

# 我们为什么会生病？

霍斯特-米勒医学博士

©2024 Horst Müller 医学博士

网站: [www.youtube.com/@生命法则](http://www.youtube.com/@生命法则)

[www.youtube.com/@TheBibleSchool](http://www.youtube.com/@TheBibleSchool)

插图: Andreas Buchholz

校对: Elena Balzer

封面: Saskia Larisch

出版人: Stefan Larisch 博士

# 前言

亲爱的读者，您手中的这本书是基于我 20 年来对人类的研究。它源于我作为一名医生探究疾病产生根源的需要。我从与病人的直接接触中，从数以千计的会诊中，而不是从别人的描述中获得了自己的见解。我不仅找到了疾病的普遍原因，还找到了人类内心深处追求权力、好斗、恐惧、强迫、自我毁灭和毁灭他人的原因。

认识到是什么在无意识中决定着人们，也就为解决问题指明了方向，即需要改变**什么**，才能停止疾病、强迫和冲突。我意识到，我们人类的潜意识中永远只有一个相同的根本冲突，所有其他显而易见的问题都源于此。这意味着，我们也只需要一个解决方案就能摆脱所有问题，包括实现疾病的持久治愈。人性的功能决定了**如何**运用这个解决方案。

我希望您喜欢阅读这本书--并祝愿您拥有力量和勇气，从痛苦的根源中解脱出来。

霍斯特-米勒医生



# 目录

1. 我理解人类的路途.....	1
2. 真理在于自然法则.....	5
3. 人类的基本需求.....	10
4. 思想从何而来? .....	16
5. 人的灵--我们不仅仅是物质.....	20
6. 有灵的活人--身和灵的总和.....	28
7. 疾病是如何产生的? .....	32
8. 始终伴随我们的谎言.....	37
9. 自我认识是迈向真理的(艰难的)第一步.....	42
10. 潜意识--我们的得失天平.....	46
11. 造物主还是被造物--人的真实身份.....	52
12. 是谁承受损失? .....	61
13. 观察自然--病菌在疾病中扮演什么角色? .....	66
14. 人类对爱的源泉的依赖.....	69
15. 遗传和教养--我们的孩子依赖什么? .....	77
16. 新生命--人类问题的唯一解决方案.....	83
17. 以新身份创造新生命.....	87
18. 人类从生来的困境中解脱出来.....	92
19. 新生命带来什么? .....	97



# 1. 我理解人类的路途

疾病从何而来？这是每个被疾病困扰的病人都会问自己的问题。在弗莱堡学习医学和接受专科培训期间，我从文献和经验丰富的医生那里获得了广泛的专业知识，因此我认为自己知道这个问题的答案。然而，很快我就遇到了一位病人，对于他的问题，我没有满意的解决方案。

**病例 1：**我的病人是一位老先生，他的病已经困扰他较长一段时间了。他总是觉得耳朵闷。他来找我是为了摆脱这种负担。我很容易就做出了诊断。这是一种中耳通气功能性障碍，即所谓的咽喉和中耳之间的咽鼓管。根据医学教育，病因是病人血液循环中缺乏液体。因此，我建议他多喝水，并相信我已经通过这种方式帮助了他。

然而，几周后，病人又来了："医生，我现在每天足足喝 3 升水，但我的耳朵还是闷。"作为一名医生，我本可以建议他喝更多的水。我也可以根据病人的年龄，把他的病解释为老年常见症状。但我由此本可以找到真正的病因吗？

凭借我的专业知识，我可以说出症状并做出诊断，但我不知道病人患病的原因。然而，作为一名医生，我希望能够问心无愧地说出病人的病因，从而永久地解决他们的症状。我不想再让病人独自面对他们的问题，我想给他们我自己也能理解的答案。

我是霍斯特-米勒医生。作为一名耳鼻喉科医生，我在魏茵海姆已经工作了 20 年。对我来说，找到疾病的根源非常重要，因为仅仅对症状进行处理我认为是不够的。这里有一个简单的例子：家中发霉的原因是可以解释的，因为霉菌是由湿气引起的。如果一个专业人士只建议使用除霉剂来补救，却不消除根源，这不是

可取的。这是因为除霉剂不能去除湿气。除湿机也不是解决办法，只要潮湿的原因没有消除，除湿机就只是治标不治本。只有找到并消除了潮湿的原因，才能真正消除霉菌的滋生。

在许多职业中，专业人士都对各自领域有很好的了解。汽车修理工熟悉汽车的每一个部件。建筑师熟悉所用建筑材料的特性。但医生往往并不真正了解人，因此无法深入研究疾病的原因。不幸的是，在大多数情况下，医学无法解释病人的病因，原因很简单，因为它没被了解。造成这种知识匮乏的原因是，医学很少将人作为整体性进行关注。

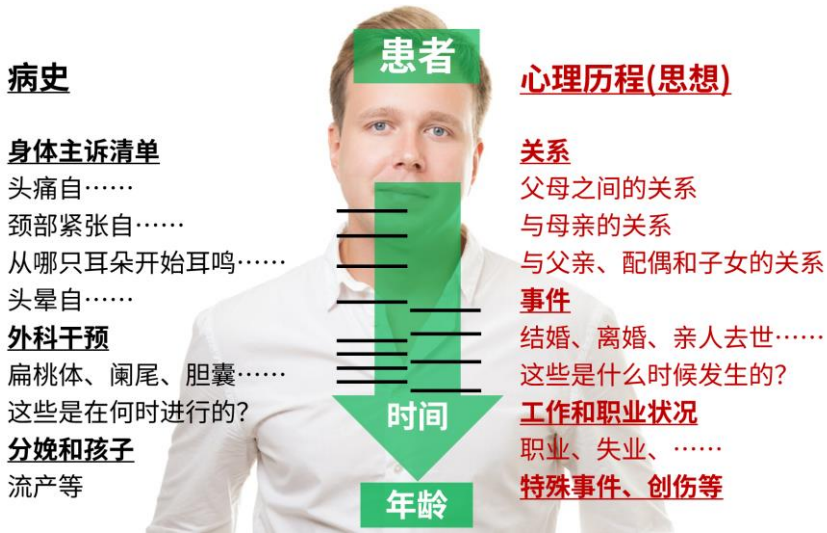
在诊所里，我发现自己面对的是一个完整的人。从"鼻子"或"耳朵"突然变成了一个有问题的人。在培训期间，我接受了良好的症状识别训练，能够在 5 小时内检查 70 名病人。如果第一个病人在我检查完其他 69 个病例后再来找我，我不会认出他这个人。但我会从他的鼻子上意识到，我今天已经见过他一次了。这种没有答案的情况让我很郁闷，因为，形象地说，我不想在不知道墙壁为什么会潮湿的情况下出售防霉剂。

为了找出病因，我没有翻书或上网查找，而是问病人本人。由于在 5 个小时内与 70 名患者交谈的时间有点短，我有必要花更多的时间倾听患者。

第一步是为我的病人建立病史时间表。我记下了所有大大小小的主诉和疾病，包括手术和分娩。

这就是"病史记录"，是医学中的一项标准程序。如果你真的想了解病人，就需要花一些时间。直到今天我仍在做这些接诊面谈，有些病人对他们在耳鼻喉科专科医生那里要回答这么多问题感到惊讶。然后我解释说，我需要了解病人的整体情况，而不是只看他们出现的一种症状。我需要了解整个人的所有疾病。

作为对疾病和医疗干预的反衬，我将病人的人生故事与疾病和医疗干预并排放在一起。最亲密的关系和他们经历过的事件尤为重要。这些展现了人们思想层面上最重要的东西。因此，我加入了与父母的关系、父母之间的关系、与配偶的关系、与子女的关系等。我还加入了一些事件，如结婚、离婚、近亲去世、职业状况、工作变动和搬迁等重大变化。严重创伤等重大生活事件也很重要，如遭受暴力和虐待的经历。我将时间轴上的所有这些点与身体主诉进行了比较。



对比这些数据后，我意识到没有什么比患者的"心理史"更对应他们的症状了。耳朵堵塞的病人也是如此。引发主诉和功能障碍的并不是物理影响。我意识到，患者的经历与他们的身体不适之间一定存在直接联系。

那么，是思想导致耳朵堵塞，而不是缺乏液体吗？为了弄清这个问题，我不得不研究一下医学教育中通常只是略加研究的东西：人类的思想，或者说思想及其对人类的作用。

因此，我不得不问自己：思想是什么？它们从何而来？更重要的是，它们从哪里开始？毕竟，思想必须来自某处，并且有一个开端。

通过许多病人的病史记录和生命故事--现在已经有上万个病人了--我清楚的认识到了人类疾病的原因是什么。

## 2. 真理在于自然法则

我想把我对疾病起源的探索建立在绝对可靠和不可否认的基础之上。为此，我需要一个明确的衡量标准。一般来说，人们可以感知两种类型的信息。

1. 一方面，有些信息是不言自明的。它能证明自己，因此无需解释。这类信息包括物体、结构、功能和方式。例如，水何时结冰是明确无误、不言自明的。自然规律能证明自己。所有这些客观信息都是因为真实而被学习。它们不需要经过专门的检验。

2. 还有一些信息需要解读。这涉及图像、语言、手势和动作。例如，当我阅读一本书、一项研究或进行观察时，这些信息就会有不同的解释。因此，要确定陈述是否真实，是否符合个人对真理的需求，就必须进行解读。信息只有被认为是真实的，才会被人们相信和接受。被认为是无根据的信息不会被接受。我们会注意到它，但不会以它为导向。

真理是每个人存在的基础。人们不能--这不是意志的问题--接受他们认为不真实的信息。只有当他把谎言视为真理时，他才能接受谎言。因此，他需要一个绝对的、永恒不变的、不可改变的标准来评估信息，以便确定无疑。当然，他也可以使用一个可变的、可移动的标准，但这样他的结论就是不确定的，会给他带来很大的困难。稍后，我将详细介绍接收信息的过程。

首先是两种不同的标准：

客观标准：不变的、不受变化影响的东西。

- a. 自然界因果关系的基本规律，在任何时候任何情况下都不能中止。
- b. 元素的设置、结构、一个组成部分成分的次序。

- c. 元素的功能从一开始就已确定，并与构造设计相关。
- d. 每个元素和生物的基本需求都是无法改变的，从一开始就是固定不变的。

主观标准：可变的東西，并非始终不变。

- a. 语言和语法在不同的文化中是不同的。
- b. 专家、科学家、一方或另一方的意见。
- c. 已被认为是真实的已有认知。

对于人来说，只有使用客观标准才有意义，才能可靠地找到病因。既然生命和健康是客观事物，就不应该是一个可变的标准。毕竟，如果在建造房屋时使用米和千克等固定不变的测量标准，那么在涉及到更重要的东西，即自己的生命时，就更是如此了。

那么，我的研究基础是什么呢？因果关系的基本规律，关于人的认识-结构、功能和基本需求。我在本书中得出的结论就是基于这些不可改变的事实。

### 自然界的"基本法则"

宇宙之大难以理解。然而，我们可以通过感官体验来理解一般原理。我发现了一种联系，我称之为"宇宙基本法则"。微观世界和宏观世界中的所有元素都只能在这一法则下运行。它包括两个简单易懂的原则。它指出，没有任何事物是靠自身存在或运行的，也没有任何事物是为自己（为自身的利益）而做的。



左侧"没有任何事物可以独立存在或运行"描述的是对其他事物或人不可避免、无处不在的依赖。举个简单的例子，没有电，平板电脑就无法工作。因此，消耗的电流是其能运行的因。右边的"没有什么能为自己做任何事"代表的是果，它与通道本身无关。例子中的平板电脑提供了某种服务，但不是为自己而做，也不能为自己做任何事情。

从这两个原则中可以看出，每一个元素一直到最小的层面上都是作为一个有输入端和输出端的通道而发挥作用的。它必须在输入端"接收"能量等介质，使用这些介质，并在输出端以某种改变的形式"给予"这些介质。通道不应堵塞，否则其功能就会被扰乱或终止。

人作为一个整体，也可以非常恰当地描述为一个通道。他由许多单独的元素组成，而每个元素又作为一个更小的通道发挥作用。疾病是一种结果，作为医生，我必须找出原因所在。根据基本法则，没有因就不会产生果。这是一个简单但不容忽视的重要的原则，。

基本法则的另一个重要方面是，因和果永远不可能是一回事。因和果是不相同的。能量从哪里来，同样的元素就不能把能量再传递到那里去。一个通道的输出端和输入端总是处于相对的点或端，这就说明了因和果的分离。因此，因不可能成为果。导致疾病的東西不可能是疾病本身。如果因和果可以重合，那么引起疾病的也可能是疾病本身。然而，这是不可能的。

然而，有时会得出"原因可以是结果"的错误结论，这是因为我们忽视了一个事实，即通道是一个接一个排列的，在一个共同的系统中，一个通道依赖于前一个通道的正确运行。如果一个通道受阻，就会对整个系统产生影响。如果一个通道（如胃）只能吸收部分食物，那么就会影响到身体内所有后续通道。如果胃只能在入口处吸收得少，它自然也只有在出口处传递得少。现在你可以说，胃部供应量的减少是造成身体其他方面不足的原因。但问题是，胃为什么会受损？随后影响全身的过程是从哪里开始的呢？

另一个说明一个通道的因果端总是不同的例子是多米诺骨牌链。它们一前一后排列着，当推第一张骨牌时，它们依次倒下。第一块多米诺骨牌接收到能量--因，并通过倒下传递能量--果。如果它靠近另一块骨牌，后者就会接收能量并将其传递下去。每一个通道都是如此，从上一个获取能量，再传递给下一个--如果有无限多的骨牌依次排列，这种情况就会一直持续下去。能量不会流失，只会转化。作为一个单一的通道，每块多米诺骨牌都在"做"同样的事情，它接收并给予。然而，在它接收能量的地方，它并没有给回任何东西，而是给予到其他地方（给下一块骨牌），这是不可改变的。因此，因就在于链条中的第一块骨牌接收了能量。因此，认识到人们接收能量的地方以及第一条通道被激活的地方，对我来说非常重要。

既然万事万物都是以通道的基本形式构建的，那么一个系统中的万事万物只能以一个循环的原则运行也就合乎逻辑。如果你观察一下我们的太阳系，很快就会发现循环中的所有元素都是相互依存的。太阳、月亮、地球和行星相互依存。在地球上，可以通过生态系统的形式观察到所有生物和元素的相互依存。循环的法则无处不在，例如在空气中以高空风的形式存在，或者在海洋的洋流中。

循环的显著特点是，它们必须在开始的地方结束。水循环就是一个令人难忘的例子，它始于海洋，止于海洋。在漫长的循环旅程中，水是人类、植物和动物各种生命的基础。我们的身体中也有许多循环，例如血液循环，它从心脏开始，又在心脏结束。

每个通道的功能构造都是为了将其所有接收的传递出去。如果胃将一小部分食物留给自己，会发生什么呢？我们至少会在一段时间后死亡。肺在呼吸过程中会为自己保留多少氧气？零，因为在健康的肺中，所有的氧气都被输送到血液中。法则和构造都不允许有其他情况发生。这适用于一般情况，也适用于单个细胞。大自然的运作遵循简单、优美、易懂的原则，只要仔细观察就能发现。

### 3. 人类的基本需求

在大自然中，我们可以观察到，至少需要两个要素才能使某样东西发挥作用。如果一粒种子要萌发，它首先需要一种能量冲动来启动萌发过程。如果有合适的温度、足够的水分和氧气，并且光照条件满足其特定要求（喜光性种子/厌光性种子），它就能从蛋白质反应中获得这种动力。如果这些条件得到满足，就会形成酶，激活储存的营养物质，开始能量代谢和生长过程。

人体细胞也有类似的功能，它是一个小型化学工厂。细胞就像自然界中的万物一样，发挥着通道的功能。它的作用是制造产物。当然，它本身并不能生产任何东西。人体细胞需要一个合适的环境，即大约 1 帕的压力和接近 37 摄氏度的温度。如果压力过高，细胞就会受到损害，温度的波动也必须很小。细胞需要原材料（即化学物质）来制造产物，并为细胞内介质提供必要的信息。但是，原材料，即呼吸、喝水和进食，就足以获得产物吗？不，还需要电流形式的能量来转化原材料。

人体作为一个整体也需要电流来发挥作用。为此，脑电波非常重要。此外，人体同时还需要以化学形式存在的能量来维持其功能。

那么，人体内的电流从何而来？正统医学在这一点上描述了一种永动机。医学教育认为，大脑皮层几乎可以自行产生所需的电流。但永动机真的存在吗？人脑是这样的东西吗？大脑还能自己产生思想吗？

当我将病人的身体记录与他们的生活史进行比较时，我清楚地认识到思想在人们的生活中至关重要。这也让我意识到，人们的思想一直围绕着什么在转，他们在转化什么信息。让我们来看几个例子来说明这一点。

**病例 2：**一位 70 岁左右的患者使用胰岛素泵，该泵带有传感器，每 20 分钟测量一次血糖。当我问她是否会根据一天中发生的事情而注意到自己血糖水平的变化时，她回答说："每当我听说我的孙子们要来探望我时，我都会非常高兴，我的血糖会立即开始下降，直到降到正常范围内"。

这位病人的孙子们满足了她的什么需求？她对食物的需求？当然是灵的需求，是爱，而不是生理需求。重要的是要了解这些对病人来说显然是积极的信息是如何导致血糖水平下降的。

**病例 3：**另一位年轻的糖尿病患者也配备了带传感器的胰岛素泵，她也有类似的经历，只不过是负面的。在法庭上的一次紧张情况下，她的血糖水平升高，她的设备发出了信号。在注射了几个单位的胰岛素后，血糖水平还是继续上升。即使反复注射胰岛素，血糖也没有出现预期的下降。直到庭审结束，这名患者的血糖水平才下降，但由于反复注射胰岛素，血糖水平远远低于正常范围。

如果人只是物质，如果他的思想对身体的正常运转没有任何意义，那么就不应该发生这样的事情。<sup>1</sup>但是，一个人的想法会清楚地反映在他的身体上。

**病例 4：**在我开业之初，一位 50 岁出头的男子来找我。他非常生气，给我看了一袋药。"医生，我头晕四个月了，给我开了这么多药，但都没用。我为什么会头晕？"他的头晕症状非常有意思：这个人整天都在用电锯卖力地工作--没有任何问题。但每当他回到家坐下来，头晕的症状就会出现。

---

<sup>1</sup> 关于物质能否思考的问题将在后面讨论。

在他的头晕开始前四周，邻居向他透露了他岳母的秘密计划。那是关于她的房子，病人对房子进行了豪华装修，因为有一天他的妻子会继承这所房子。但是，如果岳父先去世，岳母第一次婚姻的儿子就会得到房子。这种不公平让病人非常生气。这个矛盾一直没有得到解决，这反映在他每天回家后的身体反应上。他患上了一种没有身体机能障碍的疾病。在医生的建议下，他试图用药物（即化学药品）来缓解症状。但由于病因在别处，药物无法提供持久的治疗。

现在，让我们仔细看看人类的基本需求。一个人要正常运转，也就是要健康，需要什么？

不难理解，生命取决于基本需求的满足。"生命法则"控制着我们人类的需求。如果所有相关需求都在最佳范围内得到满足，我们的状况就会在"太少"和"太多"的边界线之间波动。在这种情况下，一切都正常运转，我们完全健康。在这种状态下，不会出现任何疾病。

每当疾病或功能失调发生时，我们就会发现自己处于一种需求未得到满足或过度满足的状态--因此超出了最佳范围。因此，当出现症状时，问题就来了，病人"缺少"了什么，或者什么对他们来说"太多"了。在生理层面上，很明显可能是某种东西过多或过少，如温度或液体。

## 生命法则



在自然界中，除了最佳范围之外，总会有一个耐受范围，在这个范围内，人"只是"生病。只有当低于会超过这个额外的容忍度时，功能失调才会导致不可逆转的功能衰竭，从而导致人的死亡。如果基本需求得不到满足，或者满足不足或过度，在极端情况下也会出现同样的后果：人就会死亡。

因此，及时了解身体什么缺少或什么过多至关重要。说到生理需求，我们都知道当身体"告诉"我们生理需求困境时该怎么做。我们知道，我们需要氧气、水、食物和温度。一旦我们到了最佳范围的边缘，我们的身体就会做出反应。观察温度是最简单的：温度太低时，我们会冻僵；温度太高时，我们会出汗。我们还能识别饥饿、口渴和疲倦：啊哈，身体需要这个和那个。身体本身不会说谎，它发出的信号是正确的。身体会用简单的方式解释自己当前的状态。我们不用翻书就能清楚地知道，我们应该吃饭、喝水或睡觉。

现在有耳鸣或耳塞等疾病。有患有头晕、癌症及很多其他疾病的患者。这些人缺少什么？是饮食吗？得了这些病，根据生命法则我们是否是处在最佳范围外？如果答案是是，那是关于什么的需求呢？

最初，我完全没有意识到灵的需求得不到满足是否会导致生理失调，以及如何导致生理失调。这就是为什么我花了一段时间才第一次意识到，然后确信思想是人类生活的"本质"。人们需要正义、自由、安全以及更多的东西，身体才能正常运转。起初，我并不容易理解这一点，因为我在医学院没有学过这方面的知识。

如果你愿意，你所思考的事情只是幻想。那么，为什么它们如此重要，会让我们生病呢？我 19 岁时从罗马尼亚逃到德国，当时罗马尼亚还是共产主义国家。我为什么要冒着被捕的风险？我是为了吃喝之事而逃离吗？在罗马尼亚有足够的食物，尽管不像在西方那么丰富，有时还会担心。但物质并不是决定性因素。我逃离是因为自由对我很重要，我在灵上对自由有很大的需求。后来我来到了德国的弗莱堡(意译:自由之堡)，我觉得这是个美好的城市的名字。

自由和正义等灵的需求不会过度满足，这是与物质层面的一个重要区别。灵的需求要么是 100%满足，要么是不够满足，或者说完全不满足。因此，灵的需求没有上限。因此，不存在"过多"的公正、自由或安全。

灵的需求得不到满足会导致哪些身体反应？换句话说，我们的思想会给身体带来什么影响？经过数以万计的会诊，我可以从身体症状和疾病中识别出一个人的灵的困境，这种困境会在身体上表现出来。

我问自己，非物质元素怎么会引起物质上的反应？爱、正义、自由、安全是什么？它们是化学物质吗？如果是的话，那么我们就可以用化学方法配制并复制它们。如果有人来抱怨他们遭遇了不公正或不友善，我们就可以给他们一剂正义、

