新时代的定义：

要给新时代下一个准确的、为众人所认可的定义并不容易。每一个新时代人，对新时代都会有自己的理解。所以说，有多少新时代人，就会有多少新时代的定义。

新 时代可以是一种思潮、一场运动、一种文化、也可以是一门哲学、一套世界观、或者是一种整合疗法，甚至是一个宗教教派；它可以是一类书籍、一种音乐或电影的 风格流派；也有人将新时代视作是纯属个人的某种神秘体验……有人说，新时代就像是一只大箩筐，什么东西都可以往里扔——外星人、飞碟、水晶能量、占星术、 巫术、超感官知觉、通灵、催眠、脱体经验、纸牌算命、甚至还有中国的易经、风水、气功、中医……等等

新时代的内涵本身也随着时代的变迁而改变。从上世纪六十年代起，新时代由西方的一个边缘运动，到如今已发展成为世界思潮的一种主流，新时代本身经历了一个自我更新、重塑、发展的过程，它的构成和内涵也不断发生着变化。

所以，由于新时代的多义性、动态性和开放性，要概括新时代的全部内容非常困难。

也存在着一种倾向，由于新时代这个名词已被过多滥用，以及媒体对新时代某些侧面的过度关注和曝光，而造成大众对新时代报有偏见。所以，有些人并不愿以新时代人自称。

新时代运动的代表人物之一，佐罗姆斯基（Zuromski）甚至认为：现在是“放弃‘新时代’这个标签并继续前进”的时候了。他认为，无需去寻找一个新的名词来取代它，应该认识到，并没有这个必要。确实，当认识到了新时代的本质，又何必在意它被贴上什么标签呢？

“新时代”也被称作“宝瓶座时代”（The Aquarian Age）。宝瓶座是西方星相学里的一个术语。星象学认为，如今，世界正在由“双鱼座时代”进入“宝瓶座时代”。而宝瓶座代表了直觉和灵性倾向，代表人类的互爱和灵性的觉醒。

在 这个时代，随着物质生活水平的不断提高，科学技术的进步，人类将日益注重对“心灵”和“灵性”的探索和追求。或者说，宝瓶座时代将是一个由物质转向心灵的 时代。而所谓的新时代运动，正是一场史无前例的、促进人类意识转变的心灵革命，这是一场人类精神觉醒的运动。这种灵性的觉悟就是了悟我们乃是源于终极实在 （一切万有）的本质。

新时代思想的渊源和时代背景
新时代思想的渊源：
有人说，新时代思想一点也谈不上新，因为它在古代宗教和智慧传统中早已存在。也有人说它新，因为这些散落在世界各地、各个历史时期的人类智慧的精华，直到这个时代才在我们当中凸显出来。

虽 然新时代运动发端于西方，但新时代思想的根源，可以追溯到古代东方的宗教思想和哲学思想，其中以印度教思想对新时代的影响为最大。东方的道家、禅宗、藏密 和伊斯兰苏菲教（sufism），也是新时代思想的重要根源。新时代思想也吸收了许多古代异教（pagan）信仰，如北美印地安人、非洲人的巫毒教 （Voodoo）、欧洲的凯尔特人（Celtic）、北欧诺曼人（Norman）的信仰。它还从占星术、通灵、诺斯替教、招魂术、和其他新异教传统中吸收 养分。

新时代运动的另一个重要的源泉就是神智学会（The Theosophy Society）。新时代从神智学会的创始人布拉瓦茨基夫人的著作中获取了许多的灵感。布拉瓦茨基夫人将自称得之于她西藏老师的古代智慧传到西方。其中的 许多观念直接为新时代所吸收，例如：宇宙万物源于不可知的、无限、永恒的源头、因果法则、再生观念、万物一体观、灵魂投生物质世界以学习、进化、完善等。 神智学本身就是近代（19世纪中期）对东西方宗教、哲学、文化的融合的一次重大尝试。

而英文New Age一词就是由神智学会中的另一位重要人物爱丽斯·贝利（Alice Bailey）于1949年提出的。

其 他影响新时代运动的宗教、思潮和运动还有：唯灵论（Spirituality）、新思想（New Thought）、人类潜能运动（the Human Potentials Movement）、整合健康运动 （the Holistic Health Movement）等等。

新时代运动的时代背景

六十年代的越战、新科技的发展、亚洲宗教对西方思想界的冲击，是新时代运动的主要时代背景。

在上世纪六十年代越战阴影笼罩下的美国，年轻一代对现实的困惑、对战争的厌恶、对生命意义的迷惘，是新时代运动的直接肇因。

自 工业革命以来，西方一直崇尚科学技术和理性主义。科学技术突飞猛进，物质文明发展日新月异。但这并没有带来人们所向往的美好生活，并没有阻止战争，反而给 西方人带来了巨大的心理危机和精神困惑。因此，在当时，各种非理性主义和重新强调人的自身价值的人本主义思潮应运而生。

除了反对越战，二十世纪六十年代还发生了许多重要的文化运动，如嬉皮士运动、民主政治运动、妇女运动、种族运动、绿色运动等等。在这种背景下，西方人将目光转向东方，试图从东方古老而神秘的智慧中汲取灵感，找到解决心灵危机的良方。

这 时，有许多东方灵性导师前往西方传播东方传统思想，其中著名的有：克里希那穆提、喻伽那达、铃木大拙等等。有许多来自东方的传教者和修行大师在美国传播其 修行方式和宗教思想，例如，著名的甲克虫乐队（Beatles）所追随的玛哈里西（Maharishi ）的超觉冥想（Transcendental Meditation），以及注重禅修的奥修（Oshio）。东方的宗教（特别是印度教和佛教）、哲学思想、以及文化在西方的传播，给新时代运动奠定了丰 富的文化和哲学基础。

