



我看见了天堂……

天堂的证据

一位神经外科医生的来世之旅

[美] 埃本·亚历山大
/ 著
谢仲伟
/ 译

PROOF *of*
HEAVEN



百花洲文艺出版社
BATHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

PROOF / HEAVEN



一个科学家的来世体验

成千上万的人都曾有过濒死体验,但科学家们一直声称这不可能。埃本·亚历山大医生也曾是这些科学家中的一员。作为一名受过专业训练的医生,他曾经认为濒死体验虽然感觉起来像是真的,但实际上这不过是在极端压力下大脑制造的幻觉罢了。

之后,亚历山大的大脑得了一种极为罕见的疾病。大脑中控制思维和情感的部分,也就是让人类从根本上区别于动物的部分,完全失去了功能。当他的医生决定放弃治疗的时候,他竟然睁开了双眼。他“返回”了地球。

亚历山大的痊愈堪称一个医学奇迹,但他的故事里面真正令人惊奇的情节则发生在另一个世界。当他的身体陷入昏迷时,他“旅行”去了彼岸世界。在那里,一种类天使的存在引导他体验了超越身体的领域,游历了异于地球的王国。在那里,他遇见并与宇宙自身的神圣进行了交流。

亚历山大的经历并不是幻觉。在这次经历之前,他无法调解自身的医学知识与信仰之间的矛盾,这里所谓的信仰包括天堂、上帝或者灵魂。现在,他依然是一名医生;但他相信,只有意识到上帝和灵魂是真实的存在之后,只有了解了死亡并不是个体生命的终结之后,我们才能获得真正的健康与喜乐。

不论这个故事发生在谁的身上,都是令人震惊的。而它选择了亚历山大医生,便使整个故事有了革命性的意义。只要有信仰,不管你是科学家还是普通人,都无法忽略这个故事。

这个故事,或许会改变你的人生。

上架建议 社科·心灵

ISBN 978-7-5500-0704-8



9 787550 007048 >

定价: 35.00元

PROOF / HEAVEN

天堂的证据

[美] 埃本·亚历山大 / 著
谢仲伟 / 译



百花洲文艺出版社
BAIHUAZHOU LITERATURE AND ART PRESS

图书在版编目(CIP)数据

天堂的证据 / (美) 亚历山大著; 谢仲伟译. —南昌: 百花洲文艺出版社, 2013. 7
ISBN 978-7-5500-0704-8

I. ①天… II. ①亚… ②谢… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第155312号

江西省版权局著作权登记号: 14-2013-400

PROOF OF HEAVEN

Chinese translation copyright © 2013 by Baihuazhou Literature and Art Press.

Original English language edition Copyright © 2012 by Eben Alexander.

Simplified Chinese characters edition published in agreement with The Ross Yoon Agency, through The Grayhawk Agency.

ALL RIGHTS RESERVED

出 版 者 百花洲文艺出版社
社 址 南昌市阳明路310号 邮编: 330008
电 话 0791-86895108 (发行热线) 0791-86894790 (编辑热线)
010-64959556 (团购热线)
网 址 <http://www.bhzwpy.com>
E-mail bhz@bhzwpy.com

书 名 天堂的证据
著 者 [美] 埃本·亚历山大
译 者 谢仲伟
出 版 人 姚雪雪
责任编辑 张 越 程 玥
策划编辑 李 丹
特约编辑 秦 蕊
文字校对 郭慧红
封面设计 门乃婷工作室
经 销 全国新华书店
印 刷 三河市金元印刷有限公司
开 本 1/16 700mm×1000mm
印 张 14.5
字 数 134千字
版 次 2013年7月第1版第1次印刷
定 价 35.00元

ISBN 978-7-5500-0704-8

赣版权登字: 05-2013-206

版权所有, 侵权必究

图书若有印装错误可向承印厂调换

译者序

发现天堂，感受神圣

PROOF OF HEAVEN

据说，人在去世的一刹那，身体的重量会减少 21 克。在很多人的心里，这 21 克或许就是灵魂的重量。如果你的朋友告诉你，他遇见了死去的亲人，或者遭遇了超自然的现象——比如看到前生，你会报以怎样的反应？是心存疑虑地一笑置之，觉得这都是瞎扯，还是觉得值得我们敬畏的力量给了你的朋友某种启示？

