

The Spiritual Life

约书亚的传导

灵性人生

[荷兰]帕梅拉·克里柏 著 艾琦 晓悦 译



世界图书出版公司

约书亚的传导：灵性人生

(荷兰) 帕梅拉·克里柏 著

艾琦 晓悦 译

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

约书亚的传导：灵性人生 / (荷) 克里柏著；艾琦，晓悦译. —北京：世界图书出版公司北京公司，2012. 12

书名原文：The Jeshua Cneling: The Siritual Lfe

ISBN 978-7-5100-5632-1

I. ①约… II. ①克… ②艾… ③晓… III. ①心灵学—通俗读物
IV. ①B846-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第 310925 号

约书亚的传导：灵性人生

著 者：[荷兰]帕梅拉·克里柏 (Pamela Kribbe)

译 者：艾 琦 晓 悦

责任编辑：黄秀丽 于 彬

封面设计：谧之书

出 版：世界图书出版公司北京公司

出 版 人：张跃明

发 行：世界图书出版公司北京公司

(地址：北京市朝阳区大街137号 邮编：100010 电话：64077922)

销 售：各地新华书店

印 刷：北京博图彩色印刷有限公司

开 本：787 mm × 1092 mm 1/16

印 张：16

字 数：195千

版 次：2013年3月第1版 2013年3月第1次印刷

版权登记：01-2012-8206

ISBN 978-7-5100-5632-1

定价：36.00元

版权所有 翻印必究

推荐序

让内在充满信心与喜悦的灵性讯息

张德芬 ◀

很高兴《约书亚的传导：灵性人生》在大陆出版。去年，当《灵性炼金术》在台湾出版之后，方智出版社和我本人都收到许许多多朋友的回馈和感激，告诉我们这本书是如何打动了他们内心的最深处，让他们内在有了巨大的改变。也有朋友把这本书当成《圣经》一样在读，上面画满了红线，写满了心得、笔记。

这次，作者帕梅拉又为我们带来了许多美好的讯息，她自己经过前年的一段黑暗谷底的经历，管道变得更加通畅，自己也更为沉淀、落地。而这本书的翻译艾琦更是被帕梅拉视为“天赐的一个礼物”，她精通荷兰文、中文和英文，是个热爱生命又愿意奉献的人。现在她正在把我《遇见未知的自己》这本畅销书翻译成英文，她的专业、善良、服务的精神，深深让我感动。

这本书最让我受益的就是它谈到了走向臣服的三个障碍——三个偶像，这是我们每个走在灵修道路上的人都可能犯的错误：虽然我们已经抛弃了传统的“神”的概念和形象，但心里却始终有个权威在指使我们、操控我们；其次我们还有很多的“应该”和“不应该”在影

响我们的行为，当然也妨碍我们的快乐和自由；最后就是我们对其他人的怜悯，有时也妨碍了我们自己的成长。

这也是我和其他众多读者都喜欢约书亚的讯息的原因吧！他虽然是所谓的“高灵”，却非常懂得人性，又知道该如何抚慰我们的心。他给的建议都不是在空中高来高去那种，而是非常落地、非常实用的智慧忠告。像这一次，他就建议了几个让我们联结自己灵魂热情的方法：

1. 感受灵感和激励
2. 真实对待自己的本性
3. 保持界限，并敢于说“不”
4. 耐心和节奏

每次读完约书亚的讯息，我都有一种被“加持”的感觉，内在会充满信心与喜悦，因为他是那么懂得我们的心，也知道如何适当地给予我们激励，让我们在这条困难的灵修道路上，感受到爱与支持。

中文版《约书亚的传导： 灵性人生》自序

我非常感谢几位朋友对这本书出版的慷慨相助。最初，本书大约一半的内容是以英文的形式发布在互联网上的，我从来没有期望这些讯息会有很多的读者。有一天，我收到了郭宇（“约书亚的传导”另一部分内容的翻译者。编注）的邮件，他告诉我，他想将这些讯息翻译成中文。我，还有和我一起工作的丈夫为此既感动又惊喜，之后我们创建了中文网站“约书亚的传导”（www.jeshua.net/zh）。过了一段时间，张德芬，这位中国知名的灵性作家也跟我们取得了联系。她被网上约书亚的讯息所鼓舞激励，又为我们的书在中国出版提供了帮助。从2010年开始，“约书亚的传导”在台湾出版成书。现在，“约书亚的传导”又要在中国大陆出版，我们非常高兴。