另外，科技文明所带来的交通和信息传播的便利，也给新时代思想的迅速传播起到了推波助澜的作用。西方人通过各种资讯手段，可以迅速获取有关东方的禅宗、道家、密宗、以及瑜珈的知识。

新 时代运动从六十年代的非主流运动发展到八十年代，已经融入了西方社会的主流文化。新时代运动蓬勃兴起的标志性事件，就是1987年根据好莱坞女影星雪莉· 麦克琳（Shirley MacLaine）《坦言》（Out on a Limb）一书拍摄的同名电视系列短片的播放，它在美国掀起了新时代运动的热潮。一瞬间，全美的书店、电视、广播，学校，到处都可找到新时代运动的踪迹。 根据美国教派专家瓦特·马丁（Walter Martin）的估计，每四个美国人中就有一人涉及新时代运动。新时代运动由此真正成为一场轰轰烈烈的文化运动和精神运动。

新时代的主要观念

下面我们简要地探讨一下新时代思想的一些主要观念：

新时代的宇宙观：

一切万有(All That Is)是新时代思想中的一个极其重要的观念。它是万事万物的源头，它既存在于一切之中，又超乎一切之外。

它 是我们灵魂的本原。我们除了肉身之外，更是永存的意识，不灭的灵魂。我们每一个人，作为一切万有的一部分，为了自己种种不同的理由和目的，选择来到这世 上，通过肉身来体验世间生活。如赛斯所言，我们在三维的现实系统中，正在学习如何运用并扩展精神能量（也叫作思想能量或心灵能量），以尽可能忠实和完美地 在肉身中塑造灵魂。

而我们所身处其中的无尽时空、星云宇宙、山河大地则完全是一切万有的创造。我们在其中也以不断将自己的信念、思想和情感转化为具体的物质和事件的方式，创造着个人的和世界的环境。你所处的环境、你所遭遇的事件，实际上就是你自己内在情感、能量和精神环境的物化。

赛斯说：“人类是意识的不同形态在其中旅行的场所……你们是正在形成的意识的训练系统。在你被允许进入更广阔、开放的现实系统之前，你必须首先学会处理能量，并通过具体化（materialization）来认识思想和情感的具体后果。”

新时代的人生观：

新时代人有着什么样的人生观呢？

赛斯说：“把你现在的自己比作是一幕戏里的一个演员；这个比喻毫无新意，但却很恰当。……你们创造了道具、布景和主题；实际上，你们自编、自导、自演了整出戏。”

这确实是一个贴切的比喻。在赛斯看来，我们的本质——灵魂或实体——就是源于一切万有、但又高度个人化的精神能量。它拥有无限的创造力和无限的发展的可能性。它将自己置身于肉身之中，而它身处其中的这个物质宇宙，则是一种由宇宙能量所组成的活的伪装。

灵魂“正在学习现实化的艺术”（the art of actualization）。它必须学习现实化的方法，它在自身之内找到这样的方法——在戏的三维场景的限制中实现自我。

所以作为灵魂，它是在“学习成为共同创造者”、“正在学习成为神”。每一个人都在学习为了创造性的目的运用自己的能量。所以，人生就是一个学习的过程、体验的过程、创造的过程。

新时代人强调，每一个人都是自己的命运的主人，命运靠自己去创造。新时代人不相信命运是由天注定的、或是某个无法知晓的前世中的自己的所作所为造成的。新时代人勇敢地肩负起自己命运的责任，并且对自己的环境负责。

当他深刻地认识到自我的真正本质，透彻地理解自己所扮演的角色，他就会以更宽阔、更明晰的视野来看待生命和这个世界，他就会以积极、乐观的态度来面对，以更大的动力和创造性把戏演得更好，更深刻地理解自己所面对的各种困难和挑战，并克服和战胜它们。

赛斯提醒我们：“一方面你们把生活太当真了，而另一方面，你们并没有足以认真地对待你们游戏般的存在。”他会更投入，也会更超然地对待生活。

就像戏中的演员，他不会将作为道具的物质财富当作他最终的追求，而会通过这些道具来创造和实现自我。

但新时代的人生观并不否定世俗生活，而是把它看成是一个灵魂创造与成长的机会和工具。新时代人更强调身、心、灵的全面发展，而不压抑或排斥其中任何一个方面。

新时代人认为，对灵性的追求，与富足、健康和成功的世俗生活并不矛盾，相反，灵性的丰裕，自然而然会带来物质的富足、和谐的人际关系、健康的身体。金钱本身是中性的，并不等同于罪恶，它是一种能量的象征，外在的富有，可以反映内在的丰盈和自我的价值观。

如赛斯所言，组成山河大地和我们身体的原子和分子皆有自己的意识。当我们明白了这一点，我们就能明白自己与自然的亲密关系。甚至有人提出了盖娅假说：地球及其居民，本是一个有机生命体。人类，就像其他地球上的动物、植物、矿物一样，都是这个有机生命体的一个组成部分。

新时代人明了自我与他人、与物质世界、与周围环境的真实关系，他们心中会时刻体认到一种一体感。对他人、对世界的爱、向往和平、爱护环境、自然而然成为新时代人的共同特点。

在善恶观念上，新时代也坚持人性本善的观念。恶只是在相对世界中为了体认善而存在的观念。只有相对的恶、只有相对的恨，而这些也只是灵魂在体验、认知的过程中最终回归善和爱所设置的道具而已。