当你知道本书的作者埃本·亚历山大是一名在脑神经外科领域深造了 20 多年的医生，或许会感到惊诧。一个拥有如此深厚科学背景的人，怎么会向我们提供一个天堂存在的证据？在本书中，从“天堂”归来的作者就以一个亲历者的身份向我们阐述了他见到的“绝对真相”，其中包括了我们地球上线性时间的局限、我们的意识所能到达的高度以及无条件的爱的力量等等。重要的是，作者将自己描述为一种“亲历型”的学习者，在经历了一次独一无二的体验后竟发现了自己讲述这个真实故事的使命感：天堂是存在的，神圣的存在值得我们敬畏——即使

大多数时候你看不到它。

出乎所有人意料的是，本书在美国一经面世就迎来无数读者好评，连续 15 周蝉联《纽约时报》排行榜冠军，并持续数周雄踞亚马逊图书畅销榜榜首！仅在美国的销量就迅速超过了百万册！与此同时，本书更赢得了众多权威医学专家的诚挚推荐！这个故事令作者的生命和世界观经历了重大转变，他更愿意把自己的故事分享给那些听说过类似经历并且愿意相信的人们。

作者以自己的科学知识为背景，从多个方向提出了对这段经历的科学假设。不管是大脑低级原始功能的发挥，还是药物致幻的可能以及大脑重启后对信息碎片的重组，这些都无法解释他的情况。因为在感染了革兰氏阴性细菌导致的脑膜炎后，大脑皮层的功能柱已经受损，他所经历的那些声光影都没有了大脑实体功能的支撑。所以，他告诉我们：意识并非大脑的附加功能，而是可以脱离身体存在的；地球生命的结束并不是终结，而是另一段经历的开始。

那么，是否只有涉险濒死才能体验“神游”的经历？当然不是。作者在身体康复后参加了深度冥想的课程。这种课程通过对双耳接收的不同频次以及声音系统刺激脑波的功能，让人进入一种深度的催眠状态，这种状态或许可以让你跳到另一个世界的频率之中。总体而言，我们听到的、读到的那些超自然的故事的主角，大都经历了一种极端的精神状态，它可谓生死攸关，所以在生命的两个最边缘：初始和结束的时候，或许才是人们最接近神性的时刻。

书中虽然描写了“天堂”的极致美好，但并不是说我们都该赶快了结地球的生命去更高更好的空间。如果你能把生命的存在想象成一个完整的闭环，你会发现自己在地球上的经历是整个闭环中不可或缺的链条。你在地球上要感受爱，学习宽容，这样才有可能进入下一个更高的领域；甚至我们现实中的恶意与灾难，对于整个宇宙的美好而言，也是必需的。只有经历这些，你才能学会珍惜，才能发现更好的自己与更好的世界。

转换视角，世界真的会有大不同。神迹是否存在？对于这个问题，不同的人依然会给出不同的答案。我们的地球生命结束之后，不管是陨灭还是灵魂继续遨游在无垠的宇宙，对我们当下来说都是未来的事了。但如果我们每个人都能学会爱与宽容，我们的地球又为何不能成为另一个天堂呢？

自序
我的使命是讲出真相
PROOF OF HEAVEN

我是一名神经外科医生。

1976年，我从位于教堂山的北卡罗来纳大学毕业，主修化学。1980年，我在杜克大学的医学院获得了博士学位。在我11年的医学院生涯及杜克大学、麻省总医院和哈佛大学的住院医师培训期间，我主要研究神经内分泌学：研究神经系统和内分泌系统之间的交互作用，探求释放荷尔蒙以控制身体行为的一系列腺体的作用机制。在那11年中，我还有两年专门用于研究大脑内部某区域的血管在动脉瘤渗血的情况下会发生怎样的病理反应，也就是众所周知的并发症脑动脉痉挛。

