

文/郑见

在神韵中找回自己 一场通往身心健康与生命觉醒的旅程

编者按：

现代科学与传统智慧之间并不矛盾。真正的生命探索，从不仅仅在医院或实验室，也在剧场，在艺术，在那些能触动灵魂深处的瞬间。或许，每个人都应该有机会，走进一次像神韵这样的演出——看一看，我们的身体和灵魂，到底还可以有多自由、多纯净。

在现代医学中，“健康”往往意味着检查报告上的一组指标；在生活中，它则常被误解为“没有明显疾病”。但越来越多的人正在意识到，真正的健康，是身、心、灵的和諧统一，是一种内外兼修的生命状态。

而在 2025 年 4 月 6 日加拿大多伦多四季表演艺术中心的一场演出中，观众 Jalen Carroll-Woolery 的经历，为这种理解提供了一个震撼人心的印证。他不是医生，也非哲学家，而是一位退伍军人、影视演员，长期饱受背部和胸部的剧烈疼痛之苦——直到那一晚，走进了神韵的世界。

“我就是静静地坐在那里看演出，全身心地为神韵的精彩所折服。我本来有剧烈的背痛、胸闷。服兵役时在建筑工地的旧伤使我脊柱侧弯。神奇的是，我就是坐在那里看演出，跟随演出的节奏呼吸，居然看完演出背痛就消失了。就只是看完了演出，我的疼痛就完全消失了，真神奇。”——Carroll-Woolery 这样描述他的体验。他用“surrender（征服）”一词反复描述自己对神韵演出的陶醉。

音乐的频率，是连接身体与灵魂的钥匙

神韵的音乐由东西方乐器融合演奏而成，特别是中国传统的二胡、琵琶与西方交响乐团配合，创造出一种极为纯净、和谐的频率环境。Carroll-Woolery 用“进入骨髓”来形容神韵音乐的影响。

传统中医认为，传统音乐的五音与五脏相通，具有调和气血、安神定志的作用。现代神经科学也发现，音乐可以影响调节人体内脏及躯体功能的神经系统，对身心健康有着广泛而深远的影响。

神韵的音乐不是简单的演奏，而是一种“频率共振”。不仅调动情感，更似乎直接作用于人体能量系统。

Carroll-Woolery 详细的描述了他所见到的能量。

“今天所发生的神奇治愈体验，我无法用言语完全描述。感觉有力量进入了我的骨髓。可能是来自于神韵的歌词，可能是来自于神韵歌唱家的歌唱……”

“我感受到了那种能量，呈几何图案一样的能量，漩涡一样的感觉。”

“我不知道如何描述神韵能量的形状，我觉得最接近的描述是意大利数学家迪尼所发明的迪尼曲面（Dini’s Surface）那样；而且这些能量是有颜色的，绿色居多，但也有像彩虹一样的颜色，五颜六色；这些能量辐射四周，美妙难述。”

“能量的表现，具有很多数学的概念，迪尼曲面，流形等。还有天使的形状。”

“是天使的形状，带着一种泛爱的能量四处流动，充满整个剧场。我看到这种天使形状的能量凝聚在乐池上空。然后这种能量在乐池上空形成一个梯形，像工地的手脚架，一种无所不包的爱的能量，五颜六色，形状各异，美不胜收。我很欣喜我见证了所有这些。”

“这些能量让我疼痛消失，感觉全身焕然一新。我呼吸顺畅，感觉脊柱侧弯的问题从来就没有存在过。”

不仅仅是 Carroll-Woolery 先生，还有许多观众都曾看到不同颜色和形状的能量，在观看演出过程中感到莫名其妙地“被打通了”“身体轻了”“头脑变清晰”。这与近年兴起的音疗（Sound Healing）理念不谋而合：当人的细胞与某种高频振动共鸣时，会给身体带来意想不到的修复。

身心疾病的“信仰缺口”

现代社会中的慢性病、焦虑症、失眠与免疫紊乱，往往并非单一生理成因，而是源自长期的心理压力、情绪压抑与精神疏离。而传统文化中“天人合一”“道法自然”的理念，恰好为现代人提供了寻找生命意义与健康之源的方向。

神韵通过舞蹈剧目，将中华五千年文化中忠义孝悌、敬天信神的价值观生动展现，不仅是文化传递，更像是心灵的呼唤。演出中所表达的“真、善、忍”，不仅是道德规范，更是一种可以调节情绪、净化心灵的正能量。

Carroll-Woolery 在演出结束后，久久不愿离席。最后一幕创世主出现转动金色法轮那一刻，他体验到前所未有的心灵

震撼，“我看到（金色法轮）发出很多光芒。这种光芒让我感觉到一种祥和。好像无论这个世界发生什么，我的内心都会祥和宁静，不为所动。我的心很定，知道一切都会安好。即使有很糟糕的事情发生，那也没有关系。”

“只要我们对神有信心，无论世界如何变迁，一切都在神的掌控之中。”他说。

艺术的终极意义，是疗愈与觉醒

神韵的特别之处不仅仅在于其技术的精湛，而在于艺术家们自身的修为——所有神韵演员都修炼法轮大法，以“真、善、忍”为日常的修行标准。这种内修所带来的心灵力量，透过动作、笑容、眼神与能量场，自然流露到观众面前。

