

前言：本书的结构

时至今日，人们依然对人类的思维能力感到惊奇不已。由于我们已经打开了通往思维王国的大门，开始对控制着思维和身体状态的被忽略的才智进行探索，因此，各种关于如何运用思维能力的新方法便如雨后春笋般地涌现出来。

事实上，我们目前发现的是两种颇为不同的思维现象。具有最直接作用的是用以调节生理的身体功能的思维能力。从各种旨在帮助思维控制身体的技术中，我们已经对思维的这些能力有所了解。这些技术包括新的身体知觉法、生物反馈、冥思、意象和其他一些方法。

第二种现象是那种可能在变异意识状态中出现的杰出智力。这两种现象可能是互为联系的。思维用以改变其意识并允许无意识的发明物显现出来的能力，也许只是思维行动的一种不同表现而已。这种思维行动还能改变身体的生理作用。这就是说，如果我们同意“思维是大脑的产物但却不等同于大脑”这一说法的话，那么，当用思维控制思维时，如在冥思或催眠状态中，我们所观察到的，实际上就是思维控制着大脑的生理活动。

尽管人们最终可能会发现这两种功能的潜在机制是完全相同的，但它们的作用却显然是大相径庭的——一种产生物质的变化，另一种产生意识的变化——以致于我们可以把它们看作彼此不同的主题而展开最全面的讨论。因此，我决定

在本书中把这两种现象分别在两大部分中加以讨论。第一大部分包括本书的第一和第二部分，讨论思维和身体的关系；第二大部分包括本书的第三和第四部分，从心理学和生物学的角度上，论证了一种新的潜能从“无意识”思维的隐藏处中产生出来的可能性。

在本书的第一部分中（它实际上是个导言），我注意到了思维的一些特性。长期以来，研究思维和身体的专家们一直对这些思维特性不屑一顾，认为它们是想象出来的，不可能的，虚幻的，或偶而出现的；但这些特性现在终于得到了人们的承认，并被视为对人类发展的进程具有重要意义的有效且有益的特性。在介于思维的已知能力与未知能力之间，还存在着一条令人惊奇的鸿沟。第一部分也对这一鸿沟作了描述，并开门见山地规定了本书的宗旨：对思维的杰出作用加以简明扼要的描述，不仅把它看作人类生理本质的最重要力量，而且还把它作为维持物质和精神福祉的终极资源。

在本书的第二部分中，我用种种证据论证了思维具有控制身体的重大功能的潜在能力。这段回顾还促使我探讨了一个与此相联的问题：思维的胚质（神经组织）很可能是全部生命的整个进化过程的指导者；因此，第三部分分析了进化论和遗传论，以便支持这样一种观点：进化首先是精神、意识和智力的进化，也是承认人类大脑本质第一的需要。第四部分分析了无意识思维的作用，并为它在人类的全部智力行为中所扮演的角色探究了新的概念。

描述思维和意识的词汇可能会包含很多的涵义。下列诸词描述了我在本书中为这些词汇确定的意义。

思维：人类用于产生思想、感知、感情、记忆、想象

意向的交互作用的功能系统。

思维—大脑：用以表示“思维”代表着在思维与大脑间发生的诸活动的产物，即表明这样一种观念：大脑影响着思维，思维也影响着大脑。

意识：一种对自己的存在、感觉和思想的识别状态，亦为“思维—大脑”活动的一种产物。

知觉：以一种既可对自己亦可对他人进行信息传递的方式来认知事物和事件。

同感意识：由人的社会和文化环境所制约的、既包含意识知觉又包含无意识的那一部分意识。

超级思维：“思维—大脑”用以鉴赏、组织、理解并控制身体和大脑的各种内在能力的综合体。

芭芭拉·B·布朗

第一部分

思维、身体和大脑：概述

第一章

思维的神秘性

迷津和反论

人类大脑思维的创造物既能象自然本身的创造物那样令人敬畏，奇妙无比，也可能象自然本身的创造物那样令人恐惧，丑恶可憎。人类精神分裂症之本质的原生态正是一种被我们称为大脑的动物物质的不可触摸的流淌物。这种动物物质是其物质存在的一部分，而这种物质存在极大地超越了身体进化的局限，以致于它对全部自然的进程（包括其自身的进程）所拥有的巨大决定能力，迄今几乎没有得到人们的承认。

