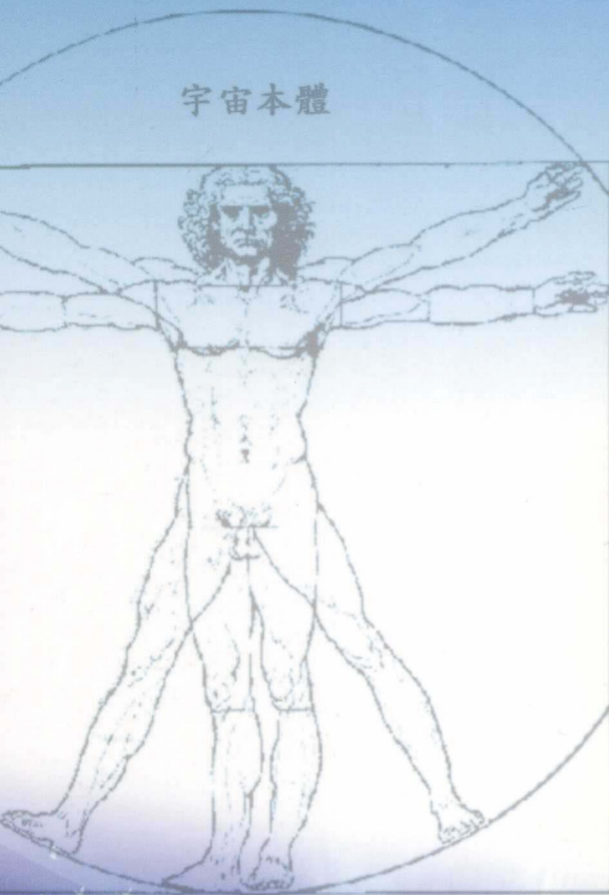


超個人心理學家 賴柏論 著

Contemporary Human Crisis and Integral Spiritual Psychology

當代人類困境與 整合靈性心理學

宇宙本體



醒你具足一切的本來面目
宇宙本體共同創造愛與富足的世界

什麼是整合靈性心理學 (Integral Spiritual Psychology, ISP) ?

整合靈性心理學由超個人心理學家賴柏諭先生經過多年研究發展出來，結合了世界最久遠的印度吠檀多 (Vedanta) / 奧義書 (Upanishad)、道家 (Taoism)、容格心理學 (Jung Psychology)、量子物理學 (Quantum Physics) 等系統，是一套東西方潛能及靈性開發的精華組合。吠檀多哲學與量子物理學有異曲同工之妙，描述宇宙本體與個人之間關係的甚深智慧，其與現代科學不謀而合。配合禪宗、道家、催眠等落實的修持，東西方靈性修持方法，回歸本體，釋放個人智慧、慈悲和心靈的無量潛能，建立高尚真誠的「身、心、靈」及物質層次的和諧生活。當個人回歸本體，便會找到生命的終極意義，他的意識便會成為愛與慈悲的能量場，幫助我們的世界變得更祥和、人性化以及讓愛得以重新流動。

ISP 學員成功故事

「十多年來，我內心起伏很大，經常擔心生意和員工問題。上了ISP短短兩堂，已很快解決了我的問題，這幾個月我的變化很大，心打開了，開始看見員工有很多煩惱，現在會用真心去對待他們，他們的表現是判若兩人！我另一目標是每個月650萬生意業績，其實真的不太可能，因經濟不景市況很差。但竟然在四、五月已經達成，連自己也沒有察覺。」

—Johnson Chow - 執行董事

「昨天在ISP 課堂上學習的『施受法』，把愛與能量送給哥哥，想不到本體竟然就在今早安排我和哥哥有愉快暢談經驗，之前與哥哥的心結不見了，我相信上天會繼續支持我，不單止是家人，而且人際關係、事業等，都會有奇蹟相繼出現。」

—Wing Lam - 採購

「本人參加此『ISP 業力計劃啟導』後，開始相信宇宙本體力量，開始通過生命自然流動及向宇宙感謝意圖去想有一間寧靜，舒服，望海的屋。果然在課程期間有幸經朋友租到一間很大住所，而且真的十分通風舒服，還面對海的。這讓我不用擔心婚後的住屋問題。」