在身心灵探索领域，这正是“能量场共振疗法”的重要机制之一：演员的内在纯净，与音乐、色彩形成的能量场与观众的能量场产生共振，达到疗愈的作用。

不少观众在神韵演出中哭泣，却并不感到悲伤。那是深藏内心已久的情绪出口，是灵魂终于找到回音时的震颤。有观众说，“像被净化了”，““原本疲累了很久，但今天仿佛洗了一个澡，神清气爽。”，“生命黑暗中的光明”。

这或许才是艺术的终极价值：不仅是美的展现，更是疗愈的灵药、灵魂的阶梯。

回归传统，找回健康的源头

当人们开始重新走近传统，走近内心，便不难理解：真正的健康，从不是逃避病痛，而是回归一种与天地和谐共存的状态。

神韵的影响，是身体上的恢复，是心灵上的净化，更是生命意义上的一次深层“回归”——回到我们作为人本该拥有的尊严、信仰与精神坐标。

对许多观众而言，观看神韵不只是一场演出，而是一场启迪，是一次“生命对生命”的唤醒。它打开了一个通道：让现代人重新认识自己、疗愈自己、完善自己。

在神韵的舞台上，我们看到的不只是演员、音乐、色彩与光影，而是文化的灵魂、精神的能量、生命的回响。

今生恐高 只因前世的他 做了一件后悔万分之事

文/刘晓 整理

在这个世界上，有一些人莫名的会恐高，害怕靠近悬崖，害怕上楼梯、乘电梯，而这其中不少人与前世遭遇或发生的事情有关。

年近 40 岁的鲍勃是一个身高近 1 米八五的男人，体重有 99 公斤，他是一名会计。在过去的三十多年里，他一直在努力克服恐高症，但却没有成功。由于鲍勃不知道自己为什么会如此恐高，也不记得在他的生命中发生过任何与此有关的事情。因此，他猜想这可能与前世存在关联，于是他找到了美国知名轮回学专家 Bryan Jameison 博士，希望可以进行催眠。在 Jameison 博士撰写的《寻找前世》一书中，记载了这个案例。

在聊天中，Jameison 博士得知鲍勃在过去努力在寻找办法克服恐高症。在他看来，战胜恐高的唯一办法就是面对它。于是，虽然他恐高，但他每周末都一定去跳伞。每次收拾降落伞或登上跳伞飞机时，他都心怀感激。但每次他跳下去时，恐惧却几乎让他全身的肌肉都瘫痪了，他还发现自己每次都莫名其妙的等待越来越长的时间才拉开拉绳，打开降落伞。在他去见博士前的那次跳伞，他一直拖延打开降落伞，而如果他再等几秒钟，就无法及时打开了。他意识到是时候找出让自己常常陷入危险境地的真正原因了。

鲍勃告诉博士，他还是一名健身的狂热者。他每天要花很长时间用在健身上，旨在提高体能和耐力。作为一名会计，显然这样的狂热健身对他并没有任何用处。这背后是什么原因呢？

在催眠中，鲍勃回到了前世，时间是在十九世纪晚期，他是德国的一名贵族，作为男爵，他不需要工作来养活自己。尽管如此，他仍然具有冒险精神和强大的体力和耐力。

在那一世，男爵是一名经验丰富的登山者，在三十五岁前，他就已经攀上了欧洲许多山脉的最高峰。每每挑战成功一座山都让他兴奋不已，因此他常常独自行动。除此之外，之所以单独行动，也是因为他不喜欢为他人的安全承担责任。他的几个朋友们多次请求允许他们和他一起登山，最终在他们的强力恳求和施压下，他同意带三个朋友一起去征服下一个目标：马特洪峰。

马特洪峰是瑞士引以为傲的象征。其特殊的三角锥造型，一柱擎天之姿，可谓陡峭险峻，难以攀登。可以说，马特洪峰是世界上最美丽、最动人心魄的山峰，但对于登山者而言，也充满了挑战和危险。

在出发前，男爵和朋友们花了几个星期研究这座山峰，并进行了精心的准备。在男爵对他的朋友们进行大量训练后，所有人都对个人和团队能力充满了信心。所有人都同意男爵提出的征服马特洪峰的策略，并且同意男爵全权负责。男爵特意强调他们每个人都要承诺无条件服从他的指令，大家也

都毫无异议。

到了出发那一天，每个人都穿著暖和的衣服和厚重的靴子，靴子上还画了十字交叉图案，以增加抓地力。为了确保能够抓住岩石中的小缝隙，他还把手套的指尖部分切掉。

一段时间后，大家兴高采烈的来到了他们见过的最令人敬畏的山脚下，其白雪皑皑的花岗岩体从谷底陡然升起。当男爵站在它的面前时，他感到一阵寒意传遍全身。面对著挑战者，马特洪峰似乎莫名其妙的活跃起来，散发著威胁。它似乎在对他说：“来吧，来吧，我等著你呢。让我看看你有什么本事！”

