

THE POWER OF THE MIND



新視界叢書 013
NEW VISION

新世紀・新觀念・新人生



遭遇自己

——跨世紀的前世心理學

童年的、累世的記憶都被絹印在潛意識的大書裡，
運用生命回溯的力量，可以遭遇屬於自己的人生大戲，
釋放過往的傷痛，重證生命的沉味。

喬·基頓 (Joe Keeton)

西蒙·佩勒瑞克 (Simon Petherick) ◎合著

遭遇自己—跨世紀的前世心理學／喬·基頓·
西蒙·佩勒瑞克著；新路編譯小組譯。--初
版。--臺北縣三重市：新路，1998[民87]
面；公分

譯自：The power of the mind : healing
through hypnosis and regression
ISBN 957-98440-5-4（平裝）

1. 催眠療法

418.984

87003049

作者簡介

喬·基頓

英國德貝郡人。他從小就很有歷史感，喜歡探討人類的心靈。長大後他開始學習回溯催眠。同時當過軍人、餐飲經理、計程車司機、電機師、大學講師、攝影師……等等。這是要多角度體驗各種人生經驗，同時也把掙來的經費，挹注於催眠學的研究、推廣。如今，他已是英國首屈一指的催眠治療師，提出許多前衛創見，並成功治癒成千上百名患者。

基頓也是廣受好評的暢銷書《催眠治療新希望》(New Hope Through Hypnotherapy)的共同作者。

西蒙·佩勒瑞克

他有多本出色著作，包括：《倫敦導覽》(The Visitor's Guide to London)、《基本公僕》(The Essential Civil Servant)、《怪誕語錄》(The Eccentric's Quotation Book)、《厚黑語錄》(The Culture—Vulture's Quotation Book)。他目前住在倫敦。



新視界叢書

NEW VISION

- 新視界 001
生活簡單就是享受
- 新視界 002
改變想法，就能改變人生
- 新視界 003
我知道你在想什麼
- 新視界 004
心靈簡單就是美
- 新視界 005
生活，其實也可以很美麗
- 新視界 006
相逢不是偶然
- 新視界 007
呼吸革命
- 新視界 008
辭職吧！去做你愛做的事
- 新視界 009
更簡單；更自在
- 新視界 010
我的寫夢書
- 新視界 011
潛意識探險家—與夢對談
- 新視界 012
發現簡樸新世界
- 新視界 013
遭遇自己—跨世紀的前世心理學

新感動叢書

NEW FEELING

- 新感動 001
電影修鍊魔法
- 新感動 002
孵一個戀愛蛋
- 新感動 003
不完美的戀愛，好叻

The Power of The ~~Mind~~

遭遇自己

跨世紀的前世心理學

喬·基頓 著

新路編譯小組 譯

西蒙·佩勒瑞克

新視界
叢書013

前言

不容忽視的力量

修·佛里曼(曼徹斯特大學

醫學院心理諮詢師)

大約十年前，我在一本醫學期刊上首次看到有關喬·基頓的介紹。長久以來精神病學界普遍處於混亂的局面，因此催眠這股不容忽視的力量，並未受到應有的重視，身為心理學家，這件事一直令我頗為遺憾；催眠在診斷及治療心理疾病上可能存在的價值，確實值得全面研究。然而我一直沒有機會學習這項技巧，直至今日催眠也還未成為精神病學的專業訓練課程之一；一般社會大眾對催眠的了解也少之又少——只限於催眠與睡覺是截然不同的兩回事。

當我有機會親炙喬·基頓的工作，我發現自己雖然身為心理健康方面的專家，但是過去對催眠的看法大部分都是錯誤的。我以前並不知道催眠需要受試者的積極配合，而且催眠後，受試者仍保持對四周環境的覺察，行動也在其意願控制之下。我想如果這些事情能廣為大眾所知，相信會有更多人願意接受催

眠的幫助。

雖然一開始我對前世回溯抱著懷疑的態度，但我親眼目睹了許多案例，都令我印象深刻——尤其是我太太的親身經驗。佛洛依德早年摒棄了催眠的作法，他認為催眠會使得早期的情緒問題浮上檯面、無法解決。治療精神疾病，心理分析應是最有效的途徑，但有機會進行心理分析的人為數不多；而催眠回溯也是一可行的辦法，但至今仍未獲得真正的評價。我相信在喬·基頓和其他極具聲望的催眠治療師提出種種證據之後，必定會引起人們的注意並投入研究，找出催眠治療最大的功效。

提起前世回溯，我和大部分的人一樣——甚至是更有過之——覺得難以置信；然而，我太太的經驗又使我覺得這種現象確實需要更進一步研究。當然，單單就我個人的觀察或許有失偏頗，但我仍得提出我的看法：對這些超乎正常的現象完全置之不理，是種不公正的獨斷行爲。

並非每個人都能體驗催眠，能進入深沈的昏睡狀態的人或許只占少數；而且，絕非所有的身體障礙或心理障礙都能透過催眠治療。但是，從喬·基頓多年來的研究與臨床工作成果所累積的證據，應該足以說服大部分理性的人——那是不能忽視的人類心靈的層面。

