

南華大學  
生死學系研究所

碩士論文

命理諮商（算命、改名）與前世催眠  
對身心靈療癒影響之初探

An exploration of Numerology Consulting (Fortunetelling, Name-Changing)  
and Past-Life Hypnosis on the influence of Body, Mind and Soul Healing

研究生：楊采蓁  
指導教授：何長珠 博士

中華民國 九十九年六月



## 謝 誌

人生的旅途中，會經歷許多不同的階段，每個階段都有其主要的意義，當初選擇來到南華生死所的殿堂繼續進修，是為了使自己在助人工作上能更紮實，並能進一步探研究生死的奧秘。時光匆匆流逝，二年的研究生涯將告一段落，在南華學習的日子，不僅提昇自己的生命層次，更豐富了我的內在心靈。然而寫論文的一連串挑戰，也讓我變得更堅強，更圓融！過程雖然辛苦波折，在完成的那一刻，卻是一種無可言喻的高峰經驗，代表這一切的努力都是值得的。

人生何其有幸，可以在遠離塵囂的美麗校園裡，聽取師長們的生命智慧。研究的歷程中，要感謝的人無法一一道盡，也因為有你們讓我的人生更豐富。能夠完成這本論文，首先要感謝的是我的指導教授——何長珠教授，她在心理學與靈性上的專業成就，總是會提供一些獨到的見解，常給我許多新的刺激與思考，讓我的論文逐漸趨於完整，更重要的是，她讓我可以極盡所能的發揮自己的興趣與專長，並在研究議題上，給予我許多協助與鞭策。

衷心感謝口試委員輔仁大學宗教學系鄭志明教授，以及本所蔡昌雄教授，對我的論文主題與內容提出精闢見解與指教，不僅豐富論文的內容，更讓我拓展新的視野！此外蔡昌雄教授在靈性成長的道路上也給了我相當多的啟發，還有慧開師父有著淵博的學識，出家人的慈悲與學者治學的風範，讓人由衷敬佩！感謝所內各具特色的老師們，蔡明昌所長、游金潏老師、李燕蕙老師…認真的教學態度，從你們身上讓我學習到人有無限的可能！

當然我要感謝參與本論文的研究個案們，沒有你們真誠的分享精彩的生命故事，就不會有此論文的呈現。還要感謝美雲學姊、秀美同學和美鈔姊，在關鍵時刻及時伸出援手，幫助我渡過每一關。還有何老師家族的眾姐妹們：賓鈞、秀惠、品仔、玉婷、事娥、月珠姊、文淑，還有曉惠，每當論文一修再修，幾乎覺得要撐不下去時，有妳們一路上適時的加油打氣，不離不棄，讓總是自己埋頭苦幹的我，也能感受到妳們的陪伴與支持。

還有最要感謝的是我的父母，沒有往生父親大起大落的人生，我不會來唸生死所，沒有母親一路上無條件的支持與鼓勵，不會有此論文的順利誕生，再者我還要感謝我的弟弟，他是我的專屬電腦工程師，感謝他一路上擺平我所有與電腦相關的問題，是一位非常重要的幕後功臣。

最後感謝所有的因緣，有形的無形的力量，也要感謝自己，這麼努力地活著！

楊采蓁 於 2010 夏

## 摘要

本研究首度嘗試將中國傳統的算命術與姓名學，結合西方精神醫學中所使用的前世催眠療法，運用在助人實務工作上的一項初探性研究。主旨在探討個案透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後對其身心靈療癒之影響，以及求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係對本綜合助人模式之影響。研究者採用質性研究之立意取樣，藉由算命與催眠場域的長期田野觀察，選擇曾經經歷命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗各二次以上者為對象，且至少經過三個月以上時間驗證，採回溯性深度訪談法，蒐集十一位受訪者的文本資料。然後，依身（身體疾病）、心（個性思想、感情與婚姻、親子與人際關係、事業金錢、自信心價值感）、靈魂與靈性（往生親人溝通、未來藍圖、宗教與靈修）三大層面進行綜合主題分析。

研究結果發現，命理諮商（算命、改名）與前世催眠的求助經驗對大多數個案的身心靈療癒，確實有明顯的正向影響。以下就整體研究分為兩大方向提出結論。

壹、命理諮商（算命、改名）與前世催眠對身、心、靈療癒之影響：

- 一、身體層面上，算命只能顯示身體健康較弱的部份，無法直接提供治療，但是對個案確有提醒注意的作用。透過前世回溯催眠可找到病灶根源，釋放掉細胞記憶後，症狀大部分可獲得改善。改名則可從個性與人際關係的轉變，進而改善身體健康。
- 二、心理層面上，算命卜卦在意識上能幫助個案指引方向，趨吉避凶，使其知其然。前世催眠在潛意識中改變個案原先的認知判斷，幫助個案了因釋懷，甘願放下，使其知其所以然。研究文本證據顯示，前世與今生在人（身體、個性、習性、感情與人際關係）、事（事件與過程、事業）、物（金錢）的各項資料上，均有相關之處。改名是強烈自我正向暗示，對於改變個性、人際關係，與提升自信心、增加財運，均有明顯的影響，是三種方法中影響最快速的改運方法。

三、靈魂與靈性層面上，催眠進入元神宮可幫助調整身心各方面運勢，也可幫助處理嬰靈，與往生親人溝通，其功效類似悲傷輔導。算命與催眠預測未來藍圖，可增強自信心，對未來增加希望。透過催眠可開啓靈性活動，算命與催眠皆可幫助找到人生功課或使命。綜合助人模式之經驗，才足以完整涵蓋所有身心靈療癒的問題，也才有最大幫助。

貳、求助者與助人工作者的諮商療癒關係在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式中之影響：

一、本研究求助者九成是女性，求助原因以心和靈的問題居多。其大多因感情婚姻問題來求助，其次是親子人際關係和預測未來。求助者特徵大多是不認命、會主動求助、對未來沒有安全感、自信心不足、和運勢背、遇大瓶頸者。

二、個案期待命理、催眠助人工作者可協助達成解決問題、了因釋懷、知命造命、自信未來、圓滿功課等目標。命理、催眠師要有足夠的專業知識與能力，擁有良好品格與正向積極的概念，並可扮演多重角色來助人，而且在過程中不斷給予正面的暗示，以協助當事人增加自信。

三、個案對此綜合助人模式的認同，以及對命理、催眠師的信任程度，是助人工作成功與否的重要關鍵。

根據研究結果，為未來研究提出具體建議，以提供相關助人工作者，未來輔導諮商時之參考。

**關鍵字：**命理諮商、算命、改名、前世催眠、身心靈療癒、諮商關係

## ABSTRACT

This is an exploratory study which first attempt to combine the traditional Chinese fortune-telling technique and the study of name with the past-life hypnotherapy used in Western Psychiatry, using in a practical work of helping others. The study is aim to explore the influences on body, mind and soul healing of the cases by passing through the integrated helping model of numerology counseling (fortunetelling, name-changing) and past-life hypnosis experiences, as well as the influences of the counseling healing relationship between help seekers and helping workers of numerology and hypnosis on this integrated helping model. By a long-term observation on fortune-telling and hypnosis fields, the researcher applied purposeful sampling of a qualitative study, selecting people who had experienced two or more numerology counseling (fortunetelling, name-changing) and past-life hypnosis experiences as the objects, at least after more than three months for the time-tested, adopting the retrospective in-depth interview to collect the contextual data from 11 respondents. Then, according to three dimensions of body (physical illness), mind (personality and thought, feelings and marriage, parent-child and interpersonal relationships, career and money, self-confidence and self-worth), as well as soul and spirituality (communication with dead family members, blueprint for the future, religion and spirituality), the synthetic theme analysis was carried out.

The findings of this study show that the assistance experiences of numerology counseling (fortunetelling, name-changing) and past-life hypnosis for most cases on body, mind and soul healing have an obvious positive influence. According to the overall study, the conclusions are made divided into two major parts as following.

I. Numerology consulting (fortunetelling, name-changing) and past-life hypnosis on the influence of body, mind and soul healing:

1. In the physical aspect, fortunetelling only shows the weak part of the health, unable to provide treatment directly, but plays the role of drawing attention for the cases. Root lesions could be found through past-life hypnosis, most of the symptoms could be improved after releasing the cell memory off.
2. In the mental aspect, fortunetelling and divination could help guide the direction for the cases on the consciousness, stay out of trouble, and know what they are. Past-life hypnosis could change the original cognitive judgments of the cases in the subconscious, help them understand the causes and release their mind, will to put down, and know why they are. Research evidences from the text show that both past and present life are relevant about all the information on person (body, personality, habits, feelings and relationships), things (events and processes, business), and property (money). Name-changing is a strong positive self-implied, having a significant impact about the change in personality, interpersonal relationships, as well as improving self-confidence, increasing wealth, that is the fastest affect of the three methods on changing fortune.

3. In the soul and spiritual aspect, hypnosis into the soul palace could help adjust the fortune about all aspects of body, mind and soul, also could assist in dealing with the infant spirits, communicate with dead family members, its effectiveness is similar to grief counseling. To predict the future by fortunetelling and hypnosis could enhance self-confidence, and increase hope for the future. The spiritual activities could be opened through hypnosis, both fortune-telling and hypnosis could help find the life lesson or mission. The experiences in the integrated helping model could enough to cover the full body, mind and soul healing for all problems, and have the greatest help, too.

II. The influences of the counseling healing relationship between help seekers and helping workers on the integrated helping model of numerology counseling (fortunetelling, name-changing) and past-life hypnosis:

1. 90% of the help seekers in this study were female, reasons for seeking help were the problem of mind and soul mostly. They came for help most because of their feelings problems, parent-child relationships and predicting the future were the next. The characteristics of the help seekers mostly were not to accept fate, to take the initiative in seeking help, with insecurity about the future, lacking self-confidence, and with bad fortune as well as encountering a dilemma.

2. The cases expect that the helping workers of numerology and hypnosis could help to achieve the goals such as solving the problems, understanding the causes and releasing their mind, realizing the fate and creating a new life, with self-confidence to the future, and completing the life lesson.

3. The agreement with the integrated helping model as well as the trust with fortunetellers and hypnotists by the cases are the key to success of the helping work.

Based on the findings, we provide some concrete suggestions for future research in order to provide the reference for relevant helping workers in the future as counseling.

**Keywords:** numerology counseling, fortunetelling, name-changing, past-life hypnosis, body mind and soul healing, counseling relationship

# 目 錄

## 第一章 緒論

第一節 研究緣起、問題背景與動機	01
第二節 研究目的與問題	10
第三節 名詞界定	11

## 第二章 文獻探討

第一節 命理諮商相關文獻探討	13
第二節 姓名學相關文獻探討	38
第三節 前世催眠相關文獻探討	55
第四節 身心靈療癒相關文獻探討	102
第五節 諮商關係相關文獻探討	121

## 第三章 研究設計

第一節 研究方法	131
第二節 研究概念架構	134
第三節 研究對象	137
第四節 研究工具	139
第五節 資料整理與分析	142
第六節 研究步驟與流程	144
第七節 研究倫理	146
第八節 研究限制	147

## 第四章 研究結果與分析

第一節 個案求助時身心靈狀況摘要與求助原因	149
第二節 命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗後對身心靈療癒的影響	159
第三節 綜合整理與分析	185
第四節 求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係	243

## 第五章 結論與建議

第一節 結論	267
第二節 研究建議	273

## 參考文獻

中文部份	275
中文譯書	285
英文部份	287
網路資料	289

## 附錄

附件一 訪談同意書	290
附件二 半結構式訪談大綱	291
附件三 催眠基本資料調查表	292
附件四 催眠前商談紀錄表	293
附件五 催眠紀錄表	294
附件六 綜合訪談紀錄表	295
附件七 求助前後身心靈狀況自評表	296
附件八 姓名吉凶鑑定	297
附件九 F小姐第一次訪談逐字稿	298
附件十 F小姐第二次訪談逐字稿	309

## 表目錄

表 2-2-1：主客體彼此關係及其特性·····	46
表 2-2-2：生肖天地人論斷·····	48
表 2-2-3：五行代表圖·····	52
表2-4-1：認識自我的四個層面·····	106
表2-4-2：器官和身體部位的心理意義·····	109
表2-5-1：Corey諮商理論總整理·····	127
表 3-2-1：資料分析架構表·····	136
表 3-3-1：研究個案基本資料分析表·····	138
表 4-2-1：個案 A 求助前後身心靈狀況自評表·····	160
表 4-2-2：個案 B 求助前後身心靈狀況自評表·····	162
表 4-2-3：個案 C 求助前後身心靈狀況自評表·····	164
表 4-2-4：個案 D 求助前後身心靈狀況自評表·····	166
表 4-2-5：個案 E 求助前後身心靈狀況自評表·····	168
表 4-2-6：個案 F 求助前後身心靈狀況自評表·····	170
表 4-2-7：個案 G 求助前後身心靈狀況自評表·····	172
表 4-2-8：個案 H 求助前後身心靈狀況自評表·····	174
表 4-2-9：個案 I 求助前後身心靈狀況自評表·····	176
表 4-2-10：個案 J 求助前後身心靈狀況自評表·····	179
表 4-2-11：個案 K 求助前後身心靈狀況自評表·····	181

## 圖目錄

圖 2-2-1：姓名學學派源流圖·····	39
圖 2-2-2：姓名五格格局圖·····	43
圖 2-2-3：生肖姓名學結構解析圖－單姓·····	47
圖 2-2-4：生肖姓名學結構解析圖－複姓·····	47
圖 2-2-5：文字與生肖之互動關係·····	49
圖 2-4-1：自我結構分析圖·····	105
圖2-4-2：身心靈相互影響圖·····	108
圖 2-4-3：世界能量圖·····	112
圖 3-2-1：綜合助人模式概念形成圖·····	134
圖 3-2-2：研究架構圖·····	135
圖 3-6-1：研究流程圖·····	145

# 第一章 緒論

## 第一節 研究緣起、問題背景與動機

人從一出生就進入一連串的學習、挑戰，然後不斷地適應與成熟的歷程，在個人成長的過程中，總會發生許多不可預期的事件。有些事的发生我們有足夠的能力因應解決；有些事件我們卻無能為力、束手無策，因而常常處於疲憊、壓力，甚至導致身、心、靈失序無法合一，各種症狀隨之接踵而來。我為何要來這人世間走這一遭？這些事為什麼要發生在我身上？為什麼我要承受這麼多的痛苦？生命歷程就像是一連串的問題與答案的交織，而我們就在問題與答案間企圖尋找個人存在的意義與價值。正如同釋慧開（2008）曾說：「人生的意義在於不斷地、深入地探索人生的意義。」

生命的本質不會自然顯現，通常是藉由生命事件來呈現，才會讓人感受到它的存在與威力。這些意義生成的事件來自人世間的悲歡離合，來自人類切身的體驗。所謂『八苦』就是生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、五蘊熾盛。當一個人處在生命的逆境裡，會回到自己內心世界的一種自我的對話與觀察，對自己、對所處的環境、對宇宙的存在，都有一定的假設與判斷，當生存處境與心靈受到非常現象的威脅時，本能地會具探究問題事件背後隱含的原因，尋求可解決的方法以維持身心靈的和諧與療癒之，並從未知中解脫。

余德慧（2006）從人文學領域來界定「受苦」（suffering），不僅在於生理疼痛，各種精神、心靈的困厄亦屬之，乃至於社會性的受苦（social suffering），如被歧視、文化弱勢、遭遇坎坷、橫遭劫難皆是；而所謂療遇（encountering healing）就是，人們相遇就有可能觸發關懷，療傷止痛的過程就會發生，故曰：「遇而療之」。因此，該應用什麼樣的方式緩解各種受苦的折磨，增進療癒的可能性，是療癒師或助人工作者應努力探尋的方向。

## 壹、研究緣起

### 一、從個人算命經驗談起

研究者出生在一個公務員的家庭，有傳統的民間信仰，三歲時父親由教職轉戰商場，一路順遂。在研究者十三、十四歲時，母親又相繼生了小妹和小弟，爲了取名字，找了算命師命名，但都不甚滿意，因母親會與研究者討論商量，於是開始研究姓名學，並了解姓名中數理、格局與五行的關係後，竟然在國二時，第一次爲自己改名。從此研究者發現，自己的個性竟然大爲轉變，由原本的不知天高地厚，變得比較保守沉穩且任勞任怨，不知不覺地總是變成他人傾訴與商談的對象。

上大學時，因爲好奇，會和好友去拜拜或算命問姻緣。但得到的答案都是姻緣較薄或是晚婚爲宜。於是在課餘閒暇時，研究者開始自修研習易經與紫微斗數，試著想從中了解人生的秘密。而由於研究者解命盤的功力約可命中七八成（大學時N=200人，到現在N>3000人），於是朋友們只要有任何大小事都會跑來詢問。但這些都僅止於好玩與做參考而已，當真正遇到要抉擇的大事時還是會花錢找專業的命理師去算。

後來，研究者也和很多台大畢業生一樣，選擇出國留學。大學畢業後先在私立中學與YMCA教一年書，就到美國明尼蘇達大學攻讀課程與教學系統碩士，希望將來設計很多有趣的電腦教學軟體來輔助英語教學。出國後原本打算繼續攻讀教育心理博士班，不料，得知父親身體不適，已經患有兩次小中風，於是拿到碩士學位後立刻回國。回國後，沒做好市場調查就馬上投資開了最先進的兒童電腦教學補習班。不料曲高和寡，招生不易，只撐了三個多月就血本無歸，負債了兩百萬。這是研究者人生中第一個大挫敗。

此時，父親的事業也亮起了紅燈，巧遇東南亞金融風暴，好幾千萬的投資付諸流水，

導致公司周轉不靈而結束營業，母親也因而提早退休得以陪伴父親，而研究者的補習班出師不利，更是雪上加霜。因此研究者在新的傳銷市場上積極努力，想要在最短時間內再爬起來，就像打不死的蟑螂一樣，愈挫愈勇。很快的，當上了化粧品公司專業美容講師暨業務督導，公司給了我們最完備的在職訓練，讓我們可以去幫助那些缺乏自信或需要賺錢的女人，一起努力工作以達成目標。在這個職場中，讓研究者有機會接觸到社會各個階層存在各種不同問題的女人，真是家家有本難念的經，看到她們對生活的無力感與對生命無奈的抱怨，有時似乎再多的關心與激勵也沒有用。

正當研究者的傳銷事業漸有起色時，不料，父親於 1997 年因腦幹中風後就臥病在床，頭兩三年病情反覆不定，經常進出急診室，除了探尋名醫之外，研究者幾乎全省宮廟走透透，也曾請了三位風水老師來家中調整佈局，花了大錢但卻沒有起色。一氣之下，決定自己拜師學藝，往命理風水的領域找答案。從父親的八字和斗數的命盤中，老師很準確地可推斷出他那一年開始賺錢，那一年開始賠錢，也推斷出他會有中風的危機，而且家中的陽宅風水也是造成病情反覆的原因。於是，與母親商量後，決定搬家。說也奇怪，2000 年搬家後父親的病情居然就穩定下來，從此不再掛急診了。而研究者也在命理研究方面更有心得，於是正式開館掛牌，往更深奧的五術玄學知識繼續鑽研，並為徘徊在人生十字路口的人們指點迷津。

在幫人算命服務的過程中，研究者發現，大多數人的人生經歷與命盤所顯示的幾乎八九不離十，除了一些極少數的修行行善的人以外。雖然從命盤資料中即可解讀出許多訊息並給予適當的建議，但是，算命並不能改命，因為並非所有個案都會遵從命理師的建議行事。有時已經提醒個案要小心血光意外，卻還是躲不過命運的安排！有時建議個案，不要投資某個生意案以防官非，個案不採信仍去投資了，於是難逃牢獄之災，還把身邊的親友給連累了！有時看到個案十分努力工作想闖出一片天，但是時運不濟反而慘賠連連的案例層出不窮！到底該如何幫助芸芸眾生扭轉命運呢？

## 二、第二次改名的經驗

還好政府在 2001 年開放第二次改名的機會，研究者在綜合各派姓名學的菁華後，自創一套全方位姓名學，配合個案本身的八字結構加以命名，並先以自己做為實驗案例試用新名字，於 2002 年正式第二次改名。改名後發現自己似乎更有自信來為人解惑，也更能掌控自己的未來。同時也發現，有接受建議改名的個案（到現在  $N > 1200$  人）的回問率降低了，還主動口耳相傳介紹親友來改名！

根據研究者的經驗發現，改名和其他改運的方法（例如改陰陽宅風水、買開運商品、或是辦法會超渡等等）比起來，算是最經濟實惠又快速有效的方法，因為姓名是直接與本身磁場相結合，除非改了名卻完全沒有人叫新名字，又沒有改身分證，否則大約在一至三個月內或多或少都會有所改變，尤其是在個性上與人際關係上的轉變。當然，建議在正式改身分證前，最好先試叫新名字一個月看看，看是否各方面皆有所改善，以免將來又後悔。

## 三、研究者學習催眠的經驗

2004 年初，研究者再一次決定舉家搬遷到台中，經由朋友介紹開始學習催眠，透過催眠技巧與練習，徹底顛覆了很多長久以來自以為是的想法與觀念，透過潛意識資料庫的接通與探索，靈魂竟可以自由地穿越時空，回溯到前世。這大大改變研究者對此生許多人、事、物過於執著的看法，同時，對宇宙的奧秘、生死的玄機、前世對此生的影響、死後靈魂往哪裡去、以及宗教神蹟的超自然現象等領域也都非常值得探索。取得催眠師執照後，開始陸續幫朋友與顧客做前世回溯催眠，並加以記錄。六年多來已累積不少個案( $N > 300$ )經驗（大部份是一對一進行），發現大部分個案的前世經驗與今生息息相關。例如：前世自殺死的人，今生也會有自殺的傾向或行爲；前世有修行的人，今生也會有宗教信仰或修行；前世孤獨的人，今生也會選擇單身；前世抽鴉片的人，今生也

會有吸毒的行爲；前世心臟病死的人，今生也會有心臟方面的疾病等等。這種可怕的慣性到底是誰主宰的？基本緣由爲何？是佛教所說的『業』嗎？有什麼方法可打破此慣性呢？

人生在世，有生必有死，探索人生的意義在哪裡？前世、今生與來生因爲靈魂的存在而連結起來。今生雖是一個全新的肉體，但他的靈魂卻有許多的前世，所以新肉體的命運，想必與他累世的所作所爲有密切的關係，因爲，凡走過必留下痕跡。藉由自我意識的覺醒與前世輪迴議題的探討，可以幫助我們探知這一世的目的與課題。知道自己過去的人，並且充分了解自己今生潛能的人，才能明白如何把握現在，創造不平凡的將來。

## 貳、問題背景與重要性

福、祿、榮、壽人所嚮往；艱、難、危、困人所趨避；飢、寒、貧、苦人所難忍。趨利避害之心，是人群本能的反應，人皆有之（于希賢，1999）。當一般人在陷入人生困境時（例如癌症、意外、天災、破產、喪親等等），或面臨抉擇苦惱的時候（例如感情婚姻、家庭、人際關係、事業學業、投資理財等等），絕大多數的人們會向外求救。可能會向親友詢問意見，也有人會藉由宗教信仰而得到靈感或解脫（例如禱告或是拜拜、抽籤、問神），當然也可能尋求專家的建議（例如醫師、心理師、老師…等等）；然而找算命師或通靈人（靈媒）解惑的人亦不在少數，尤其是在東方人的社會。在台灣，把算命當成自我探索之旅者亦大有人在。無論是中國的八字、紫微斗數、姓名學、卜卦等，或是西洋的星座、塔羅牌、占星術等，不論是透過面對面諮詢或是透過網路途徑解答，大多數的人們都曾有過算命的經驗，因爲人們總是對自己的命運感到好奇，即使是十分鐵齒或不相信的人。

「算命」存在我們的文化當中已有好幾千的歷史，即使歷經社會變遷的影響，術數

的使用仍是一項流行的大眾文化（引自蔡翊植，2004）。根據報紙所做的調查，年輕者算過命的人比例很高，二十歲至三十四歲人士中有百分之四十五點八，將近五成（社論，1987）；不少人在遇到感情或事業上的困厄時，曾經求神問卜，不管是不是經常算，大概每兩人就有一位試過以算命解決問題（蘇蘅，1991）；高達百分之五十以上的受訪者部分相信或完全相信算命（周怡倫，1993）；上班族在諸事不順時，常會求助於非科學的力量，根據 9999 汎亞人力銀行的調查，59%的上班族相信風水之說，家裡有依照風水排方位、擺設的有36%；在運氣不好時，有57%會去廟裡拜拜，而諸事不順時，有55%會想找通靈、算命老師處理（楊欣怡，2004）；根據「台中市婦女權益調查報告」顯示：有7成4以上的婦女，在面對問題無法解決時，會尋求命理師的幫助（馮惠宜，2006）。由此可見，縱使在科技進步、醫療發達、教育大量普及與網路資訊爆發的現代，熱衷算命的族群始終絡繹不絕，其中更不乏有社經地位高、學識學歷高、和分散在各行各業的佼佼者！

但是在研究者的服務經驗中也發現到某些不算命的人，可能不是因為他不想算命或不相信算命，而是因為他的生辰資料不正確或不知道，才沒辦法算的。這樣的話，他本身的姓名將變成是此人非常重要的算命資料之一。有趣的是，往往你是什麼樣的命格，你就會被取了什麼樣的名字，經由姓名學的理論加以綜合分析，似乎還是可以大概看出你此生的運勢與人生重點。

為何單單由出生的時辰所排出來的八字或斗數，就可以被命理師推算出此人一生的命運呢？難道人的一身，在投胎出生的那一刻就早已被註定了一切？然而又是由誰決定，我要在這個時刻出生在這個家庭，當這個媽媽的小孩呢？常聽到人家說：「小孩子不是來討債就是來報恩的」、「不是冤家不聚頭」、「夫妻都是相欠債的」等說法，就把一切不順的關係或事情，都以前世的冤親債主或業障深重，作為此生應該受苦的理由。似乎在冥冥之中有股力量，在推動著我們向前邁進，沒經歷過風吹雨打的人，是無法體會箇中滋味的。於是，生死的奧秘與精髓，又好像跟輪迴與業力有所相關。

前世是否真的存在？人是否有來生？這些都是許久以來人們心中的好奇與疑惑！然而無論前世或是來生，目前還無法完全用科學方式所證明，以致於眾說紛紜，仍然是信者恆信的議題，就算你能親身經歷且願意分享經驗，卻仍可能被視為怪力亂神或精神異常！

自古以來，就有前世今生之說。如印度教在『奧義書』時期，業論與輪迴說已經興起，所謂『善（業）有善報，惡（業）有惡報』。而佛教也有『六道輪迴』說；在古希臘時代的斯多葛學派也有個人輪迴的說法。西藏活佛達賴喇嘛即是輪迴轉世的代表人物，藏傳佛教更有一套系統方法得以尋找轉世靈童。到近二、三十年在全世界各地談論前世相關話題的書籍陸續出版，顯示對前世、轉世、輪迴等議題感到好奇的人們，有逐漸增加的趨勢！回顧稍前 Brian L. Weiss <前世今生> 一書（2002c），在全世界掀起一股研讀風潮，台灣一度反應熱絡，此現象意謂著人類對生與死終極問題的關注及輪迴觀念的接受性。依據蓋洛普（Gallup poll）在 1979 年所做的調查，英國成年人相信「某種形式輪迴」者，竟然高達百分之二十八以上，在其他國家也有類似的數據（Alison Morgan, 1999）。在 1990 年蓋洛普（Gallup poll）調查美國人相信輪迴的有百分之二十一，到了 1994 年相信輪迴的進升到百分之二十七（Kibler Karen Elizabeth, 1996）。這些數據反應出社會大眾對生死輪迴的接受性。但學術研究議題卻未觸及社會真實面貌，使得民眾知的需求與學術研究隔著一道鴻溝，讓人感到遺憾。（釋永有、張玉燕，2003）

透過催眠的回溯療法，可得知你的前世。雖然有關前世是否存在尚難被科學所證實，但此療法卻已逐漸流行，是一種最有效的心靈治療的方法之一。而在歐美等先進國家，催眠早就已經廣泛的應用在精神醫學與心理輔導諮詢當中，透過潛意識接觸與過去接軌，找尋靈魂的故鄉。目前催眠的前世回溯療法是西方學者所樂於沿用的，認為使用這樣的方法來獲得的資料可信程度高，被人們認為是正統、常規的方法，是主流的。而且這是當事人透過催眠師的催眠引導，自己親身進入潛意識探索，相對的準確性也較高，因為這是當事者本身的親身體驗。基於此，本研究決定使用前世回溯催眠，來探索

個人出生之前的種種經驗和早已被遺忘的事件，透過催眠在潛意識下喚起記憶，甚至可以預覽未來，以修正此生的人生藍圖與發展方向。

### 參、研究動機

人生中所遇到的各種課題，皆屬於身心靈療癒的範疇，因此西方世界自一九六〇年代起開始興起一股跨越宗教藩籬，融合東西哲思，取經自現代醫學、心理學的新時代浪潮，例如奧修、花精、禪修、氣功煉丹、能量與光…各式各樣的靈修方法，在短短幾年內如雨後春筍般紛紛出籠。許多人趨之若鶩，甚至不惜一擲千金，為的就是要求得心靈的成長與療癒，期待在焦慮的生活中，獲得片刻安慰與寧靜。由於身心靈各方面會相互影響，因此現代所謂的健康，已經由過去單純的身體健康，進而到身心都健康，再發展到身心靈整合的全方位整體健康（何權峰，2002）。

國內外許多研究（余德慧，1985；羅正心，1993；劉焜輝，1999；陳勝英，2001、2006、2007；釋永有、張玉燕，2005；黃奇卿，2006；李惠卿，2006；正見編輯組，2007；Brian L. Weiss, 2002abc；Helen Wambach, 1991；Michael Newton, 2003；Milton H. Erikson, Sidney Rosen, 2005等）顯示，命理諮詢與前世催眠可說是目前除了心理諮詢與社工支援以外經常被採用來助人的另外兩大體系。由於研究者本身是執業的命理師兼催眠師，運用命理知識與催眠技術來幫助人們解答目前的人生困惑，進而幫助人們知命、運命、造命是研究者此生的職志。然而影響人一生的因素實在太多，舉凡生辰八字、姓名、陰陽宅風水、讀書與教育、行善積德、宗教信仰、社會文化、經濟大環境等，甚至還有嬰靈、祖先靈或外靈的問題，實在無法一一詳盡，畢竟每個人都是獨一無二的，每個人的人生功課也都不同。在面對人生中各種困難與挑戰時，有些人透過命理諮詢即可解答他的疑惑；有些人則在前世催眠中找到原因而釋懷；但也有些人遭遇的問題較複雜棘手，必須雙管齊下才行。因此，如何用最快速有效的方式幫助求助者，一直是研究者不斷思索與探究的問題。

根據研究者過去為人服務的經驗中發現，算命中的先天命盤資料的確是一個可助人瞭解自我潛能與人生運勢發展的好方法，在西方也有不少心理諮商師會結合個案的星座命盤分析性向的方式給予建議。但是算命並不能改命，除非你願意配合自己命盤顯示的優劣情況加以趨吉避凶，如此就可以改善現況提升運勢，否則個人命盤也只不過是一張紙和一些資料而已。但是，對於極少部分連自己出身時辰都不知道或不確定的人們，又該如何幫助他們呢？此時，研究者認為除了手面體相以外，個案的姓名資料就是一項重要的參考依據。雖然姓名一般是出生以後才命名的，屬於後天的資料，但是從姓名學觀點而言，姓名磁場仍然對人生各個面向產生極大的影響。透過姓名的改變，在身心問題與人際關係上似乎也能達到改善的效果。但是不論是命理諮商的算命或是姓名學，也僅限於對今生瞭解的部份。然而，催眠的前世療法可以透過潛意識資料庫的接通與探索，打破今生的限制，自由地穿梭時空，無論個案在催眠狀態中的經歷是否真實，對個案本身在身心靈療癒勢必有一定程度的後暗示影響。

身心靈是整體的且無法全然分割開來的，人生問題亦是相互影響且環環相扣的。為使求助者能得到最完整的探索與協助，也基於研究者本身所學有限，本研究選擇運用盛行於中國傳統命理五術中的命（八字、斗數）、相（陽宅）、卜（卜卦）與姓名學，並結合流行於西方精神醫學中所使用的前世催眠療法，互相交錯搭配進行運作之一套中西合璧的助人模式，以幫助這些芸芸眾生們能更瞭解自己、認識生命、以及瞭解自己與他人的相互關係、此生真正的功課與使命，並能在面對人生困境時尋求解決之道，以及自我身心靈療癒與成長。研究者的假設是：透過命理可以推算今生，透過催眠能夠探索前世與未來，再透過改名重新改造自我，這是助人解答人生困惑並且幫助其身心靈療癒的另類助人模式。

## 第二節、研究目的與問題

### 壹、研究目的

本研究旨在探討個案透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對其身心靈療癒之影響，主要目的在瞭解：

- 一、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人身體療癒之影響。
- 二、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人心理療癒（例如感情婚姻、人際關係、事業學業、投資理財、自信心價值感等等）之影響。
- 三、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人靈魂（例如與往生親人溝通、未來藍圖）與靈性（例如人生使命、宗教靈修）療癒之影響。
- 四、求助者與助人工作者的諮商療癒關係，在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式中之影響。

### 貳、研究問題：

本研究探討個案透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對其身心靈療癒之影響，研究問題包括：

- 一、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人身體療癒之影響為何？
- 二、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人心理療癒（例如感情婚姻、人際關係、事業學業、投資理財、自信心價值感等等）之影響為何？
- 三、命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後，對當事人靈魂（例如與往生親人溝通、未來藍圖）與靈性（例如人生使命、宗教靈修）療癒之影響為何？
- 四、求助者與助人工作者的諮商療癒關係，在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式中之影響為何？

## 第三節、名詞界定

### 壹、命理諮商－算命

鄭志明（1999）將民俗醫療分成五大類，神算與命理療法也在包含其中。鄭志明（1996）認為神算與命理療法，是綜合了民俗生活中的各種生存的經驗智慧，轉化成根深蒂固的思想體系與行為模式，是與民間信仰處在同一個生態環境之中，有著共通的觀念系統與詮釋體系。余德慧（1985）指出在我國社會裡存在一股以本土民俗為基礎的助人輔導體系，例如：算命、乩童問卜、道士等民俗輔導。因此，藉以各種命術系統知識所進行的「解命釋運」的行為，在華人民俗文化中皆稱作是算命（命理諮商），以中國傳統陰陽五行的相生相剋原則為其命理述論的邏輯，並給予行為上的具體建議；在民間，「算命」一直扮演另類心理諮商的角色為人紓困解答（李惠卿，2006）。

基於研究者本身的能力有限、學有專長，因此，本研究的算命演繹工具是以中國傳統的命理五術「山、醫、命、相、卜」系統中的八字、紫微斗數、姓名學、易經卜卦、陽宅風水為主，至於醫術、祝由、通靈，及西洋系統的占星術（星座、塔羅牌、血型）等算命方式的影響並不在本研究的研究範圍之內，並強調須與命理師有直接面對面互動對談的行為。

### 貳、命理諮商－改名

改變個案原有的中文姓名，根據研究者綜合各派菁華所創的「全方位姓名學」的原理，換成另一個不同的中文姓名。研究者認為不可只用單一派別來論斷，必須將影響姓名學吉凶的因素（包括數理筆畫吉凶、格局生剋、字形、字音與字義的選取、配合八字以補五行之不足等）皆納入命名原則，才能達到身體健康、關係合諧、感情如意、事業順利、財富提升、運勢亨通等全方位的改善效果。此「全方位姓名學」的理論，請詳見第二章第二節中介紹。

### 叁、前世催眠

「催眠」是一種把人的精神活動由意識狀態帶進潛意識狀態的過程（陳勝英，

2007)；運用適當的暗示與放鬆技巧(徐鼎銘, 2004)，它只是一種集中注意力的狀態，進入到潛意識而達到治療的目的(Brian L. Weiss, 2008)。「回溯療法」是藉著催眠、冥想、逼真的做夢經驗等等方法(張玉燕, 2003)，讓心靈回到更早期時代裡，不論那個時代，其目的是尋找病患今生負面影響的記憶(Brian L. Weiss, 2008)，回溯過去的事件，試圖找出病因或問題的前因後果，而予以治療(釋永有、張玉燕, 2005)。

「前世回溯催眠」則是應用催眠的技巧，讓患者集中精神，在潛意識下，回憶起更早期生活經驗(釋永有、張玉燕, 2005)，甚至喚起前世經驗中「原始創傷」根源與今世病因做連接，透過新的認知過程，而達到療效(張玉燕, 2003)。本研究的前世催眠經驗，即是個案自行經由催眠治療師誘導至自然放鬆狀態下進行之後的結果。

#### **肆、身心靈療癒**

人體是由身心靈三大元素組合而成(王復蘇, 2002)。身就是身體(身體疾病)；心就是心智(個性思想、感情與婚姻、人際關係、事業金錢、自信心價值感)；靈代表靈性(宗教與靈修、人生使命)、靈魂(與往生親人溝通、前世輪迴、未來藍圖)。療癒就是讓我們恢復成完整的一體(黛比·夏比洛著, 邱溫譯, 2002)。療癒是釋放掉或除去那些致使我們和完美的宇宙分離的阻礙或干擾。身心靈療癒就是把一些症狀、疾病、虛弱和其他顯著的障礙減輕，進而使有正常的功能(艾力克·波爾醫師著, 黃愛淑譯, 2009)，更進一步認識自己，重新組合分離對立、壓抑的部分，尋求完整的自我(黛比·夏比洛著, 邱溫譯, 2002)。

#### **伍、諮商關係**

諮商關係是一種專業的助人關係(林家興、王麗文, 2003)。所謂的諮商關係是指諮商師以同理、一致、真誠、關愛與支持的態度，讓當事人覺得被了解、重視、關心，因而信任諮商員，願意開放經驗，與諮商員一起探索問題(陳金定, 2001)，諮商師能與當事人建立良好的諮商關係，將有助於當事人的開放與改變(Corey, 2005)。本研究所指的諮商關係是指命理師或催眠師與當事人之間的助人關係，而關係是命理師或催眠師與當事人之間的互動，包括透過論命、諮詢晤談、催眠等方式互動。

## 第二章 文獻探討

### 第一節 命理諮商相關文獻探討

#### 壹、命運的意涵

命運的存在是不可否認的，同時「它」也是無法掌握的，自古以來，東西方的聖賢哲人，提出各種人生觀來教人如何安身立命，許多成人的戲劇與文學作品也都以表現如何被命運所捉弄為主題。人自然不甘心被命運捉弄，於是尋求各種可以預知「命運」或「解讀」命運的方法，好讓自己能未卜先知，以趨吉避凶，算命之學於是而起（施寄青、陳燁，1997）。因此，研究者認為，人生就是一連串不斷解密與抉擇的過程，算命的目的在知命，知命的目的在造命。

#### 一、何謂命運？

一般人常將先天的「命」與後天的「運」，合稱「命運」。所謂先天的「命」是指八字的命造結構，後天的「運」則指吉凶禍福而言。命和運，可以說是一體的兩面，互相牽動的微妙關係。李亦園（1987）認為：「命」是註定的，人一生下來，八字就固定，「運」是不定的，必須隨著個人生命的發展與公時配合的是否和諧來決定「運」的好壞。中國人「命」與「運」的終極理想，都是在追求人與自然，人與人之間的和諧。「命運」在中國文化體系中一直是引人注目與關懷的課題，在理論與技術上極為豐富與多樣，顯示人們相當熱衷於自身生命的存有探尋，追究人在天地間的對應地位（鄭志明，2004）。

在中國文獻裏，早在書經、詩經等即已記載著「命」的思想，從宗教信仰的天命，轉向於天之降命與人之受命，開啓了人修德以求永命的思想傳統。唐君毅在《中國哲學原論導論篇》有〈原命〉上中下等三篇，上篇為〈先秦天命思想之發展〉，從詩經、書經、左傳等文獻中的命觀，到孔子的知命、墨子的非命、孟子的立命、莊子的安命順命、老子的復命、荀子的制命、易傳中庸禮運樂記的至命、俟命、本命、降命等義理的探討。中篇為〈秦漢魏晉天命思想之發展〉，談五德終始說的帝王受命，董仲舒天人感應說的人

之受命，漢儒的受命、遭命與隨命等三命說，王充的自然之命，列子的力命，郭象的即遇言命，佛家的業識言命與范縝的不信因果所決定之命。下篇為〈宋以後天命思想之發展〉，談周濂溪的即性言命，張橫渠的變化氣質以立命，二程子的窮理盡性即至命，朱子的合理氣以言命，陸象山王陽明的即心言命，王船山的無定命，戴東元焦循阮元的重命。以上三篇建構出「命」的思想史，顯示出中國命觀的多元性（引自鄭志明，2004）。

但是到底是什麼影響了命運？命運能不能改？命運又如何改變呢？曾文正公說：「一命、二運、三風水、四積陰功、五讀書」。王明溪稱它們是五條線索可通往「福人、福氣、福地、福德、福慧」五福人生的不二法門（王明溪，2006）。楊士毅（1996）透過算命理論去論述，認為影響人生的七大要素為：（一）命；（二）運；（三）風水；（四）讀書及教育；（五）陰德；（六）姓名；（七）社會的命運。「命」是個人的生命磁場，時空一定位，那這一生的吉凶、禍福、窮通、壽夭、便八九不離十了。老子曾說：「禍兮福所倚，福兮禍所伏。」其實命運好與壞，都不是固定不變的，任何事物的幸運和厄運，總是在不斷地發展和變化中，而且可以互相轉化。命運介於精神領域與世俗領域之間，夾雜著不少意識形態的衝突，對於命運的內涵有不同的認知，陳寧（1996）將前人的觀點分成四類：一、命運可預知亦可改變；二、道德定命論；三、命運不可知不可改變；四、命運可預知而不可改變。

張永雋（1993）認為，在人有定命的觀念下，自然氣命、社會條件、家庭組合等對於人的影響，便成為人對於命的首要掌握之道。而欲瞭解一個人的命如何，就是去瞭解他的這些不同條件的組合如何；這樣的一種命理觀點，的確包含某種經驗科學的理由，環境影響生長的條件，生長的條件影響性格的養成，性格的養成影響生命的態度，生命的態度影響人生的開展；而一個人的命是好是壞，便從這重重相關的影響性中生出並判定。因此，所謂的定命觀，在某一程度中說，是有其一定的效力的，並非純粹的無稽之談。

人雖然有各種先天條件與後天條件的不同組合，而形成其生命型態的不同表現，但這些條件對於個人究竟會造成什麼具體的影響，而這些限制是否會對個人造成一輩子的

影響，或者，是否可從這些條件限制中看出人的一生命運之必然走向，這些疑問是更令人感興趣的。如果能對這種命運與人之間神秘的關連有一定程度的掌握，即可以瞭解人一生發展與開拓的大方向所在，甚至對於生活週遭的吉凶禍福得以預知，而可作趨吉避凶之選擇。要理解常人的這種自然態度，便必須從對命運之「運」的分析入手。運是運行、運轉、流行的意思，也就是氣運、氣數，而命運是可以因為後天的努力而加以改變的。這種可以改變的命之運行、運轉，也就是氣運或氣數的走向問題。而在中國哲學思考當中，關於「氣」理論的探討，就是氣運與氣數之說的理論依據（張永雋，1993）。

在一場談論「中國人的命與運」（1987）的座談會中，眾學者的觀點經研究者整理如下：李亦園認為在中國人的觀念裏，命是註定的，但運則是可變的，而且可借著人爲的操作來加以改變，例如「蓋運」的方法；王邦雄則認為：天生註定就是命，因緣際會即是運。命無好壞，氣運決定一生；了解先天的命，掌握後天的緣。命要知它、緣要定它；「知命的人有善緣」，知道自己先天限制的人，該會知道後天該走那條路，所以才有善緣；喬健則認為現在是民主時代，一切都不定，變化極大，所以對命的觀念愈來愈淡，但對運的期待卻反而愈來愈強。大家試圖拋開命的束縛、追求好運，以便改變現有的情況；葉光輝覺得現代人改運的情形愈來愈多，可能與個人對社會的現狀不滿，而期待有所改變的心態有關；楊國樞也說：「一旦社會變遷的現象，超出一般人所能理解的範圍，很可能造成個人穩定性減低，而製造危險的冒險性增加。所以，一般人都會找人算命、預測未來、進而改運，避開一切對自己不利的可能性。」（張老師月刊，1987/11）

余德慧總結命與運，認為命是時間流轉中穩定的核心，而運則是變動的核心，這是中國人最常應用到有關命與運的認知法則。但是，中國人對於命與運的認知觀點，似乎比較使用投射性的方法，甚至把命與運交給鬼神，以冥冥不可知的因素來解答生命的疑惑，進而引領生命發展的途徑。有這套認知系統後，中國人漸漸興起改運的念頭及歸因法則。改運是利用操做的方法，企圖改變原本不和諧的人生；至於歸因法則，具有非常有力的負責功能，重點在於保護當事者面對失敗的窘境；凡是歸給命運，因為其中自有定數（張老師月刊，1987）。

## 二、對命運的各種觀點

從生物學的觀點，「遺傳」就是命，是先天的，它影響了我們的智力、性格、健康、氣質；環境是後天的，必須以個人的努力去改造；從心理學的觀點，算命也是心理輔導治療的一種，多少具有精神保健的效用，的確，算命活動能把一個人導向達觀；易學的觀點中國人通過易經來預估「命」的吉凶，告訴我們生命存在是怎樣的世界，找到組成宇宙自然的八種基本現象，透過八卦的交互疊合，成為六十四卦，所產生的感應、變化、成長；從歷史學的觀點個人的命運與歷史或族群的命運息息相關，所謂「時勢造英雄，英雄造時勢」，「時也，命也。」歷史上有無數的天災與戰爭，斷喪無數的生命，這種天災人禍，是個人無法掌控的，可以說是歷史與族群的共同命運；文化的觀點中大多數中國人每逢遇到困難時，就求神拜佛問祖先，因為中國人有兩種理想模式：避凶就吉是行為的選擇方式，逢凶化吉則是希望改變命運；哲學的觀點人天生有命，是因為我們的形軀是有限定的。人的有限性，一來是人逃離不了病痛老死，其次是性向有所偏，再次是才智有高低。算命就是在避開自己的有限性，尋求一條適合自己性向才情的路（王邦雄1987）；以及現代勞工階層講「定命」（認命）（呂祝義，1995）；現代中上階層講「創命」（造命）（張永雋，1993）。對多數的中上階層來說，「命」的意義就是一連串「選擇」的結果，而提供有能力選擇的主要因素，則是財力、才力與機緣（余德慧1994）；對於未知的前途，抱持著可控制的「努力」信念，與不可控制的「機運」信念，只是二者比重不同而已，這也正是中國人命運觀的整合（余德慧1994）；轉「命運」為「運命」，就是用我們的生命主體來運轉這個命，用創造力來扭轉我們的命運。

命與運，命重在生命的限定，運重在機會的偶然。人生有命有運，我們不能總是聽天由命，被命牽著走，而應該扭轉、運轉我們的命，才是較積極的態度。與其悲嘆自己的命運，不如迎戰人生厄運，做自己命運之舟的舵手。知命的人，生命才有依託。中國人由「知命」而消極的「宿命」「認命」「定命」「安命」，進而較積極的「非命」「制命」「立命」「運命」「創命」，都深具意義，都能啓示我們體悟並支持生命的內在力量。命雖定，但運可轉。與其抱持著認命或等待好運的消極心態，不如主動爭取相生相

成的機運，理性的開創自己的未來。

所謂的「命運學」是用來改變命運，使人擺脫「宿命論」的挾制。當一個人在深入瞭解自己的命與運及本身資源的特色之後，在旺運採取攻勢，在衰運改採守勢，避免有限的資源做無謂的犧牲浪費，事先掌握禍福可能發生的徵兆與軌跡，然後再運用個人的意志力，加以事先預防操控。藉助算命術的推演，可以事先知道命運，預測事情發展的吉凶動向，進而能掌握變化、防範於未然。知命探命，就是了解一個人先天與生俱來的命與運。所謂知命之後進一步的掌握自己的命運，將有限的生命做最有效的發揮、引導、激發其潛在的資源，則其所爆發的力量是累進而無窮的。一個人要是能夠洞悉自己命中潛在資源的特性，不管先天命的好壞，只要確認命中天生俱來的資源的角色，進而掌握一生運勢的脈絡起伏（李惠卿，2006）。

自古至今，人們之所以走入命理的領域，其實還是出自於對命運的陌生，無形中把命理當作是一種掌握命運的方式。中國命理它的應用基礎是「象數派」的命運預測方法；它的理論基礎是反映大自然和人類社會以及思維變化規律的太極、八卦和五行思想。命運的預測推演是根據陰陽五行與天干地支的對應關係，映射出天、地、人三位一體的人生命理運行基礎，在「十月懷胎」先天之數和「呱呱墜地」後天定數之間的那一個基本點上，就決定了特定時空的人生命理格局和運行軌跡，再結合時空的流變，便能夠驗證和預測命運的富貴貧賤和好惡得失（李惠卿，2006）。

## 貳、算命的意義

何謂算命？根據辭海的解釋為：「一者為術數家推算他人未來的命運；二者為星命家以人生時所值年、月、日、時干支，推其一生之運命。」然而由於術數家使用的方法，而有不同的認定，以下就各家之說法，逐一探討如下：

算命術自春秋戰國時期便已興起，屬於中國傳統的術數（五術）之一，「術數」一詞中的「數」字似乎含有了計算的意思，例如所謂掐指一算，因此這個「算」是有玄學基礎的。「術數」是什麼？「術」指的是方法、技術；「數」指的是宇宙及人事的生滅

發展規則，也可以說是氣數或命運。因此，術數即是以各種方法或技術推測個人或國家的氣數與命運（瞿海源，1999）。。

在傳統上，有人將術數分爲三類，即預測術、長生術和雜術。預測術有各種占卜術，如古時的骨卜、甲卜、蓍卜、筮筮、星占、解夢，以及後來的杯筊卜、金錢卜、靈鳥卜、測字、卦影、圓光、相命、擇日、堪輿等。長生術則外丹功、內丹功、氣功養生、服食、辟穀、房中術等。雜術包括佛教的密語、道教的符籙和咒語、巫蠱等。很顯然「術數」一詞在中文裡就是涵蓋所有占卜、命理、擇日、風水、解夢、符咒、巫術等等現象的總稱，甚至廣到可以包括養生、氣功、禪坐乃至中醫等，也可以意指我們常聽到的求神問卜（瞿海源，1999）。

羅正心（1997）認爲中國的算命理論豐富，方術多端，抵以氣論命。此一論命基礎出於《易》學，奠基於漢的陰陽思想。它更藉著陰陽五行學說，建立了一個複雜細緻的術數的架構，滋生今天所謂的「五術」：山、醫、命、卜、相。林庚凡（2009）認爲「五術」是古代先哲從《易經》中衍生出來的認識世界、適應世界、改變自我命運的思想和方法，由唐代流傳下來，被廣泛運用於社會生活各方面，包括山、醫、命、相、卜。其定義如下：“山”是指修養和鍛煉身心之術（包括食療養生、築基禪坐、老莊玄典、拳法武術氣功、符咒法術等方法）；“醫”就是醫術，治療疾病的方法以保持健康（利用方劑、針灸、靈治等方術）；“命”是以人出生的時間和陰陽五行爲理論基礎，透過推理命運的方式來瞭解人生，以窮達自然法則，進而趨吉避凶、改善人命之術（包括四柱、八字、紫微斗數、鐵板神數等）；“相”是指觀察人、事、地、物等形象，研究人類命運的方法，揭示人與世界的關係（一般包括“印相、名相、人相、家相、墓相（風水）”等）；“卜”是指卜卦或占卜之術以探尋事物的發展規律（源於易經八卦，它包括六爻、六壬、梅花易數占卜、奇門遁甲選吉、太乙神數測局等）（林庚凡，2009）。

施寄青（1997）認爲在中國，有關算命的學問統稱爲「五術」，亦即山、醫、命、相、卜；至於西方則有占星的理論與技術，注重分析個性及感情取向。王蕙雯（2002）認爲：對於過去與不可知的未來，以中國傳統「五術」，即山、醫、命、相、卜，包括

占卜、龜卦、錢卦、米卦、測字、姓名學、八字推命、紫微斗數、手相、面相、摸骨、通靈、風水、及西方占星術等方法，對人的命運做預測與推斷的行為統稱為算命。

周雪惠（1989）則定義算命為，利用人的生辰八字或面相、掌紋來推知過去未來，斷定個人命運吉凶的方式。瞿海源（1993）列出十項行為：算命、安太歲、改運、看風水、找乩童醫病、收驚、安胎神、牽亡、抽籤、進香。廖翊君（1997）依據自身的採訪及經驗，將國內的算命分為十大類，計有紫微斗數、八字、卜卦、堪輿、姓名學、相學、擇日、占星、綜合論命，以及難以歸類的風格算命，其中以紫微斗數、八字、卜卦及堪輿佔多數，這大致反應出國內算命師常用的方式。

由於中醫醫術早已自成體系，雖與若干術數有一定的關係和淵源，但應該可以不列入為術數（瞿海源，1999）。目前許多學者在研究術數時，已將醫屏除，只以山、卜、命、相來討論（丁鏞，1982；余德慧，1987；李亦園，1987；柯雲路，1994；李惠卿，2006）。

李惠卿（2006）則認為舉凡皆可運用推演命運的工具皆可稱為「命運的預知術」，並將算命方式匯整並分為以下六大類：

- （一）傳統五術（命）：如八字論命、紫微斗數、鐵板神數等，藉以個人生辰、季節、時空關係，佐以陰陽五行生剋制化推算出個人的命格與運勢走向變化。
- （二）傳統五術（相）：人相（手相、面相、骨相、體相、動相、髮相）、名相（姓名學）、印相、墓相（陰宅）、宅相（家宅）、堪輿（風水）、氣相、神相。
- （三）傳統五術（卜）：卜有六壬、六爻神卦（米卦、龜卦、籤卦）、梅花易術、奇門遁甲、太乙神術、鳥獸占、占夢等。
- （四）傳統五術（山）：加強心身為主的術法，其含概靈修、符咒、巫術。
- （五）民俗系統：廟宇抽籤、乩童、收驚、擇日、通靈、觀落陰、進香改運、安太歲。
- （六）西方系統：占星學、塔羅牌、血型算命。

時至今日，命理學更引進世界各地不同的算命種類。新舊學理、技術，交相的借用、分裂、衍變，使得本來在傳統中就派別眾多的命理界，更為繁雜氾濫。現今流傳於坊間的算命術多達五十餘種，包括占卜、四柱論命、姓名判斷、九星術、天文術、手相、人相、墨色判斷等（林淑堯，2001），坊間還增加了西方的占星術、塔羅牌、生命靈數等，為傳統的算命術更添現代色彩（施玲玲，2007）。此外，研究者建議可在李惠卿（2006）匯整的系統中，在傳統五術（相）中加上名片學、指紋學；在傳統五術（卜）中加上樹葉占、測字學；在傳統五術（山）中加上食療養生、氣功、長生學（人電學）、禪坐、拳法武術；在民俗系統中加上誦經抄經、普渡法會；在西方系統中加上撲克牌、水晶球、生命靈數、靈性彩油占卜等。

雖然算命種類如此繁雜眾多，基於研究者本身的能力有限、學有專長，因此，本研究的算命演繹工具是以中國傳統的命理哲學系統（例如：八字、紫微斗數、姓名學、易經卜卦、陽宅風水）為主，至於西洋系統的占星術（星座、塔羅牌、血型）算命的影響並不在本研究的研究範圍之內，並強調須與算命師有直接面對面互動對談的行為。

### 參、算命的起源與發展

「命學」應是中國文化的特有現象與內容，數術是流傳於民間的神秘文化系統，命理民俗諮商乃具有文化的特殊性格與社會變遷的聯結，它是由文化與社會所建構成（李惠卿，2006）。「算命」是屬於人類生存需求的精神文化，有著複雜的社會歷史與生活型態的演變過程，其中包含著各種不同時代的國民性格、知識認知、哲學思想、宗教信仰與思維能力等諸種因素的複合結構，形成了一種沿襲已久且極為普遍性的人類文化現象（鄭志明，1997）。

儘管術數範圍如此之廣、種類如此之多，但性質上卻不外選擇與預測。當人們猶豫不決、心存疑問而無法作選擇的時候，便卜筮以助選擇，當人們對未來命運無法預料與掌握時則求諸八字推命等。但無論選擇或預測，其終極目的則在趨吉避凶。由於人類始終會遭遇到選擇的困境，也有預知未來的需求，而且在吉凶、福禍、壽夭、貴賤、富貧

之間總是希望多獲得吉福壽貴富，而避免凶禍夭賤貧。而術數主要就是針對此一問題提供各種解決的基本理論與方法。

最早的算命占卜可推算至甲骨文字，最早的卜辭即在甲骨文中出現。根據文獻記載，在伏羲、黃帝時代，占卜就已經廣泛流行了（林庚凡，2009）。中國上古時代特別是在殷商時代，巫祝為傳達人神訊息重要的媒介，甲骨占卜則成為其主要的工具（王蕙雯，2002）。因此，人類之有術數行為可能最遲始於新石器時代，至殷周已盛行卜與筮，自此以後至二十世紀的今天仍然盛行不衰，因此術數歷史可謂源遠流長。它的影響上自帝王將相，下至販夫走卒，每一個人自出生命名，至死後選擇時辰下葬、看風水等，影響層面可謂既廣且深。

經由張明喜（1991）和梁湘潤（1998）史籍考證，中國命理學和相人術最早的紀錄可以追溯至公元前七世紀春秋之時，當時相人術首先興起於貴族階級。到了戰國時期關於看相的紀錄逐漸增多，相命的風氣已從貴族階層蔓延到民間，初步形成一種民俗，當時的人已有一些看相與形相、心性凶吉關聯的概念（張明喜，1991）。

「算命學」名詞的成立起源於戰國中期，鬼谷子便是其中最具代表，此人也就是史書《十八史略》中所述的人物之一，他集過去算命思想之大成，把龐大理論加以整體與之系統化（李惠卿，2006）。算命理論的重要依據，皆奠定於兩漢。西漢初年，董仲舒提出「天人感應說」後，將儒家的天命思想轉向宿命論。之後，這種宿命思想逐漸深入人心，而東漢的大思想家王充則在《論衡》中表現了宿命思想（施寄青、陳燁，1997）。王充認為人的生死壽夭、富貴貧賤都是命定的，並沒有一個意志之天，能對人類的現世努力予以符合某一標準的判定。而且，一個人的命運如何，也沒有辦法透過人的才智德行予以必然的保證（張永雋，1993）。

另外，算命術的重要理論依據「陰陽五行說」，在兩漢時期也逐漸成形。五行象徵宇宙構成的五元素：金、木、水、火、土，陰陽五行就是宇宙運行的準則。無論自然或個體皆是依照陰陽五行運行運作，所以只要能推之一個人的五行，就能知曉這個人的

一生（陳美蘭，1998）。例如王充在《論衡》中提出五行算命的根據，以為生肖相剋和夫妻相剋，都是命中注定；例如「天生萬物，以萬物含五行之氣，五行之氣相賊害。」（施寄青、陳燁，1997）。

中國人對空間觀念是綜合陰陽、五行、八卦，具體表現為「風水」。晉郭璞《葬經》云：「氣乘風則散，界水則止。古人聚之使不散，行之使有止，故謂之風水。」風水從字面上來理解，「風」是流動著的空氣；「水」是大地的血脈、萬物生長的依靠。有風、有水的地方就有生命和生氣，萬物就能生長，人群就能生活。風水是以《易經》為其理論基礎的，使人和周圍的生活環境、氣候、天象、動植物、地形等達到協和、共進、互助的關係。從而達到「天人合一」、「天人相助」而「致中和，天地位焉，萬物育焉」的境地（于希賢，1999）。傳統的風水可分為陰風水與陽風水，陰風水指墳墓風水，陽風水指外風水(住宅、城堡的風水)以及內風水(室內設計的風水)。風水一開始是擬用空間的相互配合，促進人與自然以及人與人關係的和諧，但是日後卻變的十分神秘，如同巫術（陳美蘭，1998）。

風水又稱「堪輿」。西漢司馬遷《史記》中已有「堪輿家」的專有名詞。《漢書·藝文志》中也有《堪輿金匱》的書目。在中國古代的文意裡，「堪」是天道、高處；「輿」是地道、低處。「堪輿」是指研究天道、地道之間，特別是地形高下之間的學問（于希賢，1999）。至於風水的發展，自黃帝時代，至商朝時，在甲骨文中已有大量關於建築的蔔辭，當時已運用於皇宮建築之上。至東漢時已有「相墓」（陰宅風水）這個行業。相傳魏晉南北朝時，晉朝的郭璞寫了一本《葬經》，將歷代以來的「相地」、「相墓」、「相宅」的知識都納入此書，一律稱為風水；自此陰宅、陽宅都稱為看風水。不過有人考據《葬經》並非郭璞所寫，因為內容和文筆皆奇差，而郭璞是博學之人；所以可能是偽拖(施寄青、陳燁，1997)。

到了唐代，看相、算命的習俗較為普遍廣泛，也較具有鮮明的時代特徵，當時的人已經開始關切自己的命相，而看相、算命的內容又是預卜科舉和仕途（張明喜，1991）。至唐代中葉，李虛中根據一個人的出生年、月、日的天干地支推斷一個人一生的吉凶禍

福，經過五代宋初的徐東海（子平）更進一步發展，加上「時」的因素，完成了「四柱推命術」，又稱「子平之術」（施寄青、陳燁，1997）。四柱指個人出生的年、月、日、時，每一柱再配合以天干，形成八字（施寄青、陳燁，1997）。這只是八字推命術的原型，宋朝以後，它由簡而繁，加入更多其他工具輔助論命；神煞、星宿、正格、變格、用神與調候，是日後八字推命術的進一步發展結果（陳美蘭，1998）。

唐代李淳風所著《天文志》裡有系統陳述天文現象與占星術之間的關係，借以觀天象變動以推人間之吉凶。蕭吉是最早把七政概念引入陰陽五行論，五行生剋與七政四餘所引述的北斗七星實為「紫微斗術占星」應用基本法則（鄭芷人，1998；李惠卿，2006）。相傳紫微斗數是五代末宋初著名道士陳搏（陳希夷）所創，主要分南北兩派。南派（三合派）重星曜之本質，以星曜架構為主體；北派（四化派）重星曜之化氣，以宮位架構為主體（林庚凡，2009）。紫微斗數的基本架構是以人出生的年、月、日、時確定十二宮的位置，構成命盤，結合各宮的星群組合，牽繫陰陽五行，來預測一個人的命運流程，吉凶禍福。

紫微斗數的根源經過考證的結果它應該是結合西方占星術與中國「天人感應說」、「陰陽五行說」的中西合璧算命術產物（施寄青，1997）。王溢嘉（1993）比照希臘及印度占星術與紫微斗數十二宮，發現斗數十二宮翻譯自占星術十二宮，兩者相當類似，只是有些宮位稍事調動一下。而施寄青與陳燁（1997）考證說，希臘占星術在西元二、三世紀時已傳至印度，而在唐朝貞元年間，西域康居國的李弼道術士，將印度占星術傳進中國，而紫微斗數傳說，是五代北宋以後才形成的，因此說它是「中西合璧」，確實有跡可考。不過紫微斗數成爲重要論命工具是在明末清初，它的流行一直不及八字。至七〇年代，它開始在香港和台灣興盛。

時至宋代，對於自然、宇宙、人生的看法，承續了兩漢以來有關星命之說的理論，並進一步探究「理」。以時辰和星象推命的命理之學，本源於陰陽五行動態的宇宙模式，注重的是人所生之時精微的氣數軌跡，這一理論正好與宋代理學的時代哲學氛圍吻合（凌坤楨，1993），因此，更促使了命學理論的深化。宋代以後，因元人入主中原，壓

迫漢人，一般人無形中有一股抑鬱之氣在胸，處此時代的背景下，人們自然希望命運的轉移，算命風氣更加盛行（張明喜，1991）。

明代是我國算命學理發展最鼎盛的時期，社會上各階層信命之風，可說是空前未見。自明代開國功臣宋濂撰《祿命辨》一文，闡述我國命理學的歷史淵源開始，於是有關命理學的著述，如雨後春筍的出現。重要的算命書，如劉伯溫所言主《滴天隨》、萬育吾所著《三命通會》、沈孝瞻所著《子平真詮》等皆為後人學習算命理論之圭臬（張正體，1993）。

到了清代，算命更是全民運動，不管富貴貧賤，不管男女老少，大多數人在無法取決人生大事時，都會找算命師來算一算（施寄青、陳燁，1997），即使是連紀曉嵐等知識份子也對算命深信不疑，章回小說中也常將算命列為情節內容（陳美蘭，1998）。民國成立以後的新貴、官僚政客及軍閥，亦多相信算命。民初社會動盪不安的時候，一般人莫不希望有所轉變，而有趨吉避凶的心理，是以算命的風氣更盛（王蕙雯，2002）。由歷史的發展可見，自唐宋以來的一千多年，算命一直是中國社會十分重要的傳統民俗活動（張正體，1993）。

近年來，在台灣、香港或東南亞華僑社會的中國人，對於看相、算命之風，較之以前任何時代，更加興盛，尤其是台港兩地，更有「人人愛算命，戶戶勤燒香」的境界（張正體，1993）。算命的發展與算命術自身的理論、運用的系統化與組織化，以及傳播媒體的投入有很大的關連（陳美蘭，1998）。台灣在解嚴後，由於第四台與地區電台的推波助瀾，算命更是大行其道，無論是誰，個人都可以在地下道、騎樓旁、廟口等處找到算命師的蹤跡（施寄青、陳燁，1997），其中又以紫微斗數為最流行；算命的訊息也出現在書籍、報紙、廣播、網路、手機、電視各式不同的大眾傳播媒體內。顯然在網路與媒體的推波助瀾下，算命的熱潮更加蓬勃發展。

總之，在中國命理範圍涵蓋了五術中的山、命、相、卜四大區域。就中國祿命學（算命學）而言體系雖繁多，理論之根據多以陰陽五行之說為依據，而又以天象與占星作為

重要之比擬，建構發展出一套具有學理化的命術系統，以作為後人應用之所依。命理學常用的「四柱八字推命術」、「星宗推命」、「紫微占星術」、「易卜」及「陰陽相宅」共同藉依在這陰陽五行思維架構下所衍生的。中國人從陰陽五行說的宇宙觀發展出天文運用的理路，以五行蘊化金木水火土五星的涵意。中國的天文星象與祿命法（俗稱算命）有其一套的聯結性，而觀天象以察人事，是占星術的基本假設（李惠卿，2006）。

#### 肆、近年國內算命的相關研究

人們身處在多元、多變的現代社會裡，發現還是有許多生存處境的問題無法由理性或科學來處理。在台灣由於在文化因素及國人心理求助型態，大眾仍偏好傳統民俗諮商體系，例如算命卜卦、廟宇問事、抽籤及風水地理等，命理術數行為活動一直以來就是民眾主要心理治療管道，除了幫忙民眾排解現實生活困頓情境以外，平衡現實的失落感與自身的心理挫折有很大的精神支持力。

「算命」包含許多複雜的社會、心理與文化傳統（羅正心，1993）。在社會的競爭之中，個人的成敗榮辱，如果無法從人事上尋求原因，也只好歸因於命運的蹇順了，此所以婚姻、財富、子女、職業總是算命生意之大宗。算命術不但提供了災厄、挫折、失敗、意外的解釋，並以過不在己、時來運轉安慰顧客，甚至以預知未來，指導客戶趨吉避凶（羅正心，1993）。

國內學者對算命論述的相關研究大多集中在社會學、文化人類學、心理輔導與行為科學等學科，以及零星的相關命術學理論證與檢測之實徵探究。以下就國內學者相關研究，依社會學、文化人類學和心理輔導三大類加以匯整說明。

##### 一、社會變遷與命理數術

社會學領域中，瞿海源（1988）主張以科學觀認識算命術數，他認為科學理性是現代社會認定了解事物表象的最適當途徑，像算命這種違背科學理性的認識方式就是不好的，就是迷信，它將對「社會文化品質的蛻變產生負面的影響」。而相反的，顧忠華（1997）強調科學知識有侷限性和不完美處，不可能成為生活中的唯一判準，也不適合規範不屬

科學理性的宗教範疇。訴求與反省科學觀，代表社會學者對算命現象的兩種認識方式。

文崇一（1988）曾在書中說明算命改運是中國人的行為模式之一，對現代台灣人的觀念與行為有很大的影響；根據各種關於算命流行的調查數據顯示，它或許是風行最久的中國傳統之一。施寄青說台灣社會的算命是「全民運動」（施寄青、陳燁，1997），事實上，上至權貴高官，下至市井小民，真是如此流行。在背景變項與參與算命的相關研究中，發現性別、年齡、職業、教育程度等變項，對算命行為的抑制效果並不有力（周雪惠，1989；李亦園，1992a；瞿海源，1997；黃淑珍，1996）。

瞿海源（1997）根據1985、1990、1995三次有關術數行為的調查資料顯示，關於算命的行為，很值得注意的事，不只有增加的趨勢，同時教育程度越高的去算命的就越多。瞿海源（1999）指出台灣地區民眾從事和算命有關的術數行為有愈來愈流行的趨勢，造成這個現象的原因有三：（一）當前社會大眾的深層意識長期被傳統的有關靈魂與術數的信仰所宰制與育化；（二）社會劇烈變遷但理性適應無法解決問題；（三）大眾傳媒為求商機與媒體明星結合大肆宣揚命理術數。瞿海源（1993）亦指出，命相與風水對於有較強不確定感的現代人會有說服力與吸引力，民眾從事術數的行為多半與政經局勢不確定有關。簡言之，瞿海源認為在社會變遷的過程中，理性態度與不確定感是影響民眾求助於命理數術與巫術的因素。郭貞（2004）在網路算命從業者的研究中也發現：五術產業會越加蓬勃興盛，因為社會變遷和時代潮流與命理五術的發展有相符之處，社會的動盪、經濟的蕭條，需要依賴命理五術協助解惑、指點迷津趨吉避凶。

台灣社會變遷，經濟型態調整，家庭結構多元改變，現代人腳步匆忙，不斷產生的許多生活問題有待人們迅速的解決、做決定。鄔昆如（1999）認為人類生活之所以需要「超越經驗」的東西，一是生活中真有無法預測的部份，不論人是如何精妙的策劃設計，都不免有令人失望的結局；二是在和自然環境發生衝突時，人類其實是處於一種無能為力的狀態；三是人類社會總是處於一種匱乏狀態。不確定、匱乏和無能為力是促成人類需要宗教、術數、儀式的原因，中國古代人類相信有一股更強大的力量是可以協助人類的，因此術數的儀式行為便發展成為傳統的民間信仰。

李惠卿（2006）認為算命風氣的蔓延最主要的原因約略有：（1）來自人類趨吉避凶的本能需求；（2）生存本質對未知的焦慮及生命次序的安定；（3）社會性的命運共同體，例如社會變遷、經濟因素及心理層次上的需求；（4）民族文化意識的深層心理結構與術數、命運的信仰；（5）則是命理術數乃有它一定的應驗率。命理術數文化的萬千解數，不僅能預示一個人的命運，還可以趨吉避凶，平衡人們傾斜浮躁的心理。

江衍狀（2008）研究結果發現，「八字學」對人格特質的預測及工作價值觀都有很高解釋量，對未來人格特質預測能力有其重要參考價值。對企業界在人格類別及甄選人才方面將具有深遠的影響。

在整個社會現代化中，算命不僅沒有被科學理性取代，且在台灣經歷第一次的政權輪替後，經濟蕭條、失業率持續攀升，人民普遍的不安定感，造成更多失業者尋求算命指點（王蕙雯，2002）。2004年 9999 泛亞人力銀行與科技紫微網所做的「2004上班族對命理及鬼神態度大調查」中發現，高達8成5的上班族相信算命，尤其在工作方面，41.92%受訪上班族表示、「非常相信」算命，43.81%表示「會做為參考」；即使完全不相信的算命的人也有高達91.43%的受訪者表示會去算命或看命理資訊；而最常採用的算命方式則以「紫微斗數」最多（五成），其次是「星座」（四成八），其後依序是「生肖」、「姓名學」、「手相面相」等（東森新聞報，2004）。財團法人董氏基金會2005年公布的全國調查結果則顯示，在受訪者中有44%自認為曾經情緒不穩，其中有高達51%的人會因而求助算命、卜卦等（郭貞，2005）。郭貞（2005）經由 6,088 位網友的線上問卷調查結果發現，網路算命最熱門的項目依序為感情、事業與桃花，而個人的刺激追求傾向、外控傾向、主觀幸福感與自尊心對網路算命行為有正向或負向的效應。上網算命的主要動機為：解決困境、增進瞭解、網路優勢與好奇好玩，前三者能助長網友對網路算命的滿意度與相信度；解決困境與增進瞭解還會增加上網頻次，並強化算命結果對行為之影響力。因好奇好玩而上算命網站者並不相信算命結果，行為也較不受其結果影響。

## 二、算命文化與民俗諮商助人體系

文化人類學者以探索命理術數的傳統意義與發展脈絡為主要重點，其中，李亦園（1988）以宗教觀談論算命的現代發展，他認為在缺乏倫理規範的指引下，算命只重生存功能會為社會帶來負面作用。董芳苑（1994）也認為命運天定思想對台灣社會生活是負面的。而鄭志明（1997）以文化、宗教學的視野來觀察命理術數的社會現象，以理解命理術數在人類生存的深層精神文化，對算命文化提供不同視野思維。鄭志明認為命理術數對目前快速變遷的現代社會有其它的價值與正面的功能，不能完全以科學理性的角度來抹煞人類生存需求的文化心理的意涵。

命運術在古老的傳統文化中也是一套解決問題、適應環境的共同生活方式（李亦園，1992b）。李亦園強調文化的影響力，他陳述追求命運的「逢凶化吉」，不但成為「文化系統中重要的法則，而且從哇哇墜地一開始就經由社會化的過程不斷傳遞給每一個人，因而深根固植於每一個人的下意識觀念中，每遇到問題就以這套觀念作為最先解答之道…」，因此個體遭遇不確定性時，很自然會先找尋傳統文化解決問題。也就是說，尋找算命術數與文化情感有關（引自陳美蘭，1998）。

文崇一（1988）以為中國人這種幾千年都改不了的命、運、八字、「風水」等想法，與社會文化結構有關。古代人類認為透過占卜工具與術數推演可以預知生命、事物的流動，因為預知則可以有所因應、以防範未然。中國人從殷、周、漢的求神問卜，到後來的佛、道、風水，都是在問吉凶禍福，加上儒家的天命思想結合佛家的因果輪迴說，這些因素共同形成現今的功利命運觀。

程玲玲（1978）提及文化因素會影響心理問題的主現方式，也影響人們對心理問題的歸因。李亦園（1992b）認為中國人的生活哲學源於「三層面和諧均衡觀」（即個人有機體、人際關係、自然關係的和諧與均衡），也就是說這三個原則是中國人的歸因方向。李亦園（1992b）指出表現「三層面和諧均衡觀」的小傳統活動，包括風水、八字、超自然信仰、食物與藥物的冷熱陰陽調和、祖先崇拜等，仍然為受試對象監守。對傳統

的堅持與台灣百分之八十的民眾都是民間信仰者，很有關連；因為民間信仰與日常生活是交織融合的，因此去算命、看風水也是日常生活的一部份（引自陳美蘭，1998）。所以生活出現問題，許多人會依照這三個原則衍生出來的觀念，進行歸因，求助於包括童乩、算命、風水、到廟裡求神問佛、看中醫等等的「本土化的醫療體系」（程玲玲，1978）。

在2003年董氏基金會作了一項「憂鬱程度與就醫習慣」調查顯示，44%的人表是自己常顯示在情緒不穩定的狀態。有趣的是，這些人群一但情緒困擾造成身心症，有超過50%是求助命理師、卜卦、改運等另類民俗療法。在中國五術運用於民俗醫療種類繁多如：乩童、扶乩、觀落陰、算命、風水、藥籤、收驚等。鄭志明（1999）認為「民俗諮商」是民俗醫療繼承了社會數千年來傳承下來的宇宙觀與生命觀，是長期生活實踐下的精神現象，是民眾在各種文化傳承下的心靈建構，在世代的積累中固定下來的思維定勢與行為模式。他將民俗醫療分成五大類，神算與命理療法也在包含其中。鄭志明（1999）認為神算與命理療法，是綜合了民俗生活中的各種生存的經驗智慧，轉化成根深蒂固的思想體系與行為模式，是與民間信仰處在同一個生態環境之中，有著共通的觀念系統與詮釋體系。因此，藉以各種命術系統知識所進行的「解命釋運」的行為，在華人民俗文化中皆稱作是算命（命理諮商）；在民間「算命」一直扮演另類心理諮商的角色位人紓困解答（李惠卿，2006）。在論命的言詮系統裡陰陽、五行類比似的運用，似乎也成為現代一種用來調改命運、補強運氣的命學改運術。陰陽五行的相生相剋原則深入中國人的思想，以論命術數諮商行為來說，其背後有其一套命理述論的邏輯，給予行為的具體建議（李惠卿，2006）。

余德慧（1985）從文化及心理層面的角度來審思命理術數的存在意涵，其中所含蘊國人求助行為的模式與心理療護，是一個重要關懷思維的課題。他指出在我國社會裡存在一股以本土民俗為基礎的助人輔導體系，例如：算命、乩童問卜、道士等民俗輔導。民俗諮商的算命行為非僅是人單純性的心理需求，它涉及人所處之文化傳統的基本觀念與態度，甚且，命理諮商乃具有文化的特殊性格與社會變遷的聯結性，它是由文化、社會所建構。余德慧（1985）以站在人本主體的視角，把文化結構當成背景體材，從詮釋

現象學切入事件現象的觀察，讓現象的脈絡回歸主體性，以此探索人本的深層心靈結構，也為文化心理學研究領域注入另一股新流。余安邦（2002）借以靈媒系統為觀察對象，從台灣民間社會的文化援助網絡，探討一種存在社會之中的文化療癒機制與社會援助網絡。

李惠卿（2006）研究發現，求問者會選擇以命理求問作為的求助與心理諮商的幾項成因約略是：1. 國人的心理就醫習慣與對心理諮詢的醫護體系認知不足；2. 想要有立即改善現實困境的速成功利心；3. 對身心疾命的歸因的認知態度；4. 對民俗另類諮商與靈驗的崇信；5. 個人命運觀、術數與民間信仰的影響。

瞿海源（1999）認為民間信仰的宗教情勢是術數流行重要的基礎，在台灣含混多元的民間信仰中，特殊的宗教信仰與宗教態度是支撐個人術數及巫數行為的重要力量。術數和巫術行為和宗教有著緊密的關係，但術數運用就其本質而言乃脫離不了神鬼汎靈、民間信仰與神秘感知的靈驗性（瞿海源，1993）。在民間的信仰認知中有些民眾認為，有些小孩子生下來就多病或殘廢，可能就與某些不好的業因有關（如過去生殺業太重）。有些人一生多病痛，醫治也好不了，也許就是過去世某些業障（內因）或因果（外因）所致。一個人內心的障礙（即業障）會導至生理或心理的疾病，佛教稱「業障病」。在台灣多元的民間信仰裡，佛教的三世因果、業力及報應觀對國人皆有極深的影響力。佛教講「三世因果」，所謂「三世」是指時間上的過去世、現在與未來世。佛教是反對宿命論或命定論的，但承認業報的存在。命運是自己過去世累積之善惡因與今生運作的共同結果，天生命好也許是過去多善業的果報，人一生的「命」主要決定於過去世所造各種業因。這由台灣民間信仰所發展的命運觀，如神鬼觀、靈魂論、氣、磁場、無形界、祖先等多元含混的命運信仰觀，更形成命理術數發展的文化溫床（李惠卿，2006）。

### 三、算命的功能與心理輔導

心理學研究取向並不從算命的社會意義面著手，而是著重在算命的功能性與它的心理價值切入探討，對術數中的命理諮商行為較給予社會正面的評價與肯定（李惠卿，

2006)。他們認為算命的「心理輔導」功能對現代人很有價值，認為它的輔導特質有可能轉化成本土式的醫療系統。余德慧（2005）視算命為本土化的心理療法之一；羅正心（1997）從心理輔導的角度檢討算命的現代功能與地位，他主張算命諮談的過程比西方的心理醫療體系更符合國人的醫療需求，更能有效完成心理輔導功能。羅正心發現算命對現代人有類似心理輔導的功能，且有代替心理輔導之優越條件是：一、算命準不準並不妨礙算命人的心理輔導地位；二、算命者可直接切入問題核心，不需當事者先多交代事情；三、算命人不只算命，也談論事理。因此這其中所發展出的技巧，或許會借來運用在心理諮商輔導。

究竟算命行為對於人們的生活有何意義與功能呢？算命行為其實有點像心理治療的過程，當人心靈、生命遇到逆境時，反而不是尋找心理師而是尋求命理師解答難題，而在此社會文化下命理師與星象師確成為「另類心理醫師」的代名詞（李惠卿，2006）。對從事算命服務的人來說，他們往往以心理醫生自居，或是將算命比擬為醫病關係，雖然其認定或許與專業的心理醫生定義有別，不過提供諮詢、撫慰心靈、指點迷津等，大抵是他們自詡的服務功能（蕭湘居士，1989；余雪鴻，1985；李居璋，1984；唐與璿，2005）。

生存焦慮是這片土地上人的一種心靈圖像，一個焦慮的心，必定擺脫不了內心的混亂與衝突（李惠卿，2006）。由於現代人常常會有欠缺安全感、無主見、憂慮、不快樂及缺乏信心等心理特徵，尤其當步入社會之後，因承受於來自工作、人際關係等壓力，當有適應不良或求助無門時，便容易傾向藉助神力以尋求內心的安定與平和。對於大多數主動想要算命的人而言，算命也具有相當的安心效果。例如有些人因遭遇到難解的問題而求助於算命，算命師若能告訴他何時可以解決，便能使他快速安心。其實人們會去相信算命的的原因，即是對於現實生活的逃避，因為算命無非提供了另一種解釋生活及事情為何會如此的方式，它所提供的預測和解釋，能夠使人生中的不確定感降低，並且為本身的遭遇提供合理化的藉口（唐與璿，2005）。范維君（1999）也指出，占星術對於個人來說，和宗教的作用一樣，都可以降低一個人內在的焦慮、提供感情的整合及終止

緊張狀態。

凌坤禎（1993）對算命行爲之歷程分析之研究，以自身爲研究工具，做質的研究，研究發現有三：（一）所謂算命，並非是單向的聽取算命先生的解碼，其中實有一個算命雙方交織運作的歷程。（二）算命先生是命理訊息解碼者、助人者、價值傳遞者，算命先生在指迷時，也同時作教育、撫慰、安心、勸善、給予信心減緩壓力，要人家能坦然接受命運的安排。（三）來算者是求援角色，自我命運主宰者。來算者求教於算命先生時，來算者也有其外觀被動實則主動的決策歷程，主要是減少當時的心理困擾。

李惠卿（2006）從資料整理中發現，命理求問者心理動機與目的：（1）大都因現實生活困境及面對抉擇、徬徨不知所從，希望經由命理老師指點迷津、解決生存處境的壓力，以達趨吉避凶的目的；（2）希望能藉由命理術預知未來提供更多命運的情報，以作爲人生決策的參考依據。除了滿足對未知的好奇外，更希望站在有利的立足點上令人生更加順遂；（3）透過命術推算已發生的事情原由，是爲求心安與心理平衡；（4）有著對命運可改造的崇信，尋求啓示是爲了知命造命，更希望能提供消災解厄、趨吉避凶的改造命運的方法；（5）尋求心靈與生命秩序的安頓也是求問者的另一個渴求。

未知既是恐懼的源頭，探索未知就自然成爲人類最重要的活動之一，隨著歷史推演，時刻考驗著人的心智和行爲。由於不知道的事情如此之多，人類趨吉避凶尋求自保的行爲是一種生存本能的展現。人類之所以對預知未來有強烈的需求，乃是源自於對宇宙未知事物的一種恐懼感，人們總是想盡了辦法達到「未卜先知」的目的。中國人講究風水、地理、通靈、預兆等術數的運用，在人類有歷史記載以前就已經存在。從古至今，人類早以學會借由先知、祭司、巫師等或用符術或咒語、及推命卜卦的方式來預知未來降低生存的風險，以達到生存趨吉避凶與對待人類對未知的恐懼（李惠卿，2006）。

動態變遷是現代化工業社會的特徵之一，變遷帶來的不確定性會迷亂個人的生存與生活（陳秉璋、陳信木，1990）。當人所能控制的部分太少，便開始產生無力感、挫折、焦躁等特徵，在這些心理特性之下，使人趨於權威主義人格，相信有一種支配人命

