

与死神相遇的11分钟III

生命回旋

潜行生死2322天

钟灼辉 著

一场坠机意外，
从五十层楼高的上空摔到地面已经“粉身碎骨”，
他靠自己的心理催眠专业救回自己，
从轮椅的伤残命运中重新站了起来！
他的真实故事，比电影更加震撼！



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

与死神相遇的11分钟III

生命回旋

潜行生死2322天

钟灼辉 著

图书在版编目 (CIP) 数据

生命回旋: 潜行生死2322天 / 钟灼辉著. —北京: 华夏出版社, 2015.5

(与死神相遇的11分钟)

ISBN 978-7-5080-8379-7

I. ①生… II. ①钟… III. ①心理学 - 通俗读物 IV. ①B84-49

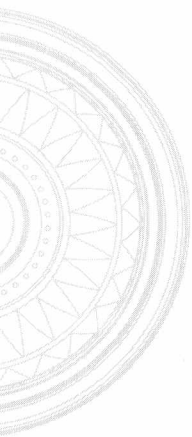
中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第006067号

生命回旋: 潜行生死2322天

作 者 钟灼辉
责任编辑 陈 迪 王占刚
责任印制 刘 洋
版式设计 殷丽云

出版发行 华夏出版社
经 销 新华书店
印 刷 三河市少明印务有限公司
装 订 三河市少明印务有限公司
版 次 2015年5月北京第1版 2015年5月北京第1次印刷
开 本 670×970 1/16开
印 张 11.25
插 页 2
字 数 120千字
定 价 35.00元

华夏出版社 网址: www.hxph.com.cn 地址: 北京市东直门外香河园北里4号 邮编: 100028
若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。 电话: (010) 64663331 (转)



原来，只要真心相信，认真追寻，
全世界都会联合起来帮助你。

自序

每个故事都会有开始，有结束，而我的故事起点跟终点都在同一个地方发生。花了六年多的时间走了一大圈，最后还是回到原来的地方。故事像是结束了，又像从来没有开始过一样。故事一开始讲述一宗离奇的坠机意外，飞机从高处坠落，我身受重创并濒临死亡。第一幕就是形容濒死时的景象，我灵魂出体，并与死神对话。因为没有通过死亡的考验，只好带着未解答的问题，被遣返人世。整个故事始于一个问题，终于最后的答案。所以最后一幕是重返濒死的时空，故事跟生死一样无始无终，我与死神未完的对话亦在此延续。

《生命回旋》其实是一部小说形式的重生传记，记述我从意外康复到寻找人生答案的一段奇幻旅程。我寻回了失落的有色太阳镜，以让人目盲的视线照见天地、照见众生、照见自己。旅程中所描绘的尽是所遇到的风土人情、奇闻轶事，我没有既定的目的地，也没有预期的答案，我的终点就是要解答濒死时的人生最后问题。

其实人生就好比一段旅程，遇上的人就是旅伴，碰上的事就是风景，一切的答案都落在沿途的点点滴滴里。但我必须说明，这终究是一个人的旅程，就如出生、成长、老去跟死亡，都只是一个人

自序



的历程。如果你愿意离开熟悉的陌生世界，勇敢地跟我慢行细品，你便可透过我的眼睛看见不一样的天地人心，最后跟真实的自己相知相遇。所以这其实是一部另类的旅游工具书，满载着旅者探索生命的勇气。

这本书的首次出版之日正是那一场意外的九周年纪念日。

前 言

这是一个用生命写成的故事。

故事始于十年前的一个晴朗的早晨，当时我正在滑翔机的驾驶舱，乘风飞向无边的天际。突如其来的故障，让飞机成了断线的风筝。

地面的景物在我眼前迅速逼近，死亡正向我招手，在生死的一瞬间，我看见奇异的光景，听到无声的讯息，更遇上人生的最后一道难题。

我重温了三十年的人生，同一时刻陷入满足与空虚的两极，迷惘于梦想的起讫点之间，最后连离开或留下的决定也做不了。这时，我才惊觉自己虽然活过，但从未真正活着。

上天给我机会重新再活一次。我返回原来的身体，曾经拥有的一切，从生命里一一消逝，事业、健康、财富、感情，无一例外，我从人生的高峰跌入了一无所有的幽谷。

面对无常的生命，我曾经奋力挣扎，也试过消极放弃。当我不再与时间竞赛，不再跟命运角力时，我才真正看清生活中的每一件事，听到大自然与内心的呼唤，认识何谓生命的流向。

生命的力量使我奇迹般地康复，我再一次学会用双脚走路，学会如何用心看世界。凭借兆象的指引，我重回坠机之地，寻获昔日

遗下的太阳眼镜，从此展开了一段启迪智慧的奇幻之旅。

旅程中发生了许多不可思议的事，原来，只要真心相信，认真追寻，全世界都会联合起来帮助你。在找到天地之心的时候，我意识到宇宙万物本为一体，既无常幻变，又恒常有序；生命不断循环流转，生生不息。在寻见纯然本心的时候，我认识到人性无善恶之分，是神魔合一的；只有面对与接纳自己的黑暗，才能放下对光明的执着。

