

# 爱与光之图书馆选集

(第 26-28 辑)



Copyright © 2017 L/L Research

[www.llresearch.org](http://www.llresearch.org)

<http://loo.soul.tw> 或

[yidefaze.org](http://yidefaze.org)

**爱与光图书馆选集 第26辑.....4**

第 26-01 集：伯利恒之星 .....	4
第 26-02 集：存在与受苦 .....	7
第 26-03 集：一的法则是不是唯一的法则？ .....	10
第 26-04 集：T 弟兄的旅程 .....	10
第 26-05 集：存在与受苦[说明篇] .....	14
第 26-06 集：身份与蜕变 .....	15
第 26-07 集：灵感与团体 .....	18
第 26-08 集：棕榈主日 (2017) .....	21
第 26-09 集：穿越黑暗与混乱 .....	24
第 26-10 集：圣奥尔本斯教堂：CARLA 演讲 .....	28
第 26-11 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十一 .....	33
第 26-12 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十二 .....	37
第 26-13 集：和基督的关系 .....	44
第 26-14 集：苦難與喜悅 .....	46
第 26-15 集：不理解是必须的 .....	50
第 26-16 集：拥抱改变 .....	51
第 26-17 集：选一个标志(完整版) .....	56
第 26-18 集：一的法则是不是唯一的 ？ .....	61

**爱与光图书馆选集 第27辑.....62**

第 27-01 集：不理解是必须的 .....	62
-------------------------	----

第 27-02 集：正负两面的指引 .....	62
第 27-03 集：活出更大的我 .....	65
第 27-04 集：造就第四密度 .....	69
第 27-05 集：联想遥视技术 .....	75
第 27-06 集：道途上的陷阱与分心物 .....	78
第 27-07 集：伴侣关系与性 .....	81
第 27-08 集：灵性团体 .....	85
第 27-09 集：平衡超心灵致意 .....	89
第 27-10 集：打破形式 .....	92
第 27-11 集：神圣契约 .....	96
第 27-12 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十三(完结) .....	99
第 27-13 集：做世界的光 .....	105
第 27-14 集：灵性途径 .....	108
第 27-15 集：恐怖主义(完整版) .....	111
第 27-16 集：G 男孩的深层疗愈 .....	115
第 27-17 集：群星之间 .....	118

**爱与光图书馆选集 第28辑.....121**

第 28-01 集：住处与工作 .....	121
第 28-02 集：觉醒与转形 .....	124
第 28-03 集：学习与盖亚共舞 .....	128

---

# 爱与光图书馆选集 第 26 辑

---

## 第 26-01 集：伯利恒之星

---

Copyright 2003 L/L Research

密集冥想

1985 年四月 9 日

(Jim 传讯)

我是 Laitos，朋友们，我在无限造物主的爱与光中、向你们致意。感谢你们每一位、邀请我们加入你们，并且给予机会让我们可以有所服务。获得请求是一种喜乐，我们荣幸地加入你们、回应你们的呼求。我们欣赏你们在开始这场冥想之前的讨论，因为这样的讨论可以更清晰、更纯粹地聚焦一个人的意图在目标上，该讨论是有帮助的。当每个成员分享各自对于发声通灵服务的理解与经验，每个成员都从彼此身上学习，你们在一起就进展地更快速；而如果没有分享经验，也没有检验（通灵）内容，进展就没那么快。当然，我的弟兄，这点在你人生的所有部分都是真的；当你的双脚踏在服务他人的道途上、透过发声通灵的方式，这点尤其是真实的。我们将重复一些你们已经知道部分的指令，它们是单纯地放松心智，身体将会跟随，然后毫不分析地、把你心智之内的想法说出来，确实成为傻子，在不知道等在前方的情况下、大步踏出去。

此时，我们将尝试透过 N 实体说几句话。我们现在要转移这个通讯，我是 Laitos。

(N 传讯)

我是 Laitos，我在无限造物主的爱与光中、向你们致意。令人忧伤的是，我们无法全部都参与通灵过程。对于寻求它的每个人，它是一道光。我感谢你关注细节。我想我有点在分析了。重新转移给你，Jim。

(Jim 传讯)

我是 Laitos，我们再次透过这个器皿向你们致意。我们感谢 N 实体愿意做为发声器皿、以及他对服务的渴望。我们十分欢喜能够透过新进的器皿讲几句话。能够透过新进的器皿表达太一造物者的爱与光总是令人喜悦，不管先前已经用了多少个器皿；因为每个做为器皿的实体都有其独特的观点，于是成为另一个美丽的容器、盛装着滋养的水、献给那些口渴的人们。

如器皿所观察的，它有朝向分析的倾向，然后造成通讯的遗失。当每个新进器皿练习这项技能，该倾向将会降低，因为当你在这类的服务建立了自信，它就越来越成为一种自动的、自然的技能，容我们说。

在此时，我们会尝试透过 J 实体说一两句话。再次地，我们提醒该器皿放轻松，只要说出脑海中出现的想法就好。我们现在转移这个通讯。我是 Laitos。

(J 传讯)

我是 Laitos，欢迎你和我一起旅行。我丢失通讯了，我想。

(Jim 传讯)

我是 Laitos，再次和这个器皿同在。我们很高兴，不能够和 J 实体达成联系，还能够透过该器皿说了几个

字。容我们说，新进器皿能够建立通讯，说出我们的识别名称，然后短暂地失去通讯，这样已经很好了。容我们说，对于新进器皿，

这一种技巧通常需要比较长的时间来发展；因为新进器皿在首次丢失通讯之后，比较不能够重新建立通讯。因此，我们称许并鼓励 J 实体的努力，以及他继续说出该想法而不顾虑其源头在该器皿注意的哪一个点。我们将再一次尝试透过这个新进器皿说几句话。我们现在转移这个通讯。我是 Laitos。

(J 传讯)

我是 Laitos，我在无限造物主的爱与光中、向你们致意。

(Jim 传讯)

我是 Laitos，再次和这个器皿同在。再次地，我们大大地感激能够透过 J 实体讲话，并且再次称许这个新进器皿在这项新技能上的进展。说出我们的识别名称、和我们的问候语，这是成为新进器皿的首先一大步。接下来，当然，就是这个过程中的另一大步，那就是说出一个先前没有被辨识的想法。如果 J 实体愿意继续这个过程，讲出那些出现在脑海中的想法，就可以走到下一步。

此时，我们愿开放这个会议给今天傍晚加入这个团体的成员。容我们尝试你们的任一询问？

N：好的。有没有任何方式、透过冥想或聚焦、我们可以放大这些想法？它们似乎是如此地遥远，好像要从天上 (ether) 把它们拉下来。

我是 Laitos，我的弟兄，我们只能建议专注在先前已经提到的那些领域。当然，你正确地假设：注意力的焦点具有至高无上的重要性，它能够感知到我们传递的想法。我们不会建议任何特殊的技巧以放大我们的想法，因为那是我们的任务，容我们说；因为我们是传送者，而你们是接收站。要成为更成功或更强大的接收器，你仅仅需要能够清理心智到某个程度，以致于整个场域或范围都开放接收。如果这个场域或范围的任何部分担忧某个想法或知觉或回应，那么该部分就会产生一种静电干扰[容我们说]，使得感知我们的想法变得有些困难。当你能够拓宽你的感知场的可用性，你就能增加感知或接收我们想法的能力。当你清理你的心智，放松你的思考，那么，你就如同一座静止、深沉的池子，它开始觉察表面上的任何涟漪，聚焦其注意力在描述那些涟漪上。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：当我们冥想时，我们可否联系你们，Laitos 或 Latwii，接着，如果我们的确联系上了，我们是否知道我们有联系，或者只是陈述我们的目标？我似乎总不能够得到一种[我认为是]公认的响应，确定我正在以不管什么方式处于联系之中。

我是 Laitos，关于你的询问，我的弟兄，我们要对你说，首先，你将无法在此生确切地知道任何事，因为你们的世界不是确切知晓的幻象，因此意志与信心的机能即是真理寻求者的杆子与木杖，它们是稳定与确切的；在你的发声通灵之中、如同你的寻求过程的所有部份，都是如此，你都在试图辨认你面前的东西、辨认你的实相之本质。

如果你在冥想中要求我们的临在，我们十分乐于加入你们，透过我们的调节振动让你知道。不过，你对于那个振动的感知是独特的，当你尝试做为发声器皿，该感知也会对任何疑虑开放。再次地，如果你只是请求我们的临在，我们建议不要尝试发声的通灵(传讯)，单纯地请求我们的调节振动就好，因为在这种规模或更大的团体中有必需的保护，容我们说，当你单独地在冥想中就会省略、或不可能有这种保护。因此，最好是仅仅要求我们加入你的寻求，然后尝试在调节波来到时感觉我们的临在。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：不了，非常感谢你们。我知道不应该(独自)去尝试通灵，但我想或许应该有某种辨别的振动；我猜我的头脑太迟钝而无法解读。但是，非常感谢你们。

我是 Laitos，我们同样感谢你，我的弟兄，我们完全没有要暗示你的头脑或任何人的头脑是迟钝的，而是你们的幻象对于任何现象都不许可确切的、毫无争议的证据，容我们说。不过，你可以辨认出我们的振动，因为你在这些冥想中开始认识它们。此时，容我们尝试另一个询问？

N：如果没有其他询问，我可不可以要求 Laitos 告诉我们，关于安塔瑞斯之白光兄弟会(White Brotherhood of Antares)的事情，它位于哪里，它是一个社会记忆复合体、还是一颗行星？

我是 Laitos，我们觉察你的询问，我的弟兄。我们将尽最佳所能讲述这个课题，同时理解到许多所谓的兄弟会，如你已经听说的，不只是由他人感知与描述，还有该兄弟会的不同部分以不同方式在描述，因为，虽然每个兄弟会是一场聚会，我们更正这个器皿，虽然每个兄弟会是各式各样的实体之群集，所有成员致力于以相似的方式服务，不过，每一个都是独特的，或许以不同的见解看待服务，所以，当你们人群开始透过众多的来源、觉察到这些各式各样的兄弟会，每一个来源都十分有可能给这些兄弟会增添另一个面向或维度或描述，所以，在许多例子中，仿佛一些信息描述着(许多)不同的兄弟会，那确实只是对于为数较少的兄弟会的各种观点。

现在，来到你刚才措辞的课题。该兄弟会，一般被描述为安塔瑞斯之白光兄弟会，它是一群社会记忆复合体[你们团体已经知道的名词]。这些族群渴望并且致力于服务他人，不只在你们的幻象之内，还包括其他第三密度的幻象；服务那些寻求信息

的实体，即关于太一无限造物者之爱的信息，更具体地说，如何觉察到这份爱，并体验爱的实相，容我们说。然后，这群实体寻求对你们星球上的各种器皿沟通这些一般的概念，不管该来源是什么，这些概念总是相同的，因为太一造物者的爱与光、遍及所有宇宙造物、都是如其所是，不过，每个实体可以透过无限多种的方法开始觉察爱与光。那么，这个兄弟会的成员们付出全力去分享他们的经验，对于你们地表上呼求这份信息的人、表达这份爱与光。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：星际意图的三十三个物种的联邦(Federation of

Thirty-three Species of Galactic Intent)，这个称号中的物种是什么意思？

我是 Laitos，就我们最佳的理解[虽然是有限的]，我的弟兄，在这个措词中、物种意指这个群体已经完成的事：成为社会记忆复合体。也可以用众存有的种族(race of beings)来形容。在许多情况中，这些是行星的人口，他们已经达成至少第四密度的合作层次、或共享意识经验的层次。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：那么，物种在这里并不指向任何肉体上的意义，而是暗示一个社会记忆复合体？

我是 Laitos，再次地，就我们最佳的理解，我的弟兄，这些种族或群体或物种采用的肉体载具伴随着他们的寻求和爱之光之分享，的确，肉体载具可能大大地相异，然而，那只是穿上的衣物或披风，目的都是相同的：提供一个载具，好让心智与灵性得以表达。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：嗯，在该星舰或 UFO 或宇宙飞船上头的三十三个物种，它们的身体与灵都出席，或者，它们是一群灵性复合体、在这个船壳内四处飘浮？前几天，当我们在讨论时，我们提到伯利恒之星(Star of Bethlehem)或 TX-11，容我们说，它庇护着星际意图的三十三个物种，我不禁想要知道，若它是全然的灵性，难道它们不会调和到一个(临界)点，以致于难以辨识个别的物种？

我是 Laitos，我们发觉、你已经发出一个十分难以清楚、简洁回答的询问，因为有许多要考虑的点。首先，容我们说，在登上这艘飞行器的努力上，通常的情况是每个种族的代表参与该努力的过程，另一方面，该种族的其他部分可能在别的位置，以其他的能力服务，或许进行其他的任务，容我们说。

在某些例子中，有实体们的交换，容我们说，在你们称为的时间与空间中，从船舰到家乡密度或该行星振动之间的(人员)交换。因此，可能有更多实体在协助该船舰或特定的任务，超过实际登上该飞行器的实体总数。位置也是一个要考虑的点，因为该位置可以在不同的频率或密度或实相[如你会称呼的方式]之中。你们自己的行星振动有其空间/时间的位置，你们现在就栖息在此，接着，它也有其时间/空间的位置、你们所谓的内在平面，一般被描述为从星光(astral)层次穿越到提婆(devachanic)层次的范围。你们的星球拥有内在平面的每一个密度层次。

因此，有众多潜在的位置，你们的肉眼无法看见它们，以及众多位于你们称为的时间中的位置，还有来自许多不同源头的各种实体在这个努力过程中给予协助，所以，并不容易以你们的语言描述，接着，根据你们的理解精确地知晓这种努力的本质。我们，尽卑微之力尝试描述该范围的一部份，好让你们可以看见仍有待探测的部分之宽度与深度。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：我理解到，不是每个物种的所有实体都登上该船舰，但有部分实体在该船舰上。我可否问，为何该飞行器被命名为伯利恒之星？以及，TX-11 有什么意义？接

着，这艘飞行器是否经常在第三密度中，我们可以和它沟通，或者，这完全是一个虚无缥缈的考虑？

我是 Laitos，觉察了你的询问，我的弟兄。这艘船舰甚少出现在你们的第三密度幻象中，在不同的时期，你们自己的人群曾经给予它不同的名称，随着这群实体和许多群体接触的过程，横跨你们的时间或历史；它获得不同的名字，最通常的情况是：那是根据你们地球人接收到的信息[来自它的服务]而选取的名字。容我说，这艘特殊的飞行器曾经涉入你们称为的耶稣实体诞生的过程，因此获得该名字、属于那位特殊导师的实质诞生位置。

另一个命名是比较最近获得的，容我说，它多少是属于一种编码后的变貌，关系到这艘船舰也提供的一项服务，这个代号可以被视为缩写，几个字母和数字代表一些概念、它们关系到这个群体的服务的振动层次，该服务是分享爱与光、并且促使爱与光显化在你们的地球上。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我过去就在想、伯利恒之星是不是和基督(耶稣)小孩的诞生有关，所以这样命名。接着，就 TX-11 而言，我想要知道该飞行器是一种思想的形成，或者它是在一个特殊的地球上建造的，如果是的话，它是如何被建构的？

我是 Laitos，我们再次碰到某种提供信息上的困难，因为它多少位于我们的能力范围之外，容我说。每一个实体或群体、在服务他人之中、寻求和地球人通讯，某些人具有特定的焦点成为管道，透过他们，我们得以分享。那么，藉由聚焦在这些不同的参考点上，我们能够以一种足够清晰的方式、维持你们多少有些困难的振动，而能够传送思想。当我们偏离我们的分享目标太远，或者尝试取得那些在我们能力之外的信息，那么，容我说，就会多少失去我们的焦点，接着比较不能够以清晰的方式传递那个在我们和围之外的信息。就我们所知，任何寻求接触你们人群的群体都是这样的，也就是说，任何不属于你们第三密度物理经验的群体。

你刚才形容的飞行器、在那上头的实体们有个目标：分享他们特定的爱与光之振动水平。当你注视这个群体已经绘制的(消息)来源，并且以图表的方式把这个列表放在天文图[以你们的称谓]上，那么，有些术语是许多世代以来都在用的，可以标定不同的(坐标)点，当这些点的群集已经被公认为兄弟会，容我说，那么，经常地，这些群集就以一种方式被贴上标签、可以分门别类、易于回想。这些字母和数字的特性就是如此：它们被用来识别这个群体。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我无意去问在你们的范围之外的东西，只是，我刚才想要知道几个考虑。容我问，当我们重新诞生之际，人灵会在诞生之前进入身体，或是在受孕的时间，或只在诞生时(进入身体)？

我是 Laitos，我们发觉你的每一个假设都可能是正确的，因为人灵[如你的称谓]进入肉体载具并没有固定的点，该载具将承载人灵度过一生的经验。有些人灵在受孕的时刻之前就在场了，并且确实做为某种指导灵，(协助)那些即将成为父母的实体。有些人灵在受孕不久

之后的任何时点进入即将诞生的载具。在某些例子中，容我说，那些不情愿的人灵会在(载具)诞生之后才进入，通常，(延迟的)时间不会超过你们月亮的一次公转[以你们的称谓]。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我过去就在想、那是否有个特定时间。

在星际意图的联邦的物种或飞行器导引来自另一个密度的耶稣降生的过程中，伯利恒之星是一个主要工具，…丢失了我的思绪…(他)做为了一颗星际种子？

我是 Laitos，我们感觉可以最佳地描述该关系，即所谓的伯利恒之星和拿撒勒的耶稣、以及他进入你们第三密度物理幻象的关系。该场合大部分可以被视为某种送行，广大不同的朋友群体给予一个自己人的送行，因他动身前往一个遥远的土地，展开一场漫长又孤寂的旅程，容我说，这片土地陷入巨大的悲痛、接着以巨大的强度呼求服务，这个家族全体必须提供这些服务，接着该服务必须被个别化，由该群体的一员所显化，在这个例子中，即是你们人群知晓的拿撒勒的耶稣，受膏者(the Christed One)。

我们可否进一步回答你？

N：这个器皿是否疲倦了？

J：精疲力尽？

我是 Laitos，我们发觉这个器皿拥有良好的能量储备，和我们一样，如果还有进一步的询问，他乐于提供服务。

N：非常感谢你们。我假设伯利恒之星就在那儿，如你们说的，送别某个早已命定的事物。那么，容我再问最后一个问题：安塔瑞斯的意义是什么？

我是 Laitos，觉察到你的询问，我的弟兄，我们感觉，响应这个询问的最佳方式为：安塔瑞斯是一个位置，位于你们已知的天象图之中，许多物种或种族群体利用它为某种中途站，容我说，一个在时间与空间中选定的点，因为其特殊的振动可以滋养那些…(录音带第一面结束)

(Jim 传讯)

我是 Laitos，再一次和这个器皿同在。我们已经完成刚才发出的询问，单纯地想要允许这个器皿重新定位其录音装置，如果此时还有任何进一步的询问，得以继续录音。

N：是的，Laitos，非常感谢你的上一个答案。该中途站，它像是我们的地球，或者像是一个小行星带，如果是这样的，我们的天文学家怎样给它命名？

我是 Laitos，觉察到你的询问，我的弟兄。虽然这个器皿对于这类的术语的知识相当稀少、贫乏，我们发觉安塔瑞斯和大角星(Arcturus)这两个词汇最常被那些研究诸天的人使用。这个确切的位置是一群星体，你们会称为恒星、行星、如小行星带的绕行实体，加总起来提供一个振动频率的网络或场域，做为你们可以称为电池或滋养品，给那些属于一般相同振动层次的实体。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我不想要使得大家很疲倦。我感激你的所有答案。感谢你们。

我是 Laitos，在今天傍晚，我们十分感激你，并且感激该团体的每个成员。我们也必须道歉，如果我们的回应使得任何成员感到疲累。我们发觉这个器皿在今天傍晚至为敞开，虽然在某些情况中，它同样有些空洞，容我们说，如果它提供更多聚焦，对于该通讯就更有帮助了；有了这种努力，该场域的范围多少会比较缩减。

如我们先前提到的，在这个探索的过程中、我们和每一位同在，在你们的冥想中，我们乐于提供调节的振动，好让你们的冥想得以比较深化并得到澄清。在这个时候，我们将离开这个团体。一如往常，我们在太一造物者的爱与光中离开，因为再无其他东西，我的朋友，(你)无法在其他东西中离开或存在。我们是 Laitos。Adonai。Adonaivasuborragus。

(V)2017, translated by cT.

## 第 26-02 集：存在与受苦

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年六月 24 日

巴斯唯灵派教会，巴斯，英格兰

(在这次的外星传讯之前，Carla 有一场介绍性的演说，连结如下：

[http://www.llresearch.org/speeches/speech\\_2005\\_0624.aspx](http://www.llresearch.org/speeches/speech_2005_0624.aspx) )

( Carla 传讯 )

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在为祂的服务中、我们今天来到你们中间。我们为能够在今天荣幸地与你们分享我们的想法而感谢你们每一位。我们想要告诉你们，在我们眼里，你们是多么美丽呀。这个器皿在之前谈到能量体的色彩；在我们看来，那些能量体就是你真实的本性、你真实的身份。我们无需知道你们的名字，只需要简单地看看你们能量体色彩的芬芳花朵就能认识你们。你们真的是一束束美丽的灵性花朵，在此刻与你们分享我们谦卑的想法，真是一种荣耀与荣幸。

我们想请你们帮个忙，那就是，请你们用怀疑和挑剔的耳朵，谨慎地来聆听我们所说的内容。如果我们说的任何事情似乎对你们不合适，我们会请你们毫不犹豫地抛弃它。我们不希望成为你们的一块绊脚石，我们不希望以任何方式妨碍你们的进程或侵犯你们的自由意志。我们不是权威。和你们一样，我们也是寻求者；我们也许走得比你们远一些，拥有稍多一些可以分享的经验而已。唯有你才知道，什么事物对于你属于真实。你的分辨力是准确的。请只聆听我们分享的想法中、那些以某种方式与你们有共鸣的想法，不要降低条件。如果你愿意为我们做到这一点，我们会极其感激你们的好意。它将让我们能够在此刻自由地对你们说出我们的想法。

我们想请问 Vara 实体、此刻是否有一个问题呢？

Vara：谢谢你们，Q'uo。我们人类有一种思考习惯，认为我们活着就一定得要有个目的，或是去达成一个天

命，而我们今晚听到 Carla 说，存在 (be) 和行动 (do) 的对照。你们能否谈谈，我们该如何学会去存在，如何与我们存在的真实性协调一致，以便于知道我们什么时候是，确实地，在对的路径上？

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的姐妹。法兰克·辛纳屈实体说 (唱) 得好极了：「嘟-比，嘟-比、嘟\*」。这是一个位于作为-存在、作为-存在之间的舞蹈。当你吸进一口气、又呼出一口气时，你是存在；当你用心智或本能进行思考或采取行动的时候，你是作为。这里的区别有些过分简化，然而，作为是否告知存在，或是存在告知作为呢？

(\*编注：原文为 Do-be do-be do，这原本是歌词的状声词，恰好对应到作为-存在)

这个器皿每天早上祈祷：「向我展现、?为我准备好去走的道路。」那是作为。她在同一个祷词中又祈祷：「帮助我聚焦在我是谁、为什么我在这里。」那是存在。

当你从应该去做什么、或必须做什么的起点去行动时，你是在让你的行动告知你的存在。如这个器皿在先前说过的，当你从一个说「此刻爱在哪里」的起点去行动，去花时间，无论是一瞬间或是真实的一分钟，来寻找爱，寻找无限智能中的一个点，从灵性的立足点告知该情况，那么你就已经看到当下此刻中更深的层面了。当你的心开放、接着说：「啊，我真的看到此刻我如何能够成为爱的一部分，我看到有人需要帮助」，或者说，「我知道怎样用一句好话让这个人感觉好受些」，那么，那怕你也许只在做一件非常简单的事情，但你已经集中自己、进入你更深的实质，你是从那个 (中心) 点来做这件事情。

一朵花会做什么呢？你们每个人都是一朵花。一朵花的价值是什么？一朵花的价值是：它已经从一颗种子长大。它正在表达自己的种类。它有颜色、有香气、有它在阳光中的时刻。我的孩子，你们也拥有你在阳光中的时刻。你们正在呼吸空气、正在造物者之爱的阳光中绽放；对于时间中的这个微小片刻而言，你的价值就是去选择如何度过这个绽放的时刻。当你发现你自己被摘下、被抛掷，请求你自己、(你的) 意识、停止作为，进入心中，开始察觉那一刻。在这个瞬间中有爱。爱在哪里呢？爱难道不是从你开始吗？

我的姐妹，是否有另一个询问？

Vara：谢谢你们，Q'uo。我们观察到，许多人在他们整个人生中都会不时地受苦。我们想要知道，你们是否可以谈谈苦难的本质、苦难的目的，或许还能谈谈，什么样的心态才能在苦难中看见爱？

我们是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹，这是多么出色的一个问题呀！我们感谢创造了该问题的实体。确实，苦难指向一个极大的要点，而受苦本身却不是要点。要超越苦难的本身来理解、为什么要创造这样一种结构，它几乎无可避免地让每一个进入人生的实体被痛苦打倒，无论那是情绪上的、心智的、灵性的或身体的痛苦，或者是它们当中的任何组合 (排列)。

造物者对你的受苦并不感兴趣。然而，作为一个共同造物者，你在查看自己即将到来的人生时，对于你想要这次投生该如何进行，曾作过长期与深入的思考。你想要

如何绽放？你想望去提供什么样的服务？当你注视着自己，看着这个投生的实体、只是你灵魂光流的一小部分，你那时说：「圣灵，我如何才能更好地平衡我内在的原力呢？我是否力量太多而智慧太少？我是否爱太多而力量太少？我是否爱太多而智慧太少？我如何才能以一种更加平衡的方式来安排我内在的这些能量，以便于我真的可以对太一无限造物者更多地服务呢？」

接着，你开始制定一个计划。你为自己选择了主要的人际关系、你的出生家庭或那些抚养你长大的人、你的配偶或伴侣、以及那些对你很重要的爱人和朋友们。你甚至小心谨慎地选择了你的敌人和那些想望伤害你的人，因为你不愿意在这次生命中浪费这些人际关系。毋宁说，你希望使用它们好精炼你的内在、也就是精炼你自己。如同未经加工的原料进入精炼它的火焰一般，你选择了某种类型的精炼能量，它会在你的整个生命过程中轮番出现，就仿佛它是一个主题或主旋律一样。

在你受苦的时候，开始寻找它的模式吧。这是一件好事、值得在某种程度上使用你的头脑。分析你受苦的模式，你甚至可以根据你的肉体哪个部位可能正在受苦来分析它。你肩上的负担太重吗？你可能正通过肩膀的疼痛来表达那一点。这个器皿正是如此。这个器皿没有承担过多的东西，她担负的份量刚好足够给她带来她所希望学习的课程。她的选择是学习去爱而不期待回报，她仔细地为此门课程选择了她整个生命途中的所有实体，而不只是选择了她的父母，因为父母在给出他们的礼物之后会去世。她与父母之间需要被平衡的事物已经达到平衡，他们也已经通过大门进入更大的生命。然而，在这个主题上进行工作的需要、还会在她的整个投生期间继续下去。

那么，这个团体中的每个人都已经为自己选择了投生课程。每隔一段时间，那个主题就会在你的生活中出现，无论它可能会是什么事情。我们会再一次说，每一个课程都不相同。有些和正确地使用力量有关，有些和爱有关，有时候爱的课程会变得和一个人的价值判断有关，有些课程和正确地使用智慧有关，你可能非常聪明却不善良……平衡点在哪里呢？无论你的投生主题是什么，它是严酷不间断的，你有意把它创造成这样的。

这个器皿经常听到这样的话，「你绝不会收到超出你所能承受的东西。」我们相信，的确就是这样。因此，这问题接下来成为，当你发现了受苦的模式后，你如何开始找到办法、来使用这种信息、这些主旋律，而不必经受这些苦难。不是身体创造了想法，而是想法创造了身体。你所体验的任何苦难，都是首先以一种非常温和的方式来到你的思维中，然后你有能力来查看你的想法，并尝试在其中找到那个模式。

在一天结束的时候，或者在任何你觉得有用的时候，回顾你在这一天里曾采取的种种想法，容我们说，这是有帮助的。在这一天里，哪些想法占据了你的心智呢？哪些想法模式引起了你的担心、或导致心智上或情绪上的受苦，又是什么事物触发了那些反应呢？那是愤怒吗？是无价值感吗？还是嫉妒？现在发生什么事呢？

那些你在童年及青少年时期受到的伤害、有哪些你迄今仍带在身边呢？它们会令你重复地(受伤)，而非(向前)探索。

如果你使用自己想法中的天赋来检查它们，当你开始看到一个模式并进入其中、去和它一同工作时，你就会开

始看到，大多数的苦难都是一系列的触发物。你曾允许这些触发物被嵌入你内在的深处，以便于当某件事在表面上发生时，它就会激发出一种过度的反应。寻找那些不适当的过度反应和响应、寻找那些隐藏的触发物，内在深处的苦难就藏在这些触发物的面具之下。

接下来，温和地，极其温和地，每天一点点地追赶那些触发物。看看你能够如何开采它们以获得它们所代表的珍宝，因为它们代表了你们自己的某些部分，代表了你们从其他自我制作的无限镜子大厅中，以一种扭曲的、不真实的方式接受的事物。温和地将它们带到桌面上，仔细地查看它们，并开始为那些已经被你纳入你的存在之中、虚假无须存在的伤害，而宽恕他人和你自己。

让你的苦难开始康复吧，让你的人生开始康复吧，这样你就可以，如这个器皿之前说过的，靠自己站起来、直面这个世界说：「我知道我犯了很多的错误，我有很多缺陷，告我啊。我就是这样一个人。我仍然做好准备去探索这可能性：即爱是对于一切苦难的答案」。认为受苦是必要的，这是一个十字架，放下它，知晓它只是一个训练工具。当你不再需要那个训练工具时，你就可以生活在欢乐与感恩中了。

现在是否有另一个询问，我的姐妹？

Vara：感谢你们，Q'uo。在受苦与治愈的话题上，我们知道一个因为脑瘫而受苦的孩子，在八岁就完全丧失行动能力了。然而，这个小孩看起来能为别人治病，实际上还能够和上帝沟通。你们可否评论这个特殊的受苦与治疗的情况？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们觉察到，要洞察该奥秘[为什么人们选择投生到这等困难的人生]是非常困难的。然而，尽管我们的理解是有限的，我们的理解是：有许多实体，他们非常了解、其特殊的生命礼物是关于存在。这个器皿投生到一个已仔细选择的、机能失常的身体中，使她能够活着、但在身体上却不是很有用的。

我们没有必要去表达这个器皿对这个特殊课程不舒适的感觉。你们每个人都有过生病的时刻，那时你无法去做正常能做的事情、这非常令人沮丧。然而，这个器皿对自己的评价是，作为一个灵魂、作为一种能量，她过于活跃了，她需要将焦点仔细地向内移动，不是在投生中的一个特殊的部分，而是贯穿整个人生。

她并没有为自己选择痛苦或受苦，她选择的是限制因素。当她全盘地接受了她的限制因素之际，她能够在几乎不感到痛苦的情况下，轻松滑过她的白天和夜晚，她有时能获得这种状态。在大多数时候，她从刀锋上滑落并体验到相当程度的不适，因为她试图去做太多的事情。她之所以这样选择，不就因为她是一个贪心的女人吗？她想要在一次投生中表达出爱的力量；为了将她非常活跃的心智聚焦起来，她选择以一种受限的方式、好继续她内在的进程，并未在这次投生中放慢脚步或休息。

这个提问者谈到的该实体、看见他灵魂光流的力量、和他希望在绽放中献出的礼物的能量，他选择了一种看起来非常困难的样式。但是，如你看到的，正是藉由这个实体存在的本身，他表达了在肉身中、人类灵魂的价值与重要性。



我们知道我们无法用一个简短的回答来洞穿这个奥秘，但是我们希望这个回答足以开始提供一些资源。通过这些资源，你们可以找到一些方式，来考虑关于存在的议题、关于疗愈一个存在的完整性的议题，无论这种存在性表达的途径是怎样地有限。

请问现在有另一个询问吗，我的姐妹？

Vara：谢谢你们，Q'uo。我们今天晚上一直在谈论关于学会去爱、学会看见当下此刻中的爱。对于凝视镜子的练习，我看到的那些脸庞经常显得黝黑粗糙，或者在外表上看起来带泥土味或野生的，甚至是腐烂的。我究竟看到什么，你们可否对此评论？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在某种程度上，我们发觉无法评论，因为，在这个程度上，在你的进程中有一个活跃的部分，我们不想替代你学习它。但是我们可以一般地说，你在这些黝黑的脸庞中所看到的、乃是你的灵魂光流在其他转世中所采用的肉身形式的一部分。你拥有穿越所有密度的体验、直到这个密度，其中有成为岩石、天空、水、风的体验。包括体验了很多次元空间里存在性的能量，它们是岩石、风、火等等的(自然)灵。你体验过成为树木、动物、植物，而在第二密度的大自然之中有一些能量，比如这个器皿会称为的仙女、地精、侏儒等等，藉由这些能量，岩石和动物之间可以上演配角戏(by-play)。

当你凝视镜子的时候，你开始进入你的灵魂光流曾经历的博大之中，那些你在这次投生中、正在工作的事物就会创造出一种氛围，让你在其中看到对你的进程有帮助的一些东西。尽管在你体验的内在层面中有无数层次，这种帮助可以体现在其中任何一个层次上。

我们会建议你首先凝视在此刻、自己感兴趣的特质，无论它是对生命、或是对死亡的兴趣，对力量或和平的兴趣，对爱或恐惧的兴趣，对悲伤或喜悦的兴趣。当你感觉到、你此刻在寻求的道路上创造出来的环境，看见你处于喜悦的正午时分，还是处于灵魂暗夜的黑暗之中，那么你就可能开始领会，当你凝视着那面

向你打开潜意识之进程的镜子时，为什么你会看到那些黝黑粗糙的脸庞。

现在，我们请你提出最后一个询问，我的姐妹。

Vara：感谢你们，Q'uo。我们有一个朋友，她是一位虔诚的基督教徒，在信仰上严格遵守教义。她对于朋友们的福祉非常担心，尤其在涉及通灵、以及在基督徒教会之外的兴趣的方面。对于如何处理这种情况，事实上，如何处理我们的愤怒感觉，你们可否给我们某种指引？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。的确，这个器皿曾经有很多年都在处理、她与基督教徒弟弟之间的这种互动，他笃信圣经无误[1]与原教旨主义。

所以，通过这个器皿的记忆，我们非常清楚地觉察到，当一个只想望看到你最佳利益的挚爱实体，似乎转变成你的进程和真理的一个敌人时，那随之而来的痛苦。

让我们从人格与环境向后退一步，进入这个器皿先前谈到的、实体们确实有的那种巨大饥渴、想要认识太一无限造物者。在贯穿整个人类历史的很多情况中，灵性都固化成了宗教。宗教是这个器皿喜爱的一种事物。这个

器皿一生都是圣公会派教徒，她热爱这个灵性社群，热爱在她的圣乐团中唱诗，热爱在她的教会的变貌中感恩、崇拜、向造物者致谢。然而，对于这个器皿，她从未想过要去相信教条。

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

他说[2]：「在这个教会中，我们懂得神秘主义。我自己也对童贞女生子有些疑难，但我不会去担心它，因为我聚焦在神性的奥秘上。」他说：「不要离开教会，因为你爱耶稣，你无法与不在教会中的人们谈论耶稣。但是，不要期待教会给你真理。」

这个器皿是非常幸运的。对于很多人来说，他们所找到的、唯一可以去接近他们对太一无限造物者的爱的方式，就是去，如这个器皿所说的，毫无保留地\*接受(相信)某个特定宗教里某个特定分部的教条。对于那些想望这样做的人，我们会说，这是一条通向太一无限造物者的有效道路。然而，我们会指出，这条道路被它所携带的教条、也被那些[在他们的造物者的故事中]因为审判而被他们的造物者的爱与光排除在外的实体所阻碍、延滞了。

(\*编注：原文为 hook, line and sinker, 从钓鱼过程衍生的有趣词组)

当你看见评判的时候，你知道你已经以某种方式、在通往对于无条件爱的真实理解的道路上走失了。耶稣实体，这个器皿的上师，在他于十字架受刑的故事中，因为不公正的审判而被吊在十字架上。在那个故事中，有一个小偷和一个杀人犯，分别被吊在他的两边。两个人当中的小偷对耶稣·基督实体说：「我知道我不配

，但是，主，当你到达乐园的时候，你会不会想起我？」耶稣实体说，「今天你就将与我同在乐园(天堂)中。」

你的造物者会张开祂的双臂说：「每一个人都进来」吗？如果是这样，我的朋友们，你走的是正确的道路。如果你遇到一个实体，它对进不了天堂大门的恐惧使它必须紧紧抓住评判，那么祝福那个实体一路平安，并想办法在和那个实体交往时，把它当作一个灵魂而不是人格。超越它对你评判的具体细节，聚焦在你对它完全的接纳上，因为它也是造物者。它也许下降到恐惧之中，也许选择了去评判别人，藉此，那个实体正在创造一个旧约的世界(Creation)。但对于你，这是一个完全不同的世界，由你决定是否要评判它。

你会在悲悯中打开你的心呢，还是因为你在别人身上能够看到某种可能出错的东西而关闭你的心呢？你有那个力量！宽恕，那个实体就被宽恕，那个实体就被提升。好好地选择你的评判。

我们感谢你们每一位，为了你们今晚和我们在一起、为了你们邀请我们加入你们的寻求圈。这对于我们一直是一种荣幸和祝福。我们离开你们、这个器皿、和你们一同居住在这个神圣空间里头的隐形的存有们，以及所有隐形领域里的天使、侍从、指导、实体、菁华。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai. Adonai.

原注

[1] inerrantist：一个相信一份特定的作品或者档案



的准确无误、或者相信其字面上的真理的人。  
[2] 这里(录音)遗漏的材料是一个来自于 Carla 年轻时代的故事。当她十三岁的时候,她所在教区的主教 Marmion 在一个青少年夏令营里教课,而她就在主教的一个问询者的班里。她告诉主教、她觉得自己可能需要离开教会,因为她无法相信童贞女生子。通灵传讯在这里是用主教对这个陈述的回应来接续的。

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T. S.

## 第 26-03 集：一的法则是不是唯一的法则？

[特别讨论]

2017 年一月 5 日

本月第一次台北一法>读书会,米米问了一个有意思的问题。

该问题基于以下两段节录[来自一的法则]:

3.10 ... 那些和一的法则共振的实体寻求 永恒的法则。

22.27 ... 只有一个法则,就是一的法则,其他所谓的法则都是一的法则之变貌...一的法则不具有多重性。

米米问:如果一的法则是唯一的法则,要怎么解释永恒的法则?既然永恒的法则主导着第七密度,若说它也被包含在一的法则(第六密度)之内似乎有点奇怪?那么,如果解决这个表面上的矛盾?

\*\*\*

[Jim 的来函]

是的,如同一的法则,Ra 似乎也称呼其他东西为法则。好比混淆法则,或自由意志法则。他们也提到,那些使用小玩意加速自身进化的人要承担责任法则。我相信,他们的意思是:只有唯一的法则,所有其他事物从该法则中蹦出,包括一些次要的法则,就像我刚才提到的那些。至少,这些年来,这就是我看待它的方式。如果我们当时真的问了 Ra,为什么他们在其他应用中也用了法则这个字汇,我们可能就会得到一个比较清楚、有道理的理由;因为 Ra 总是讲得有道理。但是,我们从未问他们(这个问题),所以,落得我们有些迷惑不解。

感谢你的问题。

在爱与光中,

Jim

\*\*\*

[Gary 的来函]

这真是一个好问题。我只能基于一些知识做猜测,但是,最终,我大概就跟你一样迷惑不解。

Ra 曾在别处使用法则:混淆法则、责任法则等等。这些法则并不会使得一的法则具有多重性。

一的法则总是在运转中,在每一个表面上的时间、每一个表面上的地方,宇宙造物中的任何事件或非事件都有它。只有太一,而祂的法则即是一的法则。

其他法则或许是一的法则之变貌,有些是原初的变貌。

或许,当第六密度社会记忆复合体首次学会、真正地理

解一的法则,但是,为了不管什么原因,该社会记忆复合体在下一个密度学到另一个原初变貌、属于一的法则。或许,永恒的法则就帮助这些实体真切地成为一的法则、藉由最终释放所有个人的身分/记忆/历史等等的残迹达成。

这只是我粗糙的猜测。

Jim, 你的回答是什么?

怀着爱/光,

GLB

后记: 特别感谢琇莹老师的鼓励、促成这篇译稿的显化。另外,Jim 事后发现 Gary 的回复和自己的非常相似,开玩笑地说:我们好比是孪生兄弟 ^^

(V) 2017 Translated by cT.

## 第 26-04 集：T 弟兄的旅程

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年五月 18 日

来自 T 的问题:关于我已经走过的旅程、我现在处在旅程中的什么位置、什么灵性原则适合于我在展望未来时考虑这几个方面,请为我提供任何你们觉得可能有帮助的信息。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则,在太一无限造物者的爱与光中,向你们致意。能被这个寻求的圈子呼唤是我们的荣幸,感谢 T 实体请求我们与他谈论他提出的、和他的旅程有关的询问。我们向这个圈子中的每一位致意: C 实体、G 实体、T 实体、以及 Carla 实体,感谢每一个人为这个寻求真理的集会留出他们的时间。一如既往,我们会请求每个人小心谨慎地聆听我们提供的那些内容,使用你们的分辨力来吸收那些你们感觉可能成为对你有帮助的信息,并将任何在此刻没有让你觉有帮助的观点抛在一边,因为我们不愿意成为你面前的一块绊脚石,或者以任何方式干扰你灵性演化的进程。如果你能为我们做到这一点,我们就能畅所欲言。正因为不愿意以任何方式侵犯你的自由意志,我们特别请求你使用自己的分辨力;在关于什么事物对你真实的方面,相信只有你自己才是权威。真理从本质上讲是一种非常主观的东西,对我们是真实的事情可能对你并非如此。感谢你们能够为我们做这项工作,这样我们就可以自由地发言。我们无论如何都不希望被视为权威。

你询问关于你正在行走的旅程、你在旅程中此刻的位置、以及当你在旅程上前进时、哪些灵性原则可能对你有帮助,我们为这个问题感谢你。的确,我们正和你一同走在那个旅程上,它是为我们所有人所共享的旅程。我们每个人都拥有个人和个体性的身份,然而旅程本身却是一个共同的旅程,这个旅程为太一无限造物者的各个部分所共有,这些部份从造物者的心中发送出来、收集经验、并将自我的绽放作为一个礼物回献给太一无限造物者。在这个意义上,它是一个共同的旅程,我们在这条路上一直彼此陪伴,并且永远都不会孤单。

我的兄弟,让我们谈一谈这个概念:在投生中处在一个旅程之上。这个旅程确实发生在一条漫长而蜿蜒的道路上头。它开始于投生之前,你和指导(灵)系统聚集到一起,小心谨慎地选择一些资源,来让你从这些资源中为自己选择在这次投生经验中的行头装扮。你确实选择了

你的天赋、以及那些你会认为属于弱点或缺点的事物；你选择了那些你觉得会是你生命中的优秀伙伴，也选择了那些你希望成为你生命中的催化剂、给你带来投生中称之为痛苦和苦难的人。因为，虽然你投生的主要原因是那些你想望去付出和给予的事物，你同时还选择了要去调整的种种平衡，尤其是爱与智慧之间的平衡。和很多实体一样，你选择了诸如学习去爱而不求回报的课程，学习带着慈悲聆听这样一些人，他们所考虑的事情和你所考虑的不一样，他们的逻辑运行也和你的逻辑运行不一样。你选择了生命中的一些实体，你与他们打交道既不舒服也不方便，部分原因是你想聚焦于慈悲、耐心、宽容。

你给予了自己人格与性格的礼物，你同样也给予了自己那些你现在感知为此生中的缺点的事物。你带着精美的细致做了这件事，觉得这盘人格细节的什锦汇集了在你尝试去成熟起来、平衡你内在的天赋、寻求真实的自我时，对你最有帮助的那些选择。

人生的旅程是一次前往自我中心的旅程。它看起来是一场漫长而不断延伸的艰苦跋涉；随着时间的流逝，随着你在其上享受生命的地球绕着太阳转动，它看起来似乎如同一条你正在行走的长长小径。然而，我的兄弟，我们会建议，实际的旅程是从外面、或球面、或这个生命经验的表面向着它的正中心前进，它是从皮肤、眼睛、觉知向内，朝着你心(灵)的正中央前进的。因此，如果我们看起来没有从线性的成就，从过去、现在和未来的方面来谈论，这是因为我们在从一个不同的立场来凝视你的旅程。我们凝视你体验的立场，那是该灵魂在时间/空间中持有的立场。我们歇息在你的意识之内、静静地查看你在进入投生之前、对此生所拥有的期待。

我的弟兄，你的确已经在相当可观的程度上洞穿了你投生的表面。你已经开始领悟你是谁。我们会说，就你在投生之前所抱有的那些希望而言，你已经在生活的外在层面取得了不少成功，诸如好的生活方式、以及投生的优秀旅伴之类；而在根据你投生前的期望去洞察你之所是的真实中心方面，你所取得的成功相对不那么可观。我们这样说不不是为了责备你，而是为了激励你在一种不断加深、更加深刻的意义上继续对你之所是进行探索。至于成就，你对投生的希望之核心，就是那种我们称之为「绽放」的成就。如同任何活的生物一样，你首先成为苞蕾，接着藉由得到大量的阳光、水、适宜成长的环境而开始绽放。你的希望是去开花并将你开花的收获献给太一无限造物者，献给你为了服务而投生进入的星球(地球)，献给这颗星球上的所有人，献给你如此深深地热爱并如此热忱地希望去帮助的人类种族。

你的旅居已经为你带来了大量的察觉，你对他人的悲悯已经极大地深化。我们会说，你此刻道路上主要的绊脚石是缺少对你自己的悲悯；我们会鼓励你专心致志地、藉由大量的慈悲与自我宽恕来处理你内在的、对于自我的硬心肠。

你们人群中一种常见的错误强调是：强调行动超过存在，珍惜在外在世界中完成的事情，认为它们的价值超过不断增长的、对于自己[作为一种菁华]的领悟。在刚刚过去的几年中，你生命里很多事情都已改变，一些事物从你的人格外壳上掉落，你的身份也相应地转变了。

我们会鼓励你继续这个释放的过程，在发现自己内在的新真理和新存有之际，释放你曾以为是真实的、关于自己的事物。正是通过进入当下此刻、对于你之所是的察

觉中，你将自己从那些[被你的自我观念强加于自身的]限制中越来越多地释放出来。在投生之前，你的希望是：你会进入一种对你自己的菁华本质、越来越充分的认识中，这种本质不会局限于人格外壳、或者局限于那些与你从肉体继承而来的本能行为相关的情绪，相反地，它能够让你越来越多地利用那个你会称之为魂或灵的更大人格。再次地，你越多地进入到这种菁华的、更深入的人格中，你的自我身份里的个人性就会变得越少。因为当你靠近你之所是的核心时，你承担了那些自我面向、它们被包裹在更大的自我[或者如这个器皿所称的：造物者-自我]之中。

当一个实体轻率地使用「我」这个词的时候，那个实体指的是人格外壳。肯定地，那个实体是独一无二的、具有个人特质、独特的。然而，当你抛下人格外壳的部件，越来越多地进入到你的灵性自我之中时，你没有以任何方式去掉或限制你作为「我」的身份，而是保留了你作为太一无限造物者的一个火花的独特性；但是，你变得越来越觉察到这个造物者-自我扎根于造物者自身之中，进而对你真实身份中心的坚实性拥有一种越来越多的认识。

我的弟兄，在实现你于投生前为自己设置的那些目标上，你已经取得卓越的进展。我们会说，在此刻以及你此生中可预见的未来，我们会看到，关于你那个尚未实现的、关于你是谁和你属于谁的主要目标，终将进入一种越来越圆满的认识中。

我们将乐于回到这个询问，但是，因为有几个我们必须涵盖的问题，我们想要保留我们对后续问题的请求，直到响应了所有你们写下来的问题为止。现在有第二个询问吗？

T：我感觉仿佛正在做适当的工作，但我怀疑是否位于对的地方。请以任何你们感觉合适的方式评论、向我指出服务他人的方向、以最充分地实现我存在的目的。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的确会赞同你，你为你显著的天赋找到最有创造力和最令人满意的表现出口(outlet)：做为一位医者，我的兄弟。虽然我们无法就你关于地点的问题直接地评论，我们会在这个问题上提供一些想法，也许能在你考虑这个适当地点的问题时作为资源使用。

这个器皿经常被告知并且自己经常谈到：无论一个人旅行到哪里，一件始终不变的事情是，在旅程的终点、他仍然会发现自己。因此，我们会建议，该地点和选择地点涉及对两件事情的考虑。

第一件事情是：你现在居住的地点是否对你产生一种共鸣。如果你所生活的地方感觉不像你的家，我们会鼓励你使用你手上的一切资源，来寻找一个看起来与你有关并且有家的熟悉感的地方。对于任何实体，感觉到他们的安身之处是一个安全而舒适的地方，这是一种慰藉。肯定地，这是一种奢侈，不是总能获得，在你们星球上有很多人完全感觉不到舒适，也感觉不到安全。虽然如此，作为一种理想的情景，当你的基本需求被满足并且觉得你居住在一个适当的地方时，去聚焦于你对他人的服务就会更加容易，这一点在我们看来是毋庸置疑的。

我们会建议，在考虑适当的地点时，第二件事是：考虑对你有共鸣的服务。有些时候，该地点本身和你有共

鸣，而你却发现这个地方的居民之间有某种纠纷，或者那里似乎突然出现的情况把你也卷入其中。你在内心犹豫，想知道是否迁入一个新的地方会有一个机会，容我们说，可以将这些人或环境顺利梳理，并让你能够有一个新的开始。如果这的确是你的情况，那么我们会建议，很值得去考虑这些实体和环境是如何形成一种模式的这个问题。我们会鼓励你缓慢地、深思熟虑地、仔细地查看你在这个时刻可能会感觉到的任何困难和纠缠。在没有领会、理解、接纳、平衡、宽恕那些现在让你感到困扰的实体和环境的情况下搬到另一个地方，很有可能发生的情况是：你将在其他的地方，通过你的磁性，在你周围的环境中继续产生出相同的模式，那些你在现有地点已经造成的模式。

如果情况的确如此，也就是说，如果你的地点本身和你有共鸣，但是在那里有个状况，其中有些事情看起来令人不安，那么我们会鼓励你，甚至在你考虑搬家之前，进入这些状况、寻找在该状况底下隐藏的模式。

（Carla 咳嗽）（我们代表这个器皿为咳嗽致歉）你不是为了推卸责任而去察看那种情况。毋宁说，我们会建议你是在凝视着一座镜子的大厅。你周围的人们、以及你和这些人来往而产生的情景，这给予你一系列多少有些扭曲和歪斜的自我形像。即使当这些形像是极其扭曲的时候，它们仍然拥有对你有价值的信息，这些信息也许是关于你自己的，关于这个器皿称之为阴影面的一些东西，那个部分尚未被发展且不会经常被访问，因为它是自我中那个小偷、杀人犯、说谎者以及其他的负面形象，你无疑已经刻意地阻止了它的发展，阻止它向世界展现自己。

虽然如此，自我的这些方面是存在的，不仅仅存在于你身上，还存在于所有人身上；而且，它们不应该被忽略、抛弃或否定。相反地，它们需要被理解成你那个360度之自我的一个组成部分。你是太一无限造物者的一片火花，在那造物者中存在着一切万有，包括属于光明和属于所谓的黑暗的两类事物。我们不是鼓励你去通过喜爱那种黑暗而发展那种黑暗、以及鼓励你自己内在的自私与服务自我的能量。毋宁说，我们请求你去了解到，你内在的这些较为阴暗的能量是你的一部分，你可以通过在心里爱它们、而救赎并平衡它们。

正是这些较为阴暗的能量，当它们被你的灵魂人格之丰富所吸引、所著迷的时候，在你的投生中变成了你的意志和焦点中那些较深刻的元素；这些元素加固你的脊椎并使之变得强壮，它们在你内心里创造出一种真正锐利的决心，去使用你的意志和焦点以便于精炼你的人格。珍爱并接受自我的这些较阴暗的形象，并不意味着鼓励违法或不道德的行为。相反地，它鼓励你去把这黑暗整合到你完整的自我之中，去接纳，如这个器皿所称呼的，那只内在的狼，去拥抱你自己的那些最不吸引人的部分，这样你就可以在需要的时候、抱着它们、使它们安静地入睡，并在自己内在里为它们创造出一种结构，让它们在中间做对光有用的工作；你了解到，为了在你取得能量平衡的过程中、将那些自我的部分放在应属的位置，你仅仅需要去爱它们。接下来，你就可以自由地以一种更完整的方式去认识你自己。

因此，当这些自我形象再一次展现在你面前的时候，你就远远更加有能力去直接与这些形象对看、并且说：「是的，那也是我。我将自己的那个面向给予高我，因为它知道我自己的这个部分需要如何安放在完整的自我之中以便于创造出一种完美的平衡，让我可以自由地执

行最高与最佳的自我之意志。」

此刻、我们可以请问第三个问题吗？

T：我相信我是一个来自第六密度的流浪者。你们能为我确认这一点吗？请对于穿透遗忘的面纱进行评论。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的确可以确认你是来自第六密度的流浪者。关于遗忘的面纱，我们了解到，有很多正在觉醒的实体想望去穿透遗忘的面纱、更多地发现有关他们在这次投生之前已经走过的旅程。

就我们的本分，我的兄弟，我们不愿意鼓励你们穿透这种面纱。我们相信在很多的情况中，有一种分阶段出现的、对于面纱的可渗透性；在你此刻寻求与分辨你称之为前进道路的过程的脉络之中，我们觉得，只要它是自然而然发生的，就是有帮助的、健康的。

我们已经发现，在很多情况中，当实体们穿透遗忘的面纱并发现他们过去的一次或多次的转世时，这些实体接着会在某种程度上、把他们自己拉回那些转世的模式之中；他们倾向于用前世的动态模式来解释这次人生中的事情。我们发现这样对于你灵性演化的发展多少有些害处，因为你进入过去世中早已被探索的模式，而非小心地停留在当下此刻和目前的投生经验之内。

我们可以与你们分享我们的意见，我们认为你在进入这次的投生体验时，并没有附着性的催化剂，或这个器皿所称的业力。那些和你在这次人生中有协议的人，他们和你之间的协议跟前世（业力）平衡没有关系。你们的协议全都跟在目前这次投生中、一起服务或在彼此之间学习有关。

如果你开始收到渗透进来的记忆，尤其是在梦境中，那么你就知道，你的高我认为，开始告知你关于过去转世中有过的经验是合适的。你可以接着问自己，这种信息如何可以帮助你理解一个目前的情况，或者去观察你注意到的、关于自我的一种想法模式，帮助你尝试去洞察这个情况或模式；这样，作为一个人灵、你就得以进化。

在任何流浪者进入此生时所涉及的灵性原则都是那些涉及服务他人的原则。正是为了服务他人，流浪者们寻求在此刻的行星地球上投生。你已拥有明确而清楚的感知、觉得你能够在这次的人生中有所作为。在投生开始之后，想拥有那种你在投生前、关于你服务性质的清晰视野，就要远远困难得多。如我们先前说过的，对于一个在肉身中的人，很容易认为：服务看起来跟一个人在做什么有关系。的确，外在的服务是美妙的，它们创造出一份献给太一无限造物者的丰盛礼物。然而，我的兄弟，你服务的核心在于你存在状态的本质。

我们请求你在此生中、将洞察你之所是的最核心之处视为你可以竭尽全力实现的目标，并带着最大的喜悦与平安的感觉去服务，这种喜悦与平安伴随着知晓自己走在对的轨道上而来临。让成为你之所是成为你主要的关注，因为当你精炼并简化你之所是的概念之际，当你吸入一口气又呼出一口气、聚焦于菁华的时候，你将发现，所有那些你为了表达一种行动状态而需要的事情、都会非常自然地来到你身边，仿佛被磁铁吸引一般。

我们可以要求下一个询问吗，我的兄弟？

T: 请用任何你们能够进行的方式评论我的健康问题。我在吞咽上有困难，因为食物会卡在我的喉咙里面。我母亲那边的家族把这种(遗传)倾向给了我。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以在某种程度上对于这个问题评论，我们会在一定程度上赞同你，你在喉部脉轮区的困难是纯粹机械性的、和你的基因遗传有关系。然而，我们也会同意你藉由询问这个问题而表达的推论：这个特定困难在它那些肉体的显化之外，可能含有更多的东西，我们想要看看...

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

... 蓝色光芒能量中心或蓝色脉轮在日常生活中显化它的不适。

让我们首先看看心轮的开放以及它所必须的全部事物。基本上说来，绿色光芒脉轮或心轮的开放是一项巨大的工作。它比单纯地打开心(胸)要多得多，因为心的开放有两重。第一重开放只是将所有的关注提升到心中。有很多关于生存和人际关系的关注、以及对于团体关系[好比婚姻和工作场所等]的关注，很多人都在这些关注之中被卡住，因此，他们从未将这些议题提升到心中。你，我的兄弟，很早以前就开始这样做了，多年后你已经穿透了第一层心，容我说，那座心的外部圣殿，进入了无条件爱之内在圣殿。你已经将完整自我的越来越多的部分带入那座内在圣殿之中。然而，我的兄弟，我们会说，你尚未把所有的自我都带入那座内在圣殿。你自己的一些部分尚未被你的爱、慈悲、完全接纳所救赎，它们为你创造出一个既供能不足又过度启动的蓝色光芒脉轮。这里有两个不同的考虑，我们会一个一个地检查它们。

蓝色脉轮的启动不足是由于缺乏自我价值感，因为你尚未完成你在打开心过程中所开始的、那个自我宽恕与自我接纳的过程。过度启动则关系到你非常活跃且非常强烈的意志，它鼓励你向前、越来越开放地去沟通交流，越来越完整地进入那些充分分享、充分沟通的能量之中；而那个自我想望进入意识中的工作、或靛蓝色光芒的工作。

所以，马上就有一定额度的蓝色光芒的启动不足，这是因为在完整地进入开放之心方面有尚未完成的工作；而一种非常想望向前进入更进阶工作的渴望、则引起一种超出你的真实情况、从而不明智地使用意志。同时，你无法承受流经你能量体的太一无限造物者的全部能量，这也是你在身体的蓝色光芒脉轮区域经受某种困难的部分原因。

你知道的，我的兄弟，有各种纯粹从肉体上来增进吞咽能力的技巧，我们会鼓励你去查看那些技巧。但是，我们同样鼓励你继续追寻你丢失的那些小狗儿[这个器皿会这么称呼]，那些仍在你尚未救赎、尚未宽恕的自我之牧地中、自我的游荡迷失的部分。寻找那尚未进入你宽恕的羊栏中的羔羊，过去抱起它、把它带回家，爱它、宽恕它、接纳它，从而知晓你自己的全部都在那里而且完全地有价值。

容我们要求最后一个询问？

T: 我们的狗[Y]的行动方式让我感觉到她可以被收割到第三密度。你们能够确认这一点吗？

我们是 Q'uo，是的，我的兄弟，我们可以确认 Y 的心/身/灵复合体具有可收割性。

我们在此刻请问 T 实体是否有任何后续问题？

T: 我在大概十年前或十二年前让人做过一次通灵解读，其中谈到我自己和海王星的一个方位(aspect)相关。我想知道，Q'uo 是否能对此做任何评论？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。该问题是关于此刻、在 T 实体的进程中，考虑海王星的一些方位是否可能富有成效。

我的兄弟，我们会鼓励你去全面地检查关于你的所谓占星图、和出生时间有关，寻找所有和水有关的能量、以及那种能量在该星图中的放置。海王星的能量肯定对任何一个流浪者的投生都有影响，我们觉得那里有一个丰富的地域可供探索。然而，我们会同样鼓励你去检查那些较不传统的查看出生星图的方式，诸如在这个器皿知晓为《无形的衣裳》[1]一书中给出的方式；在这本书中，这些能量通过一种非传统的方式被仔细观察。

原注 [1] 《无形的衣裳：编织人类生命之布的 30 条灵性原则》：圣地亚哥，加州，Jodere 集团，2004 年出版，ISBN 1-58872-089-6，作者：Connie Kaplan。

\*\*\*

这种方式以及所有查看出生时刻牵涉的能量的方式，都是你理解原型性影响的方式；你选择了这些原型性影响作为同伴和同盟而围绕着你。任何一个人都可以在更深的自我里面取用这些能量，然而，在每一次投生中，实体只选择了这些能量的一种特定排列，因此，我们会鼓励你调察这些能量，尤其是调察那种，如你所说的，被知晓为属于海王星的能量。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T: 如果我们是第六密度(流浪者)，当我们在第三密度中死亡时，从收割性的观点来看，我们会去哪里：第六密度，第三密度或第四密度呢？我不确定该如何来问这个问题。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你问我们，既然你从第六密度来到第三密度，在被收割的时候，你会去哪里：你会去到第四密度、还是返回第六密度呢？我们相信，理解了你的询问，我的兄弟，我们会说，我们此刻并不知晓，当你毕业的时候，你的决定将会是什么。每一个经历遗忘的面纱、在第三密度中投生的实体面临的挑战，就是去有效地回顾、重复第三密度的课程，直到你能够通过第三密度，并由光之阶梯进入第四密度。对于所有那些能够毕业的实体，它们的第一个目的地，就是去成为无条件爱中更大的生命。一旦你将阻碍你再一次进入那个你所选择的、第三密度之上的地方之障碍物清理干净，你接下来会经历一段时间的沉思，并与高我进行一次讨论，就好像你在投生前与高我讨论一样，讨论你在那个时刻看到的可能性，讨论那个与你共鸣的地方、也就是你下一次服务的场所看起来会在何处。在那个时刻到来之前，这将是未知或未被决定的。

我们会鼓励你，(既然)你仍然位于第三密度之内的背景，去聚焦于此：凭借开放之心而生活，这样你就已经活在全条件爱之中、并且是可收割的。一旦你完成你的

死亡过程，你就会马上回忆起很多的事情；但是，你在死亡过程之前的存在状态才会决定你会自由地返回更高密度，或者你已经被第三密度的光明与黑暗、善良与邪恶、如此等等的能量所束缚，以致于你必须再次经历第三密度的生活。我们的确了解到，你和很多的流浪者一样，对于第三密度的环境并没有极大的喜爱，因此我们会非常鼓励你去查看你心之能量的圆满和完整，并尝试去越来越多地在那些你如此珍爱的无条件爱的神圣区域中、真诚而自然地生活。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：我没有更多的问题了。我确实有一个评论。Carla 和 Jim 应该要发送给我一些要嘛来自你们、要嘛来自 Ra 的、关于治愈的信息。我是一位脊椎指压按摩师，我想做一些不同的东西。如果你们对那方面有任何建议，我会很感激。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。Carla 实体尽力为你找过这份信息，有意思的是，她和 Jim 实体都没有找到这份信息。这不是一个无穷尽的问题，因为这个信息可以在其他的地方找到。然而，这就是你尚未收到这些信息的原因。这个器皿觉察到、需要找到这些丢失的文件，并且一直在努力找出它们。

关于那个信息、我们会说的是：如同所有的信息，它拥有特定额度的力量；但是，单就该信息而言，其力量是极小的，相比于带着一颗完整且开放的心去使用其天赋的人，他手中的力量逐渐成长（日渐壮大）。我们知道，无论有没有这个信息，你所寻求的更加宽广且更加深入的道路将会出现在你的面前。我们尚未研究这个信息丢失的更深入原因，但是，我们会简单地向你们提供意见：你的道路是一条在你面前开放的道路。当这个信息被找到的时候、将会发送给你，我们鼓励你去掌握它并吸收它，同时意识到，是你使得 Ra 群体提供的这些简单练习变得生动；关键是你而非任何的信息、在创造这个鲜活的礼物。

我的兄弟，在离开你之际，我们的想法单纯地是全心地感谢你的灵性之美和你绽放的丰裕。我们无法告诉你，我们多么钦佩你、多么珍爱你，在任何时候，如果你想望我们成为你冥想的一部分，你仅仅需要请求我们的临在。我们不会提供言语或图像，但是，如果你请求我们的临在，我们将会做的事情是：进入你的冥想和你在一起，以一种深化的方式、帮助你稳定冥想中专注的基本层次，。

我们如此感谢你们、给予我们机会和你们分享一些想法，我们荣耀你们。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai. Adonai.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T. S.

---

## 第 26-05 集：存在与受苦[说明篇]

---

Copyright 2005 L/L Research

2005 年 6 月 24 日

巴斯唯灵派教会，巴斯，英格兰

Carla：我知道你们想要举行一场通灵集会，让我们来

谈谈它吧。

我想要你们了解到，我们全都处于一个共同的神圣空间之中。那个神圣的空间就在这里，我们作为一整个存有就在占用该空间，我们只是还不知道罢了。所以，我们得让自己沉浸于这个事实，适应一会儿，凭信心接受它，为奇妙仙子(Tinkerbell)鼓掌！相信！你将会感觉到它。

如果你们可以的话，就开始想象能量沿着顺时针方向旋转。因为我们的能量体现在全都连在一起。我们正在建设一座神庙，而我们的能量会像这样转动。

(Carla 用手臂沿着大家画了一个大大的的圆圈来展示这点)

每一次，当它经过我、都会给我一些能量。圆形的图像是个好主意，因为它不光填充了空间，另一方面、还是能量的通道，把你们所有人的能量都传给了我，以致于我们真的变成一个统合的团体。

我想用主祷文来统合这个团体。大家有没有问题？如果我要求你们加入祈祷，我会冒犯你们吗？  
(没有人表示有问题)

如果你不想说祈祷文，那就不要说就行了。

想想主祷文的内容。想想你要说什么：愿祢的国降临，愿祢的旨意行在地上如同在天上。进到下一步，让我们请求现在需要的东西，不是明天需要的，不是昨天需要的：我们日用的饮食，今日赐给我们。接着，让我们看看，我们可以做什么好宽恕别人，如同他们宽恕我们一样。看看我们是否可以开始继续这个过程。当你们说祈祷文之际，多少想想这些话的意思，这将把这整个小组向上调频。

现在，当我通灵时，我会非常小心不离开身体，因为在 1980 年代，当我传导一的法则(又名 Ra 数据)的时候、离开了我的身体，那对我是困难的。该(Ra)通讯是危险的，Ra 群体亲自告诉我，没有 Don Elkins 与 Jim McCarty 和我在一起就不要这样做。那么，感谢上帝，Jim 仍然在这个地球上；他是我丈夫，我们刚刚庆祝完我们结婚十八周年。但 Don 已经离开地球，他于 1984 年逝世。他去世后，我停止了那种(出神)通灵。首先，即使我要做也非常困难，每次(出神)通灵都会让我体重下降两三磅，所以那种通灵集会代价都很高。

通常和一群像你们这种好团体在一起做清醒的通灵(传讯)，我在通灵之后很可能感觉比通灵之前更好，因为你们会给我气力。所以，我不想要出体(out-of-body)，这一点非常重要。我会碰触 Vara 的身体，我只会握住她的手，因为如果你抓住一个人的身体，或有任何类似的接触，它对你灵光的(轻微)冒犯就会阻止你出体。这就是为什么我会这样做的原因。

在通灵开始之前，我已经调过音，挑战了(外星)实体。你们今天将要谈话的对象是一位名为 Q'uo 的实体。Q'uo 是由三个行星实体组成的行星原则。那么，它是否为某种现实，或它其实就是我潜意识里的一部分，我不知道。我不在乎，真的。我真的找不到一种方法来衡量它或调查它，所以我放下这个问题。我想你会感知到有一个实体在发言。但是，真的没关系。只要聆听这信息，看看它是否有帮助。如果没有帮助，把它踢到一



边，做下一件事就行了。但是让我们给它一个机会。

当我通灵时，我听起来跟(我)现在这样差不多，不会出现什么大的异象。但通常，我总是能和该实体接通；而我(刚才)已经和该实体联系一次了，一切状况似乎良好。接下来，我想它很可能顺利进行。

当(我们)在一起的时间结束时，我很想要做两件事来封存能量。首先，我想送出一个小小的祈祷。当我们一起将这座神庙建成后，我们不需要保持它、我们可以释放它。这种想法有它自己的生命。我们将向宇宙送出一个恒久的思想形态，那就是我们，今晚，我们如此爱着彼此、以致于我们有了这个尝试。这是一件很有疗效的事物。

你不需要大声说出来，你可以很低调地做。当我们释放那道光的时候，也就是当我结束通灵后说：好吧，让我们释放光，简单地在心智上、往光里放入你的希望、

你的梦想、为你关心的人所做的康复祷告，为自己声明：我是值得的。不管你正在努力达成什么目的，将它放在光中、献给无限造物者。

我想为封存能量做的最后一件事是让我们一起唱一首歌，好让大家可以分享气息。所以我要为你们唱一首短歌。我会唱三次，看看你们是否可以跟上。我们现在就练习这首歌。请注意，我们现在只是在练习，这只是排练。下面请听这首歌。

(Carla 唱)  
我就是圆圈，你在治疗我，  
我就是圆圈，你在治疗我。  
团结起来，我们是一体，  
团结起来，我们是一体。  
I am the circle and you are healing me.  
I am the circle and you are healing me.  
United people, we are one.  
United people, we are one.

(Carla 又重复唱了两遍)  
好吧，我觉得大家学得差不多了。那么，让我们一起唱吧。

(Carla 对 Vara 说) 你把所有问题都准备好了？  
(当 Carla 在演讲后的下午茶休息时、为通灵集会调频期间，Vara 已经记下该小组提出的所有问题)。  
Vara: 是的。

Carla: 好，太好了！那么，在祷告后，我会花很短的时间找回调音，重新挑战，和(Q'uo)实体再次联系，很可能在开始通灵之前、我花一分钟做这些。

让我们一起说主祷文：

我们的天父，愿人都尊你的名为圣。  
愿你的国降临，愿你的旨意行在地上如同行在天上。  
我们日用的饮食，今日赐给我们。  
宽恕我们的罪过，如同我们宽恕那些冒犯自己的人。  
引领我们不陷入诱惑，但救我们脱离邪恶。  
因为国度、权柄、荣耀全是你的，永远到永远。  
阿门。  
(停顿)  
(原注：点击

[http://soultw.com/TL00/2005\\_0624b.html](http://soultw.com/TL00/2005_0624b.html) 以阅读这次说明之后的通灵本文。)

Carla: 现在，我们开始让光回到它的源头，让我们把我们的希望、梦想、为疗愈所做的祈祷，尤其是对世界和平的祈祷，都放入那道光。

让(光的)图像上升。让雨落下。

(Carla 与围成一圈的听众一起唱)：  
我是圆圈，你在疗愈我。  
我是圆圈，你在疗愈我。  
团结起来，我们是一体。  
团结起来，我们是一体。  
(相同的歌词又唱了两遍。)

Carla: 我荣耀你们。谢谢。  
如果你想要捐款，你可以把钱交给 Vara 或放入后面的捐赠箱。我们会把捐款的一部分和这个欢迎我们前来的教会分享。我们完全靠捐赠完成这趟旅行，所以我们欢迎你们的资助。

如果你买了书，想要我签名，走上前来就是了。我会坐在这张椅子上、在这儿等你。谢谢。  
(掌声)  
A: 代表在座的每个人，Carla，容我感谢你。这是一次很好的谈话，令人振奋。我可以向你保证，我们将向你捐赠。  
Carla: 好，谢谢你，先生。我很感激。感谢，谢谢你们。

(V) 2017 Reviewed by cT. Translated by Sunny

## 第 26-06 集：身份与蜕变

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年五月 17 日

Vara: 我们今天的问题来自 D(实体)、由两个部分组成：「我觉得我此刻进程的一大焦点是：放下我身份中的某些部分、和我在此生积累的制约有关的部分。关于这种身份究竟是什么、以及在这种背景下，放下它有什么用处，你们能向我提供、任何你们觉得合适且有帮助的评价吗？」

此时，我正在寻求蜕变，我将自己视为一个服务者。当我蜕变的时候，我的服务是什么呢？我在寻找怎样的服务呢？当我放掉我先前的身份之际，那个进行服务的实体是谁呢？」

(Carla 传讯)  
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在对祂的服务中、我们今天来到这里。我们想要感谢 D 实体留出这个时间，以便寻求被近似地称为真理的事物。我们希望，藉由我们所分享的观点，我们能够帮助你在这个团体中的人，以及任何在稍后的时间读到这些文字的人。但是，一如既往，我们愿保护这项服务、藉由请求你们每个人都完全负责地聆听我们所讲的那些事情来达成。请了解到，我们绝不是高高在上的权威，毋宁说，我们只是和你们分享想法的实体，因为在寻求者的路上、我们有些方面比你们多少更有经验。如果你们愿意小心谨慎地聆听每个想法，并且根据你自己内在的分辨力，或者接受它作为进一步工作的一个资源，或者因为它和你此刻主观的寻求没有共鸣而拒



绝它，这将使我们能够自由地谈话、而不用担心我们有可能侵犯你们的自由意志。我们为这个服务而感谢你们，它使我们能够提供我们的服务。

我的兄弟，面包正在烘烤中、其香味弥漫在这个器皿呼吸的空气之中，使得我们有了一个很好的开场、关于身份与蜕变的主题。你询问的问题与蜕变和身份这两个概念紧密相联。当一个实体经历蜕变时，那个被蜕变(转化)的事物是什么呢，身份的定义是什么呢？当一个人逐渐扔掉他的文化制约(调节)作用的点点滴滴时，那种身份是如何改变的呢？

此刻这间屋里、面包机中正在被烤制的这条面包，曾经是一种混合物、由无关联的成份组成：花儿、水、黄油、盐、酵母。在它们化身为一条新生的面包之前，它们唯一的身份是诸如面粉、或水、或盐之类的身分，也就是那些原料、那些绿色植物、那些正在生长的事物所具有的身份。而当它们在烘烤过程中被加热、加压的时候，它们很快就变成一个崭新的、活生生的实体：一条刚出炉的新鲜面包。它们将承载着那个身份，直到那条面包的每一块面包屑都被这家人吃掉，或者，当面包太不新鲜、以致于不能吃的时候，就被扔给外面院子里的松鼠、金花鼠、鸟儿们。到那时，对于吃掉它的生物而言，它就变成滋养的食物和养分。

它的身份去哪里了呢？它会停止存在吗？永远都不会。每一条面包，的确，每一粒盐与每一片小麦，一旦它在你们知晓为该幻象[你们认为第三密度的地球]中找到存在性之后，就永远不会停止存在。那从空无中在谷物、水和盐里面创造出的能量被转化到面包中，接着又被转化为那些吃面包的实体的能量。那些吃面包的实体的能量是永恒的；反过来说，那能量成为献给太一无限造物者的一份礼物，因为造物者以祂的方式吃掉它、受到它的滋养。你们之所是的全部，你们已经成为的全部，你们将要成为的全部，都属于一个整体。当你逐渐丢弃那些似乎是你的某些部分的时候，我们请求你了解到，你不是在丢弃你自己独特的存在性的身份，你是在第三密度地球熔炉精炼的火焰之中、持续精炼那个身份。

你们的地球如同一个炼金炉，你们则如同魔法师一样，将基本元素放置到炼金炉中以便于炼制黄金，这么说是合理的。这并不是说，你在精炼自己的过程中将你的身份改变得面目全非，毋宁说，你正在烧掉那些在支撑或支持你身份的方面、你感觉不再必需的东西。那么，与其把蜕变视为完全抛下一个身份、而拾起另外一个身份，不如把它视为一个精简的过程，在其中，你将自我已经用过的碎屑清理干净，擦拭自我的衣服好将那些碎屑从你看不见的、闪闪发光的自我身上除去，这样，你在太一无限造物者面前穿着的衣服，就将越来越真实地代表你的心与魂。

让我们看一下身份这个问题。诚然，在你周围的实体们、和几乎所有在传统西方文化中长大的实体都被教导，他们的身份差不多就是关于他们的父母是谁、他们的宗教信仰是什么、他们住在哪里以及去哪里上学。基于所处文化的性质，不同的孩子们会被灌输其他的、关于他们是谁、为什么他们待在行星地球上的信息。然而，在几乎所有的情况中，具体细节都是依情况而定；它们和一个人由内到外的、对自己的感觉没什么关系，而是跟一个人的出生环境有关，这种环境是在阶级、种族、地域、信仰系统等等的意义上，每个人从出生起就承袭的一种资产。

我们并不否认，对于任何第三密度中的实体而言，这些具体细节在他们整个投生期间一直都是重要的。在这些首要人际关系中、很多都代表了一个实体与另一个实体的协议，也就是这个器皿会称为的课程，这是一个实体在那种关系中需要学习的课程。举个例子，在这个器皿的情况中，这个器皿与她的父母达成协议进入同一个环境，这个环境要求她的父母为她的投生课程之一，也就是说，那些将在整个投生中都显得突出的课程，给出一个好的开始，因为他们会要求她不期待任何回报地爱他们。在这个器皿的人生中，她的父母在十多年前就已经穿过大门进入更大的生命，而她在练习这项投生课程时，并未发现缺少任何这样的人：愿意帮助她练习不求回报地去爱。

在这种方式中，出生和环境的具体细节一直保持其重要性；它们给你设置了一些焦点，在这个活着与绽放的时期，你想望去集中注意的那些焦点。然而，在形成对个人身份的看法时、过分依赖这样的环境细节，等于是去拥抱肤浅的事物，并且让自己从此投生分心了、离开和投生与蜕变相关的更深入议题。这些具体细节如同面包、盐、水，却不是酵母。

酵母，或者说，此生中成长的媒介，存在于你的内在，它是你的一部分。它可以被称为爱。爱是一个被你们的文化过度使用的字，以致于它实际上没有任何意义，因此，我们会请求你们以新鲜的眼光看一下，爱是什么，爱如何行动去培育你人格中的各种要素，使其成长为一个有凝聚力的、丰富又芬芳的礼物，把它献给太一无限造物者。

在你们的圣经中有这样的文字，「太初有道（Word）。」那个创造性的道就是爱。我们使用那个字如同我们使用「理则（Logos）」这个词一样，也如（圣）约翰实体在《约翰福音》的开篇句子「太初有理则」中、使用这个词一样。你来到这里，作为一种特定的生灵投生到行星地球上。你是一个爱的生灵，你是天父的一个孩子，天父的名字就是爱。你是创造性原则的一个代理人，你掉入该觉知，一个非常扭曲且受限的觉知版本，也就是行星地球上的生命，基本上，这是为了去绽放。

思考服务太一无限造物者的主要与核心的组成部分就是存在(being)，这是非常困难的，不过，这就是你到地球上要做的事。你来到这里好成为你自己，呼吸空气并参与行星地球的幻象；你来这里接受催化剂、回应催化剂、穿过催化剂向你提供的喜悦与苦难的时期，经历整个过程中的每一个具体细节。而你主要的责任却一直都是成为你自己，去真实地感觉，尽你所能地充分地检查自己，在你能力限制的范围内、尽可能地知晓你自己。你想望知晓自己、而不是评判或责备自己、或去拍拍你的背恭贺自己，你想望单纯地察觉你之所是。

这个变得有觉察的过程会带你走过许多街道。有些你走过的自我之街道宽阔而交通拥挤，有些你探索的小路和旁道则是人迹罕至的地方，上面行走的其他实体不多。每一条召唤你的林荫道、街道以及小路，都拥有要和你分享的信息，都值得你去探索。然而，你无疑已经发现很多街道，包括宽阔的和狭窄的，它们在超过一个特定之后、就对你的探索不再富有成效或有用处，于是你继续前进。

在某种意义上，直到这个(时)点之前、你所体验的生命

可以通过一个为自己旅途生活做记录的人的眼睛来回顾。然而，那些你去过的地方和你进入的关系不会以任何方式定义或限制你的身份，因为在你作为自己存在的一部分而携带的那种意识之内、有很多事情一直在进行着。

那么，你究竟是什么呢？这是一个我们可以谈很久的问题。但是，为了给出一个比较简短的答案，一个对于这次谈话更加有用的答案，我们会说，你是心智与意识的一个非常有机的混合体。你的心智部分包括了你的肉体、你从出生起就从肉体继承来的生物计算机，你把它称为你的心智或大脑，接着，你所具有的本能性情绪。作为一个身体，你来自于尘土，接着将返回尘土，而这些心智成分都是那尘土的一部分。当你返回尘土时，你的人格外壳与你未经训练、未受过教导的情绪同样将返回尘土，这些情绪与承袭于你用来体验生命的身体之本能行为相连结。

你的意识是你自己的一部分，它不仅在这次投生，也在所有的转世中流入显化之中；在这些转世中、你从一个我们可以松散地称为无限与永恒的灵魂光流里体现出来。在这个世界被创造之前，你就是你之所是。你的身份于现在与过去都是一样的；当你的灵魂在这次投生中具体体现出来的部分返回完整的灵魂光流、那个代表你宇宙身份的灵魂光流时，你携带在身边的、依然是那个相同的身份。

当你谈到、从自己身上丢下那些阻碍你成为一个更精炼、更真实的自我版本时，你实际上不是在谈论丢下你的身份中、任何固有的东西，而是在谈论丢下你人格外壳中、那些你不再觉得有任何用处的面向。

这是一个微妙的过程；在大多数的情况下，它无法被认为是一个拥有鲜明步骤的过程。也许你曾经切开过一个洋葱、接着尝试去剥洋葱皮。当你切开洋葱的时候，你可以看见洋葱表皮的层次，然后是素材(matter)，接下来是另一层的洋葱皮和更加柔软的素材，以此类推。在这个食物本身被使用之前，洋葱唯一被剥去的部分是它的外皮，一个表层的区域，它被用来保护其内部易受伤害的果肉部分，使果肉在被食用之前不受损坏。

你的人格外壳也是如此。在你投生时，就带来小我[如这个器皿对它的称呼]的各种细节，你很可能已经发现，它们对于你越来越无用。你已经决定，既然它们不再有用，它们可以被剥去、扔进垃圾回收桶中；我们为此祝贺你。然而，还有很多很多的层次在那儿。在你的自我身份中，有大量的事物相当顽固地把它自身作为你身份的一部分、附着在你身上。当你逐渐扔掉你人格中的一些项目时，诸如你的出生地位、你年轻时被认可的技巧、人格中那些被大加赞扬或备受责难的面向，它们在成熟的过程中会被发现越来越没有用处，因此，最终，这种人格的细节越来越被发现仅仅是(主要)素材的碎屑，它们对于描述自我或定义你之所是的特征不再有用或有效。因此，藉由你有意识地去这样做的决定、藉由投生中的自然损失过程、藉由环境、或者藉由自我突然或逐渐产生的对自我的认识、该认识创造出了一个新视角、一个你从中带着新的目光观察世界的新位置，你的人格细节被精炼、治愈，或者被烧毁；突然间，大块大块的、你曾以为是自我之组成部分的东西都不再有用处。

这并不是说你在试图清除自己的秘密缺陷，或者清理你内在的房间、拿走任何你仍然感觉依恋或亲近的事物；

它更多是一个有机和自然的过程。你没有被要求在时机尚未来临之前，就将那些事物从自我身上扔掉。所有你拥有的扭曲(变貌)对于你都有用处，直到你有意识地感觉到它们已经失去了乐趣(kick)、失去了对你的用处且不再是必需之物；那时它们会从我身上掉落，无论你是否对它们有此意图。出于旧的习惯，你可能会伸手去拿你身份中的某个老旧点，却发现它已经不在那里了。也许，这就是最良性和最自然的演化方式。

身份(identity)是什么呢？它从「I」这个字母开始，这个字母总结了身份：「我」。你的这个「我」是什么呢？当你对自己变得越来越有兴趣的时候，我们相信你将会发现，你自己的「我」越来越多地和意识有关、而越来越少地和心智相关。当你环绕你的洋葱、越来越接近其中心、并看到一层又一层的虚假自我脱落的时候，我们相信，你将发现你的那个「我」越来越多地涉及灵魂光流，你就是从那儿来的，它的菁华即是太一无限造物者的一片火花。

现在，让我们看一看蜕变的概念。如果我们从空间/时间的立场来观察蜕变，我们会从过去、到现在、到未来进行观察。我们明确地不愿采用那个视角来检视蜕变，因为我们不会向你建议，蜕变是在当下，将一个过去的自我改变为一个将来的自我。我们宁愿给你一个模型，在其中，若把时间视为一条有着过去、现在、未来的溪流是几乎没有意义的。我们会给你一个时间和空间的环状模型；在这个模型中，当一个演化过程开始时，你在一个自我身分的球体表面上体验自己，在那个球体的表面上漫游、寻找你之所是；这很像你在地球表面漫游，从一个地方到另一个地方，看到自我与各种地方之间的联系、与当地各色人物之间的人际关系，始终烦躁不安，始终在游荡；你永远无法深入地认识到，成为自己是什么意思，知晓自己是什么意思，并由此知晓，当你决定进入行星地球上的人生时，你曾经思考什么东西。

在那个自我身分的中心，存在着「我」这个珍贵词语的中心。你之所是的核心存在于那个自我之洋葱的中心，你渴望去穿透那些层次，你渴望前往那中心，并从那个中心开始服务。你将焦点瞄准到如此深的深度，我们为此祝贺你，我的兄弟，我们想要在你实现目标的过程中，尽我们所能为你提供资源。我们可以向你保证，蜕变的过程的确发生在空间与时间的幻象之中，但是我们同样可以向你保证，每一件你需要的事情都将被提供给你，它们看起来是从那洋葱的表面，从一个接着一个的当下瞬间中提供给你。从随时都在你周围的大量指引那里，你在当下此刻收到信息，这样，在任何特定的时刻、在任何给定的日子里，你一直都在接到提示与暗示，知道宇宙造物想要你考虑什么事情。有时候，你注意到你的想法会通过一种明确的共鸣方式向你反射回来，我们鼓励你好好看一看那时你正在思考的是什么事情，通过你的智力与心，尽可能深入地检查你思考的过程和那些想法的负载。

这个器皿有一个好朋友，有一次，她曾经对这个器皿说，觉得自己仿佛是一个中心是空无的实体。她说自己能够用其机智让人们赞叹不已，因此人们期待她是有趣的、幽默的，她便制造出他们所期待的题材；他们津津有味地咀嚼并且很开心，觉得他们了解她，但是她说，她知道根本不是那么回事，因为她已经到过那个创造了机智、智慧、幽默题材的东西之内部；就她自己的判断，在那个自己的中心里，什么都没有。

我们会请你们再一次查看那个洋葱的形象。的确，如果

一个人一层又一层地剥洋葱，剥到最后一层，他手中会什么材料都没有剩下，而那就是意识开始的位置。你正在正站在意识的那个位置；在那里，你看到世俗人格的中心是完全空无的。我们请你就站在那里，并感觉那个立足之处真的是多么稳固。当你失去世俗身份的时候，你失去的东西是什么呢？我的兄弟，你失去了生命中的细节，你并未失去生命的精髓，你并未失去你的身份；你失去了空间和时间，接着进入一个新的世界。这是一个属于菁华与概念的世界；言语和细节被抛在后面，而各种菁华与净化了的情感以超越一切想象的丰富填满了这个新世界。一旦你脱下每日生活(的外套)，相比于那个用你在行星地球上所体验的空间/时间与局部性幻象之单调蜡笔和平淡色彩绘制的形象，你实际上是一个远为丰富复杂的实体。

然而，你之所是的那种无法想象的丰富性，对于在创造你的人格外壳过程中、那些相对无意义的细节，有个好的用处：你借着它们面对此生中遇到的各种面孔。

你的肉体载具和你在尘世中朝圣的各种细节对你非常有用；没有一个身体，你就无法和其他实体打交道，那些其他实体无法想象地丰富，难以置信地不觉察他们之所是，而你每天都和这些实体发生联系。因此，庆祝你的人性吧，不要简单地因为它在你的身份中很不重要而看低了它。

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

相反地，拥有那个易于犯错的、扭曲的且缺点重重的生物，那个处在肉身中的你；那个生物正在变得成熟，它有很多错误的想法，但它持续不断地更新、丢掉旧的想法。知晓你之所是比现在的你要远远大得多，并且欢庆你的人格碎片与标签吧，因为没有它们，你将不能继续这场朝圣，不能把你自己作为一个活生生的礼物献给太一无限造物者，无法拥有时间与空间去绽放和存在。

我的兄弟，你来到这里要把自己献给造物者，献给你生活其中的世界，以及献给你自己，完全是如此的。在你逐渐成熟的过程中，将自己献给太一无限造物者会变得越来越容易，因为出于单纯的奉献和想越来越接近你身份的源头与终点的需要，你会难以抗拒地被造物者吸引。随着你越来越多地知晓你真正之所是，随着你在不断深入的层次上知晓那意味着什么，要成为你在其中生活的世界之仆人就变得越发容易。一旦你开始对于你之所是的丰富性拥有某种观念，一旦你进入自我的开放之心，并感觉你和太一无限造物者的亲密关系、以及你对祂最终的认同，那种认识本身就将以不断增强的简单性、准确性、快速性为你吸引那些你可以有所帮助的情境，那些你可以进行服务的人际关系，那些你的开放之心可以闪耀的时刻，在其中，你的心如同风暴雨中的海上灯塔、闪耀出它的真理与光芒，帮助他人找到安全的位置，警示错误的岩石和礁石，避开那些在他们面前的绊脚石。

大多数你到这里来进行的服务就放在你的面前，你不必伸出手去拿取它。成为你之所是，就是那块磁石、它将日复一日地、把所有你需要的事物都吸引到你身上。

在我们离开这个主题之前，我们愿简单地鼓励你，我的兄弟，为自己找到一种返回中心的每日活动，好把你带入你内在房间的静默之中。我们鼓励你温和地使用那种静默的一部分，沉入那个空间，藉由无言、不跟随那些不请自来的想法而创造的空间。我们鼓励你将那个自我探索时间的一部分献给沉思。你沉思的内容主要取决于

在那一天里什么事情让你感兴趣。你可能单纯地想望去分析你在那一天思考过的想法、有过的感觉，寻找共鸣点与重复的模式，很机械式地开始尝试理解你行走之性质和你的寻求途径之性质。很多实体简单地因为自己的想法不是那么清晰或不是那么先进而不屑理睬它，从而失去跟踪自己想法的机会。而我们向你保证，我的兄弟，所有那些感动你的事情都是你磨坊中的谷物、对你有用；单纯地通过观察自我就可能获得的理解之收获，那是非常丰富的。最后我们鼓励你，当你于内在寻求的时候，记起请求帮助，因为你有一个非常慷慨大方且极有才干的指引系统、随时都热望着和你沟通交流。无论你想望通过写日记、分析你的梦，还是单纯地藉由沉思来做这项工作，对你的指引系统而言都没有区别。它会通过你为了听到它而创造的任何结构来工作。

把这段时间给予你自己不是自私的；对于一个懂得为了有所服务、自我必须去知晓自我的人，这是他的行动。这个器皿学过一句话、体现了一个仪式白魔法师的座右铭：「为了服务、我渴望去知晓。」我们向你推荐这个座右铭，在自己身上花时间，好使自己可以获得财富，获得那蕴含于你内在、无法想象的财富。

我们会在此刻请问 D 实体是否有进一步的问题。

D：没有进一步的问题。

此刻，这个团体中有另一个询问吗？

Vara：我这里没有了，Q'uo。

我们是 Q'uo，既然我们已经穷尽了这个团体中当前的的问题，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。在今天和你们谈话是我们的快乐和荣幸，我们再一次感谢你们、创造了这个时刻和在这个神圣地方之内的寻求圈。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T. S.

---

## 第 26-07 集：灵感与团体

---

Copyright 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年四月 3 日

团体问题：今天的问题是关于我们聚集到一起围成一圈共享这一周、找出问题、定下问题，然后 Q'uo 在这个问题上发言的时候，灵感是如何在我们这个团体中运作的这个概念。以这样或那样的方式，信息进入我们意识的不同层次中；当我们结束冥想并在之后和彼此谈话的时候，它看起来以某种方式在我们的意识中就位了。我们想知道 Q'uo 能否给我们一些信息，谈谈这种灵感的质量或灵感的原则是如何在这个团体及以我们每一个实体当中工作的？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在对祂的服务中、我们在今天来到你们中间。我们感谢你们每一位、为了你们的振动之美，为了你们在这个寻求圈中陪伴的快乐，为了你们作为一个团体提出的问题。一如既往，我们会请求你们与我们合作，带着小心谨慎的耳朵来聆听我们所说的那些事情，并准备好忘记任何似乎对你们没有帮助的想法。我们会对这一点极为感激，因为它将给予我们机会去自由地发言，同时知晓我们不会侵犯你们的自由意志，或者以貌似权威的形象让你们感到不安。带着这种自由，我们就更

有能力来自由地述说我们的想法，个人对个人，容我们说，造物者对造物者。

Jim 实体为启动这次冥想选择的调音歌曲，非常适用你们这个关于灵感与团体进程的询问[1]。我们觉得很有趣，在你们的英语中有两个字汇、不但发音相同，还拥有相关的意义。就你们的春天而言，在本地的这个初春时节[你们正在享受着它]，太阳[s-u-n]越来越明亮地、越来越直接地照耀在你们的脸上；就这个器皿的宗教寻求的变貌而言，她进入了复活节，这是圣子[s-o-n]的季节，在这期间、他似乎离开了世界、紧接着又作为复活的救主而重新出现。

在一个你们这样的团体中，我的朋友们，你们每个人都是太阳/圣子(sun/son)。你无法看到自己在闪耀，你无法看到你复活的层面，你无法看到你存在的光辉；因为在你的觉知系统中，你的头脑中有很多的事情、心中有很多悲伤、肩膀上有很多重担。你思考的过程曲折而多样。你的情感生活，如这个器皿在之前说过的一样，潮起潮落。对自我的本性，对自我的价值，对自我感觉到的进程的价值，有很多次最认真、最严肃的冥思苦想。这种加速自我内在灵性进化之到来的尝试是有效的吗？它在向前推进吗？精炼的过程在持续进行吗？要从自我系统之内来回答任何一个这类问题都是多么困难呀。当一个人在日常的普通生活中遭遇其他自我的时候，在和他们相互关联当中，我们如何能够清晰地感知到其他自我，或者感知到他们反射出我们自己呢？

在提前知晓有一个已被着意准备好的神圣地方的情况下，聚集到一起的价值是巨大的。因为它允许缠绕于日常层向当中的自我，进入一个转变性的空间，进入到一个被赋能的时间，进入到一个专用的机会连结之中。你们每个人在把自己带到这个时间、这个空间与链结之际，你们是多么谦逊呀。你们每个人都知道自己是不值得的。进入这个机会之决定的荣耀是：无论如何、你都来了。你自由且坚定地选择了给予你自己这个转化的机会，你没有评判自己、进而发觉你是无价值的。信心活在你里面：对于自己那没有任何矫饰的自我的信心，对于神圣空间与时间之价值的信心，对于该团队有信心。

有了这样一个机会，心会怎样地敞开呀！当你形成意愿去成为一个寻求圈的一员时，你们聆听彼此的方式就发生了变化。仿佛，你如同一只长毛狗一样地抖动身子，于是把所有堵塞在系统中的想法和感觉都释放了。你的能量系统变干净了，你的心智变锐利了，你的心终于感觉回到你的内在之家。光开始聚集，这不是从你外面来的光，而是来自你内在的光；你内在中一直沉睡的力量醒来，你们彼此辉映。当你们彼此聆听的时候，那超越言语的爱从你的存有的每一根纤维中流出。即使你一个词都无法说出，你的心正从内在放射着无限的爱与光。当你的心如实地跳出来、去拥抱彼此之间说出来的、没说出来的情感与想法之际，火之舌[如这个器皿对圣灵行动的描述]就倾泻到你的身上。在这个被赋能的空间和时间之中，平安降临了、那的确超越了一切理解的平安，在每个人关怀彼此之际，力量流动、闪耀、舞动

着。

灵性的本质是什么呢？它当然可以被视为一场落下的雨，一种祝福。换个方式说，它可以被视为原力，那种不只来自于上面、也来自于下面的原力。这原力在它无差别、寰宇的表达中连结无限造物者；做为无限能量、带着那些非常清晰、非常独特的火舌，它们被你的身体系统与精微体系统[这个器皿会称为能量系统或脉轮系

统]吸引进来，凭借的是：你那非常扭曲且偏倚、却又处于内在平衡的能量系统之特性、颜色、亮度、平衡度。

随着这个过程的发生，一种焦点在你内在发展了。它不仅仅对于你是独特的，它在这一刻对于你也是独特的。因此，你们每个人都成为一个聚焦的灵性火焰，你已经变容(transfigured)。你内在最高和最佳的事物在这个链结的静默之内、找到一个深刻动人的点；你的镜像的能力与功能组织起来变得清晰。你们变得越来越对彼此有帮助，你们相互擦出火花，每一个人都由此变得更有技巧、更受鼓舞、也更加鼓舞别人。当然，这也许与我们说过的东西有关系，也许没有；这必定和你的菁华有关，和那远远超越言语或任何一种表达的东西有关。你们每个人都是能量。这股能量将你每一个体验的无限影响范围带入此刻的显化之中；这一刻变成了你自由地、不假思索地献给彼此的礼物，因为你已获得更新，由此，你的创造物也获得更新。

这不是说，一个人无法独自做到这一点，因为一个人能够做到。但是，一个人是一个小团体：其中有你，还有(人)灵；它缺少那个镜像的过程。就好像你身在一片只有风暴、却没有灯塔的海面上，或者换句话说，你航行在暴风雨肆虐的海上，却没有浮标发出特定的信号来让你知道海岸在哪里，家在哪里，那些可能阻碍你靠岸或使你无法回家的各种礁石与危险在哪里。你们每个人都变成彼此的灯塔。当你谈及你的缺失时、你为之如此哀恸，而我们要对你们说，正是在这些扭曲中蕴含着惊人的价值；我们了解、你们难以理解这点。然而，如果你想风中发出美妙音乐的风铃，想想漂浮在海面上警告危险、歌唱家园之浮标的声音效果，也许你可以开始理解，当你们每个人的声音[非常个人且是独特的]在一个神圣空间里、在爱的和谐表达中聚集到一起的时候，在你们全体中创造出和谐，那是怎样的一种祝福呀。这个乐队、由个别体现自己真实身分的众多摇铃所组成、当它在合奏演出时，何曾因为摇摆的显化之水面与灵性之风而产生任何不和谐呢？

「灵感( inspiration)」这个字汇，就字面上而言，它就是谈论呼吸或风的字汇；当一个人谈到呼吸或风的时候，他就谈到灵性。你们的神圣著作《圣经》曾说：风随意吹，无人能够命令它[2]。当气息离开身体、而不再返回的时候，灵性就已经离开了肉体载具，剩下的只有尘土。你曾从尘土中被提升进入显化，灵性被吹入你的身体；当你吸气时，你吸入的是太一无限造物者，当你呼气时，你呼出了你以创造性灵感制作的事物。一入一出，这就是你生活的韵律。你永远都不是静止的。你不会抵达某种停滞(状态)，在那里、一切都完成了。如果每一次吸入都是一个问题，每一次呼出都是一个答案，那么这个过程可以被视为永无止境。你不会知晓你吸入的是什么，也不会知晓你呼出的是什么。你永远都无法知晓，在何种程度上，你的答案对你自己或他人有用处。你所能知道的是：这种向内和向外的律动之供给是无限的。

这就是为什么我们会一再地、再三地地对你们说：我的朋友们，这一刻是多么珍贵呀，这呼吸是多么宝贵呀。在这一刻，感觉你的爱的质量是多么美丽、多么深刻，感觉那存在于每一天的汹涌翻腾的暴风雨表面底下的奉献吧。感觉在此刻、菁华自我的真理，感觉当它于你内在颤抖时的美丽，它珍贵到无法表达。接着，呼气，知晓你的每一个意图、想法、表达的力量。

你们每个人都是作为火焰的一个点来到这一时刻的，那灵性的火焰将更新地球的面貌。知晓你的充足性。知晓你自己，在每一次呼吸之间歇息，在自我的菁华中歇息。

你会怎么处理这一刻？不要感到不自在(self-conscious)。不要开始分析过程。想要解开灵性、自我与尘土(交织)的辫子及其相互关系是不可能的。知晓你们所有人和我们都是一，这就足够了。在菁华的组合中蕴含着发现、治愈、成长。

我们会在此刻开放这次集会给进一步的问题。现在，有进一步的询问吗？

V：Q'uo，我们有一些问题，它们来自于一个我们称为游骑兵(Rangers)的团体。其中一个问题是：「你们可以评论这个问题吗：如果一个人无法成为专属一事的僧人，他能够成为万事通的僧人吗？这个问题真正在问的是：如何处理这样一种渴望，即在不离开社会的情况下，以一种有灵性潜力的方式去生活。」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们相信自己理解这个问题，我们会藉由用某种一般的方式、定义僧人[3]这个字汇，来开始这个回答。僧人是一个实体、他已经把生命奉献给一种纪律，这种纪律的目的是简化和深化一次生命的进程，使它可以如同溪流被引入水渠一样，在表达奉献和服务的方面变得更加有力。成为这样一个奉献的实体是完全有可能的，不管他属于一个围绕着某个宗教系统形成的团体。然而，这意味着，这样一个实体必须在不藉助于任何既定习俗或任何仔细规定的生活守则的帮助下，或者容我们说，在没有拐杖的情况下，为自己选择其生活守则。

根据先前对于这类团体[好比目前这个寻求圈]之性质的讨论，当一个由想法相似的实体们组成的团体创造出一个神圣空间，在其中、每一个人都相互帮助把彼此带回家，显而易见地，任何生活的守则都更加容易被考虑、被系统地表述、探索。一个如同游骑兵这类的团体的确拥有种潜能去创造那样一个团体，而且不必须在特定时间汇集在一个指定的场所，因为你们的互联网(Internet)和电子邮件的交流系统创造了另一种实时性，在其中、大家可以探索共有的问题。

然而，成为这样一个奉献的实体之关键，在于持续的奉献，致力于发展并遵从一种生活守则[4]的过程；这奉献将日常生活转化为神圣的事物。在一个僧人的生活中，奉献经由每一个行动来表达，而不只是在那些被某种教规定义为神圣的时间里来表现，好比为了做礼拜或宗教仪式而举行的聚会。藉由献身给他所选定的修道会的生活守则，一个僧人生活的每一个方面都奉献给神圣。在这样一个实体的生活中，清洁房间等同清洁灵性上的缺陷；洗衣服、洗澡、洗盘子等同于把一个看似弄脏的自我浸入唵(aum)与菁华中，浸入到那创造出内在的疗愈和清洁之转化的水中；准备喂养身体必需的食物，等同于将充满牺牲与奉献的自我准备好服务太一无限造物者。带着对太一无限造物者表达奉献的意图，他所做的每一件事情都变得神圣。因此，在日常的平凡生活中、没有任何事物不是神圣的。

我们欢迎来自游骑兵团体在这些要点上的进一步问题，但不会试图去预期它们。

现在，有另一个询问吗？

V：有两个进一步的询问、来自游骑兵团体。其中一个：请问 Q'uo 是否愿意评论，好比 1950 年代的开创世代(beat generation)，1960 年代的花样孩童(flower children)，和 1980 年代的电音锐舞运动(techno-rave movement)等等、各种年代的反文化运动之间的联系呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟[5]。联系点有许多个，我们会建议其中两个。第一个是灵与肉之间的联系。在每一个世代，对于存在于表象底下事物的渴望，同时通过负面与正面的方式表达出来，也就是这个器皿会描述的，负面或批判性的表达方式、以及正面或闪亮的表达方式。这些世代性的术语和它们表达方式之间的联系，包括批判性和闪亮的方式，都是一种灵性之联系；灵性处于肉体界限之内，它渴慕去表达它感觉到、却经常无法在日常生活中找到的「某种更多的东西」。

在此生中的年轻人身上有一种可贵的质量，这种质量清楚地看到那些希望已湮灭的人所创造的冷漠之伪善与坟墓般的构架。无论是开创世代之批判和阴暗的能量、还是花样孩童超然的喜悦、或者是电音锐舞的悲伤与喜悦以非常混杂的黑暗与光明一起表达出来，它们的能量都属于转化的能量，这种能量将灵性(spirit)旋入肉身(flesh)。

在年轻人当中、那些处于这些运动之能量以外的人，经常被伴随这些运动的图像、标志、附属物，如果你愿意这样说，所分心；那些由内而外体验这些能量的人，则毫不怀疑地知晓灵性的有效性和正确性。如果灵性必需藉由能量的拖拉、拽动、扭转才能在肉体中出现的话，那么这些能量就会被接受、甚至受到欢迎。

这样的运动看起来包含着暴力。也许我们会说，之所以可能会如此，那是因为当灵性之风被呼唤进入一个空间、一个并未准备为神圣空间的地方时，它有一种狂暴的属性。无论那能量似乎是如何不纯净，对于那些感觉到并表达它的人们、以及被该能量的包容性改变的世界，它都是一种真实的祝福。

就这些运动的共同属性而言，我们会指出的另外一个面向是：对于那些流浪者以及准流浪者[也就是那些即将从第三密度毕业到第四密度的人、准备好放下肉身并在爱中生活的人]来说，这些运动在这些正在觉醒的人的本性看来，显得更加天然且理所当然。在某种意义上，这关系到释放恐惧。爱与恐惧无法共存，表达爱就是释放恐惧，这是从死亡到更大生命的运动。

此刻有另一个询问吗？

V：游骑兵的最后一个问题是：你们是否愿意评论建筑师，勒·科比意(Le Corbusier)？我猜想他有流浪者的渊源，我想知道你们是否有可能与我们分享，为什么他的工作是藉由建筑显化出来的呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在具体细节的方面，我们不可能讨论诸如勒·科比意这样的实体。然而，查看创造力如何在一次人生经验中工作，这是有意思的。同一股创造性之风吹过所有的人，在那风中有旋律、主题、主旨以及其他种种灵性之火焰的智能表达方式。苦难与学习的能量以独特的方式、捕捉每一个独特实体之人格中的各种面向；当一个实体在此生中觉醒于它自己存在的真理和美丽时，种种可能性就



会以各色各样适合于该实体的方式开放。一个实体可以通过养育家庭、或者帮助那个家庭中的年轻灵魂绽放而表达创造性；另一个实体可能听到某种奉献之表达的召唤，成为一个真理的监护人、正义的维护者、或者人类之爱的治愈力的代理人。所有的职业都用缪斯(muse)之歌召唤特定的实体，这些实体的人格之塑形发现，那些职业构架能够支持他们的热情并给予他们表达的途径。每一个艺术家都捕捉灵性之风，寻找方法来绘出那捕捉光、分享视野的图像；每一个音乐家都听到空中的美妙旋律，那旋律从镶嵌于内在层面中的天使菁华里飘出，响应各个时代的风和当代人的能量。那些从形状与比例中看到价值、希望的人，创造出各种场所给茁壮成长的心与灵，也是如此。

此刻有另一个询问吗？

(暂停)

我们是 Q'uo，既然我们似乎已经穷尽了今天这个圈子中的问题，我们要在太一无限造物者的爱与光中、在祂的力量与平安中离开你们，如同我们找到你们的情况。Adonai。Adonai。

原注

[1] 该调音歌曲是披头士的《太阳来了，Here Comes the Sun》。

[2] 《圣经》，《约翰福音》，3：8：「风随意地吹，你听见风的声音，却不晓得它从哪里来，往那里去。凡从圣灵生的，也是如此。」

[3] 僧人(monk)：「一个男人，生活在一个修道院中的修士会的一个成员，致力于由他的圣职所规定的一种纪律。该词源来自希腊文的 monos，意思是：独身的。」

[4] 很多宗教圣职的「生活的规范」从贫穷、节制、服从的原则开始。这样一种生活的规范中包括诸如如何遵守每日对造物者的崇拜，如何服务造物者，以及如何赞美并感谢造物者之类的选择。在一些修道制度中，生活的规法相当冗长且复杂，几乎涵盖生活的每一个方面和自然的机能。

[5] V(女性)朗读着 B(男性)发送过来的问题。

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T. S.

