

前世今生 Reflections on Reincarnation 感悟錄

經歷五次輪迴轉世

感悟六世人生故事

揭開跨越時空的生命篇章

人生原來不只活一次

而靈魂的記憶

從未真正消失過

何柏慧 著

前世今生
Reflections on Reincarnation
感悟錄



何柏慧 著

目錄

序	5
---------	---

前言	8
----------	---

▸ 慧靈今生的旅程

第 1 章 人生最大的轉捩點	12
----------------------	----

第 2 章 獨來獨往的童年	25
---------------------	----

第 3 章 一場舞會便展開她的人生之旅.....	33
--------------------------	----

第 4 章 身不由己的孽緣・婚姻	40
------------------------	----

第 5 章 艱辛的母職旅程	50
---------------------	----

第 6 章 有緣無份受盡相思之苦	58
------------------------	----

第 7 章 把精神寄托在事業及兒子身上.....	67
--------------------------	----

第 8 章 第三者隱晦式介入	80
----------------------	----

第 9 章 婚姻結束與獨身生活開始的交替	99
----------------------------	----

第 10 章 低谷中尋回自我・邁向靈性覺醒之路	105
-------------------------------	-----

◀ 慧靈前世的旅程

第 11 章 前第一世：戰爭下的小孤女——小師妹....	116
第 12 章 前第二世：悲慘命運的丫鬟	124
第 13 章 前第三世：一妻三妾無兒無女的富商	136
第 14 章 前第四世：擁有兩個兒子的單親富商	148
第 15 章 前第五世：夜總會年青單身的老闆	166
第 16 章 遠離俗世的晚年	176
第 17 章 總結六世人生旅程	181
第 18 章 臨別寄語	190
作者的一段話	194

序

你是否曾經懷疑過：為甚麼你的人生會是現在這個模樣？

父母、配偶、兄弟姊妹，甚至朋友，為何會以那樣的態度對待你？

這一切，都不是偶然，而是與你的前世息息相關。

「欲知前世因，今生受者是；欲知後世果，今生作者是。」

每一段劇情的發生，背後都有清晰的因果脈絡。

每一個重要人物出現在你生命之中，都有其確切的由來。

得知前世經歷，最大的益處，就是能重新理解自己。

理解自己每一個選擇背後的動機，明白每一個習慣的根源。

我們都可能曾經扮演過多個角色，都為我們帶來不同的性格與傾向，養成各種各樣的習慣，最終塑造了今天的這個「我」。

覺醒之後，當我們能夠看清自己過去的每一個選擇，並明白那些選擇如何塑造了當下的生命狀態，我們便能更真切地認識自己。也因此，我們能以更開闊的角度去看待自己與他人的互動模式，從而找到理解與接納彼此的方法。

其實，一個人的命運，最終只有自己需要為自己負責；沒有人需要為你的人生承擔責任。

從宇宙的高處看下來：父母、兄弟姊妹、配偶、朋友，他們的出現與影響，就是為了讓你的人生增添磨練、樂趣、意義與風景。

若你正身處情緒低谷、無法放下極端的憤怒，或被命運的某些情境困住，這本書或許能幫助你解開心結，卸下情緒的枷鎖。

人不必勉強去原諒那些不可原諒的人。當你看見前世因果時，便會明白愛自己、坦然接受自己的一切，才是作為人的首要責任。

在業障的遮蔽下，許多人如霧裏看花，無法理解人生安排的真正意義。但當你開始看見，就會發現：每一次相遇、每一段關係、每一個劇情，全都不是偶然，而是靈魂精密安排下的因果交錯。

親人、朋友，甚至仇敵，皆有前世因緣所牽。喜歡一個人、討厭一個人，都有其前因後果。

我們在潛意識中選擇了今生的角色，而這些角色，往往是前世中我們羨慕、嚮往，或業力尚未了結的延續。

靈魂總是記着放不下的人，以及那些難以平息的情緒，也記得那些未竟的承諾。

人生在世，是為了靈魂的體驗與修煉。

每一場不如意，每一次痛苦，都是靈魂的淬煉與成長。當我們懂得釋懷與轉化，便是踏上真正覺醒的道路。

生命的意義，在於活出每一個當下，從中領悟智慧，最終走向開悟。

何柏慧 敬上

前言

作者深信，撰寫這本書是她最後的人生使命。她不得不寫，因為那是一股來自靈魂深處的驅動力。在書寫過程中，彷彿自有一股神性的力量同時在引領與推動着她。每一個畫面、每一句對白，寫下時都如親臨現場似的清晰浮現在腦海中。

她曾猶豫十年，因為她本是一名商人，並非文人，雖然自小便酷愛閱讀。尚未動筆前，她懷抱着六世生命中重要片段的記憶，常感到沉重不安。那些鮮活的片段，彷彿不斷催促着她，必須將它們記錄下來，並分享於世。直到完成最後一章時，她的內心才頓時輕盈起來，彷彿終於能將六世的記憶真正釋放出去，使腦海重歸安寧，無論她仍在世，抑或日後離世。

這本書，記錄的不是故事，而是她親身體驗過的靈魂記憶，是她六世生命裏重要時刻的回溯。每當舊事不停地在她腦海中輪轉，提醒她「誰是誰」時，那股想要把記憶寫下來的衝動，便難以以理性解釋，只覺得迫切而不可忽視。因此，她便大膽嘗試憶述下來。

由於人物關係由簡單到後來變得極其複雜，要清楚記錄下來，實在並非易事。書中記錄的每一個畫面、對白與場景，都是她在靈魂療癒歷程裏，於深層靜心的高度精神集中時，所見、所感、所經歷。這些內容不是虛構創作，也不是憑空想像。

