直刺风车

对卡拉·鲁科特和吉姆·麦克卡提的访谈录

（AI 翻译+人工微校版）

By Gary Bean

L/L Research
Louisville, Kentucky
© 2016

简介:

1948 年，唐·艾尔金斯（Don Elkins）心中产生了一种渴望，他希望突破已知的界限，以便在宇宙的背景下把握更宏大的人的目的。七年后，艾尔金斯将他的生命奉献于一个长期调查，目标只有一个：找到并拼接出能揭示这一图景的拼图。这是他的故事。这是他伙伴们的故事。这是爱/光研究中心的传记。那些一年又一年地慢慢而稳健地进行爱的劳动，建立了一个庞大的通灵哲学图书馆，免费将他们的劳动成果分享给其他类似寻求者，并且深刻探索未知，达成了与 Ra 的接触，从而为他人提供了被称为《一的法则》材料的非凡馈赠。

《直刺风车》包含了盖瑞（Gary L. Bean）与当时爱/光研究中心的两名创始成员：卡拉（Carla L. Rueckert）和吉姆（Jim McCarty）进行的为期七天的采访记录。书中探讨了 Ra 接触、爱/光研究中心的历史、三位创始成员的个人传记，以及灵性原则和哲学的考察。书中配有丰富的注释、标题、对称的边距、精美的缩进、行和段落间距、互补的字体以及其他绝对精美的格式设计。

“迄今为止，最生动甚至奢华的揭开面纱的机会，源于极化实体的互动：志同道合者共同寻求，便更能找到答案。——《一的法则》”

编按:

本书由匿名友人借助 AI 工具翻译制作（照片集部分从略），仅经过一次人工粗略审校，译文难免存在不少疏漏之处，准确度大致在八九成左右。此译本并非正式出版译文，谨在将来正式译本问世之前，方便有需要的朋友大略浏览参考之用。（需要注意的是，一法引文也为 AI 翻译，建议可能的话，请根据问答序号查阅正式译文：https://yidefaze.org/racontact/）

本书译文出处：一的法则中文论坛

https://discourse.lawofone.top/c/11-category/11

本书电子版下载地址：

https://yidefaze.org/downloads/

英文原版电子书下载地址：

https://www.llresearch.org/library/tilting-at-windmills

英文原始录像：

https://www.youtube.com/playlist?list=PLRylHe1Zsa7aPIMGWgtHJSnbhjTwTL02X

若您发现本书存在明显问题或有任何建议，请反馈至邮箱：contact@yidefaze.org

致敬

献给卡拉（Carla Lisbeth Rueckert）和吉姆（James Allen McCarty），除了你们，我无法将这本书献给其他人。感谢你们批准并支持这个项目。在你们总是强调自己在材料本身之外的次要重要性的生活中，我知道你们最初担心这次采访会使你们比工作更为重要。我希望我在编写问题、作出免责声明和保持视角上的用心能够取得正确的平衡。

当我第一次以年轻人的身份与你相遇时，我的心态将你提升到了一个崇高的地位。经过多年认识和与你合作，这种表象逐渐褪去，揭示了你完整的、普通的、日常的人性：盲点、缺陷、弱点，一应俱全。

然而，当我构建的形象褪去，你的真实本性显现时，我的崇敬并未减退。相反，看到普通人以非凡的心灵力量在第三密度的尘土与污垢中过着充满魔力、美丽、追寻和服务的生活，我对你的尊敬只增无减。

我们可以将地球上我们集体的人类状况视为在自我困惑的浓密丛林中迷失了。为了理解我们真正的自我，我们依赖科学、宗教或社会文化的真理和神话，试图让这个谜团变得有意义。所有这些来源——当从正确的角度看待时——确实揭示了真理的某些方面（难道不是一切都是造物者遇见造物者吗？），尤其是宗教教义的核心。然而，从表面上看，许多人类思想的线索却遮蔽和扭曲了现实的统一本质。

地图是必要的。虽然我们的人类遗产保留了一些由经历过我们状况真相的神秘来源传递下来的无瑕地图，但大多数地图在不同程度上都是误导的，充满了误解。它们没有赋予寻求者对自己创造和进化的责任和权威。它们没有鼓励寻求者为自己寻找真理，发现自己真正的本质。它们没有建立一个将众多事物与唯一合一的框架（尽可能用言语）。而且，它们通常没有谦逊地仅仅作为地图存在，作为寻求者必须亲自走过的地形的辅助工具。当然，每个人都必须为自己做出这种评估——对我而言是错误的地图，可能对另一个人来说却是完美的。

在这片荒野中，你帮助带来了我所知道的最可靠、值得信赖、清晰、美丽和深刻的地图之一。与你的合作伙伴唐·艾尔金斯（Don Elkins）一起，你们联系了那些谦逊的使者，他们能够为我们矛盾重重的人类状况带来一些清晰，从而开辟了一条独特的新颖而直接的路径，这条路径在你们的工作之前并不存在。这条路径关注于永恒和无限的永恒原则，具有持久存在的潜力。

这条道路总是在内心深处，等待寻求者的努力——你的工作和信息只是指向大海的路标而已——但你带给这个世界的哲学是最清晰的路标之一，它引导寻求者进行内在工作，并探索当意志和信仰的力量在寻求造物者时交汇的无限可能。当然，你不能为所有内容归功于自己，但你可以为你在保留和分享这些信息时的忠实贡献以及作为忠实器皿让造物者从你们七弦的自我中提取和谐与歌声而获得赞誉，尽管有一定的失真。

对那些与这些材料产生共鸣的人来说，你们的工作是一个礼物。你们的生命也是礼物。然而，无论我们在轮回的舞台上扮演何种角色，我们都只是：造物者与自身互动和认识自身。愿我们彼此揭示真正的自我，并在无限的造物者中欢欣前行。衷心感谢你们，卡拉和吉姆。

目 录

致谢 4
介绍 6
第一章 开始 9
第二章 唐遇见卡拉 16
第三章 遇见吉姆 31
第四章 通灵开始 39
第五章 对 Ra 接触的反应 45
第六章 Ra 接触的机制 51
第七章 你们的动力关系 57
第八章 附属物 77
第九章 什么是心灵致意 81
第十章 处理心灵致意 85
第十一章 为什么是你们 91
第十二章 心灵致意的冲击 94
第十三章 心灵致意的具体案例 96
第十四章 Ra 接触的结束 104
第十五章 Ra 接触的什锦 109
第十六章 Ra 接触到 LLResearch.org 的过程 120
第十七章 爱/光研究中心到灵性社区的过程 124
第十八章 社区到 Bring4th.org 的过程 130
第十九章 Bring4th 到现在 134
第二十章 对 L/L 未来的展望 139
第二十一章 组织使命 141
第二十二章 关于哲学 145
第二十三章 形而上哲学（上） 149
第二十四章 形而上哲学（下） 164
第二十五章 通灵的艺术 173
第二十六章 唐 189
第二十七章 唐的最后两年 208
第二十八章 卡拉 230
第二十九章 吉姆 247
第三十章 卡拉与吉姆 270
尾声 276
附录 280
附录 A：在上主的田野中起舞——神圣的性爱 280
附录 B：卡拉的离世 290
附录 C：回顾及卡拉的悼词 296
附录 D：为何取名《直刺风车》 300
附录 E：爱/光研究中心年表 303

致谢

每次读到书中的致谢页，我总是感到惊讶，特别是非小说类书籍。作者往往会感谢足够多的人，仿佛要入侵整个欧洲。我会想，他们是如何认识这么多人，并成功说服他们提供帮助的。虽然涉及的人少一些，但这本书也不例外地遵循了一个不变的法则：出版一本书需要一个团队。每一个将这本书付诸实践的人都慷慨、优雅、无私地投入了他们的时间、精力，有些人甚至投入了大量的汗水。他们包括：Aaron Turner, Michelle Holt, Linda Hoagland 和 Kimberly Thompson。

感谢那些聆听了这次采访音频，并通过转录艺术将口语转化为文本的人。如果你曾尝试过口述转录，尤其是在对话的速度下，更不用说对话中有打断和同时发言的情况，你会知道这是一项非常不易的任务。

特别感谢亚伦·特纳（Aaron Turner），他在这方面承担了大部分工作。

虽然在致谢页中已致以敬意，并在书中表达了感谢，但还是要特别感谢吉姆（Jim McCarty），感谢他在出版前阅读材料，并在编辑和构建脚注和尾注时回答了我无数的问题。

Tobey Wheelock

感谢他多年来主动发起的志愿工作，建立和维护了 www.lawofone.info——这不是为爱/光研究中心，也不是为这本书（因为它是在这本书形成之前几年就完成的），而是为了《一的法则》的学生，而我自认终身是其中一员。他将 Ra 接触的问答编号，并将材料输入数据库以便于搜索，这使得我为这个项目创建超过 400 个问题的研究效率成倍提高，使得书籍更加丰富。也让尾注变得更长了。对此表示歉意。

John Hodapp

感谢他调动了极大的魔力来创作出可能比书名或书籍描述更引人注目的封面艺术。约翰投入了超出预期的精力，相信这个项目，并尽全力配合我对奇幻风格封面和章节标题风车的非艺术性愿景。除了照片画廊和（显然的）艺术排版，他的贡献是这份伟大爱的劳动中唯一赋予视觉美感的部分。我已凝视封面艺术如此之久，以至于它已深深烙印在我的视网膜上。它是崇高而完美的。请访问约翰的网页：www.johnhodapp.net

Ken Wendt

感谢你不仅担任了我的婚礼主持人（你由“后期教徒教会”（Church of Latter-Day Dude）授权，这是一种《大智若愚》的衍生组织），还（谈到与这本书实际相关的内容）专程前往路易斯维尔，投入了一整周的时间来拍摄这次为期七天的采访。在未来，当对爱/光研究中心的工作有超过十个人感兴趣时（比如，外星人降临，或者我们进入新的密度，或者 HBO 制作迷你剧集），这段珍贵的档案影像将记录两位谦逊的人反思他们的工作和独特使命。

Jeremy Weiland

感谢你在红色电话的另一端（就像美国和俄罗斯共享的那种）接听了我紧急的呼叫，并且在我大喊“需要立即编辑！”时提供了非常有用和详细的反馈，特别是在引言、致谢和尾声部分。同时，也感谢你在我开始灵性追寻的全新投生中成为我最久的朋友之一。

Lane Ratchford

感谢你在第一位编辑身体无法继续工作的情况下回应了我寻找第二部分编辑的呼求。尽管你也受到现代人常有的忙碌生活的困扰，你仍挤出时间处理大量的数字文件，应用你的“书呆子语法”来编辑书的后半部分。同时，也感谢你作为心理健康专业人士分享的问题和见解，促使我为第 27 章关于唐·艾尔金斯最后几年写了所需的尾注。

一个想要保持匿名的人（An individual who wished to remain anonymous）

感谢你投入大量时间和精力，帮助完善我们现有的编辑/格式标准，提升了要求，为我们设定了一个方向，使这本书达到了一个专业的审美标准，这是我们自己可能无法实现的。谢谢你，你知道自己是谁。

Austin Bridges

感谢你承担并陪伴我完成这段旅程，进一步发展格式化整个书籍的标准，进行最后一轮编辑（实际上成为了一名图书出版商），导航自出版领域，并扫描了数百张底片、幻灯片和照片，既用于保存，也使我能够建立这本书的照片画廊。我们一起证明了我们能够出版一本书！还要感谢你在办公室里一直陪伴我，在我进行采访时稳住阵脚，容忍我每天打断你的工作，向你提出重要和无关紧要的问题，你在一切事务中如长胡须般稳重如岩石。奥斯汀在放大爱/光研究中心所能完成的工作和帮助将爱/光研究中心桥接到下一个进化服务阶段中，扮演了至关重要的角色。

唐·艾尔金斯

感谢你成为那位我未曾亲自见过，但却最直接和深刻地影响了我生活的人。他的工作如果没有卡拉和吉姆与他进行的协同、互助和奉献的团队合作，绝不会达到或接近巅峰，但这一努力源于他个人对质疑、寻求、知晓和理解的驱动力。他是那位将矛头深深地插入未知领域的领导者，为我们带回了珍贵的宝藏，这些宝藏如果工作得以传承，将影响无数代的灵性寻求者，向着我们难以想象的永恒之地扩展。

最后，感谢米歇尔·霍尔特（Michelle Holt），她在经历了漫长而艰辛的癌症康复过程的同时，负责转录、编辑、咨询、制定内部标准，并完成了她所做的一切。虽然这本书的完成离不开列出所有人员的共同努力，特别是奥斯汀·布里奇斯（Austin Bridges）在书后阶段的出色贡献（以及可能的看不见的支持），但如果我必须提到对这个项目最为重要的天使，那就是米歇尔。在转录了多次会话后，她无私地自愿担任关键的首席编辑角色，帮助奠定标准基础，并帮助我们在过渡过程中迈出了自我赋能的一大步，制定了爱/光研究中心首个明确的内部标准文件——这有助于我们定义编辑和出版标准，适用于这本书及所有未来的出版物。当需要对其他部分进行审查或有疑问时，米歇尔以明显的优雅、支持和爱的注入满足了需求。谢谢你，米歇尔。

这本书在很大程度上是一次爱的劳动。即便是我在开发过程中所做的工作，大约有七成是在爱/光研究中心办公室之外完成的，常常是在深夜使用我的个人电脑。但是，对于那些为这本书付出过的美丽灵魂，我请求你们现在起立，接受一个私人的起立鼓掌（前提是你们不在公共场所，以免引起怀疑）。

对我提到的每一个人，我都感激不尽，言语无法表达我的谢意。希望我不会在来生因果报应上欠你们情。如果是这样的话，我宁愿现在送你们一些连锁餐厅的礼品卡，以免我任何未偿还的因果债务？

谢谢你们，我的朋友们。感谢你们帮助我将这份补充但珍贵的卡拉、吉姆和唐的材料送到寻

求者的手中。希望它能帮助加深他们对哲学的理解，以及它形成的背景。希望它能在他们自我实现的旅程中提供一些小小的帮助。如果不能，那至少能在下次车库销售中带来 50 美分的收益。

介绍

背景

你用生物手，或者是由你的 AI 大脑控制的机械手臂所拿（取决于你阅读这本书的年份）的这本书，包含了与卡拉和吉姆进行的为期七天、30 小时、400 多个问题的采访记录。虽然这本书旨在作为他们通灵和书面工作的辅助和补充，但如果你从这里开始阅读，我们将简要介绍这两位人士。

卡拉和吉姆是非营利组织爱/光研究中心的三位创始人中的两位。爱/光研究中心于 1970 年正式成立，但它源于 1955 年由唐·艾尔金斯开始的研究工作。在五十年的时间里，爱/光研究中心出版了 11 本书籍、1500 份记录和一盘标记为“最佳音乐混音带第 1 卷”的录音带，积累了大量关于灵性、哲学和形而上学的资料，这些资料的核心是通过通灵实验获得的。作为一种伦理选择和政策，爱/光研究中心从一开始就（甚至在互联网出现之前）将其工作免费提供给感兴趣的灵性寻求者。你可以在档案网站 www.llresearch.org 上访问这些材料。

采访的目的

这次采访主要探讨了爱/光研究中心的诞生、成长和发展历程，以及卡拉、吉姆和唐的个人历程。组织的传记和个人经历在许多地方交织在一起，难以分开。更好的方式是全面了解两者，因为了解他们的故事有助于更好地理解爱/光研究中心的故事。

这本书的部分内容探讨了哲学、形而上学和通灵。其他部分则考察了灵性原则，强调这些原则如何在组织和个人生活中显现。书中很多内容只是记录发生的事件、做出的决定、体验的情感、参与的人以及其他传记信息。

这个故事和材料对某些人来说肯定会很有趣，但并非对所有人都客观有趣。我在这里也并不试图传达“你应该关注这些人及其工作”的观点。这本书既不旨在说服，也不旨在娱乐读者；它只是根据现有证据编写的简单记录。*【这份历史记录的编写，也是为了那些在我们化为尘埃，或是成为低温冷冻的肉袋之时，可能传承爱/光研究中心的火炬的人们。那些未来的薪火传承者，以及感兴趣的读者，可以回首过往，从中看到：这是他们的初衷；这是他们自认的身份；这是他们曾努力从事的事业。进而选择去遵循、修正，或是偏离那些曾激励他们一生的原则。】

这本书也假设你，读者，已经熟悉爱/光研究中心的工作。尽管它可以被任何人拿起阅读并理解，但前 15 章更多的是提供传记背景或背景故事，而不是纯粹的传记，适合那些已经阅读过相关材料并希望理解发生了什么以及如何形成的人。对于新读者来说，前 19 章的背景故事不一定能传达出哲学的优雅、深刻和美丽，这只能通过直接阅读材料本身来发现。

这本书涵盖的很多内容已经在爱/光研究中心的其他资料中相当充分地被讨论过，从原版《第一卷》中的评论和《一的法则》材料的介绍开始。卡拉和吉姆的各种著作、访谈和演讲也涉及了本书的不同主题。本项目的目标是将爱/光研究中心及其工作的故事收集到一个单一、简化的地方。因此，尽管有许多新内容被探索，但可能会有一些重叠。

这项工作被分为四个类别，加上附录：

1. 1-19 章节，爱/光研究中心的传记，其中共有十二章重点关注 Ra 接触。

2. 20-22 章节，对未来的反思与希望

3. 23-25 章节，灵性原则和通灵的理论与实践。

4. 26-30 章节，对他们个人旅程的探索。

5. 附录，对神圣性行为的探讨，卡拉的离世和吉姆的转变的讨论，一篇关于书名的论文。此书特别关注你可能称之为唐、卡拉、吉姆及其外在服务的杰作：Ra 接触。其记录成为了原版五卷《一的法则》以及即将出版的《Ra 接触：教导一的法则》一书的基础。

我和吉姆和卡拉的关系

我在 2002 年遇见了卡拉和吉姆，2003 年搬到路易斯维尔，以参与他们家中的灵性社区。2005 年，应卡拉的邀请和坚持，我成为了她的行政助理。在那段时间里，我逐渐转变为爱/光研究中心的管理员（基本上是负责组织的运作），并在 2015 年成为爱/光研究中心的主任。我在这些年中有些时间和他们一起生活，所有这些年里，我一直认识他们、向他们学习，并在共同的使命和服务精神中与他们并肩工作。

卡拉和吉姆对我来说有很多意义，我可以写很多关于他们的事。最重要的是，他们是我在灵性探索的尘土路径上重要的朋友和同行者。他们是我真正爱的人。这并不意味着我从未与他们意见不合，而是我看到了并珍惜卡拉和吉姆的真实自我。这一点我在开头就说明，以便你，读者，了解我，采访者的立场。一方面，我的个人熟悉度是一个很大的优势——没有其他人像我一样长时间站在爱/光研究中心、一的法则哲学、他们的工作和个人生活交汇的点上。另一方面，一个更为客观的记者可能会提出更多有洞察力或批判性的问题，或者探讨我未曾想到的方向。

此外，我并不是从怀疑者的立场提问的。虽然我认为爱/光研究中心信息的核心与所有神秘主义者一致且持续报告的统一性或非对立的信息非常契合，但我理解，这些关于宇宙运作方式的某些主张目前无法通过现有的验证手段来证明。

因此，我的目的并不是挑战卡拉和吉姆证明任何事物，也不是说服任何人相信内容的真实性或他们生活中发生的事情的真相。我采访了两个人，以便他们能够分享他们实际生活的故事以及他们为已感兴趣的读者（无论是新读者还是老读者）和我自己所做的工作，因为我发现他们的工作对我的灵性旅程具有重要的个人意义。

他们的回复

任何读过卡拉的著作或听过她讲话的人都会立即感受到她作为思想家、作家和演讲者的强大和优雅。卡拉似乎坐在一个无底的灵感井上，只需轻微的刺激，她的沟通（无论是书面还是口头）便能流淌出清澈的水。然而，尽管这次采访中的清晰度依旧闪耀，但这些记录并没有展现卡拉在巅峰时的状态。到那时，她已经因脊柱融合手术未愈的下背部疼痛而躺在医院病床上三年。如果是在不同的时期，我认为卡拉的回答可能会比这次采访中更有力。但如果你没有注意到任何减退，这就说明她真的非常出色。

总体而言，尽管面临各种障碍，卡拉和吉姆的回答仍然非常出色。他们的回答并不总是完整、最精准或最深刻的，也未必符合你所设定的"最佳"标准。但我仍然对他们的回答感到惊叹和谦卑。我难以用言语表达对他们能对这些有时显得平淡的问题提供如此实质和洞察性回答的

感激之情。他们的贡献远远超出了我的期望。就像我给他们一些脱水豆子，他们却回赠了令人垂涎的炖菜，散发着令人兴奋的香气，温暖了人们的肚子和心灵。

采访和编辑说明

这次采访是一场长时间的对话，一次性完成，没有重做、没有补救、没有事先编排的回答；只是一个有组织的问答环节。吉姆在我提问之前快速浏览了一下问题，而卡拉则没有提前了解问题。这既是一个优点也是一个缺点。她的自发性有时表现得非常出色，但有时我希望她能在问题被提出之前有所考虑。

自 2014 年 7 月 21 日星期一开始，我们在卡拉和吉姆的卧室进行采访——卡拉躺在她的病床上，吉姆则坐在她旁边，坐在他为 Ra 接触所使用的那把硬木椅子上。在夏日阳光透过窗户洒入的环境中，我们在连续七天的时间里逐渐完成了所有问题的提问。大多数问题是在采访前的几周内制定的，但许多问题是即兴提出的。整个过程使用数字录音机录制，并由我们的好朋友兼摄像师肯·温特拍摄。

随后，音频被发送给了一些志愿转录员。在转录稿返回后，我们进行了几轮的重听和编辑，以确保准确性，并使文本对读者更加易读。†【请参见《致谢》部分，那里有对那些让这本书成为可能的志愿者的感激之词，尽管这些词语贫乏，但已尽力表达我们的感恩之情。】一些句子略微修改以提高可读性（尤其是我有时笨拙的问题），同时保持原意和意图。例如，卡拉的以下一句话：

> “他探寻了所有的可能角度，曼特尔事件让他更专注于不明飞行物，而且正是因为曼特尔事件，他才真正受到激发，去进行更多关于不明飞行物的研究。（He pursued any and all angles, and the Mantell case was that which focused him more on UFOs, and he really was triggered into a lot more UFO research because of the Mantell case.）”

变成了：

> “他探寻了所有的可能角度。正是曼特尔事件，触发了他对不明飞行物的研究，并将他的研究方向聚焦于此。（He pursued any and all angles. The Mantell case was that which triggered and focused his research into UFOs.）”

最后一点关于笑声。每个人都知道，至少在直观上，如果不是总是有意识地，笑声在人类交流中扮演着重要的角色。无论是发出还是听到的笑声，它都能传达各种不同的意思，从“这很有趣”，到“我赞同你”，再到“我现在要摧毁你的城市”（在恶意的情况下）。

卡拉和吉姆很容易笑。他们的欢笑经常在对话中出现。这些笑声传达了卡拉和吉姆对这些严肃话题的轻松心态，以及他们在极其自律的生活中所展现的游戏和快乐精神。听采访的人显然能感受到这一点，而读者则无法感受到；除非我们在文本中标注笑声。

然而，笑声在文字中并不好翻译。有些人坚决拒绝在书面交流中加入笑声的表现，而另一些人则像在土豆泥上加了三份肉汁一样地大量使用。我尽量在文本中适度地加入了大部分笑声的瞬间。请放心，我没有使用“LOL”来表示这一点。尽管我现在非常想这样做……

采访的体验

当采访结束时，我惊讶于这七天竟然真的发生了。对我个人来说，这是我有幸做过的最伟大的事情之一。虽然这种伟大不在于规模——因为它对 L/L 的主要工作是次要/补充的，阅读的人也很少——但在意义的深度和我个人完成一部分生命任务的层面上，它却是伟大的。尽

管在《一的法则》哲学中，这常常显得是一个抽象的概念，但在这个过程中，我强烈而生动地感受到了正面的极性。与其他心灵开放的人以如此密集和专注的方式相处：完全专注于对方，没有干扰，能量和注意力完全集中，所有的摩擦和大多数障碍都消失——这本身就是一种深刻的心灵开启，让我体验到造物者的存在。尽管这种经历常常令人疲惫（因为我在进行正常工作日常工作的同时进行采访），我离开几次会话，特别是最后一次时，感到愉快地想要拥抱整个世界。【卡拉和吉姆也很喜欢。他们说这是他们一生中做过的最好的七天、30 小时、400 多个问题的采访。】

我不确定吉姆和卡拉是否会接受这个项目，因为它的范围很大，完成它需要大量时间和精力，更不用说接受后完成它会是多么艰巨的任务。但一切似乎都完美地汇聚在一起，我们逐一推进问题。我对这一切感到非常兴奋，尤其是这两个人（他们对我的精神和成人生活有着最重要的影响）能够以一种接近我有幸了解的视角与世界分享。

不，这不是为了美化。它不是为了将注意力引向个性，而是为了展现那些透过眼睛闪耀的爱、他们反思中的智慧之光、他们所走道路下的统一性，以及激励卡拉和吉姆努力成为那种特定的爱与光的器皿——即所谓的“一法”之振动或波长的渴望。它是为了讲述他们的工作和组织爱/光研究中心的故事。这是好的历史，好的补充信息，好的灵性原则探讨，和关于我们是谁以及我们在这里做什么的好提醒。老实说，它在书架上也很漂亮。我对这一切感到非常高兴。但其“好处”是你来判断的。至于这一点……

L/L 免责声明：您与材料的关系

虽然这本书可以独立存在，但它的设计目的是为了给那些已经熟悉该哲学的读者提供背景信息。更重要的是，在阅读这次采访的过程中，请记住，这次采访并不旨在将卡拉、吉姆或唐视为完美的存在，也不应该把他们放在偶像位置（pedestal）上去仰视和模仿。在讨论中涉及他们个人对材料的解释和应用时，请记住，这些仅仅是个人意见，并不能被认为是绝对正确或最终的答案。

他们希望你们关注的不是他们的个人特质，而是《一的法则》哲学中包含的原则。这些原则鼓励真实地发现你真正的自我，正如 Eckhart Tolle 所说，超越名字和形式。

《一的法则》的基本原则是“自我”和“造物者”是同一事物的两种说法。换句话说，按照向神秘主义者揭示的愿景，一切皆一体。

但言语和智力的表述无论多么精确、深刻或完美，都无法完全捕捉或包含真理。这适用于来自邦联来源、耶稣、佛陀或其他启蒙存在的教义。为什么？因为你就是你所寻求的活生生的真理。你就是存在本身。你就是奥秘。你就是造物者；你一直都是。因此，爱/光研究中心的愿望不是让这本书或其任何书籍的信息成为教条。它只是作为你自己寻求之旅中的一个小小资源而提供。

他们始终以一种非强制和非宣传的态度提供这些信息。卡拉、吉姆、唐和邦联来源一直鼓励寻求者的自我辨别。自然地，他们会很高兴这些信息对你有帮助，但如果没有共鸣，他们建议你毫不犹豫地放下。他们强调在寻求真理的伟大奥秘面前，这次采访的相对不重要性。

第一章 开始

盖瑞：为了开始我们对爱/光研究中心故事的探讨，我选择了 1948 年的一个时刻，这对唐艾

尔金斯的生活至关重要：卡拉和吉姆，是什么激发了唐 艾尔金斯对 UFO 现象和超自然现象的研究兴趣？那时他多大年纪？

吉姆：他那时 17 岁，这个兴趣的起点是发生在肯塔基州路易斯维尔的一个实际 UFO 事件。这是全国范围内最早报告的 UFO 事件之一。唐当时在艾尔金斯-Mantell 飞行学校接受飞行训练。【1】（飞行学校里的艾尔金斯是远房亲戚。）

Thomas Mantell 是肯塔基空军国民警卫队的上尉【2】。那一天，他正在从乔治亚州玛丽埃塔飞往路易斯维尔机场 Standiford Field 的途中，和另外三名飞行员一起，每人驾驶一架 P-51，曾是二战中的战斗机。他们接到了 Godman Field，Ft.Knox 控制塔的呼叫，说在肯塔基州梅斯维尔上空发现了 UFO，请他们改变航向进行调查。

所以他们就按指示进行了行动。其中一名飞行员燃料不足，因此继续飞往 Standiford Field。剩下的两名副驾驶和 Mantell 上尉继续前行，约 30 分钟后，他们与 UFO 取得了联系，发现那是一个巨大的金属物体，形状像一个倒置的冰淇淋筒，顶部有一个尖点，底部有一个大圆球。Mantell 上尉表示他打算靠近一些，以便更好地观察。当他这样做时，那飞行器以惊人的速度直冲上天。Mantell 上尉称他在飞行器中看到了实体【3】，并表示他打算跟随，因为他想了解更多关于发生了什么以及这是什么的情况。

当他飞过大约 20,000 英尺时，因为他的飞机是二战时期的老式飞机，没有氧气，他失去了意识。他的大脑缺氧，导致飞机坠毁在肯塔基州与田纳西州的边界附近。这当然导致了他的死亡。这件事有两个重要结果：首先，引起了全国对 UFO 的兴趣（之前对 UFO 的态度普遍是不屑一顾的——没人真的认为它们是真实的），其次，这件事引起了唐艾尔金斯对 UFO 的兴趣。

卡拉：他从青少年时期开始对这些事情产生兴趣——但这并不是通过反叛他父母的行为来表现出来。他的母亲是基督教科学教会的读者【4】。从九岁起，他没有去教堂，而是待在车里等着家人去礼拜。他不相信那个教义【5】，但他觉得理论是不错的。然而，当他到达一定的学习阶段时，他发现科学中的一些基本问题，比如我们不知道光和引力是什么。我们在使用这些数值，很多事情都依赖于它们，但实际上我们不知道它们为何起作用。他对发生了什么以及为什么感兴趣。单纯的“为什么”这个问题促使他研究各种角度。Mantell 案件触发并集中他的研究方向在 UFO 上。

盖瑞：之前在曼特尔事件之前，他是在追寻自己的真理吗？在提问……

卡拉：是的，绝对是。

吉姆：唐对 UFO 现象产生了浓厚的兴趣后，他全身心投入到研究中。他开始参加相关的集会，阅读他能找到的所有资料，并与其他同样对这一领域感兴趣的人建立联系。他逐渐开始进行自己的调查，收集数据，寻求理解和记录他所热衷的现象。

盖瑞：一旦他的兴趣因为曼特尔案件而被激发，他是如何追求并表现出他的热情的？【6】

卡拉：唐尽力做了他能想到的一切。他学会了飞行，并利用小型飞机飞往不同的地方，采访像——那个做过闪卡、明星和早期心灵感应工作的那个人【7】？总之，他当时很有名，唐去见了他并谈论了这些事情。他去见了任何他认为可能有答案的人。他参加了降神会，参加了通灵集会——他调查了所有非正常科学的事物。

盖瑞：在曼特尔案件之前，促使他走上这条轨迹的是他对当前知识局限性的明确理解。他看到了我们目前理解之外还有更多的东西。

卡拉：对。

盖瑞：你知道唐在调查初期对 UFO 的初步想法是什么吗？在这次事件之前，他是否考虑过 UFO 或类似的事情？

卡拉：在曼特尔案件之前，他曾考虑过 UFO，但只是一般性地。在曼特尔案件之后，正如我所说，他学会了飞行，并采访了一系列有 UFO 经验的人——不是那些觉得自己可能见过什么的人，而是那些有过具体经历的人：某某人降落了，他们进行了某某讨论，然后他们上了飞船，去了某个地方，等等【8】。

因此，从一开始他就知道 UFO 是我们地球上实际存在的现象，很多人都有过 UFO 经验。他最初感兴趣的是收集研究资料，其次是帮助人们意识到生活中有更多的东西。他非常热衷于以各种方式分享这些信息。他和很多人进行了交流。

盖瑞：是的，从他对 UFO 的调查开始，唐就认为 UFO 是地球上实际存在的现象。关于"实际存在"，这是否意味着唐已经得出结论，认为 UFO 是由地球外的智慧生物操控和使用的？

卡拉：是的。

盖瑞：因为一些研究这一现象的人认为，UFO 可能是集体无意识的表现，并不是真正的外在

（客观和经验性的）存在。

卡拉：他认为提出那些理论的人很有趣，但就他自己而言，UFO 是真实的——例如 Orfeo Angelucci【9】或他当时采访的许多人都会证明这一点。UFO 似乎由类似人类的生物操控，这些生物对地球表现出非常善意和友好。他开始对他们为何来到这里产生兴趣，不仅仅是他们在这里的存在，而是他们的确切目的。直到后来，他才收集到足够的资料，开始将事物区分为正面取向和可能的负面取向实体。

盖瑞：唐·艾尔金斯的驱动力问题是什么？他试图解开或穿透什么谜团？

卡拉：唐的追求是最大的、最广泛的、最深刻的。他的心智无法满足于部分答案。他想知道一切运作的谜团。他认为 UFO 可能是解答的一部分，所以进行了调查。他还认为看到鬼魂和发现其他事情也与此有关……他学会了催眠回溯，并发现他似乎能够将人们回溯到地球经验之外的经历，因此他感觉到谜团的一部分——谜题的部分拼图在于轮回。他对任何——[猫咪呕吐的声音]——使皮克威克呕吐的东西都感兴趣。[笑]对不起，各位，我们的猫似乎有点紧张，皮克威克还好吗？

盖瑞：实际上，这个猫叫做 Dan-D。

卡拉：Dan-D，好的，可怜的 Dan-D【10】

总之，他对任何事情都感兴趣。但他很快将重点缩小，基本上集中于对轮回和通灵的研究。他认为通灵的信息包括来自其他地方的正面信息，以及来自曾经投生但现在不再投生的人的信息，比如托马斯·爱迪生。他对一位芝加哥女士的通灵系列非常感兴趣，她通灵了托马斯·爱迪生。唐在寻找任何能为他提供更多拼图的材料。

盖瑞：他是否对那个大方向有一个愿景？还是说一切对他来说完全未知，这些不同的线索只是不断提供一个又一个拼图？

卡拉：我认为是后者。我认为他花了很长时间才稳定下来，确定一种寻求答案的方法。我在整个 70 年代都是他的研究伙伴，直到 80 年 Ra 联系开始。我们调查了艰难的 UFO 案例，

包括他可以用租来的飞机到达的当地和田纳西州的案例。我曾和他一起参加过降神会，然后我也参与了不少催眠回溯（也就是说，我在他进行催眠回溯时在场）。所以他已经将调查真相的方法缩小到这些方法。

他从一开始就认为，真相确实涉及到他母亲最珍视的许多信仰，并且像基督教科学所相信的那样，一切都是幻象，灵性才是真实的。（这也是基督教科学疗法有效的原因，因为你只是坐在那里，知道你看到的只是幻象，疾病是幻象，你知道它不必存在。它之所以存在是因为你的思维出现了问题。所以你可以通过这种方式实现疗愈。这就是基督教科学的从业者为你做的。他们不是在物理上治疗，而是在形而上方面的治疗，许多疗愈就是这样完成的。）

所以他认为，物质世界的虚幻本质是基本的，而轮回显示了你在这里但又不在这里，但你依然存在。然后你回来，再次在这里。他认为通灵很有趣，因为它表明有来自其他地方的人对我们有善意的想法。他花了很长时间才承认有负面取向的 UFO。他认为它们都是好人。其中一些确实很友善，但也有一部分人希望对我们造成伤害。

盖瑞：我们在采访后面的部分有很大一节专门讨论这个话题。因此，似乎大图景逐渐、渐进地向唐的调查努力揭示了自己。你提到进行前世回溯是他主要的调查方式之一。他是什么时候接触到这种技术的，又是如何学会自己进行回溯的？

卡拉：我不知道他具体是在什么时候或在哪里接触到的，因为那是在我认识他之前。当我在 1962 年遇到他时，他已经在进行催眠回溯了。他在调查过程中偶然发现了这个方法。他对它产生了兴趣，想：“嘿，我可以自己做这件事。”于是他学会了如何做，并且学得非常仔细。我从未见过有人做得比他更好。

盖瑞：唐生于 1930 年，当曼特尔事件发生时他 18 岁。你提到，在曼特尔事件之前，他已经意识到人类作为一个物种知道得非常少，还有很多未知的东西。你知道他大约是什么年龄时有这样的认识吗？

卡拉：我不知道。我猜可能是在他第一次上物理课的时候——很可能是物理课。他当时在肯塔基州路易斯维尔的男校读书，可能在 14 或 15 岁时就遇到了这个问题。

盖瑞：在他寻找大方向的过程中，他发现了通灵。你知道通灵信息是什么时候进入他研究的领域的吗？

卡拉：我不知道。我认识他时，他已经在进行通灵了。我是在 1961 年遇到他的，实际上是在 1962 年。我当时的未婚夫的工程学院老师之一，他是物理教师。他在 1961 年底组织了一个小组，我们从 1962 年 1 月开始了。

盖瑞：是的，他的初始反应是什么？听起来他对考虑一切都很开放……

卡拉：没错。他想进一步调查。他的基本感觉是，如果你有一个无法证明的领域，最好的办法是积累大量信息，因此收集尽可能多的信息。

盖瑞：具体来说，他是如何将通过通灵得到的信息融入他发展的理论中的？

卡拉：不，我真的认为这是一种累积效应，而不是具体的。我认为，经过思考，他认为如果他能做到这一点，如果人们能通灵，那么他们通灵的东西一定有其存在的意义。最终的结果是他所追求的——他在寻找来源是谁，以及他们要说些什么来帮助他解开谜团。

盖瑞：是的，他似乎是一个不怕与众不同的人。

卡拉：唐完全无所畏惧。他对跟随任何潮流毫无兴趣。

盖瑞：唐是怎么第一次了解到底特律密歇根州那个通灵 UFO 信息的小组的？

卡拉：很奇怪。唐曾被召集处理过大约半打案件——每当有人拨打路易斯维尔大学的电话报告案件时，大学就会通知唐。其中一个案件就是《UFO 的秘密》中提到的霍格兰案件。所以，在这个案件被调查、记录和撰写之后……[犹豫]不，我说错了。是大学里有个人知道唐对 UFO 的兴趣，这个人还了解到有一个曾经在底特律 UFO 小组里的人搬到了路易斯维尔，在福特工厂工作。

所以他们把唐和哈尔聚在一起。哈尔·普赖斯就是那个人。他在福特担任检查员，职位非常负责。你从未见过一个更正直的人【11】——一个了不起、尊严十足的家伙——但因为个人经历，他对通灵信息的可能性完全开放。

哈尔曾是一个通灵小组的一员：他亲眼见过这一过程。因此，哈尔手中有一批由这个小组通灵得到的材料，其中包括一个叫《棕色笔记本》的东西【12】。（《棕色笔记本》最初一定是用手写在一本棕色的笔记本上的。）

这是一系列对小组中另一个人的短篇通灵记录。其中一个通灵记录讲述了如何创建一个类似的小组。他们解释说，你需要定期聚集小组，至少每周一次，大家一起坐下来冥想，等待，最终邀请会带来一些通灵材料。所以唐组织了一组学生来做同样的事情，我得知后也请求加入。

盖瑞：所以哈尔从底特律过来了。哈尔是底特律小组的一员。通过一个共同的朋友，把唐引介给了这些材料，唐显然发现了其中的价值。然后唐拜访了底特律小组——对吗？如果是的话，那接下来发生了什么？

卡拉：我想他确实访问了底特律小组，但我认为重要的是唐阅读了那本布朗笔记本，因为笔记本中的内容提到你可以接收到自己的信息，这让唐觉得，这确实是一个值得尝试的好主意。因此，他一直觉得他可以聚集志愿者来进行一个关于传讯的科学实验。

起初，他并没有告诉任何人这个想法不仅仅是冥想，而是传讯。所以一开始并没有发生什么。改变小组局面的重要事情是，底特律小组的 WaltRogers 来到这个小组（路易斯维尔小组），并在传讯时说道："我们一直在努力联系你们，但一直无法突破你们的不愿意发言。如果你们能打开心扉，让我们通过你们说话，我们会提供信息。"

之后，那 12 个人都开始敞开心扉，试图获取信息。几个月里，你会听到很多[卡拉发出奇怪的咯咯声和点击声]，这非常有趣。听起来就像整个房间里都是在扑动的窗帘。但最终，他们开始产生一些材料，唐也开始获得一些微薄但令人满意的结果。

盖瑞：是的，这 12 个人最初是他的学生，对吗？

卡拉：嗯哼。

盖瑞：他是怎么吸引他们参与这个实验的呢？

卡拉：唐具有极大的魅力。我认为他的任何一个学生都会按照他的建议去做，因为是唐提出的，而且很酷。就是这么简单。

盖瑞：一旦明确了他们试图做的事情，他们就继续参与实验，只要他们还在学校。

卡拉：大多数人在学校期间都参与了。你得记住，那时正值嬉皮士时代，冥想非常流行。因

此，同行的文化氛围并没有问“你为什么要这样做？”而是“哦，酷，我也能试试吗？”所以我们有时候会有相当大的一组人。

盖瑞：小组会面多频繁？他们通常在什么时候见面？

卡拉：他们每周日晚上八点见面一次。

盖瑞：他们的目标明确吗？唐是否明确说明了我们要做什么，以及我们为什么要这样做？

卡拉：没有，他只是说如果我们聚在一起进行静默冥想会很有趣，我加入是因为这是静默冥想，而不是其他原因。

盖瑞：在进行这些实验期间，唐或其他人是否收到了来自社区、专业同事、学生家属或邻居等方面的负面反馈？

卡拉：如果有的话，我不知道。你得始终记住，唐是个非常愉快、亲切、迷人、非常善于交际的人。他知道怎么与人相处、谈话和教学；总的来说，他受到的评价非常好，人们的反应是“嗯，你知道，他有点奇怪，但确实很有趣”。而不是谴责他或说他疯了。我相信有人这么说，但我只是没听说过。

盖瑞：即使在现在这个更具包容性和宽容性的西方世界，脱离大众仍然很困难。在那个时候情况可能更加严重。听起来他确实激发了其他人的信任和信心。

卡拉：他确实做到了。

盖瑞：唐是如何称呼这些被传讯的来源的？他是否与这些来源发展了类似友谊或熟悉感的关系？

卡拉：回答第一个问题：他总是非常小心地将这些信息视为科学研究的一部分。他从不试图告诉别人任何事情，只会在被问及时分享信息。当他开口时，是因为有人请求他，所以他没有主动去挑战大众观念。他只是会在被问到时告诉人们他在调查的内容。他总是非常注意保持科学性，说“据说这样”和“可能那样”。

关于第二个问题，关于与这些来源的个人关系：我认为他确实有。他认同底特律小组中那些谈论爱是答案的实体的观点，以及我们所有人——就像他童年的教导一样——我们都是幻影。这一切都是一个宏大的幻象，我们实际上并不在这里。我们真正的现实是精神性的。我认为这是他解开谜团的第一步：意识到他所寻求的信息不会来自于这个世界，因为这一切都是幻象。必须超越科学的限制去寻求。

盖瑞：在 Ra 接触的第 12 场集会第 11 个问题中，【13】唐询问了哪个小组在 1962 年联系了他的传讯小组。Ra 回答说是邦联。你知道唐是否指的是他自己或底特律小组的正式传讯实验，还是当时的其他事件吗？

卡拉：不是，是底特律小组的传讯。

盖瑞：这部分关于唐的生活和工作到他遇见你[卡拉]的时点为止。现在我们将重点放在你们的相遇及其之后的内容。

【1】“Thomas Mantell 上尉于 1947 年 3 月 21 日开始从商，成为 GI 飞行学校的部分所有者。艾尔金斯-Mantell 飞行学校，Bowman Field，路易斯维尔，肯塔基州。他在 1947 年 2 月 16 日左右被联邦认可进入空军国民警卫队。他大约在 1947 年 5 月开始飞行 P-51，直到他去世时累计飞行时间约为 70 小时。他是一名飞行领队。他的军事飞行时间大约为 2300 小时，

民用飞行时间约为 700 小时。”

“Tyler’s Report，第 36–39 页，”国家空中现象调查委员会，访问日期 2015 年 9 月 1 日。[www.nicap.org/docs/mantell/mantell_accrep_tyler.pdf]

【2】“托马斯·弗朗西斯·曼特尔上尉（1922 年 6 月 30 日–1948 年 1 月 7 日）是美国空军军人和第二次世界大战老兵。曼特尔因在诺曼底登陆期间的英勇行动获得了杰出飞行十字勋章，并因英勇表现获得了三枚橡叶 Cluster 的空军奖章……1942 年 6 月 16 日，曼特尔加入了美国陆军航空军，并于 1943 年 6 月 30 日完成了飞行学校的课程。在第二次世界大战期间，他被分配到第 440 运输机大队，该大队于 1944 年 6 月 6 日空投了第 101 空降师到法国诺曼底。战后，曼特尔返回路易斯维尔，于 1947 年 2 月 16 日加入了新成立的肯塔基州空军国民警卫队。”

Wikipedia,The Free Encyclopedia, s. v.“Mantell UFO Incident ,”accessed September 1, 2015, [https://en.wikipedia.org/wiki/Mantell_UFO_incident].

【3】“理查德·T·米勒，曾在伊利诺伊州贝尔维尔的斯科特空军基地的操作室工作，也对这次坠毁事件做出了几项深刻的声明。他监控了曼特尔与戈德曼塔台之间的无线电通信，并清楚地听到了这句陈述：‘我的天，我在这东西里看到了人！’米勒补充说，坠毁后的第二天早晨，在一次简报会上，调查人员表示曼特尔是在‘追踪一个智能控制的未确认飞行物体’时遇难的。”

【4】成立于 1879 年的基督教科学，创始人玛丽·贝克·艾迪（Mary Baker Eddy）将其描述为对“原始基督教及其失落的治愈元素”的回归。信徒信奉一种激进的哲学唯心主义，认为现实完全是精神性的，物质世界则是幻象。这包括将疾病视为心理错误而非身体紊乱，并认为病人应通过一种旨在纠正导致健康幻象的信念的祷告来治疗。在基督教科学中，疾病被视为“正确思维”的缺失或与神圣心灵失联的结果。

（这是我们好朋友 Sam Womelsdorf 写的注释，大量借鉴了下面引用的维基百科文章。）Wikipedia, The Free Encyclopedia, s.v. “Church of Christ,Scientist,” accessed September 1,2015, [https://en.wikipedia.org/wiki/Church_of_Christ,_Scientist].

【5】在这段话中，卡拉似乎指出唐确实同意教会的教义（包括所有疾病都是由不正确的思维引起的这一信条），但他不相信他们的方法、实践或崇拜形式。吉姆补充道：“他的母亲作为教徒，会负责讲解教会的教义并将其与《圣经》结合起来。我认为这就是唐对现实的心灵方面的理解来源。他只是没有将其与《圣经》中的任何内容联系起来。”

【6】要了解更多关于艾尔金斯对 UFO 研究的深入探索，可以参阅他在 1978 年 6 月 4 日接受路易斯维尔《Courier Journal》报纸采访的内容。摘录如下：

> “当我最初开始研究接触者报告时，我必须承认，我的同情心非常倾向于正统科学家：我怀疑早期的接触者是骗子，因为我没有足够的‘UFO 学’背景来持不同的观点。他们的故事在任何正统意义上都‘不成立’。
>
> 但我阅读了来自世界各地的更多接触者报告——这些人彼此不认识，也没有之前的宣传欲望——我越来越被这些接触者所说的消息的相似性所震撼。”

The Courier Journal–“UFO Prober”,Bruce Swainwith 唐艾尔金斯,爱/光研究中心,June 4,1978,

[www.llresearch.org/interviews/interview_1978_0604.aspx]

【7】是杜克大学的“超心理学之父”J.B.Rhine。

【8】在唐艾尔金斯于 1981 年 4 月 21 日给杰斐逊社区学院的讲座中，他说：

> “我在这个领域已经很久了。我在 1948 年对 UFO 产生了兴趣。也许你们中的一些人还记得汤姆·曼特尔，他因为目击到 UFO 飞近福特诺克斯而驾驶 F-51 时遇难。我在曼特尔飞行学校还是一名学员时，他遇难了。因此，我从 1948 年开始对 UFO 产生了浓厚的兴趣。直到 1955 年，我才真正开始投入时间进行相关领域的研究。从 1955 年起，我真正开始了这方面的研究，并且一直研究至今。”

在艾尔金斯讲座的文字记录的脚注中，卡拉补充道：“获得机械工程学位和在朝鲜战争中服役占用了他几年的时间。”

“The Spiritual Significance of UFOs,” 唐艾尔金斯, Apri l21,1981,

https://www.llresearch.org/speeches/the-spiritual-significance-of-ufos

【9】“奥尔费奥·马修·安杰卢奇（Orville Angelucci），（1912 年 6 月 25 日–1993 年 7 月 24 日）是 1950 年代中期所谓的‘接触者’中最不寻常的一位，他声称与外星人有联系。”

Wikipedia, The Free Encyclopedia, s.v. “Orfeo Angelucci,” accessed September 1 ,2015, http://en.wikipedia.org/wiki/Orfeo_Angelucci.

【10】2016 年，吉姆补充道：

> Pickwick 是我们 19 岁的橙色虎斑猫，他仍然追着自己的尾巴，但因为尾巴太短，根本抓不到。他喜欢每个人，是我们的友好大使。
>
> Chloe 是我们 9 岁的黑猫，毛发光亮。她是我们的隐士猫，真的不喜欢别人打扰。

Chloe 的兄弟是 Dan D.Lion，也 9 岁，是一只灰色虎斑猫，因为五年前与一只浣熊的冲突而没有尾巴。他是一只非常喜欢亲密接触的猫，发出很大的呼噜声。

【11】卡拉常常用最高级的形容词来高度评价他人。

【12】Hal Price 报告说，唐对《棕色笔记本》的回应大致是：“这就是将一切串联起来的粘合剂。”

《棕色笔记本》可以在 LLResearch.org 的历史部分找到：https://www.llresearch.org/history

爱/光研究中心希望最终出版一段与 Hal Price 的对话，这段对话来自于 2013 年的一次偶遇。

【13】从这一点起，所有关于 Ra 接触的具体集会和问题编号的引用将采用“集会编号.问题编号”的格式（例如，12.11）。这一格式最初由 Tobey Wheelock 实施。

第二章 唐遇见卡拉

盖瑞：好的，卡拉，你和唐是什么时候相遇的？是什么情况促成了你们的相遇？

卡拉：我通过成为吉姆 D.【Jim D.和 Jim·McCarty（此次采访中的吉姆）是两个不同的人。卡拉会在 1978 年认识后者，并在 1987 年与他结婚。】的女朋友认识了唐，吉姆是唐在 Speed Scientific School 的学生。一天午餐时，吉姆把我介绍给了他。那时我们在同一个地方用餐。

盖瑞：那次相遇给你留下了特别的印象吗？你觉得自己刚刚遇到了生活中一个重要的人吗？

卡拉：不，我真的没有这样的感觉；我觉得他是一个非常有趣的人，我想更好地了解他。唐现在告诉我——或者后来告诉我（笑），很久以后（在一次婚姻和离婚之后，我和他在一起，度过了不少时间），他说，在 70 年代的某个时候，他说："我第一次见到你的时候就知道我会和你在一起。"

盖瑞：所以在那次午餐时，唐有了这样的领悟，但并没有表达出来……

卡拉：一点也没有。当然，唐从来没有说过。

盖瑞：第一次见面时就向某人传达这样的想法确实很奇怪。

卡拉：除非你有一个明确的追求目标，否则确实会很奇怪。

盖瑞：我现在有一系列关于你与唐关系的问题，我们将在个人传记部分更深入地探讨。我将这些问题留在这一部分，因为这些动态对 Ra 接触的成功和最终结束产生了直接影响。

简要提及一下重点：你和唐在第一次见面时并没有立刻合伙；相反，你们有一个四年的各自行事。你能简要描述一下这个过程吗？

卡拉：当然。吉姆 D.是一位出色的吉他手和歌手，他在高中时曾与一些高中好友组成过一个模仿 KingstonTrio 的乐队，叫做 JamaicanTrio（或类似的名字）。当他发现我在我们都上过的学校进行的智商测试中得分比他高时，他说："我得见见她，"因为我是唯一一个智商得分比他高的人。

于是他确实见了我，并在那时决定追求我。我们一起唱歌，一起练习。我觉得他只是一个不错的吉他手，但我喜欢和他一起唱歌和创作歌曲。这是一次非常棒的音乐关系。我认为我创作的音乐中最好的部分就是在那段时间完成的。我们一起创作了大约 60 首歌曲，所以我们准备了大量原创素材。

在大学期间的许多年里，我几乎每个星期六都会去 RickCrampton 的家，我们有共同的朋友，我和吉姆 D.一起练习。Rick 对录音感兴趣，他录制了我们的演奏。我现在拥有的早期录音就是 Rick 在那些星期六排练时录制的。

盖瑞：是的，后来你和吉姆 D.结婚了，他把你带离了路易斯维尔，对吗？

卡拉：我们在本地电视台被一位制作人发现了，他正在为 Peter, Paul & Mary 安排他们的第一次巡演。当时他们刚刚凭一两首歌取得了成功，制作人认为他们会大红大紫。于是他看到了我和吉姆——当时我们原本叫做吉姆和卡拉——我们给他留下了深刻的印象，于是他让我们再唱一些歌曲给他听。我们见了面，握了手，给他唱了几个小时，给他留下了极大的印象。他说："你知道吗，如果其他制作人同意的话，你们将有机会加入 Peter, Paul & Mary 的巡演。"他希望我们能去巡演。

所以 D.认为如果我们没有结婚就出城是道德上不可接受的，因此他决定娶我。我不断地抵抗。最后，他在交通高峰期中间的 Shelbyville Road 上停下了车，打开车门，跪在马路上说："你愿意嫁给我吗？我不会起身，直到你答应为止。"

我答应了。所以我们定了婚期，也安排了去芝加哥见那些人以获得巡演 Peter,Paul&Mary 的许可。这是在 1964 年。

不幸的是，吉姆到达芝加哥半路时意识到他并不想成名。不幸的是，有人向他索要签名，他

说：“我不想签名。我不希望人们认识我——这让我感到不安。”

于是他一直不愿起床【1】，直到我答应为止。所以我虽然已经和他结婚了，但不幸的是，不再和他一起唱歌了。这样一来，我没有真正的理由继续和他维持婚姻。

所以这两位非常好的朋友，曾经一起创造美妙音乐，变成了一个已婚的夫妻。他非常讨厌婚姻，最希望的就是自由；而我则因为不想违背承诺，维持了婚姻，直到多年后他向我提出离婚。

盖瑞：是的，在那之前，你和吉姆 D.是唐的通灵小组的成员。你们参加了那些小组集会，然后吉姆.D 提出了结婚，接着你们出发，首先去芝加哥，然后他放弃了整个音乐项目，你们就被困在这段婚姻中。

卡拉：是的

盖瑞：你们是回到路易斯维尔，还是前往——我记得你们的下一个目的地是加拿大？

卡拉：我回到了路易斯维尔，并经历了接下来三年中 D.总共离开我七次的情况。最后一次，他真的离开了。他一直到了加拿大的温哥华，在那里和他的情人一起定居。

他说我终于可以摆脱他了。我非常高兴，开始为自己找工作，放弃一切旧有的东西，感觉像一只快乐的蚌。然后他从温哥华打电话给我，说他需要我。他找不到工作，所以我必须去照顾他。我再次回顾了婚姻契约——没有小字，条款是“无论顺境还是逆境”——于是我放弃了所有计划，去了加拿大照顾他。最终，他在那时向我提出了离婚。

盖瑞：然后你终于能够回到路易斯维尔。

卡拉：我当时能够和他离婚。我并不想回到路易斯维尔，在温哥华我过得很好。但是他再次发表了他著名的声明，表示除非我回到“我的家人”那里（他们从未照顾过我，我大部分时间都是照顾他们的“小妈妈”），否则他不会和我离婚。这真是荒谬，但这就是 D.。

盖瑞：所以他离婚的条件是你必须回到路易斯维尔？

卡拉：我必须回到路易斯维尔。所以我回到了路易斯维尔，重新找回了之前的工作。他们对我回来感到非常高兴。那个人没能胜任这份工作，而我很喜欢这份工作，于是我回去继续享受我的工作，不再和 D.在一起。

盖瑞：你回到路易斯维尔后，离婚了。你会立即恢复参加唐艾尔金斯的通灵实验吗？

卡拉：我会尽可能参加那些实验。它们曾经在 Hal 和 Joe 家每两周举行一次。但情况很糟糕。小组已经缩小成了一个非常小的团队。我自己并不是通灵者——我也不感兴趣。所以我成为通灵者的原因是唐要求我继续实验：如果我不帮忙，他的实验就会结束。

盖瑞：这是在 1974 年稍晚的时候吗？

卡拉：是的

盖瑞：对，我们现在还在 1968 年，你已经回到了路易斯维尔。

卡拉：对的。所以我在路易斯维尔待了一段时间，到 1968 年底时我的离婚最终完成了。我记得在离婚完成的第二天，唐问我是否可以搬进来和我一起住。

盖瑞：（笑）唐一直在耐心等待。

卡拉：是的，他确实在等待。实际上，他向我求婚了，但我看到他手里拿着帽子和一个手提箱。我意识到他可能并不想结婚。所以我让他继续他的旅行。（他是飞行员，通常会离开三天。）我说："如果你三天后回来想要娶我，我很愿意——否则就算了，"因为我刚刚结束了一段困难的婚姻。

盖瑞：所以我接下来的问题是，你和唐的亲密关系是如何以及何时开始的，看起来就是在那时，唐表达了他想和你在一起并对你感兴趣。

卡拉：离婚一旦完成，我们就成了情侣。

盖瑞：所以如果我理解正确的话，你们在那时有了六个月的亲密尝试，然后唐选择了独身，并决定不想结婚。唐为什么决定选择独身，这对你们的关系产生了怎样的影响？

卡拉：在其他人身上，这可能不会产生什么影响，但我却是那种需要更多明确性的人。我总是想要更多的清晰，因此，我不愿意让我们之间的事情逐渐淡化。我说："我有种感觉，你其实不太想发生性关系——感觉你希望我不要主动提出。"因为他从未主动提出，所以如果我们要发生性关系，我总是主动找他。如果他希望我停止，那就很容易做到。

他说他希望我停止，这样会更好。他从未给出理由，不过我很容易推测出原因：他是一个非常挑剔的人——他不喜欢任何马虎、不整洁、带有难闻气味的东西，或者像性关系那样充满生命的汁液。我是说，这种气味是不可避免的：一旦发生性关系，男女的气味混合在一起，闻起来并不令人愉快。然后大家都得去洗澡，[笑]他不喜欢那些。他不想去洗澡。我觉得这就是主要原因【2】。他并不喜欢任何形式的同性行为—

—我从未发现他有任何同性倾向【3】。他是完全的异性恋，他直的像个箭，而我是他唯一的选择。他觉得我很好。

有一次他说我在路易斯维尔是 9.0，在好莱坞是 5.5。所以我认为那是一种高度的赞美。他对我很满意，只是不喜欢杂乱——他觉得那很俗气。我没有让这影响我们关系中的任何事情，我们的关系本质上是形而上的。

唐几乎从未和我谈论个人事务，但我知道他对我的感觉，非常明确。他照顾我，深深地爱着我，但他不和任何人谈论感情，尤其是他自己的感情。在谈论性方面，他可以像普通人一样表现得很好，但他就是不分享个人感情。

盖瑞：因此，你说你没有让这影响你们的关系，因为那是一种形而上的关系，但你确实尝试了两年的独身生活。

卡拉：当然了！我倾尽全力了。[笑]我天生就不是一个禁欲的人。我不认为禁欲有什么好处。我认为性是一种表达爱的神圣而美好的方式，我一直都是这样认为的。我一直都是直的，直到高中毕业前第一次订婚才开始约会。我等到我感受到了所有你应该感受到的东西后，才第一次发生性关系。所以对我来说，性一直都充满了正面的价值观，而且我从来没有和任何我没有正面感觉的人发生过性关系。

盖瑞：这从来不仅仅是身体上的.....

卡拉：从来没有过。如果只是这样的话——好吧，我不需要这样。我还有其他事情可以做。[笑]我可以自己照顾自己，没有问题——我总是有很多人想约会我，除非我已经有了伴侣。

盖瑞：所以你尽力尝试了——两年的独身生活——然后你得出结论这不适合你。那么接下来做出了什么安排？

卡拉：我去找唐，告诉他独身生活不适合我，他点了点头。他说他早就注意到了，我说：“如果我找一个情人，而你永远不会感到尴尬或类似的情况，而且我会确保一切都很谨慎，在你之前我会告诉你。我会在和他分手后告诉你。”这始终是我们之间的默契，而他对此唯一的回应就是对我笑了笑，还抖了抖耳朵，那是唐表达亲密和爱情的一种私人信号，意思是“尽情享受”。

盖瑞：听起来这可能就是通往“Ra”接触的附属品的先兆。“Ra”通过香和圣杯给你传递信号。

卡拉：嗯，我想这就是他的思维方式。

盖瑞：那么，你和唐在 1968 年第一次尝试亲密关系的时候，也是你们开始合作（后来发展成为爱/光研究中心）的时候吗？

卡拉：是的。一切都同时开始了。[笑]我们做的第一件事就是一起写了一本书。它叫做《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》。

盖瑞：这正好引出了我的下一个问题。所以，当你们两个做出一起工作的承诺时，发生了一些有趣的事情。后来，在 Ra 的接触中，Ra 谈到了这个时刻（加粗强调【这本书中引用的材料中的加粗强调是采访者添加的。】）：

> **Ra：**当这个小组中的两个人做出为了改善地球领域而工作的承诺时，**这个承诺激活了一个有一定力量的可能性/概率漩涡**。创作这本《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》的经历是不寻常的，因为它就**像是在看电影一样被可视化了。**
>
> 时间以它现在的形式变得可用。这本书的场景进展顺利，直到结束。**你无法结束这本书【4】**，结尾**不是像整个材料那样被可视化**，**而是被写作或创作出来的**。这是由于自由意志在所有创造中的作用。
>
> 然而，这本书包含了对重大事件的看法，无论是象征性的还是具体的，你都在受到[卡拉和唐之间]做出承诺时释放的磁性吸引力的影响下看到了这些，以及对这个你可能称为“使命”的奉献的完整记忆的恢复。68.14

我有一些关于那段话的问题想问。首先，Ra 说，“当承诺做出……这个承诺激活了一个有一定力量的可能性/概率漩涡。”这是在某一瞬间发生的么？还是在一个时间段内发生的，你感知到它了吗？

卡拉：我们总体上感知到了这一点，因为我们反复评论说写起来有多容易，因为他会开始说话，而我们两个人都看到了正在发生的事情。一切都自然而然地就位了——人物、情节等等……唐一直在不停地修改情节，使其更加紧凑。但故事本身就像 Ra 所说，几乎就像我们之前见过一样。

盖瑞：你是说你们两个人都看到了？还是只有一个人看到了，然后告诉了另一个人？

卡拉：嗯，我们的写作方式是这样的：唐写了初稿。他只是严格地按照情节来写——他是在讲述故事。我修改了第二稿，我侧重于人物、评论以及书中人物之间的良好交流等等。所以我添加了很多自己的东西，但不是代替唐的东西，而是围绕它进行的润色。所以我在给基本骨架添加内容——人物、人物的说话方式和相互反应等等。

盖瑞：所以你们两个人都是从这幅动态画面，这个几乎完整的故事情节中汲取素材，你们两个人以不同的方式汲取，但这是一个共同的愿景，呈现在你们两个人面前。

卡拉：的确是。我仍然记得——通常我会躺在沙发上，头枕在唐的腿上，他一只手拿着录音机，一边说话一边等待，然后继续说话，继续等待，速度很快。他一次会写完一整章，然后他会去旅行，我会继续工作。

盖瑞：所以当他把这些内容说进录音机时，你也会在自己的脑海中进行核实，因为你基本上能看到他所看到的东西？

卡拉：是的。我从没有说过"唐，我不这么认为"。不是这样的。

盖瑞：太棒了。你能描述一下它是如何预测你后来生活中发生的事件的吗？

卡拉：好吧，这涉及到几个层次。一个与情节细节有关。太空女孩和太空人——我认为它们非常清晰地表达了我们彼此相爱以及我们如何看待对方。相当理想化，但他确实就是这样。他真的是一个太空人，他认为我是一个非常高尚的女性典范，并且很纯洁。他感兴趣的是太空人和太空女孩的纯洁。所以这些都很明显。

但其他事情就非常奇怪了。当我们在 1974 年遇到安德里亚·普哈里奇时，我们互相看着对方，简直不敢相信，因为他就是书中的人物帕布罗·帕德耶夫斯基。我还看到了我们曾经看到过的房子——我非常清楚地看到了它，我们在书中看到它是由于要拍摄一部关于美国南部的电影，而且它是一座美丽的战前庄园。当我们开车来到普哈里奇的房子时，我看着唐说："那就是那栋房子。"他说："我知道。"[笑]

然后我对安德里亚说："安德里亚，这栋房子……一切都和我们书里一样，但有一点不同：我看到停车圈周围都是牡丹。"他说："哦，那些。是啊，几年前我就让它们剪掉了。"这说得通：我们是在 1970 年之前写的，【《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》是在 1968 年写成，1969 年修改的。】这是在 1974 年，所以当我看到它们的时候它们应该还在那里。

盖瑞：在赋予你们共同接收到的这个愿景以声音，并在创作这本书的过程中，你们到达了某个点，那个愿景就结束了，也就是这本书的结局。为什么你们看不到结局？

卡拉：嗯，这说不通——不符合逻辑，而且我们俩都是非常逻辑的人。唐天生就健康。他的视力是 20/10。他在军队服役时，可以在十英里的徒步旅行中整天绕着他的部队跑，而且从不气喘吁吁。他就是那么健康——非常健康——而且从不生病。他从没……病过。他从未感冒过。

我非常非常虚弱。毫无疑问；我自己也接受了这一点，尽管我并没有接受更多。我正常。只是要保持正常需要一点技巧。我有这种方式和那种方式可能会搞砸，然后我会因为早期的疾病（肾脏问题，类风湿性问题，诸如此类）而出现问题。但仅仅看到我不会在这个世界待太久——我只是很虚弱。所以，书中那个最像我的人会死掉，而唐的角色却不会死掉，这是说得通的。我们就这样一直琢磨着，一直琢磨着，一直琢磨着，最后就这样写了：太空女孩艾斯梅拉达在结尾死了。

盖瑞：是的，她选择成为殉道者吗？

卡拉：没错，她是通过成为殉道者来结束的。而帕布罗和他的朋友乔希——乔希就是唐的角色——则坐在那里看着枯叶随风飘过。

盖瑞：你当时意识到自己内心有殉道者的冲动吗？

卡拉：不，我没有想过。我知道除了全力以赴，我别无选择，我一直绝对诚实，也一直绝对忠诚。例如，我意识到我在寄宿学校最好的朋友想要成为班上的第一名，但她没有希望，所

以我错过了自己的期末考试，后来补考了，并获得了 100%的分数。但因为我不得不补考，所以我的成绩比较低，而她则成为了第一名。这种事你可以在事后回顾并说，“好吧，是的，她内心有这种种子。只要她爱的人幸福，她不在乎自己会怎样。”是的，这是真的。但我从来没有分析过，也从来没有想过，没有。

盖瑞：你为殉道的动机是否纯粹，因为你愿意为了他人的利益牺牲自己？

卡拉：是的，这不仅仅是“我想成为一个殉道者”。

盖瑞：也不是某种复杂的想法，比如“如果我……，我将获得荣耀”。

卡拉：[笑]绝对不是！我想过很长很长的生活，享受美好的时光。一定会很有趣。

盖瑞：所以你解释了为什么你以那种方式创造结局，因为那在逻辑上是合理的。你当时身体虚弱，身体状况不佳，而唐非常健康。你是将结局创造成了一个真空吗？结局是否没有任何东西，或者你收到过另一个版本，或者一个混乱的版本？

卡拉：嗯，不是的，我们收到的版本是有人必须死——这是书中的规定。这就是事情的发展，所以只不过是选择谁的问题。

我们搞不清楚为什么这部分如此难做。这很奇怪。

盖瑞：你们可能当时在这些角色身上看到了自己，却不知道你们在某种程度上是在写你们的未来。

卡拉：一点也不是。只是后来回顾时才明白。

盖瑞：在我读到的那段引述中，Ra 谈到《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》，Ra 说“对这次任务的完全记忆已被恢复。”当时你是否感觉到你和唐是在执行某项任务？

卡拉：是的。我对他如何安排这一切感到非常满意。我是唐忠实的助手。

吉姆：谈谈跳过剑而再也没有看到干燥的土地的事。

卡拉：哦哦哦哦。我在唐和我决定一起跳过剑后不久做了一个梦。

因为对我来说结婚意义重大，他解释说在苏格兰，如果你跳过一把扫帚（其实是剑，不过我们用的是扫帚）——我们在某天在走廊里跳过了那把扫帚，我知道，我们也知道那就是我们的婚姻。然后不久之后……[转向吉姆]剩下的部分是什么？

吉姆：你将再也看不到干燥的土地。

卡拉：哦，是的，不久之后我做了一个非常真实、非常清晰的梦。梦开始时，我乘坐一只四层的大房船在河上行驶，船上还有一个桨轮。由于我住在俄亥俄河边，看到这种交通工具再自然不过了。我在顶层，房船开始着火。唐从岸上看到我，跳入水中，赶到船上，抓住我，把我从火中救出来。然后我们在他的船上沿河航行，那艘船没有着火。他看着我说：“你想下船吗？因为如果你和我一起留在这艘船上，你将再也看不到干燥的土地。”

在梦中，我确定我想和他在一起。然后我从梦中醒来。这就是我的梦。

盖瑞：这非常有力地表达了情况。所以，在你清醒的生活中，你并没有……你没有立刻和唐在一起，但你知道你们承诺了更大的使命，你们正在一起做一项（大写的）工作？

卡拉：我知道我们是在为灵性上的原因而工作，而不是为了世俗的目标。我并没有真正考虑

这有多么重大；我只是意识到我们并不是在追求任何世俗的目标：没有房子，没有孩子，没有其他的拥有或需求，只有彼此和这项工作。这项工作就是一切。

盖瑞：回顾过去，你会怎么说那项使命是什么？你觉得它完成了吗？

卡拉：我当时从未试图确定使命是什么。回顾过去，我会说这项使命有两个部分，与我 13 岁时的经历有关。那时我经历了所谓的濒死体验。在灵性世界里，我被给予了一个选择，让地球上的身体死亡，然后再来一生，因为我在这一生中承担了太多的催化剂。指导建议我如果将这项使命分成两个不同的人生会做得更好。

我说："不，我想现在就回去完成所有事情，"因为我不想死了然后还得回来再度过童年。我那时 13 岁，几乎快结束童年了。一段童年对我来说已经够了。我度过了一个可怕的童年。

所以我从一开始就知道我有一个使命要完成。我的感觉是——在遇见唐之后，以及和他经历的一切中，这种感觉越来越强烈，我的使命将会和唐一起完成。

所以我觉得当唐去世和《Ra 资料》完成时，一部分使命已经完成。我感觉另一部分仍在继续完成，只要我还活着，我将继续完成它——那就是成为一个灵性家园的灵性母亲，为那些希望作为流浪者服务于地球的人们提供庇护。这是一个灵性上的地方，而不是物质上的地方，但我们恰好有一所唐在去世前不久买的美丽房子，所以有一个真正的房子似乎填补了这个需求。但实际情况是，它是一个灵性上的地方。

盖瑞：这真是一次非凡的旅程。我们将在稍后的《通灵艺术》章节中更深入地探讨这一主题。现在，我想问一下你是在哪个时刻被邀请参与通灵实验的，为什么会这样？

卡拉：是在 1974 年。唐让我开始学习通灵，否则他的实验会失败。我当时觉得，嗯，他的实验不能失败，所以我告诉他我对这个没有感觉，我不想做，但我会为了他去做。因此，我完全是为了帮他才去做的。我尽了最大的努力，结果发现自己对这方面有些天赋。然后，大约在 1975 年中期，我已经上手并做得很称职。所以所有在《UFO 的秘密》中出现的通灵信息都是在那段时间得到的。如果我没有使用这些通灵材料来做《UFO 的秘密》，它们将永远丢失，因为那时我们有重复使用录音带的习惯【5】。

盖瑞：这是个很好的问题。唐在你 1974 年开始学习通灵之前肯定已经进行了通灵，但爱/光研究中心的转录文库基本上从 1974 年开始。我认为在 1974 年之前只有为数不多的几个转录记录。为什么在你开始通灵之前的那段时间没有转录记录传到我们这里？

卡拉：我认为他在那之前不认为小组产生了任何值得录音的内容。

盖瑞：唐的这种坚持确实非常了不起，他年复一年地继续进行，希望能得到更高质量的内容，并相信最终会实现，但却不知道如何做到。

卡拉：是的，他的信念是绝对的，特别是在知道我会回来成为其中一部分后。我认为他只是有一种感觉，觉得我可能会做得很好，值得认真尝试一下，真的给了我很大的推动。[笑]

盖瑞：我们已经确定唐非常信任这些来源——至少他认为它们值得，以至于花了几年时间通灵他们的信息。那么你呢？你对这些来源、它们所说的话以及他们自称是谁的事，有过任何疑虑或怀疑吗？

卡拉：嗯，我被问过很多次这个问题。我确实会考虑和思考一些事情。只是没有任何东西引起过我的警觉，告诉我"不赞同这个，你得考虑一下"等等。

我引导的内容超出了我的理解范围，所以并不是说我内心深处有某种东西等待着借机假装自己在引导。

当你真正地在引导时，尤其是当你全心投入、处在关键时刻——这是我一直说的，对人们来说最困难的部分：他们不想让自己尴尬；他们不想开始引导然后突然引导出一些胡言乱语；而且哦，这种情况只在不同的孤立时刻发生过，而且总是有原因的——所以当你认真地完成工作，最终结束了你的引导，那就是你能做到的最好。所以你有什么需要考虑的呢？就是这样。它没有引起任何警觉——你对引导的内容不感到不满；只是这种信息收集的方式很特殊，无法核实。

所以你只需收集这些内容。唐一直认为，重要的是收集材料，尽可能多的材料，因为他说，只有通过材料的密度和重复出现的内容，才能获取其要旨和核心。

盖瑞：让我印象深刻的一点是，这项历经数十年的通灵实验的持续一致性。我认为，一个人要保持长期一致的观点是非常困难的，更不用说多个引导者在几十年中不断引导各种来源，传达一个完全一致的宇宙观和哲学了。

卡拉：没错，而且，我不可能自己生成这些内容，我有一半时间都记不住我在说什么【6】。[笑]我确实有点心不在焉。[笑]认为我能把这么大量的材料都记在脑子里简直是荒谬的。这不符合我的本性。

盖瑞：那么，一旦你与唐的合作建立起来，你们的冒险带你们去了哪里？

卡拉：到处。起初我们想，“好吧，我们会写一本畅销书。”但我们无法让它被任何地方接受。我开始把收到的拒绝信贴在我的浴室里——一个小房间，别忘了——[笑]在大约尝试了十几次出版后，唐和我决定，“好吧，也许拍一部电影。”

我不知道我们做了多少个《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》的剧本版本，每次我写完一个版本，唐都会提供帮助，但最后还是不行。所以我们又回到起点，尽力以另一种方式做得更适合好莱坞。我们再试一次，又失败了。

最后，我们决定为了制作电影，必须学习业务并自己动手。所以我们做了。我们制作了你能想象到的最荒谬的电影。【7】[笑]我在唐的帮助下写了剧本。我负责所有的选角、制作、拍摄脚本，所有与电影相关的事情我都做了。

但我本来是打算在幕后工作的。我们没想到的是，我们雇的女主角 Ruthy，她有着丰腴的身材和非常低的智商。她在拍摄前一天读了剧本，然后辞职了。她说，[傲慢的语气]“我不是喜剧演员，我是明星。”她当场辞职，走了。突然之间，我们需要一个赤裸上身的女人。

我是最谦逊的裸上身女性——当时，我拥有一个“小胸脯”。

众所周知，随着年龄的增长，你的胸部会变大，但当时我的胸部很小。不是非常小，而是与我纤细的身体其他部分成良好比例。脱掉衬衫拍摄我似乎是一个愚蠢的想法，但我们找不到其他人愿意做这件事。

当然，我知道台词（因为是我写的），但我连 15 分钟的排练时间都没有。突然之间，除了担任剧本秘书，还得记下各种数字并在脑海里计算从 90（电影长度）到 60（时间长度）——我没有秒表，所以不知道怎么定时；我只知道用了多少胶卷，所以从中推算出时间。

所以我在脑子里计算的同时还得记下每一条镜头——我们拍了很多次。编辑需要记下每一次镜头。如果拍了 14 次，你必须记录每一次。我胸前的记录不能搞错，因为那样会破坏连贯

性，所以我真的不能穿上衬衫，于是我几天都光着上身。这次经历是我进入电影行业中比较有趣的方面之一。我是你见过的最糟糕的演员。但关于这部电影唯一可以说的是，我把它从胶卷中弄出来放到屏幕上，它确实在南方的露天电影院播放过。

盖瑞：所以制作电影并不是你和唐的强项。在 70 年代，你们在其他领域的探索中有哪些亮点？

卡拉：主要是调查 UFO 目击的难题——与目击者交谈，记录并整理他们的经历，然后把这些信息发送给像 APRO 和 MUFON 这样的组织。【8】还有一个我们也发送过去的英国组织——我记不起来名字了。

吉姆：可能是《Flying Saucer Review》？

卡拉：谢谢。确实是《Flying Saucer Review》，我们把报告发送到了那些地方。

盖瑞：是的，你和唐是独立的开拓者，但你们也参与了更广泛的研究工作。

卡拉：没错。我当时阅读了大量的 UFO 期刊和当时的书籍，然后向唐汇报。作为他的研究助理，我的工作是进行所有的研究，然后向他报告。他会从中挑选他喜欢的内容，并记住这些信息。这些信息为他提供了与人交谈和提供各种主题证据的工具。当你像我那样广泛阅读时，你会有各种各样的信息点。因此，他可以讲解很长时间——我见过他最长一次讲了 6 个半小时。但他肯定还能讲三倍那么久，才会用尽原始材料。

他还决定调查灵性手术，包括菲律宾的灵性手术。我们在 1975 年去了那里，我作为接受手术的对象有了一些经历。他不愿意成为接受手术的人。我总是最容易的，因为我身上有一些问题，我们可以看看菲律宾的医生是否知道这些问题，这也将成为证据的一部分。

在 1977 年和 1978 年，我们调查了一位墨西哥通灵师，她使用一把真正的刀子，据称通过切割她的病人来切除不良物质，使他们恢复健康。那位女士名叫 Pachita。我们去了那里，可能待了大约两个月的时间。

盖瑞：那次经历如何展开的？

卡拉：这次经历非常有趣。我接受了 Pachita 的两次手术。第一次她说：“她的肾脏不好，所以我会取出两个，合成一个好的，再放回去，看它是否有效。”五周后我回去，她决定效果不好，于是她说：“好吧，我们就换一个新的。”他们在墨西哥城到处寻找肾脏，但找不到。墨西哥城非常大，有七百万人。找不到肾脏，因为有排队等待的病人，而且这些肾脏是分配给人的。找不到一个。

盖瑞：她在寻找一个物理器官？

卡拉：她在寻找一个物理器官。但是找不到，于是她就打开冰箱，拿出一些看起来像肾脏组织的组织——对 Andrija（他是医生，医学博士）来说，就像是肾脏用的组织。反正，她把它放在身体附近，它就像被磁铁吸引一样被吸入了我的身体。所以我就接受了那个组织。我可以说，从那以后，我的肾脏没有出现过严重的问题。

盖瑞：你们去菲律宾和墨西哥旅行，与被绑架者和其他有 UFO 经历的人交谈，而所有这些的关键工具就是飞机。唐是飞行员，会飞到你们需要去的地方吗？

卡拉：没错。他的家庭并不富裕，他通过做飞行员来筹集资金。私人机场 BowmanField 成了可以租飞机去任何地方的地方。他会带人们去他们想去的地方，但从不收取钱；相反，他会

把钱作为信用额度，再用来租飞机去他自己想去的地方。

这让我想起了，唐还调查了灵性疗愈，还有一个名叫 Kathryn 的人让他特别印象深刻。她曾经有一个电视节目。她会触碰人们，似乎圣灵的力量会触及他们，他们一个接一个地倒下。所以他带我去了芝加哥的一个大地方，参加了她的一个聚会，我也被触碰了一下。感觉像是电击，但没有把我击倒，我没有感觉到其他任何东西。对我来说就像什么都没有，所以就这样。

吉姆：Kathryn Kuhlman?

卡拉：是的，Kathryn Kuhlman

盖瑞：所以那时你的生活一点也不寻常。

卡拉：[笑]我真的不追求普通。唐之后，我就放弃了。

盖瑞：所以他尽力拼凑这些拼图，通灵似乎是他获得信息的主要途径或主要焦点。

卡拉：没错，他越来越感兴趣于通灵，但在 Ra 接触之前，他并不完全相信这就是关键。Ra 接触发生后，一切其他的事情都停下来了，他只想做这个。

盖瑞：在你们的合作中，正如你提到的，你负责了大量的写作和研究。唐在你们的合作中具体承担了什么角色？

卡拉：我认为他负责分享这些内容，同时也是我们"船"的驾驶员，决定我们要做什么以及何时做。他告诉我："我希望你负责写作，创作这些材料，并让它们免费提供给全世界。"那时我们没有电脑，我就说："唐，我不知道怎么做。"但我说我会尝试。然后他说另外一件事就是成为一个灵性家庭的管家。

所以他当时还是在考虑物理上的房子，但其实是一个灵性-物理的房子。他不喜欢建立一个传统家庭的想法。他想要的是一个灵性家庭，我觉得他得到了他想要的。

无论如何，那些就是我的两个目标。一个已经完成了，没有什么比得上《Ra 资料》了。我当然可以在处理完健康问题后继续进行更多的通灵，但在那之前，不能再做这样的外在工作了。但另一个是我可以终身做的事，我会每天都做。我很高兴有这样的机会；很少有人能做他们如此热爱的事情。

盖瑞：在你和唐的工作中，你们是什么时候成立爱/光研究中心组织的？为什么？

卡拉：我们在 1980 年成立了爱/光研究中心，因为唐觉得是时候创建一个 501(c)(3)免税慈善机构了。

盖瑞：你指的是 1970 吗？你刚刚说 1980。

卡拉：好的，1980 年是我们成立爱/光研究中心作为一个非营利慈善机构的时间。在那之前，它只是一个合伙企业。[大约在 1968 年]唐让我写了一份小纸条，上面写着我们是合伙人，并且从《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》获得的任何资金都会平分。因此，在那之后不久，我们决定将其命名为 L/L Company。所以一开始是 L/L Company，然后正如你提到的，后来改为爱/光研究中心，但那时仍然完全是私人的。

然后在 1980 年，我们与吉姆·麦克卡提一起创建了一个公共实体，我们利用了吉姆已经创建的 501(c)(3)组织的文件。我们只是借用那个，因为它的创建理由与我们的非常兼容，吉姆称

之为 Rock Creek Research & Development Laboratories。

盖瑞：研究方面似乎很显而易见。'L/L'代表什么？为什么选择这个名字？

卡拉：这代表着爱与光，或者光与爱。我一直觉得爱是首位的，就像在扭曲中一样——如果你看扭曲，爱在光之前，所以是爱/光。我们使用的标志是巴勃罗·毕加索画的唐吉诃德和桑丘·潘沙追逐风车的图像——我在大学时把它挂在桌子上，在我的婚姻期间也挂在桌子上，婚后也是。我喜欢这个形象，一直觉得这完全是我。我非常认同善良的唐吉诃德和追寻不可能的梦想。我一直知道那就是我。所以唐也喜欢这个标志，并决定我们就用这个作为我们的标志。

盖瑞：你预见了我下一个问题，就是关于唐吉诃德标志的。所以你觉得那就是你，象征着追寻不可能的梦想。追寻不可能的梦想意味着什么？

卡拉：我认为这意味着将真理、美、爱、光和理解带到地球上，使它成为人们的生活方式。对我来说，这一直感觉是正确的生活方式，我也一直努力按照这种方式生活——虽然我知道这不可能实现。

盖瑞：有理由认为这是一个不可能的梦想吗？

卡拉：嗯，这似乎在现实世界中是不可能的。比如说，看新闻的方式，总是"新闻要血腥才有吸引力"。坏消息总是排在前面。自我服务的规则主导一切。[笑]

而如果你想成为一个聪明的人，加入政治并真正改变世界……我在大学早期就发现，做到这一点必须学会撒谎，而我不做这些。我没有撒谎的能力。我只是不会撒谎，除了必要的善意谎言，比如"这顶帽子真漂亮"或"你的尾巴在这件衣服里看起来不大，你看起来很好"。[笑]

在大学时，我和一个后来成为著名政治家的人的经历中，他直接告诉我："如果你想从政，你必须能够撒谎。"他说了这一点，我就放弃了政治学，转而加入了艺术领域，成为了英语专业。我原本想要成为一个帮助国家治理的人。我想成为一名政治家，想在这个世界上有所改变，但后来我发现，"哦，你不能在这个世界上做出改变。"显然，政治的本质就是撒谎和开委员会会议。我都做得不好，所以我不得不改变我的目标。我不能在这个世界上工作；我必须决定我的国度确实不属于这个世界。

所以，这才是真正的不可能的梦想。这并不一定是基督教的梦想，虽然我是一个全心全意的基督徒——我全心爱耶稣，我知道我的国度不属于这个世界。我认同这一点。

盖瑞：在小说中，唐吉诃德的旅程与爱/光研究中心希望在世界上代表或实现的目标之间是否有其他相似之处？

卡拉：我并不认同那个故事的具体情节，那是一个特别混乱的故事，讲述的是那些真的看不到眼前事物的人。我不认为我曾经自欺欺人，我只是渴望保持纯洁和忠于我的标准，不论世界如何变化。虽然这样做往往很不方便。

盖瑞：而世界会告诉你，所做的事情是愚蠢的。

卡拉：世界总是会告诉你相反的。世界会以越来越激烈的语气告诉你相反的。

盖瑞：你必须学会相信自己，跟随自己的内心。

卡拉：是的，这对我来说从来不是问题。我从小就是这样做的。确实如此。

吉姆：告诉他你小时候说的第一句话是什么。

卡拉：是的，我的第一句话对我的母亲说的是“放我下来”，正如母亲当时在她的日记中写的。不是“妈妈”，也不是“爸爸”，而是“放我下来”。

盖瑞：我很高兴，你把自己和唐吉诃德区分开来，因为你并不是……尽管你想以高尚的方式行事，尽管你想服务他人，但你并不是通过挑衅和与人争斗，或者对他人不够敏感来实现这一点。

卡拉：是的

盖瑞：显然，稍微往后一点，你和唐邀请了吉姆加入你们，但在那之前，你是否考虑过爱/光研究中心会包括其他人？

卡拉：是的，我们确实考虑过，并在不同的时间邀请过一些人。例如，我们曾经邀请贝丝和我们一起生活，但她当时不能，因为她正忙于生孩子。突然之间她怀孕了。在离婚的过程中，她怀孕了。这样的事情确实会发生。她不想把孩子带到我们的家里，唐对此感到感激。[笑]我倒觉得这很有趣！但我喜欢孩子，而唐不喜欢。所以这个计划没能实现。

是的，我们确实邀请过她，唐总是留意那些他希望成为我们家庭、我们灵性家庭一部分的人。

盖瑞：他有没有某种特定类型的人或特定标准来决定他会邀请谁？

卡拉：我觉得这只是看谁对他感觉合适。他真的很信任自己的直觉和他对人的观察。他能够透过他们，看进他们的内心，他了解他们。这对他来说一点也不费劲。他在这方面有一种天赋，大多数人只是没有被选中，或者虽然可以，但不是他希望成为他家庭一部分的人。

可以这么说：每个星期天，他都会从前窗看谁来参加冥想。如果有些人来了，他就从后门出去，直到他们的车离开才回来。

然后有些人，他很高兴他们来参加冥想。

所以有三个类别：值得被邀请加入我们的人；还不错，正常的人；和他不想和他们在一起的人。大多数人都在第二个类别。吉姆是多年来唯一一个进入值得类别的人。

盖瑞：所以你们在 1974 年开始进行通灵，第一次接收到 Ra 是在 1981 年？

卡拉：是的。

盖瑞：在这段时间内，邦联的消息是否发生了变化或发展？而唐的问题是否也有所发展？

卡拉：哦，我想它们确实随着通灵内容的变化而演变。但我认为唯一的变化就是我的通灵本身。它逐渐进化，因为我慢慢学会了如何进行一场好的通灵。我仍然觉得自己有工作要做，以成为更好的通灵者，比如如何调整自己等等。我从未满足过。我总是希望自己能稍微更好一些，所以我一直在尽力去实现这一点。

但我认为信息本身变化不大——也许在细节上有所变化，但在核心上没有变化。

盖瑞：所以 1974 年传达的核心信息和 1980 年传达的核心信息是一样的吗？

卡拉：是的，我是这么认为的。

盖瑞：好的，作为这一部分的最后一个问题：你和其他人通灵的信息对你自己的灵性以及唐的灵性（如果有明显的影响的话）产生了什么影响？

卡拉：我认为这对我们的灵性没有真正的改变。我一直是基督徒，并且继续保持基督徒的身份，这让唐完全困惑。他无法理解我为什么要花那么多时间做基督徒，而且在合唱团中，你花的时间比大多数人还要多。你不仅仅是周日去参加礼拜。你还有合唱团排练，还有合唱团参与的葬礼和婚礼，你都是完全自愿去做的。你花了那么多时间——当然我也积极参与教会工作，这也花了更多时间。

他真的对这一切感到嫉妒，对我在巴赫协会合唱团的演唱也感到嫉妒，我确实是出于对音乐的热爱，想要成为音乐的一部分。（我知道你会理解这一点，肯【提到 Ken Wendt，我们的好朋友和才华横溢的视频摄制师，正在拍摄这次采访。】。肯是一位小号演奏家，一位经典的小号演奏家。）成为一部经典作品的一部分——这超出了你作为歌手、小号演奏家或任何声音制作者能表达的范围。所有的声音都在你周围环绕，它释放出来，十分壮丽。有人创作了这部宏伟的艺术作品，你成为其中的一部分，这是一种无法用语言表达的快乐。

我参与了这项活动超过 30 年。我是路易斯维尔巴赫协会的成员，而唐对此确实有些嫉妒，尤其是在 Ra 的接触开始之后。他不希望我去排练，也不希望我周日去。他无法理解我为什么要花时间做除了 Ra 的接触之外的事情。[笑]然而，这也是我灵性之旅的一部分，我坚持下来了。这让他不太高兴，但我的目标不是为了让他高兴[在这方面]；我的目标是追随自己的快乐，可以这么说。

盖瑞：所以你们从这些所谓的 UFO 来源或非地球本地的智能来源接收到这些信息，他们描述了一个由爱与光构建的宇宙，自由意志主宰，生命的全部功能是灵性进化——我不知道“流浪者”这个概念是否在那时出现过。这些对你的灵性没有产生太大的影响吗？

卡拉：我觉得这非常迷人，它确实帮助我在唐去世后确立了我的目标。我可以看到，剩下的工作就是为那些感到孤立和痛苦的人们建立一个灵性家园，而许多流浪者确实如此。我希望他们知道他们并不孤单，有人非常爱他们，并且愿意支持他们的工作，无论它把他们带到哪里，有人认为他们做得很好。我认为，每年在这里的归宿感活动中，你会看到那些通过《Ra 资料》过滤出来的人们，他们或许在家中环境中感到孤立。而来到这里，他们突然有了许多人对他们说的话感兴趣，并且不会告诉他们他们疯了，而是倾听他们，爱他们，他们也非常爱回这些人——这是一种极其辉煌的经历。我希望我们每年 52 周都能做到这些。

不幸的是，正如你从担任这些活动的制作人中了解到的那样，准备一个这样的周末需要几个月的时间，涉及到我们一起做的各种后勤工作，比如如何为那么多人准备食物、清理房子等等。（顺便说一下，我们今年还没有开始清理房子。是时候考虑一下了。）

盖瑞：如果我们在酒店或会议中心举办，这将会简单得多，但使用自己的家作为这些活动的场地……

卡拉：我一直想要打开我的家，让吉姆和我注入到这个家的所有东西成为我们所能提供的一部分，因为这是你在地球上能够显现的那一点点。而吉姆在创造一个令人惊叹的氛围方面做得非常出色，有美丽的花园，你可以在其中散步、冥想、思考和体验——包括水景、鱼类、水花飞溅，以及所有与之相关的冥想。你可以观察他每一个岩石植物的布置，看看每一块石头、每一株植物，如何一起成长和提供的美好，或者你可以沿着他的小径散步，整体感受整个花园。这简直像是一场盛宴！你可能会消化不良。[笑]你无法一次性看到全部。人们对花园的反应是，“我得回来。我还没看到一半。”除非你在这里度过一个夏天左右，你才能真正看到所有的花开和了解每一株植物。

盖瑞：是的，这不仅仅是一个空旷的场地——仅仅是四面墙和一个屋顶来举办活动——它是

舞台上的一个角色。它是聚会中的一个积极元素，就像你所说的，那些对能量敏感的人来到这里——我听到过很多人谈到他们如何感受到和体验到这个地方的愉悦能量和充满光明的特质，以及你和吉姆所提供的这个特别礼物。

卡拉：是的，很多人试图创造一个完美的家。他们会收集很多古董和艺术品，或者花很多钱，买最新的东西，尽力让家变得出色，做到钱能买到的最好。或者，像我和吉姆做的那样，我们喜欢我们拥有的东西，不把它们收起来，而是让它们摆出来，你可以随手拿到并使用，每一本书都被珍惜。

我建议肯去拍摄吉姆的房间——这是我和吉姆在一起待了大约三年的房间，对吗？[吉姆确认。]自 2010 年手术以来，我一直在这个房间。我原本以为手术后会回到自己的房间，但没能做到，因为出了其他问题。自那以后，一直是这样，我可能会继续在这里……所以这是一个很小的例子，展示了如果你不把东西收起来（笑），而是整齐地排列好，并且知道它们在哪里，可以随时取用，你能在一个房间里放入多少东西。

盖瑞：好，这一部分就到此为止，接下来我们将讨论吉姆、卡拉和唐交汇的部分。这一部分将是我们深入探讨 Ra 的接触之前的最后一部分。

【1】彼得、保罗和玛丽的经理要求卡拉和吉姆·D.到芝加哥去试镜，成为他们的开场表演。卡拉和吉姆·D.在试镜前一晚住在芝加哥的一家汽车旅馆。早上，吉姆·D.表示，除非卡拉同意他们不为这个工作试镜，否则他不会下床。

【2】请参阅《流浪者手册》第 266 页，了解更多关于这种动态的内容。

【3】免责声明，值得说明的是：卡拉从未表现出对同性恋的偏见。她像对待其他一切一样，以爱心接纳同性恋。她在这里只是说明，无论唐在多大程度上拥有性特征，它都是异性的性质。尽管最终唐似乎是一个无性别的人。

【4】“确实，无论是唐还是我对结局都主观上不满意。然而，所有试图重写结局以使

《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》成为不正确标题的尝试都彻底失败了。在尝试了十次重写之后，所有的结果都与你现在看到的结局基本相同，我们决定，源头通过我们展示这种观点，试图在这一观点中包含对这个问题的演绎：‘如果两个完全“善良”的存在被带到这个复杂而二元的星球上，会发生什么？’”

Don Elkins and Carla L. Rueckert, The Crucifixion of Esmerelda Sweetwater (Louisville：L/L Research, 1986), 19–20.

Note：这本书构思并写于 1968 年，但直到 1986 年才出版。

【5】令《一的法则》资料的纯粹主义者非常失望的是，他们对 Ra 的接触所用的磁带也有同样的习惯。幸运的是，三套磁带中的一套得以保存，但另外两套被回收了。第二和第三套磁带在每次 Ra 的集会中使用，现在如果能保留下来会很有帮助，因为它们记录了在将第一卷磁带从 A 面翻到 B 面时遗漏的部分。

【6】幸运的是，在整个采访中没有证据显示这一点……咳。

【7】最初标题为《The Hidan of Maukbeiangjow,》，这部电影由唐和卡拉编剧，李·琼斯导演和拍摄。它被一家发行公司购买，并于 1985 年以《Invasion of the Girl Snatchers》为标题发行在 VHS 上。尽管卡拉对这部电影的评价并不高，但据传它在多年间获得了一个小众追随者。

【8】APRO（空中现象研究组织）是一个 UFO 研究组织，由来自威斯康星州斯特金湾的吉姆和珊瑚·洛伦森于 1952 年 1 月创立。1960 年后，该组织的总部迁至亚利桑那州图森市。APRO 设有许多州分会，并一直活跃至 1988 年底。

APRO 强调科学实地调查，并拥有一支由咨询博士科学家组成的大型团队。一个显著的例子是来自亚利桑那大学的詹姆斯·E·麦克唐纳博士，他是一位著名的大气物理学家，也许是当时领先的科学 UFO 研究者。另一个例子是加州大学伯克利分校的詹姆斯·哈德博士，他是一位土木与水利工程教授，从 1969 年到 1982 年担任研究主任。麦克唐纳和哈德在 1968 年 7 月 29 日的美国众议院科学与航天委员会上作证，当时委员会举办了一天的研讨会讨论 UFO 问题，他们是六位作证的科学家之一。

天文学家 J·艾伦·海内克将 APRO 和 NICAP 誉为当时最优秀的两个民间 UFO 组织，这些组织大多由冷静、严肃的人组成，能够对这一主题做出有价值的贡献。

Wikipedia, The Free Encyclopedia, s.v. "Aerial Phenomena Research Organiza-tion," accessed February 15, 2016,

https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Aerial_Phenomena_Research_Organization&oldid=704792709. MUFON（互助 UFO 网络）是一个总部位于美国的非营利组织，专门调查声称的 UFO 目击事件。它是美国最古老和最大的民间 UFO 调查组织之一。

MUFON 最初于 1969 年 5 月 31 日在伊利诺伊州昆西由沃尔特·H·安德鲁斯、艾伦·乌特克、约翰·舒斯勒等人创立，最初名为中西部 UFO 网络。MUFON 的大部分早期成员此前曾与 APRO 有关联。

MUFON 的声明使命是通过调查、研究和教育来研究 UFO，以造福人类。与 J·艾伦·海内克 UFO 研究中心（CUFOS）和 UFO 研究基金（FUFOR）一起，MUFON 是 UFO 研究联盟的一部分，这是美国三大 UFO 调查组织的合作努力，旨在共享人员和其他研究

资源，并资助和促进 UFO 现象的科学研究。

Wikipedia, The Free Encyclopedia, s.v. "Mutual UFO Network," accessed February 15, 2016, https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Mutual_UFO_Network&oldid=698561700.

第三章 遇见吉姆

盖瑞：随着爱/光研究中心的传记继续，吉姆与唐和卡拉相遇。吉姆，你曾在肯塔基州中部的一块土地上独自生活。你能告诉我们为什么搬到那里以及你在做什么吗？

吉姆：嗯，我刚刚从教师军团服务回来，那时我们在佛罗里达州的杰克逊维尔和盖恩斯维尔与内城区的孩子们一起工作。我们接收了那些所谓的不可救药的孩子。没有人愿意要他们，所以我们有自己的教室，利用各种资源来研究如何帮助这些没有好运的孩子学习。

我决定不再继续从事这个工作，于是我查看了我们课堂上使用的一本书《The Rasberry Exercises：How to Start Your Own School（并制作一本书）》。在书的最后，他们使用了一份参考书目，其中提到了一位名叫 T.D.林戈的科罗拉多人和冒险之路生存学校。我觉得林戈的观点听起来很不错。因此，我连续两年去了他的学校——第一年我是学生，第二年我是教师。

他学校的整个理念是，大脑有 90%处于休眠状态，这点我们大多数人都听说过。自 1957 年以来，他一直生活在落基山脉的 10,000 英尺高处，发现了一种释放学生休眠脑潜力的方法。他也与内城区的孩子们一起工作。在春季和夏季，他会带出富裕的白人孩子，比如我（只有你有一点点钱，你都比他通常工作的孩子们富有），并且也会与他们一起工作。

整个理念是使用一系列过程：essaying 写作（在拉丁语中意为“驱逐”），以驱逐理解；梦境分析；以及神经戏剧，通过这些方法来找出问题或阻塞，弄清楚哪些因素让你的能量停留在旧脑干（大多数人所在的部分）以及额外的三分之一前额叶中。因此，目标是找出一种方法来释放这些休眠的潜力。

在完成他的课程并取得一些成功之后，他的理论是“一个老师教一个学生”，这意味着去买块土地，创办自己的学校。因此，我打算这么做。我查看了两个主要的房地产目录：UnitedFarmRealty 和 StroutRealty。我想要一个有山丘和小溪、有多样化土地的地方，而不是像台球桌一样平坦的地方。于是，田纳西、阿肯色、肯塔基和密苏里一带对我来说看起来不错。我调查了大约 50 个不同的地方，从远处看，它们都不太合适，于是我决定——我发现自己来到了肯塔基州中部。我查看了地图，想，“我就回到内布拉斯加，随便进每个小房地产代理商那里看看能找到什么。”

于是，在做出这个决定后，我遇到了一位出售土地的房地产代理商——我记得他叫 EddyDeep，他有一块 132 英亩的土地出售，当时只要 6,000 美元，相当于每英亩 32 美元。那是 1972 年，这个价格非常好，所以我拿出了所有的积蓄，买下了那块土地，带着创办自己学校的想法去了那里。

在那里度过的第一个夏天，我砍伐了建造木屋所需的所有木材，因为在林戈的冒险之路生存学校，我们用的就是木屋，学习如何凿木头、填缝、切割窗户和门，以及如何用一堆树木建造房子。所以我在第一个秋天完成了这些准备工作，把木材放在平台上晾干，然后回到内布拉斯加找了一份工作。

我第一个工作的职位是粗木工，帮助建造全天候浇筑的粮仓。最终，我在 105 英尺高的地方辞职了。那时温度在零下 20 度，我的工作是清理将要储存粮食的地方——清除蜂窝状的杂物，以防粮食发酵并破坏所有的粮食。我坐在一个小秋千上——完成一个小角落后，我会爬出来去另一个地方，每个地方只有一个小灯，我甚至看不到底部，那里又暗又冷。我想我可能能找到更好的工作，于是我找了一份农用设备公司的焊工工作，整个冬天我做了一些焊接工作，这工作要温暖得多。

春天我回到肯塔基，剥去了所有木材的外皮，开始搭建木屋。

我确实有两个班级完成了课程。我教的是和林戈一样的课程，这也是我在那里的原因：开始帮助其他人发现他们潜在能力的工作。就是这样。

盖瑞：我感到很难抑制自己不深入探究。我允许自己问几个问题后再继续：你觉得自己解锁了大脑的潜力——成功完成了他的课程并达成了目标吗？

吉姆：是的。课程的一部分是让你在土地的某个偏远地方建造自己的简易棚。他有 270 英亩的山顶，地形粗犷，非常困难，所以他希望每个人都建造自己的简易棚。

1972 年 7 月 12 日的一个早晨，我处于前意识状态（preconscious state）。（前意识状态是指你可以接受或发送信息的状态，理论上可以进行心灵感应。基本上是冥想者所体验的阿尔法状态。）那天早晨，日出之前，我处于这种状态中，感觉到大脑在流动。我感觉到一种运动，

并且在前额叶的第三只眼位置感到了一声“咔嗒”，当我到达营地并告诉林戈这件事时，他只是对我微笑着说：“好吧，这只是开始。”

从那时起前额叶就一致活跃。最明显的额叶的激活在性能量交换中：大多数人在双腿之间达到高潮，而我在双眼之间也达到了。而且，这很有趣！[笑]但这也帮助我弄清楚如何运用我的能量。因此，我继续写作、梦境分析，以及在土地上的小屋里处理潜意识状态。

我也和来参加林戈的冒险之路学校的学生一起工作，试图做同样的事情。我认为我们没有取得很大的成功，但有一些有趣的接触，学生们在前意识状态中遇到的可能是外星人。他们有一些不寻常的名字，比如 Ramordery、Gonodsel 和 Bimbleshack，说他们在绕土星轨道运行的飞船上，也许听起来很奇怪，但当你听到他们通过学生传递的信息时，会感到非常启发。这就像我们一直在做的邦联管道传递，卡拉和唐在 1962 年开始的那种。

如果你把生活看作一个轮子，中心是我们要去的地方，那么这就是轮子上的另一根辐条，另一种到达那里的方式。这似乎是一个相当有效的方法。所以这就是我所做的。这对我来说发生的事情是，我感觉从那时起，我变得更加有创造力，更能想出一些超出常规的做事方法。所以它让我跳出了框框。【有关吉姆在冒险之路学校的经历以及随后在他土地上的六年生活的更多信息，请参见第 29 章，吉姆·麦克卡提个人传记材料。】

盖瑞：在遇到卡拉和唐的通灵工作之前，你会如何描述你的一般灵性？

吉姆：很少。[笑]我算是个迟开的花，您可以这么说。我大约 21 岁时已经大学毕业，才开始提出问题。毕业后，我不想做我所接受培训的工作。我不想从事商业或经济学，所以我又去读了一年的社会学，想着这可能是我想做的。但我还选了一门世界宗教课程，并与一位天主教神父，JohnScott 神父，建立了联系，他的房子主要是校园里的激进分子住的地方，虽然本来是为天主教学生准备的。他向我推荐了一本书《不安的智慧（The Wisdom of Insecurity）》，作者是艾伦·瓦茨，书中讲述了如何基本上开始自己的灵性之旅。

所以这就是一切的开始。之后，我熟悉了简·罗伯茨和她与赛斯的工作——林戈的课程涉及的是相同的原则，只是他从另一个角度来处理这些问题。他从大脑自然能力的角度来接近这一点，一旦你去除那些由学校、父母、朋友、邻居等文化编码的障碍，大脑就能够自然而然地推进其能量。

所以，我想这就是它真正的开始。当我在土地上时，有一天晚上我听到 WKQQ 广播【1】（这是从肯塔基州列克星敦播放的），他们有几位来自路易斯维尔的人——唐·艾尔金斯和卡拉·鲁克特在谈论他们的传道工作和他们的书《UFO 的秘密》，我觉得这很有趣。

在我们那里，我一般是早期 70 年代所谓的“回归土地运动”的一部分【2】从城市回到土地上简化生活的受过良好教育的大学生们。“简化，简化”——这是梭罗的理念。我们聚在一起，举行各种类型的会议，其中之一是一个冥想小组。这个小组由一群来自路易斯维尔的人领导，他们是唐和卡拉帮助创办的 Eftspan 小组的一部分，他们最初计划在我所居住的同一个县的另一边建立自己的灵性社区。当时他们仍在进行冥想等活动，我告诉他们我在广播中听到了那对夫妇，他们问我是否想见他们。我说，“好啊，当然。”

于是通过他们，我来到了路易斯维尔，见到了唐和卡拉。我记得第一次走进他们的公寓时，唐站在门口，我抬起头来[仰头笑]——他比我高整整一英尺【3】。我记得看着他的蓝眼睛，心里想，哇。我仿佛看到了一种永恒。他有一种非常友好、古朴的气质。然后我见到了卡拉。

之后，我开始每周自己过来。然后艾瑞克也开始跟着我——你还记得艾瑞克·斯旺，他现在还

住在肯塔基州的勒班农。【4】所以之后我们每周都会过来。我想是 1978 年 8 月，我第一次见到你[卡拉]，后来，当卡拉和唐决定搬到沃特森小径，我们以后会在那进行 Ra 接触时，我帮助他们搬家，并且真的更加了解了他们。

当时，唐邀请我加入他们，但我已经订阅了来自华盛顿州奥林匹亚的 Cosmic Awareness Communications【5】的资料。他们通过保罗·肖克利当时声称正在传达与埃德加·凯西所传达的相同来源，即地球的阿卡西记录。我已经接收了他们的信息大约五年，真的认为这些信息很好，所以我感谢唐和卡拉的邀请，但告诉他们我将前往俄勒冈州，那儿有两个中心——保罗住在俄勒冈州的扬希尔，然后去了奥林匹亚进行 Cosmic Awareness 的传讯。Windsong Awareness School 在扬希尔，我搬到了那里—

—那是乡村，我有一个小拖车。我叫它“豆卷”，因为它的颜色像豆卷一样，外面满是锈迹。我在那儿待了几个月。

让我开始思考我真正应该做什么的是，当我搬到那里后，有一个机会让我赚很多钱。一个来自不列颠哥伦比亚省温哥华的朋友，曾经来访，他是我们小组的一员。在他的职业中，他负责在美国和加拿大开采硅藻土。硅藻土是数百万年前各种海洋生物的化石遗骸，但在储存食物方面非常有用，比如将它放在豆子里以防止变坏。你甚至可以用它刷牙。这是一种有很多用途的东西。

无论如何，他给了我一个机会，担任美国的总经理，并且年薪$100,000。我对钱没有什么意见，但那不是我去俄勒冈州的理由，所以我抽出周末时间来冥想和思考我需要做什么，因为我有点困惑。所以在冥想的 30 秒内——其实没多久——答案像彗星一样划过我的苍白天空：“回到路易斯维尔，加入唐和卡拉。”

所以我照做了，带着他们给我的小猫。Windsong School 的孩子们通过卖这两只猫的后代赚了钱，一只大而古老的暹罗雄猫和一只漂亮的母猫。这些猫都长着长毛——它们是喜马拉雅猫。所以巧克力条跟我一起回到了路易斯维尔，我在开车时在副驾驶的地板上放了一个猫砂盆，巧克力条有需要时我就把她抱过去。于是我把巧克力条带回了路易斯维尔，并介绍给了唐和卡拉。他们那时已经有两只猫，甘道夫和费尔柴尔德。唐看着巧克力条，把小猫捧在手里说：“美丽。”

卡拉：那是他著名的话语之一。

吉姆：是的，这意味着另一只猫。[笑]

所以我实际上是通过先旅行 2500 英里到俄勒冈州，然后在两个月内再旅行 2500 英里回来，才最终遇到唐和卡拉的。这是一段很长的旅程，结果只走了 70 英里。

盖瑞：你的前额叶过于强大——你已经预见了我打算问的很多问题。

所以，快速确认一下——我认为这是一个修正。你说在 1972 年或 1973 年你被问到关于管理硅藻土的事，是不是指后来的事情？我是不是理解错了什么？

吉姆：是的，你说得对。那是 1980 年；1972 年和 1973 年是我在学校和 Lingo 在一起的时间，之后我回来并开始自己创业。好眼力！

盖瑞：我不认为你开车从俄勒冈州回来花了八年时间。

吉姆：我得步行回来。[卡拉笑了]

盖瑞：唐说他和卡拉之间有一种“预感”[他们会在一起]。同样地，你是否也有一种意识到这将是一个特别关系的感觉或预感？

吉姆：哦，是的，毫无疑问。在这方面确实很奇怪。当我帮他们搬到 WatersonTrail 的地方时，那是我们进行 Ra 接触的地方，卡拉和我一起做了很多工作，把东西整理好放到位。唐在飞行，我们有了一些独处的时间。我记得在厨房里和卡拉的拥抱——我们互相拥抱，知道我们都不想放手，因为感觉太完美了。真的感觉像是回家一样。

从那时起，一切都保持不变。我们从来不需要努力去保持和谐。和谐就在那里，任何偏离和谐的情况都显得很奇怪。我负责过一两次这种情况，必须马上纠正，因为那是不对的。所以，是的，立刻就有一种认同感和感觉，嗯，我想和这些人一起待着。结果也很成功。

盖瑞：卡拉，你记得你和唐那边关于和吉姆会面的事情吗？

卡拉：嗯，我不能真正代表唐，因为像往常一样，他对这个话题保持沉默，除了表达他希望吉姆加入我们的愿望。我曾经抵触喜欢他，因为他有一把很大的胡子。我喜欢他卷曲的长发，但我从来不喜欢面部毛发，尤其是对一个年轻人来说，我觉得那是浪费肉体，[吉姆笑了]所以我不想喜欢他。一次，他刚刚非常辛苦地工作后，汗水淋漓地来到门口，我心里想，“我喜欢他的味道。”[笑]这对我来说就这样了。化学反应让我彻底被打动了。

吉姆：当你发现有人喜欢你的气味时，你就有了一种特别的联系。

卡拉：是的，我的嗅觉非常敏感，可能是我所有感官中最敏感的。如果我喜欢某人的气味，那是很大的消息。所以，加上我一直很吸引那些有美德、荣誉、尊严的人——做正确的事。吉姆在这方面很出色。不是说他谈论或表达这些，但他口中说的每一句话和他的决定都涉及忠诚、信任，或者那种美——那是内在的美。我没有看到任何我不喜欢的东西，而且看到很多我喜欢的东西。

吉姆：最终她让我刮了胡子！[笑]

卡拉：我对他确实有性方面的吸引力，但我也被他的内在品格所吸引，多年来这种吸引力只会加深。那是我们早期对深层意识的真正连接，我们在那方面非常契合。

盖瑞：吉姆，你描述过听到卡拉和唐在广播节目中的声音，以及这如何激发了你的兴趣。你还记得第一次接触他们的传导信息时的反应是什么，以及它对你产生了什么影响吗？

吉姆：哦，是的，我真的感觉信息非常准确。这是一种那种内心的小声音的感觉，只要你让它存在，它会说“对的”。

我记得问了很多问题。他们总是在主要信息传达后有一个问答环节，我有一些真正需要问的问题，因为我在 Lingo Survival School 学到了很多有用的东西，但我真的不喜欢的一点是他相信恐惧——恐惧动机。

他设立课程的原因之一是为了防止地球“自杀”——他说我们生活的文化是自杀性的；人类基本上是被美化的“杀手猿”，来自南方古猿 Australopithecus africanus，它是第一种用大腿骨或棍子杀害自己同类的猿类。因此，他认为这是缺失的环节，我们体内有危险的基因，而我认为他在这方面过多地使用了恐惧作为动机。

所以我当时问了问题——那时卡拉在传导 Hatonn。我得到的答案让我感觉非常正确，那就是我们基本上需要释放恐惧，无论是什么恐惧，因为我们都是一体的；如果你害怕某些东西，你就是在害怕自己的一部分，并且你阻止了那部分自己向你提供它所能提供的东西。我们都

有一个黑暗的一面——我们把东西隐藏在里面——而我们害怕的东西尤其在那里。

所以这是我得到的一个信息或回答，我觉得非常准确——这让我深有感触，我想，“是的，我们继续下去，获取更多的信息。”所以，是的，我立刻就和他们产生了共鸣——他们在唱我的歌。

卡拉：他有很多很多问题。他很长一段时间都是一个大问号，然后过了一段时间这种情况就减少了——我想他把所有问题都问完了。

吉姆：是的，大致如此。之后有很多更多的问题，但当时我感到非常满意。

盖瑞：所以，正如吉姆描述的那样，吉姆最终加入了你和唐。你和唐为什么会发出这个邀请给吉姆？

卡拉：正如我所说，多年来唐一直在寻找扩展我们家庭、我们灵性家庭的方法。所以，当他提出这个建议时，我并不感到惊讶。这与他希望 Beth 加入我们、希望 Morris 加入我们等类似，但那些都没有成功，这次却成功了，这是最大的不同。

我有点惊讶，因为我曾告诉唐我和吉姆会成为恋人，我以为如果他有任何一丝嫉妒，他可能不希望吉姆加入我们。但这完全不重要——他从未提起过这件事。他只是说，“哦，好吧。”所以我不认为这对他有任何影响——对他来说，这并不重要。

但我认为这是因为吉姆出色的能力，他能够主动提供帮助，而无需被要求。吉姆主动提出帮助，并多次驱车那么远来帮助我们打包搬迁，这非常令人印象深刻。唐大部分时间都不在，而且他不擅长做任何体力劳动——那不是唐的风格。我也不期望他去做。所以只有我，[笑]但有了吉姆的帮助，我们很快就完成了所有打包工作。我们有一个相当大的图书馆，我们有一条长长的走廊，走廊里摆满了书架，当时书架上全是我们的书，所以这是一个大工程。如果没有吉姆，我会花很长时间来完成。吉姆非常迅速。

但不仅仅是这些。还有他的乐观、他那种容易相处的性格，以及他喜欢独处的愿望。唐变得非常依赖和我在一起。当他有空时，他希望和我在一起。我们有我们的小活动，三个人一起吃饭，主要是吉姆负责做饭——唐不希望我做饭，如果吉姆不做饭，我们就出去吃。

盖瑞：你说吉姆在做饭？[笑]

吉姆：确实很难相信，不是吗。

卡拉：信不信由你，他确实是个相当不错的厨师。我不认为他真正喜欢做饭，但在需要的时候他会主动做。吉姆确实是一个令人印象深刻的人。他完全符合唐的需求——是唐一直在寻找的那种人。

盖瑞：所以这个邀请是给你的，你接受了并搬进了卡拉和唐的家。唐有没有描述你将扮演什么角色？

卡拉：不知道。

吉姆：嗯，我知道我会负责抄写和打字。我们当时计划马上重写《UFO 的秘密》。所以在 Ra 接触开始的前三周，我的工作是阅读当前的 UFO 调查文献，试图更新《UFO 的秘密》，所以我在阅读、做笔记，并使用卡拉的——当时是 IBM 电动打字机。（你可能从未见过这种打字机——它们是在手动打字机之后出现的。）然后在 Ra 接触开始后，我的工作就是抄写，一切似乎都安排得很妥当。我喜欢户外活动，所以我接管了草坪的修剪工作——

卡拉：我们在 Watterson Trail 住的地方有 16 英亩。

吉姆：六英亩。对，还有一辆旧拖拉机——

卡拉：[笑]真的是很老的福特，像 1953 年的那种。

吉姆：没坚持多久，所以我接手了外面的工作，照顾草坪和花园，种花，就像我在这里做的那样，还有抄写和带卡拉去她需要去的地方。我们一开始做的差不多就是现在在做的事情，只是随着时间的推移变得更为深入。

盖瑞：我会这么说。在遇到唐和卡拉之前，你创建了一个非营利组织，命名为 Rock Creek Research and Development Laboratories。那是什么？L/L 是如何融入 Rock Creek 的？

吉姆：嗯，Lingo 提供了一个使用或复制他的文章和公司注册文件的机会。所以我用了这些文件，并决定把它命名为 Rock Creek，因为我的通道道路上有一条流淌的小溪，周围满是岩石。你开车沿着小溪走，会在路上颠簸不已……

卡拉：石头比水多。

吉姆：是的，岩石多于水。然后在我命名后搬到 Louisville，我发现这里有一个 Rock Creek 骑马场，而我们最喜欢的电视节目《NCIS》在华盛顿特区有一个 Rock Creek 公园——看来其他人也发现了这个名字。所以，501(c)(3)是 Lingo 建议我们用来启动学校并获得免税非营利资格的伞下组织。这在我与唐和卡拉加入时非常有用，因为他们需要这样的身份，而成为伞下组织很容易，并保留爱/光研究中心作为“营业名称”，因为它在全球范围内是知名的，而 Rock Creek 则不然，除了在华盛顿特区。

卡拉：我在 1973 年为 Eftspan 成立了一个 501(c)(3)组织【6】，所有工作都是我自己做的。你可能不相信，没人相信，但我去了法律图书馆翻阅资料，复制东西，询问别人，得到了一些帮助，第三次去 Frankfort 时【7】终于得到批准。所以 Eftspan 就是唐认为我们会成为的——一个 501(c)(3)组织，供人们捐款，那将是我们的图书馆、我们的研究、我们的名字——始终以 L/L 作为营业名称。我们是从我们称之为 Louisville Group 的冥想小组中成立了 Eftspan。

后来 Louisville Group 的一半人南下，他们卷入了 drugs，不愿工作；他们决定只是想在土地上生活，享受土地，让自然成为我们成立的理由。这些被写进了 Eftspan 中，而唐发现尽管那片土地有很多英亩（我记不清具体多少），但上面没有地方可以停小飞机，因此他无法从那里通勤。

所以情况对 Eftspan 不利，当人们投票决定新成员不必参加冥想集会时，我不再愿意成为一个不愿冥想的团体的一部分，因为那是我们开始时的核心，而且所有回到起点的人都是冥想者。

于是我警告了他们……我照看了这个小组。我们还清了土地的债务，因为我通过不断催促大家十年之久确保了资金。我告诉他们，土地还清后，我不再感兴趣。

我以为这会对小组产生影响，但他们都只是说，“好吧。”[笑]所以我把所有东西都做了三份，三次复制，确保了备份，然后离开了。没人会相信我不能帮助他们，当他们来找我说，“我们丢失了所有三份备份——救救我们。”我说，“我没有任何东西——我都给你们了。我离开了。”我确实离开了。我已经转向参与爱/光研究中心了，所以这就是我们知道 501(c)(3)的原因，以及为什么我们知道吉姆的小组织很有价值，因为它已经得到了 IRS 的批准，是联邦级的，不管你住在哪个州都没关系。

盖瑞： Eftspan 代表什么？

卡拉： 它源自 Oahspe（发音为 oh-wa-spee）。我找到了这个名字。它的意思是"造物者的孩子们。"

盖瑞： 所以你已经提到过你们之间绽放的浪漫关系。你能描述一下这是什么时候发生的，以及是怎么发生的吗？

卡拉： 好的，我先开始，然后你接着说。我告诉吉姆（就像我告诉过在那段时间里与我发生过关系的另外两个人一样——我不知道具体有多长时间），"你知道，这只能保持现在的状态，因为我绝对忠于唐，绝对一生忠诚。他是我的生活伴侣。"吉姆说，"太好了，我只是想独处。我是个孤独者。我喜欢和你在一起，别介意，但我想独处。[用不好的德语口音]我想一个人。"所以这完全是明白的。这就是情况，一切在我们之间都很甜蜜，一切在唐和我之间也很甜蜜。在他们两人之间，你从未见过两个如此完全忠诚于彼此的人。好朋友。

吉姆： 那是在 1980 年的夏天。只是帮他们搬家，慢慢了解彼此——

卡拉： 没过多久。

吉姆： 它自然地发展了——就像磁铁和铁屑一样。

盖瑞： 所以你们无法抗拒对方。你们三个人之间确实像是非常完美的契合——在这方面就像是互相契合的拼图块。

所以你描述了将你们三个人聚在一起的事件。一位 Bring4th 成员问是否有任何可以称之为梦境、预感或同步性（synchronicities）的东西，在那个将你们三个人聚在一起的过程中你能够识别出来的。

吉姆： 嗯，我想你可以把整个事情看作是同步性的，但没有什么真的让我感到惊讶的。只是我们之间的一种感觉。只是内心的感觉，无法否认。

【1】在 2016 年 2 月，吉姆重新发现了唐和卡拉在 1977 年 5 月 30 日的 WKQQ 广播采访的录音带。它随后被发布到档案网站 LLResearch.org 的图书馆采访部分。

总结一下，联系如下：吉姆第一次听到唐和卡拉是在一个晚上，他独自在土地上用电池供电的收音机收听——他们正在接受一个肯塔基州列克星敦的广播节目采访。之后的某个时候，吉姆向他的区域食品合作社提到了这个广播节目。

他最近听到的。那个合作社的成员也是唐和卡拉的 Eftspan 小组的成员，因此他们提议把吉姆介绍给唐和卡拉。Eftspan 是那个让个人成长作者 Ken Keyes 对将他的 Living Love Center 从加利福尼亚州旧金山迁到肯塔基州圣玛丽产生兴趣的团体。因此，吉姆在圣玛丽的主要会议大厅前台阶上遇见了卡拉，所有 Eftspan 成员都被邀请在 Ken Keyes 的新 Living Love Center 参加一个免费的周末研讨会。之后，吉姆在唐和卡拉的 Louisville 公寓的一个冥想会上遇见了唐。随后，吉姆帮助唐和卡拉搬到后来进行 105 场 Ra 接触的那座房子。

【2】在二十世纪及至我们这一代，足够多的人在 60 年代和 70 年代迁移，甚至据说在美国的人口统计上有所体现。这个运动有许多影响、目标和压力，一般来说，其特点是渴望过一种与土地紧密联系的简单生活。这在许多方面似乎是对现代城市主义、消费主义、政治和环境退化的反应。亨利·戴维·梭罗是这个运动的指导哲学家，他的格言是"简化，简化。"所有参与者的合作努力成为了反文化对我们资本主义社会竞争的回应。人们互相帮助建造自己的房屋、种植花园、抚养孩子，并参与本地的基层政治过程。

【3】在《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》一书中，唐的身高被列为 6 英尺 5 英寸。吉姆，当时唐还活着时身高为 5 英尺 7 英寸（但由于年龄增长，现在缩短了一英寸），表示唐的身高是 6 英尺 5 英寸还是 6 英尺 6 英寸存在争议。

【4】Eric 于 2014 年去世。

【5】“我们是一个已经致力于帮助人类深入探索自身神圣真理、宇宙意识超过四十年的组织。我们鼓励对正确生活的沉思，通过诸如普遍爱、尊重和感恩等珍贵观念。”

Home page, Cosmic Awareness Communications, accessed February 14, 2016, www.cosmicawareness.org.