## 第 26-08 集：棕榈主日 (2017)

English Copyright 2002 L/L Research

周日冥想

1991 年三月 24 日

小组问题：今天下午的问题是，我们在 Ra 通讯中学到、每一个服务他人的机会都有一笔代价，这种代价是和机会成正比的：一个人渴望服务的纯度越高，他要付出的代价就越大。我们从 Ra 通讯中还学到一个相关的原则，那就是，如果一个人使用辅助手段来加强他的进化，诸如在金字塔里冥想、或使用生化回馈设备来深化冥想的状态、或使用大麻来强化视野，他就必须把已增强的进化用于更多的服务他人。否则，使用这些小玩意儿将会成为负面的，这就是责任法则。

你们能否从两方面谈谈这个事实：一种增多的、想更纯粹地服务的渴望，以及使用小玩意儿来增强我们自己的演化，两者都会给寻求者在能量支出的数量与质量上带来更大的代价。

除了这种能量支出的数量与质量上的代价，以及寻求者的努力的代价之外，这种辅助或增强的服务渴望会带来

其他的代价吗？我们真正想知道的是：为什么当寻求者想要更纯粹地服务或使用某种小玩意儿来增益进化过程时，寻求者需要成正比地付出更大的努力？

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。很高兴加入你们的冥想，提供我们容易犯错的意见。我们非常感谢你们、允许我们以这种方式为你们服务，因为藉由这种方式，我们自己也学到更多的智慧与悲悯。我们特别乐于讲说关于服务、关于服务他人之代价的主题。今天，是你们基督徒教会礼拜仪式中的一个神圣日子，一个称为棕榈主日(Palm Sunday)的日子；在那一天，一个年轻人，双脚沾满砂尘、骑着驴，自愿去面对他激烈的受难、面对虚伪的审判、他的死亡；所有这些在他的心里都不算什么，他在意的是拥有这个特典去执行天父的意志。

让我们检视基督教中、这部份的故事，关于一个人、乡下人、一个农民、学者的故事；取决于你在当时询问的对象是谁，它是关于一个先知、一个救主、一个政坛新星或宗教狂热份子的故事。这个实体来到世上，对于他将会经验的命运所知甚少。单纯地藉由追随他自己的兴趣与修炼，他在自己面前揭开了那些他需要知晓的重要事物。当他研读他那特定文化族群的宗教传统知识时，他并不知道他自己将成为改变该族群的主要器皿。他研读只因为他陷入爱海，和那个给予法则的造物主相爱。

大多数的历史(书)没有记载，但这个实体曾花了很多年的时间，前往非洲、印度与许多现在已改名的地方，以及小亚细亚、东欧的北部地区旅行与学习；然后返回加利利的老家，那个他遣送自己踏上探询智慧旅程的起点。有一段时间，这个耶稣实体单纯地使自己扎根于辛苦的劳动中，如同他父亲过去一样，作为一个木匠成天做木工活。他的心里时常充满爱、充满浪漫，充满不断增长的内在原力，它们引导这个实体进入一条理想之道，那是他无法在周遭世界找到的，也无法在他祖先的见证中找到。

从来没有过一天，这个实体醒来突然说「明白了(eureka)！我现在知道必须怎么做，我的命运是什么，我看见了前方的每一步，我愿意去走它。」

相反地，这个实体被一种圣灵、一种声音所感动，这个声音并不述说大局，而是陈述即刻当下应该完成的事情。认为耶稣实体拥有宏伟的综观，只是单纯地观察许多发生在他活跃的传教期间的变化与转变，这样的看法既不明智也不真实。他不是神，他是一个第三密度的人类；那些第三密度人性中所有可能的潜能，包括光明与黑暗面，他都具有。

但是，这个实体长期以来深爱他的上主。日复一日，年复一年，从他仅仅是一个孩子的时候开始，他就把每一个闲暇片刻转向于考虑自己的本质、以及[他知道他挚爱的]上主的本质，他深深地想望去知道、如何服务。和天父同在的圣灵给他许许多多的指引，然而当命运降临到他头上，并没有亚伯拉罕来将他带离献祭的火焰。他知道自己挚爱的天父的儿子；为了升华(transfigure)他所爱的上主的书面历史，他发现必须重新创造一个圣约、一个上主与祂的人群之间的灵性契约。

凝视着摩西给予的十诫的局限，他祈祷多年，想要知道在这些律法中、他找到的一些阴影的真相。当他祈祷



时，指引就来到他身边，来到这个如此深深祈祷的人身边；于是他能够说，他感觉到的新圣约是什么，那不是一份各种不能做的事情的清单，也不是一个复杂的、无穷尽地将造物主的孩子们互相分离的故事。这个实体选择将那些现有律法放在一个比较单纯、正面导向的视界中。第一条诫律保持原状：以一个人全部的能量、才能、天赋、能力去爱造物主。但在第二条诫律中，他去除了那层暗黑的、警告与恐惧的薄纱，这层薄纱悬挂在他的文化中的灵性教导之上、已逾千年之久。第二条诫律免除了所有的「不可」，并给出两件要做的事情：爱邻人，如同爱自己一般。在任何情况下，不管是陌生人、朋友或敌人，都算是邻人。

他特别地说，这两条诫命：钟爱上主，以及钟爱所有其他自我如同自己一般，实践并取代了所有的律法与先知。

他并未否认他的族群的历史，但经过多年的热切祈祷后，当他感觉到可信赖的指引之声时，他使自己可以做天父差遣他来执行的工作。以爱、真理、生命之名，他忍受了憎恨、谎言、死亡本身。单凭着信心使他能够说：「虽然这副身躯将归于尘土，然而我将死而复生。」最后，一个洁净的灵魂站在上主前面，洁净了人性，洁净了困难，洁净了肉身经验中无可避免的深度混淆；由此，他实现了他在信心中所做的承诺。在这个故事中，存在着一条让数以百万计的人群通向永恒的途径。由于他服务天父[那一切万有的造物主]的渴望之纯粹，他创造了一个值得传诵的一生。

现在，让我们将这场讨论带到全体第三密度人类。我们可以看见，有一个特定百分比的人群，他们虽然活在身体中、其灵性却是死寂的。这些实体，由于欠缺服务他人或服务自我的渴望，他们尽其所能地去体验生活中能找到的快活，因为人生总是充满失落与个人的苦恼。不过，一个单纯的艳阳天就足以使那些沉睡的人们感觉与万物合一；到了隔日，如果乌云密布，倾盆大雨，那些人又感觉完全没精神、不快乐。那些沉睡的人随风飘荡、并不渴望一条途径。

我们对那些渴望卓越地、纯粹地服务的人们讲话。凝视你的渴望。你在燃烧吗？你有盼望吗？在这个幻象之内，你是否超乎一切地、渴望有机会服务太一无限造物者？有许多人，他们单纯地渴望与无限太一同在；这些人的生命写不出伟大的故事，尽管他们生命的光芒十分强烈。另外有一些人，我们谈话的对象，他们不只渴望经验与天父合一的状态，他们还想去追随耶稣实体的第二个要求：爱其他自我如同爱自己一般。

现在，你们刚才问：为什么那些最热切地渴望纯粹服务的人，他们要体验一些艰难的人生？为什么那些使用诸如金字塔、水晶、魔法仪式之类辅助手段的人，也会在此生经验中、遭遇到大量主观感知上的困难呢？

让我们看看这个情况：有些人使用小玩意儿[好比迷幻药、图形或种种集中心神的方法]来协助他们服务他人，由此，这些人的困难来自和一般人不同的水平。这些人乐于使用一根拐杖撑竿跳入光中，不管这根拐杖是迷幻药、魔法仪式、或是其他无论什么可以被用作一种拐杖的玄秘科学。他们这样做把自己实在地拉到了一个他们尚未在其中工作过的位置，他们很可能尚未为这个位置做好准备；但无论他们是否做好准备去体验与神性交流时产生的智慧与光、爱与悲悯，他们必须处理自己在光中位置的虚假状态。迷幻药效会消退，魔法人格

可能在杂货店与加油站之间瓦解；当某件事发生了，却完全违反那个感知原型心智的某种特殊的教条方法，玄秘的智慧就会离开而不留下任何资源。最后，只剩下自己；这个现在没有拐杖的实体发现，他承诺了要用一种和他学到的事物协调一致的方式来行动、讲话、来表达自己真实的存在状态。那拐杖没有了，但该实体必须为曾靠这根拐杖取得的光负责。

是故，我们可以看见，那些让自己通过任何非自然方式发生蜕变的人，在拐杖被扔掉以后的很长一段时间、都必须得为他已经获得的事物负责。该拐杖的使用对一个实体越有效，他对于真理的觉知与他在生活中展现真理的能力之差距就越大。

因此，我们总是鼓励在灵性方面寻求的人们诚实地、自然地去寻求；对于这个任性的显意识自我，要有无限的耐心。使用无论什么拐杖来取得最高的知识，实际上都是对于爱自己的一种违背，因为这种行为更多地珍爱并信赖其他自我，而非珍爱或信赖自己。他发现自己相当不配，必须使用这种拐杖来接近灵性的认识。因此，在使用任何改变自我意识状态的拐杖之后，那些由此体验到困难的实体将会发现，他们处在一个困难的位置，因为他们在学会爱自己、进而毫无保留地爱他人之前，就已经尝试去服务他人了。

现在，这个问题提及的那些实体已诚实地走过这条路，在他们的投生经验中，这个从内在感觉到的渴望越来越位居思想、直觉、行动的中心。这样一个实体渴求良善的事工。如果他是一个渔夫，就会希望渔网满载，如同那些渔夫、在耶稣的帮助下捕获了大量渔群。即使仅仅藉由冥想，聚焦在自我身上，学习去爱自我的所有部份，极为强烈地希望去服务他人，去和他人分享太一无限造物者的爱与光，他们都将无可避免地发现、或许他们太过贪婪地想要获得。

你看，获得并不只是金钱或权力的获得。一个想要为真理与爱之王国获得尽可能大量实体的人，也有一个十分人性的、第三密度的野心。这股野心推动该实体，使得他的橙色与黄色光芒常常因不耐烦变得浑浊，并引发了一种想在二十四小时内拯救全人类的渴望，如果可能的话。虽然这样的野心在许多例子中是美丽的灵性生活基础，它对于这条真理道路上的许多其他寻求者是一种极大的辅助与安慰，然而，更远为常见的状况是：一个寻求者将他的盘子堆满了想做的良善事工，接着发现、生活的大餐已将他们的胃口塞满，总是有更多的事要做，更多的知识要消化，需要更多地冲破、祝福、给予。接着，很多的心开始动摇，他的灵魂站在庞大的工作前吓呆了，他问自己：「为什么我获得了这些渴望与指引，却只发现有刺的玫瑰、布满钉子的床，十字架苦刑以及复活？」

至于那些纯真地爱自己并想望去服务他人的人，因为他们理解，自己属于无限太一的爱与光，因此他们将在人生中的某个时刻处于某个点，在那个位置，带着灵性安慰的能量与喜悦，他们能看到该做什么事情以及如何来做它。而已被灵性蜕变的强大体验所淹没的肉身，则开始以这样或那样的方式衰退，因为正在被带入意识网络中的那些能量，对于无限的自我是美丽的，对于肉体动物、这个第三密度意识场的载体、却如同火焰一样是具有破坏性的。

对于一个获得权利去选择投生模式的实体，造物主允许这样一个实体在投生之前，在选择要去学习的课程与要

去提供的服务时，想选多少就选多少；注意到这一点是重要的。有些实体拥有美妙的单纯性，乐于谦卑的生活，做一个单纯的见证者，一个长存的人灵、属于爱与平安。你们可以发现这些圣者从事卑微的工作，或出身名门，或在这两者之间的任何一处。使他们脱颖而出的事物是：他们心智的平安与缺乏野心，他们仅仅渴望藉由普通的生活实践、养育小孩、拥有且珍惜(人际)关系、平安地迎接肉身的死亡并迎接永恒的生命，来为造物主做见证。

由于年轻灵魂的鲁莽冲动，这种灵魂很稀少，而每一个灵魂不管从何处来，当它进入肉身的时候、都是年轻的。显然地，大多数的实体都觉得，他们绝对能够处理任何个人的课程，也绝对可以充分使用那些赋予给他们的才能与礼物(天赋)。那么，当灵性之眼大于灵性的容纳时，外在的肉身经验与实践无限太一临在的内在振动之间不相匹配，由此造成有限的肉体载具开始逐渐耗竭，这还有什么好奇怪的呢？这样一个实体会总是被不顾一切要去服务的渴望燃烧，一直向前推进、更加完美地利用他们的天赋、更加完美地表达对造物者的爱，直到他们失去健康与肉身生命，这是相当平常的事情。

对那些正在经历这情况的人，我们该说些什么呢？我们首先会建议在灵性上寻求的实体、开始觉察到谦逊的力量。那些如此强烈地想要服务的实体所犯的最大错误是：他们太没耐心，以致于无法听到内在的指引。因此，他们很可能根本没有注意到，他们该站出来作见证的时候到了，或现在该保持沉默，或现在该带着无限太一之光去燃烧，或在灵性导向的生活中发生蜕变时，让肉体载具休息，(暂时)离开蜕变带来的所有强大活力。

灵魂的极性可以视为和意识场的力道成正比，意识场即为你的「我是」(I AM)。这人生越是极化、富于牺牲，该意识场就越强，灵性重力越大，从而越应该考虑适当的休息。

所以，那些怀着对造物者的爱服务全体的实体，他们也许燃烧得太快，我们请求他们花时间，不是去问他们能更多地做什么，而是允许造物主照顾他们；既然造物主的爱流过他们，为什么那爱不应该包括他们呢？许多许多人在驱策自己之际，对待其身体如同对待二手车一般，既不尊重它也不爱护它。所有寻求的人，请咨询你的肉体载具。肉体载具有自己的情感与思想、有自己的恐惧与计划；当它呼喊恳求休息时，请知晓那是太一无限造物者正引导你去注意，你需要休息了；那些付出爱的实体，你们的主要服务难道不是单纯地成为爱？在至高者的礼拜堂中休息，难道不含有极大的美德吗？走在第二密度的丛林中，在造物主的全然壮丽中欢欣鼓舞，难道不含有极大的美德？即使是你最坏的敌人，当他疲倦的时候，你会不让他休息一下吗？然而，那些寻求的人啊，你们是怎样驱策自己去加速你灵性演化的步伐啊，你们如此驱策自己，又是多么不必要呀。

那些已被太一无限造物者的火焰点燃的人们、将会尽他们最大的努力去做事；当他们的肉体载具必需休息时，他们无法被看成是懒惰。我们建议：尊重、爱、悲悯等礼物不光是给予他人的礼物，而主要且首先是给予自己的礼物，因为你必须敬重你的肉体载具。如果你将盘子装得太满，如果你因为无法去做每一件你想做的事情而觉得很没成就感，你内在的灵性难道看不见，如果你在强壮时尽你最大的努力去行动，你同样可以在静止中尝试一种安静的爱吗？这种安静的爱不知道投降，也不需要

野心。如果你想望他人收到天堂的食粮，那么，你会拒绝自己得到那完美的休息，那温柔的光和存在的圆满吗？

我们请求那些在灵性途径上开始筋疲力尽的实体们，以温和之水平息那火焰，那温和之水将永远地滋润灵性的干渴。想象自己站在天堂之水的瀑布底下，水流更新你，恢复你的精力，荣耀并尊重它碰触到的一切，将厚重的化学身体与你之所是的意识场的渴望、以一种适当的工作秩序重新连结。换句话说，没有一条灵性法则说：你必须在全时段、在任何场合下都做特定一件事以服务他人。如果真是这样，永生我是的灵性能力将是多么狭窄呀。的确不是这样的，因此我们请求灵性的学生们，诚实地掂量自己灵性的野心。问问你自己，你想望怎样去服务？你想望去学习什么？正在做这些事情的意识有多深刻、它的恩典有多充沛？前两个问题很容易估量，第三个问题则易于被灵性寻求者们视为一种承认缺陷、不足或失败的方式。

我的兄弟姐妹，你们给了自己整整一生的时间。你在自己面前看到当下此刻。如果你在那一刻看到一个崇高的野心，看到如何去服务和使用什么天赋的种种想法，这些想法在你向内在灵性询问之前、就从你脑海中跳出来，那么，你必须对你自己怀有悲悯，藉由暂时让野心和服务离开的方式来爱自己。因为，进行服务，以及希望去服务，它们是在认真估量自我之后才要采取的步骤。

悲悯那个承载你的躯体(clay)，悲悯那个无法估算肉身限制的灵魂吧、它要求得实在太多。要知道，没有一个适用所有人的测试，没有一种服务之知识体系必须被所有人知晓。相反地，要知道，只要你相信并信赖自己，保存自己如同一个守财奴会做的一样，于是，在圣灵的指导下、给出每一份礼物与才能，那么，寻求者就学会了越来越清晰而明朗地使用极性，不要求去否定自我，而是要求自我发挥最大的能力。

如果你能够在疲倦时停下来平静地休息，在受到鼓舞时启动，你就能时时刻刻都做到：尽你所能地学习，以正面的方式最大限度地转化你的意识场，并荣耀万物之造物者。如果你想做一件事却无法做到，不要烦恼，不要评判；相反地，要以爱、安慰、神圣和睦的言语，对你自己、对这个承载你的身体谈话。以这个方式，你的牺牲将被无限智慧之圣灵所导引，你将知道什么时候该行动，什么时候最好休息并恢复气力、好迎接即将来临的严峻考验。

我们不会以任何方式建议，在灵性的生活中、有什么方式可以让人特别容易地度过一生。在追寻正面极性的过程中，改变不易，不断地改变更难。振动的不匹配开始要肉体付出代价，你所爱的人可能不再爱你，因为他们几乎肯定地、将不会理解你。当你凝视你的天赋，知道管理它们是一项重大的责任；随着你感觉到天赋和才能的增长，这种责任会是更加重大的。于是，在一个由显化的活力极大地转变的意识场中，一个灵性寻求者以和平与爱的战士身分奋斗、挣扎、付出爱、打破自己，最后，在这个世界死去，进入更广大的生命。

愿所有寻求者和所有想望去照顾他人的实体、都首先去问造物主：「?对我的意志是什么？」这个简单的冥想将创造出丰富的安歇。

我们很抱歉、讲得太久，但我们感觉有必要花这么多时

间，以某种方式表达这个问题的复杂性，在我们看来，这种方式可以聚焦于有益的答案。一如既往，我们请求你们觉察到，这些只是提供一些意见，如实看待即可。我们现在将通过 Jim 发言来结束这次的工作，我是 Q'uo，怀着感谢、在爱与光中离开这个器皿。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，在爱与光中向你们致意。此时，有任何我们可以进一步谈论的询问吗？

Carla：你是否想要在另一个时段、就这个主题多说一些？

我是 Q'uo，我们感觉已经讲述了这个询问，因为这个问题向我们提出时、包含了足够的细节。我们愿意进一步的答复、留给那些你们为了加深理解而可能有的进一步询问。

是否有其他询问，我的姐妹？

Carla：没有，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们十分感谢你，我的姐妹。此时，是否有任何询问？

Carla：我这边没有。

我是 Q'uo。那么，看来我们已经穷尽此次的询问。我们再次表达我们极度的感激，由于有机会加入你们的冥想，并向你们提供一些信息与灵感、在你们寻求的旅程中可能觉得有用。关于你们提供给我们的杰出服务，我们再怎么感谢也不够。希望我们提供的话语能给你们的心带来欢乐，如同我们的心因你们的邀请而欢喜。一如往常，我们在太一光荣无限造物者的爱与光中离开这个器皿和这个团体，离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友，Adonai。

(V) 2017 Reviewed by T.S. , Sunny, cT.  
Translated by T.S. & cT.

## 第 26-09 集：穿越黑暗与混乱

Copyright 2016 L/L Research  
周六冥想

2016 年十二月 3 日

团体问题：我们今天的问题是光明与黑暗的周期。当我们开始进入感知上的黑暗或破坏与混乱的时期之际，我们有一种设法取得舒适与光的倾向。但是，去拥抱黑暗与不和谐是否更加合适、好作为一种着重强调扭曲与平衡扭曲的方式、接着允许质变发生？作为个体的寻求者以及个别的文化，对于我们而言，

什么是面对这些表面上的黑暗时期的最有益方式呢？

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，今天下午、在爱与光中向你们各位致意。我们感激你们每一位、呼唤了我们加入今天的寻求圈。我们感谢这个器皿对我们的挑战，并且向他保证，他做得很好。今天你们询问，是否应该在一个人感知到黑暗的时候、去拥抱黑暗的实相，或者也许更好的是在跟黑暗打交道之前、尝试提供光、让光闪耀穿过黑暗。

我的朋友们，你们，通过你们的问题，开始追溯在你们周围的、宇宙造物的演化步骤，因为一开始有黑暗、那未成形的事物、炽烈地[1]吹动和燃烧的事物，接下来有光进入黑暗之中，黑暗不知道光，而光使得黑暗成为

发光的、反射性的，于是，那儿就得以有你们现在知晓的宇宙造物：恒星、行星、许多形式的生命遍及(整个)无限。

此刻、你们在行星地球上，再一次地，扼要重述那个基本的场景：有一种感觉，相比于你们处于这颗星球上头之前已经知晓的，有着更多的混淆、黑暗，更多的困难、幻灭。不过，我的朋友，我们告诉你们：很多时候，你们现在知晓的事物、仅仅是过去曾发生的事物的最苍白之阴影，因为很多时候，那些已经来到这个行星上重复第三密度的人群、已经使得黑暗沉重地压在属于各种各样的文化的人群的身上，以致于你们行星的历史具有好战性、敌意关系，以及实体与实体相互的分离，所以，没有任何统合性的力量能够把所有人带到一起。

确实，你们的星球的大量历史，以及它穿越各种各样的演化的主周期以及小周期的发展，在这个巨大的主周期中、现在到达了顶点，有一种压倒性的分离，它将国家与国家分开，宗教对抗宗教，社群对抗社群，家庭相互彼此对抗。它已经成为了一个主旋律了，容我说，每一个人似乎都知道那首歌。

不过，我们对你们说：在这个黑暗的巨大竞技场之内，在每一个实体的心中、都有一颗[你们可以比拟为]种子在发光，确实，因为它是由光制成的，它有潜力去成长，它有被释放的渴望。只要该实体的头脑和情绪中执着的一定混乱能够被解开，并且被带到一种更加可以理解的配置之中，然后，每一个人都能够种下该种子。如你们知道的，过去有很多人已经能够移动太一造物者的智能能量、通过其能量系统，并把他们的能量系统清理到这样一种程度，以致于他们能够和那些周围的人分享光，这些人是你们的先知、神秘家、革命者，你们的思想家、创作者、音乐家、诗人，在很多情况中，许多母亲和父亲抚养孩子以重现他们在心中找到的光。

所以，你们现在要做什么，我的朋友，你们现在要做什么呢？你们已经感觉到有一种巨大的幻灭下降为一种黑暗、它位于你们自己的存有与文化之内；不过，并非所有人都会以这种方式看它，因为有些人热爱黑暗，有些人热爱光明。每个人都追寻对他有意义的事物。所以，我们现在把你们视为光之存有：在每一个体验中带有至高无上的自由意志，带着能力去引导那自由意志前往任何你期望的方向。确实，你们是自由的，如同你们期望成为的(自由)程度。

在此时，我们会转移这个通讯给被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们想要向这个团体致意，因为我们感觉到、在你们当中有一种忧伤，这种忧伤使得那些具有一种深植的特性的忧虑浮现出来，因为一直有这种感觉：有一场良好进行中的运动，朝向照亮该星球振动的运动，事实上，该运动已经在某种程度上被暗中破坏了，已经被一种反制的运动所入侵，如果你愿意这样说，(进而)毁坏了在一开始的位置已经如此难以进行的事情。所以，在那些已经能够聚集自己、从事某种形式的寻求光明的实体当中，升起了大量的挫折与被砸碎的希望。

这种对光的寻求的先决条件，如我们已经说过的，就是一个人应该已经解放了自己、透过实现每个寻求者都享用的自由意志达成。同时，我们会建议，每个自由意志

的实体都理解到、他或她自己是一个更大整体的一部分，并且被包含在那个更大的整体，并且在从事一个整合更大整体[也就是你们的社会能量复合体]的能量的过程之中；这样，在自由的光之寻求者的密切交流当中、就能够带着这样一种确切的感觉、而强化对于那个协调一致的目标之寻求，这种确切感即是：这种协调一致的目标能够开始做为整体的一个资源。

现在，所有我们谈及的事物都不会排除任何人，不过，一次又一次地，你们发现，似乎有一种社群的断裂，似乎有一个情况出现：使得一个意志和另一个意志对抗，即使这些意志全都独立地认为自己正在寻求光。当断裂出现的时候，看起来就仿佛光本身碎裂了；光本身投射出这样一个黑暗的陷阱，以致于黑暗几乎成为了某种本质上是真实的事物，有能力去吞没并熄灭光了。由于该事实：某些人准备好正要相信这一点，进一步使得该情况变得复杂。有些人准备好基于这样的前提而行动，即黑暗是一个可触摸的实相，沿着这一条路径寻求，它能够做为一种资源被调动，而我们相信，所有在场的人，以及你们大多数的公民，都会发现该路径和自己的志向是相反的。

黑暗的途径不是一条寻求和谐的途径，这途径毋宁在拥抱混乱、对待混乱就仿佛它是寻求者的最高价值与目标，因为在这种混乱之中有一种焦躁不安，一种充满力量的状态，它似乎拥有能力去变得活跃，那是比较和谐的存有不会去进行的方式。所以，那些在这条途径上寻求的人的效应，当它和那些调频到和谐的共存能量混合在一起的时候，对于那些属于后者倾向的人可是非常令人困扰、令人为难的(状态)。

现在，混乱自身并不是某种要被彻底蔑视的事物，因为这是每一个灵魂都知晓的体验、在经历过某些时期之际、其中有一种结构的分解，其中有一种人格的崩溃，不时地，这过程导致一种正面的结果。在有些情况中，这是真的，那些人格已经如此地固定在石头中[可以这么说]，以致于他会发现能量被卡在其中，无法移动，处于这样一种配置中，进一步的成长似乎完全被窒息了。在这样的情况下，一种人格的崩溃可能是必须的，以便于允许这些能量，通过一个自然发现的过程，聚集到一个新的有组织的原则上。因此，一个人所拥抱的事物并不是混乱自身，毋宁说，一个人并不反对、不得不忍受一种混乱、作为一个转换点，好到达一个更为满意的人格之秩序。

现在，在个体的层次上是有效的事情，也可以说在社会复合体的层次上、以一种多少不同的方式是有效的。有些时候，社会的组织原则，实际上，压制了那个社会的创造性成长，当这个实情被发现的时候，打破这些比较老旧的结构时常是有用的，好让某种新的、更有生命力的事物可以作为替代物而成长。这在社会层次上是一个自然的过程，如同它甚至在个体的层次上都可以被认为是一个自然的过程一样。你们的个体意识有一部分已经被投入该社会能量复合体，因此，在该复合体中的个体，和该(社会)复合体之间，有一条并不明亮的界线。我的朋友，那儿有一种调和。

现在，只要一个社会的所有成员都沿着事实上能够相互配合的道路一起寻求，也就是说，他们都具有相同的极性，在这种情况下所及的范围内，当溶解的过程被发现有需要的时候，该过程并不需要被认为是极为令人苦恼的。因为，如果在根部有一种共同的付出、朝向光的运动，我们已经发现，在适当的时间，这恰恰就是倾向于

发生的事情了。然而，同样是在这样的情况中，有一些人会合法地宣称是你们所享受的社会能量复合体的一部分，而他们尚未跟随该意图：以一种协调的方式、一种欢迎其他自我、和其他自我合作的方式来发展；他们宁可对社会采用这样一种观点：社会是一个竞争的场所，在其中，某些意志会藉由对抗被其他一些意志提供的阻碍来考验自己的场所，并在这种的持续不断竞争中打磨他们的能量到越来越精细的效果。这样的成长食物，如我们已经建议的，就是混乱。它是一种冷酷无情的混乱、一种不安的混乱，它是一种深不可测的混乱。就我们自己的体验，在这种混乱中，没有任何事物是要去拥抱的，因为它在其自身就是空无(nothing)。

所以，我们无法建议那些已经选择在服务他人的途径上服务的人：真的去拥抱黑暗自身、混乱自身、无秩序或不和谐。可以被看到的事情是：有时候，当一个人穿过一种暂时的状态之际，在这些情况中，不尝试去抵制混乱，这是很好的，因为我们发现恰恰就是那种抵制混乱的尝试，在这种抵制中创造出了混乱自身的回音，那种回音能够产生回响、直到一个人存有的根部，那种回音的效果可以是深刻的。所以，当它在你自己的人生中发生的时候，在你的互动模式周围，在你的自我表达模式的周围，在你日常生命的修炼周围已经被构建起来、被仔细构建的那些结构，已经因为这样或那样的原因遇到这样的困难，以致于它们的秩序不再能够被维持，我们发现不尝试去强制一个议题，而是暂时地[2]去接纳，一种混乱将会占上风；这么做是很好的。

你们可以采用一个耐心的等待态度，因为在你自然过程[我们已称之为自我发现]的深处，新的真理将会开始显化它自己。

现在，同样有一种关联将以类似的方式发生在你们社会复合体的层次上，确实，我的朋友，我们已经看到这种情况一次又一次地发生，于是，出自表面上的邪恶，可以浮现一种更大的善、进入显化，我的朋友，我们会向你们推荐的，恰恰就是那种希望。我们会向你们推荐的，恰恰就是在等待这种希望之果实的过程中、保持耐心与忠诚于你们的目标感，把这种希望抱持在你们的心中，这总是好的。

我的朋友们，你们是具有非常巨大的力量的实体。在你们的自由意志中，有一种转变的可能性，不仅仅是你们自己的转变，同样也是你们整个星球的转变，这种转变的最为的种子就是你们在你们的心中的静默的核心中所抚育的种子了。

我们会向你们建议，在这个静默的核心中，那种占上风的混乱黑暗并不是如此大量的，而有一道光向内闪耀，并把它自己收集到目标之清晰性，意图之圆满性，慢慢地、慢慢地、慢慢地、无形地，一开始没有预料到，却能够浮现形成这样一株壮丽的花朵，以致于它能够成为一种要去见证的、巨大的敬畏体验，去见证治疗意图之静默萌芽，好给予其他人，去荣耀太一造物者。就是这些种子将会允许你们的希望绽放、形成一个新的实相[对着所有人招手]。

我们不会说，这诞生将是容易的。现在足够清楚的事情是：它将不是容易的。将有黑暗的时期，将有混淆，在你能注视着伙伴的人类行为之际，将有很多的机会使你们的眼睛在绝望中睁开。然而，要知道，你们是一个爱的来源、无法熄灭

。那就是你们带到，可以说是，这派对(party)的礼物了，当你加入另一个人的时候，你们的礼物就加倍了，并伴随着每一个新灵魂加入你们而再次加倍。

因此，你们安静地开始歌唱，也许它在你们的心中冒泡了，出现在你们的唇边，在那里、它成为一首旋律、启发了一个记忆、鼓舞了另一个人和你一同歌唱，当这歌曲成为一个合唱之际，当它开始充满更多一个人的耳朵、头脑、心之际，那个人的记忆就和这首歌共鸣，那个能量复合体将将以不同的方式振动，将开始作为一个社会记忆复合体振动着，接下来，在那个点，你们就会好好地地上路、进入一个经验之新黎明。

正是该黎明在等待着你们，它是存在于这黑暗的另一面的黎明。黑暗能够被视为一种妨碍，或者，黑暗能够被视为这种黎明的前奏。如我们已经建议过的，这选择是你们的。你们是具有自由意志的生物，你们是具有无限价值的生灵，我们对你们有希望，我们对你们有信心：你们将会找到你们的路。

我们是 Q'uo，我们感谢在这里的各位、今天给予我们机会在这个重要与适时的主题上对你们发言。在此刻，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿，并返回到被知晓为 Jim 的实体好询问是否有进一步的、我们可以讲述的问题。

我是 Q'uo，Adonai，我的朋友们，Adonai。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。容我们问，这个下午是否有另一个给我们的询问？

Asutin: Q'uo，我有一个，但是，如果有任何人有和该团体问题有关的问题，就可以先发问。

[暂停]

好的(OK)，我们的朋友 E 送来一个问题，他说：「在 49.5 中，Ra 说，尝试去提升这种昆达里尼的相遇点、却没有领悟昆达里尼的磁性之形而上原则，就是去招致巨大的失衡。」我的问题是：「一个人如何知道他或她已经做了足够多的工作并准备好去探索昆达里尼的能量呢？当某个人感觉到各种各样的能量流动之际，尤其是一种被呼吸和冥想的联系的运动所诱发的流动，安全地且不会招致失衡地探索并研究这些能量的方式会是什么呢，什么是危险的信号呢？」

Q'uo: 我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是一个内容充实的询问，我们必须进行大量的准备。简短地说，你们可以把这些能量中心，从红色直到紫罗兰色的中心，视为一种让你们的光闪耀的途径，容我们说。当太一造物者的智能能量从理则[太阳]移动到你的能量场之际，这种能量穿过红色光芒能量中心的磁性的吸引力，就是开始了你在人生体验中对催化剂的鉴赏的过程，这种鉴赏取决于你在投生之前已经做出的各种选择。你想望去学习的课程全都被包含在各种各样的能量中心里面，当太一造物者的智能能量在你的能量中心群移动之际，你接下来就能够根据染色或在投生之前做出的选择感知它。这股能量寻求向上移动，

上升进入靛蓝色光芒的能量中心，最终与位于该中心的太一造物者结合。因为，确实，在这个中心，皇冠已经为于头顶上，你潜在地就是造物者，因为造物者驻留在那儿等着你的发现。

当能量进入红色光芒的时候，它关系到你的身体、可以被描述为在物质意义上的、你的存有，你的肉身的生存，同样还有从性欲的方面而言，也许是和其他实体一起繁殖，如果你已经为这次投生选择这种服务的话。当能量进一步向上移动到下一个中心的时候，橙色光芒关系到：在一对一的基础上，和其他个体、个别表达你的能量或情绪。当这种表达已经在一个充分的程度上完成了、则允许能量移动到更高的位置，接下来，黄色光芒能量中心就是被唤醒的中心，它在其自身关系到

在一个团体的层次上，你和家庭、小区、与工作场所、团队等等表达自我与你的能量。

如果你能够在黄色光芒能量中心平衡能量到一个充分的程度、允许进一步的移动，接下来，该移动会进入心的能量中心，绿色光芒的中心。这就是在一个普世的特性上，在不期待回报的情况下给予一切事物的爱、藉此表达你的能量。这表达可以被视为太一造物者的稳定状态，因为一切事物都是被视为值得爱并能够给予爱。给予与接受在这里是平衡的。这个能量中心标志了一个在第三密度幻象之中的实体的可收割性。当你能够开放这个中心到足够的程度，并且比起你接收的爱，容我们说，你给予更多的爱，接下来，你就会逐渐接近可收割性了。

当能量进一步移动、进入蓝色光芒能量中心的时候，沟通就是在这里的质量、具备灵感的特性，这样一个人就能够把大量的事物给予周围的人们，再次地、不期待回报。这个第一个真正灵性的能量中心，因为它如同造物者一般地给予，自由地、启发性地、持续地给予。如果在这个能量中心之内的能量是平衡且开放的，那么，靛蓝色光芒的能量中心就可以为真理的寻求者所取用。在这里、蕴含着太一造物者的力量。如果这个能量中心可以被开启、激活，被平衡、接着被利用以释放灵性作为一个穿梭器、进入紫罗兰光芒能量中心，与太一造物者或智能无限之间的接触就是可能的。

这就是昆达里尼上升到其顶点，在此、该实体意识到自己如同太一造物者。然而，如果任何较低的能量中心，尤其是在，容我们说，就负面的意义、以磁性方式被充能的负面极点被拉动到该实体的红色、橙色、或黄色中心的能量中，尚未被充分地平衡到足以承受能量升高到靛蓝色中心的冲击，接下来，当能量进入靛蓝色能量中心的时候，在这个实体的体验中就会失衡。这些失衡可能被一个已经在昆达利尼上升的经验中、体验过某种反常现象的实体侦测到。这种反常现象可能是令人混淆的事物，令人吃惊的事物，未被预料到的事物，以及给予一个人疑虑的事物。这不一定是危险的信号，而是失衡的信号。

一个人可以探究较低能量中心的特性、藉由利用日常生活体验中存在的催化剂。我们可以说，频繁发生的情况是：这些较低的能量中心时常地、不必然会被忽略，但是，没有被给予它们应得的重要性，因为在更高的能量中心上工作，也许不是在阴性导向的中心[3]上进行工作，更会被视为是，容我们说，宏伟或光荣的，阴性导向的中心即从阴极磁性的方面而言：红色、橙色、黄色能量中心，因为它们将那些理则的能量[智能能量]吸引到该实体身上了。

在一天结束的时候、在冥想状态中检查你们日常生活的体验，这是一种好方法、藉此评估这些(能量)中心的平



衡和开放状态。因此，检查这些你在一对一的基础上、和他人拥有的体验，同样检查在个体自我的基础上，你和你所参与的团体的关联上、你拥有的体验。检查并看到在这两个中心当中、对力量的使用特性。在你的角色上是否有一种尝试：以任何方式，在个体的基础上或在团体的基础上，不适当地把力量施加在他人身上吗，因为这就是失衡能够发生的位置，这种失衡会在该实体体验能量自由流动的过程中创造一种困难；该过程是能量流经所有较低的能量中心、进而前往靛蓝色中心。

我的兄弟，在这个主题上、有进一步的问题吗？

Austin：没有了，谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们感谢你，我的兄弟。在此刻、有另一个询问吗？

Austin：我有另一个问题、我们的朋友 T 寄来的，他在信上说，在《UFO 的秘密》第七章中，Don 描述了外星人(ET)如何将它们的信息印刻在 Puharich(先生)的录音机上。这令 T 感到震惊，尤其是，考虑到所有 Carla 女士(T 使用的称谓)不得不承担的严重风险。所以，他不禁想要知道：「请求星际邦联单纯地把它们的信息印刻到某种录音装置上，这难道不是很美妙、又没有风险吗？」

他进一步问：在这两种方法之间，人类对比录音机，正反两面的意见是什么呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是一个有趣的询问。我们发觉，从假设是外星源头接收到信息的团体特性，或接收信息的个体的特性，都是以团体或个体的特性为基础：他们的气力、渴望，他们决心去服务他人，如此等等。会有一些个体，好比被知晓为 AndrijaPuharich 的实体、拥有对于谜题的热爱，他热爱解开以象征的形式呈现的谜题，而非以通常方式呈现的谜题。容我们说，这个实体并非一直从正面导向特性的源头接收信息。这些信息以这样一种方式被接收到，容我们说，意图是夸耀 Andrija 实体的解谜能力，因此使用了录音机。在其他情况中，其他的机械装置被这个实体所使用。我们建议，对于那些正面导向的实体，Andrija 实体也是正面的，如果他们有能力以最为纯净的面向来反映这种正面性，没有任何的机器或科技，在产出正面导向的通讯方面会比人类的心智更有效率。当人类心智已经调频到最高和最佳的质量、以一种稳定的方式传递信息，这会比任何机械设备要远远更加卓越。

我的兄弟，有进一步的问题吗？

Austin：没有了，在那个问题上没有了。谢谢你们，Q'uo。我们确实还有一个来自 T 的问题，他写道：「亲爱的 Q'uo，就我从 Ra 群体学到的范围而言，神圣与创造性的理则就在每一个恒星/太阳之中，像是一个人身体的灵魂。如果是那样的话，我想望知道三个类型的恒星系统的形而上意义，也就是：单一恒星系统、双恒星系统、多恒星系统。在我最狂野的想象中、一个侧面问题是：如果我们的太阳系一开始就是双星系统，是否意味着在阴与阳之间的平衡会比当前的情况远远更好？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会尽我们最佳的能力、通过这个器皿传递我们的响应，尽管这个器皿对于这类的术语不大熟悉，容我们说，若

要带着清晰度与精准度来传递这个信息，这些术语是必须的。

在无限宇宙造物之内、各种各样的理则特性，容我们说，那是形形色色的，因为每个理则都有自由意志去提供一个方法，太一造物者藉此、得以带着更大的多样性、更大的强度来认识祂自己，因为这的确就是宇宙造物(存在)的原因。是故，有一些理则已经选择在你们可以称为实验性的基础上、和其他(理则)联合协力，看看是否可能藉由结合这些原力、有可能经验更大的多样性或强度。

每一个理则都有能力去创造一个系统、具有一群行星实体，那将提供更进一步的方法、藉此提供经验给造物者，(于是)更充分地揭露它自己。不管可能会有两个或三个或更多的理则被包含在这样一个实验之中，这取决于那些分享这种渴望的理则的自由意志选择；该渴望是理则要和其他理则结合在一起、以提供一种经验，该经验是和单一理则能够产出的体验是足够不一样的，以致于该实验会被进行。

我们无法开始描述，在一个银河系统中，或者，如你们对它的称呼，在一个太阳系中，多于一个理则的效应，那会如何增强造物者对于造物者的体验，在单一的理则照顾的范围内，在多个理则照顾的范围内，每一个实体的体验，诸如此类。我们感到抱歉，无法使我们的描述更加精准，但是，我们目前有的、一起工作的语言并不包括这些形形色色的质量，而在描述这样的双星系统或，容我们说，三星系统的方面，必须有这些质量来涵盖该描述。

就我们所觉察的范围，你们的太阳体，也就是子理则，在它为太一造物者表达其造物(作品)的过程中，一直是单一的。

我们发觉这个器皿逐渐变得有些疲倦了，我们会建议，如我们的习惯，我们向你们告别作为结束。再次地，我的朋友，我们感谢你们今天下午呼唤我们出席。我们大大地享受和你们在一起的体验。你们向外和向内闪耀的光是十分明亮的、充满了爱、合一、喜悦的舞蹈能量，充满了良好实现的体验，以及对于服务他人的未来希望与热望。我们是你们知晓的 Q'uo。现在，我们在爱与光中离开你们，我的朋友，一如我们发现你们的情况。Adonai vasu Borragus。

原注

[1] incandescent[形容词]：该词语的意思是「炽热的或白热的，」或者类似于，「强烈明亮的，光辉的。」这个词语在这里似乎被用于描绘一种黑暗或在黑暗中的混乱属性或质量。虽然它在诗歌的意义上被很好地使用，这个词语在它和黑暗与/或混乱的关系方面是否是被正确地使用，这是有争议的。

[2] for the nonce[短语]：暂时的，临时的。

[3] ...the negatively oriented centers：这个短语无意表示较低的脉轮是天生负面极化的，就仿佛它们是属于服务自我极性的中心一般，毋宁说，这些中心如同磁铁的阴极一样地起作用。阴极会被其自身吸引。这些较低的中心会将能量和体验吸引到寻求者(身上)。这些脉轮可以被用来、要嘛服务自我，要嘛服务他人。



## 第 26-10 集：圣奥尔本斯教堂：Carla 演讲

Copyright 2005 L/L Research

2005 年 6 月 18 日

圣奥尔本斯-唯灵派教堂

赫特福德郡，英格兰

Carla：我想要坐下来，让自己舒舒服服的。非常感谢你们让我来这里。真高兴看到你们每一个人，我向你们致敬。

我想要告诉你们，我得知艾琳正在康复。我很抱歉今晚不能见到她，但是她说：天使们和她在一起，她在慢慢好转；她只想要你们知道，她感激你们所有善良的想法和祈祷，她多少仍需要一点时间卧床休息，等等。不过，有时候唯一能让我们停下来方法就是当圣灵说：不、不、不！如果你不听的话，那你的身体就会出毛病！

所以，我(说这些)的确想要使你们放心。她没有什么大毛病，她没事，但是的确有些疼痛。好，如果可以的话，我希望我们能聚成一圈，因为我们人不是太多。保罗和其他人会帮忙把多余的椅子带到后面去，我们可以用这些椅子围成一圈。

(几分钟后、该圆圈圈好了)

注意，一定要留些椅子给那些晚来的人。不要拿走太多张椅子！你们也得坐下来！这个概念是有点奇怪，但我认为，如果人群不是太大的话，坐成一圈能够帮助能量流动，而且这样坐空气也会更凉爽。[1]

发问者：(听不清)。

哦、对了，从我开始，大家围成圆圈坐下来。保罗，到这里来，安妮，你来这里，让我们留几个空位，确保任何迟到的人会有地方坐下来。好，我想让大家聚成一圈的原因是：如果你能想象能量沿着逆时针的方向流动，那我们就会觉得更像是属于团体的一部分，而且我们会感到灵性的微风在吹过我们。我想，既然我们人数不多，为什么非要排排坐，要我领头，好像我在指挥一支管弦乐队似的，我对指挥乐队可是一窍不通。我想要你们感觉完全舒服，所以... 穿粉红色的那位女士，还有穿白色的那位女士，那位穿黑色的女士，请你们留意，如果有人来晚了，请你们确保他们也能有一把椅子舒适地坐下，因为我们这个圈子坐得很紧凑，需要确保给那些没能按时到的人留有一点额外的空间。

让我们在开始之前，花三十秒的时间送一些能量给艾琳。

我呼请所有的天使和灵性，我呼请上天四方，我请求愈合、光，请求升华，请为艾琳实体消除所有身体的痛苦和疾病。主，我们为这些想法插上翅膀飞向你，我们知道你已经听见我们。感谢你。我们以造物主之名祈祷，阿们。

嗨，大家好！见到你们真好！你们从我的口音能听出来，我来自美国，家住肯塔基州。每个人都能听到我吗？好的。

我从少年时代就开始探究冥想，我找到一个前卫研究、由名为 Don Elkins 的先生所完成的，他是当地一所大

学的物理与机械工程教授，他的兴趣是调查超自然现象。他最初的调查是关于(人)出生之前的生活。他研究了好些不同的催眠法，用它们把人带到出生之前，问问他们都看见了什么等等；他坚信，我们的确是在这里暂住的灵魂，我们经历了许多次的转世。

这激起了他的兴趣，他非要知道得更多不可，所以他接下来开始调查五十年代流行的一种现象，他开始调查 UFOs (不明飞行物)。他变得对于外星智能这个问题很感兴趣，开始阅读这方面的信息，然后又研究那些曾接触过 UFOs 的人有什么说法；据此，他坚信那儿有某个(重要)东西。我在 1962 年加入他的研究，当时他开始开创一个冥想小组，旨在创建一个通灵小组。他成功地创建了一个这样的小组，据说源头是来自外星。

我觉得有人在刮门！

(有一个人进来，找到一张椅子，圈子被重新调整)

1974 年，我作为一个通灵管道加入了该实验，自那以后，我一直都在做通灵的工作。我们有一些信息在[教堂的]后面，供下午茶休息时或之后出售，它们包含我今晚向你们报告的那个研究中的各个部分。

1981 年，当我开始自发地进入出神通灵、接收来自 Ra 实体的信息时，我的通灵(工作)发生剧烈的转变，出现更为清晰明确(的成果)。Ra 是一个群体[实体]，它由一整个社会组成，就像如果我们这个圈子里的所有人决定、我们想要一起做某件事，想要用一个声音来分享我们的想法，那么我们可能会挑选你或你，然后说：好吧，你来代表我们发言，讲出我们共有的想法。

他们开始觉察到，我们做为一颗行星、作为这颗星球上的居民，正在经受很大的痛苦和悲伤，因为我们的星球在其正规的、正常的历史过程中已经到达了一个时刻。我们都知道，水瓶座时代即将在 2012 年来临，它就是新时代。而且，从物理(层面)上讲，地球实际上正在循环地进入一个新的空间区域，所以振动正在加快。如果你不明白为什么你感到被迫疲于奔命，嗯，那是因为这个星球本身正在受到蜕变型能量的一浪接一浪的冲击，要嘛我们和它合作(一起前进)，要嘛我们被留在后面。根据这份信息，那些留在后面的人将在继续定期投生到某个第三密度的星球[以他们的说法]。不是这一个行星，这个地球正在进入正面的第四密度。这将是爱与理解的时代，它将在行星地球上绽放。

成为这个过程的一部份使我感到很兴奋，我想要成为第四密度的先驱者。所以我的问题变成了：你如何活出那个真理？你怎么去成为地球上的天堂之一部分？而这正是我想和你们说的东西。

星际邦联说，我们当中很多人实际上不是这个星球的原住民；他们也听到地球的悲哀，听到地球居民的哭泣，因为这些居民想要觉醒、却不确定如何才能做到。我们当中有很多人可能觉得在这个世界上相当孤独，觉得在这里就像在一块陌生土地上的一个陌生人，觉得自己实际上并不来自这里。我们可能来自别的地方，Ra 群体将这些人称为流浪者。所以，你很可能是一个流浪者。如果你是的话，这并不意味着你不是地球的本地人，因为当你来到这里时，你接受了藉由投身来表达和学习这个星球的课程之责任。根据 Ra 群体的看法，这个星球上的课程是单一的：那就是，我们都是一，而那个一就是爱。

现在，这是怎么运作的？  
(Carla 挥动她的笔记)

这是我的范本，好让我不会扯得太远，因为这个话题有这么细节，我会很容易就讲过头了，所以我想尽量不离题！我的计划是先给你们一个概述，告诉你们我可以提供什么给你们，我到这里来要讲什么，然后我们有个下午茶时间；回来之后，你们可以决定：你们想要问我问题，让我[作为我]来回答，还是想要我做一个简短的通灵。如果你们想要我做一个简短的通灵，我可以从圈子里接受个人的问题，我会请求保罗当司仪来选择问哪个问题；或者，如果你们喜欢的话，我们可以创造一个小组问题，作为团体来向他们提出问题。下午茶之后，不管是在你们和我之间进行问答，或是做一个短的通灵，我都很喜欢，这完全由你们决定。好，你们有些人说了：有点想听听通灵。我同意，我已经为这次演讲调过音，所以不必再为通灵调音，我准备好了。所以，让我继续吧。

那么，当我谈到 Ra 实体们，我是在指星际邦联的一个成员，那是由许多星球或社会实体们创建的邦联，全名是：为了服务太一造物主的众星球邦联。这个邦联共有所有东西。关于他们的信念，我在这里给你们读一点东西，因为来自一的法则之引文讲得很清楚。星际邦联要说的是什么呢？

你是每一个事物、每一个存有、每一个表情、每一个事件、每一种情境。你是合一，你是无限。你是爱/光、光/爱。你是。这就是一的法则。[2]

「你是」，你们听到了没？你真的超越这些短暂生命的细节而存在着。你是永恒的公民，故此你有这个上帝赋予的、你为之努力工作去实现的美妙责任，好在地球上缔造改变。做为一个人、自 1962 年以来一直走这条路、一直说这些话、从 1974 年以来一直通灵，我可以诚实地对你们说：一个人就可以缔造改变，而一小群人可以改变这个世界。现在，我们如何做到这一点呢？嗯，那正是我要进入的主题。

要点在于，万物都是太一，那是我们的立足之本。我们拥有的共同之处、远比环视这个圈子的表面所能看到的要多得多。我们的性别差异、我们的年龄、我们人格的运作方式，这些都是细节。

在显意识心智和它的各种细节底下的极深处，我们全是一，我们正是从这里、就从心里是太一。所以当我们能进入开放之心，并且在那里居住时，我们就生活在天堂中。这就是我们到这里来要做的事情；不是强迫自己进入天堂，而是从地球之梦醒来，记起我们来这里不只是为了遇见我们所爱的人、结婚、生子、有一份工作、退休、享受我们的退休生活，然后死去、下葬，而更是为了存在：就像花儿存在于田野中，星星存在于天空中一样，在实质上作为(人)灵而存在。我们到这里来，是因为造物者没有权利在祂所创造的宇宙的微小部分里[好比众行星]进行更改，而我们有那个权利。所以我们是造物者的手、我们是造物者的声音，我们有伟大的指导(灵)来帮助我们听见太一无限造物者。问题在于，我们能否记住回到内在的那一点，超越晚餐该做什么、本周是否该洗厕所了等等，记住我们是谁、我们为什么来到这里。

天父的造物有一种特质，在其中、万物的菁华就是爱。让我们深入一点来看看天父的造物吧，因为我不想为了

让我们感觉好而领着大家乘着棉花糖云朵飘飘然，所以我想在今晚谈一些实际的要义。

太一无限造物者的宇宙是如何运作的呢？啊，它的开始是绝对完全的合一与神秘。一切万物的开端都是太一无限造物者，我真的不能谈论那个实体，因为我没有任何直接谈论祂的能力、祂超越一切。但是，在恒星群形成之前，首先进入我们的觉知、或我们对造物的觉知之中的，是某个叫做思维的东西。太一无限造物者的(起初)思维就是无条件的爱，你可能从基督教教义听说过，它名叫理则(Logos)。约翰福音的开头讲：道(Word)与神同在，道就是神。

在英语(福音)中、道这个字是从希腊原文转译而来的，它在该福音书的希腊原文中就是理则。

所以基本上、他们说的就是：无限造物者第一次发射的东西正是无条件爱之思维。而那个思维铭印光，当它在光上铭印之际，宇宙造物的每一个粒子就以如此这般的方式形成，所以，众多星系和行星实体被进一步地创造出来，作为亚造物者(sub-Creators)、作为子理则(sub-Logoi)被，然后祂们又创造了各自的小空间。所以我们的星球是鲜活的，它不仅创造了存在于这里的、地球外部世界的生命，还创造了内层领域中的生命；不只创造了心智、身体，还创造了灵性。所以，所有的内层指导灵，我们自己能量存有的更高等身体等等，所有的内层空间都在那个时候被创造了出来。

在任何显化开始出现之前，一切万物、包括我们、都已经被创造了。当爱/光在创造这颗星球时，也创造了他们所称为的密度。现在来看看我们周围的一些密度。

第一密度是元素的密度：大地、空气、水、火。这在某些情况下很难想象，因为，你知道，我们理解大地，我们理解空气，等等，但实际上、这些能量或菁华是活的；而所有那些看似死寂的物体，比如这层楼板、这栋楼房的地基石头、等等，其实都是活生生的实体，它们可以与我们的沟通。

那么，第二密度就是我们在周围看到的、植物和动物。它们也很聪明，它们全然地与无限造物者相联系，它们知道的比我们多得多。这就是为什么与动物交谈、与树木交谈等等是很明智的，它们从未以任何方式与无限造物者分离过。

然后你来到第三密度，恰好，那就是我们。为了让我们有完整的自由意志，我们必得在我们的记忆上蒙上一层遗忘的面纱，所以，我们不再确定地知道造物者是否真实，我们作为(人)灵是否真实。我们不得不在投生期间，全靠自己唤醒自己、选择寻找光明。这是我们重大的选择和重大的机会。我们当中没有谁做得很好，没有谁时时刻刻都在这样做。但每一天，你能醒来说：今天我要尽我所能地、在每个人身上看到造物者；无论发生什么事，我都要保持开放的心。

这些选择将会极化你，使你越来越接近一种本质的生活方式，那就是你来到这里的菁华。你来到这里绽放，你来到这里给出自己的礼物，你知道最深的自我之礼物就是你心中的爱。所以当人们对我说：我的目的是什么？我该怎么做才能改变自己或地球呢？

我必定这样开始：你需要学会如何成为自己，你需要摆

脱别人怎么看你的这种枷锁，进入你自己和你生活方式的核心，不把任何其他人当作权威，只是和自己工作。

OK。我们都是共同造物者；我们有一种能量，那就是爱，它是个美妙的东西。只要记得去住在开放的心中，这听起来好像是世界上最简单的事，但你知道并非如此，其实很难。原因在于，无论我们长相如何，我们都有一个身体，它给了我们生命，内在的造物者-身体 (Creator-body)；这个身体有时被称为电气体，或形体制造者 (form-maker)，或佛陀体，或杏仁体 (Vesica Pisces)；我们这个内在的、电气的、能量的、磁性的、水晶的身体有很多不同的名称。Ra 群体描述它的方式是：它有七个中心或脉轮，当然头顶上方的一个是单粹的白光，而七个中心包括三个基本中心，然后是心轮，然后是心轮上面的三个中心。

所以我把它们分成三组：首先，三个基本中心。三个基本中心是红光、橙光、黄光中心。红光中心与生存有关；很多人认为作为根部脉轮、肯定与性欲有关，但性欲常常被误解。性欲不是简单的性欲，它是我们、权且说、提供能量的第一种方式。根部脉轮是最低层的脉轮，在脊椎的底部。

如果你曾经因为个人关系的终结而感到就像被人在小腹 (肠子) 上踢了一脚，那你正在经历橙色光芒能量中心的痛苦。这是个人关系的中心。你必须第一个与之建立关系的人，当然，就是你自己。这事儿比较困难，因为我们有些想和他人联系，而不会想到和自己建立适当的关系。但让我问问你这一点，你最近一次原谅别人是在什么时候？相当近，是吧？你可以很容易原谅别人。你最近一次原谅自己是在什么时候？可能已经有一段时间了。所以，你和他人的交往其实是在藉由和他人一起工作来鼓起勇气和自己工作。

我们都一样，我们都是一。所以如果你是一位住在林子里的隐士也没关系，你还是有人一同工作：你自己！不过，从我给你的镜子里看着你自己说：噢，我看起来是那样的！这样要容易得多，你照自己的镜子则很难。你可以看，但你看你自己，还是看见你心智中的某些图像呢？

所以，所有这些你随时与之接触的人，都是造物者的声音在跟你讲自己的某些方面。也许你想要看看这方面，也许它有趣、也许它是积极的、或可能造成伤痛，也许它是你自己真不想看的未发展的一个部分，但在一生的过程中，你需要看看自己的每一点。而我们是一切事物、每一种情感、每一个层面，所以这意味着那个囚犯、那个谋杀或盗窃或以某种方式摆布他人的人、那些我们不想要认为自己正在做的事情，也都是自我的一些方面。然后，在一定的時候，我们和它们建立适当的关系，理解并接纳他们。不是因为他们是！我们可以选择将自己的哪些部分来加以发展、并且对这个世界展示和表达。奇妙的是，这些较为暗黑的点滴，一旦你如其所是全盘地接受它们、原谅它们，就能成为你最强壮的盟友，为你创造不只是甜蜜，还有真正的决心、坚持、勇气，使得你可以用一种似乎是暗能量的东西来支撑你的信念，但你已经前往那个暗能量的位置、跟它说：我明白，你是我的一部分，我想请求你帮忙。我想请求你站在我后面，帮助我变得强壮。

那个可能谋杀的气力就会变成一个你已经授爵的骑士，名为大力爵士；它会站在你身后，成为你的一部分，于是无论在你身上发生什么事，你都能在这个世界上所向

披靡。所以，当你终于与自己的每一部分都建立良好关系以后，你能从中获得极大的气力。

一旦你开始接受和原谅自己，你看，我们大家都容易犯错，我们都有缺陷，都有严重的缺点，这没关系。我们爬起来，再试一次。如果你可以原谅自己犯错误，那你就开始能够原谅别人，打从心底真的原谅别人。不只是因为你应该去原谅，或不管怎样，而是因为你理解，你有悲悯心，你已经赢得这权利。你有悲悯心是因为你看到自己的阴影，你已经能够接受它，将它升华。你了解到我们正在跳一只舞，我们的舞步会出错，但我们依然起舞，就像花儿在原野中随风起舞，而那是什么风，除了灵性之风还会是什么呢？

移动到黄色光芒能量中心，你所在的位置仍然是提供能量，而不是分享能量。我们这里谈的是能量。黄色光芒 (中心) 就位于太阳神经丛 (solar plexus)。这里有大量的能量，和家庭、工作、以及你所属的团体有关。如果你是军人，你的黄色光芒体验的一部分就是你所属的军队；如果你在办公室上班，你使用这种能量的环境之一就是办公室；如果你是一个顾家男或主妇，孩子的世界、亲属、庆祝活动等等，都是与这种能量有关的工作。你在这里的作为，基本上是试图接受该事实：这也是地球生活经验的一部分，所以处理它就行了。

接着，当你能够在一天结束时，往内在察看自己关于生存的种种问题，你说：我没有恐惧；当你能够看着你的人际关系说：我有悲悯心；当你能够看着你的团体、家人、亲戚、办公室等等，同时说：我有悲悯心，那么，你已经做好准备去进入开放之心。

这颗开放之心全时间都在等你。开放的心被称为绿色光芒能量中心或心轮，它是一个非常神圣的空间，造物者就在那里等你。你知道你常常向造物者祈祷，你以为祂在外面。你实际上是在这里祷告，造物者就坐在你心里，等着你去认识，你只需去敲敲门，祂就会说：快请进！我们几时会去那样做？我们几时会真的记住去进入那个空间？这是一个神圣的空间，最好不要匆忙行事，所以我真的鼓励你们，在一天结束时，确保前三个能量中心是清彻的，然后再进入心轮。

我试着在全时间都停留在开放之心 (的状态)，但我确实检查以确保那些较低的脉轮是清彻的，因为，你看，如果你试着停留在开放之心 (的状态)，却不清扫这些脉轮，那就会像在汽油很少的情况下开车，汽车的油气混合物得不到足够的空气，只好嘶嘶地发噪音，因为它没有得到好的混合体。你得要不断地让灵性进入那颗开放之心。开放之心是你分享能量的第一个机会；这就是为什么我说性的能量被大大误解了。因为如果你满足于把性欲停在红色光芒 (脉轮) 的水平，你的性生活可能不错，但你知道的，它不会延续，好像你马上又得再做一次；它消失了。你对于那种能量有一个无休止的饥饿感。

或者，如果你正在处理个人关系，但还没将它升华进入开放之心，那么任何一件 (不愉快的) 事就会令关系中的两人分开，他们会说：嗯，这个人不好，另找一个吧。如果你将它升华到心轮，你会开始看见：哦，这是一个我有幸与之工作的人，一个能够帮助我认识我自己的人，这人是我的好镜子，我也要成为这个人的好镜子。然后你开始看到如何去升华自己，超越那些日常的困难；不是说：好吧，我完全不同意你，我只有离开，而是说：你知道，我们需要谈谈！我们需要在此共享能

量，看看是否可以获致我们之间的某种真相。

焦虑等等。

家庭和团体等等也是一样。家人这个东西很难预测，因为我们在投生前小心地选择了他们来挑战自己。为什么呢？因为我们想要变得比以前更好，我们想要学会如何平衡我们的爱、智慧、力量，我们想要学习如何越来越多地成为自己。我们选择这些人不只要他们来爱我们，还要挑战再挑战我们。其中的喜悦在于，当一切结束时——你知道的，这经常发生在家人当中——你有一个结晶的时刻，你会说：这是完美的。这个家庭有这么多的麻烦，对于这群疯子，我只是感到巨大的爱。接着，你开始懂得一个事实，我们都是一体，我们互相教导。

OK，那些上面的能量中心是美妙的东西。但是，正如我刚才说的，在你想要和面的能量一起工作之前，你需要不断清理那些较低的能量，进入开放之心，稳稳地站在那个位置，牵起造物者的手说：OK，现在我们将要试着做蓝色光芒和靛蓝色光芒（中心）的工作。

蓝色光芒是沟通：真正的、开放的沟通。你知道那有多么危险吗？你是否曾经把你的心里话毫无保留地倾诉给别人，却被重击了 [Carla 将两手拍在一起]？

这种事情随时都在发生。开放的沟通之能量却非常愈愈，有时候你唯一需要做的就是去倾听，他们就懂了，他们看到了你确实愿意沟通这个事实。倾听至少和讲话一样分量，也是沟通的一部分。

你们此刻为我所做的，我为此感谢你们，就是给我一个美妙的特权：你们在聆听我。你们在努力搞懂我在跟你分享什么道理，我感到这种能量像巨大的爱之海浪流回我的身边。我真的很珍惜这一点。我会尽力讲得清楚明白。我想，通常你所经历的开放沟通，更多是以一种艺术的手法、而非试图以直接对话来实现。我的意思是，你看，我们生活在一个非常平凡的世界里，我们使用这些笨拙的语言，但是你知道，如果它是一首诗歌，或是一段音乐，或是别人给我们讲的一个美丽的故事，它就会将我们带到超越这里的地方，它会从我们的头部下移重要的十四英寸、而到达我们的心，我们就会真切地沟通。

在我们的生活中、很多最重要的沟通（交流）都是超越语言表达的。蓝色光芒中心就在这里——喉部，讲话一有道理！靛蓝色光芒或松果体脉轮是意识中的工作，在那里，你实际上在将那个你已经唤醒的意识、那个真正的你、呼唤前来，要它做一些工作。那么，诸如这些事情：冥想、沉思、阅读激励的材料、聆听鼓舞人心的老师并使用你学到的材料，最重要的是：仅仅进入你自己的存有之静默中，这些是意识中的工作。很重要是：不要太过分？于做上面脉轮的工作而忘记你需要不断地、至少每天要清理那些较低的能量，以确保它们让无限造物者的爱和光流过。因为，看哪，如果你过度启动他们，或者，如果你的恐惧阻塞了它们，那么，你就停止了那股流动。

现在，想象造物者正在给予你能量，它以两种方式进来。它来自地球本身、无限地进来，所以你不断地从根脉轮接收到无限的能量，接收到你所需的一切。你可能感觉不到它，但能量确实从那里进入你的身体。无论你可以吸收多少，无论你可以使用多少，它都供应给你。所以，你知道吗，有时候我真的很累，我只要想着：地球，让地球喂养我，接着我能感觉到地球的能量向上进入我的身体、更新我，使我感觉更放松、更舒适、更少

它也来自灵感（inspiration），透过紫色光芒（脉轮），灵感被拉下来、进入身体。我对紫色光芒不会说很多，因为我们在任一个特定的时刻对于它都没什么可做的。它就像温度计一样，你把它放在那里，它说：九十八度——或摄氏多少度——温度正常。这就是你之所是。嗯，如果你见过水彩样本的光谱仪，你看，它有这个元素，这个元素，那个元素如此排列，这是这种水彩的化学成分。那么，紫色光芒就像这样，它是一个读数（read-out），Ra 群体实际上看到的就是那些读数。它不像我们那样、把人们看成不同的人格。它并不把我们看成一个一个的名字，而是把我们看成整合的水彩样本、整合的魂或灵。我们不能对紫色光芒做什么，它只是我们在某一特定时间的读数。但是，当然，如果我们被一种想法所鼓舞，或者我们开始拥有以某种方式服务的渴望和热情，我们（的读数）会出现大幅的高峰，它会很快改变那个光谱仪。它会改变我们存在的颜色，如果你愿意这么说，改变我们绽放的方式。

所以开始去觉察你的渴望，这是非常重要的。你渴望什么？你的想法一直往哪儿跑？如果你的想法持续跑向一个对你毫无意义的渴望，不要把它丢掉！它在试图告诉你什么。去检验它，去领会：我怎样才能把这种渴望带入我的生活？怎样才能行走在我的渴望之路上头呢？我如何才能和我的渴望合作呢？

因为你可以信赖，你不会有一个不属于真实的你之渴望。所以当人们告诉你：那是一个疯狂的点子，不要让那句话阻止你，只要定下心来，确定这是你真实的渴望，接着让生命为你开花、起点就是追求那个奇异单一（singular）的渴望。我们全都想去服务无限造物者，而人的种类有多少、就有多少造物者的方式。

下午茶时间就要到了。我想要同你们分享一些 Ra 群体提供的练习，它们很有帮助。首先，我将很快地讲述它们。

练习一，此刻包含了爱。此刻，爱在哪里？

第二，看着另一个人的眼睛。看见造物者。

第三，注视镜子。你可以在家里的药箱前做这个练习。看着镜子，实实在在地看入你的眼睛，不是看着眼睛、而是进入你的眼睛，进入（瞳孔的）黑色部分，看见造物者。

练习四，看看你周围的世界，嗡嗡的蜜蜂，吹拂的风，呼出氧气的树木，呼出二氧化碳的我们，吸入二氧化碳的树木，吸入氧气的我们。看看万物如何相互关联、以及合一性，看见造物者真正运作的方式。

这四个练习是非常有益的。

我谈到冥想，但我真的没有任何关于冥想的忠告，除了这个：意识可以用一把钥匙打开。就像你要穿过一扇门，进入更大的世界 [属于无限、合一、永恒]：你真正所是的本质。那扇门的钥匙就是静默。所以，如果你可以在生活中做到这点，它无论如何都是非常、非常有益的，至少做五分钟，二十分钟更好，不用超过太多。你不需要比这更多——静默的力量是强大的。进入静默，待在那里，停止思考、停止说话，就这样。我的意思是，有很多、很多的方法可以更好地冥想，我可以花很

多小时去谈各种不同的冥想方式；但如果你能简单地把自己看作结晶的存有[你之所是]，如果你可以仅仅随顺该存有，不是在你睡觉的时候，而是当你清醒的时候给它一点时间去呼吸，倾听那个静止的、细小的声音，这会如此有益处，因为它真的能把你拉回你之所是，我真的推荐冥想。

自然地，你有很多的想法。在一天结束的时候，或任何有空的几分钟，来沉思、坐下来思考你有过的想法，这是很有益的。你知道，我们并不倾向于严肃地看待我们自己的想法，但这样做非常有帮助。

很容易去产生一些想法，然后丢开它们，产生一些想法，然后丢开它们，不过我告诉你，你的想法有些模式。尤其在一天结束的时候，坐下来想想：今天我有过哪些想法？我想了些什么？看看你是否能找到(模式)：嗯，我是这样子被分心的。那它是被什么触发的？是什么把我拉开而不能爱每个人？这是如何工作的？让我们检查检查。因为你尝试弄清楚你是如何运作的。就像你没有一个用户手册。你的车有一个用户手册；如果火花塞的电源有什毛病，你拿出该手册说：好，让我们看看。我这样做，这样做，好了，火花塞打着了。

但如果你作为一个人类停止点火，如果你的火花塞停止工作，你没有一个人用户手册告诉你：OK，首先你把这个转转，然后你把那个提起来，然后你换一个新的那个(零件)。你得现场实验去找出办法。你必须出自信心这样做。

你拥有的线索像是你想法的模式、做梦的模式等等，所以跟你的梦一起工作总是非常有帮助的。跟你得到的指引一起工作也很有帮助。有时候，你会有突然的冲动或突然的直觉，要注意，这是圣灵在对你说话。事实上，所有的东西都在对你说话。这是一个互动的宇宙。

时间快到了，我真的想要中断一下，搞清楚我们在今晚剩下的时间里要怎么进行。当我谈论一的法则[Ra 给这份材料取的名字]，我总是试着谈一点你如何与他人分享这份材料？你得到我的书，你真的喜欢它，接着你想要跟他人分享。不要，不要！除非有人向你询问这份材料，(你只要)分享你自己，发自内心地分享，听听他们说些什么。当你确实被问到这份材料时，尽可能地告诉他们、你所知道的东西。但是，在那个(时)点来到之前，这份材料并不重要，你、以及你是如何作为创造性原则的一部分，那才是重要的。

当人们走进你在场的范围时，你对他们可以像是一座灯塔；这和你在说什么没有关系，重点是人们如何感知你。人们根据你放射的方式来感知你。所以，如果你简单地把自己挪开，你就已经在让光全时间地流经你。光简直就是无限的！光直接倾泻下来，进入这个世界。你知道为什么在圣餐礼仪中、经文说：我接过它，掰开它，祝福它，把它给出去.....？啊，这就是你，每天如此。接过你的体验，允许自己被掰开，打开你自己去体验它。脆弱是OK的，受苦是OK的，它是成长过程的一部分。祝福它，让它闪闪发光。你们是山丘上的光，人们会感到那祝福。我向你发誓，他们会感觉到光！他们不知道为什么，也不知道那是怎样发生的，但他们见到你就是很欢喜！我肯定你们已经是像那样放射的人；信赖你自己带着光。这就是你来到这里要给出的礼物。造物者正在从你身上倾泻流过。

你们是这个世界的

老师，但也知道你没有课程表。你不渴望给别人留作业，你没有要分派的作业。你是一个代理人，就像一个秘密特工一样。你知道，你可以随机地做好事。当你聆听别人的时候，当你如其所是地接纳他们的时候，你正在用这种态度感染他们。这意味着，他们将走出去，不会去审判别人，而他们也去聆听，尝试在一个也许很扭曲的人里面看见造物者。你知道的，有些人是很扭曲的。他们受过很大的伤害，不符合文化规范，等等。但是，如果你能和他人坐在一起，看见他们的造物者部分显现出来，让那个部份成为你与他们的实相，那将是一个有巨大疗愈力的东西，那将给他们一个改变的机会。他们并不知道它，他们也不必知道它，他们能感觉到它。他们可感觉到：嗯，也许我不只是一个坏人，也许我喜欢这种使我感觉的方式。于是他们开始敞开，他们开始信赖自己，他们开始允许造物者为他们消除损伤。

你们看，除了你自己以外，你真的不能改变任何人，但你可以改变自己。所以当你开始允许那些不再管用的事物从自己身上脱落，当你简化你的生活、好使自己变得对圣灵越来越透明的时候，那么接下来发生的就是：人们停止看到你，他们首先想要看人格，人们开始看见造物者。

当他们看你的时候，他们仅仅穿透你去看：你是透明的，光透过你闪耀。那真的就是我们在此追求的目标。因为，当你到达那个部分，当你扔掉了人格、扔掉了细节，接着造物者透过你的双眼放射光，你已经进入了你最深的自我。

重点不是去成为饱学之士、变得明智、或诸如此类；重点是去变得透明、成为一个造物者可以使用的人。所以，你们尝试去做的是清扫、清除垃圾、清理细节。不是变得不负责任，我没有那样说，而是成为一个已经把这些能量如此平衡的人，到达一个(关键)点、从而让造物者开始显露出来。

好吧，作为结语，我只想说，藉由通灵我们知道，第三密度地球的收割期正在到来；这是我个人的信念，也是我们一的法则通灵小组的信念。根据 Ra 群体的看法，我们在这个密度里还有大约七年时间，然后新地球的能量将开始运作，我们将开始第四密度。我们对此没什么可做的。我们能做的，就是选择我们是否想要和该能量合作，也就是开始成为我们这个星球之实相的(新)能量。

我们的星球此刻正在重生。我们可以通过我们对爱的感知，来选择和地球一起进入第四密度。

现在，正如我先前说的，我们不能做得完美，因为我们依然活在第三密度的身体里面，我们仍然必须处理我们彼此之间、表面上的分离。但我们有机会在接下来的七年之中、做出有意识的选择，尽我们所能地、按照第四密度的价值观开始生活：无条件的爱、怜悯、接纳。我认为我们可以从很多方面，就物质层面去帮助我们的星球进化，帮助我们的政治系统、生态系统等等，使之变得更加平衡；我们可以努力、更和谐地和土地共存；我们可以努力取得对司法与和平议题的进一步认识，藉由我们投票的方式、我们支持的理想(目标)等等，尽我们所能去见证、去爱。

你必须认识到，当你观察人群，当你观察政治机构时，



肯定地、作为一个美国人，我可以诚实地说，当我观察我们的总统和我国政府时，我很惊骇、很悲痛、很震惊，作为一个美国人，我觉得我有点像生活在军事独裁统治下似的，我们的政治体制出了极大的问题。OK，不必惊惶。我们需要做的是：记住那些是该星球的细节，并不属于我们真正的实相。真相是：遍及全球各地的人们正在觉醒，他们想要成为同一的人群、同一的人类，他们想要善待彼此，他们想建立和地球的良好关系，他们想要找到途径去成为更诚实的证人、好见证正义、公平、和平。

所以，肯定的，我们可以以我们能找到的最好途径进入我们的政治制度等等的幻象之中，但除此之外，知晓真理是：世界各地的人们可以由内至外地互相连接。现在，我们小组所做的一件事就是每天晚上进行盖亚（Gaia）冥想[当地时间，晚上9点]。

所以，任何时候你若想起它，就和我们 L/L Research 小组接通，一起为世界和平祈祷，一起为正在诞生的（第四密度）星球祈祷，祈祷我们可以（和它）进入适当的关系。它是一种见证的方式，一种训练和锻炼我们自己人格的方式，为我们相信的目标承担起责任。但要了解到，这不是政治，不是宗教，而只是我们的真实本质。出自你的心、你之所是来行动，追随你的热情。

我们可能把一些人留在我们身后。我们可能在葬礼上看到很多人，我们对自己说：那个人很可能无法毕业到第四密度。那是 OK 的，我们不能把所有人都带上；我们只能打开自己、迎向这个可能性：把我们自己带入新天与新地，当我们在爱中献上自己，就能很清楚看见的世界。

我现在中止...（掌声）  
（编注：这次会议的另一半是一场通灵集会，源头是 Q'uo。请参阅爱与光选集 25—一心之渴望）

原注

[1] 艾琳 (Irene) 是这座教堂的主席，本来她准备去迎接 Vara 和 Carla，但在活动开始时，教会的董事会成员保罗 (Paul) 和安排 Carla 来教堂讲话的伊安 (Ian Bond) 一起来欢迎 Carla。保罗和伊安用椅子围成一个大圆圈、给与会的大约二十多人、让大家坐在一起。

[2] 摘自一的法则卷一，第一场通灵集会 (1.7)。

(V) 2017 Reviewed by cT. Translated by Sunny

## 第 26-11 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十一

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 31

Copyright 2007 L/L Research

1996 年 11 月 22 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体问题：既然我们全都是管道，那么我们如何能够带着我们的能量更为纯净地通过呢？在（管道）变得更清晰的过程中，什么会是协助的适当技巧呢？

亚伦：我是亚伦。对你们全体献上我的问候和爱。有形和无形的存有聚集在这里、一起分享我们的能量、想法，以及我们最深的寻求，对于它在灵性的层面上给予我们的喜悦，我再怎么陈述这种喜悦都是不为过的。我感谢你们。

我对着吉姆写下这个问题的方式微笑，因为它反应一个主要的扭曲。身为人类，你们深切的关注总是：「我如何带着更多纯度，更多清澈度来完成这件事？」

如此措辞这问题可能更好：「我如何带着更多的爱来完成这件事？」更多的爱将有可能带来更大的澄澈和纯净度，却非必定如此。假如有恐惧正在创造出扭曲，而你将爱带给那恐惧，从长远来看，它将会有助于化解该扭曲。在一开始，它可能不会如此。

把爱带进来将产生的作用、不是去保证绝对的纯净、而是去增加你的悲悯心。我亲爱的朋友们，假如你计划允许宇宙以完全的纯净透过你传导，那么为什么你要投生呢？在我的层面上，这是非常容易的事情。这里有着最伟大的礼物：允许宇宙的表达通过人类而过滤。你在这里不是学习完美。你在这里是要学习信心和爱。你在这里也要学习悲悯心，虽然这大部分是第四密度的课程；但是你们每一个人正在进入第四密度。

人类从不会是完美的。在你身上升起的这些恐惧，它们对你的工作制造了某种类型的阻塞，这些恐惧不是问题、而是礼物。它们是提醒物，它们提醒你对于这个带着所有复杂机能的人类载具去抱有怜悯心。这不是意味着你不必为流经你的事物负责任。假如流经你事物越来越多地被扭曲，你有责任去认出那种扭曲而且做内在工作去澄清扭曲，直至它再次达到恰当地清晰的位置。我强调恰当地（adequately）。

我可以带着绝对的纯净度来为宇宙传讯，但它缺乏人类诠释的礼物。

你能够理解这只是恐惧吗，就是这种恐惧驱动了那种对于完美而非对于爱的渴望？所以我们可以将问题措辞为：「我如何学习成为一个管道，它提供在爱的最深灵性中、最被需要的部分、而且可能适合我；其次，当我体验扭曲时，我如何带着爱向那个扭曲致意？」

你的传讯是采用什么形式，这并不重要；将会有扭曲。那个创造扭曲的催化剂恰恰就是最伟大的礼物，因为只有透过那个扭曲、你方能真正练习悲悯心和仁慈。

我们的想法是：让我的兄弟/姊妹/朋友 Q'uo 开启这场集会。所以带着喜悦、我传递麦克风给 Q'uo。我先暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中、我们问候你们。容我们添加感谢和感激给予被知晓为 Aaron 的实体，因为在这个寻求圈之中的每一个人都已经牺牲许多以来到这个圈子；我们在记忆中觉察到、当我们投生在你们的（第三）密度中，似乎经常缺乏时间。

在投生的计划或炼结或优先级的安排之中，将注意力放置在何处的选择是一个充满份量的选择；单纯地规划参加这个圈子的时间会创造了那个开口、那个机会、那无法以任何代价购得的事物。你已经给予了自己这个机会并且给予我们一个巨大的礼物，因为你们让我们能够有所服务。和那些发现我们的想法是有趣的人分享我们的想法，这是我们已选择的服务形式，你们使我们能够在自己的密度中进展。你们无法给予我们一份更珍贵的礼物，我们珍惜这个场合（机会），我们，一如既往，只请求每一位寻求者使用自己的辨识力，只保留那些于内在回响的真理，仿佛她本来早已知晓那些真理，却遗忘了



它们。那些真理就是你自己的个人真理。允许我们分享所有的想法，不过让那些于内在之中没有认得(感)的回音的想法轻轻地留在后面。

接下来让我们藉由凝视这位器皿所称的人类的状况开始。如果我们为了讨论的缘故而过度简化的话，每个人都居住在两个分开的世界中。有存在的物质性部分，在其中，每个人都拥有一个物质上的困难时刻、属于第二密度，对于这个第二密度的事物、即这个器皿会称之为类人猿物种，你们的一位哲学家称之为没有羽毛的鸡[1]。这个尘世的、必死的、受限的载具包含了专门旨在解决问题并作出选择的大脑力量。在地球世界之中，这种大脑力量是实用的、有帮助的。我们不会鄙视人类大脑。我们单纯地指出，大脑要嘛是仆人，要嘛是主人。我们认为，关于大脑如此擅长于创造的各种选择和智力的结构，减少意识对它们的依赖、这对那些愿意在灵性上前进的实体是明智的忠告。

在这个尘世的层面之内，你仍然完全是一位宇宙的公民。你是无限的，永恒的，全能的，无所不在的。你就是已经存在了的事物与将会存在的事物。你是造物者的一个孩子，的确，我们全都在一起寻求那个在空间与时间中的位置，届时，我们将不再是二元性的公民、并且返回进入那创造了一切万有的单一起初思维的中心。那个思维就是爱，你们每个人都是爱。考虑在地球层面中的你自己为一个踏上旅程的人，从时间和空间的开端出发去收集体验，一直、一直返回，绕圈回到源头，回到爱。在同时间，你在这个层面上，你是完美的、纯净的、无瑕的，没有错误；无论对你自己的感知是什么，或无论你的进程是什么，这个身分都保持为绝对的。

接下来，当你作为一位寻求者、开始渴望去清理管道好更清晰地传导无限太一的爱与光，就有一种倾向、就个人观点的工作方面思考，这一个人会希望把不属于意识中工作的事物拿开。然而，就那个实际做最多事以清理管道的概念，它却是违反逻辑的；反而要返回到那些(基底的)能量，如果人类的结构是一幢房屋，那些能量就在该房屋的地下室。透过一种慈爱和无批判的方式，渐渐地把自己与较低能量结合在一起，也透过关心、注视这个器皿所称的人格黑暗面的安排，在这过程中做出进展，清理管道的过程继续下去；在这些人格的黑暗面中、存在着那些攸关生存、性欲、人类关系[和自我、其他自我有关]的本能。

这感觉是要去摆脱肉体及其百万千万种的抱怨和需要，然而实际上，你是辛苦地工作才赢得机会进入你的肉体以及物质性的投生之中。对身体的察觉的基本职责与本质事实是：去照料和拥抱它们是持续重要的。由于肉体载具的感官输入，让实体陷入困境的混淆是一个问题，因为在混淆中，没有任何事情可以是已知的。肉体是一张混淆的毯子；藉由居住在它之内，在关于你的能量实际上正在做什么的方面，你远离了对于真相的知晓。假如你是灵性导向的，在这身体中，你除了找到信心并使用那种信心以便于做出选择之外，你并没有选择，这种做出选择是从你如何与自我关联起来开始的：与你毫不妥协的需要关联起来，这些需要是继续生存、延续物种，照顾所有这些事情。

不要将这些事情扫到一旁，因为最伟大的选择从这些选择开始；当你拥抱自己并把你自己包含在内的时候，于是你就向着那个被称为心轮或绿色光芒能量的内在中心打开了道路。只有当寻求者放弃智力并进入到未知之中，心的开启才是有可能的。寻求者活在信心之中。这

是什么意思？因为这个器皿会说明，我们将会谈论。

带着极大的喜悦，我们将麦克风转交给我们的朋友、挚爱的兄弟亚伦。我们暂且离开这个器皿。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

亚伦：我是亚伦。当我开始要谈论时，我想望回应 Q'uo 的想法。请采用我的话中的有用部分，那些对你自己最深的真理响起真实铃声的部分，允许它进入你的心中。至于其余的部分，毫不犹豫地把它抛弃掉。

Q'uo 已经谈到你的存有的两个面向，即我所称的天使面向和地球衣裳的面向。你们是穿着地球衣裳的天使。假如你只想要成为天使并且显现完美的清澈，你不会选择来投生。身为一个天使，任何天使都可以带着伟大的爱和清澈显现它的能量。你能够穿着地球衣服做这件事情吗？更重要的是，当你将这两个面向带到平衡之中之际，那会发生什么事情呢？因为你不只是地球衣裳，不、不、不！你是穿着地球衣裳的天使。

正是透过这个平衡：接受在地球层面上的、恒常的催化剂、并将它们吸收到爱的内心；你们不仅仅是在为自己学习，还带着逐渐增加的纯度与爱显化你的能量进入这个世界，并因此为所有的存有提供那股能量。在地球衣裳的催化剂下，很多时候你会变得相当迷失，足以使你失去了你真正在做什么的视野。你单纯地往前盲目地努力前进，不过，有时候一个人必须那么做。

有一次，我和这个器皿谈到她对完美的驱动力，我问她一个单纯却是困难的问题。我对她说：「想象妳和一群人在一座山顶上。你们正在走路，突然之间、天气转变了，云层滚滚而下，开始下雪了。你们一直徒步旅行的地方是非常陡峭的，有着许多的峭壁。因为天气的稠密，你们感觉到无法行走了，然而你们确认你们必须下山。你们真正想要的是、有人从团体中走出来说，我非常了解这座山。跟随我、我将会引导你们下山。不过没有一个人走出来。每个人都坐下来，因为恐惧和寒冷而颤抖着。你们充分地了解、在这场危险的暴风和寒冷中、不用一个小时，人们就会进入体温过低，就会死亡。你不知道道路。你仅仅在道路出现前方时瞥见过，正好云层滚滚而下。你将会做出什么事情呢？你将会在那里等着某个人说，我了解这座山。我将会引导你们，还是你将会自己亲自做这件事情呢？万一你尚未完全准备好呢？」

什么时候小我(ego)会说：「我将会领路」呢？什么时候爱会这样说呢？

更准确地说，什么时候那个小小自我的声音会说话呢，它通过服务于那个自我而行动，也许是为了宣扬或为了自我膨胀？什么时候那个大我的声音会说话呢，那个大我是通过服务所有的存有而行动？

首先，你必须允许那两种声音都将会出现。你是穿着一件地球衣裳的天使。虽然天使的声音可能响亮而清晰地出现，人类的声音也必须出现，否则你不会拥有一种人类的体验了。或许天使的声音说：「我想我可以做这件事情。假如我非常小心地前进，我想我可以完成这件事情。」

接下来你听见小我的声音说：「喔，当我们安全的抵达山脚下时，难道每一个人不会对我大惊小怪吗？」听到第二个想法，你可能会推测：「那个认为它能够引导

我下山的想法，这不是我最深的真理。这个想法只是小我。」假如你在愤怒中反击那个小我的声音，那么你就无法听到爱的声音。你跟小我的面向变得如此冲突，以致于你把任何其他事物的存在拒于门外。

另一方面，你可以听到那个小小自我的声音，接着只要说：「啊哈，这里有一个想要得到认可自我。这里有一个感到痛苦自我，它想要成为一位英雄。嘘~，我听到你了。我听到你是如何地害怕，听到小我为了某些注意力紧紧抓住这个机会不放。」当你以仁慈对待小小自我时，它的声音就安静下来了。接下来你会有机会再次向着较大的自我重新开放，那个声音仍然坚持地呢喃：「我们必须使这些人下山，否则人们将会死亡。它需要我们全体鼓起勇气，不过这件事能够被完成。」

当你们询问：「我如何能够成为一个更纯净的管道呢？」，那种绝对的纯净在你们内在、总是可以取用的。困惑与扭曲也总是在那儿。假如我的朋友们以前听过这个例子，请原谅我，对于你的存在的一个非常简单的图解是：拿起完全没有皱褶、非常平滑的一张白纸，把它揉成一团，而且把它捏紧，这样它就变成有皱褶的。接下来再一次地把它打开，这张纸显得充满了皱褶。注视着那张纸。你可以看见完美的那张纸依旧存在？它并未消失到任何地方。那些皱褶也存在。我们并不否认两个真理中的任何一个。你会选择哪一个来练习呢？你选择去练习看到皱折或看到那张完美的纸？练习看到那张完美的纸并不意味着否认那些皱折的存在，只是不需要对它们做出反应，甚至进一步地说，不以任何方式执着于它们。这是极为重要的。

自我的这个阴影面向将会存在。不要以任何方式执着于它，不要否定它。你无须被它统治、而且你无须和它奋战。你的工作是去吸引它进入爱之心。当产出那个特定皱折的情况停止时，它将会消失，假如你不和它产生关联、不以某种方式、给它进一步的、使它永存的情况！它将会消失。你无须推开它。对它感到坐立不安，这就是练习它的一个方式，你能理解这点吗？当你忙于攻击皱折时，你正在将坚固性赋予它。在业力方面、你的能量在那个特定的皱褶周围收缩，它给下一个时刻植下了种子。

我认为理解它如何运作是非常重要的。让我们使用一个假设的例子，将自我考虑为无价值的。这个观念是个皱折。努力去成为一个有价值的人就建立了一个能量收缩的模式，每一次都有机会去成为慷慨或仁慈的。当然，大方和仁慈对另一个人是礼物；不过，假如有一个强壮的大人物是慷慨又仁慈的，它就会设置那种固化自我的反射。那正在努力不要成为无价值的某个人、正努力成为有价值的人。在任何一个情况下，他固化了这个自我，这个自我必须推开无价值感而紧紧抓住价值感。它没有认出更深的真理：即没有诸如无价值或有价值之类的事情。任何一个人类，在任何层面上的任一位置存有无价值或有价值的呢？他也许会是的，明智的/不明智的，有技巧的/无技巧的；但(他是)有价值/无价值的？

甚至是慷慨或贪婪之类的一个举动都能够启动这种固化自我的模式。你可以视自己为执着的，贪婪的，并且做出决定：「我将要战胜这个皱折。每一次恐惧升起时，我将要变成慷慨的」；带有这个想法是一种执着的模式。你谴责自己说：「拥有这种恐惧的能量，看看我是多么糟糕。我将要成为是慷慨的人」，你在推着自己给予。

只要你还执着于成为一个慷慨的人，你将会继续在业力上、对你的人生中、那些主要为紧握不放或给予的情况做出反应。掌握这个课程并不只是涉及甚至在有恐惧存在的时候、都自由地给予。当给予的路上没有障碍物时，那个给予将会自然地发生。慷慨自我的想法在此成了障碍物。对于自我是给予者或执著者的全部观点，以及对于自我必须被「修正」的想法，这些都必须被释放。当你可以释放对于全部的执着和付出的行动的固化时，不会使得这种模式延续的自由就会出现。

注意从这些模式升起的恐惧。注意特定的、引发那个恐惧的情况。带着大量的仁慈和悲悯心观察那个害怕的自我。接着这个固态的自我不再是一个正在给予或执着的人；接下来内心知道要做什么。不再有给予者；不再有执著者；给予发生了。没有主体和客体，没有一个给予的人；没有什么东西被给出。

恐惧并不会自动地消失，正如在山顶上、我们自称为向导的实体丢掉恐惧、跨出第一步并且说：「追随我」，这情况同样不会发生。恐惧可能是巨大的。恐惧就是这样子的！假如你仅仅是灵，纯粹的灵，给予或引导人们下山，这过程不会有恐惧、不会有挑战。这挑战不是成为无惧的。这挑战是在有恐惧的地方带来爱。

工作是去停止执着于摆脱任何事情：恐惧、嫉妒、贪婪、愤怒；反而要引导所有这些情绪及其起因进入有爱的心，接着你可以在自己的内在观看这些模式来来去去，而一颗有爱的心知道要做什么。如同 Q'uo 说过的，头脑停止导演这场表演，心变成统治者。

在这个(时)点，我想要把麦克风传回给我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。我先暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo，再次和这个器皿同在。

我们能够感测到、你们所有人都在体验这些想法，把它们回馈给你们意识并将它们分类，就像是一场清仓拍卖会中的各种物品，我们欣赏如此多混杂在一起的新旧观念、及其令人手足无措的效果。不过要有信心；有一个你自己的部分是覆盖的圆拱顶并贯穿所有的你自己和经验，这部分是你可以仰赖的。在这个特定的连结点，你已经知道哪一个部分是你需要的，所以，松开对于领悟(comprehend)的渴望，并练习那种对你自己更深入的直觉的信任，这种直觉构成一种表达事物的方式。

我们想要为你们描述一个入口、它进入自我的那个部分[对其自我状态有信心的部分]。它存在于心轮之内，它实际地、象征性地位于心并且属于心。当能量从双脚往上进入根部脉轮[或位于连结双腿处的能量中心]，接着进入肉体的时候，它遇到一个美丽的、结晶的... 我们给予这个器皿一个图像，一个穹顶，一个在时间/空间中的结构，它能够使那个红色光芒的能量从红色能量中心穿越共同造物者准备好的能量中心去表达能量。当能量聚集起来时，那个能量对于正在从不移动的爱表达进入显化之中的爱/光、它变得更加清澈和透明。往上移动，它遇到另一个美丽的结晶结构，它位于自己的腹部，它收缩以对抗这些危险，也就是自己和具有二倍、三倍的复杂性联系一起的危险，这种复杂性是自我和一个其他自我完全不寻常与冲突的需求。当寻求者积累经验时，被做出的选择愈来愈多地为这种能量的炼结充能；能量被允许通过这个结构向上到达腹部与胸部交会之处，这是力量的中心点(omphalos)。这是你们地球

的层面。这是社会能量中心，在那里，自我与社会和各种社团打交道，无论是作为一个家庭的成员、一个国家的公民，还是在任何团体中体验，你都正在和黄色光芒中心的各种变貌一起工作；再次地，你做出的各种选择能够透过此生的体验，帮助这个中心结晶化、使它变得透明。

当一个人和所有这些能量一同工作以平衡它们之际，他实际上在为来自造物者的能量挪出更多的空间，以便于造物者将祂原初的力量倾注到心轮之中。当一个人试图在意识中工作，他和扬升大师或好比我们之类的实体一起工作的问题是：他正在从顶部由上至下进行工作，而能量稳定的基础则总是首先依赖从根部脉轮向上进入心轮的能量的额度。无论多少能量通过心被呼唤进入该（脉轮）系统，它必须往下移动到一个地方，在那里，来自造物者的能量已产生它进入心智和肉体复合体中的入口。因此，你看到这样一些寻求者，他们发现自己走在铤而走险的狭路之上，因为他们正在试图藉由灵感去开放心，不过，他们没有在其中安置这种灵感的家；因此，当实体睁开双眼并再一次处于每天生活的忙碌之中，就像一只鸟，所有被感觉到来自源头接触的事物，如同失落的希望一般、飞走了、消失不见了。

但跟着我们一起进入心中，只是一会儿，在那里，我们感觉有需要去体验爱；我们想望告诉你们、你可以在任何时间做这件事情。不过现在跟着我们一起来。感觉那股能量穿越在每个中心的那些扭曲，然而向上移动到心。看见来自上面的那股能量，一如既往，这会呼求灵感并像液体一样流入心中；这二股能量相会在狮子守候的大门处。你向狮子鞠躬，而你不会说：「我应该在这里。」你说：「怜悯我吧，因为我寻求爱。」

狮子们对你鞠躬，接着门打开了，你走进这个房间，圣中至圣。这里是开放之心。坐下来。脱下你的鞋子。你在圣地上。现在你与造物者同在，祂可以给你安歇。你被一股创造和毁灭世界的热情爱着。喔，你是何等地被爱着。我们把麦克风转回给我们挚爱的朋友，亚伦。

亚伦：我是亚伦。那个具有最灿烂的爱与光的地方在哪里呢？它在外面的某个地方吗？它是某种你必须透过自我净化或以其他方式追求而获得的事物吗？不，它就在（你）里面。它是那仍旧存在的完美纸张，即使皱褶也依旧存在。我的朋友，那种纯粹的心识（Pure Heart-Mind）对你总是可取用的。使你无法获得那灿烂的内在之光的事物，不是皱褶的存在，不是阴影的存在。而是你和那些皱褶、和那种阴影之间的关系。

我回到相同的论点。皱褶将会来来去去。你是人类。假如你踩在一根大头针上，将会有肉体与情绪体的痛苦与收缩。假如有人侮辱地、粗鲁地对你咆哮，将有情绪体的一种收缩。假如你非常饥饿、而有人拿走你的食物，将会有恐惧。这些举动既不会使你无法在那道光中歇息，也不会阻止你从那颗灿烂慈爱的心显化。它们仅仅是恐惧、渴望、愤怒、困惑。它们并不需要你的反应。

你无法藉由逼迫这些情绪出去而摆脱它们。藉由强大的意志力，你可以除去你对它们的外在体验；不过它们依旧被埋藏土地中，它们单纯地在等待着、在你激烈压制下的一个缺口，这样它们就可以偷偷地通过。不过，假如你学会允许这些种类的情绪和困惑[它们是人类的体验]、绝不失去那个中心的位置，然后，你再也无须恐惧它们了。你知晓自己绝不会失去你坐在光中的觉知。纯粹之心始终是可以进入的！

我想为我刚刚已经说过的内容、甚至更多是为了 Q'uo 先前说的内容、提供一个例子。回到我们在山上的向导… 你是这位向导，你已经说了：「站起来并且追随我，我将带领大家到安全之处。」你们沿着道路走了一段时间。风雪尚未掩盖住道路。接下来，雪下得更猛烈、而风更为强烈了。你觉察到你已经迷路了。你将会怎么做呢？你停下来承认：「我已经迷路了，不知道自己在什么地方。」

对于你们这些渴望去带着爱活出生命的人而言，恐惧可以非常强烈地席卷而上。它可能是一个非常强烈的、自我批判的恐惧，它说：「你知道你无法完成这件事情。完全都是那个小我说，我将要领路。」所以，你将要怎么做呢，仅仅告诉每一个人在雪中坐下来等死，因为你犯了一个错误？

万一就是恐惧在说「我将要领路」？你是不是在否认也有一个深层的智慧说：「

我们必须做出下山的尝试」？它是一个肯定死亡对比有可能幸存（的决定）。只要你对自己打开心扉，只要你聆听你的痛苦和恐惧，你马上就会再度开放进入智慧与清澈之心。这颗清澈的心说：「OK，我犯了一个错误；我迷路了。」

这并不意味着是负面性在引导我，即便有负面性存在，有爱之心也在那儿。返回爱之心，你单纯地使自己重新站起来，有小路或没路，开始慢慢走下山。在小路上行走是比较容易；离开小路将会更困难一点。这任务是相同的：你们得从山上走下来。

有一个同时提及佛教与基督教的教导，我发现在这里是有用的。这个器皿读过一本非常清楚的书籍，由一位禅宗大师 Robert AitkenRoshi 和一位神父 David Stendl-Rast 弟兄联合撰写。这本书叫做《我们分享的土地》[2]。这本书的焦点是去探索共同属性。AitkenRoshi 谈到一个佛教徒的教导，它具有非常专业的名字，三身（Three Kayas）。身（kaya）这个字汇意思是「身体」。它谈到「真理之身」或法身（dharmakaya），它是恒久完美的；在另一端，是「形象之身」或应身（nirmanakaya）。这个应身不只是物质的身体；藉由「形象」我的意思是，任何具有一种形象的类型。一个想法也是一个形象，就如一个情绪也是形象一样。这个应身是外在展现的身体。有一道桥梁连结他们，它被称为「福报的身体」或报身（sambhogakaya）。我称这个身体为「过渡之身」。想到关于永恒完美，也想到最终的表达。报身或过渡之身是一座桥梁：由意图、业力、其他元素构成，好让恒久完美去表达它自己、进入这个世界，报身可用作载具。

一个非常简单的例子是把太阳做为永恒完美的隐喻。在大地层面上、太阳的表达可能是温度，当你坐在阳光中，或坐在一小块阳光草地上，你感觉到背上的温度。大气、云层，以及诸如此类的事物都携带着太阳的特定特质并且允许它们被表达达到物质层面。这不是一个完美的隐喻，不过你可以清楚地看见它的两端和中心。

以基督徒的术语而言，在三位一体之内，我们可以用天父代替永恒完美，以圣子代替形象之身，以圣灵代替报身或过渡之身[意图能量的层次]。这个不是一种完美的契合，不过是相当合适的。你可能会认为它是不均衡的，因为圣子包含着神，它是神的直接展现。是的！应

身也包含法身、而应身是法身的直接展现！我发现、为了这个原因、这是一个非常有价值的教导。无论一个人在你们的物质层面上、于什么地方查看，你们都会看见神性的自我-展示。

同时在通过佛教和基督教的语言的教导中，内在核心和外展展现不是分开的：圣子是天父之声；圣子是神在世界的展现。在佛法的教导中，在形象层面或外展的显化中、每一个事物都是永恒完美的展现。你无法将它们分开。这是至关重要的。

在过渡之身中，我们拾起许多的能量流，它们可以提供完全纯净核心的扭曲。请记住、在这个核心的里面有扭曲的可能性，或者扭曲无法发生，或者扭曲与核心本身会是二元性的。你身上的负面性不是神性的二元对立，它单纯地是神性的一个变貌（扭曲）。爱也是神性的一个变貌。

某些扭曲，当你将它们在世界中展现出来时，可能造成伤害。接下来、很明显地、你要为那个伤害负责任。你必须将你的溢出物清理干净。有些扭曲也许对其他人会是巨大的服务；尽管如此，它们还是扭曲、带有附着的业力，它们必须被照料。它们全是神性的一种展现。我亲爱的朋友，你毋需害怕什么事物正在流经你。除了神之外、没有其他东西。接下来，当你问：「我如何在世界上更纯净地显化我的能量」的时候，请记住、除了神之外没有其他东西，有时候神带着扭曲，或甚至带着巨大的扭曲被表达。「我如何能够降低扭曲呢？」——藉由给予宽恕与仁慈。怨恨将永不会消融仇恨和负面性。惟有爱将会消融负面性。惟有爱将会消融困惑与扭曲。无论什么扭曲表达它自己，你都必须把它带入爱之心。

喔，是的，问题是：「我们如何做到这点呢？」或许这个问题最好留给明天的讨论。今晚我会仅仅留给你们这个想法：没有任何东西不是神。

因此，当你用二元性的方式观看时，这是一个邀请，它让你自己会想起，你所看见的东西本身就是一个扭曲，它是恐惧的声音。不是试图用一根大棍子将它赶走，而是如这个器皿会所作的一样做：在你的手中拿出一颗糖果并且邀请它过来尝一尝。给它爱的善意。以这个方式拥抱你的恐惧；不要痛恨它、命令它离开。

对你而言，这没有扭曲的地方一直都是可进入的。当你从一个恐惧的位置作出反应时，恐惧正在流经你的能量的向外的倾泻中、创造出不断增加的扭曲，但那个反应不是在陈述，绝对的清晰与爱是无法被取得的。它仅仅是这样一个陈述，你正在越来越多地实践皱褶。接下来你必须返回永恒完美。如同我刚才说的，关于我们如何做到那一点，我想要留到明天，以免用过多不同的想法使得这里负担过重。

在这个（时）点，对于你们乐意聆听我、对这些想法开放你的心，我带着极大的感谢、把麦克风转给 Q'uo。我先暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们会给你们相当简短的告别。

我们对你们有一个请求。我们知道该团体当中有些问题，我们和亚伦自然计划在明天对问题开放对话。如果这个圈子在下次集会前、一起谈话以弄明白，这个团体

想望提供什么内容、作为这次对话的下一个入口，我们感觉这会有帮助的。如此做、我们将会感激，因为若团体对于相互彼此以及对于活动的舒适越发全面，我们自己就会有更大的能力藉由一个相应的焦点来交流。

今晚，我们简要地回到被知晓为亚伦实体的主题、然后离开你们。我们会带领你们进入办公室，把一张有皱纹的纸放在复印机上并且复印它。在复印件上、你可以看见每一道皱褶。把那张纸翻过来。它是干净的。比起这张单纯的纸，这实际上更像是你的处境，因为你自己就是人格的一个外壳。如同那张描绘着那些皱褶阴影的纸上的着色剂印记一样，正在活出你的投生、而藉由你的人类机能互动的那个人格外壳仅仅如同一张纸那样薄。你之所是的一切都存在于圆满之中。每一个皱褶，每一道阴影都是神圣的。每一个能量中心是神圣的。秘诀就是去知晓每一个能量如在一场内在的圣餐。

亲爱的各位，我祝愿你们睡得很沉、有喜悦的梦，接着开始崭新的一天，喔，时间过得这么快。现在，在太一无限造物者的爱与光中、我们离开这个器皿。我们是你们所知晓的 Q'uo。Adonai。Adonai。

原注

[1] 哲学家的生活，第六册，第欧根尼·拉尔修 (Diogenes Laertius)，公元第三世纪。

[2] 香巴拉出版社，1996 年。（原文书名：The Ground We Share）

Translated by M.D.  
(V)2017 Reviewed by T.S., and cT.