作者序

喬·基頓

催眠不再神祕

這不是一本自傳或學術性論文，我只是將所知的事情說出來。我一直對教條充滿懷疑，本書便是我畢生探究的成果。

我一生中，從不將無法令我滿意的解釋視為真理。從小，這種個性就給我自己惹來許多麻煩，包括被學校開除，以及受到長輩們的諸多責罵。後來，當我開始探究人類大腦，我這種態度——或許可說是冥頑不靈——又使我對心理學、精神病學，以及演化論等種種理論學說產生疑問。後來在戰爭期間，我很驚訝地發現，人們面對病痛的態度竟有如此大的差異，於是我開始自問：假使能了解這些差異背後的形成因素，或許能使我們的生活到達不同的境界。

我的疑問與日俱增。我想知道為何動物在休息時，依然對四周環境保持警覺；為何人們在繁忙的交通噪音中仍睡得著，但一有奇怪的聲音就馬上清醒。

我想知道爲什麼同樣的病情，有些人更能忍受病痛之苦；以及爲什麼有些人吃遍了各種藥，依然百病纏身。更重要的是，我想知道爲何沒人能回答我的問題。

我對知識的追求正好與催眠工作相結合，透過實務經驗的累積，確實滿足了我對知識無止盡的好奇心。自小我就知道自己能幫人催眠，那是來自一個地區醫生的鼓勵，他認同我有爲人治療病痛的能力，也因此激勵了我立志成爲專業的催眠治療師。現在我擁有醫學的專業知識，經常爲人治療現代醫學束手無策的病症：壓力、癌症、關節炎，和其他許多可以靠著心理力量治癒的疾病。我引導人們開發自我治療的能力，頗有所成，而且這些案例經過極爲嚴格的檢驗，也已一再獲得證明。

然而疑問依然存在。我們在催眠中浮現出來的前世回溯到底是什麼呢？在二十世紀的外表之下，你我身上又隱藏了多少自我治療的能力？現在我將迄今爲止的所見所聞編寫成書，公諸於世，我樂於與大家分享並推廣我的發現：催眠、催眠療法和催眠回溯不再是神祕的事，而且已儼然成爲科學研究一個重要的全新領域，現在正是著手研究的時機。當我們已經能用近距離攝影，看到遠

在幾千公里外的土星光環，卻仍然無法看穿短短幾公分內，我們頭蓋骨底下的東西，真是人類的一大遺憾。

最後，我要感謝每一個幫助過我的人，因為有他們，我才有機會完成這本著作，以及西蒙·佩勒瑞克，他使這本書更具可讀性。

目錄

前言・不容忽視的力量 修・佛里曼／3

作者序・催眠不再神祕 喬・基頓／5

第一章・雷・布萊恩的前世／11

魯賓・史坦佛士官／馬車夫和家庭教師

第二章・潛在的心靈／35

潛意識的錄音帶／催眠的迷思

第三章・前世回溯／51

審慎的驗證程序／幻想與想像力／平行宇宙論

無界限的記憶／集體潛意識

靈魂論／心電感應

謎樣的記憶遺傳／原始失憶症

第四章・輪迴轉世／113

奇特的動物前世／孤兒吉蒂乖舛的一生
克里夫的兩個前世／遇到知名歷史人物

第五章・身體治療／147

演化與心靈／釋放壓力與疼痛
風濕症和類似的疾病
催眠療法激發再生潛能

第六章・心理治療／189

恐鳥症／擁抱恐懼
嗜著女裝／自我懲罰
罪惡感／嬰兒濕疹
被遺忘的騷擾事件／語言障礙
蜘蛛恐懼症／遠離刀子
害怕警察／倖存罪惡
潛意識壓抑／心理治療與前世回溯

第七章・意識與潛意識和平共存／233

雷·布萊恩的前世

第一章

魯賓、威爾佛列德、伊莉莎白……這些人的記憶，當真都存在於雷·布萊恩這個新聞記者的心中嗎？在我們每次長達數小時、令人筋疲力盡的聚會中，看到雷不可思議地轉換前世的身分……。

現

在我要你穿越時空，回到遙遠的過去。再向更早的過去飄游、繼續飄游……」

「你正在回憶，回憶中可能是任何人、任何地方或任何時候。沒錯，你正在回憶，你正在搜尋記憶。」

「有人說那像是通過一條又暗又長的隧道，不過隧道的盡頭總是通往光明，等你走進光亮時，便會知道自己置身何處、何名何姓，也會知道你以前的種種際遇。因此，繼續飄游吧！去搜尋那些記憶……」

「你正在回憶，回憶過去種種經歷。那些事情確實都曾發生在你身上，但那些都是你出生之前、年代久遠的事了。那些事情發生在你出生之前。」

「因此，繼續飄游吧，回到過去，回到過去，直到你能認出自己置身何處。你看到什麼了嗎？」

雷·布萊恩即將展開一次重遊過去之旅。那段旅程他曾來回多次，已經相當熟悉，然而他將被帶往何處卻是個未知。即使是他本人，也只能說他將再度經驗一段前世而已。他將再度體驗死者的記憶。

「我要你回到過去，回到你出生前的年代裡。回溯過去，喚起那些記