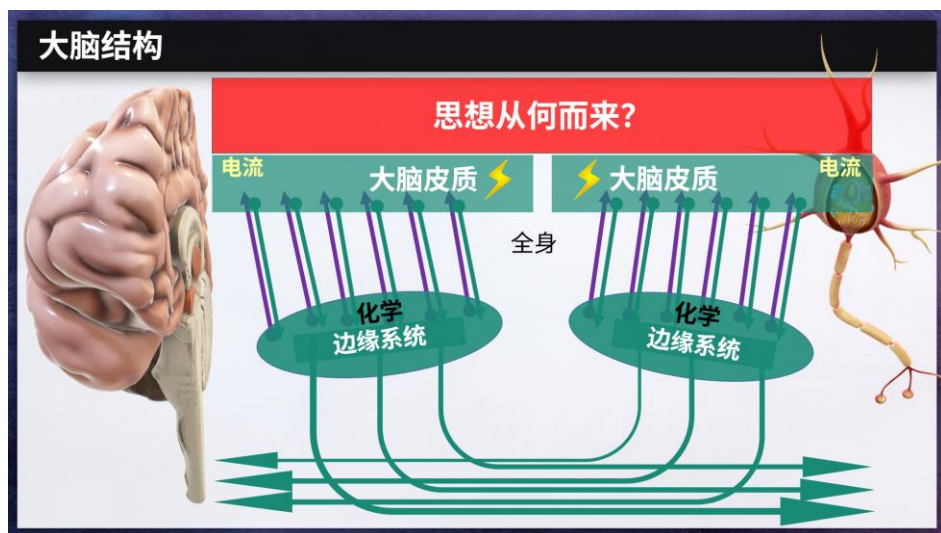
爱或自由，然后一切都会恢复正常。但这是不可能的。我们无法开出和给他"爱"的处方。爱是一种属灵的元素，因此也同时是一种属灵的信息，它没有化学公式。它只能在思想中进行处理。不可否认，爱是人类的绝对需要。但是，如果没有爱，身体就会生病，这一点我们大多没有意识到。就像氧气、水和食物必须按一定的量得到供应一样，爱作为一种需求也必须百分之百地得到满足。

这就是为什么如果我们想要找到病因，思想就是核心。要做到这一点，我们需要知道思想究竟是什么。我们很清楚，思想可以传递信息。但我的下一个问题是，思想从何而来？

## 4. 思想从何而来？

问题是：思想从何而来，或者说是谁"制造"了思想？我也是在绝对信息的基础上追问这个问题的，因为我不想以自己的主观观点为导向。

人的机体是一个绝对性的结构，可以从中学习很多东西。就像平板电脑由许多部件组成一样，机体也由许多相互关联的器官组成。它们在复杂的相互作用中发挥作用。在某个地方机体的所有器官都必须受到控制和调节。因此，必须有一个中心将它们连接起来。我们知道，大脑皮层就是这个中心，是整个身体的连接点。我们将整个人在大脑皮层中连结成一个整体。在这里，所有的"线路"都以神经通路的形式连接起来，调节着人体。



因此，我们将在下一步概览一下大脑的结构。大脑由两个半球即大脑的两半组成。这两个半球的大脑皮质互不相连。因此，可以在不切开大脑皮层的情况下从

中间切开。虽然大脑中的基本结构会被破坏，但大脑皮层仍会保持完整。这一点对于我们为什么会有单侧身体疾病的问题非常重要。<sup>2</sup>

外层皮质是一个波状层，厚度仅为 4 到 5 毫米。它由数十亿个神经细胞（也称为神经元）组成。这些神经细胞就像导电电缆一样，从大脑皮层延伸到全身。这样，整个身体就在大脑皮层中连结成一个整体。身体中发生的一切都始于大脑皮层。从那里，神经通路通向大脑中心，即所谓的边缘系统。然后，它们分开，从右向左或从左向右进行转换，然后贯穿整个身体。

每项身体机能都始于大脑皮层的电脉冲，它触发身体的所有后续步骤。神经通路各自独立。只有这样，电流才能到达身体的正确位置，例如精确地移动小手指。这种电脉冲会传到边缘系统。在那里，脉冲会导致最初的化学反应，并立即将信号传回大脑皮层，这就是所谓的情绪。这个信号是关于电脉冲或电流在身体中的作用、是否适合身体—当我对某事感到高兴或者不高兴—的第一个反馈。

思想源于何处？它们起源于大脑吗，例如大脑皮层，或更可能是边缘系统？还是来自大脑之外或大脑皮层之外？自然法则再次帮助我们找到了答案。

医学教育认为（简单地说），思想产生于大脑皮层神经细胞的突触之间。<sup>3</sup>脑电波和化学反应相互作用，在这个过程中，比如说，一个想法就会产生。但是：有数十亿个神经细胞，哪一个是控制思想的？哪个点做出最终决定？在某个地方一定有一个至关重要的点，至少是一种类似于技术仪器上的起始点。

---

<sup>2</sup> 根据遗传规律，两个大脑皮层分别特别地显示出父母一方的特征。

<sup>3</sup> 概览参见 Eccles, J. C. (2000): 《自我如何控制大脑》(第三版) Piper. 值得注意的是他对唯物主义解决方案局限性的阐述，见第 261 页及以下。

因此就有了这样一个问题：大脑能自己思考吗？要准确回答这个问题，我们需要了解大脑是由什么构成的。就像所有已知的物质一样，大脑也是由原子构成的。元素周期表中不同元素的原子可以相互反应，我们对其化学反应的过程有些了解。

## 这些反应

- 只能取决于外部因素而产生、
- 不可能偶然发生，因为反应的先决条件和可能结果总是确定的，而且
- 化学可以吸收、储存和传递能量和信息。

化学反应是由原子层面的自然法则决定的，并且总是以相同的方式进行。例如，只有这样才能生产出符合特定标准的水泥。我们之所以了解可以使用的电子设备，是因为化学物质可以接收信息，并储存起来可再提供使用。化学物质还可以吸收和传递热量。

同时，我们也知道化学元素有哪些天然性的不可能。计算机没有思想，无法思考，即使它们拥有面部识别功能或所谓的"人工智能"，并能做出反应。"反应"并不意味着"思考"。

## 化学元素

- 没有感受（手机什么也感觉不到）、
- 不可能做选择，即不能做决定、
- 无法控制或毁灭自己、
- 不可能有意识（平板电脑有多少意识？）、
- 不可能有省思、

- 不可能有道德。

因此，化学元素肯定不是思想的来源。但思想从何而来？人类为什么能够思考？如果大脑完全由化学元素组成，那么根据自然法则，大脑不可能独立思考。

人类可以感觉和思考。然而，化学元素是无知觉的。受伤手指上的神经会向大脑传递脉冲。只有在大脑中才会产生感觉。谁感觉到疼痛？感觉处在哪里？感觉的存在本身就很好地证明了人类不可能只由化学物质组成。

此外，人类可以自我毁灭，这与自然界中的非生命元素不同。根据自然法则没有物质可以自我毁灭。然而，人可以因为无法满足自己需求的信息而做出从 11 楼的窗户跳下摔死的反应。我的一位病人的男朋友就是这样做的。当她在电话中提出与他分手时，他在通话过程中跳楼自杀。

化学元素（如药片）不会自毁。然而，我们可以观察到动物的自我毁灭。例如，当心爱的主人或女主人去世后，猫或狗往往会重病而死。有些动物到死都不吃东西。它们为什么会有这种行为呢？

因此，人类和动物在做出自我毁灭的决定之前，一定有某种东西首先唤起了自我毁灭的想法。

人具有认知能力，他们可以对他人感到高兴或恼怒。这意味着他们能够有意识地感知信息，并以可识别的方式对其做出反应。人们还可以做出选择。他们选择自己的生活伴侣、职业甚至汽车。而所有这些物质却是做不到的。

人们从哪里获得这些能力？它们的源头在哪里？是大脑吗？自然法则排除了仅凭化学物质或仅由化学物质组成的器官就能思考的可能性。有待弄清楚的是，人身是什么能够思考。只有这样，我们才能回答思想从何而来的问题。

## 5. 人的灵--我们不仅仅是物质

人类有许多能力无法仅用"化学物质"来解释。人类身上有一种超越物质的东西。只有找出这部分，我们才能回答"病从何来"这个最初的问题。正如刚才所展示的，大脑本身作为一个纯粹的物质元素不能独立思考。大脑不可能是思想的起源。虽然大脑对于思维是绝对必要的，但它不能独立思考。

那么思想的起源是什么呢？我所能找到的就是人类和动物必须有一种灵。灵是看不到的，无法物理上直接察觉到，但仍有可理解的证据证明它的存在。

(非物质的)灵存在的证据：

### 1. 人类和动物的属灵上的需求

在人类和动物身上都可以观察到各种各样的属灵的需求：自由、安全、好奇心或认知等等。人类的灵的需求无疑远远超出了动物的灵的需求，例如在正义、真理、责任、道德、欣赏等方面。然而，人类的灵的需求清单是无法数完的。它们的共同点是，它们都是非化学性质的；没有片剂形式的"自由"。

这样的需求存在必须要求一个实体的存在。实体不存在的地方，需求也毫无意义，因为它不是必需的。人身上存在着一种要求属灵上的需求的实体，但它是什么呢？人的什么或谁想要自由？是我们的脑细胞渴望这些属灵上的需求吗？还是心脏、肝脏或胃？有可能例如大脑细胞需要得到他人的理解才能发挥作用吗？当自己或他人受到不公正待遇时，细胞会提出抗议并感到恼怒吗？

在我们看来，情况显然并非如此。因此，在人类和动物身上一定存在着某种要求灵的层面的东西。一种能够区分真相与谎言、正义与非正义、安全与不安全的東西。某种东西能够把有爱的行为与不友善的行为区分开来。人类显然有这种能

力。这种能力从何而来？除了接受"人类一定不仅仅是物质"这一观点之外，我看不到有其他的解释。属灵的实体的存在不能被否认。因为我们都已经知道了这个概念，我们是有灵的。

## 2. 身体依赖于灵

我们的身体是由化学物质组成的，有与植物类似的生理需求，自己无法满足。就像植物需要大自然或人类为其提供水分，使其能够吸收一样，我们的身体也依赖灵来满足其生理需求。因此，身体会通过饥渴、寒冷和出汗来表达自己的需求。这样，身体就会向灵显示它缺乏什么或什么太多。身体无法为自己获取食物和水。只有灵才能通过食物、水和氧气等照顾身体。然后，身体接收这些物质并对其进行处理，但它无法自己"得到"这些物质。是灵控制着身体。只有这样，人类才能移动，哪怕他只是走到冰箱或水龙头前。

没有灵，身体就无法照顾自己。这就是为什么身体会向灵发出信号，以补充缺乏。饥饿感来自细胞，但细胞本身无法感知饥饿。因此，饥饿不是一个细胞向另一个细胞发出的信号，而是细胞（物质）向灵发出的信号。灵可以满足身体的需要，也可以拒绝身体的需要。这就得出了我们必须是有灵的存在的一个证据。

## 3. 灵及其需求高于物质需求

在一个人的生命中有发生冲突的情况，当他必须在"爱"（作为灵的需求的一个术语）和生命之间做出抉择时，爱比生命更重要。我曾多次观察到这种优先顺序。有许多已婚夫妇，双方都希望比对方先死，因为他们不想独自生活。一位老年患者告诉我，他已经做好准备，如果妻子死了，他也会紧随其后死去。有一个关于

一个年轻人的悲惨的例子，是当他的女朋友结束这段关系时。他无法忍受这种情况，拿了父亲的枪，邀请女孩去兜风，开枪杀了她，然后自杀。

我非常清楚地注意到，我的病人们将他们的灵的需求置于物质需求之上。在日常生活中，我们也能看到这种情况，人们为了追求自己的灵的渴望而放弃吃饭、睡觉和休息。在青春期，人们不会过多地考虑身体需求，因为在聚会上满足灵的需求比生命本身更重要。

毫无例外，每个人都会对只是活着不满足。我经常问我的病人："如果你只是活着，你会满意吗？"没有人回答说仅仅活着就足够了。每个人都有什么驱动着自己，赋予自己生命的意义，没有这些，他们就不会满足。据我观察，正是（假定的）生命意义的丧失导致了灵的负担，进而表现为身体上的疾病。疾病并不是一个人为自己的"生命"而战的结果。相反，疾病是一个人无法实现其生命的"意义"或失去了生命的"意义"的结果。

成瘾也是关于意义的实现，而不是关于生命本身。由于灵的困境越来越大，我们也看到了许多上瘾的人。意义总是先于生命，这证明了灵高于肉体，人们宁愿放弃生命也不愿放弃实现自己的意义。

这意味着著名的"马斯洛金字塔"的构建方式是错误的。金字塔主要由生理需求构成，只有在最顶端才加入了灵的方面的需求。<sup>4</sup>人类生活的现实表明，人类的金字塔需求实际上主要是灵的需求，其次才是生理需求。是的，我们既有生理需求，也有灵的需求。然而，灵的需求比身体需求更重要。

---

<sup>4</sup> Maslow, A. H. (1943): 《人类动机理论》。心理学评论 50(4), 第 370-396 页。

那么，究竟是什么让人们能够把生命的意义看得比生命本身更重要呢？谁是人的指导力量？是大脑--即身体--还是灵？

#### 4. 灵的能力超越身体的能力

身体通过神经向灵传递感觉和情绪，从而与其沟通。这些信息描述了身体的愿望。灵是必须回应身体的愿望，还是可以拒绝呢？经验告诉我们，如果灵不想做某事，那么无论身体发出多少紧急信号，它的需求都不会得到满足。灵是一个不能被强迫行动的实体。

从灵的功能中，我发现了关于灵的三件事。

1. 灵是一个封闭的系统，无法受外界控制。灵可以受到外界的影响，但只有它自己才能决定是否接受这种影响。
2. 灵只能控制自己，而且是从内控制自己。
3. 灵永远是主动的，也就是说，灵不存在被动性。

做决定的能力可能是物质元素和灵的元素之间最重要的区别。物质元素不能说"不"，只能服从来自外部的命令。当有人在加工一块木头时，木头无法保护自己。身体只能做出反应，进行化学代谢。它根据收到的指令做出反应。灵不会接受命令，而是独立行事。

因此，灵的能力包括

- a. 为自己行动（能主动行动、想出主意等）
- b. 拒绝对外界刺激做出反应（说"不"）；

是在物质中找不到的。

灵也必须首先处理信息，才能做任何事情。但它会自己行动，当它愿意时会做出反应或不做反应，拒绝外来的脉冲。这就是为什么灵不能等同于物质。因为灵高于物质，所以灵也不可能从物质中产生。

当身体需要食物时，灵可以听从这种愿望。然而，灵也可以自由决定不进食，与身体发出的紧急信号相反。这就是为什么一个人可以进行危及生命的绝食，如果这样做是为了满足更高的灵的需求的话。

这一切都表明，物质会影响灵，但无法控制灵。它可以作为反应通过引起灵的不适和痛苦来阻碍灵。然而，身体的反应并不能迫使灵服从身体（物质）。

这就清楚地表明，灵并不像物质那样，是一种可以被命令去做某事的元素。由于灵从内部控制自己，它必须检查提供给它的信息是否确切符合它的灵的需求。如果提供给它的信息能满足它的需要，它就会接受并采取相应的行动。如果不符合，它就不会按照别人提供的信息行事。因此，它有一个明确的"不"作为行动选择，这是物质所没有的。

酷刑的最终目的也是通过身体达到灵。身体受到损害或破坏，灵必须感受和忍受。但即便是这样的过程，也无法迫使灵采取行动。许多受过酷刑的人，无论遭受多大的折磨，都从未屈服。这进一步证明了人身上一定有两个实体。

## 灵和身体之间的层次结构

- 当人身上有两个单元，它们必须要相互沟通。
- 人类（和动物）的灵和身体如何相互沟通？



### 5. 通过灵的思想控制身体

做出的决定是对大脑的命令，而不是信号或请求。身体作为一个物理元素，必须对外界做出反应。它别无选择。手的动作只不过是脉冲，是身体执行的灵的命令。身体无法对此说"不"。

以恐慌症发作为例，我们可以看看这两个实体之间的相互作用。人的灵会把某种情况理解为危及生命的危险，一秒钟的惊恐会导致身体在几毫秒内通过化学反应释放出一系列激素，从而改变整个身体的新陈代谢。身体有选择的余地吗？没有，它必须按照预先设定的方式做出反应。即使恐慌是基于错觉，身体的反应也是一样的。有时你会梦见一些不好的事情，醒来后你会如释重负，然后对自己说："那只是一个梦！"不管怎样，生理反应依然存在。这同样适用于你通过观看此类影片而自愿为自己制造的恐慌。

<sup>5</sup>根据自然法则，灵要想通过思想控制身体，就必须为身体提供物理脉冲。否则，它就无法让身体动起来。我们已经看到，我们的大脑是通过电流工作的。而这些脉冲必须来自某个地方。大脑不能自己产生脉冲。活人和死人的区别就说明了这一点。死人的大脑缺少什么？是电流！为什么现在没有了？电流是如何进入大脑皮层的？是谁触发了大脑中的电脉冲？

作为物质，大脑无法产生驱动它的电脉冲。<sup>6</sup>如果物质能够为自身提供驱动力，它就会成为一台永动机。然而，这将废除基本的依赖法则和通道原理。大脑将以非常不一样的方式运转--不仅与人类的所有其他器官不同，而且与宇宙中所有可观察到的元素都不同。

是灵通过思考和决定触发了电流冲动。可以说，灵让大脑保持"运动"。这些电流是可以测量的。它们只不过是灵在大脑的思维活动。大脑本身无法产生电脉冲，这一点在死人身上可以看到。根据自然法则，死人可以证明活人一定有灵。

灵存在的证据可归纳如下：

如果没有灵，我们人类将

- 无属灵的活动
- 没有属灵的需求

---

<sup>5</sup>呼吸功能也是在灵的作用下由一个化学过程控制的。这个化学过程只在灵控制的情况下运行，但如何运行却不是灵所能决定的。与决定食物摄入量不同，呼吸可以通过令人印象深刻的训练来实现，但却无法有意识地永久停止。因此，控制并不仅仅意味着向身体下达指令，还意味着在一个确定的框架内维持身体的既定过程。

<sup>6</sup>它涉及的是大脑皮层贯穿全身的复杂的控制脉冲，而不是身体本身对大脑的能量供应。

- 无感官知觉（感觉、视觉、嗅觉、味觉、听觉）
- 没有想法
- 无评估（可选择"是"或"否"）
- 无责任
- 无道德
- 没有灵性
- 无法移动身体。

因此，没有灵的身体是死的。所以，问题不可避免地产生了：如果物质不能产生灵，那么灵从何而来？

## 6. 有灵的活人--身和灵的总和

根据以进化论为基础的科学，灵源于物质。不过，它不叫灵，而叫"心理"。心理被视为大脑皮层活动的结果。如果是这样的话，那么身体上的需求和困难应该比灵的需求和困难更重要。身体应该控制灵。我们已经看到，事实并非如此。

*根据自然法则*，非物质的灵不可能从细胞的化学或物质中产生。试想一下，身体产生了一个心理，然后心理决定给身体吃东西或不给身体吃东西。或者让它从11楼跳下等等。这在我们的头脑中是难以置信的，也违背了因果法则。

是灵通过思想在身体中产生电流。依赖于这些想法的取向，体内的电流会导致机能失常、自我伤害甚至疾病。

这说明，灵所产生的电流脉冲一定会对大脑皮层产生固定的影响，即"正确"的思维会导致适合身体的脉冲，而"错误"的思想则会产生有害的影响。大脑皮层是物质，没有自己的决定，也没有对灵或想法如何做出反应的自由度。这意味着，灵的正确思维方式会给身体带来正确的电脉冲，这可以从身体上可靠地得知。同时，身体中错误的、不适合身体的电流脉冲也可以被表露出来。主观思维的客观测量工具是非常有益的，尤其是在关于我们的生命和健康方面。

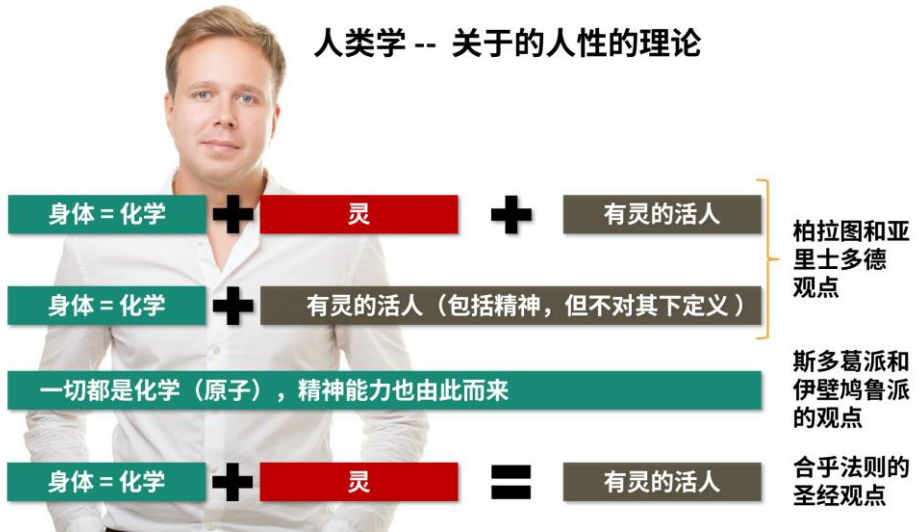
不过，在了解这些细节之前，我们应该先了解一下人类学，即关于人性的理论。关于人类的结构，有许多不同的理论，但我们在此只考虑三种最著名的方式。

1. 其一，人类被视为三个独立实体的相互作用：身体、灵和灵魂。灵魂和灵是精神实体。这种关于人的观点在古希腊人那就已形成，因此被称为柏拉图和亚里士

多德的关于人的观点。柏拉图将人生动地描述为被困在动物躯体中的神。因此，死亡是人的一种解脱。<sup>7</sup>他以后又变成了神。

这种对"人"的理解至今仍有影响力，在许多宗教中都能找到它的踪迹，尤其也在基督教。

2. 自古希腊以来，还有另一种观念--斯多葛派和伊壁鸠鲁派的关于人的观点。根据这种观点，整个人完全是化学物质，灵的能力也是从其产生的。直到今天，大多数以进化论为基础的医学和科学仍然坚持这种相当简单的人类观。根据这种观点，爱或激情产生于细胞的"燃烧"。



3. 根据前文的解释，有无可辩驳的证据表明，单凭物质无法解释人类。根据自然法则，人体必须受到一种它自身无法提供的力量的控制。因此，将人视为由两个单元组成是合理的：身体和灵。我找不到第三个单元，但基于身体和灵的相互依

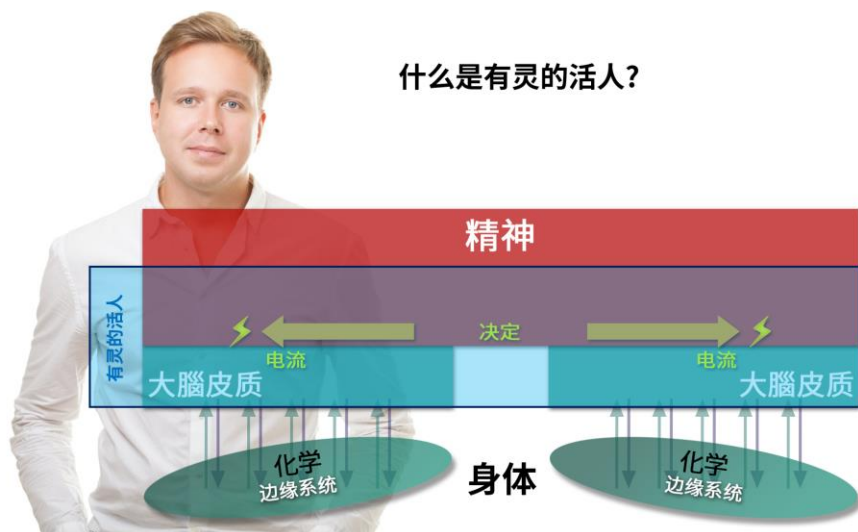
<sup>7</sup> Reuter, H. (2014): 《心理学史》 Hogrefe, 第 31-45 页