【6】《Oahspe》是一本来自 19 世纪的通灵书，其中隐藏着许多真正有价值的、扎实的信息，但掺杂了大量看似多余的术语。在《Oahspe》中，Eftspan 是“唯一法则之子的城市”。

当 1973 年大规模的 UFO 事件来到俄亥俄河谷时，许多人开始参加唐和卡拉的周日冥想，询问有关 UFO 等问题。几年后，那些留在唐和卡拉身边的人决定他们想买一块乡村土地，建造住宅并在那里生活。他们购买了马里昂县西部 320 英亩的美丽土地。吉姆住在东边，通过他和 Eftspan 成员所属的食品合作社认识了唐和卡拉。虽然那里从未建起住宅，但这个团体仍然松散存在，他们仍然拥有那块土地。

一开始，Eftspan 的政策是任何想加入该团体的人都必须参加一段时间的团体冥想——吉姆认为是六个月。几年后，许多原始的 Eftspan 成员停止了参加冥想。于是，该团体随后取消了冥想出席作为会员要求的规定。唐和卡拉认为这是一种象征性的侮辱。作为 Eftspan 的财务主管，卡拉在接下来的两年里不断催促他们每月付款，直到马里昂县的土地付清。随后，她将所有书籍和记录交给了剩下的成员，并与唐一同告别。

【7】肯塔基州的首府。

第四章 通灵开始

盖瑞：我们开始 Ra 接触内容采访。

吉姆：于 1980 年 12 月 23 日搬进来。在那之前，所有的通灵，无论是来自唐、卡拉还是其他通灵者，都是在有意识的状态下进行的；也就是说，通灵者总是完全清醒且意识到他们所传递的内容（卡拉有一个小而短暂的例外，我们会在稍后深入讨论）。然后发生了一些事情。在 1981 年 1 月 15 日，即吉姆搬进后的第 23 天，你们惊讶地接收到了一个自称为 Ra 的新联系。你能描述一下那天的事件吗？

卡拉：好的，我来描述一下，因为当时吉姆出去买杂货了。唐在家，他说他会充当"电池"。我安排了一个与伦纳德的教学环节，伦纳德已经当了几个月的学生，进展不错。他通灵的效果很好，并且很认真。我那天准备教学，当我进行到一半时，内心的门上传来了一种非常强烈的敲门声。我问：“是否有灵体想要通过我来传递信息？”

我不断收到“我是 Ra”的信息。我心里想，“我不想和 Ra 交谈”，因为我所知道的唯一 Ra 来自于神话，埃及神话中的 Ra，是一个相当负面的实体——战争之神、霍鲁斯（鹰头神）之类的，这不是我想要鼓励的。

于是我用尽全身的力气（那时我身体比较虚弱）去质疑，我不断地问："你是以耶稣基督的名义来的吗？"

他们很愤怒。好像在说："你们以为你们是唯一拥有耶稣的人吗？你们以为你们是唯一有耶稣的星球吗？来吧——当然是以耶稣基督的名义来的。没错。谈到爱还有其他的吗？我们是以耶稣基督的名义来的，没问题。继续吧，女孩！"

我挑战了三次，他们非常肯定地回答："是的，当然，我们是以耶稣基督的名义来的。我们是以爱的名义来的。"我想，"这没错，"所以我答应了。

我向他们开放了，他们给出的回应对他们来说是相当长的，至少有一页纸长，打字出来的。这是他们做过的最长的一次，因为这不是对任何问题的回答；它只是——我不认为他们后来会再这样直接说话。他们总是等我们提问。他们会说："我们现在开始沟通，"然后唐会问一个问题，这就是他们喜欢的方式。但是这一次，为了启动事情，我想，他们简要地解释了他们是谁以及他们想要提供什么，我深受感动。嗯，当我读到它时，我确实很印象深刻；我没有马上看到，因为我不知怎么地睡着了。

盖瑞：立马睡着了？

卡拉：我不知道，可能是的，所以我当时……他们试图通过其他人进行通灵，但没有成功，总是回到我这里。于是唐问了一些问题，当我在集会后恢复过来时，他正在踱步（这是他在兴奋时总做的事），并发出他在看到特别好吃的东西时发出的声音。[卡拉发出声音。]他非常兴奋地说："我们得写一本书，Alrac【唐给卡拉的亲昵称呼。它是卡拉名字的倒写。】。这就是它！"我说："太好了。"[笑]但他不让我马上看。我被告知，你也可以听到，正当一切进行到一半时，吉姆进来，带着杂货——门开了，袋子沙沙作响等等。

吉姆：正是在唐询问即将到来的地球变化时，我进了门。你会在文本中看到："我们必须暂停并加深这个通灵者的联系。"【1】那是因为我打扰了第一次的 Ra 的联系。

卡拉：所以那是唯一一次吉姆一开始不在场的情况。之后，他总是立即到场。

盖瑞：所以唐知道你们有一些特别的东西在进行吗？

卡拉：绝对是的，立刻就知道了。他非常兴奋——从未见过他如此激动。

盖瑞：你刚刚描述了 Ra 对你挑战的回应。这种回应在你收到的挑战回应中是独特的吗？

卡拉：我以前从未遇到过愤怒的回应，[笑]，但我曾收到过温和的暗示，即耶稣是一个遍及整个银河系的存在，而不仅仅是地球上的一个人——爱的能量就是耶稣的能量，而耶稣是存在于其他地方以及这里的一个能量。

盖瑞：除了他们对你挑战的独特回应，你是否觉得他们与之前通灵的其他邦联来源有明显不同？

卡拉：仅仅在于他们联系的强度。这就像有激光直接进入你的头部，而不是其他来源通常带来的那种泛泛的嗡嗡感。

盖瑞：是的，我会说那是一种精准的感觉——非常局部化的。

卡拉：是的，不完全是精准的，但确实接近那种感觉。

盖瑞：1981 年 1 月 15 日那天，你们每个人多大年纪？

卡拉：让我想想，我 1943 年出生，吉姆 1947 年出生。

吉姆：你当时 37 岁，我 33 岁。

卡拉：谢谢。[笑]我不太擅长在脑子里计算这些。对，我们都在 30 多岁，但我快要结束 30 岁，而他刚刚开始。

盖瑞：唐更年长一些...

卡拉：唐比我大 14 岁，他在 30 年代出生。

吉姆：唐 51 岁。

盖瑞：我们知道你进入了出神状态。在第二场集会之前，你们有谁知道会发生什么吗？

卡拉：没人知道。在第二场集会中他们设定了例行的开头的仪式吗？

吉姆：我相信在第一场集会结束时，他们提供了仪式，我们在第二场集会中使用了它。那时我们决定在家里专门为 Ra 的联系设置一个房间。第一次联系是在我们通常进行周日夜晚冥想的客厅里，所以我们决定将一个没有其他用途的房间——一个卧室，专门用于 Ra 的联系。我们决定那将成为“Ra 的房间”。那房间有一个小浴室，卡拉可以在之后使用。

不，我不认为我们确切知道会发生什么。我肯定不知道。我没有参加第一场集会，所以我心里想，“我们在这里要做什么？”

卡拉：不。我那时没有意识到每次我都会睡着，但事实就是这样。

盖瑞：所以你认为你进入出神状态可能只是偶然的情况，还是……？

卡拉：我以为我只是睡着了，但其实是进入了一种深度集中状态，然后就从那里直接进入了睡眠。这对我来说就是那种感觉——从未感觉到有任何不同。

盖瑞：唐有没有感到任何警觉，认为为了通灵 Ra，你必须处于出神状态？

卡拉：我不记得了。

吉姆：没有，他从未表达过任何警觉。

盖瑞：这远在你意识到通灵 Ra 过程中固有的危险之前。

卡拉：但他总是让我在 Ra 的房间里躺在床上；总是有一张床让我躺着，而不是坐着，所以我想他大概知道会这样发生。

盖瑞：在第一场集会（1.11）中，Ra 说：“我们与这个通灵者的联系很好，因为她最近有了出神的经历。”他们是指你为你的朋友汤姆·弗拉赫提通灵他最近去世的妻子伊莱恩的出神通灵吗？

卡拉：没错。就在她最终生病之前不久。她长期患有青少年糖尿病，那是一种非常严重的疾病。不久之后，她的肾脏衰竭了，她进入了最终的疾病状态，再也没能恢复过来。

吉姆：她告诉汤姆，她会给他一些迹象来证明她在死亡之后仍然存在。

卡拉：对。汤姆一直有些焦虑地说：“我怎么知道你没事？”于是她说：“我会让你知道的。”汤姆觉得——他们俩都觉得——这是调查这个问题的时机。她可能已经在医院里了……你记得吗？

吉姆：那件事发生在我在俄勒冈的时候。

卡拉：啊。我记不清了，但我感觉她可能已经在医院里了。不管怎样，我已经答应了做这件事，所以她去世后，汤姆请求我去做一次。于是我做了，我也睡着了。

感觉是一样的，但那种感觉非常沉重，醒来时我感觉很糟糕。就像——我不知道，我从未有过宿醉——但我的肚子疼，感觉要呕吐，头也很疼。我真的不想再做了。

所以他们让我再做一次，我想是为了证据——伊莱恩要给他证据，而他还没有得到。我记得是在第二次通灵时，我说了些什么，非常像伊莱恩的风格，他们都发誓说感觉她就在隔壁房间里和他们说话。我不知道那些话是什么，也不知道她怎么说的——我只是通灵。所以他们确实得到了她会没事的证据。

他在她去世时已经心安了，知道她会没事。但我不想再做了，因为我觉得他已经得到了保证，而这对我来说非常困难。他也同意了。他不想让这对我变得更困难。

盖瑞：所以从那之后，你不想和出神有任何关系？

卡拉：不，完全不感兴趣。然后，突然间，又发生了这种事。

盖瑞：106 次

卡拉：但我确实得到了更好的支持。我不太清楚——那时也很困难。我没有像为汤姆做通灵时那样的症状，但我有极大的上厕所需求。我终于有机会问 Ra：为什么每次我从这些事情中醒来后，都必须急忙去厕所，尿个不停，就像没有明天一样？我已经憋了一整天了！【2】[笑]

他们说我对如何产生必要的 ectoplasm（灵质）没有理解。因此，我没有顺利地生产灵质，而是用我的身体来生产它。这个过程的副产品被储存在体内，形成尿液，这就是我有那么多尿液的原因。所以每次我通灵时，实际上是用身体的一部分，我会失去两到三磅的体重——有时是两磅，有时是三磅——但要产生这么多尿液确实需要大量的排尿。这真是令人惊讶。我一直在不断地减重，直到体重降到了大约 80 到 83 磅。

吉姆：我记得是 84。

卡拉：唐说：“你得多吃点。”我像疯了一样吃东西，但体重没有增加，只是停止了下降。虽然我那时候体重不算瘦弱或消瘦，因为我的骨架很小，我的身体像鸟一样，骨骼灵活、细长。但我确实看起来很苗条，我认为最大的问题是，如果我生病了，我没有多少体重大可依赖。

盖瑞：没有多少容错率。

卡拉：我没有安全的余地。于是，在停止通灵 Ra 之后，我的体重回到了正常范围，那时在 110 到 120 磅之间。

盖瑞：从我所读到的内容来看，你的身体确实受到了很大的折磨。我们在进一步讨论时一定会详细探讨这些问题。

卡拉：确实。

盖瑞：你如何定义出神状态——至少是你在 ra 联系期间经历的那种出神状态？

卡拉：嗯，我想基本上他们是从你的大脑振动状态来定义的——无论是处于睡眠状态还是α波状态。他们有四种不同的状态吗？我想出神状态是指你处于这两种底层状态之一，同时还

能说话。

盖瑞：θtheta 波或 δdelta 波是最深的两种状态。

卡拉：我认为，包括了两种不同形式的通灵，但两者都是无意识的。我只能说我当时是无意识的，不幸的是，我们从未有过机器能够准确告诉我们发生了什么。

吉姆：这是一种通灵状态，其中通灵者（你）离开了自己的身体。并不是所有的出神状态都是这样的。

卡拉：对。我在其他通灵过程中从未经历过这种情况。[在有意识的通灵中]我从未完全记住过所通灵的内容，因为实在记不住那么多信息，但我大致知道我们讨论了什么，内容是什么。我记得在做通灵时，但感觉所花的时间比平常少得多。但你知道，通灵集会时，总是很难相信已经过了这么长时间，当录音机发出 45 分钟的信号时，你会说，“哎呀，竟然已经这么久了。”这总是这样。

盖瑞：是的，感觉就像是入睡，接下来你醒来时对所通灵的信息毫无意识。

卡拉：不，我只听到唐的声音在我耳边反复叫：“Alrac……Alrac……Alrac……”【3】，[笑]试图确保我醒着并能够回应。

盖瑞：在那种状态下你有做梦吗？

卡拉：没有

盖瑞：你醒来后有任何印象吗？

卡拉：我没有感觉到自己已经离开了一段时间。感觉就像是一个瞬间。我开始通灵，然后就晕过去了，然后醒来。我需要去洗手间，知道集会已经结束，但没有感觉到时间的流逝——没有做梦，也没有时间流逝的感觉。

盖瑞：听起来也没有休息的感觉。

卡拉：没有休息的感觉

盖瑞：与正常的睡眠不同，你醒来时可能会感到焕然一新，而你醒来时却感到精疲力竭。

卡拉：是的

吉姆：Ra 说这相当于她一天的工作。【4】

卡拉：他指的是体力劳动。

【1】吉姆实际上是在意译，内容如下：

> **发问者：**你能说说即将发生的行星变化吗？[背景噪音。]
>
> **Ra：**我是 Ra。我更愿意等到这位通灵者再次达到适当的深度的专注状态或一心一意的状态后再发言。1.9

【2】关于出神状态涉及的物理和形而上过程的更多信息：“发问者：通灵者在集会前多次去洗手间的必要性是否与心理攻击有关？

> **Ra：**我是 Ra。一般来说，这是不正确的。通灵者是在排除身体中的那些我们用于联系的材料的扭曲残留物。这种情况会有所不同，有时在联系之前开始，其他工作则在联系

之后发生。在这个特定的工作中，这个实体正经历上述困难，导致了这种特定扭曲/状况的加剧。63.4”

发问者：我在上一场集会中没来得及问的一个问题是，出神状态是否是唯一一种条件，在这种条件下，心/身/灵的正面实体可能被负面实体引诱到负面的时间/空间配置中？

Ra：我是 Ra。这是一个误解的概念。心/身/灵复合体在自由离开第三密度物质复合体时是脆弱的，当适当的保护措施不在时尤为如此。你可以仔细观察，很少有实体选择离开其物质复合体从事能够吸引负面取向实体注意的工作。对大多数处于出神状态中的人来说，危险在于以某种方式触碰物质复合体，从而吸引心/身/灵复合体回到那里，或损害那些被称为灵质的物质被召回的手段。

这位通灵者是一个异常情况，因为在出神状态下，最好不要触碰通灵者或将人工光线照射到她身上。然而，灵质活动是内在的。主要的困难，正如你所知道的，是之前讨论过的负面实体在其自由意志下的移除。

这种情况是否只能在出神状态下发生并不完全确定，但在另一种类似的出体体验中，如死亡，所检查的实体作为大多数正面极性实体一样，会有来自同伴、引导者和对物理死亡转移有所察觉的自我部分的极大保护。69.3”

Ra 指出，通灵者在第 83 场集会中停止依赖将物理材料转化为能量来进行联系：“发问者：请告诉我，为什么现在通灵者在集会后会增重，而不是减重？

Ra：我是 Ra。假设通灵者由于与 Ra 的集会或工作而增重是错误的。通灵者不再需要任何物理材料来进行这种联系。这是因为小组决定不让通灵者使用必要的生命能量，因为物理能量复合体水平处于不足状态。因此，这些联系所需的能量是能量转移的产物，通灵者不再需要为此支付物理代价。因此，通灵者不再减重。

然而，体重增加的原因有两个因素。一是这具物理身体对所接触的一切，包括对其产生过敏反应的事物，变得越来越敏感。第二个因素是这些困难的能量化。

幸运的是，这次联系和这位实体的投生没有对过度进食产生扭曲，因为如果过度负荷这具扭曲严重的物理复合体，甚至最热切的健康/疾病宣言也会被覆盖，并将通灵者转向疾病/健康的扭曲，或者在极端情况下，身体死亡。83.2

【3】一些 Ra 集会的录音中，唐会在集会结束时通过轻声重复“Alrac……Alrac……Alrac……”来呼唤卡拉回到她的身体，直到卡拉用疲惫的声音回应。

【4】正如吉姆和卡拉提到的那样，能量消耗如此剧烈，相当于“许多个小时的严酷体力劳动”：

Ra：这项工作所造成的扭曲（这是这个实体选择的计划所必然带来的）是限制性，并且在一定程度上与消耗的生命和身体能量量相符，造成了疲劳，这相当于这位通灵者经历了许多个小时的严酷体力劳动。

这就是为什么我们建议通灵者的思想考虑向其更高自我提出在工作中保留一些能量的可能性。这位通灵者目前相当开放，直到所有资源被完全耗尽。这是好的，如果这是被期望的。然而，正如我们所说，这将会在你们所谓的长远中缩短工作的次数。60.4

第五章 对 Ra 接触的反应

盖瑞：我们已经了解到，唐对能够与 Ra 沟通感到非常兴奋——在你从第一场集会中恢复过来时，他正绕着房间踱步，他看到通过创建一本 Ra 对他调查问题回答的书来实现他想做的工作的可能性。唐有没有传达关于这种与 Ra 沟通的新前景的其他信息？

吉姆：他总是期待下一场集会；他总是喜欢与 Ra 交谈。他是提出大多数问题的人。通常在前一天晚上，我们会进行一次冥想，并讨论第二天可能的问题，他会记下其中几个。然而，他常常只能问一两个问题，然后 Ra 的回答会非常引人入胜，以至于他不得不转向另一个方向。所有问题在一段时间内都会被搁置，随后他跟随新的思路。

卡拉：是的，他会被分散注意力。他总是为此道歉，但 Ra 从未表示他需要这样做，或者这不合适，或者有什么问题。Ra 只是忽视了这一点。

盖瑞：这肯定很困难。任何一句话，更不用说一段或多段文字，Ra 所提供的内容都蕴含着丰富的信息，可以挖掘出很多东西，有许多不同的方向可以探索。

卡拉：我不知道他是怎么理解 Ra 的，因为 Ra 的声音——或者说 Ra——并没有太多的表达感情。

吉姆：没有表达感情。

卡拉：就像是 zzz——就像内布拉斯加州的口音一样【1】。[笑声]

吉姆：你真的很难分辨出一句话的结尾在哪里。你必须非常仔细地听。你听过一些录音。但他能够听到、思考并作出回应，这总是让我感到惊讶。

卡拉：是的，Ra 说的一些话——当你读到一句话时，会想，他说了什么？你读着，盯着看，回头再读一遍，你仍然没有理解——真正调整和处理那个回答需要时间，但对唐来说却不是这样。

他非常聪明。我做过很多智力测试，智力测试成绩非常出色。他们从未能给我确定智商，因为我把测试做得太好，以至于超出了评分范围，无法给我打分。唐的聪明程度大约是我的三倍。他完全是另一个层次的存在。我非常珍视、尊重并敬佩这一点，这也是他能够跟上的原因，因为他做的就是：跟上。

唐认为自己唯一做错的事情是，当 Ra 会抛出一些小珍宝，似乎回答了唐多年来在旁边询问的某些问题时。唐不得不提问，他不得不跟进新的线索——他不能只是坚持自己的计划，问那些他已经准备好的问题。因此，他总是偏离了原来的轨道。

但他对与 Ra 交谈感到如此兴奋；我从未见过有人像唐那样期待沟通。他唯一想要的就是下一场集会。他真的非常、非常渴望那场集会。

吉姆：当我在办公室转录 Ra 的集会记录时，唐会在办公室里踱步，等待下一页从打字机上出来。[笑声]

盖瑞：所以他会拿走他的那一页，而你继续工作，他则等待下一页。听起来他对 Ra 简直像个上瘾者。

肯：[拍摄采访的摄像师肯·温特偶尔会提出一个想法或问题。]

我能问一个问题吗？你提到的这种节奏与许多其他通灵记录非常不同。对于那些没有机会听过一些 Ra 的接触录音的人，你能大致描述一下这种节奏与其他通灵记录有何不同吗？

卡拉：唐只是没有表达他的感受。

吉姆：不，他询问的是 Ra 如何不同

卡拉：Ra 如何不同？Ra 的不同之处在于他的品质和深度。

吉姆：Ra……会……以……这样的方式……说话……并且……对……任何……词汇……没有……语调。

卡拉：是的，表达方式是——哦，你是想让我像 Ra 那样说话。

KEN：只是给那些还没有机会听到的人一个概念。

卡拉：我……是……Ra……我们……现在……沟通……现在……你……在这里……的原因……是……分享……对……彼此……的爱……那里……没有……

吉姆：实际上，你说得太快了。[笑声]其实，Ra 说得非常慢——

卡拉：而且柔和。

吉姆：是的，有时……词语……的……结尾……会……被……强调。[吉姆强调了“ac--cen--tu--a--ted”这个词的结尾。]【2】

盖瑞：而且句子之间没有额外的间距来表示——

吉姆：就像他们在释放能量脉冲，这些脉冲恰好以我们能理解的词语形式出现，并且以固定的速度释放。

卡拉：是的，他们说了什么来着，“我们的信息以固定的速度提供”？【3】

吉姆：是的

盖瑞：文本中有几个地方，唐打断了他们的回答，因为他认为他们已经回答完毕，显然他们还没有完成。我曾经在你们以有意识的方式传导时进行过转录；你们自然会以段落和句子的形式说话。很容易判断段落的分隔处，或者感叹号、句号的位置。我想问一下关于转录 Ra 的集会的事。那对你们来说是额外的困难吗？

吉姆：没有，这让转录变得非常容易。他们刚好以我可以打字的速度进行传输，当时大约是每分钟 40 个单词。

盖瑞：所以也许如果你打字更快的话，可能——

吉姆：也许会更快。这是一个愉快的巧合。[笑]

卡拉：嗯，也许他们是通过检查你在另一个房间打字的速度来设定他们的讲话节奏的。

吉姆：有可能，但不太可能。卡拉的体力不多，所以我们后来发现，如果在接触前一晚有性关系，那么接触的时间会比没有性关系时更长；所以性能量的交流增加了 Ra 的集会时间。

卡拉：艾尔金斯总是确保我们有足够的时间去做这些事[笑]——确保我们都准备好了。“你们准备好了吗？”

盖瑞：卡拉，你说过你从未见过如此兴奋地沟通的人。有一点你没有特别提到，但我之前听

说过，那就是唐是一个非常忧郁的人，但这种情况有所不同。Ra 的接触让唐在某种程度上摆脱了那种忧郁。

卡拉：哦，是的，他很开心；他兴奋得不得了。

盖瑞：这是在近 20 年里你第一次真正看到这样的情景——

卡拉：我从未见过他如此快乐，直到与 Ra 交谈。我非常感激能给他带来这样的幸福。多年来，人们对我说过类似的话，称赞我在明知道自己处于极大的危险中、身体状况非常差的情况下还愿意进行 Ra 的传导，表现出了慷慨和高尚。我一直知道有可能会死，如果这能给唐多带来一场集会，我很乐意这样做，给予他那份幸福。这就是我的深情……我非常宠爱他。

我们的献身是如此深厚。我生活中的大多数事情都与沟通有关。唐从不沟通。但我一直知道他是忠诚的，因为我知道如果他不对我极度忠诚，他早就离开了。他不喜欢和女性在一起的很多事情。他不喜欢我买衣服的习惯。我想要的东西让他很反感，但他还是坚持了，不管怎样。

他从未批评我，也从未赞扬我。这两者在某种程度上互相平衡。他从未给我找麻烦，也从未给我任何赞誉。

吉姆：直到 Ra 的接触，他对平衡人类的看法是一个不受任何情绪波动的人。他在 26 岁时做出了这个选择——认为这个世界基本上是一个疯狂的地方，如果你想要在其中生存，就不应该被它所左右。你需要以平静的心态、平稳的态度看待它，并保持情绪的距离。

对他来说，不被任何方向的情绪所左右是一种灵性修行，所以他不赞美，也不批评。他……用他自己的话说，他是漠不关心的。后来，在 Ra 的接触中，我们发现这不是最好的平衡方式；但在那之前，这是一种相当严格且成功的灵性纪律，因为他非常聪明。他从不贸然行动。你无法左右他。他需要收集更多的数据，会考虑很长时间，然后才做出决策，这几乎总是正确的。

卡拉：嗯哼。

吉姆：所以我们真的很欣赏他的本性。但在 Ra 的接触中，我们发现了平衡过程，这是一种更正确的使用催化剂的方法。他不使用催化剂，只是让它随风而去。

卡拉：他的心在 Ra 的接触之前被加固的混凝土保护着。大约在 Ra 的接触中期，他开始失去这种保护。我想我知道是什么原因：那次我们发生了不愉快的能量交流，他完全没有准备好敞开心扉。他变得如此不同。这让人感到害怕。

盖瑞：所以我们知道唐非常兴奋，卡拉，你刚刚说你很高兴能让唐开心。那么你对 Ra 的接触的反应是否和他类似，认为 Ra 提供了实现你渴望了解的方式，还是你的反应更多是，Ra 为我提供了一个使唐开心的方式？

卡拉：是第二种。唐是那个渴望得到所有问题答案并将所有拼图拼合在一起的人。我天性比唐要随和得多。我对我们获得的所有新信息很感兴趣——

吉姆：但在第 21 场或第 23 场集会之前，你无法阅读集会记录，因为唐想把它保持为一个科学实验。因此，她不知道信息的质量如何。她只知道这让唐开心。

卡拉：是的，但即使在我读过之后，我也对它印象深刻。我很感激拥有它，并且没有看到任何会干扰我的基督教信仰的东西。所以我没有任何理由对它感到困扰。对一个热爱哲学的人

来说，一切都很合乎逻辑。这是我读过的唯一一个无缝的哲学体系。我没有理由说，“好吧，它在……领域存在问题。”没有任何问题——一切都是合乎逻辑的。Ra 从未自相矛盾。拥有一个不会自相矛盾的系统真是不可思议。

盖瑞：是的，考虑到它涵盖的范围，这是一个相当惊人的成就。

卡拉：确实如此。唐有很大的雄心，他真的觉得来自 Ra 的信息会把所有的拼图拼凑在一起。在他去世前不久，在他完全清醒的时期，他感谢我帮助他完成了毕生的工作。他对此感到满意。我听到这些话感到非常兴奋。

盖瑞：你自己呢，

吉姆：你对 Ra 的反应是什么？

吉姆：我感觉自己像是在山顶——我之前的一生都是在攀登这座山，现在终于到了山顶。这一切都如此明显。这些信息超出了我曾经的所有期望。

盖瑞：那信息和 Ra 的接触经历对自 1960 年代初开始并且在 Ra 的接触期间仍在进行的有意识传导实验产生了什么影响？

卡拉：对我而言，没有影响。我仍然使用之前掌握的相同技能和艺术。我从未对 Ra 的接触过程有过任何意识上的了解，所以它没有产生任何影响。

盖瑞：所以就这样继续下去，没有中断？

卡拉：是的。唐不理解为什么我还想继续有意识的传导，当我可以与 Ra 交谈时。我们有一个庞大且健康的团体，他们每周都想聚在一起进行冥想。我没有说，“不，我不再做这个了”？当然，我们继续进行有意识的传导。

盖瑞：实际上这是我稍后的问题：你继续进行有意识传导的想法是什么？既然你有了 Ra。是你想继续有意识的传导，唐本来会让它停下来吗？

卡拉：也许吧。

盖瑞：你是想出于社区的原因，为了支持那些来参加冥想的人吗？

卡拉：是的，而且这在另一个层面上继续了他的实验。我总是比他更重视有意识的引导，他在获得 Ra 联系之后就没有那么重视了。

盖瑞：那时候他还参与有意识的引导吗？

卡拉：是的。除非他看到有人来了，他不得不离开。[笑]

盖瑞：唐是否将与 Ra 的交流情况告知其他人，还是严密保密？

卡拉：哦，是的，他会和任何想听的人谈论这些，我们实际上不知道怎么去宣传，也不知道如何公开这些内容。我们当时非常天真——完全不知道怎么做。我们在一些杂志上放了广告，放了一些非常小的广告。我们在《Fate》杂志上放过一段时间。我记得我们在《Fate》上放过一则广告。广告非常小，上面写着：“我们有信息可能会对认真寻求者有兴趣。如果你感兴趣，请写信给我们，我们会免费寄给你。如果你觉得有价值，你可以付费。如果没有，就把书寄回来。”我们很少收到书，但常常会收到捐款。

盖瑞：你是否收到了其他人在书籍出版之前能看到它的任何反馈或评论？

卡拉：是的，但是即使是我们尊敬的那些人，他们的反馈也很奇怪——他们尊重这些内容——

—他们看到了这些信息的价值。

阻碍出版的原因——出版公司不愿意购买——因为内容非常不同，并且用现代英语来说并不够好。我们收到的拒绝信中，通常附有如何编辑和改进的详细解释，虽然材料本身基本上是好的，但阅读起来很困难，认为那些内容是多余的。

盖瑞：我有你在《第五册》中发表的那段话，其中引用了来自纽约市的评论员或编辑的反馈。你得到的反馈非常有趣。

吉姆：他给我们写了三页单倍行距的信，告诉我们为什么这本书不会成功。

盖瑞：所以这对他也产生了影响，只是没有达到预期的效果。

我们稍后会更详细地讨论这个问题，但现在我想简要问一下：在你们与 Ra 的第一次对话的第一年，你们进行了 75 场集会。接下来的 1982 年，你们进行了 27 场集会。是什么导致了第一年和第二年之间的次数减少？

吉姆：智慧。我们在开始时进展得太快太猛。我们对与 Ra 的联系感到非常兴奋，但我们不得不以痛苦的方式学到，这对卡拉的身体造成了负担。所以过了一段时间，我们开始放慢速度。此外，到了最后，唐和卡拉都出现了更多的身体问题，这使得安排集会变得更加困难。因此，减少集会次数的原因是我们希望不再对卡拉的身体造成过多压力，同时唐和卡拉也都经历了身体上的困难。

卡拉：对于我们三个人来说，准时参加集会并做好准备变得非常困难。

盖瑞：第三年和第四年的情况是否继续了前两年的趋势？

吉姆：是的，基本上是这样的。卡拉的身体问题越来越严重，这成了我们必须面对的情况。我们在开始时进展过快，有时一天两次集会，她的身体承受了过多的负担。

卡拉：很多时候，我会在集会时间临近时，尽力缓解大家的担忧，而艾尔金斯会仔细观察我，然后决定取消。我想，尽管他非常希望进行那次对话，但他就是不想失去我。

盖瑞：所以有时你们会安排好一场集会，但他会取消。

卡拉：对，他会取消。记得吗？就在最后时刻。

吉姆：很多次都是。

卡拉：那很令人伤感，对我来说很伤感。

盖瑞：这对他来说一定很困难，尤其是他对与 Ra 的联系有着强烈的渴望。

卡拉：非常困难。

盖瑞：当这些信息传达出来时，你认为它可能对世界产生什么影响（如果有的话）？

吉姆：不多。[笑]就连 Ra 也提到，他们给出了一个大致的数字，关于地球上对邦联哲学感兴趣的人，大约有 6700 万人【4】。但对于 Ra 的联系，他们说大约有 352,000 人，这不算很多【5】。

盖瑞：是的，从一开始你就知道这将吸引一个非常小的群体吗？

吉姆：是的。

卡拉：我认为从一开始我就意识到，寻求和探索是一件好事。人们找到它是因为他们在寻找某些东西；所以我知道，如果有些东西需要你去寻找，那它永远不会成为畅销书，因为那样人们就不需要去寻找它了。

吉姆：我认为 Ra 觉得能够进行这种接触是一种宝贵的事物——他们提到过这一点，简单来说，如果一个人被启发，那就是接触的充足理由，因为我们是合而为一的【6】。我认为这里的原则是，一旦它被引入到地球的意识中，也许现在不会被利用，但它将为其他经历和其他时刻留下存在的可能。

卡拉：是的，情况确实是这样。它已经成为了寻求 UFO 相关信息和灵性的人们的一部分，融入了他们的词汇和意识中。你会看到一些短语出现了，人们开始使用这些词汇，包括“密度”（densities）。

盖瑞：“极性”（polarity）以及“服务他人”和“服务自我”的概念，现在在通灵界中反复出现。这些概念可能是通过《一的法则》真正引入的。

卡拉：同意。

盖瑞：关于将这些思想引入意识的观点，如果你将集体意识视为一个相对封闭且自足的系统，那么 Ra 能够从外部将信息注入到这个系统中。一旦进入系统，即使这些信息未被广泛使用或为大众所知，它仍然是可用的，至少在潜力上是如此。

现在来看——成千上万的人已经阅读了这些内容，所以每次他们阅读、内化和沉思时，他们都会将这些思想越来越多地带入集体意识和经历中，我认为。

【1】内布拉斯加州是美国大平原地区的一个州，有人认为它特别平坦和单调。

【2】Ra 倾向于强调某些单词的结尾，这促使 Tobey Wheelock 在《Ra 接触》文本中对某些词添加了重音符号，例如“markèd”、“wingèd”、“blessèd”。这个重音符号表明，Ra 并没有像英语方言通常所发音的那样发音为“wingd”，而是发音为“wing-ed”。你可以在日历上标记这一天，作为你学到了重要东西的一天。

【3】关于 Ra 回复的速度：

> Ra：我们以一定的速度进行沟通，这取决于我们对这个器皿的精心操控。我们无法像你们所说的那样更快。因此，你们可以快速提问，但我们所能提供的答案有一个固定的速度。

【4】在《一的法则》材料的 12.27 节中，Ra 在 1981 年提到当时有 6500 万的转世流浪者。这大约占当时地球总人口的 1%。这个比例自那时以来可能有增加，也可能没有；尽管如此，考虑到 Ra 所说的关于收割的情况、减轻地球振动的愿望以及当前提供的特殊灵性进化机会，流浪者的数量很可能已经增加了。

无论具体数字是多少，并非所有这些流浪者都会对这一哲学感兴趣。Ra 实际上估计了当时能够“理解”这些材料的流浪者的百分比。

> **发问者：**你能告诉我今天有多少百分比的流浪者成功穿透记忆障碍，意识到自己是谁吗？最后，我们可以做些什么来让这个器皿（卡拉）更舒适或改善接触？

Ra：我是 Ra。我们可以大致估算出，成功穿透他们状态的流浪者的百分比在 8.5%到 9.75%之间。还有一个更大的百分比群体，他们有相当明确的症状表明他们不属于这种“疯狂”的状态。这占剩余人数的略多于 50%。接近三分之一的剩余人数意识到自己与众不同，所以你可以看到，觉醒到成为流浪者有很多层次。我们可以补充说，这些信息将主要对中间和第一组的人有意义。”36.24

【5】根据《平方法则》的结果，向 Ra 个人呼唤的人数。请参见 7.6 和 14.24 节。

【6】请参见 2.1 节，Ra 详细解释了如何服务于一个人就是服务于所有人的。

发问者：我猜想有足够多的人会理解你所说的内容，对此感兴趣，我们可以将这些交流整理成一本书。我想知道你是否同意我们制作一本书，如果同意的话，我在想可能需要一些关于你们的历史背景。

Ra：我是 Ra。通过可接受的扭曲实现从“一”到“一”的沟通是我们联系这个小组的原因。很少有人能够在没有重大扭曲的情况下理解我们通过这种与心/身/灵复合体的连接所传达的内容。然而，如果你们愿意与他人分享我们的交流，我们倾向于认为这将对规范化和结晶化你们在称之为生命的经历层次上的振动模式非常有帮助。如果一个人被启发，那么所有人是否也都被启发？因此，我们愿意根据你们所需的任何说话方式为你们发言。教/学是“一法则”中最基本的扭曲之一。2.1

第六章 Ra 接触的机制

盖瑞：我们继续讨论“Ra 联系的机制”，这涉及到联系的一些细节。首先，安排与 Ra 的集会的程序是什么？你们是否提前为某个特定的日期和时间计划了集会？

卡拉：吉姆可能会回答更多这些问题，因为我只是完成我的部分，其他人正在处理一切事务。

吉姆：我们根据唐需要出差的航班安排计划，以便他能谋生。当他在家时，我们就全力以赴地安排与 Ra 的集会。通常唐在家待五到六天或八到十天，所以可以提前计划两到三场集会，之间间隔两到三天。这是在我们开始之后。最初，我们每天都安排集会（笑），结果安排过于密集。

但我们是根据唐的日程安排的。他那时是东部航空公司的飞行员，经常飞往全国各地。当他在外飞行时，我们则准备好卡拉，进行她的锻炼，思考未来的问题，并为唐回家做准备。

盖瑞：因此，当唐的日程和卡拉的健康状况相吻合时，就会安排与 Ra 的集会。

吉姆：没错。卡拉很少因为身体状况太差而无法进行集会，因此通常是唐的空闲时间决定了我们何时能够进行集会。

盖瑞：那是你们在 1981 年至 1982 年的主要生活吗？

卡拉：哦，是的，绝对如此。Ra 建议进行锻炼，我已经在锻炼了——我每天做“形体操”

（shapenastics）。还有其他的是什么来着？

吉姆：爵士操（Jazzercise）。

卡拉：爵士操，我喜欢爵士操

吉姆：还有散步。

卡拉：是的，然后我还会散步——那是另外的活动，大约一个小时，通常是三英里，有时甚至五英里。我走得相当快。

吉姆：我经常得加快脚步跟上她。

卡拉：（笑）我非常感激吉姆的陪伴。他总是很好的伴侣，所以我们通常在一天的中间和接近一天结束时进行这两项锻炼，具体时间取决于课程安排。

盖瑞：是的，即使在没有集会的时候，你们也在计划或准备即将进行的集会？

卡拉：确实，规划集会的工作量很大——"让我们看看现在是否能做到"。

盖瑞：有没有过在一切准备就绪后，Ra 没有通过器皿说话的情况？

吉姆：没有。

盖瑞：你能向我们介绍一下每场集会前所采取的协议，以及每个步骤的目的吗？

吉姆：正如我所说，这一切从前一天晚上开始。我们会一起进行冥想，通常在客厅里进行公共冥想的地方（但那只是我们三个人在晚上），冥想后我们会讨论之前的集会和得到的信息；然后从那里提出逻辑性的问题。一旦这些问题确定下来，通常就该上床睡觉了。当我们最终意识到性能量交换对 Ra 的联系有帮助，并能给卡拉更多的能量，从而延长集会时间时，卡拉和我会进行我们的活动来帮助她。【1】

卡拉：通常吉姆会说："该做按摩了。"然后他会给我一个非常好的按摩，接着我们会自然地进入更亲密的关系，同时听着我们钟爱的摇滚乐。我们听了一遍又一遍。那时我们最喜欢的是什么？

吉姆：哦，Rod Stewart,Rolling Stones, the Beatles.

卡拉：是的，那时也有一些有趣的东西。

吉姆：然后在集会的早晨，我们会一起吃一顿简单的早餐，通常不多——吐司、果汁，也许还有一个鸡蛋或其他东西。接着，我们会在客厅进行冥想，处理需要完善的问题。然后我们会退到专门用于 Ra 联系的房间，那是一个客厅旁的卧室。卡拉会穿上她的衣服——过了一段时间，她穿的衣服变得有些特别。她穿着一套特殊的白色衣服，随着她的手变得更加纤细，盖子比较重，我们用了一些可扩展的管子，通常用于连接干燥机和通风口。她的手通过这些管子，保持盖子不压在手上，然后在她的眼睛上有一个白色的亚麻布。

卡拉：那是唐的……

吉姆：衬衫

卡拉：T 恤，对，内衣。

吉姆：用他的 T 恤盖在她的眼睛上，然后用白色的盖布和毯子盖住她--

卡拉：我戴着小白手套，因为我的手很冷。

吉姆：保持温暖。

卡拉：然后我穿着白色的鞋子。

吉姆：是芭蕾舞鞋类型的鞋子。

卡拉：对，是那种小 T 字带的嬉皮风格鞋子。它们很好用。

吉姆：一旦她就位，唐会用一把尺子测量各种设备的垂直度，比如传感器、圣杯、圣经等所有配件。在他进行这些操作时，我则准备磁带录音机来接收卡带。我们会同时使用三台录音机，因为曾经有过一两台录音机出现故障的情况，所以我们有冗余设备。我把这些准备好并标记好，然后，唐和我会用 Ra 给我们的仪式用语走"合一之圈"来开始集会。【2】

然后大概需要一到两分钟，甚至三分钟，Ra 才开始说话。这段时间卡拉看似要进入睡眠状态，然后显然离开她的身体。Ra 并没有进入她的身体，而是从我们称之为"远程"的地方使用她的身体来发言。这就是为什么如果她有疼痛发作时，需要移动她的肢体：关节炎有时需要移动肢体，改变位置以使其更舒适，否则会僵硬并引发更多疼痛。因此，Ra 移动起来很困难，但他们在几场集会中确实移动了她的某个肢体，以减轻疼痛。集会通常持续 45 分钟到 1 个半小时。

盖瑞：为什么必须是白色？

吉姆：我们觉得那是一种很好的颜色，可以这么说——虽然白色包含所有颜色，所以它不是一种单独的颜色——但它感觉与我们所经历的任务的纯净性相一致。

盖瑞：你提到了问题的制定。你说在集会前一晚你们会聚在一起讨论之前的集会。那么你们是否知道唐计划在即将到来的集会中提出的所有问题？

吉姆：我们知道他计划问的大部分问题，直到第二天早晨我们在开始联系之前进行的最后一次冥想。通常，唐会在冥想中想到另一个问题，然后把它写下来，我们可能会或者可能不会——

卡拉：是的，我们在冥想时，他会写下问题，然后继续冥想，再写下其他问题。实际上，这让我很烦恼，但这就是他的工作方式。他会在冥想中通过直觉得到问题。

盖瑞：我记得在一些 Ra 的联系过程中，唐会说他在冥想中得到了问题，或者问题在冥想中显现出来。当他冥想时，他是否在思考即将到来的联系，或者他是……

卡拉：据我所知，他只是清空了脑海中的一切，沉浸在寂静中。他非常喜欢这样做。

吉姆：他不太谈论他的冥想技巧。

盖瑞：所以唐发掘了绝大多数的问题？

吉姆：对的。我会说至少 90%。偶尔，卡拉或我会提出一些问题——关于我们自己的个人问题——然后我们会提交这些问题，唐通常会在开始时尝试问这些问题，把它们处理掉（笑），这样他就可以进入真正的内容了【3】。

卡拉：是的，他有点尴尬。他觉得这些问题不那么重要，所以他道了歉，但我们还是很感激他问了这些问题。

吉姆：尽管很有趣的信息经常出现。Ra 并没有提供错误的信息——它总是以灵性原则为基础，所以无论你问什么问题，回答都会从灵性角度来解答。

盖瑞：唐没有对你的问题提出任何反对意见吗？

吉姆：没有。我们知道不想花太多时间在这些事情上，但很难避免。基本上，尤其是在第一本书中，他是在拼凑他一生都在思考的拼图。所以他做的事情有点类似，只是与个人无关……他确实问了几个关于他自己的个人问题，但我们也有一些关于卡拉或我的个人问题，最终还是问了。

盖瑞：昨天你描述了唐在你们打字的房间外徘徊的情景。你们是如何以及何时转录这些集会的？我想你的回答会是"尽快"。

卡拉：马上，立刻，对。

吉姆：是的，尽快。录音带取出来，集会结束了，卡拉去做她的事，我会进行转录；转录完成后，卡拉和我会去散步，完成她的锻炼。她在路上会一直缠着我：那里面说了什么？当然，在前 23 场集会中【4】，我不能告诉她任何内容，因为唐想保持这作为一个纯粹的科学实验。他不希望她的思维受到所说内容的影响。

卡拉：（笑）这非常令人沮丧。

吉姆：他不想让她知道发生了什么，但我们通过问她："你的心/身/灵复合体是否倾向于饱满？"基本上就是在问她："你想去吃东西吗？"这使得这种情况变得不可能继续下去。

盖瑞：这很难忍受。

卡拉：（笑）我知道发生了些什么。我不知道具体是什么，但感觉不一样。

盖瑞：所以，像我一样，许多对这些材料着迷的人都有一个共同的感觉，那就是想向 Ra 提出更多的问题。你们有没有收到来自你们自己小组之外的外部来源想要向 Ra 提问的问题？

吉姆：非常少。唐和安德里亚·普哈里奇 AndrijaPuharich 是好朋友。普哈里奇一生都在研究这个领域，当他得知我们与 Ra 有联系并阅读了一些集会记录后，他有几个问题。就这些了。

卡拉：你提到的有一个问题来自于……

吉姆：哦，对，来自保罗·肖克利 PaulShockley 的问题，非常有趣。他询问了关于《一的法则》及他在其中的参与情况，我们在那时发现了 Ra 建造了金字塔的事情。他们建造金字塔的方式导致他们的物理载体有一半显现而另一半不显现——从腰部以上可见，从腰部以下不可见——因为他们使用了互锁的维度来创造他们所见的水晶，而我们则看作是金字塔【5】。

盖瑞：从那个特别的问答中，我还得到了一个有趣的细节，就是保罗·肖克利询问关于……他是做了一个梦，还是经历了前世回溯？

吉姆：他从他所通灵的来源——阿卡西记录——那里获得了信息，了解到他曾参与过与《一的法则》相关的事情。Ra 提到他是那些在古埃及时期为《一的法则》原则的最终传递以及 Ra 亲自到访做准备的人之一。

盖瑞：在 Ra 集会开始时，你是否感觉、感知到或感受到房间内有任何变化？

吉姆：没有什么特别的感觉与 Ra 接触相关。每当我们进入冥想状态时，我总会感到一种极大的平静，以及当一群人一起冥想时所感受到的增强的振动。但这并不是我能特别识别出与 Ra 接触有关的东西。我不是通灵者，所以我相信那些更敏感的人可能能够感知到发生了什么——特殊的振动或类似的东西——但我没有。

盖瑞：除了你们两个和唐，还有谁参加过实际的 Ra 集会？

吉姆：有三个人。他们都是唐和卡拉的好朋友，后来也成为了我的朋友。第一个是 Sally D.，卡拉前夫的第二任妻子，当时是卡拉最好的朋友。Sally 参加了一场集会。然后是 Leonard Cecil，他是在 Ra 接触的第一场集会时正在学习通灵的那位。他参加了两场集会。他后来在 Ra 提到"如果人们在这里不要睡觉会很有帮助"【6】（当然，器皿除外）时确实睡着了。最后是 Tom Flaherty。他的妻子 Elaine 早逝，卡拉的前两次出神状态集会是因为她在帮助 Elaine 与 Tom 联系，以便让他知道她去世后一切都好。

所以就是这三个人来过。我们曾经认为安德里亚·普哈里奇 Andrija Puharich 会来，甚至乔治·亨特·威廉姆森（George Hunt Williamson）也会来，但实际上他们都没有来。

卡拉：他们确实尝试过，但由于种种原因，最终没有实现。

盖瑞：真是难以置信，你们三人几乎没有受到外界影响，除了负面的问候之外。你们没有其他人敲门或试图以某种方式参与其中。

卡拉：嗯，我们避免了这种情况。我们不谈论它，也不让别人知道我们在做什么。

吉姆：冥想小组知道这件事，尤其是周日晚上的冥想小组。

卡拉：他们大致知道这件事，但不知道我们何时会有集会，而且他们知道自己没有被邀请。

盖瑞：如果我当时是同代人，我会很难不去询问——

卡拉：嗯，你可能会有机会去参加一次，只是为了满足你的好奇心——就像 Tom Flaherty 一样。Tom 是从'75 年开始的朋友，所以他当然有理由去了解一下。Leonard 也是参加了第一场集会的人，所以他想再参加一次看看情况如何。

盖瑞：嗯，除了唐的意见和你们的意见之外，我认为 Ra 才是最终的裁决者，必须对某人进行审查。

卡拉：吉姆和萨莉努力工作，因为他们之前并未见过面。他们手里拿着对方的照片进行冥想，以便能够彼此熟悉，感到舒适。【7】

吉姆：萨莉是第三位来的人。当我们询问她是否可以加入时，Ra 说这是可以的，并且这完成了能够参加接触的那一组人（我们知道的）。

盖瑞：那之后没有其他人符合条件——你们已经用尽了名单。

你知道为什么 Ra 几乎总是以"我是 Ra"来开始他们的回答吗？

吉姆：是为了让我们知道是谁在通话。这是一种形式，但我相信他们想非常小心地让我们知道他们是谁。

卡拉：我认为这也是一种调频的方式——通过说"我是 Ra"，他们在最后一次确认所有的频率调整到位，同时确保我作为通灵者也完全调频正确。

盖瑞：你认为负面实体会发现模仿"我是 Ra"很困难吗？因此，这实际上成为了一种保护措施？

卡拉：我认为确实很困难。房间里的能量就像是试图穿越一面砖墙一样。

盖瑞：好的，我们稍后会在采访中深入讨论心理攻击——或者说是心理问候方面的内容。我还会问你关于在《通灵的艺术》一章中靠近光明的事。

现在我想看看 Ra 的以下陈述：

> Ra：这次接触是狭窄频带的，其前提条件非常精确。服务于负面路径的其他自我也具备剑客的技能。你在这次接触中处理的是，可以说，是注入到像雪花一样细腻且晶莹剔透的容器中的强大力量。最微小的失误可能会扰乱这些形成传输通道的能量模式的规律。我们可以告知你，我们的暂停是因为必须非常确保[器皿]在合适的光配置或密度中安全，之后我们才处理情况。让外壳变得不可用【8】要比让[器皿]，可以说，被错位要好得多64.5。

Ra 说“前提条件精确”，并且提到“注入到像雪花一样细腻且晶莹剔透的容器中的强大力量”，还说“最微小的失误可能会扰乱”接触。这听起来像是在走钢丝。在集会期间或集会之间，你是否感到有一种压力？

吉姆：我们更多地感受到了愚者的幸福。我们没有感到压力，我觉得唐和卡拉也没有感到压力。

卡拉：我也没有感到压力。

吉姆：我们意识到和谐是极其必要的。

卡拉：我们愉快地进入了这种和谐。我感到非常受保护并准备好工作。我一点也不担心。我们完成了工作，并进行了调频。我们当然在之前进行了挑战；当时我无法做，因为我在睡觉。我非常幸运在第一场集会时能够进行身体的、意识清醒的挑战，这让我感到极大的安心。我知道 Ra 是谁，我信任这一点。

盖瑞：否则你可能会有怀疑吗？

卡拉：是的，否则我可能会有怀疑。但当时我感到非常安全，感到非常被爱，也感到一切都很好——只要我做了我需要做的工作，保持尊严和纯洁，并履行我同意做的事。吉姆也是一样。他非常伦理正直，尽力融入小组的和谐中。唐则是他自己那种美丽而不可思议的存在，一百万年也不会做出不恰当的行为。他总是很稳定——他很安静，不说话，但他总是在那里。

盖瑞：这种自信、信任和安全感本身也是一种保护。如果你们屈服于或沉溺于恐慌、怀疑或担忧的能量中，就会大大打开负面干扰接触的门。

卡拉：没错。我一点也没有被诱惑去这样做。

【1】在 16.52 中，唐提到集会时间比平时长。吉姆写道：“那是我们第一次意识到性能量交换给卡拉提供了更多的能量，使得集会时间更长。我们花了一段时间才弄明白这一点。”

【2】Ra 关于太一之圈的指示：

> 单纯地转向太一的圆圈，同时依照以下的对话发出声音振动，可以净化这些振动：
>
> 问：法则是什么?
>
> 答：法则是太一。
>
> 问：为什么我们在这里?
>
> 答：我们寻求一的法则。
>
> 问：为什么我们寻求 Ra?

答：Ra 是一的法则之谦卑使者。

两人一起："在一的法则中，欢庆并洁净这场所，不让思想形态进入我们在这器皿周围行走的圆圈，因为法则是太一。2.6

【3】唐让吉姆或卡拉的问题"先处理掉"的几个例子：

发问者：器皿想问几个问题。我先处理掉它们。器皿想知道为什么她在一天中的不同时间和不同地方闻到香气？22.1

发问者：我有三个问题是器皿让我问的，我先处理掉它们。她想知道她的医院经历的准备是否可以在下一次经历中得到改善。77.6

【4】在前四周左右，卡拉并没有被告知 Ra 说了什么。

【5】有关保罗·肖克利的经历和问题的更多信息，请参见 27.1–2。

关于吉姆提到 Ra 看到的（对人眼来说是）金字塔的晶体的声明，请参见 27.1–2 以及：

Ra：我们尝试以技术性方式帮助[地球上的两个古老文化]，通过使用适合于扭曲的晶体，放置在特定的时间/空间物质比率中，以治愈心/身/灵复合体的扭曲。因此，金字塔被创造出来。2.2

在 Ra 的回答中，金字塔是否在他们的感知中被视为晶体并不完全明确。这一说法可能完全正确，但在缺乏 Ra 的明确证词的情况下，这可能是吉姆的推测。

【6】见 22.29：

Ra：我是 Ra。器皿状态良好。在某些或一个实体未完全清醒的情况下，保持清晰的联系会稍微困难一些。我们请求工作圈中的实体意识到他们的能量有助于增加这一接触的活力。感谢你们在提问时的细心。22.29

【7】见 53.2：

发问者：谢谢。我想知道[name]是否可以在非常接近的将来参加其中一场集会？

Ra：我是 Ra。心/身/灵复合体[name]在灵性上属于这个小组，并受到欢迎。你们可以要求为这个实体预留特别的冥想时间，直到实体参与这次工作。我们建议将一张名为 James Allen 的人的照片发送给这个实体，照片上写有爱与光。这张照片在冥想时持有，将使实体与你们每个人达到平和的和谐，以避免在两个实体之间交换问候时出现多余的能量浪费，两者都具有孤独和害羞的扭曲，如你们所称。对于名为 James Allen 的人，同样可以使用实体[name]的照片。53.2

【8】在我们的文化中，一个不可用的物理外壳可能被称为"死亡"。

第七章 你们的动力关系

盖瑞：是时候深入探讨 Ra 接触的更实质性方面了。在讨论爱的、智慧的和力量的品质时，Ra 对你们三个人说：

Ra：在这个特定的小组中……每个实体以接近原型的方式表现出其中一种品质。75.39

你能详细说明一下吗？

吉姆：嗯，这三种品质是爱、智慧和力量。它们分别对应第四、第五和第六密度。因此，超越第三密度后，每个人都会经历这些密度，但在我们这里，每个人都可以同时致力于这些方面。结果似乎是——我不确定这是否是偶然还是前生设计——我们的团队中有些人自然地倾向于某些方向。

唐当然是极其智慧的；他的经验、智慧和直觉在提出他开始集会的问题、听取 Ra 的言论以及非常聪明地回应方面都是无价的。

卡拉以她开放的心灵，愿意并能够给予爱，这让她所体现的品质非常明显——她散发出一种非常滋养的感觉和振动。

而我被认为是拥有力量的人，不过我对这点并不是很确定。[笑]我确实喜欢使用大力量，这一点是肯定的，我也显然没有唐那么智慧，而我还在努力像卡拉那样敞开我的心灵。

所以我认为我所能做的，主要是作为一个电池为接触提供能量。在接触进行期间，我进行了某种类型的视觉化练习。我设想将光通过卡拉的每个能量中心，以帮助她并帮助 Ra 接触中的能量传递过来。

卡拉：是的，我认为你也确实具有力量，就像你本来的样子。你的存在中有着坚韧和稳定的力量，你非常强大；你有着非常强烈的意志力和令人难以置信的自律。所以所有这些——

吉姆：哈哈，谢谢你。也是非常谦逊的。

卡拉：是的，谢谢你对我的评价。[笑]我非常爱你!

不过，我认为 Ra 像往常一样说得非常准确。我们有一张照片【见照片集】，用来嘲笑那个真理的完整性，因为我们知道我们小组中可能有一些爱、力量和智慧，但肯定不是全部，所以我们在自嘲。让我们看看。唐以他的智慧——他穿着一件旧军大衣，还拿着一支步枪（因为某些原因，他觉得这样是明智的），而我则穿上了一件紧身衣和一些黑色高跟鞋——

吉姆：还有一顶皇后的皇冠。

卡拉：是的，还拿着一个小心形气球。然后，你做了什么？

吉姆：我穿着高中时的棒球制服，我们还都戴着假鼻子和眼镜——

卡拉：戴着像 Groucho Marx 那样的假鼻子和眼镜。

吉姆：有人曾经要求拍一张我们的照片。“我们可以拍一张你们的照片吗？”于是我们拍了那张照片并把它发给了他们。现在我们把它挂在了客厅里。

卡拉：这是我最喜欢的我们的一张照片之一。

盖瑞：这张照片帮助形成了我自己在这项工作的政策之一。在我作为爱/光研究中心的代表，回应那些写信给爱/光研究中心询问这些材料的寻求者时，他们自然会赋予这项工作一定的严肃性——一种特定的认真态度。他们提升了它。这是很自然的，因为这是一项深刻的工作。同时，我也尽量为其带来一些轻松的氛围，像那张照片中的精神一样，鼓励人们放松一下，因为这项工作可能会被过于严肃地对待。

卡拉：是的，我很高兴你这么做。

吉姆：Ra 将幽默描述为一种比例感（57.1），所以我认为幽默在灵性旅程中极为宝贵，因为很容易失去平衡。

盖瑞：是的，我一直理解“比例”是指在将发生在这个物质领域的事物与无限背景进行比较时的比例。无论你认为生活中的危机有多么严重，与无限的宇宙相比，它都微不足道，所以退一步看看这种比例。

卡拉：我认为你是对的。

盖瑞：而笑声有助于缩小这种比例——突然间，它就不那么令人痛苦，不那么戏剧化，也不那么具有威胁性了。

这可能是对之前问题的重复，但侧重于略微不同的细节。Ra 继续说到你们各自的爱、智慧和力量的原型表现：“这些原型能量的视觉化可以被个性化，从而在小组中产生大量的爱与支持。”

Ra 的意思是，每个人在这些基本品质上如此接近或纯净，以至于将你们中的一个视觉化，就像是视觉化一个原型的面貌一样。

吉姆：嗯，差不多，但更准确地说，是视觉化那个人以及该品质如何表现。例如，若唐和我冥想卡拉，以及爱，我们就能更深入地理解卡拉和爱。如果卡拉和我冥想唐以及智慧，我们将更了解唐和智慧。

卡拉：我们在不断尝试，虽然还没有完全掌握，但我们在努力。

盖瑞：吉姆，你已经开始描述你所做的——你如何履行 Ra 所称的“电池【1】”的角色。你能重复一下这些吗？我记得第一次在每周的广播节目中问过你这个问题，我觉得可能还有更多的细节，特别是在你所做的方面。

吉姆：嗯，我在集会进行时进行了冥想，录音机的使用非常少，所以大部分时间我可以冥想并想象卡拉躺在床上。然后从顶部开始，从紫色，通过靛蓝、蓝色、绿色、黄色等等，我会看到能量，白光，从她的头顶进入，一直到基础脉轮和脚，然后出去。因此，我只是尝试清理通道，提供更多的能量，以帮助 Ra 的能量通过。

盖瑞：一旦你完成了这个例行程序，你会重复……

吉姆：是的，它是持续进行的。

卡拉：在每场集会结束时，他会出汗。这对他来说真的很艰难。

盖瑞：我几周前才第一次了解到这一点，这让我感到惊讶，因为我一直以为你的能量来源是被动的——只是你的存在，而我在与您互动时也曾感受到过这种存在。你确实有能量散发出来，可以这么说，但我也很惊讶你以一种正面的方式分享了这种能量。

吉姆：没错。我认为我们每个人的存在都有帮助，任何正面导向和意图明确的人的存在都会有帮助。但将你拥有的振动有意识地使用，它会被加以突出、放大，并变得更有效。

盖瑞：在与 Ra 接触之前，你是否曾有过意识到自己拥有或传导大量能量，并且这种能量可以用来服务他人的感觉？

吉姆：仅仅是在身体上。当我在科罗拉多州参加冒险生存学校，学习大脑自控时，我们做的部分工作是帮助重建一段山路，这段路从停车场开始，离 Lingo 的小屋有 1000 英尺的高度。

Lingo 偶尔会开着吉普车从停车场上来，所以我们需要把石头放进那些因雨水冲刷而出现坑洼的地方。于是我们收集石头，把它们扔下山坡，放置好，然后在上面覆盖土壤来修复道路。我只是玩得很开心，扔石头时，大家都惊讶于我扔下了多少石头，并赞扬我的工作，而我觉得，“什么？我只是在玩。”[笑]

卡拉：他在割烟草时也做了同样的事情。有一个雇佣他的农民从未见过有人能割得这么多烟草。他非常非常迅速——非常准确和精确。

盖瑞：在遇到 Ra 之前，没有人称你为“电池”吗？

吉姆 & 卡拉：没有（笑）

吉姆：当我住在肯塔基州中部的土地上时，我确实为一些农民邻居割烟草，他们称我为“工作砖块 workbrickle”。这是一个有点奇怪的词。Brickle 实际上不是一个词，但在乡下，它意味着坚韧——你很坚韧，能够完成工作。所以，如果你是一个工作砖块，你就是一个出色的工人。

卡拉：当他到了烟草收获的那一部分，需要帮忙挂烟草时，就不那么顺利了，因为他是个小个子——大约 5 尺 8 寸【看来卡拉非常欣赏吉姆，以至于她多给了他一两英寸。具体身高请参见第 3 章的脚注#3。】——体重也不太重，因此他不得不爬到谷仓的最顶端——

吉姆：没有其他人愿意爬到谷仓的顶部。

卡拉：——那里一切都变得潮湿发臭，非常强烈；烟草的气味非常浓烈。

吉姆：所有的工作都是手工完成的。烟草是非常体力密集的劳动，真的很累。它总是在八月和九月收获，那时气温在 90 华氏度左右，然后一旦你进入谷仓，悬挂烟草时，热量会向上升，更加炎热。

盖瑞：所以你，喜欢体力劳动的人——你觉得这很愉快吗？

吉姆：是的，我喜欢割烟草。因为这有节奏感，而我喜欢做有节奏的事情。这就像是一场舞蹈。

卡拉：他对几乎所有事情都有一种需要，他会创造一种舞蹈。他只是这样做舞蹈。对他来说，这是有趣的——有节奏的。他就是一个运动员。无论他做什么，他都做得非常出色。

吉姆：谢谢你。

卡拉：不客气，但是确实如此。

盖瑞：所以下一个问题，你们提到了性能源转移对支持和激发器皿的重要性——我认为你们已经很好地覆盖了这一点。还有什么可能遗漏的吗？

吉姆：正如我所说，我们发现当我们最终弄清楚性行为与集会持续时间之间的关联时，我们开始着手研究这个问题。后来，Ra 谈到任何性能源转移都涉及到，对于男性而言，是转移他所拥有的丰富的身体能量【2】。女性则转移她所拥有的丰富的心理和灵性能量。我认为，男性可能会得到更好的结果。

所以卡拉，因为她的身体在一生中一直面临医疗问题的挑战，她非常需要、珍惜并受益于身体能量转移，而我可以提供这样的能量，而且显然我有相当多的身体能量可以转移。另一方面，我当然也非常珍惜心理和灵性能量。我能感受到——直到今天仍然如此——与卡拉交流

所带来的灵感。之后，我感觉精力充沛。[笑]传统上，性行为后的男性通常会去睡觉——但和卡拉在一起就不是这样了。嗯，我现在该想什么呢？[笑声]

卡拉：嗯，你知道，这并没有带有那种暗示的感觉。我们非常感激能够拥有这种能量，并全身心投入其中，尽力以最美好的方式表达彼此的爱。这也是一种舞蹈。

盖瑞：因为它有助于传讯，性转移可能到达了全新的层面。

卡拉：是的，我们总是以"谢谢你，主"来结束。

吉姆：它变成了一种神圣的活动，直到今天仍然如此。也许这就是 Ra 所说的"高级性魔法"的一部分，通过你设计的魔法仪式（在这种情况下是性交换）来创造意识的变化。

盖瑞：关键在于开放的绿色脉轮。

卡拉：开启心灵并保持纯净。

吉姆：是的，双方都必须处于绿色层级才能进行转移。

盖瑞：快速插问一下：Ra 在某处提到，如果行为在事后有意识地献给造物者——这是否也意味着两个实体都必须有意识地献给造物者？

吉姆：这强调并放大了能量交换，而且如果双方都达到高潮，能量传递会翻倍——这些都是我们随着时间的推移和 Ra 给我们更多信息后发现的细微细节。

盖瑞：卡拉，你描述过唐和吉姆各自在你的生活中像拼图一样契合。吉姆是个独行者，不依赖你，也不太需要时刻与你在一起。而唐则相反，他希望尽可能多地与你在一起，并且是独身的，而吉姆则喜欢和享受性生活。他们的关系基本上就是这样契合在你的生活中吗？

卡拉：当然，这确实是开始的部分——基础、框架、骨架，但你必须记住其中的爱。我总是被他们两人所给予的奉献的质量和深度所震撼。只要他们能想到办法，任何我想要的，他们都会说"让我们帮助卡拉"，而不是像很多男人那样开玩笑取笑自己的女人——哦，小女人，你懂的。没有那些。我们之间有一种价值、尊重和荣耀，彼此都被感动去给予，这真的非常美好。

这其中的物理逻辑正如你所说的，吉姆和我常常一起吃饭。很多时候是吉姆做饭，否则我们就会去唐笑着称之为"Eats"的地方。他喜欢那些小餐馆，提供经济实惠的蓝盘特餐。他喜欢舒适的食物，所以我们经常去同一个地方——在那个区域时常去的"Twigand Leaf"。还有一个地方在沃特森小道附近，我不太记得名字了……

吉姆：Lindy's

卡拉：Lindy's-那也是同样类型的地方。我提前就知道自己会点什么，因为我已经记住了菜单——没什么大不了的。我总是希望能去些不同的地方——你知道我这种性格。唐和吉姆并不在意，所以就说"吃吧"。所以我们总是一起吃饭，也会一起看一些特定的电视节目——我们喜欢《Magnum》和《M*A*S*H》，还有……

吉姆：The Rockford Files!

卡拉：The Rockford Files!但大多数时候，吉姆都喜欢一个人待着。唐和我是好朋友，我需要和他在同一个房间。没关系——唐不希望我跟他说话。他会躺在我们当时的长沙发上几个小时，手在空中画画或写东西。我从来不确定他在做什么，他也从不告诉我。那时他花了很多

时间这样，我则在阅读或做刺绣——那时候我很喜欢刺绣。

吉姆：这一定是个先天的选择，因为我们并不需要努力去做到这一点。这一切都很自然地发生了。

卡拉：一切自然而然地就到位了。

吉姆：我想在某个时刻，Ra 提到过我们之前在其他生命中一起合作过，努力服务他人【3】，所以我觉得这种关系是在那里培养的，并在这里得以实现。

卡拉：我不是在这个系列的另一个问题中告诉过你，肖克利对唐、吉姆和我在前世的解读吗？

盖瑞：那在这次采访中你还没有提到。

卡拉：好的，快速说一下：那是在旧西部的广阔平原，唐和吉姆是兄弟。我相信我是吉姆的孩子，而唐作为兄弟也与这个孩子非常亲近。母亲去世后，两人负责抚养这个虚弱的婴儿——我是一名小男孩，活不过五岁。他们绝对致力于照顾我，但在旧西部这很困难，因为可用的帮助很少，他们还得工作来耕种土地。不过，他们照顾我非常好。这是为了让我们在这一世中能应对我长期生病的选择，而大多数人都无法做到，而他们两个却完全没有问题。

吉姆：这感觉就像是重温旧梦。

卡拉：（笑）所以那是一个非常有趣的解读，感觉也很对。

盖瑞：关于你的工作，Ra 提到：

> RA：在场的每个成员牺牲了许多却没有具体的结果。每个成员可以从内心搜寻牺牲的类型，同时知晓物质的牺牲是最不重要的；密集的承诺为了调和成为一个和谐的小组达到牺牲的顶点。37.3

然后在后来的一场集会中：

> RA：我们感谢你们，因为我们知道你们为了实现作为一个团体所希望做的事情而付出的牺牲。69.5

我的第一个问题是，这些牺牲是什么？

卡拉：唐并不想对任何人负责，却在照顾并支付两个人的账单。这对他来说是一个很大的牺牲——非常巨大。

我牺牲了很多东西，以选择高尚的道路。我没有违背我的承诺，离开我的第一任丈夫吉姆·D。当他向我提出离婚时，我觉得那没关系。在那之前，我满足了他的所有要求，即使那些要求很荒谬，还放弃了我在温哥华期待已久的美好工作和一段浪漫。这是我第一次与一个如此爱我的男孩谈恋爱，他会羞得通红，脸红到脚尖！

吉姆：那是你在温哥华的红发苏格兰人，对吧？

卡拉：那就是温哥华的苏格兰人，他想让我和他住在一起。他说："我会支付你的账单，我不想要任何东西，我只想和你在一起。"那时我有一份年薪 13,000 美元的工作，如果能坚持六个月，他们就会翻倍。这对我来说是个巨大的数额，而那时我年收入只有 4,000 美元。

吉姆：在 60 年代，那是很多钱。

卡拉：那时我有 13 名图书管理员在我手下，而我才 25 岁【卡拉那时可能更接近 23 或 24

岁。】。所以那是一份很棒的工作，也是一段美好的恋情，而 D.说："你需要回家和你的人在一起。"

"绝不。"[笑]

吉姆：但你一直想要六个孩子，所以你放弃了孩子和家庭。

卡拉：我一直想要六个孩子，是的。我放弃了性。我很想和唐发生关系，但这并没有发生。我放弃了婚姻，放弃了一切，除了当时唐所需要的，并尽力照顾他，因为他非常需要照顾。他孤身一人，没有母亲，没有家，什么都没有。当我进入他的生活时，他非常感激，从不希望我与他有任何关系（除了在他决定回家时待在家里），变成了希望我随时和他在同一个房间（甚至不让我在他在客厅时在办公室工作）。

我习惯于工作，但他发展出了如此强烈的忠爱感。他一到机场就会立刻给我打电话，去上班时也会打电话。他到旅馆时会打电话，起飞前也会打电话，每次着陆时都打电话，到了旅馆时又会打电话。他每小时都会打一次，只是想跟我确认一下。[笑]到了一天结束时，他会打电话说晚安，电话那头他只是静静地不说话，我也不说话，我们就这样听着彼此的呼吸。这非常浪漫，也很隐秘，所有的一切都在这里。[卡拉握紧拳头，放在心口附近。]

所以我接受了，我的礼物将来自于他——一直都是这样。这不会是家、家庭——那些我渴望的东西。我当时并没有把它视为牺牲，但回想起来，这当然像是一次入门仪式。我的一切都被剥夺了，而大多数女性可能在这样的情况下不会坚持下去。唐在求婚后不愿意与我结婚，不想亲密，也不想买房定居——这些都没有。在某个时刻，我想大多数女性会选择离开，但我不。我崇拜那个男人，愿意尽力满足他的所有需求。

盖瑞：而他在……的时候让你不能工作……

卡拉：哦，是的。这真让人失望。他会说："如果你工作，我们就能靠两份收入买房。"我同意，然后去找一份很棒的工作。在我意识到他根本不想让我工作之前，我找了好几份。其实他希望我在家里，工作会影响到这一点。

盖瑞：你有一种基因上的工作需求，所以要压抑这种本能一定很困难。

卡拉：确实很令人沮丧。但我想了办法满足我的需求，同时专注于满足他的需求。所以我认为这就是我所放弃的。而吉姆放弃了独自生活——他自己从零开始建造的小屋，每一块木板、每一件事物。

吉姆：在与 Ra 的接触之前，那是我生命中的高峰——我在那片土地上独自待了六年半。

卡拉：他非常喜欢那种生活，计划在那儿去世。但后来他决定，我需要为他人服务，而在这里并没有做到……于是他来了，我们三个人之间的能量形成了 LL 研究——我们想要服务他人。

盖瑞：爱与光会去到需要的地方。

卡拉：所以我们是为唐工作的，在我们看来，我们仍然是在为唐工作。

盖瑞：你认为 Ra 所说的"物质上的牺牲是最少的，而对融入和谐团体的深度承诺是牺牲的巅峰"仅适用于你们的团体吗？还是说这是一种人类经验的普遍特性——即最艰难、最大的牺牲就是学习如何去爱、如何与他人建立关系、如何为他人牺牲，以及如何与他人和谐相处？

吉姆：是的。

卡拉：绝对如此。因为有很多方式可以自欺欺人，以为自己是在为别人服务，但实际上是在以某种方式控制他们——你认为自己比他们更懂。实际上，有很多方式可以奴役另一个人，而这一切都在"你觉得自己是在以这种方式服务"的掩饰下，但你必须穿透这一切，对自己诚实，意识到你必须爱别人，正如他们本来的样子。任何试图让别人屈从于你意志的行为都是错误的。无论你觉得自己有多么正确，试图让别人做你认为对的事都是不对的。你必须帮助人们做自己。

爱人如其所是每天都是一个挑战，因为你每天都会学到一些新东西，很多时候这很困难，但这是必须做到的。

吉姆：嗯，她说得对。[笑]

盖瑞：在 4.22, Ra 说：

> **Ra**：… 再者，这器皿的活动必须被监督，避免过度活动，因为这个活动(作为 Ra 集会的器皿)相当于在肉身水平上一次费力的工作。

在 60.4.Ra 说过关于出神状态：

> **Ra：**这对这个器皿来说，相当于许多个小时的艰苦体力劳动。60.4

正如我们昨天讨论的，卡拉，你醒来时感觉疲惫。Ra 的接触对你的能量水平总体上产生了什么影响？

卡拉：哦，耗尽了我的能量。但我一直在重新充电。

盖瑞：所以你每天都感到疲惫吗？

卡拉：基本上是的。但关键是找到许多方法让自己充满活力、快乐，享受我们三个人的合作。和这两个人在一起真是太有趣了。

吉姆：Ra 说，当她进入出神状态时，她基本上与他们同在，那意味着她处于第六密度水平，充满光明。当她必须回到这种沉重的物质幻象时，会感到疲惫。接触中有一种疲惫感，而她要承担大部分。唐和我感受到的疲惫大约只有她的 10-15%，这是一种累积的感觉，会伴随我们余生。但如果我们实验自己的身体能量，会发现它依然存在——即使感到疲惫，我们仍然拥有身体能量【4】。

卡拉：这是一种纪律。不要让疲惫占据一切，而是把精力投入到让你快乐、祝福你的事物上。每天都有很多祝福，尤其是做我们正在做的工作——祝福无处不在。数算这些祝福能让你感到更充实、充满活力，并恢复能量【5】。

盖瑞：我有 Ra 的那段引用，他们提到似乎在经历身体能量的损失或不足，但如果你更仔细地观察，或者更多地去处理它，你可以分辨出其中的不同。【6】

你所描述的疲惫是心理上的疲惫吗？还是灵性上的疲惫？

吉姆：这是个好问题。它感觉是身体上的，在这种密度中非常真实，但你的身体能量依然存在，所以我不知道。我想这可能是某种超越物质的东西，能够转化为第三密度，而它表达出来的方式就是让你感到疲惫。这只是我的猜测，我并不确定。

卡拉：当你习惯于第六密度的连接，回到第三密度的连接时，这种感觉是如此不同，而我总是需要应对这种差异，因为这让我感到沮丧。第三密度的许多事情让我感到极度痛苦。

盖瑞：心理上？还是其他方面？

卡拉：心理上，是的。看看晚间新闻，看看人们的思维方式、对待彼此的方式，以及人们如何欺骗、撒谎并为这些行为辩解。这真的很困难。

盖瑞：听你说你对这个地球世界感到痛苦让我感到惊讶，因为你似乎天生就能接受世界的黑暗和阴暗面。

卡拉：我已经学会了这样做，但将其变为现实却花费了我几十年的时间。

盖瑞：你曾形容自己每天早晨醒来时感觉像是在参加派对，而你的任务是确定最佳服装。

卡拉：是的，那就是我。[笑]

盖瑞：并不是说你对世界的恶劣现象毫不知情，只是你已经与之和解，并决定要去爱它，同样也要发光。

卡拉：是的。

盖瑞：是的，我们也提到过这个问题。你每次会减少两到三磅，昨天你提到大部分是通过尿液排出的。那么这些体重消失得有多快？比如说，你进入一场集会时是 85 磅，结束后会是 82 磅吗？

卡拉：是的，确实那么快。我想那只是我通过尿液失去的重量。液体就是重。我不知道每磅是多少，但……

吉姆：一加仑是 7.5 磅。

卡拉：我把它尿掉了，失去了那部分。那是水重，而奇怪的是我并没有再长回来。我需要努力才能重新增加体重。【7】

盖瑞：这可能是像运动时那样被消耗掉了：储存的能量被代谢，或者脂肪被代谢并转化为能量，然后你体内就不再携带那些物质。

那么在两场集会之间，你努力进食，逐渐恢复体重吗？

卡拉：是的，这很奇怪，因为我喜欢吃，但到了不想再吃的时候，因为我吃得太多了。还记得吗？

吉姆：是的。

卡拉：我会说我吃不下了，而唐会说：“吃，继续吃。”[笑]

盖瑞：如果我处在你的境地，我肯定会频繁光顾自助餐。

所以在 Ra 的接触期间，你经常感到疼痛。你提到身体完全静止一个半小时或更长时间会让你醒来时感到“痛苦不堪”。你是如何应对这些的？

卡拉：嗯，你只能面对你必须面对的。我也不知道还能说什么。没什么特别的技巧。

吉姆：一步一个脚印。

卡拉：就是疼。有时候到一天结束时，我会感觉好一些。坚持就是秘诀。继续努力，数算你的祝福。而且，我学会了在能量之上“冲浪”，而不是消耗它。

盖瑞：在能量上冲浪什么意思？

卡拉：很难描述。我不会耗尽我的情感，也不会对发生的事情多加关心或变得沉重，我只是顺其自然，随波逐流，享受这一过程，学会这样做是一种快乐，这绝对是我现在经常使用的节能法。

盖瑞：在第 44 场集会，Ra 说：

> **Ra：**我们建议这个器皿将判断的权力交给支持小组，因为他们的利益平衡得比这个器皿要好得多。允许在没有期望或对结果的依附的情况下做出决定。我们希望通过这个器皿建立长期联系，这取决于它逐渐成熟的能力，通过接受他人的帮助来为其他自我服务，从而保持作为一个有效器皿的地位。44.1

在 60.2：

> **发问者：**我认为，该器皿改善其状况的最佳途径是通过一段时间的冥想，然后是对该状况及其改善进行一段时间的沉思。你能告诉我我是否正确并扩展我的思路吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。冥想和沉思从来都不是不利的活动。然而，在我们看来，这种活动很可能不会显著改变该器皿的倾向，而正是这些倾向导致了我们和你们都感到不安的根本性扭曲。60.2

[卡拉笑]

盖瑞：顺便说一句，我觉得这句话很有意思。Ra 曾多次表示，你对造物者纯粹、坚定、至高无上的奉献是促成 Ra 联系的关键。然而，他们也多次提到你在作为器皿方面缺乏智慧。你和吉姆能谈谈这一点吗？

卡拉：比如说，你可以看看我以前做饭的方式：我以前每周做一次饭，做一整天，然后让每个人都吃我做的东西，这就是我的乐趣。但我做的太多了，每个人都会说，“卡拉，我们只需要你做的一半。”我想做面包，我想做自制馅饼，我想做额外的蔬菜和沙拉，还要切一些水果。我希望每顿饭都是一场盛宴。这其实没必要，但我喜欢这样做。不管发生什么事，我都会想办法帮忙，而且很多时候其他人也可以帮忙。你知道的，我会说，我来做吧！你见过我，你这些年来一直看着我，你知道我在说什么。

吉姆：她渴望服务的愿望非常纯粹，而且偶尔会做得过火，因为一颗开放的心往往就是这样。如果她能用智慧来平衡，也许就不会做那么多食物，只做需要的，也不会花费那么多精力。当我接触到 Ra 时，她每次都愿意付出她所有的精力，如果你想延长通灵的次数，这可能不是一个好主意。所以这就是我和唐派上用场的地方——我们试图保持全局观，这样我们就可以进行更多的通灵，而不会过度使用卡拉的能量，就像我们一开始那样。然后我们通过反复尝试才学会了不要那样做。【8】

盖瑞：所以，你是否认为智慧提供了一种制动机制，或者说“拒绝”的功能，或者是对爱的“我需要付出，我想要付出，我要付出，我要冲出门去付出”这种态度的约束？

卡拉：[笑]是的，差不多就是这样。虽然事情从来不会那么简单，但是——

吉姆：是的，基本上。这样是一种更平衡的给予方式，更智慧的给予方式。它让你能够在更长的时间内给予，而不是快速耗尽。

盖瑞：在 Ra 的其他交流中提到，卡拉需要小心她如何投入到一场集会中，因为即使集会没

有发生，她的能量消耗也会和实际发生集会时一样。【9】

吉姆：是的。

盖瑞：那么机制是什么？

卡拉：好吧，我保留了那份能量。我是说，我并不知道自己这样做，但我把能量留在了内心深处。我会考虑进行接触；我想要进行接触，并且我会准备好去进行接触，尽管那些家伙告诉我："不，这次你不会进行接触。"

不幸的是，我没有听他们的，也不够聪明去这样做，我消耗了那份能量。那份能量无法用于其他用途，因为它是保留着的。你知道的，就像你做了一道菜，然后把它放在一边以备后用。你在把它从冰箱拿出来之前是无法使用的，直到你用它来做你当初准备的事情。

盖瑞：很好的类比。我注意到自己的模式时，必须小心思考事情，因为当我想到需要完成的任务时，我就会对这个任务产生承诺。接着我又想到另一个、再一个任务，这样就会产生一种负担感和能量流失。因此，当我考虑需要完成的事情时，必须收回注意力，以免不明智地耗尽我的能量。

卡拉：吉姆也跟我说过类似的事：他需要控制自己对看到的事情的热情，以免为了去做其他不合时宜的事情而放弃正在进行的任务。当他看到那些事情时，心里会想，"哦，我必须去做那个。"其实不需要这样——只需把它列入待办事项，等到合适的时候再去做。我认为这对任何人都是适用的——你必须更谨慎地安排自己的时间和精力。

KEN：是的，Ra 确实提到爱与智慧并不是总是需要从一种状态转向另一种状态，而是它们实际上是一个整体。它们相辅相成，互为支持。在某些情况下，这种统一性是被强调的。你可能在想的是他们对爱的全面理解，以及如何在智慧中体现爱?【10】

卡拉：确实，能量的适当使用也是一个重要方面。有些人来到这里是为了学习如何更好地打开心灵，而另一些人则可能更专注于如何在心中加入一些智慧。这并不是说它们不是同一爱与光的两个方面，而是这两种表达方式在本质上有足够的不同，以至于涉及到学习如何准确地使用那种美丽能量的整个层面。

盖瑞：在 94.7 中，Ra 正在回应唐关于他为什么这么疲惫的问题：

> **Ra：**你们现在经历的接触会消耗每个团体在当前投生中带入显现的一定能量。尽管这部分成本主要落在器皿身上，但在投生之前的设计中，它以信念和意志的光辉盔甲进行了更为深刻的装饰，这种程度远超过大多数心/身/灵复合体在没有充分训练和启蒙的情况下所能享受的。94.7

在完成 Ra 的那段引述之前，我想集中关注刚刚读到的后半部分。'caparisoned'这个词的定义是'装饰性覆盖或华丽的服装'。

因此，重新阅读他们的陈述时包含'caparisoned'的定义：

> **Ra：**尽管这部分成本主要落在器皿身上，但它在投生之前的设计中以信念和意志的光辉盔甲进行了[装饰性的华丽覆盖]，这种程度远超过大多数心/身/灵复合体在没有充分训练和启蒙的情况下所能享受的。94.7

Ra 说的是，尽管你缺乏训练和启蒙，但在转世之前你所具备的意志力和信念使你能够承载这个沉重的负担吗？

[卡拉同意]

吉姆：“因为她的心灵纯洁，所以她拥有十倍的力量。”这句古老的谚语在这里非常适用。

盖瑞：在 30.17，Ra 说：

> **Ra：**当我们扫描这个器皿时，发现磁场存在异常，这些异常影响了我们找到与这个器皿的心/身/灵复合体之间窄频通道的能力。30.37

卡拉，你觉得在转世之前就有为 Ra 接触而设计的计划吗？也就是说，你觉得你们三人在转世前是否达成了协议，以帮助引导你们进行这项工作，并且你们构建的个性模板是否特别适合这个项目的成功？

卡拉：确实如此。我相信我们彼此之间达成了协议。很具体地说，我们知道在这一生中有共同的使命，并期待着彼此的能量融合。这是在我们出生之前就已决定的。

盖瑞：我刚刚读的那段话在很具体的意义上体现了这一点。我们已经讨论过你、吉姆和唐之间的动态是如何相互配合，以促成 Ra 接触的，但那段话表明，你们的身体结构甚至也是为了服务于 Ra 接触而设计的。

卡拉：我也这么认为。看似在世俗中尴尬和无用的那些特质，比如我的脆弱和敏感，实际上让我能够与 Ra 的第六密度能量合作。但在第三密度中以第六密度的方式生活确实让人感到脆弱，因为这超出了我的承受范围。我并不是说自己是个好人，只是倾向于走高尚的道路，专注于伦理和正直，实际上在心灵深处生活在另一种密度中，而这个世界却照常运转。

盖瑞：如果这个世界更加充满和平与爱的氛围，那么两者之间的差异会.....

卡拉：是的，那样会容易得多。

吉姆：那可能我们就不会在这里了。

卡拉：是的，你会去需要你的地方。没必要像莎士比亚说的那样“逆流而上”，而且总会有阻力存在。[笑]去查查吧。我不是在说粗俗的话，莎士比亚也不是。【11】

盖瑞：Ra 不断建议你以和谐、爱、赞美和感恩的方式行事，并赞扬你正是如此做的：

> **Ra：**支持小组的关键要素是和谐中的赞美和感恩。这个小组在这方面的成就达到了如此令人满意的程度，以至于我们对小组的和谐没有任何微词。103.8

而在多个其他地方，他们也传达了相同的情感。

卡拉：“Cavil”（发音与盖瑞不同）是一个意味着争论或批评的词。【卡拉的定义是适用的，但更准确地说，梅里亚姆-韦伯斯特将“cavil”定义为“提出琐碎和无谓的反对”，谷歌则定义为“提出微不足道或不必要的反对”。希望这个脚注不会对卡拉的回应提出挑剔。】

盖瑞：附注给读者：卡拉一直是我的英语导师，帮助我发音、拼写或使用英语。

卡拉：（笑）我随时可能是错的；有时我甚至在错误的国家。

盖瑞：你是如何描述你们的和谐的？你已经谈到过这一点。关于你们的和谐和经验，你还有什么要补充的吗？

吉姆：你就喜欢和他们在一起，不在一起的时候会想念他们，这种感觉很对，而且自然而然，毫不费力。

盖瑞： Ra 似乎在暗示，你们团队之间非比寻常的和谐。相比之下，其他团体似乎很难达到你们这种程度的和谐，那么你们是怎么做到的呢？

卡拉： 是因为爱。我们之间充满了爱。其他的团体，我敢肯定，一个男人和两个女人，或者一个女人和两个男人，最终都会因为嫉妒而分崩离析，因为在这个世界上，人们都是成双成对的，总有一个会被冷落。但在我们这个团体里，没有人被冷落。每个人都有自己的位置，我们彼此相爱，并且完全能够满足彼此的需求。

吉姆： 而且在我们相遇之前，我们每个人在自己的人生中就已经下定决心要为他人服务：这是我们心中最重要的目标。然后我们遇到了其他也想做同样事情的人，我们就很兴奋地觉得，'哇，太棒了！

卡拉： 这种感觉太棒了。这个世界上像我们这样拥有如此纯粹愿望的人并不多。

吉姆： 拥有一个超越自我的原则非常可贵。

卡拉： 我跟你说这些，是因为我第一次见到你的时候，盖瑞，我当时想，'哇，好吧，你还年轻，还需要多加磨练……

盖瑞： 不止一点。。。。

卡拉： 但你很出色，你一直都很出色。

盖瑞： 谢谢你。

卡拉： 当我见到你的时候，肯，我也有同样的感觉。

肯： 多谢

盖瑞： **在** 99.11，Ra 说：

> **Ra：** 我们注意到这个群体在这个空间/时间点上的相对不适，并提供 Ra 此前说过的话，作为帮助恢复非凡和谐的可能方法，这种和谐是这个群体能够以稳定方式体验到的。

看来"Ra"是某种意识体或者智慧体，而且他们有时会用第三人称来指代自己。

他们继续说：

> **Ra：** 我们鼓励有意识地加强那些无形的纽带，它们从那些向前寻求你们所谓"圣杯"的人的手腕飞出。99.11

关于在寻求圣杯的过程中加强那些纽带，你对那最后一句话是怎么理解的？

吉姆： 卡米洛特的圆桌骑士们都佩戴着绶带（绶带的颜色代表着他们效忠的女士，或者他们的家族——但通常是女士的颜色），他们佩戴绶带是为了维护女士的荣誉。（今天我们可能会称之为肩带。）

卡拉： 他们的女士是荣誉的化身——那是浪漫骑士精神，游侠骑士的信条之一。他会去寻找所有追求真理之人的目标，那就是灵性的圣杯，是耶稣在圣餐中使用的圣杯。它是所有这些能量的象征。

换句话说：抬起头，向上看；让自己比现在更纯洁一点。

盖瑞： 调整你对荣誉感的感知，以及你正在进行一项使命的感觉。

卡拉：我们在佐治亚州的时候遇到了麻烦，因为唐非常不开心，什么也不想做。无论我们有什么想法——去看电影、出去吃饭，哪怕是最简单的事情，比如去散步——唐都不想做。他想躲起来，待在他[当时]的地方，但他讨厌他所在的地方，他不停地说，“这是我们在这里的最后一个月了，我们不能再待在这里了，我们得去别的地方。”

他找到的每一个地方，他都不喜欢。我找到的每一个地方，他都拒绝，所以我们都越来越沮丧，这真的不怪任何人。这是一个糟糕的局面，而且似乎越来越糟。

唐绝对肯定情况一天比一天糟糕，而且他对自己的信念体系非常坚定，所以我们很难办……

吉姆：是的，那是他当时问题（麻烦）的开始，而且很多事情都导致了这种情况。

卡拉：所以，我认为 Ra 是在用一种温和的方式谈及所有那些事情。

盖瑞：所以，这是整个团体的事情，但对唐来说尤其突出（或者说，影响更大）？

卡拉：嗯，对我们来说也是，因为我们最后会说，‘哦，天哪，我们出去吃饭吧，我们去看电影吧。’我们把他留在家里了。这样做不好，但是一想到又要在家待着——总是这样……我们真的需要也觉得，有点变化是好的，但这对唐来说从来都不是好事，所以这很令人沮丧。

我们到底该出去还是待在家里？我们花了很多时间试图解决这个问题。每次我们想做点小事，比如出去吃饭，都会被放大成一件大事。以前从来没有过这种情况。我们不习惯日常生活变得如此困难，所以我们也做得不好。

我们当时想，‘拜托’——有时候不太理解。并不是说我们批评他——我们没有走到那一步，只是我们不像以前那样完全合拍了。

盖瑞：那么 Ra 是在建议你们进行微调……

卡拉：是的，他是对的，他完全正确。我们努力了，我们尽了最大的努力。

盖瑞：我们会再次讨论‘通道艺术’章节中调谐的实践。目前，就 Ra 接触而言，您个人和团体的调谐在维持与 Ra 的联系以及防止负面干扰影响联系的纯粹性方面有多重要？

卡拉：这始终非常重要。绝不低于绝对重要。

盖瑞：在进行这个采访项目的研究时，我深刻意识到这项工作是多么重要，之前我并未意识到这一点。

卡拉：很好

盖瑞：这不仅仅是三个与第六密度源保持联系的人，而是一种生活方式。

卡拉：是的。

盖瑞：在 69.17, Ra 说：

> **Ra：**其次，我们和你们在这种工作中所做的事情携带着一种魔法能量，如果你愿意用这个被误解的术语。也许我们可以说是一种形而上的力量。那些从事这种力量工作的人能够与大致相似力量的实体进行沟通。幸运的是，猎户座实体没有这个团体的固有力量。然而，它非常有纪律，而这个团体在精细度上相较于其力量则有所欠缺。每个人都在意识中工作，但这个团体尚未开始作为一个整体进行工作。个人的努力是有帮助的，因为这个团体相互支持。69.17

考虑到你们三人有着紧密的共同目标、共同工作和共同愿景，为什么 Ra 会说“这个团体尚未开始作为一个整体进行工作”？

吉姆：他们具体谈论的是白色仪式魔法工作。我们试图作为一个团体共同发展我们的魔法个性。我们在进行各自的冥想，个人单独工作，同时作为一个团体与 Ra 的接触和其他类型的服务一起工作，但我们没有采用仪式魔法的方法。当我们最终开始触及原型心灵并研究它时，我们决定选择塔罗牌。我们有三个选择：一个是白色仪式魔法，一个是占星术，另一个是塔罗牌。我们选择了塔罗牌。但这并不是研究仪式魔法时个体所能获得的那种力量。

我们认为自己没有足够的纪律或时间去进行仪式魔法工作——在我们当时看来，这项工作会消耗大量精力，甚至可能会削弱我们与 Ra 接触的工作。

盖瑞：是的，我不知道这个星球上大多数人在这个特定时刻如何在繁忙的生活中腾出时间来学习那种纪律。

> **Ra：**我们可以注意到，这个器皿在与创造者的联系上保持了超过 90%的集中。这是关键。继续对所有事物心怀感恩和感激。102.2

卡拉，你是如何实现对创造者 90%的集中状态的？这意味着什么？如果 90%集中于创造者，另外 10%在做什么？

卡拉：我不太确定我做了什么……

吉姆：他们在谈论你住院的经历，特别是你在医院进行肘部手术的时候，所以我想另外 10%可能是在想：“哎，真痛！[笑声]护士在哪里！？”

卡拉：为了专注于服务他人，你只需关注“我能为你做些什么？”对于每一个进入房间的人。他们是需要被服务的人，而不是从中获取东西的人。即使我必须面对一个难相处的房东（我确实有过这样的经历），我仍然要把他视为我的灵魂伴侣，以保持心灵开放，尽管

我在处理非常困难的财务问题。

盖瑞：所以这 90%集中于创造者，这在你的意识层面上表现出来，当然，我相信在你更深层的自我中也是如此，但……

卡拉：是的。我无法谈论我意识层面以下的情况。但我所意识到的是，我不断努力确保自己专注于服务他人，而不是服务自己。

盖瑞：我认为这是一个重要的观点：一个人可以如此训练自己的心智，以特定的方式回应或看待某种情况，从而将他们的注意力集中在创造者身上。听起来很奇怪的是，Ra 指出这种集中甚至可以被衡量或量化。

卡拉：谢谢，我很感激。

盖瑞：我在你们两位的生活中都看到了这一点。我可以说你们非常有纪律性。

卡拉：哦，吉姆总是让我感到震惊，他真让我惊讶。

盖瑞：Ra 多次提到这一点，称“这个器皿对无限造物者的服务的纯洁性”。这可能与之前的问题相似，但你会如何描述这种“奉献的纯洁性”？

卡拉：如果要量化的话，我早上醒来后做的第一件事就是将自己献给创造者，作为当天的奉献。在我下床之前，在我做任何事情之前，这就是我的第一祈祷。

然后，吉姆和我每天早上大约有半个小时的时间献给创造者，进行读书，你知道的，圣经阅读——自从我们结婚以来，我们每天都一起读圣经。在那之前，我从 12 岁开始每天阅读，并发誓要做到这一点。然后我每天还阅读其他鼓舞人心的作品。我们一遍又一遍地阅读《一的法则》的五本书，就像我们读圣经一样，包括旧约和新约，当我们读到最后时，就再从头开始。信不信由你，我们在每天阅读一点的过程中，经过这么多年，终于又开始了旧约。这是一本很长的书。[笑]

然后我们还阅读其他希望能带来启发的书籍。我每天唱一首赞美诗。我们一起祈祷、冥想，进行所谓的"早晨奉献"，这是我们希望一天顺利进行的方式，我们努力将注意力集中在这一点上。

当然，到上午 10：30，我们就完全放松了——担心某些事情或……[笑]这种状态并不总是持续一整天——你需要不断努力。你确实要在整天中持续努力。我从来不会对此感到厌倦，就像我从来不会厌倦那些让我受到启发和安慰的祈祷。我一遍又一遍地念着它们，整个人生都是如此。我想这部分源于我作为一名公教徒的身份，还是从小就成为公教徒。这是一种非常仪式化的崇拜方式。而且我从四岁起就一直在合唱团，所以歌唱和仪式对我来说都非常珍贵，让我感到舒适。

所以我有很多工具可以使用，因为我以这样的方式崇拜，以及基督教的方式，还有我自己专注于服务于我心爱之人的方式。我称耶稣为我的挚爱。我觉得不需要再多说什么。我也热爱圣灵。我花很多时间与圣灵在一起，我称她为 Holy。圣灵在我的生活中做了不可思议的事情。它让我变得更加坚定和深刻，我无法用言语表达。

所以我利用自然赋予我的工具，通过去教堂和以特定的方式学习到的东西。

盖瑞：再次强调这个免责声明，我不想把你们任何一个神圣化或者把你们放在王座上……

卡拉：幸亏没有这么做，我是一个十足的傻瓜。

盖瑞：不过，Ra 曾谈论你们的生活，并分析你们生活中的动态，因此你们的生活成为了讨论和分析灵性原则的一种方式。看来，你们奉献的纯洁性当然是内心深处的一种取向，但它通过不断的记忆、回忆和反复调整自己而在日常生活中有意识地实践。

卡拉：我想要这样做：这对我来说不是负担，而是我想要的生活方式。当我能够回忆起自己并自嘲，继续前进、提升自己时，我非常高兴。我不会只是说："哦，我必须比这更纯洁。哦，天哪，又来了。主啊，帮助我——我得更纯洁。"完全不是这样。以某种方式在灵性中安息是我生命中的快乐。

但我也是个傻瓜。我有很多明显的缺点。我常常错记事情；你也注意到我多么频繁地夸大故事，到我再次讲述时，它已经变成三个不同的故事混在一起了。里面没有准确的内容。我记得旋律，但不是歌词。【12】我有这样的倾向，还有很多其他原因，让你可能会尖叫着说："我不想和她打交道。"[笑]但大多数人都原谅我，爱我本来的样子。这是一件美好的事情。

盖瑞：很多这些都是表面的细节。通过你们在意识中的工作和开放的心灵——你的心灵确实闪耀着——你们的本质始终存在。Ra 在几个地方提到他们与你们和团体的配合。他们在 69.5 中说："我们长久寻找合适的通道或器皿。"（他们还补充道："指示此配置位置再次出现的可能性/概率漩涡很小。"）

> **Ra：**考虑一下看到某些复杂元素光谱图的过程。可以简单地说这是一个复杂的油漆样本。我们 Ra 知道进行有效沟通所需的元素，并有任何持久的机会。我们将我们的颜色

样本与许多个人和团体进行了长期比较。你们的光谱图与我们的样本相匹配。71.21

所以就我们所知，Ra 没有通过其他任何通道小组发言，至少不是通过你们小组的第六密度社会记忆复合体 Ra。你认为是什么让你们三人能够接收到 Ra，那个谦卑的《一的法则》使者？也就是说，你们的"光谱图"究竟是如何与他们的相匹配的？

卡拉：我不想碰这个问题，真的不知道。

吉姆：我们只能猜测。

卡拉：这肯定超出了任何意识上的努力。这就是我们的本性。

吉姆：我认为和谐显然是最重要的，再加上我们渴望服务的心，以及在寻找自己作为灵性存在的方式时的专注。然后我想我们每个人都有一些之前提到过的品质——爱、智慧和力量——这些对我们所做的事情产生了一些影响，而它们的融合可以形成和谐。

卡拉：我因为拥有这样的经历而受益匪浅……无论人们是否相信我经历过这些，作为孩子，我在一个神奇的森林里度过了很多时光，那里所有的树木和灌木都能和我交谈，所有的动物也能和我说话。那是一种奇妙的感觉。所有的颜色都是活的，流动着。与之相比，这一生显得黑白分明，太生动了。耶稣也在那儿，他会牵着我的手，注视着我的眼睛。我知道了什么是爱。

所以从大约两岁起，我就开始有意识地希望，作为对这种美妙能量的奉献，去服务于爱，就是我在他美丽的金色眼睛中看到的爱。我从未偏离过这个愿望。我一直把我的生活视为对我心爱之人的服务，而那种爱是我无法用言语解释或描述的，因为那是他眼中超越语言的品质。但我总是想成为其中的一部分。所以从婴儿时期开始——想象一下这个决心坚定的小婴儿想要服务的样子。[笑]这让我陷入了各种麻烦。

盖瑞：在我的经验中，大多数孩子并没有那种强烈的取向，包括我自己。

卡拉：不，我完全不符合同龄人的任何模式，所以我总是处于边缘——根本不合群。如果你瘦弱、戴着非常厚的眼镜、斜视，还想要服务、渴望学习，并且比任何事都热爱学习，做孩子真的很困难。我真的很不同。

我母亲在这方面帮了我。我记得大约三四岁时，她教我代数。"好吧，卡拉，二加 x 等于五。x 是多少？"有多少孩子能得到这样的帮助呢？我的大脑得到了锻炼，我的服务愿望也得到了培养，而我就是这样一个被包裹在小小身体里的全能服务者。这很奇怪，我觉得直到高中后期和大学时，我才真正成长起来。之后，我与任何人都没有问题。每个人都总是欣赏和喜欢我。

盖瑞：我接下来要问的最后一个问题是：假设在一个假想的宇宙中，有人再次与 Ra 接触，你会对那个团体说些什么智慧之言？但我觉得你到目前为止的回答已经基本上触及了这个要点，所以我们今天就结束吧？

卡拉：我很好，感谢各位。

吉姆：好主意，好工作!

盖瑞：感谢你们。

【1】在编辑过程中，发现 Ra 实际上从未明确使用"电池"这个词来指代吉姆。然而，Ra 在回答吉姆关于检查身体感觉的问题时，确实暗示了这一点。

Ra：例如，在这个时空连接点上，有一种感觉带有强大的电荷，可以进行检查。这就是你所说的由于工作时身体复合物的位置狭窄而导致的不适扭曲的感觉。在平衡时，你就可以探索这种感觉。为什么这种感觉是有力的？因为它是被选择的，以便实体能够在为他人充电时提供服务。64.20

卡拉也可能是导致采访者认为吉姆充当电池角色的来源之一。多年来，在反思 Ra 的接触过程中，卡拉经常将吉姆称为电池。她和吉姆的性能量交换无疑支持了器皿，从而帮助推动了接触本身（见 39.2、44.1、44.13、48.2、68.2、72.16、76.2、79.2–4、81.7、83.2 和 87.27 等），但未知卡拉是否仅指性能量交换，还是指吉姆的原始力量。

关于吉姆的力量，请看 Ra 对吉姆关于其使用的建议：

Ra：我们可以注意到，书记员的伟大长处总结在不充分的声音振动复合体-力量中。力量的流动，就像爱的流动或智慧的流动，不是由谨慎的保护者实现的，而是由持续的的使用者实现的。力量的物理表现是建设性的或破坏性的艰苦活动，充满力量的实体必须需要锻炼这种表现。这个实体经历了一种扭曲，朝着过量的储存能量的方向发展。了解自我并保护和使用自我为其学习和服务提供的那些属性是很好的。99.5

虽然吉姆无疑提供了最强大的原始能量输入——通过性能量转移、每场集会期间进行的可视化以及他身体存在的能量——Ra 描述了吉姆和唐的能力，以给器皿和 Ra 接触充电，如下问答：11.2、33.1、61.12、76.2、78.7。而 61.12 则说明了附件本身正确排列所带来的充电效果。

【2】关于性能量转移：

Ra：在绿色光芒中存在两种可能性。首先，如果双方都在绿色光芒中振动，将会发生相互增强的能量转移，负极或女性，正如你所说的，从存在的基础向上通过能量中心吸取能量，从而得到身体上的恢复活力；积极的，或男性的极性，正如它在你的幻象中被认为的那样，在这次能量转移中找到了一个令人满意的灵感，滋养了身/心/灵复合体的灵性部分，从而使双方都极化并释放了其中一种的过剩。由于智能能量的性质，即负极/直觉的、正极/物理的能量，正如你所说的那样；这种能量转移只有在一方或双方害怕拥有、被拥有、渴望拥有或渴望被拥有时才会被阻挡。26.38

【3】关于提到的前世的合作经验：

Ra：这个团体曾多次一起工作和生活。人际关系各不相同。正如你所说的，存在着平衡的业力；因此，每个人都是每个人的老师。这项工作包括治疗、理解地球能量的用途，以及帮助那些呼唤我们的文明，就像你的领域所做的那样。9.2

【4】更多的关于这个疲劳：

Ra：时间/空间性质的疲倦可以被视为透明或纯净的振动与不纯净、混乱或不透明的环境的反应。

发问者：我们小组中的另外两个人是否受到这种影响？

Ra：我是 Ra。这是非常正确的。

发问者：那么，我们也会因为接触而经历无休止的疲惫效应。这是正确的吗？

Ra：我是 Ra。器皿，由于接触的本质，承受了这种影响的冲击。每个支持小组，通过

在这些工作和能量转移中提供无条件的支持，以实现这些工作的目的，向一个无限造物者提供爱和光，经历了大约 10 到 15%的这种影响。它是累积的，并且在它的表现的持续性质中是相同的。

发问者：长时间的持续疲惫效应可能是什么结果？

Ra：我是 Ra。你提出了一个具有无限答案的一般性问题。为了尝试回答，我们将过度概括。

一个团体可能会受到诱惑，从而失去造成困难的接触。所以故事就结束了。

另一个团体一开始可能会很强大，但在面对困难时不忠诚。因此，故事就结束了。

另一个团体可能会选择殉道的道路，将其完整地使用器皿，直到其身体复合体因苛刻的代价而崩溃，因为所有的能量都消失了。

这个特定的团体，在这个特定的连接点，正在试图保护器皿的生命力。它试图平衡爱的服务和智慧的服务，并且在面对困难时忠于服务。诱惑还没有结束这个团体的故事。

我们可能不知道未来，但这种情况在相对较长的时空内持续下去的可能性很大。重要的因素是器皿和团队的意志。这是平衡缓慢增加的疲倦的唯一原因，这种疲倦将继续扭曲你的感知。没有这个意志，接触可能是可能的，但最终似乎太费力了。81.5–8

至于卡拉的出神体验，其中卡拉本质上与 Ra 在一起，处于第六密度：

发问者：器皿提到了她所说的渗透或在这些集会期间有时意识到交流。你会对此发表评论吗？

Ra：我是 Ra。我们和器皿的身/心/灵复合体在一起。当这个实体开始从体验我们密度中的光和活动的隐喻式婴儿床中醒来时，它开始意识到思想的运动。它对这些思想的理解并不比你三密度婴儿对它感知到的第一个单词的理解更多。这种体验应该预期会继续，并且是这些工作性质和这器皿使自己可供我们的话语的方法的适当结果。88.5

发问者：好吧，我将在结束时问一下：Ra 的个体化部分或实体是否为了交流而居住在器皿的身体中？然后，我们能做些什么来改善接触或让器皿更舒适？

Ra：我是 Ra。我们 Ra 通过窄带通道通过紫罗兰能量中心进行交流。正如你所说的，我们没有身体上居住在这个器皿中；相反，这个器皿的身/心/灵复合体与我们同在。85.20

【5】什么是核心生命（vital）能量：

发问者：你能给我一个核心生命能量的定义吗？

Ra：我是 Ra。核心能量是心灵、身体和灵性的能量水平的复合体。与物理能量不同，它需要综合复合体以有用的方式振动。

意志的能力可以在一定程度上取代缺失的核心生命能量，并且在过去的运作中，按照你的时间测量，也发生在这个器皿中。这并不推荐。然而，在此时，尽管身体能量水平本身在这个时候很低，但心灵和灵性的核心生命能量得到了很好的滋养。

发问者：我是否可以正确地猜测核心生命能量是实体对其极性或与造物者或创造物的普遍统一的意识或偏见的函数？

Ra：我是 Ra。在非特定的意义上，我们可以肯定你的陈述的正确性。核心生命能量可以被视为对生命或生命体验的深刻热爱，例如创造之美、对其他自我的欣赏以及造物者制造的扭曲，这些都是美丽的。

没有这种核心生命能量，最少扭曲的物理复合体将会失败和死亡。有了这种爱或生命能量或热情，实体可能会继续存在，尽管物理复合体被严重扭曲。63.6–7

【6】灵性能量和身体能量的疲惫：

Ra：支持小组的成员也提供意志和信仰的本质，为他人服务，支持器皿完全释放自己，为一个创造者服务。因此，支持小组的每个人也经历了一种灵性上的疲倦，这种疲倦与身体能量不足是无法区分的，除非每个人都体验到这种疲倦，每个人都将发现身体能量的通常扭曲。94.7

【7】83.2 中有迹象表明卡拉正在第一次增重：唐说卡拉"现在增重了，而不是在一场集会后减重了。

【8】关于器皿并非判断何时不应该进行集会的最佳裁判，以及支持小组在行使这种辨别力方面的重要性：

Ra：这个器皿非常幸运地拥有一个支持小组，这个小组向它强调了在这个时期进行这些集会所必需的谨慎。这个器皿能够几乎瞬间清除心智/情感复合体和灵性复合体，以满足这项工作所需的纯净度，但这个器皿对于服务的忠诚度扭曲并不总是能最好地判断其物理复合体的弱点扭曲。因此，我们感谢您在空间/时间上，如您最近的决策中，决定不进行工作的帮助。这是一个恰当的决定，给予这个器皿的指导是有帮助的。39.1

【9】关于器皿投入她的能量：

发问者：鉴于我们目前不清楚器皿的活力状况，您能否尽快终止这次接触？

Ra：我是 Ra。用你们的话说，我们的手在一定程度上是被束缚的。这个器皿已经调用了内在的储备，这些储备是来之不易的。因此，我们有荣誉/责任尽我们所能使用这些能量。当它变得低时，我们将像往常一样，肯定表达结束工作的需求。避免这种不惜任何代价的服务分享的唯一方法是避免工作。这是一个困境。44.2

发问者：我认为，如果我们现在终止接触，让器皿获得更多必要的能量后再继续，这可能是一个好主意。这是我现在的决定。我非常想继续接触，但在我看来，尽管我不能判断器皿的水平，器皿不应该再消耗更多的能量。

Ra：我是 Ra。我们正在回应一个未被提出的询问。然而，这是非常突出的，因此我们请求您的原谅，因为我们侵犯了您的决定。能量已经为这个目的而奉献给了器皿。您可以随心所欲，但这就是器皿为接触做准备的性质，也是我们可以使用它的唯一原因。

发问者：我不确定我完全理解了你。你能换一种方式说吗？你能更完整地解释一下吗？

Ra：我是 Ra。你们每个人在这次工作中都有意识地将目前正在经历的存在奉献给了服务于他人。这个器皿通过长时间的经验，提炼了这种奉献精神，你们称之为通道，即邦联哲学，你们可能会这样说。因此，当我们第一次接触这个器皿时，它已经提供了它的存在，不仅仅是为了服务于其他自我，也是通过这种沟通方式的服务。随着这次接触的发展，这种存在奉献已经变得相当具体。因此，一旦器皿将生命能量奉献给我们的沟通，即使工作没有发生，这种生命能量也会从器皿的日常体验中消失。因此，我们指出了器

皿在决定工作时间过程中释放意志的重要性，因为如果器皿希望接触，能量就会被聚集，从而失去了普通或世俗的目的。44.7-8

【10】肯可能在想这两句诗：

Ra：爱与智慧，就像爱与光一样，不是黑白分明的，我们可以这样说，而是同一枚硬币的两面。因此，在所有情况下，平衡并不总是意味着从同情心向智慧的转变。85.16

【11】卡拉搞错了。“踢刺”这个表达不是来自莎士比亚，而是来自《圣经》：“‘踢刺’是什么意思？”GotQuestions.org，访问日期 2015 年 9 月 3 日，网址

www.gotquestions.org/kick-against-the-pricks.html。

【12】卡拉有时会在复述时变得富有创造性，但远没有她在这里所表示的程度。虽然这可能是一个恰当的例子……

第八章 附属物

盖瑞：Ra 在对话中使用了 18 次单词附属物（appurtenances）。维基百科说，附属物是属于某物并与之相关的物品，其重要性低于它所属于的东西.【1】

Ra 描述了在维持接触的心理、机械、魔法和形而上学方面发挥重要作用的附属物。在 2.6 中，Ra 命名了这些附属物并指示发问者（添加了数字）：

1.将一个处女圣杯的水放在实体的头顶上。

2.将最接近器皿灵性扭曲的书籍放在中心，这些扭曲与统一法最接近，即她最常接触的圣经。

3.在圣经的另一侧，放少量焚香或乳香，放在一个未开发的香炉中。

4.在象征一的书的后面，打开约翰福音第一章，放上一支白色蜡烛。2.6

这些特定物品的历史是什么？

卡拉：它们实际上是我圣公会遗产的一部分。所有这些物品要么在祭坛上，要么是服务的一部分。有趣的是，白魔法也使用所有这些物品。例如，‘virgin’这个词源自魔法，意为未使用或从未使用过。我们很幸运，因为我的姑姑 Tot，也就是唐的姑姑，刚刚在圣诞节送给我一个圣杯，一个银制的圣杯——看起来像是银的。Ra 接触始于一月的第三周，我还没用过它，甚至一次也没有，所以它是完全 virgin 的。

盖瑞：我认为这算得上是同步性。

卡拉：是的，就蜡烛而言，它从未被点燃过——那种东西。它没有任何性意义，只是意味着它没有被使用过。

我喜欢尽可能靠近祭坛。我每周都装饰祭坛，作为祭坛公会的一员，同时在实际服务期间作为唱诗班成员。我喜欢这项工作，我认为 Ra 小组正在利用我的偏好让我感到放心和安全。

盖瑞：Ra 进一步谈到了对器皿的培育。为什么圣经要打开约翰福音第一章？

卡拉：Ra 解释了这一点。它尽可能接近统一法：'起初就是道 word'。这个道就是 Logos。Ra 使用 Logos 这个词来表示最初的思想，即爱。因此，如果你用爱代替 Logos，你就能非常接近基督教的含义。'起初就是道，道与神同在，道就是神'。从此，万物都诞生了。

这就是福音的开始，这与统一法完全一致。但它也是我最喜欢的福音。我爱那福音，它绝对美丽。与其他福音不同，它更注重灵性方面，而不是本周的星期二他们去了这里，做了那样的事情，以及很多这样的细节。它更多是一种信仰的辩护。它是后来写的。

盖瑞：所以我将阅读 Ra 的话，他们描述了它如何滋养器皿：

> **Ra：**我们认为，虽然这[附属物的放置]是一种活动/环境的复杂体，并且可能看起来与有目的的教学/学习体验非常扭曲，但这些对出神技术的详细说明将缓解那些关于器皿的人的心智扭曲，因为他们感知到器皿在疲劳方面的扭曲有所改善。2.6
>
> **Ra：**我指的是那些触发这个器皿向爱/光扭曲的象征性物体。所有在场的人对它们的放置和充满爱的接受对于滋养这个器皿很重要。6.3
>
> **Ra：**这些物品的仔细排列对于充满活力的群体很重要，因为它提醒该支持群体是时候工作了。仪式化的行为是许多支持群体能量的触发器。……这不会帮助另一个群体，因为它是为了这个特定的心/身/灵复合体系统而设计的，尤其是对于这个器皿。61.12

所以，你已经开始谈论这一点，但我会问这个问题以获得更完整的回答，如果可能的话：这些附属物及其正确的配置是否让你有意识地、有意识地感到安慰、充满活力和支持？

卡拉：哦，是的。当你想到大多数信仰体系——我们在这里更倾向于宗教，有点像把其他一切赶出家门——大多数信仰体系都说这是正确的方式。Ra 没有这样做，而是故意引入我自己的扭曲，以帮助我完成工作，这非常有帮助。我特别印象深刻的是，他们让我保留这个小金属十字架，考虑到他们不想在房间里有金属物品，因为这会干扰微调。但他们明确表示我应该保留十字架，因为它让我感到安慰。

他们真的尽力帮助我。如果你看看关于器皿的历史，很多时候有些来源不在乎。他们把人们从睡梦中叫醒，说："写这本书。"这就是《Oahspe》的写作方式。【2】因为你在为这本书工作而 10 年不睡觉？

[对猫]你好皮克威克！这是我们 18 岁的小猫咪。

[对吉姆和盖瑞]其他被引导的实体通常对器皿的弱点缺乏支持，而 Ra 小组则始终如一地支持。

盖瑞：所以这不仅仅是因为你与这些物品的个人关系而感到被滋养，而且因为你使用这些物品时，Ra 也在鼓励你，所以你感到被滋养。

卡拉：我深深地感受到了这两点，是的。

盖瑞：吉姆，你和唐呢？你们是如何与这些附属品联系起来的？

吉姆：嗯，唐调整了它们。而我则保持它们的清洁。[笑]除了这些，我并没有与它们有特别的关系。它们是为了器皿以及器皿在她进出身体时的舒适度而准备的。

盖瑞：在 3.4 节中，Ra 更具体地解释了这些附属品的功能。他们说：

> **Ra：**我们将解释附属品如何成为显著扭曲平衡器的过程。香薰作为这个器皿物理身体的

> 活化剂，标志着它的人性。因此，从器皿感知到的烟雾飘散的相对角度与器皿感知到的打开的圣经的角度相同，这是必要的，圣经由点燃的蜡烛平衡，象征着爱/光和光/爱，因此，给器皿的心智和情感，我们可以称之为，扭曲复合体提供了它所寻求的天堂和和平的景象。因此，从低到高被激活，器皿变得平衡，不会感到疲劳。3.4

所以，选择的具体物品及其特定的排列方式似乎是一种沟通手段，不仅对你的意识头脑，也对你的潜意识头脑。

卡拉：非常肯定。谁能有意识地意识到烟雾飘散的方向呢？这超出了我的理解。

盖瑞：在我刚刚读到的引用中，Ra 在最后一句话开始时说，“因此，从低到高被激活……”你们有没有人知道这是什么意思？

吉姆：可能是指从世俗到神圣——从较低的能量中心到较高的能量中心。

卡拉：总有向上螺旋的光，所以你想让它螺旋上升。

盖瑞：Ra 谈到了保持这些附属品正确对齐的必要性。有时他们甚至提到了当附属品没有对齐时的情况：

> **Ra：**请非常严格地注意这些附属品的对齐。71.23

> **Ra：**我们警告你们要警惕任何关于附属品排列和方向的松懈。46.18

那么，在大约 12 场接触后，你开始意识到 Ra 强调非常非常仔细地放置和对齐附属品有一个更深的原因。你能详细说明这个原因是什么吗？

吉姆：Ra 提到圣经的对齐偏差了 1.4 度，并且整个布局可能偏差了半度【3】，这让我们开始思考，因为不可能将附属品对齐得那么精确。所以我们知道他们谈论的不仅仅是附属品的实际物理放置——他们在谈论我们的问题的对齐，我们提问的方式。我们已经从重要的问题稍微偏离到了一些暂时性的问题上，我们试图避免那些暂时性的问题，因为这是一种窄带接触。

正如 Ra 所说，它的先决条件是精确的【4】，为了保持接触，我们必须继续在灵性原则的领域工作——这些原则是你现在和一万年后、现在和永远都能使用的。如果我们谈论的是那些暂时的、只对现在感兴趣的事物，那么我们就是在浪费接触的绝佳机会。如果我们这样做，接触为什么要继续存在呢？所以他们首先警告我们：你们有点偏离了——这对这场集会来说不是很重要。但是今天还有另一场集会——那场更重要。所以我们明白了——我们必须确保我们的提问方向正确。

盖瑞：你们是如何实现这个飞跃，意识到他们并不是在特别谈论物理对象的对齐，而是在谈论你们的问题？

吉姆：嗯，这是一种灵性接触，他们谈论的每件事都具有灵性价值或组成部分，所以他们在那里谈论的对齐一定有灵性组成部分。他们不仅仅在谈论几度或十分之几度，那么它还能是什么？它必须是我们的提问方式。

卡拉：唐和吉姆是两个“敏锐的猫”。如果有什么需要被搞清楚，他们会搞定的。他们在弄清楚之后，有一种感觉，觉得花了太长时间。但实际上他们已经相当快了。

盖瑞：所以，在你们得出那个结论之后，如果 Ra 后来描述了一个不对齐的情况，这是否让你们更加强烈地反思自己在哪里偏离了正轨？【5】

吉姆：是的，绝对是。

盖瑞：所以，这是 Ra 突出或指出一两个错误的方式？

吉姆：是的，为了给我们一个线索。他们这么做了几次，给我们提供了一些需要考虑的事情的线索，但他们没有告诉我们具体是什么，因为那样会侵犯我们的自由意志。给线索是可以的。直接明确地说——你需要这样做——是不行的。接触是基于自由意志的产物，我们必须能够在任何时候都能行使我们的自由意志。

盖瑞：附属品是否也是向整个小组发出的信号，开始净化服务他人的渴望，并调整你们自己作为一个小组，以便和谐地接收 Ra 的信息？

吉姆：总的来说，是的，但我认为对卡拉来说更是如此，对唐或我来说则不是那么多。整场集会——有很多事情需要协同进行：床、卡拉穿的衣服、遮盖物、附属品、录音机、椅子、床周围的路径——它们都很重要。做所有这些事情让我们做好了准备。

盖瑞：所以触发器甚至更早地回到前一晚？你说你们会一起冥想，进行性能量转移——所以有一个步骤序列，你们正在进入心态，可以说是为"游戏"做准备？

吉姆：对，基本上是这样。为"游戏"做准备。

盖瑞：我们的附属品章节到此结束。

卡拉：这也是你最后一次说那个词了。[笑]

盖瑞：没错！除了在《一的法则》之外，我再也没有机会使用它了。

【1】*Wikipedia, The Free Encyclopedia*, s.v. "Appurtenance," accessed September 8, 2015, https://en.wikipedia.org/wiki/Appurtenance.