就这样，“正确”的人以如此轻松而神奇的方式出现在我们行经的道路上，使现在这一切成为可能。我对此深怀敬畏。我非常感激张德芬和郭宇将“约书亚的传导”介绍给中国大陆的读者。从中国读者的回应中，我感到我们是一体的，我们有着共同的悲欢。我们深受触动，感觉到了彼此心与心的联结。

《约书亚的传导：灵性人生》这本书大部分是由艾琦从荷兰语翻译过来的。艾琦也住在荷兰。和她的相遇又是一个共时性奇迹。我们

• 约书亚的传导：灵性人生 •

惊讶于这件事是否有更高的力量主导。我们深深感激艾琦的奉献精神以及精湛的翻译能力。她所做的不仅是对字词的翻译，更是在传达约书亚和他的母亲玛利亚的灵性讯息。尽管我完全不懂中文，我仍能感到她与传导有着本质上的、超越了字词层面的联结。

非常感谢这本书的出版商，世界图书公司北京公司，特别是我的编辑黄秀丽。我们的合作很顺畅，感谢世图对这本书的关注以及为出版所做的努力。

最后（但并非不重要的），我要感谢我的丈夫格里特。当我在工作坊中进行传导时，他一直坐在我身旁给予支持，给我提供安全感，仅仅“在那里”。不仅仅是在传导期间，在我们的日常生活中，他的情感和精神支持对我来说也是无价的。尽管这本书上只有我的署名，但其实它是我们两人心连心协作的结晶。

帕梅拉·克里柏

2012年10月于荷兰

导言

每个人都向往充满灵性的人生。充满灵性的人生指的是以热忱且不抗拒的态度生活，与内心最深处的愿望和梦想融合。充满灵性的人生是对人生说“*Yes*”，同时觉知你的人生有比这个物质世界更高的次元支持和引导。这个更高的次元是你的源头——你的灵魂所处的次元。你的灵魂为肉身的你提供无限的灵感，通过直觉和感受与你沟通。你的灵魂渴望在地球上的体验和创造；作为肉身的你，渴望灵魂的智慧 and 觉悟。从这一角度讲，灵魂和肉身互相等待着，双方联袂的结果就是喜悦、灵感和满足感的诞生。

当你和灵魂联结时，你的人生中会出现一股意识流，它将你带近内我，邀请你将内心深处的你展现给这个世界。你与灵魂的联结是走向内在，并自内向外地体验外在的世界。当外在的体验和创造来自于与灵魂的联结时，它是自然且毫无困难的。在你的人生路上，自然会出现帮助你实现内心愿望的人和机遇。充满灵性的人生既富于激情，又充满宁静和光。

恐惧是走向灵性之路的最大阻碍。聆听灵魂的声音意味着认真对待你的感受，即使它与周围环境对你的教育和期待存在矛盾。忠于自己会使你偏离他人为你计划好的路途，会使你与周围环境发生冲突。

聆听灵魂的声音会使你隐藏在灵魂最深处的情感浮上表面，也经常会使你日常生活中的某些方面发生戏剧性的变化，比如亲密关系、工作和居住环境等。冒这个险会带来恐惧，恐惧被拒绝或“偏离正常”，恐惧孤独，恐惧不再被你爱或尊敬的人接受。最后，“走向内在”要求你放下所有外在的权威，完全信赖内在的声音，内在的声音通过你的感受与你沟通。遵从内在的感受而不是外界的评判，这是一个逐渐转变的过程，需要勇气和真诚。同时，它也是一个带给你察觉和满足的神奇过程，通过任何其他途径和方法都无法获得如此的效果。