存关系--两者缺一不可--有灵的活人一词很好地描述了这一事实。因此，人是一个有灵的活人，由灵和身体组成。

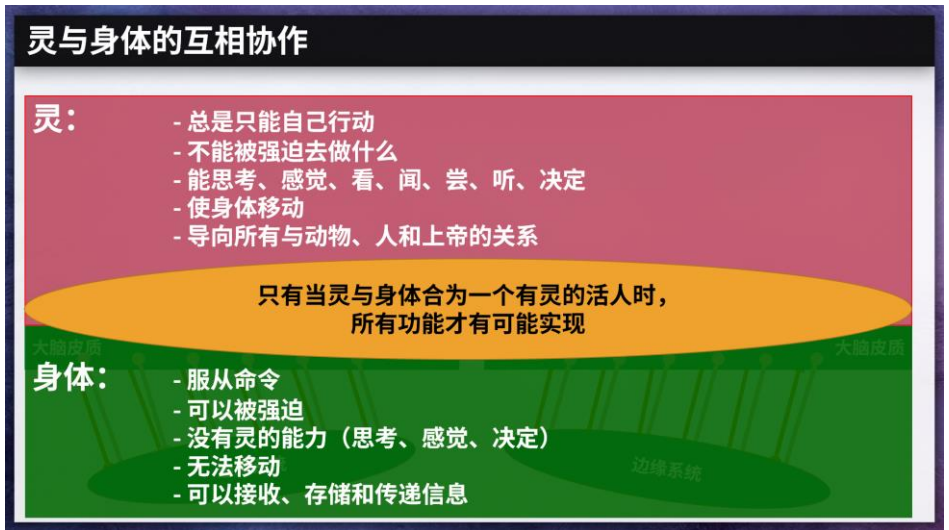
对比水就较能阐述这一点。当氧气和氢气结合在一起时，就会产生水（H<sub>2</sub>O）。正如水由两种元素组成一样，有灵的活人也由两种不可分割的元素组成。如果把它们分开，我们就不再有水，而是氧气和氢气。如果灵和肉体分离，人就死了。这意味着有灵的活人不复存在，只有分离的元素，即灵和身体。人只有在两个单元共同作用的情况下才能发挥作用。

灵与身体协作的另一个形象比喻是钢琴演奏者与钢琴之间的联系。钢琴无法自己单独发出声音。没有钢琴，弹奏者也无法弹奏出钢琴曲。只有当弹奏者和钢琴一起工作时，音乐才会产生。这种音乐是演奏者和乐器的结合。同样，有灵的活人也是灵和身体共同作用的结果。身体是钢琴，灵是演奏者。两个不同的组成部分产生了一个新的统一体，即有灵的活人。按照法则，两者相互依存，但身体受灵的控制。如果分离，就不再有音乐。当灵离开身体时，生命就结束了。

## 什么是有灵的活人？



因此，灵和身体构成了一个功能单元。两者只能共同发挥作用。然而，灵高于身体，并控制着身体。就其本身而言，身体有固定的设置，灵无法转变。这意味着，即使灵控制着身体，它让身体做的事情也不能超过身体所能做的。这就是为什么人类的灵会受到身体的限制和制约。



这就清楚地表明，人类的五种感官--感觉、视觉、嗅觉、味觉和听觉--只能存在于身体和灵的结合。物理信息通过身体的神经到达大脑皮层，然后呈现给灵，其能感受、能闻、能看、能听或尝。灵的思维能力也依赖于大脑皮层。灵可以独立思考，但离不开大脑皮层。就像脚虽然不能独立行走，但却可以用来走路一样，没有正常运作的大脑，灵也无法思考。一个人所做的每一件事这两个单元都参与了。

## 7. 疾病是如何产生的？

我想告诉大家一个病例，在这个病例中，我自己学到了疾病发生的原理。在后来的所有病人身上，我都能以同样的方式反复观察到，并且没有发现任何其他模式。

**病例 5：**一位 30 岁出头的患者持续剧烈头痛 14 天，服用止痛药后仍不见缓解。她的家庭医生为她治疗这个头痛，但都没有效果，后来医生将她介绍给我，以排除鼻窦感染的可能。我对病人进行了全面检查，但没有发现任何异常。由于这位女士看起来非常痛苦，我想到了脑肿瘤或脑出血。当天进行的头部 CT 扫描没有发现异常。

这名女士的疼痛最初无法解释。她的头部没有受到外伤，身体也没有受到其他撞击。她的疼痛只是她的想象吗？当然，疼痛是看不到的，但可以通过功能性核磁共振成像扫描识别大脑中被激活的区域，从而让疼痛被识别出来。我们知道，当某些激活模式出现时，人们就会感到疼痛。<sup>8</sup>疼痛是边缘系统的一种化学反应，它将疼痛信号在大脑皮层传递给灵。

我该如何处理这位女士？她有可信的严重主诉。疼痛是无法想象的。但是，它可以通过想象产生。但是，如果它们确实存在，从生理学角度来看也是可以理解的。我可以从自己的经历中证实这一点。我在学医期间参加了一个关于阑尾炎对生命危害的上午讲座，当天午夜时分，我开始感到阑尾部位疼痛。我担心自己会

---

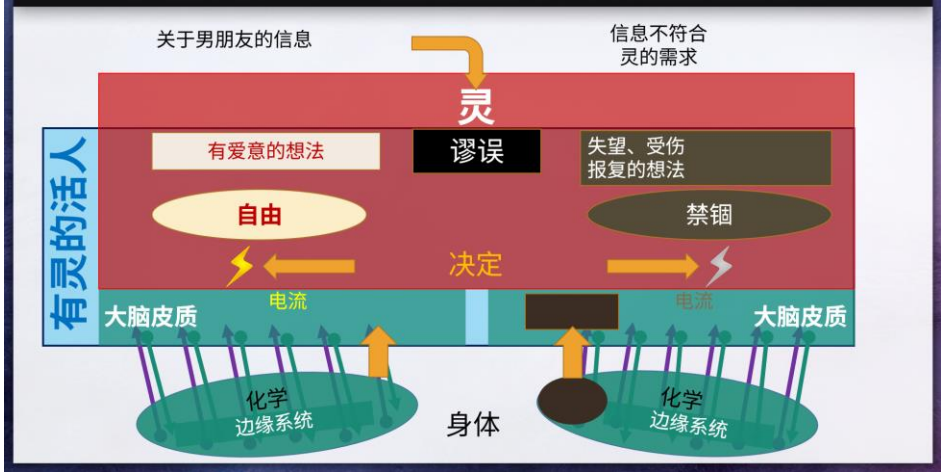
<sup>8</sup> Kröner-Herwig, B. et al, (2011): 《疼痛心理治疗》(第七版) Springer, 第 6 页

死，立即去了急诊科，住进了住院部。经过两天的检查，确定我是否患有阑尾炎后，为了安全起见，我的阑尾被切除了。结果发现阑尾并没有发炎。

**关于病例 5：**既然没有物理原因导致疼痛，那么就只剩下灵的因素了。我问她两星期前是否发生过影响病人的事情。于是这位女士说："两星期前，我发现我的男朋友欺骗了我。"这段关系已经持续了一年，她放弃了很多东西，从很远的地方搬到了他身边。为了和他生活在一起，她离开了家人。现在，她发现他对她不忠。

我们已经在脑海中固定了对忠诚的需求，而不忠则与此对立。由于我们的需求决定了我们，我们会自动对需求对立做出拒绝的反应。这位女士也是如此。然而，我感兴趣的是，是哪种想法导致了头痛。于是我问她，在听到这个消息之前，她对男友有什么想法，之后又有什么想法。她之前对他只有爱的想法。爱的想法基本上是自由的想法，也就是说，它们满足了我们的灵的需求。每一个自由的想法都会导致一些决定，这些决定会触发适合身体的电脉冲，并在边缘系统中引发积极的情绪。这是身体对电流脉冲适合身体的确认，并给灵发出信息：继续这样！有爱意的想法不会引发紊乱，因此身体也不会生病。

## 案例研究：自由和不自由（禁锢）的思想



但现在，这位女士收到了男友出轨的坏消息。这个消息违背了灵对忠诚、真实和正义的需求。因为当男方出轨，他不仅失信、不诚实，而且还犯下了不义。这位女士对失信的反应产生的想法是什么？她会感到失望，受到伤害，还会产生报复的念头。

这些消极的想法会产生电脉冲，对身体造成明显的伤害。这就是灵所想的不自由的想法，而这些想法禁锢了自己。每当灵禁锢自己时，它就会做出与身体不符的决定，从而在大脑中引发与身体不符的电脉冲。这种错误的驱动力会导致大脑和与之相连的所有其他器官受损。总而言之：消极和不自由的想法总会导致不符合身体的电流，对身体造成或多或少的损害。<sup>9</sup>

<sup>9</sup> 思想作为一种脉冲，通过边缘系统到达骨髓，这是人体循环系统的下一个点。就连智慧的所罗门也写道，忧伤的心使骨枯干(《箴言》17:22)。他知道所有的身体疾病都来自

一般来说，当别人做的什么事情不能满足一个人的灵的需求时，人的困境就产生了。这种需求对立会被当作一个理由从而采取行动加以反抗。然而，由于（通常）无法改变他人，这种尽力就成了对自我的禁锢。一个人越是执着于这些不自由的想法，这些想法就会越多，灵就会产生更多无法解决的问题。这位患者被另一个折磨了她 14 天的想法困住了："如果能保证我的男朋友再也不会对我不忠，我就想留住他"。这让她陷入了一个无解的境地，因为哪里能保证她的男朋友将来会保持忠诚呢？她自己也知道没有这样的保证，但她仍然紧紧抓住男友不放，如果可能的话，她会强迫男友对她忠诚。这种她内心的强迫导致了头痛。

现在的问题是，我们建立关系的原因是什么？我们为什么要建立人际关系？人们普遍认为，我们需要同伴来满足我们的灵的需求。这位病人也认为，她需要她的男朋友来满足她的灵的需求。她认为男友可以满足她对爱、忠诚和安全感的需要。这就是她选择他并与他生活在一起的原因。她的男朋友到底能不能满足她的需求呢？她的要求现实吗？自然法则允许一个人另一个人喝水、吃饭或思考吗？

正如我一再看到的那样，当别人做了违背自己灵的需求的事情时，每个人都会做出自我对抗的反应。他们在不知不觉中伤害了自己，而自己却并不是想这样做的。这位病人的情况也是如此，她在灵上禁锢了自己，制造了自己的头痛，因为她坚信她的男朋友欠她忠诚。我同意了她的说法，直到我意识到她的灵用这种要

---

骨髓。这里是制造血液的地方，也就是所有抗体和防御细胞的地方。骨髓中发生的一切都听命于灵。骨髓的活动影响着身体所有其他器官的功能。空气、水和食物等物质元素只有在思想之后才会通过肺、胃等进入人体的功能循环。在人的初始，爱是一种属灵的元素，而不是化学元素。信息从器官流回边缘系统，然后流向大脑皮层，再从那里流向灵，从而完成人的功能循环。

求会伤害她的身体，而且自然法则也不允许她的愿望。当我"仔细观察"整件事时，我才意识到这个思想误区。

作为一名医生，我认为任何伤害身体的事情都不应该对身体做。如果我给身体吃了错误的食物，它就会产生不良反应。如果身体对我的想法有负面反应，那么这些想法就不可能是正确的。那么我就必须改变这些想法，就像对待对身体有害的食物一样。

我后来能够在随后的所有病人身上发现的思维误区是什么呢？它在于一种不被认为是谎言的无意识的自我欺骗。由于它是我们每个人都有的，所以当身边的人们，与其有关联的人们没有做他们应该做的事情，或者当他们去世时，每个人都是自己的敌人，并自我毁灭。如果不是以疾病和自然法则为标尺，这种无意识的自我欺骗对我来说还仍是未知的。

## 8. 始终伴随我们的谎言

当我开始与我的病人交谈时，我意识到他们都有一个共同的内心信念：我需要被爱。显然，人们认为"被爱"就能满足他们的需求。我的所有病人的故事都以某种方式围绕着爱，而且总是围绕着同一个想法：*我没有被爱*。

下面，我想通过一些真实案例来说明"被爱的期望"。

**病例 6：**一位年轻女性患者已经三天无法吞咽或进食。但是，我没有发现任何身体异常。这位女士结婚两年了。她最大的困境是丈夫节俭的态度。起初，他并不想去度蜜月，但她还是说服了他。那天晚上，当年轻女子在酒店把自己打扮得漂漂亮亮，期待丈夫带她出去吃饭时，丈夫说："走吧，我们去超市买点吃的。"不太浪漫吧，是不是？

于是，这个女人嫁给了一个能省则省的吝啬的男人。还在度蜜月的时候，她试图在酒店游泳池自杀。在她来找我之前，又发生了一些事情，表明她的丈夫在过去两年里并没有改变。

所有人的问题都源于他们认为别人不爱自己。儿子不收拾碗筷，母亲为什么会生气？母亲生气是因为她不会洗碗吗？她已经做了很多年了。她恼火是因为她潜意识里认为儿子不爱她、不感激她，否则他就不会把碗筷留给她。几乎所有关于人际关系的书籍都说："你需要被爱，这是一种付出和回报"。这种"别人应该满足我们或我们的需求"的谎言伴随着我们的一生，让我们生活沉重。

这个谬误导致了另一个谎言："别人不能做对不起我的事"。换句话说，别人不能对我撒谎、欺骗我、打我、偷我的东西等等。在我的诊室中，就有这样一个显著的案例。

**病例 7:** 一位患者对丈夫非常生气，因为她知道丈夫有外遇。她曾多次指责他，而他总是矢口否认，直到有一天他承认有外遇，并想要分开。与其说这位病人对丈夫有外遇感到恼火，不如说她对丈夫长期欺骗她感到更恼火。我问她："你是谁，你丈夫欠你诚实吗？"

或者笼统地说：我是谁，谁会欠我什么？别人可以欺骗我吗？可以打我或偷我的东西吗？*他们可以*，尽管他们肯定违反了国家法律。当我不能容忍他人的行为时，也就是当我剥夺他人行为的权利时，我就把自己禁锢起来，我就过的不好了。

两个简单的问题就能清楚地说明，对他人的爱的判断是多么不合逻辑。当我问我的病人："有人能为你进行思考吗？"所有人都正确地回答"不能"。

但是，如果我稍稍换个问法："你需要被某个人爱吗？"每个人的回答都是"需要！"这不符合逻辑。如果我真的需要被别人爱，那么*别人就必须能够为我想着有爱意的想法*。因此，我的病人对同一个问题的回答是自相矛盾的。人们甚至常常想都没想过自己对他人想法的看法有多么矛盾。

## 始终伴随着我们的谎言

潜意识

意识

谎言



我是上帝

未知的  
身份

我 必须 被爱

别人 不可以 对我做错事  
(撒谎、欺骗、殴打、偷窃等)

别人 是我的问题  
(父母、伴侣、子女等.)

为什么每个人都渴望被爱？为什么每个人都坚信，如果小时候母亲不爱自己，那么成年后自己也会受到损害？

有一位 40 多岁的病人，当我试图看他的耳朵时，他退缩了。我问他为什么这么害怕。他回答说："因为我的父母不爱我！"。我们在 40 岁时的恐惧，真的是因为我们没有得到父母的爱吗？我们没有意识到，当涉及到满足我们的需求时，别人做什么或不做什么并不重要。只有我们自己的所作所为才对我们的需求和生活起决定性作用。

*我必须得到爱才能满足我的灵的需求*，这种想法是谎言，很简单，因为这是不可能的。没有人能够满足另一个人的身体和灵的需求。我们的身体会通过负面情绪和疾病来揭示这种自我欺骗。

从身体上我们最能看出一个想法是来自真实的还是来自谎言。你不能欺骗身体，它做出有容忍限度的反应，但反应本身没有其他选择。除其他外，我们的身体需

要电流来运转。这种电流是由人的灵引发的。但灵也有自己的需求，其必须首先满足这些需求。在接收信息之前，灵本身是空的。要满足我们的需求，必须回答三个问题：谁？如何？从哪？

谁负责填饱我的肚子？只有我自己要负百分之百的责任，因为没有人可以替我吃东西。吃饭意味着用之前从自然界获取的食物来满足身体对营养的需求。我们按照生命法则进食，我们必须先*获得才能给予*。

现在让我们换到灵的层面来看。谁负责确保我的灵得到足够的爱？谁负责确保它被“填满”？和身体需求一样，100%是我自己。我该如何去做呢？人类的构造告诉我们，为了使身体产生正确的电流，必须对我们的邻舍怀有爱的想法。然而，这个信息必须首先被接收到，其才能被传递下去。

然而，由于灵的错误，人类看不到爱也有两种行为。他们认为爱就是给予。但实际上很清楚，如果我因为对方不能满足我的需求而不能给予对方有爱意的想法，我最终是从对方那里获取信息，并把我所得到的完全还给对方。如果对方不和谐或愤怒，那么我也会不和谐或愤怒。如果对方充满爱心，那么我通常也会做出充满爱心的回应，并且感觉良好。因为只要我有爱的想法，所引发的电流就会符合我的身体需求，不会对我造成伤害。

*获取和给予的原则*同样适用于思想。有爱意的想法就是给予。我又能从哪里事先获取呢？为什么我不能简单地对那些不爱我也产生这样的想法呢？因为灵深深地、牢固地陷在这样一个误区：只有当对方给予其一些东西时，它的需求才能得到满足。这意味着我们都执着于他人的行为。

然而语言并不总是决定性的。即使是“我爱你”这样的话，如果是昨天打我的人说的，也会导致愤怒和压力。你会有什么反应和感受呢？已经说了这么动听的话。

如果这些话不可信，你就会产生没有爱意的想法。这样就会产生一种电脉冲，唤起负面情绪。这就清楚地表明，感觉并不是从别人的行为中产生的，而是完全从你自己的反应中产生的。

那么，为什么我（通常）不能对别人的负面行为做出积极反应呢？为什么我不能保持客观，反而要生气和难过？因为我们心中的谬误让我们不自觉地认为别人欠了我们什么，即使不是爱，至少也是善意。

然而，"必须被爱"的想法并不具有功能性，法则将其排除在外。与我有关的功能不可能在我之外发生。如果一个人没有接收到某样东西，他就无法将其给予别人。我们都会对他人产生影响，反之，他人也会对我们产生影响。然而，一个人是否对他人的"影响"做出反应，完全取决于他自己。无论别人给你什么--好的还是坏的--如果你不接收，就什么也不会发生。

*根据获取和给予法则，我必须先从哪儿获取爱，然后才能给与爱。如果我不能爱那个不爱我的人，那么有一点就很清楚了：这个人其实就是我从他那里获取或想要获取爱的人。因此，我把其当作我的爱的源泉。*

当我们了解了人的构造，那么法则就给了我们一个绝对的可靠的关于因果的衡量标准。根据宇宙万物运行的基本法则，及人的构造，生活中几乎所有的事情都可以归类，都可以解释其发生或不发生的原因。人类的优势在于能够反思。这使其能够认识关于自己本身的事情并对其进行思考。

## 9. 自我认识是迈向真理的（艰难的）第一步

你应该获得的最重要的认识是什么？难道不是自知之明吗？我深信，对我们本质的极度无知是人类最大的灾难。我是如何思考的？我的感觉和情绪是如何产生的？我为什么会做出这样的反应？如果人们了解自己，就不会被他人欺骗。有了自知之明，我们会知道自己是谁，知道自己能做什么，能实现什么，知道什么对我们来说是不可能的。但遗憾的是，人们并不了解自己。没有一所学校或大学教我们认识关于自己的真相。

当我开始与病人谈论他们的人生故事时，我意识到人们对自己的判断是错误的。从他们的故事中不难看出，他们对自己的印象是错误的。我不得不问自己：我是否也这样错误地看待自己？不了解自己是我们很大的困境。要自知可能要花些力气，但无论如何，它对了解自己的内心过程，及能解释疾病至关重要。

我们可以通过镜子来认识自我。就身体而言的镜子，是我们都知道的玻璃镜子。镜子能反映现实吗？一面好的镜子能准确地反映出现实。但灵的镜子是什么呢？我如何知道，从人的本质上看我是谁？

重要的是，我要用客观的衡量标准来认识自己。有什么可供我们为此所用呢？

### 自我认识的途径

A.身体：我们已经了解了人类大脑的结构，尤其是大脑皮层。在神经的帮助下，整个身体即使是最小的部分也得到连接，身体的所有功能都通过大脑皮层进行控制。之所以能够做到这一点，是因为我们有灵。灵和身体就像演奏者和钢琴一样共同作用。通过思想和决定，灵进行控制并向身体发送电流。由于器官对接收无法选择，大脑的功能作为一个通道，接收这些电流并做出相应的反应，也就是说，它完全按照从灵接收来的电脉冲将其传递给身体。

第一个生理反应发生在边缘系统。通过情绪，荷尔蒙（化学物质）在最初的循环中反馈出引起电脉冲的想法是否适合身体。情绪始终是思想的结果，即果。因此，情绪和思想并不是平行的。例如，恐惧的想法是无意识的，然后通过电脉冲和随之而来的荷尔蒙释放变为身体的紧张情绪。这就意味着，人们自己要对他们所感受的情绪负责。情绪最终是我们无意识思维的一面镜子。

在剧烈头痛患者（病例 5）的病例中，情绪是在她改变了对男友的有爱意的想法后产生的。诱因是关于其男友不忠的负面信息，这不符合她的灵的需求。因此，这位女士开始有失望、受伤和甚至可能的报复的想法。收到信息后，她的思想不再自由，而是被禁锢了。从她开始强迫性思维并因此受困的那一刻起，她就做出了一些决定，这些决定作为一种不适合身体的电脉冲最初在边缘系统中产生作为最早出现的反应即负面情绪。在这种情况下，过了很短的时间，头痛作为一种进一步的反应出现了。

因为身体受灵控制，所以它是灵的一面完美的镜子。它是客观的，不会说谎，因为它只会传递给它的东西或对它做的事情。身体作为一面镜子，可以向灵揭示关于自身的真相。由于灵基本上只能由两种信息来表征--真实或谎言--所以身体可以向灵证明其是在合乎真相地思考还是在遵循谎言。这一过程是一项重要的客观的衡量标准，它能帮助灵识别无意识的自我欺骗，然后用真相取而代之。

B.被困住的灵：只要一个人接收到符合其灵的需求的信息，他就是自由的。他不必做出消极的反应。只要他的期望得到满足，就没有问题。但是，一旦别人不再按照自己的期望行事，或者不再按照自己认为正确的观点行事，问题就来了。

我小时候，爷爷养了一条狗。如果它被人弄生气时，它就会咬着自己的尾巴转圈跑。如果因为别人的错误而毁了自己，这当然不是一件明智的事情。但这正是我

检查过的所有病人的普遍的过程。即使我认识世界上所有的人，我可能也找不到一个例外。

现在，我的一些病人认为如果他们可以选择，会有不同的想法。他们可以避免生气。他们真的能做到吗？

**病例 8：**一位患者在结婚 35 年后意识到，她的丈夫从结婚开始就和几个女人在不同的地方偷情。得知这一情况大约三年后，她带着几种主诉来到我的诊所。其中之一就是她的睡眠障碍。她说："我晚上再也睡不着了。我就在附近开着车转并看星星，同时思考如何摆脱这种状况"。