運的力量，若人能事先預測出自己的命運，就能克服這種無力感、焦躁與不安。算命便提供了這一個「預測」的方法，人們可以藉由算命來克服無力感（王溢嘉，1993）。

舉凡中外，人類用來預測命運的工具不勝枚舉，每一個命運預測的工具都有一套演算運用的法則及象徵詮釋的系統。「預知」在命術裡扮演極重要的位子，命術的「預知」滿足命理求問者對命運情報的收集，為自己找到生命的預兆，希望依循這預知的軌道，滿足生存場域的趨吉避凶與生命秩序的安頓。在論命場域中命運預知術、命理老師的象徵言詮及求問者主動迎合命運的預言的心理，三者形構成命術的靈驗神奇傳說，與求問者多重面向的心靈轉承（李惠卿，2006）。

李亦園將占卜的操作形式分為三個主要類別，分別是：一、自然訊息的觀察；二、人為操作的溝通；三、藉所謂神媒的人直接與神溝通（李亦園，1996）。張永雋（1993）認為，常人卜卦問命，其對象不外妻、財、子、祿、富、貴、壽、夭；其算命的動機，則發現往往是在人的生活感受中，有所疑懼憂慮出現，有重大難題需要解決時，也就是個人的存在感受面臨某種臨界點，而以一般正常情況時所擁有的應事之道也無法處理時，於是便出現了卜問命運的動機，希望能獲致一定的啓示，找出消災化難的方法，或選擇方向的指引。而對於卜問之結果，如其善者則喜，若得其不善者則憂，表現出一種功利式的心態。

人類學家李亦園（1978）認為占卦算命有正面的社會意義或社會功能，他提出之論點：1. 基本上，占卜算命能幫助人們消除疑惑和因疑困所引起的憂慮不安，對人心理的穩定有意義與作用；2. 從社會層次上講，占卜算命有時發揮了社會制裁的功能，維持社會的安定並可用以統合不同之意見；3. 占卜算命的方法如與社會的基礎價值觀念相結合而得到價值觀的支援，則占卜將更強固地存在於社會中；4. 算命問卜，也能成為傾吐、諮商的管道或發揮開導的功能，即含帶心理輔導的一些功能和貢獻。

就算命的功能而言，吳就君研究國人的醫療求助行為是多元的複向求診行為：民俗療法（即求神）中，「童乩」與「收驚」之採用者，主醫療功能，其因精神、身體之痛

苦或不適而採用者佔80%以上；「風水」、「卜卦、抽籤」之用則主信仰功能，其因問事祈福平安而採用者為最多，佔75%以上；「符水」、「算命」和、「看相」之採用則在醫療與信仰兩種功能之間，各佔一半（曾華源、黃俐婷，1996）；周玉真與蕭文（2003）在研究指出國人的求助文化裡，尋求傳統民俗療法，包括算命、看相、卜卦、抽籤、拜神等，也是廣被採用的儀式，在他們的研究中發現，個案從民俗療法得到的協助可分為兩點：（一）解釋問題的成因；（二）協助問題解決（引自曾俊溢，2008）。

李惠卿（2006）整理命理求問者認為的算命的功能如下：1. 對自己命運的認知，是改變命運的大前提，知道自己命運的特點與先天條件的設限，便可以在很多事情上作出正確的決定與改進；2. 對自己性格的認知，性格影響命運，這種說法一點不錯，能夠知道自己性格的缺點，在很多事情上可以逢凶化吉；3. 給事情一個良好的時（擇吉），使事情更容易成功。算命的目的是為了在於知命了解自己先天上條件，而知命的目的在於順應命運和改良命運，以趨吉避凶這就是順命，使自己的人生達到理想的境界。「算命」讓人「知命」以降低錯誤的發生，有勇氣的「造命」讓你奪回大部分的主控權，化被動為主動來掌握命運，在勇敢突破命運的考驗。

施玲玲（2007）認為算命的功能包括：（一）是一種生命觀與生存技術，在立命、安命與制命等生活體驗下應對各種生存的挑戰；（二）可以滿足人類基本渴望，滿足各種需求以及因應不確定的行為；（三）算命與心理需求的滿足，求算者則在這歷程獲得指引、問題解決或從中找尋到自我的答案。算命術的符號或兆象似乎提供了一個可供參考與指引的方向，讓求算者在面對焦慮、不確定事件時因擁有掌握感而倍感心安。

曾俊溢（2008）研究算命的心理因素與動機，結果發現命理學對於個體特質的詮釋，能增強一般化的效果，達到當事人對自我的肯定和信心的增強。根據研究結果可知，生活經驗的認知能建構當事人算命的意義與經驗，因此，算命所強調的「正向積極」概念，能加成肯定當事人的能力，並引發其對自我的賦能感。使其相信自己有能力得以改善問題，不再被問題困住，得以對未來有所期待。因此，算命業者若能在命理活動進行中，對當事人的特質與能力，做正向的詮釋與架構，將能加速地引發其賦能感的產生。且藉

由命理學的名詞解釋自己的行為表現，能為其提供一個合理的解釋。因此，如果能加入宗教的特質詮釋，能夠協助當事人更加減輕對自我的負向評價，達到一般化的同理效果，使其不再認為自己的人生是平淡無奇或虛無飄渺不可獲知。

在行為科學層面，國內學者郭貞（2005）以針對影響國內網路算命行為因素與動機進行探討，發現「解決問題」及「增進瞭解」是另網友尋求網路算命二大重點動機。勞思光（1993）則認為一般人之所以相信術數，一方面是因為對時代失望，另一方面則是因為人覺得有把握的東西太少了，於是就訴諸神祕經驗來支持自己，有點心理補償的味道。還有一些人則是因為想賺錢而鼓吹術數。他主張術數卻不然，它是一種遊戲，一種藝術性的活動，也是一種神祕經驗的反映。

郭士賢、張思嘉（2006）重新檢視算命行為背後的之心理意義，指出它原本是古人從傳統宇宙觀出發，所發展出來的一套掌握人生起伏順逆的理論，是一套原本可以不涉鬼神的人生哲學，且深深影響人們日常生活中的心理與行為。而命理風水之說中採用的天、地、人三才的宇宙觀，加上類比思維貫穿其間，建構出一套天時、地利、人和共同促成事情發生的另一種多重因果觀點。從行動理論的角度來看，人們所採取的行動在天時、地利、人和三大因素群的架構之下，被視為是事情成敗與否的必要條件之一。因此，人們實際上是採用一種既信命卻又不認命、寧可信其有的態度面對人生。

李惠卿（2006）以命理師的身份跨進算命場域觀察，並對十名研究參與者進行深度訪談以理解命理求問者生存處境、生命經驗與命理諮商三者交匯的心理脈絡，最後將這些求算者放進「文化、存在與心靈」的框架裡；施玲玲（2007）則貼近三名已婚求算婦女的生命歷程，檢視她們的算命經驗，發現她們運用傳統文化中的算命術來因應婚姻中的生活事件，最後從算命的歷程中學習到以不同的、正向的角度來面對婚姻生活。陳郁日（2006）訪問六位不同場域的臨床社會工作者，發現算命雖稱不上是正式的資源而獲得重視，然而在本土文化底蘊下，社工員給予算命一個更大的定義，凡是藉由一些儀式來讓自己過得更好的都是算命，這些儀式操作能夠減輕不確定感的感受，更重要的是，雖然專業的限制是算命持續存在的原因，但社工員透過行動積極面對命運。

吳秉訓（2008）研究發現算命的功能如下：一、算命就像心理輔導（安定人心）：如同羅正心（1997）提到，算命者的適當應對如明示或暗示客人該積極努力或果斷放棄，與客人的互動過程及方式如分析生活內容或積極聆聽，都具有心理輔導的功效。凌坤楨（1993）也認為，藉由為焦慮的求算者提供答案，自然而然就有降低其焦慮的效果，具備了心理輔導的功能。二、算命就像人生嚮導（指點迷津）：在每個生命轉彎的地方，面對著不知會如何發展的將來，求算者彷彿看不到自己的未來，透過生辰八字的術數操作，算命可以依著所謂的命盤對一個人的將來給出方向。三、算命就像心靈督導（因果報應）：這個因果報應的觀念在消極的意義上，成為阻止人們為惡的機制，減少個人衝動行事或是不加思索後果的可能；另一方面在積極的層面上，鼓勵人們為了有更好的將來而謹慎行事，甚至是努力行善種下好因以獲得將來的好果。此心靈督導的功能則回到累世業力、因果循環的角度來檢視個人在這結構中所遭遇的困境，為目前的困境給出一個解釋（吳秉訓，2008）。

算命準不準？古永利也發現，「八字算命在愈明確特定事件的推算上愈不準確，反之，算命者的回答範圍愈廣泛（或者可稱為愈籠統），其準確性愈高。」（古永利，1995）。李惠卿（2006）也提到命運的測不準，有些命定的不再應驗；羅正心（1997）更是認為，算命準不準其實沒有妨礙到算命的部分功能。因為，除了「命」的部份，也不要忽略了所謂「運」的可操作性。

但是，為何會有「同盤不同命」（例如雙胞胎同時辰出生，其八字、斗數命盤相同，卻有不同命運）與「同命不同盤」（例如不同時辰生的人，卻在同一時刻集體殞命）的情況發生呢？對於上述的質疑，研究者整理命理學家們的解釋是：1. 時運大於個人命運，可以解釋大災難時同時殞命之事例；2. 生辰命理並非論命時判斷的全部因素，尚需參考陰陽宅、手面相、姓名、出生時排行、出生地、成長環境等…，需要加入許多變項（凌坤楨，1993；古永利，1995）；3. 行善可以積德、修心可以補相：許多命學者皆認為，命運只能預測一個人約百分之七十的命運（藍傳盛，1994），除此之外，人為的努力佔了很重要的部份，其中袁了凡的例子最常被命書拿來作為行善積德的教材（古永

利，1995）；4. 每個人的累世業力不同，過去世的所作所為不相同，在此世的影響自然也會不同（吳秉訓，2008）。綜合以上，個人無法決定的因素有生辰八字以及過去累世的業力，算命排得出一個人的命盤，最後結果還是取決於個人的態度，算命算到最後，還是回到個人自己的身上。因此，算命，不僅僅只是個人單純想要瞭解未來、解除焦慮的行爲，更是個人在面對外在結構時，意圖（intention）安頓自己身心所付諸的行動（action）（吳秉訓，2008）。

在華人社會，來爲心靈困頓者進行心理疏導與解惑一直由宗教人士或命理術士，在這些形式的種種做法，實際上已有心理諮詢的原始形式，而在民間「算命」也一直扮演另類心理諮商的角色爲人疏困解答。在台灣，因國人心理就醫的習慣與對心理諮詢系統欠缺完善的認知態度，算命成爲大家用來掌握人生方向、尋求心理平衡與寬心的路徑。此時命理師、占星學，便成爲一項文明社會人求助及心理諮商、自我解析的工具，滿足個人汲汲於尋找能夠在這種不安全、高風險社會中一時的心靈依靠。所以越是艱難的社會環境命理數術業就越是發達，可以說也算是一種另類的「心理諮詢」。余德慧（1996）所謂的「另類心理諮商」，實際上包括一群相當「異質」的群體，各有不同的信念和實務操作，他們共享的一個特徵就是不在正統主流的西方心理諮商的運用體系，而「另類」與「主流」之間的探討重點是信念與操作的不同。儘管二者各有不同，但共同的關懷即是面對自我生命與意義進行價值的確定。

## 伍、命理諮商的療癒機制

根據上述相關文獻，研究者整理出命理諮商所提供的可能療癒機制如下：

- （一）依據命盤解碼，幫助自我了解，解決問題，趨吉避凶。
- （二）歸因法則，解釋問題的成因，消除存在的疑惑，以得到心理平衡。
- （三）預測未來，指點迷津，降低對未知的恐懼與不確定性的焦慮。
- （四）如同心理輔導接受告解，撫慰創傷心靈，使生命秩序的重新安頓。
- （五）知命掌運可降低錯誤的發生，增加自信，進而造命改運，促進「自我」的超越。

## 第二節 姓名學相關文獻探討

子曰：「名不正，則言不順；言不順，則事不成。」「姓氏」標識了「血緣」與「衍生」，「名字」用以「正體」和「表德」，從中國人的姓名結構，最能展現中國人對於家族的概念，與對命名的重視。

姓名學是一門大學問，其中蘊含了許多的道理，每個人因文化背景不同、教育背景不同，取名的要求也有所不同，所以當研究者為人取名時，除了生辰八字、有沒有族譜排名、家中排行等林林總總的支節細微皆須重視，因為名字伴隨人的一生，極具代表性，關乎著個人的氣宇宏觀、一生運勢吉凶，十分重要。

「命者，先天之體也；名者，後天爲用也。」取個好名字能補先天命格的不足及大運不佳的缺憾，而大運不佳者，則可循八字喜用來做補救。因為命理講究中庸之道，八字中五行均衡是上格，過與不及皆需補救，惡運也可逢凶化吉；然而，命格是一出生就已經決定了，算命十年來，看到的八字五行偏頗比比皆是，故大起大落的人多，一帆風順的人少，甚至有人是一生難逢大起運勢。因此，就姓名學觀點而言，好的名字可以補八字的缺憾，帶來無限向上的積極能量，使生命自由而較不受運途的惡意拘束。

然而改名，就一定會更好運嗎？郭士賢、張思嘉（2006）認為人們常常有信命而不認命的心態，相信透過術數的宇宙符號操作（如改名字、調整風水），可以趨吉避凶。換成行動理論的觀點，行動者仍然可以透過自己的行動嘗試去改變事實，在趨吉避凶的觀念引導之下，採取行動做一些改變，目的是嘗試直接改變眼前的困境。

原則上算命並不能改命，只能靠一些方式改運，例如調整陽宅、陰宅、祭改、買開運商品、改名等，其中改名似乎是最容易的。一般而言，命格是先天的，姓名是屬於後天的，改名就是在改運。改名字是一種儀式，告訴自己也昭告天下要重新做人，在心理上是有極大的暗示作用。但是許多人也曾經改了名卻不見好轉，或是這個老師改的名字那個老師卻說不好，反而造成困惑，原因到底出在哪裡？

姓名學一直是台灣坊間流傳甚廣的數術之一，坊間書籍汗牛充棟，理論派別眾多，舉凡三才派、五格派、數理派、生肖派、倉頡派、六神派、八字派、九宮派、十神派…真是五花八門，讓人霧裡看花，無所適從！有別於「學術上的姓名學」，何榮柱（2008）根據所蒐集的姓名學資料，整理出「命理上的姓名學」的學派發展與演進過程，如圖2-2-1（何榮柱，2008）：

姓名學學派源流圖

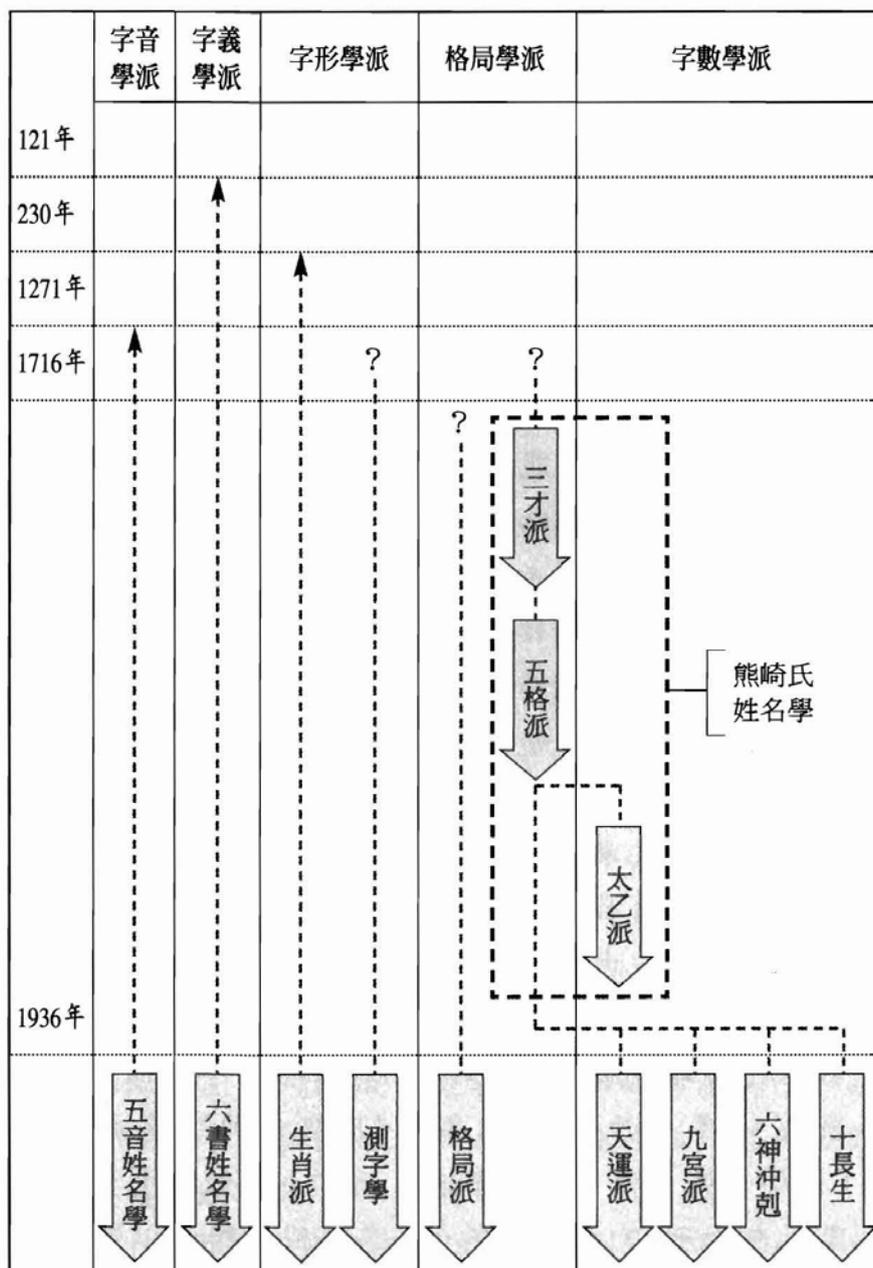


圖2-2-1 姓名學學派源流圖

何榮柱（2008）將「命理上的姓名學」分成幾個學派：

一、格局學派：利用漢字的筆畫數經過不同的方式計算後的格數，分析姓名的吉凶。在西元1928年（昭和三年）熊崎健翁創設「五聖閣」時「五格派」即已出現，但一直要到西元1936年白玉光（白惠文）回台灣發表書籍後，「五格」的觀念才傳至台灣。

1. 三才派：利用三才（天格、人格、地格）三者之間的關係，論斷姓名吉凶。
2. 五格派：利用五格（天格、人格、地格、外格、總格）之間的關係，論斷姓名吉凶。
3. 格局派：利用漢字字數形成的格局，論斷姓名吉凶。

二、字數學派：利用漢字的筆畫數經過不同的方式計算後的格數，再融合不同的五術思維，分析姓名的吉凶。康熙55年（西元1716年）《康熙字典》的完成對「格局學派」和「字數學派」而言，是個很重要的時點，至此漢字的字數的計算也有了依據。如：

1. 六神沖剋：將「人格」與其他四格之間的關係化爲六神，來論斷姓名吉凶。
2. 九宮派：將「總格」的格數推演九宮數，來論斷姓名吉凶。
3. 十長生：將「總格」的格數推演十長生，來論斷姓名吉凶。
4. 天運派：利用「天運」與五格的關係，來論斷姓名吉凶。
5. 太乙派：利用「人格」和「總格」的「格數」，來論斷姓名吉凶。
6. 八卦派：將漢字字數化爲八卦，以不同的卦象判斷姓名吉凶。

三、字形學派：利用漢字字體的組成元素，分析姓名的吉凶。西元230年（魏明帝太和四年），首次使用楷書的鍾繇辭去世，對「字形學派」而言是個重要的時點。例如：

1. 測字學：以測字方法，把名字中的字進行不同獨特的拆字方式，推斷姓名吉凶。
2. 生肖派：利用年支所代表的十二個不同生肖的喜好，分析名字的組成元素是否符合生肖喜好，推斷姓名吉凶。

四、字義學派：利用漢字的字義，分析姓名的吉凶。西元121年（東漢建元元年）《說文解字》的完成，對「字義學派」而言，是個重要的時點。例如：

六書姓名學：將漢字利用字義來論斷姓名吉凶。

五、字音學派：利用漢字的讀音，依照發音部位化爲不同五行，分析姓名的吉凶。西元1271年(元世祖中統元年)元朝建立以後，主流人口的以元都的北平話作爲「官話」，至此「字音學派」才得以藉由「官話」的確立，有了發展空間。例如：

五音姓名學：利用漢字的字音五行，來論斷姓名吉凶。

研究者自十三歲時開始接觸到姓名學至今，許多新的派別不斷地產生，到現在幾乎可說是姓名學的戰國時代。而在學術研究上有幾篇是探討「學術上的姓名學」，但是探討「命理上的姓名學」對於姓名學理論與驗證的論文附之闕如，僅有一篇是探討姓名學與人際關係的研究。也許因爲姓名學在命理範疇中是並不是主流，而且理論派別眾多且難以驗證，再者，若在研究中討論姓名之真實案例，在研究倫理上是有相抵觸的。這也是研究者在描述此章節時，論述理論與驗證的困難之處。

就研究者在幫自己改名與幫他人改名的眾多經驗中發現，各派的理論皆有其優點與盲點，似乎不可只用單一派別來論斷，因此研究者選擇了幾派並不互相抵觸的姓名學派別，試著把把它們綜合起來，自創了一套「全方位姓名學」的理論。以下將介紹這套理論依據的架構。

## 壹、以熊崎氏姓名學的理論與結構爲基礎

姓名學起源甚早，於書籍可考者，當推宋代初期邵康節之巨作——皇極經世術，書中五音、四聲、字韻、數律…等，理論詳盡。稍後南宋朝大哲學家西山絕頂之隱士蔡九峰所創《皇極八十一名數圖》，以論筆畫之吉凶。姓名學在中國未能如其他數術類理論一樣，能夠不斷地被有系統的研究與發展，清初學者顧炎武曾提到歷史上的名字現象，但也沒再繼續做系統性與綜合性的研究的。直至清末民初，日本人以中國的天干數：甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸的五行，按順序編排爲：1、2 屬木，3、4 屬火，5、6 屬土，7、8 屬金，9、0 屬水，爲姓名學的雛形。

西元一九二五年，熊崎健翁式依南宋蔡九峰的《皇極八十一名數圖》推演出來，歷經四年嚴格且有系統的驗證，得出其八十一數的吉凶，確有不同的靈動力，稱其為「八十一靈動數」，並為原有的「三格法」加上「外格」、「總格」，一共成了「五格」姓名學，稱為「五格剖象法」。於西元一九二八年，成立綜合運命鑑定所「五聖閣（Goseikaku）」，並於西元一九二九年，發表〈姓名的神秘〉一文，刊登於婦女雜誌（主婦之友），稱為「熊崎氏姓名學」。此時姓名學在日本已大為盛行。而此時的台灣正值日據時代（西元一八九五~一九四五年），民國三十二年（西元一九二九年），留日學生白玉光，向熊崎健翁式拜師研習姓名學，後改名白惠文，享有「五聖閣·聖學士」的美譽。他於民國二十五年（西元一九三六年）從日本學成回台灣，陸續發表《熊崎氏姓名學知神秘》及《姓名學之奧秘》等書，將這套姓名學引進台灣廣為流傳（邱詩瑜，2007）。

依照上述我們知道，「熊崎氏姓名學」應融合了「八十一靈動數」、「三才五格」的論命理論。因此要判斷姓名的吉凶，必須套入五格的數理吉凶來分析，而81數是目前姓名學派應用最廣的一套數理理論，也是剖析三才五格姓名學、判斷人生運途吉凶的主要依據和準則。1至81數的吉凶的起源，是根據河圖洛書推演而來的。河圖出現於伏羲時代，記載有黑白點數，由一到十總共有五十五點，於是伏羲根據這個圖來畫八卦，而洛書就在大禹治水時，有神龜負文而列於其背，有一數至九數，大禹遂因而整理以成九類，這個就是洪範九疇之始；而後周文王據此畫了後天八卦，也是後來易學的源頭活水，河圖洛書雖然皆載明了數理的變化應用無窮，但是直到宋朝才被發揚光大；中國最早的古籍81數原始圖，由宋朝西山隱士蔡九峰所創，其皇極81數所註釋的字義，即是81畫的吉凶判斷，分別為「原潛守信直蒙閉須厲成冲振祈常柔易親華見獲從交育壯興欣舒比開晉公益章盈錫靡庶決豫升中伏過疑寡飾戾虛昧損用郤翕遠迅據除弱疾競分訟收實賓危堅革報止戎結養遇勝囚壬固疑墮終」這81個字，例如：一畫就是原，二畫就是潛…以此類推，簡單扼要地說明81畫的基本概念，可以得知每一個數的涵義都是經由八卦易經演數而生吉凶的，目前姓名學81筆畫的吉凶就是起源於此，其靈動力常令人嘖嘖稱奇（雨揚居士，2009）。

姓名學中的三才借用了易經內天、人、地的觀念創造了天格、人格、地格三才，而所謂的五格則由三才演變而來，在天格、人格、地格之外，多加了外格和總格。五格派除了直接觀察「三才」配置外，還應用「五行原理」觀察「五格」之間的生剋關係。其中代表「自己」的是「人格」，所以其他的四格代表的就是不同的人、與外在環境。五格之間的關係代表著一個人與週遭事物關係、以及一生運勢的縮影。而且，必須正確的計算姓名的筆畫數，筆劃數的認定則是採用《康熙字典》上的楷書標準字筆畫數，以確定五格格局。然後將姓名的筆畫數依照下列不同組成方式填入，如圖 2-2-2（何榮柱，2008）：

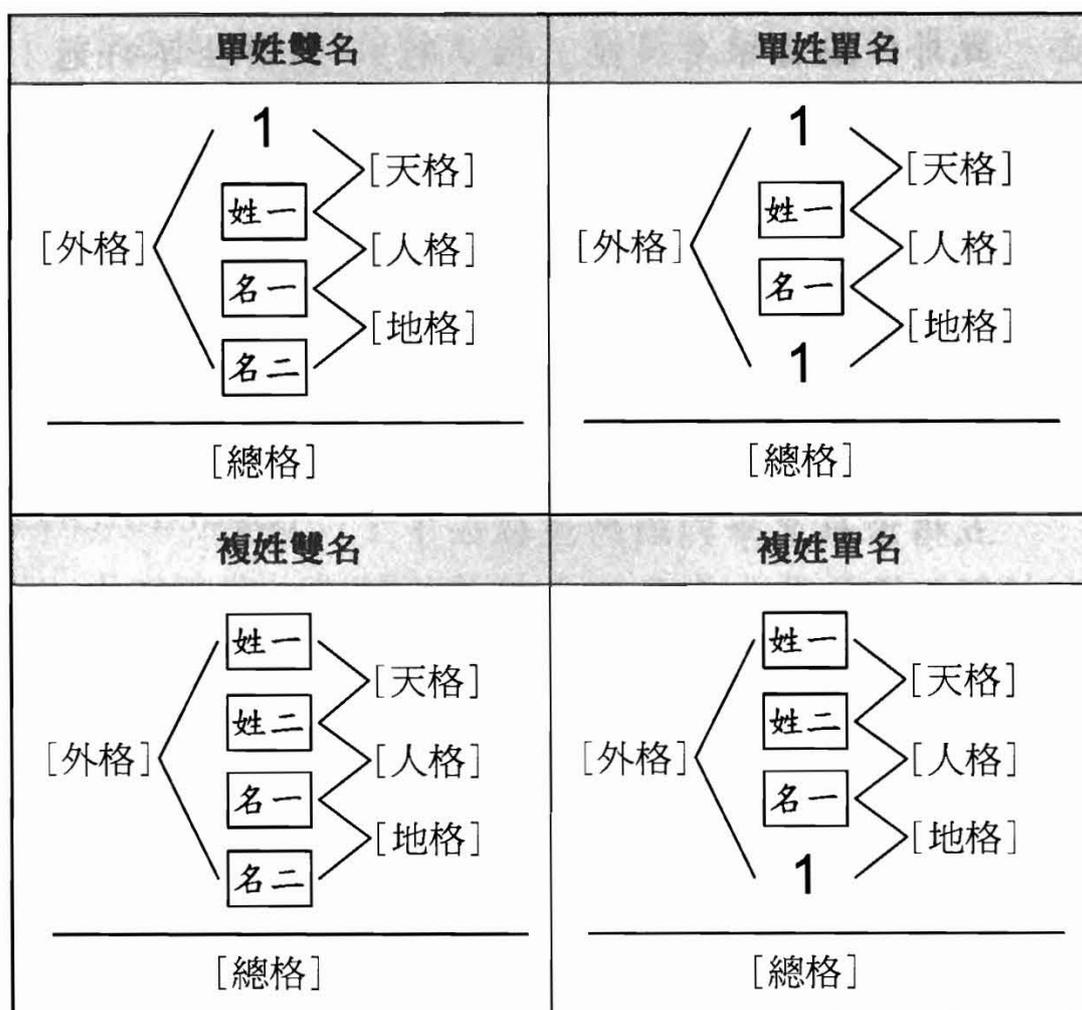


圖 2-2-2 姓名五格格局圖

因此研究者所創的「全方位姓名學」的理論中的姓名結構與「熊崎氏姓名學」相同，五格的計算方式如下：

天格：單姓者為姓氏筆畫數+1；複姓者為姓一筆畫數+姓二筆畫數。

人格：單姓者為姓氏筆畫數+名一筆畫數；複姓者為姓二筆畫數+名一筆畫數

地格：單名者為名一筆畫數+1；雙名者為名一筆畫數+名二筆畫數。

外格：單姓雙名者為名二筆畫數+1；單姓單名者為1+1；

複姓雙名者為姓一筆畫數+名二筆畫數；複姓單名者為姓一筆畫數+1。

總格：將所有姓名筆畫數相加。

現行坊間有出現在五格結構中，天格不加1，或地格不加1，或者外格不加1的其他種論法，這些並不在本研究的討論範圍中。

五格所代表的意義概念，研究者將其綜合整理如下（水銀，1995；邱詩瑜，2007）：

一、天格（1-12歲童少運）：天格數與姓氏有關，是與生俱來，代表祖先血脈的流傳，無法改變，除非因後天因素，如嫁娶冠夫姓、招贅、為人養子女等人為因素，才有可能動搖。在姓名學中，天格數理無關吉凶，天格是代表祖上、父母、上司、主管等長輩的關係，以及事業、名譽，單獨代表其本人之氣質，女性也代表丈夫吉凶之暗靈作用。這也是姓名學中屬於命定的部份。

二、人格（25-36歲主運）：人格等同於自己，是姓名五格中最重要的一格，為姓名吉凶之主動力，代表著人的心性、性格、自我意識、人生觀念，才華、能力、求財的模式等，人一生的境遇還是以自己的心念影響最多，所以分析姓名時，第一個通常先觀察人格，人格是的姓名的靈魂。

三、地格（13-24歲前運）：代表著配偶、子女、部屬、晚輩、自身的根基、居住田宅等，也代表著一個人守業與管理的能力。地格所代表的關係，也是可以直接

影響一個人一生的變化。

四、外格（37-48歲副運）：代表外界、平輩、朋友、兄弟、姊妹、同事、合夥人等之人際關係，舉凡一個人出門在外會遇到的情境，有沒有貴人相助等，就是與自己同輩份的人際關係，似乎也包含疾厄、奴僕、夫妻之意義。

五、總格（49-60歲後運）：代表其人之一生，又稱為「總運」，其數理意涵代表著一生的前程、方向，也代表中年以後的個性。年輕時也許感覺不到，但到了晚年，卻是回顧一生的成績單。總納天地人三格之意義，對於其人性格、職業、命運等，於其人成為一定之性向類型之後，即發生靈導吉凶作用。似乎也包含福德之意義。

姓名學五格剖象之五格吉凶，是以八十一畫數理吉凶為吉凶，以五格數字的個位數來判斷五行：1、2 屬木，3、4 屬火，5、6 屬土，7、8 屬金，9、0 屬水，而以人格之五行為主，人格與地格五行比照，為其人之基礎運，人格與天格五行比照，為其人之成功運，人格與外格五行比照，為其人之社交運，所以可稱之為「五格三運」（水銀，1995）。何榮柱（2008）認為天格和人格的關係（成功運）可推斷自己和長輩的關係、事業是否成功、以及女性與丈夫的關係；地格和人格的關係（基礎運）可推算人的基礎穩妥與否，與其子女、部下、朋友和同事的關係是否良好，男性則可以論斷與妻子或異性的關係；外格和人格的關係（社交運）可推斷人的家族親緣厚薄，及本人社交狀況的優劣。

## 貳、以生肖姓名學的理論找字形

生肖姓名學是取用古聖先賢的造字學、拆字學以及生肖學為架構，運用春秋禮數和萬有引力為法則，以生肖的屬性和五行為主體，以姓名的象形、諧音、會意和五行為客體，由主體來比對客體，探討客體提供主體是相生的助力，還是相剋或相刑的阻力之一

門裝飾先天八字的學問。生肖姓名學將名字分天人地三部份，每部份細分陰陽兩小部份，看姓名天人地每部份之陰陽兩邊的形、音、義，對照生肖天干地支的靈動、助力或阻力…等，不僅可以用來預測個人運勢的訊息，並可細膩且嚴謹地推斷週遭者互動的關係。簡單的說，主體就是個人的出生年的生肖天干地支，客體就是其姓名的天格、地格、人格的陰陽兩邊的組成元件，由主客體對應彼此的生肖喜忌與五行生剋關係來論斷吉凶禍福。以下（表 2-2-1）為主客體彼此關係及其特性（何榮柱，2008）：

表 2-2-1 主客體彼此關係及其特性

主體客體彼此關係	
主體生客體	代表付出、消耗，有名無利，賺錢辛苦，事倍功半，投資多而報酬少，感情付出較多，相等對待較難。
主體剋客體	代表任性、固執，一意孤行、破壞、霸道、好權、好大喜功，傷六親、耗錢財、敗家產、夫較辛苦。
客體剋主體	代表受制、壓抑、有志難伸，名譽不彰、勞而無功、碌而無力，易受朋友拖累傷害，夫較兇悍。
客體生主體	代表助力，貴人旺，人緣佳，賺錢輕鬆，進財容易，行事順利，投資報酬高，心想事成，丈夫相生寵愛，家庭和諧。

「生肖派姓名學」是以農曆年的除夕晚上十一點作為區分生肖的時間，在除夕晚上十一點（亥時）前還是前一個生肖、除夕晚上十一點（子時）後即後一個生肖。與八字學以「立春」的節氣區隔年之方法不同。

「生肖派姓名學」區分陰陽的方式是：左陰右陽、上陽下陰、內陰外陽。當遇無法再細拆陰陽兩邊，整個字即是「陰邊」也是「陽邊」。以下圖 2-2-3 和圖 2-2-4 為生肖姓名學的姓名結構解析圖（何榮柱，2008）：

## 單姓

單姓雙名	單姓單名																																																					
<ul style="list-style-type: none"> <li>●天格：「陽邊」以姓氏的陽邊代表；「陰邊」以姓氏的陰邊代表。</li> <li>●人格：「陽邊」以名一的陽邊代表；「陰邊」以名一的陰邊代表。</li> <li>●地格：「陽邊」以名二的陽邊代表；「陰邊」以名二的陰邊代表。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●天格：「陽邊」以姓氏的陽邊代表；「陰邊」以姓氏的陰邊代表。</li> <li>●人格：「陽邊」以姓氏的陰邊代表；「陰邊」以名一的陽邊代表。</li> <li>●地格：「陽邊」以名一的陽邊代表；「陰邊」以名一的陰邊代表。</li> </ul>																																																					
姓一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>A</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>陽</td></tr> <tr><td>A</td><td>陰</td></tr> </table> 天格 名一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>B</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>B</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>陽</td></tr> <tr><td>B</td><td>陰</td></tr> </table> 人格 名二 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>C</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>C</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>陽</td></tr> <tr><td>C</td><td>陰</td></tr> </table> 地格	A	A	A	陰	陽	A	陽	A	陰	B	B	B	陰	陽	B	陽	B	陰	C	C	C	陰	陽	C	陽	C	陰	姓一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>A</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>陽</td></tr> <tr><td>A</td><td>陰</td></tr> </table> 天格 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>A</td></tr> <tr><td>陽</td><td>陰</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>陰</td></tr> <tr><td>B</td><td>陽</td></tr> </table> 人格 名一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>B</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>B</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>陽</td></tr> <tr><td>B</td><td>陰</td></tr> </table> 地格	A	A	A	陰	陽	A	陽	A	陰	B	A	陽	陰	A	陰	B	陽	B	B	B	陰	陽	B	陽	B	陰
A																																																						
A	A																																																					
陰	陽																																																					
A	陽																																																					
A	陰																																																					
B																																																						
B	B																																																					
陰	陽																																																					
B	陽																																																					
B	陰																																																					
C																																																						
C	C																																																					
陰	陽																																																					
C	陽																																																					
C	陰																																																					
A																																																						
A	A																																																					
陰	陽																																																					
A	陽																																																					
A	陰																																																					
B	A																																																					
陽	陰																																																					
A	陰																																																					
B	陽																																																					
B																																																						
B	B																																																					
陰	陽																																																					
B	陽																																																					
B	陰																																																					

圖 2-2-3 生肖姓名學結構解析圖—單姓

## 複姓

複姓雙名	複姓單名																																															
<ul style="list-style-type: none"> <li>●天格：「陽邊」以姓一代表；「陰邊」以姓二代表。</li> <li>●人格：「陽邊」以名一的陽邊代表；「陰邊」以名一的陰邊代表。</li> <li>●地格：「陽邊」以名二的陽邊代表；「陰邊」以名二的陰邊代表。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●天格：「陽邊」以姓一代表；「陰邊」以姓二代表。</li> <li>●人格：「陽邊」以姓二代表；「陰邊」以名一的陽邊代表。</li> <li>●地格：「陽邊」以名一的陽邊代表；「陰邊」以名一的陰邊代表。</li> </ul>																																															
姓一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>B</td></tr> </table> 天格 姓二 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>B</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>C</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>陽</td></tr> <tr><td>C</td><td>陰</td></tr> </table> 人格 名一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>C</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>D</td><td>D</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>D</td><td>陽</td></tr> <tr><td>D</td><td>陰</td></tr> </table> 地格 名二 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>D</td></tr> </table>	A	B	A	A	B	B	C	C	陰	陽	C	陽	C	陰	C	D	D	陰	陽	D	陽	D	陰	D	姓一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>A</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>A</td><td>B</td></tr> </table> 天格 姓二 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>B</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>B</td></tr> <tr><td>陽</td><td>陰</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>B</td><td>陽</td></tr> <tr><td>C</td><td>陰</td></tr> </table> 人格 名一 <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr><td>C</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>C</td></tr> <tr><td>陰</td><td>陽</td></tr> </table> <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle; margin-left: 10px;"> <tr><td>C</td><td>陽</td></tr> <tr><td>C</td><td>陰</td></tr> </table> 地格	A	B	A	A	B	B	C	B	陽	陰	B	陽	C	陰	C	C	C	陰	陽	C	陽	C	陰
A																																																
B	A																																															
A	B																																															
B																																																
C	C																																															
陰	陽																																															
C	陽																																															
C	陰																																															
C																																																
D	D																																															
陰	陽																																															
D	陽																																															
D	陰																																															
D																																																
A																																																
B	A																																															
A	B																																															
B																																																
C	B																																															
陽	陰																																															
B	陽																																															
C	陰																																															
C																																																
C	C																																															
陰	陽																																															
C	陽																																															
C	陰																																															

圖 2-2-4 生肖姓名學結構解析圖—複姓

研究者將生肖姓名學之天人地論斷法整理（表 2-2-2）如下：

表 2-2-2 生肖天地人論斷

天格	人格	地格
姓氏	名一	名二
功名位	感情位	財帛福祿位
代表承襲	代表後天努力	代表結果
先天條件，天資，祖德	後天努力，慾望，心態	福祿，福德，享受
賺錢型態，功名，官運	人際關係，人緣，貴人旺弱	金錢，財庫，不動產
與父母，長輩，上司的關係	兄弟姊妹的緣份與助力	與子女，晚輩，部屬的關係
女看夫之助力，是否配貴夫	夫妻感情，婚姻的好壞。	男看妻之助力有多少。
頭部之健康情形。	頭部以下，腰部以上之健康情形。	腰部以下，四肢、骨骼之健康情形。
姓氏的左半部或下半部代表與母親的緣份。	字形的左邊或下半部看與母親有無刑剋，母子連心否。	字形的左邊或下半部看財庫聚財與否和動產的多寡。
姓氏的右半部或上半部代表與父親的緣份。	字形的右邊或上半部看與父親有無刑剋，父子連心否。	字形的右邊或上半部看事業狀況和發達與否及不動產。
一至二〇歲的大運，陽邊管前十年，陰邊管後十年。	二一至四〇歲的大運，陽邊管前十年，陰邊管後十年。	四一至六〇歲的大運，陽邊管前十年，陰邊管後十年。
影響0~25歲的運氣，含少年的學業(7~16歲)順利與否，及61歲以後的老年運。	影響16~45歲的運氣。	影響36~65歲的運氣。
姓氏的右邊或上半部看其人之威儀，左邊或下半部看其人之權望。	單名者，將名字的右半邊與姓的左半邊組成一字，當做名字第一字看。	脾氣，性能力。

「生肖姓名學」顧名思義就是要符合十二生肖各自的特性。十二生肖的屬性、特質、生活習慣和食物盡皆不同，其中所蘊涵的五行，當然最好能與配屬的名字相對應。如老鼠、兔子、蛇愛打洞，屬鼠、兔或蛇的人，姓名當中若有代表洞的意思的字，像是古、品、喜…等等，那麼這個字對這個人便有助益。反之，因老虎食肉不食草，所以屬虎之人姓名中如果出現草頭，好比說花、茂、黃…等等，或者禾字邊，如和、秋、稻…等等，便顯然不妥，其中的含意和自然宇宙確實有著密不可分的關係。以下舉「田」字來說明文字與生肖之互動關係，如圖 2-2-5（鄭宇寰，1999）。

# 文字與生肖之互動關係範例：

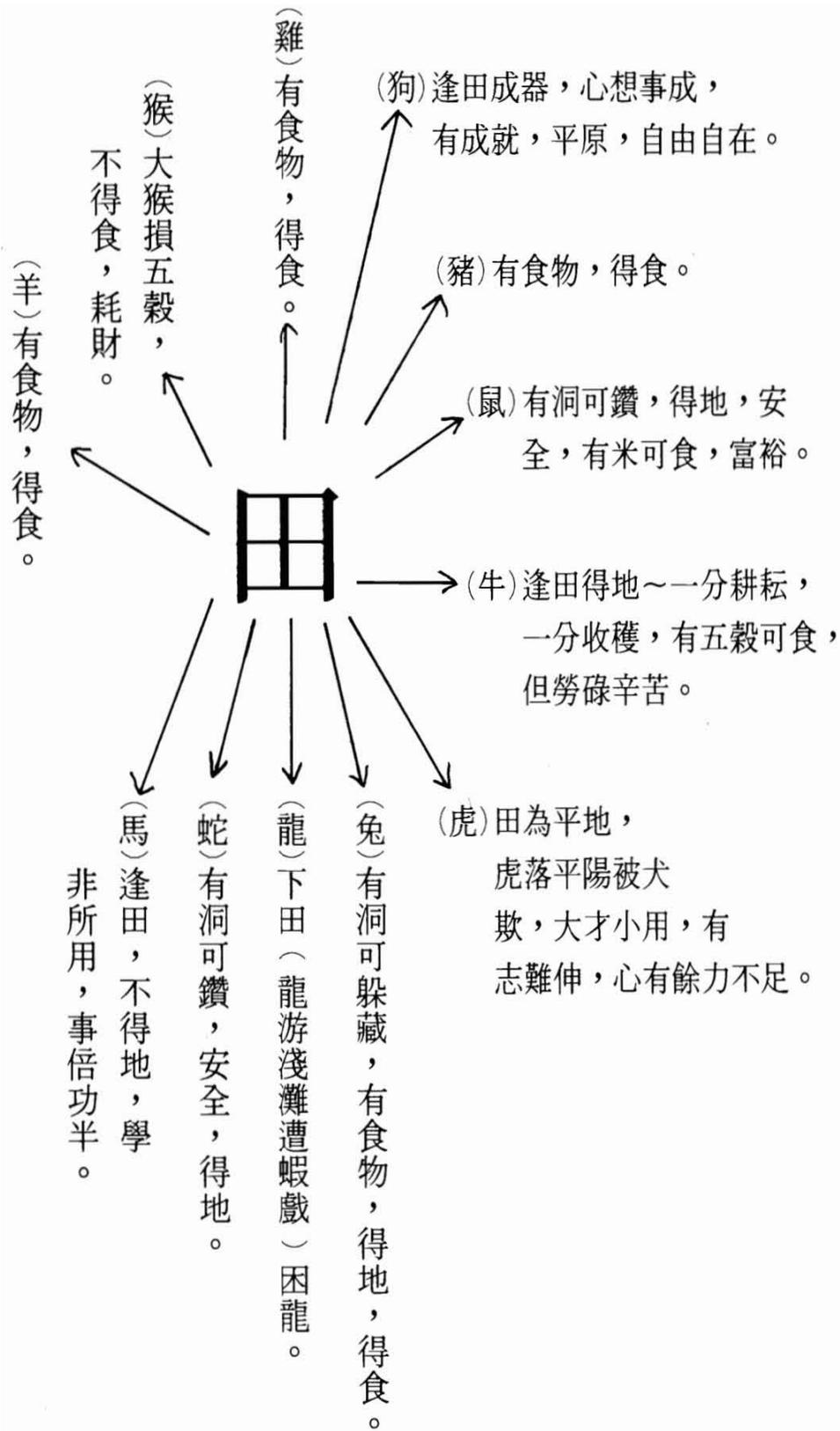


圖 2-2-5 文字與生肖之互動關係

「生肖姓名學」理論中，每個生肖皆有不同的歌訣，明白顯示了該生肖的合會形沖與其喜忌原則，此為生肖姓名學的一大特色。以下研究者只舉「子鼠」的歌訣為例：

#### 歌訣一

羊鼠相逢一旦休，蛇鼠一窩難重重。  
兔鼠同籠刑且剋，雞鼠相見破害中。  
倘遇午馬相沖對，身心難安福不榮。（鄭宇寰，1999）

#### 歌訣二

子鼠原屬水，生肖列第一。喜大難為小，喜夜忌日愁。  
猴龍見三合，豬牛同三會。沖刑馬與兔，破害雞與羊。  
喜洞亦喜穴，遊走草叢間。性喜食五穀，忌吃肉危險。  
逢蛇多煩惱，逢人性命休。彩衣增光耀，升格樂逍遙。  
忌逢土相剋，身心難安樂。金水得相生，財得萬事成。（鄭宇寰，1999）

由此可知，每個生肖都有其先天習性，後天環境也各有特性。研究者整理各生肖的歌訣後，將各生肖的喜用字型整理如下，以作為「全方位姓名學」的字形選取的準則：

子鼠：喜洞穴草叢，喜蹣腳休息，喜大，喜五穀，喜夜，喜金水

丑牛：喜在洞穴門欄中，喜蹣腳休息，喜小，喜五穀喜草，喜金水

寅虎：喜大喜抬頭，喜山林，喜為王，喜彩衣，喜吃肉，喜水木

卯兔：喜狡兔三窟，喜洞穴，喜小，喜五穀喜草，喜彩衣，喜水木

辰龍：喜大抬頭喜戴冠，喜逢雨水，喜日月，喜馬喜彩衣，喜水木

巳蛇：喜洞穴，喜小，喜吃肉，披彩衣可升格，喜逢龍，喜木火

午馬：喜大喜戴冠，喜彩衣，喜大洞穴，喜五穀喜草，喜逢龍，喜逢人，喜木火

未羊：喜小，喜五穀喜草，喜在洞穴門欄，喜蹣腳休息，喜木火

申猴：喜小，喜逢人，喜洞穴，喜彩衣，喜站立，喜夜，喜土金

酉雞：喜小，喜五穀喜草，喜在洞穴，喜彩衣，喜單腳站立，喜逢一日或一口，喜土

戌狗：喜小，喜逢人，喜住家洞穴，喜彩衣，喜吃肉，喜土金，

亥豬：喜小，喜五穀喜草，喜在洞穴柵欄，喜蹺腳休息，喜金水

因此，姓名與生肖屬性的關係，也就是以十二生肖〔鼠，牛，虎，兔，龍，蛇，馬，羊，猴，雞，狗，豬〕及十二地支〔子，丑，寅，卯，辰，巳，午，未，申，酉，戌，亥〕十天干〔甲，乙，丙，丁，戊，己，庚，辛，壬，癸〕爲主體，以姓名之〔形，意，音〕爲客體，由主體來對照客體，看出客體可以提供什麼樣的環境及力量，是錦上添花還是雪中送炭，或是雪上加霜；是三合，三會的助力，還是正沖，或刑剋的阻力。

### 參、以五行生剋理論爲論斷原則

命理上的姓名學，無論是數理靈動、五格格局、生肖字形的選取，都是以五行生剋的理論作爲論斷吉凶的原則。因此，必須瞭解五行相生相剋的基本原理，才可體會姓名學，甚至是所有中國算命學術的奧秘與精髓。五行生剋原理如下：

五行相生：金生水、水生木、木生火、火生土、土生金。

五行相剋：金剋木、木剋土、土剋水、水剋火、火剋金。

五行同性比旺：金金：金金不合，格格不入。

水水：水水交融，但大火遇水則用無抑制之力反助火旺，水無功。

木木：木木相扶持之助，群木在一起相互扶持顯高大健壯。

火火：火火交融，助其旺。

土土：土土相遇，緩緩增加。

研究者參考阮茂森（2003）將五行的代表整理如下表2-2-3：

表 2-2-3 五行代表圖

五行	木	火	土	金	水
天干	甲、乙	丙、丁	戊、己	庚、辛	壬、癸
地支	寅、卯	巳、午	辰戌丑未	申、酉	亥、子
數理	1、2	3、4	5、6	7、8	9、10
方向	東	南	中央	西	北
五色	青	紅	黃	白	黑
五味	酸	苦	甘	辛	鹹
五常	仁	禮	信	義	智
五氣	風	熱	濕	燥	寒
五官	眼	舌	身	鼻	耳
五臟	肝	心	脾	肺	腎
五音	牙音	舌音	喉音	齒音	唇音
節氣	春	夏	四季	秋	冬
八卦	震卦、巽卦	離卦	艮卦、坤卦	乾卦、兌卦	坎卦
卦象	長男、長女	中女	少男、母	父、少女	中男
九星	三碧、四綠	九紫	二黑、五黃、八白	六白、七赤	一白
天干疾病	膽、頭；肝、頸項（脖子）；十指、兩手	小腸、肩、眼睛；心；咽、面、齒	胃、脅（兩膀）；脾、腹，腕，背	大腸、臍輪；肺、股；大腦、小腦、肋膜	膀胱、三焦神經、脛（小腿）；腎、心包絡、足；耳朵、尿道、子宮
地支疾病	膽、兩手；肝、十指	面、齒、尻肛、咽喉；眼睛、精神	脾、肚；胸肩；胃、脊骨、膈；命門、腿、踝、足	大腸、肺；精血、小腸	頭、腎、囊；膀胱、尿道、耳朵
身體疾病	黃疸、神經衰弱、眼、肝、疝氣、不眠與神經痛	心神不定、腦溢血、心臟、關節炎、腳氣、頭痛、眼病與腦疾	腦溢血、齒痛、脾、胃、骨、腹、消化器官與子宮	支氣管、大腸、鼻、肺炎、脫肛、痔、齒痛煩悶	腦溢血、近視、耳、腎、婦人病、遺精、膀胱、生殖器、腰痛

在姓名學方面，一般都喜用五行的相生，而盡量避用五行的相剋。研究者認為可能的理由是：一、若五格格局互相形剋，則其與他人（包括與長輩、同輩、或晚輩、配偶或子女）之人際關係勢必格格不入或溝通不良。二、當天格、地格、或外格與人格互相形剋時，其身體健康必定出現狀況。三、就姓名字形的選取而言，若與本命生肖的五行相形剋時，常常會有遇人不淑，或交友不慎的感嘆，也常會有事業不順或存不了錢的無力感。因此，研究者的「全方位姓名學」的取名原則也是以五行相生為原則，盡量避免使用到相剋的格局與字形。

#### **肆、配合個人八字之喜用選格局**

當「全方位姓名學」的理論原則的瞭解之後，就要來談談如何幫求助個案取個較適合他的名字。好名字很多，好格局也不少，到底怎麼取名才是對個案最好的呢？當然，必須要配合其八字的喜用來選取了。前面曾提到過，好的名字可以補八字不足的缺憾，帶來無限向上的積極能量，因此，取名前一定要先將八字排出來，了解其五行之旺衰後，選取喜用神以補八字的不足。例如：八字結構金太旺者，則喜用木火，所以，在挑選其姓名格局結構時，則盡量選擇其人格或總格的五行為木或火的格局。若是其姓氏筆畫所搭配出來的格局並無適合其喜用神的五行的格局時，就只好考慮使用閑神的五行土的格局了。

姓名筆畫格局的選取，最好五格的數理都是吉數，不要用凶數，因為五格代表了不同時期的流年運勢，對各方面均有影響，研究者強烈建議不要取單姓單名，因為這樣外格一定是 2 畫，如此一來當年齡走到 37~48 歲時，常常會有使不上力的感覺。再者，三才五格格局盡量選取五行相生的格局，這樣在人際關係上與健康狀況，都會比較如魚得水，身心愉快健康。

當格局決定了以後就知道該選幾畫的字了，選字原則以生肖姓名學的喜忌為主，盡量讓姓名客體來生生肖天干地支的主體。雖然生肖只有十二種，但是每個生肖有五種天

干，例如木鼠（甲子）、火鼠（丙子）、土鼠（戊子）、金鼠（庚子）、水鼠（壬子）等五種，因此在選字的時候，陽邊的五行盡量不要形剋到天干的五行，否則夫妻宮與事業宮又將會受到影響了，故不可不慎。

此外，不論你有什麼大富大貴、飛黃騰達的改名計劃，最能趨吉避凶的，除了上述的原則須注意以外，還應盡力去除有帶武器的字形，以下稍舉幾例：

1. 有「戈」者，如成、國、戌、娥、戰、黛等；
2. 有「匕」者，如北、昆、燕、崑、穎等；
3. 有「刀」者，如芬、剛、創、莉、逸等；
4. 有「力」者，如勝、勤、助、男、功、勇、勳等；
5. 有「殳」者，如毅、霞、發等；
6. 有「矛」者，如舒、好、豫等；
7. 有「皿」者，如盈、益、盛等；
8. 有「矢」者，如智等；
9. 此外，先聖先賢的字如：聖、堯、舜、禹、等，也都應避免使用。

這類字多半是武器、刀械類的字形，對人具有強大殺傷力。所謂殺傷力，泛指一切天災、人禍、車禍、病痛等，小至刀片割傷、骨折，大至重病、意外死亡等。使用者易犯意外災害、身體不好、運勢不好、事業不穩、感情婚姻不佳，還會有暴力或被暴力的傾向。故無論此字與你生肖多合，命格多合，因是帶武器的字，所以忌諱使用它們。

綜合上述，本研究中所使用的『全方位姓名學』是融合「熊崎氏姓名學」的理論與結構為基礎；以「生肖姓名學」的理論找字形；以「五行生剋」理論為論斷原則；再配合「個人八字之喜用」選格局等四大原則，缺一不可。

## 第三節、前世催眠相關文獻探討

前世催眠是由催眠回溯療法而來，本節將探討與前世催眠相關的文獻，包含回溯療法、前世療法、業力、輪迴、催眠療法的理論與應用等。

### 壹、何謂回溯療法？

#### 一、回溯療法的定義

Brian L. Weiss (2002b) 認為「回溯療法」是心靈回到更早期時代裡，不論那個時代，其目的是尋找病患今生負面影響的記憶，記憶中的事件，很可能是患者症狀的源頭。「回溯療法」所回溯的事件包括了更早期的前世時期，其方法則是藉著催眠的方法。釋永有、張玉燕 (2005) 認為：「回溯療法」是回溯過去的事件，試圖找出病因或問題的前因後果，而予以治療。「回溯療法」會應用一些方法如催眠技巧，讓患者在潛意識下，回憶起更早期生活經驗，而涉及的研究範圍甚廣，且方法特別又不受時空限制。

#### 二、回溯療法的源起與發展

Winifred Blake Lucas 於 1996 年提到回溯療法的歷史發展，釋永有、張玉燕 (2005) 整理如下：

回溯療法的起源，可追溯到 1927 年，Paul Brunton 寫下應用瑜珈的技巧回溯到前世。1920-1930 年，Edgar Cayce 即運用前世記憶來做治療。1958 年，L. Ron Hubbard 發現前世經驗會影響現世行爲。1960-1970 年代，Denys Kelsey & Joan Grant 研究「年齡回溯法」(age regression)，應用催眠使病人回溯早期童年記憶，甚至可以回溯到出生及胎兒時期情形。Kelsey & Joan Grant 在 1967 年提供了「回溯療法」最早的資料。因此，在 60 年代對兒童早期經驗及出生、出生前經驗已漸漸被接受。同時，其他學者也發現應用深呼吸、冥想及其他技巧也能回想到出生的記憶。

1970 年代，「前世療法」之研究是應用催眠找到前世，例如 Helen Wambach 大量收集不同時期的人工製品、文化習俗、衣服等，來考察前世。Helen Wambach (1978) 也應用統計學來說明研究成果，打開回溯療法的新領域。Morris Netherton (1978) 以及 Thorwald Dethlefsen 等皆應用催眠回溯前世，但都著重在症狀的治療，而不是精神層次上，在往後的 10 年，專家們才開始注意到關於生命意義層面上的研究（釋永有、張玉燕，2005）。Andrew Weill 提到人們的健康，不單只是靠藥物，也需要心靈的改造；Elmer & Alyce Green (1978) 提到身體如實驗室是可控制的，可應用生命中的能量達到自我解救。Carl Simontons 也提倡應用想像來治療癌症。

80 年代，Bernie Siegel (1988) 以及 Larry Dossey (1989) 在「回溯療法」過程中發掘「愛」，這個發現使得回溯工作更加落實。Deepak Chopra (1988) 的研究也發現前世的事會影響現世，也提出身體是個能量場，這種觀點對「回溯療法」的理論是一大貢獻。日本科學家 Hiroshi Motoyama 甚至認為能量是可互相轉換的，此論點亦提供了前世理論的一個基礎。

因此，1970 年代回溯療法著重於症狀的消緩，1980 年代更進一步應用到心靈提昇。而且由「自我焦點」，擴展到「世界觀」，讓愛更為廣泛與落實。之後，許多心理學家、精神科醫師相繼投入相關研究，也有不少協會創立與刊物發行。

綜合上述，「回溯療法」是近幾十年新掘起的療法，自從1958年美國精神醫學會接納催眠為正統精神治療方法之後，使用催眠術的精神醫師就不斷碰到病患在不同的催眠狀態中，描述他們如何在「前世」中遭遇到可怕的經歷（陳勝英，2001），起初催眠回歸（Hypnotic Regression）方法只是為了幫助病人找回對過去事件的記憶，結果許多專家和醫生都不約而同地把病人引回到前世，病人講出的前世經歷，活靈活現、細緻入微、合情合理、吻合歷史，而其中多數內容是病人在一般狀況下全然不知道或不可能知道的。這個意外的發現，對精神醫師而言是簡直不可置信，但事實證明，當患者歷經前世找到創傷根源之後，多年來無法治癒的痼疾，不管是生理或心理的症狀，竟都能豁然而癒。

透過催眠意外發現回溯前世經驗能治癒痼疾，一群精神醫師不得不思考「前世回溯療法」的邏輯性與理論基礎，後來發現前世經驗是Freud精神分析理論的延伸，同樣是找尋疾病的原始心理創傷，Freud著重在兒童早期痛苦的經驗，而「前世回溯療法」只不過回溯到更早期的年代。有了這樣的理論基礎，「前世回溯療法」也就順理成章成為精神分析領域的延展（張玉燕，2003）。

精神科醫師雖有意想不到的發現，但對大部分學者包括做前世催眠的醫師在內，對於有沒有前世的問題，大多保持中立，抱著存而不論的態度，直到1980年 Brian L. Weiss為了一位因焦慮、恐懼來求醫的病人凱瑟琳，花了18個月時間做傳統心理治療卻一無所獲後嘗試用催眠法，卻無意間引發凱瑟琳的前世回憶，透過「前世回溯療法」，短短幾個月，凱瑟琳症狀消除了。這對一個接受現代科技醫學訓練的精神科醫師而言，無疑是莫大的震撼，最後他以開放的態度接納眼前的事實。精神科醫生對擺在面前、自己親自作出的結果，他們大多從不相信、震驚，到最後相信，並積極投入研究。

### 三、回溯療法的研究範圍

釋永有、張玉燕(2005)綜合學者們 Helen Wambach(1995)、Michael Newton(1994)、Walter Semkiw(2002)、Winifred Blake Lucas(1996)、陳勝英(2002)等的資料，歸納回溯療法研究的範圍包括：

1. 入胎與出生之研究
2. 兒童早期回憶之研究
3. 中陰階段之研究
4. 前世之研究
5. 回到未來之研究

Raymond A. Moody指出過去二十餘年，西方社會已悄悄經歷了一場心靈意識的革命，而歷經這場革命的年輕一代已經成長，他們聽過、讀過諸如瀕死經驗、前世回溯、肉身脫離之旅、亡故幽靈、以及精神上的聖靈等等奇妙現象（Brian L. Weiss, 2002b）。

自從1975年來瀕死經驗廣受討論後，前世經驗議題無疑是現代文化的一項事實。從歷史上可以發現許多社會文化早已接受了這種事實，而且視為自然之事，現代人類卻因受到物質科學影響，認為前世經驗仍是反科學而避而不談。近代由於心靈意識抬頭，大家能以更開放的態度來接受靈性存在的可能性。目前世界各國對這方面的研究，如 Ian Stevenson; Brian L. Weiss; William Roll; Ken Ring; Bruce Greyson; Melvin Morse; Hans Ten Dam 及世界許多地方的精神科醫師、心理學家，也陸續相繼投入研究工作（正見輪迴，2007）。

## 貳、何謂前世療法？

前世是否真的存在？如何探索前世？依據黎國雄（1995）指出，現在西方專家學者要獲得前世回憶的資料，主要使用方法有四：

1. 是民間的自發回憶，只有一些人不必透過其他的輔助方法，就能夠知道自已的前世。
2. 是使用催眠術，使受術者在催眠狀態下回憶出自已的前世。
3. 是利用靈媒與靈界的生靈直接溝通，從那裡獲知人的前世。
4. 是能靈者運用自己特具的靈視能力來進行透視，或者是開發人人都有的超覺感知的能力來感知，從而得知人的前世。

本研究採用上述第二種方法，即透過催眠的前世療法探索前世。

### 一、前世療法的定義

前世療法又稱前世回溯療法或往世療法。印度德里精神病學家桑杰·丘格表示：「前世回溯療法」是指將病患的心靈帶回到更早時代，希望尋回造成病患今生負面影響的記憶，因為過去或前世的創傷很可能是患者今生症狀的源頭，因此回溯療法回溯的事件，不但包括了今世，甚至更早期的前世時代。（摘自大紀元網站，2007）

釋永有（1997）指出前世療法即是藉著催眠等方式，回溯過去所發生的事情，而進一步找出今世的病因，以發揮治療效果。Brian L. Weiss 認為：回溯療法是回到更早年代

的心靈的活動。而無論是哪一個年代，其目的是追溯負面影響病患今世的病因，因此記憶裡的事件，很可能就是病患症狀的來源（Brian L. Weiss, 2002b）。所以，「前世回溯療法」是藉著催眠、冥想、逼真的做夢經驗等等方法，集中注意力，進入潛意識狀態，喚起前世經驗中「原始創傷」根源與今世病因做連結，透過新的認知過程，達到療效。（張玉燕，2003）

「往世回歸」（Past Life Regression）即專門用於回溯前世體驗時的方法。把往世回歸方法應用到臨床而發展起來的前世療法（past life therapy），由於對某些奇特疾病的神奇療效，因此其在醫學領域的地位迅速地提高。諸如難忍的巨痛、根深蒂固的恐懼以及最傷情的創傷都埋在人們的深層意識中，因此都屬於常規醫學鞭長莫及的範圍。前世療法不但能很有效地治療這些疾病，而且有時會像變魔術一樣的神奇。

## 二、前世回溯療法的意義

心理及身體的問題常與以前的經驗是連結的，透過「前世回溯療法」，在身體、心理、靈性方面上能做完整性連結。因為在一般遺傳學或早期環境都無法解釋之下，透過前世經驗，得知輪迴關係，自然可以得到解釋。前世經驗並可以增加自我了解，解釋親密關係及憎惡問題，並且在相信死後世界後，使得生活有目的及促進精神成長（Kibler Karen Elizabeth, 1996）。狄吉娜·沃頓（2008）運用前世回溯作為她的業力療法技巧。她讓回溯前世與療癒成為可能的基本預設在於：我們的潛意識世界比我們的意識心靈存在的世界更為廣袤。我們的潛意識整體地連結到我們的靈魂，當我們探索靈魂之際，我們存在的最深層面便能獲得療癒。

蔡昌雄認為，基於對生命奧秘探索的熱情，以及科學對經驗事實開放求證的態度，前世療法所涉及的神秘現象確實有研究探討的價值，但是真正值得我們深究的焦點，卻是支持與批評前世療法臨床療效的各種合理性「解釋」。正因為它們是「解釋」，所以並非獨斷的真理，而是人類看待「未知真實」（unknown reality）的多元態度與認知光譜，背後各自有所持的哲學立場，需要進一步的反思與辯證。雖然在此身體架構中，

並未別立靈魂或前世的存在，但是確描繪了前世治療中，靈魂（如果有的話）在個人身體知覺經驗中臨現的存在路徑。換言之，靈魂可以被理解為「前世的」存在，但是它也可以是「當下的」身體經驗，兩者未必是互斥的，只不過後者因為沒有前者在經驗上斷裂（現世與前世之分）的缺點，而更能夠描摹出與當代身心科學整合的藍圖來。

### 三、前世療法的特性

釋永有（2001）認為前世療法的特性如下：

- 1、非宗教性，結果客觀。
- 2、雖經歷前世，但著重現世的治療。
- 3、一般人不論是否相信輪迴，都可能體驗前世。
- 4、在類似專心而放鬆的狀態中可進入前世狀態，而進一步經歷前世和做治療。

不論你是否相信前世，都不會影響你能否進入潛意識心靈。當你進入出神狀態（trance），就進入了前世的國度。不但如此，當你醒來，你總是還會記得走過的旅程，至於那樣的記憶是否真實並不重要，重要的是那段經歷的內容。前世經驗最真實的禮讚，便是你接收到的靈性訊息或療癒（狄吉娜·沃頓，2008）。

### 四、前世經驗的範疇

狄吉娜·沃頓（2008）指出通常前世經驗會落入以下五個範疇之內：

1. 會經歷另一世完整的故事。
2. 將短暫地瞥見一系列影像，伴隨著一絲靈性的啟發及一種深沉的幸福感。
3. 會經歷一種痛苦或不舒適的身體感受，但當你回到正常的甦醒狀態，這些感受便會消失。這些痛苦通常跟慢性病有關。有時候這樣的病狀會在回溯前世經驗後消失。
4. 會釋放你的恐懼、憤怒或悲傷。
5. 感到異常的平和與放鬆，你不想從催眠狀態中甦醒。一旦你回到正常的清醒狀態，你會感到清新與活力。

## 五、前世療法有效的原因

「回憶前世」會產生治療功能，其原因如下：

1. 孩童早期產生心理創傷的經驗，可藉對「前生」的投射而獲得解脫。
2. 這種治療法也能讓未了的心理衝突獲得解決，覺得自己受到一種無法避免的命運，會使人感到已提供了某種理性解答而心安理得。
3. 重新經驗到過去的命運階段與當時的情緒，會發生「滌淨」（catharsis）作用，從而使當事者又能重新接納自己。
4. 藉「前生」的「回憶」，個人的痛苦經驗與不公平獲得某種「解答」，因而覺得這些痛苦與不公平比較能忍受。（以上四點為Hans Bender之觀點，引自項退結，1994）
5. 前世只是一種潛意識，我們在潛意識中模擬某種情況、態度、事件、人物，當我們置身其中時就會「客觀」地看待這些事物的整體情形，並能以更「深層的洞察力」對應未來發展；因此，前世經驗會帶來更富直覺與創造力的現世(Ted Andrews, 2000)。
6. 心理及身體的問題常與以前的經驗是聯結的，透過「前世回溯療法」，在身體、心理、靈性方面上能做「完整性連結」。因為，在一般遺傳學或早期環境都無法解釋之下，透過前世經驗得知輪迴關係，自然可以得到解釋。所以，「前世回溯療法」是一種自我發覺（self-discovery）、治療（healing）、轉型（transformation）的一種方法（Kubler Karen Elizabeth, 1996）。

個案處於過去經驗狀態下，透過觀察、理解、敘說及情緒宣洩，因此達到療效。而催眠治療師帶領個案經歷了過去的創傷、事件等，並適時引導及治療，讓個案不再為過去相關事情而困擾，並有新的領會，進而產生新的領悟與頓悟，比以往更正面樂觀積極，改變現在及未來的人生，整個過程就產生療效（引自釋永有、張玉燕，2005）。

狄吉娜·沃頓（2008）則認為經歷這樣的前世經驗，人們通常會：

1. 找到內在的祥和。

2. 化解內在的屏障，獲得心靈的澄澈，並達成個人目標。
3. 釋放摧毀性的情緒模式與自我挫敗的態度，從而改善人際關係。
4. 與他們的靈性連結，與自己的生命目的協調一致，並釋放任何對死亡的恐懼。

因此，透過正統的年齡與前世回溯療法，有機會經驗童年與前世，知道真正糾結所在，重要的是藉著催眠師的協助，在當下的情境中可轉化深層障礙，提升內在的覺知力和洞見今生的使命與功課，而不會沉溺於一般似是而非的、宿命的前世因果論中，看不見未來的希望。

## 六、前世療法的療效範圍（引自釋永有、張玉燕，2005）

### （一）身體上療效：

如慢性疾病、免疫系統失調、身心失調所引起的病痛、肌肉與骨絡的疼痛、藥石罔效的頭痛、過敏、哮喘、氣喘症與因壓力或免疫不良造成的潰瘍、關節炎等（Brian L.Weiss, 2002b）。身心是互為主體，「前世回溯療法」即應用到身心一體作用原理，而達到生理疾病治療效果。

### （二）心理上療效：

透過「前世回溯療法」對焦慮、恐懼、強迫症的好解、重建自信心、圍剿心理症、衝突的人際關係、喪親的悲痛等等都有療效。回到前世目的是使人從潛意識的某些壓力中掙脫出來（Pascal Thomas, 2000）。依據 Brian L.Weiss（2002b）發現「我們會與同類的『靈魂』輪迴轉世」，由此可知，一世一世的不斷輪迴，使得人際關係擴展，並且改變了彼此的關係。因為透過前世經驗，意識到生命的永恆不朽，而能舒解目前的悲痛。對其他心理症的療效，經過前世經驗，理解造成恐懼、焦慮、強迫症等等的真正根源問題核心因素，然後能逐漸復元。

### （三）促進心靈成長：

透過催眠方法進入潛意識狀態，潛意識是人類心靈意識的主要部分。陳勝英（2001）

指出：85%以上的人可以經由催眠體會到前世經歷，可以了解潛意識對宇宙、人生的觀點，利用這些觀點可以正確地批判我們自己的生命，有效地注入正面思想，平衡自我與外在環境關係。所以，經歷前世無疑是個人靈性覺醒的通道，並且促進心靈的成長。

#### （四）改變生死觀：

「前世療法」可以醫病並轉變他們的死亡觀（Brian L. Weiss, 2002），甚至可以減少死亡恐懼（Kubler Karen Elizabeth, 1996）。當人經歷前世後知道生死是個輪迴，人是存在過去、現在、未來這三次元的世界中，其實是永恆的，就不會再害怕死亡所帶給人的威脅與恐懼，也就能改變死亡觀點。有許多人在經歷前世後，人生有許多轉變，因為超越時空看到了前因後果，而更了解人生的積極意義和目的（釋永有，2001）。

#### （五）生與死的體驗：

前世回溯可回溯出生經驗、瀕死經驗、靈魂世界、死後狀態等生與死的體驗。運用回溯療法經歷生與瀕臨死亡的深刻體驗後，可以祛除對死亡的恐懼並對於未來人生有新的註解。

#### （六）化小愛為大愛：

在過去前世回溯療法都放在身體及精神上，現在新領域是指導人們超越另一更高層級，以得到智慧及視野。因為，前世療法提供人們在心靈上更寬廣的視野，觀看宇宙人類關係存在的本質。所以，以前是把焦點放在自己，現在是放在「愛」及「幫助他人」層次上（Kubler Karen Elizabeth, 1996）。因為，透過「前世回溯治療」，可以感受到生命的起源、變動、生命的不巧與永恆，也理解到一生一世的輪迴無非是要不斷地學習和進步，並且理解到由小愛化為大愛的心靈提昇。

#### （七）擴展生命潛能：

佛教的因果觀認為人其實從未死過，只不過肉體死亡後再轉換另一軀體繼續存活，甚至過去記憶亦如影隨行跟著轉換，也可以說是一種身體與記憶的移植。所以，人的技

藝、專長、學識可以持續到來生，可以說是心靈DNA的轉移。因此，許多天才並非無中生有，而是過去世專精習得於今世示現。也可以說，「今日之我，昨日造；明日之我，今日造」，過去世所具有的能力會延續這世來。在回溯中會發現過去世的能力特質，而這世若能對原具備的生命潛能加以努力擴展，必能事半功倍。

綜合以上可知，前世療法對身、心、靈方面都有療效。

## 七、前世與今生的關聯

到底前世對今生的影響有多大？人一生的作為，就像黑盒子或錄影帶一樣，紀錄得清清楚楚。凡走過必留下痕跡，過去的紀錄就是今生的依據。佛曰『欲知前世因，今生受者是；欲知來世果，今生作者是』。

《細胞記憶》作者蘇菲亞布朗（2004）指出前世與今生的關聯如下：

1. 我們的身體，是由好幾億個互相影響的細胞所組成的。
2. 每一個細胞都是活生生的，能夠呼吸、思想、感覺的有機體，而且對於潛意識心靈的訊息，也能夠反應、接收、保留。進入催眠狀態的時候，我們整個人完全由潛意識主導。
3. 我們的靈性原封不動，很安全、很完整活在潛意識裡，無論我們的意識是否健康或者不健康。
4. 我們靈性記得靈魂經歷的每件事，包括這一世，以及我們被創造後的每一世。
5. 我們的靈魂進入肉體的那一瞬間，靈性的所有訊息與記憶，會灌注到我們的身體細胞裡，然後我們的細胞會對這些訊息與記憶起反應，一直到靈魂離開肉體，再度「回家」。
6. 我們的細胞不僅對這一世的記憶起反應，也會對前世記憶有所反應，不論我們的意識心靈記得與否。
7. 所以，進入這些細胞記憶，我們可以清除長期隱藏的疾病、恐慌、痛苦與創傷，重新創造出可以讓靈性欣喜的身心健康。

蘇菲亞布朗（2004）提到真實不虛的前世：

1. 靈魂的本質與真相：你是永恆的。
2. 你現在的生，只是獨特且無盡的旅途當中，一段小之又小的過程，這一切都是上帝對你的精心安排，而且你的靈魂之旅都是你自行設計的，目的在於開發你最大的潛能。
3. 你目前的生命不會在死亡之後結束。你只是靈魂脫離肉體，返回到更高次元完美「家鄉」，這個地方稱之為「另一界」（The Other Side）。
4. 這個永恆的奇妙禮物代表著，你這一獨特的靈體將永遠、永遠的存在著。
5. 永恆代表著你永遠、永遠存在著，而且代表著你已經不斷、不斷存在過。
6. 在開始有時間的時候，你就一直存在著，而且一直毫無間斷，在塵世與「另一界」之間來來回回，已經無數次。
7. 你曾經以許多不同肉體與身份在塵世生活過，在地球許多環境，歷經許多的不同年代，這一切都是你的選擇，完全依照靈魂成長的不同目標與需求。
8. 你現在的生只是某一階段，靈魂的永恆生一直存在著，而且也將永遠存在下去。

陳國鎮則以生命有多重結構的說法來解讀生命的永續性：生命的延續並不是建立在身體上，而是建立在意識和潛意識的心智連續上。死亡是生命脫離物質的相變，而不是一了百了或完全消失（林靜馨，2005）。

## 參、業

「業力」（Karma）這個名詞，指的其實就是宇宙法則中的因果律。宇宙給我們機會去學習累世以來未學會的功課，以及我們最需要突破的心靈課題。

### 一、「業」是什麼？

「業」的思想起源於印度，「業」（Karma）是指「行爲」、「造作」的意思。凡是有意向的任何行爲，出身口意的，都可以叫做業（星雲法師，1986）。「業力」簡單

來說就是業的作用力，是指由過去行爲延續下來所形成之力量，能引生後續的果報，這種力量也是推動生命不斷出生輪轉的力量。

印度人認爲「業」是招致生命不斷輪迴轉世的動力。後來，佛教沿用「業」的觀念，將其昇華，認爲「業力」是招感一切痛苦、快樂，雜染、清淨果報的原因，行善業得樂果，行惡業得苦果。因此，「業」也含有善、惡行爲上所招致苦樂等因果報應思想，及前世、今世、來世等輪迴思想（宇峰，2007）。

業是宇宙之非人格的法則，就像萬有引力規律一樣。在這樣一種法則下，我們現在的行爲，創造了在未來的某個時期裡，我們的命將寄托其中的環境狀態，不一定在這次生命中，而是在某種超越輪迴的未來形式中（John Bowker, 1994）。

## 二、業力的三個特性

「業力」有以下三種特性（宇峰，2007）：

1. **業力的形成必定是有因有緣**：現前遭受的果報，必然是往昔所造作的業力，有因有緣所形成的。
2. **微小的業也能形成極大的影響**：即使是微小的業力，在各種因緣條件之下，卻可能造成極大的果報。著名的混沌理論（chaos theory）的根據，即是一隻蝴蝶煽動翅膀，竟然在遙遠的國度裏引起颶風。
3. **在未受果報之前，業是不會消失的**：有業，就會有果報；今生不受報，來生不受報，就是千千萬萬生，業力照樣存在，只要因緣和合，還是要受報的。

## 四、業的形成

業力由煩惱迷惑而產生，透過我們的身（行爲）、語（語言）、意（意念）來造作，而感受種種苦果。在佛法中以「惑業苦」（迷惑→造業→苦果）來說明這種因果關係。而透過身、語、意的造作所形成的業，也有善業、惡業與無記業之分，分別招感樂報、苦報。主要的有十善業道與十惡業道。

在佛法中，將世間的善行總攝為十種大類，也就是所謂的「十善」。它是以三種身業——不殺生、不偷盜、不邪淫，四種語業——不妄語、不惡口、不兩舌、不綺語，及三種意業——不貪欲、不瞋恚、不邪見，所組成的十種善業。「十善」是一切善業的根本，在大乘佛教中也將十善業視為解脫修行的基礎，依此來修學解脫的智慧，菩薩的悲心，則能成就聲聞、緣覺乘，乃至成就菩薩與諸佛的無上圓滿大覺。

惡業是指我們的身心由於貪、瞋、癡三種根本煩惱的推動，經由「身」、「語」、「意」三者而以肢體、語言、心念造下種種惡業，而招感種種苦果。佛法中將惡業的型態分為「五惡」、「五逆」、「十惡業」等。「五惡」指為五戒所禁止者，即殺生、偷盜、邪淫、妄語、飲酒。「五逆」一般指殺母、殺父、殺阿羅漢、出佛身血、破和合僧，稱為「五無間業」，是惡業中極惡極大者。「十惡業」則是相對於十善業的業行，即殺生、偷盜、邪淫、妄語、兩舌、惡口、綺語、貪欲、瞋恚、邪見。如果平常慣於行十惡業者，將落入地獄、畜生、餓鬼等三惡道受苦。

佛法中的「業障」（梵 karmavarana），原來是指能障聖道及聖道加行善根的業。除了「業障」之外，還有所謂的「煩惱障」與「報障」，三者並稱為「三障」。所謂的「煩惱障」，是指我們心中的貪、瞋、癡等煩惱；「業障」，是指由身、口、意等三業所造作的不善業；「報障」是指因煩惱障、業障所招感的三惡趣果報，現生於地獄、餓鬼、畜生等三惡道。這三種障礙，能阻礙我們修學解脫的聖道，及世間種種善行（宇峰，2007）。

## 五、業與因果

佛陀在成道時，體悟宇宙的質相，即宇宙萬相必有形成的原因目前的結果，也正是下一階段的因。這就是所謂的「因果」，是指「原因」與「結果」，也就是宇宙萬象形成的軌則。一切現象的形成，都是依循著因果的軌則。能引生結果者，稱為「因」，由因而生者，稱為「果」。而在這個過程中，影響結果的各種因素，則稱為「緣」，由此感得種種快樂、痛苦的果報，稱為「報」，也就是所謂的「因、緣、果、報」，有時也

說「因緣」、「果報」。而所有的果都是自作自受，並非他人所加諸自身的。在《瑜伽師地論》卷三十八中說：「已作不失，未作不得」，正是佛法因果論的特點——任何思想行為必然導致相應之後果，已經作的業在果報未現前時，業力是不會消失的（宇峰，2007）。

從意志到行動結果的過程，在人類的任何實踐行動裡，因果原理成爲它的根源。從一切人類的行動開始，直到自然界的運行，都不會跟因果關係脫節，也沒有不能連繫的偶然之處。縱使暫時看來好像很偶然，實際上只是我們不知其故罷了，而不是沒有原因。尤其，原因不止一端。它含有許多不特定原因。佛教稱它爲緣。所謂緣，即是多因，也意味諸種條件（劉欣如，1993）。

所謂「業因業果」，業也必定在因果原理上面活動。依照這項因果原理來說，既定爲原因那項起因是不能被調換。當然，這項原因所帶來的結果，也不能調換，必然與原因連結。從此，才會出現原因與結果的必然連繫性。在科學上，這是他們所謂因果關係的必然性。人類行為的結果，不是依靠一因一果那種單一關係來決定，其他諸種原因也會起作用。雖然，業是一種引發結果的作用，但是它不是產生業果的東西。對於果的出現來說，業充其量是它的助緣罷了。這種論點即是因果理法的解說。倘若科學的因果關係，屬於一因一果的關係時，那麼，佛教的因果關係，無異多因多果的關係了（劉欣如，1993）。

業的本身就是一種宇宙能源的活動。宇宙萬物在活動中很有秩序地存在。所謂秩序，可以叫做因果的理法。萬物靠宇宙的因果理法，會必然相互連繫起來。換句話說，業就是以因果的理法爲原則。總之，就是要認同「業」是把「業因業果」這種因果關連當做其結構上的一個面。業的因果關連，使我們得用業來解釋它屬於命運的要因。若換成時間來說，由於過去的因（業因），才会有現在的果（業果）。依靠因果關連，讓諸種現象秩序化，也讓它們含有整合性，業論在這方面就不會跟科學不同。因爲它們依據這方面才能成立，也就是一種佛教的哲學體系（劉欣如，1993）。

但是，人類生存以行爲爲本質。行爲產生的理由，在於可能引起行爲的意志。問題聚集在意志行爲方面。意志改變，業果也會改變。自然科學方面的因果必然性，屬於外在原因與結果的關係。反之，佛教方面的必然性，則由內部條件引起的。換句話說，業是以內在意志爲條件，命運依靠類似神等外在條件來決定。然而，業是在自己內心成長的（劉欣如，1993）。所以星雲法師說：「因果業報，如影隨行」。業力是自力創造不由神力，前途光明希望無窮（星雲法師，1986）。