从类人猿到人类的进化飞跃，同一种出乎意料的新生命形式产生出来这一情况相比，只能算一个微不足道的自然奇迹。这种新的生命形式就是精神，即内在的自我，而这种自我同使人类成为“智人”的那种有形物质又是不同的。那种成为思维的创造物，产生了种种仅由人类的同种发生性先驱所模糊预示的能力，如对复杂事件和模式的本质进行抽象的

能力，创造意象和抽象符号、继而将这些意象和抽象符号代代相传的能力（这些都是唯人类所独有的能力），以及那种只有宇宙的创造才可比拟的、最重要的思维成就——使原先一片混沌的宇宙变得井井有条的能力。

思维之迷如此之大，致使最伟大的思想家在它面前也束手无策，更不用说制订出合适的计划来探究其无穷无尽的疆域的能力了。这一点也许比其它任何理由都更能解释，为什么数百年来人类只是偶尔对其思维机制的才能和潜力表现出好奇。大约在五千年的时间长河中，人类一直对思维的神秘性采取避而远之的态度，时而视之为上帝的回音，既无法估量，又不可触及；时而视之为机械的迷津，其功能虽为复杂，但却毫无奇妙之处。这两种观点，既无意探究那种看起来无穷无尽的思维能量产生于何处，亦无意研讨人类思维为什么会拥有支配整个物质宇宙的巨大能力。

就绝大部分的人类存在而言，思维的这些能力或被笼罩在无知和神话之后，或被哲学视为神圣且不可知之物，或由科学想象为可以预测但却微不足道的小事。

在那些把思维与精神视为一种超级精神力量的制品的宗教哲学中，芸芸众生们操纵并滋养思维潜能以理解其本质的权利，被割让给了生命的精神目标。但对宇宙意识的洞悉，或通过神灵交流来了解上帝，如果说不完全是思维活动的话，却也主要地是一种思维活动。宗教启示便是一例。我们对圣人怀着敬畏的心情，相信神灵交流，因为谁敢问圣人“你的启示有什么证据呢？”没有证据，也没有证人；启示是思维内部的一个事件。是思维认识到一种终极现实，或对上帝感受了一种理解，或意识到存在的本质。思维作出了解释和

报告，坚信并促发出了意识和行为内的变化。不管是通过超自然的注入还是由于思维的制作（这本身便是一个令人赞叹的奇迹），在任何自然或超自然的洞悉得以理解和交流之前，思维的各种能力都必须予以合作。我们尚不知道是思维感知到了“超自然”呢，还是思维本身就是一种“更高级的精神”，因为我们根本不能确切地知道在理解某种远远超出其理解能力之外的事情的过程中，人类的大脑思维扮演着什么样的角色。哲学权威们不愿意探索自然的思维，这对理解如何培养思维从增强并实现其能力来说，无疑是一个令人不幸的障碍。哲学家们教导我们应去寻找哪些思维的影子，但他们却没有教导我们使用哪些方法来进行观察。

同样，科学也把思维视为一种不可触摸，甚至不可研究之物。在大多数情况下，科学否认了思维的存在。科学说（就象已经计算机化了的西蒙一样说），思维仅仅是大脑机械活动的产品而已。对大脑的科学研究，就是深入观察大脑细胞的化学和电位活动。要把大脑的原子宇宙同思想、感情和自我知觉的非物质王国联系起来，如果不是根本不可能的话，也是极为困难的。虽然科学家们能够对大脑大谈特谈，但对思维却只能缄口不语。科学不能解释思维是怎样发生功能的，怎样对思维加以滋养和扩展，怎样更富有成效地发挥其作用，或其最终的命运可能是什么。

一言以蔽之，虽然人类的哲学和科学发展已经经历了千年的历程，但我们现在对思维依然茫然无知。无论是哲学圣贤还是科学巨匠，都同样地把现代人陷入了一块险象环生的低洼地中，使他对自我的认识困惑不解。一方面，科学家认为人的本质是原始的，尚未解放的；另一方面，哲学家又提

出了与宇宙精神联为一体的无法实现的理想。呜呼！现代人被遗弃在这块沼泽地上跋步不能。

虽然人类对自身的本质和能力日益了解，但至今没有出现过任何一种趋向，表明能运用人类的高超而又符合人性的思维特质。战争与贫困的耻辱 民主制度的松散 领导阶层的虚伪，对第三世界的压迫和杀戮，对智者或有时对愚昧的长者的忽略，现代医学的毫无同情心的、麻木不仁的唯利是图行为，以及由广播、电视、书籍、报刊、杂志等媒介诱发基本行为，凡此种种，只是人类思维的动物本性所取得的巨大胜利中的几例而已。这些动物本性已经使独特的人类思维所具有的旨在实现其潜能的美、能量和力量丧失殆尽。