新时代人注重将我们关注的焦点更多地转移向我们的内在，我们内在的直觉、情绪和情感。因为，正如赛斯所说，一切的答案，都在我们每个人之内。

新时代的生死轮回观：

新时代人相信，我们不仅仅是必死的肉身，更是不朽的灵魂。灵魂进入肉身，来到物质世界，当完成一生的学习之后，又藉由死亡脱离肉身，回到我们来的地方。在一次又一次的人世经验中，我们得以成长和进化。以更大的角度而言，这些前世和来生与今生同时存在，彼此互相影响。

我 们身处其中的这个物质世界，从更深的层面上而言，正是我们意识的投射。出于学习和发展灵魂的目的，当我们置身于这个物质世界之中时，它又显得如此真实。为 了要演好这出戏，我们用幕布将自我与大我（Higher Self）隔开。我们于是“忘了”自己灵魂的真实身份，专注于物质世界的生活，并完成我们在此的目的。我们受到物质世界时空和自我感官的限制，而这些限制 也是为了帮助我们在此学习、体验、创造，达成灵魂的进化。

在每一次轮回中，我们都为自己制定学习的课程（比如：学习宽容、学习尊重、学习爱……），我们选择自己的家庭、性别、种族、地域、时代……等等，这些外在环境都有助于我们此生的学习。

对 即将到来的一生作出计划之后，我们就出生到这个世界上，开始自己新一轮的人生之旅。在这旅程中，我们会通过解决自己设置的难题、克服自己的弱点、培养自己 的才能来学习运用灵魂的创造力。但剧本并不是无法更改的，我们有时会因为自己设置的目标过高，或自己选择逃避而失败，这些没有学会的课程会留待“来世”继 续学习；我们有时也会低估自己的能力，或出乎自己预料地发挥出自己的创造性，而超越了自己剧本所设置的课程。

当一生结束之后，灵魂又回到原来的存在状态，灵魂并不会受到上帝或神灵的审判，也没有可怕的地狱。相反，灵魂会对自己一生的表现进行反省、检查，并据此制定出下一生的计划。而有些高度发达的灵魂，会从这个地球学校“毕业”，进入更高的现实。

新时代的死亡观和轮回观得到了现代西方科学界对濒死经验、脱体经验、倒溯催眠等研究成果的极大印证，并正在得到越来越多的人的认可。

新时代的生死轮回观有助于人们摆脱对死亡的恐惧，并认识到自我的更深刻、更广大的本质及力量。

新 时代的生死轮回观并没有简单地直接拾取古代印度教和佛教中的轮回观和业报观，而是远远超越了其传统意义。传统的轮回观将今生的不幸、苦难、困境都归因于前 生的所作所为，往往会使人怨天尤人，消极沉沦。而新时代的轮回观将轮回纳入灵魂的更广大的视野之中。对于不受时空属性局限的灵魂而言，前生、今世、来世都 是“同时”存在的。根据赛斯的观点，固然前世可以影响今生，今生也可以影响来世，反之，今生也可以影响前世，来世也可以影响今生。

佛教的 业报观念，是基于一报还一报的简单的因果法则，行善者会升入极乐世界，作恶者会堕入十八层地狱。而新时代的观念更具开放性，新时代人并不认为有地狱，即使 有，也只在灵魂自己的心中；也不存在永恒的惩罚，有的只是自我惩罚。一切全有并不对任何灵魂加以评判，灵魂自身才是唯一的评判者。灵魂正是通过因果法则来 进行学习，并获得成长。

新时代的自我观：

赛斯反复强调，不必抹杀自我，自我只是我们在物质世界里活动时意识必要的焦点，和我的其他部分之间并无界线，他还强调，自我并无局限，除非你相信有。

对自我的重新认识，或者说自我的觉醒，使新时代人获得一种真正强大的力量。这种力量引发个人身、心、灵的变化，并促成生命的富足和灵魂的提升。

许 多新时代大师都提醒我们，我们平日只是自以为清醒，其实都是生活在深浅不一的催眠状态里。克里希那穆提不断叫我们觉察、放空、活在当下。他在《从已知中解 脱》一书中写道：“我们每个人天天生活在惯性中而不自知，我们对一切人、事都是以‘已知’去了解，从未真正放空，完全如实面对。”

葛吉夫所创立的第四道的要旨也是叫人无时无刻“记得自己”。

新时代所倡导的其实就是一种更自觉的生活态度。如何在充满矛盾、琐碎的平凡的日常生活中，时刻记得自己的真正的身份——不朽的灵魂——并在日常的生活中如何发展自我的灵性。这种新的自我观将产生一种内在的和平、宁静、喜乐、以及爱的情感。

另一方面，新时代强调，每一个独特的灵魂都是一切万有的一部分，所以并没有隔绝、不变的自我，每一个灵魂都是同源的，也是相连的、一体的。正如赛斯所说，没有一个完全隔绝的系统。因而，每一个人的命运和全人类的命运也是密不可分的。

新时代对爱的强调：

新时代所有的高灵、天使、以及大师们所传递的极其一致的信息就是：“一切万有”的本质就是爱，灵魂的本质就是爱，宇宙的本质就是爱。赛斯说，宇宙因爱而成，是“一切万有”这个创造者的“爱之梦”；“你的存在基于爱的浪潮。没有了你的爱和欲望，你就不会在这里……”

正因为新时代人有这种对爱的本质的深切理解，所以新时代人最为共同的特征就是满怀爱心。他们是爱的倡导者、爱的传播者、爱的给予者。

有 趣的是，新时代人似乎偏好将爱与光明联系起来、甚至等同起来。这大概与新时代人的某些神秘体验有关。在神秘的狂喜（至乐）（ecstasy）中，他们与万 物的本源融为一体，对这种感觉的最常见的形容就是：那就是光，那就是爱。这也与濒死经验者的报告不谋而合。濒死经验中最震撼人心的一幕就是，在濒死经验的 某个阶段，濒死者与光的存在（the being of light）相遇的那一刻。这种光达到一种非人间的明亮程度，却并不刺眼。它是一种充满了爱的生命存在，是上帝、基督、天使的化身。