伶姬（2003）表示，每個人身上都有專屬的黑盒子，記錄你的一生，就連起心動念，也可能對因果發生影響，並記錄在屬於你的生活日記「黑盒子」裡，等你斷氣回到靈界的那一刻，靈界的第一個動作就是把記錄你一生的黑盒子打開，幫助你快速地重溫舊夢。當然，每個人身上的黑盒子都與老天爺的超級電腦連線，方便將資料作即時處理，巧妙而快速地爲你安排下一世。她強調，因果基本運作模式原則上與加減法無關，一因對應一果，絕非把這一生所有的惡與善加減後才得出一個果，也不可能後功抵前過（除非對方原諒你，不想向你討債，因果模式走到天譴或劫數，由老天爺接手，才有機會功過相抵）。根據伶姬（2003）的說法，「轉世爲人」的原因其實很簡單，就是十個字：「還債、報恩、學習、考試、服務」。因此，在前世與今生的因果關係中，有些是來報恩，有些是來還債的，有些則是再一次相遇來共同學習某一些功課的，也有些是來考情關或錢關的，還有些是來渡化服務人群的。

## 六、業的目的

艾德格·凱西認爲業由心造。不是行爲，是動機；不是文字，是精義，才是業的決定因素。薄伽梵歌它的主要信息是：沒有執著，就不會創造未來的業。即使愛，必須成爲無我的愛，無執著的愛，無佔有的愛，是超然的愛，否則它將在未來造出新的業緣。

業的目的在教育與赦免。人生的困難不管是否由業障引起，它都是心靈成長的契機。業本身不能以宿命解釋，換言之，業不能被視爲一種盲目而毫無轉圜餘地的衝力。當然，業是個精確的法則，但它的目的，是要給靈魂一個機會，把自己回歸到合於宇宙

中做人的真理。如果靈魂因此察覺自己的缺失，且主動回歸，因回歸而失去多少，則因其業力作用必也得回多少。

業的目的是要赦免靈魂的罪過。如果人瞭解了業的真正意圖，在於教育與赦免，人也就知道它的懲罰不是專斷霸道的，或不可寬恕的。所以，人不是消極地接受懲罰，實應積極努力學習其苦難中所隱含的功課。當引進一個新的力量，是正當的想念與行為時，業的方向才能被轉變或修改，它原有力量才會縮減（吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯，2008）。

## 七、業力法則

黛安娜·庫柏（沈文玉譯，2010）在《靈性法則之光》中談到她對『業力法則』的看法如下：

1. 『業力法則』是「要怎麼收穫，先怎麼栽」。要記住，種瓜得瓜、種豆得豆。
2. 業力被記錄與平衡。在我們生生世世中，每一件事都有靈性上確實的計算。
3. 愛的想法、情緒、話語與行為是存款的帳面餘額，負面的是負債，宇宙在我們最沒有預期的時候把這些召喚過來，不知道業力的人稱它為命運或是運氣，好運或壞運。
4. 藉由去愛他人和給與他們力量，我們療癒了業力的關係。
5. 如果你與某個人之間有問題，在心中期望他們很好，這將開始治療業力。
6. 你只能攜帶著業力直到你學到了功課，無知使你身負重擔，如今透過覺知與愛讓自己自由。
7. 正面的信念在你生命中創造出好的業力，接著神奇美好的事將發生。你要為你的心態負責，如果你的信念不能使你開心，現在就改變它們，你是唯一能做到的人。
8. 你每一片刻有關思想與情緒的選擇，將影響你的生命力與健康，這就是業力。你帶到這一世的傾向習慣也是你的業力。
9. 在你輪迴轉世前你選擇你的家庭、生命的挑戰以及你的使命，你也選擇你的身體與基因體質。

10. 業力之神必然是進化的存有，掌管著所有的阿卡沙紀錄，這份紀錄被保留在很巨大的宇宙電腦中，當你得到一個輪迴轉世的機會，牠們幫助你的靈魂作重要的決定，包括選擇父母，以及你在這一世希望學習與實現的是什麼。
11. 業力是從一世攜帶到另一世，我們可能到下一世之前不會經歷到我們的行為結果，因此許多人忘記了因果關係。
12. 我們的振動愈高，業力就愈快回到我們這裡，
13. 如果你希望享受安全的未來，還清你在宇宙銀行的靈性債務，並且建立信用資產。在業力銀行裡留一筆存款，以便在需要的時候可以運用總是很明智的，為了至善來思考、說話與行為，你將成為幸運的人。

## 八、業力療法

狄吉娜·沃頓（2008）對「業力療法」的詮釋如下：

### （一）「業力療法」的意義

1. 業力的梵語（Karma）字面上的意義是「行動、活動或工作」，你無法掌控你的處境，但你可以掌控你如何自處。更何況，你永遠要為自己的行為負責。而且顯然你無法避免業，因為生命是由行動構成，而行動創造業。
2. 業的法則是這樣說的：「怎麼栽就怎麼收穫。」業乃是經由幾世累積而來，是你過去所做的每件事所累積的後果，包含你的錯誤與成功。
3. 你的正面行為會有建設性的後果，而負面行為則有毀滅性的後果。你的業可視為過去行為的總合，這些行為有些讓你前行，有些則拉你後退。
4. 身心靈是緊密相連的。沒有被解決的靈魂議題，往往會造成能量的阻滯，狄吉娜·沃頓（2008）稱之為「業力障礙」。這些障礙會影響我們思考、感覺、行為與感受身體的方式。甚至會衝擊到情緒與身體健康。
5. 在前世未解的習題，有可能會被帶往今生。一旦包藏困境的障礙在回溯經驗中獲得釋放，就能掙脫業力障礙，不再受情緒轉折與身體疼痛的限制，獲得了內在的自由，

以創造更豐裕的生活。這也就是業力療法的真諦。

6. 愛與恨是兩個強大的力量，就像業力的膠水，將你的命運與他人累生累世地牽繫起來。愛將你與朋友、家人及愛人綁在一起，而你們會一次又一次地歡喜結合。未決的議題也會透過恨、憤怒、氣憤與報復，將你與他人結合。
7. 你的靈魂知道你必須完成什麼。在生命之間的過程，你不僅與家人訂立契約，也和沒有血緣關係的其他人有契約，好讓靈魂得以持續發展。與朋友、同事及情人的契約，是用來教導你靈魂的功課，以提升靈性的成長。
8. 當你準備好療癒，你的業力時鐘會啟動釀成危機的情況，繼而抒解了阻滯的能量。有時候跟你有宿怨的人會出現在你的生命中，當你的業力餘毒被釋放或平衡，你通常會走出一條不一樣的路。
9. 如果我們累世持續重複相同的錯誤，我們便會卡在相同的行為模式與局限的信念，變得停滯不前。如果一再錯失我們的功課，最終我們的靈魂會說：「已經夠了！」。
10. 當我們在生命之間的過程，有時候我們會計劃出一種戲劇化的情境，把我們從靈性的沉睡中喚醒。靈性的覺醒可以透過一種情境或一段個人關係而發生。有時候深沉的損失太讓人震撼，讓我們改變了性格。這種震撼人生的災難，需要我們全然的注意力，我們毫無選擇，只能聆聽更高的自我。

## （二）業力模式

除了能力與性格，我們也把未解決的經驗帶到每一次輪迴。這樣的包袱會落入四個明顯的腳本，狄吉娜·沃頓（2008）稱之為業力模式。每個模式都可能在身體、情緒、心理或靈性上影響我們。以下是業力模式的簡短描述：

1. 身體包袱：殘留在前世身體記憶體的身體症狀，會影響你今生的健康。
2. 罪惡的被褥：從前世留下的情緒殘餘，就像假的安全毯，覆蓋掉真相，因而蒙蔽了潛在的正面選擇。
3. 命運的過濾器：前世所做的決定，會局限你現在的信仰與後續的行動。
4. 天秤平衡器：前世的極端行為，有時會導致今生過度補償的行為。

### （三）業力療法四項原則

狄吉娜·沃頓（2008）運用了業力療法四項原則：

1. 責任：對自己的行為負責。你無法控制環境或他人的反應，但你可以主宰自己對生命的回應。
2. 認同：明瞭你所有的挑戰都是成長與發展的契機。
3. 理性：接受你生命中的人的存在是有其意義的。
4. 寬恕：原諒錯誤與逾矩，這樣將能幫助你釋放對自己與他人的憤怒與憎惡。

### （四）家庭的業力關係

業力在人際關係中扮演關鍵角色。你的靈魂會挑選一位家人和你合作，去平衡你的業力，並且學到你的課題。你會被前世有糾葛的人所牽引，這些牽繫包括債務關係，或只是根植於愛。不管如何，這些關係都確保每個人有機會受益，有機會在某種程度上獲得成長。以下是在家庭情境中業力關係的簡單說明：

1. 業力催化劑：讓你有痛苦經驗的關係往往強迫你成長。就像在業力訓練營，你會被訓練地更為強壯。
2. 業力教練：特別親密的關係會幫助你穿越危機，並認同你的正面特質。
3. 業力之鐸：強調你負面特質的人，往往會促使你往相反的方向成長。
4. 業力衝突：跟信念與你不同的人互動，因而擴展你的世界觀。

你可能認為人生並不公平。但是如果從更宏觀的角度來看，從輪迴的概念來看，你將發現神的公理正義完美地符合更高的計畫。我們生活在不斷改變的動態世界中，相對力道互相制衡，尋求平衡。生命之輪線性的時間中轉動，將宇宙的公平正義帶入你的生命。生存是個持續的經驗，且不限定一次輪迴。現世的有些習慣模式，可能是起源於對前世的行動的制衡（狄吉娜·沃頓；江孟蓉譯，2008）。

## 肆、輪迴

輪迴思想源於印度靈魂轉生、靈魂不滅的原理。輪迴的真義是「回到肉體」，也就是「重生」。布萊恩·魏斯（2002c）曾這麼寫道：「輪迴是生命的基本存在形式，也是宇宙對生命慈悲的表現。這種慈悲，就是在於給與生命一次又一次的機會，讓生命去改正、學習、充實和完善自己。同情的寬容可以讓我們超越傳統的『業報』觀，這樣，我們就不會再度輪迴於舊戲碼裡。」

### 一、何謂輪迴？

輪迴即是一個宗教概念，輪迴是一個過程，人死去以後，靈魂（或稱「意識」）會離開人體，經過一些過程以後進入另一個剛剛出生的新生命體內，該新生命體可以是人類，也可以是動物、鬼、神。到達涅槃的境界就可擺脫輪迴。

輪迴（Samsara），古印度語音譯僧娑洛，謂眾生由惑業之因（貪、瞋、癡三毒）而招感三界、六道（天道、人道、阿修羅、惡鬼、畜牲）之生死輪轉，恰如車輪之迴轉，永無止盡，故謂輪迴。又作生死，生死輪迴、生死相續、輪迴轉生、輪迴、流轉、輪轉，意味著生死相續漂流輾轉沒有終盡（慧風，1978）。

輪迴觀念淵遠流長，西元前七、八世紀盛行於印度，西元前六世紀亦可發現盛行於希臘（Alison Morgan, 1999）。早在婆羅門教、奧義書時代，輪迴的思想早已在印度各派宗教和學說間流傳開來。更早於古希臘哲學中早已存在這個思想，例如柏拉圖、蘇格拉底時代，都可找到足跡。

「輪迴」是佛教、道教、印度教、耆那教，甚至早期基督教（君士坦丁大帝才拿掉此觀念）等都擁有的看法，雖然看法略有不同，主要是指生命並非在死亡後就沒了，而是一世又一世的延續下去（釋永有，2001）。

婆羅門教：輪迴本為古印度婆羅門教主要教義之一，佛教沿承之並加以發展，注入自己之教義。婆羅門教認為四大種姓及賤民於輪迴中生生世世永襲不變。印度種姓制度：古代印度社會分為僧侶（婆羅門）、王侯武士（刹帝利）、農工商庶民（吠舍）、賤民（首陀羅）等四等種姓。其後逐漸產生分歧之副種姓與新種階級。印度獨立後於 1950 年廢除種性制度。

輪迴的種類包括：自然界的輪迴（春夏秋冬、植物輪迴、日升日落、開花結果、種子掉落發芽）；和生命現象的輪迴（指生命會延續與生命的真實現象）。輪迴的意義是生命會延續，非常非斷（會延續會改變）；死亡不是終點，而是再生；放下過去，把握現在。善緣好運。

輪迴的特性是業力（karma）：形成有緣群組（karma group）；可能性別改變，關係改變，身份、職業、地位、名望等不同；不是不報，時候未到；因果很公平；是你的，別人搶不走；不是你的，不需強求，強求是苦；要累積福德。

## 二、輪迴與轉世的連繫建立在以下幾點基礎

### （一）建立在輪迴思想基礎：

是以靈魂能脫離肉體而獨立存在為前提，因為靈魂若無獨立的主體，它的轉生或流轉便毫無意義。

### （二）輪迴的原因是十二因緣法：

佛教認為人生是周而復始，永無窮境，任何現象都處在生滅變化中。這些聯繫與變化，只有在緣起的條件下才能發生。導致輪迴的原因是十二因緣法，佛法稱之為「緣起法」。這十二因緣分別為（宇峰，2007）：

1. 無明：我執、對立開始產生之時。
2. 行：生命存續的意志力。
3. 識：行以無明為核心，相續運作產生的意識、記憶。

4. 名色：生命意識與受精卵的結合，精神與物質結合而有生命。
5. 六入：生命不斷發展，產生眼、耳、鼻、舌、身意六入。
6. 觸：六入接觸色、聲、香、味、觸、法外境。
7. 受：由六根接觸外境後，產生種種感受。
8. 愛：是指強烈的驅力，對自己喜愛的樂受，生起愛求的熱望，對厭惡、恐懼的苦受，就生起憎恨逃避的強烈欲求，進而驅動後續的行為執取。
9. 取：由愛之執著進而產生身、識、意等執取之行爲。
10. 有：由執取的行爲造成存有的現象。
11. 生：存有的現象推動生，即後續的存在。
12. 老死：有出生就會老死、死亡，輪迴不已。

而生命流轉的過程則是：無明緣行，行緣識，識緣名色，名色緣六入，六入緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老死。

（三）十二因緣法統攝過去、現在、未來三世：

十二因緣法是統攝過去、現在、未來三世的因果鏈條。現世的果必然有過去式的因，現世的因必將引出未來世的果（諾布旺丹，2002）。所謂「三世」是指過去、現在、未來三世，過去所造的一切爲現在的因，現在所造的一切爲未來之因。

如果從這十二個階段來觀察三世因果，即由於「過去世」之無明、行之二因而生「現在世」之識、名色、六入、觸、受等五果。現在之愛、取、有三因，又招致「未來」之生、老死二果。這個三世雙重因果，代表了因果的相續無盡（宇峰，2007）。

### 三、輪迴主體的條件（摘自李潤生，2000）

輪迴主體的條件須有以下五大條件：

- （一）非「恆常不變」的自性實體
- （二）非「不可分割」的獨立體性

- (三) 發動「個體生命」一切活動
- (四) 相續不斷的保留「業種子」
- (五) 業種感招來生之「果報」

#### 四、輪迴主體的介紹

輪迴主體包括一下三大部分：1. 中陰身；2. 阿賴耶識；3. 靈魂

##### (一) 中陰身的探討：

###### 1. 何謂中陰身：

在整個生和死被當做一連串持續在改變中的過渡實體，稱為中陰 (bardo), 「中陰」這個名詞通常是指在死亡和轉世之間的中間狀態，事實上，在整個生和死的過程中，中陰不斷出現，而且它是通往解脫或開悟的關鍵點。中陰是促成解脫的最好機會，如同佛法告訴我們的，中陰在某些時刻的威力特別強，潛力特別大，不管你做什麼，都能產生巨大而深遠的影響。是最重要、最原始和最核心的心性的時刻。不過，在這些時刻中，威力最大和最富潛能的，還是死亡的那一刻（索甲仁波切著，鄭振煌譯，1997）。

###### 2. 中陰身的流轉過程：

生命是由一系列連續不斷的境界所構成，最初一個境界是「生有意識」境界，最後一個境界是「死亡之際的意識」，介於這兩者之間，由舊變新的一個境界叫中陰或中有。人因為一期業報已盡，四大於是分解，生命便自然結束。四大即是人的物質身體的四種組合元素：地、水、風、火。所謂「四大圍空，識住其中，是為人。」人命終時，四大分解，識乃離去，以其業力，成就另一期四大和合。四大分解之後，靈識（第八識）離體，進入中陰期，其體即是中陰身（諾布旺丹，2002）。

##### (二) 阿賴耶識的探討：

###### 1. 何謂阿賴耶識：(星雲法師，2008)

「阿賴耶識」是印度的語言，中文的意義就是「我」的意思。人有八識：眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識、末那識、阿賴耶識。前七識都有死亡、毀壞的時候，只有第八阿賴耶識的「我」，是吾人的真心本性，它可以隨著我們流轉五趣六道、輪迴天上人間，是永恆而不會消滅的。

阿賴耶識這個「我」的生命，就像念珠的線，把一顆顆的念珠串起來；阿賴耶識把我們一期一期、一階段一階段的生命銜接起來。在三世流轉的生命裡，雖然因為人有「隔陰之迷」，因此不知道前世、來生，但生命的業力流轉，那是絲毫不差的。

玄奘大師形容阿賴耶識是「去後來先做主翁」。意思是說，人到世間上來，阿賴耶識比眼耳鼻舌身意先進入母胎；人死之後，阿賴耶識是最後離開的識，它是我們生命的主體。

## 2. 阿賴耶識的功能：

第八識阿賴耶，如電腦的貯藏部，把資料和知見收藏起來，永不能自動消滅，除非眾生本身另行輸送新資料，以消除舊的知見。「浩浩三藏不可窮，淵深七浪境為風。受薰持種根身器，去後來先作主公。」第八識因種種妄計，主宰生命，有「去後來先作主翁」的控制力。所謂「去後」即是人壽命終之際，這識是最後離開軀體的。但投生時卻最先入胎，影響著整個生命生長的各樣。

此識有此決定性的影響力，如果人不能認識此藏識的利害，一於只在感上下功夫，信感應為真，則不但以為人生是真，在中陰期中的種種自識感應也自然地信以為實，那麼便會受驚失措，以致惶惶投生，受苦輪迴了。

### （三）靈魂的探討：

靈魂在很多宗教思想都存在，係人類超自然及非物質組成部份。許多宗教都認為，靈魂居於人或其他物質軀體之內並對之起主宰作用，它們亦可脫離這些軀體而獨立存在。不同的宗教和民族，他們對靈魂有不同的解釋，靈魂具有重要的宗教意義，不同的

宗教對人死亡後靈魂去向解釋不同（維基百科，2008/11/16）。

### 1. 原始宗教的靈魂觀

靈魂來自一個全能的神靈。在人類的原始宗教中，靈魂的本質就是力量。力量、靈魂和生命是可以彼此互換的觀念。這些力量被認為存在於人類和其他生物(包括植物)的生命之中。以澳洲的原住民為例，他們將靈魂分為內部靈魂（Internal soul）和外部靈魂（External soul）。內部靈魂是整個身體（即物質部份）；外部靈魂則是離開身體之外的部份。外部靈魂會離開身體，並會停留在圖騰（即生物的替身）上。

### 2. 中國民間的魂魄說

中國人認為，靈魂分作「魂」和「魄」兩部份，魂主精神，而魄主身形，並有「三魂七魄」之說。傳統上認為，當一個人受到驚嚇，可能會使魂魄離開身體，若不好好處理的話，人就會步向死亡。因此，當有人被嚇至昏迷之時，民間會舉行一種特別的「招魂」儀式，意圖使昏迷的人起死回生。

### 3. 道教的元神說

除了魂魄說以外，中國的道教的許多派別都認為，人的靈魂是一種擁有意識的特殊物質，並稱之為「元神」。這種元神有陰陽之分，而經過修煉，使人變為純陽，就可以控制靈魂進出肉體。他們稱之為「元神出竅」。

### 4. 佛教的靈魂觀

佛教基本上是否定靈魂。佛教的創始者釋迦牟尼否定靈魂存在，而因果關係所聯繫的是記憶，不是靈魂。佛教各派對靈魂的看法是不一致的。

在佛教傳入中國時，由於中國人重祖先靈，因而使得中國佛教發展靈魂觀念。通俗之佛教的喪禮中，一般會誦經超度以引導亡靈早登極樂西方，這明顯是肯定靈魂觀念之做法。

## 5. 基督教的靈魂說

原始基督教將靈魂分作「靈」(希臘文 *pneuma*) 和「魂」(希臘文 *psyche*) 兩部份：「魂」是血肉的，所有生物都有的；「靈」(即生命力) 則是來自上天的，只有人類才擁有。因此，西方人有「人類是萬物之靈」之說。《聖經》的原文用詞「魂」(即希伯來文 *nephesh* 和希臘文 *psyche*) 顯示，是沒有將身體和「魂」加以劃分，而且描述「魂」是會死亡的。

傳統認為靈魂乃是不滅的，最終會到天堂或地獄。因受古希臘哲學新柏拉圖主義的思想影響，今天一般的基督教信仰中，將人劃分為兩部分—靈魂與身體，在生之時是不分離的。根據《聖經》的描述，已死信徒的身體會改變，與得榮耀的耶穌的身體相似。

中世紀最廣泛的觀點認為靈魂是上帝所創造的，上帝為每一個新身體創造一個靈魂。這想法受到改革宗傳統和加爾文宗等支持。另一個觀點認為個人的靈魂承自父母，這受到一些基督教教父和天主教派別所接受。

## 6. 古希臘哲學的靈魂論

不能加以分解的，有生命和自發性，是精神世界的、理性的、純粹的，因他有追求世界的慾望，而墮落到地上，被圈入於肉體中，註定要經過一個淨化的階段，靈魂是會輪迴轉世。其後的新柏拉圖主義都有對靈魂作描述。他的學生亞里士多德的著作中曾將靈魂與心理學一同討論。亞里士多德將《論靈魂》列為「第二哲學」的範疇。對靈魂的定義，亞里士多德認為靈魂是形式，肉體只是質料，靈魂才是實體。靈魂分為三個部分，有理性、感覺和營養的機能。

## 7. 伊斯蘭教的靈魂觀

伊斯蘭教靈魂觀所根據的是《古蘭經》。其觀點認為靈魂是真主(上帝)所創造的，真主為每一個新身體創造一個靈魂，最終會到天園或地獄，在復活之時，靈魂和身體將會重新復合。靈魂的意義與「呼吸」、「風」相關聯。靈魂是在身體受造後，才受造的；

但靈魂是永恆的,伊斯蘭教的靈魂觀包含了傳統、神學、哲學、神秘主義等四種看法。

## 五、東西方的輪迴轉世研究

近年來，西方國家對相關的「前世回溯療法」及輪迴實例，不斷推出，不勝枚舉，可看出西方國家對前世療法與輪迴研究不斷地湧現，反觀中國人卻持著質疑、固步自封及敬鬼神而遠之的心態。其實中國人應該是最有條件論輪迴，只因保守的民族性，「不敢說」怕招人異樣眼光而喪失了勇氣。近幾年，由於Brian L. Weiss的《前世今生》造成的轟動，加上《西藏生死書》（2006）的出版及相關主題的圖書大量問世，死後世界的探討，大家也不再視為禁忌或迷信。

### （一）西方的輪迴轉世研究

一是以史蒂文森教授（I. Stevenson）為代表的，使用比較傳統的方法的研究。這種方法的程序是：發現對象，獲取資料，立案質疑，當面取證，追蹤觀察，寫出報導。這種方法簡單可行，確鑿可信，人人能懂，並且誰都可以去驗證，因而客觀性強，可信度高。挖掘出來的有些案例令人震驚，具有很強的說服力。不過這種方法費時較長，因為追蹤觀察一般都要拖幾年或更長的時間。

史蒂文森的《記得前世的孩子》，或許是他研究工作的最佳註腳。他在這本書當中總結「輪迴」的五項特質：

1. 要重生的人先說自己會重生。
2. 生出有前世記憶小孩的婦女，先前做宣告「重生」的夢。
3. 重生的小孩所說的前生記憶，有清楚的景象，並且可以驗證。
4. 重生的小孩行為或行為記憶很不尋常，具有前生行為的特質。
5. 重生的小孩身上有胎記或肢體特徵，反映出前生死亡的狀況。

不過，五種特質全部具備的案例很少。

另一個是一群精神病學、心理學專家教授兼門診醫生的研究。例如：姆迪博士（R. Moody），魏斯博士（B. Weiss），瓦姆巴赫博士（H. Wambach），伍爾吉博士（R. Woolger），魏頓博士（J. Whiton）等等。他們最初使用催眠回歸（hypnotic regression）方法是爲了幫助病人找回對過去事件的記憶。結果許多專家和醫生都不約而同地把病人引回到了前世以至更久遠年代的記憶中。病人講出的前世經歷，活靈活現，細緻入微，合情合理，吻合歷史，甚至糾正了歷史學家的錯誤；而其中多數內容又往往是病人在通常狀況下全然不知道或不可能知道的。

## （二）台灣輪迴轉世的研究

陳勝英醫師爲神經科專科醫師，在其求診的病患中，無法以現代醫學的方法來治療患者的症狀時，利用催眠方法來找出病因，但也因爲如此經由病人講出自己看到的前世因果的關係。

### 前世療法在輪迴中的療癒範圍：

1. 健康：身體與心靈的治療。身體的痼疾往往導因於心靈的舊創，從前世回溯則有助於找出今生今世創傷的根源。
2. 人際關係：衝突關係的治療。當你困惑於今生爲何與人瓜葛胡纏，相愛或相恨，追溯原因很可能是前生帶來的，假使不願意面對，來生說不定還得重來一回。
3. 治療內心幼童：今生的創傷經驗，有時是從前世的創傷所演變來的。兒童期的痛苦，真正的根源可能肇因於前世。
4. 心理與情緒：治療脆弱的心。要從焦躁、酗酒、濫用藥物等脆弱的心靈中脫身，一定要勇於面對問題，以堅定的心靈和務實的態度尋求解決之道。
5. 情感：治療生離死別的悲情。死，只不過是靈魂脫離肉體，並不代表永遠的消失。所以不必爲肉身的腐敗傷心，倒是該爲靈魂的重生慶賀。

經研究者整理出**前世療法的神奇療效**如下：

1. 魏斯醫生發現，前世療法尤其對因感情與心理上失調的患者及那些反復發作的具有破壞性類型的患者，如吸毒、酗酒和人際關係上有障礙者有特別的療效。許多患者的習慣、創傷和受虐待的情況，不僅發生在今生，在前世也有發生。前世療法通過對前世的回顧，能夠減輕甚至治癒今世的症狀。
2. 前世療法可以喚醒深藏於阿賴耶識中的前世記憶，讓當事人發現今生問題的根源，而此根源卻不一定是在現世可以找到原因的。
3. 而當事人往往看清前世因、現世果之後，問題或病痛便不藥而癒。
4. 往世療法認為前世（以至多世）的事件也像今世的事件一樣，對病人的言行要產生影響，因為那些事件與今世的事件一樣清晰地記錄在無意識心理中。往世療法就是要幫助病人重新體驗以往的恐懼、悲傷等痛苦，從而讓病人從那種痛苦中“脫離”出來，達到治癒今世疾病的目的。

## 六、輪迴法則

黛安娜·庫柏（沈文玉譯，2010）在《靈性法則之光》中談到她對『輪迴法則』的看法如下：

1. 輪迴是一次又一次回到肉體的原則，在輪迴法則之下，如果在一生結束時有任何未解決的或是沒有完成的，你的靈魂會得到的形式回來解決或完成它。
2. 如果你欺騙你的事業夥伴，你的靈魂將希望藉由在另一世回來幫助他或是她來做一些修正改進。
3. 我們常常一次又一次地輪迴轉世到類似的情境中，因為靈魂的渴望是使過去停止。然而我們一旦回到地球這個有自由選擇的物質世界，又全都太容易忘記靈性世界的理想與觀點，我們再次犯同樣的錯誤，然後落入輪迴的循環中。
4. 地球是一座學習的機構，在這裡我們的功課以經驗的形式來呈現給我們，午休、週末、寒暑假被稱為死亡，我們以肉身回到學校前有一個靈性假期，當我們死時我們檢討每世，透過我們的指導靈、天使與靈性導師——我們稱為業力之神的幫助，我

們決定哪些功課我們希望劃掉，又有哪些功課我們需要重修，或我們的靈魂將在下學期學習新的功課。

5. 地球是爲了他們靈魂旅程的一個主要的學習經驗，他們進入地球所提供的一切課程，他們將體驗每一種宗教，軍人、農夫、商人等不同的身分，在人文藝術，與他們可以從中學習的各種能想像到的領域。
6. 地球在宇宙中被看作是最重要的一所學習機構，因爲地球提供別處無法提供的成長機會，在這裡每一樣功課都與愛有關。
7. 這些靈魂將一而再、再而三地輪迴來做完功課以及償還業力。他們將經歷所有的兩極，譬如學生與老師、富有與貧窮、男性與女性、背叛者與被背叛者。
8. 阿卡沙紀錄是我們生命的平衡表，由業力之神保管，好與壞是資產與負債，在來世我們可以召請我們的資產，但也必須償還我們的債務。
9. 這是一個自由選擇的星球，每一個想法、話語及行爲，最終會顯現到你的生命裡，你的心態與情緒建立你的肉體，提供你更多的經驗。一旦你駕馭了地球上的功課，你的靈魂可以在宇宙中許多更高階的光的機構裡服務。
10. 人最終會完成所有的靈性功課，如果人們知道他們必須回來矯正他們生命裡的錯誤，他們可能會注意靈性法則。你一遍又一遍地回到地球上來，直到你已經熟練了靈性法則。
11. 揚昇的意思是提升你的靈性振動，到一個你不需要再度輪迴的高度，爲了這點你必須還清你的業力債務，駕馭你在地球的功課，以及打開你的心智。

黛安娜·庫柏（沈文玉譯，2010）認爲我們有許多理由希望再度輪迴：

1. 把過去犯的錯改正，也就是說償還我們的債務。
2. 去經驗與加強我們自己。
3. 學習更多有關情緒、性慾與其他只能在地球上獲得的課程。
4. 去幫助、教導，成爲光，或是在這個星球上服務。

因此，每個人無時無刻都活在輪迴程式當中，透過輪迴程式的運作，生命得以順暢

的淨化與進化；透過因緣與業力的連結，生命得以彼此協助邁向圓滿的未來。這個浩大的宇宙輪迴程式，是一個保證讓我們一定學會生命課題的自動化程式，是宇宙良善的美意（廖云鈞，2009）。輪迴是向心力與离心力的擴展與延伸，在作用力與反作用力當中取得平衡，在宇宙間生生不息的交互運行中，生命以因果業力的法則延續著。

## 伍、催眠與催眠療法

美國國家衛生研究院（US. National Institutes of Health, NIH）在1998年設置了國立替代暨輔助醫療中心（National Center for Alternative and Complementary Medicine, NCCAM），此一分支機構將目前全世界不屬於主流醫學的治療方式區分為五大類：

- 一、Whole Medical Systems（WMS）：根基於一套完整理論與實務的醫療系統，如中國、印度的傳統醫學與西方的自然醫學、順勢療法等。
- 二、Mind-Body Intervention（MBI）：由心智介入肉體之療法，使用各種可以提升心智能力的方式，來改變身體的不適並促進軀體功能的回復，例如：靜坐、祈禱、心理治療、阿育吠陀、放鬆、冥想、生理回饋、催眠、瑜珈、音樂與芳香療法等。
- 三、Biologically Based Therapy（BBT）：以生物科學為基礎的療法，利用自然界發現的物質進行研發改造與治療，如植物中草藥、特殊的生機飲食、高劑量維他命、鯊魚軟骨等健康食品或營養補充品，以及各類特殊的飲食治療。
- 四、Manipulative and body-based methods（BBM）：運用手部操作及身體部分的運動來作治療，例如整脊、顱薦平衡術、整骨、推拿、按摩及輕觸等。
- 五、Energy Therapy（ET）：能量療法，乃藉由各種電磁波動、磁場、交直流電場、氣功或其他具能量交流的接觸性療法等，來改變身體能量狀態，以達到偵測質量或治療肉體的目的（引自張文韜，2009）。

根據上述，催眠療法是屬於非主流醫學中的心身醫學的療法之一。張文韜（2009）認為心身醫學著眼於大腦、心智、肉體和行為間的各種互動，並且針對情緒、心智、靈魂、社會，以及其它直接會對健康產生療效的途徑作為其治療主軸。這個領域是以尊重

和增進個人能力為基礎，所以各種技術所關注的是自我照護和知識提升的面向，以及疾病所代表的心靈意義與價值，而非單純讓症狀消除。不論是放鬆療法、觀想療法、冥想療法、瑜珈療法、生物回饋療法、團體支持療法、太極氣功、認知行為療法、靈魂療法，在這些領域中，病痛被視為一種緣法，讓一個人有機會成長和蛻變，而治療者僅僅扮演成長程序的導引者，或是催化蛻變的媒介者而已。到了1960年代，認知行為治療、催眠、冥想與瑜珈治療的研究更是逐年增加，並且如火如荼地受到各界推崇與倡導。

## 一、催眠的定義

催眠的英文是”hypnosis”，源自於希臘文”hypnos”，原指睡眠的意思；蘇格蘭醫師詹姆士布萊德（Dr. James Braid）在1843年命名為神經催眠術（neuro-hypnotism），即神經系統的睡眠狀態。在此狀態之下被催眠者，會展現異於平常的特定徵象及傾向，其中最明顯的特徵就是對建議或暗示具有高度接受性。

催眠療法通常用來調整或改變一個人的行為模式、情緒度或對於事情的態度及看法，還有一部分是應用在疼痛的處理、壓力關聯性疾患、焦慮、不良習氣的戒除與個人的成長。正式的催眠必須用到誘導（induction）技術。許多人以為催眠後就會進入恍神（mesmeric）狀態或轉成像睡著一般的無意識（unconscious）狀態，但是當代的一些研究卻認為，催眠狀態事實上是處於注意力集中，並具高度可建議性的醒覺（awaken）狀態，但對週遭的覺察力卻消失或減弱，因此是一種處於精神集中而肉體放鬆的狀態。

因此，「催眠」是一種把人的精神活動由意識狀態帶進潛意識狀態的過程（陳勝英，2007）；運用適當的暗示與放鬆技巧（徐鼎銘，2004），它只是一種集中注意力的狀態，進入到潛意識而達到治療的目的（Brian L. Weiss, 2008）。催眠（Hypnosis）是一種類似睡眠而實非睡眠的意識恍惚狀態。此種恍惚的意識狀態，是在一種特殊情境之下，經由催眠師的誘導而形成的（張春興，2001）。催眠乃人為所引起的心理狀態，雖然與睡眠有些相似，但是兩者可以區別，其特徵為呈現與平常不同的特殊的意識（催眠狀態）而容易被暗示。因此，在知覺、運動、記憶、思考等身心功能會異於尋常（劉焜輝，1999）。

它是幫助病人想起早已遺忘事件的絕佳方法，本身沒有什麼神祕，只是一種集中注意力的狀態(Brian L. Weiss, 2002b；松岡圭祐，1999)。思考由意識狀態帶入潛意識狀態的過程（陳勝英，2002b），不是讓人「睡著」（Ted Andrews, 2000；Eriskson, 2000；松岡圭祐，1999），也不是變得無法察覺環境的變化，催眠只是誘導人們自然放鬆的技術（Ted Andrews, 2000；Eriskson, 2000）。被催眠時，你還是具有清醒的意識，能夠完全察覺周圍環境的變化（Ted Andrews, 2000）。

由上述得知，不同的催眠治療師或研究者對催眠的定義會有不同的見解。

## 二、催眠治療的定義

張氏心理學辭典（1995）解釋催眠治療（Hypnotherapy）是指：採用催眠術為輔助技術藉以達成心理治療效果的一種治療法。陳勝英（2002）指出，使用催眠術的目的在於尋求與潛意識直接對話的捷徑，也是一種維修潛意識，重塑人格的最佳途徑。釋永有（1997）也指出「催眠治療」或應稱作「潛意識療法」。

## 三、催眠的理論

回顧催眠學的發展史，有許多理論學說，對催眠現象提出系統的解釋，如十八世紀晚期，法國醫生 Franz Anton Mesmer 動物磁力論（Animal Magnetism），十九世紀初，英國醫師 Braid, J. 發表神經催眠學(Neurhypnology)，同時期法國導師 Hippolyte Bernheim 主張第二自我說。由於這些學理性系統的解釋，促使催眠學由江湖魔術發展，到科學研究階段，在心理學上，也已正式接受，並被視為研究意識狀態主題。多年來，研究者肯定催眠是一種特殊的意識狀態，Orne & Dinges（1989）研究受試者在催眠狀態下的腦波圖與清醒時相似（葉重新，1999）。腦電波處於  $\alpha$ （Alpha）狀態；腦電波處於  $\theta$ （Theta）狀態（O'Connell, 2001）。

催眠（Hypnosis），是一種入神（trance）的心理狀態，在此狀態下，注意力集中，介於半睡半醒之間，對各種刺激有反應，但心理或行為極易接受外來的建議並做調整。

於遙遠的古代，催眠兩字尚未被使用時，導致催眠狀態的手法已在宗教、修行、祭典，以及醫學上扮演了重要的角色，一直到十八世紀初，有系統的整理、研究與應用，才慢慢的發展開來。在這過程中，主要的研究重心均與精神上的醫療有關，而其應用則延展於廣告行銷、心理諮商、潛能開發，刑事偵防，甚或催眠秀之舞臺表演，涵蓋面非常大。

佛洛伊德（Sigmund Freud）形容心理狀態就像浮在海中的冰山，意識只是浮出水面的一小部分，沉在水裏的大部分屬於潛意識。意識的行為具務實與思辯能力，過濾並處理感覺器官接收來的外界資訊。潛意識的行為則不做是非判斷，對事務抱持著不否定、不確定、不懷疑的態度，深沉的記存著各式的思想、行為、渴望、創傷、痛苦以及違反道德倫理的慾望。在日常行為上，雖然人的意識不停的工作，做許多的主張，主導各種行為，但潛意識仍然默默的在運作，不經意的影響人的行為。由於，言語能引導出心中的圖像，言語亦能指揮肌肉動作，引導出身體的感覺並帶出情緒活動，則利用技巧，可以鬆弛被催眠者，使其意識懶於行動，不再對外來訊息做批判選擇工作，因此，讓外來訊息直接觸及潛意識，由潛意識無條件接受外來建議的特性，改變自我的認知。這過程即為催眠。

#### 四、催眠的特徵

張春興（2001）認為在催眠下有七種特徵：

（一）主動性反應減低：

進入催眠狀態，雖然在意識層面並未真正進入睡境，仍然保有意識，但其意識活動的主動性，卻大為減低。

（二）注意層面趨窄化：

進入催眠狀態下，對周圍環境中的刺激不再注意，只注意催眠師的指示。

（三）舊記憶還原現象：

受試者在清醒時，對陳年舊事，往往不復記憶，可是，進入催眠狀態，卻能陳述歷歷，而陳述內容，多以視覺影像為主。

(四) 知覺扭曲與幻覺：

催眠狀態下受試者的幻覺，可經由催眠師的誘導而產生。如催眠師對受試者示意，說他的耳朵聽不到聲音，受試者在聽覺上可能就真的聽不到聲音。

(五) 暗示接受性增高：

進入催眠狀態，暗示接受性即大為增高，暗示可能對受試者的身心變化，產生出乎常人想像的後果，如暗示失去痛覺…。

(六) 催眠中角色扮演：

在催眠狀態下，受試者可接受暗示扮演不同角色，但在行為上並非完全盲目接受催眠師的差遣。

(七) 催眠中經驗失憶：

在催眠狀態下，催眠師可經由暗示，讓受試者在恢復清醒後忘卻催眠狀態的一切經驗，此現象稱為催眠過後失憶 (Posthypnotic amnesia)。

被催眠時，並不是睡著，意識仍然可以知道你在做什麼，可以判斷、批評，檢查你的經驗，也可以控制你的說話內容 (Brian L. Weiss, 2002b)。所以，催眠狀態不是變得無法察覺周圍環境的變化，還是有清醒的意識，不會做出違背個人道德標準的事 (Ted Andrews, 2000)。在外貌的表現一般包括四肢慵懶、雙眼闔上，全身鬆軟 (引自張玉美，2002)。並有類似禪定狀態，身心變得更和諧，更容易接受信息，潛意識的空間感也特別強 (陳國鎮，2000)。

綜合上述，張玉燕 (2003) 將催眠特徵歸納如下：(一) 身體上變化：全身放鬆，雙眼闔上但不是睡著。有時動作受催眠治療指示，但可隨自己意識做自如的動作。(二) 精神上變化：1. 意識層面：進入潛意識狀態，但仍有清醒意識，可判斷道德標準，也可以控制說話內容。2. 認知結構曲解：舊記憶復原，接受催眠治療師暗示後可角色扮演，產生幻覺，經驗失憶。3. 注意力集中：注意層面趨窄化，對周圍環境中的刺激不再注意。(三) 暗示接受性增加，容易接受信息。

## 五、催眠感受性

催眠感受性 (Hypnotic susceptibility) 是指受催眠者能接受催眠師所暗示的程度 (葉重新, 1999)。根據 Hilgard (1965) 的研究, 非常容易與非常不容易被催眠的人, 各佔 10%, 其餘 80% 的人都可被催眠 (引自葉重新, 1999), 也就是有 90% 可被催眠, 其餘 10% 的人無法施予催眠。可見, 催眠術並非對每個人都有效。

張春興 (2001) 認為暗示性是進入催眠狀態的重要關鍵, 而影響此一關鍵者, 有兩個因素: 其一是受試者對催眠一事的態度與對催眠師的信賴感; 其二是受試者個人的性格與身心條件。

Lynn & Rhue 指出有三種人最容易接受催眠暗示: 1. 平常喜歡沈思幻想的人; 2. 生活中最善於專注而不易因外在刺激而分心的人; 3. 希望從催眠中獲得新鮮意識經驗的人 (葉重新, 1999)。葉重新認為容易被騙上當, 比較會接受他人的暗示, 也較容易被催眠。個性倔強, 教育程度高以及重理性者, 不容易接受催眠暗示, 催眠感受性的個別差異, 可能來自學習與遺傳因素。Evans 發現催眠高敏感的人較容易控制睡眠; Crawford 指出, 對催眠高敏感的人較容易學習冥想, 較常做白日夢, 有明顯想像力 (J. M. Darley, 1994)。

Nash, Lynn & Givens 指出小孩接受催眠誘導的感受性, 大都優於成人, Kihlstrom 提出常鼓勵小孩想像, 則催眠感受性較佳 (葉重新, 1999)。經歷特殊人生經驗, 或是兒童期受過相當嚴厲的處罰經驗, 易接受催眠 (Hilgard, E. R., 1986)。1973 年 Morgan 發現同卵雙生子比異卵雙生子, 在接受催眠的可能性上, 有較大的相似性, 顯示出其具有一種遺傳的組成因子存在 (Hilgard, E. R., 1986)。葉于模 (1983) 指出容易被催眠的對象: 1. 女人比男人易被催眠; 2. 兒童和青年又比成年人容易被催眠; 3. 軍人和學生又較一般人容易被催眠; 4. 歇斯底里病人最容易受催眠; 5. 健康沈著的人也容易受催眠。

綜合以上文獻, 張玉燕 (2003) 歸納容易接受催眠情況如下:

- (一) 身體上：健康沈著。
- (二) 心理上：喜歡沈思、幻想·做白日夢·容易入睡、冥想、注意力集中的人。
- (三) 年齡上：年齡輕的比年齡大的容易受催眠。
- (四) 性別：女生比男生易被催眠，
- (五) 意願性：有強烈動機接受催眠。
- (六) 特殊的經驗：尤其兒童受到相當嚴厲的處罰經驗。
- (七) 遺傳。

## 六、影響催眠的因素

葉重新（1999）指出影響個人接受催眠暗示的因素，包括七項：

- (一) 權威：催眠師要在受催眠者心中，建立權威的地位，自然完全信服催眠師，而能接受催眠師的暗示。
- (二) 重複：一個刺激如不斷重複出現，久而久之，接受該刺激的人，會在潛意識裏接納它。
- (三) 信賴：當催眠者完全信賴催眠師的能力與人格·就能主動配合催眠師的指示，自然能發揮效果。
- (四) 漸進誘導：利用漸進法（Grading）來誘導，可以使人由疑慮變成接受暗示。
- (五) 期望：受催眠者如期望接受催眠時，就容易接受催眠師的暗示。
- (六) 意願：受催眠者假如主動要求被催眠，催眠師的暗示就容易被接受。
- (七) 良好的催眠環境：最好在安靜舒適的室內，燈光微弱，減少干擾。

另外催眠師個人衛生·如外表的儀容、口臭、說話語調等；催眠師本身內在的問題，如自我萬能的感覺；滿足控制，攻擊需求（劉焜輝，1999），以及事前的準備，如催眠誘導的準備，受催眠者對催眠的認識，受催眠者與催眠師間人際關係（Eriskson & Sidney Rosen, 2000；劉焜輝，1999）。

催眠的成功與否，最重要的在於信任，親和感正是建立信任的第一步。親和感是一

種因為彼此的同意，而產生一致、相同、類似而凸顯出的關係。這是一種簡單卻重要的互動。此外，在行為上較他人擁有更多方式與選擇的人，往往能夠掌控與他人的互動關係。“必要的多樣化”就是先擁有足夠甚至超過他人所擁有的更多選擇性，擁有先去契合他人的能力，是建立親和感的最佳方式，也是克服別人抗拒的最佳方法。聲音是催眠師最重要的工具，持續訓練自己的聲音，可以產生撫慰人心的震動頻率(廖云鈞，2009)。

綜合上述，研究者整理出催眠師等助人工作者必須擁有的人格特質歸納如下：1. 端正良好的品格，2. 正向積極的理念，3. 專業的能力與技術，4. 足夠的親和感，5. 必要的多樣化，6. 充滿自信，7. 有同理心，8. 有愛心與耐心，9. 真誠一致的接納，10. 撫慰人心的聲音，以及還要11. 維持健康的人際界線，包括不介入個案的感情與金錢的糾葛中。

## 七、催眠的六級深度

催眠深度可分成 6 級 (廖云鈞，2009；NGH 國際催眠證照班講義)：

第一級：意識狀態 99%~90%，潛意識狀態 1%~10%

1. 極輕微的催眠狀態，被催眠者覺得自己全然的清醒，可以聽到外在的聲音，幾乎感覺不到已經被催眠。
2. 僅止於眼皮沉重、眼皮好像不想睜開或睜不開（眼皮膠黏反應）、身體稍微放鬆，小的肌肉開始受到控制。
3. 在此階段可做減輕體重、戒煙等事。

第二級：意識狀態 90%~75%，潛意識狀態 10%~25%

1. 被催眠者感覺自己還是很清醒，可以聽到外在的聲音，感覺自己的身體更加放鬆。
2. 內在的「碎碎念」，心裡的叨叨絮絮的念頭、跑來跑去的胡思亂想會開始減弱。
3. 進入想睡的淺眠狀態，給予暗示時眼皮完全無法打開，大的肌肉開始可以被控制，手臂有沉重感好像無法抬起，手臂可以經由指令變得僵直（手臂僵直反應 Arm Catalepsy）。

第三級：意識狀態 75%~60%，潛意識狀態 25%~40%

1. 身體放鬆，可以聽到外聲音的狀態，在此狀態下開始較容易接受建議及暗示。
2. 所有的肌肉都可以受到控制了，接受指令會感覺腿很重，無法從椅子上站起來、無法走路、無法說出一個數字等等（但並不是忘了那個數字）。
3. 此階段可以做局部止痛。

第四級：意識狀態 60%~45%，潛意識狀態 40%~55%

1. 身體放鬆，依然可以聽到外在聲音的狀態，在此狀態下開始容易接受建議及暗示，開始產生記憶喪失（Amnesic），出現更多的催眠現象。
2. 給予指令可以忘記數字、名字（有些對數字敏感者，不會忘記數字，但可以忘記名字）及地址等。
3. 另外一個重點是痛覺喪失（Analgesia），但是觸覺還在，被催眠者會感覺到好像有空氣吹近傷口，但不覺得痛。
4. 此階段可以進行大部分的牙科治療、外科小手術。

第五級：意識狀態 45%~25%，潛意識狀態 55%~75%

1. 身體放鬆，依然可以聽到外在聲音，潛意識已經有 55%以上甚至更多，開始夢遊（Somnambulism），出現正向幻覺（Positive Hallucination），看見實際上不存在的人事物。
2. 出現完全麻醉現象（Anesthesia），既不會覺得痛，也不會覺得被碰觸，亦即痛覺與觸覺都消失，可以進行麻醉手術。
3. 在此狀態下極容易接受建議及暗示，可以開啓許多超感官潛能，包括氣場的觀察及內視疾病。

第六級：意識狀態 25%~1%，潛意識狀態 75%~99%

1. 身體放鬆，依然可以聽到外在聲音，但潛意識已經有 75%以上甚至更多，進入非常深的夢遊狀態，出現負向幻覺（Negative Hallucination），看不見實際上存在的人事物。（註：並不是真的沒看見，而是他看見了，卻當作沒看見）
2. 在此狀態下極容易接受建議及暗示，可以接觸極內在的神性，做各種不同物種

的轉化。

3. 有些人進入極深的催眠狀態時，會完全融入潛意識的世界裡，喚醒後會有些人會不記得剛才所發生的事情。

總結：根據臨床經驗，大約有 20%的人只能到達第一、第二級的催眠深度，60%的人可以到達第三、第四級的催眠深度，百分之 20%的人可以到第五、第六級的催眠深度。

## 八、催眠在身心靈各方面的應用

催眠是一種意識溝通技巧，掌握催眠技巧可應用在宗教、教育、文化、政治、經濟的廣大領域裡，催眠師使用催眠技巧，不但可以幫助人們處理人生中的大小事件，也可以促進身心的健康，不管是個人或團體，都可以從催眠中得到助益，因此，研究者將催眠在身心靈各方面的應用整理如下（廖云鈞，2007；黃奇卿，2006）：

### （一）身《生理層面的》：

1. 改善睡眠品質，找到失眠原因，快速補充精神與活力。
2. 啟動自我療育機制，與身體對話，找到無名症狀之核心源頭。
3. 控制疼痛：如外科手術止痛、燒傷止痛、牙醫止痛，和身心疼痛，減低分娩疼痛等。
4. 緩解及減低慢性病症狀，如心臟病、高血壓、腸胃炎、肌肉痛和胃潰瘍。
5. 改善體質、控制氣喘、偏頭痛等、緩解皮膚疾病、加強免疫系統，與促進自然痊癒。
6. 控制體重、豐胸及美容。
7. 促進身心平衡，增強活化能量、緩解身體的症狀，改善身體健康。

### （二）心《心理層面的》

1. 解決兩性問題、感情困擾。
2. 改善家庭相處困擾，探索家人無法靠近的深層原因，改善家庭氣氛，重新體會家的溫暖。
3. 親子問題的瞭解與解決。

4. 童年回溯，揭開深層記憶，撫慰內在小孩，讓未來更快樂。
5. 減壓抗壓，找到壓力的源頭，放鬆身心，樂活自在。
6. 終止焦慮、恐慌、恐懼、恐怖症與憂鬱、躁鬱、長期的緊張不快樂的感受。
7. 暴力、受虐、性侵嚴重的心理創傷，透過深層核心轉化的技巧遺忘痛苦回憶。只記取經驗，完成生命課題之學習。
8. 戒煙、戒酒或戒除不良習慣，革除不良的態度。
9. 消除恐懼，如懼高、怕水、航空旅行、人群、蜘蛛、疾病等。
10. 增強自信心，肯定自我價值，提升工作品質及效率。
11. 克服學習障礙，提升記憶力與集中能力。增強考試、運動、表演能力。
12. 提升專注力、創造力。透過催眠提升 $\alpha$ 波，開啓內在視覺、聽覺，及增加您的專注力和創造力。可強化寫作、繪畫、藝術表演、企劃、設計、創作之潛能。
13. 改善人際關係不良，解開不受歡迎個性背後的真正原因。
14. 加強金錢管理能力，重塑金錢信念，創造無形的財富
15. 設定成功富裕的人生完成目標的設定，實現個人成就。
16. 處理生活中各式壓力及治療壓力症候群，以及不明原因的情緒低落。

### （三）靈《靈性層面的》

1. 輪迴探索～前世回溯，瞭解與解決各種前世今生問題。
2. 輪迴探索～瀕死經驗，快速整理生命課題，進而探索未來、預知未來、改變未來。
3. 靈魂潛能開發，回前世探索，尋找您的特殊潛能。
4. 開運造命法，重塑生命藍圖，挖掘過去的深層記憶，連結未知與未來的無限可能，為您重組細胞記憶、改變內在基因、重寫生命藍圖，到達更圓滿的自己。
5. 創造神奇生命顧問，遇見指導靈，找到最高靈性的自我，共同創造美好的未來。
6. 探訪死去親人——觀落陰，探望往生的親人、祖先靈、嬰靈，向他們表達您想說的話、釋放情緒。
7. 處理各種『卡陰』、『卡靈』的靈擾問題。視情況增加靈體醫療(靈療)手法來與附身

靈溝通，並可開啓內在靈通、改善敏感體質、去除負面能量、清理累世記憶，引見守護神及指導靈爲您啓動防護的力量。

8. 與冤親債主溝通，了解累世與他們的關係，釋放從前的恩怨，協助這些靈魂往更高層面發展（超渡），同時讓自己活得更寬容自在。
9. 聯結宇宙能量導引，開啓人體的七個能量中心，清理淨化並整合內在能量，進而達到身心靈合一之目的。
10. 超次元時空之旅，探訪天堂極樂世界。進入深層催眠狀態、探訪天堂、元神宮、宇宙生命核心等。上帝、佛陀、觀音、天使都是宇宙的高等能量體，引導您與神對話，並以宇宙光能淨化脈輪、補充能量。
11. 探訪生命圖書館，內在心靈花園，重新整合身、心、靈，重建人生義意。
12. 開發潛能、增加信心，以催眠及NLP技巧，加強孩子的信念與信心，增強動機，開發無限的潛能。
13. 協助探討家族問題，包括在世或不在世的家族成員，解除家族能量的糾纏所造成的影響。

## 九、回溯催眠的療癒機制

所有西方心理治療都是在探索自我痛苦的成因，想了解心理苦惱的來源是什麼。自從佛洛伊德以降，西方深度心理學都通過自我向潛意識尋找答案。表層受限的自我會切斷自身深層來源的連結，導致心靈的痛苦、不真誠的存在、防衛機制、狹隘的意識、虛假的自我（不同理論體系會以不同的語言來描述）。療癒、完整、整合、凝聚或健康都有賴於自我重新連結到深層的來源。不論用什麼方式來表達，所有體系都把自我放在更大的潛意識基礎之中，自我由於創傷、壓抑、有缺陷的自我結構、學會逃避痛苦和焦慮的防衛，而一直與自身分裂。這些觀點是所有深度心理治療取向的共通主題（布蘭特·寇特萊特，2005）。

榮格認爲潛意識是智能、創意和靈性超越的救贖力量。他相信每一個人都有個人潛

意識和集體潛意識，後者是所有人類所共有的。集體潛意識中有各種原型，或說是形塑心靈和組織心理經驗的共相。心理健康就是讓這些原型在我們裡面運作，重組思想、感受、行動，以形塑心理經驗的能力。心理的痛苦和苦惱起於我們只能認同少數原型，於是造成狹隘的認同感和受限制的感受。榮格的觀點是要向其他原型或宇宙能量敞開，讓這些能量注入我們的經驗（布蘭特·寇特萊特，2005）。

每一種治療毋庸置疑的，包括催眠引起的恍惚等，當然都帶有安慰劑效應的作用，這也就是自我療癒力的啓動。進行催眠治療時，精神會製造一種新的、經過轉變的世界。這個遼闊的內在秘境，或意識優遊其上的大海，對我們而言，與我們感知為外在事實的真實並沒有根本上的差異。在某種程度上，這兩者摸起來都「真」，彷彿都是由同一種材質構成的。我們在恍惚狀態下見到的嶄新領域，就和我們對日常事物的感知影響同樣深遠。因此，我們的精神塑造出來的催眠世界，能改變我們，而它所產生的直接、立即性的效果從升高、降低血壓到讓疼痛或癱瘓症狀等忽然消失等都有可能（尤阿西姆·法爾史提希著，賴雅靜譯，2009）。以下是研究者整理出回溯催眠可能提供的療癒機制：

### （一）穿越時空，回溯創傷與未竟事物的重現

余德慧（1992序）提到近代「奧秘主義」的興起，人們都在不斷地重新追求自身的奧秘，以及創造自身的「幽」與「明」的相互瞭解。像魏斯醫師的例子，人們希望能夠在生死之間找到一個「中介的世界」，實踐「中介」的生活（in-between-life），這個傾向是在說明：人類試圖再次改造基本思維的模式，在理性—非理性之間找到交互影響的「全然世界」（the whole world），一個較大的眼界。魏斯醫師希望為人類的心靈創造一個更寬廣的空間，至於我們相信不相信輪迴則是另一件事情。「眼界」與「相信」並不相同，「眼界」是我們思維自身存在的視框，「相信」是我們投身於世界的承諾；前者是對心靈的開放狀態，後者是對生活實踐的凝聚世界。

許多今生莫名的恩怨糾葛或創傷，透過催眠回到前世找出事件發生的根源，自然可以為今生所承受的苦難找到其意義，並淨化深層情緒結與細胞記憶。魏斯醫生發現，前

世療法尤其對因感情與心理上失調的患者及那些反復發作的具有破壞性類型的患者，如吸毒、酗酒和人際關係上有障礙者有特別的療效。

蘇菲亞布朗的「細胞記憶」(2004)中指出我們的身體，是由好幾億個互相影響的細胞所組成的，每一個細胞都是活生生的，能夠呼吸、思想、感覺的有機體，而且對於潛意識心靈的訊息，也能夠反應、接收、保留。進入催眠狀態的時候，我們整個人完全由潛意識主導。我們靈性記得靈魂經歷的每一件事，包括這一世，以及我們被創造後的每一世。我們的靈魂進入肉體的那一瞬間，靈性的所有訊息與記憶，會灌注到我們的身體細胞裡，然後我們的細胞會對這些訊息與記憶起反應，一直到靈魂離開肉體，再度「回家」。所以，進入這些細胞記憶，我們可以清除長期隱藏的疾病、恐慌、痛苦與創傷，重新創造出可以讓靈性欣喜的身心健康。

催眠治療的基本觀點，在於對人類心靈秉持開放的態度。沒有什麼是終極不變二切都是未定的，而所有的解決方法都在我們自己身上。就此來看，我們絕對沒有必要對充滿困境的過往鑽牛角尖，沒有必要將負面經歷，比如不愉快的童年不斷在意識裡反芻。在催眠狀態下，我們能進入新的經驗世界，修復靈魂創傷造成的後果（尤阿西姆·法爾史提希著，賴雅靜譯，2009）。

## （二）瞭解宇宙因果平衡法則

因果關係是宇宙間一種非個人的法則，它的作用在於維持秩序。少了因果關係，宇宙就會一片混沌。在地球上，很多狀況看起來是混沌一片的，那就是因為我們無法平衡在過去許多次轉世中的因果關係。在這些看得見的場景背後，一個優雅且完美的平衡機制正在運作著。當靈魂在累世的投胎中增長了智慧後，他們會知道，負面的行動、話語和想法，都會產生某種最終需要獲得平衡的效應，而且他們會選擇一種生活方式，讓自己不會再累加更多的因果關係（羅伯特·舒華茲著，張國儀譯，2009）。

就某種程度來說，今生的計畫其實與前世有關。爲了要平衡備受嚴酷考驗的前世，靈魂通常都會在接續的轉世中尋求療癒。我們計畫這些人生困境的挑戰，是爲了要達成

某些目標，一個最常見的目的是爲了獲得療癒，特別是從過去幾世中所留下的負面能量中獲得療癒。我們也會因爲想要平衡因果關係而計畫某些人生挑戰。因果有時候會被認爲是所謂的「業」，不過我們也可以形容因果關係是存在於自己與另一個人之間的一種不平衡能量。很典型的就，我們會與屬於同一個靈魂小組的成員之間互有因果關係——這些成員與我們處在同一個體驗成長的階段中，必且一起經歷了好幾世的生命（羅伯特·舒華茲著，張國儀譯，2009）。

因果是中立、客觀的法則，整個宇宙依此法則運作。當我們理解了因果也是以同樣地方式運作之後，與人生困境相關的怨恨、受害、報應等感覺，都會煙消雲散。在因果關係中，我們會更了解，自己所希望學習的，並找到一份對這些挑戰的恆常感謝，感謝他們開展我們的靈魂。理解因果關係可以幫助我們跳脫批判，特別是對那些在人生中經歷過重大創傷的人。通常這些人都是按照自己的計畫在過他們的轉世人生，並且平衡前世的能量（羅伯特·舒華茲著，張國儀譯，2009）。

### （三）體驗永劫回歸進而修正生命藍圖

永劫回歸（eternal recurrence）（或作永恆輪迴或永恆重現）只以種假設宇宙會不斷，而且將會以完全相同的形式循環的觀念，而且這種循環的次數不可理解，也無法預測。這種觀念根植於古埃及時代，而且也被畢士學派和斯多葛學派所接受。斯多葛學派認爲宇宙中所有事件曾在過去以同樣的形式出現無數次，未來也會如此，每個循環最後會復歸於火（conflagration），之後再繼續循環不已。

永劫回歸的前提如下：宇宙間的能量是不滅的而時間是無限的，有限的力在無限的時間中運行，必定能重複出現。所有狀態必然已經出現過；現今的狀態一定是一項重覆，而且產生他的那一個與由他產生的那一個等等，都同樣類似，往後則回到過去，往前則進入未來。…就像一場存在的擲骰子遊戲！每一刻都在永恆的回歸。這一生就是你永恆的生命（歐文亞隆著，侯維之譯，2007）。

其實，很多人以爲生活不能改變、沒有選擇，實際上是他們選擇不去改變，沒有勇

氣去試著走出原來的框框，所以過著日復一日不斷抱怨的生活。假如永劫回歸（eternal recurrence）的假設是真的，人的生命將不停重複，而且無論重複多少次，內容都不會有絲毫改變，你會選擇像現在這樣的生活嗎？如果我們總是在位沒做好的事感到遺憾與後悔，你能想像遺憾的事不斷重複發生的情形嗎？或是永遠活在後悔中的日子嗎？那將是多麼可怕啊！想像永恆的存再沙漏一次又一次地到轉過來，這是『永劫回歸』在心理學上的邏輯效果。

所以催眠療法提供了具體的方式使其親身體驗，讓個案體驗到永劫回歸的可怕貫性之後，同時也提供了一個重建生命藍圖，修改生命方程式的機會，透過潛意識的暗示與潛能開發，幫助其尋找新的人生目的及意義，有勇氣去改變自己，跳脫原有的框架，努力實現屬於自己的有意義的人生，成為自己命運的建築師。

#### （四）超常意識狀態的體驗

超常意識狀態有許多不同的形式，涵蓋的範圍從催眠、夢境到種種超脫現實的解離狀態。在心智層面會進入浩瀚的心智空間，思想不再受到語言符號的限制，變得更為流動、有彈性，似乎是從更直觀的層面運作，或是受到更高智慧來源的指導。思緒更為快速，對事物的深層次序有深刻的洞識，既有的觀念和知識也會產生新的連結（布蘭特·寇特萊特，2005）。

在靈性層面會體驗到永恆哲學描述的所有靈性經驗，有些是中介層面的經驗，比如靈視、靈氣和能量場的微細知覺、看見各種靈體，以及獲得其他生命形態的知識，如動物、昆蟲、植物，甚至地球本身的種種知識。有些是靈魂的經驗，體驗到靈魂的光、愛、喜悅、力量和無限的平和，並與人格化的神性和屬天層面產生更大的交流。還有非人格化層面的經驗，在「大心」或無垠的內太空裡，意識在無邊無際的空間自由漫步。還有布克(Hucke)最初描述的典型宇宙意識經驗：完全失去自我，體驗到浩瀚的光明、難以想像的極樂，以及在無盡的狂喜時刻覺知到整個宇宙本身的意識（布蘭特·寇特萊特，2005）。

除了藉由是迷幻藥可引發各種超常意識狀態之外，透過催眠療法亦可以體驗各種「非人狀態」，例如動物、植物、礦物等其他物種，在潛意識的心靈狀態下，也可以與光合一，達到深層的靈魂療癒，甚至能夠銜接高我訊息，確認今生重要使命與課題。

## 十、造訪元神宮的意義

民間信仰中有一種觀靈術（觀落陰），除了可以讓人探望過世的親人之外，也可以讓你自己去看看你的本命樹（花）以及元神宮（元辰宮）。花、樹叢是代表當事人的身心狀況，女孩以花叢形態顯現，男孩以樹叢形態顯現。凡是和身心狀況有關聯的事，在這裡都可以看出來，因此花、樹叢用西方的詞彙來講，等於是「生命樹」（伏筆，2007）。由此可知現世中的身份、才能、福德之差異，經由樹木或花朵的枝幹、根、莖、葉的狀況瞭解各人現世之性格，成長過程，健康及發育情形，子女緣份等。人在陽世間是否身體健康，生活平順，運勢穩定等等，都和他在靈界裡代表本靈的花朵或樹木有對應關係。所謂「調理」，是在強化元辰宮內的能量。添米（食祿）、添油（光明）、添水和柴（財），其用意等同補運。元辰宮中客廳燭火的大小，可以對應出你現階段的運勢，廚房中的水米柴，也可以看出你今世的財祿，而這些東西，會隨著你的作為而有所改變（伏筆，2007）。

## 第四節、身心靈療癒之相關探討

人體是由身心靈三大元素組合而成。身就是身體、生理；心就是心靈、情緒；靈代表靈性、靈魂；身心靈若以英文解釋就是Body、Mind、Soul；以道家觀點解釋就是精、氣、神；以易經的角度來詮釋就是天、地、人。身心靈這三者之間必須維持一個平衡關係，人類才會獲得真正的健康（王復蘇，2002）。

劉桂光等（2007）也指出，人的生命是由身、心、靈三部份所組成。「身」代表身體，「心」代表心智，「靈」則是一種使人從自覺到賦予自己生命意義整個過程的一種力量。身心靈三元又相互影響，關係密切。本節將探討身心靈療癒的範疇與療法的理論機制，以及人生課題與身心靈的關係，還有目前有關身心靈範疇的研究現況。

### 壹、寓居於世的受苦經驗

人生中所遇到的各種課題，皆屬於身心靈的範疇，人類生活在這個忙碌多變的世界裡，常常處於疲憊、壓力，甚至是無助的狀態，導致身、心、靈失序無法合一，各種症狀隨之接踵而來。這些意義生成事件來自人世間的悲歡離合，來自人類切身的體驗。

人有尋找歸因的本能。當一個人處在生命的逆境裡，會回到自己內心世界的一種自我的對話與觀察，對自己、對所處的環境、對宇宙的存在，都有一定的假設與判斷，當生存處境與心靈受到非常現象的威脅時，本能地會具探究問題事件背後隱含的原因，尋求可解決的方法以維持身心的和諧。

受苦的經歷對靈魂來說是無比隆重的一份禮物，對那些被挑選來協助靈魂走上療癒之旅的其他人來說也是一樣。受苦的語言本身自成一種頻率。身在其中的人從眼裡、心裡、腦子裡，散放出這個頻率。它的影響既深遠又世俗。正是因為那些微小且有意識的行為和善意，療癒才有可能產生。一切都是選擇與認知的問題，所有發生的一切，儘管是最艱辛難熬的那些，其中都深深埋藏了有關理解與美好的種子。受苦的經歷可以強化

它們的意義，並且為你帶來另一種人生，而你從不知道自己擁有的天賦與力量，也會因此甦醒（羅伯特·舒華茲著，張國儀譯，2009）。

當個人從某個特定的人生困境挑戰中學習並重新站起來，就會提升了這個克服挑戰的人的氣場。其他同時在場的人也會產生某種感覺，使他們感到沐浴在希望與信心之中。療癒的頻率能夠帶領著靈魂前進，但是靈魂本身一定要準備好接受帶領。雖然接受者的肉體並不會因之改變，或得到符合物質世界標準的「治療」，但是靈魂的確往更高處提升了（羅伯特·舒華茲著，張國儀譯，2009）。

余德慧（2006）從人文學領域來界定「受苦」（suffering），不僅在於生理疼痛，各種精神、心靈的困厄亦屬之，乃至於社會性的受苦（social suffering），如被歧視、文化弱勢、遭遇坎坷、橫遭劫難皆是；而所謂療遇（encountering healing）就是，人們相遇就有可能觸發關懷，療傷止痛的過程就會發生，故曰：「遇而療之」。因此，該應用什麼樣的方式緩解各種受苦的折磨，增進療癒的可能性，是治療師或助人者努力探尋的方向。

## 貳、療癒的意涵

什麼是療癒？所謂的「治療」（curing）和「療癒」（healing）之間有著重要的區別。治療是指修復某一個特定部位，西方醫學的「對抗療法」特別擅長這一點，它以藥物和外科手術，來壓制、消滅或移除各種不適、疾病或生理問題。它可以減輕病人的痛苦，也能夠挽救生命，提供醫療協助，這是非常珍貴的貢獻。而療癒就是讓我們恢復成完整的一體（黛比·夏比洛著，邱溫譯，2002）。療癒是釋放掉或除去那些致使我們和完美的宇宙分離的阻礙或干擾。身心靈療癒就是把一些症狀、疾病、虛弱和其他顯著的障礙減輕，進而使有正常的功能（艾力克·波爾醫師著，黃愛淑譯，2009），更進一步認識自己，重新組合分離對立、壓抑的部分，尋求完整的自我（黛比·夏比洛著，邱溫譯，2002）。

療癒是我們都會經歷的旅程，每一個人都以自己的方式受過傷（無論是看得見或看不見的傷害），每個人都有自己的故事。心理上的創傷和肉體上的傷口並沒有什麼不同，情感上的傷痛是非常真體的感受，往往和外傷一樣疼痛。我們大都很擅長隱藏自己的傷口，不只是怕別人知道，也怕自己察覺。當生理上出現問題時，我們就會去看醫生，尋求治療，然而我們卻持續壓抑內在的傷痛。不過當我們想要更進一步認識自己，尋求完整的自我時，這場療癒的臉程就正式展開了。

「療癒」也意味著你必須拋開抗拒、拋開以前建構的障礙、拋開層層的自我保護、拋開根深抵固的思考模式和行爲、拋開感情的壓抑、拋開我們所堅持的方式和所堅持的事情。療癒就是讓我們恢復成完整的一體，把失落的聲音和遺忘的自我找回來，擁抱那些被隱藏、否認的部位。

能量醫學的先鋒—凱洛琳·梅斯（Caroline Myss）博士提出如下的詮釋：療癒——是一種主動、內在的過程，其中包括檢視自己的態度、記憶和信念，企盼能釋放所有阻礙個人情感與心靈徹底痊癒的負面模式。這種內在檢視的過程，勢必引導一個人重新審視自己的外在環境，以活化意志的方式去努力重建自己的人生。這種意志就是去看、去接受自己生命的事實，以及個人是如何使用能量的事實；這份意志就是開始使用能量來創造愛、自尊與健康。因此，當達到各方面整體的平衡，才是真正的健康，所以療癒的過程並不一定需要實質的治療（林靜馨，2005）。

### 參、身心靈整體療法——西方整體醫學

所謂的健康，根據1958年聯合國世界衛生組織（WHO）的主張，『健康是身體的、心理的及社會的層面，達到完全安適的狀態（well-being）』，而不是僅在於沒有疾病或身體虛弱而已（吳錦鳳等編著，2005）。Ewles & Simnett（1985）曾從不同層面的概念來具體描述 WHO 的健康定義，嘗試提出健康的整體概念包括：

（一）身體的健康（Physical health）：意指身體方面功能的健康。

- (二) 心理的健康 (Mental health)：意指有能力做清楚且有條理的思考。
- (三) 情緒的健康 (Emotional health)：意指有能力認知情緒，並能表達自己情緒。亦指處理壓力、沮喪及焦慮等的能力。
- (四) 社會的健康 (Social health)：意指有能力創造與維持與他人之間的關係。
- (五) 精神的健康 (Spiritual health)：泛指個人的行為、信條或原則，能獲內心平靜的程度。對某些人而言，指宗教信念及行為。
- (六) 社團或團體的健康 (Societal health)：意指健康的生活圈，生活在體的環境中，接近社區健康概念。

生命必然要有的三大目標，就是：在身體上，追求歡樂；於心智上，追求知識；從靈性中，尋求永恆的存在。傅佩榮（2003）認為了解「自我」的概念，要把握靜態內容與動態發展兩類結構。在靜態內容上，指的是「身、心、靈」三個層次，「身」在層次上最為基本，而「靈」則是最後的層次；於動態發展中，要考量「過去、現在、未來」三個向度。兩者的內在意義與外在組織真有錯綜的關聯性，前後互相牽連而且環環相扣，如圖2-4-1為傅佩榮之自我結構分析圖（吳錦鳳等編著，2005）。

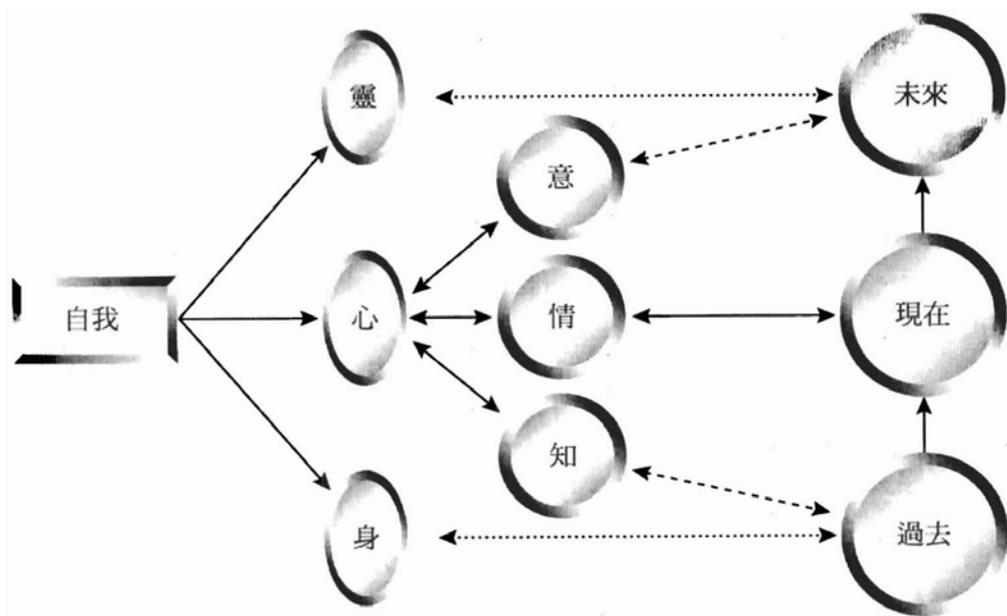


圖 2-4-1 自我結構分析圖

上圖中『身』是指到現在為止我們在一個人身上所看到的一切，因此代表「過去」。  
『心』則是一個「有知、有情、有意」的主體，可以代表「現在」。最後，『靈』能夠  
指示一個人前進的方向，因此是比較針對「未來」的。心又可以分為知、情、意三個部  
分。知代表「理解」，因此側重於已經存在的、過去的資源；情代表「協調」，也就是  
一個人現在的、當下的感受；意則代表「抉擇」，也就是對未來的選擇。換句話說，知、  
情、意三個部分，也可以加入過去、現在、未來三個向度作為思考方式。

此外，傅佩榮（2003）談到心理學界關於「自我」的理論發展，與「身、心、靈」  
的結構內容，正好互相吻合，都是從身到靈，自下而上、由淺到深、由物質而精神、從  
具體到抽象。吳錦鳳等（2005）將相關的內容表列如下：

表 2-4-1 認識自我的四個層面

認 識 自 我 的 四 個 層 面		
超越個人	自我要求超越	李安德的超個人心理學
社會發展	自我要求實現	馬斯洛的「人本主義心理學」 A. Maslow, 1908-1970
	自我要求意義	佛朗克的「意義治療法」 V. Frankl, 1905-1997
人性需求	自我通過群體	榮格的「集體潛意識」 C. G. Jung, 1875-1961
	自我面對群體	阿德勒的「個體心理學」 A. Adler, 1870-1937
生物本能	由「身」影響「心」	佛洛伊德學派 Freud, 1856-1939
	由「身」決定自我 —行為主義心理學	B. F. Skinner, 1904-1990 J. B. Watson, 1878-1958 I. P. Pavlov, 1849-1936

由上表中各個理論可知，天生而非學習得來的動機，如在飢渴時的需要，對安全、

休息的需求等，這些都是屬於「生物本能」的層面；個人與他人關係的動機，如性、侵略、及愛的需求等，可以歸納為「人性需求」的層面；學習而來的動機，像有成就、被尊敬、有意義等自我實現的價值，則歸類在「社會發展」的層面；至於超越個人的動機，像人類要求不被自我實現所拘限，嚮往逍遙自在或極樂世界，關懷終極價值等，則是屬於「超越自我」的層面（吳錦鳳等編著，2005）。

人的需求中最基本的需求就是生理的需求，屬於物質的，也就是身體的。人生五大事：吃喝拉撒睡（婦女加上經帶），就是五臟六腑的生理機能表現，身體有智慧，人本具神奇，可以由此變異，覺察到自我的病變（李啓銓，2008；蘇永安，2006）。西醫認為心理的需求，屬於內在情緒與思考活動，是精神層面的。情緒有：喜、怒、哀、樂、愛、惡、懼等。情緒也具有影響生理的作用，如呼吸急促、心跳加速、血壓升高、失眠等。

現代醫學的研究認為心理影響生理的原因，是因為強烈的情緒或波動明顯降低人體對疾病的免疫力，很多身體的症狀可能就是某些心理衝突軀體化的結果，影響心理的主要因素是情緒與性格（何權鋒，1998）。情緒可以致病，所引起的生理問題如影響循環系統、肌肉骨骼系統、消化系統、皮膚系統（王淑俐，2003；歐陽秀宜譯，2005）。

有些疾病係由心理影響而導致身體的不適，此稱身心症（何權鋒，1998；王復蘇，2002；黃奇卿，2006），例如：大腸緊張症引起腹瀉、壓力引起高血壓、焦慮引起心悸；另外有些疾病也可能因為身體功能的改變而導致心理狀態的偏差，例如：更年期的婦女因為體內雌性激素荷爾蒙之製造減少，導致心情煩燥、焦慮不安。我們也可以發現人類心理狀態遭過重大衝擊而導致靈性改變，例如：過度驚嚇因而失魂落魄，遭受重大變故而導致心靈崩潰，自殺喪命。同時靈性的改變也會導致心靈狀況的偏差，例如：迷信邪教的心理狀況包括仇恨、報復、憤世嫉俗、反社會情節等等。圖2-4-2即表示身心靈是相互影響的（王復蘇，2002）。

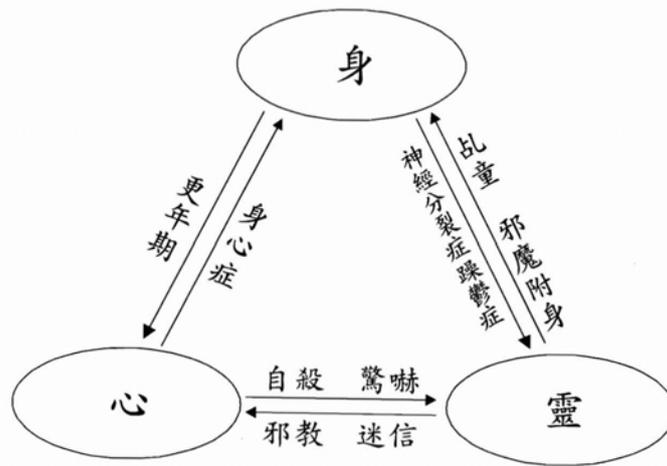


圖 2-4-2 身心靈相互影響圖

西方的整體醫學認為，從身體的健康與心靈的關係來看，改善病痛應從心著手。當被壓抑的心靈能量，轉化為提昇生活品質的動力，就能提高身體的自癒力，讓病痛慢慢減輕；當身心的無力感改善之後，生命阻塞的能量被打開時，癌症也可能因此而痊癒。不論是東方中醫的平衡觀點或是西方整體醫學對於疾病的因果觀點，都不斷地指出人類健康與身心靈的和諧有直接的關係。

Wainrib (2006) 指出身心靈是一體的，身、心、靈相互影響。他的研究指出：心理的創傷 (trauma)，尤其是意外性巨大的心理創傷，即使沒有直接傷害到人的身體，對於人的身心靈也會造成很大的傷害。如果沒有從心理與靈性上治療，創傷所造成的身心靈影響，持續的時間將會是很長的。尤其對於感性的、情緒性的女性，沒有處理好的創傷將會嚴重影響到身心靈的健康。對於女性來說，不美滿無法互相尊重的婚姻，常常是創傷的來源。

而整體醫學的觀念則是：身體某部位出問題，背後一定可以提供進一步的消息，指出內心真正的衝突來源。在『疾病的希望』一書中提到，身體是意識的表現，症狀是疾病的信號，疾病是一種人類的狀況，指明病人在意識層面失去了次序或和諧。症狀的出現是要我們傾聽身心的語言。因此，任何疾病都是在反映當時的生命糾葛，期待人能透過身體的痛苦感受來正視問題。疾病有其意圖和目的，整體而言就是為了得到療癒，也

就是要成為完整或合一。我們的器官和身體各部位都有其心理意義，整理如下表2-4-2

（托瓦爾特·德特雷福仁，呂迪格·達爾可合著，易之新譯，2002）：

表 2-4-2 器官和身體部位的心理意義

身體器官	心理意義
血液	生命力、活力
骨頭	堅定、規範的履行
肌肉	移動性、柔軟度、活動力
皮膚	畫分界限、規範、接觸、溫柔
頭髮	自由、力量
眼睛	洞察力
耳朵	服從
鼻子	力量、驕傲、性欲
嘴巴	願意接受
牙齒	攻擊性、活力
牙齦	天生的自信
喉嚨	恐懼、焦慮
頸部	恐懼、焦慮
背	挺直
腳	了解、堅定不移、根深蒂固、謙遜、服從
四肢	移動性、柔軟度、活動力
手	理解力、行動的能力
手指和腳趾	攻擊性
膝蓋	謙遜、服從
心臟	愛的能力、情緒
肺臟	接觸、溝通、自由
肝臟	分辨力、哲學、宗教
膽囊	攻擊性
胃	感受、接受性
小腸	處理、分析
大腸	貪婪、潛意識
腎臟	伴侶關係
膀胱	壓力的釋放
性器官	性欲
陰莖	力量
陰道	自我臣服

致力提倡身心靈健康的雷久南博士，在心理方面也是特別提出情緒與個性會影響人的身心靈（雷久南，2000）。中醫更認為，50% 到75% 的醫學問題，與心理有關，良性精神狀況下才能有內分泌系統的平衡。七情（喜、怒、憂、思、悲、恐、驚）不和，失望、灰心等負面情緒的壓抑，拘謹的個性易產生焦慮，都是致病，尤其是致癌的主因（胡秀卿，1994；蘇永安，2006）。所謂『八苦』就是生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、五蘊熾盛。人類出生的過程充滿痛苦，衰老的過程也是充滿痛苦。倒霉碰到怨恨憎惡的人，與親愛的家人生離死別，所熱愛的東西一樣也追求不到，這些都是十分痛苦的（王復蘇，2002）。

影響人類發展的阻力就是缺乏自信，無力感，自認為不夠格，阻礙人心思考模式的障礙就是成見、偏見、定見、概論、推論、結論。人類情緒的最大敵人就是悲傷、焦慮、憂鬱、憤怒、恐懼。憂鬱導致情緒陷入低潮，讓人失去活力，不想工作，甚至於覺得人生毫無意義，因而走上自殺的絕路。憂鬱會受到季節氣候或外界事物變遷的影響，例如遭遇父母或配偶的過世，面對事業的重挫或公司的破產，這些都會導致憂鬱症的爆發。當人們情緒低落，一旦面臨驚變與挫折時，思維模式立即陷入悲觀領域的牛角尖裏且愈陷愈深，再也跳不出來。悲傷正如同黑死病的病毒，它會快速穿透你每一個細胞，瓦解個人的信心，你就無法擁抱未來（王復蘇，2002）。

人類恐懼的產生是面對不可預知的未來（王復蘇，2002；李惠卿，2006），恐懼加上後悔，導致信心崩潰的骨牌效應，而克服恐懼最有效方法就是把不確定的變數弄得清清楚楚，當心中有個明確的腹案，知道如何面對未來，恐懼感自然煙消雲散。人生一旦開悟，就能達到心靈的最終平靜，究竟涅槃的境界了。

靈俗稱心靈，靈性（spirituality），是人類對生命最終極生命意義和價值的探索。超然終極的「道德理想」、「神性」或「美感」，即是「靈性」。生命的意義，在於表現人「承受苦難」的潛能，尤其當痛苦轉變成提升自我的力量，生命就有了意義（黃有志，2004）。靈性為經由「自我超越」以發現生命意義的人類習性，是一種潛在發展面