现代社会处于互不相容的矛盾之中。一面是哲学家的入道理想，另一面却是生物学家的坚定主张：人只是更为复杂的动物而已。这一矛盾突出地体现出我们的思维能力有两个极端：一方面，人类的思维能够为所有的生命提供一种正义的、充实的存在；另一方面，人类的大脑中又存有一种毫无理性的、最为卑鄙的感情。人性中为什么会产生这种互不相容的对峙状态？是什么因素致使人类能够理解什么是黄金时代，同时又把实现这种憧憬的每一种可能都彻底摧毁掉？毫无疑问，正是人类的思维活动导致了人类自身的发展和毁灭。除了人类，没有任何物种自身包含着控制或毁灭其自我生存的能力。

“思维”、“意识”、“思想”、“精神”和“知觉”，这些词犹如阳光照射在镜子上一样，使人类的对话充满了光亮。它们只是事物的符号，并无实际内容，但它们比任何用以指代人体，或人类使用的工具，或人类的生活环境的词，更能体

现出人类的特质。在西方历史中，我们对一些伟人记忆最深，他们用象征符号表现出思维意识的复杂用途：达·芬奇们、伽利略们、达尔文们、巴甫洛夫们。我们崇敬那些体现了知觉、精神或思想之最高境界的伟人们：圣约翰们、柏拉图们、爱因斯坦们。但迄至今日，我们对人类思维和精神的了解比早先并不增加多少。人类所未能探索的最重要的方面之一，就是他自己的思维，而人类思维正是大千世界中最能体现人类特性的因素。

对思维的新认识

现代科学和现代哲学不时地就思维的本质发表一些见解，这些观点虽然看起来不同凡响，却没有任何真凭实据。关于思维起源和思维本质的各种理论无一能够自辩，也无一能够解释被我们称为“知觉”、“意象”和“洞悉”的思维领域。虽然人类的大脑思维也许是宇宙中最伟大的力量，但科学和哲学就人类思维本质所发表的各种言论却都是含糊不清的。在这片含糊不清的言论背后，存在着一片混乱的、未经科学研究而随意产生的主观臆想。

在将来的某个时刻我们也许能够说，二十世纪七十年代是思维时代的开始。今天，人类的交际范围日益扩大，通讯速度也快得惊人。这无疑比其他任何时代都能给人类提供更多的思考素材。在当今社会的每一个角落，我们每天都能获得大量关于人类活动的信息，但即便这种情况，也不能解释人们为何对思维和意识表现出这样大的兴趣。无论在什么地方，人们似乎都很突然地带着一种新的自由和自信来探索自己的内部世界。

这些并不同于那种被我们统称为超感官知觉的东西。超感官知觉是一种不可捉摸、难以理解、瞬息即逝的精神外溢思。相反，这些新发现的思维能力是坚实可信的，也是富有裨益的。即使在其萌芽状态中，这些思维能力也使新一代中的许多人获得了内在的安宁。对思维潜能的这种新认识，正在使世界各民族之间迅速地增进理解并改善关系。

现在，几乎每一个人都感受到了一种新思维知觉的搅动。诸如知觉、变异意识、冥思、整体健康、愈合性思维等词，说明人们对人类思维的内在资源正表现出日益浓厚的兴趣。对诸如自我提示、意象、愈合能力、变化意识、身体知觉、内心体育游戏、身心整合、禅宗教义意义、瑜伽冥思等思维技术的广泛兴趣，无不标志着人们对思维产生了新的看法，即把思维视为生命的能量和救星。

人们在自我发现时所表现出的兴奋，以及在探索内在存在时所表现出的热忱，充分表明了人的本质和行为出现了深刻的变化。许多社会成员的意识之流已经转向了内省、知觉和自我表现这样一种独特的游戏。他们发现了尚未付诸实践的思维才华，这些新的思维工具对于获得个人的自我实现、对于思维的发展、对于身心和谐以及对于实现人类潜能梦想都有令人惊诧的效果。

诚然，对思维和意识的这种新的关注代表了对传统思维意识观念的反叛。长期以来，大权在握的科学、哲学和宗教权威们把思维领域据为己有，不许他人涉猎。但年轻的一代却不顾他们的告诫，对思维王国进行研究，并发现人类的内在思维可能是至高无上的。