她清楚，大多數人或許不相信輪迴與前世，更不要說曾經親歷其境。她只是要忠實記錄下來，因為這些都真實地發生在她的六世生命旅程當中。

願你在閱讀這段靈魂旅程時，也能照見自己的故事。若這些文字能為讀者帶來一點啟發，或一點慰藉，那麼她已經心滿意足。



慧靈今生的旅程 第1▶10章

人生最大的轉捩點

六個月了。

屋苑內的寧靜早已消失無蹤，取而代之的，是一次又一次的喝罵聲，那刺耳的噪音令人難以安寧。鄰居們早已習慣：喝茶時聽見它，看報時聽見它，甚至在夜半夢醒時，也彷彿能聽見它的回音。

沒有人知道爭吵的真正起因，只知道那頂層的玻璃窗後，吵鬧聲一日比一日激烈，像是積壓已久的火藥庫，連日來不斷爆發。

沒料到，今天竟是鄰居聽到嘈吵謾罵聲的最後一天。

位於香港新界大埔坳半山的一處低密度住宅區內，一棟三層高背山面海的洋房頂層單位，每日每夜都迴盪着慧靈激烈的責罵聲。這些聲音如怒濤般洶湧，響徹整棟樓房，驚擾着整個住宅區。

在這片本應鳥語花香、微風拂樹的寧靜地方，這樣的噪音顯得格外刺耳。周遭的樹木彷彿都在瑟縮，鄰居們只能無奈忍受這持續不斷的喧囂，或者早已心中不斷埋怨，為他們的清靜生活被打擾而煩躁。

2003 年的一個午後，帶着醉意卻依然言詞凌厲的慧靈，站在客廳中央，情緒像燃燒的火焰般愈發難以控制。她緊盯着偉明，語氣尖銳、毫不留情地叫囂着：

「偉明，你鍾意返去溫哥華繼續做你個奸夫角色，我唔阻你！我哋呢個屋企，已經唔再需要你！一陣飛嚟香港，一陣又飛返溫哥華，你而家好威咩？有兩個住家咩？有兩個女人等緊你咩？你自己揀喇：如果你決定留嚟香港，就唔好再飛去溫哥華；否則，就索性留嚟溫哥華，唔好再返嚟我呢個屋企，我哋唔需要你喇！」

她的聲音在寬敞的客廳裏迴盪，聲音決絕。偉明沉默地坐在梳化上，身體直挺挺地僵坐着，眼神空洞無神。由於他的口才笨拙，因此從來不敢與慧靈爭辯，更何況此刻，他連一句話都不敢說出口。

慧靈越說越激動，內心的委屈和憤怒像決堤的洪水般湧出：

「你哋溫哥華啲朋友都返晒嚟香港，你而家仲要飛返去，淨係為咗服侍人哋個老婆，我嗰個唔知醜嘅大嫂！？你唔使再扮曬好人喇，你根本就係喺度勾緊大嫂呀！你哋兩個喺嗰邊出雙入對，唔知羞恥㗎咩？你哋唔覺得難為情㗎咩！？係天理不容呀！我已經冇辦法再忍受你哋兩個狗男女，你不如索性躡返去溫哥華，以後唔好再踏入我屋企半步！」

觀世音菩薩顯靈引路

外面陽光明媚，白雲在湛藍的天空中悠然飄動，整個屋苑被柔和的陽光籠罩，空氣清新得令人心曠神怡。

但是，慧靈內心的怒火卻揮之不去。她站在客廳的落地玻璃窗前，望着窗外的大海，想起偉明與大嫂之間的親密情景，怒火再次湧上心頭。

她拿起一瓶紅酒，打開瓶塞，毫不猶豫地倒滿一杯。酒精成了讓她放肆的助燃劑，讓她得以毫無顧忌地發洩情緒。她舉杯一飲而盡，隨即又倒滿再飲。

不知不覺間，兩瓶紅酒已經飲盡。慧靈帶着濃烈的醉意繼續對偉明責罵，但內心的壓力卻絲毫沒有減輕。怨恨與絕望像巨石般壓着她的心口，堵得她無法喘息。

突然，她抓起車匙，打算出門兜風，心裏還抱着一絲天真的幻想：偉明會擔心她將要醉酒駕駛，關心她會發生交通意外，追出來試圖阻止她。

但是，現實卻殘酷地擊碎了這份期待。他沒有追來，甚至連一句關心挽留的說話也沒有。慧靈的怒火瞬間在心內爆發，幾乎將她吞噬。

她氣沖沖地衝下樓，開着車從屋苑猛然駛出，毫無目的地向前行駛。車窗外的景色飛快掠過，她卻一點也不在意，只是無意識地踩着油門，讓車子不斷往前衝。

當經過狹窄且危險的單程雙向大埔公路時，對頭迎來的雙層巴士與她的車子幾乎擦身而過，但她毫無感覺。之後，她駛上寬闊的高速公路，最後再拐入一條彎彎曲曲的單向泥路，四周景色逐漸變得荒涼冷清。

最終，她的車停在一個面向大海的停車處。

慧靈下車，濕潤的海風迎面撲來，帶着一絲涼意。眼前是一片寧靜的海灣，環抱着前面的一個小島。她深深吸了一口氣，心中的壓抑似乎稍稍減輕了一些。

就在這時，她轉身環顧四周，目光定格在背後一個簡陋卻莊嚴的神壇上。神壇上方的牌匾寫着「觀音堂」三字，原來那裏是她從未來過的地方：「鹿頸」。

慧靈緩緩走向觀音堂，那一瞬間，彷彿被某種神秘力量牽引着。內心翻湧着十數載壓抑的情緒，當她站在觀音菩薩像前，忽然感受到一股溫暖而慈祥的能量，悄然滲透心底。就像一道光，將那塊壓在心頭多年的巨石，一下子點碎。