---

## 第 26-12 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十二

---

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 32

Copyright 2007 L/L Research

1996 年 11 月 23 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

（在这个场合中，亚伦和芭芭拉展示了一些练习）

芭芭拉：我使用这个练习来提醒我自己，我拥有能力成为一个更纯净的管道，并提醒我自己去照顾所有我延伸进入这世界的三个区域：身体、说话、心智。

正面的告诫——传统佛教徒：

藉由慈爱的行为，我净化我的身体。

带着张开手的慷慨，我净化我的身体。

藉由安静、简单和满足，我净化我的身体。

带着真实的交流，我净化我的言语。

藉由有帮助与和谐的言辞，我净化我的言语。

为了镇定而抛弃贪求，我净化我的心智。

将憎恨改变为悲悯，我净化我的心智。

将无知转变为智慧，我净化我的心智。

如果它是不可能的，我不会要求你做它。

放弃无技巧的事物。一个人能够放弃无技巧的事物。

如果它是不可能的，我不会要求你做它。

如果抛弃这种无技巧的事物会带来伤害和受苦，

我不会要求你抛弃它。

但是，因为它带来益处和快乐，

因此，我说 抛弃无技巧的事物。

培养有益的事物。一个人能够培养有益的事物。

如果它是不可能的，我不会要求你去做它。

如果这种培养会带来伤害和受苦，我不会要求你去做它。

但是，当这种培养带来了喜悦和快乐的时候，

我说，培养有益的事物。—— 佛陀[1]

芭芭拉：亚伦将会在导引冥想和祈祷中引领我们。

亚伦：一开始，吸入并呼出、接着几次深呼吸。

（以下暂停皆以省略号… 表示）

……放松身体，紧张随着呼出而离开，放下心智，进入这次呼吸，进入这一刻。

……. 使你自己在宇宙中感觉轻松自在，在那个真正属于你的空间中休息。

……. 在这个永恒的当下存在。

……. 完全地开放。

……. 如果某个事情依附着，或者如果有排斥，没问题的，它将会走自己的路。

没有要去做的事情，仅仅轻轻地用无选择的察觉接触所有升起的事物。

……. 开放进入到这个宝贵的瞬间，允许你在自己内在升起对你与一切万有之间的连接的察觉——不再是你的喜悦或你的痛苦，而是我们的喜悦、痛苦。

……. 看见所有存有的喜悦和痛苦，允许你于内在升起服务所有存有的渴望，超越自己的小小恐惧与麻烦，反过来说，使用能量、勇气、察觉去减轻遍及整个世界的苦难。

……. 这个意愿的陈述是重要的，把察觉从我的苦难带到我们的（苦难），并献上自我作为减轻苦难的器皿。

……. 在那个意愿中歇息几分钟，允许察觉拓展，超越那个小小的自我。

……. 当你向外拓展、开始在神圣的自我之中，在永恒与纯粹的意识之中歇息之际，感觉那种神性在其所有的面

向中的临在。

……. 在那纯粹的察觉，纯粹心智的属性中歇息。

……. 允许你自己在那个空间歇息，感觉包围着你的能量。

……. 现在，第二步：请求所有环绕着你的存有的帮助。向着灵性层面开放，向着你自己的本质中的神性开放。

……. 以你自己的言语，请求有能力去听到那种智慧，以及为了减轻一切存有的苦难而分享该智慧。

……. 献上你自己作为一个善于接纳的器皿，不仅仅是为了你自己的利益，而是为了所有生命。

……. 在那个空间中歇息，敞开并留心，心无牵绊，准备好带着那颗有爱的心聆听。

……. 最后，无论什么你会获得什么、向它致谢。接下来在静默中坐几分钟。

…….

亚伦：我是亚伦。向你们全体致以我的爱。把你们自己带入身体。我请求你们允许自己拥有吸入和呼出的体验，深深进入你们的身体中、以进行这个特殊的冥想。我们想要你们感觉到在腹部中的吸入和呼出。吸入……. 腹部呼吸……. 感觉到气息进入下腹部，接着呼出。让身体变得柔软而开放。现在，让注意力向上，从身体移动到心。这颗鲜活之心就是你存有的核心。大脑是仆人。正是在心中，真实的基督或佛陀自我安住之所在。

身体可能体验到痛苦并藉由扭曲它自己或紧缩来做出反应。大脑可能体验恐惧或不适，并转向它所擅长的事物，也就是导引某种演出以保护有机体、离开它所恐惧的事物或它发现不舒服的东西。心能够观察所有的活动并知晓它仅仅是在表面上肤浅的波浪运动，并不会影响真实的存有。

就是在这颗心之中，我邀请你们休息。无论可能升起怎样的身体知觉，你们能够有技巧地、不带执着地关照它们。无论什么想法或情绪升起，你们能够有技巧地、不带执着地关照它们。发自一颗有爱的心，我们提供自己生命的最深肯定。请安静地加入那种肯定，如果它对于你们是感觉合适的：

今天我在慈爱中向所有的存有、包括自己、提供我的能量。如果今天在我里面有评判、恐惧、贪婪、愤怒、或任何这样的紧缩情绪升起，祝愿我带着爱来欢迎它，邀请它进入心，在心之中、亲切可以柔软它并转换它。我完全地提供自己作为光之仆人。成为一个仆人不是成为大人物（somebody），而是成为小人物（nobody）。我单纯地提供我的能量，这样神性就可以使用它，以各种神性自行决定的方式使用，而非用我决定的方式。尽可能多地，我在那灵性和我全部的存有中、献上我的能量来服务神、服务爱与光。我请求在每个层面上的所有流露爱之存有、提供任何帮助给我，以帮助我表达并培养这个决心。通过允许我自己去成为一个光的器皿，愿我有助于把更多的光带入这个宇宙，这样在每一个地方的所有生命就可以越来越多地免于苦难，可以成为快乐的，可以找到完美的平安。

芭芭拉：最后在写在这页上的文字也是来自一个传统佛



教徒的祷词。请和我一起朗诵它，如果你们愿意：

位致意。

「藉由这个仪式的力量与真理，愿所有生命都拥有快乐及其起因，那就是慈爱。愿所有人都免于忧伤及其起因，那就是恐惧、仇恨、妄想。愿所有人都永不与神圣的快乐分离，这种神圣的快乐就是无忧。愿所有人都活在平静之中，没有太多的牵绊，没有太多的排斥，并且相信所有活着的生命的平等性。」[2]

在这些教导中的传统是：向外部提供无论什么来自这个工作的功劳，不是为了一个人自己拿取它，而是把它向外返还给所有生命。这种给予使我想起来自圣经的话，耶稣说：「不是按照我的意志，而是按照汝的意志。」[3]

愿无论什么来自这个练习的功劳都前去启蒙所有的生命。愿它成为一滴水、落在活动的海洋之中，该海洋属于所有的伟大存有、该活动是它们为了所有生命的解放而永不倦怠地工作。

团体讨论：（大家组织了一个问题来讲述该关切：即在可能没有去伤害的意图之际，伤害确实偶尔发生了：我们如何和这种伤害，和我们自己的扭曲一同工作，好更清晰地提供我们的能量，不带有伤害？）

亚伦：我是亚伦。向全体致以我的爱。我们正在谈及如何服务他人并且净化要在那种服务中献上的自我。我会把一个问题投入你们在这里的炖锅。几年前，C 和芭芭拉遇到他们教会的一个。他是非常负面的、表达了极大的恐惧。他藉由将他的恐惧带入会议、并且将恐惧向与会人员公开宣传，并在会议中、以言语指责并评判特定的人而妨害了会议的精神。

他们三个人花了好几个小时在一起谈论、他所称的公义之怒、以及需要责备其他那些已对他造成伤害的人。那些女人能够听到他的痛苦。他不真的能够听到她们及其建议：即他把爱带到这些感知上的伤害位置、而非带来仇恨。

一个人一定会说，这个人正在带入一种非常扭曲的传讯，传导他自己的负面偏见。他正在成为恐惧和分歧的管道。这对于该教会的很多成员造成很多痛苦，C 和芭芭拉体验到他的恐惧和负面性，并不带着痛苦或痛苦，而是带着一种真的难以言喻的感觉。不过，这个人通过他提供的催化剂、为如此多人打开如此多扇门。他是一个好管道还是坏管道呢？他提供的事物是有害处的或有益处呢，或者各有一点？「好」意味着什么？「坏」意味着什么？

很清楚地，你并没有打算藉由伤害的意图来提供你的能量。然而，甚至在无伤害意图的时候，有时候，伤害都会出现。这个人并无有意识伤害的意图。他感觉，让人们知道他感觉到、他们已经伤害了他，并且不让他们继续他感觉为他们的扭曲的事物，他觉得这么做在道德上是有必要的。那并不会免除他造成巨大痛苦

的责任。但是，他攻击其他人的负面影响最终起到了催化剂的作用，这种催化剂为很多人带来大量的洞见。所以，需要被理解的事情是，有很多因素会决定「好的」或「坏的」的标签。那就是全部。

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在爱与光中、在太一造物者的那些持久与活跃的原则中向你们各

我们来到你们身边、作为忧伤的兄弟姐妹，因为我们听到你们地球的呼唤。我们听到并且被你们的忧伤与不幸深深地打动，为了这个呼唤，为了你们乐意和来到面前的催化剂一同工作，我们总是感谢你们；不是讽刺地，而是满怀希望地感谢。最深的忧伤和最大的痛苦就像是荒芜的土地，在其中、爱的王国被播种了。在你们知晓为圣经的神圣著作中、有这样的寓言：爱的王国是被被埋在这片土地中的珍贵珍珠。寻求那颗珍珠的人会卖掉他拥有的所有东西并买下那片土地。[4]

我们希望帮助你们每个人联系自己的人性。但是，当自我察觉的寻求者转向内在的时候，会有牵涉其中的微妙之处。该心智看见自我。它看到自我正在观察自我。它看到那个自我、他正在观察那个正在观察自我的自我。当自我感觉到负面情绪的时候，它看到自我看到负面情绪，自我看到自我正在看到负面情绪。这创造了拥挤的宇宙，这不会扩大慈悲。因此，我们会建议，当你观察自己的时候，当你感觉到正在和表面上负面的催化剂打交道之际，你留在那个进行观察的第一个自我察知之中，在法庭上的观察者，它正在将被说出的话打字记录下来，它仅仅负责把言语正确地记录下来。没有评判涉及报告正在发生的事情。昨天晚上，Aaron 实体和我们和那张变皱的纸一起工作，去忆起，无论你是否正在感知什么，它仍旧不过是一只暂时的幻兽(chimera)、在一张纸上闪现的影子，那张纸的另一面依旧是完全干净、未被触碰的。

在努力变得更好的方面，容我们建议，每个人实际上要负责的是：更多地成为自己。在你们的尘世的世界中、成为更好的冲动是以一个偏好形容词的列表来回应：有价值的，慷慨的，有爱的……你们能够花一段很长的时间来考虑那些理想的质量，接着创造出关于好质量的美妙、振奋人心的列表。然而，你是一个独特的存有。你们就好像雪花一样，那个晶体相当明显地就是雪，而它万花筒一般的图案是独特的。在所有受造和未受造的宇宙中，只有你才是你。因此，我们请你在自己内在之中、鼓励感知敏锐的耳朵，它会注意到那些你能够感觉到自己就是你觉得你之所是时刻。

在这个圈子中、你们每一个人都已经藉由老资格振动赢得在此刻投生的机会。你们每一个人都有两个主要的目的：你想望穿越密集的投生体验，重复你自己的爱的课程，这个课程是你感觉到能够使用更多的极性；接着你想望一因为你也是忧伤的兄弟姐妹一去照亮这个行星意识、你们称之为地球。

你的乐器就是你的自我。学会去弹奏这个乐器包含进行那些练习，以及那些使得你能够在活出你的生命之际、发展出一种甜美旋律的音阶，如果你愿意这样说。如果你能够看到长笛、或直笛、或任何管乐器的话，也许你能够看到你的能量中心就好像那些你按下以产出你的旋律的按钮。因此你希望在每一个情况中、都去澄清在那里存在的能量，去让它更多地成为自己，去让每一个能量都成为真实的：不是另一个人的真理，不是一个老师的真理，而是你独一无二的音调。举个例子，让我们拿起任何光芒的音调，假设黄色光芒。你的希望不是让那个能量变得更明亮或更大，毋宁是去找到那确实存在的真理与平衡。一旦所有的能量都被有意识地弹奏，它们就会开始自我调节、自我平衡。

我们会在此刻将麦克风转移给我们挚爱的兄弟 Aaron。

我们是 Q'uo 群体。

Aaron: 我是 Aaron。Q'uo 的长笛旋律的例子使我想起另一个形象，那就是一个纯净的泉源产出一系列的、朝着不同方向奔涌的溪流，在那些溪流进入海洋自身之际、最终聚集在一起。在泉源周围的池塘进入每一条溪流的水是绝对纯净的。

将你自己想成这条溪流的河床，这纯净的水流经你。某些河床已聚集大量的岩石碎片。起初水的纯净永远不会改变。如果你添加某个东西进入那个纯净的水，接下来将它取出来，水是没有被改变的。泥沙落到那个干净的、布满石头的河床底部，它将影响水，直到河床再次被清理干净为止。然后，水将再一次是纯净。甚至你添加化学毒素进入水中，接下来把它过滤出来，你再次拥有了相同的纯净水。但是，在一段时间中，它将会被该河床的质量或添加物所影响。

当你体验那纯净的水流经你的时候，你把不同的成分带入其中。以比喻的方式来说，你通过恐惧、贪婪、愤怒把化学毒素带入纯粹觉知的溪流。如果你并不关注毒素，不把它们过滤出来，位于下游、想要喝水的人将会接收到在化学成分上、不纯净的水。纯净的水在那里，但是某个人必须把各种毒素过滤出来。

以我所见，你有两个工作的领域。一个是有意识地深化你的意愿、带着爱提供你的能量。这意味着、尽可能地少污染水或完全不污染水。第二个领域就是去理解，因为人类就是其所是，它将时常地污染水。然后，你们就一定要为你们已经创造的东西负责任。

问题不是你偶尔会污染水，而是当你这样做的时候，你接下来带着耻辱和评判转向你自己，而不是将你的能量转向于澄清你已经污染的东西。而让那种污染通过了，因为你正如此忙于责备自己、以致于水在一开始的位置就变得浑浊了。

我亲爱的朋友，如果你们早已是完美的，如果你们没有偶尔会以扭曲的、增加浑浊度的方式提供你的能量，你就不会在这里、处于肉身之中了。你越是能够留在每个当下，同时注意到那些会增加恐惧的扭曲式心智和身体的各种各样的紧缩，那些扭曲倾向于把污染物倒入水中，实际上，你就越少(机会)必须把那些污染物倒入生命的溪流。

藉由简单的范例，你们的意愿就是带着好意来提供你的能量。某个人正在感到大量的恐惧和痛苦，他接近你并以好战言语攻击你。当你注意到自己升起的防卫之际，不舒服的升高、以及渴望攻击那个不舒服的源头，当你越多地和那个在自己内在之中升起的事物同在，你就会越少(机会)必须把它表演出来。当你注意到自我内在有多少不舒服之际，你也可以注意到、你的攻击者内在的不舒服。接下来，你发自内心地响应，响应它的痛苦、而不只是响应他的言语。

这种响应可以是这样的说法：「不，你无法像那样子攻击我。」这个不是从一个爱的位置提供的，而不是从一个恐惧的位置提供的。不会有小我涉入那个不。它是在那个时刻、能够对你自己和那个攻击者说的、最善意的事物，那个攻击者正在为自己创造大量的负面业力：「不，你不可以像那样对我说话，我将不会留在这里听它。」

成为有爱的并不意味着成为负面性(实体)的擦鞋垫。它意味着发自内心说真相。那么，第一步就是尽可能、多多练习临在。在那种临在之内，你观察心智与身体的条件性(反应的)升起，并且理解你如何进入负面性心智的状态，这种负面的心智状态想望去紧握不放或去防守，并因此毒害了那个情况。

一个非常有用的练习是：我所称的「对于目标之清晰领会」。这个练习有几个部分。在这里，我只说到练习的开始。首先是去理解你主要的目标。去防守你自己抵抗那个攻击者是一个目标。想要捍卫自我，这并不是件坏事。但是，有一个更高的目的，那就是去创造出不断增加的和谐与理解。你可愿检查这两个目标、以及在你面前存在的、言语或行动之选择？哪些选择最为适合于达成最高的目标？

在一个已知的情况中、练习这个清晰的领会，我们指明我们最高的目标，我们问：「这个被计划好的言语或行动适合于那个最高的目标吗？」如果它是不合适的，而催化剂的强度是如此之大，以致于你会对做出那个不合适的举动、并对外给予无论怎样的反应、由于催化剂而被引发的反应。接下来，你将拥有一个新的催化剂，接着可以再次检验该最高的目标：是要去挽救面子并指责别处，还是为了你已经造成的事情、负起责任？

让我们返回我们的比喻：水是受污染的：你有勇气为它负责吗？你的自我评判、甚至你的羞愧感，都不是负责的方式。它们是责任的阻碍物。你将会做什么，坐在那里、同时在他人在你毒害的水之际责备你自己吗？或者，你将会起身出发、把它清理干净？

你以非常简单的方式把它清理干净。你观察污染物的源头、接着隔离它。如果源头是巨大的愤怒，你藉由对它开放你的心而隔离愤怒，在你的内在为它准备一个更大的容器，于是它就不需要从你身上流入这个世界。

愤怒不是坏事情，愤怒仅仅是能量。当有很多愤怒的时候，需要一个大的空间。如果污染物的源头被看到是骄傲或嫉妒或贪婪，你以相同的方式照顾每一个污染物的源头。有许多可以使用的、特定的练习帮助你创造这个更大的容器。一个我喜欢的练习是来自于一行禅师(ThichNhatHanh) [5]。它是非常简单的：「吸入，我察觉到我的愤怒，呼出，我对我的愤怒微笑……。」

一次又一次地练习它，直到你感觉到那个空间在扩大。

你必须同时承认沉重的情绪，也提供一种乐意、去拥抱它而非攻击它，由此邀请它进入一直是宽敞的心。那就是一种方式：为那个已经从你身上流出的污染物负责。另一个练习是：单纯地请求宽恕。你无法在扭曲仍旧向外流出之际请求宽恕。你首先必须要照顾它，然后，你做收尾的工作。藉由请求宽恕进行收尾工作。如果你紧握着你的羞愧和自我评判而不放手，接下来，那些心智的状态就需要更大的容器了。那就是毒素发源的位置了。

记住，那个纯净的泉水一直都在那里。记住在人类的形体中，你永远都不会成为那个纯净泉水的完美管道。一直都会有某种扭曲。深入的留心状态将会减少那种扭曲，一种有爱的责任感将会进行收尾工作并重新调整流动，并将会清理无论什么已被创造出来的扭曲。

你会不会认为、当从你身上流经的事物是绝对纯净的时

候、你教导了更多？有没有可能、当从你身上流经的事物确实变得扭曲，然后，你非常有爱地照料了那个扭曲并且因此帮助了其他人同样了解到，他们不需要成为完美的——他们需要成为有意识的、有爱的、负责任的，你（反而）教导了更多？你的扭曲同样为他人提供了一个催化剂，通过该催化剂，他们获得机会和自己的恐惧与扭曲一起练习。毕竟，这种学习就是投生体验的主要动机。这不是在为水中下毒辩护，而是当整个活动都被深入地考虑之后，可以被更好地理解是：只要你是人类，就会有溅出的事物，它们完全就是投生体验的学习过程的一部分。

我同样以一种不同的方式问相同的问题：以哪一种方式、你更多地学习了？自我完美会教导你什么呢？这是老生常谈了。一个人并不需要痛苦来学习，但是痛苦说：「留心」，那个留心允许学习发生。你的错误的痛苦不会教导你，但是它确实抓住了你的注意力。

我的朋友，你们确实知晓所有你正在其上工作的层次。你永远都无法藉由这样的说法把巨大的蓄意伤害归咎到另一个人身上：「好的，那是它们的业力，」或者「我正在一个不同的层次上工作，」。当你正在就最佳的意愿工作的时候，指出于你内在升起的恐惧，有技巧地留心那个恐惧，在你自己身后、把那些已经将它们自己送入这个世界的恐惧碎片清理干净，接下来，你就必须要对那一点有信心，虽然这种恐惧的一些部分确实逃离了并且制造了污染，因为心之巨大渴望、带着爱提供心之能量，就会有某种善从那个情况中产生出来。

最高的意愿是去为了所有生命的善而提供你的能量、这具有最大的重要性。那种善将会如何发生、那不是由你决定的，仅仅持续不断地问你自己：「在这里、我最高的目标是什么？」并跟这个目标的清晰领会一同工作。

你知道最高的目标就是怀着爱提供能量。记住，你在第三密度中大部分是要学习信心与爱。如果你们没有这个包围着你的罩纱，这样你就会清楚地理解，流经你的不同能量的流动究竟是如何被扭曲的，为什么它们会被扭曲，以什么方式、那种扭曲实际可能会有所服务，你就会被这个机会所摒弃，（也就是说），没有机会学习环绕着这些扭曲的信心。这不是要被当作一个指令：有意识地让扭曲继续存在；而是，如果它们发生了，就信赖它们，同时请问你如何才能净化它们。

你们想望一个明确清晰的问题与答案。并没有明确清晰的答案，除了这一个：留心并怀着爱行动。乐意去负责任，乐意去学习。不要害怕，但是，如果你是害怕的，不要害怕你的恐惧。同样给予那个恐惧一个更大的容器，于是它就不再需要去污染水了。在它已经污染水的位置，把它清理干净。

无论什么事物流经你，当你主要的意图是在有爱的服务中、向所有的生命献上你全部的存有之际，神性将会使用它并用于神圣目的。就是那个神性是你需要对其抱有信心。让有爱的心提供它对服务的意愿。基于这个意愿，带着察觉行动、说话、思考，将那个被恐惧所激起的事物、以及对分离自我的观点提供给神性。信赖神圣的计划，甚至对于你的恐惧的计划。

我会把麦克风转交给我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。我暂停。

Q'uo：我们和这个器皿同在。我们是 Q'uo。

你之所是的爱能量是不可能切分的。它拥有一种整体性、对于你的系统是独特的。寻求者经常会将一个或另一个面向或能量中心作为革新的目标，并感觉到这种能量需要被改进，被清理或被改变。这种革新是一种较不有技巧的模型，相比于以下途径而言：改良该乐器（器皿），并把该乐器[作为一个整体]的平衡视为首要目标。某些实体相比其他实体拥有很少的气力，不过，因为他们已经以某种方式发现内在的平衡、并且让存有的音阶协调一致了，那旋律吸引了聆听的耳朵、带来欢乐。举个例子，相比于一个悦耳的靛蓝色光芒[促进它和其他能量炼结之间的行旅]，拥有一个强有力的靛蓝色光芒、其优点比较少。

在和自我一同工作这方面，我们发现询问被知晓为 Ra 的实体最先提供给这个器皿的问题，这样是有帮助的，即询问：「此刻、爱在何处？」藉由转向这个寰宇的问题，藉由询问，藉由渴望那种质量，那个问题，你在你更深入的自我内在之中打开某些门——在你的显意识心智中、没有通往该觉知的入口，那个自我居住在该觉知之中。这个更深入的自我知道爱在何处。因此，藉由询问那个问题，接着藉由在信心中怀着耐心与内在的知晓等待着，被寻求的事物就会来到你面前。日常生活的遭遇的一千零一种具体细节会从那个显化的世界被拿开、并且作为一个给予造物者的高贵又神圣的贡品被举起来：「这里有我的混淆，这里有我的痛苦，这里有我全部的情绪，这里有我的混淆，这里有我心智的苦闷。」接着，那个存在于内在的伟大存有拥抱自我、拥抱担忧、拥抱未知的苦闷，并且怀着爱在静默中回应。

在那个发问的瞬间之内蕴含着完美与平衡的响应。寻求者的技巧在于信任那个过程，将「爱在何处」的问题记在脑海中，并将那个询问该问题的瞬间记在脑海中。如果你能够来到当下一刻并知晓它，你就已经进入永恒了。如果，当你来到那个当下此刻之际，你的问题是：「爱在何处？」在那个时刻、你就进入爱了。接下来，那个关切就能够被放在一边了，那是关于清楚表达与美化能量，或者结晶化能量的关切；因为在时间的幻象提供的连续性[一刻接着下一刻接着下一刻]中，你的乐器（器皿）将会得到帮助，排练一直都是有帮助的。每一刻都是另一次排练。你的整个人生，在远离空间与时间的幻象之后、就是一首歌。你对于你人生的知晓不会比你在这首歌的知晓更多。你正处于创造一次人生的过程中的，那个人生就是献给太一无限造物者的一份礼物。

问题被询问的方式是比问了什么要远远更加重要，因为问那个问题的态度就是那个将会限制答案的观点。是故，留在爱中、在所有的事物中寻求爱——甚至带着愤怒、带着怒火、带着最强大与最沉重的情绪。在情绪的核心处都有一种纯度和菁华、一种色彩，在那些阴暗的色彩中有相同的美丽，因为在那些阴暗中才会创造出在一片织锦上的、多样性与深刻的事物。所有你们体验到的事物都如同进入你人生的织锦中的这些线条。那么，（只）去认同这个或那个线条，就看不见那个图像，看不见你的织锦的全貌。

在这个时候，我们暂时向你们告别，除非在 Aaron 实体完成他想望在这次集会分享的材料之后、有些询问。一如既往，我们请你们带着分辨力来聆听我们。我们无法通过这个器皿表达我们对于这个美妙的机会[怀着爱分享]的感激。

我们在一切万有之所是的爱中、在显化全部的二元性世

界的光中、离开你们。我们是 Q'uo。

Aaron: 我是 Aaron。我想要与你们分享一个想法、接着询问你们的具体问题。昨晚, 我们谈及了皱掉的纸, 谈及了皱褶存在的相对性实相, 以及终极实相、属于恒常完美的纸张。我们建议, 两个实相同时都是真实的, 去在两者之间保持平衡, 这是很好的。当你正在和皱褶, 和所谓的负面扭曲[属于你的存有]一同工作的时候, 你是小于完美的吗? 你是小于完整的吗?

你们绝大多数人都将自己跟破碎的事物联系在一起。当你们问, 如 Q'uo 建议的, 「爱在何处被发现?」你能不能看到同时是在破碎状态与完整状态之中被发现? 爱一直都存在于完整状态之中——这很容易看到。对破碎状态的感知是催化剂、使得你开始寻找爱。因此, 爱必定也在那破碎性的感知之中。爱就在那灵感之中、激励你去寻求爱, 那种灵感经常是负面与痛苦的扭曲。没有任何事情在这里是二元的。在阴影中、阳光被发现了!

当你们开始带着更多的清晰度体验到、爱是在一切事物之中——不仅仅在你终极的完美性之中, 也在你对那种完美性的每一个表达之中——接下来, 你就不再需要去如此担忧各种扭曲, 也不用去强化对它们的评判和羞愧、而只是留心它们。辨认出: 「这个扭曲既不会将我与我完整性分开, 也不会将我与我神性分开。它只是一个对那完整性的扭曲式表达。」

当你认真诚实地以这种方式工作之际, 每一个扭曲的表达不再成为某种紧紧抓住你的能量、于是你就必须要疯狂地修复它; (现在,) 每一个扭曲的表达都恰好成为一个提醒物, 如 Q'uo 刚才建议的, 提醒你去问: 「爱在何处? 在这个恐惧中、在这个愤怒中、在这个评判中, 神在何处? 我能够在就在这里找到神吗?」

如果你寻找, 你将发现你能够的。

当该表达扭曲了, 并且对自我或另一个自我造成不舒服, 必须要关注这情况,

但是, 不管它的效应如何, 它仍旧是神性的表达。我会请你们想象一个晶体。如果你把它举起来对着太阳, 太阳通过那个晶体显现、创造出一道光之彩虹, 那道彩虹是阳光的直接表达。当你注视着光之彩虹, 你能够看到太阳就在那儿吗? 如果光照耀到某人的眼睛, 使得眼睛感到不舒服, 接下来, 你就必须关注那个晶体了, 但这情况不是好的、也不是坏的, 仅仅是太阳及其各种各样的表达。

现在使用一个不同的比喻, 当你坐在阳光中、在你的背上感觉阳光的热量, 那是太阳的一个直接的体验。如果你飞起来、进入到那个太阳的核心, 那种热量具有很不同的强度, 但它仍旧是太阳。有些时候, 在背上的热量感觉起来温暖又温和。有些时候, 它可能是灼热的。我们并不是说, 只有令人愉快的太阳体验才是太阳。对太阳的每一种体验都是太阳。

当你问: 「爱在何处被发现?」, 尤其是在涉入一种痛苦体验的时候, 它是一种提醒你自己的方式「甚至在这里都有神」。藉由那个提醒, 你的能量场开放了。当你是封闭的、防守的时候, 要去学习是非常困难的。当你提醒自己: 「这是没问题的, 这是可行的。神性甚至在此之中都存在着」之际, 你就允许那种自我的开放发生了, 这个自我乐意于带着那个体验所有不舒服与之临

在。然后爱宣告祂自己。

就是在这里, 你开始变得越来越多地乐意献出那个已经升起的事物, 让它随意存在, 并且允许神性如其所愿地使用它。去提供它并不意味着要摆脱它。意思不是说: 「神, 这一个是坏的, 请拿走它」, 毋宁说, 它是一个陈述: 「我对于这里正在发生什么事情、连最模糊的观念都没有, 但我最深的意愿是去使用所有这些混乱与混淆以及每一件通过我出现的事、作为一种向所有生命提供服务的方式, 为了所有生命的益处。」

你能够你自己说, 「我不知道如何转化这个混乱。我不知道要怎么处理它。所有我能够做的事情就是提供爱。」就是以这种方式你献上它。

有一股无肉身的能量, 它是该器皿的一个古鲁。他偶尔会进入她的体验。在这个夏天, 当她处于一次加长的冥想避静之际, 感受到这个古鲁的临在。他提供这个建议给该器皿: 「放下每一个事情, 对每一个东西都放手」。一开始、她误解了: 「我是要丢弃我的房子, 我的车子吗? 他对我要求什么事情呢?」

经过接下来的几个月, 她对于「全部给出去」的意思到达一种更为深入的理解。你是否认同你的恐惧、你的无价值感、你的羞愧、你的评判? 把那种认同感给出去。你可能说, 你想要摆脱它, 它是非常痛苦的且不愉快的, 好的, 但是, 虽然如此, 你被赋予了成为那个人的机会, 那个人是充满恐惧的, 或者, 他是自我评判的, 那个人将会成为一个改进的人。在这些观点中, 没有如此多的「大人物」。成为「小人物, 把它完全给出去吧。」

在这个逐渐升起的意愿之内, 允许无论什么事物出现在你的体验中、将它奉献给神——不执着于它的任何部分——服务的终极道途就在这里; 因为藉由那种奉献, 「大人物」消失了, 而「小人物」依旧存在。以更精确的说法, 那个收缩的事物能够保持收缩, 或者能够开放它自己。这个过程并不意味着让任何特殊的事情发生, 仅仅允许一颗开放的心、心会观察着它完全通过, 并继续带着一种信任来献出无论什么通过的事物, 那种信任即: 神圣意志将会善用它。

我们会请你们在今天下午和晚上期间、去仔细观察某个在你的体验中升起的事物。用非常简单的物理方式, 如果有一个非常响亮的噪音, 好比一声大叫「嘿!」你感觉到身体的能量在那个噪声周围紧缩了吗, 你感觉到恐惧及其能量的紧缩吗? 在关于那种紧缩的方面, 没有任何的好或坏, 它单纯地是一种身体的自动反射的反应。你可以感觉到那种紧缩的一点点回声, 然后, 最终它将再一次消散。如果, 不是一种类似大叫的物理性噪音, 你体验到的事情是能量的催化剂, 好比某个他人的忧伤或愤怒, 也将会有反应。和你拥有身体的神经末梢一样, 你拥有情绪的神经末梢。你的能量场将会收缩。

万一, 不只是一声大叫, 那儿有持续不断的不愉快噪音、以及伴随着那种噪音的不断增长的不舒服 (怎么办呢)?

收缩(过程)如是: 从单纯听到(噪音)的反应、起初的收缩, 再转变为对于正在收听的事物的强烈反感、围绕这种感觉的收缩。

那纯粹的感官察觉, 即听到, 不是对于听到的反感。和

听见之间的关系不是听见本身。在听见之中，就只有听见。

每一个心智或身体的经验都将有它自己的能量运动。当我在这里示范它之际，在一个人大大叫「嘿！」的过程中，如何产生瞬间的收缩，然后这种收缩可能带着某种回音继续，接着消失，你能够感觉到不同吗？它可能已经令人不愉快了，但是，它已经过去了，没有任何事物紧紧抓住它。当它继续的时候，接下来，恐惧可能会升起：「我如何除去这个事物呢？」然后在那个收缩周围就有一种收缩，一个第二级的收缩。或者，也许有收缩，接下来有在那个收缩周围的评判，这是不同种类的二级收缩。

我会请你们去做的事情是：深入地观察这些运动。注意到身体或情绪上的催化剂，具体的对象接触身体的感知，或者想法接触心智。注意到有一种收缩在这接触发生的时候被携带在身体中。收缩在其自身就是一个收缩。在其中没有附着性的业力。除了放松并观察它，没有需要完成任何事，仅仅知晓它的存在。向它微笑！如果它是一种不同的体验，就做 Q'uo 建议的事项，带着真正开放的心与意，发问：「爱在何处？」

如果有某种与接触、以及随之产生的收缩的关系，把它视为一个新的接触。举个例子，评判或反感，个别都是一个想法，它们已经碰触了心智的感官基础。藉由那个想法，将再一次有个首先的收缩，可以说，就好像风在水面上产生涟漪。再一次，把它视为收缩。有没有任何跟着发生的事情？

既不是对听到、考虑到、接触、知晓以及如此等等的体验，也不是在那个接触周围的收缩，把你拉离中心、进入一个自我的空间，而在那里创造出附着性的业力；重点是你与那种收缩之间的关系。我请你们在这个下午和晚上、为你们自己观察的、就是这个真理了。

我向你们致以最深的感谢，为着你们允许我同你们分享这些想法，为着你们乐意于关照你的体验、做这个深入的工作。那就是全部了。

提问者：Q'uo 曾谈到从底部穿过双脚进入该存有的能量，以及从上方进入该存有的能量，这些能量有一个交汇的位置，那个位置多少仰赖于透过较低中心允许的能量(额度)。Q'uo 能不能谈谈这个交汇的位置是什么，在这个位置、能量进入幻象的方式和其他能量中心[流出光的方式]不一样？

Q'uo：我们是 Q'uo，相信我们掌握了你的询问。

向上螺旋光和流入灵感之交汇位置，在你们的文化中、已经被知晓为亢达里尼(kundalini)，自我对于存在于能量中心内、无论什么扭曲都变得透明的能力，就导向一种增强的能力、去体验一种自由向上的流动，于是，你们的文化所称的亢达里尼就升起了。这牵涉到和与心智、身体、灵性的各种能量成为朋友，不是去完善这些能量，而是在接纳自我为自我的过程中、平衡这些能量；无须解释或抱歉地接纳自我，也就是这个器皿所称的、放松的自我信任；这样使得一个人待在自己的身体内感觉舒适。

这是否回答你的询问，我的兄弟，或者，我可以在其上进一步讲述？

提问者：所以，限制向上螺旋光升起的事物，并不是在能量中心中的那些扭曲，毋宁是关系，如你们在这个早上、稍早时候说过的——该实体对自我的各种面向的接纳的相对和谐度。

Q'uo：我的兄弟，正是如此。

提问者：所以，这是……我听起来，这似乎像是 Aaron 稍早提到的、他要我们考虑该可能性：某些扭曲提供机会给我们学习、增强我们的能力以提供可以帮助他人的学习体验、通过我们有爱地照料那些扭曲。

Q'uo：一个爱自己的实体，在自我的所有尘垢中如实地爱自我，他就会在他人所有的尘垢中、对他人献上慈悲。

允许一个绳结成为一个绳结、允许一个纠缠成为一个纠缠，就是结束那个纠缠或绳结的开始。去忽略不是允许，但要看到、去爱、接纳、宽恕，并且继续前进，知晓整体——那是很有帮助的。

提问者：因此，就是扭曲允许一个人增强其极性？

Q'uo：这是观察敏锐的，我的兄弟。就在你们太阳的第三个行星上头，极性(polarity)对于你在这里的任务具有精妙的中心地位。你要做出一个伟大的选择：你将会发光，还是你将会收缩、紧握；把它完全给出去，或者为自己紧紧抓住一切？

发光的极性是服务他人的极性。就是我们前来分享的事物，我们对你们说：在每一天的所有苦难中，正是你的发光表达了这个爱之极性。

我的兄弟，我们可否进一步回答你？

提问者：不用了。谢谢你们。

提问者：我不理解这寻求极性(的过程)？自私或无私，什么啊？

Q'uo：去服务他人就是服务自我。去服务自我就是服务一切万有。对于你的问题、没有答案。尝试去分别自私与无私是在一个错误的前提上工作。自我是一个整体，所以，随着你选择去宽恕、接纳、允许，寻求在一个困难的情况中这样做的能力，于是极性在每时每刻获得表达；极性就是那个将会推动你到达一个更精微的觉知的事物。因此，恰恰就是那个困难的时刻、在其中、你看见那种爱的能量充满牺牲与痛苦，那就是欢庆的时刻了，因为就在爱那无法去爱的存有之中，你真正地选择在服务他人之中极化。

我们是 Q'uo，因为就在我们发言之际能量正在离开，我们承诺在一次未来的集会中、请求进一步的询问，以此结束这个集会。我们离开你们，不过，我们没有离开你们。我们在一切万有之中离开你们。在彼此的陪伴下，看见造物者的面容。

Adonai. Adonai，每一道光。我们是 Q'uo。

原注：

[1] 增支部：二集，第十。

[2] 《西藏生死书》作者，索甲仁波切，旧金山 Harper 出版社，1992。

[3] 圣经，《路加福音》22：42。



[4] 圣经,《马太福音》13: 44-46。

[5] 该引用来源尚未确定。

Translated by T.S.

(V)2017 Reviewed by cT.

## 第 26-13 集：和基督的关系

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年三月 30 日

来自 L 的问题：作为我理解万物一体的灵性旅程的一个必要部分，我很早以前就放弃了基督教。这个经验教给我很多事情，但是，现在我觉得，将我的道路与我挚爱的基督教信仰重新整合起来，在不同的层面上、再一次于基督中行走的时间到了。Q'uo 能否建议某种方式或某种我可以跟随的途径，使我能借助一种宗教信仰或一个基督关系的帮助，来进行我所需要进行的转变性工作？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意；在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。我们极其感谢 L 实体提供了这个机会，来谈论关于转变的途径这个主题；这条转变的途径以螺旋的方式盘旋到达她旅程的一个位置，从那里、她可以再次与耶稣·基督同行，她如此渴慕这样做，并已经为此准备好自己。

我们会请求今天在这个圈子中的人们、做一件我们在分享想法之前、总是会请求的事情；那就是，每个人在允许一个想法进入大脑时，不预期好坏，只是单纯地评估每一个想法自身的价值。如果一个想法看起来与你共鸣，那么请尽你所能地使用它并和它一同工作；但是，如果你的分辨力以任何理由建议你那个想法放在一边，那么请毫不犹豫地这样做。如果你们每个人都小心谨慎地使用分辨力，并保护你自己的途径和自己寻求的进程，那么我们就更加能够感觉放松和有信心，知道我们没有因为在此刻与你们分享一些想法、而侵犯你的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

我的姐妹，我们觉察了你的问题；我们会藉由引发一系列的想法，将自己提供给你。也许我们的第一个想法是简单地说，当这个器皿挑战灵体的时候，她以耶稣·基督之名来挑战，我们乘着那种振动来到她身边。它是一种无条件爱之振动；进一步地，正如耶稣·基督无条件的爱所表现的，这种无条件的爱乐意放下所有的担心：关于自己，或在服务他人之际、自己要付出的代价；唯一的目标是：尽我们所能，以全心全意的完整方式、分享太一无限造物者的爱与光。和你知晓为《新约》的作品中谈到的振动相比，这明显地是一种不同的振动。

此外，耶稣·基督教义的振动并不是有组织宗教的各种机构由始至终所表达出的那种振动。的确，这个器皿已经将她从圣经阅读中学到的事物，和她在教堂中听到的布道整合了起来。在你们地球上、以各种语言讲出的每一个词语都含有扭曲；我们也有扭曲。我们的基础能量是无条件爱之能量；但是，不管是我们、或任何你们与之谈话的布道者、以及作为一个顾问的这个器皿，全都拥有不容忽视的偏向性和扭曲。每一个人都尝试去成为无条件爱之声，而无条件的爱比任何语言所能够描述的、都更多更深。因此，我们不会假装向你们提供权威性的资讯，我们仅仅与你们分享一些想法、当你在内在

寻求中前进之际，这些想法也许可以成为你的资源。

对于我们而言，搞清语言和真理之间的区别很重要，尤其是在我们跟一个想望跟随耶稣·基督的人讲话的时候。甚至在那些被认作是耶稣·基督实体的文字被收集到福音书中之前、在新约中、这些文字的书信和预言作品大部分由保罗实体著作，也由约翰实体所著作，在它们存在之前，都已经有了层层迭迭的扭曲。试图给写下的文字加上字面上的价值，就我们简陋的观点来看，那是注定要失败的。正如耶稣·基督实体无法被束缚在尘世的十字架上，反而跃入天堂一样，他曾表达的、并且继续在表达的东西，无法被局限于任何文字或寓言的十字架上或架构中。这让耶稣·基督实体成为了一个似乎更加难以捉摸的人物，因为依附于让人如此舒适且熟悉的文字，似乎很有帮助。

我们将尝试与你一同检查这些文字中的一些部分，但是在此之前，我们想要建议一个可能在此刻对你有帮助的概念。你也许记得福音书中的那个故事，在复活节的早晨，玛利亚实体、玛利亚·抹大拉实体和彼得实体去拜访耶稣实体，他们去查看耶稣的坟墓。当他们到达后，发现坟墓没有一块封口的石头，相反那块石头滚到了一边；裹在耶稣实体身体上的亚麻裹尸布被折迭好放在一边；(附近)有个实体、玛利亚以为他是园丁，正在被打开的坟墓中等待着她及其同伴们。玛利亚哭了，因为她深感不安，认为有人偷走了她挚爱的耶稣的尸体。接下来，那个正等待着她的实体以她的名字呼唤她，当他说「玛利亚」的同时，她第一次认出了他。她的眼泪转变为喜悦，因为她看到耶稣真的已经复活了。她冲过去去依偎着他，但是，耶稣阻止了她，说他尚未扬升，因此他必须从事天父的工作。耶稣离开了她、前往加利利去向其他那些忠诚的门徒致意，让他们知晓耶稣从坟墓中复活的好消息。

我的姐妹，耶稣·基督实体现在已经完成其个人的职责、向那些在他活着时认识他的人们致意。他的确已经完成了他在你们星球第三密度中的生命旅程；他已经、在所有的时间和空间中、将自己献给体现无条件爱之实践。在当时、这个实体需要继续向前，去完成他投生旅程中——在其中他被知晓为耶稣·基督——更加奥秘以及这个器皿会称为的内在平面的面向，以便于当那些跟随他的人呼唤他的时候，再次出现。

他将其意识的很大一部分播撒到灵性之风上头，为了所有呼唤他名字的实体创造出属基督的能量；不过，他播撒意识的方式使得这股意识可以降入每一个呼唤他名字的人的能量系统。很多人，包括这个器皿，把这股能量称为圣灵。为了区别耶稣·基督实体和圣灵，我们会说，当你呼唤耶稣的时候，你在呼唤纯粹的意识。你不会接收到一个人格，因为这个实体的确已经扬升了。然而，他所体现的这个纯洁礼物[无条件爱]，则像一颗完美的宝石，照原样地留了下来。单纯地祈祷「耶稣」有着惊人的力量，那呼唤不需要内容，单单靠这个名字就会启动基督的临在。

相对而言，被知晓为圣灵的能源则会反应出你心/身/灵的内在配置的色彩和偏向性。当圣灵被呼唤之际，这种能源把它自己和你的高我结合起来，创造出原则或群体意识。这个群体意识将你在到达这个器皿所称的第六密度中期的丰富旅程中所创造出的自我，跟无条件爱之纯粹意识结合起来；于是，在你的内在里有一个家园，在其中、基督的灵和你自己最高最佳的自我结合起来。这是造物者极具个人性的一个面向，你可以和它进

行实际对话，如这个器皿所做的一样。

当然，这不必然是一件容易达成的事情。这种对话可能的确需要时间来完成它在你自己里面的配置，不过，我们向你们担保，这个空间已为你准备好了。你内在的神圣空间随时随地都准备好让你进入，你无法和耶稣·基督或圣灵分开；藉由你的爱，你已经于内在准备好了这个空间。我们这样说，是鼓励你去打消任何你会和耶稣·基督实体的爱分开的担忧，并且再次向你保证，你没有必要向外祈求圣灵的指引和智慧。火舌已经触及你的头部，鲜活的火焰已经触及你的嘴唇，你将永远不再是一样的。确实，在你流放途中的所有流浪岁月里，一直都是如此。

我们愿进一步地说，我们会赞同 L 实体，有必要离开那种配置、她在其中接收到耶稣·基督，（但）在这个器皿所称的宗教组织的局限之内。在我们与各种通过这个器皿向我们提出这类问题的实体们一同工作时，经常会发现的确如此。这就仿佛那些谈及耶稣·基督实体的教导创造出一种盒子，而基督却无法被装在这个盒子中。当包含宇宙造物、造物者，以及藉由投生来更圆满理解造物者的个体途径之全景图开始实现时，较小的画面就无法承受，关于无条件爱的较小定义就无法维持。因此，一个人必须抛弃旧有信念的空虚坟墓，允许僵死的事物滚到一旁，正如同耶稣实体必须扬升，以便于继续他已经开始的有益工作一样。大多数实体在追寻对无条件爱的真实理解的过程中，至少会有一次如此的经历，舒适的陈旧方式必须变成坟墓，寻求中的实体释放陈旧的观念，依据内在基督「跟随我」的真实呼唤而行动。

就许多方面而言，那些离开宗教组织的人的路是一条从信仰到信心的途径。信仰是一个词语，它所描述的事物有一个客观参照物，有某种要信仰的东西。信条

（creed）就是这种信仰系统的表述，《教理问答手册》（Catechism）则更具体地描述一个人要想获得拯救而必须相信的事物；每一个从教条的观点布道的传道者，都会源源不断地、接到种种关于如何去相信以便被拯救的指导。

无条件的爱则毫不带教条味，它是一种在信心中歇息的能量。对于信实的心而言，一切都好。实存的东西就足够了，似乎需要的东西、就简单地期待它。没有认知，没有关于原则的清单，只有一种潜在的、环绕的感觉，即一切都好，一个人充满了所需的东西，他所拥有的东西非常丰盛。信实的心在感激、平静、确信中歇息。

当你寻求这条不断更充分地、螺旋进入无条件爱之能量的转变性道路时，我们希望你能够越来越多地、释放任何害怕你可能踩错步、思考不正确的想法、或者探索也许不合适的领域的恐惧，因为无条件爱之能量是你本性的一部分。

让我们检查一下这如何会成为可能，以及你可以如何更深刻地认识你内在早已存在的、基督这个礼物。

耶稣·基督实体说过：「我是葡萄树，你们是树枝。」[1]当你考虑一个葡萄园的生长时，你了解到，很多葡萄种植者会在葡萄树上嫁接别种的葡萄枝干，来创造出一种混种的葡萄树。因此，要成为一颗真葡萄树的一个枝干，你首先关注的，就是不要往那个葡萄树上添加任何不是真葡萄树的东西。这就是我们为什么首先谈到，无条件爱的意识无法被概念与语言所束缚。那些试图去教别人耶稣当时如何思考的人，倾向于将语言捆绑到无

条件爱的真葡萄树上，仿佛解释和阐明将在某种程度上创造出一个更好的耶稣。而实际上，真葡萄树[2]是一种奥秘。

肯定地，耶稣实体扎根于大地，拥有一次人生，有一个故事要讲述，并完成了一次尘世的旅程。但是，当这个实体尝试去表达对于他之所是的理解时，他一次又一次地不以个人的措辞，而以一种关系的措辞来描述自己。这个实体将自己视为一个这样的实体：接受了天父给予的智慧、蒙召前来讲述。他说：「当你听到我的时候，你听到的不是我，你听到的是那差遣我来的天父。」[3]

他还说：「我是人子。」[4]他视自己为人类的一员，但他是一个放下了所有人格外壳的人，以此作为一种奉献，使他能够尽可能地成为所有人类的一个榜样。

他看待自己内在的扭曲，如同看待他在周围所有人身上看到的扭曲一样，不是带着评判，而是带着一种不可思议的乐意，要将这些扭曲和他真实的本性分开。换句话说，他清空了自己的人格，以便越来越真实地成为那个他真正所是的人。他热切地渴望他的意识成为融入无条件的爱中的意识。当他使用「大我」（I）这个字，他不是再说作为一个带有人格的自己，他已经洞悉到自己的真相；当他找到自己的真实本性时，他发现它完全融入了无条件爱本身的「大我」之中。

当这个器皿与那些不是基督徒的人谈话的时候，她经常会使用基督意识这个措辞。她在尝试去推动实体们超越基督是一个人的观念、并且穿透那些护卫个人身份的墙，好让实体们就可以觉得，有可能感知一个不受人格羁绊的自我。

耶稣实体说过：「我是道路，我是真理，我是生命。」[5]请记住，造物者对于耶稣实体有一个名字，那就是「我是我之所是（I AM THAT I AM）。」在投生中，这个实体打开了他的人格外壳、允许它脱落，剩下的就是这个实体所感知的、造物者的纯粹意识，他将造物者感知为纯粹的爱。

智慧不是耶稣·基督的意识的一部份。在被知晓为圣灵的基督能量中，有着远远更多的智慧和肯定更多的慰藉；耶稣·基督的意识是纯粹的爱。这是一个值得记住的有益差别，因为此刻在肉身内的每一个实体所面对的挑战，即是去学习无条件爱、到达足够的程度，以便于开始跟随爱之道，从而走过从第三密度到第四密度的蜕变历程，从善与恶的斗争转变为纯粹爱之阳光。

耶稣实体以一种非常简单的方式面对善与恶之间的斗争。这个实体单纯地说：「诱惑，退到我后面去，因为我将服务我的天父。」[6]这不是一条复杂的途径，而是一条常常牵涉苦难的途径。选择爱而非恐惧、有时会被视为一个相当残酷的选择。当一个人被辱?的时候，挚爱地把另一边脸转过去，向那些会造成伤害的人们鞠躬，在那些不认识无条件爱的人们会跳起来自卫的情景中保持温顺，这很严酷。我们只能说，保持简单并坚持爱的道路，其回报是无限的。对于那些感觉到在内在平面（次元）里好像盲人似的实体，能恢复他们视力的是爱而不是聪明。当一切看来都很迷茫、援助却四顾不见的时候，知晓一个人是真葡萄树的一部分，会让灵魂在这种艰难时期得到休息。

在此时，我们请求你们在能量体中休息，深深地吸气、

深深地吐气，知晓你正在吸入耶稣·基督的意识，你正在呼出同样的意识。它比你的想法或你的手脚都离你更近。的确，正是你的心在泵动着爱... 爱... 爱...，你的菁华是真实的，它一直在表达着，透过肉体、心智，以及常常似乎很有偏向性、很扭曲的情绪体，并且持续地表达着。这些(身)体会衰弱、会掉落到尘土之中，最后终结；你自己那个进入此生中、属于灵性的部分，却是无限且永恒的。跟随一个诸如耶稣·基督这种实体的荣耀是什么呢？那荣耀存在于一个存有的聚焦之中，存在于无限造物者的透镜如何能够锐化并描绘出你的道路，使你对于自己是谁、属于谁拥有一个鲜明清晰的视野。无论如何，欢迎你知晓为耶稣的老师返回你的意识之中。如果你必须将他作为一个人来爱他，也要一直记得，他曾希望去表达天父的真理，期望去成为那个透镜，让你真的聚焦成为他一样的、天父的仆人，成为造物者的一个活跃的、有生命的一部分。他的语言缠绕在静默之中，他的真理缠绕在奥秘之中，但那爱之真言(Word of love)，也就是基督意识，即是万物中的一切(all in all)。

此刻，我们愿欢迎你们可能有的、任何进一步的问题。我们是 Q'uo。有没有一个问题？

L：我想不出什么问题了。但是我非常、非常感谢你们。

我的姐妹，能够与你分享这个时间并且和你分享这种能量[如这个器皿喜欢说的]，这是如此的一种喜悦。我们真的是一体的，耶稣是万物之主。对于所有的时间、所有的空间，无条件的爱都是造物者的菁华；我们的道路和你们的道路一样，不断蜿蜒地接近对于合一的觉知。我的姐妹，愿我们一同服务，愿我们一同成为那爱。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai。

原注

[1]《圣经》《约翰福音》15:4-5：「你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不在葡萄树上，自己就不能结果子。你们若不常在我里面，也是这样。我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子。因为离了我，你们就什么都不能做。」

[2]《圣经》《约翰福音》15:1-2：「我是真葡萄树，我父是栽培的人。凡属我不结果子的枝子，他就剪去。凡结果子的，他就修剪。」

[3]《圣经》《约翰福音》14:9-10：「人看见了我，就是看见了父。你怎么说，将父显给我们看呢？我在父里面，父在我里面，你不信吗？」

[4]《圣经》《约翰福音》3:12-15：「我对你们说地上的事，你们尚且不信，若说天上的事，如何能信呢？除了从天降下仍旧在天的人子，没有人升过天。摩西在旷野怎样举蛇，人子也必照样被举起来。叫一切信他的都得永生。」

[5]《圣经》《约翰福音》14:5-7：「多马对他说，主阿，我们不知道你往那里去，怎么能知道那条路呢？耶稣说，我就是道路，真理，生命。若不借着我，没有人能到父那里去。你们若认识我，也就认识我的父。从今以后，你们认识他，并且已经看见他。」

[6]《圣经》《马太福音》16:21-25：「从此耶稣才指示门徒，他必须上耶路撒冷去，受长老祭司长文士许多的苦，并且被杀，第三日复活。彼得就拉着他说，主阿，万不可如此，这事必不临到你身上。耶稣转过来，对彼得说，撒但退我后边去吧。你是绊我脚的。因为你不体贴神的意思，只体贴人的意思。于是耶稣对门徒说，若有人要跟从我，就当舍己，背起他的十字架，来跟从我。因为凡要救自己生命的必丧掉生命。凡为我丧掉生命的，必得着生命。」

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 26-14 集：苦難與喜悅

---

Copyright 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年五月 1 日

团体问题：这一周的问题是关于我们如何释放我们的苦难、到达受苦的根本、找到各种原因、创造机会去取得我们可称为喜悦品质之过程。我们想知道，Q'uo 是否可以帮助我们某些观念：关于这个释放苦难的过程、以及喜悦扮演的角色；另外，是否有个我们可以利用的训练或步骤来训练我们自己好自我解放？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。我的朋友，你们创造的寻求圈是一个属于光与色彩的、令人眼花缭乱的展现。作为地球田野上的花朵，你们交融的能量场完美绚丽，我们为你们聚集到一起并留出这个神圣的时间而感谢你们。

我们和你们一样在寻找真理，我们容易犯错，所以，我们会一如既往地请求你们每个人、小心谨慎地守护你们聆听和吸收的资讯。只有你才是自己的权威，只有你才能为自己分辨：你觉得什么观点适合你去工作，什么事情只会让你失望。如果我们说的任何事情和你有共鸣，那么务必要和它一同工作。如果我们说的某个事情与你没有共鸣，我们请你将它随意地、不假思索地抛在一边，不再回头。它不适合你，至少不是现在。藉由你们每个人都那样做，我们将感到能够更加自由地表述我们的想法，并用这些所谓语言的笨拙事物来跟你们分享。我们为这个器皿所提供的服务而感谢她，然而，在她将概念转译为语言的过程中，总会有某种东西丢失。因此，我们将尽我们所能地进行分享。最重要的是，如你们知道的一样，我们所分享的，超越语言；它是我们的能量和你们的能量所共有的菁华，我们深深地感激这种分享的能量。

你们今天询问我们的想法，探讨如何释放并抛开你们体验到的苦难，那苦难不仅根植在你的表层记忆中，还根植在存在于表层自我之下的地理中的那些自我部分里。你们的问题基本上是，如何成为一个矿工，如何找到并处理苦难。的确牵涉到一种过程，但它不一定是费时的过程，因为它存在于时间/空间、而非空间/时间中。它存在于记忆的一部分中，这个部份不属于你的物质身体或你的物质心智，而是你意识的一个组成部分。记忆与心智的时间/空间、空间/时间组成部分、在你投生体验的一生中来回播放。梦境、想法、白日梦、想象以及内在回顾的过程形成了一个万花筒，它持续不断地在两个世界之间转换。

在某种程度上，你拥有在心智和意识之间来回转换的机能，但这两者之间的区别是微妙的；你能认识到个人实相的性质从心智的第三密度的关注、转换到时间/空间的多密度关注[我们把它描述为意识的关注]的那些时刻，那是很好的。

我们无法向你们承诺苦难的解决方案，但是我们能够谈论一些涉及找到、处理、释放催化剂的事情；容我们说，那些催化剂尚未被消化，只是被藏起来以便保存催化剂的用处，直到它被彻底用完为止。

山达基教派（Scientology）资料的创作者 Ron 实体所做的工作，以及西瓦（Silva）实体在创造西瓦心智控制技术时所做的工作，两者都谈及深植的痛苦及其特性：它潜藏在自我的无意识部分，所以一个人必须去追寻它。提示一个人拥有可以去追寻的深植的痛苦之线索，存在于生活的日常表面体验中：某人说的一件事情或者你观察到的某个行动、把你带出正常平静的心态，在你内在引发一种反应。如果你是聪明的、并且正在观察自己[这总是一个好主意]，你就会注意到那个引起反应的事件与你的反应不成比例，这就给了你最好的提示，你的内在正在发生某件需要你去探索的事情。

如我们在之前对这个团体说过的一样，大多数深植的痛苦很久以前在你此生年龄还很小、身体尚未长大的时候，就被埋藏起来了。在幼年时期、你毫无防卫，那些冲击你的事物会冲击得很厉害。你从父母、老师以及其他权威人物，那些你觉得好像是神一般的人物，那里听到了许许多多的意见，你试图接受并理解他们所说的事情，并使用那些指导原则来评判与评估你的经验。

这里有两件事情会发生。首先，那些似乎提供了养育和照顾、神一般的实体，在和你打交道的过程中制造了痛苦，而你并不知道如何处理那种痛苦；你看上去不可能离开这些人另选地方居住。为了和这些你已经开始惧怕、同时又信任的人一同生活，你在自己内在里创造了一个让自己感觉安全的地方，这个你为自己设立的避难所除你之外谁都无法靠近。创造这种场所的代价、则是在你与最亲密的家庭生活之间的介面上，将完整的你自己移除了。在某种神秘的早期婴儿时期，也许一切顺利，你对家庭环境并没有恐惧感或不信任感；而现在，你相当早地发展出一种警惕，这影响了你以一种完全的、直面的拥抱来面对生活的能力。

对于一些实体，比如我们在此刻作为管道使用的这个实体，在自我与那些紧密相连的环境之间，一直进行大量的再融合。的确，这个过程花费了她好几年时间，在这期间，该器皿刻意地、有意识地返回家庭环境，跟每一个她感觉有疏离感的实体互动，直到她在自己内心里满意地感到，她已经再次让自己完全整合到这个原初的家庭之中，于是她在那里不再感到恐惧。

罕见地，一个实体能够彻底地做好这个工作。也许父母会因为死亡、离婚而消失，或者别的方式使得他们离开该环境；也许产生的伤害太大，想安全地走过再融合幼年环境的这个过程，其可能性已不复存在。无论是什么原因使你不能完全返回记忆和意识之内的原初家庭、并且带着信任和爱完全接受它，缺乏家庭所具有的原初滋养会对此生的其余部分造成影响，从而造成一种环境，人格外壳在其中承载着那些来自早期幼年的原初伤害、而无法处理那些伤害。

肯定地，在随后的生活中，当一个人就肉体的意义上已

经成年之后，会有别的机会带来足够的痛苦和足够的错位，以致于他会进一步制造出一袋袋的痛苦，它们也被埋藏起来，因为一个人无法在当时充分处理它们。Ron 实体称这些袋装痛苦为印痕（engrams），我们感觉这个词语很便利，所以我们将使用它。我们单纯地谈及结晶化的记忆，它携带着一种情绪性的电荷。我们并不需要去定义苦难，因为你们每个人都受过苦，懂得人类苦难的性质。你知道痛苦的许多颜色和质地，你知道它会如何从正面或侧面、或者从背后冲击你，你知道每一种伤害如何把它自身呈现出来。你知道你的情绪和神经系统如何反应这些攻击，你知道仅仅想一想那些发生在你身上的某些事情，就能创造出一种完整的环境，在其中，你所经历的苦难仿佛发生在昨天而非发生在三十年前。

这就是你们每个人携带这个器皿所谓的包袱的情况，而你甚至不知道你携带着包袱。但是，如 C 实体说过的，当她鼓起勇气完全地面对自己，并请求她的指引系统向她显示她所携带的苦难时，她为自己的担子中蕴含的丰饶所惊倒。你们每个人都有个手提箱，容我们说，其中充满了痛苦和苦难的真正珍宝，它们整齐地收藏在一边、等待着回到它们身边，带着爱将它们升华到光中，与它们一同工作。

现在让我们谈谈喜悦。R1 实体说，他想知道喜悦和纪律是否有点不相容，也许，如果一个人是喜悦的，他就没有纪律，或者，不知怎的，纪律似乎不会产生喜悦。不过，他感觉，纪律有可能涉入发现喜悦的过程。碰巧这个器皿比大多数人更熟悉欢乐的风景与环境，因为某种大脑损伤[依据她的描述]。在她的能量系统中，心智和意识之间的连接比一般人拥有的远为强健，所以这个实体会常常切换入意识之中。当一个人处于心智的那个部分、我们称之为意识，其预设值就是喜悦；太一无限造物者的本性就是喜悦。我们可以越过那个词而使用狂喜（ecstasy）这个字；我们甚至还可以使用性高潮（orgasm）这个字，因为宇宙造物者和造物者的预设值就是绝对、无限的喜悦。就你在第三密度身体中体验造物者而言，它就是性高潮；就你在一个深入的层次上随身携带着的意识而言[在此生中和此生外均适用]，

它就是无条件的爱持续不断地辐射，像是一种无限丰富的经验，它属于你所能想象得到的、最喜悦、最充满光的自我感。

你们每个人都有个核心自我，它跟你表达自己的方式、做什么来维系、你如何说话、你的教育经历是什么、或任何类似细节都没有任何关系。那个菁华的自我即是你和宇宙造物中、每个有生命的东西所共享的自我；那种菁华会在喜悦中歇息。对于这个器皿，她有很多次单纯地进入光的地方，接着她周围的共识性实相就消失了；在你们的人群中，这种心智的状态被称为神秘主义。这种心智状态的礼物提供给一个时常滑入那种狂喜状态的人，它不能被分享，除了在本质中

分享。你们每个人也许都能忆起那些时刻：在大自然中或在艺术、音乐、舞蹈的世界中，看见某种美丽的景物；或者只是时间中的一个瞬间、一切事物似乎都恰如其分，你尝到一切万有之完美的一点味道或一阵香气。我的朋友们，这是真实的感知。

无论你周围事物的外表如何，你的确生活在一个完美的造物中，所有的事物在其中都以它们能够演化的速度演化着。你在日常生活中、总是遭遇到络绎不绝的其他自

我，它们都在自己内在拥有其完美性。因此，他们每个人对于你都如同一个映射，一面镜子，你会一次又一次在每个你遇到的人身上、看到自己；不同的人向你展示出你自己的不同侧面。肯定地，许多镜子是疯狂的、好像在嘉年华的奇幻屋(funhouse)里的镜子，你在映射中不是太高、太宽就是被扭曲，然而它就是你。那个映射正在尝试向你展现什么呢？这些问题和这个过程是无止尽的。在某种意义上，你好像一个侦探，或者像个正在将一幅非常复杂的三维拼图拼在一起的人。藉由把拼图碎片拼在一起，藉由阅读你环境中的镜子，你每天一次又一次地创造出这个世界。

共识性实相拥有一个强烈的倾向、把你从意识拉开、进入心智中，从喜悦中拉开、进入对日常生活的关切中，从你天然菁华里的合一、平安、力量中拉开，进入无穷尽的细节和恒常地重新安排细节之中，好制造出一些结构，你能够借着它们生活、在其中工作并能够从中学习。

那么，在这个挖掘你的印痕、把它们带入光中、和它们一同工作的过程中，纪律从哪里切入呢？单单是让你的心智在常轨上运转[如好几个人以各种方式说过的一样]，记住你是谁、你为什么在这里，其中就涉及可观的纪律。这并不是一个严厉的纪律。肯定地，一个纪律感强的人可能创造出一种生活规则，每天要做特定的事情来为灵性的演化创造出最有利的环境。有些人，好比 R1 实体、T 实体、以及 Carla 实体，他们努力在每天留出冥想的时间；他们这样做是因为他们发现这很有帮助。这种静默的训练是有效效的。但是，我们这里说的不是那种严格的时间管理，我们说的是：对心智、想法的纪律与管理，容我们说。

你在今天考虑了什么事情呢？在那些想法中、有哪些是你已足够认真地看待、(真正)聆听过呢？你聆听你的想法并跟随它们吗？我们推荐这样做。关于痛苦所在位置的线索，嵌入你每天的日常想法之中。肯定地，利用梦境会有帮助，因为梦境是你的意识终于得到发言机会的时候，意识和你进行的对话。你的心智整天在无休止的对话中[关于如何做这个、为何要做那个...]受到阻扰，你陷入细节的泥潭之中。在你梦境的时间中，所有那些你因为真的没时间考虑而推到一边的事情，现在有一个涌现出来的机会，于是它们就浮现了。聆听那些在你的梦境中浮现的、你能够记得的事物吧。但不仅如此，聆听一天中、那些在生活的忙忙碌碌中、通过你的心智的那些似乎琐屑的想法。当你开始看到一种模式之际，考虑它、跟随它、追寻它，就像你是一个恋人、而那个记起痛苦的模式是你的甜心一样。在追寻那种痛苦的过程中，你所经历的小巷与通道超越时间和空间，存在于那个，容我们说，你在儿时就创造的避难所的密室之中。你的安全所里面有这些珍藏的宝贝，它们被安全地储藏着、直到你回来，好拿出它们并透彻地、钟爱地注视它们。

在进行这项工作的过程中，可预见地、你将感觉到大量的阻力。这些事情当时被放在一边，是因为在你体验那个催化剂[也就是那个最初伤口]之际，你觉得这些事情周围有一种强度和恐惧超出你的处理能力。再次将它们拿出来，你将体验到所有的那些感觉。这个器皿与 Vara 实体在不久前、曾谈到关于刺伤的性质。Vara 和 Carla 两人都经历过刺伤，她们谈到了它们无法由表面向下痊愈的事实。它们只能藉由让它暴露出来、从刺戳的底部逐渐上达表面而痊愈。挖掘一个印痕与此非常类似，因为你终于渐渐打开那个有感染的地方，如果你

愿意这样说的话。你必须让爱的阳光和你信心的雨水来清理那个伤口。

足够有趣的是，一旦你开始让自己去做这项工作，该过程会如此迅速地发生，以致于你最终发现那个特定痛苦的源头是喜悦的笑声。你看着那个痛苦，体验那个时刻的深刻幽默。因为痛苦一旦被揭露出来，一旦它的本质被看清，痛苦就完全不是你要躲藏的怪兽了；慰藉是明显的，欢乐是强烈的，而反应就是笑声了。我们希望当你找到这些印痕之际，当你爱着它们、直接凝视它们并且拥抱它们[如同啃咬的狼]，你将发现那深刻的幽默和笑声的反应发生在你身上。

有时候，这个过程不会如此迅速。有时候那不是底部。纵使找到了那个印痕，它却跟其他的印痕粘连在一起。你已经创造了一个网络，一张连接在一起的痛苦的蜘蛛网，如果你愿意这样说；你将人生近期拥有的痛苦与更早的痛苦连接在一起。所以，有时候、对特定痛苦的真实底部的寻找必须要花费一段时间。如果是这样的话，要对自己有耐心。持续挖掘，持续采矿。要了解，正如产出宝石的地下矿脉一样，你的痛苦处于极大的压力下已经有很长一段时间了。普通的煤炭，容我们说，也就是最初的痛苦，已经逐渐变成钻石的模样。它不会带着最初的血与汗坐在那里，相反地，它已经在你里面被重新创造为一份礼物，一个宝藏。就在你里面，在痛苦之瘤中、蕴含着你已经赚得的美丽色彩，它们是你自我中不想望失去的一部分。肯定地，它们的颜色也许比较深暗，但是作为你的创作调色板的一部分，当你将它们从储藏室中提升到你开放之心的光中，珍惜并感谢这些礼物和珍宝之际，它们会给你的表达带来一种难以置信的深度和丰富。

R1 实体稍早曾说，他在灵性的寻求中发现、这方向从复杂到达简单，他的确喜欢该方向。我们同样对你说，当你的人生真的变成你自己的，当你找到了自由来成为你自己时，你将发现生命变得非常简单。肯定地，在日常生活细节上，生活很少会是简单的。但是，在知晓你之所是、选择你希望投入能量和时间来考虑的事物方面，每次你能够从自己的模式中脱去一层虚伪的时候，你会发现你简化了生命，因为你简化了你的想法。Ra 实体在许多年前说过，考虑「此刻、爱在哪里」这个想法，问问自己这个问题是有帮助的。当你问了这个问题，你敞开了你的心。

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

当你敞开你的心之际，造物者拥抱你、与你分享祂的心；当你和造物者是一体的、安住在彼此之中时，万物合一、充满了爱。愿你时常进入那开放之心，进入太一造物者的意识之中。当你离开那些区域去处理生活细节的时候，愿你在前行时把那菁华带在你身边。开放之心的放光会祝福所有你接触到的人的生命，它是你献给宇宙造物、造物者，以及所有你遇到的人的礼物。我的朋友，没有比你的美和光辉更好的礼物了。愿你相信自己、对自己有信心，愿你开始越来越深入地知晓你内在里携带的真理、以及那真理带来的自由。

这个器皿正在告诉我们，时间到了，我们要开放这次会议给进一步的问题，所以，我们允许(刚才所说的)这些成为那个美妙问题的回应。我们实在感谢你们、为了你们提出这样一个极好的问题给我们一起工作。它一直是种真实的快乐，我们知道，我们并没有妥善地完成这工作，但是，也许我们将在未来的一个时间再一次处理



它。

现在有另一个询问吗？

T: 是的，我有一个问题，它是关于我稍早对这个团体谈到的，如何在一个人感觉低落、沮丧，以及对事情大体感觉差劲的时候去冥想。这应该是冥想的时候，我却发现要去冥想很困难。当你心情不好的时候，如何帮助自己、使得那时的情况变得有助于冥想，你们能不能评论在这方面的任何观念？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个苦恼或沮丧的实体觉察到神经的嘈杂或痛苦[来自无论甚么引起苦恼或沮丧的事物]、倾向于希望寻求一种麻木与缓解。肯定地，当一个人进入冥想之际，反面效果发生了：对于实相的感觉变得更加锐利，而风景变得清晰。因此，我的兄弟，你会自然地感觉要进入静默很困难，因为那静默会说话；而在静默中说话的那些安静且微弱的声音，讲述着不舒服的真理，并且带出某个素材，它只会增强并锐化最初的不适。

在某种意义上、我们会对你说，不顾阻力向前进入那种静默，这是一种有益的训练。然而，我们可能会建议，如果你决定那样做，不妨在天父的造物[如这个器皿的称呼]中建立一种日常惯例。在自然环境中的沉思性散步，第一与第二密度生灵会支持与鼓舞该冥想过程，这些生灵是：你周围的土、火、空气、水，以及诸如树木、植物、飞禽走兽之类与你分享这个自然造物的第二密度实体们。它们的本性不会因为第三密度的忧虑而被牵绊，因此它们会本能地给予你支援，我的兄弟。接触土地会使你变得非常接地。例如，这个器皿发现，在一天结束的时候简单地拔一些野草就很有帮助，不是因为她在花园中做了多少事，而大部份是因为这种接触非常有抚慰性并且对她有益处。

有时候，从一个室内环境或工作环境变换到一个自然环境，这会有帮助。并不是说，它会缓解静默的冲击，静默可能很具冲突性；当一个人与他并不理解的事情打交道的时候，冥想可能非常令人不舒服。但我们鼓励你继续这种冥想锻炼，并简单地变换场所，从房屋、椅子之类的文明居家环境、搬到你散步并冥想的运动(motion)的宁静中，而运动也是冥想的一部分。

我们也会评论 R1 实体最初的、在提出这个询问时所谈论的事。被认识为 Ron 的实体说：他发现当一个人在自己的进程中陷入泥泞之际，跳出自我的盒子去聚焦于为他人做点甚么，这是有帮助的。我们会赞成这个评估，接着说，跳出一个人藉由一遍遍地重复相同的想法而在地毯上磨损的小圈子，把自己放到另一个环境中，查看另一个问题并查看如何服务另一个实体，对于理解自我的进程极有帮助。要将自我从一种无法感觉到、却非常真实的束缚中解放出来，所有这些方法都非常有帮助，因为一个人会习惯性地将自己束缚在一种模式中，而这做法有助于他把自己从中拉出来。

可是，我们要说，同样有帮助的是：了解到、这样做其实是一种技巧、绕过了直接做内在工作的方式。所以，在一天结束之际，值得在沉思中回顾那个忧虑，问问你自己：「我在这里依然在看着什么？我被什么东西牵扯？在这情况中，触发物在哪里？今天，在我得到的爱与智慧当中，我最高最佳的自我会如何看待这个情况？」因为你今天的确成长了。所以，容我们说，在傍晚或上床前或入睡前，以平静沉思的方式再一次进入自

己的想法，问问自己今天的收获是什么，这是有帮助的。你获得了什么、释放了什么、什么东西绊住了你、为什么？

R2 实体说过，他清楚地记得、多次读到我们说，真正有价值的是你提出的问题，而非你收到的答案。让你自己是好奇的。让你自己发问吧。大胆点。因为你看，你试图烧掉的、是你的麻木与抵抗，你曾学会在日常生活、利用它们保护自己。你想要达到一个地方，在那里你会处于预设值中，但你为了保护你自己而铺设的棉絮、却将你与它隔离。当你以无条件的爱和接纳的醇酒将它全部吹走，充分接触你自己、你的菁华、你真正之所是的时候，那是个怎样美妙的时刻呀。这些时刻值得一次又一次地被珍视、记起、找到。

我的兄弟，我们可否进一步地回答你？

T: 我还有一个想法。我讨厌占据太多的时间，但是在你们谈论的时候，我突然想到，一个显然的、摆脱那些糟糕感觉的好方式，就是对你所遇到的、引起这种沮丧或类似感觉的催化剂，发展一种真实的感激。但是我也想到，也许一个人在心底深处怀有一种对他们进入的这次投生的愤怒；如果一个人能够宽恕真实的自我在一次特定投生中所出的这些牌，真正地宽恕，这会对整个情况有所帮助。你们能简要地对此评论吗？

我们乐于评论这个观察，因为它是杰出与深刻的。但我们再次遇到语言上的难题，因为将这类过程视为一个有着开始、中间、结束的过程会是方便的，但实际上，在意识中，你正在各种察觉状态中游泳。因为你曾经在某次进入一种察觉状态、这不意味着你完成了一个过程，而是意味着你发现自己进入一个特定的察觉状态。一旦你找到了这个状态，至少如果你信任自己的话，你就可以相信它，知道它就在那里，你可以再一次去寻求它。但是灵性的进化不是一条直线，而是一个螺旋。好像你正在上楼梯、绕着你体验意义上的自我中心移动；当你再次来到那个相同位置之际，你可以对自己说：「我认识这个地方、这种心智状态，我知道我以前来过这里，」但你实际上是在一个不同的地方，因为你已螺旋进入这里，容我们说，你现在处在楼梯上、一个不同的台阶、觉知的一个不同层次。你从每一件事物中学习，并且在你经历的种种学习状态中、携带着你已经学到的所有东西。

尤为真实的是，所有投生的人们都有一个共同的、重大的投生课程，那就是单纯地宽恕自己为进入投生所作的选择。在投生前，每一件事情看起来都非常容易。站在这个器皿称为玛雅或幻象世界的投生瘴气之外，你的记忆完整无缺；你理解你是谁，你理解你为这次特定的人生自设的各种目标与任务。你理解痛苦和苦难的用处、它的必要性、它的礼物；因为正是这种非常错位的痛苦提醒着一个人某个需要处理的情况，某些需要解决的模式。你看得很清楚也很全面。然后你跃入胞胎和父母的怀抱中，而一切都被遮蔽起来，事情不再简单。直到你通过死亡的大门进入更大生命、重新获得你完整的记忆、再次能将你的生命视为一个整体之前，(你的)这辈子，至少占相当大的一部分，会花费在尝试去弄明白真实的情况是什么、实质上在发生什么事、你看到的究竟是什么、你听到的究竟是什么、进入你感知网络的东西究竟是什么。

这就是信心进来的位置了。藉由信心，你能够简单地确认，一切都好，你所需要的正来到你身边，你要给出的

东西会有爱好者。藉由信心，你能够知晓，即使你生了大病卧床不起、无法做任何事情，你也是有用的。即使你陷入一份看不见你真的有帮助的职业(工作)，藉由信心，你能够知晓你的确在提供帮助，因为你就是你，你用来做那份工作的爱是这个世界最了不起的礼物，值得给出的礼物。那么，我们请你去探索那信心的源头并请求帮助，因为存在着一个强有力的支持系统，它为你量身定制，并包含了不少因为你的灵魂之美和寻求的热情被吸引到你身边的实体。他们必须受到邀请才能帮助你；一旦你请求支持，你会发现支持无处不在。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不用了，非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有进一步的询问吗？

S：问题来了。我得到了又一个年度学习的机会，下周就是 Derby 赛马会，而 Wilko 和 Afleet 看起来状况好极了。我能为你在一匹马上赌上五美元吗？你们能不能在这里给我们一点点内幕消息？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你的幽默和能量感觉起来不错，容我们说，我们永远不会在一个确定的事物上打赌。我们将那个问题留给你。

现在有另一个询问吗？

S：好的，我这里没有了。

（暂停）

S：好吧，我说谎了！我有另一个问题。继女很快就要生小孩，我们已经得到一些关于这个新生儿、这个即将出现的实体的资讯，我很好奇你们对于这个新灵魂的看法、想法、印象是什么。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，这实际上根本不是一个询问，而是请求去观察无限进入幻象的奇迹。容我们说，每一个在此刻进入此生的灵魂都是一个第四密度的先锋。这个实体，如同很多在此刻出生的实体一样，将会有一系列特定的困难，这是第三密度身体和第四密度身体被双重启动的结果。这种实体的挑战，就是在自己周围找到一些人、觉察这种实体的独特性，能够从这种实体很小的时候、就和他以平等的身分一起工作。我们为这个奇迹而祝贺你，我们鼓励你家中的全体成员团结在这个灵魂的周围。如 Wordsworth 实体说过的：任何新生(婴孩)的周围都有荣耀的光流[1]。

环绕着一个刚来自造物者的新生灵魂的光辉，这是值得观察的奇妙事物。愿你在这个新生儿的脸上看到自己，愿你感觉自己如这个孩子一样崭新，愿你给自己机会活出一个新生命。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：不用了，谢谢你们。

此刻有最后一个询问吗？

（暂停）

我们是 Q'uo，发觉我们再一次耗尽了这个问题团体的储备。容我们说，能和你们每一位分享能量，这是怎样的快乐和荣幸呀。我们为这个机会而感谢你们。我们在

太一无限造物者的爱与光中离开你们，正如我们找到你们时一样。Adonai, Adonai。

原注

[1] 这个引用有误。下面的引用直接来自 William Wordsworth 所作的一首长诗，

《童年回忆的不朽暗示》：

我们的出生仅仅是一次睡眠和遗忘：

与我们一同升起的灵魂，我们生命的星辰

在别处已有它的家当

我们来自遥远的地方：

并非在完全的遗忘中，

并非在全然的赤裸中，

而是跟随荣耀的云彩

来自上帝，祂就是我们的家乡

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 26-15 集：不理解是必须的

---

Published by Bring4th\_Jim(一法的书记员) on April 17, 2017 12:46pm.