但他们对思维的关注并不是孤立无援的。也有一些科学

家提出了人类思维的重要性。这些科学家是谁？这是一个十分重要的问题，因为他们并不是在科学园地上背负过重的劳作者，并不为功名私利所左右。他们现在讨论的是一种强大的内在思维所具有的种种启示，这种内在思维并不因大脑的有机物质而存在。他们之所以能够这样做，是因为他们用毕生精力研究了人的大脑。他们曾经认为，如果人的思维确实存在的话，那么大脑就是思维的基础。在对人类大脑的错综复杂的机制进行过深入研究的科学家中，最著名的是下列几位：约翰·艾克利思爵士、罗杰·斯伯利、王尔德·庞菲尔德、汉斯·塞利、卡尔·普利布莱姆。他们小心而谨慎地发表意见，这也是一切正直的科学家所必须的；但这些见解却向我们昭示了意识经验的崭新前景。

科学正在发现人类思维具有治愈身体、控制梦幻内容和改善知觉的能力。既然如此，那么，人们还将发现思维具有哪些我们尚未知晓的能力呢？人类是否确定在演化出一种更高层次的思维机制？

在同非科学工作者谈话时，我时常十分惊奇地意识到，一般人并没有认识到这一情况，即：被人们视为从事着思维研究的诸种科学和科学家们，实际上并不承认思维是一种客观存在；相反，他们认为人类的思维功能只是大脑中无数神经网络所发挥的有条不紊的机械作用而已。大约在十年前，我本人也没有能对这一普遍的科学前提提出严肃的质疑。虽然我当时也把全部精力用于这些唯物质性的科学研究，可是我毕竟意识到了人类思维具有令人叹美的功能。这些年来，我经常因人类的天才、人类的伟大洞察力以及人类的信念和信仰能力受到科学的否认而扼腕叹息，因为人类的这些天赋常

常被科学视为幻想或想象，被降为大脑细胞中平平常常的化学和机械变化。

但最终我还是得出了一种结论，而且也有分析地、符合逻辑地相信，那种仅仅把思维视为机械性的大脑活动这种一般性的科学观点是大错特错的。我逐渐合乎情理地相信（合乎情理一词表现了在我头脑中根深蒂固的传统的科学怀疑主义）：各相关学科所凭藉的研究资料，与其说是表明了一种纯机械的大脑活动，倒不如说是更强烈地表明了“思维不止是大脑”这一观点。

我相信，并且也有确凿的证据证明，每一个人的头脑中都存在着一种超级智力，一种产生于大脑、但又独立于大脑而存在的思维，一种具有不同寻常的、尚未受到人们承认的潜力和能力的机制。我的这一观点是建立在证据和逻辑基础上的。在本书中，我不想根据异常的、超自然的、奇迹性的资料来构建我的理论，虽然我可能会不时地引用这样的资料。相反，我所依据的是观察、分析、科学的事实和实验，以及一些能够用逻辑推导出的结论。即使科学最终会作出结论说，它能够解释人类思维和意识的每一个奇迹、每一种幻想和每一种现象，但与此同时，如果我们知道思维的作用有别于大脑的功能，这也将是绝对有益的。

在下列各章中，我将首先讨论人类思维的绝对而内在的能力从本质上属于何种能力。人类思维的这种绝对而内在的能力，能够对人体的每一个方面加以调节，包括从神经脉冲的流动和大脑活动本身的方向，到对生活压力作出的身心反应等。然后，我将讨论人类思维的另一面——潜藏于无意识中的非凡的内在智力。在此过程中，我将首先研究这种潜

在智力的各个方面。人们还没有把它们从科学和自然生物学的现存资料中推导出来，但我们能够这样做。当科学家谈论进化论和遗传论时，我们受到了很大的欺骗。因此，我将提出一种更为连贯的思维进化观点。最后，我将从新的角度来分析各种非病态意识状态的多层思维本质，这种非病态的意识状态也许奠定了超级思维进化的基础。

在本书中，我努力把权威科学对思维和意识已知的和未知的见解都组织起来；我特别对现有的科学资料进行了分析，以便从中合理地推导出这样的结论：思维是一个实体，这个实体是不能仅由物质大脑的功能加以解释的。我在进行这一工作的过程中清晰地认识到，那种表明思维优越于身体（包括大脑）的证据，比科学用于坚持认为思维仅仅是大脑的机械活动所凭藉的证据要有效一百倍，也精确一百倍。

我相信，关于思维的证据总和，标志着一种“新”的、具有超级潜能的人类思维正在出现。如果说一种新的思维正在出现，或者说，如果旧的思维尚未充分发掘其潜力的话，那么，这种标志是存在的。而如果这种标志是存在的话，那么，我们就可以把它们加以整理，并开始理解思维在人类进化和人类自我的充分实现中所起的作用。