眼淚不由自主地靜靜滑落。她感恩觀世音菩薩帶領她來到這裏，照亮她的內心。她突然覺得，這段糾纏至今的關係，終於到了該放下的時候。雖然仍有很多不甘、不忿和憤怒，但就在這一刻，她下定決心，讓他離去。

她轉身離開觀音堂，步伐穩健而堅定。心裏已經打定主意：回復理智，待與偉明完成財產與家務的交接後，便親自送他回溫哥華，從此恩斷義絕，各行各路。

海風吹過山谷，樹葉沙沙作響。六個月的喧囂，彷彿被這一陣風帶走，留下的，只是久違的安靜。

離婚後仍在一起生活

1972 年，23 歲的偉明與 18 歲的慧靈結婚；13 年後，偉明與大嫂的曖昧關係開始；慧靈直至 41 歲才與偉明分居。三年後，她主動正式辦理離婚手續，並向親朋戚友公開此事，卻惹來偉明的責罵。原來他只想離婚，但又不想讓其他人知道，這樣的想法，慧靈只覺得莫名其妙。

直至六個月前，他們的共同財產依舊還未分割，銀行帳戶仍是聯名帳戶，名下物業依然以「生死契約」共同擁有。偉明隨時可以提取帳戶內的資金隨便消費，並繼續與慧靈及子女同住同一屋簷下。

雖然對外早已公開離婚的事實，但實際相處卻與過去無異。出門旅遊時，他們依舊共住一間酒店雙人套房，毫無離婚後應有的距離感，甚至讓外人誤以為他們仍是夫妻。

慧靈就像是一個多疑的妻子。偉明與她大嫂之間的那份曖昧，雖從未被承認，卻又像早已昭然若揭。在溫哥華，兩人藉着與慧靈的親戚關係，每日出雙入對，形影不離，說說笑笑。偉明向朋友介紹她時，依然客客氣氣地稱呼她做「大嫂」，而且慧靈從未見過他們有任何肢體接觸。

面對這樣的一段關係，慧靈始終不知該如何處理。大嫂依舊是她大哥哥法律上的妻子，而偉明在慧靈面前仍舊保留這個稱呼。但大嫂似乎早已將這層身份拋諸腦後，對偉明百般示好，絲毫不避嫌。

辦理離婚手續後的六年間，慧靈只能裝作與他們做「朋友」、做「家人」，甚至經常下班後前往大嫂家，與他們及兩名姪仔共進晚餐，勉強維持着表面和諧的虛假關係。

可憐的慧靈，內心深處仍懷着一絲卑微的期待：也許，只要讓他們這段戀情燃燒一陣子，等到熱情褪去，偉明終會回頭，還她一個看似完美的家。

無奈分居、離婚九年過去，那份期待終究化成泡影。大嫂是故意吊着偉明？還是享受曖昧帶來的優越感與掌控感？慧靈相信，是偉明始終未敢向大嫂表白心意。兩人就這樣曖昧不明地原地踏步，既沒有進一步，也沒有意願分手。

2001年，慧靈帶着已成年的女兒從溫哥華回流香港，而偉明則過着兩頭住家的生活。他在人前炫耀自己享有「齊人之福」，以光鮮體面的姿態穿梭於香港與溫哥華之間：每次回港住三個月，便飛去溫哥華住三個月，一年如此來回四次。

期間，他還會與朋友到大陸打高爾夫球，在樓下網球場打網球，及頻繁出席晚間飯局，把自己包裝成事業有成、家庭美滿的男人。

情緒的無聲抗議

長年維持這段外表平靜的關係，內心卻壓抑着憤憤不平與波濤洶湧的情緒，慧靈並非無需付出代價。

一年前的一個早上，偉明剛從溫哥華返回香港幾日。一如以往，他開車送慧靈前往上班。當車子行駛途中，慧靈突然感到一陣頭暈目眩，隨後頭部逐漸發麻，最後整個腦袋彷彿陷入一片白濛濛、麻木的狀態。

她不明所以，只覺得一股莫名的恐慌湧上心頭。於是臨時改道，前往觀塘聯合醫院急症室求診。所幸，急症室分流醫生很快便接見了她。稍作檢查後，醫生判斷她的症狀並非源於身體疾病，反而問她剛才是否覺得很氣憤，最後診斷只是急性缺氧所致。

醫生建議她做深呼吸調整，只要放慢呼吸，便可無礙。

回到車上，慧靈暗自思量：原來這場突如其來的缺氧不適，根源是她拼命壓抑情緒，而剛才更是把自己想問的問題，強行壓抑下去，才釀成這個結果。

問題是她渴望與偉明把他與大嫂之間的關係說個清楚，但礙於長久以來的壓抑與忍耐，她最終選擇閉口不言，只在心中反覆掙扎，強忍不問。

這份壓抑與強忍，最終透過呼吸短促、缺氧反應與腦袋發麻，向她發出了身體的最後警報。

但是，慧靈仍然選擇表現自己的風度：把一切氣憤情緒封存在心底。直到一年後，情勢終於逼向臨界點。

結束曖昧關係的爆發點

2003 年初，正值香港沙士疫情高峰期，人人自危。偉明卻堅持飛往溫哥華。慧靈心知肚明：偉明所有在溫哥華的朋友早已回流香港，並且每逢週末都會在樓下網球場打三小時網球，然後一起吃午餐。他此行唯一的原因，就是為了與大嫂相聚，延續那段曖昧不清的關係。