我做了早晨的奉献，然后准备好自己迎接这一天。

今天的引文来自 Ra 资料的 16.39-.40：

16.39 发问者：我现在假设一个人不必须理解一的法则、就能从第三前往第四密度，这是否正确？

RA：我是 Ra，一个实体绝对必须有意识地了解，它并不理解，好让它成为可收割的。理解并不属于这个密度。

16.40 发问者：那是很重要的一点。我方才用了错误的字眼，我的意思是说：我相信一个实体不必须有意识地觉察一的法则、就能从第三到达第四密度。

RA：我是 Ra，这是正确的。

\*\*\*

Ra 回应 Don 首先的问题，它提醒我们，这里的第三密度并没有能力(容量)去理解一的法则。

是故，为了要毕业进入第四密度，理解一的法则不只是非必须的，而且，一个人还必须了解到、我们并不理解一的法则方能达成收割。

在我们的显意识与潜意识心智之间有着遗忘的罩纱，所以，我们有意识地不觉察实相的真实本质：即我们活在合一的宇宙造物中、它是由光制成、凭借爱的大能。

即使当我们获致这个领悟，这些话语和概念仅仅是它们描述的影子。

我相信，我们能做到的最佳程度、最能协助我们的收割能量的东西就是：无论何时，当我们对于灵性途径的行进有任何疑虑，都全心、全意、全力地去爱。

我们可以谈论各种各样的概念，但真的，我们所有能做的就是去爱，而那个流露爱的态度将确保(一个人)毕业进入爱与理解的密度、即第四密度。

## 第 26-16 集：拥抱改变

Copyright 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年五月 15 日

团体问题：这一周的问题是关于我们每个寻求者内在的变化、更新、和这类的环境。我们想要知道，是否已经流入一种允许改变的能量，是否每个人都可以使用它，或者，是否我们这个团体中的人们最近经历的变化，其实是源于那些寻求者的产物？你们能否给我们一些资讯，来搞清楚究竟是什么东西允许真理寻求者发生改变、更新、重生、蜕变？它是个人中被设定的品质呢，抑或是个人周围环境中的品质？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们将立刻暂停、以便于这个器皿可以调整她的麦克风，好使我们可以继续进行这个通讯。

（暂停）

我们是 Q'uo，再一次和这个器皿在一起。我们感谢你们每个人允许我们为该录音作出这些调整。这对于那些爱/光研究中心的扩大团体的成员有帮助，因为通过你们星球上的所谓发言方式，能够把我们的话语印刻在磁带上，使得更多人能够把它作为一个资源来利用、不只是此刻在这个寻求圈内的人。

我们愿感谢今天来到这里的每个人、为了你们在生活中奉献在此刻的时间和焦点。能够讲述好比你们在今天向我们提出的问题，这对我们一种极大的赐福，

我们感谢你们、为了你们对真理的寻求；当你们加入这个圈子、将你们的振动混合起来或积累成为这个神圣空间中的一种团体意识时，我们分别为你们每个人展现的真正美丽而感谢你们。你们在这里聚集起来的美令人惊叹；被你们的团体所呼唤，我们对此感到谦卑并觉得非常荣幸。

一如既往，我们会请求你们，在分辨我们的想法当中[哪些想法似乎有帮助和哪些没有帮助]，要格外地小心谨慎。如果你愿意毫不犹豫地抛弃我们的观点中任何听起来不真实的部分，这将使我们能够自由地发言。我们不是权威人士。在心智、身体、灵性的演化道路上，我们是那些也许比你们多走几步路的人，但是，

我们仍旧在寻求，我们仍旧在学习。我们感谢你们、为了们在分辨想法的过程中遵守这种严格性，因为它使得我们能够自由发言，而不用担心我们会打搅你们的进程或侵犯你们的自由意志。

你们今天问我们关于放下的过程、当我们在自己内部觉察到用尽的、陈旧的、死掉的事物时，如何放下它们，以及如何拥抱转变、变容、重生的过程。我们极其乐于向你们讲述这个主题的大拼盘（mélange），我们的挑战在于要从哪里开始。

也许我们可以从 Jim 实体所作的评论[同时向我们提出这个关于新一波能量出现的问题]开始。如这个器皿在稍早的谈话中提到的，我们不久前也曾数次对这个团体

谈到，在全球范围内、已经有过反复来临的能量波，在有些情况下、它们甚至已经影响你们整个太阳系。有些能量爆发来自你们星球的一个特殊之内在过程，也就是这个行星的，如这个器皿之前说过的，第四密度盖娅的出生过程，这个过程相当漫长、并不轻松；第四密度的盖娅是一个充满知觉、正在自行演化着的行星存有。

其他的能量爆发冲击了这个行星，其实也冲击了你们整个太阳系，来自于这个器皿有时候会称为的大中心太阳；这些能量爆发包含了源于各种更大团体的爱与关注，这些团体但愿这个行星以及整个太阳系安好。因为这个行星正处于它的周期中的一个特殊时刻，大量来自你们称为的主要银河系的注意力都聚焦于这个行星上头。第四密度行星地球的出生进展顺利，该婴儿是非常活泼的。当第四密度的能量冲击到居住在地球表面上、一个非常分歧的群体时、它所产生的阻力造成了干扰波，这些干扰波可以被视为一种全球范围的超心灵致意系统，如果你愿意这样说。因为所有那些人、此刻正在试图拥抱第四密度的价值、并以一种相容于可毕业到第四密度的方式生活，在此刻和不久的将来，他们都确实可以预期会被某些实体和情境造访、而它们依然拥抱着第三密度的能量、阻碍了接纳第四密度能量的过程、带来最清晰不过的催化剂，和所有的第三密度能量有关。

我们给了这个器皿一个短语：「机器中的幽灵」。它是一部文学作品，它意图处理机械化对西方文化的影响。其中有个对于机器时代的概念，认为它取走了实体的灵魂，使得实体们更多地目击机器、而非见证自己的存在。你们此刻沉浸其中、舞蹈于其中的这个文化给了你们各种礼物。A 实体之前说过：父母、老师、以及其他类似的权威人物，在投生于地球中、正处于发展期的人灵身上，制造了偏见与扭曲；这些人物，无论是福是祸，制造了偏见，制造了各种意见，关于在你们自己的环境里，什么是好的、什么是痛苦的、什么是值得信赖的。如我们之前说过的，这些礼物包含了最珍贵的痛苦和苦难的金块，这种痛苦经常在你太年幼、太无防备、以致于对它束手无策的时候，就已经被你内化，因此，它已经下降到你潜意识的土壤中，变成了一个小金块或结晶化的痛苦印痕。

因此，作为一个成年实体、一个选择在此生中加速灵性进化步调的人，当你走过自己的经历时，你使自己担任一个矿工的角色，来挖掘这些埋藏的宝物、并把它提升到当下此刻的光、位于自己开放的心内。于是，你就能了解到、你曾经给予自己的礼物，最终打开并处理它们。

在一定程度上，我们在这次会议中所谈论的东西，建构在过往资讯之上；所以，任何对我们所说的内容感到困惑的人，我们会鼓励他往先前两次的问答集会[1]去寻求答案。在那两次集会中，这个团体就如何从你们每个人的心/身/灵复合体中清理陈旧的苦难这个问题，共同做了工作。我们基本的概念是：如这个器皿稍早说过的，帮助你们每个人进入自己的庆典之中。我们不鼓励在第三密度层面上进行这个庆典；我们的取向不鼓励你人格之内的能量。我们绝对不会反对你的人格！然而，如这个器皿稍早说过的，你们每个人带入此生中的人格外壳是为了让你可以拥有所需的工具和资源，来按照你在投生前为自己设置的议程行事。你给予自己的资源包括你的父母、以及在你人生中、很多你在投生前就和某些人达成了协定。这些协定未必是为了共同服务于太一无限造物者；在某些情况下，它们是关于清理或平衡附着性催化剂的协定，人们有时会称这种催化剂为业力。

这些人中有些会出现在你生活里，他们看起来只会与你发生持续不断的争吵，或者让你无法感觉你「应有的」——我们在引号中使用这个词语——感觉；尤其是你家中有些人，他们在这次人生中的目的，似乎就是在你的样式中创造干涉和阻碍。

在许多情况中，这个人被专门挑选、好让你可以在爱自己的方面工作。要以一种直接的方式接近爱自己这个中心性挑战，通常是很困难的，所以，你得到各种镜子。有时候，该镜子有爱心且诚实，使你得到自己的一个相当准确的画像；当你查看这幅画像时，对你所看到的形象有一些稳定和信任的感觉。

当你通过另外一些实体[好比我们讨论过的那些人，以及那些给你带来催化剂、干涉、阻碍的人]的镜子查看自己时，你正在查看一面非常歪斜、非常扭曲的自我镜子；然而，这面镜子反映出那些你在过去曾经与之争吵过的自我部分，这里的过去指的也许甚至不在这次投生，而是在中阴期间或别的转世。也许你跟这个实体并没有附着性的业力；也许你将那个实体放在你的生命中，单单是为了学习不求回报地去爱的课程。然而，当你宽恕那个带给你扭曲画像的实体时，你会开始看到，你仅仅需要去宽恕你自己，就能在自己的那个我们会称为心的部分创造出空间。

那时，我们曾谈到心轮，谈到虽然心轮看起来是一个美妙的地方，总是开放的，总是在爱，等等，实际上，和心轮交涉是个真正的挑战。当你清理红光、橙光、黄光脉轮，解决了生存、人际关系、团体关系或法律关系的种种问题时，你能够变得清晰，因为你完成了和这些能量相关的工作。这不包括充满爱的能量，只包括在平衡、接纳、理解那些能量[红色、橙色、黄色光芒]的过程中所完成的工作。

当一个人抵达心轮之际，他进入了一个外部庭院；在这个器皿的意象系统中，在这个外部庭院中、她看见献祭鸽子的小贩、和其他种种神殿设施、明信片以及旅游者物品。你看到大批的人群，象征你在较低的脉轮中完成的工作；看到你尚未完全消化(领会)的实体与情况，看到一些尚未被你钟爱、宽恕、接纳的实体与情况，它们没有被视为自我有价值的部分。

在你带着所有的包袱进入自己心中这个神圣空间时，不要害怕成为冒犯者，因为有狮子守卫着内在在圣殿的大门。

幸运的是，在任何时候，你若希望绕过对所有这些实体的细节处理，如果你能简单地接受：如这个器皿在之前说过的，你是一个有缺点的人类实体，在某种程度上、其本性就是受到扭曲、会犯错误，大门口的狮子就感到满意了。如果你能满足那一点，你就可以放下人群的包袱。你不必今天就去把放高利贷的人驱逐出圣殿，你不必今天就宽恕你带入心之外部庭院中的一切事物。如你所是地爱你自己、接纳你自己，这就足够了。对于这样一个人，圣殿的狮子会鞠躬并欢迎你进入。

你会立即地、毫不迟疑地，到达你心中的那个神圣的地方，造物者在其中怀着无限的耐心与爱、等待着你。你在那里拥有一个歇息和更新的地方。我们的确鼓励你们每个寻求放下陈旧痛苦的人、去直接面对守卫在门口的狮子，每天走进、坐下来，让你自己被爱、被理解、被完全地接纳。只有通过神圣的伙伴关系的滋养，你(内在)的造物者才能进入祂自己的地方。在这个神圣的

空间之中，静默是一个强有力的资源，它将随着时间的发展向你提供许多清晰度，无论你是否多少觉察你所完成的工作、已理解的事情、或曾有过的任何神秘的顿悟(satori)。

让我们来看看 A 实体的建议，他认为有些痛苦的结晶块令人无从着手。我们会同意，惯性的能量就是如此，如果不被关注，不被承认，容我们说，这些结晶块会与你终身相伴。它们不会浮上表面、自行走过精炼和接纳的过程。你的意志是全然重要的，正是你的选择在为你创造出加速灵性成长步伐的机会。

我们在某种程度上谈论过、如何有效地辨认通往这些地下的痛点之入口。这种特殊痛苦的入口完全可以被视为触发物。当你的情绪性或心理的反应或回应超过你最睿智、最高、最佳的自我认为适宜的程度之际，你就知道，一个触发物被拉动了。正如 C 实体所说，当你开始体验到从自我的中心被拉开时，提示就出现了。

当你感觉到这种情况出现的时候，你有两个选择。那些并不专注于分析他们的想法、追寻人格的锻炼之航向的实体，大多数会选择让那已被触发的磁带继续转动。它的确会转动，正如同这种经验从首次[也许是在你的幼年时期]开始就一直转动着，直到它到达结束的位置为止；在它结束的时候，你将再一次自由地、过着正常的、有中心的生活。在那个磁带放完之前，对于那个磁带上的一切内容，你将暂时地聆听、或者演出该磁带的內容[不管它是甚么]。

你的另一个选择是：抓住那个认出你被触发的时刻，选择停下来对自己说：「我正在被触发。」然后问自己，该触发事件是什么，它是如何发生的，它可以如何被分析，等等；使用你的心智分析那个触发物，直到你自己满意为止。接下来，走过那从头到心的十四英尺、非常困难的过程，打从心底问：「我最佳的自己对这个触发物的反应是什么呢？」[2]如果你尚未如这个器皿那样、已有多年的工作经验，那么当你问这个问题的时候，手拿着纸笔或坐在打字机或键盘旁，可能会有帮助，因为你将会得到关于你最高、最佳的自我会做什么的资讯。

请问你最高、最佳的自我会做什么事情，就是在请求你的指引系统开始介入。你拥有一个了不起的指引系统。实体们和他们的指引系统之间的关键在于，它必须被启动。这是在未来时间的你自己[一个实体]，就你们第三密度物理学的术语来说，

也就是在第六密度中期的你自己。这个器皿称她的指引系统为圣灵或荷莉(Holly)，其他实体会称之为指引系统、或他们的古鲁(guru)、或者无数其他的建构，在其中、指引以种种方式被解释。但是，它确实是一个相当复杂的实体网络。肯定地，这些实体中的主要部分是造物者驱动的版本[属于你自己]，从第六密度返回你这边；但是你也从某些内在层面，如这个器皿所称的，搭载了很多人。因为你的希望与信心之美、这些实体被吸引到你身边，或因为你进入此生来完成的那种使命、或种种任何其他原因，导致内在层面的实体认为，你是一个它们想要帮助的人。它们的范围从仅想帮你找到失物的微型孩童，再到来自各种内在层面中、最微妙又复杂的人格、大师、古鲁或实体；它们被吸引到你身边，那是因为它们感觉或许能证明自己能够成为你进程中的资源。在这些实体当中、某些有名字，有些是单纯的能量或菁华。有些以我们这样的方式说话，穿过潜意识心

智而浮现出概念；有些通过巧合、鸟、动物或街道的标志，利用你们的环境来找到方式向你传输一个词语或概念，或传输一种感觉。它们当中有些在你的睡梦中跟你说话；有些和我们一样，如果你在冥想过程中、请求我们加入来深化你冥想状态的稳定度，就会出现在你的冥想当中。

在一个被触发的情境中，问问你自己[你最佳的自我]会做什么，那是一种可观的资源。你可能无法在当下此刻用到那份资讯，需要一些重复才能学会让该磁带在放完之前就停下来。你可能必须再次将那个磁带从头听到尾；但是，当这个过程结束时，你至少在有意识地听那个磁带，知道你不再处于共识性实相中，你只是在放一个磁带，如此而已。它是一条被冻结在其初始扭曲形态的资讯，让你可以一遍又一遍地播放它，直到你最终明白磁带上究竟是什么内容。

在某种意义上，痛苦仿佛是一个笑话；当你最终听懂了那个笑话的时候，笑声就会将痛苦清理干净。这不是说，你是一个笑话、或那个苦难是一个笑话，而是说，你居住在一个彻头彻尾的幻象中；发生在你身上的事情具有寓言或故事的性质。如果你不靠近观察，你会认为你只是在经历生活的表面，但生活拥有数不清的层次。取决于你意识的清晰度和你感觉自在的程度，你非常有能力快速穿过实相的很多层面，从表面幻象进入任何数量的、比表面幻象更加真实的层次。你可以同时处在一个动画片中、一个嘉年华乐园中、一所学校中、一座神殿中；所有这些环境都是你内在分出的层次，它们都同等有效。事实上，你拥有无限排列的有效视角。

那么，要搞清楚应该站在什么位置上来查看你的体验并处理它、使它能清理陈旧的苦难、欢迎并邀请蜕变和重生，关键在那里呢？在某种意义上，关键是停止思考，并且存在(be)。我们对这个团体说过无数次，你在这里的任务就是成为你自己。如果你观看我们先前的讨论，你也许可以开始领会，要将走失的想法和陈旧习惯的残骸清理干净、取得那单纯「存在」的状态，那是怎样复杂的一件事情呀。

被知晓为勒内的实体说过，「我思故我在」[3]。我们会对勒内实体说：「我们存在，故我们思考」。心智在近代被给予了极大的尊重。从十八世纪至今，头脑(mind)已经取得了超越心之机能的支配性地位，这世界变成了一个怀疑论者。它不再凭借信心而活，而是藉由它能够证明、看见、听见的事物而活着。在某种意义上，这是一个资产。因为当一个人仅仅藉由信心而活的时候，信心会快速地退化成为迷信，无理性会将人带到许多古怪不实的旅程中，而这并不比机器中的幽灵更有效。

但是，成为你自己多少是一个挑战，原因很简单：在你对自己的层层看法之上，覆盖着别人对你的层层看法，而你又误将其当成自己的看法，如此等等，一层又一层地覆盖着。你们的文化无情地坚持要你通过身份这个狭窄孔道来看待自己。我们鼓励你们抛开文化中每一个限制你的企图，因为你们、以及我们每个在宇宙造物中的实体、都是一个无限且不可被限制的存有。我们无法向你们表达，即使是仅仅在这次投生中，你已经拥有多少经历好把你带到这里、带到今天；然而，你来到此生，仅代表一条灵魂光流的一部分，容我们说，代表宇宙造物身体上的一个细胞。你是独特的，但你不限于你之所是的总和。你不等于你到此刻为止、所有经验的总和，因为你是活跃的，一如造物者那样，永恒且无限地

活着。你实际上是造物者的一部分，你以一种如此深入的方式参与造物者身份的实相，以致于你无法把它从你自己身上去除。无论你多么渴望能够说：「我就是我」，你永远无法理解你之所是的全部，因为它的大部分并不属于第三密度中的你，而是消失于此，在你另外的部分，不属于这个密度、不属于这个世界，毋宁说，属于所有的密度.....

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

.....和所有的世界。伸展自我并抖掉这一生的衣服，这是一种美妙的练习。你不可能抖掉你核心的身份，因为正是从这个身份出发、你有一个焦点去呼吸。你的身份远比你在出生时所带来的更深刻，也远比你在进入更大生命的大门时留下的更深入；你的核心身份是关于造物者的身份。你们问到：「我们如何才能在内在为蜕变腾出空间呢？我们如何才能利用这些此刻正在汹涌滚入这个行星的、具有更新能力的能量波呢？」我们会说，将自己开放给你所具有的无限可能性；停止相信那些有关你的公众看法，不管它是来自你自己、还是来自周围的人；将自己从似乎有益的自我停泊处[你曾将自我身分的船锚投入水中以稳固船只、抵挡洋流]释放出来，因为在成为自己的海洋上，的确有一个潮水系统，内在层面里的实体们远比你们更认识这个系统。允许你自己终于去自由漂流，而不再依赖船锚来将你维系在某个似乎安全的港口。你可以将自己视为一个在这个内在海洋的表面上、不泊岸的载具，比如，容我们说，一只小艇，一艘船。你拥有一个船舵，那就是你的渴望。藉由你心里最深刻感觉的希望来设置你的渴望。感觉那迎面吹来的风，和风一起游戏，扬帆在风之前，首次体验到那种感觉：「我是我之所是(I am who I am)」。

在我们离开这个主题之际、请求你们考虑这一点、因为这个器皿告诉我们必得继续往前了。

你们的文化，我们明确地谈论西方文化，有一种流行病：自我的观念，认为自我与旁人无情地不相关。现在，这个观念对于第三密度的工作是管用的。

一个人几乎被迫认为自己与他们[在你世界中的其他人]是对立的。然而，就你们每一个人此刻的灵性进化而言，了解到你不仅是在进化自己，而是在进化你的种族，我们指的是全人类，这是有帮助的。作为一个共同造物者，你涉入人类之中，如同造物者存在于你里面。当你脚下的这颗行星、作为一个实体正在进入新生的时刻，考虑较大的自我特别有帮助，因为真理的实现和传播，需要 S1 和 S2 实体谈到的那种所谓的「第一百只猴子的效应」[4]。你不仅在为自己而演化，你正在为人类而演化。当你宽恕了自己，整个世界都变得更能够考虑宽恕它自己；你所做的任何工作，都在那个正在发展的社会复合体[属于你们的全球心智]当中被分享。

你不是孤单的，你不是「团体的一部分」；你是造物者身体的一个细胞，此刻显化在你们的行星表面上。你拥有一些非常特别的天赋(礼物)，你是一个专业化的细胞。你们有些人是医者，有些人是沟通者，有些人满怀着爱。身体有多少个部分，就有多少个专门化的组织，而这是一个非常复杂的身体。作为这个身体的一部分，你正在做你需要做的事情；但你不知道，在你自己的觉知范围之外你可能产生怎样的影响。不过，我们向你担保，你能够取得的对自己的有爱接纳不会止步于你自己、如同扔进池塘的鹅卵石一样，它所产生的回波能达到那座池塘最远的边界。



天使长米迦勒(Michael)是一个表达火焰的礼物与力量的实体，在此刻，祂代表行星地球专心守护。要觉察到你在此刻执掌的力量；要知道，真理之剑从未如此锋利，从未如此准备好斩断你陈旧的痛苦。我们鼓励你拥抱每一个表面上的障碍、阻力、困难，问问它要带给你什么礼物，拥抱它、接纳它、爱着它。

我们感谢你们、每个发展了这个团体问题的人、我们在此刻开放这次的会议给后续问题、以及你们可能有的任何其他询问。现在有一个问题吗？

S2：我有一个问题。我有一个水晶，它在过去几天出现在我的脑海中。当我们谈论这个水晶并得到一些资讯时，我们无法有效地翻译或弄懂那些词语。我不禁想知道、你们是否能告诉我们，这些资讯或词语是什么，或者那些实体是从哪里来的，或者任何你们想到的事物？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你知道的，我们会在你现在所提出的这类问题上后退，只因为这些问题很有主导性，并和一个正在为你们的「四人小组」[C 实体所称呼的]发展之进程有一种紧密且特别的关联。我们会简单地说，如你已经表达过的，这个进入你们小组或[如这个器皿所说的]口袋[5]中的发射器、接受器、转换器，的确不涉及错误或偶然。

很多具体的器物，好比这个器皿佩戴的首饰及其膝盖上的玩偶，都有某种功能，你的水晶有资讯与能量的收集、发射之功能。没有这些收集的装置，你仍旧会收到相同的资讯。这些装置来到你身边是因为你在一个内在层面上、让自己承担这个大幅增强的工作：以更快的速度获取资讯。和这样的能量收集器一同工作的方式是去倚靠它们，换句话说：「为小仙女鼓掌」[6]，相信它们是灵验的，并为此将预先调整心智好接收资讯。这个器皿先前建议过，当你随身携带这个水晶时，也带上纸笔，让你可以草草记下进入你脑海的、那些似乎并非来自你表面心智的想法。这是一个能增强认识这个收集器特性的好方法。它在收集什么呢？它在什么层次上和你一同工作呢？它拥有什么类型的资讯呢？你发现它有用处吗？我们会鼓励你去追寻的、正是这种过程。一个正在如此工作的人，和一个用心智、而非完整的心或专注渴望来工作的人之间的差别在于：有趣的事情会不断发生在他们身上，而他们没有特别地将它们记下来；因此，有趣的事只会一再发生。当一个人开始聚焦在某种可能在一个特定时间发生的有趣事情的时候，接着一个人开始更深入地查看，那种聚焦会为你打下良好的基础，并将你与一个漫不经心的观察者区别开来。你愿意跟这样的收集装置走得越深入，你能收集到的资讯就越多。

下面我们为你提供有关察觉的简单忠告。要觉察到：你所学习的，你将被检验；你所请求的，你将被给予；当你敲门，门就会打开，接着你踏入一个实相，你就要为察觉这个实相负责任。对于那些被给予大量事物的人，结果是，他们就负有一种责任。这个装置给予你的一切，你将用它做什么呢？这些就是我们对你的告诫。快速前进固然令人振奋，但是在形而上的发展方面，当你前进的时候，你收集了灵性的重力，事物也会在你的进程中变得沉重。

因此，当你的确感测到、你正在[容我们说]就最近所学的东西接受测试之际，不要惊慌。你已经研读，你已经学会，现在考试来了。带着你开放的心来面对这次考

试，告知你的指引系统、你需要帮助，立刻就要。你将会通过测试，在这些测试中、没有不及格的分数。虽然如此，如果你无法参加一次测试，好让你看到了测试的模式，你将简单地在另一时刻、以另一种方式收到那个测试。

因此，我们会对你说，当你看到这种测试即将来临，好好休息一下，这是好的。不要聚焦在更多的研读，而是聚焦在形而上方面歇息、相当于好好睡个一晚。咨询你的指引系统，扎根进入你的土壤、你的环境、你的人际关系，尤其是你和自己的关系，接下来扬帆起航；对于那一刻、该测试、造物者、对你做为创造性原则的一个细胞在这一切之中的角色，无所畏惧且充满着爱。

我们可以进一步回答你们吗，我的兄弟？

S2：有很多值得想想的东西，不过非常有用处，和你们回答关于 Derby(赛马)的问题时不一样！那是一个 50:1 的机率，我对于答案并没有抱确定的希望，不过没关系。但我始终对你们的时间、你们的努力、你们宝贵的智慧非常地感激。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。你对我们同样也是宝贵的。现在有另一个询问吗？

A：是的，我有一个问题。我希望这个问题于今晚是合适的，如果你们无法回答它，我相当可以理解。它是关于正在全国范围内被关闭的美军基地。它是否和通过一种自然的步骤进展到第四密度有关，或者更多地与在美国内部建立拘留营以便减少地球人口的可能性有关？

我们是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。就我们所知的最佳限度内，我们会满足于说，用来关闭这些基地的能量完全不适用于第四密度。相反地，它们是适合于第三密度的能量；这种能量对于正在到来的第四密度正面能量[属于行星地球]作出相当激烈且负面的反应。这些(基地)关闭的原因和第三密度的政治与经济之议程有着非常紧密的关系，容我们说，它们完全没有无条件爱的标记。除此之外，我的姐妹，我们比较不愿意更进一步地进行探索，因为我们觉得讨论你们的人群在幻象世界里的阴谋诡计不是我们的本分。我们可以简单地说，对于这种相当实质性且重大的改变可能具有的不纯动机，你天生的不信任和怀疑是相当准确的。我们并不是在说你们的政治家的脑海中有拘留营，而是简单地说，在你们的人群中、那些掌权者内部，情况是错综复杂且诡计多端的。

我们也会谦卑地建议，就你们人群形而上的进展而言，理解这种阴谋诡计的目标可以被有益地描述为：知晓它的本质、以便于爱它、无条件地宽恕它。回想一下在十字架上、小偷和杀人犯的困境，他们在耶稣实体的两旁。当这个实体问耶稣：是否耶稣会在进入荣耀之际记得他，据说，耶稣实体回答说：「今天你就将与我在乐园。」[7]

如我们稍早说过的，你不是单凭自己进入乐园。你的文化和整个人类部落都希望和你一同前往。爱他们。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

A：不用了，谢谢你们，我理解并完全接受这个回答。谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo，请问现在是否有另一个询问呢？

V: Q'uo，我想知道是否你们愿意谈论矿物如何与一个好比人类这种有机实体沟通的机制。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个微妙的问题，我的姐妹，但我们将尝试通过这个没有任何科学背景的器皿给你某种条理清楚的回答。

矿物充满了第一密度的能量。那种能量和太一无限造物者充分地交流，并且是活着的能量。在你们的环境中、没有任何一部分不是充满了生命，除了如这个器皿会说的，在你们双耳之间的距离、就第三密度的意义而言、那真的是一个黑暗区域，完全不像所有其它密度[第三密度除外]那样，与无限造物者活跃地共存。

是故，矿物的能量非常容易受到想法的印刻。

一个领会到所有万物之相互关联性的人知道，由各种角度所界定的空间、和一颗水晶里的各个角度之内的空间特别无法抵御想法的印刻，尤其是当一个想法跟，容我们说，比如衷心情绪能量联系在一起的时候。不幸的是，在很多情况中，那些想望以想法印刻水晶的人，带着负面性想法来印刻。事实上，有些实体创造出某种文化，在其中、负面性想法通过仪式被印刻在比如一块石头或水晶上，接着为了以那种负面能量做某件事而将它埋起来。然而，水晶也可以被正面性的想法或人格所印刻。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

V: 当然，继续吧。（笑声）我正听得开心呢！

我们是 Q'uo，觉察到虽然你没有提出问题，你想望我们重新检验你已经提出的问题。我们将这样做。

从空气、火、土、水开始，每一种物质都拥有一种特性。在那种特性中、存在着表达、沟通、关系的种种途径。你可以跟一种元素、一个动物、一个地点、一个词语、一封信，任何被造物者或你所创造出来的物质，建立关系。这些关系是真实、自然的。宇宙造物者的设计就是把每一部分彼此连结起来。

在第三密度之内、有一种无可避免的分离感；如我们说过的，它产生于这样一个事实：即你们双耳之间的黑暗空间、这个肉体载体[即你正在享受的身体]的头脑，它就是察觉不到万物及其自身的关联性。你不会察觉到，当你往某张椅子坐下来的时候，你的力场会终止。但这只是一个场域，不是你的力场终止而椅子的力场开始，而是你和椅子共享一个空间；椅子的力场和你的力场同意，你们根据第三密度的物理法则彼此相靠而休息。这就创造出一个个井井有条的世界，在其中，，

椅子不会变成人，人不会变成椅子，椅子不会陷入地板里面，等等。它创造出一个幻象的系统，给你一种时间与进程的感觉；在这个幻象中，你拥有这种时间流逝、一件事情带出另一件事情、以及一切向前流动的感觉。不过，事实上，它们同时所有的方向上流动，而你是椅子的一部分，椅子是地板的一部分，一切

事物都是你们的星球的一部分。

为了鼓励与任何物质的沟通交流，无论它是一种空气般的元素，或你可以握在手中的物体、好比你今天注视的水晶球，或任何其他的东西，最有帮助的心态是简单地知晓这样的沟通已经在发生；这会让你成为一个负责推进这种沟通的人，你将自己带到那个你想望与之交流的实体面前；接着你说：「好了，我正在倾听，你要告诉我什么呢？」然后做好准备，因为你将接收到一些印象。如果你能够信任你的良好感知，你就能直接收到它们。有各式各样的有益过程来帮助实体们，使他们对自已知道的事情变得更为觉察，更加懂得如何利用那种知晓来解放听见的过程、开放思想。然而，在宇宙所有部分和你自己之间的沟通一直都在进行着。关键是你想要多大程度地了解这种沟通，以及你如何为自己构建收集那种资讯的体验。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

V: 谢谢你们。那么，在我们井然有序的物理法则这个主题上，就我在南非海滨的经历[8]而言，我们可不可以说、那次经历只是我的场域和水的场域之间的协定、共同突破那些(物理)法则？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们可以肯定地说，我的姐妹，我们相信在本质上、你如此思考是正确的。

我们可以进一步回答你吗？

V: 如果你愿意进一步回答，我会很高兴，因为我不认为它是那样简单的。

我的姐妹，我们是 Q'uo，觉察了你的询问。我们也觉察到、这个问题需要我和你一起花费不少时间来探索。容我建议，如果你对追寻这个问题感兴趣，要嘛你把它作为一个主要问题、在另一次的公开集会上发问，要嘛你和这个器皿以及第三个人、商定于另一个时间举办一次个人集会，好使我们也能够带着必需的严谨度、进入这样一个相当复杂的主题。

V: 谢谢你们，Q'uo，我猜想情况就是那样。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们感谢你、为了你的理解。这次不是自由意志之法禁止我们，因为你拥有那种允许我们发言的理解。我们会单纯地充实那些已经在你的学习进程中良好结晶化的概念。虽然如此，这次集会的能量已经开始衰减，无法容纳这么多的话语。

实际上，我们会在此刻询问是否有最后一个询问？（没有进一步的问题）

我们是 Q'uo 群体，我们为这个团体的美妙问题及其极大之美而感谢这个团体。如果你们请求我们深化你们的冥想和爱你们，我们总是会和你在一起。我们在太一无限造物者的爱、光、力量、平安中离开你们，如我们找到你们时一样。我们欢庆这个服务的机会，并且深深地感谢你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。 Adonai。 Adonai。

原注

[1] 先前的两次会议是在 2005 年 4 月 17 日和 2005 年 5 月 1 日举行的爱/光研究机构的周日冥想会议，在其中讨论了这个主题。

[2] 这个问题是由 Marianne Weidlein 创立的一个教

学系统的一部分，她的网站是  
[www.empoweringvision.com/site/70-Coaching.html](http://www.empoweringvision.com/site/70-Coaching.html)。  
Carla 曾经与 Weidlein 女士一起学习过。

[3] 勒内-笛卡尔(Réne Descartes)用拉丁语说的是：  
「Cogito ergo sum」。翻译过来即为：「我思，故我在。」

[4] Ken Keyes, Jr. 写了一本小书，名叫《第一百只猴子》。书的网址是  
[www.testament.org/testament/100thmonkey.html](http://www.testament.org/testament/100thmonkey.html)。这本书的基本主题是被作者描述为「第一百只猴子的现象，它是我在由 Marilyn Ferguson 和 Carl Rogers 所作的演讲中了解到的。这个现象说明，当足够多的人知晓了某个事情的时候，所有人就会知晓它。」

[5] S2 询问的水晶是一个球形的水晶，S2 一直将它携带在他的裤兜中。

[6] 在 Barrie 的经典儿童故事《彼得潘》中，Tinkerbell 是一个仙女一般的小生灵，她只能在人们相信她并为她鼓掌的时候才能活下来。当他们赞美她的时候，她的光就会越来越明亮地闪耀。

[7] 来自《圣经》《路加福音》：23:39-43：「那同钉的两个犯人，其中一个讥诮他说，你不是

基督吗？救救自己和我们吧。另一个犯人应声责备他说，你既是一样受刑的，不怕神吗？我们是该罚的，因为我们所受的，与我们所作的相称。但这个人没有作过任何不好的事。又说，

耶稣阿，你的王国降临的时候，求你记得我。耶稣对他说，我实在告诉你，今日你就要同我在乐园(Paradise)里了。」

[8] 在 V 还是一个十多岁的年轻人的时候，曾经和一个基督教服务团体一起在特兰斯凯(Transkei)工作。根据她所参加的营地的纪录，她在水下停留了二十多分钟，而她并没有溺水！

Translated by T.S.  
(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

## 第 26-17 集：选一个标志(完整版)

Copyright 2005 L/L Research  
周日冥想  
西元 2005 年三月 20 日

来自 B 的问题：本周的问题如下：我们属世之人倾向于组织各种团体，每个团体的集体声音会以一个名字与图形标志来图示化(iconified)或代表，比如「爱/光研究中心」用了唐吉珂德的图像。Q'uo 能否基于一的法则之原则来详述，一个团体的名称与标志(symbol)具有怎样的性质与建构？如果这种建构是有益的，能否给我们一些建议、为了一个基于第四密度概念服务他人的团体、有效地选取一个适当的名称与标志？

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中致意，我们存在于为祂的服务之中。我们很高兴能够加入你们的寻求圈，能够在你们坐下来寻求那

个被如此不经意地称为真理的东西[也就是一切万有]之际，观赏你们绽放的灵魂之美丽与精致。

我们十分高兴地和你们分享我们对于标志的看法，以及它们是如何创造出来的。我们请求你们一件事，好让我们更轻易地、能够自由地讲话，那就是你们每个人完全地承担起筛选讯息的责任，我们不总是对的，我们不是无可置疑的权威之声。如同你们一样，我们仅仅是正在寻求真理的实体。所以，当你听到我们的想法时，请仔细评估你对它们的感受。如果它们感觉不对劲，如果你没有感觉到共鸣，让它们走。当你准备好去考虑它们的时候，它们会再次出现；而现在它们不适合你，你无需注意它们。小心地选择你所注意的对象！如果你愿意为我们这么做，那么我们将觉得更能够讲话、而无须忧虑可能会冒犯你的自由意志或灵性进化的过程。

你们今天询问关于标志的创作，关于如何为你们那些在一个团体里共享的、内在的、深沉珍贵的思想来创造标志或象征它的方法。我们很满意收到这个问题，因为它是一个可以用来极佳地打开理性与心性的问题；它深入地接触到你们的真实本质，因此，我们热切地考虑如何切入这个问题。

如同我们经常会做的那样，也许我们要从问题本身稍微退后一点，而考虑发出这个问题的实体们的本质。你们每个人都有一个结构，这个结构如同地理一样，是你自我本性的一个清澈明晰、有时是线性的表达。我们在此刻谈到的意识不是你的表层意识，毋宁说，是你作为一个永恒的公民，作为一个人灵或灵魂所携带的意识。

意识是某种你和此刻在你们星球上行走的、水晶般存有彼此共享的；作为第三密度的实体，这些水晶般的存有被称为人类。你们共享的无限深邃的本质对于你们而言、在大多数时候是隐藏难见的；那个可以创造出持久标志的区域被称为潜意识或意识的根源，或如这个器皿惯常的称呼：原型心智。

神话是许多个故事，故事中的人物代表了深邃自我的不同部分。神话中讲述的故事使得这个更深自我的各个部分互相关联，这种关联透过神话与原型所包含的故事、其中形形色色的要点、人物的象征以及内在的情节，使得故事中的各类人际关系以及复杂的综合概念拥有一种转化的力量。

你们每个人都有某种独特的方式去领悟原型心智。所以，对于你们每个人，即使藉由一个历史悠久的原型或神话系统，比如基督徒信仰，在工作，你进入这些概念复合体、角色、故事的方式仍是独特的，如同每个人都是独特的。当你加入一个团体时，你会保留你大部分的、大家有共识的原型材料；但是，该团体中的每一个人都将不可避免地、理所当然地以一种独特的方式，进入一个由该团体创造的原型或故事中。成立较久的神话系统不只从故事与角色的叙事准确度产生力量，还因为随着时间的推移，追随这条途径、这个故事、这些角色的人们，已经为之创造出一种无以言喻的、丰富的微妙性与韵味，它们也许从未被写下来，而无法被那些只想通过阅读来学习神话和原型的人们所获得。

的确，那些阅读与研读原型的实体总是陷入心智的陷阱中；恰恰是他们的专心和学问，使得他们无法深深地进入神话并成为他们所研读的原型。然而，那些最终将原型从头脑的局限中释放并透过心进入原型的人，则会踏上一条许多前人已经走过的途径；当他们行走在这个故

事所配置并建议的途径上之际，这个故事、这些角色、这个神话以及它从人们深邃心智的地理中抽出来的原型，会激发出他们的各种想法和渴望，由此他们也丰富了这条途径。

从原型心智的这些相对固定部分的根茎上长出来的是：容我们说，知识与理解的一株有生命的植物，一颗活生生的树。这是进入一个成立已久的原型系统之优势，这类系统好比宗教、哲学、或本土文化的神话系统，无论该文化是原始的或貌似更文明；或者，对于那些想望去创建一个前所未有的团体的人而言，创建一种新的文化、新的哲学或新的宗教体系。所以，要为一个团体创建一个象征性的、表义的标志系统，这其中有着无限宽广、丰美的选择。比如 Don 与 Carla 在创建他们的团体时，选用了爱/光研究中心(L/L Research)这个名字，并选择了画家帕布罗绘制的一幅画作为其标志。这幅画源自一个文学中虚构的名叫唐吉珂德的神话人物[1]，画中的唐吉珂德实体手持长矛对着风车冲刺，Don 和 Carla

受到吸引，在这个看起来不能够实现最高、最佳目标的世界里，在这片只能容纳残破风车[在阳光下摇曳着]的大地上，梦想不可能的梦想、寻求最高最佳的目标。

藉由选择将他们扩大爱与光、服务爱与光的希望和梦想局部化，藉由选择一个对这个团体中的两位实体都有意义的标志，他们为自己聚焦了一条特定的能量光流，这条光流帮助他们两人去梦想不可能实现的梦想；同时，他们的焦点具有感染力。在这个标志被选上大约 35 年之后[2]，成千上万的实体开始熟悉这个特定的原型能量之光流，在某种程度上与之产生共鸣，并在那种程度上更多地思考其中的意涵，从中获得益处，进而行走这条途径。这一切以各种前所未见的方式丰富着这条途径，这条途径正在等待后继者、而且其入口愈发宽广容易。

值得注意的是，如这个器皿在稍早说过的，选择该标志的起初是质璞的。从这个器皿念大学时起，她就在书桌上摆了一幅唐吉珂德的画像。后来，当这个形象被选中的时候，距离它在最初被她所选已有六年时间了，而 Don 实体因为认识该器皿才第一次偶然见到这幅画。他变得习惯于这个形象并开始思考它，这个标志对他和这个器皿都产生了共鸣。当他们两个讨论怎样命名他们的合伙关系之际、这的确是爱/光研究中心的开端，他们决定用那个名字来称呼它；因为就他们的理解，这个名称可以说明为什么他们来到这里，以及他们是什么样的人。直到今日，这个器皿经常要人们考虑自己是谁，为什么来到这里。正是从这些诚实谦卑的开始，标志得以被创造出来；也唯有藉由对自我的知晓，藉由一种不断地被精炼纯化的能力、可以深入自我之心、找到当天对这些问题的答案，一个人进入自己的原型心智之能力才得到滋养。

现在，这个器皿觉察到有个名为「游侠」(the Rangers)的团体激励了 B 实体来问这个问题。游侠这个名字来自另一个文学作品，在这个例子中、它是一部讲述历时五年的故事的电视连续剧。该剧的制作人员非常有意识地以这个故事来探究各个团体更深入的面向：为什么他们会聚集在一起，他们的目标是什么。在这出名为巴比伦五号(Babylon 5)的电视连续剧中，Anla'shok 或游侠的成员来自许多不同的文化传统，他们藉由服务他人的渴望而集结为一个团体。这有点像一种骑士身分，其价值观关乎服务他人、友爱他人、热爱荣誉和职

责，以及对他们选择去从事的事业忠诚。

结果是，这个器皿觉察到，这种团体无论以任何方法或形式都无法进入一个古老的、或既有的神话系统，因为由许多不同的社会或人种联合在一起、形成一个骑士团体或光荣者的团体，这种概念在任何一个宗教或文化的神话故事都没有对位的配置。这种团体更像是基于一种相对新颖的理解上的建构，那理解即为：此时在你们星球上，横跨各个文化、宗教、哲学而相互接触的形形色色的实体，在底线上同属一个无限与永恒的合一。因此我们会建议，该团体的名字和标志可以基于这种相对新颖的观念来选择。换句话说，我们正在建议，离开已知晓的神话系统，创造一个故事及其人物、让这个团体有共鸣，在这种情况下、这会是富于成效的。

我们不是在建议、新的神话必须跟旧的神话系统分离。使用感知上其他原型系统的元素来创造一个新的团体名字和图标(icon)，那是非常可能的。然而我们的确认为，没有任何一个(现成的)故事可以满足这样一个来源广泛的团体的需要。

我们想要使用这个器皿自己的觉知，好让我们可以从她多少有些宽广的意识光流中摘取一些点子、尝试为你们提供几种不同的思考方式，重点比较不是这种团体名字底下的象征系统、或者支撑一个名字的图标。举例来说，游侠这个名字是完全令人满意的；我们之所以认为你们所选的名字可能并不适当，并非由于名字本身，而更多的是关于名字底下的意义。最初创造游侠这个名字的实体渴望推出一个观念、但使用的是带有特定色彩和取向的方式，故这个名字也许不能满足这个团体想创造出一个独特的、有多层意义的名字的需要，使得这个名字能够在团体发展的过程中不断被讨论、强化。

我们不愿意假定性地建议这样一个名字，也不愿意假定性地从有限的或就字面意义上建议一个标志。如果你们在心里给我们许可这么做，那就让我们在这个器皿的象征系统里走一回，用各种她已经思考过的东西来向你们指出，在这个团体为自己创造一个真实独特的标记系统[3]的过程中，可能有帮助的思考种类。

首先我们指出，我们会选择先讨论一种和灵性或宗教偏好无关的象征或符号系统；然后通过这个器皿自己的宗教系统以及它对星际邦联类型的哲学知识来探讨。这个器皿在一定程度上对星际邦联的哲学非常熟悉，她经常称之为为一的法则。所以，我们将从一个地方开始，在另一个地方结束，但是我们相信，这两条途径都是有帮助的，因此我们会把两者都包含进来供你考虑。

首先，我们想要谈谈神圣几何学，如这个器皿对它的称呼。那么，我们发现这个器皿在这个神圣几何主题上、只受过非常少的教育，或者说知识很有限，她只拥有一点点我们可用的信息，所以我们将使用一些很简单的东西来指出你们可以考虑的思路、那可能是有帮助的。

这个器皿将自然界看成一个圆，这个圆不只包含第二密度，而且通过一种预示或反思的方式，涵盖所有密度与它们的内层空间。因为除了第三密度之外，自然界与拓展的自然界有一个共通点：那就是对于太一无限造物者的爱与光之完整知识，这就在自然界中、以及整个宇宙造物中、创造了无限多的可能性。知识的圆恒常地扩展，这个圆没有起点也没有终点，所有事物在其中都处于恒定与持续的平衡。

有趣的是，就知识之圆而言，在第三密度中有个或许可以称为死亡地带的东西：圆圈变成了方形，空间与时间变为有限的、可衡量的；生命、知识、文明、任何一代实体所能认识的世界，都有一个开始与结束。

方形或死寂状态并非没有其种种可能性，因为藉由你携带意识的这种方式，方形包含了圆形。灵性以圆形和无限存在于你的内在，等待你以渴望去祈请它；你必须做为一个人灵、主动请求打开这扇通往永恒的门；你必须在这个方形中、在这种死寂状态中请求。每个实体必定都会经历希望的诞生、信心机能的苏醒、并开始感觉到那个自我感圆满进入永恒。在地球上、这个貌似贫瘠的原野上蕴藏着肥沃的土地，你在它上面播洒的任何种子都会生长。你将选择种植什么东西？你将选择什么去渴望？你要如何突破那些令你落入认为自己是有限的陷阱之角落？

如果说第三密度的标志是方形，或许我们可以说，进入更大视野的标志[或者在另一种脉络下，进入第四密度]则是三角形(delta)或金字塔。这是一个有三个边的建构。现在，这个器皿熟悉那些对金字塔这种三角的图形所具有的能量研究，金字塔可以看成立体的三角形，她知道这个形状可以收集螺旋形的能量。这是改变的几何，是蜕变的图形，在这种形状中具有治疗的能量；但更重要的，就这个特殊团体、以及这个特殊问题而言，它带来成长。

从金字塔顶端发出的螺旋能够进入第四密度，或进入两个密度之间有阻力的空间，该能量会帮助(实体)推进。结果是，一个人有了圆形、有了方形，接着有了三角形(delta、triangle)。

现在，我们不会给予这个器皿进一步关于第四密度建构的资讯，虽然我们当然鼓励每一位去考虑这类的建构。了解到、这个团体由第三密度的实体们组成，其成员正在这个方形中工作，他们想要自己与这个星球之内引发改变与蜕变。

接下来，我们要从在情绪与灵性上似乎中立的图形、移动到这个器皿的宗教或灵性系统；因为我们不想让方形停留为方形，而是希望重新配置方形的四边性或四个方向性，进入该器皿的宗教系统，也就是十字架。通过这个相当由内朝外的构型来查看方形具有极大的力量。所以让我们来看一下这个器皿对于这个象征符号所做过的深思，因为她一直使用这个象征来转变(transfigure)物质投生中的死寂状态，用它来唤醒自己的圆形、内在的无限。这是如何办到的？

十字架的象征有两个面向：一个是垂直轴，一个是水平轴。十字架可以被视为一个救赎者被钉的地方，他为了净化与精炼这个世界的意识死在这个十字架上，正如他作为基督为了爱其他自我而自我牺牲、藉此获得了精炼与净化。不过，我们发觉这个器皿并不允许耶稣·基督仰卧(supine)[4]在十字架上；相反，这个器皿从不认为耶稣实体会被这样一个建构困住，而是将十字架视为一个理念的发射台。这个理念就是：有一个更大的生命活跃地存在于此时此刻，它由耶稣·基督最伟大的爱与他绝对肯定的知识所许诺。该知识乃是：好比牺牲这件事，好比全然的、无条件的爱，其实是一个发射的引擎，不只将耶稣自己、还将所有的造物发射出去，并创造出一条流动的光流。你人生经验的每一个面向都暗示着种种限制，这条光流却会重新配置人类，接着从受限的角落里释放出来。人类想成为有价值的、完美的

人，每一次尝试都是无望的；想变成配得上无限造物者的爱与光的每一次尝试，在开始前就已失败；没有一条路可以赢得天堂。相反，一个人必须在不知晓、看不见任何东西的状况下，坠入它、纵身跃入它、拥抱它，因为这个真理的共振令人无法抗拒而拥抱它。

所以，这个器皿并未将十字架看做受苦的象征，而是把它看做一个通往无限与永恒的实在跳板，它不在另一个世界，它就在这个世界中，就在今天，就在这一刻。这个象征为她创造了一个(观看的)方式：向上、向下看，并向左右两边看。方形变得完全开放：垂直轴扎根在大地中，向上伸往天际；而这个器皿常常把水平轴想成日常生活的象征。肯定地，每个人都被钉在无可避免的日常生存当中。一个人早上从床上起来，在清醒的时候有各种活动、随着一天中日常生活的进行，他有着许多职务与责任、许多思想与欲望；一个人必须进食以存活，同时也将食物给予他人，这食物可能是物质或想法，有益的或有害的建议，或者任何种类的蓄意作恶；最后，他再次失去显意识，接着在休息过后醒来，再次执行这个过程。

不过，一个人从未重复任何一天的任何一个瞬间，它总是一个新世界。但这是一个沿着平凡道路行进的世界，而在这平凡之中蕴含着所有的真理、所有的启示、所有的体认、所有蜕变的顿悟。正是在这水平轴上，精炼的火焰持续地燃烧。正如每个实体扎根在大地、向上探寻更大的觉知一样，每个实体也在水平轴上经历每日生活、感觉自己是平凡的。

正在寻求去成为不平凡的实体们有着极大的热望，然而，进入不平凡的入口点、就位于垂直轴与水平轴的交会点。一个处于生命十字架上或生活方形中的人，也就是你、可以用一个圆来描述你。无论四个角是位于外沿，如在方形中那样，还是随着十字架的轴线相交似乎在向中心移动，圆形总是被包含在方形之中，圆形就是十字架的中心。你就是无限进入每日生活的那个焦点；你受苦的方式配置你灵性的进化；你化方为圆的方式为你创造出通向灵性进化的途径。

现在，我们会就这方面再建议两个跟形状有关的东西，接着返回宗教或灵性(方面)，在某些情况中也返回文化(方面)。我们首先建议，这样的十字架之水平轴不被视为基督在上面伸展双臂的木头，而被视为代表无限的标志，这个器皿会把它形容为一个慵懒的八[5]。无限躺卧在平凡之内。

另一个我们会建议的东西是：来自你们历史的埃及文化以及埃及人的灵性或宗教系统的标志，即安卡(ankh)或丁形十字(Crux Ansata)[6]。这种十字架相当能够描述无限与永恒的可能性，因为它在其上部、在它垂直轴的顶端，形成了一个风格化的圆形。这个圆形不是一个正圆，而是很像从金字塔的顶端向上射出的半螺旋图形。

我们不需要再进一步讨论这个器皿的各种符号表征、等等的事物，因为我们无意以任何方式建议，游侠团体的标志应该包含这些意见中的任何一项。我们仅仅想要建议，就这个团体觉得卓越且有趣的事物之原始菁华着手，因为那里蕴藏着可以信赖的丰富性。我们想望进一步建议，神话象征，好比该器皿在其深深感受且挚爱的基督教中找到的那些象征，是挖掘和发现关联性的肥沃土地，这些关联性可以丰富、活化那些创造图标的基本想法，并为之创造出共鸣。



例如，如果一个团体选择一个三角形的基本标志，那么有人会问，这三条边代表什么？根据一的法则，这个器皿的心智会发展出一个简单的答案：三条边基本上为爱、智慧、力量。这是个很简单却很有唤起作用的答案。什么是爱？当一个人想到爱时，会在内心唤起什么东西？

我们使用这个范例是因为在一的法则资料中，当时的三人研究小组，Carla、Don、Jim，曾在一处被 Ra 描述为是相当平衡的。因为在 Carla 的构成中有着大量的无条件爱，足以溢出并激励他人；Don 与智慧有着可观的联系，Jim 则拥有一种势不可挡的力量。该小组的三个成员的差异和谐共存，创造出一个神圣空间。所以 Ra 对当时坐在这里的小组发出一个问题：「这种平衡如何帮助你们的团体，并进而帮助这个世界？」

再次地，关于四边形，有可能描述表达造物主的四种途径。四面性明显的例子有：四个方向、四位天使长、四大元素。

圆形或圆球又是怎样呢？

最后，由于游侠的特质，我们建议也许需要一个涵盖性或包围性的图像，其中含有象征天使协助或翅膀的标志。因为事实上，这个团体价值观的一部分是：知晓万事万物都具有意识且是活生生的；无论是在第一密度、第二密度或在其它的密度中，一个实体周围的能量都是有知觉且是有帮助的，不同的元素彼此帮助。在今天涉及这种设计的讨论中，正是这种能量暗示我们，将神话系统中似乎有帮助的比如天使或有翅的形象，作为基本的拟人法。

当然，设计的某些元素可以套迭在一起、接着创造出各种设计，所用的每个元素都对团体的成员有某种意义。跟一个天使的标志相比，也许一棵树的标志可能更适合这个团体。但是，我们想要建议的是拟人法，正如同唐吉珂德的形像：他的疯狂想法以及破烂的风车和他一起形成了一个美妙的世界，在其中、希望可能实现，为 Don 与 Carla 聚焦了能量。把一个人格化的形像或菁华作为这种标志或象征的一部分，这是有帮助的。容我们说，拥有一群演员以及一个基本故事，都是有帮助的。

这个器皿已经对我们说了好一会儿：我们已经讲得太久，应该开放会议给进一步的问题，所以我们(为此)道歉。但我们想要在一次集会中、通过这个器皿制作出这份资料，以便于尽可能地分享我们对于概念复合体工作方式的认知，以及一般人如何从自己内在创造出神话与原型。让你们的点子盛开，让它们蓬勃发展。我们祝愿你们享受这个探险。一如既往，当你沉入静默之中并提出请求之际，我们将和你们在一起，强化并支撑你基本的冥想能量。

我们会在此时向进一步的询问开放这个会议。此时，是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体。

V: Q'uo，我有一个来自 D 的问题。他问道，「请问你们能否评论导致了史威登堡主义（Swedenborgism）与摩门教的通灵资讯的来源？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以在一定程度上评论，并且为了无法进一步地评论而致歉，然而我们触及了混淆法则的边缘，所以我们会在那里止步。这是为了保护你们，也为了保护我们。不过，

我们了解、这也许让你感到挫折，所以我们真的抱歉。

关于这两位蒙受神恩(charismatic)的人物，我们可以说，他们受到灵感激励并激励别人；灵感以两种基本的方式来进入一个所谓的管道、先知、或蒙受神恩者的能量系统和身体系统。

第一种方式是一种好比约瑟夫[7]实体经历过的现象。这个实体经历了什么？关于他实际上说了什么、和他的经历是什么，我们无法评论。但是，我们能够评论一种普遍的倾向，也就是实体们在经历诸如 UFO 或外星接触的事物时，倾向于以一种跟他们的基本期待相符的方式来体验这种经历。在和 UFO 或外星实体的接触中，就正面的接触而言，一个实体所看到的从来都不是表面的样子。它是一种思想建构(thought construct)；这个思想建构能够容纳新想法，但新想法必须参考一个实体既有的信仰系统和它对这种神圣会面的期待，否则新想法就无法加入。

蒙受神恩者或先知实体收到灵感的另一种方式来自纯粹的辛勤工作：意识中的工作、冥想中的工作、祈祷、质疑、绝望以及所有人类经验的精炼火焰中丰富的情感资源。在史威登堡实体的例子中，这正是他打开灵感之源的途径。这个实体在很长一段时间中所完成的工作、并未使这个实体倾向于收到一个象征、进入这个象征，然后打开一个神话或原型的系统。该实体直接进入自己的心中，因此他产出了一份更干净、更少偏见或更少被染色的资料。这个实体只是简单地汲取了他对自己周围世界所具有的、百科全书似的丰富知识，这些知识是他从数十年的学者生涯和服务他人的过程中所获得的。

有些人对约瑟夫实体创造的神话系统的作品有远远更多的共鸣，另一些人则在史威登堡实体灵感式的作品中、找到点亮他们内在的灵性火焰之燃料。每一个由受到灵感激发的人类所创造的任何系统、都拥有它的道理，包括正面的资讯和所谓的负面资讯。寻求者以这个资讯做了什么事、那是一个实现的支点、创造出该系统的美好或拙劣。

一如既往，我们鼓励 D 实体去阅读这种被灵感激励的实体[属于某个团体]所创造的文字作品，进入它去寻找共鸣。如果它和 D 实体有共鸣，那么它对 D 实体就是有益处的；如果在阅读这种文字、了解其后果的过程中，在他自己的反应中没有真正的连结，那么我们会建议 D 实体放下它。

我们的另一个要点是单纯地提醒 D 实体，围绕一个被灵感激励的实体所形成的团体，和那个被灵感激励的实体的原创工作并不是相同的事物。要想确定一个系统是否值得研究，不要去查看该团体，而要查看那个被灵感激励的人向造物者和宇宙造物奉献的独特服务之中心。

现在有进一步的询问吗？我们是 Q'uo。

G: Q'uo，催化剂、成长、自我理解，那些你曾描述为的「主食」，的确如你说过的：冗长，而且我感觉它是无尽地丰盛，甚至有点美味。感觉上好像我在摄取与消化这顿主食上已经勤奋地工作很长一段时间了，我不禁期待并热望餐后甜点，我不禁想问、你是否知道它在哪里？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。我们对 G 实体说：我们感到惊讶，该实体竟会错过他已享用

过的餐后甜点。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

G: Q'uo, 你可否定义「错过」, 请?

我们是 Q'uo 群体, 我的兄弟。当我们说你已错过餐后甜点, 我们单纯地意指你已享用了它, 却没有觉察到它的丰富与甜美。我们对 G 实体担保, 在一路上、每个休息站都有甜点。我的兄弟, 太阳升起, 太阳落下; 正如追随阿拉 (Allah) 的人们在斋月中, 白天禁食, 当太阳落下时、盛宴开始。同样地, 在你的经验中也有可口美妙的盛宴, 其中充满各式甜点。

因为盛宴本身的过度刺激, 有时候一个人会失去对甜度的觉察。许多时候, 对一个人有意义同时又令人烦恼困窘的事情如此之多, 它们完全占据了一个人所有的注意力, 使他错过了那些被加在边缘上的甜点。我们鼓励 G 实体沉思, 在试图加快灵性成长步伐的快车道上、度过的人生中, 这种类似的禁食与盛宴。借用这个器皿的说法, 步伐快得令人惊愕, 眼泪似乎淹没了喜悦。我们鼓励 G 实体去想想, 什么是真实的存在, 相对地, 什么是感知到的事物。

在开放的心中有道永恒不歇的餐后甜点。

我们可否进一步回答你, 我的兄弟。

G: 我很抱歉在这点上唠叨甚久, 我对每个在场的人道歉, 但我想再从另一个角度尝试一下这个问题。在这个特定的比喻中, 餐后甜点对我的意义以女孩的方式体现出来。我理解那种与造物者合一的甜点以及所有来自灵性寻求、知晓、接纳自我的奖励。你能否稍微预言一下, 或告诉我一点关于这道我倾心已久的特殊甜点? 我就此打住, 非常感谢你们, Q'uo。

我们是 Q'uo 群体, 觉察你的询问, 我的兄弟。我们不能为你预言什么, 但我们会指出这一点: 对于那些容易被取悦的人们, 甜点以同伴的形态具体呈现出来是非常容易的; 但它就像一道中华甜点, 无法维持很久, 一个小时之后你又饿了! 你寻求一道深厚与终生的甜点。我的兄弟, 你以为选择这样的甜点有多容易? 你该如何准备与一个实体并肩同行, 她进入你内心的最深处、满足你, 不是一天或一周, 而是直到永恒?

容我们问, 此时是否有最后一个询问?

T: Q'uo, 我想问关于约柜 (Ark of the Covenant) 的事, 它是一个纯粹的神话吗? 或者, 如果这个物体真的存在, 它的功能是什么?

我们是 Q'uo 群体, 关于你的询问, 我们只能说一点, 我的兄弟。因为它一部分是神话, 一部分是确实存在的遗物 (relic), 它被设计来容纳力量。做为一个具有蜕变力的器物[8], 容我们说, 它被摩西 (Moses) 实体凭借他的灵性本质呼唤出来, 然后为他所拥有。它曾是一个确实存在的、有体积的、人间的物体, 它曾被四处运送, 置放在各个神庙中, 也曾被埋葬。然而, 它的实相是神话的; 做为一个遗物, 它只是尘土。在它的辉煌期与它当时的地位上, 它曾经对于特定的人群有过特定的意义。正如金字塔, 就我们的意见, 那是个不再有用的形状。所以, 我们请你将这个象征从它的建构移开, 并且看到, 当一个人接受他的律法、生活的规范,

或者, 比如游侠 (团体) 最近所做的, 发展一套道德准则的时候, 他会把它放在一个特定的结构中, 然后将该结构投影出去, 进入这个世界; 但它仅仅是在某个时期、某个地方、对于某个团体而言的一个珍贵焦点。

我们可否进一步回答你, 我的兄弟?

T: 不了, 感谢你们, Q'uo。一如既往, 你们帮助我看见更大的景色。

我们也感谢你, 我的兄弟; 我们感谢每一位在今天发出询问、在这个圈子中分享能量的实体。我们感到如此蒙福, 能够同你们分享这个能量, 分享这个由你们开放的心轮构成的神圣空间, 并对每个发问的实体讲话。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai. Adonai.

原注:


[1] 来自


[http://orwell.ru/library/articles/As\\_I\\_Please/Don\\_Quixote-ld](http://orwell.ru/library/articles/As_I_Please/Don_Quixote-ld): 「帕布罗·毕卡索绘制的唐吉珂德、是在各式图画呈现赛凡提斯的美妙人物当中、最受欢迎的作品, 完成于 1955 年, 为法国文学期刊#581 号所制作。」

[2] 毕卡索的这幅唐吉珂德画作, 从 1964 年起就放在 Carla 的书桌上。Don 与 Carla 在 1970 年形成正式合作关系时, 将其命名为爱/光研究中心 (L/L Research), 并用这幅唐吉珂德画作做为该团体的标志。他们在 1976 年首次以这个名字出版的作品是《飞碟的秘密》(Secrets of the UFO)。1980 年, Jim McCarty、Don Elkins 和 Carla 将 Jim 在 1977 年成立的非盈利基金会 [岩溪研究与发展实验室] 与他们的合作关系合并, 形成一个公共基金会。这个正式名称为岩溪 R&D 实验室的团体和组织, 选择了爱/光研究中心的出版名字做为从事商务活动的品牌名称, 自此他们做生意一直都爱/光研究中心的名字来进行。

[3] 标记系统 (notational system) 的定义是: 由象征符号构成的一个技术性系统, 用来代表某些特别的事物。

[4] supine: 「背部朝下或脸部朝上躺着」; 第二个意思: 「明显的暮气、消极、该骂的漠然。」

[5] 

[6]  (编辑注: 一的法则封面的十字, 上面倒转滴水下面 T)

[7] Joseph Smith 是一个通灵的管道或作者, 他的通灵资料发展成了《摩门之书》。在他经历的故事中涉及到一种与外星实体 (ET) 的接触, 摩门教就是基于这个故事以及他的通灵作品成立的。

[8] transformational apport: 降灵术士在降灵会中、据说是透过超自然的手段、产出的物体。

Translated by cT. & TS.

(V) 2017 Reviewed by Sunny, TS, & cT.

## 第 26-18 集：一的法则是不是唯一的？

[特别讨论]

2017 年一月 5 日

本月第一次台北〈一法〉读书会，米米问了一个有意思的问题。

该问题基于以下两段节录[来自 一的法则]：

3.10 ... 那些和 一的法则共振的实体寻求 永恒的法则。

22.27 ... 只有一个法则，就是 一的法则，其他所谓的法则都是 一的法则之变貌...

一的法则不具有多重性。

米米问：如果 一的法则是唯一的法则，要怎么解释 永恒的法则？既然 永恒的法则主导着第七密度，若说它也被包含在 一的法则(第六密度)之内似乎有点奇怪？那么，如果解决这个表面上的矛盾？

\*\*\*

[Jim 的来函]

是的，如同 一的法则，Ra 似乎也称呼其他东西为法则。好比混淆法则，或自由意志法则。他们也提到，那些使用小玩意加速自身进化的人要承担责任法则。我相信，他们的意思是：只有唯一的 法则，所有其他事物从该 法则中蹦出，包括一些次要的法则，就像我刚才提到的那些。至少，这些年来，这就是我看待它的方式。如果我们当时真的问了 Ra，为什么他们在其他应用中也用了 法则这个字汇，我们可能就会得到一个比较清楚、有道理的理由；因为 Ra 总是讲得有道理。但是，我们从未问他们(这个问题)，所以，落得我们有些迷惑不解。

感谢你的问题。在爱与光中，Jim

\*\*\*

[Gary 的来函]

这真是一个好问题。我只能基于一些知识做猜测，但是，最终，我大概就跟你一样迷惑不解。

Ra 曾在别处使用法则：混淆法则、责任法则等等。这些法则并不会使得 一的法则具有多重性。

一的法则总是在运转中，在每一个表面上的时间、每一个表面上的地方，宇宙造物中的任何事件或非事件都有它。只有 太一，而祂的法则即是 一的法则。

其他法则或许是 一的法则之变貌，有些是原初的变貌。

或许，当第六密度社会记忆复合体首次学会、真正地理解 一的法则，但是，为了不管什么原因，该社会记忆复合体在下一个密度学到另一个原初变貌、属于 一的法则。或许，永恒的法则就帮助这些实体真切地成为 一的法则、藉由最终释放所有个人的身分/记忆/历史等等的残迹达成。

这只是我粗糙的猜测。

Jim，你的回答是什么？

怀着爱/光，  
GLB

\*\*\*

后记：特别感谢琇莹老师的鼓励、促成这篇译稿的显化。另外，Jim 事件后 Gary 的回应和自己的非常相似，开玩笑地说：我们好比是孪生兄弟：)

(V) 2017 Translated by cT.

---

# 爱与光图书馆选集 第 27 辑

---

## 第 27-01 集：不理解是必须的

---

Published by Bring4th Jim (一法的书配员) on April 17, 2017 12:46pm.

我做了早晨的奉献，然后准备好自己迎接这一天。

今天的引文来自 Ra 资料的 16.39- 16.40:  
16.39 发问者：我现在假设一个人不必理解一的法则、就能从第三前往第四密度。这是否正确？

RA：我是 Ra，一个实体绝对必须有意识地了解，它并不理解，好让它成为可收割的。理解并不属于这个密度。

16.40 发问者：那是很重要的一点。我方才用了错误的字眼，我的意思是说：我相信一个实体不必必须有意识地觉察一的法则、就能从第三到达第四密度。

RA：我是 Ra，这是正确的。

\*\*\*

Ra 响应 Don 首先的问题，它提醒我们，这里的第三密度并没有能力(容量)去理解一的法则。

是故，为了要毕业进入第四密度，理解一的法则不只是非必须的，而且，一个人还必须了解到、我们并不理解一的法则方能达成收割。

在我们的显意识与潜意识心智之间有着遗忘的罩纱，所以，我们有意识地不觉察实相的真实本质：即我们活在合一的宇宙造物中、它是由光制成、凭借爱的大能。即使当我们获致这个领悟，这些话语和概念仅仅是它们描述的影子。

我相信，我们能做到的最佳程度、最能协助我们的收割能量的东西就是：无论何时，当我们对于灵性途径的行进有任何疑虑，都全心、全意、全力地去爱。

我们可以谈论各种各样的概念，但真的，我们所有能做的就是去爱，而那个流露爱的态度将确保(一个人)毕业进入爱与理解的密度、即第四密度。

(V) 2017 Translated by c.T.

---

## 第 27-02 集：正负两面的指引

---

Copyright 2005 L/L Research  
周日冥想  
2005 年三月 6 日

团体问题：今天的问题与指引(guidance\*)有关。人们如何感知到指引，如何变得能够察觉到他们的指引呢？更具体地讲，我们想了解，那些做了诸如杀人、操纵或虐待他人等等的人、我们会认为他们做了相当邪恶的事情，他们是怎样感知到指引呢？是该指引变坏，还是一个人在感知指引的方式上有问题呢？你们能在指引的主

题上给我们一些信息吗，请？

(\*编注：也有人翻译为指导灵；但原文的意思可能更为广泛)

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中，在为祂的服务之中向你们致意。请容我们向你们每一位表达我们对于你们创造了这个寻求圈子的感谢，并且向你们表达：能够有机会通过这个器皿，在指引的主题上，包括正面与负面的面向，分享我们的想法，是怎样一种荣幸和喜悦呀。

这是一个很大的主题，我们仅仅希望在这次工作会议上开一个头。但是我们极其感激你们提供能量和问题，来创造一种我们全体和你们共享的能量。我们将这能量献给造物者。在贯穿这次集会的过程中以及当你考虑这次集会的时候，我们仅仅请求你们，在检查你们对我们所分享的想法有何感受的时候，使用绝对的诚实。你的分辨力是无价的。除了你之外，没有任何其他人能够知晓什么事情适合于你。如果在我们今天分享的想法中，有让你感到困惑、或者以任何方式与你没有共鸣的想法，请扔掉它们。放下它们、将它们留在后面，因为他们不是你进程的一部分。如果你们愿意帮我们这个忙，它将帮助我们感觉到放心，我们可以在不以任何方式损伤你们的自由意志、或者伤害你们内在灵性演化进程的神圣性的情况下，分享我们的想法。

你们今天询问关于指引的问题。我们发现，如果我们在开始谈论指引本身之前不做一定的讨论，我们就没有任何可以去依靠的事物：没有结构来承载我们、承载我们想要谈论的概念。因此，我们将从那个问题后退足够长的距离，以便于分享我们是怎样看待你们生命的一些想法。

我们将你们视为将双脚坚定地根植在两个世界中的实体，如这个器皿最近说过的。从你的出生开始，在贯穿整个投生的过程中，你牢固且坚定地寄居在一个幻象世界[这个器皿称之为第三密度]中。它实际上是一个共识性实相。在这个世界中，你遇见一些人，建立人际关系，为自己和你的家庭谋生，在一次充满选择的生命中找到价值、意义、方向。在进入到此生之后，你受到一种文化导向的形成性洗礼；你的父母教导你怎样去考虑你所面对的现实；基于由父母、老师和其他权威人物给予你的不正确信息，你形成了各种偏见。由于在你过于无助、而无法为自己防守所经验的痛苦，你在自己心里创造出偏见；当痛苦太多以致于无法忍受之际，你会创造出一袋袋的痛苦，将它们埋在好时光、学校作业、成长过程的下面。在你到达你们文化所称的成年期时，你已经在内心拥有了一套偏见，它们为你创造出对这个共识性实相多少有些染色和扭曲的看法。这就是你们每个人所拥有的开始。从这里起步，你开始进行一场重大的冒险，从共识性实相和它极其有限的选择和想法，移进一个更大的世界，一个非局部的世界、一个该器皿所称的形而上的世界、或时间/空间的世界。你就是从这个世界进入此生的；你在出生的时候同意忘记的，也正是这个世界，这样你才能够带?绝对的自由选择，单单依靠渴望来找到你进入那个被松散地称为真理的道路。

现在让我们查看一下这个情景。这次旅程中你所拥有的帮助是你更大的自我，它包括了造物者和一切万有。藉由你在空间/时间的多次旅行中、迄今为止所经历的所有密度的许许多多体验，你已经探索过元素的能量、植物王国、动物王国。你最终来到了承载?非局部意识的动物世界，这就是在第三密度、或者在共识性实相之

中。这不是说你是分裂的，或者撕裂自己跟自己作对，而是说你的自我表面是由一个生物电脑的体验创造出来的。这个生物电脑就是你的大脑，那些体验就是每一个触动了你、尤其是伤害了你的体验，你的大脑在处理那些经验时、会设法让你从中幸存下来。你记得好的时光，你记得困难的时光，你记得你曾作出的选择和那些看起来对你有用处的事情；你找到了保护自己、守卫自己、帮助自己变得舒适和快乐的方式；你用那种这个器皿所描述的类人猿意识做了所有这些工作。有很多本能性的行为来帮助你聚焦你的能量，使生命体验起来会是一件令人舒适的事情。

在同时间，当你变得有足够能力和你第三密度的身体一同工作、作出选择、过生活的时候，或早或晚、突然或逐渐地，你开始觉察到那个相互贯穿、包围着共识性实相的更大宇宙。

在一个人的孩童时期，会有很多由权威人物作出尝试，去引起一个正在成长中的生命对信仰的兴趣。一个寻求者进入灵性之更大实相的最初尝试，经常是经由宗教机构提供的。有时候，比如这个器皿的情况，寻求者得到的导向实际上是进入灵性的一个有效入口、一个机会，让一个诸如器皿这类的人在信心中活出生命，永远不离开一个教区教堂的舒适范围，但有天使和天使长陪伴的荣耀。这个器皿的情况就是如此。她没有将手伸向远处来获得她的指引系统，因为她的指引系统是由她儿时就认识的朋友耶稣设置的：这个指引系统被知晓为圣灵；对于大多数人、这仅仅是个词语，而对于这个器皿，圣灵是一个活的存有，她称呼这个存有有荷莉(Holly)，每天都与祂谈话。

大多数真正深入追寻的实体无法满足于平常的事物，因它们不会填满内心的空白

非常不满，这类事情没有一个有用。所以，寻求者开始了一次旅程，而他并不知道要前往何方。他所知道的只是，他正在寻求去填满内心的空白。寻求者并不知晓，他早已处于那个他如此渴望去知晓的更大宇宙之中。在寻求者看来，这个更大的宇宙似乎完全是外在的、需要去探寻的；然而，那个模式既不是我们想要给你们，也不是我们要求你们使用的工作模式，以此尝试去澄清并精炼你与自己的指引之联系。我们想要向你们提供的、毋宁是这样一个图像：作为一个生命，你早已于内在的神圣空间之内休息，所以，学习的过程实际上是一个恢复或记起你是谁的过程。

那么，在投生之前，你为自己创造了一些将对你有益处的事情。你创造了一些关系来测试你、考验你、教你如何在不期待任何回报的情况下去服务；你创造了一些方法使你能够用某种外在的方式，对你周围的人提供某种服务。

『我如何帮忙？我如何服务？我能够爱谁？我将会学会什么？』

带？这样的问题去查看每一天，这是一场要在信心中经历的美妙探索。

你不是凭空提出这些问题的；你在自心的神圣空间之内提出这些问题。

我们向这个器皿提供事物时，用的是一种非常小心的方式。这个器皿将自己像电台一样为联系我们而调音，调

频到她最高、最佳的自我。当她到达那儿的时候，尽管知道她是不相称的，但她不顾一切地请求有所服务，她用一种整体的、全然的完整性，把自己奉献给她所知道的最高的、最佳的能量。在这个器皿的情况中，她请求耶稣·基督的能量，很多人会称之为基督意识，这个器皿有时候会更喜欢称之为无条之爱；她请求她能用无条件之爱的一种稳定方式所能承载的最高、最佳的通讯。接下来，她在自己周围聚集一个团体，这样她就不用独自承担这个通讯，毋宁说，只是作为这个团体的焦点和能量的转译者，将能量从一个密度或层面转到另一个密度或层面，容我们说。这是一个相当复杂的实践，接着准备好收集有极性的、所以是有力量的信息。她选择去附挂或连结到这个目标，以便于她和这种能量、这种她所寻求的源泉，可以汇聚起来创造一些文字，她希望这样的文字可以启发与告知(讯息)。在这项工作中涉及风险，这种风险是收到一些没有帮助的、非正面的、制造恐惧与焦虑而非和谐、希望、社群性的信息。

当一个实体独自寻求指引的时候，没有这样的风险。关于这一点，在你们的共识性实相中、多种来源所提供的指示都很清楚。总的建议是：进入内在，进入祈祷的内在房间，将自己关在密室中、聆听静默。你看，指引实际上不会以言语形式出现。这个器皿并没有从我们这里接收直接的指引；这个器皿是在转译那些概念，它们可能在你进程中拥有某种治愈或帮助成长的力量。在聆听内在的指引时，你接收的也是概念性真理。因此，感觉到他们已经收到指引的实体，经常不通过语言的方式，而是通过顿悟或领悟的方式，将这种指导表达出来。这种真理的内容，要比语言所能容纳的、远远大得多。进入静默，首先是让自我停止说话，将自我与忙碌的心智或这个器皿所称的第三密度思想的猴子心智分开。

现在，你们这个圈子中的每一个人，都多次体验过从局部、线性的想法移入想象的美妙转变。各种连接开始变得松散，它们滑过行为准则和思考方式，在不大可能之处找到友好的结构；一个人开始在空中创造城堡，不知怎的、开始拥有从侧面出现的精彩想法的高塔。这是指引的最初等形态。当你最终能够摆脱逻辑推理，由推论上升到想象力的时候，那么，你就已经准备好来注视你更大的自我。当你坐在无念(no-thought)的静默当中之际，当你放松进入那个由静默在你内在之中建立的神圣空间的时候，你的身体就能够放松、释放它对你更深层意识令人难以置信的顽固束缚。在一个人简单坐下来休息时，身体会发生变化：血压降低、脉搏减缓、脑波事实上会起变化，整个身体系统都会发生化学变化。你终于可以更深入地呼吸，开始释放自己、进入你根本的寻求。你终于可以开始提出那些对于言语来说、过于深入的问题。

对于大多数实体，当你们进入静默之中、首先会发生的事情是：所有那些你不想要去看的事情，或那些你因为没有时间而放在一边的事情，都会跳出来让你查看。不要抗拒这些进入表面想法的短暂访问，因为它们恰恰是你潜意识的最高部分所关注的材料。像欢迎客人一样、欢迎其中的每一位，而不用对这位客人将会停留多久有任何的顾虑。跟客人坐在一起，聆听并观察；这是某种在你的能量体中卡住的事物，让它畅通吧，但不要跟随它。允许它表达，允许它升起，允许它再次落下。如果你只是一个静默冥想的入门者，这个过程可能是你在数个月的时间中所能做的一切，而这完全是可接受的，那是最了不起的进展。逐渐地，你开始能够移动到更深入的位置，因为你已经开始清理你的能量体；那些最让你感到困扰的阻碍与扭曲、那些对流向你开放之心的能量



最具限制性的事物，它们将被你释放、平衡、被你所爱、被你接纳。

你知道你有多么不接纳自己吗？你只需要进入冥想，就可以发现那点。让那些萦绕着你的幽灵来探访你吧，它们无法伤害你，你是安全的。允许它们出现，开始看待那些幽灵及其代表的阴影为有价值的、光荣的、值得被爱、被接纳、被拥抱的事物。这是一个强有力的过程，容我说，在我们看来，对它不能仓促行事，不能？急。在你灵里的生命中，它有自己的韵律。再一次地，当你坚持日复一日地做那个允许你了解自己的锻炼之际，你也在清扫道路，去取得对你之所是的、益发深入的理解。

你们每一个人来投生时，都很聚焦在学习与服务上头；然而，在你穿过投生的面纱之后，你忘记了那种焦点。因此，在你的生命中，你不是藉由死记硬背而学习，不是藉由记住某个老师或权威人物给你的课程而学习，而是藉由你所拥有的每一个想法、你能够辨认出的每一个愿望而学习。在地球精炼厂中，由你来决定要去精炼什么，要去追寻什么，要将什么事物从你自己的潜意识材料宝库中提取出来，以及如何去从那些材料中开采出它所包含的宝石。就是以这个模型、我们藉此来和你们谈论指引。

你在被支持、支撑的情况下进入此生，不会有任何被抛弃或被孤立的可能性，带着一个非常稳固、强健的指引系统。如何创造出一个结构，使得你作为一个人能用它舒适地接收指引，完全取决于你自己。在某种程度上，你可以阅读宗教、哲学、神话、原型等资料，因为每种文化都拥有描述和建构指引的方式。例如，对于本土美洲人来说，每一种动物都在指引中扮演一个角色；因此，你遇到的每一种动物都是一个信使。有些指引系统采用卓越的人作为古鲁（guru），这些古鲁能够聚焦于灵性，使领悟降临到那些忠古鲁的学生身上。有些宗教体系要求一个人跟随特定的大师，好比耶稣实体、佛陀实体，或安拉实体及其先知。有几乎无限多的方式可以用以开启对指引的察觉。

一般而言，我们会说，你必须跟随最大共鸣的途径。如果一个大师对你有如此强烈的共鸣，以致于你想望跟随那位大师的脚步，那么，你将走上一条通向指引的特定道路。如果你发现你更喜欢跟随各种巧合的链条，跟随那些日复一日对你说话的事物，那么生活本身就变成了指引的信使。在很多情况中，藉由开始纪录梦境或冥想之后的想法的简单训练，一个人就能接通爱与支持的网络。那个爱与支持的网络全方位环绕着你，带最大的热情与喜悦、等待被听到的机会；我们把这个网络及其特性描述为一种正面的、或具有服务他人特性的指引。

你还问到了其特性是服务自我或负面的指引，好比希特勒实体和其他明显在服务自我的实体的指引系统；这些实体对于帮助他人没有兴趣，却对控制他人感兴趣。在该指引所来自的[时间/空间]密度之内，正面和负面的途径是分开的。一个在第四或第五密度中的实体，已经作出服务他人或服务自我的选择。作为一个正面人灵，你从更大的自我接收指引，它位于的密度比你所在的空间/时间密度更高；你正在往回收信息、那是你穿过一个又一个的课程、一次又一次的服务、一个接着一个密度所赢得的信息。

当你收到负面指引的时候，它并非是提前安排好的，也不是在投生前就计画好的；相反地，它有着掠夺者及其

猎物的特色。因为一个服务自我的实体，之所以想望成为一个第三密度实体的负面指引，实际上是想要控制力量的来源，确保那种力量不会转向光明，而是转向黑暗。

这些实体被这个器皿描绘为本质上是吸血鬼的实体，它们想进食你的爱、接着把爱转变为恐惧。它们进入你觉知系统的途径，与那些被深深埋藏的痛苦空间有关；这些痛苦通常在幼年时期就被根植，但也有可能在较近的时候、在成年期才被根植。通常，一个实体心灵中最深的痛苦与苦难区域，就是那些自幼年就被埋藏并掩盖得很好的事物。举个例子，如果你有涉及愤怒的扭曲，这类的实体就能在你内在深处找到一个栖息之处。如果这类实体对于你感兴趣，那是因为你已经开始寻求光并因此极化、而且开始在此生中累积力量，你就会吸引这类实体的注意力。它们将会彻底检查你的，容我说，光之盔甲，并彻底检查你的能量体来寻找隐藏的痛苦区域；这些痛苦的区域不被显意识的心智所知晓或接纳、不被显意识的心所珍爱。这种实体将进入这个区域并栖息下来，等待机会来制造恐惧、痛苦、分裂等等。

对于这样的致意，每一个实体都以自己的方式显得很脆弱。它就像一个复杂难解的中华拼图（Chinese puzzle）游戏，因为这样的致意越被抵抗，它就会变得越强壮。如果希特勒实体那时能够转过身来面对他内在的痛苦，这个实体就不会有能力去蒙骗他自己；因为这个实体真的相信，藉由将不如他的种族完美的那些人排除出去，他不仅在协助自己，还在协助他深深认同的整个种族。构建这样的偏见其实就是越来越深地陷入恐惧与排斥中。当你在自己生活中看到分裂性的能量，它们评判、排斥、创造精英感觉或觉得一个实体或团体比另一个更好，你就可以轻易地指出罪魁祸首：你已经被吸血鬼的能量诱骗，转入了你自己的某个部分、光在其中尚未被发展。

当你感知到这情况的时候，始终可以选择如何去跟该情况打交道。如果你因为进入到这种思想配置而排斥并评判自己，那么你就在增加那些分裂的能量，并更加远离那种你理解为正面的爱；你仍旧致力于爱，但是那种爱已经被扭曲为恐惧和那些攻击、防守、制造障碍的负面情绪。

返回来凝视自我，你可以看到，重点始终归结于当下此刻：这里就是选择的时刻，这里就是所谓的光明与黑暗的竞技场。你会爱你所看到的事物，还是会排斥它呢？所有的极性和所有你通向指引的入口，都依赖于你在这刻的决定：去拥抱、包容、去爱，或是去拒绝、排除、恐惧呢？在这里，信心、恩典、希望之类的词语，被视为具有极大的美丽、力量和真理的实体。在你了解到你必须请求帮助的时刻，你已经开始接收那种帮助了。如同吸入和呼出一样，它是反射性的。要知道，在你寻求真理的时候，你永远不是孤单的。要知道，那些爱你并只想望支持你的实体陪伴你。

如何存取你的指引呢？这儿有多少人，就会有多少（存取指引的）方式。我们将乐于探索你想要问的任何一个方式。简单地知晓你之所是，就是一场伟大探险的开始。容我说，在任何时刻、当你想望我们帮助你冥想，只要你简单地在心里请求我们在场，我们就会乐于加入你。除了我们的爱之外，我们没有任何可以添加的事物；那爱如同一种载波，会让你能够稍稍更加顺畅、更加深入地冥想。我们很高兴提供那种爱，对于能为你服务感到极其感激。我们感谢你们每一个向我们提问

的人；在一个较大团体冥想之际，我们感谢每一个能够感觉到那种从底层加强的稳定性的成员。确信你拥有一个延伸的大家庭，它由这个器皿称为的天使与存有们组成，祂们已经和你一同工作过，一直都待在你周围，从你的上下左右每一边来支持你；你们在一个爱之网当中歇息。

在我们离开这个器皿之前，我们现在请问，是否有任何询问，我们感谢你们每一位、允许我们回应这样一个优秀的问题。我们是 Q'uo。

Jim: 我有一个来自于芬兰的 K 的问题，Q'uo。她问道：『去年，在 2004 年的九月中旬之后，行星地球有非同寻常的、大量来自或远或近的外星访客吗？在我们行星周围发生了甚么特别的事情，可能引发对我们的这种强烈兴趣？』

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们不会具体地回答这个问题，然而我们想要做出一般的评论。当你们的行星球体以及的确，它在其中休息、跳舞的整个太阳系，抵达这个特殊的、行星地球上[这个器皿称为的]第三密度的终点日期之际，已经出现重复的、难以置信的能量波，并且还会持续地出现，它们冲刷你们的行星球体和相连接的内在层面。它们是正在离去和正在到来的事物的浪潮。仿佛黑夜正在落幕，黎明正在破晓，而在两者之间，如这个器皿会说的：

『凯蒂，把门关上！』（Katy, bar the door\*）。(\*编注：这句话可能源自苏格兰，意思是要防范可能来临的危险或威胁)

再次地，这是一个拥挤的宇宙。

现在让我们简短地聚焦于第三密度和第四密度之间的连接。在试图从第三密度毕业到第四密度的过程中，这个行星球体(的人群)如此频繁地重复了一个单独的错误，以致于它在很长一段时间中都无法取得该星球的完整毕业，这个时间远比大多数行星球体所经历的要长得多。这个事件的极端性与不同寻常性，创造了这个器皿所称的一条时间旁轨或转轨。这辆列车、装载行星地球上的所有人、已经在某种程度驶上一条旁轨，直到它能够在爱中把自己带回来为止，然而，它却反复不断地将自己带到恐惧中。这并非不同寻常，如果考虑到我们看到地球人曾以战争破坏了星球表面，如同火星人所做的那样，或者，如亚特兰蒂斯人曾做的事，以误导的水晶能量破坏了大陆。因此，这个星球的人群倾向于缠绕在恐惧之中，然后引发一种负面能量的爆发：通常被视为战争。这种模式通过一个接一个的帝国不断地自我重复；现在，那些在过去就已经属于这种模式的人们，几乎已经做完了他们所能做的一切，来召集这个器皿称为的末日审判(Armageddon)或诸神之黄昏(Gotterdammerung)。

他们已经失败了。我们相信这就是我们现在看到的情况。虽然如此，这个器皿所称的恶龙的尾巴依然强劲有力地扑打。直到大约五年前[我们给了该器皿这个数字]，可能性/或然率的漩涡仍然显示，这个模式将会再次重复。然而，足够的正面能量已经开始在行星地球上的人群内心聚集，以致于在你们的二十世纪结束之前，那个预期的、非常有可能发生的地极转移被避免了。当你们的星球穿过它进入第四密度的分娩过程的时候，眼下正在发生的是，以不会毁掉这个星球的各种方式，小心地释放被这个星球所收集的负面能量。因此，如我们

先前说过的，你们可以看到海啸、地震、飓风，它们是可怕的，但不会粉碎地球(Earth-shattering)，我们是从字面意义这样说的。爱已经转变了你们的可能性，现在你们凝视的是一个纯正的可能性：把这个星球带入一张真实的爱之网。

我的朋友们，你们有多少需要平衡的事物啊！这是一个巨大的惊人挑战。但是，在行星地球上、人们的心正带一种要彼此相爱的巨大渴望开始苏醒，这就是此刻对你的呼唤。就是为了这个原因，你来到这次的投生。我们对你们说：彼此相爱。正面和负面的能量波都将继续影响你们的星球。每个你永远不想再次看到的幽灵，都将直接与你对面；如果你非常幸运的话，那个幽灵将透过一面诚实而有爱的镜子向你展现出来，那是你所能期望的最好情况。因为，为了让你成为一个真正有爱的人，你需要去拥抱这些能量，将这些幽灵接纳为自己的一部分，并且整合你的人格、越来越多地转变为鲜活神性意识的一部分。

愿你们在这些(新世界)诞生的能量中进展良好，成为第四密度的先锋。

现在有另一个询问吗？

(暂停)

我们是 Q'uo，我们发现我们已经暂时耗尽了在这个寻求圈子中的各种问题。我们再次对你们说，能和你们在一起分享我们谦卑的想法，这是怎样一种荣幸和快乐呀。如果我们的想法困扰你们，容我们再次请你们毫不犹豫地丢弃它们。你们的存在和寻求之美使我们谦卑，并且打开了我们的心。感谢你们，感谢你们每一位。我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。

Adonai. Adonai.

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 27-03 集：活出更大的我

---

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年二月 24 日

来自 A 的问题：我如何才能看穿这个非常有说服力的物质性密度呢？我曾经体验过基督意识；处在那样一种赐福之中的时候，真的实相毫无疑问地覆盖了这一个(幻象)。我的难题是如何更经常地存取那种意识状态，以致于能在那种状态中活在这个世界上。我非常觉察地球上的巨大转换与变化，相当强烈地感觉到它们，像是地震一般。在我和一些人共同工作的时候，我也体验过发生在他们身上的、奇迹的细胞疗愈。我急切地要把我的意识定位在那种感受敏锐的位置，以便于尽我所能地发光。我想要更多地理解生物体如何与更高的次元相互接合。

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中、我们今天来到你们中间。容我们说，能被这样一个团体呼唤，能在一个寻求的圈子中被询问这样的问题，这是怎样一种荣幸和快乐呀。它更多地是一种我们无法言喻的祝福。正是为了能够提供这样的交流，我们此刻留在你们星球的

内层空间中。与 A 实体一同工作的机会是一种极大的祝福。能够和这个圈子里的每一个人一同工作、也是一种极大的祝福。

为了让我们能够保护这次交流并在分享我们的意见时感觉完全自由，我们会请求这个圈子里的每个人一件事，那就是去最大程度地应用你自己的分辨性力量，因为只有你才能够知晓，我们所说的想法中、哪些可能会有帮助。如果在我们的讨论中、有什么内容与你没有共鸣，我们请你们毫不犹豫地丢下它，因为我们不想望成为你们面前的一块绊脚石。在你极其独立和完整地工作自我的灵性发展

之际，我们只想望成为你的一个资源。我们感谢你们以这种方式来适应我们。

我们会对 A 实体说，你的问题深深地打动了我们。体验你带到这次集会的能量，让我们极大地敞开了心房。我们很受鼓舞地感觉到你真实与真正的自我之确定性与完整性，并且发现你已经将如此多的真实自我收集到你的人格外壳之中，以致于它必定地偶尔为收到这种真实性而感到战栗。容我们说，意识的核心性质就是如此，必须耐心地、反复不断地对物质性身体和能量体[在某种程度上]施加工作以适应自我感知的成长。当真实的、精要的自我在拥挤的意识之内变成一个更加清晰的声音之际，增加该实体对自我的耐心是特别有益的。因为你看，意识中完成的工作越多，寻求者就愈加清楚地了解到：完成的事情极少，还有大量需要做的事情。随?工作在这个领域向前推进，对于那个缺乏自我完整性的意识之描绘会变得更鲜明、而非更模糊。

当服务被献给太一无限造物者的时候，就开始建立一种同步性的韵律：问题被提出并得到回答，藉由鸟儿、野兽、或者风、雨、或者大地、火焰、或者一个路标、一次偶然的对话、或者在收音机中听到的一首歌。信息开始从每一个树篱、每一首歌和每一个事件中迸发出来。再次地，随?这种韵律的强化，一个人必须请求自己对于自我变得更有耐心、更宽容、更怀有慈悲。请理解到，对于投身中物质身体的要求，是让它携带意识。对于大多数在你们第三密度的幻象中工作的实体，这种意识的负担是相对轻松的；所完成的工作水平或等级在其强度上并不足以给物质或情绪身体的结构带来威胁。当经过了一段时间，一次又一次的领悟使得心智中收集到的意识不断地增加其真实性和完整性时，这个物质结构会受到压力；不仅如此，和脉轮体或能量体[这个器皿经常如此称呼它]连接在一起的心智和情绪的能量，也会相应地增长。这并不是说你会因为你认识的完整性有任何负担过重的危险，毋宁说，当你进行这份你计划到这里来做、而且你正在做的工作时，变得远为重要的是：要缓慢地、要有无限的耐心和大量灵性的轻松，带?一种幽默感来看待你所扮演的人类角色的服装、人们对你的感知、你对自己的感知、以及作为一个有意识的生灵、你在共识性实相的日常生活中所穿过的多层次纠结。

当你为冥想准备好自己的时候，进入那扇门、在过那扇门的微小细节中找到光。

（听不见）

正如你说过的，当你开始察觉到一个更大实相的覆盖时，你所做的是穿过一个被狮子[如宗教和神话图像所说的]守卫的入口。这些守护者就在那里，为了在你进入那个神圣空间的时候保护你，也在你过早地闯入时、

保护那个神圣的空间。

你跟这些大门守护者之间已经没有困难了，但是，我们想望你去了解，我们之所以鼓励你始终要花时间并享受为了意识中工作而做的准备，这是为了让你在任何时候都和这些守护者完全协调一致，这样它们就不仅会允许你进入开放之心的神圣空间，它们还将[真的如这个器皿会说的]看住你的背后、向你提供它们的爱、光、保护，于是没有任何致命错误可以跨过那个神圣的门槛、进入你的心之圣殿。

（听不见）

进入开放之心是什么意思呢？在共识性实相、外在世界中，当一个人说『我』的时候，它被理解为，那个人指的是他的人格，是那个似乎通过你所居住的身体四处移动并说话的『我』。A 实体非常清晰地意识到，这只是她之所是的『我』的一个表面且不完整的版本。的确，我的姐妹，你的询问极大地关系着如何和那个『我』、即你内在的意识、变得越来越融洽。因为意识是神性原则的一部分，不是个人性的『我』；它必然涉及你人格外壳的大量细节，这一点正是我们也许可以与你分享的东西，以此来帮助你理解你的内部正在发生什么。因为你正在丢下并放开的事物，也许比你在表面意识之中察觉到的更多。再次地，这不仅对于你个人是一个优秀的过程，而且当这个过程于你的内在进行的时候，还会协助这个行星的能量、并协助该行星自身进入对它自己、对它演化中的意识的一种新的认识。因为你不是开放之心的圣殿中的一个自我孤岛；你越来越多地成为了海洋的一部分，那海洋以它无边际且无限的方式表达并包含了一切万有。

在你的内在和你的周围，你拥有很多的帮手。这些帮手中有一些属于你自己的指引系统，有一些由于你在意识中做的工作、你向周围人所提供的服务[为他人、和他人一起做的能量工作]而被吸引到你身边。再次地，虽然所有这些实体、能量、菁华完全地觉察你的想法，然而，为了让这个包围?你、帮助你的爱之网络中所牵涉的关系变得更加平坦流畅，当你进入调音过程时、当你进入工作过程中可能会去做的挑战时，简言之、当你注意到内在过程中的各种细节，值得在自己心里对你的意图有一个清晰的认识。这些事情需要私下独自进行，我们仅仅会鼓励你尊重并荣耀你的感觉、预感，和你拥有的每一个感觉上的刺痛，无论这些感觉是怎样地不正确或似乎毫无根据。在你自己内心知晓并相信，你得到的所有这些感觉，都是为了让你注意到每一个细微差别，清理每一点瑕疵、在任何你可能模糊地怀疑它可能存在的边缘上头清理。

你看，我的姐妹，你正在做的工作会吸引这样一些实体，它们并不可爱，也不渴求去享受或支持你的光，反而想将你从那种光中除去，或者，如果发现那么做是不可能的，就藉由疑虑和恐惧的力量弄暗那光。不必须去防守对抗这样的能量。当这种能量似乎进入一种你在意识中体验到的交易(transaction)时，单纯地说：『你可以聆听，但你不可以加入这圈子；你可以听见，但是不可以越线进入这个神圣空间』。去祝福、送出光并释放一切恐惧，这样就足够了，不必冲入自我防卫的行动或呼唤力量的名字。因为在你的完整性中、有一种非常合适的配置环绕着你，它拥有那些名字与力量。这不是藉由你的设计、而是藉由这个器皿所称的灵性的设计而完成。对于一个做你所做的那种工作的人，很多事情都为他准备好了。这并非只对于你才是真的，因为，如你在投生中已经体验的，有很多、很多此刻行走在这个星

球表面上的实体，已经在意识中完成了惊人的工作，找到了它们的精要自我。你并没有被那个精要自我所携带的规模和力量吓到，只是想望找到正确使用那种力量、和对的服务方式，并为此献出了你从更大自我的圣殿中收集起来的每一点能量。

你询问如何将那个更大的『我』更多地带入日常生活中，这个器皿在自己的进程中(也)极其聚焦于该询问，因此我们找到了一个向你发言的非常肥沃的土地。而同时，因为这关系到这个器皿自己的自由意志，我们必须走一条小心谨慎的线路，好让我们不会侵犯这个器皿自己的进程。

让我们谈一下我们如何看待你所描述的这个情况，也就是如何尝试去将拓展了的想法(听不见)带入日常生活之中。这个器皿经常谈到，自我为一种水晶的存有，自我的能量场如同一种水晶体的能量，那种用在无线电传输中(听不见)的水晶。能量体与肉体相互渗透，它在投生中与肉体无法分开，这是经过仔细设计成为这样的。银丝带[这个器皿已经学会如此称呼它]是那个时间/空间或形而上的连接，不过在黄色光芒脉轮和绿色光芒脉轮之间，或者说在日常生活运行的能量层次和开放之心的能量之间，拥有它的卷须。在这个水晶般的脉轮体的能量形式中，有一个非常特别的，容我们说，脊柱，各个脉轮将自身缠绕于这个脊柱上，并在脊柱中、彼此之间处于一种动态的关联。

第一个能量三角是红色光芒、橙色光芒、黄色光芒之脉轮。在这个器皿的系统中，这些能量跟生存、人际关系，以及一个人在物质投生中一起工作的团体有关。第四个脉轮，绿光脉轮，被她知晓为心轮；对此我们会说，了解这点是重要的：在黄色光芒和绿色光芒脉轮之间，有一个我们正在向这个器皿展示的直角转弯，但这是一个从空间/时间进入时间/空间的直角，任何物质性方式都不可能描述或画出这个器皿察觉的、或者我们能通过这个器皿给予的形象。

虽然如此，如果你愿意的话，可以称它为路上的一种慢跑。为了转弯进入开放之心，这里有守卫圣殿大门的狮子的问题，可以预见的途径：无论它是一系列的步骤，或是任何亲自帮助你穿过这个程序的其他人物。有一个通向太一的纯正转弯，不可轻率或随意地完成；进一步说，好像你在向这个时间/空间通道所经过的内在层面宣称，你已经变成一个具魔法的存有。你承担了那个更大的身份，『我』、即一切万有，或基督意识[以这个器皿的说法]。你承担了无条件之爱的能量。在这种配置中，你代表了一个点；它蔓延开来、包围了你的自我和你正在与之一同做能量工作的实体，如果你正在和另一个人共同工作的话。而另一个实体也会居住在你创造出来的神圣空间中，并在这种环境中拥有机会来作出选择。这就仿佛你是金字塔中的那个点，在那个点、健康可以得到维护，或者事物可以被转化；在那个点、疗愈会发生；成长也可以发生，如果那么选择。

在魔法工作的通常形式中，这样一种人格的变更是被相当有意识地实行的；在魔法工作结束时，那个人格被同样小心且有意识地搁在一边。有些实体甚至使用实际的物体来提醒自己他们意识中的变化。有些人使用水晶，在工作之前将一颗水晶放置在胸前，在工作完成之后从胸前取下来。有些人使用一个起初就专为这项工作制作的戒指，在魔法工作前将该戒指带在手指上，在完成工作后将它取下来。

那么，要将这种更大的『我』越来越多地带入日常生活，你所说的是如何保持一种魔法人格。虽然我们可以毫无困难地说，你有能力在某种程度上、不时地做到这一点，但我们会想要鼓励你自己的创造性进程，这样你就会越来越有能力评估，在日常普通生活中的平凡口角与障碍之中、你维持魔法人格的能力。有些时候你完全有能力做到这一点，我的姐妹。有些时候，最明智的做法是你非常有意识地、特意地将魔法人格放在一边，知晓在此刻、你的模式之内有些压力与偏见，因此不合适将那个工作带入时间/空间、或者要求大门口的狮子允许你进入你存有的中心。

这是一个判断上的问题。这在某些方面和你更喜欢去做的事情正好相反：以一种理智的线性方式，评估你的情况、能量、你的心在一个特定时间的真实状态。

不过，我们会请你去做这种判断，以保护你灵魂的健康以及你能量体的完整性，并以一种比较粗略与物质性的方式，来保护你的肉体免受到那种由于有时不顾自己灵性质地中的纹理而带来的压力，好使你能去请求你的心保持开放，请求基督意识，或一切万有的觉知，尝试去洞穿也许是失衡的日常生活中的裂纹与缝隙。

大量的不完美是完全可容许的，因为第三密度中的所有实体，难道不是按照其生命的定义、天生就是不完美的吗？并非不完美能够对你造成伤害，而是你对自己的粗心大意、它会一再返回并刺痛你，因为当你过于急切想要前进时，那种急切会有副作用。如你观察一个努力去做太多事情的不成熟实体，可以看到这种副作用。那儿有精疲力尽的可能性，有在路途上膝盖被撞，或手指、手肘、头部重击到各种峭壁、岩石、石头上的可能性，还有一些方式我们无法通过这个器皿来描述。

我们正在对你说的是：在你能够做到的程度上，在你尝试将魔法人格带入日常生活之前，允许你对自己的状况形成一个认识。在你做那项工作的过程中，如果你感觉到那个魔法般的自我有任何张力或紧张，那么我们会请你将水晶从胸前移除，将戒指从你的手上取下来；换句话说，在你和自己达成的协议中，无论你用甚么作为一个信号，来对自己和在门口的狮子表示、你正在离开那个建筑物。

我的姐妹，这个器皿正在微笑，因为她知道我们正在使用她最喜欢的措词之一：『艾维斯现在已经离开建筑物了\*。』

在某种程度上，那就是我们正在请你去做的事情：将在你内在的基督意识视为祂之所是。祂是你的真我，但是在日常生活中，祂是处于一个陌生地方的陌生人；为了将祂带进来，你需要同时在两个世界中站稳脚跟。不管是在最好或最差的追寻者身上，那种平衡都会时有时无。

(\*编注：艾维斯就是猫王，这句话的暗示为：一场表演现在结束了)

当这个器皿为了和天使长们商量而调音的时候、她有一个习惯，她将天使长们和土、风、火、水(四大)元素\*联系在一起，她呼求拉斐尔与风之礼物到她前面；加百利与水之礼物到她后面；米迦勒与火之礼物到她右边，爱丽儿与土之礼物到她左边。我们可以建议，在妳开始试验于魔法人格与日常生活之间来回切换并尝试结合两者之前，你可以尝试呼唤这些实体。容我们说，尝试去感受它们脸上的表情是什么，它们的长袍如何被风吹

起，以及它们的手正在做什么。看看它们如何与你联系在一起。它们的姿势是什么？它们是坐吗？它们正在歇息吗？它们兴奋吗？它们手中握有什么东西来警告、鼓励或者支持呢？

(\*编注：原文为 earth, air, wind and fire, 少了水-water, 可能是口误)

诸如这样的形象，通过反复的使用，可以开始向你产生大量的信息，这种信息是专为你个人编码的。如同在灵性工作中的很多事情一样，这要一些时间来形成。有可能你必须经历多次重复，却什么都接收不到。但是，我们会建议你与这个形象共同工作至少一个月的时间，每天一次，把它发展为你资源的一个资源，如果它的确会成为你的资源的话，如同它是这个器皿的资源一样。如果它没有和你产生共鸣，并以这种方式将这种非常特定的、环绕性的元素能量带给你，那么我们会建议你为自己阅读一些关于西方仪式魔法或如这个器皿对它的称呼白魔法的一般性主题读物，看看那个生命之树的形象，看看好比那些天使长之类的能量之形象，它们已经被很多忠实的光之仆人们使用了很多世纪。要点并不是去进入另一个人的系统，要点是使用那些已经被纯净与友爱的灵魂工作了很长时间的系统。这样，在和这些形象、或比喻、或结构一同工作的时候，你就在让自己和那些在你之前已经在意识中工作的实体结成同盟，或者跟随他们所走的道路，从而让道路变得更加顺畅，将石头移出你的道路，并创造出一种支持性和基础性的能量，这种能量将在你找到自己非常个人性道路的过程中，帮助你保持平衡。

为了越来越多地活在一种已拓展的意识中，这是一件你可做的、正当且合适的事情。其实，这个器皿多年来一直尝试去做的事恰恰就是这样：不仅站在平凡生活的尘土中，还知晓那尘土同样属于那个闪闪发光的、光辉的、水晶能量的世界。所有的事情都是神圣的，一切物质的微粒都活并充满灵性。为什么你不应该在你的意识中将所有的密度联合起来，并让神圣的事物和表面上不神圣的事物协调一致，这样，平凡的事物会从内被照亮，而所有事物都变成一座圣殿呢？我们为那种尝试向你致敬，我们希望你充分地理解，藉由渴望去做这件事情，你已经成功了。

这个器皿早些时候在听一张音乐专辑，它由《一的法则》资料的某位爱好者所创作。Carla 实体和 Jim 实体一起阅读了唱片的封套说明文字，在其中，作者 L 实体写下了一段对她祖母的回忆。她说祖母的建议是：如果你是一位政治活动家，无论你的目标看起来怎样不可能实现，或者为了在这个世界中实现这些目标你经历了怎样的失败，永远都不要气馁。因为正是那种为了真理、正义、光而做出的努力，成为活动家们的绝对胜利。藉由尝试将那存在于开放之心中的圣殿和外在的世界带到一起，你已经成功地将它们结合了起来。我们正在请你去做的事情是，在你自我的浅层面向以及它更加浅薄的特性中，照料你的自我.....