對困境的對策，通常當人們與靠近死亡時，變得更為顯著（方俊凱，2006）。

雷久南（2000）對於靈的探討主要在佛法，特別是指「因果業報」、「想開與放下」，以及「慈悲不殺生」的戒律；在飲食方面則提倡「素食」，不同意西方「身心二元論」，而認為眾生即使死亡後悲恐的情緒與靈性需求的信息仍殘留在肉體中，肉食無益靈性健康。胡秀卿（1994）對於靈性認為可能是宗教信仰例如佛家的「慈悲」、基督的「博愛」、阿拉的「清真」、儒家的「忠恕」、「中庸」、老莊的「自然」、王陽明的「良知良能」。人有智慧來推理，產生信仰。信仰佛教的聖嚴法師感覺有「責任」，是佛菩薩給他的使命，他看見比「自己」更大的意義和價值（王瑞伶、何定照、梁玉芳，2008）。

靈性教育學者 Miller 整合 Emerson（1999）和 Moore（1992）的觀點，認為靈性是，靈魂（soul）聯結自我（ego）與靈性（Spirit）。自我意識（ego），是我們從小在與別人產生互動的過程中，不斷地界定自我，而逐漸地演化出來社會性的我。靈性則是內在超越時空的神聖本質。透過靈性，我們可以體驗到與神性合一（張淑美主譯，2007）。

高中生命教育課程綱要引進西方的「靈性」思維，靈性乃是自我探索的力量，尋求個人與自我、他人、自然環境與造物者之間的和諧關係。《生命教育課程綱要》列出外國探討靈性成長經驗有四項主題：自我探索、實現生命的承諾與義務、個人自我及世界的關係、生命的使命與價值。有關靈性教育的內涵則是：靈性發展的內涵是全人的，包含身心靈三個部分。靈性發展在於導引出內心深處的洞察力與對生命意義的探究、突破生命的有形限制、提升生命的境界。

從林孝宗（2003）對於「靈」的觀點，生命是有過去、現在、未來，而以「本靈」來連貫。而李嗣涔多年對氣功的研究，從身到心，到「信息場」的發現，推論人可能因為氣感的增強，與未知的「靈界」信息聯繫上，產生與自然結合的超個人經驗，而這些經驗雖然目前無法用科學加以驗證，但是我們應該以謙虛學習的態度去接受它、研究它，而不是加以否定或排斥（李嗣涔、鄭美玲，2004）。

靈性受到關注，主要也是因為人類大腦神經醫學的研究發現，腦部的各種活動，包括思想、情緒、慾望等，都是電流與化學反應呈現出來的，透過腦波儀可以測量出  $\alpha$ 、 $\beta$  等波型圖。一般來說，人類在清醒活動時，多數呈現在  $\beta$  波的狀態。 $\alpha$  波是一種慢波，「放鬆」與「專注」是二大條件，許多氣功師、修行靜坐家、超能力者都能產生強大的  $\alpha$  波（羅瑞玉，2008）。而催眠也是可達到此種狀態的一種方法。

王復蘇（2002）從能量醫學的角度來看，世間的能量分為四個層次，第一、個人的能量，是人體體內器官所產生的能量。第二、意念的能量，是集中心念的能量。第三、心靈的能三層次之上半段是與神靈交會所產生的神秘能量，這與宗教有關。第四、宇宙的能量，是來自於不同銀河系之間的吸引力與爆炸力。第一、第二個層次的能量是有限的;第三、第四個層次能量是無限的。如圖 2-4-3 為世界能量圖（王復蘇，2002）。

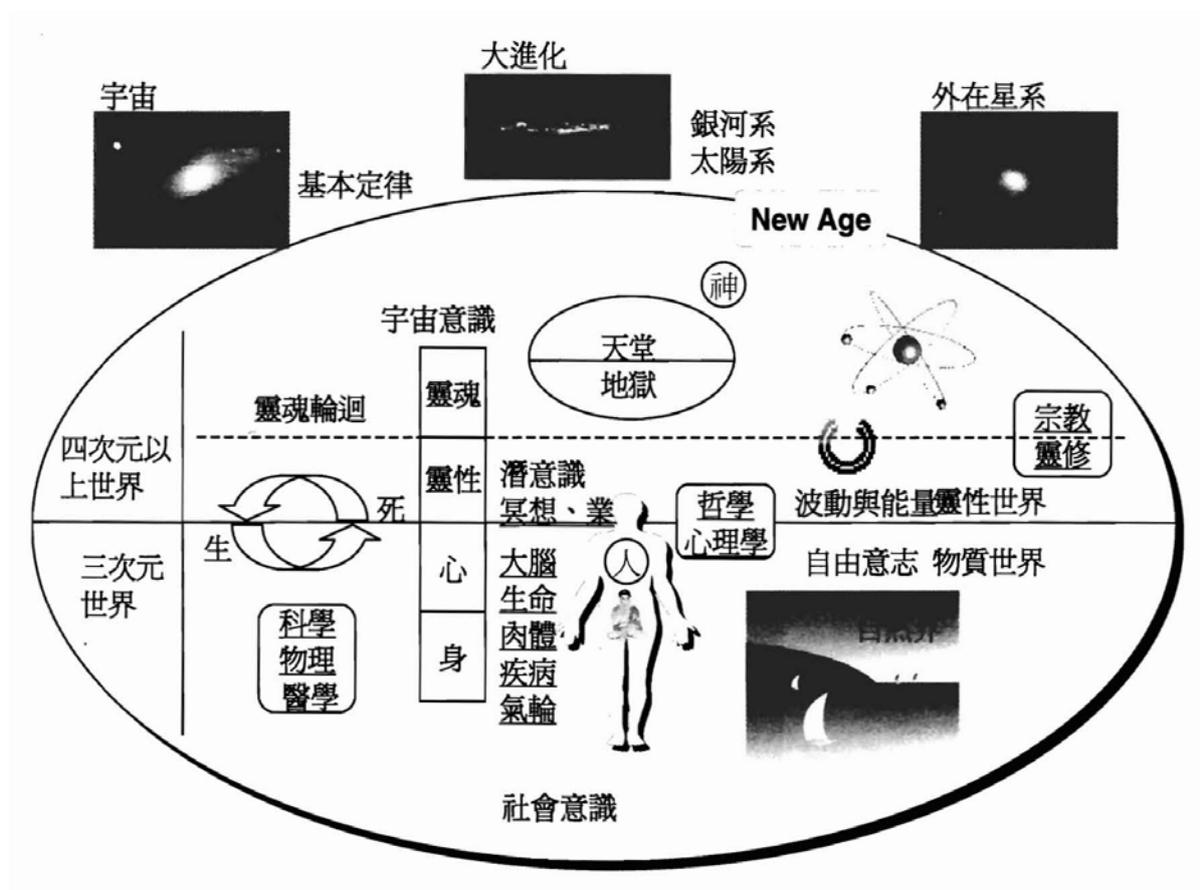


圖 2-4-3 世界能量圖

本世紀是心靈的世紀，它所加給每一個人的挑戰是：如何由心走向靈，藉以展現全方位的人生，並且達成人生的目的。在覺悟了「身心靈」的生命架構之後，接著就得調整自我的心智能量，一方面妥善安排身和心的活動，另一方面積極進行靈性的修鍊。爲什麼靈性修養是唯一的方向？因爲它有四大作用：身心活動由此獲得意義，潛意識的情結可以由此化解，命運可以由此轉化爲使命，在宗教信仰上由此可以自在無礙。這四大作用，在人的生命歷程中未必可以立即全盤呈現，也不必急著去接受或否定。只有讓身、心、靈三者協調定位，朝著一致的方向前進，人生才有抵達圓滿的可能（吳錦鳳等，2005）。

『靈魂之旅』一書中蘇菲亞·布朗（2002）也提到一個觀念，認爲人生根本沒有所謂的「巧合」與「偶然」，一切的因緣際會到了「時間點」都「必然」會發生，因爲我們每個人都帶著自己設計的藍圖來到人間，一切都事先安排好了，人生路上的悲喜哀樂，都是自己的選擇。以上對人生的體悟，與人生意義的闡釋，正是命理存在的目的。我們的學識、技能是屬於三度空間的知識，無法解決或解釋許多人生的問題；到了四度空間，只剩下時間跟空間的對應關係，也就是命理所要解答的範圍；到了五度空間，只論因果、業力、前世、輪迴等，正是佛家的觀念。

#### **肆、超個人心理學的療癒與完整**

自我一旦進入靈的層面，就到了自我超越的範圍。這一條進路發展到後來，就形成「超個人心理學」。超個人心理學（transpersonal psychology）是二十世紀六〇年代末至七〇年代初在美國興起的一種心理學流派，也是人本主義心理學近幾十年來最新的發展成果。它對世界精神傳統和現代心理學持同等尊重態度，並試圖將二者結合起來，予以創造性的綜合，進而提供一種包含身體、心理和精神（body-mind-spirit）的架構來全面地認是自我（傅佩榮，2003）。

## 一、關於「超個人」定義與描述

「超個人」(transpersonal)是什麼意思呢？英文字義上 trans 有超越與跨越的意思，person：是指個人或個體。超個人就是「超越個人自我經驗」與「跨越靈性層面」。超個人經驗 (transpersonal experience) 也許可以定義為：存在的統合感超越了個人的範疇而擴大到人類、眾生、靈魂及宇宙的面向。超個人心理學 (transpersonal psychology) 乃是研究超個人經驗和相關現象的心理學。所謂的相關現象包括了超個人經驗及其發展的本質、種類、肇因及結果，以及被這些經驗和發展所啓發的心理學、哲學、藝術、文化、宗教、修持方法、生活方式及各種反應，或是對這些經驗和發展的誘導、表達、應用及理解。換言之，超個人心理學結合了世界各種靈性傳統與現代心理學的知識。因此可將超個人心理學的定義成：「跨越自我層面的心靈研究」。

超個人心理學又稱作「超人本心理學」或「全人格心理學」。「超人本」有三層意義：超越「以人爲本」；不再以人爲中心，而是以宇宙爲中心；將眼光放遠、放大，看到整個宇宙，甚至看到宗教中所說的「超越者」。而「全人格」就是身心靈的整合：由於自我的身與心是對立的，身體的法則與心智的法則不一樣，兩者必須靠靈來統合；而靈的統合可以歸納爲個人心與身之間的統合、個人與個人之間的統合、靈與宇宙之間的統合、靈與神明之間的關係四個層次（傅佩榮，2003）。

## 二、超個人心理學的範疇

《超個人心理學期刊》出版的理論和實務研究、獨創的貢獻、經驗性文章、論文和課題，包括下列主題：超越性需求、終極價值、合一意識、高峰經驗、狂喜和神祕經驗、存有價值、本體、至樂、敬畏、驚歎、自我實現、終極意義、自我的超越、靈性、日常生活的神聖化、合一、宇宙性覺察、宇宙的劇本、個人和所有物種的協調、最大的人際相會、超越的現象；最大的感官知覺、反應和表達；以及所有相關的概念、經驗和活動。

超個人心理學結合了各種靈性傳統和現代心理學的知識（布蘭特·寇特萊特，

2005)。在靈性的面向上，涉及東西方不同文化背景和哲學取向的宗教傳承，超個人心理學致力於結合這些不同的世界智慧，以兼容並蓄的角度探討靈性的轉化；在心理學的面向上，歷史上三大心理學勢力雖各擅勝場，看似互不相容，但如果從身心靈的全人角度來看，也都可以在超個人的整合架構下分別具有轉化的意義。誠如布蘭特·寇特萊特（2005）所言：「超個人心理學站在獨特的位置，是唯一能整合、涵蓋人類所有經驗的心理學取向。」

意識是存在的基礎，意識的能量、運行和活動創造了宇宙及萬物，大宇宙和人內在的小宇宙都是出於意識的安排（Sri Aurobindo, 1971a）。從心理學來探討意識的本質。行為主義強調外在行為如何表達意識。精神分析注重心智和感受，以及深入的潛意識面向。人本心理學增加有機體層面，也就是心智—情緒—身體的功能。但超個人觀點認為意識的真正基礎和起源是靈性，必須包括這個面向，才能完全認識意識。

靈性和心理學可以共用的語言是意識。意識的研究為超個人心理學理論的建構基石，不論是各種靈性傳統或心理學派，都能為意識的研究提供不同角度的方法，而超個人心理學的架構和超個人心理治療的實務，都是建立在這種整合各種取向，致力於探索涵蓋超越意識層面的整體意識範疇。在實務中，超個人臨床治療者可能會運用各式各樣不同的方法，這要根據特殊的案主適用什麼方法而定，重要的是能承諾幫助案主找出自己的道路。在超個人心理治療中，治療師的意識狀態對治療過程有非常深遠的影響。治療師的活在當下是超個人心理治療的關鍵因素，臨床上最重要的就是強化當下的意識技術和發展。

### 三、超個人心理學療法

法蘭西斯·方恩（2003）在「療癒與完整」一文中提到超個人心理治療是一種致力於整合身體、情緒、心智和靈性各面向健康的療癒，其目標是建立功能最好、最正常的健康。在超個人治療中，意識既是改變的工具，也是改變的對象。治療不只針對行為和

意識內容的改變，也要發展出對意識本身和經驗背景的覺察。超個人治療的內容是案主的生活經驗，由於關心靈性的案主有尋找超個人治療師的傾向，有些內容可能是神祕、原型、個人或超個人的內容。從超個人的觀點來看，完整意味著和諧地整合身體、情緒、心智和靈性的健康，以及社會責任感。

以下是法蘭西斯·方恩（2003）歸納一些超個人治療常用方法的簡介，可以應用在發展的任何層面，也都可以幫助案主開啓內在經驗和發展內在資源。

- （一）**身體的健康**：把注意力集中在細微的身體感覺，以訓練覺察力，有些則特別著重於身心的整合和自制，有些則能釋放堵塞的情緒和習以為常的緊張模式，使人更為放鬆和自由。
- （二）**情緒的宣洩**：釋放堵塞的情緒是療癒昔日傷口、使人完全自由地活在當下所不可或缺的。超個人治療透過各種方法，比如呼吸工作、引導想像、夢，可以產生強大的情緒療癒作用。
- （三）**認知的重新歸因**：藉著學習以不同的方式思考痛苦事件的經驗，改變對這些事的看法，可以學會把困難看成學習的經驗，免除與過往相關的羞恥感、罪惡感和憤怒，而能在當下體驗到更大的自由，並藉此學會以慈悲的態度來看待自己和世界。
- （四）**存在的疑問**：在遇到危機時，面臨價值觀、意義和選擇的存在性問題，有可能導致超個人的探索。許多人發現自己害怕黑暗，卻又懷疑光明。超個人治療師的任務就是幫助案主面對自己的恐懼，發現自己裡面的智慧源頭。
- （五）**想像與夢工作**：這些方法包括的技巧有夢的分析、積極想像、完形對話，以及催眠引發不同的意識狀態，可以用來建立「自我」的力量，或是探索心靈的超個人面向。超個人工作並不是依賴技巧，而在於如何運用技巧。
- （六）**靜坐**：靜坐可以加強人對生活中靈性層面的認識，也是有助於治療的輔助方法。不同方式的靜坐會有不同的效果，可是大部分都能增加自我覺察力和敏感度，了解心靈的運作。使心靈集中和平靜的專注練習，可以治療焦慮。另一方面，洞察力的練習則特別有助於探索被壓抑的記憶和其他潛意識的素材。

- (七) **去除認同**：靜坐藉著切入意識的內容(比如感受、思想和幻想)，讓練習者將意識及其內容區分開來，由此促進「去除認同」的過程，這是超個人工作的核心。鑑於「自我」主要是認同情緒、角色和關係，去除對人格和個人歷史的認同，就能促進「自我」的超越。
- (八) **告解**：對許多與正式宗教疏離的人來說，治療關係可說是現代版的告解。任何可靠的治療師都有接受別人告解的功用，可以提供安全的場所，探索心靈中最黑暗的秘密。當自我被拒絕、被否認的部分得到接納，並整合到真有更大視野的完整中，就產生了療癒。
- (九) **不同的意識狀態**：改變意識的技巧，比如音樂、禁食、鼓聲、吟唱、舞蹈或服用藥物，從有歷史記載以來就一直存在著。有些不同的意識狀態真有強大的治療效果，催眠治療和深度放鬆下的不同意識狀態，也是大部分醫師都熟悉的。

## 伍、靈性危機

### 一、靈性危機的種類

靈性傳統亦談到有意識地追求靈性的重要性。宗教和所有靈性探索的作用就是能越來越接觸神性。可是，靈性經驗有時出現得過於強大，如果平常的整合能力不足，就會導致心理功能混亂。當新的能量、生命、經驗不斷擊打當事人，就會產生混亂、恐懼，於是試圖控制所發生的事，這時，靈性的提升就成為靈性危機。有些壓力是身體方面的，比如瀕死經驗、懷孕和生產、藥物(特別是迷幻藥)、飢餓、受傷或身體的崩潰(如異象的尋求)。有些壓力是情緒的，比如情緒過於強烈的經驗(如周末的自我成長工作坊)、情緒的剝奪或失落、強烈的性經驗。其他壓力來源則是靈性的，特別是密集的靈修。

葛羅夫夫婦(1989)描寫了十種主要的靈性危機，根據經驗的主要特徵，把這些重要的形式分成兩大類：一類牽涉到意識的改變，另一類則是向靈界開啓。

### (一) 意識的改變：

1. 拙火覺醒：在印度傳統中，拙火是靈性能量，潛藏在脊椎底部，覺醒時會像蛇一樣沿著脊椎向上升，開啓脈輪（特殊意識層次相關的能量中心），達到頭頂的脈輪。每一個脈輪開啓時，就會展現新的意識層次。
2. 瀕死經驗：瀕死經驗的內容包括通過一條黑暗的通道或隧道，朝向光和充滿愛的智慧來源，當事人在過程中會感受到這個愛的來源產生的無條件接納和寬恕，還可能回顧一生、評估過去的行爲，當事人了解這一生還有尚未完成的事，根據這個更高的洞察力返回人間。
3. 合一意識：個人的身分融入合一意識的神祕經驗，卻可能造成極大的迷惑，甚至使現世生活的功能出現困難或是難以爲繼。
4. 回歸核心而得到更新(Renewal through Return to Center)：派瑞把超個人面向帶入工作，認爲精神病的療癒潛力是心靈藉著激發靈性我的原型、靈性能量，而企圖更新自己。
5. 前世經驗：這個現象通常發生在超常意識（經由迷幻藥、催眠、呼吸工作等所引發），會生動地經歷自己在不同時空、文化的另一種生活。「前世」被體驗成獨特又鮮明的記憶，由此對今生的行爲、關係和感受展現洞識。重活「前世」時，可能伴隨有強烈的情緒釋放和宣洩作用。

### (二) 向靈界或微細界開啓

1. 神通的危機：神通能力的開啓，比如靈視、靈聽、心電感應、預知能力等等。
2. 巫士的危機：巫術之旅的主要經驗就是深刻地與死亡相會，然後重生。
3. 通靈或與指導靈溝通：這種超個人危機的特徵就是有許多超感官知覺（extrasensory perception，簡稱 ESP），以及其他超心理學的表現，當事人會有許多異常的超自然事件，包括各式各樣脫離身體的經驗。透過靈媒或通靈者與超越形體的生命接觸，或是透過心電感應，或是陷入恍惚（這種情形事後通常都不記得發生什麼事情），接收的訊息或是被大聲說出，或是被通靈者記錄下來。超越形體的生命被視爲介於轉世之間的人類、更進化的生命、神祇或其他星系的外星人。

4. 附身狀態：在附身時，當事人覺得被邪惡的靈體「掌管」，接管他的心靈和身體；會出現怪異的行爲和聲音，伴隨身體的痙攣和扭曲，產生一種可怕的景象。
5. 遇見幽浮：遇見幽浮或被外星人綁架，外星生物的造訪、捉拿，進入外星人的太空船，被迫身體檢查和實驗，而這些事件常常被遺忘，直到透過催眠才記起來。

## 二、靈性逃避

靈性逃避指的是以靈性觀念掩飾逃避的防衛機制，這是維爾伍德（John Welwood, 1984）率先使用的術語。從歷史的角度來看，靈性逃避與靈性的物化及合理化作用有關，靈性的物化（spiritual materialism）是邱揚·創巴採用的術語，指的是自我以靈性的外衣包裝自己，但自我本身卻一直沒有改變；合理化（rationalization）是較傳統的術語，指自我藉著壓抑衝動和感受來保護自己。靈性逃避會採用靈性的語言和概念「重新架構」個人的問題，以掩飾壓抑和防衛，這是一種超個人的合理化作用。

## 陸、目前國內有關身心靈之相關研究大致如下：

梁靜蕙（2004）研究調查顯示，亞洲人承受的壓力程度以台灣所承受的壓力排名為第一。壓力的來源，除了工作之外，財務、經濟及家庭責任都是原因。而有些人面對壓力，可能導致各種健康問題。故身體健康和心靈、環境健康密不可分，健康是需要身心靈三合一。黃國峰（2005）發現心理衛教暨身心靈賦能團體可改善憂鬱症狀及提升生活品質的效果；劉純如（2005）、蘇美雅（2007）也發現身心靈賦能團體介入措施能改善乳癌婦女的焦慮狀態。陳思樺（2006）研究六位憂鬱症患者（疑似卡陰）接受民俗宗教醫療之療癒後，得至顯著性的療癒效果。發現民俗宗教醫療帶給人們的無非就是其心理性的療癒、精神價值的療癒，它修復病人在社會中失序的部份，更調節了病人情緒的障礙。醫療取而代之的應是三重性的診治，身、心、靈的整合醫療，藉此才能真正為患者的疾病帶來完善的治療。

徐燕如（2004）則研究身心靈能量整合團體依據身體層面採中醫經絡理論，心理層面依完形治療的體驗精神，靈性層面根據光的課程實施光能靜心冥想，藉此瞭解大專生在多重意識狀態下，經驗到多重自我—大我，小我與意識我，與其所構成的自我覺察經驗為何。蔡小翠（2007）研究氣功發現人有身心靈三元一體的發展，靈性是生命超越的力量。氣功在身體上能增強人體的免疫力和自我療癒能力；在心理上能增強自信心、包容心和放鬆情緒；在靈性上能體悟生命輪迴、感恩謙卑、大愛回饋。戴秀儒（2008）發現Yoga是可幫助主體性身心靈整合以增進自我覺察的可行方法。梅氏金莊（2005）希望藉由對艾克哈靈修觀的初步探討，能幫助自己的身心靈成長。

李朱勝（2008）發現命理學習者參與命理學習活動的休閒動機主要是「知性需求」；休閒靈性功能主要是「啓發靈性」；靈性健康主要是「感懷自然」。休閒動機與休閒靈性功能以「壓力紓解」與「啓發靈性」具有最密切的相關，休閒靈性功能與靈性健康以「避免靈性壓抑」與「超越逆境」具有最密切的相關，休閒動機與靈性健康以「知性需求」與「超越逆境」具有最密切的相關。

綜合上述，人生在世的各種課題都離不開身心靈三個層面，無論是身心健康受到嚴重威脅（例如癌症、憂鬱症等），或是心靈承受莫大的壓力（例如工作、經濟及家庭責任等），或是內在自我探索與靈性的追求或困擾（如卡陰問題），都是我們要面對學習的功課。因此，如何透過算命、改名與前世回溯催眠之三種助人模式來使身心靈各方面有所成長提升這也是本研究的目的。研究者茲將人生課題以身、心、靈三個面向大致分類如下：

**身：**身體（生理疾病）

**心：**心智（個性思想、自信心價值感）、情緒（包含感情婚姻、親子與人際關係、事業金錢之壓力）

**靈：**靈性（宗教信仰、潛意識、人生使命）、靈魂（與往生親人溝通、前世輪迴、未來藍圖）

## 第五節 諮商關係相關文獻探討

### 壹、諮商關係的重要性

#### 一、諮商關係的內涵

諮商關係可說是非常特殊的人際關係，很難用其他關係來說明白，也不容易透過其他關係來了解；諮商關係不是朋友關係，不是師生關係，不是醫病關係，不是親子關係，也不是宗教師與信徒的關係，諮商關係是一種專業的助人關係(林家興、王麗文, 2003)。

所謂的諮商關係是指諮商師以同理、一致、真誠、關愛與支持的態度，讓當事人覺得被了解、重視、關心，因而信任諮商員，願意開放經驗，與諮商員一起探索問題(陳金定, 2001)，如果諮商師和當事人建立比較良好的諮商關係將有助於催化當事人對於自我問題的探索與洞察，且也願意相信諮商師而在晤談的過程中談得較為深入。因此，諮商師能與當事人建立良好的諮商關係，將有助於當事人的開放與改變(Corey, 2005)。

諮商關係的重要性在任何取向的諮商學派中，都曾被提出來做相關的討論，或許關係/經驗取向(存在、個人中心及完形)的諮商師更是強調與當事人互動關係品質在諮商歷程中的地位(Corey, 2005)。雖然不同學派對於諮商關係有不同面向的思維，大體而言，還是不脫離同理、一致、真誠、關愛與支持的態度(陳金定, 2001)，而Rogers的真誠、同理及無條件的積極關懷的諮商態度更是一再被討論的焦點，Rogers的個人中心治療並不只是技術而已，而是與當事人互動的態度佔重要的地位(Wickman & Campbell, 2003a)。

Kelly (1997) 指出關係的建立可以幫助當事人能深度地探索，所以它是一種治療的工具，雖然關係有時難以維持，不過諮商師還是要與當事人能在穩定的關係下工作。而在諮商關係中，常常會需要諮商師能保持彈性以接納當事人帶進諮商室的所有現象，而諮商師的開放相對於當事人而言是一個很好的示範，因為前者的開放使當事人也能開放

自己在諮商室中的體驗並進一步產生諮商的療效（Rogers, 1961/2001）。

不過，諮商師保持開放及彈性的程度是需要留意的，因在這其中有可能治療師本身的議題會跟當事人的問題產生碰撞，可能會有反移情的現象產生（Linley & Joseph, 2007；Rayle, 2006），因此治療師在諮商關係中保持彈性跟開放之餘，必須注意到屬於自己個人的議題，時時進行自我覺察並且學習自我照顧，以確保治療師是有功能的，而使諮商關係是一個具療癒的關係。Yalom（2002）也說到對於當事人而言，在治療中，只有透過他自己與治療師間親近關係的體驗，才能得到幫助，因此，治療師必須注意他跟當事人之間各種細微的差異。

諮商關係的維持跟建立是進行諮商的第一步，一個良好及親近的諮商關係可以幫助當事人在一個具信任感和安全感的環境之下，勇敢地探索自己的疑惑和問題以期望能有所洞察、澄清並進而有所行動；相對於諮商師而言，他是站在一個傾聽者的角色並找尋阻礙當事人繼續向前走的動力且支持當事人能繼續向前邁進，在這其中，諮商師也是人，也會有自己的問題要處理，在聆聽的過程中，很難保證不會引發自己的負面情緒，負面情緒有可能使諮商師不能維持同理、一致、真誠、關愛與支持的態度，也有可能危害到諮商關係，因此覺察當事人跟諮商師在諮商關係中的狀態是很重要的（李明峰，2009）。

Halstead, Wagner, Vivero 及Ferkol（2002）研究指出關懷（caring）出現在諮商關係中對於諮商具有正面的影響，若諮商師能發自內心關懷當事人而不是機械式的，更能使當事人受到影響並進而獲得改變。另外關懷的態度在諮商關係中是動態的，同時來自諮商師和當事人，所以關懷對於諮商師和當事人都是很有意義的，因為當事人不只可以從中獲益，而諮商更可將此經驗當作一個立基點以發展專業認同且建立諮商專業實務的哲學基礎。Rayle（2006）從社會心理學中每一個人都希望被他人關注的觀點來解釋諮商關係，Rayle 認為諮商師對當事人的尊重和傾聽使他們感受到被尊重，並進而在諮商歷程中獲益。由此可知，諮商中彼此關注的現象在諮商師跟當事人之間流動而形成一股很有

能量的心理動力以促使諮商關係更有療癒性。

諮商關係可以說是一個需要一段時間之人與人互動的關係，有開始也有結束，在諮商關係中，諮商師的真誠、一致、無條件積極關懷，都在於營造一種使當事人感到安全並且可以信賴諮商師的情境，在這個情境中，諮商師跟當事人的互動是雙方面。由此可知，諮商關係是建立在諮商師跟當事人之間的一種狀態，它基本上是一種流動的動力—不管是來自諮商師或是當事人，如果兩者沒有認真地投入其中的話，就沒辦法建立比較良好的諮商關係，也無法產生較為正向的諮商效果（李明峰，2009）。

## 二、諮商關係中的工作同盟

工作同盟的概念是由 Bordin 於1979 所提出的（引自Bordin, 1994），包括了連結、目標及任務三個主要的概念，簡單地來說就是諮商師跟當事人彼此有共同的諮商目標並知道如何做才能達到諮商目標。根據Bordin 的觀點，連結是指諮商師跟當事人之間能分享彼此對於對方的了解且這份連結的關係是溫暖的以幫助諮商關係的建立；目標是指諮商師跟當事人經由彼此溝通、協商而決定出最恰當的諮商目標；任務是指在達到諮商目標的過程當中，出現在諮商過程中的認知及行爲。

在諮商關係中建立良好的工作同盟是很重要的，因為其代表著諮商師跟當事人所認為在諮商中要談及解決的目標是相同的而且也使諮商更容易聚焦。Goldman和Anderson（2007）的研究指出若當事人對於治療師在諮商關係中能培養出安全依附關係的話，對於工作同盟這個因素的促進會有較良好的預測及會發展出較好的諮商效果。

因此，於諮商關係中建立良好的工作同盟對於諮商效能是有直接關聯的，如諮商關係中的工作同盟呈現正向發展會讓當事人覺得每次的諮商都有一定的幫助，而並不是每次的談話都是言不及義而使當事人過早結案，但是，這也需要諮商師能敏銳地看出當事人的問題，並覺察當事人是否說些構不著邊際的話語或是諮商師太過尊重當事人而被其

牽著鼻子走而模糊了諮商的目標。因此，對於工作同盟的覺察對於諮商關係的維持及療癒性的提高是有益的。因此，建立良好的工作同盟對於諮商效能有正面的影響是無庸置疑的（Nelson Jones, 2002）。

### 三、信任在另類諮商關係中的重要性

治療的關係最普遍的定義是由Carl Rogers的工作中發展出個人中心輔導出來。Rogers相信要創造關係是根據他所定義的核心狀態和需要個案充分的面對現實。他的意思是，人能夠改變、成長，和適應；和在生命中實踐。在所有治療關係中，必須讓個案感覺安全，並且為個案建立一個安全的地方。個案需要信任催眠師，所以要讓個案知道催眠師是從心中對他們有興趣，這種信任的關係可以由羅傑森式的核心狀態（Rogierian Core Conditions）中得到。核心狀態有：同理心、無條件積極關注及一致性。（陳一德，1998）。

算命跟專業助人的方式不同，專業的助人方式重視的是專業關係的建立，而算命的助人方式著重在一層神祕的力量，求助者來到算命者的面前就是希望算命者可以透過命理的跡象去說明過去未來發生的事，相較於專業反而希望透過專業關係的建立讓個案工作者運用專業知識、技巧與方法，並在專業倫理原則的引導下，以案主最佳利益為考量重點，為案主謀取最佳福祉的一種情緒互動的交流過程（引自潘淑滿，2000）。因此，算命師的論斷能力的專業與自信，是讓個案信任的最主要因素。

但是對催眠師的信任則主要來自一種信賴關係，與專業的助人方式較雷同。催眠啟發放鬆和有療效的信任關係稱之為信賴關係，催眠信賴是在被催眠者和執行者之間和諧的結合。具有同理心的催眠師很容易被接納，當關係建立時，個案期待正面結果，有取悅催眠師的動機，個案這正面的心理狀態幫助個案接受治療性建議，當個案發現執行者是合格而有愛心的人時，信賴關係會加深。當信賴關係建立時，個案會被催眠師愉悅的誘導並期待一個積極正面的結果。在無批判的行動下積極的精神狀態會促進有療效的暗

示被接受，加強信任感必須在每個字，每個動作和表達都要絕對的充滿自信，如果你是有自信的，你就可以創造自信。在真誠的基礎上建立關係，信任與接受的力量是非常強大的，而且必須有人本的原則（陳一德，1998）。

此外，現代的醫學研究顯示意義的傳遞對療瘡的效果影響極大。意義關聯總是一種主觀的體驗，因此療瘡的藝術家如果想打動人心，就必須時時配合對方。這並不表示他們必須盲目配合觀眾的需求與要求，而是要能發掘人們原本就有，但可能隱而不彰的願望；換言之，就是了解心靈與精神到底需要什麼。療瘡的藝術家必須對自己的工作、自己的話語及演出的力量具有百分百的信心。唯有從自我人格深處選擇戲碼和演出的方式才能打動眾人的心（尤阿西姆·法爾史提希著，賴雅靜譯，2009）。

#### 四、諮商關係中的賦能歷程

焦點解決諮商的核心精神之一為當事人擁有能力或力量來解決問題（Berg, 1991; Berg & Miller, 1992; De Jong & Berg, 2002）。Heller（1985）認為當事人皆是帶著對某事物的無力感而前來諮商（引自 Greene, Lee, Mentzer, Pinnell, & Niles, 1998）。因此諮商師的治療任務在於催化當事人的力量出現（Mack, 1994）。依楊連謙（民 89）觀點，心理治療主要是由賦能及達成目標這兩個歷程交織而成，可見賦能在諮商歷程之重要性。

賦能過程中有一重要原則就是恢復每一個人的內在力量，賦能是讓當事人自己發展出力量來，而讓當事人恢復學習或適應的正常功能（金樹人，民89）。因而透過賦能的過程，當事人能改善其無力感的情況，進而能照自己的想法與意念採取行動，並提高生活的控制感（吳曉明，民88；趙善如，民88，Gibson, 1991；Greene et al., 1998；McWhirter, 1991, 1994；Myers, 1995；Shearer & King, 2001）。

賦能歷程（empowerment process）是人們可以控制自己的命運和影響生活，並對於所處環境作批判性的覺察，也參與影響生活的決定（Zimmerman, 1995; Zimmerman &

Warschausky, 1998)。李明晉(2004)整理 McWhirter(1991), Myers(1995), 以及 Shearer 與 King(2001)的看法, 他們認為賦能是一種過程, 協助無力的個人、組織或團體:

1. 增加自我意識與自我概念、強化自我效能, 以及自我決定;
2. 覺察生活脈絡中的力量動態關係;
3. 爲了在其生活中獲得合理的控制, 發展一些技巧與能力。

本研究的賦能歷程是指當事人在算命或催眠的求助過程中, 如何從問題抱怨, 轉變爲在其目標上獲得支配和控制, 而增加對問題的控制感或心理狀態(例如, 自我效能、自信心、價值感), 並能以批判性思考來運用資源、解決方法與面對問題, 使得當事人產生解決問題的行動之歷程。

## 貳、整合式諮商與心理治療的應用

整合式的諮商與心理治療, 是從各種系統中挑選概念與方法的歷程(Corey, 2006)。心理治療的整合的最大特色, 是試圖跨越單一學派取向的侷限, 以了解可從其他觀點中學到什麼? 以及當事人能如何從中獲益。整合取向的特徵是對整合分歧理論與技術的各種方法保持開放。沒有一套理論能代表真理, 也沒有一種諮商技術對各式當事人永遠都有效, Kelly(1988, 1991)並不認為追隨單一理論是合理的。相反地, 他呼籲理論的整合, 以作爲未來諮商實務的基礎。

表 2-5-1 是 Corey 諮商理論總整理, 爲指導教授(何長珠, 2009)上課時的講義。運用整合式的諮商與心理治療理論與技術在助人實務工作中, 才得以助人過程中更有效幫助各種不同類型與面臨特殊問題的當事人。大多數取向的共通點, 在於接受治療關係的重要性。存在主義、個人中心和完形甚至將治療基礎放在「關係」上, 並視其爲治療結果的關鍵性決定因素。

表 2-5-1 Corey 諮商理論整理 (2009 何長珠)

Corey 諮商理論整理	精神分析	阿德勒 (反決定論)	存在	個人中心 (反決定論)	完形
理念	早年經驗、發展觀、決定論、衝突、潛意識	積極人性觀、幼年生活經驗	主動選擇 (自由、責任)、孤獨、死亡、焦慮	充分功能發展、內在引導	反決定論統整、外在→內在、支持
概念	本我、自我、超我、焦慮與自我防衛、統整成功便是適應	社會性成功與自我實現、強調個人積極能力 (超越自我) 與社會性價值之重要 (合作、成功)	在個人獨特的自我概念上決定與成長、強調行動前覺察	解決問題之潛能 (信心)、理想我與現實我間之協調便是心理健康	強調藉經驗未完成 (淨化) 感受來接納別人, 得到成長
治療目標	潛意識之意識、衝突之處理、重組人格	挑戰當事之神話、鼓勵社會性目標之發展	覺察自由之可能性、面對責任 (最承認當事人本身之變化)	提供安全感此當事人自我探索、信任和成長	覺察此時此刻之經驗、激勵其負責、以內在支持對抗外在依賴
治療關係	治療者之被動介入、使當事人經歷移情、投射、抗拒、淨化而得到發洩和頓悟	共同合作、平等以協助當事人檢驗其生活型態	真誠、正確地與當事人交會而產生彼此之改變	治療者本身須有真誠、溫暖、同理心、尊重、容許之特質, 以此影響當事人之改變 (關係)	治療者協助當事人去經歷過去於現在、發展自我解析之涵義
治療技術	解析、自由聯想、抗拒與移情之分析	多重技巧 (解說、面質、契約、家庭作業問題之使用等)	很少強調技巧、測驗等亦不重視	強調態度而非技巧、同理、反映、澄清	使用多種技巧如面質、兩極性之對話、角色扮演、僵局、罪惡感之重新經歷等
適用範圍	適用於就業訓練、進階受治療者、不適於嚴重精神病、最常用心理病	成長模式、能應用到各範疇 (親職、犯罪、學校、藥物)	適用於生活上的危機 / 轉機、婚姻、家庭治療	特別適用於危機仲裁之初期、對教學、親子、泛文化有用	廣泛適合各方面、對情感開放及當事人對目前經歷之開放, 是很好的方法
貢獻	提供人格主要理論和可爭議之觀點 (潛意識、早年經驗)	統一的、目標取向的、注重社會與心理、其基本概念影響後來之學派	了解人的哲學觀和主觀方法之需要	開放視之系統易學易用、信任與關係之原則適用於各學派	利用當事人的直接行為 (包括夢), 作為了解內在創造潛能之基礎
批評	花費錢和時間、忽略社會和人際因素	傾向於簡化人的問題	基本概念定義不明 (意義、責任)、低功能治療者不適、須指導性	治療者過於被動, 反映, 指導均太有限	未完成之定義難以確認、不易想像之當事人亦不適合

表 2-5-1 續 Corey 諮商理論整理 (2009 何長珠)

	溝通分析法	行為治療	理情認知	現實治療	備註： 何長珠 上課講稿
理念	覺察、重新再決定、生命腳本	行為學習的產物，同時是環境之因果	重新決定、再教育、rb/ib	反決定論、控制論	
概念	人格由父母、成人和小孩組成，分析個人的交流模式(欺詐)	具體化問題及改變之目標、客觀評量、強調現在	個人的信念體系是情緒問題之因、客觀檢核、人類的問題到底是認知為先，感受為重？	正在做與理想和目標間差距之評估、成功/失敗的認同、負責	
治療目標	檢核早年決定並做新決定	消滅不良適應、增加建設性行為	消滅自我挫敗內言、協助當事人發展客觀理性、容忍的生活	堅持引導當事人發展合理負責之行為	
治療關係	關係平等、以契約為連結	積極指導的治療角色、與當事人之良好關係與個人中心亦屬必須相同	治療如有教師，個人關係並不重要、治療者須能主動改變自我推改之行為	治療經由參與整個過程，顯示其關懷，尋求當事人之需要，鼓勵當事人做判斷，幫助當事做改變計畫、不放棄	
治療技術	當事人主動參與診斷及解析、面質及契約均很重要	減敏法、鬆弛法、自我管理方案、肯定訓練	爭辯(摒除)、家庭作業、角色扮演	主動、指導、教誨式的治療法、契約	
適用範圍	適用於團體	恐懼、性失調、兒童行為問題、口吃、減肥	性治療、教育、肯定訓練等認知行為為主之治療*許多自我協助方案，均採此理論之原則	應用廣泛，特別在簡易治療和危機調適	
貢獻	治療契約	評估、練習之科學化、增強	綜合認知、情感和行為之技巧，此原則適用於其他理論	正面及行動取向之方法	
限制	沒有足夠的實證證據、情感與關係之忽略、結合完形可減少不當實施	忽視情感、關係洞察、原因客觀評量之本身很難	高度認知取向、面質可能嚇跑當事人(抗拒)	不重視過去、早期經驗、移情等，是問題解決的治療法、太快速地安置當事人	

諮商是牽涉私人關係的個人事務，已有證據顯示正直、誠懇、接納、了解和自發性

等是成功結果的基本要素。諮商員關心的程度、幫助當事人的興趣與能力，以及真誠性等因素，均會影響治療關係。Lazarus (1986)描述他所認為的「高度成功的治療者」(highly successful therapists)的共同特徵：真正尊重當事人、彈性、不批判的態度、良好的幽默感、溫暖、真誠，以及願意認清和暴露自己的缺點。Lazarus (1996)將當事人/治療者的關係，視為使治療者的技術能紮根的土壤，在溫暖、關懷的治療關係的脈絡下，各種矯正錯誤的認知與適應不良行為的技術，同樣也是必須的。為了帶來這些改變，有效的治療常常需要治療者教導當事人各種因應技巧以解決他們的問題。當事人亦以諸如動機、合作興趣、關切和期望等變數，對治療關係有所貢獻 (Corey, 2006)。

此外，靈性與宗教議題在心理治療中應扮演的角色，在心理學上的爭辯日增。目前對於靈性與宗教信仰的主題——包括諮商員的與當事人的，以及此種信念如何納入治療關係，引發了廣泛的興趣 (Miller, 1999)。靈性是一種極為個人和主觀的概念。心理治療界已指出，此概念的廣泛性定義，對諮商員與當事人較為適用。以下為一個符合這些標準的定義：

靈性被描述為一種能力和傾向，是天生的並對所有人均為獨特的。此種靈性的傾向使個人邁向知識、愛、意義、希望、超然存在、聯繫與悲憫。靈性包括一個人創造、成長與發展價值系統的能力，靈性包含宗教的、心靈的與超個人的 (Corey, 2006)。

大家都知道，藝術家是不能依照固定模式來工作的；同理，在療癒的藝術裡，每個治療行為也都是獨一無二又全新的。當然，某些足以解決平常問題的動作或方法也會一再使用，即使是藝術創作這也說得過去；但在面臨無法歸屬為基本類型的疑難雜症時，無論是醫師或治療師就必須窮盡心意與創造力。邁向整合之路，是當前的趨勢，在命理諮商與前世催眠的助人工作中，在服務不同的對象時，研究者也運用了一些不同諮商理論的技巧。尤其是在當今身心靈整合的時代潮流中，唯有整合的取向才可以療癒任何類型的人，也才有辦法幫助當事人變得更加完整。

## 第三章 研究設計

無論是命理諮詢（算命、改名）或前世催眠，皆是研究者爲了要幫助改善當事人的人生現況與試圖增進其身心靈各方面的整體健康。本研究的關切焦點是希望能夠了解個案在透過命理諮詢（算命、改名）與前世催眠綜合經驗後，其身心靈各方面療癒的影響。本章共分八節，分別就研究方法、研究概念架構、研究對象、研究工具、資料整理與分析、研究步驟與流程、研究倫理，研究限制依次說明之。

### 第一節 研究方法

#### 壹、質性研究方法

質性研究的特色是一種產生描述性資料的研究，注重人類行爲的主觀意識，當事者的內在覺受與觀點。黃瑞琴（2005）認爲質性研究的主要特徵爲：「是描述性的、統整的、注重情境脈絡、是歸納的、不作價值判斷、是人性化的、是學習過程，研究者向人們學習他們觀看世界的方式」。由於本研究探討個案本身對命理諮詢（算命、改名）及前世催眠經驗的認知與理解所陳述之現象，是一種主觀性經驗，而且，算命與改名之命學理論的準確與否、以及前世催眠經驗之真偽，皆難以客觀或科學驗證。因此本研究決定採用質性研究方法，探討個案在透過命理諮詢（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式經驗後，其主觀認定之身心靈各方面療癒的影響，以半結構式之「深度訪談法」，輔以錄音蒐集資料，及個案本身命盤與姓名之基本資料與算命過程的田野記錄，還有個案求助前後身心靈自評表等方式，以確實明瞭命理諮詢（算命、改名）與前世催眠綜合經驗之過程與結果。

此外，因爲質性研究主張以研究者的視角描繪研究場景，透過問題的發掘、資料的搜集與分析之反覆進行，對事件的始末以及其間過程的演變進行通盤的了解，發現相關的因素，藉以形成概念或主題研究，因此，研究者的主觀觀察經驗亦可放入研究之中。質性研究也是一種自然情境的研究方法，資料的來源出自受訪者的意見與詮釋，研究有

關於人們生活、故事、行爲的各種互動關係；並藉由廣泛地蒐集資料來探討人類經驗的深層意義（D. K. Padgett, 2000c；胡幼慧，1996；潘淑滿，2003；簡春安、鄒平儀，2004；引自蔡小翠，2007）。因此，質性研究又兼具開放性與多元的特性，不但適合本研究，也吸引了研究者以一種學習態度，來探討此綜合助人模式之經驗，對個案身心靈療癒之影響，此一議題的拓荒者。

## 貳、深度訪談法

國內有關身心靈的研究（徐燕如，2004；劉純如，2005等），多採用或建議在心理以及靈性方面能採用深度訪談法，較能呈現個別的特質以及深層探討。深度訪談法多扮演前驅性（exploratory）的角色，即是當研究者對一問題意識不是很清楚時，可以用深度訪談法來蒐集資訊，這正適合本研究。但是其前提為只有在訪談者和受訪者建立某種信任關係後，所作的訪談，才叫深度訪談（黃瑞琴，2005）。研究者本身即是資深命理師（十年經驗約2000人次）與催眠師（六年約500人次），具有多次命理諮詢與催眠的互動經驗，頗得個案們的信任，個人更具有專業與正向的人格特質，這些經驗應可有助於關係之建立與訪談之進行。

深度訪談是一種探索的過程，充滿了人生的戲劇性、不確定性和挫折（謝臥龍，2004）。整個研究過程對研究者而言，將是一個富有創造性、想像力和學習性的過程，這個特質深深吸引了研究者，也是研究者必須要面對的挑戰。深度訪談分為結構式、半結構式、開放式訪談。為能把握研究方向並提醒受訪者的問題意識，又想深入瞭解受訪者最真實的內在感受，本研究以半結構式訪談為主，開放式訪談為輔，將至少進行二次的深度訪談。深度訪談大綱是由參考命理、姓名學與催眠的專書與論文文獻中找出人生課題與身心靈療癒影響有關的問題，根據研究目的與研究問題而形成的半結構式訪談大綱。但是在做完前導性研究時發現，似乎未能完全觸及到個案之深層內在的生命經驗，與指導教授討論後，決定增加第二次的開放式訪談，讓個案針對研究目的能暢所欲言其生命故事與感想。如有需要亦可隨個案情況再增加訪談的次數，但至少每位個案都需要作兩次訪談。

### 參、主題分析法

由於人生的各種課題皆可分屬於身心靈的範疇，因此本研究由深度訪談法後所蒐集的資料勢必十分龐雜與混亂，而所謂主題分析法則是對訪談資料或文本所進行系統性分析的方法，試圖從一大堆瑣瑣碎碎、雜亂無章且看似南轅北轍的素材中抽絲剝繭，歸納與研究問題有關的意義本質，以主題的方式呈現，用來幫助解釋文本所蘊含的深層意義（高淑清，2001）。當第一個個案完成第一次深度訪談後，即將錄音檔轉成逐字稿，此時主題分析法已開始陸續進行。

Braun 和 Clarke（2006）定義主題分析法是「一種從資料中辨識、分析及揭示組型/主題之研究法」，他們提出進行主題分析法的「逐步」指引，分別是（1）熟悉資料；（2）產生初步譯碼；（3）尋找主題；（4）檢視主題；（5）定義主題與命名；（6）撰寫報告。「主題分析」是要從文本的書面敘說資料中去尋找共同主題，並用最貼切的語言來捕捉這些共同主題的意義（Barritt, Beekman, Bleeker & Mulderij, 1984），且藉由研究者與研究參與者之間互為主體性的同意與瞭解，以詮釋研究參與者生活經驗的意涵（高淑清，2008）。高淑清並整理主題分析步驟如下：1 敘說文本的逐字抄錄；2 文本的整體閱讀（整體）；3 發現事件與視框之脈絡（部分）；4 再次整體閱讀文本（整體）；5 分析經驗結構與意義再建構（部分）；6 確認共同主題與反思（整體）；7 合作團隊的檢證與解釋。本研究將經由主題分析的循環歷程與合作團隊的檢證與解釋，以使本研究更臻完善。

## 第二節 研究概念架構

### 壹、研究架構概念的由來

基於研究者是專業命理老師與催眠師身份，就以長期為求助個案們服務的實務工作經驗中進行互動與觀察，以及運用為期十年來命理工作經驗與六年來催眠工作中之田野記錄文本與資料的蒐集，而產生本研究的初步概念。圖 3-2-1 為本研究的綜合助人模式概念形成圖。由於本研究的綜合助人模式是採用平行相互交錯進行，依據求助者之問題種類與個人意願來決定先用哪個方式切入其需要，也可能三種方式同次進行，但本研究為探討此綜合模式的統整成效，故前提為研究個案皆需已完成此三種經驗者為限。

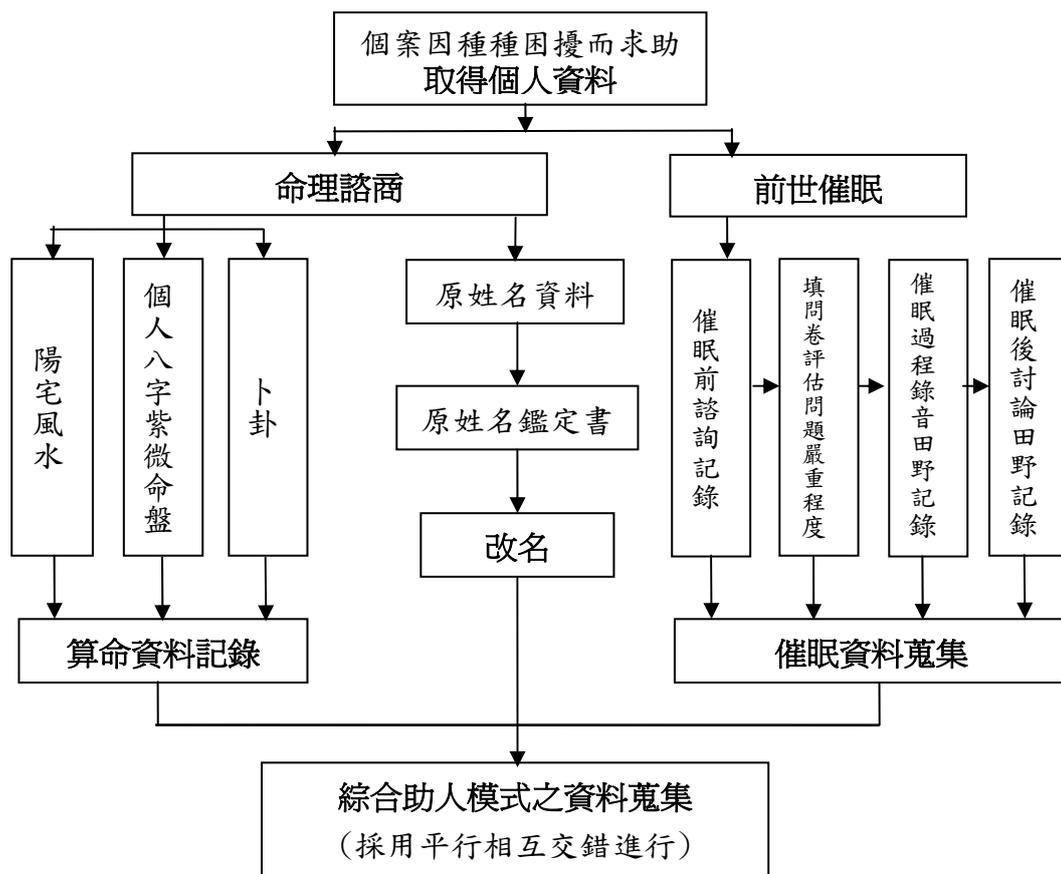


圖 3-2-1 綜合助人模式概念形成圖

## 貳、研究架構的形成

在研究者由工作經驗中發現，個案求助的原因大多數都脫離不了健康、感情、婚姻、人際、事業、金錢、運勢或陰靈等身心靈各方面的問題，為瞭解命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合經驗對個案而言是否有幫助其解決目前人生問題，以及對其身心靈各方面的療癒影響為何，於是確立了本研究的研究問題與研究概念之架構。

本研究擬邀請至少十位已完成命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合經驗，並願意分享其前後身心靈療癒的影響之個案，在徵求同意下，以事後回溯法進行深度訪談蒐集資料進行研究，探討他們在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合經驗之求助前後身心靈狀況的差異與影響。圖 3-2-2 為本研究的概念架構圖。

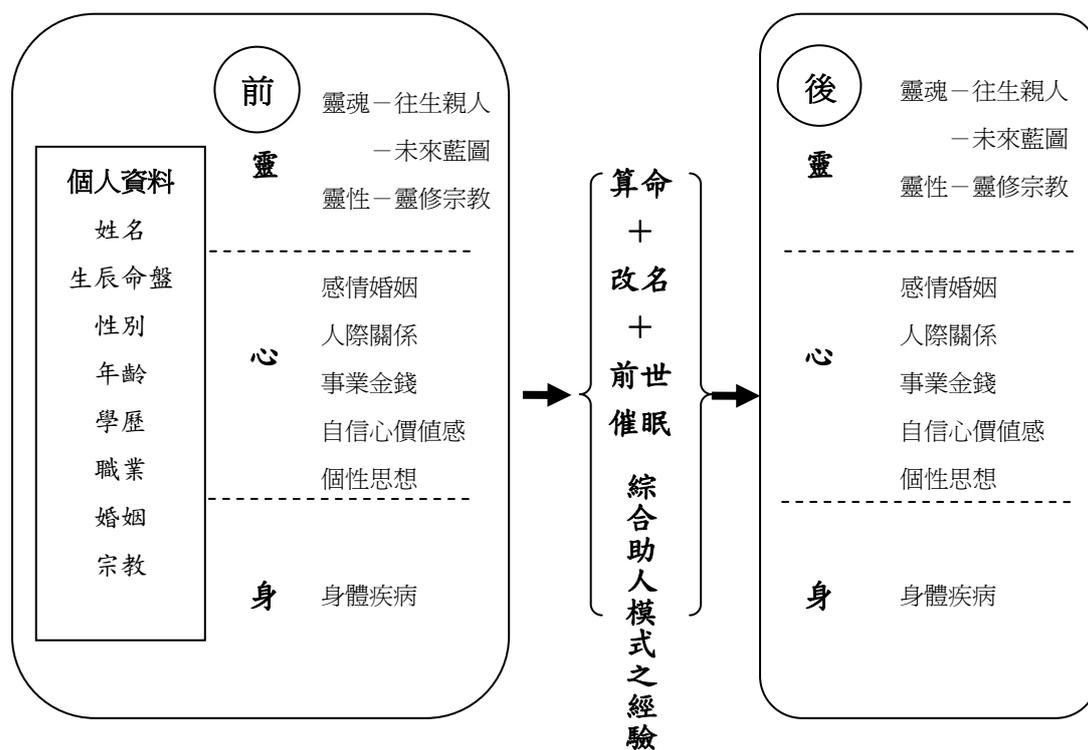


圖 3-2-2 研究架構圖

由於本研究的目的是為瞭解命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合經驗對個案而言是否有幫助其解決目前人生問題，以及對其身心靈各方面療癒的影響為何。因此訪談結果將會探討個案求助時先前身心靈各方面的狀況，然後與算命經驗後、改名經驗後、與前世催眠經驗後，以及綜合助人模式經驗之後的身心靈各方面療癒的影響的可能結果。雖然身心靈無法完全明確分割界定，而且身心靈之間也常有密切的相互影響，身心靈的提升與影響更是多元性的，而且亦是屬於一種對自我生命的深度覺受，所以本研究以個案本身主觀經驗中所認定的真實為真實，由個案本身來自我認定是哪種助人模式影響了其身心靈的哪些方面的主觀陳述，作為本研究結果分析的依據。因此，表 3-2-1 為本研究的資料分析架構表如下：

表 3-2-1 資料分析架構表

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式經驗後
身體疾病					
個性思想					
感情婚姻					
親子與人際關係					
事業金錢					
自信心價值感					
往生親人溝通					
未來藍圖					
宗教與靈修					

### 第三節 研究對象

質的研究與量的研究不同，本研究旨在探討透過命理諮詢（算命、改名）與前世催眠綜合經驗前後之身心靈狀況，因此本研究屬立意取樣。研究者之立場正如Taylor & Bogdan 所言，一開始帶著研究問題和興趣開始研究時，並不去預定研究對象的型態和數目，而是在研究過程中才逐漸確定研究樣本（引自黃瑞琴，2005）。本研究選取樣本時儘量符合四個策略：選最引人注意者、最具典型者、最具特色者、便利抽取者（林生傳，2003）。

研究者已先在 2009 年暑假做過一次前導性研究，初步評估本研究的可行性。從前導性研究中發現，研究對象，女性較男性樂於分享自己的生命經驗，而且受訪者與研究者已有多次算命與催眠的互動經驗，研究者對於研究對象已經有較為長期之觀察，在資料的信度考證上較容易。由於文化中的性別差異之關係，在遇到困難時，女性比男性較勇於主動尋求協助，而且一般人也會傾向找相同性別的命理師或催眠師求助，因此本研究的對象多為女性。再者，當研究對象在求助之前有較明顯的身心靈困境者，或者對於本研究持高度肯定者，在訪談中也較能主動、知無不言的敘述有關自身身心靈療癒的體驗。此外，研究對象的來源選取及研究的現場，以研究者在台中專業命理催眠中心之場所做為田野觀察之場域。

本研究的個案必須經歷命理諮詢（算命、改名）與前世催眠的綜合經驗，缺一不可，且預定至少經過三個月以上的時間驗證，才能完整探究其身心靈療癒的影響。為了符合實際的研究情境，本研究對象數量之選取以能合理涵概本研究之假設為原則，隨著研究的進行，將繼續調整研究對象的數量，預計最少將達十人，以達到研究目的。因此，除了前導性研究個案以外，研究者另外邀請了十三位符合本研究條件的個案來參與本研究，結果有十位個案給予熱情的回應，另外三位可能因私人因素考量或認為求助後的影響結果未達預期而拒絕參與，所以本研究最後的研究個案人數包含前導性研究個案在內共有十一位，十一位研究對象中有十位女性及一位男性，依接受訪談的時間先後依序以英文代號由A到K排列，年齡層約為三十四到五十二歲之間，其基本資料

如下表（表 3-3-1）：

表 3-3-1 研究個案基本資料分析表（這裡的佛道是指民俗信仰）

個案代號	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
性別	女	女	女	男	女	女	女	女	女	女	女
年齡	46 歲 54 年次	35 歲 65 年次	37 歲 63 年次	45 歲 55 年次	42 歲 58 年次	39 歲 61 年次	52 歲 48 年次	37 歲 63 年次	39 歲 61 年次	34 歲 66 年次	42 歲 58 年次
學歷	大學	大學	專科	高職	大學	高職	高職	大學	大學	研一	高中
職業	服務業 老闆	民代 助理	服務業	商 投資	藥局 房仲員	光碟片商	台電 資處員	酒店 公關	家管	醫師助理 研究生	酒店 公關
婚姻 子女	2006 離婚	2010/6將 結婚	未婚	已婚 2子	已婚 1女2子	未婚 1子	再婚 2女1子	未婚 1女	已婚 2子	已婚 1女	已婚
宗教	佛道→ 基督教	佛道	佛道	佛道	天主教 →佛道	佛道	佛道	佛道	佛道	佛道	佛道
求助 起迄	2006/3 2009/6	2003/1 2010/2	2004/9 2010/2	2005/12 2010/2	2007/3 2010/3	2005/8 2010/3	2000/2 2010/3	2005/6 2010/3	2006/1 2010/4	2006/3 2010/4	2007/12 2010/4
算命 方式 與次 數：	論命5次 卜卦30次 陽宅、辦 公室工廠 風水6次 開運名片	論命3次 卜卦8次 陽宅1次 合婚1次 婚課擇日 開運名片	論命3次 卜卦20次 開運名片	論命4次 卜卦2次 陽宅1次 開運名片	論命4次 卜卦20次 開運名片	論命3次 卜卦30次 合婚1次 開運名片 店面風水 1次	論命2次 卜卦5次 開運名片	論命3次 卜卦20次 陽宅1次 開運名片	論命3次 卜卦6次 陽宅1次	論命3次 卜卦5次	論命2次 卜卦6次
何時 改名	2006/6	2003/6	2006/9	2006/2	2008/9	2005/9	2000/2	2005/12	2006/4	2006/10	2010/1
催眠 次數	8次	2次	3次	3次	3次	2次	2次	6次	3次	2次	3次
求助 原因	母親、 前夫、 陽宅、 辦公室 員工、 新對象 未來	姻緣、 工作、 陽宅、 未來	父母親 姐妹、 工作、 朋友、 嬰靈、 未來	投資、 運勢、 陽宅、 健康、 未來	老公、 桃花、 子女、 工作、	男友、 兒子、 嬰靈、 前男友、 店面風 水、 未來	老公自 殺、 憂鬱症 感情、 債務、 未來	性向、 情人、未 婚生女 工作、 金錢、 未來 卡陰	考公職、 陽宅、 工作、 未來	嬰靈、 感情、 婚姻、 學業、 未來	失眠、 肩痛、 老公、 桃花、 嬰靈、 找房子 未來
求助 方式 順序	催眠→ 改名→ 算命	改名→ 算命→ 催眠	算命→ 改名→ 催眠	算命→ 改名→ 催眠	催眠→ 算命→ 改名	算命→ 改名→ 催眠	改名→ 算命→ 催眠	催眠→ 改名→ 算命	催眠→ 算命→ 改名	算命→ 改名→ 催眠	催眠→ 算命→ 改名

## 第四節 研究工具

### 壹、研究者

質性研究中，研究者本身就是目擊者和工具（任凱、王佳煌，2005）。由於研究者本身自國中時期就開始自行研究姓名學，在大學時代也曾拜師學習紫微斗數（8堂×3小時），在1987年起正式拜師學藝，先後向高雄劉錦漢老師、台中張老師、及台北陳老師學習各種命理五術的理論知識多年（時數將近2000小時）（至2004年才暫告一段落），包含向劉老師學習八字（初級班8堂×3小時+高級班44堂×3小時）、紫微斗數（初級班8堂×3小時+高級班44堂×3小時）、卜卦（初級班8堂×3小時+高級班30堂×3小時）、陰陽宅（陽宅初級班8堂×3小時+高級班44堂×3小時+戶外實習6次×8小時+陰宅高級班52堂×3小時+戶外實習12次×8小時）、擇日學（26堂×3小時）、姓名學（20堂×3小時），為加強實力其中八字、紫微斗數、卜卦、與陽宅的課程皆上了兩次；向陳老師學習八字食療（24次×6小時）+陰陽宅風水（24次×6小時+戶外實習2次×8小時），以及張老師助運名片學（8堂×3小時）等術數，並於2000年正式開館服務，因此在算命的專業領域上可說已具有相當程度的經驗。加上研究者本身流暢的語言表達能力，及個人本身的專業能力與同理心的展現，都有助於讓受訪者樂於分享自己的生命經驗。但是研究者也會採取虛心傾聽的態度，以客觀忠實理解受訪者在身心靈各方面生命經驗中的感受。

此外，研究者於2004年開始向曾老師學習催眠技術（時數48小時共上了兩次+4次戶內及2次戶外實習），同年9月取得台中市催眠學會及中華能量養生研究會的催眠師執照後，即開始提供催眠服務，並於2009年換發永久催眠師執照。在南華研究所期間亦選修一門催眠治療與神經語言程式學的課程，並選修諮商輔導理論與技術、悲傷輔導與表達性藝術治療、生死療癒（以上各48小時）、以及心理劇（96小時）等課程，使研究者在服務個案的諮商過程中更能了解及滿足求助者的需求。為了增強催眠實力與技巧，研究者又於2009年暑假再參加台北廖老師NGH國際催眠師證照班課程，以及中華民國華人

身心靈關懷交流協會的催眠師專業培訓結業證書（時數100小時）。六年來研究者已累積不少催眠臨床經驗，尤其熟練以前世回溯催眠技巧作為主要探索與解決問題的方式。

## 貳、算命工具

1. 命理師由研究者擔任，研究者本身即是有十年資歷之執業命理師。（目前命理師尚無證照制）
2. 依研究者本身在命理學之專業知識考量，本研究的算命演繹工具是以中國傳統的命理哲學系統中的八字、紫微斗數、姓名學、易經卜卦、陽宅風水為主。
3. 個案與命理師有採直接面對面互動對談的行為（至少五次或以上）。

## 參、姓名學工具：

依研究者本身綜合筆劃數理、三才五格、生肖姓名學、拆字學、字形、字音、字義學等姓名學理論的菁華，所獨創的全方位姓名學之理論為運用工具（理論詳見第二章第二節介紹）。

## 肆、前世催眠工具：

1. 催眠師由研究者擔任，研究者本身具有催眠師執照（如上述）。
2. 一個舒適的催眠環境（以研究者在台中的專業命理催眠中心為主要研究場域）。
3. 透過前世回溯催眠的相關技巧。
4. 錄音設備與回溯催眠文字記錄田野資料。
5. 催眠前個案基本資料及催眠同意書。
6. 催眠前諮詢的田野記錄。
7. 求助前/後身心靈狀況自評表單
8. 催眠後討論的田野記錄。

伍、完成綜合助人模式經驗後的正式深度訪談工具：（約至少三個月，以檢驗身心靈各方面療癒的影響）

1. 訪談大綱：依據前導性研究所得的訪談資料結果加以修正，採半結構性的問句，以便讓受訪者更能切入主題，也可自由暢所欲言（詳見附件三）。至於訪談呈現問題時，不一定依照訪談大綱順序，而可以依照當時的氣氛與受訪者的生活經驗來修訂、補充（林生傳，2003）。
2. 錄音設備：在前導性訪談中發現，雖然事先告知受訪者使用錄音機是爲了讓原音重現，以便忠實紀錄，也在徵求受訪者同意下使用錄音機，但是受訪者多少會受到影響，一開始會有壓力顯得很不自在。所幸受訪者與研究者已有多次互動經驗，也十分信任研究者，很快的使受訪者解除壓力，漸漸侃侃而談。也由此前導性訪談經驗研究者發現：（1）研究對象不宜爲半年內的新個案，因爲算命、改名與催眠經驗的影響，都需要一些時間的驗證，不可能馬上轉變；再者與研究者互動的機會或時間太少者，對彼此的了解與信任感不夠時，這將大大影響受訪者願意說出更多真實感受的機率。（2）也許因爲錄音的壓力，受訪者會不自覺的避重就輕，因此，研究者發現一定要再進行第二次開放式深度訪談，讓受訪問者先談談自己的生命故事，可以使受訪者逐漸放輕鬆，在自然溫馨的訪談氛圍中切入主題，以此將可得到受訪者更多元的身心靈療癒影響的深刻感覺。
3. 訪談逐字稿：研究者在訪談後隨即完成訪談逐字稿，以便更能忠實把握受訪者的本意、情感等細節。逐字稿完成後，請受訪者過目，以確認內容確實是其所想陳述的真實感受。
4. 田野記錄：在訪談過程，研究者必須做簡短的田野摘要記錄。這些紀錄包含：受訪者的觀察、對週遭情境的觀察、對訪談內容與過程的觀察（潘淑滿，2003）。本研究的田野記錄還包含：算命、改名與催眠過程中的種種資料（如圖 3-2-1 綜合助人模式

概念形成圖中所顯示的項目)。質性研究中觀察所做的田野記錄是幕後文件，有助於研究者將來比對資料的分析。田野記錄一定要「立即撰寫」，盡可能直接了當而快速紀錄其所看到的事情。書寫會刺激思緒，分析性想法與推論會浮上心頭，有助於將來資料分析與檢核(任凱、王佳煌譯，2005)。

## 第五節 資料整理與分析

### 壹、資料編碼與整理

從本研究中發現，在質的研究中，資料分析的時間必須是立即性的。因為資料的搜集和分析同時進行，可以即時追蹤資料中呈現的主題，聚焦和縮小範圍(黃瑞琴，2005)。

深度訪談法資料分析的步驟是：閱讀與整理，描述，分類，詮釋(林生傳，2005)。研究者依此程序逐漸歸類聚焦。有關資料分類與組織，則根據George Foster(1969)提供的簡易研究法來組織研究：首先聚焦在身心靈療癒之影響與轉變的主題上(田野中任何具象或抽象的轉變與過程)。然後研究者將每一個案在綜合助人模式經驗前與後的身心靈狀況與感受，以其生活上各個面向所面臨的問題個別描述與分析，再設法簡單、直接地分類整理整體資料，使之有一體的呈現。Tesch於1990指出，有關質性資料的處理原則中最重要且應保握的原則是，分析的過程應有系統且易被理解，先將資料片斷化，再區分成相關且有意義的單元(謝臥龍等，2004)。因此研究者幾經反覆閱讀文本，不斷思索，最後主要先將研究資料歸類成二個時間點：綜合助人模式前、綜合助人模式後；三個大單元：身、心、靈。最後再加上研究者的較細的分析概念，如：喘不過氣來、感情、關係、前世、未來藍圖…，慢慢聚焦後就知取捨，尤其是身心靈一體，有時很難界定。為了符合實際的研究情境，在研究對象數量能合理涵概所研究之現象即可，然後隨著研究的進行，調整研究對象數量的多寡，以達到研究目的。研究者以此訪談逐字稿作為資料分析的起點，再陸續把其他算命與催眠的田野記錄資料編織進去，進一步根據分

析訪談逐字稿中出現的主題，作選擇性的轉譯及整體的分析及組合、歸類，以理解資料之間的意義及關係，最後再透過「主題分析法」尋找共同主題的意義。在此過程中我將邀請研究所學姊與同學共三人加入協同研究，協助在實際資料分析時進行三角驗證。

## 貳、三角驗證

質性研究爲了提高研究資料的可信度與研究結果的真實性，研究者通常採取三角驗證（triangulation），運用不同的資料蒐集方式或來源，蒐集與研究問題有關的資料（潘淑滿，2003）。

本研究所採取的資料蒐集方法包括觀察（田野記錄）、訪談（逐字稿）與文獻探討三種，以便將不同方法所獲得的資料加以相互三角驗證。在訪談的部份，研究者會於短期內將訪談逐字稿的訪談紀錄，送交受訪者進行確認，如有語意不清楚也會再度訪談澄清，以求研究資料的真實性。這部份之資料經多次訪談才能完成。前導性研究之個案 Muse 在第一次訪談後，我們又相約見面，一方面校對訪談稿，一方面在閒聊中研究者可以更深入了解受訪者的生命經驗，來產生同理心有助資料的分析。隨著時代的進步，使用網路與電話通訊，可以解決現代人遠距連絡的問題。

另外，本研究邀請我的指導教授，其在生死諮商輔導、靈性治療、藝術治療與家族排列領域中都是十分資深與權威的老師，擔任本研究在身心靈療癒方面資料分析的顧問指導，以及一位經驗豐富的業餘算命師而且曾多次參與各種靈性成長課程的研究所學姊，和一位擁有 NGH 催眠師證照的研究所同學，與對靈性成長身體力行且臨床經驗豐富的同學，作爲協同研究員，以便協助在實際資料分析時進行三角驗證。

## 第六節 研究步驟與流程

### 壹、本研究的程序步驟如下：

- 一、選擇有興趣參與研究的適合對象十人或以上。
- 二、詢問個案的正確生辰資料及姓名資料，然後先排八字與斗數命盤。
- 三、先驗證過去一些事情以確定命盤的正確性，然後再開始算命。
- 四、幫個案的姓名做姓名吉凶鑑定（如附件八）。
- 五、配合個案八字，以全方位姓名學理論幫個案取一些新的名字以供選擇。
- 六、追蹤個案是否有使用新名字與改身分證。
- 七、對個案進行個別一對一的催眠回溯（每次時間約 1.5~2 小時），依個案狀況增加催眠次數（至少要二次或以上），並輔以錄音且詳細紀錄下來，【包含催眠基本資料調查表（附件三）、催眠前商談紀錄表（附件四）、催眠過程紀錄表（附件五）及求助前身心靈狀況自評表（附件七）】。
- 八、完成綜合助人模式諮商療程約三個月以後，對個案進行二次深度訪談，採用【半結構式訪談大綱（附件二）】與開放式訪談討論命理諮商（算命、改名）與前世催眠狀態下的綜合經驗，包含對其身體與心靈各方面療癒的影響與轉變為何？是否有幫助他（她）找到此生的目的與人生課題並解決問題？
- 九、再填寫綜合助人模式完成後的【求助後身心靈狀況自評表（附件七）】。

### 貳、研究流程

質性研究的主要模式（陳向明，2002）為：定義研究問題→文獻綜述→形成假設→研究設計→工具設計和抽樣→資料蒐集→資料分析→結論。本研究以半結構式及開放式深度訪談蒐集資料，研究步驟與流程設計如下（圖 3-6-1）：

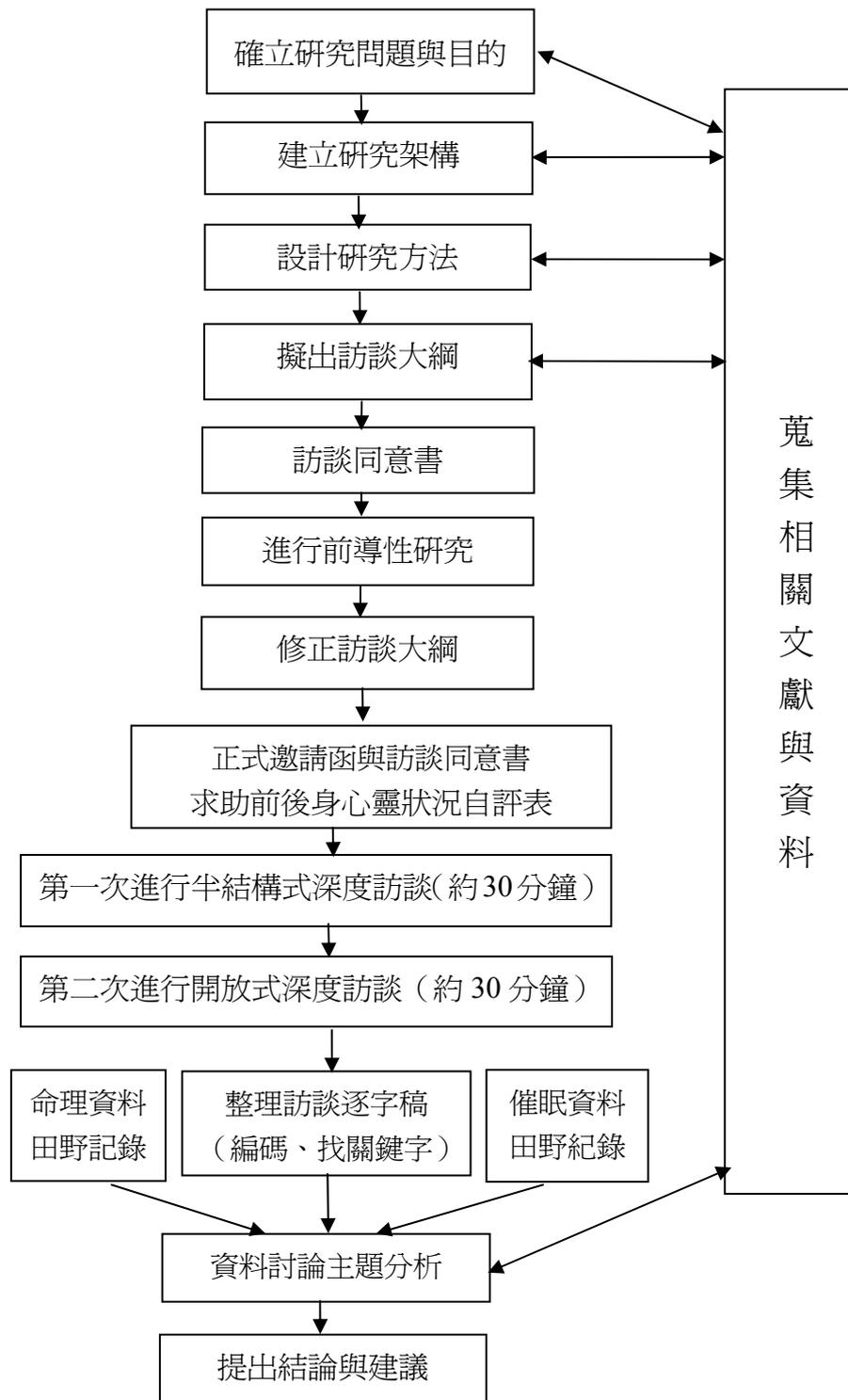


圖 3-6-1 研究流程圖

研究者也在研究過程中，體會到「質的研究」中的設計不能一試定終身，而是要根據研究的具體情況做出相對應的調整和修改（陳向明，2002），例如本研究在經過前導性研究以後，認為需要增加第二次開放式深度訪談。這是質性研究的多元性和挑戰性。

## 第七節 研究倫理

質性研究因為會如實的呈現受訪者的生活與身心靈世界，因此研究者在訪問前會先說明研究的目的與進行方式，並說明受訪者的權益，請受訪者填寫訪談同意書（附件一）。

在訪談中，研究者也會格外注意個人的基本資料，有關個人較私密的問題（例如個人病歷、家庭婚姻狀況、墮胎經驗），或易被指認的訪談的資料（如工作環境），研究者都會事先提醒，並徵詢受訪者的同意。研究者會尊重受訪者的意願，決定訪談內容做選擇性的公開其心路歷程，也希望他們的生命經驗與轉變對讀者能有所幫助與在研究上的貢獻。在此研究者特別至上的謝意，因為他們對研究者高度的信任，才使得可能造成影響訪談與限制的因素降到最低，這也使得本研究之真實性增加，符合研究上所要求的信效度之需求。

在研究中如果受訪者已經離題太遠，研究者考量受訪者的情緒與感受，會儘量只當一個聽眾，一個受訪者可以傾訴的聽眾，對他所敘說的生命故事，不加以個人的批判，也讓受訪者情緒得以宣洩，再伺機轉回主題。

在本研究中可能引起爭議之處應該是在個案的來源與收費的問題。由於研究者本身就是執業的命理師與催眠師，幫人算命、改名與催眠是研究者的生財之道，因此，向求助個案收費是很自然的事。但是，基於不可向研究對象收費之研究倫理，故本研究對象的選擇，只好折衷、從過去十年內的眾多個案中，曾經讓研究者算命、前世回溯催眠至少各二次以上經驗，而且有正式改名者，邀請適合的且願意分享生命經驗的對象作為個案，以期減低收費的研究倫理之問題。

## 第八節 研究限制

- 一、本研究針對個案透過命理諮詢（算命、改名）與前世催眠綜合經驗後對其身心靈療癒的影響與轉變加以探討。由於算命、改名、與前世經驗皆是一種主觀性經驗，難以客觀驗證，所以本研究不以歷史的真實為真實，而是以個案本身陳述的真實為真實。
- 二、本研究的改名所使用的全方位姓名學理論，是由研究者根據過去數以萬計（N>12000）的姓名鑑定經驗，自行創造出來的一套「全方位姓名學」理論（理論原則請詳見第二章第二節），並不適用於由坊間各種單一派別姓名學理論所改的名字，或是由靈乩神明所改的名字。且英文或其他種語言的姓名改名影響，也不在本研究的範圍內。
- 三、根據陳勝英（2007）的經驗指出「八九成的人可以進入某種程度的催眠，其中八成以上可以去遊歷他們的前世。」因此，仍有少數人無法經歷到出生以前，本研究只能提供給可以進入到前世之經驗者，一個探究生死奧秘的機會。
- 四、本研究的個案必須經歷算命、改名、與前世催眠之三種經驗，缺一不可，且至少經過三個月以上的時間驗證，才能完整探究其身心靈療癒的影響與轉變。
- 五、本研究以互動觀察和訪談的方法進行探究，研究者身份的重疊性與命理師與催眠師角色的權威特質，理論上會影響問題內容的呈現。因此，本研究採三個月後的事後回溯訪談法蒐集資料，在訪談前先充分與有願意參與研究的個案們詳細說明本研究之目的，請他們如實地說出自己最真實的感受與影響為何（無論是正向或負向的），並懇請他們能提供有用的建議來幫助研究者在未來的助人工作上，千萬不要因為研究者是他們的命理師與催眠師的身分，而不好意思或避重就輕地說出其負向的感受。

## 第四章 研究結果與分析

本章共分四節，第一節探討十一位研究個案求助時身心靈狀況摘要與求助原因。第二節探討個案經命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗後，對身心靈療癒的影響。第三節為本研究的綜合整理與分析。第四節則探討求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係。

### 第一節 個案求助時身心靈狀況摘要與求助原因

狄吉娜·沃頓（2008）是美國一位催眠治療師，她發現會尋求個人業力療法的人，通常正遭遇著以下問題中的一種：1. 面臨危機：正苦於某種失落，可能是死亡或離婚；2. 受阻：陷入罪惡、困惑或恐懼的泥潭；3. 掙扎：困在戲劇化的情境之中，糾結在困難的關係裡；4. 想探索：渴望成長與發展，想「瞭解自己」。

然而，身心靈本是三位一體，交互影響。可以從當事人的生命故事中，體會到身心靈之間微妙的關聯，一般求助原因大多數都脫離不了健康、感情、婚姻、人際、事業、金錢、運勢或陰靈等各方面的問題，且每個人的人生功課重點不同，所著重問題之方向也不盡相同。本節是根據訪談文本內容與求助前諮詢的田野資料，針對個案求助時身心靈狀況，摘要整理後呈現。

#### 壹、母親干預又掌控，婚姻生子夢難圓的A小姐

A 小姐，54 年次，在家中排行老三，有哥哥、姊姊和弟弟。幼年時，父母因工作關係，將她託付給花蓮的奶奶照顧，直到上小學才接回來。母親在今生總是對她十分嚴厲，並一直干預掌控她的人生，包括大學聯考科系的選擇、工作與對象的選擇、甚至當她與姊姊有利害衝突時，母親總是要求她要犧牲以成全姊姊的幸福，而且把垃圾倒給她，讓她心理十分不平衡，覺得母親都不愛她，而且常常有孤單寂寞的感覺。

年輕時原本夢想出國念書學藝術管理，但因母親反對，以及當時老闆 1996 年執意轉投資經營目前的公司，故留學夢無疾而終。而公司在接手後，立即遭遇原股東私人的債務問題而造成公司的財務危機，並衍生出數宗民刑事官司訴訟案件，A 小姐因經手公司的移轉過程及主導投資案，所以在初期四年中不斷糾葛於官司及公司巨額虧損，造成了嚴重的憂鬱症。後來於 2000 年時與老闆結婚，並成爲公司負責人，所幸當時藉著經營公司的專業能力與心靈成長課程，在 2003 年終於讓公司轉虧爲盈，但是先生的其他事業卻在 2005 年於 A 小姐 41 歲時因投資失利而告一段落，所有的事業資產歸零，甚至連當時居住的豪宅也遭法拍，僅剩 A 小姐名下的公司正常經營著。

在工作上雖已穩定，卻無法忘情自己的理想而感到工作上的束縛重重，經常性左肩胛酸痛及胸悶，由於先生的第一任老婆已育有兒女，而且年紀已近六十，不願再與 A 小姐生小孩，於是在 2006 年簽下離婚協議書。種種因素使得 A 小姐對於男性的看法、下屬的領導、小孩及未來有許多疑問，但是最想瞭解的，還是想知道與母親及先生的關係，因此 2006 年前來做催眠。

催眠後也陸續改名、算命、卜卦、看住家與辦公室、工廠、與加盟店的陽宅風水與設計開運名片等，目前公司穩定成長，正期盼下一段感情姻緣。

## 貳 父愛欠缺欲解惑、邁向靈性自溝通的B小姐

B小姐，65年次，成長於單親家庭，父親在她出生以前就對婚姻不忠，5歲以後跟母親獨自生活。自B小姐出生以後，父親就跟她完全沒有交集，所以初期的自己會有一種被拋棄的感覺。母親是公務員，物質方面很穩定，但是在精神層面上會感覺比較沒有自信和缺乏，而且母親自己本身的情緒也會比較波動，有受到影響。