爆發點發生在偉明三個月後從溫哥華返港後的某一天。十多年來，慧靈一直將這段曖昧看在眼裏。偉明為了大嫂，早已徹底背棄了她，犧牲了完整的家庭，不僅家破人離，還甘願成為一個有夫之婦的情夫。更令人難以接受的是：這個女人，還是他大舅，也是多年好友的妻子！這是何等缺德而醜陋的不倫！？

那一天，慧靈終於按捺不住，決定正面釐清這段荒誕又有違道德的關係。她在偉明面前，突如其來地撥通遠在溫哥華的大嫂的電話。當電話那頭傳來熟悉的聲音時，她冷冷地問了一句：

「妳究竟係咪真心鍾意偉明㗎？」

對方被這突如其來的直白問題問得一愣，沉默了幾秒。那短短的靜默，對慧靈而言，就像被判刑前的等待，屏息靜氣，卻又焦慮不安。片刻後，大嫂終於猶豫地開口：「係……但我又可以點樣啫？我自己都未辦離婚。」

慧靈沒有多說，立刻掛斷電話，毫不猶豫地將這個答案告訴了一直站在她身邊的偉明。房間瞬間陷入死寂，唯一能聽見的，是彼此沉重的呼吸聲，時間彷彿凝結在那一刻。

偉明呆立數秒，隨即衝進洗手間，猛地關上門。下一刻，傳來撕心裂肺的嚎哭聲，那不是普通的哭泣，而是一場情感徹底被釋放的嘶吼。十多年的等待與壓抑，終於在這一句承認中得到了明確答案。

那聲嚎哭，如同一把利刃，直直刺進慧靈的心口。她猛然意識到，這場痛哭從頭到尾，都與自己無關。

痛心疾首的瞬間，只剩下一個「為甚麼」？

慧靈怔在原地，像是被人迎面重擊，腦袋一片空白。她明白這一刻意味着甚麼：他的嚎哭，不是為自己，不是為這段婚姻，而是為那個女人。她胸口像被重物壓住，呼吸急促，手腳冰冷。

腦海中，那些多年來他們的親密畫面如走馬燈般閃過：他們倆無論在香港，還是在溫哥華，那形影不離的身影；偉明每天回家的時候，總是來去匆匆；對慧靈的態度，總是非常冷漠；還有天真的自己，一次又一次地懷疑自己是否杞人憂天。

剎那間，她的身心便陷入極端矛盾與衝突之中：對完整家庭的慾望與執着、對失去的恐懼，以及自我理智完全失控。她的心如火燒般，就是一種從骨髓深處燃起，幾乎要將她焚毀燒盡的痛楚。她感到自己被推到懸崖邊，背後是萬丈深淵。

慧靈覺得自己真的十分可憐。為了經營這個家，她受盡委屈，吃盡苦頭：從服侍老爺奶奶，借債度日，到為他生兒育女，拋棄愛情，努力令家境富裕。如今，因為這個「大嫂」的一句認愛，因為偉明的這場嚎哭，他們的關係便真的走到了盡頭！

離婚這麼多年，慧靈仍然繼續供養他，與他同住一屋簷下，甚至仍把他視作伴侶和事業夥伴。但她從未真正得到過他應該給予的一絲關注與愛護。她甚至無法想像，這個男人會為她而流下一滴眼淚。

更荒謬絕倫的是：慧靈從未喜歡過這個男人。原因很簡單——他的樣貌並非慧靈所喜歡，偉明對她從來沒有半點吸引力。32載的共同生活，她從來沒有正眼看清楚過他，也從不與他擁抱過，更遑論親吻對方。這是甚麼夫妻關係？

那麼，為甚麼她會無條件與他結婚呢！？

偏偏，她就是為了這樣的一個男人，犧牲了自己整整大半生！

不僅被他的曖昧戀情欺騙十多年，每逢他遇上麻煩事，慧靈都會一一幫他解決。她的青春歲月，就這樣讓這個男人耗盡了。

世間竟有如此荒誕的事情！為甚麼？？？

自尊心的全面粉碎

一向被視為精明能幹的慧靈，在這一刻，自尊心徹底粉碎。她一直自視清高、自信滿滿，自重而自傲，無論是外貌、辦事能力，還是智慧與個人風格，她都自以為勝人一籌。結果，這些年來，在偉明心中，這一切顯然不值一曬。

這一擊之下，慧靈所受的精神打擊無法言喻，她徹底崩潰，彷彿完全失去了理智。她不再壓抑情緒，也不再選擇沉默，史無前例地像潑婦罵街般大吵大鬧，口不擇言地痛罵偉明與大嫂多年來不肯承認，卻又曖昧不清的行為。這段不倫戀讓她無所適從，更讓她不斷懷疑自己，令她幾乎自以為精神失常。

這場極盡洩憤的咒罵，持續了整整半年。慧靈的情緒愈發激烈，漸進近乎瘋狂的狀態，後果卻只是令偉明與子女對她避之唯恐不及。

精神崩潰與自殺衝動

當精神崩潰進一步加劇，甚至萌生自殺傾向的念頭時，慧靈終於不得不主動前往急症室求診。經醫院評估後，她被轉介至精神科，並開始服用最高劑量的抗抑鬱藥物，以穩定那近乎失控的情緒。

站在窗邊企圖跳樓的那一刻，她並不是因為萬念俱灰而想要死，而是因極度憤怒與不甘，找不到任何可以洩憤的出口。她曾想過燒炭，也想過關上車房門，坐在司機位內，用一氧化碳結束生命。每一次怒火湧上，她都激烈地想像：唯有用自己的死，才能報復那兩個人，讓他們追悔莫及，甚至幻想自己化作厲鬼，才能報此仇，雪此恨。