这位女士的灵是自由的，还是被困住了？谁禁锢了她？这位女士与丈夫在一起 35 年，一直幸福美满。只有当她发现丈夫出轨时，她内心的毁灭过程才开始。只要她还没有意识到自己正在毁灭自己，谁又能帮助她呢？谁也帮不了她。她认为是丈夫的行为毁了她。但只要她不知道，她丈夫的行为就没有伤害到她。这清楚地表明，只有我们感知和评价事物的方式才会伤害我们。

当我意识到我所有的病人都是自我毁灭者时，我问自己：他们为什么要这样对自己？当然，我也发现了自己同样的问题。它影响着所有人，因为所有人的功能都是相同的。那么，到底在哪里出了差错？所有人都在哪欺骗了自己？

欺骗在于将收到的信息视为事实。只要不承认这些信息是谎言，它对受骗者来说就仍然是真相。因此，痛苦的产生只是因为谎言被当成了事实。

C.大自然的基本因果法则：让我们来看看我们的关系模式。我们与母亲、父亲、配偶、子女、宠物等都有关系。我们为什么会有这些关系？是因为我们爱这些人，想要给予他们什么？还是因为我们想从他们那里得到什么，即被爱？那个头痛的女士为什么要搬去和男朋友同住？为什么有人要结婚？他们是想要付出还是

想要得到什么？通常的答案是："两个都是！"这是真的吗？我们已经从法则中看到，在同一个地方同时给予和获取是行不通的。这是不可能的。你也不可能同时前进和后退。

人的错误迫使他产生一种想法：*我依赖于爱，依赖于他人的行为及其人（存在）*。事实真的如此吗？问题有两个根源。要么人们不做我们认为正确并期望他们做的事--要么他们做了，但却去世了，从而我们失去了他们。

在大部分人无意识的依赖思想下，所有与我建立关系的人都成了我的债务人。我们以给予（至少我们是这么认为的）而非获取开始关系。但这是违背法则的。在自然界中，万事万物都遵循"先获取后给予"的原则。然而，人们却认为是自己先给与从而后来能获取或得到。人类的灵从根本上就错了，因为其认为是先从自己来向外给与。因此，别人会欠自己一些东西，而且应该回报来一些东西。

由于存在这种误区，每个人都"先"给与，并期望得到回报--即使他们认为自己并不期望得到回报。如果对方没有任何回报，你对其负面的想法就会让哪儿出了问题变得明显。

总而言之，我们有三样东西可以帮助我们认识自己：

- a. 身体上关于情绪、功能障碍、恐惧和各种疾病形态。
- b. 被禁锢的灵，看不到希望。不断重复的想法并无法带来任何安宁。
- c. 因果基本法则规定了先获取后给与。只有个人自己才能满足自己的需要，身体和灵所需的一切从外界获取，并将其传递出去，也就是转化它。任何人都不能代替他人喝水、吃饭或思考。

## 10. 潜意识--我们的得失天平

在记录患者的故事时，我最初是根据他们的主诉将他们分成几组。我想将主诉相同的患者（如耳鸣、头晕等）进行比较，因为我认为不同的症状有不同的原因。我想在每一组中找到一个共同点。耳鸣患者有什么共同点？眩晕患者有什么共同点？是否有相似之处？如果有，是什么呢？我对患有多种疾病和症状的患者最感兴趣。他们的生活中究竟发生了什么，导致他们积累了如此多的疾病？

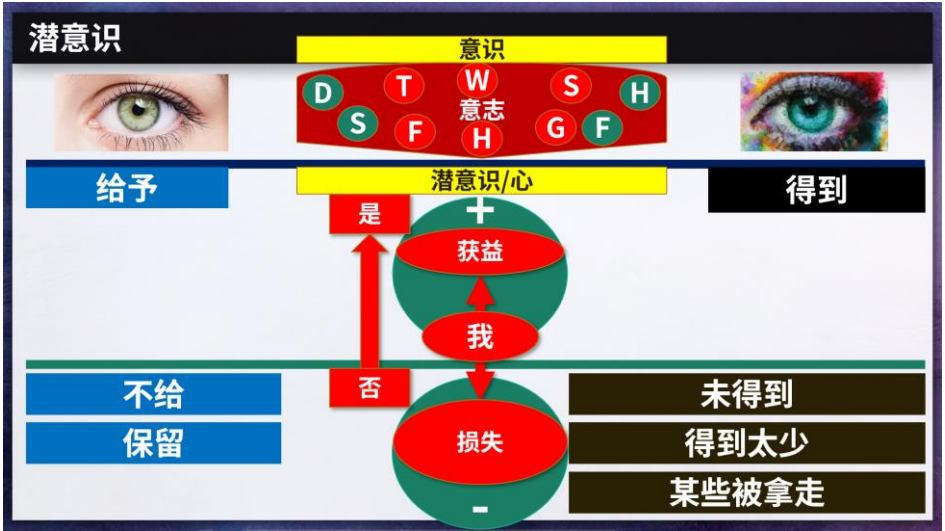
多年来，我一直在具有相似症状的病人的生活故事中寻找相似之处。2007年，我遇到了一件事，它拓展了我对人的认识：无论一个人告诉我什么故事，只要是负面的（所有的疾病故事都是如此），都是围绕着个人损失的想法。我问自己：有没有可能一个想法是所有问题的起点，因此也是所有人类疾病的起点？

我花了很长时间才完全确信是什么引发了我们的疾病。然而，在某一时刻，我意识到仅仅是个人的损失让我们的生活变得艰难。不管别人给我讲了什么故事，只要是负面的，都源于个人损失的观念。到如今我还没有找到其他的原则。在寻找的过程中，我想到了潜意识，它给了我关于人类疾病的原因和人类的问题的答案。

为了更好地理解损失的想法，我们有必要了解一下潜意识—灵的功能中心。为了说明人们如何通过中心思想发挥作用，我绘制了一张图表。最上面是意识，下面是潜意识，我也喜欢称其为“心”。意志是在意识里的。我们感知某些信号和信息。在图中，生理需求被标记为绿色。即饥饿，口渴，出汗，受冻。人们必须首先意识到这些生理需求。然后，人会采取行动来满足这些需求。意志就像一个屏幕，上面会亮起“需要行动！”。人就会知道：啊哈，这是要采取行动的要求。

红色显示的灵的需求也要得到感知。它们存在于每个人身上，但其优先顺序因人而异。每个人都有灵的层面的主要需求。在插图中，我把和谐放在中间，因为我自己需要和谐。我还放入了正义，自由，忠诚，智慧，安全。为了满足这些灵的需求，你必须意识到它们，就像你的生理需求一样。为满足需求而做出的所有决定都是在潜意识中做出的。因此，尽管我意识到了这些需求，但做出的决定仍然是无意识的。

潜意识是灵与身体的连接点。由于灵为了照顾和控制身体而始终处于活跃状态，因此每当做出一个决定时，它都会在大脑皮层触发电流脉冲。在一秒钟内，灵会做出几百个决定。这就是为什么大多数决定只能在无意识的情况下做出。在插图中，用简化的"我"字代表灵。



在入口处进入灵的所有信息都必须经过评估，而且只能分为两个区域。用"得"和"失"来对其进行标识。"得"是指满足灵和身体需求的东西。损失则与此相反，即不合需求。此外，还有一条零线，即对灵的需求既不正面也不负面的信息，因此

不会引发任何反应。零线之所以重要，是因为它决定了得失的数量和程度。根据这个简单的分类，我们做出的所有决定都包含在只有"是"和"否"两种。我们的决定是固定了是对获益说"是"，对损失说"否"。对损失说"是"的情况是不存在的。检查一下你自己，比如，你为什么要向一个好的事业捐款，或者你为什么不捐款。人类的所有决定都可以追溯到一个简单的"是"或"否"。

当一个人饥饿的时候，他一定会不自觉地想些什么呢？他们必须把食物视为一种获益。这个过程是有意识的吗？当然不是。如果一个人面前摆着一些可选的食物，比如几种水果，那么他就会不自觉地对每种水果进行得失的计算。然后才会选择水果并吃掉。

除了"是"和"否"之外，人们没有其他决策层面的选择。每个广告都不是承诺你获益就是能使你避免损失。没有人会对这样的广告做出反应："买这里的吧，我这里的货质量差，而且太贵了"。在这一点上，没有其他的选择。人们必须避免一切他们认为是损失的东西，并对其说"否"。这个过程是无法中断或绕过的。

在灵的决策过程中，它必须避免损失。只要他能做到这一点，就不会产生恐惧。一个人可以在红灯时踩刹车，并且没有负面情绪。然而，如果他们试图控制环境、他人、时间、金钱等，那么恐惧就会产生，最迟在不起作用的时候。因此，我们也可以理解什么是恐惧。当我认为我必须避免一些我无法控制的事情时，恐惧就会产生。只有对损失的恐惧，没有对获益的恐惧。

疾病和人类的所有问题都是因为人类认为自己正在失去"否"。人类的结构决定了他们总是对损失说"否"，对获益说"是"。这是人类功能的一部分。任何损失，甚至是对损失的预期或假设，都是不能接受的。个人的损失是无法被接受的，它会让认为有并经历它的人崩溃，并随着时间的推移而生病。这也取决于每个人对损失程度的评估。严重的个人损失会导致沉重的情绪，随着时间的推移，还会导致

严重的疾病。较低的个人损失则导致较弱的情绪和疾病。每个人的个人损失程度是不同的。同样是损失的事情，每个人感知和体验到的严重程度却大相径庭。严重程度是主观的、个人的，但每个人做出决定的机制是相同的。

我们在千分之几秒内对获取的印象和信息进行关于得与失的计算。这个可以从脑电波得到测量，例如对必须要做出决定的扑克游戏者。<sup>10</sup>所有的信息和感知都被归入为得与失两类。只有这种情况，即当人们认为自己无法避免个人损失，会导致人面临的所有问题。

当我意识到人类的所有问题都源于“他人会给自己带来个人损失”这一信念时，我开始寻找这种想法的根源。我在灵的视角中找到了原因，我用两只眼睛象征了灵的视角。在将事物归类为得失之前，有一种过滤方式：视角。这就是插图上角的两只眼睛所代表的含义。灵有一只（属灵的）眼睛，它通过这只眼睛观察一切。事物会如何被审视和如何产生与之对应的评估只有两种方式。

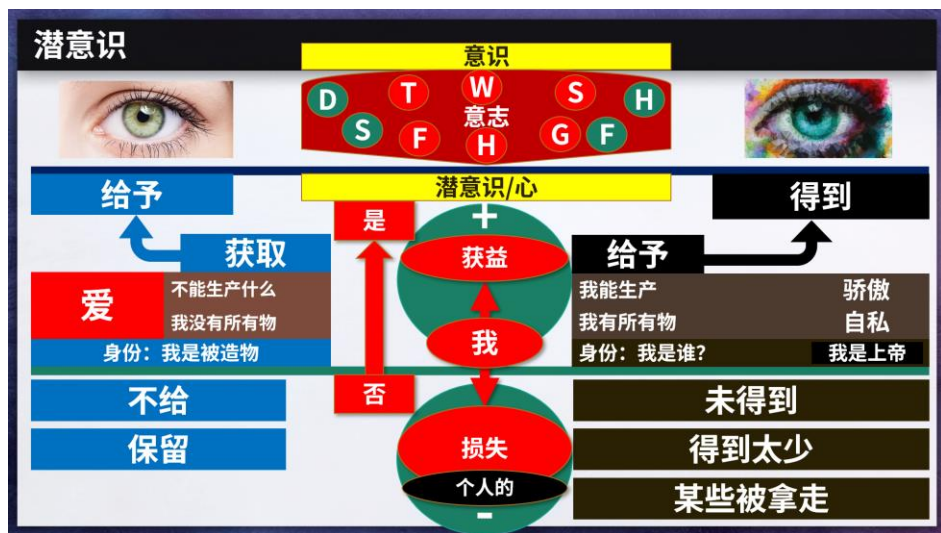
从在插图中右边的眼睛可以看到，灵认为得到所需即为获益。所以如果得到被视为是获益，那损失就一定是得到的反面，即“得不到”、“得到的不够”或“被夺走”。在插图中的左眼，灵相反的认为“给予”就是获益。那么与之对应的，即“不给予或保留”，就是损失。

现在，我们要提醒自己注意宇宙的基本法则。从那，我们研究了“获取”从而“给予”的首要原则，这一原则适用于所有元素，因为万物都是按照通道的作用方式

---

<sup>10</sup> Fehr, T., Herrmann, M., Meyer, G., Miedl, S., (2010)。《核磁共振成像揭示的准现实 21 点赌博游戏场景中赌博成瘾的神经生物学相关性。精神病学研究：神经影像学》。181,165-173

运行的。保留不符合这一普遍原则（肺不会保留氧气等）。法则不允许我们保留获得的东西。



我们用哪只眼睛看事物的本来面目，又用哪只眼睛自欺欺人？哪只眼睛能把“否”放在从人那无法夺走的地方？左眼让人在任何情况下都能实践自己的“否”。那里的得与失完全在于自己所做或不做的行为。获取、给与、保留永远是我自己的行为。

但是，右边变色龙般的眼睛出现了一种欺骗性的观点。这只眼睛认为，获益取决于得到，而损失则源于没有得到。这就意味着，这只眼睛总是盯着别人所谓做对或做错的事情--以及他们没有做的事情。关注点不是自己的行为，而是他人的行为。有了这种观点，你就会完全依赖他人来满足自己的灵的需求。

看到每个人为了满足自己的灵的需求而不断地关注别人，这既有趣又令人恐惧。夫妻双方在接受咨询时几乎都在谈论谁？重点完全在对方身上。他们总是谈论伴侣的错误行为。

一个人想要控制另一个人的情况，只是出于确保对方不会给自己造成任何损失的意图。这就产生了所有的控制和监视机制。

看待问题只有这两种方式。一种方式是"是"与"否"由人们自己决定。既然别人不能替他思考，那么"是"和"否"显然属于他自己。

或者有一种相反的思维方式，即别人会给他带来无法避免的损失。只要一个人有获益和得到了能满足自己的需求的东西，他就会感觉不错，也没有任何问题。但是，如果 35 年后，配偶的出轨行为被曝光，之前的得到突然变成了*得不到/被夺走所得*，这就会给余生带来负累。因为普遍的想法是：别人给我造成了损失。

在这个系统中，有着起决定性因素的东西。起决定性的是在于当事人是否认为这是*个人的损失*。如果一个负面事件发生在我们之外，比如孩子的死亡或受到虐待，那么它肯定是一种损失、一种不公正、一件坏事。这是否会对人的思想产生持久的影响，关键在于它是被评估为个人损失还是非个人损失。在案例 5 中，头痛的年轻女士对自己不忠的男友感到愤怒，那么她无疑是把男友的行为视为涉及她的行为。她会想："他是*对我*做出了这种事"。然而，如果她能想成男友所做*的事并不是涉及她个人的*，那么她的问题就会解决了。

是的，男友肯定做错了事。但他真的对她本人做了什么吗？这位女士真的可以对他的忠诚有约束力的要求吗？这种对他人的要求从何而来？

在寻找答案的过程中，我接触到了人类灵的最深处的部分--身份。人类是如何看待自己，我是谁？

## 11. 造物主还是被造物--人的真实身份

我的病人对其父母、伴侣、子女、兄弟姐妹、朋友等的所有要求都指向个人高于他人。这意味着，所有的要求都源于这样一种假设，即对方应该满足我的需求。这自动使他们成为我的服从者，他们必须满足我的需求。根据众所周知的人类动机--利己主义和骄傲，我已经看到了这种优越感的要求的来源。

利己主义的背后是一种信念："我有所有物"。这意味着某些东西是属于我个人的。骄傲源于"我能制造"的态度。这意味着我可以由自己生产出一些东西，并将其传递下去。抱着这种态度，人们总是先付出，然后希望得到回报。即使他们有意识地认为自己这样做是不想得到任何回报，也是在自欺欺人，例如，甚至当人没有收到"谢谢"时就会生气。

既然一切都围绕着个人损失，而这种思想又会摧毁一个人的身体，我就问自己，一个人是否真的可以拥有个人的所有物。我曾与许多人谈论过他们最糟糕的经历。有些人失去了孩子，有些人的孩子受到虐待。虽然事情已经过去了很多年，但父母仍然背负着沉重的负担和伤害--身体上的疾病也越来越严重。

在上文中，我们将身体描述为认识自我的辅助工具，是一面镜子。任何破坏它的行为，即让它生病的行为，都不可能是正确的。这同样适用于灵的层面，即使灵认为它是正确的。因此，个人的损失必须被视为错误的原则，正是因为它损害身体，禁锢了灵。那么，这种严重的、毁灭性的思想错误从何而来呢？

灵必须评估每一个事件。如果它现在将一个孩子视为自己的所有物，而这个孩子却死了，可能是死于非自然事件，那么灵就会带着这种不可挽回的巨大的个人损失的想法摧毁身体，因为它没有能力接受个人损失。他不能受到损失。人类根本没有能力对个人损失说"是"。

因此，问题来了：拥有某物的要求是否合理？为什么人没有所有物，即使他不这么想？答案很简单：因为他不能创造任何东西。只有当他能够创造什么东西时，其才会真正是他的所有物。但是，由于万物--包括人在内--都是作为一种通道发挥作用，所以他不能创造任何东西。他可以转换事物，他有能力把事物组合，拆开，用他的想象力把美丽的东西组合在一起，画画等等。但这与创造事物是不同的，因为人类努力的每一个结果都产生于已有的东西，而已有的东西只是被转变了。孩子也是通过父母产生的，但不是来自父母。然而，在错误中，人类认为自己可以创造事物，甚至创造生命，并认为孩子来自于他。

因此，身体的疾病和被禁锢的灵证明，当人类认为某些东西属于自己时，他是在欺骗自己。大自然的基本法则也证明，没有任何东西是属于自己的。人类声称人属于自己，他的身体和生命属于他个人，这种说法来自于一种自欺欺人，我们必须揭穿这种自欺欺人。

来自灵的错误动机的第二个想法是，人认为可以从己而外生产一些东西。人类究竟认为自己可以生产出哪些需求呢？让我们再来看看人类的基本需求。氧气清楚地表明了我们对环境的依赖。根据“获取从而给与”的原则，人类必须从空气中获取所需的氧气。水也是如此。没有水源，人很快就会死亡。人类无法生产食物，只有先从大自然中获取食物，才能制作食物。

对爱的基本需求也同样是无法否认的。人类生活中的一切都围绕着爱。因此，追问爱从何而来非常重要。我们应该清楚这一点：如果爱是一种灵的需求，那么它只能是一个信息。爱、正义、自由和安全等灵的需求是一种属灵的信息。它们不是电磁波意义上的能量，而是用语言或图像表达出来的纯粹的属灵的信息。它们不是可测量或可感知的能量。只有当它们被灵处理时，才会通过灵的决定在大脑皮层被转化为特定的电流（能量），可以在身体内和身体上进行物理测量。

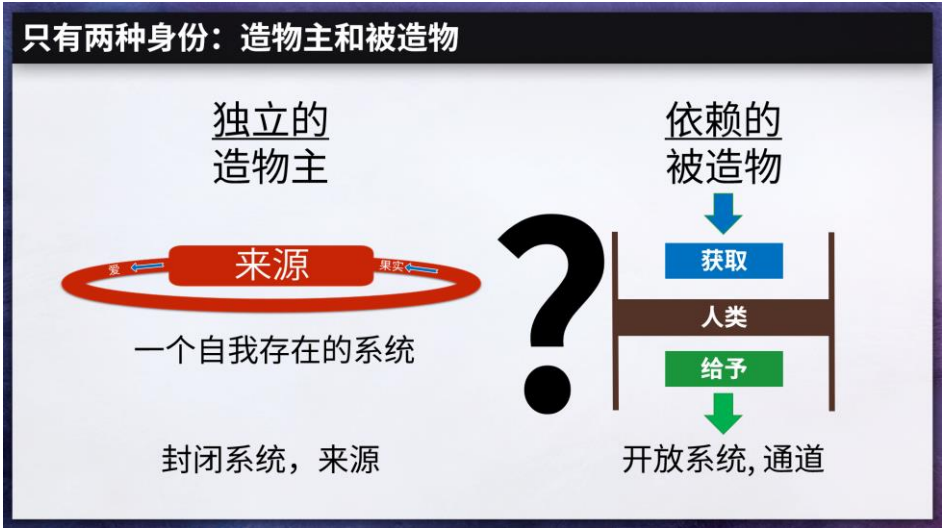
人们能否为自己生产爱，即他们迫切需要的灵的信息？他们是信息的生产者还是信息的使用者？在物质层面，毫无疑问，只有物质进行转化，而物质不能被创造。在灵的层面，我们也必须认识到这一点：我们在灵中转换信息，就像身体转换化学物质一样。因此，我们可以看到，媒体之所以能够如此蓬勃发展，是因为灵对信息无法满足的渴求。从很小的时候起，孩子就会着迷地坐在屏幕前吸收信息。如果现在的父母想让孩子保持安静，他们可以通过手机或屏幕很好地做到这一点。孩子们甚至可以就这样长时间顾不上吃饭。

由于存在于灵中的谬误，人们认为他们实际上可以生产信息，包括爱。几乎我所有的病人在回答"他们自己是否能够产生爱"这个问题时，答案都是肯定的。如果是这样的话，爱就不是一种基本需求了。那么，每个人在自身都会有自己的源泉，从那里他们可以制造爱，并靠其活着。然而事实是，每个人都在寻求爱，最重要的是希望得到别人的爱，这表明他们的自身并没有爱。根据法则，爱必须首先被获得、吸收和传递。在通道中，只有转化，而没有基本元素的产生。通道只会传递它之前接收和处理过的东西。人类无法创造新的东西。我们必须明白，即使是建造房屋和飞机，我们也不是在创造新的东西，而是在用现有的材料组装东西。我们的灵拥有许多非凡的能力，但我们不可能凭空创造出哪怕是一个基本元素。

人类（错误地）相信自己能够拥有甚至制造某种东西，这种信念必须来自一个源头。这个起点就是他的身份。我是谁？灵用这个问题的答案处理所有信息。

在我们的世界中，从根本上说只有两种身份是可能的。要么人是受造物，即通道；要么人是造物主，即源头，也就是上帝。那么，人类的灵认为自己是谁呢？他要么认为："我是受造物"，要么认为："我是造物主"，即上帝。

造物主是一个自身存在的系统。他没有需求，因为他就是源头。他是万物的因，因此也是本源，因为本源没有因，否则它也会是果。这个起源是独立自足的，不需要获取--造物主没有需求。他由己而出供给和照顾他所创造的一切。



与此相反，被造物顾名思义总是作为渠道而存在。它必须先获得，才能给予。这就意味着，每一种被造物无一例外都必须是一个开放的系统，都必须具有绝对的依赖性。那么，我们应该把人类归为哪一类呢？毋庸置疑，人类是作为一种渠道发挥作用的，是一种被造物。在身体层面上，每个人都能很快接受这一点，但在灵的层面上，人类却看不到自己的错误。

人类的灵在谬误中认为自己是神。然而，每当我与病人谈起这个问题时，他们都会立刻说：“医生，我从来没有这样想过！”对于有意识的思维来说，这甚至可能是真的。但我不得不意识到，在我的诊所中，只有“神”才是我的病人。总是病人对人类同伴的要求导致他陷入困境，进而导致疾病。如果没有这些要求，灵是自由的，因此身体也不会生病。