在这趟奇幻之旅中，透过重生的十个梦想，我体悟到人生最珍贵的宝藏——智慧。从前的我能够上天下海，却没有得到过真正的自由，但是智慧使我的心灵生出翅膀，海阔天空地任意飞翔。在顿悉万念皆虚幻的同时，不再为万念所缚，自由地活在一个无生亦无死的世界。

现今的世道充满了迷惘与怨念，期盼这个故事能带来心灵上的启发与安慰。慢慢地你会发现，这其实是一个活的故事，它有生命，它会流动。在不同的人眼中，会显露不一样的面貌；在人生不同的阶段阅读，会带来不一样的体悟。希望这本书成为你的朋友，陪伴你一步一步地，在智慧的道路上勇敢前行。

自序 / 1	第七章 宝瓶之谜 / 071
前言 / 1	第八章 影子的分离 / 081
第一章 兆象的指引 / 001	第九章 天使与魔鬼 / 093
第二章 埋藏的宝藏 / 009	第十章 魔鬼的手镯 / 103
第三章 星月之矢 / 021	第十一章 黑暗之心 / 113
第四章 太阳的影子 / 035	第十二章 最后的印记 / 127
第五章 13根芦苇 / 047	第十三章 宇宙坛城 / 147
第六章 智慧之钥 / 059	第十四章 回去的道路 / 157





第一章 兆象的指引

每次当我感到无助或迷失时，我都会想起一句话：“当你真心相信，认真追寻时，全世界都会联合起来帮助你，给你指引。”原来这句话是真的。

其实所谓的指引，并不是什么惊世的讯息或罕见的异象，可能只是一些不以为意的梦境或大自然景象，只是没有用心观察解读而已。

就像很多人说的，重大事故或意外发生前，都会出现一些不寻常的征兆，如做不祥的梦、打破东西、心绪不宁或看见乌鸦等。我们的潜意识首先感应到即将发生的危险，继而透过这些巧合的现象告诉我们，要我们小心提防及采取必要行动。

在我的坠机意外发生前，的确曾有过大大小小像死亡预告般的提示，只是当时的我并不懂得解读这一连串兆象隐藏的讯息。

话说回去，从一开始我便对这次飞行训练有种不祥的预感。记得出发前一天，我像往常一样到庙宇祈求平安，离开时碰到了里面的老庙祝，老庙祝就曾告诫我：“又要出远门吗？你的气色不好啊！你今年犯太岁，容易遇上血光之灾，特别是跟交通相关的事宜，要特别小心。还是不要到处乱跑，即使是无脚的小鸟，也终究有停下来的一天。”

在坠机的前一天又发生了一件怪事，一只老黑猫竟无缘无故地钻到我的枕头下面，留下了一堆排泄物，这是一个十分不祥的象

征。当天晚上，我做了一个奇怪的梦，看见自己在天上飞，飞过一座又一座的高山，穿过一层又一层白云，自由自在，十分写意。

但我发现自己不是坐在惯常的滑翔机里，因我看不见驾驶舱的显示仪表，也找不到任何操控杆或控制脚踏，只有冷冷风不断迎面吹来。这时我才赫然发现自己变成了一只小鸟，双手长满了长长的羽毛，像翅膀一样，而最重要的是我的双脚竟不见了！我只有不停地拍动翅膀飞翔，因为我不能停下来，没有了双脚，我根本不可能降落在任何地方。我渐渐没力气了，双手沉重得再也拍不动，身体不住地往下沉……然后我突然惊醒过来，全身冒着冷汗。

面对这一连串的不祥征兆，我只尝试以理性解释，把所有巧合合理化，试图缓和不安的情绪。我把梦境视作日常生活片段的投射反映，所以在训练期间梦见自己在天上飞行，是十分正常的心理现象。而梦里所看见的无脚小鸟，可能只是之前听了老庙祝的告诫，说话不知不觉间跑进梦里去。至于老黑猫事件，更是一宗独立的偶然事故，理性逻辑上跟飞行完全扯不上任何关系。

结果在第二天早上，我真的发生了夺命的坠机意外，虽然最后大难不死，但却摔坏了双腿，仿如庙祝口中或梦境中的无脚小鸟。

心绪不宁、老庙祝、黑猫到噩梦等一连串相关征兆，难道只是纯然的巧合吗？这也未免太巧合、太诡异了吧！可能这一切就是之前所说的提示和指示，透过不同形式所呈现的兆象，只是我不懂解读。