在英国泰恩河畔的纽尔卡斯取得自己的脑血管神经外科研究员职位之后，我又在哈佛医学院做了15年的外科副教授，并一直浸淫在脑神经外科的专业领域。在那些年里，我曾为无数病人进行手术，其中不乏患有严重脑部疾病，甚至威胁

到生命的病人。

我的大部分研究工作都跟最前沿的医疗科技相关，比如立体定位放射手术。这种手术允许外科医生精确地利用射线定位大脑深处的病灶，而不会影响到周边区域。我还协助升级了核磁共振成像引导神经外科手术工具，这对于难以治疗的脑部肿瘤和脑血管疾病有所助益。那些年中，我还以独立作者或合著者的身份在同行评议的医学期刊发表了超过 150 篇的专业论文。同时，我还在全球超过 200 场的专业讨论会上做过演讲。

总体来说，我将自己奉献给了医学。利用现代医学工具帮助治愈病人，更多地了解人体和大脑的工作机制，是我生命的召唤。发现这个召唤，带给了我无比的快乐。更重要的是，我还有一个美丽的妻子和两个可爱的孩子。尽管我在工作上投入了太多时间和精力，但并没有忽略自己的家庭。我的家庭是我生命之中、工作之外的另一个福祉。我知道，从很多方面来讲，我都是一个幸运的人。

然而，在 2008 年 11 月 10 日，我 54 岁的时候，一切的运气似乎都用光了。我突发了一种极少见的疾病，在昏迷中度过了整整 7 天。在那段时间里，我的整个大脑新皮质，也就是大脑外层停工了。又或者从本质上看，它从我的身体里缺席了。

大脑缺席你的身体，你就会从周围的世界缺席。作为一个神经外科医生，在过去的许多年中，我曾经听说过很多关于离奇体验的故事。故事情节大抵如此：

人们在遭受了心搏停止之后，感觉在神秘世界进行了一次旅行，那里有极好的风景，还有人会与死去的亲人对话，甚至有人见到了上帝本人。

毫无疑问，这些故事都很动人。但在我看来，这一切都不过是幻觉。为什么会有这么多人热衷于这些异世界的体验？关于这一点我不做点评，但我知道这些体验都是有赖于大脑的工作而形成的。所有的意识都与大脑相关。如果你的大脑无法正常工作，你就不可能是意识清醒的。

因为大脑是最早产生意识的机器。产生意识的机器坏掉了，就不可能再有新的意识产生。尽管大脑的工作机制极为复杂也相当神秘，但事情就是这么简单。拔掉插头，电视自动关闭。不管你有多喜欢那些节目，电视关闭，表演自然结束。

在我的大脑生病之前，关于异世界体验，我大抵秉持以上观点。

在我昏迷期间，我的大脑并不是在“错误地工作”，而是完全没有工作。我现在相信，这就是我的濒死体验如此深刻又如此强劲的原因。很多有记载的濒死体验故事中，人的心脏停止跳动一段时间后，就会进入濒死状态。在这种情况下，大脑的新皮质只是暂时灭活，如果四分钟内，通过心肺复苏术或心脏功能再激活，让含氧血流经大脑进行修复，总体上来说大脑受损不会太严重。但在我的故事版本中，大脑新皮质已经完全无法工作。可以说，在这种情况下，我的物质性大脑完全可以摆脱任何束缚和限制，获取自由。

从某些方面来讲，我的故事对于濒死体验而言，可谓是一场完美风暴。作为

一个有数十年理论研究和实践操作经验的神经外科医生，相比于正常人，我更有资格去评断发生在我身上的事实以及隐藏在背后的启示。

这些启示是极具震撼力的，难以言表。我的经历使我相信：身体和大脑的死亡并不意味着意识的消失，即使人的躯体已经进入坟墓，他的意识体验并未终止。更重要的是，这些体验依然在上帝的注视之下。上帝爱我们，注视着我们；上帝还注视着宇宙及宇宙中运转的一切。