【2】关于这个话题的一些初步研究得出了一个略有不同的结论。

不是在睡觉时写《Oahspe》，它的作者约翰·巴娄·纽布罗（John Ballou Newbrough，1828-1891），而是每天早晨坐在新发明的打字机前"半小时，在此期间他的手会自动打字（他不知道正在写什么）"。这是根据他在奥亚斯佩维基百科页面上引用的第一手报告。

Wikipedia, The Free Encyclopedia, "*Oahspe: A New Bible*," accessed September 8, 2015, https://en.wikipedia.org/wiki/Oahspe:_A_New_Bible.

【3】关于校准：

> **Ra：**我是 Ra。我们要求你们重新对齐放置符号的物体。对于仅此一次的集会来说，这并不是一个显著的扭曲，但你会发现在测量整个组合时，放置位置与正确的对齐角度相差 1.4 度，放置位置另外还有半度的偏差。在目前的空间/时间联系中，不要过于担心这个问题，但不要允许这些扭曲长时间存在，否则接触将逐渐受损。12.33

【4】关于精确的先决条件：

> **Ra：**这种接触是窄带的，其先决条件是精确的。在负面路径上提供服务的其他自我，也拥有剑客的技能。你们在这种接触中处理的，可以说是，倾注到像雪花一样脆弱、像水晶一样透明的容器中的巨大强度的力量。最小的疏忽可能会扰乱这些传输形成的能源模式的规律性。64.5

【5】为了进一步证实附属品的对齐与问题的对齐之间的联系，Ra 解释了在某个特定的回答中，对齐没有更深层的含义，这意味着在其他情况下，他们关于对齐的陈述有更深层的目的：

Ra：被称为香炉的物理附属品只偏了一度，这没有更深的含义。77.25

第九章 什么是心灵致意

笔者注：我们将花五章的时间探讨心灵致意，主要是与 Ra 接触相关的内容。这个主题值得如此关注，因为任何读者都知道或很快会发现，心灵致意在接触体验中扮演了重要甚至主导的角色，可能还导致了接触的结束。实际上，它是这次体验的核心部分，无法与小组的旅程分开。忽视这个主题就像采访欧内斯特·沙克尔顿，却不问他关于困住和压毁他船只的南极冰盖，这让他和他的船员陷入了世界上最艰难和英雄的生存故事之一。

然而，与冰盖不同，心灵致意也提供了一个优秀的平台，用于探讨自我实现道路上的灵性原则。它使极性（创造运转的轴心【1】）更加清晰，因为通灵问候是一个动态、密集的领域，在这里，极性相互对峙，每种服务模式迫使另一种在各自的道路上变得更加完美和纯粹。因此，自由意志的运作以生动、几乎可触摸的方式展现出来。

然而，偶尔，有读者会了解到与 Ra 接触期间发生的事件和心灵致意的现实，随后产生担忧，甚至害怕类似的情况会降临到自己身上。虽然每个人的道路都是根据自由意志展开的，但可以考虑到，地球上大多数灵性寻求者在这一时代或任何时代，可能永远不会经历这些情境和强度，就像大多数人永远不会经历宇航员在穿越大气层、进入轨道或在太空旅行时面临的挑战，如巨大的重力和失重环境。这是一种极其特殊和非凡的情况。

盖瑞：你能定义“心灵致意”吗？

吉姆：这是忠实对立面试图阻止你所做的事情，试图夺走你的光芒。如果他们无法控制你所做的事情并改变它，他们就会试图熄灭那道光。

再提供一点信息可能会有帮助。当任何人进行这样的接触时，会产生一种特定的形而上力量或光（在内在层面上被视为光）。就像蜡烛会吸引各种飞蛾和昆虫的注意一样，这种集会中产生的光也会吸引他人的注意。正极性的人会前来欢庆正在发生的事情，给予他们的能量和振动，而负极性的人则会寻找控制那道光的方法，以获取力量，因为光也是一种力量。如果他们能够以某种方式控制它，他们就能在自己的领域内获得那种灵性力量。因此，所有的通灵问候都是他们试图控制发生的事情或阻止它的尝试。

卡拉：每当我们这些试图服务光明的人尝试服务时，就会遇到心灵致意。它始于我们自身个性中抵抗的元素：不想服务光明，想去玩乐，想做其他事情。因此，正如荣格所说，我们个性的阴影面会跃跃欲试地说：“等一下。”

除此之外，还有很多第四密度负面实体试图诱惑人们远离光明服务，通常是通过唤起自我：你不想出名吗？你不想从中赚很多钱吗？许多希望服务光明的渠道，常常会因自我的因素而被引离光明。

他们常常想要回答具体的问题，但无法通过调整后的接触获得答案，于是他们放弃调整，因为他们渴望得到答案。然后，他们得到一个答案并给出。而这些答案一开始非常接近正面的

取向，但如果他们继续这种特定的提问，它们会越来越远离爱，进入恐惧之中。接着，你会听到绝望和悲观，变得孤立【2】，远离其他人，防卫自己的小圈子。这种情况一次又一次地发生。

这很可惜，但如果你抵抗并坚持走那条不需要得到答案的高路（highroad），而如果得到的答案是否定的，那就是否定的答案。接收者需要培养一种接受"我不知道，我没办法回答"的态度。

但最终，如果你能够成功抵抗这种诱惑，那么它就会被提升到第五密度，实际上这是非常罕见的。大多数人在第四密度时屈服，受到第四密度诱惑的影响。但如果它被提升到试图诱惑你的实体非常聪明和机智的层面，那么情况可能会变得非常复杂。这很罕见，但显然确实会发生，而且我们也经历过。

盖瑞："心灵致意"是"心灵攻击"的同义词或委婉说法吗？

吉姆：这是一种看待发生事件的态度。"心灵攻击"是你在真正想与某人对抗并认为他们是你真正对手时会使用的短语。而"心灵致意"则是试图将这个人或实体视为与自己相同，看到他们与创造者是一体的。因此，称之为心灵致意，我们是在试图淡化这种关系的对抗性，尽管那个实体本身可能会对我们感到相当对立——

卡拉：我们想要保持内心的开放。

吉姆：—我们并不需要回应那种感觉。这就是我们处理心灵致意的开始。

卡拉：是的，它是一个委婉说法，实际上也是一个同义词。

盖瑞：因此，这个术语本身内含了一种正面处理通灵攻击的方法。

吉姆：是的。

盖瑞：那么，谁容易受到心灵致意的影响？

吉姆：任何在光明或力量的服务他人工作中取得成功并产生正面结果的人-

卡拉：每个人

盖瑞：这项工作不一定要在外部层面进行；你不需要在社会中引起变化并吸引他人的注意。这也可以仅仅是在意识层面上。

吉姆：如果你让自己的光芒闪耀，你就会吸引注意。

盖瑞：在 80.3 中，Ra 提到'恐惧的元素'是负面实体在进行心灵致意时的'一种强大武器'。你能对此进一步阐述吗？

吉姆：恐惧通常是一种将我们与某些事物分开的品质。可能是我们自身的一部分、一个朋友，或是我们正在做的某项活动。如果你把事物看作是统一的，并意识到我们都是创造者的一部分，那么就没有什么好害怕的；最终这一切都是你自己。因此，恐惧是我们需要通过接纳和爱来平衡的一种情感。

这就是我们在处理心灵致意时所尝试做的——应对恐惧，因为在各种类型的问候中

（我想你可能会在稍后分享其中的一些），有些可能会让人感到害怕。你可能会对其中一些感到恐惧。而这有时是一种技巧，是一种意志的表现和努力，目的是不去害怕，而是将其视

为可以用爱去传递和治愈的东西。

盖瑞：这回到了使用'心灵致意'这个术语。将其视为一种问候是朝正确方向迈出的另一种方式，因为这样可以帮助去除其中的恐惧，使其变得不那么具有威胁性。

吉姆：是的。

卡拉：同时，也看到了一些内在的恐惧：害怕看起来愚蠢和愚笨——你不想作为一个通道说'我不知道'。你想要有答案。所以这里面涉及到恐惧——如果你的自我介入并说'我想要一个答案'，你就会害怕看起来愚蠢，害怕看起来像一个糟糕的通道。

盖瑞：对。如果你对自己有一定的形象认同，那么你就会害怕失去或损害这种形象。成功的心灵致意有哪些后果？

吉姆：嗯，大多数通灵接触一开始都是非常正面的。如果你不能维持这种接触，因为你没有意识到像卡拉发现的这些事情——在每次通灵前调整自己的必要性，每次通灵时挑战试图与你接触的实体的必要性——那么你可能就会偏离你想要做的事情，接触本身也会变得混杂。开始接触的正面源头可能开始意识到通灵者不再对维持相同水平的纯净寻求、调整或服务感兴趣。然后这个正面的源头就会温和地撤回，被一个大致相同力量的负面导向实体所取代，这个实体会感觉与开始接触的正面实体非常相似。然后接触将开始远离它所分享的正面概念，并且会插入一些小转弯和带刺的钩子，开始获取更多负面导向的信息，比如可能会夸大或满足个人的自我，或者以权力、地位或金钱等形式。

在通灵过程中，我们经常会遇到混杂的联络。一开始很正面，然后经历了正面实体退却，变得越来越负面的过程。现在，一个真正正面的通灵者，只能接受有限的负面信息，才能发现事情不对劲。但这样一来，整个努力的重点就被稀释了，可以这么说，可能会被偏离方向，走上不如预期有益的道路。

还有其他可能性。例如，像卡拉经历的那种心灵致意，她在散步时被负面导向的实体误导，以为路上没有交通，她应该走到车流前面去。【3】那里的后果是相当明显的。

卡拉：[笑]麦克卡车！

盖瑞：那么任何以恐惧心态进行的人类行为都会被列入成功心灵致意的后果吗？

卡拉：是的。

盖瑞：Ra 将一个名为猎户帝国的团体识别为对你在 Ra 接触中经历的心灵问候负责的团体。这个团体是谁？

吉姆：嗯，显然他们是一些负面性质的存在，在控制和操纵周围的人方面取得了成功，以便聚集他们的力量并变得更强大。但是，整个猎户座星座并不都是负面的；然而，显然来自猎户座复合体的负面实体确实栖息在那儿。那显然是他们的基地。还有很多其他存在，但显然那些访问我们小组并被光吸引的实体来自猎户帝国，可以这么说。

盖瑞：那么猎户座算是一种宇宙地理位置吗？

卡拉：有点像。很多术语来自它们的起源地，而实际上它们已经发展了。或者它们集合了很多不同的地方，纳入了那个联邦，已经不再是，比如说，纽约——它实际上并不是纽约协会，但叫这个名字。看看橄榄球联赛，这就是一个完美的例子：东部并不是真正的东部，而大十联盟根本没有地理位置，一切都分散在各地【4】。真是疯狂。但每个参与其中的人都知道他

们在说什么。

我认为猎户帝国就是这样的。它并不是字面上的，也不是一个真正的帝国。它是通过服务自我而为无限造物者服务的行星邦联。非常类似 Ra 所属的那个邦联，但在极性上是负面的。

盖瑞：[对卡拉]听起来你有个喜欢看大学橄榄球的老公。

卡拉：你可以这么认为。[笑]而且你说得对。

盖瑞：‘帝国’和‘邦联’这两个词确实暗示了两种截然不同的组织和结构方式。我认为‘邦联’这个词不能用于‘帝国’或负面实体的团体。负面实体追求征服和使弱者屈服于他们的意志，而邦联则寻求共享能量。

卡拉：你是对的，你特别正确！

盖瑞：这就是为什么 Ra 将他们自己的团体称为邦联，而将猎户座的团体称为帝国。

在准备这次采访时，我发现了一些我之前不知道的有趣内容。似乎在 Ra 接触之前，任何通灵记录中都没有提到猎户座团体、心灵致意或心灵攻击。除非我错了，Ra 似乎是首次引入了心灵攻击的概念，以及与猎户座星座区域相关的负面存在团体。这个说法是否正确？如果是，你得知这一点时有什么反应？

吉姆：这确实导致了观念和思维的重新定位，因为我们之前并不知道心灵问候和‘负面导向实体’。我们知道一般存在负面实体，但谁知道它们在做什么，在哪里？所以我们必须尝试弄清楚它们是如何进化的，走向何方。我想唐问过这个问题，Ra 说它们与正面实体一样，穿越不同的密度，直到负面存在到达六密度中期时，必须做出改变，因为它们无法再进一步。

所以，是的，这确实是一个新概念，我们花了一些时间去思考和理解它。

盖瑞：那么在与 Ra 接触之前，极性并没有被太多研究或探讨，我想。

吉姆：其实不是很多，不过我们确实从其他几个通灵来源对极性有所了解。我在努力回忆名字【5】……不管怎样，还有其他来源谈论极性。唐知道为了毕业需要 51%的正面努力。但我们并不知道负面实体需要做到什么，实际上它们必须在努力上达到 95%的负面。我们在此之前已经意识到了极性的概念。

盖瑞：只是在 Ra 接触期间，这个概念并没有被充分发展到那个程度。

卡拉：哦，不。正是因为这些事情的催化，我们才开始思考这些问题。

盖瑞：我觉得《一的法则》材料对负面极性的处理是它与其他哲学或灵性信息来源有所区别的一点。

卡拉：非常有区别

盖瑞：《一的法则》中关于心灵问候的信息量巨大，显示出你们三人，特别是那个器皿，受到‘忠实反对派’的压力和威胁有多么常态化。

【1】Ra 描述了在第三密度中做出服务他人（STO）和服务自我（STS）之间选择的方式是这样的：

> **Ra：**这个选择，正如你所说，是瞬间的工作，但却是创造旋转的轴心。76.16

【2】吉姆写道：

我认为卡拉并没有特定某个团体，而是将她所知道的一些失调情况结合在一起。她熟悉几个已经失调的团体，这些团体的开始是因为询问如何在被认为即将到来的'末日与忧郁'时期中生存。整个想法是退回到一个自给自足的团体，并'远离'那些可能想要你东西的人。'拥有奶牛'这个说法是这样的失调团体采取的另一种行动，以实现自给自足。你可以通过奶牛获取牛奶和黄油，以帮助在艰难时期独自生存。

【3】关于建议在交通车辆前走出去的事情：

Ra：负面问候的光会立即对未调谐的个体产生作用，方式是通过暗示，也就是在交通前走出去，因为暗示是没有交通。[这个器皿]，与这个团体中的每个人一样，在爱与光的方式上足够有纪律，不容易受到暗示。然而，这个实体在身体方面有一种倾向，它正在最大限度地利用这个器皿，举例来说，通过增加眩晕感来导致器皿跌倒，或确实因视力受损而走到你的交通前。67.13

【4】在 2015 年卡拉去世后，吉姆完全失去了对体育的兴趣，但在此之前，他一直是一个死忠的大学橄榄球迷。虽然卡拉自身对体育并不太感兴趣，但她还是学到了一些东西。

【5】一个来源可能是书籍《Oahspe：A New Bible》。

第十章 处理心灵致意

盖瑞：在 57.3，Ra 说：

Ra：猎户座群体无法直接干预，只能通过先前存在的心/身/灵复合体的扭曲来进行干预。57.3

如先前所述，心灵问候仅透过个人自由意志的功能发生。也就是说，负面实体只能恶化、强调和干扰个人既有的偏见和扭曲。因此，一个实体越意识到自己的扭曲，其扭曲被用來对抗他们的可能性就越小。

Ra 之后表达：

Ra：人类越缺乏自我认知来平衡自己的扭曲，负面实体就越能巧妙地强调这种扭曲，以抵制群体的顺利运作和和谐。80.4

为什么 Ra 指出自我认知会使人更不容易成功被心灵问候？

吉姆：好吧，如果你知道任何类型的偏离你所能达到的和谐都会造成一个可以被进入、问候、加深并且给你带来困难的缝隙，那么你就会非常努力地保持正面。或者如果你觉得因为误解、争吵或愤怒而产生了隔阂，那么你会尽快去修复这一切，不让太阳落下之前去解决它。在过长的时间之前就去疗愈它。

所以，自我认知为你提供了应对的工具，让你了解自己的弱点。如果你在某些话题或事情上容易感到不安或失去和谐，那么你就需要努力去改善这一点。

卡拉：我们知道 Ra 一直非常希望人们能了解自己："认识自己，接纳自己，成为创造者。"【1】大多数人并不了解自己。他们只了解自己希望成为的样子，却没有面对自己阴暗面的一些方面，而这些正是负面实体可以利用的丰富肥沃的土壤。如果你对此一无所知，它就会

被迅速利用。因此，了解自己是很重要的。Ra 始终强调这一点。

盖瑞： Ra 提供了一个基本的方案，不仅可以保护自己或自己的群体免受心灵问候，还能中和负面实体的力量和影响。我将为你读几段 Ra 在这方面的要点：

> 因此，我们看到保护是非常简单的。感谢每一个瞬间。把自己和他人视为创造者。敞开心扉。始终认识到光，并赞美它。这就是所需的一切保护。32.1
>
> 没有比爱更大的保护。 75.2
>
> 爱是伟大的保护者。 63.5
>
> 向负面实体发送爱与光，是团体能够给予负面实体的最有帮助的催化剂。67.8

向负面问候者发送爱与光可以“中和”它，并使负面实体需要“重新调整”。那么，冥想爱与光，并发送爱与光，如何提供这种保护呢？

冥想爱与光能提升你的振动频率，使你处于更高的意识状态。这种状态帮助你抵御负面影响，因为高频率的能量不容易被低频率的负面实体侵入。通过发送爱与光，你不仅增强了自己的能量场，还能够影响周围的环境，将正面的能量传递给他人，从而降低负面实体的影响力。这种爱的频率具有强大的疗愈和保护作用，能够有效地中和任何负面情绪或能量。

吉姆： 我相信有两件事。第一，它使你的意识集中在和谐与向负面实体发送爱与光上。你并不是为了让他们离开而发送这些，而是因为你真诚地希望将爱与光传递给他们。这样，你的意图变得更加正面，创造了一种转变的机会，让负面实体也能感受到这种能量。

我多年来设计的技术是向实体发送爱与光：不仅向实体本身，还向实体所发出的意图和它所指向的目标。如果是我，我会先向自己发送，然后向所有事物的创造者发送。

这基本上是在你周围形成一道光的屏障，负面实体无法穿越。同时，这也向负面实体发送爱与光，它们会觉得这种能量很刺眼。

卡拉： Badtaste!(反感，不满)

吉姆： [代表负面实体说]‘离开，如果你不离开，那我就走。’这整个想法是要发送爱，因为你把他们视为创造者。必须是真诚和发自内心的。你不能只是说‘我爱你，我爱你，我爱你，离开，离开，离开。’而是要说‘你是创造者；感谢你所带来的东西。’

卡拉： 要真正对这些不愿接受爱的可怜家伙产生同情和怜悯，确实需要付出很多努力。他们不停地对你进行攻击，而不是去做一些正面的事情。他们耗费所有精力试图拖你下水，因为如果他们无法拥有你的光，他们就想把它扼杀掉。

盖瑞： 听起来像是一种痛苦的存在。

卡拉： 是的，确实如此。这让我更能真心地去爱他们，真正地关心他们。这些灵魂被误解所困，经历各种各样的困难。当然，我们也受到这些困扰的影响，这对我们来说也是一种麻烦。但在关注他们作为灵魂的同时，我们必须对他们有同情心。

盖瑞： 有趣的是，正面实体在越来越纯粹地显现真实的东西——显现爱、美和光，而负面实体对此感到如此不安，以至于他们不想面对现实。他们会付出很大努力去扼杀这种能量。但保护并不是像你所说的那样去抗争，而是去爱他们，更多地显现真实的东西，仅此而已就能将他们推开【2】。

是否应该试图控制感知到的负面问候？

吉姆：不。控制是他们的技术，那是他们的领域。接受才是正面的回应。因此，你要将其视为自己的一部分，接纳它们，并向所有人发送爱。

卡拉：并且要原谅他们。这是控制与宽恕之间的平衡：评判与宽恕，恐惧与爱。

盖瑞：当一个人感到受到威胁或攻击，或以那种方式与他人互动时，作为人类或第三密度实体，我们的第一反应往往是自我防卫、反击或试图控制局面。然而，你和 Ra 以及邦联的来源都在建议相反的做法：去爱和接纳。这种放手和接纳、爱是否存在某种脆弱性呢？

吉姆：你需要放下对与似乎在问候或攻击你的实体作斗争的某些先入之见。这一切都是内在的。脆弱真正体现在去爱，敞开自己接受爱，并让它光芒四射。

盖瑞：所以在某种意义上，是放下防御，让爱去发挥它的作用，而这本身就是一种防御，因此你仍然是受到保护的。

卡拉：你只是选择不去防御，而不是从那种角度看待问题。你要敞开心扉，不去分辨立场。

但当然，为了讨论这个问题，你必须像在讨论两元方面一样进行交流。在处理这些情况时，你要尽量避免“我们/他们”的思维，而是要成为一个“我们”。

盖瑞：同时仍然对那部分自己说“不”。

卡拉：同时仍然不接受诱惑，是的。但这并不是一个简单的“否定”，而是像在说：“别傻了。”这不是那种强烈的“NO！”，而更像是“当然不是”。

盖瑞：你并不是在对他们做出粗鲁的手势。

卡拉：没错。

盖瑞：我们实际上在下一个问题中会涉及到这个。

在 67.11 中，Ra 讨论了伟大的传奇故事以及幽默，讲述了对立极性之间的关系，以及在无限的创造中，似乎有许多不同的声音在表达许多不同的观点。

> **Ra：**你所拥有的创造者的部分就是这样，而你的经历和对经历的奉献，若要有价值，需要越来越完美地展现你真正的自我。那么，你能通过献出器皿的生命来服务于一个负面实体吗？你可能不会认为这是一种真正的服务。
>
> 因此，你可以看到在许多情况下，爱的平衡得以实现，爱被给予，光被传送，而服务于自我导向实体的服务被感激地承认，但同时又被拒绝，因为在你此时的旅程中并不有用。因此，你在没有悖论的情况下服务于唯一的创造者。67.11

Ra 之所以给出这个回应，是因为唐坚持想要尝试为猎户座实体提供“服务”。

卡拉：他太搞笑了，真的太搞笑了。他坚信我们能够达成某种交易，让他们不再纠缠我们。

盖瑞：那基本上就是我的问题。

卡拉：给他们一个棒棒糖吧。[笑]

盖瑞：唐为什么要费尽心思去了解如何能为负面实体提供服务呢？

吉姆：我们不知道。他从未真正谈论过这点。我觉得这是他提问中最让人好奇的部分之一。

盖瑞：你可以明显看到，每次他都在试图触及一些哲学原则，但我觉得（这只是推测）他可能在进行某种策略上的思考。也许他在寻找一个漏洞，或者想办法扭转局面。

卡拉：是的

盖瑞：那么，这段引文在我看来很好地阐明了一个原则：你要拥抱一切作为创造者，但拒绝那些没有帮助的服务。或许可以简单地说，你对无限的创造说'是'，接受一切作为自我的一部分，但对那些不符合自己极性的特定服务说'不是'。我认为这是正面导向的人容易困惑的一个点，因为他们想要对一切说'是'，但很难划定那个界限。你能对此分析做一些评论吗？

卡拉：就是这样。这是一个界限的问题。你想做一个任人践踏的奴隶，还是想设定适当的界限，让你们双方认可各自不同？

盖瑞：所以你可以划定一个界限，可以说"谢谢，但不需要"，同时依然爱着那个人或负面实体。

卡拉：是的。

盖瑞：这是 Ra 给我介绍的一个非常有帮助的原则。Ra 谈到了第四密度负面实体所提供的服务（第四密度与第五密度实体相对）。

> **Ra：**通常，对正面导向的实体或实体群体的尝试是由第五密度猎户座领导者的爪牙进行的；而这些是第四密度的。第四密度攻击的正常手法是诱使实体或实体群体偏离完全的服务他人极性，转而追求自我或与自我认同的社会组织的扩张。
>
> 在这个特定的群体（指唐、卡拉和吉姆）的情况下，每个人都面临了一系列诱惑，以停止彼此之间以及对唯一无限造物者的服务。每个实体都拒绝了这些选择，而是继续保持对纯粹他人服务导向的渴望，没有出现显著的偏离。67.7

好的，这段引文引发了多个问题。第一个是：你们三个人是否意识到在自己的思维模式中存在这样的诱惑？

卡拉：并不完全意识到。

吉姆：不，实际上并没有。我想它们并不是很明显。

卡拉：它们在我们身边悄悄溜走了，因为实在太明显了。不，我不想与他们争吵，我想找到

一种沟通的方式。主要是这样的事情。试图在某种配置中分化出"两对一"，但我们总是说："不，我们不想分开，我们想找到一种方式，像以前一样和谐相处。"

盖瑞：所以我想你们已经回答了下一个问题：无论你们是否意识到有"诱惑"存在，当出现分离或自我扩张的想法时，你们是如何处理这些想法的？似乎你们的回答是，如果这些想法出现，你们就简单地说"不"，或者通过交流来解决。

卡拉：是的，我们做了。我们从来没想过把自己和材料相比。我们觉得材料可能对人们有帮助，我们想让他们看到它。所以是的，我们希望它公开。不，我们不想变得很有名，而且我们从来没有想过。一直都很简单："不，我们只是拥有这种奇妙材料的笨蛋，如果它对你有帮助，拿去吧，它是免费的。"这对我们来说一直感觉是对的。

盖瑞：我想强调一点，并不是说我认为这个信息会在这个星球上流行起来，而是如果你们因为服务而变得有名，那么，名气本身并不会让你偏离正道，而是想要追求名利。

卡拉：没错。你注意到圣经并没有说，“金钱是万恶之源”，就像经常被误解的那样。它没有这么说。它说的是“对金钱的渴望是万恶之源”。【3】这种渴望，这种贪婪才是诱惑。

我们很乐意拥有钱。我们会把它捐给项目...在这个项目中，有很多帮助的方法-为人服务的方式，我们可以负担得起的聚会，我们可以负担得起的去的地方，我们可以免费提供，而不是因为没有钱而不得不收费-那种事。有人可能会说，“那么，拥有很多钱会让你感到困扰吗？”当然不会。那会很棒，我们只会找到使用这笔预算的方法。但它将永远服务于这个项目。

盖瑞：你的目标不是为了钱本身，而是：我们如何能服务？我们能做些什么？

卡拉：是的。我们只会利用现有的预算，尽可能以最好的方式花费。

盖瑞：所以，因为你们显然没有屈服于第四密度“爪牙”的诱惑，一个更强大、更熟练的第五密度负面实体主动拜访并问候了你们的群体。

唐在问到这个第五密度负面实体时说：

> **发问者：**在我看来，第五密度实体似乎在某种程度上被我们这个群体所吸引，因为这个群体的极化作用，在某种程度上，就像一个灯塔，吸引着实体。我说的对吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。实质上是正确的，但这个实体只是不情愿地做出努力。[因为第四密度实体失败了]，一个监督这种失调过程的第五密度实体决定，有必要用你可能称之为“魔法手段”来终止这个群体，就像你理解的仪式魔法一样。67.7

后来，Ra 指出，正是通过你们开放的心灵，你们找到了抵御第五密度负面实体问候的一定保护。

> **Ra：**抵御如此精炼的力量并不在于你们的意识，而是通过和谐、相互的爱以及对光明力量的真诚呼求，赋予了你们护盾和保护。87.6

当你们收到这种信息时，是否促使你们更加努力地追求爱与和谐？

吉姆：确实如此。

卡拉：这让人感到非常鼓舞。

盖瑞：我当然多次阅读过《一的法则》，但在研究这个时，它以某种方式对我产生了深刻的影响，增强了我对爱的信仰，对他人要谦逊和善良，以及促进和谐的信念。

你是否意识到，任何与和谐的偏离都可能产生潜在的灾难性后果？

卡拉：我们确实是这样。随着时间的推移，我们对即使是微小的和谐失误所带来的问题越来越有感知。当我们靠近光的时候，那种感觉变得非常强烈，这是一次极其深刻的体验。

盖瑞：在 67.13 中，发问者询问有关第五密度负面实体如何提供其心理问候的魔法或哲学原则。Ra 解释了该实体如何利用光的力量，无声无息地突破隔离，借助魔法工作发送其意识而不依赖任何载体。然后，Ra 继续说道：

> **Ra：**光会立即对未调谐的个体产生作用，通过暗示实现，比如在交通前走出，因为暗示是“没有交通”。而这个实体，以及这一组中的每一个，都在爱与光的方式上足够自律，因此不容易受到强烈的暗示影响。67.13

他们在谈论你们具备如此纪律，以至于不容易受到暗示的影响。

卡拉：你确定？[笑]

盖瑞：在这里，正如我们接下来会进一步讨论的其他案例，这个强大的第五密度负面实体本质上试图通过杀死你来阻止这次接触。你相信这一点吗？这条信息对你产生了什么影响？

卡拉：一开始这确实有点难以置信，但事情接连发生，其他解释又是什么呢？所以我们逻辑上只能接受这个答案。这就是解决方案；这就是正在发生的事情。

至于它对我的影响？哼，我感到很恼火。与其让我害怕，不如让我想说："去你的，杰克！"但谁会这么粗鲁呢？不过这就是我内心深处的感觉。你妨碍了我（笑），请别这样。这并没有让我感到害怕，反而让我更加坚定，给了我一种扎根的感觉。

盖瑞：并且更加激发了你的勇气。

卡拉：是的

盖瑞：Ra 说第五密度负面实体所运用的光会"立即对未调谐的个体产生作用"。在这里，调谐作为一种保护，意味着通过提高意识和频率，个体能抵御这种暗示的影响，从而保持心灵的清晰和稳固。

吉姆：调谐有助于保持你的专注、力量和意识，使得当出现异常情况时，你能够察觉到并采取适当的行动。

盖瑞：你刚才说的触及了调谐的另一个方面。在这方面，如果调谐的话，你会更加意识到当下正在发生的过程——

卡拉：而且更加平衡，这样你就不会过度反应。

盖瑞：你能区分出第四密度和第五密度负面问候之间的明显差异吗？

吉姆：我不能。

卡拉：我从来无法在感知上区分这些，只有在结果上有所体现。回想起来，我意识到，"哦，那肯定又是我们的第五密度朋友。"在事情发生之前，我并没有察觉，事情发生后我处理了它，然后再反思。

【1】"认识自己，接受自己，成为造物者"是 Ra 的格言，描述了他们所称的"人格纪律"：

> **发问者：**我想了解这些纪律如何影响能量中心以及白色魔法师的力量。你能告诉我这是如何运作的吗？
>
> **Ra：**人格纪律的核心是三重的：首先，认识自己；其次，接受自己；第三，成为造物者。
>
> 完成第三步后，个体成为所有人最谦卑的仆人，个性透明，完全能够认识和接受其他自我。在追求魔法工作的过程中，个性持续的纪律使得修行者能够认识自我、接受自我，从而清理通往造物者的伟大靛蓝之门的道路。成为造物者就是成为一切；此时，个体不再是修行者初学时的个性。随着靛蓝光的意识变得更加水晶般清晰，更多的工作可以完成，更多来自智能无限的表达可以显现。

【2】请参见 2014 年 12 月 23 日的《In the Now》节目——与卡拉及团队的问答环节，深入探讨了爱如何排斥负面实体并保护自我的主题。音频目前可在 www.blogtalkradio.com/llresearch 上收听。文字稿将很快发布在爱/光研究中心播客页面 www.llresearch.org/podcast 上。

【3】“贪爱钱财是万恶之根，有些人因贪恋而偏离了信仰，给自己带来了许多忧伤。”(1 Tim. 6：10 [NAB])

第十一章 为什么是你们

盖瑞：我们仍在心灵致意的部分，现在进入关于你们三人为何成为负面问候者最爱目标的子章节。

Ra 声称：

> **Ra：**这个团体，与所有正面的管道和支持团体一样，是猎户座集团高度重视的对象。

为什么正面的器皿，如 Ra 所说，是猎户座集团的‘高度优先’目标？

吉姆：他们拥有猎户座集团所渴望的：力量。

卡拉：他们在显现光明，提供正面的信息。这完全不满足负面实体的需求。在他们看来，你们是在试图占领他们的领域。如果他们无法控制那道光，或让你为他们工作，他们宁愿[拍手]摆脱你和无法利用的光。

盖瑞：所以，这不仅仅是光本身的力量，而是器皿帮助他人、影响他人、将他人带入光明的能力。正如你所说，这有点像是领土争夺。器皿，以及其他服务他人的存在，能够唤醒他人对爱与光的认知，而负面导向的存在并不希望看到这一点。

正如之前提到的，你们的努力吸引了一个相当强大的负面实体的注意——可以说是大牌。Ra 材料发问者唐艾尔金斯想知道，考虑到你们能接触到的人很少，为什么你们的团体特别会成为如此集中的心灵问候目标。

> **发问者：**正如 Ra 所知，我们在这里积累的信息对目前居住在这个星球的人来说，只有极少数能够理解，因为能理解它的人非常非常少。【1】
>
> 然而，看起来我们的第五密度负面实体对于这种沟通是坚决反对的。你能告诉我为什么这对他如此重要吗？因为我猜测这对这个星球的收获影响是有限的。因为在我看来，那些能够理解这些信息的人很可能已经处于可以被收获的范围之内。
>
> **Ra：**我是 Ra。纯净度并不会随着第三密度的收获而结束。Ra 对于消除扭曲的努力是完全忠诚的。这意味着接受对他人的服务责任，这种服务相对纯净。我们所依赖的器皿及其支持团体也有类似的忠诚，愿意在不考虑自身不便的情况下服务他人……这种纯净如同光明。这种强烈的光明吸引了注意。80.5

而之前，Ra 描述了负面实体的运作方式，称：

> **Ra：**这个实体意识到了力量（进行这一工作的团体的力量）。这种力量能够为可能被收获的存在注入能量。68.16

因此，根据这个问答，吸引那些寻求终止联系的强大负面力量的，并不是这项工作对世界的社会、政治或文化影响，而是联系本身的力量和纯净的形而上特质吸引了这些注意。

接下来的一些问题中，我们将转动这颗钻石，以检视其稍微不同的面向。与 Ra 的联系有什

么使其在形而上世界中成为力量源泉的特质？又有什么是具有一定纯净度的？

卡拉：Hmmm....[暂停]

我想这根植于我们之中，并体现在我们的本质上，而非行为。

盖瑞：你将团体的本质与其所产生的力量联系在一起吗？

卡拉：是的，还有所有的纯净。

吉姆：Ra 分享的信息确实具有很大的价值，能够启迪其他人。

盖瑞：由于其特性，这些材料必然显得有些特别，因为在我对这个星球的评估中（我可能错了），两极谱系的纯净度都不高。几乎没有完全正面或完全负面的存在。Ra 说大多数人类生活在'冷漠的深渊'中。整体而言，我们是一个非常复杂的群体。

卡拉：是的，就是那些灰色地带。

盖瑞：当你从那个谱系的一端强烈而清晰地运作时，我认为这种工作所创造的光在这个特定星球上会更加明显，考虑到这里的情况。

卡拉：我同意。

盖瑞：根据 Ra 的说法，这项特定的工作吸引了负面注意，被描述为一种魔法性质。这是否意味着你们所进行的工作本质上是魔法的？

吉姆：是的，魔法是指意识产生改变的能力。【2】

卡拉：通过思维而不是通过物质手段对物质世界的操控。

盖瑞：Ra 接着说：

> **Ra：**这个[第五密度的负面]实体渴望禁用这个力量源。它派出了自己的军团，提供诱惑。这些诱惑被忽视或拒绝。团体的力量源继续存在，并确实改善了内部的和谐与服务之爱。实体判断必须尝试自行禁用。68.16

在同一个问答中，Ra 提到团体实际上改善了其'内部和谐与服务之爱的联系'。尽管第五密度负面问候的挑战令人生畏，但正如所有挑战一样，它也提供了相应的回报。换句话说，强烈的心灵问候提供了一个强烈的机会，去开放心灵、服务他人、作为一个团体团结一致并极化。你能评论一下吗？

吉姆：嗯，心灵问候实际上提供了一种左手的赞美【3】，显示出你需要改进的地方。你可能错过了一些东西，因此如果你关注被问候的地方，你也能看到可以帮助你的事物，从而将弱点强化为更强大或更平衡的框架。

卡拉：还有一种游戏心态，希望与你的团队保持专注和和谐。就像是：'教练，让我上场！'我们都在努力成为更好的团队成员，更加准备好迎接挑战。

盖瑞：你所描述的正是极性如何相互促进的一个例子，正如 Ra 所说，这也是 Logos 创造面纱实验的原因：极性像一种电池，推动进化。在你的情况下，这在与 Ra 的接触中得以体现。负面极性以一种左手赞美的方式推动了你们自己的进化。

接下来的问题我们之前已经讨论过，但也许以这种方式提问会得到一些新的见解。

我们在 Ra 之前引用的‘增强(aggrandizement)’一词，在梅里亚姆-韦伯斯特字典中的定义是‘使某事看起来比事实更伟大的行为’。此外，还有‘增强权力、财富、地位或声誉’的意思，可以与‘荣耀’同义。

自然或有机成长与增强之间有什么区别?

卡拉：关键字是‘自然’。如果你必须去推动、探测或做些什么让它发生，那就不是自然的。

盖瑞：也许这取决于你渴望的方向和目标。让我想起了基督教传统中的一句话，大意是：‘你们要先寻求神的国，其他一切都将加给你们。’【4】

卡拉：是的。

盖瑞：也许这就是寻求造物者、了解自己，并让事情自然发展，与寻求增强财富、权力和地位作为目的本身之间的区别。

卡拉：我们从未自欺欺人，认为自己比‘公交车上的傻瓜’更特别，就像其他人一样。我们知道自己拥有独特的材料，并且真的非常希望能好好利用它。

盖瑞：但这从来不是通往——

卡拉：不。事实上，我对这次采访有点担心，因为人们可能会想，‘哎呀，这些人真好。’如果你这么认为，谢谢。看看这些材料，不要一直关注我们，因为我们很快就会犯错，做出愚蠢的事情，就像其他人一样。如果你对我们寄予过高的期望，那会让人失望，所以不要花太多时间在我们身上，回到材料上去。

知道我们爱你们，[笑]然后回到材料上去。

盖瑞：总结这一子章节：我们已经引用过这段话，所以我不再重复，但在 67.7 中，Ra 提到第五密度负面实体如何努力终结团体，而你（卡拉）是主要目标。这些相关的问答确实颇具戏剧性，至少可以这样解读。然而，听你们谈论那段时间和你们经历的磨难时，你们并没有渲染或夸大动态。你能对此评论一下吗?

吉姆：我们并不想给予它超过应有的重要性。如果我们一直集中在这样的事情上，就会给它更多的能量，让它变得不必要的庞大。

卡拉：如果有人经历了一场可怕的车祸，几乎濒临死亡，那确实是高戏剧性。另一方面，专注于康复，让那段经历淡出记忆不是更好么？所有那些‘我们开车时，他们突然出现，我们旋转、旋转’的细节。‘我们在康复，帮助我们康复，为我们祈祷’会是更好的态度。

吉姆：可能将这个术语应用于心灵致意，因为左手赞美是以正面的形式出现的负面，而心灵致意则是以正面（提供成长）的形式出现的负面（攻击）。心灵致意突显出需要改进的弱点或盔甲上的裂缝，因此从更大的角度来看，它为寻求者提供了一项重要服务，尽管在表面上看起来非常不受欢迎。

此外，只有在取得进展时，才会吸引到心灵致意，因此在某种程度上，它也是一种赞美。

【1】超过 30 年后，这似乎仍然是这样。

【2】关于魔法特性或维度，还有一点要提：

> Ra：[这个器皿]参与并致力于具有魔法性质或极度极化的工作。这个团体以极性和几乎无邪的态度进入这项工作，但现在正开始发现这种极性的魔法特性。75.16

【3】‘左手的赞美’是指伪装成赞美的侮辱；一种微妙的贬低式赞美；也称为反手赞美。

【4】‘但你们要寻求神的国；这些东西都要加给你们。’(Luke 12：31 [KJV])

第十二章 心灵致意的冲击

盖瑞：你们都受到了心灵问候的针对，但绝大多数的心灵攻击都是针对卡拉的，她是器皿。我发现了六个不同的例子，其中 Ra 强调卡拉是你们三人中受到最严重攻击的。

> 这个器皿的身体扭曲是最容易被解体的扭曲，如果猎户座集团成功，将会解体心/身/灵复合体。62.14
>
> 我们之前讨论过通过这种攻击移除该小组中的一名成员的可能性，并指出由于其前生的身体复杂扭曲，器皿是最脆弱的。67.7
>
> ……这个[器皿]在经历这种攻击时，承受了主要的冲击。67.21
>
> ……对这个器皿的持续监视，因为它是薄弱环节，受到此生中不可控因素的影响。67.23
>
> 关于这个器皿的自由意志和前生的扭曲，似乎是猎户座集团最有希望的目标。任何偏离服务他人的扭曲也都是合适的。68.16
>
> 这个[负面]实体希望获得那部分光；也就是说，器皿的心/身/灵复合体。如果无法实现，它就打算熄灭那道光。80.6

卡拉和/或吉姆，你们能否为听众或读者解释一下，为什么这个器皿会成为如此密集的心灵问候的对象？

卡拉：他们在我们身上以往的方式没有成功，即内部：自我、思维过程等等。所以自然他们试图削弱身体。吉姆和唐都是非常健康的人，几乎不生病。而我则是一个胖城市 Fatcity【1】，问题显而易见，所以他们自然集中在我身上，我痛苦不堪，他们则乐在其中，希望这对我来说会太过难受。【2】

盖瑞：我去寻找关于卡拉作为心灵致意受害者的各种提及，结果发现数量之多令我惊讶。以下可能不是完整的列表，但相对全面。我想让读者了解你在接触期间所经历的情况。

器皿受到问候的实例：

（直接引用 Ra 的部分用引号标出，其他实例为总结性引用。）

> 尝试干扰性能量传递。25.1
>
> 抽取能量。25.1
>
> “负面实体正在不遗余力地削弱这个器皿。”39.2
>
> “这个器皿正遭受最严重的心灵攻击。”57.1
>
> 促成错误接触，导致卡拉的手臂出现‘骨骼/肌肉变形’。57.3
>
> “这个思维形态试图通过影响肾脏扭曲来终止这个器皿的转世。”62.4

持续的心灵攻击加剧了肾脏、泌尿道和关节炎区域的疼痛/不适扭曲。63.1

削弱身体能量。67.1

“对这个器皿的心灵攻击在这个特定服务期间处于恒定水平。”67.2

“造成眩晕效果、失去平衡，以及轻微的视觉能力下降。”67.12

利用光的魔法暗示没有交通，从而导致卡拉走到交通前面；利用眩晕希望她走出或跌入交通中。67.13

猎户座试图将你的灵魂盗入负面时空。68.5

猎户座的目标是耗尽身体能量，然后是生命能量。70.4

试图造成”无意识，如同你所称的昏厥或眩晕”。72.5

猎户座实体希望通过奴役卡拉来获取她的光，或者如果不能的话，就结束她的生命。在前者中，增加其自身的力量；在后者中，移除光和‘光辉’的源头。80.6–7

“……激发了这个器皿手部附肢中相当严重的失衡综合症，并且在较小程度上影响了胸部区域的扭曲。”88.2

煽动这个器皿在集会期间及其后”极端扭曲至疼痛”。94.2

“这个器皿没有扭曲到你所称的歇斯底里是件好事，因为这个工作的潜力如此之大，如果器皿让恐惧大于坚持的意志，在无法呼吸时，每次呼吸的尝试将变得更加困难，直到被想要的窒息发生。这样，实体将从这个转世中离开。”95.2

试图通过激发恐惧和歇斯底里使这个器皿窒息。96.2

试图通过加重已有的过敏反应来‘关闭这个器皿的喉咙和嘴巴。98.5

触发”巨大的过敏反应”，”希望这个实体会想要离开这个转世”。105.2

卡拉，你是如何在这种攻击下坚持下来的?

卡拉：发生时，我努力保持在当下，我知道我的强项是信念和无畏，这些是可再生的资源，而我的身体则不那么容易增强。信念绝对是可再生的；你只需去灵性那里请求。得到的回应让你感觉好很多。【4】

如果你有信念，就没有生命能量的尽头，而我有；如果你有意志，而我也有；如果你不担心未来，而我从来不担心。所以我就保持在当下，处理事情出现时的状况，或者说，处理它们的下降。[笑]

我有帮助，你知道——我有身体上的支持。吉姆和唐都在那儿。当我无法呼吸时，起初吉姆没有注意到，所以那时我没有人支持我，但我专注于这个事实：如果我继续无法呼吸，我就会昏倒，身体会自然恢复。因此我并不担心。我确保自己在一个可以倒下而不被交通干扰的地方，靠在路边。当时我在一个小区里，所以并不是危险的交通情况。大约过了 30 秒，正好在症状减轻时，吉姆意识到了这一点，他立刻过来搀扶我，拍拍我的背，确保我没事。

所以，那可能是我经历的最戏剧性的事情，我必须有意识地召唤无畏和对一切都会好的信念。

盖瑞：你提到信念作为可再生资源的说法特别鼓舞人心，感谢你分享这一点。你描述的被窒

息的时刻，能够逻辑地分析情况并推断出'如果我昏倒，就会恢复呼吸，所以没有理由感到恐惧'，这真是令人赞叹的冷静。

卡拉：我长期以来在危机中表现得很好。但在一切结束后，我就会崩溃。[笑]但在危机期间，只要有必要，我就会保持镇定，运转良好，并准备以最合适的方式反应。

【1】这里的'Fatcity 胖城市'大致意味着卡拉是负面实体一个容易且丰厚的目标。

【2】吉姆在 2015 年 7 月 15 日的《卡米洛特日志》中对此进行了反思：

> 在今晚的有声书项目中，我录制了第 62 场集会，正是我们在与 Ra 进行的所有集会之前进行保护仪式时，一个简单词语的错误发音所引发的。确保卡拉的灵魂与我们同在后，Ra 要求我们重新走过'一的圆'并从卡拉的右侧向左侧吹气。然后唐问出了问题，Ra 说监视我们集会的负面实体在这个错过的词中找到了机会，试图结束卡拉的转世。这再次让我想起卡拉愿意奉献一切以服务他人的精神。无论是在 Ra 的集会中还是在其他任何地方，她都希望服务于她所看到的所有人的一位创造者。录制完集会后，我无法控制对她生命的感激之泪，也没有尝试控制。

The Camelot Journal of L/L Research, Jim McCarty, July 16, 2015, www.bring4th.org

【3】即使猎户座集团成功终结卡拉的转世，正如 Ra 所指出的那样，这是他们的目标之一，这种结果也将是对卡拉自身自由意志的极其巧妙的操控。

关于责任所在和谁对某个结果负责的形而上问题是复杂且开放的。Ra 指出，发生在个体、群体或集体身上的一切，都是个体、群体或集体自由意志的结果，即使这种自由意志是误导、操控和削弱的。尽管这一最终责任的一般原则在具体情况中有时会极具挑战性。

【4】也许与卡拉将信念视为可再生资源有关：

> **Ra：**这个器皿几乎能够瞬间清除心智/情感复合体和灵性复合体，以满足这项工作所需的纯净。39.1

第十三章 心灵致意的具体案例

盖瑞：我们继续进行采访，进入最后一部分，讨论你们经历过的特定的心灵致意实例，重点是那些不寻常的（我想它们都是不寻常的）。首先，Ra 提到你们在不同时间经历过的心灵致意。我想从唐的问题开始问你们：

> **发问者：**我个人没有感受到任何影响。我能否请你告诉我，我们是如何接受这种致意，这种负面的心灵致意的？
>
> **Ra：**我是 Ra。发问者经历了怀疑自我和因个人性质的各种扭曲而感到沮丧的服务。这个实体选择不利用这些机会，而猎户实体基本上对维持对这个实体（发问者）的持续监视失去了兴趣。67.23

你们觉得唐在这方面有倾向于怀疑自己吗？

卡拉：Uh-uh

吉姆：我从来没有看到过这点。

盖瑞：所以他选择“不利用”那些机会的效率真高。

卡拉：他总是接近百分百效率。

盖瑞：在同一回应中，Ra 谈到了你，吉姆，所经历的心理问候，但 Ra 对此非常模糊：

> **Ra：**抄写员在持续监视之下，已被提供了许多机会，以加强心智/情感扭曲，在某些情况下，增强心智/情感复合体与物质复合体之间的连接矩阵。随着这个实体意识到这些攻击，它变得不再容易受到影响。67.23

吉姆，Ra 所说的“心智/情感扭曲”和“心智/情感复合体与物质复合体之间的连接矩阵”是什么意思？【盖瑞笑着重复这堆术语。】

吉姆：我在今生的模式是，每次犯错时都会对自己感到愤怒：锯一条歪的线，敲一个弯的钉子，这些小事。这是我在努力在今生中获得更多同情心的过程。正如 Ra 所说，我所做的是此生编程对自己缺乏同情心。如果你是正面导向的，此生编程缺乏对其他实体的同情心是不合适的。

所以，为了能获得更多同情心，我反而编程了对自己缺乏同情心。当我做一些傻事，或者在错误的时刻做某事，或者出于其他原因时，就会对自己感到愤怒——一件接着一件。当我生气时，我会感觉到几乎有一种邀请，要我更加愤怒，这就是心智/情感和物质复合体之间的连接，而最终的表现就是摔东西。所以，[笑]这就是他们所说的。【1】

盖瑞：我从未在你身上看到过这种情况，我不知道他们在说什么。”[大家都因明显的讽刺而笑]

这让我想到一个有趣的、快速的旁题。那些不相信或不意识到轮回的人会说，我们在一生中形成的偏见是与环境互动的结果，无论是受到培养还是基因的影响；而你所描述的情况是，实体可以为自己编程，设定一套特定的倾向和偏见，以便以某种方式反应。那么你是在争辩说，你为这一世编程了以愤怒回应情况的倾向，以便能够体验这种愤怒，然后平衡它吗？

吉姆：没错，最终在愤怒和摔坏我真的很喜欢的东西，或者表现不佳之后，感受到对自己的同情。然后我心里想【用失落的声音】：“唉，我本可以做得更好。”但是，你知道，事情就是这样——接受自己，然后继续前行。希望这是一种建立对自己同情心的方法。

卡拉：他总是能够完全隐藏它。我记得我刚开始了解吉姆时【吉姆笑，显然预料到卡拉要说什么】。了解一个人的最快方式之一就是看手，所以我看了看他的手，看了看他的拇指，然后说：“你有一个很坏的脾气，某种程度上。至少看起来是这样的。”吉姆只是点点头，说：“嗯，是的，确实如此。”

然后我第一次看到那一面。他在买了一个小石头后，就把它扔在了车道上——我不记得他当时为什么对自己生气——但那个石头碎了，无法修复。不过他把那个碎石头当作书镇放在了桌子上，这也是他本来打算用它的，我总是对此感到惊讶，因为显然他已经原谅了自己，并且对此表现出相当的同情。我相信，每次看到它，他都会想起这件事。你还记得吗？它上面有小花……

吉姆：是的，我记得。我已经忘了，但你提到的时候，我想起来了。

卡拉：我不知道它发生了什么，但我想在我们的搬家中丢失了。

吉姆：是的，我已经好多年没见到它了。

盖瑞：继续讨论另一个具体的心理问候实例：

> **发问者：**是什么导致了吉姆身体的肿胀？我们可以做些什么来治愈它？
>
> **Ra：**对于这个问题的答案，我们必须从蛇的象征开始，它代表智慧。这个符号体现了轻松观察智慧者两面性的价值。正面的智慧装饰着额头，表明是靛蓝光谱的工作。负面的智慧，我们用以表示那些有效地将自我与他我分离的表现，可以用毒牙的毒液来象征。将一个心/身/灵复合体所获得的智慧用于分离的目的，就是在邀请那种智慧阴暗面的致命一击。101.2

你能否详细说明一下"负面智慧"的含义，以及它与这个经历的关系？

吉姆：负面智慧就是你给自己分离与另一个人找某些理由的方式，比如说被对方对待得很差、对方不喜欢我、对方不相信我所信仰的东西，或者做了某件事——随便你想出来的理由。我想你可以说服自己有理由去做几乎任何事情，但在这种情况下，它是关于如何与另一个人分离，以及为什么。当时正发生这种情况。

盖瑞：所以你是在朝这个方向运用你的智慧吗？

吉姆：是的，我们曾讨论过如何处理到目前为止收集的《一的法则》材料。我想我们大约完成了第 75 或 76 场集会，而唐想把所有 75 场集会打印成一本书。我反对这样做，第一，我们负担不起，第二，我们还没有完成与 Ra 的联系；未来还会有更多的内容需要打印。因此，那时我允许唐和我之间存在分离。我需要迅速修复这个问题。

不过，所有这些与我允许存在的那种不和谐相比并不重要。我与 Ra 联系中的魔法力量的工作所需要的和谐必须尽快恢复，这样我们的负极性朋友就不会有机会去激发并进一步阻碍或停止与 Ra 的联系。【2】

卡拉：唐可能会让人很沮丧，因为他会说："不，我不想做这个。"然后他就会变得非常固执，脸上的表情会有微妙的变化。对我来说，他就像一只山羊，当我看到他那种山羊的表情时，我会想："哦，天哪，现在和他谈话是没用的。"[笑]

吉姆：所以发生的事情是，在我修复我们之间的裂缝之前，有一天晚上，在我睡觉时，我的手臂被一只普通的木蜘蛛咬了，过了一周左右，我体重增加了 30 磅水肿，我的肾脏开始出现故障……

卡拉：他变得真的很圆，身上到处都是肉。你一戳他，恢复得需要一段时间——

吉姆：我所有的地方都是这样，除了，也许，舌头。[笑]

卡拉：水！到处都是水。

吉姆：所以，实际上我确实被咬了，Ra 建议说，这个咬伤被我们的负极性朋友加强到大约相当于棉口蛇的咬伤，棉口蛇是有毒的。

盖瑞：那个咬伤和你有关……

吉姆：与我有关，因为我允许困难、沟通不良和与唐之间的不和谐存在。所以小蜘蛛只是负面实体加强我和唐之间缺乏和谐的渠道。

盖瑞：所以如果你没有参与 Ra 的联系，这种加强可能就不会存在——

吉姆：对，他们甚至不会注意到我。

卡拉：那就没有必要了。是的，这一点很重要。我认为所有的能量都集中在我们这个团体上。我可能承受了大部分，但我是为了团体而做的。这并不是我个人的问题。如果我没有进行 Ra 的联系，就不会有这个问题，因为我当时离光源不够近。Ra 的联系涉及到一个伟大的光和美的存在，超出我之前经历的任何事。它引起了团体的注意。我总是把负面实体视为复数——我不知道它是否是，但你知道——"他们是军团，"就像圣经中说的。

盖瑞：下一个问题是关于蓝光阻塞的。从某种程度上说，这个问题，以及我提出的其他问题，对那些想了解《一的法则》背景信息的人来说是传记性的兴趣。但从另一个角度看，我认为这对学习这些信息的学生有帮助，因为它展示了一个原则的例子；虽然这个例子并不能涵盖所有，但确实有助于产生理解。

那么，Ra 曾说过：

> **Ra：**再次，这个团体经历了罕见的阻塞；即蓝光的模糊沟通阻塞。通过这种方式，[负面实体]的作用得到了增强。98.5

那么，这个"模糊沟通的蓝光阻塞"是什么呢？

吉姆：那时我们希望搬到乔治亚州的亚特兰大地区，因为唐实际上在那里作为东部航空公司的飞行员工作。他必须先飞到那里才能开始工作，飞过去大约需要一个小时。所以我们认为，如果他在那边工作，搬过去会方便得多。于是我们在找房子，唐找到了一处可能的房子，但里面太脏了，卡拉认为我们至少需要清洁地毯，甚至考虑买新的地毯，而唐并不太愿意花钱去清洁地毯或购买新地毯。但在回家的路上，这个问题并没有明确讨论。我们一起坐飞机回家，我记得在飞机上和卡拉、然后唐谈论过这个情况，因为在如何处理这个地方的脏乱问题上，显然存在分歧——这必须解决。

所以那时发生的是一段沟通的缺失。

卡拉：我不愿意在某个点上继续追问。我能读懂他的表情，知道再多说也没用。但我并没有完全表达自己的想法。我没有说："如果不把那个地方清理干净，我们就不能在那里进行集会。"在地毯上有一个特定的地方——靠近湿吧，之前租住这里的人是一群圣徒（即新奥尔良圣徒足球队），他们聚会狂欢，喝酒过量，常常沉迷于几种物质。众所周知，这里是个派对场所。地方很好，但我不知道那个地方上是什么，但它让我觉得那里有邪恶。那个地方似乎有某种东西在生存，留下的足够多的东西让其他东西能够生根，它是活的，而且是恶意的。我真的非常想把它去掉。其他关于这个地方的所有东西都非常美好。

于是唐说："不，我不打算清理那个地毯，太荒谬了。"我心里想，哦，好吧，今天就不谈这个了。

然而，我在回家的路上一直想着这个问题，真的很烦。吉姆一直催我提起这件事，但我感觉这可能会……我认为在那个时候强推这件事是潜在有害的。我不想造成不和谐，所以，像我有时会做的那样，我把它藏在心里，没有分享。我想我会耐心等待时机。【这个看似微不足道的事件却有更大的形而上意义。更多细节请参见 96.2。】

盖瑞：了解你，这一定很困难，因为当某件事在你心里搅动，影响到你时，你需要立刻面对并解决它。

卡拉：没错，立刻处理，很明显。

盖瑞：这个情况也很有趣，它揭示了我们每天面对的这些平凡情况——清洁地毯——是平衡能量、运作我们脉轮和与人建立关系的平台。

卡拉：我们不需要做非凡的事情或经历伟大的冒险来获得我们需要的催化剂。抚养孩子和擦洗厕所时，我们会获得它。

盖瑞：这让我感到困惑的一个点是：

> Ra：肿块是长期心理问候的症状。这个实体经历来自链球菌和葡萄球菌病毒的巨大过敏反应的机会是被提供的，希望这个实体愿意离开此生。根据你们的时间编号系统，这种心智复合体的前一次状态发生在你们现在的星球太阳运转的第九个月，第十二天，使得你们的第五密度伴侣措手不及。这个实体现在已经准备好。105.2

我理解是，Ra 在说你曾想在 1983 年 9 月 12 日去世？

卡拉：我不这样认为。【对吉姆】他在说什么，Micky？你能……

吉姆：不，我认为那时我们正准备搬家。我们实际上找到了另一处位于乔治亚州的房子，正准备出发。而且卡拉之前的确在背上出现过这种肿块的症状。

卡拉：看起来挺严重的。

吉姆：是啊，是左右对称的。

卡拉：我以前肾脏衰竭的时候，就得了肾小球肾炎，很难受。

吉姆：那是在她大约 12 岁的时候，她想要死掉，因为她觉得自己帮不上忙。她无论做什么，都遭到父母的批评。她七岁的时候，弟弟刚出生，她就开始照顾弟弟。她十岁的时候就做饭，还得站在椅子上才能够到炉子。她做了很多事想帮忙，却一直受到批评。她爸爸是那种德国式的家伙，总是说："嗯，还不错，不过你可以做得更好。"或者，"你的成绩单上怎么有个 B，其他都是 A 呢？"

所以她在这种环境下长大，到了 12 岁的时候，她想，我帮不上忙，但我真的很想帮忙。于是她祈求死亡。六个月后，她的肾脏衰竭了。这就是当时发生的事情。

现在这种情况，她背上两侧对称地出现肿胀，有可能和她肾脏衰竭时的情况一样，如果她有一丝想要放弃今生的念头，那个实体就会加剧肿胀，她的肾脏就会衰竭，她就会死掉。【3】

卡拉：我忘了这件事，所以我想他会把它带回来。是啊，那真的很可怕，当然，我不想死，所以一旦我明白了……事情就很简单明了了。但问题还在继续，因为我总是想插手帮忙，做一些事情。我记得我想帮忙打包，但当时我并不适合打包。吉姆不得不做所有的事情，所以对我来说，这很困难。我又一次被提醒，我需要照顾好自己。为了团队这样做。这是我们所做的一部分。

盖瑞：你有局限性。

卡拉：是的，而且这些局限性迅速增加，所以很难完全意识到自己变得有多有限。这变化来得很快。就像这次一样。在过去几年中，我的局限性令人惊讶。首先，无法走路，然后无法摆脱导尿管，不能在没有帮助的情况下起床——局限性越来越严重，来得很快，让我很难跟上，记住，这就是你的情况。

盖瑞：是的，对你来说，确实是一个减法的过程，去掉你能做的一样，再去掉另一样，然后

再去掉。

卡拉：没错。当时也是这样，只是程度不同：不能开车，不能做饭，不能……那些每个人都会做的简单事情，而我一生都在做。突然间，这些都无法实现。我必须保留我的精力。

盖瑞：对于像你这样的人尤其困难，因为你整个人的存在不仅仅是为了做事，而是为了服务。我想帮助，我想参与。

卡拉：是的，我爱这件事。我爱所有的一切。

盖瑞：在 1981 年 8 月 16 日与 Latwii 进行的一个有意识的引导集会中，你们经历了一次相当可怕的事件。当唐后来询问 Ra 时，Ra 解释了你们是如何险些避免一种不良命运的：

> **Ra：**我们已指示此器皿在特定情况下不要召唤我们。在你所提及的事件中，此器皿被问及与"Ra 材料"相关的问题。此器皿正在为你们所称的 Latwii 的智慧密度兄弟姐妹提供声音。
>
> 这个器皿心想，我不知道这个答案。我希望我在传导 Ra。
>
> Latwii 发现自己正被想要以自己的方式提供服务的猎户座实体接近。这个器皿开始准备与 Ra 的接触。Latwii 知道如果完成这项接触，猎户座实体将有机会，而 Latwii 希望避免这一点。
>
> 首先，对于这个器皿来说，Latwii 是第五密度的，能够应对猎户座实体所表现出的特定振动复合体，这是一种幸运。其次，当时支持小组中有人为这个器皿提供了大量支持。
>
> 因此，发生的事情是 Latwii 始终没有放弃这个器皿，尽管这几乎导致了混淆法则的侵犯。[Latwii]继续与这个器皿的心/身/灵复合体保持连接，并通过它生成信息，即使这个器皿开始从其物质载体中滑出。
>
> 持续的交流使得第五密度的负面实体无法抓住这个器皿的心/身/灵复合体，经过你们的空间/时间的一小段，Latwii 恢复了现在完全合并的器皿，并给予其持续的沟通，以在回归整合的过渡中稳定它。68.5【4】

Ra 后来在那场集会上解释说，如果猎户座实体成功了，你的灵魂实际上会被偷走，进入负面时间/空间。这意味着你最终将不得不放弃你的正面极性，学习服务于自我的方式。【5】

从这一点引申出几个问题：那么你是怎么——告诉我们发生了什么。发生了什么事？

卡拉：我没有意识到这一点。我只是在想，真希望我在引导 Ra，我不知道答案。我知道这不是 Latwii 的范围内——他们不知道。答案只能是简单的"不"。

我没有意识到，这种内心的愿望（我希望引导 Ra）已经足够启动与 Ra 沟通的内在过程。我对此毫无头绪。对我来说，这就像是正常的引导，尽管似乎比平常更不合理，所以我继续引导，把一切重新整理，但这足够奇怪，值得后来询问。

我不记得所有细节了。吉姆，你能补充一下吗？

吉姆：哦，我对这件事的意识甚至比你还少。我坐在你旁边，但我知道你停了几秒钟，然后又开始引导——我不知道，似乎真的没有意义——他们只是试图通过你生成一些词。那时就发生了这些，那是个星期天，我想第二天（或者也许是星期二，我们有一次 Ra 的集会）唐有机会提问。

盖瑞：他们提到支持小组在发送支持，发送能量……

卡拉：那肯定是吉姆。我一定是在为我们的联系提供能量【6】。我们总是握手。

盖瑞：所以大家意识到器皿有基本的困难，但你们不知道……

卡拉：……问题的深度。是的。

盖瑞：在那之前，你们清楚地知道尝试与 Ra 接触存在危险和困难。但此时，你们意识到后果比任何人想象的都要严重。这是否让你们重新评估了回报是否值得冒这个风险？

卡拉：绝对不！我重新评估的只是《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》，因为那本书中有提到她的危险，或者说太空女孩的危险——我现在记不清了。自从我们读那本书以来已经太久了，我记得不太多。

不管怎样，这又是一次在那部所谓的虚构作品中预见到的事情，我们都相当惊讶：哦，我的天，另一种同步性。这不能只是巧合，太过精确了。

吉姆：唐尽力问 Ra 关于我们能做什么，以确保这种事情不会发生。从第 68 到 72 场集会，唐

满是关于那次事件和失去卡拉可能性的提问。我们能做什么？

盖瑞：我和肯刚在谈这个。唐似乎对此感到很困惑，但他提问不仅是为了理解，更是为了防止这种情况发生。

吉姆：是的，我们就是这样处理的，问 Ra：“我们该怎么办？如何才能防止这种事情发生？”

盖瑞：如果我身处那种境地，我会感到相当不安。

卡拉：Ra 曾说过，只要我被触碰，就无法离开我的身体。【7】

吉姆：是的。只是一只简单的手握。这就是为什么直到今天，我在冥想时都会握着她的手。

卡拉：或者像现在这样做灵性工作。我们祝福并调整了这个，所以我们认为这是为他人服务的一部分，所以我们握着手。

盖瑞：这回答了我关于心灵问候的下一个也是最后一个问题：那一刻的持久影响是什么？你们自那时以来一直握着卡拉的手，以确保她不会离开身体。

吉姆：“……侵犯她的气场，使灵魂不想或无法离开。”【8】

盖瑞：多年来很好的保护措施。

吉姆：而且非常简单、愉快、浪漫。

卡拉：非常低科技。[笑]没有什么需要插电的。

盖瑞：说得好。所有关于心灵问候的内容到此为止。谢谢你们经历这一切。

卡拉：[笑]哇哦。我很高兴这件事结束了。

【1】Ra 对吉姆的模式的描述是为了让吉姆自己去理解。他找到了适合自己的结论。但关于“心智/情感复合体与身体复合体之间的连接矩阵”的另一种解释可能是，身体的扭曲是心智/情感扭曲的结果，而负面实体会加剧这种情况，就像后来的蜘蛛咬伤中一样。（感谢奥斯丁

提供的见解。）

【2】吉姆在这次问答中有一半的思考是来自他对一封寻求进一步澄清的电子邮件的回复。

【3】吉姆写下这个问答：

> 在回顾这一点时，确实听起来像是 Ra 说卡拉在 1983 年 9 月 12 日曾希望死去，但我并不记得有那种情绪或感觉。当时发生的事情是，她在与唐和我们的房东之间努力保持和谐。尽管他们都对她的要求有很多意见，她还是努力维护与他们的和谐关系。

【4】这个问题和回答指的是 1981 年 8 月 16 日的爱/光研究中心周日晚间冥想。第 68 场集会的其余部分专门集中在这个情况及其实际和哲学影响上。该主题在后续的集会中进一步探讨。

【5】在反思卡拉可能被带入负面时空的可能性时，吉姆在 2015 年 6 月 8 日的《卡米洛特日志》中写道：

> 今晚我在记录 Ra 接触的第 68 场集会时，情绪非常激动。这是唐询问 Ra 关于卡拉在一次周日晚间冥想中几乎进入出神状态，并几乎被我们的负面朋友带走的集会。泪水强烈涌出，因为这一集会再次提醒我卡拉作为一名灵性战士的决心，她愿意为他人服务而不惜一切。她一生都是这样的，这场集会强调了她无可动摇的意志，直到付出所有。

The Camelot Journal of L/L Research, Jim McCarty, June 9, 2015, www.bring4th.org.。

【6】关于“吸引能量”，吉姆写道：“我在握着卡拉的手，而那个负面实体（当时我并不知道）正试图夺走她的心/身/灵。而她在‘吸引能量’于我，像是我在充当她的电池。”

【7】这是一种有效的预防措施和保障，用于有意识的引导，但在与 Ra 的接触中无法使用。当卡拉处于那种特殊状态、与身体分离时，她的身体无法受到环境影响的干扰，包括身体接触。

> **发问者：**感谢您。我在上一节中没有机会问的问题是，昏迷状态是正面实体被负面能量引导到负面时间/空间配置的唯一条件吗？*
>
> **Ra：**我是 Ra。这是一个误解的概念。当适当的保护没有到位时，自由离开第三密度物理复合体的心/身/灵复合体是脆弱的。您可以仔细观察，很少有选择离开其物理复合体的实体在进行能够吸引负向实体注意的工作。对于大多数处于昏迷状态的实体而言，危险在于以某种方式触碰物理复合体，可能会吸引心/身/灵复合体返回，或损害您所称之为的“外质”（ectoplasm）的回收手段。
>
> 这个器皿在昏迷状态下是一个异常，确实不应被触碰或照射人工光。然而，外质活动是内化的。您所了解的主要困难是之前讨论过的负面实体在其自由意志下的移除。
>
> 虽然这只可能在昏迷状态下发生并不完全确定，但在其他如死亡的出体体验中，该实体（在这里讨论的）与大多数正面极化实体一样，将会有来自同伴、指导者和自我意识部分的大量保护，这些都意识到您所称的身体死亡的转移。69.3

【8】关于侵犯气场的问题：

> **发问者：**所以你是在说，通过在通灵集会中握住器皿的手，这会防止进入昏迷状态？
>
> **Ra：**我是 Ra。这将防止那些必然先于昏迷的冥想层级。此外，即使这种情况不太可能

发生，如果实体能够离开身体，气场的侵犯和触觉压力将导致心/身/灵复合体避免离开。

第十四章 Ra 接触的结束

盖瑞：我们将在唐的个人传记部分详细讨论关于尝试搬迁到亚特兰大的事件。与此同时，这里是一个关于 1984 年 3 月 15 日 Ra 接触的最后一节 106.13 中讨论的内容的问题。在那场集会中，Ra 说：

> **Ra：**发问者在近期内完全将灵性/情感上的痛苦转移到了器皿身上。
>
> 这个有害行为的关键在于器皿说出了类似于'将会是发问者，并且会是强者'的话。发问者可以像器皿一样，变得渺小和愚蠢。
>
> 发问者完全无视器皿的坚定意图，也没有意识到这种能量转移的可能性，因而同意了。这两个实体在无时间的状态下合为一体，并在你们的时空中表现出来。因此，这种有害的作用发生了。通过谨慎和关心的协议，它可以被撤销。我们敦促发问者保持感恩和和谐的心态。106.13

你能描述一下这个事件，以及为什么你会向唐提出这个建议吗？

卡拉：嗯，他在乔治亚州的时候非常痛苦。他找不到一个令他满意的住所，不知道接下来该怎么办，也不确定自己是否想继续在东部航空工作。

他担心东部航空会破产。虽然在唐去世后差不多过了十一年，但最终公司还是倒闭了【1】，这正是唐一直担心的事情。他总是对的。所以可怜的家伙真的很痛苦，感到非常不舒服。我从来没见过他这么沮丧。他通常是一个非常和蔼、情绪稳定、积极向上的人，对一切都很淡然，认为没什么是真实的，他只是很高兴自己有一个单独的房间，他一直处于掌握之中。

可是，突然间，他什么都掌握不了了。可怜的家伙简直快崩溃了，他太担心了，我也为他担心。于是，我就像往常一样说："听着，如果你能停止担心，我来承担这些。我会替你担心，我会做那个强大的人。"就像 Ra 所说的，"你可以像我一样变得渺小和愚蠢。"唐说："哦，对，好的，那我们就这么做。"

他并不知道——我们都不知道这会在内心层面上发生，但确实发生了。他开始拥有我的内在敏感性，我的开放的心。我对一切都很开放，毫无畏惧，但他却无法承受这种无畏，一切对他来说都是极其感动的。他看一部情景喜剧时，会因为这种转变而哭泣。他的心突然打开，但他完全没有准备好去应对这一切，因为他的心之前就像是被加固的混凝土包裹着，什么都无法触动他。突然间，一切都影响到了他。我的那个提议让情况变得更糟，而不是更好。

与此同时，我感受到了一切的恐惧。唐总是非常重装防护，他觉得这个世界是个危险的地方，我感受到了这一点。大多数情况下，我能够忽视这些，但那就是当时的状况。吉姆，我有没有遗漏什么？

吉姆：后来 Ra 提到，唐在那段时间也正在经历一种启蒙。而且，卡拉与唐之间共享这种统一的联系，也发起了这种能量交换。因此，加上启蒙的因素，让唐的情况变得非常、非常困难。

盖瑞：在 Ra 确认并解释发生的事情之前，你是否感受到唐的恐惧？

卡拉：我没有这样识别它。我感觉到一种更高的潜在防御需求，觉得这个世界是个危险的地方——这些都是我从未体验过的。但我没有意识到自己实际上接收到了唐的内心偏见。

吉姆：漩涡活动是这种感觉的一种表现。

卡拉：有一晚，我在一个非常热的漩涡里困了太久，没能及时得到帮助。我根本无法自救，身体太轻，只能在漩涡中浮动（笑）。我用的是潜水员的配重，正好被困在脖子高的漩涡里，水随时都快要淹没我的鼻子，我感到非常晕眩。最终，我出去后有一段时间精神失常。我记得我感觉像只被逼入绝境的动物，准备冲向任何阻挡我的人。

盖瑞：这是不是在有害能量转移之后？

吉姆：是的，水温太高，时间太长，导致她进入了休克状态，感觉到的是她从唐那里感受到的恐惧，她进入了一种精神错乱状态，直到温度恢复正常才结束。

卡拉：我一冷却下来，就恢复了呼吸和一切。

盖瑞：为了让读者明白，卡拉和吉姆在这里描述的是 Ra 所谈论的内容：

> **发问者：**你能告诉我器皿在最后的漩涡中遇到的困难是什么吗？
>
> **Ra：**我就是 Ra。器皿承接了发问者的灵性/情感性质和扭曲复合体，正如我们之前所提到的。器皿所处的漩涡水温过高，振动频率过快，这些因素结合在一起【2】，导致了你们所称的光震荡状态。在这种扭曲的状态下，思维复合体缺乏足够的氧气，变得虚弱。在这种状态下，器皿承载了发问者的扭曲，但没有发问者扭曲所带来的力量，类似于穿着盔甲的感觉，开始进入急性精神错乱状态。当休克状态结束后，症状消失。但潜在的影响依然存在，因为共情的身份尚未放弃，发问者和器皿作为实体共存于器皿的灵性/情感复合体的一部分中。106.22

所以在 Ra 告诉你们有这种有害能量作用之前，你和唐都不知道发生了什么，也无法解释你们所感受到的奇怪情绪？

卡拉：不，这太奇怪了，我们根本无法编造出来。这根本不会出现在我们的脑海中。那段时间我们的生活比虚构的故事还要奇异。

盖瑞：那是你们生活中越来越多奇怪事件的时期。关于这一点，我有一个简单的问题：你们达成这个协议后多快开始强烈感受到对方的情绪？

卡拉：立刻。

盖瑞：哇。我明白你只能推测，但如果唐逐渐开放他的心，慢慢地消除那道混凝土屏障，那对他来说可能会安全得多，而不是一下子。

卡拉：安全得多。从更宏观的角度来看，至少我个人认为，他在他的 50 年生命中花了接近 50 年在服务上：寻找答案、拼凑拼图，最终才有了 Ra 接触。他对此投入了大量精力，整个成年生活中没有其他事情能引起他的兴趣。然后，他在生命的最后一年才开始做个人工作，可能是他来到这里的目的之一，就是打开他的心，更好地平衡智慧与开放的心。他的心——一下子就打开了。然后他不得不面对涌入的一切及其影响。

一个勇敢的人——他做得很出色。最终这让他付出了生命的代价。但他完成了他的工作，当

然也完成了他的服务。感谢上帝。

盖瑞：在同一节中，Ra 提到你和唐：

Ra 这两个实体在无时间的状态下合为一体，并在你们的时空中表现出来。106.13

我很难理解这一点。有什么有意义的方式来翻译吗？

卡拉：是的，“无时间的状态”是什么？我们是否曾在土星的环中待过，或者处于一种改变的状态？我一点头绪都没有，吉姆，你有什么线索吗？

吉姆：不太清楚。我感觉你们有很长的关系——我们三个人之前有过时光；我相信你和唐之间有一种特别的关系。

卡拉：曾有一次阅读提到你们一起服务了十五个生命轮回之类的。

吉姆：这在神秘的领域中。

盖瑞：我想也是。我只是想知道是否有任何翻译可以提供。

卡拉：不，我从未搞清楚过。

肯：你们可能曾在第六密度统一空间的社会记忆复合体中待过一段时间，然后在这里分开？

吉姆：有可能。

肯：这是我想到“无时间”时唯一能想到的。

卡拉：但那也不是无时间的状态。那仍然是在时间中。你要到第七密度结束时才能进入无时间的状态。

吉姆：或者是在第一密度开始时。

卡拉：或者是在下一个八度的开始时。

盖瑞：逻辑上，这个词是个悖论：无时间的状态。句号指向时间的流逝，有一个开始和结束。

卡拉：是的，这完全违背了逻辑思维。没有任何线性可言。【3】

盖瑞：在 Ra 接触的最后一个问题中，唐说：

发问者：我确实会非常感激金鹰的归来。它给了我很大的安慰。

这个事件指的是什么？

吉姆：我们住在乔治亚州卡明附近的房子里，离亚特兰大大约一个小时，那里的确有一只鹰——因为在乡村，野生动物很多——有一只鹰在不远处的树上。我们一段时间以来总是把鹰和 Ra 联系在一起，因为 Ra 最终取代了埃及神话中太阳神荷鲁斯的鹰头形象。唐看到的这只金鹰——并不是普通的鹰，有灰色的翅膀和白色的胸部——而是全金色的。他从中获得了很多安慰，觉得可能和 Ra 有某种联系，觉得自己得到了拜访或支持；他对此感到很安慰【4】。这是一只真实的鹰。

盖瑞：这让我想起一个我之前没有想到的问题。鹰与 Ra 之间的长期联系是你们小组的发明吗？

吉姆：是的，我们创造的。

卡拉：但这也有历史渊源。

盖瑞：我可以理解为什么会有这样的关联，只是我从未弄清楚它的起源。

卡拉：我们在一起后注意到鹰的出现，之前从未见过。即使在这里，很多年里，我们的邻居家门上方就有一只鹰筑巢？俯瞰着我们的后院，养育了小鹰家庭好几年。

盖瑞：这是一种你们创造的关联，但由于你们的创造，它已经超越了你们。很多享受这些材料的人现在也将鹰与 Ra 联系在一起。我自己也是，当我看到鹰时会很兴奋。

卡拉：我很高兴。[笑]

盖瑞：在你们从 Ra 那里收到的最后回复中，他们在结束时提到：

Ra：我们建议所有显现的本质是虚幻的，仅在实体从形状和影子转向唯一的存在时才有功能。106.23

这句话对你意味着什么？

吉姆：我们生活在形状和阴影的幻象中，最终我们需要能够看透这一切，看到它其实是一个存在的一部分。无论我们在看什么，实际上都是在看创造者。如果我们看到的是创造者以外的东西，那就是形状和阴影，这是一种幻象，它的目的是帮助我们最终超越它。

卡拉：这真是一个美妙的小短语！它把我们的人性展现得淋漓尽致——形状、阴影和物质的世界——我们所看到的一切都是虚幻的。Ra 一开始接触时就说我们是思想。

盖瑞：跳动的思想。

卡拉：在由于我们的扭曲而形成的有些古怪的模式中（笑）【5】。所以这是一次漫长对话的非常整洁的结尾。

盖瑞：并且让整个人类工程的范围变得清晰。那么，你们认为是什么导致了 Ra 接触的结束？

卡拉：唐的去世。

吉姆：唐的去世。

盖瑞：我想这也是为什么从未再尝试的原因。

卡拉：我坚决反对……Ra 特别警告我，如果没有唐和吉姆作为支持，我就不要呼唤 Ra。这对我来说是危险的，因为我没有唐。忘掉他作为发问者的能力远超我认识的任何人这一点，我就是缺少他的身体存在，缺少他的爱。我不安全，我看不到冒险生命的理由，如果我们没有适当的方式来做到这一点。在一切就位的情况下已经很难了，所以如果没有唐，我肯定会垮掉（笑）。毫无疑问。我很珍惜我的小生命；我想保持它，并提供我所能做的。我感觉我还有更多的东西可以给予。

我有过诱惑。有很多人非常认真地想做任何事情，给我钱、提供不同的居住地点、让各种情况对我更有吸引力。一个人有一台机器，可以替代电池，所有这些闲聊……这根本不合适。我唯一遇到问题的时刻，就是有一个人如此执着，以至于让我身体不适——他的呼唤和纠缠——我记不清他做了什么。他是不是在机场等了很久？

吉姆：也许，我不知道。

卡拉：总之，我感觉任何这样做的人——就像我被跟踪一样。你不知道怎么把自己从这种情

况中移除，也不知道如何让它停止，而你不能去警察那里说，“他想让我进行通灵。”警察肯定会对这一切感到很不屑，只会让我去看心理医生。所以他停止后我非常高兴。我不知道到底是什么让他停下来的。

盖瑞：这就是我之前提到你们似乎受到外部影响保护的原因，没人来打扰你们，甚至是在他们认为会是积极的情况下。就这一点而言，你们确实有些独立。我认为这是一种祝福。

那么，如果唐没有离开这个世界，你们会无限期继续 Ra 的集会吗？

吉姆：哦，当然（笑）。

盖瑞：那可真是个挑战。你们个人有没有其他想要与 Ra 探讨的问题或领域？

吉姆：哦，原型心智。我们只完成了心智复合体，或者说相对完成。确实，还有很多事情我们没有触及。一旦你的知识圈开始扩展，就会接触到更多你不知道的事——问题源源不断。

【1】东部航空公司实际上在 1989 年宣告破产，距唐去世约五年，1991 年被清算。“东部航空是 1930 年通过战利品会议成立的‘四大’美国国内航空公司之一，早期由第一次世界大战飞行王牌艾迪·里肯巴克领导。从 1930 年代到 1950 年代，它几乎垄断了纽约与佛罗里达之间的航空旅行，并在此市场中占据主导地位几十年。1970 年代末和 1980 年代初，前宇航员弗兰克·博曼的领导下，公司因劳资纠纷和高负债而遭受压力……在 1989 年经历了持续的劳资争议和一场致命的罢工后，东部航空耗尽了资金，最终在 1991 年被清算。”

——维基百科，《东部航空公司》条目，访问日期：2016 年 6 月 16 日，https://en.wikipedia.org/wiki/Eastern_Air_Lines

【2】在被问及“旋转的水流”时，吉姆回答道：“如果你回想几年前，你可能会记得那个在地下室水泵旁的漩涡浴缸。它是白色的，长而圆，深约四英尺，一端有个座位，卡拉会坐在上面。控制器在另一端，可以调节空气的流入量，导致水面产生涡流，这些涡流从漩涡两侧的两个喷口喷出。卡拉在 WattersonTrail 的地方进行 Ra 接触时使用了这个漩涡浴缸，后来在这里也用了几年。她必须穿上重物来保持身体下沉，因为她浮起来太容易了。”

【3】关于存在于无时间状态的问题，Ra 说：

> 我们不是时间的一部分，因此能够在你们的任何时刻与你们同在。1.1

或许如果唐和卡拉是 Ra 的一部分，他们也同样存在于时间之外，尽管我们只能推测。在 45.7 中，Ra 指出三者中有两位是第六密度的流浪者，另一位是第五密度的流浪者。来自何处以及属于哪个密度是不可知的，且也不重要，但这无疑是个很好的补充材料。

【4】在为《Ra 接触：教导一的法则》录制有声书的过程中，吉姆在《卡米洛特日志》的 2015 年 6 月 23 日的条目中写道：

> 今天我完成了 Ra 接触的第 106 场集会的录音，注意到唐提到他在我们位于乔治亚州兰尼尔湖的房子看到一只金色老鹰时感到的安慰。我有一种预感，这又是来自 Ra 的另一个使者，向我们道别。
>
> 日期是 1984 年 3 月 15 日，即‘三月的白痴’。在听说我完成了最后一节录音后，盖瑞问
>
> 我是否想再录一次，以便录制出更完美的版本，因为经过 50 场左右的集会，我的录音技术有了很大的提高。我欣然同意，因为这对我来说是一次非常治愈的经历。在录音时，我感受到了唐和卡拉的存在，重温了我们共同的伟大冒险。我注意到 1981 年的第

一场集会是在 1 月 15 日开始的，即马丁·路德·金的真实生日，我一直认为这是一个很有前景的事实。

——《卡米洛特日志》，吉姆·麦克卡提，2015 年 6 月 24 日发布，www.bring4th.org

【5】确切的引用是：

你们不是物质宇宙的一部分。你们是一个思想的一部分。你们在一个没有物质的舞厅中跳舞。你们是在跳舞的思想。你们以一些稍显古怪的模式移动身体、心智和灵，因为你们尚未完全领悟到自己是起初思维的一部分。1.0

第十五章 Ra 接触的什锦

盖瑞：唐曾询问过如何学习治疗，并从 Ra 那里得到了基础指导。Ra 表示，如果你们三人继续这条道路，将会得到后续的指导，包括关于如何正确使用水晶进行治疗的指导。你们在这方面取得过重大进展吗？

吉姆：没有。我和唐开始学习了一点，卡拉被建议不要进行身体治疗，因为她没有足够的能量。我和唐开始了一点，在他去世后，我继续了一段时间。但我从未觉得这是天生的能力，也没有真正成为我的途径，所以最终放弃了。

卡拉：我确实觉得他拥有治疗之手，但它还不够明显，不能称之为艺术或天赋。

盖瑞：你能详细描述一下你按照 Ra 的指示用盐进行的净化仪式吗？【1】

吉姆：是的。[轻笑]我对这座房子做了这个，对我们在乔治亚州卡明斯的房子也是在半夜。我开车带着第一批东西到那里，第一件事就是仪式。我们从杂货店买了一加仑蒸馏水，带到卡拉的圣公会教堂找本·桑德斯神父，他祝福这水使其成为圣水——'意图的祝福'，这是 Ra 所建议的。然后在每个窗户和门口的底部撒盐，普通盐（显然能够吸收负能量），只留一个门口以便我进出。我把盐撒成一条不间断的线，然后在上面洒水。我会把水放在手中，像这样撒上去。[做出反复往下甩手的动作]。水不需要完全湿透；水只需要沿着盐线撒下去。盐必须连续，所以需要保持——我想是三十六小时……

卡拉：三天

吉姆：三天——总共 72 小时。【2】所以一旦第一部分完成，我就回去处理一个门口，其他地方都已被清洁过。

卡拉：你可以去任何你想去的地方，除了那个门口。

吉姆：对，我处理了一个门口。这样做是为了请走房子里任何负面实体，因为它们发现自己待在这个房子里没有好处，因为整个地方都已被清洁和净化。正如卡拉所说，它们喜欢肮脏的地方，地毯上的杂物。你可能还记得有一段时间，那个房间散发出一种气味，我们进行了 Ra 接触，结果是有一只死老鼠，而一个星界实体就寄居在里面。所以我们必须确保把老鼠拿出去，清理房间，那个星界实体也随之离开。所以这就是整个想法。然后在船库里，我相信我们用的是切好的大蒜。

卡拉：还是切洋葱？

吉姆：是大蒜。我想我们把几瓣大蒜编在一起，然后切成两半。大蒜也有和盐一样的能力。

卡拉：吉姆把这一切串在了一起，像个烤肉串。

吉姆：那时候我们是想赶走住在船库里的黄蜂。

卡拉：我们都很敏感，任何刺痛都会很危险。

吉姆：然后用完大蒜之后，你就把它烧掉，就结束了。

盖瑞：一些技术细节问题：盐只是在室内窗台上，还是在室外窗台上？

吉姆：室内。无所谓。哪个对我来说最方便就用哪个。

盖瑞：门口呢-你只是撒在地板上吗？

卡拉：在门槛上。

盖瑞：没有需要念咒语或者其他什么的吗？

吉姆：没有，有个…

卡拉：有一个小祈祷。

吉姆：对，在书里给出了…我现在不记得了，但书里给出了。Ra 给了我们一些特殊的话语，在我们撒盐和浸湿盐的时候，在我们使用大蒜的时候，以及在我们燃烧大蒜的时候要念。这些都有相应的词语。

卡拉：只是一些简短的短语，用来召唤这些物质的力量，让它们发挥作用。

盖瑞：你说把大蒜像烤肉串一样挂起来？你是怎么挂起来的？

卡拉：它应该悬挂起来。

吉姆：对。大蒜像洋葱一样，天然有一个叶子。我只是把它们编在一起。从商店买来的时候就是这样，它们已经编在一起了。

盖瑞：然后你把它们切成两半？

吉姆：我把每瓣大蒜都切成两半，这样大蒜的味道就会散发出来。

卡拉：他真的做到了！他会拿着这些大蒜串走来走去，那股味道-但他真是太勇敢了，因为他在船屋里走来走去-当然，船屋没有地板，因为那是放船的地方，我们没有船。所以他在一块木板上走来走去，那块木板是船屋的结构的一部分，那部分就在那里，所以他在上面走来走去，就像空中芭蕾舞演员一样… 那些在绳子上走的人叫什么来着？

吉姆：走钢丝的人。

卡拉：他就像个走钢丝的人，拿着这些大蒜串，然后在末端系上它们，然后走回来，与此同时，那些黄蜂还在嗡嗡作响。他就像，现在请不要调查我。[笑]他真是个勇敢的家伙。

盖瑞：在 1982 年 12 月 21 日的 101.2 节中，Ra 给了吉姆一个令人难以置信的、准确的医疗诊断。【3】你把这个诊断告诉了医生吗？如果告诉了，医生的反应是什么？

吉姆：没有把全部内容都告诉他们-我说我被蜘蛛咬了，肿得很厉害。突然间我开始增重。医生很着迷。你可以在我身体的任何部位向下按压，它会停留大约一分钟，然后慢慢地升起来。【4】

卡拉：这个医生非常聪明，也非常睿智，他的反应是去查找资料。

吉姆：对，他在他的…我想他们应该有个名字吧… 他在书里查找了蜘蛛咬伤，发现有些蜘蛛会导致肾脏发生这种… 这叫做"最小变化综合征"或者"肾炎"，是专业术语。所以他在医疗文献中找到了相关依据。

卡拉：这很罕见，但这只白乌鸦证明了并非所有的乌鸦都是黑色的。换句话说，这很罕见，但确实发生了。它已经被记录在案了。

盖瑞：当 Ra 开始准确地给出解剖学、处方药和医疗状况的名称时，真是令人印象深刻。我想知道一个医疗专业人士会怎么说。

吉姆：Ra 也给了卡拉一个，这也相当令人印象深刻。唐确实把这个带给了医生，但他好像不以为然。我记得是 Shane 医生？

卡拉：是的，当 Shane 医生看到它时——其实他并没有看，只是把唐赶了出去。唐气坏了，他一直说："你有答案，却不肯——只要给她这个处方，然后把我赶出去。"他真的很生气，而且一直对那个家伙很生气。但我再把它给 Blodgett 医生时，他查了一下，发现这个很准确，真是惊人的准确。

盖瑞：你没有告诉这两个医生来源吗？

卡拉：只告诉了 Blodgett 医生，他对我知道的一切都很了解。

盖瑞：他愿意配合。

卡拉：哦，他真是个强硬的人，非常开明且理解。

盖瑞：你提到在与 Ra 接触的过程中看到了'银色小点'。当唐问这些是什么时，Ra 回答：

> **Ra：**你所说的这些是一个主观导向的路标的具象化，指示给一个心/身/灵复合体，而不是其他的，具有主观性质的意义。16.47

你什么时候和多频繁地看到这些？

吉姆：就像他们对鹰的确认一样，Ra 给了我们当时所参与的思路或行动计划的确认。

卡拉：通常，它们出现在我身上，主要是在我的眼睛和脸周围。唐会小心翼翼地过来，用透明胶带把它粘下来，然后保存起来，所以我们有这些带有小点的透明胶带，里面就是银色的小点。后来，有人把一个银色小点放在显微镜下，发现它与你在服装上看到的亮片之间有晶体结构上的差异。以前没有人像这样做过。

吉姆：假设它们现在还在这里？

盖瑞：当你说它们在你身上时，是指它们在你皮肤上吗？

卡拉：就在我的皮肤上。比大多数亮片小，但非常非常亮。你在透明胶带上几乎看不见它。

吉姆：[吉姆从一个盒子里拿出保存下来的银色小点。]这个是六边形的。

肯：在你标记为'银色小点'的盒子里有这些银色小点。”

吉姆：没错。[笑声]

肯：所以你们确实保存了它们。

卡拉：我们保存了。唐一直是个科学家，你知道的。

吉姆：我想这里大概有六七个，来自不同的场合。其中一个在这里[吉姆指向其他地方]——我不知道发生了什么，但至少我们有一些。

盖瑞：他有没有送去实验室分析一下它的性质？

吉姆：没有。

盖瑞：那会很有趣。那么这只是偶尔发生几次，还是经常出现？

卡拉：是的，有一段时间是持续不断的。

吉姆：唐遇到的那个女人是谁，她的身上到处都是这些小点？

卡拉：她和安德里亚·普哈里奇（Andrija Puharich）有关。我不记得她的名字了。她非常小，娇小玲珑，她画了那些小点。【5】

吉姆：普哈里奇对银色小点现象很熟悉。

卡拉：那不是安娜，对吧？

吉姆：我不知道。

盖瑞：你们组不是唯一经历过银色小点的人吗？

卡拉：我觉得不是。我想她是个小巧玲珑的女人。普哈里奇和我们似乎以某种方式有联系。我在书中提到过他，唐觉得他是自己最好的朋友——我们正准备搬到他住的地方，和他一起工作。我们打算租用他那片土地上的一个谷仓，虽然那并不是一个真正的谷仓，而是一个办公室和一个阁楼，原本是为了让某人居住和工作。我们打算在那里和普哈里奇一起生活和工作。唐最喜欢的就是和普哈里奇交谈，当然，除了和 Ra 谈话。普哈里奇和他有很多个晚上长谈，享受彼此的陪伴。

普哈里奇是一个非常被误解的人。他只是个努力工作的家伙。像唐一样，他对超自然现象感兴趣，一旦你被这个吸引住，就会有无尽的工作等着你。他很早就起床，工作工作再工作；如果真的饿了，就会停下来……我见过他那时家里什么都没有，没人想做饭——那时我也不够亲近去做什么。唐也不想让我做饭。（家里有些人会做饭，但不知为什么他们都反叛了，觉得自己被过度工作，这有点傻。但他们都是年轻人，容易原谅他们的扭曲。）

所以家里除了刚放上去煮的豆子之外，什么都没有，你知道干豆子是硬得像石头。我告诉他：“这才煮了二十分钟，得四个小时。”他说：“我现在饿了。”于是他就从锅里拿出一碗完全生的豆子，咬着吃，然后又回去工作。要知道，他有很多钱，离他住的地方就有一家餐馆。他不想花时间去填饱肚子，只想吃点东西再回去工作。我可以说，照顾普哈里奇是非常简单的。

盖瑞：许多高智力的人都是这样的。【6】他们不太关注生活的必需品，直到不得不穿衣服和吃东西，然后就继续忙他们的事。

卡拉：完全是个干扰——他们不想做这些事情。

盖瑞：在第 22 节的第一个问题中，Ra 说：

> **Ra：**每一次，正如你所说的，当我们进行这个工作时，我们的社会记忆复合体的振动扭曲与这个器皿的无意识扭曲更紧密地结合。因此，我们成为这个器皿振动复合体的一部分，而它也成为我们的一部分。这发生在无意识的层面，即心灵已深入到你可以称之为宇宙的意识根源。22.1

你们在某种程度上感知到这一点了吗？如果有的话，这种现象是如何表现的？（Ra 提到闻到香的气味作为一个迹象。）

卡拉：其实不太明显。我一直很敏感。我知道自己变得更加敏感，尤其是嗅觉——对气味特别敏感。但我并没有将其归结为任何事情或得出结论，没有。[对吉姆说]你还记得我们当时谈论过这件事吗？

吉姆：不。我们从来不知道她是如何做到她所做的。那似乎是一种天赋——非常好的天赋，但我们不理解。我们在那儿就像林中的幼儿。

盖瑞：所以卡拉从腰部以上没有出现，然后消失了吗？【7】

卡拉：[笑]没有发生。

盖瑞：当你第一次把后来的《一的法则》书稿寄给纽约的一位文学代理人时，得到了一个有趣的回复。为了观众，我将读出那段评论，你在《第五册》中引用并发布过：

> 没有哪个实体能如此严重破坏英语语言，能赢得普通读者的喜爱。它的密度和《新英格兰医学杂志》或《英德哲学期刊》或者关于认识论的博士论文一样沉重……另外，对话形式过一段时间就会变得相当乏味。我知道，这在雅典曾风靡一时，并在古典复兴时期持续流行，但不久后就消亡了，我认为不会复兴。

这位文学代理人还包括了以下几点批评，称：

> “你根本没有考虑普通读者。”
>
> “要有效吸引读者，你必须在文本中不断增强他的可信度，预测他的疑问，并强化你的回答。”
>
> 你必须说服读者‘为什么他应该感兴趣，是什么能促使他继续阅读。’
>
> 材料并不‘具有说服力、引人入胜、迷人’。
>
> Ra 的密集语言创造了“我们理解和启发的不可逾越的障碍。”
>
> Ra“需要很多解释”，并且应该“夹杂你的评论。”
>
> 这本书“相当分散。”【8】

这确实是一篇很有分量的评论！它可能揭示了一些，但不是所有，导致这项工作可能不会吸引广泛读者的表面原因。

尽管收到了这些专业反馈，你们三人并没有重新调整作品以提高其市场性。为什么你们大多数时候不寻求对这些书进行塑造，以增加其可售性和吸引力？

吉姆：我们认为我们所提供的是一颗宝石，这些信息对真正的寻求者非常有帮助。我们并不是试图说服世界接受这些信息的有效性，或 Ra 的有效性，或者任何事情。我们只是尽可能

自由地提供我们所拥有的，希望那些能从中受益的人能找到它。如果按他所建议的去做，那就是在操控公众，而这正是商业所做的。我们不责怪他；但这不是我们的方式。

盖瑞：称其为宝石很有帮助，因为宝石本身就是完美的。Ra 试图描述灵性进化，从微小到宏大的尺度，描绘了一个相当独特的宇宙生命循环的宇宙论，解答了这个或任何进化阶段的最基本问题。

那么，尽管他们受限于严格的言语交流，你认为他们为什么以如此技术性、似乎偏左脑的方式进行沟通呢？

吉姆：对一些人来说，可能是这样，但对真正喜欢这些材料的人来说，这很有意义。对我来说，它始终是深刻而精确的结合。如果你看他们使用的语言和方式，几乎像数学公式一样。如果我试着想出更好的表达方式，我真的做不到。他们使用语言的方式——在恰当的时候选择正确的词，而且他们也不试图说服别人——只是如实表达。对喜欢这种材料的人来说，这是富有诗意的，这可能是筛选人群的一种方式。如果这对你没有吸引力，可能还有其他材料适合你，你在这个时候不必担心这个。我觉得这不是为每个人准备的。

卡拉：我认为，对于 Ra 来说，严格来说，尽力使他们所说的一切尽可能清晰明了是很重要的。称一个人为“心/身/灵复合体”，在一个短语中表达了人类的基本本质：我们有心智复合体，有身体复合体，还有灵（不是情感，不是内在洞察——我们有灵魂，而这个灵魂具有特定的性质，Ra 后来会详细阐述）。这是一个心/身/灵复合体。因此，每次他使用这个词时，都是在强化读者心中对自己真正身份的认知。

有时，他试图超越语言，进入神秘，利用神秘和传说来解释灵性追求的本质。寻找真理的骑士【Ra 并没有具体提到“寻找真理的骑士”，但卡拉可能是从 Ra 在 99.11 的陈述中推断出这样的意思：“我们鼓励那些向前迈进、寻求你们所称之为圣杯的人的手腕上那些无形的丝带的有意识强化。”】是 Ra 小组能够接近这种线性与梦幻、右脑与左脑混合的方式。对我来说，这很棒，但我热爱哲学，而 Ra 无疑是一位哲学家。他是一个宇宙学家，谈论宇宙的本质以及它由什么构成，我们从哪里来，在哪里，以及我们要去哪里。有一个可以以线性方式呈现的完整图表：密度，创造的八度。我读过很多哲学，而我读过的每一门哲学在某个时刻都有内在不一致的缺陷。Ra 则是无缝且内部一致的，这真是美妙的事情。

所以我很安心，我知道这有效。唐找到了原因。好吧，唐！好吧，我们！[笑]

盖瑞：唐问 Ra 关于这封信的事情，Ra 对唐的回应也是对批评者的回应：

> Ra：我们发现你因用于传达数据的语言结构而受到批评。由于我们对数据的取向，即使是最具体回答的问题，我们的团体也会以这样的方式措辞，以最大限度地提高答案细微差别的准确性。然而，这与批评者所希望的简单明了的文体相悖。我们无法说更多。37.4

我们快要结束 Ra 接触部分了。还有五个简单的问题。

那么，第一个出版这部作品的公司是谁，他们对这些信息的评估是什么？

吉姆：我想是 Whitford Press，我想它是……位于维吉尼亚海滩的 Donning Company。之所以这样，是因为我们把书稿——好吧，就是我们所拥有的书稿——寄给了简·罗伯茨。【10】她给我们指明了方向，这就是事情的经过。

卡拉：她真的很有帮助。还有一个人……

吉姆：罗伯特·弗里德曼。你前几天跟他聊过，是吗？

卡拉：是的。

吉姆：他是 Donning 的代表。他喜欢这些材料，也是我们的编辑。

卡拉：他非常喜欢。他知道自己在看什么。我认为他是唯一一个能做到这一点的人，他让这本书得以出版，而出版方并不在意内容，只想出一本能稳定销售的书。他们对我们非常满意。我们已经卖书大约 35 年了。

盖瑞：数量不多，但……

卡拉：数量不多，但确实很稳定。实际上，现在我们已经是畅销书了……如果把所有的算在一起的话。[笑]

盖瑞：如果把 30 年压缩成一年。

卡拉：我不知道多少千，但肯定很高。

盖瑞：奥斯汀和我在今年早些时候计算过数字，我想《第一册》的销量达到了 56,000 左右。【11】

卡拉：不错。

盖瑞：是 Donning 负责将《第一册》命名为《Ra 资料》的吗？

吉姆：是的，《Seth 材料》在那时非常受欢迎，他们想借此东风。

盖瑞：你们的偏好是《一的法则》？

吉姆：我们过了一段时间要求他们改名，但他们所做的只是把《一的法则》放在《Ra 资料》的顶部，我们仍然希望有一天他们能改名。

盖瑞：你们与这些谦卑的《一的法则》使者的材料之间是什么关系？

吉姆：我们每天在晨祷中阅读它，我们仍然能从中获得新信息。随着时间的推移，总会有一些生活经验中的事情，当你把 Ra 接触中的某个短语照射到上面时，一切似乎又变得新鲜了。所以是的，我们仍在学习，仍在阅读。

卡拉：我们感觉自己是它的保护者，确保它没有被改变，得到妥善处理和维护，所以我们努力做到这一点，并保持它在全球范围内的免费传播。这是我们的目标。确保它保持原样。没有人添加不在的词语，或者试图以某种方式解释它【卡拉可能意在传达的是，不应该避免解释材料，而是要避免以教条主义的方式进行解释，即“我的解读是唯一正确的解读”。虽然关于《一的法则》确实可以说一些客观的事情（例如，这些材料与候鸟迁徙模式或蹦床的组装手册无关），但其内容大部分是可以个人解读和主观应用的。分享一种解读确实可以对其他寻求者有所帮助、提供澄清和启示，只要始终理解：a)这只是众多有效解读之一，b)一个人无法替另一人学习。】，这对某个人可能是真的，但对另一个人则不然。就让它保持原样；没有理由去修饰，也没有理由去解释。关于那珍贵的原始材料，我们只是保留它并让它可用。

我当然也写过关于它的内容，并广泛引用过。在我的书《活出一法 101：选择》中，我试图以我自己的方式解释一些《一的法则》的基本原则【12】，适合初学者。如果他们发现《一的法则》材料太难阅读，他们不会觉得我的书难懂。我确保它对普通人来说是易读的。

盖瑞：它受到了很好的反响，大家非常喜爱。你们收到了很多积极的反馈。

卡拉：谢谢，但我并不以同样的方式看待它，和我对原始材料的看重是不同的。

我意识到《一的法则》书籍中存在一些问题。它是分散的，因为这就是对话的本质。对话会开始、暂停，时而沉默，时而从不同的地方开始。许多内容会反复出现。要将其重新整理成突然合乎逻辑的样子几乎是不可能的。这就是一场对话。我认为保持现状最为有益：第一节发生了什么，第二节发生了什么，按顺序逐一阅读这些节段。将其视为持续对话阅读确实有一些轻微的优势，而不是把每部分分开来看。但最重要的是要逐字逐句保持原样。

在这方面，托比在 lawofone.info 上提供了巨大的帮助。他制作了重听版【13】，回去确保每一个“呃”、“啊”的内容都是准确的，他发现了一些在输入时被忽视的地方，并将它们放回了应该在的位置。因此，原始材料得到了很好的服务。

肯：但他在 lawofone.info 上更新了这些内容，对吧？他找到的那些更改都是最新的？

卡拉：是的，盖瑞和我检查并讨论了他的编辑，直到他对这个项目满意。我们有疑问的地方，他们又听了一遍，托比和他的助手米歇尔一起。米歇尔也和托比一起在《重听项目》中做了多年的志愿服务。他们很棒，反复听七、八、九次，确保这就是唐说的，或是 Ra 说的。因此，lawofone.info 上的内容是最好的、最准确的版本。【14】

不过，第一至第四册也有其价值，因为唐亲自编辑了那些内容，尽量专注于形而上的材料，并删除个人的东西。和我们其他人一样，他不想让我们被视为除了提供这些材料以外的任何人。

盖瑞：这本书的读者可能已经熟悉这个网站 www.lawofone.info，但如果没有，我所使用的引用系统（比如我说“25.2”或“67.3”）来自托比建立的编号系统，首先是节数，然后是特定节内每个问答的编号，从第一个问题到最后一个问题。这为任何学习这材料的学生提供了一个很好的参考系统，可以直接且精确地引用特定的 Ra 语句。

关于 lawoftone.info 上可用的内容，他有几个不同的版本。第一个是书中发布的原版；然后是重听版，这是音频的准确逐字稿。如果在录音带上有的内容，在重听版中也都有，包括咳嗽、口吃等。接着，他对重听版进行了细微的编辑，以提高可读性而不改变任何意义。

卡拉：他会加个逗号，再去掉一个逗号，这种事情。

盖瑞：没错。然后卡拉和我校对了这些编辑，与他和米歇尔一起工作，最终的版本被称为轻微编辑版。这是你在 lawofone.info 看到的默认版本。

关于你提到的卡拉，在解释材料方面——让材料保持原样。我一直很欣赏爱/光研究中心的这一点：他们不试图干扰寻求者与材料之间的联系。当然，你们会伸出援手，说“这是我的解读，这是我如何生活的”，等等。但你们的愿望和这个组织的政策是保持信息的纯粹，让寻求者自己去理解、去解读。

卡拉：太棒了。说得好。听好了。

盖瑞：我想问一个完全客观的问题，不带任何偏见，在 1 到 10 的范围内，10 是最好的，你们会给这个信息打多少分：10 分，还是 15 分？[笑声]

卡拉：哦，50 或 75 分。[笑]我认为这是我们拥有的最优秀的哲学作品。

盖瑞：你们最喜欢《一的法则》的什么？

吉姆：它真的似乎触及了我的灵魂。我觉得没有它我真的无法到达那个地方。它对我有种熟

悉感和亲和力。

卡拉：是的，我认为它以这种方式打动了每一个寻求者。如果他们敞开心扉，倾听，它在对你说话，而不是对其他人。这种方式太美妙了。它非常个人化，但并没有试图建立某种关系。它只是回答问题，但方式真的深入到你的本质。你必须阅读才能理解我们所说的。有很多人说它对他们的影响有多大；甚至在坐着阅读时感动得流泪，感觉"我终于回家了，这就是我一生以来感受到但无法用语言表达的东西。"

盖瑞：是的，我在 14 年前发现它时也是这种感觉。尽管我在形而上或灵性方面几乎没有背景，缺乏很多词汇，但它仍然直接对我说话。我感觉自己第一次找到了哲学的归宿。我的眼泪止不住。这样的经历对于那些与材料产生共鸣的人并不罕见（虽然这个群体非常小）。他们要么从中汲取火焰，要么就觉得它没什么反应。

我想回应的是，你们提到在不断阅读中发现新的内容，或是以新的方式对你说话。我发现这对喜欢这部作品的寻求者来说都是事实。随着他们的成长，他们发现一些东西，他们发誓以前并不存在。

卡拉：[笑]是的。再读一遍，我不记得了。

盖瑞：是的，我读了 15 遍，从未见过这个。甚至那些你记得读过 15 遍的内容，它仍然会以某种方式与你的状态相遇。

卡拉：但你仍然想再听一遍。

盖瑞：到今天为止，有没有什么让你觉得困惑的材料？

卡拉：大部分《卷二》的开头部分[笑]，当谈到宇宙大爆炸的物理学时，我觉得——当事情开始的时候。哇！我就是一直尝试。【15】

盖瑞：而原型心智是个挑战。

卡拉：是的，那也超出你的理解。我不知道我们要花多久才能彻底搞清楚那些材料。我们每天都在努力工作，尝试理解，讨论，花了数小时。即便如此，我认为这些问题也没有对材料给予应有的重视。我们在回应 Ra 的陈述，但那些陈述本身就让人觉得哦——我不知道，这就是让人抓不住，但你确实感觉到这些材料是非常有价值的。

《愚者现象学》是我们的一位哲学教授朋友在南伊利诺伊大学所写的精彩书籍，专门讲述原型思维，适合那些能跟得上他的哲学家。他的引用有些晦涩，都是他自己的笑话，但他提供了对原型思维的深入见解。

盖瑞：在结束今天的 Ra 接触问题之前，最后一个问题：如果你们有机会重新来过，你们会吗？

卡拉：马上就会。

吉姆：立刻就会。【16】

盖瑞：非常感谢你们。

吉姆：谢谢。

【1】详细的逐步说明可以在 www.llresearch.org 的"一法资源"部分找到，以及即将出版的书籍《Ra 接触：教导一的法则》的附录中。

【2】盐净化仪式主要分为两个部分。Ra 建议每个部分的盐保持在原位 36 到 48 小时，这意味着整个过程可能需要 72 到 96 小时，或三到四天。

【3】准确且惊人的医疗诊断如下：

发问者：谢谢。是什么导致吉姆身体肿胀，该如何治疗？

Ra：我是 Ra。要回答这个问题，我们必须从蛇的象征意义开始，它代表着智慧。这个象征代表着智慧者两面的平衡。正面的智慧装饰着额头，象征着靛蓝色光芒的工作。负面的智慧，我们指的是将自我与他人分离的表达方式，可以用毒牙的毒液来象征。将一个心/身/灵复合体获得的智慧用于分离的目的，就是邀请这种智慧的黑暗面进行致命的一击。

这个实体具有心智/情感倾向，在你们的一部分时空里，这种倾向在扭曲方面有所减轻，倾向于负面智慧。该实体已经意识到了这一点，因此我们不会在此多加讨论，只是明确地描述了在对来自你们第二密度物种的一系列咬伤进行能量化时，形而上的背景边界。在这种情况下，咬伤只是一只蛛形纲动物，有时被称为木蜘蛛。然而，如果进行足够的工作来测试实体病理学的起源，在可能性/概率的范围内，测试可能会显示出棉口蛇的咬伤，而不是普通木蜘蛛的咬伤。

能量化发生在实体黄色光芒的物理身体的淋巴系统内。因此，工作还在继续。脾脏、肾上腺、肾脏复合体承受着越来越大的压力，肝脏也可能出现一些困难。此外，淋巴系统问题已经开始给实体的支气管系统带来压力。这些只是关于这个相当有效的工作的一些一般信息。

消除这些扭曲包括几个部分。首先，最好寻求被称为斯图亚特的人的帮助，以便采用强烈的化学手段来重新唤醒实体的组胺反射，并帮助消除水肿。

其次，我们建议已经开始的事情；也就是说，现在被称为鲍勃的人要求这个实体集中精力帮助它与黄色光芒的身体建立形而上的联系。

第三，实体必须注意其物理载体对钾的需求。建议食用香蕉棕榈的果实。

第四，侮辱性肿胀与当前明显情况之间的联系是有帮助的。一如既往，和谐小组的支持是一种帮助，冥想也是如此。需要注意的是，这个实体需要一些其他人不需要的冥想纪律。因此，实体可以继续进行其冥想形式，知道小组中的每个人都完全支持它，尽管分享纪律的本能并不总是存在。每个实体都有自己观察和从幻象中学习的方式，每个实体都使用独特的电路来处理催化剂。因此，所有事物不必相同就能在意志和信仰上平等。101.2

【4】被称为凹陷性水肿。

【5】Betty Andreason

【6】也许并不是“高智力”的人，而是那些怀有使命感、全身心投入工作的人。

【7】关于那个观念来自哪里：

发问者：第二个问题是：保罗也收到了信息，提到在金字塔的建造过程中，还有其他存在，他们没有完全物质化在第三密度。他们从腰部到头部是物质化的，但从腰部到脚部却没有物质化。在金字塔的建造过程中，这样的实体存在吗？他们是谁？