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

..... 于是，你就可以将尘世的事物带在身边，不是作为在货车后厢搭便车、一个不花钱的人，而是一位受尊敬的荣誉乘客。灵性上强有力的实体会趋向于越来越少地考虑物质和尘世的事物，而越来越多地考虑更大的内在意识。然而，第三密度的荣耀是把这两者结合在一起。

此刻在这个圈子中的每一个人都是一颗水晶。它正在接

收太一无限造物者无限的爱与光、正在将那信号向前传送给出去。这颗水晶是否已它充分的完整性来传送该信号？它传送时添加了祝福？这些是你们每个人必须问自己的问题。你会情不自禁地传送太一造物者的爱与光；但是，该传送是如何被染色的、则完全取决于能量体中的能量配置、以及能量体与物质身体之间的连接。因此，每个寻求者就如同一种独特的花朵：它的色彩、开放的形状、它的绽放、它对灵性的阳光和雨水的反应以及回应的方式，都是独特的。没有任何两个自我，会有相同的美丽；每个人都是一个完美而独特的珍宝。我们希望你用那种方式来看待自己，并且不仅在那些你能够完全清晰地看到万物一体、一切都完美的时刻，还在那些你感到极其散乱、无法察觉你生命的完整性和完美性的时刻，拥抱自我的所有部分。在那些似乎混乱的时刻，带你在感觉与知晓一切都好、万物一体时所拥有的完全相同的能量与热情，珍视自己吧。

我的姐妹，真理是非常单纯的。就时间/空间的方面而言，你已经把更大的『我』和尘世的『我』结合在一起了。无论如何，如我们之前说过的，活出这种真理的挑战在于如何评估你的能量，以便于当你疲倦的时候你会休息；当你在情绪上精疲力尽的时候，你会放下已经知晓你是谁这个重担，允许自己爬到太一无限造物者的膝盖上，蜷曲在那膝盖上，在那造物者[祂对你的爱超过你始终知晓的范围]的摇晃中入睡。让安慰冲刷你；当你需要拿取的时候，让你自己拿取。找到那些你感到饥饿、你感到口渴以及你有需要的时刻，请求那食粮、请求那饮品、请求那答案，同时毫不怀疑地知晓，你是值得的，一切都正在被照看？。

在此时，虽然我们尚未讲述你在开始时、提出的一系列优秀问题中的许多微妙之处，我们感觉已经足够充分地利用了那股最初的能量，所以我们会停下来问、是否有额外的问题，或者，你是否想在这次工作集会的剩余部分、采取其它的方向。我们是 Q'uo。

A: OK，如果我正确地读懂你们所说的内容，你们说的是，我需要放松地进入那个正在进行的过程、而非担心那个过程。这样说正确吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们相信你相当良好地掌握重点，这正是我们鼓励你于内在做的事。它是一种放松进入正在进行的过程。你已经锐化了意志，使得它变得单一指向，这对实体们很经常是一件困难的事情，但是你已经完成了它。这就使得你有可能去洞察。你还聚焦了信心，再次地，这允许你拓宽并深化你的工作。因此，藉由手中的信心和意志，藉由一种完整的奉献，外部事情的工作得以歇息；剩下的就是一次充满可能性的人生。你投生的剩余部分的样子不为我们所知晓。我们不知道、那些颤动？进入存在的事物将会如何形成自己。我们仅仅知道，这个过程会顺利发生，而你的确可以放轻松地进入它、享受它。

我们可否进一步回答你，我的姐妹？

A: 是的，我感觉到一种告诫，不要变得跟那些不想要前进的人一样。我想要也许更加能够分辨，在我的人格复合体之中、是否存在没有得到充分考虑的事情，也就是我们可称为的阴影？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。让我们来看看这个询问，因为它是有意义的。一个没有『懂它』的实体，不正是自我没有懂它的那部分的一个镜像或投射



吗？任何一个外在的、似乎代表了那些无法前进到光中的实体，不正是自我的一个部分吗？因此，确实可以用一种表面的方式说，自我中的确有个部分没有给予阴影足够的尊敬。然而，我们不会选择将其归于那种架构，这是因为一个简单、却又不是那么简单，的原因，也就是我们在你内在感觉到一种对阴影的充分察觉和尊敬，无论阴影可能被怎样描绘，或者无论它可能被如何感知到。我们并没有于你的内在感觉到和内在的那只狼[那个能够去咬人、杀人、偷窃、或以任何方式存在的阴影自我]有紧张关系。相反地，我们感觉到你内在有一股人性的爱，想望去拥抱与疗愈。

然而，那些在你面前呈现的自我、他们的很多部分不是为了前来治疗，而是单纯地作为自我而出现；有许多人的内在对接受治疗没有准备，不愿意持续成长。因此，你所感到的极大的爱和接纳，在他们无法表述的层面上是不受欢迎的，因为他们并不知道自己对治愈和成长有任何抵抗。因此，这里的重点是能够去尊重并体谅那些尚未准备好去拥抱自己的光之实体。让他们如其所是，并且知晓，对于他们而言，他们投射到你意识中的东西，尽管似乎有偏向性，那是他们所能做的最好程度、也是他们能够做到的最大程度，他们受限于自己此刻的能力。因此，此刻对他们的反应仍旧是爱，仍旧是一种接纳，但这是一种拥抱、允许他们如其所是的接纳，不带有任何评判或对未来的想法，而是认识到，他们的样子正是（听不见）他们目前需要的。

我们可以进一步回答妳吗，我的姐妹？

A：不用了，我想我理解那点了。我想问问关于那个即将到来的、我和大卫·威尔科克(David Wilcock)一起去埃及的旅行……我能做任何事情来促进我那时的感受性吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们会简单地对你说，我们鼓励你平静地行动，好好地聆听，接着知道这些能量也是由那些爱你、想望帮助你服务于人类和造物者的实体所守卫的。再次地，服务的秘密不是伸手拿取、不是保留抑制，而是在任何时刻、任何行动中，都保持宁静、和平、和你自己内在的完整性。

我们否以进一步回答妳，我的姐妹？

（没有进一步的询问）

我们发现这次会议的能量开始衰微了。如果你有最后一个问题，我们会乐于在离开这个团体和器皿之前款待它。

A：我想我最后的问题是，在水晶体音符(crystalline notes)中有任何可以帮助我深化我工作的具体草案吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们提供这个器皿该建议：她和你分享自己在使用一个音叉的过程中找到的安慰。该音叉被调音到中央『C』音之上的『F』音，她选择那个音是因为在有些系统中，它是开放之心的声音。我们并不想越过这一点对音调性工作做更进一步的讨论，因为我们不愿意干扰你自己的进程。而且我们觉得这对于你仅仅是一个开始，也许如果你用某种方式吟唱或简单地吟诵那种能量，如果你拥有一个音叉并在你做这项工作的时候、实际上基于开放之心来平衡它，也许它将引导你抵达自己的发现，并开启你的创造性泉源。

我的姐妹，我们无法告诉你，我们在和你的能量、和这个圈子中每个人的能量一同工作的过程中，感觉到怎样的快乐。我们感谢每一位，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 27-04 集：造就第四密度

---

Copyright 2017 L/L Research  
Bringing forth Fourth Density  
特别冥想

2017 年二月 26 日

(Jim 传讯)

Q'uo：我是 Q'uo，我与这个器皿在一起了。一如既往，今天下午，我们很高兴在爱与光中向你们致意，因为，我们总是发现，你们沿着寻求太一造物者的道路、在爱与光中行走。我的朋友们，你们除了要走在爱与光中之外，没有任何你们要走在其中的事物。仅仅只有去看到这种爱与光的眼睛、以及欣赏这种爱与光的心。

在我们开始之前，一如既往，我们请求你们的一个小小的恩惠，那就是在我们今天所要提供给你们的那些言语中，你们将会采用对你们有价值的部分，将其余的东西毫不犹豫地留在后面。这会在我们能够自由地发言的方面、大大地帮助我们，我们为此恩惠而感谢你们。

在此时，我们将会问，是否有一个我们可以用来开始的询问。

Gary：通常，我们宁愿那些关于正在进行中、和即将到来的这个星球进入第四密度的转换等问题不要过于强烈地成为这个团体的一个焦点。我们认为，对于尚未发生的事件的考虑可能会起到分心的作用，并且使得焦点从它对于和造物者接触的真实要点[即当下此刻]上发生渗漏。

不过，星际邦联已经积极主动地谈及收割、并使之成为一个要点，我们感觉到、在这个神秘的主题上可以缔造更多的进展。所以，给你们 Q'uo 的第一题：

为什么多年来、星际邦联一直感觉这点是重要的：通过传讯、梦境、异象去提醒地球上的人群关于收割的事？

在这个主题上，被分享的信息是打算要作为一种催化剂来鼓励或激发人们去寻求与服务吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，这是一个好问题，因为它探测我们和该行星[你们称为地球]关系之基础。随着时间的增长，以你们对它的度量，进展到当前的时刻，这个特定的星球，在过去大约 75,000 年的时间中，一直都在进行它穿越第三密度幻象的道路，它的人群一直都在增长。

每个在这个星球上的实体都是为了一个目标在这里，该目标是：能够欢迎并享受更多的太一无限造物者的爱与光流经自己的能量中心，容我们说，该流动的方式将会允许该实体毕业或被收割到第四密度[属于爱与理解]。这一个过程贯穿所有的时间、并且在所有的时间之前就

进行了，它是一个将会无限地继续到(你们)未来的过程。是故，它具有首要的重要性，不仅仅因为实体必须毕业以便于沿着这条寻求和太一合一的道路、进一步前进，还因为在这个特殊时刻，在这个特殊的密度中，必须做出一个选择，这个选择将会允许每一个实体继续沿着向上的螺旋光移动，要嘛通过正面性导向的服务他人的方式，要嘛通过服务自我的方式移动：服务自我被称为负面的道途，那非实存的道途，因为它是一条被建造在分离之上的道路，我们可以补充，那是在合一的宇宙之中的人工分离。

因此，这是一个十分特别的时刻，因为在这个幻象中做出的选择、对于每一个做出选择的实体都是奠定基础的选择，该选择将会允许并推动实体沿着寻求服务造物者的道路走得更远，以正面或负面的方式服务造物者。

这个 75,000 的周期对于你、可能看起来就像是一个巨大的时间跨度，你在其中生活仅仅四十年、六十年、八十年或如此等等，然后你就不再属于这个幻象的一部分，直到、再一次、你选择转世返回进入该幻象。然而，当你将 75,000 年与后续密度的时间长度，如你们对它的称呼，相比较，下一个密度是 3 千万年，接下来，后面的密度是 5 千万年，后面的是 7 千 500 万年，你们的密度就仅仅是在时间中的一眨眼了。它仅仅是最简短的瞬间、在其中考虑必须做出的选择。在这个地球上、你们人群当中的很多人已尝试的这个选择，(而且)在贯穿其转世历史中，也曾其他的第三密度地球上尝试过的选择；他们在其他的地球上做出这个选择的方面是不成功的，却发现需要在这个地球的层面上投生以便于再一次地，尝试这个宏伟的冒险，尝试这个宏伟的选择过程，以便于为他们所有未来将会在意识中做的工作打下基础。

是故，我们在此时和这个星球进行交流，我们已经交流了你们的好些年的时间了，实际上，在这个位置已经有数十年的时间，以提醒那些察觉到这个过程的实体，确实，这就是正在发生的事情，这将会发生，对于在这个地球上的人们，这是十分重要的事情，因为那么我们刚刚陈述过的那些原因。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：确实有，我忘记了提起，能够提出这些问题是一种荣耀，Q'uo，非常感谢你们。

我们最近访问北卡罗莱纳州的阿什维尔(Asheville)，我们在这一个地方感觉到、正在瞥见第四密度萌芽的开端。我们了解，或者至少我了解到，无论离散的边界是如何被跨越的，无论量子转换是如何发生的，第四密度都将会通过那些正在地面上从事爱与理解的工作的实体而诞生。第四密度本身实际上通过许多光点、好比我们在阿什维尔观察到的，以及我们在全世界看到的个体与集体的光点开始形成。你们愿意就这点评论吗，请？

Q'uo：我是 Q'uo，虽然我觉察了你的询问，我的兄弟，我被这个器皿提醒、我们需要在这个(时)点做一个转移，因此，在此时，我们将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，现在与这个器皿在一起。在我们开始通过这个器皿通讯之际，我们

想要感谢这个团体，同样感谢这个器皿、以及在此刻在这个练习中的伙伴，被知晓为 Jim 的实体，也感谢发问者，被知晓为 Gary 的实体，感谢他们致力于真诚的寻求而；就是这种真诚的寻求对于我们起到一个灯标(beacon)的作用，给予我们一种希望的感觉，也就是说：此刻正在召唤这个星球进入一个新实相层次的转换过程，将会带着某个程度的成功而产生作用。

你们提到，此刻在这个星球上有些灯标，我的朋友们，我们愿告诉你们，只有很少数的灯标要比你们当前参与的灯标更大了。对于许多一直在尝试帮忙的帮助者，这是具有希望的源头之一，这些帮助者长年时间[以你们的考量]都在尝试协助，

甚至延伸进入亘古的时间；在我们的相信中、在我们的渴望中，我们可能希望在这个星球上、可以产生一种第四密度的体验，这种体验能够丰富打算成为造物者的仆人的实体之见识。因为，我在光中的兄弟姐妹们，实情是：在每一个(实体)进入更高密度的新生之际，整个宇宙都怀着喜悦回响。

你们是相当正确的：你们指出进入第四密度的转换过程会被好比你们自己的团体、以及你提到的阿什维尔的团体所帮助；在这些地方，人们正在付出真诚的努力以调和那些被看到有需要的地方，并且促进疗愈。我们会对你们建议，这个星球的体验已经多少是有些动荡的，留下了对于可观的治疗的需要。因此，除了收集以服务自我或服务他人的选择而达到顶点的决心之外，一种额外的、包扎这些伤口的过程此刻正在良好地进行中。好比你们自己的团体，很多这类团体的一个工作就是去对那些有需要的人伸出援手，通过那些微妙的方式提供可得的事物，提供许诺给一种更好的生活的方式、一种即将到来的更好人生。

我们再怎么高度强调(这点)都不够，好比你们自己这样的角色、其显著意义能够通过促进这个过程而发挥作用，因为你们似乎是在一个巨大的黑暗的天空中的一些小小光点，不过，我们对你们说，这种光具有这样一种特性：它可以被传递，可以拓展它的范围，它可以从一个人移动到另一个人，它一般而言是通过一种几乎不被观察到的方式这样做，但是，不是由于比较不重要的原因。

相当真实的事情是：在这个寻求圈中，在你们称为周末的这段期间，已经取得

那种寻求的、如此(高)的强度，以致于光被聚焦于一个相当小的区域，但是，同样真实的事情是，每一个在场的人，都将会作为结果，以各种也许甚至不会被有意识地知晓的方式，携带着这种对光的强化作用的效应、出发进入该世界。我的朋友们，那种效应是确切的、就如同破晓会在地面上展开一样地确切。它将会如同一份新的觉知之破晓礼物一样地伸展开来，这将会开始引导在这个星球上、第四密度时代的过程。

我是 Q'uo，我们会在此把该通讯还给被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再一次与这个器皿在一起，通过这个器皿，我们要问，是否有另一个询问。

Gary：在(一法的)63.24 中，发问者问：「那么，当第

四密度的星球被激活(activated)的时候,会有热能被生成。我假设这种热能是仅仅在第三密度的星球产生。这是否正确?」Ra 回答:「这是相当正确的。每一个次元的经验性变貌都是离散的(discrete)。」

Ra 也在 40.10 中说:「第四密度振动的预兆大约是在你们的四十五年前,在振动性物质,容我们说,穿越量子跳跃,如你们对它的称呼,的最终运动之前的四十年时期中,能量更为强烈地振动穿越这个时期。」

问题:如 Ra 对它的描述,会有一种明显的量子跃迁,在其中、第三密度会明确地结束,第四密度明确地开始。所有第四密度的身体在新的环境中都居住在一个品质上、离散相异的环境。当时间和各项条件适当的时候,这种离散的边界会在某个单一的,全球性时刻被跨越吗?在那个时刻之后,第三密度会在一段时间中是非活性的,同时早期的第四密度存有确认自己的位置了?

Q'uo:我是 Q'uo,觉察了你的询问,我的兄弟。这不是一个轻易以简单的是与否则来回答的询问,因为在你们的特定的行星上、以及它进入第四密度的转换过程有大量异常的事物。Ra 正在谈及的量子跃迁是这个星球本身已经取得的成果,因为该星球实体是一个第四密度的实体。然而,在其上的(众多)个体与社会复合体,在某些情况中,位于第三密度和第四密度的混合层次上,但大部分在第三密度,如你们会从每日的新闻中推测到的一样,容我们说。

然后,这个星球就有需要藉由第三密度的剩余人群的退化,容我们这么描述它,来调整第四密度的振动复合体。已经有大量你们所称的战争、好战的活动,以及屠杀这个星球上、百万千万的人群。这种愤怒的振动、分离的振动已经将它自己深植于这个行星的地壳之中,所以,有需要物质性地释放这种离间、分离、战争的振动,好让该星球自身得以用一种更为协调的方式进展,作为将会居住在其上的第四密度人群的家。因此,该星球表面上的各种各样的部分的破裂,在你们一些年的时间中、已经一直都在发生。这些就是 Ra 群体曾谈到的某些不便了。

在你们星球的人群的意识复合体的离散运动方面,在此刻,已经有一些年了,那些出生进入此生的实体同时拥有第三密度和第四密度的激活身体,因此,此刻在星球表面上、确实会有一个新的实体的世系。这个数目每天都在增加。这些实体此刻有更多能力去影响这个星球的意识、以及在他们周围的那些人的意识,因为他们,容我们说,需要去在收割(过程)中帮忙,这个基本的需要位于他们在这里投生的原因的基础上。被允许这么早投生是一种巨大的荣耀和荣幸。

因此,随着这些实体继续投生在该星球上,他们将会通过自己的交配过程提供身体复合体给其他具有甚至更高振动的实体来投生,于是,在你们的时间中,这一个过程似乎会比在一眨眼时间中(完成)的离散运动花费更多时间。由于你们的人群在做出离散式选择上的困难,在这个时间上将有一些不确定的年岁,对于肉体载具,心智与灵性的载具更多地调合成为一个纯粹第四密度的载具的进程,这个不确定的年份将是必须的。因此,在第三密度到第四密度的心/身/灵复合体的转换被确定的范围内,这将是一种逐渐的蜕变。

我们愿进一步补充,在此刻,有很多实体正在非常勤奋地工作,同时在第三密度的层次上、以及在星球实体之

内的更高领域,都在协助转换进入第四密度的过程。这些实体,容我们说,正在做出每一个有可能的努力来帮助这种转换,于是,当考虑完整地进入第四密度的特性的时候,他们的成功就是必须被纳入考量的一个主要因素。

我们简短地暂停、以给予这个器皿机会来深化它的状态。

(暂停)

我再次和这个器皿在一起了。我是 Q'uo。

是故,尽管你们的星球有可能做出一个离散的选择,如 Ra 说过的,在一个美妙的、强健的启发瞬间之中,选择正面地极化,内在层面的所有实体都希望在你们不久的未来、人们会做出这个选择。然而,这不是一个很有可能的选择,虽然它始终都是可能的。是故,这种离散的转换最有可能是 Ra 团体提到的,在你们的 100 年到 700 年之间完成。在时间的整个运动中,如你们对时间的知晓,这是一个大的时间段。而在进入具有 3 千万年时间的第四密度的时间运动中,这仅仅是一会儿的时间。

我们将在此刻把这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体,以请求进一步的询问。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo,我们现在与这个器皿在一起。在此刻,请问是否有个进一步的询问?

Gary:这个特定问题可能非常简短地被回答,所以器皿可能想要继续进行下一个问题,这决定权在于你们。在 63.27 中, Ra 说,「创造绿色光芒身体复合体将是逐渐的(过程)、并且将从你们的第三密度类型的肉体载具开始发生,通过两性繁衍的方法,藉由演化的过程成为第四密度的身体复合体。」

Ra 在这里回应了 Q'uo 刚刚通过另一个器皿说过的内容。

因此,那个有可能不言而喻地被回答的问题是:通过两性繁衍的演化的过程是如下进行的吗:

- 一、黄色光芒激活的身体生出双重激活的身体。
- 二、双重激活的身体生出绿色光芒激活的身体。
- 三、只有绿色光芒激活的身体居住在该第四密度的行星上。

Q'uo:我是 Q'uo,就一般的意义,我们会说这是正确的。一个人可以做出某些资格限定,以及一个可以做出的精炼,但是,它们绝大部分要求一种你们会称为的基因学的知识,在你们的星球上,那是尚未可利用的知识。

我们会将你们的注意力拉到在一个黄色光芒激活的、和双重激活的载具之间的差别上,前者是诸如在此刻在这个星球上十分寻常的载具,后者是具有某种属于一种异常特性的载具,因为在这样一个双重激活的身体中,更为强有力的,容我们说,拉力仍旧会向后靠近第三光芒、也就是黄色光芒的载具。我们说这点是因为:继续存在的情况是,罩纱会继续存在于心智、身体、灵性之

间，而这个罩纱被移除将会是第四密度的一个标志。

无论如何，双重激活的身体的效应从某种意义上将是相当明显的，即对于第四密度价值的直觉认识的有更大的倾向，将会越来越多地使得它们自身是明显的，尤其是在双重激活的心/身/灵上头，但是，再一次，我们会说，它是以这样一种方式进行的，即这种激活，在其自身，可能成为更为一般性的，可能超越那些处于双重激活身体中的实体的有限范围，并开始在那些其投生状况仍旧属于第三密度的状况或是一个黄色光芒载具的实体身上产生一种影响。

发问者想要我们留在这个器皿中以接收下一个问题吗？

Gary：是的，我有一个未曾计划的后续问题。

你们提到罩纱在双重激活的实体中仍旧非常大程度地存在于其心智与身体之间，但第四密度的一个特征就是罩纱被移除了。所以，再次地，在我看来，进入第四密度的运动、时间、速度，还是和那些在地球上的人有关，跟他们的选择、态度、振动连结在一起。那包括了从星球自身、具体地释放战争和愤怒，以及刚才提到的、在这个过程前进的范围内、实体们靠自己做出的选择，然后，该罩纱就会逐渐被升起，接下来，双重激活的第四密度实体就会对于他们是谁，他们是什么，以及它们在这里的目标拥有更大的接口与认识。你们愿意评论（以上）杂乱无章的陈述吗？

Q'uo：我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们会说，刚刚被给予的特征描述，在一般性的意义上是相当真实的，并且说得很好。我们会补充，罩纱变薄的过程，尽管它一开始，就我们能够讲述的范围，几乎是非常缓慢的、间歇性的，在某些人的口袋中比其他人的会更多一些，它将会在某个时刻取得一种动量，这种动量将使得它成为一个无法被阻止的过程，随着这个过程开始变得越来越真实，该罩纱能够非常快速地被移除，于是、它几乎确实看起来就仿佛是，在那个点，一个实体已经跳跃、跨越了一个急剧的断层或边界。

你提到的那些因素、会在此刻抑制或延迟这个过程，它们确实能够被表达为愤怒，也能够被表达为恐惧，同样能够被表达为一种否认或拒绝，因为心/身/灵复合体越来越直觉地察觉到，某种事情在此刻正在对它们提出要求，宇宙实质地在对他们做出选择的期待中振动着。他们做出这个选择的时间拖得越长，该转换将会更多地被延后，直到某个点、不再有可能抵抗新能量在招手的压倒性特色。带着某种忧伤，我们会说，在那个点，将有一种痛哭、哀悼、咬牙切齿，属于那些感觉自己任务没有成功的人，该任务是希望表现(render)该基础性的选择、以便于它可以起到出发点的作用、（接着他）进入一个新的存有领域。

我们不会将这些心/身/灵的未来描绘为一个有罪者的未来，因为他们将获得演出选择之戏剧的新机会。但是，在很多情况中，这将是第二次，或第三次的机会，这些灵魂将在其存有的某个潜意识部分察觉到那个事实，接着有一种混乱或不和谐之潜能升起，因为可能有个一般性的胡乱连打(flailing about)，可以这么说。

因此，进入第四密度幻象的转换(过程)，当作为一个整体被对待的时候，可能看起来是混乱的，虽然在某些小区域(pockets)，更多的光在那儿已经占优势，接着，更多的心/身/灵已经通过一种相互和谐的决心聚集在一

起、为了共同的目标而聚集，一般性的混乱，十有八九，将会更多地被体验为一种背景事件，同时焦点将被放在转换(过程)的前景事件上，这将是一个具有巨大喜悦的事情。

我们是 Q'uo，我们将会在这个(时)点把通讯转移给被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我再次和这个器皿同在。有个进一步的询问吗？

Gary：非常感谢你们，Q'uo，为了你们同时透过两个器皿回答。

我们从 63.13、63.14 中学到几件事：

?第三密度和第四密度的电子场域是不相容的。换句话说，第三密度的实体无法充分察觉到第四密度。

?所有第三密度的身体都将在第四密度完全启动之前、在空间/时间中经历我们所称的肉体死亡。第二点可能涉及某种诠释。

所以该问题是：因为黄色光芒的身体跟绿色光芒环境是不相容的，在空间/时间中、要最终且完全地激活绿色光芒环境，（必须）等待最终、黄色光芒身体经历我们所称的死亡吗？

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。一般而言，这是一个正确的假设。因为即使整个星球的人群都做出了那一个美妙的、强健的正面极性之选择，在那个时候、会有需要丢下第三密度的肉体载具：黄色光芒身体。在那个时候，会有靛蓝色光芒身体、塑形者(form-maker)身体、的扬升进入光之领域，在这个时刻中，光之阶梯，或光之气力，会量度该实体的承受能力、以承受一种可收割程度的光之冲击。这种能力主要是由该实体的选择来决定，他选择以其存有的每一根纤维来追寻正面的极性，容我们说，而移动进入光作为对这个选择之肯定。当你们星球的整个人群都做出有可能的正面极性之选择，这就是会与之相配的情况了。

如果选择(过程)是更为逐渐的，同样会获得相同的基本情况，在其中，实体们

会以一种示范正常的死亡过程的方式、穿越死亡的过程。该实体，由于群体的选择朝向正面极性，他不会有意地察觉到其收割性，然后，会在其黄色光芒体死亡的时候进入塑形身体中，并再次进入光中，那种光会测量该实体的可收割能力、根据其能量中心群忍受爱与光之冲击的能力。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：是的。感谢你们。我确实还有一个后续问题，跟（刚才）那个问题很有关联。我非常感激你们的回答。

因此，你们确实指出第四密度，在存有第三密度的身体的时候，就无法充分地在空间/时间中显化。在最后的第三密度身体死亡的(时)点，那些用物质性方式留在行星地球上的实体，将会是处于双重激活的身体中，而仅仅勉强地掌握第四密度的潜能？或者，在那个(时)点，

将会是双重激活身体的结束、以及完全激活的绿色光芒身体开始的信号吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

再次地，要对这个情况给一个是否的准确答案，这是困难的，因为在那个最终选择被所有实体做出的时刻，所有的实体要嘛走向服务他人、要嘛走向服务自我，届时，将同时有两种类型的实体处于星球的表面上。这就是说，应该会有那些带着双重激活的身体的第三/第四密度实体，它们将能够完成毕业，因为那是这些实体在另一个星球上就已经确认过的事情。那些带着第三密度身体的实体、仅仅只有激活黄色光芒(的身体)，在那个时刻，将需要去穿越该过程：进入光中、判定其可收割能力。因此，在某个(时)点，将只有，如你说的，第四密度的实体在这颗星球上，然而这个过程将会花费的时间额度，如你们对它的衡量，在此刻是未知的。

我们在此刻会将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。请问在此刻是否有进一步的询问？

Gary：再次感谢你们，Q'uo，我认为你们在这里的回答将带来帮助，为那些学习星际邦联的信息并为受到鼓舞的人们澄清许多(内容)。

这是一个多少有些疑问的要点，这类型的唯一问题，但是它是一个已经困惑我的要点，因此，我将要问它。在 63.8, Ra 说：「随着绿色光芒周期或爱与理解的密度开始成形，黄色光芒的层次，或你们正在你们的舞蹈中享受的地球，将有一段你们的空间/时间的期间是无人居住的，因为第四密度的实体需要空间/时间学习将它们的密度对第三密度屏蔽起来的能力。在这个期间之后，那一个时机将到来，第三密度可以再次地、在崭新的黄色光芒球体上循环。」

所以，对于每个学习一的法则的实体，那是一个基本常识。该困惑在这里：无论黄色光芒的星球失效多久，一旦它恢复启动，将有我们当前文明的、数不清的(人造)加工品遍及世界各处。我想到的建筑物、道路、桥梁、家户、生产工厂、发电厂、水力设施，等等。情况将是这样吗，如果是这样的话，那会如何影响在新的黄色光芒球体上的、新住民的自由意志呢？

Q'uo：我是 Q'uo，再次和这个实体在一起。我们会说，去思考第四密度的体验的长度会是不错的，这个长度、以你们的年份计算、是很长的。第四密度，当它处于完全绽放的状态的时候，具有一种振动的层次，以致于它对于那些占据第二密度载具[就好像自从罩纱的时刻以来，第三密度实体就这么做了]的实体并不是明显可见的。当新形成的第四密度正在进一步演化进入具有一种越来越高的振动性质的存有状态的过程中，将有一段转换的时期，它将不是短暂的，如你们对时间的衡量。在那个演化正在发生的时期中，将不会有第三密度与第四密度之间的足够分离性，以致于第四密度能够在不被第三密度知晓的情况下存在。相当真实的情况是：在第四密度已经演化到某个地步、于是它可以对第三密度保持不可见；第三密度对于第四密度将是可见的。

第三密度的生命在其可见状态对于第四密度不是巨大的

神秘，就如同第二密度的生命对于第三密度不是巨大的神秘。但是，在那个(关键)点、第四密度(生命)能够保持自己对于第三密度(生命)为不可见的状态，第三密度的生命才可能再次开始。最大的可能性是：这种情况还不会出现、直到第四密度远远地足够进步，以致于进入第五密度的转换(过程)很快可以被考量的时刻来到。接着，我们也会说，第三密度体验的早期部分倾向于，以第三密度的度量标准，是相当缓慢地进行的。十分有可能，在那个时候、在这个星球上的第三密度人群，会由正在毕业进入第三密度的第二密度存有构成，它们新近开始了它们从自我意识的最初搅动向上的道路。

这回答了你的问题吗？

Gary：感谢你们问、那是否那回答了我的问题。我认为有一个误解。如果我是错误的，请更正我。我的问题不是关于第四密度居民的自由意志会于第三密度再次循环的时候被影响，我的问题是：关于第三密度的居民的自由意志、会不会在他们遇到我们自己的全球文明的加工制品以及残余物的时候被影响。

藉由你们刚刚说的内容，第三密度(结束、)再一次循环之前，可能是数千万年的时间，在那种情况中，地球将已经清除或移除了很多的我们的历史，但是我们现在能够通过考古记录返回数亿万年，甚至数十亿年前，因此，该问题是：当新的第三密度周期启动的时候，会有新的第三密度的存有，如果它们变得足够高科技，至少去检查考古记录，学习到有一个全球性的文明不复存在了，那会如何影响它们的自由意志呢

Q'uo：我是 Q'uo，我再一次与这个器皿在一起了。过去的文明的痕迹，如你们可能对它的称呼一样，如你已经注意到的，它轻易地被时间之沙抹除。我们请你们沉思、在你们自己的星球上、过去某些文明的神秘：列穆尼亚大陆就是一个，亚特兰蒂斯大陆是另一个。这些曾经是伟大的文明，现在已经消失得几乎无影无踪，大部分是通过传说被知晓的，即使已经有过一些对那些传说感到警觉的人，他们百折不挠地搜寻过这些痕迹了。

现在，在你们的星球上、有一些较早期的文明痕迹，我们将你们的注意力呼唤到在复活岛上的那些雕像，它们是一种早期互动的残留物，那是一个早期的属地人群与另一个属地的源头之间的互动，所以，这些残留物，实际上，可能位于适当的地方，它们将被视为是一个可能的神秘源头，但是一般而言，它们的存在并不会极大地侵犯那些正在学习第三密度课程的实体之自由意志，以及其中具有至高重要性的课程：即做出选择。

所以，在一个文明发展的大师周期的后期结束阶段，人们开始察觉到在其星球上的较早文明之痕迹，这是有可能的。一般而言，这不会以任何有意义的方式构成对自由意志的删减。

我是 Q'uo，在此刻，我们会将该通讯转移给被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我和这个器皿在一起了。我的兄弟，有个进一步的询问吗？

Gary：是的，我首先要花一会儿来感谢团体支持这些问题，接着说我有一个最后的问题，在那之后，如果该器皿或其他器皿拥有继续的能量，团体中的某个人可以使



用这个机会来问一个问题。

我最后的问题如是：在团体中，我们先前已经谈论过这个要点。我们有一个假定：只要一个人仍旧处于第三密度的身体中，呼吸着第三密度的空气，并且在体验这个演化的周期，他们就有时间去做出选择。你们愿意评论该说法的优点或准确性吗？以上就是我最后的问题，我非常地感谢你们、为了这个机会。

Q'uo：我是 Q'uo，我们同样感谢你们，我的兄弟，因为这些要点具有某种可观的兴趣与重要性，不仅仅适用于你们星球的人群、对于服务太一无限造物者的星际邦联也是如此。

确实，那些现在居住在你们星球表面上、呼吸着自由空气的实体，拥有每一个极化所需的机会，以便于每一个人都达成毕业，如果那个选择在此刻是他们的选择的话。如你们所觉察的，对于大多数人，必需的事情是开始察觉到那个选择。这不必然是为了立刻可以毕业；但是，为了要在做选择的方面更加，容我说，富有成效，这是必须的。人们仍旧有时间做出能够通往毕业的选择，同时包括有意识地与无意识的方面，取决于每一个实体的个别状态，容我说。红色、橙色、黄色光芒正在充分地开放，接着移动进入绿色光芒，伴随着心轮中心的开放、开始在那些爱与理解的行动中展现自己，这些行动可以展示一个实体去欢迎并享受太一造物者的更多的爱与光之能力。

我们感觉，有足够的启发性信息可以供在你们星球上的所有实体所取得，如果这些实体能够察觉到这样一个选择的需要，即使不是有意识地察觉，（也）能够去跟随其潜意识心智，并藉由潜意识带给他们的催化剂来引导自己，以提供去利用这种催化剂的能力，也就是说，实体自身是能够利用催化剂并且在其，容我说，演化的过程中前进，然后会有机会在一个潜意识的层次上，或者在一个无意识的层次上做出这个选择，而不仅仅是在灵性寻求者的有意识层次上做出选择、他已经在这条寻求小径上行旅很长时间了。

因此，我们感觉到，人们有时间，如你们知道的时间，做出这样的选择，这是每个寻求者现在发现它自己处于其上的伟大冒险，每一个寻求者都已经发现自己在过去数个千年的时间中、一个很大的部分都在这个地球层面上。通过一系列的指导者、内在的大师，以及那些已经被每个灵性寻求者所吸引的朋友，无论灵性寻求者是不是一个有意识的寻求者，每个实体同样可以取得神圣的启发；非有意识的寻求者意指：一个人单纯地去经历他的日常生活活动，并在一种物质的意义上、就第三密度的体验机会以这样或那样的方式寻求利益，容我说。

所有的实体都拥有这些可以为他们取得的启发与信息之源头。那儿有所有类型的交流可能性，如你们先前已经提到的，从梦境、从直觉的闪光或预感，到冥想性的信息，再到受到指引碰到适当的人，或适当的书籍，或适当的地方。现在，那些内在层面的实体、具有灵性特质的指导、离世的大师都在付出所有这些努力；

通过该实体很多次的寻求人生，它们被吸引到该实体身边；（还有）该实体自己的高我，该实体的心/身/灵复合全体。所有这些实体都相当察觉到、在行星地球上、可供选择的时间越来越短了；第三密度的那些实体要在时限内做出具有正面极性的选择。

是故，我们会说，这里有每一个可用的机会、有每一个理由抱持希望、对于行星地球上、每个实体最终毕业的希望。我们在谈论每个实体于此刻、英勇地做出这些选择的能力、机会、需要，我们再怎么强调都不够的。尽管时间确实逐渐变短了，剩余的时间足以让每个实体都去做出毕业所需的选择。

在此刻，我们会将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体，来回答任何进一步的询问。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）

我是 Q'uo，现在和这个器皿在一起。在此时，有没有进一步的询问、好让我们可以回答？

J：Q'uo，我有一个问题。我一直在沉思催化剂和经验的原型。当我在头脑中为这些原型建立模型的时候，这是一个统合的学习概念，单单是被罩纱分开的：催化剂是在罩纱前、潜意识中的概念，经验是在有意识增长的生命中的概念。这样是否抓住这个概念之显著意义的足够额度，或者我漏掉了一些这个概念的某些微妙之处，你们能够对其评论吗？谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的兄弟。在关于催化剂以及经验在有罩纱的情况中发挥作用的方式的方面，你说的内容是正确的，实际上是有洞察力的。也就是说，罩纱的确会在催化剂的机能和可以从其中升起的经验的机能之间插入一种中断。然而，同样真实的是：原型拥有其清楚不同的存在、独立于

罩纱问题之外。这构成了一个有趣的探究主题。我们将尝试有些简短的讲述它，

接着在未来的某个时间邀请进一步的询问。

在一个一般性的意义上，催化剂能够被描述为现在发生的事情：尤其是在一个心/身/灵复合体的行动与互动的范围内发生的事情。然而，现在发生的事情，当它被那个心/身/灵复合体接收到之际，将会受制于解释，受制于一个选取的原则：关于什么事物值得进一步聚焦。当一个人处于罩纱覆盖的情况中，这个过程，如你指出的，大部分可以是无意识的。结果就是，实际而言，这两种概念[催化剂与经验]可能有一种合并，因为一个人对于催化剂的使用过程(access)总是早已被描绘为一个人的经验。

在一个没有罩纱的情况中，这两个要素的独特性更多地展现出来，产生的结果是：一种更大的，容我说，自由能够被展现出来，在于经验从其催化剂中做选取、关系到那个催化剂是否被接受为具有显著意义。

我们相信，这点给予对你的询问的一个答案、一个探讨的开始，我的兄弟。

是否有一个简短的后续问题，好让我们可以讲述以澄清任何依旧不清楚的要点？

J：没有了，这答案给了我大量要去思考的内容，我对于你们的回答是非常感激的。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

在此时，我们会转移该通讯、返回被知晓为 Jim 的实体上头，以调查那些在场者的脑海中是否有个最后的询

问。我是 Q'uo。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们会问，是否有一个最后的询问、好让我们在这个下午可以谈论它？

Gary: Q'uo，如果其他人没有问题，我将会拿走这个机会。为了协助对行星地球的疗愈、第四密度的诞生，以及确实、对人类自身的疗愈，一个第三密度的实体是否可能以这样或那样的形式使得自己承担起集体的痛苦，好比他们通过自己的痛苦在工作，当他们知晓、理解、接受、治疗自己的时候，结果就是在帮助疗愈集体的痛苦？

Q'uo: 我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这种自我牺牲的行动——为了星球意识以及地球上的人群之益处，对于那些非常有意识地觉察到其行动特性的人是有可能的，他们并且有意地将这些行为奉献给你谈到的那种疗愈。在贯穿你们星球的整个历史，一直有这些类型的实体，他们最为经常地在宗教修行的修道院的范围、遥远寺庙的区域、洞穴中，如此等等的地方被找到，亘古以来，这类实体一直在实践这些行为；而且，此刻在你们的星球上，在一些区域、在某个小程度上，这类实体依旧存在。

在该词语的非常基本的意义上，这是一个魔法的行动。如此参与到这种经验的实体、体验了该星球及其人群的痛苦，他正在以这样一种方式变换来自该星球的痛苦，以致于它成为一种个人体验。那不仅仅是痛苦的——虽然它确实是——那也是喜悦的，因为一个执行这种转变的魔法行动的人是在一个有意识的层次上、出自

强烈爱的感觉这样做，在空间/时间的领域中，你们的星球上很少有人获得这种感觉。这些实体给出自己、为了他人的益处，并以如此的程度给予，以致于最终完全地给出其生命的样式、好让该星球用以达成它的人群的可收割状态。

如你可能相当觉察的，这不是一个可以轻松从事的行动。要经过一段很长的你们的时间、在其中花费大量的考虑，才能决定这个行动，因为当他成功地在第三密度的实体的心/身/灵复合体之内，揭露、体验该星球的痛苦；在这过程中，这种痛苦的体验成为在肉体载具中越来越明显的事物。该实体有能力在一段更长的时间部分去忍受这种痛苦，这增加了该行动的效率。对于这样一个实体，更快地献出生命以便于结束痛苦，这时常是容易许多的，并且是一种诱惑。然而，那些具有这种特性的实体至为频繁地渴望去尽可能长地体验痛苦，了解到长期体验的功效，容我们说。

在此时，我们认出同时在两个器皿身上的疲倦，我们要离开这个团体。我的朋友们，我们怎么感谢你们都是不够的，为了你们致力于服务他人、致力于体验造物者之光、分享对造物者的爱、相互彼此分享爱、和你们周围的所有人分享爱，

我们在这个团体中已经注意到、并且已经指出这点有一段时间了。我的朋友，观看你们是一种巨大的喜悦。你们藉由在寻求中的努力所创造的光、那是在诸天中都看得见的，那是被许多实体所欣赏的。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们现在离开你们，在太一无限造物者的爱与光中。在平安与喜悦中前进吧！

Adonai, Adonai, vasu borragus。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by cT.

## 第 27-05 集：联想遥视技术

Copyright 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年一月 20 日

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意；在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。被你们的团体呼唤是一种极大的荣耀，我们为你们这样做而感谢你们每一位。我们确实感谢你们从忙碌的生活中抽出时间来进行这次仔细安排的寻求会议。能被要求给出我们的观点是一种荣幸，我们非常乐于这样做。但是为了能够自由地发言，我们会请求你们帮个忙，那就是你们每一位都使用最严格的分辨力，小心谨慎地聆听那些我们所说的内容，将任何与你没有共鸣的观点都抛弃掉，就好像它是一种新近恢复的记忆一样。用那种方式，我们将对发言感觉到自由，而不用担心你进程的神圣性会被打扰或你的自由意志会被删减。

我们向 J 实体致意，现在我们请这个实体提出他的第一个询问。

J: 联想遥视 (ARV) 技术[1]有哪一种应用途径会被鼓励而蓬勃发展？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你们的联想遥视程序在其真实本质上，如 B 实体指出的，具有删减自由意志的倾向。这种程序的实践者所面对的挑战，是找到涉及未来的信息、并且使得这种关系到未来的知识不会删减自由意志。

让我们谈一下这点。对这种技术最典型而成功的、无意中的使用，即是一个实体祈祷改变某种事物。我们会使用这个器皿每日的代祷实践作为一个例子，在其中，她为那些请她祈祷的人、祈祷他们的健康会改善。Jim 实体可能知道的一个很好的例子是，在最近的海啸灾难中，有人将几个受他托管的孩子放在一艘小船上，驶出海来避免灾难。这个实体以耶稣·基督之名告诉风浪平静下来，接着海面变得足够平静、使得这个男人和他托管的孩子都无损地在风暴中幸存了下来。正是在这些小小的奇迹中，实体们已经可靠地祈求宇宙或创造性原则[如果你愿意这么说]去改变这个器皿会称为的一个可能性/或然率的漩涡。

B 实体谈到关于使用联想遥视程序背后的意图。我们会赞同这个实体，因为专心致志的意图与纯净的动机倾向于改善这个过程的可靠性。J 实体在稍早时谈到，希望通过使用联想遥视技术来创造供给、金钱、成功。我们无法直接谈论这件事，但是我们会建议，这样的意图不会被圣灵祝福。B 实体进一步注意到，圣灵的原力甚至难以理解供给或金钱的概念，这也是准确的。

所以，J 实体目前的这些努力出示了一种价值的匮乏，那是圣灵原力可以辨识的情况。因此，为了给 J 实体创造出一种更佳的能量流动，最好在 J 实体之内重新想象、或重新配置那些被收集起来做这项工作的原力。这个实体用一种特定的方式看待自己，容我们说，这种看待自己的方式若被重新想象或重新配置，会是在根本上

最有帮助的改变，它将在使用这种程序的当中增强可靠性。

在这点上，我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我想那就足够了。你们愿意描述一下进入/离开这个程序的适当仪式吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们为你在提出这个问题时所具有的创造力和想象力而感谢你。这不是一个我们能够具体谈论的问题，然而，我们能够谈谈这个器皿如何为自己创造了一个令她满意的环境来从事神圣的工作，藉此来谈论 J 实体可以如何配置他的环境。

首先，要注意到，当这个器皿开始通灵的程序时，她有一个非常单纯且专一的意图。她将自己置于为太一无限造物者的服务中，并且仔细地定义了进入她的工作区域以执行这种服务的方式。她在自己周围收集了信心的工艺品，这些工艺品在她与 Ra 群体通讯期间、曾被放在她的周围，而现在就放在你们每个人坐在其中的房间里。这些是她熟悉且珍贵的工艺品，已经被她使用过，其意义超越这次具体会议的层次。圣杯、香烛、圣经书本——翻开到『太初有道』那一段话，这些都与该器皿的内心深处紧密相连。它们通过一种形而上的方式而不是一种物质的方式，为她构建了一种象征性但却非常真实的安全感，她让自己的灵性在这些信心的工艺品中休息，这是潜意识层面上的一种慰藉。而在她工作的环境中，那些与她一同坐在圈子中的人们，对她的价值观有一种含蓄的接纳。因此，她周围器物的所有这些面向构成了一张安全网，使她能够感觉相当自由地放松，用一种非常纯粹的聚焦来回应通灵的过程。

对于 J 实体，这些工艺品不会创造任何安全网。因此，对于 J 实体的挑战在于，去在他自己内在识别出他的信心的最核心之处。信心不是一种对任何事物的相信；令 J 实体感到安慰的工艺品完全不需要是宗教性的，它们只需要创造出一种情绪上的安全氛围。

一个人要辨认他的信心，可以通过许许多多的方式来完成。然而，考虑选用什么工艺品来环绕自我，需要藉由心而非大脑来进行。因为你在这里寻求的事物是在深层的心智中有共鸣的事物。这个心智不一定像其他心智那样产生共鸣，它也不一定对灵性或宗教性的工艺品产生共鸣。因此我们会鼓励 J 实体，花一些时间去考虑你的信心之中心在哪里，而不是去考虑工艺品。你内在的某个地方毫无疑问地知晓一切都好、知晓甚么是正确的、有益的、合适的，它在哪里？

做这项灵性工作的全部问题、都围绕在这项工作是什么之上。它是灵性的工作吗？对于这个器皿，所有的事情都是神圣的，所有工作都是灵性的。你怎么看待这个实相呢？你越有能力洞穿你人格的表面而进入自我之心的神圣空间，你就越有能力考虑这个问题。我们的观察会是：这项工作是否为灵性的、这项工作是否为神圣的，J 实体对此缺乏觉察。造物者的原力所开放的对象是那些人：他们已经了解到自己的神圣状态，并且已经设想好、在灵性学习和灵性服务方面想要做甚么。

当一个人在还没有极化或极化很弱的时候尝试去做这种工作，如同尝试去使用电流却在该系统发现、一种惊人额度的电阻造成能量无法顺利运转。

现在我们想要在某种程度上、讲述进入和离开这些(工作)会期(sessions)的技术。

当这个器皿和她所属的那个团体从事出神通灵的期间，这个器皿曾经习惯执行一个仪式，被称为小五芒星之驱逐仪式[2]，用来为通灵集会准备好工作场所。对于清醒的通灵，这个器皿藉由唱歌、祈祷、做心智上的练习来调频自己，这种调频工作的设计旨在加深聚焦的状态、并呼唤她想望在工作中陪伴她的圣灵原力[3]。

我们能够可靠地向 J 实体推荐任何他会发现有帮助且舒适的调音形式。它也许不是小五芒星驱逐仪式，可能不是祈祷以及诸如此类的事物。然而，将自我考虑为类似收音机一样的发射和接收能量的水晶，这样是好的。容我们说，你不是能量的源头，而是能量的通道。你可以调频你的意识场、正如同你对收音机调频以接收你想要的电台一样。这个器皿通过调频来请求她在有意识的状态中、能够稳定

承载的最高最佳之通讯，该通讯属于耶稣·基督的能量。这是一个非常明确的请求，因此她能够相当精确地调频，虽然她对于自己正在做的事情没有技术上的或具体的知识。这个调频的过程非常有帮助，我们认为 J 实体可以从好好考虑这个问题之中受益，即为了联系到这个实体想望达到的源头，需要有怎样的调频。

在一场工作会期结束时，我们会描述那时的情况为：你收集了一种特定的能量，它是光。但是这种光的色彩是什么、特性是什么、质地是什么呢？我们会鼓励在这一点上进行思考。这个器皿在她自己的会期模型中，看见该团体中的人藉由他们的组合能量创造出一种力场或能量场，由该圈子形成的拱形能量创造出一个圣殿，她看见光被拉入那座圣殿之中。在每次会期(集会)的结尾，她会在口头上请求每一个人释放那道光、还给造物者；这将以一种形而上的方式，净化刚刚完成的工作之物质与形而上的局部区域，并且使得该区域里的能量返回其中性、尘世的振动。

无论发展出来的是什么仪式，对于那些在本质上明确是神圣或灵性的事物，把该仪式视为一种净化与完结，这是好的。确实，所有我们推荐的事物都涉及如何将这种程序赋予积极性或爱的能量，于是，从事这项工作的 J 实体能以一种明确的灵性或神圣的方式，来参与、融入该程序。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就足够了。下一个问题是：对于我要和联想遥视程序一起工作，能不能请你们帮助我设置一个总体的意图？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们刚刚谈到了设置一个在灵性中构筑的意图。容我们说，一般而言，灵性或神圣的概念过分受限于人们对于灵性的理解。灵性完全不必须是笃信宗教的，它不必有任何地点或仪式做为装饰，灵性的核心涉及一个实体对自我的定义。

当一个实体开始检查自我本质之际，各种世界便开始向他开放。我们会鼓励 J 实体每天花时间问『我是谁？』这个问题。然后允许一种思考的空白，或允许自己不做不必要的行动。这可以在所谓的冥想中进行，也可以在一种自然环境中非常有成效地完成。但是，无论它是正

式的冥想或是在大自然中散步，这里的目标是将心智从内容中释放出来、允许它是空的。就会有语言无法衡量的内容进入这样的环境，如同进入一个空杯，而自我的本质是超越言语的。这就是为什么、静默是最佳的环境、此刻、你在其中接收你寻求的某些更深刻的答案。

构筑你的意图听起来好像跟辨认你的目标是一回事。J 实体已经解释了这个程序本身没有具体的目标：这是一个可以用来达到很多不同目标的程序。然而 J 实体又反复地说，他希望藉由使用这种技术、使用这种联想遥视而有所帮助、有所服务；我们会建议 J 实体在他的思考中沿着这个方向前进。了解到怎样的目标会受到灵性指引的原力所祝福，这些目标有着精心设置的意图、聚焦于朝向有益、悲悯、仁慈以及其他描述无条件爱之属性的种种方式。

所谓的魔法师是一个尝试在意识中、藉由他的意志创造改变的人。从字面上理解，联想遥视的规程正是这个意义上的一种魔法。问题是，其意图是正面的、中性的、还是负面的呢？检验一个好比创造金钱之类的意图、可以看到那种意图的极性是混杂的。会希望拥有金钱以便于做好事的正面面向，然而也会有服务自我的潜台词 (subtext)。这个器皿经常说，在企图从服务中赚钱的方面，她宁可维持贫穷以便于她能够乐捐她的工作、并且离开金钱的势力。这个器皿已经不再坚持那种完全不接受金钱的绝对目标，因为在好比这次集会的场合，现在她确实会接受资助，但这些资助直接转给爱/光研究中心的资金库，所以她不会以任何方式或形式、通过执行灵性工作而在个人方面获得收益。

这是一个有价值的态度，因为它让这个器皿在她手进行通灵的时候，免于任何混杂的极性。要构想一个绝对纯粹的意图，即使并非不可能、也是非常困难的，因为人类实体永远是混杂的，因为他们的本质是造物者所创造的 360 度的全部事物。结果是，每个实体都有一个阴影面，它跟正面或阳光面同样地强有力、同样地清晰。当你问自己『我是谁？』的时候，你将越来越多地开始看到，你是每一个事物与每一种品质。接下来问题就变成了：『在你的存在之中，这些能量是如何配置和组合的呢？』

每个实体在贯穿整个人生期间的目标，即是去越来越多地穿透那些已经创造了一个虚假自我的肤浅教导。那个被父母、老师、和其他权威人物养育成人的自我，包含了大量的意象派 (imagistic) 材料，好像你在对自己显示那些陈旧的自我照片而不是自我的近照。当你越来越多地了解自己以后，你将发现这些虚假的自我形象或部分脱落了，这将帮助你澄清你的本性，因此澄清你的基本意图。

我们能在这点上进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，那就足够了。你们可能已经触及了这点的若干部份，但我还是想提出这个问题。为了对观看者正尝试去描述的目标获得一种更好的信号，他是否必须将身体置放在指南针度数上、某个适当的校对位置？

我们是 Q'uo。我们觉察了你的询问。我们为那个问题而感谢你，我的兄弟。我们凝视：在不删减自由意志的情况下、能够分享的内容。我们能够分享的建议是：南北向的校对位置不错，东西向的校对位置也有益。和南北向对齐会把你带入风与水之间的动力中，和东西向对齐会把你带入土与火之间的动力中。两种对位一般而

言都有帮助，但 J 实体可能会注意到，在具体的各种应用中，有时候其中一种可能会更可取。但是我们会建议，使用(四个)基本方向是一个好主意。

再者，我们给了这个器皿一个影像：身体离开任何地面、(姿势)多少有点后仰，就好比这个器皿要想获得一个相当高的舒适程度，她可以在后仰的椅子上向后躺下。我们可以建议，通过某种形而上的方式清理区域，可能比关注位置或摆放更有帮助。

我们会建议另外两个有帮助的因素：那就是选择这个器皿所称的满月、或者接近满月的时间来工作，因为在这段时间中、包含着对这项工作有帮助的强健能量；我们还可以建议，这个实体寻找有关十八天灵性周期的必要信息，并且决定他自己的十八天周期的特性、以便于避免那些时间.....

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

.....(期间)能量从低变到高或从高变到低，而处于一种临界(点)、不稳定的状态。

在那一点上，我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就行了。谢谢你们。你们能不能描述一下、对我合适的共事者 (coworker) 的一些特征？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们当然能够向你描述一些特征来帮助你考虑一个共事者，但是，我们首先会说，有些时候一个实体会为他自己制造出路障。就是因为这个原因，J 实体在找到一个完美合作者的方面、不慎制造了一个路障，因为 J 实体尚未臣服于他自己更深的本质。我们很难为这个器皿找到一些话语、能够揭示我们的意思是什么，但就仿佛 J 实体锁上了在他对面的一扇门。那扇门的钥匙是一个问题或一种饥渴；我们无法给予 J 实体这个问题，或者为了他、于他的内在发展出这种饥渴，但他的内部有这种饥渴，而且此刻是强烈的，是故，我们会向 J 实体建议爱的价值。

爱是一个关键词。由于严重的滥用，当它被说出来的时候，几乎毫无意义，但是在(宇宙)造物中、每一个实体的真实本质就是爱；造物者的本质就是爱。所有的能量，无论在世上看起来像什么，都是爱的某种形式。当 J 实体找到这种渴望并提出这个问题、而不是做为一个站在自心之外的人，他将进入自己的心中、那个神圣的空间。就是从那个地方，生命与爱将会开放。我们无意说得隐密难解 (cryptic)，但是如果一个人的本质是爱、如果该问题与爱有关、如果心的内部被描述为无条件的爱，那么也许我们已经向你提供、在此能够向你提供的帮助了。

一个有帮助的同事的特征是：聪明、自我察觉、幽默，而最首要的是：信心。

如果你能找一个有信心的、容易相信的、开放的人，那你已经做得非常好了。然而，我们会对 J 实体建议，正如 B 实体说过的，那个实体将会在等待时间结束的时候被吸引到你身边。你完全不需要去找到或追寻这样一个实体；毋宁说，你们两个人将自然而然地走到一起，正如每个聚集到爱/光研究中心的人所经历的那样。每一个连结都是一个同类相吸过程的结果；诚如这个器皿之前所说，这个团体是被一的法则带到一起的。

当你在自我之中窥视那个既骗人、又揭露真相的自我结构[被狡猾地制作]之际，将你的能量放在自我揭示和深刻的诚实之中。知晓自我的过程需要花费 J 实体所富有的一切坚持。这是一个漫长的、毕生的工作。然而，我们觉得 J 实体将会很惊讶地发现，一旦他在有意识的层次上参与自我知晓的过程，事情会多么迅速地改变。这宇宙是被设计来回应自我的发问者。

在那一点上，我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就很好了，谢谢你们。下一个问题是：我将被允许在联想遥视 (ARV) 上取得成功吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询题，我的兄弟。我们不会觉得这是一个我们能够讲述的问题，因此，我们将简单地跨过它。我们在此为缺乏信息而道歉。

J：OK，我的另一个问题是：A 将在我的未来扮演一个角色吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再一次地，我们发现这不是一个我们觉得能够对你有用的领域。此时，有进一步的询问吗？

J：不，没有了。

B：Q'uo，当你谈到东、南、西、北的方向的时候，你指的是磁极还是自转极呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们意指磁性的、而非自转的数值。

B：谢谢你们。（对着 J）还有别的（问题）吗？

J：我还有一个问题，如果你愿意试一下的话。两周以前、当我睡醒的时候，有一些蓝色的光，以昏暗的矩形出现在我的天花板上。你们能不能告诉我它们是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现你正在进行的工作中，你已经为自己打开了通道、进入这个器皿称为的脉轮系统中各种各样的点。在那些象征性系统中，有各种观看空间与时间的元素的方式，这些元素由几何形状与色彩构成。当时你察觉到、并且在观察一个内层空间，它无法被你的显意识智能所理解，因此，在某个程度上，你仅仅能够看到颜色和几何形状，而不能看入那个世界。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我这边结束了。谢谢你们。

我们是 Q'uo，我的兄弟，如果你结束了，我们也就此结束。我们感谢你、为了你与我们在一起、以及提出这些问题所花费的可观努力。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo。 Adonai。Adonai。

原注

[1] ARV 为缩写、代表联想遥视 (Associative Remote Viewing)。这里有讨论这个技术的一个网站：  
[www.remote-viewing.com](http://www.remote-viewing.com)。

[2] 根据 William E. Butler 的书《The Magician, His Training and His Work》，暂译为魔术师及其训练

工作》。

[3] 在为每一次集会调音的时候，Carla 会呼唤圣灵、造物者、耶稣·基督以及各位天使长。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 27-06 集：道途上的陷阱与分心物

---

Copyright 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年一月 16 日

团体问题：Q'uo，这一周、我们想问你们是否能够详细阐述一下，真理寻求者在刚踏上寻求道路的时候可能会遭遇到怎样的陷阱和分心物，以及在稍后的道路上是否有其他类型的分心物或陷阱？就一个人在寻求被松散地称为真理时需要注意的事项，请给我们一个大致的总结。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中我们今天来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤、是一种极大的荣幸，我们非常高兴与你们谈论关于灵性道途上的陷阱与分心物。但是，一如既往，我们会首先想要特别地请求你们每一位在你们聆听我们的想法的时候，保留非常小心地进行分辨的能力，仅仅选择那些看起来真的对你们有益、你们想望在其上进一步工作的想法，立刻抛弃其他的想法。通过这种方式，我们将感觉远远更加有自信、不会侵犯你的自由意志或干扰你自己进程的神圣性。

藉由询问一个尝试去跟随灵性道途的人、会遭受(哪些)陷阱和分心物的损害，你们提出了一个相当宽广的问题。对于每一个尝试去行走在两个世界之间的第三密度实体而言，灵性道途的自身是携带他们的一条异常宽广的大道；这两个世界指的是第三密度之共识实相世界和内在世界，而内在的世界因其重要性和清晰度有时候会完全超过外在的世界。

大致说来，那些并未有意识地走一条灵性道途的实体，会舒适地停留在第三密度之中，享受从他们眼前经过的各种形象和幻觉，如 G 实体在早些时候说的。

在一个人起床并经历一天的过程中，从一个形象转到另一个形象，是一件令人舒适且熟悉的事情：从事工作，满足身体对于三餐、提神、睡眠的需要。跟随灵性的道途，则是一件较不舒适、有时甚至是可怕地陌生的事情。每个实体都是于灵性道路确实存在这个念头出现之前，就从某个模糊的地方踏上了这条道路，因此这条宽广的灵性道途是你们所有人的家园。这个房间中的每一只脚都曾踢起了那条道途上的尘土，那尘土曾经被这个星球上的每一个人在不同的时候相似地踢起过。因此，那些踏上灵性道途的人会有各式各样的态度，所以陷阱也是各种各样的。

让我们从一个模型的立场来接近这个问题，用这个模型来看看你是否的确处在灵性的道途上。灵性道途上的自我模型会聚焦于你之所是的那个『我』。这个单数第一人称名词的用法很多。当你想到自己的时候，你不总是把自己想成一个相同的自我。当你将自己看成一个走在灵性道途上的实体时，你是谁呢？当你处于灵性的道途上之际，那个为你发言的『我』是谁呢？那个声音、那



个身份、那个人跟其他反思较少的角色中的那个『我』相比，有怎样的差别呢？

满怀希望地，当你开始将自己感知为一个灵性的实体时，那个为你发言的『我』会开始从表面的『我』、即表面人格、之迷雾中走出来。这个器皿在头脑中对处在灵性道途上的实体所采用的模型，是跟随耶稣·基督脚步的模型。这个器皿对她自己采用的模型并不是一个崇拜的模型，而是一个跟随老师榜样的模型；这个老师看起来确切地知晓自己是谁，他将自己认做是造物者的代理人。接下来这个器皿就拥有了一个灵性道途上的自我模型，在其中，关于她是谁这个问题，她拥有一个客观参考物，因为她正跟随一个具有某种人格的实体。这个实体将他自己严格地定义为天父之子，正在为他的父工作。值得注意的是，这个实体在他所有的讲道中从未要求崇拜[经文上没有]，而仅仅要求跟随。

所以，我们会相当简单地询问那些正在注视着灵性道途上的自我的实体：『你是谁？』因为这是将实体们吸引到寻求道途上的菁华中心。他们开始意识到，从摇篮中的经验开始至今，所有已经取得的智慧都不足以满足对于身份和意义的渴望，他们了解到自己将要开始一次旅程。这完全不是一次物质世界中的旅程，但是非常明确地是一次旅程，非常明确地有一条可供所有寻求者共同行走的道路。

要了解到，在这条道路上，与其说你是在收集事物，不如说你是在允许事物脱落。你的身份和你适宜的进程的深入且真实的音调，它们会清晰地、悲切地，有时哀怨地、有时胜利地、但总是明白无误地出现；偶尔会有一个时刻出现，这个器皿喜欢称它们为『水晶时刻』，它会非常清晰地表明意义和共鸣，如钟一样发出铛铛的声音。在那个时刻，无论领悟的是什么，它都是容易的、毫不费力的；你了解到你收割了在进程中已有很长一段时间的收获物，你终于听到、感觉到并且看到你已经完成的工作，但是你永远不会知道那个时刻将在什么时候出现。这就是一个走在灵性道路上的人的进展。

对于灵性道路上的新手，某些陷阱会包含不耐烦、以及没耐心地伸手去拿和紧握不放。这些困难不会终结或排挤一个实体的灵性寻求，但这种不耐烦会对那个注定会回应你的需要、但只会在适当的时候回应的过程，造成一种阻碍。这意味？有时候一个人必须等待。要使一个人专注于单纯地等待，那是非常困难的。

Jim 实体在早些时候谈到，在工作淡季期间找时间坐下来、沉浸于静默之中，让(自然)造物对他任何它愿意对他说的话，多么令他开心。这种乐意让自己在当下此刻的流动中漂游，那是所有寻求者的一种极大资源。该实体 Jim 谈到，他在太阳下山的时候坐下来，让阳光缓慢地、渐渐地消逝，聆听白日生灵的声音逐渐安静下来、夜晚的生灵开始唱它们的夜曲，简单地容许(自然)造物的全体从他的眼前、耳边流过，在最后时刻走入他的住所，奇妙地感觉到生机勃勃、精力焕发。这种耐心的模式是非常值得实施的。

要了解到，当一个灵性导向的问题于内在被提出的时候，该答案可能在接下来的十五秒中出现，也有可能两周或两个月以后出现。能量已经被启动，现在必须信任它。从问题移动到信任与等待，这是一项需要学习的重大技巧。当你于内在感到不耐烦的时候，温柔地提醒自己：灵性的寻求之中没有时间。

随？寻求者变得更加富有经验，随？学习在其自身的积累，道途上的陷阱可能改变。如果你是那种觉得对行走这条路已经有经验的人，要了解，你的陷阱很有可能是知晓得太多、或感觉你已经懂了。在演进自我的方面、真的是没有尽头。当事物从你身上脱落、你变得越来越能够更深地穿透到你的意识之中的时候，你将一再地发现，你需要将某些观念从其束缚中释放出来；你需要能够允许新的眼光来改变你曾小心建构起来的、对你自己和周围世界的理解。在面对新的信息的时候，不要执？于你的身份或你的知识，而是将你旧有的知识放在一边，全然地进去探查那与你共鸣的事物；不要将它视为某种挑战你的资讯的事物，而是将它视为某种可以很好地帮助你演进的事物，它会将那些仍然对你有用的信息放到一个全新的模式中。当经验增长时，有些实体好像会将它们全部的经验历史都带在身边，试图将一切新东西添加到这个巨大信息堆[从幼年和过去岁月中获取的信息]的顶部。把自我身分的杯子倒掉、清空，使它可以接收新酒和新信息，这是个好主意。

实体们有时候带着一定的骄傲：他们已经学到多少事情、读过了多少书、研读过多少种哲学、洞穿并能够谈论多少种宗教系统。这种骄傲常常会产生一种很令人麻木的影响，我们会鼓励实体们，始终尽可能简单地、尽可能直接地和各种观点和思想模式建立联系，最重要的是，以此联系周围那些可能正在尝试进入有关灵性的对话之实体。在一个于众多层面上持续地仓促行事的世界里，我们会鼓励以一种真正放松和轻快的态度，来面对这个非常严肃的寻求职责。

在灵性道途上的许多人当中，这个器皿具有代表性，因为她对奉献有一种内建的热望与饥渴。她必须奉献、她必须服务，她拥有一种几乎是被驱策？的感觉，要去成为造物者的代理人，如耶稣实体一般。拥有那种背部压力是好的；而允许那种压力使你变得匆忙或急促或焦虑，就不是一件好事。允许那种背压继续激励你；但如果它使你超过了那个(临界)点，而失去了耐心、对你的道途失去比例感和幽默感，那么，你就已经进入那个热切与仓促的特别陷阱。

如果你允许它驱动你，那种热切与仓促会对你产生的效果是：去做越来越多的事情；尝试更多的训练；如果你没有每天冥想的话，增加一次冥想，接下来添加另一个，接下来让那个冥想变得更长，如此等等。这样承受压力寻求的结果是：作为一个寻求者你被耗尽，不得不坐在灵性道途的旁边休息一会儿，擦擦额头上的汗、喘一口气。有时候一个耗尽的寻求者要花费数年时间来完全恢复平衡，回到一个真实的、热情洋溢、感觉很好的进程中。

在道途上行走并不是一件困难的事情；对于那些已经为漫长的跋涉做好准备实体、它更多的重点是成为一个旅程。第三密度中大多数可用的道路，都有一个起点、一个中间过程、一个终点；有学习的过程，有中间的点，你在其中非常努力地工作并变得越来越好，然后藉由一个做得很好的工作、获得一个教育上的学位、一个工作职位的升迁等等，那个过程到达顶点。

在灵性的道途上，死亡仅仅只是开始。没有结束，有很多很多个开始，没有中间部分的结束。你总是在灵性道途的中间。

也许最伟大的礼物就是：知晓你什么都不知道、知晓你的确将会掉入很多的陷阱、然而这不会让你离开道途。

除了找到之外，你不会迷路；如果你的确需要休息，即使你在路边、你也依然有人陪伴。

至于灵性的道途上、可能出现的分心物，那是没有止境的；但只有当你在心里将事物视为要嘛是灵性的、要嘛是世俗的时候，才是如此。如果你在人世间的这两个部分之间划出一条分界线，那么每个没有被明确指派为要专注学习的事物，在某种程度上都会被视为一种分心物。

然而我们会向你们建议，一个灵性导向的实体做的所有事物都是灵性的。上厕所、洗盘子、清理垃圾、喂猫：这些普通的事情和日常杂务都是必要的，无法被解释为拥有任何明显的灵性特征。然而这个器皿，举例而言，却找到了一些方法来对每个(日常)活动都赋予一种认识，一种具有灵性特色的认识。

你的一天中，有哪个部分你真心觉得它是一种分心，并且只是分心呢？你做的事情中，有哪些你真的能够说不具有灵性的价值？如果你能够辨认出一些可以被视为分心物的事物，也许你可以坐下来沉思，是否有一种方式使你可以赋予这些杂务某种神圣的特性，这种特性来自于服务、来自于爱、来自于一种认识：在灵性意义上，自我是谁。在我们看来，如果一个实体把心放在造物者身上，他就不会有真正的分心物，因为实体可选取的每一个行动，都有潜在在灵性的光中被看见。

在我们即将开放这次会议给其他问题之前，我们会提及灵性道途的一个简单面向，那就是静默对声音、空无对内容；因为在你们文化中、那些灵性道途上的人是从一个内容极其丰富的文化走上那条道途的。有趣而值得注意的是，在所有这种内容中，文化批评家们经常指出内容的空洞、内容所创造的幻象、以及藉以创造内容的一个图像接着一个图像的幻象特性，无论这种图像媒体是电视、收音机、报纸还是电脑。

这个世界的很大一部分拥有某些文化性的影响力，该影响力更多地导向对静默的欣赏。静默看起来缺乏内容，然而它包含了无限的意义；而在你们富含内容的文化中，意义本身却经常被丢失了。因此，如果你具有欣赏内容的特性，我们会建议你选择内容；因为对于那些尝试从你们文化的表层面向获得意义的人，确实有很多的陷阱[如果你愿意那样说的话]，这些表层面向如同你们在电视上看到的、在报纸上读到的事物。不要落入这种陷阱：把太多的意义指派给表面的事物。允许意义成为一个奥秘，允许静默成为你的老师。

我们感谢这个问题，我们觉得我们也许对它说得够多了。现在我们向进一步的问题开放这次会议，如果有任何问题的话。现在有进一步的询问吗？

G: Q'uo，我有一个冗长的问题，我为它的长度而抱歉，但是，希望答案会是简单的。将问题直接从纸上读出来会更容易一些。

(朗读) Q'uo，当我在道途上前进的时候我会体验到一个现象，它可以被描述为：光变得更明亮，而暗变得更黑暗。我感觉我正在体验的、可以被方便地描述为一种感觉光谱的两个极端。一方面，我感觉到力量、活力、灵性上的感知在有些时刻会增长，基本上、所有指向真理的灵性作品不仅对我是有道理的，还变得有生命力，变成一个活生生的流动实相。结果是，藉由自我知识，我觉得更加有能力去唤起并祈请更高的原力来转换较低

的自我部分。

另一方面，我更加尖锐地感觉到自己的阴影面：对各种情况似乎更加怨恨的反应于我内在创造出了一种酸味与苦味。我不知道是否在追求光的时候，因为我忽略了对我的模式中某些面向的察觉、而导致了阴影在我内部变得更加强壮，或者这只不过是变得更加察觉，察觉一个已经存在于我内部、一直和我在一起的阴影，这个阴影在我尚未有意识地去转化它的情况下、活?并发挥作用。你们能否帮助我理解，它是对已经存在的事物的认识，还是我心智中扭曲的想法、进一步创造它呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。作为一个存有(being)，在你试图穿上自己的鞋子之际，阴影自我的概念是非常有帮助的。一个人很难把这种阴影自我的观念概念和自己绑在一起。也许，如果我们将它称为一个完整的圆形自我，可能会比较容易看清这个存有的构造，因为我们每一个人，我们和你们，都是复制(replicate)了造物者和(宇宙)造物的所有面向的存有。在你们抵达第三密度之前，你们已经完成了巨量的经验混合。你们曾经是元素、植物、动物，现在你们基本上是一种带?良心的动物，努力走得更远。藉由经验，我们已经变得更加精炼，不过，我们携带这个完整的圆形自我，正和你们一样。

这受造世界(creation)中有什么呢？无论你看什么，那就是你。监狱里的杀人犯是你，被告席上的小偷是你，刚刚拯救了这世界的英雄是你，你是士兵，你是赚钱养家糊口的人，你是怀着孩子的母亲，你是一切事物。你无法选择在你里面有

好东西、还是所谓的坏东西，你全部都有。父母对孩子的苛责和纪律是尝试去充分训练孩子，好使他将会举止得体，因为你已经学会举止得体。藉由喜欢好的事物、寻求光，你已经越来越能够使自己处于这样的情况 and 环境中，在其中，你能够活在自我的阳光面中，享受服务、学习和奉献。这些关于你和所有实体的事情都很真实，然而，同样真实的是那个未受到美德鼓励的自我。

你仍旧拥有那个(阴影自我)，你将一直拥有它；你拥有它：你之所是的力量的一部分。没有那完整的圆形自我，你无法成为一个完整的人、向前迈进。在你演进的时候，没有任何部分会被留在后面；在你学习去藉由一个接着一个脉轮、一个接着一个问题、一个接着一个片刻来平衡自己的时候，它们会以一种越来越有帮助的方式被安排好。你一直处于不断的变化之中，因此，那些令你察觉到自己所谓的邪恶部分的时刻来来去去。有时候你会相当不安地察觉到表达特别清晰且雄辩的愤怒或恼怒的想法；你觉得自己正在考虑一个可憎的想法，它完全不公平，你肯定永远不会将它说出来；你怀疑那个想法是从哪里来的，是否你内在的邪恶正在以某种方式长大。我们向你保证，它没有长大，它一直都在那里。它选择这个特定的时刻来揭示自己，是你的自我给予自己的一份礼物。认真地接受它、仔细地查看它；如果你能够的话，看看那个将你自己这个特定部分带出来的触发物在哪里。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G: 不了，感谢你们，Q'uo。那个答案好极了。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻有进一步的询问吗？

S: 我有个考虑了一段时间的问题。如果我想恢复我有过的、所有转世中获得的所有知识和智慧，我要如何才能做到呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你在第三密度的投生中提出这个询问；我们最简短的答案会说.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....在你穿过了死亡的大门之后，马上就能够重获那种信息。一旦穿过了那扇大门，和完整的意识以及你的高我的完整交流重新团聚，你就会拥有毫发无损的记忆：关于所有你曾经成为，以及确实地，你将会成为的事物。在第三密度中，拥有全方位可获得的信息、不被认为是一件有帮助的事。你知道，在所有先前的经验之上罩上一层审慎的帷幕，这被认为是远远更有帮助的；这样你就可以在一次你参与的特定投生中、（努力）击球奔跑，完全凭借这辈子自身来给予它应得的认真考虑。

在投生中穿透遗忘的面纱的方式是受限的。做梦的过程是一种方式；那些与梦一起工作的人经常能够恢复前世的记忆，因为他们逐渐发现，自己在梦中所处的景观是一个不同的环境、它开始拥有自己的一种实相。

实体们能够恢复前世信息的最常见方法，是藉由显意识心智去接触深层心智；这过程通过回溯催眠的会话完成：在一位催眠师的帮助下，自我被带回出生前的（几个）前世，而催眠师会询问一些问题、能够让人恢复某些（前世）记忆。

我们可以进一步回答你吗？

S: 那个回答给了我大量要去考虑的事物。我在现在没有其他问题了。谢谢。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

T: Q'uo，我不知道你是否能够回应这个问题。我在今早醒来的时候所收到的图像，象征着我需要进行净化和清理吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现自己在这个问题上、因为不想违反自由意志而完全停了下来。我的兄弟，除了鼓励你跟随你已经在进行的思考线路之外，我们无法提供信息；我们感觉你处在一个拥有大量材料的场所，我们鼓励你去探索它。

我们可以进一步回答你吗？

T: 不用了，谢谢你们，Q'uo。我理解。

我们感谢你的谅解，我的兄弟。有时候，我们无法提供任何真切的信息，我们为此抱歉。

现在有最后一个询问吗？

G: Q'uo。我有另一个。这次只有几段长。我很抱歉，但我的问题需要背景资料。

（朗读）好几年的时间，我一直在体验一种感知上的模糊性：它可以是瞬间的或持续一段时间的，这种模糊性使得梦境与现实之间的边界变得稍稍有些朦胧。

正如我已经听到很多其他人谈到的这种相同的体验，它感觉起来好像是：先前一种有清晰定义的实相坚固性融化了，突然之间在清醒的意识中、一切感觉起来像一场梦。最近有几次事件，在其中、我相当不确定是否我实际上在『真实的世界』中说了或做了某件事情，或者，是否那些记忆其实是梦境的产物。这类模糊性是正在到来的第四密度的能量、以及它们在意识中带来的相应改变的结果吗？或者，也许如同〈一的法则〉系列中所警告的，这是一种症状，体现一种过度匆忙的极化、和伴随这种对进程的不耐心劲头而来的薄暮状态？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们无法给一个是否的单一答案，因为当我们查看你的模式之际，我们会说，也许那些体验的三分之二是你人格类型的一种人为结果。你和这个器皿一样，都有一种心不在焉的品质，它会制造出这种感觉而不需要对偶然事件有任何共鸣或意义，它只是一个你（心神）涣散的时刻。我的兄弟，有些其他的时刻，因为你奉献的强度，在你的感知网络中出现了显著的转变。

在第一种情况，也就是这种体验的三分之二，它不涉及意义，只是一种人格的产物；在剩余的部分中，就有大量可以被有用地开采的材料。因此，我们会建议你寻求那种特殊的共鸣，它会伴随这种由奉献在意识中激发的转换而出现。

你所建议的第三种可能性，就是你也许基本上在体验一种太过于急速前进以及诸如此类的错误。我们愿使你在那方面放心，因为在你的两种情况中，它都不是一种急速前进或太过于努力的人为结果。毋宁说，这涉及到你特定人格的塑造方式、以及它在处理那些不能完全用理智的想法来含括的经验时所使用的方式。

G: 酷毙了（cool beans\*）！谢谢你们，Q'uo。

（\*编注：这里除了音译很有趣之外，发问者 G 的姓氏刚好是 Bean）

我们感谢你，我的兄弟。你真是一个很酷的豆子。这个器皿正在问我们为何要讲那点蠢话，我们向这个器皿致歉并向在场所有人致歉。

（笑声）

在那样的音符上，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。能与你们在一起、分享你们的振动，这是一种怎样的快乐呀。感谢你们向我们提问。我们是 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai. Adonai Vasu.

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 27-07 集：伴侣关系与性

---

Copyright 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年十月 10 日

来自 A 的问题：在结婚一年以后，我必须承认妻子和我之间有严重的性方面的问题。在不侵犯自由意志的原则的情况下，Q'uo 能够对我们当前性方面的困难进行评论吗？它们能否为我确认，我当前的情况是由高我规划的、以便从正面方向引导我吗？除了我们个人的问题之外，想望询问在我们的灵性发展中，有性和无性之间的区别。有许多和尚或尼姑通过禁欲来专注于他们的戒律，圣经也在马太福音 19:12 中说过：『因为有生来是

阉人，也有被人阉的，并有为天国的缘故自阉的。这话谁能领受，就可以领受。』

另一方面，Ra 教导我们，一次健康的性交会在彼此之间增强我们的生命能量和情绪能量。

Q'uo 能不能在这两个概念上进行拓展，并且描述它们对于我们寻求的旅程、有何清楚不同的好处？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中我们今天来到你们这里。容我们说，能体验你们团体的能量是怎样一种荣幸呀！它的美丽几乎让我们吃惊，我们为你们寻求真理的极大渴望、和你们为彼此提供支持和鼓励的开放之心而感谢你们每一位。我们十分乐于向 A 实体提供我们的想法，我们会仅仅请求他和所有那些听到或读到这些语言的人，细心地对你们所听到的东西承担起责任，守卫你们自己的思想进程，因为我们今天所说的观点可能不一定对你有帮助，我们不希望成为任何人面前的一块绊脚石。因此，我们会请你们仔细考虑那些我们在今天分享的想法；要了解，在任何方面上、我们都不是高于你们的权威，我们仅仅是道途上的旅行同伴。如果我们所提供的某个事情和你们有共鸣，请尽一切方法来使用它；但是，如果它没有起共鸣，请将它毫不犹豫地留在后面。以这种方式、我们得以守卫自己的极性，并且遵从我们在今天与之谈话的那些人的自由意志。我的朋友，我们为那种勤勉而感谢你们。

A 实体的询问看起来和性欲有关。我们肯定会与你们分享一些我们关于性欲的想法，但是，我们会从一个多少有些不一样的层面上来开始讨论。对快乐的追寻常常似乎包括那个渴望：一个合适的、令人向往的性伴侣，你已经将心献给那个人。我们对你们每一个存在于身体中的人都怀有最大的同情，因为这个身体看起来和空气、地面、你们正坐在其中的椅子是相当分离的，更和同住在这个地球上的其他身体相分离。内建在第三密度的人类之中对伴侣关系的渴望、那是一个第三密度预设的特色。肯定地，这种渴望可能会因为在投生的早期被虐待而变得迟钝或被破坏；在很多情况中，这种对伴侣关系的酸楚感觉会在实体们的内在创造出一个情景：在其中，他们真诚地觉得，与其冒着受虐之痛苦的风险，不如体验孤单。很多时候，人们在关系中似乎无法逃脱虐待。不是所有的实体都有这种遭遇，但它会发生在你们文化中相当多的实体身上。虐待是普遍的。

有各式各样的虐待。大量的虐待并不会被记录为虐待，和那些被家庭成员强暴或身体挨打的体验不一样，这些实体经历到其他种类的、比较微妙的虐待，它们同样对于内在的灵是沉重的打击，它们可以离间、分隔、疏远内在的灵，使其无法信任自己的同类。如果每一个你为之献出你的心的人似乎都虐待了你，随时间的增长，于你的内在将会出现一个决定，再也不要被爱的陷阱和圈套逮住；这是可以理解的。我们会向 A 实体和 B 实体建议，这是一个可以在开放之心的私密和圣洁中进一步考虑的思路。因为这两个实体在此生的早期岁月中，都曾经有过这样的经历，在其中，他们对于同伴的天然信任和信心的和弦、被扭曲和玷污。每一个孩子在出生到这个世界时，将这些和弦体验为一种稳定的状态和正常的生活方式，除非它们确实，如这个房间中的有些人体验到的、被虐待，有些甚至在娘胎里就受到虐待。

无论生命中的这些虐待多早开始发生，它们都会留下一

个标记。虽然一个伤痕（通常）只在表面上，有些伤痕比肉体上的伤痕远为深刻。能够谈论诸如你们双方都有的这种体验、这种半隐藏的记忆，将非常有利于对这种记忆，甚至治疗了虐待的潜意识记忆，它使得大家可以彼此支持、彼此安慰、彼此宽恕。因为结束一个人的友谊，即使是出于安全的必要，也会令人有一种隐含的罪咎感。对于 A 实体和 B 实体而言，在这个关键点上，此刻正是进行这种检查、讨论和这种治疗的时间。A 实体询问，他的情况是否的确是由他的高我，也就是该指导系统和 A 实体在投生前一起规划了这次的投生；我们可以肯定这点。这不是说，该情况被设置好以便于 A 实体和 B 实体可以如此这般地学习；毋宁说，它被设置好以便于 A 实体和 B 实体可以学习，并在相互学习的时候可以彼此教导。我们可以说，在你的情况中，你们两人进入的关系并不被旧有的业力所束缚，这个关系之内的业力是平衡的。两人都无须考虑先前的课程、先前的转世，或者先前的各种希望与恐惧，由此、完全自由地去爱与服务另一方。也许你会以一个崭新的立场以及对彼此充满的希望，来重新面对这情况。

性欲似乎是一个红色光芒的议题，然而 A 实体提的这类问题确切地标志着，性欲涉及整个能量体；它无法被分开或者被割裂为较低脉轮与较高脉轮，而必须从整体生命的视角来凝视。人不是一个性欲的存有，人是一个拥有性欲、也拥有许许多多其他特征的存有。肯定地，伴侣之间、性欲顺利又愉快的表达，被创造性原则预期为一种喜悦、祝福、治疗。性欲的健康表达对身体的好处是你们的文化所熟知的，也许甚至被过高地估值；但是，如 A 实体曾说的，对那种可以通过性欲来连接和消除实体之间差距的性伴侣关系，它的益处是巨大的。当一个人，通过被认可的性方式，将标牌(tab) A 插入插槽(slot) B 的时候，距离消失了，两个人成为了一体。当身体彼此渗透的时候，两颗心、意念、情绪也彼此渗透，悲伤被分享，喜悦被分享，在两个正在真正交换能量的实体之间没有孤单。性欲被造物者意愿为一种欣喜，以及一种非常有效率的生殖举动。

创造性原则的意图对于我们仍旧是一个奥秘，然而，我们的观察一直是：从进化的道途上多少更远些的位置来凝视第三密度，性的原则是一个强有力且持久的原则。随密度的进展，它持续地是一个统一与欢庆的事件。我们在第六密度，

作为 Ra 团体发言，仍然以融合的形式体验性欲。我们在第五密度，作为 Latwii 团体发言，我们仍然用我们希望的方式：选择我们的形体和表达来体验性欲；然而，我们的选择依然是去找到一个最适合我们的实体，并且在团体生活的背景下一起享受一种有伴侣的生活。对于属于第四密度的 Hatonn 团体，情况也是如此。在身体载体方面，我们没有很多选择，但我们的确有那种持续性的愿望去拥有伴侣并和那个伴侣分享一种亲密的生活。性欲不会因为你离开这个密度而消失；在你们所能观想的[和我们一样]、一系列持续性的幻象之中，它是一种持久的原则。因此，有关性欲的问题绝对不是一个肤浅的问题，也不能藉由讨论心理学、或者用各种鼓励心智各部分转变其偏见的方式来解决。

无论如何，造物者有着不只一个原因以这样一种特别的方式在第三密度中设置性欲。因为在第三密度中，在它的生命学校里，有一个为它设置的非常特定的、基本游戏方案，容我们说；而这个游戏方案与这点有关：变得能够开放心轮、接着能够去无条件地爱。现在，在这个开放心并变得能够去无条件地爱的过程中，需要作出

个选择，这就是 G 实体在稍早谈到的，在 ST0 和 STS 之间的选择，那是该团体中很多实体给服务他人(service to others)与服务自我(service to self)的缩写。这是一个重大的选择、一个有效的选择。服务自我是一条越来越靠近太一无限造物者的进化之路，服务他人也是一条越来越靠近太一无限造物者的进化之路。我们相信无限太一有一种支持服务他人的偏好，因此祂使得那条途径多少更容易些。虽然如此，对于那些正在觉醒于自己在行星地球上的灵性天命的人而言，最大的困难是选择进化的方式。在这个圈子中、每一个人都已经无条件地选择了服务他人，A 实体和 B 实体也作出了这样的选择。结果是，我们会离开对服务自己的讨论，而专注于服务他人的途径。

在服务他人的途径上，最好的工具或资源之一就是性方面相协调的人们之间的吸引力。这个器皿经常想着，造物者使得两性之间的吸引力如此强大、这是造物者在我们所有人身上玩的一种花招。它好像把一根吸引力的红萝卜悬挂在驴子的眼前，而在驴子的后面，作为那种吸引力的结果，棍棒的责罚施加在驴子身上。有很多实体，包括进入配对状态的男性和女性，很快开始感觉到、这是一个可怕的骗局，因为他们不但没有得到持久的蜜月狂喜，反而很快就认识到，现在得为另一个实体负起责任，为另一个实体支付帐单，负责另一个实体的衣食住行，并在某种程度上，负责让另一个实体快乐；这些是很多人都可以感受的负担。我们不

会以任何方式否定这种吸引力必然包含的努力；如果一个人选择了配偶状态的话，一旦他接受了一种关系，他就确实生活在这个关系之中，从此依赖该持续一生的服务。这就是该器皿已经注意到的花招：聪明的造物者已经将人们拉入一个情况，在其中，他们几乎无法避免有所服务，因为对于那些处于结婚状态却没有小心地供养他们的配偶、伴侣、孩子和其他亲属的人，这个社会作为一个整体是极其非难的。我们环顾这个圈子中的实体，看到有几个人已经体验漫长的配偶关

系，而其他则经历过较短的、或转瞬即逝的关系。我们知道，那些结婚很长时间的人充分地知晓婚姻状态的责任，不过，于此同时，当我们凝视那些人的心智内部，我们看到每一个人都对婚姻状态的益处感到喜悦和感激。在你们的文化中，婚姻似乎常常破裂，因为服务他人的生活方式所特有的责任和荣耀是一种挑战；好好地爱不是一件短期的事情，而是经由坚持不懈、耐心、极大的理解和宽恕才能做到，这些是让关系不会变酸、变苦的必要条件。

在 A 实体和 B 实体的情况中，进入配偶关系的能量被整洁地分成较低脉轮和较高脉轮。两个实体之间的婚姻选择只包括较高的脉轮，这是不寻常的。最经常的情况是：实体们首先会被另一个人浅薄和肤浅的表面所吸引，而那些面向是注入性吸引力的事物：外表、外貌以及如此等等。这不是 A 实体和 B 实体的情况，事实上，他们的关系有着更多较高密度的人际关系能量；在较高的密度中，吸引力是一个灵魂对另一个灵魂的吸引。我们不相信有任何人会比 A 实体与 B 实体爱得更深，所以，我们对你们说，通过了选择彼此，你们早已成就了很多。尽管身体的吸引力是他的文化对男性实体选择伴侣时所期待的必备之物，A 实体选择去娶一个他并未感觉有身体吸引力的实体，这需要极大的勇气。然而，这是一个有意识的选择，一个虔诚而深思熟虑的选择，我们不会以任何方式暗示这是一个错误。相反地，我们会认为这是一个独特的情况，不会有大量来自于这个社会

中其他人的理解。我们自己不是心理咨询师或治疗专家，无法从表面上解决两个实体之间缺少欲望而自我呈现的问题表面；不过，于此同时，我们可以提供一些想法，当 A 实体和 B 实体一同探索他们已经作出的选择之后果时，这些想法可能有帮助。

A 实体问到，在无性与有性的情况下，第三密度中的进化是如何分别发生的。我们看了一下有性配对的各种方式。通过有性配对的两个人，可以说是被置入了为彼此服务的一生。A 实体和 B 实体在没有性刺激的情况下，在没有胡萝卜的情况下、取得了这种设置；这种胡萝卜会使得两个人发现彼此如此吸引人，以致于他们对彼此变得茫然和愚蠢，无法思考要说什么或如何说。

另一方面，有些能量通过聚集到一起的方式被启动，这类方式可以富有成效地被探索。阉人或僧侣不是因为性是邪恶的而选择放弃性欲和性伴侣，不如说，他们

选择不把能量和服务放在一个人身上，而是放在整体人类或放在无限造物者身上。我们也不会说这是一个错误；它是一个有效的选择。然而，这就好像选择不使用你的一条腿或一只手臂，或者堵上你的耳朵使你无法听到。作为一个居住

在第三密度中的实体，这个选择将人放在一个多少有些失衡的位置上，因为身体与心智、灵、情绪一样，都是该实体的一部分。要求身体克制表达它自然的功能，就是要求身体变得有点失衡。在我们能力所及的范围内，这就是我们对于没有性生活和有性生活之间、有何区别的评估。一个无论是现在或过去表达过性欲的实体，即是一个完整的实体；在某种意义上，一个发誓放弃性欲的实体无法成为这样一个完整的实体。如果一个人选择不表达性欲，不会有极性上的损失；但是，如果(身体)所有的自然机能都被视为美丽与神圣的，就更有可能拥有一个健康的能量体、拥有生命力以坚持不懈地寻求。

### The Lovers

所以，该挑战就是升华先前认为性欲仅仅涉及较低脉轮的概念，从而可以将性欲视为既是自然的、也是神圣的。在这个器皿熟悉的原型(系统)中，有一个被称为情侣(The Lovers)原型。在这个原型中，中间的形象是一个男人，他的双手交叉，右手从他的左肩上向外伸出，左手从右肩上向外伸出；他用一只手握住一个纯洁质朴的女祭司形象的手，另一只手握住一个多少有些遭贬低的女性形象的手，这个女人被视为卖淫的、不洁的。那个道德高尚的女人形象带?面纱、几乎看不清面目，而卖淫的女人形象则穿?暴露且表现出极大的吸引力。显而易见的是，中间的男性形象正在两个类型的女人之间作出一个选择。A 实体已经作出他的选择，深刻地、绝对地，选择了带?面纱的神秘女祭司作为他的伴侣。

接?该问题变成了：『当那个原型人物与他带?面纱的新娘走入原型的日落之中，他会做什么呢？』我们会对 A 实体和 B 实体建议，他们的面前是开放而自由的未来；当一个人走入日落的时候，德行的神圣性会保留下来。在某种意义上，向这样一位有德行的实体介绍性欲，几乎像是一件有损其人格的事情，然而，性欲的本身并不是卖淫的(prostituted)事情。让我们从肉体向后退，因为 A 实体必须在他自己的演化中、在他自己的思考习惯中、在他自己的人格中，从这里向后退，并且凝视这个原型的真实意义，或者容我们说，更深入的意义。



(原型中的)女性原则是无意识，那个所有真理都被写在其中的丰饶?册；该男性原则是那个伸手去探知神秘的实体，他想望去探索真理之书卷的深度。女性原则代表了创造性原则；当一个实体接近女性的时候，他正在接近自己最深入的自我，洞穿那种神秘就是男性原则的目标。当它被感激、被追求、被珍惜、被爱护的时候，女性原则最终可以放松，揭开面纱并允许她自己绽放；真理会从这种满足的每一个毛孔喷涌而出。这就是该原型形象更深层次的意义。

我们会鼓励 A 实体和 B 实体，允许将要发生的事情发生，无论它是什么。如果两个如此相爱的人之间出现了欲望，我们与你们一同欢庆；如果两个如此相爱的人之间没有欲望出现，我们确实与你们一同忧伤，因为我们的确看到性关系的价值和美丽。但是我们请你们每一位毫无疑问地知晓，你正在做着你来这里要做的工作；当你们在彼此之间探索这个议题或其他议题的时候，你们在帮助彼此绽放，你们在帮助彼此发展，你们在帮助彼此治疗。

我们知道 Carla 实体向你建议了一种方式，通过它你可以重新学习如何带?爱彼此碰触。我们会向你推荐这种技术并且建议，如果你发现自己在这个四阶段中的某一阶段感觉到舒适，你可以在那里停留尽可能长的时间。我们会进一步向你建议，到了该前进的时候，就进入下一阶段。如果你将剩下的生命都花费在第二阶段或第三阶段上，相比于那些尽管在技术上功能完善，但对性生活感觉不满意的实体，你们仍将找到更多的亲密性并交换更多有益的能量。如 T 实体早些时候说过的，快乐是你用来作为开始的事物，接下来，整个世界都变成了一个快乐的地方。这对我们是如此真实，我们向你推荐这个想法。请允许你们自己首先和彼此一起感到快乐。

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

允许你们自己以彼此的美丽为荣：心智之美、情绪之美，内在灵魂之美。这会允许每一件事情安放在其合适的位置，去掉对整体中之某一部分的过分关注。我们鼓励你们每一天在冥想中、和彼此在一起，并允许那个寻求中的合一在你们生命的花园中播种。谁知道将来会长出什么植物呢？只要知晓，你们将会栽培那些你们计划到这里来栽培的事物，你们将帮助彼此绽放。

我们为这个优异的问题而感谢 A 实体，现在我们会开放这次会议给其他询问，如果有任何询问的话。现在有一个问题吗？

G: Q'uo，我有一个问题。最近，在我的生活中，我有过一些结交和性能量转移的机会，因为这样或那样的原因，我放过了那些机会。我觉得那些机会会不会有结果，因此，出于对另一个人的考虑，我没有做任何身体层面的事情、那会激发情绪或导致对关系的承诺。我想要问你们：等待一个更好的机会，或者等待『理想太太(Ms Right)』的行动，是不是一个睿智的行动呢？或者，在追逐一个幻想、一个更接近我心智中虚构的梦中人的过程中，我是否错过了某个已经敲门的机会呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我的兄弟，选择的密度就是那样：没有错误；只要带?一颗完全与有爱的心作出选择，每个选择都和别的选择有?同样多的优点。爱的方式是一个奥秘。例如，这个器皿有过等待『理想丈夫(Mr. Right)』的记忆，并且感觉到她做得殊为正确。这个实体也放过了很多机会，直到十

九岁的时候，她选择将自己交给那个她订了婚的对象。同样真实的是，这场非常短暂的旅行：在这个实体的生命中，从最初等待理想丈夫、然后选择他、拥抱他的狂喜，再到被这个实体抛弃在婚姻的祭坛上。

她的等待是一个错误吗？这个实体不会这样说，因为她作为一个存有、已经非常自然地发展了，因为她一直等到她的心完全投入、她的信心和信任是全然的时候；所以她对性欲的首次体验完全是正面的。

另一方面，当一个实体轻率地拥抱另一个实体，并如你所说，在没有全然的信心和充分的选择的好处下、和另一个实体纠缠在一起，在很多情况中，胡萝卜仍旧被给出，棍棒打了下来，实体们经由事实学会如何去爱，因为他已经被迫进入这个学习的情境。这就是为什么我们无法说一种方式比另一种方式更好。

这个问题关系到一个实体的人格外壳和他与生俱来的本性。有些实体是强健结实的、感觉相对迟钝，他们有乐就享；其他人比较温和、比较敏感，他们必须感觉到他们是被爱的，接着他们能以爱回报。他们必须在事情不大顺利时、能够投入信心和信任，接着采取进一步的行动似乎是自然的。我们相信我们是在对后者类型的实体发言，因此我们会说，你选择等待是很好的。拥有一个『合适的人』的理想没有错。我们不会说每个实体只有一个对的人，但我们会说，对于一个敏感的实体，非常小心地、非常深思熟虑地等待并留心寻求一种共鸣和深度，当你与一个确实互相协调的灵魂建立联系时、它会出现的；这样是好的，我们会鼓励你们跟随那条途径，只要它与你有共鸣。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G: 不用了，说得好极了，Q'uo。非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。此刻有更进一步的询问吗？

J: 是的，Q'uo，我想要提出一个询问。首先我想要表达、我对你们的智慧和体谅的感激，它对我多么有意义呀。我正想要询问关于心智的锻炼。你们有一次曾向我建议，如果我想给心智设置一种仪式来利用它最完整的潜能，最好的方法是去为每一个想法负起责任；你们还说，如果我需要更多的澄清，让我更进一步地提问。如果你们愿意的话，我很乐于听到你们关于这一点的更多想法、以及如何锻炼心智。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，你的问题有很多隐藏的面向，我们为了不可能回答你询问的全部(面向)而微笑，但是我们会尽微薄的力量和你分享一些想法，我的兄弟。

仔细考虑(take thought)是什么意思呢？对有些人来说，心智是一个很容易管理的工具：它沿?相当可预测的线路运行；当它像发动机一样持续运转的时候，很容易被诸如家庭、朋友、大众媒体以及文化自身之类的外力所影响。对其他人来说，在决定将什么事物带入人格外壳的选择当中、包括了选择一个强大的智力；而如这个实体所清楚地知道的，一个强大的智力很难被停下来。因此，很多人拥有仔细考虑的体验，而这样的人在更大程度上、拥有心智在奔跑的体验：有时候用一种速度，有时候用另一种速度，有时候在一个层面上，有时候在另一个层面上，但是很少，如果曾有的话，停下来，它经常在同一时刻考虑多件事情。

无论如何，这种实体可以选择将正在经过的想法中的一个固定住，从而降低那个引擎的速度。通常这对于情况极有帮助：因为出现了一个情境，该情境中有正在发生的人际关系和互动，心智会变得集中；或者有一个主题出现，心智于是被吸引到关于那个主题的思考中。我们鼓励 J 实体利用这种自然聚焦的时间；这是一个很好的开始位置，让你去隔离当时的焦点，在稍后反思它。这会帮助心智离开它所喜欢的、骑着小马放纵乱跑的做法，把马鞍装上，套上马勒，接着开始驯服这匹快乐地在你的大脑灰质围栏中腾跃的心智之马。这个器皿肯定与你有同伴的感觉，因为她的心智是一匹喜欢奔跑的小马，相当贪玩，但这个器皿已经学会去轻松看待它所有的那些行为，她倾向于等待聚焦以便于检验这些想法。我们也会向你建议这种技巧。