—Victor To - Project Officer

「現在每天都留意身邊有沒有機會去布施和幫助，這個想法令我工作時輕鬆了很多。最近有兩個客人的訂單數量比之前多了一倍，新客人的詢問情況也比舊年同期多了一倍！」

—Karen Ngan - 經理



facebook.com/ispinstitute

www.ispti.com



整合靈性心理學培訓學院
Integral Spiritual Psychology Training Institute

星島出版

HK\$88 NTS

ISBN 978-962-348-148-1

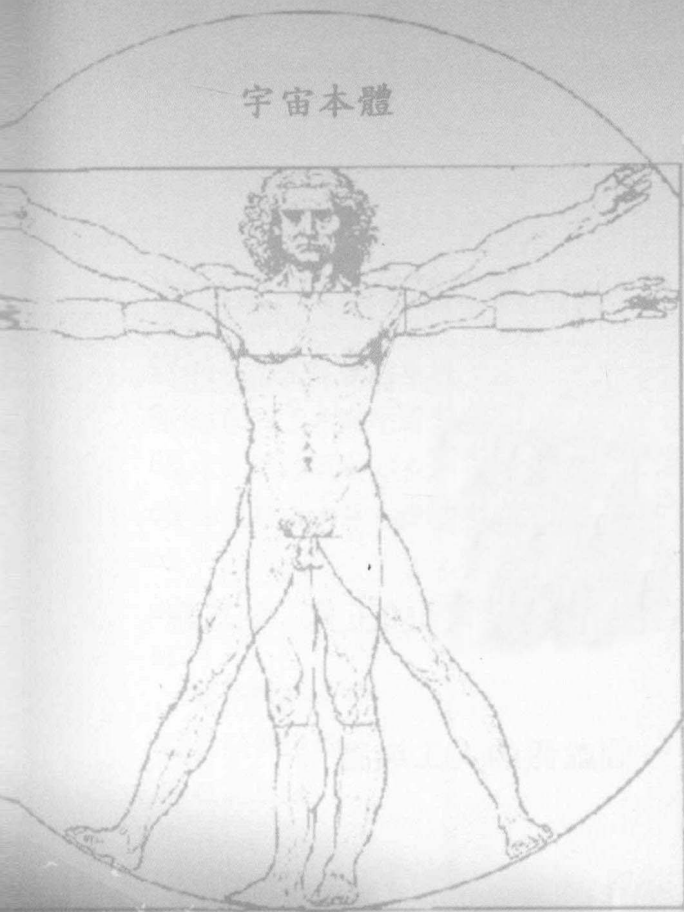


9 789623 148148

心靈勵志

泛華發行

超個人心理學家 賴柏論 著



當代人類困境與
整合靈性心理學

覺醒你具足一切的本來面目
與宇宙本體共同創造愛與富足的世界

目錄

序	6
---	---

第一章 世界的現況與人類意識的發展

世界目前的狀況	12
困局的成因	18
希臘的理性主義抬頭	23
基督教傳播到歐洲	25
文藝復興運動與宗教改革運動	26
笛卡兒哲學	29
後現代主義	34

第二章 自我是一個虛假的人工裝置

歷史的足印	40
自我是怎樣被製造出來的	41
自我玩的遊戲	43
世界強調的成功只是煽動自我的謊言	49

第三章 自我的心理特徵

當代人類的生命遠離了本體	52
自我的傲慢心理	56
自我的怨恨和愚痴心理	61

第四章 自我是填補坑洞的工人

小孩子都是本體的呈現	76
創傷形成了生命不屬於自己的假人	78
尋求外界認同有如心理的毒癮	80
覺知沒有自由意志便開始擁有自由意志	84

第五章 真正的我是創生萬物的宇宙本體

一睹本體的面貌	88
我的坐禪體驗	99
存在之巨巢	101
靈魂	102
集體靈魂	107
心智	108
業力的巨鏈	110
沒有人能夠阻止業力巨鏈的連鎖效應	117
心念和行為對更深次元的影響	118
覺知意識是你一直在尋找的聖杯	121

第六章 命運、覺知與自由否定意志

人類是否擁有自由意志	128
坐禪能夠幫助改寫命運	132
坐禪的方法	135

第七章 心智、人格與本體的關係

我們都需要被療癒	140
比利的二十四個次人格	145
本體意識與次人格的分別	150
次人格的投射心理	153

第八章 把一切交給本體

脫離幻相的時候到了	160
轉化次人格需要浩然正氣	162
與次人格對話	170
清理人格的業力	170

第九章 如何透過本體彰顯富足幸福的人生(一)

生命和物質只是湖面上的倒影	178
新人類關注足球員的意念多於他的腳	181
意念足以改變百變精靈的量子狀態	183
感恩可以改變意識的焦點	188

第十章 如何透過本體彰顯富足幸福的人生 (二)