Ra：我是 Ra。请思考一下，当生命和存在的吸收被编码成智慧能量时，存在于其中的智慧无限，这是由于那些帮助活石形成新的存在形态的思想印象造成的。在短暂的时间内释放和使用智慧无限开始吸收所有连续或互锁的维度，从而提供对那些将他们的思想投射到物质世界的短暂瞥见。因此，这些实体开始物质化，但仍然不可见。这些实体是我们社会记忆复合体以思想形态或第三密度可见的方式显化的，当我们从我们的智慧无限联系到石头的智慧无限时。27.2

【8】完整的引用是："这份材料在追求曲折的问题线索方面有些零散；而评论者很清楚需要解释和阐述。"这是爱/光研究中心一直以来从事的工作。

【9】一些读者将 Ra 称为"他"，大多数读者将 Ra 称为"他们"。卡拉通常使用后者。Ra 没有说明性别在其社会记忆复合体中扮演什么角色，如果有的话，但他们确实谈到了这里的单数与复数问题：

发问者：我注意到你这场集会开始时说"我现在在沟通"。你通常使用"我们现在在沟通"。这方面有什么意义或区别吗？还有，我们能做些什么来让器皿更舒服或改善接触吗？

Ra：我是 Ra。我们是 Ra。当涉及到社会记忆复合体时，你可能会看到你的语言结构在语法上的困难。在你的语言中，当涉及到 Ra 时，第一人称单数和复数之间没有区别。83.28

【10】简·罗伯茨（1929-1984）是一位著名的灵媒，她与一位名为赛斯（Seth）的非物质化智慧来源进行沟通。在丈夫的帮助下，罗伯茨进行的沟通产生了十多卷赛斯书籍的资料。这些资料促成并塑造了新兴的新纪元运动，最显著的是它的基本原则：你创造了自己的现实。后来，当被问及吉姆为什么联系简·罗伯茨时，他写道：

"我从 1973 年左右就开始阅读赛斯通过简·罗伯茨传达的资料了。这是我读过的第一份传讯资料，我真的很喜欢。我还在读她的书《意识探险》，当时 Ra 的联系开始了。在我们完成了大约二十次 Ra 的联系后，我们意识到我们想把这些资料做成一本书，但我们真的不知道该去哪里出版，甚至不知道该给谁看。所以我灵机一动，写信给简·罗伯茨，看看她有什么建议，因为我之前给她写过信，大概在一年前，只是为了告诉她我有多喜欢她的书和赛斯。

我记得她把我的信寄了回来，在边栏空白处用手写下了多宁公司和惠特福德出版社的地址。她推荐的编辑是汉克·斯坦，所以我们把当时已经完成了的 26 节内容寄给了他。多宁公司位于弗吉尼亚州的弗吉尼亚海滩。我认为这两家公司都属于希弗出版公司，或者即将属于希弗出版公司。我的记忆有点模糊。我刚查了一下多宁公司的维基百科条目，希弗公司是在 1985 年收购了它们。"

【11】这是在采访时的一个近似值，来自于各种来源，数据有些难以准确计算。

【12】有一法，这是 Ra 努力描述和分享的原则、方式或现实。而"*一法*"材料则是指 1981 年至 1984 年间进行的 106 场 Ra 接触集会的记录。后者作为书名，采用斜体字。

【13】你可以在 www.lawofone.info/relistening-report.php 上了解更多关于 Tobey 在该项目上的工作的内容。

【14】重听版确实是对 Ra 集会音频文本最准确的呈现，经过几轮非常轻微、主要是语法上的编辑，形成了《Ra 接触：教导一的法则》这本书。

【15】Sephira Vox 写了一篇发人深省的论文，试图解决“一的法则”哲学中一些最令人困惑但最根本的概念，包括原始的三种扭曲、智慧无限、智慧能量等等。这篇论文名为《宇宙起源》，应该在未来的“Ra 接触”书籍和网站[www.llresearch.org]上发表。

以下问答内容从本章中省略：

> **盖瑞：**我也借此机会提一下 SephiraVox 的工作。你提到了两个你多年来一直难以理解的领域：原型和第二本书的开头内容（涉及到 Ra 宇宙学的开端）。在我看来，Seph 在尝试帮助照亮这两个领域方面做出了出色的贡献。
>
> **卡拉：**我完全同意你的观点，我非常高兴我们能够给他一个教学的机会，因为这是非常专业的材料。我认为每个人在四月份他能够提供研讨会和工作坊时都非常感激。他们连续三天沉浸在原型思维中，我认为每个人都感觉到他打开了它。我听到这个消息非常高兴。我也很高兴听到这个消息，因为他非常聪明，他不会容忍愚蠢的人，例如直接的争论或辩论，但作为一个老师，他能够无限地鼓励人们，在他们的水平上与他们相遇，即使问题中没有太多的智慧。他能够挖掘出问题中好的部分，从而支持所有学生，无论他们是初学者还是高级学者。所以他做了老师应该做的一切，而且他做得很好。但最重要的是，他研究“一的法则”达到了能够谈论它的程度。
>
> **盖瑞：**是的，用细密的梳子仔细研究。我们很快就会发布他的作品，与读者分享。

【16】吉姆在 2015 年 6 月 22 日的《卡米洛特日志》中更全面地回答了这个问题：

> 我今天读了 Ra 的第 104 和 105 节，感到很悲伤，因为主题基本上是如何帮助卡拉从我们第五密度朋友非常强大的心灵问候中恢复过来。我们正在努力维持联系并让卡拉活着。第一年我们做了 75 场集会。第二年 26 场。第三年 4 场。1984 年我们做了 1 场。我们从一开始每天做两场集会，到最后隔两三个月才做一场集会，因为卡拉的身体状况不好，无法更频繁地做集会了。今天晚上在第 105 节结束时，我又一次被泪水淹没，但它们是一种奇怪的悲伤和感激的混合。如果我可以在我今生的轮回中选择做任何我想做的事情，或者曾经在这个星球上做过的事情，我会选择我所做的事情：与唐和卡拉在一起，并与 Ra 进行接触，作为我们服务于他人的方式。这个选择让我非常满意，总有一天我会带着幸福的心情死去。

《卡米洛特日志》，吉姆·麦克卡提，2015 年 6 月 23 日出版，www.bring4th.org/

第十六章 Ra 接触到 LLResearch.org 的过程

盖瑞：在这章里，我们关注的是组织在 1984 年 Ra 接触结束后继续发展的故事。首先，在唐去世后，尘埃落定，你希望通过爱/光研究中心实现什么？

吉姆：我想和以前一样：把这个信息传播出去。我们掌握着信息——只是继续我们正在做的事情。

卡拉：我们从一开始就有了行动准则。我们知道唐想要建立一个灵性社区，他想让这些资料在全球范围内传播，我们假设他希望实验继续进行，并继续收集数据。所以我们一直都在做这些，偶尔会有人来拜访我们，看看他们是否能和我们住在一起（但从来没有成功过），但

我们仍然在考虑建立一个实体家庭。没错，正如吉姆所说：我们一直在做我们正在做的事情。

盖瑞：那么，这个使命的延续有没有被打断？也许"中断"这个词不太合适……在唐去世后，你们有没有花时间重新评估自己的目标和愿景？

卡拉：没有。

盖瑞：——还是说你们只是继续一步一个脚印地前进？

卡拉：没错，就是这样。

盖瑞：我想你从来没想过要解散或者停止你的研究吧？

卡拉：天哪，当然没有。

盖瑞：我本来想问你，从 85 年开始，你们有没有想过扩大核心小组。你说过有人尝试过——你和不同的人尝试过一起生活。所以你们一直都对这个可能性和愿望持开放态度，只是没有实现？

卡拉：嗯，很有意思。吉姆是一个独行侠，他会经历这样的过程：再也没有人会住在这个房子里了，然后就会出现一个非常完美的人，他会想，好吧，我们试试吧。每次有人住在这个房子里，我们都经历过这样的过程。

盖瑞：在唐去世后的早期通灵中，你，卡拉，带着真诚和兴趣问 Latwii 关于重新与 Ra 取得联系的可能性。当时你有什么想法？为什么没有继续走这条路？

卡拉：我只记得我热爱生活，我认为那很危险。说实话，我不认为我能做到。

盖瑞：根据我的理解，我同意你的观点。没有唐继续下去是不明智的。

卡拉：我想 Ra 问了我一个问题，可能是...也许是在通灵的中间或接近结束的时候，他基本上说，"你想成为殉道者，还是想选择智慧？现在是你的时候去耶路撒冷了吗？"这是用基督教的语境：现在是你的时候登上十字架去死吗？

吉姆：和我认真考虑了这个问题，结果是我们在 11 年里第一次休假。

盖瑞：不过，你仍然保留着作为 Ra 的器皿的冲动吗？

卡拉：我想为 Ra 服务，但我决定尝试更多地合作，减少我的参与，成为团队的一份子，并表达我的真实感受，而不是只是说，把我送进去，教练。无论如何，我都能做到。

盖瑞：我个人认为，你的生命和健康比更多的 Ra 通灵更重要。

你会如何描述你从 1980 年代末期至今的生活和工作？

卡拉：我非常不开心，但我坚持了下来。吉姆是一位很棒的支柱。我们有很好的作息规律。我经历了一段试图弄清楚下一步该做什么的时期。我的第一个尝试是尝试再次成为一名图书管理员，但我意识到我必须先了解计算机。所以我就回到 JCC【1】上学。我在那里上了两年电脑课，这让我确信我无法胜任这份工作。不是因为我不理解电脑，而是因为我的身体状况一直不好，无法持续一段时间，总是会崩溃，我需要安静地休息。我知道在这种情况下我无法维持一份工作。所以这条路行不通。

然后我想，好吧，我做一些教会工作吧，这很棒，除了和政治一样的问题。任何组织都会有政治和委员会会议，很多委员会会议。比如，如果我想担任教会女性负责人，我就应该举办

聚会。我不喜欢举办聚会。我更愿意简单地擦洗教堂，整理厨房——这类事情。我确实也做过这些。但教会里很多女性并不认可我，她们希望继续举办传统的银茶会和旧式聚会，这是我们作为教会女性应该做的。而我实在无法胜任。我做不到。

所以，最终我不得不放弃在教会做志愿者的想法。这让我停下来思考，好吧，现在怎么办？于是，我看了看吉姆。吉姆一直在园艺方面不断进步，从未间断，每天都在创造美丽的事物，把庭院的每一个角落都变成了花园。我们来这里的时候，这块土地只是一英亩枯叶和一栋房子。上面什么都没有，而他创造了一处又一处美丽的景观，而且他有一个计划。他每天都很有条理，而且每天都能完成很多事情。

所以我心想，我也想参与其中。我想学习如何制定计划，并且想把它和他的计划结合起来，这样我们就能共同拥有美好的生活。但我思考了很久，玩了很多纸牌游戏【2】，最后我突然意识到：我需要为爱/光研究中心工作。我需要写作。我是一个不错的作家；我有话要说。我与越来越多的人通信，而且通信量也越来越多。当我统计所有电子邮件的时候，大约有 200 人给我写信，询问我如何应对成为流浪者的经历。所以我就写了《流浪者手册》。

那花了我很长时间——主要是收集资料、写信给所有人征求引用他们的许可，以及按照章节组织这本书。写作本身进行得很快。我确切地知道我想怎么写。

所以，我终于掌握了写作的技巧，从那以后我就一直在为爱/光研究中心工作，担任作家，除了最近几年，我不得不放弃写作，基本上只是把自己投入到完成之前没有完成的事情中，因为我有太多事情要做。我会创造一些东西，但不会编辑它们——它们就那样放着——所以我回去开始编辑它们。

这就是像《每日箴言》、《我的诗集》和我们为孩子们做的涂色书这样的书籍诞生的过程。我和芭芭拉·布罗茨基合著的《亚伦/Quo 对话》也是如此，它是由芭芭拉提出的。我回去编辑了我所有的食谱，希望能出一本食谱书。这个项目还没有完成，但我已经格式化了所有内容。

盖瑞：在 Ra 通灵结束后，你的第一个书籍项目是 1987 年的《通灵手册》。你能告诉我们一些关于这本书的信息吗？

卡拉：嗯，Ra 谈了很多关于流浪者的事情，并表示有一些实体来到地球，以某种方式服务，基本上是通过与地球分享他们的振动，打开他们的心，让造物者的能量流过他们，这样地球的意识就能得到更多光明。

流浪者有一份艰难的工作，因为他们的工作不在于做，而在于存在；它涉及的是本质而不是行为，而这很难做到。人们会问："我该怎么做？我的服务是什么？"对他们来说，意识到这一点非常困难：你就是你的服务——仅仅保持你的心敞开就是你的服务。当然，如果你想做一些外在的工作，那很好，你想做什么？你想抚养孩子吗？你想打理房子吗？你想教书吗？你想通灵吗？无论你想做什么，无论是戏剧性的还是看似微不足道的，都是平等的。一切都是平等的，因为这是你擅长的，也是让你保持内心敞开的。除此之外，都是内在的工作——都是生活的被动辐射。

吉姆：听起来你在谈论《流浪者手册》。

卡拉：是的。你是问这个吗？

吉姆：他问的是《通灵手册》。

卡拉：哎呀！好吧。

吉姆：记住《流浪者手册》里的所有内容。

盖瑞：我本来打算最后问你关于《流浪者手册》的问题。

卡拉：嗯，那很好，但我希望你早点打断我。

好吧，《通灵手册》：当时我无法写作，甚至无法直起身子，所以我是用录音的方式完成的，而且我从未对此感到满意。直到今天，我对此仍然不满意，但重新修改它是不可能的。所以我只能把它保留原样，因为它就是这样。而且我很清楚我想说些什么，我想传达些什么。

我做过一些研究和调查，但没有写下来，所以我把它写了下来。简单的逻辑决定我会做一个报告，而这基本上就是我的报告。我试图帮助任何想通灵的人更好地完成通灵。我并没有在书中教人们如何通灵；那不是我的目标。我的目标是帮助正在通灵的人更好地完成通灵，因为有很多方法会导致你犯错和失败。我试图展示其中的陷阱。

盖瑞：你对这本书的哪些方面不满意？

卡拉：嗯，如果我能写作，它会是一本流畅得多的书。我是一个不错的作家；但我不是一个特别好的视觉化写作的人。有些人总是从录音中写作。他们可以在脑海中看到它，然后它就会完美地出现在录音中。而我做不到。我会遗漏一些东西，因为在写作的过程中，你会在屏幕上看到它，这会产生一种反馈。这是一种非常有活力、充满活力的感觉。你输入，你删除，你放大，你玩弄它。最终，你会得到一些让你满意的东西，它写得很好，流畅地进行，等等。我认为《通灵手册》没有这些。不像我的其他作品，它写得有点差，写得不太好。

盖瑞：鉴于你打开话匣子时的流畅程度，以及你的口才和思想深度，我认为很少有人能注意到你说话和写作之间的区别，卡拉。

在 LLResearch.org 网站档案建立之前，你们是如何传播信息的？也就是说，如何分享和传播这些信息？

吉姆：烟雾信号。[笑]我们在四五家不同的杂志上刊登广告，比如《瑜伽杂志》、《东西方杂志》、《飞碟评论》在英国，还有其他几家。

卡拉：命运。

吉姆：哦，没错，是《命运》。那是我们最开始的。那则小广告，一英寸高的广告，免费向人们提供这本书：“如果你想留着，请捐款；如果你不想留着，请把书寄回来。”然后我们偶尔会在受邀的情况下发表演讲，并且继续我们的周日冥想，人们会来参加。这很微不足道，尤其与现在互联网上发生的事情相比。

盖瑞：人们仍然可以通过一些方式接触到这些材料，他们也确实接触到了，而且你们仍然有很多人给组织写信，对这项工作感兴趣。

吉姆：哦，是的。那是蜗牛邮件的时代。

卡拉：是的，我的桌子上会堆满一摞信件。我总是努力地回复所有信件。但很少能做到。

盖瑞：我想在采访中指出，我认为很了不起的是，你们继续着这项工作——尤其是在网站档案发布之前——你们没有强大的工具来与世界分享，而且几乎没有获得任何经济报酬的可能性。尽管如此，你们仍然觉得有必要做这件事。你们觉得你们必须履行这项服务，你们想帮助别人。所以你们就一直在通灵，一星期又一星期。我想我不会把它变成一个问题，我只想把它作为一个陈述。

吉姆：我们还能做什么？去卖二手车吗？

卡拉：我们就是这样做的。唐在他给我们的指示中非常明确，我们仍然在为唐工作。正如我之前所说，我们现在仍然在为唐工作，这让我们感到非常满足。

【1】JCC 代表杰斐逊社区学院，是路易斯维尔当地的社区学院。

【2】直到最后，单人纸牌游戏都是卡拉最喜欢玩，也经常玩的游戏之一。它帮助她应对疼痛、医疗困难和身体上的限制。除此之外，她还沉迷于阅读廉价的言情小说。

第十七章 爱/光研究中心到灵性社区的过程

盖瑞：在 1993 年，你首次与一位个人取得联系，按照说法，这位个人在你们两人和唐之后，可能为将寻求者与《一的法则》联系起来，以及维护邦联哲学的完整性所做的贡献超过了任何人。这个人是谁？你能描述一下他是如何帮助你的吗？

卡拉：当 Ian 写信给我时，他仍在为自己的公司工作，这是一家与计算机艺术软件相关的公司。在他与我们开始通信不久后，他卖掉了公司，得以退休。因此，他可以全心投入自己想做的项目，他对这个项目非常感兴趣。

伊恩询问是否可以阅读我们的所有材料，我告诉他有大量的材料尚未输入或出版。我们给他寄去了很多纸质文件。但当时这些材料还没有数字化，所以需要进行光学字符识别（OCR）【1】和扫描，然后他必须编辑每一份。

我们开始了一项历时多年的工作，致力于将其余的录音带数字化，许多人参与了其中。Judy·D 在这方面表现得尤为出色，奉献了近十年。她把我在 80 年代期间的所有录音都输入了文字，而且她——我不知道她有多少——她有很多卷录音是由她记录的，她做得非常好，文字功底很强。

还有 Kim·H，她也被称为 Kim[另一个以 H 开头的姓氏]。她在使用婚前姓和婚后姓之间来回摇摆——她已经离婚。我不知道她最终选择了哪个名字。她可能像“麻雀”那样，已经去追求禅宗生活，最后我听说她加入了一个佛教性质的公社，并对此非常满意。她坐下时，几乎可以以说话的速度打字，从不需要回去校对。她打字时听不到键盘声——不是“啪啪”的敲击声，而是“嗡”的连续声。她是一位令人惊叹的打字员，非常忠实。她曾尝试和我们同住一段时间，但没有成功。她和吉姆之间有过许多摩擦，最后他们意识到这只是一个很深的人格问题，谁也没有错。因此我们作为好朋友分开了。此后，她继续过来工作多年，但她无法和我们同住。

我想不出还有谁花了那么多时间做这件事，不过我们确实有很多志愿者，这些可爱的志愿者在这些年里坚持不懈，最后据我们所知，我们已将所有的录音数字化，以便保存。

吉姆：然后 Ian 也对我们的书做了同样的事。

卡拉：他对我们的书做了同样的事。不过无论如何，他给我寄来了一个厚厚的活页夹，里面有他想把这些资料放在网站上的提案。这个过程涉及到光学字符识别（OCR）和扫描我所描述的所有内容。但接下来他会进行编码，创建一个像图书馆一样的网站。我喜欢这个概念——我喜欢他的想法。实际上，我并不知道这会需要多少工作，光是看着这些就让我感到震惊。他的忠诚程度是不可思议的，哦，多少年了？二十多年？

吉姆：十七年来，他一直在努力。他在这网站上完成的工作量巨大，绝对巨大。而且都做得非常漂亮。它并没有以特别感谢非学者的方式完成，对于一个人来说，想要随便进去浏览网站是很困难的。我们现在正努力使其更易于访问。【2】

Ian 非常感谢我没有想要成为一个公众人物，我只想提供这里的信息——我在这里，是的，我参与了制作，那是我的一部分——这里就是材料。看看材料，不要看我。

所以他对这一点非常感激。他说这是他坚持这么久的原因，他完全同意这个团队的能量。他没有来参加每次聚会。他不是那种人。但我们是他的志愿者工作，他是一个工人，就像吉姆一样。他会起床，走到电脑前，开始他的一天。很多时候，我们是他的唯一依靠，所以我们很幸运能有他这么长时间的志愿者帮助。他从未为自己要求过任何东西，也不想获得任何功劳。我不确定他是否会因为我如此慷慨地赞扬他而感到高兴。他认为他正在做的事情并不值得注意；它是——确实是——非凡的，我们非常感谢 Ian。

盖瑞：考虑到他的背景，他让我印象深刻，是一个典型的例子。当人们接触到这些资料时，他们也想知道这些资料是如何产生的，创造这些资料的人如何行事，渠道与资料的关系等等。

有些人直接接触资料，不需要了解爱/光研究中心中心、吉姆和卡拉，也不需要了解渠道，这完全没问题。但对于像 Ian 这样的人来说，这变得很重要。

因此，对于那些认为他们只想删除、抹去或否定方程式中的人类因素的人（我认为这是不可能分离的），我以 Ian 为例，因为你对他决定服务起到了作用。

卡拉：你说得对。没错。吉姆也是。他对吉姆评价很高。

盖瑞：哦，当然，绝对的。当我提到"你"的时候，指的是你们俩。还有，在这个问答中还没提到，Ian 也担任了你所有书籍（除了《通灵手册》以外）的编辑[一直到 2012 年]。

卡拉：没错。

盖瑞：而且他坚持了多年，为爱/光研究中心在网络上保持了专业化的呈现标准。

卡拉：是的。他制作了所有这些。

盖瑞：所以上周我和伊恩讨论了这个问题，他认为网站是在 1996 年上线的。我猜想当时看到你一生的工作能被全世界的人获取，你们一定很高兴吧？

卡拉：哦，我知道艾尔金斯会很开心的——我的意思是，用他的方式，你知道的。他会点点头说："漂亮"——并且是认真的。这是他想要的。现在它可以在全球范围内免费获取。完美。

盖瑞：你能描述一下存档网站对你们组织或工作的影响吗？

吉姆：我们开始从网上接订单了！我们买了一台电脑——当时最先进的，D 型，1987 年。我在一边给自己建了一个小小的电脑工作站，卡拉在另一边也有自己的电脑，所以我们每天都在电脑的屏幕前互相看着，一起工作。所以我们接到了更多的订单，也有了更多的沟通。

盖瑞：你是不是有一段时间不习惯这种新设备？

卡拉：你是说"怀疑地"吗？

盖瑞：是的，怀疑地。我想你需要花一些时间才能适应它。【3】

吉姆：不，那时我没什么问题。那是刚开始——每个人都一样。其实当时我还算比较精通电

脑的。

卡拉：吉姆在电脑上做的第一件事——他买电脑的原因就是为了做这件事——就是设置它打字——你用它做了什么？

吉姆：是《通灵手册》。

卡拉：《通灵手册》。换句话说，你需要输入一个六位数字字母的代码来表示逗号、句号、空格——诸如此类。所以吉姆用这些代码完成了整本书，然后发给了帕尔默出版社的雷·帕尔默，这是一家传统的出版社，出版过格雷·巴克尔的书籍，我们也因此成为了 UFO 报道的一部分。吉姆没有犯太多错误，所以他真的很喜欢用电脑做这件事。他和电脑相处得很好。

盖瑞：我不知道你和电脑关系这么好，这让我很惊讶。

吉姆：我不得不花一段时间去割草，结果在十一年里什么都没顾上。你能想象吗？

盖瑞：是啊，尤其是现在这个时代，变化太快了。离开几个月，情况就完全不同了。

所以你们在这个时期也遇到了 Roman Vodacek。他在爱/光研究中心中扮演了什么角色？

吉姆：1992 年 5 月，他住在马里兰州的哈格斯敦。当时他是泛美航空的飞行员，他读了我们的书，因为他当时的女朋友珍妮特·德克尔，现在在 IMU 工作，【4】在她的书架上放着这些书。所以他开始读，并且很兴奋。他于 5 月来拜访我们，我们相处得很好，所以他决定搬到路易斯维尔。在 90 年代初，从 1992 年到 1995 年或 1996 年，大多数星期天，他是那里唯一另外一个人，是通灵仪式所需的第三个人。卡拉从未单独和我们俩一起通灵过邦联的源头。通灵需要第三个人，因为这样会使材料通用化（universalizes）。所以没有 Roman，我们就不会拥有从 1992 年到 1995 年或 1996 年的任何记录。

卡拉：而且那些年非常富有成效。那时我一年中 12 个月都在通灵，每周一次，所以每年大约能产生 50 篇记录。

吉姆：他很喜欢我们的资料，而且食物很棒。我们在星期天冥想之后会供应餐点。

卡拉：嗯，我让 Roman 来的原因之一就是想给他做饭。

吉姆：是啊，他是单身汉，而且不太会做饭。

卡拉：他很孤单。他在一个陌生的国家，在城里不认识任何人，也不容易交朋友，而且 Roman 总是很戏剧化。你了解罗马的——他总是这样或那样地感到痛苦，有很多焦虑，而且要从失去的女朋友（珍妮特）中走出来。她就是不愿意嫁给他，这让他很伤心，他会哭，我们会安慰他。我们帮助他度过了所有成长的烦恼，直到他找到一份体面的工作并安定下来。之后，他仍然非常忠实，并且从一开始就照顾我们的电脑，直到去年他去照顾他的母亲。哦，我们想念 Roman！

盖瑞：所以从 1992 年你认识他开始，到 2013 年，他都在路易斯维尔忠实地参加冥想，照顾电脑。这对于——

吉姆：忠实是一个非常恰当的词来形容 Roman。

盖瑞：你们继续定期举行公开冥想和通灵。你们在 90 年代有没有举办过任何工作坊/集会类型的活动？

吉姆：似乎是举办过。我们总是做一些事情。

卡拉：我们举办过回家聚会。我们总是教别人通灵；通常我们在星期三会开通灵课。你还记得 Mike 吗？

吉姆：是的，来自俄亥俄州。

卡拉：来自俄亥俄州。他会开车下来，从辛辛那提一路开车下来，可能在周末住上几天，学习通灵。他和 SteveTyman 一起学习通灵很多年,Steve 从伊利诺伊州开车四个小时上来，而 Mike 从俄亥俄州下来。所以我们做了类似的事情。我们做了任何需要做的事情。如果有人需要帮助，我们会尽力满足他们的需求。而且我们举办了回家聚会——不是每年都举办，但只要我们能组织起来，就会尽可能地举办。

盖瑞：你提到了星期天冥想时的烹饪。当我第一次来路易斯维尔的时候，这个传统似乎快要结束了，我认为。你们做的饭菜很好吃！

所以你们的公开冥想一直包括在冥想开始之前进行调频的仪式。你能描述一下你使用过的调频仪式吗？

卡拉：当然。对我自己来说，我会通过使用我经历过的那些最持久、给我最多能量的祈祷来进行调频——它们带我升到比任何其他祈祷都高的境界——我会自言自语、吟唱，或者两者兼而有之。然后我会冥想一小段时间，然后我会设定我的意图——我要做什么。

然后我会进入一个准备自己的阶段，这包括进入我的内心房间，向圣灵寻求帮助，并准备好出发。然后我会去到人群中，通过让他们在圈子里互相交谈来调频大家：“我是某某人，我以某种方式遇到了《一的法则》”，或者“我是某某人，我只想说这些”，或者“我是某某人，接下来我要花半个小时告诉你我的个人问题”。所有这些都没有问题——人们想做什么就做什么。

所以当我们做完所有这些之后，我会去调频自己。然后我会回来，我们会继续通过播放音乐、唱歌或吟唱“Auming”来调频大家——做一些能让我们团结在一起，并将我们带到准备好的边缘的事情。然后我们会说《主祷文》，然后我们会进入冥想。这就是调频过程。

盖瑞：这种结构一直都是这样的吗：大家轮流分享，每个人都在圈子里分享，然后唱歌或听音乐，然后是《主祷文》，然后你就开始冥想？

卡拉：我从未找到更好的方法。

盖瑞：那么在 90 年代后期到 2000 年代初期，你们有两项大型写作项目。1998 年，你们出版了《一的法则》系列的第五卷。你能告诉我们关于这本书的信息，以及促使你们出版这本书的原因吗？

吉姆：是什么促使我们出版这本书？

卡拉：嗯，那是你的主意（吉姆）。

吉姆：[咯咯地笑着]

卡拉：你说：“你知道，Ruck，距离这本书出版已经 15 年了……”很多人想知道：给我们剩下的内容。我们要剩下的内容。我们试图说：“好吧，大多数都是个人内容，不重要。”但后来吉姆读了一遍，他说：“你知道，Ruck，这些内容真的很不错。其中一些……我想分享。”于是他说：“我们这样处理怎么样？我们按片段来做：我负责每个片段，然后我写我的评论，然后你写你的评论。”我说：“太棒了。”所以他完成了他的部分，然后交给了我，然后我完成了

我的部分。我记得有一段时间每天做一部分，直到全部完成。只是要把所有的事情都做完，然后我们收集了所有内容，发给了 Ian。

吉姆：这听起来很熟悉。

卡拉：很多时候我们都会一起工作，然后互相挥手。

吉姆：是啊，对着我们的电脑。

卡拉：我们每天早上一起工作到中午。

盖瑞：那么这些片段最初是从哪里来的？为什么是片段？

吉姆：嗯，基本上是因为唐的决定，它们被排除了最初的出版物。我们都支持这个决定，因为我们不希望人们把我们的个人生活看得和这些资料的价值一样重要。所以我们把它删掉了，这些片段来自最初的记录，这些记录是我在每场集会后用活页笔记本记录下来的。

盖瑞：所以唐是负责选择所有省略部分的人吗？

卡拉：嗯哼。他只是划掉——不想要这个，不想要那个——是的。

盖瑞：然后在 21 世纪初的第五卷之后，你们完成了一本书，叫做《流浪者手册》。你能告诉我们关于这本书的信息，以及它是如何诞生的吗？

卡拉：好吧，之前我开始告诉你关于这本书的事情，所以我不再重复了。除了找到所有我想在书中引用的人，把他们称为“另一个流浪者”，我还给他们编了号，我说：“你想成为 47 号吗？你想以你的网络化身身份为人所知吗？还是你想用你的真名为人所知？”我当时保存了一个文件——而且我相信它现在应该还在我的文件中——记录了所有这些人的信息，我使用了其中尽可能多的引文。

然后我就把这些年来我给出的所有答案进行分类。我发现人们反复问了大约 107 个问题。所以与其一遍又一遍地重复我的答案，我想，“嗯，我会写这本书，人们可以在书中查找答案。”

所以我把它分成逻辑性很强的章节，按照这些内容的顺序来组织：先做这个，然后写关于这个的内容。这本书的目的是帮助流浪者讲述他们的故事，让他们摆脱对流浪者身份的隐瞒，并说：“是的，我就是这样的。”承认它，爱它，并利用它。

吉姆：浏览了我们之前的所有集会记录，并根据我的问题列表，找到了与其中一个问题相关的集会记录，然后他摘录了相关内容并编了号。Roman 为我们创建了一个数据库，用于处理这两件事。所以当我写作时，只需要从数据库中获取问题 1 的编号，然后是问题 2，并分享一些来自邦联的引文，以及分享大量来自真实人物的信件中的引文，这些人物遇到了与读者可能遇到的相同问题。然后我写我的部分——我写我的内容，并将所有内容与我的写作内容交织在一起。就这样。一旦我整理好所有数据，这本书就自动写出来了。

盖瑞：你还记得这本书最初有多少页吗？

吉姆：[咯咯地笑着]一千页。

卡拉：一千二百页。你把它缩减到 800 页了。

吉姆：比这更少。我想我们把它缩减到 650 页了，不是吗？通过删除脚注。有时一个观点会有四五条脚注。

卡拉：你知道，引文。我可能会使用五个人说同样的话。他把它缩减到三条。

吉姆：我没有编辑任何文本。她写的任何内容都保留了下来。我编辑的是引文、脚注和类似的内容，以及重复的部分。

盖瑞：缩略版已经是非常厚的书了。当人们写信给 L/L 时，它仍然是一本很有用的参考资料，因为我们可以把他们引导到这本书，或者——就像你说的那样，它是由回答特定问题的章节构建的——我们可以引导寻求者到特定的章节，帮助他们思考他们的问题。在这方面，它被证明非常有价值。

回到第五卷：你还记得当时人们对这本书出版的反应吗？人们很高兴看到它吗？

吉姆：是的，我们收到了非常好的反应，非常积极。

盖瑞：我生活在第五卷出版的另一边，我几乎是在一个完整的《一的法则》系列中成长起来的。我可以想象，如果有人告诉我有一些额外的集会记录或我从未见过的材料，我会兴奋得飞上月球。对于这些资料的研究者来说，那一定是段美妙的时光。

下一个问题涉及一个在我脑海中可能更加突出的事件，因为它是我的生活中一个关键时刻，但我还是问问你们是否对此有任何回忆。

2002 年 4 月，你们受邀参加了斯科特·曼德克尔在肯塔基州路易斯维尔举办的“全球转变时期”研讨会。在那次研讨会上，你们遇到了几位寻求者，其中一些人在随后的几年里对你们的生活起着重要的作用。对这次活动有任何回忆吗？

吉姆：[咯咯地笑着]好吧，我想我们在那儿遇到了盖瑞·比恩，我不太确定。[笑声]这不是我们第一次和斯科特见面，因为我们在路易斯维尔见过他几次。他会来参加冥想。

卡拉：斯科特曾经带我们去过加州一次。

吉姆：没错。我们曾经去过他的公寓，不是吗？是啊，“全球转变时期”很有趣。它是在加尔特酒店举办的，我们有很多人参加，而且形式很新颖。我想这是斯科特在全国各地分享这些资料时使用过的一种行之有效的方法。他决定把它带到肯塔基州的路易斯维尔。

卡拉：大卫·威尔科克是其中的一部分。有一位女士熟悉玛雅历——不，是一位男士熟悉玛雅历。所有这些都指向了一个事实，那就是全球转变的时机到了——这就是关键所在。斯科特一直是《一的法则》资料的粉丝，他只是请我参加。所以我在某种程度上夹在威尔科克和约翰·梅杰·詹金斯之间。我不能拥有更好的伙伴了。

盖瑞：这是一个独特的活动。在外面用这些资料工作的人很少，所以它在这一点上是独一无二的：这些使用《一的法则》和邦联哲学的人聚集在同一个舞台上，可以说。那是一个非常美好的周末。

【1】OCR（光学字符识别）是一种扫描过程，用于扫描打印的传导集会，并将文本转换为适用于文字处理程序（如 Microsoft Word）的文件。转换后，仍然需要人工审核 Word 文档，以确保所有文本都正确转换。现在在 www.llresearch.org 的图书馆部分可用的许多传导内容都是通过 OCR 发布到该网站的。

【2】通过建立一个新网站！这个项目在卡拉去世前近两年开始，经历了漫长的进展，可能在本书出版时会推出。其目标是将现有档案与社区网站统一起来。

【3】吉姆以对新技术和复杂事物的强烈抵触而闻名。

【4】IMU 是国际形而上学大学，爱/光研究中心通过该校提供一法基础课程，教材为《活出一的法则 101：选择》。你可以在 http://www.intermetu.com 找到它。

第十八章 社区到 Bring4th.org 的过程

作者注：以下内容可能会让人感到困惑，因此需要一些背景信息。多年来，卡拉和吉姆在家中举办小型聚会和工作坊，通常参与人数不超过十人。其中一次活动是 2003 年 2 月的回家聚会。出席的还有另外两位和我自己。我们三人都受邀与卡拉和吉姆同住，尝试建立一个灵性社区。这是唐艾尔金斯长期以来的愿望，卡拉和吉姆决定是时候尝试了。

其中一位从明尼苏达州搬来，另一位则从弗吉尼亚海滩搬来，而我则从克利夫兰搬来。随着时间的推移，其他人进进出出。最多时，除了吉姆和卡拉，家里还有五到六个人。这个实验经历了起伏，经过几年的时间，大家渐渐离去，最后只剩下我。这对我来说是一次终生难得的机会和荣幸。从那时起，我一直住在路易斯维尔。

盖瑞：当我把爱/光研究中心的历史划分成几个章节时，2003 年 2 月的返校聚会标志着一个新篇章的开始。你能告诉我们那时发生了什么吗？

吉姆：大家都留下来了。[笑声]他们不愿回家。

盖瑞：是因为做饭。我们都喜欢那个饭菜。

卡拉：突然间，我们家里有了七位志愿者，家里变得拥挤而快乐。虽然有些时刻很戏剧化，但我们都在努力相处，并尽我们所能地帮助爱/光研究中心。

有一件我没想到的事是，既然有人住在这里，我们真的需要一个更好的地下室，因为那只是个地下室。因此，我们投入了大量精力对地下室进行改造：建墙、做真正的墙、衣橱、天花板、房间。那里变得非常美丽。我们仍然有地方可以容纳聚会时的人。虽然不能接纳很多人，因为这里有住的人，但有几个额外的卧室，能有这样的空间真的很好。这一切都是当时住在这里的志愿者们的努力成果。

盖瑞：所以，换句话说，大家“就留了下来”，你们其实也是为了形成一个有意图的社区而努力？

吉姆：没错。

盖瑞：这不是你们第一次这样做，但这是第一次在如此规模上。你们有三位不同的人从 2003 年的返校聚会留下来，后来又来了几位。

吉姆：有一个大约在 6 月 21 日出现。

盖瑞：是的，最棒的那位。[轻笑]

吉姆：不确定那是谁。是的，我对这个年轻人有些怀疑。他是团队中最年轻的，我想，他对于这个事情来说有点年轻。我在想会发生什么。结果他是唯一留下来的那个人，并且做得非常出色。当然，他就是盖瑞·比恩。

卡拉：从一开始我就对你有很强的好感，你知道的。就有一种联系。

盖瑞：这里有好的土壤、良好的营养和充足的阳光，还有很好的指导。条件……

卡拉：是的，我相信你。你也许年轻，但你很有头脑。所以当我到了必须放弃的地步。我挥一挥我的手，说'我需要一个管理员'，你却说'我来承担这个工作——我会看看我能做什么。'你咬紧牙关，把这件事进行到底，创造了自己的职位。"（盖瑞确实创造并发展了这个角色，多年来组织和协调爱/光研究中心，但成为卡拉的行政助理是因为卡拉的请求和坚持，让他试一试。）

吉姆：而且你变得不可或缺。

卡拉：是的，你就是那个在外面辛勤耕耘的人，如果你想用园艺作为隐喻，你就是在爱/光研究中心前办公室的花园里种植和耕作的人。

盖瑞：谢谢你。那么，当你们开始这个有意图的社区时，你们认为这个实验会有什么结果？你们希望得到什么？

吉姆：我们真的不知道会发生什么。

卡拉：我希望大家能聚在一起，早上起来说'我们今天要做什么？'然后大家有一个统一的想法，知道我们要做的事情。但实际上并没有发生。人们在想起床就起床，想做什么就做什么，似乎每个人对爱/光研究中心应该是什么都有不同的看法。

在接下来的几年里，越来越多的人对爱/光研究中心现状感到非常不满。他们希望往这个方向走，那个方向走，想要变成一个农场，或者以某种方式组织起来，结果基本上分裂成了两个主要的团体：一部分人希望专注于农场的想法——我们确实有一个农场可以利用。吉姆和我拥有一块 93 英亩的农田，位于上游大约 50 英里处，所以我们有那块土地。那是一个美丽的荒野。而另一部分人则留在城里，在办公室里继续做我们一直在做的事情。

这种'我们/他们'的能量越来越强，而不是统一的能量，我从未能让大家团结在一起。这几乎是不可能的。所以每个人都做自己想做的事情，得到了他们想要的，然后就各自离开了。

在大约五年的时间里，我们看到一个又一个人离开。所以人们从 2003 年到 2005 年都在这里，之后人们开始离开，而在 2003 到 2005 年期间，主要是进行建设。这是我们一起做得很好的事情。

盖瑞：是的，我同意一个关键问题是缺乏共同愿景和统一。

那么，如果我问你们从尝试建立灵性共同体中获得了哪些教训，我想其中之一就是对团结和群体凝聚力的需求，对吧？

吉姆：是的，是的。

卡拉：我不愿意强硬地说，'按我的方式来，否则就滚蛋。'我更倾向于说，'告诉我你的想法，我们看看能做些什么。'这并不是一种有效的领导方式，无法形成凝聚力。但这就是我。我永远无法成为那种能领导一个大团队并将大家聚在一起的人，因为我就是我。我不想成为一个领导者，我想促进和支持他人。我对有那么多不同的关于 L/L 的想法感到惊讶。从一开始，我觉得应该怎么做是显而易见的。在我个人看来，我从未听到过比我的想法更好的主意，因此我从未受到动摇。

盖瑞：我认为这个情况可能会受益于一个更强的中心焦点，以便组织和控制所有的人。但我认为这些差异是根本性的，无论如何能量都会逐渐浪费掉。我觉得人们来到这个实验中，每

个人想要的东西都不同，无论作出什么努力都不可能实现统一。

卡拉：是的，并不是说任何人有负面情绪或者希望我们受到伤害。确实有强烈的分歧，但我认为人们最终意识到，没关系，一切都很好——只是我需要做一些别的事情。所以人们在非常友好的情况下离开了，但他们还是离开了。

盖瑞：接下来我们谈谈另一个话题：在 2004 年，你们允许托比·维洛克在他的网站 www.lawofone.info 上发布你们的资料。他随后建立了这个网站，专注于《一的法则》的研究，我认为这是研究你们工作的最佳资源之一。你能描述一下这个过程是如何发生的吗？

卡拉：我认为托比是想了解《第五册》中额外材料的人之一。他想知道每个片段如何适配。当唐删去某些内容后，吉姆又将被省略的片段包含在《第五册》中，我们并没有保留一份原始的、未经编辑的手稿来标明"这里开始，那里结束，这个片段适合于哪里"。所以在某个时刻，我们实际上不知道这些内容的具体位置，我们失去了这些信息。他希望进一步确认所有转录的内容都被准确记录。因此，他发现 97%的内容是准确的，而剩下的 3%需要稍微调整。在少数几次情况下，有些材料遗失了，他找到了并将其恢复到原位【1】。我们对此非常感激。

多年来——我说的是很多年——他听了你（盖瑞）提供给他的原始录音带。在听完每一盘后，他会输入数据并获得新的信息。几年后，当他第一次听完所有的录音后，他产生了第二次再听的想法，以确保自己没有犯任何错误——只是为了自我检查。

最终，经过一段时间，他和其他志愿者再次听完所有的录音，因此这些内容得以重新审核。这个网站记录了所有这些大小的更改，他创造了一种数据输入方式，使用两个数字的标记：一个是集会号，另一个是问题号；例如，22.15，你就知道这是唐在第 22 场集会中问的第 15 个问题，托比的网站搜索机制可以这样轻松找到。

而且，现在所有内容都已数字化，他有一个非常出色的搜索功能，如果你有一个关键字或短语想要找到，几秒钟内就能定位。因此，我非常赞赏他的网站，并且我经常使用。找到东西比其他任何方式都要容易。

盖瑞：这对我个人的学习和在爱/光研究中心的工作都是一个不可或缺的帮手，尤其是当人们写信询问问题时，只需按几个键，就能找到相应的资料，粘贴或直接链接给他们。这真是太棒了，我对此非常感激。那么，2005 年你为什么要开始一个名为《卡梅洛特日志》的项目？

卡拉：我在欧洲进行英国的教学巡回时，记录了每日事件的日志，我发现这非常有价值。它显示了我们非常活跃的状态。日志记录了许多层面的内容，包括在那次旅程中对原型思维的思考。我想，既然不想错过这些东西，那我就继续记录下去。一旦开始，它就有了自己的能量。随着我做得越来越多，收到了更多的积极反馈，所以这成为了我们不想停止的传统。吉姆接手了这个项目，并做得非常出色，你也知道，因为你（盖瑞）每天都在为它贡献内容——当然，你在这里的每一天。

盖瑞：如果有读者不熟悉，卡拉和吉姆每天都会更新一个名为《卡梅洛特日志》的博客。目前它位于 Bring4th.org 的主页上，但当这两个 L/L 网站合并为一个超级网站时，它将可以在 www.llresearch.org 上找到。这个日志每天报告我们在爱/光研究中心的活动。

同样在 2005 年，作为社区的一员，我在 Wooded Glen Retreat 举办了一次返校聚会。这是后来一系列爱/光研究中心工作坊中的第一次，而我也参与了组织工作。[笑]我不知道是否应该以第三人称来称呼自己。

那么，这一代新的工作坊和聚会与之前的有什么不同吗？

吉姆：乐趣多了，活动也多了。

卡拉：规模更大。我们从未有过你这样通过在网站上公开宣布而吸引来的那么多人。我想，这才是真正的区别，以前我们是通过口耳相传——“对了，我们要举办一个聚会，你想来吗？”——让可能感兴趣的人知道。因此，过去我们最多只有五个人，而你们的聚会人数在 30 到 40 人之间。

盖瑞：是的，我们决定返校聚会的最大容量是 40 人。当你说“你的”聚会时——我并不是想要拥有或索取功劳。这些人是因为你们几十年来的工作而来的，我只是帮助促进……

卡拉：我知道，但你是这个项目的制作人。

吉姆：我觉得这个事情上有盖瑞·比恩的品牌，大家都知道了。你去过比恩派对（Bean party）吗？

盖瑞：我听到人们在我走过时小声议论这个。

在 2006 年，你创建了——你已经开始提到这个——爱/光研究中心的行政助理职位。为什么需要这个职位，它是如何实现的？

卡拉：这个职位是需要的，因为我快要崩溃了，试图把所有事情都做完。我负责完成书籍，这真是可笑，但我还是设法把它搞定了。

吉姆：你创造了自己的记账方法。

卡拉：没错。[笑]我只是在 Quick Books 的实际操作中略有涉及，但我尽了自己的努力。我做账、处理所有信件，做所有的事情，结果我发现自己快没时间了，甚至在度假时还得回答囚犯的信，因为那是我一年中第一次有几个小时可以自由支配。我从早上起床到晚上倒头就睡，仍然做不完所有的事情。我一直落后，这让我快疯了，当然在这种情况下做创意工作更是笑话。根本没有时间，而我真的很想进行创作。

于是，有个叫比尔·海的朋友给了我启动资金，让我能开自己的办公室，做我自己的工作，并且能得到一些帮助。我把这个职位提供给了盖瑞·比恩，也就是你，正如我之前所说的，你接受了这个职位，依靠我大约两周，站稳了脚跟后就开始全力以赴。

【1】通过直接处理 Ra 接触的录音带，托比的努力产生了两个与原版出版书籍不同的版本。第一个是重听版本，它是 Ra 接触录音的精确转录，包含了口吃和咳嗽的细节。

重听版本与五本原版出版书籍之间的一些差异包括：

1.由于个人、短暂或 sensational 的性质，一些材料在第一至第四册中被省略。（大部分材料后来在第五册中出版。）这些被省略的片段被返回到 106 场集会的相应位置。

2.在某些情况下，为了提高可读性，唐·艾尔金斯的问题在书中进行了编辑。

3.在几种情况下，为了在出版书中保持连贯性，一些集会的材料被放置到另一场集会

中。例如，书中出现的第 26 场集会包含了第 31 场集会的一个片段。

4.每次 Ra 接触集会都记录在三盘录音带上，这些录音带在不同时间从 A 面翻到 B 面。在 1981 到 1984 年的 Ra 接触过程中，其中两盘录音带被重复使用进行后续录音。这意

味着每场集会中未重复使用的录音带（重听项目使用的）在 A 面翻到 B 面时有小段缺失的材料。

5.在原版中，出于隐私保护，有些名字被删除（或从录音中抹去）。在新版本中，一些名字已被恢复（在获得许可的情况下，或当被提及的人已经去世，或在某些著名 UFO 接触者的情况下）。

6.在某些情况下，在转录或排版原始手稿时出现了简单错误。

大多数更改都涉及唐的问题。

从这个版本创建了轻度编辑版，正如卡拉所描述的。

轻度编辑版随后与吉姆见面，在此基础上进行了进一步的调整，最终成为《Ra 接触：教导一的法则》中使用的版本。即便在这个高级阶段，文本仍然几乎是录音带音频的精确副本。

第十九章 Bring4th 到现在

盖瑞：我们现在来回顾一下爱/光研究中心的最后一章。卡拉和吉姆，在 2008 年 5 月，你们遇到了 Steve Engratt。发生了什么事？

卡拉：嗯，我当时一直在努力建立一个线上社区。在这之前已经尝试过两次了；它们都失败了，我们把它们下线了。我想它们存在于旧版本东西的深处，但我们没有那些版本，据我所知，它们已经消失了。所以，Steve 是一个也想做网站的人，他的愿景与我非常一致——把它变成一个可以将孤独的人聚集在一起、在积极的氛围中自由交谈的地方。

所以，我们和你们（盖瑞）以及吉姆讨论了这件事——主要是你——我们三个人共同构建了现今 Bring4th.org 的最初愿景。我们确定了我们想要做什么以及如何在优先事项方面尝试去做。我认为第一件事是一个论坛——建立论坛，然后我们建立了其他功能。我们逐步上线。【1】

我对 Engratt 的工作真的很兴奋。他非常积极，而我当时也深度参与了写作。我相信我曾要求你找到一种方法来监控论坛中的交流，以确保所有帖子都充满尊重和爱，并且充满正能量。所以，一直以来都有监管。由于我在电脑和所有与电脑相关的事情方面都是个恐龙，我不得不把技术方面的事情交给你。这些年来，我对结果感到非常满意。看起来它正在为他人服务，而这也是我们的目标。

盖瑞：你觉得我们能够建立的东西实现了你的愿景吗？听起来你对此很满意。

卡拉：我确实觉得我的愿景实现了，因为我基本上想要一个人们可以去谈话的地方；他们当然可以去，而且他们确实去了。我不知道我们现在那里有多少万条帖子，但数量非常多。

盖瑞：也许超过 10 万条了？【2】

卡拉：所以人们正在找到好的对话，而且它一直保持着良好的状态，没有变得难看。一旦有人开始变得难看，就会收到警告，他们会经历一个相当长的警告和谈话的过程。几乎所有情况下，你都可以解决问题并将其平息。在极少数情况下，我们不得不阻止这些人的帖子被发布，仅仅因为他们会变得难看，而我们不想让这种能量在线上出现。在网站的任何地方，我

们都不希望出现任何除了爱意以外的能量。

盖瑞：调解并不总是令人愉快或有益的任务。【3】

卡拉：没错，这是一份艰苦的工作。但总得有人去做。

盖瑞：那么，为什么有必要为线上社区创建一个单独的网站，而不是仅仅将其整合到档案网站中？

卡拉：仅仅是因为 Ian 没有这样的愿景；他想要一个图书馆网站。他并没有，明确地表示不想创建一个社区网站。他看到了很多问题，而且他不想参与到那么多的工作中。他已经参与了大量的工作，翻译开始涌入……他将不同的翻译发布到网上，并让每一个翻译都得以制作、编码等等。这个人工作很努力，而且他在做的事情上做得很好。所以我们只是建立了另一个网站。但是现在 Ian 退休了，Steve Engratt 接管了一切，我喜欢你将这两个网站合并在一起的愿景，这样更容易使用。

盖瑞：所以，新网站也带来了爱/光研究中心的第一个线上商店，这是读者第一次可以通过互联网订购你们的书籍，而无需使用邮购表格。

卡拉：没错。而且这是他们第一次可以轻松使用信用卡。

盖瑞：是的。而且线上商店还具有一个额外的好处，那就是让读者更容易向爱/光研究中心捐款。因此，在你们运营爱/光研究中心的所有年头里，这是你们第一次不用从自己的口袋里掏钱来资助这个组织。正如你喜欢说的那样，只是足够维持运转。

卡拉：真是太棒了。有时我们会觉得不可能，然后有人会寄来一大笔捐款，让我们勉强过得去，仅仅是勉强维持。我们从未有过很多盈余，但我们一直勉强度日。

盖瑞：这就是我参与爱/光研究中心的经历。我们通常在年底的时候会用完燃油，直到有足够的钱进来让我们继续运作——感谢年度募捐活动。

我想在这段采访中指出，你们不仅多年来一直从事这项信息传达服务，还举办了这些研讨会，并对寻求者做出了回应，而且你们还支付了整个项目的费用。

卡拉：没错，没错。而这对那些帮助我处理唐留给我的东西的人来说非常令人担忧，我把这些东西放进了信托基金里；我的信托官说，“你为什么从你的信托基金里取出越来越多的钱来花费在这个——捐赠给这个群体？”我说，“嗯，他们需要这些钱。我想确保有足够的钱来做这件事。”

吉姆：我们是“他们”，这是我们的工作。还有什么可做的呢？我们尽我们所能。

卡拉：是啊，她有点不安，但我告诉她，“如果我把唐留给我的所有钱都花掉了，那才是公正的。唐会这么做的。”所以我感到满意。她也必须感到满意。

盖瑞：我希望通过这次访谈，将爱/光研究中心的创始人的意图、你们的精神以及你们做事的方式传达给后代（如果爱/光研究中心继续存在的话）。无论是我担任管理员还是未来其他人，我希望这将成为一项贯彻始终的政策：无论如何，我们都要让爱/光研究中心继续下去。即使捐款用完了，我们也要开始自己出钱。如果我需要找一份不同的工作，那么我就找一份不同的工作来赚钱，但这是首要的，这艘船要继续航行。

吉姆：这就是精神。你拥有这种精神。

卡拉：你说得对。希望你不会像我们在这里讨论的那样做出牺牲。

盖瑞：从 2000 年代中期到现在，你们一直逐渐退出一些爱/光研究中心的核心职责——当然，你们仍然是爱/光研究中心的创造性核心和精神。当你们这样做的时候，我成为了爱/光研究中心事实上的方向设定者、决策者和代表，基本上作为管理员协调和管理整个运营。你能描述一下这种转变吗？我是否按照你自己的心意，将你的工作和精神发扬光大？

吉姆：哦，是的。我们很高兴有你在那里。我想，在过去的一年左右的时间里，我们已经多次谈论过这件事，我认为公开谈论这件事是件好事。但显而易见：你在做我们从未梦想过的事情，即使我们现在梦想过，我们也做不到。正如卡拉所说，我们在某些方面已经成为了一种恐龙，所以我们很高兴能坐下来，尽我们所能为他人服务——交流、冥想和在可能的情况下进行谈话，无论什么。但对于这艘船的航行和航线的指引，你就在那里，感谢上帝有你。

卡拉：如果我看到任何有疑问的东西，我会向你提出质疑。你从未说过，“好吧，我现在接手了，你们可以离开退休了。”它一直都是一项共同的努力，我认为只要我们还活着，它就会一直是共同的努力。但我并不理解许多事情的技术方面。我当然能理解非技术方面，我们已经讨论过这些方面，而且它们总是符合标准。所以，我真的很高兴有你。

盖瑞：谢谢。这个问题本可以往坏的方向发展。[笑声]

吉姆：访谈本来就应该结束了！[更多笑声]

卡拉：保持你的尾巴高高翘起，因为你有理由自豪。

盖瑞：感谢你们的积极回应。这对我的意义重大。在最后一个自我反省的问题中，正如你们所指出的那样，在我的任期内，爱/光研究中心在重要方面获得了有机增长。L/L 既是一个档案库，也是一个线上社区；它举办了更大的研讨会；我们正在进行每周的“现在”广播节目。我们举办了一个更完善的监狱事工，多个通讯，一个每日博客，社交媒体平台，每日箴言功能；我们一直在努力，感谢奥斯汀，让音频和电子书版本的资料变得可用，协助托比的“重新聆听”项目，在博览会上设立展位，协调志愿者翻译项目等等。不谈论我个人，而是谈论这个组织，你如何看待这一切，你是否对你的组织所取得的增长感到满意？

吉姆：哦，我的天，真是太棒了。我感到惊讶。而且感到震惊。是的，仅仅将所有这些都列在一个地方，这需要一段时间。真是太好了。太棒了。

卡拉：如果我们能想到更多为他人服务的方式，我们也会去做。这就是我们的想法。我们将会考虑志愿者提出的任何想法，那些看起来不错的，我们将会保留并执行。

盖瑞：随着爱/光研究中心故事的结束，它最近的一个里程碑发生在 2013 年，当时你批准了我的请求，让奥斯汀·布里奇斯加入我们，他是爱/光研究中心论坛的志愿者版主之一，让他和我在办公室一起工作。为什么需要这样做，到目前为止取得了哪些成果？

吉姆：嗯，我们从一个非常了解的人那里得到了可靠的消息，那就是工作量很大，我们需要另一个人的帮助，因为你需要帮助。你已经制定了一个大胆而辉煌的计划，并发现有很多事情要做，而在那里有一个伙伴和你一起工作，将是一件真正令人欣慰的事情。所以，我们当然同意了，结果也很好。我认为奥斯汀做得很好。他非常有能力，一个非常温柔的人，非常聪明、睿智和耐心。我们也感谢他的建议，尤其是关于如何处理版主情况。我们曾与各种人发生过冲突。

卡拉：他非常有爱，非常明智。很棒的组合：体贴和有爱。他似乎要么创造出你从未做过的

事情，要么实现你脑海中的想法，比如将所有关于 Q'uo 的内容数字化。所以他只是找到更多的方法来为他人服务，让那些想要找到我们的人更容易找到我们。愿上帝保佑他的灵魂。我认为，工作有一种自然倾向，那就是填补你拥有的时间，然后变得过度饱和。我知道，在最终发出抱怨并找到一名管理员之前，我一直超负荷工作了很长时间。然后，大约，哦，十五分钟，你没有太多事做，你开始制作清单，然后按照清单上的内容做事，然后来找我再要一份清单。然后你有了你从未完成的清单，然后情况越来越糟。最终，你来找我们，说，“救命！”

结果一切都好。奥斯汀的到来让一切都好。我从未如此高兴，现在从他的言行中我听到，你们俩都开始忙得不可开交了。[笑声]似乎那里正在扩展；真是太棒了。我希望灵性能最终派给我们第三个人，因为看起来我们将会需要一个。

盖瑞：你们这样想真是太好了。快一年了；8 月初将是他加入我们一周年。

卡拉：感觉时间不可能过得这么快，但他让我们感到很开心。他真的很棒。

盖瑞：一个脚踏实地的人，头脑冷静，我知道这是必要的，考虑到……

卡拉：而且他融入得很好，天衣无缝。我感觉不到有任何适应期。

盖瑞：看到有些人在这个环境中把自己搞得焦头烂额，无论是由于形而上的特质，还是因为我们本身就难以相处，无论是什么原因——

卡拉：两者都有……或者两者都是。[笑声]

盖瑞：——我知道我们需要一个坚强、脚踏实地的人。而他绝对是坚如磐石。我也同意你使用的其他形容词，包括睿智、耐心和善良的灵魂。

卡拉：我的天哪，有人来帮我做笔录，因为我再也看不清电脑键盘了！我无法跟上我的通信，所以他帮我处理这些事。最后——而且你知道，和朋友聊天等等，对于爱/光研究中心来说并不算是高优先级——但他帮助我处理我的个人朋友。这肯定很无聊——肯定非常无聊——最后，他感谢我们能够一起工作。

盖瑞：是的，你说的是“天衣无缝”。这也是我会用到的一个词。我和他相处得非常融洽，我们四个人也……

卡拉：你们真的非常融洽。你们就像鲍伯西双胞胎，尤其是当你们走进办公室，从后面看你们两个人的时候，你们的卷发扎着两根一模一样的马尾辫。我发誓，你们看起来就像双胞胎，就像走开一样——咔哒咔哒，噼里啪啦。[笑声]

盖瑞：偶尔会有人经过这里，问，“你们是兄弟吗？”我会回答说，“我们没有血缘关系。”这是弗雷斯特·甘普在丹中尉问他和巴伯·甘普是否有血缘关系时给出的回答，弗雷斯特困惑地看着巴伯，不明白这不是一个有效的问题。

所以，对于我们关于爱/光研究中心传记的最后一个问题：根据我过去十一年来的经验，爱/光研究中心所取得的许多成就都要归功于志愿者。这些志愿者经常主动提供和发起他们自己设计的特定服务。这种情况一直都是这样吗？你认为这是为什么？

吉姆：人们只是想帮忙。【4】这些年来，无论他们的才能是什么，我们都经历过这种情况。在计算机时代之前，他们会提供一些东西，比如艺术才能——你想让我为你画点什么吗？

——或者编辑——我可以编辑——或者——

卡拉：或者在我们有很多邮件要分类的时候，帮我们分类邮件。

吉姆：是的，人们只是想帮忙。我们一直受到启发，并对那些对《一的法则》信息感兴趣的人的品质感到惊讶。我们只是不断地看到这一点反映在我们身上，因为人们主动提出要志愿服务。

卡拉：我觉得灵性正在将我们需要的发送给我们。整个能量中都包含着灵性的活力。人们确实想帮忙，但我认为也有一种被灵性祝福的感觉，是我们一直祈祷的，我们一直在获得灵性的、天使般的帮助。在爱/光研究中心中有很多看不见的朋友，来自其他地方，也来自这里。

盖瑞：我同意所有说法，尤其是那些被这种资料吸引的人的类型或品质。多亏了《一的法则》，多亏了这些信息，我遇到了世界上一些最棒的人。

卡拉：这是一个很棒的镜头，将人们聚集在一起。

盖瑞：志愿者的工作令人惊叹，有时我们会给自己设定一个目标，或者有一个我们可能说也可能不说出口的具体需求，而这些具体目标或需求会被志愿者满足。有时，志愿者会带着他们自己的项目来找我们，而这些项目是我们之前可能从未考虑过的。但我认为这个组织的优势之一是，我们会看看它，然后说，“太棒了，我们来做吧！”比如，“你需要什么？我们如何帮助你？”然后它就变成了合作。我们变得比部分之和更大。

卡拉：没错，我们一直都比部分之和更大，即使只有我们三个人在工作，而且远比这还要大。

吉姆：我们应该提一下，我们最棒的志愿者之一就在我们房间里，在我们说话的时候为我们录像。

盖瑞：我从镜头外抬头看他。

卡拉：耶，肯！

肯：不客气。

盖瑞：牧师博士，正如他在某些地方被称为的那样。他也会主持我的婚礼，所以我们开始叫他牧师。他拥有博士学位，所以他是牧师博士肯。

就这样，我们结束了爱/光研究中心的传记部分。我们经历了一段漫长的旅程：从托马斯·曼特尔事件，以及唐对不明飞行物现象的兴趣开始，一直到今天。

卡拉：愿它持续存在，只要有人需要这种能量。

【1】论坛还增加了其他功能，包括博客、聊天室、连接寻求者的地图、我们的新闻订阅页面、一个综合链接页面、每天揭示宇宙秘密的内容等组件。

【2】截至 2016 年 2 月 16 日，共有 193,920 条帖子，10,329 个主题，以及 6,025 名注册会员。

【3】从经验上看，这是最糟糕的。幸运的是，奥斯汀·布里奇斯现在负责管理团队，并在我们澳大利亚朋友和志愿者加里·冯的宝贵和聪明的帮助下进行工作。用户名为 Bring4th_Plenum 的盖瑞是一个致力于《一的法则》和灵性社区的在线论坛中最好的版主。

【4】在 2014 年日历年中，我们得到了约 50 名志愿者的帮助，包括翻译人员。

第二十章 对 L/L 未来的展望

盖瑞：我相信健康的运气和魔法一定对爱/光研究中心的成功做出了贡献，但就可识别的方面而言，你认为哪些原则对爱/光研究中心的持续存在和服务能力做出了贡献？

吉姆：嗯，我想是渴望，首先是渴望服务。坚持不懈。还有一点运气。你怎么看？

卡拉：嗯，人们觉得我们很有帮助。只要我们与正在寻求的人相关，那就是我们的目标。如果这些资料有帮助，我们会提供出来——免费提供。这真的...这真是一个很谦卑的目标：只是为了继续让这些资料可用，并且始终对那些发现我们资料有用的人开放，无论老方法还是新方法。

吉姆：我认为目标始终如一：让资料免费可用。但方法才是最近真正发生了变化的地方，你一直在论坛、网站和其他方面做的事情。我们希望有更多的方法。

盖瑞：在第五卷中，你也说过：只要人们感兴趣，只要人们从这些资料中得到帮助，我们就会回应他们的呼唤。

卡拉：是的。

盖瑞：那么，你认为对于任何想要服务他人的组织来说，哪些原则很重要？

卡拉：纯粹、谦卑...

吉姆：鲁莽...[笑声]堂吉诃德式的...

卡拉：我认为纯粹是指你在所有行动和道德立场中都保持着高尚的道路，还有...我用过的另一个词是什么...哦，谦卑——是的，重要的是要记住，如果我们发现这些资料变得无关紧要，那么我们就静静地关掉...你知道，我们会离开，说，“好吧”。如果我们发现这些资料不再有帮助，我们不会去找其他事情做。这就是我们的服务范围和核心，我们对此真的非常谦卑。【确认自己的谦逊，反而有显得不够谦逊的风险(affirming one’s humbleness risks coming across as being not-so-humble)。我‘盖瑞’认为卡拉在这里所说的是，她意识到自己是一个人，任何试图透明生活和走高尚之路的努力本质上都是有缺陷的。进一步说，她认为自己的工作是谦逊的，因为她、吉姆和她的组织并不追求名声、荣耀、财富或他人的关注。相反，她和吉姆在大多数人眼中是无名之辈，默默地过着自己的生活，尽力过得最好，将他们的工作提供给有兴趣的人，意识到这可能只会引起少数人的共鸣，但这依然是值得去做的努力。】如果它有帮助，那就太好了。让它继续可用。

盖瑞：所以，虽然这不是马上就会发生的事情，至少要等到 2100 年、2200 年，但当你离开你的肉体复合体之后，你希望爱/光研究中心在你离开后如何发展？

吉姆：它将继续存在、闪耀、服务，并以任何可能的方式前进。

卡拉：我们已经修改了遗嘱，在我们一生中用于爱/光研究中心的所有资金现在都将归你所有，所以你算是我们的继承人。我们完全信任你，相信你会保持纯粹、谦卑，以及鲁莽地前进，高举旗帜，找到所有可以帮助人们的方式。

盖瑞：做着不可能的梦。

卡拉：做着不可能的梦。是的，如果我们能成为那只一百只猴子中教导世界如何爱的那一只，

那就太棒了。

盖瑞：这个问题可能只是重复了你们之前所说的话，但它以不同的方式集中了主题。

我之前说过，我并没有把你们两个放在神坛上，但无论好坏，我认为更好的是，你们是这个致力于灵性发展的组织的创始人，而那些接替你们和我的后代，那些以自己的方式继续你们工作的人，将会在一个由你们的努力和精神所启动的轨迹中运作。

假设三密度继续存在，爱/光研究中心也得以延续，如果你能对那些没有机会与你亲身相识的后代说些什么，你会对他们说些什么？

卡拉：我会对他们说，看看这些资料。[所有人一起笑]别担心我们。

吉姆：如果你对脚注感兴趣，你可以在以后查看我们。【1】

盖瑞：Ra 说：

> Ra 几乎所有正面的管道和群体都可能因为我们所说的四密度负面思想形式的诱惑【2】而降低其正面性，甚至变得毫无用处。
>
> 它们可能会对特定信息造成许多扭曲，对自我进行夸大，以某种政治、社会或财政的方式让组织蓬勃发展。
>
> 这些扭曲使焦点从我们都是信使的唯一无限的爱与光源上移开，我们谦卑地知道，我们自身只是造物者最微小的部分，是无限智慧宏伟整体中的一小部分。62.23

正如我们之前讨论的，当一个人或一个组织成长时，如何平衡这种成长，使焦点如 Ra 所说，始终停留在唯一无限的爱与光源上？如何成长而不偏离焦点？

吉姆：嗯，我们每天通过晨祷来提醒自己，我们究竟为什么来到这里，我们想做什么，以及我们想如何奉献自己的生活。我们从《一的法则》、《圣经》（旧约和新约）、其他鼓舞人心的作品中阅读，只是为了感受为这一天打下基础的感觉，而多年来的生活就成为一种第二天性。它就在那里。它就像你眼睛或头发的颜色一样，是你的一部分。

盖瑞：每天给自己设定自己的编程……

当你在与 Ra 接触之前进行圆圈仪式行走时（Ra 给你的仪式），Ra 让你问自己问题，然后你自己回答，比如，“我们在做什么？我们在……”是怎么说的？

吉姆：天哪，已经好几年了。“什么是法则？法则是一。我们为什么在这里？我们渴望为一服务。”是的，基本上就是这样。

盖瑞：所以你是在肯定和重申你的意图。

吉姆：是的，就像冥想一样。它把你带回到你本性的核心。我们可以通过晨间供奉走同样的道路。我们当时也在冥想——一个更短的冥想。

卡拉：我有一个例子，说明你如何避免被庞大的事物淹没。我和莫妮卡一起开始了“现在”电台节目的第一代节目后不久，我就被邀请了。这个人——他的女儿听了我们的节目，然后让他也听了。他是一个制片人——大人物——有几个非常成功的节目，为他们的主持人创造了很多名声和财富。他把我看中作为主持人，尽管实际上是莫妮卡在做节目开场和结束等等。无论如何，他说，“我要你。我不需要莫妮卡，也不需要你一直谈论你的节目。我想要你邀请一些对每个人都有兴趣的嘉宾，并且我希望你直接切入主题。确保你以一个重击开头，以一

个重击结尾。”他说，“我会听的，如果你想要这份工作，欢迎你来试试。”我说，“算了吧！我对帮助我们的人民感兴趣，我们正在努力回答他们在阅读资料后可能会有的一些问题。这个目标很小，我对弄清楚什么会让人印象深刻，或者邀请与一的法则无关的嘉宾没有兴趣。”他说，“你正在放弃很多钱。”

然后我说……”是啊。”[笑]当我告诉莫妮卡这件事时，她说，“把他介绍给我，好吗？”如果她是认真的，我会的，但她只是在开玩笑。无论如何，我只是放弃了。这不是我们来这里的目的。我不想变得强大。我并不渴望变得强大。我只想为资料服务。”

盖瑞：你们俩很久以前就知道自己想做什么，并且一直忠于此。

卡拉：我们是谦卑的器皿。

【1】未来的世代，希望你们没有将卡拉、唐和吉姆神化或封圣，但你们一定给了他们的生命比脚注更多的空间。很有可能，一的法则资料像当年震撼我们一样震撼着你们，你们也会惊讶于这三个极其平凡的人竟然取得了这样的成就。

除非在你们的后末日世界里，书籍被禁止了，那样的话你们就不知道脚注是什么了。

【2】不是 1960 年代的摩城音乐组合。

第二十一章 组织使命

盖瑞：在继续之前，我想先说一下。第一个问题对我来说似乎不言而喻。然而，这次访谈的目标之一是希望这些材料未来能成为爱/光研究中心的内部资源——作为一种指南，为那些继你我之后的人提供参考。他们可以参考你的思考和理由。

你是什么时候决定将所有信息免费提供给大家的？你希望通过这种政策实现什么？

吉姆：你和唐之前不是就一直这样做吗？

卡拉：从一开始，我们就希望它可以免费获得。从未想过其他任何可能性。这些资料就在那里。我们从未想过要强迫人们接受，但如果他们觉得有用，我们希望确保他们能够获得。这是唐的政策。我们从未改变。

盖瑞：在资本主义世界里，这不是一个明智的做法。

卡拉：“我的国度不属于这个世界。”我可能会经常引用这句话。

盖瑞：所以你们一直以来都是抱着一种“取其精华，去其糟粕”的精神提供这些信息。这种基本理念几乎贯穿了所有的 Q'uo 通灵，也渗透到 L/L 所做的一切。这有什么用处呢？

吉姆：我认为这重申了人们的自由意志。有太多团体宣称要帮助人们，但当人们加入其中时，他们会发现需要付出一定的代价，他们必须做某些事情，以某种方式去做，或者……

卡拉：相信某种方式……

吉姆：相信某些东西，或者其他什么。我们希望人们知道，他们的自由意志是最重要的。这是我们一直以来受到星际邦联源头对待的方式，所以我们以同样的方式对待人们是合乎情理

的。这让人们知道我们重视他们，如果他们需要我们提供的东西，我们很乐意提供。

卡拉：我认为这有助于人们在寻找自己的灵性道路时获得支持。他们往往无法加入他们祖先的灵性道路，我们可以这么说，或者基督教教会、犹太教教会、佛教——无论是什么教会，他们都无法找到归属感。

他们正在开创自己的道路，他们有自己的直觉和常识，我们希望支持他们，让人们知道我们相信这一点。对他们来说，什么有共鸣，他们就应该遵循什么。如果我们的工作对他们有帮助，我们很乐意提供帮助。

盖瑞：从另一个角度来看同一个基本问题，在你看来，为什么避免传教，以一种冷静的方式分享这些信息（如果你觉得有必要分享的话）很重要？

吉姆：好吧，这似乎是另一种验证人们自由意志的方式；你要等到被问到才说。你可能会在某个地方暗示一下，但没有必要传教。这样做通常会浪费你和你他们的很多能量。这样做不和谐。你试图操纵人们的自由意志，这是负面的道路。感觉不好。

卡拉：我们发现，仅仅是那些来找我们并询问我们资料的人，就足够我们忙碌了。为什么要浪费我们的精力和时间去说服那些无论如何也不会被说服的人？为什么他们需要这些？没有我们，他们也过得很好。我们想要支持那些需要我们资料、觉得它有用的人。

盖瑞：虽然你提供了很多你对这些材料的思考和解释，但你一直坚持，就像卡拉说的那样，你们只是“车上的傻瓜”，和其他所有人一样，你们的观点不应该被提升到权威的水平。你能谈谈这个吗？

吉姆：哦，我的天哪，是的！[笑]我想，我们拥有与其他人一样的催化剂；它可能以我们自己的方式进行调整，以学习更具体的课程，我不知道。但我们有自己的优点和缺点，以及对帮助、咨询的需求——我们做的事情和其他人一样。我的意思是，这对我来说似乎是显而易见的，因为我生活在自己的皮肤里——我知道自己有多蠢！[笑]但我也在努力提升自己；这就是我成长的方式。我认为每个人都这样。我们所有人都有优点和缺点，有欲望和目标，我们都在尽力而为。偶尔我们会需要一些帮助。所以，我们在这里帮助那些需要帮助的人，因为过去我们也从其他人那里得到过帮助。

卡拉：我们得到朋友的一点帮助就能过得很好。

吉姆：[笑]确实如此。

盖瑞：你们试图在寻求灵性启蒙的人群中培养一种社区意识。为什么这对你们很重要？

卡拉：我认为人们具有社区意识。我们几乎无法独自完成任何事情。我们可以假装自己很孤独，我们可以点外卖。我们可以选择网上购物，而不是出门与人交往，但催化剂是与人交往。我们从与其他人在一起中得到了基本帮助，尤其是在谈论事情、咀嚼脑海中挥之不去的事情方面，并不是每个人都有机会在家庭环境中做到这一点。许多人向我表达，他们觉得在家庭环境中非常孤立、非常痛苦，因为他们没有可以谈论对他们很重要的事情的人。所以，让我们尝试提供一个这样的地方。

吉姆：Ra 说得很好。“志同道合的人在一起寻求，将会更加肯定地找到。”【1】有镜子有助于我们。确实如此。尽管我热爱独处，但独处并不像与另一个人在一起那样能教会我们很多东西。

盖瑞：你将合作视为爱/光研究中心运作的重要方面。你认为爱/光研究中心是合作性的努力

吗？

卡拉：哦，绝对是！从一开始，就是这个团队制作了材料，也就是 Ra 的通灵。一直以来，都是这个团队提出问题，并决定通灵过程中收到的答案的基调。

所以，即使从核心来看，在作品的创作中也存在合作。我不知道如果只有我和吉姆为爱/光研究中心工作，我们会是什么样子。肯定不会像现在这样。完全不像。我们不知道你们是怎么做到的。我们只是非常高兴它运作得如此出色。

吉姆：确实如此。

盖瑞：就我个人而言，在爱/光研究中心的协助下，团队合作一直很突出。我经常感谢和热爱这种团队合作，也注意到——我们经常谈论这个——当整个团队都参与进来，或者不止一个人参与进来时，最终的产品总是更好的。

卡拉：是的，第二个人的眼睛总是很有帮助。

盖瑞：你们每年都会举办筹款活动，并且通过你们的在线商店销售材料的实体版本以及其他相关产品。赚钱和支付账单与灵性寻求和以灵性的方式服务不相容吗？

卡拉：绝对不！每个人都需要支付账单。我们有责任为我们所购买的东西负责。我认为，如果从事灵性工作，就可以坐享其成，因为这是灵性工作，这种观念行不通。你必须像其他人一样努力工作。

盖瑞：在第一次通灵中，Ra 说：

> **Ra：**这个群体中的每一个人都在努力使用、消化和多样化我们发送给这个器皿的信息，这些信息通过心/身/灵复合体的渠道传递，没有扭曲。你们通过分享自己的光所照亮的人远远超过了最大的努力的理由。为一个人服务就是为所有人服务。因此，我们将问题
>
> 返还给你们，以表明这确实是唯一值得做的事情：学习/教授或教授/学习。除了你的存在，没有任何其他东西可以帮助证明最初的思想，而来自无法解释、表达不清或笼罩在神秘中的存在的扭曲很多。因此，在你们教导的过程中，尽力识别和穿梭于你们的族人中尽可能多的群体心/身/灵扭曲，这是一项非常值得付出的努力。我们无法更勇敢地表达你对服务的渴望。1.10

在这里，Ra 传达了存在的服务的优越性——你本来的无为散发或照耀，不参考你在做什么——但他们也赞扬了唐的努力，或者说团队的努力，去分享这些信息。为什么要尝试分享这些信息？

吉姆：一旦你尝到了对你真正有帮助的东西，想要与其他人分享它似乎是一种自然的延伸。如果你有一颗开放的心，并将它指向为他人服务，它就会自然发生。你想要分享它。你拥有好东西。小孩子们在货架上发现了一种新的早餐麦片，他们就会去吃，在电视上看到一部新的节目——我认为这几乎是 DNA，就像基因编程一样。嘿，和你的朋友们分享吧！

卡拉：是的，我们非常高兴能够帮助任何可能觉得我们的东西有用的人。我们为什么要这样敞开心扉？就像我说的，我们是社交的人。我们是一个社交群体。如果我们发现它有用，那么也许其他人也会发现。

盖瑞：你们对宣传这套作品有什么想法？

吉姆：这很棘手。你必须为广告付费，所以我们仍然使用一些广告。我们还在杂志上投放广

告吗？

卡拉：我们试过。效果不好。

盖瑞：现在还没有。我们正在等待新网站的发布，然后我们将尝试以明智的方式，以有限的方式探索一些广告。

吉姆：我认为……我们必须考虑一下。[笑]这是一种可能性。这在我们的文化中非常普遍。你宣传你拥有的东西，以便人们了解你。过去，口碑宣传对我们非常有利。我真的倾向于这个方向。每天你都会听到关于互联网上病毒式传播的事情。我认为，当时机成熟时，人们会找到我们。我发现自己正在改变对广告的看法。[笑]

卡拉：是的，我不喜欢广告。我喜欢保持这种状态，介于默默无闻和未知之间。我喜欢人们必须搜索才能找到我们，因为我认为灵性上的探索至关重要。它是意图，是意志驱动欲望。它让灵性知道，嘿，我想要这种材料，灵性就会介入并提供帮助。人们以最奇怪的方式找到了我们的材料。它可能会落在雅典的一家旧书店里——人们告诉我们，他们以前以非常奇怪的方式找到了它。但随着互联网的出现，大多数人可能都会进行搜索，并最终以这种方式找到我们。

吉姆：我们唯一一次尝试广告，就是提供免费阅读的书籍，如果你想保留它，就捐赠你选择的金额——你的金额——或者退回书籍。我想我们可能通过这种方式接触到了一些人，但我不知道这是否是一种好的方式。这是我们唯一进行广告的方式。

盖瑞：在员工会议研讨会【2】上出现的想法是，首先，如果我们确实进行广告宣传，我们并没有打算操纵人们的心理，或者制造消费者——比如试图说服他们，无论出于什么原因，他们都需要这个，或者他们应该购买这个，它会帮助他们表现得更好，或者获得约会，或者找到救赎等等。而且，如果我们使用付费广告，就简单明了地说明，“这就是它；这就是我们拥有的。如果你想要，就来查看我们；如果不是，嘿，没关系。也许在这种情况下，你想要其他东西。”

卡拉：如果你仔细想想，考虑到现在的文化，如果我们试图变得庞大，试图超出雷达的范围，很快就会有人与一些更为严格的教会有关联，指着我们说，“他们是魔鬼！”我没有任何理由想要鼓励这种行为。我非常满意地保持低调；我认为这真正服务于帮助人们的灵性目的，真正帮助那些寻求创造自己道路的人。

【1】那些一起寻求的人也可以享受完整的引用：

> **发问者：**你能扩展一下你所说的两个极化实体在穿透面纱方面的相互作用吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。我们将陈述两点需要注意的事项。第一是两个极化实体在关系中的极化潜能，这两个极化实体已经踏上了服务他人的道路，或者在极少数情况下，踏上了服务自我的道路。其次，我们注意到我们已经学会称之为“倍增效应”的影响。志同道合的人一起寻求，将更有可能找到。83.17

【2】一份呼吁传达给地球的每一个角落，邀请最明智和最具灵性先进性的寻求者在爱/光研究中心中心举行一次伟大委员会。目标是解决困扰这个星球的弊病，并找到一种方法，将启蒙和减轻痛苦带给广大民众。当没有人回应这个呼吁时，我们的一些亲密朋友和长期志愿者于 2013 年在爱/光研究中心举行了一次员工会议，反思爱/光研究中心的工作，并讨论其未来的方向。

第二十二章 关于哲学

盖瑞：哲学是什么，为什么这些信息可以被认为是哲学？

吉姆：一个自然哲学家应该回答这个问题。

卡拉：嗯，哲学试图解决那些无法以线性方式回答的问题。我们为什么在这里？我们是谁？我们知道什么？我们要去哪里？

过上美好生活并不一定需要具备哲学性质。许多没有哲学性的人只是简单、善良、勤劳的人，无论他们遵循什么——他们的教堂或其他什么——这对他们有效，这就是他们需要知道的全部。

还有很多其他人成年后在智力上觉醒，意识到这些问题真的困扰着他们。他们想知道我们要去哪里，我们为什么在这里，发生了什么事，生命的本质是什么？我们的本质是什么？我们如何知道我们所知道的？我的意思是，这些都是迷人的问题，它们在艺术和科学的宇宙中占有一席之地——从希腊时代之前就一直如此——当然，我们都熟悉希腊哲学家。

一个以哲学方式寻求答案的人试图回答这些问题，并不一定渴望宗教体验，而只是渴望找到这些问题的答案。因此，我们的材料将被归类为哲学而非宗教，尽管这两者都将许多相同的问题作为其范围。我们不是试图让任何人相信这一点，或对这一点有信心，或崇拜这一点。我们试图弄清楚拼图的碎片是什么，它们如何拼凑在一起。

盖瑞：还有就是为人们提供工具，让他们可以走自己的路。

卡拉：帮助他们自己去寻求。

盖瑞：你会说你们用一生奉献的这些信息是绝对可靠的吗？或者说完全没有错误和失误？它总是正确的吗？（无论那个词意味着什么）

吉姆：这是一个试图找到真相，找到内在的自我，找到现实本质的尝试。Ra 谈到了对错的概念，说实际上没有对错，只有合一。

现在，我想人们可能会说，“那么，那是真的吗？”我认为你必须在内心深处发出呼唤，试图找到这里的答案。我们一起帮助，你知道，在旅途中。这就是我们所有人都在进行的旅程：朝圣之旅，漫长而尘土飞扬的道路。

这更多的是一种正确的感受，而不是一种智力上的、可证实的正确性。当你知道你听到了真相时，你内心的那一部分会发出“耶！”的振动；而当你没有听到真相时，它会说，“你一定是在开玩笑吧”。

卡拉：但这不像我们找到了真相，而且它像漫画《B.C.》中的“TRVTH”一样拼写出来，我们站在公园里的小凳子上，在星期天向人群发表关于真相的演说。

如果这些材料对某些人可能有所帮助，我们已将它们提供出来。认为会有一种对所有人都有意义的真理的想法是荒谬的。这个世界不是这样的。人与人之间存在差异，人们是个人主义的；有些人从一个角度看待真理会感到安慰，有些人从另一个角度看待真理会感到安慰。

我认为像荣誉、道德操守——正直——这样的概念有着永恒的意义。但我想它在不同人身上表现不同。我认为你可以永远这么说：做个正直的人是好的。努力做好事是好的。欣赏美丽的事物，让它们环绕着你是值得的。但我们不能定义你周围的事物，也不能准确地说出真相是如何发生的，因为你每次都会崩溃。在某种程度上，它对一个人不起作用，而对另一个人却很好用。你必须让人们找到自己的道路。

盖瑞：虽然每个寻求者都会不可避免地与你的作品建立起独特的联系，但你希望寻求者与这些信息之间产生怎样的理想关系？

吉姆：这些信息会成为他们寻求的一部分；他们会将这些信息中对自己有用的部分融入到他们的整体哲学中——我想你会说——他们生存的理由，驱使他们前进的东西，不可能的梦想。

卡拉：[卡拉唱了“不可能的梦想”的副歌。【1】]

盖瑞：这些来自通灵和人类作者的“邦联哲学”信息中有什么独特的地方吗？如果有独特的地方，那是什么？

卡拉：我不知道怎么形容。它有一种非常独特、以其自身方式令人难忘的品质。无论是信息的深度，还是它有触动人心的倾向。有些人认为这非常值得注意。这种情况反复出现。这组人创作的所有事物都有独特的风格，而且是一种美丽的风格！我非常喜欢。

盖瑞：虽然我以及其他读者对这些信息深刻、积极、纯净和优雅感到惊讶，但地球上大多数人会很快将其视为无效信息。对此有何猜测？

吉姆：好吧，在他们目前的旅程中，其他事情更重要。在某个时候，这可能更有意义。

卡拉：是的。我们的目标不是试图弄清楚是什么让每个人都行动起来。我们只是想提供材料——在我们的重复中重复——为那些发现它有帮助的人提供材料。我认为我们不需要想得更多了。

肯：快速评论一下。我注意到这些材料的一点是，在阅读时，说这句话很有帮助：即使人们可能处于这些材料对他们没有价值的阶段，那也完全没问题。你不会评判任何人，也不会因为他们对这些材料不感兴趣而羞辱他们。

这就像，你不想读它？完全没问题。不要读它。它很完美，你知道的。跟随你想要跟随的东西，做你想做的事。

卡拉：我记得一件非常难忘的事：有一次唐上了电视。采访者对他说：“对于那些说他们不相信 UFO 的人，你的论点是什么？”唐说：“我没有论点。我不在乎人们是否相信我。如果他们感兴趣，我会告诉他们我所知道的一切。”你知道吗？他完全无动于衷。我认为这是一种美丽的能量。

它给了人们自由。它赋予了人们尊严。即使他们不同意你，它也不会让他们变得愚蠢。你不赞成？好吧，没关系。再见。

吉姆：我认为需要认识到的是，人们在做他们需要做的事情，无论他们在做什么。从你的角度来看，它可能看起来没有意义，或者看起来对他人没有任何价值或服务。但人们都是造物者。他们都在这里学习一些重要的东西。我们不能说什么时候必须采取某一步。你做的每件事都很重要。去做吧。

卡拉：他说的没错。

盖瑞：吉姆喜欢说，爱/光研究中心的成果位于“默默无闻和未知”之间。你认为这是为什么？你认为它只会吸引一小部分人，比如一个利基群体吗？

吉姆：我真的不知道这是为什么……而且它不太可能吸引很多人，因为人们不知道它为什么不吸引他们。[笑]

盖瑞：是的，回到上一个问题。

吉姆：是的，参见上文。

卡拉：好吧，它没有用。它不会让任何人发财。它不会让他们更漂亮或更吸引异性。它没有任何世俗的目标。那些不明白为什么有人会学习哲学的人也会对它有同样的问题。

然后有一些人渴望真正触动他们灵魂的信息，他们正在不同的层次上思考。他们是一只不同的猫。如果它有吸引力，那就太好了，我们找到了一个匹配。但是，它可能是一百个人中的一两个人真正非常需要这些信息。这就是世界运作的方式。我对每个人是谁，以及为什么他们不像我，没有任何异议。没关系。

盖瑞：那些自认为是流浪者的人似乎被这些信息吸引。为什么我们称之为“流浪者”的群体似乎在那些喜欢这些信息的人中很常见？

吉姆：我认为很多流浪者有一种灵魂记忆，这些信息对他们来说更有意义。它有一种统一的感觉和因素，对那些来到这里为服务而来的流浪者来说，这些信息很有意义。这就像一封来自家人的信。

卡拉：是的。人们记得一个更好的方式，然后在这里，在这里它被概述出来。这就是他们所想的，但他们一直无法找到任何支持。他们写信进来，说终于，你知道，这就是家。我找到了家，我很高兴这对一百个人中的一人来说是可能的。

盖瑞：爱/光研究中心已经收到并被许多你一直称之为“流浪者故事”的故事所感动，以及来自那些与这些信息有过接触的人们的许多其他信息。它对人们的生活产生了什么影响？

吉姆：天哪，人们不断写信来说它改变了他们的生活，这太神奇了。这就是我们希望的，你知道，因为它确实改变了我们的生活，知道其他人也因此而改变，真是太棒了。非常令人欣慰。

卡拉：是的。我认为每次流浪者讲述他们的故事时，都会产生很多快乐——讲述故事的人内心的快乐，那些听到故事并能说“是的，是的，我也有过这种经历”的人的快乐！我以为我孤身一人。但这里还有其他人……来自我们在看不见的世界的同行，包括我们星球的内部世界和来自其他地方。当人们敞开心扉，说：“这就是我”时，就会产生很多快乐。

盖瑞：你是否看到那些被这些信息吸引并得到帮助的人之间有一些共同点？

吉姆：敏感、敞开心扉、智慧、善良……他们真是好人。我印象深刻，我遇到过的最棒的人中有些人通过我们的回家活动【2】。

卡拉：各种各样的生活方式和表达方式，但嘿，他们都对彼此的倾听感兴趣，因为他们都是好人，好人。这就是那些对《一的法则》感兴趣的人的美丽之处，他们都是好人。很高兴认识他们。

盖瑞：你认为可以围绕这些信息建立一个教条，或者它能避开原教旨主义者的思维方式吗？

卡拉：哦，关于这些信息，教条可以而且肯定已经产生了，你只需要注意它，伙计！[笑]真的，要注意它。

吉姆：Ra 说当他们在埃及人中行走时，他们所说的每一句话至少有三十种不同的扭曲。【3】

卡拉：是的，这是一个问题。人们想从事物中创造出教条。他们想要成为正确的人。他们想要把它缩小到——你知道的，一刀切。它根本做不到。Ra 为各种各样的思考方式和理解造物者的方式建造了一个大谷仓，并且让所有这些方式都变得正确。我们需要通过拒绝接受教条来维护这种自由。

盖瑞：据你所知，有人试图围绕这种哲学建立一个所谓的教堂，或者转向传教吗？

吉姆：据我所知，没有。[笑]

盖瑞：没有人来敲你的门，分享 Ra 的好消息吗？

卡拉：不，据我所知，没有。

盖瑞：我认为这既说明了信息，也说明了被信息吸引的寻求者。

因此，在那些学习和热爱这种哲学的人中，有一种倾向是将这些材料和他们对这些材料的感受隐藏起来，不公开展示，如果他们谈论这些材料，他们只会通过面纱谈论。当然，有充分的理由要谨慎，不要主动地到处宣扬自己的信仰体系。正如你们所说，我们只能在被要求的时候提供服务。

但由于这些信息超出了集体思维模式七个数量级，因此许多研究这些信息的人会因为害怕被拒绝、被嘲笑或被他人评判而隐藏他们对这些材料的热爱。

另一方面，你们两位一直非常坦率和无所畏惧，公开谈论你们作为通灵者和爱/光研究中心运营者的工作。你们是如何保持这种自信和相对自由，免受他人潜在的嘲笑或评判的？

吉姆：好吧，我们不宣传它。我的意思是，我们不会和每个人都自由地谈论它。说真的，当我们和可能问一些可能导致分享更多关于《一的法则》信息的问题的人在一起时，我们只是跟着感觉走。然后暗示一下。这就是我们过去几年一直在做的事情。我们的一些邻居比较理解。我有一种预感，有些人真的不明白这里发生了什么。[笑]你们在劳动节举行这些会议，这是怎么回事？回家活动。[发出疑惑的声音]

卡拉：我一直不在乎别人怎么想。我一直走自己的路。

吉姆：卡拉会和灵性寻求者谈论她的基督教信仰，也会和基督教徒谈论她的灵性寻求。[笑]我们不会深入细节。但我们会敞开一扇门，看看是否有人会走进来。很少有人会走进来。他们站在门口，进行着对话。

【1】戴尔·瓦瑟曼和乔·达里昂，“不可能的梦”，摘自戴尔·瓦瑟曼的《堂吉诃德》（纽约：塔姆斯-维特马克音乐图书馆，1964 年）。

【2】回家活动是每年为那些对《一的法则》感兴趣的寻求者举办的聚会。它在爱/光研究中心的“总部”（如果可以这么说）肯塔基州路易斯维尔举行。

【3】在讨论他们试图在埃及响应服务号召的尝试时，Ra 说在一种特定情况下，他们以物质形式显现，但：

> **Ra：**我们发现，对于我们能够说出的每一个字，我们通过我们的存在给出了三十个印象，

这使我们来服务那些实体感到困惑。经过短暂的时间，我们从这些实体中移除自己，并花了很多时间试图理解如何才能最好地服务那些我们以爱/光献身的人。23.6

第二十三章 形而上哲学（上）

盖瑞：在这一部分，我们将离开以传记为导向的问题，探索一个对每个寻求者来说都非常私人的领域。每个踏上寻求真理之旅的人必须找到自己的答案，找到自己的生活方式，并解决这些问题。我们现在转向吉姆·麦克卡提和卡拉·鲁科特，看看他们如何在自己的道路上回答并试图解决这些问题。

我们先从 Ra 的一些引语开始：

我们必须分享的理解始于神秘，终于神秘。28.1

所有创造物都有一个神秘的统一性，所有意识周期性地凝聚，然后再次开始。因此，我们只能说我们假设一个无限的进程，尽管我们理解它是循环性的，并且，正如我们所说，被神秘所笼罩。28.16

我们必须凝视那一位无限造物者的惊人神秘。97.9

[智能无限]的节奏被神秘所笼罩，因为它们就是存在本身。27.7

虽然英语，或任何符号和标志的交流，都完全不足以回答这个问题，但我仍将努力回答这个问题：在你看来，“神秘”和“神秘笼罩”是什么意思？为什么 Ra 指出一切都在终极神秘的背景下发生？

吉姆：开始和结束，以及其中的许多事物，似乎都充满了神秘。随着我们在各个密度中的进展，我认为一些神秘会逐渐消退。面纱被撕开，我们能够看到之前看不到的东西，体验到之前无法体验的事物。然而，Ra 作为处于第六密度中段，或稍微超过中段，等待第七密度毕业的存在，仍然表示他们对许多事情并不知晓。他们认为这是一个无限的创造。我们也这样假设，但直到他们真正进入第七密度，迈向永恒的密度，或许直到他们再次与我们所视为黑洞的无限造物者合为一体，或许那时神秘才会被揭示。

但神秘始终存在——有些我们不理解的事物，有些我们需要凭信仰接受的事物，有些我们需要继续行使意志以便以任何方式接近的事物。我认为神秘是我们在穿越各个密度时每个人都将不断面对的无限创造的一部分。也许有一天，这些神秘会全部得到解决，并向我们显现，但不会是很快的事。

卡拉：基本上，你如何从第三密度（其非常黑白分明、阴阳动态的状态）到达统一的密度？你如何解决所有的悖论？这一切都是个谜。我可以回答一些读者的问题，但我无法回答这个特定的悖论或那个特定的悖论是如何解决的。我不知道。对我来说，这都是神秘。因此，我认为在某些事情上我们要容忍神秘；我们需要凭信仰接受，并暂时搁置对知识的渴望，直到以后再说。

盖瑞：关于之前的问题，Ra 说：

Ra：这是每个人可以通过愿望做出的伟大选择，选择收集一天的细节，或选择寻找未知

的钥匙。84.7

这句话对你们两个意味着什么？

吉姆：我们可以继续探索我们所不知道的东西：寻找未知的钥匙。似乎每个体验层级都有一种，怎么说呢，物理法则，每个层级都有其操作方式，而在第四密度中，事情将与这里有所不同。我们会意识到彼此的思想。我们可以用我们的思想影响事物，随着进入第五密度，我们将能够做更多的事情，思考更多，感受更多。因此，我们可以继续探索我们不知道的神秘，或者满足于周围世界所发生的事情。

这句话是针对普哈里奇博士喜欢谜语和难题的倾向而给出的，而不是直接获取信息，因此我们有这个选择【1】。我们可以满足于在第三密度层面上可以知道的东西，而不试图进一步探求，或者我们可以寻找未知的钥匙——寻找那个我们不知道的地方，也许我们会学到更多。也许我们会扩展我们的本性和经历。你怎么看，鲁克？

卡拉：我对他说的很满意。

吉姆：[调皮地]你知道些什么呢？你有什么层级的物理知识？

卡拉：你也可以从完全相反的角度看待这个问题：未知的钥匙就是神秘，满足于凭信仰接受事物，因为在这个理解层面上你根本无法知道一切，或者继续用我们手头的工具去撞击那些未知的门，知道我们第三密度的工具是多么无能，甚至无法测量我们的振动。当我们拥有心灵感应等等能力时会发生什么呢？我认为期待那些工具能回答更高层次的问题是愚蠢的。

盖瑞：我之前没有考虑过你刚才提到的方式。这完全有道理，下一个阶段对当前阶段来说总是未知的；这正是它成为下一个阶段的原因。为了超越或超出当前阶段，我们需要在某种程度上放下对现状的依附。

我一直把"寻找未知的钥匙"与超越智力思维联系在一起，就像你所说的那样，停留在存在的神秘中。

在邦联哲学的庞大体系中，有一个反复出现的观点，简单来说，就是我们只能在他人请求的范围内为他们服务。根据邦联的说法，为什么会这样呢？

吉姆：如果我们试图提供人们没有请求的信息，我们就会侵犯他们的自由意志——我们会在某种程度上强加给他们，试图控制他们。你需要知道这个，所以来吧，注意一下！这将是一种负面的服务方式，而正面导向的存在并不希望以这种方式提供服务。他们需要被询问。需要有一个请求，这样自由意志才能得以运作。你所试图服务的人已经请求了某种服务，而这正是你可以提供帮助的地方。那时你才能自由地给予。否则，如果他们没有请求，他们就不需要你。

卡拉：想象一下，有人请求你解释一些你理解但他们不理解的东西，然而他们仍然难以理解。想象一下对一个毫不在乎的人说某件事的困难。在我看来，那些没有请求的人从这些信息中得到的东西将会非常扭曲。

盖瑞：所以在这个哲学中，每个实体都有绝对的必要性去找到自己的道路，找到自己的真理，确定在特定时刻对他们来说什么是真理——

卡拉：在 Ra 的方式中，是的，自由意志始终是最重要的。

吉姆：无论你学到什么，若要对你的整体存在产生任何影响，它必须是你主动追求的。你最

终得亲自掌握它。在这个过程中有老师和帮助的方式，但这必须是你自己努力的结果。

盖瑞： Ra 所描述的极性大分裂正是基于这一点：我如何与他人的自由意志相关？什么是自由意志？它应该被尊重、珍视，并视为神圣和不可侵犯的东西吗？还是我应该侵犯它？

那么，在你看来，什么构成了请求服务？你认为这总是需要用语言表达吗？

吉姆： 显然，地球正在痛苦地呼喊。邦联之前提到，当他们调频到地球时，他们意识到痛苦、悲伤和苦难——这是一种伟大的召唤。他们将其比作自己身体的一部分受伤而呼喊着需要疗愈。

所以，不，你不必说，“我需要你的帮助。”你可以说“啊啊啊！”[发出痛苦的声音]。

卡拉： 我认为，作为老师，我们确实需要请求：请教我。即使请求是某人出现在研讨会上，这也是一种隐含的请求——这就足够了。他们出现在研讨会上，是出于自己的自由意志，他们想要听听发生了什么。但你不能仅凭感觉到某人痛苦，就认为这与某人请求帮助是同样的事情。想想看，女友们……我不知道你们怎么样……但一个好朋友来找你说，“他真是个糟糕的家伙……”她表达痛苦，不停地表达，而你觉得你有答案。直到那个人说，“你能帮我吗？”他们只是倾诉，他们只是觉得有个倾听者非常有帮助。他们可能根本不想解决问题，只是想表达他们正在经历的困难。

如果你确实要表达自己的意见，就表达一次，然后放手。这是对自由意志的最大尊重，因为没有人请求你，这样的做法不会被友好对待。所以，是的，从个人的角度来看，我们确实需要被请求。

吉姆： 显然，有一些星球实体只是在向像地球这样处于困境的星球发送爱与光，而这种服务可以被地球上的人们使用或忽视。它可以被这些实体以他们想要的方式使用，尽管他们可能甚至未必意识到这一点。

盖瑞： 实际上，这是我在研究这一信息的人群中看到的一个问题：在没有被请求的情况下，向某人发送爱与光是否是一种侵犯？根据这个例子，似乎这并不是一种侵犯，因为发送爱与光的服务可以被接受或抛弃——

吉姆： 可以被忽视。

卡拉： 没错。

盖瑞： 那么，在你看来，服务他人的“最佳”方式是什么？

吉姆： 当你被请求时，尽你所能。最佳的方式可能并不适合你。我其实不知道什么是最佳的，但你要尽力而为。

卡拉： 这要看个人。如果有人问你某事，你看看自己能做什么来帮助。如果没有人问，但有隐含的支持需求，你就给予你能提供的支持。你只需观察眼前的情况，问自己，我能做些什么来帮助？如果你能做的只是用爱去安宁，爱那个特定的人，那么就为那个特定的人安宁于爱，这就是你能做的一切。这就是你能给予的服务量，而这很好。

盖瑞： 我认为这个问题也可以让我们深入探讨“合一意识的辐射”这一服务，这是 Ra 所描述的服务。【2】

卡拉： 这与我之前所说的差不多。如果你所能做的只是为那个特定的人安宁于爱，那么就让你整个存在通过简单的事实来辐射无限造物者的爱，因为一位创造者的螺旋向上的光线始终

通过我们的身体；如果我们保持心灵开放，我们整个存在就会辐射出那份爱。这在于保持心灵开放，而不是对那个人进行评判：那个人需要的是——或者，那个人有什么问题？你想知道你自己有什么问题吗？

不，不是那种感觉，而是想着，我爱这个人，我爱这个人，我爱这个人的灵魂。很多时候你并不喜欢他们的行为。

盖瑞：赞美和感恩的价值是什么？在《一的法则》中提到得很多。

卡拉：这很个人化。赞美和感恩的价值对你来说是个人的。如果你一直在评判，想着这个世界上所有的缺陷，而你变得越来越小、越来越收缩，那么就没有空间让爱与光透过；你的心闭合得很紧。

但当你开始数算自己的祝福，停留在喜悦、赞美和感恩中时，啊，那感觉真好。你在扩展，心灵在打开，爱与光有了无尽的空间可以流入。这是与你个人相关的。可以这么说，它与调谐你的乐器有关，这样我们就可以尽可能地保持开放的心态。

吉姆：它让你调整状态，准备好最佳的能量。你在确认现实，因为你是被祝福的。这是一个受祝福的创造。

盖瑞：那祈祷呢？祈祷是什么，它的价值是什么？

吉姆：这是一种很好的请求帮助的方式。

卡拉：帮助！帮助！

吉姆：如果有人在听，这是我需要的。[笑]我认为这也在向自己确认你所相信的、你所希望的、你最高的理想、你服务他人的愿望。很多祈祷是为了他人的利益而发出的。卡拉曾在她的教堂主持一个代祷小组，组里的成员专门为其他人祈祷。

卡拉：我们会为任何请求帮助的人祈祷。这就是我们存在的全部理由：为他人代祷。这是一种祝福。有时候会有"主啊，帮助我"的祈祷，但在代祷中，你是在祈祷："主啊，帮助某某，我在为他们请愿。"这也是一种非常强烈的祈祷。

盖瑞：所以，这是一种甚至可以成为一种纪律的活动，它有助于进一步调谐并设定意图，甚至可能具备改变意识的能力，无论是自己的还是他人的。

你认为在为他人祈祷时，除了自我修炼之外，还有什么其他的事情发生吗？

卡拉：你提供了一个机会。这就是治愈一般情况下所做的，至少是 Ra 所谈论的那种治愈。你将自己视为一个能够认识真理的器皿，当你为他人认识真理时，你就是在给那个人一个机会去认识那种真理，并进一步选择那种真理，而不是他正在经历的扭曲。然后，是否接受这份真理就取决于那个其他人。

但在我在路易斯维尔的加尔瓦里教堂的代祷小组中，我们不会为我们只是随便认为需要代祷的人祈祷，我们会问："把那个人放到名单上，可以吗？"不，那个人必须提出请求，以确保我们不是在徒劳地祈祷，也不是在违背他人的意愿。

盖瑞："魔法人格"是什么？

吉姆：根据 Ra 的说法，那显然是我们存在于中六密度层级的高我。我们每个人都有一个，而这个高我能够为我们提供极大的帮助，因为它知道我们所走的道路以及我们可能走的潜在

道路。它还是我们在生活中可以使用的大量信息和帮助的储存库。因此，高我是我们可以依赖的资源。

显然，在此之上，高我还有一个资源可以调用：心/身/灵复合体的整体。我记得 Ra 说那是一个包含了所有曾经存在或将要存在的事物的集合，像“流动的沙子”。【3】如果你试图具体化并弄清楚它到底是什么，那就有点难了。

这两者基本上都是我们更大部分的自我，与我们紧密相连，知道我们在做什么以及我们需要什么。当我们处于转世之间时，我们显然会非常仔细地与它们商讨，以确定即将到来的转世中要学习的课程，甚至如果我们在进行平行转世的话。因此，它们有点像老师、向导、灵感——你自己最高和最好的部分，同时也包裹着神秘。

卡拉：换一种方式回答这个问题（可能没有吉姆说得好），“魔法人格”要依赖于你对魔法的定义。在唐（唐）一直使用的魔法定义中，以及 Ra 通过相互理解所使用的定义——魔法与西方的白魔法有关，换句话说，就是正面的右手道路、仪式魔法。这种类型的魔法很像祭司所表达的，例如，在祈祷和圣餐过程中的仪式。在仪式完成之前，一个环节接一个环节。

在这种仪式魔法中，魔法的构成有一个简单的定义。你作为魔法师或魔法人格，具有通过意识成功改变思想方向的能力——用你的思想去改变你的思想，换句话说，就是有能力随意创造意识的变化。

这就像一个人感觉自己在下滑时说：“不，我呼唤所有灵性的力量。我呼唤我的魔法人格来改变我现在的感受，我现在要停止觉得一切都在变坏。我会记得事情是美好的。我会记得事情是多么棒，这将是我的心态。【4】”能够在两者之间切换，而没有负面情绪，比如，“哦，真糟糕，我不想这样感觉。”换句话说，在实践中没有对意识变化的内心抵抗，因此你能够诚实地成为创造者的器皿。你并不受自己坏情绪的支配。

这一直让我觉得这是一件非常值得做的事情。我希望能够随意创造意识的变化，我认为这样做是为了我自己的利益，不仅仅是为了他人的利益，首先是为了我自己。这是对能量的浪费。我的意思是，你总是在表达能量，而那种能量是无法再回来的。你无法收回已经耗尽的能量；它永远消失了。它被耗尽了。那么，如果你知道自己的能量是有限的，你不想尽可能好地利用自己的能量吗？我当然想，我知道我的能量非常有限，所以我不想浪费时间在自怜或者任何其他事情上。

人们说他们有不可剥夺的权利去闹情绪，这样可以把这些情绪释放出来。我不确定这总是有好处的。它可能只是自我放纵。这取决于你的个性和需求。但我觉得我不需要自怜聚会；我觉得我的需求是成为一个仆人，我想做一个好的仆人，所以如果我陷入低谷，我希望能重新调整自己。

盖瑞：所以在你的案例中，魔法人格被用作帮助你以勇气和无畏的态度应对生活挑战的手段，并为你打开服务他人的道路。

卡拉：这确实是对我来说一个好处，但总的来说——吉姆说得对，他的回答更为一般化，正如我所说，确实是更好的回答。

但在理解上，这个概念来自哪里？你所说的“魔法人格”是什么意思？嗯，最好理解我们所谈论的是什么样的魔法，因为有仪式魔法、负面的左手路径魔法——撒旦魔法【5】，这通常是模仿正面导向的魔法，然后将某些东西反转，比如把十字架倒过来，这是一个简单的例子。还有食谱魔法，你可以创建爱情咒语以及与之相关的各种魔法。你有小玩偶，往里插针等等，

这些只是通过某种食谱创造诅咒或祝福的不同方式，这些食谱是有人记录下来的；你可以查阅并重复，它就会有效。

然后还有威卡教【6】、自然魔法，这其实既不正面也不负面，它包含了两者的元素，但就是在欣赏大自然母亲，这确实涵盖了从极其正面到极其负面的范围。你不能简单地说这是负面还是正面，你只可以说，它差不多是中性的，但这是崇拜的美丽方式，因为你在崇拜季节、星星和自然的所有循环。所以所有这些都是魔法，但 Ra 所谈论的是以白色仪式魔法的意义来看待的神奇个性，旨在随意创造意识的变化。

盖瑞：那么可以公平地说，这些创造出的意识变化不是横向或水平的变化，而是垂直的变化，因为这种视角或意识被提升到更广阔或更真实的视角吗？

卡拉：不完全是垂直的，而是可以说是进入永恒的一种非线性变化。

吉姆：Ra 给魔法下了一个更深入的定义，称魔法是有意识地访问潜意识的能力，这也告诉你魔法在哪里。潜意识与宇宙的连接比我们的意识更紧密。我们的意识被切断了与存在的一切的联系，包括我们的潜意识，这样我们就可以在一种可以说是真空的状态中做出选择——重新做出选择，选择我们在更深层次上已经知道的事物。但如果我们能够有意识地访问潜意识，那么我们就可以获得其他能量、机会、定义和参数。

盖瑞：Ra 还描述了一种可以以更正式、规范化的方式召唤魔法人格的过程。魔法人格是如何被召唤的？

吉姆：嗯，有各种仪式是由，比如说，金色黎明教团设立的，经过数百年发展和使用，我相信还有埃及的仪式，来自法老时代，当时宫廷中某些实体负责施展魔法。你可以在旧约中看到以色列的上帝为了说服人们去做某件事而施展奇迹，而宫廷魔法师则试图与之匹敌；在许多情况下他们是成功的。

但我认为魔法人格是通过特定的仪式被召唤的。你可以设计自己的仪式。我认为从长远来看，自己设计并多次使用的仪式对你来说可能更有效。但是如果你想立即获得一些效力，最好还是使用已经开发的仪式。对我们来说，我们在很长一段时间里使用了小五角星的驱逐仪式来清理我们的工作场所——那是 Ra 的房间。我每天早上在这里也会这样做，第一件事就是召唤魔法人格。

Ra 建议的方式是穿上某种东西。很多时候，白色魔法师会穿上斗篷或披风，或者戴上戒指，或拥有某种护身符。我们只是做一个手势，暗示我们在穿上某种东西，邀请它来临。所以我们实际上并没有使用某个具体的物品，而是使用一个手势。你可以决定自己想怎么做。还有组织化的方法来进行这项工作，相关的研究是非常有帮助的。W.E.巴特勒是我们找到的最好的资源之一。《魔法师：他的训练与工作》可能是他的代表作和巅峰成就。我们读过几次。这就是我们获取较小五角星驱逐仪式的来源。

卡拉：简单来说，我在之前的调谐中召唤了高我，当时我请求灵魂的帮助，以便我们能成为最好的自己，并保持这种状态。这是一种召唤高我的方式。可以非常简单且瞬间完成。

盖瑞：那么那个召唤——我倾向于更有纪律、正式的方式来实现——这个召唤可以根据个人的过程量身定制，并且可以包括，正如你所说，一个简单的请求。可能还应该包含某种手势或物品，以表示某种东西正在被附加。

卡拉：你会注意到我说过，“我希望在这场集会期间这样”，这表明在集会结束时我们会解除这种状态，因为你不能将魔法个性作为默认个性。它不是你的默认个性（笑），也永远不会

是。如果它是你的默认个性，那么你就没有理由转世到地球上。但你可以根据需要不断请求它的帮助，只要确保你说："这是为了这一刻，这是为了这个理由。"而在那个理由结束后，就释放它，"离开我和我的自由意志。"

盖瑞：除了你在自己召唤中提到的那些东西外，还有其他元素是你鼓励寻求者在构建自己的召唤过程中去探讨的吗？

吉姆：是的，我建议从魔法的领域开始阅读。如果你想偏离这一点也可以，但从已经知道的东西开始是个好主意，并且首先要掌握它。人们总是建议，不论你使用什么，比如你穿上的东西、护身符、戒指、手链或其他东西，都应该是新的、处子的，干净而纯粹，不应用于其他任何事情。

卡拉：你可以通过把某个已经使用的东西放在水中过夜，用盐水浸泡，向水请求带走任何使其不能重新变得如新的东西，或任何已被印入的意图，从而使其"变成"处子状态。人们认为石头就是石头，树就是树，但这取决于人们如何涉及它们。宝石作为护身符和可操作物的原因在于它们具有非常特定的晶体特性，这就是它们的特性，不能是其他的。它们以晶体方式相互契合，任何杂质都不能进入，否则它就不是它本来的样子。它不会是纯正的红宝石、钻石、紫水晶、珍珠或其他什么。

盖瑞：在这些召唤过程中，还有其他元素吗？你一般会应用于召唤的是什么？

吉姆：纯净和干净。

[对卡拉]所以这就是你为什么在食物上放那么多盐，你是在净化它吗？

卡拉：[笑]我试图把所有的杂质都去掉，这就是原因。

吉姆：这突然让我想到了，肯定有原因。

盖瑞：那样的话，她的食物是非常纯净的。

卡拉：我是一个盐罐子。[笑]我代表着盐罐子。我们真的变得很傻了。

我认为，在日常生活中，除非你非常小心，否则不能随便召唤东西。正如吉姆所说的：要阅读，要做功课，熟悉在自然和适当的方式下可能发生的事情，而不是以不当的方式去扭曲事情。我认为你的意图是最重要的。在这个世界上，结果才是关键。在那些看不见的世界（时间/空间）里，意图才是关键——它就像这个世界中的物理对象一样真实。如果你创造了一个美好、完美的意图，在那个世界里它或多或少地已经实现了。在这个世界上，它可能永远不会发生，我们可能永远无法达到我们的意图。在那个世界，仅仅拥有那个意图就足以让我们获得它的信用。所以你真的不能把这两个世界结合在一起。它们的规则完全不同。

盖瑞：所以我想问，在与魔法人格互动时，有没有什么注意事项。你提到了一个重要的——那就是在工作完成后需要释放魔法个性。还有其他需要注意的事项吗？

吉姆：Ra 建议在一个小组中工作，而不是单独行动，因为如果你只为了自己而工作，就太容易走上负面之路——为了自己的利益而聚集能量。因此，设定一个服务他人的目标，并尽可能与他人合作是一个好主意。这和引导过程非常相似。我们从不在少于三个人的情况下进行引导，因为这是实现信息普遍化的数量，同时也保护作为器皿的人。

卡拉：如果你只是向圣灵祈祷，那就不重要，因为向圣灵祈祷是在自我内部进行的，你是在自我之内祈祷，因此绝大多数人所意图的都是在他们自己内部。耶稣鼓励所有人祈祷，他谈

论的并不是向 Hatonn、Latwii 或 Ra 祈祷；他是在谈论向你自己的灵魂祈祷，因为内在的灵魂就是给予的，而实际上我所祈祷的就是：在我们所有人内心的灵魂。我是为我们所有人召唤它，这使得这成为一个更具魔法的行为。

如果你是在你的灵魂内部祈祷，你其实不需要有任何顾虑。但正如吉姆所说，如果你想要联系一个友好的灵体，而这个灵体在你的个人能量系统之外，你想了解那个存在的想法，以及它是来自火星还是其他地方——有太多危险……有太多危险，我甚至无法开始表达它们。这些都与将自我的意志交给另一个意志有关——交给一个可能比你强大得多的另一个自我，而这个自我可能是如此负面，以至于令人难以想象。（卡拉在这一段中有些转变了话题。她不再谈论召唤魔法人格，而是在讨论引导外界源头。魔法人格是你，虽然是更高层次的你（根据 Ra 的说法，是你在中六密度的未来自我）。）

盖瑞： Ra 为什么这样说：

> **Ra：** 一法既不着眼于光明，也不着眼于黑暗，但可为他人和自我服务而存在。7.15

卡拉： 这与光有关。你通过不同的密度前进，因为你能够利用光。你从一个密度毕业到下一个密度，是因为你证明了自己能够使用该密度所提供的所有光，这意味着你该继续升学，进入下一个班级，接受更多信息、更丰富光的高密度。密度与光有关，而信息则是通过不同种类的光承载的。因此，无论是负极还是正极，如果寻求者能够利用光，他们就能毕业。

现在，负极性的人正在向负光、负四密度毕业，而不是正四密度，因为他们放弃使用心；这是因为这种遗漏而走上了非存在之路。在你无法通过持有负面信念（负面信念意味着对爱没有信仰）学习任何东西的时刻，负面道路就无法使用光，必须转换极性才能再次利用光，继续进化。

因此，容易想到，负面状态的人就无法使用光。可是，不幸的是，他们是可以的，这就是《一的法则》不在意光明或黑暗的原因，因为它尊重所有使用信息的能力。

吉姆： 这让所有生物获得了自由意志，那么《一的法则》为什么会说，“这个孩子能拥有光，而那个孩子不能”呢？他们都是一样的。

盖瑞： 什么是启示？一般来说，寻求者如何熟练地驾驭启示？

吉姆： 这是个很好的问题。唐在他去世时正经历启示。启示通常涉及某种类型的挑战。这是一个机会，让你更容易获得力量，或者说，更容易进化，并扩展你的意识。通常会有某种测试、挑战，你必须克服或应对——回答问题、解决难题、解开谜团，这通常需要付出相当大的努力。除此之外，似乎还有各种各样的启示。唐曾问过的一个例子是——他和 Ra 谈论多年前的一次经历，那时他在冥想时手臂开始发光。当他上下移动时，手臂散发出蓝光。【7】

卡拉： 他得到了鼓励，快速地将手臂上下移动——在椅子的扶手上那样。[发出刷刷声]他的手臂开始发出蓝光，他看着自己的手臂，问和他一起冥想的同伴，名叫弗兰克，“弗兰克，你看到这个了吗？”弗兰克回答说，“你变蓝了！”唐说：“弗兰克，我真高兴你能看到这个。”[笑]

吉姆： 但当唐询问时，Ra 给出了一个小描述，然后唐问，“那么，我该如何重现这个现象？” Ra 说这是一次启示，重现它就是逆向进化。因此，这其中有一些东西是一次启示。至于启示是什么，我不知道。我知道有很多种。

卡拉： 我认为它们从简单的洞见甚至顿悟不同，更像是许多人之前经历过的某种特定的东西，可以被定义为这样的东西。比如，黄金黎明的启示被黄金黎明定义为某种东西，当某个人能

够看到你在那次启示时应看到的东西时，你就完成了黄金黎明的启示。

因此，它需要成为一个团体定义的部分——这是一次启示。我认为我们作为普通人接近的最相关的概念是圣约翰·十字所称的“灵魂的黑暗之夜”。大多数人都有这样的经历：你在学习、学习，变得越来越困难，然后突然，砰！你遇到了似乎是终点、绝对的终点，你被扔到了地窖里，遭受着巨大的痛苦，然后以某种方式，光明降临——新一天的曙光——一切又清晰起来，只是你已经升华到了新的理解、新的理解层次。

