

灵魂 炼金之旅

JOURNEY INTO SOUL-ALCHEMY

· 廖阅鹏的第四道笔记 ·

廖阅鹏◎著

最适合现代人修行的心灵成长课！

帮你重新认识自我、记得自我、超越自我、回归心灵

作者亲访克里希那穆提基金会，喜爱克氏教诲的人不可不读！

CMS 湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE

博集天卷
CS-BOOKY

灵魂 炼金之旅

JOURNEY INTO SOUL-ALCHEMY

· 廖阅鹏的第四道笔记 ·

廖阅鹏◎著



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

图书在版编目 (CIP) 数据

灵魂炼金之旅/廖阅鹏著. —长沙: 湖南文艺出版社,
2011.10

ISBN 978-7-5404-5120-2

I. ①灵… II. ①廖… III. ①个人—修养—通俗读物

IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 188024 号

上架建议: 心灵成长·励志

灵魂炼金之旅

作 者: 廖阅鹏

出 版 人: 刘清华

责任编辑: 丁丽丹 刘诗哲

监 制: 刘 丹

特约编辑: 闫翠翠

营销编辑: 刘智慧

封面设计: 八牛·设计 

版式设计: 李 洁

出版发行: 湖南文艺出版社

(长沙市雨花区东二环一段 508 号 邮编: 410014)

网 址: www.hnwy.net

印 刷: 北京京都六环印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

字 数: 158 千字

印 张: 8

版 次: 2011 年 10 月第 1 版

印 次: 2011 年 10 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5404-5120-2

定 价: 28.00 元

(若有质量问题, 请致电质量监督电话: 010-84409925)

灵魂炼金之旅

本书属于

想改变自己

唤醒沉睡的灵魂

开发高等意识

玩赏森罗万象之美

成为真正的人

而奋斗而挫败而不悔的

现代炼金士

大陆出版序

中国原来是灵性底蕴丰沛的大国，老庄以下，佛道高人辈出。达摩东来后，一花开五叶的禅宗更是启动了人类历史上未曾有的开悟大爆发！

然而，二十世纪那一百年的大时代动荡后，灵性传承花果飘零。此刻，随着中国站起来了，人民富起来了，正是灵性需求再度受到重视的关键时刻。

二十一世纪的我们，累积了几千年的修行经验，有了现代心理学，有了现代的科学，我们更能够拣择出合理的灵性修持系统。

合理的灵性修持系统应该具有下列特征：

- 重视认识自己，提供认识自己的知识与技巧。
- 重视心念的锻炼，使修行者情绪稳定，心志坚毅。
- 重视理性，反对迷信，反对偶像崇拜，反对教主神格化。
- 重视内在的修行，不强调外在的形式。
- 重视性能量，能够对性提出合理的解释与建议。
- 重视传统宗教，承认现有各大修行体系有其优点与独到之处。

“第四道”这一修行体系，是由葛吉夫（G.I.Gurdjieff）弘扬出

来的，该体系符合上述特征，在形式上是崭新的，在内容上令人耳目一新，尽管依稀可以看出部分宗教的核心教义，却是用通俗的语言来表达，可以说是没有宗教色彩的纯粹修行，提早五十年出现的超个人心理学。

对于本来没有修行经验的人，第四道可以提供一个非常好的起点，避开修行者常遇到的盲点。

对于已经是某宗教信仰的修行者，可以提供新的观点，更深入原有修行体系的核心教义。

对于没有修行兴趣，但是想更深入认识自己的人，第四道更是提供了一套务实有效的方法。

从第四道的学习过程中，我得到了很多体会、启发，是于十年前以整理第四道精华的心情来撰写，希望能成为大众认识第四道的入门书。

这本书虽然是我写的，但我只是扮演了一个媒介角色，把第四道的重点呈现出来，十年来我仍然时常阅读本书，从中获得提醒、督促。与其说我是作者，不如说我是记者，忠实地采访了、报道了而已。

欣逢本书得遇因缘在大陆出版，我心愉悦难言！祝福读者们，通过阅读本书，得到一份助力，迈向身心灵平衡的生活，进而达到真我实现的境界。

廖阅鹏

于2009年12月30日从化流溪河畔月圆之夜

台湾出版序

我喜欢“水到渠成”的感觉，就像顺着水流，顺着风向航行，让事情自然而然就成了，不费力，心情也轻松。

常常我回头思索过去生命的轨迹，更觉得万事莫不如此，顺其自然最好。

七年前，离开“现代禅”这个新兴宗教团体之后，拜李学长所赐，自觉佛禅的品位提升不少，从此，我开始扩大修行的视野，接触佛禅以外的佛禅。

《宝瓶同谋》是对的，东方与西方的智能交流的深度与速度都在不断增加中，因缘际会，我涉猎了新时代思想、赛斯（新时代运动里一位重量级的高灵）、克里希那穆提、巫士唐望（二十世纪美国文化中一个神秘的印第安灵性传统的传奇人物）、催眠、气功等，深深感觉到四海之内的修行者都以各种不同的渠道诠释相同的真理。