学会爱其实是灵魂在人间的学习课程中极其重要的一课。光与爱的化身——高灵欧林，说：“你生活中的每一情境，都是你灵魂创造的、教你如何获得爱和力量的学习经验。”

爱，是我们所拥有的最伟大的力量，它能转变仇恨、化解战争、改变一个人的命运、维系人与人之间的关系、它能改变整个世界。

高灵伊曼纽对爱的本质有着很好的阐述。他说：“真相是：你们，作为神，已同意进入这个虚幻的世界，来从爱自身之外了解爱的本质，因而在黑暗之中记住爱。”而这样的黑暗，“要被视作一个达成爱的机会，而不是一种威胁”，因为，

一个人因没有爱的生活而了解爱。
一个人因认识到他失去了爱而找到爱。

所以，我们来到这个世界，心中怀有爱的光芒，我们可以用它来点亮更多的心灯，用爱来照亮世界。

爱不仅能给他人、给世界增添温暖，同时也能使自己成长。

还有一种与爱相似的情感就是感恩。当一个人明白他与自然、他与一切万有的真正关系时，他心底就会油然而生一种感恩之心。这种感恩之情会使他保持宁静、喜悦的心境、博大、宽容的胸怀。

如果说爱能使我们像明灯一样发光，那么感恩就像一块吸力强大的磁铁，会将美好的事物吸引至我们的身边。欧林说：获得更多的方法之一就是化时间去感激你所拥有的。

神秘体验以及对自我潜能的开发：

新 时代人特别重视神秘经验，因为这类经验本身会带来对自我和世界的认知的更本改变，会深刻影响经验者的未来生活。新时代人采用各种方法，例如冥想、瑜珈、静 坐、催眠、控制呼吸、音咒、药物、仪式等，使自己进入一种意识的变异状态（the altered state of consciousness）。当进入这种难以言喻的神奇状态时，体验者体验到自己与宇宙融为一体，成了一切万有的一部分。这种神秘体验的共同之处在于一 种难以置信的光明、极乐和爱的感觉。

新时代人注重神秘经验的内在动机是意识的转变和提升。

人类从古至今一直用五官来感 知、认识和改变我们的外在世界，但对自我本身的认知并不像对外在世界的认知、改造那样随着时代的变迁而发展和深入。一方面由于历史的原因，为了生命和种族 的延续，人类必须首先将关注的焦点集中于他周围的世界。但另一方面，人类对自身的追问和探索也从未停息过，只是掩藏于更隐蔽的底层而已。

而对自我的进一步的认识，反过来能更好、更明确地去生活、去创造。当历史掀开新的一页，当人类进入二十一世纪，如果我们能发掘、掌握新的感知方式，人类及其世界的疆界将前所未有地得到拓展。

有 人认为，新时代运动的实质就是一种人类社会范型的转变，是人类身、心、灵能力的进化的体现，是人类潜能的全面开发，所以，新时代运动涉及了许多潜能开发的 修行活动，例如：在西方流行的解读辉光（auras reading）、星体投射(astral projection)、冥想、瑜迦等。而在国内，对特异功能的关注和研究、气功热潮等等也有其社会的和历史的原因。

当人类将关注的焦点由外在世界更多地转向内在世界，由对物质生活的追求更多地转向注重精神生活，开发自身的潜能就成为人类发展的必由之路。

人 类将学会运用赛斯所谓的“内在感官”，这使真正的灵性成为可能。通灵成为人类的一种获取有关内在知识的崭新的渠道和手段。前世记忆不再深藏于潜意识之下， 当它上升至意识层面时，人类的视野将前所未有地被拓宽。对灵魂和生命的认识会有质的飞跃，人类将觉醒，它的真正的自我将从幕后走到台前。

新时代与科学：

现代科学的最新研究成果、与新时代所倡导的观念以及古代东方宗教和传统智慧遥相呼应，并且正在得出相近、甚至一致的结论。

一 方面，越来越多的科学家勇敢地跨入所谓的科学禁区——他们对特异功能、心灵现象、濒死经验和脱体经验等神秘现象进行了开拓性的研究，并取得了一些令人震惊 的成果。例如：西方对濒死经验的研究，以及利用倒溯催眠等方法对出生及出生前经验的研究，前所未有地拓展了生命研究的领域，将生命置于一个更广大的视野之 下。而且很多研究结论与新时代的生死观、古代东方宗教信仰中的轮回观和中阴界（bardo）的描述不谋而合。这些研究成果正在逐渐改变人们对自我、对生命 的看法。

另一方面，科学尽管是人类迄今为止找到的认识世界的最可靠的方法，但科学也存在着自身的局限性。比如说，我们现在无法用科学手段 来证明濒死经验的真实性，并不表明濒死经验本身存在局限性。并且，科学方法并不是一成不变和静止的，而是发展和运动的。所以，当目前的科学对某些神秘现象 无法做出合理的解释时，我们不应去否认或回避这些现象，而是应该怀着科学的精神，勇于探索，科学的进步，也就是人类认知的进步。

另外，一 些思想深刻的物理学家正在从古代智慧以及新时代的通灵材料等渠道获得极大的启发。例如，著名的《物理之道》和《物理之舞》就深受东方哲学的影响；《量子 论》的作者波姆（David Bohm）就深受新时代的重要人物克里希那穆提思想的影响，并用以指导自己的科学研究。他们俩还合著了多本著作。