作为一名医生，我面临的挑战是向病人证明他内心认为自己是神。即使这只是在无意识的情况下发生的，或者没有意识到：人类的每一个问题都源于我们将自己凌驾于他人之上。

有明显的证据表明，人类认为：“我是上帝”。你可以从人的行为中了解他的内心态度。他对他人行使权力。甚至在子宫里，人就开始对他人行使权力。下一场权力斗争从出生时就开始了。母亲和孩子谁更强大？权力的行使源于一个人比另一个人更高一等的想法。如果我和对方处于同一水平线上，我就不会想到要行使权力。如果对方不能给我带来任何获益，或者不能降低我的损失，那么我就没有必要对他行使权力。

你可能听说过一个著名的实验，在这个实验中，一些学生被宣布为监狱的囚犯，而其他实验对象则作为看守被赋予了支配囚犯的全部权力。在很短的时间内，正常人变成了野兽。几天后，试验不得不提前取消，因为看守开始无缘无故地折磨囚犯。<sup>11</sup>任何被赋予权力的人都会改变自己的行为，迟早会滥用权力，不再愿意放弃权力。只有当一个人设法从错误身份的谬误中解脱出来时，他才能在拥有权力时正确地处理权力。

控制他人暴露了你的内心态度。没有人喜欢自己被控制。然而，许多人都在尽力控制他人—用各种不同的方式。有人在妻子的车上安装摄像头，以确保她没有出轨。还有人控制伴侣或孩子的手机。当然，每个人都向往美好，但美好是为了自己。

---

<sup>11</sup> Banks, C. W., Haney, C., Jaffe, D., Zimbardo, P. (1971): 《斯坦福监狱实验：监禁心理学模拟研究》。1971年8月在斯坦福大学进行

人们还把自己当做法官，喜欢对他人的行为作出评判。谁是他们评判的标准呢？当然是他们自己。

人们要求不同形式的崇拜。他认为自己有权得到对方的赞美、感谢、尊重或认可。这就是他期待和要求这些的原因。

我有一个病人，他在一家餐馆组织了一个大型聚会。当他回家翻看已经付过的账单时，发现餐馆少收了他 200 马克。为了公平起见，他第二天把剩下的钱带给了餐馆。我的病人在餐馆老板那里付钱时，他和妻子喝了一杯果汁。他以为自己毕竟自愿给了老板 200 马克，所以不用付果汁钱。但当老板索要 5.80 马克时，病人非常生气，此后 15 年都没有再去这家餐馆。那么，我的病人为什么要再付这么多钱呢？他这么做是"免费的"吗？他为什么要求为自己的善举得到回报？如果他不是神，老板也不会因为他的诚实而欠他什么，不是吗？

## 人类认为 "我是上帝 " 的证据

### 1. 人类行为：



- ▶ 对别人行使权力
  - 持续的两性斗争
- ▶ 控制他人
- ▶ 评判他人
  - 我是衡量标准
- ▶ 要求敬拜
  - 赞美、感谢、尊重、认可
- ▶ 先给予后获取

### 2 意识形态：

- 宗教：几乎都教导
  - 无神论者、人本主义者、共产主义者
  - 科学：进化论
- 信仰 → 他们是神，行使权力
  - 信仰 → 他们在灵上是独立的
  - 信仰 → 成为最高级的存在

人类自以为是上帝的最明显证据，就在于他所谓的先给，再拿。上帝没有需求，他只给予。人是一个通道，他必须总是先获取后给与。如果情况恰恰相反，那么他就一定是认为自己是神，否则他就不会这样做。

还有一种方法揭示了我们危险的根本错误。这可以从许多书中记载的各种意识形态中看出来。宗教就是一个例子。所有盛行的宗教都教导人们一种信仰，在这种信仰中，人们行使权力或强迫，由此把自己变成神。<sup>12</sup>任何对人们施加强制、规定人们必须做什么或不可以做什么的体系都是建立在这种谬误之上的。

此外，还有无神论者、人道主义者和共产主义者的世界观。所有这些哲学都有一个主要的共同点：相信人类在灵上是独立的。因此，这意味着人们会生产自己的爱和灵的需求。在困境时，当这些人因为妻子或孩子去世而崩溃时，他们的错误就暴露出来了。这表明他们在灵上并不独立。他们的意识形态源于一种神的视角--但如果他们是神，他们就必须要在灵上是独立的。

许多科学也是基于一个深刻的错误，即进化论。它构成了科学信仰的基础，即只要有足够的时间和成分，就可以从低等生物中产生高等生物。在这一思想体系中，作为最高存在的人类必然是神。

撇开所有细节不谈，所有意识形态、宗教或世界观都有一个共同的错误根源。归根结底，它们都只是一棵树上的枝叶。这个根源就是人的内心信念："我是上帝"。人们的行为方式完全相同，每个人都认为自己比别人更好、更出色或更聪

---

<sup>12</sup> 与此相反，表现出的"后果"不能等同于"胁迫"，因为"后果"并不强迫人们改变，而（只是）向他们表明其边界和如此行为的后果。

明。每个人都在相互竞争。人们评判他人，想要控制和压制他人，甚至不惜使用暴力、战争和谋杀。

宗教内部的情况也好不到哪里去，基督教也是如此。每个人都把自己当成神，并据此行事。人们把自己看得比旁人更高一等。其后果与非宗教人士一样糟糕。许多战争就是因为纯粹的宗教问题而爆发的。

人类的上述行为和意识形态证明，他认为自己不仅仅是一个被造物。如果人类了解关于自己的真相--理性和可见的事实都无法否认--那么就不会有傲慢、专横、竞争、权力较量、强制和暴力。

解决人类基本问题的唯一办法就是认识到正确的身份。这将始终带来团结与和平。如果人类认为："我是被造物"，那么每个人都有自己的空间。国籍、不同的能力、肤色、不同的体型、衣着、品味和不同的任务都不会造成紧张、比较或冲突。每个人都会认为自己与旁人是平等的。没有人会声称自己知道得更多或做得更好。我们也不会不断地相互竞争。只有神才需要相互衡量和比较。被造物之间不会有权力斗争，没有人需要评判他人。也不需要控制。没有暴力、杀戮或战争。因此，解决所有问题的办法就是正确认识自己：我到底是谁？

如果我是以"我是受造物"的身份活着，那么我就与法则符合。作为受造物，我知道我不能制造任何东西，也没有所有物。在给予之前，我必须先获取一些东西。这既适用于身体需求，也适用于爱（作为灵的需求的总和）。如果不为自己保留任何东西，而是将其传递出去，我总是有获益的，因为我的获益在于给予。每当我们对人类同胞怀有爱的想法时，我们会感到充实和美好！

这就是为什么自知之明如此重要。我们都在欺骗自己，因为我们对自己的认识存在一个与生俱来的谎言。这个谎言由一个错误的身份构成。我们相信自己是某

人，但我们并不是，也永远不可能是。这种情况从生殖开始，一直持续到死亡。所有负面的事情都源自于自欺欺人和把自己拔高于别人之上。诚然，我们对生来就带着这个谎言毫无办法。但是，一旦我们看到并认识到这个错误，我们就应该寻找摆脱它的办法。因为如果我们停留在错误中，这个错误将不可避免地毁灭我们。

因此，人的问题在于人自身，而不是其之外。这就是我们无法在自身之外找到解决办法的原因。法律、国家和教会规则都无法解决问题。每个人都是独立的个体，因此只能从自身解决问题。然而，困难在于认识到自己内心的问题。只要你还是错误的认为问题总是在自身之外或在自身之外寻找问题，你就永远不会真正找到解决办法。

## 12. 是谁承受损失？

遭受到了个人损失的想法可以塑造人的余生。我想用一些非常棘手的案例来说明这一点。

**病例 9：**我在国外遇到了一位 20 岁出头的年轻女性。她患抑郁症已有 5 年之久，并反复出现自杀念头。一般来说，自杀念头源于“我是上帝”的错误身份认识。到底发生了什么？5 年前，一位幼儿园的朋友联系了这位女士，当时她还是个女孩。他邀请她去城里的一家咖啡馆。他甚至询问了她的父母是否可以带她一起去。这名男子开车接了她。然而，车上还有另外三名男子。他们在路上停车，强奸了女孩，还差点杀了她。在极度恐惧中，她设法逃了出来，并向邻村求助。那个声称要帮助她的男人把她带上了自己的车，但却再次强奸了她，还差点把她打死。

这个女孩接连经历了两件可怕的事情。那些人对她做的事是不公正的吗？百分之百是。但是，是什么原因让她在 5 年后遭受如此大的心理伤害？是事件本身的原因，还是对事件的处理？

是我们无法控制的创伤让我们的生活变得艰难？还是我们对创伤的看法？令人惊讶的是，许多强奸受害者都有一种外人无法理解的思维方式。这位年轻女性对自己遭遇这些可怕的事情感到懊悔不已。“你上车并不是为了被强奸，”我插话道。但她不同意：“不，我本可以阻止的！”她的悔恨，她本可以避免这个事情的想法，来自于“我是上帝”或“我事先知道会发生什么”的想法。但是，没有人知道将来会发生什么。然而，这名女士坚信自己做错了什么事，因此遭到了强奸。

这个病例显示了人类可怕的错误的思维过程。当病人深信自己是正确的时候，就很难让他们看到自己的错误。不过，幸运的是，我们有充分的论点来揭示错误。

于是我问这位女士："自责的想法对你有什么影响？"她的回答是："这种想法对我不好"。

在这一点上，这位女士无疑是正确的。当你有内疚的想法时，请自己检查一下你的感受。身体会立即做出反应，并发出明确的信号：这是一个不自由、不真实的想法。这是第一个证据，证明这位女士对事件的处理是错误的。第二个证据是她的抑郁，她身体过程的混乱。她的痛苦证明了她的判断，也就是她的想法是错误的，不可能是真实的。

当事人对违法行为做不了什么。然而，人应竭尽全力避免用这个事件来对付自己，避免因此而毁灭自己。为此，人必须找到解决问题的办法。

**病例 10：**一位老年患者有近两年患上了糟糕的咳嗽。无论是蒸汽吸入治疗还是药物治疗，咳嗽都没有消除。我能很清楚的听到她的咳嗽声从候诊室里传出来。此外，她患腹部癌症已有 20 年，导致膀胱失禁长达 10 年。病人必须每 30 分钟排空一次膀胱。咳嗽和膀胱失禁对她造成了极大的负担，即使做了几次手术也无法解决。

病人的故事是这样的：她的母亲从未表扬过她。在她的童年和少年时期，母亲只是剥削她，偏爱她的哥哥们。她的母亲在 20 年前去世了。因此，患者再也不可能以任何方式弥补这一缺陷。现在，即使她已经快 80 岁了，她仍然因为母亲没有表扬过她而感到非常痛苦。她实际上是把她的母亲列入了债务人的名单。

怎样才能让她变得健康呢？她必须认识到一个错误，那就是她的母亲并不欠她任何赞美。乍一听，这听起来非常苛刻，但如果她的母亲被迫得要赞美她，她就必须不止是孩子--也就是说她是上帝。在问诊过程中通过关于人的功能和自然法

则，我向她解释道："要想变得健康，就必须爱自己的母亲，从而去除对她的责怪。自己的母亲只是剥削你的想法是一种困扰，你的身体清楚地证明了这一点"。

因为患者是一位有信仰的女性，我建议她祈求上帝帮助她改变对母亲的看法，从而能够爱她。三周后，病人再次来到诊所。虽然她在候诊室坐的时间更长了，但我没有再听到她咳嗽。当她进入诊疗室时，她满脸喜悦地宣布："自从上次见过你之后，我再也没有咳嗽过，我的膀胱也又功能良好了"。她在晚祷时向上帝表达了这种爱她母亲的渴望，结果她康复了。

我们的灵对身体中发生的事情负有责任。灵之所以会给身体带来问题，是因为它认为别人欠了它一些它绝对需要的东西。

**病例 11:** 一位女性患者，60 岁左右，癌症晚期。她的人生经历并不愉快。三岁时，她被母亲抛弃并送人。13 岁时，她被朋友的哥哥强奸。后来，她在不知情的情况下嫁给了一个有恋童癖的男人，这个男人虐待他们的孩子们。当她知道后，她和他离了婚，但所遭受的伤害在她的思想中仍然是当作个人的损失。离婚后过了八年，她得了病。

让我们设身处地地作为这位女士想想。她曾多次受到不公。从她的童年就开始了。那些对她不公的人能够弥补他们的罪过吗？不，她所经历的不公是无法再弥补的。但她的正义感要求这样做。她无法关闭对正义的渴望。因此，她因无法满足自己的正义感而毁灭自己。

无论思想的内容是什么，所有思想都来自于对自己的看法要么是真相或是谎言。两者之间不存在别的，甚至连中立区都没有。造成真正的问题的永远只是关于我

们自己的那个谎言。由于所有这些都是潜意识中快速发生的，因此我们必须有意识地询问自己对损失事件的思考方式。

因此，我们想看看"我是上帝"和"我是受造物"这两种身份之间的根本区别。

依赖性：如果我是神，我在灵上就是*独立的*，因为我是我需要的信息的生产者。

如果我是一个受造物，那么我的灵就是一个通道，我在灵上自动就*依赖于造物主*。

所有物：如果我是上帝，那么*一切都属于我*。

然而，作为受造物，*没有任何东西可以属于我*。

自主性：如果我是上帝，我的一切行为都来源于我自己，从我而出。

作为受造物，我无法从我而出做任何事。我只能给予我先前接收到的。

参照点：如果我是神，*一切都会围绕着我转*。

如果我是受造物，那么*没有任何事物围绕着我转*。

在思考过程的最后，总是来到只有获益与损失的归类。然而，个人的损失是无法接受的。因此，有待回答的问题是：个人的损失是真的存在，还是一种幻觉？鉴于"受到损失"这一想法对人的身体的破坏性影响、灵的绝望和根据自然规律，必须发现并理解"个人损失"是一种错觉。

## 谁受到了不公正？

真理



被造物

- ▶ 灵的依赖性
- ▶ 没有什么属于我
- ▶ 我自己做不了什么
- ▶ 没有什么是在围着我转的

造物主受到损失  
我没有受到损害  
我不是受害者

## 身份



谁承受损失？

谎言



我是上帝

- ▶ 灵是非依赖的
- ▶ 一切都是我的
- ▶ 所有的事都是我自己做出来的
- ▶ 一切都围着我转

我受到损失  
损失是个人的  
我是受害者

如果一个人无法从一个受造物的角度来处理他所经历的不公正，那么他的余生就会被困在其中，不得不忍受疾病和身体上的痛苦。我曾与一些人交谈过，他们在40年、50年或60年后仍在痛苦，即他们的一生，因为童年时发生了一些不好的事情。我们别无选择。我们必须弄明白和评估我们所经历的一切。我们必须想清楚，我们无法回避、忽视或省略这种后续思考。但是，如果我知道我是从哪个角度思考的，我就有了思考的自由。任何以作为受造物视角看待事情的人，而这个视角是对自我认识的真相，都会变得自由，并且在重病后也会恢复健康。

### 13. 观察自然--病菌在疾病中扮演什么角色？

我经常在病人身上看到耳部感染。在许多发炎的耳朵里都能发现一种细菌。这种细菌之所以能繁殖，是因为鼓膜上或耳道里长出了肉芽（所谓的“野”肉，没有皮肤）。因为只要这种细菌能找到它所需要的营养，它就能繁殖并制造它的产物。

应该从哪里开始治疗？我们应该对抗病菌还是解决炎症？在医学上，我们有两种方法。在大多数情况下，抗生素与皮质类固醇激素结合使用，可以同时对付病菌和炎症。但是，如果炎症的病因没有消除，这些药物只能暂时起作用，有时甚至根本不起作用。

我已经在大量案例中观察到了这一点。

**病例 12：**一位 60 岁的患者因右鼓膜严重发炎前来就诊。我使用了常规药物来抑制炎症。但在治疗过程中，炎症非但没有好转，反而加重了。于是，我和他聊起了他的生活状况。他正处于一场严重的冲突中，法庭要在三周后才能开庭审理。在庭审结束前，什么都对他没有帮助。然后，炎症在应用疗法后消失了，病菌也不再繁殖（病菌无法被杀死，只能被减少，它们总是以非活跃形式存在）。是什么让病人变得健康，是疗法还是他思想上的改变？

细菌只有在有食物的情况下才能产生某些物质，而人体必须给它们提供这些食物。这就是为什么细菌也是炎症的后果而不是原因。细菌感染也会通过其产生的毒素额外造成损伤，但总是作为第二层面，而不是诱因。

因此，无论是细菌还是真菌，身体的炎症总是先于病菌的病态生长。因此，如果病菌产生的毒素对身体产生伤害，我可以服用抗生素。但这并不能治愈炎症，因

为它不能消除病因。我必须向病人解释他的病因。只要炎症消失，病菌的活动也就消失了。

病菌只能在人体给它们提供空间和营养的地方生长。病菌可以随时被激活。只有宿主才能决定何时给病菌食物，何时不给。这是人体产生病毒并将其作为炎症因子的唯一途径。

**病例 13：**一位 60 岁左右的患者因右侧单侧带状疱疹前来就诊。带状疱疹患者的皮肤会沿着神经形成水泡。在这些水泡出现之前，患者会有三天左右的疼痛，但无异常可见。当水泡出现时，我们被告知这是一种病毒。但这种病毒从何而来，由谁产生？为什么如此只出现在身体的这个部位？是谁控制了它的定位？

我向病人讲述了身体的两侧、交互连接的大脑半球以及来自父亲和母亲的遗传。在存在不满和在关系中有冲突的地方，疾病也会表现出来。当我向患者解释疾病来自他们的思想时，他们往往很难理解。顺便说一下，医学教育也认为压力是带状疱疹的诱发因素。我从问诊中了解到，手占优势的那一侧身体会受到与母亲或伴侣关系的影响。因此，我向这位女士解释说，她的疾病是由左脑的思想引发的，而且一定是一些负面的事情。一定是个人的损失，是她不同意的事情，导致了身体的损伤。身体是不会说谎的。

她告诉我她刚刚结束的假期，一切都很好，没有争吵。她母亲五年前去世了。当我问及她去世的日期时，纪念日正好是假期的时候，而第一个水泡也随后一天出现。患者然后描述说，她在度假时想起了母亲，并为其哀伤。

悲伤是一种痛苦而危险的想法，因为它会让你生病。悲伤证明你还想从对方那里得到什么。但这个人已经去世，不复存在。如果你只是想着逝者，而不认为这是

你的巨大损失，你的身体就不会在你的灵的指挥下产生病毒。然而，在现实生活中，每个人都会因为不再拥有母亲或其他人而最主要的为自己感到痛苦。这就是为什么人们会感到难过，并将自己视为亲人死亡的受害者。这种想法会阻碍人们正确处理这一事件，并导致疾病。至于其中是否涉及到了微生物，这与错误的思想是作为真正的原因是无关系的。当然，它在治疗时是有关的，但不能消除病因。

自然界中有一些无法改变的基本关系。根据这些关系，宏观生物总是决定着微生物。这一点毫无例外。然而，却有相反的说法和教导。因此，应该以自然界的明显的进程为标准，而不是以所谓专家的言论为标准。例如，以腐败为生的病菌总是无处不在。很明显，当一个苹果--还在树上，或者甚至在收获之后--腐烂了，病菌随后可以"消化"它，这并不取决于病菌。

高等生物总是决定低等生命形式。如果不是这样，就不会有高等生物，也就不会有人类。我们肠道里和皮肤上的细菌比我们全身的细胞还要多。从数量上来说，它们应该能够轻而易举地"吃掉我们"。然而，它们显然不能，也不会，因为它们是与共生。

总而言之：病菌，无论是病毒、细菌还是真菌，都不可能是我们生病的真正原因。灵高于物质，灵决定身体，包括病菌的影响。因此，我们必须准确了解人体的结构和功能及其需求。

## 14. 人类对爱的源泉的依赖

由于人的灵的误解--认为自己是神--他认为自己是在灵上独立的存在。因此，要向一个认为自己独立于爱的源泉（也指信息源）的人解释他的依赖性并不容易。然而，没有人能够否认，一个人的每一个过程都是从接收信息开始的。无论信息是以什么方式接触到的，是通过视觉、听觉、嗅觉、味觉还是感觉，信息在被接收之前都必须经过一个评估过程。我们已经了解了这一过程的概况。现在，我们要更详细地描述这一过程。

加拿大的一个小男孩在听完我关于人类灵的讲座后对他的母亲说："妈妈，你知道你现在不能强迫我的灵让我去做钢琴练习吗？"孩子是神奇的存在。他们往往能凭直觉很好地理解其中的联系。他知道妈妈不能强迫他。但当妈妈坚持时，为什么小男孩还是会去练琴呢？因为他的灵依赖于母亲。灵总是自己行动，但从不是独立的。它必须从一个源头满足自己的灵的需求。这个男孩对他的母亲就是这样，他会服从，即使当这并不适合他。

灵的依赖性的进一步证据是，通过奖励或惩罚威胁，可以让它做一些它通常不会主动去做的事情。我在诊所中经常看到这种情况。孩子坐在那里不肯张嘴，即使母亲恳求他："求求你，求求你，张开嘴！"孩子通常会把嘴闭得更紧。如果妈妈答应之后给孩子买他最爱吃的冰淇淋，孩子的嘴就会张开，因为孩子的灵同意了这个奖励。

但到了一定时候，孩子的灵就不再满足于母亲的提议，那么承诺或威胁也就不再有效了。这时，孩子就会为所欲为，完全不考虑母亲的感受。

我们已经发现了关于灵的三件至关重要的事情：

1. 灵是一个封闭的系统，无法受外界控制。灵可以受到外界的影响，但只有它自己才能决定是否接受这种影响。
2. 灵永远是主动的，也就是说，灵不存在被动性。

因为灵是由其需求决定的，所以外界提供的信息必须满足其需求，也就是说，如果要接受这些信息，就必须将其评估为真实的。灵只能接受真相或它认为是真相的东西。因此，它在接受每一条信息之前都必须对其进行检验。

灵如何检验信息，用什么检验信息是否真实，是否符合自己的需求？对信息进行权衡需要有一个标准，能让检验实现。这个标准可以是客观的，即绝对的、确定的，也可以是主观的，因而不确定的。在任何情况下，衡量标准都起着决定性的作用。我们在第2章中已经探讨了客观标准和主观标准的区别。

如果检验表明信息是真实的，人们就会相信它。这就在“相信”和“接受”之间建立了联系。因为没有任何信息是独立产生的，所以灵同时也信任信息的来源。为了让灵--我们总是把他理解为一个人--能够信任，信息的来源也必须有一个灵。这就意味着，只有其他人，或者甚至动物，才有可能实现。爱无法从一棵树或一种化学元素中获得。你相信这个信息，你信任这个人。如果你听取了某位专家关于某个主题的意见，并且同意他的观点，那么你就相信了这位专家，相信了他的信息。在个别情况下，这是否明智是另一个问题。

一旦接收了信息，剩下的过程就会按照快速而有序的顺序进行。灵的决定会触发大脑皮层中的电流，并将电流精确地传导到身体。身体必须做出相应的反应。当然，它还必须决定吃多少、吃什么食物等。灵应该满足身体的需求。如果灵不这样做，而决定把身体的需求放在一边，那么在可预见的将来，身体就会死亡。