这本书激励你走上这条转变之路。它教你学会如何与灵魂沟通，教你正视恐惧，并最终放下恐惧。书中详细介绍了恐惧的源头以及灵魂生生世世的旅程。此外，这本书还描述了在这个新时代中灵性的整体提高是如何进行的，在此提高过程中，每个人都被邀请放下恐惧，走上充满灵性的人生之路。这是一个从基于恐惧的群体意识向认知灵魂且灵魂合一的心灵意识转换的时期。这个心灵意识的种子曾经被一位导师，一个充满灵性的人，一个游走以色列将讯息传给所有“有耳能听”的民众的人种下，这个人就是约书亚，也就是众人熟知的“耶稣基督”。你也可以将这个心灵意识苏醒的时代看做基督再生的时代——不是基督这一单独的个体，而是一种集体能量的再生。这个集体能量来自于所有充满灵性的个体，它并非仅处于一位导师或一个宗教之中，也不处于各种人生规则和戒律的集合之中，它是一种感受、一种灵感、一种合一，是温暖、慈悲且充满活力的能量。除了传递讯息，本书还倾力为你传递这一刚刚苏醒的基督意识能量。

讯息来源

本书的所有篇章都是透过通灵传导获得的讯息。通灵传导的意

思就是某一灵性能量通过某个“传导者”传递信息。这本书中的传导讯息是我与内在基督能量联结的产物，这一基督能量以两个导师的形象——约书亚·本·约瑟夫（耶稣）和玛利亚（约书亚的母亲）对我彰显。

进行通灵传导时，我处于一种轻度的出神状态，一种身体放松、内心宁静的状态。在这种状态中，忙碌的大脑思维让位给开放、基于直觉的意识觉知——它不思考而是静观。我于精神上对约书亚或玛利亚开放，当他们中的一位“加入”我时，我会感到被他们的爱和光环绕。约书亚给我的感觉是明晰和关切的，玛利亚则让我感到温柔、慈悲，充满喜悦的轻松和自由。他们的觉知轻柔地流过我，并赋予我洞见，我将这些智慧用语言表达出来。

传导过程中，我不觉得自己是灵媒或具有灵视能力。传导对我来说是一种灵性体验，而不是对超感知的体验。虽然我在出神状态中会经历一些超感知现象，比如看到颜色或画面等，但这并非事情的本质。通灵传导的本质在于创造通道，通向更高的觉知、更高的自我接受性以及更多的理解 and 爱。通灵时，我的意识被提升，超越了我日常生活中所习惯的那个层面。我与宏大、永恒且充满爱和光的能量场联结，对此我感到既亲切又自在。事实上，我与自己的灵魂联结，所传导的讯息是我的灵魂与约书亚或玛利亚合作的成果。

我曾问玛利亚通灵时我身上都发生了什么事，她回答说：

“通灵时，你忆起了自己是谁。你暂时回到了家，并看到你所有的担忧和恐惧之间的关联。这使你心中充满了快乐，并将喜悦和无忧的能量传递给他人。以我的名义说话时，你进入了我们彼此合一的那个层面——人类目前对此还无法理解。是你在讲话，还是我？那是我们之间充满喜悦的合作。我在天堂以无条件的爱浇灌你，这使你的大

脑充满了喜悦和洞见，你将它们转译成词汇、语句和整篇文字。我们的目的是让你们忆起‘你是谁’，忆起你拥有爱、被珍视和喜悦的权利。你们需要具体的讯息：为什么我在这里？我该怎样做？我该何去何从？我们理解这一点并尽量满足你们的需求。然而，我们带来的最根本的讯息却一直是：上帝爱你，他从未遗弃你，你是安全的，你就在家中，此地此时。如果你们在聆听或阅读这些传导文字时能够对此有真切的感受，我们的目的就达到了。”

通灵时，我并未失去自己的觉知，也没有出体。我处于“有意识的接受状态”，将感受到的洞见转译成具体的语言。转译过程中，我很清楚自己无法将约书亚和玛利亚给予我的爱和鼓励完全转换成人间的词汇和概念，和他们充满爱的能量相比，语言显得苍白。