我认为我们在生活中会经历几次这种情况；大多数人都是如此。这与灵魂有关，涉及灵魂学习的一定量的事物，甚至在那里，这都是非常主观的。我们在这一世设定了目标，当我们成功到达我们尝试做的事情的终点时，我认为我们很容易会陷入灵魂的黑暗之夜，然后最终在黑暗之后迎来光明，一切都变得清晰：“哦，明白了。”

盖瑞：听起来启示坐落于一个阶段与下一个阶段之间、一个层次与下一个层次之间，其主要特征之一就是困难，而且通常对个体来说涉及到痛苦和某种旧有的释放，以便迈向新的、下一个更高的层次。

卡拉：你说对了。我认为这些都是这一现象的重要组成部分。

盖瑞：怎样才能在启示中熟练地导航？

吉姆：信念——

卡拉：幽默、轻松的态度，不太严肃地看待自己，以及拒绝被阻止。绝对的顽固是一种很好的工具。说“不会，我不，嗯，不管多难，我会继续前进，不在乎需要多长时间。这是我的道路，我会走下去，所以……”。

盖瑞：我想这也需要一定程度的放弃来平衡。

卡拉：确实，放弃是存在的，但这是对你在出生前给自己设定的课程的放弃，涉及到灵魂黑暗之夜可能是什么。

肯：你认为研究 Ra 所给我们的关于原型的信息，特别是心智循环，是否能在微观和宏观中成功导航一次启示体验？

吉姆：我认为研究原型就是经历一种启示。原型中有很多东西可以解锁我们未曾思考过的部分——这让我们拓展了边界和可能性，而这将需要某种启示才能穿越。

盖瑞：在你看来，纪律在灵性道路上的角色是什么？

吉姆：纪律是我们完成事情的方式。拥有一种纪律、仪式或例行程序是很好的，无论是每天在特定时间冥想、平衡练习、瑜伽、跑步、慢跑、攀山；无论你选择哪种方式，都需要以规律的方式进行，就像锻炼肌肉一样。如果你想变得更强壮以便进行远足或其他任何事情，最好设定每周进行的特定例行程序，以增强某些肌肉。在灵性道路上使用纪律也是同样的道理——你是在锻炼你的灵性肌肉，去冥想、观察你周围的催化剂，并敞开心扉。同时，你也在训练自己以智慧来评估情况。这能帮助你有效利用能量。如果没有智慧，你很可能会在某个时刻爆发出大量能量。然后这种能量会减弱，接着又会反复爆发。你可能最终会有所进展，但有纪律地去做会容易得多、速度更快。

卡拉：我试图帮助很多有兴趣从事通灵的人。这些年来，我大概与数百个想要以某种方式获得帮助的人交谈过。起初，他们都有一种强烈的感觉来做这些事情——一种强烈的服务欲望，

一股巨大的动力——但如果超越某种程度，就会把自己搞累。我见过太多人精疲力竭。他们偏离了灵性之路，无法再做任何事情，因为他们耗尽了自己。必须坐下来，让自己重新整合。

所以，拥有一定程度的自我认知是更好的，知道自己一天、一周能做多少，知道自己在调整态度方面能走多远；要对自己有很大的尊重，弄清楚"你"是什么，你的本质是什么。然后你试着养成想要继续的习惯。在你精疲力竭之前完成一天的工作，在你精疲力竭之前完成一周的工作会更容易。如果你不想一次性完成所有事情——如果你想让工作成为一种生活方式——就要养成需要纪律的习惯，不管这项工作是什么。

我认为，平衡幽默感和轻松态度的纪律会真正服务于灵性寻求者。

盖瑞：约束自我与对自我的控制有什么区别？

吉姆：没有。只是不同的说法。

盖瑞：因为 Ra 说这两种极性中，控制是爱的对立面——

吉姆：当你和其他人一起做的时候，自我控制和自我纪律是同一回事。【8】

卡拉：了解自己。如果你了解自己，可能在你掌握这种技能的过程中需要强加几次这样的纪律。但如果这真的是你，如果这真的是你而且你热爱它，那么你会喜欢去做这件事。如果你不喜欢去做它，那你最好回去重新审视一下你究竟想要强加的是什么，以确保那是真正的你，而不是你对自己想成为的某种想法。我们都是我们自己。我们当然可以改变很多东西；我们可以消除不好的行为，可以开启新的行为，但我们不能改变我们的本质。我们不能改变内心真正的东西。所以如果某件事真的让我们感到恶心，那么我们就不必去做。

有些人看待谦逊时，把它视为一种外在行为。例如，他们会看到穆斯林的着装方式，身体的覆盖表明只有丈夫才会看到你外在的样子，那就是谦逊。但在另一个人身上，那可能并不是谦逊。这可能与穿不穿衣服无关；它与谦逊没有任何关系。我永远不会在外穿上过于暴露的衣服，所以我可能和那些认为衣服表达你的人有些相似。

但我认为你的话语更能表达你。一个人可以通过选择在言语上谦逊，以及在控制他人时保持谦逊，来表现出完全的谦逊，而不是说"哎呀，看看我"。因此，你选择自我边界的方式、选择改变自己的方式可能会有很大的不同。一旦你决定了"这是我想成为的"，如果你不能每天做到，那很可能这并不是真正的你。所以试着坚持三周，试着一个月，试着六周，但如果你仍然觉得有些困扰，如果你的某些方面仍然想要从中休息一天，那它就不是真正的你，你需要重新思考。

所以你需要非常小心如何自我纪律。给自己一些爱的好处，给予自己所需的自由。

吉姆：所要控制或纪律约束的是能量的支出：在什么方向、以什么量、出于什么原因、以什么周期性。这只是一种管理你能量的方式。

卡拉：这说得很好。真美。

盖瑞：为什么冥想在邦联的信息中如此反复强调？

吉姆：因为它非常有帮助。[笑]冥想似乎是人们接触到原始自我的最简单、最快捷和最可及的方式；是接触到你在第三维度的心灵，发现是什么让你运转的，那种伟大的内心宁静、万物的统一；是回到心灵的沉默中，这样你就可以放松到自我的中心。

卡拉：人们曾多次谈到即使在 Q'uo 没有说话（或者是我在通灵的对象）时，他们也能感受

到录音带上的能量。这是沉默的一个好例子。无论是讲话、唱歌还是其他制造噪音的方式，总有沉默的存在。音符之间、词语之间、句子之间、段落之间都有沉默。存在着停顿。所以即使我们在交谈时，也可以通过保持意识来利用沉默。但当你进入沉默时，你进入了一个拥有永恒和无限的整个王国。这是从我们非常忙碌的思维和生活中获得的美妙休息。灵性生活就存在于沉默的王国中，因此你需要熟悉沉默。

我不在乎人们如何做到。有些人喜欢非常正式的冥想，有些人喜欢大量的冥想，还有些人会有 20 到 30 分钟的冥想单元，或者甚至更短，这对他们有效。对我来说，这确实是如此。有些人觉得他们的目标是一直冥想，对这样的人的最佳方式可能是长时间的散步，尤其是在自然状态下，没有便携音响或 iPod，不听人造音乐，因为自然的音乐、沉默的音乐是如此充满美丽。我从未发现沉默中美丽、智慧及一切的尽头，我怀疑我会发现。它是一个无限的王国。

盖瑞： 为什么 Ra 将灵性寻求者的道路形容为“狭窄且艰难”？

吉姆： 我想如果你要利用纪律来有效地利用你的能量支出，结果发现这是一条从你所在之处到你想去的地方之间的最短距离，比较而言，这是一条直线。

卡拉： ‘strait’是 s-t-r-a-i-t……就像直布罗陀海峡；这是一个狭窄的地方。如果你曾经这样做过[模仿用拳头做出一个孔的形状]来聚焦光线，以便更好地看清某物，你就会明白集中能量是多么宝贵，这样你就能将尽可能多的光线聚集到你的能量中，准确击中你想要的目标，观察你想要观察的东西。这就是我认为它是‘strait and narrow’的原因。

吉姆： 这也是一个悖论。Ra 提到向上的螺旋光线，这暗示着像这样[做出螺旋运动]。

卡拉： 是的，你不会这样做[把孔在眼睛周围打圈]。

吉姆： 我们也在经历这个。试图将‘strait and narrow’与‘向上螺旋’结合在一起是一个悖论。

卡拉： 表示：“我喜欢悖论。当你碰到悖论时，你就知道你触及了灵性。

盖瑞： 也许理解这一点的一种方法是想象你试图环绕地球，沿着看起来是直线的方向前进，但实际上你是在走圆圈。

吉姆： 你在处理如此大的区域，以至于你认为它是直的，但最终——就像在森林中迷路时，你以为自己是在直线前进，结果又回到了起点，实际上你是在绕圈。

卡拉： 但我认为‘strait’是另一种说法，意思是狭窄。我一直觉得人们误解了‘strait and narrow’，以为它是‘straight and narrow’，但它并不意味着像直线一样的直，而是指像狭窄一样的‘strait’。【9】

吉姆： 这可能意味着它会有些弯曲。直布罗陀海峡并不是直的。

卡拉： 我怀疑它们是否真的直，但它们是一条非常细的航道，在那里你导航你的船，而我们试图导航我们的船，所以这是一种很美的隐喻。我们在导航一艘船，如果它是一艘灵性之船，我们的焦点必须是狭窄而集中，以便保持最大的专注。

盖瑞： 如果我必须选择一个词，‘focus’就是我想到的那个词。这是一个强烈、不断增强的专注，偏离所寻求目标的程度很小。

卡拉： 你不能只是一个走马观花的人就能走得远。可能会觉得走得很远，但那种心态会说，‘我想吃药，我想得到帮助。’而狭窄的道路并不包含任何东西，除了使用沉默的力量和你的心智与意志，这无疑是更令人兴奋的道路。

盖瑞：我联想到‘strait and narrow’的一个概念是来自拉玛那·马哈希的。他提到，如果你在地下寻找水，你不会到处挖坑，而是会停在一个地方，继续在那个地方钻下去。这是一种重复且坚定的专注。

许多与爱/光研究中心工作产生共鸣的人感觉自己是流浪者，有时是指他们超越了共识思维的界限，但更多的是字面意义上，他们的灵魂来自其他地方来到地球，以便为这个星球上的人们服务。流浪者特征的症状是什么？

吉姆：你写了这本书！[对卡拉提到《流浪者手册》]

卡拉：斯科特·曼德尔克实际上是对流浪者的倾向进行了最仔细研究的人，并在《流浪者手册》中收集了一份很棒的小问卷，人们可以填写，看看有多少问题能够以流浪者的方式回答。流浪者往往感到孤独和孤立。他们通常感觉自己并不来自这里。有时他们有一种不是这个星球上的感觉，有时他们感觉自己并不真正来自看似是他们父母的人。有时他们仰望星空，感到对家的思念，想要回家。我认为这种孤立的痛苦是非常典型的——那种因为没有人可以倾诉自己所经历的事情而感到极度孤独的感觉。这可能是主要特征。此外，流浪者对这片土地往往比较敏感，某种程度上对地球、动物、植物等有过敏反应。还有什么——我还遗漏了什么？

吉姆：这是一个很好的描述。是的，流浪者通常会感到某种普遍的疏离感。Ra 说，流浪者在与地球的振动融合时常常会有一些心理困难，因为这里的环境非常对立；振动沉重而密集，让人很难感到在这里是家。【10】因此，通常会有一种疏离感，感觉自己并不在家。

卡拉：我心里非常同情那些有这种感觉的人。这就是我花了那么多时间专注于如何帮助他们的原因。我写《流浪者手册》就是为了这个，整个事业的理由就是如此。我们从来不会不回复一封信——那种知道这里有人，且他们会被倾听，我们关心他们想要说的话——即使知道这一点，也会让人感到不那么孤单，我认为人们确实信任我们，感谢上天。

盖瑞：符合这个特征的人往往非常关心他人，倾向于以某种方式改善这个星球，并且非常注重服务。

卡拉：这是真的。人们有一种感觉，他们确实是为了完成某种使命而来的。那么，这是什么呢？许多人都在四处寻找已经就在眼前的使命。正如我之前所说，倾向于行为和行动的人很难意识到，自己的存在，自己的真实存在方式是非常非常重要的。如果你能敞开心扉，尽可能多地做自己，沉浸在开放的心中，你就已经在为地球服务，使命就是提升振动。

我不能告诉人们，‘不，你没有外在的服务，只需专注于敞开心扉’，因为他们可能是以某种特定方式来帮助地球的。他们可能是来教导的。我不知道，我从来不知道。我必须信任人们自己去挖掘这些真理。

我会问一些问题，比如：‘你喜欢做什么事情来服务他人？’如果你在某个领域花了很多时间做志愿者，那么很可能那就是你的服务领域。那是你感兴趣的——那么就去做吧。我不知道你是否能以此谋生；你可能要一直做志愿者。专注于你所爱的事情。并把你所做的一切都投入到你能做的最大程度上。有时你能投入的只是尽你所能做到最好，而这种卓越本身就是你的一份礼物。

如果你的工作是编制清单，然后把清单与其他清单进行对比——你知道，人们所做的技术性工作——他们很难明白，‘我怎么能服务呢？’其实，你的服务在于你做得非常出色。你全心全意地去完成这份工作，这就是服务。

盖瑞：所以你会对流浪者说，你就是服务，你就是使命。关键不在于你在做什么，而在于你是如何做的，以及你怀有多么开放的心和忠诚度，正如你所说，流浪者确实在改变这个星球的氛围，提升振动。流浪者是孤独的吗？

卡拉：一点也不。但他们在身体上是孤独的。我认为为了把他们分散到星球各处，必须有一定的分工——我们太多了，还有很多泥土。

吉姆：但周围还有其他人。看看，聚集在小社区里，互相帮助。

卡拉：是的，我发现充满希望和渴望做好事的人并不少。他们想要帮助，和志同道合的人在一起是非常让人安心的，因此如果你能找到几个其他人，就一定要保持紧密联系，因为和和你想法相似的人在一起会让人倍感鼓舞。

【1】关于 Puharich 对谜题的热爱：

发问者：谢谢。我确信我们正在进入一个问题区域，因为这里存在第一个扭曲，也因为这里有一些难以捉摸的材料。但我还是有两个问题要问，尽管我认为第一个问题毫无持久价值。Andrija Puharich 问起即将到来的身体变化，尤其是今年夏天。我们能告诉他一些关于这个的信息吗？

Ra：我是 Ra。我们可以确认这个实体的难题来源的良好意图，并建议这是一个每个人都可以选择的伟大选择：通过渴望收集当天的细节，或者通过渴望寻求无知的钥匙。84.7

【2】关于与造物者合一的实现的辐射：

发问者：在这些最后的日子里，有可能帮助一个实体达到第四密度级别吗？

Ra：我是 Ra。直接帮助另一个存在是不可能的。只有让催化剂以任何形式可用，最重要的形式是自我对与造物者合一的实现的辐射，其次是像我们与你分享的信息这样的信息。

我们自己并不认为这些信息需要广泛传播。我们将其提供给三、四、或五个人就足够了。这已经是很大的回报，因为如果其中一个实体由于这个催化剂而获得了第四密度的理解，那么我们将在服务的扭曲中实现了一的法则。我们鼓励一种超然的尝试去分享信息，不要关心数字或其他人的快速增长。你试图使这些信息可用，用你的术语来说，这就是你的服务。如果这种尝试能够接触到一个人，它就能接触到所有人。

我们无法提供通往启蒙的捷径。启蒙是当下的，是通往智慧无限的敞开。它只能由自我为自我完成。另一个自我不能教导/学习启蒙，而只能教导/学习信息、灵感，或者分享爱、奥秘、未知，这些会让另一个自我伸出手来，开始寻求的过程，这个过程最终会在某个时刻结束，但谁能知道一个实体什么时候会打开通往当下的门户？17.2

发问者：好吧，如果一个实体想要学习它的方法，想要在第三密度时为他人服务，而不是为自己服务，那么有没有最好的为他人服务的方式，或者任何方式都和任何其他方式一样好？

Ra：我是 Ra。为他人服务的最佳方式已在之前的内容中明确说明过。我们简要地重复一下。

为他人服务的最佳方式是不断尝试寻求分享造物者的爱，正如它被内在自我所知。这包括自我认知和能够毫不犹豫地向另一个自我敞开心扉。这包括，我们应该说，放射出心

/身/灵复合体的本质或核心。

谈到你的问题的意图，每个第三密度寻求者为他人服务的最佳方式对他们自己的心/身/灵复合体来说是独一无二的。这意味着心/身/灵复合体必须在自身内部寻求其自身辨别的智慧，以了解它如何才能最好地为其他自我服务。这对每个人来说都是不同的。没有最好。没有概括。什么都不知道。17.30

【3】请参见 36.1–14 和 36.22 等，以获取更多背景和信息。

【4】作者注：关于通过肯定"我会立刻停止感受（插入不良情绪）"来指挥自我这一点，我有些困惑。这种方法让我觉得是在控制或压制'那完美的自我'，与平衡、接受、爱和宽恕的原则相悖。

这并不是说我没有以类似的方式行事，或者在某些棘手的情况下你确实需要表现出那种自我控制的水平，只是我不确定这是否是对 Ra 教义的恰当应用。

在询问吉姆对此的看法时，他回答说他理解但不确定，但他记得：

当我们与 Ra 讨论禁食或改变饮食如何有助于改变行为模式，以净化行为时，Ra 还说通过意志的行为可以实现同样的效果。意志和信念的运用可以产生相同的结果。因此，也许卡拉在这里说的是基于 Ra 的教导的某种内容。

我认为卡拉所说的一部分是我们要对自己的思想负责，而我们常常喜欢沉溺于消极的想法，如自怜、愤怒、内疚和绝望，这样做是适得其反的。我们只需意愿上去做得更好。如果我们在意愿上未能成功，那么我们就需要在冥想的平衡过程中将负面思想与正面思想进行平衡。

在同样的问题上，奥斯汀·布里奇斯（Austin Bridges）补充道：

Ra 说控制看似是纪律的捷径。因此，当上下文缩小到足够小的时候，两者可能看起来非常相似。在某些情况下，控制和纪律可能共享相似的特征。卡拉所说的情境是利用意志来引导我们的思想，以便我们成为能够服务的最佳自我。她没有提及的是处理这些思想的更长背景：

在负面的上下文中，寻求对那些负面思想的控制。被控制的思想随后被存放在工具箱中，作为自我服务的各个方面。

在正面的上下文中，被控制的思想可以暂时放置，以便我们在那一刻进行服务，但这些控制的思想并没有被遗忘。理想情况下，那些暂时被控制的思想会在正面的道路上被后续处理，作为催化剂：被审视、接受并提炼到可以找到爱的地方，直到它们不再干扰我们的服务，从而实现学习和平衡。

破坏性的情绪或思想在负面路径中被控制，以便进一步使用，但在正面路径中被以爱接受并允许其消逝。我认为这与体验所渴望的事物与沉溺于所渴望的事物是类似的。有一个点是需要努力去打破习惯、思维模式和行为。这种努力需要专注于我们的思想并做出选择，从而使我们朝着希望的方向前进。从更广泛的定义来看，这可以被视为控制。

【5】应该注意到，存在各种所谓的"撒旦"信仰体系，每个体系在仪式、信仰、象征和原则上都是独特的。这类信仰体系可能与 Ra 所描述的左手自我服务路径相关，也可能无关。

【6】卡拉和吉姆对这些问题的回答当然是他们的观点，但在像这样卡拉在某个主题上权威

发言的情况下，或许她对该主题并没有充分的个人了解，这可能会导致读者产生重大误解。因此，我们添加了关于威卡（Wicca）实践的第二种观点，指出根据我们有限的理解，早期著名的威卡信徒明确将他们的魔法称为“白色”或“右手路径”，并明确区分这是出于正面的原因和良好的意图——他们阐明了一条明确的原则，即“无伤害”。然而，即便是这一观点对威卡的实践也相对不熟悉，因此无论如何都建议加入盐粒和个人的研究。

【7】吉姆写到这一事件：

> 唐和他的朋友在他与卡拉的道格拉斯大道公寓里冥想。卡拉不在。几分钟的冥想后，唐的手臂（之前放在椅子扶手上）开始上下移动并发出蓝光。肘部仍然放在椅子的扶手上，其余的手臂和手则从水平位置抬起到垂直位置，然后又下降到水平位置，反复进行，期间一直发出蓝光。唐睁开眼睛观察这一现象，问他的朋友是否也看到了。他的朋友说确实看到了。

Ra 在这里谈到这个问题：

> **发问者：**几年前在冥想中，我的手臂开始发光，快速不自主地移动。这是什么？
>
> **Ra：**我是 Ra。这个现象是从你的高我那里提供给你的类比。这个类比是，你所存在的那个生命体以一种无法被，假设我们称之为，物理学家、科学家或医生所理解的方式生活。44.12

【8】纪律和自我控制的实践交汇与分歧是一个绝对值得分析和考虑的主题。Ra 和其他邦联来源通常将“控制”归因于负极性，但他们也在正面的语境中使用过“控制”这个术语。换句话说，控制不必严格地是自我服务路径上的一种活动。例如，控制排便是有益的。或者更深层次地，如果控制冲动会对他人产生侵犯，那控制这些冲动也是有益的。

然而，在这位作者谦卑的观点中，与吉姆和卡拉在本节中给出的回答相比，自我控制和自我纪律并不完全是等同的概念。尽管“控制”和“纪律”的定义依赖于许多因素，Ra 一般将这两个术语视为不同的概念：

> **发问者：**那么，我是否可以认为，个性的纪律、自我知识和意志力的强化中的控制是任何第五密度实体所看重的事物？
>
> **Ra：**我是 Ra。实际上，这些事情在第三至早期第七密度中是重要的。我们唯一需要纠正的细微之处是你使用的“控制”一词。必须明白的是，单独控制思想过程或冲动对于一个实体的理解成长是不可取或无益的，除非这些过程或冲动可能导致与“一法”不一致的行为。控制可能看似通往纪律、和平和启蒙的捷径。然而，这种控制反而可能促使和必要进一步的投生体验，以平衡对那完美自我的控制或压制。
>
> 相反，我们欣赏并推荐在意志使用方面采用你的第二个动词。自我接受、自我宽恕和意志导向；这就是通向有纪律的个性的道路。你的意志能力是作为共同创造者的你内在的强大力量。你不能过于强调这一能力的重要性。因此，它必须被谨慎地使用和引导，以服务于那些走向正面导向道路的人。
>
> 随着个性变得更强大，意志的使用存在巨大危险，因为它可能在潜意识中以降低实体极性的方式被使用。52.7
>
> **Ra：**控制是负极性催化剂使用的关键。接受是正极性催化剂使用的关键。46.9

【9】在《一的法则》一书的原始出版中拼写为“straight and narrow”（直与窄），

（17.11,26.38,27.17,32.12），后因托比·惠洛克（Tobey Wheelock）对该术语的检查而改为“strait”。选择“strait”是因为它似乎在语境上更合适（下面的文章对此有些阐明），加上托比所指出的，Ra 似乎喜欢古老而富有诗意的语言。

> “‘Straight’是现在使用频率远高于‘strait’的词，因此关于这个短语最常见的问题是拼写——它应该是‘strait and narrow’还是‘straight and narrow’？这取决于你想要多么严格。这个表达的来源是《圣经》，具体是马太福音 7：13/14。钦定版《圣经》将这些经文写为：
>
> > ‘你们要进狭窄的门；因为引向灭亡的是宽大的门，路也宽，进的人也多；引向生命的是狭窄的门，路也窄，找到的人也少。’
>
> 这显然倾向于使用‘strait’而不是‘straight’，因为它调用了‘strait’这个词现在相当古老的含义，即‘一条狭窄的路线或通道，使通行变得困难’。这个意思仍然可以在各种海上航线的名称中找到，例如多佛海峡（Straits of Dover）。这样的海峡在 1867 年版的斯迈斯（Admiral Smyth）《水手词典》中被定义为：
>
> > ‘连接海洋一部分与另一部分的通道。’
>
> 斯迈斯还表示，‘strait’“通常以复数形式书写，但没有合理的理由”。
>
> ‘限制和受限’的意思在‘strait jacket’（束缚衣）、‘dire straits’（困境）、‘strait-laced’（拘谨）和‘straitened circumstances’（窘迫的处境）中依然存在。这些词语虽然技术上不正确，但现在广泛被接受，只有‘dire straights’（困境）受到持续的批评。”

“Straight and Narrow,” The Phrase Finder, accessed February 17, 2016,

www.phrases.org.uk/meanings/strait-and-narrow.html.

【10】关于流浪者在适应星球振动方面的困难：发问者：这些流浪者在地球环境中有身体疾病吗？

> **Ra：**我是 Ra。由于第三密度和更密集密度之间的振动失真存在极大的差异，流浪者通常有某种形式的残疾、困难或强烈的异化感。这些困难中最常见的是异化，因个性障碍对星球振动的反应，以及身体复杂的疾病，表示难以适应星球振动，比如过敏症。12.30

第二十四章 形而上哲学（下）

盖瑞：收获这一概念在联合体的信息中反复出现，不论是通过 Ra 还是有意识的通灵源，如 Q’uo 和 Latwii。既然我们已经超越了许多人所关注的时间节点，收获在你现在的思考中扮演了什么角色？你对这一概念的思考是如何演变的？

吉姆：显然，收获已经进行了一段时间，所以这并不是一次性发生的事情。传统的基督教观点是会有一个被提的时刻，一些人会被带走，另一些人则会留下，而这一切会很快结束。我认为 Ra 曾提到，这可能需要从 100 年到 700 年不等。考虑到我们是在二战后不久开始的，现在已经大约 60 年过去了，所以还有 640 年。

卡拉：可能上限是 700 年或 800 年。无论如何，这有很多时间。我不相信我们的解读曾经暗示过一次性发生的事情，除了在形而上的事物转变方面。我认为在 2012 年的截止日期上，

形而上方面确实发生了很大的变化，但每个人都在等待某种船只把他们带走或有什么事情发生——我并不期待那会发生，我从未期待过。我知道这并不是一个物理的概念。我认为真正改变的是，现在我看到人们面临更多困难，而这正是因为有更多的真相，有更多的光；这一转变已经发生，人们正在接收四维光。

在四维光中，你只需稍微询问一下，就能得到这样的答案！你不希望自己成为那样，你不想与阴影自我合作——不，不，那不是我——但确实是。然而，你必须去做工作。如果你能做这项工作，坐下来找到那个因痛苦而被埋藏的阴影部分。挖掘它，看看需要做些什么来治愈它。然后开始将其整合到你的光明面中。这个过程必须在你看到需要做的工作时进行。我们永远不会完全完成这一过程。

盖瑞：你还有其他想补充的吗？

卡拉：我认为自然收获的开始也是在你无法再使用这个肉体时。你已经转变。当你进入这一世的时候，你的灵魂缠绕在脊柱上，形成了脉轮。能量体包裹着物理身体，这就是你作为一个生物、作为一个心/身/灵复合体的这一世的开始。

所以你接受了这个身体的礼物，并接受随之而来的转世，然后，当这一切结束时，无论何时——创造者通常对此有比我们想象的更多的发言权——你就放手。你放下物质，留下那个物理身体，转向你的形而上或电气或灵魂身体，然后你就去新的冒险，新的地方。

Ra 谈到我们走在光的阶梯上。在这个收获的时刻，总是有可能性，我认为这可能性相当不错，每一个已经意识到这些概念的人可能都准备好继续前进。我们走在光的阶梯上，在某个时刻，阶梯继续通向四维，更多的光。你不知道。你只是沿着道路走，享受更充足的光，随后某一刻，光变得太强烈。你感到灼烧，于是停下。你低头想，好的更高的身体，好的更高的自我，我成功了吗？

我进入四维了吗？通常我想象每个人都会准备好毕业；在这个灵魂的学校里，从三年级升到四年级。

盖瑞：我想我们都同意，地球上有些负极性的人，他们常常掌握着世俗的权力，而正如负路径的特征那样，他们参与欺骗和操控，通常将他们的意图伪装在看似服务他人的理想后面。

一个寻求揭露和理解这些负极性者各种阴谋的领域被称为“阴谋论”。多年来，你与许多阴谋论的关系是什么？

吉姆：[笑]她看着我。[指向卡拉]是的，我曾经非常关注各种阴谋论，曾从华盛顿和俄勒冈的一些团体那里收到过新闻简报。我对幕后发生的事情非常感兴趣，后来我想，实际上这只不过是正常的事情——这是人类正常的行为，真的没有什么大不了的。

如果你看任何一个团体，无论是家庭、教堂、办公室还是团队，都会发现其中有一些小的组合，在幕后试图做某些事情；两个孩子试图找出如何让假期延长，以便父母能够同意，或者试图逃避工作。人们总是在想办法如何在他人背后绕过某些事情，或者尽管有人反对也要完成某些事情。这就是人性。因此，这种情况会在各个地方发生，当然在政府和权力的最高层也会发生。但我最终得出的结论是，这真的无关紧要，因为如果我专注于我正在做的事情，努力散发我的光芒，做我来到这里要做的事情，他们无法影响我的进化。这只是游戏的一部分，如果你在这一部分游戏中迷失方向，那就很不幸，因为你会忘记自己在做什么以及自己真正的目的。

卡拉：我觉得有些阴谋论非常有趣。我一直特别喜欢与光明会和《绿宝石法典》有关的阴谋

论。这些故事都很精彩。看看它们没关系，但我从未认真对待过。我知道这些事情确实在发生。我毫不怀疑有人试图积累权力，而且是在非常高的层面上，他们也在渗透政府和政策。我知道每当我想找点乐子时，可以去听听某些研究这些方面的人。那在那个世界里，你会度过一段迷人的几个小时，但事实是，你对自己的开放心灵拥有最终的权力。这就是我们的权力范围。我们并不寻求做任何超出清理自己的行为并为无限造物者服务的事情。我们可以做到这一点，而不必担心阴谋。感谢上天，我们不需要去修复这个世界上很多腐败的事情。

吉姆：正极性在光中做工作，负极性在黑暗中做工作。这就是事情的本质。

卡拉：有些人决定想要修复某些东西，他们在这方面做得很出色。我不想让他们看起来傻，因为他们试图做一些伟大的事情。你知道，他们戴着白帽子，做着美好的事情。我只是想说，你可以戴上白帽子，成为好人，关键在于敞开你的心，并持续保持开放。做到这一点已经很困难了，谢谢。所以简要回答你的问题，我从未参与过阴谋论。

盖瑞：我注意到即使在《一的法则》社区中，也有一种强烈的吸引力。这确实能引起注意。

吉姆：这确实是迷人的东西。精彩的故事。

盖瑞：是的，它提供了无尽的素材。你可以深入那个领域，持续探索。总是有新的事件，错误信息和虚假信息多得让人无从分辨，谁知道在那个世界里哪里才是尽头，什么才是真实。

在这样一个充满混乱和可怕事物的星球上，你们通常如何寻求创造者并在正面的意义上服务他人；一个充满与自己极性相反的人群的星球？

吉姆：我们做我们一直在做的事。与志同道合的灵魂聚在一起，尽力而为。

盖瑞：我觉得一个更聪明的提问方式是：很多人心中都有美好的理想，激励他们去做正面的工作，但当他们打开新闻或看看周围的世界时，他们感到沮丧。他们无法将两者调和在一起。我该如何在这样的环境中坚持这些理想并追求它们？所以，我应该问的是：你们是如何调和的？如何看着周围的现状仍然继续前行？

卡拉：我认为如果你从不进入宁静之境，你就会陷入深深的麻烦，因为你无法逃避观察这个世界的方式。它在各处都是如此。但你可以关闭思维，进入一个没有言语、没有时间、没有空间的地方，那里有一个完全不同的王国等待探索。耶稣说过：“我的国不属于这个世界。”那么，那是什么世界呢？他并不是说他来自火星并要回去；那是灵性的王国，你需要以你选择的方式进入那个灵性。实际上，这是宁静的王国。有人问：“那么，如何进入宁静的王国？”我告诉她，停止说话。[笑]这对她来说是个特别合适的评论。但这就是开始。

吉姆：我觉得这是《堂吉诃德》的理想。这就是我们的标志。你与风车作斗争，捍卫正义，尽你所能。

卡拉：在大学的时候，我意识到如果你想用语言，你可以将任何事情说成对或错。你可以将任何东西与任何东西关联在一起。因此，语言基本上是无用的。这结束了我对语言的热爱，开启了我对宁静的热爱。我仍然是宁静的热爱者。对于如何做到这一点，如何保持内心的平静，如何保持信仰，如何维持你正在做的事情，宁静是答案。每天记住几次，仅仅记住这一点就足以让你变得更强。只需在宁静中走一小段路——几秒钟，你就会记起真正的自己，而这就是你带回来的，然后你就会歌唱。

盖瑞：在《一的法则卷五》中，吉姆写道：“为了提供最恰当的服务，我们必须仅仅渴望无条件地服务于他人。”

后来吉姆说：“当那种对服务他人的奉献集中在强烈希望某一特定结果是服务他人的努力时，便会歪曲服务，带有先入之见。不是我的意志，而是祢的意志，这种态度才是提供最有效服务的态度。”

你能详细阐述一下这是什么意思，以及一个人如何以这种方式服务吗？

吉姆：[笑]那就是我的阐述。[大家笑]你应该看看我开始的时候是什么样的！

卡拉：那不是开始，那就是重点！

吉姆：这就是我的哲学：当你做某事时，你希望有某种结果，否则你可能不会去做。你必须有一个目标和理由。但在灵性领域，如果你心中设定的结果过于具体，很容易感到沮丧，因为事情并不总是如你所愿。因此，你必须有意图，尽力而为。然后，在某个时刻，你最终会说：“好吧，我不是世界上最大的力量，还有更大的力量，我需要将我的意志交给创造者、我的更高自我、周围的天使力量，或者正义与光的力量，简单地说，‘愿你的意志成就。’让我做我能做的，把我的努力与许多其他沿着同样方向努力的人结合起来，看看我们能做些什么。我在播种；我知道服务他人的道路就是那条真实之路，所以我将继续前行。”

最终，我们会意识到，我们不仅在做自己想做的事情，而我们就是创造者，一切都向我们开放。这是获得经验、荣耀创造者的方式，经历各种混乱、怀疑、神秘和黑暗，这些都是每个人都会经历的。这就是事情的本质——保持信念，保持意图，尽自己的一份力，保持希望。这就是我所说的阐述，真是的。

盖瑞：我知道我可能已经开始回答这个问题，但我非常感激你抓住这个机会来详细阐述一下。

卡拉，从你的例子中，我学到的两个关键点包括：在团队工作中的让步，以及你始终将关系放在首位的坚持。你能谈谈这两个原则吗？

卡拉：让步和关系？

盖瑞：是的，你是如何将关系放在首位的，以及在团队工作中你是如何能够让步的。

卡拉：好的。首先，我将关系放在首位的原因是，那是我的催化剂、服务和学习的所在。没有什么比其他人更能成为出色的老师。所以，无论生活中遇到

谁，我都会尽量尊重他们作为一个灵魂，看看他们对我提出的请求我是否能做到。如果可能的话，我会去做。

对于那些与我关系密切的人，比如我的清洁工或同事，如果出现了问题，我想坐下来好好谈一谈，因为我希望我们之间的一切都能保持良好。原因很简单，如果你们能保持心灵的开放，总是乐于见到对方，那么你们就能完成最好的工作。我无法在没有“让我们谈谈”这种能力的环境中感到舒适。

吉姆：和我已经结婚将近 30 年，生活在一起更久，这一直是我们的座右铭：如果我们之间有任何问题，就坐下来谈，因为我们不想带着愤怒入睡，让这种情绪延续到明天。我们希望立即解决这些问题。我们总是能够做到这一点。我们总是能以良好的心情入睡——彼此快乐、满意并充满爱意。所以我知道这是可能的。当两个人想要解决问题时，他们是能够做到的；没有什么能阻止他们。如果不去做，这个问题就会变得巨大，最终演变成一场大戏。我不喜欢戏剧性，所以我想——花五分钟解决问题，愉快地完成它。[笑]永远提升你享受乐趣的能力。如果你在笑，那就是好的。

所以这就是我对关系的看法。将它们放在首位是你获得所需催化剂的最佳途径。它们是镜子；你需要尊重你的镜子。彼此相爱、被爱是我生活的乐趣，尊重彼此是很重要的；尊重身边的人是件好事。

至于在做任何必要的事情时让步……如果我想保持现状，让欣赏我的人也保持现状，哦，是的，我可以不允许任何人不同意我。然而，我也可以说，“我希望你们这样度过你们的日子”，我可以说，“我的方式或不做。”但这并不尊重每个人想要在自己想起床的时候起床，做自己想做的事情，并让灵性工作按照他们希望的方式进行。因此，我的态度不是“让我们按我的方式做，我不想听任何不同的意见”，而是“你想做什么与我不同的事情？让我看看我能否支持你。”我觉得没有必要让每个人都像我一样。

这回答了关于让步的问题吗？

盖瑞：是的。我从这两个方面都有积极的学习。关于“关系第一”的原则——你以前曾说过，这不仅仅是关于工作、目标或任务，而是关系首先、最重要。因此，暂时放下目标，如果有不和谐，专注于关系。始终把关系的甜蜜放在首位。

卡拉：是的，我知道你在想什么。那时我不得不关闭 Bring4th 的一个版本，我关闭了两个版本。那是因为不和谐进入了其中，无法再让它变得甜蜜。我尝试过与一个愿意开始 Bring4th 新版本的家伙合作，但我们始终无法和谐，因为他对我在技术方面的无知感到非常恼火，总是生气。所以我在努力让他不生气，而他则想让我成为一个懂得他所说的技术细节的人，而这注定是失败的。[笑]我确实让我们之间的关系变得和谐，但这意味着我们不能一起工作，因为我永远无法成为他想要的那种合作者。我无法成为一个完全理解编码和所有技术方面的伙伴。我甚至不知道“论坛”这个词的正确用法，我真是无可救药。

所以现在，当我们见面时，那种关系早已失去，但我们依然彼此深爱。我不会和他紧密合作，因为我知道我永远无法成为他希望合作的人。他真的需要能在技术上全力以赴的合作伙伴。而当 Engratt 进入我的生活时，他并不需要我了解技术细节。他和我在形而上的方面达成了共识，然后他就继续推进。我从未看到你们二人合作中出现过问题。

你们总是把关系放在首位，并且总是确保论坛上的氛围保持甜美，这正是我所要求的。

盖瑞：吉姆，有一天和你一起在吉姆的草坪服务公司割草时，你表达了从生活中学到的一件事。你还记得那是什么吗？

吉姆：不记得了。[笑声]

盖瑞：我想我们可能会遇到这个问题。

吉姆：一件事？我只学到了一件事？那肯定是糟糕的一天。[笑]

卡拉：哦，别这样。

盖瑞：这对我来说尤其深刻，因为它非常简单——

吉姆：如果你不记得，那它有多深刻？

盖瑞：哦，我记得。我只是想铺垫一下。我希望能引导你——

吉姆：那就继续引导吧。

盖瑞：——为了任何可能阅读这本书的人。这对我来说尤其深刻，因为这是一个来自于一个

拥有丰富哲学思想和多年研究的人所表达的简单理念。

吉姆：哦，我的生活哲学？总是慷慨？

盖瑞：没错！就是这个。

（吉姆笑）

卡拉：哦，这太好了，因为我从来没有见过另一个人这样做。无论吉姆有多累，他总是会在完成所有工作后，额外为顾客做一点事情，而且从不收费。他的这种私下慷慨让他的所有客户都对他十分喜爱——他已经离开两年了，每次他们见到他仍然会说："吉姆，你不会回来吗？请回来。"他们非常崇拜他，也许不知道为什么，只是知道他把草坪打理得很好，但他总是在做一些额外的事情。

盖瑞："总是慷慨。"我觉得这是一个特别美好的理想，只想把它记录下来。

卡拉：是的，真的很美好。

吉姆：[笑]谢谢你帮我想起这一点。

盖瑞：Bring4th 的一位成员问："Latwii 和 Ra 提到男性/女性之间的寻求或服务是重要的，特别是在有效的寻求或服务方式上。你们作为一对男性/女性组合一起寻求的经验如何，与与唐一起的三人小组相比又如何？"

吉姆：嗯，这真的很难说，因为我们在一起的时间大部分是没有唐的。唐去世已经 30 年了，所以我们有很多时间在一起。能够一起寻求是无价的。独自旅行是很困难的。我曾经孤单过一段时间，正如我所说，独自学习要困难得多。当你和别人一起时，这种学习和服务的能力会被放大。

卡拉：和我一直能够，如她所说，谈清楚任何误解或困难。没有什么会持续超过一天。因此，当唐在世时，你知道与 Ra 的接触也是持续的，那是一个黄金时代。

卡拉：没错，那是。

吉姆：我们在顶峰，尽管有困难，但那段时间可能被过于美化了。

但唐……[笑着回忆]以他特有的处理或不处理催化剂的方式，学习有点不同。和卡拉在一起更容易学习，因为他认为这个世界是个疯狂的地方，为了保持平衡和理智，你需要不让催化剂干扰你，无论是起伏——保持心态平和。他在这方面做得相当不错。

所以，与唐在一起，学习沟通等方面就更困难，因为一切几乎都被内化了。但和卡拉在一起，则几乎是外化的。

卡拉：当然，与唐在一起，那个第三者带来了进行更大工作的能力。这是非常宝贵的。

吉姆：是的，第三者真的有助于外部工作，帮助形成一个团体来帮助他人。

卡拉：他是一个了不起的领导者。吉姆和我都是基因上的领导者；我们在领导小组方面没有问题。所以我们并不是依赖他。我们是两个很高兴将意愿交给他的人——你知道，我们接下来做什么，乔治？这类问题交给一个会告诉我们接下来该做什么的领导者。我们信任他的领导能力。

吉姆：他绝对是领导者，但我们从未觉得——我从未觉得——他是老板。他不会下命令。你

只是想和唐在一起。你想做他想做的事，因为他很有趣。

卡拉：我把自己的领导风格模仿他的，只有在有问题时我才会说话。在过去十年里，我没怎么和你聊过你在做什么，因为在我看来，你一直做得很好。但我不会到处给你大大的赞美；我只是享受正在发生的事情。我可能会感谢你，但我不会让你觉得烦。

盖瑞：是的，你不是个微管理者。只要我能和你的利益保持和谐，尊重你的精神，那么就可以全速前进。

卡拉：没错，你可以自由做任何在我脑海中不会出现的事情，因为我不知道那是否可能。

盖瑞：在《一的法则卷五》中，吉姆写道：“我们还发现，每一个投生的人都带来了某些途径、偏好或滋养其内在存在的方式。这个内在存在是我们日常生活的真正使能者和提升者。”那么，你们各自发现了什么可以“滋养你们的内在存在”？

吉姆：我喜欢独处，喜欢原始自然的环境。我喜欢在树林里徘徊，感受创造者在树木、花朵、鸟儿和松鼠中的存在。事物的构造——这是一个奇妙的创造。我是说，这真是惊人。所以我会在这里的院子里尽量接近那种荒野，并看到到处都有创造者的存在。这就是我所做的。

盖瑞：这是一种工作与孤独结合的方式。

吉姆：是的，那里总得有些工作。我热爱创造者所做的一切，但[对创造者说]你知道……我们这边能再稍微改进一下。[笑]只是我的意见，考虑一下！

卡拉：看看他所能成就的，那就是吉姆的方式。显然，我的方式更多的是通过音乐、仪式以及那种神圣环境中的欢乐。我一直想去教堂，参与服务，唱那些神圣的曲目，成为音乐的一部分。这对我来说滋养巨大。【1】

盖瑞：对于那些寻求发现滋养自己“内在存在”的人，你有什么建议？

吉姆：经过几年，我觉得每个人对自己喜欢做的事和真正能影响内心环境的事都有一定的认识。听听内心那个小声音，当你做、想或创造某件事时，它是如何唱的。只需关注，大家都有自己的东西。

卡拉：没错。我热爱任何与教学有关的事情。当我能跟听众谈论《一的法则》、唱歌并让他们感受到一种转变时，我喜欢这样。那让我感到光彩熠熠。我想我在这一生中其实已经满载光辉了，但我依然享受与人分享。

盖瑞：显然，“启蒙”这个词只是一个词，只是一个概念，它并不等同于它所指向的内容。那你认为启蒙意味着什么？这个词指向何方？

吉姆：根据 Ra 的描述，与智能无限的接触就是体验到一位无限造物者的完全存在。我认为我们都在朝着那样的方向努力。大多数文化和宗教都有某个词指向那个方向，不管是涅槃、三昧、见性等等。每个人都有机会体验到这一点，无论你来自哪个文化或宗教，或者你是否把自己视为这些文化和宗教的流亡者，都可以创造自己的道路，依然到达那里。

卡拉：我认为启蒙意味着更多的光，所以当你遇到某些东西让你说“哦，我明白了”，那就是启蒙。无论程度如何，无论我们在哪里，我认为我们都可以在许多事情和许多方式上获得启蒙，但启蒙的共性是那种几乎被提升并展示全新世界的感觉。你的眼睛会变大，你会惊叹“哇，这太棒了”，那时你就被启蒙了。我认为启蒙并不意味着你知道得更多，因为有太多东西需要知道。我们需要对此保持谦卑，但随着我们让更多光进入心中，我们可以变得越来越开明。

这最终还是回到让我们参与那个充满光和爱的宁静王国，而这个环境往往不是这样的。

盖瑞：正如吉姆提到的，Ra 将启蒙描述为通向智能无限的打开，同时也通向“现在之门”。你认为 Ra 为什么将启蒙与当下时刻联系在一起？【2】

吉姆：如果你记得《活在当下》，那本由拉姆·达斯多年前写的著名书籍，现在的时刻是一个无限的时刻，并且是持续不断的。如果你能够完全在场，意识到生活中、心灵中、内心深处正在发生的事情，那么我认为那就是一种启蒙的体验。我们倾向于更多地关注未来或过去，想着我曾经做过什么，或者我想做什么。这使我们有些分裂。但是如果你能够完全在这里、现在，那么就会是一个全然不同的世界。我们中的任何人在少数几次能够做到这一点时，这种体验会让我们深刻意识到，我们希望再次扩展这个“现在”。

盖瑞：在你自己的旅程中，你是否经历过自我怀疑的能量，如果有的话，你是如何与之相处的？

吉姆：哦，不，我一生中从未有过任何怀疑。[笑]你在开玩笑吗？当然，有自我怀疑。对我来说，自我怀疑就像是一种提醒，让我更加专注于我的能量、我的活动、我的纪律。总体来说，我认为我一直都充满自信，这对我来说是非常有帮助的。自信，因为事情似乎真的在顺利进行。我生活中的每一步都是非常明确的，我从未感到迷茫。

自我怀疑更多地出现在我如何将自己的能量与他人或其他群体结合，或者我如何帮助他人的过程中。就我个人而言，我并没有那么多自我怀疑。它更多地出现在我与他人的关系中，帮助我更清晰地思考我想做的事情；精炼我的思想、我的欲望，真正搞清楚。它提醒我还有很多路要走。我们还没到达目标——还是说我们已经到达了，而我只是忘记了？

卡拉：我一生中几乎没有自我怀疑。我总是感觉非常扎根于自己。我对自己了解得很透彻，没有经历过那种需要完全改变方向的时刻。当然，有时候你会觉得自己是个傻瓜——意识到自己真的是个傻瓜——看到自己傻瓜的一面，你只会想，我永远也无法摆脱这个。我总会有这么一点傻。每当我完全陷入这种状态时，确实让人沮丧，但对此你也无能为力，所以我就依靠……无论是胆量还是自信，我觉得自己基本上是对的。这就是我想要做的事，我热爱做这件事。那我们就去做吧。我想我们都有这样的时刻——你只是累了，非常累，想着再努力一次——我不知道，但然后你找到空间和时间，一切又变得可以接受了。

盖瑞：与此相关的问题是，困惑在你生活中扮演了什么角色？

吉姆：偶尔会有，我想。没什么重要的。

卡拉：没有吗？

吉姆：我是否需要担心困惑——在灵性层面上，或者……

盖瑞：嗯，不是那种如何去阿比餐厅的困惑，而是一种更深层次的困惑——被生活、被因果所困惑，它意味着什么，你如何处理它？

吉姆：我心中有一个小声音，多年来一直给我提供不错的建议，如果我不确定该怎么做，我就会问。有时候它会给我我不想听的答案，但我知道这是对的。所以我不会困惑太久，但我可能会拖延去做一些我不想做的事。[笑]但我最终会去做，而且那是正确的。

卡拉：我喜欢他的回答。我觉得我们在这方面很相似。我认为困惑与我的生活几乎没有关系。我可能会对这个答案感到困惑。[笑]

盖瑞：我想这两个问题都照亮了你们的性格，这就是你们身上可以感知到的力量，源于你们对自我的了解；你们对自己相当了解。关于困惑，我一直觉得，特别是在你身上，吉姆，你似乎总是知道自己想做什么，并且去做了。而且至少在我看来，你似乎不会浪费意识去猜疑。一旦你做了，就完成了，你准备好继续前进了。这并不是我的经历。这就是我觉得你身上这一点很了不起的原因。

卡拉：是的，我觉得你说得对。这就是他的操作方式。

盖瑞：那么意志和信念在你们的道路上扮演了什么角色？

吉姆：关键的。

卡拉：对我来说，这就是一切。

吉姆：至关重要。

卡拉：是的，我的信念是第一位的。我只需记得两岁时看着耶稣的眼睛——那个关键时刻，剩下的生活就自然而然地找到了方向。而意志——我对自己意志的强大感到惊讶。我非常非常专注于好好利用它。我认为意志的正确使用是非常重要的。我觉得我来这里是为了变得更智慧，努力学习变得更明智一点，而不是那么充满爱——更智慧一些，稍微有一点自律。

所以，信念和其次的意志是我身上的两个重要方面。

吉姆：在我们想做的一切，以及我想做的一切中，无论是吉姆的草坪服务，还是通过爱/光研究中心，或者处理困难的人，意志和信念就是……我认为这就是《诗篇 23》里提到的杖和竿：“虽然我走过死荫的幽谷，也不怕遭害，因为你与我同在；你的杖、你的竿都安慰我。”我相信意志和信念就是杖和竿。这只是我的解读，但它们一直是我所做的一切或尝试做的事情的基础。

卡拉：有一个关于吉姆的美妙故事，讲的是他在大学时——我想是杰米告诉我的——他在两个大个子之间，解释他们为什么不想互相打架，类似那样的事情。杰米说他一生中从未听过如此优雅的表达，而吉姆说他甚至不记得那件事，觉得自己一定是在一种改变的状态中。他有一种非常平和的气质，最好的时候就是他让自己站在想要互相攻击的人之间，向他们解释为什么他们不想那样做。

吉姆：那只是发生过一次。

卡拉：这非常有代表性。[笑]

盖瑞：我这个部分的倒数第二个问题最初是“这一信息（邦联哲学）如何在你们的寻求旅程中帮助了你们？”但我想我会稍作调整，把它和意志与信念结合起来问：这一哲学如何滋养了你们的意志和信念，或者说有没有滋养到？

吉姆：我想，意志和信念，以及我之前运用它们的方式，就像一副骨架。这些信息为这副骨架填充了肉体，让它在我的生活中真正活了过来，因此有更多东西可以看，更多东西可以思考，更多东西可以受到影响，更多东西可以行动。它增添了如此丰富的内涵。之前的一切都是黑白的，而现在则是彩色的。

卡拉：我想对我来说，它给了我一个与非基督徒交流的方式，我非常重视这一点，因为我一直是一个喜欢启发他人的人，乐于给予灵感。但在此之前，如果我想给人们带来灵感而不使用耶稣的词汇，不做基督徒，我就有些受限。考虑到 Ra 的宇宙观，我可以以中立的方式谈

论无限造物者和各种概念，而不会像谈论耶稣和跟随耶稣那样让人感到困扰。所以我非常珍视这一点。我认为 Ra 接触在我服务的方面所带来的启发，远远超过其他任何事情。它给了我一个词汇。

盖瑞：我们就到此为止吧。非常感谢你们俩。

吉姆：谢谢你。

卡拉：是的，确实如此。

【1】Ra 描述的滋养卡拉内在存在的一些事物：

> **Ra：**我们之前谈到过那些在重要能量上帮助这个器皿的事物：对美的敏感，对神圣音乐的歌唱，对冥想和崇拜的敏感，与自我分享，或在社交或性关系中自由给予爱的分享。这些事物直接影响活力。这个器皿对多样性体验有一种扭曲的欣赏，这在不那么直接的方式上也有助于活力。——44.13

查看 99.5（或第 27 章的注释#3）以获取更多关于滋养吉姆灵魂的内容，你可以这么说。

【2】Ra 能否提供通往开启那扇门的捷径？

> **Ra：**我们无法提供开悟的捷径。开悟是当下，是对智能无限的开启。它只能由自我为自我完成。另一个自我不能教会/学习开悟，只能教会/学习信息、灵感，或爱的分享、神秘的分享、未知的分享，这使得另一个自我伸出手并开始寻求过程，而这个过程以一个时刻结束，但谁又能知道一个实体何时会打开通往当下的门？——17.2

第二十五章 通灵的艺术

盖瑞：什么是通灵？

吉姆：[对卡拉]你应该回答这个问题。你是通灵者。我已经放弃了。【1】

卡拉：通灵是以一种有意识的方式产生潜意识的材料，简单来说就是这样，既概括又准确。

盖瑞：使用“潜意识”这个词引发了一个问题。它似乎暗示被通灵的源头来源于个人系统内部，而我所询问的通灵是声称来源于个人系统之外。

卡拉：你可以通灵自己，也可以通灵一个外部源头。但这必须来自于你内心。因此，基本上，你所做的就是获取潜意识的材料，而这些材料不是有限的，而是无限的。你获得一个概念，然后将其转化为有意识的语言。

所以这真的有点像，通灵者是一个翻译者，翻译自己从外部源头接收到的潜意识材料。但是，你实际上也可以通灵自己的一部分，尤其是如果你有一个分裂的个性，或者如果你在通灵灵性时是完全健康的。

吉姆：但对于 Ra 接触，情况并不是这样的。

卡拉：不，对于 Ra 接触，是在出神状态下进行的，所以我对材料的产生没有控制权。【2】

盖瑞：那么，当你说“潜意识材料”时，是否可以准确地说你指的是那些在意识心智之外的概

念，然后通过意识心智传递，这个意识心智充当这些材料的翻译？

卡拉：是的。

盖瑞：你们还记得第一次遇到通灵吗？你们对通灵的初步想法是什么？

卡拉：嗯，我第一次接触通灵是在 1962 年与路易斯维尔小组一起，接下来的几年里我们每周日晚上在哈尔和乔·普赖斯的家里见面，最初在印第安纳州，后来在肯塔基州。对我来说，这看起来很傻。那些家伙通灵的方式非常繁琐。他们希望自己的发声器官工作得很多，以确保不是自己在创造这些内容，所以他们会这样，[卡拉模仿]"我们[嘴里发出点击声]是[点击声]，"就那样。我觉得这是一种很傻的收集信息的方式，并没有吸引我。因此，我享受这些信息，虽然它们很简陋，但非常有爱，我尊重它们。我也尊重那些努力的家伙——实际上是我朋友的物理学学生们。一旦我理解了唐的目标和他的实验是什么，我就开始尊重他。他在头几个月并没有告诉我们，因为他想要一个绝对纯净的数据来源，不想让数据受到干扰。

所以当这个来自底特律小组的人来，并且通灵得更加流畅，说："你们为什么不通灵呢？放开自己，把它带出来，"唐认为实验已经失败。因为从外部干扰了【唐最初启动他的实验时并没有透露其实际目的就是从外星接触中获得心灵感应的数据。他的希望显然是，如果以这种方式接收到信息，那么这些信息会是纯净的，因为实验成员在不知道实验目的的情况下，不可能故意或无意中伪造收到的材料。然而，来自底特律小组的访客却揭露了这个秘密。】，变得不再纯粹。但他仍然觉得继续尽可能多地收集材料是合理的，于是他不断地这样做。

所以最开始，我并没有被以这种方式收集的材料所震撼。我没有想要去做它的欲望，也不觉得自己能做到。

吉姆：我大约在 1970 年或 1971 年读过简·罗伯茨的《塞斯资料》，我觉得那是很好的材料。我现在仍然觉得那是相当不错的材料。我对此很感兴趣，并希望有一天能学会如何进行通灵。

卡拉：吉姆是我最好的学生之一，永远如此。

盖瑞：我们很快就会谈到吉姆如何学习通灵。那么，卡拉，你和唐制定了一套独特的协议，用于与邦联来源建立联系并传达他们的信息。这些协议中有多少是从底特律小组移植过来的，多少是你和唐通过自己的实验发展出来的？

卡拉：这一切都是我。我基本上是独立完成的。唐教会了我通灵的基本要领，就是放手去说出流淌而来的内容，但他没有能够得到任何细化的东西。我不断地精炼，试图找出如何成为更好的通灵者，以及如何创造更好的集会。因此，我观察了哪些方法有效，逐步将这些东西融入我的实践中。在世纪之交，我花了三到四年的时间每天早晨的奉献后练习调音和挑战的过程。

盖瑞：我们稍后会深入讨论挑战和调音，但现在你是在说这些挑战和调音的过程是你在唐教会你基础知识之后自己创造的？

卡拉：没错。而且，我观察到的让一个小组更好的东西很简单，只有两点：避免具体的信息，任何在万年后仍然没有用的信息，以及让接触者说"我不知道"，而不是试图对每个问题都得到答案。

盖瑞：吉姆，你是如何以及为什么成为一个通灵者的？

吉姆：我和卡拉有着相同的愿望，就是服务他人。起初，这对我来说也是一种吸引力：我想成为一个通灵者，想获得通灵的资格。[卡拉笑]所以我努力了 25 年，努力到了平庸的程度。

然后我想，何必呢？我坐在我听过的最好的通灵者身边，不如以其他方式帮助她。所以我放弃了。

卡拉：这真的让我很烦恼，因为我不同意他的看法，不过没关系。我们可以另找时间谈这个。

盖瑞：我想问问吉姆停止通灵的原因。

卡拉：哦，他完全错了。他是个优秀的通灵者。我们都有自己的天赋。我是一个喋喋不休的人，这有它的价值——你从那些多话的人那里得到诗意、深度、感人之处和细微差别。而从吉姆那里，你会在最短的时间内得到问题的答案。在一场集会结束时，当每个人都累了，这太棒了。这是非常值得期待的。所以这就取决于你在寻找什么：简短、简洁的回答，还是更为优雅的答案。

盖瑞：我必须说，在吉姆停止自己的通灵服务后，基于他认为自己平庸的评估，我给了他一个挑战。我将卡拉的通灵和吉姆的通灵混合在同一张纸上，去掉了任何关于通灵者身份的标识。然后我问吉姆能否识别出谁在通灵。吉姆欣然接受了挑战，结果他的准确率大约是 50%。

卡拉：[笑]做得好，盖尔！

盖瑞：所以他的通灵并没有那么客观地平庸。但我想这归结于你的感觉。

现在我们开始深入探讨挑战和调音。挑战的实践是你们程序的一个关键方面。什么是挑战，为什么它如此重要？

卡拉：在这个物质世界中，我们可以用惊人的虚假信息过活。我们可以撒谎，可以扭曲信息，可以做各种各样的事情。如果我们做得好、聪明，人们会买账。在通灵所来自的形而上领域，没有模糊，没有撒谎，没有弯曲真相。你越是了解自己，并能坚定地站在自己的脚上，你在那个领域的存在就越强。如果你不知道自己是谁，无法说出“我就是我；这是我的信仰；这是我认为的优秀品质的典范，而我选择用这一品质作为我的挑战”。

例如，我是基督徒，自然会通过说“你能否说耶稣是主？”来进行挑战。这是我从一开始就设定的挑战。这是我作为基督追随者的核心所在，所以在形而上方面是非常真实的。

我请人们找出，如果他们真的不知道自己是什么，什么是自我的本质？内心的核心是什么？然后你相信什么？你追随谁？如果有一个实体是你追随的，那你属于谁？你认为最高、最好的品质是什么？所以我不告诉人们如何挑战。我让他们找到自己的挑战。

例如[转向吉姆]，当面临请求时，你选择了什么？你选择了正面的东西……

吉姆：我的挑战？基督意识。

卡拉：基督意识。他稍微与基督保持距离，使用意识这个词，但这就是他内心的核心，所以对他来说这是有效的。

所以这就是我所说的挑战。使用这种过滤器之所以重要，是因为宇宙非常拥挤。你可能会遇到任何实体，你不想随便拨号问：“那么，你认为怎么样？”你不知道自己在和谁交谈。你需要获得尽可能最好的联系。你在消耗能量，需要充分利用它。因此，基本上你在寻找与自己和挑战相和谐的联系，这样你得到的信息将是尽可能清晰的信息——最少扭曲。这些都是非常渴望的事情，所以挑战的原因就是为了消除接收负面联系，避免被欺骗，避免浪费时间。

盖瑞：所以你宣告你是谁，并发出那种振动、那种挑战，任何实体——尤其是那些无法与这种振动匹配的负面实体——因此被禁止或阻止发言？

卡拉：对。他们根本无法在那个环境中运作。就像他们试图穿过一面砖墙——他们根本无法做到。

盖瑞：你连续三次提出挑战。

卡拉：我是的。

盖瑞：你会把这称为普遍标准，还是仅仅是你自己过程的独特之处？

卡拉：我建议任何人都采用冗余，无论是做两次还是三次并不重要，但你每次都真的在做你最好的工作吗？我只是想消除我那天状态不佳的可能性，所以我集中精力，然后重新调整自己，再专注，甚至再做第三次，因为我想确保我不会对那些对我所做的工作感兴趣的人开玩笑。我希望我的工作尽可能出色，我竭尽全力做到最好，因为没有什么能让我满足。一旦我做到这一点，无论结果如何，我都无法对此发表意见，我只能说我准备了我所知道的最好。

盖瑞：你描述那些能应对这个挑战的实体能够通过，而无法应对的则会离开。你如何看待这个过程？

卡拉：嗯，我觉得比任何事情都要多。让我给你举个例子：我在伦敦教课——多么美好的事情可以说“我在伦敦教课”——而接待我过夜的主人有一个儿子，我能看出来，他非常讨厌我。他非常嫉妒，她把他带上楼换衣服，当我完

成挑战的过程并询问我的守门人（我的过程里有很多内容，包括和我的守门人合作）时，我问：“我需要注意什么吗？”她说：“是的，你有一个想要捣乱的负面实体，所以你得把它甩掉。”于是我唱了一首积极向上的歌，从头到尾完成了这个过程，然后我再次问守门人：“我们还好吗？”她说：“不，你最好再做一次。”这不是用言语来表达的，而是通过感受。所以我又做了一次，当我第三次做的时候，歌曲进行到一半时，我感觉到几乎像是一个断裂，然后我感到头部内部的压力释放，我听到那个小男孩在楼上尖叫——愤怒，绝对愤怒，他无法接触到我。所以我不得不摆脱一个非常真实、非常特殊的负面实体，它只想让我消失【3】。它就在物质世界中；它并不需要是一个无形的实体，而是一个有形的存在。

无论如何，这一切都是真实的，都是具体的。你不想要任何潜藏在接触边缘的东西，这些东西可能会误解某个答案或类似的东西，所以你需要清除任何这样的东西。所以在进入接触之前，你需要确保自己是干净的。

盖瑞：你如何感知非物质实体，是否是感知到某种存在——一种感觉，一个实体的场。

卡拉：是的。感觉，通常是一种内部压力，比如可能会有头痛或其他类似的感觉。

盖瑞：对于那些未能通过你挑战的实体，假设它们是负面取向的，它们的感受与正面实体有什么不同吗？

卡拉：没有。所有能够通过信息给他人留下印象的实体都在使用光。光就是光——无论是正面还是负面没有区别。

盖瑞：这也是挑战的另一个理由，因为它们可以模仿相同的场。

卡拉：对，你无法区分。

盖瑞：吉姆，你使用了针对自己独特本质的挑战过程。你是否以类似于卡拉的方式感知？你如何知道一个挑战是通过还是失败？

吉姆：只是内心的感觉。我只有一两次感觉到有一个负面实体在抵抗。

盖瑞：在那些情况下，你只是重复挑战直到这种感觉消散吗？

吉姆：是的。

盖瑞：你预先引导的另一个关键方面是调谐。什么是调谐，为什么它如此重要？

卡拉：在你自己灵性生活的过程中，调谐是一种内部过程，主要涉及清除可能让你无法敞开心扉的负面部分，比如愤怒，然后努力释放这些情绪。当涉及到通灵时，你需要调谐你的器皿，就像你调节一个有簧片的乐器或其他可以调整的东西。想想看，簧片是一个你无法调节的东西，不是吗？无论如何，你要调谐到大约 440 赫兹，也就是音乐的 A 音。你在调谐到一个默认的振动，也就是那种伟大的爱的原始思想，同时你要把那些让你的能量不那么充满爱的扭曲去掉。你让它们消失，以便成为你最高最好的自己，这样你才能做出最好的工作。不过，这必须是真实的。你不能只是说：“我会积极的，见鬼！”这行不通。你实际上要变得更积极。所以你要观察什么对你有效。对我来说，有效的是你在这些集会之前所经历的。我使用我从小就知道的非常简单的祷告，我反复使用它们。这些祷告对我来说永远不会过时，因为这些思想非常基础且充满爱。圣方济各的祷告，圣灵的祷告：这两者对我来说非常重要。因此，我使用祷告，唱歌，有时我会使用吟唱；我用任何能让我振作起来的方法，以便在那一刻成为最好的自己。这就是调谐的一个简要介绍。

盖瑞：所以，调谐不仅提高了联系的效率，还作为一种保护手段，就像挑战一样，因为那些不符合你调谐的人很难与你沟通，或者至少很难通过你的器皿发声。

卡拉：对。他们需要和谐。

盖瑞：在《一的法则卷五》中，吉姆写道：随着与 Ra 接触的时间和经验的积累，我们越来越意识到，提供这种服务的荣耀带来了同等重要的责任，即在生活经验的每一个方面，以尽可能纯净和和谐的方式提供服务。所学到的知识需要在日常生活中付诸实践，否则生活模式会出现困难。那么，这也是你们在其他地方重复过的主题，即生活在自己传达的信息中。你能对此展开讲讲吗？

卡拉：嗯，用街头的说法就是“践行你的话”。你可以说很多美好的事情，但如果你不去做，那么你的孩子，比如说，就会看着你说：“妈妈，你叫我这样做，但你自己却不这样做。”你就会被抓住。所以你需要尽可能接近你所学习的那些东西。

吉姆：Ra 称之为责任法则。如果你靠近光，你需要更加小心你的行为。你通常会受到一个放大镜的审视，尤其是来自那些愿意强调你可能允许渗入你人际关系中的任何不和谐的负面实体。你总是得更加小心。

盖瑞：如果不生活在被传达的信息中，或者至少不努力去生活这个信息，会有什么后果呢？

吉姆：得到一个混乱的信息——负面实体接管，正面实体则会说：“哦，我们已经尝试过了。”

卡拉：基本上，如果人们不尊重你的努力，这会影响信息的传递，而我们不希望做任何反映这一信息的事情，因为我们认为这信息是非常有帮助的。

盖瑞：所以，不生活在这个信息中可能与调谐有关，或者说与失去调谐相关。

卡拉：就是真实地做自己，做别人认为你可能是的那种人，做你自己所说的那种人，做到内心深处，没有混合的信息，只有直接的信息。

盖瑞：这说明了作为器皿的人在处理通过其传递的信息时所承担的责任：这些信息的内容和精神必须与器皿的振动相匹配。如果这个器皿降低了其振动，就无法成功地传递更高振动的内容。

卡拉：没错。

盖瑞：Ra 说：Ra：我们只能建议，接近光的荣耀伴随着责任法则。你所提到的器皿，必须承担责任，避免侮辱、纷争，以及所有那些在内心未得到解决而导致各种不和谐的事情。你认为 Ra 所说的“避免纷争和侮辱”作为从事通灵实践的器皿的责任是什么意思？

吉姆：这再次是将你从接触中学习到的东西付诸实践，把它融入生活中，避免那些你可以避免的纷争。

卡拉：彼此友好。

盖瑞：所以如果你在虐待别人，那么你的通灵实践可能不会进行得很好。

卡拉：对。[笑]而且很多时候，里面涉及一点自我，所以你得问自己，为什么我会有这种冲动，想通过说一些讽刺或伤人的话来保持距离？我为什么不能只是支持那个人？然后继续努力，直到你能真心地支持那个人。

盖瑞：这种靠近光的概念，服务于光、在光中服务，也意味着你内心的任何阴影会被加强、激活和放大，所以你必须更加警觉和专注。

卡拉：我们感觉就像是在正午时分，完全暴露在阳光下，因此阴影非常强烈且短小。

盖瑞：在 Ra 接触期间？

卡拉：是的，在 Ra 接触期间。当 Ra 接触开始并稳定下来时，我们能感受到紧张感和强度每天都在上升。

盖瑞：所以如果你不努力靠近光，而你感受到愤怒，这种愤怒可能会是比较轻微的版本；它可能时隐时现，影响较小，可能不会强烈地困扰你。但当你试图站在光中时，同样的愤怒可能会更加激烈，可能会获得更多的动量，如果你不保持警觉，可能会更有能力控制你。

吉姆：对。

盖瑞：现在我知道你，卡拉，是负责发展挑战和调谐方面的，那你是如何发展这些的？你是如何知道这是必要的，会有所帮助的？

卡拉：嗯，我在每场集会结束后都会回顾，并把它们记录下来——很长一段时间里，我会在下午 5 点的集会之后，第二天就把记录整理好。[这些是卡拉在 1970 年代参与的有意识通灵集会。]当我这样做的时候，所有的内容都很新鲜，我可以深入思考。我可以观察提问的过程，查看答案，分析动态。如果你仔细观察，当一切都还新鲜在脑海中时，你可以理解为什么某些事情有效，某些事情却无效，为什么某个问题不好，为什么某个答案不好，等等。我是一名研究者——我一直是研究者——我不仅想做到这一点，还想做到最好。吉姆每天提供的一个祷告正好切中要点。你能重复那部分关于“帮助我尽可能接近你，通过我所做的事情做到最好”吗？

吉姆：“主啊，今天请与我们同在，您总是与我们同在。帮助我们在所做的一切中看到您的面容，帮助我们通过尽力做到最好来荣耀您。"你知道吗？我得把它写下来！[吉姆和卡拉笑]这基本上是：“帮助我们做到最好，并通过以我们最高的能力完成一切来荣耀您。"这不是完

全准确，但我现在脑子不太清晰——

卡拉：——能做到的，对，我知道你的意思，但这就是其意：尊重并做到最好。我一直想尽力做到最好。所以我会检查这个过程，看看，也许这是对的，然后我会尝试。然后我能看到这是真的还是假的。所以这是一个渐进的过程。持续了几个月，但因为太明显了，没花太长时间。例如，当你允许一个具体问题时，你可以立刻感受到能量的变化。大家都会想，我们现在会得到一些好的东西，但这不是你在一个灵性会议中想要的能量——那不是我想要的。我不知道为什么其他人没有独立得出同样的结论，其实这真的有效。

盖瑞：一旦你实施了这些措施，你是否看到通灵过程中有明显的改善或变化？

卡拉：哦，是的，我确实看到了。

盖瑞：你们俩曾经怀疑过自己的通灵能力吗？

卡拉：我之前回答过这个问题。我说你尽力做到最好，然后怀疑自己就是傻瓜，因为那就是你能做到的最好。那么你能做什么呢？这就是你能做到的最好，疑虑就到此为止。要么你就不做这项工作，要么就是这样。

盖瑞：你认为一个好的通灵者需要具备什么？

吉姆：天赋。天生的能力。而卡拉正有这一点。就像任何人都可以学习在钢琴上弹《小星星》，任何人都可以学习如何通灵，但做到好才是真正的技巧，而使用挑战和调谐是非常必要的。但还有一种天赋，就像老萨奇莫说的：“有些人有，有些人没有。”

卡拉：[笑]他对我真好。

盖瑞：我觉得，卡拉，你已经回答了这个问题，所以换个说法问你是否正确：在你接收到的信息中，你感知到的“概念球”并不是用语言准确表达给你的，而是你用语言来装扮它。你翻译它，并赋予它语言。

卡拉：对。对我来说，一个通灵集会就像是接球游戏——接球，投球；接球，投球；接球，投球。如果你在接到球后的几秒钟内不投出去——如果你不说出来——你就会失去联系。你必须保持能量的流动——接球，投球。你不能接到球后再给它加上几句话，或再考虑一下——你没有那个奢侈，否则你就会失去剩下的联系。所以这感觉很零散。感觉从内而外都很颠簸，但在录音带上却顺畅如丝。

盖瑞：所以，与其说它是一个连续的流动，不如说你是以明显的包裹感知它，一种开开关关的功能。你描述的方式听起来似乎没有时间去反思信息或分析信息，你只需要让它流露出来。

卡拉：对，完全没有。你不会去思考它。你接球，投球。你不会去思考。这将直接导致失去联系。

吉姆：分析可以在结束后进行。

盖瑞：你们有没有发现自己在最初通过你们的通灵过程时，试着去思考并问自己：这是对的吗？这是错的吗？

卡拉：这是学习过程的一部分。每个人都会这样。我花了几个月的时间才能进行通灵，因为我被能量震撼得无法自持。你已经尝试过足够多，可能也感受过那种能量，对吧？

盖瑞：我确实感知到了一些条件反射，不知道——

卡拉：你感受到震撼了吗？

盖瑞：不，我还没有达到那个程度。

卡拉：当我第一次感受到哈通的能量时，[发出被震撼的声音]，我无法思考，无法说话，根本无法处理它。我能感受到，但我花了很长时间才适应，能量太强了。我对此非常敏感，结果证明。于是我花了一段时间，一旦能够接收到这种能量，并且不被震撼，才开始使用它，翻译从中获得的信息。

盖瑞：所以有些人觉得通灵就像是在盲飞，不知道是否真的有什么东西在那，而在你的情况下，你因为自己的敏感性感受到一些非常明确和可触知的东西。

卡拉：是的。我们有一次请了一位护士坐在我旁边——这是在 1995 年的木林小屋，是吗？

盖瑞：2005 年。

卡拉：哦，我错了十年……

盖瑞：你说的有个五。

卡拉：她坐在我旁边。我不知道你是否还记得，她在我手指上放了一个小装置来读取一些数据，当我接收到能量时，我的血压等所有指标都发生了变化。我的身体实际上变得平稳——这有帮助——而当我立即释放联系时，我的身体又恢复了。所以这种联系对我的身体过程产生了明显的影响。

盖瑞：是的，测量你的生物数据、脑电图、血压、心率，看看是否有任何变化，并有记录下来，这将会是非常有趣的。

卡拉：她就坐在我旁边。我们没有记录，但她告诉我就是这样的情况。

盖瑞：特别是对于唯物主义者。并不是说你们想要向任何人证明什么，但对于唯物主义者你可以说——

卡拉：我从来不想试图向任何人证明这件事。基本上，证明给任何人都是不可能的。即使你可以用逻辑来思考，并认为你所说的内容非常有证据，想要不相信的人也不会相信，并会找各种理由来反驳。因此，除非你能用“测量和笔”来证明，如 Ra 所说，否则就不要尝试。不要浪费口舌，因为说服一个不想被说服的人关于无法证明的事情几乎是不可能的。

盖瑞：这正是为什么通灵被那些希望为地球人提供服务的高密度实体选择作为沟通方式的核心原因：他们希望保护接受信息的人的自由意志。通灵提供了一种手段，使内容能够根据自身的优点进行评估，并在其中被接受或拒绝。

卡拉：嗯，你说得对。

盖瑞：在意识通灵的情况下，我一直认为通灵者，无论他或她是谁，有点像彩绘玻璃窗。也就是说，通灵者作为窗户，无论那个彩绘玻璃窗有多么清晰干净，必然会为透过它的光线增添色彩。你会认为意识通灵在多大程度上充当过滤或着色的机制？也就是说，透过的内容有多少是受到通灵者的影响或结果？

卡拉：可能有三分之一，差不多。很多。

吉姆：难道邦联没有说他们的理想是大约 70%来自他们，30%来自通灵者吗？因为他们希望利用你的经历、你的敏感度等，使信息变得普遍且人性化。

卡拉：而且适合所给予的群体。每个群体都是不同的，每一天也不同，你可以反复问同一个问题，得到的回答却每次都不同，因为每次的群体不同，他们的需求也不同。他们想听到不同的内容，你可以用无数种不同的方式回答。但正如 Ra 所说的，基本的信息在“永远都是一样的”【4】，那就是：爱，爱，爱。

吉姆：这对于意识通灵来说是正确的。但 Ra 的接触方式并不是这样的。那次接触的任何部分都不是通灵者。

盖瑞：这使它变得独特。

卡拉：是的，确实对我们来说是独特的。

盖瑞：是的，当阅读大量意识通灵的内容时，会得出一个结论：它遵循同样的原则；只是以不同的方式不断重新包装，每次集会都有所不同。卡拉描述了接收这些她必须翻译的“包裹”。你是否感知到相同的过程，还是在你的情况下有所不同？

吉姆：我的感觉更像是逐句进行。我在寻找更多——我们称之为控制、调节或证据，证明这不是我，因此我不太能够“把我的屁股挂在线上”，就像她说的那样。我没有那么无畏。我想让我的内容更稳固，并确认这不是我自己。

盖瑞：所以你觉得句子几乎已经为你形成，你只是需要传达它？

吉姆：有点是的。

盖瑞：我认为这个问题可能有助于说明意识通灵者在多大程度上影响通过的内容，所以我想问：卡拉的通灵、吉姆的通灵和唐的通灵之间有什么区别？

卡拉：我们每个人都有独特的能量。唐的通灵常常使用大量重复，保持非常简单的概念，特别是在进行形而上的通灵时。吉姆的通灵在我看来更倾向于简洁、简短、清晰，而我的通灵则更具诗意。

盖瑞：通过检查这个问题的答案，有助于人们了解意识通灵者在信息中所产生的影响，他们所带来的东西，也有助于划分表面特征和外观与信息深层核心之间的区别。核心保持不变，但这种基本信息的表面变化和排列组合却是多种多样的。

卡拉：是的，确实如此。你总会有你最喜欢的通灵者和来源。

盖瑞：听斯蒂芬·T 的通灵，可以听到一种更哲学化、更复杂的风格——

卡拉：“……因此，这证明了这一点。”是的，这几乎是一场教学的较量。

盖瑞：这也是因为他作为哲学教授的定位。

卡拉：对，他已经教了 30 年的哲学。

盖瑞：所以信息将以独特的方式装裱，这对他来说是独特的。

卡拉：这太棒了，我总是很高兴听到他的信息。这是一种喜悦。他和吉姆绝对是我最好的学生。

盖瑞：有许多的邦联团体通过你和其他通灵者以意识状态发表讲话，包括 Hatonn、Oxal、Latwii 和 Q'uo。他们有独特的存在吗？

卡拉：他们有独特的能量，然后以不同的方式进入我的意识。

盖瑞：所以说，如果他们没有自我介绍，你能根据他们进入时的感觉来判断是谁吗？

卡拉：你真的有那种倾向，是的。

[卡拉问吉姆]你有没有接收到过 Oxal 的信息？它会直入我的头顶，而哈顿的感觉则更普遍，就像一只大猫。

盖瑞：吉姆，你觉得你的额叶工作和通灵之间有任何联系吗？

吉姆：没有。

卡拉：这很有趣，因为这两者都与感觉有关——

吉姆：嗯，确实有感觉在额叶区域进来，但我认为对每个人来说都是如此。

卡拉：是的。

盖瑞：在作为通灵者的过程中，有一个叫做"调节"的方面，在接收信息和通灵之前，人的通灵者会以某种方式感受到调节。你们俩是如何体验到调节的？调节是什么？

卡拉：嗯，你刚才说的就是调节。它是一种某种安抚的舌头运动，或者是嘴巴大张的动作。这很常见。它让你知道有一个想要说话的存在。有些人在整个信息传递过程中都会感受到调节，而有些人只在开始时感受到。我在开始时会感受到一种冲击，就像之前跟你解释的那样，然后它会平静下来，这大概就是我的调节。我从未真正意识到需要某种安抚的感觉。[发出声音]

吉姆：我会在下颌、嘴巴，偶尔在鼻窦中感受到这种调节，额叶区域也会被激活，这样我就知道该我说话了，他们就在那儿。不过，再次强调，这是在意识通灵的情况下。Ra 没有提供调节。Ra 说，由于他们的局限性，他们无法提供调节。我们从未质疑过他们的局限性，但由于卡拉在睡觉，如果是 Ra，那给她调节也没用，所以这与之有关。

卡拉：嗯，我认为 Ra 的局限性与他们的信息带宽窄有关。

盖瑞：他们本可以按门铃或什么的，给点线索。

卡拉：[笑]

盖瑞：在我 2008 年通灵密集课程的那次尝试中，我确实感受到了相当强烈的调节，尤其是在第三眼区域的强烈刺激。那是我在这个过程中的极限。

卡拉：好的，那说明你做得很好。

盖瑞：你会说通灵和那些在脑海中听到声音的人的体验有什么区别？

卡拉：嗯，我想通灵更加有规律，能够用它为他人带来益处，希望如此。

吉姆：通灵需要一种纪律，这样你才能希望地运用调节和调音，并对自己所做的事负责。那些听到声音的人可能会说出这些声音，并且它们可能有话要说。但我不知道我是否想听，因为他们通常没有控制，通常没有任何纪律可言，往往是任由他们所听到的声音摆布。

盖瑞：我们谈到了高密度的实体使用同样的光，无论他们的极性如何，正如这里提到的：

> **发问者：**这个问题可能毫无意义，但一位来自邦联的正极性第五密度实体会否与我们负极性的第五密度同伴在同一频率上传递？

Ra：我是 Ra。这是正确的，因此无限造物者的服务星际邦联欢迎对所有接触的质疑。89.6

盖瑞：你们见过许多通灵者随着时间的推移而离开，有些人的接触无意中被腐化。通灵者是如何失去调音的？

吉姆：他们以为可以在不进行任何调节或调音的情况下识别自己的接触。他们甚至可能不知道调节和调音是什么，只是因为他们做过很多次，就认为自己知道接触。但因为负面实体与相同的相对强度或密度在相同的波长上通灵，你无法分辨。你必须每次都说：“你是谁？你以的名义而来吗？”

卡拉：每当我诚实地告诉某人“你需要帮助”时，那位通灵者都会觉得我过于批评，而我完全错了。无论是以泪水还是愤怒表达，这都是我们有益讨论的结束。人们不喜欢被告知：“让我们做一些工作。让我们清理一下。”

盖瑞：对于那些正面导向的通灵者来说，他们打算通灵正面的信息，但最终却得到了混合的接触，混合的、失去调音的接触似乎是由于未能调节、未能调音、未能生活出信息，或上述所有原因导致的。

卡拉：这里面确实有一些自我参与的成分。一个很常见的主题是想回答每一个问题。如果你试图回答具体问题，最终必然会接触到愿意替代服务他人的联系的服务于自我的实体，因为服务于他人的源头并不太关心具体信息，甚至发现自己无法提供这些信息。它们的专长在于无限、永恒，而不是未来的预言。所以，当你开始进行非常具体的讨论时，基本上是在告诉正向源头离开。你不再使用那个源头，而是转向一个可以回答具体问题的源头。此外，还有一些自我相关的事情，比如我总是知道我的源头，我对我的源头很熟悉，绝对不可能搞错。或者，我想通过这个接触赚钱。各种各样的诱惑都有，而我认为“诱惑”是个好词，值得审视是什么在诱惑一个人。另一个搞砸接触的方式是恐惧。人们一再因为对未来的恐惧而搞砸一个又一个的接触，想象着所有的一切都会在生活的挡风玻璃上破裂。

吉姆：还得准备尿布，给孩子们用。

卡拉：是的，我见过这两种情况。

吉姆：Ra 说，问题不在于问题的具体性，而在于对具体性的重视。我们偶尔会得到一些具体的信息，只是因为我们有那样的问题，但我们不会追问并认为它真的很重要。

卡拉：这是个很好的观点。

盖瑞：那么，你一开始回答说，如果是出于回答那些问题的渴望，那就是这个器皿想要回答那些问题。这似乎暗示了，在器皿这一方，有着比通常看起来更多的人类意志，甚至可以说，更多“人”的成分。

我原以为，人类器皿在很大程度上是退居幕后，允许源头来决定是否、以及如何回答那个问题。

你的意思是，在这个方程式中，人类也在对那个问题说“是”或“否”吗？

卡拉：我认为在很多情况下，人类的确会过度认同被引导的源头。当源头说“我不知道”时，这对器皿完全没有影响，但很多通灵者会觉得这反映了他们的能力。如果你是个真正优秀的通灵者，你就应该总能得到答案。

对我来说，“我不知道”从来没让我烦恼，我就直接说：“我不知道。”然后就结束了。

盖瑞：所以，器皿在听到问题时，实际上可以同时渴望得到答案，即使源头并没有这个答案，这就造成了……

卡拉：完全是这样。而且当器皿有自己看法时——我想到的一个特定的人经常遇到这个问题。无论我怎么尝试，都无法影响到它。而且，这个人觉得我对它的批评太过，反而很伤人。我告诉它，想要表达自己关于政治和世界现状的意见正在妨碍它的通灵，因为那听起来就像是通灵，但实际上并不是。那根本不是纯粹的通灵，而更像是对近未来的非常具体和政治化的灵性解读。这种情况降低了通灵的纯度，让整个通灵的频率都下降，以至于我无法再和这个人合作——我尝试了三次，最后不得不放弃。

盖瑞：那在你自己通灵的过程中，是否有部分脑区在评估和判断被问到的问题的价值，还是说你完全放手，让源头来做出这个决定？

卡拉：就说我想说的吧。

盖瑞：即使是一位经验丰富的通灵者，拥有多年的经验，也难以完全将自己从通灵过程中抽离出来吗？

卡拉：是的，是的，绝对的。我不是说我没有做到，我认为我做得还不错，但是诱惑始终存在。

盖瑞：你们曾经有意地与负面实体进行过通灵吗？

卡拉：没有。

吉姆：没有。

盖瑞：我记得在 90 年代初期，你发起了一系列“通灵强化工作坊”，旨在教授他人如何与邦联源头通灵，但后来你中止了这些工作坊很长一段时间。为什么呢？

卡拉：(对吉姆)：为什么呢？你还记得吗？

吉姆：我想当时我们遇到了一些问题，有些人没有听你的话，他们没有在小组的陪伴下，没有锚定通灵者的情况下，就独自尝试通灵。你当时是锚定通灵者，是有经验的通灵者，有几个人就自己去尝试了。

有一个住在你以前住过的楼上的房间里的人，他突然精神出神，进入了某种意识状态，一直在胡言乱语。我们大家不得不上去坐在他旁边，把他安抚下来，平静下来——

卡拉：他当时身体状况不太好——我们必须用手按住他，把他拉回自己。那真是可怕的半小时左右。情况可能更糟。

后来，其中一个人最终自杀身亡，另一个人最终被送进了精神病院。所有这些人都开始独自练习通灵。【5】

盖瑞：你提到的第一个没有遵循你的协议，独自通灵并胡言乱语的人，他（或她）通灵的内容是什么？

卡拉：自我膨胀地对自己说：“我会照顾一切，你将再也不必担心，我会照顾你。”

盖瑞：我记得听说过一个事件，有人说了一些非常激进、负面的东西。

卡拉：那是另一个案例。还有一个案例是这样的，但这不是我想到的和失忆有关的情况。[对吉姆]你能想起这个家伙说的其他话吗，除了我提到的？

吉姆：没有，他对日本文化很感兴趣，所以他试图模仿某种口音……我们以前有一个特定的接触—

卡拉：哦，你是说 Yada！我 Yada。对的。

吉姆：不管怎样，他在模仿他听到的东西。

盖瑞：我记得，虽然已经有一段时间没听到过这个，但我记得你对发生的事情有点害怕，所以你停止了教导通灵的努力。

卡拉：我只是觉得，如果人们不听我的话，那我就在他们的生活中引入了他们无法应对的诱惑，可能会反噬并伤害他们。我不想伤害人。过了很长时间我才克服了那种恐惧，开始再次相信进行我的小教学活动是可以的。从那时起一切都好。我已经有多少次了，四次？我做过四次工作坊？

盖瑞：至少有六到七个单独的工作坊。我不确定分成了多少个周期。

卡拉：不管怎样，至少有四个不同的团体，也许更多。

盖瑞：我问这个问题也是为了强调，当通灵没有正确进行时，确实存在非常真实的危险和后果。

卡拉：是的，我想你想到的那个人就是最终对我发火的那个，对吧？每次他走过收音机时，收音机都会噼啪作响，充满静电。

盖瑞：我不记得听说过那件事。他是你一位女性朋友的父亲。

卡拉：哦，那个父亲。对，他就是在失忆状态中的那个。

盖瑞：我记得听说过有人在客厅的地板上扭动，喊着："我们会抓住你的，"或者—

吉姆：可能是吧。经过这么多年，很难记得。

卡拉：这家伙确实是在地板上扭动，但他想要照顾我们。你知道，这很有趣，这真的是一种极其正面的东西——想要帮助别人，想要让事情变得好起来，想让某人知道你觉得他们值得保护，觉得他们的工作很好。结果却变得非常消极，因为这完全失控，且对他自己有害。

盖瑞：这增强了通灵者的身份。他在说："我要做一些事情。"

卡拉：对。这种源完全抹去了那个通灵者的自我。它完全接管了，这真是可怕的事。我很高兴我们能够把他带回来。他是个很好的人。再好不过了，聪明得不得了，但智力也有它自己的问题，因为这样一来，他就会觉得，"我不需要听她说的。我是对的。我能处理这个。我可以自己工作。那条建议不适合我，因为我太聪明、太机智了，不需要被限制。"这不是真的。无论你多聪明（而且我也够聪明），无论你多机智（我不敢说我机智），不管你有什么优秀的品质，负面的实体在这样的团体中待着，寻找机会——我不会给那个实体机会，因为他们可以伤害你。

盖瑞：你的智力并不是保护你的东西。

卡拉：不。恐惧与适当行动之间是有区别的，我认为在光与暗、正面与负面交织的世界中，

适当的行动是遵循我建议的协议：保持在一个团体中。和一个有经验的通灵者在一起，这样对你有一定的保护。任何团体都能平衡你们的振动，让你们都比单独时更好。这就是团体的美好之处。

盖瑞：我们可能已经讨论过这个问题，但如果有新的见解，请分享。Ra 接触中典型的"窄带"通灵与 L/L 的大部分通灵工作中的意识通灵有什么区别？

卡拉：据我所知，区别在于能量的进入方式。我想，每个密度的特点在于……从这里到这里[手之间的距离]……这代表了可能的带宽差异，第四密度是这样的，第五密度更像这样，而第六密度则很窄。第六密度与第三密度的区别足够大，因此你必须过滤掉大量第三密度的信息，以便能够接收到第六密度的信息。

盖瑞：在通灵第六密度实体的情况下，至少对于 Ra，通灵者——你——完全脱离了身体。

卡拉：显然，我不能在意识状态下做到这一点。

盖瑞：所以这基本上就像 Ra 在你的身边，你直接听到 Ra 的声音，没有人类的干扰，也没有经过—

卡拉：显然，Ra 只是接管了我的发声器官，并使用它。

吉姆：他们并不在她的身体里。他们是以某种我们可以称之为"距离"的方式使用它。

盖瑞：所以身体非常像一个仪器——一个收音机，或者说是他们的麦克风。相比之下，在意识通灵中，通灵者对通过他们的内容是有意识的。

卡拉：对，在意识通灵中，如果你觉得情况不太好，你可以随时停止。我是这样做过的。

盖瑞：而在这两种情况下，通灵者仍然需要生活中体现所接收到的内容，并进行挑战和调谐。实际上，你没有使用与 Ra 接触时完全相同的方法。

卡拉：我并不是说你有责任模仿他们——你只需要做你自己，接收你能接收的内容，并根据它表达出与你相关的东西。

吉姆：你所能做到的最好努力就是你需要付出的努力。

盖瑞：而且你绝对应该为通过你传递的内容给予自己认可。[笑声]

卡拉：从未。

盖瑞：外层平面与内层平面的通灵有什么区别？

卡拉：区别在于从圣灵通灵，与从内在的灵魂通灵，内层平面是在这一密度内；而外层平面则是从其他地方通灵的能量，这可能来自不同的密度，可能来自我们自己的密度之外。

盖瑞：内部与外部的概念适用吗？

卡拉：是的，这样说是合理的。

肯：所以这与星球无关吗？像内层平面并不只是意味着地球内部，而外层平面则是来自外部——这之间是否存在物理界限，还是更倾向于形而上的，或者两者都有？

卡拉：嗯，是的，地球的内层平面确实有物理界限。它们都在第三密度的地球之内。

盖瑞：所以内层平面——你仍然可以在你的个人心/身/灵复合体之外通灵，但仍然在地球的

内层平面之内。

卡拉：哦，非常正确。很多人通灵其他实体，这些实体在他们的生活中曾是美好而激励的，然后这些通灵者也会被他人通灵，而这种通灵是有价值的。我在想一个好的例子。很多印度的导师在去世后会被他们的学生通灵。是马哈希还是有很多人觉得他是他们的导师，尽管他很久以前就去世了？

吉姆：你是指自性（Yogananda）吗？

卡拉：自性？我不太确定。有很多这样的例子，他们的学生感觉这个人就是他们的导师，而导师早已离开了身体。但在内层平面上，他对学生而言是非常真实的，实际上是被通灵的。

盖瑞：所以你可以说，几乎有更深层的内层平面，包括你的高我，也许是你的引导系统？

卡拉：是的。

盖瑞：然后还有作为地球内层平面的一部分的内层平面，但仍然非常局部于你，可以这么说。

卡拉：没错，内层平面的通灵是安全的，而外层平面的通灵则不然。安全是因为你在圣灵的庇护之下，这个灵魂保护着你。你体内有一个灵魂——无论你怎么称呼它。我称之为圣灵，因为我是基督徒，我感觉并且知道那个灵魂作为一个独特的本质，能够向我表达非常有益的思想。事实上，我所有来自圣灵的通灵都是来自“Holy”，这是我给圣灵起的名字。【6】

盖瑞：另一个区别是：外层平面的接触需要至少三个人在小组中，而内层平面则可以单独完成。

卡拉：对。吉姆和我做过 Holy 的通灵。那是我在练习调频和挑战的时候，我会先调频，然后挑战，接着接收圣灵。然后说“谢谢”似乎有些无礼，所以我会说，“给我一天的启示。”于是圣灵霍莉会分享一天的启示，有些来自圣灵的通灵真的很美丽。我们总共大约有 500 或 600 条，因为在我决定获得一切之前，我做了三四年。我们挑选了一年的内容，加上因为闰年多出的一天，所以我们在那本小书中有 366 条阅读——每一天一条。这样你可以从 1 月 1 日开始，全年都让它陪伴你。很多人告诉我，这就是他们使用它的方式，并且发现它很有帮助。这真的很棒。你也可以用易经问，“我今天的建议是什么？”然后随机打开，看看会得到什么。

盖瑞：你认为什么构成了短暂的信息？

吉姆：是没有任何持久价值的材料。它只在当下有用。十千年后，对任何人来说都没有意义。

卡拉：其粗略的例子包括谁会赢得赛马、谁会赢得足球比赛，或者下一次地球变化会发生在哪里——无论是海啸、地震还是其他。这些事情在发生之前都很重要，但一旦发生，它们就成了旧闻。那就是短暂的。今天在这里，明天就消失。永恒的智慧，永恒的真理，始终保持不变，而这就是灵的领域。

盖瑞：如果你发现自己渴望的是短暂的信息，那么你不应该从外层平面的来源寻求这种信息。

卡拉：我认为一个真正渴望短暂信息的人，或许应该研究占星术，因为星星确实对我们有影响。如果你是一个好的占星师，你可以为一个人提供非常具体的、针对性的解读。你可以为人们做出非常有帮助的占星解读。

盖瑞：在第 22 场集会的第一个问题中，Ra 说：

每次我们进行这个工作时，我们的社会记忆复合体的振动扭曲会更紧密地与这个器皿的无意识扭曲相交织。因此，我们正成为这个器皿振动复合体的一部分，而它也成为我们的一部分。这发生在无意识层面，即心灵通过意识的根部，你可以称之为宇宙的层面。

你认为在经过数十年的通灵后，Ra 所描述的“交织”是否继续存在，创造了你通灵的来源与自己之间的身份融合？

卡拉：是的，我认为是的。

盖瑞：当然这不是说你可以为那些信息归功于自己，但仍然有那种—

卡拉：我确实感觉到无形朋友的存在，可以这么说。

盖瑞：你觉得自己在通灵方面随着时间的推移有所改善吗？

卡拉：我有一定程度的改善。我知道如果我能打开自己，还有更多的进步空间。

盖瑞：所以你一直保持着一种初学者的心态？

卡拉：没错。我一直保留着这一点。我从未对自己的工作感到满意。每次完成通灵后，我的第一反应是，我刚刚错过了太多。

盖瑞：所以你感觉自己只是在接收的表面上轻轻扫过？

卡拉：是的，有些东西是如此有价值，而我只是抓住表面的东西，然后继续前进。

盖瑞：如果你能够更深入地了解你所接收的内容，你认为你会如何做到这一点？

卡拉：如果我知道怎么做，我早就这样做了。

盖瑞：所以如果你们发现了一个能够回答任何关于通灵如何运作，以及在通灵过程中发生的事情的问题的精灵，你们会问哪些关于通灵的问题？

卡拉：我想问，我该如何做得更好？

吉姆：是的。

盖瑞：就是她说的？

吉姆：就是她说的。

（大家笑）

【1】吉姆于 2003 年 9 月 7 日停止了他的通灵服务——实际上是在一个星期天的冥想中。然而，在卡拉于 2015 年 4 月去世后，吉姆和他的好朋友斯蒂芬·T 恢复了这个通灵服务，以保持这份火焰的延续。正如本章其他地方所讨论的，吉姆对自己通灵的评估并不算，嗯，可以说，客观。

【2】器皿无法对工作结果进行归功，这一点与治疗师相似：

Ra：治疗师并不是通过示范来进行工作的。工作本身就存在。治疗师只是催化剂，就像这个器皿具备提供我们言语的催化能力一样，然而通过示范或任何形式的练习，它对这一工作都无法有任何思考。

【3】在本书中，我偶尔会用另一种观点来补充卡拉的观点，以便给读者提供多个考虑的视

角。这就是其中一个例子。在这种情况下具体发生了什么，我完全无法知晓，卡拉对此最为了解。然而，我在想，这个小男孩对卡拉的影响，可能并不是由于他是一个熟练的负面实体，而只是他集中在强烈的负面情绪上，进而对卡拉产生了某种心理影响。这值得深思。

【4】'永远和始终都是一样的信息'：

> **Ra**：我们观察了你们的团体。我们被召唤到你们的团体，因为你们需要在引导中体验多样性的经历，这与更为深入，或者你们可能称之为高级的方法相辅相成，旨在研究你们身体、心灵和灵性的幻象模式，这被你们称为寻求真理。我们希望能为你们提供一个略有不同的视角，关于那永远和始终都是一样的信息。1.0

【5】吉姆相信，发生自杀的个体和最终住进精神病院的个体是在 1970 年代，那时他还未与卡拉和唐建立亲密关系。他并不知道具体发生了什么，只是听说过这些事件。他无法谈论他们自己尝试通灵与他们最终命运之间的联系强度。可能是试图不安全地通灵只会加剧已有的状况。

【6】卡拉强调通灵内在层面的实体是多么安全。根据我们的理解，确实非常安全地引导个人的更高自我或个人指导系统。实际上，许多第三密度的实体可能经常在不自觉的情况下接触这些源泉，无论是在创造艺术、感受灵感还是体验更深的连接时。由于这种引导类型的安全性，对于外层联系所需的预防措施（例如：三人小组、挑战等）可能并不那么必要。

然而，在卡拉的回应中，她似乎表明，引导任何源自内在层面的实体，也同样安全，尽管这些实体可能超出了个人指导系统。鉴于内在层面居住着多种多样的智慧，包括正面和负面的，我们建议任何尝试引导内在层面源泉的人采取一些预防安全措施。始终挑战源头。始终调整状态。如果可能的话，与小组一起引导可能会更有帮助。

第二十六章 唐

盖瑞：我们开始对吉姆·麦克卡提和卡拉·鲁克特的采访的最后三个部分，首先讲述唐·艾尔金斯的生平。他对真理的渴求和随之而来的研究努力推动了整个爱/光研究中心项目的开展，并形成了至今仍在延续的轨迹。唐·艾尔金斯在哪里出生，什么时候出生？

卡拉：唐出生于肯塔基州的梅菲尔德……等等，等等……他的母亲是到路易斯维尔来生的。所以他是 1930 年 2 月 27 日出生于路易斯维尔。【卡拉实际上曾说艾尔金斯出生于 2 月 28 日。随后发现的出生证明显示为 2 月 27 日。书中所有涉及该错误日期之处，已在第二版中予以更正。】

盖瑞：他是在路易斯维尔的一家医院出生的，但之后被带回梅菲尔德生活。

卡拉：他的家人曾住在路易斯维尔，经济状况良好……当人们说某人"经济宽裕"时，就是那种情况。家庭有一笔钱，但由于大萧条而损失殆尽。因此，唐的母亲——家里的昵称是"姐妹"——和她的丈夫塔利，以及唐一起搬到了乡下。唐基本上在梅菲尔德的偏远乡村长大，直到十五岁。他们种了大花园，知道如何罐装和保存食物，像乡下人一样生存。他们种的食物足够吃，但经济始终紧张。塔利总是在外面卖东西，很少回家。他是个很好的人，我认为他曾在某个时候成为当地商会的负责人。

吉姆：是更好的商业局吗？

卡拉：他成了那个组织的负责人。不是真正的更好的商业局，而是……

吉姆：类似路易斯维尔的市场协会或者……

盖瑞：商业公会，或者……[可能是商会。]

卡拉：你知道，就是专注于欢迎新公司来城里，支持当地的公司。总之，他非常受人尊敬，是个很好的人。但那时赚钱很困难。不过，他们把有限的资源用到了极致。唐在梅菲尔德生活到 15 岁。他变得非常善于射击。他在农场后面干过一些活，不喜欢那种生活。他喜欢城镇和森林，但不喜欢跟在骡子后面工作。[笑]

盖瑞：他不喜欢体力劳动？

卡拉：他喜欢体力劳动，只要他能选择。每个周末他都从路易斯维尔出发，从星期五到星期天晚上，他和最好的朋友们会在森林里徒步旅行，走过一亩又一亩的地方，几个小时。他们有一只小船，会划过河去印第安那州，唐在那儿当了学徒，到了 15 岁时已经是一名非常出色的射手。那时他的价值观就是：成为一个好射手，和朋友们一起在森林里徒步旅行，除此之外基本上想要安静。

盖瑞：所以他是 1930 年 2 月 27 日出生的。

卡拉：他是在 2 月 27 日的午夜出生的，正是在那一刻。

盖瑞：那时正值大萧条开始后的几个月，对吧？大萧条是从 12 月 29 日开始的？

卡拉：人们说是那时候开始的，但在 1932 年萧条加深。他绝对是个萧条时代的孩子。

盖瑞：你开始描述他的父母。他们有没有传授给唐什么宗教、灵性或哲学信仰？

卡拉：有的。唐的母亲“姐妹”无论在哪里都是基督教科学教的成员。她在路易斯维尔生活的后期就是如此。从 15 岁开始，他们希望唐能去父亲曾就读的梅尔高中，这在家族中是一种传统。所以他们搬到这里，我想是和她的父母住在一起，唐就上了梅尔高中并毕业了。他的好朋友们也是如此，所以他总是有伙伴。他也是个忠实、可靠的朋友，这三个人之间有着深厚的感情。

盖瑞：你说他的妈妈是基督教科学家。

卡拉：是的。

盖瑞：他的父亲也是这样吗？

卡拉：他的父亲参加教堂活动，但我认为他没有什么真正深厚的信仰。他的父亲有点像……[笑]油嘴滑舌、迷人的家伙，底蕴不深，缺乏实质。他是个好人，但总是随波逐流。他照顾妻子和儿子，是个好丈夫和父亲。然后在妻子去世后，他对生活的照顾就很少了。此后他一生都没有多少钱。他偶尔做些小生意，勉强维持生计。

盖瑞：所以是他妈妈有更坚定的信仰。

卡拉：没错，她确实有，而她的家族在此之前也有。她是基督教科学教的摇篮成员，年轻时在教会里担任读者。她在社区中非常受人尊敬。显然，她是个绝对的宝藏，内外兼修的美丽女性。唐非常崇拜她，而她也很爱他。

盖瑞：你没有机会见过她吗？

卡拉：没有，我是 1965 年左右认识唐的；她在 1963 年去世。不，我的意思是更像 1966 年。

吉姆：你不是 1962 年就认识他吗？

卡拉：哦，对，我把我的年代搞混了。

吉姆：经过这么多条路，你知道的，它们就像从桌子上掉下去一样。[笑]

卡拉：我知道。[笑]我 70 岁了，真的很迷茫，什么？时间是什么？

盖瑞：其实是 71 岁。

卡拉：对，71 岁，我刚过完生日。

盖瑞：这就是例证。[笑]

卡拉：没错！[笑]这就是我多么聪明。无论如何，我在她去世后认识了他的家人，并与他们关系密切。

盖瑞：那么在当时肯塔基的社会气候中，成为基督教科学家是否需要与众不同？这被认为是可以接受的吗？

卡拉：一点也不。这是非常可以接受的。他们是非常坚实的中产阶级，拥有稳固的中产阶级标准。“姐妹”在结婚前曾教过高中，显然是个非常聪明的女性，能够胜任她所做的任何事情。

盖瑞：唐有参与她的基督教科学活动吗？

卡拉：我认为在他内心深处，他思考过基督教科学的教义，并决定它们是他能想到的最接近真理的东西；因为一切都是幻象，而灵性才是真实。但他不喜欢任何正式的东西。他不喜欢为了任何事情而打扮。因此在九岁时，他和父母讨价还价，如果可以待在车里，他就跟他们一起去礼拜。于是他们进去了，这就显示了他们关系的一个方面，他成功了。

盖瑞：所以他从小可能就表现出聪明、责任感和一些自我意识。

卡拉：是的，他在这方面很早熟。但并不是说他成绩优秀之类的，他对此根本不在意。

盖瑞：所以他在学校并没有努力学习？

卡拉：一点也没有。他的妈妈问他：“你能不能为我做一次？能不能拿一张好成绩单？”他说：“好吧。”然后他确实做到了。就一次。[笑]然后他又回去周末在森林里闲逛，不怎么担心学校的事。

盖瑞：他是否有那种非常聪明但对学校没有太多挑战感的人格特征，所以他没有全力以赴？

卡拉：没错。唐从来没有被任何东西挑战过。我记得他在尝试加入东方航空公司时（他在 1965 年成功了）。他们有各种测试，其中有一项测试是用来衡量飞行员如何应对挫折的。他们给他一个小板，上面有不同的灯和字母。如果你在板上看到这个，就按“A”和“蓝”；如果看到那个，就按“B”和“绿”，依此类推。规则是这样的，开始时速度很慢，以便你可以每次检查：“哦，这个是‘A’，‘蓝’；好，这个是‘B’，‘绿’。”然后它开始加速，一点一点加快。唐就这样一路做到最后。过了一会儿，测试结束了，他从未犯过错误。所以他们无法给他打分，因为他从未感到挫折。[笑]

吉姆：你本不应该通过那个测试。

卡拉：不，你绝对不应该通过。这个测试的目的是看看你在跟不上时会发生什么，你如何应对。[笑]他们根本没有意识到，但他在任何他接触的事情上都表现得非常熟练和准确。

他自己说他在 1947 年犯过一次错误，但他是错的。实际上那并不是错误。[笑]这几乎是事实。他没有犯错误。他思维敏捷，而且思维准确。在认识人方面，他能透过你看见你的内心。这很美妙；我在那种感觉中感到放松。很多人都很紧张："他能看穿我！"而我会说："是啊，这有什么不好？你难道不喜欢这样吗？""不！"[笑]我倒是喜欢。

盖瑞：这与唐对周围物质世界的理解以及他与之互动的能力、技能或天赋有关——你还提到了他的神枪手技能。

卡拉：是的，正如我所说，唐在 15 岁时就是一名出色的神枪手。他能把瓶盖扔到空中，拔枪、瞄准，射击一、二、三次，让它在空中飞动三次。

盖瑞：你还跟我讲过他在射击场的一个故事？

卡拉：哦，对。唐非常适合在军队中担任非委任军官。他不想当军官，但最终成为了军史上最年轻的军士长。他在 21 岁之前就被提升为军士长，这实际上是违法的，但他非常擅长管理士兵，让他们理解所需的知识，并且很享受这个过程。他会想出不同的方式让他们享受、笑对，同时还能够学习。

这一天，他和几个从梅尔高中一起入伍的朋友在一起。这是朝鲜战争期间，地点在德国，那是个生存的好地方。唐喜欢射击，于是和朋友们一起去了射击场。其实他不是军官，不被允许上射击场，所以他请求允许和他们一起练习。负责射击场的人说："好吧，我们试试看。"

于是唐得到了一个卡片，可以射击一轮。他非常迅速地拔枪、瞄准并空枪而出，那个家伙说："不，不，你不应该那么快。"然后开始给他讲课。他的朋友说："呃，把卡片拉回来，快把卡片拉回来。"所以他把卡片拉回，朋友报告说可以看到他的嘴唇在动。[卡拉模仿这一动作。]他在数小凹槽，只有一个洞。他在数通过那个洞的射击次数——只是稍微划过了洞的某个部分。

吉姆：那是一个锯齿状的洞。

卡拉：是的。而且所有六发子弹都打进了同一个洞。所以负责的人停了射击，宣布："这位先生将给大家上课。"[笑]他居然在给所有的军官上课，尽管他根本不是军官。但这就是他的水平。他在狩猎、射击、打扑克、欢笑、飞行和在水塔上方盘旋，享受生活的男士世界中非常优秀。那段时间是他的世界。

他逐渐成长了，并没有永远停留在少年时代。他长大了，但他总是更享受和其他男人的陪伴，而不是和女人在一起。他没有约会，也没有与女人交往。他完全没有参与当时的任何社交活动。

盖瑞：你认为这源于什么？是他的文化背景造成的吗？

卡拉：其实不是，我认为这与他的哲学有关。随着成长，他观察到父亲一直非常努力工作，养活母亲和自己，而他的父亲在他看来基本上就是为此而奴役自己。

唐环顾四周，看着其他男人……你知道，那是女性解放运动之前的时代，女性通常待在家里，男人负责照顾她们，支付账单，让她们有机会生孩子。女性管理家庭，给他们带来一个家，

大家都认为这是一桩好交易。但唐并不这样看。

（可以安全地假设，唐并不是唯一一个认为传统的父权制安排并不好的人。）他认为女人在男人情欲的驱动下抓住了他们，把他们固定在一个为女人提供庇护所、让她们抚养孩子的世界中，然后成为那种生活的奴隶。他不想成为那种奴隶。他不想照顾什么家庭，也不想养一堆孩子。他不喜欢孩子。[笑]他曾说如果孩子能 17 岁出生，那就没问题，但小于这个年龄，他根本不想和他们说话。

他对此非常冷淡且评判严厉。在与我的关系中，我知道他总是希望我不是个女人，并且对我没有坚持要他承担责任以供养我感到非常感激，这样我就可以有自己的空间和孩子。

盖瑞：所以他觉得被女性的期望所束缚和监禁。

卡拉：被束缚着，而且没有什么好理由。他根本没有看到这一点。[笑]我在某种程度上可以理解这种观点。我认为，女性在利用男性方面确实有很多操控和其他事情。女性故意追求男性，并牢牢地把他们固定住。但任何安排都有问题。现在情况更加平等，但仍然是一个男人的世界。女性依然无法打破玻璃天花板，也不能拿到和男性一样的薪水。这样的思维其实源于过去，男人必须通过赚钱来养家，而女性则不需要。

盖瑞：你提到唐开玩笑说，如果能有一个 17 岁出生的孩子，那对他来说就可以了。他是那种像你一样，或许可以说是出生在儿童身体里的成年人吗？

卡拉：我想在某种程度上是的。尽管我总是想取悦身边的人，而他却真的不在乎。[笑]他根本不在乎。举个例子，唐的父亲去世时，我翻遍了整个公寓，唐和“姐妹”生活留下的一些零碎物品仍然在那，没被扔掉。其中有一小包邮票和地址贴好的明信片，应该是“姐妹”在唐去德国时给他的。他一直忠实地带着这些明信片，回到家后把它们留在了公寓里。[笑]当唐的父亲图利去世时，这些明信片还在那儿。唐从来没有扔掉它们。他珍视母亲，但并没有使用它们。

盖瑞：她是希望他用这些明信片和她从德国联系。

卡拉：她希望他能够沟通。但他并不是个善于沟通的人。

盖瑞：他不是那种会打电话或写信给妈妈的人。

卡拉：完全不是。

盖瑞：因为那是一种义务，而他不需要履行这种义务。

卡拉：是的，我刚开始和他同居时，他说：“我会走。”我问：“哦，你大概什么时候回来？”我在安排我的一天，需要知道。

他回答：“我母亲曾问过我一次，我告诉她，‘如果你再问我这个问题，我就会搬出去。’”冷漠，非常冷漠。我吸收了这个信息，制定了一个计划，最后这个计划效果很好。但我必须从他的立场出发。

盖瑞：关于他的童年，还有几个问题。他有没有惹过麻烦，还是个乖孩子？

卡拉：从来没有，他在任何方面都不是个惹麻烦的人。他是个非常礼貌、彬彬有礼的年轻人，知道所有的规则并遵循它们，也知道该如何巧妙地应对各种情况。大家都很喜欢唐。

盖瑞：他小时候是个爱读书的人吗？

卡拉：其实他并不太喜欢读书。他喜欢别人给他读书。他的母亲给他读了很多书。我在他们安定下来后也给他读了很多书。他喜欢了解事物，通常会寻找最快的方法来获取信息，但不会做超过必要的事情。

盖瑞：在这次采访的开头部分，你提到他开始意识到当时的科学范式，甚至人类知识的总和，无法解释他所感知到的神秘宇宙。这让他开始在边界之外寻求答案。

卡拉：没错。

盖瑞：那时他大约多大？

卡拉：14 岁，也许 15 岁。非常年轻。

盖瑞：所以可以说，他大约在那时开始觉醒了。

卡拉：嗯哼。

盖瑞：听起来他从小就已经相当觉醒了。

卡拉：对。他是个很深刻的思考者。只要了解唐，就能意识到他的智慧的深度和广度。他是一位杰出的思想家，极其能干。思维非常准确，视野很广。我一直非常喜欢唐，并极为尊敬他。他真的是我所认识的唯一一位伟人。

盖瑞：你所说的“伟大”是什么意思？

卡拉：他超越了所有正常人类知识的界限，完全正直、道德感强，致力于了解事物的本质，努力将拼图拼在一起。他的思维非常稳健，深度和广度总是让人感到震撼。对我来说，我是个聪明的人，没多少人比我聪明，但唐的智力可能是我的三倍。

盖瑞：唐在 18 岁时发生了托马斯·曼特尔案，这让他第一次走上了 UFO 的轨迹吗？

卡拉：这是你们推断出来的吗？

吉姆：其实那时他 17 岁。

盖瑞：17 岁？

吉姆：曼特尔案发生在 1 月，唐的生日在 2 月，所以相差一个月。

盖瑞：所以他在 18 岁时参军。

卡拉：我不太确定他具体是什么时候的，但正如我说的，他在 21 岁之前就是一名军士长。

盖瑞：你知道他为什么参军吗？

卡拉：是的，他参军是为了避免去韩国。他加入了预备役。

盖瑞：韩国有征兵吗？

卡拉：是的，有征兵，他正好被征召。他的身体状况是 A-1。他想履行自己的服役义务，并不是想逃避，但他更愿意不被射击，也更愿意不去射击别人。

盖瑞：他在预备役的合同是多久？

卡拉：天哪，我想大约是四年。不过在他从德国回来后，他成为了一名军官，最终在预备役中晋升为上尉。我想他在回国后在预备役服役了 13 年。

盖瑞：所以总共可能是 17 年左右，大致如此。

卡拉：差不多，我知道他在成为东方航空的飞行员时不得不辞去预备役，那是在 1965 年。

盖瑞：所以他在军队中积极追求真相，并朝着 UFO 的方向努力。

卡拉：是的。

盖瑞：你知道他在军队中是如何进行研究的吗？或者这两个领域有没有重叠？

卡拉：我认为这两个领域并没有重叠。我知道他很喜欢阅读报告。这是他最喜欢做的事情：作为一名预备役的上尉，他会坐在那里，阅读过去军事人员的报告，只是想看看事情是如何发展的。他有很多关于这些阅读的精彩故事。我想他对各种各样的事物都很感兴趣，无论身在何处，他都想了解更多。

盖瑞：在尝试拼凑唐的社交方面，我听说过他不喜欢人类，且避免与人交往，但同时他似乎又很外向，能很善于阅读和与人交谈。

卡拉：不同的人对酒精有不同的反应。唐是个外向的醉汉。[笑声]我从未见过他真正醉到失控；我从未见过他有任何失控的迹象。我所看到的最失控的情形，就是有一次我注意到他停车稍微歪了点。他仍然停在车位内，但车子有点歪。[笑声]那是他失控的极限，但他喝得越多，越迷人。

盖瑞：所以他可以是一个非常社交的人。

卡拉：非常非常社交、迷人、可爱的人，我非常喜欢他。我喜欢他喝醉的样子。[笑声]我对此一点也没有抱怨。

盖瑞：但在所有情况下，没有人能判断他到底有没有喝酒，还是——

卡拉：不，除了他在稍微醉的时候会说出更多的故事。这是一种生活方式。他的朋友们都是飞行员，军队里的小伙子，喝酒是一种常态。我觉得以前喝得比现在多。现在有更多可以获得快感的方式，但那时候大家都喝酒。所以他们会在酒吧见面，喝一杯又一杯，逐渐喝下去。[笑声]然后根据他们的晚上有多长，他们可能会喝很多啤酒。如果是喝威士忌，也会喝很多威士忌。但我从未见过他宿醉；从未见过他醉酒。酒从未影响他的生活方式。他没有问题，但他确实喝得不少。

盖瑞：他在社交圈中有志同道合的人吗？

卡拉：不，没什么。就追求形而上兴趣的人而言，真的没有。他有很多朋友愿意容忍他，觉得他很有趣，还会让他讲故事。那里面有很多接纳，还有那种纯粹的爱——男人之间的那种爱。那是种好、坚实的、兄弟般的爱。看到唐和他的朋友们在一起，感受到他们之间的相互喜爱、尊重的能量，是很美好的。他们都是好人，都是值得的人，都是努力做正确事情的人。

盖瑞：他在与 Ra 接触的整个过程中保持了这些联系吗？

卡拉：嗯，Ra 接触期间，一切都消失了。在那之前，他会花时间和朋友们在一起。

盖瑞：唐除了作为通灵团体的器皿和发问者之外，还有几种不同的职业。他是如何以及为什么成为物理和工程教授的？

卡拉：他选择工程专业是因为这似乎更符合他长期的兴趣和实际应用。他基本上需要上大学，因为如果不去的话，他就得工作，而他不想工作。他不想去找一份朝九晚五的办公室工作。

他知道自己不会喜欢那种生活，而他也从来没有过。作为老师和飞行员，这两种职业都不会限制他在 9 到 5 之间呆在一个小隔间里。

而一旦进入大学，他发现自己非常擅长这个专业，几乎不费力就能轻松完成学业。所有教授都很看重他。他发现自己是一个天生的教师，能够毫不费力地教学，不需要付出太多努力。但他会不断阅读一些东西，寻找报纸和杂志中关于超自然现象的报道，并与他的学生分享这些内容。

盖瑞：所以他获得了两个学位吗？一个是物理学，一个是工程学？然后教这两门课？

卡拉：不，他的学位都是工程学。他获得了硕士学位，还有一个专业学位。

盖瑞：但他教授了工程和物理？

卡拉：对。他教授物理的原因是没有其他人能应付那些学生。那是一群吵闹的学生，200 个学生是个大班级。所有新入学的学生都必须上物理课，而这门课很长一段时间都是从最年轻的老师传给下一个年轻的老师，没有人愿意接这个活。