我相信，我所到过的地方是真实的。之所以说它真实，是因为与那里相比，我们现下的生活才更像梦境。这当然不是说我不珍视现在的生活。事实上，相比之下，我更珍惜如今拥有的一切，因为我看到了生活真正的来龙去脉。

现世生活并非毫无意义，但是至少在大多数时间里，我们都无法在这里看到生活的真相。在我昏迷时发生在我身上的故事，无疑将是我所有陈述中最重要的一个。但这个故事又似乎有些难以置信，因为它超出了常人的理解范畴。我不可能简单直接地把这个故事硬生生地讲出来。同时，我的结论都基于我的医学分析，以及我对最前沿的脑科学和意识研究的了解。了解了这次旅程背后的真相后，我知道自己必须把它讲出来。这件事也成了我生活中最重要的课题。

当然，这并不意味着我放弃了自己的医疗工作和神经外科医生的身份。我想，既然我被赋予了了解“生命在身体和大脑死亡之后依然再继续”的特权，那么，将我的所见所闻讲述给大家就是我的使命。我特别愿意把自己的故事分享给那些

P R O O F O F H E A V E N

听说过类似经历并且愿意相信却未能找到相信理由的人们。

我将这本书及其中所蕴含的信息，真诚地献给这些人。相比其他人，这本书对这些人将更有价值。我所要告诉你的，跟其他任何人告诉你的任何事情同样重要。而且，这一切都是真实的。

目 录

PROOF OF HEAVEN

译者序 发现天堂，感受神圣001

自序 我的使命是讲出真相004

第一章 不期而至的痛感001

第二章 脑脊髓液化脓了009

第三章 “上帝，请帮助我！”016

第四章 熟悉的父亲去了别处019

第五章 我要逃出去024

第六章 我们不会让你离开029

第七章 这绝不是梦境035

第八章 寻找突破点041

第 九 章	我是谁?	045
第 十 章	我从哪里来?	051
第十一章	从未有过的完整	061
第十二章	你是被爱着的	072
第十三章	身体里的“战斗”	079
第十四章	一次特别的濒死体验	082
第十五章	“遗忘”是一份礼物	086
第十六章	我确定那就是你	094
第十七章	来自地球世界的祈祷	096
第十八章	暂时的遗忘	103
第十九章	近乎破灭的希望	105
第二十章	天堂与我同在	111

第二十一章	我该离开了	114
第二十二章	第六张面孔	117
第二十三章	我的眼睛睁开了	121
第二十四章	疯狂的边缘	125
第二十五章	时机尚未成熟	131
第二十六章	消息传开了	136
第二十七章	写下这一切	139
第二十八章	无处容身的“真实”	142
第二十九章	一种共同经历	144
第三十章	收获重生	150
第三十一章	翻天覆地的变化	155
第三十二章	人生的价值	163

第三十三章 意识的秘密	165
第三十四章 自始至终的缺失	180
第三十五章 两个世界的相遇	184
后 记 一场完美风暴	194
附录 A 医学博士斯科特·韦德的声明	207
附录 B 解释我经历的一些神经科学假设	209
附录 C 伊特尼亚	213

第一章
不期而至的痛感
PROOF OF HEAVEN

2008年11月10日，弗吉尼亚，林奇堡。

我的双眼忽然睁开了。在卧室的黑暗中，我看到了床头钟电子屏幕发出的红色光晕：凌晨4点半，比我平时的起床时间整整早了一个小时。我住在弗吉尼亚的林奇堡，工作地点是位于夏洛茨维尔的聚焦超声外科技术中心。一般来说，我会5点半起床，从家里到单位有70分钟的车程。我的妻子霍莉还在我的身旁熟睡着。

两年前，我和妻子与家人搬到了弗吉尼亚高地，那时我已在大波士顿地区的神经外科学术界从业将近20年。我和霍莉相识于1977年10月，那时我们都