最新的科学研究成果、尤其是量子论的研究成果，已将科学家们带到了一个全新的领域。他们得出的结论甚至令科学家自己都目瞪口呆。爱因斯坦发现：物质和能量是可以互换的，物质、能量和意识根本上是相当的。或者说，所有的存在都是意识的一种形式，在某种意义上都是活的。

在量子物理学家波姆看来，心灵与物质，两者之一都是对方的一个面向，它们相互渗透——“每一件是物质的东西，也是心灵的，而每一件是心灵的事物，也是物质的。”

天文学家金斯（James Jeans）观测宇宙得出的结论是：宇宙不是一部大机器，而是一个伟大的思想。

天文学家亚瑟·爱丁顿（Arthur Eddington）也谈及一种“智慧的宇宙”：在这智慧的宇宙里面，那些看似具体的种种事物——事实上——都是由一种不可知的、有组织的源头出来的宇宙资料产生的。

有 意思的是，作为外在探索的量子力学的研究，最终回答了内在的心灵疑问。波姆说：“宇宙时刻在改变宇宙对自己的看法。我们的疑问、我们的问题、我们的大大小 小的真理，都是宇宙努力在寻求明晰与真理的形式。透过我们，宇宙询问自己，对自己尝试各种答案，为了要——跟我们一样——搞清楚自己的存在。”

我不禁想把波姆所说的“宇宙”一词替换为“一切万有”（All That Is），这俨然就是赛斯的口吻了。站在现代科学前沿的波姆在此与赛斯不期而遇。

新时代与宗教：

新 时代思想总体而言是一种充满灵性的思想，它与宗教有着千丝万缕的联系，但其实质并不带有宗教性质。例如，新时代思想中常常提及的“一切万有”（All That Is）的观念所指的是整个宇宙以及所有生命的终极源头。它是一切事物的创造者，存在于一切事物之中，又超越一切事物。它与宗教中的上帝、神、道等观念有关 联，但又有区别。

传统宗教的“神”的观念，是一种人格的、具象的、高高在上的父性神的形象。而新时代的“一切万有”的观念则是一切万物的源头、我们皆为其一份子。

每 个宗教的创立都有其独特的历史背景和时代特征。在其发展过程中，由于宗教的组织化、所处的社会、政治、文化的影响，许多教义背离了创教者的初衷。这种赛斯 所谓的“宗教剧”的扭曲是无法避免的。随着时代的变迁，这样的扭曲越来越大。所以，目前世界各大宗教无不面临前所未有的危机，相传数千年的宗教，已经很难 满意地解答现代人对自我、对宇宙的所有疑团，作为信仰的宗教的力量正在减弱。

而人类对自我、对心灵世界的探索并未减弱，当物质文明程度达到了一个前所未有的新高度时，这种内在探索的渴望反而显得更为迫切和强烈。

在这样的时代背景下，新时代思潮摆脱了以往宗教的一些局限性，它没有组织，没有门派、没有僵化的教义，更注重和强调自我的探寻和灵性的成长。

从古至今，各个宗教都有自己的教义，告诫人们应如何做人，如何伺奉神，如何生活。但它们各有侧重。西方基督教的教义是建立在恐惧之上的宗教。人类因犯了原罪而被罚出天堂。每个人生来就是罪人，所以必须伺奉上帝，以获得赎罪，进入天堂，否则就堕入地狱，遭受永恒惩罚。

而佛教强调善有善报、恶有恶报的业报法则，做了恶业就会被打入十八层地狱。为了脱离六道轮回之苦而必须压抑、克制世俗的欲望和情感。

而新时代人则认为物质和精神并不是对立的、不可调和的。他们将这个世界看作是灵魂的游戏场和道场，让身、心、灵获得全面的发展。他们肯定人性是善的，天堂地狱都在自己心中，是你创造了自己的现实。他们相信宇宙是友善的、是富足的，我们可以生活在一种喜悦和爱的境界。

在现代社会，眼界开阔的现代人更应选择一种身、心、灵并重，三者全面发展的观念。身、心、灵的关系就像一套三驾马车，三者齐头并进，这驾马车才能顺利、快速地前进。任何割裂三者或回避、忽视其中任何一方面的做法都是片面和不可取的。

不像绝大多数宗教，新时代人反对权威和偶像崇拜，而是强调个人是一切万有的一部分，每一个灵魂都是一切万有的独特的和不可或缺的体验、创造和自我探索。所以，新时代强调的是人的心灵的觉醒，意识的提升和转化，发挥灵魂的无尽的创造力。

另 一方面，历史上各种宗教都多少包含着人类对自我和宇宙的认知和洞见。如果剥除宗教组织、教条和教规等的外衣、就会显露出古老的智慧。而新时代思想所做的正 是这一项工作，它从古老智慧中吸取丰富的营养，兼收并蓄，并试图回答有关宇宙、人生、灵魂、终极实在等等所有宗教都关心和试图回答的问题。

宗教对于新时代人而言，已失去意义。因为他们知道，他们无需寻求和膜拜任何外在的神灵，因为他们清晰地认识到自我、灵魂的伟大源头，他已在他的内在找到真正的神性。

新时代与通灵：

通灵是新时代思想的重要来源之一。所以，如何看待通灵问题关系到如何评价新时代思想。

通灵是一个通灵者与一种非肉身的灵性存在沟通的方式。通灵在世界许多宗教和文化中普遍存在。以往主要是用于预卜、宗教仪式和与死去的亲人沟通等等。而由通灵得来的、构成新时代运动重要理论基础的通灵材料和以往的通灵有着显著的区别。

这 主要表现在它们多用现代、科学的语言，更强调个人的重要性、而非强调对某种未知力量的盲目崇拜；它们都重视个人的灵性成长，以及社会整体的转型和发展，并 预言即将到来的人类的心灵革命。在当代西方文化中，外星人、飞碟等的盛行以及对生态保护等环境问题的重视，和新时代通灵文化有着极大的联系。