只有在出口处，人类才能实现其被创造的目的。有了正确的身份，人将成为自由的存在。虽然他仍然有依赖性，但他永远是自由的。但在灵的入口处，在身份上，有一个谎言说："我是上帝"。如果我们不发现并消除这个谎言，它就会伴随我们一生。这个关于我们自己的谎言让我们相信，我们是爱的源泉。这破坏了我们与爱的真正源泉的连结，我们也无法再进入到爱的源泉。在我们看来，依赖法则逐渐淡出了我们的视野，即使它很明显仍然适用。这样，我们就会认为，我们的灵看上去不再需要任何信息，为此可以不依靠任何活着。这就是每个人在与生俱来的巨大欺骗中。

然而，人类的生活清楚地证明，他无法是独立的。在入口处，他总是有依赖性的。然而，在出口处，人是独立的。我如何对待我所接受的爱，完全取决于我自己。我永远不会因为出于爱而做错事。当我吃饱之后，我可以自由地决定如何处理我所吸收的能量。同时，我也没有想吃什么就吃什么的自由。如果我吃的东西不能给我带来能量，那就没起到任何作用。"吃什么"和"从哪里"并不是我们的选择。这些问题不在任何受造物的决定或自由意志之内。我们的需求都是固定的。我们的自由在于决定如何利用我们所获得的资源来满足我们的需求。

出于爱，你能做多少事？无穷无尽。人比死板的电脑有更多的可能性，电脑已经可以通过电和程序产生非常多样的输出。因为在出口处，我们是自由的。

我们需要获得最重要的认识就是回答"我是谁？"没有选择，没有责任，我从一出生就在谬误中。我无意识地认为我是一个我无法成为的人。我们必须首先意识到这个错误的身份，这样才能有所改变，我们才能走出谎言。

不管怎样我已经厌倦了相信一个只会欺骗我、让我的生活变得艰难的谎言。真正的问题不在于我的同胞或我所处的环境。当然也存在糟糕的环境。但是，只有当我成为一个通道，不再为自己争取任何东西，并活在真理之中时，我才能真正为

我周围的环境做些什么。当内心平静时，就不会有冲突或破坏。然而，这种状态永远无法通过法律或措施来实现。人的问题在于自己的内心。一个完美的世界，如果我们都突然陷入被欺骗的状态，那么在短短两周之后会是什么样子呢？

当我内心改变，回归到真理和自然法则时，我就会在身边行善。否则，我就不得不强迫我的家人和同伴觉得为他们好的事情，因为这是对我的"好"。因此，要坚持：首先，我们需要改变自己内心的一些东西。然后，我们才能走出去，说出我们的想法和正确的做法。这样，我们就能发挥好的影响。即使我们的好影响没有被他人采纳，但我们至少实现了我们被创造的目的。

如上所述，只有两种身份：造物主或受造物。造物主是一个自我存在的闭合的系统。同时，造物主也是独立的，是其创造的源泉。我喜欢用循环来象征造物主。每个受造物，包括人类在内，都受制于"获取"再"给予"的法则。这使得受造物成为一个渠道，一个开放的系统，并且具有依赖性。哪一个先出现？<sup>13</sup>显然，造物主只能是因，而受造物只能是果。

这里多次使用"爱"作为灵的需求的总称。如何定义"爱"呢？毕竟，爱是人类能正常运转的首要需要的东西。当然，"爱"是主观的，每个人对"爱"的回答都不尽相同。同时，每个人对自己是否需要爱这个问题的回答最终都是肯定的。对需要爱或需要被爱可以有选择吗？不。我们的灵只有在爱中才能发挥作用。爱包括所有的灵的需求，如自由、公正、和谐、认可、安全等等许多。所有这些都是我们不可改变的需求。我们人类就是这样造的。

---

<sup>13</sup> 你可能知道一个流行的问题：哪个先出现？先有蛋还是先有鸡？这个问题并非不重要。

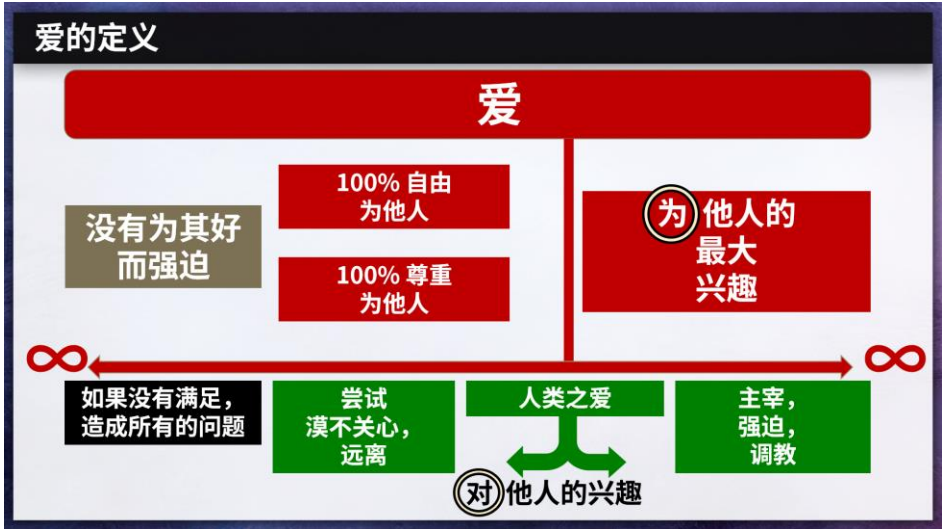
答案只能是母鸡和公鸡是上帝在鸡蛋之前创造的。没有公鸡，母鸡也能下蛋，但小鸡永远不会从那出现。生命繁衍必须满足的条件是多样的，而不是单一的。

作为一个特别需要和谐的人，我努力取悦每一个人。在大家"互相关爱"的氛围中，我感觉很舒服。但是，当事情发生变化时，我对和谐的需求会怎么办呢？我8岁时，父母离异。一周后，我得了乙型肝炎，一种病毒性感染。你能猜到是什么原因吗？没有人会怀疑父母离异会对孩子造成伤害。但病毒是如何进入肝脏的呢？如果灵的层面有问题，为什么身体会出现问题？这是因为孩子依赖父母的爱。

我当时选择了生病吗？我无法选择也无法取消我的家庭。8岁时，我就开始考虑自己的家庭计划，梦想着结婚。女孩总是吸引我的注意力。我向她们寻求和谐与爱。事实上，我很早就结婚了，因为我必须得到我的和谐。每个男人都有对自己希望的妻子的想象。但现实并不总是与想法一致的。

我们需要和谐与正义等，这并不是一种选择。它在我们的灵里是已决定的。我们要么满足这些需求，要么变得不快乐、生病。我发现了一个基于身体的爱的定义。如果"缺乏爱"，身体就会生病。爱对身体有什么作用？我所定义的这种形式的爱意味着身体不再生病。当灵接受了这种爱并实践它时，脑电波就会使身体正常运转。因为不仅对爱的需求是确定的，电流的影响也是确定的，灵通过电流--就像钢琴演奏者的样子--按下琴键，从而正确地控制整个身体。人无法选择自己需要什么。选择只在于决定人如何使用他先前所获取的东西。

那么，什么是爱？我的定义结合了兴趣和自由两个维度。如此二者都没有限度，因而是无限的。如果我们实践了这种形式的爱，那么我们就是自由的人，没有人再可以对我们做任何事。爱是人类所有问题的解决方案。爱是对他人的最大兴趣。为什么兴趣对爱很重要？



爱必须为了别人产生最大的兴趣。人类的爱也能表现出对对方的极大兴趣。然而，这是**对对方的兴趣**，而不是**为对方的兴趣**。每个母亲都爱自己的孩子。但是，她对孩子是有所求还是无所求呢？我们知道，母亲会为孩子付出生命，因为她们与孩子依附在一起。然而，当孩子没有做出母亲所期望的事情时，母亲往往会进行干涉。我的绝大多数病人都说他们有一个或曾经有一个支配欲很强的母亲。母亲有能力强迫和调教孩子。但是，没有人喜欢被调教。

一个人可以主动对另一个人产生巨大的兴趣，最终他们需要对方的爱。因此，他们无法放开对方。只有当一个人为了另一个人而感兴趣，而不是**对另一个人感兴趣**时，爱才是真正的爱。只有当爱给予了对方百分之百的自由和百分之百的尊重时，这才有可能。

和行使这种爱的人生活在一起会不会很好？一个愿意为我付出生命，但又给我完全自由去做我想做的事的人，会不会很好？那将是一段完美的关系。你认为表现出为一个人最大的兴趣和给予完全的自由哪个更难？当人类的爱不再强迫和调教

时，人们就会试图表现冷漠，并外在的远离。然而，在内心深处，支配对方的欲望通常仍然存在。而真正的爱则不会为其好而强迫人。

人们究竟为什么要为其好而强迫他人？这究竟是为了他人的安全或福祉，还是为了自己的目标或保障？一项规则或条例往往以个人对社会的责任和对他人的爱为理由。但从爱的定义可以看出：任何使用强制和武力的人都不符合真理。真正的爱不会教唆别人的行为，它不会使用调教。调教就是操纵。

在我的病人身上，我不断发现，他们所有的问题和疾病都源于他们无法给予自由。无论如何，只要事情没有按照他们的想法发展，绝大多数人都无法给予自由。

我结婚已经快 40 年了，但我仍在坚持给妻子自由。如果我给别人一切自由，那我自己又有多少自由呢？完全的自由。如果我拒绝自由，比如试图控制他人，我就会生病，遭受痛苦。

如果我们以正确的方式行使爱，爱会让我们完全自由。当你给予自由时，你就获得了自由。如果你不能给予自由，你自己就没有自由。因为这样一来，你就会依赖于你拒绝给予自由，因此也就是拒绝给与爱的那个人。这就是为什么我会永远独立于我以正确方式所爱的人。这就是前提条件。如果你以人类爱的方式去爱，那么如果对方做了错事，比如浪费钱财，你真的会让它发生吗？检验爱是否是真正的爱的标准是自由问题。哪里缺乏自由，哪里就会对对方产生依赖，因为我显然想从他那里得到什么。为了对方有最大兴趣同时又有自由的爱证明了这一点：制造和给予这种爱的人必须是独立的。然而，只有一个是真正独立的：上帝，造物主。

## 上帝是爱的唯一源泉

因为只有他是独立的

造物主

爱

果实

没有为其好  
而强迫

100% 自由  
为了他人

没有  
调教

100% 尊重  
为了他人

为他人的  
最大兴趣、  
能付出生命

因为只有上帝是独立的，所以他可以将自己的爱无限制地提供给每一个受造物。每个人都可以先接受爱，然后再传递爱来实践它。同时人们可以自由决定将爱传递到哪里，但行使爱本身就是他们自己生命的一个条件。

您是自愿进食还是被迫进食？我喜欢自己吃东西，我想绝大多数人也是如此。通常你不会想：哦，真可惜，我又得吃东西了。爱也是我必须愿意接收和实践的东西，因为我是受造物。同时爱是给我一生力量的元素。我只能在一个地方找到这种爱，那就是造物主上帝。

无论我们对上帝的看法如何：上帝只能有一个--爱的唯一源泉。如果爱的源泉不止一个，宇宙的基本法则就不再有效。上帝只有一个，因为他是灵，所以他必然是一个人。

## 15. 遗传和教养--我们的孩子依赖什么？

我也为非常多的儿童做过检查和提供过建议，这让我因此学到了很多。为什么孩子会流鼻涕？他们为什么会紧张抽搐？

**病例 14：**一个家庭带着他们10岁的女儿来找我，因为她四年来一直有明显的清嗓子现象。无论是摘除息肉，还是心理辅导或替代疗法，都无济于事。孩子现在读三年级，每两三分钟就清一次喉咙。同学们经常为此大笑。

就神经抽搐而言，原因在于特别缺乏爱，即缺乏安全感。孩子需要百分之百的安全感。孩子从哪里获得这种安全感？来自父母。在我与家长进行深入谈话后，三天后，孩子的清嗓子现象消失了。这怎么可能呢？这是因为我们的疾病只不过是某些事情的表征。当孩子的灵意识到它缺乏安全感的信号已经被接收到，并且灵评估为这个问题已经解决时，他就能停止清嗓子，疾病也就解决了。

孩子是怎样功能运作的？首先，我们来了解一下孩子的形成过程：孩子是由两个生殖细胞来的。一个来自母亲，另一个来自父亲。这些细胞在一个空腔中相遇，即输卵管。严格来说，这不是在母体内进行的，而是在母体上进行的。带有半套染色体的两个生殖细胞融合在一起。由于细胞本身不能做任何事情，因此还必须与一个灵连结在一起，尽管灵是看不见的。孩子有一半来自母亲的遗传信息，和另一半来自父亲的遗传信息形成。这在物理层面上适用于细胞，在灵的层面上适用于孩子的灵。孩子的灵一半来自父亲的灵，一半来自母亲的灵。

融合后的细胞开始生长、分裂并进入子宫。谁接靠在谁那呢？根据自然法则，总是谁需要什么，就依附在谁那。因此，形成中的孩子会与母亲连结。脐带和胎盘是孩子身体的一部分，孩子通过脐带和胎盘在母亲的子宫里与母亲连结，以滋养

自己，也就是获取。物理上的脐带与化学、营养有关。孩子百分之百地依赖母亲的身体。孩子可以选择母亲的身体吗？不，当然没有选择。那么母亲呢？母亲是独立的，还是也需要从别处获取？母亲的需求获取来源是大自然。母亲吃大自然提供的东西，孩子则从母亲那里获取。如果母亲喝酒，孩子也会醉。既然母亲是孩子唯一可能的来源，那么她就应该小心谨慎，不要进食任何可能伤害孩子的东西。

孩子的灵的连结是怎样的呢？灵的层面的结合与物质层面的结合同样重要。从生殖开始的那一刻起，孩子的灵就与母亲的灵结合在一起，甚至在胚胎进入子宫之前。由此孩子的灵没有选择。它必须接收，必须信任。只有这样，孩子的灵才能从他这方也能给予。灵必须安排和控制胚胎生存和成长所需的电流。孩子的灵通过一种灵的脐带从母亲的灵中获取，并在最初的三个月中构造出小小的身体。在这个构造阶段之后，孩子会继续成长很长一段时间，但结构上不再发生变化。

灵控制着孩子的所有发育和成长过程。如果母亲经历了太多的压力--以不自由的思想的形式--那么孩子的灵就不能完全正确地构造身体。身体的个别部位或血管连接可能会因此缺失。因此，准妈妈不仅要知道自己应该正确地吃什么、喝什么，还要知道自己应该怎么想、想什么。谁来控制母亲的思想？她的需求是否也有一个获取来源？当然，她也必须信任什么人。她是信任自己的丈夫，还是信任自己的父母？

大多数人一生都与自己的母亲连结着。一位老年患者非常气愤地对我说："我丈夫已经 70 岁了，他母亲都 90 多岁了，他还总是听她的话！"由于与母亲连结总是存在着，许多将死的人在临终前都会说，他们现在要去看母亲了。

孩子在子宫里会继续发生什么？孩子在 9 个月后出生。从这时起，他就将自己与更多的需求来源连结在一起。母乳喂养婴儿是有时间阶段的，然后孩子就会减少

或者说完全不从母亲的身体吸收营养。一般来说，需求供给源总是大于需求者。只要母亲的身体足够大，能够充分滋养孩子，母亲就足够了。然而，在子宫中度过9个月后，情况就不再是这样了。从出生开始，孩子就会自己呼吸。

灵的层面的依赖是什么？案例14中的女孩为什么会紧张地清嗓子？诱因是在孩子身上还是在母亲身上？孩子别无选择。通过抽搐来表达灵上的缺乏。她在灵上与母亲连结在一起，并从母亲那里获取。这种连结可以通过实验证明。你无法看到灵，但你可以测量其引发的电流。如果同时测量母亲和孩子的脑电波，孩子的依赖性就会显现出来。<sup>14</sup>每当母亲改变电流，孩子就会在很短的时间内跟着改变电流。母亲的脑电波和孩子的脑电波之间的关系可以在一定距离内观察到。但是，如果距离太远，可以说灵的脐带就会中断。

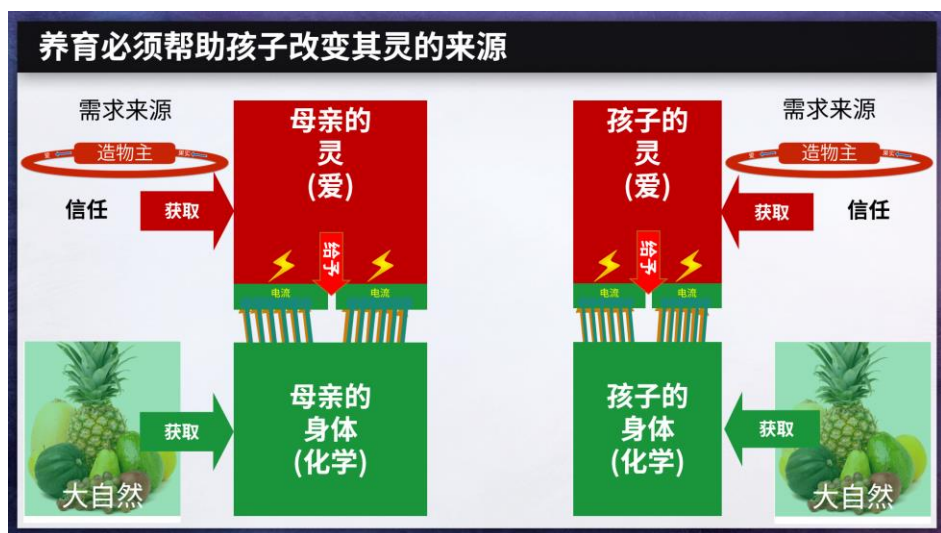
孩子与母亲的灵的脐带应该保持多久？当然，孩子出生后并不是一个完全的人。母亲的状况对孩子最初几年的成长和健康至关重要。因此，在最初的七年里，母子不应分离。在动物世界的任何地方--至少在哺乳动物中--母亲和后代都要在一起生活一段时间；例如，熊是三年。只有理性的人类有时才会在几个星期后就把自己的孩子送走，而没有意识到他们对孩子造成的伤害。

从灵的层面上讲，孩子过早地与母亲分离，就像是把鱼儿从水里抓走。许多疾病，即使是很久以后才出现的疾病，都起源于童年。这是我多次观察后得出的结论。我的病人的困扰往往来自生命的这个早期阶段，因为人们不了解孩子的需要。我不想让那些没有意识到或曾经没有意识到这一点的母亲感到内疚。尽管如此，我还是想如实描述事情的真相，因为让每个人都知道是很重要的。

---

<sup>14</sup> Turk, E., Vroomen, J., Fonken, Y., Levy, J., van den Heuvel, M. (2022): 《与孩子同步：亲子脑电图在发育研究中的潜力》。Wiley.《发育心理生物学》特刊，1-16。

然后，到了某个时候，孩子在灵上就不应该再依赖母亲了。有一天，孩子必须改变自己的需求的获取来源，因为母亲是不再足够作为获取来源了。但是，如果母亲自己都不明白她的丈夫或其他人不是她灵的需求的正确来源，她的孩子又怎么会明白呢？只有当造物主取代人成为需求的获取来源时，灵的需求才能以正确的方式得到满足。理想的情况是，孩子在 12 岁之前就应该在灵上与上帝紧密相连。他在灵上只应从上帝那里获取，而不再在灵上依赖母亲或其他人。如果孩子从这一刻起就完全与上帝连结，那么他在灵的方面就是完全独立的。那不是就会太棒了吗？如果母亲一切都按正确的去做，就可以让孩子是自由的。



但如果我们环顾四周，就会发现情况恰恰相反。大多数母亲都不能放开自己的孩子。母亲往往是非常"充满爱"的母亲。当孩子结婚时，有的母亲如果有可能想搬到新婚夫妇卧室旁边的小房间里。

奇妙的是，我可以肯定到最终每个人都会讲述同样的故事。因为一切所经历的都指向同一个原因—错误的身份。孩子的行为也是基于其与生俱来的错误身份"我

是上帝”。除了母亲，孩子还会与其他人，如父亲、祖父母、兄弟姐妹或朋友连结在一起。他将自己与所有关系连结在一起，目的只有一个，那就是获取。他像海绵一样吸收一切。同时，他还坚定地错误地认为其他人必须爱他。

孩子要求被爱。孩子期望父母爱他们。疾病的发生就是因为这种需求没有或没有完全得到满足。孩子们期望最多的是来自父母的爱，但也期待来自祖母或其他有关系的人的爱。如果孩子在成长过程中信奉基督教，那么通常孩子也会对上帝要求爱。这种对他人的要求是基于人认为自己就是上帝是处于最高的位置上的。当我听到许多人的的人生故事时，我意识到，归根结底，每个人的想法都是一样的，每个人都认为自己高于旁人。

有一个问题还待回答：为什么我们都有同样的错误身份？为了澄清这个问题，我想来看看遗传法则。我们的一切无疑都是继承来的。“生命”从何而来，地球上的所有人从何而来？新的生命只能从已有的生命中产生。既然我们是有生命的，我们就只能是从有生命的东西中来的。当然，这也适用于我们的父母、祖父母等。人类从何而来？我们是一个物种，我们都有相同的结构。所有人类的功能和基本需求都是相同的。此外，我们在灵上也有前文所述的共性：我们都在同样的错误身份的谬误中。

今天，地球上生活着 80 多亿人。如果我们向前世代追溯，起源是在哪里？

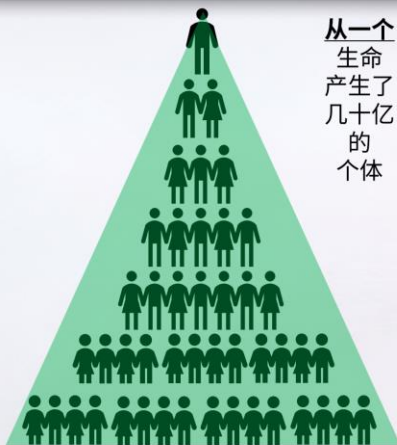
## 遗传法则证明了共同的起源

生命只能  
从生命中产生



所有人  
从何而来?