爲解開人生的疑惑，12 歲就曾買書自己學西洋星座、紫微斗數跟姓名學，但是對系統還是不夠了解，後來爲了去改善自己在心靈上的問題，18 歲曾學佛，走入宗教。

由於自己是敏感體質，先天型的靈媒體質，會做預知夢、因果夢，因此常常受到干擾。又因為母親很愛算命的關係，在決策人生方向，找工作不順利，猶豫不決時，B小姐也會尋求算命諮詢方向。在一次姓名鑑定的機緣與研究者結識，然後改名，改名後桃花運開，同時出現兩名追求者，因此也藉由算命、卜卦、合婚、進而催眠，尋求因果模式的理解，想瞭解姻緣和親人的關係，進而化解心結。現在 B 小姐已經能夠靈性自我溝通（通靈），於 2010 年 6 月結婚。

### 參、母愛家庭溫暖無，卻總犧牲為家人的C小姐

C 小姐，63 年次，有兄弟姊妹六人，是家中老么，有大哥、二哥、大姊、二姊和三姊。據父親描述，當她還是強裸中嬰兒時，曾被媽媽拿起來摔，於是爸爸將她交給奶奶扶養，直到六歲才被爸爸帶回家去。爸爸是退伍榮民，媽媽沒有工作，總覺得爸爸一個人很辛苦要養六個小孩，所以 C 小姐從六歲就開始努力工作賺錢。

18 歲時，開始在公司行號上班做會計，然而卻做一家倒一家，做了三家，後來爲了想趕快努力賺很多錢回家，孝敬爸爸照顧家裡人，所以就毅然決然跑去夜店做服務生，沒幾個月後爸爸就被檢查出癌症末期，醫生判定只剩 6 個月的生命，於是毅然決然就去酒店當陪酒小姐。由於家中一些負債等經濟因素，上班整整五年，每天都要喝很多的酒，很痛苦，雖賺到錢卻失去健康。其間也因年輕不懂事，曾爲前男友墮胎。

在父親過世三、四年後，突然出現靈性危機（卡陰現象），會看到第三世界的東西，甚至還有辦法跟祂們聊天，而且發現母親也有類似狀況，後來經由朋友父親（宮廟師父）作法始得解除，想藉機請求母親的愛，但母親從 C 小姐很小時就非常討厭她，對待她不是拳頭相向，就是刀子飛過來，一定會叫她去死吧去死吧！母親並且告訴她：我就是沒辦法愛妳！讓 C 小姐傷心之餘卻百思不得其解。除了父母以外，三姊是 C 小姐特別關心的對象。

C 小姐等了 10 年幫爸爸撿骨，三姊卻還埋怨爸爸，讓她情緒崩潰到歇斯底里，7 個月來沒辦法睡覺，一天到晚哭，覺得人生失去了方向和活下去的目標與意義，於是才開始來算命與改名。後來朋友一直找她做保險，也問了老師以後，非常堅定的決定離開酒店，先去朋友那裡做保險。但老師認為她不太適合保險工作，鐵齒的她還是去做，雖然撐了兩年卻一直都做得不開心。後來換了服務業的工作，果然開心了一些。

因此C小姐是爲了瞭解自己與父母、三姊的關係，以及和往生父親與嬰靈的溝通，與未來人生的方向，希望透過命理與催眠找到答案。

#### **肆、命運驅使好奇心，改名催眠入靈修的D先生**

D 先生，55 年次，高職畢業後，在父親的工廠工作到現在，已婚，有兩個兒子，從高中時期接觸到手面相的算命，因爲好奇心的驅使，想知道自己命運是怎樣，未來是怎樣，蠻相信命運，所以當事情沒辦法解決時，如個性思考，脾氣不好的時候，還是身體出現狀況時，都會找老師算命卜卦來瞭解。

除了在父親的工廠上班以外，二十年前也開始投資股票期貨另闢財源，期間也起起伏伏，發現運勢好壞似乎有直接的影響，就在四十歲時身體狀況很差去照超音波，醫生說是腎臟腫大，而且當時也正好投資有些障礙，於是想藉由算命、改名來提升運勢，同時透過催眠來瞭解原因，並到元神宮調整運勢。

當D先生改完名字以後不久，接觸到宗教靈修，在催眠之後，更將其天線打開，可以和靈界的神佛與眾生溝通，也能瞭解上天神佛所交待的事情，走入宗教靈修勸人向善，以圓滿原來的使命。

#### **伍、夫妻雙方皆外遇，婚姻關係重體認的E小姐**

E 小姐，58 年次，出生於中部鄉下地方，小時後由於父母親忙於工作，疏於照顧，

導致她與姊姊都會被隔壁一名中年男子拉到草叢裡性侵害，因當時只有四五歲，也甚麼都不懂，但卻造成很深遠的影響，對自我的價值評價非常低，都是配合別人，不敢有慾望或夢想，結婚後更是一個典型的三從四德的女人，一切以先生的意見為主。先生是中醫師，自己開診所與藥局，所以除了照顧三個小孩以外就在藥局幫忙。

當 E 小姐懷老三的時候，發現先生有外遇的對象。先生比較期待 E 小姐可以接受那個外遇，讓她進來，但她覺得應該是要最好是能斷就斷，大概有一年的時間，E 小姐非常低潮，開始算命走廟問神。後來決定完全不過問先生跟外遇之間的事情。想通了就走出去打工，選擇去房仲業工作，還滿受肯定的，也改了名，不斷讀書考證照，在工作中找到自我價值。

後來在職場上因為莫名地喜歡上一個男同事，不知為什麼會有那種感覺，所以來做催眠想了解，同時也想了解與先生、小孩的關係，並與往生公婆溝通等等。

### **陸、未婚生子單親媽，為鐵齒老闆賭未來的F小姐**

F 小姐，61 年次，本身是單親家庭，在二十歲時懷了一個小孩，小孩父親去英國讀書，但是她堅持要自己生，當時認為結婚不是很重要，於是未婚生子。後來為了孩子，因經濟考量曾選擇南部酒店上班，然後認識前男友，是黑社會老大，就沒上班被他包養，八年後分開，一無所有，之後到台中再繼續工作扶養孩子。

工作中認識現任老闆男友，大她十五歲，並坦白告訴他說有一個孩子，如果要在一起他必須要愛她兒子，而男友也就一直包容她兒子，三人生活上相處還算融洽。

34 歲時因為懷了現任老闆男友的孩子，質疑要不要結婚，想知道未來要怎麼走來卜卦問感情，結果卦象準確卜出未告知懷孕的事情令她震撼不已，也卜出她可能墮胎、小孩不保的情形，從此只要是與公司、房子、店面、員工有關的事皆來卜卦，之後也算命、改名、合婚、做開運名片等。

不料在三年前男友老闆想再開一家分店時，當時卦象顯示非常不利會有官司，看了店面風水也十分不理想，但男友老闆十分鐵齒堅持要開，結果一夕之間出了官司，五間店全部收起來，男友也被收押禁見。F小姐選擇跳出來處理店面善後的事，也成長了很多。原本不相信催眠的F小姐，因為公司一再出狀況，與男友的未來，還有想了解小孩與墮胎嬰靈的部份，才來做催眠。

### 柒、為自殺夫扛巨債，子女債務兩頭燒的G小姐

G小姐，48年次，七歲時媽媽就往生，然後爸爸再婚，當然幼年的時候過得很辛苦，但是小時候覺得人生只要透過努力就可以擁有。長大後結婚，有個不錯的老公，先生在朋友的介紹之下去做期貨，因為這個風險很大的投資，結果讓他背負了兩千六百多萬的負債。在G小姐39歲那年先生因沒有辦法去承擔這些負債而選擇自殺。就在他選擇自殺的同一天，那個債權人逼她背書，因此等於是先生也沒了，所有的財產一夕歸零，還必須由她一肩扛起所有負債。那些剎那歸零的傷痛讓G小姐看清命運的本質是一直存在的，人沒有辦法跟命運對抗。

爲了三個子女，G小姐身兼數職，十分勞碌辛苦，爲生活與債務拼命地努力。在過程中，算命發現人生其實有很多東西在八字中，約略都看得到的，只是當時沒有貴人，錯失了那個良機。因此，之後只要有疑惑時她就會卜個卦去解疑惑，爲了孩子好她也改了名字。

改名之後人生轉了個彎，因爲幫一位單身的公司老闆管理帳務，深受他的幫忙與照顧，進而開始追求她，但是她覺得自己負債太多，又有三名子女，實在不應該接受他的感情以免變成其包袱，此時她也發現有另一個未婚女生主動倒追老闆，於是陷入了感情的三角習題，常因感情問題而情緒化，因債務問題而失眠與焦慮，同時常常覺得悲觀、不安定感，因此想透過催眠來瞭解未來經濟狀況與感情問題中的三角關係，以及與自殺的老公，爲何緣份如此的薄？

後來根據G小姐透露，已於2009年時與單身老闆再婚，目前婚姻幸福美滿。

### **捌、男性靈魂又生女，催眠靈開解危機的H小姐**

H小姐，63年次，從小家庭生活穩定，不愁吃穿，父母都是專業人士，父親是藥師，母親是老師，父母收入也都很好，但13歲時，父親突然過世，在一個月內父親事業全毀，本來住的豪宅也馬上變賣，而母親原本是美麗高貴的女性，忽然變成了精神有點異常的柔弱婦女，而H小姐的改變更大，本來連過馬路上學都不會，忽然要承擔很多責任，而且H小姐發現她的性向忽然改變了。

H小姐對自己和別人都很好奇，順利的時候很少算命，遇到挫折才開始研究玄學，所以曾學過易經占卜，也研究過西洋星座。星座顯示她很博愛世人，八字顯示她是好管閒事的人，由於性向特別，雖然在酒店上班，但同時也擁有三個女性情人，尤其爲了其中一位情人，不僅散盡一半家產，還幫忙照顧她兒子，但是常因爲她的冷漠對待而傷心難過。後來決定要生一個自己的小孩，因爲未婚生女的事情，與媽媽發生嚴重衝突。於是想藉由改名改善一些關係。

之後因買房子投資有官司訴訟來卜卦，發現不會贏而與對方和解，也曾發生靈性危機，因念了地藏經而有卡陰厭世情形，當時健康狀況很差，於是想透過催眠了解。結果催眠之後，突然覺得靈力打開，解除靈性危機，並透過催眠了解自己的性向問題，與情人們的關係，與母親的關係，也與往生父親溝通，預覽未來工作財運、探訪元神宮等等。

### **玖、公職失利不甘心，被害意識多質疑的I小姐**

I小姐，61年次，出生在北部，27歲結婚後，跟先生還有婆婆住在台中，現在有兩個小孩，是個家庭主婦。她人生的前半段都還蠻順暢，唯一遭受到的挫折，就是唸書三年都沒有考上公職，這對個性上好強不服輸的I小姐來說，是一個極大的挫折與不甘心。原本不相信命運而且也不去算命的I小姐，因爲考公職失利這件事，總覺得好像被

下咒語一樣，才開始思考可能是命運或業力的問題。

此外，I小姐目前跟先生都不需要去上班工作，就可以過還算不錯的生活，但是在潛意識裡，她總是有被害意識，對錢財有極度的不安全感，尤其在先生決定辭去工作之後，更是害怕未來可能會沒有錢財，因此總覺得要考上公職未來才有保障。I小姐一直是個很有定見的人，因為考公職失利的事曾找其他老師催眠過兩次，但是覺得沒有被催眠成功。雖然I小姐對於算命與催眠一直充滿質疑，但是卻蠻相信陽宅風水的影響。隨著年紀漸長，她開始覺得無法控制的事情太多了，但仍然想透過催眠、算命來了解自己與未來的運勢，並想藉由改名增強考運。

#### 拾、墮胎嬰靈暗中幫，順利結婚又生女的J小姐

J小姐，66年次，國中前都住在中部山上，國中，五專之後大概都自己一個人在外面住獨立生活，所以跟父母家人相處的時間比較少，後來到醫院工作。原本感情都不是很順利，大概都只有交往幾個月，不然就是男友的家境也都不是很理想，所以不會有想要結婚的打算。當生活遇到瓶頸，或感情的問題比較不順時會去算命。後來聽同事說改名後工作有改善，於是就來改名想改變運勢。

J小姐改名不久後就認識現在的先生，而且認識沒多久就懷孕了，當時還是男友的先生家境還不錯，他正準備考試出國念書，而自己的卡債蠻多，對於非預期的小孩，男朋友就做了決定，把祂拿掉，半年內共兩次。

因年紀比先生大四歲，而且先生還在準備出國考試，所以未來婆婆並不是很贊成，由於流產的關係，身體變得很差，睡不好，對小孩愧疚的陰影蠻大的，也常因為這個原因跟男朋友吵架，於是前來卜卦想了解這段感情的發展。

卜卦的結果發現有小孩子的問題，才向老師坦承有墮過胎，於是進一步透過催眠處理自己那時候流產的小孩，並瞭解前世與男友的關係與未來的發展。催眠中其中一個小

孩希望他們有結果之後把祂再生回來，祂有答應暗中幫忙牽線，大約在半年到一年之後。

果然J小姐在一年之內與男友結婚，去年生了一個女兒，覺得有把祂生回來就是現在這個女兒，目前現在跟公婆住在一起，跟老公感情還不錯，除了在醫院工作外，現在又在念研究所進修中。

### 拾壹、爲扛家計入風塵，失眠卡陰運坎坷的K小姐

K小姐，58年次，是家中老大，原本下有一個弟弟、一個妹妹，小時後媽媽讓她覺得她是很笨的，非常不重要的孩子，曾因爲尿床被媽媽毒打一頓，叫她滾出去。八歲時因母親外遇而父母親離婚，父親再娶了繼母，又帶一個妹妹進來，之後又生一個弟弟。從小必須要姐兼母職，負起家庭的責任，幫爸爸做生意，覺得沒有童年很不公平，而且因父母離婚而產生自卑感。

長大後離鄉求學，打工賺錢，親生媽媽只想壓榨她向她拿錢。後來交了男友是爲了想脫離媽媽，但是媽媽卻假裝自殺來控制她，不斷對她就索求無度。K小姐對於媽媽的要求從來沒有拒絕，一直容忍，包括對弟弟，對爸爸都是一樣，總覺得欠他們好多，並總是努力滿足家人的需要。

19歲時曾到香港工作，因發現子宮肌瘤回台開刀，開刀後性格轉變，只想燃燒自己奉獻家人，買房子安頓家人，從未考慮到自己，因此瞞著家人選擇到酒店上班賺錢，和有錢的對象交往只爲安頓家人。後來爸爸與繼母因賭博而負債七百萬，爲躲債跑路離鄉，於是自己又扛起負債身心俱疲。在酒店工作期間，認識不少客人，有日本人、律師、兄弟老大、生意人、外國人等等，得到不少金錢與房子，好讓她安頓家人，包括母親與其外遇對象也要她來養，和那個像魔鬼一樣吸毒的同母異父的妹妹，要不斷花錢去救她，也曾因感情受騙而信用破產，前後墮胎過好幾次。直到民國92年時經由媽媽介紹，嫁給一個蠻老實的公務員，老公把她服侍得很好，但是並沒有感情，因爲K小姐的個

性壓抑，又忍氣吞聲地忍受痛苦婚姻而導致憂鬱性格，有幻聽現象，大概結婚不到一年就企圖自殺。獲救後 K 小姐就假借外地工作理由，與老公分隔兩地，因家庭經濟的需求，再度回酒店上班，也因受不了痛苦婚姻、想放縱自己。

自民國 94 年起，被一個男人的變態追求後開始運勢非常不順，再次墮胎，身體不好，會恍神，吃安眠藥也無法入睡，有嚴重的睡眠障礙，總是在晚上喜歡暴飲暴食，然後再把它吐掉，才會有重生的感覺，於是開始求助於算命，也看醫生與精神科醫生，後來在民國 96 年底經朋友介紹來催眠，想了解自己的感情為何如此坎坷複雜，也想解決長期嚴重失眠的困擾，以及超過十次墮胎的嬰靈問題，同時也藉由算命與改名來幫助她。

在民國98年時，曾在催眠過程中因身體體溫左半邊異常寒冷的奇特現象而中斷，研究者認為K小姐有嚴重卡陰附身的靈性危機，才會如此運勢坎坷，建議必須先行收驚靈療後，再進行後續處理，同時也發現她當時尚未正式更改身分證的名字，建議先改名再看後續發展。

## 小結

綜合上述個案的求助原因發現，十位女性中除了C小姐與I小姐之外，感情婚姻問題為最大多數女性主要的求助原因，除了採用看命盤來瞭解對象的契合指數或卜卦方式來瞭解感情發展狀況之外，所有個案均想透過催眠想了解前世的因緣與關係。其次與父母或子女的親子關係（ABCEFHIJK）甚至是嬰靈（CFJK）的問題亦是求助的重點，還有除了E小姐之外所有個案對預測未來都很好奇。再來就是詢問與工作事業有關的問題（ABCEFHIJK），此外也有一半以上的比例十分重視陽宅的影響（ABDFHIK）。比較特別的是，個案BCDHK也曾遭受過所謂的靈性危機（卡陰干擾）。至於金錢問題，則是個案CDGHIK的求助重點。因此，求助於算命或催眠方式的原因仍以心和靈的問題居多，身的部份比較不是重點，他們可能會直接求助於醫師。

## 第二節 命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗後，對身心靈療癒的影響

個案命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗後，對身心靈療癒影響的資料，是根據訪談文本而來，研究者以個案「求助前後身心靈狀況自評表」為其所認定療癒的程度，將主要意義摘要整理如後呈現。一般而言，5分以下表示此問題項目在其尚可控制或承受的範圍內；6分以上則表示此問題項目對其生活上已造成明顯困擾，而且需要求助處理的；當然也有個案在某些問題項目的自評嚴重性分數很高，但是目前並不想要面對處理。然而，每位個案自我評估問題嚴重性的標準不盡相同，分數高低會受到自我主觀經驗或自我認同概念的影響，所以並不能一概而論。

療癒是我們都會經歷的旅程，每一個人都以自己的方式受過傷（無論是看得見或看不見的傷害），每個人都有自己的故事。心理上的創傷和肉體上的傷口並沒有什麼不同，情感上的傷痛是非常真體的感受，往往和外傷一樣疼痛。我們大都很擅長隱藏自己的傷口，不只是怕別人知道，也怕自己察覺。當生理上出現問題時，我們就會去看醫生，尋求治療，然而我們卻持續壓抑內在的傷痛。不過當我們想要更進一步認識自己，尋求完整的自我時，這場療癒的旅程就正式展開了。

展開旅程之前，我們必須想想生命中有哪些重要的事情，然後依照它們的重要性排定順序。許多人覺得他們所愛的人能夠平安幸福是最重要的，但接下來哪些事情比較重要就有些模糊了。有些人覺得賺大錢或事業成功是相當重要的，有些人卻覺得這並不很重要。有些人認為宗教和宗教活動非常重要，有些人根本不在乎宗教信仰。要找出生命中重要的事情，應該好好自問：我們究竟為什麼會在這裡？我們的生命是要做什麼的？什麼事情可以讓我們覺得人生有目的或方向？

完成療癒就代表著我們又變回完整的一體。要讓療癒自然地發生，必須把自己也列在生命的重要項目裡，然後我們可以開始努力讓自己變成完整的一體。

## 壹 A小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-1：個案 A 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	5	◎		◎	3
個性思想	6 ※	◎	◎		2
感情與婚姻	9 ※	◎	◎	◎	6
親子與人際關係	6 ※	◎	◎	◎	3
事業金錢	5 ※	◎			3
自信心價值感	7 ※		◎	◎	3
往生親人溝通	1				1
未來藍圖	6 ※	◎		◎	4
宗教與靈修	1				1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份。

### 身體層面：

在命盤中顯示肝與心是需要比較注意的部份，的確個案 A 印證有 B 肝帶原，而且曾經有急性發作過。以前經常覺得胸悶，覺得呼吸不到空氣，經過兩次的催眠的過程後，胸悶的狀況確實有大幅度的解除了。雖然 A 小姐的求助項目中並未包含身體疾病的探討，但是卻意外地大幅解除其經常胸悶的情況。

### 心理層面：

感情婚姻與和母親的議題是其求助重點，而命盤中也印證她結婚、離婚的時間點，以及與前夫的應對關係和母女關係的議題。在論命卜卦的過程中，幫助她瞭解自己，並紓解過去心中的許多疑問。從小到大，母親的偏心對待與許多不合理要求和掌控，總是要她犧牲自己然後成全姊姊，這使得她常常覺得心理不平衡，而且對母親有很多的埋

怨。改名後，A 小姐深刻感受到自我意識抬頭，婚姻對應關係改變，也不再那麼地以媽媽的意見為中心，但卻得到了應該有的對待。而且也能夠自主，比較不受到很多外界人情的干擾。前世催眠對她而言是一種解放的感覺！無論是探討婚姻關係、母女關係、事業議題或是未來藍圖，每次像剝洋蔥一樣一層層撥開，或者每次一塊一塊拼湊，把自己終於拼完整了，那個讓她的生命得到很大的自由。

在前世催眠中，A 小姐赫然發現至少有六次前世都是嫁給今世的前夫，而且每世的先生像老爺般的身分地位，形象與今生完全吻合，此外夫妻相處應對的疏離關係與今生現實的相處狀況也幾乎雷同。這讓她深刻體認到她自己其實是個需要很多愛與關懷的女人，充裕的經濟生活並不能滿足她心靈上的空虛。而前夫每一世都以自己的方式來愛她，卻從未尊重她的感受，總是讓她變成一個等愛的女人，有一世的她甚至因為等不到愛，形容自己就像一朵逐漸枯萎的花，絕望自己的青春流逝，約在四十歲時心臟竟然不想跳了，自己耗弱而死。A 小姐此生最大的心願就是希望有一段美滿的姻緣，可以受到尊重與疼愛，目前正期待下一位合適的好對象出現。

事業金錢方面，連鎖事業總部的辦公室按照風水的方式重新規劃調整後，運作就一直都很順暢，然後沒多久又買了現在的新家，也是按照風水的規劃，工作跟生活全部都上軌道，公司的績效提升，利潤增加。

### **靈魂與靈性層面：**

因為已經可以自主很多事，對於信仰卻不再那麼依賴了。在訪談文本中 A 小姐提到，在過去公司遭遇官司危機的痛苦過程中，曾經十分依賴信仰，並試著用佛學的觀點與教導，落實在工作當中，但六七年以後，覺得彷彿走到一個盡頭沒有出口，於是毅然決然就不再相信這個，跳脫了這樣的認知。她在 2009 年受洗成為基督徒，但是卻對信仰抱持著懷疑的態度，覺得自己已經失去信仰。其實這是一種靈性逃避的現象，因為 A 小姐並不想探討這個部份，所以並未處理到靈性層面的議題。

## 綜合助人模式後對生命的體悟：

A 小姐的自評表中，對自我要求的標準較為嚴格，認為問題嚴重性分數降為 3 分已經是很棒的分數了，由於目前正在等待下一段姻緣，因此感情婚姻的項目自評為 6 分，改名後桃花運開，追求者人不少，但是對於什麼樣類型的對象是比較適合自己已經自有定見，仍然期待著適合的靈魂伴侶能出現。至於與往生親人溝通和宗教與靈修等靈性議題，A 小姐在本研究中並未觸及到，因此以 1 分來呈現。

A 小姐所體悟到的生命課題，就是要學習如何去愛人與被愛，可能是因為累世以來都還學不會吧！所以始終一直重覆著這個議題，直到學會為止。她認為生命其實並沒有那麼多框框的限制，每個人生命的進程也不一樣，每一次的輪迴裡學習到不同的面相，都是個人的選擇。好好珍惜此生遇到的人事物，擁抱當下，讓生命更圓滿。

## 貳、B 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-2：個案 B 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	1				1
個性思想	1		◎	◎	1
感情與婚姻	5 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	8 ※	◎	◎	◎	1
事業金錢	8 ※	◎*			1
自信心價值感	10 ※	◎	◎	◎	1
往生親人溝通	1				1
未來藍圖	10 ※	◎		*	1
宗教與靈修	5			◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

## 心理層面：

B 小姐認為算命對自信心跟價值感的部分影響比較大。算命對於解決問題的參考價值約有五成左右，在工作的性質，或者在時間點上，經事後的驗證是覺得有些出入。卜卦比較超然的話，通常準確度還是有到 6、7 成。至於處理人際上外在問題的話，給自己強烈信心的是改名。改名以後桃花運開，個性也會比較開朗，工作運與朋友人際關係都有改變。

B 小姐在改名後不久，同時出現兩個不錯的追求者，在前世催眠後，瞭解到原來與這兩個對象在不同的前世裡皆曾經當過夫妻，但是夫妻相處模式卻大不相同。透過命盤的解析與前世催眠的理解後，選擇了其中一位對象交往。在前世催眠中 B 小姐瞭解到男友為何個性內向閉鎖的原因，因此知道該用什麼方式與男友相處，兩人感情逐漸升溫，決定於今年六月結婚。

此外，透過催眠對因果模式的理解，讓從小以來缺乏父愛的 B 小姐對於父親對婚姻不忠、拋棄家庭的行為的不解，可以全然解決心結，甚至可以放下怨恨，原諒對方。

## 靈魂與靈性層面：

由於 B 小姐是先天型的靈媒體質，會做預知夢、因果夢，因此常常受到干擾。在心靈層面，或者是一些比較神祕奇特的事物，包括對自我了解，自我深層意識的理解方面，還是在經過催眠，包括因果模式的理解，這個對她在靈性的發展上比較有作用。催眠幫助她理解前因後果，以一個平衡態度看待人生，進而發展靈性的活動。

B 小姐認為催眠過去可以解決或改善現世所發生的問題或心結，但是催眠未來的部份，社會層面事件比較準確，但個人的問題感覺上變數極大。

## 綜合助人模式後對生命的體悟：

B 小姐體悟到人生存在的目的，其實是要修行自己的靈性，然後學習得智慧，到後來就會懂得平衡能量，然後讓自己更能與環境融合。靈性的發展畢竟不是宗教可以解決

的，因為後來發現宗教是靈性的小區塊。算命、改名和催眠對她個人的自信心與價值感都有獲得改善，並且提升自我暗示，增強自信心。然而今後如果再遇到困惑的時候，B小姐不會選擇算命或催眠來找答案，因為她有靈媒體質，所以可以靈性自我溝通(通靈)。

### 參、C小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-3：個案 C 求助前後身心靈狀況自評表(分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重)

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式經驗後
身體疾病	5			◎	3
個性思想	10 ※	◎	◎	◎	1
感情與婚姻	6		◎	◎	1
親子與人際關係	10 ※		◎	◎	1
事業金錢	8 ※	◎			1
自信心價值感	10 ※		◎		1
往生親人溝通	10 ※			◎	3
未來藍圖	10 ※	◎		◎	1
宗教與靈修	1				1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份。

#### 身體層面：

C小姐當初求助時是因為幫父親撿骨時，三姊卻還埋怨爸爸，讓她情緒崩潰到歇斯底里，7個月來沒辦法睡覺，一天到晚哭，覺得人生失去了方向和活下去的目標與意義，這是由心理所影響的身體問題。在催眠與往生父親溝通後，解除了對父親的擔心與掛念，她的憂鬱症有慢慢解決，比較有辦法睡覺，改善很多。而其求助後身體疾病項目自評分數3分，是因為訪談時恰巧感冒身體不適的關係。

### **心理層面：**

由於從小到大一直得不到母親的疼愛，讓 C 小姐一直非常自卑，只覺得外人才是對的，算命之後漸漸了解自己，現在的個性思想變得十分正面積極，樂觀又開朗。改名後自信心加強了非常多，開始知道要認同自己。原本爲了家庭經濟的需求，不得已在選擇在酒店上班，經過其朋友與老師（研究者）的鼓勵後，決定勇敢地脫離那個環境。起先跟著朋友做保險，但是命盤與卜卦卦象皆呈現出她並不適合這項工作，但是個性上喜愛挑戰困難事情的她，一直到做了三年之後才承認自己真的不適合，之後採納老師所建議的適合方向，轉換到服務業的工作後做的好開心。

跟家人的關係是 C 小姐求助的重點，最嚴重的是媽媽，怎麼樣努力就是不愛她。在前世催眠以後，很多困惑因此都迎刃而解，跟爸爸的關係，跟媽媽的關係，跟姐姐的關係，在前世中均找到了答案。透過催眠之後家人問題有獲得解決，並從內心真正釋懷。

### **靈魂與靈性層面：**

跟往生爸爸催眠溝通時，請觀音大士幫她爸爸醫療他的腳，對爸爸已經有釋懷了。原本想與爲情自殺往生的大姐催眠溝通，但是並未連結溝通上，有些遺憾。C 小姐在年輕的時候認識了第一個男朋友，曾經爲了他拿過小孩，透過催眠處理，希望祂再回來當她的小孩，好像兩年後生了雙胞胎，而且是一男一女，其中一個感覺是那個嬰靈，另外一個好像是今生自殺的大姐。

### **綜合助人模式後對生命的體悟：**

C 小姐認爲前世催眠與紫微命盤讓她更了解自己的個性、和未來的部份，這兩樣對她影響很大。原本不相信命運，只相信命運是掌握在我自己的手上的 C 小姐，在算命與催眠之後讓她不得不相信命運。她對生命的體悟是人是要順命而走，會走得比較輕鬆比較愉快，有些事情就是要先真正了解自己，然後面對問題，解決問題，這樣才不會在遇到人生轉折點的時候，不知道該選擇一、還是選擇二、還是選三，而是能很清楚地了解

自己所要作的那個選擇，這個影響對她而言是非常的大。今後她也期許自己能當一個可以幫助別人的人。

#### 肆、D 先生在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-4：個案 D 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	7 ※	◎	◎	◎	3
個性思想	8 ※	◎	◎		2
感情與婚姻	6	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	6		◎	◎	1
事業金錢	7 ※	◎	◎	◎	2
自信心價值感	9 ※	◎			2
往生親人溝通	1			◎	1
未來藍圖	9 ※	◎		*	3
宗教與靈修	8 ※	◎	◎	◎	2

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

#### 身體層面：

算命解析命盤時有算到在健康上會有腎臟這個問題。求助當時正因為腎臟腫大，胃也有一點點不太舒服，也有一點高血壓，才會想要去改名，再去做催眠。改名後元神宮名字的花叢變的比較茁壯，身體狀況也慢慢有改善。透過前世催眠了解健康原因，原來在前世曾是個帶兵打仗的將軍，某個戰役中左腳腳踝的部份就被箭射到，腰部背部靠近腎臟位置也有被長矛傷到，與現在的腳受傷、腎腫大的情形不謀而合，透過催眠治療後有好大概一半。

## 心理層面：

D 先生透過算命的時候學習放下，學習去領悟到一些東西，直接去改變一些思考。算命幫助他可以平衡整個心態。關於投資、運勢、健康等事情的決定，會透過卜卦來做最後確認。他也會參考八字來看有沒有這個運，可不可以做，找適合自己五行的行業，不要太鐵齒，因為命盤裏面已經告訴我們，就安分守己做自己該做的工作。透過算命有自信心後，他的念力與思考邏輯越來越傾向正面發展，包括身體的狀態都有比較好一點。還有感情、人際關係也都越來越好，更體會到有笑容才有錢賺。

改了名以後思考邏輯改變，讓 D 先生的身心靈都得到一種轉換，磁場改變。改名後做催眠發現元神宮有改變，本命樹叢更加茁壯，本命元神宮財庫補足，覺得能量增強，像大掃除一樣，運勢改善。也知道自己的守護神，幫助他在金錢方面的控管比較好一點，不會隨便亂花。

## 靈魂與靈性層面：

改完名字以後 D 先生接觸到宗教靈修。藉由催眠後，在意識清楚的狀態之下進入潛意識，D 先生可以與無形的天線接通，接收到另一個空間的訊息與靈（神佛）溝通。他認為靈的東西太執著會受傷，用得好包括事業金錢運都會很好，就不會被局限在八字裏面。但是透過催眠預測未來預測股票漲跌，覺得準確率好像只有 30%左右。

## 綜合助人模式後對生命的體悟：

D 先生對生命的體悟是，工作也是功課，完成上天派給我們的任務與工作，就是圓滿。改完名字以後，D 先生就慢慢走入靈修的狀態，他覺得最重要的是渡化人的心性，就是要去幫助那一些沒有辦法回去的人。靈修就是渡人，還有渡他的靈，渡他的性，讓他回到原始的地方。

## 伍、E 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-5：個案 E 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	6	◎	◎	◎	1
個性思想	8 ※	*	◎	◎	3
感情與婚姻	8 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	7 ※	◎	◎	◎	2
事業金錢	2 ※	◎			2
自信心價值感	5 ※	*		◎	2
往生親人溝通	4			◎	1
未來藍圖	4				2
宗教與靈修	2			◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

### 身體層面：

八字跟紫微有顯示腸胃，肝腎不好，E 小姐的確有胃酸逆流胃痛情形。八字顯示小腸很容易上火，嘴巴破，斗數也看出右肩膀常常會痠痛。改名後覺得健康情形也是有改善，之前小時候身體就不好，現在跟別人比起來好像還不錯。前世催眠了解健康原因，原來是某個喜歡吃刺激又喝酒的前世，把他的胃腸肝弄壞了，經過催眠調整後現在覺得精神會比較集中，身體健康也有比較好一些，比較不會頭暈。

### 心理層面：

算命讓 E 小姐更能比較知道處理事情的方向。也是因為感情的問題才來做催眠，為的是想找一個合理性的答案，讓自己知道該怎麼樣退、怎麼進。因為小時候曾經被性侵，

此事影響很大，造成自己總是配合別人，對自我的價值評價非常的低，不敢有什麼夢想，覺得人生大概也沒什麼希望。。改名後比較會有保護自己的型態出來，也比較有自信，看事情會比較用多方面去看，比較客觀。夫妻關係的溝通上比較有進步，老公不會一直用罵的，已經很久，他不會說話很大聲。人際關係也比較好，都一直有蠻多貴人幫忙，做事情比較順一點。

催眠了解感情出軌的原因，結果發現那個人有兩個不同前世都是救命恩人，難怪自己會一直很想爲他做一些什麼事，很想去親近他關心他。但是大家都有各自的家庭，應該不可以互相破壞。催眠中還知道自己跟先生、跟家人、跟小孩的一些前世的緣分，在前世與今生家庭關係與先生外遇情況雷同，這個就是功課吧！催眠後，跟女兒的互動有改善，會用比較輕鬆的態度去面對她，然後她也不會覺得壓力那麼大了。

#### **靈魂與靈性層面：**

小時後是信奉天主教，結婚後夫家是道教的關係，所以元神宮一開始進去是教堂，但客廳中卻看到觀世音菩薩、還有媽祖跟關聖帝君。後來又重新看了一次是跑到廟裡去了。透過催眠跟往生公公婆婆溝通後比較不會擔心祂們，其實祂們也滿惦記這些子孫的。

#### **綜合助人模式後對生命的體悟：**

E 小姐的個性與八字顯示落差很大，經追問後才透露小時候曾有被性侵的事件。經過催眠回溯當年，讓她有機會宣洩情緒與解除負面思想後，才把這件事所造成的影響減到最低。事後 E 小姐把整個事情串聯起來，讓她更能夠了解自己個性爲什麼會這樣子，也比較能夠接受自己。雖然被性侵事件影響她真的很多，幸好它並沒有讓她變得很偏激、很憤世忌。E 小姐是個十分善良的人，她覺得真的要給面對類似這種事件的人正向的引導，不要自暴自棄。她也體悟到人際是互相的，當有人更關心自己時很容易被打動，所以夫妻要互相關心去了解彼此，才有辦法維繫婚姻。她的人生重點還是在於把孩子帶好，當父母是一個很重要的功課。如果可以的話，以後想當志工或是義工幫助他人。

## 陸、F 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-6：個案 F 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	7			◎	2
個性思想	9	◎	◎	◎	1
感情與婚姻	10 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	8 ※	◎	◎	◎	3
事業金錢	10 ※	◎			2
自信心價值感	10 ※	◎	◎	◎	1
往生親人溝通	7 ※	◎		◎	1
未來藍圖	10 ※	◎		◎	1
宗教與靈修	5				1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份。

### 身體層面：

催眠中前世發現左肩曾經車禍受傷，經過老師修護身體的構造後，左肩變得很輕鬆，腰部也沒有像以前那麼痠了，整個筋骨都鬆了，有滿明確的改善。

### 心理層面：

命盤講解工作、對象、個性、興趣都滿符合。因為了解自己後就可以擺正很多的人、事、物。當初求助原因是想了解跟這老闆男友會不會白頭偕老，合婚後決定賭一賭，願意跟這男人一起共患難。不單單是在事業上，金錢上老闆男友也是來幫她的。

F 小姐認為金錢卦非常的靈通，卜卦是問感情，卻洩漏懷孕的秘密，兩個月多再去卜，就是卦化六沖落空亡的，那時候已經決定要把孩子拿掉了。卦象中洩露了她的決定。

F 小姐常透過卜卦問事，問房子、店面、員工等問題，卦象會顯示一些指引方向，

但是她的老闆男友非常鐵齒，卜卦知道可能店會倒，會有種種官司，他仍堅持要做，結果在一夕之間五間店全部收起來，而且被收押，所有員工也都被波及。F小姐選擇站出來幫忙老闆男友處理公司所有事宜，甚至借錢來發員工薪水與打官司等等，自己也成長許多，她的不離不棄使南有深受感動，因此與男友感情更加堅定。

F小姐過去曾經改名但是沒有起色，再改名想改變自己。改名以後個性上比較正向，比較積極，能當機立斷去處理事情。之前是會很自私，現在會思想到大局面，講話方式不一樣，開朗了，思想健康，每天神采奕奕！改名後思想改變，行為不一樣，碰到人事物也都完全不一樣了，很有智慧知道自己要怎麼做。母女關係改善，慢慢她能釋懷，朋友群改變，自己會有個電波，好的朋友反而一直在其周邊，不好的朋友會討厭她、排斥她。

藉著催眠知道兒子在前世是她的大恩人，當時確實有這樣許願，兒子救她的命大過於兒子氣她種種所有的一切，心理的石頭反而更輕鬆了。她認為自己是要來報恩的，這樣想覺得很釋懷，應該用更柔和的方式接納兒子。跟小孩子父親在前世也曾懷他們家的骨肉，與今生雷同。催眠後感情更明確要跟老闆男友走入禮堂，他會固定給她資金，非常有責任。現在自信心跟價值感已有非常明顯提升。

### **靈魂與靈性層面：**

透過催眠知道之前墮胎的小女孩，始終都在身邊，希望祂能有機會再來做他們的小孩，得到心理上的慰藉。在未來看到自己正在洗SPA，旁邊有個小女生就是四年前拿掉的那個寶貝女兒。F小姐知道自己未來的走向後，覺得這世界非常非常的棒，如果有能力的話，想幫助更多有需要的人。

### **綜合經驗模式後對生命的體悟：**

從算命、從卜卦、從改名到催眠，F小姐發現很多事情都是有跡可循的，而且它都是照著這個計畫慢慢的，一步一步的來實現自己的夢想，跟自己所要的是什麼！同時她也成長了很多，認為每一個人來到這個世界上都有自己的使命感跟價值觀，發生什麼事

是老天給我們的一個課程，要讓我們去完成它，這個過程就是重點。

F 小姐也體悟到人要活在當下，不管現在處境有多麼糟，或者多麼的不順遂，盡心盡力把自己該做的事情完成，要對自己負責任。真誠的改變自己，要能接納自己，別人才會很全心全意的來喜歡自己。

### 柒、G 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-7：個案 G 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	10		◎	◎	1
個性思想	10 ※	◎	◎	◎	1
感情與婚姻	9 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	8			◎	1
事業金錢	10 ※	◎		◎	1
自信心價值感	7 ※	◎	◎	◎	1
往生親人溝通	10 ※			◎	1
未來藍圖	10 ※	◎		◎	1
宗教與靈修	10			◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份。

#### 身體層面：

G 小姐是過敏體質，有蕁麻疹，還有心律不整的健康問題，然後還有五十肩。改完名之後健康問題都不見了，因為心沒煩惱，生病人就好起來了啊！

#### 心理層面：

小時候覺得人生只要透過努力就可擁有。喪偶事件時後 G 小姐發現沒有辦法跟命運

抗拒。她認為算命並不是一種迷信，是把一些統計數據反映在人生裡，然後告訴我們在這個部份要怎麼樣去調整。人生有很多東西八字約略都看得到，但是當時沒有貴人，就錯失了那個良機。覺得很困惑的時候、當下要做抉擇的時候，她會卜卦，看未來會參考大格局，全方位考量。除了看醫生吃藥之外，算命是一個很大的心理調整。因為老師會給方向，所以她把算命的當作憂鬱症的藥。在很悲慘的時候，三十幾歲時算命說她五十歲可以置產，做催眠也是五十歲，而真正的人生經驗也是五十歲買房子，它真的很恐怖。G小姐認為在未來看到希望，對人生是正向的，至少有努力的方向。

改名字對G小姐來說真的是人生嶄新的開始。相信這個名字會給自己帶來一個好的未來，那個念力，還有那個努力，就讓自己慢慢從以前很不好的狀況裡面走出來，包括身體狀況，還有自己的思考，跟別人互動，還有跟孩子之間的一些溝通，都覺得改善得很多。改名後個性轉變成比較有自信，也比較開朗，並開始上了檯面帶大型的活動，主持一些晚會。

透過催眠去知道過去跟今生有什麼樣的連結，為什麼要承受這樣的痛苦。之後就對於目前所面對的人事物釋懷，這個釋懷會讓自己解套。G小姐發現了前世與今生發生的事件與時間的雷同，前世外遇的對象因承擔家中負債而自殺的時間，買房子的時間，父親往生的年紀，還有過去世裡面的一些感情上的糾葛，在目前的生活裡面都得到了印證。

### **靈魂與靈性層面：**

從催眠中得知，曾經在過去世裡跟金生自殺往生老公也是夫妻的關係，他因為背負了家裡的負債，然後也是自殺。在前世有承諾說要幫他一肩扛起負債，今生自己也做了同樣的事。與往生老公催眠溝通後，解除心中的恨。

### **綜合經驗模式後對生命的體悟：**

G小姐是在拒絕命運這樣的安排之後去改名，算命，算紫微、去做前世今生催眠。改名字之後就發現，人生在這裡轉了一個彎，然後遇到事情的時候，會卜個卦去解那個疑惑，然後再透過催眠，去把人生很多沒有辦法突破的瓶頸跟結打開。慢慢地她就發現

說，命是定的，但是運是可以改的。命只是老天爺給的一個基本架構而已。改變最多的應該是改名字這個部份，自己覺得這個判若兩人。透過催眠深層的心靈引導，可以很好的去調整，可以能夠釋懷。

G 小姐對生命的體悟正如同觀世音菩薩告訴她該把我執放下，然後悲憫、寬容、無我，手攤開來才是真正什麼都有。此生的功課使命就是，透過過去的經驗，然後跟人家分享，也幫助一些心裡有困惑的人。

### 捌、H 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-8：個案 H 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	9 ※	◎		◎	1
個性思想	8 ※	◎	◎	◎	3
感情與婚姻	9 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	9 ※	◎	◎	◎	3
事業金錢	8 ※	◎	◎	◎	3
自信心價值感	5	◎	◎	◎	1
往生親人溝通	9 ※			◎	4
未來藍圖	8 ※	◎		◎	3
宗教與靈修	10 ※	◎	◎	◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份。

#### 身體層面：

H 小姐的命盤發現健康方面就是皮膚會不好，果然沒錯她常常過敏。老師透過催眠的指示將宇宙的能量灌在她的身上，給她愛的能量、正面能量或愛別人的能量，使身體健康改善。

## 心理層面：

星座命盤顯示與 H 小姐個性相符，20 歲前比較內向，21 歲開始比較會表達自我。八字顯示她是好管閒事的人，星座則顯示她很博愛世人，還有虧欠屬牛的債，的確 H 小姐曾經為屬牛的朋友花盡了一半家產。命盤裏，跟陰界有緣，也有修行的成分在。H 小姐認為易經占卜十分準確，例如買房子物超所值，打房地產的官司等所卜的卦，事實皆是如此。她會遵循命盤趨吉避凶，什麼事物會與她相剋就不去做。還有取好一點的公司名，用開運名片，都有幫助到她事業金錢的部份。

改名後 H 小姐的思緒變得異常的清晰，前面三天有很多的意外之財。她認為改名很像一個保護罩可以彈開對自己比較不利的人事物，而且可以把業障降到最低，還有逢凶化吉的功能，可以自己掌控很多事情，掌控自己的人生。因為性向特別擁有男性靈魂，並擁有許多情人，以及堅持未婚生女的問題，而與媽媽緊繃衝突的母女關係，在改名之後關係也有改善，衝突煙消雲散。

透過前世催眠而跨越情關，發現其實沒什麼好執著的。今生的習性愛好，例如愛好古玩、工作狂、男性靈魂、與情人一起吸毒等等，結果發現皆與前世息息相關。

## 靈魂與靈性層面：

曾因唸了地藏經而有卡陰厭世的情形，透過催眠打開靈力，並解決卡陰的靈性危機。由於催眠幫 H 小姐打開靈力，讓她知道該尋求什麼人事物去解決。催眠看未來工作與財運，以及去透過催眠瞭解新取的這個藝名對她的影響，結果真的都有實現，這是鼓勵她繼續走下的力量。與往生父親溝通時，往生父親也有指導其事業方向，並給她一些建議。但是曾經試圖透過催眠與成為植物人臥病在床六年之久的姑姑溝通，卻沒有成功，讓她有些遺憾。

### 綜合經驗模式後對生命的體悟：

H 小姐選擇在酒店上班的理由相當特別，與其他因家庭或經濟因素迫於無奈才去酒店上班的小姐非常的不同。其男性化大而化之的個性，可與客人稱兄道弟大談生意經，又常扮演保護姐妹們的角色，讓她在那樣的工作場所中還蠻如魚得水的。H 小姐在催眠中瞭解到，原來她此生被王母娘娘賦予一個使命，就是要更了解民間的疾苦，去過低階層的生活，去陰暗的角落，見識過一些從來沒有見識過的人事物，她必須更了解這些，才能放下自大大心，才能有力量去幫助更多同類的人，所以才在酒店上班。

H 小姐體悟到命運就像打電玩一樣，可以晉階的，本來上帝只決定我們可以看到點，但是我們可能可以透過努力看到線、或是面。我們自己的力量夠強的話，是可以超越一切的，包括時空，包括科技。

### 玖、I 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-9：個案 I 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式經驗後
身體疾病	2	◎			1
個性思想	2	◎	◎	◎	1
感情與婚姻	1			◎	1
親子與人際關係	5	◎*		◎	2
事業金錢	8 ※	◎*	◎*	◎*	2
自信心價值感	10 ※		◎	◎	1
往生親人溝通	1			◎	1
未來藍圖	8 ※	◎		◎	1
宗教與靈修	1	◎		◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

## 身體層面：

命盤中提到有心臟問題需要稍加注意，的確在身體方面，心臟呼吸會有一點壓迫感。但是身體層面並非其求助項目，所以過程中未涉及探討身體部份。

## 心理層面：

I小姐對命運本來不那麼相信，後來想了解是因為，人生中唯一的挫折就是考公職失利。她本身十分吻合命盤女身男命，個性上好強不服輸，一直很不甘心。當先生選擇辭去工作，專職研究股票投資與操作時，I小姐十分害怕在未來可能會沒有錢財，所以才想要考公職。她覺得算命對她而言只是一種安慰劑，可以得到一個思考的空間跟想法，對規劃未來是有幫助的。對命盤會有比較強烈的感覺，但抱持著懷疑，不全然相信它。卜卦也只是求個心安。

命盤上人生重點有提到先生，媽媽或享福這件事。媽媽可能造成她很大的傷害，言語上很粗暴，對錢財的控制，造成她對金錢上的不安全感。但是，她覺得媽媽就是媽媽，沒有辦法，而且都已經結婚了也不想去解決。在事業上I小姐選擇了一條很難走的路，對考公職的執著，讓她覺得很顛簸！此外她十分重視陽宅，很想搬家，換一個更好的環境。

改名後告訴自己要有所改變，因此變得比較積極，個性開朗。因為自己都已經走到這個地步了，已經沒有什麼好害怕的了。改名後偏財運旺，那一年一直在中發票，一些事情在那一年也都順利解決。

因為自己有很多的想法，催眠比較難進入狀況。之前曾找其他老師做過兩次催眠也都沒有成功。後來時間拉長了，可能慢慢好像真的有跳一個畫面出來。不知道是潛意識讓自己想去看，還是說因為看了這些東西，造成自己的潛意識，所以對催眠仍有存疑。

個性獨立蠻直的，與松樹雷同，比較獨立有定見，好的壞的都自己承受，不喜歡人家太來干涉。催眠中看到有一天松樹被砍了！當下覺得，這顆松樹爲什麼要長的這麼高、這麼直，造就被砍的命運！在想法上面會有一些不安全感。後來有一世是隕石，經過淬煉結果還不錯，有正面激勵作用。

過去世的遭遇，不需要太努力就可以很有錢，如滑雪場主人、成功的 MODEL、城堡主人，都是外國人。元神宮，也好像是一個有錢人的狀態，與婚後的生活模式雷同，因爲她跟先生都不需要太去上班工作，覺得這樣的生活方式，就比較適合自己！愛漂亮的習性也與前世是一個漂亮的 MODEL 相關，不管是男性女性，都一直是保持一個很漂亮的一個形體。

#### **靈魂與靈性層面：**

在 I 小姐懷老二已經三十八週時，有一天從行進中的機車上跌了下來，當下覺得有一個很大的床接住，但是母子平安。在催眠中突然感覺到一個好像牌位墓碑的東西飛過來，她很直覺認爲是先生那邊的祖先救了他們全家，因此解答了心中多年來的困惑。她認爲老師的引導蠻有關係的，因爲要不斷地有點半強迫式的，在第一個時間裡要強調去把它說出來！I 小姐覺得預覽未來，就是希望自己可以加強對未來的自信心。她對未來充滿希望，今後遇到什麼事情都可以內求吧！

#### **綜合助人模式後對生命的體悟：**

I 小姐認爲自己在個性上面可能比較有成長，因爲她一直都是蠻孩子氣的，蠻霸氣的，改名以後，比較會去順應別人的態度。與其他個案比起來，I 小姐算是蠻順遂的，婚後家庭美滿，有好老公與兩個兒子，也不需要煩惱工作賺錢的事。惟獨考公職的部分倒是覺得好像被下咒語一樣，爲什麼到重要關頭就會失利？她覺得這個可能是業力吧！公職這個方面，是她想要卻得不到的，這就是她的功課，不然爲什麼會這麼執著於它！

## 拾、J小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-10：個案 J 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	8 ※	◎		◎	3
個性思想	1			◎	1
感情與婚姻	8 ※	◎	◎	◎	1
親子與人際關係	5		◎	◎	2
事業金錢	8 ※	◎	◎	◎	3
自信心價值感	1		◎	◎	1
往生親人溝通	8 ※			◎	1
未來藍圖	5 ※			◎*	2
宗教與靈修	6			◎	1

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

### 身體層面：

命盤顯示腸胃系統較不好，還有體質方面有過敏的問題，在現實生活上確實也有符合。求助當時因流產關係身體比較虛弱，有失眠，注意力不集中的現象。經由催眠處理與嬰靈溝通後身體狀況有改善。

### 心理層面：

算命後，大概會比較清楚自己的弱點，可能哪方面需要加強，提醒稍微注意一下。卜卦問感情竟然發現墮胎議題，才坦承有墮過胎。卜卦問考試的學校，結果剛好又符合。

改完名，將一些證件完全都真的去換過之後，那個磁場才有真的轉過來。在婚姻感情部份影響是比較明顯的，在改了名之後不久就認識先生。改名後心想事成，尤其是老公對 J 小姐很好，想要做什麼事情也都蠻順利的，通常都是要什麼然後會有什麼。

改名後事業方面也很順利，而且轉換跑道當醫師助理，一直都有遇到貴人。學業方面考試也很順利，然後不知道為什麼運氣好，財運也好，可以存得到錢，媽媽還幫她還了不少卡債，結婚的時候媽媽也給她一筆五百萬的嫁妝。

前世催眠中 J 小姐的個性跟現實符合，前世老公與今生情況也符合。與婆婆的關係，在前世本來是她的丫環，結果認識了她的兒子後就跟她兒子落跑了，後來再回來之後，那個前嫌也就完全釋放，後來也對她很好，現實跟前世好像也蠻符合的。前世婆婆的先生是在做生意，現實生活中確實公公也是在做生意的。催眠之後，跟老公關係都還不錯，在生活上有一點幫助。

### **靈魂與靈性層面：**

當時因墮胎流產才來做催眠，整個狀況都不是很順，跟家裡的人關係也不是很好。催眠之後感覺比較平靜，後來處理完嬰靈之後，男友父母親就慢慢就接受 J 小姐了。心境比較平靜，差不多一年之後就結婚，一切都好像在計畫當中。催眠中小孩子希望他們有結果之後把祂再生回來，祂有暗中幫忙牽線。J 小姐也覺得有把祂生回來，就是現在這個女兒。

催眠未來跟現實生活好像一模一樣，其實一開始 J 小姐是抱著比較存疑的態度，存疑是不是因為自己這樣想，潛意識裡面就會存在著這種觀念，然後就會把這個感覺講出來。但是後來覺得很神奇，很多地方都會剛好就是符合。自己想要什麼她覺得都掌握在自己的手中。元神宮跟現實生活中應該要有東西差不多什麼都有，讓她會比較想去朝這個方向去努力，這對自己的將來可能會有一些幫助。

### **綜合經驗模式後對生命的體悟：**

J 小姐本來認為人定勝天，不相信催眠，但有時候像在現實生活中，其實也不得不相信這些有的沒有的，就是這種看不到的東西。因為莫名當中，好像就是有東西好像在牽引著自己往哪邊走這樣子。J 小姐覺得改名有幫忙，卜卦也是稍微知道一些方向。她覺得加上催眠好像可以讓她清楚自己的過去，和對自己有更進一步的了解。這樣對自

己就比較能夠掌握。

### 拾壹、K 小姐在身心靈療癒的影響的轉變

表 4-2-11：個案 K 求助前後身心靈狀況自評表（分數以 1~10 表示，分數越高表示越嚴重）

身心靈狀況	求助前	算命後	改名後	前世催眠後	綜合助人模式 經驗後
身體疾病	10 ※	◎		◎	7
個性思想	7		◎	◎	5
感情與婚姻	10 ※	◎	◎	◎*	6
親子與人際關係	10 ※	◎	◎	◎*	10
事業金錢	10 ※	◎	◎	◎	5
自信心價值感	10 ※		◎		5
往生親人溝通	10 ※			◎	3
未來藍圖	10 ※			◎*	9
宗教與靈修	8 ※	◎		◎*	5

註：※號為其求助項目，◎號則表示求助後有影響的部份，\*號表示有質疑的部份。

#### 身體層面：

命盤中印證 K 小姐婦科不好，果然子宮長了一個肌瘤蠻大的，壓迫到膀胱，然後 MC 來時都會有血塊，所以去做手術。命盤中也印證了包括肩膀酸痛，胃與肝膽不好，K 小姐一直都覺得很累，睡不飽。透過催眠處理嬰靈的部份之後，蠻神奇的是，K 小姐覺得她的肩膀好像鬆了。前世催眠中有一世是武將，然後出兵打仗，結果左臂受傷了，而今生在一模一樣的位置也因開刀而留下一個疤痕。

#### 心理層面：

K 小姐十分相信命運，但還是沒有辦法掌握自己的命運。她覺得命是既定的，算命可以預防而且減少損失。命盤中顯示運勢的起伏跟她的人生現況十分吻合，例如童年運

勢不佳，最近覺得不順就是大概 38、39 以後，就是現在是在人生的最低潮。婚姻的狀況也是推算出，跟先生就算是有婚姻也是那種相隔兩地的狀況。事業方面在命盤中有指引她工作方向，這給她一個很大的幫助，在脫離酒店工作之後可以做生意。

卦象顯示事情和感情發展狀況，與搬房子的時候卜的卦都神奇地符合。命盤上面顯示，認識的對象都是從工作裏面認識的，還有就是會給她房子或是比較大筆錢的，都是年紀比較年長的，以及這些人也都是可能是酒色財氣當中認識的，因為她工作的地方就是酒店，就是從那邊認識的，這些在現實上就是非常吻合。

民國 96 年因為姓名鑑定的剖析蠻準確的而來改名，大概兩年後才改身分證。改名之後的影響是，花錢的時候會去計算一下這個錢該不該花，也比較能夠聚財。而且摸彩竟然中了一個頭獎五萬多塊的等值產品。在改名之後感情上遇到一個非常有錢的老外追求她，然後又遇到了生命中的最愛，認識小飛俠後覺得好像重生了。原本已經幾乎放棄自己的 K 小姐認為，小飛俠是讓她現在還有一個值得奮鬥的理由，活下去的最大的一個動力。

改名字之後比較重視我自己的情緒感覺，覺得不舒服都會去表達出來。而且不想那麼委屈。所以她會毅然決然的跟不喜歡的人 say Goodbye！而且也會對媽媽說 NO，也比較不會家裏要什麼就全部無限供應，比較會為自己想想，善待自己一點。

親生媽媽是 K 小姐心中很深的傷痛。前世催眠中，當她是四歲的小男生時，媽媽也是一樣拋棄了他！還有一世她跟媽媽是姐妹，嫁同一個的老公，然後她對 K 小姐就是又罵又摔啊打啊，就好像小時候被她抓起毒打一頓，被她咆哮，然後又被趕出去一樣！從小因母親拋棄家庭跟男人跑了，造成 K 小姐極度的自卑，而且必須姊兼母職，幫父親工作與照顧弟妹，長大後開始打工賺錢，媽媽就開始不斷向她伸手要錢，曾經不惜假裝自殺來控制她，母親甚至把男友與吸毒的妹妹待回來要她養。而父親與繼母又因為玩大家樂負債七百多萬連夜跑路，也是由她一肩扛起。她不斷將家庭責任一肩扛起，就像蠟燭一樣不斷燃燒自己，為家人犧牲，不得已只好到酒店上班。但是她這麼做到底想要證明

什麼呢？然而與母親的關係如此嚴重且不可思議，她卻選擇不願意處理，只想要能躲多遠就躲多遠，因此在其自評親子關係的嚴重性分數仍是 10 分，這部份也只能與以尊重。

在感情世界中精彩與複雜的情形，在前世催眠裡似乎也不謀而合。前世中出現類似宮廷生活中淫亂的畫面，有許多男人臣服在腳下，此淫亂的生活模式與今生在酒店工作的情形幾乎雷同。此外前世與老公關係，與今生狀況也幾乎雷同，老公在前世裏面是她的部屬，還有一世是長工。他對待 K 小姐的方式就像是把她當成女皇般的對待，可是 K 小姐就是沒有辦法感動。她與最愛的對象小飛俠也有兩世是夫妻，所以才會互相吸引，即使各自都有自己的家庭，也不願放棄對方。

### **靈魂與靈性層面：**

K 小姐總覺得活著沒有目的，茫茫渺渺像遊魂一樣飄來飄去。精神科的藥一直都吃不好，也沒有起色。在催眠中處理好多個嬰靈，每一個都是不一樣的。處理完之後肩膀好像鬆了，但是仍然無法改善其嚴重失眠的狀況，因此自評身體的嚴重性仍有分數 7 分。

K 小姐曾在催眠過程中，因感覺左半邊突然有一陣風在左邊耳朵一直吹一直吹，只有左半邊感到寒冷，右半邊是完全正常的，很冷很冷的情況之下，蓋了兩條被子還是很冷，所以催眠被迫中斷。因此建議她去收驚，好像卡到陰。可能因為卡陰很久了，覺得好像越來越不中用，然後存疑自己的價值，接下來就否定自己的存在價值，甚至想讓自己消失在這個世界上，有厭世情形。

催眠到元神宮了解感情關係，K 小姐看到元神宮的房間竟然是單人床，雖然說感情世界一直是很精彩的，追求的人很多，身邊從來不會缺少男人，可是現實生活中她都是一個人睡，即使有婚姻，仍然是一個人。而且還看到房間裏有結很多蜘蛛網，上面還有有蟲子！把它打掃乾淨之後，她覺得這些爛桃花有比較少一點。

即使是做了催眠之後，還是對未來感到不確定感。這個預覽未來，和之前看到的有點出入。催眠後解答人生困惑覺得只有百分之五十到六十，雖然瞭解了但仍無法改變現況。至於未來的發展，目前仍然沒有辦法自己掌控，所以仍舊有些徬徨，因此自評身體

的嚴重性仍有分數 7 分。卜卦對單一事件，K 小姐覺得它真的是很準。任何事情只要卜卦，都可以得到蠻大的幫助的。改名的影響她覺得是開心的，在聚財與運勢方面，以及對自我的肯定方面都有些正面的改變。雖然目前有些事情仍然尚未解決，K 小姐還是肯定綜合經驗模式對她的幫助和影響，她認為這是可以是幫助別人和了解自己的。無形中她覺得老師更像是心理諮商師一樣，讓她可以去釋放心中的壓力，暢所欲言，無所不談，這對她的幫助非常的大。

### **綜合經驗模式後對生命的體悟：**

K 小姐體悟到此生的功課跟使命是在感情上面的學習，去學習如何愛人跟被愛，以及瞭解自己跟家人的關係，難道她自己想用這樣子的犧牲奉獻來證明自己的存在價值嗎？尤其是跟媽媽的關係，雖然很痛恨媽媽的外遇行爲，但是更痛恨自己也和媽媽一樣有外遇，這可能是她今生蠻大的一個功課。

## **小結**

綜合上述發現，本研究的個案透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠經驗後，自評對身心靈療癒的影響，大多數趨於正向肯定，其中個案 B 與 G 自評所有項目均降至 1 分，表示目前已無任何身心靈方面的問題。其他個案雖然有些問題尚未完全解決，但是在求助過程中也都能夠感受到本綜合助人模式所提供的身心靈療癒，並給予肯定。而且，絕大多數的個案都有成長，有信心可以自主未來，除了個案 K 以外。

由於個案 K 所遭遇的問題非常複雜多元，長期深受到卡陰干擾，對研究者而言是個很大的挑戰。本研究涵蓋身心靈所有的範圍，針對靈魂的議題，會透過催眠狀態來試圖引導與處理。因為研究者本身在命理部分純屬命理研究，並無涉及法術符咒收驚等專業，對於卡陰嚴重的個案 K，以研究者本身的催眠能力與修行功夫而言，還是有束手無策的時候，因此，仍會建議其尋找其他管道或系統，例如收驚靈療的方式幫忙解決。

### 第三節 綜合整理與分析

本研究的目的是透過命理諮詢（算命、改名）與前世催眠的方式與技術，以幫助求助個案解決其所面臨的身心靈問題為前提，探討對其身心靈療癒之影響。雖然身心靈是互為影響，無法完全分割開來的，但是每個個案在求助過程中所切入的問題不盡相同，為了容易給予及時的協助，茲將求助項目大致分為九類。因此本節根據所有研究個案的身心靈療癒之影響與轉變結果，以身、心、靈三大層面探討人生中所關心或遭遇到的各類問題，分為以下共九大項目（身體疾病、個性思想、感情與婚姻、親子與人際關係、事業金錢、自信心價值感、往生親人溝通、未來藍圖、宗教與靈修），以主題分析法進行綜合整理與分析，以瞭解命理諮詢（算命、改名）與前世催眠的綜合經驗是如何影響個案們身心靈療癒的狀況。

#### 壹、身體層面

##### 身體疾病

##### （一）命裡乾坤話五行

五行學說認為宇宙萬物，都由木、火、土、金、水五種基本物質的運行(運動)和變化所構成。它強調整體概念，描繪了事物的結構關係和運行形式。《黃帝內經》把五行學說應用於醫學領域後，首先用來和人體的五臟相配合，如肝屬木、心屬火、脾屬土、肺屬金、腎屬水。五臟中的一臟和其他四臟的關係，比擬五行中的一行對其他四行的關係。例如:肝和心、脾、肺、腎之間的關係，是以木和火、土、金、水之間的關係來比擬的。五行學說認為木、火、土、金、水之間有相互推動的作用，就是所謂「五行相生」；同時也有相互制約的作用，這就是所謂「五行相剋」。

因此在個人的生辰命盤中，依照出生日時對應月令節氣，即可知道五行分佈的強弱，如果某一五行過於偏頗或受剋，將直接會反應在身體健康上。例如：個案H小姐根據其八字結構其五行木較旺，所以喜用己土辛金來調和五行，故健康上屬己土的皮膚免

疫系統方面，或是屬辛金的肺部呼吸器官會比較弱。個案E小姐其八字結構的五行水較旺，所以喜用丙火戊土來調和五行，故健康上屬戊土的胃，或是屬丙火的小腸會比較弱。

我的命盤發現我的健康，就是皮膚會不好，果然沒錯我常常過敏（H1054）。

八字跟紫微有顯示腸胃，肝腎不好。我有胃酸逆流胃痛情形（E2004）。八字顯示小腸很容易上火，嘴巴破（E2008）。斗數也看出右肩膀常常會痠痛（E2009）。

事實上我從大概高中開始就有 B 肝，而且我曾經、我曾經有一次比較嚴重，就是急性肝炎住院，那時候肝指數飆得很高…（A2017）。但是確實在命盤裡面有提出來說妳要注意的哪一點，確實就是說我的肝是需要比較注意的（A2018）。

命盤顯示腸胃系統較不好，那現實生活上確實也是這樣子（J1031）。還有就是體質方面，平常本身就是有過敏的問題，可能跟命盤算起來也是有符合這樣子（J1032）。

命盤中得知婦科不好，子宮長了一個肌瘤蠻大的，然後壓迫到膀胱，然後又那個 MC 都會有那個血塊，所以去做這樣子的手術（K1123）。然後包括我的肩膀酸痛（k1125）。命盤顯示胃與肝膽不好，或許是這樣子，我才一直覺得很累，睡不飽，很累（K1129）。

在本研究中，個案A、D、E、H、I、J、K等均由命盤印證其健康狀況。當然，命盤只能讓我們知道可能身體哪裡要注意保養，並無法改善或解除其症狀，有病還是要找醫生治療處理。

## （二）改名轉性身安泰

從姓名學的觀點而言，人格可看出其個性是開朗或是憂鬱性格，另外三才五格的生剋情形，除了可以看出與家人與朋友的人際關係，還可以直接影響健康狀況。通常人際關係較緊張的人，因心情鬱悶也比較容易生病，所以研究者在建議個案改名時，會盡量選用相生的格局，當人際關係圓融了以後，自然身體就健康了。本研究中個案 D、E、

G皆提到身心互相影響的情況。

也許因為這個個性所以身體狀況不好（G1059）。嗯！就是我會皮膚過敏，然後心律不整，然後五十肩（G1060）。...我自己改完名之後，我發現這些狀況都不見了（G1062）！在過去那個名字，因為它很退縮，所以很多事情都往心裡面放，那放久了就變成壓力，壓力一來的時候身體狀況一定不OK啊！然後，個性也很封閉，跟別人溝通也不是很好（G1063）。然後改完名字之後，因為這個新的名字它比較敦厚一點，然後也比較開朗一點，那很多東西願意跟別人分享，也說得出口，那最主要的就是，因為你願意說了嘛！有機會跟別人分享，身體狀況就一定會OK，因為你心理沒有壓力了嘛（G1065）！因為心沒煩惱，生病的人就好起來了啊（G1114）！

當我的判斷思考邏輯跟自信心就不足，投資股票事業產生了一個(瓶頸)狀態，就會影響到身體的反應，腎臟也腫大，胃也有一點點不太舒服，也有一點高血壓，當然這些問題牽連到的時候，我在做工作的時候都不是很好（D2027）。改名後再作催眠時，元神宮名字的花叢樹變的比較茁壯，身體狀況也有慢慢改善（D1045）。

改名後健康也是有改善（E1082）。之前我小時候身體就不好，現在跟別人比起來好像還不錯（E1084）。

### （三）前世催眠今生驗

回溯治療的最大關鍵就是「細胞記憶」。當靈魂住進另一個人類身體，每一粒細胞就會對所經驗到的每一件事情起反應，包括過去與現在。他所有未解決的創傷和痛苦，對於現在這個身體而言，完全是真實的，而且依然會造成現在的身心痛苦。換言之，靈魂在之前的身體裡面，對曾經歷過的創傷與重大傷害，都有非常清楚的記憶，然後，靈魂帶著這些記憶進入一個新身體，再把記憶灌進新身體的細胞裏（蘇菲亞布朗、琳賽哈里遜，2004）。在本研究中發現，個案 A、D、E、F、K 他們今生健康上的症狀，均在前世回溯催眠中找到直接的關聯，甚至有些前世生病或受傷的位置，和今生極為相似。例如：

第一個前世我是一個在荷蘭長大的小女孩，年輕生產後心臟病發作死掉 (A2003)，事實上當時在催眠的過程當中，我真的是喘不過氣來。催眠的情節跟我現實的我的身體的狀況，其實是類似的 (A2005)。第二世是中國有錢人家的小姐 (A2006)。大約 40 歲時獨居，老公不在身邊，沒有活下去的欲望，心臟不想跳了，自己耗弱而亡 (A2007)。現實生活當中，心悸胸悶的一個狀況都是前胸痛到後背 (A2008)。經過兩次的催眠的過程當中，我發現喔，之後我這個胸悶的這個狀況，確實有大幅度的解除了 (A2009)。

做前世催眠想了解為何左腳會受傷和腎臟腫大 (D2009)。前世崇禎皇帝時我是將軍，帶兵去攻城，中左腳，中在腳踝的部份就被箭射到，而現在的腳也受傷，腎腫大，不謀而合 (D2011)。因為我跌倒，腰部背部靠近腎臟位置也有被長矛傷到 (D2012)。用催眠做治療有好大概一半 (D2015)。

我有一個喜歡吃刺激又喝酒的前世，把胃腸肝弄壞了。現在不舒服有慢慢在減少 (E2006)。催眠中好像有一世是被打傷 (E2012)，經過老師處理好像有比較好，最近就比較少這樣痛了 (E2016)。在另一個前世我是小白兔被麋鹿踢了左後腳，今生我也車禍被車子壓到同樣的位置，目前為止左腳就會比較常常酸痛 (E2018)。

前世催眠之後知道為什麼我這一世我的左肩會不定期的痠痛 (F1111)。催眠中前世左肩有車禍受傷，經過老師用催眠暗示修護身體的構造後，左肩很輕鬆，腰部也沒有像以前那麼痠了，整個筋骨都鬆了，有滿明確的改善 (F1090)。

有一世我是武將，然後我出兵打仗，結果在我的左臂受傷了，今生在一模一樣的位置因開刀留下一個疤痕 (K1211)。

以上個案們的身體狀況，經過前世回溯催眠後釋放掉他們的細胞記憶，通常症狀大部分都可以得到改善或解除，而這些就是造成病情的原因。如果前世的成因是屬於心理問題所造成的心身症疾病，例如個案 A 的狀況，只要透過催眠找到前世原因並暗示解除，即可獲得改善或解除；倘若前世中找到的原因是因為外傷或意外所造成的，例如個案 D、

E、F、K，則今生在同樣的位置也很容易因意外而受傷，而且往往他們發生健康問題的時間點也會與前世雷同。

綜合上面可知，正如在『疾病的希望』一書中提到，身體是意識的表現，症狀是疾病的信號，疾病是一種人類的狀況，指明病人在意識層面失去了次序或和諧。我們的器官和身體各部位都有其心理意義（托瓦爾特·德特雷福仁，呂迪格·達爾可合著，易之新譯，2002）。例如心臟問題的心理意義是因為缺乏愛的能力；肝臟問題則是與宗教信仰議題有關，這種說法與個案 A 的狀況不謀而合。

## 貳、心理層面

人是群居的動物，每個人在心理方面的問題，除了自己的部份以外，還有因他人的影響而產生的人際問題。李亦園（1992b）認為中國人的生活哲學源於「三層面和諧均衡觀」（即個人有機體、人際關係、自然關係的和諧與均衡），也就是說這三個原則是中國人的歸因方向。程玲玲（1978）提及文化因素會影響心理問題的呈現方式，也影響人們對心理問題的歸因。因此研究者將心理方面分為以下五個部份來探討：個性思想，感情與婚姻，親子與人際關係，事業與金錢，自信心與價值感。

### 一、個性思想

一個人的思想會產生習慣，習慣塑造了個性，個性決定了行爲，行爲又影響與周遭環境的互動，而互動之好壞就決定了一個人的事業成敗、家庭婚姻、貧富財運，或總稱為人生之際遇。所以說個性就是命運，命運就是未來。個性不斷幫助我們做出選擇，也就決定了我們的命運。很多算命也好，西洋星座也好，或是專業的心理分析，都是在幫助我們反省自己的個性、跳出個性的框框。讓我們看到，許多我們以為別無選項的事情，其實已經由個性幫助我們做出選擇。個性不單只是幫助我們完成自我，最重要的是，它幫助你我過美好或挫折的人生。

提倡身心靈健康的雷久南博士，在心理方面也是特別提出情緒與個性會影響人的身

心靈（雷久南，2000）。人活著，似乎很難沒有心事。來自過往的愛、恨、情、仇、傷，或對於未來的憂、疑、懼、慮等，總會此起彼落，盤踞著心頭。心事雖以千百種樣貌呈現，卻往往有著某些共通的內涵。而追根究底、有絕大部分，是源自對於存在本身的不確定感，包含了生命的起始、過渡與終止，與其所衍生出的各種意義與價值上的模糊，像生命、愛、成長、犧牲、成就、道德、責任，乃至疾病、意外、年老與死亡。種種深植的疑惑與不安，經表現於外的，常是思維言行中的特質，是失根的痛苦，也是尋根的空茫。

吳懷雲（1990）就點出改造命運的重點，乃是從跟本上的「潛意識」著手，而慧耕（1986）也以爲「命不可改；改運，要從思想，行爲著手。」如果我們可以重新拾回自己的決定權，重新看到其他的選項，我們可以找回自己命運，適度改變自己的命運。

### （一）命理乾坤化格局

對傳統的堅持使台灣百分之八十的民眾都是民間信仰者，去算命、看風水也是日常生活的一部份（陳美蘭，1998）。江衍狀（2008）研究結果發現，「八字學」對人格特質的預測及工作價值觀都有很高解釋量，對未來人格特質預測能力有其重要參考價值，對企業界在人格類別及甄選人才方面將具有深遠的影響。而古永利（1995）的八字研究顯示，它對精神健康狀況與情緒狀況，稱得上是預測最準確的項目，間接驗證了許多命運學者認爲八字算命對於一個人的性情推算最準確的說法。

透過很多次算命的經驗，瞭解我自己是怎麼樣的人，為什麼我會經歷這樣的事情（A1102）。

催眠、紫微讓我更了解自己的個性、以後的這些，這兩樣影響很大（C1101）。  
的人是順命而走，會走得比較輕鬆比較愉快，知道自己的問題正視清楚去面對，知道自己的個性更了解自己，這我覺得才是算命最大的重點（C1038）。

直接來影響我們的思考邏輯、個性，當然是在我們的八字（D2021）。

因為妳會給方向，妳常常提醒我一點，格局的東西就是個性（G1064）。

我的八字是 20 歲以前是比較內向的，21 歲開始比較會表達自我（H1018）。八字顯示我是好管閒事的人，西洋星座很準確，星座顯示我很博愛世人，然後關心各種議題，包括外星球，包括全地球的所有的事物（H1020）。

命盤吻合女身男命，包括催眠，好像我的前世幾乎呈現出來的都是男性，自己很不服輸、很好強，包括在工作上（I1023）。對待小孩或對待先生的部分，也會比較像男生的方式（I1025）。

## （二）改名化性心開朗

江敬嘉（2005）認為從姓名可以看穿人性，就能瞭解他人性格型從而深入了解貫穿其人的思維和行為模式，因為生命如同一則謎題，答案就在自己身上。從探索自我的過程中，準確的判斷自我，進而掌握人生的關鍵。姓名學五格中的「人格」是姓名的重心，人一生的命運都是由人格來主導個性，個性也將影響行事態度，或是未來的成就輸贏。另外總格也會影響三十歲以後的個性，所以當改名以後，人格與總格數理產生變化時，個性自然會受到影響而改變。

### 1. 認同自己有自信

本研究發現絕大多數的個案在改名以後，明顯感覺到個性上的轉變，會出現不同的思考模式與行為，會當機立斷處理事情，看事情的角度也比較客觀。例如：

確實改了名字以後，我的個性就是變的很多，會適度的表達，而且我比較沒有像以前那麼樣情緒化，有一種有苦說不出的感覺（A2085）。過去有很多事情，比較不敢面對處理的，就是會突然地做法與反應跟以前完全不同了（A1040）。

改了名以後思考邏輯改變讓你的身心靈都得到一種轉換，磁場改變（D1044）。

我覺得比較會有保護自己的型態出來（E2039）。改名後看事情會比較用多方面去看，讓我看事情比較客觀（E2043）。

改名後我的個性上很有正面的思考，而且當機立斷去處理事情…之前是會很自私，現在會思想到大局面了（F1057）！很有智慧知道自己要怎麼做（F2012）。講話方式不一樣囉，開朗了，我思想健康，每天神采奕奕（F1061）！

而且大多數個案在個性上變得較為開朗，而且自我意識覺醒，較有自信，也自主了許多，更懂得要愛自己、認同自己。

個性方面我覺得改名最有用。因為改名之後會覺得自己的人生好像有一個分水嶺吧（B1048）！自己的個性也會比較開朗（B1066）。

個性上，之前我是非常極度的自卑、沒有自信的人，是完全不敢講話的人。改名後現在我自信心加強了非常多，我開始知道要認同自己（C1058）。

改名後比較有自信（E1066），無形中吧！變得比較不會那麼傻呼呼（E1078）！

以前的名字比較退縮（G1122），比較沒自信（G1123）。改完名字我就開始上了檯面（G1124）。我開始帶大型的活動，主持一些晚會（G1126）。

## 2. 元神花改心境寬

民間信仰中有一種觀靈術（觀落陰），除了可以讓人探望過世的親人之外，也可以讓你自己去看看你的本命樹（花）以及元神宮（元辰宮）。花、樹叢是代表當事人的身心狀況，女孩以花叢形態顯現，男孩以樹叢形態顯現。凡是和身心狀況有關聯的事，在這裡都可以看出來，因此花、樹叢用西方的詞彙來講，等於是「生命樹」（伏筆，2007）。由此可知現世中的身份、才能、福德之差異，經由樹木或花朵的枝幹、根、莖、葉的狀況瞭解各人現世之性格，成長過程，健康及發育情形，子女緣份等。人在陽世間是否身體健康，生活平順，運勢穩定等等，都和他在靈界裡代表本靈的花朵或樹木有對應關係。花樹美麗健康，這個人在陽間一定過得不錯。花樹枯萎無生氣，這個人在陽間鐵定某方面出問題。若花樹呈現凋落、腐朽或遭蟲害，則可藉由法師予以施法改善，讓本命花樹恢復生機，重回燦爛茁壯，而在此還可一探外遇、桃花之事。

生命花園與元神宮（元辰宮）的探訪，對個案而言，確有清理深層潛意識的效果。「元神宮」可視為潛意識的一種呈現，它反應出你現在心靈的狀態。藉由催眠，來觀照自己內在心靈映照出來的花園或殿堂，藉以檢視自己的心靈，也可以趁此以隱喻來做修正跟調整，讓自己常能處在滿足的狀態（廖云鈞，2007）。本研究中一項非常有趣的發現是，改了名以後，本命花或樹籬的狀況竟然會改變，除了比較茁壯以外，有的甚至連花或樹的品種都改變了，而且與當時的心境狀態頗為相似。

原本的本命花是小草，改完名字以後變成向日葵，個性都很像（H1107）。

我第一個名字是爸爸給我的，它的花種是梅花，第二個名字也是給一個老師改的，它的花像是黃菊花。目前的名字是香水百合，高傲不屈，很簡單俐落又乾淨、純潔的，吻合我現在的個性高傲但不傲（F2062）。

### （三）前世催眠驗習性

#### 1. 前世習性今生襲

心理分析治療醫生們都同意一個觀點，人生中重要的心理態度均起因於潛意識。靈魂轉生原理僅是擴張該意識的領域，到包含了過去世經歷帶來的動力。像心態一樣，人的喜歡、厭惡、興趣都是構成人之人格的主要成分。雖然如此，在所有人類共同的基本需求之外，人間更有廣泛而各式各樣的玩意，讓各種人基本的動力，能表達於各種興趣與熱愛中。

凱西（吉娜·舍明那拉著；陳家猷譯註，1988）的報告把才能與興趣牢牢繫於靈魂的遺傳，而非祖先的遺傳。依照凱西的觀點，必然在他們多次前生的環境中已奠下今生嗜好的基礎了。遺傳與環境，是過去世業緣決定下的結果，靈魂的每一要素優質，都是自己努力賺得的，而非從父母遺傳而得的。佛陀也說過：「今日之你，是你過去想念的產物。」也就是說，人是過去世他想念與行為的結果。

從前世催眠探索個案的心理層面，本研究的結果發現，部分個案表示今生有些生活

習性與喜好興趣幾乎與前世狀況不謀而合。例如：性向特殊的個案 H，回到好幾個前世去發現都是男性，而且是個標準的工作狂，酷愛權力金錢，所以在她的潛意識中，一直認定自己是男性，因此對於今生是個女同性戀，而且還同時擁有好幾個情人的行爲，也就不那麼意外了。更有趣的事，今生曾經帶著情人們一起去吸毒，在前世也是都躺在那裏抽鴉片。

我的前世都是男性。以前我就覺得自己有男性的靈魂，因為我從來都不會有女人的煩惱，可是有男性中年危機，害怕失去金錢，怕自己社會地位太低，這個卻從我 20 歲就開始困擾著我 (H1149)。長大當了武士，很愛權力，忽略了親情，一生到死都放不下權力的人 (H1144)。

今生我很喜歡古董啦，古玩啦，藝術品啦，或是高級的珠寶，還有名錶，原來前世是珠寶商，所以這輩子我會有這個興趣 (H1126)。

我有三個情人，我們一起過生活之外，竟然要求我帶著她們去吸毒，原來前世我是員外，有三妻四妾，然後我們大家都躺在那裏抽鴉片。到了今生，我們並沒有再沉溺於毒品了，我們走向更正面的，就是修行 (H1128)。

另外，我們是帶著累世的能力與障礙，優點與缺點而來。個案 I 是本研究中唯一不用工作賺錢的家庭主婦，與先生都不用工作就生活過得還不錯。結果發現她的幾個前世，也是都不需要太努力就可以很有錢，例如滑雪場主人、成功的 MODEL、城堡主人等，生活上也都還不錯！這些都是前世習性沿襲至今生來的證據。她在今生的外語能力不錯，愛維持漂亮的身材，以及舒適的生活形態，幾乎與前世息息相關。

過去世的遭遇，我不需要太努力我就可以很有錢；如滑雪場主人、成功的 MODEL (I1078)、城堡主人 (I1080)，累世好像都是外國人，所以這一世從小英日文都不錯 (I1081)。某個前世是一個漂亮的 MODEL，會把自己維持在一個狀態，然後會很喜歡一些可以讓自己更漂亮的事情 (I2047)。不管是男性女性，我都一直是一個很漂亮的一個形體 (I2055)。

我的元神宮是歐式大城堡，還有護城河的，一開始很懷疑，所以一開始我不太敢說 (I1089)，漂亮豪華，有傭人 (I1090)，拖鞋是朝床擺，所以夫妻關係也會很圓滑、很順遂。好像又印證到我的前世，也都不會很差，很大家子氣 (I1091)，個性上面跟這個有很大的印證。一直還蠻大器的，生活上也都還不錯 (I1092)！

感覺上不需要出賣我的勞力，天生註定我就是過這麼好的日子 (I1083)。這跟我成長階段，其實有很大的出入 (I1084)。但我結婚後的生活模式好像又回歸到我是城堡主人跟滑雪主人，因為我跟我先生都不需要去去上班工作 (I1085)，這樣的生活方式，就比較適合自己 (I1087)！前世和現在的感覺都是，我不需要去外面工作，有家產可以讓我來使用 (I2032)。

可是先生從工作跳脫出來自己做投資後，剛開始就會像那棵樹被砍一樣，心理會有很大的恐慌 (I2039)，所以會對公職有一個憧憬 (I2041)。本來蠻自尋煩惱，可能跟松樹長太好被砍有關，一直覺得有被害意識 (I1103)。現在覺得日子過的好是應該的，磁場是會比較正面的 (I1104)。