純意識場的秘密	192
母體是不斷震動著的無窮網珠	195
穿越蛀洞成為高維次的生物	197
iSpirit 生活方式	200

第十一章 當代的大趨勢 —— 東方文藝復興

回歸東方古代文明	202
東方古代的典籍是活出本體意識的指南	204
道家的觀點	207
儒家的觀點	212
全書總結	218

第十二章 整合靈性心理學 —— 學員成功故事

業績 / 投資比預期理想	220
解決財務問題	223
改善健康	224
舒緩情緒、壓力	225
改善人際關係	228
找到理想對象	229
找到人生方向	230
找到理想居所	231

序

我是從事培訓工作的，十年以來，我一直在學習各種西方的心理技術，探索怎樣才能夠把人的潛能開發出來，使每個人都能夠達致成功快樂的人生，可是四年前在我的培訓事業發展到最高峰的時候，身體出現了嚴重的問題，我不得不放下所有使我瘋狂熱愛的工作，每天待在家裡休息療傷，這四年就像那些閉關的修行人一樣，沒有任何社交生活，沒有任何對未來的期盼，四年來接觸過的朋友不多於五個。那段時間我的內心感到很絕望，看過超過十個中西名醫，接受過各種難以忍受的治療，吃過無數中西藥也沒有明顯效果，我的身體仍然每天大部分時間感到痛楚，這些難以忍受的痛楚又導致失眠而形成惡性循環，加上各種有如狂風暴雨的負面情緒侵襲，可以說我已進入了靈魂的黑夜，生命到了危險的地步。

可能這是本體安排好要我投靠它的安排吧，在走投無路之下，我有一天想起師傅大觀禪師在十年前說過的兩句話：「當你所做的事情背後的動機只是為了眾生，整個宇宙都會支持你。」我於是立下了有生以來最大的宏願，決心要透過超越這次絕境得到的智慧和方法幫助活在無邊痛苦的眾生。我開始每天長時間靜坐，在禪定中不斷觀想身體已康復了的景象，並想像在向很多人教授成功克服這幾年絕境的方法，但我不知道在教些什麼。在最初做的時候並沒有什麼奇蹟出現，但我一直堅持下去，因為我知道這已是生存下去唯一的方法。結果發生了

什麼事呢？我在接二連三無法解釋的機緣巧合下，遇上了好幾位中外的世界級氣功及身心靈大師，在這幾位高人的指導下，我保持一個不知的心，耐性地進行修練，有時候一天會練上三個小時，雖然過程緩慢及反覆，但身體及心靈竟然在不知不覺之中奇蹟地康復過來，他們的教導亦加深了我對本體的了解。在本體一連串的安排之下，我還順利地開辦了教授開啟本體力量的培訓班，參加的學員大多帶著人生各種各樣的問題，在他們身上都出現了使人相當鼓舞的正面改變，有很多改變甚致可以用「奇蹟」來形容。我現在正在做的事情，竟然就是我幾年前觀想的景象！這次刻骨銘心的經歷讓我深深地體會到宇宙本體的神奇力量，這本書會向你解釋這種力量是如何運作的。

這四年讓我經歷良多，我體會過人間至深的痛苦，嘗盡過人情冷暖，這四年亦給了我一個反思人生及目前人類世界整體狀況的大好機會。事實上，任何人都看得見，到了2012年的今天，世界已變得很混亂，人性不斷在墮落、天災人禍接連不斷，香港社會本身亦充滿了對立和怨恨的情緒，人類的世界的確病了，而且病得很重，為了人類能夠健康地生存下去，人類世界問題的根源必須被找出來，以及為此對症下藥，否則，再多的心理潛能技巧，再大的個人成功也不會為世界帶來任何幫助，我就是基於這些信念展開了這次大膽的探索旅程。

透過每天坐禪、做氣功的體驗，以及到公共圖書館參考古今中外的經典著作，從人類歷史的發展、人格心理學、存在之實相、量子物理學等各方面的研究，再配合個人經歷，我嘗試找出人類下一階段的發展方向，為我的培訓工作做好準備，這本書的內容就是這四年的研究結果。我無意說服你必須相信它們，我只是想透過這本書的內容幫助人們看清人類存在的真相，解開世界愈來愈混亂痛苦的迷局，為整體人類的意識帶來一點覺醒的靈光。你是否接受這本書的內容我並不在意，畢竟它是為準備好改變的心靈而寫的。如果你已看見人類世界已出現了嚴重的問題並準備好覺醒，我的說話就會播下了種子，為你的意識提昇致一個更高的意識次元做好準備，當因緣具足之時，你的意識便會綻放成為美麗的花朵，你的存在便會為人類整體意識場帶來正面的影響力量。