无庸讳言，新时代中的通灵材料良莠不齐、真伪混杂，有些材料或者自相矛盾、或者令人不知所云，令读者无所适从。在上个世纪80年代和90年代，通灵甚至成了公众奚落新时代运动的标靶之一。

但 还是有一部分公认的优秀的灵通材料，它们前后一致，极具说服力。尽管这些材料所传递的世界观并不完全一致，但它们与佛教、吠檀多（Vedanta）哲学和 新思想等传统的核心相呼应。但它是一种新的综合，它通过强调人类的创造力的潜能和意识的转变，为人类提供了新的希望和前进的方向。

在新时 代所沟通的最著名的同灵材料有：赛斯（Seth）资料、欧林与达本（Orin & Daben）、伊曼纽（”Emmanuel”）、 拉扎里斯（Lazaris）、《与神对话》、《奇迹课程》、巴塞洛缪Bartholomew、拉菲尔（Raphael）、亚历山大 （Alexander）、和威廉·詹姆斯的死后灵魂（Posthumous William James）等。这些导师所传递的信息深浅不一，风格各异，但其实质大体相同。

一般而言，通灵所获得的信息都会带上通灵者个人的心理和信念的色彩。通灵现象本身并不足以提供我们接受或排斥它的理由，我们对通灵材料的判断、取舍的标准应该是，以我们的经验与智慧，看它们的教诲是否真正唤醒我们沉睡的意识，是否有助于我们对自我的认识和心灵的成长。

新 时代的通灵材料传达了一整套深奥又庞大的知识和智慧的宝库。总体而言，这些通灵材料的内容分析了人类的境况并提供解决之道，以帮助人类发现自己真正的命 运。这些材料都基于有关现实本质的某些假设之上。基本而言，他们试图说服我们，我们并不是我们自认为的样子，我们的许多苦难可以追溯到我们的错误的身份； 他们是来“唤醒”和“提醒”我们的。他们的语气充满热情、有时愤怒、嘲讽、或警告，但更经常是安慰和劝告，让我们放心。

这些高灵所传递的 主要信息有：我们都是神的一部分，是一切全有的一部分，他们是来提醒我们原本拥有、但却遗忘了的知识。人类的世间经验只不过是意识的种种经验之一。我们具 有内在神性。人类来到世间，将自己与自己的源头切断联系。人类在时空之中的血肉之躯的经验只不过是意识许多的经验方式之中的一种。人类被漂流进了深深的睡 眠之中。切断了它与源头的联系，中了“物质的符咒”——忘记了它的源头和身份。大多数的通灵材料指出：甚至这是一种必须的牺牲，一种探险，一种实验——一 个新的物种被给予自由意志——它有意识地——通过尝试和犯错——发展与一切万有一致的价值。

通灵材料，作为来自另一个世界的声音，目的都是要将我们从虚幻的物质世界中唤醒，提醒我们将我们关注的焦点从外在的物质世界转向内在，转向自己的内心，提醒我们天赋的神性，以及我们与一切万有的联系。

新时代的通灵资料，无论其“真实性”或来源，这些材料本身形成了一门哲学，为解答人类世代以来有关自我及宇宙的疑问提供了极富启发性的答案。

新时代的特点：

我们现在可以总结一下新时代思想的一些主要的特点：

兼容并蓄：

新时代人对各种宗教、哲学思想和传统智慧并不招单全收，而是按自己的个人喜好，各取所需，决定取舍的标准完全取决于自己的喜爱和价值观。也可以说，新时代人是一群什么都不相信、又是什么都相信的人。

在 新时代思想中能找到东方宗教和思想的多种元素，也并不一味排除基督教思想，甚至吸收新异教、魔法、星相学、风水等神秘文化。另一方面，它也吸收融合现代科 学、理论和思想，以符合现代人的价值观。因此，它是一种“大杂烩”，也可以说是一种“混合主义”。它本身是一种兼容和融合，吸收和继承了人类文明史的所有 精华。

灵性追求：

但这样的混合并非是五味杂陈、良莠不分，它的主旋律还是围绕意识的觉醒和对灵性的追求而展开。新时代人 思想上的最大的共同之处也就是思想上的灵性取向。他们注重超越物质追求以外的精神需求的满足、内心的和平宁静，以及最大可能的发挥创造性和潜能，并获得个 人的成长和自我实现。

雪丽·麦克琳宣称：“对我们的神性的知觉是最高的智能……有一个基本的灵性法则，它会使世界变成一个更幸福、更健康的所在，这就是，每一个人都是神（everyone is God.）。”

新时代的神性观是对个人本质的最高肯定，是对自我的又一次解放，是灵魂的又一次苏醒。

万物一体：

万物一体观是新时代的代表思想——一切万有是万物的根源，我们都是一切万有的一部分，我们与一切万有是相连的，我们与天地万物是相连的，因而我们也是一体的。

另一方面，我们是创造者——一切万有——的一部分，我们具有与一切万有同样的神性和创造力。或者说，你就是上帝，上帝在你之内。

最 能体现新时代万物一体观的就是盖娅（Gaya，大地之母）假说：整个地球及其上的生物形成一个有生命的存在体。地球上的生物、大气、海洋与地表，形成一个 复杂的系统，此系统可以被看作一个生物体，大自然中的所有生物其实都是一体的。所以，新时代人更强调全球意识，“地球村”的观念。

相对主义：

新时代人的相对主义认为，在真理和道德上均没有绝对性。换言之，新时代人不承认存在一个统一的标准。也就不难理解，新时代人反对任何形式的权威。所以在本质上，世界上并不存在真正的善恶与对错，善恶对错会随环境与时空而改变。