## 2. 不同物種似個性

在第一次幫個案催眠的時候，研究者為測試個案接受催眠的感受性，會請他們想像自己變成一棵樹，結果只要是能夠成功地感受到自己就是一棵樹的個案，幾乎都可以成功回到前世去。雖然催眠中都是下同一個指令「變成一棵樹」，但是出現的樹種卻不盡相同，而且所處的場景位置，以及生長過程的變化也都不一樣。事後當事人都覺得自己就是那棵樹，而且個性跟那棵樹的感覺也很像。在本研究中發現，每個靈魂在前世有可能當過其他的物種，可能是動物、植物、礦物，甚至是一架戰鬥機等等，處在不同的環境經歷過，所以每個人呈現出來的狀態也反映在今生的個性中。再次給他們體驗回到大自然中與天地合一的感覺，回到現實生活中後，他們對於事情的看法也會比較謙卑圓融。

個性與竹子相似之處，我的本性比較害羞沈潛，但對於發展的爆發力是有一點雷同 (B2011)。

個性也像那棵長在懸崖洞崖旁邊的大樹一樣 (C2063)，自己很孤單，一直活的很堅強 (C2065)。

前世我自己是一架戰鬥機 (E2086)，那種感覺還滿舒服的，飛起來那種速度很快 (E2090)。當飛機比較單純，不用思考很多，想很多 (E2092)。

我是高山上的松樹很茁壯，它屹立不搖 (F2052)，與我個性很像，而且像一個男生，一個高處不勝寒的領導者，它不受外來的影響，而且急性、沒耐性，(F2054)。

竟然會跳出一顆松樹。會不會跟自己的個性也許有很大的關係。因為我一直是還蠻固執的 (I2008)，還蠻直的 (I2010)。後來出現的畫面裡面，通常我都是一個人 (I2016)。不喜歡人家太來干涉我 (I2018)，我對自己一直有相當的定見 (I2019)，好的壞的都自己承受 (I2021)。我是松樹，長到大概兩百多歲得時候，有一天被砍了！當下那個時候是覺得，我這顆松樹為什麼要長的這麼高、這麼直，造就被砍的命運！在想法上面會有一些不安全感 (I1074)。

後來有一世可能是我是一顆隕石，從外太空掉到地球上！它可能有稜角，所以也許像我不服輸的個性。當它掉落到地球上時，變成一個很大、很漂亮的羅馬柱子，所以也許經過一連串的淬煉之後，得到還不錯的結果，這可以激勵我，做一個比較正面的思考 (I1076)！

我是一隻豬，蠻 LONELY 的 (J2043)，有了家之後比較開心 (J2047)。個性很獨立，仍希望說可以跟家人住在一起，跟生活上好像是好像又有一點點符合 (J2050)。

## 二、感情與婚姻

郭貞 (2005) 經由 6,088 位網友的線上問卷調查結果發現，網路算命最熱門的項目依序為感情、事業與桃花。由於本研究的個案幾乎都是女性，而且十位中有八位來求助的女性，就是因為感情困擾而來的。而人際關係中，人們的配偶常常是自己群體中非常親近的人，中國的故事中也有「在天願作比翼鳥」，「在地願為連理枝」，此類願生生世

世為夫婦的誓詞，這種現象確實存在。但是，人際關係中最親密而且最困難的，也是婚姻。最好的，無窮無盡的幸福；最壞的，痛苦得難以忍受，言語難以表達。婚姻給人的，是各種程度的福氣和限制，夾誰在幸福與枷鎖的二極之間。

心理學家林克（Link）為婚姻下定義為：「兩個不完美的個人採取步驟，結合共同力量，奮鬥以求幸福。」艾德格·凱西則認為，婚姻是提供一種機會，讓兩個不完美的個人，能相扶相助、相輔相成，以解除各自的業障債務，以逐漸鍛鍊出靈魂的新優質，光大心魂。姻的關係本質上是一種業緣，換言之，婚姻的配偶雙方原是老相識，只是一時忘了，卻又再度碰頭以解決彼此相互的業力情緣（吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯，2008）。

然而，感情始終不順的原因有很多種：可能是不懂得經營，或是今生家族靈魂遺傳的干擾，可能被前世的愛侶詛咒，也可能累世的感情都不是很順…必須找出真正的原因，才能改善現狀。對於感性的、情緒性的女性，沒有處理好的創傷將會嚴重影響到身心靈的健康。對於女性來說，不美滿和無法互相尊重的婚姻，常常是創傷的來源。研究者透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠的方式來探討對個案們在感情與婚姻上的影響，亦發現一些共通之處。

## （一）命理乾坤論姻緣

### 1. 命盤印證感情宮

在八字命盤中，出生的日柱就是所謂的夫妻宮，如果與月柱或時柱有逢刑沖的話，通常感情或婚姻關係會比較容易有問題，嚴重者生離死別，輕者聚少離多或是相處不睦，有第三者介入等，當然也可能永遠保持單身或總是遇人不淑。有些情況可能會建議晚婚來化解，有些時間到了緣份盡了還是會以離婚收場。而在紫微斗數中則可參考夫妻宮或命宮的星曜格局與四化星的星曜落點，可大概看出對象的相貌、型態、個性和互動關係。再搭配流年可大概推斷出關係的變化。

請楊老師妳幫我看命盤也都說到那個時候四十一歲左右，可能就是有一個婚姻

上面一個關卡(A2029)。命盤裡面倒是印證了幾個，譬如說我們結婚的(時間)點，他是怎麼樣特性的人，然後可能會造成離婚的那個時間點，包括在命盤當中有印證到說，其實他是提供我很大財務來源的人(A2036)。

紫微的命盤、八字來頗析的結果就是，剛好跟他的生肖是 match 的，是吻合的，不單單是在事業上、金錢上他是來幫我的(F2047)。

這個婚姻的狀況也是算出來，跟我先生就算是有婚姻也是那種相隔兩地的狀況，那也的確(K1134)。算命上面就是有算到說，我認識的對象都是從工作裏面認識的，這一點很準，還有就是會給我房子或是比較大筆錢的，都是年紀比較年長的，這點也是蠻準的。那這些人也都是可能是酒色財氣當中認識的，這一點也是很準。因為我工作的地方就是酒店嘛，就是從那邊認識的，這點在我的命盤上面就是非常的吻合的(K1171)。

## 2. 卦象準確藏玄機

命運術源起於原始宗教的占卜儀式，是經由古老前兆信仰發展而成的宗教行爲。前兆或徵兆信仰是一種原始的天人感應觀念，認為天地間的各種自然現象，象徵著某些人事的發展方向，即所謂「天垂象，見吉凶」。占卜是由前兆信仰轉變而成的宗教行爲，經由某些媒介物創造出人爲的兆象，作為推測未來事物發展的依據，是乞求鬼神能降兆示知，來指導行動得免災求福(鄭志明，2004)。

同時性也是事件因果關聯的原則，指個體內在心靈事件與外在物理事件同時發生的一種意義重大的巧合。在榮格看來，《易經》適切提供了屬於「同時性」範疇的一個範本。《易經》是預設著：在問者的心態以及解答的卦爻間，有種同時性的符應。由此，「同時性」即決定賦予偶然一致的事件以相同或近似的意義，而且也包含解卦的主觀性因素。榮格強調指出同時性事件與觀察者的心境很有關係。他認為，這種事件往往在觀察者對其觀察物件有一種強烈的參與情感時發生。榮格所謂「同時性的符應」(亦即有

意義的巧合)，不但見於心理分析領域，並涉及超感官知覺與靈力。在這裡，我們看到了榮格對“心誠則靈”的另一種解說。

在本研究中，許多個案會以卜卦的方式來問感情的對象是否適合自己，甚至有時後還卜出當事人並未告知的實情。一般而言，如果出現六合卦，則感情成局的機會就很高，如果是六沖卦，則表示有緣無份，機會渺茫。如果卦象中出現兩個以上的官鬼爻或是妻財爻，則代表這段感情有第三者的介入，甚至是多角複雜關係。女性來問卜如果出現子孫爻持世或發動，則除了不利感情之外，甚至還可能有小孩的議題。例如：本研究的個案 A 和個案 K 卜卦問感情對象就曾卜出三角關係的事實。

卜卦問對象，事後的證明卜卦是有準確性，如不懷好意、有三角關係都有印證出來（A2160）。

在感情上面卜的卦，讓我有一些參考（K1153）。讓我比較有一個大方向，那也覺得會安心一點（K1154）。

而個案 F 和個案 J 皆是來問感情對象，卻卜出了小孩的議題，令她們震撼不已！

金錢卦非常的靈通（F1025），早上去醫院證實已經懷孕了，晚上問感情，卦象老師也算出來說：妳有小孩子，要注意喔！讓我非常的驚艷不已，而且非常震撼（F1027）。第一次卜的卦是問感情，卜的卦是六合卦，而且是因為孩子而在一起，連我有沒有懷孕，老師都卜的出來，很震撼（F2003）！第一次卦化六合，因為孩子而不分開，但有落空亡，因為人為的因素（F2070）。兩個月多我再去卜，就是卦化六沖，落空亡的，那時候我已經決定要把孩子拿掉了。卦象中洩露了我的決定（F2071）。

第一次卜卦的時候就是問感情的問題，男友父母不贊成（J2010）。卜卦的結果發現有小孩子的問題（J2011），才坦承之前有墮過胎（J2010）。

## (二) 改名運轉情感緣

在姓名學的原理中，名字的第一個字是代表夫妻宮，如果以拆字學的觀點，字的右半邊或是上半邊屬陽，代表先生的夫緣，左半邊或是下半邊表陰，代表太太的妻緣。如果所選擇的字型是符合個人生肖的喜好時，則桃花與姻緣自然就會改善了。例如：個案 G 小姐屬蛇，與個案 H 小姐屬虎，都是屬於肉食性的生肖，因此字型中找代表肉的字型為佳，例如：「心」是一塊上等肉，「月」也是一塊肉的意思，「卩」則是一塊帶骨頭的肉等等。如此自然在感情上可以如魚得水，嫁貴夫或可得妻助。

### 1. 桃花運開得姻緣

在本研究中，個案 B、G 與 J 皆是在改名後遇到現在的另一半。原本個案 B 改名前完全沒有桃花，改名後立即出現兩個不錯的對象來追求；個案 G 則是在改名後轉了個彎，遇到單身老闆的追求；個案 J 之前的交往對象條件均不是很理想，而且都很快就分手，但是改名後不久，就認識先生而且婚姻幸福。個案 K 雖然原本追求者眾，但是爛桃花居多，仍舊感到空虛，改名後桃花貴人出現，且自稱終於找到此生的最愛。

改過名以後就覺得桃花運開，機會增加 (B2014)。

婚姻感情部份是比較明顯的 (J1046)，改了名之後才認識先生 (J1048)。改名後心想事成做什麼事都比較順 (J2136)，尤其是老公對我很好，我要做什麼事情其實也都蠻順利，通常都要什麼然後會有什麼 (J2138)。

感情上遇到那個老外，很有錢很有錢追求我的人。我們認識十四年了，本來是有打算要嫁給他，可是就是大概緣份還沒到吧！就是因為一些事情我們就失去聯絡 (K1085)，改名之後又聯絡上的，他給了我很多，我過得很優渥的生活 (K1088)。

在改名之後吧，我遇到了可以說是我生命中的最愛。他讓我知道，我現在還有一個值得奮鬥的理由，活下去的最大的一個動力 (K1089)。以前你只要可以滿足我的經濟需求，我像空殼子被盡量利用 (K1092)，認識小飛俠後好像重生了 (K1093)。

## 2. 兩性應對關係轉

在姓名學中所謂的「五格」是天格、人格、地格、外格與總格，以人格為中心即可看出與長輩、平輩、和晚輩的對應關係。感情關係直接檢查「人格」與「外格」的五行生剋情形，如果是「人格」生「外格」的則是付出型的人，比較會主動出擊追求自己喜歡的對象而不求回報。如果是「外格」生「人格」，則對應關係就會倒過來，桃花會主動上門來，屬於被動型的人。但是如果是「人格」剋「外格」的，則會不斷要求對方，也會比較挑剔；相反的如果是「外格」剋「人格」的話，則是即使自己不喜歡，也不知如何拒絕他人的人。這是運用五行生剋的原理來調整人際互動的關係。

改名後，我的婚姻對應關係改變（A2063），發現老公忽略我的想法跟我真正的需求（A2064）。我覺得他一切思考的重點不是以我為中心的去發想，而是以別人為中心，然後我去配合他，所以，我才恍然大悟說，他根本沒有把我放在心上（A2072）。

針對感情的部份的時候，我發現差距性非常大。之前的男友往往都是我在付出，改完名後，他們都會主動付錢（C1054）。

改名後較不會固執，你會慢慢去聽別人講，與另一半溝通達成共識（D1047）。

現在跟我先生在談的時候，我先生會問我的想法交換意見（E2043），他以前是不太會跟我講這些（E2045）。夫妻關係的溝通上有比較進步（E2046）！他現在比較不會一直用罵的（E2047），已經很久，他不會說話很大聲（E2049）。

### （三）前世催眠了因緣

紐頓（1994）的研究發現，生命分屬於不同的群體，他們會群體轉生，在一世又一世中長相左右。對每一個人來說，他的群體的伙伴在他人生中扮演著各種重要的角色，如夫妻、親子、兄弟、朋友、仇敵等。當然，他們和附近的群體也會有各種緣份。在所有的緣份中，夫妻之緣可能是最重要的（正見輪迴研究，2007）。凱西的報告指出，沒有一種重要的人際緣生關係是偶然造成的，沒有一樁婚姻是從零開始的，今世的婚姻關

係都是過去的續篇（吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯註，2008）。而且，凱西報告的觀點是，夫婦之配，應基於身、心、靈三方面。成功的婚姻，如等常三腳之鼎，如果任何一者被忽略，婚姻將如跛子。

## 1. 感情關係溯前緣

中國人常說：「不是冤家不聚頭」，的確有道理。相聚的目的是為了克服以前的惡的一面，否則同樣的事情會一再發生，就如同考試不及格的學生要反覆補考一樣。因為不管我們有多麼不願承認，事實是，在我們生命中的每一個人都是我們自己選擇讓他們進入的。你可能在今生或連續幾世都重複同樣的行為模式，當你一直都在做同樣的事情時，你當然會得到同樣的結果。勇敢的為這些行為和結果負責是除去負面模式的第一步，再學習用健康的行為取代，謹慎的挑選那些你願意讓他進入生命中的人（蘇菲亞·布朗，琳賽·哈里遜，2004）。

在本研究中，每個個案在今生感情婚姻上的重要他人，在前世均有雷同的互動關係。例如個案A與前夫有六個前世都是夫妻關係，但是她看到的每一世夫妻相處的狀況幾乎都雷同，最後她哭了，她終於明白，然後告訴自己，不要再當個等愛的女人，要適時大膽的說出自己的需求。她是一個需要很多愛的人，而且也值得被人尊重的，所以她決定拒絕再當個只是漂亮附屬品的角色，永遠都只能配合他人。

在這些催眠裡面我發現，所有做過這些催眠裡面，除了一次以外我都是嫁給這個先生（A1076），至少有六次吧（A1078）！那每次的關係都很像（A1080）！因為在催眠當中不管他是什麼樣的身分，他其實都是一個老爺型的人，他可能事業成功，搞不好他是一個爵士，就是很有他的身分地位，阿年紀也比我大，他的形象也都完全符合現在的一個形象，他也許很愛我，可是對我的關係是、是很疏離的，那種親密感是沒有辦法建立的（A2032）。從催眠裡面看到的是與現在目前狀況相同的一個現實的相處的狀況（A2035）。

又如個案E，因今世的先生外遇而開始求助，結果前世同樣的先生也同樣發生過愛

上別的女人而不想回來的情形；

在我第一次催眠的時候呀！我的先生呀！還有我那些小孩呀！都剛好，就前一世就都是夫妻小孩（E2076）！當時他在五十歲的時候也喜歡過一個女生，然後五…五十三歲的時候他就不想回來，那本來要讓他們出去，結果我老公他沒有出去這樣子（E2078）。在前世的時候也好像發生過這種事情這樣（E2080）。

個案F前世在年輕時未婚懷孕，今生也同樣為同一個男人未婚生子且沒有結果；而現任老闆男友則是每一世來幫助她的。

小孩的父親也還滿巧的就是，我前世好像懷孕了，他們家也是要出國了，也反對我在那種時代懷孕這樣子（F1082）。跟小孩子父親在前世我也懷他們家的骨肉，與今生雷同（F2044）。

現在的男友好幾次輪迴都是他來助我，他是個大老闆，在生意上的往來搭上，跟現在也滿雷同（F1086）。目前男友前世他都在幫助我，像我的幸運之神（F2046）。催眠後感情更明確要跟男友走入禮堂，他會固定給我的資金，非常有責任（F1095）。

個案G在前世中另一半因背負了家裡的負債而自殺，而且承諾說要幫他一肩扛起，今生也重複做了同樣的事；

曾經在過去世我跟他也是夫妻的關係，他因為背負了家裡的負債，然後他自殺（G1146）。之前我有承諾說要幫他一肩扛起（G1148）。好像就copy到這一輩子來，我也重複了做這樣的事情（G1150）。

個案J在2007年第一次催眠時看到與當時男友的前世，當時在前世裏他們所發生的故事，之後在今世也陸續都發生應驗了，包括結婚、生小孩、夫妻相處應對關係，甚至與公婆的關係也幾乎雷同。

自己大概是清末的一個十七八歲的小姐（J1086）。家裡環境還不錯，有去唸書，認識一個男生，每天就一起上下課（J1089）。看到那個男生的臉，跟現在老公

的臉是有符合（J1090）。那後來就是有生小孩，在家裡帶小孩（J1092）。整個過程就是那時候老公對自己都很好，那跟現在的老公其實也對我蠻不錯的（J1093）！

在前世我是婆婆的僕人，她一直叫我做事（J2076）。知道之前一些過去的事情，對現在我覺得好像有一點幫助（J2078）。前世本來是她的丫環，結果認識了她的兒子後就跟她兒子落跑了（J2129），就私奔，後來再回來之後，那個前嫌也就完全釋放，後來也對我很好，現實跟夢境好像也蠻符合的（J2131）。前世婆婆的先生也是在做生意，她現實生活中確實我公公也是在做生意這樣子（J2117）。

還有個案K的前世與今生她的先生都像是在服侍女皇一般地對待她，可是她就是沒有辦法感動；以及在前世與今生複雜淫亂的生活…等等。

我的老公在我的前世裏面他是我的部屬，還有一世是長工。他對待我的方式就像是把我當成女皇般的對待（K1185）。可是我就是沒有辦法感動（K1186）。他對我的好，我覺得好像是理所當然，就好像是對應我做的催眠，本來你是長工就是要服侍主子（K1187）。

大部分的那個催眠，我都是在皇宮當中過著優渥的生活，有一世是很像武則天，生活很淫亂，每天喝酒作樂，然後男人都跪在我的腳底下，生活很糜爛，都看到沒有穿衣服的景象，這就反應在我這一世的生活，我必須去還這個債嗎（K1200）？

## 2. 放下執著跨情關

大多數人都有此種類似經驗，與某人初次見面時，立刻有一種似曾相似、莫名的熟悉感，不管這感覺是好是壞，這種立即的熟悉感是來自某輩子的相處經驗，可能是朋友、戀人、家人，或者是恩人或仇人的關係。某些人是讓你很想靠近他關心他的某些人卻是讓你討厭他，想逃開，離得越遠越好，甚至某些人會讓你產生莫名的害怕與恐懼。人在尋求事物間的因果關係時，很難對因果關係做直接的觀察，而只能從時間、空間上的臨接性去推論，當二個事物在時間與空間臨接產生時，基於人類心靈追求意義的特性，總會認為它們具有某種特別的意義（王溢嘉，1993）。

當個案們回到前世了解了在前世彼此的關係狀況以後，自然會幫自己找一個理由來歸因，好讓自己為自身所執著的感情，做一個合理化的解釋。所謂「歸因」就是人們對他人或自己的所作所為進行分析，指出其性質或推斷其原因的過程。有些人理解了前世的恩怨情懷之後，自然就可以把這一份執著放下，甚至超越。魏斯醫生（1994）發現，前世療法通過對前世的回顧，能夠減輕甚至治癒今世的症狀，尤其是對那些因感情上與心理上失調的患者更有效。例如：

我對一位先生就有一份很奇怪的那個情感在，催眠裡面兩次都救我的那個人（E2054）。不是同一次的催眠，前世他都是我的救命恩人（E2058），很想為他做一些什麼事，很想去親近他關心他（E2060）。可是大家都有各自的家庭，應該不可以互相破壞（E1100）。

我的一個情人前世是我太太就對我一直冷淡，今生又化身為我的冷淡情人傷害我（H1118）。透過催眠我跨越了情關，我已經看淡了（H1119）。我發現說沒什麼好執著的，因為前世就是妳遇到了這些人，所以妳今世只是再遇到他們，所以妳不用執著什麼，因為只要妳願意，在他們來世也會跟妳相遇（H1124）。

又如個案 K，在酒店工作接觸過這麼多男人後，才聲稱找到今生的最愛，但是並不是在酒店場所認識的，雖然雙方各自有婚姻，卻也抵擋不了互相吸引的情愫，也只有相見恨晚的遺憾，默默維繫這一段地下情。在前世催眠中發現，原來曾有兩世是夫妻，感情也不錯，只可惜夫妻情緣時間都不長，都是令她傷心的結局。

小飛俠為什麼我那麼愛他？結果就是我們有兩世是夫妻耶！一世夫妻是我們是開布莊的，做小小生意的，不是很有錢，可是我跟他兩個感情真的很好，然後有一個孩子，可是是我先因為生病離開他（死亡），然後催眠到這裏的時候喔，我就一直哭，一直哭，感覺就是，那種感覺好熟悉，好心痛，就是，你說你相不相信催眠，在這裏就覺得說，到底是有還是沒有？如果沒有的話，為什麼會有這種心痛的感覺（K1204）？另外一世是，他也是一個皇帝，然後我是他最愛的妃子，可是他最後

就是好像身體不太好，然後又因為某些事情被抓走，然後我就很傷心的望著他離開，在我的眼裏消失（K1206）。

### 3. 前世今生時雷同

在前世回溯的部份案例中發現，在過去世所發生的事件，除了對象、原因、過程與今生的現況相似之外，其事件發生的時間點也與今生發生的時間點雷同。例如：個案 A 前世在 40 歲時因為老公不在身邊孤獨而死亡，今生也是約在 40 歲離婚而胸悶心痛；個案 D 前世在約 35 歲時帶兵打仗左腳與腰背部受傷，今生也大約在相同年紀時有腎臟腫大及左腳受傷的狀況；而個案 G 今生所有的人生中的重大遭遇發生的時間，例如先生自殺時的年紀，感情第三者離開時的年紀，父親往生的年紀，以及買房子置產的年紀與前世發生的時間幾乎雷同。

原來現在很多事情，跟過去的時間邏輯是重疊的。前世外遇的對象承擔家中負債而自殺，我承諾幫他扛起負債，今生跟我先生自殺的時間是一樣的（G2036）。目前介入我感情這個第三者，跟我在過去世裡面是兄妹的關係，個性善妒，惡意的去破壞我們夫妻間的感情（G2040）。它印證了今生第三者也在同樣的年紀離開我們（G2042）。買房子是更可怕的，我的父親往生的年紀，還有我過去世裡面的一些感情上的糾葛，在目前的生活裡面，都得到了印證第三者（G2045）。

在我很悲慘的時候，三十幾歲算命說我五十歲可以置產，做催眠也是五十歲，真正的人生經驗也是五十歲，它真的很恐怖（G1077）。

### 4. 打掃元神轉桃花

在靈界中的元神宮（元辰宮）是代表當事人的財產、運勢、感情等狀況，以元神宮形態顯現，凡是和財產、運勢、感情有關聯的，在這裡都可以看出來。元神宮中代表感情的鏡像就是臥房，是主人的感情對應之處，其中的擺設如枕頭及房間的窗戶等等，可以依照不同的狀況，進行調理。

在臥房中衣櫥代表今生服裝，窗戶則代表心態是否敞開。如果是單人床，代表單身或孤獨，雙人床代表有姻緣。枕頭代表今生感情對象。一個枕頭代表單身，二個枕頭代表夫妻，三個或三個以上枕頭則代表有外遇。如果兩個枕頭並排靠攏，代表感情和諧美滿，分開則表示不睦，床邊的兩雙男鞋與女鞋，如果鞋頭朝內，代表夫妻同心，若是朝外則代表，同床異夢，心猿意馬。如果臥房髒亂灰塵多，代表感情煩惱多，萬一又出現蜘蛛網，則表示感情運勢極不順遂，甚至可能有卡陰，遭遇爛桃花或桃花劫的情況。透過催眠可進入元神宮打掃調整，改善感情的問題。例如感情狀況較複雜的個案K，她的臥房竟然有結蜘蛛網，上面又有蟲子，與現況有卡陰且爛桃花很多的現況相符合。後來經由打掃調整以後，感情狀況亦獲得改善。

然後房間打開的衣櫃裡面滿滿的，很漂亮的服裝，然後床很大是雙人床，所以這一世就是會有夫妻關係的！然後拖鞋是朝床擺，所以夫妻關係也會很圓滑、很順遂（I1091）。

催眠到元神宮，看到我元神宮的房間竟然是單人床，這一點就讓我有很大頓悟，這麼多年來雖然說我的感情世界一直是很精彩的，追求的人很多，身邊從來不會缺少男人，可是我都是一個人睡（K1135）。即使有婚姻，我仍然是一個人（K1137）。還看到我的那個房間裏有結那個蜘蛛網，上面有蟲子啊！楊老師也是跟我解釋說，這或許就是一些爛桃花。把它打掃乾淨之後，這些爛桃花有比較少一點（K1138）。

### 三、親子與人際關係

「關係」的問題——與家人、情人、配偶、和朋友的關係，是來求助者最常詢問的重點主題。這些人和我們一起共度人生，在生命中佔有重要的一席之地，和他們的互動，深深影響著我們的生活和情緒。在華人社會中，人與人之間的互動關係緊密，個人之於家庭或家族，其實受到層層約束，只是多數是習以為常的視而不見。相對於西方社會的生活重心是個體中心的，華人社會的生活重心是關係中心的（葉光輝，2002）。

每個人一出生就緊密依附在家庭結構以及人倫互動中而不自知。然而這個莫名所以

的結構往往在人們遭遇困頓時才會浮現，個人才會曉得自己的處境，家人及其他緊密關係者的看法及觀感竟是在不知不覺間影響了自己的行為想法情緒（吳秉訓，2008）。當個人難以伸張其意志或主體，與他人溝通發生障礙時，困頓自然而然的產生。

在處理親子與人際關係的議題時，算命往往便成爲最直接的方式來助人面對這深層的焦慮。然而前世催眠則更可以幫助當事人從因果模式中理解原因，並解開心結。

### （一）斗數四化斷關係

在北派紫微斗數的論命方法是以四化飛星爲主，就是化祿、化權、化科、和化忌，它們各代表著「緣、業、情、債」。看四化星所在的宮位就可以知道此人今生的人生重點，也就是人生中比較在意或執著的人、事、物。尤其是很多人看到命盤中有化忌的時候就害怕的要命，覺得那就是刑剋，是大凶的，實際上並沒那麼糟，就看你怎麼去解讀和看待它。化忌主溝通不良，所以關係緊張，自然緣分就薄了。某些時候化忌也主欠債，所以欠的該還的還是要還。有的人是欠父母的債，有的人是欠感情的債，有的人則是欠子女的債，也有人是欠朋友的債，甚至是欠工作的或是金錢的債。因爲化忌是主溝通不良，所以常見的情況就是感覺被控制住了，雖然很不甘願，但是還是會忍受會服從。然而化忌有時候也是主得到，代表一定會得到這個人、事、或物的，因爲它是有定位的，是有份的。化忌所在的人、事、或物，正是今生所要學習和克服最重要的部份。例如：個案 A 與個案 I 的斗數命盤中，化忌星都正好落在父母宮，她們與母親的關係都比較差；還有個案 E 與個案 H 的化忌星皆在子女宮，個案 E 常常擔心女兒的狀況，而個案 H 雖然自己是女同性戀者，但是仍然要堅持生下自己的小孩。

很年輕我就跟媽媽關係不好（A2041）。正好在父母宮有一個化忌的現象（A2042）。母親她就用她的標準希望我怎麼做，雖想反抗，還是都服從（A2043）。我有很大的忿怒跟我媽媽之間，我覺得她左右了我的人生（A2044）。

斗數命盤是屬於那個人生重點都在別人身上的人，因爲四化的落點在父母宮、夫妻宮、子女宮跟交友宮，所以會非常的重視別人（A2106）。

我女兒跟我是我欠她的嘛 (E1151)！八字裡面是我欠她的嘛 (E1153)！

命盤上人生重點有提到先生，媽媽或享福這件事 (I1032)。媽媽可能讓我造成很大的傷害，言語上很粗暴 (I1034)，對錢財的控制，造成我對金錢上的不安全感 (I1035)。可是也不想去解決了，媽媽就是媽媽，沒有辦法 (I1036)。

## (二) 改名人我磁場轉

姓名學的基本原理是依據當事人的八字五行的喜用，來選擇格局的配置，以輔助八字格局上的缺憾，達到更均衡的狀態，所以應該是以個人為中心命名才合理。曾經有位女性顧客來鑑定姓名，她說是其他命理老師幫他們全家所改的名字，結果發現，那位老師將所有名字都改成可以幫助一家之主的名字。換言之，太太與小孩改名字只是為了來輔助先生事業成功的，即使與他們本人的命格不符也沒關係。顯然這是傳統命理師仍是以男性為主的偏差概念，對女性與小孩的權益漠視，實在不符合現代的社會趨勢，也不夠尊重每個個人。因此，能夠幫助個案找回自己的定位與價值，才是改名最重要的目的。

### 1. 自我覺醒人際變

本研究結果顯示，部分個案在改名之後，自我意識覺醒，會比較懂得愛自己，尊重自己，也比較不會在意他人的眼光，甚至一味地去配合別人。部份個案則是自我調整與他人的關係，溝通與人際的互動改善；也有部分個案發現在改名之後，周遭朋友群也跟著產生變化。小人自動遠離，貴人明現。

改名前注意力都在別人身上，不夠愛自己，尊重自己 (A2062)。改名字以後，我的自我意識才覺醒 (A2069)。改名後才發現朋友會欺負我，把我對他們的付出當作是應當的，還有一些無理的要求 (A2075)。現在我已經是一個可以用很理性的方式來處理這種人際關係的人 (A2085)。

現在也比較不在意別人的眼光啦 (A2101)！而且不想一味的去配合別人，討好別人 (A2103)。以前覺得說沒有配合別人彷彿自己是個罪人、是個錯誤 (A2104)。

可是到目前為止，我這個改變並沒有讓我失去什麼友誼，或者是失去人際關係當中的情感的部份，但是確實讓我擺脫了很多不必要的人際困擾（A1048）。我現在比較堅持自己的一些想法（A2094），不喜歡 involve 在很複雜的一個關係當中（A2095）。

姓名學的影響就是人我之間磁場那種互動跟感應的影響是最直接（B2013）。姓名在人際上變化很大（B2020）。當你換新名字的時候和舊名字的時候，好像連朋友都會變得不一樣（B1050）。包括妳以前叫舊名字時候的朋友都會自動不見了（B1052）。

人際關係上我也改變了很多。努力去關心周遭有在關心我的人，人際關係上變得好的非常多（C1056）。

人際關係，把原來的壞習慣改掉了比較能夠和別人來溝通（D2051）。

改名後人際關係會比較好（E1070），做事情會比較順一點（E1072）。人際關係來講，我就覺得都一直有蠻多貴人在幫我的。（E1112）

改名之後，自己會很有智慧去分析朋友，自己會有個新電波（F2037）。我覺得利大於弊（F2038）。好的朋友，我覺得是有幫的，反而一直在我周邊，不好的他們會討厭我、排斥我（F2039）。

## 2. 親子對應互動變

姓名學的五格中，「人格」代表自己，「天格」代表長輩，「地格」則代表晚輩，因此，「人格」對應「天格」的五行生剋關係與「人格」對「地格」的五行生剋關係，自可說明個人與長輩和晚輩的關係。如果是相生的格局，則關係自然相處融洽。當姓名調整之後，原本格局的對應關係自然就會調整。

我不再那麼的以我媽媽的意見為中心了，可是我卻得到了我應該有的對待，長期以來可能都是我會去牽就我母親，現在我似乎爭取到合理的權利，讓她把焦點還有她的關愛合理的要注目到我的身上（A1050）。從小她始終把垃圾到給我，關心的

重點都在我姊姊身上 (A1052)。跟姊姊工作上的利害衝突，這次我就是不願意退讓 (A1057)。我媽媽現在反而對我付出的關愛比較多，以實際的行動來協助我 (A1061)。

以前對母親比較不諒解是母親會把我當搖錢樹 (F2033)，慢慢我能去釋懷，父母要孝順是應該的 (F2034)。

我的性向特別，然後我愛上了一個人，我長期照顧她的兒子，後來我想要有一個自己的小孩，自己獨立把小孩生下來，我媽媽就是惡言相向，說要跟我斷絕關係 (H1095)。改過名字以後，我們自己會變成很有能量的個體，才有辦法去影響周圍 (H1101)，我跟我媽媽的衝突煙消雲散 (H1104)。

改名字之後我會比較重視我自己的情緒感覺，而且我不想那麼委屈。所以我就很毅然決然的跟不喜歡的人 say Goodbye (K1143)！而且也會對我媽媽說 NO。也比較不會就是家裏要什麼就是全部無限供應這樣子 (K1176)。

### (三) 前世催眠解心結

余德慧 (2004) 認為，前世治療理論與精神分析大抵雷同，兩者都主張我們內心的某種存在體 (如記憶、傷害) 遺失在某些地方，精神分析是指「潛意識」，靈媒們則指向「前世」，無論潛意識或前世，我們的某些關鍵的東西都被隱藏在「看不見的地方」因之我們莫名地受苦；精神分析與靈媒的講法也是相同：只要能夠讓那隱藏的東西顯露出來，重見光明，並由我們加以把握，將之理解，則我們莫名的痛苦可以因此消除 (細胞記憶)。

#### 1. 前世了因瞭恩怨

人們都是群體轉生，在一世又一世中扮演著各種角色。來生的安排就如同一個寫好的劇本 (李青笛, 2007)。生命在精神世界都絕對誠實，不會為自己的惡行找任何藉口，因為一切都歷歷在目，沒有找藉口的任何餘地。所有的過錯，不論是有意還

是無意，必須在下世償還。然而，很多堅強的靈魂選擇苦難並不是爲了償還前世的過錯，而是爲了在世間完成一些有價值的事情。許多今生莫名的恩怨糾葛，透過催眠回到前世找出事件發生的根源，自然可以爲今生所承受的苦難找到其意義。

伶姬（2003）強調，因果基本運作模式原則上與加減法無關，一因對應一果，絕非把這一生所有的惡與善加減後才得出一個果，也不可能後功抵前過（除非對方原諒你，不想向你討債，因果模式走到天譴或劫數，由老天爺接手，才有機會功過相抵）。根據伶姬（2003）的說法，「轉世爲人」的原因其實很簡單，就是十個字：還債、報恩、學習、考試、服務。因此，在前世與今生的因果關係中，有些是來報恩，有些是來還債的，有些則是再一次相遇來共同學習某一些功課的，也有些是來考情關或錢關的，還有些是來渡化服務人群的。

最嚴重的是我媽媽，我怎樣努力就是不愛我（C1060），催眠裡這一世的媽媽是前世的大媽，我是二媽生的，媽媽對我的態度還是一模一樣，就是討厭我（C1064）。催眠中我清楚看到一模一樣，媽媽她就是沒辦法愛我，我就整個人都釋懷了（C1086）。爸爸每一世都是來幫助我、來鼓勵我，甚至救我的那個人（C1068），一直都在照顧我（C1069）。

今生的三姊是我自己太在意她，可是她一直很在意感情男方的部份（C1072）。在這一世，我一直在照顧她，她要什麼，我永遠會努力完成它，想要達成她的願望（C1074）。前世她竟然是我的女兒，她18歲長大那一刻，是爲了男人離開我，我突然整個人恍然大悟。這一世她也是永遠都很在意男人（C1076）。

靈魂轉生的教導主要是針對心靈的，因爲它所關切的，是個體靈魂，以及靈魂藉由達致完美的法則與條件。從靈魂轉生的觀點，宇宙的法則必永遠不容人之私意的安排。報償原理，像水，總會找到自己的水平面。但是，擴而言之，它也是社會的，因爲愛是其終極目的，愛，又是規範個體靈魂進化所需之業報法則，其唯一解除之道（吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯，2008）。

我前世化身為一隻白鷺鷥被獵人射殺受傷了，一個六、七歲小男孩冒著生命危險去救我，他小心翼翼的把我給修復包紮，給救起來了，那時候非常的感激，我告訴自己，許願下輩子我投胎為人的話，一定好好的來報答這個小男生，就是我未婚生子的兒子（F1076）。

前世媽媽是日本藝伎，我沒有父親，她對我管教很嚴格，把我當成他的希望，對我很挑剔，很兇，然後我十分的忍耐，這輩子又重複了前世的那個記憶（H1142）。

我是四歲的小男生，她就拋下我，放我一個人，然後她就跑到另外一個地方去快樂，感覺我就是累贅，這可能是造成我失眠的原因，就是被人家拋棄啊！然後像她在這一世裏面，她也是一樣就是拋棄我嘛（K1191）！還有一世就是我跟她是姐妹，我講不下去了（K1192）！我們同時嫁一個的老公（K1195），然後她就是對我，又罵又摔啊打啊，就好像那種小時候被她抓起毒打一頓，然後被她咆哮，然後又被趕出去，霍出去（台語）這樣子，然後長大竟然又這樣子對待我，壓榨我，奇怪我也心甘情願讓她壓榨（K1196）。

## 2. 催眠釋懷人事物

凱西報告指出，「家」被認為是終極調和狀態的反應，適任何活於地球上的魂體所能有的最偉大事業。把人際緣生關係達至調和的家，是人與造物主之間關係在地上最接近的典範。因為她能發揮創意，讓家中個人相互協調配合，以達成共同目標與理想（吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯，2008）。

你的家庭是你的業，在你出生前你的靈魂選擇你的家庭，困難的家庭關係可能是前世未解決的感覺與情境的結果，你這一世選擇那個家庭，是因為你想要有另一個解決問題的機會，他們提供你的靈魂需要學習的功課；家庭成員間親密、溫暖與有愛的感覺，幾乎一定意謂著你與他們在另一世有愛的連結，你這一次選他們來支持你，給予你穩固的基礎（黛安娜·庫柏；沈文玉譯，2010）。

BRUCE·ALLEN認為這些前世記憶，雖然大部分沒有被人們意識到，它們潛伏在

細胞裡，依舊影響著人們的生活。它們是能夠讓我們了解自己、認識自己的一個線索。前世和今生的經驗確實會微妙的影響我們的潛意識。所以，釋放細胞記憶，才是重生的關鍵。本研究採用前世回溯催眠技術發現，這些深藏的前世記憶是可以接觸的，且負面的影響會被釋放掉。透過對因果平衡正義法則的理解，可以解開心結放下執著，進而啓發靈性的活動。

因為我父親是出生以後就跟我完全沒有交集，初期的自己會有一種被拋棄的感覺，這個會影響到我的潛意識 (B1081)。但是透過因果的這種理解喔，就可以很快就釋懷，而且也因為因果模式是屬於平衡，只是說它時空拉長，是平衡正義來講的話，因果模式本質來講是這樣子，所以我覺得可以幫我解決我心裏有心結的問題 (B1082)。催眠全然解決心結 (B1084)。對父親的不解，還有怨恨，透過這個理解可以放下，原諒對方 (B1086)。

我跟我女兒之間的問題比較能夠去釋懷說，然後再用另外一個方式去幫助她。(E1149) 催眠後，跟女兒的互動有改善，用比較輕鬆的態度面對她，然後她也不會覺得壓力那麼大了。(E1161)

與小孩之間的因緣，他是我的大恩人，我這世才能投胎做人來回報他，我當時確實有這樣許願，他救我的命大過於他氣我種種所有的一切，我這樣子想我好釋懷 (F2041)。藉著催眠，心理的石頭反而更輕鬆了。我一定要來報恩的，我會覺得很釋懷，應該用更柔和的方式接納他 (F1080)。

好的或不好的，就是有一些沒來由對妳善意的人，還有對妳惡意的人，可以透過催眠去把他找出來 (G1179)。也知道說，過去因為什麼因，事情的糾葛，讓妳到這一輩子來還在糾纏不清 (G1180)，妳都可以輕輕的把它放下來、可以釋懷 (G1181)。

#### 四、事業與金錢

穩定的工作與經濟收入，是最基本的生存需求。亞伯·坎墨斯曾說：「沒有工作，生命將腐朽。但當工作失去意義，生命會僵死。」佛洛伊德也認為「愛與工作」是人生

最重要的兩件事，美滿的家庭生活，會給生命帶來很大的激勵；而擁有一份勝任愉快的工作，如願實現自己的抱負或理想，則幸福的人生，便可掌握大半了（吳錦鳳等，2005）。

在經濟觀點中，工作對人類的意義在於金錢與物質上的交換。不少人會由於得到這些外在滿足（如金錢或福利）而工作。在人際的社交歷程中，工作已成為建立自我認同最重要的方法之一。工作也是決定我們社經地位的主因。由於經濟不景氣，失業率不斷攀升，造成現代人在工作事業上受到的極大壓力。最近更遭受金融海嘯的波及，許多人一夕之間投資失利，財產縮水，甚至破產負債，因而導致憂鬱纏身，進而影響健康。

## （一）算命指引事業財

### 1. 命盤運勢點迷津

一般而言，我們可以從八字五行的喜用，或紫微斗數中事業宮或財帛宮星曜的特色，或四化飛星的變化，看出個案適合的工作方向給予建議。也可以從命盤的流年運勢的好壞來建議是否適合進場投資。如果做對工作或行業，不僅事半功倍，而且身心愉快；相反的倘若運勢不佳又投資錯誤，輕則賠錢了事，重則傾家蕩產，實在不可不慎。例如個案 C 曾經因為想要用努力來證明人定勝天，選擇做保險業挑戰自己，結果撐了兩三年，終於承認不適合自己，後來改換餐飲服務業，才找回開心的笑容。

我一直問老師有關工作到底應該走什麼行業，老師都有跟我提點就是吃喝玩樂的東西（C2043），後來朋友找我合夥做一些小生意，每次進去開店的時候，都是好開心，心情好愉悅，與做保險感受是完全天壤之別（C2045）。個性上愛挑戰越難的事情，做了才知道自己真的不適合，老師有給我適合方向，做的好開心（C1044）。

個案 D 也曾經明知道某一年流年會因為朋友而破財，結果還是把錢交給最厲害的朋友作投資，還是賠了錢。

不要太鐵齒，命盤裏面已經告訴我們，就安分守己做自己該做的工作（D2046）。五行行業，做錯行業賠得慘兮兮，要注意自己的運勢，投資不能影響到原來的生活

(D2040)。玩股票跟投資事業是一樣的，做事業也是在賭 (D2037)。八字來看我們有沒有這個運，可不可以做？這很重要 (D2038)。

反觀個案 A 與個案 H 則是確實參考命盤的建議投資行事，因此事業財運有穩定的成長。可見命盤顯示的資料，的確可以幫人趨吉避凶指點迷津。

也跟我命盤財帛宮有關係嗎 (A2144)？好像我今年就是會比較賺錢 (A2145)。

什麼事物會與我相剋我就不去做。我本身的財庫有破，因為我屯積了很多金屬，那反而是我的資產 (H1061)。同時透過命盤我知道危機在哪裏，其實有些命理方法是可以讓我們避過這些危機，譬如說取好一點的公司名，用名片就用開運名片，可幫助到事業金錢 (H1083)。

雖然個案 K 因要家庭經濟因素開銷太大，而到酒店上班，也有幾位客人會金援她，她還是有自己的夢想，期望有一天可以脫離這種生活，做個小生意養活自己，因此對工作投資方向也是她的求助重點。

工作方面當然這個是以前我就算命會問的主題之一，在我的命盤裏面，我是比較適合那一方面的工作，我再往那一方面去做，或許會比較事半功倍。這一點我覺得在算命裏面是給我一個很大的幫助 (K1156)。之前有被一個女生騙錢 (K1159)，老師有說我是欠這個屬猴的女生，她真的是把我搞得一塌糊塗 (K1160)。我覺得命是既定的，或許可以藉由譬如說紫微呀或是命盤，去知道你大概那時候的運勢，知道了之後做一些預防，讓你的損失不至於這麼大 (K1116)。可是既然你的那個命是知道那一年是損失的，基本上它還是損失的年，只是說不要損失那麼多罷了 (K1117)。

## 2. 風水助發事業財

風水是以《易經》為其理論基礎的，使人和周圍的生活環境、氣候、天象、動植物、地形等達到協和、共進、互助的關係。從而達到「天人合一」、「天人相助」而「致中

和，天地位焉，萬物育焉」的境地（于希賢，1999）。中國自古以來就非常講究風水，藉由自然山川、植樹造景或房屋佈局來藏風聚氣，使靈氣相感應，就能吉祥安居福蔭子孫。若有福氣得到好風水，或是自己調整陽宅風水，就能旺財又旺丁，增添運勢。本研究個案中有五成的個案看過陽宅風水，個案 A 本身是連鎖服務業負責人，原本公司員工經常出狀況，經建議更換辦公室之後，公司就逐漸上軌道，而且逐年利潤增加中。

辦公室規劃當然就是按照風水對的方式去規劃，運作就一直都很順暢，然後沒多久我就又買了我現在的新家，那也是風水的規劃（A2135）。工作跟生活全部都上軌道（A2136）。雖然景氣不好，我們業績雖然也稍微下滑，可是很奇怪我們的利潤卻增加（A2142）。像今年（2009）一到九月的利潤是去年一到九月的利潤的兩倍（A2143）。

出生時辰已經佔 70%，那剩下 30%在姓名跟地理（D2020）。包括陽宅的時候，有時候地理還是會牽引（影響）人的磁場啊（D1090）！

陽宅我也覺得有重要（I1043），而且我覺得有做有保佑吧（I1044）！我們的命盤裡面有可能還會再搬家，所以很想再換到一個更好的房子去住（I1045）。

### 3. 命盤顯現執著處

本研究中個案 I 其實是不用工作賺錢的家庭主婦，日子過得還不錯，但是人生唯一的挫敗與執著就是考公職這件事，一直讓她耿耿於懷，卻又不甘心。由於公家機關的職業是屬於政府管的，所以是屬於紫微斗數中父母宮的範圍，因為她的命盤父母宮化忌，所以考公職比較不順遂，如果選擇私人機構就很容易了，可是她偏偏就是要選擇考公職，這就是她的人生功課吧！

官殺混雜，婚姻或事業擇一的不穩，而事業我去選擇了一條很難走的路，讓我覺得很顛簸（I1027）！考試的部分倒是我覺得好像被下咒語，為什麼到重要關頭我就會失利？這個可能是我的業力吧（I1066）！公職這個方面，是我想要卻得不到的，這是我的功課，後來我覺得還真的是如此，不然我為什麼這麼執著於它（I1117）。

#### 4. 卦象應驗官司纏

本研究中對於卜卦的靈驗相信狀況，有八位（ADEFHGJK）皆十分肯定其準確性，尤其是個案 F，原本只問感情部份，卻卜出了小孩的問題，震撼不已，之後就常幫男友卜問公司、員工與店面的問題。有一次為了一家新的分店要開來問卜，結果卦象顯示不會賺錢，而且要小心犯官司，建議最好不要開。但是她的老闆男友非常鐵齒不信邪還是開了店，結果一夕之間五間店全部收起來並被收押，而且幾乎所有員工都被波及。

還沒算命時自己沒有方向感，算了命會預防避免，讓事情不好的不要發生（F1029），到目前無論我開的公司的地點都會卜卦，來決定這家店要不要開，這個方位能不能賺錢，會不會有官司之類的（F1030）。卜卦會問房子、店面、員工等問題（F2022），卦象會給我一些指引一些方向，很多事情在預期之內發生，只要心存善念相信它，就會實現，太鐵齒壞結果就會爆發出來了。（F2023）

我的男朋友非常鐵齒，我卜卦知道這樣子做下去會非常不好，可能店會倒，會有種種官司，他堅持做，結果發生了（F1040）。因為老闆堅持決議要開，請老師來看風水，到現場時也一直搖頭，也說真的沒辦法，要非常小心，結果跟老師卦象是一模一樣（F1042）。那間店出了官司，在一夕之間五間店全部收起來！這個的提示在沒開之前，在之前卜卦，老師就給我一個很明確的暗示了（F1044）。

我曾研究占卜，易經真的很厲害（H1035）。占卜顯示被年長女性所騙，買房子物超所值，事實如此（H1038）。我曾經因為打房地產的官司，跟別人纏訟大概有半年之久，然後呢我透過卜卦知道可能這場官司沒有勝算，於是就沒有再投入資金跟人力，果然到後來這場官司就是和解了，和平解決（H1057）。

卜卦對我有幫助的，尤其是我要搬房子的時候的卦（K1150）。因為真的是很神奇。那天要簽約前我卜一個卦，楊老師說這個卦是會有變化耶，意思就是說，當天並不一定會簽約（K1151）。結果真的就沒有簽成（K1152）。

老師是有建議靠北邊或中部的學校（J2037）。後來去報名就考上了，剛好跟之

前的卜卦的結果剛好又符合（J2041）。

其他如個案 B 覺得卜卦靈驗有六七成準，個案 C 雖不很相信卜卦，但是做保險不適合的卦還是應驗了，至於個案 I 本來就對算命卜卦質疑的，所以比較相信自己。

如果妳真的能夠放空，如果說能夠就這個問題去卜卦，比較超然的話，通常準確度我覺得還是有的（B2059）。雖然說卜卦的期限，都是屬於短期有效，但是我覺得它的準確性也有到 6、7 成（B2065）。

保險工作卜卦時老師說我不太適合，我還是去做，可是一直都做得不開心（C2031）。我沒辦法做到很好的推銷的這個動作（C2039）。

卜卦針對未來的事情覺得有點不準確，之前卜卦說可能會考上，那一年去考差一分（I1040）。

## （二）改名提昇工作運

姓名學中的第三個字代表事業與財庫，如果名字取得好的話，找一些與自己生肖喜用的字型，如此學業事業順利，財庫守住，花錢的習慣也會改變，有時還會有意外之財進帳。因此，改名字就是一種提升工作運、考運與財運的改運方法。

### 1. 工作學業投資順

本研究中個案 B 與個案 J 皆在改名之後有轉換跑道，且個案 J 甚至還順利考上研究所繼續進修；個案 D 則在事業投資上，直覺更靈敏也更加順手。

工作運上好像有變化，因為大家有在叫，認識的朋友會變化，包括妳的工作屬性好像，因為人際的關係會變得工作比較不一樣（B1064），有進步的（B1066）。

事業方面都還蠻順的，後來是轉換不同的跑道是當醫師助理（J2142），一直都有遇到貴人（J2144）。

事業金錢上思考顧慮多，投資會比較順手，直覺比較靈敏，會有行動去分析，

找到價值感的東西，賺到你要的金錢（D1049）。

學業方面考試也很順利，然後不知道為什麼運氣好，跟改名前整個運勢好像差蠻多的（J2146）。

## 2. 意外財來能聚財

本研究中，個案 H I J K 在剛改名那一陣子都有意外之財，而且個案 D 與 H 在投資時會更謹慎以減少損失，甚至逢凶化吉；個案 J 和 K 也感覺到花錢的習慣改變了，比較存得到錢。而個案 H 也有投資房地產，常以建案案名來詢問是否獲利，後來驗證，研究者用全方位姓名學理論所預測的結果與實際情況相符。

改名後思緒變得異常的清晰，前面三天有很多的意外之財（H1069）。名字還有逢凶化吉的功能（H1077），財運曾經一次進賬 1,000,000（H1078）。

那一年一直在中發票，一些事情在那一年都順利解決（I1057）。

改了名之後很神奇，我以前去摸彩從來不會中什麼獎，可是改完之後我竟然中了一個頭獎五萬多塊的等值產品。感覺就是運氣蠻好的（K1082）。

建案案名的靈動，跟它是否獲利有關，這跟楊老師說的一樣（H1041）。

名字雖然改了，八字一樣會牽連到我們（D2030）。名字改完之後有沒有用？有用，八字裏有被朋友賠錢的狀態，改完名後，讓你投資少一點，不會賠那麼多（D2032）。

改名之前就是，大概賺了錢就是賺多少花多少這樣子！那之後改名之後，覺得說好像可以存得到錢，就會比較順利一點（J1050）。跟媽媽雖然我們兩個話不多，但是媽媽對我真的很好，還是幫我還了不少卡債（J2084），結婚的時候媽媽也給我一筆錢五百萬嫁妝（J2092）。

我之前那個名字都破財，很容易就是花錢如流水，那這個名字給我的感覺就

是，我花錢的時候會去計算一下這個錢該不該花（K1079）。改名之後的影響，就是好像比較能夠聚財啦，就是錢進來的時候比較不會這樣子那麼快的散掉（K1175）。

### （三）前世欠債今生償

身心靈是緊密相連的。沒有被解決的靈魂議題，往往會造成能量的阻滯，狄吉娜·沃頓（2008）稱之為「業力障礙」。未解決的靈魂議題會影響今生的劇本。有些未解決的問題會以障礙的方式出現，可能在身體、心理、情緒及靈性上影響你。這些問題可能會呈現為慢性健康問題、自我毀滅態度、罪惡感，或在某些地方過度補償的強迫需要。

塵世中的悲劇並非是在錯誤的時間、錯誤的地點發生的錯誤的事情，一切都有其宿命的因緣。這些安排的目的往往是為了當事者償還前世的業債，或在苦難中錘煉當事者的靈魂，甚至是為他人提供一個在逆境中昇華的機會（李青笛，2007）。如果前世的你曾經有發過誓、許過願、或作過任何的承諾，就會成爲一種執念，那麼到今生就自然會成爲自己一項必須該完成的功課了。

長大當了武士（H1142），很愛權力，忽略了親情，一生到死都放不下權力的人（H1144）。每一世都是工作狂，或許因為從未到過自己心目中的高峰，所以我每一世要一直這樣輪迴（H1145）。

跟死去親人因為財務的問題，曾經在過去世我跟他也是夫妻的關係，他因為背負了家裡的負債，然後他自殺（G1146）。之前我有承諾說要幫他一肩扛起（G1148）。好像就copy到這一輩子來，我也重複了做這樣的事情（G1150）。妳在過去世裡面承諾過的東西，妳就是要把它做完，所以妳要釋懷啊（G1152）！

### （四）元神調整運勢佳

元辰宮，又名元神宮。我們每個人在靈界也有一間代表個人運勢的元神宮，元神宮的好壞與這輩子的命運息息相關；改善元辰宮可以較快改善人生困境。命理上的陽宅

學，很多觀念也都來自於元辰宮，民間信仰中為信徒進行祭改、補財庫…等儀式，其實也都是透過調整元辰宮，為信徒消災祈福的方式。

所謂「調理」，是在強化元辰宮內的能量。添米（食祿）、添油（光明）、添水和柴（財），其用意等同補運。元辰宮中客廳燭火的大小，可以對應出你現階段的運勢，廚房中的水米柴，也可以看出你今世的財祿，而這些東西，會隨著你的作為而有所改變。此外，大多數的人元辰宮的神桌上會有神尊，祂是跟你有緣的守護神，也有人沒有，例如那種無神論者，當然也有可能出現有十字架的西式教堂。

元神宮可以看花叢、知道我的守護神，看我們的財庫（D1059）。改名後有改善，花叢茁壯，財庫補足能量增強像大掃除，運勢改善（D1060）。

## 五、自信心價值感

人們常有一些不合理信念，造成他們的情緒困擾。例如：小時後被父母不合理控制，造成極度缺乏自信，認為自己很不重要的不合理信念，而感到自卑和沮喪等低落的情緒。Ellis 引用希臘哲學家 Epictetus 所說：“人不是為事情困擾著，而是被對這件事的看法困擾著。” Ellis 強調人具有改變認知、情緒及行為歷程的天賦能力。透過命理諮詢（算命、改名）或前世催眠的方式主要是從不同的角度來駁斥其原有的不合理信念，從中改變其認知，達到增加自信心的效果，從而增加自主未來的能力，這是本研究中所採用綜合助人模式來協助求助者的重要目標。

### （一）算命增加自信心

算命可從命盤資料中增進對自我的了解，也可以知道運勢的起伏與適合發展的方向，自然可以降低對未知的恐懼，增加自信心，並自主掌控未來。

算命對自信心跟價值感的部分會影響比較大（B1044）。

像我自信心會比較不足，投資時不敢買會錯失賺錢的機會（D1023），有自信心後，透過算命規劃未來藍圖（D1028）。透過算命有自信心後，念力、思考邏輯越來越傾向正面發展，包括身體的狀態都會比較好一點（D1036）。還有感情、人際關係

都會越來越好 (D1037)。有自信心後，就有笑容，有笑容才有錢賺 (D1038)。

## (二) 改名人生我掌控

改名是強烈自我暗示想要改變自己，當自我意識覺醒，自然自信心增加，就可以自主未來。

處理人際上外在問題的話，給自己強烈信心的是改名 (B2027)。

之前我是非常極度的自卑、沒有自信的人，是完全不敢講話的人。現在我自信心加強了非常多，我開始知道要認同自己 (C1058)。

我的改名改的目的當中，其中有一項就是要能夠自主，不要受到很多外界這個人情的干擾 (A1045)。

以前要在迷霧裏靠著好運過日子，改名字以後可以自己掌控很多事情 (H1080)。剛改的時候，其實自信是降到很低，因為那是一個全新的模式，就是妳必須要合理，妳要來擺佈命運，剛開始我很害怕，忽然要安排自己的生命，可是現在我越來越可以掌控我自己的人生 (H1082)。

## (三) 催眠提升自信心

催眠除了可以協助瞭解歸因之外，催眠師更可在催眠時對個案的潛意識給予正向暗示，使其更加提升自信心。

在催眠的過程當中，好像屢屢的發現我的自信心跟自我價值觀的這個感太低了 (A1095)。所以是透過催眠瞭解到這一點必須要對自己產生自信 (A1095)。

## (四) 綜合影響力量大

藉由算命的提醒、改名的自我暗示與催眠的瞭因釋懷，對自信心價值感的提升，自然有加乘的影響。

自信心跟價值感透過催眠和改名都有改善 (A2147)。元神宮改造過，自信心有

提升 (A2150)，認為我應該要得到的一些尊重 (A2151)，因改名後的自我意識真正的覺醒 (A2152)。

算命、改名和催眠對一個人的自信心與價值感都可以獲得改善，提升自我暗示，增強自信心 (B2022)，能夠直指人心對當事人有幫助的這一點才是最重要的，而不是落入迷信，產生迷信的時候，就是失去自信心的時候，自己在自己靈性上的提升比較重要 (B2023)。

在我的八字提醒我有好多東西是可以小心的、可以留意的 (G2095)，因為我的努力可以去改善很多事情 (G2097)，透過催眠把那個繩子解開來，就可以讓事情有比較圓滿的一個做法 (G2098)。對人生有更多的自信，有充滿更多的希望 (G1190)。

自信心跟價值感我認為說，非常非常的明顯，而且非常的快樂。自信帶給我的  
人生精神充沛，抱持很樂觀、很進取的態度 (F1096)。

## 參、靈魂與靈性層面

### 一、與往生親人溝通

儒家文化的子民則在華人文化論述的資助之下，合法地採取與亡親的締結 (余德慧、彭榮邦，2000)。在台灣民間，喪親者會藉著宗教、靈媒的引介，去尋覓過世親人的影子；甚至會去找靈媒來牽過世親人的亡魂回來，與他們對話等行爲，藉此得到心靈的慰藉。「牽亡」為台灣本土民間宗教裡的象徵治療 (symbolic healing) 或儀式治療法 (performance healing)。治療者使用符碼 (codes) 來解釋求助者的問題，求助者的經驗於是和治療系統的象徵意義產生共鳴，也可以說是治療系統的象徵意義，制約了求助者的經驗。台灣的習俗對失親者來說，「牽亡」最大的意義在於，給出一個與過世親人「重逢」的短暫時空，讓他們因能再見而得到安慰，做為一種「最後的依靠」。

真理大學宗教所所長張家麟指出，觀落陰是一種民間習俗，約從中國魏晉南北朝(西

元 220 至 589 年) 開始流傳，是巫術色彩濃厚的宗教儀式，通常透過一個類似法師的巫者，持咒語讓信徒產生與陰間共振的磁場，信徒坐在神壇前，雙眼以布條跟符咒遮眼，在巫者的引導下，進入陰間與往生的親人相見。觀落陰有著安慰心理的作用，也可表達對往生親人的思念。因此觀落陰與牽亡，都有類似悲傷輔導的作用。然而，透過催眠技術之功能與此類似，只是以元神宮或靈界之概念，可以產生更多與靈/往生親人溝通之互動。

### (一) 墮胎嬰靈來溝通

林婉玉(2003)研究顯示，未婚青少年學生墮胎後，有些青少年會認為自己傷害了一個生命，會暗中以不同的儀式尋求心靈的寄託，以減低心中的不安。「因果業報」和「輪迴」觀念，在中國一般普羅大眾之中，「嬰靈說」隨著墮胎人數上升而充斥在整個社會中，具有很大的影響力。在國內文獻中也提出相同結果(方立天，1990；李碧娥、楊玉娥，2000；林綺雲，2002b；葉珍杏、郭素珍，2001)。大多父母親所經驗到的罪惡感從孩子死亡前、後都會有，也都聽說過所謂的「嬰靈說」，這種社會文化烙印在個案心裡深刻而無法抹滅，留著一種無法釋懷的痛楚和陰影，也因此突顯個案尋求相關儀式的撫慰，達到被寬恕(嬰靈)與寬恕(自己)的需求(黃菊珍、吳庶深，2008)。

在催眠狀態中，引導個案與自己無緣的小孩有一個互動的機會，一方面撫慰心中的痛楚，一方面協助減輕其罪惡感，將陰影解除；可同時完成悲傷輔導中的和解與注入希望兩種重要的心理撫慰功能。

年輕的時候認識了第一個男朋友，曾經為了他拿過小孩(C2086)，透過催眠處理，我希望祂再回來讓我當祂的媽媽(C2088)，好像兩年後生了雙胞胎，而且是一男一女，其中一個是感覺祂，另外一個好像是今生自殺的大姐(C2089)。

透過催眠知道之前墮胎的小女孩，始終都在我的身邊，希望祂能有機會來做我們的小孩(F1099)，得到心理上的慰藉(F1102)。無緣的小孩溝通，未來看到我在洗SPA，旁邊有個小女生就是我在四年前拿掉的那個寶貝女兒(F2066)。

嬰靈未處理對身體產生的影響真的是蠻大的，尤其是我肩膀上面那個那種沈重（K1181）。處理好多個嬰靈（K1228），每一個都是不一樣的（K1230）。處理後會比較心安一點，然後我肩膀上面的症狀消失了（K1232）。在那個跟無緣的小孩溝通方面，有幫忙解答到一些困惑，就是沒有緣份。（K1249）

## （二）嬰靈溝通促姻緣

本研究中，個案 J 是個與嬰靈溝通後，透過嬰靈暗中協助，幫忙自己的爸媽能夠順利結婚的成功實例。

跟先生在認識沒多久就懷孕了（J1107），先生正準備考試出國念書（J1108），自己的卡債蠻多（J1110），當時男朋友做的決定，就是把祂拿掉（J1114）。因年紀比我先生大，先生還在準備出國考試（J1116），所以家裡不是很贊成（J1119）。

改完名後來遇到現在這個老公，他家境其實還算不錯（J2066）。非預期中懷孕，所以其實拿了兩次的小孩，對小孩子心裡有一種虧欠（J2067）。小孩的陰影蠻大的（J2018），睡不好，因為這個原因常跟男朋友吵架（J2020）。

後來處理完小孩之後，他父母親慢慢就接受我（J1121）。心境比較平靜，和男友沒有吵那麼多（J2024），差不多一年之後我們就結婚（J2028）。一切都好像在計畫當中（J2032）。

催眠中小孩子希望我們有結果之後把祂再生回來（J1123），祂有暗中幫忙牽線（J1126）。催眠處理過自己那時候流產的小孩，覺得有把祂生回來，就是現在這個女兒（J1101）。催眠在小孩子方面解答還蠻多的（J1145）。

## （三）自殺先夫怨恨解

本研究的個案 G，對於其先夫因債務而自殺的行為，一度非常的心痛與埋怨，經過催眠溝通之後，把事情談清楚後，取得和解，終於將此心結與怨恨輕地放下。

往生老公溝通，我透過催眠把很多事情談清楚（G1168），不讓那個恨留在心裡

面，對於過去他所造成的錯誤，對家庭的傷害，能夠輕輕的把它放下來（G1170）。

很久以來我們就知道感恩及寬恕的心，寬恕他人、也包括寬恕自己，能激發心靈與肉體療癒的動力。與自己的情感、情緒長期對抗，或是與他人對抗致。當然，這並不表示我們得放棄對不公不義的反抗。或許坦然爭取正義才符合我們人格的核心，不過，作戰的意願並非最好的辦法。對心靈而言，放下武器，不論在政治、社會或個人的層面上都不要以暴力回應暴力才更為圓融和諧。這種想法也適用於對待自己的身體（尤阿西姆·法爾史提希著，賴雅靜譯，2009）。

#### （四）往生親人牽掛除

透過催眠找到自己往生的親人，並可以直接溝通，了解過往親人目前的狀況，並滿足他們的心願，如此可以把心裡深沉的思念與牽掛解除。

跟往生親人溝通的那一部份最重要。我好像夢到爸爸說腳那邊有痛，後來老師就幫我請觀音大士幫我爸爸醫療他的腳，我就已經有釋懷了（C1089）。

透過催眠我的父親告訴我，關於我事業的方向（H1158）。其實爸爸跟我講的事以前有在我的頭腦裏閃過，你自己過世的親人會化成一種波，植入你的腦海裏來跟你溝通，我現在相信（H1166）。

跟往生親人溝通跟我公公跟我婆婆，我也比較不會擔心祂們（E1138）。其實祂們也滿惦記我們的（E1145）。

#### （五）祖先顯靈救全家

本研究中的個案 I，在懷孕三十八週時從行進中的機車上跌了下來，但是卻毫髮無傷，母子均安，讓她一直百思不得其解。後來在催眠中得到了答案，解除了藏在心中多年的疑惑。

發生一件蠻奇蹟式的事情，我懷老二已經三十八週時，從行進中的機車上跌了下來（I1095），當下覺得有一個很大的床接住我（I1097），舒服到不想起床，我大

兒子在旁邊叫醒我，但是母子平安（I1098）。催眠中我突然感覺到一個好像牌位墓碑的東西，飛過來，我很直覺認為是先生那邊的祖先救了我們全家（I1100）。那個靈魂的部分，應該是有解答我的人生困惑。（I1106）

## 二、未來藍圖

蘇菲亞（2002）認為，我們的靈魂在為另一世的生命進入子宮之前，和上帝一起構築新人生的藍圖，包括了這次新生命的所有重大事件，但在生命發展過程中，我們仍然可以修改、調整它。不需要是意識上有心靈超感能力的人，才可以預測未來。你潛意識的心靈真有驚人的力量，它一直知道你的過去、現在和未來。別忘了，你的靈魂不僅知道你的生命藍圖，是它，創造了生命藍圖。

### （一）算命卜卦得希望

未知既是恐懼的源頭，探索未知就自然成為人類最重要的活動之一，隨著歷史推演，時刻考驗著人的心智和行爲。由於不知道的事情如此之多，人類趨吉避凶尋求自保的行爲是一種生存本能的展現。從古至今，人類早以學會借由先知、祭司、巫師等或用符術或咒語、及推命卜卦的方式來預知未來降低生存的風險，以達到生存趨吉避凶與對待人類對未知的恐懼（李惠卿，2006）。

個人命盤是每一個人基本的密碼 Data，顯示基本的訊息，包括可以幫助我們更了解你自己，讓我們知道做怎麼樣的事情是更適合自己的，也可以減少未來在人生旅途上面的一些挫折，讓傷害減到最低！這是算命最大的功能就是預測未來，趨吉避凶。所以命盤的解析是一個參考價值。知道未來藍圖如何，就可以事先安排計畫，如此會減輕對未來的不安全感，對未來充滿希望。

兒子他現在是叛逆期，我請老師開導他（F2077）。透過兒子的命盤、八字來跟他分析，他似乎能知道他未來的指引是要幹什麼的（F2078）。

算命對規劃未來是有幫助的，因為有提到說可能有搬遷的機會嘛（I1049）！

算命的原因就在這裏，讓你的整個心態可以平衡，平衡啥？平衡我現在做下去對或不對，未來做下去對或不對（D2033）？這就需要認真的地方，就看我們的八字來看我們有沒有這個運，可不可以做？這很重要（D2038）。

占卜本來就是一項預測未來的工具。運用天人感應的原理，在加上當事人心誠則靈的心態，就在當下顯示出一個卦象來指點迷津。所以卜卦的靈驗程度，與當事人的堅信程度有直接的關係。李亦園（1978）認為占卜算命能幫助人們消除疑惑和因疑困所引起的憂慮不安，對人心理的穩定有意義與作用。

我發現八字是一個格局嘛，那妳中間遇到很多狀況的時候，我會透過卜卦（G1057）。我覺得很困惑的時候、當下要做抉擇的時候，我會找妳（卜卦）（G1059），看未來會參考大格局，全方位考量（G1060）。它變成是一個動力，在妳很無助的時候，那是一個希望的未來（G1079）。它對人生是正向的（G1081）。至少有努力的方向（G1083）。

尤其是卜卦，就是對單一事件，我覺得它真的是很準（K1251）。我覺得任何事情只要卜卦，我覺得都可以得到蠻大的幫助的（K1252）。

卜卦是告訴你當下是什麼樣的狀態，來自於你的心態，跟你怎麼樣去處理那個事情（G2080）。卜卦很多時候，心理上的堅信程度也很重要（G2085）。卜卦對很多事理不明確的東西是很好的參考（G2086）。

## （二）改名創造好未來

改名是當事人透過自我意願所做的宣示行爲，因此具有強烈自我暗示的作用。改名需要有勇氣，而且願意承諾去做改變，因此它的效果對當事人自己本身內在心態上的影響是很明顯的！因此，改名就是在告訴自己已經揮別過去，擁有一個嶄新美好的未來。

改名字對我來說真的是人生嶄新的開始（G1096）。相信這個名字會給妳帶來一個好的未來，那個念力，還有那個努力，就讓自己慢慢從以前很不好的狀況裡面

走出來，包括身體狀況，還有自己的思考，跟別人互動，還有跟孩子之間的一些溝通，我都覺得改善得很多（G1103）。

好像改完名字之後就是一切都還蠻順利的。自從改了之後，想要的東西，過沒多久它就會實現（J1036）。

### （三）催眠未來增自信

本個案中，大多數個案 ACFGHIJ 都認為催眠看未來可以增強自己的自信心，即使所看到的未來並未完全照著發生，但是已經在潛意識中加入強烈的自我暗示。因此，如果所期待的未來是好的，而且也朝那樣的方向努力在進行，當它的因緣具足時，這個好事就會發生。對自己的自信心是很重要的，當你相信你自己可以做到，你就真的是可以做到！可是當你對自己還有很多存疑的時候，因為自己都不確定了，所以未來自然也就充滿了變數。

元神宮客廳旁貼著大大紅布，寫一個喜字，覺得好像快結婚了（C1095）。

知道自己的構思，以及我們的方向是什麼了以後，只要肯努力，跟自己的老公未來會有一種很棒的靈氣的默契，會實現的（F1107）。對未來很有信心（F1108）！

（E1296）看到未來做 SPA，有妹妹跑過來，與先生燭光晚餐，他說他很感激這些年我一直陪伴著他，我感動的也落淚了，我覺得很幸福，會一直努力的（F1115）。

催眠未來發現我可以一個月在那裏可以賺 200,000 元，結果真的有超過，是鼓勵我走下的力量（H1152）。透過催眠去瞭解這個藝名對我的影響，有很多跑江湖的所謂的兄弟客（H1154），果然他們都給我很高的熱情（H1156）。

覺得看未來的話，我就是希望自己加強對未來的一個自信心（I1073）。

催眠也是有講到，未來事情大概什麼時候會這樣子，什麼時候會怎樣，但是我覺得跟我現實生活的氣氛好像也是一模一樣（J2230）。在催眠裡面看到的東西，就是還蠻奇妙，好像又蠻符合，就覺得還蠻神奇，其實一開始我是抱著比較蠻存疑的

態度這樣子。但是後來就覺得很神奇（J2224）。就有些地方都會剛好就是符合（J2226）。元神宮跟我現實生活中應該要有東西差不多什麼都有（J2105），讓我可能會比較想朝這個方向去努力（J2107）。對自己未來可能會有一些幫助（J2111）。

#### （四）算命催眠引未來

透過算命與催眠皆可以給自己一份未來藍圖，有了明確方向以後，就可以更篤定走下去。由於人生處處充滿著變數，所以未來藍圖也必須隨時斟酌現況，予以調整與修正，這就是人生的智慧。如果能夠導向靈性發展，則未來就更能全面的且更平衡的發展。

催眠、算命可更了解自己，有明確方向（F2083）。我發現自己要的是什麼，有自己的方向（F1127）。在卜了卦或者說催了眠之後，讓我更明確的知道說朝我那個成功的方向，指引我未來的走向，我一定會成功，達成我所要的願望（F1046）。對未來很有自信，人生掌握在自己手上，只要認定自己，相信自己的價值觀是對的，會很快樂（F2082）。知道自己未來的走向，覺得這世界非常非常的棒，如果我有能力，我會幫助更多有需要的人（F1097）。

透過算命的很多方法，包括卜卦，催眠去預見未來，還有過去的參考值，都可以讓妳知道說，妳這樣走是對的、是好的。所以就更篤定一點（G1085）。

後來導向靈性發展，就對於整個的未來規劃會比較能夠全面性，而且比較能夠平衡的發展。應該是說，催眠是一個開啟的點（B1103）。

#### （五）催眠未來質疑處

本研究中發現，部分個案對催眠未來有些質疑。例如個案 B 覺得催眠未來在社會層面事件比較準確，但個人的問題則變數極大。個案 D 對於預測股票偏財的部分較不準確。個案 K 則一直懷疑催眠未來只是自己潛意識的幻想與投射。他們正可以代表一般人對於催眠未來所產生的質疑。

催眠可以解決已經發生的問題或心結，那未來的部份目前還看不到（B1107）。

催眠過去，有些連結可以去改善現世的問題。催眠未來的部份，社會層面事件比較準確，但個人的問題感覺上變數極大（B2054）。

預測未來看股票看哪一支啦，大盤有沒有漲跌啦，但是準確率只有好像只有30%的樣子。（D1196）靠催眠賺到錢可能比較困難，改名後財庫變比較多（D1072）。

對於未來就是，我覺得我感到不確定感。即使是做了催眠之後，我還是對未來感到不確定感（K1235）。這個預覽未來，和我們之前看到的有點出入（K1239）。

存疑催眠在未來，是不是因為自己這樣想，那潛意識裡面就存在著這種觀念，然後就會把這個感覺講出來（J2235）。

### （六）未來掌握我手中

本研究中也有三位個案 ABI，已經可以成功運用自己的力量自主的走下去，不用再依賴算命或是催眠的幫助了，並可以掌握自己的未來。

算命、卜卦或催眠，解決的很多過去的疑難雜症。今後想運用自己的判斷力去選擇自己的人生（A2170）。生命的自主權回來了（A1124），降低對未知的恐懼和憂慮，現在反而不那麼依賴算命（A1125）。

今後如果再遇到困惑的時候，我不會選擇算命或催眠找答案（B1116），因為我有靈媒體質，所以可以靈性自我溝通（通靈）（B1119）。

對未來充滿希望（I1120），遇到什麼事情可以內求吧（I1121）！

## 三、宗教與靈修

對傳統的堅持與台灣百分之八十的民眾都是民間信仰者，很有關連；因為民間信仰與日常生活是交織融合的，因此去算命、看風水也是日常生活的一部份（引自陳美蘭，1998）。所以生活出現問題，許多人會依照這三個原則衍生出來的觀念，進行歸因，求助於包括童乩、算命、風水、到廟裡求神問佛、看中醫等等的「本土化的醫療體系」（程

玲玲，1978）。

### （一）元神菩薩寄心靈

瞿海源（1999）認為民間信仰的宗教情勢是術數流行重要的基礎，在台灣含混多元的民間信仰中，特殊的宗教信仰與宗教態度是支撐個人術數及巫數行為的重要力量。術數和巫術行為和宗教有著緊密的關係，但術數運用就其本質而言乃脫離不了神鬼汎靈、民間信仰與神秘感知的靈驗性（瞿海源，1993）。一般而言，透過催眠找到自己的有緣的守護神明或菩薩，可以讓當事人在心靈上有所寄託與歸宿。

像元神宮裏面我們住的房子是什麼樣的房子，裡面有什麼樣的神佛，關聖帝君、觀世音菩薩、土地公這是我的，那所以這個東西在裡面，我們可以去看我們的財庫，還好還不錯（D1167）。算命後知道你跟哪一尊神佛比較有緣，去拜拜心靈有一點寄託，祂會幫助我們金錢方面的控管就會比較好一點，不會隨便亂花（D1020）。

我懷老三的時候，發現先生有外遇的對象（E1015）。大概一年的時間，我非常低潮，當然命也算了、廟也走了（E1022）。幾乎都是去問神明比較多（E1034），祂可能比較跟我們有直接互動，真的會把所有的寄託在祂那邊（E1036）。元神宮看到觀世音菩薩還有媽祖跟關聖帝君（E1128）。我一開始進去是教堂（E1130），後來又重新看了一次是跑到廟裡去了（E1134）。

知道我的守護神，有心靈上的歸宿（G1172）。觀世音菩薩告訴我該把我執放下，然後悲憫、寬容、無我，手攤開來才是真正什麼都有（G1193）。

### （二）催眠溝通天線接

神通能力的開啓比如靈視、靈聽、心電感應、預知能力等等，對缺少認知架構以處理這些能力的人而言，可能引發靈性危機。神通經驗常常在各種靈性經驗中出現，當神通能力是個人經驗的主要特徵而又無法整合這些能力，導致行為和情緒無法調適時，就會造成問題。神通能力最常被診斷為妄想或幻覺。

透過催眠狀態的暗示，也可以向靈界或微細界開啓，把無形的天線接通，這是在一個比較安全的狀態下做溝通，催眠師可以隨時監控其情形，必要時可以給予協助或隨時中止溝通狀態，是一種比較安全的方式。

與靈溝通的經驗是藉由催眠以後，無形的天線它會接通，接收到另一個空間的訊息 (D1055)。接錯了東西會走火入魔成神經病 (D1056)。催眠是在你的意識是很清楚的狀態之下去接通，如果不對的時候，隨時都可以馬上停止的狀態 (D1057)。我改完名字以後接觸宗教天線打開，在催眠裏靈界有辦法跟我們溝通。靈的東西太執著會受傷，用得好包括事業金錢運都會很好，它就不會被局限在八字裏面 (D2055)。

### (三) 催眠開啓靈性面

本世紀是心靈的世紀，它所加給每一個人的挑戰是：如何由心走向靈，藉以展現全方位的人生，並且達成人生的目的。爲什麼靈性修養是唯一的方向？因爲它有四大作用：身心活動由此獲得意義，潛意識的情結可以由此化解，命運可以由此轉化爲使命，在宗教信仰上由此可以自在無礙。這四大作用，在人的生命歷程中未必可以立即全盤呈現，也不必急著去接受或否定。愛好智慧的第一步就是保持開放的心胸與態度，對靈性修養先作認真而客觀的理解，再由自己的具體遭遇中設法親切體驗 (吳錦鳳等，2005)。

因爲催眠是幫助我們理解前因後果，我們理解以後，就是以一個平衡的態度去看待人生，那之後因爲這樣子我們會去發展一些靈性上的活動 (B1092)。因爲靈性的發展畢竟不是宗教可以解決的，對，因爲宗教後來發現是靈性的小區塊 (B1099)。後來導向靈性發展，就對於整個的未來規劃會比較能夠全面性，而且比較能夠平衡的發展。應該是說，催眠是一個開啟的點 (B1103)。

自己在心靈層面，或者是一些比較神祕奇特的事物，包括對自我了解，自我深層意識的理解方面，還是在經過催眠，包括因果模式的理解，這個對我靈性的發展比較有作用 (B2028)。在催眠方面，應該是對於因果模式，還有就是進而一些靈性

的，能量的理解，或者是對一些時空上不管是線性的時間，或者是宇宙空間論的理解，其實都會有些許的影響，這個是我覺得在後續對於靈性上的發展會比較明顯（B2056）。

卡到陰透過催眠打開靈力，知道尋求什麼人事物去解決（H1110）。楊老師透過催眠的指令將宇宙的能量灌在我的身上，給我愛的能量、正面能量或愛別人的能量，使身體健康改善（H1112）。

#### （四）外靈干擾精神散

還有另一種生理危機其實是來自於外靈干擾，俗稱卡陰，例如：嬰靈、祖先靈或是外靈的影響，除了可能身體虛弱、痠痛、失眠，注意力不集中、恍神的現象，嚴重者甚至有憂鬱、幻聽、幻覺、厭世的情形。這種情況即是典型的由靈影響身的情形。本研究中個案 FJK 曾因為嬰靈議題而產生身體不適，而 CHK 則曾經因為卡到外陰而產生靈性危機，而因為靈的問題所產生的健康問題，必須經過催眠或收驚靈療等儀式來幫忙解除。

陳思樺（2006）研究六位憂鬱症患者（疑似卡陰）接受民俗宗教醫療之療癒後，得至顯著性的療癒效果。發現民俗宗教醫療帶給人們的無非就是其心理性的療癒、精神價值的療癒，它修復病人在社會中失序的部份，更調節了病人情緒的障礙。

妳相信業力和輪迴的概念嗎（B1069）？我相信（B1070）。因為我自己本身就是敏感體質（B1072）。正確的講應該是靈媒體質（B1074）。我是屬於先天型的，所以是從小會做預知夢，因果夢，那也因為體質特殊，所以常常受到一些奇怪的干擾（B1076）。

我發現不對勁以後，因為我睜開眼睛閉上眼睛，都會看到第三世界的東西，老的、年輕的、漂亮的、恐怖的、邪惡的、斷手斷腳的、甚至還有辦法跟他們聊天的（C2047）。朋友爸爸竟然主動開口跟我說，他知道我發生了什麼狀況，他要救我，因為我快死了（C2048），在宮廟裏面，師父點滿了蠟燭，然後作法七天（C2051）。

因為我唸了地藏王菩薩經，而有卡陰的情形，甚至於厭世，以及被陰界眾生捉弄，甚至於是一堆，然後透過催眠之後呢，突然覺得靈力打開...又奇蹟性的把這些陰的全部處理（H1043）。曾經有一陣子，我覺得我應該瀕臨死亡，然後我去保險，因為其實我的第六感本來就很強烈，我知道自己這一關可能過不去，而且我可能會因為意外而死，我有很強烈的感覺（H1044）。

第一次做催眠的時候，那時候應該就整個狀況都不是很順，因為之前有流產的經驗，然後整個身體就不是很好（J1059）。而且就是那時候自己想要的東西，好像都沒有辦法達成（J1060）。流產關係身體比較虛弱（J1068），有失眠，注意力不集中的現象（J1070）。

此外，附身狀態是與通靈最接近的經驗，可能是最怪異的靈性危機。在附身時，當事人覺得被邪惡的靈體「掌管」，接管他的心靈和身體；會出現怪異的行為和聲音，伴隨身體的痙攣和扭曲，產生一種可怕的景象。大部分靈性傳統都會警告附身的危險，並有趕走入侵靈體的儀式。現代心理學誕生後，從現象學來描述附身的現象，一直將之說釋為精神疾病的癥候，例如精神醫學稱之為「本我的衝動和能量入侵『自我』」。超個人心理治療同時容納靈性和心理學的觀點，也就是說，有時我們會看到純屬精神病的現象，有時會看到純屬附身的狀態，而有的時候可能看到兩者的混合，既是精神病又是附身。在科學和心理學的世界觀中接納靈性的事實，能開啓大量新的可能性，這些可能性是超個人心理治療剛開始探索的領域。附身的一般診斷是多重人格疾患、孵化症和精神分裂症（布蘭特·寇特萊特著，易之新譯，2005）。