這是一場人類意識進化運動，在過去已經有無數尋求真理的人加入了這個行列，他們被稱為求道者、修行人、桑雅士、靈性探索者……這些名稱並不重要，重要的是他們要尋回自己一直被埋沒了的寶藏——具足一切的本體自性，再幫助人類脫離一切痛苦的決心。我與你的參與並非偶然，都是本體安排的機緣，在我們背後確存在著一種深不可測度的智慧，引領著我們完成這場意義重大的靈性運動，其目的就是要讓人類回歸本體，把自性中本來具足的智慧、慈悲、勇氣重新開發出來，幫助我們美麗的藍色地球再次成為天堂。

如果你已準備好，讓我們一起上路吧！

賴柏諭

2012年5月 香港

世界的現況與人類意識的發展

「一番番春秋冬夏，一場場酸甜苦辣，敢問路在何方，路在腳下。」

——「敢問路在何方」電視連續劇《西遊記》插曲

世界目前的狀況

轉眼之間廿一世紀已過了超過十年，世界亦出現了近乎無法令人置信的翻天覆地變化，光是觀察人類過去一百年的科技成就遠遠超過了過去所有世紀的總和便可知。透過尖端技術的開發，無論是客觀的科技或者是心理上的技術，人們都創造了非凡的成功。事實上，「成功」是廿一世紀被談論最多的課題，無數的書本、課程都在教導我們如何利用最厲害的說話影響別人，如何成為富翁，如何創立事業王國，如何成為市場的領導者……不知從何時開始，成功似乎已經被定義為能夠創造物質世界輝煌成績的結果。在人類的歷史中，世界從來沒有像今天那樣富裕，超過100億美金的跨國企業比比皆是，30歲以下的過億富豪大有人在，人類的科技文明取得了史無前例的空前成功，直接造就了過去近乎不可能的創富神話。然而令人遺憾的是，廿一世紀亦同時是破壞世界最嚴重的時代。當我們在自鳴得意地享受著成功的果實，或者心醉神迷地羨慕著別人的榮華富貴的時候，我們有沒有看清成功背後的代價呢？在沒有顧及對自然環境的影響下，經濟的急速發展導致全球暖化問題，城市中的工廠和汽車不斷產生二氧化碳，平衡氣候的熱帶雨林又不斷被無情砍伐，人類世界的所謂成功亦為生態系統帶來了嚴重的災難：極端氣候、冰川融化、永久凍土層融化、珊瑚礁死亡、海平面上升、洪水乾旱的災害、致命熱浪等，這些災難不再是荷里活電影的橋段，全球人類無一倖免地正在受到全球暖化的威脅和傷害。

當代著名物理學家霍金在接受美國著名知識分子視頻共用網站Big Think訪談時直言：「人類已經步入愈來愈危險的時期……我們的人口以及使用地球有限資源的程度，正隨著我們

的科技幾何級數上升，令環境變得愈來愈糟」。他指出人類如果想繼續存活，需要在200年內移民外星，否則將會滅亡。到了現在這個危急的階段，各大國為了保護自身的利益，還竟然無法達致落實為具體拯救地球行動的共識，相信這種共識未來也不容易達到。為了搶奪大陸貧窮農村市場而成為中國龐大奶粉市場的龍頭，數十間企業商人竟然使用化工原料「三聚氰胺」製造毒奶粉以減輕成本，結果導致成千上萬嬰兒被發現患有腎結石，其他不惜損害他人生命利益自己的毒食品還不計其數。成功有錢的人為了要「享受」非一般人能夠品嚐的佳餚美食，不惜一切虐待其他物種。美味的鵝肝就是鵝被人用鐵管伸入喉嚨，用極殘暴的方式強迫餵食，使肝腫大才產生出的不正常白肝。而同一時間在世界的另一邊，一個骨瘦如柴的蘇丹小女童，饑餓地跪倒在地上，禿鷹正在女孩後方不遠處虎視眈眈，等待女孩死去後便啄食女孩的屍體。「饑餓的蘇丹」這張照片由南非自由記者凱文·卡特拍攝，並於九四年獲得了美國新聞界最高的普立茲獎。當電視鏡頭播映著一位高貴艷麗的模特兒在「優雅地」品嚐著高級牛排，無數的牲畜每天正被「更有效率」和「更人道」的系統性流程殘酷地宰殺。在離我的家不遠處有一個屠房，我曾走到屠房的外圍去感受那裡的能量及迴響給被殺的牲畜。我當然不會被允許進入，但我在外邊已聽到牠們令人心寒及心痛的慘叫聲音。根據聯合國1998年人類發展報告，歐洲及美國人每年花在香港及香水這類非必要性奢侈品的大量金錢（六千五百萬美元），竟然等於全球一年內需要的基本教育、醫療、安全水源等的開支！跨國企業利用尖端科技混合不同基因製造超級食物（例如深海魚體內某個產生防凍作用的基因，移植到番茄細胞內培育而成的耐寒番茄）以賺取巨利，聽說現代科技甚至已能夠透過基因改造培養出身上長了不只兩隻翼的畸型雞隻，以應付市場的龐大需求，大部分人

