



初讀《我在，生生世世》

● 劉煥玲*

2020年7月24_26日在木柵星喬莊園第一次參加生命奇蹟的課程，感謝同事的推薦。我認真專注聆聽吳至青老師講人生目的實踐，從構成的「我在」去認識「我」及尹翎的生命奇蹟。認識許多資深學員，下課及休息時間聆聽很多她們自身生命的轉變！我也特別再跟為我們準備咖啡茶水熱心服務的尹翎親和，初次見面想多了解她為何有這麼大的生命翻轉。很感恩能認識至青老師及創源之光亞洲推展中心提升身心靈能量的美好團體。

之後，葛瑞絲的書「叩問生死－探索人生目的地」出版，我也讀了她出院兩年多來的心路歷程，及個人成長經驗。至青老師在新書《我在 生生世世》書中第一章撰寫〈緣起〉：很詳細介紹因造訪當時在癌末病房的葛瑞絲的三小時的一席話，點亮她沉寂的意念體心燈，向死而生，放下執著提升靈性的能量。最重要的是「你達到當初投胎為人的人生目的了嗎？」

至青老師《我在 生生世世》書中，提出人生三大目的：提升自己的振動頻率、提升他人的振動頻率、提升世界的振動頻率。所有的一切，從自己開始、從與自己最親近的人開始。而實踐人生目的的三大元素：智慧、慈悲、情緒管理。

因著 Grace 的開始學習《中陰救度》及《人生目的》的課程，至青老師整合成《向死而生》適應「人類」葛瑞絲及其他聽眾的要求而講課。隨著葛瑞絲

出院後發展的「超感能力」和「通靈能力」，她看到很多「非人類」來聆聽至青老

* 劉煥玲，南台科技大學通識教育中心社會科學組助理教授。

師的課，出現最多的是托特大師！也促成至青老師應「非人類」的要求而寫書！

印象很深刻的是：至青老師首先「恭喜」葛瑞絲她就要「死」了！

接著向她解釋為什麼「死」是一件值得恭喜的事？因為在醫生宣告死亡之後約 20 分鐘，人將會見到自己四個身體之中最美麗高貴的一個，至青老師稱祂為「自性本體」。如果你有能力認得出祂並緊緊跟隨祂，那麼恭喜，祂可以讓你從人類所在的第三維度馬上跳躍到高階維度(至少第五以上的維度)，這在佛教徒稱之為「即身成佛」，基督宗教則稱為「永生」——永遠與上帝在一起。

其次為葛瑞絲講解「時空隧道」，至青老師說，許多人在回溯瀕死體驗（Near-Death Experience）時，都會提到經過一個漆黑的隧道，之後會見到許多「明光」。在光之中，你可能會見到家族裡的親人或是你生前所信仰的神，比如耶穌、阿彌陀佛、真主阿拉……，其實，那個「光」很可能就是在你意識中乍現的「自性本體」，如果你認不出祂，祂將瞬間消失。可惜的是，對大多數人來說，「光」根本就沒出現過，因為多數人生前從來不知道有「光」，死後怎麼可能認出？如果你有幸認出祂來，請緊緊跟隨，並想辦法融入祂，與祂合而為一，就可以揚升到更高維度，那時就可以「還我本來面目」了。

至青老師將人生目標「還我本來面目」提出，引起葛瑞絲一夜輾轉思考，該要如何做？我想也是引導我們該要如何做？

我個人對於書中〈超越之道：愛，無條件〉深覺是我需要做的功課，至青老師提到「揚升」說：從第三維度揚升到第四維度都必具備某種程度上的「無條件的愛」，當無條件的愛純度越高，「人」所能去到的維度也越高。希望日後在老師的課程裡我能學會自我療癒，早日看到自性本體通透明亮！



附錄：

- 1 吳至青，《我在 生生世世》，商周出版，出版日期: 2021-01-23
2. [\(44\) 20210314 至青老師我在生生世世新書講座 - YouTube](#)