本研究中的個案K，就是屬於典型「附身狀態」的靈性危機，除了嚴重失眠問題以外，還有幻覺、幻聽的現象，常常恍神、憂鬱，在夜間暴飲暴食然後再吐出來的怪異行為，甚至曾經自殺未遂，有厭世的情形。由於研究者的催眠能力有限，修行功夫又不夠，無法幫其解決嚴重卡陰靈擾的問題，因此建議其找尋其他管道，例如民俗療法中的收驚靈療的方式，希望能幫助其改善這個狀態。

透過催眠並未改善嚴重睡眠問題，老師說或許我可以去收驚，好像卡到陰（K1097）。我每天醒來的時候我總是覺得好累好累，好多年都沒有那種沉睡的感覺（K1103）。那藥一直都吃不好，也沒有起色（K1104）。

卡陰在體內，剛好就是我去台中上夜班的時間（K1105）。命盤裏面看出，那個時候是我的時運最低的時候（K1106）。楊老師也提到我是屬於比較容易有那種靈異體質的人，左半邊不舒服好多年了（K1107）。在催眠過程中，我的左半邊突然有一陣風在我的耳朵那邊一直吹一直吹，然後再來就我的脖子，我的肩膀，然後我的腰，我的手肘，我的手到我的腳，可是很奇怪的是，我只有左半邊感到寒冷，我的右半邊是完全正常的，然後我很冷很冷的情況之下，蓋了兩條被子還是很冷。所以催眠被迫中斷（K1110）。

我在睡覺的時候啊，就是人家講的睡覺的習慣很差，…有時候就是，…睡一睡會忽然坐起來，然後會發出一些奇怪的聲音，然後通常都是會耳鳴嘛，耳鳴不是那種吱吱叫的耳鳴，…一整片的蟲子在我的腦下方那邊叫，嗡嗡的叫（K2002）。我睡覺的姿勢很特別，很奇怪，…我會用我的左手掐住我的脖子睡覺（K2004）。還有就是在晚上的食慾特別好，…可是有的時候那種吃法，是我自己都會覺得好嚇人喔！…就是我可以不聽我身體的那種，…就是說你已經吃飽的那個訊息，我可以吃，吃下去兩餐三餐的東西，然後再把它吐掉，可是當吐完之後，我都會覺得感覺到重生的感覺（K2012）。常常就是這種處於恍神的狀態，那這種狀態，我一直以為是憂鬱症，或是吃藥的副作用（K2022）。

因為卡陰很久了，五六年了，我覺得好像越來越不中用，然後存疑自己的價值，然後接下來我就否定自己的存在價值，甚至想讓自己消失在這個世界上（K1242）。

## （五）靈性逃避失信仰

太急於追求靈性功課，也可能產生靈性逃避。從超個人觀點來看，整個人生確實真有意義和更大的目標，而追尋更大的意義也是值得讚賞的，但過於急切地把所有目標集

中在靈性功課的探索，也可能成爲逃避眼前痛苦的方法。真正的靈性功課不在遠方，通常就在痛苦、黑暗及困惑之中，往往只有在回顧時才能認清這些功課的真相，而且可能在數年或數十年之後，整個故事才有機會展現出來（布蘭特·寇特萊特著，易之新譯，2005）。

剛剛改變信仰的人和最近體驗到靈性開啓的人，恐怕是最容易出現靈性逃避的實例。當人試圖把新的靈性世界觀放入生活時，甚至可以把他們的全心投入和靈性逃避視爲一種發展階段，他們在這個階段試圖學習自己「應該」和想要成爲什麼樣的人，而不是了解自己的原貌（布蘭特·寇特萊特著，易之新譯，2005）。

本研究中個案A，曾經在痛苦的時候非常依賴信仰，但卻陷在框架中找不到出口，因此改變宗教信仰。但是換到另一個信仰領域之後，又發覺信仰對自己好像失去了魔力，覺得自己不用依靠信仰，也能夠走的很好。乍聽之下似乎她已可以不需要靠信仰的支持，走自己的路，但是這應該也是一種靈性逃避的行爲。

到了這個公司以後，因為這個痛苦到達了極限，還有我的不願意到達了極限，以致於剛開始我就是，嗯，就相信了這個佛學裡面所說的這個業力、輪迴呀，相欠債呀，然後我認爲這是一個重要的功課，我要去圓滿它，所以我事實上確實曾經相信過（A1065）。我經過一段時間，我也試著用佛學的觀點，然後嗯，還有祂的一些教導，落實在我的工作當中，那後來我，我，我做了六七年以後，我覺得彷彿我走到一個盡頭，就是說，這個我沒有，變成一個沒有出口，沒有出口，我得不到永遠的答案，然後一直、一直在原地打轉，我就毅然決然就，就，就不再相信這個，我就跳脫了這樣子的一個，一個認知當中（A1067）。

雖然我是基督徒受洗了，那我其實就是對這些事情抱持一種懷疑的態度，…但是我還沒有偏離祂太遠的一個狀況之下，我卻意識到說，其實我已經失去信仰了（A2191）。所以我會覺得說信仰好像失去了對我那種魔力，就是支持的魔力，我好像不用依靠信仰，我也能夠走的很好啊（A2196）！我肯定祂曾經對我的幫助，可

是我對它的依賴性真的是慢慢減少了，對（A2198）。

## （六）圓滿功課悟人生

一般來說，從個案的八字命盤結構的特色，與紫微斗數四化星（化祿、化權、化科、化忌）落點所在的宮位，大約可以看出他此生的人生重點與執著的部份。有的人的人生重點是在自己的事業工作的表現，有人則為生活賺錢勞苦奔波，有的人不斷地在茫茫人海中找尋所謂的真命天子或天女，有的人卻總是為家庭奉獻而犧牲自己，也有人卻被最親愛的家人或另一半傷害得身心俱疲，還有的人得要忍受病痛的折磨、意外的傷痛…等等，甚至有人得同時承受多重的打擊！這些無一不是人生中要學習的功課。

吉娜·舍明那拉（1998）敘述了艾德格·凱西如何穿越時空，「解讀」前世的淵源因果，進行難以置信的診治案例，展示了前世業力與今世健康和人生的關係，證實了輪迴和「業力」這個人類世代流傳的概念的聯繫。前世「業力」是今世痛苦和不幸的根源，也展示了生生世世的業力對今生命運起的決定性的作用。所有的困苦與災難，都是針對人生的重要課題而來，今世不及格，來世得重頭；世世不及格…用自殺來解決今世痛苦的人，可能來世會遭受更深的痛苦，使得課題更加龐大而複雜，生命更加麻煩。

我體會到就是說，生命其實並沒有那麼多框框的限制，那可能是因為我學不會吧！所以我始終才在這過程當中要重覆這個議題。靈魂是永生的，但是透過每一次生命現象的不同，來讓我們的生命更加的圓滿（A1110）。

把整個事情，把它串聯起來，讓我更能夠了解個性為什麼會這樣子（E2102），比較能夠接受自己（E2104）。被性侵事件影響我真的很多，幸好它也沒有讓我很偏激、很憤世忌俗，真的要給面對類似這樣的人正向的引導，不要自暴自棄（E2100）。

妳在過去世裡面承諾過的東西，妳就是要把它做完，所以妳要釋懷啊（G1152）！此生功課使命就像觀世音菩薩告訴我的，該把我執放下來，然後悲憫、寬容、無我，手攤開來才是真正什麼都有（G1193）。因為有過去這些經驗，可以去跟有困惑的朋友分享，告訴他人生不會只有這樣子（G1191）。

我被王母娘娘賦予一個使命，就是要更了解民間的疾苦，去過低階層的生活，去陰暗的角落，見識過一些我從來沒有見識過的人事物(H1136)，必須更了解這些，我才能放下自大大心，才能有力量去幫助更多同類的人。所以在酒店上班(H1138)。

此生的功課跟使命是在感情上面的學習，去學習愛人跟被愛，瞭解我跟我家人的關係，難道我想用這樣子來證明我自己的存在嗎(K1262)？跟媽媽的關係，可能也是今生蠻大的一個功課(K1263)。

## 小結

根據上述綜合整理與分析，本研究發現命理諮商（算命、改名）與前世催眠的求助經驗對個案們的身心靈療癒的確造成影響，以下依身（身體疾病）、心（個性思想、感情婚姻、親子與人際關係、事業金錢、自信心價值感）、靈（往生親人溝通、未來藍圖、宗教與靈修）三大層面所歸類之九大項目，形成下列主題：

**壹、身體層面：**結果顯示算命只有顯示身體健康較弱部份的作用，無法提供治療，但是透過前世回溯催眠可找到病灶根源，釋放掉細胞記憶後症狀大部分可得到改善或解除。改名則可從個性與人際關係的轉變，進而改善身體健康。

**身體疾病：**形成下列三個主題陳述探討。(一) 命裡乾坤話五行；(二) 改名轉性身安泰；(三) 前世催眠今生驗。

**貳、心理層面：**結果顯示算命可以幫助自我瞭解，提供人生指引方向、趨吉避凶的方法，有消除疑惑，穩定心情的心理輔導的功能。透過前世回溯催眠可幫助其歸因，找到累劫以來痛苦和不幸的根源，然後解開心結，釋懷所有的人（感情與人際）、事（事業）、物（金錢），放下執著。改名是強烈自我暗示，對於改變個性、人際關係與提升自信心，有非常明確的影響。

一、**個性思想**：形成下列三個主題與次主題陳述探討。(一) 命理乾坤化格局；(二) 改名化性心開朗，1. 認同自己有自信，2. 元神花改心境寬；(三) 前世催眠驗習性，1. 前世習性今生襲，2. 不同物種似個性。

二、**感情婚姻**：形成下列四個主題與次主題陳述探討。(一) 命理乾坤論姻緣，1. 命盤印證感情宮，2. 卦象準確藏玄機；(二) 改名運轉情感緣，1. 桃花運開得姻緣，2. 兩性應對關係轉；(三) 前世催眠了因緣，1. 感情關係溯前緣，2. 放下執著跨情關，3. 前世今生時雷同，4. 打掃元神轉桃花。

三、**親子與人際關係**：形成下列三個主題與次主題陳述探討。(一) 斗數四化斷關係；(二) 改名人我磁場轉，1. 自我覺醒人際變，2. 親子對應互動變；(三) 前世催眠解心結，1. 前世了因瞭恩怨，2. 催眠釋懷人事物。

四、**事業金錢**：形成下列四個主題與次主題陳述探討。(一) 算命指引事業財，1. 命盤運勢點迷津，2. 風水助發事業財，3. 命盤顯現執著處，4. 卦象應驗官司纏；(二) 改名提昇工作運，1. 工作學業投資順，2. 意外財來能聚財；(三) 前世欠債今生償；(四) 元神調整運勢佳。

五、**自信心價值感**：形成下列四個主題陳述探討。(一) 算命增加自信心；(二) 改名人我掌控；(三) 催眠提升自信心；(四) 綜合影響力量大。

**參、靈魂與靈性層面**：結果顯示透過催眠可開啓靈性活動，幫助找到人生功課或使命。催眠進入元神宮可調整身心各方面運勢，也可幫助處理嬰靈，與往生親人溝通，有類似悲傷輔導的作用。但是如果是卡到外陰的話，嚴重者仍需藉助民俗信仰中的收驚靈療或是其他管道或系統來處理。

一、**與往生親人溝通**：形成下列五個主題陳述探討。(一) 墮胎嬰靈來溝通；(二) 嬰靈溝通促姻緣；(三) 自殺先夫怨恨解；(四) 往生親人牽掛除；(五) 祖先顯靈救全家。

二、**未來藍圖**：形成下列六個主題陳述探討。(一) 算命卜卦得希望；(二) 改名創造好未來；(三) 催眠未來增自信；(四) 算命催眠引未來；(五) 催眠未來質疑處；(六) 未來掌握我手中。

三、**宗教與靈修**：形成下列六個主題陳述探討。(一) 元神菩薩寄心靈；(二) 催眠溝通天線接；(三) 催眠開啓靈性面；(四) 外靈干擾精神散；(五) 靈性逃避失信仰；(六) 圓滿功課悟人生。

## 第四節 求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係

基於想收集不同類型個案的特徵，以探討命理諮商（算命、改名）與前世催眠的綜合助人模式對身心靈療癒的影響，本研究共選擇了十一位背景故事不同的個案。而本研究個案們對於命理諮商（算命、改名）與前世催眠等經驗的療癒影響，大多數趨於正向結果。療癒是一項主動參與的活動，當我們做出選擇，努力克服自身脆弱之處，打開心胸迎接改變的挑戰，療癒就降臨了。換言之，當個案願意主動求助於命理諮商或前世催眠助人工作者，想更進一步認識自己，解除困惑，尋求完整自我的同時，這場療癒的旅程就隨即展開了。即使治療沒有成功，也可能獲得療癒。本節將探討求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係，對於命理諮商（算命、改名）與前世催眠的綜合助人模式對身心靈療癒呈現正向影響的可能歸因進行討論。

### 壹、就求助者而言

#### 一、個案的類型

- （一）九成是女性，大多因感情問題求助。
- （二）從家族治療觀點，他們大多數是家裏的拯救者（個案ACFGHK），也是受害者。
- （三）因研究者在中場域的社會文化關係，約有四成（個案CFHK）曾因為家庭因素到酒店上班，此類型的個案問題較為複雜多元，除了感情問題之外，還包含家庭親子關係，經濟問題，甚至嬰靈的問題等等。

#### 二、個案的特徵

##### （一）相信命運與輪迴，卻不認命者：

命運和業力最大的不同是——命運像是前面飛來的石頭，有可能躲得掉的；業力則是從後面飛來的石頭，是無法避開的。每個靈魂對於自己所被丟入的每一重大情境，其實都預先藏好令人驚嘆的完美計畫。每一世的輪迴都由前面生生世世的所作所為而定，

轉生到哪裏，與哪些人產生社會關係，都是圍繞業力的平衡來安排的。然而，人們常常自願地選擇不完美的人身和艱難的人生，以償還過去的業債，或是在逆境中更好的提高自己。傾聽自己的內心，每個人都能找回自己的靈魂。在生命的轉彎處，可以轉向黑暗，也可以轉向光明。

就因為相信命運與輪迴，所以才來求助算命或催眠。將生命過程中所遭遇到的一切都歸給「命」，大概是最簡單最容易的歸因與解釋，這其中有無所求的隨遇而安，認為是一切早已受到安排，另一個極端，則是個人放棄自己的選擇權，淪為消極的宿命論者。所以認命的人瞭解了今世為什麼會痛苦他就接受了，甚至覺得我今世的受苦都是公平的；但宿命的人則是根本不想要改變，反正我的命格就是這樣子，我就只能這麼走。因此，本研究中想要尋求幫助甚至想要改變命運的人，基本上可屬於是不認命的人，因為不甘心這輩子為什麼就只能這樣。例如個案H在訪談中這麼認為：

命運是一個科技比我們高的種族在統治我們，透過我們的身分証的號碼及生日，因為我發現算命是依人們的生日，來取決我們會遇到哪些人發生什麼事物，但是這絕對是有一個很特別的編排，跟前世功過有關係的（H1022）。

命運像打電玩一樣我們可以晉階，本來上帝只決定妳可以看到點，但妳可以透過努力看到線、或是面（H1025）。祇要自己的力量夠強的話，我們是可以超越一切的，包括時空，包括科技（H1027）。

其實，在本研究中，原本個案 CIJ 是比較不相信命運，也不相信算命或催眠的，她們認為人定勝天，相信命運是掌握在我自己的手上。但是經歷一些事情後發現，無法掌控的事情太多了，無形中有業力的牽引，讓她們不得不相信命運，而來求助。

以前我都不喜歡算命，因為我相信命運是掌握在我自己的手上（C1024）。後來自己有主動找人算命以後，然後又加上催眠的一些事情讓我不得不相信命運（C1022）。

本來不相信命運。之前我都不會去算命。隨著年紀漸長，你會覺得無法控制的

事情太多了，想透過命盤了解（I1008）。

第一次催眠感覺會存著懷疑態度，那時候其實不太相信，因為我覺得認為很多事情都是要自己去努力，就是人定勝天（J2179）。但有時候像在現實生活中，其實也不得不相信這些有的沒有的，就是這種看不到的東西。因為莫名當中，好像就是有東西好像在牽引著你往哪邊走這樣子（J2185）。

## （二）主動求助以脫困境，想要改變命運者：

個人無法決定的因素有生辰八字以及過去累世的業力，算命排得出一個人的命盤，最後結果還是取決於個人的態度，因此到最後，還是回到個人自己的身上。本研究的個案大都是不認命的，由自力尋求他力幫助，所以會主動求助，目的就是想要解決目前的困境，甚至想要跳脫命運的框架與束縛，進而改變命運。例如個案 G 的例子：

我是在拒絕命運給我這樣的安排之後去改名，算命，算紫微、去做前生今世（G2091）。慢慢地我就發現說，命是定的，但是運是可以改的（G1009）。命只是老天爺給的一個基本架構而已（G1012）。

那妳常常提醒我，在很多時候可以用自己去調整很多能量，讓我在這裡認識到，命運還是可以經過自己的努力，去修正很多我們覺得可能失落的、可能沒有辦法挽回的東西，讓我慢慢的朝著正向的路走下來（G1014）。

## （三）對未來沒有安全感，有焦慮依附傾向者：

本研究個案9成以上都是女性，而大部分的女性都有焦慮依附。

在本研究中特種行業的女性比較不像一般的女性算命求助者，都很有主見，但是因為其社會職業因素，導致他們極度沒有安全感，對未來是十分焦慮的。而一般的求助個案對於未來的不確定性也會感到焦慮，沒有安全感，因此才想透過算命、卜卦或是催眠先預測未來，好讓自己可以篤定走下去。經常因為不安全感的關係，即使自己已經做決定了，也還是要再來找老師做確認。

那時候我覺得，人生已經走在十字路口，很糟糕，自己的思想，我覺得沒有辦法去控制自己做的是對還是錯，然後，在很徬徨又很無助的情況下會覺得說，我這些年的努力，或者我今天走到這樣的瓶頸，接下來，我要怎麼做下去呢（F1019）？因為懷了現任男友的孩子，質疑要不要結婚，想規劃未來要怎麼走，於是才來卜卦（F1021）。

人生要有抉擇的時候才去算命，或一個新的開始或轉變的時候害怕失敗時去瞭解（H1031）。譬如說大考試啦，或是置產啊，或是感情啊，或者是父母有病的時候，或是兄弟姐妹嫁不出去的時候（H1033）。

失控的情況下，或是對未來的不安全感才會去算命（I1015）。

很茫然、快要放棄自己，不知道未來該怎麼活才算命（C1026）。

#### （四）自信心不足，自我價值感低落者：

本研究個案中在求助前的自評表中針對自信心價值感的部份，除了個案J之外，其餘嚴重性都達五分以上（十分是最嚴重），接近中高度困難之程度（其中個案BCFIK自評嚴重性居然都是十分）。一般而言來求助時，皆是因為有困擾的事情或是無法做抉擇的時候，相對的當時對自我的自信心自然會比較不足。而每個個案造成自信心不足的原因也不同，有的是因為本身個性的關係（例如個案C），小時候父母親離婚的家庭因素（例如個案BK）或是被性侵傷害（例如個案E），也有的是因為自己正好遇到挫折像是離婚（例如個案A）、打官司（例如個案H）、考試失利（例如個案I）…等等的影響。有時後其自信心程度的多寡也會直接反應在求助次數的頻率上。

一般剛開始都是紫微斗數嘛，後來都是在自己就是遇到一些比較抉擇點，譬如說婚姻的選擇，或者是說有一些工作的大方向的選擇的時候，自己拿不定主意的時候，才就會問一下算命（A1016）。

單親家庭喔，我的父親算在我出生以前就對婚姻不忠，精神層面上會感覺比較沒有自信和缺乏（B1002）。所以買書看書自己學西洋星座、紫微斗數跟姓名學，後

來也學佛，走入宗教，想改善自己的心靈上的問題 (B1006)。考大學 (B1008)，決策人生方向 (B1010)，找工作不順利，或猶豫不決時會算命 (B1012)。

個性上，之前我是非常極度的自卑、沒有自信的人，是完全不敢講話的人。現在我自信心加強了非常多，我開始知道要認同自己 (C1058)。

我因為小時候…就是曾經被性侵過，其實那個對我而言，應該影響滿大的 (E2020)。可能是因為那件事的關係，所以讓我，整個價值，對自我的價值，評價非常的低，都會想說，隨便路邊一個人乞丐都比我好，所以那種影響我真的很大 (E2022)。

因打官司壓力很大，完全沒自信，頭腦混亂，決定用改名來化解 (H1065)。

唯一遭受到的挫折，那就是考公職的時候失利，曾經自我唸書三年沒有考上！這對我是一個很大很大很大的挫折 (I1002)！可能自己對自己已經自信心喪失，所以一直覺得沒有辦法達到 (I1005)。

所以我也希望隔壁鄰居的爸爸媽媽也是離婚，跟我的狀況一樣。小時候我就造成了自卑的那種感覺 (K1019)。

#### (五) 運勢很背不走運，遇到很大瓶頸者：

一般而言，大多數人在順遂的時候不會想要算命，比較相信自己，也會比較鐵齒，尤其某些男性更是不到黃河心不死，除了好奇心的驅使以外，只有在不走運，運勢很背的時候，或是人生遭遇到很大的瓶頸的時候才會開始求助，否則不會去接觸這些求助系統。所以可以說：運勢好的人不會相信算命，運勢不好的人才會來求助。

因好奇心，遇到一些挫折或自己頭腦想不到的事情會去算命 (D1009)。事情沒辦法解決時，像個性思考，脾氣不好的時候，還是身體出現狀態時，算命會有一些幫助 (D1013)。改名字，是因為遇到了一些投資瓶頸、障礙 (D2023)。

遇到比較不順，遇到挫折的時候去算命 (J1019)。生活遇到瓶頸，感情的問

題比較不順去算命（J2002）。

因再次墮胎，一個男人的變態追求後開始運勢很不順（K1073），身體不好，會恍神（K1074），吃安眠藥也無法入睡，開始求助（K1076）。

### 三、個案對命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式的認同

#### （一）對算命卜卦的看法：

藉以各種命術系統知識所進行的「解命釋運」的行為，在華人民俗文化中皆稱作是算命（命理諮商）（李惠卿，2006）。算命的最大優勢在於合乎文化脈絡，容易接觸，討論的範圍廣泛，可以從前世延伸到未來，而且算命師會直接給予求算者趨吉避凶的注意事項及改命操作方法，因此成爲華人求助方式的主流系統，並廣爲大眾所接受（吳秉訓，2008）。例如以下是個案G對算命的看法：

算命不是一種迷信（G1069），是把一些統計數據反映在人生裡，然後告訴妳在這個部份妳要怎麼樣去調整（G1075）。人生有很多東西八字約略都看得到（G2015），但是沒有貴人，錯失了那個良機（G2016）。

後來跟妳接觸好幾次我才發現，有很多東西可以預防（G1045）。如果適時的、保守的，是不是就可以避過去了。包括妳曾經提到的，不要那麼早結婚，會刑剋（G1047）。

占卜源自於人們面對未知的將來所引發的猶豫不安，透過各種不同的操作想要降低對於未知的不安狀態。古今中外發展出各式各樣的占卜方式，沒有高下之分，只有操作的複雜度高低而已。張永雋(1993)認爲，常人卜卦問命，其對象不外妻、財、子、祿、富、貴、壽、夭；其算命的動機，則發現往往是在人的生活感受中，有所疑懼憂慮出現，有重大難題需要解決時，也就是個人的存在感受面臨某種臨界點，而以一般正常情況時所擁有的應事之道也無法處理時，於是便出現了卜問命運的動機，希望能獲致一定的啓示，找出消災化難的方法，或選擇方向的指引。

算命比如說一個卦象問一件事情，該要注意的，我有防範它（F1037）。

我發現八字是一個格局嘛，那妳中間遇到很多狀況的時候，我會透過卜卦（G1057）。我覺得很困惑的時候、當下要做抉擇的時候，我會找妳（卜卦）（G1059）。卜卦是告訴你當下是什麼樣的狀態，來自於你的心態，跟你怎麼樣去處理那個事情（G2080）。卜卦很多時候，心理上的堅信程度也很重要（G2085）。卜卦對很多事理不明確的東西是很好的參考（G2086）。

尤其是卜卦，就是對單一事件，我覺得它真的是很準（K1251）。我覺得任何事情只要卜卦，我覺得都可以得到蠻大的幫助的（K1252）。

## （二）認為改名有影響的原因：

在本研究中最有趣的發現是，有將近九成的個案認為改名對他們的影響是最明顯快速的。當然他們改的名字全都是符合研究者在本研究第二章第二節所創的「全方位姓名學」的理論原則。歸納他們的觀點整理出以下的可能原因：

### 1. 自我暗示很強烈，決定自己要改變：

正式改名是需要勇氣的，這是一個重大決定告訴自己要改變自己，重新做人。與算命和催眠不同的地方是，算命催眠是屬於他力幫助的行為，而改名是屬於自力行為，藉由改名這個行動告訴自己，也告訴別人，宣示其改變的決心。

我不能知道說，是因為真的是姓名有這樣無形的力量致使我改變，還是說這是一種心理學的暗示，自我暗示，以致於我就會不知不覺的就有所改變（A1037）。但是我相信，如果我要改名字的話，就一定要相信它有那個改變的那個能力喔，不然的話就乾脆不要改喔（A1038）。

改名是因為我真的想要好好的改變我自己，不應該再這樣子浪費時間、浪費生命下去（C1048）。看到那個"乂"字，真的就是告訴我自己要堅強、堅強（C1052）。

改名字其實我覺得是人生一個很重要的一個決定。所以自己會告訴自己要有所改變 (I1059)。因此變得比較積極，個性開朗。都已經走到這個地步了，你已經沒有什麼好害怕的了 (I1060)！

名字一開始能讓你徹底的去改變你自己，名字啟動跨出去的那個勇氣跟動力 (G2071)，改名字無疑真的是改變了我的命運，這些來自於你對它相信跟支持 (G2073)。相信這個名字會給你帶來一個好的未來，那個念力，還有那個努力，就讓自己慢慢從以前很不好的狀況裡面走出來 (G1103)。

換了新名字以後會覺得跟過去的自己不同，比較有強烈的暗示。(B1050) 直接產生自我暗示。(B2020)

## 2. 個性思想有轉變，自我意識大覺醒：

研究者發現，改名後當事人最明顯的轉變是在個性思想上。雖說江山易改，本性難移，個性就是命運，所以要想改變個性比登天還難。但為何改名後個性轉變仍會如此明顯快速？研究者認為，第一、以姓名學的理論觀點來論，只要人格與總格數理的五行改變，其個性與思考就會磁場轉變了，只要身分證有改，不管有沒有人叫都會改變。倘若身分證沒改又沒有人叫新名字，則磁場靈動是起不了作用的。第二、當事人已經決心要改變了，自然就有勇氣說出以前不敢說的話，或做以前不敢做的事了。

我確實改名了以後，我的個性是 180 度的轉變 (A1039)。改名後我會不自覺將心裡話嘩的講出來 (A2076)。改名前注意力都在別人身上，不夠愛自己，尊重自己 (A2062)。改名字以後，我的自我意識才覺醒 (A2069)。

改名字的改變我覺得百分之四十，思想改變，行為不一樣，碰到人事物也都完全不一樣了，很有智慧知道自己要怎麼做 (F2012)。

改名後頭腦變得比較清楚明白，突然發現自己的盲點跟缺點，忽然可以跳到外面理性的分析自己這個人 (H1071)。

### 3. 人際關係改變大，小人遠離貴人現：

改名後當個性思想調整之後，當事人就會開始檢視對內對外的人際關係，以姓名學的理论觀點來論，當姓名格局改變以後，週遭的磁場也就會跟著改變，以五行生剋的原理進行調整。在字型的選擇上如果又採用對自己生肖元神有幫助的，自然貴人就會出現，原本的小人也就自動會遠離你了。

改過名以後就覺得桃花運開 (B2014)。姓名學的影響就是人我之間磁場那種互動跟感應的影響是最直接 (B2013)。姓名在人際上變化很大 (B2020)。當妳換新名字的時候和舊名字的時候，好像連朋友都會變得不一樣 (B1050)。包括妳以前叫舊名字時候的朋友都會自動不見了 (B1052)。

改名之後，自己會很有智慧去分析朋友，自己會有個新電波 (F2037)。我覺得利大於弊 (F2038)。好的朋友，我覺得是有幫的，反而一直在我周邊，不好的他們會討厭我、排斥我 (F2039)。

改過名字以後，我們自己會變成很有能量的個體，才有辦法去影響周圍 (H1101)，我跟我媽媽的衝突煙消雲散 (H1104)。

改名字之後我會比較重視我自己的情緒感覺，而且我不想那麼委屈。所以我就很毅然決然的跟不喜歡的人 say Goodbye (K1143)！而且也會對我媽媽說 NO。也比較不會就是家裏要什麼就是全部無限供應這樣子 (K1176)。

改名後心想事成 (J2135)。老公對我很好，我要做什麼事情其實也都蠻順利，通常都要什麼然後會有什麼這樣子 (J2138)。

### (三) 前世催眠助瞭因，解開心結好釋懷：

前世催眠技術的運用，真的可以幫助個案穿越時空回到前是尋找原因，姑且不論前世是否真實存在，至少它是個案們的親身經歷，在潛意識中浮現出影像或感覺，與當事者直接連結，而不是透過別人告訴他的，因此對當事者本人是深具意義的。當事人在前

世中找到答案後，自然可以給自己一個合理的解釋，爲什麼今生的遭遇會這樣之後，他就會甘願把那件事情釋懷，然後放下，從此那件事就不再是困擾了。這種釋懷與一般直接用宗教的因果、業力及報應觀來強迫當事人要接受、釋懷、放下，或是直接歸給命運不好的歸因法則是不同的。即使當事人相信因果報應的觀念，若是不回到前世了解到底做了什麼錯事才導致今生的坎坷命運，又如何要當事人能甘願接受呢？因此前世回溯催眠正好提供給當事人一個親身驗證、自我歸因的機會。

因爲人是尋求有意義的動物，所以爲自己的行爲找到合理化的解釋是很重要的。所謂歸因理論是指說明和分析人們活動因果關係的理論，人們用它來解釋、控制和預測相關的環境，以及隨這種環境而出現的行爲，因而也稱“認知理論”，即通過改變人們的自我感覺、自我認識來改變和調整人的行爲的理論(MBA智庫百科,2010)。Self-attribution theory自我歸因論是美國心理學家溫納(B. Weiner, 1974)所提出的，其集中解釋個人在行爲之後，他自己對行爲結果成功或失敗的認知解釋(張春興,2007)。Weiner對歸因理論發展出三向度的分類，包括內在的與外在的；穩定與不穩定；可控制與不可控制。歸因的六個因素分別是能力高低、努力程度、任務難易、運氣好壞、身心狀態和外界環境(他人反應)。

每次撥開一層的，像剝洋蔥一樣撥開一層，或者是每次拼湊一塊，把我自己終於拼完整了。那個讓我得到很大的解放就是，讓我的生命得到很多的很大的自由(A1109)。

前世回溯催眠以後，很多困惑其實都迎刃而解(C1098)，跟家人的關係，跟爸爸的關係，跟媽媽的關係，跟姐姐的關係，完全真的解決了(C1099)。

催眠幫助理解前因後果以一個平衡態度看待人生，發展靈性的活動(B1092)。催眠全然解決心結(B1084)。對父親的不解，還有怨恨可以放下，原諒對方(B1086)。

間接的接觸到催眠喔，讓我更知道說，它有很多事是可依可尋的(F1038)！

#### 四、個案對命理、催眠師的信任，有助於諮商療癒關係朝正向影響

對命理師或催眠師的信任感使求助過程中的互動關係朝正向發展，導致更正向的結果。由於個案對命理師或催眠師的信任，和他們有正面互動關係，使他們都願意把問題說出來。同時也相信每次都可以從求助過程當中得到力量，好回去對抗噩運，解決問題。

算命跟專業助人的方式不同，專業的助人方式重視的是專業關係的建立，而算命的助人方式著重在一層神祕的力量，求助者來到算命者的面前就是希望算命者可以透過命理的跡象去說明過去未來發生的事，相較於專業反而希望透過專業關係的建立讓個案工作者運用專業知識、技巧與方法，並在專業倫理原則的引導下，以案主最佳利益為考量重點，為案主謀取最佳福祉的一種情緒互動的交流過程（引自潘淑滿，2000）。因此，算命師的論斷能力的專業與自信，是讓個案信任的最主要因素。

但是對催眠師的信任則主要來自一種信賴關係，與專業的助人方式較雷同。催眠師發放鬆和有療效的信任關係稱之為信賴關係，催眠信賴是在被催眠者和執行者之間和諧的結合。具有同理心的催眠師很容易被接納，當關係建立時，個案期待正面結果，有取悅催眠師的動機，個案這正面的心理狀態幫助個案接受治療性建議，當個案發現執行者是合格而有愛心的人時，信賴關係會加深。當信賴關係建立時，個案會被催眠師愉悅的誘導並期待一個積極正面的結果。在無批判的行動下積極的精神狀態會促進有療效的暗示被接受，加強信任感必須在每個字，每個動作和表達都要絕對的充滿自信，如果你是有自信的，你就可以創造自信。在真誠的基礎上建立關係，信任與接受的力量是非常強大的，而且必須有人本的原則（陳一德，1998）。

治療的關係最普遍的定義是由Carl Rogers的工作中發展出個人中心輔導出來。Rogers相信要創造關係是根據他所定義的核心狀態和需要個案充分的面對現實。他的意思是，人能夠改變、成長，和適應；和在生命中實踐。在所有治療關係中，必須讓個案感覺安全，並且為個案建立一個安全的地方。個案需要信任催眠師，所以要讓個案知道

催眠師是從心中對他們有興趣，這種信任的關係可以由羅傑森式的核心狀態（Rogerian Core Conditions）中得到。核心狀態有：同理心、無條件積極關注及一致性。（陳一德，1998）。

算命挑對諮詢的對象很重要（B1018）。一些傳統的算命師，他們可能會用古代的那一套來套用現代的女命，基本上講的都是沒有用的，而且會導引錯誤方向（B1020）。

如果要讓我做催眠、算命喔，除非是我認為剛好是某種存在的機緣，在一個放心的一個狀態之下，沒有那種信任感，我是不會特別去做（A1069）。對催眠師的信任感，是可以原原本本把我自己的挫折也好，或者是把我的可能或不可能的想望盼望也好，都可以講出來（A1106）。

## 貳、求助者對命理或催眠助人工作者的期待

### 一、個案期待命理或催眠助人工作者的人格特質

#### （一）論斷分析有準確，技術專業有自信

李惠卿（2006）提到所謂測準靈驗性與信任機制：當一個人有意識地相信某事時，他的潛意識就完全接受並做出反應，「信則靈、心誠則靈」便自然產生它的信仰效應。在論命場域中「信任」來自命理老師對命運預言的測準性，求問者對術數本具的神秘性、靈驗與命理老師言詮表達，推砌成測準效應的權威象徵，建構出求問者對命理老師的信任機制，此信任機制將是影響命理求問者，論命當下與算命之後心理轉變與行為模式的重要元素。

凌坤楨（1993）說，算命者在算命的前期，往往要做「印證」與「取證」的工作，此二者基本上都是以命盤上的訊息來測斷來客以往的事項和個人特點，然而在用意上，「印證」在於確定命盤是否為來客的，而「取證」則在談過往之事，以取信於個案。所以，第一次論命時，命理老師一定會先根據命盤論斷過去，確認一些過去已發生的事件，一方面確定生辰命盤無誤，一方面同時博取求助者的信任。因此取證成功與否，會直接

影響之後算命的互動氣氛，因為來客也在驗證、評估算命先生的功夫。也許求助者是經由他人介紹而來的，來時半信半疑，如果在第一次跟他們接觸的時候，就客觀論斷講中了他們一些事情，好的或不好的，判斷分析有準確，如此即可得到求助者的信任。

同樣的姓名學也是一樣，如果在沒有對方的生辰八字的情況下，單單從其姓名鑑定就可準確論斷出求助者的七八成狀況，甚至被鑑定的當事人並不一定要在場也可準確論斷，如此求助者沒有理由不相信老師。

姓名的分析來講跟我確實在那段時間的人生歷程是蠻吻合的。是它先有個準確度在，所以我的接受度高（B1058）。因為鑑定準確了，所以才同意改名（B1060）。它就是妳的一個代名詞，準不準大家一聽就知道的（B1062）。

96年12月份我第一次跟楊老師見面時，那老師看到我的名字跟我的剖析是蠻準確的，然後幫我改了一個名字，那我選了一個名字我蠻喜歡的，之後我就開始先試叫嘛，身分證還沒改先試叫這個名字（K1078）。

此外，催眠師的專業技術與能力，包括催眠技術的自信與流暢，悅耳的誘導嗓音，足夠的親和感與耐心，以及同理心、無條件積極關注及一致性等，都是可以增加個案對催眠師的信任。在真誠的基礎上建立和諧的信任關係以後，讓個案感覺到安全與放心，在安全的環境中，就能真正地放鬆與接受催眠的暗示，因而導向正向的催眠影響。

## （二）良好品格要擁有，概念正向又積極

算命師的養成依不同算命方式可經由自修、師徒傳承、個人特殊體質感應等眾多方式而開始執業，沒有任何的修業規範，執業也沒有任何限制（吳秉訓，2008），因此算命師的資格不限，良莠不齊；而催眠師則由國內外少數民間機構開課招生實習然後發照。由於目前命理師與催眠師並無由政府機構公開認證的制度，因此師資能力的審核與品管控制是最為人所詬病的部份。

的確，古代算命師被稱為江湖術士，有些不肖算命師會利用命術實施騙術，不只恐嚇求助者一定要花大錢改運，甚至還騙財騙色的新聞，時有所聞。而催眠術更是如此，

倘若不幸遇到心術不正的催眠師催眠誘導，淪為被操控的工具，有時候做出什麼行為都不知道。因此，慎選命理師與催眠師是非常重要的，尤其要品格端正，還要有正向積極的態度，常給予正向的暗示，而且要維持正常的諮商關係，包括不介入個案私人的情感與金錢的糾葛中。

再者，催眠的成功與否，最重要的在於信任，親和感正是建立信任的第一步。親和感是一種因為彼此的同意，而產生一致、相同、類似而凸顯出的關係。這是一種簡單卻重要的互動。此外，在行為上較他人擁有更多方式與選擇的人，往往能夠掌控與他人的互動關係。“必要的多樣化”就是先擁有足夠甚至超過他人所擁有的更多選擇性，擁有先去契合他人的能力，是建立親和感的最佳方式，也是克服別人抗拒的最佳方法。聲音是催眠師最重要的工具，持續訓練自己的聲音，可以產生撫慰人心的震動頻率(廖云飢，2009)。

命理師或是催眠師自己本身的品格很重要，還有正向積極的一個概念(B1130)。包括說不介入個案的情緒，這個也很重要(B1133)。

### (三) 現代命理或催眠，多重角色來助人

吳秉訓(2008)研究發現算命的三大功能如下：一、算命就像心理輔導(安定人心)，二、算命就像人生嚮導(指點迷津)，三、算命就像心靈督導(因果報應)。心理輔導、人生嚮導的功能自不待言，心靈督導的功能則回到累世業力、因果循環的角度來檢視個人在這結構中所遭遇的困境，為目前的困境給出一個解釋。因此現代命理師的「角色」，它應是多面性的。它可以是「人生顧問」，也可以是「心理諮商員」，當然也可以扮演「心理治療師」。命理師因當事人的不同而有各種不同的角色。所以，處在新時代的命理師而言，增長心理學方面的知識與「心理諮商」的技巧是必要的(李惠卿，2006)。同樣的，催眠對個案而言，還是有一些心理輔導的作用，催眠師也是扮演一位想辦法幫助個案提升身心靈的心靈治療師。

因為妳是很靈活的，帶領我從心靈深層去幫我把癥結找出來。跟我過去接觸的

算命又不太一樣 (G1053)。因為很困惑的時候、很無助的時候，一定吃不好睡不好，這是躁鬱或憂鬱的前兆，方法除了看醫生吃藥之外，算命是一個很大的心理調整 (G1062)。因為妳會給方向，妳常常提醒我一點，格局的東西就是個性，我把妳算命的當作憂鬱症的藥 (G1064)。

因為我覺得我在這邊卜卦、算命，包括催眠的當中呢，我無形中呢我覺得楊老師更像是心理諮商師一樣，就是讓我可以去釋放心中的壓力，因為她讓我暢所欲言，無所不談，對我的幫助非常大 (K2030)。

因此羅正心 (1997) 發現算命對現代人有類似心理輔導的功能，且有代替心理輔導之優越條件是：一、算命準不準並不妨礙算命人的心理輔導地位；二、算命者可直接切入問題核心，不需當事者先多交代事情；三、算命人不只算命，也談論事理。

## 二、個案期待命理或催眠助人工作者的協助目標

### (一) 解決問題引方向

命運屬於人類心智活動的宇宙性匯集，是身體與心靈的精神性會通，釋放出的生命能量，指導著生活規範的行為方針，以人文禮樂來成就一生的價值。命運不是建立在求神問卜的靈驗上，應該是生命關懷下的自我體驗，掌握到生命成長歷程的各種相應位置。(鄭志明，2004)。幫助求助者解決問題，指引方向是命理師或催眠師最重要的職責，在行為科學層面，國內學者郭貞 (2005) 以針對影響國內網路算命行為因素與動機進行探討，發現「解決問題」及「增進瞭解」是另網友尋求網路算命二大重點動機。周玉真與蕭文(2003)在研究指出國人的求助文化裡，尋求傳統民俗療法，包括算命、看相、卜卦、抽籤、拜神等，也是廣被採用的儀式，在他們的研究中發現，個案從民俗療法得到的協助可分為兩點：(一)解釋問題的成因，(二)協助問題解決 (引自曾俊溢，2008)。

命盤對紓解過去心中的疑問是很大的幫助，是有參考價值。(A2154) 算命卜卦或催眠，解決我很多過去的疑難雜症 (A2170)。

催眠、算命讓自己更了解自己，有明確方向（F2083）。

## （二）了因釋懷解心結（歸因/平衡法則）

在台灣多元的民間信仰裡，佛教的三世因果、業力及報應觀對國人皆有極深的影響力。佛教講「三世因果」，所謂「三世」是指時間上的過去世、現在與未來世。佛教是反對持宿命論或命定論的，但承認業報的存在。命運是自己過去世累積之善惡因與今生運作的共同結果，天生命好也許是過去多善業的果報，人一生的「命」主要決定於過去世所造的各種業因（李惠卿，2006）。

余德慧認為，中國人對於命與運的認知觀點，似乎比較使用投射性的方法，甚至把命與運交給鬼神，以冥冥不可知的因素來解答生命的疑惑，進而引領生命發展的途徑。有這套認知系統後，中國人漸漸興起改運的念頭及歸因法則。改運是利用操做的方法，企圖改變原本不和諧的人生；至於歸因法則，具有非常有力的負責功能，重點在於保護當事者面對失敗的窘境；凡是歸給命運，因為其中自有定數（張老師月刊，1987）。

因此，在中華文化傳統內建的集體潛意識中，一個人如果學會歸因法則，就會覺得很公平，即使他很可憐，也不會有問題。算命的功能之一，就是透過命理術數推算，追問已發生的事情原由，是為求心安與心理平衡，了解為什麼對我這麼不公平。然而，透過前世回溯催眠，不僅可以帶個案親自去尋找歸因，理解因果模式，更可以讓他釋懷，以一個平衡態度看待人生，從此就不會再抱怨了。

所有的因果都表示「經驗的平衡」。當你在「另一邊」撰寫你的藍圖時，你知道你從前世的磨練中學習到的課題，據此你安排並規劃新藍圖，決定你這生所需要體驗的經歷。它並不是硬加在你身上的。是你自己選擇了它，而且是基於你這生的目標，你所需處理決的問題（蘇菲亞，2002）。

透過前世催眠幫助他們了解原因以後，他們可以把心結解開，然後釋懷放下。萬一仍然不放下者，就鼓勵他們努力造命改運。因為過去的事件已經發生了，當然不能改變它。可是我們可以運用一個方法去啟動，因為「過去」已成定局，不能改變。我們只能

提取「過去」——目的是讓我們檢測自我，鑑往知來，避免重蹈覆轍。發現自己的問題，以及自己的心結，以便解決問題的癥結點。於是在這種過程中便能學習經驗，獲得成長。

算命的原因就在這裏，讓你的整個心態可以平衡。(D2033)

催眠幫助理解前因後果以一個平衡態度看待人生，發展靈性的活動(B1092)。

每做完一次都有一種釋懷(A1100)。催眠前世回溯對我而言是 Save me free (A1112)！一種解放的感覺(A1113)！

### (三) 知命掌運再造命

嚴格說來，個人的現況受到生辰八字、姓名、風水、累世業力等先天後天的影響。命理工具為人給出一種體驗自我、形塑生命故事、揭開靈性層面的需求，甚至作為價值抉擇的參照，好去瞭解複雜奧秘的人生，協助人類建立關於生命奧秘之參考架構。李惠卿(2006)也提到命運的測不準原理，有些命定的不再應驗，以命術推算的測準範疇而言，由於生命充滿無限的變數與複雜性，因此算命可算出人生的大概藍圖，卻無法鉅細靡遺的說出一個人生命中的所有事。不要忽略了所謂「運」的可操作性，將個人所能掌握主宰的部分給放棄了！然而改名或是催眠，正是屬於命運中我們可以操作改變的部份。

蘇菲亞(2002)也認為，我們的靈魂在為另一世的生命進入子宮之前，和上帝一起構築新人生的藍圖，包括了這次新生命的所有重大事件，但在生命發展過程中，我們仍然可以修改、調整它。這個說法與「命是定的，運可以改」的道理相同。因此，除了協助個案要先知命，從命盤中能瞭解自己的優點缺點，以及人生運勢的起落時間，走運時努力衝刺，失運時保守行事，把損失降到最低外，更希望我的個案不要認命，然後把握命運中我們可以操作的部份，努力為自己加分，去創造命運。

真的是順命而走，會走得比較輕鬆比較愉快，知道自已的問題正視清楚去面對，知道自已的個性更了解自己，這我覺得才是算命最大的重點(C1038)。

五行行業，做錯行業賠得慘兮兮，要注意自己的運勢，投資不能影響到原來的

生活 (D2040)。八字來看我們有沒有這個運，可不可以做？這很重要 (D2038)。

中國人改運的風氣十分盛行，無非是想要過更好的生活，有更幸福的關係。當所有問題都已經解決之後，比較不認命的人就會更進一步祈求心想事成，達成願望。除了要健康、要桃花、要姻緣、要子孫乖巧、要功名、要財富、還要關係融洽，無所不求。因此開運商品到處可見，而且商機無限。爲了要滿足客戶的需求，除了算命、卜卦、看風水以外，研究者會建議改名和催眠來幫助改運。

個案除了願意改名之外，利用催眠進入元神宮調整運勢，也是一個改運的方法。元神宮的說法在漢朝古籍中即有記載了。根據記載，每個人都有元神宮，它是一棟古老的建築物，可能是日式的、西式的、中國式的或歐式建築，因人而異。在元神宮中即有傳說中的生死簿，放在房子大廳的供桌上，簿中詳細地記載你的出生年月日、甚至還有死期。元神宮是一顆已經設計好一生軌跡的種子，即「生命藍圖」，藏放在人類的第三眼，即印堂的位置，因此，在元神宮中，你還會看見代表今生自己的財運、事業、感情、婚姻等等事物，會反應出您現在的狀況，如果在進入元神宮後，整理裏面的傢具，清潔四周的環境，修飾花草樹木等等，對自己的運勢自然有幫助。(劉振祥等，1999)

改名後心想事成做什麼事都比較順 (J2136) 通常都要什麼然後會有什麼 (J2138)。

元神宮可以看花叢、知道我的守護神，看我們的財庫 (D1059)。改名後有改善，花叢茁壯，財庫補足能量增強像大掃除，運勢改善 (D1060)。

#### (四) 增加自信掌未來

除了算命能增進自我瞭解之外，還可藉由前世催眠檢測你的「過去」，如此就能不斷的發現真實自我的面貌，更瞭解自我。明白自己過去所有的優點、缺點、個性、特質、專長以及特殊的才華與能力，再一次重新肯定自我，並改正自己所有過去世的缺點。繼續發揮已經具備的專長、能力、優點和才華，在這一世中更要精益求精，充分發揮自己的長處，並且還要勤加練習，以達到精湛與完美的境界，如此必能更有自信，在未來

掌控自己的人生。

透過很多次算命的經驗，瞭解我自己是怎麼樣的人，為什麼我會經歷這樣的事情，然後透過很多次催眠的過程，一一的去解決了我當下的疑問吧（A1102）！生命的自主權回來了（A1124），降低對未知的恐懼和憂慮，現在反而不那麼依賴算命了（A1125）。

透過算命的很多方法，包括卜卦，催眠去預見未來，還有過去的參考值，都可以讓妳知道說，妳這樣走是對的、是好的。所以就更篤定一點（G1085）

此外研究者也發現，改名後的個案，其改變與成長是看得見的，而且大多都可以自主，自己解決自己的問題，因此再度來求助的情況也相對變少了。

以前要在迷霧裏靠著好運過日子，改名字以後可以自己掌控很多事情（H1080）。

## （五）圓滿功課悟人生

生命歷程就像是一連串的問題與答案的交織，而我們就在問題與答案間企圖尋找個人存在的意義與價值。我們雖然無法延長生命的長度，但是卻可以增加生命的深度、高度與寬度。人生發展的階段有三：首先接納過去的自我，其次肯定現在自我，再次實現未來的自我。算命幫助解惑與抉擇，催眠解讀前世的因緣，改名強化自我的信念，在在都是為了協助個案瞭解生命的真諦，體悟靈魂的永生，進而放下執著、活在當下，圓滿人生功課或使命，相信一切都是最好的安排。

生命其實並沒有那麼多框框的限制，那可能是因為我學不會吧！所以我始終才在這過程當中要重覆這個議題。靈魂是永生的，但是透過每一次生命現象的不同，來讓我們的生命更加的圓滿（A1110）。

從算命、改名到催眠，我成長了很多，每一個人來到這個世界上都有他的使命感跟價值觀，發生什麼事是老天給我們的一個課程，讓我們去完成它，這個過程就是重點（E2181）。人要活在當下，不管現在處境有多麼糟，或者多麼的不順遂，盡

心盡力把自己該做的事情完成，要對自己有責任。真誠的要改變自己，要能接納自己，別人才會很全心全意的來喜歡妳（F1131）。

### 參、本研究綜合助人模式對多數個案身心靈療癒產生正向影響的可能因素：

#### 一、命盤顯示約七成的命運，在意識上幫助個案指引方向，趨吉避凶，使其知其然。

命運術是命術的一種，也是建立在命觀的基礎上發展而成，主要延續著古老占卜的天人感應神學，意識到天人之間有著交感的宇宙訊息，可以經由某些占卜工具與數術推衍，從天地運行的規律中印證生命體生老病死的對應法則，人一生的命運可以經由宇宙數術的訊息加以推算與預知（鄭志明，2004）。

許多命學者皆認為，命運能預測一個人約百分之七十的命運（藍傳盛，1994；引自古永利，1995；李惠卿，2006），宋英成(1992)以命理觀點來說，八字本命只佔七成的主宰力，其他三成則受到社會環境的影響。命理師有個案的命盤可以先行瞭解個案的基本問題，包括健康、個性、感情婚姻、人際關係、事業金錢和他的人生重點，以及運勢的起伏情形，並給予必要的提醒與建議，指引方向，趨吉避凶。這也是命理諮詢師比專業心理諮詢師更能夠立刻切中個案需要的一項優勢。透過命盤的講解，不斷在意識層面上幫助個案更加了解自己，並幫助解除其心理上的疑難雜症。但是話說回來，個案仍然是自己的主人，有權決定要怎麼做。數術只是象徵的符號或工具而已，靈驗不是被支配，而是要自己去掌喔，吉凶禍福在我不在天，人面對命運不是無條件的屈服，是要以「盡人事」的努力來「聽天命」的運行規律，人始終是命運的主體，不要成為被命運所操縱的人（鄭志明，2004）。

命盤講解工作、對象、個性、興趣都滿符合（F1034）。因為我了解自己就可以擺正很多的人、事、物（F1035）。

算命改變了你內在的思維（A1116）。算命是可趨吉避凶（A1121）。

## 二、前世催眠在潛意識中改變認知，幫助個案了因釋懷，甘願放下，使其知其所以然。

催眠是可以廣泛的運用於身心靈各個層面的技術。不同於算命只能在意識層面給予建議，催眠可以直接深入潛意識的暗示作用改變其認知，協助個案改善生理及心理層面的需求，並且淨化心靈。

透過前世回溯催眠，很多問題的癥結或今生的無奈，似乎都可以在前世的故事中找到答案，因此能幫當事人解答許多的疑惑，並了解原因。透過前世回溯催眠，找到今生對於某些人事物為何如此執著的原因，使其知其所以然，同時甘願放下與釋懷，如此個案將不再繼續受影響。

人生就是一項功課，若能藉由前世療法讓我們知道自己此生該修的功課為何，就可以修正自己累世以來錯誤的行為或觀念，或是前世因意外造成的傷害，進而達到改善現世生活的理想。

透過催眠去知道，妳過去跟今生有什麼樣的連結，為什麼妳要承受這樣的痛苦（G2033）。催眠是讓你去理解，然後放下（A1122）。

## 三、透過改名的自願行為，讓個案決定要自己改變，並給自己正向暗示，重新做人。

當姓名鑑定以後若有需要調整，我會建議他們改名，可是有的人會馬上接受，有的人會猶豫不決，因為改名是需要勇氣的。改名是顯性的行動，自覺下了一個宣誓，包括勇氣與對自己的承諾。每天寫自己的名字，有一種自我提醒的作用，並給自己正向暗示，告訴自己昨日種種譬如昨日死，決定要揮別過去，徹底改變，重新做人。因為是自己的決定，所以轉變是最明顯快速的。

改名是顯性的主動的事情（A1117）。自覺下了一個宣誓，包括勇氣與對自己的承諾（A1119）。

四、本研究的助人模式是屬於開放性系統，針對個案問題類型與嚴重性程度，來建議其求助的方式與流程，較具彈性。

本研究的助人模式是屬於開放性系統，十分有彈性的，根據個案當時求助的問題類型與嚴重程度，來建議由哪個方式先著手進行。如果只是要決定單一事件，那就建議卜卦；如果個案想問工作方向，會建議算命排命盤做了解，如果一直問與重要他人的關係，而且有許多莫名的糾葛，想要更深入的話，例如一直問媽媽為什麼要這樣對我？或男朋友或先生為何一直傷害我？那就建議作催眠。如果個案他想要在短時間內提升運勢的話，那就是建議改名。當然要完整涵蓋身心靈議題的話，應該要三種方式都進行，而且最好催眠要多做幾次，才有辦法完全了解自己，並經過一段時間來驗證。

改名字之後就發現，人生在這裡轉了一個彎，然後遇到事情的時候，會請妳卜個卦去解那個疑惑，然後再透過催眠，去把人生很多沒有辦法突破的瓶頸跟結打開（G1008）。

我覺得三個都做，但是那個催眠可能要做至少三次以上，我覺得幫助會更大（J2201）。

五、命理諮商（算命、改名）與前世催眠可以相輔相成，所以影響自然加乘加倍。

本研究的個案皆經過命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合模式的經驗，幾乎所有個案皆認為：綜合模式經驗才能完全解決所有身心靈療癒的問題。

綜合經驗才能解決我所有問題。命理是統計學的一個累積，催眠也是一種自我的靈性累劫以來的累積。如果我們能偏重其一的話，其實沒有辦法理解全貌（B1111）。綜合的方式可以比較完整的涵蓋身心靈的影響（B2033）。

透過這樣深層的心靈引導，可以很好的去調整，就已經能夠釋懷（G2046）。所以我覺得催眠這個東西，應該是對於算命是一個很好的一個輔助的方法（G2049）。

單一的成效，都沒有全部都來的那麼大。算命包括八字包括紫微，它都是邏輯

數字；但是催眠真的是心靈深層的引導，可以把妳從那個泥沼抓出來（G1184）。三種都做是改變命運的作法（G1186）。三種都做的效果最好（G1188）！

建議三種都做而且持續幾年的時間。妳應該先去瞭解妳的命盤，就像楊老師說過，妳的命盤就像妳的一輛車，姓名是輪子，如果妳是賓士車，妳掛了牛輪，掛了爛名字，妳也跑不快，那如果妳是一輛牛車，妳掛好一點的輪子，或許能夠讓妳增加一兩分，但是不可能牛車會變成賓士車，這是個很大的重點（H1170）。所以我們只需要提升我們的命運，就是我們只要享該享的福，應該就不會太糟了（H1171）。

## 六、命理、催眠師在過程中不斷給予正面的暗示，協助對方增加自信。

在算命的過程中，命理師會想辦法幫忙解惑並指引方向，除了提醒與建議之外，也會不斷給予正向暗示，給他信心可以順利走下去，甚至可以轉運成功。而催眠是在潛意識中的精神活動，當個案信任催眠師而且願意被催眠的時候，他已經被暗示他會變得更好，所以催眠的成功率和催眠的效果就會幫他們自己加分，因此催眠是透過潛意識的力量來幫助他改善加分的部份，只要能成功進入催眠狀態，就能接受到轉運成功的正向暗示。這也等同於諮商中之賦能。

焦點解決諮商的核心精神之一為當事人擁有能力或力量來解決問題（Berg, 1991; Berg & Miller, 1992; De Jong & Berg, 2002）。Heller (1985)認為當事人皆是帶著對某事物的無力感而前來諮商（引自Greene, Lee, Mentzer, Pinnell, & Niles, 1998）。因此諮商師的治療任務在於催化當事人的力量出現（Mack, 1994）。依楊連謙（民89）觀點，心理治療主要是由賦能及達成目標這兩個歷程交織而成，可見賦能在諮商歷程之重要性。

賦能過程中有一重要原則就是恢復每一個人的內在力量，賦能是讓當事人自己發展出力量來，而讓當事人恢復學習或適應的正常功能（金樹人，民89）。因而透過賦能的過程，當事人能改善其無力感的情況，進而能照自己的想法與意念採取行動，並提高生活的控制感（吳曉明，民88；趙善如，民88，Gibson, 1991；Greene et al., 1998；McWhirter, 1991, 1994；Myers, 1995；Shearer & King, 2001）。

賦能歷程(empowerment process)是人們可以控制自己的命運和影響生活，並對於所處環境作批判性的覺察，也參與影響生活的決定(Zimmerman, 1995; Zimmerman & Warschausky, 1998)。李明晉(2004)整理 McWhirter (1991), Myers (1995), 以及 Shearer 與 King (2001)的看法，他們認為賦能是一種過程，協助無力的個人、組織或團體：1. 增加自我意識與自我概念、強化自我效能，以及自我決定；2. 覺察生活脈絡中的力量動態關係；3. 爲了在其生活中獲得合理的控制，發展一些技巧與能力。本研究的賦能歷程是指當事人在算命或催眠的求助過程中，如何從問題抱怨，轉變爲在其目標上獲得支配和控制，而增加對問題的控制感或心理狀態（例如，自我效能、自信心、價值感），並能以正向積極的思考來面對問題，使得當事人產生解決問題的行動之歷程。

算命老師與催眠師，如果比較正面積極的話，會有強烈的正向的暗示（B1046）。

## 七、個案對命理、催眠師的信任程度，是助人工作成功與否的重要關鍵。

無論是哪一種助人模式，都只有對相信的人才會有影響，所謂信則靈。命理師知識能力的專業與自信，與論斷分析的靈驗準確是讓個案信任的最主要因素。而催眠的成功與否，最重要的也在於信任，催眠師的專業技術與能力，包括催眠技術的自信與流暢，悅耳的誘導嗓音，足夠的親和感與耐心，以及同理心、無條件積極關注及一致性等，都是可以增加個案對催眠師的信任。

當個案與命理師或催眠師的信任關係建立之後，個案就會感覺到安全與放心，算命求助過程中的互動關係會朝正向發展；在安全的環境中，也能夠真正地放鬆與放心接受催眠的暗示，導致更正向的催眠影響。因此，個案對命理師和催眠師的信任程度，是本綜合助人模式能否成功影響的重要關鍵。

## 第五章 結論與建議

每一世的輪迴都由累世的所作所為而定。雖然我們無法選擇我們的出生，但卻可以選擇要成爲什麼樣的人。在人生的旅途中，不如意十之八九，難免會有挫折或困惑的時候，每個人都有自己的故事，每一個人也都以自己的方式受過傷，無論是身體上的傷口或是心靈上的創傷。當我們開始求助，想要更進一步認識自己，尋求完整自我的同時，療癒的旅程就正式展開了。

本研究的目的是在探討個案透過命理諮商（算命、改名）與前世催眠之綜合助人模式經驗後對其身心靈療癒之影響，以及求助者與命理、催眠助人工作者的諮商療癒關係，以瞭解此綜合助人模式是否真能幫助芸芸眾生瞭解自己的潛能，自己與他人的相互關係，以及圓滿此生的功課與使命，並能在面對人生困境時尋求解決之道，提升自我在身心靈各方面的成長，進而能夠自主創造未來。

研究者藉由算命與催眠場域的長期田野觀察，根據十一位受訪者的資料文本的綜合結果與分析，本研究發現命理諮商（算命、改名）與前世催眠的求助經驗對大多數個案的身（身體疾病）、心（個性思想、感情與婚姻、親子與人際關係、事業金錢、自信心價值感）、靈魂與靈性（往生親人溝通、未來藍圖、宗教與靈修）療癒確實有明顯的正向影響，下面就整體研究提出結論。

### 第一節 結論

以下研究結論分爲命理諮商（算命、改名）與前世催眠對當事人身、心、靈療癒之影響，以及求助者與助人工作者的諮商療癒關係在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式中的影響兩大面向加以呈現。

## 壹、命理諮詢（算命、改名）與前世催眠對身、心、靈療癒之影響

### 一、在身體層面的影響：

- （一）算命只能顯示身體健康較弱的部份，無法直接提供治療，但是對個案確有提醒注意的作用。透過前世回溯催眠可找到病灶根源，釋放掉細胞記憶後，症狀大部分可獲得改善。

在個人的生辰命盤中，依照出生日時對應月令節氣，即可知道五行分佈的強弱，如果某一五行過於偏頗或受剋，將直接會反應在身體健康上。雖然命盤可顯示健康問題，卻無法直接提供治療，但是對個案確有提醒注意的作用，使其開始正視身體健康與保養。然而今生健康上的症狀，均在前世回溯催眠中可找到直接的關聯，甚至有些前世生病或受傷的位置，和今生極為相似，甚至發生的年紀也非常雷同。只有釋放細胞記憶，才是重生的關鍵。因此透過催眠找到病灶根源，並釋放掉細胞記憶，可幫助其改善症狀。

- （二）改名則可從個性與人際關係的轉變，進而改善身體健康。

從姓名學的觀點而言，人格可看出其個性是開朗或是憂鬱性格，另外三才五格的生剋情形，除了可以看出與家人與朋友的人際關係，還可以直接影響健康狀況。通常人際關係較緊張的人，因心情鬱悶也比較容易生病，當個案改名時，選用使個性開朗的人格數理以及相生的格局，如此，人際關係圓融了以後，心情就會愉快，自然身體就會健康了。這是由心理影響生理所產生的療癒。

### 二、心理層面的影響：

- （一）算命卜卦在意識上能幫助個案指引方向，趨吉避凶，使其知其然。

命盤顯示約七成的命運，可協助個案知命，然後造命。命理師有個案的命盤可以先行瞭解個案的基本問題，包括健康、個性、感情婚姻、人際關係、事業金錢和他的人生重點，以及運勢的起伏情形，並給予必要的提醒與建議，指引方向，趨

吉避凶。占卜是由前兆信仰轉變而成的宗教行爲，經由某些媒介物創造出人爲的兆象，作爲推測未來事物發展的依據，是乞求鬼神能降兆示知，來指導行動得免災求福。因此算命卜卦可以幫助自我瞭解，解決疑惑、趨吉避凶，指引人生方向，有穩定心情的心理輔導的功能。

**(二) 前世催眠在潛意識中改變個案原先的認知判斷，幫助個案了因釋懷，甘願放下，使其知其所以然。**

許多今生莫名的恩怨糾葛，透過催眠回到前世找出事件發生的根源，自然可以爲今生所承受的苦難找到其意義。透過前世回溯催眠可以幫助當事人從因果模式中理解原因，找到累劫以來痛苦和不幸的根源，然後解開心結，釋懷所有的人(身體、個性、感情與人際)、事(事件與過程、事業)、物(金錢)，放下執著。

**(三) 研究文本證據顯示，前世與今生在人(身體、個性、習性、感情與人際關係)、事(事件與過程、事業)、物(金錢)的各項資料上，均有相關之處。**

從前世催眠探索個案的心理層面，本研究的結果發現，今生的個性、有些生活習性與喜好興趣，幾乎與前世狀況不謀而合。此外，在前世回溯的部份案例中發現，在過去世所發生的事件，除了對象、原因、過程與今生的現況相似之外，其事件發生的時間點也與今生發生的時間點雷同。

**(四) 改名是強烈自我正向暗示，對於改變個性、人際關係，與提升自信心、增加財運，均有明顯的影響，是三種方法中影響最快速的改運方法。**

改名是顯性的行動，自覺下了一個宣誓，包括勇氣與對自己的承諾。每天寫自己的名字，有一種自我提醒的作用，並給自己正向暗示，告訴自己昨日種種譬如昨日死，決定要揮別過去，徹底改變，重新做人。因爲是自己的決定，所以轉變是最明顯快速的。改名後對於改變個性、人際關係，與提升自信心、增加財運等方面，均有明顯的影響。

### 三、靈魂與靈性層面：

- (一) 催眠進入元神宮可幫助調整身心各方面運勢，也可幫助處理嬰靈，與往生親人溝通，其功效類似悲傷輔導。

利用催眠進入元神宮調整運勢，也是一個改運的方法。在元神宮中，你會看見代表今生自己的財運、事業、感情、婚姻等等事物，會反應出您現在的狀況，如果在進入元神宮後，整理裏面的傢具，清潔四周的環境，修飾花草樹木等等，對自己的運勢自然有幫助。透過催眠技術也可以產生更多與嬰靈/往生親人溝通之互動機會，有類似悲傷輔導的作用。

- (二) 算命與催眠預測未來藍圖，可增強自信心，對未來增加希望。

算命卜卦最大的功能就是預測未來，趨吉避凶。所以命盤的解析是一個參考價值。知道未來藍圖如何，就可以事先安排計畫，如此會減輕對未來的不安全感，對未來充滿希望。催眠看未來可以增強自己的自信心，即使所看到的未來並未完全照著發生，但是已經在潛意識中加入強烈的自我暗示。因此，如果所期待的未來是好的，而且也朝那樣的方向努力在進行，當它的因緣具足時，這個好事就會發生。

- (三) 透過催眠可開啓靈性活動，算命與催眠兩種方式，皆可幫助找到人生功課或使命。

算命幫助解惑與抉擇，催眠解讀前世的因緣，改名強化自我的信念，在在都是為了協助個案瞭解生命的真諦，體悟靈魂的永生，進而放下執著、活在當下，圓滿人生功課或使命，相信一切都是最好的安排。

- (四) 綜合助人模式之經驗，才足以完整涵蓋所有身心靈療癒的問題，也才有最大幫助。

命理是統計學的一個累積，催眠也是一種自我的靈性累劫以來的累積。如果我們能偏重其一的話，其實沒有辦法理解全貌。綜合的方式可以比較完整的涵蓋身心靈療癒的影響。本研究的助人模式是屬於開放性系統，十分有彈性的，因為命理諮商（算命、改名）與前世催眠可以相輔相成，所以影響自然加乘加倍。

## 貳、求助者與助人工作者的諮商療癒關係在命理諮商（算命、改名）與前世催眠綜合助人模式中之影響

- （一）本研究求助者九成是女性，求助原因以心和靈問題居多，大多因感情婚姻問題求助，其次是親子人際關係和預測未來。

感情婚姻問題為最大多數女性主要的求助原因，除了採用看命盤來瞭解對象的契合指數或卜卦方式來瞭解感情發展狀況之外，所有個案均想透過催眠想了解前世的因緣與關係。其次與父母或子女的親子關係與預測未來。再來就是事業金錢和陽宅、與往生親人溝通（包含嬰靈問題）等。因此，求助於算命或催眠方式的原因仍以心和靈的問題居多，身的部份比較不是重點。

- （二）求助者特徵大多是不認命、會主動求助、對未來沒有安全感、自信心不足、和運勢背、遇大瓶頸者。

本研究發現求助者可能有下列五種特徵：1. 相信命運與輪迴，卻不認命者；2. 主動求助以脫困境，想要改變命運者；3. 對未來沒有安全感，有焦慮依附傾向者；4. 自信心不足，自我價值感低落者；5. 運勢很背不走運，遇到很大瓶頸者。就因為相信命運與輪迴，所以才來求助算命或催眠。但也因為不願向命運低頭，想改變現狀，跳脫困境，以擺脫生存的焦慮和對未知的恐懼，因而才開始求助。

- （三）個案期待命理、催眠助人工作者可協助達成解決問題、了因釋懷、知命造命、自信未來、圓滿功課等目標。

人生發展的階段有三：首先接納過去的自我，其次肯定現在自我，再次實現未來的自我。命理師幫助指點迷津，催眠師引導前世瞭解因緣，都是為了協助個案達成 1. 解決問題引方向；2. 了因釋懷解心結（歸因/平衡法則）3. 知命掌運再造命；4. 增加自信掌未來；5. 圓滿功課悟人生等目標。

**(四) 個案期待命理、催眠師要有足夠的專業知識與能力，擁有良好品格與正向積極的概念，並可扮演多重角色來助人。**

在論命場域中「信任」來自命理老師對命運預言的測準性，因此有足夠的命理專業知識是必要的，算命師的論斷能力的專業與自信，是讓個案信任的最主要因素。此外催眠師的催眠技術也是能否引導進入前世成功的關鍵。命理師與催眠師尤其要品格端正，還要有正向積極的態度，常給予正向的暗示，而且要維持正常的諮商關係，包括不介入個案私人的情感與金錢的糾葛中。現代命理師的「角色」可以是「人生顧問」，也可以是「心理諮商員」，當然也可以扮演「心理治療師」。而催眠師也是扮演一位幫助個案提升身心靈的心靈療癒師。

**(五) 命理師或催眠師在過程中不斷給予正面的暗示，可協助當事人增加自信。**

在算命的過程中，命理師會想辦法幫忙解惑並指引方向，除了提醒與建議之外，也會不斷給予正向暗示，給他信心可以順利走下去，甚至可以轉運成功。而催眠是在潛意識中的精神活動，只要能成功進入催眠狀態，就能接受到轉運成功的正向暗示。這也等同於諮商中之賦能。

**(六) 個案對此綜合助人模式的認同，以及對命理、催眠師的信任程度，是助人工作成功與否的重要關鍵。**

無論是哪一種助人模式，都只有對相信的人才會有影響，所謂信則靈。根據個案求助問題類型與嚴重程度，彈性地採用適當方式幫助他們，是本綜合助人模式的特色之一，也因此深受個案們的認同與肯定。對命理、催眠師的信任程度，更有助於諮商療癒關係朝正向發展。命理師知識能力的專業與自信，與論斷分析的靈驗準確是讓個案信任的最主要因素。催眠師的專業技術與能力，包括催眠技術的自信與流暢，悅耳的誘導嗓音，足夠的親和感與耐心，以及同理心、無條件積極關注及一致性等，都是可以增加個案對催眠師的信任。因此，個案對此綜合助人模式的認同，以及對命理、催眠師的信任程度，是助人工作成功與否的重要關鍵。

## 第二節 研究建議

到目前為止，國內對算命的研究已經有非常多結果，而催眠的研究則比較多元，散佈在各個領域，用來探討在身心靈療癒的論文不是很多，坊間的書籍倒是不少，但是將命理與催眠結合起來尚未有人嘗試。本研究是首度將命理五術與催眠技術綜合運用在助人實務工作上的一項初探性研究，根據研究結果，提出以下具體建議與未來研究方向，以提供相關助人工作者，未來輔導諮商時之參考。

### 一、命理師與催眠師認證制度的設置

命理五術是中國人之國粹，但發展至今卻流於三教九流之偏頗觀念，其專業性並未受到國人之肯定，而催眠是從國外引進，因受電視媒體的渲染，易給人作秀性質之觀念，因此催眠之可信度常受到挑戰。由於命理師與催眠師在國內目前並無檢定認證制度，命理從業者進入門檻低，而且素質良莠不齊，而催眠專業人士也只能流於坊間的學習認證，所以經常發生消費者與命理、催眠師糾紛，媒體上也常有關於命理風水師與催眠師騙財、詐欺的負面報導，嚴重影響命理與催眠從業者的形象。

許多研究顯示，命理諮商是本土化的心理療法，是「本土化的醫療體系」之一，其在心靈上的療效自不待言；而催眠療法在西方已有眾多研究顯示其諸多療效，但在台灣的發展較晚，仍未受到重視，目前政府當局並未有相關措施，因此建議政府機構，能比照英美等國將其納入現有體制，以補現代醫學之不足，並利益更多人。雖然可能執行不易，但仍在此呼籲政府機構在制定各行各業證照時，應重視命理、催眠的療癒的成效，舉辦命理風水師和催眠師的認證制度，並嚴謹的規範業務範圍，這是未來發展與努力的方向。一來可以對從業人員的專業素質有品質管制，二來也可以給予有執業證照者法律上的保障。如此可為有心想從事命理或催眠工作者，開啓事業的另一扇窗，得到工作權上的保障。

### 二、鼓勵大專院校開設命理、催眠相關課程

傳統的命理五術學習常是透過師徒相傳的，而且往往需花上好幾年的時間與驚人的學費才能學得此一技藝，但也易流於受騙上當的風險。然而催眠的領域則給人速成班之感，往往略懂皮毛即開班授課，因此，建議各大專院校相關系所開設命理、催眠等相關課程，將其納入學術研究的領域，並多做一些命理與催眠影響的相關性研究，如此可以更客觀探討命理或催眠的影響效果，揭開其神秘的面紗，解開對命理或催眠的誤解與質疑，引導有興趣的人士作進一步瞭解，並保障學習者的利益。

### 三、鼓勵命理師與催眠師學習並整合心理諮商的相關技術

現代命理師早已扮演了人生顧問、心理諮商員、行為校正者或心理治療師等多重角色，而催眠師也是扮演一位幫助個案提升身心靈的心靈療癒師，都是屬於另類諮商師或心理治療師角色之助人工作者。然而，許多命理師或催眠師或許在專業領域上的技術非凡，但是在實際面對求助者的求助過程中，卻常因心理諮商技術的缺乏，或是專業倫理的疏忽，造成諮商關係的緊繃，使顧客在心理上受到傷害。因此學習心理諮商專業技術、言詮的態度與人文素養、職業倫理、道德規範與助人本懷等等，能令命理諮商與催眠療法更有效結合心理諮商、心理輔導或心靈治療的助人體系，是命理與催眠從業人該有的關注與肩上的使命。重新定位命理師與催眠師在這社會的角色扮演，發揮命理諮商與催眠療法的心靈療癒的功能。

### 四、建議未來催眠研究的發展方向

催眠回溯療法的研究，從過去到現在已逐漸拓展了研究範圍及應用領域，所涉及的研究範圍甚廣，可包含：入胎、出生、早期兒童經驗、前世、死後世界、接觸未來等，因其方法特別又不受時空限制，早已突破了西方心理學的範圍。雖然如此，仍可更進一步客觀的、有系統的療效研究，將催眠療法的技巧應用在其他學科上如：生命教育、生死學、醫學、宗教學、心理學、哲學等，或是將催眠的技巧應用在探索未知的事物，包含史學、考古學、科學宇宙訊息、與外星生物或高靈接觸等，應是未來值得研究和開展的方向。

## 參考文獻

### 一、中文部份：

丁 鏞（1982）。中國的術數。華學月刊，121 期，頁 1—5。

于希賢（1999）。「中國風水與建築選址」一書之序言。一丁、雨露、洪涌編著。台北：藝術家出版社，頁 4-7。

方俊凱（2006）。從現象學談靈性的存在。安寧照顧會訊，60，62-63。

水 銀（1995）。簡易姓名學。台南：王家。

王邦雄（1987）。先天的命，後天的運。中國人的命與運，中國人的心理系列座談會（四）之一。張老師月刊，199，75—78。

王明溪（2006）。八字命運真相大白。台北縣：豐閣，頁 14。

王淑俐（2003）。情緒管理。台北市：全華。

王溢嘉（1993）。命運的奧義。台北：野鶴。

王瑞伶、何定照、梁玉芳（2008 年 4 月 28 日）。聖嚴、單國璽—超越生死看生死。聯合報，A6 版。

王蕙雯（2002）。國小教師算命態度、控制信念與管教信念之相關研究。國立花蓮師範學院社會科教學碩士班碩士論文，花蓮。

王復蘇（2002）。身心靈醫學。富御管理有限公司。文陽堂出版。

文崇一（1988）。中國人的富貴與命運。文崇一、蕭新煌編（1988）。中國人觀念與行為，頁 24-42。台北市：巨流。

古永利（1995）。八字算命推論與實際生活經驗之比較分析。高雄醫學院行為科學研究所碩士論文，高雄。

伏 筆（2007）。觀靈術大秘辛。台中：瑞成書局。

- 平池來耶著。胡慧文譯（2002）。**妳的前世是誰？**台北：曼尼文化。
- 宇 峰（2007）。**業力與因果**。台北：全佛。
- 任凱、王佳煌（譯）（2005）。Lofland 著。**質性研究法社會情境的觀察與分析**。台北市：學富。
- 江衍狀（2008）。**五行八字測量人格特質之可行性研究**。國立高雄應用科技大學資訊管理系碩士在職專班碩士論文。
- 呂祝義（1995）。**中國人的命運觀**。中國文化月刊，193，82-96。
- 吳錦鳳、黃聖桂、葉慶東、陳明照、溫嫩玫、陳志樺、張志豪、彭國樑、洪毓美、劉承宗、洪嘉謙、胡仲權（2005）合著。**生涯、群己與人倫**。新文京出版。
- 余安邦（2002）。**臺灣漢人的人觀、疾病觀與民俗療法：以收驚為例**。發表於「醫療與文化」學術研討會，中央研究院民族學研究所，臺灣史研究所籌備處共同主辦，臺北南港，10月24-25日。
- 余德慧（1987）。**總結命與運**。中國人的命與運，中國人的心理系列座談會（四）之一。張老師月刊，119，50—51。
- 余德慧（1992 序）**前世今生的序——幽明之間的使者：魏斯醫師**，摘自 Brian L. Weiss 著。譚智華譯（2002）。台北：張老師文化。
- 余德慧（1994）。**中國人的幸福觀—命運與幸福**。張老師月刊，128-131。
- 余德慧（1985）。**台灣民俗心理輔導**。台北：張老師。
- 余德慧、彭榮邦（1999）。**從巫現象考察牽亡的社會情懷**。宣讀於「述說、記憶與歷史：以情與文化為核心的論述」研討會。中央研究院民族學研究所主辦。台北：南港。
- 余德慧（2006）。**台灣巫宗教的心靈療癒**。台北：心靈工坊。
- 余德慧（2006）。**人文參與受苦處境——一種人文臨床的實踐經驗**，本文為《感受台灣心希望--2004~2006心靈白皮書紀錄》之推薦序文。

- 何榮柱 (2008)。姓名學教科書。雅書堂。
- 何權峰 (2002)。身心靈整體健康—新時代醫學觀。台北市：宏欣文化。
- 伶 姬 (2003)。鬱金香通靈屋。台北市：聯經。
- 李亦園 (1978)。信仰與文化。台北：巨流。
- 李亦園 (1987)。運可改，命不可改。中國人的命與運，中國人的心理系列座談會 (四) 之一。張老師月刊，199 期。1987 年 11 月。
- 李亦園 (1992a)。文化與行爲。台北：商務印書館。
- 李亦園 (1992b)。文化的圖像下。台北：允晨。
- 李亦園 (1996)。文化與修養。臺北：幼獅。
- 李朱勝 (2008)。休閒動機、休閒靈性功能與靈性健康之相關研究—以命理學習者爲例。大葉大學休閒事業管理學系碩士論文。
- 李明晉 (2004)。焦點解決諮商中當事人知覺賦能歷程之研究。屏東師範學院教育心理與輔導學系碩士論文。
- 李明峰 (2009)。駐地實習諮商心理師對諮商關係的覺察與反應歷程之研究。國立臺南大學教育學系諮商與輔導學系碩士論文。
- 李青笛、正見編輯組 (2007)。正見輪迴研究。益群書店。
- 李啓銓 (2008)。健康，從脊椎開始！脊椎神經醫學從根本解決。台北市：原水文化。
- 李惠卿 (2006)。文化、存在與心靈—以命理詢問者的心理現象爲探析。南華大學生死學研究所碩士論文。嘉義。
- 李潤生 (2000)。  
。佛家輪迴理論 (上) (下)。台北：理論全佛文化，頁 94。
- 李嗣涔、鄭美玲 (2004)。難以置信，II，尋訪諸神的網站。台北市：張老師。
- 吳秉訓 (2008)。「算」出來的命—小艾的生命故事。國立台北教育大學心理與諮商學

- 系碩士論文。
- 吳怡蓉（2004）。當社工碰到濟公—社會工作人員將民間信仰視為社會資源之初探。東吳大學社會工作學系碩士論文。
- 阮茂森（2003）。中華姓名學。台南：大孚書局。
- 社論（1987/02/17）--為什麼大家迷於算命看相求神問卜？。聯合報，2版。
- 林本炫（2004）。生對時辰取好名，一生幸福的保證：論巫術術數與宗教之間的關係。行天宮人文發展中心通訊，10，28—45。
- 林生傳（2003）。教育研究法：全方位的統整與分析。台北市：心理。
- 林孝宗（2003）。氣功與心靈。桃園縣中壢市：自發功研究室。
- 林淑堯（2001）。易經入門。台南：漢風。
- 林庚凡（2009）。圖解道教天文歷算學·紫微斗數（全二卷·白話全譯圖解本）。陝西師範大學出版社。（上），頁26-31；42；92。
- 林靜馨（2005）。健康的整體觀—陪伴癌末家屬的生命省思。佛光人文社會學院生命學研究所碩士論文。
- 周文欽等（2006）。健康心理學。台北縣蘆洲市：空大。
- 周玉真、蕭文（2003）。社區諮商個案應用社會網絡之經驗分析。彰化師大輔導學報，24，107-138。
- 周怡倫（1993/12/18）。為什麼算命？。聯合報，第16版。
- 周惠雪（1989）。台灣民間信仰的宗教儀式行為之探討。東海大學社會學研究所碩士論文。
- 雨揚居士（2009）。雨揚開運姓名學。台北：臉譜。
- 松岡圭佑（1999）著。林碧清譯。催眠記憶術。大展出版。
- 柯雲路（1984）。人類神秘現象破譯（下）。台北：時報文化出版社。

- 邱詩瑜（2007）。姓名奧秘與人際關係之研究—以佛光大學師生關係為例。佛光大學生命學研究所碩士論文。
- 施玲玲（2007）。尋訪亮光之旅：三位已婚女性算命歷程之探究。國立嘉義大學家庭教育研究所碩士論文，嘉義。
- 施寄青、陳燁（1997）。上帝也算命—完全算命手冊。台北：張老師。
- 洪欣辰（2006）。算命節目不算命？星座命理節目〈開運鑑定團〉之性別、偷窺與專家權威。國立中正大學電訊傳播研究所碩士論文，嘉義。
- 胡秀卿（1994）。如何解脫人生病苦。高雄縣大樹鄉：佛光。
- 徐燕如（2004）。身心靈能量整合團體對大專生自我覺察經驗之效果研究。國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 唐與璿（2005）。命理節目接觸經驗與算命行為之關聯性研究。國立政治大學廣告研究所碩士論文，臺北。
- 范維君（1999）。占星術與日常行動：一個知識社會學的考察。政治大學社會學所論文。
- 凌坤楨（1993）。算命行為之歷程分析。國立臺灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文，臺北。
- 索甲仁波切（1997）著。鄭振煌譯。西藏生死書。台北：張老師文化。頁 144-153。
- 高淑清（2001）。在美華人留學生太太的生活世界—詮釋與反思。本土心理學研究，16，225-285。
- 高淑清（2008）。質性研究的 18 堂課—首航初探之旅。高雄：麗文文化事業。頁 161-184。
- 張文韜（2009/12/25）。身心能量醫學。中華民國能量醫學學會會刊第四屆第十六期，頁 34 -40。
- 張玉美（2002）。催眠療法對女性喪親者悲傷反應改變效果。南華大學生死所碩士論文。
- 張玉燕（2003）。一位中學護理教師自我生死觀轉變之探索-以前世今生回溯經驗之敘說