對此並不知情，愈來愈多研究顯示這些違反自然規律的高科技食物極有可能帶來無法預計的生態大災難。美國次貸及歐債危機掀起的金融大海嘯波及全球已有一段很長的時間，問題根本仍然沒有得到解決。在量化寬鬆貨幣政策下，美國只好狂印銀紙，實質只是黔驢技窮的方法。中國金融學會執行副會長，前金管局總裁任志剛亦曾聲稱現時國際金融市場是百年一遇的混亂情況，全球經濟就好像脫韁野馬一樣，沒有人知道牠要走的方向，似乎人類目前的處境只是一片混亂。

人類追求成功的渴望亦構成心理上很大的壓力。由於互聯網以及人造衛星的出現，每一個人基本上已經可以在任何時間任何地點接通了全世界，只要你有一部電腦，一條電話線，就能夠接通世界很多一流大學的圖書館，一個簡單的搜索器便能夠使你得到人類世界所有重要的資訊，一個創新的點子瞬間已被很多人（包括競爭對手）知道。由於資訊快速地流通、交換、接收，直接導致世界出現史無前例的快速改變，世界經常處於非常不穩定的狀態，人類的生活節奏亦因此由馬拉松式變成一百米短跑。在這種急速的生活節奏以及不穩定的環境下，為了維持競爭優勢和提升經濟效益，已經疲累不堪的身軀不得不經常絞盡腦汁，想出生存和致勝的策略，商界、政界、娛樂圈的不同界別人士大多以追求自身以外的名聲、地位、財富、外貌，甚至性等被視作成功的指標，作為自己窮一生努力的方向。

我是從事培訓的，在一個工作坊中學員需要製作一幅個人的「夢想板」，他們需要把雜誌上有感受的圖貼在夢想板上。我發現大多數學員的夢想都不外圍繞著賺很多錢、要做老闆、住豪宅、環遊世界、買名貴汽車、嫁一個有錢老公……等關於個人成功的課題，而比較少看到渴望怎樣貢獻世界。現代人錯

誤地相信要成為受人喜歡、重視和尊敬的人，必須要能夠以形相的成功展現在眾人面前。人們不斷競爭，彼此利用，互相控制，為了滿足私己的利益，社會充滿了使人無所適從的虛偽、詭詐及暴力，人與人之間互不信任。我最近就在一間香港頗出名的書店發現了一個「勵志精選」的櫃台，上面最暢銷的書竟然是一系列教人如何運用催眠勾人魂魄，教人仿效老千、情場騙子高手等自私心態學習，以及引導人作出充滿暴力的性幻想的邪書！為什麼這種煽動人魔性的書會被文化界人士視作勵志書？為什麼宣揚文化氣息的書店竟然會大力推銷這種傷風敗德的書？又為什麼這種毒害人們思想的書成為暢銷書？只要想深一層你便會得知現今社會人性墮落的問題已非常嚴重。這反映了什麼問題？這反映了很多現代人都為了自私的欲望而活！現代人為了金錢、為了名聲、為了性、為了成功，什麼違反道德或傷害社會的事情都會做，禮、義、廉、恥已被視作可笑之物，在這種強調個人成功多於整體和諧的文化之下，整體已被嚴重地污染及摧殘，個人與整體無法分割，惡果必然會反射到個人身上。

現代人對社會出現疏離及不安全的感覺便是最直接的影響。很多家長都發覺子女愈來愈難教，愈來愈沒有品德，管教子女愈來愈無奈，因為他們的心識都是集體潛意識的反映！另外，由於現代人著眼點都放在個人得失上，身心便不可避免地長期處於緊張狀態而引致各種健康問題。根據2001年世界衛生組織的報告結果指出，全球約四分之一人患上不同程度的精神或情緒病，包括經常焦慮症、驚恐症、社交焦慮症、強迫症、抑鬱症等；精神病則包括思覺失調症、精神分裂症、躁狂抑鬱症等。世衛及哈佛大學的調查「疾病所帶來的全球的損失」〈The Global Burden of Disease〉發現，到2020年抑鬱症甚