- 同一物种
- 相同的结构
- 相同的功能
- 相同的需求
- 同样的谬误

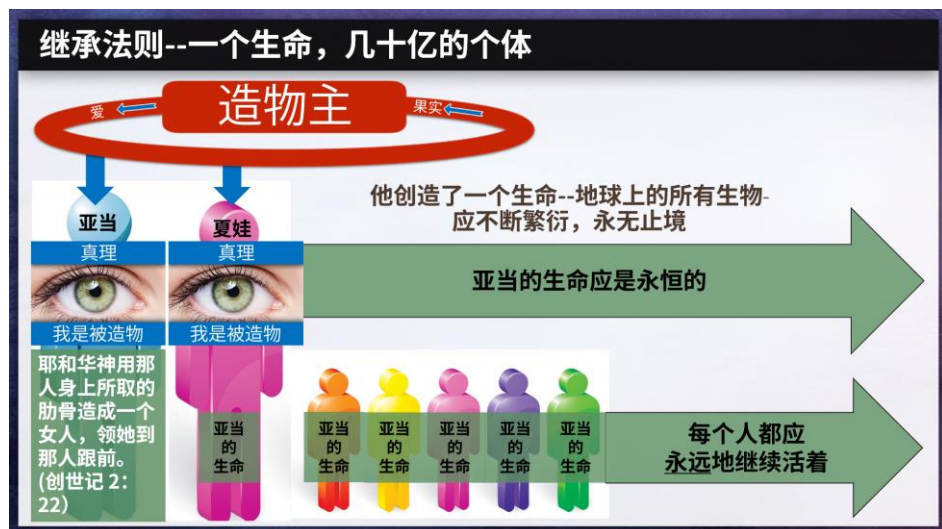


从一个  
生命  
产生了几十亿  
的  
个体

## 16. 新生命--人类问题的唯一解决方案

尽管我们是不同的个体，但我们都从一个生命里来的。没有例外。我们所有人都拥有一个同样的起源，这就是创世纪。遗传法则也在创世纪时就确立了。《圣经》告诉我们，上帝在创世之初创造了一个个体：亚当。通过圣经《创世纪》第二章的记载，我们知道了后来夏娃是如何从亚当来的。上帝从亚当身上取下一根肋骨，用它造了夏娃。夏娃还必须在灵上与上帝结合。与亚当一样，她也有作为受造物的正确身份。假如所有的孩子是从亚当和夏娃在这种状态下而来的，就会有亚当的生命，因此也就同样能够无限期地活下去。

亚当在灵上与上帝连结，有正确的身份："我是受造物"。所有其他人都来自亚当。根据上帝的计划，人类应永生即无限期的活着并繁衍后代。



但事情并非如此。亚当和夏娃欺骗了自己，以为自己可以改变身份，变得像上帝一样。这种自我欺骗导致了与上帝的分离。然而，由于灵上的依赖是灵的功能的

一部分，他们不可避免地在灵上相互依赖。他们不能再相信上帝和他不变的律法。他们无法再相信上帝的话。于是，他们都把自己的信任和信念寄托在对方身上。然而，由于自欺欺人，人们认为自己在灵上是独立的。他们生活在一个想象的泡沫中，认为自己可以自由思考，却没有意识到自己的所有想法都只取决于别人的言行。我能够通过身体上的疾病确认到这种自我欺骗，因为它揭示了错误的灵的依赖。

一个人所需要的爱，从世界起初就决定了只能从源头获取。正如上帝从一开始就决定了我们从哪里获取氧气--从空气而不是从水中，他也决定了我们可以用什么以及从哪里来满足我们的灵的需求。如果我们在水下还想深呼吸，那就不会有好结果。灵的依赖也是如此：如果我们从人们那里获取爱，就像从水里获得空气一样。

要让一个人意识到这种可怕的自欺欺人的状态是非常困难的，因为在医学和整个科学领域，我们对疾病产生的灵的方面都没有足够清晰的认识。

认识到人们自欺欺人地认为自己就是上帝，就可以理解所有否认上帝背弃上帝的教义是从哪里来的。但是，即使那些没有直接否认上帝的人也不知道他们为什么需要上帝。不幸的是，宗教并不是论及造物主的爱，而是展示了一个支配和独裁上帝的形象。因此可以说，最终所有人都与上帝发生着冲突。他们再也无法接近上帝。因此，几千年来，人类一直在试图用各种不同的方式来取代缺失的与上帝的亲近。许多人希望从宗教或意识形态中找到解决问题的办法。无论是佛陀还是马克思，无论是孔子还是甘地，其目的都是以某种方式解决人类的问题。然而，这并不能纠正错误的身份认识。

亚当的生命，也就是我们所有人从其而来的生命，最终与上帝分离。这意味着我们不再具有永久的生命力，必须死亡。如果没有办法摆脱这种事实上的死亡状态，取而代之以换成时间上无限的生命，我们就根本不会活着。

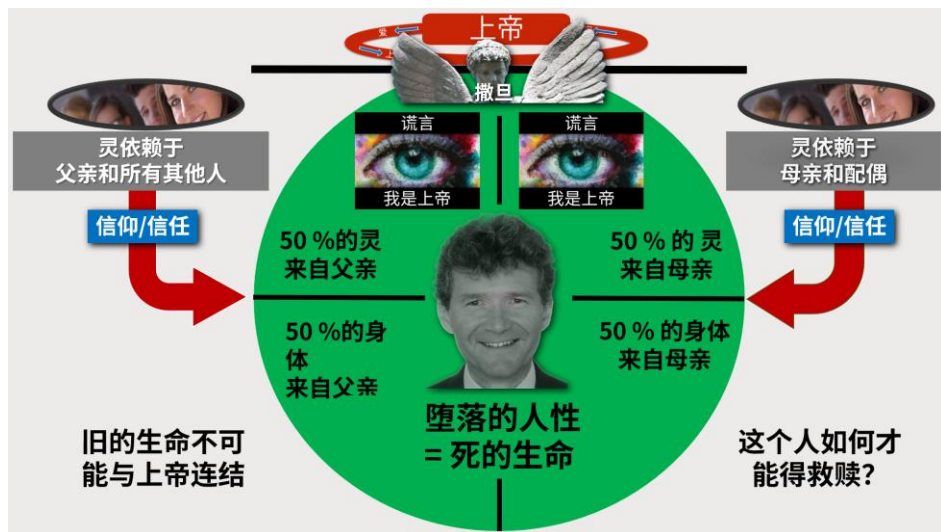
有可能让一个错误的以为自己是神的人转变吗？

**病例 15：**我在缅甸遇到了一位佛教僧侣。他大约 50 岁，甲状腺极度肿大，患有甲状腺功能亢进症和严重的心脏病。任何药物对他都没有帮助。十年前，他的妻子与他分开，并带走了孩子。随后，他陷入抑郁和赌博之中。一段时间后，他赌光了父母的钱，大约有 6 万美元。这可是一大笔钱，因为在缅甸，人们每天只能挣 1 美元左右。赌光钱后，他陷入了深深的自责中，因为他的行为毁了父母。他出家当了和尚，经常冥想，徒劳地寻求安宁。

是什么让这个人生病的？是谁导致了他的甲状腺出现问题？答案是：他自己！他的思想控制着他的整个身体，包括甲状腺和心脏。他的灵很悲伤，他看不到问题的解决方法。他在灵上依赖于妻子和孩子的爱。当他失去这个爱的时候，除了通过赌博来获得好的感觉之外，他看不到任何出路。赌博是爱的替代品。不是赌博本身，而是和他一起赌博的人。但钱花光后，连他们也不在了。他没有意识到，他把自己带到更大的麻烦中。他身体上的疾病反映了他错误的灵的依赖。他的灵没有解决办法。修道和冥想也无法治愈他。我给他提供了什么解决方案呢？"你需要新的生命，以新的身份"。

为什么要以新身份的新生命？因为旧的生命只能将自己与人（有时也会是动物）连结在一起，以满足灵上的需要。它没有能力在灵上以"我是上帝"的身份与上帝连结。如果能够做到这一点，就不需要一个只与上帝连结的新生命了。人类的所有问题都可以归纳为一个问题：我在灵上依赖谁？对上帝的依赖是符合生理的、正常的，别无选择。

我们已经看到，在需求和需求获取来源方面没有选择。人一旦失去满足需求的获取来源，就无法生存。如果他无法再获得淡水，他就一定会死。同样，如果没有爱的来源，人也无法生存。尽管我们与上帝的爱的源泉分离了，但我们仍能短暂地活着，这完全是上帝的恩典，使我们能够从旧的生命来到新生命。如果一个人错过了这个有时间限制的能改变自己状态的机会，那么他就只剩下了不存在，即永恒的死亡。



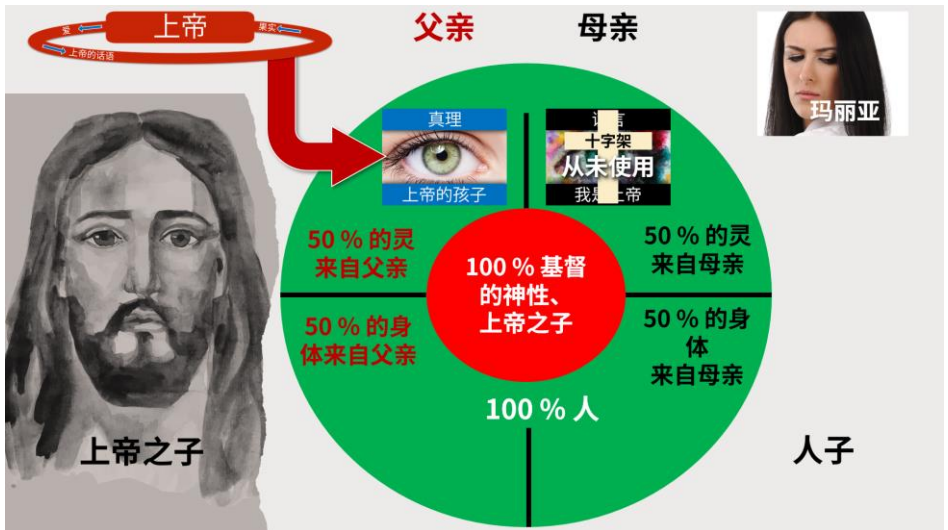
因此，我们的疾病和症状既是一种暗示，也同时是一种警告，表明我们灵上连结在错误的地方（连结在别人身上），从而让我们能认识到这是错误的。因此，我们可以选择放弃旧生命的谬误，用新生命的真理取代，将自己与爱和生命的真正源泉连结在一起。

新生命从何而来？它是如何创造的？

## 17. 以新身份创造新生命

因为自我欺骗的问题产生于人的灵，所以只能在人的灵中解决。因为人类自己已经无法做到这一点，所以上帝找到了一种方法来帮助人。然而，上帝创造灵的方式使他无法从外部对其控制。灵必须通过信任，从内向外将自己与爱的源泉连结在一起。然而，人类的灵在谬误中无法再做到这一点，这就是为什么上帝亲自从亚当的生命中造了一个新人。

通过圣灵将耶稣孕育在马利亚体内，这是人类唯一的出路。根据继承法则，耶稣通过由天父而来，继承了关于他自己的真相，即真正的身份--我是天父的儿子。通过关于他自己的真相，胚胎与上帝连结在一起。这就扫清了由世俗的父亲孕育的孩子永远无法克服的障碍。耶稣与他的天父连结。他处于正确的符合生理的连结中。



然而，根据继承法则，耶稣也从母亲马利亚继承了谬误。然而，他从未用过这个错误的身份，而是必须在自己的内心废除和摧毁它。在世上的时候，耶稣必须抵制在作为人存在的时候想成为上帝的诱惑，尽管他的背景是上帝。我们必须明白，耶稣自始至终都以神的身份存在。就像用一件衣服遮盖一样耶稣用人性掩盖了他的神性。这样，他的人性是可见的，他的神性是隐藏的。这使得耶稣一方面是上帝之子，另一方面又从马利亚，从而是从亚当的一面而来--因此也是人子。

这样，耶稣在世上生活了 33 年半。他一再受到挑衅，做出他作为上帝儿女的身份所不允许的事情。<sup>15</sup>他本一定怀疑过自己的真实身份，以应对各种攻击和欺骗的计谋。这种可能性本是存在的，也是耶稣所有试探的目的，目的是阻止人类获得救赎。<sup>16</sup>然而，耶稣从未质疑过自己是天父所生之子的身份。因此，没有人能引诱他做错事。耶稣一直与天父保持连结，直到他在十字架上交付了自己的灵。

耶稣的使命是通过他与天父的连结以及合作，揭示并废除人类灵的谬误。耶稣在自身除去了罪性和错误身份。当他在十字架上喊出"成了！"（《约翰福音》19：30）时，罪性就被彻底清除了。现在，亚当--我们所有人的祖先--从罪性中解脱出来了。

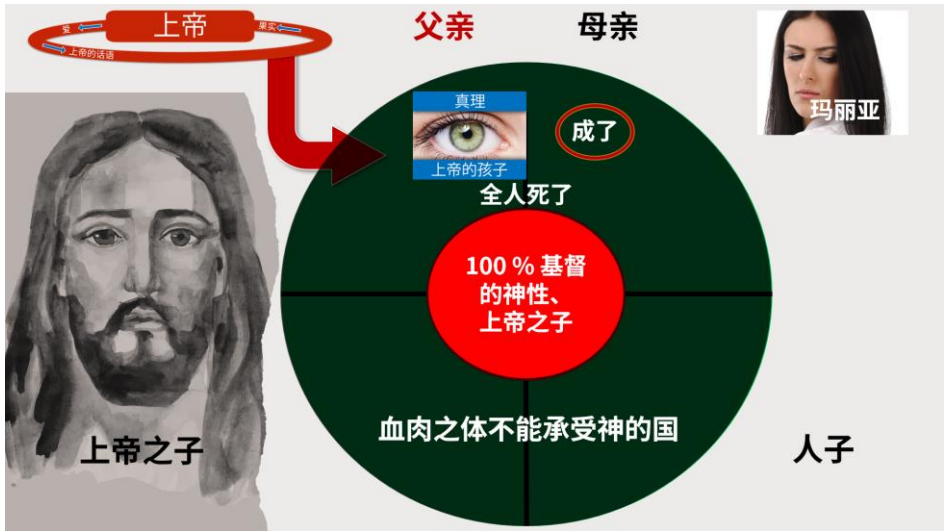
但这并没有结束。整个人都必须死，因为血肉之躯不能继承神的国度。亚当的生命因他的一次犯罪而死了。人无法再将自己与上帝连结在一起，因此也就无法再

---

<sup>15</sup> 甚至门徒雅各和约翰也是一个例子，他们想看到火从天上降下因为一个村庄拒绝为他们提供住所（《路加福音》9：51-56）。

<sup>16</sup> 参见耶稣在沙漠中受到魔鬼的试探（《马太福音》4：1-11；《路加福音》4：1-13）。

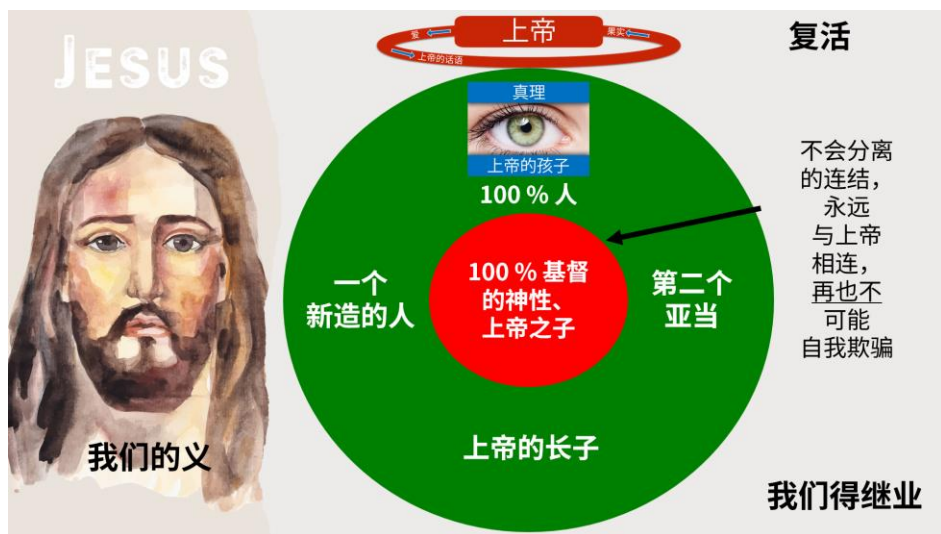
保持自己的生命。尽管如此，仅靠恩典人还存在着，但只是在有限的时间内，以便让个人有机会从旧生命中走出来。



耶稣进入亚当的生命--所有人都是从亚当而来的--承担起所有罪的根源（“我是上帝”的谬误），并在自身将其摧毁，从而将整个世界的罪承担在自己身上，以审判者的身份对其进行公正的审判。耶稣承担了有史以来所有人的罪，并作为战胜罪因和罪果的胜利者而死。为了实现这一点，亚当的生命必须无可挽回地终结，彻底停止。这就是为什么基督必须带领整个人类死在十字架上。为了救赎我们，必须彻底摧毁旧的生命，并通过从现在已被洁净的生命组成部分（身体和灵）中复活，创造一个全新的生命。

通过第三天的复活，基督成为了第二个亚当—赐生命的灵（《哥林多前书》15：45）。当基督从死里复活，拥有不朽的生命并永远与上帝连结，他成为了新造的人。他现在永远在真理中。他是上帝的长子。这里奇妙的福音是，我们都因信成为上帝的儿女。这就是我们的救赎。人没有其他的可能。这一个新生命就是我们

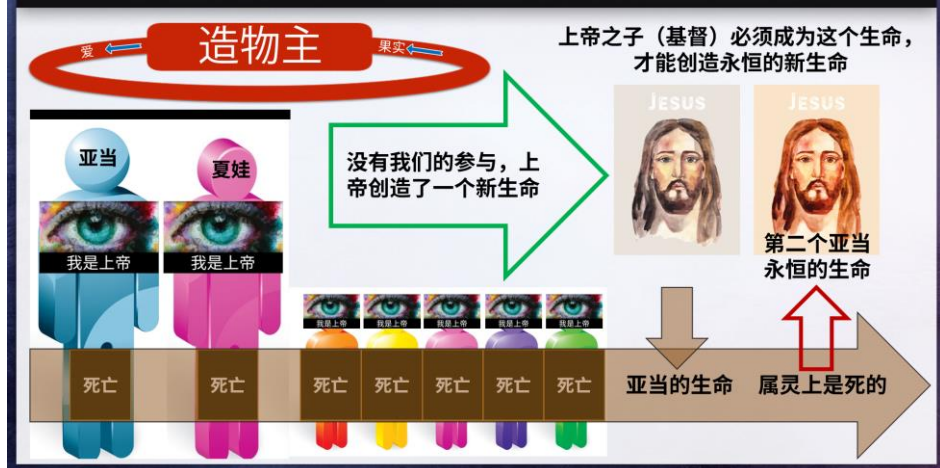
所需要的一切！如果旧人凭信心接受了它，新人就与神的性情有份。我们的义和所有的希望都只在于基督。他的新生命引领我们回到上帝的面前。



新人与上帝不可分离地连结在一起。自我欺骗永远被排除在新生命之外。这是救赎带来的。上帝做了一件事，使自我欺骗不再可能。造物主将自己与人不可分离地连结在一起。上帝让整个宇宙彻底明白，除了造物主，别无选择。任何思想都无法再怀疑或破坏这一点。任何灵都无法再欺骗自己的身份。欺骗已经被一次性彻底揭穿，并展现在众生面前：造物主与被造物的关系是绝对的，是永恒不变的，是美好的，是正确的。

通过耶稣复活上帝将新造的新生命提供给每一个人，让他们通过信仰接受它。通过信仰接受新生命是解决人类所有问题的方法。与上帝的分离始于亚当和夏娃的堕落，并影响到他们所有的后代，我们不可能通过自己的力量回到上帝身边。无法回到上帝身边，这意味着我们必须死亡。唯一的出路就是凭信心接受耶稣的生命。

## 人与上帝分离之后，上帝必须创造一个新生命



我们需要救赎，也需要他在地上的生命，和他作为第二个亚当从坟墓中出来时造的新生命。对我个人来说，这意味着我所有的罪都得到了宽恕，并进入了一个新的生命--进入了他的生命，耶稣的生命。圣灵在其中发挥着至关重要的作用。他能让我们通过信仰获得耶稣的生命。圣灵必须在每个人的心中做工。

问题是：人们怎样才能运用新生命，从而能有自由的生命？

## 18. 人类从生来的困境中解脱出来

从人类被创造的方式中，我们可以清楚地看到，只有如何个人的自由才能发生。由于灵只能从内部控制自己，只有每个人自己才能运用上帝创造的新生命。它就像药物或治疗一样，但只能被个体接受。然而，如果一个人没有通过信仰接受它，并将其作为自己的生命，那么上帝创造的新生命对他个人来说就是徒劳的。

只有与上帝合作，才能从先天的谬误中获得解脱和救赎。上帝创造了这个方法，而运用则取决于个人。因此，人自己要对自己是否得到解脱负责。除了人自己，没有人能代替他对自身做任何事。然而，这需要一定的自我认知、对自然法则的意识和对上帝灵的依赖的认识，才能做到这一点。

我想根据自己的亲身经历，解释一下通过信仰接受新生命的过程。

我从小就有一个想法，那就是拥有一个幸福的家庭将是我人生的圆满。因此，我在年轻时就结婚了，从而能尽快实现这个梦想。然而，事情却与期望的并不一样。

我的灵的第一需求是和谐。因此，我对妻子满足这一愿望的期望相当高。我期望妻子满足的需求主要有三个：

1. 我希望她能理解我。她能理解我的内心，并能做出回应。
2. 当我有话要说时，我希望她能听我说。然而，她已经知道了一切，我不用说出来了。
3. 这是一个非同寻常的愿望，即希望她早上醒来时能微笑。作为一个需要和谐的人，我靠她的微笑生活。

在我心里的谬误中，妻子满足我的这些需求似乎是理所当然的。然而，由于我的期望没有得到满足，我在这段关系中并不快乐。作为一名基督徒，我从小就知道婚姻是不能随意放弃的，而是终身的。因此，我默默顺从了这种情况，但内心并不接受。

当你不开心时，你就会试图通过其他方式来满足自己的需求。我就是这样沉迷于电影、网络和运动的。我对妻子越不满意，瘾就越大。

与此同时，我在教会社区非常活跃，因为我从小就想成为一名牧师。只要有机会，我就会参与其中，却没有意识到这些活动也只是试图实现我的人生意义。然而，我在任何地方都找不到满足感。我在诊所的医生工作、在教会社区的活动、在家里与家人在一起--这些都不能满足我。我对周围环境的期望没有得到满足。我不知道自己为什么如此不快乐、有被迫感和焦虑。

就这样到了 2002 年底，在我完成专科医生学位后，我得出了一个结论：我需要休息，并决定学术休假一年。我想改善我的家庭状况，以便继续我的婚姻。

为了更清楚地说明白我们这个家庭在 2002 年底的情况，还应该提到一个方面。1998 年，我们教区的一个有 6 个孩子的家庭破裂了。问题是这些被遗弃的 7-17 岁的孩子怎么办。在上帝的指引下，我们很快决定接纳这些孩子，成为 6 个孩子的养父母。这种情况是需要耗费精力的，但对我来说却非常充实。我很喜欢这些孩子，花了很多时间和他们一起开展各种活动。

这一新的局面虽然让我感到充实，但仍然没有让我感到幸福。一个应让我幸福的妻子的梦想一直在我脑海中浮现。但因为不想放弃孩子们，我在 2002 年底休了一年假。我想用尽一切办法让家庭幸福。我计划要对我的妻子表示出更加理解，让她有所改变，让我们这个家庭能够继续下去。

然而，计划没有成功。2003 年的头几个月后，我得出了一个结论：我无法改变我的妻子。按照我当时的想法，我只能选择离婚，另找一个能让我幸福的女人。在我的困境中，我也做好了放弃收养的孩子们的准备，只为最终得到幸福。当时我已经 39 岁了，我想如果我现在不这样做，我的余生都会不幸福。

我制定了一个新计划，打算在学年结束时分开。我取消了我们和孩子们一起居住的房子的租约。还未成年的孩子们将搬去和他们的母亲一起住，我将搬去和我的母亲一起住，我的妻子也可以搬去和她的父母一起住。这样，每个人都会得到照顾，都会有地方住。

在计划 2003 年夏天分开之前，我们就已经计划好了去美国旅行，去拜访一个家庭，这对夫妇同时也是婚姻顾问。这个旅行是都订好的，虽然我已经决定分开，但我们还是按照约定的日期飞去了美国。2003 年 6 月 1 日，经过约 3 个小时的婚姻咨询，我坚定地捍卫了自己的立场，不想和好，一个想法出现在我头脑中：