这本书中的讯息先是在参加工作坊或各种聚会的人们面前被娓娓道出，之后我将其打印成文字重新编辑。编辑过程中我不断与约书亚或玛利亚沟通，以尽量准确地描述我接收到的智慧和洞见。这一过程中，我并不是进行“自动书写”，我的觉知也没有被某一外在的能量“接管”，我以转译者和设计师的身份有意识地参与了这些传导。

个人背景

我想介绍一些我的个人情况，以使读者更清楚地了解这本书的背景。我从小就对各种哲学和灵性问题感兴趣，孩提时代的我就很喜欢《新约圣经》中关于耶稣的故事。我并非成长于一个宗教色彩浓重的环境，我的家人对宗教持中立态度。是我自己主动去阅读了儿童圣经中的故事，至今书中的插图和书页的芳香依然在我的记忆中徘徊。耶

稣的形象深深地触动了我，他代表着美丽和纯洁，我读那本书时，心中充满了无法言喻的渴望。

18岁时，我去莱顿大学就读哲学专业，开始学习以理性的方式对待和处理各种人生问题。这使我着迷，和令人窒息的中学相比，大学对我来说是一个绿洲：自由且毫无限制地思考各种实质性的问题，我充满热情地投入学习。1992年我以优异成绩毕业后，又开始在内梅亨大学攻读博士学位，专业方向是科学哲学，主要研究心智和物质世界的关系，研究的中心问题是：物质实相是否是客观可知的？科学能否揭示物质实相（包括我们人类的心智）的基本原理？科学本身是否受到某一主观因素——决定理论的形成方向却丝毫不被我们质疑的隐性世界观——的影响？我以极大的兴趣对这些问题进行着不断的研究和探索，然而，在获取博士学位的前一年，我陷入了人生的困境。

那时我已经和一位我认为会与其厮守终生的男人在一起住了四年，他是科研人员，对人生的看法充满了理智，我深受他的影响，忽视自身的感受和灵性。我偶尔会读一两本略带灵性色彩的书，但不敢让他知道，看到他走进来，我会立刻将书藏在枕头下面！我自认为已经把灵性方面的东西抛在了身后。

后来我在大学遇到了一个男生，刚刚相识的我们便开始热烈地讨论各种关于哲学和灵性的问题。他的神采和个性唤醒了我内在的某一部分，我深深地爱上了他。对他的爱也从根本上改变了我那有条理、有规律的生活，我开始怀疑一切我以前认为是理所当然的事情。某些深藏于内心深处的感受也开始苏醒，在我的人生中处于凝滞状态的热情和灵感，现在以爱情的形式涌现出来。经过情感激烈的一年，我离开了以前的伴侣，希望与我深爱的这个男生开始美好的生活。然而，事与愿违，经过一段时间的努力磨合，我们不得不承认，虽然我们真

心相爱，也有着共同的兴趣，却并不适合彼此。

经历了这个沉重的打击后，我接受了美国哈佛大学提供的奖学金，决定去国外暂住一段时间。在那里我感到异常孤独，有时甚至感到绝望。课间休息时，我坐在这所闻名世界的学府的台阶上，目光空洞地看着前方。学术知识无法再使我感到充实，即使它们来自于这个世界上最清晰的心智。虽然我写完了关于科学哲学的博士论文，但我知道自己对在大学谋职并不感兴趣。我渴望汲取充满生命力的知识，不再以理智而是以感受来理解人生。

我在哈佛大学对面的一家书店看到了珍·罗伯兹传导的赛斯资料，赛斯讲述信念的创造力、平行宇宙的存在以及心智的灵性来源和运作方式。阅读时，我不仅感受到这些讯息——更高层面的哲学——对我的感染力，也感受到字里行间中充满的能量，这能量来自于超越物质实相的次元。赛斯资料中洋溢的灵性、光明和幽默使我重新认识到人生的意义，我开始对“通灵传导”感兴趣，将做博士研究所需要阅读的书籍扔在一边。不过，我一走进课堂，就得赶忙把赛斯资料藏起来，仿佛在做违法的事情一样。只是，我无法将这种“捉迷藏”的游戏一直坚持下去。