就在认识谦达那（台湾著名翻译家，已翻译多部身心灵著作）老师的同时，认识了道心炽烈的C君。

C君就在谦达那家里，打开他那江河滔滔的话匣子，畅谈葛吉夫与第四道。

有趣的是，C君与我就读同一所大学，我读的是心理系，他念的是物理系，当时我们无缘相识，这两条命运轨迹直到多年后才偶然

交会，却带给我不小的影响。

C君性格慷慨，颇有古孟尝之风，结识后的第一次见面，就馈赠以两本博览群书后他视为最精要的道书，一本是《第四道》，一本是《人可能进化的心理学》。

但是，显然时机未到，我翻了几页，竟然觉得枯燥乏味，就打入书架的偏远角落了。

大约在三年前，我写完了《禅门公案三百则》后，有一阵子感到头脑被掏空了，我需要补充新的能量，才能继续写《禅门语录三百篇》。

有时，我独自开车离开台北市，寻找清幽的林下水边，呼吸不一样的空气。

有时，我来到天主教堂，在十字架受难耶稣像下，聆听少年合唱团宛如天使的清纯之音。

有时，我随兴挑本书架上的书翻到哪一页就从那儿读起，任凭书中随机的一语一词触动心弦。

某一天，我信手抽出杨斐华翻译的《第四道》，就从第285页读起：

我们不会“做”，这个观念很重要，我们必须经常回头谈它。如果这个观念不清楚，或者它的某些特性不清楚，诸位就要发问，因为非了解并记住这个观念不可。每样事物都是“自行发生”，人们什么都不会“做”。从我们生到死，事情都自行发生，而我们却以为自己在做。

这段话带给我很深的震动。我从心底明白作者邬斯宾斯基所说的话是千真万确的，可是，这种真相是多么令人们厌恶，人总是喜欢自己的头顶有一圈光环！像第四道这种说真话的修行体系绝对不会受很多人欢迎。

从这一天起，我开始读得下《第四道》了，而且觉得滋味无穷，是剖析人性的高级心理学，是另外一种版本的禅，是一个完整的修行体系，无论理论或技巧，都非常圆熟，是到目前为止，少数令我赞叹不已的修行工具，具有明确、精准、一针见血的功效。

第四道非常务实，它绝不谈玄说妙，也很少谈悟后的境界，而是反复再三地强调基本功夫：认识自己、认识自己、认识自己，认识真正的自己，即使面目丑陋……如果缺乏认识自己，哪有修行可言？

两年前，我终于完成了《禅门诗偈三百首》，连续两年闭门家中专事写作的生活，使我开始渴望跟外界有更多的接触，尤其是在修行上，我独自摸索很久了，如果有些道友的激励会更好。这也是第四道的基本观点，一个人很难完成道业，因为个人总有软弱的时候，唯有通过团体共修，修行的断层才会弥补起来，使人有动力继续向前走。

这时，非常巧，半年前失去联络的L君适时来电，告诉我他在参加第四道的团体。

L君年近五十，本来是声誉卓著的企管顾问，前几年发生了一些事情逼迫他警觉到生命更高境界的需求，毅然转换跑道，放弃企管顾问业务，全身心投入脑心科技、解脱学的研究与实践，我们还曾经一起合作制作了或许是台湾第一套的前世回溯催眠录音带。

L君所说的第四道团体是来自美国加州的友朋会，据说创办人R是一位成道者，达到第四道体系极致的第七种人。

多年来，我对“证果”一事有着高度警戒。

然而，在独学而无友的情况下，团体对我的成长是有必要的，我也想深入了解实修第四道的人如何展现活的第四道。

在友朋会台北中心学习了一年半之后，也就是今年年初，我终于觉得在理论上对第四道的了解起码有了六十分的程度，再加上友朋会台北中心每次聚会都是使用中英双语交谈，我的英文口语能力也有些进步了，我开始打算前往友朋会总部，亲身体会“纯第四道环境”。

说来有趣，《禅门诗偈三百首》受到台湾省中部一所寺庙住持的欣赏，出资购买版权制作成第四台电视节目，我将这笔钱投入股市，也不太理会，实情是我也不太懂股票，结果，股市大涨，我居然有一笔充裕的钱可以出国了。