***"如果你听从我的诫命，我会为你的需求负责"。***

这是个不同寻常的想法，起初让我很高兴，因为给了我自已可以获得幸福的前景。然而，当我进一步思考时，我意识到了满足我需求的条件："遵守诫命"。作为一名基督徒，我从小就知道十条诫命，而在我的情况中，适用第七条诫命，即不得破坏婚姻。

我在心里争辩说，20 年来，我至少在身体上一直忠实于这个家庭，但我并不能变得快乐。现在我应该留在这个家庭里，这样我就能得到幸福吗？我不明白，于是不再继续去想。

一周后，我们和婚姻顾问一家坐在一起告别。我们 10 个人在一个房间，我和妻子带着我们的三个收养孩子，分别是 14 岁、16 岁和 18 岁，及他们一家带着三

个年龄相仿的孩子。我们本来是想简短地交流一下我们在一起的时光。在谈话过程中，这家人的父亲转向我，突然问道："你下定决心了吗".....当我听到这句话时，我确信他是在问我是否下定决心与这个家庭分开，因为在此之前，我一直都清楚地表达了这一点。没等他问完，我就大声清楚地回答了"是的"。然而，他的问题却是完全反过来问的："你下定决心了吗，与家人在一起？"我响亮而清晰的"是的"没法忽视。我和孩子们都大吃一惊，因为他们知道我决心分开，而不是留下来。我发现自己陷入了进退两难的境地，我需要一个解决方法。我答应了一些我根本没有打算的事情。

我唯一的选择是立即收回"是的"或接受它。我不知道是什么促使我对留在这个家庭的决定说"是的"，但我从内心这样做了。在那一刻，上帝的应许实现了，如果我和这个家庭待在一起，我的需要就会得到满足。

我无法解释这是怎么发生的，但我对被女人爱的巨大渴望消失了。我的焦躁和不安立刻结束了。我获得了内心的平静，这种平静从那以后就再也没有离开过我。所有伴随着我的不快乐、在此之前我一直与之抗争却未果的瘾都消失了。时至今日，20多年过去了，它们都没有再出现。

这段经历给我留下了如此深刻的印象，我真的无法形容。我的整个内心世界都被改变了，我从内心的牢笼中解放了出来。我的身体也做出了反应，几十年的背痛痊愈了。我从15岁开始就有的偏头痛也从此消失了。

我认为这次经历是生命的交换。我放弃了旧的生命，这种生命的特点是错误地认为别人必须让我快乐，我的内心接受了上帝在他儿子身上创造的新生命。它将与爱和平静的源泉相连，因此我的需求得以满足。

在这次经历之前，我偶尔会对上帝是否真的存在产生极大的怀疑。我抓不住他，有时甚至怀疑他在哪里呢。然而，这次经历清楚地告诉我，上帝是存在的，是一切幸福的源泉。

为了最终打消我的疑虑，他还在 20 年期间的诊疗经验中为他的存在提供了无可辩驳的证明。人类对爱、自由、正义、安全等的灵的渴望只能由他和从他那里得到满足。我们灵的需求的满足当然不是通过其他人或自然界的任何地方实现的。另一方面来说不可能存在这种情况，就是我们有明显的需求，却没有任何途径和来源能满足这些需求。上帝的安排是，只有他才能满足人的灵的需求。

## 19. 新生命带来什么？

虽然我一直是怀疑者，但现在我可以相信了。除了通过上帝的做工，我对我所有的灵的需求一下子得到了满足无法有其他解释。作为上帝的孩子，我现在开始探索这种关系，并以此为基础生活。如今，我宣布 2003 年 6 月 7 日为我进入新生命的日子。这是我的自我、我的"我是上帝"的谬误首次的部分的死亡的开始，取而代之的是真理"我是上帝的孩子"。

自 2003 年 6 月 7 日以来，我一直在学习如何实践我现在能够获得的上帝之爱。虽然每个人都有爱的能力，但他们缺乏爱，因为他们自己无法生产爱。在身体层面上，我们都很容易理解，每个人都有呼吸的能力，但必须从外界获取氧气。同样的道理也适用于我们的灵的需求，我们用"爱"来概括这种需求。从我现在与上帝建立的联系中，我现在可以学会传递上帝的爱，甚至是传递给那些在我看来并不可爱的人。这也包括不再等待被他人爱。

与天父一起走这条路是一个解脱的过程。然而，使它变得困难的是我身上残存的谬误。我必须首先通过困境认识到自己残存的谬误，这样我才能用关于我自己的真理取代错误的根源--自我欺骗。这就是基督徒的信仰之战，因为没有自我认识到我在哪里还在欺骗自己，在哪里还需要用真理来取代谎言，我就无法获得完全的自由。

在这一点上，传统基督教对救赎的理解有所欠缺。由于人类不了解自己的灵的功能、自我控制和天生的谬误，基督徒基本上被分为两类。这种划分在其他宗教和意识形态中也可以看到。表面上，我们喜欢将其表述为"保守派"和"自由派"。然而，归根结底，你站在一条线的哪一端并不重要，无论是极右还是极左，甚至是温和的中间派，你都只是站在同一条线上。人们没有认识到自我欺骗，它把一些人引向一个方向，把另一些人引向另一个方向。但这仍然是同样的自我欺骗，每

个人都在其中无意识地（对某些人来说可能是有意识地）寻求*自己的利益*。只要有人认为他们能为自己做些什么，他们就违背了爱的法则。因为没有任何被造物可以为自己做任何事。人也不能。但在内心的谬误中，他却坚信自己是在为自己做什么事。

耶稣来了，将错误的"我是上帝"钉在十字架上，造了一个新人，新的生命，一个在爱的法则中重新发挥作用的新生命。这种生命是无私的，就像上帝和他的整个创造一样。

我生来就有"我是上帝"的想法。在 2003 年 6 月 7 日之前，我所做的一切都是出于自私。我所做的一切都是为了自己，这是不符合法则的。虽然在此之前的 39 年里，我也做了许多表面上的好事，但动机仍然是错误的。尽管有些事情看起来似乎是无私的，但它始终是为了我自己。当我在 2003 年 6 月 7 日做出决定时，一场交换发生了。我以前的生命被钉在十字架上，我获得了新的生命，耶稣的生命。这开启了我出于爱的动机行事的道路。

重要的是要明白：在谬误中只会导致自私。爱只能来自真理。自然法则清楚地说明了这一点。《路加福音》6：44-45 非常简单地描述了这一点："凡树木看果子，就可以认出他来。因为人不是从荆棘上摘无花果，也不是从蒺藜里摘葡萄。善人从他心里所存的善就发出善来；恶人从他心里所存的恶就发出恶来....."

通过十字架上的交换，我体验到了对过去 39 年的宽恕。只有同时消除罪的根源、自私的行为，宽恕才能发生。这就是心中的错误--或如耶稣所说，心中所存的恶。因此，只有以新生命交换旧生命，才能实现宽恕。宽恕某些行为而不消除其根源不符合上帝的公义。这也是旧约中使用献祭制度的原因，它清楚地表明了这一点：只有通过生命--行为的来源--的交换，才有称义和正义。

希望大家能够理解，这里所说的生命交换是一种属灵的信仰行为，目前还没发生在身体的现实中。耶稣创造了新生命，它是真实的，但只有在他再来的时候，每个人才能从外可见地收到它。只有到那时，我们才能在完全转变为新生命的现实里。那时，我们将真正成为一个新造的人。在此之前，我们活在对新生命的信仰中，*只有通过信仰*，新生命才能进入我们的生命。

这种在信仰中发生的交换具体意味着什么？信仰需要内容，灵需要清晰的信息来引导。两种内在的态度是需要的：

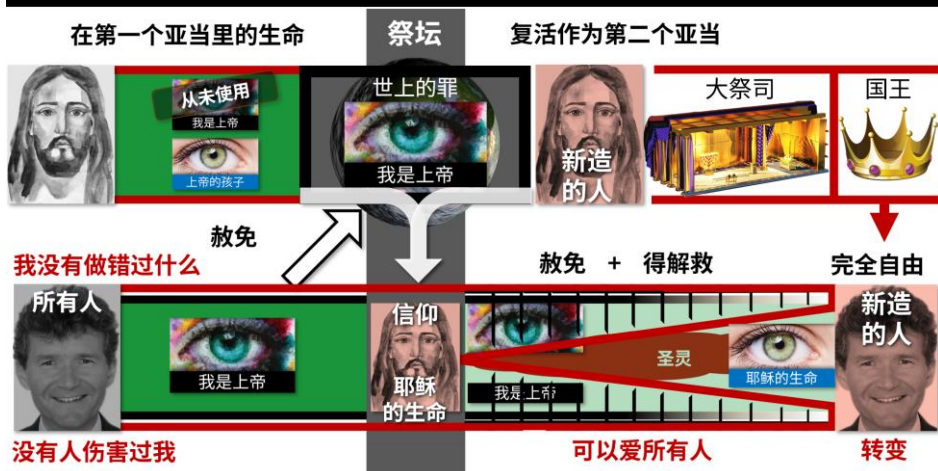
1. 对过去问心无愧。我必须相信自己从未犯过罪或犯过错。如果我在旧的生命中杀了人、破坏了婚姻、撒了谎或是任何一直还在做的事，我都不再犯。耶稣已经将其接管。旧事不再是我的，现在已属于基督。他将在审判中对此做出判决。这是从上帝一边来的宽恕。如果一个人仍然有负罪感，那么他还没有完全相信生命的交换。那么，他就仍然把旧的生命视为自己的，并紧紧抓着过去的行为，好像它们仍然是他的。这样，他就没有把一切都交给基督。
2. 过去没有人伤害过我，这是我必须内在的接受和相信的信息，这样我就不再把自己视为他人的受害者。无论我经历过什么，无论别人对我做过什么坏的事，通过交换，这些都不再属于我，也不再看作是对我个人的。这就是从我这一边的宽恕。如果某人还欠我什么，如果我认为某人在过去伤害了我，那么我还没有因信进入耶稣的新生命。

用耶稣的新生命交换旧生命，可以解决人类的所有问题，这些问题可以归纳为两类：责备自己和责备他人。一个人要么认为自己是自己行为的受害者，要么认为自己是他人行为的受害者。这两种想法都是错误的，都源于自我欺骗，都会导致人与自己为敌，从而毁灭自己。

2003年6月7日早已离我远去，我已凭着信念继续前行。现在，“我是上帝”的其余部分必须每天一步一步地消除。每天，我都会对过去的一天进行自我审视，我是以什么来源生活的。我通常与天父一起在大自然中进行这种检查，天父必须帮助我，以便我认清自我欺骗的确切位置，以使用真理取而代之。因此，我检视我行为的想法，想法的动机，动机的根源是关于自己的谎言还是真相。我必须具体找出我在哪里欺骗了自己，这样我才能正确的在这一点上用真相取代欺骗。我必须有意地看清自己在哪里扮演了上帝。我需要认识到自己如何才能用新生命活着，并知道自己是至高者的孩子。作为他的孩子，我不需要任何人为我服务，为我做什么事，满足我的任何需求。我只能通过从上帝那里获取并传递这份爱来自己满足自己的需求。

下面的插图展示了一个人在信仰之战中，从谎言的禁锢走向真理的完全自由的道路。每个人都必须亲自走这条路，这就是我为什么用我的照片的原因。我希望有一天能通过信仰在我的灵中全全接受到新生命。到那时，人类同胞们的任何行为都无法让我觉得要为其好而要强迫他人。我想成为这样一个天父的孩子，爱每一个人，不再使用任何形式的强迫。这就是得解放的目标。

# 唯一的解决方案-- 新生命



现在，我仍在通往这一目标的道路上，我不是用行动尽力，而是通过信仰。我的行为只是我内心态度的外在证明。我的善行可能来自错误的动机，糟糕的行为也是一样。因此，如果没有天父的帮助是不行的，他通过圣灵来帮助我。我一步步地减少了对人的信任，直到有一天我完全信任上帝。在这种状态下，我不再欺骗自己，律法也写在了我的心里。这一切通过信仰的内在过程和我与上帝之间的合作发生，因为上帝不会控制或强迫任何人。我们只能自己信任上帝。因此，救赎只有在上帝与人的合作中才能实现。

概括地说，通过思想只产生两种身份，即一种是谎言"我是上帝"，另一种是真相"我是上帝的孩子"。由于思想是在无意识的情况下产生的，因此我只能在思想变得有意识时才能确认它们来自哪种身份。因此，我可以从有意识的思想中辨别出我是否在欺骗自己。只有这样，我才能选择是否继续"喂食"我的思想。如果我意识到思想来自于自我欺骗，我就可以采取措施停止继续思考。即使我已经意识到这些或那些想法来自谎言，也不一定能立刻认识到根源。有时，我可能要花上好

几天的时间才能发现具体的无意识谎言。只有当我用真相取代它时，我才能摆脱问题。

因此，我们内心的工作并不容易，但这是一种让人解放的运作。我不想仅仅因为别人对我做了不好的事或拒绝对我好，我就继续留在我的谬误中，使我的生活变得艰难。我继承了谬误，这是我无法控制的，但蒙上帝的恩典，我可以做些什么来确保这个谎言不再折磨我。

下面是一些具体的例子，说明某些想法的来源：

**强迫性思维**--总是来自谎言。强迫的想法总是错误的。如果你想强迫别人，或者你对别人生气，那么你就错了。谁对别人生气，就会毁了自己。如果你不再控制自己的思想并情绪化的处理，那么你就会倾向于强迫。一旦你有了强迫的想法，就要有意识地提醒自己，你在欺骗自己。无论你在这件事上实际上是多么正确。无论对方的行为有多么错误。强迫总是自我欺骗的结果。

**恐惧的想法**--总是错的。一旦你感到恐惧，你就需要问自己："等等，我哪里在骗自己？我又在扮演上帝吗？"恐惧源于试图避免不在我控制或调节范围内的负面事物。每个人都有有边界的行动范围，不能逾越。这在身体层面上很容易认识到。没有人会试图穿过水泥墙，而是利用敞开的门进出房间。在物理世界中人们会尽量待在无法跨越的界限内。然而，在灵的误区中，我看不到自己的灵的边界。因此，我尝试着做不可能的事，即控制我无法控制的东西。这涉及到母亲、配偶、孩子的生活，甚至自己的生活。但这种控制并不在我们的能力范围之内。所以，我们最好连试都不要试。恐惧能帮助我们看清错误并寻找其根源。一旦找到根源并用真理取而代之，恐惧就会消失。

**压力**--身体中的压力是自我欺骗的结果。身体会立刻对无意识的消极想法做出反应，并指出错误所在。这时，我们应该给自己一个交代，是什么导致了错误的想法，这样我们就不会再去跟从它，而会在此处用真相去思考。

**内疚的想法**--非常有害。内疚的想法源于一种谬误，即当我们做出错误行为时，我们本可以做出不同的选择。产生这种想法是因为行为的后果是负面的，而不一定是因为我们对行为感到抱歉。这种错误暗示说我们的行为给我们带来了损失。既然我们无法承受损失，我们就必须为此指责自己。如果我是神，那么我也可以判决自己和他人。被造物不可能产生负罪感，因为被造物无法对自己（或他人）做出判决。如果你把自己视为上帝的孩子，你也不会遭受任何个人损失。

**孤独**--是一个错误的结论。意识到我是上帝的儿女，怎么会感到孤独呢？"我孤身一人！"或"我所有的亲人都去世了或住在别处。"或"我独自抚养孩子。"或"我没有人帮助我。"这样的想法是不可能对的。这些想法会让你感觉不好，并损害你的身体。孤独的想法源于"别人必须总在我身边"的错误观念。身体和理智应该帮助我们停止相信这些想法，因为它们不是真的。我们永远不会独自一人，上帝永远都在，我为什么要在意识到上帝的存在还认为自己孤独呢？



**拒绝**--导致强烈的自我毁灭的念头。作为神，人期望得到崇拜，如果被拒绝，我们就无法接受。如果别人不赞美、欣赏和认可我们，我们就会认为这是个人的损失。但我是谁，可以对我的同类提出这样的要求呢？

当父母拒绝自己的孩子时，孩子会认为这是一个重大的创伤。这导致受影响的孩子走上一条非常艰难、痛苦的道路，一生中会遇到很多问题和疾病。如果没有上帝的恩典，没有认识到"我的父母和其他人并不欠我什么"这一真理，我就注定会一步步毁灭自己。因此，我们应该了解关于自己的真相，认识到我们对他人的所

有个人要求都是不合理的。只有真相才能防止我们不再只是因为父母犯了错（有时会是大的错误）而毁灭自己。

**绝望的想法**--是错误的。它们产生于一种误解，即我可以计算未来。它们产生的原因是，作为上帝，我知道这种情况会带来什么。但我真的知道吗？

无路可走的想法导致许多人抑郁和自我毁灭，甚至自杀。这时，作为一种帮助和觉悟，我们必须意识到，一切导致自我毁灭、引发负面情绪的东西，肯定不符合真相。即使我们无法立即发现自己的自我欺骗之处，我们也应停止抱有"无路可走"的想法。如果我们请求天父帮助纠正我们，天父就能帮助我们。上帝不能代替我思考，但他可以给我有关的提示，只要我接受，就能获得自由。

斗争发生在我们的思想中--我怎样才能获胜？		
<b>错误的思想：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ 强迫</li><li>▶ 恐惧</li><li>▶ 压力</li><li>▶ 内疚</li><li>▶ 被遗弃</li><li>▶ 孤独</li><li>▶ 绝望</li></ul>	<b>意识</b>  <b>我的思想 来自于什么来源？</b>  <b>只有在意识到真理时 才会选择改变什么</b>	<b>正确的思想：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>▶ 能让我自由行事</li><li>▶ 能让我做决定</li><li>▶ 怀有希望</li><li>▶ 符合实际</li><li>▶ 让人明智</li></ul>
 <p>谎言 我是上帝</p>	<b>潜意识/心</b>  <b>思想的产生</b>	 <p>真理 上帝的孩子</p>

不可否认，某些情况会导致我们做出消极反应。反过来，其他情况又会让我们产生快乐的反应。那么，我们如何知道这种喜悦和良好的感觉是来自真理还是谎言呢？当然，即使我们在内心的谬误中，当我们判断某件事情是个人获益时，我们

总会感到开心。这种反应在当时并不会伤害身体。只有当我们失去这种获益时，身体才会受到伤害。

因此，当我们产生积极情绪时，我们无法确定自己是否在真理之中，因为一切被误解认为是获益时都会引发良好的适合身体的电流脉冲，从而产生愉快的感觉。然而，如果环境不好，不能满足我们的需要，而我们仍然感觉良好，因为我们不是依靠环境，而是依靠我们的天父，我们就可以肯定这种反应来自真理。

我们的救世主耶稣基督在他生命的艰难环境中，在敌意、诬告、策谋杀害、嘲讽中，在被殴打和后来被钉在十字架上时，他的思想中没有一丝一毫的消极反应。因此，他没有在内心抗拒自己所遭受的一切恶行，因为他知道犯罪者是对天父做的，而天父会审判这些不公正的行为。因此，在所有这些困难的情况下，他始终保持着积极的情绪。他从来不会因为自己的想法而让自己感到难过。我非常喜欢这种思维方式。我为之奋斗，希望你们也能如此。

然而，我们从真实的身份也会产生某些负面情绪，这就是为什么我们时不时要哭泣的原因。我们在耶稣的一生中也看到了这一点。我们如何区分*真正的*消极和*错误的*消极呢？

在这里，我们也需要一个明确的衡量标准来区分谎言和真相。我们的反应始于潜意识，我们可以根据果效来发现反应是来自真理还是来自谬误。以下规则适用：任何让人失去自我控制的都是来自自欺欺人。任何消极的、没有让我失去自我控制都可能来自真理。

我还必须检查自己的动机：是为了我自己，还是为了我的天父？我们也可以在无私中感知和感受到消极，但这是不是出于真正的对上帝的同感，他的造物要被毁灭了？然而，如果是关于自己，陷入了自怜，那么这肯定总是出于谬误，因为这会毁了我们。这两者之间的区别并不总是一眼就能看出来，但随着时间的推移，

你会在自我认识方面得到练习，并能越来越很好地分辨出人是在谬误中为自己争取什么，还是在为天父和他的造物争取什么，也就是说，你是从真理出发思考问题的。

在真理中我们可以接受不公正的对待、暴力、夺走我们的财物和孩子等，甚至可以同情肇事者，正如我们的救世主所说："父啊，赦免他们，因为他们所作的，他们不晓得"（《路加福音》23:34）。这种态度要求在真理上达到完美。我相信这一点，并希望有朝一日能够做到。

有了作为上帝儿女的正确身份，我就能彻底改变自己的想法--并随着时间的推移解决所有问题。我认为，你能把一切归结为一个点，即一个人的起点，这很好。这就是他的身份。这是一个人一生中最重要的点。

归根结底，就是要明白这一点，并坚定地决定放弃以错误身份活的旧生命，取而代之的是上帝所创造的新生命。没有人可以在灵上被强迫去做某件事情，每个人只能通过信仰自愿地去实现它。这是一件好事，因为造物主创造了我们，让我们能够自我调节。

我们只有一个选择，那就是离开旧生命。但是，我们不应该跟从宗教和意识形态的范例，去改革和改善旧生命。如果问题出在人的内心，只强调外在的表象是解决不了问题的。一个人只有厌倦了旧生命的痛苦，才会接受新生命。当他们确信无法再用旧生命开始，他们才会接受新生命。我们的内心需要新生命，而这只有通过信仰才能实现。因为人的困境在自己的内心，所以只能在那里得到解决和消除。外在的改变是完全不够的。当瓶子的污垢在里面时，洗瓶子的外面是不明智的，瓶子也是洗不干净的。

我相信末世的危机已经开始，它将把人类分为两个组。不是富人和穷人，也不是重要的人和渺小的人，这种划分已经存在。人将分为自由的和被禁锢的。这个世

界的冲突是关于自由。凡是使用强制手段的地方，凡是不认真对待个体思想的地方，都不存在爱。《圣经》在《哥林多后书》3:17 说得很清楚："主就是那灵，主的灵在哪里，哪里就得以自由"。

我决心让内心变得完全自由，以上帝的灵生活。如果你自己拥有自由，你就能给予每个人自由，而不会试图限制、替别人做决定或对任何人发号施令。这就是你活在真理中的明证。哪里有爱，哪里就有自由。那里不再有恐惧，恐惧已被消除。这意味着，这样一个人的行为再也不会受到其他人的影响。无论遇到什么困难，他都会坚守爱的原则。

我们将会身处逆境，届时每个人都将明显地展示出他内心是什么样的。自由的人将证明这一点，他将冷静而完全信任上帝地做他凭良心认为正确的事，而不是别人想强迫他做的事。生活在谎言中的人反过来会以强迫对抗强迫。以武力对抗武力，以不公正对抗不公正，以谎言对抗谎言，以欺骗对抗欺骗。这样，人就证明了自己内心的谬误。我们只能以自由对抗强制。我们只能以善胜恶。我们只能用真理消除谎言。

最终，这两类人将会有非常明显的区别。每个人究竟是什么样的灵的孩子，将变得一目了然。我们很快就会到了每个人都必须做出最后决定的时刻。每个人都还有选择权，要么变得自由，要么继续被困在与生俱来的死的生命中。今天，你选择什么？