1997年博士毕业后，我告别了大学，开始寻找能够将我对哲学和灵性的兴趣付诸于实践的机会。我一边教哲学课，一边工作。我通过中介公司先后做过几份秘书工作。在大学时，我习惯了一个人独立地完成各项工作，因此很不适应充满社交和等级特性的办公室生活。经过几年的屡战屡败，我于2000年拜访了一位居住在祖特尔梅尔（Zoetermeer）的灵性治疗师及生物能量场（aura）解读师优柯。她解读我的能量场，告诉我她看到的颜色和画面以及随之而来的感受。我被她的解读方式深深触动。她对我说：“是时候了，你要跟从

内心深处的灵感生活，不要再受制于内在的恐惧和不自信。”这使我感到难以接受，却不得不承认她是对的。那时的我，工作不快乐，亲密关系也没有任何激情，内心不安宁，而我却不知该如何是好。

我对优柯的拜访是我人生的转折点。那一年我参加了她讲授的“提高直觉力”的课程，这门课对我的情感冲击很大，旧有的痛苦、愤怒和恐惧浮现出来，我对它们从未有过如此清晰的觉察。我感到情感层面上发生了颠覆性的变化，这使我受益匪浅。我感到内心的平静，也觉得自己更有力量，而且有生以来我第一次感到真正“住在”我的身体中，也第一次感到与地球的联结。我开始在灵性方面如鱼得水，也很快学会了解读生物能量场。不过，与物质实相建立联结，并面对由此唤起的情感却不那么容易。优柯象母亲一般引导我走过这一阶段，我仿佛获得了重生。

那一年，我也接受了回溯催眠。在催眠状态中，我回到了不同的前世，这一神奇之旅使我认识到灵魂的次元，它远远超过活在这一生的我们，我看到自己在地球上多次轮回中——甚至在来地球轮回之前——经历的黑暗和光明以及善与恶。对前世的回忆——那时我已能自发地看到前世的一些画面——给我留下了深刻的印象，一切都逐渐变得明了。我那时的男友——我们已经同居几年——很难理解我的所作所为，我们分手了。

这时，格里特出现了。那时我刚刚开始上网，在网上搜索关于前世、业果和轮回的资料。我看到格里特的主页，我们很快便开始了频繁的联系。我感觉自己和他有着强烈的内在联结，仿佛与他相知很久似的。当我们于2001年第一次见面时，我的感觉得到了验证。那是我第一次去看他，离开时，他送我去火车站，我们一起在站台上等火车。

我们默默地并肩坐在椅子上，虽然嘈杂的人声不断，我却感到有一种深度的宁静围绕着我们，仿佛通往其他次元的门暂时为我们打开，我们的灵魂在无言的温柔中互相问候，互相拥抚。我的内心深处涌起无边的喜悦，就像我已经回到了家，理所当然地享受着亲密，这是如此的温柔、快乐和轻松。我遇到了我的丈夫。

几个月后，我辞去工作并退掉在祖特尔梅尔租的房子，搬到蒂尔堡（Tilburg）和格里特住在一起。我很快就身怀有孕，并于2002年生下了我们的女儿劳拉。那一年我的工作室也正式开张，提供生物能量场的解读服务。一切都进展得那么快那么顺利，我很满足。经过各种变动和波折后，我真切地感到自己被某一更高的力量引导着，那是我灵魂的力量。我内心深处的灵感终于与地球实相建立了联结，我开始跟从灵魂的声音生活。

与约书亚相遇

格里特和我有个习惯，就是晚上时时会做一次催眠，有着多年催眠经验和兴趣的格里特能将我带入催眠状态。我们以这种方式探索内在的心理面向——比如前世记忆或情感层面的能量堵塞，并提出一些关于人生和灵性方面的问题。2002年的一个夜晚，我感受到一个陌生存有的出现。此前我曾与一些指导灵有过接触，他们给予我温柔的能量和充满爱的建议。但这个存有却完全不同，它比较庄严且富于感染力，我们决定探明它是谁——或它是什么。当我开始与这一能量沟通时，我感到这是一个充满智慧的男性存有。他的名字约书亚·本·约瑟夫——耶稣的阿拉姆语名字——清晰地出现在我的“内在之眼”中。一瞬间，我内在的深度觉知被唤醒，我