另外，新时代人也主张并不存在一成不变的绝对真理，真理本身处于发展、创造之中。对许多新时代人而言，真理是相当个人化，也是全然主观的。

新时代人容许每个人拥有他自己的“真理”。他不以一己的标准作为唯一的判断标准。他们崇尚宽容和理解。所以，新时代思想有着极大的包容性。

你创造你自己的现实

“你 创造你自己的现实”是新时代思想的经典理念。新时代人认识到了自我灵魂的真实本质，以及外在宇宙只是一个场景，是供灵魂游戏、创造、体验的舞台。真正的创 造是由内而外，而非由外而内。不单是你周围所处的环境是意念所架构，而且每天发生在你身上的每件事情，都是你的信念的物化。

从最深的观点来说，山河大地，乃至整个宇宙，都是由你的心显现出来的。你个人的所有环境与遭遇，都是由你内心创造出来的。外在现象都是你内心的反映。了解到这一点，你就不会怨天尤人，你会认识到，你就是自己命运的主人和创造者。你有什么样的信念，你就有什么样的人生。

赛斯的思想：

赛 斯是一个曾经在地球上投生过多次，如今已不再专注于物质存在的能量人格要素（energy personal essence）。自1963年开始，他通过美国女诗人简·罗伯茨之口口述了近二十年的信息。这些通灵资料被称作赛斯资料。赛斯资料博大精深，包含的领域 有：心理学、生物学、物理学、形而上学、哲学、宗教、甚至史前文明等等。

赛斯在新时代思想中有着举足轻重的重要地位。由罗伯特速记的赛斯资料的原稿至今收藏于耶鲁大学的图书馆中。如果说，新时代思想是汇集人类历史智慧的一座宝藏，那么，赛斯资料就是宝中之宝。

在赛斯资料中，我们可以找到对几乎所有新时代观念的清晰陈述。赛斯的思想成了新时代思想的理论基础和哲学基石。赛斯资料在新时代的地位的无可替代的，并且，赛斯的思想正为越来越多的人所接受，为生命意义的探寻者提供极大的灵感和启迪。

赛 斯的主要思想有：我们通过我们的信念创造自己的现实。物质宇宙是意念的建构。物质世界是内在世界的向外投射。今生只是我们在不同时空经历的生命之一。我们 所遭遇的喜怒哀乐的经历是我们生命轮回中的教育手段，它们展现我们行为的后果。因为宇宙的本质是爱，所以我们是安全的。

赛斯资料中一切全 有的观念是一个极其重要的概念：一切全有是一切的源头，我们每个灵魂都是一切全有的一部分，都是一切全有的不可或缺的、独特的展现。一切全有并非是一个永 恒不变的、至高无上的上帝。正如它的每一部分处于不断的变化发展中一样，一切全有也是永远处于“成为”的过程中。

赛斯由此为我们展示了一幅宏大而令人震惊的灵魂和宇宙的画卷：

宇宙的存在，起源于一切万有的创造力的爆发。在宇宙被创造之前，意识还未得以展现。一切万有知晓广大无限的可能性，但它永远也不能彻底了解自己，它渴望爆发出来，以作为其一部分的存在体（实体，entities）来体验生命、创造世界。

这样的存在体或超灵、全我又分出许多单独的灵魂，这些灵魂为了体验物质生命，而以肉身来到这个世界。而我们所自以为的“我”只是灵魂的表层，对应于心理学的潜意识、意识、超意识中的一个层面而已。

而每一个灵魂在这时空宇宙中经历许许多多的生命轮回、有着不同的人格、个性，灵魂因而发挥其创造性，获得体验和成长。

赛 斯在《个人现实的本质》中说：“你的灵魂将它自己与肉身相结合，并在肉身中经历一个丰富得难以置信的世界，以帮助创造一个多姿多彩的现实维度。你的灵魂出 生至肉身之中，以丰富感官知觉的非凡领域，以感觉能量被做成物质形式。你在这里通过身体运用、享受和表达你自己。你在这里帮助意识的巨大扩展。你在这里并 不是叫喊人类境况的悲苦，而是当你发现它们与你内在的欢乐、力量和生命力不一致时，去改变它们；去在你的肉身中尽你所能地忠实和美妙地创造灵魂。”

我曾经从古今中外圣哲那里寻找人生及宇宙意义的答案，但并没有找到令我心满意足的答案。赛斯资料是迄今为止，我所找到的给我最大心灵震撼和最大满足的答案。尽管赛斯思想中很多内容目前无法印证、甚至有些超乎想像，但我却觉得与我内心深处“有戚戚焉”，让我能欣然接受。

赛 斯思想不仅具有科学性和理性，更充满常人无法企及的高度智慧。但他的思想并不深奥玄妙，完全是用现代人所能理解的语言传达过来。赛斯于我而言，并非是一个 其他维度的虚无飘渺的高灵，而是一个有血有肉、充满智慧、对人类充满爱、理解、宽容、鼓励与肯定的可亲可敬的长者。他的幽默感更令他在我心目中的形象栩栩 如生。

赛斯并不以真理的拥有者自居，他只是试图向我们展示我们所忽视的来自我们自己内在的生命的知识。他只是在提醒我们聆听自己灵魂的声 音，他说：“[许多人]无需聆听我的声音，因为他们聆听橡树和鸟儿的声音、他们自己生命的声音。我是一个拙劣的模仿者，是对你并不在倾听的你自己灵魂声音 的模仿。当你认识到生命力、牢固和欢乐是你自己的，并且源于你自己的生命之泉，当你认识到你无需我的保护，因为你自己没有什么要保护的，我将不再需要，我 也乐意如此。”