当你感知到了一个道德上的情况、或者一个对你有吸引力的考虑的时候，要了解到，这个想法是作为各种想法中、一个值得特别考虑的想法而向你指明的。如果你对这样一个想法或焦点感到天然的回避，那么你就知道、真的遇到了有价值的事情，从而带极大的热情追寻那个道德的问题或考量，无论它是什么。

许多想法来到你的心智面前、你想望去检查那些想法，你并不知道要如何处理；在想法涉及情绪、涉及和另一个人的互动过程或类似的其他纠结，要想考虑那个特定的想法，你能做的最好的事情就是和它坐在一起，这一个技巧在你们的社会中被大大地低估了。有些事情并不需要你解决，有些事情等你与它们坐在一起；它们是家里的客人，纠结的神秘不会一夜间就解决。当它解决的时候，答案将是非常简单的，但自然将给你足够的时间来允许你进行你所需的成长，以便完成这个纠结里隐含的模式。从你判断想法之价值的最终能力来看，所有的纠结都有非常简单的结果。但是，很多想法并不需要解决，它们是同伴、只需要你和它们坐在一起。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我感激你们的想法，谢谢你们。

我们谢谢你，我的兄弟。现在有最后一个问题吗？

G：我有一个真的很简短的问题，Q'uo。我到现在已经有超过两年的时间，每一天都在冥想，或者至少努力尝试；虽然我有所改善，但离我想要的位置还很远，在我冥想过程中、距离一种单一指向的焦点还很远，有时候、我仅仅是在思考。有没有任何改善我冥想的诀窍、推荐或建议？非常感谢你们的回答。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。难以将冥想的价值用语言表达出来。肯定地，有些实体专精于取得单一指向的焦点。然而，绝大多数实体，就他们自己的判断，永远都是很不完美和相当不够格的冥想者，他们的想法会一而再、再而三地升起。然而，对于一个实体，冥想体验的价值不会因为自我感觉到技巧上的不完美而被削弱。

我们会建议，不带着评判或期待，你单纯地寻求静默并聆听造物者的足音，等待造物者的双臂拥抱你，聆听你的心之门大大敞开的声音。静默的礼物无法被表达，但是努力进入静默、其优点是绝对的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不用了，再一次表示感激。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你们每一位。和你们分享我们的能量，这对我们一直都是美妙的体验。我们感谢 A 实体和 B 实体，我们感谢今天圈子中的每一个人。要知道，如果你们请求我们的在场，我们就会一直与你们在一起。我们的爱和支持是恒常的。

我们在一切万有之中、在太一无限造物者的爱与光中离开你们，我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai。Adonai。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

## 第 27-08 集：灵性团体

Copyright 2005 L/L Research

周日冥想 2005 年二月 6 日

团体问题：今天的问题是，什么是成为团体的一员。我们想要 Q'uo 给我们一个指引，它更多地是指物质性的、还是比较形而上的(东西)？它是对理想的承诺吗？它是为团体福利付出的工作努力吗？什么是成为团体的一员？尤其是(关于)灵性社群中的一个团体。

还有，作为问题的第二部分，对于一个被视为未达到团体理想的团体成员，什么是和他打交道的最慈爱方式呢？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。你们的团体呼唤我们来谈论关于团体的问题，这是一种极大的荣幸。一如既往，我们会请你们帮一个忙，那就是你们每个人都好好守卫你们的分辨能力，聆听那些我们与你们分享的内容、问问你自己，这些想法是否对你有帮助；如果它们看起来对你似乎没有帮助或没有共鸣，那么我们请你毫不犹豫地将其放在一边，因为我们不愿意干扰你的进程或成为一块绊脚石。不要尊重权威，而是去质疑它。在允许一件事情于你心智拥有气力或力量之前，始终先对它进行测试，因为你知道什么东西是你的，它将在你里面共鸣和再回声，好像它是某种你刚刚记起来的事情，尽管你可能以前从未听过那个想法；而当想法没有共鸣的时候，最好把它们放在一边。如果你们理解了这一点，它将允许我们自由地发言、而不用担心我们会侵犯你们的自由意志，我们感谢你们在这方面的考虑。

你们问我们、成为团体的一部分是什么意思，既然我们是好几个团体的一部分，让我们就从这里开始。我们作为 Q'uo 原则向你们发言、是由三个社会记忆复合体组成的团体。作为复合体，我们选择了用一种联合的方式来服务，借由和那些正积极寻求、积极提问并且有能力聆听与这个器皿类似之管道的人分享想法。我们也直接在实体们的梦境和冥想中发言，不是通过言语，而是通过一种基本的振动式能量，一种为你的振动链结而存在的载波，使得我们好像在增强你的基本信号，让你更容易听到自己并觉察到自己的实相。

这样，我们作为社会记忆复合体聚集到一起，用这种方式服务；我们作为一个原则聚集到一起，用这种方式一起来为这个器皿服务，她请求在她可接收的(范围内)、最高最佳的通讯。我们回应那个请求的方式是形成了一

个三方原则，这样我们就可以共同将这个器皿可从灵性来源获得的微妙之处最大化。那么，成为这个特殊团体的一部分，在我们这方、是一个非常有意且慎重的选择，我们所有三个社会记忆复合体可以聚集到一起进行服务的选择，在这一个例子中、这三个复合体一同服务的选择。

我们有知晓我们的中心在哪里的优势。我们的优势在于认识到我们的——我们给了这个器皿一个字汇、她无法翻译为英语，它不是领导力，它建议向心性、但焦点超越任何物质性的实体或个人，而是全神贯注于造物者本身的概念。但是，对于我们，那个概念在地球层面的幻象之内是很真实、明显、自然的。

(在这里，) 在一个以造物者为中心的团体中，好像那个造物者是显而易见、清晰、充满意义的，但(事实上)不可能这样运作。在你们的密度之内，幻象的系统是至上的，那个你们称为共识性实相的事物就是虚幻的，接着，寻求一个在那个共识实相中有意义的中心或造物者、就是寻求该实相层面上不存在的东西。结果是，我们发觉，我们觉得自然、合适、明显的事物却不能向你们解释，我们无法说：「这就是团体的规则，这就是你们如何知道同属一个团体的方式。」

然而，在你们的共识性实相中，在你们所知道的第三密度之中，有关团体的问题位于中心的位置。这是基于该事实：在第三密度中，每一个个体的进展在某种程度上、都不可能缺少团体的互动作用。一个实体如果完全凭靠自己是无法存活的。这就是第三密度之道。它被设计成这样一个密度，在其中、实体们借由与其他正在做相同事情的实体互动，他会越来越多地学到自己是谁。这个环境的设计是：既欺骗你、又为你揭示，既让你迷惑又为你阐明。它被这样设计是为了推进成长的能量，却也是迷惑的能量。因此，在第三密度中，那些正寻求在灵性、心智、情绪、身体上发展的个体，要使他们的感觉和本能[超过任何其他事物]来引导他们。那些本能会自然地引领他们进入团体。

第三密度中最明显的团体类别是家庭。一个家庭的中心是物质性的：祖先生下小孩，那些小孩又生下小孩，以此类推。每家有一个家谱，一个人既起源于这个家谱，又是它的一部分。一个人无法选择退出家庭这个团体，因为一个人的父母等等、一直保持他们的身份；的确，你们每个人在进入目前正在享受的此生之前，特别选择了他们。

第三密度中实体们的能量也本能地、自然地有我们所谓的政治倾向。实体们会渴望为可感知到的团体而组织一己生活的结构和基调，这些团体随着时间会起起落落地发展为许多不同种类的文明与文化。再次地，在这样的团体中，其中心是显而易见的：有一个感知上的权威，那就是州、市、国家的领导人，或被感知为政府的任何团体，容我们说。你们的人群创造了很多种类的结构，这些结构为政府所依赖。此刻，你们政治结构的经验大部分是快乐的，因为在西方文明或文化中，尽管你们常常不同意该结构中领导人的看法，但你有某种感知上的自由度，它感觉起来正确而适当。因此，虽然实体们可能会因为特定的领导人而感到失望或不安，他们在根本上信任那些守护自由、防止政府变成压迫和奴役工具的程序。

另一种在你们文化中、你体验到的明显团体是核心家庭，也就是说，由两个决定结婚的人所组成的家庭。这

种团体的中心也很明显，也是物质性的：有一种设置好的家庭合作，一种伙伴关系。在所有这些团体中，没有需要去探索人灵的奥秘，更具体地说，没有需要去探索你自己的灵与本质。

当一个人尝试去开创一个焦点放在造物者的团体时，他开始创造一个基于奥秘而成立的团体，这种团体没有明显的物质性中心。在这个器皿的经验中，灵性寻求中的宗教面向得到重视，她很感激团体敬拜的物质性中心沿着她的变貌路线[基督徒信仰]进行。再次地，在教会环境或团体之内，依然有一个物质性的中心：有一个实体们聚集起来做礼拜的地方，有一个可感知的领袖，那是教区长或牧师，有实体们可以参与其中的礼拜仪式。加入这种团体的方式在仪式上是设置好了的，也就是洗礼和坚证礼。

然而，对于这个特殊实体的寻求，属于一个物质性的宗教团体完全没有满足她服务造物者的渴望。在和想法类似的人交往时，这个实体很早以前就开始与人达成协议，首先是与 Don 实体形成了一个寻求去服务和给予的伙伴关系；然后，在这个层次上服务了很多年之后，与第三个实体，Jim 实体，建立了进一步的协议。这三个实体之间达成的这个协议，是借由三个实体一起坐下来设立一个团体的协议而显化在物质界。这个协议的外部形状是一份文件，在其中，大家单纯地共同掌管他们的生活：他们的财物、天赋、时间，并且将一切献给造物者：人人为我，我为人人(all for one and one for all)。

当这三个实体在这个焦点中走到一起之际，大量丰富的恩典以外部显化的形式倾泻给这个团体，包括这个团体中的成员知晓为《一的法则》的通灵材料。在这个三人小组被现在这个圈子中的很多人拓展之前，大体说来，这个团体在许多年间的和平、合一、和谐及其焦点都是显著的。随着时间的流逝和世纪交替，更多的丰富性开始降临到这个团体上，更多的灵魂被呼唤到附近，他们感觉这里有某种东西，有某种服务的机会和值得追求的可能性；所以，在理想主义的希望中，在服务的渴望中，在极大的正面和谐中，实体们开始前来，创造一个灵性导向的家族。最初的三人团体，因为 Don 实体的死亡损失了一人而成为两人团体，后来竟成了有六个、七个甚至八个实体的家庭，他们都是带着为太一造物者服务的希望而聚集的。

当你注视这个发展中的样式之际，也许可以看到，此刻这个爱/光研究中心(L/LResearch)的特定团体，或者在L/L研究中心的理念和理想周围聚集起来的家族，已经很长时间没有坐下来，对于团体的焦点、团体的身份等等进行商议，达成一致意见了。

现在，什么是成为一个团体？容我们说，你希望它是什么，它是什么。你想望你的团体有个物质性的焦点吗？你渴望一种预先同意的契约性支持吗？或者相反地，你在你的寻求、服务、学习中渴望一种独立感？因为某些想法相似的实体组成的联合体，在物质层面中并没有具体的协议。

现在让我们看看，在团体潜力方面，你们每个人带给这个寻求圈什么东西。你们每个人都有一种特定的能量，你带着这种能量进入这个世界，它是你献给这个世界的独特而美妙的礼物；没有(什么)能量与你的能量相似。你跟这个圈子中其他人互相关联的方式是独特的。你们每个人的色彩在灵光、能量、一个接一个的脉轮中调

和，那是非凡又复杂的。你们每个人都带来你的认识层次、天赋、时间、能量和存有，最重要的是：你带来了那个精要的存在性。你也带来无形的朋友。你们每个人都有灵性的指引，有些人的指引是高度发达的，它仿佛是你的家族历史一样地伴随着你，这不是你的肉身的家族史，而是你灵魂能量的光流之历史：在别的转世、别的密度、别的计划中，你去过哪里，你和谁一同工作过。所以，你为团体带来了你自己的能量和指引系统的能量，还带来了你的希望、梦想，你打算做的事。

当谈到团体能量时，最好不仅将团体成员们视为坐在椅子上或地板上的身体，而且了解到他们是一种能量、力量、一种延伸的结构，它穿越时间与空间往回走，和各个外层空间与内层空间上面的其他层次连通。你们每个人都带着一种非常丰富的能量分支；当你们如现在这样坐成一圈时，你可以将自己视为巨石阵（Stonehenge）的石头圈或一个魔法圈中的树木圈。我们特别使用树木的比喻是因为树木有很多向外伸出的分枝，这样你不仅是一棵树的树干，你还有无形的分枝，它们和你们团体中、其他人无形的分枝调和在一起。

当你选择聚集到一起、作为那种外部团体、有个感知上的权威中心，以每个人都能理解的方式前进，比较容易做到；相比而言，你们这个团体、没有感知上的中心，固执地奉献给一个看不见的中心，同样固执地希望用保持神秘的方式去服务，这就困难得多。例如，这个器皿希望在郊外发展一个神圣的成长中心，一个用来建立生活社区的场所。这个实体因此正在尝试去感测：什么是创建一个社区。这个器皿问过很多次：「那种社群需要什么？」这个器皿已有的感觉是，主要的需要是保持焦点的纯粹，保持爱的无条件。我们不会议论这样单纯的意图，但当一个人跟第三密度中的实体们打交道之际，要保持所有的事物流露爱、保持所有的事物纯粹，那是多么困难的事情呀！（因为）这些实体必定不完美、而且不觉察他们所做所说的许多后果。这使得 V 实体的问题变得非常重要：在这样一个团体中、什么是沟通的最佳方式呢？充分交流的奢侈并未提供给第三密度的实体；在第三密度中，即便只让两个实体能够充分地沟通（交流）都是一种奢侈。完全成功的非电感应沟通，那是极为罕见的事情。

需要记住的是开放之心的无形能量。当一个人出自开放之心打交道的时候，会有一种伴随着言语的感觉，这种感觉必定可以跨越由相关人员的不完美所造成的缺口、填补那些缺口。

你们也问到，当其中一个实体没有达到团体标准的时候，什么是慈爱地跟那个实体打交道的适当方式。的确，这个问题与这个器皿的意识之表面如此靠近，以致于我们发现不可能对问题的这方面进行详细讨论。因为，的确如这个器皿早些时候说过的，她努力在开放之心、在慈爱的交流方面做得毫无瑕疵，但她了解到，自己没有成功地以一种纯洁而完整的方式、服务于在此刻中的爱之原力；因为一直都有些不爽的感觉、失望、和其他情绪等等，倾向于拉扯分裂团体或拆散 Carla 实体正在尝试去做的工作。

当一个问题如此接近一个管道的意识时，我们觉得试图去通过那种干涉是不合适的；所以，我们只会说：对于这个寻求圈中的所有人、任何尝试服务于太一无限造物者的人，最好领悟到，每一位都在跟尚未完美实现的人类打交道，虽然如此，他们都有正当的希望、梦想、意愿。出自于这种寻求圈的团体，需要成为团体中每个人

真实的精要核心。当你没有可依靠的教条时，当你没有可依赖的感知上的权威人物时，当它是一个真正的寻求圈子，当该圈子的中心是那无形的、不过可深深感觉到的造物者真理时，当呼唤大家朝向那个真理的是太一时，每个人都必须成为祭司、每个人都必须成为权威、每个人都必须为自己选择，希望如何以及通过什么方式来创建一个团体。你们有这个时间去接受 Carla 和 Jim 实体迄今为止创造出的事物，试图帮助那个感知上的物质性团体，即 Jim, Carla 和爱/光研究中心。

不过，Carla 和 Jim 双方都已经从中心的位置与感知上的权威退后、请求以整个团体所创造的独特焦点来创造该团体。

创建一个团体，没有对的或错的方式。爱/光研究中心这个团体，无论是保持为你们每个人到来之前的样子，还是所有人共同努力使它进一步繁荣，都不仅仅是一个可接受的团体，而且还是一个美妙的团体。就我们所知，创建一个团体没有什么不利的方面，只有你想望如何参与创造团体的感觉。让这个团体保持现状令人舒适吗？那么就让它保持现状，接着从 Jim 和 Carla 实体以及他们感知上的渴望发展出权威吧。如果有进一步的焦点可以收集，我们觉得有潜能会超越仅仅 Jim 和 Carla 实体的希望；然后，那也会成为一个美妙而更加复杂的样式。我们不能鼓励你们采取其中哪一种方式。确实，我们只能惊叹于那已将你们带了这么远的能量，它将提升并且把你们抛入这个你们正在极尽全力摸索的样式，尝试在混乱中感知的、正在成形的样式。

我们不能对你们说，（圣）灵会给你们答案。我们不能对你们说，有一个正确的结果。所有可能的结果都是同等正确的。结果就在你们的心中，你们的手中，你们的谈话中。我们感觉到你们每个人对于自己、彼此、太一无限造物者，对于你们的星球，都有一种极大的爱。我们感觉到你们的服务意愿之深度和丰富，我们凝视着你们的存在之美。我们知道，你们将创造光、生命、新的事物，我们乐于成为你们共有能量的一个微小部分。

我们鼓励你们始终留心那个看不见的中心，留心那呼唤你们到这里、在此刻呼唤你们前进的奥秘。你们的团体是什么？你们将要做什么？答案在你们的手中、在你们的心中。

此刻，我们将开放这次会议给进一步的询问。现在有另一个问题吗？

G: Q'uo，谁是「在绿色光芒之大门前的狮子」，或者它是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。圣殿大门前的狮子形象是一种古老的方式、表达一个关于灵性礼物的真理。这个器皿见过的纽约公共图书馆，就有这种蹲坐在通向主要入口台阶两侧的狮子。

大门前狮子的神话概念可追溯到好几千.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....你们文化的（几千）年前，讲的是关于实体们在夜晚睡觉、吹灭蜡烛、躺在黑暗中等待睡着时的安全感。有一种想要感觉自己是被保护的愿望。你内在能量系统的实际情况，就是你的确在每个层面上都有保护，因此对能量的不明智使用无法确切地摧毁你的能量体。

当一个人正尝试进入心的时候，他正在尝试进入一个神圣空间。一个城市或图书馆的大门通常被认为是用来保护知识与智慧，而你的心之大门超越那个功能，它保护你、保护你精要的自我。如果你醉酒、乱扭、咒骂、搞出大量讨厌的噪音，就这样闯入那个神圣空间，你已不恰当地进入一个神圣空间。心轮不想望被不恰当地进入。因此，当你并未经过适当地调音、就尝试进入心轮、进入通往那个神圣空间的大门，你将以某种方式被大门前的狮子踢出来。那就是该形象的意义。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：现在不用了，Q'uo，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。也许当你和这个形象工作的时候，你将有一系列我们可以跟进的询问。

现在有另一个问题吗？

V：Q'uo，你们谈到大门的守护者为一个比喻，也谈到不同层次之间的守护者，好使我们受到保护，不能前进得太快。在神话中，有一个桥上守护者的主题，我想那可能也是对这种保护的比喻，但是它有某种进一步的意义吗？除了灵性进步层次之间的保护外，还有什么别的东西使得那个桥上守护者的形象在这么多不同文化的神话中出现吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个有趣的问题，因为，如 V 实体经常做的，她挑出了覆盖着隐含意义的微妙之处。是的，我的姐妹，那个形象如此经常出现的原因是：它被建构在(宇宙)造物的灵性或形而上或时间/空间之戏剧的构造之中，于是，只有诚实与专心致志的实体才能够通过那个狭窄之处、那个针之眼。无论它是一个情绪、一次学习、一个领悟或令人惊讶的顿悟，在你找回所能找回的自我之每个部分时，就像你在通过一个非常狭窄的地方，在一座非常狭窄的桥上，通过一个针眼或别的类似形象来找回它。

这不是说，灵性的势力试图去禁锢或局限。毋宁说，时间/空间之道就是：当事物被充分感觉到的时候、才被允许去绽放。那种充分的品质与乐意交托所有不是那个事物的东西有关。在走过那座桥、经过那些狮子等等的过程中，有一种惊人额度的释放和放下。

我们可以进一步回答你吗？

V：是的。你们能否说，真的有一个实体就是在桥上的守卫者，或者它只是实相的有意识特性呢？

我们是 Q'uo，大为感激你的询问，我的姐妹。并不是我们拒绝述说，而是我们无法囊括形而上世界的实相之确切特性。事实上，有很多这样的守护者，它们是实体和菁华，在本质上是原型的。无论如何，对于每一个实体，对于你，对于 Carla 实体，对于这个圈子中的每个成员和(宇宙)造物中的每个实体，自我的本质有助于造出那些原型。你不只是一个寻求者，你还非常强有力地参与创造那个你正在寻求的世界：一个人的心智很难找到方法去理解这个概念。所谓的，真理超越所有寻求它的努力。作为你的世界的创造者(造物者)，你自己在某种程度上创造了你正在尝试去寻求的真理。

因此，研读神话和原型是一个走过挂满镜子之房间的互动过程。因为就很多方面来看，给出的确实是原型，它

们就是其本来的样子。就其他方面来看，你遇到的那些实体是你曾帮助创造出来的，但它们的确是具体的实体。然而，时间/空间的构造也确实为它建构了识别、尊重、创造开口的智能，那些开口通向长成的、成熟的或完全成形的认识、意识或领悟。

在每个实体之中、有一个进行中的过程，这个过程多少有点复杂，它和学习、入门(initiation)、入门之后的工作、新学习的开启、该循环的再次开始有关。进一步说，不只有一个同时在大多数实体身上进行的入门性循环。在这个圈子中，肯定如此，因为他们不只在从第三密度向前学习，他们还在第四密度、第五密度或第六密度向后学习。结果是，此刻会有好几个入门性循环在你们大多数的生活中进行。这些循环的关键部分不会全部同时发生；偶尔在一个关键性的方面，会有几个循环同时发生，从而创造出超过寻常的迷惑与混乱的感觉。这个器皿肯定已经体验过、这种几个循环同时移动的并联过程。

因此，大门前狮子的目的处于一种无限的变幻过程中，为了回应一个特定实体在某天、在某个层次上，大门所处的位置；接着，可能有不只一个层次、不只一扇大门、不只一只狮子。

我们可以进一步回答你吗，我的姊妹？

V：那么，这个陈述是否正确：这些原型在某一个层次上当然是独立与分别的实体或宇宙的外流，但是，它们如何显化、何时显化、在怎样的环境下显化，则取决于该寻求者？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在一些范围内，我的姐妹，这是一个合理的陈述。我们可以进一步回答你吗？

V：在那个主题上不用了，谢谢你们。我们的确有来自朋友 B 的一个不同问题。他问道：「如果一个流浪者在第三密度的投生过程中杀了人，但是他又在灵性上觉醒而去服务他人、努力从心里去爱所有的人，他将来仍然能够完成收割吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。杀人的能量肯定携带着这个器皿所称的业力。你可以看待这个行为把一个人放在某种轮子上。该轮子携带着自我、其他自我、在创造出两人之间个关系当中牵涉的所有感觉，等等。就传统的业力与因果的意义上，这个行为的后果是和其他自我失去合一，而停止那个业力之轮则跟如何平衡被这个(互动)事件所搅乱的能量有关。

在导致另一人的自由意志被删减的任何行动中，有必要去寻求那个自由意志被删减的人的宽恕。在一个更深的意义上，这个事件同样会伤害自我，也许比其他自我受到更多伤害的人就是自己。因此，停止业力之轮不光包含请求其他自我的宽恕，同时还包含宽恕自我。

能许诺天堂的不是我们，因为我们没有悬吊在一个十字架架上；我们没有凝视旁边的十字架架上头说：「今天，你将与我同在乐园。」我们能告诉 B 实体，无条件爱的原力的确会从受苦与救赎的十字架上发言：「是的，你将与我同在乐园。」我们可以向 B 实体提供那种希望和真理。然而，从一个站在地面上凝视那个十字架的人的立场来看，有一个自我、一个需要继续下去的生活和一种领悟：你在生活的每一天中都可以选择活在自我宽恕



中，活在服务、信心、希望之中。

我们会敦促 B 实体在宽恕自我的深处工作，因为，我们会说探测人类评判的深度的确是不可能的。释放那些评判的力量并知晓，你已经进入当下此刻，接着，在那当下此刻中，有一个新的生活、新的希望、新的存有，那就是你。在这个当下，选择并奉献这一刻给服务于太一无限造物者。我们不觉得这个宇宙中有任何单一势力能够阻止你触及太一无限造物者的爱与光。

现在有另一个询问吗？

T: Q'uo, 很多年来, 我都有一个挑战: 避免在冥想过程中分心。我觉得最近情况更加严重, 或者, 可能是我更多地注意到它。你们有没有任何可以在这种情况下帮助我本人和他人的建议？

我们是 Q'uo, 觉察了你的询问, 我的兄弟。我们的确建议 T 实体在噪音中找到音乐。尽管二十世纪的经典音乐有些过量, 在现代化噪音的特性背后以某种方式创作艺术、还是有了许多成功的尝试。这个器皿外出上学的时候, 也发现自己处于一个非常嘈杂的环境中, 因为这个器皿的学校在一条货车运输线上, 而这个器皿睡觉的山脚下有一盏红灯, 旁边的路是用砖块铺设的。路上的大货车在晚上接近山脚下的红灯时、会发出刺耳的气闸刹车噪音, 搞出一种无法简单描述的声音, 但很容易想象它肯定是很吵人的。这个器皿发现, 如果她使用这些在其他状态下是可憎的声音之音调和旋律来创作一首歌曲, 使她能够认可它甚至跟着它一起哼唱, 她就更加有能力用一种轻松的心情来接纳它, 把它视为生活音乐的一部分。

我们了解到, 对于一个不必为了工作在红灯前停下来的人, 要接纳在他周围的粗心马虎的噪音是比较困难的事情; 同时, 要去原谅那些不忙的人制造的不必要噪音, 则更为困难。但是它可以被看作或被听作, 容我们说, 生活旋律的一部分; 然后, 要认可它、接纳它、甚至和它一起欢乐, 就可以变得更容易。

我们可以进一步回答你吗, 我的兄弟？

T: 谢谢你们, Q'uo。我在冥想过程中有心智上的想法和分心, 心智会漫游, 迷失在自我之中。关于如何在冥想中管理那种情况, 你们有任何想法吗？

我们是 Q'uo, 觉察了你的询问, 我的兄弟。关于在冥想过程中有分心的想法、我们的感觉是: 这些想法是可接受的。我们处理它们的方式就是单纯地观察它们, 和它们一起坐下来、与它们在一起, 既不抗拒它们, 也不进入它们, 而是去和它们在一起、观察它们。让它们升起、让它们脱落。

我们可以进一步回答你吗, 我的兄弟。

T: 不了, 谢谢你们在冥想过程中的临在。

我们是 Q'uo, 我的兄弟, 你振奋我们的心! 我们感谢你、为了你觉察到我们。

现在有最后一个询问吗？

G: Q'uo, 我有一个朋友, 她经历到一种重复性的情况, 这种重复看起来已经在她的生命中创造了一种非常

引人注目的样式(pattern)。这一次她遇到了稍稍有些不同的情况, 一个稍稍有些不同的演员阵容, 但仍旧是同一个样式。你们有没有任何可以与她分享的东西, 流露一些光照亮这个特殊样式的意义, 或者她可以注视什么事物、好辨识其意义, 该样式可能在告诉她什么事情？

我们是 Q'uo, 我们在辨别出一个询问的方面有些困难。

G: 我可以试着重新表述, 我很抱歉。

我们对此很感激, 我的兄弟。我们是 Q'uo。

G: 她有兴趣知道这个特别样式背后的意义和原因, 它的信息是什么, 它正在告诉她什么。你们有没有任何信息、可以为她光照那个意义, 或者给她一些线索使她能够着手辨别出意义？

我们是 Q'uo, 相信我们觉察了你的询问, 我的兄弟。当一种重复性的样式出现了, 最好是把它写下来, 把它当作一个研究计划, 列出那些似乎明显地有关于该样式的事情, 记录那些似乎不明显的事情, 单纯地开始尝试获得一种感觉, 即对于这个模式, 在显意识层面上、你可能知道的一切都被你知晓。然后, 我想, 我的兄弟, 我们就可以说, 重点在于拿起那个模式, 不经由心智凝视它, 把它带入静默, 把它带入那个没有边界也没有逻辑规则的地方。因为当一种重复性模式出现的时候, 自我经常努力向自我述说的那个事情, 不是一整块, 而是一部分在一个层次上, 另一部分在另一层次上, 如此类推; 因此, 需要一些时间和静默来围绕对这种样式的想法, 于是, 一个新的模式得以出现, 在其中, 杂乱的碎片被重新洗牌, 接着你发现形成了一个崭新的、更明理的样式。

我们可以进一步回答你吗, 我的兄弟？

G: 不了, 非常感谢这个器皿, 谢谢你们, Q'uo。

我们由衷地感谢这个团体拿出时间和能量作为一个寻求圈聚集在一起。我们能够(和你们)分享, 这是一件美丽的事情; 能够被你们呼唤, 我们感觉非常荣幸。感谢你们要求我们的想法, 这是一个真实的祝福。

我们在一切万有中, 在太一无限造物者的爱、光、合一、和平之中离开你们, 如同我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai。Adonai。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

[https://soultw.com/TL00/2005\\_0206b.html](https://soultw.com/TL00/2005_0206b.html)

英文出处:

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2005/2005\\_0206.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2005/2005_0206.aspx)

---

## 第 27-09 集：平衡超心灵致意

---

Copyright 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十二月 12 日

团体问题: 今天的问题与超心灵致意(psychic greetings)的主题有关。很多人将发生在他们身上的任何具有他们所称的负面属性的事情、都视为一种超心灵

致意或负面实体干扰他们灵性成长的一种方式。我们想知道，对于如何断定我们的经历是否具有一种超心灵致意的特性，Q'uo 是否能给我们一些信息。如果真是超心灵致意，它对我们整体的灵性成长有影响吗？我们是否可以用任何东西，比如一个仪式、程序来平衡超心灵致意呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。我们感谢你们每一位找出时间来形成一个寻求的圈子，并呼唤我们来与你们分享我们的想法。你们给予我们一个极大的荣幸，我们很高兴、带着一颗完整且感激的心来给予回应。但是，我们会一如既往地请求你们每一位好好守卫你们的想法，不要允许我们的想法悄悄潜入你自己的头脑、被你使用，除非你由衷地感到和它们有一种共鸣。如果你没有对我们可能会说的事情感到一种共鸣，请毫不犹豫地将其留在后面，这将允许我们自由地表述我们的想法，而不用担心我们会侵犯你自己的自由意志和你自己灵性演化进程的神圣性。

你们今天提出关于超心灵致意是什么的问题，这一个询问在某种程度上相当难以回答。因为超心灵致意的参数，如这个团体中有几个人已经注意到的，是主观性且变动的；超心灵致意的实质是致意者的意图。因此，不是所有你体验到的抵抗或催化剂都有超心灵致意的特性。为了适当地使用这个词，该致意需要来自一个临在——无论是一个个体或一个团体实体；进一步说，这种致意的根源，着重于对能量体而非肉体的侵犯。因此，查看超心灵致意的一种方式是有且经过仔细勾画的，它只包括那些被一个最通常属于内层空间的实体发出来的超心灵致意，意图干扰灵性演化的进程，导致该实体停止向前的进程、并迷失在内在的质疑和受苦的小路上。

在这个定义下，你可以看到，超心灵致意这个术语在你们人群中被大量滥用并经常被误用。然而，如果一个人将他的焦点向后拉，来查看你的各个能量体以及它们如何经验你的思考过程和你，超心灵致意的概念也许可以被重新定义为超心灵抵抗 (psychic resistance)，并可以被拓宽来包含多种你的能量体可以体验到抵抗的方式：这种抵抗不一定仅仅来自实体，还可能来自空间/时间和时间/空间的连接之机制或，容我说，工作或机械装置，因为空间/时间和时间/空间两者都撞击着当下此刻并且创造当下本身，而你带着能量体进入当下此刻。

让我们来看看你的能量体，因为就工作这个超心灵抵抗的概念方面，这是必要的。你有一个能量体，它由这个器皿所熟悉的七个身体内脉轮、外加头顶上方的一个脉轮所组成，这些脉轮处于一个协调的系统中。这个系统作为一个整体，其工作状态大体上由最不平衡的那个脉轮所决定。在具体应用中，查看系统中一个一个的脉轮以及两个以上脉轮之间的关系，你可能会看到脉轮体的一部分漂亮地为你工作，它可能为你取得了良好的平衡；而在同时，因为其它脉轮的过度激活或激活不足，那个特殊的平衡却可能无法为系统的整体最佳平衡工作。例如，我们发现尤其有趣的是：当我们检查这个特定器皿的脉轮系统[因我们被邀请去做的]，你不会发现一个脉轮弱而其他脉轮强，相反地，你一般会发现两个甚至三个脉轮之间的对应关系，其中有种不平衡，它不是由一个有点失衡的脉轮造成的，而是由那个脉轮的不平衡影响或拉动另外一到两个脉轮的平衡所造成的。在

这个器皿中，我们发现红色光芒和橙色光芒都有些弱点，它们回响或反射进入靛蓝色脉轮；之所以如此是因为这个器皿有一些童年的痛苦区，如这个器皿早些时候谈及的，这些痛苦区和生存的问题、以及她与自己的个人关系的问题有关，这些问题能够触发情绪和进程，直接冲击并将靛蓝色脉轮里与自我价值有关的区域拉入深深的不平衡，至少是暂时性地不平衡。

对于每个实体、(体内)都有遍及系统的各种平衡，每天检查这些平衡是非常有益的；另外，在特定的脉轮或脉轮组合中、会有持续的特定不平衡，这种不平衡会极大地受益于有意识的沉思、以及自己对自己的内在发问与挑战。这项工作最好由自己独自完成，除非一个实体已经与另一个人创造出了一种形而上的伙伴关系，形成了一种信任的纽带，使得在有些情况中，两个实体有可能共同在两个脉轮系统上同时工作；每个人都是另一个人的反射器或导师，找到创造性的方式来处理那些尚未被治愈的苦难区，它们在此生中长年累积起来，在自我之中作为一种珍宝被携带、被保护照料，好像这些苦难的陈旧区太好以致于无法扔掉，太好以致于无法被丢到后面。值得问问自己是如何看重这些根深蒂固的痛苦与苦难的水晶。要开始应付这些结晶化的、根深蒂固的苦难区，这是一种极大的挑战。自我的问题一直都是：「你准备好放下并抛弃这块水晶吗？你觉得你能够彻底安然地丢掉这个负担吗？」它看起来可能像一个反向的问题，但这个器皿相当觉察到她照顾、保护那些受宠的痛苦区的能力。对于这个器皿、说出「我很熟悉这个痛苦区，我很熟悉这类苦难」有多重要啊！要丢开陈旧的痛苦有一种真正的困难；它像胶水一样，想要附着在你身上。在贯穿此生的过程中、一再重复发生的事情有一种自己的生命和能量；它不再是一个简单的记忆、而是变成了一个活的实体、一个思想形态。大多数所谓的超心灵致意以及我们称为超心灵抵抗的东西、都是在个体的能量体内部、由实体自己在一个潜意识的层次上产生出来的。因为这些根深蒂固的痛苦区，每一个都有自己的生命和吸引力，它们在当下此刻从空间/时间和时间/空间中喷发出来，发出信号，进入当下一刻，寻求机会的目标。当下此刻有很多层次，根深蒂固的痛苦可以在当下通过很多方式找到回响、反射、或声音。因此，有些对能量体说话的声音会具有一种负面音调；那种负面性将被狡猾地、特别精心地制作以便适应当下此刻，并引起分心或抵抗的体验。

对于那些正在经验一场真实的超心灵致意的人，正在与他对舞的那个实体是一个外部的实体，它的存在不依赖于你。一般而言，大多数人体验到超心灵抵抗是该实体自己产生的。这有什么区别吗？在我们的能力范围内，我们对这个问题的最佳回答是没有，它不会有什么不同。一个人可以认为超心灵致意是另一个实体的过失，并对那个实体进行回应；或者一个人可以假设，从更大的范围来看，所有的实体都是自我，因此该致意从何处而来并不重要，重要的是它被体验为一个需要回应的献礼。在前者的查看方式上，可能会有少量情况，尤其是超心灵致意者的身份已知的情况，可以用一个有效且精巧的方式来处理：指出致意者的名字，对那个感知为应该负责的实体说话，并由此与这个实体或团队进入一场时间/空间的会面，站在造物者面前，然后就有可能与那个实体对话并解决问题。这种解决以表达对该致意和致意者的爱与感激的形式呈现。我们指出，这种与超心灵致意打交道的方式、不会为致意者平衡那个致意，但它会为你平衡那个致意。然而大致来说，我们觉得查看超心灵抵抗体验最有力的方式就是如我们描述的那样，站在造物者面前；在那里，你移到了审判席，移

到了造物者的空间，移到了你在灵性中见证过的空间，在那个空间、所有在无形层面上帮助你的实体作为见证而被认可与致谢。在这个非常形而上的设定中，若的确涉及一个实体，你做的正是你会做的事：你开放你的心，你邀请这个抵抗区进入你的心中，无论你怎么体验它。你认可它，你非常仔细地查看它，不逃避或回避任何细节，而是努力去探索这种致意、这种抵抗的深度。它是什么感觉呢？你身上正在发生什么呢？它看起来似乎集中在脉轮体的什么能量上呢？它在向哪个区域致意呢？关键点在哪里呢？这种体验的特性是什么呢？不要着急地通过进程的这部分，因为如我们说过的，体验有很多层次，你自己有很多部分、有很多你可以借其查看自己各部分的制高点。红色光芒的抵抗在绿色光芒能量的位置上、看起来像什么呢？从蓝色光芒的位置上看呢？靛蓝色脉轮及其暗淡从绿光、蓝光的位置上看呢？看起来像什么呢？我们着重于绿色光芒和蓝色光芒是因为：在能量工作中，绿色脉轮就是那个大殿，那个全然神圣的空间；从能量方面而言，你就居住在那个房子里。正是通过那个出入口，造物者每天持续开始新的活动，因为它是无条件之爱的宝座。你就是被该能量创造出来的；你在基本特性上、就是绿色光芒实体，你之所是的那朵花的主茎就是绿色光芒。

所以，进入这个神圣的空间就是进入一个安全区，进入一个你在其中被爱、你在其中去爱的空间，使你拥有在整体脉轮系统中、目前可能缺乏的勇气和毅力。进入绿色光芒就是进入一个稳固与保险的空间，容我说，一个「带闸门」的社区。你的确必须通过自己的大门！在绿色脉轮的门口有狮子，所以，放下你的虚荣、傲慢、你的各种伪装，跪下，清空自己并卸下你的包袱〔就形而上的意义〕。我们想望再一次将注意力集中于此，因为就超心灵抵抗而言，这点极为重要：你要做的最勇敢、最艰难的事情，就是放下你的十字架。放下它，扔掉它！我们不知道如何向你们表达这个决定的力量。很容易在你的头脑中作出那个决定并说：「是的，我一劳永逸地放下了这个包袱。我不会再被这个特定记忆拉离平衡，它已经变成了童年痛苦的一个实体。」但是，一小时或一天以后，那个只在头脑中作出的决定就被扔进了形而上的焦热地狱(Gehenna)之中，一个重置按钮在内在深处的某个地方被按下，于是那个童年的痛苦区再次活了起来，并且状况良好，依然猎取你下一个当下此刻的机会。

有一种方式可以知道、你是否最终在绿色脉轮中取出了童年时期的痛苦点〔就能量上而言〕。因为当你能够取出它、通过它的全部具体细节来观察它、将它放下的时候，你发现自己在笑，你发现自己充满了笑声，并从这种努力中看到难以置信的幽默。我们无法以大量的细节告诉你们、如何来到那个时刻，但是我们能够告诉你们从哪里开始：打开自己的痛苦，开始去知晓它——它的重量、形状、色彩、最重要的是，它在你生命中的纹理。

我们还建议从蓝色光芒的立场来和这些能量一同工作，因为从蓝色光芒唤起这些能量，就是在唤起清晰和诚实的沟通(交流)。你如何与自己沟通呢？你觉得你在交流方面做得不错吗？你与自己的交流有一个边界吗？实体们与自己的交流方式通常有很多的边界，在沟通观点的方式上通常不是直截了当，而是有一种倾斜、一个角度或边界，以致于你也许看不到一张好图像。蓝色光芒的力量，当它在深深的谦逊之中被呼唤、被请求进入你的体验中时，能够照亮一个情景，使你能够看到你在何处有一个边界、在何处有一个角度，所以，或许你欺骗了

自己、(以为)对于你的情境有一个完整与清晰的视野。

当你放下你的包袱说：「是的，我将此交还给无限」，然后就会有那个拥抱自我、接纳自我的时刻，接纳自我曾经的样子、现在的样子、按你拥有的最高希望将会成为的样子。对一个觉得自己有所进展的实体来说，这是一件做起来让人心碎的事情。当一个人在处理超心灵抵抗时，很难觉得自己的确达成进展，因为没有任何「外在」的事情，一切都是在自我的内在进程中进行。所以，无法用某种客观标准检查，接着说：「好吧，我已经完成了第一点和第二点，我正在第三点上，我正在通过这个过程；当我到达其终点时，我将会成功。」如你们地球表面上大多数实体所体验到的，如这个圈子中的人必定体验到的，该致意暂时被解决了；然后，在下一个机会，它简单地再次浮现，同样的工作又得从头再做。

我们会鼓励你们每个人，不要因为超心灵抵抗显而易见的周期性特质而灰心。尝试去理解你自己、理解你存有的多层次特性。你可能找到了那些痛苦的口袋并清空了它们，而没有了解到、痛苦的口袋正在一个更深的层次上被填满；于是，一个充满痛苦的口袋被找到并清空，但是那个空位会作为某种引诱性的洞，在能量网络中保留下来，而更多的内容会从自我内在深处尚未发现的那些黑暗位，倾泻进入这个引诱性的洞中。能量体中有些痛苦的地方，甚至无法在有意识工作中发现，因为它们从未被有意识地体验到；它们包括从以前未平衡的转世有意带入这次投生中的痛苦，以及未出生的婴儿在物质性投生之前、但不是形而上投生之前所遭受的痛苦。该实体对于这样的痛苦并没有实际的记忆，因为实际记忆过程要等到实体呼吸空气并正式进入肉身时，才会适当地开始。

因此，这就好像在你内部有些痛苦的泉水，它们来自于你本性如此深的地下，以致于你无法消除其源头。对于大多数实体来说，在至少一两个情况中，可以预期这些泉水会在贯穿整个人生的过程中发挥作用。需要注意的是，在这些情况中、有一个必须完成的工作目标或用途，以便回应那些从内在深深的喷泉里涌出的痛苦体验。关于苦难，一般而言，我们可以说它是「精炼火焰」的一部分，这个器皿以此称呼人生。对于一个尝试去学习的人，此生的确带有那种学习的痛苦，你在投生前理解并接受了这一点。这种对未来痛苦的不谨慎且似乎随意接受的原因是：就投生前或投生结束后的角度，知晓造物者的完整光谱、(宇宙)造物的本质、以及自己进入此生时拥抱的进程，如此来凝视投生，一切看起来就像儿戏一样。似乎很明显的是，肯定会有些挑战的时刻，并且会有不舒服，但你总是会有这种知识：关于事物之真正样貌。

从投生之外的位置很难相信，有可能忘记自我和造物的真实本质。然而，投生一开始，第一件丢失的东西就是该记忆。你自己的知识在投生中被隔开以保护此生，使此生对于你显得很真实，使它可以拥有它预期会有的、以及你希望它有的效果。然而，处于此生之中，这不是一个令人舒适的想法；在此生中，你只想要痛苦消失，但生活的痛苦是呼吸体验的主要部分。

有一条路。这个器皿深受基督徒的传统熏陶，所以她会将这条路视为君王大道(King's Highway)；其他人可能会将它视为伟大之路(Great Way)或道(Tao)。R 实体早些时候说过，那些在灵性进程上工作的人是受保护的。这是真的；然而前提是，他必须索取该保护，而且我们

描述的工作在提出那种索取之前已经完成。踏上那条路的代价是：放下所有的包袱并承担自己的真理；在承担自己的真理过程中，你在承担一个完美的自我：那不是毫无过失的完美，而是与无限造物者成为一体。放下并丢开世俗自我的行动方是这里的关键。一旦你放下了你的各种负担，一旦你松开你的人格、你认为正当和正确的感觉、以及自我的所有细节，你就会进入一种真实的意识，一种现在、明天、永远都属于你的意识。一旦你将那个自我作为你的显著自我，谁都无法把你移出那条路。它真的就是「皇家之路」[1]，接着，当你走在这条路上时，你与所有事物都是一体的：所有你感知为想要帮助的人、所有你感知为想要从他们身上学习的人、所有的实体、造物者的各种品质或面向[无论是什么]。你们全都在这条路上。你们处于和谐之中，你们正在起舞、正在歌唱，你的运动(姿态)有韵律且是合宜的；你是整个(宇宙)造物的一部分，在喜悦中旋转，对着群星之光打开无限的黑夜。

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

在这条皇家之路上，一步一个脚印地向前迈进，就如同一匹强壮的骏马雷鸣般的蹄声，或一只强大老鹰翅膀的击打、在地球的高空上翱翔，带着力量和知晓凝视它所看到的一切。有一种能在那条路上大踏步前进的感觉；当你与圣灵共舞时，你真的是在创造一个更加无法磨灭的自我印象，它会作为一种记忆发挥作用，使你在下一次更加能够进入自我之中那个让你感到你的菁华的空间，扔掉世俗的具体细节并放下那些包袱甚至会开始成为一种宽慰；但这一切只有在大量练习之后才会出现。这个实体正在自己心里想，在她努力平衡自己并和自己的体验共舞时，她做得多糟糕呀，而我们会说，你们每个人都在做优秀的工作。一个人无法评判自己；在与能量体一同工作时，评判自己没有用处。

如果从智力或大脑的层面来查看这个问题，它是一个你在派对上玩的游戏，某种思考起来好玩的事情，但不会有解决方案。只有从心的层面，也唯有从那个层面，这种超心灵抵抗才得以一种有用而巧妙的方式获得处理。

在我们向更多问题开放这次会议之前，我们想要稍微谈及你的询问中的一部分，也就是为了停止超心灵致意或超心灵抵抗的推进，是否有某种一个人可以进行的仪式。如我们曾经建议的，图像和标志有一定的价值。无条件之爱的图像对你是什么呢？什么图像使你拥有力量呢？这个器皿倾向于说只含一个字的祈祷，那个字就是「耶稣」；她带着意图做这件事，该意图是进入耶稣的心与意之中、进入无条件之爱的自身。所以，在看见这个标志的名字当中，在做了这个祈祷以后，这个器皿从记忆中将一种振动取出来使用，那种振动就是她拥有的、使她能够在无条件之爱中歇息的每一个经历。

祈祷是一种极其私密、个人性的活动，我们无法向你建议、对于你，无条件之爱的标志应该是什么。我们仅仅能建议，如果你没有一个标志，你可以发展一个标志；然后我们建议你带着意图来使用它；当你从那个标志和图像开始之际，乐意和它坐在一起，直到它完成在你内在的工作，以致于当你睁开双眼时，你正在借由那个标志的眼睛去看。这是一个深入的工作，不能草率地从事。但我们相信，就即刻变化而言，在心智中使用标志和图像是一个在意识中任意创造变化的好方法，这是执行魔法者的定义。做一个有魔法的人，呼唤你自己内在的那个魔法师，并且为自己创造出那个你选择在其中生活的世界吧。

一如既往，圣灵会用很多方式帮助你。如果你希望召唤我们的能量，如果你仅仅想到我们并请求我们的帮助，我们自己就会前来。我们为这个问题而感谢你们，现在我们向进一步的询问开放这次会议。现在有个问题吗？

(暂停)

我们是 Q'uo，我们发现能量确实很低，并且目前没有问题了。所以，我们再次感谢你们每一位，并在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注：

[1] 这个短语要回溯到 Thomas à Kempis 有关基督教的著作，他写了一份标题为《皇家之路》的资料，其中有「拿起你的十字架并跟随我」的短语。这个短语也可以回溯到用塔罗牌进行的原型心智研究，塔罗的宫廷牌可以被视为一条「皇家之路」。因此使用这个短语的含义是：和这类抵抗一同工作就是和原型心智一同工作。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_1212B.html](https://soultw.com/TL00/2004_1212B.html)

中文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_1212.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1212.aspx)

---

## 第 27-10 集：打破形式

---

Copyright 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十一月 14 日

团体问题：今天的问题是关于我们似乎在合适的时候、打破我们的形式与仪式好让光更好地进入，容我们说。我们想知道，Q'uo 是否能给我们一些指导来识别，什么时候适合打破形式，或者当情况似乎是不可避免时，如何逆来顺受，容我们说？我们知道，即使有时候、事情似乎并没有以应该的方式发展，而且似乎完全错位了，一切都是好的，一切都是完美的。我们如何才能看到那点，如何才能找到一条途径：不太恶化我们的旅程、不太损害我们自己呢？在这些陈述中，Q'uo，我确定你们可以找到某些可谈论的事情！

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在我们为之服务的太一无限造物者的爱与光中，我们向你们致意。能在今天被你们的团体呼唤，谈及形式和仪式、打破它们、塑造它们、以及理解形式如何与该实体[你之所是]一同工作，这是一种极大的祝福。我们期待和你们分享一些意见。但是，在我们开始之前，一如即往地，我们会请你们在聆听我们所说的内容的时候，非常小心地使用你们的分辨力。我们不是权威人物，或传统意义上的老师[觉得自己们知道得比你们多]，我们有一个经验调色盘、其色彩也许比你们的更多。然而，我们是与你们走在同一条路上的兄弟姐妹，这条路被我们全体分享。如果你对于是否使用我们在此刻分享的任何想法承担全部责任，将会允许我们自由地发言；如果你承诺丢开一切与你没有共鸣的想法，我们就会更加自由地发言，而不用担心我们可能会侵犯某人的自由意志或侵犯某人的正当演化进程。

首先让我们谈一点我们如何看待你们和自己，因为你们和我们都有形体：不是相同种类的形体，但我们的确和你们一样，有一个可被识别为小我(ego)或身份的东

西。你们体验到身体。你们在思考、在处理催化剂以及创造记忆的方式上，体验到一个有特征的外形。不过，我们每个人的菁华却没有形式：一个传统意义上的形体，不管是一个可描述的形状，还是一个能被看见、知晓、辨认的东西。你们中的每一位，我们中的每一位，都是一种菁华。如果用机械性的方式来表述的话，我们可以将每个人描述为：宇宙或造物者的更大能量场中的一个能量场系统。不过，这样的描述没有抓住灵魂的魔力，因为你们每个人都是无可言喻地独特：亘古至今只有过一个你，在太一无限造物者的所有心跳之中、在延伸至无限的所有(宇宙)造物中，都绝不会有另一个你。你对于无限太一是难以言喻地珍贵，因为你已经穿越了无数世代的形体和经验，才抵达了你现在丰富多样的神秘性；你正在体验的这个神秘性并不是你严格意义上的身份，但它是你在这次人生中、身份的基石，因为你远远大于这种局部经验、这一辈子、这个人格。

我们将你们视为发光的水晶、乐器，造物者透过你们移动、演奏祂的旋律、祂欢乐的歌、哀伤的赞美诗，以及生命的所有千千万万首歌曲。我们听见了你们，我们听见灵性之风穿过你，我们听见你唱的歌，我们为歌曲的美丽和唱歌的心之深刻沉痛而肃然起敬。我们看到当你的能量被此刻塑造你们的无数瞬间体验触及时，你闪耀出的能量色彩。我们在那光中歇息，我们啜饮你所体现的美丽之富裕。你是造物者的一张空前绝后的面庞，你有一种超越任何表达、超越任何回应的实相。你超越了我们的笑声和泪水，你超越了我们的欣赏或钦佩。你逸出我们的(理解)范围。作为造物者的一部分，每个实体都超出我们可能会有任何领会或理解你的方式，你们太大了。我们可能想放在你身份上的任何限制都是愚蠢的，因为你将超出它：漫不经心地、随意地、或诚挚有意地超越。你们无法不比你们从来能想象或知晓的更大。以我们对灵魂的理解，这就是你的菁华：你无法被掌握，你无法被限制，你无法被真正指导或指引。有的只是：在表达你生命的本质之际，欣赏(感激)该造物者之面容。

为了很好的理由，你们每个人进入正在舞蹈于其中的样式。带着对服务和学习相当有条理的计划，你们每个人进入了这个特定的人生。你们每个人站在巨大深渊的边缘开始计划。你们打包了一个人格，容我们说，你打包了需要的行李。你们有些人带着极大的慷慨打包，把一个个装满人格特征与怪癖的旅行箱堆得高高的，完全不顾在你醒来之后、那些搬运工的命运；其他人选择了只带一个袋子或背包：一个被视为需要的、简单又稳定的生命结构，一个直接了当的人格，好使灵魂参与这次经验时没有太多的行李、没有太多的负担。但是，无论你借由人格外壳的方式打包的是什么，都是因为你觉得需要把那些东西放在你的旅行箱中，以便去开采你为自己准备好的财富。当你进入这一生的时候，你的确将自己视为一个采矿人；你将行李埋在自我之内，埋在你的身体、面容、名字、历史、父母、成长的形式之内。你仔细选择了那些。然后，你跃入了投生的深渊，即原型中的傻子，借由信心而非视力，跃入神秘之中。

你所期待的不就是你会彻底地、骇人听闻地搞糊涂吗？你们当中有些人比其他入打包了更多的迷惑；因为你们有些人在此生中花费经年累月的时间，仅仅去发现你不是你过去以为的那个人；另外有些人在起跑命令下达时，从出生那一刻起就知道、你不是身边那些人试图向你描述的那个人。无论你们是从哪里开始的，这个寻求圈中的每个人都已抵达了投生中的一个位置，在那里地面已变成水平，运动场已被看见，每个人都认可了自我

身份的神秘性，每个人都看待自我为某种游戏的玩家。这不是一个获取的游戏，而是一场赌博。在这场游戏中，牌被分发了，你用分到的牌来玩，你选择你将如何玩那些牌；你无法选择牌，但你可以借由玩牌的方式塑造游戏；游戏的目标是增长觉知，以及你们今天带给我们的问题：关于你可以如何评估你正在玩的游戏，知晓那个游戏在此刻是否对你合适，这种合适是就学习和服务两方面而言的，因为从你接受生命、呼吸、身体那一刻开始，这两者就是你的双重目标。

你多么炽热地要去更多地学习你的真实本性！你带着关于自己的一些特定偏见进入投生。以你偏颇的观点，你觉得从某个方面、在生活的某个阶段、在生活可能提供的一切中，你可能需要一种更佳的平衡。在你的能量体中，你携带着那些偏见与希望。这个器皿熟悉有七个脉轮的身体系统，所以我们可以说，你人生方面的课程散布于七个脉轮、以及看待能量的七种方式之中。你如何处理生存的问题呢？那是红色光芒。你如何处理个人关系呢？橙色光芒。你如何处理诸如工作、婚姻、家庭之类的法定团体和责任呢？那是黄色光芒。你如何与心工作来打开它、借由你的本性更充分地成为你之所是的那个慈爱实体呢？那是绿色光芒。你如何以灵魂对灵魂来互相沟通与联系呢？那是蓝色光芒。你如何才能与无限造物者[存于你、一切造物、造物者自身之内]联系在一起呢？那是靛蓝光芒。你究竟是谁，说真的？那是紫罗兰光芒。你们每个人都有独特的投生课程；通过你被建构的方式、通过你倾向于去思考的方式，你要求自己去学习这些课程。你们每个人都有你会一次次遇到的偏好，那些你独有的偏好。再一次地，这些偏好是自我给自己的礼物，这些礼物在贯穿此生的岁月中、被从容地打开与沉思；这是你独有的神秘之原始材料(raw material)[1]。在面对在你的心智中和眼前旋转的世界之前，那样的自我就是该原始材料。

(原注[1] Carla: Ra 资料(Ra material)！编注：这里刚好有谐音，也可能是有意的。)

诺里奇的朱利安(Julian of Norwich)实体(修女)说得非常简单。这个器皿回想起她说过：「一切事物都是好的。一切事物都好。事物的所有方式都将是好的。」这就是你们的环境(母体)。你生活在一个你不可能错走一步的造物(世界)中，你无法犯错。在灵魂的层面上，你对于错误是免疫的；因为在造物之外没有踏足的地方，在你的指引(系统)的范围之外没有可作的选择，你无法作出错误的选择。然而，在一个具有无限可能性的宇宙中，你做出的每一个选择都重新定义你的宇宙；结果是，要为自己判定对的行为、对的选择，就不是一件简单的事情。

让我们看看形体的概念。一个陶瓷碗是一个形体，它的功能是成为空的；你装入的东西用一定的方式填满那个碗。你们每个人都可以将自我那个肉体，看成一个形体。的确，在物质形体非常基础的层面上、表达出你自己是有价值的。你表达自己的方式包含你剪头发的方式、你可能佩戴的装饰物、你身上穿的衣服、你选择的服装、色彩与布料；所有这些事物都进入那个你把自己创造为一个图像或形象的过程之中。你们已经多少谈到了镜子，谈到了你周围的实体如何向你展现出你自己喜欢、或者不喜欢的面貌，不过，你了解到所有那些形象都是你。一个人简单地靠近镜子看自己，不是看着那个图像，而是进入那个图像之中，有时候会非常有启迪。例如，如果你靠近看，你可能会在你的灵魂在历次转世中所采用的所有形体开始从你心智之眼流过时、开始看



到不同的面孔从你的脸上经过；或者，你可以在镜子里看着你的双眼，开始看见那个肉体形式中蕴含的无限。

各种习惯和生活的方式也是形式，它们是你能够将催化剂放入其中、冲泡你的体验的碗。你是一个可以装很多、却甚无深度的浅而宽的碗吗？或者你是一个能装大量的水、很深但不太宽的、窄而深的花瓶吗？或者，你寻求美丽的眼睛促使你成为一个双耳陶罐或大口水壶：在其中有着外形、流动、样式？你从这些想法一出现就着手处理的，那些关于你的日子、本性或选择；它们的特征外形是什么呢？那个在你内在发生的处理过程的外形、形式是什么呢？你对它满意吗？你对 J 实体谈及的那种深刻内容有感觉吗？在那种内容中，生活、想法与过程的形式是如此优秀而坚定的助手，如此有效地服务着，以致于自我没有感觉到对形式有破旧立新的需要。或者你的情况如 T 实体所说，有一个真正的问题：关于是否需要打破这种形式的某些部分、选取一种想法或选择的新外形？无论你处于何处，如这个圈子中很多人说过的，你正处于投生中这个特定时刻、完美的位置上，事情正在顺利地进行，无论它可能在外边、在这个世界知晓为共识实相的那个表面上，有怎样的感觉。

我们觉察到，如此多的事物保持一种神秘状态，对显意识心智没有帮助。人们常常渴望的是：知道全部、模式是清晰的，各种选择都被摆出来，可分析的、可获得的、可感知的、合理的。然而，你不是那些事物，因为那将太多地限制你。所以，那些希望得到简单的解决方案、希望对你的任何问题都能得到清晰明白的答案，这些想法不会从显化那里得到回报。你的确会保持一种神秘，你的选择依旧借由信心而非视力作出的；你无法看到你道途的终点；你无法搞清楚哪怕是未来的一天，更别说这个重担了：搞清楚你人生中剩余的日子、及其学习与服务的所有希望。

所以，你被迫回到自己的感官，那些感官逃离了合理化。这个器皿经常使用「共鸣」这个词，我们发现它是有用的词汇，因为它表达了当你向自己询问关于你面临的选择时，我们会希望你去搜寻的事物。这个世界说：做正确的事情。然而，对于一个实体在某个时刻是正确的事情，在另一个时刻就不再正确，而对另一个实体即使在相同的时刻也永远不正确。真理、实相、菁华是无尽主观的。

对你非常有帮助的是：开始信赖你自己，不是因为你知晓什么，但因为你之所是。这是你的素材、这是你的礼物。你这一生的成就只会 在共识实相表面上展现出一点；你的工作、你与他在显意识层面上的交往、所有那些创造声誉、财富，让你感到力量与正确的事情，不过是一个具有无限大的心智和心(轮)的人、头上长出一根头发。在你活出你的生命时，你所能表达的自己，只是你正在这里做的、你正在给予自己、给予周围的人、给予无限造物者的事情之极小部分。我们很难表达，你的菁华只有怎样微小的一部分可能进入这个世界认为有价值的部分、你所做的那些事情：你的职业、声誉、你的种种活动；难以置信的大部分逃离了任何这类肤浅的显化，依然是(宇宙)造物之舞的一部分，依然是造物者之样式的一部份，正被用来一次次地重新编织一个无止尽的织锦创作，另一方面，时间在共识实相中流逝，随着你极短而又丰富精彩的人生一分一秒地消失。毫不夸张地说，你拥有世界上的一切时间，不过，你的时间非常地短。你是一个悖论(paradox)，你活出一个悖论。

如何评价你用来塑造你生命的那些形式和事物，以及你喜好什么香味、选择穿什么颜色、选择如何表达自己是一样主观的、个人性、私密的。所以，当你开始查看一个议题的时候，你最安全的路线，就是相信自己并寻求共鸣。这个器皿在稍早时说过，就一个人何时达到他的极限而言，在她的经验中，她达到并越过的极限、不是她经过考虑所决定的，而是当她了解到其本性已经为她作出了那个选择之际、所得到的结果。觉得自己正在做正确的事情并不够；当一个人凝视着那件事情时，还必须用一种共鸣感、一种这件事对我来说是鲜活的这种感觉来感知它。

因为你看，形式会死亡，而同时形式之内的生命仍旧存在。举个例子，对那些选择去打宗教牌的实体们来说，形式在仪式的意义上、是一种他们会不断体验到变化的事情。因为在一个宗教中，形式本身不会改变，但是一个实体如何与那些形式关联却可能完全改变，以致于在某个时刻，向太一无限造物者表达奉献的一种形式或许是一种极大安慰之源头，而在另一个时刻，它可能看起来空洞而僵死。当一个人对形式作出反应时，去聆听自我是非常重要的；不是去问自己：「我如何才能与这个美妙的形式关联呢？」而是去问自己：「我之所是的这个美妙实体、如何才能在这个形式中找到共鸣呢？」如果那个形式与你没有共鸣，那就需要放下它、选择另一个形式。或者在有些情况下，这只关乎等待另一种形式，另一种生活的仪式为你(自动)形成；同时你在自己的各种感觉——通常是矛盾的那些感觉——之神秘中单纯地存在。

当你们问我们「我如何才能跟我的那个部分联系呢？该部分会说这个有共鸣那个无共鸣。」，V 实体在早些时候用调侃的方式说，我们的答案始终是冥想。我们完全认可她调侃的准确性，我们的确经常单纯地要求你们去冥想。我们会在这点上谈几分钟，因为这里有一个实质的要点需要指明。当我们建议你冥想的时候，我们没有主张一个冥想的形式，我们努力去做的是让你脱离形式：静默是一种形式的缺席。实体们能够借由说「好吧，我用如此这般的方式来进入静默」而为静默创造出形式，它可能是禅定、行走冥想、沉思、视觉化观想，如此等等。当你太依赖形式、以致于将观察那种形式所包含的内容排除在外的时候，你创造出了监狱。在许多方面，你一次又一次地被非物质性的结构、仪式、习惯之更加微妙的形式所诱惑。我们正在尝试帮助你脱离那些监狱。

如何让实体脱离那种情况呢？在很多文化中，神秘家们的实践不是进入静默，而是借由吟唱、旋转、舞蹈进入韵律之中。重复的动作、重复的声音，重复的音调会重击并最终打破思想的习惯。无论你被何种方式所吸引而进入无形式，简单地坐下来并停止说话，或设计一种特定的静默，或进入吟唱或其他仪式、借由比谈话者更健谈而将他带出自己，这完全是一个属于你自己的分辨力的问题。但是，当你努力让自己与形式分开的时候，你面对的工作是如何通过守在你的圣殿[也就是你的心]门口的狮子。如果你仍旧属于世俗的话，如果你仍旧在抱怨、在担忧、讨价还价、合理化、在辩护、或者在你做得对与否则担心，那些守卫者不会给你进去珍贵的心里面。有很多的教导.....

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

.....是关于令自己在心门之外跪下来、把一切都放下：每一个想法，每一个自我的概念，每一个「我做过这个」、「我想过那个」、「我是正确的，」的痕迹。

清空自我、变得真正能够接收。无论怎样抵达那里，在你进入自我之心的神圣空间之前就要抵达那里。因为造物者在那里等着你、充满了爱、充满了祂自己的，也是你的，本性，祂等着将你拥入绝对且无条件的钟爱与挚爱的怀抱之中。

D 实体常在一场解读结束的时候说：「你被爱的程度超出你从来可能想象的范围。」这是真的。当我们谈论这一点的时候，你能够感觉到那种爱的品质和丰盛吗？你能领悟你是如何正当有理、且完全被认可的吗？你没有任何未被宽恕的过失，也没有任何感知到的不完美会被造物者视为不平衡。无论你有什么苦难，无论此刻你面前的困惑是什么，无论那些你尚未在经验中接收到的梦想是什么，它们对于太一无限造物者都不算什么。我们希望，你可以站在那个背景下来观察在共识性实相中、你眼前的议题。如果你对于你实质之稳定性的深度能够获得一种感觉，你将会知道，你的双脚正站在富饶又坚实的地面上，无论在那个共识性实相的浅薄而显化的世界中，一切事物会多少次从你的脚下消失，那个地面都不会在你双脚底下移动；你将知晓，在肤浅的意义上，灾难、麻烦、悲剧都是真实的，但它们会被你自己的一个部分所支持，这个部分远比由催化剂与经验所组成的事件之涓流更大、更坚实。

当你遇到那些悲剧、麻烦、议题的时候，尽你所能，继续将自己视为那个我们向你描绘过的水晶般的实体，接着知晓「一切事物都好，一切事物都好，事物的一切形式都将是好的。」

我们愿在此时开放提问的过程、给你们在此刻可能会有任何进一步的询问。

J：是的，Q'uo，我是J，能在你们的能量中真棒。我想知道，在这房间中、我或任何其他他人是否可以做什么来使这个器皿更加舒适。

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。的确，这个团体中的每个人都有能力以这样或那样的方式来帮助这个器皿，如同这个器皿有能力去帮助这个团体中的每个人。愿你们享受这个寻找为彼此服务的方式的过程，知晓所有事物都包含互惠与平衡。我们为这个慷慨的询问而感谢J实体，并且鼓励这个圈子中的每个人觉察到，有许多你被特别地导向为你周围的人提供帮助和支持的方式。你的本性是什么？你的天赋是什么？在和你们当中那些慈爱的出席者互动时，你将会不断发现新的方式来增强你所属团体的体验。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：我相信我们每个人都是通过一种从一到七的不同的光芒而进入(此生)，我想知道你们是否能够告诉我，我是通过哪个光芒进入的。

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发觉得、回应这个询问会侵犯你的自由意志。我们为给出那样的答案而抱歉。

现在有另一个询问吗？

J：没有了，这次没有了，谢谢你们，Q'uo。

现在有另一个询问吗？

R：我有一个问题，Q'uo。一个无法到这里来的人提出了以下多少有些特定的问题，所以，如果你们无法回答的话，我请求(你们的)宽容，但是任何就这个主题进行的评论都令人感激。偏头痛与超心灵致意有任何连结吗？

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。由于提问的方式所致，我们碰巧能够回应那个询问。一个人体验的每一件事情都可能与超心灵致意有关系。以我们对超心灵致意这个词的理解，它被用来描述接收到抵抗的体验，这种体验经常被一个实体理解为由另一个无形实体进行的某种攻击。实际上，各种致意全时间都在发生，由于各种扭曲会将能量体各种各样的部分从完整的平衡状态拉开。例如，这个器皿在几十年的时间中频繁地接收肉体上的不适，它们是由风湿性关节炎疾病所导致的。因为各种各样的骨头、关节等部分已经变得扭曲了，它们可能被供能而激发出比之前更大的疼痛。对于G实体，这个器皿知道他是实际上提出这个问题的人，我们会向他提出的问题是：「考虑一个负面的无形实体在血管系统中激发了一种肉体扭曲而引起头痛，这是更有帮助的？还是了解到存在抵抗是由于(你)存有中的扭曲，这样更有帮助呢？」如果一个人将迫害者或攻击者的角色投射于外在实体，那他就在某种意义上剥夺了自己面对阴影自我的机会。将自己视为一个正在遭遇敌人抵抗的存有，这更有帮助吗？还是将自己视为一个正在体验阴影自我之抵抗的存有、更有帮助呢？我们会鼓励任何体验到一个先前的扭曲似乎被供能的人，将其感知为一个信号，它建议：在你理解自己、理解你的情况和进程时，好好注视一下演化进程中正在发生的事情。这个过程永远都不会完全地脱离神秘。迷雾可能会暂时变得清晰，一个人可能会有关于自我和进程的领悟与顿悟，但是该进程会持续发展，迷雾将再次包围一个人，那些阴影将从迷雾中出来妨碍一个人。很希望问题仍旧是：「这些阴影带来了什么讯息呢？我如何才能良好地回应那个讯息？」

现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，我有一个。在《一的法则》丛书中，Ra谈到了昆达里尼(kundalini)并警告说，努力提升该位置(locus)——它被定义为内在与宇宙原力交会的地方——在缺乏对磁性的形而上原则的理解或认识的情况下努力提升该位置，就是去招致巨大的不平衡。我想知道，你们是否能够更清晰地定义、那些磁性的形而上原则是什么？

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们寻找一种和你讨论这点而不会影响你进程的方式，一个也没有找到，我们为此抱歉。我们想要和你进一步地谈论；我们会请求你能否也许返回你的学习中，多沉思一点，看看你如何能用一种不同的方式来问这个问题。我们无法更多地帮助你了，我们再次地致歉。

现在有最后一个询问吗？

R：欢迎你们留下来享用会后的茶水和点心，Q'uo。

我们是Q'uo，觉察了你的邀请，我的弟兄。我们保证，我们总是留下来享用茶水和点心。实际上我们留下来过夜，一直到次日早晨。如果你们要求我们离开，你们可以摆脱我们！我们热爱这个团体和每一个成员，你们只要请求我们在场，我们就会和你们在一起。

既然我们似乎已经耗尽了此刻的所有问题，我们会在造物者之屋的合一中，在爱、光、灵、形式[这些即是一切万有]之中离开你们，如同我们找到你们时一样。我们是 Q'uo. Adonai。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_1114b.html](https://soultw.com/TL00/2004_1114b.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_1114.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1114.aspx)

## 第 27-11 集：神圣契约

Copyright 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年十月 11 日

来自 A 的问题：「A 带着一个问题来到我们这里，关于来自她投生之前的神圣契约的指引，在这次投生中、她可能会被指引去做什么事情，以及她的神圣目的是什么。」

关键词：投生前的计划，催化剂，平衡，服务与学习，行动与存在，表面人格与真实自我，自我菁华，表面情绪与深层情绪，形而上的观点，内在工作，成为你之所是，米迦勒原型，静默的形式，学习之结晶、觉知，灵光场清理，灵摆用途

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能在今天与这个团队在一起，这是一种极大的荣幸，我们感谢你们每一位拿出时间和难以置信的努力与能量，来满足灵性工作的需要。它创造了一个极大的能量漩涡，我们十分荣幸能被你们的团体呼唤，在这个目标与环境的漩涡中、和你们分享一些想法，我们为这种荣幸感谢你们。当你们坐在冥想中，我们为你们的振动之美感谢你们，为这个寻求的圈子感谢你们。

我们会要求你们每个人使我们免于担心违反自由意志原则、借由非常小心地聆听那些我们所说的事情，并且分辨那些可能与你们有共鸣和没有共鸣的观念。如果我们的观点的确与你们有共鸣、感觉起来熟悉并且对你们有用，就务必支持它们、用你认为合适的方式使用它们并和它们一同工作。如果我们提供的想法在你心中没有产生回应，请你只管将它们丢开，这将是对你最大的恩惠，因为我们不希望你们面前造出一块绊脚石。就形而上的真理而言，真理不是一个客观的事情。真理是完全主观的；在知晓此刻什么适合于你、什么不适合于你的方面，你自己的分辨力完全可以胜任。非常感谢你们。

你的询问关系到神圣契约与神圣目的，我们会将这两者分开来处理，因为我们发现神圣契约这个概念，在你们身居其中的文化中充满了陷阱。在这次投生之前，你肯定创造过一些契约，我们在此用的是复数而非单数。这些契约与人际关系有关。在这次投生之前、在你的考虑过程中，你和指引系统一起坐下来深思且仔细地考虑，作为一个灵魂，你觉得你在极性和平衡的议题上处于什么位置。对于那些在服务他人的极性上已经重度极化的人，令人向往而很普通常见的一件事情，就是在投生前选择为自己设置的人际关系时，会包含一个需要平衡的议题。对于那些从更高密度返回这个投生的人们，这是智慧与爱之间的平衡。无条件之爱的极大优势很容易看

到，真实智慧的极大优势也很容易看到；有时候难以看到的是：如果之前的投生体验使一个实体在这两个品质上偏向其中之一，如何在这两个品质之间去更正一种感知上的不平衡。因此，设置好的人际关系具有一种功能，来提供重复的或主题式的循环催化剂；在这些循环中，你将一次又一次地收到催化剂，它们不只带来关于服务他人的问题，如何进行服务、是否要进行服务等；还会带来如何使用你开放之心与智慧来对应这个催化剂、这个情况、这个人际关系。希望在于，通过这些在你生活中出现的重复性、循环性的催化剂，你将慢慢地赢得一种确切的感觉、知道你的平衡点位于何处。

例如，这个器皿在人生开始之初，严重偏向爱的一方。举个例子，这个器皿觉得任何可以为他人做的事情，都值得她付出一切努力，因此她发现非常容易去考虑为他人献出生命或除此以外的任何磨难。这个器皿已经工作了数十年、尝试融入得来不易的智慧课程；她在此生中重新恢复这些智慧之功课，多亏了 Don 实体、Jim 实体以及很多其他与她进行过对话交流的人；她从他们身上学习/教导。

对于每一个实体，这种平衡都是独一无二的，指引的线索、提示、耳语也是独特的，因此我们不会用任何方式替代你做这项工作；但简单地说，在你和那些你所接触的各式各样的人共同所处的各种情况中，这是一个可供思考的、非常富有成效的持续性议题。那些你尝试去为他们提供身体工作或其他神圣接触之职事的人，很明显是为了让你既能从他们那里学习、又能为他们提供你的服务而出现的。那些在路上抢道的实体、在商店里尝试协助你购物的店员、邮局中的女郎局局长以及杂货铺里面碰到的邻居，也同等地有帮助、同等地是你进程上的任务和目标；这一点有时候并非如此清晰。不过，的确如此。

因此，关于你的神圣契约，我们会推荐你去了解：在每天的各种差事、文件工作、责任的表面之下，每一个出现在你生活中的人，都很有可能与你共有一份神圣契约。

不过，那些为了生活、人生课程、此生服务所需要做的手边工作，并没有一种精准的契约。这就仿佛你设想了一个如何创建一个公司。很明显这只是一个非常粗糙的类比，但是这个器皿有过开创公司的经历，觉察到需要做的事情，因此我们从她的心智中选了例子，也就是如何设置公司的基本目标、筹集启动公司的初始资产、弄清面临的挑战，以及预测一个月后、一年、五年后会是什么情境而发展出一个相应的行动方案的技巧。在生命的早期，在童年的年轻岁月中，很难找到足够的聚焦来从任何确定或成熟的方面了解到，你将会用如此大块的时间、天赋和珍宝去干什么。然而，随着投生中时间的累积和经验的生长，会开始有一个越来越清晰的焦点。我们知道，当你凝视这个你启动的业务时，你想增强这种焦点的清晰度，想要知道：「我的下一步是什么？我的这个业务，这个我希望去从事的神圣业务，其真实整体或真实特性是什么呢？」

无论如何，从契约的角度来讲，你的契约就是去服务，了解到这点很重要。你在投生前真正希望去服务和学习。学习是几乎无可避免的，因为服务的附属物和你从努力服务而接收到的学习分支、多得数不清。因此我们会要求你提升，不再尝试去敲定某个步步为营的契约，接着开始了解到这个契约正在你的手中，不只现在而已、而是在你余生的每一天。你的服务是可塑的，它不

像一个你只需填满其空白的拼字游戏；这个器皿非常喜欢这些拼字游戏，她惯于按定义将每个字母填入(空白)方格中。你没有那种类型的拼字游戏，好让你清晰地判定你的目标是什么。毋宁说，好像你得到了一个带回家的测试，一个论文测试；你既参加了考试，也为它打分；你可以每天，如果你愿意的话，或者每年都重考。你可以重新评估，可以重新考虑。一旦在过程中似乎有任何小故障，接着我们敦促你：返回去重新检查你的参数，检查你自己、所在地、在近期想要什么等等之认知；于是，你就可以在全时间都觉得，你在新鲜的、你是崭新的，你完全不是在沉重地穿过一个已预想的模式；这是你的成长、你的绽放，你拥有浇水壶、肥料、去栽培的意志。的确，你在这个成长的小花园中扮演所有的角色，那就是你的神圣目标。

每一个在行星地球上呼吸之实体的神圣计划都大大地统合。那个所有实体的神圣计划就是：让实体发现她自己、显化内在的存有，以致于你此生的尽头时，你是一个在自我知识与真理中闪耀的能量场。

现在让我们看一下那个模型，因为它听起来简单，但和你们的思维方式是足够地相反，以致于我们的想法真的需要一些讨论才能被真正理解。当一个你们文化中的实体开始谈到自己的时候，不会从存在、而会从行动的方面来谈：「我做这个以谋生，我做这个以娱乐，我做这个为服务。」然而，你的神圣目的是存在。你作为一个能量场、进入此生；你从全体自我中，把某些特征拉出来，如这个器皿所称的人格外壳：你的(逻辑)智力、人格、表达自己的方式、你擅长的事情、似乎不擅长的事情，如此等等。这些特征好像一个深水区的表层：水面上的波浪仅仅是那些处于人格波浪之下的事物的标记，你的真实自我有无限的深度。在你的全体自我与你如此深陷于人格外壳的显意识之间、有各种连接，这些连接线纤细又脆弱，但是非常、非常地强壮，无法被断开。它们可以被干扰，很多次我们发现银丝线本身被，容我们说，粗糙地使用，以致于实体们一开始很难进行梦的工作、观想、冥想的工作，这些工作有助于强化表层自我和真实自我之间的那些内在连接。然而，在这个特定的案例中，我们并没有发现有这种事情发生；事实上，显意识自我和潜意识自我之间的连接似乎充满活力、使用得非常好，因此，我们会单纯地鼓励A实体继续她的进程：和梦境、直觉、静默的本身一同工作。

自我的菁华(essence)是活生生的东西。实体们对于自己在此生的名字经常感觉不合适，因此会去寻找别的名词、那名字的振动似乎与你对你之所是的内在感觉更加协调；这是就较高密度的立场或在你的密度中、你自己的形而上工作发生的内层空间来看。然而，没有名字是必要的。你的能量场本身就是你的名字，你的振动就是你的身份。我们毫无疑问地知晓这个团体中每个人是谁，不是因为我们知道你的名字，而是因为我们把你视为你之所是，带着光、色彩、纹理一同振动、闪闪发亮[1]。每一个实体都有她自己的内在结构、自己的关系、脉轮之间的平衡，以及诸如此类的事物。

([1] 原注：coruscating — 1. 发出闪光，闪耀或闪光：钻石在烛光中闪闪发光。2. 展现闪耀的精湛技术：一个让音乐在整个音乐厅中闪耀的长笛演奏家。)

那么，一个人如何才能穿透自我周围一个又一个的幻象，并且越来越多地感知她(他)之所是呢？对于你们以及你们来说，怎样才能清楚地说明这是如何工作的，仍然是一个奥秘。这个过程完全是直觉性的，你越能够去关注你的情绪能量，你拥有的资源就越多。

现在，关于这方面，让我们来看看情绪的两个不同的层面；因为跟瞬间、简易的表面情绪一同工作是一回事，跟较深入的情绪一同工作又是另一回事。首先，让我们来凝视简易的表面情绪。当我们谈到表面情绪的时候，这个器皿马上想到她体验过的那些恼人事情，例如开车的时候、她在车子里体验到的情绪。一个人在开车的时候被抢道，很容易感到不快。这个情绪值得查看，因为它在教你，但是它教的内容与较深入的情绪可能教的内容显然不一样。一个来去匆匆的表面反应好像一张报纸，表达一个特定时刻中正在发生的事情；它不会表达人生中那些正在你生命里发生的更深进程，它只是水面的瞬间扰动。不过，每一个扰动都值得去查看，因为每一个扰动都含有自我与其他自我的分离，每一个出现的分离都能富有成效地被检查，以确定是什么将你从你的同类那里拉开，然后找到治愈那个分离的方法，再一次找到你与那个让你失衡的陌生人或朋友的合一。

即使当一个瞬间发生的事使人感到愉快，再次地，检验它仍旧是重要的：查看这道光是否有一种分离的潜流，如果有的话，它是什么。在检验这些非常表面的事件的过程中，你其实是在改善你的观点。在分离或纷争中更深入地探索、寻求爱、寻求它们底下的合一，这样的训练对于拓宽和深化一个人直觉性的预设观点、有着累积性的效果。观点至关重要，因为那个你用来查看世界的点，决定了你将用某种方式看到某些模式。随着你的观点在其坚定的形而上导向中拓宽、扩大、增强，你将开始看到一个不同的世界。当那个世界通过你形而上的观点变得更加强壮的时候，你的课程也会驾着更圆的、有更多润滑油的轮子来到你身边，更加顺利、更不费力、更加易懂。因此，日常中小小的恼人事物并非如波浪前端泡沫中的尘埃、只是需要清除的废物，而是值得用手舀起来的好材料。在你将它扔掉之前，好好检查一下吧。

在较深入的情绪上的工作是一个更为缓慢、微妙的过程，它完全是直觉性的。它强烈要求你开始了解到、你更深的情绪体在何时被穿透了。你需要开始看见那个时刻：你感觉到一个精要的真实情绪，不管它是喜悦、悲伤或恼怒。这些更深入的情绪如同音符，而你必须能够弹奏你的乐器、清楚地了解它、能够为它调音；如这个器皿早些时候谈到的，她为其肉体、心智体、情绪体、灵性体调音，以便于接收这个正在进行的通讯。你是一个乐器(器皿)，一个水晶的乐器。你的能量借由颜色而非声音、借由光而非音乐来表达它自己，然而，它们至为实质地在那儿，并且是你的存有之更深入表达，当你肉体载具[由尘土而来]再次回归尘土时，它们不会消失。那么，作为一个永恒的居民，你不仅在显著、明显的事物[你的肉体生命、你的瞬间想法、如此等等]上工作，你也在自己永久的部分上尽其所能地工作。

你正在尝试去做的事情，如我们稍早说过的，就是去越来越真实地成为你自己，越来越美妙地唱出你的水晶歌曲，音调越来越真实，唱得越来越深入、真实，唱出你之所是的菁华。这就是你全部的神圣目标。如这个器皿会说的，你开始如山丘上的灯[2]、如众人面前的灯塔一样屹立，不是向他们发送某种伟大的信息，不是向他们发号施令，而是单纯地存在，以你的方式闪耀出你的光。通过那光的影响，你会成为你来到这个世界要从事的服务；那个灯塔将为你带来那些需要你特殊能量的水手，那个灯塔将向那些需要的人警告在你附近的礁石。你无需伸手、无需期待、甚至无需回顾。就你的神圣目标而言，你需要的是自豪地、带着自信、沉着、极大的

坚持成为你之所是。

〔[2] 原注：《圣经》路加福音，11：33：「没有人点灯放在地窖里，或是斗底下，总是放在灯台上，使进来的人看得见亮光。」；编注：参照马太福音 5：14~5：15 似乎更呼应原文的用语。）〕

从你们在这次解读之前的讨论中，A 实体现在有很多事情要做，有很多她可以选择的方向：能量工作、生命之花的工作、神圣几何，以及她研读中的各种其他方面，等等。不要淹没在具体细节中，这就是我们在这方面要说的。在一定程度上轻松地看待它们，取笑自己，画卡通来和你的伟大目标「因为你的确有一个伟大的目标！」开玩笑。它是一个美妙的目标，不过，这目标不是需要你将行为与环境绑在一起说：「这就是我必定要做的事」。你需要更多地进入一个连续的系列：关于这个器皿会称为顿悟和领悟，你是谁、你为什么在这里、你的菁华之本质、以及此刻你正在查看的你的大业务之本质。

我们会简短地谈谈关于持剑的询问，我们会引导 A 实体简单地检视天使长米迦勒(Michael)的原型。这个实体属于这个器皿所谓的神话系统，这个器皿在自己的灵性工作中使用这个神话系统。当她为了(星际)通讯而调频自己的时候，她使用所有四位天使长。米迦勒实体属于东方的能量、属火，一个佩剑的人物。有时候，当这个器皿观想四个原型的天使长与四大元素的时候，她发觉米迦勒站立的形象。他的剑可能被拔出、但下指大地，或者他的剑可能被拔出并向上举起，或者，他的剑可能在剑鞘里；他可能是跪着的，也可能是站着的。那不只是呆板的、原型的形象，属于火元素；相反地，它是一个活生生的、呼吸中的实体，在数千年间，已经被无数个实体在灵性工作中深入探索过。因此，这个思想形态有一种惊人的、极其愿与你分享的力量。因此，作为一个持剑者，你的问题是：「那把剑正在保护什么真理呢？」在任何特定案例、特定情况中：「需要拔出剑吗？需要收起剑吗？如果拔剑的话，需要处于无挑战状态还是挑战的模式呢？」因此，在进入那些你觉得真理会是一个议题的情况之前，去感受那个人物是如何站立的，对于你可能富有成效。进入静默，请求它让你看到视觉的形象，请求它向你展现，米迦勒的姿势及其剑的位置如何能够为你提示：在这个特殊遭遇中，你自己的部分、你自己的角色。

那些保护真理的实体是光之存有、荷光者。在这方面，这个圈子里的每个人肯定都是 A 实体的同伴，因为所有的人都是荷光者，所有的生命在某种程度上都是指路者。不过请记住，你并没有指出一条道路或一个方向。你所能指出的一切都隐含在你生命之光里面。所以，允许这些情况发生在你身上，然后允许你内在最深的真理处理该情况。你在稍早谈到，如果有人来请你为他治病，你一直要等到你在治病时向内在询问之际，才会知道该做什么。那把剑的能量也是这样。不要提前询问，而只在具体场合中询问：「我的角色是什么？我该如何发光呢？」最重要的是：相信你的存有(being)。

我们真的向所有正在尝试深化灵性面向的人推荐：以你自己的方式参与静默。人们普遍的偏见是赞成静默冥想、反对其他形式的静默，但我们会鼓励 A 实体探索静默的所有形式：例如在大自然中散步的静默，在观想和沉思中的静默，在阅读灵性材料、然后坐下来让散乱的想法形成自己的模式时所涉及的静默。在各种学习(study)以及那些你不视为学习，但作为确认和附加物、的确被学习呼叫、从而融入学习的事物；在它们之

间有着隐藏的连接。像 A 实体所说的那样、去观察信号和标志，她自己就是那样做的。设法在一天中保持可供使用的能量，即使当天只有五分钟的时间，留给静默之内的工作。

静默如同一座礼拜堂。当一个人进入静默的时候，好像进入一个特定类型的建筑。这是一个神圣的建筑，你的核心所在，造物者，就在静默之中。的确，那静默会在你的心中找到它的家。花时间进入你自己的心，坐下来聆听。因为那个安静而微小的静默之声讲述真理、所提供的是你生命的真理。

我们为这个开场的问题感谢 A 实体，我们会在此刻询问，她对这个主要问题是否有任何后续问题。我们是 Q'uo。

A：(你们讲的)有很多要思考的内容。不知怎的，我所有的问题看起来都不是很重要了！

别人告诉我的、这个量子学习或量子什么的、那是什么东西？我被告知我将要体验或经历的事物是「量子」、「量子化」，这是什么意思呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。量子的概念有点像，比如说，在学校里的一学期，或事物的一个单元，一旦它完成了，就过去了；一个人前往他该去的另一个量子，以继续前进。在量子物理学中，量子就像一个宇宙，可以容纳一定额度的事物；使它装满的量，就是那个量子能够容纳的总量。就你的措词，我们可能会更多地就一个已被完成的学期之意义上来讨论。到此刻为止你所经历过的学习，已经给予你越来越多的具体细节；当你进入下一个学习领域时，将会有更多的具体细节。我们会建议，正在发生的事情是，随着一个又一个的细节的累加，将会出现一个关键时刻：好像在一个过度饱和的溶液中，越来越多的东西被添加到水中，突然间溶液消失，出现了一个结晶，这就是你在学习过程中正在取得的事物。这种学习的结果严格地说，不是你将失去细节，而是它将有某种模式。它将有某种晶体的排列，这种排列在一定程度上使得一切都显得合理。换一种方式来说，你不是在填补一个猜谜游戏中的空白，你是在将你的信息放在一起形成一块水晶，那块水晶将是觉知的一个简化之中心结构。要注意，我们并没有说知识，我们说的是觉知(awareness)；在觉知中，当一个人向你寻求帮助，你从他那里听到这种那种的细节时，你不会这样看待它：一加二加三加四，「哦，有四个具体细节」；而是「啊，我相信我开始看见这个实体的偏见与扭曲之外形」。从那个简化的观点，你有一个更加清晰的主意，一种如何帮助那个人、如何服务于那个人、什么是可能的、什么是不可能的、在不侵犯她学习进程的情况下、你能够说什么、在不侵犯她学习进程的情况下你不能说什么的感觉。那就仿佛.....

(磁带第一面结束)

(Carla 传讯)

..... 你正在塞入越来越多的具体细节，不是为了取得复杂性，而是为了达到那个觉知的晶体为你形成的(饱和)点。你无法强迫这种晶体出现，你无法催促这个过程。

A：我快到那里了吗？

我们是 Q'uo，我们可以确认，为了让这种晶体形成，你需要的大部分细节确实都在那里了。但是，我们不知道那个晶体将在什么时候形成，或者仍需要什么细节



才能使你说「噢，我现在看懂了」，它也无法被你提前知晓。然而，这个时间将会到来；我们只能鼓励你不要催促它，不要寻找它，而是日复一日、借由一个又一个的细节去做工作：接受信息、安置信息、使用信息。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹。

A：我一直在和一位 S 老师共同做某种工作，她在参与搬运水晶并与水晶网格保持一致的工作。这个工作是否有益？这个工作对我有益处吗？

我们是 Q'uo，我们发觉、以任何方式回应这个询问都会侵犯你的学习进程，因此，我们会恭敬地请求让我们跳过这个问题，并简单地鼓励你去跟随你的心，去感受这个关系与学习过程，看看进一步深入她有的那些兴趣、（使你）感觉如何。

我们可以用任何其他方式进一步回答你，我的姐妹？

A：好吧，谈到侵犯，在我参与的工作中，我正在学习更多的关于如何消除一个人的灵光场中的沉重尘土或物体。当然，我的意图一直都是去请求许可来消除它，但是我想知道，消除灵光层面中的物体，是否会以任何方式侵犯他人的成长进程。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。让我们仔细地注视这个问题，因为这里有个需要学习的好课程。当你努力有所服务的时候，很重要是去查清你之前毫无概念的事情之参数；这些参数与你个人或（你的）结构无关，但是跟向你寻求帮助之实体的个人或结构有关。

你需要找到一种方式向你正在尝试去帮助的实体提出该问题。这个器皿之前做这个工作时，会使用一个摆锤，询问一个是或者否的答案，并非常小心地推出问题：「我正努力去帮助的人，其指引系统觉得这个实体已作好准备、从能量体移除这个扭曲了吗？」形成一种方式，无论是摆锤，还是其他你可能知道并觉得更方便或舒适的技巧，来跟你努力帮助的实体之内在指引系统建立联系，并确认该指引系统给出了许可，允许这个实体被治愈。这将清扫治疗的途径，谋求那个实体之高我的帮助，使得你在尝试协助时、不是孤单的；而你只是正在运作的神圣创造性原则的一部分、正在回应一个请求答案并已得到答案之潜能的人。经文上写得清清楚楚：「敲门，门就向你打开；请求，你就会收到。」

你可以信赖，一个来找你的实体是有意识地在请求帮助；这么做是好的：去探索这个人的潜意识进程，确认你的确没有使用你的力量和能力从一个人身上移除她在那个特定时刻需要（自己）除去的那丝灰尘。的确，告诉这个人：「我可以做这么多，但不能更多」，这要比将她放在一个未受保护、没有防守的情况中[使她多少感到不安全、不保险]要来得更好。

现在有最后一个询问吗？

A：出于好奇，你们能否告诉我任何事物，关于我的家乡星球，或我来自的恒星系统？接着，这将是我在我的最后一次投生吗？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们不喜欢探索关于你的前身的问题，因为它们被你的高我密切地守卫着，我们不愿意在你的高我以它自己的方式提供许可之前，将你放置在一个（自我）知识的位置上。要知道，这些具体细节

将在你的梦境中、或者在你与灵媒的随意交谈中为你所知，那些灵媒会碰巧在你为这些信息作好准备时、和你沟通。在那时间之前，要了解到，对于每个在行星地球上投生的人，行星地球就是你的本土行星。你真的是一个生活在这儿的人，呼吸这里的空气，你是该行星自身的一部分。在此刻，这就是你的原生土地，直到你停止呼吸之前、都是如此。

至于这是不是你最后一次投生，我的姐妹，你拥有潜力、让这次投生成为你最后一次的投生。如这个器皿会笑容满面地说的：「别搞砸了。」

借由那句话，以及鼓励你们在全时间都使用幽默，因为它真的是一个神圣的礼物，我们会在太一无限造物者的爱与光中离开你们。请知晓，任何时候，如果你愿意欣赏我们的振动从根本上加强你自己的振动，欣赏我们的爱拥抱着你，你只要在心里默念我们的名字，我们就会与你同在。你永远都不需是孤单的。我们是 Q'uo。

Adonai. Adonai.