知道确实如此，我感受到的是耶稣的能量。虽然我对这一切的真实性怀疑了很长时间——更别说向外界透露，但我从一开始就对约书亚·本·约瑟夫的能量感到很熟悉。在祖特尔梅尔做回溯催眠时我回到了某一前世，那时我是约书亚的忠实信徒，他的讯息和神采征服了我的灵魂，他的死使我心灰意冷。我还记得那个催眠师对我说：“那一生是你的灵感之源，灵魂之火。”当时的我迷惑地看着他，现在我明白了他的意思。我要在这一生再次拾起这一灵感，并在这个时代——和两千年前相比时机更加成熟——重新展现这一灵感。

约书亚没有用耶稣的名字介绍自己，他使用了约书亚·本·约瑟夫的名字以强调他的人性。他并非宗教信仰中描述的那个神圣人物，而是一个站在我们身边的兄弟和朋友，亲切且容易接近。他曾是人类的一员，完全了解光明和黑暗以及善与恶。你会像对待大师或权威一样仰视他吗？你会无视他带来的讯息吗？这个讯息就是：基督意识已经在每个人之内萌芽。约书亚不想高高在上，恰恰相反，他要我们意识到我们与他的平等性。约书亚像兄弟一样亲切，当我问他问题时，他总会直截了当地给我回答。最初，他常常建议我要在能量层面上更好地保护自己，不受客户的各种问题和负面情感的影响——我有着过于友善的倾向，很容易就和他人的能量溶在一起，事后则感到很累，且难以放下。约书亚明确地告诉我这样做并不是“帮助”他人，他强调，与大地的联结——关爱自己，敢于说“不”——对于平衡我那敏感和富于同理心的一面尤其重要。

我常常以“明晰的感受”或“简短的语句”等方式接收他的讯息，随着时间的推移，我们之间的沟通已经不再是“对话”，而是一种能量上的调谐。这一能量上的调谐带给我意识上的明晰和宁静，他

的能量就像是我的基准点，帮助我与自己灵魂的神圣核心建立联结。

最初我没有告诉任何人关于与约书亚沟通的事情。一年后我们才邀请了几位朋友参加通灵聚会，那时，约书亚也开始将一些具有普遍意义的讯息传给格里特和我（“光之工作者”系列），我们将这些讯息放在了网上。2004年，一家灵性中心邀请我们在公开场合进行通灵传导，虽然心中充满了恐惧，但我还是觉得应该接受他们的邀请。这次公开的通灵传导为第二系列的“约书亚传导”——都是在公众面前进行的——拉开了序幕（我们已将两个系列的约书亚传导编辑成书）。虽然我一直对在公开场合传导讯息感到恐惧和迟疑，但每次聚会的气氛都是如此特别，约书亚的能量是如此真实强烈，在场的人们也深受感染，这一切都激励我继续坚持下去。我们遇到越来越多志同道合的人，我们有着共同的兴趣以及对灵性的开放态度。约书亚的到来使我与灵性家人相遇，这是一份极其珍贵的礼物。

最初，约书亚就告诉我他的讯息是专为某些人准备的，他将这些人称为“光之工作者”。他说这些人是地球新意识的先锋，他们首先觉醒，并将成为后来人的榜样和导师。我对此感到奇怪，这听起来给人一种精英感。某一特定的团体？他们是谁？约书亚在《生命的疗愈：约书亚的传导》一书中描述了光之工作者，他们的特征如下：

——光之工作者自小就觉得“与众不同”，他们常常远离社会，感到孤独和无人理解。随着年龄的增长，他们常常（被迫）成为寻找并开创自己独特之路的个人主义者。

——他们常常对传统的组织和工作机构感到不适应。光之工作者天生蔑视权威，他们反抗一切以权力或等级制度为基础的规则或价值观，即使他们本人既羞怯又谦虚，却有着强烈的反权威倾向，这与他