意外发生后，我一直想要在现实世界里寻找濒死时的那份超然感觉，因为我想再次回到濒死时内心那份平静与和谐。后来我在轮

椅上学习以小孩的眼睛看世界，再一次得到重大的醒悟。当我寻回那颗安静的平常心时，奇妙的事情开始发生了。

我看见从大自然而来的一些讯息，这些讯息主要是透过自然现象所传达，虽然可能只是平常不过的自然现象，但我却清楚感到当中带有强烈的暗示性或象征意义，并非只是纯然的巧合。而且这些讯息会不断重复，像确保能被我注意到或解读到一样。

我回想起经历濒死时，“死神”曾经对我说的一句话：“这里是一个真实的世界，所有东西只以本质存在着。”我被这句话所惊醒，尝试不被现象的外表所迷惑，留心解读内在的本质，没想到我慢慢掌握了解读大自然兆象的要诀。

有一天下午，我在公园里看到一连串自然现象，像是大自然给我的重要讯息。公园里有一片绿油油的草地，之前不知道为何烧焦了一小块，可能是没公德的吸烟的人乱丢烟头所致，又或是顽皮的小朋友恶作剧。但那一小块焦土，有一天却长出了一株株翠绿的嫩芽，形状看起来就像一只只小鸟。

然后在一棵树上，我看到一个虫蛹，大约三厘米左右，倒挂在一片叶子下面。它逐渐裂开，一只颜色缤纷的蝴蝶从里面飞了出来，我这个城市人倒是第一次亲眼看到这个景象。在我离开公园时，我的轮椅差点辗过一只昆虫，我连忙把轮子刹住。俯身一看，原来不是昆虫，而是一只蝉蜕下的壳。

我突然心头灵光一闪，知道这不是纯粹的巧合，当中有着什么关联讯息，好像要对我表达着什么似的。我闭上眼睛，深深吸了一口气，尝试理解个中意思。只要用心去看，不要被它们的外表迷

惑，一切都以象征意义存在着。我尝试将它们拼凑起来，找出相通的特质，拆解后再重新组合，那代表的会是什么？我看到火，看到自我蜕变，看到重生，看到展翅飞翔的鸟：那是一只破焰重生的火凤凰！

这个兆象给予我重要的治疗启示，我已经不需要再待在这轮椅的世界，亦不用四处往外找寻治疗方法，因为我自己才是唯一的治疗希望。我需要的是一种自我重生的疗愈方法，我不用创造奇迹，只需要相信生命的重生本能。我将会重新活过来，再一次用双腿走路。这就是我解读到的讯息：自愈重生。

我透过如梦一般的奇迹治疗法扭转了自己的伤残命运，更在意外的第五十个星期，彻底康复了。现在我可以靠自己的双腿再次走路，回到原来正常上下班的生活。

在恢复上班的第七天，我看到了一个兆象。

当时我正沿着河堤走路回家，看到一群鱼儿在岸边觅食，我好奇地走近，鱼儿感觉有人靠近，便立即四散游走了。但其中有一条鱼留在那里，那条鱼的泳姿十分古怪，有点东歪西倒，不停在原地打转，我赫然发现，那是一条没有尾巴的鱼。那条无尾鱼拼命地游着，但不论它再怎么努力，始终停留在原地，它已经回不了家了。

当我走到公园时，我看到了另一个兆象。我看见天上一只老鹰在我上空不停盘旋飞翔，它的飞行动作让我想起驾着滑翔机时的情境。突然间，老鹰像看到猎物般俯冲过来，但那俯冲仿如飞机失去动力一样，以螺旋形式迅速向下坠落。在快要接近地面时，老鹰急

速刹停在一根白色的电线杆上。它站在那里一动不动，以奇异的眼神望着我。

我知道这是自然界传递讯息的语言，老鹰跟无尾鱼正在向我发出某种重要的讯息。

在轮椅上的世界，我无意间发现了大自然的沟通方式。以兆象的形式传达讯息，只要静下来用心去看，用心去听，每个人都能解读个中的含义。这是一种天赋的才能，我们内心与大自然连接的独特方法。

老鹰与无尾鱼的象征意义，把意义解构后重新组合，我得到的讯息是：回到掉下来的地方，在那里，我遗下了生命中重要的东西。

到底是什么样的重要东西？是灵魂吗？我的灵魂正与我的躯体牢牢地结合着，完全没有任何空洞的感觉。但我相信只要跟从兆象的指示，我将会在那里找回我遗失的东西。

死亡对于大部分的人来说，是一种可怕的失去或是充满未知的痛苦与恐惧，但对我来说是一种生的领悟。只有接受与明白死亡，才能理解生的存在与意义。