偏偏，微弱的理智總在關鍵時刻提醒她：如此犧牲自己的性命，只為報復那兩個人，真的值得嗎？

她慶幸自己骨子裏流着生意人的血，每當到了最危險的關頭，本能的計算便讓她冷靜下來：「止蝕離場，不是更划算嗎？」

何不把他們的人生，交給他們各自的命運去承擔？

她深信：人在做，天在看。

解開世俗的枷鎖

慧靈相信，觀世音菩薩聽到了她內心那危險的報復聲音，引領她來到觀音堂，慈悲地點化她，讓她豁然醒悟。她明白，自己的人生不該再被囿於世俗的枷鎖，甚麼「女子從一而終」、甚麼「完整家庭」的傳統觀念，是時候跳出那套老舊的思維邏輯，另覓出路。

這段荒謬而無愛的緣分，歷經 32 年的拉扯與苦撐，終於在「恩斷義絕」中走到了盡頭。



後記：

或許，正因為她在前世曾出家十多年，長期供奉觀世音菩薩，所以在她今生最危險的時候，觀世音菩薩便出手相救。

至於慧靈為甚麼會嫁給那個她並不喜歡的偉明，在前世回溯中，最後終於有了清晰而又合理的答案，讓她恍然大悟。



獨來獨往的童年

慧靈之所以能在挫折與困難面前不低頭，並能在長期忍辱負重中逐步覺醒，相信是自小已種下了獨立自主與堅韌的種子。而這一切，還得從她的童年說起。

韓慧靈，1953 年出生於香港，自幼備受父母疼愛，童年過得愉快而安穩。她從小便展現出明理、自信、早熟的性格特質。她勤儉慳家，寬厚忍讓，從不與人爭執；不愛玩樂，也沒有玩具，總是習慣獨來獨往。

她做事嚴謹認真，凡事要求做到最好。她只投入自己有興趣的事情，從不願參與流於表面的閒談，認為那是浪費生命。因此，大部分時間，她都選擇做自己喜歡做而又擅長做的事。

在家中，慧靈偶爾會陪伴弟妹們玩耍，但多數時間都沉浸於書本的世界，展現出對故事劇情的嚮往與知識的追求。

迷路的童年記憶

慧靈的命運，似乎從小便注定要獨來獨往。初入幼稚園的三個月，她由鄰居的哥哥姐姐帶路上學；其後，她便獨自往返——由花園街，穿出旺角道，越過彌敦道，再轉入上海街。

對一個五歲小童來說，這樣的路途算很遙遠的，但年幼的她背着書包，穿梭於大街小巷，表現得自信而毫無懼色。每日放學後，她總是獨自瀟灑地離開，讓那些等待父母接送的孩子們，羨慕不已。

年僅七歲的慧靈，隨着一家人從旺角花園街的舊式唐樓三樓，搬到通菜街一幢沒有電梯的新式洋樓九樓。這次搬遷整整耗了一天，從清晨忙到深夜，才算安頓下來。當所有行李堆放到位後，母親牽着慧靈的手，帶她到樓下，讓她認識新家的街道環境，好讓她第二天能自己找到上學和放學回家的路。

第二天中午放學後，慧靈走在陌生的街道上，卻發現眼前的景象與昨晚完全不同。白天的街道比夜晚更加熱鬧，每個樓梯口都有商店，燈火通明，櫥窗裏展示着各式商品，人們忙碌地工作着。母親昨晚忘記告知她門牌號碼，慧靈只好從街頭走到街尾，又從街尾走回街頭，試圖找到記憶中的樓梯口。

背着書包、餓着肚子的她，像個小偵探一樣，徘徊在陌生的街道上。從中午1點到晚上9點，她在對面的街道上來回認樓梯口，直到所有店舖都打烊，樓梯口的小商舖為櫥窗上了木板，她才終於找到那她剛認識的樓梯口。一口氣跑上九樓，推開家門時，她滿心疲憊，但迎接她的卻是母親平靜無波的一句話：「回來了嗎？吃飯吧！」

或許正因如此，慧靈在往後的人生裏，總能在困境中摸索出屬於自己的出口。

幸福的居住環境

慧靈的居住環境似乎一直備受幸運之神的眷顧。她的父親雖然只是的士司機，但一家人在她八歲那年，搬進了香港當時最著名的高級公共屋苑——蘇屋邨。

他們的住所面對着寬廣的花園和兒童遊樂場，四周綠樹成蔭、鳥語花香，庭院空間寬敞，令人置身於花園洋房一般。這樣的居住環境，為慧靈的童年帶來了無數的快樂時光，也成為她成長記憶中不可磨滅的一部分。

童年已隱現領導才能

在學校，她積極參與各類課外活動：在工聯會辦的幼稚園就讀時，便被老師挑選參加舞蹈訓練與表演；小學時熱衷田徑比賽，更應老師要求籌組話劇團，擔任導演與編劇，亦負責創辦舞蹈訓練班，親自編排與指導。她每天早上6點出門，晚上10點多才回家吃晚飯，生活忙碌而充實。

慧靈就讀的小學——勞工子弟學校，是一所校園寬敞的左派學校，整體校園氣氛常帶有濃厚的政治色彩。學生經常被召集參加各類會議，內容多圍繞自我批評與反省。

她對這些集會非常投入，經常第一個舉手發言，久而久之，更常成為全班同學發言的帶頭人。從中，她不斷觀察自己、反思自己，並在無形中培養出覺察內心世界的習慣。她對自己的所思所想、一言一行都格外留神，並且經常公開作自我批評及反省。