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_1011b.html](https://soultw.com/TL00/2004_1011b.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_1011.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1011.aspx)

---

## 第 27-12 集：亚伦与 Q'uo 对话之三十三(完结)

---

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 33

Copyright 2007 L/L Research

1996 年 11 月 24 日

（这次集会在一段调音和冥想的时段之后开始）

Aaron：向你们全体献上我的致意与爱。对于这个寻求者的圈子、我愉快的欢迎，并且感激这份加入你们圈子的邀请。

我想要返回到你体验的这个面向：作为人类，带有肉体、情绪体、心智体、灵性体，在这些身体之间有一个平衡；肉体拥有疼痛和痛苦，情绪体拥有其喜悦和忧伤，心智体拥有其清晰与混淆的混合物。该平衡是在这种人类表达与你之所是的爱之终极菁华之间的平衡。

你们谈到了、选取肉身以及体验遗忘的罩纱，忘记你之所是：一个将你更深地推入表面上的人类束缚之罩纱。这就正如它需要是的样子，因为通过这个（罩纱）、人类出现悲悯、慷慨、爱的最伟大表达。

我给你们一个非常简单的例子。如果我有一个巨大的苹果园，真的有数千颗健康的、生机勃勃的苹果树，如果一个存有敲我的门说，「先生，拜托，你愿给我一颗苹果吗？」接着我给他一颗苹果，一个人可能说，那是一个慷慨的举动。如果我给他一整袋苹果，一个人可能说那是一个甚至更大的慷慨举动。肯定是的，我已经自由地将我的某个东西给予另一个人。但是于我内在有一种明晰、（知道）蕴含在我背后的无限丰盛。没有恐惧阻碍我的给予，或者以某种方式影响我的给予并使得我犹豫。是的，它仍旧是慷慨，如果我们将那个定义为一己的自由给予，但是，如果我在口袋里仅仅只有一颗苹果并且没有取得更多苹果的方法，这会是多么大的不同呀！我知道这是我的晚餐。我已经走了十英里、刚刚在一棵树底下、阴凉处坐下来，拿出那颗苹果，将它在我的衣

服上擦亮，我正在期待它甜美的果汁打消我的干渴、以及饥饿。接下来，你接近我并说：「拜托，你愿意给我这颗苹果吗？」现在恐惧可能升起：「如果我给了，我将要吃什么呢？我将是安全的吗？我的需要会被满足吗？」透过那个恐惧，爱的声音必定要带着响亮的清晰度发言、好让该苹果被给出。我所定义的真实慷慨正是这种爱之声的原力。

你可以为了很多原因给出那颗苹果。你可以实践自我修炼：把恐惧和烦恼推开并给出那颗苹果。或者，恐惧可能留下来：沉静，无声地，待在表面底下。接下来，苹果被给出了、却没有带着喜悦。要带着真正的喜悦给予那个苹果，你必须已经承认并转化了你的恐惧。在恐惧之内有慷慨。恐惧被转化之后就是慷慨。

在这里我们拥有一个不同的给予体验。它不仅仅是那种源自于知晓无限丰盛的力道、源自于一万颗苹果的喜悦给予。现在有一种深入的喜悦，因为你已经带着爱穿越恐惧了。你没有允许恐惧控制你，而是已经能够不顾恐惧而给予并且转化那个恐惧。它唤起了信心，（相信）你的需要将会被满足，虽然你仍旧可能并不理解如何办到，因为那是唯一的苹果。

这里有个可能不一样的场景。如果另一个人是在抓取的、惩罚性的，为了使你感到羞耻去给予那颗苹果，可能会有愤怒，也会有一种恐惧说：「我必须给出那个苹果、为了感觉良好，感觉是慷慨的。」在这里，主要的恐惧不是一个人的需要是否将被满足，而是渴望去成为「好的」以取悦另一个人。一个人不需要成为那种恐惧的奴役。「我必须给予」是一个激烈的评判、认为自我比另一个人较不值得接收到。那也是一种爱能够转换的恐惧。在此，结果是对恐惧和该要求者说不，留下苹果并吃掉，或者也许去分享它。一个人不用去行动以惩罚另一个人，而是去肯定自我的需要也是要被荣耀的。在这种回应上头没有错误。它是一种不同的慷慨之练习，藉由亲切对待自我来有爱地回应恐惧。要点是，当恐惧不是主人的时候，天生慷慨的心将会知晓如何回应。恐惧是被提供给人类的催化剂，它敦促那个人去学会如何把那个恐惧转化为有爱的亲切或慷慨。

这就是地球层面提供给你们的机会、去显化并向这个世界表达爱。我并不想要在此谈论爱的各个程度，但是，在面对恐惧的时候所显化的爱，那是一种远远更具转化性的爱，它是转化性的、因为它以亲切触及那个恐惧，并且教导了你们没有任何要去恐惧的事情的终极课程。唯有通过和恐惧一起练习，你们才学会，你不必对你的恐惧起反应，而是可以从恒常开放的心联系它。

你们的地球层面的体验会持续不断地给你们提供这样的课程，因为你们带着这个遗忘的罩纱而活着。当然，当你们触及一个更深入的灵性觉知点之际，罩纱会有一些洞被戳破。它会在某些部分成为半透明的，以致于光闪耀通过。它偶尔甚至是相当透明的，但是，只要你们在人类形体中，它就绝不是持续不断地透明的。

你们的恐惧不是一个障碍物。当你们与恐惧待在一起，对恐惧微笑而非被它所统治的时候，它就其自身是智慧。就在那个时候，心发展了，就在那个时候，你们真的开始活在心中，并且从心向外表达、进入宇宙了。

你们是待在肉身中为了一个目的。那个目的不是去拥有非肉身的体验，甚至不是持续性的非肉身之清晰度；而是具备肉身，并带着爱和你此生此世的催化剂一同工作。

在这里，我想要将麦克风转给我挚爱的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。我暂停。

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。让我们再一次感谢你们、在这个圈子中的每一个人，为了这个机会、得以成为你们在道途上的一个声音而致谢。我们发觉你们同伴情谊鼓舞人心。我们对于你们的勇气感到惊奇，因为你们必须在这个未知的罩纱之内去表达。

如我们在昨晚在对 J 实体说的一样，在一条由衷的学习与服务的道途上、有两种显著不同的前进方式，任一个寻求的技巧或方法都是富有成果的。然而，藉由心智与意见来寻求是那种发生在夜晚的阴影世界中的寻求，仅仅只有暗淡的月亮将它神秘的光提供给黑暗。在这种暗淡之中，要去把看到的事情错误地呈现给自我，这是非常容易的。分辨是困难的。在另一条途径上，开放之心的途径上，正午的光被提供给那些能够交托其小小的意志、希望、期待的人；而那些期待固定在定义未来要被发展和显化的事物上。

让我们给予一个实在的、混合这两种方式的例子。我们现在描述被知晓为 Jim 的实体得出结论的方式，结论是他应该加入这个器皿和 Don 实体。Jim 实体在他遇到 Don 与 Carla 实体之前、好些年过着一种简单而隐修的生活。他也是另一个老师的好朋友，这个老师生活在距离他家[位于肯塔基州的乡村] 2 千英里远的地方。

他已经决定，是时候了、去踏上一条服务他人的道途而非保持孤单。他的心智对他说：「我将要前往两千英里外的地方、提供我的服务。」因此，这个实体把他俗世的资源打包在卡车的后面，开了两千英里路程。当他抵达的时候，他发现有好工作可做，但是他的心一直在敲着他觉知的大门说：「这是你的地方吗？」最终，这个实体荣耀了那种敲门并决定在静默冥想中静坐度过那个周末期间。他完成了所有和这个老师的服务有关的事务，接着单独一人隐修了一个长周末。经过所有这些准备之后，他进入冥想，立刻地知道他要再驾驶 2 千英里返回肯塔基州、加入这个器皿和 Don 实体。

Jim 实体当时能够直接开 70 英里、沿着道路到达 L/L 研究机构吗？我们对你们说：不，他不能够。（那时，）他太确信他知道自己的路。他手边有计划了，因此，他必须工作穿越这些概念与意见。那些英里完全没有被浪费。在这条迂回的旅程中没有错误。

现在，你们每一个人都寻求最有效率的服务方式。无论何时、恩典来到你身上，站在那内在的正午太阳之际，然后我们会说，「美妙呀，优美呀」，不过，对于塑造你的命运的灵性原力的充分臣服已经足够完整了，以致于那条明显的捷径能够被采行，这不是经常会发生的情况。最经常会发生的情况是两种混合的结果：尝试去预测、控制能量流的自我，以及那种开放之心的臣服。

我们想望给你们留下印象的是：我们真诚地相信，较长的道路、在表面上迂回的路线，不仅仅作为一个替代物[相对于臣服的烈火纯度]是可接受的，它也提供了有价值的催化剂，这种催化剂使得内在的太阳开始于内在的意识当中显化出来。

就是为了这个表面迂回的旅程、这个注视着天鹅绒皱褶的夜晚，你们穿上了 Aaron 实体已称为的尘世套装。我

们希望你们在心中找到它、以拥抱这条在必死命运的阴影中的道路。我们希望你们可以开始珍惜并享受你们这次穿越混淆之海的游泳，并可以在游泳中找到玩耍与运动，以及内在的潮汐的流动。你们将被这些未知的水流中被四处抛掷，当你们受苦的时候，你们可能经常怀疑自己的寻求的有效性。这恰恰就是你们来到地球体验的情况了。在正午的内在，你们很容易宣告你们的完整性。但是，你们希望进入阴影的世界、就仿佛你们看到正午的太阳一样地行动。信心就是那个把自我扔到完全臣服的半空中的事物了。

与所有的逻辑相悖，在某些周期中会有盲目选择的时刻出现。在那些开端时刻，会有去做对的事情的渴望，人类的本能就是去握住、控制、伸手拿取并拉扯。那些选择去发展这些开端时刻的人的有力行动就是那个勇敢的决定：去释放、臣服，

并且宣告那种一切都好、一切都将是好的确定性；接着，在那个时刻要去做什么、对你将是已知的。

我们会在此刻把发言权交给被知晓为 Aaron 的实体。我们是 Q'uo。

Aaron：我是 Aaron。你们能够明白效率经常就是恐惧的声音？在人类之内会有那种想望停留在控制地位上的想法，不仅仅是对于自己安全的控制，同样也是对于周围的人的安全控制。它想望去为宇宙找出图案(样式)并使它成为可预测的。

在星光(astral)层中，永远都不会有这种感觉：以人类体验这类危险的方式处在不安全中。在星光层上，没有事物需要被命令或被控制，但那种无序拥有它自己的纤细又可爱的秩序，你只能让它流动。

谁想要去处于控制位置呢？经常，你们的理由可能是最高尚的：想要提供一己的能量、以服务所有的众生；想要减轻苦难。但是，我亲爱的朋友们，人生就是混乱，人生是杂乱的。想法和情绪仅仅是在被邀请的时候才会升起，就好像听话小孩子们报告自己、接着后退一步回到队列中一样，想法和情绪是一群吵闹的孩子、不按次序地升高它们的声音。这就是人类的一辈子。

在天堂中要保持你的平静是容易的。你在这里投生是要在不顾催化剂，甚至不顾你对于催化剂的回应的情情况下，学会这种平静。接下来，当你尖叫「噢」(eek)！

接着快跑躲开老鼠的时候，内在将有那个处于中心的、平静的、知晓它是安全的平静。

从非常实际的意义上，在第四密度中、你们将要进入心电感应的能量团体。每一个于你内在升起的想法和情绪都将被团体中的所有同辈接收到。每一个于他们内在升起的想法和情绪都将被你听到，这就是第四密度体验的特性。想法和情绪将不会因为你在第四密度而停止升起。如果这个圈子现在是完全心电感应的，那对你们没有问题吗？有没有某个已经说出的事物或想法是你不会想望和整个团体分享的？你们会看了一眼这房间对面的某个人、想着：「她的头发和衣服今天看起来是破旧的」，或「他为何对我皱眉头？」你们每个人肯定已经在过去的三天期间、拥有我们称之为负面想法或负面情绪的东西。如果每一个人都听到这个东西，那没问题吗，会不会有一种羞耻感？如果你们从你们的邻居那里听到这个东西了，又怎么样呢？伴随着那个听到、会不

会感到不舒服？

你们投生不是为了阻止这些想法和情绪升起，而是为了和它们找到平静，这样当你们进入第四密度的体验之际，你们内在的每一个事物都能够被分享，从外在而来的每一个事物都能够自由地来到你这里。评判不会升起，羞耻和尴尬不会升起，相反地，和那些想法和情绪共有完全的平静，这样你们就能够充分地听到相互彼此了。

现在，你们受限于从自己直接的体验学习。如果你能够完全地跟另一个人有同感，又会怎样呢？那么，你们可否看到，他人的体验同样成为你的学习过程中、非常可行的工具？这就是为什么悲悯在更高的密度中、会被如此深入地学会，还有智慧，因为你们可以直接取得如此大量的体验。

所以，你们在这里、处在这个第三密度的形体中，体验到这种宽广阵列的各种想法和情绪，关于混淆、喜悦、忧伤等等。你的第一个本能，就是想望整理这种狂乱，强迫它站好排队、敬礼、报告，一次一个人，只有那种漂亮的材料。但是你们无法做到。那不是人类体验的本性。人类体验的本性，虽然经常是美丽的，也是脏的、发臭的、混乱的。你们是在这里来学习平静，学习去向着那种混乱开放你的心。混乱不是你们的敌人，混乱是你们的老师。

当你们问：「我如何才能用我想望去传讯的方式、成为一个更清晰的管道？」，Q'uo 谈到的恐惧是想要整理体验，想要成效：「删去那个四百英里(路程)，直接去到肯塔基州。」它没有留出空间给那个伟大的旅程，你沉浸于其中，该旅程净化你、教导你。

渴望秩序和效率并不是坏事。当然，那种渴望中的某部分来自于一个爱的位置、想望去释放不协调并减轻苦难。只有一些渴望以恐惧为基础。你们能够区分吗？如果它以恐惧为基础，你能够带着慈爱观察那个运动而不固着于其上？这个器皿在她的办公室中有一块磁石，它写着：「祝福这团混乱」。你们需要带到生活中的、正是那种态度。

我会分享一个简短的、关于效率的故事。好些年以前，这个器皿(芭芭拉)每周有一天在一个被知晓为 Seva 的服务机构中工作、作为一个志工。她在办公室工作，在那里她的工作是去接收捐赠的订单，这些捐赠如同礼物、以另一个人的名字被献上的，好比去庆祝一个生日。她会寄出一封谢谢你、给那个已经为特定的捐赠付钱的人，并以那个人的名义、向那个捐赠的对象送出一个捐赠的通知。这些是非常有爱的捐赠、支持着许多存有。它们是财务上的捐赠，为自己或他人订购的商品，或者服务的捐赠，好比提供给一个在尼泊尔的盲人一次白内障手术，或者提供给一个在瓜地马拉的女人一只山羊，这只山羊会提供给她某个谋生的途径。

芭芭拉有一天带着一大堆这些要寄出的表格坐下来。她看到她拥有如此多的想法，这样会减缓该过程。她说：「这不是有效率的。我将要做的事情是」，她心里想着，「顺过一遍完整的列表，并将所有捐赠者的地址写在信封上，接下来选择适当的卡片」，卡片上写着：谢谢你的捐赠，把它塞到信封里面。接下来我将要再次浏览全部这一大堆，接着写接受者的信封。我将简单地抽出个别的卡片：以你的名义的一次白内障手术，生日快乐，圣诞快乐，以你的名义的一百美元，带着对你的祝

福……于是，她开始分别这些礼物，创造出一个有效率的回信顺序。她在其上花了一天，在那个下午的尽头，她疲倦了，这样做并没有真的涵盖更多的范围。她出去散个步，问道：「我哪里出错了吗？为什么它并没有加快呢？」

突然间她了解到，心并未临在。她先前的过程是缓慢的，因为她会阅读那些字句并且对于在西雅图的玛莉 (Mary Smith) 感到高兴，因她带着巨大的喜悦而提供这次白内障手术以帮助另一个人，以及玛莉对妈妈有那么多爱，为了荣耀妈妈而用她的名字提供这份礼物。当她写那些卡片的时候，那么，她自己对于这等的慷慨之喜悦、就是该书写的一部分了。她是涉入这整个过程、荣耀该过程。这些卡片被更缓慢地完成，却是带着爱完成的。

我亲爱的朋友们，落入这陷阱：切断你的心、找到一条机械性的途径不必去感觉地球的痛苦；这是如此容易的事，机械作用使你隔绝于混乱、痛苦、失序。你们永远都不会创造出完美的秩序，你不是来这里做那件事的。你是来这里找到平静与爱。

我有时候会被问到：「Aaron，事实上，这种无序是否的确增加苦难呢，那么为什么尝试去使它变得有序是坏的？」尝试去使它变得有序不是坏的，但是使它变得有序的执着，而非无序本身，就会创造苦难。当有执着的时候，动机主要是以恐惧为基础的：「我必须解决这问题」(的动机)是刺激物。当没有执着的时候，就有一种乐意、去用事物本来的方式进入那些事物，感觉到风吹起并推动你和树木，来回摇晃，感觉到河水的潮汐与流动的水流，感觉到生命的整体运动。

当你以这种方式去感觉，和一切万有连接，接下来有爱之心就能带着一种直觉的认识来回应：「如果我在这里提供爱，它将会转变那种水流，这样众生就不会在水流中溺水。如果我在那里提供亲切，它将会使得风的推力变得温和，这样众生就不会被吹倒了。」接下来，那种举动来自于一个具有深刻爱的位置，它信任宇宙的方式，它不需要去和宇宙打一场仗，而是作为宇宙的共同造物者、提供其最深入的爱。当你提供那种有爱的原力，宇宙会把它吸收进入它自己、并以最佳的方式使用，你就不再会说，「这一定要被修好」。你正在说：「这里是爱，它能够在被需要的时候、应用它自己。」

这是你们能够掌握的最伟大技巧。你首先藉由观察来掌握它，藉由看到恐惧如何作为一个巨大的推进器来起作用，你的能量场如何自我防御并想要推回去。当这些推力在这个混乱的领域中一直猛烈地出现的时候，你学会和该能量跳舞了。它推动，你让出一点，观察它，当那种推动停止的时候，你让该能量流回来。不再有任何人会屈服或推挤，只有无条件的玩耍，上主的玩耍。它是一场爱的舞蹈，而非恐惧。这是一种非常能够去掌握的技巧。为了学会它，你首先必须是临在的。你必须观察，在物质世界中，各种物质客体与想法推挤你的方式。你必须观察伴随着那种推挤、以及那个微小自我 (small ego-self) 的不舒服，它想要是安全的，想要它珍惜的他人是安全的。你观察一个想要解决那种推挤或与之战斗的人。

当你在自己的内在观察这些运动的流动时，你将越来越多地看到、你拥有怎样多的选择。爱之心开放了！你将停下来、没有需要去攻击你自己里面的恐惧之声，反而将会对它提供悲悯。这是临在之后的第二阶段：一种对

最深真理的滋养、并且决心去活出那个真理，直到在每个时刻、心智和身体都会情不自禁地反映真理为止。因此，藉由那种升起的恐惧而提供给你的课程将会被掌握，因为恐惧将越来越多地成为一个赞同悲悯的催化劑。你将会在世界中成为一股原力、处于中心并且提供爱。同样重要的是：你将准备好迎接第四密度的经验。

你们每一个人都拥有某种留心或冥想的练习。去使用这段练习的时间是很有帮助的，至少部分地使用，作为一种观察方式，观察你自己与那些生命面向的关系，那些面向推挤你、并且推挤恐惧的反应去反击。你越多地练习这点，它就变得越为容易，你就拥有更多的自由、带着巨大的喜悦与平安、活在这个我们称为第三密度体验的混乱之内了。

我想要将麦克风提供给 Q'uo。当 Q'uo 已经做出了无论什么它想望去做出的陈述之后，我将会开放发言权给你们的问题。我是 Aaron。我暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo，在我们发言之前，我们会建议现在正好是 (棒球) 第七局伸展操的时间。我们将在你们伸展 (身体) 的时候和你们同在。我们是 Q'uo。

(暂停)

我们是 Q'uo，我们在发问时段之前、提供给你们一些最后的想法。知晓你自己为人类，如同无羽毛的两足生物，这可能看起来是一种巨大的限制，一种巨大的不便。但是，不，知晓并相信，月光是富有魅力的、它是欺骗性的，你们的漫游步伐是全然完美的、正如它们需要是的样子。轻松地对待你自己。带着最深远的奉献对待爱。知晓你最大的珍宝、中心的目标、以及你的耐心全都被包裹在每一天的生命之中，虔诚地活出每一天。在天父的世界中，一切事物都具有特色。在你对于每日生活的关照中坚持下去、因为对于有耳去听，有心去理解的人，每一个任务，每一个故事，在你们文化的如山文件中、每一份愚蠢的文件都充满了学习。要知道，当你碰触他人之际，你遇见自己。被你们知晓为耶稣的实体提供了两条人生的规则：(1) 去爱无限造物者，(2) 如同爱自我一样地爱其他自我。在你的旅程上，这些建议即包含了一切你所需的东西。

这个器皿在今早唱到：「去给予、给予，再次给予，因为上主已经给了汝；不要将你自己花费在计算成本上，光荣地献给所有 [现有的、即将出现的] 世界的主。」 [1]

愿你们的忧虑藉由安静而受祝福，愿你们的担忧藉由恩典被触碰。愿你们的心打开。

我们会在此刻开放会议给各种询问，无论是给 Aaron 或我们自己，或两者的问题。请继续发问。

提问者：Q'uo，通往平静的道路似乎什么都是、除了 (平静)，我对此感兴趣。它不是一个过程。在我们收集的指示中，有多少部分只是在使我们更加忙碌、或使我们在轨道上停下来，又有多少部分是通往我们目标的梯子？

Q'uo：我们是 Q'uo。

我的兄弟，所有在表面上错失的步子与差错都是必须的。这个器皿有一个记忆：来自于一个朋友的故事，她的猫，在门口发现女主人的时候，会绕着客厅一圈圈地跑，在她的两腿中间跑，冲进厨房，跳上柜子顶上，绕

着柜子跑，在地上猛冲，跳上冰箱，然后走向她的碗。猫知道只有在她做了这些事情之后，女主人才会提供食物。人类心智会说：「但是，那个女人单单去储藏室取食物就得花那么长的时间了。所有的奔跑都是没有意义的。」我们对你们说，难道猫儿不享受那个运动，享受那个女主人到来和(放好)食物之间的时间吗？

在这一刻与你在这个星球上死去之间的时间、你必定要做一些事情。你们能够选择何时休息、坐着，以及不动地等待着。这会怎样地挫败你进入这个幻象的罩纱之际(所追寻)的渴望呀！你的人生的时光是教学用的。它们给予你锻炼、给予你的情绪机会去精炼。那个过程创造了美丽又清楚的情绪，以及各种各样的正面和负面的情绪之圆润音调与刺耳音调。所以，开始去聆听与欣赏情绪、心智、习惯以及产生冲突部分的舞蹈，这就是此生的工作了，尽管这些事情必定是令人混淆地且表面上是执迷不悟的，因为就是在这些学习步子的火焰之中，完整性的领悟被找到了。所以，去拥抱表面上将目标交换为错误、交换为表面上走错的道路；接着看见，真的，只要注意力坚持下去，你就无法浪费时间。付出时间和天赋的珍宝。付出它、毫不担心它是否看起来值得。三摩地的时刻会将你带入到那海洋的中央，接着永远不再有一刻离开它，那个混淆(之海)。

我们可否进一步回答？

提问者：不了，谢谢你们。

Aaron：我是 Aaron。我会想要对 Q'uo 刚刚已经提供的内容补充一个实例，它是从这个器皿的体验中被取出的。

有一次，她在森林里，在一座可爱的森林公园里散步。自从她上次的造访之后，小径已经被改变了。她从先前的散步知道，有一条通往海滩的捷径。她沿着一条似乎是前往正确方向的途径上行走，但是它变得越来越窄。接下来，在前方，她看到被泥土覆盖起来的林中空地，一小块泥地，不比这个房间大。

在远方、她看到一条小径的延续。她踏入那块泥地，沉入泥淖中，实际上沉到了她的腋窝上面了。她镇定地把手臂尽可能远地伸出去。她是相当孤单的。她的双脚没有接触到底部，所以，没有任何坚实的东西可以去使力。缓慢地，她抓住在所及范围内的枝条与树叶，接着为她身体建造了某种类型的垫子。缓慢地、她一寸寸地离开那个泥淖，肯定不是毫无恐惧的。她爬出来、到达另一边，她实际上从头到脚都被黑色的泥浆覆盖了。

她决定自己需要返回主要路径、停止寻找捷径，所以，她绕着这一小块泥地找到了一条道路。她用一个棍子测试、看到那块泥地不是孤立的，而是一连串的泥淖，它们将更加靠近海滩的土地、和她最初已经走过的土地隔离开了。

在她走的那条小径边上的矮树丛是非常浓密的。想到那条小径最终会将她带到一个跨越这一串沼泽的通道，她走了也许有两个小时。她发现她在绕圈子，并返回原地，她说：「但是，我刚刚就在这里。不是吗，或者它仅仅是一个类似的地方？」她开始留下一个小小的标记，接着证明她是在绕圈子。

一开始，当她观察到绕圈子的时候，她愤怒地想着：「我正在浪费我的时间」。她并不担心陷入严重的麻烦

之中。她知道自己能够穿过茂密的荆棘到达海滩，单纯地带着一些刮伤的皮肤出来。她知道、如果自己没有在夜幕落下之前返回，人们会出发寻找她。在隔日早晨、她会被找到，但是，今晚会是冷清的，而所有她穿着的衣服就是一件浴衣。

在她第三次通过不同的路线来到相同的树之际，所有这些阴暗而惨淡的想法都经过她的头脑，她说：「我仍旧在绕圈子」。仅仅在她转了四次之后，她终于拥有智慧来单纯地坐下来。她走了一会儿，直到她来到一小块阳光中，在那儿有一块林间空地。她坐在阳光中，阳光温暖她了一点点，她开始冥想。

当她睁开双睛，最后在地面的层次上，她在面前看到一条鹿出没的小路。她以前只在旧有的人类小径上行走。清晰地，如果任何人知道如何穿越这里，那就是鹿了。所以，她再次前进，但这一次爬行着，跟着那条鹿的小径，这小径带着她通过一条非常窄小的、稳固的地面山脊，穿过了那个沼泽带、返回到主要路径。她认出了那条路本身。返回的路只有十五或二十分钟。

那些一开始的几个小时是浪费的吗？直到她已经探索过各个人类路径之前，她都无法准备好去爬行、接着通过鹿的小径找到她的路。我发现这是一个完美的隐喻。也许，随着你们变得更加睿智、更有经验的时候，你们就不再对于恐惧的声音如此强烈地反应了，接着开始听到稍早的爱之声。也许，接下来你只要去走一次不必须的(路)、在智慧进来之前说：「安顿下来并聆听」。成为人类的一部分不仅仅是学会如何聆听，在恐惧将会使你开始走一段时间的「无意义」圈子的时候，还要学会如何穿过恐惧的声音来聆听。

当 Q'uo 刚刚在讲话的时候，这个器皿对我说：「问题是我浪费了如此多时间走这些无意义的圈子。我似乎学得如此缓慢。」但是，我亲爱的朋友，你们在学习的时候学习。无论在你最终学会前要花费多少次数，就将会花费这么多。一旦你已经学会了，就是学会了。然后，在小径上的下一个分界点就出现了。

再次地，你们在练习同样的事情，当恐惧没有叫喊的时候，去听见爱是很容易的。当恐惧在叫喊的时候，你必须让自己足够安静、好听到在恐惧的叫喊之外的爱之低语。如 Q'uo 刚刚说过的，没有时间是已经浪费的。你正在学会更好地听见。

我们可否谈论你们的进一步的询问？我暂停。

提问者：Aaron 刚刚说过，我们一次又一次进入相同的课程，这是爱的课程吗？而老师总是恐惧吗？一个问题：老师总是恐惧吗？

Aaron：我是 Aaron。恐惧是一个爱的扭曲，除此之外什么都不是。请不要把老师想成恐惧。把恐惧想成爱的众多伪装的其中之一。我暂停。

提问者：Aaron 经常说，无论我们选择做什么事情，都是我们自己的自由意志，但是，我们将学会做出更有技巧的决定。Q'uo 说过，没有浪费时间的方法。我们从自己的错误中学习。我有一个信念，我们可以请求来自上主或圣灵的指引、

关于在任何时刻、哪一条道路是最清晰的或是最有技巧的途径。Aaron 或 Q'uo 能够谈谈那一点吗？那样是否



正确？

Aaron：我是 Aaron。Q'uo 和我自己都想望讲述这个问题。我将会先发言。

去浪费时间是不可能的，我和 Q'uo 是一致且完全赞同的。它不是浪费掉的时间。你们正在学习，不过，当你由于恐惧的力量而不去留心的时候，你的学习会花费更长时间。不要把它视为浪费掉的时间。它就是你们需要的时间。是的，你们的学习能够是较不痛苦的、和爱的道路更加协调一致。藉由那种在心智中的热望，是的，你们肯定可以请求帮助。

你的请求是一个自由意志的陈述，一个准备好去接受的声明。在我刚刚讲过的故事中，芭芭拉在她终于准备好坐下来：「我需要帮助」之前；她在发疯地绕圈子。恐惧在指引它，她花了一个半小时的时间好让她的恐惧足够安静、单纯地了解，必定有一条更好的路，坐下来冥想并问圣灵：「我如何才能离开这里？道路在哪里？」时间完全没有被浪费，因为下一次、当她进入一个在类似象征的情况，她会记起这个情况的课程、并且更快地请求。

在最初、什么东西在驱动她呢？一开始，在那个泥潭中，曾有过真实的惊恐。她尖叫着请求帮助。没有任何人在周围，她了解到、她真的可能在那个泥巴洞里死去，泥巴会超过了她的头顶，她必须把自己拉出来。当她最终把自己拉出来，接下来，她允许自己让路给她感觉到的恐惧，她先前将那种恐惧推到一边、以便于找到出去的路。

如果一个人发现自己处于一个类似的情况中，不管是实际如此，或是类比的情况，记得一个人如何已经学会将慈爱带入，如何请求帮助，接下来，一个人就将会越来越多地走一条和谐的、更清晰的道路了。你的主要问题在这里是：「我如何才能成为一个更清晰的管道呢？」为了那种清晰度、你所需要的每一个事物都在你里面。每一个阻碍那种清晰度的事物也在你里面。

清晰度只是一个目标。学习、成长、拓展爱的道途都是被整合到完全织锦之中的同等目标。对于清晰度紧握不放就是去否认其他的目标。我不愿意使用目标的词语。我认为一个更好的词语是果实，清晰度仅仅是一个果实。对清晰度紧握不放，就是去背对其他果实。那么，无论代价是什么，都要取得那种清晰度吗？

你已经说过你的信念是：我们可以请求上主或圣灵、在关于最有技巧的途径方面、给予清晰度。是的，你们当然可以，但它是通往什么目的地的最有技巧的途径？在避免痛苦和混淆的渴望中，你们希望清晰度来取得舒适吗？你们想望去切断一些回路、因为你们已经感到筋疲力尽？你们想望切断它们来给他人留下印象或去感觉好像是一个「好」人吗？你们想望切断它们、甚至因为它们在对他人的影响的方面、看起来是无技巧的吗？也许那些附加的回路恰恰就是被需要的事物了，在 Jim 的向西旅程的案例中，在他知晓自己必须真正前往的地方之前，或这个器皿在森林中绕圈子之前（他们知道答案吗？）这途径是一个寻宝游戏，线索无处不在。

去请求就是去承认你的混淆。它是陈述你的最高目标，哪一个会强化爱与和谐呢？但是，请求的主要动机是什么呢？仍旧会有去控制或修整的渴望吗？如果请求来自于一个仅仅寻求避免痛苦的位置，这样的请求无法结出

果实。去请求不是请求关于道途本身的清晰度，而是去寻求平静、即是带有困惑的不舒服。你向着那种不舒服开放你的心。当这颗心停留在临在状态，接下来，如你刚刚建议过的一样，你开放心并且祈祷指引。这不是说，时间本来会被浪费在其他方面。它单纯地说，你现在准备好了、通过你的祈祷表达那种准备状态。这样，你请求的答案就会变得更加可以为你所取得了。你看到它是如何运作的吗？我暂停。

提问者：那儿有一个恐惧的面向……具体地说，J 和我可能在底特律的一个医疗救济所工作。我们已经和那里的职员有过一场谈话。这机会通过我的一个朋友出现。在一次谈话之后，我们安排了另一次谈话的时间。我知道不是必须要做这个工作。它已经以一种方式出现在我们面前。讨论的内容的一部分是：教导一个由职员组成的班级、关于如何冥想，如何和他们的筋疲力尽一同工作。我们仍旧在检查将会教导的内容，什么事情是被需要的。没有事情是固定的。我看到恐惧于我里面升起，它说：「我无法教导那种班级」，我知道很多事情是能够帮助那些人的。我的问题是：我察觉到在我们的服务中会有很多位置会被欣赏、被需要。我已经祈祷关于这点的指引。当我听到 Q'uo 说，没有去浪费时间的方法……。

我不是被恐惧驱动的。我的动机是：「什么是最睿智的途径呢？这是在此时要去跟随的途径吗？」关于睿智地做出这个选择，而非主要出自恐惧，有来自 Q'uo 的评论吗？

Aaron：我是 Aaron。C 的恐惧暗示，有一个特定的目标，就是在服务中奉献自我，好让他人可以从那种服务中受益。恐惧建议任何对于那个目标是岔道的事物都是一种时间与能量的浪费。通过服务提供自我，并让其他人学习，同时让他们的一些苦难藉由那条路线而被减轻，这是一个成果。你学习关于自我内在的恐惧，这是另一个成果。如果服务第一次被尝试了，它无法满足你在最后给予的方面会渴望的事物，如果你因此学会，你仍旧需要练习，如果你因此学会去放松并允许你伟大的智慧从你身上向外流出，就没有任何事物曾是失落的。这样的学习（过程）就是一个伟大的成果。

你能不能看到、你是如何紧握住你相信必须发生的事情，同时寻找一个特定的结果？你不是在成为宇宙的一个共同造物者，你在尝试去指挥全体。反过来，你可以提供你的意愿，即你和所有的存有都可以藉由这个情况尽可能地大大受益。你必须承认、同样有成为「好仆人」的动机，以及对于你将会无法达成要求的恐惧，即使（只是）动机，如果这样的动机存在的话，去成为他人的帮助者或赢得赞许。注意到所有的动机，爱是主要的，你可以带着一种交托控制的态度进入到那个情况，毫不期待某个特别的事情将要发生在你或任何人身上。你带着有爱与真诚的心、拿取这些多重动机、把全部的困惑献给上主，同时再次肯定主要的动机。接下来，无论发生什么事情都可以看待为学习（过程）。我暂停。

提问者：我有相同的问题。有没有指引？我看见的是，跟着指引一起前进是没问题的（OK）。我正在问的是：在做出这样的选择的过程中，有没有智慧与指引在周围？没有恐惧，只有爱。那情况是可得吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们和这个器皿在一起，我的姐妹，我们相信掌握了妳的询问。

肯定地，指引在你周围，并且所有时间都在全体周围。灵性世界极大地渴望去支持并增强每一片无限太一的挚爱火花。请求指引确实是一个有技巧、有爱的事情。这个器皿有一个短小的短语，持续不断地在她自己的内在使用：「主，向我展现祢的道路。」她每天祈祷：「主，在我们今天做的一切事情中，帮助我们服务祢。」[2]这种对于指引的热情拥抱永远不会失败。然而，有时候，来自指引的回答是沉默、缺少进一步的信息。有时候，答案甚至是「不」。

一个充满热情地拥抱平静的人在每时每刻都是被支持的，这是你们已经见证很多次的情况。然而，当指引是否定或就是静默的时候，接下来，就是那个人必须在没有被支持的感觉的情况下、前进的时候了。支持是在那里的，但是，在那个关键位置，该指引与支持藉由它的静默开放一个在混淆中移动的机会。一个人可以数月或数年地移动，感知其命运并和该命运的迸发产物合作。无可避免地，对于一些实体，会有沙漠体验，在其中，空气可能充满了黑夜，心是盲目的，恐惧与疑虑结合在一起。在那个时候，当寻求者感觉到极其孤单的时候，当指引似乎不见了的时候，爱的行动就是单纯地在信心中坚持不懈，忆起凭借指引而活的光景。

在灵性似乎是静默的时候，我们建议持续的留心，在每时每刻的体验中，关注各种主观的巧合与同时性，因为所有的受造物都是活的，都是和你、你的希望、渴望连接在一起。

在你的询问背后有大量的时间与技巧。我们感觉到、你察觉到指引到了这样一个地步，以致于否认没有任何指引的可能性，或者否认(有时)依赖于灵性的支持网络是不明智的。肯定地，总是向着可得帮助开放。但是，当那些周期的剧变来临，突然间你发现自己变得四分五裂(riven)，接下来，这就是你的机会了，单单凭借信心而行走的机会，不因为或大或小的缺陷以及灾祸而被困扰。

人类的体验似乎是关于把事情做好。但是你不是来这里做事的。你主要是在这里发展一种态度，一种尽可能地接近爱的原初振动，容我们说，存有(生命)的核心振动。当你穿越混淆生活着，最大化[你的振动与爱本身之间的]相近性的方式就是交托任何对于支持网络的执着，允许它似乎失败了、而不会变得不安。你接下来就有机会去表达一种闪亮的信心，它说：「哎呀，我什么都不知道，我没有任何线索，但是，一切是好的，一切将是好的。拥抱那种健康、它要求我是完整的，我在那个时刻没有线索，但是我仍旧知道：我恰恰就在我所是的位置，这是好的。」

观察那种偶尔会发生的混乱、并且在破烂中舞蹈，在清扫工作中舞蹈，在所有的事上头中喜悦—那就是信心。

我们可以进一步回答妳吗，我的姐妹？

提问者：感谢你们。不了。

Q'uo：有没有一个给 Aaron 或我们的最后询问？

提问者：我的观察是，当我们体验到这种平静的时候，我们能够不顾混乱而拥有喜悦。与我们一同工作的指引会提供给我们一条捷径，它们的礼物一部分就是安静的，好让我们在一个深入的层次上学会耐心与爱。我真的没有问题了，仅仅是在过去几天中、我对于已经被分

享的事物的观察。

Q'uo：我的兄弟，我们无法说得更好了。

提问者：感谢你们、为了你们的礼物。

Q'uo：我们真的感谢你们。我们祝福每一位。享受你们的舞蹈，我的弟兄姐妹们，要知道、没有忧伤是被浪费的，没有喜悦不被听见。我们是你们知晓的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和你们。Adonai。

Aaron：我是 Aaron。我也要感谢你们、为了你们的寻求带给所有众生的伟大礼物，以及你们的真诚与有爱之心的礼物。

当在你们的人生中有困惑的时候，你们能够记得去带着爱、向那种困惑致意吗？被 C 实体说起关于这个即将到来的工作：「我没有任何线索。」对于你们大多数人、在人生中的大多数时候、那是一个高度准确的陈述。当你们正在忙于做你认为你正在做的事情的时候，你经常对于你真正在做什么事情是没主意的。除了微笑、信任、踏出下一步，你们还能做什么啊？当你们这么做的时候，你们将在那儿找到爱，我向你们保证。把我的祝福与爱给你们每一位。我是 Aaron。那就是全部。

原注

[1] Geoffrey A. Studdert-Kennedy(1883-1929)作词，旋律，早晨之歌，被认为是 Elkanah Kelsay Dare (1782-1826) 所著。

[2] 注释出处未定。

编注：亚伦与 Q'uo 对话系列至此全部结束；感谢两位协力译者的长期工作，同时感谢所有读者的支持！Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by cT.

---

## 第 27-13 集：做世界的光

---

Copyright 2004 L/L Research

传讯座谈会：路易维耳市大学- Belknap 校区

2004 年八月 22 日

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意；在祂的能量中、我们来临，在祂的服务中、我们存在。能被这个寻求圈呼唤，是我们的殊荣，我们感谢这里的每一位实体，从非常忙碌充满压力的生活中拿出一点时间，好停下来只为了请求真理，请求那些你们希望在面对当下此刻时、将成为资源和财富的东西。从很多方面来说、这个当下此刻真的是引人入胜又具有挑战性，我们十分高兴和你们在一起。

为了让我们能够自由地发言，我们会在「生命的喜悦」

[1] 实体上加上我们的声音；要求你们每一位小心地使用你的分辨力，不要假定我们或任何其他实体是权威，因为我们不是。在你自己的学习曲线和灵性演化方面，你才是权威。你的真理全权属于你，它与任何别人的真理都不一样；即使对你来说，在不同的年份，有时在不同的时刻，你的真理都不相同。始终带着新的耳朵来听，检查你是否对听到的东西感到有共鸣。如果有共鸣就接受它，和它一起工作，使它变成你自己的；对你现在有帮助的个人真理、就在共鸣的回音中。如果没有共

鸣，那就放下它、扔掉它、毫不犹豫地走开，因为它不是你的真理；它可能对某个其他人有用，但是对你没有回响，所以随它去吧。这样的话，我们就能够自由发言而不用担心可能会删减你的自由意志、由于试图假装我们能够代替你学习。我们只是和你们同行的实体。

在我们回答询问之前，我们会简单地向你们每一位建议，你们是这个世界的**光**。光照从好几个光源进入这个房间，那我们就用这些影像来谈论你们如何是**光**。如果你凝视这个器皿的背后，那儿有一棵作为装饰物的树，树上挂有一些圣诞彩灯。这是一个漂亮的、在美学上令人愉快的装饰物。但更重要的是，它是一幅地球及其人群的美丽图像。你们每人都是一个发光的能量来源，当你们接通(plug in)时，你们是怎样地闪亮呀！你们彼此以看不见的方式相互连接。从肉眼来看，每个实体都是分开的：在身体和衣服接触空气的地方，在双脚接触地面的地方，每个实体都有边界；在物质幻象中，每个人都明显是分开的。但你有这次投生中常见的家庭，不光是核心家庭或者物质性的家庭，还有灵性的家庭，那些实体组成的团体比你猜想的更大，其中的实体选择进入投生，来和他们遇到的、觉得有亲族关系或密切关系的人们一同工作，还有更多原因。

在无形的层面上，你们每个人的这些延伸家庭常常有，容我们说，共享的亲戚，你们以很多看不到但只能感觉的方式互相连结在一起。因此要知道，当你凝视那些人的眼睛，你尚未触及**其能量**、尚未和他们交换能量；不过，你凝视的不是陌生人的眼睛，因为虽然肉体貌似分离，但在表面下的层次，你和那些家族有很强健、很强大的连结，你就是从那些家族来的，你也会返回那儿去。

你们来到这里是为了成为一道**光**、以照亮行星地球。让我们再来看看这棵树的圣诞彩灯，这个你们所有投生中的人在这里「持有能量」或「维持空间」[2]的图像。你与谁连接在一起呢？

环顾你周围的天花板，你会看到似乎从天而降的**星座之光**。这些星座可以代表整合的各种来源。当物理幻象变得越来越复杂的时候，说也奇怪，安慰与接地气会来自可感知的灵感来源。一种光可能是森林中的一次散步；另一种光可能是一些鼓舞人心的著作，就在这个房间里、有一些精彩的书籍，它们可能恰恰就是你此刻需要的[3]。摸摸那些书本，摸摸那些材料，看看其中是否有适合你的能量；当你的确感知到一个能源时，记住去用它。打开那本书，散散步，将自己置放于和当下一刻的约会中。因为你是一个强有力的魔法存有。你内在的光就是那个无限的能量。你接通的是什么呢？你接通的是怎样的无限源头呢？

现在，看看窗外，看看阳光，它把倾泻无比挥霍的能量、无限地进入你们的(地球)层面，远远超出任何实体可能使用的量。造物者的慷慨令人难以置信。意识没有尽头，爱没有尽头，你接通的事物也没有尽头。你就像葡萄藤，你就像是点燃的灯。葡萄藤向下汇入葡萄树中。耶稣大师说过：「我是真葡萄树，你们是葡萄藤。」[4]再次地，他说：「你们是这世界的**光**。」[5]所以，不要把你的光藏在斗底下，不要把它关在你的房屋里、关在你的存有之内、关在你的练习之内，而要允许你在内心接通的能量、更自由地流经开放之心、流入你周围的世界。

所有的事物都是一体的。你不只是一个人格外壳、一种

特定可辨识的存有、过着特定的生活。如被知晓为**天父(Father\*)**的实体所说，你是「**神性的一片火花**」，造物者眼中的一片火花。你已经来到这里、给了自己不小的麻烦，你进入一个似乎相当暗黑的氛围。不要被愚弄，不要感觉沮丧；很多人谈到的「**扬升(ascension)**」并非正在来临，而是已经在这里。第四密度的能量活着，尽它所能的，活在第三密度地球的角落、缝隙、裂缝之中。这是一种压倒性的能量；与一年前相比，它现在的运动远远更加能量充沛。我们确实可以说，(现在，)你想生活在哪一个密度中、由你选择。

(\*编注：请参考原注[2])

这是一件微妙的事情：将观点从第三密度的共识性实相改变为第四密度的可感知实相；从凭借恐惧活着切换为凭借爱活着；从防卫与守卫的观点转变为看待一己为一个水晶存有、能够接收太一无限造物者的爱与光，祝福它，让它无扭曲地从开放之心向前进。当你能够表达无条件爱之际，爱为你的光提供燃料，那就是你的光源；你就成为这个世界的**光**。

容我问，M实体在此时是否有给我们的询问呢？[6]

M：是，Q'uo，有的：「就个人与灵性两方面讲，我下一步该怎么走呢？」

我们是Q'uo，觉察了你的询问。当下此刻是完美的。不过，它就如同处在成长过程中的一粒种子。当一个人考虑下一步的时候，无论就个人还是灵性而言，问题都变成：「此刻、爱在哪里？」

藉由你已经完成的工作、承受过的苦难、学会的课程，你在过去播下了种子；你已经对那些种子施肥、浇水、培养，它们在当下此刻绽放；但它们不是该过程的尽头——它们是灵敏深刻的图像，在为你插上翅膀、看见你通向下一步的路之后，就会消失。当你问：「爱在哪里」的时候，你可以开始看入这些关系，你带入这一刻的各种关系、以及你正在思量哪些议题。

你请求了怎样的帮助呢？如果是请求服务，那总会有下一步。围绕着这个议题或关系周围的、是什么能量呢？你之所是的实体和你的天赋，在哪里会有用、如何才能变得有帮助呢？还有，不要忘记你自己，因为如果你使自己过度工作，耗尽你的灵性、情绪、心智的能量，更不用说你肉体的能量，你究竟要如何服务呢？

因此，问你自己这问题是好的：「我需要什么东西来面对此刻呢？」也许一件非常小的事情，就能让你从一种过度劳累、过度充能、精疲力尽、紧张，甚至沮丧的感觉，转变为兴高采烈、好的能量。它可能是一杯茶，可能是任何你感觉到的事情、使你了解到：「你知道的，我一直都在考虑所有其他人，但是，我真的需要小睡一会儿，吃一口东西，或散个步。」

当你注视着下一步该怎么走的时候，聚焦于你的感觉、态度、还有你如何感知这个当下此刻。你如何看待这个系统，也就是你的能量场？你处于健康状态吗？为了去服务，你需要是健康的。如果这答案是否定的，停下来、请求平衡。如果你被搞糊涂了，停下来，坐在静默中，让宇宙倾泻而入：它可能是一只鸟的叫声，可能是精灵以一种你能够听到的声音、直接对你说话。也可能是两者之间的任何事情；它可能是一个向你跳出来的街道标志、和你正在产生的想法有同步性。

(圣)灵会以很多很多种方式跟那些倾听的人连结，所以，倾听、倾听你自己；首先要确认器皿(乐器)的状况良好，因为你们都是器皿。

M: 「什么是我的前进式运动？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。前进性质的问题很有趣。第三密度共识实相的思考方式总是绘制了一个箭头：首先这个，然后那个，接下来这个；沿着直线走的顺序。然而，就灵性而言，有一个圆圈，也许更准确地说，一个球体，所有的运动都是前进的。不要把自己想成这个笨拙的类人猿，一步、一步缓缓走着；而是把自己想成你之所是的能量体，因为你有翅膀、你在飞翔。这个能量体或能量环面(torus)，那是你基本的形而上本性或本体，可以朝任何方向滚动，从一个层次移到另一个层次，从一个密度移到另一个密度，选取它需要的信息与资源。这种移动(过程)的大部分、肯定不是有意识完成的。

因此，许多向前的移动其实是使你摆脱对于前进运动是什么的先入为主观念，然后，对你周围的资源开放：你的梦境工作、你的同步性、你的阅读，以及当你和太一无限造物者、你的指引同在至圣所时，你从对话与静默中挑选出来的事物。频繁地接触你的指引并倾听，这是如此地重要。如果你可以的话，当你获得一个印象，认真地对待它、写下它、回头去注视它，看看你是否遵从了自己的指引；如果没有，带着更多的能量与热切来冲击它，因为你们是相连的，你的内心的确知道下一个前进步伐该怎么走。但是你不会充分地知晓，除非你允许那个存有圆满与自由、让它出现；该存有即你之真实所是：一个永恒的公民。

M: 「我的财务状况会解决吗？」

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题。供给的议题很棘手；当然，这个器皿多次体验过、纳闷于到底要如何支付帐单，供给到底如何显化自身，不过，对于这个器皿，的确，供给总是有的。有时候供给极其紧张，但是，不知怎的，运货马车总是以某种方式按时抵达。我们会建议：观想这种完美状态会促进丰富的供给。我们并不建议在你造物者祈祷中、包含一张你所需的各种事物的清单。当你想起耶稣大师教导他的弟子的那个祷词，它只为今日(所需)请求。聚焦在这一天所需的東西，不带着骄傲、也不带着羞耻，接着请求：「在今天所有的事物中，愿我得到我所需的供给和能量，好让我得以服务。」然后放下那个肯定语，知晓在这一天、你将被供给你真正需要的东西。

我们为了无法更具体地回答而抱歉，但我们发觉，为了保持这个器皿所请求的、她会称为的最高与最佳的调音，我们需要停留在灵性原则的层面上。

M: 「这是一个特别的团体吗？你们可否告诉我们、是什么东西使我们今天聚集在一起？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。确实，我们在某种程度上谈论过这个主题，一个对我们由衷珍爱的主题。你们今天到这里来、因为你们是一家人。你们没有通过一种有意识的方式选择彼此，你和这里的很多人之间，没有那种关于家庭或过去的友谊等等常见的纠葛；但是你们大家共享一个至圣所，也就是那个由此刻寻求真理、寻求服务的人们所维持的空间或能量。你们今天聚集到

一起，有着显意识层面上的理由，但也有潜意识层面上的推动。因此我们鼓励你们将这个事件、这次聚会看成一次家庭团聚，跟那些以前也许从未谋面的家人重聚；不过，你们都被圣灵呼唤前来、为光与爱做见证。你们每个人都工作过、玩过、受过苦、欢笑过，并且完成收集人生体验的生活。你们已经开始在自己周围聚集一种灵性的重力、一个份量、一个容纳光的存在密度。你看，当实体们开始觉醒于他们的灵性本性时，他们完全有能力掌握这些观念，因为这些关于灵性演化的观念非常简单，它们常常被称为寰宇的智慧或永恒的智慧。今天，我们必定要说的东西，其实也是每个讲者要说的，都曾被说过，而且将再次被说出；然而，由于灵的特性，它必须在当下此刻说出、作为一个能够点燃的火花或能感染的细菌。

也许，我们要对你们说的事情就是：你们每个人都是无条件爱的携带者。当一个人被圣灵照亮、唤醒、充能的时候，无条件之爱就从他身上流过；最初不能持续很长时间：调音会减弱、能量会耗尽，而他必须休息。你在这里是为了深化自己的灵性密度，当你承担起自己的人格锻炼之际、找到那些对你管用的资源；接着开始学习如何坚持不懈地在耐心、良好幽默感、平安、悲怜之中，来对待自己：这个笨蛋与一等一的错误制造者。我们全体，你们全体，天父造物中的每一颗微粒都会犯错；如果我们没有扭曲，我们将在创造性原则的全体性中歇息，不用工作自己的路好返回源头。你处在阿尔法(alpha)和欧米加(omega)之间，你在这里学习如何加速你的演化步伐。你今天遇到的每个实体都是你的老师，你看入的每一只眼睛都是造物者的眼睛。你活在一个镜子的大厅中，这些镜子是美妙清晰的。来吧，在这里遇见你。

容我们问、此时是否有另一个询问？

M: 「圣骑士(Paladin)是一次真实的能量遭遇吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。由于你在此刻具有的确程度，我们愿确认、这是一股在此刻对你有帮助的能量。

我们感谢你们每一位，接着在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1]「生命的喜悦」(Joy of Life)是一个内层空间里的实体。在 Carla 和 Q'uo 群体开始这次的通灵之前，在先前一场通灵中、该实体透过 Sylvia Willett 发言。

[2] 在 Sylvia Willett 之前的一次通灵会中，她的通讯来源「天父」(Father)传导了这些措辞。

[3] 所有的通灵者都带来了他们的资料，供听众查看。

[4] 圣经，约翰福音第 15 章：「我是真葡萄树，我父是栽培的人……你们要常在我里面，我也常在你们里面。」

[5] 圣经，马太福音第 5 章：「你们是世上的光……你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。」

[6] M 是主持人，她有很多听众提前填好的问题卡片。

## 第 27-14 集：灵性途径

Copyright 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年九月 19 日

(Carla 传讯)

团体问题：今天，Q'uo，我们的问题是关于我们如何能够确定，或许甚至是定义，每天日常活动中的灵性途径。当我们每天沉浸于所有的作为当中，很容易在细节与浮浮沉沉中迷失。你们有没有甚么小窍门或简略的方式，来提醒我们自己是谁以及我们的作为？我们怎样才能找到穿过这个迷宫的路，怎样才能从灵性上来了解这一切呢？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种极大的荣幸，我们感谢你们每一位在此刻拿出时间和能量来寻求真理。当你们在静默与灵之合一中共处至圣所时，你们美丽的灵魂在作一场绚丽奇妙的色彩表演：你们的能量互相综合、一同旋转、形成一个如实的光之至圣所，这充分地鼓舞我们。你们的心与魂至为美丽地表达这锻造熔炉的挑战，以及在锻造过程中产生的极度绮丽的微妙色彩；该过程是催化剂与经验的熔炉中的各种锻造性影响的相互作用。

当你们在这类团体中聚集到一起时，你们创造了一个独特的东西，一个光点，它不是任何物质意义上的光点，但在无形的层面中，或在这个器皿所称的内层空间中，它是一个欢庆的事件与盛会。你们作为一个团体选择聚到一起，如同时间/空间中的位置、光的灯标，从整体上增强你们地球能量中那些无形层面的光。感谢你们，为了这种寻求的表达与美丽。它大大地鼓舞着我们。

一如既往，我们会请你们每一位在小心地聆听我们分享的那些想法，了解到我们会犯很多错误。请留下那些你们发现有用的想法，抛弃其它的。这将让我们自由地分享我们的想法，而不用担心你们可能会把我们看成权威人物，试图去跟随那些根本不属于自己的想法。如果某些想法和你们没有共鸣，就毫不犹豫地将其放在一边。我们感谢你们在这方面的考虑。

你们今天问到，当你每天醒来，张开双眼面对那个包含即将展开事件的万花筒时，该如何迂回穿越那些细节之瘴气和众多性之混乱表象。当你从床上起来的时候，也许无法想象今天会发生的事情。如果你对当天你要经历什么完全有把握，你肯定会感到吃惊，因为每天都有其独特性，想完全顺应每日计划的任何希望，经常会在上午十点之前就不见了。你们的物质世界中发生的事情太多，实体们彼此之间用多种方式和媒介进行交流的能力，创造出一种不断让人吃惊的氛围，因为在任何时刻，实体们都可能打电话、以互联网(internet)写电子邮件、寄发书面信件，这样你就会不断接收到一个新的电话留言、电子邮件、或邮局信件，都会改变当天的细节：不是添加细节、列出一份新的该做事情之清单，就是把需要做的事情重新安排先后次序。这个圈子之内的

任何人，在起床面对一天、走过一天的过程中，绝少能够使当天处处都如预期般进行，而不会创造出(自我)锻炼的需求或混合的改变。

的确，在这个团体和你们的社会中，已经有很多人注意到，改变的速率似乎正在加快，因此，时间本身也有一种似乎在加速的幻觉。在冲刷每个人的混乱与细节的滔天巨浪中，有一种被席卷冲走的感觉。身临其境，一个人很容易失去平衡，而屈服于这样一种心智状态：只去求生存、做清单的下一件事、每天在令人困惑的所有细节中，及时在睡前不会失去自己危险而脆弱的位置。

你们请求知道：在所有这些细节中，怎样想办法确定并定义这途径。我们会很快地陈述，有一条适合你们每个人的途径。我们想建议的，不是一条受管制的、森严而狭窄、笔直的、没有偏差的路。不过，有一条途径.....我们想在这个器皿的字典中找到一个为这条途径命名的适当用语，但遇到了困难。如果我们称之为正确的途径，那就暗示有错误的途径；如果我们称之为有共鸣的路，那立刻就将实体放在了非常主观的位置。就让我们来工作这一个途径的概念吧。

老子实体创造了一套哲学，称为「道」(Tao)或者「路」(Way)，该字汇的一般意义就是途径(Path)。

这条一般的思考路线假定，人的生命本身就是一条途径；这条途径、这次的人生、这次投生，不可避免地会多次上坡下坡，辗转过弯；没有宽阔笔直又轻松的投生。投生中的实体们经常希望，他们的路笔直轻松又明确；不过，投生的精要需求条件就是奥秘。在投生前，在拟定即将到来的投生中的各种面向时，实体自己和他咨询的指引把这种奥秘打造在该实体的途径之中。你们每个人都仔细选择了让你为难、让你迷惑的人际关系，以便指明并带来你希望学习的此生课程；这样做不是因为你希望打败自己或使自己感到困惑，而是因为你希望藉由此生中作出的决定来挪移自己的能量平衡。

在投生之前，你能够拥有一个良好的(人生)概观：关于即将到来的投生、以及作为灵魂实体的你自己。你注视?那个你之所是的实体自问：你想去哪儿呢？在你看见的、这次非常短暂的人生中，你想从头到尾去走的是怎样的途径呢？或许，

你(当时)觉得你爱过多、而需要学习智慧；你也许觉得你智慧过多，而需要将智慧与爱之间的平衡更多地带回那个真实的中心：让爱被智慧所告知，智慧也被爱所告知。每个实体的途径都是独特的，我们不能为你确定那条途径的基本方向。然而，每个实体共有的是：当它接近那个从第三密度毕业到第四密度的大考场时，它在追寻一种已改善的、更平衡的极性。每个实体都希望这辈子就是在第三密度之内的最后一次。结果是，要理解该途径的奥秘如何为你揭示它自己，极性的概念是全然重要的。

在执行第三密度的工作当中，你正在尝试改善服务他人的极性，你始终面对着阻力、面对一种潜在的差距工作着。站在你展望为(你)所渴望的理想或平衡点之上，你正在推挤着一种阻力、把它推到必要的改变以增加极性。结果是，在一个出人意料而又爱冒险的人生中，必然有着隐藏的拐角、看不见的隘道[1]、种种的起伏，为了使你之所是的那个更深刻的实体，不断被轻推着，去发现藏在轻松、温和、甜蜜的表面情绪底下、更深的



目标与渴望。我的朋友们，要从和善对话带来的快乐变为糟糕对话带来的恼怒，等等，多么容易呀。而要透过表面细节看到半藏半露于表面上的情绪、事件、反应中的各种议题，有时又有多难啊。但那些表面上的表达就如水域顶部的泡沫一样，没有实质、没有长寿、没有实相。不过，因为它们以稳定的规律性在日常波浪里持续发生，很容易变得迷恋于观察它们、在其中浏览，以致于排除那些加深自我要求的工作：它们可把自我带入该途径的更深邃的水域、更神秘的辖区。

所以，这的确是一个非常好的问题：你问怎么找到小窍门来唤起记忆，怎么为自己创造一个自我维持的小闹钟系统以重新唤醒你是谁、你为何在这儿的记忆。这个器皿有一天和J实体谈到了足球，特别是一个足球分析员的评论：他说，要将煤炭改变为闪光的钻石，有时候需要压力[2]。日常生活的压力不是随机或无法预料的，而是被显意识下面的你之所是[并非显意识自我]所祝福的，它们是相当可预期、可预测的。因为你的意识和永恒的一切相连，它是无限的、做为创造性原则的一部分。做为创造性原则的一部分，你的时间表或日程安排，和做为小我[带着人格外壳]的你一天一天可能创造的日程相比，那是大不相同的。带极大的感恩和感激，你迎接(圣)灵规划好的这些神秘而蜿蜒的路径。

那么挑战就在于，怎么进入自我中的那个部分，在那儿、这些事情是真实的。这个器皿先前在对J实体说，就情绪的角度来反思煤炭与钻石的不同，这的确很有趣；因为如果对新进催化剂的情绪反映有属于煤炭的特性，它会产生热(能)，相对地，如果属于钻石的特性，它就会反射与折射光。所以要判别一个人处理日常催化剂的能力，一个快速的确定方法就是评估他的情绪：它产生了热呢，还是产生了光？自我的情绪一直是火爆、明快、尖利的吗？或者这组情绪像钻石一样，吸入新催化剂，并且和它同在，使得光从催化剂经由你的折射，表现出光、色彩、美丽、还有颜色与光之系统所具有的那些难以言喻的品质？

如T实体早些时候说的，这个实体此刻在作的努力是降低热度，接着在灵魂对催化剂的反应中产生更多的光。当自我体验到热度的时候，它可能是个好标志、会触动那个闹钟说：「我是谁、我为何在这儿；在这方面，有我需要做的工作了」。

在激烈的反应中、有时难以抓住自我。其原因是：一个实体对催化剂表达出来的反应大多出于习惯。例如，这个实体习惯于把特定种类的声明诠释成对自己的拒绝。她早就了解到这种诠释太偏颇，虽然如此，还是经常发现自己处于这种催化剂的反应中，即刻的评估就可以看见，这种反应产生的是热度、而非光，这是一种巨大的形而上错误。然而，由于这个习惯在此次投生中形成得非常早，而且从未完全连根拔起，它会抓住任何能够放任自由的机会去玩，不是只玩一会儿，而是从头玩到尾，好像一个录音带，一旦开始播放，就必须放完。有些触发物会触发旧的反应、旧的磁带，它们深埋在潜意识心智表层里面；在人格的锻练中，通过识别并追寻这类触发物可以得到大量的自我再训练。对你有用的习惯是美丽的：节食与运动的习惯为许多人创造了持久的健康，(其他)特定的健康思考习惯也同样优异。但是，失控而不再有用的习惯，会成为固执而令人烦恼的困难，不断把你之所是的灵魂推出其途径，接着推到无用、过时之反应的歧路上。

如何抵销这些触发物，当然是一个可观的挑战。机械

式地说，的确有一些中断这类磁带转动的方式，容我们说。识别触发物很有帮助；在识别触发物和它们极深的特性方面，任何和自我真诚的交流的工作也是好的资源，适用任何人。更重要的是，经过人格锻炼后，如果你在触发物刚被触动时就认出了它，你就有可能暂停一刻对自己说：「我被触动了」，停下来、欢庆你已经意识到这一点，已经向着连根拔起这种深藏的触发物、迈出了实际的第一步。然后，如果你额外花点时间取笑自己，拥抱自己，问问自己：如果面对这种情况你能选择的话，你会选择的最高、最佳方式是什么？这样做也有用。如果有时间去更多一点思考和沉思，去看看这个最佳方式，想象这个最佳方式，或许更进一步去表达这个最佳方式，那么，所有这些都会成为你寻求中的巨大资产。这个习惯花了很多时间才深入脑海中，当然要花更多的时间将它带到台面上，检查它是怎么回事，然后允许它消失。它必须被带到到白昼的光中，在你释放它之前欣赏它、爱它、接受它为你的一部分。因此，当你发现自己在表达热能而不是光时，如果你花得起时间的话，你能做的，就是花时间来中断那个程序、重新导引它。

让我们回头来考虑途径这个概念。老子的道途从未有过明确的定义。呼吸是道，听与说是道，行动和存在也是道，所有的事情都是道。可是，这个哲学中有一条道途的事实意味着、很多事情和那条道途无关。被知晓为老子的老师藉由各种故事、尝试描述人们如何在道途上找到自己的方式。我们会建议，一个人不可能离开途径；当然有可能停在途径的旁边，在爱好的草地上休息、娱乐消遣，在睡觉做梦的地方自得其乐、驻足不前。有时候在其中一个地方停下来是好的；这条途径并不要求：一个人必须上面每天花多少时间才是有价值的。在某种意义上，它的确可以看成一条不需要去走的路，它单纯地在，而你单纯地在。但是，在限时的投生中生活的任何人，总是渴望藉由成就来衡量事物，所以，那条路无可避免地被模式化、成为一条穿过空间与时间前往某处的途径。试着记住，你的途径的某些面向永远不会去任何地方；如果你选择的话，你可以一直活在这存有的中心，无须去任何地方，无须做任何事，也无须问何时去做一件事，而只是成为你之所是，活在菁华与真理中。这就是你的途径之核心，你之所是就是你的途径之实质。在迂回穿过你路上的这些神秘转弯时，你正在努力的，不是去做更多事，而是带着更多的真理去做任何事。

你有没有遇见过这样一些实体，你体验他们内在的正直完整性、那是极为强大的？他们甚至不必多说、你就能感觉到他们存在(being)的力量；那种力量蕴含于你们每个人的内在。通过你为了判定、发现、定义那条在你紧张忙碌日子里穿行的途径所做的工作，你就能找到自我那种真实本性。

(这途径)在某个程度上是难以定义的；如果你在心里有某种模型、说明你正在走甚么样的路以及它通向何处，那会帮助你的。例如，这个实体(器皿)是一个神秘派基督徒，她倾向于以耶稣实体的教导为榜样、来确定其生活规则和途径。如同所有的途径、和所有途径的模型，她的模型和途径有明显的缺陷。耶稣实体走了一条殉道的途径；虽然殉道者的途径在耶稣实体的例子中被视为合适的、慈爱的，但单从这个故事的表面来看仍是不明显的，耶稣实体到底要不要为走上那条途径负责，或他(刻意)保守该途径，而那途径最终把他带上耶路撒冷附近山丘上的十字架。当他在十字架上伸开双臂，就失去了在这个密度中服务的全部能力，这是殉道之路的偏颇

带来的困难。所以，这个实体必须不断问自己，在服务他人与殉道之间，适当的平衡(点)在哪里。其他的人在跟随其他途径时，也必须检查那个模型和该途径之间有什么相连的偏向性，然后问问自己，在尝试跟随一个英雄或阿凡达(avatar)时，会遇到什么样的议题？

在一条途径上有一个模型或英雄、其好处单纯地是：它是一条捷径，如果你愿意(这么说)，一个放在(视窗)桌面的图示(icon)，你可以点击它来更深地看见你面对的议题。那么，这个器皿会使用的现代俗话(cliche)就是：「耶稣会怎么做？」或者，如这个器皿多次改变它为：「耶稣会是什么？」自问你的英雄会怎么做或会是什么，这对于一个人与自我的私密沟通，常常很有指导意义。因为人在深水中工作时，光很暗；当你努力从噪音中辨别信号、从混乱中辨别真理的时候，不容易看见自己的路。所以，如果你觉得有某个英雄或阿凡达或图示的话，我们会建议你去用它；不是盲目地用，而是自问：「如果我像这个实体一样思考，会如何看待我的情况呢？」这会有助于把你从迷惑的沼泽中拉到岬角上；那个有利的位置，你可以看到你面对的那个时刻周围的景观。如果一个人没有英雄、大师、阿凡达或图示，那么他就得走进内心，请求自我的指引：「我自己的最高、最佳的部分，在这种情况下、会怎么做呢？」然后在自信与宁静中，等待那种智慧。

在查看人格外壳中这种深入微妙的工作之际，使自己每天处于静默中是很有帮助的。静默的用途很多，但主要用途是简单的释放。有一种静默是无语的；有一种更深的静默是无声的；有一种甚至更深的静默，连未说出口的想法都没有。你们每人的内心，都有这些不同的静默层次。让自我从语言、声音、以及没说出口但肯定极多的想法中释放出来，这对于减轻你日常生活的压力极有帮助，如果你不这么做，它们会像工头一样接管你珍贵的意识。当然需要用缰绳来套住它们。一个人每天都得与言语打交道、处于混乱的声音中，甚至这个器皿坐在椅子上，都能听到好几种表达家庭工作的不同声音：音响系统的嗡嗡声、空气清净机、电脑、冰箱的嗡嗡声，房间里的风扇和加热器工作的声音。没有这些微小声音的网络，文明的元素就会停止存在，无法辅助你们获得舒适。食物会坏掉，房屋会随天气变得寒冷或炎热，等等。于是，所有这些下意识听到的音调都是有用、有益的，肯定没有负面价值。不过，它们全部加总起来，却给身体创造了一种无法忽略的紧张感。我的朋友们，让自己脱离文明、言语、声音、还有你没说出口的想法，那是美妙的。如果你能藉由在东方型冥想中、凝视蜡烛做到这一点，我们鼓励你；如果你的方法是比较基督徒的祈祷和冥想，我们鼓励你；如果你的方法是在大自然中独自散步，我们鼓励你。

我们鼓励的是：在自己身上花时间，抹上静默的治疗软膏。这是多大的赐福呀！你们的文化对于静默很陌生，在很多情况中，真实的静默简直令人们感到很不舒服。接着，他们故意打开电视、收音机、或音响系统，好驱散那种静默，带入歌曲、讲演或戏剧等等更使人渴望的能量。那些东西有它们各自的好处。但是我们的确鼓励使自我远离分心物的锻炼，即使每天只做五或十分钟。我们当然会鼓励每天做十五分钟到半个小时。如果可能的话，我们会鼓励，每天多次，让人灵及其寂静、微弱的声音可以确切绽放，把静默之言语[比任何声音或言语都更为珍贵]

献给你的灵魂。

这个器皿告知我们，应该开放该会议给其他的问题。我们感谢你们，为了这个美妙的问题，为了我们在回答它时所享受的乐趣而感谢。接着要问，现在有任何进一步的询问吗？

S：（听不见）更正肉体上的困难，你们能够对其起因，或者治疗做一些阐明或详述吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在这个主题上可以说的额度、如你可以理解的、是相当有限的，因为我们不想望移除这个实体的任何学习/教导的机会。我们可以说，这个实体此刻的体验，大部分都跟任何特定的外来催化剂无关，而跟她在此生中的位置有关，因为这个实体已经进入投生年龄的第七个十年，有些身体内的系统正在老化、不大强壮、不大年轻，因此更容易受伤害。

这个器皿投生中的压力来源，如 N 实体指出的，肯定有很多种，而那种压力已被热情又感谢地拥抱过。这就造出了一种氛围，使得新的催化剂有一种深度和锐利，这个器皿称之为即刻业力；再次地，这个器皿拥抱了这些能量的活跃性与加速度。简短地说，这个器皿同意玩硬碰硬(play hardball)，因此，和某些投生模式相比，她以远为清晰的方式、体验了本性的阴影面中的每一个部分。这个器皿的挑战，一如既往，是找到该途径的平衡点，既不过度拥抱那种会导向殉难的能量，也不漠视那些将减缓灵性演化加速度的能量，而该器皿十分热衷于加速灵性的演化。

通向疗愈之路是在感恩、感激、平静中构筑的。这不仅对这个器皿是真的，一般而言，还是(最佳的)态度、以最有效地拥抱、最有技巧地使用当下的催化剂。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：我想那回答有充分供她考虑的内容了，谢谢你们。我还有个问题。我把自己的一块水晶给了 Carla；如果 Q'uo 可以与水晶交流的话，我只是好奇，你们可否调音进入它的能量，接着告诉我，对于 Carla 和自身，它有什么目标？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们的确调音进入这个实体之际，我们发觉无法工作这个信息、而不侵犯涉及人员的自由意志。我们可否进一步回答你，我的兄弟？

S：嗯，很有趣，出人意外，但是有意思。我现在没有问题了，谢谢。

我们感谢你，我的兄弟，我们特别高兴花费物质界的空间/时间的一个短暂时刻、享受你的在场。我的兄弟，能亲自向你致意，总是一种喜悦。

S：我感到好奇，自从我上次来这里以后，从你们的观点、你们那边来看，你们看到我有怎样的改变吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉 S 实体多少成熟了些，因为少了些天真，而没有相应地多出嘲讽。我们发现，面对变化，成熟中或进化中的实体愿意变得比较错综复杂、而试图避免成熟过程的实体则会努力保持简单，结果矛盾地发现自己正变得越来越苦涩愤恨。我们为此祝贺 S 实体，这个实体已经加深并允许了内在的复杂性，而没有相应的苦涩倾向。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：没有了，我欣赏那个思维以及它的价值；为了我曾经历的、以及我正在成为的事物，我的确想要向你们表达我的爱和感激，因为你们始终都是那个过程的一部分，我仅仅向你们献上我的爱与感谢。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们至为衷心地把你同样的情感回赠给你。

现在有进一步的询问吗？

S：我没有了。

R：我有一个问题，Q'uo，涉及到在肉体上表现为癌症的催化剂。我记得在一的法则书中读到过对它的某种解释。我想要问问，在所有的情况中，癌症是否皆为未经处理的催化剂和愤怒的结果，它们在肉体中表现为细胞的瘤(growth)。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个询问本身难以把握，因为有很多不同种类的愤怒：有些显而易见，有些非常难以确定、但几乎总是人格外壳自身的一部分、于是跟特定情况或催化剂没有连结。

R：我可以重新聚焦该询问吗？

我们是 Q'uo，我们会乐于你这样做，我的兄弟。

R：让我们谈论一个例子：一个实体在投生中收到了各种各样的催化剂、发现了一种愤怒。我无法以更多的细节来描述那种愤怒，因为它是一个部分假设的询问。在不考虑前世效应的情况下，如果说癌症是他此生中未处理的愤怒之结果，这样说正确吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个询问比较容易回答，我们感谢你做的更改。你称为疾病的東西，癌症就是其中一种，其实是肉体之内不安(un-easiness)，不安适(dis-ease)。它偏离了身体系统中完美平衡的静态。本质上，这样的疾病

(disease)只有一部分属于身体，另外很大一部分则位于心智及其感知之内。当实体们对不和谐感知得很真实，它就会在心智上留下标记。那种感知在身体的各个细胞中造成一种实际的变化。它创造了一种氛围，使任何新来的疾病媒介都更容易识别，更容易被身体的每个细胞抓取。相反地，当一个实体开始感知，那种貌似的不和谐并没有实相，因而能够开始改变其感知的时候，由于缺少感知不和谐的触发物，这种缺乏(状态)会再次跟身体的每一个细胞交流，因此，当疾病媒介向每个细胞送出信号时，该细胞的天线不会伸出来抓取不和谐的催化剂，因为它感知到：不存在着不和谐。因此，当一个人力图减轻身上感到的疾病冲击时，所要做功的一部分、就是去改变引发不和谐感觉的感知。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：那么，藉由足够的天资与聚焦，每个实体都能够从自我内部找到其不和谐。(对吗)？

我们是 Q'uo。那是正确的，我的兄弟。一般来说，这是一个有时相当持久的过程；对于有感的实体来说，当然，我们所谈及的、只是对该过程的一次简短讨论。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：在处理这种催化剂时，如果一个人能够将爱与接纳带入该过程，它会部分减轻你所提到的、各个天线过度活动的情况吗？

我们是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟。感知先于物质性实相。举例来说，这点可以在被催眠的实体身上看到，他能够在炭火上行走而不会烧伤双脚，或者被针刺穿而不觉得痛、也不出血。身体是心智的创造物

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：不用了，Q'uo，那已经很好。我想要使它多少有点普遍性、而不跨过个人资料的门槛。

我们是 Q'uo，我们赞赏你的考虑周到，我的兄弟。与你谈话真好。

现在有最后一个询问吗？

R：这不是一个问题，而是一个邀请。半认真地说，如果你们有兴趣的话，请留下来一会儿，享用会后的饼干，我们会感到欣喜。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们必须招认，我们总是留下来享用茶点。当我们向你们告别的时候，我们的心是饱满的。和你们在一起是怎样一种祝福呀。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。

原注

[1] 隘道(defile)是一个「狭窄的峡谷或者通道，它限制横向运动，诸如部队的行动。」

[2] 钻石与碳是同一种元素，碳元素。在碳上施加巨大的压力，经过(所需的)时间创造出钻石。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

---

## 第 27-15 集：恐怖主义(完整版)

---

Copyright 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十月 3 日

小组问题：这周的问题跟我们称为「恐怖主义」这个概念的根源有关，恐怖主义是一小群人试图用暴力来获取他们觉得属于自己的东西。我们可以追溯到圣经里萨拉(Sarah)和亚伯拉罕(Abraham)的故事，犹太人亚伯拉罕没有孩子，因为萨拉不生育。他去找萨拉的女佣人夏甲(Hagar)，一个埃及人，她为他生了一个儿子以实玛利。十四年后，当亚伯拉罕 100 岁的时候，萨拉由上帝赐福生了一个孩子，名叫以撒。这两个孩子都是亚伯拉罕的孩子，但只有以撒取得了继承权。以实玛利离开家，到沙漠中流浪，组成了我们现在称为的阿拉伯人部落。今天世界上的战争，最明显的似乎就是阿拉伯人和犹太人之间的战争，所以我们想知道 Q'uo 能否为我们提供一个这种能量的哲学背景，以及如何在今天的地球上解决这个问题。

(Carla 传讯)

我们是你所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中我们今天来到你们中间。能与你们在一起分享你们冥想的美丽，是一种极

大的荣幸和乐趣，我们感激你们在此刻创建了这个聚在一起寻求圈，坐在一起、通过询问和奉献来表达光与爱。

这个团体呼唤我们、目的是要分享对于恐怖主义的想法，这是我们的福分。我们乐于分享，但因为我们谈的是一个，如这个器皿会说的，有些热门的议题，我们有一个要求，一个特别强调的要求：即你们在给我们机会讲话时，我们不必以任何方式强迫你们相信或接受这些想法；在我们分享想法的同时，请允许你自己完全做主，决定是否想继续思考这些想法，或以任何方式使它们成为你进程的一部分。因为你们正直地这样做，就会允许我们确保你意志的自由，我们不会希望以任何方式成为你进程上的绊脚石。如果你们愿意允许我们这种自由，就会允许我们自在地讲话。我们的这项特别关注、很清楚地和自由有关。我们为此感谢你们。

你们今天问到恐怖主义背后的哲学。由于该询问所处的立场，我们发现很难创造出一个好答案，因为我们相信，从知识之圆分枝出来的哲学、不会有助于创造一种结构使得恐怖主义之类的事物会是可接受的。当道德被作为哲学系统来讨论的时候，它不会关切各种剥夺众人自由的方式、而会关注各种守卫众人的自由的方式。尼采的超人(哲学)[1]或许是最接近的，那个可敬的哲学提供了一个为恐怖主义辩护的结构，容我说，其理由可以大致被简化成强权就是对的(might makes right)。我们不想在一群伦理座谈会成员中为这种哲学辩护，我们发现它处理起来的确很费力。

〔[1] 原注：尼采提出的理论是，有“一种在心理上更健康的生命模式，超越通常的人类状况。尼采将这种更高的生命模式称为‘超级人类’(übermenschlich)，并将永恒重现(eternal recurrence)的学说[一种只适合于能全身心热爱生命的最健康的人的学说]与这种灵性观点联系起来。在这种参照系中，太常见的沮丧、太普通的人类心态，就只是一座要跨越和攻克的桥。〕见 <http://plato.stanford.edu/entries/nietzsche/>

因此，哲学的光环不能给恐怖主义以及伴随而来的战争、暴力带来荣耀，或为之增添尊重。最适合恐怖主义的哲学结构简略版本就是「会吵的小孩有糖吃\*」。与其说这句话是恰当的哲学，不如说只是一种解释、说明实体们[不管是个人的、还属于团体性质]为什么会诉诸恐怖手段。

(\*编注：原文为 the squeakywheel gets the grease，请参考：<http://tinyurl.com/y8gzc73v> )

就我们所知，造物者不是一个有机实体。祂没有成员、没有一个心智、没有各种情绪或第三密度人类的任何其他属性。祂也没有第四密度人类、或第五第六密度的属性。造物者，如我们理解的太一无限造物者，超越所有想描述、限制、或将造物者与其他实体区别开来的尝试。造物者事实上就是一切万有：可见与不可见的，已知与未知的，可能与不可能的。造物者是所有的心智状态、所有的思考方式，任何此类属性或描述的清单无法完整涵盖祂。试图弄明白创造性原则的概念、最后都是徒劳无用的。

另一方面，尝试去描绘造物者的一些特征，使得处于特定密度和文化之内的实体可以理解造物者，那是很有帮助的。所以我们不会要求你停止尝试去理解造物者，我们只要求你了解到、与你们类似的实体所写的关于造物者的东西只是文字，它们不是真理、只是那些实体在试图理解无法被理解的事物时所写下的文字。

你们提出的询问带出了一个概念、属于一个特定有创造力的实体，名叫亚威(Yahweh)或耶和华(Jehovah)。它的指令据说导致了约书亚(Joshua)以及所有那些作战者的好战行为，为了获取领土，这个故事在你们称为圣经旧约的摩西五书中有记载。已经有过无数试图理解旧约人物亚威心智的尝试，这就是为什么我们在开场白里就主张，在文献中的人物、没有一个捕抓了创造性原则的菁华。当然，我们觉得创造性原则中有些显而易见的特征、比如普遍性与合一性，亚威实体无疑远远没有表达出来。对于造物者而言，所有的事物都是一体的，所有的生命都是同一双亲的小孩，同一神性、同一造物者的兄弟姐妹，创造性原则怎么可能将一个实体置于另一个实体之上？

不过，在透过摩西、约书亚、亚伯拉罕来采取行动时，亚威实体是一个强大的势力。

在你们的历史中：不只是宗教的历史，还有政治、经济、社会的历史，以撒和以实玛利的故事沉浸于出生权利、它是一个有趣的特征、属于亚威实体使用的那个系统。我们可以描述亚威作为地球守护者，它进入了一个服务他人的计划、却没有想清楚这个计划的各种复杂后果。它选择去为埃及人血统[当时本地人的基因基础]创造一个崭新的更好版本，从具有略有不同的遗传基因的两种实体中选了一种，他们在过去被外星人改造过基因。被选的实体有似乎更适当的智能、文化之类的基本特征。他们把一群人与另一群人分开，造出了一个种族分支，这是创造性原则绝不会去做的方式；这些守护者认为该分支是一个新的、更好的种族，因此，值得拥有更大的伸展空间，好带来心、身、灵上的改善，亚威实体觉得这样一个受到协助的团体有可能达成(那些改善)。

为什么这些守护者没有想到、这样会牵涉到许多无辜者被屠杀之类的战争行为，我们说不上来。无论如何，你们的历史以及这些人群的超心灵(psychic)能量、就这样被这个干涉永远改变了。它创造了一个显然不公平的情况。肯定地，以撒与以实玛利的儿女们作为一个人群，为这个干涉以及它带来的许多后果而悲伤。

任何情况一旦进入了历史的溪流、也就进入了神话的溪流。随着时间和各种事件的流逝，以撒与以实玛利后裔的历史已经变得十分模糊了；历史中发生的很多、如果不是全部的、故事已经失落。那些留传下来的故事抓住了情感、能量、历史的要点，让你们在试图追溯以实玛利的孩子们、以实玛利的部落等等的时候，总是被那些后来者和掌权者无可避免的倾向性所束缚，他们的倾向是：把事件放在最有利于胜利者的位置来查看过去的情况，因此能用最大的声音来讲述那个故事。用最大的声音讲故事，在任何时间、任何历史阶段都会发生，你们今天的文化也不例外。然而，回顾战争与恐怖主义的历史，一般而言我们可以看出，这些问题涉及到，某些族群觉得有些特殊待遇[2]和权利是他们与生俱来的权利。这种应得权利(entitlement)的感觉位于暴力、战争、恐怖主义的核心。

〔[2] 原注：perquisites—某种被宣称为专用权的东西。〕

就创造性原则而言，所有的土地都是一体，所有的人群都是一体。你们的特殊第三密度的设计是：预期每个基因种族只在一段时间内占有优势。一个种族长期主宰你们的星球，好比你们的白人种族在很多情况下已经这么

做了，这绝非被预期的事。每个种族的能量都有自己的一个打开心灵的方法、以及看待创造性原则的多种多样的方式，它们被预期以有韵律又自然的方式、从一个优势文化流向下一个文化，再到下一个，轮流居于主导地位。在你们全球性群体目前的发展阶段中，有个希望是：此刻，你们所有的文化都有视女性原则为创造性原则或神性的倾向。因为，就你们星球正在诞生的第四密度而言，正是这种创造性的女性能量，以恰到好处的方式持守着服务他人的光、协助这个器皿称为盖亚(Gaia)、而很多人称为地球或泰拉(Terra)实体，进行她非常女性、非常深刻的分娩。(但)这点尚未发生。

在地球上来自源于火星的实体们当中，亚威群体放置的能量造成了一个停滞点，好像有人在地球的各个能量层面上放了一个路障。这个路障中有一种能量，它宣称一神论，也就是只有一个上帝；而根据它的定义，它不可能是一神论，因为它说自己是一国之上帝。如果一个上帝属于一国而不属于另一国，那么很明显，它还是属于一个多神、或不止一个神、的系统。

确实，在摩西时代，这个世界处于一个可说是关键的位置、正在尝试进入真正的一神论。想想一神论吧，如果你愿意的话。我们经常思考它，因为我们这个原则的成员之一是Ra群体，它们努力在那个时代跟埃及王子们讲述真正的创造性原则，也就是太一。摩西相当清楚地认识这个真正的一神论，容我说，他在心里确实致力于这个系统，还在其中接受了很好的训练。然而，这个实体以及当时所有的涉入实体、都深受多神文化的影响，他发现，作为一个民族领袖，要坚持一神教的纯粹信仰，根本做不到。在你们的各个民族中、一代又一代的领袖都面临这个挑战。作为一个肩负团体责任的领导，怎样才能让团体成员觉得他们的权利得到了保全，应得之物会得到保护，同时也去捍卫、维护所有其他团体的权利和应得之物呢？怎么去努力用双方价值都得到维护的方式，来解开具体的情况，这是一件极其微妙的事。

我们会请你们注意到圣雄甘地(Mahatma Gandhi)实体，我们以前谈过他。这个实体在很多方面是非常聪明的；在服务自我之哲学中，这种聪明大部分属于那些服务自我的人。然而，这个实体的合一性眼光是强大的，拒绝接受对任何人关闭心胸的想法，包括那些他觉得，也有一定道理，是在作伪证、限制自己同胞权利的人。在甘地与掌握他祖国统治权的英国政府打交道的全部过程中，对那些被看成敌人的实体们，也就是英国人，这个实体在任何时刻都避免关闭心胸，或举起武器对准那些英国人。用朴素易懂的实物比喻，比如纺纱，这个实体在他的团体面前竖立起了自我价值与独立的形象。一个实体怎么会在把棉花纺成纱的过程中，看到自我价值和独立呢？然而，印度人民接受了甘地实体提供的课程。

在许许多多方面，这个实体把他祖国上头的那些英国统治者的生活、搞得十分难熬，不过，该实体从未是不真挚或失礼的。如果他不是从纯正的爱那儿来的，他的思想就无法生根，他也不可能成功；如果甘地痛恨他的敌人，即使他通过政治姿态做了一模一样的事情，他还是不可能成功。他的动机是如此正直、纯粹，不论是印度人或英国人都能够看到它、感觉到它，最后尊敬它、回应它。因此，他救助同胞的工作、从未沾染暴力或恐怖主义的阴影，始终保持信心、爱、希望的美好色泽。

当你看到大大小小的群体无法抵抗恐怖主义的各种手段之际，我们要求你去看看那些陷入公义与应得权利之议

题的群体。在每一种情形之中，都有一条通往和平的途径。这条途径始于内心，呼唤聪明悲悯的人们，呼唤那些既理解自我服务手段又有纯净焦点和开放心胸的人，他们知道怎样运用无条件爱的技巧。没有任何理由能为暴力辩护，不过，人心自然想去防卫自己的群体、对抗那些不属于该群体的人，这是每个进入肉身的人与生俱来的本能。作为类人猿的近代后裔、这个本能承袭于类人猿肉体载具的习性。如果你检查这些类人猿的习惯，如德斯蒙·莫里斯(Desmond Morris)已经做的，你很快就可以清楚地看到，每个人都必须应对暴力；它不是远方的事物，而是一个亲密朋友，就住在你的人格里。在你们每人身体的寄宿者当中，其中一个暴力。

G先生说他不相信自已会对另一个人扣下扳机。这是个高尚、值得赞赏的情操。不过，说这句话的人从未处于一种情境：需要保卫他所爱的人、制止肯定会伤害他们的人。当一个人受到威胁时、他的本能确实就是扣下扳机。在群体交往中，群体的本能仍然是那样地致命。不管有多少层礼仪和外交的提案，在任何情形下，在双方无穷的阐述中，底下都有这一个局面：双方，事实上为一体，已经接受了一种模式，让一群人凌驾于另一群人之上。一旦这个基本的现存局面被接受，就总会有一个导向暴力的理由：要么是由某些国家提供的暴力，这些国家被其他国家认可为属于一个正当国家的团体；要么它得不到这样的认可，因此在没有任何自我选择的情况下、被认为是一个不法之徒。当不法之徒试图获取应得权利的时候，它便被认为是恐怖主义。这就是恐怖主义与战争的唯一区别；这是一种人为的区分，基于一种团体之间的人为区分，根源在于这些团体把自己定义为分别的团体。

或许你已经注意到，在与其他实体工作的过程中、实体们倾向于把人们无止境地分割为团体、小组、小小组。找到一种方式来断定、一群人做得对、另一群人做得欠佳时，其中有一种乐趣。人们会无尽地追寻比另一群人更优越、更强、更有理的感觉，因为这感觉真好。找到归属的感觉很好，属于一个高尚正直的团体的感觉也很好。所以，有无穷无尽的故作姿态，许多事实和故事被不断述说，每次讲述都有一种曲解，以显示占优势者的正确、以及输家欠缺正确。我们认为，每个故事都是扭曲的，每个应得权利都很可疑，每个正当的团体在本质上都是做作、无益的。然而，第三密度的全部目的，就是要让个人以及由这些个人组成的团体，去面对一个接一个值得解答的猜谜游戏。这种揭开谜底的工作给了每个实体机会，在灵性、心智、情感、肉体的演化上得以成长。

所以，关于恐怖主义，我们会留给你们考虑的问题是：你作为个人如何停止使用恐怖与战争的手段，来和自己工作、和你周围那些最亲密的人[配偶、孩子、父母、家人]一起工作；如何与雇用公司或其他有共同目标、关系密切的团体工作，与聚集到一起服务的团体工作？你如何才能保持你心的开放、和对太一无限造物者的忠诚呢？将有许多争执不断把你拉离你的重心，你会一次又一次失去平衡，离开你的舒适区，因为这就是你们的世界此刻面临的深刻困境。如J实体提到的，那些炸毁了火星的人们，现在正试图炸毁你们的地球。在你们的亚特兰蒂斯大陆上，他们作为团体几乎成功了。为了试图达成末日大战(Armageddon)，各种能量再次聚集起来；在这个我们称为白人的种族中，这个能量深置于它的基因记忆。然而，由于历史已经被这个一神论的亚威和从而产生的能量卡住了……

(磁带第一面结束)



(Carla 传讯)  
它(恐怖主义)再次成为一种全球性的体验。

你们要做什么，好使你们的世界转变为那个慈爱的、统一、和平的世界呢？那是你们每个人都能展望的世界。容我说，就从你开始，从今天、从这一刻开始，不是用一种盛大的方式，而是以最微小的方式开始。在你要做出下一个决定时，你在想什么呢？有防卫的渴望吗？有保护的渴望吗？检查那个渴望。有拥抱太一、进入太一的渴望吗？检查那个渴望。仔细检查你的想法，筛除那些能量、它们欠缺开放之心带来的焦点与共鸣。

我们也要求你们变得聪明，和你周围文化的各种限制与扭曲一起工作，而非试图把它们丢到后头。尝试在它们之内工作、以致于那些本设计来限制的东西变成解放的工具。这件工作需要大量的聪明与精妙，然而你们每人都有优秀的头脑和推理能力、想象力、创造力的天赋。我们建议你再加上幽默、耐心、以及无尽的感激。如果你的生命不是立足于感激，你的内在怎能是有欢喜与宁静的呢？感激于你处于这个位置、面对这项不可能完成的任务、有时间来从事你此生目标。保持感恩的地基，保持那种刚刚开始自我认识，它会为你揭示你之所是的造物者；看见每一扇关闭的门都只是暂时的，摆脱愤怒、失望、敌意，去拥抱希望、信心、爱。

这个器皿告诉我们必须向前进了，我们现在会开放提问给你们此刻可能有的具体询问。谁想望在此刻提出一个问题吗？

G: Q'uo，在一的法则系列中，发问者问过在两条途径中、哪一条更为正面极化：一条途径是你保护正极实体免受负面压制，另一条途径是你容许负面导向实体的压制。Ra 借由使用耶稣的例子来回答，他欠缺要被防卫的渴望，那仿佛就是更高的理解或更高之道。为什么容许负面导向实体的压制、似乎是或就是两条途径中更具极性的，你们能在这点上详述一下吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个问题提供了一个机会，通过这种不防卫自我的特别方式来注视极性，因为耶稣实体选择不去防卫自我、因此得到了一种相当羞辱的死法，一种留给那些最坏的国家公敌的死法。在这么做的过程中，这个实体表达了一种最高程度的不防卫自我。包含在那个选择中的极性是通过对抗所有防护自己的冲动而取得的。因此，耶稣实体通过放下所有保护自己的选择、表达了他对所有实体的善良之绝对信心，包括他的敌人。

就个人而言，他非常成功地确立自己的极性。如果这个实体更精巧聪明一些，他可能会在表达无条件之爱的同时，找到一些办法活下来，获得机会、作为创造性原则的代理人、通过时间进一步(和团体)产生交互作用。因此，一个大大地增进个人极性的选择，却可能创造出一种情况，使得该团体的极性的增长潜在地减少。容我说，一个人可能采取的行动或背后的思考以及它是如何的，很难评分。这个实体在投生中、它做选择的那一刻所能够达成的最佳选择，就是它做出的那个选择。

(编注：关于耶稣的讨论，Q'uo 在爱与光选集一有其看法，有心人可自行参照。)

我们可以进一步回答你吗？

G: 我来试试看，Q'uo。耶稣是一个殉道者，他最大程度地表达了第四脉轮，即开放的心。如果他将他的体验

安置在蓝色光芒中，应用智慧的能量，如果他将智慧带入他做出选择的决定、表达那个水平的理解，那么智慧会命令他或告知他一个选择、使得他能够保护自己又进一步极化吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确，我们曾表述那个选项为没有行旅的路，如罗伯特·佛洛斯特实体在他的诗中说过的[3]。每当一个决定作出，总有一条没被走到的路。由于时间和环境的变迁，那个选项是否会为耶稣实体取得一个结果，使他能更好地聚焦于他的愿景(vision)，没人知道。但这个实体当时并不觉得那条路更好。确实，当你们每个人做出选择的时候，总会有一条没被选取的路。如 V 实体在谈到她八年前错过了一个极美的物品时说过的，它会不时出现在脑海中。当选择做出后，它必然会在脑子里反复出现。然而，这种时刻的荣耀在于，它们让你做出了真正的选择，因为你决定的事物，令此后发生的一切都有所改变。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G: 有个后续问题。我要问一个不同的情况，涉及到防卫的想法与能量。每个情况都不一样，耶稣的情况是，他有一个愿景在心里结晶化。但一般而言，如果防卫时、需要杀死另一个人才能拯救自己的生命，一个蓝色光芒或靛蓝光芒实体会做什么选择呢？谁能说得清一个实体会怎么选择，因为每个情况都不一样，但一般而言，一个蓝色光芒实体会在他的理解与参数中选择，去杀死另一个人以拯救自己的生命吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们相信你在问的是：一个蓝色光芒能量中心完全开放的实体，是否能够坦然地夺取生命。我们可以说，那个能量体完全有可能采取任何行动、只要那个实体以足够清晰的焦点看见该行动。心智在各种情境中创造偏颇的能力是没有尽头的。很多实体在杀死别人的时候，辉煌地表达了蓝色光芒。那种应得权利的感觉是一种强有力的事物。当一个实体对需要暴力的正确性绝对确信的时候，带着充分运转的蓝色光芒能量、绿色光芒能量以及所有其他能量去杀人，是有可能的。这就是为什么、灵性的演化不是一件简单的事情。因为投生中的心智会不断地、不可避免地被扭曲所偷袭。结果是，这涉及在一刻又一刻、一念接着一念中，捡选你的路，始终返回自己信心的根本基础，而非依赖于一个实体、一个原则或任何其他受造之结构。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G: 非常地令人深思，它在我的心里打开了很多罐棘手问题(cans of worms)，但不用了，谢谢 Q'uo，谢谢你们能够给出的回答。谢谢你，器皿。

我们是 Q'uo，我们也感谢你，我的兄弟。

此刻有最后一个询问吗？  
(没有进一步的询问)

我们是 Q'uo，因为没有听到任何声音的振动撞击这个器皿的耳朵，我们假定已经用尽了你们今天的问题。我们全心感谢你们将自己和你们的关注带到这个寻求圈。和你们分享我们的想法是如此地喜悦。我们鼓励你们，在你们追寻真理、服务、为太一无限造物者奉献的路上前进时，找到支持你们的方式。我们祝福你们

每一位，谢谢你们，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是 Q'uo 群体。Adonai, Adonai。

原注：

[1]、[2] 见正文；

[3] 《未捡选之路，The Road Not Taken》— 罗伯特·弗罗斯特 (Robert Frost)

黄色的树林里逸出两条路

可惜我不能同时去涉足

独行的我在路口久久伫立

朝一条路极目望去

直到它消失在丛林深处

然后走上了

同样诱人的另一条路

它荒草萋萋，十分幽寂

显得更悦目

但这条小路上

留下了同样多路人的流连

不过那天清晨满地的落叶

尚未被脚步踏遍

呵，我把第一条路留给明天！

但知道路前路无尽头

恐怕我难以回返

也许多少年后在某个地方

我将轻声叹息将往事回顾

树林里逸出两条路——

我选取了人迹更少的一条

从此缔造了所有的不同

Translated by T.S. & cT. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_1003T.html](https://soultw.com/TL00/2004_1003T.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_1003.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1003.aspx)

## 第 27-16 集：G 男孩的深层疗愈

Copyright 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年八月 30 日

G 的问题：我想要请求你们谈及我的渴望、和疗愈自己与我的过去之寻求过程，具体地发掘我在这方面的搜寻，为了找到我那些未知的、带来创伤的学习、我在少年时期发展出自我排拒的主要起因、我在内心仍旧感觉到的分裂的能量，以及我曾向你们描述过的、在我存有某处的内在洞口。请随意地离开这些主题，接着大胆进入你们觉得可能对我有用的任何其他话题。我信赖你们。然后，在你们和这个器皿允许的时间与能量之范围内，我有很多问题要问。谢谢你们。

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间。得你们的团体呼唤是我们的荣幸，感谢你们给我们机会，对叫作 G 的实体此刻对自我治疗的探寻，分享我们的想法。一如既往，我们会请这个小组中的每个人、在使用自己大脑与心之分辨力之际、行使最大的警惕，因为我们分享的只是意见，没有独裁权威的性质。我们需要你们了解到，我们的意见不一定是对你们此刻有帮助的真理。如果你们发现了有帮助的东西，那么请务必跟随它们、工作它们，把新的洞见加在我们的意见

上，从而把它们变成你自己的。如果它们没有跟你产生共鸣、觉得有一种刚刚记起一个老朋友的熟悉感觉，那么，就请让它们掉落。

投生 (incarnation) 的开始似乎很简单，但它常常比看似简单的开始要复杂一些。虽然很多实体的投生过程大致从出生那一刻开始，有很多人，尤其是已有大量前世经验的人，进入身体、开始此生的过程，实际上在胎儿从母亲腹中出生之前就开始了。G 实体的情况就确实是这样，其实，这个圈子中的每个人都是这样的。这个表面上的胎儿、在娘胎中就已经有可观的觉知、甚至是基本的人格外壳。确实，在 G 实体出生的时候，大量相当复杂的工作已经完成，所以这个实体的投生也许在他诞生到这个世界之前大概八个月时就开始了，容我们说。

自由意志的界限不允许我们讨论在他母亲怀孕期间、G 实体周围发生的一些复杂情况，我们这样说毫不夸张。简单地说，父母之间的不同意见和不协调让 G 实体感到警觉和害怕，他确信，为了保护他稚嫩的敏感不受周围不协调体验的伤害，最好把生命体验中的完全注意力部分地转到一边。这个非常年轻的实体没有看到，这个决定可能为今后带来不方便。虽然如此，在很深的层面、在他实际出生前就作出了这个决定，所以 G 实体带着一种根深蒂固的重大偏见进入此生，不会完全集中注意力去听任何实体谈论可能对他造成伤害的任何事情。

由于 G 实体之家庭系统的特性，这个实体早期生活里的各种事件进一步强化了他保护自己的决定。经常有吵架发生、不协调的氛围一直在持续；随着这个实体长大、开始能够交朋友，然后在你们称为学校教育的文化体系里上学，越来越多的证据似乎都在表明，不和谐是他可以预料的典型环境；因此，每次遇到机会去事后评估他的那个最初决定，也就是不要任何感知上的权威所说的任何话；再一次，(结果)他总是再次作出那个保护自己、远离口头沟通的决定。

摆脱对语言的依赖有其正面的效应、让这个实体在内心建立一个安全的场所。它的明显的负面效应，是在短期记忆和长期记忆的连接上造成了缺陷，于是 G 实体心里产生出一种印象，似乎他不记得过去发生的那些事情。事实上，就像 G 实体的心里有些锁起来的档案，它们被认定为有污染或受到感染，容我们说，所以放在拿不到的地方；这在 G 实体的成年生活中形成了一个真正的绊脚石。凝视那些能够恢复所谓脑中的洞口或记忆中的缺口的步骤，我们发现，恢复这种尘封的记忆所需要的努力，在许多方面可能会被认为太过度。

更可能做到的是，去看看怎么工作以改变你那些决策的层次，沿着心智之树向下，重新存取那个点，即 G 实体在出生前首次作出偏离口头沟通的决定点。一个人在试图改变他为了自己好而曾经作出的决定时，必须了解到，他正在要求自我丢弃旧的可靠信息、信赖新的信息。通常，要改变一种行为或观点态度、最难的就是变得能够相信自我对新配置的判断；自我凝视着旧配置与新配置，接着对新配置的正常运转有自信。因此我们会建议：清理旧配置的第一步就是进入静默的心智状态，在那静默中创建一个工作室，容我们说，一个内在场所，让你可以在里面拿起这项工作、凝视它、考虑它。

对于这个器皿，这样的工作室是她的选择。她在创立这个工作室的时候、首先进入那种静默的心智状态，沉思她喜欢的场所直到从中找到她最满意的为止；然后她在脑子里为她觉得在做意识中工作时所需要的工作室，仔

细设想了一个细节。她为自己选了两个房间，外加办公室一侧的小浴室。一个房间用来堆放文件和办公，里面有一张舒服的椅子，她可以坐在上面沉思，准备自己去做意识中的工作。另外，穿过一个敞开的门户（gateway），没有门，只是一个连结两个房间的拱架；她创造了一个工作间，其中有三张椅子，椅子前面有一个大萤幕。在第二个房间里，她创造了两扇门，她的指引之男性与女性面向可以从那两扇门进来。当她邀请那两个面向进入房间时，它们进来、接受欢迎，然后大家坐在那三张椅子上：每个面向分别坐在她的一边，她坐在中间的椅子上。在一切就绪、开始工作前，她和（两位）指导手牵手，以他们的意愿照亮该萤幕、接着萤幕亮起来之后，她在上面视觉化该工作、并完成它。这个器皿搞了一个色彩方案，用地毯、挂毯、艺术品，以及任何她可以想到的东西，使得这个空间既神圣又漂亮。每次她调好音来工作时，都会在意识中移动到这里，她今天就是这样做的。

我们给你提供这等程度的细节、不是为了指出 G 实体应该设计的内容，而是为了指出：创造一个工作场所需要大量的思考和对细节的关注，这是重要的；只有这样，才能使 G 实体为自己制作一个真正属于他的空间，在那里感觉自在安全，放心呼唤他的指导灵和自己的力量。

这个器皿乐于帮助 G 实体创造这个神圣空间，但是我们的确要提醒 G 实体，这项工作的每一个细节都应该属于他自己，来自于他的心、魂、意。

这个工作室创建好之后，我们会建议 G 实体，如果可能的话，在尝试补救出生前作出的决定时，每天在意识中进入这个工作室。我们无法说投生前的决定，因为这个决定是在投生中作出的。但是，这个决定是在娘胎里作出的，这个事实有着严重的后果，为手头的工作增添了一定的复杂性；在这个决定对实体出生之后的自我感造成伤害[容我们说]的时候，这一层的复杂性不容易看到。

名为 Carla 的实体也是如此，她在开始正常投生之前就感觉到了很多忧虑和惊慌。这个器皿的惊慌太深、以致于延长了她母亲的怀孕期，所以这个器皿在十月足胎以后才出生。不过，这个器皿没有选择为自己创造一个安全空间、以拒绝出生后周围的部分环境。毋宁，产生出了一种深刻的，这个器皿会称为的，憎恨感。因此，和 G 实体的人格外壳相比，这个器皿的人格外壳更为好战、或更像是战士；她没有转向逃跑，但是最终朝向了战斗，而 G 实体只是转身溜开他感知到的危险。

我们会花点时间来向 G 实体指出，（他）感知那种使得语言毫无意义的和谐层面为负面的、或讨厌的，这并不可耻。使用言语来伤人的实体，确实使得言语失去了意义。语言不再有逻辑或道理，因为它们只是标志或符号，用来表达无言的、甚至不自知的偏见，这种偏见驱使实体以不合逻辑的方式使用语言。这不是他的家庭独有的体验；语言不是用于交流、而是成了用来控制或伤害别人的工具，一般而言、这情况在人类社会相对泛滥成灾。一个家庭如果没有这种情况，的确是蒙福的。G 实体现在已经加入了一个以灵性为基础的家庭，这个家庭持有的价值观是：说话只用来沟通，不是为了控制人或伤害人。不过在这个家庭系统中、每个人都会常常犯错误，所以偶尔也有这样的时刻：言语不光用来沟通，也用来控制、说服或伤害。我们会鼓励 G 实体和这个家庭系统中的所有人，在跟 G 实体说话的时候要谨慎思考，了解到这个实体创伤的特性是觉得言语可以当成棍