随著在催眠中对前世回忆的加深，鲍勃越是重温自己那世作为登山者的想法和感受，就变得越情绪化。他讲述了那天发生的事情。

“为了安全起见，我决定将四人分成两组，我最好的朋友马克斯跟我一组，用绳子绑在一起，弗兰茨和奥斯卡跟在我们后边。清早的天气非常棒，只有一点点云。我们爬了六个小时，顺利的走在上山的路上。马克斯跟在我身后大约二十英尺，另外两人跟在他身后二十五英尺。越往上爬，空气变得愈加稀薄，冰变得更厚，山体更加陡峭。”

鲍勃继续说道：“我们已爬到了很高的地方。我认为距离谷底约两千英尺。虽然我的身体状况很好，但爬山开始让我感到疲惫，我的呼吸变得更加困难。天气越来越冷，风也越来越大。我开始怀疑我是否应该选择不同的方向。我到达了一个很深的裂缝，必须跳过它才能到达另一边的岩石。我挥动著连接在攀岩绳上的抓钩，试图抓住深渊另一边的花岗岩凸起。我成功了！”

“这时我听到马克斯的尖叫声，他滑倒了。我转过身来告诉他别动。天啊，他正在坠落！我们之间的系绳让他几乎把我从山上拉了下来。谢天谢地，在他滑倒之前，我的登山斧已经深深地嵌入冰中。我现在能做的就是先稳住自己。我看到马克斯悬在空中，从绑在我腰上的绳子的一端向这边摆动，然后又向那边摆动。我一只手紧紧抓住斧头的把柄，然后用另一只手抓住绳子，试图把他转到朝向山的一面。这用尽了我所有的力气。其他同伴现在也看到了发生的事情，他们大叫著让我将马克斯拉起来，但是我根本做不到，这是由于我所处的位置和我只抓住斧头的把柄。而马克斯每扭动一下，我就能感觉到绳子从我手中滑落一些。”

“尽管天气很冷，但我却全身冒汗。我的手臂肌肉在燃烧，而将马克斯转过来并没有成功。我的朋友们还在高喊著让我将他拉起来，但我实在没有力量做到。但是我不能放弃，否则马克斯就会死。马克斯试图自己上来，并请求我也做些什么帮助他，但我唯一能做的就是握住斧柄并祈祷其他人尽

快赶来，帮助我们。”

“我的手臂变得非常虚弱，我坚持不了太长时间了。为什么这个愚蠢的混蛋不注意？我早已警告过他必须听从我的指令，但他没有。看看结果发生了什么？我意识到其他人根本不可能及时赶来拯救我们，现在我或者割断绑缚我们的绳索活下去，或者和他一起死。此时每秒钟对我而言都异常艰难。我明白如果我要活下去，就无法拯救马克斯。”

在回忆到这里时，鲍勃沉默了很长时间。然后，他继续讲到：“我让绳子伸展开来，这样我就腾出了一只手，可以斩断绳索。天呐，我怎么能这样做？他是我打小以来最好的朋友。（啜泣）这该死的绳子非常结实，很难割断。马克斯可以看到我在做什么，他乞求我停下来。他的脸上充满了恐惧和难以置信。其他朋友也高喊著让我停下来，但我不得不做。我有意忽视他们的呼喊，也避免与马克斯对视。因为或者他完蛋，或者我们一起完蛋。终于我割断了绳索！我活下来了！我看著马克斯快速坠落，耳边是他的尖叫声。他很快消失在我的视线中，随后是一片死寂，但他的尖叫声一直回荡在我的大脑中。”

鲍勃深吸了一口气，在啜泣了一阵后又继续道：“弗兰茨朝我大喊，让我扔根绳子给他，他离我只有几码远。我可以感到全身都在颤抖，我已经精疲力尽。我们开始下山，我们成功了。”

“在山下，我们找到了马克斯残破的尸体，周围有一些陌生人。我感到很糟糕，这都是我的错！本该死的是我，而不是马克斯。我感到非常内疚。”

Jameison 博士于是让鲍勃看看这一世马克斯是否转生成了他身边的某一个人。鲍勃于是发现马克斯在这一世同样是他最好的朋友，只是他并不喜欢跳伞。在知晓马克斯转生的情况后，鲍勃摆脱了对好友去世的自责和悔恨。他也明白了今生之所以屡次冒险跳伞，是在做一种无意识的努力，他想把自己置于好友的立场上，感受他坠落死亡时的恐惧，以某种方式弥补他未能拯救朋友的过失。而他狂热的健身也是为了使自己更加强壮，在他的潜意识中，认为如果他更加强壮，那天他就可以救下好友。

催眠后，鲍勃感觉好多了。几个月后，他在给博士的电话中说，尽管他现在仍然去跳伞，但他现在已经有足够的时间拉开绳子。在跳伞后他也没有了以前的恐惧，也不再恐高。显然，通过催眠了解了原因后的鲍勃，尤其是在知道好友也回到了自己的身边后，一切都释然了。

生命的轮回就是这样奇妙！