每天早課時，慧靈總是被老師選中，擔任用普通話朗讀《文匯報》社論文章的代表。這段經歷讓她的普通話比一般人優勝，也為日後用普通話與人溝通的表達能力奠定了基礎。

儘管她的學業成績只屬一般，但她對事物的分析力卻異常出眾，總能以自己獨特的方式表達文章內容。而在數學方面，她更展現出過人的邏輯推理能力。這些特質，也在她心裏悄悄埋下日後成功的種子。

由於大表姐生產第二胎時，讓她留在家中幫忙照顧大女，慧靈偶然從書架上抽出一本瓊瑤的《六個夢》來看，從此便愛上了閱讀。後來，她熱衷於閱讀愛情小說、武俠小說與家庭倫理故事，看得多了，很快便能輕鬆讀完一大本又一大本。她閱讀時極為專注，對文字充滿熱愛，童年時便立志要成為一位小說作家。

捐贈零用錢的小女孩

小學三年級的慧靈，一向習慣省吃儉用。得知一位中三學姐因清潔化學實驗室發生意外身亡，且家境貧困需要籌款殮葬時，她毫不猶豫地捐出自己所有的積蓄，連同當日的巴士回程車費：整整五元八角。

那筆錢並不是輕而易舉省下來的。慧靈的家離學校很遠，每天需要搭 45 分鐘巴士往返。一趟巴士費用一毫子，來回就是兩毫子，父親每天給她三毫子作零用錢。其他孩子可能用剩下

的一毫子買麵包當早餐，但慧靈選擇不吃早餐，把這一毫子一點一滴存下來。多月以來的積蓄，原本是她的「小金庫」，卻在得知學姐的不幸後，毫不猶豫地全部捐出。

當天下課後，她背着沉重的書包，沿着巴士路線一步步走回家，足足走了三個多小時，累得回到家後便癱倒在床。

多年後學佛時，小小善心，原來無意間也為自己積下了一點福報。

被母親信任的童年

1962年初的一個寒冷夜晚，慧靈七個月大的弟弟因高燒引發抽筋痙攣，讓母親驚慌失措。她沒有叫醒比慧靈年長兩歲的哥哥，而是第一時間喚醒了當時只有九歲的慧靈。慧靈在半夢半醒之間，脫口而出：「快送弟弟去急症室！」

的士駛至街口紅綠燈時，恰好遇見正在開夜更的爸爸的計程車，兩車並排停在紅燈前。他們拉下車窗，慧靈簡單交代情況。爸爸送完乘客後隨即趕往醫院，與母親會合照料五弟。

多年後，慧靈曾問母親，為甚麼當年沒有叫醒哥哥，反而選擇叫她？母親淡淡地說，可能潛意識裏覺得她比哥哥更可靠。

後話：其實，前世的角色會不斷影響我們今生的潛意識，尤其不要小看習慣性的影響。

小學生大行動

1964年12月，11歲的慧靈接到學校分派的任務：為學校籌募經費。她和其他小學生一樣，分到五本捐冊，每本十張。對家境普通的孩子來說，這或許只是稍費周章；但對慧靈而言，卻是一道難題：她的親戚朋友、叔叔伯伯和鄰居，在她心目中幾乎全都生活在貧窮線以下，日常已捉襟見肘，怎能再開口向他們募捐？

她望着手中的捐冊，一籌莫展，卻又不甘心放棄。某天，她在報紙上看到中環大華國貨公司舉辦開幕酒會的廣告，心中一亮。於是，那天中午，她從蘇屋邨搭巴士到深水埗碼頭，再轉乘渡輪到中環，獨自前往那個洋溢着歡慶氣氛的開幕酒會現場。當時衣香鬢影、熱鬧非凡，正當眾人交際應酬之際，慧靈鼓起勇氣，向賓客逐一募捐。在這樣的場面下，賓客們紛紛慷慨解囊。

慧靈的機智與膽量，讓她滿載而歸，任務完成得異常圓滿。這段經歷令她格外自豪，與其向貧苦的街坊鄰里開口，她寧願遠赴陌生之地，向富有人籌款。這種敏銳與果斷，或許正是她與生俱來的特質。

多年後回望，慧靈在事業上稍有成就，這份早熟的膽識與觀察力早已埋下伏筆。若追溯更深層因由，或許她前世便是一位精明幹練的生意人，那種靈活應變、洞察時機的本能，早已深藏於潛意識之中。

一個孩童自己入醫院做手術

11 歲那年，慧靈經常因喉嚨痛而高燒不退，幾乎每週都有三四天臥病在床。醫生診斷為扁桃腺發炎，建議動手術切除。

由於父母忙於工作和照顧年幼弟妹，慧靈只好獨自從蘇屋邨長途跋涉到西營盤的那打素醫院，獨自辦理入院手續，並接受手術。

最有趣的是，當她在登記處辦理入院時，護士問她是「內科」還是「外科」，她一頭霧水，只好退回等候椅上暗自思量：割扁桃腺究竟算內科還是外科？這算不算介乎兩者之間呢？這個問題，直到今日她仍未找到答案。

最後，還是由護士帶領她進入病房——一間有八張病床的大病房。裏頭空蕩蕩的，只有她這個小女孩，獨自躺在靠窗的一張床上。

手術後的當晚，當她望見窗外對面的一家人圍坐在餐枱前共進晚餐時，心頭忽然湧起一股孤單與可憐的感覺。那一刻，她才深切明白，原來有家人陪伴是多麼溫暖而珍貴。正因如此，這也是她第一次深刻體會到：擁有一個完整家庭的重要性。

這次手術暫時解決了她的健康問題，也讓母親無須再為逼她進食而費心。

直到多年後回溯前世，她才驚覺，自己的喉嚨痛病根，與過去兩世的遭遇與死亡方式密切相關。這次手術，其實只是今生的一次暫時修補。到了晚年，喉嚨毛病仍再度復發，即使扁桃腺早已切除，所幸對她的健康影響並不大。