子、石头一般使用。在任何时候，当沟通不小心滑落到说服、伤害之际，如果感知到有一种相关的能量、而且可以谈论它，那么我们会鼓励你们立即作出真诚的努力，清除沟通的障碍，重新确立该沟通即为两个人之间清晰又甜蜜的能量通道。

那就是关于沟通在清澈的[如这个器皿所称的]蓝色光芒中进行的美好事情。当心是开放的、言语用得良好的时候，每一个字都携带着心的能量，使人们能够感知到：它不是前来伤害、而是前来协助的。随着在这个家庭系统里生活的时间增长，逐渐地，G 实体已经发现他越来越能够在听别人讲话时、不会变得紧张不安或渴望走开。这是因为自我的那个潜意识部分，认识到这些好话的健康与吸引力。对于这个实体而言，这是一个全新的体验，他在很深的层面上极其感激它。不过，毕竟有积压了二十多年的困难、以及重复作出的选择，它们一再确认那个认为语言基本上是「坏」事的最初选择是对的。为了交谈的缘故，我们在这里的说法有些过于笼统。

我们给了这个器皿一个夜晚沙漠的图像。天很黑，四周很静。的确是寂静无声的。只有在沙漠中能看到、星星如此地点缀在夜空中，周围没有城市、没有人造光源，实际上没有任何住所的迹像。这就是简朴的环境。这种黑暗、这种安静，可以很好地成为 G 实体为自己选择的工作室的一部分，因为这两个外在标记代表简朴，而他目前的障碍是对抗复杂性的反应。我们用这个器皿并不理解的方式来到这里，我们为了把她移出其舒适层次而请她原谅；但是，在处理出生前作出的决定时，我们处于一种影子大地。在出生前，当实体还没有选择身体、没有承诺与银丝线连接的时候，非常接近他那个实质性的更大实体。在这个时候作出的决定，不是不可取消的，因为它们不是人格外壳的一部分；但是，它们有着初始决定的惊人气力，而这些决定从来还没有被绕行或改变过。

所以，移动返回这个黑暗的空间，它也许不只是沙漠，还有更多：该子宫本身，那个从未见过任何光的真正黑暗。要了解到，子宫本身对于 G 实体是一个危险的地方，到处都没有安全。怀着 G 实体的那个（母亲）实体是愤怒与不高兴的。这情绪会自我交流，尤其是当这个实体和 G 实体的父亲谈话的时候。我们并未暗示 G 实体的父母是负面导向的实体。的确，G 实体的父母和他一样，都是在寻求学习与服务的有爱之美丽灵魂。无论如何，G 实体在自己的设置中选择他们、为了给他带来一项旨在开放心（轮）的人生课程；而的确，由于这个最初的决定，这种设置在某种程度上、从一开始就没点着火（失灵，misfired）。

当 G 实体开始投入、返回那些促成这个早期决定的恐惧层面时，我们鼓励你要有极大的耐心和悲悯的感觉。把自己看成一个医生，被呼叫来除去一根深深插入手指或脚趾中的刺；这根刺产生出很多痛苦，让那个附肢无法使用。随着时间的发展，那根刺已经无法自己解决问题，而是在那里化脓了。实际上，它已经把自己包了起来，使它无法用钳子夹住、无法把它拔出来。

把你在工作室中进行的工作、看成是把那个附肢[那只手或脚]放在你的静默、黑暗、冥想的热水中，然后想想在哪儿能找到泻盐之类的导泻溶剂，来导出深度的感染。在这种治疗工作中，你会呼唤自我的哪些面向来协助你呢？你会呼唤你的指引（系统）的哪些面向呢？如果你准备呼唤一个图腾动物来给你勇气、面对你最深的恐

惧，你会选择什么动物呢？花时间来回答这些问题，选择这个图腾动物，跟它交朋友，这样你就可以请求它帮忙。当你做这项工作的时候，为了抚慰你的头脑（mind）、让你的心歇息，什么气味或香味会是你认为最好的、最能给你灵感呢？花时间来查看这个问题，选取一种你做这项工作时可以使用的精油或馨香。找到尽可能多的方法来为自己设置一个魔法时间，于是当你进入这个工作室的体验之际，你正在使用所有的感官、所有的帮助、以及你人格外壳的所有面向，把它们带入这项工作来处理这个问题。

要处理这么多的细节，你似乎是在绕着这个问题跳舞；但我们的感觉是，在自我的新配置中创建一个安全所，使它形而上的吸引力、健全性、实质性不比旧想法配置的安全所差，这具有核心的意义。因为你无法愚弄潜意识自我，它不会因为你在一个肤浅层面上要求它疗愈、它就自己这么做。要说服那个小孩-自我、那个婴儿-自我，从一个小密室（closet）换到另一个小密室是安全的，这需要花费时间。我们说「小密室」，是因为我们在先前讨论你的具体困难时、用过那个隐喻。这个器皿今天早上正在编辑上次这个小组为 G 实体举行的特别聚会，我们在其中就用了那个术语，因为在选用它的当时、它显得很不错；只是最近，它才越来越多地从小密室变成监狱，更像一个受限的地方、而非安全所。

当你给那个小孩自我提供一个新的安全所时，因为它没有旧式安全所那些整齐的边界，新的安全所需要是很详细、很具体、很可信的。这需要认真的重复，不是一天或一周、甚至一个月能够完成的工作，试图在人生这种深入层面上说服自我，你是认真的、需要花些时间。

要在投生外修改各种想法是相对简单的，因为它们是可见的；显意识与潜意识之间的面纱并未驻守，你可以在非常深的层面上、甚至在原型层面上有意识地完成工作，虽然肯定不是很快的。在投生中，这样的尝试是不可见的；一个人可以在显意识层次对可见的部分做工作，但真正的工作大部分是在显意识之下，在个体显意识的察觉之外完成的，因此你在这些工作坊冥想中完成的工作、会在睡眠中就位。也许 G 实体会开始有一些梦的体验、指出这份材料正在被处理。

这项工作完全得靠信心来完成，因为不会有立即的结果；当结果确实开始进入显意识心智之际，只会是一个又一个的暗示，一个又一个的线索，而不是一个完整的「啊-哈！」的经验。但我们相信 G 实体正在好的路子上。我们同意 G 实体的看法，走出这个小密室是有帮助的，因为这个先前的安全所现在已经变成了很大的限制因素。每次这个实体听而不闻的时候，都是因为那相同的机制在完美地运转，要保护 G 实体免于痛苦。

想一想，要 G 实体去要求自己听闻一切事物，这将是多么勇敢的事呀！在他提出这个要求、接着获得听闻一切的恩惠以后，这个世界还是一样，许多实体还是用语言去说服或伤害，而非沟通；那情况将不会改变，第三密度环境的这个基本事实将依然如故。结果是，这挑战在于、怎样在自我之内创立一个经得起时间考验的意图。

我们提供协助给 G 实体，在 G 实体的冥想中和他同在；并且向 G 实体保证，只要他请求，我们就会加入他、作为深化与稳定他冥想层次的能量。

容我们问，现在有其他的询问吗？

G: Q'uo, 我认为自己是一个非常幸运的人，能够和宇宙外层空间的一部份谈话、并且得到某种友善的建议。

你们在过去的一次通灵中陈述，我有相当多的灵性能量、可供我的服务使用，而获得那种能量的途径几乎是完全天然可靠的。你们能不能多少评论一下，这种灵性能量是什么？我怎样才能安全地汲取使用它？

我们是 Q'uo, 我的兄弟，在此时，那就是我们在那个主题上可以说的程度\*。现在有进一步的询问吗？

（\*编注：意思是上次说过了，到此为止。）

G: 酷。好的，（接下来）这个问题，我可能得到类似的回应。

有时候，我观看自己特殊的道途、它可能有些必要条件、某些自设的限制，好使我把它们施加在我的行动上，理由是要良好地达成我认为的最终目标[我认为自己的寻求将引领我到那儿]，也就是，成为一的法则的纯净通道。你们能不能告诉我，是否存在这些必要的条件，它们可能是什么？

我们是 Q'uo, 觉察了你的询问，我的兄弟。一般而言，怎么选择有目标的途径完全取决于该个体。有些人选择一种有节制的生活方式作为净化内部的外在标志；在那种情况下，遵守苦行戒律的训练有帮助。对于其他人，好比这个器皿，有一种天生就锻炼良好的内在生活，相反的生活方式反而是好的；这个器皿工作自己，容我们说，好多点乐趣，不要太过认真地看待自己。对一个人管用的事情不会对另一个人也管用。对于某个实体，出家、贫穷、服从、禁欲、传统的弃绝世界是非常舒服的、具有疗效，并且创造出一种内在空间，使他觉得终于自在了。对于另一个实体，这个充满了过分与不平衡的世界本身，在她看来却是伊甸园。我们只想请求你跟内在自我保持联系，足以使你感觉到，节制或放任之类的选择，哪个更适合你。寻找你自己内在的平衡，而不是任何其他人的平衡，也不是任何其他思想体系所定义的、好的行为举止与灵性环境。查看自己的内在，问问自己与你的指引：「我需要什么？怎样的环境会帮助我去服务造物者的想望？」深深地聆听，多问几次；如果你可以的话，写下你可能得到的印象。

和你自己交流是好的，创造一种方式跟自己谈话。例如，这个器皿有一个笔记本，当她想望移动更深一点、进入她的指引（系统）时，她会真的坐下来、写下一个问题，然后单纯地请求指引；如果下一个想法进入心智，她就开始把它写下来，仿佛这想法不是来自她，而是流经她而来；她发现这样做很有帮助。我们不知道什么方法可能对 G 实体管用。工作你的梦境，使用它作为自我交流的通道，可能对这个实体更有帮助。无论你选择什么交流模式，我们会建议，带着坚持不懈以及我们之前说过的耐心来追寻它。这是一个由自我发起的、自我的长期进程，没有老师之权威的捷径，只有可看见的、耗费时间的因素。不过，我们会对 G 实体说，没有一个外在的老师可以影响这个特殊的困难。重点是自我和自我一起工作、开始平衡这个跑到如此深层的扭曲。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G: 谢谢你们，那是个好的忠告。让自己去发现什么是对或错的，我理解这意味着什么。我针对刚才那个问题来延伸发问。你们可能有这个问题的答案，也可能没有，但我想要问，因为我自己都搞不太清楚。我好奇地想知道，酒精、香烟、精制白糖这三种东西。尤其是酒

精，对于我及其寻求有什么影响。我在社交场合应景时会消耗这些东西，偶尔喝喝酒，但有时候觉得它好像会给我的道途带来某种「伤害」，我觉得这两者好像有冲突。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在先前讨论过、任何改变情绪的物质都可以看成捷径或拐杖。香烟和酒精都属于那种东西；那个你称为精制白糖的东西，也以一种更微细的方式来改变情绪。然而，我们相信，在这方面更多地谈论这些物质会超出我们适当的限制。无论如何，它们对这个实体的进程没有关键作用，但有其影响，就跟一件事物都对 G 实体有影响一样。因此我们把这个问题留给 G 实体，让他自己来评估什么是使用这些物质的适当平衡。这个实体觉得这些物质有帮助吗？如果是的话，什么是这种物质的适当用途、适当的平衡，或者黄金比例在哪里？

现在有最后一个询问吗？

G：有的。去年，另一个本地的管道告诉我，在过去的某个时期，我和家母之间有一种深深的严重裂痕，照这个管道的源头所描述的。我不知道这里面的机制是什么，或这是什么时候发生的，但是，这个信息似乎和我有共鸣，因为我曾经有段时间觉得，我和家母之间有一种我永远无法突破的距离。有太多次、当我正和她说话的时候、我会不由自主地感到对她之所是的恼怒和不宽容，我实在一点都不知道这从何而来。为什么我会那样地感觉呢？你们能够谈谈这一点吗，Q'uo？还有，谢谢你们今天在我身上花费的时间。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉得说出来是无害的，这种分裂不但存在于你和母亲之间，也存在于你和父亲之间，但前者程度肯定比较多；分裂在出生前就出现了，在你作出的最初决定，你要和天性不和谐的人保持距离，该分裂是这决定中不可或缺的一部分。婴儿 G 感觉到的弱点现在已经不再对现在的 G 实体有影响。然而，如我们稍早说过的，这个早期的决定从未被取消过，这个实体需要花些时间、才能到达选取这个分离的存有之深处。

我们感谢 G 实体、为了他的工作、他的爱，和他对我们的呼唤。和你们每个人一起在这些问题上工作，是我们特殊的快乐。我们的心和你们每个人、以及你们深切而永无止境的努力在一起。在揭露存有(生命)的过程中有很多挑战，风中满是稻草、挫折、考验。我们称许你们每个人的勇气、爱、和坚持不懈。你们是美丽的存有，我们祝贺你们，我们希望可以帮助你们绽放。你们做得很漂亮。我们与你们同在。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai. Adonai。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_0830b.html](https://soultw.com/TL00/2004_0830b.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_0830.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0830.aspx)

---

## 第 27-17 集：群星之间

---

Copyright 2016 L/L Research

特别冥想 1974 年某月某日

(L/L 编辑的话：我无法在 L/L 研究中心的网络资料库找到这篇传讯。因此，这是该传讯的唯一留底。很可能、用于录制这场集会的录音带被重复使用、拿去给另一场集会使用，因此遗失了这场集会，直到现在。)

我是 Hatonn。在无限造物者的爱与光中，我向你们致意。今天傍晚和你们同在真是巨大的荣幸。能够服务那些寻求者总是一个巨大的荣幸，而你们寻求的服务是出自服务于太一造物主的众星球邦联。我即将要调节这个器皿、持续一小段时间。如果你们愿意，请保持耐心，我们很快将继续这个通讯。

我是 Hatonn。我和这个器皿同在。我很高兴和你们在一起。再一次，我向你们致意、在无限造物者的爱与光中。我们，位于服务于太一造物主的众星球邦联之内，在此以任何我们可以的方式来协助你们。

我觉得到现场有一些问题，而这些问题应该被回答。我们将尽最佳的能力回答它们。无论如何，有一些特定的限制。这个器皿并不觉察该问题。无论如何，我将使用他来对你们传递：我们对于实相是什么的意见。

实相确切地就是你所想的样子。我们的实相各有不同。我们的实相是我们渴望它所是的样子。你们的实相不一定是你渴望它所是的样子。就渴望之机能产生实相而言，你的星球上的条件不是正确的。

然而，服务于无限造物者的我们、能够欣赏任何我们所渴望的实相。这可能似乎是奇怪的，但这是真实的。这就是为造物者的孩子们计划的、让他们都经历到其渴望的实相。

此时，你正在体验你渴望的结果。你将继续体验这点，直到你离开肉体生命。我们正在尝试对你展示：如何更改实相、好让它在你们目前的限制内、精确地符合你渴望的东西。这是你们的天赋权利，它是简单的事。每一个人本来都可以精通它。

而在你们正居住的星球上，许多人没有精通这个简单的原则，原因是这些居民已经忘记该原则了。在过去的数周，我们已经尝试以许多方式、对你们陈述该原则。无论如何，它是如此非常地简单、以致于难以安住在它上头、即使有许多不同的方式、也难以持续一小段时间。

此时，你们星球的人群难以理解这点：他们被闭锁在一个幻象之内、一个由他们的渴望所创造的幻象；而在任何时间，(只要)他们渴望，他们可以解锁、释放这个自己造成的幻象，单纯地借由改变他们的渴望形式。

我的朋友，在这个星球上，大多数的个人此时真的继续渴望他们目前正在体验的一切。你可以说，这点已经被编程[以你们的表达方式]进入他们的意识，接着他们继续其目前的表达自我之方法、同时体验他们身处其中的幻象。在过去，我们曾多次向这个星球的人群指出：在任何时间，解锁这道幻象之门是有可能的。一个人只需要学习去思考。

在你们的星球上、许多机构公开宣称教导思考。无论如何，我们发觉在它们当中、非常少数的机构教导任何跟真切思考有关的东西。这些较高学识的机构所教的思考受限于你们目前居住其中的幻象。这是我们正在尝试打破的东西；这是我们正在尝试帮助你们从中抽身的地



方。这是我们唯一的真正服务。有一些思考方法以抵达你真切渴望的目标；有一些思考方法可抵达的目标位于你们目前幻象的限度之内。如果你想要抵达你真切渴望的目标，你必须开始以一种方式思考好达成这点。你也必须拒绝所有和这个幻象关联的所有思考形式。

首要地，这结果的显化是透过彻底清除(你的)智力估量与复杂难懂的东西；它们跟你日常生活中发生的各种显化与后果有关。为了达到这层思考，也就是你真切渴望的东西，一切必须的要素就是排拒所有智力的游戏与预先假定的价值观，接着返回一个单纯的理解；理解宇宙造物的合一，以及你作为它的一部份、在其中的角色。

这并不需要任何复杂的智力评估或理解。只需要你每日在清醒时、每一个瞬间变得觉察，知道你是一切万有的一部份，而一切万有即是宇宙造物，同时宇宙造物即是爱。

这有可能吗？这是可能的。我们已经回答这个问题、因为我们已多次看到它的完成。我们，隶属服务于太一造物主的众星球邦联，在此帮助你们了解这个可能性，然后展示它。除了这个，没有其他东西具备任何价值。在你们的幻象之内，似乎有许多东西具备价值。然而，它们没有价值。

你可能会问，为什么这些东西不具有价值。我的朋友，它们不具有价值、因为它们并未存在。它们在幻象中存在、而非实相。你们的幻象是宇宙造物的一个非常、非常小的部分，而且它维持的时间(短到)甚至不值得考虑。

你们的幻象是由你们创造的、为了让你们以特定的方式表达。它对你们也是一个必要的幻象、好产出你们渴望的灵性成长。无论如何，如果你如此地愿意，这可以任意地被加速。我们在此要帮助你们产出这种加速。你只需要看看四周；在该幻象中，有特定的人表达这份知识，而有些人则没有。你要选择哪一个：表达这个爱与合一的理解，或者拒绝该理解、停留在这幻象之内？

我们知道答案。这就是我们在此的原因。我们在此帮助你们拒绝这幻象，接着加入我们、服务于太一造物主的众星球邦联；我们一起享受天父的整个寰宇造物，而非一个小小的幻象。

有些个体四散在无限的宇宙造物之中、他们为了自己创造有限的小幻象。个体陷入幻象状况的原因是众多且各有不同。无论如何，我们发觉：宇宙造物的每一个部份的真切渴望都是合一，我已多次说过这件事。

我们在此帮助你们重新发掘这点。我们已经在宇宙造物中的其他地方做过这件事，我们将继续这么做，因为这方面的服务是我们在服务造物者过程中、能够企求的最大奖赏。我们了解、当一个人持续地被这恒常环绕的幻象所催眠，要打破这个状态、抵达你渴望的理解、这是很困难的。无论如何，在短时间做到这点是相当可能的。我的朋友，这路线是什么？一次又一次，我们已经对你们陈述：冥想。冥想就是你到你寻求的合一之路线。

对于许多被困在这个幻象里面的人来说，要理解冥想的重要性是困难的；他们也难以理解为什么冥想就是解放的路线、可以解开他们目前受困的锁链。但是，我的朋友，这幻象是一个心智的幻象。冥想是一种心智的练

习，它反转你们通常认为的心智练习[在这幻象中]。要抹除你们已创造的幻象，这就是必须的，反转各种创造幻象的心智练习，退出你们的陷阱。关掉你的心智、你的智力头脑。让它再一次吸收造物者的知识、那位于心智深处的知识。让这陈述成为你的思维，而非由群众给你的东西、他们继续在这幻象里面过活。这个简单的过程将把你渴望的东西带给你，遍及所有的宇宙、所有造物主的孩子都渴望的东西：爱与光。

许多造物者的孩子已经走得太远、离开这爱与光。他们深沉地钻入自我制造的幻象；以他们心智显化的长袍紧紧地裹住自己。他们已经这么做、直到他们如此深入地闭锁在这个显化里头，以致于我们甚至无法和他们通讯。假若我们降落在你们的地表上，抓住他们的肩膀，直接地对你们说话，他们不会听见我们。他们的幻象是如此强壮、以致于他们会试图杀死我们。

目前，对于这些人，我们找不到协助的手段，这使我们忧伤。他们将要花费比较久的时期、好回到羊栏，因为他们将必须体验这幻象的产物一段时间，最终，该幻象驱使他们回到原点，他们在那儿可以开始重新和太一智能沟通。

有些人，好比在场的你们，是非常幸运的；因为你们现在有机会直接对星际邦联的实体沟通，于是得到你们渴望的协助。我们的载具位于你们的天空中。我们成群结队地待在你们星球的周围。但我们行驶在很远的距离之外。

为什么这是必须的？为什么我们不能来到你们当中、虽然我们如此渴望？我的朋友，你们已创造的幻象太过强烈了，它必须被弱化。每当你们的人群看见我们的飞行载具、都有其些微的效应；我们的计划是帮助你们弱化这个幻象。当你们人群读到或听到任一个讯息，好比现在这一个，都有其些微的效应、弱化这个幻象。但只有你，只有个人，可以确切地把该幻象还原到它的本质：一个疯狂的、多余的显化；它出自那些在你们星球上过活的心智。该幻象的气力强大、几乎紧抓着所有居住在这地表上的人。由于这幻象的气力，最后一位来到你们当中的伟大老师、在他人生的早期就被拔除了，因为这幻象带着物质的力量显化、在这幻象里面的力量。

但是，我的朋友，该幻象是如此地受限：局限于无限造物中的一小点。我的朋友，为什么它是如此地受限？它被自己限制了。因为在这宇宙造物中，这类型的幻象总是受限的；因为那就是它们的本性。

拒绝这些限制。重新加入你们的弟兄(姐妹)，他们和整个宇宙造物是一体的。看入你们的夜空，那儿有着亿万又亿万个恒星与行星系统，来自四面八方。不过，这环绕你们的幻象、它的气力限制你们看到它们如同微小的光点。

造物主从未意愿祂的孩子看见宇宙造物如同漆黑中的微小光点。祂意愿孩子们去体验全然的爱与光，也就是宇宙造物。把这限制从你的意识中抹除。你们是不受限的。你们和我们是相同的，我们全体都是相同的；我们全是宇宙造物，宇宙造物的全体是我们；宇宙造物注定是我们的、而我们全体注定是宇宙造物的。抹除这幻象。这即是我们对你们的服务：教导你们去探寻你们渴望的东西。

你们是非常幸运的。在这个行星上，你们许多的弟兄

(姐妹)不能也不愿听见我们。如果他们听见我们，他们无法理解我们。拿取这个机会、好重获那本来就是你们的东西：一个充满爱与光的无限宇宙造物。  
我是 Hatonn。Adonai vasu。

(V) 2017 Translated by cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/1974\\_Stars.html](https://soultw.com/TL00/1974_Stars.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/library/voices\\_of\\_the\\_confederation/voices\\_of\\_the\\_confederation.aspx](http://llresearch.org/library/voices_of_the_confederation/voices_of_the_confederation.aspx)

(《邦联之声》第十章，pp. 276-281)

相关内容：

Q`uo 文集 - 如何冥想

活出一法之导读：服务无限造物主的星际邦联

L/L 演讲集 - UFO 在灵性上的重要意义 (by Don)

# 爱与光图书馆选集 第 28 辑

## 第 28-01 集：住处与工作

Copyright 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年八月 4 日

P 的问题：我会很感激关于我在行星地球上体验的信息。你们可否确认我是流浪者？请和我谈谈怎么找到合适的地方、合适的工作、合适的服务，好实践我存在 (being) 之目的。

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意；在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。我们想要感谢叫作 P 的实体呼唤我们到这个寻求圈，也感谢每一个加入这个圈子来支持该实体及其灵性演化的人。能够和你们分享我们的想法，是我们极大的荣幸和福分。一如既往，我们只请求你们每人充分了解到、我们是陪伴者而不非权威，不要求人们遵从或跟随，只是有些曾被认为有帮助的意见。我们为此感谢你们。然而，为了让我们能够与你们分享意见，我们必须知道你们的自由意志没有以任何方式被删减；对于我们分享的观念、任何你们不赞同或没有共鸣的、你们都能够丢开。在这个真理不断变化的世界里，普遍的规则有其适当的位置；个人的真理是主观的，某人今天的真理、可能未来的某一天就不再是他的真理。因此，一般而言，真理和思维必须用你自己分辨力的码尺来衡量。永远不要轻率地假定某人的意见是好的，毋宁，问问自己：我对它有共鸣吗？我是否感觉它好像是某种我早就知道、现在刚好被提醒的东西呢？如果是这样，那就该让那个真理成为你的真理，认领它、使用它，我们希望你们今天能在我们所说的内容中找到种种资源。无论如何，要主动把那些没有共鸣的东西放在一边。如果你们能这样做，我们就能自由地与你们分享一些想法，而不用担心自由意志的议题。我们为此感谢这个圈子里的每一位。

P 实体问我们是否可以确认他的流浪者身份，我们可以说，这个实体的确是流浪者。P 实体的能量和菁华符合从别处来投生的特征，这些能量和菁华已经在他的人生中创造出各种挑战和催化剂。虽然如此，这种挑战和催化剂在各方面都是预先选好的、为的是把自我带进一个不断改善的地基，不是把人钉住、固定在一个环境中，而是恰到好处地插进该环境中的适当位置，让人觉得越来越舒服、越来越适应这个环境。就这方面来讲，我们会确认 P 实体有一种倾向，觉得不管在哪里、他都可以自己所在之处建立一个越来越强的家[容我们说]，在情感和灵性上越来越体会到家的安全感。任何区域的土地与能量都是相当有个性的、而且是鲜活的；接着，P 实体无论走到哪儿，都能进入当地的土地之灵，生活在那里的能量中。我们愿简单地向 P 实体担保，在你感到有共鸣的任何地理位置，你所熟悉的那种对当地合适位置的楔入都会发生，因为这是一份你带入投生的人格礼物；这种与一个地方的灵性密切联系的能力是你人格外壳收到的天赋、它和妳身为异乡人面临的挑战相连结。

这就造成了一种情形，该实体可以随意选择居住地、而不用对此处是否有力量支持他而过分担心。我们只会建议不要选完全城市化的环境，因为那种环境人口密集，很多居民没有任何与当地灵性建立联系的愿望，所以把

自己置入这种地理位置的灵性努力、会相应削弱很多。这种愿望的缺乏在一段时间以后，会引起城区这类地方对置入当地灵性菁华的努力变得没有感觉、甚至产生抵抗，因为那里的菁华和实体在漫长的时间里、已经遭受了例行的习惯性伤害。所以最好把目光转向那些半乡村或完全乡村化的住地，那里的土地对当地居民有着长期的信任关系。其实我们相信、对于这个实体以及很多流浪者来说、由于你们有把自己融入当地灵性的能力，那些开始醒悟到大自然与人类可以建立伙伴关系的地方对你们更为理想，因为你们能够收割前人用无条件之爱和有益的工作在那儿播下的种子。

在某种程度上，像阿瓦隆神圣成长中心(Avalon Sacred Growth Center)，这个器皿在自己的灵性路上如此聚焦的地方，它就已经被唤醒了，这个器皿记得的叫作美赫巴巴的避静所也有这种性质：大量工作已经在此之前完成，从而在地球上的第三密度和人类目前的这个发展阶段、缓和了土地对人类怀有的典型不信任程度。

你的问题还关系到合适的生活方式。实际上，对这个问题我们几乎没什么可说的，除了让 P 实体放心，当实体服务于无限造物者的时候，在他眼里基本上没有任何工作会被认为是糟糕的选择，即使像 G 实体那样，他此刻出现在这个器皿的脑子里，选择去做一个在世俗眼光中简单的饮料与食物之服务员。这个实体服务他人的态度、以及带着开放的心和爱的能量来决心缔造不同，这些已经达成了合适生计的要求，也就是以一颗专注之心[如这个器皿会说的]来服务太一无限造物者。要去服务的纯粹渴望在形而上界是很强大的；一旦采用了这个在一切所见、所求、所观的事物中为无限造物者服务的决心，服务就确立了；单单在第三密度之内，这绝不会是真的。因为在第三密度之内，想法不是东西；在这个器皿和这个圈子里的人所享受的共识性实相中，想法只待在脑子里，怎么把想法付诸行动才是令人印象深刻的，所以也最被谈论。虽然如此，共识性实相背后不是一个物体的世界，而是一个想法的世界；想法就是那个世界里的物体，那个世界位于 Ra 群体所称的「时间/空间」中、或存在的形而上或内层领域中。在那些领域之内，就你为太一无限造物者服务的意图来说，我的弟兄，我们不相信任何你赖以谋生的任何工作、不会被认为是合适的工作。

人们想获得安全感的需要，常常很难完全获得满足。P 实体需要的是什么呢？这个实体需要付出什么程度的努力或劳动、才能满意地感到、他在以一种值得尊敬而且适当的方式照顾自己呢？当然，我们赞同一个实体如果有可能工作的话，就基本不要变成社会的负担。更确切地说，就找到一个特定的合适生计的方面，我们想望使该实体的心智放松，然后重新导引思考路线：在为很多人工作的那方面、找出他可以聚焦服务之喜悦的工作。这个实体有不少的天赋、完全足以找到谋生的手段；有好几个机会都可以让他开个银行帐户、支付帐单。我们鼓励他就这个问题进入内在、很真诚地请求圣灵以最有帮助的方式给他提示、暗示、线索，从而可以用他更多的全我或整个自我来解决这个问题。

正如 P 实体清楚察觉到的，自我不仅仅是显意识心智，还包括潜意识心智。而潜意识心智羞怯于以任何有意识或理性的方式来给出信息。不过，存在着一个充满同步性、巧合、若隐若现的提示的世界，那些提示包括路标、鸟翅、风中飞舞的蝴蝶、以及象征造物者和祂的方式的任何其他标志，它们对于 P 实体会是在主观上有趣的、有意义的。

还有一种非常有效的方式，那就是以梦的工作来了解潜意识心智的真实感觉。在你需要做决定的时候、特别注意周围环境中不分昼夜为你提供的丰富信号，这样是很有帮助的；留心、观察、请求。最重要的是，在似乎适合你[作为一个实体]的日常冥想或沉思之类的静默中记住请求。请求，因为真理只有在收到请求时才会来临。因此，要记住去请求。当门是关着的，记住去敲门；如果需要帮助，记得去成为一个作响的轮子、发出吱吱声。

要了解到、你与灵性的关系是难以置信地亲密。了解到造物者离你比这个器皿的声音还要近。了解到你自己的力量。拿起那种力量、拿起那种魔法、好好使用它。有意识地使用它。总是在请求后再依靠它；务必倾听静默产生的回音。有可能静默不会给你任何你能确切说出来的东西；不过当你离开那种静默、离开那种请求的时刻以后，要觉察到，会有通信发生，但你必须留心它、密切关注它。一旦这样的通信受到关注，它会像花一样繁茂地绽放，还会进入其他的想法种子；如果这些想法种子受到关注，也会繁茂地开花。只要你不断地关注，这个追踪灵性成长所需信息的冒险之旅就会遵循碎形(fractals)的重复性模式不断发展。实际上，这是一个永无止境的寻求，一个永无止境的过程。寻求者不会因为一个询问有了满意的答案而停止学习，因为每个被回答的问题都会产生下一个开始、通向进一步探询、进一步的挑战、进一步的发问。你可能预期或感觉自己成功地体验未知的的循环周期，接着觉得对于自我知识是疏忽的、落在功率曲线的后面。存在这些未知的季节是为了给你机会去播撒内在那些珍贵的能量种子，然后施肥除草，照料它们，让它们开始绽放。

你还询问到、关于你人生中此刻合适的伴侣。我的兄弟，就这一点、我们会对你说：你正在寻找合适的伴侣，这是正确的。然而，你寻求的伴侣名为P[你自己]，他渴求你真实的奉献、承诺、爱。这个实体[你]就是你首先需要去爱的实体。有些实体在生活中的确必须有那种令人激动的伴侣、以及那种伴侣关系中的滋养，这是真实的。但我的兄弟，如果一个人开始觉得没有伴侣他就是不完整的，那就是一颗绊脚石了。你在任何情况下都不会不完整。一个你珍爱而且也爱你的其他自我、对你来说的确是无偿的。不过，除非你能够无条件地爱自己、拥抱你人格里甚至最黑暗的阴影，你将不能够去滋养、珍惜另一个灵魂。你首先得学会成为自己最好的朋友，自己的爱人，确实地爱上自己，如这个器皿经常对很多人说过的。这并不意味着你对自己的缺点和不成熟视而不见；其实对这个器皿来说，爱自己是一场不断扩大的冒险，去更多地了解那些不安全感、自我的那些愚蠢处、人格和观点的许许多多缺陷和斑点，容我们说。有太多太多的地方可以发现，若一个人长期懒于检查一己的假设，就会把有关自我的许多虚假事物都假定成真实的。

但是如果一个人深爱自己，他就能受得住这些打击而不会变得沮丧。一个人不完美、需要努力改进，这没有什么可羞耻或感到泄气。假使你不是不完美的，你就不会被允许进入这个行星地球的环境、被称为晚期的第三密度。正是这些显著的扭曲为你赢得来到这里的时机，因为你渴望在这次投生中、为自己的个人成长处理这些扭曲。你到这里来、不光是为了帮助治疗地球、或者把光带入一个此刻急切地需要光的黑暗世界；你在这里也是为了平衡个人的能量。我们已经向你推荐了你所能做的一切，那就是甩开评判这个绊脚石、越来越能够进入自

我。此刻与你共享第三密度的人，有多少人能说他已经变得成熟了？这个器皿知道你在这次会议前对V实体说过：有多少实体能够有点准确地说，他们已经清理了自己的行为，如果现在他们站在光的伟大阶梯前面，他们绝对确信自己会加入第一批扬升的人群呢？

我们对此给你一个相当准确的大纲：答案是没有人(能够)。你们地球上的人，如果用世俗标准来衡量的话、没有一个人值得继续前进(到下一阶)。然而，一个想望演化的人面临的挑战、不是怎么变得值得，而是成为谦卑的；不是成为被救赎的，而是了解到自己无可救药地无知；不是得到成功，而是接受成为值得的这个目标是愚蠢的、虚荣的，如同这个器皿会说的「努力追风」。就像传道书中的老师一样，她看见一切事物都是虚荣的。所有对智慧的寻求，所有寻求用合适的工作、合适的地理位置、合适的伴侣关系、合适的任何东西来给我定位的努力，都仍然在忙于把这个器皿经常称为人格外壳的那个结构合理化。我们不会以任何方式嘲笑做这些事情的渴望，它在你们文化中很流行。社会期待实体对于自己做的事、住的地方、交往的人都有正当的理由，期待每个人走的都是一条合理的、可以用语言来追述的路，以便证明他的决定是合理的。而我们会说，我的兄弟，从这些考虑的细节往后退，每一天至少花一部分时间，允许自己在自我的完整系统中歇息。在那个系统中，完整无缺的自我浮现出来，自我的菁华变成你的真实关注。简单地说，你在这里就是为了在(be)这里。这话听起来是重复多余的。无论如何，存在(being)的技巧在人类中几乎已经衰退。没有(相关的)文化训练；现在的文化训练只有戴上面具、认同角色、实践利基点的能力。你远远超出那些能局限于一个利基点或人格或任何面具下的事物。你是一切万有。你是造物者。

一个进入投生的人就如同一张全息图。我们进入这个器皿的心智、捕捉她今天早些时候和V实体谈话的部分内容；V实体描述说，即使只是全息图的一个微小碎片，当它被辐射或相干(coherent)光束穿透时，都允许一个人以立体的方式看到那个碎片的母体的完整样式。身为造物者的一部分，你正是用这种方式讲述着造物者的真理，虽然你只是一片微小的火花，那个全息图的一个微小碎片。你所寻求的一切、都在你里面。因此，很实在地说，寻求其实就是在演化中的自我里面找到一个位置，在那儿，你能听到来自深层心智的鼓声、听到那些(隐形)助手、它们聚集在有意识寻求的你的周围。你能够醒觉到这个无限宇宙包含的种种可能性。这种无限、这种巨大的可能性，时时刻刻都在敲打着你；如果你没有抓住它，把它拿起来、承认它、祝福它的话，它就会被忽略。如果你没有感谢它、使用它，它就会后退、藏起来，最后，自我内在中那些入口会退化甚至关闭，因为无知[也就是你的忽略]而堵住了它们。

我们会鼓励P实体从对投生细节的考虑中升起，尽管它们也是重要的，每天抽出足够长的时间、进入静默，作为一个无限察觉的、完全不受阻碍、无限制的永恒公民，在你的菁华中歇息；爱那菁华，相信它，知晓它属于这个器皿称为的真葡萄树。这个器皿手上的神圣著作[圣经]有一个部分散布在几篇福音书中[来自耶稣·基督老师]；耶稣老师在此提出了真葡萄树的概念[1]。在这个特别的比喻中，真葡萄树属于造物者的王国，从这个真葡萄树上长出了真树藤。有时候，一些没有真葡萄树优点的其他物种会被嫁接到真葡萄树上。这些嫁接的分枝可以暂时生长，但它们的表达方式无可避免地会让演化中的寻求者得出结论，它们不属于自我的真葡萄树。那时，实体不是抛弃自我，只是跳过嫁接部分，开

始沿着葡萄树向下找。最初的嫁接点在哪儿呢？思考的错误在哪儿呢？沿着选择的层次向下进入选择前的自我，就会看到带着所有活力与健康的真葡萄树，它未受连累、未受破坏，一切都无损失。随着时间的流逝和问题的不断提出，一种自我感出现了，它说：「好吧，这里就是嫁接点，这里就是我想移除的自我虚假的部分」，然后自我会得到力量，知道怎么剪枝；不是毁掉或抛弃自我，而是修剪未受锻炼的自我，只留下真实的自我。这是一项微妙的工作、一项费时的工作，无法快速地或靠一时冲动来完成，而是如披头四乐队(Beatles)所写的：顺其自然(let it be)。信赖事情的进展正如应该的样子，相信你的工作不是当船长，而是去了解那艘船、了解海洋，用只有你才知道的仪器大致搞清楚你的方向与目的地，然后你就可以与时间、海浪，以及你乘坐出海的那艘三桅帆船提供的礼物共同合作。

你正在和许多其他无形实体搭档、共同进行你的生命这项艺术工作，所以要像对待任何艺术工作一样、花时间来你生命的工作。如果你把它看成一首诗，那就无止境地工作来洁净你生命的语言；如果你把它看成一幅你绘制的复杂图画，那就花时间来安排每一个光点、每一次画笔的接触，用它们来蔽荫神秘，定义神秘与揭示神秘，这样，你完成的图画就会尽其所能闪耀出你最深的真理。如果你像这个器皿一样，把它看成一幅编织中的织锦，那就像她一样，不光用语言、还用爱的芬芳和心的触碰来编织，带着每个实体都有的感官移动到超越所有文字描述的境地。她工作以制作一幅具备真正的深度、真理、美丽之织锦。这真是个挑战，因为很多真理是暗黑的，很多颜色表面上看起来不漂亮，不管你怎么把它编入织锦都不好看。然而，正是这些挑战才让最后的织锦有意思、丰富、精细而且有质地。随着你对你的生命是献给造物者的一份美好礼物这个概念下功夫，也许你会开始明白我们下面的话是什么意思：每天有系统地工作，不总是看重细节，至少有一点进入你完整生命的真相，知道蕴含在那儿的真相会随着你允许自己去爱自己、而无止境地加深。

一般而言，来到这个星球上来的流浪者面临的挑战是双重的。首先的挑战是：自我与环境的关系应该是尊重环境；不把自我和环境分离，而是和第三密度环境建立正向的连结。每个实体在抵达的时候、其议程都有这项个人工作，它跟怎样平衡地体现第四密度的爱和第五密度的智慧这些概念的振动有关。很多第六密度的实体到这里来、为了像这个器皿一样、重新取得智慧与爱之间真正的平衡；这种追求包含有待改进的个人判断，每个实体对改进的方向都有自己的偏见。不过，这完全不是进入第三密度投生的主要理由。

这样做的选择绝对不是肤浅的。从更高的密度进入第三密度是极其不舒适的，尤其是在你们星球上。除了去服务，完全没有任何理由来承受这种苦难、把自己放进这个行星文化所进入的近乎疯狂的大漩涡；以这样一种方式服务，一个人得以缔造不同。你们都熟悉和平工作团(Peace Corps)的概念，这个组织让普通公民作为文化使者进入那些需要帮助的国家，去解除当地人们的困难。他们靠的只是自己、他们的心和服务的愿望，不过，一次又一次地，如果你采访那些参加过这个项目的人，他们会说：这真是件美妙的事，因为他们确实感到哪怕只有一个人也可以缔造不同，他们看到的情况就是如此。你们的情况是，你作为一个和平工作团的成员，容我们说，隶属于一个和平、爱、光的工作团，来到这里，你的目标是去缔造不同，虽然你只是一个存有。像

行星地球上的每个人一样，你已经在缔造不同。你不会只因为自己是一个流浪者就变成精英，此刻行星地球上所有的人都具有可收割性。从他们是怎么进入投生的这一点来看，这里没有无望的灵魂，所有的实体都能够缔造不同，所有的人都能够用一种强有力、真切的方式去爱，超越评判、超越局限去爱，超越只给特殊人物保留东西(的爱)。这里的每一个实体都有潜力去缔造这份不同。

作为流浪者的优势是，跟这个星球上那些第一次觉醒的本土居民相比，你对事情真相的记忆更清楚、更接近表面、更少被遗忘的面纱遮蔽。你曾经觉醒过，你曾经完成过那项工作，现在，你在新兵训练营中努力去找回它。「那个记忆在哪儿呢？我曾经知道、但现在忘了什么东西？」这些就是你正在问的问题。但是，你不必伸手去拿取这份知识；对于所有的流浪者来说，它离表面都很近，你的确记得更好的时光、你的确知晓如何去爱。不过这种感觉是如此危险，因为你会变得很容易受到伤害、很容易受到批评，因为这个世界对于不求回报去爱的人是非常残忍的。准备好去遭遇明枪暗箭吧、因为有些人对不愿变得愤世嫉俗的理想主义者是残忍的。当你被唾骂的时候、你要感到自豪，因为你是个理想主义者，因为当一个人可以轻易评判、轻易进入充满评判和冷嘲热讽的分离而安全的思维配置时，你仍然去爱。

我的兄弟，你根本不知道，你正在这条路上、正在执行你的任务。不过，你却感到忧虑、烦躁；这是可理解的。我们无法挥舞魔杖使你停下来。我们无法挥舞魔杖使这个器皿停止这么做。我们对于任何灵魂都做不到这一点；很可能你都无法使自己停下来，至少无法完全停下来。但是，如果你在遇到困难时能够重复一些家乡真理(home truth)，也许你可以开始改变一些长年的习惯。如果你能够在一切明显不好的时候反复地说：「一切都好，一切都好」，那就是个开始；如果你能够像Ra群体建议的去问：「此刻爱在哪里？」那就是个开始。这类事情是有帮助的，这些短小、简洁有力的方式会把心智轻轻推一下，记起你是谁、为什么你在这里。

这个器皿告知我们，我们已经这个问题上花了太长的时间，我们很抱歉。无论如何，这是一个好问题，我们在这过程享受了很大的乐趣。

现在请问是否有让我们回答的后续问题。请问第一个问题是什么？

提问者：好，Q'uo。你们已经确认P是流浪者。你们能够告诉他，他来自哪个密度或哪一个行星系统？

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们不觉这个资讯现在会对你有任何帮助。我们相信，该资讯将自然地来到你身边；当它确实来到你身边之时，它在那一刻会有帮助，而不是在之前。如果将来这些资讯对你依然重要，信赖同步性和巧合的内在工作会逐渐带给你更多的知晓，让你知道你实际上从何而来、位于什么密度。

请问现在有另一个询问吗？

提问者：Q'uo，P写道：「我发现自己是孤单的，于是寻求一个真实的灵魂伴侣。」你们多少讲述了伴侣的主题。你们可否更多地谈谈关于他这种孤单的感觉？

我们是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。啊，我的



兄弟，说到孤单，我们多么希望能够表达自己到某个程度，好让你知道、我们真的非常理解流浪者承受的极度苦恼。他在一个陌生的地方流浪，常常苦于无法找到那些能够和他共鸣的人来述说自己的感受，那些人能听到那种共鸣、确认他的想法有意义。一个人能简单地感受到理解、爱、鼓励和支持，那是多大的福分啊。感觉孤单无助就是流浪者苦难的一部分。流浪者怎么会不感到孤单呢？因为正如海莱因(Heinlein\*)所描绘的，流浪者是一个「身在异乡的异客」。你当然会因为那些不合理的事情感到疏离，而周围的一切都是如此，我的兄弟。我们只能鼓励你进入内在，开始感到那个时时刻刻都陪伴着你的网络、由看不见的实体所组成、有着巨大的力量和威力。这是一个拥挤的宇宙。

(\*编注：其全名为罗伯特·海莱因，极富盛名的科幻作家。)

对于每个有意识地去努力接近太一无限造物者之爱与光的实体、从来不会没有很大一群的助手。对于这个沉浸于基督教传统的器皿来说，她会想到天使、天使长、六翼天使、小天使，以及盛大的天军。如果一个人另有别的信仰表达方式，那么去查看周围的动物和土、气(air\*)、风、火的元素，或者呼唤这个器皿会称为天使的那些能量和实质的名字，也同样有效。例如，对于那些崇拜祖先的人，在他们拜认肉体生命的庞大根系，祖宗、故土等等，的过程中，那些菁华与能量会以自己的方式结成相同的助手群，以服务隶属于神格原则之实体的方式来服务造物者；那些实体具备肉身、具有知觉，好比你自己、这个器皿，或这个圈子里的人，以及任何正在第三密度工作的活跃人类。

(\*编注：原文如此；但一般四大元素是指地、水、火、风。)

你会在孤单中最终完全满足吗？这是未知的。这个问题更多地涉及到人格外壳、而非你之所是的精要生命。但是，你将能够在这次投生中找到欢乐和友谊吗？是的，你只需要对它敞开。在自我之爱上面做功。真正能够爱上自己，在这目标上工作；在所有的缺点中，把自己看成一个美妙、勇敢、古怪的奇异之物、一个珍宝，总是独一无二的。把这看成一件美妙的事。当你再次抬起头的时候，你也许会看到有人正走在你身边，也准备好拥抱自我，从而准备好拥抱一个真正的灵魂伴侣。

请问此时有进一步的询题吗？

提问者：Q'uo，关于 P 自己的事情、你们还有别的事要对 P 沟通吗？

我的兄弟，我们很满意我们已经回应了此刻你内在的那些能量。我们欢迎进一步的询问，但不会主动地提供信息。现在有进一步的询问吗？

提问者：Q'uo，你已经回答了 P 提出的、关于是否他会在第一波扬升的问题。所以，他最后的询问是，关于他的女儿、或他与女儿的关系，你们是否有什么东西能够和他分享呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们会简单地说，如同此刻你们行星上出生的几乎所有孩子的情况，你的挑战就是怎样回应这样一个实体：一半在第三密度、一半在第四密度的实体。这个实体的生命有一种明显不同的，容我们说，精明老练。因此，这个新生命与完全无法掌握她正在经历什么压力的那些人打交道，当然有典型的困难。要知道，你最好的选择常常是去从她那儿学习，而

非假定你是一个指导她的权威。允许一个教导/学习的圆自然发展出来，彼此尊重，彼此奖励；然后简单地觉察到，尽管这个第三密度/第四密度双重激活的生命有天生的精明老练，年轻的实体还是不熟练、没有技巧、缺乏训练；觉察到你可以用很多很多简单的方式，鼓舞她、支持她、帮助她，以此给这个实体提供心智的锻炼。这样一个实体极其需要锻炼，但这是一种由自我进行的自我训练；语言在这种教导中几乎没有用。你帮助这个实体最有力的地方、就在于做一个诚实、正直、有深度的人。她会感觉到并且尊重这些事物。

现在有最后一个询问吗？

提问者：Q'uo，我不觉得 P 在此时有另一个询问。

那样的话，我的兄弟，我们就在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们全心地感谢你们、为了这种能和你们分享想法的美妙荣幸。你们的能量是美好的，我们也为这个圈子中每个人的美好能量、感谢你们；和你们在一起真愉快；接着我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

原注：

[1] 圣经，约翰福音，15:1-12，「我是真葡萄树，我父是栽培的人。凡属我不结果子的枝子，他就剪去；凡结果子的，他就修理干净，让枝子能结更多的果。因为我给你们讲的道[希腊语之理则，或无条件之爱]，你们现在已经干净了。你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不长在葡萄树上，自己就不能结果子；你们若不常在我里面，也是这样。我是葡萄树，你们是枝子；常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子。因为离了我，你们什么都不能做。人若不常在我里面，就像枝子丢在外面干枯，人拾起来扔在火里烧了。你们若常在我里面，我的话也常在你们里面；凡你们所愿意的，祈求，就给你们。你们多结果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。我爱你们，正如父爱我一样，你们要常在我的爱里。你们若遵守我的指示，就常在我的爱里；正如我遵守了我父的指示，常在他的爱里。这些事我已经对你们说了，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以得到满足。你们要彼此相爱，像我爱你们一样，这就是我的指示。」

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

[https://soultw.com/TL00/2004\\_0804b.html](https://soultw.com/TL00/2004_0804b.html)

英文出处：

[http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004\\_0804.aspx](http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0804.aspx)

---

## 第 28-02 集：觉醒与转形

---

Copyright 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年八月 18 日

T 的问题：我想获得一些信息，关于觉醒和自我开展的转形(metamorphoses)，以及它对我自己和家人的影响。一个人怎么才能避免伤害持有不同观点的家人，而且在他努力继续维持物质生活的义务和责任时、避免伤害自己呢？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们以祂之名今天来到你们中间，用祂的力量与和平来服务。感谢叫做 T 的实体今天呼唤我们来到这个寻求的圈子，感谢坐在这个圈内的人为 T 实体服务。

能与你们每一位谈话是个大荣幸。一如既往，我们会简单地请求你们藉由守护自己的正直和分辨力来为我们清扫道路，摆脱侵犯任何人自由意志的顾虑；在你们吸收我们提供的任何想法时，请非常有意识地吸收，知道我们是像你们一样容易犯错的生命，沿一条很漫长的道路朝圣。我们也许比你们先走了一两步，但是我们距离再次与无限造物者成为一，还有很长的路要走。我们都属于那个圆，属于演化的那个伟大的凯尔特结[1]，它开始并结束于太一无限造物者的神秘与合一之中。

今天的问题涉及到一个人生活中的改变形式，以及怎样以最少的困难、不造成伤害的方式，使得自己和周围的人体验那种形式。我的兄弟，即便我们是所有提出建议的实体中、最有智能的，我们也不会有个解决方案、可以让人在经历蜕变时而不受苦。虽然我们也不能严格地说你自己的任何进程可能是别人的创伤之起因，我们可以说，这种改变会从你的进程投射到他人的镜子中；如果实体无技巧地凝视那面镜子，他的过程不大可能是无困难的、或顺利的。我们肯定能够与你分享一些想法，帮助你设想和实现那些非常值得赞赏的适当渴望，把启蒙过程中、自我和其他自我的困难与创伤最小化。不过，在此同时，我们想望首先明确指出，我们不知道有任何方式，可以让实体把思考方式和观点从一个系统转入另一个系统、而不造成大量感知到的混乱和痛苦。吸收这一点、并且了解到蜕变的代价，这是好的。试图站在靠近光之处、从来都是代价高昂的。获取洞见从来都是昂贵的。加宽一个人的观点从来都是令人混乱脱臼的。

说完那些以后，现在让我们转向比较正面的方针，把思想和语言的小船驶入改变之风，看看我们能找到什么东西来对你建议，怎么设置你的方向、怎么和你航行其上的海洋一起工作，好把你尽可能轻松地带入下一个港口、再下一个、再下一个。总是要知晓，当你和自己工作、帮助自己与命运合作，你是在群岛[2]中工作，而非在无人居住的深海里。你不会长时间孤单，总会有停靠的地方让你给自己添加粮草、确定航向，检查轴承与装备、检查自己的健康和整洁。

首先让我们看看你此刻驾驶的这艘小帆船[3]。它的风帆正在上扬、那是你的魂与心对于真理的渴慕；不是为了改变自身，而是单纯地渴慕更高的路，更真实的途径。一旦自我作出这种自我承诺，门就为你打开，你提出问题，答案就倾泻而入。你的小船里有什么呢？你的渴望之帆早已良好设置好，你在船舱里为自己储存了什么？

你是否为自己准备了一两种游戏：棋盘、国际跳棋[4]、一副扑克牌、一些打发时间的东西、一些用来休息的东西，一些轻松无意义的东西？你有没有打包一些乐趣？有没有装上一箱轻松的心态？把它们收拾带上船，会有好处的。如果你没有这样做，那就去为自己找到能真正让你的大脑休息、帮助你的心停止赛跑的消遣方式，把它们留在船上。因为有些时候，只有等待才有用，只有保持未知才是有效的态度；在那种时候，最好不要忧闷沉思、不要想得太多、把事情看淡些，知晓一切都好，知晓有些时候单纯地享乐就好。如果这乐趣是音乐，那就肯定要去弹奏(乐器)；如果这乐趣是外出散

步或在花园中工作，那就一定把它装箱，确定把它带上船。在你经历一个剧烈变化的过程时，这是一个极好的工具。

是否为你的旅程打包了足够的灵感？有些时候，静默本身变得太令人疲惫、太剧烈。选取一些有人写好的东西，于是你可以随时阅读；一些能够可靠地为你提供(心智)食物的东西，那对你是非常有帮助的。在形而上的旅程中，食物就是一些观念。你的食物是这样一些概念、致使你能够歇息或令你不安，但使你发问、注视、看得更远一点。

你打包了足够的谦逊吗？你所走的这类长途旅程，需要大量的谦逊。在某种意义上，选择寻求本身是充满骄傲的，或者从某个观点来看似乎是如此。它以如此大胆与完全的方式进入自我、使得自我或观察该寻求者的其他自我感到吃惊，有时候感到害怕。这想法也许是：何必要一个这么大胆的举动，它不是必要的。要向另一个自我解释为什么自己必须踏上形而上的旅程，那是不可能的。如果你的内在声音在自我的内在工作中产生阻抗，你甚至无法对自我解释(清楚)。T 实体的内心也许就有个声音仍然在说：「你不配作出这样大胆又剧烈的改变。你不值得放弃过去观念的海岸线，接着出发寻找一种崭新的、更加包罗万象、似乎更完整的真理。」

然而，真正的谦逊是允许所有的声音[包括自己和其他自我]向你讲述它们的片段而不需要防卫。毕竟，有什么要去防卫的呢？一个水手必须启航。若他待在陆地上，他会在干燥的泥土中溺死。一个水手必须下水，无论是什么旅程、一旦接到呼唤，时间一到就非启航不可。这就是大多数人灵性演化的方式；当它来临时，就像叫醒你的闹铃一样，接着无法再回去睡觉。所以，水手准备好他的船，启航，然后只希望有最好的结果。这是合适的。

这不是一个骄傲的行动。和经历转形过程有关的唯一骄傲举动、就是努力向自己或另一个自我辩护或辩证这个旅程的原因或正确性。我们不是说 T 实体不可能选择地错误。我们只是说，如果听到行动的召唤，没有要避免的行动；你也许笨拙或顺利地完成它，也许缓慢或快捷地完成它；你也许带莫大的喜悦或不安完成它。但是如果该行动由内而外地到来[如 T 实体已表达的]，那么一个人都会被迫要启航，无论是好是坏。

因此，我们请求 T 实体打包足够的谦逊，这样他就得以不在乎别人的责备，也不在乎那些会责备的人、而不必向他们报复。有内在和外在的声音抗议改变，这是完全可以理解的。改变总是令人不舒服，维持现状似乎总是更舒适、更容易理解、更明智。进入那个不舒适区域的勇气、只给了以某种特定方式受到启发的人。我的兄弟，打包大量这种谦逊吧，还有，打包大量的耐心；确实，要放入满满一柜子耐心。因为你的旅程不只是漫长的，而且是无穷无尽的；你一直都在这条路上走，但只有在特定的一个点才开始觉察到它。

在这个点，当你开始觉察到(旅程)时，你同时也变得能够影响你灵性演化的改变速率。你变得能够有意识地决定去加快改变的步伐，藉由提问、寻求；藉由观看而进入顺风。在形而上的水域里，这些事情是唤起风的力量：每一个冥想的焦点，每一个可视化的焦点，每一个肯定的焦点，以及每一个人格锻炼的时刻，都扬起了风。当你以渴望升起船帆，风就以如此这般的方式推动你。所以，要检查你的渴望、检查你船帆的校准，如果

你愿意的话，看看它和风是否一起工作。当你入港停泊、有一点空闲时，在静默里坐着、在内部的干船坞中检查你载具的健康[容我们说]。你正在努力使身体健康吗？你的情绪体得到足够的休息吗？你有意地放松做得够不够？在动与静、寻求与休息、智慧与爱之间，在对自我的关注和对周围环境的关注之间，你是否创造了足够的平衡？关于你和自我一起工作的方面，这些就是我们愿和你分享的东西。

当我们开始注视你周围的其他自我，我们来到你问题中更难的部分。在这一种旅程上，的确很少有人能够把其他自我带在身边。最一般的就是你体验的情况：你所珍爱的那些其他自我、那些家人不能和你一同参与这旅程，必须留在你已离开的海边。你和伴侣或家庭成员对于未来的态度和希望的方向，有了简单的分歧，从而造成一种强烈的、可理解的趋势，这种趋势会引发自我和涉入的其他自我的争吵，或者引起对方不舒服的感觉；即使没有反感，你周围的其他自我也能感觉到位置混乱、而必须处理它。

你肯定能做好些事情来减轻你旅程带来的明显冲击，因为你的旅程是内在的，就自我寻求真理的内在旅程而言，你不一定要改变地理位置(搬家)；你不一定要改变赚钱或参加小区活动的方式才能航行得很远、很远。

无论如何，随?该旅程的继续和海涅的累积，随?这些内在旅程的生活体验的积累，你的视角会离老旧自我的观点越来越远；那些喜欢老旧自我、想念老旧自我的其他自我将会开始越来越怀念那个老旧自我。

一般而言，找到这样的其他自我是罕见的，伴侣更罕见，他们能够摆脱对一个人已有的认识，取而代之的是：对那个全新的、羽翼未丰、刚开始展现自己的实体的认识。当然有些人做得到，但是大多数人，包括 T 实体，会发现，要他周围的人去拥抱已经发生的变化、拥抱他对更多变化的持续渴望，那是非常困难的。那些其他自我好像成为该系统上头的阻碍物，因为他们总想重新获得他们认为失去了的东西，却因为形而上改变的特性而完全做不到。有就像一个化学反应：它不可能逆转，一旦启动就必须让它自己完成。不幸的，这就意味着，如果 T 实体(的改变)为他周围那些人带来了催化剂，他们也需要想办法来处理与平衡这种感知实相上的这些改变，才能取得平静的心态。

在这一种情况下，正在经历改变的实体最好不要为他的旅程解释或辩证，的确，避免谈论这个旅程，除非有人问到你。如果你能记住这一点会很有帮助：在生活的一切机遇和变化底下，自我正如同一条平静不变的溪流；事物流经水面时当然会有变化，但做为永恒的公民，带着你之所是的纯粹菁华这个特定振动链结，却保持不变。那个振动可能会因为整个人生的辛勤工作而改变一点点，但你真的是一个永恒的存有，你自己的魔法能量只有一部分被带入了此生，它通过银丝线连接到你的自我之泉源；在其中，你拥有可观的力量、智慧、觉知。这就是你的本质，在肉身中只能透过一朵云去看。整个人生的追求、就是去穿透自己的人格外壳，于是你能越来越多地在对于自我更充分的表达中憩息，也就是这个器皿会称为的基督意识。这就是你的菁华。你就是这种受造物。这就是你所表达的造物者之面向。

多大的福分啊、能够返回你之所是的菁华中歇息！尽可能多地与你的家人在那菁华中歇息吧。在灵魂层面与他们在一起，看待他们如你一样、都是造物者美妙又独特

的火花。很多事物都被面纱遮住，很多事物都是未知的，但你总是可以去爱、抚慰、振奋他们，支持、鼓励、献上希望。你可以拒绝封闭，你可以拒绝自我防卫，你可以拒绝对任何人或事关闭你的心。为了帮助你周围那些人，你可以承受任何痛苦来倾听他们诉苦，无尽地耐心工作，只要你能找到办法，在他们体验你的改变带来的催化剂之际，帮助他们穿越该过程。

要觉察到，他们对你诉说的是一种投射，投射出关于他们自己的事物有能力使他们自己感到困惑。你的经历史会引起每个实体的反应，但该反应不是针对你、也跟你的旅程没有任何关系，而是针对他们自己和他们的进程。实体们在考虑自己与别人的共同工作时，大部分的思考范围从未超过自己的脑袋。你将要恒常地工作(自己)，好超越自己的局限，进入更广阔的视野、更宽敞的远景。

你无法替别人做这个工作；你能够为他们做的、或和他们一起做的，就是做好你自己，尽可能保持愉快与正面(的态度)，在似乎没有耐心的时候找到耐心，宽恕那些似乎不公平或不公正的弹弓箭矢。这个器皿经常说，实体们的不公平、不公正对你是一种福气，因为它给了自我一个完美的机会、去工作那种催化剂，

看见没有任何事情要被看成是针对个人的，一切事物都是祈祷的主题。如果你感知不到任何别的方法来服务你的家人，那就让自己走开，在静默中坐下，为他们的利益、心智的改善、为他们灵性的痊愈祈祷。始终感谢每个严厉的言辞、每个误解、每种不公正，知晓这些都是在火焰中精炼一个人的事物，它们是锤炼的媒介、使一个人变得强壮却又柔韧。

这个器皿稍早和这个圈子中的一个人谈到了在火焰中不断锤炼、不断考验的原因。这个人问该器皿：「为甚么需要没完没了地锤炼？我们希望去爱、把爱带到这个星球，为甚么会遇到这种锋利的棱角？」我们会对这个人、对该器皿、对 T 实体说：不断地锤炼是为了把人带入当下此刻；昨天的锤炼不能使人在今天的催化剂中保持柔韧。每当一个课程结束，就出现了新的远景；如果该学生是热切的，那些新的远景会要求进一步锤炼、进一步工作、进一步的催化剂、进一步学习的机会。为什么它没有尽头呢？原因和以下的问题相同：灵性没有尽头吗？

当存在着一体性，就必然存在无限。没有标记、没有停顿、没有类别。无限变成了那伟大的凯尔特结，从造物者移动到造物者，两者之间伴随着一个学习的八度音程。

这是一条长长的道路、也是一条洋溢着喜悦的道路；而那是 T 实体一次又一次进入的体验，那种阳光普照、充满了光的狂喜与欢乐的体验；知晓一己处在对的地方、对的时间，进行对的旅程。祝福并记住那些时刻。忆起的行动将是很帮助的，尤其是当一个人可能觉得心灰意冷的时候，因为你确实懂了那句谚语：不打破鸡蛋怎么做出奥姆蛋卷呢？

记住超凡的无限生命在环绕着这个体验，这对你是很有帮助的。这是一个蒙福的旅程；如果你在谦逊中工作，认识到你属于一个自己无法控制的模式，那么甚至你周围那些人的痛苦也是一种祝福。你唯一的控制是选择去爱；那个爱的选择无尽地微妙，总是在当下此刻之中。

现在我们暂停，因为今天有两个问题。容我们请求 T 的第二个问题？我们是 Q'uo。

T：在这个物质主义的时代，我们的下一代好像经常因为感觉自己不足或自我价值贫乏而受苦，因为他们恒常去和物质主义的象征做比较。我想得到一些信息，关于年轻孩子的父母如何可以最好地协助、指导他们的孩子，在其成熟的过程中去记起、醒悟到自己的真实身份；（即使）在这个物质主义仍具有强大影响力的转型时代。

我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉这个询问多好啊！考虑怎样养育你们的下一代，太恰当了，因为在此时，不光是你迎进家庭的那些生命，还有现在几乎所有从投生大门进入这个世界的新生命，都在某种程度上开启了他们的第四密度身体；所以，他们跟只带黄色光芒激活的身体[5]进入此生的人们相比，相当地不一样。

当一个人拥有双重激活的身体，特定的事物为该实体而改变了。一般可能称为的靛蓝小孩、他们可能并未有意识地知晓这些改变，但是它们的确存在。它们包括：更薄的面纱，于是更容易想起投生前的数据，主要由于更薄的面纱、有能力摄取超心灵的天赋；倾向于对第三密度体系没有耐心，尤其是对那些似乎挡路的人不耐烦；有困难接受他们觉得毫无道理的约束。确实，这些从来都是年轻人的特征；但是，当有一种记忆更接近较高方式的表面，接着，（你的）文化陷入那些直接相反于（你的）直觉和朦胧记忆的教导；那么，这些实体要想弄懂周围环境就变得极为困难了。

T 实体也许会认为不幸的是：这样的孩子进入投生时、没有配备所谓的成熟或常识。这样的孩子究是孩子，没有朝向成熟的本能、没有行使正确行为之本能。跟所有儿童一样，他们只顾自己，总是在探索，从来都没耐心，对于知识、看法、生活方式、各种面具非常地好奇。他们是实验者、寻找自己感觉合适的各种表达方式，很容易受到周围发生的事情影响。这种影响并不单指父母和家庭，也包括学校和同辈的世界，以及文化的风尚；再加上大众媒体和电视节目和广告中惊人数量的使心智搭上同班列车的宣传材料，这一切对这种儿童形成了一种难以应付的巨大输入、一种完全属于第三密度的输入。

父母亲对这种情况毫无办法，除了让他们待在家里，关掉电视，勤于在家教学。有些人花了大量的时间，确实这样做了。然而，那些孩子最终会走出去，进入同辈的世界、时尚、大众媒体，因为它们的数量实在太多。所以，我们基本上不推荐这样去回避社会。我们推荐的是你带在旅途上的那种无尽耐心。因为身为家长，你需要去与一个又一个又一个的情况打交道，而养育一个孩子要花二十年，其中有成百上千，甚至上百万的情况需要你处理。每次面临这些情况，虽然你真正想做的就是直接拆除你觉得对孩子有害的结构，你得要有创意，听取别人的意见，想办法提供正面的建议和劝告。

最重要的是，我们推荐你自己用一个可以无尽解释与保护的方式来生活。这是一个不辞辛劳的工作：如果你想要孩子们不看电视，先关掉你自己的电视，不是只有一次，而是成为一种习惯。如果你想要他们尊重别人的权利，先确定你在跟人对话或评论别人时，随时表达出你对每个实体、每种情况尽可能有的最深之爱。

无论你对孩子的期望是什么，与其告诉他们，不如坐下来与自己商议，直到你找到办法来为他们做出表率为止。不是单凭你说的话，更要靠你这个人的本质、还有你如何活出每一天，成为他们的鲜活榜样。例如，你会每天有意花时间，在静默中与自己和造物者在一起吗？如果你的孩子看到你的生活有一种宗教或灵性导向，他们无疑会知道，那种方式对你有价值；由于你在他们小小的生命中显得很庞大，他们完全有理由认为那种生活方式对自己很有价值。

你也可以问问自己，你是否花时间与他们在一起，什么都不做、只是聆听他们呢？如果你能够花那么一点点时间.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....来找出他们这一天的进程是什么、走了些什么路、看到或想到了些什么、他们的梦跟他们说了些什么，不是去评论或改善他们的想法，只是去了解他们，他们将会感到有价值；你无法用任何其他方式做到这一点。如果你认为他们小小的事务是重要的，他们就由此知道他们存在的权利、他们做的事情是有价值的。这些东西没办法被教导，只能从人们对他们的态度中拾取。身为父母亲，你有莫大的能力去给他们提供这种自我之滋养物。当他们跟你讨论自己的时候，他们开始获得自己的方位，感觉拥有自己的实相和进程。

甚至在非常年幼的时候，如果你给予他们做人的信任，他们都能够开始更多地掌握这种双重激活的特性。如果你活出一个充满爱、闪耀的生活，你基本上是活在第四密度的能量中；这正是他们如此饥渴的能量，因为他们已经做好吸收它的准备，而你们的表面环境却如此缺乏更饱满的光。看看你怎么才能成为他们生命中无意识、却一直存在的光辉吧。

再次地，在教导孩子的方面，你说得再多、其意义也不如你存在的方式。你如何对待周围的每个人和每件事呢？你怎么思考周围的世界呢？你怎么讨论那些有双重激活身体的实体觉得很敏感的议题呢？对环境的破坏，对其他自我的损伤，人权的缺乏、不公正和不公平：这些事情会像刺一样对一个双重激活的孩子纠缠不休。尽量设法在谈论这些可感知的缺陷时，使他们觉得从外部社会的角度来看，找到了希望，探讨个人能采取的正面行动；如果你能做到的话，绝不要让孩子们变得愤世嫉俗。而且，同时鼓励这些孩子好好地、直接深入地查看那些在你看来也许太成人的领域或议题。对于这些孩子，事情发生得很快、观念发展得很快、问题出现得很快。期待这个过程会发生；当它以某个速度发生的时候，看看你怎么做来维持自己的幽默、耐心、谦逊。对一个双重激活的实体来说，你不是一个权威人物，而是一个顾问。如果你一直是小心谨慎的，会被认为是一个好的顾问，他们会聆听你的；因为一个双重激活的孩子的身上、有荣耀与尊敬的深刻线路流过。

他们很容易被失望扭曲；而典型的、失望的、双重激活的靛蓝小孩可以变成一个很难搞的人(tough cookie)。所以，我们只鼓励你保持自己的正直，尽量鼓励他们；千万不要假设因为你的孩子是双重激活的，所以不需要指引。这样的孩子跟别的孩子一样，确实需要不懈而坚定的限制。我们单纯地说，打造这些限制为有爱的、可以理解的、单纯的；然后乐于解释它们、力挺它们，当其它自我觉得遵守那些边界限制会带来不方便的时候、接受辱骂与争吵。不要让那些烦扰你，而是维持那些你觉得重要的边界；不是好斗的、而是坚持不懈、平静且

坚定的。

最重要的是，设法在日常生活的微小事物中表达你自己的信仰系统；这样就不会涉及说教，不用讨论教条或不要教条，只是带着最细微的日常生活里的体贴，来表达帮助家庭系统的渴望，以及其他那些价值、注入到和谐又有爱家庭生活。如果对于洗衣服、刷马桶、洗盘子这类保持家庭运转所需要的数不清的家事，你还没充分探究过它们的乐趣，那就去深入钻研，尽你最大可能调查上述一切，还有你能看到的任何其它事情、帮助你家的日子过得更顺利。当该实体不再害怕怀着大爱彻底打扫厕所，对于(打扫)结果感到欣喜，在他周围的实体就可以开始看到：所有的事情都是神圣的，没有不公平的劳动或可鄙视的工作。这是活出灵性导向生命的一个关键概念：不能靠言语来搞懂；你周遭的人必须看到你从各方面参与，然后这将致使他们发现自己内在那种相同的看法，正逐渐变得越来越可以理解。

最重要的是，我的兄弟，照顾好你自己。在所有关注他人的过程中，记住你必须维持自己的稳定，照料你的心与意、身体与魂的健康，照料你自己财务的健全，满足世界对你的要求。怎样才能让你保持接地、保持平衡、为新的一天做好准备呢？在大多数情况下，你需要每天冥想、沉思，一个属于自己的神圣时刻，花一段时间在内在之心的圣殿里、和太一无限造物者一起休息。我的兄弟，如果你必须早起做这件事，那就设定好闹钟、给自己半小时来凝视一根蜡烛，考虑即将开始的一天，把要做的事列成清单；做无论什么能够帮助你从夜晚升起的事、为新的一天做好准备，看见一片充满无限可能性的崭新大地。

我的兄弟，今天和你谈话真是一种快乐与荣幸。我们感谢该支持小组的成员，他们使得这次的寻求集会成为可能。我们是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们。Adonai. Adonai.

原注

[1] 凯尔特结 (Celtic knot) 是在笔不离纸的情况下画出的一种对称图案，因此虽然图案可能非常复杂，但它是一笔画出来的。

[2] archipelago: "包含大量分散岛屿的一片海域，比如爱琴海。"

[3] barque: 「一种小船，由浆或者帆所推动。」

[4] draughts: 「跳棋游戏」

[5] 黄色光芒体是指我们每人都有肉体，第三密度是我们共享的地球生活的世界。第四密度或绿色光芒体是指、可以和第四密度或更高的振动一起工作的能量体双重激活的身体是指一个人的第三密度体和第四密度体两部份都是活跃的。

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

## 第 28-03 集：学习与盖亚共舞

Copyright 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年九月 5 日

(编注：本文收录在 L/L 2004 年秋天季刊，标题为：LEARNING TO DANCE WITH GAIA)

小组问题：我们今天谈了很多关于改变的事情：我们环境中的物理改变、搬到新居、情绪变化、找到更多关于我们更深自我的事物、灵性改变、学习以新方式在新层

次上体验周围世界。我们知道，地球也正在经历很多改变。作为走上一条服务途径的生命，我们想知道在地球经历其改变的过程中，我们怎么才能最好地为她服务。

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，为了服务于祂，我们今天来到你们中间。能被你们的圈子呼唤是极大的荣幸，我们为这种荣幸，为你们这些坐在冥想中的美好灵魂、衷心感谢你们。你们真的创造一个美丽的至圣所：由你们的光、寻求、对真理的希望所构成。我们非常高兴和你们分享我们的服务，也就是分享我们的想法。正是为了这个原因，我们和一些器皿[好比这一位]通讯，我们的确希望能够提供一些意见、有益于你们的进程。

但是为了我们能够自由地分享意见，我们会请求你们小心守卫自己感知的大门，不要允许我们的任何想法随便进入：它们需要你们用自己的各种感官做最仔细的鉴定。倾听共鸣；如果你在我们分享的想法中感到共鸣，我们欢迎你尽情与那些想法一同工作。如果没有共鸣、没有一种好像个人记忆被重新唤醒的感觉，那么请把我们要说的放在一边，因为它们不适合你、偏离了靶心，需要毫不犹豫地把它丢开。如果你们都在心里同意这一点，那么我们就能够自由地与你们谈话而不会侵犯你们的自由意志，不会侵犯你为加速自己的灵性演化进程而工作的权利；你们今天做的、正是这项工作。

当你从造物者到造物者、从这个宇宙的八度音阶起始的阿尔法到它的结束、沿一条无限的路线行走时，你是否选择移动得稍微快一点？一切都来自那伟大的势能、祂就是歇息中的无限造物者；一切最终都会返回终极合一的歇息与喜悦。在这两者之间、有无数的世界可以去探索，而自我就是造物者、以所有那些扭曲的方式观看这个分段的或断裂的(宇宙)造物。你穿越了一个又一个又一个的幻象、

才来到这个珍贵的时刻、这个幻象、这个在一起的时间、这个学习的关键点。如 T.S 艾略特实体所说的：这个「静止点、舞蹈所在之处。」[1]

你们今天询问，你们每个人怎样才能在地球经历它自己的变化、转折和新生命的过程里中、对它有所服务。确实，一场新生正发生在这个世界、这个地球和此刻走在地球上的每个灵魂中。你活出的生命真的就是一场蜕变；不管你是否选择和这个即将到来的蜕变过程合作，它既不会多一点也不会少一分，因为它就是你生命织锦的经纬线、它是你待在这里的理由。你是来这里学习的，也是来服务的；也许我们应该反过来说，你是来这里服务的、但也是来学习的，它们好像你用来编织的网格上面的横轴和纵轴，不可能只看一个而忽视另一个。一个又一个的针脚，一个又一个的色彩，一条又一条的纹理，这就是你的生命；你的确具有创造那个生命的力量。

这就是你问题的核心，因为这也是地球本身正在做的事情、它正在创造新的生命，正在从它的子宫[那个空间与时间与过程的子宫]创造那个无可避免的蜕变；当一个周期结束而另一个周期开始，随之而来的蜕变。这是一个适当的、公正的过程。你们星球上的人彼此相处不和睦、给地球正在经历的这个出生过程造成了很多困难；考虑到地球一直面临的这些难处，这个过程可以说进行得非常顺利。快速检查一下在你们圈子里、今天的对话，看看这个圈子里、每个人的生活正在发生甚难



题和新的事件；它们既不是简单的改变，也不都位于同一个层次。当你在探索：你是谁、你为什么在这里[如这个器皿很喜欢问的]等问题时，你会发现，在这些样式(pattern)中、每一个都有多重的层次，很微妙也很复杂。

在相互工作与讨论一些议题的过程中，这个器皿最近已经问过好几个人、这两个问题：当然她每天也在自己的过程中、以这个双重问题祈祷，请求焦点、请求圣灵指引她是谁、她为什么在这里。这类事情不会按顺序进场、出场，你也不可能在有限的此生回答完这些问题。改变和蜕变将会继续，当然不是时时刻刻、无情持续地改变，而是周期性地改变，于是，就有播下新种子的季节，有灌溉施肥的季节，有享受盛夏的丰盛、看到开花和令人惊讶的成长季节，然后是收割、采集和从粗粮分离小麦的季节；也会有那些非常艰难的季节，那些情绪化的内在冬天，那时候，等待和耐心成为口令，而该样式还不清晰。所有这些季节都不会按照任何整齐的顺序发生，但肯定会周期性地发生；这个周期取决于每个实体在多大程度上愿意接受改变，还有他有多老练：从噪音中分辨出样式、从混乱中分辨出编制。

在大多数的改变中、细节看起来很丰富，但它们不是样式而是噪音。细细列举一个人正在经历的改变过程的外观，它常常不会增添这个过程。

通常，更有技巧的方式是：在一个新情况的显而易见的混乱中歇息、完全不要求秩序、而是以冬天的耐心乐意和那些尚未显现的事物、尚未变清晰的样式坐在一起。没有匆忙、没有仓促，你有很多时间，因为改变可以在一瞬间、一次心跳中突然发生；但是，等待那个时刻需要花费技巧和耐心。那些时刻将在你面前进出，接着领悟发生了。突然之间，你将开始理解当下此刻的王国，这在以前，你不能够做到。你无法诱使这种时刻向前，无法按照需要产生出它；只有在你臣服于那个过程之后、它才会到来，这种臣服说：「我不在乎这个过程要花多长时间。既然进来玩、就要玩大的\*。我就在这里、觉得这里适合我；哪怕需要我花费余生来找到这个样式，我也甘愿。」在那种臣服中有着极大的爱和信心，你需要勇气才能够去坚持、等待、发问，而且单单凭借信心知晓：尽管有这些表面上的明显困难，一切真的很好。

(\*编注：原文为 In for a penny, in for a pound, 难以直译，有心人可上网搜寻其典故)

不管其他因素的话，你们的地球会是很好的，它会带？轻松和韵律走过该过程。的确，地球的心是健康的，它正在尝试这样做来跟随其本性、跟随时间与空间的信号以及自己的进程。它之所以经历困难，是因为一代又一代的人，一个又一个的帝国紧抓着恐惧、财产、侵略、战胜的价值，甘愿为了达到目的而不择手段。这些不和谐已经给地球的人群造出了极大的负担，使他们体验了恐惧、愤怒，以及好战的掠夺性文化带来的所有后果。

打从你们记载的历史之开端，一个千年又一个千年，你们的各个民族似乎已深化

一种倾向，对于同一个家庭的兄弟姐妹、动辄就用亲率好斗的方式来解决不同的意见；虽然人类有着同一的来源，血管里流着相同的血。这种倾向做为一种不断增长的不平衡、已经转移自身进入了地球；在地球内部产生了大量的地下热能和不断增强的失衡能量，导致了大

自然的各种极端暴力(事件)，好比你们现在经历的飓风、火山喷发等等。只要有强加的痛苦，好比施加在无辜学童身上的痛苦，如同最近(2004)在你们的车臣已发生的情况\*，这些能量就会不断驱动自身更深入地进入地球，束缚并加深盖亚分娩的痛苦，即地球母亲。

(\*编注：有心人请上网搜索- 贝斯兰人质危机)

当某些国家和恐怖分子团体在新闻中出现、给整个全球地表上、冲刷大部分媒体驱动的文化的时候，个人或小组团体想在这个局面中产生影响似乎是相对不大可能的。不过，我们向你们保证，好比你们这样的团体已经在这个发展中的局面中、缔造了不同。一些团体为了产生无条件的爱而聚集到一起，这并不是一件新鲜事，各个宗教的历史就充满了这样的例子，团体受到鼓舞而聚集到一起；不过在很多、很多情况下，这些团体都被那些并非为最高、最佳利益工作的团体收编了。精英主义、排他与分离的能量悄悄潜入无条件爱之中、危害了这些团体发出的光。然而，尽管有着那个越来越没有爱的表面文化产出的一切阻碍，神圣的本性却不知怎的、从每个人真实的心与魂中逆流而上。

你们每个人的本质就是爱，你们是由爱制成的。如果表面上缺乏爱，你会迫切地渴求它，你会渴慕它，你不知怎的知道，它就在某个地方。在最阴暗的监狱中，在最黑暗的夜里，在灵魂最深的暗夜中，希望的火花无法被扑灭，因为你的心就是灯塔；如果你允许它有最微小的一点静默、最渺小的一点空间让它成为它之所是，它就会重新点燃。你今天花了多少时间单纯允许自己存在呢？你可了解、这种最基本的允许自己存在、就是你的肉体之母亲(地球)需要你提供的食物吗？地球是生命，它无法不敞开心；大自然的心曾经深受虐待，但它还是强有力地跳动？；它必须做自己、没有选择。它的生活没有幻象，虽然它深受伤害，虽然它极其怀疑、而且越来越怀疑人类能量想望去帮忙，虽然如此，它仍然不由自主地对真实可靠的存有起反应、给予响应。

盖亚看到你真正之所是，而非看成一堆骨肉筋血；不是语言、姿势、态度的收藏品，而是质地、色彩、形状的收藏品，它感觉到你是鲜活的花儿、艺术品、菁华、造物者闻到的香味。你不知道你有多么甜蜜，你不知道你的气息怎样和这个房间中每个实体气息的真理极好地交融、创造出一种无法形容的美丽芳香。你们每个人都像宝石一样闪耀着你之所是(的光辉)。

当你身处幻象之中时，你怎么可能知道这些呢，在幻象中，你无法看见你灵魂与心的宝石，只能看到肉体的虚荣，只能看到眼耳鼻和形状的标记。关于你自己，你能看到的是最不真实的[相当明确地说]。那些你无法掌握、无法知晓、迷失在奥秘中的，才是最真实的。对于一个想望钉住(确认)每件事的人、这是怎样一个颠倒的世界呀！不过，你在这里的投生不是关乎钉住事物。你在此的人生是关乎学跳舞、学唱歌、学习在韵律中移动；这韵律没有言语，而是和你们的世界中每个生灵一起和谐地移动，从风、土、火、水开始，移动经过所有受造的植物和动物、经过你自己、经过内层空间中那些没有形体的生命，它们也是(宇宙)造物的一部分。

这是一支伟大的舞蹈、一首伟大的歌。你们曾听过众天体之音乐(的说法)\*。这不是神话(myth)。这是事物在这个器皿所称的时间/空间世界中存在的方式；该世界与你现在享受的共识性实相的幻象共存、相互贯穿。你所看到的每一个事物的背后，都有穿透那个幻象的百万

个事物，它们具有越来越多的形而上实质。你并不缺少能力去开始游入这些灵性的水域、接着认识它们。你内在的能力有了了不起的深度、可以穿透幻象、开始捡起你所寻求的那些无形奥秘的菁华与核心，因为你是这些奥秘的一个化身。你的内在如同全息图一样、携带着无限造物者。

(\*编注：原文为 the music of the spheres，一种古代哲学的概念)

当然，那个菁华受到良好的保护。一个人必须通过某些大门，才能更深入、更真实地察觉到自我的菁华和内在造物者不断增长的启示；在你内在自我的这个圣殿里，各个大门都有狮子守卫，偶尔你将被挑战。这都是蜕变过程的一部分。实体们在穿越蜕变时、有必要获得表征变化的标志。因此，在所谓的启蒙(initiation)发生的时候，这些启蒙将有一定的形式与标志、来到你面前；好比你稍早提到的隼和鹰之类的象征。这些象征也可能是飞鸟、野兽、花草、言语、街道号志、或者偶尔听到的对话片段，以同步性的方式和你的进程相关。你不可能提前知道这些蜕变的标志是什么样子的，但是，如果它们来了，请注意它们、知晓你走在对的道路。这些过程正在不断向前；在这些有时非常迅速的运动中，尽管你可能感到非常错位，但你的双脚正走在正确的路上，你带着荣耀和尊严、走得很好。

当你来到这些时刻：成为你之所是、置身于你自己的神圣空间之内，知晓你在那里花费的每一刻都是对这个行星实时的直接帮助，这个行星是你的骨肉母亲。你在这种觉知中待的时间越长，你真实的存在就越多地服务盖亚。更重要的是，不管你选择沉思、冥想或任何静默形式做为自己的存在架构，当你从这种静默中起身后，我们鼓励你在从事一天的工作[无论什么工作]的过程中、把将那道光携带在你身边。

这个器皿早些时候谈到她能够感觉到地球的能量，从有记忆以来、她就一直对地球有所察觉。(如果你)变得越来越能够实际感觉到地球能量，这不光对地球很有帮助、也对你有帮助。机械性地讲，地球能量是太一无限造物者的爱与光从你脚底向上进入你的身体时、流过的媒介。它从你的脚底向上直奔红色光芒，然后直接从那里循序穿过能量体的每一个脉轮。当你的能量体正常运转的时候，你的脉轮是平衡开放的；完整的能量流经你的心，无论有什么冲击，那颗心都保持开放；于是、无论你的催化剂可能有多艰难，从你心里输出的都是爱、喜悦、平安。

这股进入你肉体载具的能量，也进入你的情绪、心智、灵性载具。你可以选择怎样和你的能量体一起响应你所遇到的催化剂，从而塑造你接收那个催化剂的方式。对于你觉得正在逼近的愤怒、侮辱、困难，用抑制紧缩自我能量、准备防守保护的方式作出反应，这是世上最合理、最可以理解的事情。保护防守的习惯是对于出生家庭里不和谐体验的反应，通常在人生初期就开始了。你之所以选择那个出生家庭，可能就是因为它系统内部的不和谐，因为它为投生课程设置了一个活动场所，无论这个人生课程是耐心、学会去不求回报地爱、还是任何你们每个人这次可能正在工作的其他人生课程，容我们说。

如果早期开始的习惯被重复(使用)，它们周围的外壳可能变硬，使得一开始中断面对恐惧时的习惯性紧缩似乎非常困难。没有甚么方法可以消除恐惧，因为任何实

体，无论他被财富、环境或特权保护得多好，所面临的催化剂，都包含着会产生恐惧的情况。恐惧是无可避免的。恐惧的场合是无可避免的，容我们说。然而，古往今来，那些说出鼓舞人心的实体已经一再指出，对于暗示恐惧的情况的反应不必是充满恐惧；这类的反应可以在最残暴的环境中流露爱，无论这种环境是大屠杀(Holocaust)、监禁或者任何其他的压迫或逆境。囚禁无法束缚自由的灵魂。监狱只是一个地方，而人灵是永恒的公民，可以从它更大的自我呼唤这个世界无法知晓的自由、光明、公正的知识。

乐意去探索放下恐惧的过程、即是蜕变过程中一把可观的钥匙。地球正在经历的、正好就是你们每个人在一个小得多的尺度上正在经历的过程。对于地球来说，一个历时大约你们的 76,000 年的过程正到达尽头，宇宙的时钟正在正点报时

[容我们说]。的确，此刻在你们星球上、一个新的小时已经开始。它正在艰难地确立自己。该分娩(过程)漫长而痛苦，但是它比预期的进展顺利得多，因为在这个器皿所称的「草根」层面，一个又一个的人、一个又一个的家庭、一个又一个的小区正在作出决定去拥抱爱、活出闪耀着爱的生命；尽那些人、家庭以及那些团体所能聚集的最大智慧和力量去实现。

确实，与其把这个过程看成去拿取新事物，不如看成允许自我去和周围的能量合作。新事物就在这里，新事物是一个在你周围无处不在的程序，你只需要允许新事物通过旧地球依然强壮的外部共识性实相的裂缝孔穴筛选进来，这个器皿倾向把它称为「第三密度的地球」。第四密度的地球在无形层面或内在空间里，至少与第三密度一样真实，而且在不断变得更加强健。人们对于越来越多的变动，比如家庭的实际搬迁等等，谈得很多；这是可以理解的、为甚么一个人会在此刻开始质疑、甚至改变其生命中的每一件事，因为从微观上来说，这就是发生在地球身上的事情。

你是地球系统密不可分的一部分，其有机的、难分难解的程度，远远超出你的了解。跟玫瑰、榆树、鸟或动物一样，你是地球生产出来的农作物(庄稼)；你灵性演化的进程就是农作物、你现在有机会去施肥、鼓励，最重要的是：允许。当你能够打开你的心，丢开你脑子里围绕着生活细节的噪音时，你正在允许阳光和雨水进来帮助你成长。在你双耳之间那个领域中住着上千位的演员，如果你能够把他们无休止的对话关闭一会儿，在(宇宙)造物的王国中歇息，而非这个器皿所称的猴子心智那带刺的、来回往复的能量，那个美妙的造物王国就会开始浮现。它是处于无限运动中一片和谐土地，摇荡着、跳着舞、唱着它的歌。你越能真实确切地唱出你的歌，就越能感到你的能量自由地随你周围的一切以及地球本身的能量同舞，你就越接近你到这里来成为的生命(being)。你到这里来不是为了找到答案，而是来参与这场舞蹈，来做自己，在你歌唱、舞蹈之际，不断地找到更为平衡的方式来服务与学习。

我们感谢你们问这个问题，并且想望指出，对于你们身为实体在此刻凝视这个似乎毫无道理的世界时、所显示的勇气，我们的心中充满了感激。感谢你们寻求各种方式去爱与服务太一无限造物者、那个美妙实体——你们称之为地球或盖亚，接着，在地球宇宙飞船[容我们说]围绕太阳进行的这段旅程中，作为一同上路的灵魂，为彼此服务。你们来到这一刻请求真理，做得太棒了。要知道，藉由每一天、每一个领悟，你能表达的真理远比你

想象的多得多。因为它像光、美、爱一样流经你。让那些事情流过，在它们前进的时候祝福它们。知晓你也许会犯下很多错误；但是，如果你尝试允许太一无限造物者的爱与光流经你、而不受恐惧的阻碍、并以你的意愿祝福它，你就绝不会（真正）犯错。

我们和你们一起来尝试分享我们的爱和光；你们给了我们极大的喜悦，使我们能够提供服务给你们，也就是分享我们非常简陋、很不完美的想法。现在我们要问，你们是否对于刚才的初始讨论有任何后续询问？或任何询问？此时有个询问吗？

J：嗨，Q'uo。我知道我们谈过怎样区别想要、渴望与真实可靠的需要。我觉得好像我有那些想要的东西和渴望，接着我必须体验过它们 [2]，但两周后、我就感到空虚。我猜我只想要你们谈谈（它们的）差异。和真正的需求相比，渴望是一个填不满的洞吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们向你，向叫做 J 的实体问好，因为我们很高兴接触你的能量。

你提出一个微妙的询问，没有一个简单的答案，因为渴望不是一个固定的价值；它的价值是量身订做的。渴望可以来自存有 (being) 许多不同的层次。有些渴望源于你现在享受的肉体载具的本能；肉体的各种本能是完全自然的、完全可理解的。渴望生命本身、渴望生存、渴望性欲的表达：这些事情属于人生中最核心的驱动力。结果是，无法以任何方式说：那些本能的渴望，包括性欲渴望，要比其他的渴望层次低下。不过，肯定地说，本能的渴望绝不是渴望的终点，而是渴望的起点；这个起点允许光继续前进，接着设置好舞台、好让具有远为微妙而复杂形式的渴望登场。

从某个方面来说，没有一刻是缺少渴望的，渴望无法被消除；因为你享受的肉体载具有一种恒常的生存渴望，你的每一次呼吸都是渴望维持生命的结果。心脏的每一次跳动都是对生存渴望的一次赞成票。在你享用的这个身体中，在这个有心跳、呼吸、有很多周期性自然需要的身体中，不可能避免渴望。你身体的大脑 (mind)，先不要说那个灵性的器官，也就是意识，大脑处于一种恒常的渴望状态；不断寻找下一件事、考虑上一件事的（持续）状态，处于一种恒常的运动中。

灵性的载具虽然不是焦躁不安、不是以那种方式渴望着，也栖息于一种创造性的、这个器皿称为虔诚的神圣渴望、稳重心跳中，在它返回源头、终止运动的旅程中有所进展。你安住在一个可以被描述为渴望的海洋中。重点是你对渴望的选择、以及你渴望的程度精巧地造成了不同：空虚的渴望，还是令人满足、灵性上健康的、创造性的渴望。

举个例子，就你和 C 实体讨论这个问题的各方面时、所产生的纠结，我们可以看见：在注视释放红色光芒能量、释放那个创造性能量的基础的、健康的流动进入能量体之过程，肯定有个地方打开那些区域，在过去，它们由于在性表达上曾经受过虐待、有过困难而受到限制。然而，如果那种能量开放以后你就停下来，而不是进一步提问，这个开放的能量可能会去哪里，怎么才能进一步向前，它在能量体里下一步会怎么走，怎么进行工作，那么这种开放就会变成空虚。因为反复经历纯粹的红色光芒脉轮欲望和对那种欲望的满足，的确是一个消耗能量的空洞；那种能量是一种自然功能，需要一次

又一次地表达，不是表达一次后就可以休息不管了。虽然，有些实体发现在特定条件下这样做有帮助，他们把限制性欲望的开放作为一种标志，好清理、净化、强化其心智/身体/灵性整个有机体之灵性成长。

如果能量只停留在身体工作，那么心智和灵性就还没被纳入考虑。心智与灵性也有成为自己的伟大希望与渴望。你在移动通过脉轮系统当中做功越多，你就越能看到，这种开放的红色光芒能量会去打开橙色光芒能量，然后橙色光芒能量又去打开黄色光芒能量；这样，向上运行进入心轮的能量就是完整的，没有在这三个较低位置的任何一处被恐惧阻碍。如果能量可以用它全部的力量向上进入心轮之中，那么更高脉轮工作的整个世界就开始打开了。叫做 J 的实体和

T 的实体探究红色光芒的性欲开放，这是很睿智的，因为它是更多神圣工作的基础。然而，不变的渴求寻求一种神圣的表达、一种有更深、更高目标的表达。就在那种心的开放，接着了悟一己遇到的每个实体都是造物者。然后以开放之心去服务每个实体中的造物者、尤其是自己的伴侣内在的造物者。于是，这过程绕了整整一圈、返回红色光芒的神圣状态；活出内心感觉到的神圣、在这一个系统的完整性中看见该神圣状态。

当渴望获得锻炼和聚焦之后，即是（宇宙）造物中最强大的原力。它的能量可以移动山岳、创造奇迹；它会越来越紧密地跟「信心」、「意志」这些神秘的字汇结盟。在你的每一世之中，你花了大量的时间尝试去判定你在寻求什么、你是谁、你真正渴望的是什么。对你而言，这些都是美妙的能量、界定清楚的能量；这些是关键的问题。我们大大地鼓励这一整个系列的讨论与探索。

我们可以进一步回答妳吗，我的姐妹？

J：哇，太棒了。谢谢你们，Q'uo。你们回来真好。

我的姐妹，你回来也真好。现在有进一步的询问吗？

J：我这儿没有了。

T1：我有一个问题，Q'uo。我是 T1。我想我可能明白了你们刚刚说的一些事情；我在猜想，关于我在加州度过的那个周末，我有点搞不懂的是，在那里，他们的教导是：只靠一个人在性方面维持你是不可能的，因此，一夫一妻制度是不重要的。我对那一点有不同的意见，不知道这意见是对或错的？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们将尝试回答，但是这个特殊询问非常接近你自己进程的表面对，所以为了不打破你给我们的信任、不要侵犯你的自由意志，我们能说的内容有个限度。

我们给了这个器皿一个图像：一条有很多珠宝的项链。这就是一个把自己向很多爱人开放的实体的体验。每一颗珠宝有其自身的美丽可爱之处，而且炫目多变；如果一个人对某些道德准则不思考、不怀疑、盲从，从而被道德上的恐惧和麻木所束缚，那么这条项链肯定极其令人振奋；而这些外在加诸的限制和束缚对于一个人的灵性成长没有任何价值。

然后，考虑一颗完美宝石、悬挂在一条美丽金链子上头。这链子没有各种颜色、也没有多样性；它之所以被选择，是因为在所有可能拥有的珠宝中，这颗宝石触动

了心，使得灵魂富有生气，开启这颗心朝向奉献、忠诚，接着，抛开众多性的世界，探索绝对价值的世界。

只对一颗闪耀的宝石作出承诺，看起来多么危险啊。它很可能是一个昂贵的选择。作为一个人、心/身/灵复合体[名为 Carla 的实体倾向于如此称呼它]，你是一个难以置信地敏感的器皿，那些你能记录和欣赏的、各种可能的美丽分枝，这颗宝石很有可能没有完全触及。不过，这个选择打开了通向一条更高之路的门户，这一条路可以无止境地被精炼。对一条满是各种实体的项链有所服务是困难的，因为每个实体都有其美丽、缺失、关联方式与抗拒方式；每个实体都是一个谜题、一种神秘，对于这样一个实体，一个人只能提供自己的谜题、自己的神秘。

在这条富含变化的美丽项链上、每个实体都能占据你所有的注意力，你既不会感到厌烦，也不会停止学习；但你没有时间更深入地探究这条美丽项链上的众多宝石。于是，看？这些美丽的色彩，你看到了多样性；你喜欢这件选定的珠宝，它是你荣耀与钟爱太一无限造物者的一种方式。但是 you 有一种不安定，因为没有能力去潜入另一个人类灵魂的深水之中；没有可能性去探索一个人怎样专注奉献给另一个人的魂与心，不是奉献给外表或表面的行为。这类事情经常挑战并迷惑着任何尝试去爱的实体。但它们允许一个人做深入的工作，花时间越来越深地进入镜子大厅，也就自我与其他自我之间的关系。

这一个问题关乎水平地移动、到处学一点；或者垂直地移动，走得高、走得深，

以另一种方式学习自我、学习怎样去服务。没有一条路是不对的，两条路都充满了学习。这是一个选择，关系到你想望如何表达自己的生命、如何引导自己可观的能量。

T1：感谢你们。

现在有另一个询问吗？

T2：Q'uo，再次听到你们的声音真是美妙。我只想要问，关于怎样改善我的冥想、加强与高我的连接与沟通、在日常生活中改善灵感，你们能给我任何建议或忠告吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们不想望干扰 T2 实体的学习/教导进程，但是，我们相信我们可以只建议一件事情，那就是 T2 实体对于声音、更具体地说、对于水的各种声音是非常敏锐的，所以这个实体可以找一些办法把静默的时间和倾听水、体验水的感官体验连结起来：可以在水边散步或坐在飞溅的池塘边，或单纯地选择在静默时倾听水的原声带。我们仅仅是在向一位已经用水之声调创造过音乐的人[3]确认，这个特别的元素对于 T2 实体非常有帮助。结果是，我们单纯地鼓励 T2 实体，继续把自己和这个美妙的元素，以及水仙女(naiads) 连结在一起；水仙女在水这个魔法实质的任何表达之周围跳着舞。

我们可以进一步回答你吗？

T2：不用了，非常感谢你们，Q'uo。

喔，我们也感谢你，我的兄弟。我们是 Q'uo，现在会

请求最后一个询问，如果有的话。

T2：既然其他人没有问题，你们有没有甚么评论或信息可以建议给 F 实体？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉除了一切都好之外，此刻几乎没甚么可以对 F 实体说。如这个实体早些时候在电子邮件中对朋友说的：说一切都好，OK 或没关系，似乎显得傻乎乎的。这个器皿说到这点：人们的确这样说，不过，能面对一件惹麻烦的事情说「这是 OK 的」，多么聪明啊。我们会说，一些样式常常在某些时期的确看起来不 OK，但律动中的能量将变成一种好的样式，一种有帮助的样式，一种使得 F 实体可以兴旺的模式。我们简单地向她提供这种安慰，假设它将于 F 实体的内在创造任何的歇息与平安的感觉。

我们感谢这个器皿和这个小组，为了这个机会和同聚一堂的美好时刻。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

原注

[1] 来自艾略特的《四个四重奏》：

要不是那个点、静止的点就不会有舞；那里只有舞蹈。Except for the point, the still point,  
There would be no dance, and there is only the dance.

[2] J 先前参加了一个旨在释放女性之性高潮的工作坊。

[3] T2 最近制作了一张原创音乐 CD，定名为《水晶般的水；受水的律动启发而创作的乐曲》。

(原文为：Crystal Waters; Compositions Inspired by the Motion of Water )

Translated by T.S. (V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.