吉姆：那时他们都是男生，工程系没有女生。

卡拉：没错。这些学生会做很多小恶作剧，让他看起来很傻。大多数人处理不了这样的事，但唐可以轻松应对。他会把他们的捉弄转回去，继续教学。比如，有一天，他的 200 名学生决定往他身上扔便士。他花时间捡起每一枚便士，然后说：“下次，扔更大的硬币。”然后就开始上课了。还有一次，他们在实验室水槽里放了一只死猫，他照样继续上课。他们试图让他恼羞成怒，但他总能从容应对。

有一次，他们安排了一个学生的女友，她在一个兔子俱乐部工作，穿着兔子服装，带着一杯覆盖着餐巾的马提尼酒走进教室。唐看到她进来，她不知道该怎么办，最后只能把酒放下，然后逃走。唐抬起餐巾，看着酒说：“太多苦艾酒了。”然后继续在黑板上教课。他根本无法被惹恼！他总能反击，学生们最终都非常喜欢他，愿意听从他的指挥。他是一位出色的教师。

他传达了所有要点，也很清楚学生们当时面临的压力。有些人必须获得特定的分数以维持奖学金。他总是给他们额外的分数：C 的学生变成 B，B 的学生变成 A。为什么？因为他们需要那样的支持。他对如何更好地培养年轻男性有着深刻的理解。每周五，他会给他们一个小测验，然后加总分数并去掉最低的一个分数。每个人都会有糟糕的一天。最终的成绩就是这样计算的。而且通常你能记住那一周所学的内容，这样他们获得好成绩的机会就更大。

他还有优秀的教学技巧，每节课结束时都会给他们带来一个有趣的小事实，让课堂不止是物理，还有趣味。比如，在每节课的最后，他会分享 Snapple 瓶盖上的内涵。他的学生们都通过了考试，掌握了物理知识，能够继续前进。因此，他在教新生方面的能力受到更高的重视，而不仅仅是因为他教的机械工程课程。因为他能做到比其他任何人都好。

盖瑞：他教书的年份是什么时候？

卡拉：嗯，他是在从朝鲜战争回来后开始教书的。

吉姆：是从 55 年到 65 年吗？

卡拉：大概是那样的。他在 65 年离开，去加入东航当飞行员，因为作为飞行员的收入大约是他当老师的三倍，而且他可以用那笔钱来支付他的研究费用。所以对他来说，做这个是很有意义的。

盖瑞：他在哪里教书？

卡拉：他在斯皮德科学学校教书，那是路易斯维尔大学的工程学院，位于肯塔基州的路易斯维尔。

盖瑞：他在那所学校教物理和工程。

卡拉：嗯哼。

盖瑞：我正想问你这个。我记得你在这次访谈中提到过唐学习飞行，这似乎与他的研究有关。

卡拉：是的。

盖瑞：所以，学习飞行和成为航空公司飞行员的动机只是手段而已？

卡拉：是的，但他也喜欢飞行。他享受飞行本身。因此，他一直保持着与飞行有关的社交活动，参与各种包机服务，直到他教书的那段时间。他还在积累自己作为包机飞行员的飞行小时数。

盖瑞：一旦他在 65 年左右停止在斯皮德科学学校的教学，他还会再回去当老师吗？

卡拉：不会。唯一不寻常的是，他有一年去了阿拉斯加，去阿拉斯加大学的费尔班克斯。他有机会成为工程学院的院长，并设定他们的课程。这是个大事。他接受了这个机会，并说如果我们在一起的话，他会继续做这个，但冬天太漫长，太孤独了。他不喜欢那样的冬天，也不喜欢那样的黑暗。因此，他一年后就回来了。

盖瑞：他在那里的年份是？

卡拉：这显然要在 65 年之前。

吉姆：我觉得是 1961 年。

卡拉：在我上大学之前，肯定是 62 年之前。

盖瑞：好的。所以你没有和他一起去。

卡拉：没有。

盖瑞：是他一个人去的。

在录音“UFO 的灵性意义”中，唐在路易斯维尔大学的一间教室里做演讲，谈论他的 UFO 研究。那是什么年份？

卡拉：哦，也许是 77 年左右？

吉姆：不，是 82 或 83 年，因为那时我们有了 Ra 接触。

卡拉：哦，82 年，好吧。【4】

吉姆：是杰斐逊社区学院，市中心。

卡拉：他是在肯塔基大学系统的一个姐妹学院提供讲座，根本不属于路易斯维尔大学。这只是一次性活动。那里的一个学生问他能否讲课，于是他就答应了。

盖瑞：哦，他算是特邀嘉宾。

卡拉：是的，他是那里的嘉宾，并不是被学校雇佣的。

盖瑞：好吧。他在东部航空的飞行范围有多远？也就是说，飞往哪些目的地？

卡拉：嗯，他主要驻扎在亚特兰大，有时在佛罗里达。他在美国国内和岛屿之间飞往各种地方。他飞往东部航空所覆盖的所有航线。

盖瑞：那么，他并没有国际航班。

卡拉：没有，他不是那种飞国际航班的飞行员。

盖瑞：你提到他会使用路易斯维尔的本曼机场租用小型包机，飞往目的地进行个人研究。

卡拉：嗯，是的。

盖瑞：在某个时刻，唐做出了一个重要的决定，关于他如何运作并与这个世界相处。你能告诉我们那个决定是什么时候做的吗？然后描述一下这个决定及其影响。

卡拉：抱歉，你指的是什么决定？

吉姆：对世界变得漠不关心。那是二十——

卡拉：哦。二十六岁。他当时 26 岁。

盖瑞：那个决定是什么？

卡拉：他决定自己已经死去。他不再对这个世界提供的任何东西感兴趣，什么也无法再动摇他。

盖瑞：所以，他很有意识地对自己说——

卡拉：非常清晰地释放了这个世界及其所有束缚。

盖瑞：我对……无所谓。

卡拉：他不想再和它有什么关系。我不太确定是什么让他到了这个地步，但他是个非常聪明的人，世界就是这样。他对此的反应是合乎逻辑的。

盖瑞：这在你认识他之前就发生了。

卡拉：是的。

盖瑞：他一定告诉过你这个事件。

卡拉：对。

盖瑞：他是怎么描述给你的？

卡拉：就是这样。

盖瑞：他说，“我决定……”

卡拉：去死。

盖瑞：他告诉你为什么做出这个决定吗？

卡拉：没有。[笑]唐从来没有解释过自己。我真的不知道是什么让他走到这一步，但我认为

这只是他到那时为止观察的一个合乎逻辑的结果。我觉得这个世界基本上让他感到恐惧和恶心。它粗糙、低俗，没人守信——在商业和金融的世界里更是如此。你越往上爬，就越会遇到谎言、欺骗和偷窃，所有这一切都是以“商业”的名义进行的。他对参与其中完全不感兴趣。

盖瑞：所以他对世界有非常悲观的看法。

卡拉：他是个忧郁的人。

吉姆：他著名的名言是：“这个世界是个精神病院，最好的希望就是有一个单人房。”

盖瑞：有趣的是，他在这种看法下却将自己的一生都投入到研究中。他一定认为这个世界仍然有某种救赎的价值，或者说有某种方式能够改善这个可怕的局面——

吉姆：这个世界并不是全部。还有更多的东西，而他对那些“更多”感兴趣

盖瑞：但他并不是单纯地逃避到那个“更多”中去。

卡拉：这不是逃避，而是深入事物的表面，去寻找他所理解的本质，并试图弄清楚事情为什么是这样的。我们为什么在这里？这个想法是什么？发生了什么？

盖瑞：但不仅仅是为了个人的满足，尽管这也是，他希望能够与他人分享这些。

卡拉：嗯，他是个科学家。如果他发现了值得发表的研究结果，他就会发表。这并不是“所有人都必须知道这些”，而是冷静地说，“是时候把我学到的东西发表出来了。”

盖瑞：所以，他在 26 岁时做出的这个决定，不仅是对世界的哲学回应，也是一个生存机制。

卡拉：我想是的，是的。他——我甚至不想说他幸福，但在做出那个决定后，他应对得更好了。

盖瑞：而且他始终坚持这个决定。

卡拉：给你一个关于他有多不想约会的例子：我曾经认识一个女人——我见到她时快 50 岁了，她和他同龄——她告诉我他们的父母是朋友，安排了他和她约会。她真的是个绝世美女。她具备了所有你想要的特质：聪明、机智、有趣、美丽——她已经准备好喜欢他了，对吧？于是他被拉进来了。他的母亲问：“请你这么做可以吗？”他答应了，“好吧，我会去。”结果他什么话都没说。接她后，带她去他父母计划好的地方，给她做了顿饭，然后把她送回家。一个字都没说。他的父母没有再试着让他约会了。[笑]你可以想象，我有点受宠若惊，因为他选择了和我在一起。这是个很大的赞美，他能够和我在一起，真是个伟大的奉献！他没有离开。[笑]

盖瑞：我模糊记得你提到过他在某种程度上是如何评估你的。听起来熟悉吗？

卡拉：你是说我的美丽？

盖瑞：是你总体的评价。

卡拉：他说过一次，我是他认识的最好的人。这是他对我说过的最美好的话。

盖瑞：这算是你从他那里得到的仅有的几句赞美之一。

卡拉：他当时喝得很醉。[笑]

盖瑞：所以，当他喝酒时，你能看到他内心深处的一点东西。

卡拉：是的，确实能看到一点。他稍微放松了一下，但并不是全部。水泥钢筋依然环绕着他的心。

盖瑞：所以，他在 26 岁时做出的这个决定，一直持续到 Ra 接触的最后几年，直到那一切也迅速崩溃。

卡拉：是的，确实如此。

盖瑞：你曾形容唐是一个忧郁的人。他是内向的，不参与社交，还是会笑会闹呢？

卡拉：哦，当然会。但是真正进入他的眼睛和心里？不多，没多少。

盖瑞：所以，他内心有一种潜在的悲伤……

卡拉：是的，那是一种非常深刻而真实的忧伤，忧郁感非常强烈。

盖瑞：表面上，他会享受生活、社交，甚至会笑和微笑，但内心深处总有那种未被触及的忧郁。

卡拉：总是的，是的。我觉得那是一种孤独，因为一旦他发现可以和我在一起，不再孤独，他会在旅行时一天给我打好几次电话。晚上他会打电话过来，甚至不说话，只是听我呼吸。这让他快乐，我也很快乐。

盖瑞：所以你们不需要交谈，只是……

卡拉：我爱他。我非常爱他。我就是那么崇拜他。

盖瑞：试图回答这个问题总是有些棘手，但如果有解药能对抗他的忧郁，你认为那会是什么？

卡拉：和 Ra 的对话。[笑]这是我唯一见过让他感到快乐的事情。他知道能和 Ra 交谈的时候，心里充满了喜悦。那感觉就像在盛宴前：他会[用嘴发出一种咔嗒声]，这总是在我做饭前出现。他知道我做饭很好，而每当到了享用我做的饭菜的时刻，他都会[发出同样的声音]，享受每一口。就像他对那些对话的期待。

盖瑞：说到你做的美味佳肴，他最终让你不要再做饭，对吧？

卡拉：是的。嗯，他胖了 40 磅。[笑]他说："如果你继续这样做，你就要毁了我。"但让我停下来很难。他最后完全让我停了下来。对我来说这很伤心，因为我得到了他母亲的食谱，我知道怎么让他快乐。我知道怎么让他胃口好。[笑]看着他享受食物，我非常喜欢这样的服务。

盖瑞：我想这个问题已经得到解答，但为了明确：唐在遇到你之前有过任何亲密或长期的关系吗？

卡拉：没有。[笑]完全没有。

盖瑞：唐在政治上有过参与吗？

卡拉：没有。

盖瑞：在五十年代中期，民权运动和社会平等的斗争正逐步成形并获得动力——这是布朗诉教育委员会案的时代。他如何看待当时的社会运动？还是说他对世界上其他事情一样漠不关心？

卡拉：是的。他确实很漠不关心。他并不反对那些为权利而战的人。他尊重他们，但他不和

他们交谈；他只是不属于他们。他也不属于其他人。他就是没有参与其中。

盖瑞：这是不是他对这个世界的冷漠态度的一部分？

卡拉：完全正确。

盖瑞：你会说唐在研究和追求真理上是全心投入的吗？如果是的话，他是如何在这些和生活的其他必要性之间取得平衡的？

卡拉：唐负责支付账单，任何剩余的时间和金钱都准备用来进行研究。

盖瑞：所以他并不是像阿哈船长那样在追求真理的过程中变得失控和疯狂。

卡拉：[笑]不，他不是。

盖瑞：他保持了一种透视感。

卡拉：他非常理智，也很有效率。

盖瑞：尽管你们三个人都有各自不那么明显的优点，但唐艾尔金斯是你们小团队的领导者。是什么让他成为领导者？

吉姆：魅力和智慧。还有一条通往超自然领域的伟大道路。

卡拉：我们三个人都不傻，知道自己比不上他。我们明白他是我们中的领导者，并且很高兴有他在。

盖瑞：这可能已经涵盖了，但为了深入挖掘，你觉得唐身上有什么特征特别突出？

吉姆：智慧、品格、敏感、同情心、能力、奉献精神、毅力。而且他个子高！

卡拉：他真的很高。我想有六英尺六寸。他总是说六英尺五寸，因为那是东部航空的限制。如果他六英尺六寸，就不能成为东部航空的飞行员。实际上，我觉得他总是说六英尺四寸，但我认为他是六英尺六寸。总之，基本上是六英尺半高。

盖瑞：在我见过的照片中，他看起来有点垂头，前倾。

卡拉：他一直是这样。他试图与他下面的世界建立联系。你说什么？[笑]

吉姆：他上学的时候试着躲在胖孩子身后，这样老师就看不见他。

卡拉：是的，他没有想吸引注意力的欲望。他有一种隐形的天赋。他可以坐在那里，服务员都看不到他，来来往往的人——他们看不到他。我不知道他是怎么做到的。但他可以选择变得隐形。这是一种奇怪的能力。

盖瑞：听起来，除非他喜欢你，否则他不想被接近，也不想被交谈。

卡拉：对。他完全是个孤独者。

盖瑞：关于唐，有什么可能让人感到惊讶的地方吗？

卡拉：可能是他对孩子们的好，真的是很惊人。

盖瑞：我也会感到惊讶。

卡拉：他对孩子们真的很好。

吉姆：他从来不会以居高临下的方式和他们说话。他总是和他们像对你我一样谈话。

卡拉：孩子们总是很喜欢他，就像其他人一样。我觉得我最大的惊讶就是意识到他与孩子们相处毫无压力。他其实很喜欢孩子们，只要他们不是他的孩子。

‡[笑]（也许唐与孩子这一概念或现实的关系是复杂的，或者模糊不清，或没有得到妥善的沟通，因为卡拉这句话似乎与她在本章之前的陈述略有矛盾，但并非不可调和。）

盖瑞：吉姆，您在认识唐和卡拉之后以及一起生活在社区中与唐建立了什么样的关系？

吉姆：嗯。这可能是我一生中最重要的关系之一，但也是最难以描述的关系之一。感觉我们就像兄弟一样，有着相同的基本目标，我们都致力于用必要的手段达到这些目标。所以我们有着共同的愿景，我们都非常想照顾卡拉。

我从来没有觉得我真正了解他，像我想的那样。我们只有四年的时间在一起，就是 Ra 接触的四年。所以这是一段起始的关系，但就像是以前在其他地方已经建立过的友谊。在我们当前的身份中，[笑]我们必须努力克服我们在这个幻象中构建的东西。而我们还没做到这一点。我期待着这一切。我期待着能和他一起在某个农场，劈柴火。但这一切没有发生。

盖瑞：唐认为自己是一个流浪者，他的灵魂从其他维度转世到地球，以便服务他人。他是何时、如何意识到这一点的？他是如何看待这种理解或信仰的？

卡拉：我认为这是在 Ra 接触期间发生的。当 Ra 小组提出流浪者的概念时，他非常认同这个想法，真的和这个概念产生了共鸣。我不认为在此之前他具体认为自己来自其他星球之类的。他当然感觉自己不属于任何地方。从广义上讲，他是一个流浪者，但并没有特定地感到自己来自其他地方。

盖瑞：有些流浪者——我一直觉得这特别值得注意——出生时就知道自己的灵魂并不属于这个星球，即使在遇到可能暗示这一点的信息之前，他们就知道。

所以就你所了解的来说，唐并没有这种感觉。

卡拉：他不是那样的人。嗯，我也是。这个概念是在我们的研究过程中才被提出来的。

盖瑞：我其实是想在你们个人传记的部分问这个问题，但既然在这里：你们通过过去生回归催眠发现了这一点——

卡拉：对，这是我们共同研究的一部分。

盖瑞：那么，你知道发现自己是流浪者对唐产生了什么影响吗？

卡拉：我想他真的很高兴找到这样一个好的、对他来说有证据支持的信息源。他信任我，知道我在催眠期间有过这样的经历，我想他很高兴这件事发生了。很高兴我也是个流浪者。

盖瑞：当人们写信给爱/光研究中心机构，主题是“我是一个流浪者吗？”，“知道我是一个流浪者有什么意义吗？”等等，我会强调两个原因，我认为知道你是个流浪者是有意义的，其一是它可以帮助你从一个以前可能无法获得的视角看待生活。【9】

卡拉：嗯哼，没错，的确如此。

盖瑞：你无法解释自己的一切，尤其是疏离感，突然变得清晰起来。所以它给生活带来了一种秩序。

卡拉：没错。而且，很多人都有使命感，但在我们文化中，这不是一种受尊重的想法。人们可能会觉得你应该去看心理医生，做一些分析，看看这种扭曲是从哪里来的。但是，“流浪者综合征”包括这种使命感，而且最重要的是，知道自己不是唯一有这种压迫感的人，会让人感到很安慰。

盖瑞：没错，这与我强调的第二点相关，那就是知道自己是流浪者有助于强调你在这里是为了服务他人。你存在于这个星球上的全部意义就是帮助其他人。

卡拉：没错。

盖瑞：但是，如果这种使命感变成了救世主情结，那么可能其中就包含了一些自我。

卡拉：没错，你需要保持谦虚。但没错，完全正确。你需要保持比例——你的比例感非常重要。否则，你会变得情绪化，觉得这件事非常重要，然后你就会筋疲力尽，以至于你无法继续前进。你必须治愈自己，坐在灵性道路旁，呼吸一下。从长远来看，保持轻松的姿态更好。始终保持比例感。

盖瑞：没错，你仍然是人。你仍然有人的挑战和人的经验教训要学习。流浪者意识不应该滋养某种特殊的身份意识，比如我觉得自己比其他人更优秀。

卡拉：嗯哼。有一种很敏感的特点是觉得自己是精英，这永远是错误的。错误，错误，错误。

盖瑞：回到唐身上。根据你与我分享的关于唐的描述，他似乎在某些方面有些奇怪。你能描述一下其中的一些吗？

卡拉：他总是装备精良。我一直觉得这有点奇怪。我的父亲不允许家里有枪。和唐在一起时，我们每个房间里都有枪，藏在散热器的外壳里。你知道，他是个独行侠。他想要独身。你是这个意思吗？他在你想的每个方面都很特殊，所以我很难知道你想说什么。

盖瑞：特殊的习惯和行为可以说是奇怪的。

吉姆：我们出去吃饭时，通常是在下午中间，这样餐厅会空荡荡的。去看电影时，我们总是坐在最后一排。

盖瑞：这样是为了减少社交接触吗？

吉姆：基本上是的。

卡拉：最安全的位置是在最后一排或者角落，这样没人能从你身后靠近你。

盖瑞：所以他是那种会心里把房间规划好的类型？他会知道出口在哪里，知道如果发生什么情况该怎么保护自己。

卡拉：哦，是的，绝对如此。他想照顾我。这不仅仅是为了照顾自己，还需要知道怎么把我带出去。[笑]但他在每个地方都非常小心，会规划好，坐在最安全的位置，以确保没有人能从他身后靠近。而且他吃饭时喜欢尽量少的人在餐厅里。[笑，反思她即将要说的话]他还会侦查——这让我很抓狂。他会走进停车场，然后在餐厅周围转悠，看看那里的情况是否合适。如果有一个他觉得舒适的地方可以坐下，我们就进去。如果有问题，比如里面有他不想和之共进晚餐的人，或者任何问题，我们就不能去那里。我们会换地方。所以我们就去另一家餐厅——幸运的是路易斯维尔有很多餐厅——他会重复这个程序。有时候我们晚上十点半才吃饭。[笑]找到他觉得合适的餐厅真的很难。

盖瑞：你说过他不会告诉你他……的理由。

卡拉[对吉姆]：你还记得他跟我们说过理由吗？

吉姆：他只是想看看情况。他的行为就像东部航空公司的机长。他会绕着飞机走，仔细检查一切。他想确保飞机是……可以飞的。这个特质对航空公司飞行员来说非常好。但他在做任何事情时都会用到同样的特质。他会注意到周围的事物，潜在的问题是其他人不会想到的。

卡拉：没错，那就是唐。

盖瑞：你觉得这是优点还是偏执？

卡拉：两者都有。

吉姆：优点和缺点其实是同一特质的两个极端。只看你走得多远以及发生了什么。

卡拉：如果你真的饿了，那就是偏执；如果从哲学的角度看，那就是一种伟大的力量。

盖瑞：卡拉，你在基本层面上理解唐，并意识到为了和他合作，你必须放下期望，站在他的立场上，而不是反过来。你必须做出牺牲和让步，并在他的框架内运作。你能描述一下这种动态，以及你为什么把他的需求放在自己之前吗？

卡拉：我觉得爱有一种牺牲的特质，或者在需要的时候会有这种特质。唐是我认识的最孤独的人。我的心在很多层面上都为他感到痛心。可怜的家伙！其他人看到的是这个高大、威严、令人害怕的人，而我看到的是一个迷失的小男孩，孤独得可怜。我只想照顾他，让一切都好起来。我是那么爱他。

所以，无论他需要什么，我都想去做。我并不骄傲。我知道他无法满足我所有的需求。所以我想清楚了我真正需要什么，然后确保我能得到这些。例如，当他第一次认识我的时候，他问我嫁给他。（卡拉在本书中唐第一次见到卡拉的章节中，详细讲述了这个故事。）

那是他搬进来的第一晚，当他从那次三天的旅行回来后，他改变主意，说他其实并不想结婚，所以我们就不结婚了。我对此非常不快乐，哭了起来。嗯，他不喜欢眼泪，所以他进了自己的房间，关上了门。[笑]这就意味着结束；就要说晚安了。

但这对我来说是不可接受的；这不符合我的需求。所以我想了想（没花太久），然后走进厨房，拿了一小杯温水，确保水温适中，不太热也不太冷，然后我打开他的房间门，走进去，他在床上假装睡着。我把水倒在了他身上。

他惊讶地坐了起来，说："你把水倒在我身上了！"我说："是的，我倒了。而且我会继续这样做，直到你问我需要什么。"他说："好吧，你需要什么？"我说："我需要你——当我哭的时候，我需要你明白我并不是在操控什么。我只是非常不快乐。我需要你拍拍我的背，告诉我一切都好，安慰我，直到我不再哭，我们又好起来。"

他接受了这点，然后他说，[卡拉做出轻拍的动作]"你在宇宙的边缘。"

（拍，拍，拍，拍）"你和其他人一起从这个星球上突出来。"（拍，拍，拍，拍）然后他会继续告诉我，我是创造者的一小部分，我们都是多么微不足道，我们的星球多么渺小，而宇宙是多么浩瀚。他会一直这样做。从那时起，每当我哭的时候，他就会非常认真、非常自觉地开始这样做。这是他安慰我的方式。奇怪的是，这真的很令人安慰，单纯因为他想让它变得安慰。

盖瑞：他在努力。

卡拉：而且这是他在努力。所以这奏效了。它满足了我不想因为哭泣而被隔离的需求。他永远无法理解我为什么不快乐。我曾告诉他："如果你不想结婚，就直说，因为我不想再经历一段糟糕的婚姻。"

他听了我的话——为什么这会让我不快乐呢？哦，我也不知道！[笑]但确实让我不快乐！我还能说什么呢？所以，这变成了一个问题：我想照顾这个男人吗？我想和他在一起吗？还是我想回到外面的世界，去找一个能满足我所谓需求的人？而他总是胜出。我不能说更多。对他的爱是如此深沉。

所以我想出了一个办法——比如说，我想出了他出门不告诉我去哪里或什么时候回来这个问题。下一次他出门时，我问："我可以跟你一起去吗？"他说："什么？你只能在车里等着。你不想跟我一起去飞行服务。"

我说："好吧，我在车里等。"所以实际上几个月里，我都会带一本书，坐在车里等他；那是一辆很大的车，非常舒适。我会读书，如果困了就睡觉。我会等他，最终他会出来，我们就去吃午饭，然后他去做别的事情，我再等，然后我们再走。这是我和他在一起的方式，也是我唯一能和他在一起的方式，我接受了这一点。

所以他逐渐习惯了我和他在一起，最终他的一个飞行员朋友在车里看到了我，说："快进来！你在车里做什么？"我说："嗯，唐觉得我在那儿不会受到欢迎；而且你知道，我不是飞行员"——诸如此类的理由。他说："那不是真的！快进来！你会看到的。"所以我怀着恐惧和忐忑跟着他进去了。果然，大家都很高兴见到我。我受到了很好的欢迎，成了其中的一员。只是一个长发的小家伙。所以一切都很好。之后，唐也能把我带进去了，这意味着我不能读那么多书，但这也没关系。

一旦他习惯了我在他身边，他就习惯了不孤单的感觉。因为在身体接近的层面之下——比如说交谈——我对他来说就是家，而他在我心中也是家，这是一种非常深刻的连接。和我在一起对他来说是种安慰。我的存在让他感到舒适。我很高兴能为他做到这一点。当然，他是我心爱的人，和他在一起让我感到舒适。所以，一切都很好，我从不挑战他。我只是围绕着他的需求来运作，以便在不打扰他的情况下满足自己的需求。

盖瑞：当他按照你的要求轻拍你，并告诉你我们生活在这样一个星球上，相比于整体，我们是多么微不足道……听起来你仿佛听到了他内心的独白。他一定是这样告诉自己的。

卡拉：嗯，我想是的。

盖瑞：唐会怎么向别人介绍你，当你们遇到新朋友时？

卡拉：说我的名字。

盖瑞：他会说，"这是我的朋友卡拉。我研究的合作伙伴"——？

卡拉：他不会提这些。

盖瑞：哦。他只是说，"这是卡拉"？

卡拉：是的。

盖瑞：我在想这是否能让人更了解……

卡拉：哦，不，这并不是回避的问题；这只是他对人们介绍某个人的对话中没有这一部分。他非常为我感到骄傲，常常夸耀我有多聪明，拥有各种技能，以及我能做的事情，比如我能唱歌。他认为我是个了不起的女孩，技能出众，对我的研究也很满意，他会和别人谈论这些。所以我想我们是以研究伙伴的身份相处的。

盖瑞：所以尽管他有着深深的孤独，以及源于孤独的悲伤和忧郁，尽管他对你有很大的需求，但他却不太知道如何让你走进他的生活。因此，只有通过你对他自身障碍的耐心和与他的阻碍相处，他才慢慢找到了让你进入他生活的方式，把你带得更近。

卡拉：是的，是的。

盖瑞：唐是一个能接受或享受身体接触的人吗？

卡拉：不是。

盖瑞：所以不能拥抱唐。

卡拉：不是。

盖瑞：握手呢？他不握手？

卡拉：如果必须的话。

盖瑞：[笑]所以在这个意义上，他与其他人是非常隔绝的。

卡拉：嗯，是的。我是一个孤岛。不是以无礼的方式。有些人就是不喜欢身体接触。

盖瑞：你还有什么想分享的关于唐的事情吗，之前——

卡拉：嗯，不。如果你看看他对吉姆和我的对待方式，他总是非常负责任，尽管他并不想承担责任，但当他觉得自己对我们这个小组负责，要为它赚钱时，他会写遗嘱，以确保我们在他去世后得到照顾。这种正直和关怀，体现了他非常深厚的品格和感情，可能你从那个孤独、忧郁的男人身上看不到。

盖瑞：除了通过塔罗牌探讨原型思维外，你知道唐是否希望与 Ra 探索其他研究途径吗？

吉姆：我相信他是有这样的希望的。[笑]我们并没有过多谈论未来的计划，我们关注的是下一次的集会。

卡拉：是的。

盖瑞：你曾说唐希望将这些信息传达给大量人群，并感到迫切需要传播这些信息。唐对 Ra 说：

> **发问者：**我个人不会停止尝试传播这些信息，只要我仍然处于肉体中。37.5

唐是否很难接受这些信息可能不会在地球上引起太大的反响？

吉姆：我不知道这是否很难。我知道他希望把信息传递给尽可能多的人，让它普遍可得。那时我们真的不知道该怎么做。

卡拉：他很惊讶为什么更多人不感兴趣。人们对保持无知的渴望令他感到惊讶。他对此的反应非常天真和诚实。他自己如此感兴趣，以至于他真的看不出人们为什么几乎对了解有关 UFO 的真相过敏。它们在这里吗？他很乐意告诉他们任何他知道的！但大多数人只是说：

“我不相信 UFO。”他从来没有把这当作挑战，他只是说“好吧”，然后继续。但他很惊讶人们——他几乎可以打赌他们不会感兴趣。

盖瑞：我认为人们在自己了解到这些信息时会感受到同样的共鸣——他们觉得这是自切面包以来最好的事情，无法理解为什么其他人没有同样的感觉。

卡拉：[笑]是的，是的。我必须鼓励一些像这样兴奋的人放轻松，让别人自己表达他们的兴趣。不要试图影响他们。

【1】艾尔金斯在高中时 14 或 15 岁加入了 JROTC（青年后备军官训练团）。他在 18 岁毕业后立即加入了国民警卫队或陆军预备役。武装部队发出的相关文件显示，艾尔金斯在 20 岁时就已晋升为硕士军士。至于他是否是陆军或国民警卫队历史上最年轻的硕士军士，目前我们尚不清楚，这取决于卡拉的回忆。

【2】唐于 1961 年在路易斯维尔大学的 J.B.Speed 科学学院获得机械工程硕士学位，并于 1972 年在同一所学校获得第二个工程硕士学位。

【3】这所路易斯维尔大学的学院名称现已更改为 J.B.Speed 工程学院。

【4】确切的日期是 1981 年 4 月 21 日。

【5】在卡拉于一个通灵集训开幕时所作演讲的记录中，她提到：

> 在他 26 岁时，他已经完成了所有教育，成为了一名教授。他意识到自己想要将余生奉献给寻求真理。从那时起，他的生活目标就是寻求真理。他曾多次对我说：“那时我对自己死去了。我对任何结果不再有任何依恋。我只想寻求真理。”而且，他似乎没有像大多数人那样有起伏。当然，他内心有。但他始终专注于工作、寻求、拼凑拼图，他总是这样说。

通灵集训 1– 第一节 – 介绍演讲，卡拉·L· 鲁科特，爱 / 光研究中心，2008，llresearch.org/homecomings/channeling_circles/cycle_1_channeling_intensive_1/2008_0208_01.aspx

【6】“布朗诉托皮卡教育委员会案，347U.S.483（1954）是一起具有里程碑意义的美国最高法院案件，法院裁定，州法律建立黑人和白人学生分开的公立学校是违宪的。该决定推翻了 1896 年普莱西诉弗格森案的裁决，该案允许州政府实施公共教育的种族隔离。裁决于 1954 年 5 月 17 日作出，沃伦法庭的裁决以全体一致（9–0）裁定，“分开的教育设施本质上是不平等的。”因此，法定的种族隔离被裁定违反了美国宪法第十四修正案的平等保护条款。该裁决为种族融合铺平了道路，是民权运动的重大胜利。”

Wikipedia, The Free Encyclopedia, s.v. “Brown v. Board of Education,” accessed February 17, 2016, https://en.wikipedia.org/wiki/Brown_v._Board_of_Education.

【7】在第 24 章，第 328 页，卡拉和吉姆说道：

> **卡拉：**他是个出色的领导者。吉姆和我都是天生的领导者，带领团队对我们来说毫无问题，所以并不是说我们依赖他。我们是两个很高兴能够把自己的意志交给他的人——你知道的，“接下来我们该做什么，乔治？”以及类似的问题，交给一个会告诉我们接下来该做什么的老板。我们信任他的领导能力。
>
> **吉姆：**他绝对是领导者，但我们从来没有觉得，至少我没有觉得他是老板——他不会发

号施令。你就是想和唐在一起。你想做他想做的事，因为和他在一起很有趣。

来自《一个法则》第五卷:

> **卡拉：**然而，我的依赖性与他引导我们方向的意愿一直是紧密相连的，实际上，他对此非常坚持。我很高兴把这种领导权交给他，并听从他的指示。他比我聪明得多，或者说，我永远也无法达到他的智慧。

【8】Ra 并不是唐第一次接触"流浪者"这一概念的来源。唐很可能是从乔治·亨特·威廉姆森那里了解到这个概念的，他将"流浪者"和"苹果"同义使用。在唐和卡拉的前 Ra 接触书籍《UFO 的秘密》中，流浪者的描述也相当准确，其中引用了几个来自 L/L 工作之外的通灵来源。

关于小组中的流浪者:

> **发问者：**你能告诉我们三人中是否有人属于 Ra 或其他[邦联]团体吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。是的。
>
> **发问者：**你能说出我们每个人属于哪个团体吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。不可以。
>
> **发问者：**我们所有人都是你提到的某个团体的成员吗？
>
> **Ra：**我是 Ra。我们会尽量避免侵犯。两人来自第六密度，一人来自第五密度，能被收获到第六密度，但由于师生之间的爱而选择作为流浪者返回。因此，你们三人形成了一个紧密团结的小组。

【9】在我看来，知道自己是一个流浪者实际上并不会改变太多——你仍然是在一个人类身体中生活着人类的生活，在这个人类的世界上经历人类的课程和拥有一个人类的个性——但在这两方面是有帮助的:

> 1.这强调了你在地球上转世的原因。流浪者的定义恰恰在于他们希望服务的愿望。感受到这个星球上的痛苦与悲伤，听到来自地球每个角落的求助呼声，流浪者决定做出牺牲，选择在这个幻象中承担一个身体，忘记他们是谁，并冒着与业力相联系的风险。
>
> 2.知道自己是流浪者只是将你与内心中心的主要愿望相连接。这提醒你，转世的目的——你存在的根本原因——是成为黑暗中的灯塔。当然，这不一定意味着要在施舍厨房、社会工作或在外部层面上做一些伟大的世界服务。相反，这是一种存在的服务，是简单地做你自己，散发出你自己的光芒，并通过你本质的振动发出创造者的爱与光。其他人可以感知到这一点，并从中受益。
>
> 这有助于为你可能之前无法获得的生活带来一定的秩序和视角。当许多人意识到自己是流浪者时，能够最终理解自己及其生活模式。这在减少或甚至消除怀疑、恐惧、担忧和压力方面可以提供巨大的帮助。

第二十七章 唐的最后两年

作者注：在《一的法则》的卷五中，卡拉和吉姆用心地讲述了 Ra 接触的故事，特别关注导

致 Ra 接触结束的重要因素：唐艾尔金斯的衰退与去世。对于想深入了解这一悲剧事件的读者，我鼓励阅读第五卷，并将本书的后续章节视为补充信息。第五册提供了更为集中、深入、全面且优雅的叙述。

然而，还有更多内容值得探索，我有幸在这些年中听到了许多关于伟大而人性化的唐艾尔金斯的故事，这些故事在第五册中并未详细提及。我在路易斯维尔待了大约十年才鼓起勇气与卡拉和吉姆坐下来，询问那一天的完整情况。

卡拉和吉姆像对待任何提问者一样，敞开了心扉。尽管唐的去世是他们生活中最创伤和心碎的事件之一，甚至让卡拉的转世经历中断，导致她在接下来的七年中经历了灵性沙漠，但他们意识到这只是更大故事中的一个章节，无法与他们的旅程或与 Ra 的非凡对话分割开来。

因此，这段经历自有其价值，尤其是对读者而言，它起到了警示的作用，突显了这类工作的危险与陷阱；关于这一点，Ra 曾说："暗夜中的失足，噢！是如此容易。"希望本章能为你提供更详尽的记述。

> 我们只能对你说，你越是安住于信任与信念之中，就越能给巧合留出为你运作的空间。你越是坚信"一切都好"，那些（生活的）模式便越是能迅速理顺，进而显露出：确实，一切都好。反之，你越是聚焦于某种恐惧，那恐惧便越是显得真实，甚至会达到这样的地步——正如你们每个人过去所见——这种自我实现的预言确会发生，那最为恐惧之事终将成真，因为它已成为内在能量的聚焦点，它创造了自己的漩涡，并开始将其利爪伸入你的生活。—— Q'uo，2002 年 2 月 4 日

盖瑞：在这一部分，我们探讨唐艾尔金斯生命的最后两年，1982 年至 1984 年。

我想谈谈唐逐渐陷入精神疾病的过程以及他生命的最终结束。我们可以把迁往亚特兰大的尝试视为唐最后两年的重要里程碑。你把导致唐去世的困难开始的时间定位在 1982 年秋天，那时你们开始寻找亚特兰大的房子。那时发生了什么？

吉姆：让我想想……那时我们在从亚特兰大回来后看到了那只鹰，对吧？我们看到了一栋我们认为很合适的房子。我在努力回忆那是哪个房子。

卡拉：我想是那栋我想清理地毯的房子。离机场只有三英里。

吉姆：不管怎样，当我们回来时，一只大鹰，翅膀展开大约四到五英尺，正好在我们下车进入房子后不久降落在我们家门前。它降落后又起飞了。那只鹰实在是太大了，太显眼了。卡拉和我把这视为一个积极的迹象，因为鹰总是我们所持思路或预期行动的确认——鹰是"是的，没错"的象征。但唐的看法不同。他认为，既然我们已经决定那可能是我们想要的地方，那么那只鹰出现在那里是出于某种原因——

卡拉：而且唐说那只鹰的翅膀是下垂的，而不是展开的。我们没看到那只鹰的翅膀，但我们并不理解为什么它会是别的东西，毕竟这一直都是确认的象征。

吉姆：不过他把它当作警告。

卡拉：是的，他把它理解为"不要这样做"。他确实没有去做。他尝试了很多次，想让 Ra 告诉他。

吉姆：一旦 Ra 看到他没有理解信息，他们基本上就退缩了。他们给了他两三次复杂的解释，讲述那只鹰的意义。如果你仔细看，他们其实在说："是的，这意味着去做。"但他从未理解这些暗示。【1】

卡拉：而且他们绝不会干涉他的自由意志。他们在自由意志的界限上止步。

盖瑞：他们不是特别说过，任何这个小组选择的住所都是允许的，或者可以被赋予能力……？【2】

吉姆：对。

盖瑞：所以你们从亚特兰大回来，看到这只鹰。你们以一种方式解读它，而唐却有不同的解读。这是唐第一次以如此消极的方式解读周围环境吗？

卡拉：是的，我认为这确实标志着我们注意到他对一切事物反应不寻常的开始。

盖瑞：那么你们最初为什么要在亚特兰大找房子呢？

卡拉：嗯，他总是感到疲惫。这毫无疑问——他对此毫不掩饰——他就是非常疲倦。吉姆和我都觉得，如果他没有这些通勤……你知道的，他要开车半小时到路易斯维尔机场，然后坐飞机飞一个小时就到亚特兰大。到那之后他才能开始工作。

吉姆：他是驻扎在亚特兰大的，那是他工作的地方。

卡拉：所以我们想，如果他不需要通勤，那就可以少一件事。因此我们在找靠近亚特兰大机场的地方，但唐总是觉得每一栋房子都不可接受。出于这个原因，那个理由，它都不合适。他不想把我们带进一个小或者阴暗的地方……大多数便宜的房子都在唐所说的“战斗区”，那里的犯罪率比其他租金更高的地方要高。唐害怕把我放在他认为的战斗区里。

这非常不幸，因为我一生中从未感到恐惧。我在路易斯维尔，肯塔基州最糟糕的地方走过，当我刚结婚时，没人打扰过我。唯一一次有个家伙想打扰我，但他没能做到，最后把我放在一个公交车站，确保我安全回家。

我总是被照顾得很好，一直都很安全，我没有理由去鼓励唐这种想法。尽管如此，他还是这样想了。他最后找到了一个这样的地方——在一个更高租金的地区，位于亚特兰大另一边。奥运会结束后，大家都发现亚特兰大市中心的交通是多么糟糕。要从亚特兰大的北边到南边真是太难了。

吉姆：讽刺的是，从路易斯维尔飞到亚特兰大花的时间一样多。

卡拉：或者更久。所以我们搬到亚特兰大并没有获得任何实际的好处。实际上我们得到了净损失，因为他不再在路易斯维尔，那里有他的所有朋友。

盖瑞：所以这在我们的时间线上稍微提前了一点。我们仍然处于 1982 年秋季，最初寻找房子的阶段。那么你们的理由是，他光是到工作地点就需要一个半小时：开车 30 分钟到路易斯维尔机场 StandifordField，然后再飞一个小时到亚特兰大。

在看到亚特兰大的房子之前，他对这个想法最初是热情的吗？或者至少是赞成的？

吉姆：是的，他是赞成的，因为他希望这能让事情变得更简单。显然，他对所有的旅行感到筋疲力尽。

盖瑞：所以他是支持的，你们三个人——作为一个团体——认为这将是最好的选择。

吉姆：是的。

卡拉：嗯嗯。

盖瑞：然后在到达之后，他开始表现出……

卡拉：病情加重。是的。

盖瑞：所以你们去了亚特兰大，但并没有取得成功，无法找到适合唐需求的房子。这是在 Ra 接触的 90 多的某场集会期间。因此你们回到了路易斯维尔。他没有找到合适的地点，而他的各种理由似乎都充满了焦虑和恐惧的根源。那么你们回去后，唐看到的鹰他又以消极的方式解读。你能从这一点讲到 1983 年 6 月他试图购买你们从房主那里租的房子吗？

卡拉：我觉得这只是另一次尝试购买房子，经过很多焦虑和讨论后发现，这根本行不通。

吉姆：我们所在房子的房主希望多要 5000 美元，而唐就是无法接受这个价格。

卡拉：嗯，你跳得有点快。Luther 想要卖掉那栋房子——他准备把它卖给唐或者其他人。他们同意的价格是 105,000 美元，5,000 美元被放入了托管账户。不过，Luther 想要那 5,000 美元，所以他把价格提高到了 110,000 美元。这一切都在签字之后。唐认为这是狡猾和错误的，确实如此。但 Luther 却成功了。

唐请了一位律师，而那位律师的表现很糟糕，最后在唐去世后，我不得不给 Luther3,000 美元，只是为了让他别再纠缠我。我本可以给他全部五千，但我内心有种感觉，就是不行。我会给他我需要的金额来让他离开，但我会留下一部分——那是唐的钱。

总之，这非常不幸，因为那栋房子对吉姆、我和唐来说都是完美的。房子的一个部分有吉姆的办公室、吉姆的卧室，还有一个外门——基本上那就是他的“小房子”。他对此很满意。

然后你进入一个连接两者的屏风露台，像一个 L 字形，而 L 的另一部分是唐和我。里面有四个卧室，一个 32 英尺的大客厅，一个很大的厨房，一个很大的餐厅，还有生活所需的一切。我们三个人——吉姆、唐和我——的生活非常愉快，因为吉姆可以独处，而唐和我可以单独在一起。然后我们会聚在一起，十分融洽，享受看电视、吃饭或其他一起做的事情——去看电影。吉姆回到他的地方，而我们回到我们的地方——这感觉太简单也太合适了。这样的房子并不多，实际上，很难找到类似的房子。而且我们的户外空间也非常大，相比大多数人的院子（通常不到一英亩），我们有多少英亩呢？

吉姆：六。

卡拉：我们有六英亩，算起来像是“霰弹枪式六”（shotgunsix），这在某种程度上让它显得更大，因为你往里走……那里有近处的花园，然后是栅栏。再往里是一个牧场，接着是树林，甚至还有一条小溪。你得走很远才能看到邻居。吉姆非常喜欢这一点；他绝对爱这片土地。他会在那些树林和田野里消失，非常喜欢照顾这一切。对吉姆来说，这正是进行艰苦体力劳动的完美场所，正如 Ra 所建议的那样。

要维持六英亩的地方需要大量的艰苦劳动，事情总是会发生，比如树枝被风吹下来，树木枯死等等。因此，吉姆总是有事情要做。他感到很满足。我们所有人在这里都如此满足，生活得完美得应该就这样保持下去，但我们没有预见到这一点。

所以，我们一直想着在亚特兰大对唐会更容易。但我们没有意识到，在亚特兰大租房或买房是非常昂贵的。那里的费用比路易斯维尔还要高。几乎任何地方的费用都比我们现在支付的要高。这让我们觉得，“天哪，我们真的得咬牙切齿去做这个。”

这对唐来说很困难。他并不是一个吝啬鬼，但他总是觉得需要尽可能地省钱。他的态度是，你永远不知道将会发生什么。

吉姆：当时东部航空公司开始走向衰败。他不知道他们还能维持多久。

卡拉：是的，他甚至担心自己会失业。他比当时的形势更敏锐；在唐去世后，东部航空还整整过了 11 年才倒闭。但他能预见到这一切。他的视野非常清晰。（14 章有澄清）

所以，所有的事情都让他担忧。我想你可以说他有些偏执——医生就是这么说的——他有一些偏执的妄想……

盖瑞：后来。

卡拉：是的，后来。所以这成了他性格中的一种自然元素，但这种情况有点失控。变得越来越糟糕……没有我们能想出的结局是唐认为好的，一切都是坏的。

盖瑞：所以在 1982 年秋天之前，表面上看来一切都很顺利，WattersonTrail 上的那地方对你们三个人都很合适——是完美的——但你们愿意放弃这一切，以寻找某种方法来最大化唐的体验和舒适度。

卡拉：嗯嗯。当唐无法和 Luther 就那额外的 5,000 美元达成协议时，他就是不愿意给 Luther。他坚决拒绝。所以 Luther 决定根本不卖给唐，而是卖给别人。因此他通知我们必须搬出去。所以我们得找个地方。

因此，找到一个合适的地方变得更加紧迫。唐在工作之外的时间也经常外出，寻找可能合适的地方居住，但发现都不合适。这种情况持续了一段时间。

盖瑞：在这种情况下，他工作公司的破产和倒闭也让他感到恐惧。考虑到他的简历，为什么这对他来说如此重要——难道他不能在其他航空公司找到工作吗？

卡拉：你问到我，我真是搞不懂。这个问题根本没有任何理性意义。我从来不明白他为什么不愿意接受一份教学的工作。你知道，他在教学方面非常出色，而他们也急需人来教飞行员。他简直是完美的人选，但他从来没有考虑过这个。我始终搞不明白为什么。我觉得他只是对一切感到厌倦。

盖瑞：所以在 1982 年秋季到 1983 年 6 月你们尝试购买租住的房子之间，唐表现出的过度担忧基本上是在外部显现出的某种迹象吗？

卡拉：是的。

盖瑞：这时候你有担心吗？

卡拉：不，没怎么担心。我是说，这非常符合他的性格。我不知道你（对吉姆）怎么样，但我并没有意识到这一点过于严重，直到很久之后。这只是唐的表现。

盖瑞：没有明显的警告信号？

卡拉：没有。

盖瑞：而唐就是唐，他并没有告诉你们他内心发生了什么。

卡拉：对，他什么都没说。

盖瑞：所以因为和房东的冲突你们被迫搬出……你们在路易斯维尔找到了住的地方吗？

吉姆：不，我们继续在亚特兰大找地方。最终我们找到了一处。

盖瑞：这直到 1983 年 11 月才发生。

吉姆：我们并没有被驱逐。他说他要卖房子，但他还没卖出去。所以我们有时间找地方。我们也找到了。

盖瑞：好的。你们是怎么找到一处符合唐要求的亚特兰大房子的？

卡拉：他选择了这个地方。它在一个湖边，位于乡下。出于某种原因，这个地方适合他，而其他地方都不行。它很贵，装修华丽，里面充满了我们用不上的东西，根本没有办法利用。[笑]

盖瑞：这不会是你们的第一选择吧？

吉姆：这是一栋夏季小屋——一个升级版的夏季小屋。厨房和客厅的天花板有 17 英尺高，冬天的时候热气全在上面，所以非常冷。

卡拉：其实我有几处地方因为我的脚在那水泥地上冻坏了。我习惯穿着袜子到处走，没意识到我的脚不仅冷，简直是冻住了。[笑]结果我的脚趾头还冻伤了，得了溃疡。

盖瑞：所以你们能看到这个选择的缺点，但并没有——

卡拉：是的，尽管它很美丽。我们从来没有真正 unpack（拆箱）。我们用纸箱堆成了一面墙——

吉姆：一堆。

卡拉：然后我们把这片巨大的生活空间的一半封闭起来，这样我们就能有一些房间的感觉——一个家，你知道的，有沙发和家具——像我们以前习惯的那样。我们应付着，但这确实是在乡下，附近真的没有什么好的小店。

我们拼命寻找吃饭的地方，这样吉姆就不用做饭——唐还是不让我做饭。说实话，这并不容易。我是这几个人中最轻松的——我找到了一处唱歌的地方，找到了一家教堂，找到了一组爵士健身——这一切都在第一周内完成。基本上这就是我的生活，去教堂、在合唱团里唱歌，或者创建一个合唱团，结果变成了这样。

吉姆：是的，你就是合唱团。

卡拉：对，我就是合唱团！我在这个小教堂里——吉姆小教堂。

卡拉：在我们待的那段时间里，那个教堂真小。大概只能容纳 50 或 60 人，是一座使命教堂，位于乡下，礼拜的地方非常美丽。总之，我继续我的生活，按照我的日常作息走路、做爵士健身、锻炼、去教堂、参加这个小唱歌小组，基本上是在表面上过日子，让一切都能顺利进行。只要和唐在一起，我就很好。我也和吉姆在一起，他真是太好了。在乔治亚州，吉姆比以前更像我的伴侣，因为唐越来越封闭，而我和吉姆想出去吃饭、开车兜风，或者只是想离开家，唐却不想去。这和他平常的行为完全不一样——他过去可是那种坐不住、随时想出去兜风的人。

吉姆：他在那些旅行中第一次需要请病假，这在我见过的他里还是第一次。

卡拉：而且我们其实看不出他生病。他没有表现出生病，但他看起来……极其不快乐——非常确定一切都完蛋了，所有事情都错了，再也不会变好了。这很难——听起来很难受，生活起来也很艰难。

吉姆：所以那时候你说你会是强大果断的人，而他可以显得小心翼翼和愚蠢，然后就发生了不良的能量交换。

卡拉：是的。

吉姆：这很神秘，而且对唐所经历的事情意义重大。

盖瑞：为什么你们的东西一直都没有拆箱？

吉姆：因为我们随时准备搬走。他说我们必须尽快搬走。

卡拉：每个月，唐都会说："这是我们最后一个月。告诉房东我们月底就要搬。"我就这样做了，因为他是老板。然后到月底，我又得打电话给房东，说："看起来我们还不搬！"房东真是越来越烦了，最后干脆说："我家人想在夏天住进来，你们得搬。"又来了！[笑]

所以我们又开始寻找房子，准备搬出四五个月前搬进来的那栋房子。我不知道你希望我们走多快，但这一切持续不断，直到唐选了现在我们住的这栋房子。

吉姆：我们在那儿有过一次 Ra 集会，编号 106。唐和卡拉都能够振作起来，调整到足够好的状态进行集会。我们在二楼有一个非常不错的房间，召开了集会。

盖瑞：所以我们还没有离开你们在亚特兰大的时间段，但我想稍微回顾一下：寻找亚特兰大房子的过程始于 1982 年秋季。1983 年 6 月，与路易斯维尔房东的冲突开始。1983 年 11 月你们搬到亚特兰大，但在 1983 年间你们进行了五场集会。我知道这大部分是由于卡拉的健康状况，但住房的不稳定情况也有影响吗？

吉姆：没有。

盖瑞：那是唐的心理状况造成的影响吗？

吉姆：也不是。

盖瑞：所以完全是卡拉的健康问题——

卡拉：他们对我非常担心，甚至比我自己还要担心。

盖瑞：所以你觉得需要很长时间让卡拉恢复，才能再进行一场集会。

卡拉：是的，他们会做出决定。这让我很烦恼。我不想推迟集会，但我知道，我不是从外部观察自己的人。这两个男人明确告诉我，我需要让他们决定什么时候停止我进行集会，因为我没有判断力。其实确实如此！我只想进行集会，让唐再次开心。对我来说，这就是一切。【5】

盖瑞：考虑到你描述的动态以及你想为他创造一个家、让他快乐的愿望，而这里是能让他摆脱忧郁的最重要的事情——

卡拉：[哀叹]而我却不能做到。

盖瑞：所以你们搬到那里，发现你们在亚特兰大的北边，而机场在南边，从那栋亚特兰大的房子到机场的通勤时间比从路易斯维尔的房子还要长。

卡拉：而且与路易斯维尔几乎总是可以开车不同，亚特兰大容易受到冰风暴的影响，冬天有很多天真的无法在街上开车。

吉姆：就算在最好的天气里，交通也非常糟糕。

盖瑞：所以唐随时准备搬家的状态导致一切都还保持在箱子里。

吉姆：不是所有的。有些东西我们必须保留。

卡拉：我想大约一半吧。

吉姆：但大部分，确实，还是在箱子里。

卡拉：嗯，我到了一个地步，对那些箱子过敏得厉害，只要看到一个，我就会崩溃。

吉姆：后来，一旦我们回到路易斯维尔，如果她看到箱子上有一个小蓝色的搬家标签，就得把它扔掉。[笑]

卡拉：我说："啊！把它从我视线中移开！"

盖瑞：这个亚特兰大的房子，是你们大约在半夜到达并进行盐仪式的同一栋房子吗，吉姆？

吉姆：对，是的，带着我们的第一批货物，开着 U-Haul 卡车。

卡拉：是的，嗯，有这些非常高的窗户，他得在半夜黑暗中爬来爬去。

盖瑞：所以即使在不利的能量转移之前，唐也越来越担心会有不好的结果。

吉姆：Ra 在我们那场集会中提到，【6】唐正在经历一种"启蒙"。我个人认为，根据他的行为来看，这种启蒙大约在几个月前就已经开始了。他担心东部航空公司的情况，担心养活我们，还担心卡拉的健康。这一切都给他带来了压力。我觉得这和他的启蒙有关系，导致了他的反应。

盖瑞：当然这只是推测，但你能猜测一下那次启蒙可能涉及什么，或者为什么会发生吗？

吉姆：不，不，但我知道考虑到这个启蒙，以及这个有害的能量交换使事情变得更加困难，可能还有很多负面因素的机会目标。这一定给那个家伙提供了各种攻击的目标。我实在无法想象唐能在这种情况下生存下来。回过头来看，我觉得他能撑那么久已经很不错了。

盖瑞：他在这段时间里有表达自己的担忧吗？

吉姆：哦，有的。

卡拉："今天是最糟糕的一天。"我们每天都听到这个。

盖瑞：那在你们住在亚特兰大的时候就已经发生了？

卡拉：是的，在乔治亚州。

盖瑞：你曾描述过醒来时看到他坐在床尾。那也是在乔治亚州发生的吗？

卡拉：不，那直到我们回到路易斯维尔才发生。我不知道，出于某种原因，那让他很振奋——他回到路易斯维尔后，我们以为，哦，这太好了，他找到了世界上最好的房子，太漂亮了，真是太好了，天哪，我们可以把它修整一下，你知道的，我们以前也修整过东西，这没问题。"除了这些，我们只觉得这太棒了。

不过，后来我们发现唐其实很紧张，因为他看不到任何窗户外面的人。房子里唯一……你知道的……他能看到窗外的卧室就是那间……

吉姆：对，就是现在 Austin 住的那间。

卡拉：是的，就是他住过的那间，David 在那里的时候住的，还有你住过一段时间的那间。现在 Austin 在里面【7】。你可以看出去，但视野并不理想；那不是能看到邻居的好风景，至少没有树挡着视线。我想他是买的时候一切都是光秃秃的，等我们四月回来时，树叶都绿了，他就根本看不到外面了。你看看这些窗户，外面全是绿。

我以为他会选择我们现在住的这个房间，但他根本不想。然后我想，那他肯定会选楼上的那个大衣橱、空间比其他房间都大的房间。结果没有，他选择了那个小房间，那里视野清晰。选这么小的房间可不是他的风格。

他想和我一起住在里面。这让我非常害怕，因为这和他一向的样子完全不同，他一直都要——必须要——有自己的房间。根本不想和我在同一个卧室里。你会觉得这让我开心，但我不想让他改变。我想要回我以前的他。我不在乎他是一个独行侠、需要自己空间的样子；那是唐，没问题！去找你的房间吧。而他坐在我房间的床上说想和我一起住，这让我感到恐惧。这不是我认识的他。我很难让这一切都变得正常。

盖瑞：在亚特兰大期间，他表达了这种担忧，觉得这是最糟糕的一天，你们有尝试以任何方式与他沟通，并鼓励他吗？

卡拉：当然，我们会说，“我们不明白你为什么这么想，我们的看法不同。”我们会试图让他走出家门，感觉好些，振作起来等等，但我们没有成功。

盖瑞：所以，无论是理性的分析还是情感的呼吁都没用……

卡拉：[对吉姆]你记得有成功过吗？

吉姆：没有，他的心态对理性或逻辑的论证并不感兴趣；他的感受和想法在他心中始终占据首位。过去这没问题，但现在，就像我说的，他正经历一种转变。转移上出现了问题；我们的负面朋友占了上风，所以对唐沟通任何正面的事情变得更加困难。

卡拉：我觉得他心里也有一种想法，可能我对吉姆的感觉比以前更加深厚。我不会说这是嫉妒，因为他是个太高尚的人，但我认为这种感觉在某种程度上是存在的。我对此一无所知；我从未猜到过，因为我从来没有想过自己会是什么别的，只是他的“宝贝”——那一直是我们之间不言而喻的关系。我不觉得有必要提出来。我不知道。如果我知道，我会很乐意去安慰他，但这是唐——他不需要安慰。但回想起来，我觉得在那种情况下，他开始对我和吉姆产生了偏执。

盖瑞：在亚特兰大期间，我们还没讨论过你们的下一个家，也是现在的家是怎么来的。你接到了唐的一个惊喜电话，对吧？

吉姆：你是接到那个电话的，对吧？

卡拉：是的，他打电话说，“我买了一栋房子。”

吉姆：[笑]

卡拉：我当时说，“唐——！”我简直不敢相信。因为他一直想住在那个地方。他经常开车在这里的街道上转悠，问我对那里的感觉，我总是觉得很好。

我认为那里是个非常美丽的地方，树木繁多——就像住在公园里。如果你有一栋小房子，仍然有很多土地。如果你有一栋大房子，可能还有一块农场。那里的富人很多，还有一些像我

们一样的小房子，经济条件不太好的人，但大家都混在一起，都是同一个城镇的人，谁也不分彼此。

盖瑞：所以唐如此冲动是完全不符合他的性格……

卡拉：完全不像——他一生中从来没有买过房子。

盖瑞：在这之前你们两人并没有商量……

卡拉：哦，没有。

盖瑞：他就突然之间，你知道的，你们就有了新家。

卡拉：这是一种既成事实。

盖瑞：根据我之前和你们谈话的记忆，这次购房进一步加重了他的心理问题，因为他害怕被抵押贷款束缚——他害怕财务压力，害怕让别人依赖他。这些担忧在购房时都有影响吗？

吉姆：是啊。但他还是决定这样做了。

盖瑞：然后立刻就有了买家的后悔，开始觉得自己做了一件可怕的事，觉得不应该这么做。

吉姆：是的。我们得尽快再搬一次。

卡拉：没错，我们会把房子修整一下，之后再卖掉。所以我们当时在修整房子准备出售。但吉姆和我都不想卖掉它。我们知道他买下这栋房子的价格非常划算，而我们在亚特兰大支付的租金和现在的房贷差不多，然而我们却在买房。所以这真是个好交易。

盖瑞：所以在 1984 年 4 月你们搬进来，拥有了这栋美丽的家……想想看，你们一定是在唐买下这栋房子后才在亚特兰大进行的第 106 场集会。因为你们问起这个家，Ra 甚至对你说，这里特别受祝福，缺乏更好的说法，可以称之为天使的存在。

吉姆：嗯嗯。

盖瑞：但是你们一到这里，他就……

卡拉：我第一次看到他把食物扔掉，是在我们的小旅馆房间里，他把汉堡扔进垃圾桶，说："我们犯了一个可怕的错误。"

我当时想，"什么？"后来我才明白原因——他只能看到树木，所以他觉得这房子不好，因为视野不佳。

盖瑞：你能感受到那里的美丽和天使的气息……

卡拉：我看到天使了！我会坐在那张小棕色沙发上，一个下午静坐交流……阳光透过窗户照进来……你知道的，下午时分的阳光，哦，简直像在天堂。

[对吉姆]你还记得我在那儿坐着吗？

吉姆：嗯嗯，当然。

卡拉：那是个美好的时刻。我在那里很快乐，能回到我的教堂，和朋友们在一起。其实唐也可以这样，他所有的朋友都在路易斯维尔，但他总是没去看他们，像以前那样。他就呆在家里，感觉日渐沉闷。这很艰难。

盖瑞：所以他想搬家，尽管你很爱这个地方，你还是试着满足他的需求。

卡拉：是的，我全心全意在寻找一个可以从这栋房子搬过去的新家。早上的报纸一来，我就会关注，直到把每一个条目都查看一遍。

盖瑞：但无论你找到什么替代房子，他都会因为恐惧和担忧而拒绝。

卡拉：我有时候也不知道为什么。有一栋我记得的房子……它有两层，业主把上层改成了公寓出租，所以自然就有两个居住空间——一个给唐和我，一个给吉姆。那是在我长大的克雷森特山，邻里环境优美。而且它比这栋房子便宜 1.5 万美元，所以我们大概会有更低的房贷。我从来不知道那房子有什么问题，也不知道大部分房子有什么问题。他有时候会随便找借口，就只是说：“不，不，不，不能接受。”

盖瑞：我记得你跟我说过一个瞬间，当时他在这里签字，而你试图跟他沟通，这没关系，我们不必这样做。

卡拉：嗯嗯。他看着我，眼中充满了痛苦，我甚至说出了那句话：“唐，如果你不想签这个，我们可以走，我们会处理好的，没问题。”然后他还是下去签了。

但那是种痛苦，真的可以看得出来。唐的一切都是痛苦的，没什么是简单的。哦，光是想起这些就让我的心为他感到难受。感谢上天，我曾多次调整自己去做通灵工作。在调整过程中，我会请求圣灵的指引，然后看看谁会通过门走进来，代表男性和女性的部分。唐在他去世后不久就开始出现了。所以我能很好地看到他，并且他仍然参与我的工作，继续和我一起进行通灵。他的母亲也开始出现，所以在我的调整过程中，我有唐和他的母亲作为圣灵的男性和女性两个方面。还有什么比这更美好的呢？所以我有很多关于唐的正面回忆，这些回忆让我安心，知道唐一切都好。但对于他而言，生活的最后一年是非常艰难的，尽管他过得很痛苦。

盖瑞：我觉得大家的精力有些下降了。你们想继续，还是分开，明天再接着来？

吉姆：我准备好了。

卡拉：最好还是把它做完吧。我不知道你还有多少。最好还是把这一部分做完。不，一切安好。我们只是在谈论一个非常悲伤的话题。我的意思是，我并不悲伤；我只是在告诉你一个悲伤的话题。我没事。[停顿]我想向你澄清一下，因为我们刚刚停顿了一分钟，你问我是否一切安好，我想要向你保证，我是在告诉你唐生活中的一个非常悲伤的部分，但我没事。我很开心。我已经在我的脑海中理清了所有发生的事情的正确性，我知道我心爱的唐以一个最崇高的方式结束了自己的生命：他是真的打算为了让我在余生中安全快乐而献出自己的生命。这种全心全意的牺牲是，哦，它会打动你的心，我比以往任何时候都更加敬佩他。他是我的英雄。我只是对他非常敬佩；他是一个很棒的人。但我已经找到了一个方式和吉姆一起过上美好的生活，并继续过着第二段……真正意义上的第二段人生。当唐去世时，他实际上结束了第一段，所以我的生活被分为两个不同的阶段——非常不同的阶段。

盖瑞：所以你搬到路易斯维尔，唐的精神疾病开始加剧，一直持续到十一月。在你和他在一起的那段时间里发生了哪些事情？

吉姆：他确实咨询了精神科医生，被送进了诺顿医院的精神病房——七楼，并且那里有个精神科医生，叫杰斯。

卡拉：杰西。

吉姆：杰斯·赖特。唐刚到那儿时，医生就去度假了。在唐住院的前三周，精神科医生一直在

度假。

卡拉：他走了，没有其他人处理这个事。

吉姆：所以他就在那儿待着。我们去看过他几次，最终，我也不知道他在那里待了多久……大概四五周吧？记不太清了。

卡拉：他……难道他不是待了五周吗？

吉姆：差不多。然后他——

卡拉：他还增重了。在进医院之前，他因为不吃东西瘦了很多。

吉姆：他意识到自己有问题，这也是他愿意去看医生和自愿住院的原因。

卡拉：但那个精神科医生真的是个完全无用的人。

吉姆：但他头几周都不在。

卡拉：不过他在的时候，每次和唐的会面就只是坐下来问："今天想聊聊吗？"唐说："不。"他就说好的，然后起身离开。就这样，那就是整个会谈。唐告诉我的。

所以他就那样待着。他尽可能多给我打电话。我不能打给他，但他可以打给我，我们每次有机会都会去看他——我们尽量最大化见面的机会。但问题是，他在这个时候已经很严重了，我见到他时被他抱了一下，肋骨都被他撞伤了，我得更加小心，因为他确实有能力伤害我！

吉姆：他是第一次抱我，这很奇怪。

卡拉：是啊，他抱着我，但不知道自己的力气。真的把我弄疼了，我简直不敢相信，但我意识到我得更加小心。这让我心碎。整个情况都不是我最好的日子。我不知道该如何处理这一切。我尽力而为，但效果很糟糕。我回想起来，想到很多我希望能做或者不做、说或者不说的事情。你知道，我们大家都有这样的感觉，但我体会得特别深，感觉像是带着一个收获包。真的……这对我和唐来说都是压倒性的。

吉姆：一直保持着平衡，这很了不起。他继续做他一贯做的事：保持原有的日程，成为唐和我的"直布罗陀"。

所以精神科医生发出信号，说我应该远离唐，因为唐必须自己做出决定，才能帮助自己，否则永远不会有效。这是让唐心碎的事情之一——我试着遵循医生的指示，不和他花太多时间在一起。我不得不请他独自去做医生要求的事情，包括像每次出去十五分钟，然后延长到三十分钟，再到四十五分钟，最后能够像以前一样正常出门。他不愿意，过了一段时间甚至不愿意穿衣服。

他瘦了很多。我没意识到，他真的没有什么衣服。为什么我没意识到这一点我也不知道，因为我一直很注意确保他穿得体面。但就是没想到。我当时感觉不堪重负，可以这么说。而且我在任何事情上都不是最聪明的！但那个时候真的很艰难。我写了很多诗，那是我唯一的发泄方式。

我去教堂，参加路易斯维尔巴赫协会唱歌。我做一些让我保持理智的事情，帮助我找回一些平衡，但我真的不知道该如何照顾唐，如何抚慰他，如何帮助他。我也不知道如何帮助自己。我有种可怕的感觉，觉得自己失去了他。我在那个……我指的是他的眼睛颜色变了，脸也变了。他看起来不再像自己，也不再像自己。

我曾对他说：“唐，我真的很想你。”他说：“我也一样。”这就是情况。

盖瑞：他真的是想念你，还是在想念他自己？

卡拉：想念他自己。那真是让人心碎。

盖瑞：他有没有被诊断出什么特定的病状？

吉姆：让我想想……

卡拉：是精神病……

吉姆：精神性抑郁，带有偏执特征。差不多是这样。

卡拉：是的，有一段时间他坚信中央情报局在盯着我们，或者是联邦调查局——

吉姆：某个政府机构。

卡拉：某个政府机构在监视我们，因为他们以为他在贩毒，或者是——？

吉姆：某种药物。

卡拉：某种药物。总之，唐、我和吉姆——我们谁都没见过硬毒品。【9】他从哪里得来的我不知道。但这就是他脑海中想法的典型。他完全相信我们的电话被窃听，我们在被监视，所有这些完全荒谬的事情。然后他又会突然变得跟你我一样理智，完全在状态中。

不管怎样，我无法做对任何事情。我无法让情况好转。我越来越不舒服。这自然影响到了我的身体。

盖瑞：你有过一些神经崩溃，是吗？

卡拉：我真的经历了一次神经崩溃，但与唐不同，我想要帮助。我请求了帮助，也得到了帮助。我有一个很棒的精神科医生，她和我谈了大约三年，也许更久。她一直陪伴着我，帮助我找回平衡，找回自我。当然，你知道，当唐去世时，她尤其给予了我很大的帮助。

盖瑞：你曾经跟我描述过一个时刻，他出现在你的健身课上，或者是在唱歌时——

卡拉：嗯，他本来是要接送我去健身的。这也是很奇怪的另一件事。他从来不想参与我的日常活动，但他最终喜欢接我，因为那样我们可以在车里一起度过时间。不过，他在商场一个大停车场里找不到车，花了四十五分钟才找到。我因为健身和深呼吸得了重感冒，然后在外面穿得不够等车，等得不知所措。我不能回去，因为那里没有玻璃门；我得把门关上，那样他就看不见我了，所以我只能待在外面。

所以，总之我意识到，我真的不能信任他带我去任何地方。由于事情的经过，我对他的距离感逐渐加深。在等他找车的过程中我生病后，我其实不想让他再带我去哪里，因为我不想再经历那种事。

不管具体细节是什么，简单的事实是，他正在慢慢失去在共识现实世界中运作的能力。

盖瑞：吉姆，这段时间你的策略是什么？你是如何与唐相处并帮助卡拉的？

吉姆：我也试着和他交谈。意思是，当谈话无效时，你能做的也不多，因为他无法在同样的理性层面上沟通。你只是尽量给他做他喜欢的饭，陪着他。

盖瑞：那卡拉呢，你与卡拉的关系怎么样？

吉姆：我们一起散步、交谈，试图弄清楚该怎么做。你知道，我们拼命想要跟上，意识到我们并不真的胜任这个任务，不知道如何能帮助他。但我们会尽力而为。

卡拉：我们从未放弃，但我们从未有过头绪。我觉得我们从来没有感觉到自己在帮助他方面有成功。

吉姆：在他去世前的最后两周，我想你最终不得不搬去和你父母住，因为你在这里待得太难受了。所以我来回于这里和卡拉那里之间。

卡拉：唐是促使我做这个决定的。他能看到我开始变得太紧张、神经质，——

盖瑞：你有时候会出现紧张性精神分裂症状态吗？

卡拉：我有过一次。我记得我在沙发上躺着，——

吉姆：看着天花板。

卡拉：对，看着天花板，那时两个男人都无法让我反应过来。我只记得我在欣赏办公室和客厅之间那个角落的木头连接，觉得它很美。我就一直看着，觉得时间过得不快，大概只过了五分钟，但显然超过了一个小时。过了一会儿我才恢复过来。我不知道是什么导致的，但我确实在失控。而在我父母那里，我的状态好一些，没有唐在门口的面孔催促我，“Alrac，这一天比以往任何一天都糟糕。”那总是最糟糕的一天。

盖瑞：他在早上等你醒来时。

卡拉：是的，他会坐在我床边等我醒来，然后告诉我今天是最糟糕的一天。

盖瑞：这让你完全无法应对了吗？

卡拉：最终确实如此。我不得不放弃这一切，虽然我不想，但我真的在崩溃。

盖瑞：也在感受到他的痛苦。那么在最后两周，卡拉搬走后，事情是如何发展的？

吉姆：嗯，让我们看看。在和唐的谈话中，我知道他把他的枪支收藏带到乡下扔掉了，所以我知道他意识到自己对自己有危险并且他正试图做些什么。但在最后两周的某个时刻，他提到过他正在考虑自杀。

我知道那是我们唯一能够让他违背自己的意愿重新入院的方法——如果他提到过他将伤害自己。我们非常不愿意这样做。我们不喜欢侵犯任何人的自由意志，永远不会。但在这一点上，我们没有看到任何其他方法可以得到对唐的任何帮助。

他在这里没有好转。事情正在变得更糟。所以我们去市政厅，然后去了警长办公室，我签署了一份“精神调查”令。这让他们有权来到这里，把唐带到精神病院。

就在那时卡拉和我正在房子里，他们敲了门，当时的警察局长——他现在在这里割草，我经常在街上看到他——站在门口和医院的人一起，他说他们是为了唐而来的。

所以我上了楼，让唐知道他们来了，我们希望他会一起去，并抓住最后一次机会重新找回平衡。

他完全不想去。他走进壁橱，找到了……他在那里放了一个.38 特别型号的枪在一个袋子里。【10】所以他拿着这把枪，把它对着自己的头，说他不会去。于是，我们走下楼梯，卡拉开始走上楼梯，想要在楼梯平台那里拥抱他。

卡拉：是啊，我以为也许我可以和他谈谈，打开我的心扉，说："听着，这是我们最后的机会。试一试吧。我会等你。会没事的。"这个可怜的、生病的、像小狗一样的人，曾经是如此优雅、优秀的人，现在却变成了一个瘦弱的小男孩，如此痛苦，以至于他把枪指着自己的头。

所以，我走到楼梯的一半，他在楼梯平台的顶端，把枪指着自己的头，这让我很震惊。我停顿了一下，警察女士从我身后走上来，把我拉下了楼梯。她不让我再往前走。

吉姆：所以我们离开了房子，我最后一次看到活着的唐，他站在门口，枪指着自己的头。外面有越来越多的警察出现。他们有他们的犯罪大巴，他们的中央通讯——

卡拉：我们数了一下，有 39 个人来回应了这个电话。这个可怜的人，独自一人在房子里——他对除了自己以外的任何人有什么威胁？39 个人——还有女人，女警察——蜂拥而至。

吉姆：所以最后我们退到隔壁的房子里，当时，那房子属于一位善良的老太太——我想她大约 88 岁——所以她的儿子住在隔壁。我们在那里的厨房里开了个大型的会议，那里有电话。那是与唐沟通的工具。唐在楼上，现在是卡拉的卧室，通过电话和警察交谈。卡拉有机会和他谈过一次，我也和他谈过一次。我们试图说服他离开房子，自首，最后警察拿走了电话，不让我们再和他说话。

卡拉：我的意思是，是啊，他们不让我对他坦诚。你知道，我在说："唐，放下枪。出来吧。我们去散步。我们会解决的。我们会制定我们的计划。"唐说："嗯，你知道我必须去医院。"我说："好吧，是啊，这是其中的一部分——"然后电话被从我手里抢走了，因为我对他很坦诚。

吉姆：不要说实话。

卡拉：是啊，不要说实话，嘘，那太愚蠢了。我的意思是，他可能疯了，但他并不傻，我认为这就是老生常谈的说法。但那是真的。他知道自己将在诺顿接受一些治疗，我不会否认这一点，但我失败了。他们拿走了电话，再也不让我和他说话。那是最后一次我和唐说话。

吉姆：所以对峙持续了大约五个小时。我们都在那里隔壁的房子里，而我们邻居的儿子在说："嗯，为什么不让他去睡觉睡一觉，早上看看会发生什么？你为什么要做任何事——？"因为警察开始担心他不会出来，因为他有一把枪。

卡拉：他们专注于那把枪，就像，你知道，他有一把枪！

吉姆：所以他们最后向房子里发射了催泪弹。那把唐赶到外面，他在外面开枪自杀了：一枪打在太阳穴上，他立即死亡。急救人员赶到现场，试图将他救活——

卡拉：他一半的脸都被炸掉了，那里没有——

吉姆：卡拉的爸爸和我最后在第二天清扫了。地上到处是各种注射器和东西。他们试图帮助他，但他们无能为力。所以他们把他带到停尸房做了尸检。他减掉了 70 磅。他通常有 210 磅。他身高 6 英尺 6 英寸。他还真的缩了一些；他的身高不再一样了。无论如何，他开枪自杀了，所以我们……卡拉和我那天晚上在她父母家，互相安慰，并为葬礼做计划。我想那是葬礼前两天，我们在壁炉前度过了一个晚上——我们刚做爱，壁炉里的火燃烧着——卡拉在清醒的幻觉中看到了唐，他是金色的，他让她知道一切安好，他很好——

卡拉：他在笑——

吉姆：然后……然后他看着……我们刚做爱，他说："我无法相信我一生都错过了。"[笑]然后他

有了不同的观点。他说事情会按照它们需要的方式发展，你在活着的时候不会明白为什么。你需要有更大的视角——在你离开这个世界之后，你也会看到。我想你[对卡拉]也看到了另一个清醒的幻觉，他告诉你基本上是同样的事情。

卡拉：非常令人安心，而且很直接：我没有留下这样的想法，哦在他死后，他发生了可怕的事情。不，不是这样，他很好——在笑，很开心——而且我在我们一起做的时候也看到了他在精神上在我的工作室里一起工作，在我结束调音之前，那是唐和我一起工作的那部分。这非常令人安心。

吉姆：所以当他们在写《爱斯米兰达》的时候，他们无法弄明白如何结束这本书，他们知道会有人死。【11】

卡拉：猜猜看？不是我。

吉姆：可能是因为你看不到结局，因为那将会是唐，而且很明显，如果让它显露出来，那就是对自由意志的侵犯。所以很可能这就是他们无法结束它的原因。

卡拉：我们只是拒绝了它。我们不觉得那是可能的。认为，在我们两个人中，唐会是那个死去的人，这是很愚蠢的。但他是那个，你知道，需要打开他心扉的人。他以最艰难的方式打开了他的心扉，他真的做到了。

吉姆：他在过去的一年里上了速成课。

卡拉：是的，唐在生命的最后阶段经历了许多，他真的完成了他来到这个世界上要学习的课程。他的一生是有意义的，我相信他为别人做了他所能做的所有服务。

吉姆：对，他在与我们的关系中是非常负责任的。他的牺牲精神让我感到无比敬佩。

盖瑞：在你们的记忆中，是否有特别的时刻让你们感到他真的想寻求帮助？

卡拉：他有过几次提到想要帮助的时刻，但最终总是退缩了。他一开始会表现出愿意去看医生，但最后又会放弃。

吉姆：是的，他曾经问我是否能帮助他结束生命。我坚定地拒绝了，因为我知道他还有希望。

盖瑞：你们认为他在深处内心知道自己需要帮助吗？

卡拉：我觉得他知道，但那种绝望让他无力去争取。他在痛苦中挣扎，却又无法找到出口。

吉姆：这就是我们最终决定申请心理调查令的原因。因为他提到过自杀的想法，那才是让我们采取行动的关键。

盖瑞：最终，这样的决定是出于对他的关心和希望他能得到帮助，是吗？

卡拉：没错，尽管这很艰难，但我们希望他能重新找到平衡。

吉姆：我们都希望他能有机会恢复，然而，情况却让人心痛。我们会一直怀念他，永远不会忘记。

盖瑞：这正是导致你采取那种行动的原因。唐的坦诚沟通可能会解决很多问题，或许，我应该收回“或许”这个词，可能会阻止他生命的悲剧结局。但是，唐并不是一个能够表达自己内心真实感受的人，当然，唐只能做唐。

你能评论一下缺乏沟通如何影响了这一情况吗？你对其他团体在沟通必要性方面有什么想

说的？

吉姆：嗯，对于那些心理平衡的人来说，沟通是可能的；但我认为当时唐并不具备这个能力。我认为，与卡拉的互动、能量交换，以及我们那位负面朋友的加剧，使得清晰沟通变得不可能。他生活在一个充满恐惧的世界里。由于与卡拉的能量交换，他失去了本有的防护，无法应对我相信他所感受到的心理冲击。他不得不以卡拉那种小而愚蠢的态度来应对："没关系，一切都会好的。"

所以我认为清晰沟通是不可能的。然而，清晰沟通总是被推荐的；它总是能提供很大帮助，但前提是你必须具备沟通的能力。在他生命的最后阶段，我认为他并不具备这种能力。他所生活的世界是一个非常不同、充满挑战的世界。能够活得那么久已经是一项了不起的成就。

卡拉：没错，我真的没有更多要说的，显而易见的是，只要你能谈论它，就能度过难关。如果你能沟通，任何事情都能克服。

盖瑞：我遇到过各种程度的非理性思维的人，他们对任何理性的论证或相反的证据都没有反应。也许我甚至遇到过有心理疾病的人。这么多年过去了，你有没有对帮助心理疾病患者、建立某种联系的桥梁有什么见解？

吉姆：不，我需要特别的训练。如果再来一次，我也会感到困惑。

卡拉：我不这样认为。我从未觉得自己获得了任何洞察，只是意识到他在自己心中是多么高尚。

盖瑞：当我遇到这种人时，感到困惑是我的反应，因为你无法在他们的世界中搭建桥梁。这是非常——

卡拉：没错，根本不在那儿。

盖瑞：这与吉姆之前提到的反思有关，但有一个不同的问题。当你和唐接收到关于艾斯梅拉达·斯威特沃特被钉十字架的故事时，你们唯一看不见的就是结局，而通过你们自己的自由意志，你们写下了那个结局，使得代表你的角色卡拉在恶棍的手中死去，而代表唐的角色活了下来。

由于那本书的结局，加上在与 Ra 的接触过程中对你非常脆弱身体的现实评估，你假设如果有人因此而死，那一定是你。然而，正如我们所知，事实恰恰相反。

卡拉：确实如此。

盖瑞：在我有限的观点中，这一意想不到的命运转折在于信仰与怀疑的能量。你紧紧抓住前者，而唐则抓住后者。你们各自经历了截然不同的结果。在唐经历的那种紧张局势中——与 Ra 的神秘接触、第五密度的负面者、他正在经历的启蒙、以及有害的能量转移，对他与你之间联系的怀疑——怀疑似乎是一个种子，随着不断的浇水和能量输入，扭曲了局势，导致唐走向消极或自我毁灭的结局。【12】

这并不是对局势的合格心理分析，只是一个人试图获得一些视角。【13】为了留下对你们来说最生动的记忆，你们留下了关于唐自杀前事件的录音带。

卡拉：是吉姆留下的。我不太确定，我说过什么吗？我知道吉姆录了一盘带子。我不知道我是否参与了，或者我是否对此一无所知。

盖瑞：你之后有几盘信件录音带，虽然反映了一些内容，但并不是你们有意要——

卡拉：我没有坐下来录制带子。是吉姆做的，因为他经历了这一切，想在记忆还新鲜时把它记录下来。有很多奇怪的小细节，所以我想这就是他这么做的原因。

盖瑞：回到问题的核心。这些录音带几乎没有提到与 Ra 的接触。相反，它们专注于你灵魂伴侣、朋友和伙伴唐·艾尔金斯的健康和幸福。这是我想在这里强调的重要一点。在读者心中，你们可能仅仅是一些器皿角色，存在的意义只在于将 Ra 带入这个世界，但尽管与 Ra 的接触对我们这些热爱这个材料的人来说意义重大，但 Ra 接触并不是你们存在的全部。

卡拉：一点也不是。

盖瑞：你能对此发表评论吗？

卡拉：嗯，我仍然是一个深爱着非常真实、非常美丽的男人的女人。而失去他几乎就是失去我自己。我不知道没有他该如何生活。我放弃了一切来帮助他，而我剩下的也不多。我想人们会把这样的关系称为"共依存"，你可以这样叫。这是唐能有关系的唯一方式，所以我们就这样做了——这就是我认为正确的做法，我至今仍然这么认为。我会再这样做一次！而我照顾唐·艾尔金斯的那 16 年，是我生命中最美好的时光。我喜欢照顾他，也爱着他。这正是他所需要的，所以我们度过了 15 年美好的时光和 1 年艰难的时光。我觉得这算是一笔不错的交易。

盖瑞：最后两个问题，我一起问你。唐去世的短期和长期影响是什么？

吉姆：短期来看，与 Ra 的接触立即结束，我们失去了一个亲密的伙伴。我们不得不重新 regroup，重新调整自己，以便继续做我们一直以来所做的事情，比如周日的冥想、通灵和传播信息。我们仍然在为唐工作。

长期影响是：作为一对夫妇，我们熟悉了另一条道路，而不是以三人组的形式。

卡拉：是的，我们花了很长时间才适应这种变化，但最终我们真的成为了一对，意识到我们将一起生活。我想说出来的时候似乎很明显，但对我们来说，在接受之前并不是那么明显。

盖瑞：我对唐所做的一切、他所给予的怀有永恒的感激。如果没有他的努力和牺牲，我不会有今天的成就。我听过许多其他读者表达过同样的感受。即使他们没有特别提到唐·艾尔金斯，每当他们表达对这些材料的热爱时，实际上是在感谢唐和他对真理的追求。

我向唐·艾尔金斯致以我的感谢，同时也感谢你们二位让我提出这些问题。

> 这些关于对变化反应的能量，可能包括强烈的恐慌、失落感，以及对未来道路不确定的蹒跚，这些都是可以缓解的。对一切都好的简单信任，以及对自己经历的认可，无论那经历是什么，都是有价值的、值得关注的，并且值得你全力以赴，这在平滑和规范不可避免且令人向往的变化过程中是非常有帮助的。——Q'uo，2003 年 9 月 7 日
>
> 当你最终不再介意自由落体时，你将达到一种相对舒适的形而上立场，从中能够更准确地观察命运的节奏。从形而上的角度来看，你无法犯错，因为你的课题和命运将随你而走，带你去往你所需的地方。然而，合作于那既定的命运往往意味着让小我消逝，以便更清晰地展现更大的自我和更大的意志。——Q'uo，1997 年 5 月 18 日

【1】在 2015 年 6 月 18 日的《卡梅洛特日志》条目中，吉姆写道：

> 我进行了早晨的祷告，然后准备好开始新的一天。在过去几天里，我多次在录制完我们的音频书项目中的 Ra 集会后，感到感激之泪涌上心头，感谢这个联系，感谢唐，感谢

卡拉。今天早晨，在第 97 场集会中，我经历了非常沮丧的体验，因为在这场集会中，唐询问了关于我们从亚特兰大回来后，在门口落下的大鹰的意义。我们去亚特兰大是为了看一处可能的新家，我们考虑搬到那里，以便更靠近唐的工作，方便他，因为他在东航担任机长，基地就在亚特兰大。

由于 Ra 与鹰有联系，通过他们在埃及的接触，替代了霍鲁斯，这位在埃及人眼中是太阳之神的鹰头神（在 11000 年前），卡拉和我将这只鹰视为我们搬到靠近亚特兰大机场的新家的明显肯定。然而，唐却觉得这只鹰象征着这个选择的问题，因为他在鹰出现之前就已经准备好搬到这所房子。

在上一场集会中，Ra 对唐关于鹰的第一个问题给予了明确的肯定，卡拉和我对此非常清楚。而在那次集会中，唐的第二个问题中，Ra 拒绝回答，因为唐不确定，而 Ra 不想侵犯他的自由意志。在这次集会中，唐再次询问鹰的事情，Ra 竭尽全力试图通过一种编码的信息传达对这一标志的肯定，关于我们计划的搬家。然而，唐无法看到这一点，这次集会标志着唐在工作、我们将住在哪里，以及我们将如何继续与 Ra 的联系方面问题的开始。这让我感到非常伤心，即使在 31 年后。

《卡梅洛特日志》，吉姆·麦克卡提，2015 年 6 月 19 日，www.bring4th.org

【2】例如：

发问者：在完成关于财产清理的建议后，Ra 预计我们与 Ra 的联系在该特定地点的定位参数方面，是否与该特定地点一样有效？

Ra：我是 Ra。所有这个群体在爱与感恩中居住的地方对我们来说都是可以接受的。95.17

【3】记录员的需求：

发问者：最后，在初步问题中，吉姆提出一个问题，“在过去的三周里，我经常处于愤怒和沮丧的边缘，我的靛蓝色光线中心几乎一直有持续的钝痛，而且我感到精疲力尽。Ra 能否评论这些经历的来源以及任何可能缓解它的想法或行动？”

Ra：我是 Ra。就像所有扭曲一样，其根源在于观点的局限性。我们可以不严重侵犯的情况下，建议三个行为方案，这些方案将对所表达的扭曲产生影响。

首先，记录员最好每天或尽可能接近每天地进行一项单独的剧烈活动，使实体真正感到身体疲惫。此外，虽然任何活动都可以，但选择一项旨在服务于群体和谐的活动将非常有效。

第二项活动是实体直接或尽可能接近剧烈活动，花费一些你的空间/时间和时间/空间进行单独的沉思。

第三，热心追求平衡和寂静冥想不能从有助于这个实体的活动列表中删除。

我们可以注意到，记录员最大的强项体现在声音振动复合体“力量”中。力量的流动，就像爱或智慧的流动一样，不是由谨慎的节约者实现的，而是由不断的使用者实现的。力量的物质体现是建设性或破坏性的剧烈活动，充满力量的实体必须锻炼这种体现。这个实体在存储能量过剩的方向上经历着扭曲。了解自我并保护和使用自我为其学习和服务所提供的属性是明智的。99.5

【4】夫妻店：通常是家庭经营的当地小商店或企业。

【5】器皿在提供自己与 Ra 接触方面的缺乏智慧也……让 Ra 感到不安：

Ra：冥想和沉思永远不会是不合时宜的活动。然而，我们认为，这种活动很可能不会显著改变这个器皿的倾向，这些倾向导致了我们和你一样发现的根本扭曲。60.2

请参阅第七章“你们的动力”，了解更多关于这个有趣主题的内容。

【6】吉姆指的是 Ra 接触的最后一节，第 106 节。这是唯一一次在佐治亚州进行的接触。前 105 节是在唐、卡拉和吉姆的路易斯维尔家中进行的。

【7】房间目前无人居住。卡拉去世后，吉姆恢复了独居生活。

【8】充满天使般的气氛：

发问者：房子在形而上的品质方面怎么样？Ra 能评估一下吗？

Ra：我是 Ra。这个地方的扭曲很大。我们发现，如果没有使用陈词滥调的词语，就无法找到一个可以接受的描述来描述这个地方的品质。请原谅我们表达能力的局限性。住所及其后方，特别是后方，充满了祝福，并且在你们过去的一些时间里，已经召唤了天使般的气氛。

发问者：我不确定我是否理解 Ra 的意思。我不确定我是否理解这个地方在形而上方面是极好还是极坏。Ra 能澄清一下吗？

Ra：我是 Ra。我们的目的是强调提议地点在形而上方面的卓越性。这个群体可能会欣赏这种准备的象征。

发问者：那么，用盐和水净化这个房产是否必要？或者应该推荐这样做？

Ra：我是 Ra。就像任何搬迁一样，建议进行形而上的净化。无论乐器有多好，在每次音乐会或工作之间都需要进行调音。106.7-9

【9】正如勤奋的读者可能记得的那样，卡拉在 Ra 接触的早期曾两次有机会服用 LSD。卡拉在本章中关于“我们中没有人见过硬性毒品”的声明，可能意味着两件事中的一件。要么 a)她在做出这个声明时没有考虑到她早先的两次冒险经历，要么 b)她不把 LSD 包含在“硬性毒品”的类别中。我认为 b 更可能。虽然 LSD 是一种非常强大的物质，但许多人不会把 LSD 列入“硬性毒品”类别，而将这个称号保留给那些几乎没有精神价值，通常会导致滥用和自我毁灭的物质。无论哪种方式，她的观点仍然成立，即该小组没有接触到或没有接触到唐产生妄想的东西。

【10】访谈的以下部分已被分配到一个尾注：

吉姆：后来，在一切都结束，他去世后，我发现了一件……它过去是一家特价商店——在互联网出现之前，路易斯维尔这里有一本特价商店杂志，人们进去找到各种可以购买的东西，任何你想要的东西都可以在那里买到，包括枪支——我看到他圈了几种可能性，所以我知道他从哪里买的枪。

【11】有关《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》，请参阅第二章“唐遇见卡拉”。

另请参阅《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》，了解更多有关《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》的信息。

【12】偶尔，L/L 作品的读者会了解到这段文字中描述的事件，或者了解到心灵问候的现实，

并随后变得担忧，甚至害怕担心类似的事情会发生在自己身上。虽然每条道路都是根据个人的自由意志展开的，但最好考虑一下，地球上大多数灵性寻求者，无论是在这个时代还是任何时代，都很可能永远不会经历这些情况和强度，原因与我们大多数人永远不会经历宇航员在冲破大气层、进入轨道并在太空中旅行时所面临的挑战相同，例如巨大的重力加速度和零重力环境。这是一种特殊、独特和非凡性质的情况。

【13】这个尾注所连接的两段文字是在访谈结束后添加的，旨在帮助澄清对怀疑和信念作用的简要思考。唐·艾尔金斯可诊断的精神健康下降是一个复杂而多方面的状况，超出了我的理解范围。我不假装能用简洁的总结来概括整个情况。

与此同时，我认为这种普遍的动态（怀疑和信念之间）确实在他去世中发挥了关键作用。

我不知道那些怀疑的根源是什么，也不知道它们是如何在他的精神过程中发挥作用的，也不知道它们是否可以克服或平衡，以及如何克服或平衡，我只知道不断沉溺于怀疑会加剧并加深了一种状况，这种状况迫切需要信任一切都会好起来的信念，信任宇宙并没有与他作对，而是最终在给他提供他自身成长的材料和机会，即使表面上看起来这些材料令人不快、不受欢迎或会导致痛苦。

改变并非易事；精神死亡和重生更是难上加难。由于卡拉与他之间有害的能量交换，唐正在经历着整个生活方式的死亡，因为他的心第一次突然裂开。在几十年来一直是理性的观察者之后，他精通并擅长于关闭或保护自己免受情感和感受的影响，现在他感到情绪和经历如海啸般涌向他。仅此一项变化就足以令人困惑和迷失方向。这种过渡过程是多么痛苦。但在这个配方中还添加了其他上述因素，包括强烈的负面问候（这是大多数灵性寻求者可能永远不会经历到的程度），这些问候滋生了有毒的怀疑。

当然，适量的怀疑，如果经过有意识的运用，可以起到积极的作用。如果一个人认为自己已经成为宙斯，他的法令已经成为不可改变的，或者他的肉体已经是不朽的，也许质疑这些宏大的说法是明智的。将自己的结论置于审查、分析、问题和相反证据的检验之下，而不是通过假设自己珍爱的结论不受批评影响来保护它们，这对于辨别之路至关重要。

然而，唐所经历的怀疑不仅仅是科学地或系统地用相反的证据挑战某些真理主张的真实性，或者只是对自己的想法进行第二层面的思考，而是一种更深层次的腐蚀性的东西，是超越他意识控制的东西，它扼杀了光明，将他囚禁在一个似乎无法逃脱的痛苦牢笼中。整个群体共同经历的时刻、事件和情况，在卡拉和吉姆的眼中是积极的，因此很容易处理——而在唐的眼睛里，它们被扭曲成黑暗和痛苦的版本，唐的眼睛越来越被恐惧、担忧和怀疑所吞噬。

考虑卡拉在第五卷中的一些反思：

- 我无法表达他在这段时间里承受了多少痛苦和折磨。曾经非常坚固、一直保护着他的水泥墙消失了，仿佛它们从未存在过，他感受到了所有的一切。他是多么的爱！他甚至不能看电视，即使是情景喜剧，因为那里面有太多苦难。

- 他一遍又一遍地试图向我解释情况有多糟糕。这个想法始终占据着他的脑海。他所感受到的恐怖让他几乎失去了其他所有情绪，他无法在我身边保持镇定太久。

- 他的脑海中的危机对我来说，或者对吉姆来说，都不是真实的。只有他有一种即将面临经济厄运的可怕感觉。唐的薪水很丰厚。他每个月通常都要拿出大约一半的工资来支付我们三个人和猫的开销。但是唐失去了所有希望，他变成了一个真正生活在地狱中的存在。

这就是说卡拉和唐经历了如此不同的结果。他们都经历了相同的基本事件。也许卡拉比唐经历得更强烈，正如 Ra 所指出的，她承受了问候的“冲击”以及接触带来的疲惫影响。但她的精神健康仍然清晰而快乐。当然，直到唐的情况变得糟糕，她才面临着对她精神健康的越来越大的挑战。但即使在那时，她也没有放弃她对信念的脊梁骨，并坚定地保持着她充满希望的视角和对催化剂的正面解读。

当这本书的第十二章向卡拉展示了一份她被心灵问候的多种方式的清单，然后问她如何在这样的攻击下坚持下来时，她回答道：

> **卡拉：**嗯，就像它发生的那样。我试图保持在当下，我知道我的强项是信念和无所畏惧，而且这些都是可再生的资源，与我的肉体不同，我的肉体并不容易加强。信念绝对是可再生的——你只需要去灵性领域祈求。你会得到一个响亮的“汪汪”声，然后你就会没事了。如果你有信念，你的生命能量就取之不尽——我确实有；如果你有意志——我确实有；如果你不担心未来——我从不担心。所以我只是呆在当下，处理出现的事情。或者说，处理不好的事情。[笑声]

如果唐的情况能够用信念的眼睛来澄清——这种能力能够以符合 Ra 在 95.24 中所说的话的方式解读催化剂：

> **Ra：**已经纯然地选择服务他人途径的寻求者肯定不会有明显变动的投生经验。在你们的幻象中，没有外在的避难所可免于快速与残酷的催化剂之强风、骤雨、暴风雪。
>
> 然而，对于纯粹者，所有的遭遇都述说太一无限造物者的爱与光。最残酷的打击是在一种氛围中被看见的，即其中有着被提供的挑战以及将到来的机会。于是，光的伟大帐顶(pitch)被高举在这类实体头上，以致于所有诠释都被视为受到光的保护。95.24

那么他可能处于更好的位置来评估情况，清楚地看到，做出明智的选择，衡量事物，根除误解和虚假……或者可能只是穿过并简单地度过混乱和变化的挑战之海。

当然，这些只能是猜测的主题。就像大多数人类的情况一样，表面之下正在发生更多的事情，远远超出我们的视野。爱/光研究中心总是鼓励进行正面的形而上（尤其是魔法）工作的寻求者，始终在集体或社区中进行；一个建立在爱与和谐、互相支持、公开、诚实、清晰沟通的原则基础上的集体或社区——一个在其中分享困难、提供支持、手牵着手共同服务和寻求的集体或社区。

> **Ra：**和谐、感恩和赞美机遇以及造物者：这些是你们的保护。33.2

> **Ra：**继续在爱、赞美和感恩中与造物者同在……。爱是伟大的保护者。63.5

> **Ra：**我们对发问者开启同情回路表示敬意，但请注意，这个群体正在经历的事情，是在一个疗愈的氛围中经历的。当扭曲具有如此多的形而上层次和混合时，每个人的治愈之手都无济于事。因此，不要指望治愈，而要指望陪伴的快乐，因为每个人都坚强，并且已经将脚步踏上了道路。月亮投下阴影。你会看到什么？手牵着手走向太阳。在这种情况下，这是最好的治疗方法。102.21

> **Ra：**我们鼓励有意识地加强那些从那些前进寻找你可能称为圣杯的人的手腕上飞出的无形的肋骨。一切都会好起来的，我的朋友们。我们离开你们，希望每个人都能在伟大的形而上追求中找到真正的颜色来飞行，并敦促每个人在爱、赞美和感恩中互相鼓励。99.11

第二十八章 卡拉

盖瑞：卡拉·鲁克特，你是什么时候出生的？在哪儿？

卡拉：我出生在伊利诺伊州的湖森林，那是芝加哥北岸的一个郊区，1943 年 7 月 16 日，清晨 6：42 左右，我想。【1】

盖瑞：你出生时有缺陷，且在两岁时得了风湿热。你的父母认为你在这个世界上不会久吗？

卡拉：医生们一直在告诉他们这一点。医生们确信我在一岁之前会死——甚至在一周大时就会死，因为脑部有缺陷，眼睛向脑部内转得很厉害，他们认为我无法生存。而且风湿热是一个非常严重的病例，影响了我身体的所有器官，包括心脏。医生们再次说，“她可能能暂时熬过来，但她无法上学。她会在上小学之前死去。”所以，是的，他们一直在期待这会发生。[笑]显然这有点夸张！

盖瑞：那些出生缺陷是什么？你说你的眼睛是内斜的。

卡拉：我的左眼向脑部转得很厉害，除了交叉的程度，还有其他许多困难。但它转得那么厉害，你看不到瞳孔，只能看到眼白。所以要让它回归正位——你知道，要把那块肌肉缩短，让我的眼睛变直——真的很难。在我整个童年时期，它一直是很斜的，直到我十一岁时做了手术，缩短了那条肌肉。因为到那时，我身体的生长，肌肉可能已经长到最大了。那时做手术是可能的，因为我已经接近成年。他们做得相当不错，但当我疲惫时，我的眼睛仍然会变得斜。

盖瑞：那在十一岁之前，这影响了你的视力吗？

卡拉：哦，是的，我的左眼在很长一段时间内是法律上失明的。

盖瑞：这影响了你对自己的形象吗？

卡拉：没有。没有……[笑]我真的没有考虑过自己看起来如何。我太投入了，专注于注意周围发生的事情并记录一切——对我来说，这是一个迷人的世界。一切都很吸引人，我觉得我最受同龄人对我外貌反应的影响。直到上学之前，我并没有真正想到这个问题。我从来没有被当作看起来不吸引人的人对待。我只是——我知道自己有些奇怪。我的妈妈常常对我摇头说：“我真高兴你有个好性格！”[大家笑]那并不是会增加你自信心的事情。[笑]

盖瑞：那些出生缺陷——这种状况有名称吗？

卡拉：哎呀，可能有。可能有好几个！[笑]但我不记得了。

盖瑞：风湿热和出生缺陷是否让你的父母对你有不同的对待？

卡拉：嗯，他们总是把我当作一个脆弱的人，更加小心地对待我。而且我确实是一个非常敏感的人。例如，我对阳光过敏。我不能在阳光下待太久，否则会打喷嚏到不得不被带到阴凉处。但我也是个强壮的小家伙，夏天我会晒得很黑。我喜欢游泳，而且非常活跃等等。所以这与我脆弱的形象相反。

盖瑞：所以，就像现在一样，你有身体上的困难，但你并不让自己的精神……

卡拉：不，完全不是。

盖瑞：——让你只会闪耀。

卡拉：嗯哼。

盖瑞：唐曾问 Ra 关于你的一次经历：

发问者：你能评论一下我和这个器皿，如果她同意的话，所谓的球形闪电经历吗？

Ra：你正在被你的族人拜访，祝你好运。53.23

你能告诉我们发生了什么球形闪电的经历吗？

卡拉：嗯，就我而言，真的是一个闪电球，从窗户飞进来。我的妈妈和奶奶正好在房间里，看着它环绕摇篮转了一圈，然后又飞回窗外。[笑]他们觉得这很奇怪，这成了家族的传说。

盖瑞：他们有可以解释这件事的信仰体系吗？

卡拉：没有，他们完全不知道原因，他们的信仰体系里包括了不知情的可能性。

我觉得在唐的情况下也发生了类似的事情。我想他是在婴儿床里，而不是摇篮，闪电球没有环绕婴儿床，而是进来了，然后在靠近婴儿床后又飞了出去。

盖瑞：Ra 说"……被你的族人拜访。"你知道这是什么意思吗？

卡拉：[愉快地笑]是的，可以推测一下！而且这是一个非常愉快的推测。

盖瑞：你如何描述你成长中的童年？

卡拉：嗯，那很困难。我总是试图取悦我的父母。他们是以表现为导向的。我父亲是一个爵士鼓手，我母亲是歌手、舞者和演员。他们热爱夜生活，对照顾孩子不感兴趣。并不是说他们不想，而是他们根本没有想到这一点。他们对我几乎是冷漠的，完全沉浸在自己的世界里。而且非常聪明，确实是那种生活方式的产物，喝酒过多、抽烟过多，乐于熬夜参加爵士乐会，第二天早上勉强起床。

所以我努力地扮演"小妈妈"，照顾家庭。他们把我留在家里照顾我生病的小弟弟，实际上他非常虚弱……我想他是被撞到头了。他的头有个凹陷，出生时发生这种情况，他变得痉挛，只能每十五分钟吞咽两到三次，因此他必须全天候、每时每刻都被喂养。这非常困难。所以那个小孩总是哭，而且由于他的痉挛，他是个困难的孩子，受着伤和病痛的折磨。他们做的就是把我留在他身边。因为我早早就会说话，我知道我该做什么，但我也不能把他抱起来，所以我真的很害怕！而妈妈总是说："没事的，我就在隔壁。我就在路下，给我打个电话……"

吉姆：你那时候七八岁？

卡拉：我七岁时开始的。是的，太小了。你知道，这对我来说是一个很大的负担，因为我天生就很有责任感，人们非常重视家常饭。五十年代的肯塔基州路易斯维尔可没有外卖这种东西。所以我在很小的时候就开始尝试做饭。我不是说有人用枪逼着我"去做饭！"而是我想帮忙。但我知道，我太年轻了。

所以，这又是一个在太小的年龄对自己要求过高的问题。当我的父母对此做出反应时，他们只会对我做得不好反应，而不是理解我的努力，他们会试着告诉我如何做得更好。所以我渐渐相信自己什么都做不好。我无法做到正确，这让我很沮丧。这很难。

但我童年也有美好的事情。我奶奶会带我去诺伊斯营地跳舞。那是一种美妙的舞蹈形式（现代舞，有点像玛莎·格雷厄姆），它背后有很好的哲学，与《一的法则》非常一致：自然中的一切都是活的，你可以成为自然中的任何事物，因为一切都有节奏，你可以表达出来。所以，即使是那些练习——与其说是柔软的动作，不如说是模仿熊、马、海星等这些美好的、富有表现力的动物，那就是练习，但没有人说这是练习。

我热爱那里的舞蹈和营地课程。还有游泳，我喜欢游泳。我在水中就像橡皮球一样，根本无法沉下去；我能在水面上趴着漂浮，这大多数人都做不到。大多数人得划水才能浮在水面上，但我从来不用动，我就是那么有浮力。营地的一切都让我开心得不得了。我喜欢光着脚在阳光下奔跑，喜欢做陶艺，做工艺品。我喜欢能做的每一件事。我热爱戏剧，热爱唱歌。

所以在夏天的两个月里，我真的很快乐。我是那么幸福。但我也不知道如何与我的小木屋同伴相处，所以我常常感到被孤立。这是我童年时一个反复出现的主题：不被任何同龄人团体接受。我彻底而普遍地被拒绝。

盖瑞：我想象中，你是一个相当天真的卡拉，试图交流，试图建立联系。但你的同学们似乎排斥你？或者说你不能成为我们群体的一员？

卡拉：我想我看起来不一样，行为也不一样。也许有点神秘。我能感知到很多其他人感知不到的东西，无论年龄大小。[笑]这一直都是这样。他们并没有给我很多宽容，换句话说。

我曾经在十三岁时问过一个人。她是我去的教堂里的一个大派系的领导者，我在教堂生活中占了很大比重。我问她："你为什么不喜欢我？"她回答："我不知道。"就是这种感觉。我的某些特质让人们感到不悦。我知道这听起来很荒谬，有点偏执，但确实如此。

不过，在我十六岁那年夏天，一切发生了变化，几乎像是说："她十六岁了？好吧，就是这个时候。现在她可以没问题了。"之后我和大家相处得很好，人人都喜欢我。真是不可思议。

盖瑞：虽然经历了一些痛苦，但你并没有因此而气馁。

卡拉：我从来没有气馁过。其实，我总是忙着玩。我喜欢阅读。只要有丰富的内心空间，就可以随时回到自己的世界，而我恰好有。

盖瑞：所以在家里，你在某种程度上是在自愿地服务，但同时父母对你施加了过多的期望。

卡拉：嗯，他们并不是故意的，只是让我这样做了。我会主动帮忙，他们不会拒绝。他们不会说，"不，去过你自己的生活。"他们很高兴我能帮忙，并期待我分担责任。每当我抱怨时，我父亲就会告诉我，其他人做保姆是有报酬的。他会说："你是家庭的一部分。我每天工作八小时来支付账单。你最近做了什么？"基本上就是—

盖瑞：每个人都得为自己负责。

卡拉：没错，大家都是团队的一员。你知道，我们是一个团队，我们是一家人。我能做的就是"好的"。我知道这不公平，但就我得到的和其他人相比，我甚至连一点儿真诚的感谢都没有。我只是被期待这样做。而其他人做这些事时却是"妈妈的小公主"。

盖瑞：你觉得父母爱你吗？

卡拉：不太觉得。不过其实我觉得他们很深地爱着我。但他们没有好的方式来表达这种爱。他们只是不太想到这一点。尤其是我母亲，她完全有能力表现得很温柔、很亲昵，但她并不常这样做。

盖瑞：那学校呢？你在学校表现得怎么样？

卡拉：哦，我在学校表现得很好，除非老师认为我在装聪明，因为我试图学得太快。我有些老师主动让我减慢速度，因为我跟不上其他孩子的节奏。而且我从来没有被允许去辅导其他孩子，尽管我非常乐意这样做，其他孩子也总是来找我帮忙。但老师们认为那是行为不端，不想让我去做。

盖瑞：作为一个孩子，你当时相当觉醒，这或许在一定程度上解释了为什么你会被主流群体或小圈子所疏远。在学校或这些社交场合中，你是否曾发现自己试图向他人解释那些他们无法感知的世界观，或是某种魔力？

卡拉：嗯，大多数人甚至从未问过我关于这些的事。当然，我那时去教堂，而在教堂里，思考内在生活、思考耶稣与救赎、爱耶稣以及诸如此类的事情，要容易被接受得多。所以这并不是什么真正的问题，除了我从未觉得我真的能跟任何人谈论这些。真的，我甚至无法跟我父母谈论这些。它只是我内在的一种东西，而那真的就是我所需要的全部——去知晓我的感受。而且我喜爱探索那种感受。正如我之前描述过的，自从我还是个很小的孩子起，我在爱耶稣这件事上就已经坚定不移了。

盖瑞：你的父母有宗教、精神或哲学的倾向吗？

卡拉：不，他们基本上是文化基督徒。我认为他们在后来的生活中，尤其是我母亲，都试图有意识地加深自己的信仰。我们每周日都去教堂，这是父母的期望，所以在这方面并没有问题。每个星期天早晨，去教堂是理所当然的事情。

我记得从教堂回家的那一刻，那是快乐的时光。母亲总会准备一顿丰盛的烤肉，她会把肉放在低温的烤箱里，让它在整个早晨慢慢烹饪。我们回来时，她会打开图书馆的电台，正好播放交响乐。那时正是中午，我总能闻到烤肉的香味，阳光透过窗户洒进来，那一刻真是令人难忘。我会脱下我心爱的玛丽珍鞋，听着美妙的交响乐，享受那种温暖的氛围，至今难以忘怀。

盖瑞：你在其他地方提到过这些，但在这次采访中我记得没有提到。从你最早的记忆开始，你是否一直有意识地朝着宗教或灵性方向发展？

卡拉：不，实际上我并没有把这种倾向视为宗教。当我以这种宗教的方式思考时，我并不觉得它是宗教性的。

我从小就很难在白天入睡，所以在我应该睡觉的时候，我总是辗转反侧。大约在两岁的时候，我把小眼镜放在百叶窗上，准备好午睡。我躺在床上，看着四周，恰好注意到眼镜聚焦了从窗户进来的阳光。然后，我看到一束光，似乎可以借着那束光滑出来。

每当这样的时候，我都会来到一个神奇的森林。那个美丽的森林，色彩是如此鲜活，树木和动物们都像是活的一样，可以和我交流。那里充满了爱，虽然当时我并没有这样描述，但大家都在享受这个美好的时光，仿佛我们都在参加一场盛大的派对。

耶稣就在那儿，我和耶稣坐在一起，彼此凝视。他从不说话，但会握着我的手。我看着他的眼睛，那种金色的光芒让我明白了什么是爱。我无法更好地表达这种感觉。这种爱让我立即渴望追随它，成为这种爱的仆人，并在自己的生活中找到和表达这种爱。所以，我一直想要成为这种爱的仆人。我就这样爱着耶稣。

我母亲告诉我，她记得我和她提到耶稣的事情，但她没有解释。然而，当我告诉她我的经历，

她意识到我有这样的体验时，她和我父亲都告诉我，那只是梦，不是真的。自从他们告诉我之后，我再也无法回到之前的状态。

我听说过其他有类似早期经历的人。当他们的父母告诉他们这些只是幻想时，他们也无法再继续这种体验。也许是怀疑悄悄地渗入了我的心里。但从非常小的时候起，我就完全致力于为耶稣服务。【2】

盖瑞：那你记忆中与耶稣的经历是否成为你对爱的参照点，以及你人生方向的设定？

卡拉：是的，绝对。从未改变。[停顿]我知道，那时的我，是个很严肃的小孩，但那真的就是我。

盖瑞：你几岁的时候经历了那次事件？

卡拉：两岁。快三岁。

盖瑞：两岁？

卡拉：我是个小小孩！而且我从小就很聪明。[笑]随着年龄增长，我已经失去了那份心智。我觉得现在每个人都超过我了。

盖瑞：你十三岁时肾衰竭了。你能告诉我们是什么导致了这一事件吗？

卡拉：医生们从未弄清楚原因。没有医学解释。他们找不到任何我可能过敏的东西。但我回过头来看，我认为在肾衰竭前大约六个月，有一段时间我非常沮丧——你知道十几岁的孩子有多么严肃——那比他们之前或之后的任何时候都要强烈——我非常沮丧。我想，我永远无法为任何人服务，如果我不能服务，那我在这里做什么？所以我祈求死亡。我记得那一刻，跪在浴室里，把头靠在冰冷的瓷质浴缸边缘，祈祷："主啊，带我走吧，因为我不能——我不能服务。"我认为，这对我来说是非常有效的，促使了这个机会让我离开这个肉体。

盖瑞：是什么让你得出结论，认为自己无法服务他人？

卡拉：哦，只是不断被父母告知我没有做好这件事，没有做好那件事。

盖瑞：那么你的肾衰竭了，在这段经历中发生了什么？

卡拉：我大约死了两分钟，心脏停止跳动，医生们在努力复苏我。这发生在医院，旁边的人反应很快。我的心停止跳动，我从痛苦的肾小球肾炎中解脱出来【3】，感到完全没有疼痛，身体上没有任何痕迹。平时，肾小球肾炎会在身上留下大疙瘩，但那时我没有任何痕迹，完全没有痛苦，像是在一片公园般的丘陵上悠闲地走着。我看到一座白色大理石圆顶的庙宇，心里知道我的朋友们都在等着我，迫不及待想要见到他们。

突然，有个声音从空中传来，空气中闪烁着每一个字。那声音说："我们通常不提供这样的机会，但你在这一生中设定了一个非常艰难的课程，承担了过多的负担。实际上，你可以进行两个不同的投生而不会感到疲惫。所以，我们给你机会，你可以选择：要么就这样死去，然后你可以回来过两个不同的投生以完成你想做的事情，要么就回到现在的生活中，尽力去实现你在这一生中的目标，尽管你将永远虚弱。"

我根本没有犹豫十秒钟。我知道我不想再经历童年。我快要结束这一生了，所以我决定："让我回去，让我在这一生中尝试。"一旦我做出这个决定，我立刻又回到了医院的病床上，看到几张面孔正俯视着我，试图让我的心脏重新跳动。

盖瑞：那种环境和你两岁时与耶稣互动时的体验相似吗？

卡拉：嗯……是的。是的，颜色是一样的，非常生动而流动，确实非常相似。我注意到的更多，因为我想我长大了，能注意到更多。

盖瑞：那么，你知道你大致身处何地吗？

卡拉：不，我不知道。但那是一个美好的地方。整个体验让现实生活看起来像黑白电影。

盖瑞：所以你做出了一个非常真实的决定，从那时起，这改变了你生活的轨迹。

卡拉：确实如此。这加深了我服务耶稣的决心。我的内心结构没有改变，但这种经历坚定了我的决心，增强了我的意志，使我再也不会考虑允许自己做其他事情，而只会继续努力，迈出每一步。

盖瑞：听起来这给你带来了确认感：你有一项服务；你在服务；你有工作要做。

卡拉：我有工作要做，哦！知道自己有工作要做是多么美好的事情。这是一个了不起的感觉。你不是在真空中工作，你需要弄清楚那项服务是什么。但我的意思是，这是一个可以在非常深层次上玩的游戏，一个好游戏。

盖瑞：那么这是否帮助你摆脱了对父母反馈的需求？

卡拉：我想是的。这确实有这样的效果。而且，我也渐渐长大，能够看到自己无论是否得到父母的认可，都会做得很好。在我心中毫无疑问，我做得很好。我的兄弟——而且当我十四岁时，我的母亲又生了一个孩子，我的两个兄弟——都崇拜我，只有做得对的事情才能获得崇拜。

盖瑞：你年轻时有没有想过自己想要从事什么职业、事业或热情？

卡拉：我像孩子一样四处游荡。我想成为一个政治家，改变世界。我还想成为一个修女……这想法在我读了阿尔伯特·施韦 itzer 的书后很短暂，我想，嗯，这就是我需要做的：我需要加入宗教生活——这样我就能得到支持，知道我在做的事情——然后我需要去非洲，帮助那里的急需。后来我又想，我要成为一名医生。[笑]你知道，我就是在那样想……很多时候我想，我只想做个妈妈。我想要六个孩子，把他们养大。那将是我的工作。

无论我怎么想，这从来都不是我生活中实际发生的事情。我的生活是不可预测的。

盖瑞：那么你高中毕业后朝哪个方向发展？

卡拉：我朝着政治家的方向发展，希望能在政府的国家事务部或政治领域工作，所以我选择了政治科学等等。我之前提到过，我有过一次与一位（现在很有名的）政治家的经历。他可能不太喜欢我记得这件事。他当时在举办一个模拟大会，决定是提名巴里·戈德华特还是约翰逊当总统——当然是一个共和党大会。我想，这将是一个不错的经验，我就想为他工作。

有一刻，我意识到他做出了一个决定，让我们获胜，但这也是在说谎，我就和他对峙。我说："你撒谎了！"他说："嗯，是的。"他说这就是作为政治人的一种工具，如果你不能说谎，那就没什么好干的。可是我不能撒谎。对我来说，身体上实在无法撒谎，尤其是当事情很重要的时候。事情越重要，我就越无法做到，如果我尝试，结果会更糟。而且，正如我之前提到的，我真的很不喜欢开委员会会议，而政治中总是有太多这样的会议。因此，基于这两点，我意识到我需要继续前进。于是我改变了专业，想也许可以成为一名大学教授，研究语言或其他方面的内容。

盖瑞：之后你决定要成为一名图书管理员，是吗？

卡拉：[笑]是的，之后我结婚了，得想办法谋生，当时我已经在图书馆工作。所以这个决定对我来说非常简单。我只需要选择一种挣钱的方式，而作为图书管理员是我可以做到的工作。我已经有这份工作，所以没什么好担心的。【4】

盖瑞：如果你当时成为教授，你会教什么？

卡拉：英语。

盖瑞：这看起来很适合你。我相信是在大学期间，你开始接触沉默的理论和实践。

卡拉：我想要探索沉默。我之前从未尝试过，后来我对这个话题产生了兴趣，很多我非常尊敬的人都喜欢沉默。我想，嗯，你知道，虽然圣公会很棒，但它是一个吵闹的教堂。里面有很多唱歌，还有很多仪式……这一切都很美，但在仪式中几乎没有几秒钟的沉默。所以我在寻找一个有静默冥想的冥想小组，那时唐·艾尔金斯正在创建他的静默冥想小组。我就问我是否可以加入。

盖瑞：哦，原来是唐的小组让你第一次真正体验到更有纪律或正式的冥想方式。

卡拉：对。

盖瑞：你自我认同为基督教神秘主义者。这是什么时候开始的？这意味着什么？

卡拉：其实我被称为基督教神秘主义者的次数比我自己称呼自己的次数还要多。对其他人来说，我的神秘性似乎很明显，而我不太确定这究竟意味着什么。但我认为这意味着依赖自己的直觉、内心的时钟和自己的引导系统，而不是一种线性的思维方式，想要把一切都写下来并列出理由——你知道的，标明这是什么，以及它的科学名称。我不是科学家，所以“神秘主义者”这个称谓似乎更适合我。