對童年的感想

慧靈的童年成長於物質匱乏的年代，身為家中長女，她雖不像傳統「大家姐」那樣常駐家中照顧弟妹，卻早早在心態與行動上都能獨斷獨行，並天生擁有超越年齡的成熟與責任感。



一場舞會便展開她的人生之旅

1967 年，中共文化大革命的浪潮席捲香港，社會動盪不安，慧靈一家七口也無法倖免。父親因響應香港工聯會發起的的士大罷工，被迫停工，收入大幅縮減，每月僅由工會配給五百港元，根本不足以應付一家七口的日常開支。

14 歲被迫退學離開校園

連每月 35 元的中學學費，也成了難以負擔的壓力。最終，學校以她未能按時繳交學費為由，勒令即時退學。其實她對學業充滿熱情，萬般不願離開校園，但現實殘酷，她只能接受。她向父親提出唯一的條件：哥哥也必須一同退學。她不能容忍重男輕女的偏頗，不願獨自承受失學的命運。就這樣，兩兄妹一同離開校園，踏入社會工作。

那年她 14 歲，剛升上中學二年級。離開校門時，她在心中暗暗立誓：將來一定要重返校園。果然，在 38 歲那年，她如願再次成為全日制學生，那是後來的故事了。

紅色歲月的終結

在父親介紹下，慧靈進入一家國貨公司工作，負責銷售之餘，還要到工人俱樂部學習當時的舞蹈，然後組織並帶領公司的文藝舞蹈組排練，並聽從公司分配到各工聯會為工友演出，進行文藝宣傳、加強團結。

豈料，1969年香港的文化大革命戛然而止，她被告知要解散舞蹈組，並於當天即時被國貨公司及工人俱樂部同時解僱和勸退。

那一天，她被迫徹底告別香港的紅色組織圈，帶着迷茫與失落漫步街頭，不知何去何從。

改變一生的舞會

不久後，她加入一家當時相當流行的日本百貨公司，成為出納員。換上精緻貼身的公司制服，站在鏡子前面的她，第一次感覺自己融入了時尚世界。

她每天的工作，就是穿梭於各個收銀站，暫時頂替收銀員的崗位，好讓他們能到飯堂用餐。這樣遊走於全公司，她漸漸認識了公司的每位售貨員和收銀員，也慢慢適應了全新的生活方式。

有一天，一位女售貨員同事邀請她參加朋友週末的舞會。她既興奮又期待，特意为這次舞會購置了人生第一套時尚衣裙、

手袋和高跟鞋，滿懷喜悅地踏出家門，參加她人生中的第一次舞會。

1970 年的這一場舞會，宛如命運精心安排的轉捩點。就在這一夜，慧靈認識了兩位對她日後人生影響最深的人：一位是素未謀面的同父異母大哥哥；另一位，則是日後的丈夫——偉明。

那是一群 17、18 歲少年為了結識女孩子而經常舉辦的社交舞會。表面上看似普通，卻埋藏着對慧靈而言難以預料的劇情。

湊巧的是，就在舞會前一個星期，家中發生了一場意想不到的風波。起因只是一部電視機：買與不買之間，引發父母劇烈的執拗。爭吵後，母親一時氣憤，便向慧靈傾訴不滿，最後竟然說出一個關於父親的秘密——原來父親年輕未婚時，曾與一個女人交往，並生下一個兒子。慧靈聽後震驚不已，但這個突如其來的秘密，母親囑咐她：「只有妳知道就算，不要告訴其他人。」

誰知一週後，在這場似乎命中註定的舞會中，慧靈的命運伏筆便開始逐一浮現。

當晚，來接她的司機偉明在舞會開始前，就對朋友們宣告：「慧靈係我鍾意嘅女仔，今晚佢係我嘅舞伴，你哋邊個都唔可以請佢跳舞。」這番話，把慧靈從人群中「圈」了出來，他成為她全晚的唯一舞伴。燈光閃爍、音樂流轉，一段荒誕絕倫的關係，似乎已在無聲中展開。

神奇的血緣牽引

舞會結束後，其他女孩子陸續離開，慧靈卻被邀與幾位男孩子一同去餐廳吃宵夜。偉明駕着一輛僅能坐五人的私家車，硬是載了七個人，車廂擁擠，她最後被迫坐在其中一位男孩的大腿上。雖略感尷尬，但氣氛熱鬧，她也就沒有必要去計較。

真正神奇的事，發生在翌日中午。星期天，偉明急不及待地打電話邀請她與一群兄弟到酒樓飲茶。一行 14 人圍坐一張大圓桌，慧靈被安排坐在偉明身邊，而昨晚讓她坐在腿上的那位男孩，正好坐在她對面。當她抬頭望見對方的神情、舉止，甚至眼神時，心中不禁一震：那份熟悉感，竟與她的親生哥哥極為相似！

才剛聽完母親上週的秘密，這位「哥哥」就出現在眼前？她起初不敢相信，直到後來得知對方名字，一切才水落石出：沒錯，他正是母親口中那位素未謀面的同父異母大哥哥。

17 歲的慧靈，覺得這場巧遇神奇得近乎命定，就像一切早已被安排好。母親得知後，也感嘆世事無奇不有。在徵得母親同意後，慧靈將此事告訴了父親。得到父母認可，她便邀請這位失散多年的大哥哥回家吃飯。

大哥哥能言善道，懂得討人歡心，連母親也覺得認識他是一件開心的事，並與他保持來往。其實，母親一直知道父親對這個兒子懷有深深的掛念與愧疚。因此，當大哥哥踏進這個家時，她也熱情款待。