第二章

思绪的王国：已知与未知

信念与态度

在上一章中，我阐述了人们对于思维的少得可怜的知识状态，并对此表示了极大的忧虑。此外，我还责备了各种相关的学科和科学工作者，因为他们不肯承认有一种独立于大脑的、具有自我指导能力的思维的存在——也许那只是出于一种更符合现代人需要的研究目的。现在我们必须提出论点了——并不仅仅是为了证明思维的存在——而是为了证明：在我们每一个人身上，都有一种具有超级智能的思维，一种被执著于物质自然之奇迹的现代人忽略、并在实际上抑制了的思维。

首先我们说清一些基础理论。一般人（包括许多科学家在内）在谈论思维时充满着自信，他们绝对没有意识到，大部分科学权威们把思维看作一个愚蠢而荒唐的概念。许多人都以为科学承认并研究思维。但当科学谈论到思维的时候，它所指的是大脑；而当一般人谈论思维的时候，他所指的却是

真正的思维。科学界与一般人之间关于思维和意识的令人迷茫的观点分歧，又因科学界本身所施加的社会和政治影响而得到强化。

在科学界内部，又有一种隐含着但受到严格抑制的意见分歧。一方面，科学权威们对思维不止是大脑这一观点持坚决否认的态度；另一方面，又有一些分散的科学家群体对科学思想的主流不以为然。而这些“其他”科学家又在关于思维潜能的符合逻辑的、实实在在的思想及证据，与迎合科学界同仁的信念这样一种实际需要之间难以兼顾，因为这些同仁们坚持认为，除了大脑即为思维外，并没有任何有形并可以实证的证据能够表明思维的存在，因而他们也就不承认思维独立于大脑而存在这一说法了。由于科学界的传统是根据它对科学、社会与政治的共同感受来决定哪些是可以接受的科学思想，因此，要逆反既成科学思想之主流，而作出有效的争辩，都是几乎不可能的。任何有悖于科学思想主流的人，往往被驱逐出科学界，并落入默默无闻的境地（当然，偶然也有个别人可能会扬名天下）假如你自己处于“其他”科学家所处的社会、经济和知识地位上，那么你会提出“作为一名立志于取得科学成就并得到人们承认的科学家，我是否应该向我的科学专业中权威们已经确认的理论思想提出挑战呢？是否应该坚持思维不止是大脑这一观点呢？”显然是不会的，除非我作了充分的思想准备，愿意为之而失去自己的事业，丧失自己的科学声誉，并受到控制着我的科学命运的人们的讥讽和鄙弃。

人们对于经济和心理生存的需要能够支配科学的进程这一点，也许是不以为奇的。这些需要已经阻止了许多第一流

的科学家对人类本质之最重要的特性——思维和意识——进行科学研究。在现代社会，科学家们为获得生存而面临的实际需要，已经渗透到了科学界的每一个角落，以致于绝大多数科学家不得不把聪明才智首先用于获取经济保障和社会安全，其次才会用于真正的科学工作。正是个体生存的社会需要致使社会误入歧途，并使人们对思维的知识变得如此匮乏。（我们必须记住，现在敢于同认为“思维即大脑”的科学理论相抗衡的那些科学家，最早也是因为他们那些共同理论中所拥有的精湛知识而得到承认的。）

要想对思维加以了解，并对真正的潜力加以探索，那么我们首先必须认清，我们对人类思维实际上了解多少，有哪些还不了解，哪些是有用的理论，哪些是有意无意被人们忽略了的，此外，最要紧的是，科学界在哪些地方用理论掩盖了事实，等等。一旦我们了解到人类对自己的思维王国还有多少巨大的地方尚未猎涉，我们对思维的超常领域的了解是多么地微不足道，那么，我们就不能仅仅因为科学家们对思维也所知甚微，并把它看作无知者的幻想愚念而加以摒弃了。相反，思维和意识一旦能够从荒唐的科学偏见中解放出来，就不仅会以现实的身份出现，而且会成为人类未来生活和继续进化的主旋律。

尚未开发的思维和意识技能

就人类思维的独特资源以及思维和意识的复杂作用而言，无论是科学家还是哲学家都没有能为我们提供多少真知灼见。例如，我们几乎不知道怎样改善思维意象，怎样促进创造性的思想，怎样鼓励形成并认识概念的能力，怎样发展