- 研究為取向。南華大學生死學研究所碩士論文。
- 張永雋（1993）。**命理與義理**。哲學雜誌，3期，頁10-27。
- 張正體（1993）。**算命術與命理學**。中華易學，17（3），63—65。
- 張明喜（1991）。**命理、相術、人生**。台北：金楓出版社。
- 張春興（1995）。**張氏心理辭典**。台北：東華書局。
- 張春興（2001）。**現代心理學**。東華書局。
- 張春興（2007）。**教育心理學—三化取向的理論與實踐，重修二版**。台北：東華。
- 梁湘潤（1998）。**細說子平六十年**。台北：行卯。
- 梁靜蕙（2004）。**身心靈健康生活雜誌品牌忠誠度之研究-以禪天下雜誌為例**。國立交通大學經營管理研究所碩士論文。
- 郭士賢、張思嘉（2006）。**類比思維的文化心理學意義：以算命行為為例**。宗教與民俗醫療學報第三期，頁213-236。
- 郭貞（2004）。**影響網路算命行為主因素與動機之探討：找尋網路算命行為之動力心理模式**。政大傳播簡訊，39，1—6。
- 郭貞（2005）。**影響網路算命行為因素與動機之探討：找尋網路算命行為之動力心理模式 1**。新聞學研究，第八十五期，頁141-182。
- 郭慈芬（2005）。**千禧年的算命風潮-星座命理節目之閱聽人研究**。世新大學傳播研究所碩士論文，臺北。
- 陳一德（1998）編譯。**專業催眠師訓練教材**。美國 NGH 催眠師學會。
- 陳向明（2002）。**教師如何作質的研究**。台北：紅葉文化。
- 陳思樺（2006）。**我憂鬱，因為我卡陰—憂鬱症患者接受台灣民俗宗教醫療的療癒經驗**。慈濟大學宗教與文化研究所碩士論文。
- 陳秉璋、陳信木（1990）。**價值社會學**。台北：巨流。

- 陳郁日（2006）。社會工作者將算命視為社會資源之初探。慈濟大學社會工作所碩士論文，花蓮。
- 陳美蘭（1998）。「科學理性論」或「功能論」？—大眾媒體的算命論述。輔仁大學大眾傳播研究所碩士論文，臺北。
- 陳國鎮（2000）。中國時報，2000，8，13。
- 陳勝英（2001）。跨越前世今生。台北：張老師文化。
- 陳勝英（2006）。與靈對話—前世今生、夢境與潛意識的奧秘。台北：商周。
- 陳勝英（2007）。生命不死—精神科醫師的前世治療報告，台北：張老師。
- 陳 寧（1996）。命運可預知而不可改變之觀念的產生。文哲論壇，2（6）。頁 147-160。
- 梅氏金莊（2005）。神原神秘主義——艾克哈大師的靈修初探——。輔仁大學宗教學系研究所碩士論文。
- 傅佩榮（2003）。釐清自我的真相。台北：天下文化。
- 黃有志（2004）。如何向人生邀幸福。高雄市：黃有志。
- 黃奇卿（2006）。醫學催眠：整合身心靈的人性治療。人本自然。
- 黃國峰（2005）。心理衛教暨身心靈賦能團體治療對台灣男性憂鬱症患者成效之初探。臺北醫學大學護理學研究所碩士論文。
- 黃淑珍（1996）。個人及環境因素對高雄區小學生家長算命態度的影響之研究。高雄師範大學輔導研究所碩士論文。
- 黃菊珍、吳庶深（2008）剝奪的悲傷-新生兒死亡父母親的悲傷與輔導。台北：心理。
- 黃瑞琴（2005）。質的教育研究方法。台北：心理。
- 馮惠宜（2006）。婦女遇難題，逾 7 成求助命理師。中國時報中市新聞 C2 版。
- 喬 健（1987）。改運改命，自求多福。中國人的命與運，中國人的心理系列座談會（四）之一。張老師月刊，199 期。

- 程玲玲（1978）。**台灣大學生的心理求助歷程之探討**。中華心理衛生學刊，1（3），頁 125-138。
- 曾俊溢（2008）**算命的心理因素與動機研究**。中華大學應用數學系碩士論文。
- 曾華源、黃俐婷（1996）。**我國社會工作專業教育本土化必要性之探討**。社區發展季刊，76，53-60。
- 項退結（1984）。**中國宗教意識的若干型態：由天命至吉凶之命**。孔孟學報，45，287-312。
- 項退結（1994）。**一位天主教哲學工作者眼中的死亡**。哲學雜誌，8，98-113。
- 楊士毅（1996）。**命運與人生**。台北：揚智，頁 245。
- 楊欣怡（2004）。**8 成 5 上班族迷算命最大動機：期望工作順利，採用方式依序是紫微斗數、星座、生肖、姓名學、手面相**。中時晚報焦點新聞 03 版。
- 楊國樞（1987）。**變遷下的命與運**。中國人的命與運，中國人的心理系列座談會（四）之一。張老師月刊，199 期。
- 楊國樞（2005）。**人際關係中的緣觀**。載於楊國樞、黃光國、楊中芳編，華人本土心理學（下）。臺北：遠流。
- 雷久南（2000）。**身心靈整體健康**。台北市：慧炬。
- 葉于模（1983）。**心理學綜論**。金文圖書公司。
- 葉重新（1999）。**心理學**。台北：北理出版。
- 廖云鈺（2007）。**輕鬆自在玩催眠：學會身心靈健康的 27 堂課**。台北：姿霓國際。
- 廖云鈺（2009）。**輪迴業力法則——通往圓滿成功之道**。台北：金色次元。
- 廖云鈺（2009）。**全方位催眠專業班——NGH 國際催眠證照班講義**。台北：金色次元。
- 董芳苑（1994）。**宗教與文化**。台南：人光。
- 鄔昆如（1999）。**宗教與人生**。台北：允晨。
- 鄭宇寰（1999）。**甲子生肖體用姓名學**。台北：益群。

- 鄭志明（1997）。**算命不是科學的真假問題**。台北：「宗教、靈異、科學與社會」學術研討會。
- 鄭志明（1999）。**台灣新興宗教現象－傳統信仰篇**。嘉義：南華管理學院。
- 鄭志明（2004）。**中國命運關的文化意識**。文明探索。37卷，2004年4月，頁11。
- 劉欣如（1993）。**業的思想**。台北：大展。
- 劉純如（2005）。**身心靈賦能團體對乳癌成效之探討**。國立臺灣大學護理學研究所碩士論文，台北市。
- 劉桂光（2007）。**活出精彩的生命**。台北市：財團法人生命教育學會。
- 劉焜輝（1999）。**催眠治療理論與實施**。天馬文化。
- 慧 風（1978）。**輪迴與業**。大乘文化出版。
- 諾布旺丹（2002）。**藏傳佛教活佛轉世：生命之輪**。台北：大千。頁5-7；頁24。
- 蔡小翠（2007）。**氣功學習受益者身心靈初探—以高雄市氣功學會資深學員為例**。高雄師範大學教育學系碩士論文。
- 蔡翊植（2004）。**焦點解決短期諮商與占星學結合運用對當事人之影響**。暨南國際大學輔導與諮商研究所碩士論文。
- 潘淑滿（2003）。**質性研究：理論與運用**。台北市：心理。
- 謝臥龍主編（2004）。**質性研究**。台北市：心理。
- 戴秀儒（2008）。**身心靈的覺醒—以yoga穿越體制能動性的探索歷程**。佛光大學生命學研究所碩士論文。
- 瞿海源（1993）。**術數、巫術與宗教行為的變遷與變異**。台北：中央研究院社會學研究所國科會研究報告。
- 瞿海源（1997）。**台灣宗教變遷的社會政治分析**。台北：桂冠。
- 瞿海源（1988）。**中國人的宗教信仰**。台北：巨流。

- 瞿海源（1999）。術數流行與社會變遷。台灣社會學刊，22：1-45。
- 藍傳盛（1994）。八字實務研究。台北：武陵。
- 羅正心（1993）。算命與心理輔導。本土心理學研究第二期，316-337。
- 羅正心（1997）。算命技巧的語言表演。中研院民族研究所，84，37-60。
- 羅瑞玉（2008）。親職與子女靈性教養初探。高雄師範大學教育學系第十九次教育論壇，兩岸生命教育學術與課程教學研討會會議手冊暨論文集，69-86。
- 蘇永安（2006）。十二經脈時間養生法。台北市：遠流。
- 蘇美雅（2007）。身心靈賦能暨衛教團體對乳癌患者成效之初探。臺灣大學護理學研究所碩士論文。
- 蘇 衡（1991/07/10）。中國人的命運觀：算命龍虎榜，聯合報，第 32 版。
- 釋永有（1997）。東西方的心靈對話—1998 歐洲華人學術會議，荷蘭，海地。
- 釋永有（2001）。前世療法與生死學。現代生死學理論建構學術研討會。南華大學
- 釋永有、張玉燕（2003）。生命的轉變~以自我回溯前世今生之經驗為例。佛法、科學、生命教育研討會。逢甲大學，2003 年 10 月。
- 釋永有、張玉燕（2005）。回溯療法之發展與運用。第五屆現代生死學理論建構學術研討會。
- 釋慧開（2000）。生死學有關宗教層面之探討。全國大專校院生死學課程，教學研討會。國立彰化師範大學。
- 釋慧開（2004）。儒佛生死學與哲學論文集。台北：洪葉文化。
- 釋慧開（2008）。生命意義的探索與建構。南華大學上課講義。
- 鄭芷人（1998）。陰陽五行及其體系。台北：文津。
- 顧忠華（1997）。巫術、宗教與科學的「世界圖像」——一個宗教社會學的考察。台北：「宗教、靈異、科學與社會」學術研討會。

顧瑜君（譯）（2006）。**質性研究寫作**。台北市：五南。

## 二、中文譯書：

Anderson & Anderson 著（2005）。歐陽秀宜（譯）。**你想活多久**。台北市：遠流。

Alison Morgan 著。屈貝琴譯（1999）。**認識死後世界**。台北：校園書房。

Brant Cortright 布蘭特·寇特萊特著。易之新譯（2005）。**超個人心理治療：心理治療與靈性的整合**。台北：心靈工坊。

Brian L. Weiss 著。黃漢耀譯（2002a）。**前世今生之回到當下**。台北：張老師文化。

Brian L. Weiss 著。黃漢耀譯（2002b）。**生命輪迴—超越時空的前世療法**。台北：張老師文化。

Brian L. Weiss 著。譚智華譯（2002c）。**前世今生**。台北：張老師文化。

Brian L. Weiss 著。朱衣譯（2008）。**前世今生來生緣—穿越時空的靈魂之旅**。台北：時報出版。

Debbie Shapiro 黛比·夏比洛著。邱溫譯（2002）。**身心調癒地圖**。台北：生命潛能。

Diana Cooper 黛安娜·庫柏。沈文玉譯，（2010）。**靈性法則之光**。台北：生命潛能。

Djuna Wojton 狄吉娜·沃頓著。江孟蓉譯（2008）。**業力療法**。台北：生命潛能。

Eriskson & Sidney Rosen 著。蕭德蘭譯（2000）。**催眠之聲伴隨你**。生命潛能文化事業。

Gina Cerminara 吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯註（2008）。**靈魂轉生的奧秘—艾德格·凱西的神奇事蹟**。台北：世茂。

Gerald Corey 著。修慧蘭、鄭玄藏譯（2006）**諮商與心理治療：理論與實務**。台北：雙葉書廊。

Helen Wambach 著。長安譯（1991）。**前世**。台北：方智。

Helen Wambach 霍穆巴哈著。朱文光譯。**投胎與出胎的催眠報告**。

- J. M. Darley 著。楊語芸譯（1994）。**心理學**。台北：桂冠。
- Joachim Faulstich 尤阿西姆·法爾史提希著，賴雅靜譯（2009）。**內在的療癒力量—超越醫學限制的奇蹟與希望**。台北：方智。
- Keeton Joe/Petherick Simon 基頓、佩勒瑞克合著。新路編譯小組譯（1998）。**遭遇自己：跨世紀的前世心理學**。新路出版社。
- Lewis H. Spencer 路易士著。劉燦松譯（2006）。**靈魂的殿堂：前世、今生與來世**。擎松圖書。
- Michael Grosso 麥科·葛洛蘇著。廖世德譯（2008）。**靈魂不死：西方科學家眼中的生死實相**。台北：人本自然。
- Michael Newton 著，曾怡菱譯（2003）。**靈魂的旅程**。台北：十方書。
- Michael Quinn Patton 著。吳芝儀和李奉儒合譯（1999）。**質的評鑑與研究**。台北：桂冠。
- Milton H. Erikson, Sidney Rosen 米爾頓·艾瑞克森、史德奈·羅森著。蕭德蘭譯（2005）。**催眠之聲伴隨你：催眠諮商大師艾瑞克森的故事與手法**。台北：生命潛能。
- Moody Raymond A. 瑞蒙模第著。微夫選譯。**死後的世界**。台北：中興印刷廠。
- Neale Donald Walsch 著。王季慶譯（1998）：**與神對話 I, II, III 冊**，及與神對話系列。台北：方智出版社。
- P. Miller 著。張淑美主譯（2007）。**生命教育—推動學校的靈性課程**。台北市：學富文化。
- Raymond A. Moody 著。長安譯（1991）。**來生**。臺北：方智出版。
- Robert Schwartz 羅伯特·舒華茲著。張國儀譯（2009）。**從未知中解脫**。台北：方智。
- Roger Walsh & Frances Vaughan 羅傑·渥許、法蘭西絲·方恩著。易之新、胡因夢譯（2003）。**超越自我之道：超個人心理學的大趨勢**。台北：心靈工坊。
- Sylvia Browne, Lindsay Harrison 著。法蘭西斯·張譯（2002）。**靈魂之旅**（The Other Side

and Back) 。台北：人本自然。

Sylvia Browne, Lindsay Harrison 著。黃漢耀譯 (2005)。來自靈界的答案 (Blessings from the Other Side) 。台北：人本自然。

Sylvia Browne, Lindsay Harrison 著。黃漢耀譯 (2004)。細胞記憶 (Past Lives, Future Healing) 。台北：人本自然。

Ted Andrews 著。陳文君譯 (2000)。你是你前世的知己。台北：自然風文化。

Thorwald Dethlefsen & Rudiger Dahlke 托瓦爾特·德特雷福仁、呂迪格·達爾可著 (2002)。疾病的希望—身心整合的療癒力量。台北：心靈工坊。

Tom Shroder 著。葉文可譯 (2001)。不說再見的靈魂。台北：琉璃光。

### 三、英文部份

Boyne, Gil. (1991) *Gil Boyne's Professional Hypnotism Training Course*. U.S. Hypnotism Training Institute of Los Angeles.

Braun & Clarke. (2006) *Using thematic analysis in psychology*. *Qualitative Researcher in Psychology*, 3, 77-101.

Brian Weiss. (1988) *Many Lives, Many Masters*. Simon & Schuster.

Brian Weiss. (1993) *Through Time Into Healing*. Simon & Schuster.

Brian Weiss. (1997) *Only Love Is Real: A Story of Soulmates Reunited*. Warner Books, Incorporated.

Carol Bowman. (1998) *Children's Past Lives: How Past Life Memories Affect Your Child*, Bantam Books.

Gina Cerminara. (1999) *Many Mansions: The Edgar Cayce Story on Reincarnation*, Signet.

Helen Wambach. (2000) *Reliving past lives--The evidence under hypnosis*. Barnes & Noble Books.

- Ian Stevenson. (1997) *Where Reincarnation and Biology Intersect*, Paeger Publishers.
- Ian Stevenson. (1984) *Unlearned Language -- New Studies in Xenoglossy*, University Press of Virginia, Charlottesville.
- Ian Stevenson. (1966) *"Twenty Cases Suggestive of Reincarnation"*, American Society for Psychical Research.
- Ian Steveson. (1974) *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*. Charlottesville: University Press of Virginia.
- Ian Stevenson. (1974) *"Xenoglossy: A Review and Report of a Case"*, University Press of Virginia.
- Joel L. Whitton, and Joe Fisher. (1986) *Life between life: scientific explorations into the void separating one incarnation from the next*. Doubleday & Company, Incorporated.
- Kibler Karen Elizabeth. (1996) *Past-life regression: A method of self-exploration, healing, and transformation*. California Institute of Integral Studies.
- Kubler-Ross, E. (1991) *On life after death*. USA: C.A.
- Michael Newton. (1994) *Journey of Souls: Case Studies of Life Between Lives*. Llewellyn Publications.
- Michael Newton. (2000) *Destiny of Souls: New Case Studies of Life Between Lives*. Llewellyn Publications.
- Morris Netherton. and Nancy Shiffirin. (1978) *Past Lives Therapy*, William Morrow & Company, Inc., N.Y.
- O, Connell, Bill. (2001) *Making Sense out of Hypnosis Theories and Definitions*. The Journal of Hypnotism, 16 (4).
- Wainrib, B.R. (2006) *Healing crisis and trauma with mind, body, and spirit*. New York : Springer.

Winafred Blake Lucas. (1996) *Regression Therapy : A Hand Book for Professionals*. Deep Forest Press. CA. USA.

#### 四、網路資料：

大紀元網站 (2007/05/04)。前世療法的定義。 <http://tw.epochtimes.com/7/5/4/54690.htm>

星雲大師佛光山網站 (2008/12/15)。阿賴耶識。 <http://www.fgs.org.tw/>

維基百科 (2008/11/16)。靈魂。 <http://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%9D%88%E9%AD%82>

釋慧開 (2002a)。面對千古難題解開死之結。 <http://mail.nhu.edu.tw/~lifedeath/indexl.htm>

釋慧開 (2002b)。現代人的生死課題。 <http://mail.nhu.edu.tw/~lifedeath/indexl.htm>

釋慧開 (2002c)。e世紀的生死觀－現代人的生死課題。

<http://mail.nhu.edu.tw/~lifedeath/indexl.htm>

MBA智庫百科網 (2010/06/14)。歸因理論。

<http://wiki.mbalib.com/zh-tw/%E5%BD%92%E5%9B%A0%E7%90%86%E8%AE%BA>

## 訪談同意書

親愛的受訪者您好，非常感謝您願意參與本研究及接受深度訪談。本研究的主題為：命理諮商（算命、改名）與前世催眠對身心靈療癒影響之初探，本研究的目的：透過個案本身從算命、改名與前世催眠的種種經驗，對其本身在身心靈療癒各方面的影響與轉變，以及是否有助於其自我探索與探尋人生的解答。期許本研究結果能提供給命理師或催眠師等助人工作者作為參考。

訪談過程將需全程錄音作為資料分析之依據，訪談次數則依需要適時增減。期待您不吝分享自我探索的寶貴經驗；在訪談的過程中您可以選擇隨時中斷或退出本研究，研究者必尊重您的決定，並感激您的參與。

您所提供的訊息，研究者將尊重您個人的隱私，未經您的同意，不會對外公開，訪談資料僅供研究者本人分析及與指導教授討論。

最後，感激您熱情的參與及真誠的分享，研究結果將提供給命理師或催眠師等助人工作者們作為參考。

本人同意接受訪談。

本人不同意接受訪談。

受訪者：（簽名）

研究者：（簽名）

中華民國九十九年            月            日

1. 請先談談您的背景與人生故事。
2. 請問您相信命運嗎？
3. 請問您的算命經驗如何？在什麼情況下會去算命？
4. 請問您通常會使用哪一種或哪些算命方式？
5. 請問您算命後對您的身心靈各方面有哪些影響？請舉例說明。
6. 請問您算命後對困惑的問題能得到解答或幫助嗎？
7. 請問您算命後對是否有助於您規劃未來的人生藍圖？
8. 請問您是在什麼情況下決定改名的？
9. 請問您改名前後有什麼差別嗎？如果有，是在哪些方面？請舉例說明。
10. 請問您相信業力和輪迴嗎？
11. 在什麼情況下使您想做前世催眠？請談談您的催眠經驗。
12. 催眠以後對您身體健康方面有哪些影響？
13. 催眠以後對您心理方面(個性—感情—人際關係—事業金錢—自信心與價值感)有哪些影響？請舉例說明。
14. 催眠以後對您在靈性(宗教修行)與靈魂方面(與往生親人溝通)有哪些影響？
15. 前世催眠以後你對未來的感覺如何？
16. 前世催眠以後是否解答你目前人生的困惑與指引人生方向？
17. 綜合以上這三種經驗，是否比單一經驗對您更有幫助？
18. 現在的您比起過去尚未算命、改名或催眠過的您在身心靈各方面的是否有更成長些嗎？
19. 透過這三種經驗，您是否已經找到此生的功課與使命？您覺得是什麼？
20. 今後您若再遇到困惑時，您還會選擇算命或催眠的方式來找答案嗎？
21. 今後當您的親友遇到困惑走不出來時，您會推薦這個綜合模式的來幫助他們嗎？
22. 透過這些經驗，對本研究之內容您是否有任何建議??

附件三

## 催眠基本資料調查表

※請完整地回答所有的問題。這些資料完全對外保密。

姓名：中文\_\_\_\_\_英文 English\_\_\_\_\_ 男 女  
地址：\_\_\_\_\_手機：\_\_\_\_\_  
電話（白天）：\_\_\_\_\_（晚上）：\_\_\_\_\_  
生日：\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日  
學歷：\_\_\_\_\_專長：\_\_\_\_\_  
職業：\_\_\_\_\_服務單位：\_\_\_\_\_職稱：\_\_\_\_\_  
婚姻狀況：未婚 已婚 離婚 分居 再婚 懷孕中

※請詳細填寫您接受過催眠的詳細資料：

催眠師：\_\_\_\_\_日期：\_\_\_\_\_地點：\_\_\_\_\_

第一次 First time \_\_\_\_\_  
最近一次 Most recent \_\_\_\_\_

### ※身心狀況：

- 1、您有沒有健康方面的問題如：糖尿病、心臟病、癲癇症、高血壓，或傳染病如：肝炎、肺結核、傷寒、愛滋病或帶原者，或是其他.....。 沒有 有 如果有，請說明（症狀、病情、已病多久、發作情形、治療情形）\_\_\_\_\_
- 2、現在或過去您有沒有精神（心理）方面的問題呢？如明顯沮喪或焦慮、惶恐、極度沮喪或人格分裂等？ 沒有 有 如果有，請說明（症狀、病情、已患病多久、發作情形、治療情形、住院及日期）\_\_\_\_\_
- 3、您現在或最近兩年內有沒有服用過醫生處方的藥品？ 沒有 有 如果有，請說明（種類、劑量、多久吃一次及服用期間有多長）\_\_\_\_\_
- 4、您現在或最近兩年內有吸食禁藥嗎？如安非他命、巴比妥鹽、古柯鹼、海洛因、酒類或其他麻醉品嗎？ 沒有 有 如果有，請說明（種類、吸食量、多久吸食一次、治療情形）\_\_\_\_\_
- 5、是否有犯罪記錄？ 沒有 有 如果有，請說明是何種記錄及狀況  
\_\_\_\_\_

本人充分了解並同意在講座進行期間遵守場地內之所有規定。

本人在此聲明以上所填寫的資料是真實的。

日期：\_\_\_\_\_簽名\_\_\_\_\_

附件四

## 催眠前商談紀錄表

姓名：\_\_\_\_\_

時間：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日\_\_\_\_時\_\_\_\_分

此次催眠的目的：

商談內容：

附件五

## 催眠記錄表

p.

姓名：\_\_\_\_\_

時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分（第 次）

結束時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

內容：

附件六

## 綜合訪談記錄表

p.

姓名：\_\_\_\_\_

時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分（第 次）

結束時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

內容：

附件七

## 求助前/後身心靈狀況自評表

姓名：

施測時間： 年 月 日

身心靈狀況	嚴重性 分數 (1~10)	處理後嚴重性 分數 (1~10)
身體現況		
個性思想		
感情與婚姻		
親子與人際關係		
往生親人溝通		
事業與金錢		
自信心與價值感		
未來藍圖		
宗教與靈修		

備註：1. 分數以 1 到 10 來表示，分數越高表示越嚴重。

結果與建議：

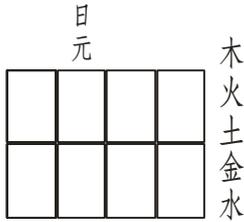
# 姓名吉凶鑑定



**采葳閣**命理催眠中心  
全方位姓名學、助運名片設計中心

**楊采蓁**

電話：(04)22926567  
行動：0960281289



◎ 姓,天格,代表承襲(功名位)

- 1~20歲大運
- 先天條件,天資,祖德
- 與父母,長輩,上司的關係
- 賺錢型態,功名,官運
- 女看夫之助力,條件
- 頭部之健康情形

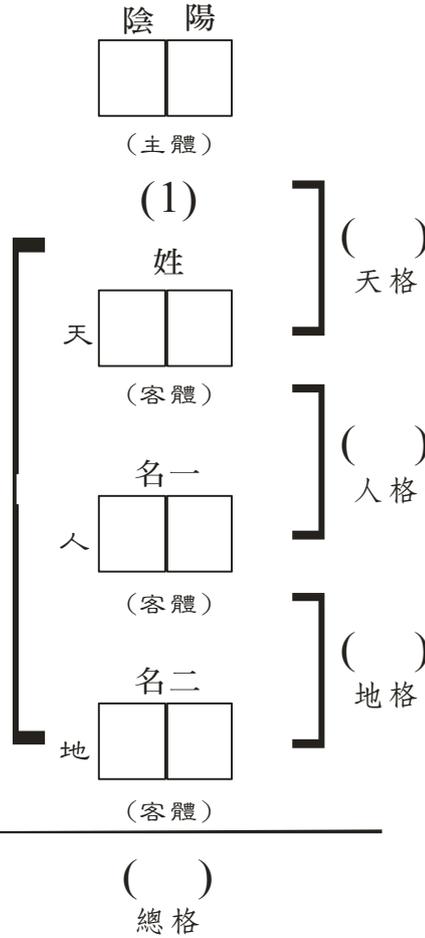
◎ 名一,人格,代表後天努力(感情位)

- 20~40歲大運
- 後天努力,慾望心態,
- 夫妻感情
- 兄弟姊妹感情
- 人際關係,人緣,貴人旺弱
- 頭部以下,腰部以上健康情形

◎ 名二,地格,代表結果(財帛福祿位)

- 40~60歲大運
- 福祿,福德,享受
- 事業,田宅不動產
- 金錢,財運,財庫
- 與子女,晚輩,下屬的關係
- 脾氣,性能力
- 男看妻之助力
- 腰部以下,四肢,骨骼之健康情形

( )  
外格



本人姓名：  
生 辰：

年 月 日 時

地址：  
電話：

建議：

運途：

健康：

財庫：

事業：

婚姻：

貴人：

外緣：

子女晚輩緣：

父母長輩緣：

個性：

F 小姐第一次訪談逐字稿編碼 (F1)

附件九

訪談時間：2010年3月10日下午14：20~14：53，約33分。

訪談地點：臺中市采葳閣命理催眠中心

編號代碼：F1-001

F：為受訪者代號，第一個1是第一次訪談，001是標明研究者與受訪者談話內容的編碼。

R：為研究者代號。

編碼 F1	逐字稿	身心靈	求助方式	意義單元	主題	附註
001	R：非常感謝妳接受我的訪談，那我的論文主要是談算命、改名與前世回溯催眠影響身心靈的綜合研究。好，那首先我想先請妳談一下，妳的背景跟您的人生故事？					
002	F：嗯，是這樣子的喔！我的背景是，ㄟ我算是一個單親家庭，喔！我是當時那時候二十歲有懷了一個小孩，喔！那基本上，懷小孩的時候，父親，小孩子的爸爸，ㄟ剛好就是，也不太確定我要不要生這個孩子，我當時堅持要生這個小孩的時候，他就是，小孩父親就去英國讀書了，所以種種的情況可能就造成一個很大的落差，然後，基於本人就是堅持要非常想要生自己的孩子，所以，ㄟ當時告訴自己有了孩子，我這輩子，要盡心盡力照顧這個孩子，有沒有結婚來講，對我來講是，不是很重要。	心 心 心 心		單親家庭， 二十歲懷了一個小孩， 小孩父親就去英國讀書， 堅持要自己生，結婚不是很重要	單親家庭 未婚生子 議題	
003	R：那妳現在幾歲了？					
004	F：喔！我今年是三十九歲了					
005	R：喔，已經三十九歲。所以小孩也滿大了？					
006	F：嗯，小孩今年 17 歲。					
007	R：喔！好，那妳的人生故事，還有其他的嗎？					
008	F：嗯。					
009	R：您自己一個人扶養小孩一定很辛苦囉？					
010	F：嗯，是，我的故事來講，為了一個孩子，經濟能力方面就是有很大的考量，那時候就選擇到所謂的酒店，那，那在南部的酒店上班，也認識了之前的前任的男朋友，對！ㄟ所以就沒有上班了！就等於是說，因為前任的男朋友他算是有婚姻的喔！對！對方有老婆，我也在知道的情況下也跟他交往了八年，對！這小孩還不會學走路的時候就在一起，到八年這樣子，然後就，可能緣分盡了，也就分開了。	心 心		為孩子，因經濟考量選擇酒店上班，認識前男友，就沒有上班，八年後分開，到	曾因經濟因素到酒店上班	
011	自己又獨自從南部來台中，ㄟ就是另外尋找自己的一個，人生方向，開始再繼續工作扶養孩子，在這段期間，根本就沒有跟孩子的爸爸有所聯繫。	心		台中再繼續工作扶養孩子		
012	R：好，那現在的妳還有...有另外一段姻緣嗎？	心				
013	F：嗯，有的，目前有一個滿穩定的一個對象，他大我十五歲，是...			目前有穩定		



	非常震撼，然後我就知道說，ㄟ，冥冥之中我就應該有這樣子的一個，這樣的一個結果，讓我去，去做這樣。			非常震撼	
028	R：嗯，好，那妳算命以後，對妳身心靈各方面會有哪些影響？妳可以舉例說明嗎？	心	算命	還沒算命時	
029	F：嗯，我是覺得算了命以後，當還沒算命的時候，會認為自己沒有方向感，也不曉得這個做了，會不會影響到以後的嚴重性喔，那當妳算了命，我們大概可歸類說知道，嗯，這個做下去會引伸的連續的一些的連鎖，連反的效應喔，而且知道說，有這樣的情況了，我們會預防，讓事情不好的不要發生，喔，讓好的發生，嗯，它會有怎麼樣，我們還是要避免一些什麼喔。	心	算命	自己沒有方向感，算了命會預防避免，讓事情不好的不要發生，如卜	
030	我是認為這個卦對我來講，到目前無論我開的公司喔，的地點，我都會請求老師來做一個卦象，來說明喔，讓我能來決定這家店要不要開，這個方位能不能賺錢，會不會有官司之類的...等等，所以工作來講以平安、順利為最重要喔是這樣。	心	卜卦	卦問公司地點、財運	卜卦做預測希望趨吉避凶
031	R：那妳在看命盤這個部份是不是有一些經驗，妳自己的感覺？就是算命、看命盤的部份...			命盤講解工作、對象、個性、興趣	
032	F：是，我看了老師分析我的八字、跟我的紫微的命盤講解之後，我會發現更明確的是說，ㄟ我所從出生地到外縣市工作，這是滿密合的，準確的。	心	算命	都滿符合。	命盤與現實符合
033	然後因為工作，認識了目前的未來的先生也是正確的。	心	算命	自己就可以擺正很多的人、事、物	
034	然後，我所喜歡的志向、我的興趣、我的個性...等等，我是覺得，滿...滿符合的，是。				
035	然後改變的話，因為我了解自己了，我就可以擺正很多的人、事、物...對！	心	算命	算命已經預防，催眠知道很多事是	
036	R：那，妳算命以後，對妳困惑的問題有得到解答或幫助嗎？	心	催眠	可依可尋的	
037	F：嗯，我算了命之後，比如說問一個卦象一件事情，ㄟ有問題解決的，我覺得是有的，因為已經預防了嘛，妳讓我這件事知道，要該，該要注意的喔，那我有防範它喔。			我的男朋友非常鐵齒，	
038	那，嗯，間接的接觸到催眠，喔，讓我更知道說，它有很多事是可依可尋的喔，是！	心	算命	我卜卦知道	
039	R：妳有曾經因為沒有依照那個算命的結果，然後去做什麼事情，而有什麼樣不好的後果嗎？	心	卜卦	店可能會倒會有官司，	因男友鐵齒開店有
040	F：ㄟ其實目前現在走的，ㄟ我找老師來，做一個卜卦的一個解惑的方式來講，我都是盡我所能，我的能力範圍內去做，但，我的男朋友，他不認為，他非常鐵齒的一個人，他照著他的意思做，那我只是做一個輔助跟一個提示的方位來去控制，可是當沒有辦法去做的時候，就等於是說我無法控制的情況，但是我	心	算命	結果發生了	官司
	知道這樣子做下去會非常不好，或店會倒，會影響到種種官司，		卜卦	店還沒開之前我先卜卦，請老師來	

	他堅持做，結果發生了。			看風水也說	
041	R：哦！是，那，那個卦有影響到你們很多嗎？	心	算命	沒真的沒辦	
042	F：嗯，有的，乜我這麼說好了，因為之前的店，算是還不錯，一間開一間，而且開的是都要大間的喔，那還沒開之前呢，我都會，很細心，很仔細的去卜卦，然後正確的想知道，這些的店未來走向對不對，乜可不可以賺錢、平安這樣，嗯，是跟老師卦象是一模一樣的，是，然後因為老闆堅持決議要開，然後錢也付了，也裝潢了，請老師來看風水，老師到現場的時候也一直搖頭，也說真的沒辦法，如果你們堅持要做的話，可能要非常的小心啦！因為還是不賺錢的，那既然是老闆決定的，我也該做的能力範圍內已經到了一個階段，所以我想...嗯，盡我所能吧！是。	心 心 心	卜卦 算命 卜卦	小心。結果跟老師卦象是一模一樣	在一夕間公司因為官司而倒閉，與卦象吻合
043	R：所以那間店，就是後來就是有發生一些事情？	心	卜卦		
044	F：是，那間店出了很大的嚴重問題，就是出了官司，然後連帶了整間的子公司，一些母公司也拖累了，所以在一夕之間，真的是一夕之間，五間店全部收起來，是！啊這個的提示在沒開之前，在之前卜卦，老師就給我一個很明確的暗示了，是！			在卜了卦或者說催了眠之後，讓我	
045	R：好，那接下來我想再問妳，妳算命以後是否有幫助妳在規劃，妳未來的人生藍圖？	心	算命 卜卦	更明確的知道未來的走向，一定會成功	卜卦催眠
046	F：嗯，有的，其實當我要做以後未來的走向，或未來的計畫的時候，我的腦海裡，就很明確告訴我自己，未來我要怎麼走，我要怎麼做，尤其在卜了卦或者說催了眠之後，讓我更明確的知道說，哦！原來我所想的、我所努力的，我朝我那個成功的方向指引我，我一直要成功，我一定會成功，我就會達成我所要的願望，對，所以是我會覺得我很快樂，嗯，對！	心	催眠		知道未來方向
047	R：好，那接下來我想請問妳，妳是當時在什麼情況下決定要改名的？	心	改名	老師所改的，當時氣色	
048	F：嗯，做這樣的決定來講，乜我這麼說好了，在我之前的名字叫「xxx」，那也是透過一個因緣際會，認識的一個老師所改的喔！	心	卜卦	也很混亂，我真的要徹底	曾改名沒起色，再改名想改
049	那接觸到現在這位楊老師的時候喔，就是，氣色很不好，人生也很徬徨、也很無助的時候，那老師有幫我解了一些的...我卜了一些卦喔，解了一些人生的疑惑之後，我發現我真的是要徹徹底底的改變自己了，改變自己從心先改變喔，從我的思想、我的行為，週遭的慢慢的會影響到我這樣的環境，所以我覺得，我那時候過得好糟糕，我覺得我不應該這樣了，整個人呀！氣色也不好啦！心思也很混亂，所以接...接觸老師之後，我覺得，嗯，這個改名是惟一先著...著手的第一步喔，是。	心 心	改名 改名	徹底底的改變自己，改名是著手的第一步。	改變自己
050	R：是，所以妳就是因為，妳之前改的那個名字，妳覺得好像也沒			之前改的那個名字覺得沒有什麼明顯的起色才	又想再改名

	有什麼明顯的起色，所以妳才又...決定，想要重新來？				
051	F：是！是！是！				
052	R：喔！好，那妳這次改名以後，有什麼差別嗎？如果有是在哪些地方？	心	改名	新舊名字的交接，憑良心講是有稍許的混亂，當然那只是短暫的，證件全都改後開始影響我的思想和行為	新舊名字交接時有些許混亂
053	F：嗯，前後的差異的話，我是覺得是說，剛開始改的時候，因為目前，我是九十四年幾月中...月中改的喔？				
054	R：嗯，年中改的。				
055	F：對，年中改的喔！那時候改的，因為新舊名字的交接，憑良心講是有些許的混亂，會有時候覺得說，我自己在幹什麼？喔，會覺得說，我怎麼開始，又開始會徬徨了，因為我有時候我，無法給自己一個很明確的答案，好，會覺得說，怎麼會是這樣子，那種感覺只有我自己知道，當然那只是短暫的，只是短暫的喔，那因為我改名字之後，我的護照、駕照，我所有夯不啣喘證件全部都改喔，因為改的時候，也許，我看，開始影響我的思想囉！我的行為也影響囉！所以，剛開始是有一些的混亂在的，會很不明確的。	心	改名	改名後個性有正面的思考，當機立斷去處理事情。之前是個性行為	改名影響個性行為
056	R：那妳改名之後，妳覺得妳的個性最大的差異是怎麼樣？	心	改名後	會很自私，現在會思想到大局面了	與思想
057	F：嗯，我的個性就是因為，我發現我自己很有正面的思考，而且這件事來的時候，我要怎麼當機立斷去處理它，會朝著說這件事的大綱，就是說，是怎樣做是對大局面是影響的，而不會考慮到...，之前是會很自私的，會考慮到我跟孩子，ㄗ會顧慮到自己的層面，那...現在會思想到大局面了，會考慮到說，公司怎麼樣？先生怎麼樣？小孩怎麼樣？我怎麼樣？對~以這樣子整個的...整個的...整體來...來做全面的思考，對！	心	改名後	講話方式不一樣囉，開朗了，我思想健康，每天神采奕奕	
058	R：所以，妳改完名以後，妳的婚...就是感情、婚姻狀況跟您的那個人際關係都有改善？	心	改名後		
059	F：是，是，當會為別人想的時候，關心小孩子的時候，妳的人際關係、朋友相處會覺得說，喂妳不一樣囉！是~講話方式啦！	心		我相信業力和輪迴是屬於無形的，相信意念會影響思想，靈氣，運勢	相信意念
060	R：同學、朋友也發現妳不同了？	心			
061	F：對，他們會覺得說，我開朗了，我思想健康，覺得說，嗯，怎麼好像每天神采奕奕。	心			
062	R：好，那再請問妳，妳相信所謂的業力和輪迴？	心			
063	F：喔，我相信的。	心			
064	R：妳相信。				
065	F：因為這是屬於無形的，那我覺得人在做、天在看喔，因為它不是說有那麼明確的現世報，我今天做惡事就會馬上出去被車怎樣囉！				
066	但是我相信意念喔，會影響到你的思想，你的整個的靈氣喔，改變	心	催眠	因為公司一再出狀況，一天之內倒	

067	<p>到你的思緒的影響，運勢、你的自信心什麼的等等，所以它的輪迴呢，它一定是有的。</p> <p>R：好，那在什麼情況下使妳想做前世催眠，想請妳談談催眠的經驗？</p>	心	催眠	閉，還有小孩	的部份想	催眠的原因
068	<p>F：喔，是，是這樣子的，因為，因為公司一而再，再而三的出狀況喔，而且到了那一次最後一次，發生了就是</p> <p>一天之內，就是全部公司倒閉，全部的都毀滅掉了，那會讓我覺得說，會不會一而再，再而的 again，再輪迴這樣子，為什麼會造成這樣子的業力在，我想追溯到說，會不會跟之前喔，公司還有小孩的部份，還有跟父母的部份的因緣喔，想要做更深切的一個探討，跟了解這樣子。</p>	心	卜卦	卜卦只是單項的問某一件事來做分析跟解說，催眠它可以追溯到這個緣由，覺得	原本不相	
069	<p>R：是，妳原本...嗯，好像比較不相信催眠的東西？</p>	心	催眠	很籠統天馬	行空，就不	會相信它。
070	<p>F：是的！</p>	心	催眠	前世是一隻白鸞被獵	人射殺受傷	了，一個六
071	<p>R：妳是當時是不是有一些疑惑？所以妳催眠很後面才...願意做？</p>	心	催眠	、七歲小男	孩冒著生命	危險去救我
072	<p>F：嗯，可以這麼說，因為之前老師就...有跟我說，ㄟ像催眠這些，因為單單卜卦、金錢卦的話它只是單項的問某一件事來做分析跟解說，那催眠它可以追溯到這個根，這個緣由是因什麼而起，又因為什麼而發生？會追溯到很...很廣遠的喔，所以當時的，給我的...所接受到所認知到的催眠會覺得很籠統，很行馬天空的，所以會覺得，可能心裡沒辦法去接受它吧！所以就不會相信它。</p>	靈	前世催眠	，是我未婚	生子的兒子	，許願投胎來報答他。
073	<p>R：好，那妳後來是因為小孩的事情，才開始做催眠嗎？</p>	心	前世催眠	藉著催眠心	理的石頭反	而更輕鬆了
074	<p>F：是的，沒錯。</p>	心	前世催眠	我受傷了，是	被一個獵人	，阿這個獵人
075	<p>R：好，那妳催眠的經驗，妳有什麼樣的感覺？在這個過程裡面？</p>	心	前世催眠	我受傷了，是	被一個獵人	，阿這個獵人
076	<p>F：喔，那時候我還記得，因為基本上我催眠的次數是兩次喔！因為在催眠第一次的時候喔！我...我是化身為一個白鸞，保育類的白鸞喔，那時候我，我受傷了，是</p> <p>被一個獵人，阿這個獵人讓我很清楚的是我前任的男朋友，他是屬於黑社會的兄弟，然後他拿了一把獵槍，把我射殺了，我受傷了，掉下來，那有個小男孩看到我了，這小男孩六、七歲喔！他冒著生命危險去救我，去救我喔！因為那時候我是化身為鳥類喔～那小男孩他...他只是想要救這隻鳥，那時候我...我在奄奄一息的情況之下，被這小男孩子救，而且是救活了，這小男孩冒著生命危險跟他父母的責備情況下，他小心翼翼的把我給...給修復包紮，給救起來了，那我就...那時候非常的感激之恩，我告訴自己，許願，我下輩子如果有生有年，我投胎為人的話，我一定好好的來報答這個小男生，而且這個男生就是我目前，我的兒子，是...我未婚生子的兒子，對，這是我很...</p>	心	前世催眠	藉著催眠心	理的石頭反	而更輕鬆了

077	R：很奇特的因緣			我一定要來	
078	F：是，很印象深刻。			報恩的，我	改善親子
079	R：是，那還有其他的呢？	心	前世	會覺得很釋	關係
080	F：嗯，所以，所以讓我覺得 care 的是孩子為什麼不聽我的話？為什麼一直讓我很操煩？那種種因素為什麼說難道單親家的小孩，就是要這樣讓父母這樣子勞心勞力，然後...嘖！會帶起來很、很...很累這樣子，其實後來催...藉著催眠，讓我覺得說，心理的石頭反而更輕鬆了，因為...我當年那一世告訴自己，也告訴了他，他不懂鳥話，那我深深的許願告訴自己，我一定要來報恩的，對，我一定要來報恩的。那很榮幸我跟他又那麼的有緣，對，又這一世的來做母子，對，所以我會覺得很釋懷了，兒子不聽我話，我也...我覺得應該用更好的方式，更柔和的方式來去跟他接納這樣。	心 心 心	前世 催眠 前世 催眠	懷，應該用更柔和的方式接納他。 小孩的父親也是跟這一世有雷同，我前世好像懷孕了，他們家也是要出國了，也反對我	與小孩父親的前世關係與今生雷同
081	R：好，那催眠還有其他的經驗嗎？			現在的男友	
082	F：嗯，還有的，我還要講的一點就是，嗯，當催眠第一次的時候還會有帶到說我碰到小孩的父親囉！因為那時候我算是，嗯，也還滿巧的就是，就是我前世好像我懷孕了，我去找他們家人這樣子，對！對！對！也是跟這一世也...有雷同，他們家也是要出國了，然後他們家境也滿好的，也反對我，我這樣子在那種時代，那種懷孕這樣子。	靈 心	前世 催眠	好幾次輪迴都是他來助我，他是個大老闆，在生意上的往來搭上，跟現在也滿雷同	現任男友的前世關係也與今生雷同
083	R：喔，所以跟這一世的关系也是有滿像的？			催眠中左肩有車禍受傷，老師修護身體的構造後，左肩很輕鬆，腰部也沒有像以前那麼瘦了，整個筋骨都鬆了滿	
084	F：嗯，算是滿像，滿接近的，對！			明確的改善	
085	R：好，那還有其他的嗎？嗯，那第二次催眠呢？				
086	F：嗯，第二次催眠的話，是追溯到我現在的男朋友喔，男朋友的關係喔，嗯...發現好幾次輪迴都是他，他都來助我喔，講一個最明確的位置就是說，我在大峽谷受傷了喔，我是個學生，他是醫生喔，他來救我喔，這是其中之一，啊，第二次是最清楚的就是，那時候他是個大老闆喔，我們是在香港碰面，然後...因緣際會在生意上的往來，所以又搭上了，跟現在也是滿雷同的，對！對！對！	心	心		
087	R：所以，目前您這個現任男友都是一直扮演照顧您的一個那個角色？	身	前世 催眠		催眠知道左肩酸痛原因，有
088	F：是的！是的！	身			明確改善
089	R：喔！好，那在催眠以後，妳對妳的身體健康方面有什麼影響嗎？	身	催眠		
090	F：嗯，憑良心講第二次催完眠之後，起來的時候，因為我那時候，催眠是我的左肩，它那時候車禍，是受了很嚴重的傷，喔，左肩有受傷，那，是的老師她順便幫我帶喔，修護自己的身體的構造的時候，我發現起來我的左肩反而很輕鬆了，沒有那麼繃	身	催眠		

	<p>緊了，那，腰部的部份也沒有像以前那麼瘦了，對！對！對！</p> <p>會覺得說，哈！人生好像睡了十幾個小時，很飽滿，很有精神，</p> <p>然後身體好像也按摩按完了，整個筋骨都鬆了。</p>	心	催眠	催眠後感情更明確要跟	
091	R：所以妳的健康方面是有...有改善的？			男友走入禮	
092	F：是！有滿明確的改善。			堂，他會固	
093	R：OK！好。那催眠以後，對妳的心理方面，例如：感情呀，人際、	心		定給我的資	催眠後對
094	F：嗯，有的。我們以感情來講，我更明確的知道說，爲了走向喔，	心		金，非常有	責任。
095	要跟我這個男朋友未來要走入禮堂喔，然後我們的關係，一直	心	催眠	自信帶給我	未來很有
096	存在非常良好，非常穩定的狀態之下喔。	心		的人生精神	希望
097	至於事業、金錢的話，因爲我的男朋友，就是等於是我的老闆，喔，	心		充沛，抱持	
098	他固定給我的資金，跟我所要開支的部份，他都會有承諾的，	心		很樂觀、很	
099	而且非常有責任的拿出來，所以這一點，我都是不用擔心的。			進取的態度	
100	自信心跟價值觀的觀感我認爲說，非常非常的明顯，而且非常的快			之前墮胎的	
101	樂喔，就是自信帶給我的人生精神充沛，然後自信讓我覺得說，			小女孩，透	
102	不管做每一件事，我都抱持一種很樂觀、很進取的態度，對！			過催眠知道	
103	所以我會以非常快樂樂樂的喔，對！			始終都在我	
104	知道自己未來的走向喔，因爲覺得說這世界，非常非常的棒，如果	靈	催眠	的身邊，希	與墮胎嬰
105	我有能力，我會幫助更多有需要的人來做這樣子的一個... 嗯。	靈	催眠	望她能有機	靈溝通
106	R：好，那催眠以後妳在靈性、或是靈魂方面喔有哪些影響？	靈	催眠	會來做我們	
107	F：嗯，我上次因爲第一次，第二次催眠的時候有透過說，我有遇	靈	催眠	到妳的心理	
108	到說我，嗯... 嗯，投胎本來要做我們 BABY 的一個小女孩，因爲	心	催眠	上的慰藉	
	在我認識現任男友的時候，第一次認識老師的時候，我肚子裡				
	就懷了一個小 BABY，而且是女兒，是透過那時候的催眠就知				
	道說這小女孩，始終都在我的身邊，她希望說她能有機會來做...				
	R：妳的小孩。				
	F：對，我們的小孩這樣子，然後也透過那樣子的管道，希望她能在				
	天之靈來幫助我們事業能順順利利的，平平安安的讓我們早點				
	能，能安心的投胎，然後安心的有緣的，做我們的小孩子，對。				
	R：所以，所以在那個與往生親人溝通這個部份，妳有因爲透過催				
	眠而得到妳的心理上的慰藉？	心	催眠	知道自己的	
	F：是！			構思，以及	
	R：好，那前世回溯催眠以後，妳對未來的感覺如何？			我們的方向	未來方向
	F：我對未來的感覺喔？			是什麼了以	確立
	R：對，您的未來藍圖？			後，只要肯	
	F：喔！我的未來感覺，我是認爲說，知道自己的構思，以及我們	心		努力很有信	
	的方向是什麼了以後，我發現，我發現，只要肯努力，我覺得，			心會實現的	
	我覺得很多事情並不是自己想的那麼難，而且那麼的痛苦，或者				



124	R：它只能問一件事...				，有自己的方向	有自己的方向
125	F：對～是這樣沒錯！					
126	R：好，那現在的妳比起過去還沒有算命、改名或催眠過的妳，妳覺得在身、心、靈各方面，妳是不是有更成長了一些？	心	綜合經驗		人要活在當下，不管現在處境有多麼糟，或者多麼的不順遂，盡心盡力把自己該做的事情完成，要對自己已有責任。	活在當下為自己負責
127	F：嗯，是的，有的。而且在這樣子的一個層面下，我發現到不管是身體狀況啦！或者我思想的邏輯啦！感情啦！還有...你...小孩子的關係啦！還有我未來...就是往生的一些親人啦！等等，我發現...自己要的是什麼，有自己的方向，我要的...是什麼...	心	綜合經驗			
128	R：所以妳現在都比較清楚一些？					
129	F：是。	心				
130	R：好，那透過這三種經驗，妳是否已經找到此生的功課跟使命？妳覺得是什麼呢？					
131	F：ㄟ我覺得人要活在當下喔，而且不管，不管現在處境有多麼糟，或者是說多麼的不順遂，我覺得是說，盡心盡力去把自己該做的事情去完成好，要對自己有責任喔，負責任，千萬不要為了一時的迷惑，或者說不好的喔，不好的打擊喔，來，來，來自己想不開，然後，嗯，我覺得很多事情還是要在自己的，真誠的要改變自己，要能接納自己，別人才能很全心全意的來喜歡妳。對！對！	心	綜合經驗		真誠的要改變自己，要能接納自己	改變自己，接納自己
132	R：好，那今後倘若妳再遇到困惑的時候，妳還是會選擇算命或催眠的方式，來找答案嗎？					
133	F：嗯，我認為我現在目前的狀況來講，我很有智慧去告訴我自己，我該要怎麼去做，怎樣去判斷，當我要做很大的抉擇的時候，比如說：嗯，要買房子啦！要生小孩啦！我會藉由這樣子的一個喔...	心	算命		我現在很有智慧去告訴我自已該怎麼做。當我要做很大的抉擇的時候我會藉由算命作依循的方針	大抉擇的時候仍會算命
134	R：[算命]？					
135	F：對，來，來做自己的依循的方針這樣子。					
136	R：好，那今後當您的親友遇到困惑走不出來的時候，您也會推薦這種，這三種助人的方式，來幫助他們嗎？	心	綜合經驗		我會藉由我的整個例子來來告誡我的親友。	
137	F：嗯，是的。依我的個性，我會這樣子去，去很，很誠心的喔，去告訴他們這樣的一個訊息，但是往往有些人可能沒有那個緣分，或他內心排斥的話，那我想說這可能就要事在人為了，對不對？因為喔，會的，我會藉由我的例子，或是藉由我的，我的改變，我的轉變，我的想法，我會以整個的例子來，來告誡我的朋友啦！或者親人啦！希望他們好，希望他們走出陰霾這樣。	心	算命 催眠		算命以外也要催眠，單項的話很多事情是治標不治本的	建議綜合經驗
138	R：好，那透過這些經驗您對本研究有沒有什麼建議？					
139	F：嗯，沒有，我覺得說，除了算命以外，漸行的也要接著慢慢的					

	催眠，我覺得單項的話，很多事情是沒辦法，治標不治本的。					
140	R：好，謝謝，非常謝謝您今天接受我的訪談。					
141	F：謝謝妳！					

F 小姐第二次訪談逐字稿編碼 (F2)

附件十

訪談時間：2010年3月10日下午15：00~15：32，約32分。

訪談地點：臺中市采葳閣命理催眠中心

編號代碼：F2-001

F：為受訪者代號，第一個2是第二次訪談，001是標明研究者與受訪者談話內容的編碼。

R：為研究者代號。

編碼 F2	逐字稿	身心靈	求助方式	意義單元	主題	附註
001	R：非常謝謝您接受我第二次的訪談，好，今天呢？我們想請您談談，任何跟算命、催眠或是改名有關的事情，然後讓您在身心靈方面有什麼樣子的轉變？					
002	F：嗯，首先我要講的就是剛認識老師的時候，就是以卜卦喔，金錢卦來...來做一個認、認、認知老師的喔，因為當時的情況就是非常的，感情方面，我第一次卜的卦是問感情喔，因為那時候就是很不確定要不要繼續...走下這樣子的感情路喔，因為那時候早上就是有去驗，做鑑定，已經確實懷孕了，結果晚上十點多第一次跟老師見面的時候，老師看到我嚇一跳，她說這個女孩子怎麼那麼憔悴，又歷經滄桑，又像，憑良心講那時候大概是三十...三左右喔，大概四、五年前，三十四歲，喔！四年前喔，可是老師看到我卻像將近四十歲的一個女子這樣子，覺得還滿多事情要處理的，所以當時卜的卦是問感情喔！	心	算命	我第一次卜卦是問感情	卜卦問感情	
003	所謂問感情就是問現在的男朋友，跟他這份感情是不是能走下去，卜的卦是六合卦，而且是因為孩子而在一起，會密切在一起，當時，我就很驚訝了，我說天呀！連我有沒有懷孕，有沒有會孩子，連老師都卜的出來喔！那時候就給了我一個很大的震撼	心	卜卦	而在一起，連我有沒有懷孕，老師都卜的出來，很震撼！	卦象準確 很震撼	
004	R：是。					
005	F：然後就，就更想了解說那，跟這一位男朋友會不會白頭偕老呢？					
006	結果老師說如果你更想要知道的話，那我可以幫你做一個合婚看看，看，是，可是很可惜的一點就是，因為男方的時辰我並不清楚，所以不明確，所以就是少了時辰，當然很慶幸的合出來的婚姻就是七十分，嗯，老師也講是說，七十分的話也算是合格的囉！	心	算命	合婚看看，但是男方的生辰少了時辰，合出來的婚姻就是七十分，但未來他的運勢正旺，所以我願意跟這男人一起	合婚後決定賭一賭	
007	嗯，也很明確的告訴我說，這位先生雖然對我大了一點，大了我十五歲整，但是他未來是有，有正旺，他的運勢是正旺的，我晚年的話，我可能就是靠著老公來...來教，相處這樣子，對！所以我、我就告訴自己，那麼我，我就願意，願意賭這一場的婚約囉！雖然是我們現在沒有結婚喔！但是我願意跟這男人一起共患難，不管是遇到什麼樣的挫折跟，跟一些週遭的一些事，	心				

008	我們都要去克服它、解決它。對！			共患難。		
009	R：是。					
010	F：那算了命之後，我發現我的改變了之後，我間接的介紹我一些親友，比如說：我的弟媳啦！還有我男朋友的弟弟老婆啦！他們也改了名字喔，他們也覺得說， <u>～很多事情好像就是，他們覺得可以用他們的智慧，跟他們的理性去判斷</u> ，改了名字，小孩也改了喔這樣子，然後以他們的轉變為好高興喔，他們的成長，他們的進步，他們的安全、快樂。那當然我有一個，滿還算不錯的朋友也是在，喔我這麼說好了，我以前就是在酒店，喔酒店上班的一個朋友喔！那她，她現在也是，就喔，沒有做了，那當然她等於是花她自己的老本，她有，嗯，她也，我也透過了老師來間接的介紹，她來認識老師，但是她， <u>她不相信，她很鐵齒</u> ，嗯，那老師也跟她講說，她目前現在這男朋友，他們在一起也有五年了喔！嗯，這男生是不走運的，也對未來沒什麼希望，可是，她堅持還要跟這個男的在一起，那以目前狀況來講，我也是在觀望的態度，妳，妳要認為自己的感覺，妳自己的想法，我覺得妳快樂、妳幸福，那我祝福妳喔，對，我是覺得是這樣。那事實上到目前為止，這個男的都一直沒有賺錢回來，都是要靠這個女生來花她的老本，來供應這個男的，對！對！對！是這樣子。	心	算命	朋友的例子	鐵齒的例子	
011	R：是。			改名字的改變		
012	F：那改了名字，算了命，會有自己知道自己的未來走向，然後間接改了名字。	心	改名後	變我覺得百分之四十，	改名後的	
013	<u>改了名字的改變我是覺得百分之四十</u> 喔，妳改了名字，妳會發現很多的 <u>思想就改變了</u> ，妳的思想改變，妳做出來的 <u>行為，也都</u> <u>不一樣了</u> ，妳， <u>妳碰到的人、事、物，也都完全的、完全的不</u> <u>一樣了</u> ，所以你會發現說，我們... <u>很有智慧的去知道，自己要</u> <u>怎麼做</u> 。	心		思想改變， 行為不一樣， 碰到人事 物也都完全 不一樣了， 很有智慧知 道自己要怎 麼做	影響	
014	那像以我的例子來講，我從，我從我未婚生子到現在，小孩現在十七歲了喔，是，那時候就是，抱持一種使命感說要把這個孩子，天下所有的困難，我都要去克服它，因為我是背對倫理、背對道德來堅持要這個孩子，我付出代價真的是無人所能想像的， <u>如</u> <u>果歷史能讓我時空倒流的話，我不會未婚生子</u> ，我會要讓自己知道說，當妳有個孩子的時候，妳不單單要為他負責任，而且他是 <u>個個體</u> ，她不是你的財產，他不是屬於妳個人的， <u>妳不能那麼</u> <u>自私包著他</u> ，那孩子會長大，他有自主權， <u>他有權利找他，屬於</u> <u>他的幸福</u> ，他的根有跡可循的， <u>嗯所以當時是一步錯步步錯</u> 。	心		當時是一步 錯步步錯，	過去的錯	
014	因為孩子的關係，環境的關係， <u>經濟的考量</u> ，選擇了 <u>上班</u> 喔，認識了 <u>前任男朋友</u> ，他是 <u>黑社會的兄弟老大</u> 喔，他			前任男友是 黑社會的兄	誤決定	

	<p>是恩，遷移到南部開店喔，在酒店上認識他的，認識他之後我就沒上，酒店就沒上班了，就<u>被他包養</u>，他有老婆，是！那陸陸續續的，就跟了他八年，在這八年的時間，是我，可以說<u>女人的一輩子的青春，都在這八年之中消失殆盡了</u>，<u>這八年，我一無所有</u>，沒有什麼，<u>我的房子也法拍了</u>，對不對，<u>孩子也教得不是說</u>...，都在自己身上，恩可以貼心的陪他成長喔，恩所以我回頭這樣去想，我覺得，我真的很有勇氣喔，去、去做一些我無法去想到自己的未來，竟然這樣子衝，這樣子賭注，我覺得這樣太恐怖了，太...太危險了，女生有多少個八年可以重來呢？是，不太可能的，是，然後經過那次事件之後慢慢的，我亦然決然，也不曉得為什麼？我就告訴我自己，我要<u>離開出生地，就來到台中</u>。</p>	心		弟老大被他包養，八年的青春消失殆盡，一無所有		
015	R：是。					
016	F：剛到台中是我的親哥哥，我的大哥他在台中喔，那時候就借住他，他住的房間，他睡客廳喔，對！就這樣子。這麼一晃眼，晃了十多年了喔，十多年了，那孩子在小學三年級的時候，也把他接來台中了，是，恩，在這陸陸續續當中，也...也...也感受滿多的事情喔。	心		工作認識現在的男友大我十五歲，		
017	然後也滿巧的是，因為恩，又 <u>工作認識現在的男朋友</u> ，就是現在 <u>大我十五歲</u> 的男朋友，他恩...跟他來講，算是覺得滿，滿有緣分的，是，因為我記得印象很深刻的是，當我那時候喝酒喝到 <u>吐血了！</u> 我住院了，恩他來醫院探望我，他來醫院探望我，我當時，我不想再隱瞞了， <u>我告訴他說，請他不要把時間浪費在我身上；因為我有一個孩子了</u> ，我很誠實的告訴他，希望他不要再執迷不悟了，恩，我說孩子，像我這樣的例子太多了，滿街都是，你不需要這樣為我一個女孩子浪費時間，那他也很明確告訴我說，他年紀也不小了，他知道他要的是什麼？恩，至於要不要跟我在一起，不是我來說的，他會自己去做，叫我不費這個心思了，那當時我並沒有為了他的話而感動，我只是覺得說，我，我不會去欺瞞他，我也不想去傷害對方，我只是想讓他知道說，我有個孩子，那我的本份是因為，我要， <u>我的使命感我要帶我兒子</u> ，我要給我帶好、教好，那至於這個男的要不要跟我在一起， <u>那他必須要愛我兒子</u> ， <u>接受我兒子</u> ，我才能跟他共度人生，對！那我相信時間可以驗證所有一切的。	心		我告訴他說，我有一個孩子了，	他必須要愛我兒子	再交男友的條件
018	R：對。	心				
019	F：那在這個過程中，因為 <u>孩子本身是屬於固執</u> ，而且是又不太愛講話的人，很多小秘密他都放在心裡面，小孩本身就是跟團體生活， <u>比較不合群</u> 的一種，那相等的我男朋友就一直包容他，一些	心		孩子本身固執，又不太愛講話，比	男友的包容小孩	

020	<p>給他意見，一些關懷他，我相信我們三個在一個屋簷下，我們生活的非常的合群，應該非常的能互相的了解對方，對，是這樣子。</p> <p>R：是。</p>	心	改名	較不合群，我男朋友就一直包容他		
021	<p>F：嗯...那，其實改了名字到現在應該有四年多了，是，嗯，真的其中的發生了一些還滿奧妙，也滿奇怪的一些事情，我覺得很多事情都是有跡可循的，然後因為有些事情，接觸到我先生，接觸到我男朋友而做 DVD 行業，也開了一些門市。</p>	心	算命 卜卦	卜卦會問房子、店面、員工等問題	卜卦問事	
022	<p>那開門市的時候，我從那時候認識老師之後，我會找老師來卜個卦，問這個房子好不好，店面賺不賺錢？平不平安？OK！這個員工可不可以用？喔怎麼樣等等。</p>	心	算命 卜卦	我一些指引一些方向，	指引方向	
023	<p>那卦象都會給我一些指引一些方向，讓我有跡可循，去解惑這樣，而且讓我覺得說，天呀！真的是讓我知道很多事情發生了，而且是在預期之內發生的，而且是在我卜出來的卦而顯現出來的，讓我覺得說，很多事情只要妳心存善念，而且妳相信它，它就會，它就會實現的，是，當妳不去避免它，太鐵齒的，它就會讓妳會覺得，那個壞結果，它就會爆發出來了，妳就想說：啊，天呀！當時沒有這樣子去想，去預防...等等。</p>	心		很多事情在預期之內發生，只要心存善念相信它，就會實現，太鐵齒的，所	男友因太鐵齒，所以壞結果爆發出來了	
024	<p>R：是。</p>					
025	<p>F：那一路走來，嗯，我、我可以這麼說因為這個男朋友他，他是老闆，我跟他在一起的時候是他最不好的時候，嗯，那之前的好那是已經過去式了，嗯，在這段期間跟他發生了一些事情，公司上的事情、官司上的事情以及感情，拿小孩，把小孩拿掉的事情，讓我遇盡過人生的起起伏伏，我發現我要有很強的心臟，跟有很有，很有能力的判斷的能力，來，來跟他一起的共患難。</p>	靈		公司的事、官司的事、以及感情，拿小孩的事	墮胎	
026	<p>因為在，我記得在，九十...在兩年前喔，三年前，現在是九十九年喔，在三年前的時候，公司突然倒閉的時候，連五間店全部收起來的時候，一夜之間全部倒的時候，他被收押，收押禁見，那當時我，就跳出來，知道說我該怎麼做了，我不可能因為這樣子一事情就跑掉，我想盡所有的辦法，跟母親借錢，然後發員工薪水啦！處理一些外面的一些店面的事情啦！解約的事情啦！等等，我發現，喔，只要妳相信妳可以耶！只要妳認為妳做得到的，我覺得很多事情不是自己想的那麼痛苦、那麼困難的，妳會達成它，而且妳會把它處理的很好。</p>	心		讓我去盡過人生起伏。那當時我就跳出來處理	過去三年的人生起伏	
027	<p>這一路上走來，我覺得很開心，我也覺得我成長了很多，學了很多，而更深的一層面是，我的男朋友更認定我了，更認定我了，因為我很清楚的知道說，我做的是對的，我做的是對的，我希望我們將會有更好的未來，我相信我所努力的，我所付出的，是正確的，是幫助的，但我不求任何回報，我只希望，嗯，很多事</p>	心	改名	我成長了很多學了很多，我的男友更認定我了我相信我付出是正確的	相信自己付出是正確的	

	情是，現在自己所做的，所做的事情，不管你的能力有到哪裡喔，對。		算命		
028	R：盡力。				
029	F：對，盡力。那改了這個名字我好開心喔！ <u>我很喜歡這個名字</u> ， 嗯，有了公司之後，我的名字也都有 <u>做開運名片</u> 啦！或是做什麼等等之類的， <u>看一些風水</u> 之類的，那名字的話，就是 <u>也是要</u> <u>看自己的努力</u> ，自己本身妳做的一些的，不管是 <u>功德</u> 也好啦！ 不管是啦！不管是 <u>孝順父母</u> 啦！我覺得等等都 <u>會有給妳自己加分的效果</u> 。	心 心	改名後	喜歡這個名字，做開運名片，看風水，也是要看自己的努力做功德、講好話、孝順父母會有加分的效果	改運的方法
030	R：所以妳改名以後，妳的 <u>個性上比較正向，比較積極</u> ？				
031	F： <u>是</u> 。				
032	R：那妳跟妳家人的關係，也是有相處的比較好？	心	改名後		
033	F：嗯是非常的， <u>以前是對母親會比較不釋懷，比較不諒解是</u> ， 因為母親比較會 <u>以錢為目的</u> 喔，就是 <u>把我當搖錢樹</u> ！			以前對母親 <u>比較不諒解</u>	母女關係
034	那當我 <u>以錢為目的</u> ，我慢慢會覺得是說，我會自己很、很開通的想法是說， 其實母親的過去，她遭受這樣的一個過程， <u>我能去釋懷了</u> ，我 覺得拿錢孝順那是不為過的，而且 <u>父母要孝順也是應該的</u> ，那 當然盡我們所能了，是這樣子。			<u>是</u> 母親會把我當搖錢樹，慢慢我能釋懷，父母	改善
035	所以我會改名字，我覺得我該說是四十分，還是要看是在我們之後 怎麼去做，怎麼去、去、去改善這樣的環境，對，自己去努力。 對！對！對！	心	改名後	要孝順是應該的。	
036	R：那妳改了名以後，就是其他的人際關係上、朋友關係上有沒有 什麼不同？				
037	F：嗯，我可以這麼說好了，因為，在 <u>改了名之後</u> 我發現， <u>嗯有</u> ， <u>自己會很有智慧去分析</u> 說這個朋友， <u>嗯，這個客戶，或者這個</u> <u>員工，對公司或是對我私人來講會有什麼幫助？或是說他是</u> <u>有什麼樣的，會很聰明的告訴，自己會有個電波</u> ，讓我知道說， 、搞不好這個人、 <u>這個朋友，他是沒有幫助的，他是屬於八卦型</u> <u>的，喜歡講人家是非的，我就會敬而遠之了，對！對！對！</u>	心	改名後	改名之後， 自己會很有智慧去分析朋友，自己會有個電波	改名後較有智慧交朋友，朋友群會改變
038	所以 <u>我覺得利大於弊</u> ，而且利會讓我 <u>知道說</u> ， <u>自己喜歡乾乾淨</u> <u>淨、清清楚楚的，</u> <u>不喜歡，不喜歡的沒有</u> ，我覺得只要 不要傷害到我喔，你，你要講什麼話，是你的人身自由，你要說 我怎樣是你的事情，那我們過得健康愉快，不影響別人為重心， 對。			大於弊，好的朋友，我覺得是有幫的，反而一直在我周邊	
039	所以說 <u>好的朋友，我覺得是有幫的，反而一直在我周邊，那不好的</u> <u>呢，他們會看我們討厭、排斥我</u> ，會覺得我比較傲了，自以為 是了，、搞不好店裡都倒光了，自己踐什麼？又不是老板娘，什麼的...沒有關係的，我們一樣活的很健康，而且很快樂，而且希	心	催眠	，不好的他們會討厭我、排斥我	
		靈	前世		

	<p>望有機會能幫助，更需要像我們這樣例子的人。</p>		催眠		
040	<p>R：嗯，好，那還呢？在催眠的部份？</p>			小孩之間的	
041	<p>F：嗯，催眠的話，追溯到一些的小孩啦！小孩之間的因緣啦！小孩的，嗯，輪迴問題啦！會發現說孩子來，這一世來做我的寶... 孩子喔！會這麼 match 的是因為說，之前他救過我的，他是我的大恩人，我這世才能投胎做人來回報他，喔，就是因為，可能就是因為這樣子的際會，這樣因緣際會讓我說，嗯，因為我當時確實有這樣許願，如果他當時沒救我的話，我這一世搞不好也沒辦法投胎了，因為我那時就被獵槍給打下來了，嗯，是！所以孩子對我的，不聽話或者說叛逆，或者說喜歡一意孤行，不聽媽媽的勸解，我藉由催眠讓我我知道說，這只是他的一個過渡時期，那當時，他救我的命大過於他氣我種種所有的一切，喔我常常罵他說，喔你這樣少讓我活了好幾年等等，其實他是救過我的，我這樣子想我好釋懷，心理的石頭，心理的擔子，我覺得迎刃而解，我覺得很多事情不是我想的那麼糟糕的，對。</p>	靈 心	催眠後	<p>因緣，他是我的大恩人，我這世才能投胎做人來回報他，我當時確實有這樣許願，他救我的命大過於他氣我種種所有的一切，我這樣子想我好釋懷。</p>	<p>了解與小孩前世關係後釋懷，改善親子關係</p>
042	<p>也透過這樣子的話，讓孩子有改名字喔，因為孩子小時候改過名字，現在還未滿二十歲，不能真正的改他的真的名字，都用叫的，那發現說他自己很有自己的主張、想法，他有他的自由、他的思想，也不能過於太干涉，但是嗯，是，我很慶幸說，在這樣的過程又是一個單親的女人，撫養一個孩子，遭受到外面的冷言冷語，遇到生活的瓶頸等等，嗯我發現說，嗯，有孩子這樣陪伴，覺得真的是，真的是我滿幸福也滿幸運的，對。</p>	靈	前世 催眠		
043	<p>R：是。</p>	靈	前世	跟小孩子父	
044	<p>F：嗯，然後因為當然有追溯到說，跟小孩子的父親，也有這樣子的一個因緣，對，因為可能就是在前...前幾世，我們就是，就是男女朋友，因為環境的關係，不容許我，我這樣子一個，懷他們家的骨肉這樣，對。</p>		催眠	<p>親前世我也懷他們家的骨肉</p>	<p>前世與今生關係雷同</p>
045	<p>R：是。</p>	心	算命	目前男友前	
046	<p>F：那也有看到說，我跟目前男朋友的一個關係，他都是在幫助我，而且一直在，在救我喔，然後讓我覺得說，這個人就是像我的幸運，幸...幸運之神，對，他時常來鼓勵我，甚至當醫生，化為醫生來救我這樣子，或者是說是老闆來讓我，來做生意這樣子，我是覺得，嗯！真的是，真的是緣分。</p>	心	綜合 經驗	<p>世他都在幫助我像我的幸運之神，命盤中剛好跟他的生肖</p>	<p>前世與今生關係雷同</p>
047	<p>再來就是說很 match 的就是說我有做了這樣子一個紫微的命盤喔，八字來頗析的結果就是，剛好跟他的生肖是 match 的，是吻合的，他是來幫我的，他不單單是在事業上、金錢上，就是一直在扶持我的。</p>			<p>是吻合的，在事業、金錢上幫我。我發現很多</p>	
048	<p>所以我更明確的說，我從算命、從卜卦、從改名到催眠，我發現，</p>			事情都是有	催眠算命

	<p>很多事情都是有跡可循的，而且它都是照著你這個計畫慢慢慢的，一步一步的來實現妳自己的夢想，跟妳所要的是什麼！</p>	靈	催眠	跡可循的	是有跡可循的
049	R：是，我記得妳催眠好像也有當過樹的經驗，那妳可以談談那個經驗嗎？				
050	F：是的！當樹的經驗是我記得是在第一次的時候，我化爲是一個松樹，而且這個松樹是很老很老的一個樹囉，嗯。			高山上松樹	
051	R：是非常有韌性的！	靈	催眠	很茁壯，它	
052	F：對，因為我是一棵樹，這個路，這個樹在一個高山上喔，它...它已經很茁壯了喔，它旁邊沒有其他大樹，就這麼我，我就是那棵大樹，對！對！對！因為環境的造成啦！或者氣候的影響啦！造成我很堅定，雖然它老了，但是它屹立不搖喔，然後就是因為...樹，然後第二個化爲白鷺絲嘛！對，小孩子救了我。			屹立不搖，	
053	R：那妳覺得那個樹的個性，跟妳有沒有很像？			個性很像，	個性與松
054	F：很像。而且像一個男生，像一個，嗯...高處不勝寒的一個，一個，一個領導者 Leader，因為它是屬於松樹嘛！它要經過千百年百垂的一些磨鍊，它孤立高聳，它不受外來的影響喔，然後它跟我的個性我覺得是有像的，是有像的，雖然我是一個女生，但是，我的個性跟處事的風範，是卻像是一個男生，而且急性、沒耐性，對。			而且像一個	樹很像
055	R：好，那還有，我們有去元神宮看嘛，對不對？			男生，高處	
056	F：是。			不勝寒的領	
057	R：那妳有改過名字，妳發現元神宮裏面的花叢好像顏色不太一樣？			導者，它不	
058	F：是。			受外來的影	
059	R：那妳覺得呢？			響	
060	F：嗯，我去元神宮之後我、我、我...住的是三合院的，傳統的平房喔，是那邊都有草草木木喔，眷村式的一些草草木木的，對！對，	靈	催眠		
	嗯，花草它的花很旺盛，對。			目前的名字	
061	R：喔，妳第一次的名字是什麼？			是香水百合	
062	F：是，我第一個名字是爸爸給我的，嗯...它的花種是梅花，是，我第二個名字也是給一個老師改的，它的花像是黃...菊...菊花...黃菊，那我現在的名字，也就是目前用的名字喔，它是香水百合，是，那以這樣的花類的種項，跟它的性質來講			，高傲不屈	
	喔，百合它是屬於那種高傲不屈，然後，嗯，很簡單俐落又乾			很簡單俐落	個性與香
	淨、純潔的喔，那我覺得跟我的個性是屬於那種高傲但不傲，			又乾淨、純	水百合也
	喔，是。	靈		潔的，吻合	很像
063	R：跟現在的妳有吻合？		催眠	我現在的個	
064	F：有！有！有！所以，當我去花店的時候，一看到說～這就是我要的東西，這就是我...我只買百合，其他的點綴的...頂多加一個			性高傲但不	
				傲	

	滿天星，其他就不會再...那個了，因為這就是我的...命...命格的所在的一個花叢。對。	靈	催眠 未來		
065	R：好，那嗯，妳還願意再多談一些，跟妳的那個往生的小孩，那個無緣的小孩溝通的那個部份嗎？			無緣的小孩 溝通，未來	與嬰靈溝 通未來再
066	F：嗯，可以的，我覺得很有趣是，嗯我在第一催眠的時候，當要催眠結束的時候，老師，我突然跟老師說：嗯，我好像看到我在洗 SPA 耶，是，然後旁邊有個小女生好可愛喔！嗯大概兩、三歲喔，嗯，祂是我女兒，我很肯定祂是我女兒，祂還叫我媽媽，是，然後，嗯，透過這樣子的一個管道，我發現說祂就是我在，	靈	算命 卜卦	看到我在洗 SPA，旁邊 有個小女生 就是我在四 年前拿掉的 那個寶貝女 兒	回來當女 兒
067	R：那...那時候為什麼決定要拿？是因為...？				
068	F：嗯...				
069	R：因為...因為那時候公司的狀況不太好？	心	算命 卜卦		
070	F：嗯，其實是這樣子的喔，當我有，第一次卜卦認識老師的時後，是卦化六合，因為孩子而不分開，而且這個卦很有趣的是，卦化因為有落空亡喔，而且是孩子的，是因為人為的因素，而不是孩子而流掉的喔，不是因為外來的因素，是因為人為的因素。			第一次卦化 六合，因為 孩子而不分 開，但有落 空亡，因為 人為的因素	墮胎議題
071	而且接觸到說，當在三個月前那個卦卜完之後，卦化六合之後，在一個月多，我又再去卜，兩個月多我再去卜，那時候小孩三個月後就是卦化六沖，因為那時候我已經決定要把孩子拿掉了，要拿掉的前一個禮拜，我又去卜一個卦，那時候我沒有跟老師說我要拿，拿掉這個孩子，結果卦化六沖，就告訴我說這個孩子會不保，而是落空亡的，那我不僅僅是告訴自己說天呀！是不是很多事情，就已經註定好了！	心		兩個月多我 再去卜，就 是卦化六沖 落空亡的， 那時候我已 經決定要把 孩子拿掉了	從卦象中 洩露了我 的決定
072	至於，為什麼會把這個孩子給流掉是因為，當時處境讓我處在一個不安的狀況之下，因為之前有一個讓我，讓我未婚生子的一個，一個很...很...很...很...很經歷百瘡的一個經驗了，我不想說讓我的孩子跟我自己再受第二次傷害...對，那處在於不安的動盪的環境之下。				
073	再來就是，懷了孕讓我產生一種憂鬱症，我好不安全，因為我覺得，住的，我覺得整個的情緒，整個的都變了調，我覺得我好沒有自信，我不快樂，我好沒有把握說，這個孩子生下來，對孩子是不是有幫助的呢？我是不是有環境能好好的帶她呢？	靈	催眠	懷了孕讓我 產生一種憂 鬱症，好不 安全	懷孕初期 憂鬱症
074	所以，我當時要拿這個孩子的時候，我記得是颱風天，嗯，我男朋友就，他比我還難過，是，因為他是說...我可能，我心裡沒有準備好喔，我一直做情緒上的給他的打壓，一直一直折磨他，他也受不了，他希望在，這樣子的情況下生出小孩也不會健康的，也				

	<p>不會快樂的。所以，我們那天就做了，做了一樣的一個手術，把...把未來的小孩給...給...給那個處理掉。</p>					
075	<p>當然，從催眠的當途中，孩子又，又現身到我這個的夢境之後，那他也</p> <p>也很明確的，告訴我說他希望做我們的寶貝喔，那我們也，我也</p> <p>也在，在口頭上也答應說，只要有機會喔，當然是說，我們的工作、事業要順遂喔，那，這樣當然因為年紀也不小了，希望能趕快說能懷一個孩子，然後好好的這樣子，完成這樣子的一個，一個算是人生的一個，一個過程，對。</p>			催眠中他也	嬰靈的	
076	<p>R：好，那除此之外還有沒有其他的部份想要補充的嗎？</p>			很明確的告	期望	
077	<p>F：嗯，是的，因為好幾次就是因為，我的孩子現在已經十七歲了，在這十七年來，小孩子的父親從來都沒有看過這個孩子，是，那在去年的時候我也試著去連絡到這個小孩子的爸爸了，是，這個爸爸也很，很驚訝他，他也是一直說打聽孩子好不好啦？當然，他口頭上是說要看孩子，但是，一年過去了，也都從來音</p> <p>訊全無，那當然跟孩子的建設性來講，一直希望他不能胡思亂想，那他的想法我們不能所控制，只希望說他現在是叛逆期，希望他能想的思想正確，我能導引他正確的方向喔，有時候會覺得他，他還沒有定神，就是恍神，也不曉得自己在做什麼？喔，買一些危險的物品，在家裡製作什麼的，讓我非常的疑慮又擔憂，既然這樣子我來請老師來跟他做這樣子的一個，嗯，開導，一些，一些的分析給他聽，他反而覺得滿聽，滿聽人家老師給他的一個，一個解說，喔！我發現說媽媽講的話，他覺得說，他不相信，他也不在乎。</p>	心	算命	訴我說，他希望做我們的寶貝		
078	<p>那透過老師這樣子的，以他的命盤、八字來跟他分析來講，他似乎</p> <p>能感覺得到，能吸收到，能知道說他未來的指引是要幹什麼的。</p>	心	綜合	請老師開導	兒子透過	
079	<p>我很高興他有這樣子的方向了，不然他會那種...沒有未來的藍圖，</p> <p>他會走得很無助，也不曉得他做得快不快樂，對不對？嗯。</p>	心	經驗	透過兒子的	老師命盤	
080	<p>R：好！那還有其他的嗎？</p>	心		命盤、八字	解析指引	
081	<p>F：嗯，我是嗯，其實以這樣說啦！認識老師大概四年多了，從算</p> <p>命、改名到催眠，我是覺得依我個人來講，我覺得我成長了很</p> <p>多，我也，我也覺得說，每一個人來到這個世界上，都有他的</p> <p>使命感跟他的價值觀，我是覺得說無論現在發生了什麼事，或</p> <p>是處境有多麼不好，都是要讓自己去，也許是老天給我們的一</p> <p>個課程，讓我們去，去完成它，這個過程就是重點，就是你所</p> <p>要學習的一些，一些功課喔。</p>	心		來跟他分	未來方向	
082	<p>那，那我是覺得說，對未來的藍圖，我非常的有目標，而且非常的</p> <p>有自信，而且一定會達成的，而且在這樣未來藍圖，為什麼會有這樣子的自信感，或是這樣子的一個，人生掌握在自己手上，</p>	心	綜合	析，他似乎	未來方向	
				能知道他未	來的指引是	
				要幹什麼		
				我成長了很	人生的功	
				多，每一個	課要努力	
				人來到這個	去完成	
				世界上都有		
				他的使命感		
				跟價值觀，		
				發生什麼事		
				是老天給我		
				們的一個課		
				程，讓我們		

<p>083</p> <p>084</p> <p>085</p>	<p>我覺得這成功已經達成了六成了以上了喔，嗯，我相信只要人肯努力，而且機會是留給有準備的人，那只要肯做，我相信，</p> <p>嗯不管是投入到什麼行業，當你跳脫的時候，你一定要很認知說，你要的是什麼？你做的是對的，喔，你不見得一定要賺很多錢，當很有名的人，不需要，你只要認定自己，相信自己的價值觀是對的，妳會活得很快樂，很幸福，對。</p> <p>所以，我很慶幸認識老師，也帶給我很大的改變，而且我相信，只要有跟我有緣份，我相信我能幫別人，或者能助人，或是有這樣管道，他有興趣想要透過這樣的催眠，或是這樣的算命來講，我希望都有很好的機會，讓自己更深的了解自己。對，讓自己有更明確的方向，對，是這樣。</p> <p>R：好，今天非常謝謝您接受我的訪談！</p> <p>F：謝謝！</p>	<p>心</p>	<p>經驗</p>	<p>去完成它，這個過程就是重點。對未來很有自信，人生掌握在自己手上，只要認定自己相信自己的價值觀是對的會很快樂。催眠算命可更了解自己</p>	<p>對未來很有自信，要認定自己</p> <p>綜合經驗的影響</p>	
----------------------------------	---	----------	-----------	---	-------------------------------------	--