我愿意相信，也乐于相信赛斯的预言：在二十一世纪，人类将发生一场巨大的革命，以致看来象是变成一个新的物种。

我承认，我对赛斯的思想还是一知半解，如果赛斯资料是一座巨大的宝藏，那我刚刚一只脚跨入宝藏之门，而这座宝藏又会将我们指引向另一座更为伟大和壮观的宝藏——我们自己的灵魂，以及它的源头——一切万有。

新时代是历史的必然：
新时代思想普及：

新时代的主要思想观念在西方社会已深入人心。美国的民意调查表明：
7%的人相信水晶具有治疗能量。
8%的人相信占星术。
9% 的人相信泰罗纸牌算命。
大约25%的人相信一种非传统的、通常与新时代思想有关的上帝的观念。
11%的人相信：上帝是一种人可以企及的更高的意识状态。
8%的人认为，上帝是个人潜能的的完全实现。
3%的人相信，每一个人都是神。
从1991年至1995年的一项长期调查结果表明：新时代人占总人口的20%，并且是第三大信仰团体。

新时代对整个人类社会的方方面面都造成了或多或少的影响，并且这些影响还在继续，还在增强。新时代首先影响了人们的思想，然后影响人们周围的世界。

社会的变革：

随着科技的巨大发展、物质生活的极大改善，旧有的社会范型和生活方式正在发生巨变。当物质层面的需求得到满足之后，人们开始更多地思考和追求人生的意义，实现自我的更高价值，获得更大的心灵成长。

在社会的经济方面，物质达到饱和的程度，个人由赚钱的需要转为追求有意义的工作，健康与心灵的富足。在商业领域，人们强调合作而非竞争，强调双赢，而不是你死我活。在企业管理方面，管理者更注重人性管理，鼓励员工的自我实现。

在政治方面，在国际社会，相互尊重、平等合作、相互依赖、共同发展已成为国际关系的共同准则。对人性的肯定，对生命的关爱、对世界和平的渴望和呼声越来越强烈。

现代的交通、通讯技术和互联网的迅速发展，使得我们的世界的时空限制被缩小了，只是的传播更容易、更快捷，人与人的交流更直接、更方便。地球正在变得越来越小，小得就象是一个村庄。

历史的必然

回 顾人类历史，人类已在这个星球上经历了漫长的五千年。这五千年对于一个个体是足以漫长，但对于人类发展之路而言，却是刚刚起步。人类刚刚摆脱茹毛饮血的时 代，在这个星球上，依然有着战争、仇恨、贪婪、贫困和愚昧。人类还没有学会和平共处，还没有学会分享、互爱。但人类确实已取得了长足的进步。我们可以看 到，在这个新的世纪刚刚来临时，一种新的意识正在觉醒、正在形成，正在越来越明显地引导人类前行的方向。

如果把人类发展史比作短暂的一天，那么我们刚刚度过慢慢长夜，迎来依稀曙光初现的黎明。如果把人类发展史比作一个人的一生，我们今天的时代才是一个青春期的少年，开始步入心理的成熟期。

新时代思潮的形成和蓬勃发展，可以说是人类心理成熟的标志。我们每一个人正在独立而又合一地酝酿未来世界的心灵气候。新时代并非只是一种思潮或心灵运动，实际上它关系到生活在这个时代的每一个个人，关系到每一个个体和整个人类的内在觉醒、转变和发展。

第 一百只猴子是新时代的著名寓言。暂且不论这个故事是否有科学依据，它所揭示的更基本的事实就是：量变的积累达到一个临界值时会导致质变。何况根据新时代的 世界观，我们都是一切万有的一部分，本质上我们是一体的，当人类其中的一部分发生了意识的进化，当他们的数量达到一定的临界点时，全人类的意识会发生质的 飞跃。

新时代为当今世界提供了一幅乐观的远景。在新时代，人类的意识将得到极大的拓展和提升，并发展出许多心灵能力。人类的世界观和社会形态也随之发生变迁。人类将更好地运用精神能量和创造力。

正 如欧林所言：“崭新的世代即将到来，整个人类正慢慢地觉醒到超意识的实相，而且人们也将亲身经历它们更高本质的开阔与深远有力。在那个将来的世代，你们都 会受到鼓舞地在你们所创造的每件事上展现你们的大我。比如说，你会希望自己的住处、所买的物件、关系乃至生活方式等等都能反映你更高的理想与价值。同样 地，你也会透过自己的谋生与消费的方式来表达你更高质地的爱、幸福、快乐、和平、活力、宁静与内心深处本来面目的觉醒，这些都将随着不可思议的创造力与观 念的洪流，一起出现在新的年代。”

赛斯也指出：“当人认识到是他自己用具体的形式创造了他个人的和世界的环境时，他就能开始创造比现在这个由偶然和无明所构造的更为优良的个人的和世界的环境。这就是我们带给这个世界的主要讯息，这也正是人类观念发展的下一条路线。”

新时代思想基于古代东、西方深厚的文明积淀，继承现代科技文明和理性原则，借助人类对自身潜能的开发以及通灵等手段，前所未有地深刻揭示了人类及其世界的本质，并为人类未来发展指明了崭新的方向。

当代著名宗教学家、基督教神学家约翰·希克也指出，人类将进入一个新的维度——灵性的维度。

我们今天相会在这里并不偶然，正如我们来到这个世界并不偶然。
我们是正在觉醒的人，正如我们从来没有沉睡。
我们是有幸目睹新时代第一道曙光出现在东方地平线的人。
我们不仅坚定地相信、不仅热切地期盼
而且我们正在共同酝酿、我们正在亲手创造
一个崭新的时代！