就在我最喜欢说的“一切都是最好的安排”的情况下，我作好出国前的各种准备，计划好除了体验第四道小区，还要到欧亥（Ojai）的克里希那穆提基金会拜访。

这时，只有一面之缘的L女士打电话给我，说她看电影时中了宣传活动的大奖，如果两人同行，可以获得两张加拿大来回机票，如果只有她一个人去，就只能拿到一张，所以，她邀请我一起同行，到了多伦多以后，我们可以各走各路。

我思索了两三天，觉得这真是天意，老天的旨旨神秘莫测，令我生出庄严渺小之感，我能不接受吗？谁知道会有什么事情在遥远的加拿大等着我！我唯一能做的就是活在当下，迎接老天甚深微妙

的计划。

于是水到渠成了，我展开近三个月的旅程，从台湾省飞多伦多，在机场就遇到奇事。再飞旧金山，住在第四道小区，两个月的体验就像两年的浓缩，令我眼界大开。在开车造访席多纳的半路我出了车祸，把租来的汽车撞成废铁，人却没事，虽然没有达成拜访第四道小区的目标，却换来一次美妙的高峰体验。最后两星期，我驾车离开旧金山，经由风景壮丽的太平洋海岸公路到洛杉矶，途中在欧亥停留三天，在那儿的克里希那穆提基金会、克创办的橡树林学校、通神学会留下了愉快的回忆。接着，我驱车穿越沙漠，在拉斯维加斯赌城停留了两夜，作为前进大峡谷的据点。最后一天，我一口气开车十五个小时回到旧金山，然后飞温哥华，逗留两天，才返回台湾省。

这一趟旅程的见闻、思维的精粹都在这本书里了。

这本书是第四道的基本介绍与个人理解，也记录了糅合第四道观点的美丽印象，相信有心想改变自己的人，可以从中得到启发。

我认为，第四道是与佛禅一样管用的修行体系，通过第四道，佛教徒会成为更好的佛教徒，基督教徒会成为更好的基督教徒，这“更好的”是指：超越形式束缚，成为真正的人。

最后，谨以以下一句话与读者互勉：广学多闻，善巧萃炼诸家精华，质疑复质疑，验证再验证，汇百川于大海，成一家之言。

廖阅鹏

于1997年12月23日台北

目录 灵魂炼金之旅

大陆出版序 / 001

台湾出版序 / 003

◆ 辑一

灵魂炼金士

葛吉夫：二十世纪的达摩 / 003

橡树子的譬喻 / 014

四种意识与七个中心 / 017

性能量的滥用 / 024

第四道与七种人 / 030

磁性中心与三种影响 / 034

清醒的七种障碍 / 040

扑克牌与诸中心更精细的区分 / 048

九宫图与身体类型 / 061

第四道的基本原则 / 069

葛吉夫格言 / 074

魔法师的羊群 / 078

素质与知识 / 080

本质与个性 / 085

对自己的主要特征下工夫 / 090

停止思想 / 095

杨斐华的几个小故事 / 098

目录 灵魂炼金之旅

◆ 辑二

新天堂之旅

神秘的印度女郎 / 105

CN塔偶思 / 108

第四道小区素描 / 115

邂逅传说中的第五种人 / 124

人的潜能高深莫测 / 129

本能中心的善与恶 / 133

完美的“做爱做的事” / 140

樱桃树下摘樱桃 / 144

有许多在前的，将要在后 / 148

宫本武藏与佐佐木小次郎 / 152

车毁人安的高峰经验 / 161

“记得自己”随笔 / 167

毒橡草的启示 / 180

巧遇女画家 / 188

美丽的女修行者易丽丝 / 190

因金发女郎之死哭泣 / 193

灵魂触电的感觉 / 197

炼金度 / 201

第四道的道德原则 / 206

彗星·H君·银河系 / 210

坐在克里希那穆提的胡椒树下 / 216

走在克里希那穆提的橡树林里 / 226

尾声 / 234

灵魂炼金士

◆
辑一

辑一 灵魂炼金士

/

葛吉夫：二十世纪的达摩 · 003

橡树子的譬喻 · 014

四种意识与七个中心 · 017

性能量的滥用 · 024

第四道与七种人 · 030

磁性中心与三种影响 · 034

清醒的七种障碍 · 040

扑克牌与诸中心更精细的区分 · 048

九宫图与身体类型 · 061

第四道的基本原则 · 069

葛吉夫格言 · 074

魔法师的羊群 · 078

素质与知识 · 080

本质与个性 · 085

对自己的主要特征下工夫 · 090

停止思想 · 095

杨斐华的几个小故事 · 098