盖瑞：在我脑海中，描述神秘主义的方式有很多种——与更传统的宗教思维相比——一个重要的区别在于权威的归属。神秘主义者寻求内在的权威，寻求与创造者或生命源泉的连接的权威。而宗教思维的人则将权威放在外部，赋予牧师或神职人员这种权威。

卡拉：这对我来说从未发生过。我认为我并不是一个特别宗教的人；我认为我很有灵性。

盖瑞：但你对基督教的原则是有吸引力的。

卡拉：我被基督教的原则和在圣公会中的表达所吸引。没有比圣公会的崇拜方式更美好的了。它保留了罗马天主教教义中最精华的部分——不是教义，而是——你称之为仪式的东西？

吉姆：信条？

卡拉：啊……[显然对吉姆的回答不太满意]，那样说不通……无论如何，表达崇拜的方式，我觉得没有比圣公会传统更美的了。它包容了所有类型的音乐——

—既有古老的音乐，也有新的。任何旨在赞美创造者的音乐都是可以的。所以你会发现，有着数个世纪最优秀作曲家为教会创作的美妙音乐，这是因为他们的创作既是谋生之道，又因为在文艺复兴之前，任何不以教会为目标的工作都被认为是异端。因此，我们有如此多的宗教艺术和音乐；没人想成为异端，因为这会带来麻烦。

所以，你有着这样一部令人难以置信的音乐作品，如果你是一个歌手……你知道，当你到了某个年纪——我现在是在和录像师（肯）说话，因为他也是一位古典音乐家——多年来，你

肯定经历过许多与基督教信仰相关的伟大音乐作品，因为很多音乐都是人们创作的。所以，如果你想做一些古典音乐，它很可能是宗教性的。

因此，你开始意识到这一点，并成为那音乐的一部分。在我看来，参与世界上最美丽的仪式——教会的仪式，尤其是圣餐——与能够唱这些基督教音乐之间，存在着许多理由让人想要成为其中的一部分。所以，这不仅仅是融入基督教原则，而是融入基督教的崇拜方式。

盖瑞：在这个传统中吸引你的地方，似乎是它提供了一种赞美、奉献和崇拜的方式，而这正是你真正需要做的；就像我们之前讨论的那样，这是滋养你内在存在的一种方式。

卡拉：嗯，是的。

盖瑞：你在《圣经》的内容上遇到过困难吗？

卡拉：嗯，我确实有。在我宗教信仰最强烈的时候，也就是大约十四岁时，我参加了一个探索者会议。我问我的主教，他正在主持这些探索会议。我说："我不知道我是否应该离开教会，因为我不相信教义。"我特别对处女出生有问题，他说："是啊，我自己也对那个有问题。"

我真的很惊讶。于是我问："那你怎么说信条？"他回答："抱着希望，期待在这辈子或下辈子能更多地理解这一切。"他说在此之前，"这只是信仰的一个条款。我以信仰来接受祂。我不担心这个，我就继续生活。"

他还说："永远不要离开教会！如果你离开教会，你将再也无法与任何人谈论耶稣。"他说得很对，我非常感激他。他也很支持我开始通灵的过程。他是位了不起的主教。

盖瑞：这让你不再需要字面上解读圣经。

卡拉：对，我从来没有担心过这点，幸运的是，圣公会是所有文明绅士的避风港，所以你不必相信任何东西。你可以永远保持探索的状态，根本不需要定下来。

盖瑞：所以他们欢迎更自由的思想者。

卡拉：没错，毫无疑问，这里是教会中自由思想者的避风港。当你发现一个失败的浸礼教徒还留在教会里时，他通常会转向圣公会。

盖瑞：你提到后来你与这位主教分享了你的通灵经历。是什么促使你与教会分享你的通灵？

卡拉：我不知道我是否应该在教会里。这又是一次类似的危机。我不想让教会蒙羞，也不想隐藏秘密。我是个非常开放的人。所以我说："这就是我现在的样子。这是我在做的事。你觉得怎么样？我应该担心离开教会，在外面做这件事吗？"

他阅读了我的作品。他花了好几分钟坐下来阅读，然后放下说："我看不到任何负面的东西。没有任何让我担心的事。"他说："保持联系，时不时给我发一些你的通灵样本。只要看起来像这样，你就没问题。"

盖瑞：这真是非常开放的态度。

卡拉：确实如此。

盖瑞：这并不是你一生中唯一一次与……分享你的工作。

卡拉：我和教会里的每一位主教和神父分享了我的工作，因为我想让他们知道我是谁。我不想活得像个谎言。

盖瑞：他们也都接受了你。

卡拉：嗯，你知道，有不同的反应，有些人困惑，有些人积极接受，但从来没有低于宽容的态度。

盖瑞：你如何看待将你的基督教信仰与在爱/光研究中心的工作结合起来？

卡拉：就这样。我从来没有把这当成秘密，但另一方面，除非有人问，我也从未觉得需要告诉别人我的通灵。这个话题很敏感。大家都知道我在为爱/光研究中心工作，这对我来说非常重要。如果人们想知道爱/光研究中心在做什么，我会很乐意告诉他们。但询问的人非常少，那些询问的人几乎都想支持我。

盖瑞：你是否曾在内心上为这两者的结合感到困扰？

卡拉：哦，完全没有。我是一个非常理性的人。我读过很多哲学。Ra 的哲学与我的崇拜方式完全一致。事实上，Ra 明确支持我的崇拜方式。他称之为一种扭曲——这没关系。“扭曲”对 Ra 来说并不是个贬义词，只是对与无限造物者的完全合一以外的东西的描述。而避免扭曲的唯一方法就是不在这里。

盖瑞：我突然想起一句话，想问你……让我们看看……在 60.18 中，Ra 描述了各种宗教系统面临负面侵扰的情况：

> **Ra：**这是与每一个正统宗教系统共同的特征，这些系统都在某种程度上混合了不同的取向，但依然为纯粹的寻求者提供了一条通往唯一创造者的纯净道路。

你在一个独特的位子上，因为你在一个宗教体系内继续工作。你能详细阐述一下 Ra 所说的，在正统宗教系统中仍然为纯粹寻求者提供的纯净道路吗？

卡拉：基本上，纯洁者眼中万物皆纯。这是个老生常谈。但更具体地说，回答你的问题：耶稣所说的东西和教会的教义截然不同。耶稣在任何与“你要跟随我”或“你需要建立教会并让其延续数世纪”的事情上都相当含糊。他没有职业化或企业化的思维。他的想法是让教会在家庭中建立，大家可以聚在一起崇拜、社交，并照顾贫困者，确保没有人挨饿，每个人都能得到照顾。这是他的主张，基本上是共产主义的理念，即彼此相爱。这就是要点：彼此相爱。他用不同的方式表达这一点。

所以，如果你心灵纯净，只专注于耶稣所说的话，并以此为基础进行崇拜和基督教生活，那就没有任何问题可以保持纯洁。而如果你试图遵循所有的教条，那就会让自己变得疯狂。我不知道一个人怎么能做到这一点而保持完全纯洁，因为教条中有一些非常令人困扰的方面，主要包括精英主义和将不符合你观点的人排除在外。这不是耶稣会做的事，当然也不是我需要做的。我对每个人都很包容。[笑]基本上，大家都可以；对他们来说，一切都很好。

所以我认为，如果你是一个纯净的人，遵循那纯粹的爱与同情的信息，彼此相爱，那就不会有问题保持纯洁和宗教信仰，因为这正是耶稣的核心思想。因此，这只需要对耶稣有一种理解，而不是依赖神父来解释耶稣的思想。甚至保罗也重新解读了耶稣的话，以使某些事情变得可以接受，比如男女之间的差异，奴隶制。如果你试图为新约中的某些内容辩解，可能会面临很多困扰。但

如果你不担心尝试辩解别人对耶稣的看法，你就可以说：“不同的人对耶稣的话有不同的解读；我的解读就是这个。”

盖瑞：正如 Ra 所指出的，与所有正统宗教体系一样，其中也存在负面方面。就像你刚才说

的：精英主义、排他性、好战性、原教旨主义等等，这些都混杂在一起。所以对于希望在正统宗教体系中工作的纯粹寻求者，你会建议不要采取字面解释——

卡拉：没错。我会推荐神秘的观点，而不是教条的观点。

盖瑞：——找到信息的本质或核心，专注于这一点，排除所有的杂质。

卡拉：嗯，就是不去关注那些。我的意思是，处理教条细节不是你的事。让别人去做吧。那是一种对神秘者来说并不吸引的游戏，纯粹是分心。

盖瑞：所以神秘者就会像 Q'uo 所推荐的那样前进，接受与自己共鸣的东西，留下其他的。

卡拉：没错，没错。

盖瑞：在进入下一个问题类型之前，你是否想谈谈你生活的时间线？

卡拉：嗯，除非你想让我从我当图书管理员的地方开始……实际上，从我和吉姆开始一起唱歌的地方——不是这个吉姆·麦克卡提，而是吉姆·D——然后又被其他事情分心。我不确定我是否提到过，实际上，一系列的必要情况把我带回了路易斯维尔，而在这里，我最终确定了我的生活工作。

盖瑞：是的，关于你与吉姆·D 的四年绕道的那些问题，最初是这部分传记的一部分，但我们在谈论 Ra 接触之前的事件时已经深入探讨过了。

卡拉：好的，那些都处理好了。除此之外，我真的觉得我的生活没有什么特别不寻常的。其实我的生活就是在尽我所能地服务，无论我身处何地，做我能做的事情。

盖瑞：你作为一个通灵者，为一群声称来自这个太阳系其他地方的存在服务，这在我看来，按定义来说算是不寻常的。但我理解你对自己生活的谦逊。

所以，在我看来，你是一个拥有多种天赋和才华的人，人生中有很多条路可以走，你也尝试过一些。然而，在每种情况下，生活似乎都把你从一条路引向另一条，直到你最终专注于与唐合作，并以通灵作为你的主要外部服务。你能谈谈那些多次决策点和命运的转折，导致你主要专注于爱/光研究中心和通灵的过程吗？

卡拉：所有这些决策点有一个共同点，那就是在我看来，底下有一个伦理问题。我一直对做一个有荣耀的人很感兴趣：那种可以信赖、可以依靠、忠诚并遵守承诺的人的一般描述。所以总是有一个承诺要遵守，或者忠诚要关注，或者两者兼而有之。这是我做我所做事情的核心原因。另一个在决策点上似乎共同存在的特征是，我选择了那条艰难而不受欢迎的道路，至少在我的家人看来，没有人会理智地选择这条路。[笑]

盖瑞：你也可以称之为“高路”。

卡拉：高路，对，走高路。我不需要向别人证明这一点，因为我知道我在做什么：这对我来说重要到足以让我颠覆自己的生活。而且，我妈妈会说：“你牺牲了一切”，她是个很有戏剧感的人，“一切！”我会说：“嘿！你不知道下一个拐角会有什么，可能会很有趣。”然后我就出发了。

盖瑞：当我们讨论你与吉姆·D 的四年、你去芝加哥的旅程，然后到温哥华时，我没有问你的是，在那四年中，我们了解到唐在耐心等待你回归——他感觉到你们会在一起。但在你看来，在与吉姆·D 的四年里，你有没有觉得你需要或想和唐在一起？

卡拉：天哪，根本没有。我一点也没意识到。这根本没让我想到这会是可能的。唐离我太遥远了。他就像是在天空的某条跑道上开车，远得不可及。

盖瑞：所以当你回到路易斯维尔时，唐在几分钟内就从零到六十……

卡拉：让我惊讶得不行，真是惊喜！但是非常惊讶。

盖瑞：所以，从惊喜的角度来看，这感觉像是个礼物，我想。

卡拉：嗯，我大概花了十五秒钟就爱上了唐。

盖瑞：你在《一的法则卷五》中写道："自 1968 年起，我有一个长期的目标，那就是为唐建立一个真实的家，无论是物质的还是形而上的。"我想我们已经触及到了这一点，但如果你想谈谈，你是如何寻求做到这一点的？

卡拉：我觉得如果他需要我在那儿，我就得在那儿。我需要随时听从他的召唤。我需要了解他在生活中喜欢什么，看看我能否做到。我照顾他的饮食，确保他有足够的内衣。[笑]你知道，我指的是生活的基本琐事。我在这个世界上为他创造了一个物质的家。他再也不需要担心那些事情了。

盖瑞：你开始提到这个话题，但我想更深入地探讨一下。你曾描述唐的去世是一个生命的结束和另一个生命的开始。你能解释一下吗？

卡拉：嗯，当唐去世时，我在心理上也死了。我改变了自己，直到不再认识自己，除非唐在我身边。他离开后，我对他的需要也随之消失，我没有了工作描述，所以我不得不从头开始。在他去世后的好几年里，我心里都有个大问题：我是否想继续待在这里。在那段时间，我的身体变得非常非常虚弱。这就是为什么我连坐起来都做不到，每一次呼吸都是一种折磨。关节炎在我身体的深层系统中蔓延，呼吸都很痛苦。几乎不可能坐直，我的肩膀僵硬到坐起来对它们来说太过困难，疼痛无法形容。因此，毫无疑问，我根本没有做到。所以，我身体上几乎接近死亡；心理上也是如此。

然后有一天，我读到我自己写的东西，心想，我喜欢这个人。这让我感到振奋，因为我竟然喜欢——我甚至忘记了我写过这些。我找到了那篇文章，读的时候甚至不认得它，但我喜欢它。所以我基本上决定我要给自己一个鞭策，尝试一下，于是我请求了康复，因为我知道自己不能再靠自己站起来，我希望如果可以的话，过上垂直的生活。于是，他们在——我去做康复的地方叫什么来着？

吉姆：弗雷泽。

卡拉：弗雷泽。我去了路易斯维尔的弗雷泽康复中心。首先，他们连续九天测试我，看看我能做什么、不能做什么，以确保安全。这几乎把我累坏了（笑）！但在他们彻底测试我并决定了我的能力之后，我回去接受了为期三周的医院康复训练。训练主要是关于思维过程，同时也给了我很多工具。

我费尽心力地努力：坐起来和站起来。这非常困难，几乎是我做过的最艰难的事情之一。我记得坐在轮椅里，感觉快要死了。"吉姆，过了半个小时了吗？……哦。"你知道，那时才五分钟（笑），然后是十分钟，但目标是每天坐起来半小时。我逐渐能够做到这一点，然后我利用自己对烹饪的热爱来增强力量。我会抓住灶台，因为你不能在白酱没做好的时候离开，对吧？（笑）不停搅拌。不，没做好，我不能离开。

我变得越来越强壮，最终恢复了站立的生活。然后我有了选择的余地，你知道，我在这次采

访中似乎之前描述过：我想成为一个教会的人吗？我想……我能否再次从事图书馆工作，为家庭赚点钱？我能做些什么？我发现，嗯，现在我不能为家庭赚钱，因为我无法保证每周五天都能到位。有时候我只是有糟糕的一天或一周，我对此无能为力。因此，我对教会的工作也不太喜欢，原因和我不喜欢政治的原因相似。于是我意识到，我可以为爱/光研究中心工作和写作。于是，这开始了我为自己创造生活的过程：写作、教学、为爱/光研究中心进行引导。

盖瑞：所以，大约六到八年，你在唐去世后经历了一段"沙漠"时期，这在一定程度上是由于自我谴责。然后，转变是由于自我宽恕——爱上了自己。你觉得这样说正确吗？

卡拉：我认为这是准确的。很不幸，我如此彻底地谴责自己，但我会很惊讶，如果有任何接近自杀的人能够逃避自我谴责。你总是觉得自己可以做得更好。

盖瑞：当唐在世时，他是你们小团体的自然领袖。随着他的去世，你不得不接过那个担子，承担起那些责任。你是如何过渡到这个角色的？

卡拉：完全没有困难。我从来没有领导方面的问题。吉姆一直是一个几乎完全信任我直觉的伙伴，他乐于跟随我的引导。吉姆根本不想领导。他只想服务，就像我们一起服务了那么久一样。你知道，照顾院子、照顾我、为爱/光研究中心工作。就是这么简单。吉姆是个简单的人。

盖瑞：在灵性道路上，人们往往会对饮食制定严格的规则和想法。[卡拉笑]饮食在你的道路上扮演了什么角色？

卡拉：一点作用都没有！我对美食简直是个傻瓜——

吉姆：你尝试过所有的饮食。

卡拉：[笑]是啊，给我盐。我试过所有的饮食，但似乎都没什么效果。那还不如不去尝试呢？如果这些都对我没什么好处，那我就不如享受生活，而我确实这么做了，主要是吃一些安慰食物和太多盐。

盖瑞：这是一个大话题。一般来说，我觉得可以说很多灵性寻求者认为灵性与某些饮食不兼容。为了追求灵性，你必须限制和选择特定的食物。

卡拉：嗯嗯。[笑]

盖瑞：当然，每个人都必须走自己的路，如果他们觉得应该吃某种饮食，那就尽管去吧，祝他们好运。

卡拉：是的，我并不反对别人这么想。

盖瑞：对。但在你的观点中，我想没有"一刀切"的做法，也没有规定说你必须以某种方式饮食才能实现灵性。

卡拉：没有。我不这么觉得。我也不认为我的方式就是正确的方式。我所说的是，我真的、诚心诚意地尝试过素食主义和宏观生物饮食。我非常喜欢宏观生物饮食，本来很乐意坚持下去，但那时我开始出现严重的胃部问题，不得不做手术，有些东西被切除了。因此，宏观生物饮食——尤其是米饭——与我的身体不合。我无法消化它；它卡在横结肠里，最后我不得不切除一部分横结肠，还有那些米饭[笑]，它们留在那里并招来了"朋友"。总之，宏观生物饮食没有效果。

我拼凑了一个凯西饮食，这在其他人之前很久就做了。我有一本很厚的凯西读物，我通读了整本书。每当他推荐一些适合类风湿性关节炎的东西时，我就记下来。于是，我就有了那样的饮食。我坚持了大约一年半，但根本没效果；我根本没有享受。于是我放弃了。然后我尝试了其他东西……我不太记得具体是什么，但那是一种更严格的饮食，但也没效果——

吉姆：低沉积饮食。

卡拉：好吧，我最终选择的就是低沉积饮食，但我对这个饮食也没那么严格，现在有点放松了。我想起了一个饮食，盖瑞也提到过，所谓的灵性饮食。它并不是严格的素食，而是一种饮食，要求你有九种不同的食物组，每个食物组的东西都要在餐桌上保持供应。总之，这种饮食很难坚持，因为准备的东西太多了。不过，我也试过一段时间，但它同样没有帮助我。因此，既然它没有任何效果——我至少给了这些饮食十五个月，甚至一年半或两年时间，我真的尝试过。我让它们见证自己是否有效，但结果并没有。

所以我最终只是耸耸肩，像吉姆说的，医生建议我采用低沉积饮食，所有食物都要磨碎。所以我不吃沙拉，不吃米饭，尤其是糙米，还有——我被建议避免燕麦。我想爆米花也是不推荐的。我对这一点不太在意。[笑]我爱吃爆米花！不过，总的来说，我还是尽量在极端情况下遵守这个饮食：我不吃大块的红肉，都是让人切好的。然而，我觉得细节没必要去过分关注，如果它们对我没有帮助。所以我就随心所欲，享受我吃的东西。我认为我的灵性原则就是享受我在做的事情，如果我不喜欢，就不去做。

吉姆：你记得耶稣说过关于饮食的什么吗？

卡拉：嗯……耶稣关于饮食说过什么？

吉姆：“人是因口中所出的话而被玷污，而不是因所吃的东西。”【6】

卡拉：这是真的。他确实这么说过。好一句。

卡拉：我认为没有一个灵魂不知道生活中有些人只会索取而不回馈。或许他们也曾体验过爱那些人，并希望能得到回报，但却感受不到被爱的回馈。所以，他们可能能理解我对那些人失望的感受。我在我的生活中总是有这样的人。但随着我逐渐学会这个课程，困难变得越来越小，识别也变得更容易。我知道，哦，那就是我生活中不会爱我的人。明白了。

所以你只是去爱那个人，而不担心是否能得到回报。这有时很困难，因为每个人都希望至少能得到认可，而这个世界上有些人就是不这样做。

盖瑞：所以，根据 Ra 的说法，以及你对自己生活方式的理解，你把这种经历设计为生活中的一个核心课程，让你与那些不会回报你爱的人的互动，以帮助你学习这个课程。

卡拉：没错，我认为在我真正爱自己的那一刻，这种经历，至少在目前，对我来说已经不是一个重要的催化剂了。

盖瑞：所以你已经经历过这些循环足够多了——

卡拉：是的，我经历了很多循环，现在我似乎到了一个点，只需要偶尔的小调整就够了。[笑]

盖瑞：是的。所以如果你付出爱而没有回报，你并不会感到沮丧。

卡拉：不会。我不在乎。

盖瑞：你能够接纳人们的本来面目。

卡拉：我可以。

盖瑞：在 Ra 接触中，Ra 描述了你"艰难的存在价值之旅"。你能描述一下这段旅程以及你在这条路上学到的课程吗？

卡拉：是的，我认为我们都有一种倾向，就是通过所做的事情来定义自己，从中获得价值。无论是作为一个优秀的提供者，还是其他的什么，都会想要通过这些来证明自己的价值。而"在本质上有价值"（esse）这个概念——拉丁语意为"仅仅因为你存在，你就是有价值的"——是很难在头脑中确立的。感谢上天，我在生病到无法进行太多外部工作的之前，基本上就学到了这个教训。如果我现在不认为自己仅仅坐在这里也是有价值的，那我现在可就麻烦了。

但我确实意识到，只要我们能保持一颗开放的心，我们都是有价值的，而我能做到这一点。因此，我专注于保持开放的心态。我让自己的价值就是它本来的样子，不去担心它。我不会对此过于纠结，接受自己是有价值的这个事实。感谢我提前学到了这一点。如果我没有在生病之前做过这项工作，我作为一个病人可能会失去内心的平静——你知道的，我现在正在经历的事情。

盖瑞：看起来这是一个普遍的教训，适用于每一个人——

卡拉：我认为是的。

盖瑞：人们通过各种不同的方式来衡量自己，基于他们在做什么或不做什么，拥有什么或没有什么，去向哪里等等，而这里的讯息是，无论外在的状况如何，你都是有价值的，因为你存在。

卡拉：没错。

盖瑞：似乎你能够通过有意识地将注意力引导到这个教训上，确认它的价值，来学习到这一点，对吗？

卡拉：我用了一种视觉辅助工具来爱自己。也许我觉得自己在孩提时代没有被充分拥抱和爱护，实际上我也没有真正度过童年，因为我从小就像个成年人一样工作，照顾我的兄弟们，打理家务，准备食物，这种事情一直持续到我长大。我的童年主题一直是这样，所以我没有很多人那样无忧无虑地玩耍的童年。因此，我意识到我确实感到缺失，内心的小孩深感被忽视。

我的老师，称他为"爸爸"——他已经离开这个世界了——送给我一个拉格迪安娃娃，并告诉我这就是我的内心小孩。他让我去爱这个娃娃，直到我治愈自己。他说："好好治愈自己，你不需要这个。"于是，我把那个拉格迪安娃娃带到哪里都带着，白天晚上都不离身。我爱着它，拥抱着它，和它说话。和朋友们一起吃午饭时我也会带上它。[笑]我甚至带它去看电影。我知道这看起来有点傻，但我在学习一个重要的教训，没让这种傻劲妨碍我。我出去度假时也会把它打包带上。[咯咯笑]拉格迪安也要去！你知道吗？所以，我这样做了大概六七年，花了很长时间才真正感受到我爱自己了，也不再需要治愈了。

盖瑞：你在我搬进来的时候也有那个娃娃；我记得很清楚。这说明了一个人想要学习某个教训时可以开放的创造性可能性。没有任何数学公式可以解决这个问题……

卡拉：不，你需要创造性地去处理它。想想是什么在伤害你，怎样才能治愈它。

盖瑞：你旅程中的另一个艰难方面是身体的扭曲。正如你所说，你从出生起身体就比较脆弱。这也成了在 Ra 接触期间负面攻击的主要目标。你的这些医疗困难从出生开始，一直持续到

现在。你有没有想过这些身体困难的原因？你为什么会为此编排这样的生活？

卡拉：其实不太清楚。我觉得这可能是一个很好的方式来学习爱自己，而不是去评判自己。我不太确定这具体是怎么实现的，你知道吗。我不知道这是否以某种线性方式运作，不过……[对吉姆]你对此有什么感觉吗？你跟我一起生活了这么久。你知道我在说什么，如果有的话，你同意吗？

吉姆：是的，我觉得这与我和其他人的人际关系有关，尤其是我。

卡拉：那与我特别有关的地方在哪里？

吉姆：这样我就可以照顾你的需要，如果可能的话，生成某种爱的感觉和开放的心态。

卡拉：没错。对我来说，接受他人的爱比去爱别人要难得多；我想很多人都是这样。

盖瑞：当然，在这个面纱的另一边你只能推测，但这种状况创造了一个情境，让你能够接受他人的爱，特别是吉姆的爱，同时吉姆也可以学习给予这种爱，或学习照顾他人。

卡拉：他在努力打开他的心，所以我们就像拼图一样完美契合。我常常觉得，当一段关系真的有效时，你观察其中的动态，就会发现彼此都是彼此的老师。

盖瑞：那么很有可能在投胎之前，你们俩就已经商量好，说："我将扮演这个角色，你将扮演那个角色，我们将一起合作，帮助彼此学习这些特定的课题。"

吉姆：这很可能。

盖瑞：Ra 对此表示了很多鼓励，让你思考接受你的身体局限性和医疗困难，而你自己在写作中也反映了关于这一艰难任务的许多内容。你能否为接受局限性这一方面提供一些见解？

卡拉：看待局限性有两种方式。要么这是一个让人满意的局限性（你很高兴反正也不需要做那件事），要么你不想接受这个局限性。你觉得自己可以做得更好，想要继续前进。

因此，你不想被限制。我内心一直感到强大，但当我把身体投入其中时，就会发现我写下的支票是我身体无法兑现的。[笑]我真生气！不！我不能去做那个！这在清洁和烹饪等事情上尤为明显，这些从来没有在心理或情感上困扰过我。

实际上，我从做这些事情中获得了很多乐趣——人们常说，"谁会想去打扫厕所？"如果你跟厕所说话，感觉到厕所在说，"哦，天啊，你真把我清理干净了！这太棒了！我真是闪闪发光！"[笑]你知道，大家都开心。厕所开心，你开心——你知道吗？而且你得到了一个干净的厕所！我会跪下来清洁地板，这从来没让我感到烦恼。

但后来，身体上受到了伤害，我无法做到。这让我很烦躁。尤其是烹饪，我是我最爱的事情。我喜欢做饭，喜欢收集食谱，尝试并修改它们。无法做饭非常令人沮丧。我仍然可以做一点事情，挑选食谱之类的，所以我可以说，"哦，这个应该很好吃。"这不算真正的烹饪。

即使你在收集一个食谱、创造一个食谱、修改一个食谱时，你在脑海中想着它，但这和实际去做是不同的。把所有材料切好，准备好，然后把它们放在一起，看到人们说："哦，这太好吃了！"并享受他们享受你的食物。其实，我认为人们对食物中的爱有反应。用爱烹饪的食物总是味道更好。这一直是我食物的特点。

盖瑞：所以，接受你的局限性听起来与我们最近探讨的关于自身价值的问题有关。

卡拉：对的。你知道，这个教训就是不要认同于你不能做的事情，而要认同于你是谁。我已

经做到这一点。虽然我仍然更喜欢做饭，但我已经学会了这一点。

盖瑞：是的，当你之前向我描述你现在的情况——在医院病床上待了三年，无法做很多你想做的事情时，你表达了一种臣服的态度，说："好吧，如果这是创造者想要的，我就接受这一切，去爱这一切，——"

卡拉：还有探索。你永远不知道这样的经历中会有什么礼物，所以你要去体验，看看里面有什么。

盖瑞：作为一个附带的问题：当你描述清洁厕所的时候，我想到你与环境互动时持有的这种态度，认为你的环境是活着的、充满魔力的，无论是食物、清洁厕所，还是在外面拔草。你觉得这种态度对你的生活产生了什么影响？

卡拉：我认为这种态度极大地改善了我的生活。我比大多数人享受得更多，因为如果一切都充满活力并对你作出反应，你就会成为舞蹈的一部分。你总是在跳舞，总是在享受快乐。

盖瑞：你觉得你与之互动的事物，无论是椅子、花朵还是风，你是在心理上把魔力投射到它们身上，还是说周围的一切本身就具有活力和魔力？

卡拉：哦，我认为我正在感知一些真实的东西。我认为一切事物本质上都是神奇的，如果科学最终证实了这一点，我一点也不会惊讶。它肯定已经证实了一切都是有生命的，你知道，物理学的弦理论和其他东西。我们只是——这是一个如此生动的宇宙，它正在回应你作为其中一部分的存在。我的意思是，我可以在这里床上跳舞。如果你内心在跳舞，没有什么能阻止你跳舞。

盖瑞：你认为身体目前的磨损是否与 Ra 接触有关？如果是这样，你认为这种经历对你的身心有何长期影响？

卡拉：我认为那次接触确实对我产生了疲惫的影响。我不会说它对我有什么具体影响。

盖瑞：认识你的人经常会被一个惊人的事实所震惊：尽管存在着慢性、深层次的身体疼痛，但你的精神却是不可征服的。你仍然是一个乐观、希望、信仰和快乐的人，总是寻求服务他人，很少（如果有的话）抱怨（如果抱怨的话，总是轻描淡写），并且从未放弃赞美和感恩的态度。你内心的什么能力支持了你如此顽强的正面性？换句话说，你到底是怎么一直微笑的？

卡拉：我认为信仰是一种可再生资源，我认为如果你有智慧去寻求它，它总是就在那里。精神就在那里等着你去问。【7】

盖瑞：听起来你的生活环境迫使你自觉地转向这种可再生资源。

卡拉：是的，但这也是我多年的习惯。如果我现在不得不全部重新学习，我会陷入一个陡峭的学习曲线。哦！有很多东西要学。但我有几年时间，所以……我有时间。

盖瑞：下一个问题是对上一个问题的重述。专家，包括医生，从你出生起就预计你会很快死亡。[卡拉咯咯笑]你一直都在挑战他们和命运。我个人觉得，很多人用你的身体是撑不到现在的，包括我自己。你认为你超长的寿命归功于什么？【8】

卡拉：轻松生活。我认为，你知道，你越轻松，给自己施加的压力就越小，你就越能承受疾病的压力。疼痛会带来一定的压力。

盖瑞：你还有一个"寻找字幕"的技巧。

卡拉：是的，我有，我想这只是我的一种思维习惯，你知道，但我总是暂停相机，你知道，就是那个时刻在你肩上运行的生物相机，然后说："乔治，你拍到了吗？"[笑]"等一下！要给这个加个字幕！"[笑]我不会冻结它然后一直保持，但我可能会冻结足够长的时间来欣赏它。

盖瑞：你觉得自己是一个流浪者，你的灵魂从另一个密度来到地球是为了服务他人。你什么时候以及如何意识到这一点的？你是如何看待这种信仰的？

卡拉：我想我是通过催眠回归意识到这一点的，意识到自己来自其他地方。感觉是对的。我穿上它，试穿它；它很合身。所以，我想，好吧，这可能是真的。我只是接受了它原本的样子。你知道，你不能证明它。你也不能证明它不是真的。所以为什么要担心呢？看起来是真的，所以你最好认为对你来说是真的，主观上。

盖瑞：非常感谢，卡拉·鲁科特。

卡拉：这是一种祝福……现在我要享受听吉姆说话了！[笑]

【1】卡拉出生于伊利诺伊州，之后她的家人搬到了阿拉巴马州的安尼斯顿市。具体搬家时间和在阿拉巴马州停留的时间尚不清楚，但后来她的家人再次搬家，这次搬到了肯塔基州的 Louisville 市，据推测是在 1957 年左右，当时她 14 岁。卡拉一生中剩下的时光都居住在她心爱的 Louisville 市，这座城市最终成为了爱/光研究中心会的所在地。

【2】完整的英语习语是："wet behind the ears"（缺乏经验）。这句话的意思是幼稚、无知、缺乏经验，或者太年轻以至于无法理解。卡拉在这里使用的是这个习语的变体。在这种情况下，更有知识的父母告诉知识较少的的孩子，他们还太年轻或愚蠢，无法理解他们所描述和经历的事情，因此这些事情并不是真实的。

【3】"肾小球肾炎"是一组会损伤肾脏过滤血液的部分（称为肾小球）的疾病。您可能会听到的其他术语包括肾炎和肾病综合征。当肾脏受损时，它就无法清除体内的废物和多余液体。如果疾病持续发展，肾脏可能会完全停止工作，导致肾衰竭。"肾小球肾炎，"美国国家肾脏基金会，访问时间：2016 年 7 月 4 日，网址：https://www.kidney.org/atoz/content/glomerul（由于网站无法访问，此处省略了链接信息）

【4】卡拉于 1966 年在 Louisville 大学获得了英语文学学士学位，并于 1971 年获得了图书馆学硕士学位。

【5】多年来，卡拉曾多次刻意将自己描述为基督教神秘主义者。我之所以强调这一点，是因为人们常说真正的神秘主义者，无论他们的宗教、文化或历史背景如何，都使用相同的基本语言。这种语言或信息是普遍且永恒的，超越了教会教义的教条。十三世纪的波斯神秘主义者应该能够与公元前六世纪的中国神秘主义者和二十世纪的美国神秘主义者相互理解。"基督教神秘主义者"意味着卡拉植根于基督教的普遍方面：基督的追随者，但不一定是教会教义细节的追随者。这并不是贬低宗教仪式和信仰。两者确实都可以作为崇拜的载体，作为一种渠道，通过它，寻求者超越了人类对事物终极本质的有限概念，但宗教机构或规范往往对它所试图代表的事物不透明。教条往往会增加扭曲，掩盖真相，排斥和分离。教条往往会阻碍批判性思维和真正的自我探索。它排除了从内在真理的内在权威和首要性中产生的赋权，即自我真理。神秘主义者透过并超越了这些教条，以认识到其中包含的信息的本质。正如本章其他地方所提到的：

> **Ra：**这种[宗教理解的混乱两极性]是你们每个正统宗教系统所共有的，这些系统在方向上都有些混乱，但它们都提供了一条通往创造者的一条纯洁的道路，这是纯洁的寻求者

所看到的。60.18

【6】“污秽人的，不是入了口的，乃是出于口中的。”（马太福音 15：11[KJV]）

【7】吉姆在 2015 年 8 月 28 日的《卡米洛特期刊》条目中对此进行了更详细的描述：

今晚我读了卡拉在 2006 年 11 月份发表于《卡米洛特期刊》的文章。到目前为止，令我印象最深的是她所有文章中体现出的，无论面临什么困难，她都全身心致力于服务他人。在今晚的条目中，她描述了胃肠道周围剧烈的痉挛。于是她去看家庭医生，医生将她转诊给相关领域的专家，他们初步诊断为间质性膀胱炎。为了确认诊断，他们往她的膀胱里灌注盐水溶液，却意外地弄破了她的膀胱。然后他们为他们的错误道歉，给她开了止痛药来缓解剧烈的疼痛，并说这次检查确诊了无法治愈的间质性膀胱炎。

这意味着她一生中剩下的时间都将频繁地感到急尿和尿频。破裂的膀胱比预想的要长得多才能愈合，而且由于止痛药会让她胃部不适无法进食，因此治疗过程中不能使用止痛药。她一生中经历过许多这样的情况。就好像她前世就决定在服务他人的能力上增加巨大的困难，以提高她的两极性、内在力量、意志等等。她从未让这样的身体危机阻止她去爱和服务他人，而且，令我难以置信的是，这些从未阻止她那颗快乐的心微笑并爱周围所有人。在她瘦弱的身体里，跳动着一颗狮子的心。

《卡米洛特期刊》，吉姆·麦克卡提，2015 年 8 月 29 日，www.bring4th.org

【8】我从未见过像卡拉那样身体如此脆弱、饱受折磨的人类。我一直认为卡拉只靠精神活着，这与其他人分享的假设一致。Ra 在这里也表达了同样的观点：

Ra 在这个连接点，鼓励那些可以提供生命能量的活动是很好的，因为这个器皿在这个时空存在，几乎完全归功于仔细坚持保护构成这个实体的生命能量复合体的那些精神和灵性能量。86.23

Ra 生命能量可以被视为对生活的深深热爱，或者是对创造的美好、对其他自我以及其他创作者制造的扭曲（这些扭曲也是美丽的）的欣赏。如果没有这种生命能量，即使最少扭曲的肉体结构也会衰竭和死亡。有了这种爱或生命能量或热情，即使肉体结构严重扭曲，实体也可能继续存在。63.17

第二十九章 吉姆

盖瑞：你是什么时候、在哪里出生的？

吉姆：我是在内布拉斯加州的莱克星顿，二十七岁时被我的父母在一片黄槐树叶下找到的，当时我已经完全长成了。

盖瑞：[笑]我就知道这个故事不简单！

吉姆：我出生于 1947 年 5 月 10 日，地点是内布拉斯加州的基尔尼。接生我的医生是杰斯特医生。

盖瑞：这是真的吗？

吉姆：是真的。

盖瑞：这和你描述的自己很吻合。你会如何描述你在内布拉斯加州的童年？

吉姆：挺正常的。我很喜欢上学。我是个好学生——不是特别优秀。无论是在小学还是研究生院，我总是拿到两门 A 和三门 B。我参加过体育运动。那是吸引我上学的最重要的事情。学校里有体育运动。卡拉认为，是我的舞蹈天性让我去参加体育运动，因为在 50 年代的内布拉斯加州莱克星顿，人口五千的地方根本没有地方可以跳舞。

盖瑞：我知道你和世界的互动，无论是在自己的卧室里，还是在割草，或者是搬石头时，都让你感觉像是在跳舞，和世界的节奏相呼应。这是你在年轻时就意识到的吗？

吉姆：不，我就是忍不住。一切都有节奏。所以我努力跟上那个节拍。每件事都有一个你可以舒适完成的速度。我一直专注于做事，终身都是个行动者，肌肉的运用很大。因此，当你在做事时，找到节奏是很好的。我想这就是为什么囚犯和奴隶在工作时有歌曲和节奏，因为那是一整天艰苦的工作。如果你进入一种节奏，确实会让事情变得更容易。你的肌肉会形成自动的肌肉记忆，恢复起来比没有节奏时要容易得多；可以说是断奏的状态。

盖瑞：你在成长过程中，像卡拉一样，有渴望去志愿服务、提供帮助吗？

吉姆：没有。就帮助别人而言，我在二十一岁之前对任何灵性或服务导向的事情都比较无意识。在这方面我是个晚熟者。

卡拉：讲讲你做的事情，你知道的，孤独者的事，游荡，还有傲慢。

吉姆：哦！[轻笑]去年你（盖瑞）在 80 号州际公路上经过内布拉斯加州的莱克星顿时，可能注意到你是沿着普拉特河行驶的。所以我小时候花了很多时间在普拉特河边。我要么骑自行车去那里，要么我爸妈送我去，等一天结束再接我。他们中午把我放下，五点或六点再来接我。我会在河边徒步旅行。然后有一家沙石公司从河里抽沙和石子，他们会在河里形成充满鱼、鲤鱼的沙坑。我会去钓鱼、徒步旅行，寻找箭头或化石或漂亮的石头。我在家里的抽屉里有一个专门放石头的抽屉。过了一段时间，要把它拿出来变得相当困难，因为太重了。我喜欢石头，我一直喜欢石头。

盖瑞：所以在做石头之前，你就是在寻找石头。

吉姆：对！我喜欢它们的颜色，喜欢它们的形状。

盖瑞：所以你的孤独天性从最早的阶段就显现出来了？

吉姆：是的，我是独生子，所以我想这就从那里开始了。妈妈曾评论说，她注意到我小时候和其他孩子相处得还不错，但我最开心的时候是自己一个人。

盖瑞：那种情况在你上学期间保持不变吗？

吉姆：哦，对。

盖瑞：所以你周末也没有很多社交活动？

吉姆：没有。我从来没有约会。我的高中舞会是一个人去的，吃完饭九点就回家，因为那天我刚参加过田径比赛，我又热又晒黑，累得很。所以那就是我的社交生活。[笑]

盖瑞：你和其他孩子相处得好吗？

吉姆：是的，我相处得很好。就像我说的，我是个好学生，而且人缘不错。大家都喜欢我。我还参加了田径运动。我在小圈子里算是个“大鱼”，没人能忽视我。

盖瑞：你会如何描述你的父母？

吉姆：好人，简单的人。他们经历过大萧条。两人都没能高中毕业，因为都得去工作来帮助家庭。爸爸出生在阿拉巴马州伯明翰附近的一个煤矿小镇，他大概在高中二年级时辍学，去杂货店工作，送报纸来帮助家庭。十岁时他父亲去世，他有四个兄弟姐妹，母亲需要支持他们。他们非常努力。母亲洗衣服、打扫卫生来帮助养活孩子。

我妈妈来自内布拉斯加州西部一个同样贫困的家庭。顺便说一下，爸爸是在一间木屋里长大的，而妈妈则是在土房子里长大的。所以她不仅有爸爸的泥土地板，还有泥土的墙和天花板，屋顶上还有山羊在吃草。

卡拉：二十世纪的拓荒者。这很不寻常。他们虽然成长在截然不同的地方，但经历了相似的拓荒体验，拥有相同的价值观，都是为了帮助家庭而共同努力。

吉姆：妈妈骑马去上学，路程大约五英里。所有孩子都骑马。如果你住得太远，就没有其他方式能到学校。要么是马车，要么就是骑马，或者你走路，知道吗，走几天。坐马车去镇上要两天时间。所以，当妈妈九年级毕业时，也就是乡村学校，她就得去镇上上高中，但家里负担不起送她去，因为路上要花两天时间，她还需要一个地方住。所以妈妈对此很难过。她的妹妹运气不错，后来搬家了，离镇子近了，因此她能够上完高中，实际上还上了大学，现在八十四岁还是个教师，现如今是一名代课老师。

所以当妈妈和爸爸相遇并结婚时，他们决定要给孩子提供他们成长时没有的所有东西。这意味着[轻笑]他们可能是在试图宠我，实际上他们确实做得不错。

但他们是非常简单的人。妈妈几乎不怎么说话，她现在还是这样！她的对话很简单。她就像个牛仔，“嗯”，“不”，“也许”。你得费点劲才能从她那儿套出信息。

爸爸更健谈。他辍学后开始在杂货店工作，之后一辈子都在这个行业工作。当他们在内布拉斯加州的莱克星顿时，他们一起在一家叫杰克和吉尔的杂货店工作——你知道的，就像童谣中的角色一样。不过那是明尼阿波利斯的纳什芬奇公司拥有的一部分连锁店。

爸爸是经理，妈妈是店员，负责记账。然后在家里，他们一起做饭、一起打扫卫生、一起做院子里的工作。我以为大家都是这样做的。后来发现并不是因为妈妈是解放者，而只是因为他们的成长方式。他们必须一起工作才能维持生计。大家都得出力，那个时代太艰难了。这给经历过大萧条的孩子们留下了深刻的印象，他们就是那样的孩子。在大萧条时期，他们还是青少年。

他们在我出生的内布拉斯加州基尔尼相遇。那时候有一个空军基地……好吧，那时候是陆军航空队。所以爸爸是军需官，负责发放制服、鞋子和所有设备。结果，【1】（我觉得这可能是他在转世前就计划好的），有一个箱子从上面的架子掉下来，打到了他的锁骨，把它打断了。他被认为不适合作战，因此在战争期间从未离开过美国。我猜他是个温和的灵魂，不想杀任何人——这只是我的猜测。总之，他们一生都在一起工作，直到他去世。他七十九岁时仍在管理一家小便利店。

卡拉：他做得很好。他不是在勉强上班。他管理得很好，搬箱子，做交易，真是太棒了。而且他们俩都健康得很。

吉姆：是的，爸爸七十九岁去世，妈妈现在九十六岁半。【2】我希望能在十二月的第一周回去看看她的生日。我总是尽量回去看她。我想这差不多就是了。他们总是来参加我的体育活动，是我最大的支持者。我们上高中的时候没有校车，所以家长们会聚在一起，带四五个孩子一起去比赛。

盖瑞：听起来你是在讲述你父母是如何相遇的，特别是提到你爸爸在军队的经历时。

吉姆：在内布拉斯加州的基尔尼有一个陆军航空队基地，妈妈在“美味茶室”做服务员。那离她在西部内布拉斯加州长大的地方大约有 200 英里，因为基尔尼在内布拉斯加州的中部。她和一个女朋友来基尔尼寻求机会[笑]，试图找工作，还想多寄点钱回家。她当时就是在做服务员，爸爸和一些陆军航空队的朋友们进来用餐，她是他们的服务员。他和她熟悉起来，然后开始约会，最后决定结婚。

之后他们从基尔尼搬到离基尔尼大约九英里外的小镇，叫奥德萨。那时小镇大约有 75 人，但正好位于 30 号公路上。那是在美国建造州际公路之前，所以这条公路是连接波士顿和旧金山的主要东西向干道，正好位于中间，距离两地各 1733 英里，这个小事实很有趣。他们住在一个结合了家庭、杂货店和加油站的地方。

当卡车司机经过时，他们会在那儿停下加油，通常用银元支付加油费。我爸妈每当得到银元时，就会把它们放起来，为我的教育、我的大学教育储蓄。这样他们大概积攒了几千美元，那时候这是一笔很大的钱。现在可能只够你上二十分钟的课。

但我记得——我大概两三岁时——我的第一记忆是坐在厨房水槽里，身上布满小点：水痘。我正在洗澡。接下来的记忆是——旁边有一条小碎石路，通向学校。我记得我会摘小紫花；我特别喜欢这些紫花。我还记得在路上走，穿着裤子，感受到牛仔裤摩擦皮肤的粗糙，因为我刚刚弄湿了最后一条尿布。这些就是我最早的记忆。[笑]

之后，他们搬到另一个镇，开始为纳什芬奇公司工作，然后搬到莱克星顿，开始管理那里的商店。

盖瑞：你在杂货店长大时经历了很多事情，是吧？

吉姆：我是在杂货店长大的。小学时，周六晚上商店在九点关门。关门后，我通常会去对面电影院看电影。或者我可能会决定在收银台旁边堆放的纸箱里小睡一下，有些箱子大得足够让我钻进去。

我几乎每个周六晚上都去看电影。镇上有两家电影院，一家就在杂货店旁边，另一家就在对面。所以我看过镇上放的所有电影。我会坐在第七排，完全投入到电影中，不仅仅是关注英雄。如果电影里有紧张的情节，我会非常专注，完全被吸引住。我总是很高兴能走出影院，意识到这只是一部电影，因为那会让我陶醉其中。

卡拉：[笑]幸好这不是现实！

吉姆：如果我已经看过那些电影，我就会在商店里逛，常常会困得不行……在收银台前面放着一堆箱子。他们把谷物和其他东西装进盒子里，然后把盒子拿到前面，把杂货装进去。所以在你出门之前总会有一大堆箱子。我会爬进去，找一个大箱子，在里面睡觉。所以如果他们找不到我，就知道该到哪儿找我。我是在纸箱里藏着呢。

盖瑞：所以，你说你去电影院时总是选择第七排。这是——【3】

吉姆：没有为什么。[笑]

盖瑞：这说明了你有一种有纪律、习惯性、仪式化的方式。你选择了一种方式，然后你会一遍又一遍地这样做。

吉姆：是的，你说得对。

盖瑞：那么，如果我问你从父母那里继承了什么样的价值观，我想其中一个一定是勤奋，努力工作的必要性。

吉姆：哦，是的。而且他们并不是教我"你得学会努力工作，得勤奋。"我只是观察他们。他们都是努力工作的人，整整一辈子都得如此。妈妈和她的爸爸每天要手工挤 27 头奶牛。我不知道你有没有挤过奶牛，但你得有个不错的抓握力。[笑]所以他们很擅长于努力工作，我也只是尽我的一份力。我没意识到——直到我开始和其他人一起工作时，我才发现我其实是个很不错的工人。

盖瑞：你会说你从父母那里继承了其他什么价值观吗？

吉姆：诚实。他们是非常诚实的人，绝不会做任何让人产生疑虑的事情。他们的诚信非常高。当时我觉得，我能看到他们在语言上的教育缺失，他们在用词和动词时态上有时会用错。起初我对此感到羞愧，但我后来就不再在意了。随着年龄的增长——这发生在大多数孩子身上，随着年龄的增长，他们会发现父母是多么聪明和明智。所以，是的，忠诚、信实，以及做一个好人。

盖瑞：你说他们非常支持你，尤其是考虑到他们自己童年经历的不足。他们想要弥补这些，给你他们没有的东西。

吉姆：没错。

盖瑞：你和他们有过冲突吗？

吉姆：小时候没什么冲突。我记得到了青少年时期，那是嬉皮士的时代，我上大学时留了长发。爸爸妈妈对此不太喜欢。我记得妈妈说过："你在十二岁之前真是个好孩子。"[笑]但我真的没和他们发生过冲突。我记得在小学时大概只有两次挨打。有一次，我在餐桌上做了一些事，妈妈伸手给了我一巴掌。我想那是她唯一打我的一次。她试过一次，但我躲开了，看到她要打我。[笑]所以，真的没有什么大冲突。只是像很多孩子上大学后变成嬉皮士，抗议父母所信奉的一切。[笑]不是所有的，但包括政府、战争等等，那时是越南战争时期。

盖瑞：当你踏上爱/光研究中心的新冒险时，那种支持感是否依然存在？

吉姆：他们支持我做的一切。即使我住在没有电、没有自来水的土地上，只有煤油灯照明，木炉取暖和做饭，天气热的时候我就在户外生火做饭。他们在这样的条件下长大，真的希望再也不见到这些！[笑]他们来探望我，住在我的小木屋里，使用我的茅厕。对他们来说这算是比较熟悉的环境，但他们完全支持我。虽然他们一点都不理解我，[笑]从来都不理解我，但总是支持我。

盖瑞：我们那么努力想把你从这些条件中解救出来，而你现在却回到了那里。

吉姆：是啊。他们想把一切都给我，而他们自己却没能拥有。

卡拉：嗯，第一件他们问我的事，或者说是他妈妈问我的，她说："是什么促使他做这些事情，明明他可以做得更多？"我试着向他们解释，他们做得真的很好，因为上大学就是在充实你的思想，让你能更好地思考。你确实是这样，读得越多，你的思维就越成熟，词汇量越

大，接触到的思维方式越不同，这些都会让你成熟。他们给了他这一点。他做什么工作并不重要。他完全在利用他的大学教育。我们无论从事什么工作，都会用到我们的大学教育。她永远也理解不了这一点。你知道，除了工作，读大学的意义是什么呢？她没意识到仅仅是教育思想本身就是一件好事。

盖瑞：在你们无条件支持的过程中，从抗议到嬉皮士生活，再到务农，以及与爱/光研究中心的交流，他们对你所做的事情有没有表现出好奇？

吉姆：他们会问问题，我会尽力回答。但我能看出来，我的回答并没有真正让他们满意，也没有打动他们，所以问的问题不多。他们很擅长无条件接受我，爱我，不论我做什么。

卡拉：除了胡子。

吉姆：对。（笑）那是个小事，非常小的事。

吉姆：我大学毕业时留了个小山羊胡，当然戴上学位帽后，看起来非常犹太。他们对犹太人没有任何成见，但对这个留胡子的孩子……爸爸简直想搬家，这样就再也不必见到我了。（大家笑）如果消息传开……

盖瑞：那是个小镇。

吉姆：非常小的镇。

盖瑞：所以你把他们形容为简单的人。我想他们并没有强烈的灵性或哲学思维方式。他们有宗教信仰吗？

吉姆：他们每个星期天都去教堂。我们一开始可能是浸信会，过了几个月后他们找到了长老会。直到爸爸去世，他们一直去教堂，妈妈如果能的话也会去。她几年前拿到了五十年的会员资格。所以他们其实没有什么精神信仰。就像我说的，他们只是普通好人，去教堂而已。妈妈参加了一个圣经学习小组，还和那些女士们一起做活动。那个学习小组全是女士，她们会互相拜访，做饭带食物等等。

盖瑞：听起来这更像是一种文化和社会活动，而不是强烈宗教信仰的体现。

吉姆：对。

盖瑞：你在星期天和他们一起去教堂吗？

吉姆：是的。一直到高中，大学期间也去了一点。

盖瑞：你是如何理解在教堂听到的内容的？

卡拉：（咯咯笑）

吉姆：其实没怎么想过。（笑）

盖瑞：就是走过场，做完事情？

吉姆：对。就像我说的，在我 21 岁之前我相当无意识。我在青少年合唱团唱歌，直到 12 岁声音变了。我记得那时我在唱歌，前面有个家伙慢慢转过身来，看着我——（卡拉笑）我想，哦哦！我的声音出问题了。

盖瑞：你高中毕业后就去上大学了。你在大学里学什么专业，获得了什么学位？

吉姆：我最开始的专业是商业和经济学。四年后拿到学位时，我觉得，天哪，我绝对不想继续追求这些。因为那是我一直在遵循的自动模式。我爸妈，还有 NashFinch 公司的高管们都期望我上大学，拿到学位，然后加入公司。他们对我有计划。即使在大学期间，夏天我也回家，13 岁开始在我爸的杂货店工作，这比社保要求的年纪还小。不过——（笑）我夏天回家，做水果和蔬菜的经理。我喜欢水果和蔬菜，那是我在杂货店唯一能真正激动的事。

所以 NashFinch 公司的人觉得我会是一个很好的候选人，适合做他们公司水果和蔬菜部门的经理。夏天我会去其他店和城镇，替那些去度假的水果和蔬菜经理工作。这样我认识了很多公司里的同事。

但四年后，我终于觉醒了。嬉皮士一代让我苏醒。毒品、性、摇滚乐，突然间我发现很多事情没有我想象中那么简单。我决定不再追求商业或经济学，于是我又回去上了一年学。我的本科学位中有足够的社会学课程，一年扎实的社会学课程也让我获得了社会学专业。而且我的一位教授对我印象深刻，给我争取到了俄亥俄州博林格林州立大学的研究生助理职位。但当我完成社会学专业后，我又觉得不想走这条路。

于是我放弃了研究生助理职位，去了佛罗里达州的盖恩斯维尔，加入了教师团（Teacher Corps）。这是联邦层面的卫生、教育和福利部与佛罗里达大学当地教育部门的合作。莱昂纳德·卡普兰博士是该部门的负责人，他们有一个新想法。领头开始计划（Head Start Program）已经进行了几年，但很多参加开始计划的孩子并没有保持住他们的优势，反而失去了。所以这是一个后续项目（follow-through program），是针对一到三年级的。目的是保持孩子们所获得的优势。通常在盖恩斯维尔，特别是杰克逊维尔，我们与城市贫困地区的孩子们合作，主要是黑人，但也不全是。他们希望我们能有所改变。

我们有自己的教室，最终接手了“无可救药”的孩子：那些没人想要的。因此我们尝试寻找合适的方法——我想是让·皮亚杰（Jean Piaget）是我们研究的理论家之一。赫伯特·科尔（Herbert Kohl）和他的开放教室（Open Classroom），蒙特梭利学校——这些不同的教育方法旨在让教育过程更加内化，让孩子们真正对自己所做的事情感兴趣，最终他们能够更多地掌握自己的学习方向。我们做了这些，这也是一个硕士项目。完成后，两年内可以获得硕士学位。

这正是越南战争和嬉皮士运动的时期，我们可以抗议教授们的做法，因为我们认为自己有更好的主意，拿到学位的同时还可以获得报酬。这真是一个理想的情况。（笑）

所以，1972 年我终于从佛罗里达大学毕业。我决定不想继续攻读教育学学位。我再次到了那个节点：我真的不喜欢公立学校，遗憾的是我也不太喜欢和孩子们工作，因为这需要大量的精力。如果你想做得好，他们需要你付出很多能量。你不能仅仅进去施加纪律，然后说，“好吧，我们都一起做这个。”这没那么简单，所以我想，我不想这样做。

在我们设立自己教室的过程中，我们使用的一本书叫《树莓练习：如何创办学校和写自己的书》，书的最后有一个书目，列出了他们写书和创办学校时使用的不同资源。其中一个资源是来自科罗拉多的 T.D.Lingo 和他的冒险生存学校。他教一个课程，教如何真正释放潜藏的大脑潜力。他的理论是，如果能去除几乎每种文化中人们所接受的那些阻碍，大脑就会自然地把能量传导到前额叶。科学家们才刚开始发现，从耳朵到眼睛的三八分之一的大脑区域是什么，它的作用是什么，因为你可以是一个正常人，却不使用前额叶。大多数人都不使用前额叶。

1963 年有一本书叫《大脑的机制》，由迪恩·E·伍尔德里奇撰写。书中提到了芬尼亚斯·盖奇（Phineas Gage）。芬尼亚斯·盖奇是 19 世纪的铁路工人。他在工作时引爆了一颗炸药，结果

一根四英尺长、厚一英寸的打桩杆穿透了他的前额叶。他活下来了！他在此后变得更温顺，更容易管理，但他依然活着，并且继续生活。即便他的前额叶完全被毁。他的理论是，如果我们能去掉大多数人的阻碍，前额叶就会成为创造力和接触到他所称的“高级智慧”的所在。而且，很多时候，在学生完成这个课程后，他们开始在其前意识状态中建立联系，那是一种在入睡过程中经历、在醒来时又退出的状态。这相当于冥想中的阿尔法状态。

所以孩子们或人们所获得的很多联系都非常有趣，非常激励人心；他们的哲学和写作能力超出了以往的水平。我们使用的一个技巧是写作。当我们发现自己生活中的某种阻碍以及它的来源时，我们会用写作作为一种工具，将其表达出来，谈论并发现它。因此，我们都知道彼此能够写出什么，因为我们会在早晨的营火旁互相朗读我们的文章。当他们开始报告与不同来源的实体的接触时——像是“Ramord-tary”、“Ganodzle”、“Bimbleshack”等名字——这些联系都非常高尚，充满趣味。这也是 Lingo 的课程所带来的部分成果。

他自 1957 年大学毕业后就一直在做这个工作。（他曾参加第二次世界大战，得以利用退伍军人法案上大学。）Lingo 开始创办冒险生存学校的原因是，他在二战结束时于阿登战役中服役于乔治·巴顿将军。在那场战斗之后，他们进入德国，开始解放集中营。在那时，希特勒开始征召老年人和年轻男孩，因为德国显然已经失败，但希特勒并不打算放弃。有一次，当他们在德国行军时，Lingo 绕过一个农舍的拐角，遇见了一名老德国士兵。结果发现那是一个祖父（当时他并不知道），于是 Lingo 用刺刀刺入了他的腹部。在士兵死之前，他和 Lingo 坐在前廊上。士兵掏出钱包，临终前向 Lingo 展示了他的孩子和孙子的照片。对此，Lingo 不得不问自己，为什么他要杀死自己的兄弟。你知道的，为什么人们会相互残杀？

于是他去芝加哥大学，正值所谓的“黄金时代”。当时的校长罗伯特·梅纳德·哈钦斯的政策是找到各个学科中最优秀的头脑，并要求他们教授新生。因此他们有莫提默·阿德勒教授心理学，大卫·里斯曼教授社会学。而恩里科·费米就在芝加哥大学的足球场下分裂了原子。一天，费米非正式地对一群学生讲话，Lingo 站在边上。费米说：“我已经分裂了原子，释放了原子的能量。这是一种可怕的能量。总有一天你们中的某个人会分裂大脑原子。”他直指 Lingo。所以这成为了 Lingo 的驱动力。

他回到了科罗拉多州，带着一把吉他、三个和弦和六首民谣，上了格劳乔·马克斯的节目。格劳乔·马克斯是一位喜剧演员，是马克斯兄弟之一。格劳乔有个节目叫《你敢打赌你的生活》（You Bet Your Life），邀请有趣的人参加。参赛者需要回答问题，如果答对了若干个问题，就能赢得奖金。Lingo 在节目中弹吉他。有位好莱坞的制作人看到他，便说：“我想要这个家伙。”于是他们和 Lingo 拍摄了一系列夏季节目。他得以做八场，每场赚 2000 美元。在五十年代中期，那可是笔不小的钱。因此他把 16000 美元装进两个购物袋，一个给了国税局，另一个用来买了他的山。

当我认识他时，他住在科罗拉多州黑鹰外的落基山脉，海拔 10000 英尺。他在 1957 年开始的时候大约三十四或三十五岁，那时他开始在那儿开办第一期课程。他也和城市贫困地区的孩子们合作。他用像我这样、富裕的城市孩子（他称之为 FURKies）所交的费用，来支付那些内城孩子的学费。他发现与黑人和内城孩子的相处要比富裕的白人孩子要顺利得多，因为那些贫穷的孩子明白可能不会再有机会。而白人孩子则往往认为：“如果我错过了这班车，还有下一班。”他们习惯于奢侈的生活。

这就是推动 Lingo 前进的动力，他取得了成功。许多学生通过他的课程能够与自己的前额叶建立联系，而我也很幸运能够做到这一点。

在 1972 年 7 月 12 日，我在自己的简易棚里——我们都自己搭建了简易棚，这也是课程的

一部分——

卡拉：吉姆对日期非常敏感。

吉姆：是的。所以，我的身体在简易棚里，意识在前意识状态中，正好也是快要日出的时候。太阳刚开始升起。我感到我的大脑——（笑）嗯，有什么东西在我大脑中流动。感觉像是果冻一样，突然间，正好在这里（指着额头中央上方约一英寸的地方）咔嚓一下。

Lingo 说那是杏仁核。杏仁核是一个小开关，当做出选择时，它的运作方式就会有所不同。

卡拉：战斗或逃跑。

吉姆：是的，战斗或逃跑。于是，我感到那一声咔嚓，感到我的前额叶复苏，就像我的大脑里爆发了一次高潮。之后，在我待在那片土地上时，我经历了二三百次这样的体验。我会感到前额叶的脉动，再次感受到那种循环。我会感受到愉悦和压力的爆发。经常会出现一些我不太理解的幻觉和声音，从未真正理解过。

但我相信那是与靛蓝光工作的开始——我认为那是靛蓝光的开启。对我来说，这让我变得更加有创造力，能够在基本层面上解决问题。

Lingo 有这样的哲学——他希望每一个通过他课程的学生都能出去创办自己的学校。他的口号是“每一个人教一个人”。这个星球需要一点帮助。我们试图用原子弹自毁。我们需要引爆“大脑炸弹”。我们需要激活人们的前额叶。因为一旦你激活了它，你就不想去杀人。你意识到自己与他们是一体的，与你的整个星球都是一体的。

于是我去了肯塔基州，找到了我的土地，开始了自己的学校。正如我所说，那里的电力供应很差，所以我用煤油灯照明。我用木头做饭，也用木头取暖。夏天太热时，我会到外面用明火做饭。我建了一个火坑——几个火坑：一个用于篝火，另一个用于烹饪。在我发现唐·艾尔金斯和卡拉·鲁克特之前，我有几班学生来上课。

可能还有其他问题，但我一直在以光速讲述。

盖瑞：我想这是我听到你一次说得最多的内容！

卡拉：我问了……

吉姆：我答应卡拉会详细说。

盖瑞：[笑]谢谢你，卡拉。

卡拉：不客气。我告诉他这是唯一的一次；我们再也不会有这样的机会了，所以继续吧。有趣的是，当我的眼睛转向我的大脑时，它正好是塞进了杏仁核。

吉姆：我觉得她总是在冥想，用她一半的——好吧，可能是她所有的意识，只有一半的眼睛。

盖瑞：Lingo 说我们无法访问前额叶的原因是因为有阻碍。这些阻碍是什么？

吉姆：这通常是我们在文化适应过程中形成的，通常来自父母。也可能来自老师或邻居等权威人物。

当我们年轻而易受影响，特别是在零到七岁之间，通常会发生这种情况。我们会接受到一些观念——Lingo 说这些观念基本上是反生命的。战争就是其中之一。每个人的情况都不同，通常不会超过三四个大障碍。性通常是一个，自我形象也是一个——因为人们缺乏自信，他

们习惯依赖外部的事物，结果没能培养出自己的真实自我。

我们使用梦境分析来试图找出这些阻碍是什么。一旦你让潜意识知道你愿意与它合作，并且想要通过梦境来工作，它会首先发出一些垃圾梦境，帮助你激活潜意识，起初你可能无法理解这些梦境。但过一段时间后，你会开始以象征的形式表达你的梦境。正如 Ra 开始与我们讨论的那样，存在一种梦的语言。我们才刚刚开始在那时提问。但每个人都可以确定自己梦境的语言，一旦你开始与梦境互动，它们会给你提供一些非常好的线索，告诉你自己的阻碍是什么。这些就是我想要做的第一件事。

身体是一个不断自我愈合的机制，只要它能够做到这一点，并且我们给它这样的能力，让它成为一件好事。在这个文化中，我们并不重视梦境。很多文化都不重视梦境，但梦境可以教会我们很多东西。因此，一旦你让潜意识开始与你合作，并向你提供这些梦境，你就能发现一些自己的阻碍。一旦我们能够做到这一点，正如我所说，我们开始使用像写作这样的方式来获得更多的理解。

在写作的过程中，很多之前没有想到的事情会浮现出来。这就像一种通灵，但你是在通灵自己的内心和潜意识。一旦我们对这一点有了更好的理解，就开始使用所谓的“神经剧”（neuro dramas）。我觉得这有点像现在的神经语言程序（neuro-linguistic programming）。神经剧是指你能够具体记得自己在哪里、何时，以及是谁对你进行的编程，通常是父母中的一方或双方。如果你能记住确切的时间，你就尝试重温那个时刻。当你第一次经历时，你只是个孩子，你不知道自己有权利，不知道可以为自己辩护。如果你当时为自己辩护，通常会遭到打击。所以，在神经剧中，我们学会了为自己辩护，认同自己的身份，夺回儿童时期被剥夺的权利。这只是一种疗法。许多疗法，过去和现在，我相信，都更加强调参与者的参与。

我记得那时，雅诺夫的《原始尖叫》很流行。约翰·列侬当时也和小野洋子一起参与原始尖叫。我们也使用了这种方法。任何能释放能量、让其向前流动的方式都是有效的。Lingo 的哲学是，大脑中的神经元通常以某种方式配置，以保持那些糟糕编程的能量。他称之为神经症的能量。一旦你通过梦境分析、写作、神经剧、原始尖叫等方式释放了这种能量，这种神经症的能量就会被释放出来，你会有额外的能量。这个能量可以自然地流向前额叶。因此，这就是我所学到的简要内容，也是我第二年回去教授的内容。

在 1972 年，我开始寻找地方。在给四五十家房地产公司写信后，我挑选了四五个听起来不错的公司，开始在密苏里州、阿肯色州、肯塔基州、田纳西州寻找我能创办学校的土地。但运气不太好。我找到的每一处……[笑]有一个人在肯塔基州的自由市带我去他那里。我们在山坡上徒步旅行，他在指给我看边界。我问：“那边的边界是山的起点，对吗？”他回答说：“在那边，山开始的地方，然后往这里，向南过来——”“所以是这个山的侧面，对吧？”他说：“是的，基本上是这样。”[笑]“好吧，还是谢谢你。”

所以我查看了地图，发现我在肯塔基州中部，而内布拉斯加州远在千里之外。我对自己说：“我决定不提前通知，去每个看到的房地产中介。”我的计划是告诉他们我在找什么，看看能否得到更好的结果。结果，我第一家进的中介就有我想要的土地。

Eddy Deep 带我去了一块小地方，位于肯塔基州的 Gravel Switch 和 Bradfordsville 之间，叫 Jones Fork——当地人称之为 Joner。我们沿着两车道的黑色柏油路开，然后变成单车道的柏油路，再变成单车道的碎石路，最后就变成了两条车辙[笑]，路直接通向一条小溪。这就是我进入的道路，那条流动的小溪。溪床上满是石头——你知道这里的溪底是什么样的：全是石灰岩，布满了石头。这就是我为什么把我的学校命名为“Rock Creek”。我没意识到在路易斯维尔还有其他地方也叫 Rock Creek，比如 Rock Creek Riding Club。

不管怎样，我们沿着溪床开，那里有 132 英亩的土地。其中 6 英亩是可以耕种的底地，我希望将来能在那里种植作物。在两侧是小山丘，如果它们太大就称为山，太小就称为丘，在肯塔基州被称为“knobs”。所以我买的就是“knobland”，是未开发的。132 英亩只花了 6000 美元，真是个好价钱；如今的话，价格会是每英亩 1000 美元。

所以我买下了那块土地，第一晚在地上我经历了一件非常不寻常的事情。那是八月，溪水干涸，这在肯塔基的秋天是很常见的。我把睡袋放在溪床上，天色已晚，还有足够的光线可以看到五十多英尺远。我准备睡觉，突然一只灰色狐狸走进了溪里。它停在我的睡袋底部，朝我看过来。我看着它，心情开朗，跟它说：“嗨，你好吗？”结果它抓住了我的睡袋底部，像狗一样摇了摇。我想，这不太对。狐狸可不会这样。于是我退了一点，拿起一块石头扔了过去，石头在它身下爆炸了，但它一点都没动。我想，嗯，它一定得了狂犬病。于是我决定让它去。

第二天，事实证明，这只灰狐狸确实是狂犬病。正值烟草收获季节，我的地边有一个谷仓，里面挂着烟草。人们在烟草车上，看到一只狂犬病的灰狐狸咬他们的轮胎。所以，我在土地上遇见了狂犬病的灰狐狸[笑]。我没从中得到什么特别的启示，只是意识到会有挑战，你会遇到很多疯狂的人[笑]，但你会好好的，没问题。

盖瑞：关于 T.D.Lingo 的经历，我还有一个问题：为了去除这些障碍，你们进行了梦的工作、写作和神经戏剧，这些方法与很多自我认知、自我接纳的疗法有共同之处。但具体是什么将这些工作与前额叶连接起来的？是什么原因导致—

吉姆：为什么它有效？嗯，我很高兴你问这个问题，因为这是一个非常重要的点。这些工作是在原始自然环境中进行的。Lingo 说大脑在城市环境中会过载，信息太多了。于是它开始退缩，某些区域（前额叶就是其中之一）开始关闭。因此，这种类型的疗法在城市中是行不通的。你必须处于原始自然环境中，因为在这样的环境中，你接受到的是正常或有机的输入。在自然环境中，大脑能够重新运作，可以说是借助一点外力。因此，之所以与前额叶有效，是因为身体和大脑想要自然和正常地工作。它们只是需要一点帮助，如果你能在原始自然环境中做到这一点，那么成功的可能性就会大大增加。

盖瑞：也许这正是整个计划的一个目标，确实设定了一个意图，为这种结果的实现奠定了框架。

吉姆：是的，这确实是我们的意图。我们整天都在进行这个工作，连睡觉的时候也在[笑]。

盖瑞：你提到激活和解锁前额叶的原因之一是为了创造力和沟通，还有其他理由吗？

吉姆：嗯，这似乎是自然而然的事情，是服务他人的一种自然延伸。Lingo 将老脑看作是我们资本主义社会中的竞争意识，少数人控制着很多人，告诉他们该做什么。这就像一个公司或军队那样，从上到下形成的金字塔结构。而竞争意识的结果并不如合作意识的结果那么好。合作意识是在前额叶中能量循环的自然结果。因此，他希望如果足够多的人能够做到这一点，我们就能够摆脱那种可能摧毁地球的意识。因为他经历过战争，见识过战争，他知道下一场战争可能会是最后一场战争。这就是他的动机。

盖瑞：所以提高意识、发展意识——虽然他可能没有用这个术语，但——打开心灵。

吉姆：对。

盖瑞：对于所接收到的源头的起源以及前额叶发展的沟通方面，有什么猜测吗？

吉姆：你是指那些在该领域进行研究的人，还是那些经历过这种情况的人，或者……？

盖瑞：不，我是说你提到的那些名字，比如听起来像哈利·波特的名字。

吉姆：哦，关于那些通过的接触者的名字；是的，接触者们说他们是外星人，他们在土星另一边的飞船上。

盖瑞：[笑]这确实设置了场景。

在我们回到你在土地上的经历之前，还有一个快速的问题。你在大学期间参与了反文化运动。你能多描述一下吗？

吉姆：[笑]

盖瑞：就是你参与报纸和……

吉姆：哦。好的，那我们从哪里开始呢？[笑]在大学里，有一个叫约翰·斯科特神父的天主教神父。他是纽曼之家（Newman House）的负责人，通常这是天主教学生居住的地方。而这个特别的纽曼之家是那些激进分子的聚集地。我们有一份报纸叫《蝎子》（The Scorpion）。（你可以看出我们当时的态度。）我是一名专栏作家。我们在校园里进行各种示威，大家都在做——那是“时尚”之事！

盖瑞：所以我们也不打算被落下。

吉姆：当柬埔寨入侵发生时，我们进行了示威。全国的大学校园都在关闭。所以我们想，我们也需要这样做。因此，这就是我们的目标，但大学的校长——现在是内布拉斯加州基尔尼大学；当时是基尔尼州立学院——校长想看看是否能说服我们放弃这个想法。所以他和几位校董在他家与我们会面，问我们想要什么。

我们当时示威的原因，确实是越南战争和柬埔寨入侵，但——我们《蝎子》杂志的一个成员正在进行学生教学，但因为他参与写作而被解雇了。我们认为这是对他言论自由权的侵犯。所以这就是我们在那里的特别原因，加上更普遍的原因。我们试图让他复职，同时希望能开设一些课程来教育人们关于越南战争的知识。于是校长说：“听起来合理。我们会看看能帮你们做些什么。”他们确实这么做了。从那时起，他和我成了朋友！他把我的文凭递给我，还给了我一个热情的握手。这就是在基尔尼州立学院发生的事情。

然后我去了佛罗里达大学，当时并没有参与那么多结构化的示威活动——更多的是音乐会和享受嬉皮士生活的快乐：毒品、性、摇滚乐。但我们的积极行动——我们在教师团体（Teacher Corps）和课堂上表达这些。我们与教授交谈，推动某些事情的落实，让我们能够拥有自己的课堂。我们尝试一些新想法，看看是否可以有另一种教育系统的方式，因为我们都曾是那个教育系统的一部分。基本上，我们觉得我们是在生存，而不是在茁壮成长。我们能够生存下来。我们在寻找另一种做事的方法。这差不多就是了。[笑]当然还有其他细节，但谁在乎呢？

盖瑞：从那时起，你的技能有了很大的提升。

吉姆：是的，确实如此。在那之前，我几乎没有什么经验，但在 Lingo 的指导下，我学到了很多实用的生存技能。建造自己的小木屋，种植自己的食物，这些都让我具备了在土地上生活的能力。

卡拉：你在土地上生活了六年，这段时间过得怎么样？

吉姆：一开始很艰难，尤其是习惯新的生活方式。没有电、水和其他便利设施需要适应。不过，逐渐地我找到了自己的节奏，开始享受这种简单的生活。

盖瑞：你觉得那段经历改变了你吗？

吉姆：完全改变了我。接触大自然、依靠自己，教会了我很多关于生活和自己的事。尤其是通过与土地的联系，我感到一种深深的归属感。那种与自然的互动让我意识到生活的本质。

卡拉：你是否觉得这段经历为你后来的工作奠定了基础？

吉姆：毫无疑问。那段时间让我明白了教育的重要性，以及如何通过创造性思维去解决问题。这些经验在我之后的教育和指导工作中都发挥了重要作用。

卡拉：那真是美丽。它非常实用。他所需的一切都在某个架子上，正好适合装它的罐子。所有的东西都有标签。这真是一个图书管理员的乐趣。我看着他那美丽的小家，爱不释手。真的非常喜欢。

一切都非常有序。非常干净。每样东西都是有用的，而实用性就是它的艺术。他看到了这一切的美。因此，我们非常契合。

盖瑞：你在构建一切时都是以实用为主—

吉姆：对。

盖瑞：—你所有的物品都有其功能。

吉姆：它们都挂在墙上，就像这里一样。[笑]

盖瑞：你在土地上会怎么度过你的闲暇时间？

吉姆：我的过程是早上起床，看看床边是否写下了梦境，因为我可能记得，也可能不记得。然后第一件事我会泡些茶。没错，我那时是个狂热的茶饮者，然后走到我的舒适椅子那里——我有一把很像那个的椅子[指向房间里的椅子]，软垫而舒适——我会看看我的梦，然后写下来，试着弄明白这个梦在告诉我什么。

所以我会写一些东西，读一些书，做些早餐。当然，我会冥想。我会一直这样做直到中午。我在中午之前不会进行体力劳动。早晨是神圣的时光。我在 Lingo 的地方也学到了这一点。当你起床时，正是做疗愈和最具创造性工作（灵性和心理方面）的最佳时机。所以我那时就是这样做的。然后在下午，我大约从十二点工作到晚上八点——因为夏天有足够的光线——这算是干了一天的活。有园艺工作，还有建造其他小屋，修建通往我小屋的路等等，总是有事情要做。

盖瑞：那么晚上八点之后呢？

吉姆：那时我会洗澡。每天——我有一个镀锌钢浴缸，肾形，长长的浴缸。我会用一块塑料布覆盖它，并用一个十速自行车内胎把塑料布固定在浴缸上。

卡拉：先用水泵装满它。

吉姆：水是装在里面的。我会让阳光把它加热。所以到一天结束时，水的温度通常在 105 华氏度左右。我会享受一个热水澡。即使外面是 95 华氏度，我也会泡在 105 度的水里，因为我不想离开那个澡盆——95 度感觉很凉快。

盖瑞：冬天呢？我想你工作时间会少，因为白天的光线更少？

吉姆：对。早上的例行程序是一样的，下午可能会延长一些。但我仍然有事情要做。在那里期间，我建了三间小屋和一个成人游乐场——

卡拉：还有一个大根窖。

吉姆：对，根窖。

卡拉：这可是非常费力的活。

吉姆：我会在冬天砍木头。如果我需要建另一间小屋的木材，我会在树叶落光时砍木，因为这时处理起来更容易，树液减少意味着木材更轻，很多重量都是在树液里。那时我有更多的阅读时间，更多的休闲时间。我花了很多时间在读书，喝茶。

盖瑞：所以你继续运用从 T.D.Lingo 那里学到的那些自我反思、梦境工作和写作的技巧。在那段时间你是否获得了很多自我洞察？

吉姆：哦，是的。你看那几个三环笔记本——一、二、三、四、五、六——就在那里。所有那些都是我在那里的时候写的文章。

盖瑞：非常全面。

卡拉：而且它们从未被数字化。

吉姆：也不会被数字化。[笑] 【令采访者深感惋惜的是，吉姆在次年（2015 年）扔掉了这些日记。】

卡拉：我反复试图让他数字化。

吉姆：那些是疗愈的。那些是……深入骨髓的。那些是血和肠。

盖瑞：所以，你会说，在土地上生活了六年后，你的经历与开始时有所不同吗？

吉姆：哦，是的。当然。我的意思是，无论我在哪里，我都会有所不同，但土地是一个巨大的催化剂。我以为我将在那儿度过一生，在那儿死去，在那儿被埋葬。但后来我遇到了来自肯塔基州路易斯维尔的人，他们打动了我的心。

盖瑞：给整个计划带来了麻烦。

吉姆：[笑]是的。

盖瑞：你能说一下土地如何改变了你吗，如果能识别的话？

吉姆：好吧，它给了我更多的自信。当我买下那块土地时，是八月，我想探索一下，看看能不能找到一个建小屋的地方。正如我所说，我的小帐篷在小溪里，因为那里很干净。剩下的底层土地长满了杂草；它们有八英尺高！所以我必须砍出一条路，穿过那些大约 200 码的杂草，才能看到山坡上的景色，这是我必须做的第一件事，所以我知道这将是一项艰巨的工作。所以能够完成这项工作给了我巨大的信心，因为我是独自完成的。

盖瑞：你一开始感到焦虑、恐惧、害怕吗？

吉姆：[卡拉和吉姆大笑]哦，是的！

卡拉：你的评分系统。告诉他们。”

吉姆：差点忘了这一点。我在日记中记录每天的评分，范围从零到正 10 分，零到正 10 分表示“我想留下来，我喜欢这里”。零到负 10 分则表示“我想离开！”我刚开始的时候是负 9.5 分。[笑]我用了三十五天才达到正数。我真的很焦虑。毕竟，这是原始自然环境，你知道，周围有响尾蛇和铜头蛇。而我确实见过它们。[笑]我在两个铜头蛇上洗过澡——等我把浴缸倒空时才发现它们——“抱歉！希望我没有压到你。”我没有，因为底下是不平坦的地面。所以我知道，这意味着我潜意识里会觉得有很多工作要做。

接下来我要打乱你们的问题顺序了。有一天晚上，我在帐篷里，当时有一个朋友和我在一起。她是从佛罗里达的杰克逊维尔和我一起旅行到 Lingo 的，她也参加了课程。在她回科罗拉多的路上来拜访我，还带着她的狗，名叫 Sugarbear，是一只三条腿的德国牧羊犬。半夜里，在我们的帐篷里，它在一个塑料碗里吃干狗粮，声音把我吵醒了，让我进入了一种半醒半睡的状态。在那时，我得到了来自我灵魂导引的消息，它自称为 Angelica。信息是：“你生存的关键”——而我当时非常担心自己的生存——“是通过紧张感间接获得的。”【8】我后来一直理解为，关注细节和对失败的恐惧，正是这种紧张感，会确保我不会失败，这将是我生存的关键。因此，我要尽我所能，做我能想到的一切事情，包括建造小木屋、搭建火坑，尽量把每件事做到最好，因为我的生存可能会因此而受益。

盖瑞：所以不要让那种恐惧压倒你。其实它是对你有帮助的，因为它让你保持行动，确保你能完成任务。

吉姆：对，没错。这让我一直在动，做了很多事情。

盖瑞：那个你收到的消息是在 30 天内发生的吗？

吉姆：不是，那是在我永久搬到那片土地之前发生的。是在第一次去那里的时候。买下土地后，我告诉了她我买了地，她来看看，因为她知道我在寻找什么。

我在 1972 年 8 月买下土地，然后回到内布拉斯加州再赚点钱，因为我把所有的钱都花在土地上了。那片地花了 6000 美元，那是我所有的钱。所以我回去再赚一些钱，期间我在父亲的杂货店工作过——那还不错，但我在寻找能支付更好工资的工作。

我找到了一份建筑工地的粗加工木匠的工作。在内布拉斯加州，很多收入来自于粮食种植，包括小麦、玉米、大麦、黑麦和燕麦等。因此每个城镇都有粮仓。在距离我大约 20 英里远的戈瑟堡，YoungLove 建筑公司正在建设新的粮仓。所以我在他们那儿找到了一份工作，当时的工资是每小时 4 美元，这真的不错。而在杂货店我当时的工资只有每小时 3 美元。

所以我去那里工作，等到我们把模板做好了——这是一个混凝土粮仓——我们需要建造木制模板，围绕着每个不同类型的粮食储存小仓库。大概有 50 到 60 个这样的仓库，有些大约和这个房间差不多，10 英尺乘 12 英尺，有些可能是 8 英尺乘 12 英尺——大致是这个形状。完成所有木工活和模板制作后，他们开始用千斤顶将其抬起并浇筑混凝土。周围都装有千斤顶，可以 24 小时抬升。混凝土也可以 24 小时浇筑。因此，这个结构缓慢地升起，形成一个巨大的实体。

我的工作是去每一个小仓库——这些地方将用来储存粮食——爬进去并拿出一个工具架：两根钢筋从侧面伸下来，中间横着一根木头，我需要伸出手进行最后的整理工作。因为当混凝土从模板里出来时，表面会有很多小坑，呈现出蜂窝状。而这些蜂窝状的空洞是不能有的，否则粮食会卡在里面腐烂，毁掉整批粮食，所以必须要平滑。我的任务就是用水泥浆把所有这些地方抹平。即使在夜晚那里也有一点光线，这样你就能看见。而且他们还在不断用千斤顶抬升，即使在零下 20 度的天气下，他们也能通过在混凝土里添加足够的石灰，使其不会

立即冻结。因此，他们一直在抬升，最后当我们抬到大约 105 英尺时，外面是零下 20 度，我往下看，心想，我敢打赌我能找到更好的工作。[卡拉大笑]

所以我确实找到了。冬天结束的时候——我想是 1 月中旬或末，我找到了一份农用设备制造公司的工作，成为了一名焊工。我开始时做电弧焊。把零件焊接在一起。他们会用叉车把一整箱的零件运来。可能有大约 2000 个这种零件（都是一样的），另外 2000 个这种零件在另一箱里（也是一样的）。你把它们放入夹具中，然后用——

卡拉：就是这样。

吉姆：对，把它们组装起来，然后焊接在一起。所以，我做的是电弧焊。我做得还不错，他们让我转到焊丝焊接，这是从卷筒里出来的焊丝。实际上，我现在可能仍然能焊接，但我无法告诉你在什么温度下进行焊接，因为那个工头负责所有这些工作。他会过来根据我们使用的金属种类和厚度来设定焊机的正确温度。所以我真的得让别人帮我设置，但我相信我仍然能焊接。

这其实是非常好的冥想，因为当你透过面罩看焊接时——如果你没有面罩去看焊机，你会失明——所以他们会给你提供带有厚玻璃的面罩。当你焊接时，你可以看到火焰。你看到两块金属，然后你动作非常缓慢，但你真正看到的只是火焰周围发生的事情。这是绝佳的冥想！所以我整天都在焊接/冥想，八个小时都在这样做。

在那个春天之后，我终于攒够了钱去肯塔基州砍木材。那是 73 年的春天。砍完木材后，我就准备开始建造。木材必须在冬天里晾干，所以我又回到了内布拉斯加州，继续找工作。我想我那时和我父亲一起工作；找不到更好的工作。所以，这就是我获得支付土地费用和在上面生活的钱的方式。

盖瑞：说到你焊接的经历，你描述了你如何看到火焰，看到它融化金属、焊接金属？

吉姆：是的，融化它。

盖瑞：融化。这意味着需要非常强烈的专注，因为没有别的东西可以看，没有其他感官输入，实际上，只有火焰周围发生的事情。那种专注和心态的存在，正是你在为 Ra 接触提供能量时需要锻炼的。你是专注的，并且你持续地，如你所描述的那样，想象能量在卡拉的系统中流动，当她无意识地躺在床上。你会说你总是保持心态的专注，摆脱干扰，能够达到如此高度的专注吗？

吉姆：我并不真的意识到我一生中一直拥有这种专注力。

卡拉：他是个很会专注的人。这种能力深植于他的身体里。他并不思考它，这就是他的特质。

吉姆：嗯，运动，尤其是参加各种体育活动，是我第一次获得专注力的地方，因为你必须专注于自己在做什么。尤其是在撑杆跳中：专注于跑道、插入杆子，以及之后发生的事情。你必须保持注意力。

我可以说这就是我获得专注力的地方。而且我并不是有意识地去学会如何专注。这是自然而然发生的，因为我在做运动。在各种运动中，你需要学会如何专注。当你在打棒球时，球朝你飞来；在高中时，球的速度大约是八十到九十英里每小时，这非常快，所以你必须专注于此。而在橄榄球中，我会把球传给别人或者传球向前。我必须注意我在做什么，所以我得专注。

盖瑞：我认为这是现代人越来越少拥有的品质或能力，因为我们都受到大量刺激的轰炸。

卡拉：过度刺激。每个人都有注意力缺陷症。

盖瑞：是的。而且我认为，如果你想在更高的脉轮中进行穿透帷幕的工作，这种持续关注的能力是绝对关键的。

卡拉：这说得太对了。

盖瑞：在我们继续谈论你在土地上六年的生活之前，我有一两个快速问题。你在那里有很多社交接触吗？

吉姆：有的。就在路上大约半英里处，有一个叫埃里克·斯旺的家伙，你知道的，现在住在肯塔基州的黎巴嫩。还有另外几个人住得比较近。我搬到那里的时候，正值“回归土地”运动盛行。通常是受过大学教育的城市孩子，通常是嬉皮士，他们想要根据梭罗的“简化，简化”格言来简化他们的生活，因此我们四处迁移到乡村。

到处都是人们希望团结起来、互相帮助的地方。我们有一个社区小组。每周我们都会去一个小组成员的家，做一些工作。不论他们有什么工作，我们就做什么。然后大家都会带食物，聚在一起吃饭。之后我们还组建了一个冥想小组，偶尔会一起冥想。这就是我认识唐和卡拉的方式；县的另一边有几个人来自路易斯维尔，他们告诉我关于唐和卡拉的事。

还有一个食品合作社。我们加入了一个合作社，叫做俄亥俄河合作社联合会（FORK），总部位于俄亥俄州的哥伦布市。它覆盖了五个州的区域，我想是俄亥俄州、印第安纳州、肯塔基州、田纳西州和西弗吉尼亚州。我们每月至少聚在一起一次，进行食品订购。等到卡车到达并在每个食品合作社的集中地点进行配送后，我们会聚在一起分配食物。因此，我获取很多食物的方式是通过这个合作社，而不是当时的 Kroger 或 Houchens。

有个有趣的插曲。每两个月，FORK 会在这五个州的某个地方召开一次会议，所有 150 个合作社都会派代表，至少两个代表参加。他们会决定政策，并通过共识来管理。会议上有一根羽毛，拥有羽毛的人可以发言；没有羽毛的人则不能发言。就是这样运作的，这就是我们自我管理和制定章程的方式。这是一种非常鼓舞人心的经历，因为参与其中的人在社会组织方面具有远见，懂得如何将一群人聚集在一起，为自己做事情，而不是信任他们成长过程中熟悉的企业结构。

因此，其中一次会议是在我的土地上举行的，你可以想象一下，来自 150 个不同合作社的人们开着他们的车辆——

卡拉：嘭，嘭，嘭。

吉姆：我记得最清楚的是一辆捷豹 XKE 从小溪里开出来，驶上我的土地。[笑声]那个周末，我们邀请了所有人聚集在一起。他们聚在我建的成人游乐场的一个区域，那里有一个超大的秋千——当你在秋千的一端高高悬起时，实际上会有 8 英尺高——还有一个巨大的沙坑，以及一个……让我想想，我还有什么？

卡拉：一个秋千？

吉姆：对，确实是一个大秋千。你的脚在秋千上是碰不到地的，确实高到你的脚不会碰到地。因此我们在那边聚会，我负责第一次的演示。那里没有厕所，只有狭缝厕所。我给 150 个从未使用过狭缝厕所的城市人演示了如何使用狭缝厕所。[盖瑞和卡拉笑]

盖瑞：这是一个地上的洞吗？

卡拉：狭缝沟。

吉姆：是的，有点像。它是一个长长的地洞，所以当你在那儿的时候，你覆盖那部分，然后往后移动。还有一种特定的用法，你的脚一定要指向下坡。不要横着放或指向上坡，不然你会翻倒。等等。所以我进行了演示，让大家开心地开始。

卡拉：别用聪明草擦！

吉姆：哦，是的！[笑声]聪明草是肯塔基常见的一种杂草，有些人会跑到树林里随便抓草。如果你用聪明草，你的屁股会烧得很久。所以是的，我们提供了厕纸。他们不必担心碰到聪明草。

盖瑞：150 人。相比之下，返乡活动就显得微不足道了。

吉姆：是的，我们给他们都提供了食物。

卡拉：每个人都在篝火上做饭。

吉姆：我们食品合作社的每个人都帮忙，大家都在做饭、服务，满足大家的需要。

盖瑞：所以这有合作社，有灵性层面的元素，还有一些回归土地运动的哲学。这个社会运动在你离开土地之后是否继续？

吉姆：是的，尽我所知，仍然有相当多的人在那儿，但奇怪的是，我觉得大多数人已经搬回城市了。例如，唐和卡拉最初成立的 Eftspan 小组，买下了县另一侧的 360 英亩土地，那组里至少有 30 到 40 人。我认为可能还有人开始在那里建房子，并且可能仍然住在那块土地旁边。但这正是发生了什么的一个缩影。这是一个运动。这个运动有它的开始，似乎也有它的结束，但有些人留下来了。有人留下来，仍然在那儿。但其他人则去做了其他事情，我们每个人在自己的旅程中都有不同的步伐，人们不断前行。这是一件好事。虽然我非常怀念那片土地。

当我第一次和唐、卡拉在一起时，我记得有一晚我做了个梦。我真切地渴望回到那片土地。我并没有意识到自己竟然如此想念它。但这种感觉消失了。现在我意识到，我想在这里生活余生。

盖瑞：你听唐和卡拉在电台节目中讲话，并通过你的冥想小组与他们建立联系。后来，在帮他们搬家并了解他们后，你被邀请加入他们，但你没有接受这个邀请，而是去了华盛顿州，对吗？还是俄勒冈州？

吉姆：俄勒冈州。没错，确实是。最后五年我住在那片土地时，我在订阅《宇宙意识通讯》的通讯，他们总部在华盛顿州奥林匹亚。保罗·肖克利是他们的通灵者，据说他通灵的来源和埃德加·凯西通灵的相同，也就是地球的阿卡西记录，他住在俄勒冈州的扬希尔，这是一个小镇，离俄勒冈州波特兰大约 30 英里。他每个月都会花两个小时的时间到奥林匹亚，可能会在那里待一个周末，进行他们在通讯中使用的通灵。他们会邀请人们写信提问，当然他们自己也有一系列问题，他们对阴谋论也非常感兴趣。

所以他们不断地问保罗很多关于阴谋的问题，他们得到了一些非常有趣的东西。我接触到了一些内部人士，他们参与过国际货币基金组织等高层机构，并且能够了解其他人可能不知道的某些事情。所以发生了很多有趣的事情，但我想其中一件事是，他的信息过了一段时间就被干扰了，因为他被问到这些基本上是短暂的问题；它们在当时或几年内才真正重要。他们没有处理灵性原则。然而，他确实有一整套关于纯粹灵性原则的通灵信息，我认为这些信息

质量很高。那才是我的真正追求。

我被卷入了阴谋论，因为“它在空气中”。[笑]我在呼吸这种空气，在 21 年不思考之后，我开始思考，我想知道更多。所以我调查了它。

除了位于华盛顿的宇宙意识通讯公司外，Shockley 还有一个名为水瓶座普遍服务教会的团体，位于波特兰。我周日去参加他们的服务，那里有一位来自华盛顿州温哥华的家伙，他正在处理硅藻土。他们在美国和加拿大开采它。它是化石遗骸。微小的生物的化石遗骸，可用于多种用途。例如储存干粮。如果你把它和食物一起放进去，它会保存更长时间。如果你用它刷牙，它是一种极好的研磨剂。你可以用它做各种事情，所以它很有价值。

他给了我一个赚钱的机会；他给我提供了美国总经理的职位，并给我提供了 10 万美元，这笔钱在任何时候都是一大笔钱，而在当时，它相当于现在的 100 万美元。我很困惑。我并不反对金钱，但那不是我出去的原因。所以我决定休息周末。我住在风之歌意识学校附近的一辆破旧的拖车里——因为外面都生锈了，所以被称为“太妃糖”——我决定休息周末，冥想，并试图弄清楚我应该做什么。因为这让我困惑，我知道唐和卡拉邀请我回到肯塔基州。这是一个长期邀请，所以我决定休息周末并冥想。

于是，在冥想 30 秒后，我得到了非常明确的信息：“回到路易斯维尔。加入唐和卡拉。”所以我想，好吧，这个周末我该怎么办？我收拾好东西[笑]，向大家道谢，并告诉他们我过得很愉快。我确实过得很愉快，我很享受与他们在一起的每一刻，也是在那里我带回了一只小猫，巧克力棒【9】。我相信[我们目前的三只猫之一]皮克威克【10】是巧克力棒的转世，而巧克力棒又是第四年级时我养的柯基犬的转世。那只是我的想法。你知道，我可能完全错了，但这是我一直以来的感觉。”

卡拉：我觉得这是对的。

吉姆：所以巧克力棒是一只喜马拉雅猫。威风之歌意识学校的孩子们通过出售这些来自两只喜马拉雅猫的小猫来赚钱。一只大老公猫，毛发长而黑，另一只美丽的母猫，毛发长而略白，像暹罗猫一样的颜色。所以巧克力棒有着漂亮的长毛和暹罗的颜色，我把她训练用猫砂盆，足足回家了 2500 英里。每当她需要上厕所时，我就抓住她，把她放进乘客侧的猫砂盆里。

所以我把巧克力棒带回来了 2500 英里，介绍给唐。他把她放在手上（那时她还只是小猫）说：“美丽。”

那意味着[不太热情]又来了一只猫。他们已经有两只猫了。[笑]

卡拉：那是他的一个脏话。

吉姆：是“美丽”。

卡拉：还有“schmierkase”。

吉姆：Schmierkase。在德语中是“腌黄瓜”。

卡拉：不，是“奶酪”。

盖瑞：那在脏话界翻译成什么？

吉姆：随便什么。[笑]他不说脏话，但他喜欢这个想法。“哦，schmierkase！”

卡拉：他说他不说脏话，因为那些是有力量的词，他认为很重要的是要量度你的力量，并只

在必要时使用。他觉得没有什么事情是需要用到有力量的词的。而且他从来没有。我从未听过他骂过脏话。

盖瑞：所以你在冥想开始三十秒后收到了那个信息。这和你刚搬到那块土地时接收到的信息是一样的吗？

吉姆：不。我没有听到声音，也没有看到文字。我只是有一种非常强烈的感觉：回到路易斯维尔，加入唐和卡拉。这个感觉是明确无误的。

卡拉：[笑]真是个惊喜。太不可思议了。

盖瑞：你搬到了华盛顿。你说你想要研究宇宙意识和水瓶座普遍服务教会。这是促使你卖掉那块土地的催化剂吗？因为你想和一个通灵小组合作？

吉姆：没错。但我还没有卖掉土地。我还是有那块土地的。

盖瑞：所以你对是否保留土地犹豫不决，但你在暂时放下这个想法。

吉姆：是的。我是在回去并加入唐和卡拉后才卖掉的。

盖瑞：好的。那么最初让你离开那块土地的是想要与通灵小组合作。你只是还不确定是哪个。

吉姆：对。我之前与水瓶座教会和宇宙意识传播机构有五年的合作。我最近才认识唐和卡拉，我真的很喜欢他们。我享受所有的通灵，但我总有一种先前的承诺——我心里想着要那样做。我有很多事情都是那样进行的。我发现……其实我就是这样完成大学的！[笑]

卡拉：他是个正直的人。

吉姆：我拿到了这个学位，但我觉得我不想用它。我这样做了三次。[笑]

盖瑞：你永远不知道，直到你尝试。然后你尝试，然后……

吉姆：每一步都是非常有帮助和必要的。我没有浪费时间。

盖瑞：在 2002 年初，你开始了自己的生意，取名为“吉姆的草坪服务”。为什么会这样？

吉姆：当唐在 1984 年去世时，来自东航的生命保险和养老金为卡拉和我提供了足够的资金，让我们投资于一个现在已成为好朋友的女士，我们至今仍与她保持联系。我们可以靠利息生活。在八十年代末，利率在 10%到 13%之间，这可能是它们历史上最好的时期。随着九十年代的发展和进入 2000 年代，利率大幅下降，我们无法再靠收入生活。我们开始动用本金。如果这样持续太久，我们就会一无所有。因此，吉姆的草坪服务应运而生，利用了我对户外工作的热爱、对大肌肉使用的热爱，以及对大部分时间独自工作的热爱，除了周五有你，盖瑞，来帮我。我喜欢用我的大肌肉，也喜欢掌控我正在做的事情。

所以，割草正好合适，因为在这个镇上，大多数人——大多数人都是付钱让别人割草。这里的环境很美，像个公园，正如卡拉所说。因此我想，嘿，干脆这样吧。

在那之前，我大约在 1992 年开始兼职，因为我喜欢这个工作。我有四五个客户：唐的姑姑和姑父，还有他们在波普拉尔路附近、靠近瓦特森高速公路的两个邻居。然后在克雷斯特伍德还有一位女士。你曾经去那儿帮我。她那里有一个家族墓地，历史可以追溯到 1804 年。还有其他几个我为他们工作的人，我大概每周做两天。工作非常轻松，而且只在下午，因为那时我仍然习惯于早上在办公室做内勤工作——灵性、智力、思维方面的工作，而下午进行体力劳动。因此我已经在草坪服务工作上打下了基础，我知道我可以做好这个工作。所以吉

姆的草坪服务就是这样自然而然地发展起来的。

盖瑞：所以你在很多年里保持着这种日程的二元性：早上做灵性、思维、智力方面的事情，下午进行体力劳动，从 T.D.Lingo 的经历开始。

吉姆：没错，没错。

盖瑞：你觉得吉姆的草坪服务在某种程度上是老师，和土地的教导一样吗？

吉姆：嗯，不是那么多，因为我很确定自己可以割草。[笑]我不必担心响尾蛇或铜头蛇。而且你几乎不见客户，见到的时候我都很开心，因为我把他们都当成了朋友。大多数时候这是一份孤独的工作。我坐在割草机上，或者用吹风机，或者用修剪机，都是独自工作。我真的很喜欢这样，而且我爱待在户外。因此，这份工作教会了我需要保持一个日程安排。人们在每周的某一天会被割草，除非下雨。然后我要么提前割草以避开雨，要么在雨后再割。这样教会了我保持日程，并且早起。过去几年的最后几个月，我还需要把这项工作和帮助卡拉结合起来。幸运的是，在最后，我们有一位女士来帮助我们，这样我白天就不需要做太多事情，可以出去工作。而我从吉姆的草坪服务中学到了什么呢？我学会了赚钱，而且—

卡拉：做得很好。

吉姆：——做得足够好，[笑]能够补充我们的收入，让我们继续下去。幸运的是，两年前，拉里给了我们一笔宝贵的捐赠，让我能够退休，全职照顾卡拉，这非常方便，因为从去年开始她需要全职照顾。她需要全职照顾有一段时间，但我们不再有帮助者/看护者。所以我非常幸运。在过去的两年里，我能够和卡拉一起工作，全天候陪伴她。

盖瑞：能够将你的时间投入到爱/光研究中心中是非常宝贵的。

吉姆：是的，能在这里做我们能做的事情真好。我们很高兴为爱/光研究中心做任何事情，但我们都意识到，你和奥斯汀现在是工作的一部分。你们是车轮，你们让汽车运转——不，这不能称为船——你们让车子动起来！[笑]当然，如果是两栖车，也可以有轮子。我们知道，我们俩在办公室的日子已经结束了。那些是美好的时光。我们很高兴也很激动你和奥斯汀在那儿，因为你们做得非常出色。我们很乐意做任何可以帮助你们完成工作的事情，或者帮助其他人。

盖瑞：我想提到的是，观察你多年通过吉姆的草坪服务工作的同时，我发现这也是你把生活视为舞蹈的另一种表现，因为你甚至将割草、除草和吹落叶都看作一种舞蹈。

卡拉：与自然精灵一起工作。

盖瑞：这也是你坚韧不拔的本性的体现。我会告诉人们，如果真的发生了末日审判，世界被战争和冲突吞噬，吉姆也不会让这些改变他的割草方式。[笑]你会在那儿，什么都无法阻止你，甚至是疾病。

吉姆：没错。林戈讲了一个和这个有关的故事，挺感人的。在解放德国的集中营时，他们遇到一个集中营，当德国守卫看到这些美军士兵接近时，他们全都逃走了，只留下囚犯在那里。当林戈和其他士兵进入办公室时，许多囚犯被用来做办公室的工作，比如扫地、做饭、洗衣服和熨烫等。尽管囚犯们知道守卫已经离开，已经被美国人解放，但他们仍然要完成自己的工作。因为之前，如果他们不完成工作，他们可能会死去。

[停顿]

我并没有觉得自己会死。[笑]我只是专注于完成任务。

盖瑞：是啊。那么我们还有几个问题。你觉得自己是个流浪者，意味着你的灵魂是从另一个维度来到地球，以便服务。你是什么时候意识到这一点的？你是如何看待这个信念的？

吉姆：我想这大约开始于 78 或 79 年，当时我在内华达州的里诺和我的女朋友在一起。她也对灵性事物感兴趣，我们会去内华达州的卡森城，那里有“人类家庭”。玛莎·莫斯曼是那里的通灵者，我觉得她是个不错的通灵者。她给我做了一次占卜，提到我来自其他地方，然后继续讲了一些关于“还有其他来自其他地方的人，他们来这里服务”的细节。我想，这真有趣。

吉姆：然后当我在俄勒冈时，我得到了保罗·肖克利的占卜，内容更加具体，他使用了“流浪者”这个词。然后当我来到这里时，我想在我离开俄勒冈之前，我们曾经有过一次通灵，提到流浪者，参与者就只有你（指卡拉）、唐和我，还有可能其他人，流浪者的概念被提了出来，并且提到在场的每个人都是流浪者。当然，之后我们通过 Ra 的联系得到了确认。

所以说到作为流浪者的感受：这是一种不真实的感觉，因为我并不常常考虑这个。我不太想我的身份——我更像是一个舞者。在我内心深处，我把自己视为一名舞者。如果我来自别的地方，来到这里是为了服务——太好了。但无论怎样，我都在这里提供服务。我为我在这条路上走过的每一步感到高兴，并期待与拉卡达克（我给她起的昵称）一起度过我们余生。

盖瑞：你现在回顾过去时，觉得怀念那块土地吗？

吉姆：不。我现在不怀念那块土地。我回首时觉得对那块土地感到很满意，想，天哪，[笑]我是怎么做到的？还好我年轻又傻！你知道，我 27 岁时第一次到达那块土地，觉得自己可以做任何事。幸运的是，我能够在那块土地上生存下来，没错。

盖瑞：自很早以来，你就一直是卡拉的看护者和支持者，可能在我们讨论的过去的生命中也是如此。近年来，随着卡拉因脊椎手术而在你们之前的卧室里卧

床超过三年，背部有一个大开放性伤口，这个角色更加重要。随着时间的推移，你是如何处理这个催化剂的？你会说你因此有所成长吗？

吉姆：哦，当然。[笑]没有办法不成长，但我们确实一起经历了很大的成长。看看这个房间。想象这是我的心。我把我的房间和我的心都打开给卡拉。

当我第一次加入唐和卡拉时，每个人都有自己的房间。我们一直保持这种安排，直到卡拉做手术。她的卧室在楼上，房子的另一侧。我的房间一直在这里。所以当显然她需要一些帮助时，弄一张医院床，把它搬进来就显得很有意义。

从 2010 年开始，这个过程已经持续了四年，主要是为卡拉和她的东西腾出空间。我把自己的东西挪开，给她的东西留出空间，把她的东西挂在门上，所有的医疗用品也都在周围。所以这对我来说——我做所有事情都是象征性的。[笑]我觉得每个人也都是这样。

对我来说，敞开心扉的象征就是把这个房间打开给卡拉。随着我能够打开这个房间，我也能够敞开我的心。而发生的事情是，我感受到更多的爱和对照顾她的绝对、全心全意的奉献。每天早上我起床前都会祈祷，希望能尽我所能地照顾她，做她需要的任何事情。所以我知道我们俩在同一个地方，学习我们需要学习的东西——就在这里，正是我们需要待的地方。这不是偶然，也没有错误。她必须经历伤口和缓慢愈合的事实，正是为了实现这一切，这只是所有事情发生的手段。

【1】从 1941 年开始，空军是陆军的一个组成部分，称为陆军航空军（AAF），与步兵一样

是一个作战部门。六年后，在 1947 年，它被拆分为独立的军种，从那时起被称为美利坚合众国空军（USAF），与海军和陆军平起平坐。

【2】吉姆的母亲阿塔·麦克卡提在 2015 年 1 月采访后五个月去世。

【3】吉姆在这次采访中没有提到，他每次都坐在第七排，而且总是坐在同一个座位上。

【4】G.I.法案是由富兰克林·D·罗斯福总统签署的法律，旨在为二战归来的老兵提供各种福利，包括大学学费的财政援助。数百万老兵利用这一法案获得学位。

【5】“我的故事开始于我作为巴顿将军军队的先锋步兵侦察员参与第二次世界大战。战争在前线是非常可怕的。我的小组是最早抵达希特勒死亡集中营以解救幸存者的部队之一。”

“T.D.Lingo 与休眠大脑研究与发展实验室，”NeilSlade.com，访问日期：2016 年 2 月 17 日，

HTTP://WWW.NEILSLADE.COM/ART/BRAIN/HISTORY.HTML。

进一步参考：关于林戈及其工作的 1979 年纪录片《T.D.Lingo 大脑实验室 1979 纪录片》：https://www.youtube.com/watch?v=G1yBWvROBY0

维基百科文章，“T. D. A. Lingo”：

https://en.wikipedia.org/wiki/T._D._A._Lingo

【6】关于林戈的生活和他的“各教一人”理念，吉姆写道：

> 林戈是我一生中认识的两位伟人之一。另一位当然是唐·艾尔金斯。他们都全心全意希望能拯救地球。我将永远对与林戈学习心怀无限感激。他是我自身成长中非常重要的一步。
>
> 我查看了维基百科条目下关于林戈的其他信息，得知他于 1993 年去世后，他的遗产一片混乱，他的 240 英亩的山顶隐居地被他的养子继承，而这位与他疏远且吸毒成瘾的儿子将土地以 300 万美元卖给了开发商。
>
> 他对所有来他学校的学生的信条是“各教一人”。他希望每位学生都能找到自己的一片荒野，并像他一样开办学校，传播如何在自然中进行自我疗愈和激活休眠前额叶的信息。就我所知，我是唯一做到这一点的人。而我的课程只持续了两年——直到我遇到并加入了唐和卡拉。
>
> 我认为林戈会对 Ra 接触感到惊讶。在 80 年代初我尝试和他分享过一次，但似乎他对此毫无兴趣，因为我相信他对我不再教授大脑自控感到相当不满。我不知道他现在过得怎么样。

【7】原始疗法是一种基于创伤的心理治疗，由亚瑟·贾诺夫创立。他认为神经症是由于压抑的童年创伤痛苦所导致的。贾诺夫主张，压抑的痛苦可以通过逐步意识到并在治疗过程中重新体验事件和完全表达由此产生的痛苦来得到解决。在治疗中，患者回忆并重演一段特别令人不安的过去经历，通常发生在生命的早期，并表达通常被压抑的愤怒或沮丧，尤其是通过自发和不受约束的尖叫、歇斯底里或暴力行为。原始疗法被发展为一种引出压抑痛苦的方法……

Wikipedia, s.v. “Primal therapy,” accessed July 5, 2016,

https://en.wikipedia.org/wiki/Primal_therapy

【8】Ra 通过以下两段问答谈到了这个时刻：

发问者：我有一个关于吉姆的问题，涉及他刚搬到土地时的一个经历，他被告知："你生存的关键间接地来自于紧张。"这个实体是安杰莉卡。您能给他提供相关信息吗？

Ra：我是 Ra。是的。

发问者：您能做到这一点吗？

Ra：我是 Ra。正如我们所提到的，每个心/身/灵复合体都有几个可用的引导者。其中两个引导者的角色是男性和女性的极性。第三个是双性别的，代表一种更统一的概念化能力。作为声音振动复合体发言的引导者安杰莉卡，是女性极性的人格。由于混淆法则，信息可能无法完全阐明。我们可以建议，为了进步，会存在某种不满状态，从而给予实体进一步寻求的刺激。这种不满、紧张或焦虑，如果你愿意的话，实际上是没有用的。因此，它的用途是间接的。54.2-3

【9】吉姆补充道：

巧克力条是一只喜马拉雅猫，这意味着它的鼻子、耳朵、尾巴和爪子上有类似于暹罗猫的深色斑点，但它有着喜马拉雅猫的长毛。这些深色斑点通常被称为"巧克力"色。与其叫它"巧克力点"，从字面上描述它的颜色和名字，不如叫它"巧克力条"，暗示它有深色的斑点，但却是一只非常可爱的猫。

【10】有关这三只猫的简短传记，请参见第一章的脚注。

【11】一位慷慨的捐助者为 L/L 的预算贡献了相当可观的资金，持续了两年零两个月。这足以让吉姆从他主要是单打独斗的草坪服务公司——吉姆的草坪服务中退休，并全职投入爱/光研究中心。这也使他能够在卡拉生命的最后两年里专注于照顾她。卡拉和吉姆认为能够在最后的时刻一起度过是他们一生中最大的祝福之一。

第三十章 卡拉与吉姆

卡拉：一开始我在想，我们是否能通过那么多问题，那是一堆厚厚的问题。

盖瑞：哦，天啊，第一道障碍就是让你们接受这一点。[笑声]我觉得，尤其是吉姆……

卡拉：吉姆一开始甚至不愿意考虑这个。

盖瑞：哦，你们的初始冲动并不是想去做这个。

吉姆：嗯，个人的事情。

卡拉：我们并不重要。

吉姆：通常是个比较内向的人。

卡拉：你知道，我曾表达过担忧，如果人们认为我们比材料更重要，那一切就会搞得很糟糕。我不想那样。所以你只是安慰了我，我信任你。亲爱的，下一个问题是什么？

盖瑞：这是关于你们婚姻的，我在想我是否应该……

卡拉：嗯，你可以用克洛伊和皮克威克*作为一个很好的视觉辅助。它们纠缠在一起，彼此感觉很舒服。

盖瑞：它们看起来就像阴阳。我要拍张照片。我想问你们的关系演变，从开始到 Ra 接触，再到 1987 年的婚姻，以及你们独特的亲密与独立的平衡，接着是吉姆在海边的心灵转变，最后是你们目前的舞蹈。

吉姆：哦，这都是一个问题吗？[笑声]嗯，当我们第一次见面时，在她的公寓里，有唐在那儿进行冥想，我很被卡拉吸引，作为一个人。我能感觉到她是一个非常好的人。所以我非常期待来参加冥想。当搬家的时候，我帮他们从道格拉斯大道的那个地方搬到沃特森小径，最终我们在那里进行了 Ra 接触。那时，卡拉和我更加亲密，我们关系更紧密了。还有那次在厨房里的拥抱，令人难忘的拥抱。

卡拉：嗯，那次是个转折点。

吉姆：对，我们在新家搬东西时，互相给了一个大大的拥抱，我们都不想结束那个拥抱，所以我们知道我们……在一起了；那感觉很好。我们应该继续追求这个。因此，我们变得亲密，唐给予了祝福，[笑]当我准备去俄勒冈的时候，他们有一个叫阿莉亚的保姆，我去告别，阿莉亚来告诉卡拉我来了。她说："啊，来跟火鸡说再见。"

盖瑞：她可不高兴。

吉姆：对。

卡拉：[笑]我可不高兴！

吉姆：对。你在我开车下车后写的那首歌叫什么来着？"撞击与逃跑的蓝调"？

卡拉：是的，我感觉像被卡车撞了一样。[笑]

吉姆：我去了俄勒冈，然后回来时我们有了一个美好的重聚。

卡拉：是的，我们确实如此。

吉姆：然后在那之后，我们就成了一个小组。我们三个人是一个小组，尽管卡拉和我把自己看作是亲密的恋人——一对情侣。但很明显，主要的情侣是唐和卡拉。一直以来都是，只要唐·艾尔金斯还在世就会是这样。这并没有什么问题。对唐没有问题，对我没有问题，对卡拉也没有问题。这就是事情的本来面貌，也说明了我们三人之间的整个关系。不知为何，这一切都感觉非常正确。感觉就像是一个精心策划的计划的顶点。所以我们就顺其自然。

随着我们进展，经历了 Ra 接触，我们的关系变得更加亲密，然后，随着唐在生命最后一年遇到的困难，我们被迫更紧密地团结在一起，努力寻找帮助唐的最佳方法——如何帮助他，如何保持 L&L 的正常运转。这让我们更加紧密。唐去世后，显然我们现在是这对情侣，接下来要考虑的是，我们是什么样的情侣。卡拉说："嗯，你知道，结婚是有道理的。"我说："是的，我知道。如果我们要在一起，那就要以最强大的方式在一起。那就是作为一对夫妻。让我们好好利用这个机会，利用生活带给我们的，让我们结婚吧！"

所以我们在 1987 年结婚——1987 年 5 月 30 日，而唐去世是在 1984 年——11 月 7 日……所以过了几年的合理哀悼期，然后很明显：我们就该结婚了。我们就这样做了。卡拉策划了婚礼。她做得非常出色。你知道这其中涉及多少事情！[笑声]她全都自己完成的。她有一个三环的笔记本，里面有联系人的信息，可能现在某个地方还留着，记录了各种事情。

卡拉：可能是的，里面还有我需要的东西用胶带粘在页面上。我没有像今天这样用电脑做，都是……如果剪切和粘贴，那就是用剪刀和胶水。

吉姆：是的，你真的是在剪切和粘贴。[笑声]所以，我们结婚了，然后去度蜜月，卡拉得了幽闭恐惧症——一开始是在飞机上，然后在船上。尤其是在船上。我们住在一个没有窗户的内舱。

卡拉：在我特别要求不要那样做，而是要一个外舱之后。

吉姆：所以我们去找了船上的医生，他开了一个外舱的房间和一些抗焦虑药。还有很多上岸的机会。船是在巡游各种夏威夷岛屿。他说："一定要下船去参加游览。下船！"

所以我们就这样做了，在檀香山的街道上漫步，去酒店。那是个有趣的地方。那里全年都是热带气候，所以他们不需要外面的门。你只需走进去，不用打开门，直接走进来。我们花了很多时间观光，逛各种商店，寻找一些小摆件、衣服、珠宝之类的东西。我们可能还有一天去了海滩。[笑声]

卡拉：不太确定那件事。

吉姆：不太确定，你知道，我们在夏威夷……然后我们回来了，开始了我们的生活，正如人们所说，其余的就是历史了。

卡拉：过上了美好的生活。

吉姆：是的。各种医疗问题时不时会出现。它们一直在那，就像你提到的那样。从出生到现在，一直都在。

卡拉：一开始，正如我之前所说的，没有浪漫的成分。彼此之间有着令人难以置信的钦佩和相互尊重，对彼此的品格、正直和生活方式的敬意，我们在这方面找到了极大的安慰。我们很高兴能在一起，但吉姆对我没有感觉，没有那种心灵的感觉。他不想写歌或者——

吉姆：那时候心跳还没开始呢。[笑声]

卡拉：是的，我很怀念那些。我怀念浪漫、甜言蜜语，还有那种吸引力。我不是说两个人之间的性吸引力。那很简单；我们都年轻健康，吉姆很帅，而我相对也漂亮，一切都很好。但那种超越这些东西的心灵连接——没有。他需要独处的时间，以至于在我生病特别严重、无法起床或坐起来的时候，他就会去乡下，在农场呆上一晚，他真的很珍惜那段时间。他完全独自在荒野中，那对他来说就像是处方一样。给我两剂荒野，明天见。[笑声]所以一直是这样，直到大约 96 年。我还是爱着他，所以我接受了这一切。这只是生活中的一部分。你不可能得到所有东西，而我有世界上最好的男人，和世界上最好的工作。所以我以此为基础，过上了生活，并且乐于此。

吉姆：嗯，关键的转折点其实是在 1994 年——

卡拉：哦，94 年。

吉姆：——在波利岛的海滩上。我们从 80 年代初就开始去那里。即使在唐去世的时候，我们也去过几次。那里的小木屋建于 40 年代和 50 年代，房主每周租给度假者。那真是太棒了；我们玩得很开心。食物很好，还有购物的地方，我们出去跳海浪。我们玩得很开心，跳波浪。我们会在海滩上找个小地方，放上毛巾和椅子，悠闲地待着。然后我们就会下水，波浪一波波涌来，我们真的会跳过它们。有时波浪会很大，它们会把你冲回岸边，然后你又会

往水里走，跳过一两波。

不过，有一天，或者说在某次访问中，戈登飓风临近，或者在接下来的一天会来。我们需要撤离。但我们正在跳波浪，结果被卷入了离岸流。要从离岸流中出来的方法是平行于海滩游泳，但当时我们不知道这一点。我们被离岸流卷走了。而且我不是个好游泳者。我在大学时上过游泳课，学习游泳，因为我小时候有哮喘，医生特别说过："不要过于用力，以免引发哮喘发作。"游泳是最耗力的运动之一，所以我直到上大学才学会游泳。所以我游泳不太好。而离岸流把我冲走了，卡拉也跟着我往外冲，除了她像鱼一样，漂浮得很自然。她洗澡的时候要穿重物才能进浴缸，因为水太满了。[笑声]