當慧靈告訴自己是他妹妹時，他既激動又興奮，第一時間拉着她回家。那天，她在他家門外見到了他的母親與妹妹一面，而那位妹妹的長相，竟與慧靈家中的三妹十分相似。

只是，父親並不承認這個妹妹的身份，因此大家一直沒有來往。但當父親離世時，這位妹妹仍願意到來為父親披麻戴孝，以表達對父親的一份情誼與尊重。

這場兄妹相認，不僅揭開了塵封多年的血緣關係，也讓兩個家庭的緣分重新交織起來。

數年後，大哥哥的母親因病去世；僅兩週後，慧靈的父親亦因突發心肌梗塞猝然離世，地點正是大哥哥母親過世的那家醫院。

後來，慧靈從親戚口中得知，當時大哥哥處理母親後事時，並未通知她一家，導致未能在入殮前進行象徵斷絕今生牽掛的「折斷筷子」儀式。據說，也正因為這份遺憾未化解，大哥哥母親對感情的執念，竟將慧靈的父親一併「帶走」。

世事總在毫無預警之間，交織出難以置信的巧合與伏筆。更沒有人預料到，這位大哥哥原本只是偉明朋友圈的其中一員，日後因兄妹相認而往來頻繁，最後，還成為慧靈婚姻破裂的引信。一切似偶然，卻又處處命定。

讓慧靈憐憫的跟蹤狂

當晚在舞會中臨時擔任司機的偉明，自與慧靈相識的那一刻起，便展開了熱烈而執着的追求。他不僅主動邀請她參加自己所有的朋友聚會，還經常悄悄出現在她常去的地方，下班後，更總是默默守候，只為接送她往返。

其實，慧靈對他並無特別好感。她只覺得這人樣貌普通，外向但十分木訥，眼神閃縮，話語不多，性格顯得異常沉悶。甚至，她懷疑偉明之所以寡言，是因為真的沒有個人想法；或是因為刻意隱藏，不願透露自己的身世背景。無論她怎樣追問，他都只會支吾以對。如此一來，兩人之間既不坦誠，更缺乏真心。於是，她一直認為，他只不過是一個普通朋友。

真正讓她願意繼續與他保持來往的原因，是因為她剛剛脫離中共左派紅色圈子，渴望適應外界的社交生活、拓寬視野，結識更多圈外的人。而偉明的朋友圈，正好為她提供了這樣的機會。

她開始間中參與偉明朋友們的聚會，嘗試適應他們工餘時間的娛樂方式：在朋友家裏打牌、喝啤酒，去歌廳、夜總會聽歌、跳舞……在其他社交場合中，她也認識了一些新朋友，男女皆有，性格各異，讓她感覺自己正逐漸融入這個新潮流的社會。

幾乎任何時候，雖然慧靈並沒有主動邀約偉明參與自己的社交活動，他卻總是默默跟隨。即使她與其他男性朋友一同出入夜總會，他也會靜靜現身，坐在遠處角落的一張檯，只為讓她知道他的存在。他從不多言，卻始終如影隨形。這樣的存在，雖沉默無聲，卻在無形中為慧靈帶來了一種莫名的壓力。

偉明的執着，最初慧靈並沒有在意；久而久之，卻轉化為一種她無法忽視的守候。她開始感受到他的可憐、他的堅持，以及那份近乎卑微的痴戀。這份從同情而來的情感，漸漸在她心中生根。雖然對他沒有一絲愛意，但偏偏帶有一點憐憫，還有一種難以言喻的熟悉感在牽引着她。

最終，這份「憐憫」和「熟悉感」成為他們關係的基礎，也悄然改寫了她往後的命運。



前世今生感悟錄

經歷五次輪迴轉世 感悟六世人生故事

Reflections on Reincarnation

作者：何柏慧 (Fanny Ho)
編輯：Sherry
設計：青森文化設計組
出版：紅出版 (青森文化)
地址：香港灣仔道 133 號卓凌中心 11 樓
出版計劃查詢電話：(852) 2540 7517
電郵：editor@red-publish.com
網址：<http://www.red-publish.com>

香港總經銷：聯合新零售 (香港) 有限公司
台灣總經銷：貿騰發賣股份有限公司
地址：新北市中和區立德街 136 號 6 樓
電話：(886) 2-8227-5988
網址：<http://www.namode.com>
出版日期：2025 年 11 月
圖書分類：心靈成長／人生感悟
ISBN：978-988-8917-62-4
定價：港幣 128 元正／新台幣 510 元正

本書所述人物純屬虛構

如有雷同，實屬巧合。

The characters in this book are entirely fictional.

Any resemblance to actual persons, living or dead, is purely coincidental.

版權所有，侵權必究。

All rights reserved by the author.

經歷五次輪迴轉世 感悟六世人生故事

一段橫跨六世的靈魂記憶，
一次在人生盡頭前的深度自我整理。

人生原來不只活一次，而靈魂的記憶，
從未真正消失過。

她一生冷靜理性，從不輕易吐露心底話。
她的故事，一直被埋藏在無聲的歲月裡，
直到這本書誕生。

這不是小說，卻比小說更真實；
這不是告白，而是一段靈魂甦醒的旅程。

如果你也曾受盡委屈，
在人前理性堅強，
在夜裡問自己為什麼會活得這樣，

那麼，
這本書或許可以令你有一個超乎想像的答案。

Fanny Ho 何柏慧



Mod E



專業出版 國際銷售
紅出版文化集團
加入我們：www.redpub.com

上架建議：心靈成長 / 人生感悟

定價：港幣128元正 / 新台幣510元正