总之，我正往外游，而她也在往外游。她突然有个想法，要从我身后踩着我的后背。她用脚推我，推得足够让我找到底下的地面，挣扎着游出离岸流。然而，卡拉却是向海洋的方向游去。那是个美丽的日子：阳光明媚，风暴还远着，看不到。而她心里想着，啊，今天真是个死去的好日子。[笑]看起来她是不会回来了，但不知怎么的，又有一波浪把她冲到了岸边。我们互相看着，心想："哎呀！我们回小屋待一会儿吧！"[笑]突然间，我看到她的另一面。她冒着生命危险，愿意为我献出生命。对我来说，这似乎是个非常——我不需要多想——我爱这个人！[笑]你知道的：我爱你！从那时起，就没有任何疑问了。这是艰难的爱情：让她救你的命。

卡拉：是的，看到我的丈夫爱上我真是太好了。这几乎是没人能得到的礼物。我非常感激，现在仍然感激。

吉姆：我也是。

卡拉：我不需要这样的爱来过好日子，但，哦，我的天，这种感觉真是太棒了。所以我从来没有停止过感激。当然，我一直都爱着他。他是我的牛仔。

盖瑞：关于你们现在的相处，有什么想说的？你照顾卡拉，卡拉照顾你？

吉姆：嗯，我们的关系比以往任何时候都要亲密。我想，这种状态会继续下去。我真的对她充满爱和同情，因为她经历了很多，我也希望尽我所能去帮助她。我计划在她的整个余生中，尽我所能照顾她，无论她的情况如何。

卡拉：他真是太好了。我能说什么呢？可能很难完全欣赏我现在的状态，因为这不是我所选择的。我不得不依靠我的信仰，而我确实在这样做。但我唯一不需要担心的就是我的婚姻，我最亲密的关系。我知道这段关系充满了爱，常常溢出，我毫不怀疑它会继续这样下去。

盖瑞：你说过唐在这个世界的最后一项工作是选择你们一直居住的路易斯维尔的家。你们与唐这份礼物的关系是什么？

吉姆：我们都非常喜欢这个地方。

卡拉：我们照顾它，正如他希望我们那样，向其他流浪者提供一个灵性家园。这个灵性家园不是核家庭。所以我们的家庭非常庞大，我对所有孩子都心怀感激。我爱他们，爱他们每一个。

吉姆：院子大得可以玩耍，营造出一种伪野生环境。

卡拉：吉姆把院子里的每一个地方都变成了不同的灵性体验，他种植的植物和使用的石头结合在一起，形成了非常立体、非常有机的感觉。我们一起合作过很多事情，比如我提议在那儿加一条小路——你知道的——砖块铺成的小路也是我的主意。

吉姆：然后通往凉亭的台阶也是你的主意。我本打算把它建在地上，但你说：“把它放高一点，加一些台阶。”

卡拉：是的，甚至连冥想小屋的设想都是我的。

吉姆：你订购了各种花卉和多年生植物来放在那里。

卡拉：是啊，我们一起采摘花朵。所以这真的是他的工作，而我则是主要的除草者，直到我不能再做为止，这是一种共同的概念。但我们都觉得这座房子绝对美丽。太棒了。我们努力以极大的尊重对待它。这是一位老夫人；她自 1923 年就住在这里，快到百年了。但我们保持屋顶修补、檐口涂漆，其余的——我应该说是吉姆在做——所以我认为这对来访者来说是种享受。这里是个神奇的地方。我们在这里投入了很多爱。我觉得这座房子也爱着我们。

盖瑞：Ra 描述了你们正在使用的一张桌子、一个桌子或一个架子，并说它“因骄傲而歌唱”或“因骄傲而发光”。

吉姆：发出美丽的歌声。是的，那是我们放置所有物品的祭坛：蜡烛、香、书（圣经）等等……还有圣杯。它的底部设计得可以滑到床下而保持稳定，因为我们在床周围走“合一之圈”时有空间不足的问题。[卡拉轻笑]卡拉在集会期间躺在床上。我们需要尽可能多的空间在床头，所以我做了一个可以滑到床头下的桌子。卡拉会远离它，这样就不会打扰她，也不会占用行走空间。我不确定它现在是不是还在地下室里。

卡拉：他建造了它，抛光并用油擦拭，直到它真的是字面上闪闪发光。

盖瑞：Ra 说它因爱而歌唱？

吉姆：类似那样，是的。它在歌唱。[笑声]

卡拉：真美，不是吗？

吉姆：确实很美，是的。

卡拉：我们可以查一下。

盖瑞：这是一个积极的特质。我想如果他们改变了……

卡拉：总有人会查到并告诉我们的。

盖瑞：是啊。奥斯丁在哪里，当你需要他的时候？（他在时，无论问题是否直接问他，他总能用手机找到答案。）

所以如果那件物品发光或歌唱着爱，那我想这座房子和它的院子也一定是如此。

卡拉：嗯嗯。哦，是的，我认为这座房子和它的院子确实蕴含着一种魔力和崇敬的感觉。我们能做到这一点真是太棒了。

盖瑞：我想多年来这对很多人都有启发，包括我自己。

卡拉：我很高兴。我很高兴。这就是我们这样做的原因。

盖瑞：这个问题可能比较难回答，或者可能很简单。你们的灵性是如何随着时间增长的？

吉姆：我想我现在比以前更常考虑我的所作所为在灵性上的影响。每一个行为，无论多么微小，都是我灵性旅程的表现，而每一个行为为了能体现美和爱，都需要有意识地去做。我仍

然在努力做到每一个行为。[轻笑]但我很清楚我所做的一切都需要有意识地去进行。

卡拉：我呢，我觉得就是不断修补。当我看到需要改善的地方时，我就会去做。我记得你指出我总是打断别人，这之前我从未意识到。但我想了想，立刻明白了：这就是我父母沟通的方式。每个人都在互相打断。当人们解释自己的想法时，他们会开始说，你在他们还没说完之前就明白了，远在他们结束之前。所以，为什么要浪费时间呢？不如直接说："是的，我明白了，"然后你可以扩展讨论，而不是坐在那里等着、等着、等着。其实，这太可惜了，因为这并不寻常。我是说，他们是两个非常聪明的人，只是他们不耐烦，不想等待。他们不想给予彼此尊重。我看到有更优雅的方式去处理关系。而我没有利用这个机会。所以我不知道我到底在多大程度上能够弥补这个错误。希望这些年来我能更好地倾听，而你也注意到，自从你说过这句话以来，我在倾听上有所改善，能让你说完句子了。[盖瑞轻笑]

我不知道我还打断多少，因为当我打断时，如果我意识到，我就不会这样做。所以我的灵性成长就是这样。是一个接受刺激并从中学习的过程，努力应用这些经验。但希望能逐渐地，逐渐地攀登那座山，变得更成熟，更能够完全地去爱，更能够接受爱——这一点变化很大。不久前，我还无法接受如此多的爱，无法接受如此多的帮助。这让我非常困扰。而现在我已经能够接受爱，接受帮助，而不会因为无法回报而感到过于自卑。

盖瑞：这个问题用言语很难回答。它在内心中得到回应。但不管怎么说，你如何在生活中体验到那个无尽的创造者？

吉姆：对我来说，最简单的方式是在原始自然环境中。为我们主持婚礼的牧师在卡拉的教堂上形容我是一个"灵性的异教徒"。[笑]这很接近。他是积极的评价，他在赞美我。他说："你不需要教堂。你的教堂在树林里！"这说得很对。但我想随着我变得更加成熟，我开始在其他人身上看到创造者。当我真正停下来思考，反思我可能会建立关系的人——无论是客户还是遇到的人——每个人都是创造者！这对我来说变得越来越明显。但就像我说的，最简单的方式对我来说就是在户外。我总是在大约九点到九点半的微光中外出散步，感受这个地方，感受其存在。微光中似乎显现出更多的魔力。我不太确定为什么。

卡拉：那是一天中最神奇的时刻，是从白天转向夜晚或从夜晚转向白天，自然精灵中，有些正在入睡，有些则在醒来。所以这非常[松口气的声音]心灵激动。

吉姆：是的，我觉得你说得对。

卡拉：对我来说，是"The Cars"唱的那首歌："你每一个动作，我每一步都在关注。"那首歌有点阴森。但你知道，就像"我在跟踪你。"[大家笑]

吉姆：我认为那是 The Police 的歌。

卡拉：但我和灵魂就是这样的。我到处都能看到灵魂，随着我年龄的增长，这种感受愈发深刻。每一天都是如此珍贵，我几乎想说是多余的礼物，因为，怎么可能变得更美丽呢？但它确实如此。吉姆给我的花——每一片花瓣。我的心对一切敞开。我只是——我太高兴了。我认为老年的一个祝福——在 71 岁时，我觉得我可以至少在老年门槛上发言——就是你看到……

一切在年轻时都那么分散注意力，冲击得很强烈，而你又在努力跟上。但随着年龄的增长，你会逐渐安定下来，看得更清楚。你会更敏锐地感知，灵魂变得更近。我很感激这个年龄。我希望能活得久一些。你知道，活到 100 岁会很好。[笑]我会很高兴这样做。然后花时间保持我的心灵开放，做一些帮助减轻地球负担的工作。这是我们来到这里的目的。我很高兴能

做这份工作。你知道，我想回去写作和其他事情，但我们看看接下来会发生什么。现在这并不可能。我甚至看不清！我无法打字！现在我看得不够清楚，无法进行写作等工作。所以我必须放下这些，顺其自然。我很高兴能这样做。

盖瑞：当你回顾和反思你的人生时，你看到了什么？你感觉如何？

卡拉：绝对的完美。我对这一切感到非常感激。我觉得自己是如此幸运。这是一段疯狂的旅程。[笑]而且不可预测，但哦，太值得了。我不可能有过更好的生活经历，结识更好的人，或经历更多美好的事情，涵盖各种环境。你呢？

吉姆：我觉得自己受到了祝福。一路上真的是一种祝福。对我来说，人生的道路一直相当明确；我不需要过多地思考下一步该怎么走。我认为这是一种真正的祝福。我知道有很多人多年来写信给我们，表示他们真的不知道接下来该做什么。你知道，我认为那是解决未来的部分，但对我而言，这只是一个不断迈出下一步的过程。就像卡拉所说，从回顾来看，这一切似乎都是完美规划和执行的。这是一段奇妙的冒险，一次惊人的冒险。

卡拉：是的，是的。他说得对！[笑]

生命的交响曲

“叔本华在他那篇精彩的文章《论个体命运中表面上的意图》中指出，当你年岁渐长，回首往昔，整个人生似乎展现出一种连贯的秩序和规划，就好像是某位小说家精心构思的作品。那些在发生时看似偶然且微不足道的事件，最终却成为这部连贯剧情中不可或缺的组成部分。那么，究竟是谁编织了这一剧情呢？叔本华认为，正如我们的梦境是由我们意识之外的某个自我层面所创造的，我们整个人生也是由我们内在的意志所构建的。

而那些你看似偶然邂逅的人，最终竟成为塑造你生命结构的关键人物；同样，你也会在不知不觉中成为他人生命中的重要角色，为他们的人生赋予意义。整个过程如同一场宏伟的交响乐，一切都在无意识中相互联系、彼此编织。叔本华最终得出结论，仿佛我们的生命是某位伟大梦者的宏大梦境，而梦中的每个角色也都在做梦。因此，一切都彼此相连，由那推动生命的统一意志——即自然界的普遍意志——所驱动。”——约瑟夫·坎贝尔

尾声

在我看来，也许在大多数人的衡量标准下，唐·艾尔金斯、卡拉·鲁科特和吉姆·麦克卡提对待自己此生的方式都堪称非凡。而面对非凡的事物和非凡的人，我们总是怀揣疑问和渴望，想要了解更多，向他们询问他们是谁、他们做了什么，以及我们如何从他们的成功与失败中汲取经验。

此外，或许更根本的原因是，我们对他们的关注源于一种最基本的好奇心。我们天性使然地会彼此寻求线索、信号和信息，以了解自己是谁、我们的状态如何、我们从何处来、又将去向何方。我们所理解或自以为理解的绝大部分内容，都是通过其他人获得的——无论是通过自然科学、宗教信仰、形而上学研究、文学、艺术、文化，还是那些自我们呱呱坠地以来便

源源不断涌入感官的庞杂观点之流。除去人类历史和史前史上极少数的特殊情况——那些高密度存有曾行走在地表，或轻轻悬浮于其上，甚至带走过我们中的某个人乘坐他们的“宇宙凯迪拉克”之外——在这颗星球上，唯一能彼此提供信息（或误导信息）的，唯有人类自身。事实上，自我们初具自我意识以来，人类一直在不断突破未知，拼凑零散的谜题碎片，并携手探索真相。

我们谁也无法逃离这一背景。即便是极少数达到所谓“开悟”并完全超越幻象（即“从梦中觉醒”）的人，也必须通过他们所处的地方性、历史性、文化性和社会性背景来实现这一点。而在这些背景之中，积淀和嵌入了数千年的集体无意识与有意识的假设和原则——这些程序化的信息，无论我们是否愿意，都在塑造着我们如何看待自己以及周围的世界。

正是这种向彼此学习的基本驱动力促成了这场简短的（咳咳），长达七天、涉及 400 多个问题的访谈。卡拉·鲁科特和吉姆·麦克卡提，你们是如何度过此生的？为什么？鉴于你们工作的非凡性质，又是如何做到的？这种哲学对现实的意义、目的和本质有何见解？你们是如何尝试将这些原则融入生活并加以实践的？在你们的人生经历中，哪些方面是独特的？而从你们的模式中，我又能识别出哪些是普遍适用于整个人类道路的，它能告诉我什么关于“我是谁”的信息？当我更深入地探寻你们和我之间的共通点时，我又能在你们的面容和行为中、在我自己的面容和行为中，看到多少“造物者自我觉醒”的迹象？

两个人，三个词（或更多）

暂时从宏观视角缩小范围，聚焦于这两位人类，我问自己：如果只能用三个词来形容吉姆和卡拉，我会怎么说？答案立刻浮现在我脑海中——自律、真诚、赤诚。

“自律”是我首先想到的词之一，因为他们在所做的一切事情上都极其规律、有仪式感，并且值得信赖。我有时开玩笑说，人们可以根据吉姆的日程来对表。任何一个观察现代生活的人都会很快发现，我们的日子充满了忙碌、纷繁和不可预测性。虽然我们确实会有一些固定的约会和周期性活动，但要坚持执行某些自律的习惯却并不容易。而卡拉和吉姆在这方面令人惊叹。尽管他们也会感受到时间紧迫、事务过多的压力，但他们始终遵循经过深思熟虑的生活节奏，规划自己的每一天，确保为造物者和灵性工作留出时间——年复一年，十年如一日。

“自律”这个词也突出了他们所强力运用的一种品质——Ra 将其描述为“通向造物者的伟大管道”：意志力。在这方面，他们的自律不仅仅体现在日常作息的安排上，更重要的是在训练自己的心智，以处理、分析、平衡并宽恕每天所遇到的催化剂（人生经历）。我从未遇见过其他人能将自律贯彻得如此清澈透彻。

“真诚”体现在他们始终如一地忠于自我，无论白天黑夜。我自 2003 年以来见证了他们在各种场合的表现，无论是在路易斯维尔内外、在有无他人的情况下，他们始终保持真实的自我。根据我对心理学的浅薄理解，我确信他们也会有某种程度的人格面具，但如果真有的话，那也是极为微妙、一贯且与其灵性核心并无二致的，以至于在我看来几乎是无形的。他们行事少有伪饰，怀抱极大的谦逊，无论面对何种听众，总是如实呈现自己。（当一个人达到这种程度的真实，他们往往会散发出光明、宁静、存在感、善意等品质，因此，人们对他们的反应通常是积极的。）

我见证他们真实自我的众多方式之一，便是他们在谈及自己通过爱/光研究中心（包括他们作为传讯管道所扮演的特定角色）所共同奉献的人生事业时，表现出的毫不犹豫和毫无歉意——即使面对那些完全没有相关理解框架的人。当然，前提是被问及时才会如此。就我个人而言，我会本能地想要向那些对此并无兴趣的人隐藏这部分生活，因为我下意识地抗拒可能

遭到的拒绝。但卡拉和吉姆不会。他们清楚自己是谁，并坚定但谦逊地站稳于自己的立场。即便是在与他们著作的忠实读者见面时，他们也从未将自己置于任何特殊的地位，而只是作为一个普通的人类和寻道者。

“赤诚”（Open-hearted）体现在他们所做的一切都充满基本的同情心与善意，但更深层次地说，体现在他们愿意支持他人的自由意志，并且通常不会试图强加自己的意志。在我与卡拉和吉姆的关系中，这一点无数次地得到印证——他们总是努力去了解我的偏好，并尽可能地予以尊重和满足。尽管他们对某些事情应如何进行抱有一定的期待，但总体而言，他们的行事方式始终是尊重并支持他人的自由意志。他们是有意识的伦理践行者，并且深知必须在他们所能感知到的最高伦理框架内做出决定。

尽管上述三种品质展现了强大的意志力，他们同样理解并践行了这枚硬币的另一面——信念。无论他们如何通过坚定的意志力去执行有纪律的活动和意图，卡拉和吉姆始终会在一天结束时选择将意志交托于造物者，努力并通常能够成功地放下对结果的执着，相信无论事态如何发展，一切都是美好的。

然后我意识到，还需要更多的词语来描述他们，比如：豁达、虔诚、以服务为导向、坚韧不拔、妙语连珠、乐观开朗、热爱音乐、舞者，以及喜爱伏特加（就卡拉而言），等等。最后，我不得不及时踩下刹车，否则我的字母汤恐怕都要被用光了。

我还想谈一个品质：毅力。这一点在我观察卡拉打字时体现得最为鲜明。如果你见过卡拉的双手，你会注意到，它们因几十年来极其疼痛的类风湿性关节炎而严重变形。她的四个指关节隆起，形成一道起伏不平的突块，手指弯曲，双手整体畸形，以至于她无法像大多数人那样用十根手指在键盘上打字。相反，她只能使用所谓的“寻找并敲击”（hunt ‘n’ peck）方法，也就是只用两根手指——每只手各一根——来敲击键盘上的按键。尽管这是一种相当缓慢的打字方式，可能会让许多人感到沮丧，但卡拉始终坚持不懈，直到她写完当天的电子邮件，甚至完整地写出整本书。我认为，意志力最好的体现，不仅是在某个需要竭尽全力的关键时刻（尽管这也很重要），更在于它在漫长岁月中的持续运用。通过纯粹的坚持不懈，卡拉向我展示了这种层次的意志力。

然而，在结束这一部分之前，我无法不强调另一个我极为钦佩的品质——这不仅体现在吉姆和卡拉身上，但我认为，如果“近乎完美”这一说法当得上，那么卡拉无疑是最完美的体现者：基本的开朗乐观。要持续保持并展现愉快的态度、善意和单纯的乐观，即便对于身体健康无虞的人来说，都是一项极其困难的美德。而卡拉在经历深重的身体痛苦和医疗折磨的同时，仍能以这种方式服务他人，这至今仍让我惊叹不已。你随时都可以走进她的房间（彼时她被困在医院的病床上，背部有一个从未愈合的开放性伤口），她都会用微笑和眼中的光芒迎接你。我自己每天都会经历严肃、退缩、不快乐、沮丧、烦躁等等情绪，因此我愈发惊叹于卡拉是如何做到不让任何人生考验或境遇熄灭她的光芒。她在这方面如此自然而然，以至于人们可能会误以为这是毫不费力的，并将这一特质完全归因于她的天性。然而，深入探究她的内在世界便会发现，卡拉正是通过意志与信仰，借助祈祷、调谐、感恩、宽恕，并通过她所深深爱戴的耶稣基督向造物者敞开心扉，从而刻意修炼出这一生命状态。

这些品质值得深入探究，因为正是这些品质，以及其他一些特质，共同促成了爱/光研究中心这一组织的成长。然而，这些品质并不归卡拉、吉姆、他们的组织，或任何个人所有。它们在这两位身上展现出独特的形式，但实际上，它们只是无数种方式中的一种，任何寻道者都可以通过意志与信仰加以运用。

尽管对他们的描述如此赞誉有加，但他们的工作，如同所有人的工作，从未真正完成。这仅

仅是他们在无尽进化旅程中的某个时间点的快照。例如，吉姆几乎在一生的大部分时间里，都带着一种微妙的内在防御或屏障，使他与他人之间始终保持着某种距离。直至 2015 年——就在卡拉去世后的短短几个月内——他才目睹这些屏障的消融，而这一转变的过程，我们将在附录 B 中探讨。

阳光下的画面

本次访谈试图记录这些方面的内容，同时涵盖我脑海中浮现的所有其他话题，以此捕捉一部传记、一段人生故事。我认为它在这一点上做得相当全面，但仍未能尽可能深入地探究他人的本质。我们没有深入挖掘你或许会称之为“人的缺陷”，或者邦联可能会称之为“引发学习的扭曲”——也就是那部分经历，如果被更彻底地审视，能够呈现出更完整、更全方位的 360 度画像。

为了避免完整读完本书的那四个人（玩笑意味）带着“他们刚刚阅读了一群圣人般的存在”这一印象离开，我想传达的是，本次访谈的对象，包括艾尔金斯，在相对世界的意义上来说，并不完美。他们的本性极其人性化，与读者的本质无异。这些年来，我曾目睹过一些微小的瞬间，展现出嫉妒、愤怒、狭隘、虚伪、不一致，或者做出我会称之为“愚蠢决定”的行为（我深有体会，因为我自己也做过不少）。然而，与这个星球上丰富多样的人类戏剧相比，他们的这些时刻极少表现得那么剧烈或明显——卡拉和吉姆始终努力以慷慨与同情心对待他人，即便这意味着选择保持沉默，而正如你所了解的，唐几乎从不表达任何观点或情感。因此，在这场访谈本就有些超出预期规模的情况下，我选择不把重点放在基本的人性缺陷上。

承认那些不那么理想的行为和态度的存在，我们应当如何理解并定位它们？请想象一幅描绘户外场景的美丽画作——可以是乡村，也可以是城市，随你所愿。无论这幅画的光线多么明亮，比例与色彩多么和谐美丽，它都会有阴影。去除这些阴影将是不真实的，也会削弱画面的美感与生动性。

我们每个人都是一幅自然景象，有些人身上的阴影多一些，有些人少一些。毫无疑问，吉姆、卡拉以及唐·艾尔金斯在他们的建筑一角，在屋檐之下，或者在阳光透过格子桌面的缝隙投下的地面上，也有些许阴影。但当我们的目光在这幅画面上游走，当我们欣赏完局部后再退后一步，试图捕捉整体的意义，便会清楚地看到，他们的画面是怎样的一幅沐浴在阳光下的风景——一幅描绘两个人在面对所有扭曲（无论是自身的还是他人的）时，始终努力走在高尚之路上的景象。

从这样的视角凝视这幅画，各种情感反应可能会油然而生——从亲切的敬意，到钦佩、敬畏，甚至热泪盈眶，或心怀感激，乃至一种从心底涌动的爱。尤其是当他们生命中那些鲜明或微妙的色彩——服务、奉献与灵性——渐次浮现时；尤其是当你意识到，无论他们的工作多么非凡，他们始终保持着非同寻常的谦逊，毫无矫饰，坦诚地呈现并分享真实的自己时。

但无论我如何描绘这幅画，唯一的观者仍是你。通过他们的工作和交流，他们留下了——而吉姆仍将继续留下——数以千计的文字。在这些文字、他人与他们交往的记述、以及他们工作所树立的榜样中，你已经拥有足够多的素材，可以对他们是怎样的人形成一个清晰的印象——尽可能地理解一个人类个体（这等同于理解一个伟大的奥秘）所能被理解的程度——以及这一哲学体系是如何诞生的。你或许可以对他们的目标产生一丝领悟，而在这面镜子中，你也许能看到自己的映照，并受到启发，去回想你自己想要做的事情，以及你正以怎样的爱去践行它。

或许你会走得更远，提升视野，使你的关注点不再停留于三个人、他们的工作、他们的境遇、

他们所处的时代与地理位置，而是开始看到唯一值得我们在此看到的事物。

让我们在太一无限造物者之中开始，也在太一无限造物者之中结束我们所有的努力。

我们认为，一切显现的本质皆为幻象，并且只有当个体从形态与阴影转向“一”之时，这一显现才具备其功能性。

——Ra，一位谦卑的《一的法则》信使

附录

附录 A：在上主的田野中起舞——神圣的性爱

在你的一生中，你与性的关系是怎样的？

【本次访谈及附录 B 中的下一次访谈，均于 2016 年 3 月通过电子邮件与吉姆进行。】

在我 2015 年 6 月 26 日的卡米洛特日记中，我认为我用以下这段话概括了这个问题的答案：

当我年轻时，在大学里无忧无虑，我根本不知道与相伴多年的伴侣之间的性会是什么样的。我以为性就是性，不过是一种有趣而不负责任的事。当卡拉和我走到一起时，一开始就是那样，但随着我们不断开启更高层次的能量中心，真正做到了相互悲悯与坦诚沟通，我惊奇地发现，直到卡拉生命的最后，性能量交流的力量与意义还在持续增长。感觉每一次约会都像是在体验之山上更进一步，而我们所能攀登的高度似乎没有尽头。

你是何时、又是如何第一次意识到性的形而上维度与灵性价值的？[1]

卡拉和我之间一直有着良好的性化学反应。我认为这也许从几世之前便已开始，并且可能已经延续了相当一段时间。这些都是推测，但我知道我们之间的关系是特别的。用不了几次约会，你便能感受到这一点。你知道与任何人的第一次都有一种独特的趣味与探索的成分；而对卡拉和我来说，似乎每一次相聚都是那种感觉。在我们的体验与感受中，始终都有新的东西涌现。

卡拉与这一人类意识最根本、人类活动最重要的方面之间，终其一生是怎样的关系？

卡拉非常与众不同。她在 16 岁时决定主动邀请班上最英俊的男孩约会，让他吻了她，只是为了感受一下是什么滋味。她并不觉得有什么特别，于是从那时起便决定，等到自己真正准备好步入婚姻之前，不再在性方面更进一步。因此，对她而言，性的灵性层面始终是完整无损的。她从未仅仅为了肉体上的满足而进入任何性关系。她始终认识到，性是上帝赐予的礼物，理应被视为神圣之事。[2]

Ra 所定义的"性能量转移"是什么？

在与伴侣共享性爱时所传递的能量，涵盖心智、身体与灵性三个层面。三者合而为一，构成了推动 Ra 接触得以进行的"生命能量"。男性通常拥有多余的身体能量，而女性则拥有多余的心智 / 情感 / 灵性能量，这些便是在"性能量转移"过程中得以交流传递的能量。[3]

所转移的能量多寡，取决于所储存的能量总量。能量通过前戏加以积蓄；前戏越充分，所储存并可供转移的能量便越多。这些能量在高潮时刻得以释放与传递。若双方同时达到高潮，则所储存的能量在转移时将翻倍。[4]

将性从纯粹的肉体行为或寻求快感的行为，转化为能够真正实现相互提升之能量交流的关键要素是什么？

关键要素实际上有两个：其一，在一段配对关系中，双方所有的脉轮或能量中心均须清明通畅、全然开启。[5] 其二，双方都将这次性能量交流献给造物主。"Soli Deo gloria"——这句话印在路易维尔巴赫协会所有节目单的末尾。卡拉在那里演唱了 37 年，深受这神圣音乐的滋养。这句拉丁语的意思是"唯愿荣耀归于上帝"。[6]

有意识的意图或奉献在这种交流中是否发挥任何作用？抑或，只要以开放的心去进行性爱，它便会自然而然地发生？

在任何能量交流成为可能之前，必须先拥有一个开放的心轮。将性能量交流有意识地奉献给太一造物者，会提升能量交流发生的可能性与纯粹度。双方共同将性能量交流有意识地加以奉献，正是使这一体验成为神圣的关键所在。

两个了解这一过程的人，是否可以做些什么来增强和深化这种交流？

双方都需要保持所有能量中心的开放与清明。伴侣之间任何的分歧，都需要在尝试进行性能量交流之前得到和谐的解决。卡拉和我从不让任何分歧留宿到日落之后。我们总是在夜间入睡之前，将一切分歧和谐地化解。这需要双方对彼此以及对坦诚沟通的全然投入。这段关系本身，需要被视为比其中任何一方都更为重要的存在。

Ra 谈及性能量转移时说，"其中蕴藏着一套通向智慧无限之门的完整体系"[7]，而在另一处，他们又将这种活动在某种表达层次上称为"高级性魔法"[8]。在这种特定形式的人类交流中，所能达到的最高或最深的体验是什么？

这座山的顶峰，是"对太一无限造物者之完全临在的圣礼式体验"。那将是紫罗兰色光芒的能量转移，代表着与智能无限——即太一无限造物者——的接触。我们从未抵达那个高度。我认为，靛蓝色光芒的能量交流已是我们所能攀登的山顶。那代表着与智能能量的接触。[9]

两位寻求者可以做些什么，来达到这种——如你所言——圣礼式合一意识的顶峰？换言之，如何能够通过性来认识造物主？

寻求这种合一意识的伴侣，需要每天平衡自身的催化剂。他们需要冥想，并持续修通任何尚未完全激活的能量中心。大多数时候，这项工作将涉及靛蓝色光芒的激活，继而将其与所有较低能量中心加以平衡，再借助灵性作为媒介，与智能无限建立接触。我的靛蓝色光芒于 1972 年被激活，此后 33 年间，我一直在将其与其他能量中心进行平衡。[10] 这绝非一个短暂的过程！

在你看来，进行这种类型的性能量交流，是否必须是配对伴侣？或者说，成为配对伴侣是否有其特定的益处？[11]

我的看法是，只有配对伴侣才有可能将性能量交流运用于 Ra 所称的"高级性魔法"之中，从而与智能能量或智能无限建立接触。当然，双方心轮都已激活的非配对伴侣，也可以启动性能量转移，但对于更高脉轮层面的能量交流而言，通常需要作为伴侣付出大量的努力、时间、亲密积累与共同经历，才能掌握向彼此敞开心扉的能力，进而能够坦诚沟通，化解一切不和

谐。这是就正面取向而言的。对于负面取向的存有而言，情况或许并非如此。[12]

性别或生理性别在其中扮演什么角色？在你看来，同性别／性别的灵性寻求者是否能够体验同样的能量交流，并达到同样的潜能？

这是一个非常好的问题。从理论上讲，我认为同性存有之间也有可能实现性能量转移——前提是其中一方认同阳性能量，另一方认同阴性能量。性能量的交流仍然需要存在性极性，方能发生。[13]

你与卡拉之间的性能量转移关系是怎样的？

我们始终将我们的性能量转移奉献给太一造物者。除此之外，我也致力于提升卡拉的生命能量与身体能量，并在每次做爱之前，在心中向自己郑重表明这一意图。我将卡拉的生命能量与身体能量的提升，视为有助于我们寻求和服务太一造物者这一愿望的重要方式，在 Ra 接触期间尤为如此。

性，或者更确切地说，性能量转移，从字面意义上为 Ra 接触提供了动力。若非如此，这一接触根本不可能持续，至少不会持续太久。能够以爱的力量——以及对性行为的奉献——为团队的工作提供能量，这是多么令人惊叹的际遇。[14] 这对你们的关系产生了怎样的影响？

这种认知使我们感到无比蒙福。我们视身处 Ra 接触之中为一种荣耀，而能够通过将我们的性能量交流奉献于寻求和服务太一造物者，从而延长与 Ra 的通灵次数并增加会面场次，更是双重的荣耀。

你和卡拉如此坦然地拥抱神圣的性，将其写入书中，并在日常卡米洛特日记的记录中不时报告这些时刻[15]。当然，并非以露骨的细节呈现，而总是以委婉而富有创意的方式——其中一个最常用的意象，是以某种穿越"主的田野"的行进来加以描述：

- "米克和我沐浴之后，一同上楼，在主的田野中进行了一场辉煌而美妙的舞蹈。"
- "今晚我们在主的田野中长久而温柔地起舞，在余韵中沉入梦乡。"
- "我们是多么幸运，能够一同穿越所有脉轮，在主赐福的神圣田野中相遇。赞美主！"

这暗示着一种也许比这个星球的历史规范更为开明——或者至少是不同的——对性的关系：一种不将性视为必须隐藏、必须保持私密、或只能与同性伙伴在啤酒旁低声谈论之事的视角。你能就此发表看法吗？

我们在性能量交流中当然体验到了极大的愉悦，但我们也在共同的体验中感受到了巨大的喜乐，以及一种圆满感与命中注定之感。这感觉像是所有人与其伴侣相处时最自然不过的方式。

卡拉是否真的认为，性能量转移帮助维系了她的生命，使她那虚弱的身体得以留存于这一幻象之中？也就是说，帮助她保持健康、延续生命？

卡拉非常确信，我们之间的性能量交流对提升她的健康状况、延长她的寿命发挥了重要作用。这也是我在我们每一次共同体验中所承载的奉献意图的一部分。我将身体能量传递给她，就如同为一块电量耗尽的电池重新充电一般。

在能够得体描述的范围内，你能谈谈你和卡拉的过程吗？

我们通常会在约会当天的早晨，商定当晚的约会安排。这样我们便能用一整天的时间来享受

对约会的期待。我们会经常一同沐浴，然后舒适地相依偎下来，轻柔地絮语交谈，确保所有能量中心都处于清明通畅的状态。之后，便是充分的前戏与欢愉。

由于卡拉令人望而生畏、且日益严峻的身体状况，她的身体最终失去了与你进行肉体交合的能力。然而你们二人坚持了下来，找到了纯粹通过能量实现相互高潮的方式。你能描述这是如何做到的吗？

这一点，我留给你去想象。请设想你是一个被告知不能进行性交的青少年，但你仍然渴望拥有性体验。你会怎么做？

在 54.25 中，Ra 说正面取向的存有将会"将强烈的红色光芒性能量转化为绿色光芒能量转移"[16]。红色光芒性能量具体指的是什么，它又是如何、或通过什么方式被"转化"为绿色光芒能量转移的？

我只能猜测，但我的猜测是：正面取向的存有极有可能以彼此之间强烈的肉体（红色光芒）吸引力作为关系的起点。然而，由于他们是正面取向的，他们不会仅仅将这种肉体吸引力作为共享性能量交流的唯一理由，甚至也不会将其作为根本理由。他们会更深入地探寻另一个自我的本质，发现那些比肉体更具吸引力的品质。我认为卡拉最令人心动的品质，是她卓越的智慧，以及她真实、坚强而独立的个性。无所畏惧的精神同样最具吸引力。她在外貌上也颇为迷人，但那在我所欣赏的她的吸引力品质中排在第四位。随着我们年岁渐长，肉体的吸引力会逐渐消退，而这些其他品质则往往与日俱增。

在 32.10 中，Ra 描述了一种他们称之为"完全融合本质"的状态，在这种状态中，两个人经历心智、身体与灵性的融合，Ra 称之为"可以说，是一种持续的喜乐与欢愉的高潮，彼此沉浸于对方的存在之中"[17]。这是你和卡拉曾经清晰体验过的状态吗？你认为这或许是对紫罗兰色光芒转移体验的描述吗？

同样，我在此只是推测，但我猜测这将是作为一种稳定意识状态的紫罗兰色光芒转移。卡拉和我曾有过相当长时间的高度愉悦与相互交融的体验，但它们最终还是归于平息。

对于那些同样希望开启神圣性之齿轮、建立自己独特修行与体验的寻求者而言，最重要的考量是什么？

寻找一位与你同样全心致力于寻求太一造物者之灵性旅程的伴侣。共同分享这段旅程的每一个部分。共同建立某种仪式，以赞美太一造物者来开启每一天，也以同样的方式结束每一天。通过平衡练习来疏通每一个能量中心，并以坦诚的沟通保持各中心的开放畅通。永远不要让任何不和谐之处积郁滋长。将这段关系置于首位。尽快化解任何不和谐，最好在夜间入睡之前便加以解决。将每一次性能量交流奉献给太一造物者，并常常感谢造物主赐予你生命中所有的祝福。

我们将以卡拉的《流浪者手册》中的一段摘录来结束这次访谈：

在西方白色仪式魔法传统中，圣礼性有时被称为"高级魔法"。尽管我绝不推荐任何形式的性行为——无论是西方还是东方的修炼方式——若其目的在于追求效果而非作为分享与提升爱的途径；尽管我也会回避任何形式的"黑色"性活动，包括以伤害而非嬉戏为形式的施虐与受虐行为，但我可以亲身见证这种高级魔法之美。

> 白色魔法的核心，是体验与造物主合一的喜乐。这种喜乐必将贯穿正面进阶者整个生命体验的始终。正因如此，性魔法并非仅限于负面取向的极化进阶者，而是当最为审慎地运用时，在高级魔法中占有其应有的位置——因为当正确追寻时，它将身体、心智与灵

性与太一无限造物者相连合一。——Ra，71.7

任何能够找到良伴的人，都不难踏上这条探求之路。要使关系中爱与信任的源泉充分开启，直至能够实现这些进阶体验，或许需要多年的耕耘。但这项工作并不艰难，而当一个人开始触及这些更高层次的能量时，所获得的成果实在令人叹为观止。

> 我们请求每一个人，将修炼性视为一项神圣的事业，是神圣生命的一部分。让它充满奇妙与乐趣。解放自我，在这种能量的美丽中欢欣雀跃。这有时是一个漫长的过程；然而，在这项工作中蕴藏着无尽的愉悦。——Q'uo，1995 年 4 月 9 日

是的，确实如此。我由衷感激在我的生命中所共享的这份激情。它带来了无可估量的益处。我感到，性的本质是游戏——一种神圣的游戏，其丰富程度取决于投身其中的人以及当下时刻的自发性。将每一次都视为全新的体验，视为第一次，因为它确实是第一次。当我们开始拨弄身体那些古老而亲爱的弦律时，专注于那愉悦所吟唱的音符，专注于那穿透我们身体的电流与光，感受它在明亮的回路中流经伴侣的身体，再度归来。每一次体验都有其独特的形而上音调与能量流动，而进入圣礼状态的途径，首先在于将整个行为——连同行为本身的愉悦——全然奉献给无限造物主；其次，在于将强烈的专注力投注于当下时刻愉悦的流动之中。在这最为神圣的结合中，将自我完全交付其间，因为它是神圣的。[18]

[1] Ra 说，所转移的能量是形而上的，或具有时间 / 空间的性质，包括心智、情感与灵性能量。

> **发问者：**在面纱之前，关于性能量转移、两性关系，或其他任何面纱降临前的情形，你能否描述我们尚未谈及的其他身体层面的差异？
>
> **Ra：我是 Ra**。面纱降临前后，最为关键的差异或许在于：在心智、身体与灵性尚未被面纱遮蔽之时，存有们清楚地知晓，两个存有之间的每一次能量转移——事实上，几乎所有源自任何交流的事物，无论是社交性的还是性爱性的——其本质与实质都存在于时间 / 空间之中，而非空间 / 时间之中。
>
> 性活动中所转移的能量，严格来说并非属于空间 / 时间的范畴。其中有大量你们可以称之为形而上能量的成分得以转移。事实上，由于面纱降临后存在一种假设——认为称之为身体的物质显化形式仅受物理刺激的影响——整个身体复合体因此被大大地误解了。而这种假设是完全错误的。84.17

[2] 更多关于卡拉与性的关系，作为灵性之功能与献礼的内容：

> **Ra：**我是 Ra。这一器皿虽非异常，但与你们许多第三密度存有相比，她在心智、身体与灵性的分离方面扭曲程度相对较低。性转移的能量若流经尚未发展的灵性电气或磁性复合体——即你们所称的回路——将会实际上使该特定回路短路。相反，完全的灵性能量若流经身体复合体的回路，也会对身体复合体尚未发展的回路产生不利影响。
>
> 有些存有，如这一器皿，在特定的此生中，从未选择在任何时候通过身体回路来表达性能量。因此，从这类存有体验的起始，身体与灵性便在任何性行为中共同表达。所以，对于这一器皿而言，转移性能量，即是在身体层面之外同时进行灵性层面的转移。
>
> 若由一位具有感知能力者来审视这一器皿的磁场，将会显示出这些不寻常的构型。这并非某一存有所独有，而是相当数量的存有所共有的特征——这些存有已失去对橙色光芒

与绿色光芒【Ra 说的是"绿色光芒"，但推测其意为"黄色光芒"。48.2】性体验的欲望，从而强化了灵性、心智与身体的综合回路，在每一行为中表达存在的整体性。也正是出于这一原因，社交交流与陪伴对这一器皿极为有益，因为她对更为微妙的能量转移十分敏感。

[3] 关于来自各光芒的转移类型：

发问者 在体验之后，是否有任何方法可以判断某次转移对个人而言属于哪条光芒？个人是否有办法辨别转移发生在哪一条特定光芒？

Ra： 我是 Ra。对此只有主观的衡量标准。

绿色光芒：若能量已流动，使爱得以圆满，则绿色光芒转移已然发生。

蓝色光芒：若通过同样的存有之间的交流，带来了更为畅通的沟通与更为广阔的洞见，则能量已被提炼至蓝色光芒能量中心。

靛蓝色光芒：若极化的存有通过同样的能量转移体验，发现意志与信念的能力受到了激励——不仅仅是短暂片刻，而是在你们所称的较长时间内持续如此——你便可以感知到靛蓝色光芒转移的发生。

紫罗兰色光芒：关于紫罗兰色光芒转移，我们无法多言，仅可指出，它是通向智能无限之门的开启。事实上，靛蓝色光芒转移也是如此，但可以说，面纱尚未被揭起。84.21

[4] 关于储存与转移的能量，以及高潮的时机：

Ra： 能量转移发生于势差的一次性释放之中。这并非在绿色光芒与绿色光芒能量中心之间跳跃，而是双方能量从红色光芒向上共同分享。在此背景下，当双方同时达到高潮时，可以看到其效率是最高的。然而，只要其中任一方达到高潮，它便作为转移而发挥作用；事实上，在配对伴侣之间身体表达的爱的情形中，即便未达到你所称的高潮这一结果，仍然有相当数量的能量得以转移——这是由于已被激发的势差所致——只要双方都意识到这一势差，并通过意志在心智或心智复合体的专注奉献中将其力量互相释放。

你可以将这种做法视为在你们某些可称为非基督教宗教性一的法则扭曲体系的修炼中，被用于产生能量转移的方式。84.13

发问者： 你能就最后这句话举一个例子吗？

Ra： 我是 Ra。我们在举例之前先作一提醒：每种体系都存在相当程度的扭曲，其教导也总是有所残缺。然而，其中一种体系便是被称为密宗瑜伽的修炼。84.14

Ra： 若双方都具有良好的极化状态，并以绿色光芒之爱振动，则任何高潮都将向双方提供等量的能量。84.16

[5] 在讨论面纱降临前后的能量转移时，拉着重论及了性能量转移，并暗示了配对关系的价值：

Ra： 让我们以你们的性能量转移活动为例。对于那些不生活在面纱遮蔽之下的存有而言，每一次性活动都是一次转移。其中有一些是较强的转移，但由于缺乏面纱的遮蔽，大多数转移的强度相当微弱。

在第三密度中，存有们正在尝试学习爱的方式。若能看到所有存有皆为一体，则对于尚

未经过训练的人格而言，要选择一位伴侣、并由此踏上服务之程序，将会变得困难许多。更有可能的情形是，性能量会以更为随机的方式耗散，而这些体验既不会带来极大的喜乐，也不会带来极大的悲伤。

因此，绿色光芒能量转移——几乎无一例外地是面纱降临前性能量转移的情形——依然较为微弱，缺乏显著的结晶化。面纱降临后的性能量转移与阻塞问题，我们此前已有论及。可以看到，这是一个更为复杂的研究领域，但对于那些寻求绿色光芒能量中心的人而言，其结晶化的效率却远高于之前。83.3

Ra：将一切认知为造物主的觉知，是开启绿色光芒能量中心的钥匙。因此，由于每个存有都确然地知晓对方即是造物主，便不存在任何阻塞的可能性。转移之所以微弱，是因为在任意两个具有极化状态的存有之间进行性交时，这种转移得以发生的方式过于轻易。84.8

在此处也有类似的表述：

发问者 请问我可以询问此星系的逻各斯是否规划了配对过程——或许如第六号牌所描绘的那样——我不确定这是否相关——通过某种类型的 DNA 印刻，正如我们的科学所研究的那样。许多第二密度生物似乎拥有某种印刻机制，能够形成终身配对关系，我想知道这是否是逻各斯为这一特定机制所设计的，以及它是否也延续到了第三密度？

Ra：我是 Ra。在你们的第二密度动物中，有一些具有本能性印刻的一夫一妻制配对过程。第三密度的身体载具——即在你们星球上显化的基本此生工具——正是从这些具有如此印刻的存有中演化而来，所有上述设计均出自逻各斯之手。

第三密度存有的自由意志远比来自第二密度 DNA 编码的温和遗留更为强大，因此在你们许多心／身／灵复合体的有意识本质中，一夫一妻制并不是通过自由意志的行使而形成的一部分。然而，如前所述，在深层心智中存在着许多路标，向警觉的进阶者指示催化剂更为高效的运用方式。正如我们所说，你们人类的逻各斯具有一种向善的偏向。99.10

以及卡拉在《流浪者手册》中的若干思考：

换言之，造物主已将一种偏向配对关系的倾向内置于我们身体的能量系统之中。配对关系需要付出努力！这是必然的！但在生命这所学校——亦即爱的学校——中，我感到伴侣是一份巨大的馈赠，其所能给予我们的催化剂，轻而易举地超越其他任何人——包括我们自己——帮助我们更高效地成长。配对关系是一条形而上的快速通道。相比女性，男性在传统上更多地将婚姻状态视为一种负担，认为那是一个让他余生都不得不为之劳碌、为新家庭的住所、子女与生活支付代价的计划。……而现实是，任何关系对双方而言都在某种程度上增加了责任。最为成功的伴侣可以被描述为接力团队、合作伙伴、共同完成任务的挚友。而这一切的部分基础，在于双方对这种配对状态之身体正当性的共同认知——它珍视找到伴侣这一莫大的幸运，并认识到忠于这种配对纽带能够带来丰厚的收获，不仅包括至关重要的信任，还有愉悦、合一与崇拜。

鲁科特，卡拉·L.，《流浪者手册》（肯塔基州路易维尔：爱/光研究中心，2001 年），第 136 页

[6] 与 84.20（见下一条尾注）相呼应，或许还需特别关注绿色光芒激活的必要性：

Ra：我是 Ra。随着绿色光芒能量转移的实现，你们现在来到了性层面以及每一种其他

体验模式上的重大转折点。绿色光芒此后可以向外转化，存有由此从接受转为给予。超越绿色光芒的第一种给予，是给予接纳或自由，从而为蓝色光芒能量转移的接受者提供一种被接纳之感的机会，继而使那个他者自我得以自由地向给予者表达自身。

值得注意的是，一旦两个心／身／灵复合体在配对中实现了绿色光芒能量转移，更高的光芒便可进入，而无需双方同等程度地共同进阶。因此，一个以蓝色光芒或靛蓝色光芒振动、且其他光芒振动均已清明的存有，可以与绿色光芒层次的他者自我共享该能量，从而成为促进他者自我持续学习／教导的催化剂。在他者自我抵达绿色光芒之前，这种跨光芒的能量转移是不可能实现的。32.5

[7] 关于开启通向智能无限之门的完整体系：

Ra：为回应你的询问〔关于性能量转移〕，我们首先希望赞同你的推断——你现在所询问的主题确实是一个宏大的课题，因为其中蕴藏着一套通向智能无限之门的完整体系。你可以理解，出于我们对保护进阶者自由意志的考量，某些信息必然被笼罩在神秘之中。

开启蓝色光芒、靛蓝色光芒，以及最终那性能量转移之柱的伟大顶端——紫罗兰色光芒能量转移——的关键，是形而上的联结或扭曲，在你们的人类语言中，其名称为无条件的爱。在蓝色光芒能量转移中，这种爱的品质在诚实沟通与清明表达的炉火中得以提炼；这一过程——可以说，通常而言——需要耗费你们空间／时间中相当大的一部分，尽管也存在这样的情形：某些配对在前世已得到充分的磨砺，且被如此清晰地记忆，以至于蓝色光芒可以即刻得以贯穿。这种能量转移对寻求者大有裨益，因为由此而来，这位寻求者的一切沟通得以提炼升华，诚实与清明之眼得以注视一个全新的世界。这便是蓝色光芒能量的本质，也是使其充分激发并得以结晶的途径之一。

当我们接近靛蓝色光芒转移时，我们发现自己置身于一片幽暗之地，在那里我们无法直言不讳地向你传递信息，因为在我们看来，那将构成一种侵越。关于紫罗兰色光芒转移，我们完全无从言说，因为我们同样不希望违犯混沌法则。

我们可以说的是，这些珍宝虽购之艰难，对寻求者而言却是无价之宝。我们或许可以建议：正如每一种觉知都是通过分析、综合与灵感启发的过程而获得的，寻求者也应以同样的方式去接近其伴侣，评估每一次体验，寻觅其中的珍宝。84.20

[8] 关于"性魔法"：

发问者：那么，这是否是造物主体验自身的原初机制？

Ra：我是 Ra。这一表述并不准确。或许更恰当的说法是，这是造物主认识自身的"一种适当的"方式，因为在每一次互动中，无论扭曲为何，造物主都在体验自身。造物主对自身的两性认知具有两种潜在优势。首先，在绿色光芒已激活的存有中，存在着一种你们可以称之为喜乐的直接而简单的类比——即存在于智能能量中的灵性或形而上本质。这对于更深刻地理解存在的真实本质大有裨益。

两性生殖行为的另一种潜在优势，是通往智能无限之门的圣礼性理解或联结——可以说，通过适当的准备，可以在你们所称的魔法领域中进行相应的工作，并由此获得智能无限的体验。正面取向的个体专注于这种抵达智能无限的方法，继而通过寻求或意志的行使，能够将这种无限智慧导向这些存有所希望完成的工作，无论是对服务的认知、疗愈的能力，还是任何其他对他者服务的愿望。

以上是造物主体验自身的这一特定方式的两种优势。正如我们之前所说，这一特定能量

转移之力量的必然结果是，它打开了一扇门——可以说——通向每个心智／身体／灵性复合体以无数方式服务于他者自我的意愿，从而向正面极化。31.3

Ra：我们接下来要谈及的第二种能量转移是性能量转移。所有以绿色光芒活跃振动的存有，都在非魔法层面上经历这种转移。如这一器皿——她将自身奉献于服务太一无限造物者——的情形所示，对这种能量转移进行进一步提炼是可能的。当他者自我同样将自身奉献于服务太一无限造物者时，这种转移便会加倍。此后，所转移的能量总量仅取决于所创造和释放的极化性能量的多少。从这一点向前，还有进一步的提炼，通往高级性魔法的领域。73.22

[9] 关于靛蓝色光芒与紫罗兰色光芒转移：

Ra：我是 Ra。靛蓝色光芒是——可以说——将造物主认知为自我之光芒；因此，靛蓝色光芒振动已被激活的存有，能够提供造物主对造物主的能量转移。这是你们所称的两性生殖行为之圣礼本质的开端。它以其对他者自我的给予，独特地承载着完全性、整体性与合一性。32.6

Ra：我是 Ra。紫罗兰色光芒如同红色光芒一样，在性体验中是恒常存在的。他者自我对它的体验可能是扭曲的，或被完全忽视，或未被他者自我所感知。然而，紫罗兰色光芒作为心智／身体／灵性复合体的总和与本质，环绕并渗透着心智／身体／灵性复合体的每一个行为。32.7

关于紫罗兰色光芒转移，在 84.21（尾注第 2 条）中还有少量进一步的信息。人们可以感受到，在紫罗兰色光芒的转移中，存在着幻象性的个体身份的彻底消融，每位伴侣回归于一种非二元的完整性，在那里主体与客体合而为一，消融于万有、于太一、于"我是"之中。

[10] 吉姆的靛蓝色光芒激活体验已在第 28 章"吉姆的生平"中进行了讨论。

[11] 无论是配对关系、独身状态，还是介于两者之间，性都是我们本质中一项根本性的核心组成，可以被探索、享受，并融入我们整体的存在之中。摘自《流浪者手册》：

性狂喜的体验往往是我们对造物主的第一次体验，有时也是唯一一次体验：

> 我们并非在说每个人都必须拥有性生活；我们所说的是，每个人都必须对拥有性生活持有良好的感受，无论当时是否身处一段关系之中。一个人在想到自己的激情与性欲时，不仅应当持宽容的态度，更应当有良好的感受——因为一个人在高潮时所感受到的激情，是对造物主稳定状态的第一次体验。它短暂而转瞬即逝，但它既是一份礼物所赋予的昭示，也是造物主推动物种进化的一种完全实际的方式。

鲁科特，《流浪者手册》，第 263 页

[12] 关于开启蓝色光芒转移所需时间的例外情形，请参见 84.20（尾注第 6 条）。

[13] 关于卡拉对同性恋与双性恋的看法，请参见《流浪者手册》第 268 页。

Ra 在此论及了与性能量转移相关的极性差异：

Ra：我是 Ra。能量转移意味着势能在——可以说——一个被赋予势能的空间中的释放。性能量转移之所以发生，是由于两个心智／身体／灵性复合体的极化，两者之间存在某种势差。能量转移或阻塞的性质，因此是这两种势能相互作用的函数。在发生转移的情形中，你可以将其比作一个回路的闭合。你也可以将这一活动——如同所有体验性活动

一样——视为造物主在体验自身。31.2

发问者：在上一次会面中，你提出了面纱降临前性能量转移始终是可能的这一论断。我想了解你所说的"始终是可能的"是什么意思，以及为何面纱降临后这种可能性便不再总是存在——只是为了澄清这一点。

Ra：我是 Ra。我们相信我们理解了你的询问，并将借用你们文化中的一个类比：为手电筒灯泡供电的电池。两节正常工作的电池串联放置，始终提供灯泡被点亮的可能性。面纱降临后，继续这个粗略的类比——两节电池若非串联放置，则无法为灯泡提供任何点亮的可能性。面纱降临后，许多心智 / 身体 / 灵性复合体由于阻塞，做出了相当于将电池反向安装的行为。87.18

〔注：Ra 在此所提及的"阻塞"涵盖无数种情形，不一定仅限于性别相关的情形。〕

发问者：谢谢。在早先的材料中，你提到了"磁吸引力"。你能否对这一术语加以界定和阐述？

Ra：我是 Ra。我们使用这一术语，是为了表明在你们的两性本质中，存在着极性这一特质。这种极性可以被视为是可变的，依据——可以说——每个存有的男性 / 女性极化程度而变化，无论该存有在生物学上是男性还是女性。因此，当两个具有适当平衡——男性 / 女性极性与女性 / 男性极性——的存有相遇，并由此感受到极化力量彼此间必然产生的吸引时，你便可以看到这种磁力的存在。这便是两性机制的力量所在。对一个在性方面与自己极性相反的存有感受到吸引，无需意志的刻意为之。在能量自由流动的情况下，这将以一种不可避免的方式发生，为其提供一条适当的——可以说——通道。这条通道可能会被某种指向某一信念 / 状态的扭曲所阻塞，该信念 / 状态向存有表明这种吸引是不被期望的。然而，这一基本机制的运作方式，简单得如同——可以说——磁铁与铁块之间的作用。31.7

在以下关于心智原型的问答中，Ra 论及了在能量转移中发挥作用的男性 / 女性原则——不一定是生物学意义上的性别——之间的差异：

发问者：牌面上，心智的母体（矩阵）似乎被描绘为男性，而心智的潜力赋予者则被描绘为女性。Ra 能否说明原因，以及这如何影响这两个原型？

Ra：我是 Ra。首先，正如我们所说，心智的母体与生物学意义上的男性相互吸引，而心智的潜力赋予者则与生物学意义上的女性相互吸引。因此，在能量转移中，女性能够赋予潜力于可能存在于男性意识心智中的内容，使其得以感受到灵性的注入。

从更广泛的意义上说，那主动伸出的，可以被视为男性原则；那静候伸出的，可以被视为女性原则。男性与女性这一极性体系的丰富性令人深思，我们不作进一步评论，而建议学习者自行加以思考。92.20

[14] 关于性能量转移如何支撑、激励并维系卡拉（从而维系接触本身）的更多信息，请参见：39.2、44.1、44.13、48.2、68.2、72.16、76.2、79.2—4、81.7、83.2 及 87.27 等处。

[15] 或者说，是每一次都可靠地加以记录。我无从统计究竟有多少次被记录、有多少次未被记录，也不打算去做这项研究。😊

[16] 关于那种嬗变：

Ra：正面取向的存有将会把强烈的红色光芒性能量嬗变为绿色光芒能量转移，以及蓝色

光芒与靛蓝色光芒的辐射，同样也将把自我身份与社会地位嬗变为能量转移的情境——在这些情境中，存有得以与他者融合并服务于他者，最终无需期待任何回报地向他者辐射。54.25

[17] 关于"完全融合本质"：

Ra：我是 Ra。整个创造皆出自太一造物者。因此，将性活动仅仅划分为身体复合体的事务，是一种人为的划分——如此一来，一切事物皆可被同等地视为具有性的属性，包括心智、身体与灵性，这三者皆是存有极性的组成部分。因此，性融合——无论是否伴随着你们所称的性交——皆可被视为心智、身体与灵性的完全融合，其感受如同——可以说——一种持续的喜乐与欢愉的高潮，彼此沉浸于对方的存在之中。32.10

[18] 鲁科特，《流浪者手册》，第 275—276 页

附录 B：卡拉的离世

我们为期七天的访谈于 2014 年仲夏结束。彼时的卡拉，正如她在此前三年多时间里的状态一样，因 2011 年 4 月的一次脊柱手术而被困于病床之上。那次手术留下了一处始终无法愈合的开放性创口。然而，即便在病床上度过了三年有余，她仍满怀希望，相信自己终将恢复健康，重新投入写作与通灵的创作工作。

访谈结束后，卡拉艰难的旅程中又发生了什么？【本次访谈及附录 A 中的上一次访谈，均于 2016 年 3 月通过电子邮件与吉姆进行。】

她出现了贫血症状。没有任何检查能够解释她失血的原因。但在 2014 年 9 月 19 日至 2015 年 1 月 12 日之间，她不得不接受了约六次输血与铁剂注射。她还饱受日益加重的恶心之苦——或许是强效止痛药所致——胃部已无法耐受太多食物。从访谈结束到 2015 年 1 月，她的体重下降了 50 磅。用于融合她三节腰椎的钛合金螺钉也开始从创口处显露出来，整形外科与骨科医生之间开始讨论取出螺钉的问题——因为螺钉已完成其使命，而任何留存于创口内的异物都可能引发感染。

她的健康状况在 2015 年冬季某个时候开始急剧恶化。那段时间里发生了什么？

在她离世前约两个月左右，她的听力与视力同时大幅衰退。一位听力专家告诉我们，这是脑瘤的征兆。我们始终未能进行核磁共振检查来确认这一可能的诊断。但若确为脑瘤，则可以解释她为何时常感到心神涣散、轻度焦虑。在她生命最后两周里，创口开始缓慢恶化。在她生命的最后几天，创口及其周围原本健康的皮肤变成了深紫色，创口散发出难闻的气味。那是一场大规模且迅速蔓延的感染，最终终结了她的此生。[1]

在访谈结束后约八个多月，卡拉于 2015 年 4 月 1 日离开了这个世界。你能描述那一天的经过吗？

在此之前的两三周里，她一直睡得很多，这让我感到一丝宽慰，因为那是她唯一能从持续加剧的疼痛中得到解脱的方式。但同时也让我悲从中来，因为我知道，随着她沉入睡眠，我正在慢慢地失去她。

在她最后一个夜晚，我握着她的手，在她熟睡时开始与她说话。我告诉她我有多爱她，我会

多么想念她，她教会了我多少关于敞开心扉去爱的事，许许多多的话就这样从我心底涌了出来。随后她睁开了眼睛，我继续说着同样的事，就这样，我们进行了一次充满爱的承诺、珍贵回忆与欢笑故事的深情交流。这些话我们以前都曾分享过，但从未有过如此深沉的情感与强度。那次交流有着巨大的疗愈意义，尽管每当想到她的离去与我独自面对一切，我至今仍会哽咽落泪。作为多年的灵性寻求者，我知道我们在此之前已相聚多次，日后也必将重逢，因为我们同属一个"族群"，即同一个灵性家族。但我的第三密度、尘世中的人格，却时时需要确认这一切都是真实的。

那天早晨，我按照往常的晨间程序为她进行了床上沐浴。我为她备了食物，但她从前一天起便已停止进食。那天她断断续续地喝了几次水。她睡了大半天，但在午后，海伦·D.和她的丈夫埃里克从佛蒙特州专程驱车前来探望她。海伦是她在马萨诸塞州斯普林菲尔德麦克达菲女子学校读高四时最好的朋友。

卡拉和海伦说着话、偶尔小憩，而埃里克和我则在院子里漫步，欣赏着花草与石砌景致。海伦说，有一刻卡拉突然清醒过来，神志异常清明，说道："这是真的。我快要死了，但我不知道是什么时候。"同样身患癌症的海伦告诉她，自己也快要死了，同样不知道是什么时候。

海伦和埃里克探望了约两个小时后便离开了。我洗了个澡，然后像往常一样在五点半左右小憩。我睡了一个多小时，醒来后看向卡拉，发现她的眼睛是睁着的。这有些反常，于是我起身走过去，想看看能否为她做些什么。我问她是否需要止痛药。我以为她点头示意，于是将两片氢吗啡酮放入她口中，并递上一杯水让她送服。

她用右手轻轻地将水推到一旁。我再次递上水，她再次用右手轻轻地将它推开。随后我转身将水杯放回她的床头柜上。当我再次转向她时，她脸上浮现出一种震惊的神情。我问她，这是否是她离去的时刻。我问她是否要离开我。

然后我将她揽入怀中，告诉她没关系。我告诉她，离开是可以的。我告诉她我爱她。她缓缓地深呼吸了三次，便离开了。时间是美国东部夏令时下午六点五十分。

……

我立即致电圣路加圣公会教堂的迈克尔神父，他赶来为卡拉施行了临终圣礼。迈克尔神父离开后，我取下了导尿管，更换了卡拉创口的敷料，为她擦洗了身体，并涂上了圣油。我取下她的首饰，为她换上了一套新衣，穿上了她最喜爱的袜子。随后我致电路易维尔大学医学院，通知他们她已离世，并将遵照她的意愿将遗体捐献给该校用于科学研究。医学院的两位工作人员在 45 分钟内便赶到了，但我们需要等待急救医疗人员到来并确认她已去世，还需等待法医到来并出具同样的证明。前后等待时间约为两个小时，于是我坐在床上，一手放在卡拉的腿上，与两位医学院的工作人员谈论着我们墙上的书籍及其涉及的各种主题，尤其是超自然现象那一部分。他们带走卡拉的遗体后，我原以为那晚自己无法入睡，但最终还是在凌晨两点左右沉沉睡去。

你为她举行了葬礼吗？

她希望葬礼在她离世后两到三周举行，以便远方的亲友有机会出席。她还希望定在周末的傍晚，这样人们就不必为此请假。我们在圣路加圣公会教堂举行了一场庄严而美丽的高级弥撒，时间是 4 月 17 日，一个周五傍晚七点。她亲自选定了礼拜仪式的每一个环节——所有唱诗班成员都被要求这样做——那是一场无比荣耀的仪式。[2] 仪式中包含了《颂主曲》，其拉丁文原意为"我的灵魂"。当玛利亚探访她的表姐伊利莎白——那时伊利莎白已怀有施洗约翰——时，伊利莎白因玛利亚的信德而称颂她。玛利亚的回应是唱出这些话，其要义是："我的

灵魂尊主为大。"这正是卡拉对自己生命的感悟——她的生命理应荣耀主耶稣基督，她个人的救主。我为她致了悼词，能够让人们了解卡拉是一位多么令人惊叹的信仰与爱的使者，我深感荣幸。[3]

人们对她的离世有何反应？

人们得知她离世的消息后，无不深感悲痛。我收到了来自世界各地许多人发来的充满深思与爱意的慰问。如此众多的朋友与陌生人纷纷涌来的爱，让我深感被爱与被抚慰。我认为，没有人能真正体会到，对于留在身后的至亲之人而言，收到那些关心你所爱之人、也关心你自己的人们所送来的慰问与祝福，究竟意味着多少。当你失去世界上与你最亲近的那个人，那种巨大的失落感，几乎与随之而来的独自留守于这个世界的孤寂感不相上下。当人们花时间写一封信、签一张慰问卡、或拨一通电话来表达真挚的慰问时，便为那一段极度灰暗的内心生活带来了一丝光亮。人们的爱极大地鼓舞了我，我想借此向所有寄来慰问卡与信件的人表示衷心的感谢。我爱你们所有人。

你是否感觉到卡拉已做好准备，为这一世的生命画上句点？

2015 年 1 月 1 日，她曾问我，是否认为她能活到 7 月份她 72 岁的生日。我告诉她，我真心希望她能，但情况似乎对此并不乐观。她似乎已相当坦然地接受了，无论那一刻何时到来。

虽然身处面纱的这一侧，我们永远只能加以推测，但你是否感到，我们所认识的卡拉这个灵魂，在她的一生中完成了她的使命，或者说她此生降生前所设定的目标？

我毫无疑问地相信，卡拉完成了她此生的目标。我们曾多次深入谈及，由于她全天候都需要我的关注与照料，我们双方都在从中学习各自的核心功课。

她需要在两件事之间取得平衡：一是她从童年便已学会的无条件给予而不期回报，二是学会接受他人爱的馈赠。为了能够接受他人爱的馈赠，她需要努力强化靛蓝色光芒层面的自我价值感。这两件事她都做到了。而我，则得以通过照料她、为她做她自己无法完成的事，开始以悲悯之爱敞开我的心扉。[4]

卡拉的医疗历程极为艰难，这样说还是低估了实际情况。包括我在内的大多数人，都无法在如此漫长的时间里承受那种慢性的身体疼痛与功能障碍。[5] 你是否感到，卡拉身体上的种种扭曲背后有其特定的目的？

卡拉清楚地知道，她在此生中预先设定了身体层面的局限，以防止自己将精力分散得到处都是——因为她的性格就像《小熊维尼》里的跳跳虎一样，什么事都热爱。这些局限使她得以专注于祈祷、敬拜、冥想与通灵的内在生命。根据 Ra 的说法，这些局限所带来的〔心智 / 情感层面的〕痛苦，本不必存在——除非她无法接受〔身体层面的〕局限本身。[6]

在卡拉离世后最初的几周与几个月里，你是如何回应和应对的？

她进入更广阔生命的次日，我们迎来了七英寸的降雨，地下室被淹了。我不得不将其全部清理干净，以便她的兄弟们及其家人在来参加葬礼时能够住在那里。这实际上是一种祝福，因为它让我的心思从她的离世上暂时转移开来。

白天，我持续忙于爱/光研究中心的各项项目，这让我依然感到与她是一支团队。夜里，我会对着她的照片倾诉，告诉她我的感受与经历。我还坚持每晚朗读她的悼词，持续了约一个月，并从中获得了意想不到的安慰。最重要的是，我也开始更加深入地踏上自己的灵性旅程，尤其是在她离世后两周内便开始了更为密集的冥想修行。

我们见证了你因卡拉的离世而经历的深刻转变与绽放。在你发生变化的诸多方面，你的能量变得柔和许多，更加开放，更易亲近，也少了焦虑、紧绷与急促。你花更多时间去珍视人与人之间的关系。[7]

你经历了一场转变吗？你能谈谈这方面的情况吗？

在卡拉还在世的时候，我便开始为她越来越多地以悲悯与爱敞开心扉。在她离世之后，这份悲悯开始向我周围的每一个人、每一件事物延伸扩展。8 月 3 日，在我的一次愤怒发作之后，我生平第一次能够爱自己、原谅自己，那是一次突破性的时刻。我的一生中，一直试图通过运用我在降生前所设定的——在对自我之爱方面有所欠缺的——预编程选择，来激发更多的悲悯。当我在 8 月 3 日摔坏了电脑之后，我感到极度痛苦，躺到床上时，我对自己说，如果能够在那一刻原谅自己所做的事，将会是一次巨大的突破。随后，一股强烈的泪水、释怀与对自我的爱的浪潮涌过我全身，即便在绝望的深处，我也得以爱自己了。

卡拉离开我们至今已将近整整一年。她的离世对你的灵性探求具体产生了怎样的影响？

卡拉进入更广阔的生命，成为了触发我将全部能量聚焦于在内心寻求造物主的契机。这显然是一个预先设定、注定要在她离世之时启动的此生计划。我主要通过每天多次冥想，以及研读卡拉的全部著作和乔尔·戈德史密斯的作品来实践这一计划。

意志与信念在这个过程中发挥了怎样的作用？

运用我成长的意志，以及一切皆好的信念，帮助了我，也仍在帮助我走过每一天。

你在那年年末的圣诞年信中写道，耶稣已进入你的心。你能描述这一时刻及其对你生命的影响吗？

七月里，当我在花园中劳作时，我意识到一些无聊的胡思乱想正在脑海中不由自主地涌现。我决定以一些有益的事物来取而代之。我相信是卡拉给了我灵感，让我一遍又一遍地吟唱"哈利路亚，哈利路亚"。这是一个希伯来语词，意为"赞美主"。就这样一边劳作、一边吟唱，约莫三十分钟之后，我感到心中有一股暖流涌动，眼眶也轻柔地湿润了。

我将这个词融入我们的晨间奉献中，在静默冥想之前吟唱五到十分钟。8 月 31 日，我正在吟唱这个词，突然心中涌起一股冲动，想要请求造物主进入我的心。然而，什么也没有发生。随后，我请求耶稣进入我的心。就在那一刻，我立即感到心轮被强烈地激活，喜悦与感恩的泪水如河流般淌下脸颊。我知道，祂来了。我呆坐了约十分钟，试图消化这次体验的宏大。从那一刻起，我便寻求在一切可能之处以爱服务。

你与爱/光研究中心的关系发生了怎样的变化？

我感到自己更加致力于帮助延续爱/光研究中心的各项活动——一如我们以往所做的那样——以此作为对卡拉与唐的纪念。我感觉自己像是一位看护者，而你和奥斯汀承担着大部分实际的办公室工作。我更加专注于亲力亲为的工作——比如为图书馆编目、将卡拉的全部作品制作成有声书、编辑新书，以及持续推进通灵冥想活动。[8]

据我所了解，你不得不经历一场范式上的巨大转变。在你与卡拉共度的漫长岁月中，你的人生准则只有一条：以她所需要的任何方式照料和支持卡拉。我个人从未见过任何人像你对卡拉的照料与陪伴那样如此专一。你生命中所有其他的优先事项、需求与愿望，都被置于次要位置，并向你对卡拉的绝对奉献而弯曲倾斜。

卡拉的离世，不仅让你不得不哀悼失去灵魂伴侣的痛苦，还要重新发现你是谁、以及你为何

而活。你认为这是真实的吗？

这确实是真实的。我曾非常乐于成为卡拉的照料者，乐于做一切她需要我做的事，并时时寻找让她的生活更美好、更舒适的方式。每天早晨，我会在起床之前向造物主献上一段祈祷，请求祂帮助我在即将到来的一天里尽我所能地帮助卡拉。

世间最令我心甜的三个字，是当我为她做了真正让她喜欢的事时，她那句"谢谢你，米奇"。她叫我"米奇"，是因为她的兄弟叫吉姆，她的第一任丈夫也叫吉姆，所以麦克卡提（McCarty）便被缩短为"米奇"，成为她对我的爱称。

当她进入更广阔的生命之后，我迷失了，不知道自己是谁。在我们共同度过的 34 年里，我随着每一年的流逝，越来越成为她的照料者，而我也觉得那是世界上最美好的工作。但我花了几个月的时间重新审视自我，才逐渐把握住离开了她的我究竟是谁。此后，我开始感受到自己灵性旅程的方向，以及我需要将其作为生命核心焦点的迫切性。

你是如何重新调整自己的世界方向的？你的新目标是什么？

通过冥想在内心寻求造物主，并在一切需要之处奉献自我以服务他人。

我不想将卡拉塑造成圣母玛利亚式的人物，但她确实是一个彻头彻尾以服务为导向的灵魂，想必正在从她在时间／空间中的新居所，尽她所能地提供服务。一些寻求者反映，他们真实地感受到了那种存在，无论是在某一瞬间还是持续一段时间；有些人描述到，他们感觉正以某种方式得到卡拉的助益。你认为这是可能的吗？

这不仅是可能的，甚至是很有可能的。迈克尔·牛顿博士、布莱恩·魏斯博士、多洛雷斯·坎农以及罗伯·施瓦茨关于生命间隙的研究工作，都充分表明了挚爱的人如何不时地与各位家人和朋友联结，给予他们安慰乃至指引。

卡拉教会了你什么？你感到从她身上学到了什么？

如何以爱敞开心扉，以及如何以蓝色光芒的方式交流，化解一切不和谐。我们从不让任何不和谐留宿到日落之后，总是在入睡之前将其解决。

卡拉对这个世界、以及对你个人留下了怎样的遗产？

我认为，从宏观而言，卡拉的遗产是那庞大的通灵与写作作品体系——它清晰地阐明了所有创造的统一性，以及我们皆由爱所造、皆在探寻如何去爱这一真理。她的生命是这些灵性原则的践行典范。具体而言，她从 Ra 那里所通灵的《一的法则》信息，是她留给世界的伟大遗产。

她留给我的遗产，是她走进了我的心，并让它充满了爱。她邀请我走进她的心，并教会了我如何去爱。

[1] 吉姆在 2015 年 10 月 25 日的卡米洛特日记中写道：

> 从她 2011 年 4 月 15 日接受腰椎手术，直至 2015 年 4 月 1 日进入更广阔的生命，她经历了一段与死神博弈的漫长医疗磨难。创口处受感染皮肤的七次清创手术造成了一处巨大的开放性创口，期间三次尝试使用创口负压治疗机来促进愈合。我们租用了一张下方铺有温热循环沙的克利尼创床，试图帮助创口愈合。一度甚至尝试了植皮手术。我们回归传统疗法，试用了胶原酶软膏。而止痛药又时常让她恶心难忍，无法进食。然而，创口始终不愈。

在这一切经历中，她不知为何始终保持着一颗快乐的心，总是带着温暖的话语、慈爱的微笑，以及发自内心的拥抱，迎接前来探望她的护士、朋友、家人、邻居和陌生人。我们花了一段时间才意识到，所发生的一切都不是错误或意外，而是一个精心制定之计划的组成部分。我们都能够在这一特定情境中学到生命中最宝贵的功课。她学会了感到自己足够值得，从而能够接受他人爱的馈赠；而我则学会了通过帮助她，以悲悯之爱敞开自己的心扉。

在她昔日于路易维尔巴赫协会演唱的岁月里，每场演出节目单的末尾，总印着那句与她生命终章——那献给太一造物者的爱之交响——如此契合的话语："Soli Deo gloria"——唯愿荣耀归于上帝。

卡米洛特日记，吉姆·麦克卡提，2016 年 10 月 26 日，www.bring4th.org

[2] 在卡米洛特日记 9 月 2 日的条目中，吉姆写道：

巧合的是，卡拉也亲自规划了自己的葬礼仪式，选定了所有的圣诗、读经、圣餐，以及举行仪式的时间。因达纳的离世以及亲自筹划自己的葬礼，她写下了这段话：

"无需惧怕死亡，就如同我们大可不必惧怕自己的出生。两者都只是一段漫长旅程中的路标，构成了一段神秘支线旅程的起点与终点——在那支线上，我们裹上遗忘的面纱，驾着信仰之舟扬帆远行。多么壮阔的旅程啊！然而，支线旅程终将结束，以便我们得以回归主要的旅程。死亡不过如此——是灵魂旅途上通往更广阔道路的一次过渡，而此生不过是那旅途的一段迂回，一次学习的体验，以及另一种学习如何去爱与被爱的方式。"

卡米洛特日记，吉姆·麦克卡提，2015 年 9 月 2 日，www.bring4th.org

[3] 吉姆的悼词请见以下附录。

[4] 关于卡拉的此生前预编程：

Ra：我是 Ra。正如我们所说，这一器皿感到自己缺乏足以平衡智慧的悲悯，因而选择了一段此生体验，在其中，她必然被置于这样的处境之中：在缺乏他者自我认可的情况下接纳自我，以及在不期待回报或能量转移的前提下接纳他者自我。这对于一世的降生而言并非一个轻松的计划，但这一存有认为其是适当的。

因此，这一存有必须冥想，并在每时每刻有意识地接受自身的局限——而这些局限的设置，正是为了将这一存有带入我们正在使用的精确调谐状态。此外，在学会无需期待回报地辐射接纳与爱之后，这一存有现在必须通过学会接受他人的爱与接纳之礼来加以平衡——而这一器皿在接受这些礼物时感到些许不适。这两项平衡性的工作将有助于这一存有从称为痛苦的扭曲中得到释放。这些局限在很大程度上是固定的。60.8

[5] Ra 早在 1982 年便有类似的记述：

Ra：这一存有一直承受着你们的人民中极少数人才会经历的痛苦扭曲程度——而不会导致能量的显著耗尽。事实上，这一存有的稳定性是值得关注的。88.6

[6] 关于接受局限：

发问者：其次，她想知道为什么在进行这些会面之后她感觉更加健康，并且总体上随着时间推移感觉越来越健康。

> **Ra：**我是 Ra。〔第一段因篇幅所限略去〕此外，这一存有由于这次工作，开始接受某些她为自己设置的局限——这些局限是为了为她如今所从事的服务奠定基础。这也有助于重新调整身体复合体在痛苦方面的扭曲。22.2

[7] 吉姆的转变对周围的人来说是切实可感的。他在灵性探求与服务方面的努力加倍，并聚焦于一个精准的点；他的态度更加轻盈，举止更加温柔。在卡拉离世之前，我只见过他哭泣一次。从那天起，泪水便随时候在眼眶后方，只待一刻悲伤、美丽或悲悯便会涌出。他曾说，卡拉的离世是他所经历过的最艰难的事，但随着他继续走在那条艰难的道路上，失去所带来的催化作用正在剥去他坚硬粗粝的外层，锻造出一个更纯粹的吉姆——更加晶莹，更加闪耀。

[8] 吉姆在 2015 年 8 月 31 日的卡米洛特日记中写道：

> 我继续录制卡拉的《活出一的法则 101》，并已意识到它之所以滋养我的灵魂，是因为它让我们再次成为一支团队。我在录制她的话语，这是一次团队合作。在她卧床的最后几年里，我们清清楚楚地知道，我们是一支团队，而且一直都是。所以她虽然不再以肉身陪伴于此，但我们依然作为一支团队在运作。
>
> 卡米洛特日记，吉姆·麦克卡提，2015 年 9 月 1 日，www.bring4th.org

附录 C：回顾及卡拉的悼词

回顾

卡拉离开她的身体十七天后，众多爱她的人中的一小部分聚集在一起，在她深爱的圣公会教堂举行葬礼仪式，向她道别。尽管仪式的庄严肃穆中，夹杂着那些此生再也无缘与卡拉畅谈的人们的悲伤音调，那依然是一个充满美丽、庆颂与喜乐的时刻。聚集的人们向这位挚爱的朋友与伴侣致以敬意，并通过卡拉事先亲自选定的合唱音乐，将荣耀归于造物主，祝福那个他们所称为卡拉的灵魂，愿她踏上下一段伟大的旅程。

随着她离世的消息传开，一股爱的洪流以电子邮件、慰问卡、博客回复、论坛帖子、脸书留言、鲜花、捐款以及无声的爱的支持等形式汇涌而来。每一份心意对 L/L 的所有人——尤其是对吉姆——都意义重大。见证这颗星球上的人们齐声表达卡拉的生命与工作如何影响、启迪、照亮，乃至唤醒了他们自己追寻真理的渴望——往往是深刻而根本性的——确实令人叹为观止。留守在爱/光研究中心的人们同样深有此感。

从日常生活中的细微片刻，到在她艰辛的此生旅程的宏大弧线中显现出的种种模式，卡拉曾经是、并将继续是我们无条件之爱的典范。她的肉身临在已不再触手可及，但那从她身上如此自然流淌的造物主原初之光，将在我们自己的心中熠熠燃烧，鼓励我们走出厚重的头脑，进入那无限的心的空间——那正是卡拉与每一个她所遇见的灵魂相遇之处。

她会说，尽管她是那般特别，但我们都不过是同一辆巴士上的小丑。我们这些同路的小丑与旅伴，深感荣幸，能够有机会与卡拉并肩同行了一段时光。

我们的巴西朋友与志愿者埃德加德·D.在他对卡拉的致敬中，说得极为精彩：

> 我们这些继续存在于第三密度、并在其中经历人生的人，有着这样一份责任与荣耀：继续推进她所帮助延续的工作。这项工作超越了信仰、种族、地域、时间与空间的界限—

—它只有一个要求：我们在自身内部寻求真理，并以我们所能做到的最佳方式将这一真理化为现实，在道路上构建属于我们自己的个人神话，助益于我们自身的觉醒，并以身为范，助益于我们周围之人的觉醒。

吉姆在卡拉葬礼上的悼词

吉姆：我得以用坚定而清晰的声音宣读了卡拉的悼词，并感到卡拉正在稳定我的心境。以下是悼词的全文：

卡拉·鲁科特-麦克卡提(Carla Lisbeth Rueckert-McCarty)于 1943 年 7 月 16 日出生在伊利诺伊州的莱克福里斯特。卡拉是个神童，3 岁时就能读报纸、说法语和识谱。当时，她本可以在教堂唱诗班开始唱歌了，但她太小了、力气不够，没法在演唱圣歌时一直拿着赞美诗集，于是直到第二年她 4 岁的时候才开始参与。她也是她妈妈见过的最友善的小女孩。当他们坐公交车去市中心购物时，小卡拉会在过道里来回走动，和车上的每个人讲话。没有人在她眼里是陌生人，她妈妈因此感到尴尬。

她出生时，左眼指向额头，大约一年后进行了手术修复，从此她就开始佩戴眼镜了。正因她这么小就不得不戴眼镜，一次迷人的经历发生了。她两岁时，有一天到了她睡午觉的时候，她妈妈把她放在靠窗的婴儿床上，关上了百叶窗。睡觉之前，卡拉摘下眼镜，把眼镜放在了为她睡觉而拉下的百叶窗的叶片间。然后，她躺下来，看到有光从百叶窗的缝隙间射进来，当光照在眼镜上时，产生了一丝光束，卡拉成功地利用这束光而滑出了身体，来到了一个看起来像是魔法森林的地方。动物们可以和她交谈，颜色特别鲜活，当她来到魔法森林的中央时，她看到了耶稣。他看起来不像是人们经常在画像中看到的那个样子。他的头发又长又乱，沾满灰尘。他的长袍上也满是灰尘，并且他自始至终都没说过一句话。但是，当他握着她的手、看着她的眼睛时，她立刻就知道了，何为无条件之爱。这样的经历在接下来的几年里，发生了许多次。5 岁时她向爸爸妈妈讲述了这次经历，他们告诉她，那不是真的。那只是在她的脑海里，是她编出来的。于是这个经历就再也没有发生过了。但她对耶稣作为她的主和救主的虔诚从那时起就开始了，终其一生都未动摇过；从那时起，爱就成了她看待这个世界的方式。这段经历的这两个部分对她来说从未改变过。

由于卡拉的聪明才智，她的父母在她小时候就给了她比大多数孩子都要多的责任。她在只有 7 岁的时候，就要照看她的弟弟，吉米(Jimmy)。10 岁时她就要为全家做饭，尽管她只能站在椅子上才够得到炉灶。她的父母觉得，由于她很聪明，应该通过建设性的批评，而不是通过表扬来促使她变得更加出色。于是在 13 岁时，她认为自己是个失败者，并祈祷死去，因为她觉得自己没能有所服务。自从遇见耶稣开始，她就认为服务他人是她所能表达爱的方式，这份爱是她从耶稣那里感觉到的。如果她不能像耶稣激励她那样去服务，那么她就想去死。六个月以后，她的肾脏衰竭了，并有了一次濒死体验。她再次来到了那个可以与动物交谈的地方。她可以看见空中的音乐。一朵玫瑰缠绕在她的手臂上，越过山头，她看到了一座神殿的屋顶。她知道，她的灵性家人和朋友们正在神殿里等待着她。但当她开始爬山时，一个清晰的、天堂般的声音告诉她，现在还不是时候。那声音说，她在此生选择了太多要学习的课程，也许她可以再制定一个计划，利用另一个童年，把任务分成两辈子去完成。卡拉不能忍受还得经历另一个童年的想法，于是她说，她想要回去、完成此生。突然间，她回到了饱受痛苦折磨的身体里，一群医护人员正围着她。选择归来，她就选择了一条艰难的路，因为这条路提供了更多服务他人的机会，而她做到了。

她从马萨诸塞州春田市麦克杜菲女子高中毕业时，考试成绩非常高，以至于拿到了所有常春

藤盟校和七姊妹学院的奖学金。但是，当她去了韦尔斯利学院(Wellesley，七姊妹学院之一)参观时，她不敢相信那些用来招募优秀学生的派对是多么肮脏和古板。于是，她回到家乡就读于路易斯维尔大学，这让她父母很懊恼。

再一次，由于她考试成绩很高，在一个只实行了几年时间的政策下，她被录取为大三学生。在大学，她的挚爱是哲学。她是一位天生的哲学家，所以她第一批选修的课程之一就是研究生水平的伦理学课程。老师用大约两周时间讲述了不同的哲学家，然后布置了第一份作业。他说，他们在前两周谈了一些哲学体系，但现在他想让学生们就自己选择的话题写出原创的哲学来。他不想听到任何对其他哲学家的引用，他想要他们的原创作品。

于是卡拉回到家，拿出了她的 8.5×11 英寸的横线簿和铅笔，开始写关于自由意志的主题。她写完了一张纸的正面，然后翻过来，在背面写了一半。下一节课交论文时，她有些震惊，因为她看到她的同班同学，都是研究生，交上了 20 页、30 页、40 页的打印稿。她想，也许她自己犯了个错。再下一节课，学生们回到教室，老师走进来绕着教室给每个同学发论文，同时给出得分。D、F、C、D，等等。直到所有的论文都发完了，只剩卡拉的没发。接着他说："这次作业我给了一个 A，我要给你们读一下这篇论文。"然后他读了卡拉这一页半的关于自由意志的论文。他接着说，"这才是原创哲学。这就是我要找的。"

就在她从路易斯维尔大学拿到学位之前，她开始与一个男生约会，那个男生说，她是一个那么可爱的小女孩，他想要照顾她，因为她真的不知道这个世界是什么样子的。他告诉她，这是个艰难和残酷的地方，为了她的安全，她需要保护。这个想法让卡拉很不高兴。卡拉确信，如果你用爱来对待别人，别人也会用爱来对待你。于是，为了验证这一信念，她从大学退学了，在路易斯维尔市中心的一家叫 The Shack 的肮脏的夜总会找了一份工作。这里是赌徒们、赌博中介、皮条客和妓女的热门聚集地。卡拉爸爸白天是工程师，晚上是爵士乐鼓手，他说服老板给了卡拉一份工作，尽管卡拉不会像和她一起工作的其他女生一样成为妓女。当有人约她的时候，她会礼貌地告诉他们她不是妓女，但她可以介绍其他某个女孩来跟他们走。或者，她可能只会倾听他们的问题，给他们安慰和建议。这家夜总会有现场演奏，当乐队休息的时候，卡拉会走上台，开始演唱阿卡贝拉民谣。她变得很受喜爱，并且有一天这一点以潜在危险的方式表现出来了。一个陌生人来到了酒吧，邀请她约会。她告诉他，她不是妓女，但她可以帮他和其他女孩中的一个去约会。然而那个人不放卡拉走，开始难为卡拉。这时，整个场子都安静了，甚至可以听到一根针掉落在地上的声音。接着，她听到的是，一个啤酒瓶穿过房间被打碎的声音，然后，另一个，接着，另一个。她的朋友们正打算保护她，但入侵者明智地决定到此为止，快速离开了。对于卡拉来说，这证实了她的信念，那就是如果你付出爱，那么你就会得到爱，即使爱是以破碎的啤酒瓶的方式出现的。

她的第一任丈夫，也就是迪(Dee)，当时是一位教授的学生，而这位教授后来成为了卡拉此生的中心人物。唐·埃尔金斯是路易斯维尔大学的物理学教授，迪当时正在跟随他学习物理学入门课程。唐在课余时间正开始组建冥想小组，邀请了迪和他的 11 个同班同学参与。迪问能不能带上他的女朋友，唐说，"当然可以"。四年以后，经历了七个情妇，四次离开卡拉后，迪终于向卡拉提出离婚，卡拉很高兴地答应了。于是，当她回到冥想小组，开始与唐共度时光后，他们最终搬到了一起。当唐告诉卡拉，他们第一次见面的时候，他就知道他们将会在一起时，卡拉问他为什么不在她结婚之前就告诉她，唐说，"我知道你会得到很多很不错的催化剂，并从中成长。"卡拉回答到，"谢谢啦！"

从那时起，她就开始为唐工作，因唐只在白天担任物理学教授。在他自己支配的时间里，他对 UFO 和超自然的一般领域很感兴趣，他需要像卡拉这样的人，可以阅读这个领域的现有文献，做笔记，然后与唐从 50 年代中叶开始收集的资料做比较。唐也是一名飞行员，他会

飞往全国各地去调查近距离接触和绑架事件报告。卡拉则会跟着唐飞往各地并做笔记。他们最终完成了一本书，名为《UFO 解密》(Secrets of the UFO)，于 1977 年出版，如今仍被认为是这个领域的最佳著作之一。

我在 1979 年的秋天遇见了唐和卡拉，当时我在肯塔基州中部的森林里居住，是食品采购合作社的一员，这个合作社有每月一次的会面以便下订单。我当时听到了唐和卡拉在肯塔基州列克星敦的 WKQQ 电台的采访，主题是 UFO，我便对见到这两个人很感兴趣。不久之后，在一次食品合作社的会面中，我发现有一群人住在县的另一边，他们认识唐和卡拉。他们邀请我参加唐和卡拉的一次周日冥想聚会，就在这里，路易斯维尔，道格拉斯大道上他们的公寓里举办。唐和卡拉热情地欢迎了我，之后我们聊了几句，我问他们我能否参加他们的定期冥想。于是，在接下来的一年里，我每周日都从马里恩县开车到路易斯维尔与唐和卡拉一起冥想。

最后，我帮助他们从道格拉斯大道的公寓，搬到了杰斐逊镇沃特森路的一幢房子中，在这里，我们很快一起生活，并且共同努力，追求他们在冥想、哲学、形而上学和通灵方面的工作。

卡拉有一项天赋，有时被称为通灵(mediumship)或传讯(channeling)。她可以联通到爱与灵感的智慧源头，有些人称它们为外星人，其他人称它们为天使。然而，卡拉的真正天赋是对魂灵们的洞察力。每当我们冥想时，都有一个看不见的魂灵希望通过她讲话，她总会挑战这个魂灵，挑战它们是否以耶稣基督、她的上主和救主的名义而来，如果这个不可见的魂灵不能说出“耶稣是主”，卡拉就不会允许这个实体通过她讲话。

在她的一生中，作为一名拥有洞察魂灵之能力的基督教神秘主义者，她总是请她的牧师看看她的作品，并让她知道他是否认为这些作品是可接受的。她第一个询问的牧师是马米安主教。他意识到，卡拉正在服务那些不去教堂的人，于是他对卡拉说，“你的工作之基础是给予和接受爱，不管这是不是在教堂完成的。你对这些人来说就是基督。你是他们与祂的爱之间的联系人。把他们当作祂的羊群中的羊吧。”

在接下来四年多的时间里，我们参与到了被称作“一的法则”或者“Ra 接触”的工作当中。我们完成了 106 场通灵集会，这是卡拉为全世界所熟知的工作。在 1984 年唐去世之后，卡拉和我继续着爱/光研究中心(L/L Research)的工作，涉及每周的周日冥想、更多的通灵、在全国各地的演讲，并且卡拉还奉献自己作为咨询师，给那些对自己的生命道路有疑问的人们以及不知如何从我们有幸提供的信息中获得帮助的人们提供咨询建议。

卡拉一生中共创作或传讯了十几本书，为成百上千的真理寻求者提供咨询，在灵性聚会上对成千上万的人们发表演讲，并且，在她所做的每一件事中，她都快乐且自然地分享着她对生命的爱以及她对人的爱。1987 年，她与我在加略山圣公会结婚。我们结婚 28 年，在一起度过 34 年。

她最后五年的大部分时光是在家中病床上度过的，她试图从背部手术中恢复过来。虽然经历了大量的痛苦与限制，她却从未抱怨过哪怕一次。她用爱和一颗乐观的心面对人生中的一切，她自由地和来到她人生中的所有人分享它们。她把所有人都看作是这样的灵魂：无论他们外在的行为如何，在他们的真正自我中都充满了爱；并且她毫无保留、毫无限制，全心全意地去爱他们，因为爱是她所能够通过她大大敞开的心灵而传导的最伟大的品质。

她生命中最伟大的挚爱是耶稣基督和她的灵性家族，他们遍布世界各地，特别是在这里，圣路加教堂。十多年来，她一直是这座美妙教堂的一部分。在她生命的最后五年，她无法亲自前来，但她总是感觉，她的灵就在这里，分享着她对这个家庭教堂墙内每个人的爱。她特别

感谢卡罗琳·埃德尔曼给她带来每周一次的圣餐，滋养了她的灵魂。她选择了这场追悼会的每一个部分，作为她在尘世生命的逝去中荣耀上帝的一种方式，同时也是她对耶稣基督作为上帝之子和她的个人救主的信仰的重申。

附录 D：为何取名《直刺风车》

卡拉将自己一生的工作视为直刺风车之举。自 L/L 创立之初，其标志上便几乎一直印有那位衣衫褴褛却英勇无畏的游侠骑士、他忠诚的侍从，以及他所冲击的风车。

"直刺风车"意味着什么，又为何选择这个短语作为本书的标题？答案始于以下这段具有定义性的引文：

> "直刺风车"是一句古老的英语习语，意指追求不切实际、难以施行或无法实现的目标，或是与想象中的敌人战斗。在当代用法中，"直刺风车"带有投身于一项崇高而不切实际（通常是极度不切实际）的事业的意涵。
>
> 在塞万提斯的故事中，一位痴迷于中世纪骑士精神理想的退隐怪人，将自己想象成一名骑士，踏上了一段寻求冒险的征途——而这段征途之所以显得格外富有戏剧性，在于"堂吉诃德"（主人公为自己取的名字）几乎对所遇到的一切都产生了误解。在堂吉诃德旅程早期的相关段落中，他与同伴桑丘·潘沙——一位他招募为侍从的迟钝邻居——遭遇了几座风车。堂吉诃德纵马挺枪冲向风车，坚信那并非风车，而是心怀恶意的巨人。
>
> 【www.word-detective.com/2009/03/tilting-at-windmills/】

爱/光研究中心并不以堂吉诃德看待自身的方式来看待自己：无意于遭遇并与敌人战斗，也无意于出于骑士精神、英雄主义或为杜尔西内娅赢得荣耀而匡扶正义。爱/光研究中心同样不追求对事物本相的奢华而荒诞的误读。卡拉在本书第二章中就此作了阐述：

> **卡拉：**我并不认同那个故事的具体情节——那是一个关于一群人真的没有看清眼前事物的、格外令人困惑的故事……我认为我从未在任何类似的事情上欺骗自己，但那只是一种渴望——渴望保持纯粹，忠于自己的标准，不向其妥协，无论世界如何运转。这样做往往并不方便。
>
> **盖瑞**：那么，梦想那个不可能的梦想意味着什么？
>
> **卡拉：**我认为，它意味着将真理、美丽、爱、光与理解带到地球，并使之成为人们生活的方式。【"使之成为人们生活的方式。"这里所指的不是他人，而是自己本身。】这在我看来始终是正确的生活方式，我也一直努力如此生活，尽管我知道这是不可能的。

爱/光研究中心矢志不渝的工作或许可以被视为直刺风车——因为我们究竟在做什么？我们正在尝试分享来自某些源头的交流，而世界上许多人声称那些源头根本不存在。世界上许多人会对我们所做的事嗤之以鼻，或断然拒绝接受。这不无道理。在一种将只有能够被仪器测量和／或观察到的事物才宣称为真实的科学范式中，没有证据的真理几乎找不到什么拥护者。【进一步确保我们在堂吉诃德式领域中的位置：那些自称为"服务于太一无限造物者之行星邦联"的存有，其自身无法通过科学手段加以测量。这并非说不存在任何可以评估这一情况的参照框架。这些智慧源头所分享的信息、视角与智慧，其本身的内容可以依据其自身的

价值加以评估——由寻求者判断其是否可以被理解与应用，以及如何理解与应用——但这些特定的存有并不显化于我们的物质世界或幻象之中。此外，他们所描述的是一个多维度的宇宙：其中居住着无限多样的智慧存有，由一个太一无限造物者将其统一为一体，以爱所造之光为材料，通过自由意志加以运作。尽管在科学的前沿领域存在着一些神秘主义的渴望与视角，承认宇宙基本一体性，但邦联所提供的这一框架，不会出现在任何物理学教科书的页面上。】

然而，彰显我们直刺风车之举的，不仅仅是这些交流及其源头，还有我们试图遵循的那些往往并非这个世界所推崇的价值观而生活的努力；试图走一条崇高（尽管尘土飞扬）的服务他人之路，追寻许多人或漠然视之、或全然不识的品质。这并非是要犯下以溢美之词描述自身、将自己凌驾于他人之上的错误——因为我们无疑是谦逊的、易于犯错的、极其平凡的同路小丑，而且每天都有许多人和许多光的源头在从事着服务他人的善业——这只是在指向一种——姑且称之为——更深层的理解，它在向我们呼唤；这种理解向每一个人时时敞开，但在这个世界上，鲜少有人认识它或追寻它。

确实可以说，任何踏上自我实现之旅的人，都是在直刺风车，或是在梦想那个不可能的梦：这个世界显然由无数相互分离的部分所构成，然而灵性寻求者寻求的是合一或一体性；显然是金钱而非爱推动着世界运转，然而灵性寻求者寻求认识并表达那造就了万物、激励着万物、并隐藏于万物之中的爱；不和谐与争端似乎常常是人与人、国与国之间相处的方式——彼此以法律的、地理的、物质的、武装的和／或情感的层层壁垒相互隔绝——然而开放心扉的修行者却寻求透明的和谐与共同体，甚至常常不惜以自我为代价；这个世界似乎教导人们自利与满足私利的好处，然而寻求者却渴望为所有人的共同利益而服务并提升他人；从这个星球上弥漫的种种混乱、无知与频繁残酷来判断，事情在这里显然已严重偏离正轨，然而那有意识地走在这条道路上的人，却坚定地肯定：无论表面现象如何，希望永远存在，总有东西值得学习，而从最宏观的视角来看，一切终将圆满。这些是俗世智慧在追寻真理的过程中被尊重但又被超越——有时甚至被挑战——的诸多方式中的几种。

在为爱/光研究中心选择标志时，卡拉写道：

> 唐·艾尔金斯于 1968 年 11 月搬来与我同住。〔毕加索所绘的堂吉诃德〕图画悬挂在我的书桌上方，他问起那幅画。我向他简要讲述了拉曼查男人的故事，以及他那对世界的歪斜愿景如何使世界成为一个美丽的地方，而他本人也因此成为一个英雄式的人物。他若有所思地说，这对于我们当时正在开始从事的工作而言，是一个完美的意象，因为我们正在共同梦想着那些不可能的梦。
>
> 自 1976 年我们开始出版工作以来，我们便一直将那幅小图像作为我们的出版标志。如今在爱/光研究中心，我们依然在直刺风车，怀着极大的喜乐与感恩，感谢那幅小素描所给予的灵感。

在卡拉 2002 年于国际 UFO 大会上的演讲中，她说道：

> 我们的标志是堂吉诃德。堂吉诃德直刺风车。那些都是幻象，但我在堂吉诃德身上所在乎的，是他对善、对荣誉所怀有的激情。我所在乎的，是耶稣对我们每一个人内在之美所怀有的激情。他将我们所有人都视为永恒的公民，而那正是我们的真实本质。我们是无限的、神奇的、强大的、令人叹为观止的存有。我们彼此之间、与地球之间，以及与那超越我们自身、我们来此服务的对象之间——光——都有着深刻的联结。
>
> 而我们实现这一切的方式，是敞开心扉，让那晶体收音机般的本质发挥作用，使得当我

们接收到无限造物主的无条件之爱时，当光流入我们之中时，我们祝福它，我们有意识地鼓励它；我们不仅将它奉献于我们自身的福祉（尽管我们始终需要首先这样做），也将它奉献于地球之光的提升与世界的疗愈。在这个时代，这个世界对疗愈有着极为迫切的需要。

所有的类比与隐喻都有其局限性——即两个被相互比拟的事物之间存在不对等之处。将爱/光研究中心与堂吉诃德相比较，也存在这样的局限性。但在爱/光研究中心借鉴那个故事的诸多方式中（以一种说明性的或至少是启发性的方式），有一点尤为值得关注：他通过改变自己的感知、构建个人神话来提升自我的方式。无论他这样做是出于有意识的选择，还是被一种席卷而来的疯狂所主宰，重要的是：在这一过程中，阿隆索·吉哈诺成为了堂吉诃德，将自己平凡而世俗的生活转变为一段探索之旅——一段建立在唤起自身更强大、更美好、更崇高版本的原则与理想之上的旅程——并继而将自己的意志投向这一目标。

在那段旅程中，堂吉诃德的信念使他得以洞见事物表象之下真实与现实的本质，凭借这份信念，无论世界如何宣称相反，他始终忠于自己的愿景。诚然，邦联的哲学从不建议我们凭空随意地虚构事物，但它确实表明，我们的感知是作为我们取向之函数而生成的（见 33.8）。它也表明，表象是虚幻的——那是一种充满智慧与目的的幻象，但终究是幻象，它有效地将现实从我们的直接视野中隐藏起来，以服务于灵性进化的目的。

邦联的信息（以及所有常青哲学阐释者的教导）只是简单地指向幻象背后那支撑着每位寻求者主观旅程的统一客观真理。而为了弥合幻象与那永恒临在之真理之间看似遥远的距离，信念是绝对必要的；有时甚至需要一种堂吉诃德式的信念。这并非对任何特定材料体系的信念——无论是宗教的、灵性的、哲学的还是其他性质的——而是对自身以及对存在于万物之中的造物主的信念。

在辨别之路上，当然有益于我们将自己的结论与想法付诸实证检验，对其进行审视、分析，并考量相反的证据——因为制造更多而非更少扭曲的方式当然不计其数——但在堂吉诃德旅程中更为积极、更具启发性的方面，是那不屈不挠的信念——它看见了物质世界所未能看见的东西——是将整颗心奉献于追求的意志，以及那不可避免的愚行与迎头而来的重击，它们最终都被包容在一种充满魔力与冒险的氛围之中。

Ra：我是 Ra。在你们的语言中，对于现今被称为潜意识的那种心智的功能性特质，并不充斥着非情感性的词汇。

潜意识的本质是概念性的，而非词语性的。因此，在面纱降临之前，对更深层心智的运用是运用无言的概念。你可以思考一段旋律的情感性与内涵性方面。一个人可以以某种程式化的方式，说出旋律音符的术语。一个人可以说："四分音符 A，四分音符 A，四分音符 A，全音符 F。"这与你们某位作曲家最具影响力的旋律的开头几乎毫无相似之处，那段旋律在你们那里被视为胜利的象征而为人所知。

这便是更深层心智的本质。只有程式化的方法可以用来讨论其功能。因此，我们对心智这一部分的描述——以及身体与灵性的相应部分——被赋予了诸如"远见"之类的术语，表明**穿透心智被遮蔽部分的本质，可以被比作一段旅程——那旅程是如此丰富而奇异，以至于无法设想对其进行充分的描述。**86.6

附录 E：爱/光研究中心年表

日期	事件	备注
1930.02.28	Donald Tully Elkins 出生	肯塔基州路易斯维尔
1943.07.16	Carla Lisbeth Rueckert 出生	伊利诺伊州莱克福雷斯特。家人不久后迁至阿拉巴马州安尼斯顿
1944/45	Don 加入陆军初级后备军官训练团（JROTC）	路易斯维尔男子高中
1947	加入 Elkins-Mantell 飞行学校	Don 在肯塔基州路易斯维尔的鲍曼机场学习飞行
1947.05.10	James Allen McCarty 出生	内布拉斯加州卡尼
1948.01.07	上尉 Thomas Mantell 坠机	一名国民警卫队飞行员在追逐 UFO 时坠机，此事件引起全国关注，并激发了 Don Elkins 对 UFO 的兴趣
1948.07.27	Don 入伍（或继续服役）于国民警卫队	高中毕业后入伍，曾被派驻德国
1949~	Don 开始大学学习	路易斯维尔大学 Speed 科学技术学院
1951.10	Don 以 20 岁年纪晋升为中士长	据 Carla 所述，他是美国陆军（或国民警卫队？）历史上最年轻的中士长，部分原因是他的神枪手技能
1952.05.16	Don 获得国民警卫队的荣誉退伍	随后立即进入军官学校
1952.07.01	Don 晋升为少尉	美国国民警卫队，野战炮兵/装甲师
1955.06.05	Don 获得机械工程学士学位	路易斯维尔大学 Speed 科学技术学院
1955?	Don 开始教授工程学与物理学	在路易斯维尔大学教授工程学与物理学
1955	Don 开始深入研究 UFO	Don 认为这是他开始密集调查的年份

1955.07.01	Don 晋升为中尉	美国陆军预备役 *【Don 的少尉任命证书标注为国民警卫队，而他的中尉和上尉任命仅标注为“预备役军官”，他要么是在国民警卫队中晋升，要么是转入了陆军预备役】
1956	Don 变得像瓦肯人*【瓦肯人是来自电视剧《星际迷航》中的虚构物种，特点是只根据理性和逻辑生活，不受情感干扰。为此，他们控制并压抑自己的情感。】	或者说变得冷静克制。他认定世界可以说是“疯狂的”，因此为了生存，他必须变得冷漠，成为一个冷静的观察者，不受任何情绪左右
1956	Carla 肾衰竭，经历濒死体验	在彼岸与返回之间做出选择。详情见第 13 章和第 27 章
1956.07.13	Don 晋升为上尉	美国陆军预备役
1957	Carla 的家人搬迁	迁至肯塔基州路易斯维尔
1961.06.11	Don 获得第一个硕士学位：机械工程硕士	路易斯维尔大学
1961	Don 搬到阿拉斯加，领导新成立的工程系	据 Carla 说，Don 无法忍受北极的严寒，因此最终返回
1961	Don 结识 Hal Price	获得底特律小组的资料（以及《棕皮笔记本》）。之后某个时候访问了 Walt Rogers 在底特律的小组
1961.12	Carla 结识 Don	通过 Don 工程课上的一名学生——Carla 的恋爱对象 Jim D.
1962.01	第一个通灵小组成立	Don 召集了第一个实验性通灵小组。Carla 是第 13 位成员，也是唯一的女性
1962.07~	Walt Rogers 访问 Don 的实验物理小组	实验最初“在科学上干净，但结果为空”。Rogers 访问路易斯维尔小组，并向小组通灵他的邦联通讯者。信息要点：“为什么你们不说出我们的话？你们已经接收到了，但没有表达出来。”随后，真

		正的通灵开始了
1963	Don 和 Carla 结识 Morris Hoagland	他在八岁时因童年时期的 UFO 体验而结识二人，该经历在《UFO 的秘密》中有所描述，并在《一的法则》中被提及。三人建立了终生友谊，Morris 最终成为 L/L 研究董事会副主席
1964	Jim D. 向 Carla 求婚	他说如果他们要在巡演中表演音乐，就必须结婚。详情见第二章
1965	Don 离开教学和军队，成为东方航空的飞行员	成为飞行员以资助自己的研究，并投入更多时间进行研究。最终晋升为波音 727 机长
1966	Carla 获得英语文学学士学位	路易斯维尔大学
1967	Jim D. 带 Carla 前往加拿大不列颠哥伦比亚省温哥华	Carla 供养失业的丈夫，最终找到了一份自己热爱的工作——在当地大学担任图书管理员
1968	Jim D. 与 Carla 离婚	Carla 从温哥华返回路易斯维尔
1968	Don 搬入 Carla 住所	Carla 与 Don 在她与 Jim D. 离婚后立即住在一起。Don 尝试与 Carla 发展亲密关系，持续六个月
1968	Carla 和 Don 共同撰写小说《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》	他们以“观看电影”的方式接收或“看到”整部故事，唯独结尾部分需要自己创作
1968–1970	Carla 进行两年的独身生活	由于 Don 对性缺乏兴趣并希望保持独身，Carla 尝试了两年的独身生活。最终，他们达成了一种新的、相互尊重的安排
1969	Jim 获得商业与经济学学士学位	内布拉斯加大学卡尼分校
1970	Carla 全职为 Don 工作	离开了一所十三年级私立学

		校的图书管理员职位，全身心投入 Don 的研究工作
1970	Don 和 Carla 成立 L/L 公司	一个专注于研究的私人合伙公司
1971	Don 和 Carla 结识 Dewey Larson	安排 Larson 在肯塔基大学演讲。随后 Don 和 Carla 加入国际统一科学学会董事会，直至《UFO 的秘密》出版
1971	Carla 获得图书馆服务硕士学位	路易斯维尔大学
1972	Jim 获得教育学硕士学位	佛罗里达大学
1972.05.14	Don 获得第二个硕士学位：工程硕士	路易斯维尔大学
1972–1973	Jim 在科罗拉多度过两年	就读于 T. D. Lingo 的“冒险之路生存学校”
1974	Jim 购置 132 英亩土地	位于肯塔基州马里昂县。受“回归土地运动”影响，并希望遵循 Lingo 的教诲——教授大脑自我控制，他在此建造了自己的原木小屋
1974	Jim 成立 Rock Creek 研究与发展实验室	一个 501(c)(3) 非营利组织，模式仿照 Lingo 的学校，旨在教授相同的方法
1974	在 Don 的请求下，Carla 开始通灵	参与小组十二年但从未通灵的 Carla 终于开始通灵。如今我们知道，她天生具备这一能力，极有可能是为此而生。
1974	Carla 和 Don 拜访 Andrija Puharich	他们意识到 Puharich 的房子曾出现在他们的书《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》，而他正是书中的角色 Pablo。
1974	Don、Carla 及其他人创建 Eftspan	该名称源自《Oahspe》一书中的术语，成立为 501(c)(3) 光之中心，拥有位于肯塔基州圣弗朗西斯附近的土地。

		Carla 和 Don 最终退出
1975	Carla 熟练掌握通灵	发展并测试了调谐与挑战的通灵协议
1975	Carla 在菲律宾接受灵性手术	Don 和 Carla 前往菲律宾调查（并亲身体验）灵性手术
1976	Don 和 Carla 将组织名称更改为 L/L Research	—
1977	《UFO 的秘密》出版	—
1977.05.30	Jim 第一次听到 Don 和 Carla	在肯塔基州列克星敦的 WKQQ 广播电台节目中听到他们的声音，当时 Jim 独自待在他的土地上，收听电池供电的收音机
1977.12–1978.01	Carla 在墨西哥接受灵性手术	Don 和 Carla 再次前往墨西哥调查（并亲身体验）灵性手术
1978.08	Jim 结识 Carla（不久后也认识 Don）	在肯塔基州圣玛丽的 Ken Keyes 新“生活之爱中心”主会议厅的台阶前遇见 Carla，不久后在 Don 和 Carla 位于路易斯维尔的公寓冥想会上认识 Don
1979.05.03	Don 晋升为机长	任职于东方航空公司
1980	Jim 搬至俄勒冈州，加入宇宙觉知通讯 (Cosmic Awareness Communications)	感受到内在召唤，结束六年的独居生活，前往通灵社区提供服务，在那里度过了两个月
1980	L/L Research 成立为 501(c)(3) 机构	并成为 Jim 的非营利组织“Rock Creek 研究与发展实验室”的 DBA（经营名称）
1980.12.23	Jim 搬入 Carla 和 Don 的家	在俄勒冈州时获得高薪工作机会，Jim 用一个周末冥想，以决定是留在宇宙觉知 (Cosmic Awareness)，接受高薪职位，还是返回路易斯维尔与 Don 和 Carla 同住并共事。他在几秒钟内得到了

		答案：“去路易斯维尔。”
1981.01.15	Ra 接触开始	Don Elkins 和宇宙都欣喜若狂。
1981	本年度共 75 场集会	—
1982	本年度共 27 场集会	—
1982 年秋	团队开始在亚特兰大寻找新家	为了搬到更靠近 Don 作为航空公司飞行员工作的地方。此时 Don 的健康状况首次出现恶化迹象。
1983	本年度共 4 场集会	—
1983.11	团队搬到亚特兰大	—
1984	本年度共 1 场集会	—
1984.04	团队从亚特兰大返回	搬入路易斯维尔的新家。
1984.11	Don Elkins 去世	在经历了一年健康状况恶化后，54 岁时自杀。
1986	《爱斯米兰达·甘露的十架苦刑》出版	距离完成写作已有 18 年。
1986.01.12	Q'uo 首次传讯	Hatonn、Latwii、Oxal 等已活跃一段时间，Q'uo 在这一天首次出现。
1987	《通灵手册》出版	—
1987.05	Jim 和 Carla 结婚	在肯塔基州路易斯维尔的 Calvary 主教座堂举行婚礼。
1987.06	结识 Steve Tyman	一位哲学教授，后来成为 Carla 最优秀的两位通灵学生之一，并在 2015 年开始与 Jim 共同通灵，亦是他们的挚友。
1991~	结识 Roman Vodacek	Jim 和 Carla 结识 Romi，他后来成为 L/L Research 长期忠实的朋友和志愿者，并成为 90 年代许多通灵会得以进行的第三位成员。
1992~	Carla 走出灵性荒漠	Don 去世约八年后，Carla 终于原谅自己，走出了长期的灵性荒漠体验。她的健康

		状况回升，并在经过艰苦的物理治疗后恢复了完全的行动能力。
1996~	LLResearch.org 启动	得益于多位人士，尤其是 Ian——一位专业人士，自愿将 L/L Research 的全部资料数字化，并建立了 L/L 的首个网站 LLResearch.org，以向世界分享这些资料。他担任志愿网站管理员、编辑和出版人达 17 年之久。
1998	《一的法则》第五卷出版	—
2001	《流浪者手册》出版	—
2002.04	在肯塔基州路易斯维尔的“全球转变时代”研讨会上结识 Gary Bean	该研讨会由 Scott Mandelker 组织，Carla 和 Jim 作为演讲嘉宾参加，并结识了年轻的 Gary。
2003.04.10	Tobey Wheelock 启动 Lawofone.Info 网站	一个专门分享《一的法则》资料的网站。后来，该网站托管了重新聆听和轻度编辑版本，并成为《一的法则》最佳的学习工具。
2003.02	尝试建立灵性社区	经过小组讨论后，Carla 和 Jim 邀请 2002 年 2 月“回家聚会”的与会者参与一项社区实验。
2004.10	Tobey Wheelock 启动重听项目	重听全部 106 场 Ra 接触的传讯内容，发现了一些未转录的问答及对原始文本的修改，开始制作“重新聆听版本”——一个真正的逐字转录版本，并成为“轻度编辑版本”的前身，该版本后来被用于《Ra 接触：教导一的法则》一书。
2005~	初步的灵性社区实验结束	除 Gary 以外，所有人最终都搬离了该社区，Gary 继续留在 Carla 和 Jim 身边。
2005.06	Carla 开始撰写《卡米洛特	这是一个每日更新的在线博

	日志》	客，记录 L/L Research 的生活与工作，以及 Jim 和 Carla 的个人生活。该日记至今仍在持续更新。
2005.08	林地谷静修会（Wooded Glen Retreat）	Gary 组织了他的第一个，也是 L/L Research 的第一个大规模“回家聚会”（相对于 L/L 的规模而言的大型活动）。
2006.02	Gary 成为 Carla 的行政助理	Carla 希望能专注于创作性工作，因此设立了该职位，并邀请 Gary 担任。Gary 最初犹豫，但很快接受并投入其中。几年后，他成为 L/L Research 的管理者。
2007	《每日箴言：来自圣灵的通灵信息》出版	—
2008.12	Bring4th.org 诞生	Steve Engratt 设想了一个符合 Carla 初步构想的社区网站，并具备相应的技术能力来实现它。他成为网站管理员，与 Gary 共同建立了 L/L Research 的第一个社区网站。
2008.12	L/L Research 的首个在线商店上线	这一举措使 Carla 和 Jim 首次无需再自掏腰包资助 L/L Research 的运营。
2009	《活出一的法则首部曲：选择》出版	Carla 试图用更简单的方式来阐释《一的法则》。
2009	《光/线通讯：前 25 年》出版	L/L Research 季度通讯《光/线》精选了其最优质的通灵内容。
2009	《L/L Research 通灵档案》出版	一套共 18 卷的合集，涵盖 1972 年至 2008 年的通灵记录。
2010.08.09	社交媒体平台上线	包括 Facebook、Twitter 和 Tumblr。
2010.09.28	《当下问答——与 Carla L.	由 Monica Leal 主持，最初只有 Carla 和 Monica，后

	Rueckert 对谈》节目启动	来演变为 Carla、Jim 和 Monica 的组合，再发展为 Carla、Jim、Gary 和 Austin。最终成为由 Jim、Austin 和 Gary 主持的播客，并一直持续至今。
2011.01.17	《一的法则基础原则》课程上线	Carla 依据其著作《活出一的法则 101：抉择》设计课程，并通过国际形而上学大学（IMU）在线授课。
2011.04.02	Carla 最后的周六冥想通灵	不久后接受脊柱融合手术，此后四年卧病在床，伤口长期未愈合。
2011.04.13	Ra 接触录音首次发布在线	公众首次可以听到 Ra 接触的慢速对话录音。
2012	《Carla Lisbeth Rueckert 诗集》出版	—
2012.08	在 2013 年“回家聚会”上结识 Austin Bridges	以及他的好友 Sephira Vox，二人均为 L/L Research 的长期贡献者。
2012.12.22	著名的 2012 年 12 月 21 日预言之后的一天……	……和往常一样平静无奇。
2013.08	Austin Bridges 搬到路易斯维尔	由于在 Bring4th.org 担任版主期间表现优异，被邀请前往路易斯维尔，与 Gary 一同在 L/L Research 工作。
2014.09	创建 L/L Research 第一座卫星站	由 Jochen Blumenthal 负责，将所有 L/L Research 资料翻译成德语。不久后，Micheline Deschreider 的法语译本也被纳入其中。
2015.04.01	Carla 去世	在与长期未愈的伤口和一生的健康问题抗争四年后，Carla 于家中在 Jim 的怀抱中去世，享年 71 岁。
2015.08	《堂吉诃德式的探索：L/L Research 的故事与身份》出版	最初作为 2015 年“回家聚会”的演讲材料，本书基于此次访谈内容编写。

2015.10~	Gary 成为 L/L Research 主任，Austin 成为助理主任	只是正式授予他们一直以来所履行的职务头衔。
2016	截至该年，《一的法则》已被翻译成……	葡萄牙语、中文、法语、德语、匈牙利语、罗马尼亚语、俄语、西班牙语和土耳其语。意大利语、捷克语和保加利亚语即将完成。
2016.08	出版本书	《直刺风车：Carla L. Rueckert 和 Jim McCarty 访谈录》。

即将发生的

L/L Research：出版《Ra 接触：教导一的法则》，发布所有 L/L 出版物的首个有声书，推出全新的统一网站，协助制作关于 Don Elkins 生平和工作的纪录片，并继续为求道者服务，持续不断地通灵联盟的来源。

接下来……应史密森学会的要求提供《一的法则》书籍的副本，利用电吉他和时光旅行电话亭迎来世界和平的新纪元，迎接首次与外星生命体的公开接触，最终打开瓶子，瓶上标注："直到第四密度到来时才可开启。"

未列出

个人工作坊、演讲活动、访谈、个人翻译，以及与许多亲爱的朋友和志愿者（如 Terry Hsu）第一次的相遇，他们将成为 L/L Research 的一部分家庭。